

2026年的夏天如此热烈,脱口秀舞台上留下了太多让人捧腹大笑的回想,每个爆梗的背后,似乎都能看到诉说者真实的人生困境,和背后那份不肯轻易缴械的坚持。

即日起,华西都市报、封面新闻推出“脱”颖而出——脱口秀观察访谈录,跟这些脱口秀演员聊聊:那句让全场大笑的段子,当初是怎么从伤口中“长”出来的?一句五分钟的段子,背后可能有哪些坎儿?一个全场爆笑的梗,当初可能差点把他们逼疯。笑声落定之后,他们是更自洽了,还是更迷茫了?我们希望记录那些在脱口秀舞台上“脱”颖而出后,与爆笑截然相反的时刻:辞掉稳定工作,在开放麦冷场一整年。把最痛的伤疤翻出来写成梗,却在台上被观众说不好笑,但仍坚持着旁人看来太折腾、太冒险、太不划算的喜剧梦……

换一种方式活,换一种方式乐,愿大家都能在生活的泥泞里,脱颖而出。

脱口秀演员海波: “爸爸爱吃什么,取决于孩子剩什么”



决赛录制那天,海波去得特别早。

走进休息室,看到稀稀拉拉的几个人,海波说突然有一种失落感。

“第一场表演时,这里有50多个人,现在只剩下20多个,少了一半。感觉少的不是你的竞争对手,而是真正的朋友。”海波告诉华西都市报、封面新闻记者。

这个夏天,43岁一头白发的海波站在《脱口秀和Ta的朋友们》第三季的舞台上,讲了一个关于吃孩子剩饭的段子。台下笑声一阵接一阵,笑着笑着,有人哭了。鲁豫点评:温情和搞笑原本是不兼容的,但在海波这里,温情是那么的好笑。



脱口秀演员海波在《脱口秀和Ta的朋友们》中。节目组供图



海波接受华西都市报、封面新闻记者专访。视频截图

那个让全场又笑又哭的段子,是从一块饼干开始的。

有一天海波回家,看到女儿写作业的桌子上,剩了一堆蘑菇力饼干:她把上面的巧克力吃了,下面的饼干棍全留在那里。海波是“80后”,小时候看着父母怎么珍惜粮食,到了自己成为父亲,看见孩子剩下的零食,第一反应是不想浪费,于是他把那些饼干棍吃了。

后来他把这件事写进了段子。“爸爸爱吃什么,取决于孩子剩什么。”他在舞台上说。孩子剩米饭,爸爸就吃米饭;孩子嚼碎的面条,爸爸也照单全收。他调侃自己常年吃着“儿童套餐”,吃出了“鹤发童颜”的返老还童感。观众笑了。笑完之后,又觉得心里有点酸。

采访中海波告诉记者,写的时候自己也哭了。第一篇写的是等他老了,孩子们不在身边,他会拿出他们小时候的玩具来思念他们。“但这是从父母的角度去说的。”海波说,“从来没有想过从孩子的角度去思考他们是怎么想的。但孩子可能也会想,他们想父母的时候,自己就要做一个孩子。”

所以,真正让人愣住的,是段子的结尾。女儿问他:那我长大了,是不是就得这样想你?他回答:你怎么会长大呢?你想爸爸的时候,你就是个孩子。

海波说,自己写段子没什么技巧,用的是“白描”手法:把日常描述出来。“可能你真的注入感情时,就会有这种感悟。因为你讲的段子能打动别人,肯定不是技巧厉害,而是描述的感情到位。”

在说脱口秀之前,海波是写代码的程序员。

这两个职业看起来八竿子打不着,但在海波看来,它们在逻辑上是相通的。“能编程、操控机器,会觉得很有成就感。而在现实中,当你去影响观众的情绪,让他们时而欢笑时而深思,他们才会认可你。”

不同的是,程序员对着屏幕,脱口秀演员则是面对观众。海波平时话不多,但偶尔冒一句,能让同事喷饭。同事形容他:不鸣则已,一鸣惊人。

2017年,他参加完笑果训练营回到江苏苏州,发现没有地方可以讲脱口秀。家里人都在苏州,孩子还小,他不想为了讲脱口秀跑去上海。“不如自己办一个(俱乐部)”,他当时想。

于是有了苏州脱口秀俱乐部,后来发展成“来嚒喜剧”。俱乐部成立的头三年,每周六一场开放麦,就算不挣钱,也没断过,雷打不动。海波至今还在上班,早上上班,下午讲脱口秀。“写段子跟工作不矛盾。上下班路上,看到很多人,有时候灵感就来了。”海波说。

但苏州不是一个容易讲脱口秀的城市,这座城市古色古香,观众也内敛,很多演员都觉得难演:观众不刁难你,但也不会开怀地笑。有观众给他们提意见,说为什么不讲江南水乡、小桥流水这种古色古香的段子。海波说,这种段子确实很难写。

海波就是在这座城市里,一场一场地讲,从台下只有一个观众,讲到后来满座。从咖啡馆的开放麦,讲到苏州中心商场的固定剧场。从那条小巷,他走到了全国舞台。

海波在《脱口秀和Ta的朋友们》第三季的节目里,准备了四个主题:亲情、爱情、故乡情、友情。他本来想在决赛时把这四种感情都讲出来。“结果没进决赛,还有故乡情没来得及讲。”海波笑着说,观众已经通过他的段子,看到了其中三种。

关于爱情,海波写的都是婚姻里的小事。“结婚十五年,随便节选一段对话,就是一个段子。”为什么能写出这么温暖的爱情段子?他说:“如果你呈现出来的是一个很温暖、很爱对方的人,其实是因为对方给了我更多的爱,所以我才能够写出来。”

关于亲情,海波更是如此。“如果你从段子里感受到我是多么的爱孩子,可能并不是因为我多爱她才写出这样的段子。那是因为他们给了我更多的爱,我才能写出这种段子。”海波告诉记者,大部分人的家庭或生活都是幸福的,只是大家没有去挖掘,或者习以为常了。

在海波的段子里几乎没有抱怨。那些琐碎的烦恼,被他写出来,变成了带着温度的调侃。比如女儿把饼干棍剩在那里,他没有责备,而是把它变成了让全场落泪的段子。

那个吃饼干的爸爸,在舞台上用一块饼干,让很多人想起了自己的父亲,也想起了自己作为父亲的样子。他没有讲什么大道理,只是把日常描述了出来。但就是这些日常,让观众笑了又哭了。“人最终要回归到自己的生活中,我们最该在意的也应该是身边的人。”海波说。

海波说自己是一个“热爱生活、热爱家人的普通人”。但在舞台上,他让所有人看到了:原来普通人的生活,也可以这么好笑,这么动人。

把日常变成段子,把琐碎变成笑点,把那些说不出口的爱,变成能让全场落泪的玩笑,他还在路上。

华西都市报-封面新闻记者 边雪

用「白描」手法讲出感人段子

从程序员到脱口秀演员

孩子给了我更多的爱