

晨报记者独家专访吉雪萍

『妈妈会替你继续奔跑』  
『接下来的人生，』

“我之前是一个特自私的人，自私到如果你不把出场费提前打到我账户上，我就不会登台。直到女儿的突然离世，彻底地将我的高傲打破。”

她曾是红遍大江南北的电视剧《十六岁的花季》里青涩懵懂的花季少女，以及《家庭演播室》《娱乐新天地》等沪上王牌节目的主持人，也是一位嫁入豪门后四个孩子的母亲。

她就是吉雪萍。经历过人生的大红大紫，也经历过痛失爱女的锥心之痛。如今，48岁的吉雪萍带着自己的新书《世界的因》重回公众视野。

在接受《新闻晨报》的独家专访时，吉雪萍讲述了被人生重重一击后，她是如何走出那场暴风雨的。这个故事，不止是一位母亲的漫长战役，也见证了48岁的职场女性如何重获自由。

## I 花季

很多人对吉雪萍的第一印象，都是《十六岁的花季》。

这部电视剧让这位名不见经传的上海女孩一炮走红，由她所塑造的“白雪”这个人物也深深地烙印在观众心中。

再回忆起当年的这些经历，吉雪萍直言，她的人生是幸运的，拍一部戏就能火，也没有像一些女演员一样因此遭到妒忌。“记得我在上戏读书时，老师说有的演员一辈子就吃一部戏的红利，我是不服气的，可事实证明，一部也没能超越《十六岁的花季》的影响力。”

不少80后、90后都是看着吉雪萍的节目长大的，但很多人内心都忍不住发出疑惑，为何很长时间都没有在电视上看到过吉雪萍？甚至一些自媒体都在写类似于《吉雪萍的消失，是主持界的悲哀》的文章。

吉雪萍笑着表示，自己其实从未离开主持界。“我一直都是两条腿走路的。当年离开央视去上海电视台的时候，我就创立了自己的学校。只是我不喜欢show off(卖弄)自己。”

很多人有所不知的是，除了媒体人，吉雪萍还是一位资深的教育工作者。她参与创办蒙特梭利幼儿园，并且为认证讲师。聊起转型的过程，吉雪萍坦言，一开始她的内心是无比忐忑的，“这不是简单从主持人转型制片人，而是从舞台到讲台，这对我来说是认知上的巨大挑战。”

但吉雪萍不仅做到了，而且还成功考取了心理学博士。此前，她刚刚怀着忐忑的心情提交了自己的毕业论文，目前仍然在等待结果。“当我的导师建议我报考博士的时候，我说‘没必要吧？我都这个年纪了’，没想到我的导师告诉我，这是你最成熟和最有自我表达能力的时候。”

正是和导师的这番交流，让吉雪萍重新开始思考年龄这件事。她发现，这个人生阶段，不一定是危机的到来，而是一种机遇的呈现。

“很多像我这个年纪的女性，或许职场都开始步入下半场，甚至提前准备退休了，但对我来说恰恰相反，我的人生舞台才刚刚开始。”曾经的吉雪萍是电视剧里的花季少女，而通过持续地学习与转型，她在不知不觉中仿佛再次拥有了人生的“花季”。

## I 母亲

这几十年的时间里，吉雪萍在主持人、演员、教育工作者、自媒体博主等人生的多个角色里游刃有余。但她却说，自己最喜欢的角色还是母亲，她觉得做母亲才是最自我的事情。

曾有人问过她一个很经典的问题，事业和家庭如果只能二选一，你会选哪个？吉雪萍毫不犹豫地选择了后者。“因为我知道自己还剩一口气的时候，站在面前的一定不是我的领导和同事，而是我最亲近的家人。当我一想到这里时，我就在思考，为什么不能选择那个最长久的关系去投入呢？”

但人生有时往往事与愿违，当吉雪萍决定把更多时间投入自己的家庭，周遭所有人也纷纷羡慕她收获人生的幸福时，命运却和她开起了黑色幽默。

吉雪萍女儿年幼时，被诊断出患有一种严重的疾病，随后她开始了漫长的求医之路。她自学各种医学知识，甚至为了求助国外一些先进的医学团队，吉雪萍那段时间英文水平都突飞猛进。为了全心全意地照顾女儿，吉雪萍决定放弃电视台当家花旦的事业，转做全职妈妈来照顾。

