

每月

書目

MEI YUE HAO SHU TUI JIAN

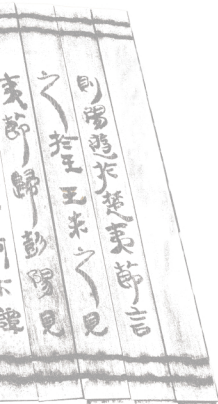
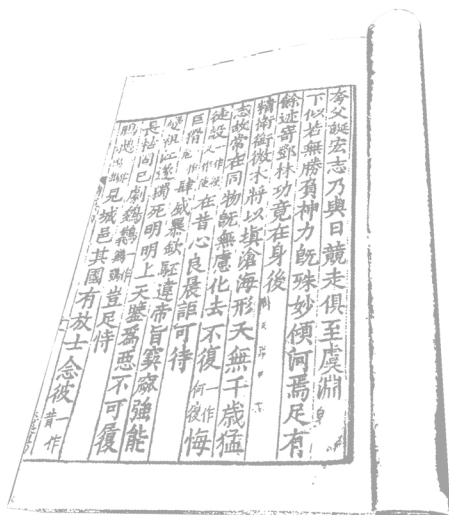
总第163期

# 好书推荐



# 2022

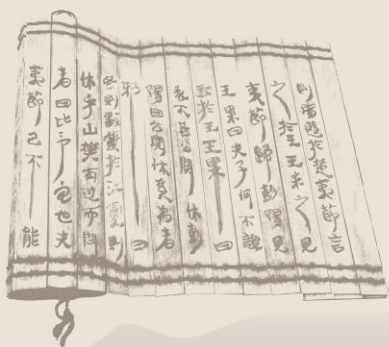
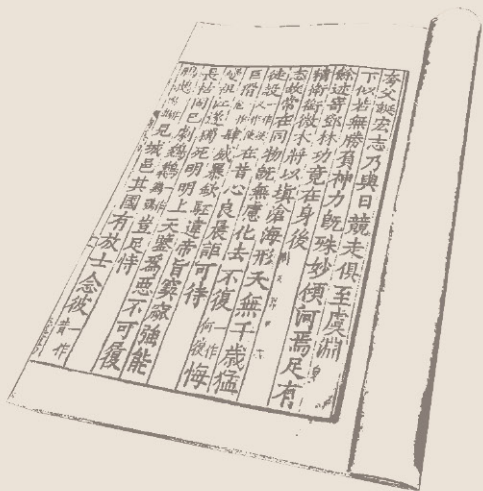
广东新华发行集团 主办  
南国书香节组委会办公室



每月

MEI YUE HAO SHU TUI JIAN

# 好书推荐



# 祖獅爺



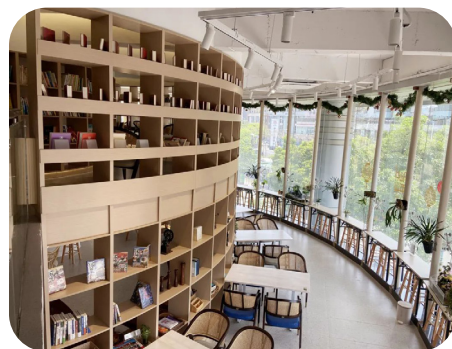
佛山

清藤书屋

清藤书屋位于广佛路转角处，外围阅读区自带超大落地窗，沿着蜿蜒的楼梯走上二楼，富有设计感的曲线型书架将不同阅读区划分开。书屋藏书种类丰富，党政类、历史类、人文社科类、文学类、生活类、少儿类书籍应有尽有，平日还会举办读书沙龙会等活动。



书屋的创建不仅是为了让街坊有一个安静的阅读空间，更是为了传承大沥的醒狮文化以及藤编文化。书屋在明显的地方挂着“祖狮爷”的条幅，条幅下是陶艺家创作的一系列醒狮陶艺作品，让大沥特色文化触手可及，更好地发扬岭南传统文化，彰显大沥特色。



# 每月好书推荐

MEI YUE HAO SHU TUI JIAN



# 2022.05

▶▶▶ 总第163期

## 编辑委员会

主 任 蒋鸣涛  
副 主 任 何宝贤、翁旭辉

执行主编 宋 禹  
责 编 左洁雯  
美 编 林 萍  
校 对 梁静仪、邓 菁  
运 营 黑 胜  
发 行 龚 照、项永森

出 版 广东新华发行集团  
策 划 书香文化传播公司  
地 址 广州市长福路100号

## 联系方式

投稿邮箱 ngsx\_ban@163.com  
Q Q 群 295521961  
编 辑 部 020-66220281  
发 行 部 020-66220282



CONGTENTS

# 目录

主题	《青年的力量》	2
	《共同富裕：看见未来中国的模样》	3
热点	《可能性的艺术：比较政治学 30 讲》	4
	《深度转型：大分化时代中国怎么办》	4
	《中国北斗》	5
	《元宇宙：人类空间移民的想象力革命》	6
	《AI 未来进行式》	6
	《全球产业链重塑——中国的选择》	7
	《迟到的东南亚》	8
集成	《德与礼：亚洲人对领导能力与公众利益的理想》	8
	《中国的河山》	9
文史	《我们从哪里来：史前环境与中华文明的起源》	10
	《汉武时代漫谈》	11
	《赤壁之战：建安与三国》	12
	《内闾：宋代妇女的婚姻和生活》	12
	《结社的艺术：16—18 世纪东亚世界的文人社集》	13
	《威尼斯：海洋共和国》	14
	《伊丽莎白二世及其时代》	15
	《暗影中的人》	16
文艺	《人间有所寄》	17
	《秦岭记》	18
	《中文桃李》	18
	《记不住的日子》	19
	《开创者》	20
	《元白》	21
	《你就这样几小时地听着雨声》	22
生活	《中国居民膳食指南（2022）》	23
	《祛湿：养肾、健脾、排毒》	24
	《李渔的窗子》	25
	《图解阳台种菜一学就会》	26
哲思	《凡人动了心》	27
	《停止你的内在战争》	27
	《叔本华及哲学的狂野年代》	28
粤版	《平安批》	29
	《一江潮容情：潮汕与客家历史文化访思录》	30
	《谁知我意在南山》	31
视听	《邓小平小道》	32
	《与青春有关的日子》	33



