

《世界很大,幸好有你》

图书基本信息

书名：《世界很大,幸好有你》

13位ISBN编号：9787539954701

出版时间：2016-1-10

作者：杨澜

页数：272

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《世界很大,幸好有你》

内容概要

内容简介：

这本书是继1996年《凭海临风》之后，著名媒体人杨澜女士20年来，全新个人创作的散文作品集，杨澜以“大女生”的视角，讲述她的婚姻、她的儿女、她的家庭、她理解的幸福力。

这本书同时也借着中国电视深度高端访谈节目《杨澜访谈录》开播15周年之际，杨澜首度分享了她采访800多个世界各地各界人士所总结出来的“澜”式说话之道，以及她参加三次北京申奥真实的心路感受。

编辑推荐：

1996年《凭海临风》后，著名媒体人杨澜女士20年来全新个人散文作品。

继百万畅销书《一问一世界》《幸福要回答》后，又一畅销力作。

看流年似水，愿人生繁盛——

【家庭】没有人注定在一起，爱要轻拿轻放。

【采访】把世界问了，让自己回答。

【语言】交流并不神秘，更重要的是一颗好奇心、同理心。

【眼界】遇到过无数精彩的生命，心中充满敬畏和感动。

【魅力】美是一种可以改变世界的力量，每个人都有属于自己的美。

【女性】“她力量”是一种尚未释放出来的生产力，是世界可持续发展的保障。

【申奥】在这个充满不确定性的世界上，明确地发出了中国将继续开放的信号。

《世界很大,幸好有你》

作者简介

杨澜
阳光媒体集团和阳光文化基金会主席。于北京外国语大学获英美语言文学学士学位；1990年至1994年主持中央电视台《正大综艺》，并于1994年获中国首届主持人“金话筒奖”。之后赴美深造，获美国哥伦比亚大学国际及公共事务学院国际事务硕士学位。归国后开创中国电视深度高端访谈节目《杨澜访谈录》，迄今已访问过全球800余位著名人物。2005年创办主要针对中国都市女性的大型谈话节目《天下女人》，并由此发展成包含电视、网络和教育培训的互动式跨媒体女性社区。她曾分别应邀出任北京申办2008年奥运会和2022年冬奥会的陈述人，她担任国际特奥全球形象大使，曾获中华慈善奖。被福布斯评为全球影响力100位女性之一。

