

河洛书院文化系列学习选刊

荐书导读

第6期（2023年）

河南科技大学河洛书院编

2023年4月23日

一、《有趣》

（一）在版信息。《有趣》，朱老丝 著，中信出版集团，2022年5月

（二）阅读理由。作者是百万视频博主、麦肯锡前咨询顾问朱老丝，看这个名字是不是就觉得不是个无趣的人？朱老丝说，“有趣”不等于滑稽，也不仅仅是幽默，而是一种深刻、多维又个性化的特质，它可以帮助我们在各种场合丰富表达，注入积极的能量，拉近与他人的关系，提升个人魅力，获得认可，同时深入认识并打开真实的自己。如何拒绝沉闷，做一个有趣、有料的表达者？如何让高“趣商”成为你的竞争力？这本书系统地介绍了“有趣”的方方面面，通过关键技巧讲解与科学实证分析，让读者真正收获“有趣”因子。与其说这是一本劝人如何变得有趣的书，更像是一本劝人去真的做到悦纳自己，丰富自己的认知，敞开自己的心扉的书。只有真的做到悦纳自己了，才能更加放松身心，而放松时，松弛时，反而更容易呈现有趣的状态。要知道，每一个自己都是这个世界独特的灵魂，有情趣，有情怀，拥有一个悦己又悦人的成长成才环境，才是人生最好的状态。

二、《了不起的我》

(一) 在版信息。《了不起的我——自我发展的心理学》，陈海贤著，台海出版社，2019年10月

(二) 阅读理由。你是否常有“如何向更好的自己转变”“如何创造更满意的人生”“如何成就了了不起的自己”的内心动念与追问？又是否有“要走多少路，才能成就了了不起的自己”的彷徨与焦虑？《了不起的我——自我发展的心理学》这本书，或许能够为你提供很多有用的参考线索。该书由“开启行为的改变”“推进思维的进化”“发展关系中的自我”“走出人生的瓶颈”“绘制人生的地图”等章节组成，通篇着重把心理学中那些最有实用价值的工具调取出来，用验证假设、小步子原理、培养环境场和感情触动等切实可行的方法，使欲“成就了了不起的自己”的每一名读者，无论通读或翻阅，都能感受到积极的情绪，增强自我突破的执念与动力。

三、《萤火成炬》

(一) 在版信息。《萤火成炬：中国现代数学开拓者苏步青》，马千午著，浙江科学技术出版社，2022年10月

(二) 阅读理由。这是一部传记作品，专主是中国现代数学开拓者苏步青，“有一份热，发一份光”，他以萤火微茫，引燃熊熊烈火。该书讲述了苏步青教授丰富多彩、颠沛起伏的人生历程，展现了其一以贯之的爱国热忱、高潮迭起的学术探求、感人肺腑的人格魅力以及诗书交融的精神境界。该书大量引用传主的原话，让读者直观地捕捉到往日的细节与传主的情感，感受到一名数学家的自信与朝气；引用其学生之语及他人的看法，一个和蔼可亲体恤学子的师者形象跃然纸上，让读者深深体会传主的一丝不苟与专注，还可以感受到时代变革的气息。所谓成炬的火光，便在我们的阅读中，缓缓显露，照亮读者前行的路。

四、《历史不会熔断》

(一) 在版信息。《历史不会熔断》，朱嘉明 著，中译出版社，2023年3月

(二) 阅读理由。历史是一个动态的矩阵，如同复杂的迷宫，任何个体、群体甚至国家，都可能被其所不能影响和控制的历史所改变。作者从经济、政治、科技、文化等维度，通过回顾1923-2023年100年的历史矩阵，全面解读重大事件、重要人物对世界格局和秩序的深刻影响，深刻揭示其演变特征、历史意义及趋势方向。读者从中可以感受到：还是这个地球，还是这个世界，人类历史正显现出日益强烈的“非线性”“不确定性”“自组织性”和“涌现性”的特征；在人类历史上，从来没有像今天这样难以确认“现在”的内涵，不仅未来决定现在，而且“现在就是历史”，面对越来越多元化的事实，即使是相同的事实，也会做出不同的分析和解读，但对如何通过创新与合作，达成和谐美好未来的期许与追求不会改变。

五、《我们如何思考》

(一) 在版信息。《我们如何思考》，[英]西蒙·布莱克本 著，徐向东译，湖南人民出版社，2022年11月

(二) 阅读理由。对于非专业领域的普通读者而言，这是一本进入方式颇有几分新意的哲学入门读物，介绍了自哲学诞生以来一直困扰人们的问题——自我、心灵、自由意志、命运、善良和正义等，针对这些问题，提供给读者的，不是现成问题的答案，而是思维方式的训练，这大概也是该书为何会以“思考”为名的原因。我们怎么知道我们认为的世界就是世界本身？即便能够跳出怀疑到达“我思”，我们又如何对他者的心灵有所了解？这些都需要寻找行动方案背后的支撑依据，需要思维的构件辅助判断。面对互联网时代过载的信息与情绪，哲学式的思维方式或许比哲学能提供的答案更有价值。毕竟，思维训练本身既是有挑战性的，也可能是有些枯燥的，需要读者对哲学术语有基本的了解，还需要一些阅读的耐心和一段不被打扰的时间。

六、《框架思维》

(一) 在版信息。《框架思维》，[奥] 维克托·迈尔-舍恩伯格等著，唐根金译，中信出版集团，2022年5月

(二) 阅读理由。人无时无刻不在做选择、做决定，你有没有发现，身边的一些“高手”的表现，他们都能分析得条理清晰、头头是道，先做什么、再做什么、优势是啥、不足在哪……他们是怎么做到的？背后的原理，就是他们有一套属于自己的高阶“认知框架”。啥是认知框架？简单来说就是那些协助我们做出选择、做出判断的底层架子。框架可以帮助我们迅速做出反应，直击事物的本质，正确地定义问题、概念特征和设计策略，从而以更高明的方式方法解决问题。这本书主要就是向读者讲清楚一个问题：如何打造认知框架，如何培育框架思维，如何运用思维框架这一应对复杂变化的强大工具，合理发挥想象力，有效释放创造力，从而做出优质的判断和选择，为决策及行动提供正确指导。

七、《世界不再只有“我们”》

(一) 在版信息。《世界不再只有“我们”：关于国际秩序的另类思考》，[法] 伯特兰·巴迪著，宗华伟译，上海人民出版社，2022年3月

(二) 阅读理由。伯特兰·巴迪被誉为当今法国颇具影响力的国际问题专家，当代国际关系“法国学派”的代表人物。他的这部著作堪称非美国、“非主流”国际关系研究中独树一帜的代表性著作。书中主要内容，从融合国际政治学、比较政治学、社会学以及人类学思维与方法的国际关系社会学视角出发，超越了传统上以“我们（指西方国家）”为中心的权力、利益与文化考量，提出“把尊重他者和同他者共存作为西方文明自我保存的必要前提”“真正的‘霸主’应该能够不依赖于联盟而存在”等观点。本书以其独特而清醒的批判与自我批判意识，为读者提供了一种迥异于“主流”国际关系理论的思考与界说，启发人们摆脱“智识懒惰”，超越“自我—他者”隔阂，为构建更具公平、包容和多样性的人类命运共同体而不断探索和努力。