《青年的力量》

ISBN：9787559660909

王建敏 编著

定价：49.80 元

北京联合出版公司

2022 年 4 月

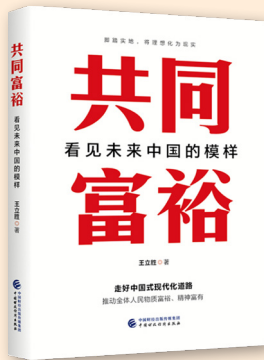
# 一本给新时代青年的青春宣言书

## 推荐理由

本书面向青年学生、青年党员、青年家长等在内的新时代青年，旨在帮助青少年树立正确的世界观、人生观、价值观，激励其奋发图强，在人生各个阶段、生活各个领域践行青年要求，发光发热，为中国梦的实现贡献力量。本书既可作为团干部培训、青少年学习教育、青年党员培训的学习读物，也适合青年家长、青年干部等群体阅读。

## 内容简介

青年兴则国家兴，青年强则国家强。本书通过刻画新时代青年之形象、感悟新时代青年之精神、展现新时代青年之力量，帮助新时代青年明确时代赋予的重任和要求，激励其继续发扬五四精神，以民族复兴为己任，勇立时代潮头，争做时代先锋，成为实现中华民族伟大复兴的先锋力量，助力广大青年“扣好人生的第一粒扣子”，树立正确的价值观。



### 《共同富裕：看见未来中国的模样》

ISBN: 9787522312002

王立胜 著

定价: 56.00

中国财政经济出版社

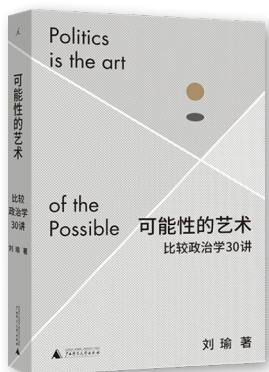
2022年3月

## 读懂共同富裕 把握发展机遇

### 内容简介

本书对共同富裕作出全方位、立体化的生动解读,从历史、理论、实践三个层面,回答了共同富裕的长期性、艰巨性和重要性,明晰共同富裕的历史逻辑、思想脉络和推进策略。同时,聚焦“三次分配”“‘十四五’规划”“新发展阶段”“高质量发展”“中国式现代化”“以人民为中心”等热议关键词,展开精到阐述,帮助读者理解共同富裕的丰富内涵、目标任务和实施路径。本书既注重理论层面的深度阐释,又注重联系实践的通俗解读,助力读者全面、深刻理解共同富裕,感知共同富裕的生动实践,真正把共同富裕理念贯彻到干事创业的全过程和各领域。





《可能性的艺术：比较政治学 30 讲》

ISBN: 9787559848048

刘瑜 著

定价：82.00 元

广西师范大学出版社

2022 年 4 月

## 比较政治学 30 讲

### 推荐理由

“政治是可能性的艺术。” 当我们将面对的政治现实当作一万种可能性之一来对待时，就能从此时此地抽离，获得一种俯瞰的视角，进而再聚焦定位现实，在浩瀚的可能性中理解我们自身。

### 内容简介

一个和平“爆发”的年代？

历史“终结论”的终结？

国家能力从何而来？

文明的冲突是一个过时的预言？

面对林林总总的政治问题，作者带领我们以一种比较的视角，在民主问责和国家能力两个政治比较的核心维度下，建立起观察的参照系，将不同体制、不同经济发展水平的国家纳入比较的视野，去分析我们的时代背景和全球化进程，讨论不同国家的政治转型与国家能力，以及文化和经济对政治变迁的影响。



《深度转型：大分化时代中国怎么办》

ISBN: 9787516425589

滕泰、朱长征 等著

定价：69.80 元

企业管理出版社

2022 年 5 月

## 中国经济将如何转型

### 推荐理由

本书是作者关于当前中国宏观经济形势和政策的研判和建议，对中国经济的发展状况和诸多结构问题进行了深入观察和分析，并对未来发展方式的转变、所需要的政策转型和改革提出了若干发人深思的观点，是一部应对当下热点经济话题，满足读者阅读需求的很有价值的图书。

### 内容简介

本书从中国经济增速下行与美国高通胀所代表的东西方经济严重分化开始，深刻剖析了需求收缩、供给冲击、预期转弱如何放大中国经济增速下行压力，以及全球通胀与衰退、经济“头部化”、增长不平衡等现象对中国经济和企业的冲击，进而提出了中国决策观念转型、政策机制转型、改革逻辑转型、经济结构转型的新方向。



《中国北斗》

ISBN: 9787532958528

龚盛辉 著

定价: 48.00 元

山东文艺出版社

2021 年 12 月

推荐理由

本书生动刻画了数十位不忘初心、不改本色、顽强拼搏的北斗儿女。他们都勇于担当、一心报国，以自己的无私奉献，生动地阐释了“自主创新、开放融合、万众一心、追求卓越”的新时代北斗精神，阐释了中华民族屹立于世界民族之林必须以自力更生为奋斗基点，攀登科技高峰唯有走自主创新之路的真理。借“中国的北斗，世界的北斗”的理念，通过北斗开启民用、服务“一带一路”建设等故事，展现了“中国梦”与各国人民梦想息息相通的大国情怀。

内容简介

本书是一部讲述中华儿女 26 载顽强奋斗、攻坚克难、独立自主地建设北斗全球卫星导航系统的报告文学。它以北斗系统建设时间为横线，以各分系统团队攻克重重难关为纵线，立体地描述了在关键核心技术“要不来，买不来，讨不来”的困境下，北斗系统从无到有、由弱到强的建设历程。





## 人类空间移民的想象力革命

### 内容简介

元宇宙会如何影响我们的生活？元宇宙目前没有一个简单、具体的定义，这就使得不同的行业、领域都在以自己的方式去理解、塑造不同的元宇宙。让人有一种“盲人摸象”的既视感。

对于元宇宙而言，比特币、区块链、NFT……这些当然也很重要，但关于元宇宙的所有讨论，首先还是要回归人文科技本位。作者破除“一切皆可元宇宙”的乱象，不盲从跟风，为热点降温，带你摆脱物理定律的阻碍，去探索人类命运中数字形态的“永生”。

### 《元宇宙：人类空间移民的想象力革命》

ISBN：9787572606113

裴培、高博文 著

定价：59.80 元

湖南文艺出版社

2022 年 4 月

## AI 时代的世界是怎么样的？

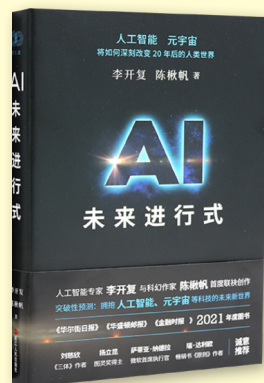
### 推荐理由

破时空局限，置身于境思考人类与科技的未来，审视科技与社会变迁下人的情感、思考和理想。

### 内容简介

作者畅想了 20 年后在人工智能等科技影响下的人类世界：身临其境的沉浸式娱乐方式、自如使用人类语言的虚拟伴侣、没有“司机”的自动驾驶汽车、能够以假乱真的照片和视频，以及基于量子计算、计算机视觉和其他 AI 技术的展开应用。