《世界很大,幸好有你》

书籍目录

- 01 爱要轻拿轻放
- 02 我遇到过无数精彩的生命
- 03 语言的边界，世界的边界
- 04 怎么才有自己的调调
- 05 没有人是一座孤岛

《世界很大,幸好有你》

精彩短评

- 1、非常一般，内容空洞。
- 2、都忘记讲什么了，还行，气质端庄淑女，客观羡慕杨澜的美好节奏~
- 3、找到一个合适的人真的很重要。闲读
- 4、书介绍的比较杂，所处的层面相距太大，好多不能明白。里面强调了与人交流衣着，动作，表情的讲究，还有怎么去和人交流。对孩子成长养老，自己的见解很不错。女强人一个，佩服佩服
- 5、世界很大，希望有你
- 6、也许文字可以更谦逊点
- 7、人生会遇到很多事，遇到很多人，因为自己走过，才会遇到，因为自己走过，才会经历。杨澜努力、知性、优雅、大方，没有女权的强势但有女权的知书达礼，懂得所以才拥有。
- 8、值得一读
- 9、.....已经不喜欢看那么水那么鸡汤的自传文了。不过杨澜的气质真的很好，值得学习。最后申奥的那部分挺喜欢看的。
- 10、家，国，天下...近于完美的中国女性...
- 11、本来是赠给妈妈看的，我顺便读一读，之前总是会对这种成功优雅的女士抱有一丝偏见，但最近的一些思考让我意识到，更多的去阅读了解，少一点评判，得到会更多，学习别人的思考，面对问题坦然，接纳更多，关心更多事情，人生只不过是宇宙中的小小尘埃，太过于局限眼前的小烦恼并不会让自己过的更好，去尝试新的东西，克服懒惰，人生没有价值高低，成就大小，只有丰富还是匮乏，谢谢杨澜
- 12、觉得写得很真实
- 13、喝一喝女神的鸡汤
- 14、值得一看的书。前半部分比较轻松一些，家庭，生活，采访中越到的富有人格魅力的对象。后半部分有分享一些谈话技巧，礼仪装扮。最后一部分比较严肃：女性主义，幸福感，慈善，申奥。有距离感，不容易看进去。总体来说不错，是我蛮佩服的一位女性。
- 15、不错
- 16、知性、成熟的商业女性。很多内容在杨澜说里听过。表达或者记录不能说有多精彩，甚至有些杂乱，但她的经历和感悟本身就够精彩。说不上喜欢，也说不上不喜欢。就是看看不一样的人生，挺好。
- 17、教育、事业、交际、生活的好观念贯穿始终，最记得一句“艺术始于语言终结处”。
- 18、没有想象中的好 但确实敬佩这么优秀的人
- 19、看此书感触很深，也从另一个视角了解了奥运，一些从05年开始的心结也渐渐有了答案
- 20、前文秀的一手好恩爱，并认同一些观点。但是越往后读，难免读出来她有些自我。于是剩下几页都懒得看了。但是书很好，人很好，只是喜不喜欢在于我。知性女人，依旧是该学习的榜样。
- 21、爱，有时候，真的就是那个行李，在人生的旅途中，不时会轻拿轻放，但总不会失去。
- 22、站在与国际接轨的视点对待问题的人就是不一样 豁达从容美丽的真女神
- 23、杨澜是个很让人钦佩的女性。
- 24、还行吧，没有想象中好看，但是能开眼界。不过是开杨澜的眼界。
- 25、前一半觉得这不过是本“我来讲讲我的经历”但却没什么更深提炼的书 但到最后还是被申奥的那段打动了
- 26、书的内容涉及作者的工作生活所见所感，看过后也能了解到一些作者眼中这个世界的样子，也是能获得些新感悟的。推荐，很快就可以看完，也没有什么太难读的部分，可以帮助你见识下别人的生活是什么样子。
- 27、文字很容易让人读进去。
- 28、每个人在每个生活元素中所需要的追求不同，自然，能满足自我成就感便是一件幸福而又幸运的事咯。我想说的是关于教育子女，印象深刻。一个母亲盼着儿女长大成才却又舍不得儿女的成长，这份感情的取缔性等于零。珍贵无比。
- 29、因为是先生送的情人节礼物，所以一颗星，先生写了情话，所以两颗星。剩下的就无力吐槽
- 30、2017.2.9 读完。杨女士对人生最重要20年经历的回顾与感悟。从初入社会一点点成长到可以为社会

《世界很大,幸好有你》

做一点事情,看到美好的风景,遇到美好的人,然后丰富充实自己,是爱人和家人的扶持,是自我的一直努力。娓娓道来,让你相信世界那么美好,要努力。希望自己在即将经历的20年也同样精彩和丰盈。

31、杨澜真是个拥有领导力和幸福力的优雅女子,她该有多幸运才能遇到吴征啊~

32、散文读多容易腻,但是它在腻你的同时,又让你止不住地字字入眼,这本书里的好多句子都很打动我,尤其最后一篇写她参与两次申奥,做陈述人的经历,把我也带到了那样的场景,感受那样的紧张与激动,不论人或物,甚至家国,确实有它不好的地方,但一点也不妨碍我们的爱。

33、看完之后,我觉得杨澜生活的阶级完全是一个贵族的上层阶级,是我等平凡普通人所不能企及的生活高度。

34、希望能早日拥有这样的格局。

35、great woman

36、成长的环境真的很重要

37、看来我们真的生活在一个很好的国家,一个很好的时代。我能从这些平凡的字眼里真切地感受到一种来自祖国的荣耀。尤其是里面申奥的片段,轻易就让人热泪盈眶。感恩,珍惜。

38、比她的第一本书好看太多,这本从各个方面讲述了自己的经历,所言之处都有我们可以借鉴,引发思考的东西。书名看上去像鸡汤体,内容却并非鸡汤,十足有料!

