

金鸡奖百花奖最年轻“双料”最佳男主角 易烱千玺：渴望观众看到“更陌生的我”

手捧大众电影百花奖最佳男主角奖杯的易烱千玺，从欢呼声浪中走向采访区。历经整晚的等待与紧张，终于卸下紧绷状态，他坦言在得知获奖那一刻太激动。“热爱这份职业，谢谢观众的信任。”8月10日晚，第38届大众电影百花奖颁奖典礼暨闭幕仪式在北京举行。演员易烱千玺凭借在电影《小小的我》中饰刘春和一角获最佳男主角奖，去年，他因为同一个角色，摘取第38届中国电影金鸡奖最佳男主角。至此，年仅25岁的他成为金鸡奖与百花奖最年轻的“双料”最佳男主角。

发表获奖感言时，易烱千玺说：“希望把更多精力回归到自己的生活，我尊敬这份职业，希望能够把这份职业的生命力尽可能拉长。”



易烱千玺分享获奖感言。 主办方供图



易烱千玺在《小小的我》中饰演脑瘫少年刘春和。

捧“金鸡”摘“百花” 成最年轻“双料”最佳男主角

从凭借《少年的你》中的小北拿下百花奖最佳新人，到凭借《小小的我》中的刘春和斩获最佳男主角。六年时光，角色更迭，易烱千玺完成了演艺职业生涯的一次重要跨越。谈及六年的变化，他接受记者采访时表示，“这些年变化挺大，我把大量精力放在演员这份工作上，不断进入剧组，尝试很多希望能演出区分度、难度更高的角色，个人成长感受是很真切的。”

回望表演历程，他说一路走来，有值得骄傲的高光瞬间，也曾有崩溃的时刻。这几年，完整且充实地体会到了身为演员的魅力与百态滋味。

2025年11月，24岁的易烱千玺以《小小的我》斩获金鸡奖，打破刘烨保持21年的纪录，成为最年轻金鸡奖最佳男主角。此次获得百花奖最佳男主角，一举让他成为最年轻的“双料”最佳男主角。

在《小小的我》中，易烱千玺颠覆过往银幕形象，饰演脑瘫少年刘春和，讲述他勇敢冲破身心的枷锁，为外婆圆梦舞台，同时也为自己寻求人生坐标的故事。爬楼梯时蹒跚的脚步，扭曲颤抖的手，蹒跚的背影，表演的细节让观众感受到他对角色的深入揣摩与精准呈现。

“刘春和留给我的，是让我变得更加细腻，能够看见很多平时容易被忽略的角落。学会感知美好，也感知普通人的所思所想。”易烱千玺说，只有进了镜头的时候，才会知道什么样的幅度是精确的，是大银幕上大家能接受的，不能做一个特别“奇观”的表演。

为了演好刘春和，易烱千玺提前好几个月开始准备，专门去了解脑瘫患者的日常生活，观察他们怎么走路、怎么说话。在拍摄期间，他每天都认真琢磨角色的每个动作，甚至连说话时的停顿和喘息都反复练习。他说，希望观众看到的不是一个在“演”的状态，而是一个真实的、有尊严的普通人。

热衷差异化角色 习惯自己“演得慢一点”

从《少年的你》中的刘北山、《送你一朵小红花》中的韦一航、《长津湖》中的伍万里、再到《奇迹·笨小孩》中的景浩，易烱千玺已主演诸多口碑与票房兼具的电影。

中国电影艺术研究中心副研究员周舟评价——易烱千玺

为了追求表演的真，而完全忽略了自己形象的美。他已经不是一个偶像了，而是一个真正的演员。

一些观众评价他的表演“克制才是最大的张力”“润物无声”。将情感藏在细节里，在表演上有何“方法论”？易烱千玺向记者表示，自己习惯演得慢一点，更愿意用沉默，跳出刻板套路化的表演去传递情绪。

“我偏爱那些没有台词的时刻，人物想要做出反应、情绪流转的缝隙里，那些沉默瞬间，是很有力量的，我更倾向这种内敛的表达。”易烱千玺说。

谈及角色突破与创作追求，易烱千玺表示自己热衷于尝试各类差异化角色，享受在角色的不断切换中挖掘、放大自身



易烱千玺在《长津湖》中饰演伍万里。

未曾被发掘的特质与潜能，探索未知的新鲜感。“我自己不知道的部分给它放大，那种刺激感，是我比较好奇和想尝试的。”

不愿被标签固化 希望不断打开新的可能

面对行业标签、大众期待与阶段性荣誉，易烱千玺始终保持清醒的职业认知。他坦言演艺之路始终伴随压力，也始终警惕自己被标签固化、被外界认知过早定义。对此，他始终保持开放的创作心态，坚守表演初心与前行方向，拒绝被固有框架局限。

“我觉得任何一个已经有声量的演员，他们去选择各种各样当下时代的角色，都是属于我们必须做的工作，给他们还原，让他们真的在时代里留下印记。”易烱千玺觉得自己“挺幸运”，突然能碰到演戏这件事儿。

对于未来的打算，他表示自己不是一个会对未来做非常明确畅想的人。“当下，周遭一切变化也很多，没有刻意想展示一个不同以往的易烱千玺，只是希望观众看到我在不断尝试、不断打开新的可能。如果看到我在表演上的某种突破，或者看到一个更陌生的我，那就挺好的了。”

据华西都市报 除署名外图片均来自微博