

# 2023年女性读书读后感(大全6篇)

很多人在看完电影或者活动之后都喜欢写一些读后感，这样能够让我们对这些电影和活动有着更加深刻的内容感悟。读后感书写有哪些格式要求呢？怎样才能写一篇优秀的读后感呢？以下是小编为大家搜集的读后感范文，仅供参考，一起来看看吧

## 女性读书读后感篇一

在文学史上，有许多的经典名著将要永不垂朽，就象《简爱》这样深深地进入人们的灵魂。读它，给你或许不是瞬间力拔山兮的气量，但却像品一杯香味悠远的清茶，仿佛听一首余音绕梁的名曲。又如撩人的春风醉人的春雨亲吻过越冬的枯枝：外观虽然干裂，生命却已被从内部唤醒。

简爱是个孤儿，在里德舅母家中，她受尽屈辱，形成独立，坚强，自尊的性格。在路德孤儿院，她经历了一生难得的挫折，觅见了真正的友谊。在桑菲尔德庄园，她释放了青春最火热的激情，然后，遇见了美丽的爱情。

每个人都很平凡而普通，吃喝拉撒中成长起来，都会烙下人间烟火的痕迹，并受七情六欲的支配。在桑菲尔德庄园，从相遇相知到相爱，简爱和罗彻斯特先生已然成了融为一体的灵魂。真情告白后，他们度过了简爱生命中最快乐安静的时光，彼时卿卿我我，此时花前月下。

“我要离开你！”

她的理由很简单，“我要尊重我自己！”

从庄园出走的简爱，孤身在广阔的原野上。那一刻，雷电交加，路途迷茫。里德太太的暴力，洛伍德孤儿院的苦难，她都能挺住，但这一次，她彻底失望了。

当一个人倾尽真情之后，得不到预期的效果，要么加倍的报复，要么无耻的堕落。

《简爱》该何去何从呢？

风雪交加夜，灯火映佳人。从荒原上闯出来的简爱，此时端详宁静。经历了所有该经历的之后，使她变得更加透明，透明的就像眼前跳动的烛光。当然，如果此时罗彻斯特先生出现在她面前的话，她将会重整行装，重新打理。

门开了，眼前并不是罗彻斯特，是一张清俊的面孔，他举止优雅，行为彬彬有礼，话语差点儿打动了简爱。直到此时，她才发现。她的心，一直都在桑菲尔德庄园，眼睛始终盯着罗彻斯特。

她始终坚信：能够尊重自己的女人不会有太坏的结果。

终于他的消息来了。不过，由于经历了家庭的变故，他现在已经成为双目失明的残疾人。可这一切对于简和罗彻斯特来说，结局在料定中会必然发生，正像所有的古典小说结尾那样，有情人终成眷属。

简·爱蔑视财富、蔑视社会地位和宗教的威仪，她认为，“真正的幸福，在于美好的精神世界和高尚纯洁的心灵。”她展现出来的人性美，在那个时代是那样难能可贵。难怪她的信念和行动展现出来的力量，深深的打动了一代又一代读者的心，使生活在金钱万能的社会中的人们的灵魂得到净化。

想想自己，挫败和纠结是我对自己上学期的总结。我在学校一天一天过这一成不变的学习生活，拼命地扎在书堆里，我知道自己基础不如别人，所以更是努力的去做各种练习题，我总是晚上很迟才睡，早上第一个起床，别人吃饭吃20分钟，我只吃10分钟。我奔跑着，在教室，食堂，宿舍之间奔波，

在无边的题海里挣扎，但似乎总是事与愿违，成绩总是不够好，搞得自己心中焦虑不已。我觉得自己就是那个跌倒在起跑线上的失败者，什么希望都没有，在失望的黑夜中徘徊。借句柴静的话：“这些不是我打心眼里有欲望的题，他们不会触动我。”这也许就是为什么我总是学不好的原因。在夜里，我总是习惯性地将自己蜷成一团，缩在被子里，“我还能实现梦想么？”我一遍一遍的反问自己。“也许，实现不了吧。”我烦躁的将被子盖在头上，却怎么也无法入睡。

