

揭示层层迷雾下的历史真相

哪些看似没那么重要的事件左右了历史的走向？哪些人物在历史进程中起到了举足轻重的作用？历史的发展更多是出于“偶然”还是“必然”？对于一段历史的解读，是否存在所谓的“标准答案”？复旦大学葛剑雄教授的《四海之内》选取了中国历史的40个重要片段，从浓墨重彩的具体事件出发，在旧史料中挖掘新观点，把藏在历史背后的真相与细节娓娓道来。

荐书人说>>>

邱小群(人民文学出版社上海九久读书人副总编辑)

古人说“读书所贵，得间后可”，意指读书最可贵之处，在于从字里行间发现隐含的意义。此处的“间”原指门缝、骨缝，引申为事物的空隙。在历史研究中，“得间”意味着不仅研读正史，还要从稗官野史和考古成果中搜集资料，补订考证，揭示历史的另一侧面。葛剑雄教授的这本书正是对“读书得间”的一次践行。他笔下的历史片段，不是尘封的故纸堆，而是常读常新的文化养料。这些考究的史料与鲜辣的观点拨开了层层迷雾，以独特的视角揭示了被传统叙述所掩盖的历史的侧面，丰富了我们对中国历史的认识。

关乎人与时代关系的故事

世事如潮过，寻常百姓家。《瓊家花园》是作家叶兆言创作的最新长篇小说，以南京城南一座老宅院里两个家庭、三代人悲欢交集的人生故事为主线，书写共和国70余载史诗。恢复高考、对外开放、出国潮、下海经商、国企改革、发展经济……“瓊家花园”目睹了主人公天井及一众亲朋好友和街坊邻居的命运起伏，也见证了众多历史时刻。

荐书人说>>>

魏玮(译林出版社编辑)

这是叶兆言先生已经出版的14部长篇中体量最大、故事时间跨度最长的作品。叶老师曾说：“这是我真正看家的书。”他将半生的亲历、三代知识分子的心路历程、对文学的不懈探索融合在这部留给女儿的书里。当我们跟着他的讲述了解了瓊家花园的风风雨雨，合上书的一霎会发现，这不仅仅是关于南京的故事，而是关乎我们每个人，关乎人与时代关系的故事。

用文学性活化历史叙事

《王氏之死》是美国汉学家史景迁所写的一本关于清初中国底层社会研究的历史类书籍。史景迁一向偏重文学性的叙事，试图通过高超的叙事技巧和敏锐的感知能力，在僵化的史料背后，重新塑造或捕捉逝去的时空和人物生命。以资料而论，《聊斋志异》和其他几个地方的方志，是本书的重要依据。本书使用的第三种资料《聊斋志异》属于虚构的小说，作者大量使用来建构清初山东地方民众的心灵图像，从今天文化史研究的立场看来，这种历史文献和文学作品并治一炉的手法，反而显现了作者的创意和先见之明。

荐书人说>>>

武黎嵩(南京大学历史学院副教授)

曾经我们把《聊斋志异》当成是一个鬼狐仙怪的小说，而今我们可以站在17世纪后半叶的历史维度中，重新观察它的内涵，寻找更为深刻的历史逻辑。故事始于1668年的郟城大地震，在某个特殊的时间节点，展示了普通人如何求取欲望与生存和道德感的平衡。主角王氏本是一个无名妇人，她在与人私奔的途中被抛弃，最后返回家乡，引发了一串复杂案件。如何重建一种回归传统的合理秩序？《聊斋志异》成为我们认识那个世界的钥匙。作者使用的文学性的叙述和渲染手法，不同于分析考据性的研究著作，而是在僵化的史料背后，重新塑造或捕捉逝去的时空和人物生命，是以一种画卷而非结构的形式，展示那个时代。

共谱“细胞之歌”

在普利策奖得主、细胞生物学家与医生悉达多·穆克吉的《细胞传》笔下，探究细胞的历程与科学家、医生、患者的人生经历融合在了一起。从发现细胞、了解细胞到利用细胞进行治疗，在伤痛与希望的交织中，经历了百转千回。这些内容与人类的健康和生命息息相关，也为攻克诸多世界性医学难题开辟了新的思路，这让我们有理由相信，细胞世纪已经到来，未来人类可以修复与重建更好的自己。

