

# 阅读·悦己·悦心

中文与传媒系 张婧

一个人的阅读史，就是其心灵发展史。女性阅读对女性建立正确认知、活出自我、找到人生意义，具有重要的促进作用。随着社会快速发展、教育普及化程度越来越高，女性的社会地位也不断提升。基于此，女性阅读市场兴起。阅读开始进入“她时代”。女性对阅读的要求越来越高，阅读、悦己的同时更寻求“自我增值”。

## 阅读丰富人生之旅

土耳其小说家欧汉·帕姆克在其作品《白色城堡》里有这样一段话：“人生犹如单趟车旅，一旦结束，你就不能重新来一次了。”但是假如你一卷在握，不管那本书是多么复杂和艰涩，假如你愿意的话，当你读完它时，你可以回到开头处，再读一遍，如此一来就可以对艰涩之处有进一步了解，也会对生命有进一步的领悟。相对于宇宙来说，我们每个人的生都是短暂的，如何在短暂的人生中活得丰富而多彩，养成阅读的习惯，我们的人生之旅自然会更加充实。白岩松在他的《白说》里曾这样说过：“读一本好书，你就像在与一位大家做灵魂上的交谈，你会舍不得读完它。”书中的情感共鸣，让你不禁做出张爱玲的感慨“原来你也在这里”。阅读一本书就像在经历作者的人生，阅读一本书就仿佛在和大方之家灵魂交流。经历现实中你不曾经历的故事，感悟你人生中未曾有过的感悟。

## 阅读提升自我修养

古人云：“腹有诗书气自华。”读一本好书可以让人开阔眼界，可以陶冶情操，提升思想境界。古时候读书人追求“修身，齐家，治国，平天下”的人生，追求“读万卷书，行万里路”的知行合一境界。“和书籍生活在一起，永远不会叹息。”罗曼·罗兰如是劝导女人。读书可以给我们提供一种可供选择的生活方式，虽不穿金戴银，却底气十足；敢于素面朝天，但心清气爽；虽身居闹市，却能远离红尘喧嚣。毛姆说，养成读书习惯，也就是给自己营造一个几乎可以逃避生活中一切愁苦的庇护所。爱读书的女人，不会纠结于家长里短，不会把时间浪费在各种纷争中；爱读书的女人，会以一个更加包容、智慧的心态面对婚姻中的琐事；爱看书的女人是幸福的，书可以帮你抵御生活的琐碎，为你疏解婚姻的压力，让你在漫长的岁月里依然气质如初。爱读书的女人，通常能够让自己活得更自在，因为心是满的，就不会脆弱，爱读书的女人，配得上世间所有的美好。眼里有光，心藏诗书。看书和不看书，过的是完全不一样的人生。

## 阅读有助社会进步

阅读是学习之根基，阅读是教育之根本。阅读对于教师而言，能让我们拥有思想，而知识分子的全部尊严和社会价值就在于拥有思想。作为当代的知识女性，我们深刻地意识到：女性的素质影响民族的素质，女性阅读有利于提高整体国民素质，从而改变了社会风气，促进社会生产力的发展。作为一名教师和母亲，通过自身的阅读，可以在潜移默化中

激发我的学生和子女的阅读兴趣，在无声无息中养成阅读习惯。想要孩子成为什么样的人，首先自己要成为那样的人。教师自己的言传身教，同样对学生的成长有着举足轻重的作用。师生或母子的共同阅读不仅让我们增进了彼此之间的感情，而且营造了书香校园与书香家庭的氛围，从而内化了教育的目的，最终起到变革教育，甚至改变社会的作用。

阅读是一种健康良好的生活方式，每个人都应培养终身阅读的习惯。作为一位知识女性，阅读让女性开拓思路，修正言行，改良身上的缺点与不足，使身心达到更高的境界；阅读让女人的美，宛如落花的潺潺流水，拂去尘埃，洗尽铅华，圣洁而美好。阅读是女人最好的修行，当手不释卷，蔚然成风时，便在无声无息潜移默化中涵养了自我的从容、淡定、豁达的心境，洗涤了灵魂，放牧了情怀，引领了时代，影响了未来。