半夜，我掀开被子开了台灯，把自己埋进书里，我看见了柴静，看见了她瘦小却又无比倔强的背影。她在一次又一次的挫折中慢慢改变，慢慢适应，慢慢成长。她最终找到了自己，得到了认可，她依然在追逐梦想的这条路上执着，尽管生活需要她做小改变，她依然一步一步的向着梦想的方向奔跑。对我来说不也是一样的么？若把目标比做靶子，环境需要你脱靶的时候，你可以脱靶，但你不能失去自己的目标。那是堕落。而我，不能堕落。钱学森曾说过“不要失去信心，只要坚持不懈，就终会有成果的。”我需要一步一步坚定执着地走下去！就像柴静一样，领导曾经在柴静低落时告诉她“扶不起来就不扶了”但她没有放弃，她始终坚持，她有目标，她从不屈服！而这正是我要学习的。无论遇到什么，都要坚定、勇敢地走下去。

挺住，是一种坚持，是一种态度，是一种勇气。我每天必须鼓足勇气面对每一件事，用严谨的态度去对待每一次作业，要将勤奋的习惯坚持下去才行。这又有什么难的！

要从容地着手去做一件事，一旦开始，就要坚持到底。新的一学期即将到来，我还将继续前行，我无法预料会发生什么，但我知道，柴静会一直引领我走过每一道坎坷。不管前方的路有多苦，只要方向正确，不管多么崎岖不平，只要勇敢地挺住，都比站在原地更接近幸福！

## 女性读书读后感篇二

好的读书名言，促进学习的进步，女性多读书，可以提高自己的气质，多读书，做一个幸福自信有智慧的魅力女性。以下是本站小编给你推荐的感动女性的励志书籍，希望对你有帮助！

一个优雅从容的女人，不关乎美貌、家世，而是源自内心的那份自信与高尚。一个优雅从容的女人，不关乎你的外表是否美貌，也无关你的心智是否聪明，都要凭着自己的心性去过自己想要的生活，要为自己而活。

正因为是女人，才需要做种种努力与坚持、种种体会与修炼，才能修得一个遇变不惊、从容美好的心境。只有拥有一颗淡定从容的心，岁月才会一直安静美好。

《遇见心想事成的自己(全新修订版)》以故事的形式，讲述了一场触动人心的追寻之旅。主人公阿南不辞辛苦，跋山涉水去遥远的神秘国寻找心想事成的秘密。一路上经历了一系列不可思议的事件，终于揭示出心想事成的真相：清除层层的内阻后，心所向往的东西，会毫不费力地来到你我的生命中。

于丹所著的《于丹趣品人生》将带领我们体验古代名士的生活情趣，做个闲人，对一张琴、一壶酒、一盏茶，于闲适间找回生命本真，找回幸福的感觉。悠闲的情趣与生活方式并非要让我们闲置大把的时光，放弃理想和责任，而恰恰是要让我们在实现价值的同时不要丢失自己。

无论生命的道路上多么忙碌，不妨忙里抽闲让自己停一停、静静心，回头看看最初的起点，向前望望最终的归宿，然后带着一个从容的自己，走上漫漫人生道路。

小野著的《极简力》不是让你简单地舍弃物品，而是让你重新认识生活的本质。从生活空间极简、欲望极简、感情和人际关系极简、物质极简、理财极简、工作极简等生活的各个方面出发，教你学会选择生活，而不是被生活选择。跳出“我执”，眼里不再满是物品，不害怕错过什么，也不担心失去什么，在日常繁琐中集中精力，把真正有价值的事情做到完美，这才是人生好的状态。

《此心光明万物生(于丹国学美文)》是于丹“国学美文‘真善美’系列”第二本“向善卷”。《此心光明万物生(于丹国学美文)》语出王阳明心学，从人生坐标的角度，将于丹私家美文结集成书;深入讨论：人性本善，并非小恩小惠，更不是一己的幸福，而是有关信仰的慈悲，是一种大我的担当。

全书分为“有所依”、“有所为”、“有君子风”、“有神仙骨”等八个侧面，惜缘向善;并配以“国学小站”和经典美图，让读者在一次次丰美的国学滋养中，感悟幸福的真谛，直面人生的考验。

## 女性读书读后感篇三

女性需要优异的信心，甚于基于道理的信心。以下是本站小编为大家整理的关于成功女性必看书籍，欢迎阅读!

