

秋高气爽，读书好时光

■新重庆-重庆日报记者 赵欣

金秋凉爽读书时，字里行间觅真知。秋意正浓时，第61期“百本好书送你读”书单如约而至。本期推荐的10本好书中，英国剑桥大学人类学教授艾伦·麦克法兰的名著《文明的比较》，带领我们踏上一场跨越东西方的思想远

征；美国华裔女作家张纯如的代表作《南京大屠杀：第二次世界大战中被遗忘的大浩劫》，揭露日本侵略者罄竹难书的暴行；在《吃茶趣：中国名茶录》中，你可以从茶文化理解中国式风雅；在《银发摆渡人》中，则可以洞见又一个观察中国城市化的窗口……翻开这些好书，共享一场知识与心灵的盛宴。

洞悉当代世界全球文明的本质

面对文明的共通与不同，我们该如何相互欣赏、如何求同存异，又该如何面对多元文化？本书是英国剑桥大学人类学教授艾伦·麦克法兰的代表作品，是一部通俗的文化史著作。作者在书中以客观的态度，探讨了导致中国、日本以及欧洲各国形成不同发展路径的因素，也给出了“我们具有多重身份，各个身份以金字塔式结构逐一构建起来，范围逐渐扩大但不会相互冲突”“我们被某个层面上的差异所区分，又在另一个层面上被统一”的回答。

荐书人说》

王涛铭（河南师范大学历史文化学院副教授）
生于印度、深受多元文化滋养的英

国学者艾伦·麦克法兰，20多年间往返于中国、日本等不同国度，本书即是他经过数十年的跨文化探索的产物。他从财富、权利、信仰、审美及包容性等层面展示中国、日本、英国的古老文明，寻找历史长河中“关乎千百万人的文明间相通与不同的地方”，试图理解“令人费解的混合和文明的对抗”。作为人类学家，他将上述文明比作银杏、竹、栗树及橡树等植被，指出人类需要做的就是“让它们共存”。虽然文明之间“不可能消除紧张和误解”，但是理解彼此、学会彼此相爱，将会使“世界变得更加和谐”。简言之，本书作为新时代文明互鉴的经典之作，有助于国人洞悉当代世界全球文明的本质，即作者所谓文明中的“法的精神”和“深层逻辑”。

不断追寻历史的真相

张纯如对南京大屠杀的幸存者进行了大量采访，并首次发掘了许多重要文献。全书从日本士兵、军官为什么完全脱离了人类基本的行为规范，日本学校和教科书从心理层面向学生灌输对中国人民的仇恨和蔑视，以及高度军事化的教育体制等多个方面，阐述了南京大屠杀发生的根源性原因。

荐书人说》

武黎嵩（南京大学历史学院副教授）
历史回到1937年的寒冬，通往南京

之路，是如此的血腥与恐怖。曾经，年轻的华裔历史学家张纯如女士，第一次用英文写作并向世界揭示了“南京大屠杀”那段人类文明中最黑暗的历史。她以中国幸存者、日本屠杀者和西方救护者三重视角去还原那段尘封的记忆。她写下深刻而令人震动的话语，“文明的外衣似乎过于脆弱，人类很容易将它弃之不顾，在战争的压力下尤其如此。”不断地追寻历史的真相，是对既往生命的尊重，是对未来人类美好的期望，打破正义的沉默，铭记历史，是和解的第一步。

从茶文化理解中国式风雅

中国茶文化历史悠久，茶叶种类繁多，中国名茶历尽沧桑，传承有序，也在不断演变发展。作者通过多年实地探寻、走访，生动讲述了中华大地上如龙井、碧螺春、白茶、黄茶、大红袍、凤凰单丛、铁观音、闽红、祁红、普洱、六堡等名茶的历史发展、制作特色、形貌滋味，以及相关典故轶闻，凸显了中华茶文化的博大和韵味。

荐书人说》

赵珩（文化学者，北京燕山出版社原总编辑）
这是一部兼具学术厚度与阅读趣

味的茶文化佳作。作者对于茶绝对不是坐而论道，也非纸上谈兵，而是对各种名茶的原产地都进行了实地探访，从茶种植的历史、地理、物候到生长、培植、加工等都做了深入了解，读来确实获得不少新知。他对于当下一些饮茶误区、不良风气、热点怪象，也提出了自己的质疑。书中收录的大量旧茶包装、广告图片，也是一部社会生活的缩影，折射出不同时代的审美与消费文化。可以说，这不仅是一本茶书，更是一部中国文化的小史：它让我们在品茗之余，重新理解何为风雅，何为传承，何为日常生活中的精神丰盈。

观察中国城市化的一个窗口

“老漂”指从外地来到其子女所在城市，帮子女看孩子、做家务的老人，是青年家庭的摆渡人。本书基于对诸多老漂家庭的深度访谈，生动呈现了老漂家庭中的矛盾和关系调适，从家庭社会学视角描述和解释了老漂家庭的育儿生活和家庭关系。书中以案例的形式，展示了普通人如何扮演父亲、母亲、丈夫、妻子、儿子、儿媳、女儿、女婿等角色，并尝试回答：为什么老漂是青年家庭的刚需？老漂家庭中的婆媳关系和亲子关系有哪些新特征？中年人如何在做父母做儿女和做自己之间找到平衡？由此透视中国家庭的现代转型。

