

◆ 新 魅 力 女 人 修 养 典 范 ◆

中国20位 魅力女主播的 人生智慧

用心把握人生方向 智慧掌控命运尺度

她们优雅，她们智慧，她们自信，她们美丽，她们成功。

她们可以的，你也同样可以！

曹 荣◎编著



中国时代经济出版社

◆ 新 魅 力 女 人 修 养 典 范 ◆

中国20位 魅力女主播的 人生智慧

曹 荣◎编著



中国时代经济出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

中国 20 位魅力女主播的人生智慧 / 曹荣编著. —北京: 中国时代经济出版社, 2012.5

ISBN 978-7-5119-1130-8

I. ①中… II. ①曹… III. ①女性—电视节目—主持人—生平事迹—中国 IV. ①K825.42

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 098344 号

书 名: 中国 20 位魅力女主播的人生智慧

作 者: 曹荣

出版发行: 中国时代经济出版社

社 址: 北京市丰台区右安门外玉林里 25 号楼

邮政编码: 100069

发行热线: (010) 83910203

传 真: (010) 83910203

网 址: www.cmepub.com.cn

电子邮箱: zgscdj@hotmail.com

经 销: 各地新华书店

法律顾问: 北京市奥东律师事务所韩锋律师

印 刷: 北京佳信达欣艺术印刷有限公司

开 本: 710×1000 1/16

字 数: 190 千字

印 张: 14.5

版 次: 2012 年 9 月第 1 版

印 次: 2012 年 9 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-5119-1130-8

定 价: 28.00 元

本书如有破损、缺页、装订错误, 请与本社发行部联系更换
版权所有 侵权必究



在生活中，做一个美貌与智慧兼具的女人应该是女性追求的至高境界。

女人可以不美丽，但不能不智慧。智慧能使美丽永恒。智慧是人生体验到极致的感悟，智慧是人生感悟到极致的宁静。

智慧是女人恒久美丽的养分，智慧于女人是仁慈与善良，是充满自信的干练，是情感与思想的丰盈与独立，是冷静睿智地忖度万物，更是在得失之间求得的一种心态上的平衡。

智慧的光芒让女人绽放出美丽的光环，智慧不会随着时间的流逝而消失，它如陈酿一般时间越久味道越醇美。

智慧的女人像秋叶般静美，智慧的女人就是一池春水，宁静淡泊、婉约清丽，她们倩影娉婷，在平淡的生活中点石成金，每一天都精彩无限。

女人，若想要经济独立，不被贫穷所牵绊；若想要事业成功，不被失败所束缚；若想要幸福，不被生活所遗忘，就必须拥有智慧。本书选取了柴静、候佩岑、刘芳、周涛、谢娜、柴璐、李艾、柳岩、闫丘露薇、朱丹、曾宝仪、小S、王冠、李梓萌、管彤、胡蝶、胡可、李霞、阿雅、朱迅20位知名女主播，阐述她们各自

的人生智慧。

她们是美貌与智慧的化身，她们是一群美丽灵动的精灵。她们睿智、勇敢、乐观、坚强、自信、独立，她们懂得把握机会，懂得掌控命运。她们是优秀女性的代表。她们活跃在主持台上，身上散发着优雅迷人的气质，举手投足之间都吸引着亿万观众的眼球。她们就是中国的20位魅力女主播。

这20位女主播的人生无疑是成功的，但她们的成功并非与生俱来的，但是成功的背后是无人知晓的心酸。她们的成功或来自于坚强乐观，或来自于勇敢无畏，或来自于自立自强，但她们有一个共同点——她们的智慧造就了她们的成功。唐太宗李世民曾说：“以铜为镜，可以正衣冠；以人为镜，可以明得失。”而我们可以从这20位女主播的身上学到成功的智慧，看到自身的得失。

聪明的女人要学会运用“拿来主义”，巧妙地向别人“取经”，并“拿来”为我所用。让自己的内涵丰富起来，让自己的学识充实起来，让自己的底蕴深厚起来，让自己的举止高雅起来，让自己的品格高尚起来，让自己的情趣超凡起来。只要能让自己的生活变得更美好，你就是一个智慧女人。



