

去发现希望、信任与温暖

本书是梁鸿继“梁庄三部曲”之后,沉淀5年推出的又一部具有现实意义的力作。她将写作目光投向那些被困住的少年——因情绪问题失学、休学在家的孩子,以及在退学和抑郁边缘挣扎的孩子。她耗时三年,足迹遍布超大城市、中等城市、县城与农村,走进家庭、学校、社会教育机构和精神医疗机构,沉浸式采访孩子、父母、教师、医生与心理咨询师,真实记录他们的声音,立体呈现当代中国青少年的心理图景。

荐书人说>>>

杨博惠(中信出版集团经管社主编)

我们都需要勇气与希望,去倾听彼此心底的呼唤,去守护那些奋力走出泥沼、渴望春天的少年。《要有光》所关切的,远不止成长中的困惑与疼痛——它更想呈现的是:在经历这一切的过程中,孩子如何一点点积蓄内心的力量,家长如何在反思中学会理解与陪伴,而彼此又如何在一次次靠近、倾听与接纳中,重新找回希望、信任与温暖。正是在这样的过程里,生命内在的韧性与光亮才得以显现。“要有光”,是让孩子被光照亮,也让我们自己,成为那束光。

用有趣的视角解读历史细节

这本历史随笔集收录马伯庸近年来零散创作的小文,内容包罗万象;有陪孩子读古文名篇的亲身经历、牙疼时总结的古人牙疼史、对蒲松龄“高考作文”的批改意见,有探访秦宫大墓的脑洞,还有明代抗日援朝义士纪念文、敦煌归义军电影剧本。文字无过多杂念,满是充沛、纯粹甚至略带过剩的表达欲与好奇心,以轻松有趣的视角解读历史细节。

荐书人说>>>

王勇(中南博集天卷文化

传媒有限公司副总经理)

唯有无用的好奇心,才能稀释人生的无聊。时隔7年,马伯庸继《显微镜下的大明》之后再次出版历史随笔,以纯粹的好奇与热忱,探寻历史褶皱里被淡忘的细节。聊聊历史,谈谈文化,他给读者们讲了几个好玩的事儿。见微知著,于历史褶皱中打捞被忽略的声音;看见人民,于残砖断简中起底英雄史诗幕后。文字随性而通透,视角独到又细腻,兼具文史底蕴与人文温度。

一条河流的民族志

一条江,如何塑造一座城的气质?本书从黄浦江出发,走向伦敦、纽约、汉堡、东京、澳门、阿姆斯特丹等世界港口城市水岸,陈丹燕在码头的气味、光线与人群中行走,将河流书写为缓慢、坚定、持续影响城市气质的文明力量。本书凝结作者20余年田野调查与城市实践经验,让河流成为承载城市伦理、记忆与未来的精神载体。

荐书人说>>>

刘欣玥(上海师范大学人文学院讲师)
在陈丹燕的这部非虚构新

作里,河流化身成为一种有生命的时间装置与记忆媒介,流淌出上海自开埠以来空间生产所蕴含的复杂光晕。黄浦江与全球港口城市的对话,引导我们细致观察滨水空间如何从工业岸线转型为文化公共景观,以及这一进程背后的现代动力与生态诉求。陈丹燕凭借数十年的田野工作,在水文地理学、城市社会学、父辈生命史与私人记忆的交汇处,重新发明了一套“河流的语法”。这是一部河流民族志,也是一个“移民的孩子”对上海漫长而深情的致意。

展现一个不为人知的楼兰

作者陈晓露被誉为“楼兰研究第一人”。在她看来,楼兰4000年的历史,是人类与极端环境共生、文明在夹缝中绽放又凋零的缩影。书中关于适应、交流、坚守与消亡的故事,既属于过去,也映照当下对文明命运的思考。作者以考古发现为针、历史文献为线,编织出比小说更动人的文明兴衰史,让每一件文物、每一具棺木,都诉说罗布泊深处被风沙掩埋的族群记忆与生存智慧。

