

## 绿槐高柳咽新蝉 最宜相伴是书香

□本报记者 赵欣

绿树阴浓，时光匆匆，刚刚进入的六月，有属于少年儿童的日子，还有粽叶飘香的端午佳节。本期书单中，我们特别推荐了几本和少年儿童有关的书籍。你可以在《少年读苏东坡》里感受一代文豪的乐观与豁达，可以通过《会整理的孩子更聪明》思考与孩子的相处之道，还可以跟随作家毕淑敏的《妈妈是孩子最好的老师》，寻找一种更好的教育方式。同时，杨照的《经典里的中国》，能指引你更好地走近先秦经典，建立一种中国人的文化自信。

### 感受一代文豪的乐观豁达

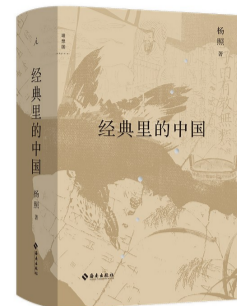
本书以苏东坡的生平为主线，穿插各种历史故事与文化常识，带领小读者走进苏东坡博大宏丰的精神世界，在领略一代文豪的豪情、才情、真性情的同时，让他们体悟中华文明的独特魅力与中国文化的博大精深，从而学史习文，收获成长。

荐书人说》

蒲克玲(铜梁区图书馆馆长)  
“唐宋八大家”之一的苏轼，一生三起三落，多舛的命运让我们叹息。然而，正是这样苦难的经历在客观上成就了他不凡的文学功绩。他的作品与人品都独具魅力，虽历经千载仍充满青春活力，令世人敬仰、遐思。本书中，我们能领略一代文豪这种百折不挠、乐观豁达的人格魅力。孩子们不仅可以从中收获文学滋养，而且可以积累丰富的文化知识，了解各种典故，达到厚积薄发的学习效果。本书每章附有苏轼名作以及诗词赏析，有助于孩子们了解创作背景，体会诗词的思想内涵，同时学习掌握文字学常识。



《少年读苏东坡》  
作者：王兆胜、王子罕  
出版社：青岛出版社



《经典里的中国》  
作者：杨照  
出版社：海南出版社

### 打开整理的新世界

整理中蕴藏着人生的基础。会整理，意味着懂得思考自己应该使用什么样的物品，过怎样的生活才会幸福。成为会整理的人，就拥有选择、设计和执行的能力。日本百万畅销书作家、生活哲学家辰巳渚将整理融入日常生活和亲子游戏中，通过这本书为家长和孩子打开了整理的新世界。

荐书人说》

杨柳(重庆市少儿图书馆读者服务部主任)  
说到整理，大多数人觉得不过是收拾房间而已，他们并不了解，整理还能让孩子变得更聪明！

本书中，作者辰巳渚对现代生活研究与实践进行总结，将生活中的整理融入亲子游戏，从分类(划分)、观察(辨别)、总结(合并)、判断(选择)以及记忆(记住)这5个方面入手，着重介绍10个整理实操训练和42种整理方法，围绕“整理”与“亲子整理”主题娓娓道来，并配以大量活泼生动的图片，真是一本适合亲子共读的轻松有趣读物。父母可以在与孩子的共读中一起轻松地打开整理、收纳的大门，实现良性的双向教育。



《会整理的孩子更聪明》  
作者：[日]辰巳渚  
译者：吴梦迪  
出版社：江苏凤凰文艺出版社

### 怎样的教育才是好的教育

妈妈是孩子最好的老师，妈妈的言传身教是孩子最早的启蒙教育。妈妈一句话，或许就将影响孩子的一生；妈妈一件事，或许就会给孩子留下终生难忘的烙印。相信每一位妈妈，每一位无法辞职的妈妈，读过这本书后，都将成为孩子最好的老师。

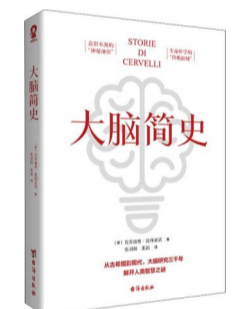
荐书人说》

刘甘霖(沙坪坝小学语文教师)  
人的幸福感很大程度上是从童年生活中获得

的。历史上的众多杰出人士在两鬓斑白之时，依然会提笔书写母亲给予他们的童年记忆。人生该怎样度过，或许除了我们自己之外，妈妈是最有发言权的人。究竟什么样的教育对孩子来说才是好的？作家毕淑敏在书中告诉你，家长，尤其是母亲在孩子成长过程中的作用不可替代。身为母亲，我们应该放松下来，陪着孩子一起成长，人生风景慢慢欣赏，教育孩子不要心急，找到对的方法更重要。



