

内心独立，倔强生长

柴静

的

气场法则

李尚芳子
著

The Laws of
Chai Jing's
Charisma

这并不是一个禀赋突出的女生，靠着许三多式努力成为后天型女神……可以说，她是“知女”里站得最稳的一个，她立足央视这个最强平台，拥趸遍布音乐、出版、小说、导演、媒体等强势行业，而她的人文风格、悲悯路线，在当下文艺青年审美中具有最大公约数的特质。

——《南都娱乐周刊》推选柴静为“新闻知女”的点评语

媒体支持：



青岛出版社

此木靜
的
气场法则

李尚芳子
著

The Laws of
Chai Jing's
Charisma

青岛出版社

图书在版编目(CIP)数据

柴静的气场法则 / 李尚芳子著. — 青岛: 青岛出版社, 2014.2

ISBN 978-7-5436-9839-0

I. ①柴… II. ①李… III. ①女性—修养—通俗读物

IV. ① B825-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2013)第 315627 号

- 书 名 柴静的气场法则
著 者 李尚芳子
出版发行 青岛出版社
社 址 青岛市海尔路 182 号(266061)
本社网址 <http://www.qdpub.com>
邮购电话 13335059110 0532-85814750(传真) 0532-68068026
责任编辑 石相杰 E-mail: shixiangjie07@126.com
校 对 岳玉庆 华玉珍
装帧设计 乔 峰 祝玉华 张 恒
摄 影 肉头阿咚 <http://blog.sina.com.cn/u/1354767271>
照 排 青岛双星华信印刷有限公司
印 刷 青岛炜瑞印务有限公司
出版日期 2014 年 5 月第 1 版 2014 年 5 月第 1 次印刷
开 本 16 开(710mm × 1000mm)
印 张 17.5
字 数 260 千
书 号 ISBN 978-7-5436-9839-0
定 价 35.00 元

编校质量、盗版监督服务电话 4006532017 0532-68068670

青岛版图书售后如发现质量问题,请寄回青岛出版社出版印务部调换。

电话: 0532-68068629

建议上架: 畅销·女性修养 / 沟通艺术

内心独立，倔强生长

她被众多网友和观众称为“新闻女侠”“共和国的良心”，也被传说是 CCTV “最穷”的主持人。2003 年她曾成功报道“非典”，并因《北京：“非典”阻击战》等专题节目成为著名的“非典前线”女记者；她在工作中曾多次获奖，2006 年荣登“网友最喜爱的新闻类主持人”榜首；2009 年，她当选由《南方人物周刊》组织评选的“2009 年度中国青年领袖”……

她，就是柴静，中央电视台《看见》主持人、记者，一位见解独特又才华横溢的作家。

柴静的成功之路，是一条历经十余年的坚持和挑战，用独立性格和梦想铺就的道路。对她而言，内心独立如一块块基石，铺就了她既曲折又光辉的成功之路。

1993 年，参加完高考的柴静才 16 岁，年少的她一门心思想离开家乡，“到远方去”。为了独立，她不惜与父母妥协，去长沙学习自己毫无兴趣的会计专业。“走得那么急，头也不回，恨不得把过去全部抛掉。”

虽然无奈学了会计专业，但柴静依然有自己的梦想，那就是成为一名电台主持人。为此，她给著名主持人尚能写信说：“尚能也曾有梦，可否帮我成就梦

想？”这句话打动了尚能，他让柴静去面试。通过面试后，柴静每天都带一沓稿子和磁带去做节目，甚至暑假也不回家。

毕业时，父母安排柴静到中铁 17 局当会计，但柴静坚持自己的梦想，她毛遂自荐到湖南文艺广播电台当主持人，把工作做得痴迷而忘我。三年打拼，柴静小有成就，名片上赫然印着“综艺部副主任”的职衔，同时成为小有名气的专栏作家。福利分房在即，柴静却突然决定离开，因为，“很想知道丰富的人生应该是什么状态”。

于是，22 岁的柴静怀揣梦想，到北京广播学院（后更名为中国传媒大学）攻读电视编辑本科。读书期间，柴静应聘《三联生活周刊》兼职记者，对方说招聘已经结束。她自信地问：“你们不是要招优秀的记者吗？”自信，让她最终赢得机会，却又在其后的一次工作中因坚守自己的理念而离开。

