



新年到，年度书单来报到！让我们在阅读、思考中回味每一天，一起来看看我市三家主要书店2022年度的书单吧。

——编者

重庆新华书店2022畅销书TOP10

- 《三体(典藏版)》**
刘慈欣 重庆出版社
- 《骆驼祥子》**
老舍 人民教育出版社
- 《活着》**
余华 北京十月文艺出版社
- 《傅雷家书(新课标本)》**
傅雷、朱梅馥、傅聪 著 傅敏 编 译林出版社
- 《百年孤独(50周年纪念版)》**
[哥]加西亚·马尔克斯 南海出版公司
- 《钢铁是怎样炼成的》**
[苏]尼·奥斯特洛夫斯基 人民教育出版社
- 《红岩》**
罗广斌、杨益言 中国青年出版社
- 《西游记(上下)》**
吴承恩 人民教育出版社
- 《昆虫记》**
[法]亨利·法布尔 人民教育出版社
- 《窗边的小豆豆》**
[日]黑柳彻子 南海出版公司

精典书店2022年度好书TOP10

- 《群体的疯狂》** [美]威廉·伯恩斯坦 中信出版社
- 《千脑智能》** [美]杰夫·霍金斯 浙江教育出版社
- 《水运与国运》** 吴鹏 浙江人民出版社
- 《是什么造成了社会危机?》** [美]杰弗里·亚历山大 江苏人民出版社
- 《涌现:从混沌到有序》** [美]约翰·霍兰德 浙江教育出版社
- 《人类的善意》** [荷]鲁特格尔·布雷格曼 北京联合出版公司
- 《现代中国的形成(1600-1949)》** 李怀印 广西师范大学出版社
- 《元宇宙改变一切》** [加]马修·鲍尔 浙江教育出版社
- 《数学的力量》** [美]弗朗西斯·苏 中信出版集团
- 《数学的语言》** [美]齐斯·德福林 广西师范大学出版社

西西弗书店2022新书畅销TOP10

- 《如果历史是一群喵10:宋辽金夏篇》** 肥志 广东旅游出版社
- 《就喜欢你看不惯我又干不掉我的样子6》** 白茶 人民文学出版社
- 《同名同姓受害者协会》** [日]下村敦史 文汇出版社
- 《透明的螺旋》** [日]东野圭吾 南海出版公司
- 《周四推理俱乐部》** [英]理查德·奥斯曼 接力出版社
- 《莫言的奇奇怪怪故事集》** 莫言 江苏凤凰文艺出版社
- 《起初·纪年》** 王朔 新星出版社
- 《蓦然回首》** [日]藤本树 新星出版社
- 《跟着物理学家学物理》** [日]左卷健男 中国青年出版社
- 《深渊笔记》** 南派三叔 北京联合出版公司

2022,全民阅读书香致远

□别必亮

日月开新元,万象启新篇。在新年伊始之际回顾2022年重庆全民阅读成果,我们欣喜地发现:这一年,高温、疫情并不能阻挡人们求知求学的热望,全民阅读观念从城市走向乡村,在辽阔的田野播洒书香,用阅读点亮一盏盏明灯;这一年,渝版图书亮点纷呈,市场供给充足,成绩可圈可点。

全民阅读 深度调研,展示协作合力

回望2022年,全民阅读走实走深,不断升级。1月,“倡导全民阅读”再次被写入《2022年重庆市政府工作报告》;2月起,重庆日报策划了“重庆全民阅读现状调查”系列调研,从阅读方式、实体书店、“双减”后阅读新变化、图书榜单、读书会、出版社之力、乡村阅读等方面进行了深度报道,全景展示了我市全民阅读现状;3月,2022年政府工作报告明确提出“深入推进全民阅读”,这是“全民阅读”连续九年被写入政府工作报告,与以往的表述相比,前面的动词由“倡导”变成了“深入推进”。全民阅读作为我国文化事业的重要组成部分,这一年之所以受到重点关注,重要原因之一是全民阅读已经具备迈入高质量发展阶段的条件。

阅读方式上,数字阅读欣欣向荣,成为与纸质阅读相辅相成的重要阅读方式。“百本好书送你读”数字阅读活动以数字化、网络化、智能化为载体,打通了电子版、有声版、纸质版“三维”阅读空间,现已成为重庆全民阅读活动的风向标。“学习强国”数字农家书屋的手机端、电脑端、电视端同步建设,总订阅读量、用户量达500万余户,已成为农村数字阅读用户上线图文、视频作品2.6万余件。尽管受到疫情反复、电商冲击、阅读习惯变化等不利因素影响,实体书店在