前言

人生选择智慧之一：德不孤，必有邻 /001

代表人物：柴静（中央电视台）

智慧之一：从长沙到北京，挑战自我 /003

智慧之二：独立思考 /007

智慧之三：关怀社会，关怀他人才有大幸福 /011

启示

读好书永远也不嫌多 /014

人生智慧之二：审时度势，优雅得体 /016

代表人物：侯佩岑（台湾东风电视台）

智慧之一：做个低调的人 /018

智慧之二：魅力在于优雅的气质 /019

启示

言行得体，做个有修养的女人 /022

人生智慧之三：倾听内心的声音 /024

代表人物：刘芳（凤凰卫视）

智慧之一：追随自己的内心，选择合适的平台 /026

智慧之二：调整心态，正视压力 /028

启示

学会放松自己 /031

人生智慧之四：挑战自己就不停步 /033

代表人物：周涛（中央电视台）

智慧一：有舍才有得——职业五级跳 /035

智慧二：成功来自于长久的勤奋与努力 /039

智慧三：善良淳朴，淡看功名 /041

启示

把握机会，实现梦想 /044

人生智慧之五：岁寒，然后知松柏之后凋也 /046

代表人物：谢娜（湖南卫视）

智慧之一：梦想，需要用勇气去开拓 /048

智慧之二：成功来自于长久的坚持 /050

智慧之三：传递快乐，简单生活 /053

智慧之四：认真去爱 /055

启示

管理好自己的情绪 /059

人生智慧之六：沉着冷静，厚积薄发 /061

代表人物：柴璐（中央电视台）

智慧之一：梦想因为坚守而美丽 /063

智慧之二：磨炼自己，厚积薄发 /065

智慧之三：享受简单生活 /068

启示

拒绝浮躁 /071

人生智慧之七：有个性，人生才大美 /073

代表人物：李艾（江苏卫视）

智慧之一：不断成长，从模特到主持人 /075

智慧之二：做个时尚健康的女人 /078

启示

有品位的女人最美丽 /081

人生智慧之八：苦心人，天不负 /083

代表人物：柳岩（光线传媒）

智慧之一：命运不能选择，生活却可以自己把握 /085

智慧之二：理性独立，彰显魅力 /086

启示

培养乐观向上的性格 /090

人生智慧之九：天行健，君子以自强不息 /092

代表人物：闫丘露薇（凤凰卫视）

智慧之一：挫折也是一种激励 /094

智慧之二：女人也不畏惧人生的挑战 /096

智慧之三：勇敢只做真实的自己 /098

启示

女性如何做好职业规划 /101

人生智慧之十：天生我材必有用 /103

代表人物：朱丹（北京电视台）

智慧之一：谦虚好学是成功的永久动力 /105

智慧之二：有能力把握偶然，成功才能成必然 /106

智慧之三：多栖发展=主持+音乐+表演 /109

启示

如何发挥自己的潜能 /112

人生智慧之十一：靠自己去成功 /115

代表人物：曾宝仪（深圳卫视）

智慧之一：自立自强 /117

智慧之二：生活简单而用心 /118

启示

女人一定要独立 /122

人生智慧之十二：锲而不舍，金石可镂 /125

代表人物：小S（台湾中天）

智慧之一：人生需要磨炼 /127

智慧之二：经营婚姻有道 /129

启示

幸福的婚姻需要经营 /132

人生智慧之十三：简单就是美 /135

代表人物：王冠（上海广播电视台）

智慧之一：放低自己，虚心学习 /137

智慧之二：为自己加油，让自己大放异彩 /138

启示

女性最重要是有个好心态 /141

人生智慧之十四：天道酬勤 /143

代表人物：李梓萌（中央电视台）

智慧之一：适合自己的职业最重要 /144

智慧之二：不断努力完善自我 /147

智慧之三：为自己寻找一种风格 /149

启示

自信创造奇迹 /151



人生智慧之十五：宠辱不惊，淡定从容 /154

代表人物：管彤（中央电视台）

智慧之一：选择自己喜欢的，爱自己选择的 /156

智慧之二：宠辱不惊 /157

智慧之三：勇于战胜自我 /159

启示

拥有魅力对女人最重要 /162

人生智慧之十六：取舍之道，人生有大智 /164

代表人物：胡蝶（中央电视台）

智慧之一：从西安到北京，美丽的胡蝶一路奋飞 /166

智慧之二：进入中央电视台，胡蝶振翅高飞 /167

智慧之三：真诚而富有亲和力 /169

启示

女性如何提升亲和力 /172

人生智慧之十七：外圆内方，坚守底线 /174

代表人物：胡可（天津卫视）

智慧之一：发掘潜力，多栖发展 /176

智慧之二：坚守底线 /178

智慧之三：做个精明女人 /179

启示

学会说“不” /182

人生智慧之十八：执著就是成功 /184