1999 年，湖南卫视想让柴静做一名“有表达力，需要我们去压她”的激进派主持人，又不太相信内向、文气的她能够胜任。但当柴静戴着假发，陪着诗人沈浩波在省台那狭小、简陋的舞台上放声朗诵“在通往牛逼的路上一路狂奔”，并顺利播出时，她成为这个《新青年》节目主持人的不二人选。

北广毕业后，柴静并不满足《新青年》中驾轻就熟的工作，她进入中央电视台《东方时空·时空连线》做记者兼主持人。面对这个巨大的改变和挑战，柴静用夜以继日的辛劳积累着点滴进步，很快，她以一股锐不可当之势迅速成长起来。

2003 年，柴静参加了《北京：“非典”阻击战》的拍摄，成为最早冒死深入非典第一线采访的记者之一。惊心动魄的现场气氛、摇晃的镜头、柴静身穿白色防护服的瘦弱身影和苍白的面容给观众留下了极其深刻的印象。即便是这样，柴静依旧用一种匍匐的姿态在新闻路上缓慢前行。这一年，柴静报道了一系列重头新闻事件，这些事件让她震惊，也让她感悟到了生命中很多东西的可贵。

在《新闻调查》中，柴静以一名新闻记者的良知和正义，抽丝剥茧，将一层层伪装慢慢撕去，让潜隐的冰山浮出水面，给事件还原一个真相。似乎不论任何困难当前，她都能始终坚持站在离新闻最近的地方，以自己的犀利和敏锐、坚定与坚持，历练成为一名优秀的新闻工作者。

经过岁月的磨练，那个曾经怀有天真懵懂之态的小女孩似乎正随着岁月的流逝而渐渐远去，一个更加成熟而充满力量的柴静以破竹之势急速成长起来。如今的柴静，多了一份沉稳，少了一份浮躁，多了一份知性，少了一点单纯。这种蜕变之后越加沉稳的气质，和她柔和的脸庞完美地融为一体。在后来的采访中，我们可以看到，不论是对事还是对人，柴静总会细心去思考，而不再过分地追求真相的答案。柴静开始着迷于这个真实的世界，并且开始愿意静下心来沉浸其中，去领略那些撼动人心的地方，去体会黑暗深处的光明。

在人性的挣扎面前，柴静学会了坚定；在社会的黑暗面前，柴静学会了正义；在受访人的眼泪面前，柴静学会了宽容；在真与伪的较量中，柴静学会了独立；而在危险面前，柴静更学会了无所畏惧。

尽管对待工作时的柴静是几乎苛刻与严肃的，然而在生活中，她却又能看到另外一个懂得平衡自己的柴静。她外表清秀柔弱，眼眸清亮，多年不改对文字的热爱，性情随意而安享寂寞，内心如深海一般隐藏着巨大的能量。平日工作再忙，柴静还是会尽量抽出一些时间给自己。业余的时间里，柴静喜欢旅行，她喜欢独自爬山，因为在她眼里，爬山可以消除自己对生命的疑虑，地域变动，总会减小内心在封闭时承受的震荡。

一次访谈中，她以莱蒙托夫的一首诗描述当前的状态：“一只船孤独地航行在海上，它既不寻求幸福，也不逃避幸福。它只是向前航行，底下是沉静碧蓝的大海，而头顶是金色的太阳。”当浮华充斥着周围的世界时，她偏以冷静的姿态站在属于自己的新闻领域中顿悟沉思。即便是在最为艰辛的日子里，她依旧心

怀有梦，俯身向着那片蔚蓝的海域徐徐前进。

当有记者问及柴静对网友与观众们赋予她的“国民女神”等称号有何看法时，柴静回答得平静而从容：“我真无所谓。我对于加诸我名字之上的东西，都不在意。可能我二十啷当岁的时候，会把‘柴静’这俩字看得非常重要，生怕沾上泥巴，也有虚荣心。”

这便是已然日趋成熟的柴静：她气质优雅而又锋芒毕露，被网友称为“当代林徽因”“国民女神”。冷静客观是她主持节目的标签，扶持弱者是她做事做人的准则。

本书通过深入解析柴静身上所体现出来的睿智、优雅、知性、勇敢和宽容等气场正能量，为读者追求事业、为人处世、内涵修养等方面提供一个榜样和参考，从而不断完善自我人格，提升个人魅力，做最好的自己。

