

## 关键是“人歌合一”

## 尤长靖《阿嬷的话》破圈后，总制片人回应《歌手2026》选曲

《歌手2026》开播以来，高质量舞台与多元音乐表达持续引发热议。其中，新生代歌手尤长靖凭借《是你想成为的大人吗》《阿嬷的话》两首作品接连破圈，用真挚情感与扎实唱功完成了从偶像到歌手的蜕变。6月1日，尤长靖与《歌手2026》总制片人张丹阳接受采访，分别畅谈参赛心路、舞台感悟与选曲逻辑。张丹阳表示，选曲最终由歌手决定，“节目组尊重歌手的表达欲，也尊重其选择，这是舞台呈现动人作品的关键。”



晨报记者 曾索狄

## 《阿嬷的话》：共鸣比“满分”更重要

在前两场竞演中，尤长靖分别演唱了《是你想成为的大人吗》与《阿嬷的话》。在他看来，《是你想成为的大人吗》像一次自我对话，而《阿嬷的话》则触动了更广泛的集体记忆，让他感受到音乐连接人的力量。

尤长靖表示，选这首歌并非为追求热度，而是因为它很早就躺在自己的歌单里，是从小听到大作品。“这首歌很早就在我的歌单里面了。我觉得它满足了我两个心愿：第一个是能在舞台上唱歌给阿嬷听，另一个是把闽南语歌曲带到《歌手2026》的舞台。”他希望，大家听到这首歌的时候，不只是想到自己的阿嬷，也能想到生命中那些曾经不断提醒、关心着自己的人。“很多爱不会一直挂在嘴边，但它会一直留在你身上。”

对于第二期表演中出现的气息波动，尤长靖并未回避。“那天确实有几个瞬间会比平时更加投入。”他认为，唱歌不是考试，完全无情绪的技巧难以打动人，但若情绪失控影响演唱也非所愿。“我现在比较像是在学习跟情绪相处、合作，而不是要控制它。”回看表演时，他反而接纳了那些“不完美”：“那也是当下最真实的样子。”

## 压力中前行，遗憾中更懂珍惜

《歌手》舞台强手如林，尤长靖坦言心态并非紧张，而是“幸福”。“很多以前只能在视频里看的歌手，现在就在旁边准备、排练、上台。”而两位前辈歌手的离开，也让尤长靖深感遗憾。“能和这些老师站在同一个舞台上，本身就是难得的机会了。我会更加提醒自己，更加珍惜每一次的演唱——《歌手》这个舞台最残酷的地方，是没有人可以永远地留下来；但最珍贵的地方，也是每一个站在舞台上的人都值得被尊敬。”

这种环境也让尤长靖重新审视“歌手”二字。此前他曾表示，希望观众提到自己时，首先想到的不是其他身份，而是“一个很爱唱歌的歌手”。如今，这个目标已经超额完成。他说，若有人因这两场表演去听他的专辑、了解他的音乐，就是特别幸福的事。“我希望未来大家想到尤长靖的时候，会想到一种属于尤长靖的声音。”

## 到底怎么选曲？决定权在歌手

尤长靖在节目中选曲出彩，他坦言这个过程就像“交朋友”。“有些歌很好，但不

定适合现在的你，所以我不会先想这首歌能不能帮我赢、能不能有话题。”他表示，自己的标准就是选最想唱的歌，唱当下最真实的自己。“我更在意的是，每当我站在台上的时候，我相不相信我唱的每一句话？”

而《歌手2026》总制片人张丹阳也回应了节目选曲流程：通常由歌手先提报意向歌曲，节目组同步进行歌词审核与版权摸底，再根据现场效果、播出效果给出建议，有时节目组也会主动推荐备选曲目。“如果一个歌手有好几首备选，我们会一起讨论，根据编曲情况、现场演唱状态给出一个参考的建议，但最终来演唱哪一首歌，其实是由歌手决定的。”

以尤长靖为例，第一期双方不约而同选中《是你想成为的大人吗》，正是因为歌词贴合其成长心路，且副歌高音区能展现其嗓音特点；第二期考虑到他马来西亚华裔的背景，节目组建议尝试闽南语歌曲，而他恰好早已将《阿嬷的话》列入候选。“这首歌里都是他对阿嬷的情感，排练时他好几次唱到哽咽。”张丹阳强调，“人歌合一”是选曲的核心标准。“我们尊重每一个歌手想表达的东西，也尊重他们不想唱的东西。”

## 《主角》热播：直抵人心，探索严肃文学改编新范本

这个五月，在 CCTV-1 黄金档、腾讯视频热播的电视剧《主角》，凭借独特气质成功破圈。各大社交平台上，观众围绕人物塑造、叙事节奏与思想内涵展开热烈讨论。从胡三元脸上烧伤的伤疤，到“苟师”为徒弟倾力垫场的生命绝唱，再到忆秦娥苦练终成的吹火名场面，一幕幕动人情节引得观众自发安利。