39、世界那么大,努力的人也很多

40、杨澜还真是挺厉害的。我国现阶段的主要矛盾,仍然是人民群众日益增长的物质文化需求同落后的社会生产之间的矛盾。

41、非常零散

42、杨澜的成功背后一定有我们无法知道的努力,她的外交事业,主持事业,家庭事业都能处理得很好。从这本书中能感受到她由内而外散发出的气质。但这本书在某些地方还是会很无聊。印象最深的是"真正的公主不仅能感觉到床上的豌豆,还能给别人盛豌豆汤。"

43、杨澜的世界

44、正如杨澜说的,这本书是写给她丈夫吴征,我最喜欢也是第一部分,可以感受到一个女强人对自己爱的人的细腻与依赖,很多句子我都很喜欢。爱情快速奔跑,婚姻慢慢生长。这生长缓慢而扎实,就如两棵树,有独立的树干,又将根与枝重重叠叠交织在一起。

45、之前对杨澜的认识仅仅只是局限于她是个媒体人。后来看完这本之后,发现她体内有一个有趣的灵魂,有丰富的宝藏。知性,优雅,新时代女性。

46、世界都没观过,你哪来的世界观呀.....

47、等我不再叛逆,不再愤青的时候才能看的下这本书,对不起我很讨厌这本书,这个人

48、一直都喜欢这样的女强人,有自己的一方天地。书中感触最深的一段话:能量级别最高时,既不是运动中,也不是狂怒时,而是在冥想静坐之时。内心宁静、宠辱不惊的人最有魅力,能给人带来愉悦而平和的感受。

49、作者旁征博引,内容丰富,有很触动人心的内容,但是文章逻辑性略缺乏,有把自己经历全部铺在这里的感觉,总体来说也就适合候机时候读着玩

50、婚姻慢慢生长,和先生一起共同成长,一起更好。

学会尊重孩子,肯定孩子,不去批评或者干涉。

人都在成长都在经历,用积极的心态去面对,用真诚的爱去理解和信任。

书中很多篇幅讲她的工作,从每一个拜访者那里聆听和感受到的东西都在字里行间流露出来。

世界很大,幸好有你!

《世界很大,幸好有你》

精彩书评

章节试读

1、《世界很大,幸好有你》的笔记-第179页

怪不得小布什曾经不无醋意地形容克林顿：“他是那种可以一边看着你的眼睛，一边抱起你的孩子，还一边拍拍你的宠物狗的人！”能同时做到这么多，也算人际交往的真本事了吧。

2、《世界很大,幸好有你》的笔记-第19页

神奇的是，所有的迹象都在暗示我们应该在一起：喜欢同样的书，爱吃同样的食物，不约而同说出同一句话，甚至从星座到紫微斗数，都显示我们注定要在一起。

3、《世界很大,幸好有你》的笔记-第185页

中国的设计美学比日本的更加丰富多元，汉玉的拙朴、宋瓷的温润、明式家具的简约、苏州园林的奇趣……自清朝以降的堆砌繁复，虽然在审美趣味上比较多匠气，但也有层次丰富之美。可惜的是，百年以来，战火硝烟毁之，流离失所弃之，“文化革命”砸之，急功近利拆之，令人痛心。改革开放以后，舶来品主导风尚，本土制造粗鄙简陋，即使偶有佳品，也很难形成气候。倒是20世纪50-60年代出生的一批台湾设计师，因为接触西方当代艺术与设计较早，人文传承也没有遭受太大破坏，加上文创市场成熟，故而在中国精神之现代表达方面，呈现出较高的设计趣味和水平。朱铭的雕塑、姚仁喜的建筑设计、石大宇的“清庭”系列室内陈设、王侠军的“琉园”水晶艺术品等皆属此列。

4、《世界很大,幸好有你》的笔记-第221页

每个人的情绪原点不同，无论经过多少大悲大喜，终会回到自己的原点。

5、《世界很大,幸好有你》的笔记-第84页

个体生命何其渺小，一生一世何其短暂，能触摸到这大千世界的一角，窥视复杂人性的一斑，已是不易。

6、《世界很大,幸好有你》的笔记-第20页

自由的人，才适合谈情说爱。

7、《世界很大,幸好有你》的笔记-5没有人是一座孤岛 女人，你要的平等是什么

当别人问我“你是女权主义者吗？”，我有时不知道他们的潜台词是什么，这个“权”是什么“权”，是权利，还是权力？如果是指女人应该享有与男性平等的机会和权利，那么我就是女权主义者。如果是指用对立的态度向男性夺取“权力”，或是忽略男女性别差异，要求女人与男人做同样的事，然后才能平等，我就不能认同。毕竟，我们挑战的，是性别歧视的偏见，而不是男性本身。