这些畅想让我们可以更加深度地思考——人工智能能否帮助人类从源头上预防疫情？人们该如何应对未来的职场挑战？在人工智能主导的世界中，该如何确保文化多样性？……通过阅读这些有关未来的技术蓝图与分析，相信你我将能更真切地看到人类未来将要前进的方向。



### 《AI 未来进行式》

ISBN：9787213101625

李开复、陈楸帆 著

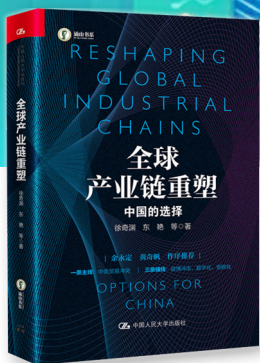
定价：88.00 元

浙江人民出版社

2022 年 5 月



# 全球产业链的重塑 与中国的应对



## 《全球产业链重塑——中国的选择》

ISBN: 9787300301501

徐奇渊、东艳 等著

定价: 108.00 元

中国人民大学出版社

2022年4月

### 推荐理由

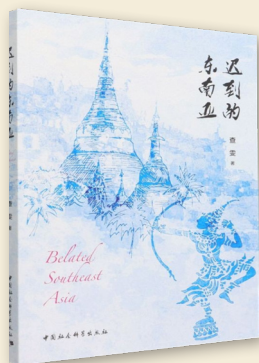
中国的崛起,美国的衰落,是当今世界大势。

中国作为大国,其发展模式可以说走出了钱纳里式的新模式。看似有迹可循,实则摸着石头过河。在新时代,全球产业链重构的过程中,中国到底该如何定位,如何选择,哪些要放,哪些要守,哪些要占?

### 内容简介

在全球产业链重塑的过程中,我国面临前有堵截、后有追兵、中间国家摇摆、内有转型之困等挑战。同时,全球力量对比呈现东升西降,国内超大规模市场优势凸显、产业升级势头正盛,我国在全球产业链当中的枢纽地位得到进一步强化。在此背景下,我国如何扬长避短,在全球产业链重构当中重塑竞争力、开辟新的发展空间?

为了回答这一问题,本书将中美贸易冲突作为分析主线,同时将疫情冲击、数字化、低碳化作为三条辅线。在此基础上,在理论上提炼出产业链的国际竞争力和完全自主可控的二元悖论,并进行一系列具有现实意义的政策实践探讨。



《迟到的东南亚》

ISBN：9787520395069

查雯 著

定价：66.00 元

中国社会科学出版社

2022 年 4 月

## 迟到的东南亚

### 内容简介

“东南亚是国人钟爱的海外旅游目的地之一”。但对很多人而言，东南亚就像一个既熟悉又陌生的邻居——虽然时常碰面，但对对方的来龙去脉却知之甚少。本书以一些小问题为切入点，抽丝剥茧、层层深入，带读者了解东南亚的“前世今生”。本书还将地区经验与政治学的相关理论相结合，进行了深刻但不失趣味的讨论，相信会给读者带来有益的启发。



《德与礼：亚洲人对领导能力与公共利益的理想》

ISBN：9787214269157

[美] 狄培理 著

闵锐武、闵月 译

定价：48.00 元

江苏人民出版社

2022 年 4 月

## 探寻亚洲传统思想智慧

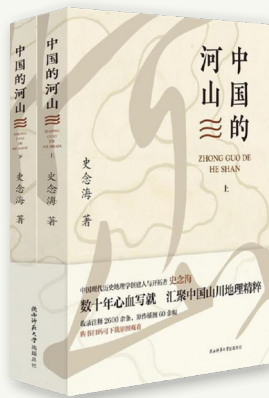
### 推荐理由

跨越数千年历史，梳理“德”与“礼”这两个概念在中国、印度、日本等传统文明中的内涵及演变，为全球化和现代化贡献亚洲传统思想智慧。以文化多元主义反对欧洲中心主义，以文明对话观批驳文明冲突论。

### 内容简介

现代化是否意味着以不容置疑和不加批判的方式向世界各国和民族推广西方模式？全球化是否不可避免地带来文明的冲突？

作者认为，亚洲的一些传统思想资源，特别是德与礼这两个不断演变的概念，可以帮助解决 21 世纪人类文明的困境，让全球化过程变得人性化。作者坚持文化多元主义，提示我们不同文化传统之间需要沟通、对话，才能有助于化解当前世界上的各种冲突。儒家“克己复礼”“理一分殊”的思想在今天依然有用。



### 《中国的河山》

ISBN: 9787569525724

史念海 著

定价: 128.00 元

陕西师范大学出版社

2022 年 2 月

## 历史之魅 与环境之思

### 推荐理由

阅读本书,从浅显处入手,打开这扇宝库的大门,领略祖国山河之壮美,了解人文地理的演变源流,进而可提升民族自豪感和文化自信。

### 内容简介

本书上册主要介绍我国山川地貌、关隘都会;下册重在介绍我国道路交通与军事地理。作者将历史文献与野外实地考察相结合,解决了大量文献考证无法解决的问题,为中国历史地理学和军事学史做出了重大贡献。全书收录注释 2600 余条,详尽周至;保留并精修原作所有插图 60 余幅。

本书兼具较高的学术性和适度的普及性,是一部普及中国历史地理知识,进而弘扬中国文化及爱国主义精神的历史地理学读物。



# 追寻我们 成为中国人的起点



## 《我们从哪里来：史前环境与中华文明的起源》

ISBN: 9787559659484

罗三洋 著

定价：80.00 元

北京联合出版有限公司

2022 年 4 月

### 推荐理由

各大古文明都有的“大洪水”叙事、愚公移山寓言、麒麟龙马饕餮等上古神兽、孔子所言身高三十尺的巨人、《庄子·逍遥游》所载的北冥、《西游记》里的海底龙宫，这些被视作神话传说的故事，并不是古人的想象，而是在史前真实发生的。作者带你从全新的角度解读历史。

### 内容简介

作者将观察视角锁定在 9.6 亿年前到公元前 4000 年的那片后来被称为“中国”的陆地上。相比于大家熟知的有文字记录以来的纷繁灿烂的中华文明史，这段遥远时空的史前中国史显得格外孤寂。然而，这段历史真的是简陋乏味的吗？

