



◆陳松伶享受定居北京的生活。任芳頡攝

14歲簽約TVB出道，年少成名，後又師從台灣音樂人劉家昌，並與黎明、郭富城、古天樂等港星均有合作……陳松伶在上世紀九十年代風靡香港演藝圈，後移居內地生活，是多才多藝的影視歌三棲藝人。出道37年來，她見證了兩地演藝行業的發展。近日她接受香港文匯報記者專訪時表示，內地演藝行業一日千里，香港和內地的影視行業生態有很大互補性，兩地要融合雙贏。她還建議香港青年北上發展，尋找更多機遇。

◆香港文匯報記者 任芳頡、郭瀚林 北京報道 部分圖片由受訪者提供

在《笑看風雲》、《天地男兒》、《金玉滿堂》、《金裝四大才子》等耳熟能詳的經典港劇中均能看到陳松伶的身影，可謂出道即巔峰。1997年香港回歸祖國之際，為了讓全球華人華僑也共享盛況，英文流利的陳松伶受官方委託主持了「72小時全接觸」節目。陳松伶回憶道：很多海外華人都關注香港回歸儀式，他們在國外多年，很多人已經不擅長普通話和粵語，但還是希望能及時見證這一歷史性時刻。持續的長時間直播報道雖然辛苦，但陳松伶至今仍感到榮幸和自豪。

#### 見證內地影視行業一日千里

1992年，20歲出頭的陳松伶第一次來內地拍戲，當時內地影視行業還處於起步階段。「雖然當時對內地不了解，但覺得氛圍很好，內地人很熱心友善。」1997年她第二次來內地時，情況已大不一樣，香港影視文化已經在內地青少年中迅速普及，她沒想到自己不經意間在內地收穫了大量粉絲。

「當時正是香港電視電影黃金時代，不僅影響到內地，有華人地方就有香港影視文化。」陳松伶說，香港回歸祖國前後很多影視演員和製作團隊被聘請到內地工作，同時向內地影視人傳道授業，「當時內地的文化底蘊很好，有很多演藝戲劇學院的支持，背後還有整個國家的支持。」

新世紀以來，她來到內地繼續發展事業，參演了《單親媽媽》《親家》等劇集。2007年，她在上海拍攝《血未冷》時與丈夫張鐸相識，二人在2011年完婚，婚後她退居幕後，鮮少拍戲。近年來，她重新在《跨界歌王》《乘風破浪的姐姐》等節目中出現時，屢次引發觀眾的無限回憶。

香港TVB出品的《新上海灘》等精品劇目在港澳台和內地都很受歡迎，為無數80、90後觀眾的青春帶來了樂趣，直到今天仍被模仿和致敬。然而大部分人認為近年以TVB劇為代表的香港影視產業遭遇瓶頸，尤其與內地大體量的市場和演員陣容比，新鮮血液更顯不足。

「20多年了，內地的演藝行業發展可謂一日千里。」在兩地影視圈都打拚多年的陳松伶對此深有體會。她告訴記者，香港和內地的影視行業生態有很大互補性，香港影視講究創意先行，擅長打破陳規套路，開闢新的作品類型。內地則具備龐大的資金、人才儲備和市場規模，香港影視依靠內地的資源也可以更好地舒展拳腳，「所以說祖國是香港的後盾。」

陳松伶還結合自身經歷表示，過去香港影視拍攝周期極短，甚至有個專門的名詞叫「七日鮮」，演員經常可以很高強度地在很短時間內完成一部戲，靠個人的悟性一邊演戲一邊精進，其實大家都很期待有深入學習機會。



◆陳松伶（中）與丈夫（左一）經常同友人相聚。



◆（左起）陳松伶、趙雅芝、李若彤、溫碧霞合影。

▲陳松伶早期與古天樂合影。



▲2019年陳松伶（中）參演的《福爾摩師奶》熱播，精湛演技引起觀眾熱議。



▲陳松伶2016年復出後內地工作不斷。

「香港演員來內地發展付出了很多努力，很多港星在表演中都在盡力克服『港普』的障礙，很多優秀演員工作勤懇演技精湛，靠個人勤奮得到了很多優秀的工作機會。」她說。

#### 演戲的最終目的是演好自己

2008年後，陳松伶把更多重心放在生活中。而2016年開始，她加盟了《跨界歌王》、《魯豫的禮物》等多個節目，並參與出演TVB電視劇《全職沒女》，逐漸迴歸了大眾的視野。2019年她參演的TVB劇《福爾摩師奶》熱播，她在這部刑偵大劇裏再現了當年的精湛演技，引起觀眾熱議。

記者問陳松伶，在事業高光期選擇結婚成家，移居內地是否甘心。陳松伶豁達地表示自己對現在的生活方式特別滿意：「人生有很多的可能，也有很多的階段，只要覺得眼下的階段是適合自己就去做。」陳松伶也表示自己並未捨棄演藝事業，有合適的機會還是願意參與。在北京她有很多來自香港的圈內朋友，一起聚聚時仍然會相互交流事業。而張鐸也有很多在內地從事表演藝術的同學，有時候兩地藝人就會在一起探討、相互精進。2022年她也在熱播電視劇《不會戀愛的我們》裏出演實力女總裁金燕，收穫一波觀眾回憶殺和好感。

被問到自己對演藝生涯起伏的感想時，陳松伶回應：「過去我演戲時偶像包袱比較重，覺得熒幕上的自己必須完美、必須漂亮。後來這方面的思維障礙漸漸沒有了，演員就應該走進生活，嘗試去觀察更多生活中的細節，才能揣摩角色的精髓，讓表演更有說服力。」