《妈妈是孩子最好的老师》  
作者：毕淑敏  
出版社：新华出版社



《大脑简史》  
作者：[意]克劳迪奥·波利亚诺  
译者：张羽扬、张谊  
出版社：台海出版社

### 精悍短篇里的五味人生

《遍地风流》是作家阿城的短篇小说集，书中的每个短篇题目都由两个字或一个词组成。阿城的文字是公认的好，每个篇章里几乎没有一个废字，他把俭省做到了极致。他的写法不仅让人读得豁达，读得舒服，而且能读出文字之间的古意，读出远古时代汉语文学的馨香。

荐书人说》

樊星(武汉大学教授、博士生导师)  
阿城的成名作《棋王》是浸透了道家精神的“寻根”名篇。到了《遍地风流》，他的回眸变换了角度：

在那些记录人生取杂印象的精悍短篇里，有底层生活的五味杂陈，更有蓦然回首时的感慨。多少青春的冲动在懵懂中令人追悔莫及？当然，也并不只有怅然之悔，更多的，还是在底层见识的各种人生——有自由自在的朴野性格，也有饱经风霜的淡定气度……社会的五光十色是学校教育和家庭教育都难以触及的另一种生活，也是高尔基的《在人间》、艾芜的《南行记》、塞林格的《麦田里的守望者》曾经聚焦过的人生课题。对于自称“社恐”、耽于“宅”生活的现代人，这样的书仍有不可忽视的启迪意义。



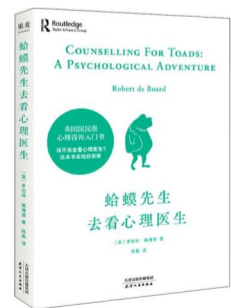
《遍地风流》  
作者：阿城  
出版社：江苏凤凰文艺出版社

### 正确面对情感问题

为了向大众读者普及心理学知识，告诉大家心理咨询是怎么一回事，作者借用了英国文学经典《柳林风声》的故事主角，让蛤蟆先生和他的朋友们再次登场，演绎了这个关于心理咨询的故事。书中，作者借由蛤蟆和心理咨询师苍鹭的互动，探索了蛤蟆自卑、软弱、爱炫耀的个性与抑郁的情绪究竟来源于何处，让读者看到童年经历的深刻影响，以及如何才能在心理上真正长大成人，独立、自信、充满希望地生活。

荐书人说》

汤朝干(国家二级心理咨询师)  
书中的蛤蟆先生因为沮丧、焦虑和恐惧等情绪问题而去看心理医生，在医生帮助下蛤蟆先生得以找到正向的解决方案，最终克服了自己的情绪问题。故事十分简单，却充满了智慧和幽默。通过对蛤蟆先生的描述和对他的情绪问题的演绎，作者深入浅出地解释了情绪问题的本质和如何应对它们。同时，书中的插画风格独特，为故事增色不少，每一页都充满了细节和欢笑。本书尤其适合家长和教师用来教育孩子如何面对情感问题，从而更好地成长。



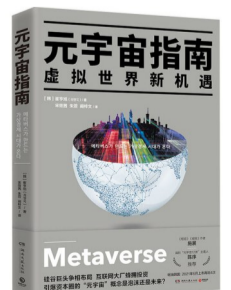
《蛤蟆先生去看心理医生》  
作者：[英]罗伯特·戴博德  
译者：陈赢  
出版社：天津人民出版社

### 一次读懂元宇宙的前世今生

早期元宇宙只是一个科幻概念，但随着计算机、互联网及相关设备的技术迭代，它的实现逐渐成为可能。各国科技巨头纷纷将企业战略和投资重心转向元宇宙。时至今日，我们经历过哪些数字革命？为了实现元宇宙，我们还需要突破哪些设计难题和技术瓶颈？未来的互联网形态又带来了哪些领域的新机遇？翻开这本书，一次读懂元宇宙的前世今生，了解下一代互联网形态的发展趋势与投资方向。

荐书人说》

龙文羽(悦己读书会创始人)  
书中讲到，在众多的世界中，元宇宙是位于最顶层的体系。元宇宙无处不在，它以网络连接为基础，多个用户可通过连接的互联网随时随地与元宇宙相连。元宇宙是混合了现实物理世界与虚拟世界的属性。现如今，网络像空气一样渗透到我们的日常生活，以至于让人难以分清线上和线下。现实世界和虚拟世界层层叠叠相互交融，并且继续无限扩张。所以，在看不到的地方，元宇宙与我们的世界始终连接在一起，无论何时何地。



《元宇宙指南》  
作者：[韩]崔亨旭  
译者：宋筱茜、朱萱、阙梓文  
出版社：湖南文艺出版社

### 阅读先秦经典的另一路径

这本书集结了“经典摆渡人”杨照的十堂中国文化经典导读课。杨照以“历史式读法”而非强加现代观念的经典新读，还原经典文本于原初的历史语境，聆听它们对各自时代问题的回答，带你重新认识中国的“轴心时代”；以“文学式读法”沟通古今心灵，谛听千年前的隐秘心事，感受跨越时空的情感共鸣与智慧启示。

荐书人说》

左鹏(重庆图书馆古籍文献中心主任)