荐书人说》

吕德文（武汉大学社会学院教授）
本书的可贵之处在于，它让老漂族进入学术视野，并获取了“银发摆渡人”这一学术性身份。老漂族不仅依靠自己的努力，让子女接受教育，最终使得子女能够在城市安居乐业；他们还在子女扎根城市的过程中，帮助（外）孙子、（外）孙女健康成长。中国城市化的经验世所罕见，规模庞大、速度极快，却还保持了社会稳定。要发现中国城市化的奥秘，老漂族或许是一个观察窗口。透过本书，我们可以了解老漂族的群像，理解他们的日常生活和心态秩序，也有助于理解中国城市化的隐蔽机制。

记录和拥抱日常生活

这是来自警察的一份地铁人间观察记录。作为地铁民警的14年里，马拓喜欢观察辖区里的众生百态，行色匆匆的路人、携手撒欢的情侣、忙前跑后的保安、起早贪黑的早点铺阿姨……代入他们之后，马拓发现，即使再普通的人，也有属于自己的波澜壮阔。他将这些感情融入文字，以66篇烟火气故事，记录这些用力生活的人。

荐书人说》

张波（中共重庆市委党校《重庆行

政》副主任、编审）
这是一部能让人重新发现生活美好的作品。作者作为一名地铁民警，在工作中见证了无数平凡人的日常瞬间——站台边的等待，重逢的欢笑，甚至小小的争执。他用朴实而温暖的笔触，将我们身边故事的片段记录下来。他告诉我们，生活的温度就藏在我们日常而匆匆的细节里。这本书在提醒我们，生活固然琐碎，却也充满了坚韧与善意，好好生活，去热爱这个热气腾腾的人间。

在漂泊与归属中找寻本真

本书作者海尔曼是德国当代文学的重要代表，擅长描绘孤独、微妙的人际关系和女性心理。小说中，一个女人抛弃了以前的生活，搬到北方的海边小屋独居。她给忧心世界毁灭的前夫写信，与漂泊中的女儿视频通话，和他们分享自己平静琐碎的生活。她小心翼翼地交友，尝试一段新关系，进入其他人的生活。她也想知道，年轻时没有抵达的地方究竟会有什么样的故事。

荐书人说》

胡桑（同济大学中文系副教授）
家，召唤我们在其中，有时又让我

们不得不离开，比如小说女主人公就离开了家。海尔曼善于书写人与人之间距离，人与人之间的弱的关系。那是卡夫卡曾经写过的。但她并不把世界的必然性和个人的偶然性之间写得那么紧张、错位。她笔下的人，相遇，相爱，离开，又一次相遇，进入，都在偶然的弱的关系里展开。她拒绝人的被奴役，被折磨，被凌辱，被囚禁，被束缚。这个过程中，人与人之间那些强迫的纽带被她一一解开。海尔曼精准捕捉到了这个时代的一些东西：关于家与根，关于记忆与信任，关于离开与未竟之愿。

献给一个时代的挽歌

伊夫林·沃是一位在汉语文学界被严重低估的作家，他的《故园风雨后》有着深沉的怀旧意味和深厚的历史感，以缓慢的叙述节奏描写了一个家族的分崩离析。这是一部迷人的小说，也是伊夫林·沃最深沉、最富有怀旧意味的作品，反映了英国贵族阶层的世代荣光在二战前夕的消退与幻灭。

荐书人说》

王一婷（野望BOOK文学编辑）
这是一部在现代英国文学史上占

据独特地位的至美之作，也是一代人心不可逾越的经典。作者伊夫林·沃被视为王尔德与萧伯纳的继承者，以其极致唯美的笔触，为读者献上了一曲送给一整个时代的失落挽歌。夏日倾斜，酒杯倾倒，这本书关于牛津、少年、青春以及英格兰最后的盛景，我们在其中见证真与诚如何抵抗时间与生活的洪流。前半部繁花似锦，后半部痛彻心扉，世间好物不坚固，彩云易散琉璃脆，我们爱这本书，就像我们爱《红楼梦》那么深沉与自然。

梳理中西政治文化交流脉络

20世纪初，向达先生所著《中西交通史》《中外交通小史》《唐代长安与西域文明》等几部著作，对于中西交通史学科体系的创立具有奠基性的意义，前两部更是我国最早系统梳理两千多年来中西政治文化交往的专著。《中西交通史》以时间为序，上自先秦，下至晚清，系统而全面地对古代整个中西交通历程、渊源、演变及相互影响进行了梳理和分析，纠正了长期以来认为“中国的文化自来都以为是孤立的，不受外来影响的”看法。