荐书人说>>>

施展(上海外国语大学全球文明史研究所教授)
陈晓露为我们揭开了一个

不为人知的楼兰。她让我们看到,在相当长的一段历史时期里,楼兰曾是东西方交通最重要的十字路口。来自西方的器物、文化与思想进入楼兰后,经历了一番消化与迭代,再传入中原,并对中原产生深远的影响。而在这个过程中,中国作为一个整体的文明体系,也在不断演进与发展。读这本书时,我不时把自己代入楼兰人的视角去理解这一切,并由此生发出一股自豪感——因为,楼兰曾经在某种意义上作为世界的中心存在过,东西方的文化交融都要经过这里。想到这些,内心不禁澎湃。

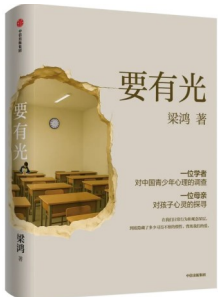
治愈心灵的自然之约

本书是美国著名自然文学作家西格德·奥尔森的经典代表作,以春、夏、秋、冬四季为篇章,用优美笔触描绘美国北部奎蒂科-苏必利尔荒原的自然之美。荒野的吟唱如同穿越悠久岁月的回音,是抚慰现实浮躁与不安的精神之源,让人沉浸于广袤宁静,体悟人与自然的深层和谐。奥尔森以亲身经历告诉读者,每个人心中都有对荒野的需求,唯有精心呵护滋养心灵的自然之地,才能守护人类文化与自身。

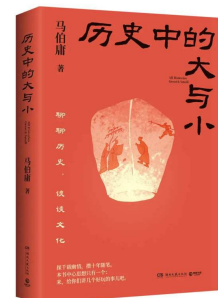
荐书人说>>>

杨柳(重庆市少儿图书馆阅读推广部主任)

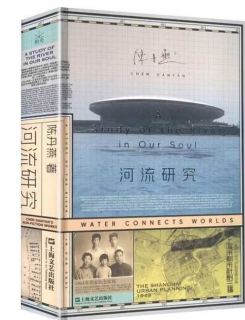
在春天翻开这部经典,内心会感受到一种宁静和淡然。其实,作者书写的不只是春天,一年四季都在他的笔下得到了一种优雅的呈现。他用沉静的笔触书写荒野晨昏、草木生灵,抚慰尘世浮躁,唤醒人们对自然的敬畏与守护之心,让读者在文字间奔赴了一场场治愈心灵的自然之约,体悟人与自然的和谐共生的真谛。在作者看来,低吟的荒野已经成为一种无价的精神之源,一种现代社会的心理需求。字里行间那种古朴的自然之美,代表了人们的一种共同的怀旧,以及对荒野的深切思念。



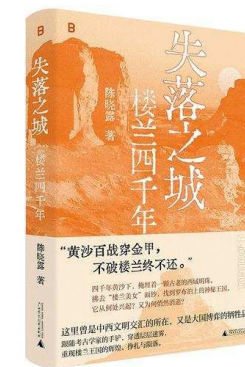
《要有光》
作者:梁鸿
出版社:中信出版集团
推荐单位:重庆书城



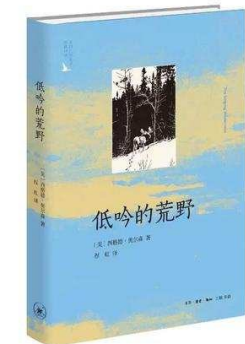
《历史中的大与小》
作者:马伯庸
出版单位:湖南文艺出版社
推荐单位:西南大学出版社阅见书店



