

春光好，书香浓 阅读相伴，乐在其中

□本报记者 赵欣

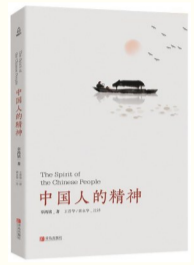
“莺初解语，最是一年春好处。微雨如酥，草色遥看近却无。”微风和煦，三月的美好，伴随着“百本好书送你读”活动第36期书单一起，与你见面了。本期推荐书单中，我们可领略“清末怪杰”辜鸿铭眼里的《中国人的精神》；感受革命先贤方志敏心中《可爱的中国》；从《人生答案之书》中寻找有关自己人生的答案；在《此生未完成》里感悟一个年轻生命对人生的反思和追问……开始阅读吧，须知春光与书香，最是相得益彰。

近悦远来 书香重庆



电子书
有声书
扫码即可
阅读、收听

书评投稿邮箱: cqrbsb@163.com



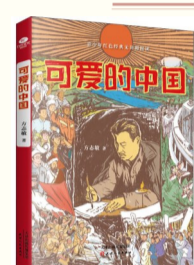
《中国人的精神》
作者: 辜鸿铭
出版社: 青岛出版社

“清末怪杰”代表作之一

本书是学者辜鸿铭具有世界影响的著作，全书由作者1914年发表于英文报纸《中国评论》的以“中国人的精神”为核心的系列英语论文集结而成，是东西方文化比较的早期代表作品。辜鸿铭论述的主旨是揭示中国人的精神生活，阐发中国传统文化永恒价值。

荐书人说 ▶▶▶▶▶
郑劲松(西南大学档案馆副馆长)
辜鸿铭被誉为“清末怪杰”，他学贯中西，曾获13个博士学位，精通9

门外语。之所以“怪”，是其身上那种特别的犷狂与执拗气质，特立独行却又显得保守复古，还有至死不去的辫子。但这本书却一点不怪也不保守，既纯正又前卫，作者严肃认真地把中国人同美、英、德、法等国人进行对比，得出中国人具备温良、深刻、博大、简朴和灵性等美德。他以一己之笔改变了当时西方人对中国的偏见，修正了晚清以来被严重扭曲的中国形象，维护了中国文化的尊严。此书曾轰动西方，并译为多国文字，尤其在中国知识界影响深远，对于当下提振中国文化自信和推进新时代文化建设也有重要的参考意义。



《可爱的中国》
作者: 方志敏
出版社: 天津人民出版社

感受先烈的信仰和心跳

本书是方志敏狱中文稿的汇编，精选了其中五篇文章：《方志敏自述》是方志敏被捕时，面对威逼写下的自白书，表明自己坚定的革命信念；《我从事革命斗争的略述》回顾了自己一生的革命历程；《可爱的中国》用饱含深情的语言唤醒全中国民众联合起来进行民族革命；《清贫》表明自己“清贫，洁白朴素的生活”，这正是革命者能够战胜许多困难的地方；《狱中纪实》记述了狱中的艰苦环境。

荐书人说

刘甘霖(沙坪坝小学语文教师)
80多年前，方志敏在狱中挥笔书写对祖国的无尽热爱。阴暗潮湿的牢房，书桌上铺满手稿……在向死的监狱里，他写出了向生的歌颂。他的信仰的核心，是一个坚定的共产主义者对自己、对祖国、对人民的爱和全部的期待。这所有的一切，铸就了他笔下的千钧之力。这本书既是方志敏的慷慨自述，也是他写给敌人唯一的“交代”。方志敏以他独有的方式，把监狱作战场，以纸笔代刀枪，就算身体被镣铐禁锢，思想也能成为子弹。



《人生答案之书》
作者: 周国平
出版社: 山东文艺出版社

寻找属于自己的人生答案

这是著名学者周国平与读者的日常问答集。读者所问涉及人生各方面，可归纳为八问，即情感之问、道路之问、身心之问、生命之问、灵魂之问、爱智之问、教育之问、读写之问。每一问之下又分爱情、婚姻、目标与理想、兴趣与事业、自我与孤独、哲学与人生等等，我们的生活息息相关的二十三题。周国平以充满哲思的回答，坦诚分享了自己对人生的思考和解读。通过这本书，我们可以更好地读懂人生，寻找属于自己的人生答案。

荐书人说 ▶▶▶▶▶
王大伦(2022年书香重庆“十佳全民阅读点灯人”)

这本书中的每一个问题，作者都用自己深邃而富有哲理的文字，给出诚意满满的回答。如他所说：“人生之诡谲迷离，谁人竟敢自诩能够给出答案？然而，人生之考卷置于每个人面前，无人可以回避，人人必须写出自己的答卷。所以，毋庸置疑，所谓答案也只是我写的一份答卷罢了。在人生的考场上，我们都是学生，我也许是一个比较用功的学生。那么，我的答卷或许可以供同学们参考，仅此足矣。”不管你现在处于人生什么阶段、处于什么人生状态，这本书都值得好好阅读。总有一个问题，是你心中所惑，总有一个回答，让你豁然开朗。这本人生答案之书就像一剂良方，能够抚平焦虑，带我们走出人生迷雾。



