

### 参与爆笑综艺展示率性一面 高叶：每次表演都要不留遗憾

“近日，一档解构压力、探索快乐的超爆笑“癫疯”治愈综艺《周五晚高疯》在优酷上线。凭借电视剧《狂飙》中大嫂“陈书婷”等角色深入人心的高叶，也加入节目注入飒爽气息。从荧幕中清醒、冷静的形象到综艺里的率性表现，她的反差令观众好奇不已。

近日，华西都市报封面新闻记者于福建漳州探班节目录制，并专访高叶。本是i人（性格内向的人）的她，在节目中放得很开，她笑言：“认为i人不疯是对i人最大的误解。”综艺里松弛感满满的她，对于表演绝不会“顺其自然”。

2025年，高叶在电影《南京照相馆》中饰演“林毓秀”一角，电影拿下超过30亿元票房。2026年，她希望能演想演的角色，且每个角色都会尽全力饰演，不留遗憾。

高叶接受封面新闻专访。周琴摄



《周五晚高疯》剧照。节目组供图



高叶在电影《南京照相馆》中饰演“林毓秀”一角。图据片方



《周五晚高疯》海报。节目组供图

#### 综艺里把「难得糊涂」发挥到极致

《周五晚高疯》集结了付航、高叶、王传君、汪铎、魏大勋、杨迪、周冬雨、周奇、祝绪丹几位风格鲜明的艺人，采用“群居生活+集体活动”模式。几位嘉宾携带“秘密蜂巢”前往天津、漳州等多个城市，共同生活20天。在朝夕相处与友谊滋长中，他们寻求短暂休憩与压力释放的生活方式。

首期节目中，几位嘉宾就喜提组合名“bee 疯糖”，开启一场不讲逻辑、只讲快乐的“发疯式”治愈实验。高叶在节目中展现了“大嫂”的飒爽英姿，也展露了自己的放松与“抽象”。

福建漳州，结束一天节目录制的高叶，人还没进专访，声音就先传了进来。走进采访间的高叶，头发齐肩，明媚动人，在采访中与记者的沟通迅速而高效。我们的聊天，从她加入《周五晚高疯》这档节目的契机说起。

“可以玩”，高叶开口就道出参加这档节目的原因，而另外一个原因是她合作过的好搭档王传君的力推，“王传君给我非常详尽地介绍了整个综艺团队的风格，让我觉得比较有安全感，因此挺想尝试。”

作为i人，高叶与“bee 疯糖”的融入主打一个“自然而然”。高叶与周冬雨很早就相识，与王传君在《南京照相馆》中演过大量对手戏。高叶坦言：“录节目时我没逼着自己与大家快速融入，因为这个节目本来就有我认识的人，所以我就跟认识的人先玩。导演也跟我说你该是什么样就什么样，不用逼自己去干不擅长的事。”

“bee 疯糖”中的其他成员，也在录制过程中熟识起来。在高叶看来，“每个人相识、相熟，可能都需要时间、过程和事件，所以就让它自然地发生，我觉得这样比刻意更动人。”

《周五晚高疯》中的高叶，不管是跳舞、唱歌还是互动，都大方“开麦”，很难相信她是i人。眼看自己的i人属性被怀疑，高叶有话说了：“大家觉得i人不疯是对i人最大的误解。i人是脑内疯，开始相处时会有点拘谨。但在这档节目中我觉得安全感来得特别快，就多让自己放开点。”

首期节目中，“bee 疯糖”穿着可爱蜜蜂服，与观众在录制现场相见，高叶形容自己当时很懵。她告诉记者：“我有时看起来好像很懂，有时又挺懵的，游戏规则我常常听不懂，我也不太喜欢什么事情都想得非常清楚，除非那是我的专业。我把‘难得糊涂’这几个字发挥到极致了。”

#### 跟周冬雨「重逢」感慨良多

“bee 疯糖”有激情、可爱、飒爽、搞笑、抽象等多种表现元素……大家的相处、节目中的互动也碰撞出奇妙火花。高叶与周冬雨在节目中常常一起“疯”。

谈及与王传君、周冬雨、徐志胜三位老友合作的感受，高叶坦言，跟王传君、徐志胜相识于自己成熟后，所以并没有感觉有太大变化，大家还是那么默契，玩得到一起去。跟周冬雨“重逢”的感受有些不同，两人在张艺谋执导的电影《山楂树之恋》中相识，周冬雨在片中饰演静秋，高叶饰演小护士。“第一次碰面录节目那几天，我