作者简介:

卡耐基(dale carnegie)[]被誉为二十世纪最伟大的成功学、人际关系学大师和心灵导师、人性教父。他一无所有奋斗到身家不菲，还把个人成功的技巧传授给了每一个有勇气追求幸福的年轻人，改变了几亿人的人生。卡耐基被誉为“也许除了自由女神之外，最能代表美国精神”的人，成为一个时代梦想的化身。

其作品被翻译成二十八种文字，被誉为“人类出版史上的奇迹”，成为仅次于《圣经》的畅销经典。

主要作品包括《人性的优点》《人性的弱点》《快乐的人生》《伟大的人物》《人性的光辉》和《沟通的技巧》等。

《做个有本事任性的女人》简介：

《做个有本事任性的女人》是心灵励志大师戴尔·卡耐基的经典作品，融美国心理学之父威廉·詹姆斯、精神分析学创始人弗洛伊德的心理学指导，和超级富豪洛克菲勒、卡内基、查尔斯·施瓦布的经营理念以及人际交往关系学于一体，教你找回信心和勇敢，开发出成功的思维方式。

不管生得漂不漂亮，都要活得漂亮，这就是女人的任性宣言。有本事任性的女人，离开谁都能精彩过一生。

即使你的人生现在一帆风顺，谁也不敢保证下一步不会风云突变，我们要明白，生活是个吝啬的老太婆，总是不喜欢给任何人全部的欢乐。作为这个时代的女人，我们必须将自己变得强大，拥有正向的思维以及过好日子的能力。

名人对《做个有本事任性的女人》的推荐：

做你喜欢做的事，上帝会高兴地帮你打开成功之门，哪怕你现在已经80岁了。

——百岁画家 摩西奶奶

一个人可以非常清贫、困顿、低微，但是不可以没有梦想。只要梦想存在一天，就可以改善自己的处境。

——心灵女王、传媒一姐 奥普拉·温弗瑞

我的命运由自己决定，我也会跟别人一样担心害怕，但是你得自己往前走，要拥有自己的梦想。

——美国最伟大女演员 凯瑟琳·赫本

无论别人如何看，只要自己觉得自己是对的就行了。

——美国前第一夫人 伊莲娜·罗斯福

我是一个任性的孩子，我想涂去一切不幸。我想在大地上，画满窗子，让所有习惯黑暗的眼睛，都习惯光明。

——诗人 顾城

作者简介：

李筱懿，女，生于安徽滁州，狮子座。

2001年从安徽大学中文系毕业，入职为某国际营销咨询公司总经理秘书。

2004年进入《安徽商报》成为一名财经记者，后转入安徽商报广告部，组建《安徽商报·爱家周刊》，任主编。现为安徽商报广告中心副主任。

在成为一名广告达人的同时，未放弃文学梦想。2008年开始，在全国多家媒体开设专栏，随后结集出版随笔集《百炼钢成绕指柔》。

2013年，最新力作《灵魂有香气的女子》——以灿若莲花的文字，与民国兰心蕙质的女子对话，与当代有着自由灵魂的女子畅谈。

《灵魂有香气的女子》简介：

《灵魂有香气的女子》是女性修心的随笔集，一本揭穿人生的启示录。这是26个女神的故事，她们真的得到过一切。

她们在民国军政界、商学界最出色男子的呵护下，做了一辈子美人、才女、传奇。

作者剥去名女子的层层光环，不光写她们风光的一面，更写风光背后的心酸与沧桑。原来这些得到了一切的传奇，只不过是活得很努力的普通人。她们也有被人像草一样丢掉的时候，但依旧如珠如宝般对待自己。在跟你我相同的人生境遇里，她们更懂得经营自己。

愿她们的命运，成为你的良药。愿这本书成为女孩最靠谱的人间指南。

《灵魂有香气的女子》这是一些最让人羡慕的女人，她们有最精彩的人生，而且征服了各个领域中最出色的男人。这里不光写风光的一面，更写她们风光背后的心酸与沧桑。这些女性的起点不同、身份各异，人生的结局却往往出人意料。

