

附件1:

第四季“开卷行之”计划荐读书目

目录

| | |
|------------------|----|
| 首席导师荐读书目 | 2 |
| 图书馆推荐书目 | 10 |
| 人生道路单元 | 10 |
| 党史学习教育单元 | 13 |
| 家国情怀单元 | 16 |
| 思辨方法单元 | 20 |
| 国际视野单元 | 23 |
| 美学与艺术单元 | 26 |
| 自然与生命单元 | 29 |
| 能力与发展单元 | 32 |
| 心灵与成长单元 | 35 |
| 学生成长教育中心 | 38 |
| 达人书院 | 41 |
| 电气与计算机工程学院 | 43 |
| 公共管理学院 | 46 |
| 护理与健康学院 | 48 |
| 会计学院 | 52 |
| 商学院 | 60 |
| 外国语学院 | 64 |
| 文学与传媒学院 | 71 |
| 艺术设计与创意产业系 | 74 |
| 音乐系 | 77 |
| 云康医学与健康学院 | 80 |
| 中医药健康学院 | 83 |

首席导师荐读书目

| | | |
|--|---------------------|----------|
| 《约翰·克利斯朵夫》 | [法]罗曼·罗兰 | 心灵与成长单元 |
| 2019年12月出版 | ISBN: 9787559636720 | 北京联合出版公司 |
| <p>推荐理由:</p> <p>《约翰·克利斯朵夫》是一部多主题小说。在小说的扉页上，罗曼·罗兰将小说题献给“各国的受苦、奋斗、而必战胜的自由灵魂。”可见，对“生命力”的歌颂是本书的核心和灵魂，作者将贝多芬的音乐精神和“力”的特质融于克利斯朵夫的性格之中，借用了音乐家的奋斗经历来倡导其英雄主义、人道主义和理想主义，表现了作者“和谐”、“统一”的艺术思想和美学理念。作者罗曼·罗兰让克利斯朵夫成为了人类和谐精神的本体象征，在对立矛盾中达到神圣的“统一”。不仅人物个性、人物配置上体现复调的对比和统一，而且从各个侧面丰富了克利斯朵夫性格的发展，反映了作者对人类精神完善发展的美好愿望。罗曼·罗兰致敬，以十年之久的时间，用全部的生命写作，给我们留下了这样的旷世杰作，激励和陪伴无数的后人。傅雷先生用我们祖国的语言文字最好的传达了激荡人类心灵的声音。</p> <p>推荐教师: 乔平</p> | | |
| 《卓有成效的管理者》 | [美]彼得·德鲁克 | 能力与发展单元 |
| 2009年09月出版 | ISBN: 9787111280705 | 机械工业出版社 |
| <p>推荐理由:</p> <p>德鲁克被管理界誉为大师中的大师，本书告诉我们，管理者并不是指那些管理别人的人，而是所有的知识工作者都应该是管理者，管理者必须卓有成效，卓有成效是可以学会的。而卓有成效的管理者要让：善用时间、重视贡献、要事优先、发挥长处、有效决策成为管理工作的习惯，从而成为一个卓有成效的管理者，它不但适用于企业管理，也适用于像学校一样的非营利组织。</p> <p>推荐教师: 胡尚华</p> | | |
| 《第五项修炼》 | [美]彼得·圣吉 | 思辨方法单元 |
| 2009年10月出版 | ISBN: 9787508616827 | 中信出版社 |
| <p>推荐理由:</p> <p>彼得·圣吉被誉为学习型组织之父，本书是一本开创性地倡导学习型组织管理思想的巨著。书中提到的五项修炼包括自我超越、改善心智模式、建立共同愿景、团队学习、系统思考。本书为培养系统思考的思维模式提供了有效的方法论指引。</p> <p>推荐教师: 胡尚华</p> | | |
| 《高效能人士的七个习惯》 | [美]史蒂芬·柯维 | 心灵与成长单元 |
| 2020年05月出版 | ISBN: 9787515360430 | 中国青年出版社 |

| | | |
|---|---------------------|-----------|
| <p>推荐理由： 本书被福布斯评为“有史以来最具有影响力的十大管理类书籍之一”，它系统地阐述了人的成长与发展所要经理的历程以及所要遵循的基本原则。它告诉我们从依赖到独立，完成了个人的成功，其习惯是积极主动、以终为始、要事优先；从独立到互赖完成了公众领域的成功，其习惯是知己知彼、双赢思维、整合高效。第七个习惯是不断更新，不断升级自我，实现迭代成长。</p> <p>推荐教师：胡尚华</p> | | |
| 《了凡四训》 | 袁了凡 | 人生道路单元 |
| 2022年10月出版 | ISBN: 9787101155792 | 中华书局 |
| <p>推荐理由： 本书是明代著名思想家袁了凡给儿子写的告诫书，被后世誉为“中国历史上的第一善书”和“东方励志奇书”。在书中，作者以其毕生的学问和修养，用自己亲身的经历，结合大量真实生动的事例，告诫后人不要被“命”字束缚手脚，命运是可以改变的，要自强不息，改造命运。全书包括立命之学、改过之法、积善之方、谦德之效四个部分。书中的敦敦教诲，对活在浮躁喧嚣当下的我们，意义更为显著。</p> <p>推荐教师：胡尚华</p> | | |
| 《商贸与文明： 现代世界的诞生》 | 张笑宇 | 能力与发展单元 |
| 2021年10月出版 | ISBN: 9787559841216 | 广西师范大学出版社 |
| <p>推荐理由： 全书聚焦一个“超级问题”：现代社会从何而来？书中提出：现代社会本质上是由正增长秩序拓展而来的；而在人类历史上，是商贸活动最初孕育了正增长秩序；又是商贸集团，通过漫长而坚定的斗争，捍卫了正增长秩序，并最终使它成为了当今世界的主流。</p> <p>推荐教师：范伟</p> | | |
| 《技术与文明》 | 张笑宇 | 能力与发展单元 |
| 2021年03月出版 | ISBN: 9787559832870 | 广西师范大学出版社 |
| <p>推荐理由：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 我们总是过分强调文化与精神的伟大，却常常忽视技术对人类文明的塑造力，而这本书用详实的史料论证，在一些关键的历史时刻，技术如何决定战争的胜负、权力的归属、制度的变迁、经济的兴衰、文化的传播，继而影响文明的进程。 2. 作者选取了人类历史上的十多种技术发明，小到弩、火枪，大到原子弹、蒸汽机、铁路、机枪，每样技术的诞生和应用都有精彩非凡的故事。技术可能促进繁荣和发展，也可能带来灾难和危险，作者对技术的历史、现实和未来作出分析，并促使我们思考如何避免被技术伤害。 <p>推荐教师：范伟</p> | | |
| 《什么是科学》 | 吴国盛 | 能力与发展单元 |

| | | |
|--|---------------------|---------|
| 2016年08月出版 | ISBN: 9787218110219 | 广东人民出版社 |
| <p>推荐理由:</p> <p>中国古代到底有没有科学? 如果没有, 我们要如何看待中国古代领先世界的科技成就? 如果有, 那为什么现代科学革命发生在西方, 而不是中国呢?</p> <p>《什么是科学》深入介绍了西方科学的起源与发展, 既讨论了科学是什么, 也就“中国古代有没有科学”这个问题给出了答案。</p> <p>这本书的作者是清华大学科学史系主任吴国盛。他从科学史的角度出发, 认为科学是一种极其罕见的、与自由精神和基督教文化紧密相关的特殊现象。</p> <p>推荐教师: 范伟</p> | | |
| 《文明的冲突与世界秩序的重建(修订版)》 | [美]塞缪尔·亨廷顿 | 国际视野单元 |
| 2018年01月出版 | ISBN: 9787501190409 | 新华出版社 |
| <p>推荐理由:</p> <p>1. 本书是冷战结束后西方国际关系领域影响最大的著作之一, 一经问世就受到非常广泛关注。</p> <p>2. 本书作者亨廷顿是美国非常知名的政治学家, 它在哈佛大学担任政治学教授超过半个世纪, 并曾担任白宫国家安全顾问。他的作品是国际关系学领域的必读书, 而本书是他最有名的一部作品。</p> <p>3. 本书以“文明”为单位, 重新划分了冷战之后的国际地图, 并对未来世界的政治走向进行了预测。</p> <p>推荐教师: 范伟</p> | | |
| 《能量与文明》 | [加]瓦茨拉夫·斯米尔 | 能力与发展单元 |
| 2021年05月出版 | ISBN: 9787510895401 | 九州出版社 |
| <p>推荐理由:</p> <p>1. 本书的作者瓦茨拉夫·斯米尔是一位加拿大科学家, 而且是一位通才, 他的研究领域跨越了能源、环境、人口、经济、历史和公共政策, 是加拿大皇家学会(科学学院)的研究员。</p> <p>2. 本书提到的人类历史, 从远古采集社会, 一直延续到今天, 给我们提供了一个跨学科全景式的视角, 从人类发展进程对能量的依赖谈起, 诠释了能量利用对人类文明的作用。同时, 作者对能量与文明的相互关系作了严谨的思考, 期望能量更多用于推动文明的进步, 而不是相反。</p> <p>推荐教师: 范伟</p> | | |
| 《数文明》 | 涂子沛 | 能力与发展单元 |
| 2018年10月出版 | ISBN: 9787508692739 | 中信出版集团 |

推荐理由：

1. 本书作者涂子沛，是大数据先锋思想家，曾在美国学习、工作多年，2014年从硅谷回国，出任阿里巴巴集团副总裁。从2017年起，他先后创建涂子沛咨询、数文明科技。
2. 这本《数文明》，是“数据三部曲”的第三部。“数据三部曲”开大数据之先河，被誉为“为华文世界开创了一个重要话题”。
3. 本书以大数据为核心元素，深入地阐述了大数据时代的文明社会，提供的不仅是一种全新的叙事结构，还将突破你的认知边界和思维极限，给你提供一个应对这个世界的全新的认知方法论。

推荐教师：范伟

| | | |
|------------|---------------------|---------|
| 《数学之美》 | 吴军 | 能力与发展单元 |
| 2014年11月出版 | ISBN: 9787115373557 | 人民邮电出版社 |

推荐理由：

很多人都觉得，数学是一个太高深、太理论的学科，不接近生活，对我们大多数人来说平时也根本用不到，所以没必要去理解数学。但事情真的是这样吗？

其实不然，数学一直渗透在我们生活的各个方面，尤其是在今天这个信息时代，很多简单朴素的数学思想，能发挥一般人很难想象的巨大作用。比如，计算机处理自然语言，用到的最重要工具是统计学的思想；计算机对新闻内容的分类，依靠的是数学里的余弦定理；而电子电路的基本逻辑，则来源于仅有0和1两个数字的布尔代数。

推荐教师：范伟

| | | |
|------------|---------------------|----------|
| 《苦难辉煌》 | 金一南 | 党史学习教育单元 |
| 2010年06月出版 | ISBN: 9787802521964 | 华艺出版社 |

推荐理由：

本书联系苏联社会主义革命、共产国际活动以及日本军国主义兴起等国际背景，从有重大影响的政治力量、政治事件、政治人物入手，对上世纪二三十年代的中国社会错综复杂、恢宏壮阔的历史进程，进行了全景式的揭示和剖析，展现了老一辈无产阶级革命家在极其困难的环境下，建立红色政权、率领红军进行战略转移的伟大壮举，展现了中国共产党领导人民进行革命战争的正义、艰辛和伟大。本书视野开阔、思路新颖、文笔生动，运用了许多鲜为人知的史料资料，在许多重大事件上做了独特的解读和分析，对于加深人们对中国革命艰巨性、复杂性的认识，激励党员干部牢记革命先驱的不朽功绩和崇高精神，进一步弘扬党的优良传统，坚定正确的理想信念具有积极意义。

推荐教师：王广东

| | | |
|--------------|---------------------|---------|
| 《松下幸之助:经营之道》 | 李海明 | 能力与发展单元 |
| 1997年01月出版 | ISBN: 9787540208233 | 北京燕山出版社 |

| | | |
|---|---------------------|-----------|
| 推荐理由： 松下幸之助是日本著名的企业家，被称为日本的“经营之神”，他的企业经营管理经验备受世人重视，享誉全球。直到今天，这些秘诀仍在世界范围内发挥着极大的作用，造就出一批又一批巨贾富商。 | | |
| 推荐教师： 王广东 | | |
| 《艾柯卡自传》 | [美]李·艾柯卡 | 能力与发展单元 |
| 2007年09月出版 | ISBN: 9787508609430 | 中信出版社 |
| 推荐理由： 李·艾柯卡，38岁成为福特公司副总裁兼总经理，46岁升为公司总裁，创下了空前的汽车销售纪录，公司获得了数十亿美元的利润，从而成为汽车界的风云人物。54岁被亨利·福特二世解雇，同年以总裁身份加入濒临破产的克莱斯勒公司。六年后，创下了24亿美元的盈利纪录，比克莱斯勒此前60年利润总和还要多。艾柯卡也成为美国家喻户晓的大人物，美国人心目中的英雄。 | | |
| 推荐教师： 王广东 | | |
| 《怎样销售你自己》 | [美]乔·吉拉德 | 能力与发展单元 |
| 2007年05月出版 | ISBN: 9787300080154 | 中国人民大学出版社 |
| 推荐理由： 不论你从事哪个领域，你都必须首先成功销售你自己。乔·吉拉德向你揭示了重要的销售秘诀：如何培养基本技巧以及成功的特质，让别人注意到你所能做的贡献有多大。乔·吉拉德凭借真实生活中的小故事，以及本身不凡的生活经验，将帮助你增进你的自我价值，并向别人展现出来。 | | |
| 推荐教师： 王广东 | | |
| 《钢铁是怎样炼成的》 | [苏]奥斯特洛夫斯基 | 人生道路单元 |
| 2015年01月出版 | ISBN: 9787020102716 | 人民文学出版社 |
| 推荐理由： 《钢铁是怎样炼成的》通过对保尔·柯察金成长经历的叙述，生动地描述了以保尔为代表的一批进步青年历经艰辛的生活、战争的烽火以及战后建设的一系列磨炼，终于被锻造成无产阶级革命英雄的曲折过程，热情歌颂了为祖国而战的苏联年青一代的精神风貌。对当今中国年轻人的成长锻炼有启发。 | | |
| 推荐教师： 米登发 | | |
| 《资本论》 | 马克思 | 党史学习教育单元 |
| 2018年05月出版 | ISBN: 9787010191652 | 人民出版社 |
| 推荐理由： 了解人类社会发展的必然性和科学规律，坚定共产主义信仰。 | | |
| 推荐教师： 米登发 | | |

| | | |
|---|----------------------|----------|
| 《耶路撒冷三千年》 | [英]西蒙·蒙蒂菲奥里 | 国际视野单元 |
| 2015年01月出版 | ISBN: 9787513903509 | 民主与建设出版社 |
| <p>推荐理由: 在丰厚的历史叙述中,徐徐展开千年古城的圣殿、市集、生活、战争、诗歌与悲泣。一个瑰丽澎湃的立体剧场。综合当代研究成果,编织出族群、宗教与帝国冲突的悲剧,令人赞叹!——金石堂年度十大好书获奖评语。读《耶路撒冷三千年》,了解耶路撒冷的历史,就会明白世界为何演变成今天的模样。</p> <p>推荐教师: 张健</p> | | |
| 《历史的棋局》 | 国家人文历史 | 思辨方法单元 |
| 2023年01月出版 | ISBN: 9787511574985 | 人民日报出版社 |
| <p>推荐理由: 一本书读懂古代帝王将相的生存博弈与宦海风波!《国家人文历史》汇集众多历史专家倾心写就,触摸历史体温、发现历史真相,三大主题、14个朝代、3000年历史。在历史的棋谱里,看中国人的成败经验与济世智慧!</p> <p>推荐教师: 张健</p> | | |
| 《乌合之众:大众心理研究》 | [法]勒庞 | 思辨方法单元 |
| 2005年01月出版 | ISBN: 9787801093660 | 中央编译出版社 |
| <p>推荐理由: 一本当之无愧的名著,作者极为精致地描述了集体心态,是在社会心理学领域已经写出的著作中,最有影响者。本书还具有持久的影响力,是群体行为的研究者不可不读的文献。</p> <p>推荐教师: 张健</p> | | |
| 《自控力:斯坦福大学广受欢迎的心理学课程》 | [美]凯利·麦格尼格尔 | 思辨方法单元 |
| 2021年04月出版 | ISBN: 9787559647276 | 北京联合出版公司 |
| <p>推荐理由: 本书每章深入剖析并破除一个自控力的错误观念,并提供一种提升自控力的全新策略,让你的生活发生真正而持久的改变!</p> <p>推荐教师: 张健</p> | | |
| 《埃隆·马斯克传》 | [美]沃尔特·艾萨克森 | 人生道路单元 |
| 2023年09月出版 | ISBN: 99787521758399 | 中信出版集团 |

| | | |
|--|---------------------|-----------|
| <p>推荐理由： 两年深度跟访，基于第一手资料，深度梳理马斯克的商业和创新逻辑，内容时间横跨20世纪70年代至2023年4月的50余年。涉及马斯克同时管理的6家公司：特斯拉、SpaceX、Boring Company、Neuralink、推特、X. AI，揭示这个时代*重要的能力之一：创新和创造力，以及个人和企业如何获得并借此实现价值。全面呈现马斯克“英雄模式”与“恶魔模式”，解析冒险基因与性格养成。书中展示了马斯克独特的个性魅力和他在科技行业、太空探索、可持续能源领域的影响力，揭示了他的思想、行为和决策背后的故事和动机。</p> <p>推荐教师：张健</p> | | |
| 《活着》 | 余华 | 人生道路单元 |
| 2021年07月出版 | ISBN: 9787530221532 | 北京十月文艺出版社 |
| <p>推荐理由： 《活着》里的福贵让我相信：生活是属于每个人自己的感受，不属于任何别人的看法。我想，这可能是写作给予我的酬谢。——余华</p> <p>推荐教师：张健</p> | | |
| 《卓有成效的管理者》 | [美]彼得·德鲁克 | 能力与发展单元 |
| 2023年05月出版 | ISBN: 9787111726203 | 机械工业出版社 |
| <p>推荐理由： 摆脱忙碌又低效的窘境，从管理好自己开始 一群平凡人，能做出不平凡的事业吗？ 完全可以做出，只要组织中的每一个人都卓有成效</p> <p>推荐教师：张健</p> | | |
| 《底层逻辑：看清这个世界的底牌》 | 刘润 | 思辨方法单元 |
| 2021年10月出版 | ISBN: 9787111691020 | 机械工业出版社 |
| <p>推荐理由： “底层逻辑”来源于不同中的相同，变化背后的不变。只有掌握了底层逻辑，只有探寻到万变中的不变，才能动态地、持续地看清事物的本质。本书中作者与你分享是非对错、思考问题、个体进化、理解他人和社会协作五个方面的底层逻辑，带你看清这个世界的底牌。“底层逻辑”并不局限于商业世界。希望你在看到千变万化的世界后，依然能心态平静、不焦虑，能够通过“底层逻辑+环境变量”不断创造新的方法论，在工作和生活中都始终如鱼得水。</p> <p>推荐教师：张健</p> | | |

| | | |
|--|---------------------|---------|
| 《分析与思考：黄奇帆的复旦经济课》 | 黄奇帆 | 思辨方法单元 |
| 2020年07月出版 | ISBN: 9787208164321 | 上海人民出版社 |
| <p>推荐理由：</p> <p>本书为黄奇帆在复旦的十四堂经济课，包括经济热点问题十二讲以及两篇论坛演讲，涉及宏观调控、基础货币、资本市场、房地产发展、对外开放、中美经贸六个方面的内容。既有宏大的经济理论背景，又有丰富的实践经验感悟，深入浅出地解读中国经济。</p> <p>推荐教师：张健</p> | | |
| 《四时之外》 | 朱良志 | 能力与发展单元 |
| 2023年09月出版 | ISBN: 9787301343623 | 北京大学出版社 |
| <p>推荐理由：</p> <p>中国艺术重视生命境界的创造，追求形式之外的意趣，要在变化表相中表现不变的精神，时间性超越便是艺术家最为重视的途径之一。“四时之外”四字，可以说是中国艺术的灵魂，也是造成中西艺术内在差异的本质方面。朱良志教授这本新著主要是从时间和历史入手，来讨论中国艺术的发展和核心观念的形成，发掘中国艺术在时间超越中所体现的独特的历史感、人生感和宇宙感。</p> <p>推荐教师：张健</p> | | |