代表人物：李霞（李霞工作室）

智慧之一：百分百努力，看淡结果 /186

智慧之二：坚强是梦想的羽翼 /190

智慧之三：不断学习，完善自己 /192

启示

自信的人生最美 /195

人生智慧之十九：苦难一经过去，就会变成甘美 /197

代表人物：阿雅（中国电视公司）

智慧之一：不惧磨难 /199

智慧之二：勇于挑战自我 /201

智慧之三：睿智转型 /204

启示

学做气质女人 /207

人生智慧之二十：梅花香自苦寒来 /210

代表人物：朱迅（中央电视台）

智慧之一：百折不挠，从北京到日本 /212

智慧之二：毅然的选择，从日本到北京 /215

智慧之三：幸福婚姻是心灵的港湾 /216

启示

女性如何面对挫折 /219

人生选择智慧之一：

德不孤，必有邻

代表人物：柴静（中央电视台）

足音：

1. 1994年至1998年在湖南文艺广播电台任主持人，主持《夜色温柔》，并于1998年至2001年在湖南电视台主持《新青年》节目。

2. 2003年4月，成为央视《新闻调查》出镜记者，同时也是第一个“零距离”报道“非典”的记者。

3. 2009年12月，离开服务近七年的《新闻调查》，担任过新闻频道《24小时》主播。现在为新闻频道《面对面》主持人。

4. 2011年，同邱启明主持《看见》。

“德不孤，必有邻”出自《论语》，所谓“德”，这里指的是有道德的人，“不孤”，就是不会感到孤单。这句话的意思是指有道德的人是不会孤单的，一定会有志同道合的人来和他相伴。

这句话是一种做人的修养与智慧。在有德行的人眼里，关怀弱者、关怀社会是他们的责任和义务。为高尚的品德而活，也许会寂寞、会痛苦，但是最终一定会得到更多人的理解、欣赏与敬佩。



印象

第一眼：清秀、文静、亲切，她端庄、大气而又富有思想，气质脱俗而不高傲，她的坦诚与从容总会让观众感觉到她的善良和质朴。

第二眼：勇敢、无畏、善良，她的思维清晰缜密，话语简洁流畅、逻辑性极强。她是一个不喜欢张扬的主持人，但观众总是时刻关注着她，因为她永远与真相为伍。

从自我中解放出来

“火柴的柴，安静的静。”这是柴静对自己名字的介绍。人如其名，清秀、自然的脸庞，身材瘦弱，有着女性所特有的文静。但看过她节目的人都知道，她其实是一个内心火热的人，对弱者对社会的深切关怀让她比燃烧的火焰还要热烈。

柴静这个来自山西的女孩，独自一人去湖南求学，年少的她毛遂自荐进了湖南文艺电台主持节目，温柔的声音帮寂寞的人们度过了无数个夜晚。那时的她是个文艺青年，喜欢写感性的文字，活在自己的世界里。主持了几年后，不想原地踏步的她，选择去北京广播学院继续学习，再后来被央视看中。她逐渐开始从自己的世界中走出来，从自我中解放出来，开始把社会作为关心的对象。

她的睿智和冷静源于多年在新闻一线采访的经历，她喜欢探究复杂事件背后掩藏的真相。她的周身散发着正气与执著，有条不紊的话语却蕴藏着无穷的力量。“非典”的时候她勇敢地冲在第一线，让人们记住了这个有胆魄的柴静。采访“小学生集体自杀事件”让人们体会到了她的敏感与善良。

她的采访越来越深入到这个广大的社会中去，推动社会进步成了她的使命，她作为主持人也更加赢得了人们的尊敬。

这就是柴静，一个胸怀社会的大气女子，高贵的品格在她身上得到了最好的显现。

智慧之一：从长沙到北京，挑战自我

人生总是充满了无数的变化，一次无意的选择也许就成就了一段美好的故事，一段亮丽的人生之路。性格沉静又有主见的柴静在不断地挑战未知的命运，独自一人从山西临汾到湖南的长沙，最终在北京找到了自己一生都要从事的事业。

柴静在很小的时候就与播音结缘，那时候的她喜欢广播里传出的醉人的声音，常常听郑智化那深入灵魂深处的歌声。后来，柴静到长沙读大学，对广播的喜爱依然不减，最喜欢听音乐排行榜和谈心节目。后来她终于鼓起勇气，写信给湖南经济电台红极一时的主持人尚能表达自己做主播的想法，她说：“可否帮我成就梦想？”这句话促使了这位名主持马上给柴静打了电话，让她去面试。七月份的长沙，天气酷热，柴静借用学校广播站录节目，录完以后，汗水把衣服全都浸透了。面试通过以后，柴静开心极了，她开始做她的第一个节目——《另一种声音》。

第一次坐到真正的演播室里，柴静没有恐惧和紧张，她觉得自己就属于这个地方。此后，她每天都会带一沓稿子和磁带去做节目，整个暑假她没有回家，留在了长沙做节目。那段日子，她和家里失去了联系，常常翻箱倒柜地凑足5毛钱，跑到楼下买一袋最便宜的方便面，计划着吃一整天。长沙很大很热闹，但是无亲无故的她却倍感孤独，每天都在过着同样的生活：骑着自行车去做节目，然后再骑车回来。即便如此，她仍然觉得很快乐、很安心。