《河流研究》
作者:陈丹燕
出版单位:上海文艺出版社
推荐单位:精典书店



《失落之城:楼兰四千年》
作者:陈晓露
出版单位:广西师范大学出版社
推荐单位:东坡书局



《低吟的荒野》
作者:[美]西格德·奥尔森
出版单位:生活·读书·新知三联书店
推荐单位:西西弗书店

书卷长相伴 满城纸墨香

■新重庆-重庆日报记者 赵欣

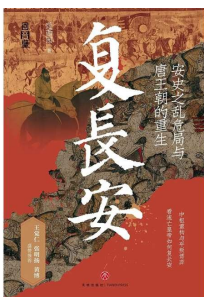
法治护航,书香满城。今年2月,《全民阅读促进条例》正式施行,全民阅读由此迈入法治化轨道。“百本好书送你读”第65期,入选的10本好书中,《要有光》聚焦当代中国青少年成长问题,《河流研究》凝结了作家陈丹燕20余年的田野调查成果,《复长安》重现安史之乱这一盛唐转折点,《失落之城:楼兰四千年》则带我们穿越时光,走进历经沧桑的古城楼兰……让我们翻开一本本好书,共赴一场滋养心灵的阅读之约吧!

近悦远来
书香重庆



电子书
有声书
扫码即可
阅读、收听

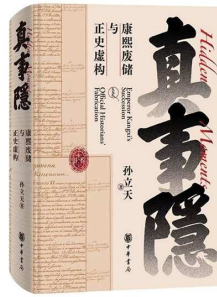
据《重庆日报》



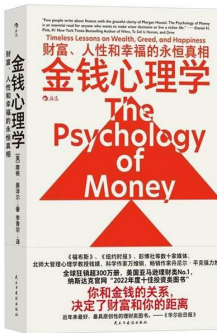
《复长安》
作者:范西园
出版单位:天地出版社
推荐单位:时光里书店



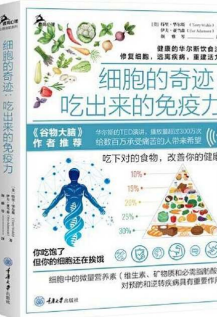
《勾勒生活:从灵感到成稿的艺术家手记》
作者:卡斯丁多
出版单位:重庆出版社
推荐单位:沙坪坝书店



《真事隐:康熙废储与正史虚构》
作者:孙立天
出版单位:中华书局
推荐单位:蓝月亮书店



《金钱心理学:财富、人性和幸福的永恒真相》
作者:[美]摩根·豪泽尔
出版单位:民主与建设出版社
推荐单位:九龙书城



《细胞的奇迹》
作者:[美]特里·华尔斯、[美]伊夫·亚当森
出版单位:重庆大学出版社
推荐单位:五洲书店

看唐朝如何收复长安

本书从权力博弈、军事行动和后勤保障三个维度,系统分析了公元757年前后唐军收复长安的全过程,为理解中唐政治、军事格局提供全新视角。全书围绕唐玄宗李隆基、唐肃宗李亨两代皇帝及其身边人物展开,涵盖从安禄山起兵至唐军收复长安的关键阶段,深入探讨唐王朝内部政治斗争、权力更迭与社会各阶层反应,展现出这一时期复杂多变的历史图景。

荐书人说>>>

黄博(四川大学历史文化学院副教授)
“一日看尽长安花。”在大

唐,长安是人人向往之地,尤其是那些被赶出长安的皇帝。从长安出发的逃亡之路有多么艰辛,打回长安就有多么令人兴奋。《复长安》一书聚焦于安史之乱后大唐朝廷重回长安之路,用灵动且细腻的笔触描绘了一个巨人倒下后的自救之道。它写的不是对盛唐的怀旧,或许更是对“盛唐精神”的追问。一个王朝真正的实力,不是看它高光时刻有多耀眼,而是看它在黯然之后会不会立即退场。唐之“复长安”,对比宋朝之于开封,一别就是永别,何啻霄壤!