图书馆推荐书目

人生道路单元

| 书籍名称 | 作者 |
|--|-------------|
| 《活着》 | 余华 |
| 推荐理由： 《活着》是余华的长篇代表作之一，最早发表于《收获》1992年第6期。小说写“我”去乡间收集民间歌谣，遇到一位叫福贵的老人，他向我讲述了自己坎坷的一生：年轻时赌光家业，从地主少爷变得一贫如洗；在为母亲求医路上被国民党部队抓了壮丁，被解放军俘虏后回到家里女儿已经变成哑巴；家人终于团聚，妻子、儿子、女儿、外孙却又因为各种意外相继离世……他经历了一生的苦难，却没有丝毫抱怨，而依然友好地对待这个世界，依然乐观地活着。 | |
| 《习近平的七年知青岁月》 | 中央党校采访实录编辑室 |
| 推荐理由： 《习近平的七年知青岁月》一书以访谈形式，回顾了习近平总书记从 15 岁离开北京，到 22 岁离开梁家河这经受磨练的七年青春奋斗史。凭着超常的坚韧和苦干精神，青年时期的习近平总书记适应了闭塞荒凉的困苦生活。“陕北很苦，延安更苦，延川极苦，梁家河最苦。”苦难是习近平青春的底色，但正是梁家河这七年的苦难生活让他从一名迷茫彷徨的少年，蜕变为扎根农村、贴近农民的村支部书记，进而转变为一名信仰坚定、脚踏实地的有为青年。 | |
| 《乡村国是》 | 纪红军 |
| 推荐理由： 作者带着简单的行李、笔记本电脑和录音笔走进了六盘山区、滇桂黔石漠化片区、武陵山区、秦巴山区、乌蒙山区、罗霄山区、闽东山区以及西藏山南、新疆喀什等精准扶贫重点地区贫困乡村，书中用一个个真实、生动的故事展现中国脱贫攻坚取得的巨大成就，也呈现扶贫工作的艰巨性和复杂性。 | |
| 《人世间》 | 梁晓声 |
| 推荐理由： 该书堪称“五十年中国百姓生活史”，从二十世纪七十年代写到改革开放后的今天，展现了平民百姓向往美好生活的人生努力和社会发展的历史进步。 | |

| | |
|---|-------------|
| 《潜龙在渊：走近“共和国勋章”获得者黄旭华》 | 张明纯，辛瑞玲著 |
| <p>推荐理由：本书是关于黄旭华院士的报告文学。全书分 8 个篇章，除开篇、结语外，正文 6 个篇章，按时序推进。在行文中，作者以“潜龙”为文学象征手法，以长江“蛟龙”的探索精神为灵魂底蕴，生动再现“共和国勋章”获得者、中国核潜艇原总设计师黄旭华“赫赫无名”的科学精神及其对母校、家乡的桑梓深情。同时，书稿以“身边的榜样”，阐述新中国第一代科学家在实现中华民族伟大复兴的“中国梦”过程中的坚定信念，激发新时代青少年发奋学习，为祖国的繁荣与发展，奉献青春、奋斗不息。</p> | |
| 《大学何为》 | 陈平原 |
| <p>推荐理由：本书从历史记忆、文学阐释、精神建构以及社会实践等层面，思考大学作为人类社会极为重要的组织形成，是什么、有什么、还能做什么。本书聚焦大学在急聚变化的当代世界中的地位与作用，将人文作为大学的核心，集中精力在文化、精神、价值层面上思考大学问题。</p> | |
| 《人生的智慧》 | [德]叔本华 |
| <p>推荐理由：本书是叔本华的晚期著作，正是这本书使叔本华成为享誉世界的哲学家。在本书中他从世俗的角度探讨了人生应遵循的原则。人生的智慧是一门艺术，它告知人们如何尽量幸福、愉快地度过一生。对于人的幸福起着关键作用的，是属于人类的主体的美好素质，包括高贵的品格、良好的智力、愉快的性情和健康的体魄。本书基于此，教导人们如何才能享有一个幸福的生存方式。</p> | |
| 《认知突围》 | 蔡垒磊 |
| <p>推荐理由：本书通过从源头上提升每个人对最重要的六件事（认识自己、正确处理人际关系、如何对待金钱、如何有效学习、高效利用时间、如何看待成功）的基础认知，搞清楚它们的内在逻辑，指出大部分人的认识误区，直指生活中真正重要的道理，让你思维开挂，成为真正意义上的人生赢家。</p> | |
| 《活出生命的意义》 | [美]维克多·弗兰克尔 |
| <p>推荐理由：著名心理学家弗兰克尔是20世纪的一个奇迹。纳粹时期，作为犹太人，他的全家都被关进了奥斯威辛集中营，他的父母、妻子、哥哥，全都死于毒气室中，只有他和妹妹幸存。弗兰克尔不但超越了这炼狱般的痛苦，更将自己的经验与学术结合，开创了意义治疗法，替人们找到绝处再生的意义，也留下了人性史上最富光彩的见证。</p> | |

| | |
|---|--------|
| 《苏菲的世界》 | 乔斯坦·贾德 |
| <p>推荐理由：这是一本风靡世界的哲学启蒙书。14岁的少女苏菲不断接到一些极不寻常的来信，世界像谜团一般在她眼底展开，她在一位神秘导师的指引下，苏菲开始思索，从苏格拉底、柏拉图到达尔文、弗洛伊德等哲学大师所思考的根本问题。苏菲运用少女天生的悟性与后天知识，企图解开这些谜团，然而，事实真相远比她所想的更怪异、更离奇。《苏菲的世界》是智慧的世界，梦的世界。它将会唤醒每个人内心深处对生命的赞叹与对人生终极意义的关怀与好奇。</p> | |
| 《平凡的世界》 | 路遥 |
| <p>推荐理由：《平凡的世界》是一部全景式地表现中国当代城乡社会生活的长篇小说。高度浓缩了中国西北农村的历史变迁过程，通过复杂的矛盾纠葛，刻画了社会各阶层众多普通人的形象。劳动与爱情，挫折与追求，痛苦与欢乐，日常生活与巨大社会冲突，纷繁地交织在一起，展示了普通人在大时代历史进程中所走过的艰难曲折的道路。本书的叙述过程中突出了主人公面对困境艰苦奋斗的精神，对今天的大学生朋友仍有启迪。</p> | |

党史学习教育单元

| 书籍名称 | 作者 |
|---|--------------|
| 《〈中共中央关于党的百年奋斗重大成就和历史经验的决议〉辅导读本》 | 本书编写组 |
| <p>推荐理由：为帮助广大师生学习贯彻党的十九届六中全会精神，中央有关部门组织编写了《〈中共中央关于党的百年奋斗重大成就和历史经验的决议〉辅导读本》，对全会《决议》进行了全面阐释，是学习领会全会精神权威的辅导材料。</p> | |
| 《习近平谈治国理政（第一、二、三、四卷）》 | 习近平 |
| <p>推荐理由：习近平总书记在领导推进新时代治国理政的实践中，发表了一系列重要论述，提出了许多具有原创性、时代性、指导性的重大思想观点，进一步丰富和发展了党的理论创新成果。该系列书籍可以帮助国际社会更好的了解习近平新时代中国特色社会主义思想的主要内容，增进对中国共产党为什么能、马克思主义为什么行、中国特色社会主义为什么好的认识和理解。</p> | |
| 《中国共产党简史》 | 本书编写组（人民出版社） |
| <p>推荐理由：该书记述了中国共产党建党 100 年来，从建党的开天辟地，到新中国成立的改天换地，到改革开放的翻天覆地，再到党的十八大以来党和国家事业取得的历史性成就、发生的历史性变革，准确生动地展现了中国共产党百年来的奋斗历程、光荣传统、优良作风、宝贵经验和伟大成就，始终彰显了中国共产党把为中国人民谋幸福，为中华民族谋复兴作为自己的初心和使命。</p> | |
| 《文献中的百年党史》 | 李颖 |
| <p>推荐理由：本书是一部中国共产党100年奋斗简史。100年每年选取代表性原始档案文献，引出100个重大事件，以此串联中国共产党100年奋斗历程：着重全面反映党的不懈奋斗史、理论探索史和自身建设史，着重讲述时代英雄和普通人物的感动故事。</p> | |
| 《红船》 | 黄亚洲 |
| <p>推荐理由：作为一部以长篇小说形式再现中国共产党诞生历程的大型文学作品，该书着眼于大事，落笔于伟人，全景式描绘了1919年到1928年的中国革命史，反映了中国共产党从诞生、发展的历史进程和劈波斩浪的艰难与辉煌。</p> | |

| | |
|--|--------------|
| 《中共党史人物传（共 89 卷）》 | 中国中共党史人物研究会 |
| <p>推荐理由：在中国共产党艰难曲折而又灿烂辉煌的历史进程中，涌现出无数革命先驱、英烈英模，还有众多支持革命和同党并肩奋斗的民主党派、无党派人士和国际友人，正是他们，铸就了中华民族爱国为民、自强不息的精神，创造了惊天地、泣鬼神的丰功伟业。历史不会忘记他们，人民不能忘记他们，我们的党没有忘记他们！没有共产党就没有新中国，从上个世纪初共产党人于民族危难之中寻路开拓，抛头洒血，到新中国成立后执政中国，探索改革，在一个民族崛起和复兴的征途中，我们能看到整个共产党人英雄的群像。《中共党史人物传》介绍了众多传主感人的生平事迹、人生轨迹，展现了他们波澜壮阔的人生和为党为人民抛头颅洒热血的情怀。</p> | |
| 《红色气质》 | 新华社《国家相册》栏目组 |
| <p>推荐理由：百年党史波澜壮阔，其中有很多众所周知的人物与过往，也有不少鲜为人知的瞬间和细节。《红色气质》从《国家相册》已播节目中，精选出一组反映不同历史时期、从不同侧面诠释中国共产党人精神谱系的故事，改编成图文并茂的图书。二百余张珍贵照片带领读者重回一个个历史现场，与那些在人们眼中既熟悉又陌生的先烈英模“相遇”。全书旨在通过影像的力量、史实的力量、细节的力量，细述鲜为人知的历史瞬间，打开那些被浓缩的时代与人生，让读者对中国共产党人特有的精神气质有更深的了解，感悟伟大建党精神。</p> | |
| 《大国追梦》 | 《经济日报》 |
| <p>推荐理由：本书聚焦在我国四十年的改革开放进程中最具典型意义的地区和所发生的重大事件，侧重于从经济层面总结改革开放的成就，从历史的角度讲述改革开放的故事。内容包括：小岗之路——中国农村改革第一村纪事；中国硅谷——中关村纪事等。</p> | |
| 《见证：中国改革开放40年40人》 | 李舫 |
| <p>推荐理由：本书选取中国改革开放40年中影响中国社会发展进程的40位代表人物，来记录这可歌可泣的伟大历程。他们是一——作为思想者的胡福明、厉以宁、吴南生、温元凯等；作为创业者的蒋子龙、柳传志、张瑞敏等；作为突破者的袁隆平、屠呦呦、杨利伟等；以及来自国际社会的基辛格、傅高义、太平正芳等。</p> | |
| 《火种：寻找中国复兴之路》 | 刘统 |

推荐理由：本书是刘统教授继他的党史系列著作之后又一部为了庆祝中国共产党成立100年而精心打磨多年的原创力作。本书采用大量的一手资料、通过真实的细节把党史写活，将百年前寻找中国复兴之路的历程通过鲜活的表述呈现在读者面前。

《中共党史知识问答》

中共中央党校中共党史教研部

推荐理由：本书以问题解答的形式对中国共产党领导人民进行革命、建设和改革发展的光辉历程作了系统回顾，解答了许多读者关心的党史热点难点问题。如马克思主义为什么能够在中国落地生根？1927年大革命的失败究竟是谁的责任？游击战为什么成为八路军、新四军的主要作战方式？抗日战争时期我党我军的经费是从哪里来的？抗战胜利后中共中央为什么曾考虑从延安迁到淮阴？党内请示报告制度是如何建立的？如何评价“大跃进”的是非得失？“文化大革命”与计划经济体制有何关联？为什么要做到“两个不能否定”？等等。本书史实准确，内容丰富，是一部进行党史教育的生动教材。本书的出版，有助于广大干部群众学习中共党史和党的基本知识，深入了解中国共产党在长期奋斗中所形成的特质、取得的光辉成就以及积累的丰富历史经验。

家国情怀单元

| 书籍名称 | 作者 |
|--|------------|
| 《乡土中国》 | 费孝通 |
| <p>推荐理由：该书是学界公认的中国乡土社会传统文化和社会结构理论研究的重要代表作之一，作者如是说：“搞清楚我所谓乡土社会这个概念，就可以帮助我们去理解具体的中国社会。”这是一本并不厚的书，语言流畅，浅显易懂，有助于我们了解传统中国的社会结构。</p> | |
| 《西行漫记》 | [美] 埃德爾·斯诺 |
| <p>推荐理由：埃德爾·斯诺于1936年6月至10月对中国西北革命根据地进行了实地考察，作为一个西方新闻记者，对中国共产党和中国革命作出了客观评价，从一个全新角度审视了历史，并向全世界作了公正报道。</p> | |
| 《中国天眼：南仁东传》 | 王宏甲 |
| <p>推荐理由：该书讲述了南仁东少年努力读书，青年刻苦钻研的时光，全面地呈现了他勇于为祖国的科学创新担当重任，乃至奋斗到生命最后一刻的爱国情怀、科学精神、高尚情操与优秀品格。本书通过南仁东建成“中国天眼”的经历，展现了中华优秀传统文化中的集体主义精神，同时也展现了中国人民不计功利、共克时艰的精神境界。</p> | |
| 《两个身份 一个信仰：钱学森的选择与成长》 | 陆敏洁 |
| <p>推荐理由：本书是讲述人民科学家钱学森一生成长及信仰形成的人物传记。受发展心理学理论启发，本书以“人生选择”为线索，在钱学森自少年到晚年的四个人生阶段中捕捉他在各个成长阶段的思想认识与价值追求，从中探索了钱学森对“科学家”和“共产党员”这两重身份的理解与构建历程，并由此展现了他对马克思主义崇高信仰、对共产主义坚定信念的形成与表现。本书梳理并研究了丰富的历史资料，引用了大量相关人物的言行记录，从个体成长史的视角对钱学森生平与精神做出了阐释。</p> | |
| 《共和国识别码》 | 李忠杰 |
| <p>推荐理由：作者总结出 311 个关键词，从不同的侧面解读中华人民共和国。据此，可以把中华人民共和国与其他国家准确地区分开来，突显鲜明的“中国特色”。借用“识别码”的概念，独辟蹊径，从“标识”“界定”的角度，从与其他国家相区别的角度，准确地描画中华人民共和国的基本面貌，准确地界定中华人民共和国的身份和地位，准确地回溯中华人民共和国 70 年的历程，帮助国人读懂自己的国家，也帮助国际社会读懂中华人民共和国。</p> | |

