



A

『段子是长出来的』

今年是海宇讲脱口秀的第六年。他总结过创作的几道工序：“发生—记录—消化—创作—上台。”灵感要先丢进备忘录，然后自言自语，对着空气讲一遍，再上台讲给观众听。“创作就是满足自己的表达欲。”海宇说。

记者梳理发现，这些灵感的产地很具体：道孚县城鲜水镇的老街、海宇小时候常去的小馆子、玉科大草原，以及鲜水东路6号三楼那家叫“尼恰”的网咖。

节目第二场，海宇给全国观众留了一个详细的“导航地址”：先飞成都，因为直飞到不了；再租车自驾318，终点设在“四川省甘孜藏族自治州道孚县鲜水东路6号三楼·尼恰网咖”。那里坐着六个他从小一起长大的发小，他管他们叫“六个神医”。你什么都不用做，只要自信地说一句“没加分上了本科”，六个人就会簇拥上来感叹：“新的雄鹰出现了。”

这句玩笑背后，是海宇命名为“高原相对论”的发现。在这个发现里，优秀是相对的，看你站在哪个环境里。海宇自己高考加了50分，最后只上了大专；而在六个发小眼里，他是飞出去的那只鹰，是“甘孜州爱因斯坦”。

家乡的朋友是他最稳定的人物素材库。他有个表哥，藏名“多吉”，在他签约的成都一家俱乐部做场务，工资不高，每个月固定做三件事：买新衣服、去电竞酒店上网、吃夜宵，统一命名为“爱自己”。表哥说话不分场合，朋友聚会时推门第一句是“我听说今天有人死了”，满屋子人却笑了。海宇羡慕这种“社会没有让他变得圆滑”的直率，把它写成了段子《社会需要很多“金刚表哥”》。

甘孜的幽默传统，海宇其实是从“不够幽默”里体会到的。他说自己小时候几乎是朋友圈子里最不幽默的那个人。真正让他看见幽默的是反差——高原养出来的人，带着简单和纯粹走进城市，天然就形成错位。“牛马”就是典型。2020年他刚入行时，这个词在城市语境里还没今天这么流行；后来它越来越被用作自嘲的贬义，他感到“有点悲伤”。因为在他的家乡，牛马是自由、野性、天地间最鲜活的东西，永远不会有一个人牧民在放牛的时候，突然就看自家的牛不顺眼。

因为工作，海宇回家的次数一年比一年少。但他刻意不去“蹲素材”，而是和老朋友见面，去小时候常去的饭店，走小时候经常走过的路，过去的生活方式和状态立刻就会回来。



海宇登台脱口秀。

9月5日，爱奇艺《喜剧之王单口季》第三季收官。来自甘孜州道孚县的海宇，最终斩获年度第八名。两个月前，这个名字还鲜少出现在综艺宣传中。7月中旬，海宇首次登台，便以218票拿下第一赛段全场最高分。他将这份成绩归功于家乡话“给嘿嘿”。

◎全媒体记者 洛松拉姆 兰色拉姆

把家乡写进段子，让全国听见

给嘿嘿

B

从玉科草原到全国舞台

海宇不太接受“宣传家乡”这个说法。在他看来，这个词语有点谬赞了，自己只是家乡走出去的一个讲笑话的人。但不容置疑的是，从他第一次上台开始，宣传家乡就烙印在了每一次创作里。

今年夏天，这份“烙印”被看见了。节目播出后，“给嘿嘿”在短视频平台掀起模仿热潮，甘孜文旅官方账号主动认领了这个梗，为“自家孩子”打call，发起#和海宇到甘孜感受给嘿嘿的魅力#、#甘孜文旅为海宇给嘿嘿推广#等话题，多家媒体账号相继跟进报道。道孚县融媒体中心也连线专访了他。那次在家乡媒体的镜头前，他讲得更直接：“过去大家提起甘孜、道孚，想到的多是风光和民俗，现在，能不能用更年轻的方式讲高原普通人的日常。”

有实证吗？有。节目播出后，陆续有外地游客按图索骥去了甘孜、去了道孚，有人真的摸到了那家网咖。大家的反馈大致相同：“风景很治愈，舍不得走！”也有人在草原上吼出了那一声“给嘿嘿”，说特别解压。

这条线上，海宇不是单向输出。今年7月下旬，2026四川甘孜山地文化旅游节在道孚举办，开幕式上600多名当地群众和300多头牦牛化身“演员”，在玉科热热塘草原还原康巴牧民四季转场的游牧画卷。开幕前，海宇专门录了一段视频，向全国网友发出邀请：“来给嘿嘿的道孚，看给嘿嘿的风景。”