作者简介：

戴尔·卡耐基(dale carnegie[]1888年11月24日-1955年11月1日)，被誉为是二十世纪最伟大的成功学大师，二十世纪最伟大的心灵导师，美国著名的人际关系学大师，其在1936年出版的著作《人性的弱点》 《写给女人》等著作。

《做内心强大的女人》简介：

《做内心强大的女人》—卡耐基写给女人的一本世界级心理励志书，是一本著名的励志类好书。因为内心强大，所以无所畏惧，最走心的女性幸福必读经典，全世界最有魅力的女人都在看，这是一本值得所有人读的书。读完之后，心灵会受到启迪，会感受到无数的正能量，内心会变得无比强大。



在男人看来女人是弱小的，但是通过《做内心强大的女人》中一些心理暗示，女人的内心会变得和男人一样强大。女人可以和男人变得一样，不管外界有多么可怕，多少荆棘，多少困难，女人同样可以坚强面对!!!

内心强大，人生无所畏惧。

戴尔卡耐基写给女人的世界级心理励志书。《做内心强大的女人》中的内容深入浅出，为读者打开了一扇重新认识自己和他人的窗户，并结合多项实例，教会我们如何激发自身的潜能，引爆内在的强大力量。

通过种种实验和数据，卡耐基向我们阐释女人作为一个独立的个体，可以战胜脆弱的内心，可以使我们产生一个新的自我，让我们变得更加自信、充满活力、也更有安全感。

它通过一系列的训练方法，提升我们内在的信任、豁达、愉悦、进取等正能量；规避自私、猜疑、沮丧、消沉的情绪，是一本能彻底改变我们工作、生活、行为模式的心理学著作。

## 女性读书读后感篇四

我经常对家人说，当老师的我很忙，没有时间干家务活。对朋友说，当老师很累，没有意思。确实没有老师不抱怨自己的时间不够用的，天天是上课、改作业、备课辅导、谈话开会理论学习等等，连一分钟空闲的时间都没有。这里面除了没有很好地安排自己的时间而觉得时间不够用外，整天被迫着去做这些事，心累，恐怕问题还是出在疲于应付上，整天是事情在后面追着自己，简单的说：“头痛医头，脚痛医脚”，而没有主动去做。教师的任务比较繁重，时间总会在不知不觉中流淌，就看自己能不能把握得住了。

谈到如何解决时间这个问题，苏霍姆林斯基举了这么一个例

子：一位有三十年教龄的历史老师上了一届公开课，区培训班的学员和区教育局的指导员都来听课。课上的非常出色，听课的老师和指导员本来打算记一些记录，可是他们听的入了迷，竟然连记录都忘记了，就像自己也变成了学生一样。这是多么令人惊叹啊！课后有一位教师问他：“你花了多少时间来备这节课？不止一个小时吧？”这位历史老师说：“对这节课，我准备了一辈子。而且总的来说，对这个课题的直接准备，或者说现场准备，我只用了大约15分钟。”一辈子都在备课，这是一件多么不容易的事啊。教师的时间从哪里来？一昼夜只有24小时。确实，做教师的每天必须备课、上课、改作业、课外辅导……现在还要抽出时间来读书搞科研。带着这个问题，我阅读到书中所写：怎样进行呢，书中给了我们一个很好的建议：这就是读书，每天不间断地读书，跟书籍结下终生的友谊。潺潺小溪，每日不断，注入思想的大河。

苏霍姆林斯基说：一些优秀教师的教育技巧的提高，正是由于他们持之以恒地读书，不断地补充他们的知识的大海。如果一个教师在他刚参加教育工作的头几年里所具备的知识，与他要教给儿童的最低限度知识的比例为10：1，那么到他有了15年至20年教龄的时候，这个比例就变为20：1，30：1，50：1。这一切都归功于读书。我想：这也就是许许多多优秀教师之所以优秀的根源。在今后的日子里加大阅读量，多读书，读好书，读书不是为了应付明天的课，而是出自内心的需要和对知识的渴求。如果你想有更多的空闲时间，不至于把备课变成单调乏味的死抠教科书，那你就读学术著作。是啊！我们应当在自己所教的那门学科里，使学校教科书里包含的那点科学基础知识，只不过是入门的常识，在科学知识的大海里，我们所教给学生的教科书里那点基础知识，应当只是沧海之一粟。读了这些，我茅塞顿开，教师的时间问题是与教育过程的一系列因素和方面密切相关的。教师进行劳动和创造的时间好比一条大河，要靠许多小的溪流来滋养它。怎样使这些小溪永远保持活力，有潺潺不断的流水，这是我们安排时间时应该首先考虑清楚的！