| | |
|--|-----------------|
| 《这里是中国》 | 星球研究所、中国青藏高原研究会 |
| <p>推荐理由：中国这片广袤的土地，到处是景致，处处有故事。这本书以广阔的地理视角和宏大的时间尺度，解读中国故事；以唯美的照片、专业的地图、深情的文字，描绘祖国山河，让我们在享受视觉盛宴的同时，了解中国的过去、现在，以及充满希望的未来。本书集结星球研究所近 3 年来中国主题文章的精华，按照中国地势三级阶梯顺序，呈现出荒原到人间的变化，全书收录 300 余张精致摄影作品，涵盖诗词、动植物、人文等丰富内容，以广阔的地理视角和宏大的时间尺度，重新解读中国故事。以 18 个关于中国的独特话题，365 张具有地域代表性的高清摄影作品，串联起中国的地理科普和人文故事。了解中国在时间长河中的起源和变迁、生命和文明的孕育及成长。</p> | |
| 《中华文明史》 | 袁行霈 |
| <p>推荐理由：本书是北京大学国学研究院组织撰写的一部多学科融合的学术著作。突现文明史既是人类的创造史，也是人类的演进史这一观点，将物质文明、政治文明和精神文明，分别对应人与自然的关系、人类社会的组织方式以及人的心灵世界，展示其错综复杂的关系，做出总体性的描述，以突出中华民族的创造力以及中华文明生生不息的过程。本书将中华文明分为四个时期，以中华文明史上重大的转型作为分期的依据，细致地描绘了各个时期文明的特点、亮点，及其承上启下的关系，彰显那些对文明发展做出重大贡献的人物，探讨对文明发展起关键作用的各种因素。从而全面论述了中华文明发展的历程，揭示了若干发展规律和历史经验。本书力图将中华文明放到世界格局中进行考察，写出中华文明在世界文明进程中所处的地位在论述中充分注意文物考古资料与文献资料的结合，力求史笔、议论、才情三者相结合。</p> | |
| 《中华文明五千年》 | 冯天瑜 |
| <p>推荐理由：本书再现了中华文明波澜壮阔的发展道路，把五千年辉煌灿烂、生生不息的中华文明展现在我们面前。全书共十章，内容包括：创榛辟莽—从人猿揖别到夏禹传子；文明初兴—夏、商、西周；多元私学—春秋、战国；一统整合—秦、汉；乱世裂变—三国、两晋、南北朝；盛代强音—隋、唐等。《中华文明五千年》创新中国传统的叙事方式，以开阔的人文科学视野、博大精深的内容、浓郁的家国情怀、严谨优美的文笔，全景展现了中华文明波澜壮阔的发展道路。它史料丰富、例证翔实、叙述简洁、笔墨精湛，从远古到近代，把五千年跌宕起伏、五彩斑斓、精彩厚重、生生不息的中华文明，美好而又深情地展现在我们面前。中华文明对世界文明做出了不可磨灭的贡献，向世界提供了解决问题的中国智慧。</p> | |

| | |
|---|------------|
| 《大国脊梁：国家最高科学技术奖获得者的奋斗人生》 | 本书编写组 |
| <p>推荐理由：本书是一本科学家故事读本，以“中国科协老科学家学术成长资料采集工程成果”为内容基础，精心选配百余幅新华社播发的科学家经典照片，按获奖时间顺序收录了2000年—2020年历届共35位国家科学技术奖获得者科学报国的感人故事，其中有袁隆平、吴文俊、王选、黄昆、金怡濂、屠呦呦、黄旭华等。全书旨在通过讲述科学家们勇于探索、献身科学的动人事迹激发广大读者，尤其是青少年群体尊重知识、热爱科学、崇尚创新的学习热情和科研兴趣。书中特别设列“科学家名言”“大科学家小故事”等小栏目，帮助青少年读懂科学家精神、领会学习方法。</p> | |
| 《大国重器》 | 知乎编著 |
| <p>推荐理由：2011—2021年，我国重大科技基础设施建设水平不断提升，在重点科技前沿领域取得了一批具有世界影响力的原创成果。本书分为基础科学、前沿科技、经济助力与健康保障四篇，邀请30余位各领域一线科技工作者撰文，以问答形式，从科学家的视角为读者科普50项国之重器背后的基础科学知识，帮助读者了解其建造意义及应用前景，拉近读者与科技前沿的距离。本书以大量手绘图解为辅助，从整体和细节上全面展现重器之美，便于读者理解和欣赏。本书还收入同步辐射光源、“中国天眼”、中国空间站、高速风洞等重大项目的发展经历及团队侧写，由亲历者讲述重器研发背后的故事，深度挖掘我国几代科学家胸怀祖国、攻关创新、勇攀世界科学高峰的事迹，弘扬科学家精神。</p> | |
| 《月背征途：中国探月国家队记录人类首次登陆月球背面全过程》 | 北京航天飞行控制中心 |
| <p>推荐理由：月球背面隐藏着哪些不为人知的奥秘？中国探月国家队——北京航天飞行控制中心为你讲述人类探测器首次登陆月球背面的全部过程。从“嫦娥一号”到“嫦娥四号”，从月球车工作原理、地外天体遥操作技术到驾驶员的修炼过程，从“鹊桥”中继星的发射定点到月球背面着陆点选择，从一波三折的降落过程到“南征北战”一次次月面涉险探测，一项国家级的伟大工程正逐步在我们眼前展开。壮观的月球景观、月球车的神秘冒险之旅、震惊世界的科学发现将以近百张高清图片一一呈现。</p> | |
| 《新时代榜样科学家》 | 黄庆桥 |

推荐理由：本书以2019年9月29日国家勋章和国家荣誉称号颁授仪式上授予的5位“共和国勋章”科学家、5位“人民科学家”国家荣誉称号获得者以及2020年全国抗击新冠肺炎疫情表彰大会上获得“共和国勋章”的钟南山院士为书写对象，集中展示他们的成长成才历程、科学成就、杰出贡献、爱国精神、高尚品德、大家风范等。每个主题力求史实准确、言简意赅，兼具思想性和可读性。本书主题鲜明、通俗易懂，充满正能量，是进行爱国主义教育的生动读本。

思辨方法单元

| 书籍名称 | 作者 |
|---|--|
| 《自然辩证法》 | [德] 恩格斯 |
| <p>推荐理由：自然辩证法是马克思主义的自然观和自然科学观的反映。体现马克思主义哲学的世界观、认识论、方法论的统一，是马克思主义哲学的一个组成部分。本书是恩格斯多年来对自然科学研究的总结。对 19 世纪中期的主要自然科学成就用辩证唯物主义的方法进行了概括，并批判了自然科学中的形而上学和唯心主义观念。研究自然辩证法，也是我们探索自然界奥秘的需要，有助于我们创新意识的创立和能力的培养。</p> | |
| 《道德经》 | 老子著；张景，张松辉译注 |
| <p>推荐理由：该书文字之简约，寓意之锤炼，古今中外无出其右者。它以思想的高度，视野之宽度，理论之深度，语言之精度，智慧之密度著称于世。读该书寓意连贯，言辞流畅，自由挥洒，收放自如，堪称哲理诗之绝唱。</p> | |
| 《矛盾论》 | 毛泽东 |
| <p>推荐理由：《矛盾论》毛泽东哲学代表著作。它是作者继《实践论》之后，为了克服存在于中国共产党内的严重的教条主义思想而写的。该书运用唯物辩证法总结了中国共产党领导中国革命斗争的实践经验，从两种宇宙观、矛盾的普通性、矛盾的特殊性、主要矛盾和矛盾的主要方面、矛盾诸方面的同性和斗争性、对抗在矛盾中的地位等方面，深刻地阐述了对立统一规律，发挥了对立统一规律是辩证法的实质和核心的思想。</p> | |
| 《思辨与立场：生活中无处不在的批判性思维工具》 | [美] 理查德·保罗；琳达·埃尔德 |
| <p>推荐理由：无论你当下在做什么，你想什么，也无论你的感受如何，你的思维方式决定着正在做的事情。本书聚焦批判式思维和审辩式思维的重要性，从而促进全社会将思维的教育和训练提上成长的日程。单靠知识改变不了命运，改变命运需要用思维架构起知识，从而支撑起有高度和强度的人生大厦。思维才是力量，思维晋级是好的成长！</p> | |
| 《批判性思维：带你走出思维的误区》 | [美] Brooke Noel Moore, Richard Parker 著，朱素梅译 |
| <p>推荐理由：本书连续九次再版，语言通俗生动，直观地阐述了批判性思维、正确推理和合理论证的基本问题、观点、方法和技巧，并就如何进行正确地思维和清晰地写作，到有效论证的规则、合理的演绎和归纳推理，再到道德、法律和美学的论证进行了阐述，同时指出各种以修辞手法来掩盖虚假论证的例子，对批判性思维进行了全面的论述。</p> | |

| | |
|---|-------------------|
| 《历史理性批判文集》 | [德]康德 |
| <p>推荐理由： 本书共辑录了康德 1784—1797 年间撰写的八篇历史哲学和政治哲学的论著。十八世纪七十年代后期，康德转入了所谓的批判哲学时期，著名的“三大批判”等重要著作，都是在这个时期发表的。这八篇文章作为批判哲学的组成部分，具有丰富的思想内容和鲜明的时代色彩。在这些文章里，作为康德历史理性批判中心线索的历史两重性，最终被统一为普遍的理性，统治这理性王国的原则是正义和真理，自由和平等。</p> | |
| 《学会提问》 | [美] 尼尔·布朗、斯图尔特·基利 |
| <p>推荐理由： 本书最新版依然致力于培养学生一整套提问的技能， 并且可以广泛应用于各个领域。这些技能的训练都是在轻松自然的讨论中展开的。本书特别适合普通教育学课程、语言类课程的说明文写作， 以及专门用来培养学生的批判性阅读和思考的技能的课程。另外， 它还是提高沟通效率， 实现关键沟通的一本难得的精品之作。</p> | |
| 《金字塔原理》 | [美] 芭芭拉·明托 |
| <p>推荐理由： 本书介绍了一种理清写作思路和逻辑的方法， 广泛地应用于撰写商业计划、报告、学术论文中。书中详细讲解了构建基本金字塔结构的方法，探讨了深入把握思维环节、使用多种框架组织分析， 以及用幻灯片等形式演示具有金字塔结构内容的技巧。</p> | |
| 《理性的非理性》 | 郑毓煌， 苏丹 |
| <p>推荐理由： 行为经济学颠覆了传统经济学的“理性人假设”， 是近10年来发展迅猛的经济学领域之一。该理论认为， 无论人们多么崇尚理性， 还是会做出一些出乎意料的举动， 而这些看似出人意料的非理性行为背后， 总有共同的规律在发挥作用。从理发店的价目表到餐馆的菜单， 从直播带货到“双11”、美国的“黑色星期五”， 从买卖二手车到股市投资……作者用轻松诙谐的文字分析知名国际品牌及中国本土案例， 带领你发现现实生活中的许多“非理性行为”； 以清华博导、营销权威的睿智头脑， 指导你如何有效运用行为经济学理论做出“理性的决策”。对于每一个普通人来说， 阅读本书将会让你更清晰地了解自身行为背后的心理原因， 提高决策的理性程度。如果你还是一名营销人、广告人、产品经理， 阅读本书将会帮助你积极运用“非理性”的力量， 全方位提升自身说服力、影响力， 构筑商业竞争力。</p> | |
| 《思考， 快与慢》 | [美] 丹尼尔·卡尼曼 |

推荐理由：本书介绍了很多经典有趣的行为实验，指出我们在什么情况下可以相信自己的直觉，什么时候不能相信；指导我们如何在商场、职场和个人生活中做出更好的选择，以及如何运用不同技巧来避免那些常常使我们陷入麻烦的思维失误。

《超越感觉》

[美] 文森特·鲁吉罗

推荐理由：本书有三大部分：第一部分是“背景”，它将帮你理解像个性、思考、真理、知识、观点、根据和论证等重要概念，并且克服阻碍批判性思考的态度和观念；第二部分是“易犯的错误”，将教你识别和避免思维当中最常见的谬误；第三部分是“策略”，将帮你获得解决问题和议题的各种技巧。

《人性的弱点》

戴尔·卡耐基

推荐理由：《人性的弱点》为卡内基经典之作，于1937年首次出版，80年来始终被西方世界视为社交技巧的圣经之一。本书汇集了成功学大师卡内基的思想精华，深刻剖析了人性中的弱点，同时引用了许多名人及普通人的真实案例：讲述了他们如何通过学习书中的内容，以尊重、理解、真诚为基石，改变自己为人处世的态度，提高语言沟通能力并增强自信，从而获得他人的信任甚至影响他人，然后取得成功。

国际视野单元

| 书籍名称 | 作者 |
|--|---------------|
| 《文明的边疆：从远古到近世》 | 张国刚 |
| <p>推荐理由：该书是一部丝路文明新解。书中从大范围、长时段、历史纵深的角度考察欧亚各民族在丝绸之路上的文明交往，将这段长达三千年的历史划分为四个宏大的篇章。作者在这本书中透过丝路 2000 年的浩荡历史，重新解读中西文明交流互鉴的新时代意义。</p> | |
| 《论中国》 | [美]亨利·基辛格 |
| <p>推荐理由：本书用世界视角国际眼光，重新解读中国的过去和未来，作者以一位资深外交家和思想家的独特视角，分析和梳理了中国自鸦片战争以来的外交传统，从围棋文化与孙子兵法中探寻中国人的战略思维模式，特别是试图揭示新中国成立以来，中国外交战略的制定和决策机制，以及对“一边倒”的外交政策、抗美援朝、中美建交、三次台海危机等等重大外交事件来龙去脉的深度解读。</p> | |
| 《国际视野中的民族冲突与管理》 | 赵磊 |
| <p>推荐理由：城镇化，全球化，在这内外交错的两大趋势、两大挑战中，如何巩固和发展我国平等团结互助和谐的社会主义民族关系，促进各民族和睦相处、和衷共济、和谐发展？为此作者进行大量翔实、深入的国内外调研。阅读本书可以帮助我们打开视野，了解全球民族冲突以及民族冲突管理的前沿问题。</p> | |
| 《文明的冲突》 | [美]塞缪尔·亨廷顿 |
| <p>推荐理由：本书作为一部具有预见性和洞察力的经典著作，书中对现今世界各种文明的研究和剖析。该书所持观点公允与否，在学术界大有争论。但书中对现今世界各种文明的深入研究和剖析，对读者会有重大的参考价值。</p> | |
| 《了不起的文明现场》 | 李零；刘斌；许宏；唐际根等 |
| <p>推荐理由：“上下五千年”早已刻入每一位中国人的基因，而考古学让我们看到另一个与古籍文献所载的中国相似又不同的华夏，也许难说二者谁更“真实”，但可以肯定的是，我们所能见到的中华文明景观，得益于考古学的襄助，已经殊为精彩，蔚为大观。20 世纪的考古发现在极大程度上丰富了我们对于中国历史的认知，改变了世界对中国文明的基本看法。书中是一个个现场如同“时间胶囊”，展现了中国各阶段的社会生活与文化风貌，提供了独立于文献之外的历史信息，给予我们另一种观察中国文明的视角。</p> | |

| | |
|---|---------------------|
| 《世界观：现代人必须要懂的科学哲学和科学史》 | [美] 理查德·德威特 著 孙天 等译 |
| <p>推荐理由：本书介绍了科学史和科学哲学中的一些基础命题，探讨从亚里士多德世界观到牛顿世界观的转变，探讨新近的科学发展给西方世界观带来的挑战，尤其是相对论、量子理论和演化论。书中探索科学的起源和思维的本质，有助于构筑正确的世界观。</p> | |
| 《国际关系分析》 | 阎学通, 何颖 |
| <p>推荐理由：《国际关系分析（第三版）》是一本内容广泛且简明实用的国际关系分析教科书，主要介绍了国际关系的基本概念和原理，并以大量实例向读者演示了如何运用这些概念和原理分析纷繁复杂的国际关系现实。第三版添加了近年的新研究成果，更换了旧知识；更新了部分数据和案例；调整了部分章节的内容，如第二章、第九章、第十章、第十二章和第十三章。</p> | |
| 《全球通史》 | [美] 斯塔夫里阿诺斯 |
| <p>推荐理由：《全球通史》由斯塔夫里阿诺斯著，吴象婴、梁赤民、董书慧、王昶译，作者在本书中采用全新的史学观点和方法，将整个世界看作一个不可分割的有机的统一体，从全球的角度而不是从某一国家或某一地区的角度来考察世界各地人类文明的产生和发展，把研究重点放在对人类历史进程有重大影响的诸历史运动、诸历史事件和它们之间的相互关联和相互影响上，努力反映局部与整体的对抗以及它们之间的相互作用。本书一经问世，受到著名历史学家汤因比和巴勒克拉夫高度评价，立即被译成多种文字，流传甚广，影响很大。本书上起人类的起源，下迄21世纪初多极世界并存时期，上下数十万年，一气呵成。除了政治、经济外，还涉及军事、文化、教育、宗教、科学技术、人口、移民、种族关系、道德风尚、思想意识等各个方面。读来颇觉新颖爽朗，有强烈的现实感。从文字内容来看，作者对庞杂的史料取舍恰当，对各种历史事件着笔简要，边叙边议，文字生动；从编写技巧来看，每章前冠以简明提要，承上启下，便于掌握线索，每章末附有选读书目，便于进一步研究。</p> | |
| 《欧洲文明十五讲》 | 陈乐民 |
| <p>推荐理由：本书作者以通俗易懂的语言，深入浅出地讲述了欧洲文明的历史，包含欧洲历史所有的重要结点，如希腊起源、中世纪、文艺复兴、宗教改革、启蒙运动、英法革命等。本书侧重对史实的理解分析，而非简单地陈述，作者条理清晰，逻辑性强，并将自己多年治学和访问的经验融会贯通到其中，使读者迅速抓住重点，梳理出历史的脉络。不仅专业学者可以阅读，也适合入门者和普通读者阅读。</p> | |

| | |
|---|-------------|
| 《枪炮、病菌与钢铁：人类社会的命运》 | [美] 贾雷德·戴蒙德 |
| <p>推荐理由： 本书中演化生物学家、人类学家贾雷德·戴蒙德揭示了事实上有助于形成历史广泛模式的环境因素，从而以震撼人心的力量摧毁了以种族主义为基础的人类史理论。本书是理解人类社会发展史方面的一个重大进展，它记录了现代世界及其诸多不平等所以形成的原因，也是一部真正关于全世界各民族的历史，是对人类生活的完整一贯的叙述，具有很强的可读性。</p> | |
| 《全球化与民族国家》 | 贾英健 |
| <p>推荐理由： 本书全球化的本质入手，深刻论述民族国家的本质，民族国家的当代境遇，全球化形势下民族国家未来走向，以及全球背景下的当代中国等课题。</p> | |

