



后来随着上学，然后有工作，生活条件在慢慢变好，但是我知道，在本质上生活和之前区别不大。

生活的底色，在那会已经写下了。

那个时候的农忙，和现在的参加节目、写段子，在我眼中可能只是体力劳动和脑力劳动的区别。生活本身带给个人的意义，其实差别不大。那时可能会遇到难题，比如说麦子搬不动，会有挫折和打击。现在偶尔会驾驭不了手头的工作，或者写不出来段子。它们带来的焦虑，真的挺像。

小时候有一个场景我印象特别深刻。家里有一袋玉米要搬上楼去。咱家里大人都出去了，只剩你自己搞定。你就只能一个台阶一个台阶往上搬。你先搬一个台阶，累了就坐着歇一歇，再往上搬一个台阶。搬得很辛苦，但你知道必须要把它搬上去。

现在很多人评价我是“乐天派”。我感觉所谓的坚韧，所谓的乐观，就是知道我必须要这么做，必须要把它搬上去，而且没有其他选择，不能靠别人，必须自己把这一关渡过去。

小时候没有“乐观”的概念。那会儿不为这些事情感到痛苦，没被困难改变对生活的态度，这可能就是乐观的一部分。在我的记忆里，回想起来过去的点滴，不痛苦，也不压抑。从小我就接受了生活带来的各种感受。

我觉得脱口秀创作中，接受生活的能力也是最重要的。

脱口秀的综合性很强，风格多元，很难说某一方面的能力是必备的。看看现在脱口秀演员的组成，观察他们的表演风格，每个人都不一样。有些人是悲观的，有些人乐观；有些人性格内向，有人外向；有人遣词造句相对来说比较严谨，或者华丽，也有口语化很明显。所以不会说你具备了某种能力，就一定能脱口秀成功。

对我来说，无论生活给我什么，先接受它，把它看作这可能就是生活的一部分。我发现接受完之后，再跳出来看这件事，反而能看出有哪些不合理，或者荒谬，以及有趣的角度。

“长相优势”就是这么回事。当你先接受自己的长相，重新再看，角度就更多元了。原本这件事带给你的可能是单一的抱怨或者苦恼，现在反倒有可能变为自己的优势。几年前刚开始表演，一位演员提醒我，别人注意到你在台上，可能会想听你本人说说这个长相在生活中会遭遇什么。

有一种说法叫“房间里的大象”，你必须把这个事情戳破。别人一定好奇，你的长相不可能在以往的生活里对你没有影响。他建议我，可以从这个地方去主动挖掘。

我也发现了这个问题。事实证明，在我上台之后，自己把这个事情戳破，大家接受了你的长相，然后会对你这个人更感兴趣，



徐志胜在节目中展现标志性的刘海。

距离感更近了。很多人会说，在生活中看到一个长得不太好看的人，咱们去笑话，这是一种冒犯。但是当你自己完全接受这件事后，观众再去笑，这就变成一种善意的笑。我主动把长相写成段子讲出来，相当于给观众释放了一个信号：大家可以笑。

很多人都有强烈的容貌焦虑，他们有些人是没走出来的。我作为一个脱口秀演员，接受了自己的长相，在台上讲了相关的段子。有人就在网上给我发私信，描述自己被容貌焦虑困扰的过程。他们说看到我的表演后，开始变得更能接受自己。

“接受”之后能有这样的反响，我也挺开心的。当然，这些都过去了。未来的创作里，我肯定会减少“长相”有关的内容。我怕观众审美疲劳，怕下次再在舞台上一直讲这些，他们会纳闷：为什么徐志胜还在讲这张脸？

03 热爱

去年刚毕业决定做脱口秀，我其实没有信心。非要说有什么，只有热爱。

当初刚接触脱口秀也是这样的，发现自己有天赋都是后话了，发现我热爱脱口秀才是第一步。

我从小就对各种喜剧感兴趣，相声小品，《今晚80后》，再到后来《脱口秀大会》，我都爱看。从观众走到脱口秀，经历了一个长期关注的过程。