深刻地感觉到‘静秋’长大了，冬雨长大了。能明显感觉到她的成长、她的成熟，这里面可能也有被迫的成长和被迫的成熟。”这让高叶心里有几分心疼。

让高叶感觉到“bee 疯糖”最有团魂的地方，是录制“蜂晚主题”的一期。高叶说：“如果这是个很有意思的事情，那么无论是谁一声令下，大家都会把这个事情做好，我觉得团队的凝聚力还是挺强的。”

说起录制时的感动，高叶眼睛一亮：“很多感动、惊喜都是意外发生、自然流露，这份感动我觉得可以通过屏幕传递给观众。”



周冬雨与高叶在节目中互动。节目组供图

#### 尽力让镜头前的呈现不留遗憾

2023年，《狂飙》中的大嫂“陈书婷”一角，让高叶真实体会到走红的滋味。2025年，高叶又遇到了《南京照相馆》中的“林毓秀”一角，她演出了林毓秀的脆弱、坚韧、觉醒、抗争，也助力《南京照相馆》拿下超30亿元票房。

对于人与人之间的相处、相遇，高叶习惯“顺其自然”。但说起工作、表演，她则呈现出完全不同的另一面，高叶习惯有计划、尽全力，这也是一个i人的“自觉”。高叶认真地让自己没有遗憾。

人的生活中会伴随很多压力，演员更处在高压环境中。高叶坦言，她往往给自己很大压力。她讲了一个细节——每一部戏快拍完时，她打电话给经纪人说得最多的常常是这几句：“完了，这部戏演毁了”“我演得一塌糊涂”。

但是，会不断自省的艺人，哪会让自己演“毁”？正是因为高叶对自己要求严格，才有了这种心态。

好在，生活中的高叶格外松弛。如果是在别的城市，她会带团队到处吃美食；如果在北京的家里，她会尽可能放松，睡觉、追剧、看电影、打网球、看书、推拿，想干啥就干啥。她笑言：“不这样的话我觉得身体会不健康，所以我生活中所谓的‘抽象’，都来自自我结束了一段工作之后的松弛。”

2025年让高叶挺骄傲，她为自己能扛起整个团队的责任而骄傲。对于2026年，她说“非常少”去计划。高叶希望《群星闪耀时》《蒸蒸日上》等待播剧、电影能尽快与观众见面：“希望大家能喜欢我诠释的角色。”对于自己期待出演但还未落实的角色，她希望能在2026年与其“交手”。

华西都市报-封面新闻记者周琴 雷蕴含 福建漳州报道

生活服务广告 028-86969860 律师提醒：本刊仅为信息提供和使用的双方搭桥，所有信息均为所刊登者自行提供，客户交易前请查验相关证明文件和手续。

- 遗失声明 四川省抗战历史文化研究会，统一社会信用代码51510000MJK0464359，遗失社会团体法人登记证书正副本，声明作废。
- 四川省抗战历史文化研究会 刘肇峰(身份证号:510108\*\*\*\*3031)因保管不善遗失原秀水3组47号附1号家庭的拆迁协议和分房确认表，特此声明。
- 刘志强身份证号:510102\*\*\*\*2874的警官证(警号004482)遗失，特此声明。
- 本人董德龙在四川汇佳房产购买的西蜀御景7-3-14-2号房，编号868#，金额222898元，编号612#，金额15万元收据遗失。
- 成都天德物流有限公司遗失公章一枚，编号5101326081486，声明作废。
- 成都市郫都区福利企业联合会(统一社会信用代码:515101247559961681)经本组织会员大会决议决定注销，请相关债权债务于见报之日起45日内向本组织清算组申报债务。
- 华鸿建设集团有限公司(统一社会信用代码:91510000696954653G)因“华鸿建设集团有限公司新建90XX基地污水处理站项目工程”印章遗失，特此声明作废。
- 成都康胜农业开发有限公司公章编号5101245278999遗失作废。
- 成都祥云广告有限公司遗失公章5101163237136声明作废。
- 四川锦元人力资源有限公司成都分公司公章(编号:5101245423293)遗失，声明作废。
- 资阳市雁江区嘉宝联建材经营部公章(编号5120020072752)遗失作废。
- 四川金信宏企业管理有限公司财务专用章(编号5101245316229)、法人章税波(编号5101245358620)遗失作废。
- 四川昂泰装饰工程有限公司王长远法人章(编号:512000014093)遗失，声明作废。
- 四川荣普电子科技有限公司公章编号5108245074651、财务专用章编号:5108245073689、发票专用章编号5108245073690、宫盛尧法人章编号5108245073195遗失作废。