教育类书籍读书心得体会7 又一次拜读朱永新老师的《新教育之梦》。用心读完后，掩卷遐思，不禁心潮澎湃，真真切切的感受到了这位教育大师知识的渊博，对教育至真的感悟与至纯的挚爱，他对新教育理想追求的高瞻远瞩，令我油然而生敬意。我强烈的感觉到，这新教育之梦，她，并不遥远，她，就在我们广大教育工作者共同的对教育事业的执着追求中，这梦定能成真！

这本专着在教我们如何当一个好老师的同时，也教会了我们如何做人。

海纳百川，才有了大海的浩瀚无边。一个真正优秀的教师，就应该是一个不断进取的学者，向前辈学习，向优秀者学习，甚至向我们的孩子学习。”教育在历史上第一次在为不可知的未来服务，教师和孩子间的代沟从来没有像今天那么大，教师第一次不得不抛去因经验丰富而摆出的架子，虚心向孩子学。这是我们怕见到而不得不见到的一幅图景。教师此时有‘一桶水’也是不够用的”。面对我们的孩子，面对他们突然冒出的新花样、新想法，我们常常会发出感叹：现在的孩子啊，我们常常有无所适从的感[/]觉。这时，你的脑海里应敲响警钟：你已经落后于你的孩子了。

人没有了思想，根本就属于酒囊饭袋、行尸走肉。教师没有了思想，就不能称其为教育者。教育不光需要有思想的教育学者，有思想的行政管理者，更需要有成千上万有思想的一线教师。这具有两方面的意义：一是用思想去重塑我们的教育行为，“观念改变，行动改变；行动改变，命运改变”。二是用思想陶冶学子的心灵。只有思想才能滋养丰富的心灵和厚重的人格在教育世界中，倘若有丰富的思想熠熠生辉，倘若有丰富的思想相互碰撞，倘若有高尚、丰富、独到、深刻的思想来鼓舞人心，我们的工作，我们的人生，才更有趣味，更有魅力，我们才真正无愧于上苍给予我们的不可重复，不可替代，无比高贵的生命。

在书中有这样一句话我很欣赏：土地宽容了种子，才拥有了收获；大海宽容了江河，才拥有了浩瀚；天空宽容了云霞，才拥有了神采；人生宽容了遗憾，才拥有了未来。宽容意味着承认孩子的差异，承认孩子的未完成状态。教育应从宽容开始。

## 女性读书读后感篇五

作为一名职场女性，阅读一些关于职场的书籍来提高自己的智慧。下面本站小编就来为大家推荐的职场女性看的励志书籍，欢迎参阅！

### 1、《女人办公室潜伏心理学》

《女人办公室潜伏心理学》：察言观色是一种本领。面对带“钩”的“蚯蚓”，不要总是怀着如何不被钩到，又能吞食诱饵的侥幸。那样，危险和自己就只有一步之遥了。当你实在忍受不住要爆发时，就想一下成本收益率，自己得罪这个人会有什么后果，而又能有什么好处。站在上司的立场想问题，站在自己的立场做事情。

### 2、《女人要为理想而奋斗》

《女人要为理想而奋斗》：世界上最大日用消费品公司p&g韩国分公司营销总裁金周妍给新一代25~35岁女性传达有关职业的秘诀。从新员工成为宝洁常务的金周妍记录了100%的20xx年职场生活的经验之谈。身为上班族、妻子、母亲所经历的苦恼及其解决方法，是针对25—35岁的女性职业指南。经历了所有职场人所要经历的问题：业务技能、人际关系、处世为人、时间管理法、报告的策略、晋升及薪水问题、沟通的技巧等等。关于这些问题的现实经验教训都是我们成功的职场生涯所需要的。