8、《世界很大,幸好有你》的笔记-第42页

谁都会遇到倒霉事，你的人物是想办法把坏事变成好事。迈克尔·乔丹除了赢家和输家，难道我们不能做个玩家，在对梦想的追逐中体验一把挑战自我的惊喜与刺激？万一成功了呢？

9、《世界很大,幸好有你》的笔记-第25页

《世界很大,幸好有你》

做父母的，都爱自己的孩子。可有一点我搞不懂，为什么许多中国家长喜欢在公众场合训斥甚至羞辱自己的孩子？

10、《世界很大,幸好有你》的笔记-第36页

那怎么可以不怕死？
怕是正常的。但如果好好地活过，就会怕得少一点。

11、《世界很大,幸好有你》的笔记-第19页

20年前的一天，他租了一艘小帆船，带我出海。那天，天气有些阴沉，海风有些凉意，海浪起起伏伏，但是这毫不影响我们的兴致。他对我说：“我一直独自闯荡，今后我要和你一起去看世界！”就在那一刻，我怦然心动。

12、《世界很大,幸好有你》的笔记-第272页

记几点有所体悟：1.总是想着“有一天闲下来再写”其实什么时候才能真正闲下来？等到真的闲下来，很多体验和记忆就疏淡遗忘了。真的，关于夏威夷的那篇游记，想了很久都没有真正的落笔去写，慢慢的却也就遗忘了...2.爱情快速奔跑，婚姻慢慢生长。这生长缓慢而扎实，就如同两棵树，有独立的树干，又将根与枝重重交叠在一起。3.纪伯伦《致我们终将远离的子女》Kahlil Gibran, On Children 4.怕是正常的，但如果好好地活过，就会怕的少一点。5.失败是可怕的，但如果毫无风险，就意味着你不过在做一件稀松平常的事6.The winner takes it all, the loser standing samll. It's simple and it's plain, why should I complain7.人生如此丰富，其能用输赢一语概括？除了赢家和输家，难道我们不能做个玩家？在对梦想的追逐中体验一把挑战自我的惊喜与刺激？万一成功了呢？8.我们能否对人性的弱点有所理解和包容，是成熟与否的表现9.能量级别最高时，既不是运动中，也不是狂怒时，而是在冥想静坐之时，内心宁静，宠辱不惊的人最具有美丽，能给人带来愉悦而平静的感受。10.命运给她的磨砺，除去的事岁月的浮华，留下的是钻石般璀璨的光芒11.比语言能力更重要的事谈话的内容，其实也不神秘，无非是实现做好功课和一颗好奇心，同理心。可以读Larry King的《how to talk to anyone, anytime, anywhere》12.向陌生人介绍自己需要一点勇气，搭讪的几种方式：自言自语的评价一下周围环境，比如“今天天气真不错啊”“主办方真是用心啊”如果对方接了下茬，应和两句，然后就是自我介绍的良机。如果对方没有注意到你，但你仍然想认识一下，可以说“打扰了，我能自我介绍一下吗？”或者“你不介意的话，我们好像还没相互认识”如果他还是不理你怎么办？那他就是个没礼貌的家伙，不认识也罢。13.如果有意要认识某人，对方又位高权重不能冒昧，就需要找到合适的中间人介绍，有时辗转三两个人也是常事。14.准备见岳父岳母的年轻人，管理好长辈的预期很重要。正式场合有关称呼和礼节，最好事先问清楚，省的避免尴尬。15.不要吝啬你的赞美，真诚适度的赞美是最好的社交润滑剂，跟拍马屁是两回事。总比人人都板着脸相互提防，冷漠无视好多了。16.如果你遇到心中的偶像，说的那些话让人家都听的耳朵起茧的，就大可准备说点不一样的。17.请外国朋友吃饭要事先问有什么忌口的18.自嘲是化解窘境尴尬最好的方法，把姿态放低，那些想让你尴尬的人还能怎么样？19.如何问对方问题：通过对周围环境的观察，寻找切入口进入主题，是一种比较自然的方式。引用对方最近做的事，出的书，做过的演讲切入表示对他的关注，可以让对方感受到尊重，而且是对方熟悉的内容，会更有表达欲。所谓交谈不只是一问一答，如果你自己的事什么都不说，却一个劲的对对方的事情刨根问底，到最后对方不是烦了就是怕了。在公开竞争中如何表述自己的优势，又尊重和顾忌对手的感受是一门艺术。20.人的服饰，举止，言辞应该是一体的，奢侈品和名牌可以让人羡慕，但文雅的举止和谈吐才让人尊敬。他不仅跟我握手，还主动走向摄制组的每一个工作人员，从摄像到小助理意义握手并询问对方的名字，明知道他不可能记住这么多人的名字，但大家都感到被尊重。21.建筑作品能够给人带来心灵的感动于共鸣，必是于设计者的境界相关。22.人们对幸福的三大误区：1.忽视自己已经拥有的，重视自己尚未得到的 2.以当下的欲望设想未来的需求 3.以表面的现象评判别人的幸福23.个人幸福里的觉醒是从对自身了解开始的。什么塑造了我们的幸福？50%来自基因，10%来自环境，40%来