2022年经历了寒冬,但也不乏借势互联网“自救”,利用社交媒体、社群运营、即时零售平台化危机为契机,通过开展书店+文物、书店+咖啡、好书+文化等活动,收到了较好的“圈粉”效果。重庆日报“打卡一路书香”栏目报道过的时光里图书馆、一书店、军哥书屋、刀锋酒馆等独立书店,打造差异化优势,探索多元文化体验,避免了闭店危机,也将迎来下一个春天。

出版社发力图书出版创新。如重庆出版社的《中国音乐史·图典版》在纸质图书中加入二维码,读者通过扫描二维码即可观看视频、聆听音频;重庆大学出版社的《艺术启蒙有声书——带孩子认识99位艺术家》,音频不再是配角,而是当之无愧的主角。总体来看,本土出版企业正探索从单一的编辑发行营销向复合型、高品质的图书阅读推广转变,路径愈来愈清晰。

乡村阅读也是蹄疾步稳向前迈进。深化农家书屋延伸服务,通过开展乡村少年儿童阅读实践、组织知识竞赛、读书征文等活动,提高了广大村民的阅读兴趣和参与度。

主题出版 持续精准发力,高扬时代主旋律

2022年,我市出版企业围绕国家发展重大部署策划重点主题出版物选题,精品荟萃、亮点迭现,在此撮取点滴以飨读者。

重庆出版社推出的《向着太阳前进:做最好的团员》,结合革命先辈、优秀共产党员和先进人物的事迹和成长历程,从“怎么看、怎么想、怎么听、怎么做、怎么学、怎么说”六个维度回答如何做最好的团员,以此庆祝中国共产主义青年团成立100周年;与当代中国出版社联合出版的《新时代这十年》丛书(10册)献礼党的二十大,生动反映了党的十八大以来取得的历史性成就、发生的历史性变革,

该书入选中宣部主题出版重点出版物选题;与作家出版社联合出版的《下庄村的道路》,讲述了下庄村人在毛相林带领下开山凿路脱贫攻坚奔小康的感人故事,该书荣获中宣部第十六届精神文明建设“五个一工程”奖。

西南大学出版社的《中国共产党重庆历史》,用“速写”的方式系统梳理了重庆党史上的大事、要事,展现光辉历程;出版的“乡村振兴探索丛书”,以新视野和新思维探寻乡村振兴的鲜活经验,促进社会各界更为立体全面地认识新形势下的乡村振兴。重庆大学出版社的《改革开放新实践丛书》(11卷),聚焦新时代改革开放新的伟大实践,在2022中国国际智能产业博览会开幕前夕,作为智博会文化名片的“解码智能时代2022”丛书(两册)在渝出版发行。

原创文学 作家深耕细作,力作不断涌现

2022年我市作家深入基层体验生活,书写社会现实,文学原创作品佳作不断。

著名诗人冉冉华丽转身,十年磨一剑,精心创作的《催眠师甄妮》经《人民文学》《十月》转载后由重庆出版社出版。作品探讨生命的意义,多维度呈现转型期城乡社会生活,引发新华网、《三联生活周刊》《文汇报》等媒体广泛关注。

重庆出版社的《动物忧伤》,作者陈仓去年获得了第八届鲁迅文学奖,这本散文集是他以悲悯情怀对人类与动物和谐共生的礼赞;重庆出版社的《行走的力量——重庆日报“重走”系列报道丛书》,再现了重报记者们的深刻观察和行走力量;西南大学出版社的《野猫岩》(万启福 著)围绕红岩机厂的建设、成长与变迁史的主线,讴歌了“三线工厂”工人们的奋斗精神;重庆大学出版社的《千里走乌江——当代乌江流域考察实录》,是

长江韬奋奖获得者、记者向泽映以纪实的手法对乌江流域的经济社会文化等现状考察的成果。

此外,2022年我市出版的科学普及读物反响良好,人文社科类物体现历史积淀深厚。如巴蜀书社的《川剧剧本见档案文献编注》重现失传川剧绝活;在重庆大学出版社的《重庆近代城市建筑》中,作者欧阳梓用钢笔画为重庆建筑留存了珍贵记忆;西南大学出版社的《苏轼书法全集》历时六年编集,展示了苏门传世大作的文化气韵;重庆出版社的《邹绛诗文集》反映诗人学者邹绛对我国诗歌发展的贡献,以纪念邹绛先生百年诞辰。