美学与艺术单元

| 书籍名称 | 作者 |
|---|------------|
| 《美的历程》 | 李泽厚 |
| <p>推荐理由：本书是中国美学的经典之作，凝聚了作者李泽厚先生多年的研究成果，他把中国人古往今来对美的感觉玲珑剔透地展现在大家眼前，如斯感性，如斯亲切。书中配以精美的插图，以更具体地形式显现出中国这段波澜壮阔的美的历程。</p> | |
| 《艺术的故事》 | [英] 贡布里希 |
| <p>推荐理由：《艺术的故事》概括地叙述了从最早的洞窟绘画到当今的实验艺术的发展历程，以阐明艺术史是各种传统不断迂回、不断改变的历史，每一件作品在这历史中都既回顾过去又导向未来。</p> | |
| 《贾想》 | 贾樟柯；万佳欢 |
| <p>推荐理由：本书是著名电影导演贾樟柯第一部回顾其电影创作和思路历程的著作。书中收录了贾樟柯导演生涯各时期对电影艺术孜孜不倦的探索和独特的思考，另有多篇与电影界、艺术界、媒体等多领域关键人物的代表性访谈。贾樟柯说：“我想用电影去关心普通人，首先要尊重世俗生活。在缓慢的时光流程中，感觉每个平淡生命的喜悦或沉重。生活就像一条宁静的长河，让我们好好体会吧”。</p> | |
| 《听音乐》 | [美] 罗杰·凯密恩 |
| <p>推荐理由：本书梳理了自中世纪到 21 世纪各个时期各具风格的音乐，“聆赏要点”与“声乐导聆”是本书的突出特色，作者详细解读了音乐的配器、力度、旋律节奏变化、音响特质以及歌词内容，让听众能真正“理解”音乐，理论与聆听的紧密结合，让音乐不再泛泛而论。</p> | |
| 《西方美学史》 | 朱光潜 |
| <p>推荐理由：《西方美学史》是朱光潜最重要的一部著作，也是中国学者撰写的第一部美学史著作，具有开创性的学术价值，代表了中国研究西方美学思想的水平。</p> | |
| 《中国美学史大纲》 | 叶朗 |

推荐理由：北京大学叶朗教授先生的名作，出版十多年来受到广泛好评，被许多大学选为教材。全书分为四篇：中国古典美学的发端、中国古典美学的展开、中国古典美学的总结、中国近代美学。论述的时间跨度为先秦至近代，内容涉及哲学、文学理论、诗歌、小说、戏剧、书画、园林等等。作者采用“略小而存大，举重以明轻”的方法，抓住每个时代最有代表性的美学思想和美学著作，注重把握美学范畴和美学命题的演变和发展，因此《中国美学史大纲》又可看作一部中国美学思想史或中国美学范畴史。

《科学、艺术、哲学断想》

赵鑫珊

推荐理由：作者把哲学看成是一个钟摆，来回在科学与艺术之间摆动，求得平衡。哲学因为亲近科学而变得可信，因为热爱艺术才变得可爱，既可信又可爱的哲学才是好哲学，养人的哲学。只有好哲学才能安顿一个人的灵魂。

作者觉得数学和音乐是人类精神两种最伟大的产品。它们全然是人造的两个金碧辉煌、自给自足的世界。前者仅用了十个阿拉伯数字和若干符号就造就出了一个无限的、真的世界；后者仅用了五条线和一些蝌蚪状的音符就造就出了一个无限的、美的世界。文明的进步，就是日益远离自然状态。文明人的最大特点就是自觉自愿地喜欢生活在各种“人造”的世界中。科学家研究科学的内在动机，是力图造出一个世界来。在科学家看来，人造的科学世界比自然界要好些，因为科学家的性灵和精神只有在自己造的学说、理论体系中才能获得慰藉和安稳感，就像蚕只有在自己作的茧中才有安稳感一样。

《中国艺术与文化》

[美] 杜朴、文以诚

推荐理由：《中国艺术与文化》自 2001 年初版以来，已被芝加哥大学、斯坦福大学、华盛顿大学等美国多所院校采用为教材。作者打破了传统艺术史教材按类型（建筑、雕塑、绘画……）和朝代叙事的僵化模式，内容在类型的基础上统摄于若干主题，主题内部跨越了不同类型的材料。同时，部分章节跳出朝代界限的束缚，注重社会文化史的连续性。作者为艺术现象提供了翔实的社会背景，努力还原艺术的历史环境。本书以开放的视野，为读者提供一窥中国艺术与文化的门径，知其梗概，启发志趣，在吸收借鉴西方学者的研究视角的基础上，最终形成自己对中国艺术文化史的认识。

《感知艺术》

[美] 丹尼斯·J·斯波勒

推荐理由：本书将艺术分为绘画、雕塑、建筑、音乐、文学、戏剧、电影、舞蹈8种形式，向读者提出3个问题：它是什么？（形式问题）它是怎样形成的？（技术问题）它如何触动直觉？（体验问题）通过对这三个问题的回应，以真实而直接的方法介绍艺术，向读者展示艺术并不神秘，而是触手可及的。

| | |
|---|-----|
| 《中国艺术与哲学》 | 陈中浙 |
| <p>推荐理由：本书是在作者组织的永临书院哲学和艺术高级培训班上，授课老师崔希亮等知名学者讲课时的记录，经整理修改汇集成册。学者们从各自专业角度出发，对语言、文化典籍、绘画、曲艺、书法等中国优秀传统文化进行了深入浅出的解读。本书对中国传统文化进入百姓生活，引导广大读者进行经典阅读，弘扬中国优秀传统文化，以及培育民族精神有积极的推动作用。</p> | |
| 《世界美术名作二十讲》 | 傅雷 |
| <p>推荐理由：傅雷先生年轻时受聘于上海美术专科学校，担任美术史课教席。这是他在讲稿的基础上修订补充后于一九三四年编选的一部著作。这部珍贵遗稿由庞薰琴作序，吴甲丰后记，一九八五年首次出版以来广受赞誉。书中着重介绍了文艺复兴以来近二十位大家及其名作，如傅雷先生所言：“所述皆名家杰构，凡绘画雕塑建筑装饰美术诸门，遍尝一脔。间亦论及作家之人品学问，欲以表显艺人之操守与修养也；亦有涉及时代与环境，明艺术发生之因果也，历史叙述，理论阐发，兼顾并重，示研究工作之重要也。”生动洗练的讲解风格，耿介正直的人品操守，并融文学、音乐、哲学、社会、时代于一体，深入浅出，引人入胜。</p> | |
| 《中国美学史大纲》 | 叶朗 |
| <p>推荐理由：北京大学叶朗教授先生的名作，出版十多年来受到广泛好评，被许多大学选为教材。全书分为四篇：中国古典美学的发端、中国古典美学的展开、中国古典美学的总结、中国近代美学。论述的时间跨度为先秦至近代，内容涉及哲学、文学理论、诗歌、小说、戏剧、书画、园林等等。作者采用“略小而存大，举重以明轻”的方法，抓住每个时代最有代表性的美学思想和美学著作，注重把握美学范畴和美学命题的演变和发展，因此《中国美学史大纲》又可看作一部中国美学思想史或中国美学范畴史。</p> | |
| 《艺术学概论》 | 彭吉象 |
| <p>推荐理由：本书是一本畅销20余年的艺术基础课教科书，内容系统丰富，既囊括了基本的艺术理论知识——艺术的本质与特征、艺术的起源、艺术的功能与艺术教育、文化系统中的艺术、艺术创作、艺术作品、艺术鉴赏，又结合大量具体的作品，全面阐述了各艺术门类的发展流变、美学与文化特质，并且详细读解了中外28个经典艺术作品，力图以生动直观的作品分析激发读者的学习兴趣，加深对艺术学科的理解，提升审美修养和艺术鉴赏能力。</p> | |

自然与生命单元

| 书籍名称 | 作者 |
|--|-------------------|
| 《上帝的跳蚤》 | 王哲 |
| <p>推荐理由：说起瘟疫，你会想到什么？是“非专业人士避让”的化学式，还是枯燥的科普文？不如读读这本书。微生物这个肉眼看不见的翻云覆雨高手是如何改变、推动过去、今天和未来的人类历史的？轻松的书名、彩色的图文、吸引人的标题、诙谐的说书风格，将历史上几场最大的瘟疫及其对人类历史所产生的影响娓娓道来，使智者从中获得理性，让你在面对今天的新型冠状病毒疫情，和今后的疫情的时候保持冷静。</p> | |
| 《万物简史》 | [美]比尔·布莱森；严维明，陈邕译 |
| <p>推荐理由：这是一部有关现代科学发展史的既通俗易懂又引人入胜的书，作者用清晰明了、幽默风趣的笔法，将宇宙大爆炸到人类文明发展进程中所发生的繁多妙趣横生的故事一一收入笔下。惊奇和感叹组成了本书，历历在目的天下万物组成了本书，益于人们了解大千世界的无穷奥妙，掌握万事万物的发展脉络。这本书在讲述科学的奇迹与成就的同时，还浸润着浓郁的悲天悯人的人文关怀。全书从科学发展史的角度对“我们从哪里来？我们是谁？我们到哪里去？”这一千古命题作了极为精当的阐释。</p> | |
| 《物候学》 | 竺可桢 |
| <p>推荐理由：本书收录了我国著名科学家、教育家、气象学界、地理学界的一代宗师竺可桢先生及安徽气象事业创始人宛敏渭先生关于物候学的研究资料及研究成果，全书较为通俗地介绍了物候学的基本知识及全国各地的物候概况是一本既传播科学知识又切合实用的优秀科普读物。</p> | |
| 《人类简史：从动物到上帝》 | [以] 尤瓦尔·赫拉利 |
| <p>推荐理由：该书将人类历史路上的重大变革概括为三大重要革命：认知革命，农业革命，科学革命来论述人类与其他生物的变化。文章结构很清晰，各种证据、评论、思考，让人不得不重新审视这个我们习以为常的世界。</p> | |
| 《技术与文明：我们的时代和未来》 | 张笑宇 |
| <p>推荐理由：历史学家只能等待重大事件发生后再去记录，但技术早已为重大事件在什么时间以怎样的形式发生埋下了伏笔。本书以技术驱动为视角，从几千年历史长河中筛选出 14 个关键历史时刻，洞察人类社会不可逆转的命运走向。作者积数十年之功，以技术发生为经线、人类攀爬技术天梯为纬线，导演了一场文明演进的大戏。</p> | |
| 《时间简史》 | 史蒂芬·霍金 |

| | |
|---|------------------------------------|
| <p>推荐理由：《时间简史·果壳中的宇宙》(典藏版)(套装共 2 册)收录了史蒂芬·霍金的《时间简史》插图版和《果壳中的宇宙》两部书。史蒂芬·霍金的《时间简史》在 1998 年首版以来的岁月里，已成为全球科学著作的里程碑。它被翻译成 40 种文字，销售了 1000 万册，成为国际出版史上的奇观。《时间简史》插图版是探索时间和空间核心秘密的引人入胜的故事。</p> | |
| <p>《从混沌到有序：人与自然的新对话》</p> | <p>[比]伊里亚·普里戈金 [法]伊莎贝尔·斯唐热</p> |
| <p>推荐理由：本书是国际著名科学家、诺贝尔获得者普里戈金教授与斯唐热博士合写的一本关于当代自然科学哲学问题的重要著作，讨论了自然界的可逆性和不可逆性、决定性和随机性、简单和复杂、进化和退化、有序和无序等一系列重要问题。总结了近三百年来自然科学发展的历史，提出应把自然科学各个门类，自然科学和人文科学，东西方的文化传统结合起来，在一个更高的基础上建立人与自然的新的联盟，以形成新的科学观和自然观。</p> | |
| <p>《从一到无穷大》</p> | <p>[美] 乔治·伽莫夫 / 校注 吴伯泽</p> |
| <p>推荐理由：当今世界最有影响的科普经典名著之一，1970 年代末由科学出版社引进出版后，曾在国内引起很大反响，直接影响了众多的科普工作者。作品以生动的语言介绍了 20 世纪以来科学中的一些重大进展。先漫谈一些基本的数学知识，然后用一些有趣的比喻，阐述了爱因斯坦的相对论和四维时空结构，并讨论了人类在认识微观世界（如基本粒子、基因）和宏观世界（如太阳系、星系等）方面的成就。</p> | |
| <p>《生命的法则》</p> | <p>[美] 肖恩·B·卡罗尔</p> |
| <p>推荐理由：《生命的法则》是一本关于分子层面调节法则和动物种群调节法则的书。知名生物学家和作家肖恩·卡罗尔在《生命的法则》这本书中，对这个简单又至关重要的问题给出了答案，并告诉我们：他们的发现跟我们的健康和我们赖以生存的地球之间究竟有怎样的关系。</p> | |
| <p>《十万年后的地球》</p> | <p>[美] 寇特·史塔格</p> |
| <p>推荐理由：全球气候变暖已成为必然趋势。但我们中很少有人会问：“全球气候变暖之后，地球会变成什么样子？”本书援引大量具爆炸性的新科学研究成果，带领公众去探索十万年后地球的生态环境，并澄清了与气候变暖相关的重大环境趋势。</p> | |
| <p>《科学：无尽的前沿》</p> | <p>[美] 范内瓦·布什，拉什·D. 霍尔特</p> |

推荐理由：《科学：无尽的前沿》是美国科学政策的“开山之作”，使得美国迅速摆脱对于欧洲基础研究以及科研人才的依赖，成就了美国今日的科技强国地位，也永久地改变了人类科学发展的格局，亦是我们看懂美国科技政策的由来、科学发展的路径以及其未来走向的重要著作。本书系统解析了科学对于国家经济与安全、社会福祉以及个人发展的重要意义，着重提出要重视基础科学研究，给予科研工作者高度的研究自由，政府应拨款以资助科研项目的顺利进行，以及设立国家研究基金会等。这些理念和建议直到今天仍然熠熠生辉，常读常新。对于当下面临被国外基础科学以及前沿科学卡脖子的我们来说，借鉴研究这份报告的核心思想并根据我们的国情加以优化，面壁十年图破壁，实现赶超，更是具有了很强的现实意义。

《人工智能简史（第2版）》

尼克

推荐理由：本书讲述人工智能的发展史，几乎覆盖人工智能学科的所有领域，包括人工智能的起源、自动定理证明、专家系统、神经网络、自然语言处理、遗传算法、深度学习、强化学习、超级智能、哲学问题和未来趋势等，以宏阔的视野和生动的语言，对人工智能进行了回顾和点评。

能力与发展单元

| 书籍名称 | 作者 |
|--|---------------------|
| 《高效能人士的七个习惯》 | [美] 史蒂芬·柯维 |
| <p>推荐理由：该书自 1989 年问世至今，曾高居美国畅销书排行榜长达 7 年之久，在全球 70 个国家，以 28 种语言发行，总销量超过了 1 亿册。甚至当俄文版《高效能人士的七种习惯》在莫斯科上市时，连总统普京也向俄罗斯公民大力推荐阅读这本书，他对媒体不无感慨地说，俄罗斯应该出现这样伟大的思想家。无论你是管理者还是学生，《高效能人士七个习惯》的思维方式都能够帮助你发展思维，看到更广阔的工作和生活方式。</p> | |
| 《刻意练习：如何从新手到大师》 | [美] 安德斯·艾利克森；罗伯特·普尔 |
| <p>推荐理由：作者研究了一系列行业或领域中的专家级人物：国际象棋大师、顶尖小提琴家、运动明星、记忆高手、拼字冠军、杰出医生等。他发现，不论在什么行业或领域，提高技能与能力的最有效方法全都遵循一系列普遍原则，他将这种方法命名为“刻意练习”。对于在任何行业或领域中希望提升自己的每个人，刻意练习是黄金标准，是迄今为止发现的最强大的学习方法。</p> | |
| 《认知觉醒》 | 周岭 |
| <p>推荐理由：这是一部可以穿透时间的个人成长方法论。个人的认知越清晰，行动就越坚定。如果对自己不了解，我们就会被人的原始天性束缚，这往往会让我们感到很痛苦。然而，如果了解大脑知识，我们就可以观察并指导自己，运用认知的力量去克服天性，从而获得长久而清晰的内在动力，让我们告别绝大多数人生痛苦。</p> | |
| 《态度》 | 吴军 |
| <p>推荐理由：这本书针对年轻人在成长过程中都要遇到的有效学习、处理人际关系、理解并赚取财富等具体问题，以及如何洞察世界、人生等哲学问题，给出了诚恳的建议。这些建议或源于作者的亲身经历，或源自其尊崇的智者的成功经验，对渴望自我精进、加速成长的读者有着极高的参考和借鉴价值。</p> | |
| 《把时间当作朋友》 | 李笑来 |
| <p>推荐理由：这本书从心智成长的角度来谈时间管理，指出时间管理是成功的关键所在。作者引述自己从事的职业中所遇到的事例，告诉我们：如何打开心智，如何运用心智来和时间做朋友，如何理解时间管理的意义，在时间管理上取得突破，进而用心智开启自己的人生成功之旅。</p> | |

| | |
|---|-------------|
| 《做最好的自己》 | 李开复 |
| <p>推荐理由： 全书共 15 章。内容有：成功——做最好的自己；价值观——成功源于诚信；积极主动——成功的选择在于自己；自信——用信心放飞自我等。书中用了近百个真实案例，来阐述如何运用“成功同心圆”法则选择自己的价值观，阐述如何运用自己的智慧，“选择做一个融会中西的国际化人才”，最终说明“成功就是做最好的自己”。这些案例当中，有李开复自己的成败得失，也有如比尔·盖茨一般显赫人物的故事。</p> | |
| 《自控力》 | [美] 麦格尼格尔 |
| <p>推荐理由： 本书中系统阐述了对压力的负面认识、改变对压力的看法、提倡积极运用压力的能量，并提出运用新的思考联系，转换思维，积极看待压力。最重要的是纵贯全书，读者会遇到两类实用的练习：第一部分重新思考练习，目的是帮其转换思维定式。第二部分的压力转化练习包括身处压力时应用的现场策略，以及帮读者应对生活中具体挑战的自我反思。</p> | |
| 《正能量》 | [英] 理查德·怀斯曼 |
| <p>推荐理由： 本书阐释了“表现”原理与正能量之间的“亲密”关系，揭示了什么样的行为模式可以影响人的信念、情绪、意志力。它通过一系列的训练方法，提升我们内在的信任、豁达、愉悦、进取等正能量；规避自私、猜疑、沮丧、消沉的负能量。</p> | |
| 《终身成长》 | [美] 卡罗尔·德韦克 |
| <p>推荐理由： 在对成功的数十年研究后，斯坦福大学心理学家卡罗尔·德韦克发现了思维模式的力量。她在《终身成长》中表明，我们获得成功并不是能力和天赋决定的，更受到我们在追求目标的过程中展现的思维模式的影响。她介绍了两种思维模式：固定型与成长型，它们体现了应对成功与失败、成绩与挑战时的两种基本心态。你认为才智和努力哪个重要，能力能否通过努力改变，决定了你是会满足于既有成果还是会积极探索新知。只有用正确的思维模式看待问题，才能更好地达成人生和职业目标。德韦克揭示的成功法则已被很多具有发展眼光的父母、老师、运动员和管理者应用，并在实践中得到了验证。通过了解自己的思维模式并做出改变，人们能以简单的方式培养对学习的热情，和在任何领域内取得成功都需要的抗压力。</p> | |
| 《非暴力沟通》 | [美] 马歇尔·卢森堡 |

