

与书做伴 拥抱夏天

□本报记者 赵欣

亲爱的读者，“百本好书送你读”活动陪伴你三年多来，迎来了第40期推荐书单。窗外树林里，鸟鸣蝉噪，又一个盛夏已经到来。在这样的季节，一段与书相伴的宁静时光会让你感到内心的幸福与美好。本期书单中，翻译家许渊冲带给我们回溯他心中“恰同学少年，风华正茂”的西南联大时光；作家梁晓声以深邃的哲思和朴实的寓意分享他眼里的读书与人生；《水运与国运》从水的角度为我们勾勒出一段中国文化根脉；《数字经济与数字货币》则帮助我们透过现象看本质，先人一步地洞悉数字货币即将主导的深层变革。绿树荫浓夏日长，让我们与好书做伴，拥抱这个夏天吧！

一段荡气回肠的青春岁月



《许渊冲：永远的西南联大》

作者：许渊冲
出版社：江苏凤凰文艺出版社

“恰同学少年，风华正茂。”用这句话来形容人才辈出的西南联大再合适不过了。本书是毕业于西南联大的国宝级翻译家许渊冲先生关于母校的回忆性散文集，内容涵盖许先生对西南联大师生、生活的回忆，全方位展现西南联大师生的态度、风骨与校园生活。

荐书人说

徐蓓(金鸡奖得主、纪录片《九零后》导演)
许渊冲先生身上有许多头衔，然而对于我来说，“西南联大”是最耀眼的那一个。几乎每一个西南联大学子对母校都充满了深沉而持久的爱，然而许先生对爱的表达更加热烈而奔放。他曾做出一个惊人的举动——于97岁高龄时重返昆明。在昆明时他提出了更惊人的要求——要去近郊的阳宗海游泳，这让接待方非常为难。许老终究没能如愿。不过，他在湛蓝的湖水边讲起了大学时令他刻骨铭心的一次恋爱——他和她曾一起在阳宗海里游泳。许先生告诉我，他在联大曾喜欢过4个女同学。正因如此，这本书会让你感到熟悉而亲切，你会在内心不停地想：他们和我们一样啊。然而你一定会感到陌生和震撼，因为他们和我们有太多不一样：那时的教室是铁皮屋顶，那时远方一直传来战争的讯息，那时校园里有着群星闪烁的先生们，那时要准备着穿上军装上前线——因此，打开这本书吧，你会进入一段色彩缤纷又荡气回肠的青春岁月。

每一次告别都是新的开始



《历史的温度7：那些退隐、告别和离席》

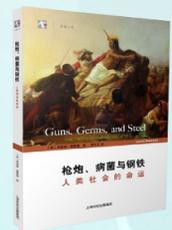
作者：张玮
出版社：中信出版社

本书以温暖笔触与读者共同回顾历史上的告别与落幕。书中收录35个故事，既关注过往也追忆青春，既送别黯淡也迎接希望，共同找回枯燥历史背后的丰富细节，感受时代的变迁与浪涌。细腻文字结合冷静视角，让故事有知识也有看点，有典故更有温度，适合大小朋友读懂过去，活好当下，坦然未来。

荐书人说

胡俊峰(沙坪坝区图书馆馆长)
历史的舞台上，人们面对的不仅是岁月的考验，更是对自我价值的思考和抉择。作者犹如一个细致入微的雕刻师，深入挖掘那些历史人物的精神内核，带我们一同感受他们在历史洪流中退隐、挣扎的过程。书中的主人公们，有的是风华绝代的英雄，有的是平凡的小人物，无论是壮烈地离席，还是默默无闻地退隐，都让我们深刻感受到了人性的伟大和脆弱，历史的悲壮和美丽。历史的温度，并非只是时间的流逝，更是人性、命运和历史交织的热度。本书中看到的，不仅是过去，更是对未来的启示和鞭策。在历史的长河中，每一个告别、每一次离席，都是新的开始。无论你处于人生的哪一个阶段，都可以从这本书中找到属于自己的道路。

从环境角度研究人类历史发展



《枪炮、病菌与钢铁：人类社会的命运》

作者：[美]贾雷德·戴蒙德
译者：谢延光
出版社：上海世纪出版集团

在这部著作中，美国演化生物学家贾雷德·戴蒙德揭示了事实上有助于形成历史最广泛模式的环境因素，从而以震撼人心的力量摧毁了以种族主义为基础的人类史理论。其开创了从环境角度研究人类历史发展的先河，并因其新颖的观点而广为传阅。本书是理解人类社会史方面的一个重大进展，它记录了现代世界及其诸多不平等所以形成的原因，也是一部真正关于全世界各民族的历史。