但命运远比想象中坎坷。2019年的一天，吉雪萍还是经历了人生的至暗时刻。“舒怡被送到医院抢救的

那天，我赶到医院时，看到医生正在给她做心肺复苏。医生问我还抢救吗？我说不要了。医生问我你确定吗？我说我确定。医院里没有太平间，医生给我拿来了8个大冰桶，我强撑着安排女儿的一切后事。”

女儿离世以后，吉雪萍在很长时间内都比较迷茫，以前她花大量时间去照顾女儿，但现在突然不知道自己应该做什么了。“那段时间，我见到人就哭，直到我的导师告诉我，你应该去学习，听到这句话时，我像是突然抓到了救命稻草，试着一点一滴地给自己的人生做叠加，开始寻找人生新的支点。”

吉雪萍形容自己像是“向死而生”般的重生，也重新感悟到了生命的价值。她决定通过从事教育工作的方式，去帮助到更多的家庭。这在她看来，是对那个二选一的答案的放大，也是一种角色的转变。

吉雪萍从不避讳在公开场合讲起这件事，也会在别人问起时，告诉所有人她有四个孩子。“我的儿子有一天突然问我，妈妈，你经历过这么多事情后，为什么还要把姐姐的故事告诉他们呢？我说，生命就是用来分享的，今天妈妈所做的一切事情都是为了姐姐。”

“我之前是一个很小我的人，不是一个大我的人，是女儿告诉了我生命的使命。让我意识到生命的价值就是死而不亡。但我还是希望大家不要去经历失去家人的痛哭，也能体会到这种生命的价值。”

## I 高傲

“高傲”，是吉雪萍的“好娘们”、一向很敢说金星曾对她做出的评价。

在金星眼中，吉雪萍身上的这种“高傲”，并不是那种焦躁自满、自以为是的高傲，而是一种“我知道我在干什么，我是用‘理’来跟你讲话”的冷静和理性。

在吉雪萍事业如日中天的时候，也曾有过不少的争议。有人说她性格有点过于争强好胜；有人对她嫁入豪门的行为议论纷纷。

“以前的我太在乎别人怎么评价了，在我的人设上面充满了自我保护的意识。”再次回忆起年轻时的自己，吉雪萍表示，自己也曾迷失在名与利之中。曾经的她很在乎自己是不是C位，也很在乎今天的衣服是否很上镜。

但女儿的突然离世，却让她把之前的高傲全部打碎。她渐渐地发现，那些绚烂无比的舞台、那些光鲜亮丽的C位，以及那些像是雪花般飞来飞去的评价，都早已是人生的过去式。赞美她的人终将会离开，否定过她的人也会远去。

“如果我的人生是一条河，我应该将那些过去趟过，随着河流的方向继续前行。我不会被一颗石头挡住，也不会因为看到了绚烂的桃花就停下了脚步。生命是流淌的。”

吉雪萍表示，自己很感谢在她人生道路上，直言不讳指出她缺点的那些人。有一次，她和心理学的前辈聊天，那位前辈问了吉雪萍一个问题后，就直言不讳地说吉雪萍的阅读量不够。吉雪萍第一反应并不是选择像当年那样去辩驳，而是真的开始认真反思自己的读书量确实还不够。“有多少人愿意当面指出你的问题呢？大多数人对我只是伪善的赞叹，自己无法察觉的时候，就容易沉浸在一个假象的蜜罐里，让人无法进步。”

如今，吉雪萍不仅在教育事业上继续探索，也作为传统媒体人积极转型自媒体。以前做电视节目的时候，她需要把嘉宾的话放在最前面，自己的话会被剪掉。一直做的是绿叶的角色，但现在通过自媒体可以为自己发声，这让她感觉到无比的自由。

“我无数次在心里默默地告诉我的女儿，接下来的人生，妈妈会替你继续奔跑。”吉雪萍说。

文/晨报记者 牛 强  
图/晨报记者 牛 强 出版方提供

制图 / 潘文健