



## 央视顶级文案 30 条，哪一条是你的最爱？

01. 任何一个梦想，都有不被打击，不被嘲笑的权利。——撒贝宁。

适用话题：梦想、做自己

02. 若你决定灿烂，山无遮，海无拦。——撒贝宁。

适用话题：理想、志向、做自己

03. 如果命运是世上最烂的编剧，那么你就要争取做人生最好的演员。——撒贝宁

适用话题：命运、逆境

04. “长大”这两个字，其实最重的分量在于，你终于可以承担起对他人的责任了。——撒贝宁

适用话题：成长、责任

05. 人生如一场修行。得意时，一日看尽长安花；艰难时，潦倒新停浊酒杯。——撒贝宁

适用话题：诗意人生、豁达心态

06. 自古英雄出少年，少年时，唤起一天明月，照我满杯冰雪；少年时，算平生肝胆，因人常热。虽然，韶华不为少年留，但不论我们行走多远，归来仍是少年。——撒贝宁

适用话题：青春、时代青年

07. 千万别相信什么“人生别输在起跑线上”，只有百米短跑才那么在乎起跑线。人生是一场马拉松，大家一起出发，谁能坚持到最后才是关键。——撒贝宁

适用话题：坚持、耐心

08. 人生不可测，在任何时候，都要抱着一份希望。——董卿

适用话题：希望与信念

09. 勇敢的人不是不落泪，而是愿意含着泪继续奔跑的人。——董卿

适用话题：勇敢、坚强

10. 枪响之后，没有赢家。——董卿

适用话题：人与自然、生态文明

11. 学习是最有用的，抱怨是最没用的。——董卿

适用话题：情绪控制、积极进取

12. 生命的意义如此厚重，无论我们怎样全力以赴都不为过。——董卿

适用话题：努力、勤奋

13. 世间很多美好的事物，并非触手可及的，经过了时间的酝酿和打磨，等待的结果才会显



得更加珍贵。——董卿

适用话题: 时间、耐心、等待

14. 从来没有灌溉过, 怎么能希望有一棵大树就突然出现在你的身边。——董卿

适用话题: 目标与行动、踏实与浮躁

15. 从某种意义来看, 世间一切都是遇见, 就像, 冷遇见暖, 就有了雨, 春遇见冬, 就有了岁月, 天遇见地, 有了永恒, 人遇见人, 有了生命。——董卿

适用话题: 学会珍惜

16. 青春是用来奋斗的, 不是用来挥霍的。只有这样, 当有一天, 我们回首来时路, 和那个站在最绚烂的骄阳下曾经青春的自己告别的时候, 我们才可能说: “谢谢你, 再见”。——

董卿

适用话题: 青春、奋斗

17. 没有在长夜里痛哭过的人, 不足以谈人生。——董卿 (歌德名言)

适用话题: 逆境、坚强

18. 每一个存在都有理由, 每一个生命都是造物者的光荣。——康辉

适用话题: 自信、自强

19. 再微小的光也是光, 再平凡的人, 也有他们人生中的高光时刻。——康辉

适用话题: 平凡与伟大

20. 你要自己发光, 而不是总折射别人的光芒。——尼格买提

适用话题: 独立、做自己

21. 没有什么能信手拈来, 你必须非常努力, 才能看起来毫不费力。——朱广权

适用话题: 努力、勤奋

22. 向未来张望的时光, 或许孤独而漫长, 希望努力过后, 都是晴朗。——《你好生活》

适用话题: 希望与信念、现在与未来

23. 无论是袅袅炊烟, 小小村落, 还是崇山沃野, 大江大河, 我站立的地方, 就是我温暖的国。——《你好, 生活》

适用话题: 家国情怀

24. 为梦想狂奔的路上, 有风急雨骤, 有孤夜寂寥。不要怕, 回头看看, 家人就在身后, 打着那束温暖的光。——《你好, 生活》

适用话题: 家庭亲情

25. 山有顶峰, 湖有彼岸, 在人生漫漫长途, 万物皆有回转, 当我们觉得余味苦涩, 请你



相信, 一切终有回甘。——《你好, 生活》

适用话题: 危机与转机、希望与信念

26. 人的顽强, 在无法抗衡的天灾面前, 闪着微弱的光。人类的爱, 在极端威严的自然面前, 维系着微小的力量。——《你好, 生活》

适用话题: 大爱、疫情

27. 世事如苍狗, 生命终凋零, 但在无常中去追求永恒与绚烂的生命伸张, 却保存在我们的文化记忆里。极目不见故土, 抬头却是同一片星空。——《如果国宝会说话》

适用话题: 文化自信、文化传承

28. 三餐茶饭, 四季衣裳, 共同造就了一个叫家的地方, 人因食物而聚, 人不散, 家就在。烟火人间, 风味长存。——《风味人间》

适用话题: 家庭亲情

29. 愿每个人都能遵循自己的时钟, 做不后悔的选择。——央视新闻《夜读》

适用话题: 选择、做自己

30. 所有的种子都值得等待, 等待一个华盖苍天的未来。——《本草中国》

适用话题: 等待、坚持