荐书人说>>>

仇子龙(上海交通大学医学院松江研究院副院长)

只要一眨眼的工夫，我们人体的数万亿细胞内，已经完成了无数次生化反应，而细胞的分裂、修复和死亡更是一个复杂精密的过程，无论是基因突变还是癌细胞的出现，任何一个环节的失误都可能导致出乎意料的连锁反应。生命的奇迹不仅在于其复杂性，还在于其脆弱性。“细胞之歌”是对这本《细胞传》英文名字的直译。我想，细胞之歌的歌者，有研究细胞的科学家，有在显微镜下观察患者病变细胞的医生，还有千千万万的细胞疾病患者。细胞之歌还会继续，希望科学家与医生携手，与无畏的病患一起谱写更多动人的细胞之歌。

用客观视角讲述历史

《血与蜜之地：穿越巴尔干的旅程》这本书从北到南、由冬入春，穿越了素有“欧洲火药桶”之称的巴尔干半岛，途经8个国家、23个城市。书中不仅讲述了这片土地上关于战争和民族、家园和重生的故事，还通过与当地居民的攀谈，深入探讨了民族性格、国家立场以及在当下，人们对于“何处为家”这一普遍性问题的思考。

荐书人说>>>

王涛锴(河南师范大学历史文化学院副教授)

通过了解巴尔干，可以更好地理解世界。深入到巴尔干地区去探索当地人的心灵世界，探索当地人在这块土地上的过去、现在和未来，这是我很想去想象，也很难去做到的事情。刘子超这本基于旅行完成的非虚构作品，突破了不同族群的边界，以一个外来者的身份深入巴尔干地区进行探寻，因为没有冲突、偏见和利益交织在其中，得以用一个更加客观的角度去呈现历史，并且呈现这段历史对人的影响，和人在这段历史中的命运变迁过程。读起来有一种小说感，有一种吸引力，让人欲罢不能。



蛇舞新春

书香沁心迎佳节

春节，中华民族传承千百年的传统习俗，是中华儿女共同书写的文化记忆。即将到来的农历乙巳年，我们将迎来首个“非遗版”春节。首个“非遗”春节怎么过？一本好书的陪伴自然是不错的选择。本期“百本好书送你读”推荐书单中，《四海之内》为你揭开中国历史进程中的层层真相，《细胞传》带你走进细胞的神奇世界，《瓊家花园》讲述一个家族的70余载变迁，《真年龄》告诉你青春常驻的秘密……让我们在不同的好书中收获智慧与感动，一起迎接蛇年新春的来临吧。

保持年轻的秘密在哪里

《真年龄》是有关人类衰老科学的最新研究成果。衰老是人类无法避免的自然过程，但每个个体都会有与他人相异的衰老程序。作者在书中指出人类拥有两种年龄，生物年龄(真实年龄)与数字年龄(时间年龄)，真实年龄显示了我们的身体、器官、组织和细胞真正的运作效能。真实年龄与数字年龄并不必然同步，保持年轻的真正意义在于让身体尽量远离疾病的困扰。

荐书人说>>>

张维(重庆大学出版社北京出版中心主任)

年龄不是以年数来衡量的，大自然并不平均分配能量。有些人出生时就已经老态龙钟，而有些人到了70岁仍然精力充沛，为什么？《真年龄》通过精湛的讲解，阐述了衰老的根源以及衡量我们“真实年龄”或“生物年龄”的进步，从而弥合了我们对疾病和衰老理解的差距。莱文博士通过最新长寿科学进步的成果，绘制了如何逆转生物年龄的认知图谱。对于任何希望提高健康水平、延长寿命的人来说，这本书都是必读的。

细腻讲述中国考古初创故事

《荒野上的大师》讲述了上世纪20年代中国考古初创的故事。作者以地质调查所、清华国学研究院、中央研究院历史语言研究所和营造学社四大机构的发展为主线，描绘了中国考古的诞生经过。从这四大机构里走出了诸多考古名家，作者讲述了他们在考古现场和学术书斋中的工作与贡献，突出了他们在逆境中开辟新天地的勇气和毅力，表现了他们在内忧外患之际为国效力的感人事迹。