《世界很大,幸好有你》

自有意识的选择。也就是说我们的选择不仅决定了自己的幸福，还会变成遗传密码传到下一代的身体中，影响孩子的基因，同时印象他们的成长环境，对成就他们一生的幸福甚至起到了决定性的作用。幸福不是一蹴而就一劳永逸的，它是一个动态的过程，也是一个不断学习的过程。幸福不是没有痛苦，而是学会和痛苦相识，相处，不断的平衡不断的发展。24.获得幸福的5大要素：1.愉快的情绪：比如吃了一顿美味佳肴，或者欣赏了一片美丽的枫叶，但这类愉快情绪并不会持续太长时间。2.兴趣爱好：如果一些兴趣爱好足以让你忘我的投入并陶醉其中，幸福感会大大增加。3.成就感：当你白手起家，把企业做到了某个程度的时候一定会有成就感，但这种成就感给你带来的幸福边际效应可能是递减的。4.良好的人际关系：健康亲密相互支持和共同成长的人际关系是一个人幸福的最好保障。5.价值感：你认为自己的人生有意义吗，你能否感受到别人的认可和尊重，能为社会做出贡献吗》25.幸福不是一次行为，而是一种习惯，习惯是可以养成的。一开始是我们塑造了习惯，然后习惯就塑造了我们。养成自己的幸福习惯:1:问自己2：静观 面对福利呢事是3：学会赞美和感恩4：建立自己的"幸福董事会"给予他们时间和陪伴5：像镜子中的自己微笑对应幸福这个词，英语中有3个不同的单词，可以更好的理解幸福的不同层面：happiness是一种情绪，well-being是一种状态，flourising是一种过程，发现幸福，理解幸福，学习幸福。26.孩子观察的是父母的行为，而不是说教。give children enough money to do anything, but not enough to do nothing27.慈善不是写支票那么简单，比捐钱更重要的，是用商业的经验建立一种联动机制。28.怕输容易紧张，想赢就不紧张

13、《世界很大,幸好有你》的笔记-第145页

正如体育比赛一样，一位值得尊敬的对手会让你表现得更好。

14、《世界很大,幸好有你》的笔记-第18页

奥斯卡·王尔德说：人生就是一件蠢事接着另一件蠢事而来，而爱情就是连个蠢东西相互追来追去。苏格拉底说，不管怎么样，还是结婚好。如果你找到一个好太太，你会很幸福；如果你找到一个坏的，你会成为哲学家。马克·吐温说：爱情是奔跑速度最快的，却有时生长最慢的。在你纪念结婚20年之前，你很难明白一段好感情究竟意味着什么。

