



木荣第一次在新文艺直播间主持节目。

遇见，有故事的人

——记天津海河传媒中心主持人木荣

刘佳玫

说话容易，把话说到人心里去，难；对着看不见的、沉默的庞大人群说话，更像是在黑夜里点一盏灯。你不知谁会借着这点光赶路，也不知谁会倚着这光圈，歇一歇脚。

木荣，做了二十年电台主持人。从文艺台凌晨一点的《昨夜星辰》，到如今文艺广播的《围炉夜话》，日子像光圈，画着画着，又回到了原点。仿佛是回归；木荣说，这是修行。二十载春秋，她把“外功”练进了市井烟火，又把“内功”修在了方寸之间，调准了悲欢的频率，修炼出了温厚、沉静。

第一章： 子夜时分的悲悯课

那是她刚毕业的时候，接手了零点到一点的节目——《昨夜星辰》。年轻的姑娘，谁不喜欢白日的鲜亮，她却一头扎进了子夜。

这档节目，是她主持生涯的“外功”场。白天车水马龙，许多真相都被轧在车轮底下。只有到了深夜，她骑着自行车穿行在空旷的街道上，才能看见那些被白昼遮蔽的角落，常常遇见遭遇意外而失去生命的小动物，静卧在路边，有的甚至有些干瘪，那是生命仓促落幕时留下的印记。起初，她只是心里发堵；后来，她的车筐里便常年备着塑料袋。她会停下车，用手里的工具，小心翼翼地把那些逝去的小生命兜起来，埋进路边的绿化带里。这事儿，跟播音主持的专业八竿子打不着，却让她早早地生长出深夜里的悲悯，这也是任何教科书里都翻不出来的生命认知。

夜间节目的听众，也与白天不同。那是些失眠、失意、心事重重的人。整座城市都睡了，只有电波那头的思绪还醒着。那种沉寂，那种在黑暗中仅靠声音建立起的连接，对于一个刚毕业的广播主持人来说，分量太重，但她接住了。她学会了在寂静中倾听，在孤独中与无数孤独灵魂共振。这也许是她最早练就的“外功”，隔空感知他者生命之痛的能力。

但这种修炼的回响，来得既慢又长。二十年后，她遇见一位天津女作家，却在采访中听到女作家激动地说：“我见到你了，木荣，这比你读过我的书还开心，因为你（在电波中）陪了我最低谷的两年。”其实那两年，恰恰是她做《昨夜星辰》的日子。她忘了自己说过哪些话，可那些声音，却像种子一样，在另一个



木荣正在拍摄海棠花诗词短视频。

人的深夜里发了芽。那一刻她突然明白，主持人的价值，不在于你说了什么漂亮话，而在于你是否成了别人暗夜里的那盏灯。

第二章： 故土与童心的内观

离开了深夜的频段，她的世界一下子宽阔了，她开始接触各路作家。她采访过严歌苓，领略了文字背后的苍凉与坚韧；拜访过刘墉、杨红樱、天下霸唱，在通俗与经典文学之间穿梭。这些与作家的交往，是她内功的第一层滋养。

让她内功质变的是一次活动。南开大学叶嘉莹先生与席慕容先生同台，聊作品，聊故土。当席慕容唱起那首蒙古族的歌谣时，她看见“家国”这两个沉重的字，瞬间变得具体可感。那歌声里有草原的风，有游子的泪。那一刻，她意识到，一个主持人若胸中无丘壑，笔下无温度，便无法承载这样的重量。这份对文化根脉的认同，成了她日后内心深处的定海神针。

紧接着，她接手了一档三年的儿童节目——《童声童话》。一年百个孩子，三年就是上千个家庭样本。这不再是和文化人的对话，而是对最原始人性的观察。她见过资质各异的孩子，但更让她触目惊心的是原生家庭的烙印。

有个孩子，一进录音棚就哭，怎么

劝都没用。她蹲下来，孩子抽噎着说：“我姥姥说我肯定录不好。”原来，六一儿童节表演，姥姥的这句断言就应验了。这一次，姥姥又说了同样的话。一句话，就像一道符咒，锁住了一个孩子的自信。这件事对木荣刺激很大，她意识到语言是有力量的，既可以摧毁，也可以重建。为了读懂孩子眼神背后的密码，帮他们卸下心防，她考取了心理咨询师。这看似不务正业的举动，实则是内功的深层修炼——她不再只是一个引导孩子说话的女主持人，而是一个懂得心理机制、能抚慰人心的心灵医者。

与此同时，她开始用文字梳理自己。“木荣写日记”的视频号，她安安静静地记录了三四年。没有刻意的运营，没有华丽的辞藻，只是在“新媒体”学习，如何拍摄、剪辑；学习“完播率”“停留时长”的新生规则；出过爆款、追过热点，最终回归真实，真实地记录生活中一花一草、一人一室的日常。“每个人心里都有一亩田，每个人心里都有一个梦”，这是她在喧嚣世界里为自己保留的一块自留地，用来耕种自己的心。这份日积月累的自省与沉淀，让她在面对媒体变化时，在纷乱的舆论场中，多了一份传统媒体人的定力与从容。

第三章： 围炉夜话的圆融

人生是个圆。在她从业整整二十

年的时候，命运又把她送回了夜空的电波。只不过，《昨夜星辰》已成过往，一档名为《围炉夜话》的亲子访谈节目拉开序幕。节目名字变了，心境也全然不同。如果说二十年前，她是凭着一股年轻人的热血和天然的纯善在支撑；那么现在，她是带着一身的故事和修为，重新坐回了话筒前。

这二十年的“外功”与“内功”，此刻完成了合流。她见过夜里的寒凉，所以懂得温暖的可贵；她听过文人的雅言，所以懂得文化的厚度；她看过孩子的眼泪，所以懂得语言的杀伤力与治愈力。这一切，都让她在走进“新文艺”的《围炉夜话》中温润如玉，游刃有余。

采访里，听书法大家孙伯翔先生的家人讲家风、文脉的传承，那是家的宏大叙事；听自闭症孩子的母亲诉说孤寂与哭泣，那是家的个体哀歌；听孩子们分享养小动物和假期趣事，那是家的未来期许。

她终于有底气，也有资格回到这里，她不再只是一个传声筒，而是一个容器，一个能装得下欢笑与泪水、装得下文化与苦难的容器。她感恩这个行业，让她从一个懵懂的大学毕业生，变成了一个有故事的人；她也感谢那些愿意把故事交付给她的人，是他们的悲欢，喂养了她的灵魂。如今的她，就像那个守着炉火的扫地僧人，只是静静修炼内功，静静地听，再幻化成声音去温暖更多在夜里赶路的人。

这便是她广播主持人职业生涯的修炼。始于纯良，成于自省，归于圆融。夜很漫长，木荣和她遇见的故事，还在继续……

木荣，天津海河传媒中心主持人，2005年6月毕业于天津师范大学播音主持专业，同年7月进入天津文艺广播工作至今。

主持文艺广播《京剧大戏院》《读书时尚》节目。担任娱乐广播《昨夜星辰》节目编辑主持，2008年至2017年，担任小说广播《童声童话》节目编辑、主持。2026年担任文艺广播《围炉夜话》编辑、主持。

获评2007~2008年度天津广播电视双十优主持人；参与演播的小说《四世同堂》被收录于中国现代文学馆。