推荐理由：作为一个遵纪守法的好人，也许我们从来没有把谈话和“暴力”扯上关系。不过如果稍微留意一下现实生活中的谈话方式，并且用心体会各种谈话方式给我们的不同感受，我们一定会发现，有些话确实伤人！言语上的指责、嘲讽、否定、说教以及任意打断、拒不回应、随意出口的评价和结论给我们带来的情感和精神上的创伤甚至比肉体的伤害更加令人痛苦。这些无心或有意的语言暴力让人与人变得冷漠、隔膜、敌视。著名的马歇尔·卢森堡博士发现了一种沟通方式，依照它来谈话和聆听，能使人们情意相通，和谐相处，这就是“非暴力沟通”。非暴力沟通能够：疗愈内心深处的隐秘伤痛；超越个人心智和情感的局限性；突破那些引发愤怒、沮丧、焦虑等负面情绪的思维方式；用不带伤害的方式化解人际间的冲突；学会建立和谐的生命体验。

《有效学习》

[美] 乌尔里希·泊泽尔

推荐理由：在终身学习的时代，如何有效学习与坚持学习一样重要。我们自己所学习的学习技巧，可能都不再适应当下的处境，尤其是在这样一个时间极度碎片化的时代，如何系统化学习，成为每个人必须解决的问题。《有效学习》是一项出色的研究成果，美国国家智库高级研究员伯泽尔将向你展示，国际上关于“如何学习”这一学科的新成果，并展示了相应的简单、易操作的技巧。这些观点和技巧都采用具有启发性的故事和语言进行讲解，将会颠覆你之前所接受的方式，把学习改造成一个人人可以掌握的过程。

《掌控习惯》

[美] 詹姆斯·克利尔

推荐理由：本书根据习惯形成的4个步骤，总结了相对应的培养习惯的4大定律：让它显而易见；让它有吸引力；让它简便易行；让它令人愉悦。通过这4大定律、56个具体案例，帮助读者快速养成良好的习惯，同时利用这4大定律的反面，可以帮助读者戒除不良的习惯。

心灵与成长单元

| | |
|---|---------------------|
| 《少有人走的路》 | [美]斯科特·派克 |
| 推荐理由： 什么才是真正的自我？怎样找到真正的自我？如何让自己独立？如何去爱？本书的作者开篇即言：人生苦难重重。他同时让我们更加清楚：人生不如意事十之八九，心智成熟的旅程相当漫长。但这并非恐惧；相反，作者会带领我们去经历一系列艰难乃至痛苦的转变，最终达到自我认知的更高境界。 | |
| 《活出心花怒放的人生》 | 彭凯平 |
| 推荐理由： 生活在这个时代的我们，本该是幸福的，物质充盈、信息发达..然而，我们中的大多数人时常感到焦虑、烦躁、沮丧、难以专注，也因此丧失了对幸福的感知。作者对比了中西方文化看待幸福的差异性，为当下的中国人重新解读幸福。幸福不是简单的生理满足，也不依附于攀比和财富。幸福是一种有意义的快乐，而这种意义来自我们在工作、爱情、婚姻、人际交往、亲子等人生课题中的创造与收获。 | |
| 《心理学与生活（第 19 版）》 | [美] 理查德·格里格；菲利普·津巴多 |
| 推荐理由： 我们将就人类行为探询：如何？是什么？何时？以及为什么？要探寻你在自己、他人以及动物身上所观察到的行为的原因和结果。我们将解释为什么你按照你现在的方式思考、感觉和行动。是什么使你与其他人有所不同。这本教科书写作流畅，通俗易懂，深入生活，把心理学理论与知识联系人们的日常生活与工作，使它同样也成为一般大众了解心理学与自己的极好读物。 | |
| 《心灵游戏》 | 毕淑敏 |
| 推荐理由： 这是一本可以改变你一生的心理健康规划书，经典、好读、实用。著名作家毕淑敏，凭借医生、作家、心理咨询师等多重身份，将高深的心理学变为通俗的家常话，将私密的心理咨询化为亲切的互动倾谈，通过八个经典心理游戏，告诉你：一个选择决定一种命运。 | |
| 《好的人生，不着急：给青年的十二封信》 | 朱光潜 |
| 推荐理由： 常常有人问，迷茫、焦虑怎么办？朱光潜说，人生来好动，好发展，好创造。能动，能发展，能创造，便是顺从自然，便能享受快乐；不动，不发展，不创造，便是摧残生机，便不免感到烦恼。诸如此类我们生活中烦恼过、思考过的问题，朱光潜书中基本都讨论了，而且他讲得很透彻。多读几遍这本书，就会少走很多弯路。 | |

| | |
|---|-----------------------------|
| 《成为更好的自己》 | 许燕 |
| <p>推荐理由：我们所关注的诸多人生问题，都与人格心理学的知识息息相关。如果说心理学能够揭秘人生，那么破译工具一定是“人格心理学”。北京师范大学心理学部许燕教授倾囊相授，通过人性哲学、人格测评、人格改变、人格失常、人格成因等 8 个知识模板、30 讲的内容，帮助你科学学习系统的人格心理学知识，洞察并建构自我成长的方法论，化知识为实用，提升人格魅力，成为更好的自己。</p> | |
| 《认知天性：让学习轻而易举的心理学规律》 | [美] 彼得·布朗、亨利·罗迪格三世、马克·麦克丹尼尔 |
| <p>推荐理由：本书是 11 位认知心理学家 10 年的科研心血。以罗迪格教授为主要负责人的团队在项目上投入了 10 年时间，首次提出人类认知规律和学习之间的紧密联系，透彻解读人类普遍的学习过程规律。根据脑神经科学研究成果，推导出的最有利于大脑的简单学习法则。</p> | |
| 《积极情绪的力量》 | [美] 芭芭拉·弗雷德里克森 |
| <p>推荐理由：本书作者通过各种科学实验，向读者系统地回答了积极情绪从何而来，积极情绪的 10 种表现形式，积极情绪对人们的认知能力、注意力、健康、创造力等与主观幸福感的作用等问题。</p> | |
| 《解忧杂货店》 | [日] 东野圭吾 |
| <p>推荐理由：本书讲述了在僻静街道旁的一家杂货店，只要写下烦恼投进店前门卷帘门的投信口，第二天就会在店后的牛奶箱里得到回答：因男友身患绝症，年轻女孩月兔在爱情与梦想间徘徊；松冈克郎为了音乐梦想离家漂泊，却在现实中寸步难行；少年浩介面临家庭巨变，挣扎在亲情与未来的迷茫中……他们将困惑写成信投进杂货店，奇妙的事情随即不断发生。</p> | |
| 《蛤蟆先生去看心理医生》 | [英] 罗伯特·戴博德 |
| <p>推荐理由：为了向大众读者普及心理学知识，告诉大家心理咨询是怎么一回事，作者借用了英国文学经典《柳林风声》的故事主角，让蛤蟆先生和他的朋友们再次登场，演绎了这个关于心理咨询的故事。读者犹如亲临现场，体验心理咨询的每一个细节，见证疗愈和改变的发生。在这本书里，作者借由蛤蟆和心理咨询师苍鹭的互动，探索了蛤蟆自卑、软弱、爱炫耀的个性与抑郁的情绪究竟来源于何处，让读者看到童年经历的深刻影响，以及如何才能在心理上真正长大成人，独立、自信、充满希望地生活。</p> | |
| 《人生处处是修行》 | 鬼脚七 |

推荐理由：从阿里高管到托钵行走再到山间修行，鬼脚七远离喧嚣繁华，只为找寻内心宁静的力量。一篇篇充满智慧的文字，抚慰因生活疲惫的灵魂。在那里，作者挑水、做饭，听山谷深处空灵的钟声，看草木虫鸟以及春秋更替，生活渐渐归于平淡简单。也许抛却了世俗烦恼，跳脱思维的局限，更能找到不一样的角度，来看待人生的困惑及渴望。当生活返璞归真，内心也就更为宽阔自在，抵达不一样的安宁。

学生成长教育中心

| | | |
|--|---------------------------|----------|
| 《医生说你 可以沮丧， 就算哭出来 也没关系》 | [日]平光源 | 心灵与成长单元 |
| 2023年08月出版 | ISBN: 9787505756625 | 中国友谊出版公司 |
| <p>推荐理由:</p> <p>本书作者是日本王牌心理医生，在这本书里，作者毫无保留地描述了自己的绝望经历，比如他曾三次高考落榜，因为绝望而陷入抑郁症并试图求死，以及他是如何面对东日本大地震的震后创伤的。此外，书中还收录了许多关于如何面对工作压力、如何处理人际关系，如何度过艰难日常的心理咨询故事，以及一些关于人生的思考。</p> <p>推荐教师: 鲁成</p> | | |
| 《我们何以不同》 | 王芳 | 心灵与成长单元 |
| 2023年07月出版 | ISBN: 9787547746219 | 北京日报出版社 |
| <p>推荐理由:</p> <p>“自我”是一个动词，我们永远在“成为”！北师大心理学部教授王芳带来自我认知的力量，重新认识星座、MBTI，了解描述人格的多种工具，通过经典理论与现代研究，从外在行为去看内在心理。</p> <p>推荐教师: 鲁成</p> | | |
| 《被忽视的孩子》 | [美]乔尼丝·韦布 [美]克里斯蒂娜·穆塞洛 | 心灵与成长单元 |
| 2021年06月出版 | ISBN: 9787111608974 | 机械工业出版社 |
| <p>推荐理由:</p> <p>《被忽视的孩子》这本书会帮助你意识到童年时那些“没有发生”的事、那些你“不记得”的事，向你展现未发生之事的后果：掌控你生命的无形之力。</p> <p>推荐教师: 鲁成</p> | | |
| 《我的情绪为何总被他人左右》 | [美]阿尔伯特·埃利斯 [美]阿瑟·兰格 | 心灵与成长单元 |
| 2015年10月出版 | ISBN: 9787111515500 | 机械工业出版社 |
| <p>推荐理由:</p> <p>生活中，我们经常遇到使我们倍感愤怒、焦虑、抑郁、内疚的人或事。这时，我们该如何避免自己产生过激的负面反应呢？我们又该如何在碎片化的生活中保持积极、健康、阳光、有为呢？理性情绪行为疗法创始人阿尔伯特·埃利斯在本书中将教你如何避免别人引起你的情绪爆发，教你成为自己情绪的主人，以成功赢得生活的主导权。该书没有高深晦涩的理论，也不教你肤浅的“积极思维”，而是提供了一套非常具体的技巧，教你在他人或某件事操纵你的情绪时，你应该如何应对。</p> <p>推荐教师: 鲁成</p> | | |
| 《认识自我》 | [意]英格丽·罗西里尼 | 心灵与成长单元 |

| | | |
|---|---------------------|-----------|
| 2020年10月出版 | ISBN: 9787201163925 | 天津人民出版社 |
| 推荐理由: “如果没有对人类性格的本质和发展给予同等重视,那么单单回顾事实不足以充分地看待历史。”认识自我的基本含义就是:你赋予生命的意义就是你推动你行动的动力,所以当你在问自己该做什么之前,应先问问自己到底是谁。 推荐教师: 唐燕 | | |
| 《我还是更喜欢失败者》 | 许知远 | 人生道路单元 |
| 2020年12月出版 | ISBN: 9787559833433 | 广西师范大学出版社 |
| 推荐理由: 在与一个又一个成功者的对话中悟“败了的人生精彩”。问“你现在这么成功,而且一个接一个的成功,你怎么看自己的这种成功?”答“主要是没成功,才会一直去做。”问“对你来说,什么样算成功呢?”答“真正的成功就是一直能不成功。” 推荐教师: 唐燕 | | |
| 《一个人就一个人》 | 刘同 | 心灵与成长单元 |
| 2020年07月出版 | ISBN: 9787559642943 | 北京联合出版公司 |
| 推荐理由: 孤独也好,寂寞也罢,都是我们成为独立个体的挣扎过程,不要因为痛苦、害怕就一头钻进别人的世界。你站在这里,就代表着自己,是一道风景。风大雨急,你却可以很自然地抖一抖身上的雨滴,像任何事都没发生过。我们来到世上,每个人都拿到了独一无二的剧本,就看我们如何演绎。 推荐教师: 唐燕 | | |
| 《如何停止不开心》 | [美]安德烈娅·欧文 | 心灵与成长单元 |
| 2020年08月出版 | ISBN: 9787221160041 | 贵州人民出版社 |
| 推荐理由: 本书用洒脱、幽默的语言,一针见血地指出了14个人们最常见而又不自知的自我毁灭行为模式,并根据每一种行为提出直接、具体的建议和解决方案,帮助读者实践一种新的生活方式,实现自我提升,悦纳自己,活出真我。 推荐教师: 鲁成 | | |
| 《登天的感觉》 | 岳晓东 | 心灵与成长单元 |
| 2018年11月出版 | ISBN: 9787513923347 | 民主与建设出版社 |
| 推荐理由: 本书记述了作者岳晓东在哈佛大学心理咨询中心经手的10个心理咨询个案,心理咨询的入门级读物,呈现了大学生常见不同类型的心理困惑。穿插了一些心理学的流派和理论,心理咨询的技巧以及常用的心理疗法的讲解。 推荐教师: 鲁成 | | |

| | | |
|--|---------------------|---------|
| 《蛤蟆先生去看心理医生》 | [英]罗伯特·戴博德 | 心灵与成长单元 |
| 2020年08月出版 | ISBN: 9787201161693 | 天津人民出版社 |
| <p>推荐理由: 所谓活得真实，就是真诚地回应当下的需求，打破从童年时延续下来的因果循环，打破过去经历的束缚，在自由中成为真正的自己。</p> <p>推荐教师: 鲁成</p> | | |
| 《被讨厌的勇气》 | [日]岸见一郎、古贺史健 | 心灵与成长单元 |
| 2021年01月出版 | ISBN: 9787111495482 | 机械工业出版社 |
| <p>推荐理由: 通过讲述阿德勒的心理学理论，生活中的鸡毛蒜皮被一一解析，最后给出思考的方向，以帮助解决读者日常生活中的烦恼。</p> <p>推荐教师: 鲁成</p> | | |

达人书院

| | | |
|--|---------------------|--------------|
| 《习近平讲党史故事》 | 本书编写组编 | 党史学习教育单元 |
| 2021年12月出版 | ISBN: 9787010243757 | 人民出版社 |
| <p>推荐理由:</p> <p>本书精选了习近平总书记讲过的数十个党史故事，进行生动、感人、通俗、易懂的解读。每个故事分三个板块。第一板块，故事原委。原原本本地道出习近平讲述每个故事的时间、地点、场合和内容。第二板块，故事延展。介绍故事来龙去脉，还原故事历史场景，描述故事具体情节，体现故事完整性。第三板块，故事启迪。努力学习领会习近平总书记讲述党史故事的本义和引申义，简要阐释故事所蕴含的深刻道理、历史价值和现实意义。可以让同学们更好理解我党故事。</p> <p>推荐教师: 吴泽豪</p> | | |
| 《万历十五年》 | [美]黄仁宇 | 家国情怀单元 |
| 1997年05月出版 | ISBN: 9787108009821 | 生活·读书·新知三联书店 |
| <p>推荐理由:</p> <p>该书通俗易懂，不需要太强的史学基础，没有阅读门槛，语言通俗易懂，选取的历史人物也是读者耳熟能详的，这些大概就是《万历十五年》作为一本历史书，却能被大众熟知和阅读的原因。《万历十五年》是小书里藏着大智慧，虽然只是薄薄的一本，一个下午就能看完，但其中包含的为人，治世的道理，却值得我们花时间去回味。读《万历十五年》，可以是为了历史名人的故事，可以是为了了解历史，可以是为了总结吸取古人的经验教训。</p> <p>推荐教师: 吴泽豪</p> | | |
| 《图说中国绘画史》 | [美]高居翰 | 美学与艺术单元 |
| 2014年04月出版 | ISBN: 9787010243757 | 生活·读书·新知三联书店 |
| <p>推荐理由:</p> <p>《图说中国绘画史》这本书图文并茂，阅读起来便于领会，又增加阅读的趣味性。书中论述的内容也十分精简，从不同时期分章论述，并且选用的绘画之间也凸显出一个时期的风格变化。书中对于作品的解析易于理解，独到精辟。</p> <p>推荐教师: 吴泽豪</p> | | |

| | | |
|---|---------------------------------------|-----------|
| 《逻辑学导论》 | [美]欧文·M. 柯匹 [美]卡尔·科恩 [加]维克多·罗迪奇 | 思辨方法单元 |
| 2022年12月出版 | ISBN: 9787300311487 | 中国人民大学出版社 |
| <p>推荐理由:</p> <p>特点: 非常简单, 纯入门, 完全不用担心看不懂。同时也能确实学到东西。案例很多, 有助于学生提高逻辑思维能力与思辨能力。</p> <p>推荐教师: 吴泽豪</p> | | |
| 《蛤蟆先生去看心理医生》 | [英]罗伯特·戴博德 | 心灵与成长单元 |
| 2020年08月出版 | ISBN: 9787201161693 | 天津人民出版社 |
| <p>推荐理由:</p> <p>该书借用《柳林风声》的故事主角蛤蟆先生, 讲述了他接受心理咨询的故事。作者通过陷入抑郁的蛤蟆先生和心理咨询师苍鹭的互动, 探索蛤蟆先生爱炫耀、自卑性格和抑郁情绪的来源, 指出童年经历会对人格产生深刻的影响, 并阐释如何在心理上实现真正的自我成长, 成为独立自信的人。</p> <p>推荐教师: 杨丽</p> | | |