韶光开令序,淑气动芳年。作为新时代的出版工作者,不仅要在火热的生产生活实践中牢牢扎根,还要在汹涌的市场经济大潮中勇敢搏击,发现文化建设中的问题,提出更具建设性、针对性和可操作性的建议。

展望2023年,站在新的历史方位,面对新时代新征程新重庆的使命任务,我们要以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导,认真贯彻落实党的二十大精神,进一步深入推进全民阅读活动深入开展,切实做好主题出版选题策划,加强与头部企业合作,加快数字出版和媒体融合发展步伐,搭建好文艺创作人才及其作品的宣传展示平台,打造更多精品力作,以高质量的图书生产、高品质的内容供给服务文化强市建设,更好满足广大市民的精神文化需求。

近悦远来 书香重庆



电子书
有声书
扫码即可
阅读、收听

道义现实主义:换个视角看世界 ——读《大国领导力》有感

□贺高祥

国际关系不仅影响一个国家的兴衰与命运,而且往往攸关到一代或几代人的生死存亡。随着世界联系紧密性的不断加强,国际关系对我们日常生活的影响也越来越大,如何客观看待国际事务、冷静观察国际形势,做到沉着应对、不人云亦云、不感情用事,成为当代青年自信自强、守正创新、踔厉奋发、勇毅前行的动力和现实需求。

长期以来,以美国为代表的西方学者坐拥国际关系学科的“葛兰西霸权”,现实主义、自由主义和建构主义成为当代西方国际关系理论中的三大主流理论。西方学者提出的理论与观点本就在为自由主义霸权秩序背书,与其所在国家战略利益相吻合。自2008年国际金融危机后,中国一跃成为世界第二大经济体,连续多年对世界经济贡献率

超过30%,成为世界经济稳定的主要动力源。随着中国国际影响力的日益提高和对国际事务参与程度的逐步加深,中国在全球治理和国际秩序构建方面的行动力和话语权与日俱增。中国学者顺应历史大势,开始全面审视当代国际政治与国际关系,尤其是审视当前国际秩序及其解释体系的问题与缺陷,于是“道义现实主义”“国际政治的关系理论”“共生国际体系”“天下体系”等一批顺应国际合作发展潮流、符合世界和平与发展大势、经实践验证过的中国理念的国际关系学科理论体系应运而生。其中,2020年11月出版由清华大学国际关系研究院院长阎通撰写的《大国领导力》一书,便是其中的一个典型代表。

在《大国领导力》一书中,作者首先借鉴中国古代哲学家的政治决定论,从历史中分析国家关系,特别是春秋战国与近代一战前和二战后一段时期国际关系,指出以“道义”为核心的政治领导力才是国家实力的关键所在,决定着大国实力对比转变及国际规范变化。其次在深入分析崛起国是如何通过重塑权力分

配和规范来改变国际秩序的基础上,指出政治领导力是国家实力的关键,而道义则是政治领导力的精髓,并依此将一国的领导类型分为无为型、守成型、进取型和斗争型,将国际领导类型分为王道型、霸权型、昏庸型和强权型。再次,作者将国际权力的转移归因于崛起国比主导国具有更强的改革能力,认为国家领导人是决定国家外交政策、政治原则、官方意识形态和政治制度的关键因素,不同类型的领导人对改革和战略取向有着各自的态度;当主导国和崛起国的领导类型不同时,这种差异对重塑国际格局、国际秩序、世界中心乃至整个国际体系都可能具有决定性作用。

接着,作者认为改革能力应该成为领导力的核心。作为领导力核心的改革能力仅适用于推动社会发生有建设性变化的变革,而非涵盖任意方向的变化,尤其需要排除的是会造成社会发展倒退,甚至是带来破坏性的变化。最后,作者预测,随着中国的崛起,未来十年内(2019-2028年)世界可能形成以中国和美国为主导的两极格局;但因为中美双

方都有意避免产生意识形态方面的冲突,世界很有可能进入一个没有主流价值观的时代,可能将在各种国际论坛上看到不同意识形态之间的竞争。

《大国领导力》一书,作者回归中国传统政治文化和理论基础,将“道义现实主义”作为判断新型国际关系的理论基础。与传统的现实主义不同的是,道义现实主义用一个变量同时解释崛起国何以成功和霸权国何以衰落,强调讲道义是主导国或崛起国维护其地位与维持国际秩序的重要条件。道义现实主义突破西方主导的制度决定论和国内目前流行的经济决定论,科学回答了中国崛起和美国相对衰落的历史原因,是对“中国威胁论”“中美必有一战”等谬论的有力回应。这有助于青年一代理性看待国际局势变化、正确看待中国发展;有助于青年一代在“百年未有之大变局”中逐步明晰个人的角色定位和人生目标,正确处理个人与国家、小我与大我的紧密关系;有助于增强青年一代的民族自信心,主动承担起实现中华民族伟大复兴中国梦的时代重任。