那是怎样沧海桑田的环境变迁？我们的祖先如何抵御外部世界翻天覆地的变化？与现代人脑容量相当的祖先们做了什么，想了什么？在单纯依靠历史学无法探知的领域，作者综合运用人类学、环境学、考古学、地质学、神话传说等诸多领域知识，试图解答“我们从哪里来”。



### 《汉武时代漫谈》

ISBN: 9787550734258

草说木言 著

定价: 58.00 元

海天出版社

2022年4月

## 漫谈中国历史上 首个狂飙突进的时代

### 推荐理由

大漠戈壁里的戍卒，沟渠大堤上的劳工，西域道路上奔波的使者，田地间种植庄稼的农夫……更多人的生活 and 故事，我们永远也无法知道了。我们能做的只是通过有限的信息，去管窥这个曾经鲜活的世界。史书没有记录这些人，但我们知道，他们是存在的。

### 内容简介

本书内容源自《史记》《汉书》《资治通鉴》等权威史书。以汉武帝刘彻的人生轨迹为主线，以该时期的标志性事件为突破口，通过对事件背后的经济、政治和社会等因素的解析，逐步展开了公元前1世纪前后的历史画卷，揭开了汉武帝时代的神秘面纱，揭示了中华民族挺立千秋的自信，表达了中华民族积极进取、自强不息的奋斗精神。





### 《赤壁之戟：建安与三国》

ISBN: 9787108073099

田晓菲 著

定价：68.00 元

生活·读书·新知三联书店

2022年3月

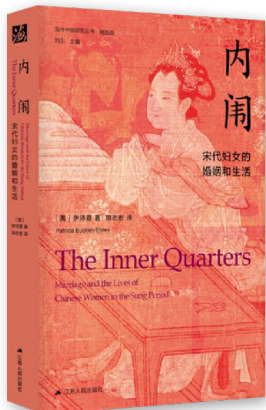
## 建安与三国

### 推荐理由

“三国想象”是一个影响深远的构建，就连“建安”本身也是后来形成的概念。在后世浪漫化的三国叙述中，建安的意象，以其饮酒宴游、英雄气概、文采风流和男性情谊，一次又一次地复归。它渐渐地代表了一种失落的丰满，这丰满却从来都只存在于想象之中；它代表了一个已逝的时代，这个时代充满龙飞凤舞的传奇性人物，在他们身上，史实与虚构难解难分。

### 内容简介

“三国”与“建安”经历了一个从历史走向文学，从史实走向浪漫化的过程，这是一场迷人而又影响深远的建构。作者跨越了诗词、小说、电影、电视等雅俗载体，勾勒出“三国想象”的变迁史，在文本细读中寻觅被选择性遮蔽的文化信息，再现那段“历史”如何被建构成我们心中的“三国”：建安风骨、慷慨悲歌、浪漫豪情。



### 《内闾：宋代妇女的婚姻和生活》

ISBN: 9787214268808

[美]伊沛霞 著

胡志宏 译

定价：98.00 元

江苏人民出版社

2022年5月

## 宋代妇女的婚姻和生活

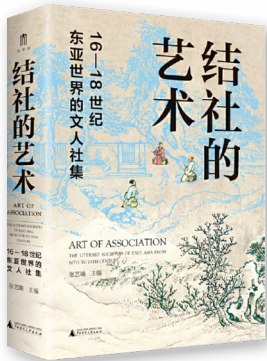
### 推荐理由

本书聚焦于妇女领域和婚姻领域的交界处，通过对宋代女性诸多方面的描述，向我们展现了其复杂能动性的一面，对我们更深入地了解宋代社会乃至中国文化无疑具有积极意义。

### 内容简介

本书考察的宋朝是一个纷繁复杂、充满变化的时代。一方面，缠足开始流行，士人开始倡导“饿死事小，失节事大”；另一方面商业有了前所未有的发展，女性的婚姻和财产权得到进一步保障。作者向我们展示了一幅内容异常丰富的画卷，宋代女性的生活图景栩栩如生地呈现现在我们面前：内外之别，祭祀庆典，安排婚嫁，侍奉公婆，养育后代，内闾争宠，守节再嫁……从而显示妇女史是动态的历史，是富有多种可能性的历史。读者不仅能够从多角度、多层面了解宋代女性群像，还能在历史转折时期的社会变迁中把握她们的选择和才智。

# 一部研究士人社群的突破之作



## 《结社的艺术：16—18世纪东亚世界的文人社集》

ISBN: 9787559847775

张艺曦 主编

定价: 118.00 元

广西师范大学出版社

2022年4月

### 推荐理由

作者探讨的一些话题能够引发读者的发散性思考，具有一定的现实意义，如围绕科举的文人结社：士人以科举为目的的结社。当时的文人士人是否和现代人一样，也有一定的考试晋升焦虑？读者可以从了解明代文人结社的另一面。

### 内容简介

本书是一部研究明清士人社群的突破之作。书中结合文、史等不同领域的学者，研究明清士人各类社集活动，围绕社集与城市空间、地方家族、身份/阶层等，从社会、宗族、空间、文学、思想、医学等多元面向进行探究，呈现明清士人日常生活与学术活动的多元性，以及社群网络间复杂的关系。同时，还研究了十八世纪日本与越南的文人社集情况，有助于从东亚的视角深化明清思想史、文化史与社会史研究。







### 《威尼斯：海洋共和国》

ISBN: 9787513924535

[美] 弗雷德里克·C·莱恩 著  
谢汉卿、何爱民、苏才隽 译

定价：120.00 元

民主与建设出版社

2022 年 5 月

## 海洋共和国

### 内容简介

威尼斯在今天以“水城”的特色而闻名。历史上有一个以它为中心的国家——威尼斯共和国，它凭借其地理位置和海上力量，以独具特色的共和政体、范围广泛的商业网络、高度发达的手工业和卓越的文化成就而闻名于世。它曾是东西方贸易的交会处，接纳了犹太人、希腊人等移民群体；是欧洲的艺术之都，提香、维瓦尔第、帕拉迪奥等人在这里创造了自己的杰作……

本书是一部综合性的威尼斯共和国通史。作者以专题的形式，为读者深度剖析了威尼斯的政治、贸易、金融、船舶、航海活动、手工业等领域的变迁，全面地展现了威尼斯共和国历史中各方面的内容，为读者详细描绘了这个共和国近千年的兴衰史。



