



倪虹洁：“翻红”是鼓励，不是目的

新作不断，“无双”归来

齐鲁晚报·齐鲁壹点记者 李睿

在上海国际电影节的闭幕红毯上，倪虹洁的状态惊艳了网友，还登上了热搜榜。从去年综艺《演员请就位》中饰演疲惫又痞气的成年花木兰出圈，到最近《听姐说》中大大咧咧地表演脱口秀，从网剧《摩天大楼》到电影《阳光姐妹淘》，再到电视剧《美好的日子》，不管是大银幕还是小荧屏，43岁的倪虹洁活跃起来，越来越多的观众欣喜“无双”回来了。

近日，倪虹洁接受了齐鲁晚报·齐鲁壹点记者的专访。初次见面，倪虹洁有种天然的亲切，她说话的尾音拖着南方女生的婉转腔调，表情丰富，脸上总是挂着笑，在安静与跳脱之间透出一丝娇憨。



“过山车”式演绎

上海电影节期间，王小帅监制、郭迪导演的《上山》入围金爵奖，倪虹洁是影片中唯一的女性主演。她饰演的苗丽是一个因为野心和小心思害人害己的女人，虽然戏分不多，却要用短短几场戏诠释人物的一生。“她非常漂亮，曾经有发光发亮的梦想，最后被磨砺得眼神都黯淡无光了。”

影片中，苗丽初登场是在温暖明亮的灯光下跳芭蕾舞，眼前是心爱的人；结局中，岁月和经年愧疚磨平了所有的光鲜，只剩下粗粝的女人在监狱中黯然。倪虹洁告诉齐鲁晚报·齐鲁壹点记者，这两场戏是在同一天拍完的，从出场的豆蔻年华到结局的落魄沧桑，中间跳过了二十年。“两场戏三四个小时就拍完了，中间改妆面、点雀斑，直接进入苗丽人生的句点，有种坐过山车的感觉。”

倪虹洁出演《上山》，是王小帅推荐给导演郭迪的。“之前没有渊源，我看过小帅导演的电影，当时他们找演员找了挺久，可能他也看过我的电影，就发微信问我能不能演。”一天拍两场重头戏，这种压力很大，“我想演好，不想给小帅导演丢脸。”最终，心无杂念的演绎赢得了王小帅和郭迪的认可。

6月份热映的《阳光姐妹淘》中，邱玉红的故事打动了许多观众。谈起这个角色，倪虹洁笑着说：“最近都在演这种几场戏过完坎坷一生的悲情女性，特别希望有个长篇幅给我，让我好好过把瘾。”倪虹洁演绎的邱玉红有很多生动的细节，出狱时，殷桃饰演的好友走上前将她抱住的那场戏令人印象深刻。倪虹洁透露，拍这场戏时厦门30多摄氏度，太阳很晒，但看到殷桃穿着风衣，倪虹洁下意识地觉得应该“打个冷战”，当殷桃大步向她走来，倪虹洁又往后退了半步。“我把自己完全代入到邱玉红的人生中，我觉得我就是她。那时候刚从监狱出来，之前也不是光彩的工作，当一个陌生女人大步向你走过来的时候，我潜意识地后退，我不认识她，她肯定不是来帮我的，因为生活已经给了我太多巴掌，没有人对我很好。”

原本轻松愉悦的谈话氛围，在谈到角色的悲情人生时，倪虹洁忍不住红了眼眶，但她很快打住。“哎呀，我又跑到十公里开外了，经常跟人说一个事儿，说着说着就表达不清了。”《阳光姐妹淘》的幕后花絮中，倪虹洁“两秒哭戏”笑着跳舞的片段引起了影迷的共鸣，越来越多人关注到这位“中年少女”的优异演技。倪虹洁说，以前演戏没办法做到共情，但是岁月让她现在不由自主地产生更多的想法出来，“我20岁的时候可能看不懂一些东西，现在体验更丰富了，也能体会到了。”

与过去和解

倪虹洁并不是科班出身，她自小成绩优异，高中毕业时曾有机会进入上海戏剧学院，但父母不认为演员是一个靠谱的行当，在彷徨犹豫之间，倪虹洁第二年考取了同济大学。

倪虹洁说自己是一个注意力特别不集中的人，“我很容易被一件事情打动，也很容易被别的东西拉走。所以我肯定不算是天赋型学生，也不算是实践型学生，我可能是那种‘把自己忘掉’的学生，入戏快，跳出来也很快。”她说着笑起来，“要不然得苦死了，这生活没法过了。”