荐书人说

郑劲松(西南大学博物馆馆长)
和平与发展是当今世界的两大主题。构建人类命运共同体，理应成为当下的全球共识。虽然本书作为一本历史著作并非描写当今世界，但阅读的现实感受依然强烈，令人发出“历史惊人相似”之感。该书以“枪炮、病菌与钢铁”为象征性关键词，从西方神话传说中的“伊甸园”入手，试图通过人类一万余年的历史考察，来探析人类社会的命运。尤为精彩的是，作者并非简单叙述人类发展史，而是充满了追问、反思与阐释。虽然关涉人类命运宏大主题，但作者走的却是微观历史路线，以生动的科普文章笔法解剖麻雀似的，从一些微小事物切入，抵达历史的纵深。作者旗帜鲜明地反对“种族优劣论”，而是认为“不同民族的历史遵循不同道路前进，其原因是民族环境的差异，而不是民族自身在生物学上的差异。”

沉浸式地感受美探索美



《赏心乐事：一位中学校长给青少年的三堂美育课》

作者：田祥平
出版社：重庆大学出版社

重庆南开中学校校长田祥平从“审美的情感”“鉴赏的情趣”“尚美的情怀”三个审美教育的阶段和层次，向青少年呈现了三堂不同的美育课。书中以图片作为视觉化线索，辅以金句及美育小短文，简单明了直观地让读者沉浸式地感受美、探索美，最终达到传播美的目的。

荐书人说

张菱芷(重庆大学出版社艺术图书编辑部主任)
作者结合自身工作经历，希望通过本书能帮助引导青少年树立远大志向、培养美好心灵，培养健康的审美观念，陶冶高尚的审美情操，培养开拓的创新意识；认同并弘扬中华优秀传统文化，尊重人类文化的多样性；让学生在现实生活情境中发现、提出和分析问题，综合运用美育跨学科知识和技能解决问题，增强社会责任感。书中的图片视角独特，文字精彩而有见地，是一本将厚重的美育思想寓于趣味阅读体验的人文读物。

寻求顺应时代的发展机会



《大周期：不确定时代的确定性生存法则》

作者：正和岛
出版社：人民邮电出版社

数字货币将带来怎样的变革



《数字经济与数字货币》

作者：程实、高欣弘
出版社：中国人民大学出版社

小成靠勤奋，大成靠周期。在变化的周期中取得成就，需要的是观念的更新、方法的变革以及对未来的信心。全书共三篇：“宏观篇：如何理解我们所处的时代”，从宏观角度，基于经济、金融视角讨论周期观；“中观篇：如何把握产业机会”，从中观角度，探讨全球重点行业的发展周期及机会；“微观篇：企业和个人如何抗周期成长”，从微观角度，结合鲜活案例，讲述企业和个人穿越周期逆势上扬之道。

荐书人说

彭小兵(重庆大学公共管理学院教授)
作者试图通过洞察大周期来寻找不确定时代的确定性生存法则，认为只要顺势、坚守、创新和传承，任何产业都能穿越周期。本书从宏观、中观、微观视角诠释了理解所处时代、把握产业机会、抗周期成长的底层规律和成功路径。该书不仅引导行业、产业和企业寻求某种顺应时代的发展机会，也试图给不确定时代中的人具体指引一种生存法则。所以，信心和预期才是最好的抗周期、降低不确定性的良药。该书完美地诠释了如何助你把握底层规律，成为长青之树。

本书从一个非技术的经济学视角揭开数字经济和数字货币的神秘面纱：数字经济的尽头是什么？什么是数字货币？数字货币为何在此刻登场？谁是数字货币时代的主角？数字货币将给经济金融带来什么影响？中国推出的数字货币人民币在人民币国际化过程中又能发挥何种作用？技术是表，而理念是里。本书将帮助我们透过现象看本质，先人一步地洞悉数字货币即将主导的深层变革。

荐书人说

张山斯(财经作家、云中漫步传媒联合创始人)
数字货币是一个非常有趣的话题，它不仅涉及经济学和金融学，还涉及计算机科学和密码学等多个领域。本书讨论了数字货币将给经济金融带来的影响等问题，可以让你了解数字货币的基本概念和发展历程，对经济金融的影响，以及未来可能的发展方向。作者在书中详细介绍了人民币数字货币的概念、技术架构、发行与流通等方面，分析了人民币数字货币对于经济金融的影响和未来可能的发展方向。你不可能对数字货币，没有那么大兴趣，但不可能对人民币不感兴趣，如果你也想了解在数字经济下的人民币新角色，不妨从翻开这本书开始。

打开观察自然的新世界



《在重庆等鸟来》

作者：扫把
出版社：重庆出版社

本书以手账本的形式记录了插画家扫把在重庆观察到的100种形态各异的鸟。其内容包括了鸟儿们的生活习性手账图、100张精美鸟儿插画、8张重庆市内公园手绘地图、8篇观鸟日记等。画风充满童趣，形象生动，具有较高科普性。作者细腻的观察和清新独特的笔触，让大自然的鸟儿们跃然纸上，彰显着深厚的绘画功底和极高的艺术造诣。公园手绘地图还可让读者在轻松看书之余跟随路线游览重庆，趣味十足。