15、《世界很大,幸好有你》的笔记-第82页

每个人有不同的能量级别，就好像人在寒冷中会趋向温暖，人们往往会被比自己能量级别高的人吸引。

16、《世界很大,幸好有你》的笔记-第37页

我的女儿先是在一所公立小学读书，然后在北京的国际学校上中学。有一次我在餐桌上问她两种学校的教育方式有什么不同，她想了想回答说：“在本地的学校，老师总是让我们别犯错误；在国际学校，老师鼓励我们不要怕犯错误。”

17、《世界很大,幸好有你》的笔记-第1页

“爱情快速奔跑，婚姻慢慢生长”

18、《世界很大,幸好有你》的笔记-第1页

1.对于成年男女，各自有过一些情感经历，对于自己在感情上的需求逐渐确定下来，判断是否遇到了"对"人，并不需要太多的时间
2.魅力是可以无形之中吸引别人的力量，很多因素可以增加一个人的魅力，美丽的容貌是其中最直接最有效的一种。

《世界很大,幸好有你》

- 3.自信是以一种魅力，他让自己和周围的人感到自在。
- 4.因为这些人心中有个模糊的梦想，要去探索一个更大的世界，而英语是通向这个世界的钥匙。
- 5.比语言能力本身更重要的是谈话的内容，这其实也不神秘，无非是事先做好功课和一颗好奇心、同理心
- 6.要避免尴尬，事先准备工作一定要做好，不要一厢情愿
- 7.自嘲，是化解窘境的最好武器，把姿态放低，那些想让你尴尬的人还能怎样

19、《世界很大,幸好有你》的笔记-第1页

并不是特别喜欢杨澜，但是依然认可她那种淡淡的气质，融合了多年历练得来的能力。

20、《世界很大,幸好有你》的笔记-第144页

在公开竞争中如何表述自己的优势，又尊重和顾及对手的感受，是一门艺术。

21、《世界很大,幸好有你》的笔记-3语言的边界 世界的边界 交谈：从套近乎开始

动物学家珍妮·古道尔已经年逾80，她80多岁就深入非洲丛林研究黑猩猩，1960年她第一个发现黑猩猩可以制造简单工具：它把宽大的草叶修剪成草棍，伸入白蚁洞，引出白蚁作零食。她后来成立“根与芽”环境教育组织，倡导青少年了解自然，爱护环境，还成为联合国环境大使，强调保护生物多样性的重要性。近几年她无论走到哪里，都带着一个布猴子Mr.H。其实，它是一位盲人魔术师送给她的礼物，代表着希望。迄今为止，珍妮已带着它到过60个国家，被250万人抚摸过。因为抚摸拥抱的人太多，小猴子被磨坏了很多次。“我要代表动物发出声音，它们也有在地球上生存的权利。”说着，她就模仿坦桑尼亚黑猩猩的叫声“呜，呜，呜呜呜……”来表达问候。

22、《世界很大,幸好有你》的笔记-第126页

中国文化对当面赞美有所不屑，其实真诚适度的赞美是最好的社交润滑剂，跟拍马屁是两回事。

23、《世界很大,幸好有你》的笔记-第19页

爱情就是这样一咱狂奔，无所顾忌整个世界都无关紧要，只要我们能在一起。神奇的是，所有的迹象似乎都在暗示我们应该在一起：喜欢同样的书，爱吃同样的食物，不约而同说出一句话，甚至从星座到些微斗数，都显示我们注定要在一起。而婚姻教给我们最重要的一课，却是：没有人是“注定”在一起的。在一起，是自由选择的结果，是不断选择的结果。如果幸运的话，你会一次又一次坠入爱河，不过，是与同一个人。

24、《世界很大,幸好有你》的笔记-第91页

王阳明曾经写道：“你未看此花时，此花与汝同归于寂；你来看此花时，则此花颜色一时明白起来。”这世界上有许多非凡的风景，我等作为匆匆过客，原来不值一提，但不知怎的，它们触动了我们的心灵，让我们的情感，连同视线，与它们联结在一起，令人久久不能忘记，也无法归于寂寞了。

25、《世界很大,幸好有你》的笔记-第210页

人的价值，没有贫富，只有丰富。

《世界很大,幸好有你》

我们能给孩子们留下的最长久的遗产是回馈社会的精神价值。

《世界很大,幸好有你》

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:www.tushu000.com