《夜航船》
作者: 张岱
出版社: 古吴轩出版社

明末文人眼中的世界图景

明末清初文学家、史学家张岱所著的《夜航船》共分为二十卷，依照门类划分为二十部，以词条的方式进行撰写介绍，收录四千余条目。内容囊括天文地理、人伦考古、经史百家、礼乐典章，以及日用宝玩、植物四灵、三教九流、物理方术，广采博收，涉及范围广，堪称中国的“小型百科全书”。

荐书人说 ▶▶▶▶▶
苗怀明(南京大学文学院教授，博士生导师)

这部包罗万象的类书代表着张岱这位明末文人的知识体系。从张岱到当下，时光不知不觉已经过去了400多年。将现代人的知识体系与《夜航船》放在一起比较，会是一件很有意思的事情，由此可以看到今古知识结构之间的巨大差异，这是400多年人类科技发展与社会变迁的结果。这是一部具有百科性质的古代类书，也是张岱这样一位明末文人眼中的世界图景。对一般读者来说，《夜航船》并不是那种供逐字阅读的书籍，该书更多的是作为工具书使用。



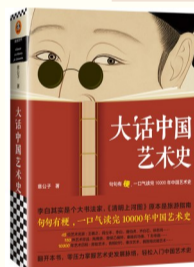
《此生未完成》
作者: 于娟
出版社: 湖南文艺出版社

用生命留下的“人生教材”

这本书写给内心柔软却迷路人间的人们：我们要用多大的代价才能认清活着的意义？书中一再提醒我们，好好把握当下，以不会令自己将来后悔的方式去生活。书中收录了作者癌症治疗的经历、对人生的理解、对自己忙碌前半生的一些回忆与反思；以及关于故乡、关于亲情的深刻感悟。在病隙日记中，作者反省自己不良的生活习惯和生活细节，以生死经历总结出许多富有哲理的人生观点，以乐观、豁达的生活态度不断与命运抗争，令人重新审视“活着的意义”。

荐书人说 ▶▶▶▶▶
杨柳(重庆市少儿图书馆读者服务部主任):

这本书中的每一个问题，作者都用自己深邃而富有哲理的文字，给出诚意满满的回答。如他所说：“人生之诡谲迷离，谁人竟敢自诩能够给出答案？然而，人生之考卷置于每个人面前，无人可以回避，人人必须写出自己的答卷。所以，毋庸置疑，所谓答案也只是我写的一份答卷罢了。在人生的考场上，我们都是学生，我也许是一个比较用功的学生。那么，我的答卷或许可以供同学们参考，仅此足矣。”不管你现在处于人生什么阶段、处于什么人生状态，这本书都值得好好阅读。总有一个问题，是你心中所惑，总有一个回答，让你豁然开朗。这本人生答案之书就像一剂良方，能够抚平焦虑，带我们走出人生迷雾。



《大话中国艺术史》
作者: 意公子
出版社: 海南出版社

让艺术不再抽象

本书从原始社会的陶器说起，内容涵盖了陶器、玉器、青铜器、草书、行书、山水画、工笔画等多种中国特有的艺术形式，时间跨越了秦、汉、唐、宋、元、明、清、近代等多个时期。作者用独有的视角，以时间为写作脉络，通过我们耳熟能详的艺术珍品串联起了这波澜壮阔、脉络纵横的艺术历程，配上简洁生动幽默风趣的语言和丰富精美的图片，带领读者重现认识中国艺术的发展脉络，体会中国艺术的精神内涵。

荐书人说

徐静君(四川美术学院副教授)
谈到“艺术史”，我们的印象往往是枯燥且难懂的，而这本书却给我们制造了一场惊喜。我们可在书中看到，中国艺术之于我们是“最熟悉的陌生人”，隔着博物馆的厚玻璃，相隔千百年的时空，当它上下万年的时光具象起来时，其实就是一个大写的“人”。书中，我们以旁观者视角见证了中国艺术的初生、成长、衰老和重生。艺术不再是一个抽象的概念，作者在我们面前变了一个魔术，把中国艺术演绎成了一段有温度、有人情味的人生传奇。



《双向养育》
作者: [美]杰恩·梅杰
译者: 欧阳晖
出版社: 江西人民出版社

父母要懂得“育儿先育己”

这是一套面向未来的前沿育儿方法论，是经美国上万名家长实证有效的养育方法，其核心在于突破传统的权威性和娇纵型养育方式，提出一套建立在爱、尊重和规则之上的养育理念；同时，相较于其他育儿书籍，本书的内容更为现代、系统和全面，它特别强调“育儿先育己”，强调父母需要把养育的注意力从孩子转向自身，才能帮助孩子健康成长。

荐书人说 ▶▶▶▶▶
杨柳(重庆市少儿图书馆读者服务部主任):