电气与计算机工程学院

| | | |
|--|---------------------|-----------|
| 《理想国》 | [古希腊]柏拉图 | 思辨方法单元 |
| 2023年05月出版 | ISBN: 9787522203300 | 华夏出版社 |
| <p>推荐理由:</p> <p>柏拉图在《理想国》中以故事为题材,叙述苏格拉底到贝尔斯祷神,归途被派拉麦克邀往家中,宾主滔滔谈论起来。两人的辩论从各个角度暴露奴隶主阶级的哲学思想、政治思想、艺术思想及教育思想。故事中的苏格拉底是虚拟的、假托的,实际上就是柏拉图的代言人。文中借苏格拉底之口和人讨论正义,分析个人正义与城邦正义之间的互通性,系统地阐述了正义的概念。柏拉图设计并展望着心目中理想国度的蓝图,提出在“理想国”中才能真正实现正义。</p> <p>推荐教师: 毛依丽</p> | | |
| 《梦溪笔谈》 | 沈括 | 家国情怀单元 |
| 2003年03月出版 | ISBN: 9787806780305 | 上海书店出版社 |
| <p>推荐理由:</p> <p>内容涉及天文、数学、物理、化学、生物等各个门类学科,其价值非凡。书中的自然科学部分,总结了中国古代、特别是北宋时期科学成就。社会历史方面,对北宋统治集团的腐朽有所暴露,对西北和北方的军事利害、典制礼仪的演变,旧赋役制度的弊害,都有较为详实的记载。</p> <p>推荐教师: 温家梅</p> | | |
| 《阿Q正传》 | 鲁迅 | 人生道路单元 |
| 2016年01月出版 | ISBN: 9787511366559 | 中国华侨出版社 |
| <p>推荐理由:</p> <p>小说以辛亥革命前后的中国农村为背景,描写了未庄流浪雇农阿Q,虽然干起活来“真能做”,但却一无所有,甚至连名姓都被人遗忘的故事。小说深刻地表现了封建文化窒息下形成的中国国民自轻自贱、守旧排外、逆来顺受、自尊自大等劣根性,通过阿Q的“精神胜利法”,把落后农民麻木愚昧、自欺欺人的精神状态刻画得入木三分。</p> <p>推荐教师: 徐慧玲</p> | | |
| 《拖延心理学》 | [美]S. J. 斯科特 | 能力与发展单元 |
| 2019年05月出版 | ISBN: 9787300268729 | 中国人民大学出版社 |

| | | |
|---|---------------------|-----------|
| <p>推荐理由：</p> <p>分析产生拖延的八大心理因素入手，通过提供一种直截了当、系统的框架，运用无压力工作法、抗拖延习惯法、逐步改掉拖延陋习。本书不只是提供日常行动计划的制订，而且是侧重鼓励读者采取行动的行动指南。</p> <p>推荐教师： 张文婷</p> | | |
| 《一九八四》 | [英] 乔治·奥威尔 | 心灵与成长单元 |
| 2009年07月出版 | ISBN: 9787532747993 | 上海译文出版社 |
| <p>推荐理由：</p> <p>在这部作品中奥威尔刻画了一个令人感到窒息的恐怖世界，在假想的未来社会中，独裁者以追逐权力为最终目标，人性被强权彻底扼杀，自由被彻底剥夺，思想受到严酷钳制，人民的生活陷入了极度贫困，下层人民的人生变成了单调乏味的循环。</p> <p>推荐教师： 刘静</p> | | |
| 《徐霞客游记》 | 徐霞客 | 自然与生命单元 |
| 2022年11月出版 | ISBN: 9787101107647 | 中华书局 |
| <p>推荐理由：</p> <p>《徐霞客游记》是系统考察中国地貌地质的开山之作，同时也描绘了中国大好河山的风景资源，此外优美的文字也使之成为文学佳作，在地理学和文学上都有着重要的价值。</p> <p>推荐教师： 王全福</p> | | |
| 《围城》 | 钱钟书 | 院系自定义单元 |
| 2017年06月出版 | ISBN: 9787020127894 | 人民文学出版社 |
| <p>推荐理由：</p> <p>《围城》是钱钟书所著的长篇小说，是中国现代文学史上一部风格独特的讽刺小说。被誉为“新儒林外史”。</p> <p>推荐教师： 李晓倩</p> | | |
| 《活着》 | 余华 | 人生道路单元 |
| 2021年10月出版 | ISBN: 9787530221532 | 北京十月文艺出版社 |
| <p>推荐理由：</p> <p>余华《活着》持久畅销广受欢迎的关键，就是写中国人“很苦很善良”。“很苦”，是记忆积累，又是宣泄需求。“很善良”，是道德信念，又是安全策略。在中国当代文学中，“苦难”是取之不尽的故事源泉，“善良”是作家、读者和体制“用之不竭”的道德共享空间。模拟农民的角度看共和国史，虽然无数灾祸、很多危难，但是家人没有背叛，道德没有崩溃。凡是人民自觉而且长久喜欢的作品，总有其正能量。</p> <p>推荐教师： 徐慧玲</p> | | |

| | | |
|--|---------------------|-----------|
| 《自控力》 | [美]凯利·麦格尼格尔 | 思辨方法单元 |
| 2021年01月出版 | ISBN: 9787559647276 | 北京联合出版公司 |
| <p>推荐理由:</p> <p>自控力将是我们人生的重要帮手,只需 10 周,成功掌控自己的生活和时间。希望我们的学生都能掌握自控力,拥有精彩的大学生活。</p> <p>推荐教师: 徐慧玲</p> | | |
| 《亲密关系》 | [美]罗兰·米勒 | 心灵与成长单元 |
| 2015年06月出版 | ISBN: 9787115390578 | 人民邮电出版社 |
| <p>推荐理由:</p> <p>《亲密关系》汲取了社会心理学、沟通研究、家庭研究、认知心理学、发展心理学、演化心理学、社会学、传播学及家政学等学科的最新成果,研究实践和理论建构并重,学术标准与大众兴趣兼备。读完本书,你将对人际吸引、爱情、婚姻、承诺、友谊、激情、沟通、性爱、依恋、择偶、嫉妒、出轨、家暴等亲密关系的方方面面有全新的认识。</p> <p>推荐教师: 张文婷</p> | | |
| 《非暴力沟通》 | [美]马歇尔·卢森堡 | 能力与发展单元 |
| 2018年08月出版 | ISBN: 9787508095226 | 华夏 |
| <p>推荐理由:</p> <p>该书展现了一种新型沟通模式——非暴力沟通(NVC)。人的天性是友善的,暴力的方式是后天习得的。NVC 还认为,我们所有人有共同的、基本的需要,人的行为是满足一种或多种需要的策略。NVC 的目的是通过建立联系使我们能够理解并看重彼此的需要,然后一起寻求方法满足双方的需要。换言之,NVC 提供具体的技巧帮助我们建立联系,使友爱互助成为现实。</p> <p>推荐教师: 张文婷</p> | | |
| 《平凡的世界》 | 路遥 | 家国情怀单元 |
| 2021年06月出版 | ISBN: 9787530221396 | 北京十月文艺出版社 |
| <p>推荐理由:</p> <p>该书以中国 70 年代中期到 80 年代中期十年间为背景,通过复杂的矛盾纠葛,以孙少安和孙少平两兄弟为中心,刻画了当时社会各阶层众多普通人的形象;劳动与爱情、挫折与追求、痛苦与欢乐、日常生活与巨大社会冲突纷繁地交织在一起,深刻地展示了普通人在大时代历史进程中所走过的艰难曲折的道路。</p> <p>推荐教师: 曹永荣</p> | | |

公共管理学院

| | | |
|--|---------------------|---------|
| 《格列夫游记》 | [英]斯威夫特 | 国际视野单元 |
| 2016年09月出版 | ISBN: 9787532160693 | 上海文艺出版社 |
| <p>推荐理由:</p> <p>该书在中国读者的心中, 被普遍认为是一本儿童读物, 实际上是一部极具讽刺性的政治寓言。可以帮助我们更好的理解实际欧洲国家政治发展。</p> <p>推荐教师: 刘敏思</p> | | |
| 《君主论》 | [意]马基雅维利 | 国际视野单元 |
| 2020年01月出版 | ISBN: 9787553516394 | 上海文化出版社 |
| <p>推荐理由:</p> <p>该书被一些学者认为是现代政治学之父的马基雅维利所著的短小干练的政治学论著。</p> <p>推荐教师: 刘敏思</p> | | |
| 《高效人士七个习惯》 | [美]史蒂芬·柯维 | 能力与发展单元 |
| 2020年01月出版 | ISBN: 9787553516394 | 上海文化出版社 |
| <p>推荐理由:</p> <p>该书被一些学者认为是现代政治学之父的马基雅维利所著的短小干练的政治学论著。</p> <p>推荐教师: 黄水清</p> | | |
| 《金字塔原理》 | [美]芭芭拉·明托 | 能力与发展单元 |
| 2019年04月出版 | ISBN: 9787544294829 | 南海出版公司 |
| <p>推荐理由:</p> <p>金字塔原理是一种重点突出、逻辑清晰的思维方式, 可以帮助我们高效思考、表达、解决问题。深入浅出的原理解读+各种类型的案例分析, 快速将金字塔原理用于实际工作, 从容面对各种难题。建立系统、高效的思维模式, 将帮助我们突破发展瓶颈, 不断精进自我。</p> <p>推荐教师: 郝雨洁</p> | | |
| 《围城》 | 钱锺书 | 人生道路单元 |
| 1991年02月出版 | ISBN: 9787020090006 | 人民文学出版社 |
| <p>推荐理由:</p> <p>“城外的人想冲进去, 城里的人想逃出来”是《围城》中最经典的语句。我们选择用心营造美好的“城”并决心生活其中, 还是想方设法冲出去? 这部文学作品唤起我们对人性、社会和生涯的沉思, 值得反复阅读, 细细品味。</p> <p>推荐教师: 林诗文</p> | | |

| | | |
|--|---------------------|---------|
| 《看不见的城市》 | [意]伊塔洛·卡尔维诺 | 美学与艺术单元 |
| 2012年04月出版 | ISBN: 9787544722278 | 译林出版社 |
| <p>推荐理由:</p> <p>《看不见的城市》是一部质地轻盈、寓意深厚、魔幻色彩浓郁的后现代作品。本书讲了马可·波罗向忽必烈描述他旅途上所遇城市的故事。这之中许许多多的城市在现实中其实并不存在，但人们从言语间又能窥见现实中一座座城市的影子。不同于今人眼中高楼林立、宛如钢铁囚笼的现代都市，作者卡尔维诺笔下的城市带有未经世俗雕琢过的质朴之美。作者用极具艺术色彩的话语描绘了一幅幅风格各异、富有魅力的城市意象，像是一本由梦境碎片拼凑而成的诗集。其文风绮丽细腻，充满奇幻色彩，有助于提高对美学的理解，开拓创意思维。</p> <p>推荐教师: 宋子夷</p> | | |
| 《乌合之众》 | [意]勒庞 | 能力与发展单元 |
| 2005年01月出版 | ISBN: 9787801093660 | 中央编译出版社 |
| <p>推荐理由:</p> <p>《乌合之众》是群体心理学的奠基之作，以法国大革命为背景深刻剖析了群众心理，极为详细地描述了集体心态，考察了群体的特殊心理与思维方式，尤其对个体与群众的迥异心理进行了精辟分析，对人们理解集体行为的作用以及对社会心理学的思考发挥了巨大影响。其观点新颖，语言生动，是群体行为的研究者、从事营销学、公共关系、新闻从传播、传媒等相关专业不可不读的佳作。</p> <p>推荐教师: 宋子夷</p> | | |

护理与健康学院

| | | |
|---|---------------------|-----------|
| 《拆掉思维里的墙》 | 古典 | 心灵与成长单元 |
| 2021年10月出版 | ISBN: 9787521735468 | 中信出版集团 |
| <p>推荐理由:</p> <p>该书把我们成长中的7种心智模式问题一一拆解,并给出了转变心智的方法,帮助打破思维定式,解决问题的本质,了解我们自己,帮助我们成长。</p> <p>推荐教师: 黄惠亭</p> | | |
| 《最好的告别》 | [美]阿图·葛文德 | 自然与生命单元 |
| 2015年07月出版 | ISBN: 9787213067792 | 浙江人民出版社 |
| <p>推荐理由:</p> <p>一直以来,我们对生老病死持回避的态度,但衰老的过程是不可逆的,怎样面对生命的枯萎老去,如何与这温暖世界来优雅告别,都是值得我们深思的事情。而思考死亡是为了更好的活着,也是人生过程需要贯穿的生命教育的一部分。</p> <p>推荐教师: 黄惠亭</p> | | |
| 《平凡的世界》 | 路遥 | 家学文化单元 |
| 2012年06月出版 | ISBN: 9787530221396 | 北京十月文艺出版社 |
| <p>推荐理由:</p> <p>小说全景式地表现中国当代城乡社会生活,以中国70年代中期到80年代中期十年间为背景,以孙少安和孙少平两兄弟为中心,刻画了当时社会各阶层众多普通人的形象:劳动与爱情、挫折与追求、痛苦与欢乐、日常生活与巨大社会冲突纷繁地交织在一起,深刻展示了普通人在大时代历史进程中所走过的艰难曲折的道路。</p> <p>推荐教师: 林思婷</p> | | |
| 《红楼梦》 | 曹雪芹 | 院系自定义单元 |
| 1996年12月出版 | ISBN: 9787020002207 | 人民文学出版社 |
| <p>推荐理由:</p> <p>《红楼梦》大家并不陌生,中国四大名著之一,是清代作家曹雪芹创作,是一部具有高度思想性和高度艺术性的伟大作品,也代表着古典文学艺术的最高成就之一。达到中国古典小说的高峰,被誉为“中国封建社会的百科全书”。曹雪芹在这本书中,用他自己的笔法,向我们诠释了当时社会的现状和全貌。在这幅人生百态的画面中,既展示了现实生活中的爱情问题、婚姻问题、妇女问题、道德法律、思想艺术、文化宗教等。此外,还涉及到园林建筑,服装穿着,以及西洋文化和礼品等,都作了极其逼真和形象的介绍,堪称是我国十八世纪一部囊括了风土人情,伦理道德,经济文化的百科全书。</p> <p>推荐教师: 林思婷</p> | | |

| | | |
|---|---------------------|-----------|
| 《李银河说爱情》 | 李银河 | 人生道路单元 |
| 2019年08月出版 | ISBN: 9787530219782 | 北京十月文艺出版社 |
| <p>推荐理由:</p> <p>关于爱情的必修课，社会学家、学者李银河为你讲透爱情、婚姻的本质。本书是李银河四十年来婚姻、家庭与性研究领域的集大成之作，是作者对毕生的研究积累和感悟做的一次系统的总结。书中透彻地探讨了爱情与性、择偶标准、婚外情、性少数群体、生育观念、性教育、女性独立等话题。</p> <p>推荐教师: 曾胜</p> | | |
| 《一生所寻不过爱与自由》 | 李银河 | 人生道路单元 |
| 2019年05月出版 | ISBN: 9787559630698 | 北京联合出版公司 |
| <p>推荐理由:</p> <p>在这本书里，李银河摒弃了一个社会学家和文化斗士的身份，而去省视自己作为一个普通人的内心，直率地表达了她对生命的真实感受和深邃思考。</p> <p>推荐教师: 曾胜</p> | | |
| 《大学进化论》 | 知乎 | 人生道路单元 |
| 2020年08月出版 | ISBN: 9787559643841 | 北京联合出版公司 |
| <p>推荐理由:</p> <p>这是一本大学生校园生活的指南。大学生活自由而放松，但也充斥着迷茫和堕落的陷阱。转瞬即逝的大学生活，怎样才能高质量度过？这本收录了超过100万赞同数的知乎回答辑录，或许能帮你提供思路。本书汇集了大学校园中48个常见问题，从心理认知、学习规划、考试技巧、自我提升、考研留学、就业指导等六个模块，提供过来人的真实经验与见解。那些只有过来人才了解的艰苦、辛酸与要诀，本书替你纤毫呈现。无论是初入大学的大一新生，还是临近毕业的大四学生，你在大学中遇到的种种困惑，都能在这里得到解答。这本真实、全面、高效的大学领跑指南，让你入学不迷茫，毕业不后悔。</p> <p>推荐教师: 李文睿</p> | | |
| 《生命密码》 | 尹烨 | 自然与生命单元 |
| 2018年10月出版 | ISBN: 9787508694078 | 中信出版社 |
| <p>推荐理由:</p> <p>这本书分为四部分，让大家从四个角度了解那些我们原本好奇却难以查证的生命科学知识。思考生命发生的演化，感受科学诠释的美丽，关爱基因引发的不幸，憧憬科技缔造的未来。生命如此美妙，我们却知之甚少。芸芸众生蕴藏哪些造化之妙？基因组学、生命科学为何包含无穷魅力？这里有十万个为什么，可又不只十万个回答，用有理、有据的科学知识，纠正我们原本以为正确的常识。</p> <p>推荐教师: 曾胜</p> | | |

