

从抑郁宝妈到百万博主 这位姑娘用漫画

治愈万千女性

见到李钰圣的时候，她刚用10分钟写完3个选题。

“给AI投了我的语料，以前写的爆款脚本、自媒体课、采访稿、聊天记录，它太了解我了，我说一个方向，几秒钟就能出完整脚本。”

90后，从月薪1800元到巅峰时年入百万元，如今全网拥有百万粉丝，她是漫画IP“大拖拉”的主理人，也是一名努力“往前冲”的普通妈妈。

1 “没人告诉我，怀孕生子是这样的！”

2017年，李钰圣为了爱情，从云南远嫁宁波。两年后，生下女儿。因为育儿需要，她成为一名全职宝妈。

“孕吐、分娩、身材走样、养育孩子，每一关都是全新的修行，没有人天生就会做妈妈。”初为人母的她，承受身体变化和育儿压力，产后三四个月，陷入了情绪低谷。

“那段时间每天都想哭，完全不知道自己的价值在哪里。”她能做的事情很有限，但从小文笔就好，读书时作文永远被老师表扬。毕业工作后，从客服转型做活动策划、品牌文案。

2020年3月8日，她把自己怀孕生子的真实感受拍成了一

条抖音视频。一觉睡醒后，屏幕上的数字让她愣住了——80多万点赞，千万阅读量。

“完全没想到会爆，我只是把想说的话表达出来。原来这么多人不知道怀孕生子的各种知识。”她开始把生活里的细节变成漫画脚本，新生儿的养护、怀孕冷知识、新手父母的“鸡飞狗跳”……这些都成为她的创作源泉，也成为情绪宣泄的“出口”。

更多女性网友的正反馈让她充满创作动力，“原来是这样！”“我早知道就好了”，“关于女性生育的科普太少了，很多事情等生育后才知道就来不及准备了，我想让更多女性了解真实的生育。”

2 姐弟搭伙，两个人闯出百万元生意

更让她意外的是后续。她发现自己的原创文案被全网搬运，在小红书上一模一样的内容到处都是。

“那一刻我突然意识到，原来我的内容是有商业价值的。”李钰圣没有抱怨被搬运，反而迅速调整策略，把在抖音验证过的爆款内容搬到小红书，很快做到了10万粉丝，解锁了广告接单。

2021年，她接到人生第一个商业订单，单次收入3000元，“我记得非常清楚，那是我靠内容赚到的第一笔像样的收入。”自此，广告订单接踵而至，事业进入快车道。

同年，李钰圣做了一个决定：拉弟弟入伙。弟弟是学画画的，“我负责创意和脚本，他负责漫画视觉。成本我来担，收益大家分。”

“大拖拉”正式起步。2022年，广告接单踵而至，年收入突破百万元。“我以为可以接一辈子广告。”李钰圣没想到，现实给了她一记重锤。

2023到2024年，短视频广告行情下滑。她的收入锐减到峰值的四分之一，“铁打的博主，流水的博主。我没有风险意识，以为好日子会一直持续。当时心态有点崩。”



李钰圣（左一）在韩国参展。受访者供图

3 收入砍到四分之一 她用两招“逆风翻盘”

崩溃归崩溃，李钰圣没有停下来等。低谷期，她做了两件改变职业轨迹的事：全面拥抱AI工具，入局播客赛道。从Deepseek到Claude，再到大模型智能体，她把脚本、素材整理、简易人物制作全部交给AI。

“我的视频能火，60%归功于故事，AI帮我解决了剩下的大部分问题。”现在她10分钟能出3个完整选题和脚本。

但她也提醒大家不要“滥用”AI，“AI让效率变高了，但审美和判断力还是得靠自己。如果自己不高，随便给你一个60分的东西你觉得不错了，那就完了。”

她每天坚持写1000字，保持输出的节奏，“输出是提高审美最好的方式，不是为了看很多，而是把你看到的变成自己的。”

同时，她完成了“大拖拉”IP全类别商标注册和著作权登记。经历过早期文案被全网搬运的阵痛，她对知识产权保护保持警觉。“AI时代内容更容易被搬运，你必须有法律保护。”

播客，则是另一条破局之路。2023年，广告最少的那段日子，她偶然听到《搞钱学姐》播客，“我也有粉丝群，我也可以上播客啊。”

她加入播客社群，认识主播，成为嘉宾。后来自主打造了《不靠脸吃饭》，小宇宙6000多订阅，私域进群率近10%，通过佣金分成实现盈亏平衡。

之后又创办了AI观察类播客《公交站台》，承接了女性品牌播客《姐姐好会》，参与宁波×喜马拉雅播客共创活动。

“播客就是半个私域。听完播客的人对你的信任度，甚至超过了关注你5年的粉丝。”在她看来，播客补上了短视频做不到的那一环，深度的、真实的、人与人的连接。

“AI让一切变快了，但大家反而更珍惜线下的温度。”她正筹备一个女性AI社群，希望让更多女性能享受到技术带来的红利。



“大拖拉”漫画日更新育儿科普内容。

4 “大拖拉”漫画“出海”

多年内容积累，让她萌生了出书的念头。育儿科普书《从怀孕到育儿，奇奇怪怪的故事增加了》出版后，3天签售800本，截至目前累计销量几十万册。

有了内容和影响力，合作方纷至沓来。2024年，“大拖拉”首个IP展在苏州落地，联动20位艺术家，小红书曝光突破千万。

2025年，全国六城IP巡展启动。

去年底，“大拖拉”漫画作品亮相韩国首尔画展。计划下一步赴欧洲巡展，用漫画形式，讲述自己的故事，实现文化“出海”。

采访最后，记者请她给想做自媒体的宝妈们分享心得。

她想了想，说得很认真：“很多宝妈四处寻找机会，却容易忽略自己身边的宝藏。与其总纠结自己缺少什么，不如静下心来，看见自己的特长和闪光点。同时，也别小看家人的支持，我妈妈给我勇气，弟弟帮我画画，婆婆帮我分担带娃的辛苦。这些都是我们并肩前行的默契。把身边的资源用起来，把擅长的事情做下去，你会发现，路不是一个人走出来的，而是一家人的彼此照亮。”

她还分享了一个观点：“比起追短期爆款，深耕长期个人影响力更重要。爆款是偶然来的，也走得很迅速。但影响力是日积月累的信任，别人信你这个人，不管什么平台都会跟你走。”

记者 林微微 通讯员 黄小芸

分类信息

联系人：姚老师
87682086、
13884469746
(微信同号)

《宁波晚报》分类广告，
承接遗失、声明、公
告、商务等各类信息。

截稿时间：
工作日当天16:00

物业选聘公告

奉化区锦轩尚都小区公开
选聘物业服务企业，欢迎具有
独立法人资格的、在宁波在管
住宅项目面积50万平方米以上
的，且有一定住宅小区物业交
接经验的物业服务企业咨询报
名。报名时间：2026年6月29日
至7月1日16时。联系人：宁波
中允公司 章老师(18067283919)