### 3、《小女生职场修行记》

### 4、《30岁前别结婚》

《30岁前别结婚》：作者陈愉(joy chen)是洛杉矶最年轻的华裔女市长，全球顶尖精英猎头。赶早结婚是上世纪的残羹冷炙□joy以亲身经历表明，成熟独立的女性更能吸引到好男人！作为精英猎头，她将教你如何精准地规划人生，并走出这个社会营造的婚姻幻象，用猎头的方法找到你的真命天子。

#### 1. 《天下女人之美丽绽放》

《天下女人之美丽绽放》：大型强档谈话节目《天下女人》精选，汇集了她们对十三位杰出女性的精彩访谈。在智慧、幽默的对话中，我们似乎能看到她们独特的生活哲学、成功密码和迷人魅力。

#### 2. 《一个外企女白领的日记》

《一个外企女白领的日记》：是中国首部全景式职场生存日记，讲述迄今为止职场最全面的生存法则，培训师永远不会教你的职场“潜则”。外企500强资深财务经理两年职场修炼日记。全面解析外企职场生存法则国内首本职场修炼手册，职场案例q&a全方位定位分析。

#### 《女人的职场华尔兹》

《女人的职场华尔兹》：对于作为女性的你而言，想要得到社会的认可就必须得到男性的认可。虽然不愿接受，但到目前为止，大部分的领导都是男性，为你做出评价的上级或社长大部分也是男性。因此女性需要掌握更具实践性的处世之道，在男性的世界里，只有掌握规则才能成功。如果你也有同感的话，就请将手中小说类的励志书籍扔到一边吧。从故事中脱离出来，鼓起开拓者般的勇气吧！从现在起，以认真的

态度管理好自己的工作吧!请你用自己的力量打破对女性的成见吧!

## 女性读书读后感篇六

读书的女人有一种韵味，读书的女人最美丽，那有哪些书籍适合女性看的呢?下面本站小编就来为大家推荐的女性励志书籍阅读，欢迎参阅!

### 1、《优雅是女人最漂亮的外衣》 张晓萍 南海出版公司

《优雅是女人最漂亮的外衣》讲述女性如何通过内在和外在的细节修炼，让自己变得漂亮迷人，变得优雅出众，变得魅力超凡，实现自身修养的完善和自我价值的提升，让自己的生命绚烂多姿，如花绽放，散发出无与伦比的恒久魅力，活出从容、精彩、幸福的人生。

### 2、《礼仪》 三枝理枝子 电子工业出版社

这是一本讲述职场女性礼仪的书，由权威礼仪专家、原日本航空公司空乘长 三枝理枝子老师所著。本书中内容均为世界公认的国际礼仪标准，根据多年作为空中乘务长的工作经验和实际接触名媛、贵妇等各国优雅女性的亲身经历，讲述了在仪容、仪表、表情、语气、用词、肢体动作、心理等多个方面如何表现才能让女性自身显得优雅、有气质进行了深入细致的阐述。

### 3、《优雅的女人最有气质》 郭丽艳，展洪伟 中华工商联合出版社

这本充满启迪的女性之书宛如一枚指南针，在拓展你的眼界的同时，还能让你在不知不觉中发生思维的转变，令你意识

到气质是如何形成的、优雅是如何修炼的。没有自卑，没有自负，没有羞涩，让你活出最美好的生命姿态。

#### 4、《做自己的教主》 畠山奈保美 山东人民出版社

这是一本女性励志书。巴黎姑娘永远按照自己的意愿生活。因此她们会每天磨练自己的敏感度。本书介绍巴黎姑娘们的时尚、恋爱、美容、美食、生活、生活方式等六个方面，同时揭秘随着年龄增大会更有魅力的原因。

#### 5、《我的第一夫人们》 南希·克拉克 海峡书局

《我的第一夫人们》，讲述了一位美国普通女性，从白宫志愿者做到花艺设计主管的30年不凡经历，记录了她与六位美国第一夫人朝夕相处的生活片段、感人瞬间和所见所闻。作者与6位第一夫人朝夕相处的众多生活片段，成就了这一本有料、有趣而感人的自传。

