

# 气质柴静



[气质柴静 下载链接1](#)

著者:张笑萱

出版者:江苏人民出版社

出版时间:2016-3-1

装帧:平装

isbn:9787214162052

她被众多网友封为“当代林徽因”“公知女神”，她也被传说是央视“最穷”的主持人。她就是柴静，淡定、优雅、知性、执着、爱心、自省和宽容等，每一个特质都让柴静

更加富有魅力。让我们也去做这样一个女子吧，一个清淡如水、明媚如花、真诚坦荡、令人温暖的女子。

作者介绍:

目录: 第一章 内敛，恬淡如菊心素如简

1. 光靠愤怒是走不远的// 002
2. 不执着于一分一秒的得失// 005
3. 凡事淡然，喜怒不形于色// 008
4. 金钱不能带来真正的安全感// 011
5. 心安即是家// 014
6. 不要急，耐心等// 016

第二章 知性，藏在思想里的深刻

1. 在阅读中寻找自我 // 020
2. 内心细腻，注重细节// 023
3. 让表情与动作展现优雅// 026
4. 最佳的举止莫过于浑然天成// 029
5. 围巾风情——浑然一体小处有乾坤// 032
6. 朴素的着装散发淡雅气质// 035

第三章 坚定，笑容背后是咬紧牙关的灵魂

1. 小小的倔强// 040
2. 不拘泥于别人的人生模式// 042
3. 心怀梦想，把目光放在你想去的方向// 045
4. 不迎合，有自己的风格// 048
5. 相信自己的判断// 051
6. 坚定的做自己内心深处认可的事// 054
7. 在眼看没路的地方再往前走一步// 057

第四章 独立，独立的思想弥足珍贵

1. 不做没有思想的乖乖女// 062
2. 关键不是别人能给什么，而是自己内心想要什么// 065
3. 独立是只听真理的话// 067
4. 从不取悦谁：我不是要被人喜爱，我要被人尊重// 069
5. 不做应声虫，勇于陈述自己的意见// 072
6. 有自己的做事原则// 075

第五章 悲悯，给他人温暖给自己力量

1. 出发点是关心人，而不是出于其它目的 // 080
2. 即使徒劳无功，手也坚决为弱者举起// 083
3. 忠于内心真实的感受// 086
4. 谦逊、谨慎，不轻易发表看法// 089
5. 宽容的基础是理解// 092
6. 对事苛刻，对人宽容// 095
7. 不要让同情心成为绊脚石// 098
8. 每个人都值得尊重// 100

第六章 担当，弱肩担道义谱写责任心

1. 做个有担当的女孩// 104
2. 坚守自己的职业道德// 107
3. 人不独立才推卸责任// 110
4. 绝不敷衍文字和自己// 113
5. 做有正义感的记者// 116
6. 有勇气去做别人不敢做的事// 119
7. 用行动诠释责任心// 122