# 再现诸多英国历史人物的 传奇往事



《伊丽莎白二世及其时代：  
女王的传奇生涯和她治下的  
英国世相演变朝文明》

ISBN: 9787505754126

[英] 克莱夫·欧文 著

吕红丽 译

定价: 88.00 元

中国友谊出版社

2022 年 4 月

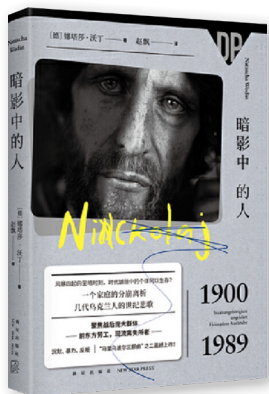


## 内容简介

伊丽莎白二世是英国历史上在位时间最久的女王，从登基到执政，从第二次世界大战到英国脱离欧洲，她经历了英国各个时期的历史阶段，也见证了近百年大英帝国的兴衰起伏。

本书将女王和她的家族成员作为叙述的重点，以多样的视角剖析英国皇室，展示女王所要处理的诸多政务难题、家庭矛盾，以及皇室成员之间的情感纠葛。这些鲜为人知的故事生动再现女王与王室成员的点滴细节，将女王统治时代下的诸多历史人物表现得淋漓尽致。





《暗影中的人》

ISBN: 9787513347877

[德] 娜塔莎·沃丁 著

赵飘 译

定价：52.00 元

新星出版社

2022 年 4 月

# 对抗沉默，拒绝遗忘

## 推荐理由

- \* 乌克兰世纪流离与动荡的民族寓言，人类文明悲剧全景切片。
- \* 填补空白，聚焦不计其数的战后流离失所者，书写战后东欧日常生活。

## 内容简介

作者渴望过正常的生活，极力想摆脱自己的流离失所者出身、融入德国社会、逃离俄国血统，父亲却将她监禁起来，禁止她穿红鞋子，打她，想尽办法让她远离德国人的世界。无时无刻不让她恐惧的父亲，出生于沙俄时代，几乎跨越了整个 20 世纪，他的一生对于女儿来说一直是个谜：父亲为何坚决不学德语，他自己只会说两个单词，“要”和“不要”？为什么对自己在俄国的前四十年生涯缄口不提？穿过所有沉默，在暗影中的某处，是一段颠沛流离、骇人听闻的历史。



## 心若没有栖息的地方， 到哪里都是在流浪

### 内容简介

#### 《人间有所寄》

ISBN: 9787559465313

王蒙、阿来、刘亮程 等著

卞毓方 主编

定价: 59.80 元

江苏凤凰文艺出版社

2022 年 4 月

全书内容分五章，分别是：

身着白衣，心有锦缎——有所感悟，寄“心动”

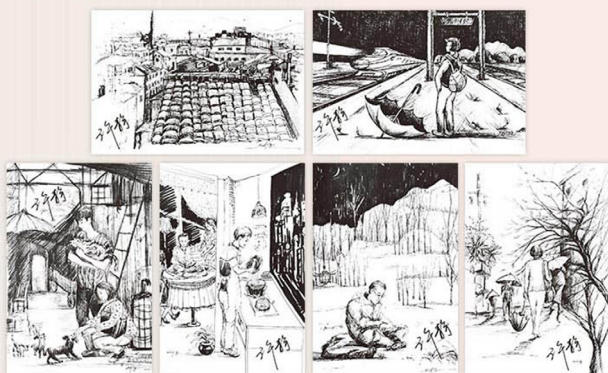
星海横流，岁月成碑——有所回忆，寄“往事”

飞鸿雪泥，烟雨平生——有所倾心，寄“美好”

阅尽人间，落笔是你——有所深情，寄“亲爱”

迷途漫漫，终有一归——有所思念，寄“故乡”

作者们以真切感人又富含哲思的文字，分享生命的种种，让我们明了：人生的安静与从容，丰盈与幸福，在于对身边的人、事、物保持深情与热爱，每一次孤独或悲伤来袭，都赖这些温柔且坚韧的力量，为我们抵挡。





## 《秦岭记》

ISBN：9787020146185

贾平凹 著

定价：58.00 元

人民文学出版社

2022 年 5 月

## 秦岭记

## 推荐理由

对应着秦岭的混沌磅礴，浩瀚无边，作家破除文体疆界，自觉承续中国古典文本传统，又在意趣笔法上自成一格。起笔幽远，行文雄浑，记录万物消息，感通天地气韵，山高水长，莽莽苍苍。

## 内容简介

作家以笔记小说的形式讲述了近六十个秦岭故事，既有《山海经》《聊斋志异》等传统文本的基因，又蕴含着作家生长于斯的别样密码，境界开阔、笔法摇曳。绵延长篇中，有山川里隐藏着的万物生灵，有河流里流淌着的生命低语，更有万千沟坎褶皱里生动着的物事、人事、史事。

是之谓秦岭山川草木志，动物志，村落志，人物志。



## 《中文桃李》

ISBN：9787521218220

梁晓声 著

定价：56.00 元

作家出版社

2022 年 4 月

## 中文桃李

## 推荐理由

聚焦时代更迭之际青年人的彷徨与坚守。亲情、爱情、友情，理想、现实、前路……沉浮间，当执否？如何执？

## 内容简介

2000 年，中文系新生李晓东和徐冉在去往大学的火车上初遇，小小的冲突后，彼此的印象都堪称不佳。他和她都没想到，这是一场漫长的缠绵抑或纠缠的开端。

传道、授业、解惑……大学里道理分明的为人处世，在象牙塔外却陷入重围。家乡、省城、北京……人生轨迹的迂回曲折，无非是寻觅一方安居之地。总要等到奔波疲累后，才蓦然发现：此心安处，即是吾乡。

于岁月中穿行  
感悟文字之美

## 记不住的日子



《记不住的日子》

ISBN: 9787513348218

肖复兴 著

定价: 58.00 元

新星出版社

2022 年 5 月

### 推荐理由

作者记录的是平常生活的点点滴滴,却总能找到平凡中的闪光之处,能让读者为之共鸣。平常人的生活,日复一日,似乎大都是记不住的日子,但作者从日常的见闻中,从公园的游人,从黄昏的光影,从集市的小摊,都能感悟到生活的细节与美好。

### 内容简介

全书收录了作者新作散文 45 篇,并附录新作格律诗,配以作者手绘图。书中有作者对生活的感悟,有对过往的回忆,有日常读书后的感悟,也有对亲人友人的思念,作者用他生动的笔触记录平常日子里自己的所读所感、所思所悟、所忆所叹。文笔清新独到,内容通俗晓畅,以简单的语言生动表达生活之中蕴藏的意义。从他亲切朴实的叙事中,能体会到作者对生活的热爱。