目录

● | 力量

不装,平实的语言最有穿透力	/3
不疾不徐,才能渗透人心	/5
刚柔并济:女人的强大与温柔	/8
无用书的用处:培养对灵魂的感受力	/10
女人最奢侈的是自主	/12
努力,不求每朵花都能结果	/15
活着的甜美在于享受挣扎	/17
心安即是家	/19

第二章 | 知性

- | | |
|-------------|-----|
| 文艺女青年 | /25 |
| 沉稳和大气 | /27 |
| 以优雅示人 | /29 |
| 男人的勇敢,女人的豪气 | /31 |
| 知性美 | /33 |
| 恬淡如菊,心素如简 | /36 |

第三章 | 器量

- | | |
|----------------|-----|
| 忘我,便无涯 | /41 |
| 越真实朴素,越令人信服 | /43 |
| 简洁的力量 | /45 |
| 接纳忠告,人生会少走很多弯路 | /48 |
| 拿什么安慰你 | /50 |
| 唯有理解,才能宽容 | /53 |
| 何谓富足,何谓贫穷 | /55 |

第四章 | 蜕变

- | | |
|---------------|-----|
| 文艺小女生的蜕变 | /61 |
| 掌握主动权 | /63 |
| 无风格平庸,有风格危险 | /66 |
| 让兴趣领着你一路前行 | /68 |
| 因为批评,失误变成智慧 | /71 |
| 失败和挫折是考验,更是历练 | /73 |
| 能鼓励你的人只有自己 | /75 |
| 探索是漫长的过程 | /77 |

第五章 | 悲悯

- | | |
|-----------------|------|
| 最喜欢关注新闻中的人 | /83 |
| 硬新闻下的柔情 | /85 |
| 真情还是假意,在于有没有目的性 | /88 |
| 有颗炽热的扶持弱者的心灵 | /90 |
| 珍惜陌生人给予的信任 | /93 |
| 做参与者,不做旁观者 | /95 |
| 先尊重对方,才会到达对方的心灵 | /98 |
| 面对他人的苦难,我们如何自处 | /101 |

第七章 | 担当

绝不敷衍文字	/105
做个有担当的女孩	/107
正义,良知	/109
把责任扛在肩上	/112
人不独立才推卸责任	/114
关注社会底层的梦想	/117

第七章 | 无畏

你必须勇于接受挑战	/123
“百无禁忌”的女子	/125
生活对我最大的吸引就是可能性	/127
浑身充满正能量的女孩	/130
一不抱怨,二不解释	/132
注定孤独,定义自己的人生	/134

八 | 犀利

- 气势凌厉,一剑封喉 /139
- 有效控制全局 /141
- 绵里藏针 /144
- 残酷的发问直逼人的内心 /147

九 | 坚定

- 做自己想做的事情 /153
- 在眼看没路的地方再往前走一步 /155
- 固执地寻找那份触电的感觉 /158
- 不轻易放弃 /161
- 小小的倔强 /163

第十章 | 超越

- | | |
|----------------------|------|
| 从蹲马步开始学练基本功 | /169 |
| 拼打,虽累但愉快 | /171 |
| 十多年来认真干好一件事 | /174 |
| 没有什么困难能阻止自己
和工作热恋 | /177 |
| 做最好的行动者 | /182 |
| “犯贱”的敬业态度 | /185 |

第十一章 | 宽容

- | | |
|-------------|------|
| 善解人意的温暖 | /191 |
| 放低自我,包容他人 | /193 |
| 体察世间的矛盾多于揭示 | /196 |
| 原谅一切可以原谅的 | /199 |
| 为信任敞开胸怀 | /202 |

第十一章 | 独立

- 独立思考,不人云亦云 /207
- 真诚对待自己及他人 /210
- 宁可无趣,也不说假话 /213
- 不消费他人,也不想被人消费 /216
- 关切超过恰当就是冒犯 /219

第十三章 | 自省

- 勇于自省,永远任性 /225
- 不介意暴露自己的弱点 /227
- 从不回避自己的软弱和失败 /230
- 在自我抵抗中成长 /233
- 不是要被人喜爱,而是要被人尊重 /236
- 对自己很用力 /239
- 永远的好奇心 /241
- 进步源于对自己的无比挑剔 /244



| 真实

挖掘真相是最大责任	/251
要说真话	/253
敢于直面真相	/256
保持本真,以情动人	/259
寻找真相的过程并不容易	/262

第一章

力量
Strength 量