日子就这样在忙碌中一天天过去，转眼到了毕业的时间。柴静在学校学的是财会专业，毕业后被分配到家乡山西太原铁路局工作。恰好长沙当时要成立一个新的文艺台，柴静去应聘，考核之后就留下了。她毅然辞掉在别人看来既稳定又舒适的工作，带着户口和工作关



系到湖南文艺电台做节目，开始了自己的职业生涯。在简陋的租住房里，柴静从来不会感觉苦闷，因为心中有梦，她坚信，这些困苦会在不久的将来成为过眼云烟。

柴静白天忙工作，到了晚上，与她相伴的只有广播中的声音。她喜欢听新加坡电台林伟的《点一盏心灯》，他说：“与其诅咒黑暗，不如点燃灯火。”这句话让柴静感触很深，她决定做电台午夜节目。柴静就和电台的领导申请做一档午夜节目，甚至可以不要工资。随后，她创建了名为《夜色温柔》的晚间节目，一做就是三年。

那时的柴静只有19岁，年少的她心里只想着去实现心中的这个梦想，全然不顾自己身处异乡的孤独与寂寞。柴静说：“一个人为自己的工作神魂颠倒是多么幸福。”那个时候她主要是接听听众打来的热线电话，什么事情都谈。其实那个时候连她自己都不知道怎么去帮助别人排忧解难，毕竟她只有19岁，但是想用声音激发一个有想象力的世界，想用声音为更多的人赶走寂寞。她只需要说“我在，我听到了，我懂”这样的字眼，只要有一颗真诚的心就足够了。

经过一段时间之后，柴静主持的这档《夜色温柔》变得十分红火，之后的几年，她基本都是在电台度过的。柴静在每个夜晚用真诚的声音陪伴着孤独的人们，她的声音被越来越多的人所熟知。在节目里，柴静常常会接到从北京、香港、西藏等地慕名打来的电话，她去大学里做演讲的时候，时常都会有桌椅挤坏的场面出现。

柴静22岁的时候，顺利地当上综艺部副主任，成了湖南最著名的主持人之一。五月的长沙，茉莉花开，景色怡人。凌晨两三点男人们成箱成箱地喝着啤酒，女人们吃着东西。柴静经常能看到大街上享受着这种安逸生活的男人和女人们。她仿佛看到了自己未来的生活，有种莫名的恐惧让她感到害怕。

柴静对现有成绩的不满足，使她几经考虑做了个令所有人惊讶的决定：辞职去北京读书。她不甘心让自己的生命就这样达到顶峰，她需要寻找可以不断超越的未来。她放弃了自己已经拥有的光环，到北

京广播学院做了一名学生，睡在蓝白相间的格子床单上，学的是电视编辑，生活简单而有激情。

到北京广播电视学院不到半年，一次偶然的机会，她在《三联生活周刊》上看到一则招聘广告。她打电话过去时对方说已经招聘完了。“你们不是想要优秀的记者吗？这还有期限吗？”她的一句话，给自己创造了一个机会，对方让她第二天去试试。第二天她去应聘，负责招聘的人看看她说：“你长得挺漂亮的，不愁没出路，回去吧。”就这样，她被打发回来。没过多久，《三联生活周刊》给她打电话说他们要做一个封面周刊，问她做不做，柴静二话没说，立即答应下来。她用了三天的时间写出两万多字的稿子，就在她放假准备回家时，编辑打电话说让她把两万字改成两千字，她用了两个小时把稿子改完，跑到车站时离开车还有五分钟。之后，柴静在北广的日子一直在做《三联生活周刊》的兼职记者。

当柴静在《三联生活周刊》做得顺风顺水的时候，湖南卫视邀请她做谈话节目《新青年》的主持人，当时《新青年》是湖南卫视改革后的一个新栏目。柴静答应了，于是她开始一边上学，一边在电视台做《新青年》的主持人。她在做节目的时候，采访了各行各业的名人，如，米丘、黄永玉、蔡琴、张朝阳、方兴东、吴士宏等。柴静当时是初生牛犊不怕虎，为了证明《新青年》是文化先锋，就做了一期关于20世纪70年代新锐诗歌的话题，请来号称用上半身写作的女诗人和用下半身写作的男诗人做嘉宾，事后证明她的这次挑战成功了。柴静在节目中变得越来越成熟，她总是能将生命中的偶然与必然的交汇、世事的沧桑浮沉刻画得玲珑有致。

一个喜欢挑战人生未知极限的人是不会安于现状、按部就班地生活的。北广毕业后，柴静并不满足《新青年》中驾轻就熟的工作，于是进入了中央电视台“东方时空”的《时空连线》节目，做记者兼主持人。这对柴静而言，是一个巨大的改变和挑战。在央视工作之前，柴静没有受过什么挫折，但是来央视做节目之后，一下就蒙了，不能