| | | |
|--|---------------------|-------------|
| 《大国重器》 | 知乎 | 家国情怀单元 |
| 2017年01月出版 | ISBN: 9787312054396 | 中国科学技术大学出版社 |
| <p>推荐理由:</p> <p>30 余位首席科学家、总工程师、一线科技工作者撰文，介绍了我国50 项科技前沿成就，配以 150 幅手绘知识图解，使人读懂重器背后的科学原理的同时见证中国科技力量的崛起，以增强年轻人的民族自豪感，同时启发年轻读者对科学的兴趣。</p> <p>推荐教师: 景晨</p> | | |
| 《爱的艺术》 | [美]艾·弗洛姆 | 心灵与成长单元 |
| 2008年04月出版 | ISBN: 9787532745159 | 上海译文出版社 |
| <p>推荐理由:</p> <p>弗洛姆认为，爱情不是一种与人的成熟程度无关，只需要投入身心的感情。如果不努力发展自己的全部人格并以此达到一种创造倾向性，那么每种爱的试图都会失败，如果没有爱他人的能力，如果不能真正谦恭地、勇敢地、真诚地和有纪律地爱他人，那么人们在自己的爱情生活中也永远得不到满足。爱是一门艺术，要求想要掌握这门艺术的人有这方面的知识并付出努力。爱是人格整体的展现，要发展爱的能力，就需要努力发展自己的人格，并朝着有益的目标迈进。</p> | | |
| 《护理札记》 | [英]佛罗伦斯·南丁格尔 | 院系自定义单元 |
| 2005年03月出版 | ISBN: 9787300053233 | 中国人民大学出版社 |
| <p>推荐理由:</p> <p>每一个人，或者说至少是绝大部分的人，在她的一生中都不时地有照顾他人健康的经历，不管是照顾小孩还是照料病人。换句话说，每一个人都应该学会护理。怎样才能够使人不生病或者是使人从患病中康复，这样的知识变得越来越重要，因为它与医疗的知识不一样，后者完全是一种专业知识。南丁格尔的《护理札记》为现代西方护理学奠定了坚实的基础，它与其笔记式的写法告诉着人们，该如何正确地照顾他人的健康。作者并没有装腔作势地教人们该如何去做，也没有给出生硬的规则让人们去遵从，她仅是以自己的经验给出更人性化的提示，让人们学会自己更好的去做。</p> | | |
| 《太阳转身》 | 范稳 | 党史学习单元 |
| 2021年11月出版 | ISBN: 9787020104963 | 人民文学出版社 |
| <p>推荐理由:</p> <p>小说以一桩儿童失踪案为发端，讲述了一位退休老警察在责任感和正义心的驱使下，坚持追踪案件直至水落石出的曲折故事。热心、善良、正直的人们在找回失踪儿童的同时，也找回了久远的民俗文化和民族传统。太阳在这片土地上转身，人们的生活也在发生着天翻地覆的变化。</p> | | |
| 《被讨厌的勇气》 | [日]岸见一郎/古贺史健 | 心灵与成长单元 |

| | | |
|--|---------------------|---------|
| 2015年03月出版 | ISBN: 9787111495482 | 机械工业出版社 |
| 推荐理由: 本书以对话形式，通过迷惘青年与睿智哲人之间的辩论深入浅出的解读了阿德勒学说。他的理论并不是否定广为人知的弗洛伊德论中幼年经历对人格形成的重大影响，而是在此基础上提出“我们无法决定被给予了什么，我们却可以选择如何利用被给予的”，即人生的选择是由自己掌握。是沉沦于“因为自小父母对我的关爱太少不被重视，所以我很自卑内向没有人喜欢我”的自怨自艾中，还是自己拿出勇气朝向想过的生活去改变，相信答案不言自明：如果一直依赖原因论，那么我们会止步不前总是抱怨难以过好当下的生活。 | | |

会计学院

| | | |
|---|---------------------|-----------|
| 《平凡的世界》 | 路遥 | 人生道路单元 |
| 2017年05月出版 | ISBN: 9787530216781 | 北京十月文艺出版社 |
| <p>推荐理由:</p> <p>《平凡的世界》是中国作家路遥创作的一部全景式地表现中国当代城乡社会生活的百万字长篇小说。全书共三部。1986年12月首次出版。该书以中国70年代中期到80年代中期十年间为背景,通过复杂的矛盾纠葛,以孙少安和孙少平两兄弟为中心,刻画了当时社会各阶层众多普通人的形象;劳动与爱情、挫折与追求、痛苦与欢乐、日常生活与巨大社会冲突纷繁地交织在一起,深刻地展示了普通人在大时代历史进程中所走过的艰难曲折的道路。</p> <p>推荐教师: 熊才运</p> | | |
| 《人生海海》 | 麦家 | 心灵与成长单元 |
| 2019年04月出版 | ISBN: 9787530219218 | 北京十月文艺出版社 |
| <p>推荐理由:</p> <p>《人生海海》是中国当代作家麦家创作的长篇小说,首次出版于2019年4月。《人生海海》围绕着一个身上带着很多谜团的上校展开,以村落为演出舞台,讲述了众多村民与上校的人生纠葛,描绘了上校在时代中穿行缠斗的一生。该书通过多视点、零散化、非线性的叙事,把讲故事的权力交给小说中的多个角色,用个性化的生动语言,塑造了一个有凡人味的、和世俗生活紧密联系的新的传奇人物,还原了英雄作为一个人的常情和常理。</p> <p>推荐教师: 黄增宝</p> | | |
| 《经济学讲义》 | 薛兆丰 | 思辨方法单元 |
| 2012年09月出版 | ISBN: 9787508633848 | 中信出版社 |
| <p>推荐理由:</p> <p>只要细心读完本书,它是能让读者初见大众视而不见的社会制度安排并理解其内在的经济逻辑;能让读者初步使用经济学的思维方式来应对这个复杂多变的世界;能一定程度地培养一位读者的经济学品味进而多角度理性看待问题;能向读者呈现人类面临的四大基本约束命题“东西不够、生命有限、互相依赖、需要协调”。</p> <p>推荐教师: 李三杰</p> | | |
| 《我的二本学生》 | 黄灯 | 心灵与成长单元 |
| 2020年08月出版 | ISBN: 9787020161874 | 人民文学出版社 |

| | | |
|--|---------------------|-----------|
| <p>推荐理由：</p> <p>15年一线教学经验的分享，4500个学生的长期观察，10年的跟踪走访，2届班主任工作的朝夕相处，近100名学生的现身说法，使这本书也成为了新加入二本院校的学生的一个入学指南，那些师兄师姐付出汗水泪水积攒下来的经验教训，也许会节省这些学生实现人生跨越的一些时间和精力。</p> <p>推荐教师： 邓晓文</p> | | |
| 《你当像鸟飞往你的山》 | [美]塔拉·韦斯特弗 | 心灵与成长单元 |
| 2019年10月出版 | ISBN: 9787544276986 | 南海出版公司 |
| <p>推荐理由：</p> <p>人对外界的看法体现自身认知，来这世上，先是透过父母的眼睛观察世界，所以父母在一定程度上影响着人的三观。随着年龄增长，有些人开始思考，是否这起点便是终点呢？最近看完《鸟山》，作者生长在充满禁忌、恐慌、控制的家庭，父亲固执且强势，对一切都需要掌控感。母亲软弱又无力，遇事选择逃避无视。作者本人在这样的家庭背景下，通过教育拿到了博士学位，完成自我救赎。而这一切源自于16岁某天，她带着疑惑踏上自我成长之路，她发现山外还有更广阔的世界，她不再透过他人的双眼去看见，她不再活在应该与不应该的束缚中，冲破认知边界这过程充满痛苦和反复。她就像鸟义无反顾飞往她的山。</p> <p>推荐教师： 刘盼盼</p> | | |
| 《活着》 | 余华 | 人生道路单元 |
| 2017年06月出版 | ISBN: 9787530215593 | 北京十月文艺出版社 |
| <p>推荐理由：</p> <p>《活着》讲述了在大时代背景下，随着内战、三反五反、大跃进、“文化大革命”等社会变革，徐福贵的人生和家庭不断经受着苦难，到了最后所有亲人都先后离他而去，只剩下年老的他和一头老牛相依为命。小说以普通、平实的情节讲述了在急剧变革的时代中福贵的不幸遭遇和坎坷命运，在冷静的笔触中展现了生命的意义和存在的价值，揭示了命运的无奈，与生活的不可捉摸。</p> <p>推荐教师： 肖湘</p> | | |
| 《会计简史》 | [美]托马斯·金 | 能力与发展单元 |
| 2018年03月出版 | ISBN: 9787300253992 | 中国人民大学出版社 |
| <p>推荐理由：</p> <p>本书追本溯源地以近一个世纪以来会计领域最具争议的若干重点问题为线索，分专题阐述了一些重要会计规则的来龙去脉。这些颇具争议的会计问题，包括所得税会计、通货膨胀会计、无形资产的核算、股票期权、会计信息披露等。本书以财务会计为重点，同时涵盖了财务会计、税务会计、成本会计、管理会计等各个会计学分支。</p> <p>推荐教师： 董成杰</p> | | |

| | | |
|---|---------------------|-----------|
| 《贾宁财务讲义》 | 贾宁 | 能力与发展单元 |
| 2020年08月出版 | ISBN: 9787521720259 | 中信出版集团 |
| <p>推荐理由:</p> <p>这本书能够帮助我们建立财务思维，在日常工作和生活中，通过财务思维视角，增加分析维度，更好地进行工作和生活的选择决策。</p> <p>推荐教师: 董成杰</p> | | |
| 《一本书读懂财报》 | 肖星 | 能力与发展单元 |
| 2022年07月出版 | ISBN: 9787308224734 | 浙江大学出版社 |
| <p>推荐理由:</p> <p>这本书是一部进行财报解读、财务分析的经典著作，也是一本畅销书籍，全书从解读资产负债表、利润表、现金流量表三大财务报表和它们之间的关系出发，为读者搭建财务报表骨架，剖析财务数据背后的秘密。</p> <p>推荐教师: 董成杰</p> | | |
| 《大败局》 | 吴晓波 | 人生道路单元 |
| 2001年01月出版 | ISBN: 9787213021510 | 浙江人民出版社 |
| <p>推荐理由:</p> <p>这本书讲的是在过去的将近 20 年里，一些中国企业经历的从神话到噩梦的轮回，无数巨型企业轰然瓦解，“泰坦尼克现象”此起彼伏。作者用“解剖刀”和“显微镜”分析它们各自的败局中的原因。给悲剧一点掌声，在苦难中学习成长。</p> <p>推荐教师: 董成杰</p> | | |
| 《激荡四十年》 | 吴晓波 | 家国情怀单元 |
| 2017年11月出版 | ISBN: 9787508682723 | 中信出版社 |
| <p>推荐理由:</p> <p>本书描绘了中国企业在改革开放年代走向市场、走向世界的成长、发展之路。改革开放初期汹涌的商品大潮；国营企业、民营企业、外资企业，这三种力量此消彼长、互相博弈的曲折发展。过去的四十年是如此的辉煌，特别对于沉默了百年的中华民族，它承载了太多人的光荣与梦想，它是几乎一代人共同成长的全部记忆。</p> <p>推荐教师: 董成杰</p> | | |
| 《习近平的七年知青岁月》 | 中共中央党校 采访实录编辑室 | 党史学习教育单元 |
| 2017年08月出版 | ISBN: 9787503561634 | 中共中央党校出版社 |

| | | |
|--|---------------------|----------|
| <p>推荐理由：</p> <p>习近平总书记有过曲折的少年时代，有过奋斗的青年时代。从农村大队党支部书记到党的总书记，从普通公民到国家主席，从普通军官到军委主席，党和国家各个领导层级他都干过。习近平总书记之所以能够带领党和人民全面开创中国特色社会主义事业新局面，很大程度上来自习近平总书记扎实的实践基础、深厚的经验积累和由此而来的深邃理论思考。</p> <p>推荐教师：董成杰</p> | | |
| 《一句顶一万句》 | 刘震云 | 心灵与成长单元 |
| 2009年03月出版 | ISBN: 9787535439765 | 长江文艺出版社 |
| <p>推荐理由：</p> <p>小说语句洗练，情节简洁，叙事直接。因而本书的每一个字每一句话，都构成言说的艺术。与人对话的中国文化和浮生百姓，由于其社群、地位和利益的不同，由于其人心难测和诚信缺失，能够说贴心话、温暖灵魂的朋友并不多，反倒生活在千年的孤独当中。</p> <p>推荐教师：董成杰</p> | | |
| 《浴血荣光》 | 金一南 | 家国情怀单元 |
| 2012年07月出版 | ISBN: 9787550208421 | 北京联合出版公司 |
| <p>推荐理由：</p> <p>一个 1921 年成立、最初只有 50 多人的党，28 年后竟夺取了全国政权。一支 1927 年建军、后来只剩800 人的队伍，22 年后竟百万雄师过大江。一个 20世纪初被称为“一盘散沙”的“东亚病夫”国度，20 世纪中叶竟成为全世界组织化程度最高的国家。本书讲述了中国共产党从小到大，从弱到强，从失败到胜利的威武雄壮的历史。</p> <p>推荐教师：董成杰</p> | | |
| 《明朝那些事儿》 | 当年明月 | 思辨方法单元 |
| 2017年05月出版 | ISBN: 9787559602152 | 北京联合出版公司 |
| <p>推荐理由：</p> <p>《明朝那些事儿》主要讲述的是从 1344 年到 1644年这三百年间关于明朝的历史，参考《明实录》《明通鉴》《明史》《明史纪事本末》等二十余种明代史料和笔记杂谈，俯瞰三百年明史，看到不一样的大明王朝。每翻开一篇都有精彩无比的故事蕴含着属于中国人的文化密码、政治逻辑、人性经验。</p> <p>推荐教师：董成杰</p> | | |
| 《三体》 | 刘慈欣 | 人生道路单元 |
| 2008年01月出版 | ISBN: 9787536692930 | 重庆出版社 |

| | | |
|--|----------------------|----------|
| <p>推荐理由：</p> <p>小说主要讲述了在文化大革命如火如荼进行的同时，军方探寻外星文明的绝秘计划“红岸工程”取得了突破性进展。但在按下发射键的那一刻，历经劫难且对人类充满愤恨的叶文洁没有意识到，她彻底改变了人类的命运。</p> <p>推荐教师：董成杰</p> | | |
| 《张明楷刑法学讲义》 | 张明楷 | 思辨方法单元 |
| 2021年10月出版 | ISBN: 9787513346306 | 新星出版社 |
| <p>推荐理由：</p> <p>刑法学也不仅仅是一个学科，更是对正义的追求，是人类智慧的高峰，而学习刑法学就是在进行一场思维风暴。当然，法律的生命不仅在于逻辑，而且在于生活。我们每个人都应当心中永远充满正义，目光不断往返于刑法规范和生活事实之间，用严谨的论证推理过程为正义寻求一个合适的答案。</p> <p>推荐教师：董成杰</p> | | |
| 《底层逻辑》 | 刘润 | 思辨方法单元 |
| 2021年10月出版 | ISBN: 9787111691020 | 机械工业出版社 |
| <p>推荐理由：</p> <p>“底层逻辑”来源于不同中的相同，变化背后的不变。只有掌握了底层逻辑，只有探寻到万变中的不变，才能动态地、持续地看清事物的本质。“底层逻辑”并不局限于商业世界。希望看到千变万化的世界后依然能心态平静、不焦虑，能够通过“底层逻辑+环境变量”不断创造新的方法论。</p> <p>推荐教师：董成杰</p> | | |
| 《原则》 | [美]瑞·达利欧 (Ray Dalio) | 思辨方法单元 |
| 2020年06月出版 | ISBN: 9787521717624 | 中信出版社 |
| <p>推荐理由：</p> <p>这本书阐述了达利欧的原则的两大基石—极度求真、极度透明，并介绍了以此为基础的创意择优，以及基于可信度评价的决策机制。书中 500多条原则将帮助我们保持开放心态，正确评价自己和他人，从容面对做决策、打造强大团队等问题，更进一步深入认识自我，实现不断成长。</p> <p>推荐教师：董成杰</p> | | |
| 《和另一个自己谈谈心》 | 武志红 | 心灵与成长单元 |
| 2021年01月出版 | ISBN: 9787505750852 | 中国友谊出版公司 |

| | | |
|--|---------------------|-----------|
| <p>推荐理由：</p> <p>一个人会在一生中不断遭遇各种挑战，甚至颠覆，因此可能迷失。《和另一个自己谈心》是作者作为一个经历千山万水，仍然在路上的体验者和思考者的真诚分享。希望它能帮助你自我观察、自我觉知，更好地成为自己，更好地抵达真实。</p> <p>推荐教师：董成杰</p> | | |
| 《大话中国艺术史》 | 意公子 | 思辨方法单元 |
| 2022年02月出版 | ISBN: 9787544394796 | 海南出版社 |
| <p>推荐理由：</p> <p>本书以时间为写作脉络，通过我们耳熟能详的艺术珍品串联起了这波澜壮阔、脉络纵横的艺术历程，配上简洁生动幽默风趣的语言和丰富精美的图片，带领读者重现认识中国艺术的发展脉络，体会中国艺术的精神内涵，感受中国这片土地独有的艺术色彩。</p> <p>推荐教师：董成杰</p> | | |
| 《圆圈正义》 | 罗翔 | 思辨方法单元 |
| 2019年08月出版 | ISBN: 9787521603774 | 中国法制出版社 |
| <p>推荐理由：</p> <p>《圆圈正义》一书共收录作者的 49 篇随笔文章，作者在本书中运用特有的坦诚、自省而尖锐的笔调，探讨了法律、正义、道德、权力的理念与现实、分析了如张扣扣案、莫某纵火案等社会热点案件、分享了自身求学经验和对人生的思考。本书不仅启蒙读者法律意识和法治观念，更在于帮助读者理解法律背后更深层次的价值基础。</p> <p>推荐教师：董成杰</p> | | |
| 《枢纽》 | 施展 | 思辨方法单元 |
| 2018年01月出版 | ISBN: 9787549586080 | 广西师范大学出版社 |
| <p>推荐理由：</p> <p>本书是一部纵览中国千年历史、探索当下世界的“中国力量”的历史人文读物。对以下问题给出内在连贯统一的解释：中华民族的“多元一体”结构在古代的形成，中国革命对于中国现代转型的伟大意义，以及中国作为世界枢纽，在政治和经济等方面所具有的世界意义。贯通所有这些问题的解释逻辑，是中国的两大根本特征，一是它作为一个古老且未中断文明，所带来的历史记忆，一是中国的超大规模性，所带来的政治和经济效应。</p> <p>推荐教师：董成杰</p> | | |
| 《刘擎西方现代思想讲义》 | 刘擎 | 思辨方法单元 |
| 2021年01月出版 | ISBN: 9787513342919 | 新星出版社 |