用艺术家视角记录日常

本书是卡斯丁多继《走走画画》沉寂10年后,以绘画作品分享创作、生活与行旅思考的诚意之作。书中逐一解答创作难题:写生如何不被对象束缚、如何坚持画满手账、如何将写生/照片转化为创作、如何统一风格、如何用简易材料拓展技法边界等。同时收录了作者荣获“美国插画家协会”金奖等大奖作品的创作思路、旅行创作感想,讲述以艺术家视角观察记录日常的方法,既为专业插画师提供创作突破思路,也启迪普通绘画爱好者拿起画笔,更带给读者审视日常、热爱生活的哲思。

荐书人说>>>

阿梗(知名画家、北京印刷学院教授)

10年前,我曾与作者卡斯丁多同行,在克里特岛驾车暴走,那时天空很蓝、海水清透、渔民风趣热情、异域的城邦风情万种、粉红色的珊瑚沙滩发着迷人的光。卡斯丁多一个猛子扎入湛蓝的大海里游了一圈,她要拥抱地中海!这鲜活的一切仿佛在昨日,也皆被画笔记录。本书正是这样一本娓娓道来的图像叙事生活诗,抑扬顿挫,优美生动。我们很幸运,能一起接受自然的馈赠,用灵魂体验再由笔尖传达。

挖掘康熙雍正的那些事

康熙四十七年九月,太子胤初在随驾巡幸途中被废,由此开启长达10余年的储位之争。雍正登位后,亲自监督编纂康熙朝历史,定下这段纷争及相关人物的官方说法,却始终饱受当时与后世的质疑。本书从一套在罗马尘封300余年、由往来清宫内廷的传教士所作的记录切入,挖掘雍正系统清理历史记载的诸多证据,为康熙朝储位之争带来全新故事。

荐书人说>>>

胡祥雨(中国人民大学清史研究所教授)

告诉你致富与守富的核心密码

人们常将投资理财视作硬科学,却忽略心理因素的关键作用。理财行为往往受情绪、喜好、立场等意外因素影响,致富与守富的核心不在于知识与规律,而在于克服人性弱点、认清事物本质。摩根·豪泽尔从心理角度出发,分享18条一针见血的理财智慧,为理财新手搭建朴素实用的认知框架,帮投资老手查漏补缺、守护财富。在变幻的经济形势中,书中亘古不变的道理,能助力读者实现长久富足与幸福。

荐书人说>>>

彭小兵(重庆大学管理学院教授)
本书为人们提供了一个跨学科视角:理财不仅是计算,更是科学、人性与心理预期的博

弈。在社会治理中,我们强调制度的“容错空间”;而在个人财务管理中,这种“安全边际”则是通向自由的基石。书中提出“守富比致富更重要”以及“复利的时间溢价”,这既是“开源”与“节流”的关系问题,也与公共治理中追求的“多元参与”与“合作”“妥协”不谋而合。对于很多企业家和职场人士而言,财富的真谛在于通过某种克制的方式换取对生活快速的支配权。本书不仅是一本投资指南,更是一本关于“低级逻辑”的社会心理观察书。它提醒我们:在一个充满不确定性的时代,建立健全的心理防线与长期主义视角,比追逐短期高收益更具生命力。

从营养医学入手改善健康

本书是《吃出来的免疫力》第二版。第一版问世后,饮食、锻炼、生活方式与华尔斯方案引发广泛关注,为慢性病患者提供药物之外的健康选择,也推动临床领域重视治疗性饮食与生活方式。新版融入最新科学研究成果、对旧理念的深化解读、更多研究介绍与饮食方案,新增食谱与健康建议,扩展适用范围,将华尔斯方案应用于多发性硬化症之外的多种慢性病,助力更多人通过科学方式改善健康。

荐书人说>>>

王斌(重庆大学出版社心

理图书编辑部主任)
本书将带你带入营养医学的核心,将尖端的营养医学转化为可执行的生活日常,我们需要调整饮食结构和生活方式,让细胞不再挨饿,增强免疫力。因为细胞中的微量元素(维生素、矿物质和必要脂肪酸)对预防和逆转疾病具有重要作用。书中没有喧嚣的口号,只有对生命最细微单元的凝视,却让人豁然醒悟:唯有身体健康,心灵才有安放之处。若你也在纷繁世界中寻找根本,不妨静下心来,读一读它。