荐书人说》

谭徐锋（河北师范大学历史文化学院副教授）

晚清以降，由于国势衰微，西方入侵日益加剧，加之西学传入，中西交通研究开始兴起。20世纪30年代，向达先生以交换馆员的身份前往英国牛津大学图书馆，其间在英、法、德等国图书馆广泛搜索、抄录敦煌写卷、《永乐大典》等重要汉籍文献；上世纪40年代先后参加西北史地考察团、西北科学考察团，赴敦煌考察石窟、壁画等历史遗迹。这些为中西交通史研究奠定了坚实基础，向达先生生前作为中国科学院学部委员，毕生致力于中西交通史研究，具有开拓性贡献，享有崇高的国际声誉。《中西交通史》具有开创性与可读性，至今依然是了解相关领域的经典之作。

读懂中华文明特有韧性

本书以“危机与机遇”为核心，精选蓄势、顺势、借势、逆势4大主题、29个有料的话题，探讨中国古代多个关键转折时期，旧秩序的崩溃和新秩序的诞生，更以诙谐的语言、独特的视角、严谨的考证，呈现了我国古代福祸相依、居安思危的忧患意识，乱中求治、化危为机的实践智慧，以及制度僵化、统治失能、经济失衡、战略误判等酝酿危机的经验教训。

荐书人说》

范雯晴（四川人民出版社编辑）

翻开本书，可以看到中国历史发展中的危机与机遇，从而读懂中华文明的特有韧性，理解中华民族善于将危机视为自我更新契机的文化基因。千百年来，中华民族如何于危机中寻先机，于危局中开新局？历史如戏，事实上，历史的每一幕都充满悬念与震撼，每一步的转折都是危机与机遇的博弈。顺势、借势、造势、逆势……在这部书中，历史的长卷缓缓展开，危机与机遇如同其上的明暗线条，交织缠绕，共同勾勒出社会发展的曲折进程。

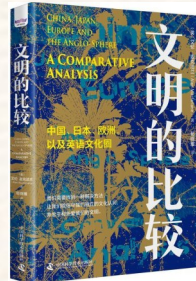
直击当代育儿焦虑核心

孩子越长大笑容越少，失眠、厌学、易怒、偏执……这些变化都是在向父母发送求助信号：我遇到了困难，需要关注和支持。面对这种情境，父母往往为孩子考虑长远，却对眼前的情绪束手无策，或一味地鼓励孩子要更努力。然而，有效的支持是帮助孩子厘清困扰，找到自己究竟被什么困住了，以此调整方式，走出困境。

荐书人说》

安贞灿（帆书App副总裁）
这是一部直击当代育儿焦虑核心的

力作。它精准地捕捉到许多家庭的共同困惑：曾经开朗爱笑的孩子，为何忽然变得沉默、易怒或者紧闭心门？作者于德志研究并投身心理服务10余年，先后为上千位家长提供倾听训练，本书凝聚了他一线的实践精华，带家长预先做足准备应对可能出现的所有情绪问题，还帮助家长通过倾听、觉察自己的需求，掌握平复自身情绪的能力，为沟通降噪，并通过3大核心需求“万能公式”，让家长及时听到孩子内心的声音，成为孩子真正的支持者，为孩子的长远发展保驾护航，实现家长孩子双向成长。



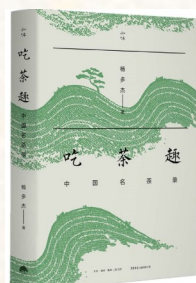
《文明的比较》

作者：[英]艾伦·麦克法兰
出版社：中国科学技术出版社
九龙书城推荐



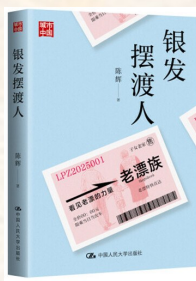
《南京大屠杀：第二次世界大战中被遗忘的大浩劫》

作者：[美]张纯如
出版社：中信出版社
东坡书局推荐



《吃茶趣：中国名茶录》

作者：杨多杰
出版社：生活书店出版有限公司
阅见书店推荐



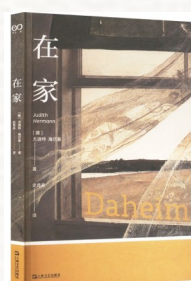
《银发摆渡人》

作者：陈辉
出版社：中国人民大学出版社
五洲书店推荐



《去爱这热气腾腾的人间》

作者：马拓
出版社：湖南文艺出版社
微信读书推荐



《在家》

作者：[德]尤迪特·海尔曼
出版社：上海文艺出版社
西西弗书店推荐



《故园风雨后》

作者：[英]伊夫林·沃
出版社：广西师范大学出版社
重庆书城推荐



《中西交通史》

作者：向达
出版社：重庆出版社
精典书店推荐



《看不够的中国史2》

作者：《国家人文历史》编
出版社：四川人民出版社
沙坪坝书城推荐



《忽然孩子不笑了》

作者：于德志
出版社：北京联合出版公司
帆书推荐



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：cqrbdsb@163.com