随着孩子一天天长大，父母是否有力不从心的感觉？孩子也麻烦不断？对此，是选择对其所作所为放任不管，亦或是利用专制来强压天性？教育学博士杰恩·梅杰认为，父母要用“双向养育”的方式，跟上孩子成长的步伐，实现双方的共同成长。很多孩子的问题其实都源自家长的问题，养育孩子，父母首先需要自我“养育”——丰富自己、提升自己、改变自己，以包容无私的爱、尊重相处界限、积极拥抱改变的态度，帮助孩子健康成长。这样，父母会发现孩子在成长中，将会变得更加独立而有责任感。对于父母而言，则会与孩子一路和睦成长，成就更好的自己，成为更好的父母。



《费曼学习法》
作者: 尹红心、李伟
出版社: 江苏凤凰文艺出版社

像天才科学家那样学习

诺贝尔奖得主、天才物理学家、纳米技术之父、量子电动力学的创始人费曼，除精通多门语言外，在音乐方面的造诣也颇深。之所以能在众多领域取得举世瞩目的伟大成就，是因为他有一套独特的学习法，是当之无愧的学习大师。费曼学习法的核心，是把复杂的知识简单化，以教代学，让输出倒逼输入。它对输出思维极具推崇，认为输出就是最强大的学习力，它对简化思维格外重视，强调找出问题的要害，把复杂的知识简单化，认为把高深的知识用平实的话说出来，才是学透。

荐书人说

张山斯(财经作家、云中漫步传媒联合创始人)
生活中，我们经常会注意到：天性顽皮、不爱学习的小孩，突然就爱学习了；看了很久没看懂的书，而临向他人分享时，突然就能读懂了；当员工很多事情都做得不好，升职之后却能无师自通……类似关于学习突变的例子还有很多，我们往往用“开悟了”“懂事了”之类的词简单概括。其实，这背后都是一些能影响人一生的学习方法，也就是《费曼学习法》的精髓：主动学习比被动学习更有效，输出倒逼输入学习更简单。作者相信，更多人读完后会选择系统性地理解高效学习。



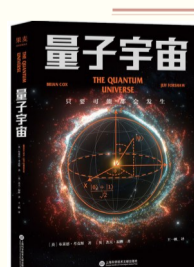
《最重要的事，只有一件》
作者: [美]加里·凯勒/杰伊·帕帕森
译者: 张宝文
出版社: 中信出版社

困境中的一盏明灯

每个人都向往成功、幸福的人生，但我们往往被一些看似真切的谎言所误导，比如：每件事都很重要，你可以同时处理多件事，你应该过上有规律的生活，达到工作与生活之间的平衡等等。其实，这些想法只会让我们离成功越来越远。这本超级畅销书告诉我们：尽量缩小目标，专注于当下最重要的事，就能够获得成功高效的生活。

荐书人说 ▶▶▶▶▶
谭莉(重庆市渝中区图书馆副馆长)

阅读本书后，我首先被作者的逻辑打动，通过轻松地由一部电影引出主题，再由自己陷入困境、打破困境、取得成功的亲身经历，再一次强调本书主题——最重要的事情是实现当前这个小目标事情。接着，作者又用有趣的多米诺骨牌游戏展示了一个个小目标完成所带来的巨大力量。层层递进，发人深省，我们一定会思考，怎样找到自己正确的小目标。这感觉就像作者面对面与你交谈，循循善诱，他了解你想到了什么，需要什么。阅读本书，会颠覆我们许多人奉为真理的信条，甚至会觉悟它们竟是阻碍成功的谎言。作者通过真实案例和科学实验来论证，的确具有很强的说服力。



《量子宇宙》
作者: [英]布莱恩·考克斯/杰夫·福修
译者: 王一帆
出版社: 上海科学技术文献出版社

感知微观世界的奇妙规律

英国明星科学家布莱恩·考克斯和他的同事、理论物理学教授杰夫·福修共同编写了这本科普经典，用简洁的语言讲述了量子力学。他们认为，量子力学本质可与牛顿的运动定律、麦克斯韦的电磁理论、爱因斯坦的相对论相媲美。本书从物理的发展进程切入，追问哪些实验观察使量子力学成为必要，它是如何构建的，以及为什么我们能从中看到科技的未来等等。

荐书人说 ▶▶▶▶▶
文林(重庆师范大学物理与电子工程学院教授)

量子力学是研究物质世界微观粒子运动规律的物理学分支，与相对论一起被认为是现代物理学的两大基本支柱。当今量子科技迅猛发展，将引领新一轮科技革命和产业变革方向。然而，量子力学的基本理论中包含了许多抽象的物理概念，一些量子现象甚至违反日常生活常识，加上复杂的数学逻辑推演，使得人们对量子力学的学习望而生畏。本书是一本世界公认的量子力学科普经典读物，作者运用简洁的语言和简单的类比，将量子力学发展历程循序渐进、巧妙而全面地向大众展示量子力学的完整理论框架，让读者深刻感知微观世界中粒子运动的神奇规律。