#### 6、《幸福力》 沃伦·卡塞尔 北京联合出版公司

##### 1、《从此与众不同》 高升燕 企业管理出版社

在国际舞台上，“第一夫人”的角色都是非常活跃的。作为现任美国总统的妻子，米歇尔·奥巴马以高雅的姿态和充满力量感的鼓舞力让世人赞叹。她所展现出来的独特魅力，绝对值得女人琢磨一辈子，学习一辈子。本书将同大家一起分享米歇尔·奥巴马的成熟与魅力、职业与成功、心情与快乐、沟通艺术、婚姻与爱情、信任与奉献、激励与拼搏等方面的内容。它将帮助女人全面提升自己的魅力，实现让自己焕然一新的破茧而出、羽化成蝶的升华。

##### 2、《做有韵味的女人》 穆剑儿 电子工业出版社

《做有韵味的女人》从成熟味、学识味、爱情味、智慧味、

魅力味、修养味、气质味、个性味八个方面说明怎样去做一个有韵味的女人，从而优雅而从容地成为一个有魅力的女子！

### 3、《大气：魅力女王的修炼课》 万芳 中国华侨出版社

《大气(魅力女王的修炼课)》是一本关于气质、关于美丽、关于改变、关于幸福的书，是编者为芸芸女子送上的一项王冠，它镶嵌着带有深刻寓意的五颗宝石：它们代表着坚定的信念、无上的魅力、强大的心灵、深邃的内涵以及永恒的幸福。书中没有用说教的语言阐述真正有魅力的女人应该什么样，而是以最具影响力的魅力女人们作为气质导师，用她们的亲身经历和表现为女人树立起一个真实的榜样，因为没有什么能比这样的力量更触动人心。

#### 1. 《跳来跳去的女人》

[俄] 契诃夫

推荐语：俄国现实主义作家契诃夫在他的小说《跳来跳去的女人》中，塑造了一个具有普遍意义的高度概括的典型人物。小说女主人公有一套据以行事的生活观念：人的美、人的价值就在于他的不同凡响。而她的丈夫只是个普普通通的医生，于是她整天都在寻觅英雄。女主人公虽无恶意，但她却在不断损害着自己的丈夫。小说进入尾声时才点出真正的英雄原来就是在故事中一直充当配角的戴莫夫医生。

他之所以美就在于他虽然才智出众，却从未自命不凡，他总是默默无闻地尽着自己的义务，甚至不顾自身安危去抢救病人。这样一个在平凡劳动中完成着不平凡事业的人物在死后才被发现，得到承认。契诃夫一方面赞美了普通劳动者的心灵美，另一方面则鞭挞了那种蔑视劳动、欺名盗世、心灵空虚的人物。

笔记：



跳来跳去，你跳得出生活吗？

人应当一切都美，外貌、衣着、灵魂、思想。

幸福的人之所以感到幸福，只是因为不幸的人们在默默地背负着自己的重担。一旦没有了这种沉默，一些人的幸福便不可想象，这是普遍的麻木不仁。真应当在每一个心满意足的幸福的人的门背后，站上一个人，拿着小锤子，经常敲门提醒他：世上还有不幸的人。

## 2. 《爱的教育》

[意大利] 亚米契斯

推荐语：《爱的教育》一书以一个小男孩安利柯的眼光，从10月份4年级开学第一天开始写起；一直写到第二年7月份，全书共100篇文章，包括发生在安利柯身边各式各样感人的小故事、父母在他日记本上写的劝诫启发性的文章，以及10则老师在课堂上宣读的精彩的“每月故事”。每章每节，都把“爱”表现得精髓深入、淋漓尽致，大至国家、社会、民族的大我之爱，小至父母、师长、朋友间的小我之爱，处处扣人心弦、感人肺腑。

笔记：

要坚强，要勇敢，不要让绝望和庸俗的忧愁压倒你，要保持伟大的灵魂在经受苦难时的豁达与平静。

不要让嫉妒的蛇钻进你的身体里。要知道，它会腐蚀你的心灵，吞噬你的灵魂。

人有着一个大要求。人不能满足于现在，对于无限，有着憧憬与畏惧敬虔之念。换句话说，人不能满足于一生，想求人以上的价值。这价值就成了理想，成了宗教，使人心归依。