包括《尚书》《左传》《墨子》之类的中国先秦经典在很多人印象中都很艰涩难读，但其中蕴含着丰富的中华文明大智慧，在提倡文化自信的今天尤其值得我们钻研。本书中，杨照先生展示了自己阅读经典的另一条路径，他扎扎实实翻阅各种文献，试图将自己代入经典产生的那些久远年代，以某种身临其境的方式仔细体会经典。这样的读法看起来费时费力，但收获也远非常人可比。

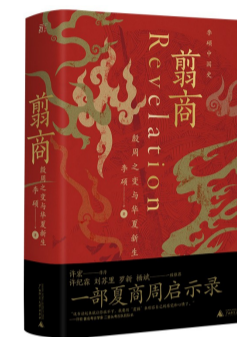
### 华夏文明起源的新认知

本书主要讲述华夏文明的萌生与转型。从距今四千年前夏朝(二里头文化)的出现，到三千年前商朝的灭亡、西周建立，时间跨度千余年。本书借助考古材料和传世文献，梳理了上古人祭风俗产生、繁荣和消亡的全过程，再现了古人(周人)为终结商朝和人祭风俗付出的巨大努力，帮助读者对华夏文明的起源有了全新的认知。

荐书人说》

张波(中共重庆市委党校《重庆行政》编辑)

本书作者李硕对如何开启探索中华文明的起源提供了一种特别的“入场”方式。作为一名历史学者，他以“人祭”为引子，以据实的考古发现和翔实的史料为佐证，穿越历史迷雾，用逼真且灵动的文字为我们营造了一种重返历史现场的代入感，向我们讲述了周朝取代商朝对推进华夏文明发展的里程碑式意义。本书视野宏阔，史料充分，笔触细腻，通过一场中华文明起源“沙盘式”推演，将中华文明起点的独特风景带来别样呈现。



《翦商：殷周之变与华夏新生》  
作者：李硕  
出版社：广西师范大学出版社

### 多学科角度认识大脑

埃及人制作木乃伊时为何丢弃大脑？大脑能像肠子一样“消化”知识吗？有哪些伪科学观点一直在影响我们对大脑的认识？从埃及对大脑的第一次书面记载，到当代如火如荼的“神经科学”，人类一直被这些谜题吸引——智慧怎样诞生？知识存于何处？意识的本质是什么？本书作者系欧洲顶尖学府哈佛大学科学史教授，他结合哲学、医学、解剖学、伦理学等多门学科知识，以全新的角度讲述人类和大脑的故事。

荐书人说》

郑劲松(西南大学档案馆副馆长)

近年来，具有科学及哲学意味的书远大于历史的“简史”类著作畅销，几乎成为一种读书现象，《人脑简史》也不例外。作为著名认知神经科学、脑科学专家，作者从40亿年前的第一个细胞开始，抽丝剥茧，带领读者浏览进化长河，感悟生物物种存活策略。本书着重揭示人类大脑的诞生、进化之谜，篇章结构时尚活泼，行文风格生动幽默。作者将大脑的形成比作一场身体资源竞争的“战役”，通过大量实证，归纳了大脑进化过程中存在“类自私、准自私与真自私”的生理证据，深入浅出地解读大脑、神经细胞与基因等诸多复杂晦涩的生物学关系，并从神经细胞学出发，为读者揭示“心之官则思”的大脑拥有的多种思维“神器”，剖析大脑中存在的信息“帝国”。

### 如何进行有效复盘

作者是联想控股管理学院高级总监，通过自身的经验，分享了如何进行有效的复盘，以及如何通过复盘来提高自己的思考能力和决策能力。书中内容简洁明了，通俗易懂，适合各个年龄段的读者阅读。同时，书中还提供了很多实用的案例和技巧，能够帮助读者更好地理解和应用复盘的方法。无论是学习、工作还是生活，都可以从本书受益匪浅。

荐书人说》

郭春甫(西南政法大学教授)

从工业社会到乌卡时代(编者注：具有现代概念的词，是指我们正处于一个易变性、不确定性、复杂性、模糊性的世界里)，管理不确定性是社会发展的主要动力。面对各种抉择，如果再有一次机会，大家都认为可能会做得更好。《复盘》教会我们直面客观事实，认清自己的定位，反思自己并科学规划工作。无论是充满创意的工作者还是一线工作的执行者，使用复盘分析法，有效复盘自己的工作，梳理工作流程，回顾目标并与目标体系保持一致，全面对比结果与目标的差距，分析工作过程中值得反思的要素，由此生成新的洞察力。《复盘》帮助我们思考，管理任务纷繁复杂，不同的管理故事有不同的复盘路径，积极主动的持续复盘，失去的是焦虑，收获的是高效。



《复盘》  
作者：沈磊  
出版社：浙江教育出版社

近悦远来 书香重庆

书海得福邮箱：cazhdsh@163.com



电子书  
有声书  
扫码即可  
阅读、收听