荐书人说>>>

张向荣(文史作家，中国人民大学博士)

这是一部不错的历史非虚构作品。虽然，书中写到的那些人和事，或多或少，或早或晚，曾读过、听过、感慨过，但汇总到一起，以如此细腻感性的笔法娓娓道来，不但事事皆有出处，而且还那么流畅和恰到好处，作者用心用力，可见一斑。本书的脉络从地质切入，从建筑淡出，一条线曲折曲折，不绝如缕，那些近代学人在战乱中走出书斋，在田野考古领域拓荒，至今想来，荡气回肠。总体来看，本书在叙事、剪裁、结构等方面，皆有可学习之处。

如何真正把握自己的命运

作者结合问卷调查与深度访谈，对“小镇做题家”的家庭背景、学业表现、社会适应、就业出路等情况作出客观全面的分析。本书以通俗的语言、翔实的数据、生动的案例，结合受访者口述，呈现了农村与小镇青年社会流动征程中的内心世界，并力求揭示在精英大学中个人的生命历程是如何与宏观的社会进程相缠绕的。

荐书人说>>>

刘云杉(北京大学教育学院教授)

作者笔下的那些孩子，如同我身边的学生，他们的眼神什么时候比较自在，什么时候比较自然，什么时候比较自信？我经常看到他们的自尊，自尊有两面，有时候是躲闪的，有时候又是挑衅的。什么时候能够平视而自在地和自己和解，和自己曾经走过的路和解——我并没觉得他们有特别大的不同，这背后只是一个差异，差异背后既是他们非常珍贵的生命历程，又是一种多元，这是我们需要去珍视的。他们如何破茧而出，在时代大潮中真正把握自己的命运，这不仅是一代人的必答题，也是时代难题的破解之道。

见证一个图书馆的诞生

《世上为什么要有图书馆》这本书是一个真实的事件。陕西科技大学副教授杨素秋到西安碑林区挂职一年，主持西安碑林区图书馆的建设。图书馆的灵魂是书目，在确定图书馆书目的过程中，她遇到了各种潜规则和来自各方的阻力，难关难过关过，最终，理想与现实得到了最大的平衡。

荐书人说>>>

王尧(苏州大学文学院教授)

一位青年学者，用自己的方式介入社会、服务社会，其中的坚守和努力，体现的正是年轻一代知识分子的品质。杨素秋用温婉的笔调叙述了她理想的图书馆是如何建成的，这位文弱秀美的女生，在所有的细节叙述中都洋溢着人文主义者的光泽和趣味。一座区级图书馆从无到有的建设过程被记录下来之后，新生与建构的力量使阅读的光从纸面一点一点透出，弥合了不同的阅读经验。这部书并非宏大叙事，但它深深吸引了我，我读到的是一种文化生态。它是一本关于“杨素秋们”的书，一幅人文主义的肖像。

舌尖上的宋代美食

《山家清供》是南宋文人林洪所著的一部极具文学韵味和医学养生知识的饮食笔记。每篇记叙简短有趣，注释详尽，多穿插有关历史掌故、诗文，作者文笔优美，描述生动，还配有精美的插图，给读者美的享受。许多菜肴别出心裁，独具一格。本书在烹饪方法描写的基础上，增加了中医学、本草学、养生学、膳食学等各方面知识的延伸，适合普通读者及中国传统饮食文化爱好者阅读。

荐书人说>>>

肖化(重庆出版社科技分社社长兼总编辑)

本书收录以山野所产谷物、蔬菜、水果、动物、鱼类、海物为原料的美食，叙其名称、用料、烹制方法，行文间不乏与美食相关的掌故、诗文、作者个人经历。它以简洁优美的笔触，描述了众多具有宋代特色的食物与饮食方式，“碧洞羹”“冰壶珍”“梅花汤饼”……一道道美食仿佛一幅幅流动的画卷，让人在品味美食的同时，感受宋代文化的独特魅力。文化价值上，本书为我们今天研究宋代饮食文化提供了珍贵的历史文献资料，通过对食材的选取、烹饪技术的传承以及饮食方式的记录，我们可以深入了解宋代文人的生活方式和审美情趣。

近悦远来
书香重庆



电子书
有声书
扫码即可
阅读、收听