《武林外传》中的祝无双是人们最熟悉倪虹洁的形象，但提到成名作，倪虹洁的第一反应还是年少时拍摄的内衣广告。在综艺节目《听姐说》中，倪虹洁也提到了当年的经历，对她来说，在很长一段时间内，“性感”令她感到压力和抵触，父母的避而不谈更令她感到自卑。“上节目之前我以为脱口秀就是嘻嘻哈哈，这个我还算擅长，但是没想到把自己给说进去了。当不停地有人在提醒你，问你这件事的时候，我把心门打开，把这些过不去的事情掏出来，发现说一说也就过去了。”从“鸵鸟”状态的不听、不

看、藏起来，到与过去和解，倪虹洁感到轻松，“熨平了，心里也顺了。”

“放着我来”是《武林外传》中祝无双的口头禅，剧中的祝无双表面大大咧咧，内心柔软敏感，总是为他人着想，倪虹洁表示自己年轻时也是这样的“讨好型人格”。父母不支持女儿做演员，但她自己也不知道做什么，当时甚至还很自卑，于是在拍完《武林外传》后，她没有专注于演员这条路。为了养活自己，她开宠物店，到云南开客栈，跟文青一起旅游……她把自己这种四处晃悠悠的状态调侃为：“美其名曰‘寻找自我’。”

直到2010年，崔健联系她拍摄文艺片《蓝色骨头》，倪虹洁第一次感受到做演员的真挚，决定认真走演员的路。“逛了一圈发现自己去实践人生了，去为演员做准备了。幸运的是，悠悠荡荡，时进时出，但始终没有远离。”

近年来接连不断的作品、越来越勇敢的发声让她成了“翻红”的姐姐之一。对此，倪虹洁笑着惊讶道：“天呐，我红了吗？”她对流量有种钝感，“只是觉得好像喜欢我的粉丝越来越多，而且都是女生，她们来看我，还私信我聊她们的理想啊、感受啊，我很开心。翻不翻红不重要，我拍的这些戏哪怕再小众，都有人看到了，我觉得这是特别有意义的事情。翻红也挺好的，对我来说是一种鼓励，红不红不是目的。”

赋予演员“生命线”

演技已经受到了诸多褒奖，但对于演戏，倪虹洁表示没什么秘诀，“一遍遍看剧本，心里什么都没有的时候，我就会找同样类型的参考。因为要演一个离生活特别远的人，凭空怎么想都不真实。”倪虹洁透露了自己的新剧，她将在剧中演绎一个人格分裂的角色，“我不知道人格分裂是什么样子的，看了很多片子之后，突然发现有一个点我是可以用的，就是镜头切换的时候，要用眼神的逻辑来告诉观众。”倪虹洁说着，转动眼珠表演了切换人格的场景，“这个角色很有意思，抓到这点我很开心。”

英剧《9号秘事》中，两名主演在整整五季剧情中饰演不同的角色，给倪虹洁很大的震撼。“我需要努力，希望将来有机会也能演一个这样的角色。给一个演员无数的生命线，让其无限生长，有不同的性格，不同的外形，甚至性别，男女老少都分不出来，这太厉害了。”

在近期播出的现实主义电视剧《美好的日子》中，倪虹洁饰演精明能干的女晋商曹德和，被观众称为“行走的算盘精”。该剧讲述了上世纪五六十年代，五组家庭为新中国机车工业奋斗的时代故事。在一众灰色工装中，曹德和是一抹亮色，她身穿鲜亮的大衣，烫着时髦的卷发，一口利落的山西话——“那叫甚个本事嘞！”十分接地气。

其实，倪虹洁出生在江苏常熟，后来跟奶奶在上海生活，吴侬软语的温婉腔调与爽利的晋语天差地别，为了演绎好这个角色，倪虹洁特意请教同剧组中来自山西太原话剧团的女演员学习山西方言。她请对方将曹德和的台词都读了一遍，“手机录音了快两个小时，只要一有时间我就跟着学。因为山西方言对我来说太遥远了，只能很努力地接近，但真正说的时候，我觉得跟正宗的山西话肯定还是有差别，本地人可能一听就听出来了。”

2021年，倪虹洁还有很多新作品等待与观众见面。除了入围上海国际电影节的《上山》，她与徐峥、马伊琍等人主演的《爱情神话》在上半年杀青，在近期坏猴子影业发布的年度片单中也出现了倪虹洁的身影——与于和伟、郭麒麟合作的《二手杰作》正在拍摄中。倪虹洁透露，在《爱情神话》中，她饰演一个特别作、又自我的上海女人，全程用上海话演绎；《二手杰作》中，倪虹洁饰演郭麒麟的妈妈，是一名全心为家庭付出、“完全没有自我”的女性，“郭麒麟现在每天‘妈，妈’地叫我，和他有一种与生俱来的亲切感，完全没有隔阂感。”另一位主演于和伟总能在戏中带给她启发，“于老师对戏会有很多想法，他能让我抛开我自己看到一些新的东西。”