# 中国高新企业崛起的奋斗史



## 《开创者》

ISBN: 9787530222157

周留征 著

定价：62.00 元

北京十月文艺出版社

2022年3月

## 推荐理由

激荡的时代、激烈的竞争、激情的奋斗  
勇于进取、敢于创新、不断突破的时代精神  
改革开放后中国高新企业崛起的奋斗史

## 内容简介

20世纪80年代，转业军人钟成因受骗导致所在国企遭受重大损失。困境中，他毅然下海创办科技公司。

三十年拼搏，钟成带领公司的技术研发团队，借改革开放的春风和国家大力发展科技事业的政策支持，克服重重困难，顶住各方压力，拒绝多种诱惑，为中国通信技术创新和民族企业发展奋斗不止……



# 大唐、前程、诗歌和酒 白居易和元稹的 30 年



《元白》

ISBN: 9787530682463

文茜 著

定价: 68.00 元

百花文艺出版社

2022 年 5 月

## 内容简介

白居易和元稹是中唐极具盛名的诗人，被世人合称为“元白”。他们不仅留下了诸如《琵琶行》《莺莺传》等传世名篇，而且还让我们看到了他们超出友情，胜过亲情的浓厚感情。

本书以“元白故事”为主线，在写白居易和元稹 30 年如山谷回声般相契，如临水照影般相印的特殊情谊的同时，用虚构和非虚构相结合的方式，刻画了他们互为镜子的一生。





# 你就这样 几小时地听着雨声



## 内容简介

全书收录了作者 250 首不同时期的诗歌作品，贯穿了他的整个写作生涯，全书共 400 页，是诗人首次以简体中文版形式全面出版。在诗中，作者表达了自己对于时间、亲情、爱情、死亡、世界与生活的思索，细腻的语言蕴含了其独有的法式浪漫。

### 《你就这样几小时地听着雨声》

ISBN：9787550175433

[比利时] 莫里斯·卡雷姆 著

胡小跃 译

定价：69.00 元

南方出版社

2022 年 5 月



### 【书摘】：

你就这样几小时地听着雨声，  
什么都不想。  
你倾听雨水在你心中流淌，  
就像滴在树上。  
你不知道为什么  
自己不悲也不喜，  
滴答的雨水为什么让你  
脸贴着窗心里却空空荡荡。  
你就这样几小时地听着雨声，  
可你是否肯定  
敲打着你的心如扑打杉树的  
是雨而不是其他？



# 中国居民膳食指南



## 《中国居民膳食指南(2022)》

ISBN: 9787117314046

中国营养学会 著

定价: 78.00 元

人民卫生出版社

2022 年 4 月

## 内容简介

在健康中国成为国策的今天,膳食指南是根据营养科学的原则和健康需要,结合当地食物生产供应情况及人群生活实践,给出的食物选择和身体活动的指导意见。本书作为膳食指南类著作,坚持的基本思路是提供基本、科学的健康膳食信息,突出本书的指导性,不强调知识体系的完整性。主要内容包括一般人群及特殊人群膳食指南。本版为了适应新时期,更科学的指导居民膳食,避免疾病发生而修订。

痰湿

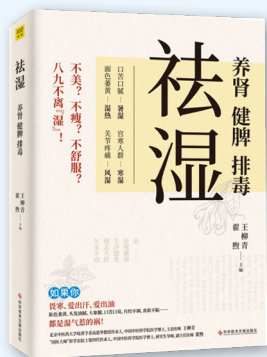
湿热

寒湿

风湿

暑湿

# 不美？不瘦？不舒服？ 八九不离“湿”！



## 《祛湿：养肾、健脾、排毒》

ISBN：9787518987139

王柳青、翟煦 主编

定价：49.90 元

科学技术文献出版社

2022 年 3 月

### 推荐理由

南方祛外湿，北方祛内湿？眼袋竟然是湿气造成的？越胖湿气越重？所有你关心的问题，都在这本书里！

### 内容简介

如果你畏寒、爱出汗、爱出油、大象腿、脸色萎黄、头发油腻、口苦口臭、月经不调、食欲不振……这些都是湿气惹的祸！祛除湿气，让你养出好气色，远离多种健康问题。

作者教你区分不同类型的湿气体质，帮你自测身体状态，从不同季节、不同症状、不同体质多维度提出针对性祛湿方法和建议，从食疗养生、穴位按摩着手，同时还有艾灸、泡脚、通经络等小妙招，祛除体内湿气，恢复健康气色。



# 李渔的窗子



## 《李渔的窗子》

ISBN: 9787559848024

小西 著

定价: 68.00 元

广西师范大学出版社

2022 年 5 月

## 推荐理由

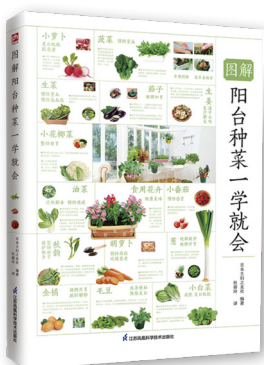
一本书了解中国传统建筑构件的演变历史  
从建筑细节里发现古人生活美学  
透过名人逸事、文化典故多维度了解传统建筑  
解锁传统建筑冷知识, 满足你的求知欲

## 内容简介

传统建筑到底美在哪儿? 本书带你一探究竟。作者从一砖一瓦、一门一窗、一亭一栏入手, 讲述中国传统建筑的演变历史, 发掘建筑细节里隐藏的古人智慧与生活美学。对每一个建筑元素的解读都佐以古诗词、名人逸事、文化典故等, 带你多维度了解传统建筑。书中配以 50 幅全彩图片, 带领读者具体而微地感知传统建筑之美。



## 阳台的小菜园



### 《图解阳台种菜一学就会》

ISBN: 9787571324872

日本主妇之友社 编著

杜丽玲 译

定价：39.80 元

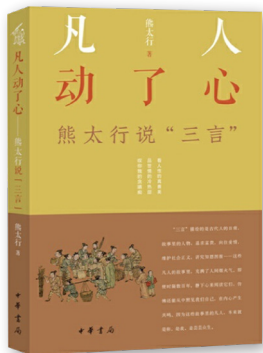
江苏凤凰科学技术出版社

2022 年 3 月

### 内容简介

本书涵盖了 60 多种蔬果和香草的种植方法，还详细介绍了花盆选择、土壤甄选、施肥、播种、育苗、浇水、除虫等基础方法，方便您亲手打造家中的绿色生态园！不仅有营养丰富的各类蔬菜，还有可口诱人的水果以及下厨可用的美味香草。在空闲时间，利用家里的小空间种菜，真正的纯天然、无污染，自己种菜，自己烹饪，不仅安全又健康，还能轻松享受种种乐趣。除此之外，还有相应的菜谱推荐，让您种出来的菜更实用，好看又好吃！