荐书人说

夏添(重庆出版集团美术分社副社长)
这是一本奇妙的观鸟书，为你打开观察自然的新世界；这是一本鸟类图鉴，是在重庆的观鸟攻略；这又是一部大自然散文集，你能从中感受鸟儿们的个性以及它们的生活态度，与它们对话、听它们的独白，从而深切感知这个世界的温暖。扫把的观鸟手账为我们开启的是认识鸟类的新视角，你也可以从中感受到在重庆观鸟的乐趣。本书传达了作者对大自然的热爱，对野生动物们的保护。翻开它本书，跟随扫把笔下鸟儿们的足迹，开启一场感知自然世界温暖的旅程。

催眠术是科学吗



《近代中国的催眠术与大众科学》

作者：张邦彦
出版社：上海人民出版社

在这个世纪转换的动荡年代，西方催眠术经由日本传入中国并在各个阶层传播，师生、警察、军人、商人、职员、心理专家等各色人物积极实践，主动参与催眠知识的建构，学院与民间的声音相互竞逐，呈现对“科学”的多元解释，也形塑了当时的科学文化氛围。作者采取从日常实践到知识分化的逻辑架构，通过中外文报刊、画报、科幻小说、日记、回忆录等史料，再现了大众对催眠术的接受和挪用。

荐书人说

陈欣(国家二级心理咨询师)
作者张邦彦可谓博闻强记。书中引述了古今中外的文献和名人观点，以及不胜枚举的案例，从科学、历史的角度以及政府、商业等方面生动阐述了催眠术。事实上，在不同历史时期、不同地域，催眠或者类似催眠的形式有着不同的用途，相关记载多与治疗与康复有关。如今，催眠不仅用于心理治疗，还在癌症、牙科以及从心理学角度对免疫系统进行干预方面有了重大的进展。如果你对催眠充满好奇，想真正了解催眠术的由来，这本书值得一看。

从水的角度勾勒中国文化根脉



《水运与国运》

作者：吴鹏
出版社：浙江人民出版社

本书从大禹治水锻造中华民族早期统一开篇，以“一带一路”打造中国连接大陆大洋、构建人类命运共同体的枢纽地位收尾，内容包括水域历史的发展、水战海战的进程、水利工程的修建、人工运河的开凿、海洋贸易的开拓、海外文化的交流等。作者从水的视角重新解读中国历史，清晰勾勒中国从大河大江走向大海大洋的曲折历程，揭示水运起伏与国运兴衰的深度关联，破译王朝兴亡背后的水运荣枯密码。

荐书人说

杨一(精典书店创始人)
从“水”这个面向中国历史，难免心潮澎湃。了解中国历史不能忽略了“水”的面向，就像不了解长江怎能说自己读懂重庆。本书从水的角度勾勒出中国文化的一条根脉。我们都知道，秦军战车的所向披靡，在很大程度上得益于都江堰、郑国渠、灵渠提供的水利驱动。秦始皇以“水德”为理念设计国家制度，但否定了“水德”要求善养百姓的正面思想，秦亡。汉朝重新定义“水德”，效仿水之顺从，顺民心，休养生息，奠定四百年两汉之太平。大河东流，黄河、淮河、长江三大水域横亘东西，大江大河阻隔南北。长江边一场水战，三分天下。魏晋南北朝大分裂、大动乱，总有水的痕迹。隋开大运河纵贯南北，重构一体之势。唐玄宗与姚崇渭水边君臣论治，接下来开元全盛，一派繁华。宋元明清，背靠草原，面朝大海。古老的中国，在大陆与大洋之间找寻一个准确定位，更找寻一个连接。本书抓住了“水运”的线索，以广博的视野和流畅的笔触，重新梳理了中国历史，展现出中华文明的精神特质与发展传承。

宁静的时光因阅读而美好



《读是一种幸福：梁晓声谈读书与人生》

作者：梁晓声
出版社：商务印书馆

本书汇集了梁晓声谈读书与人生之路的经典散文，文字真诚质朴、幽默温暖，作家的笔在坚与柔之间变换，从心态上精神上感情上紧贴大众。全书有3辑，45篇文章。辑一为“书中岁月长”；辑二为“安顿好内心”；辑三为“情深人世间”。

荐书人说

强雯(渝中区作协主席)
梁晓声是备受尊敬的老作家，这本书里浓缩了他大半辈子的人生经验，他以深邃的哲思和朴实的寓意，呈现出世界的雄浑、宽广、美丽和可爱。书中，作者回溯了一个人从牙牙学语到长大成人，从接受良好教育到成为有用之才的磨砺过程。他始终强调读书对人的影响，认为书对一个人人性的影响，应该是从童年时代开始一直持续到大学毕业。之后持续的读书，可以成为一个人的专业助推器。一个人的成长如果能一直伴随着阅读，这个人就是幸运的。他也让我们看到，人拥有宁静的时光，这便是幸福，而宁静的时光常会因阅读显得格外美好。

近悦远来 书香重庆

书评投稿邮箱：cqrbdsb@163.com

电子书
有声书
扫码即可
阅读、收听