《主角》以扎根现实的人物塑造与细腻共情的叙事力量，打破观众审美差异壁垒，实现口碑持续走高、稳步发酵，以 8.2 分成为 2026 年豆瓣国产剧开分第一，虎扑评分更是高达 9.4 分，是 2026 年当之无愧的口碑爆款。

## 于时代肌理，塑鲜活人物

《主角》的影视化表达，胜在正视生活与人性的复杂。剧中没有脸谱化的恶人，也没有凭空降临的机遇。忆秦娥之所以能成为舞台主角，除了天赋使然，更是在秦腔日渐式微、时代浪潮更迭的背景下，她凭着执拗韧劲，牢牢接住命运赋予的每一次历练。与此同时，剧集改编的深度，还在于精准刻画戏曲艺人薪火相传的温情与坚守，忆秦娥的成长之路，始终离不开一代代秦腔前辈的倾力托举。

张嘉益饰演的胡三元，是一位被时代磋磨却死守戏魂与尊严的“戏痴”。他亲手将外甥女带出大山，引入戏行，却阴差阳错无缘见证她的起步。出狱归团后，眼见外甥女处境艰难，心底的自责与悲痛尽数凝在颤抖的嘴角，无声却极具张力。

孙浩塑造的苟存忠，将老一辈戏曲艺术家的传承执念与舐犊情深展现得入木三分。他收忆秦娥为关门弟子，倾囊相授毕生技艺，始终为她遮风挡雨。剧中最震撼的桥段，当属



刘浩存 饰 忆秦娥

苟存忠抱病登台，以惊人意志演绎《鬼怨·杀生》，施展独门绝技“八十一口连珠火”。一曲终了，他力竭倒地，仍坚持搀扶谢幕，燃尽生命微光。这场生命绝唱，击穿观众内心，也助忆秦娥完成了从学徒到名角的精神蜕变。

刘浩存演绎的忆秦娥，精准拿捏角色沉静内敛的特质。舞台之上，耍枪、小翻、卧鱼、吹火等招式行云流水，见证一位秦腔名角的悄然诞生。至于忆秦娥与窦骁扮演的刘红兵之间的感情线，则恰似现实婚姻的处境——即便是光芒渐盛的名角，依旧要面对亲密关系中的磨合、缺憾与无奈。不加滤镜的刻画，恰恰契合严肃文学的厚重质感：不是塑造无瑕的完人，而是书写在事业波折与生活琐碎

中拉扯成长的凡人。剧集摒弃机械的原著复刻，坚守核心精神内核，对叙事脉络与情感表达做了有筋骨、有温度的全新重构。

## 以匠心之作，写行业长情

《主角》走出了独属于严肃文学改编的创作路径。剧中的挫折困顿、行业衰败与时代局限，都是真实的生活底色，从未被刻意煽情渲染。这些细碎的悲苦，没有沦为博取共情的工具，反而淬炼人物心性、夯实角色基底。剧集最动人的，是小人物在时代重压与行业困境中，坚守本心、逆势生长的独特张力，克制又有力量。

从这个意义上说，《主角》超越了秦腔名伶个人成长传记的范畴，成为映照戏曲兴衰、描摹时代变迁、致敬匠人坚守的现实力作。剧中的“主角”，从来不是独享聚光灯的人，而是每一位坚守热爱、接续文脉、默默耕耘的戏曲匠人与平凡普通人。

这份精准的把握，也归功于腾讯视频对严肃题材长期的投入与支持——主创团队历时八年打磨剧本，超六成实景拍摄，深入西影厂等历史场域，精准复刻 70 至 90 年代老物件与场景风貌。剧中日常场景以自然光、颗粒质感还原生活本真，戏台段落以庄重运镜、浓彩戏服，尽显秦腔艺术的磅礴张力。剧集紧扣“戏比天大”的主线，将原著半世纪的命运浮沉与文化思考，凝练为细腻动人的视听语言。

作为腾讯视频长线布局精品内容、深耕严肃文学改编的重磅之作，《主角》的走红，也为当下的影视行业注入一剂清醒剂。它尽显腾讯视频的长期主义与匠心定力，充分证明观众从不排斥有深度、有质感的精品内容，作品出圈的核心，始终是创作的真诚与用心。平台持续发力优质文学 IP 影视化，不仅丰富了内容矩阵，也为市场树立了正向标杆。

同时，相较于转瞬即逝的快餐剧集，《主角》摒弃浅层的情绪宣泄，以沉浸式陪伴叙事，引导观众思考个人与时代、传承与革新的深层关联，品味传统戏曲的独特韵味。它用口碑与热度印证，影视创作无需盲从流量与快餐审美。回归人性本真、深耕现实肌理、坚守人文匠心，以严肃文学厚度打磨的作品，拥有绵长的艺术生命力，终将成为国产剧珍贵的精品留存。

晨报记者 曾索狄