



央视 2019《主持人大赛》好句精选（9—12 期）

前几天，随着总决赛的播出，央视《2019 主持人大赛》正式收官，邹韵和蔡紫分别获得新闻类和文艺类冠军。

大赛共分为 12 期，持续近半年。各位主持界大咖和新生代选手在新旧交织中焕发新“声”，网友们纷纷感叹，这档“神仙打架”节目简直就是款作文学习的“神器”。

之前，素材君已经推出了 1—8 期比赛的金句汇总。今天，再次推出 9—12 期的金句。大家可以集中收藏到一起，认真学习，慢慢消化。

第九期

01. 九十多年前，八角楼的微弱灯光点亮了中国革命的燎原之火，而这火光也必将带着跨越时空的井冈山精神，照亮这个奋进前行的新时代！——尹颂

02. 我们的追梦旅途不就是这样吗？再拼命的奔跑也不一定到达目的地，但是沿途的风景早已足够美好。——李莎旻子

03. 古建筑会说话。它们不仅仅是我们看到的屋檐木梁，它们更在向我们讲述着国家、民族和人民的动人故事。守护他们以及他们所承载的民族文化，需要无数人甚至无数代人的努力。——蔡紫

04. 在苍茫的戈壁墙上，也许他们不是耀眼的太阳，但他们本身做的事情就在发光。哪里有牧民哪里就有乌兰牧骑。——张舒越

第十期

05. 我们在座的每一个人，可能都曾经吃过袁隆平院士的米，这些水稻不光让我们牢牢地把饭碗端在了自己的手里，更让中国从一个世界粮食救援的接收者到国际粮食安全的保卫者，这是一群人的努力，是几代人的坚持，更是一个国家的担当。——邹韵

06. 我想我们要感谢这个全球化的时代，更要感恩那些面朝土地，心怀世界的播种者们。——邹韵

07. 是他们（战士）让我们懂得了我们不是生活在一个和平的时代，我们只是生活在一个和平的国家。谢谢他们的“坚守”，也谢谢家人们的付出，谢谢他们。——冯硕

08. 正是有了每一个人的全速前进，才有了独一无二的中国速度，正是有了每一个人的加速前行，才有了世界第一的中国高铁。——王嘉宁

09. 未来会怎样，里尔克有一首诗，它里边写道，你必须活在每一件事情里，你现在所经历



的难题, 未来会找到答案。——董卿

第十一期

10. 我们的人生不就是一一直在给未来的自己写一封信吗? ——李莎旻子

11. 我们说言为心声, 但是有的时候心与心的交流并不需要语言来表达, 有的人说桃李不言, 下自成蹊。——蔡紫

12. 我们每一个人, 都应该身体力行, 用自己的一言一行去坚守初心, 回归本心, 保持信心, 守护真心。——尹颂

13. 士不可以不弘毅, 任重而道远。为什么说任重而道远? 是因为弘毅之士以“仁”为己任, 什么是仁? 博爱、担当、责任、格局、胸怀。——董卿

14. 希望我们都能够永远记住我们的初心, 带着它在这条漫长的并不容易、并不轻松的道路
上坚持到底。——董卿

15. 言之不文, 行之不远。——董卿 (语出《左传》, 意思是语言没有修饰, 就不能流传很
远。)

第十二期

16. 我们每一个人都有一个现实家园, 唯有书本可以构建一个精神家园。——邹韵

17. 科技是国家强盛之基, 创新是民族进步之魂。——邹韵

18. 我们的世界都希望明天可以比今天更美好一点点, 而其中美好的一个很重要的填充部分
是善。这不是一个人的善、不是一群人的善、而是每一个人的善。毕竟一花独放不是春, 百
花齐放才能春满园。——邹韵

19. 现在我们的这些电子信息的通讯渠道越来越便利, 可给我们带来的却是情感上的越来越
疏离。——田靖华

20. 在最焦头烂额的关头也从未想过放弃, 在最压力爆表的时刻也绝不犹疑, 这才是真正的
热爱和对梦想最大的尊重。——王嘉宁

21. 如果我有机会告诉你人生当中什么是最重要的, 摆在前面的话, 我一定会告诉你更重要
的是“读万卷书”。因为它是一个原生动力, 它会给你无穷的能量, 同时它可以帮你书写你
最精彩的人生这本书。——王嘉宁

22. 如果说人类的进化是从行路开始的, 那么人类的文明毫无疑问依靠的是阅读。——董卿

23. 人和自然的关系, 人和自我的关系, 人和世界的关系, 如果我们失去了平衡, 那么对不
起, 枪响之后没有赢家。——董卿



-
24. “读万卷书，行万里路，胸中脱去尘浊。”毫无疑问“读万卷书，行万里路”，让我们能够摆脱的是什么，局限和狭隘，所以我们最终是要在相互的沟通、学习、交流当中看到自己的局限，去不断地进步。——董卿
25. 如果仅仅是言之有理，那我们会失去了温度。仅仅言之有物，可能又会失了高度。——康辉
26. 站在舞台上需要一种气叫‘底气’，但是做了这么多年主持人，我再加一点，站在这个台上还需要一种气叫‘服气’。因为有很多优秀的人比你还努力。——撒贝宁