在海宇父母那里，这一年的意义还要更朴素一些。在电视上看到儿子在全国舞台的表演后，老两口直言，作为家长很欣慰，孩子一步步实现了自己

但这不只是一个关于逆袭的故事。这个夏天被反复转述的，是海宇讲的笑话；而笑话底下压着的，是甘孜这片土地给了他什么，以及一个高原青年，把什么还给了那片土地。

收官之后，记者回访了海宇、他的家人，以及他段子里反复出现的那些人和地方。



海宇演绎“给嘿嘿”。

的梦想。更让他们高兴的是，“让全国观众看到高原的孩子，不仅能歌善舞，在其他领域也能发光发热”。



海宇在家乡草原汲取创作灵感。



海宇脱口秀节目海报。



海宇脱口秀节目现场。



海宇脱口秀节目现场。



海宇驻足玉科草原。

C

『不纯粹』的人讲纯粹的家乡

海宇的第一个个人专场叫《不纯粹》，从起意到成型，磨了四年。专场的名字来自一场梦，梦里有个模糊的声音在骂他：“你这个人不太纯粹，以为自己很有能力，其实什么也不是。”醒来时别的都忘了，脑子里只剩下“不纯粹”三个字。他当场拍板，专场就叫这个，不改了。

“不纯粹”说的也是海宇自己。父亲是藏族，母亲是汉族，他的汉名叫“海宇”，藏名叫“洛绒丹巴”，意思是心地善良而坚定。他自嘲过一件事：连“不纯粹”的藏语怎么写，都得回头问爸妈。

这个专场一直压着不敢出。原因他自己说得坦白：“不自信，怕自己这个半藏半汉的人，讲不好家乡的风土人情。”让他最终松手的，是念头转了个弯——“不纯粹也是一种视角。”这个视角看见的东西同样是特别的，该讲出来。讲出来，他自己也舒服很多。

为了给这个专场拍海报，海宇回了趟道孚，还去了离家乡很近、自己却从没去过的玉科大草原。拍摄途中他出现了高原反应。一个高原孩子回了高原，反倒不适应了。他在自述里说：“小时候住的藏房已经卖掉，一家人搬进了汉房，他还常常悄悄跑回老房子，指着它向朋友证明自己的藏族身份。但这一次他决定告诉小时候的自己：是汉族、是藏族，都没有关系，你是你自己比较重要。”

这不是段子里的笑点，而是他反复咀嚼的真实困境。总决赛舞台上，他把这个困境讲了出来——从班级名单上唯一一个汉族名字，到放弃“海宇”改写“洛绒丹巴”被老师当场戳穿，再到电影剧组来选藏族小孩群演、六个发小全被选上而他被淘汰。他靠《天龙八部》里一半汉族一半契丹的角色乔峰，以及给自己起外号“融合菜”完成了自洽。那一场他拿到181票。知名影视女演员马思纯对他说：“这是你的魅力，希望你能找到答案。”

节目还给了他一个称号——“最给嘿嘿的喜剧之王”。

回看这条路，海宇的起点其实很笨拙。2020年年初，他从公司离职，人生迷茫，不知道还能做什么。考公务员那天，他决定上台讲开放麦；讲了一次，就知道这辈子于这个了。2022年，他带着讲高原生活的段子去合肥演出，效果“凉透了”，下台给女朋友打电话哭了，他第一次意识到自己的创作壁垒。回到成都，他开始跳出单一身份叙事，以一个生活观察者的角度写所见所思。

他的父母至今记得那通决定命运的电话。母亲反对，父亲纠结——既怕这条路养不活自己，又怕家长的规划磨灭了对孩子的梦想。最后，听着电话那头带着哭腔的声音，父亲同意了，只提了一个要求：自己选的路，跪着也要走下去。

被问到脱口秀演员能为家乡做的最有价值的事是什么？海宇答得很实在：“让更多朋友知道甘孜州、知道道孚县，愿意去家乡走一走；也让那些从笑话里获得过力量的人，能感受到高原人民身上那种简单纯粹的力量。”

至于以后，海宇说，做一个完全以甘孜、道孚为主题的专场。他解释，专场不管讲多少个笑点，大家应该都能从中感受到甘孜高原的那份赤诚和热烈；往后他还会试着把家乡给他的思考和风土人情再做些延展，带到更多城市去。

提及五年后希望自己被怎么描述，海宇几乎没有犹豫：“好笑，好笑，还是好笑的脱口秀演员！”

2026年的夏天结束了，一声声“给嘿嘿”早出了甘孜。对海宇来说，日子还长，还得继续“给嘿嘿”！



海宇与家乡好友相聚。



甘子日报
GANZI RIBAO

康巴周末

【第1138期】

封面

2026年10月9日 星期五
责任编辑：南泽仁 校对：傲昂嘉措
版式设计：边强

5

记录时代
见证历史
传承文化

立足甘孜
放眼世界
创建未来

精彩导读

6

康巴人文

绩溪名村

其实，无论何处，热闹都是暂时的，喧嚣与宁静交替本是常态。在山水间存在了一千多年的村庄……

7

康巴文学

稻草人

依色走后我很孤单，我的同桌换成了吕秀。我时常喊错吕秀的名字。我以为依色还在。

8

文化视野

老歌在回忆里单曲循环

我们还会从娱乐版上旁观他们既真实又戏剧化的人生，活生生地看到美人白头、英雄迟暮、盛宴散尽。

副刊