预防远远重于治疗 ——《你是你吃出来的》读后

□杨剑

《你是你吃出来的》作者夏萌是北京安贞医院临床营养科的主任医师,既往长期从事临床工作,后来创建临床营养科并参与健康管理,在临床以及健康管理中具有丰富的临床实践经验。作者通过这本书告诉大家“生病了怎么办”,并且希望读者能正确认识慢性非传染性疾病(慢病)与饮食的关系。

饮食与慢病虽然关系密切,但错误的饮食并不是导致慢病的唯一原因,因为慢病是一因多果、一果多因、多因多果的。该书深入浅出地在其中穿插了很多自己遇到的真实案例,将很多晦涩难懂的医学疾病概念和专业诊疗名称,用通俗易懂的语言为读者进行了阐述,增加

了科普知识的亲近感。而且,实际案例非常贴近日常生活,均是大家常常遇到的问题或者存在的疑问,在读者阅读的时候能够引起共鸣。

本书中,作者提出了重要的营养理念和思路,建议读者特别是营养工作者要遵循“营养诊疗流程”:即营养评定、营养诊断、营养干预和营养监测与效果评价四个步骤。这四个步骤非常关键,首先需要准确判断患者目前的营养状态和存在的问题,才能针对性地进一步干预并解决问题。为了让读者清楚了解自己的饮食习惯,作者还给大家推荐了一个她本人研发的5分钟即可完成的半定量频率表,操作简单明了,是一个很好的营养习惯自测方法,让读者在获取理论知识的同时还可以通过实际操作进行实践应用。

对于慢病,作者在书中详细阐述了疾病产生原因,但对于应该怎样去解决这些问题,我就很喜欢作者对待患者严谨的态度。作者作为一名营养医生,在面对患有同一种慢性疾病的患者时,并不是按照疾病分类单纯地给出相同的饮

食方案,而是在详细了解患者诸如既往饮食习惯、运动量、睡眠状况、压力水平等个体情况后,根据每个人不同的状态制定个性化的、精细化的临床营养管理方案;随后根据病人的病情变化,不断调整后续的营养治疗方案。所以如果你抱着想在这本书里找到一个慢病标准饮食处方,那你的愿望可能要落空了,因为每个人的处方不尽相同。作者想告诉读者们,如果想彻底解决慢病,必须从饮食习惯等生活方式找问题,这些源头问题因为每个人的习惯不同,还得按照实际的情况来进行调整。

在解决读者关于高血压、糖尿病等慢性疾病的临床营养指导方案的问题中,针对每一条营养建议,作者都会给读者细化到具体的内容,不是只讲干瘪的理论原则,会使用数据表格等工具为读者列出具体选择。比如,在痛风患者的饮食指导中,因为痛风患者需要低嘌呤饮食,作者就详细列出了食物嘌呤含量分类表,通过不同的嘌呤含量给食物分级,每个级别分别对应的食物种类也一目了然。不仅如此,作者还在每

一章的文末对本章重点知识进行了总结,使用流程图归纳要点,清晰明了,让读者能够快速了解大致内容,对前文详细讲解的内容进行了一次重点加强记忆,不失为让读者理清思路的一个好办法。

我相信,认真地读完这本书,会对大家平时自以为正确的“理念”,或者说“常识”进行一次风暴雨洗,会彻底颠覆大家对疾病本身、疾病的治疗以及饮食调理等方面的认知。当然,良好健康的状态不仅与饮食、运动、睡眠有密切关系,还与情绪压力、不良嗜好等都有很大的关系。所有的健康问题都不能用一个单一的饮食方式去解决,尤其是对于临床营养方向的从业者,更需要细心、严谨、面面俱到地思考问题、寻求对策,才能从根本上解决患者的各类营养问题。你是你吃出来的,相信大家读完这本书后,会对这个书名有具体而深刻的体会。我作为一名营养师,也想提醒大家要深刻意识到预防远远重于治疗,防患于未然比亡羊补牢要轻松许多。让我们一起来为自己的健康负责吧!