### 《凡人动了心》

ISBN: 9787101154313

熊太行 著

定价: 39.00 元

中华书局

2022 年 4 月

## 熊太行说“三言”

### 内容简介

“三言”描绘的是古代人的日常生活，故事里的人物，追求富贵，向往爱情，维护社会正义，讲究知恩图报……这些故事里，充满了人间的烟火气。作者说“三言”，选的是和当下人们生活、情感、心理有某些共通之处的经典篇目，讨论人心、世道、家庭、职场、生活、人际关系、熟人社会等复杂而微妙的话题，注入强烈的现实感。从古人的世界里，看到当代人的影子，产生内心共鸣。



### 《停止你的内在战争》

ISBN: 9787513937733

黄仕明 著

定价: 68.00 元

民主与建设出版社

2022 年 5 月

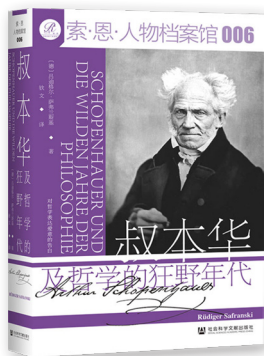
## 走向不再纠结的 内在成长

### 内容简介

我们生命中的困惑、挑战、挣扎，常常都集中于两个核心问题：我所想的和我体验到的不同。

这两种冲突让我们发起了一场内在战争，产生了消极想法、负面情绪，甚至负面行为。于是我们总想着改变自己，去掉那些“坏的”部分，以为去掉“坏的”就会剩下“好的”。

其实每一种负面行为背后都有一个正面动机，每一片乌云背后都发着金光。我们想改变的那些“坏的”背后，都是生命真实的渴望。本书可以带大家走出对“改变”的执念，转化问题为资源，与自己和解，重新整合自我，焕发生命原本活力。



### 《叔本华及哲学的狂野年代》

ISBN: 9787520191555

[德] 吕迪格尔·萨弗兰斯基 著

钦文 译

定价: 118.00 元

社会科学文献出版社

2022年3月

### 推荐理由

一本无可挑剔的、不偏不倚的传记，记录了这位才华横溢但脾气暴躁的哲学家的生平……它涵盖了但泽、汉堡、魏玛、德累斯顿和法兰克福的生动的社会历史，并带领读者总览了康德、费希特、黑格尔和浪漫主义等流派的哲学思想。——戴安娜·韦伯

### 内容简介

本书将传主放在了那个“哲学的狂野年代”的背景之中，在叙述叔本华平淡而不平凡的一生的同时，也将其哲学与其他的前辈或同时代哲学家——如康德、费希特、谢林、浪漫派哲学家、黑格尔、费尔巴哈、马克思——的思想放在一起考量。叔本华作为历史理性的怀疑者、悲观主义的哲学家，与乐观向上、高歌猛进的“狂野年代”格格不入，因而注定了默默无闻、知音难觅。

书中既有生动的叙述、饶有趣味的逸事穿插，又有纵横捭阖的哲学比较、严谨的思辨。因此，这不仅仅是一部单纯的记述生平的传记，而且还是一部思想的传记，从某种意义上说也是一部哲学史著作。



## 追寻地方的历史印痕



### 《平安批》

ISBN: 9787530218099

陈继明 著

定价: 59.80 元

北京十月文艺出版社

花城出版社

2021 年 10 月

### 推荐理由

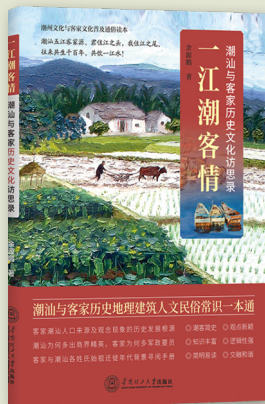
本书像一艘结实负重但又不失灵巧敏捷的航船，满载着乡情、商情和乡土民情，作家掌握着心手合一的叙述舵盘，即便靠上岸边，读者仍能看得出很深的叙事吃水线。

### 内容简介

“有一种家书，叫‘平安批’；收到一份平安批，心里的石头就落地了。”

本书描绘了一段潮汕侨商“下南洋”的奋斗史。郑梦梅肩负重振家业的使命，人渐中年之际，只身闯荡南洋。在异国他乡，“平安批”意外地成为了他一生的事业。“洋范儿”的契约、信用，用毛笔写下来，便跳动着重情守义的“中国心”。抗日战争时期，梦梅和亲友们深明家国大义，又毅然决然投入了报效祖国的洪流……





### 《一江潮客情：潮汕与客家 历史文化访思录》

ISBN：9787562369776

余源鹏 著

定价：43.00 元

华南理工大学出版社

2022 年 3 月

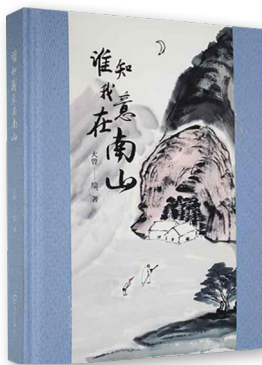
## 潮汕与客家 历史文化访思录

### 内容简介

韩江是我国东南沿海重要的河流之一，是广东省东部主要的河流，也是广东省内仅次于珠江的第二大河流。韩江蜿蜒在广东粤东大地上，滋养出了两岸广袤肥沃的平原以及勤劳朴实的人民，他们在这里世代繁衍，生生不息。本书以韩江水域作为叙述主线进行串联，分三个篇章介绍了粤东地区韩江两岸的民居建筑、名胜古迹、特色物产、美食小吃以及风土人情等内容，叙述笔触风趣幽默，配以作者在实地游历过程中拍摄的风景图片，图文并茂，具有一定的知识性、文学性、趣味性和可读性。