陳松伶談到，自己最近有一次在和丈夫討論演戲問題。張鐸覺得自己最近演技有些生疏，陳松伶則認為演技的精進來源於生活閱歷，隨着閱歷的豐富演技肯定得到進步的。「我告訴他，他現在問題不是缺少技巧，而是應該讓豐富的人生閱歷和表演互相結合，演戲的最終目的是演好自己。」

陳松伶強調，豐富生活閱歷能讓一個演員學會課本上學不到的東西，不夠接地氣就演不活角色。儘管已出道多年，陳松伶也並不滿足於已有的演藝經驗，她希望多嘗試一些自己未曾體驗的生活方式，進一步豐富自己的閱歷。由於14歲入行，上學期間一直半工半讀，沒有全身心投入過校園生活，所以後來一旦有空檔時間，陳松伶就會去學習和進修。

「我覺得我應該是走向生活一些。比如我去市場買菜、去交水電費、去銀行開戶等事情，之前這些生活技能可能有所缺失，但現在我也全都掌握了。」陳松伶強調，只要有一份熱愛，從生活裏面是能找到很多的滿足感和樂趣的。

關於今後的職業生涯，陳松伶稱，想多嘗試一下不同的題材和角色，不斷突破自我。」

# 「港女」無縫融入內地生活 陳松伶翼兩地文化產業擴大交流互補



◆陳松伶夫婦與婆婆相處融洽。



◆陳松伶上月出席「我們的紫荆花」慶祝香港回歸祖國25周年雲歌會活動。

## 結婚十幾年恩愛如初 夫妻檔熱心公益事業

### 分享

完全融入了北京生活的陳松伶，與記者聊天時操着一口夾雜着些許東北腔的普通話。陳松伶丈夫張鐸的故鄉是黑龍江哈爾濱，因此她稱自己現在是一個「東北香港人」。2007年陳松伶第一次見到小她8歲的張鐸，眼前的男子個子高大、不苟言笑，接觸過後才發現個人性格與外貌形象有很大反差，張鐸非常健談，一開口全是東北話段子。

演員夫妻的恩愛日常與尋常小兩口別無二致，他們經常一起逛街購物，一起下廚研究新菜式，每逢朋友聚餐他們都在家辦宴會。「因為遇到他，我



◆陳松伶與張鐸夫婦結婚多年恩愛如初。

感覺我不止多了一個老公，還多了一個爸爸。每天都把我安排得明明白白：工作幾點開工，幾點收工，交通是怎麼安排。」結婚十幾年來，陳松伶夫婦恩愛如初，二人經常在社交媒体上分享生活日常，被無數網友羨慕。談及愛情保鮮的秘訣，陳松伶稱，首先兩個人要共情，有矛盾時要站在對方立場考慮。其次要培養共同的興趣愛好，這樣每天都有聊不完的話題。還要有共同的目標，兩個人勁兒往一處使，感情會更牢固。

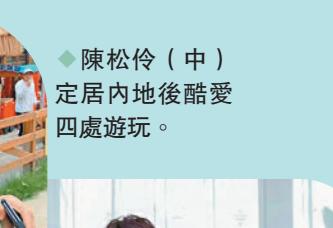
陳松伶夫婦長期以來熱心公益事業，夫妻倆經常默默參加慈善活動，關愛孤殘兒童，去孤兒院做義工。網絡直播興起後，陳松伶也參與了脫貧助農直播。今年4月初，陳松伶身着古裝深入茶山竹林，做了幾場農產品的溯源活動。

「我去到山林裏才知道竹筍是怎麼被生產出來的，農民用的是什麼工具和方法。城市的孩子只有來到農村，深入到農村生活裏才能明白很多事情。雖然很辛苦，但是很值得，通過這種方式幫助當地農產品做推廣是一件很棒的事情。」陳松伶表示，助農直播活動只要有機會就會參與，這項活動完全出於公益和興趣。能得到知識和閱歷以及幫助到他人就已經是一種難得的回報了。

## 東北婆婆遇上香港兒媳 婆媳相處似閨蜜

前段時間，陳松伶與丈夫張鐸、婆婆邢女士一同參加一檔綜藝《婆婆和媽媽2》，節目中婆媳相處的方式引發不少爭議。有網友認為陳松伶不受婆婆待見、家庭地位低微。對此，陳松伶表示，節目時長有限，傳遞出的內容可能存在片面性，還有很多人沒有看到的地方，實際上她與婆婆相處非常愉快，經常生活在一起，像閨蜜一樣。「我婆婆每年都會抽時間來北京專門探望我們。」

張鐸是家中獨生子，婆婆邢玉珍對他偶爾有些過度關心，那是正常的。但他們一



◆陳松伶（中）定居內地後酷愛四處遊玩。

家人並未因南北文化差異造成隔閡。「我和婆婆都是直來直去的人，有什麼不滿當場說當場解決，沒有隔日的怨，我們就是坦坦蕩蕩。偶爾會有誤會，但我對張鐸好，婆婆也對他兒子好，這是我們的共識。」陳松伶坦言：「婆媳關係中，我老公確實做了很好的中間人，但其實這段感情裏付出最多的是我婆婆，有很多東西她是會妥協的，為了張鐸的感受她都接受了。」

陳松伶定居內地後更加酷愛四處遊山玩水。「不要問我去了內地哪些城市，要問我還沒去哪裏。我去了每個地方都喜歡，最喜歡的是長城，還有古都西安和洛陽，那是讀書時候在書本上認識的古城。我下一步還準備去青海湖和新疆大沙漠。」十多年的內地生活讓陳松伶親身體驗到，在內地旅行遊玩越來越安全便利。

2019年底爆發新冠疫情以來，近三年陳松伶都少有機會回香港。她計劃疫情平穩後就回香港看看家人，也帶張鐸和公婆婆婆回香港探望親家。