第七章 涵养，采访是一场心灵的抵达

1. 不回避尖锐的问题// 126
  2. 不失犀利，但态度更为平和// 129
  3. 要疑问，而不是质疑// 132
  4. 不要用敌意的方式去问，让它自然的呈现出来// 135
  5. 保持适当的距离是必要的// 138
  6. 发自内心的倾听// 141
  7. 保持客观，随意评论是对自己最大的不负责// 144
- 第八章 坦荡，滤尽浮华不加修饰
1. 花了好多年才学会说平常话// 148
  2. 我不想消费他人，我也不想被人消费// 151
  3. 从不逃避自己的软弱和失败// 154
  4. 只有你的内心先对别人袒露，才会得到别人的心灵// 157
  5. 放下头脑中独断的东西// 160
  6. 批评别人前，要先扪心自问一下 // 163
  7. 尊重是取得信任的前提// 166
- 第九章 真实，站在最接近真相的地方
1. 执著的力量// 170
  2. 关键在于“我是否穷尽自己的心智” // 173
  3. 要有笨拙的精神，不要不假思索// 176
  4. 坚持发出自己的声音// 179
  5. 寻找真相，而不被表面的迷雾欺骗// 182
  6. 勇于捍卫自己的权利// 185
  7. 自知，老老实实做自己力所能及的事// 188
  8. 越真实，越能打动人// 191
- 第十章 大气，自己从小我中解放出来
1. 从自我中解放出来// 196
  2. 人只有在狂妄的时候才把自己当回事// 199
  3. 不要太爱惜自己的羽毛// 202
  4. 对毁誉不争不辩// 206
  5. 尊重别人的观点// 209
  6. 人的强大不是征服了什么，而是承受了什么// 212
  7. 放弃一部分自我主张，要为别人着想// 215
  8. 忘我是最高境界// 218
- 第十一章 自省，不是橡皮擦而是生命的修改笔
1. “看见”自身的蒙昧// 222
  2. 时常检讨自己的言行// 225
  3. 在犯错中成长// 228
  4. 与自己较劲，“逼近自我的极限” // 231
  5. 批评你不可怕，对你失望才可怕// 234
  6. 勇于自省，永远任性// 237
- 第十二章 努力：不断寻找可以超越的未来
1. 聪明人要下笨功夫// 242
  2. 没人有义务手把手教你，一切靠自己// 246
  3. 工作中不怕吃苦，不怕付出// 248
  4. 耕耘本身就是收获// 251
  5. 十多年来认真干好一件事// 254
  6. 为工作神魂颠倒是一件幸福的事// 257
- • • • • [\(收起\)](#)

[气质柴静\\_下载链接1](#)

## 标签

鸡汤文

柴静

力量

名人

事例

## 评论

鸡汤，拿柴静当一种说法，崇拜者自可脑补，以为是有关纪录的如我，果断弃。

-----  
就读了一点，就有疑惑，这个不就是看见以第三人称的复述吗？

-----  
不值得看

-----  
给你三分吧！继续加油！我个人觉得写作要写的是真诚与真实，不是慰问剂。同时说一句，条条框框的东西会让人失去创新与进步。

-----  
以柴姑娘为名的鸡汤，特像高中议论文，作者列举了很多例子来论证自己的观点。看到豆瓣这么低的评分我相信自己的感觉是对哒

-----  
中学作文一样的鸡汤。不建议浪费时间在这本书上。

写的还是可以的，关键是这本书是这样的。举一个柴静的故事，然后写一堆鸡汤类的，我不是特别喜欢这样的，然后也不知道拿来举例的柴静的事情是真的假的...

果然是鸡汤文的堆砌啊…… 不看了

本来以为都是写柴静的，不过作者也挺难得的，能把这么多名人，伟人的，各种鸡汤语录，放在一起。总体来说，看看鸡汤也不错。

要是先看了豆友的评论，我可能就不会买来看了。强忍着耐心看了一章，满书的鸡汤文，跟柴静的关系不大，再换一个人来写，同样能出这样一本鸡汤书。每篇都在引用名人名言和名人事迹，写作套路像高中作文一般无趣。（由于只看了第一章，后面看不下去了，所以评论仅针对第一章。）

虽不能至 心向往之

烂书，胡乱拼凑的伪心灵鸡汤，打着柴静的幌子，不知所云，读者文摘式的大杂烩。

如照镜子，反观自身。

什么鬼，完全是生拉硬拽，拼凑出来的作文素材。果断弃之~~~~

两星半。若不是为了多了解柴静一点，我怎么可能读下来这本流水鸡汤。

非常难看 像高考议论文

-----  
读别人的故事，感悟自己的人生吧。有些比较切合实际的知识点，还是可以借鉴的。

-----  
点燃我意志的一本书。

-----  
哈哈，我读完了。鉴定结果：打着柴静的名号，行鸡汤文的本分。说句心里话，很想念老爸熬的真的老母鸡汤。

-----  
虽然重复叙述柴静的相关故事，但是还是给了人满满的正能量，也是为数不多看完的书籍，所以给个好评吧

-----  
[气质柴静\\_下载链接1](#)

书评

-----  
[气质柴静\\_下载链接1](#)