# 谁知我意 在南山



《谁知我意在南山》

ISBN: 9787550733848

大曾 绘、著

定价: 88.00 元

海天出版社

2022 年 5 月

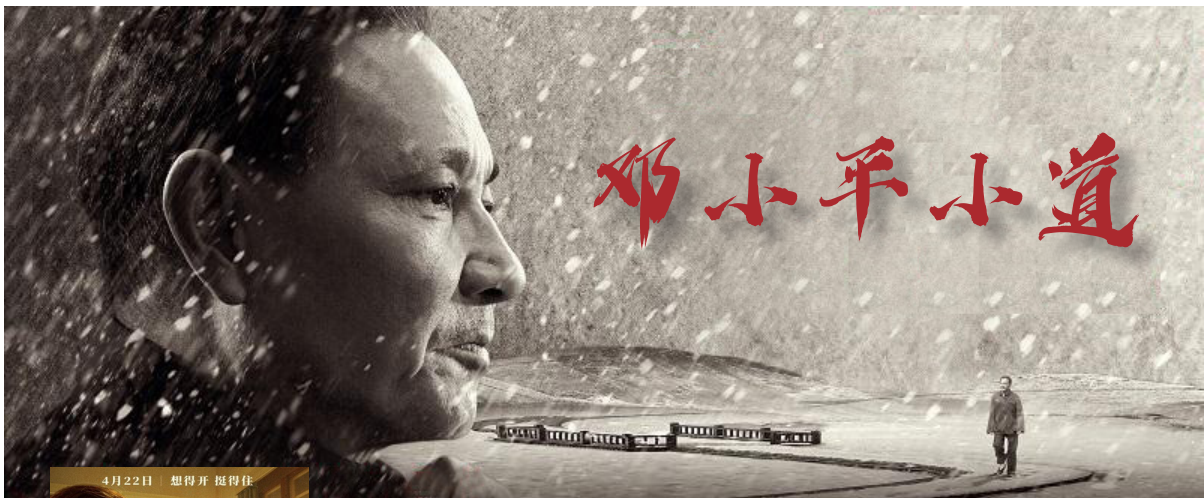
## 推荐理由

21 世纪的当下, 农村已科学地长出了城市, 城市又艺术地长出了农村。即便没有陶潜的方宅十余亩与草屋八九间, 心境澄澈之人, 亦可在朝市里作中隐。无论身在何处, 都可修习隐逸之道, 隐去的是纷繁欲望, 平逸的是日常心绪。

## 内容简介

本书是作者的本诗画集, 收录全彩画 200 幅, 以文人画+打油诗的形式, 记录了作者醉春光、话家常、言诗酒、品百态、论江湖等相关创作。作者的画, 寥寥几笔, 把传统笔墨与现代元素巧妙地结合在一起, 呈现一个意趣盎然的画面。同时也以插科打诨之打油诗, 表达了作者对社会的一些观察和关怀, 对人生的一些领悟。字里行间既透着通透豁达, 又隐含生活的智慧。





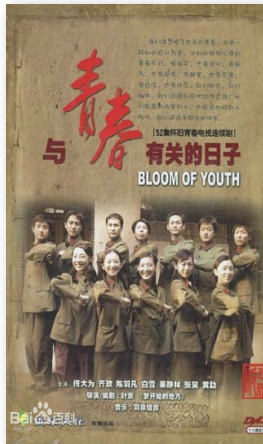
《邓小平小道》

### 内容简介

文革期间邓小平被革职下放江西，面临多重高压危机四伏，但始终保持坚毅、乐观，初心不改。为了他的安全，工厂师傅为他专门开辟了一条近道。三年零四个月，他每天沿着这条小道去工厂劳动，风雨无阻，后人称之为“邓小平小道”“小平小道”。他在坚持劳动的同时还要照顾瘫痪在床的大儿子，每天为他擦背翻身，终因劳累过度、营养不良晕倒车间。危急时分，车间女工以一碗红糖水救了他。他深入基层感知群众生活的疾苦，得出“贫穷不是社会主义”的伟大结论，为他复出后进行治理整顿、改革开放奠定了坚实的思想基础。



# 与青春有关的日子



《与青春有关的日子》

## 内容简介

围绕“时代的激荡，青春的选择”主题，切入100年来不同时代的年轻人做出人生抉择的瞬间，通过100年来不同时代年轻人作出人生抉择的瞬间，将一代又一代人的青春连接起来。以青春之我，回望青春之中国。



## 2022年5月全国畅销排行榜

序号	书名	版别	定价(元)
1	《人生海海》	北京十月文艺出版社	55.00
2	《停止你的内在战争》	民主与建设出版社	68.00
3	《在岁月中远行》	新星出版社	68.00
4	《透明的螺旋》	南海出版公司	49.00
5	《人间有所寄》	江苏凤凰文艺出版社	59.80
6	《历史的暗线》	东方出版社	59.80
7	《中国青年运动一百年》	江苏人民出版社	98.00
8	《国家金融安全知识百问》	人民出版社	23.00
9	《AI 未来进行式》	浙江人民出版社	88.00
10	《中国居民膳食指南(2022)》	人民卫生出版社	78.00

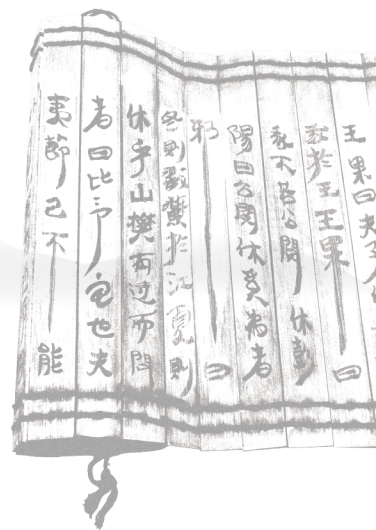
(来源于当当网当月新书热卖榜)

## 2022年5月广东地区畅销排行榜

序号	书名	版别	定价(元)
1	《中国共产党宣传工作简史(上下)》	人民出版社	98.00
2	《百年扬帆——粤学党史粤爱党·打卡广东红》	广东教育出版社	68.00
3	《中国居民膳食指南(2022)》	人民卫生出版社	78.00
4	《生死疲劳》	浙江文艺出版社	69.90
5	《法治的细节》	云南人民出版社	49.80
6	《阅读的方法》	新星出版社	69.00
7	《爱美也是生产力》	北京十月文艺出版社	59.00
8	《秦岭记》	人民文学出版社	58.00
9	《周四推理俱乐部》	接力出版社	58.00
10	《抗炎生活》	科学技术文献出版社	55.00

(来源于广东新华发行集团当月图书畅销榜)





《每月好书推荐》由广东新华发行集团和南国书香节组委会办公室共同主办，自2008年创刊以来，始终坚持【弘扬正气、专业品格、现实关怀】的挑选标准，为读者推荐当月出版的新书好书，以进一步满足大众读者日益增长的高质量阅读需求。

本刊通过主题、热点、集成、文史、文艺、生活、哲思、粤版、视听九个栏目，全面展现阅读的迷人魅力。

 广东新华

 南国书香节  
SOUTH CHINA BOOK FESTIVAL

联系人：梁静仪、龚照  
热线电话：020-66220282  
QQ号码：183283636