| | | |
|---|---------------------|-----------|
| 推荐理由： | | |
| 人生的意义，人们向往的自由和公平的价值，人类文明的复杂冲突与未来趋势……这些让你困惑的大小问题，过去也困扰过韦伯、尼采、萨特等杰出的头脑。他们尽最大努力做出阐释，为后人提供了宝贵的思想标识。在这部讲义里，刘擎介绍了现代视域下的 19 位思想大家，广泛而系统地讨论工具理性的利弊，如何面对虚无主义，消费主义对人的异化，财富分配的公平正义和全球化等议题。 | | |
| 推荐教师： 董成杰 | | |
| 《红岩》 | 罗广斌/杨益言 | 家国情怀单元 |
| 2012年06月出版 | ISBN: 9787532279524 | 上海人民美术出版社 |
| 推荐理由： | | |
| 《红岩》描写人民解放军进军大西南的形势下，重庆的国民党当局疯狂镇压共产党领导的地下革命斗争。着重表现以齐晓轩、许云峰、江雪琴等共产党人在狱中所进行的英勇战斗，虽然最后惨遭屠杀，但却充分显示了共产党人视死如归的大无畏英雄气概。本书有益于我们了解革命先辈的奋斗，加深我们的家国情怀。 | | |
| 《查令十字街 84 号》 | 海莲·汉芙 | 心灵与成长单元 |
| 2005年05月出版 | ISBN: 9787806579060 | 中国青年出版社 |
| 推荐理由： | | |
| 《查令十字街 84 号》收录了海莲·汉芙向英国一家位于查令街 84 号的旧书店买书的过程中，和店员弗兰克之间的通信。该作品内容均为真实信件，内容亲切感人。有益于我们感受人世间情感的温暖。 | | |
| 《苦难辉煌》 | 金一南 | 党史学习教育单元 |
| 2012年11月出版 | ISBN: 9787801426208 | 海峡书局 |
| 推荐理由： | | |
| 该书对 20 世纪二三十年代的中国社会错综复杂、恢弘壮阔的历史进程，进行了全景式的揭示和剖析，展现了老一辈无产阶级革命家在极其困难的环境下，建立红色政权、率领红军进行战略转移的伟大壮举，展现了中国共产党领导人民进行革命战争的正义、艰辛和伟大。该书有益于我们了解我党伟大进程，参与谱写新时代坚持和发展中国特色社会主义新篇章。 | | |
| 《追风筝的人》 | [美]卡勒德·胡赛尼 | 心灵与成长单元 |
| 2021年08月出版 | ISBN:9787208171138 | 上海人民出版社 |
| 推荐理由： | | |
| 该书讲述了两个阿富汗少年关于友谊，亲情，背叛，救赎的故事，小说中每个人都心中都有一个风筝，可能是梦想，是每个人都要为之去奋斗的目标，也可能是人们一直在追求的真善美，但无论怎样都会为了它奋进全身的力量，一直以来，我们都是追风筝的人。读完它，你也许会对人生有新的感悟，在心灵上得到升华。 | | |
| 《中国共产党简史》 | 本书编写组 | 党史学习教育单元 |

| | | |
|---|---------------------|---------|
| 2021年08月出版 | ISBN: 9787010231853 | 人民出版社 |
| <p>推荐理由:</p> <p>该书坚持辩证唯物主义和历史唯物主义立场观点和方法,坚持解放思想、实事求是,充分反映了我们党为实现国家富强、民族振兴、人民幸福和人类文明进步事业做出的历史功绩,集中彰显了党在各个历史时期锻造的伟大精神。</p> | | |
| 《每天学点财务学》 | 项习文 | 院系自定义单元 |
| 2011年08月出版 | ISBN: 9787509614303 | 经济管理出版社 |
| <p>推荐理由:</p> <p>该书内容讲述风格通俗易懂,一看就懂的财务理念,一学就通的财务知识,一用就会的财务宝典。</p> | | |

商学院

| | | |
|---|---------------------|-----------|
| 《科学究竟是什么》 | [英]A. F. 查尔默斯 | 自然与生命单元 |
| 2007年11月出版 | ISBN: 9787100054157 | 商务印书馆 |
| <p>推荐理由:</p> <p>也许你听过这样的争论, 就是: 中医到底是不是科学? 有些人说中医流传了几千年, 有大量的案例, 是一门经验科学。有人说, 中医的疗法未通过严谨的科学测试, 所以根本就不是科学, 而是伪科学。同样的, 在星座学, 风水学, 甚至是心理学和经济学的的问题上, 都会出现这样的争论。这本《科学究竟是什么》, 就能够加深你对科学的思考。</p> <p>推荐教师: 韩露</p> | | |
| 《平凡的世界》 | 路遥 | 心灵与成长单元 |
| 2021年6月出版 | ISBN: 9787530221396 | 北京十月文艺出版社 |
| <p>推荐理由:</p> <p>正如它的名字平凡的世界那般平凡, 从一个面朝黄土背朝天的乡村写起, 这部小说是站在人类很高的角度来看待这个世界的。路遥向我们阐述了一个深刻道理, 这个世界上的人都是平凡的, 只有丰富自己的内心, 才能创造出不平凡的人生。</p> <p>推荐教师: 张燕</p> | | |
| 《活着》 | 余华 | 心灵与成长单元 |
| 2021年7月出版 | ISBN: 9787530221532 | 北京十月文艺出版社 |
| <p>推荐理由:</p> <p>《活着》是作家余华的代表作之一, 讲述了在大时代背景下, 随着内战、三反五反, 大跃进, 文化大革命等社会变革, 徐福贵的人生和家庭不断经受着苦难, 到了最后所有亲人都先后离他而去, 只剩下年老的他和一头老牛相依为命。这是一个历尽世间沧桑和磨难老人的人生感言, 是一幕演绎人生苦难经历的戏剧。</p> <p>推荐教师: 张燕</p> | | |
| 《中国历史常识》 | 吕思勉 | 家国情怀单元 |
| 2019年11月出版 | ISBN: 9787517834793 | 浙江工商大学出版社 |
| <p>推荐理由:</p> <p>用白话文写成的中国通史, 把历史从“帝王的家谱”转变为人类的进化史。</p> <p>推荐教师: 李维国</p> | | |
| 《把时间当作朋友》 | 李笑来 | 能力与发展单元 |
| 2009年06月出版 | ISBN: 9787121087097 | 电子工业出版社 |

| | | |
|--|----------------------------|----------|
| <p>推荐理由：</p> <p>大学 4 年如何利用好时间、不负光阴不负青春，是每一位同学的必修课。本书引导读者形成时间管理意识和思维，掌握时间管理方法，培养时间管理能力，是不可多得的一本好书。</p> <p>推荐教师：王丽菲</p> | | |
| 《就业、利息和货币通论》 | [英]约翰·梅纳德·凯恩斯 | 国际视野单元 |
| 2017年09月出版 | ISBN: 9787569917024 | 北京时代华文书局 |
| <p>推荐理由：</p> <p>此书被誉为是一本拯救资本主义的名著，影响世界历史进程的书，反映了 20 世纪 30 年代经济大危机时期充分暴露出来的某些实际情况，失业严重，资本产品大量过剩等，并提出了缓解这些矛盾的对策。</p> <p>推荐教师：黄蔚媛</p> | | |
| 《思考快与慢》 | [美]丹尼尔·卡尼曼 | 思辨方法单元 |
| 2012年07月出版 | ISBN: 9787508633558 | 中信出版社 |
| <p>推荐理由：</p> <p>这是 2002 年诺贝尔经济学奖获得者、心理学家思想家丹尼尔·卡尼曼的作品，广受业界赞誉。更有称他为“人类历史上最具影响力的心理学家之一”“至今仍健在的最重要最优秀的心理学家”。这本书会改变你的思考方式，对工作对世界以及自己的生活看法都会改变。值得慢慢读，反复读。</p> <p>推荐教师：王子京</p> | | |
| 《用数据讲故事》 | [美]Cole Nussbaumer Knaflic | 能力与发展单元 |
| 2017年08月出版 | ISBN: 9787115460110 | 人民邮电出版社 |
| <p>推荐理由：</p> <p>作为商科学生，无论是专业课的学习还是未来的工作都免不了要跟数据打交道，本书将从理念和技巧两方面帮同学们提升使用数据、呈现数据的能力。</p> <p>推荐教师：黄蔚媛</p> | | |
| 《沟通的艺术》 | [美]罗纳德·B·阿德勒 | 能力与发展单元 |
| 2017年10月出版 | ISBN: 9787559608208 | 北京联合出版社 |

| | | |
|---|---------------------|-----------|
| <p>推荐理由：</p> <p>一本结构清晰、内容有吸引力、表述简洁的人际沟通入门读物，再版 15 次，中文译本销量数十万。书里将学术内容和日常生活紧密结合，清晰透视各类沟通主题。“多元视角”大量专栏内容帮助读者轻松进入情境，感受良好的沟通的魅力。“想一想”“技巧建构”等练习步骤帮助读者将所学内容应用到现实生活当中。援引多部热门情景喜剧、电视剧、电影，并配有大量照片和漫画，轻松学到沟通技能。</p> <p>推荐教师：张松雪</p> | | |
| 《贫穷的本质：我们为什么摆脱不了贫穷》 | [印]阿比吉特·班纳吉 | 心灵与成长单元 |
| 2013年04月出版 | ISBN: 9787508638492 | 中信出版社 |
| <p>推荐理由：</p> <p>寻找贫穷的客观因素。</p> <p>推荐教师：向旭东</p> | | |
| 《论中国》 | [美]亨利·基辛格 | 家国情怀单元 |
| 2012年10月出版 | ISBN: 9787508635583 | 中信出版社 |
| <p>推荐理由：</p> <p>从一个杰出的美国政治家的角度看中国。</p> <p>推荐教师：向旭东</p> | | |
| 《自控力》 | [美]凯利·麦格尼格尔 | 能力与发展单元 |
| 2021年04月出版 | ISBN: 9787559647276 | 北京联合出版公司 |
| <p>推荐理由：</p> <p>自控力不是固定不变的，尤其是当你觉得没办法控制自己时，不要急于否定自己，甚至灌输“我就是不行”、“我就不自觉”的标签，因为自控力是生理、心理和环境因素共同作用的结果，所以不用一味背锅哦，这本书值得放进书架里反复观看，时时对标、疏通自己。</p> <p>推荐教师：陈玲</p> | | |
| 《害羞心理学》 | [美]菲利普·津巴多 | 心灵成长单元 |
| 2009年10月出版 | ISBN: 9787300110721 | 中国人民大学出版社 |
| <p>推荐理由：</p> <p>有社交恐惧症和社交心理压力大的同学不要错过，害羞绝不仅仅是胆小或社交压力那么简单，尤其是在中国特有的谦虚内敛的价值观环境下，具有这样心理特征的人群数量越来越多。大多数的人内心远远没有外界看到的那么强大，而害羞会给很多人带来学习工作和社交的障碍。</p> <p>推荐教师：陈玲</p> | | |
| 《拖延心理学》 | [美]S. J. 斯科特 | 心灵成长单元 |

| | | |
|--|---------------------|-----------|
| 2019年05月出版 | ISBN: 9787300268729 | 中国人民大学出版社 |
| <p>推荐理由:</p> <p>中国心理学会理事、北京师范大学心理学院教授陈会昌、《心理月刊》杂志执行主编王琿联袂推荐。本书通俗易懂,干货满满,详细介绍了津巴多关于害羞心理的 30 多年的研究与实践。</p> <p>推荐教师: 陈玲</p> | | |
| 《瓦尔登湖》 | [美]亨利·大卫·梭罗 | 自然与生命单元 |
| 2009年01月出版 | ISBN: 9787530209073 | 北京十月文艺出版社 |
| <p>推荐理由:</p> <p>被誉为“塑造读者人生的首选经典著作”,是梭罗在隐居瓦尔登湖畔时写的书,他在田园生活中与大自然水乳交融、重塑自我,充满了对简单朴素的满足,尤其适合在现在这个浮躁的钢筋混凝土社会阅读。</p> <p>推荐教师: 陈玲</p> | | |

外国语学院

| | | |
|--|---------------------|------------|
| 《布鲁克林有棵树》 | [美]贝蒂·史密斯 | 人生道路单元 |
| 2009年07月出版 | ISBN: 9787544709422 | 译林出版社 |
| <p>推荐理由:</p> <p>1943年, 美国作家贝蒂·史密斯出版了她的成长小说《布鲁克林有棵树》。此书一经出版, 便大受欢迎, 多年来常驻畅销书排行榜榜首。小说用充满温情的文字, 讲述了贫民区女孩弗兰西及家人在困境中成长的故事。他们乐观坚强, 积极勇敢, 即使生存压力无时不在, 却总在困顿日常的罅隙里寻到一丝光亮和希望, 顽强地生活下去。</p> <p>推荐教师: 谢艳蓉</p> | | |
| 《喜福会》 | [美]谭恩美 | 人生道路单元 |
| 2017年11月出版 | ISBN: 9787513594691 | 外语教学与研究出版社 |
| <p>推荐理由:</p> <p>《纽约时报》年度畅销书, 获奖无数的经典之作。华裔文学代表作, 二代移民的身份困惑。历尽艰辛、含辛茹苦的母亲, 敏感叛逆、苦恼困惑的女儿。根植于血脉的文化传统与家族记忆, 在母女两代人的爱与冲突中传承, 并给予她们继续前行的力量。</p> <p>推荐教师: 金悠</p> | | |
| 《乌合之众》 | [法]勒庞 | 心灵与成长单元 |
| 2005年01月出版 | ISBN: 9787801093660 | 中央编译出版社 |
| <p>推荐理由:</p> <p>《乌合之众》是法国社会心理学家勒庞的著作, 英语版为《The Crowd》。勒庞在书中介绍了群体的心理和特征。作为群体的一员, 我们很容易受到周围人观点的影响, 不自觉的融入到群体中。这本书, 能够使我们对群体的非理性行为有更深刻的认识, 了解社会群体的规律, 帮助自己保持恰当的理性。</p> <p>推荐教师: 李笋</p> | | |
| 《当呼吸化为空气》 | [美]保罗·卡拉尼什 | 心灵与成长单元 |
| 2016年12月出版 | ISBN: 9787533946562 | 浙江文艺出版社 |

推荐理由：

全世界只有百分之0.0012的人在36岁就患上肺癌，保罗·卡拉尼什（PaulKalanithi）是其中之一。当你读到这本书时，他已经不在人世。本书是“美国神经外科医生协会奖”获得者、斯坦福大学天才医生与抗争的生命感悟。作者保罗·卡拉尼什（PaulKalanithi）获得美国斯坦福大学英语文学及人体生物学双料，并于英国大学获得科学史与哲学研究硕士，以优异获得美国耶鲁大学医学博士，即将获得斯坦福医学院外科教授职位并主持自己的研究室。2013年，即将抵达人生的保罗，忽然被诊断出患有第四期肺癌。自此，他开始以医生和患者的双重身份，记录自己的余生，反思医疗与人性。他的文章刊登在《纽约时报》《华盛顿邮报》等媒体，获得了读者关注。本书文笔优美，诚挚感人，书里有着对人性、生死、医疗的深沉思索，让无数读者为之动容。

推荐教师：林芷芊

| | | |
|------------|---------------------|---------|
| 《法语漫谈法国文化》 | 黄荭/樊艳梅 | 国际视野单元 |
| 2016年06月出版 | ISBN: 9787566910530 | 东华大学出版社 |

推荐理由：

在这本书中通过对于法国文化相关的文章的阅读与理解进一步深入对法语及其背后文化的了解，提高法语学习者的学习兴趣，消除跨文化存在的文化差异。书中法语文章均选自法语原版书籍，报刊杂志和网上最新资讯等，紧跟时事。文章均有中法双语对照，帮助读者轻松理解原文内容。

推荐教师：刘雨时

| | | |
|----------------|---------------------|--------|
| 《家庭、私有制和国家的起源》 | 恩格斯 | 家国情怀单元 |
| 2003年05月出版 | ISBN: 9787010029726 | 人民出版社 |

推荐理由：

这本书是恩格斯运用历史唯物主义的理论武器分析、研究摩尔根关于古代社会的相关理论的重要成果。本书分析了人类由野蛮时代向文明时代的演变过程，剖析了家庭、私有制和国家的起源，揭示了经济条件尤其是物质生活的生产和再生产是这一变化过程中起决定性作用的因素。

推荐教师：张锦标

| | | |
|------------|---------------------|-----------|
| 《马克思传》 | 戴维·麦克莱伦 | 家国情怀单元 |
| 2010年10月出版 | ISBN: 9787300234175 | 中国人民大学出版社 |

推荐理由：

该书剖析了以前不被重视的马克思的思想文献，如马克思的几大本经济学笔；刻画了马克思一生的生活、工作和理论研究经历，揭示了许多鲜为人知的情况和资料。

推荐教师：张锦标

| | | |
|--|---------------------|-----------|
| 《新教伦理与资本主义精神》 | 马克斯·韦伯著,李修建,张云江译 | 能力与发展单元 |
| 2009年12月出版 | ISBN: 9787500475071 | 中国社会科学出版社 |
| 推荐理由: 韦伯在该书解释了资本主义发展过程中的心里驱动力,说明了新教教徒如何影响资本主义的发展,兼探讨资本主义的精神。 推荐教师: 张锦标 | | |
| 《传习录》 | 王阳明 | 能力与发展单元 |
| 2001年出版 | ISBN: 9787551818612 | 广州出版社 |
| 推荐理由: 了解阳明心学的代表作品,该书以问答或语录形式展开,全面阐述了王阳明的思想。 推荐教师: 张锦标 | | |
| 《东西文化及其哲学》 | 梁漱溟 | 家国情怀单元 |
| 1999年出版 | ISBN: 9787100157452 | 商务印书馆 |
| 推荐理由: 现代新儒家的代表作品,该书探讨了中外文化交流碰撞过程中文化融合的问题,对中外文化的异同进行了深入彻底的反思。 推荐教师: 张锦标 | | |
| 《现代化新论——世界与中国的现代化历程》 | 罗荣渠 | 家国情怀单元 |
| 2009年出版 | ISBN: 9787100067157 | 商务印书馆 |
| 推荐理由: 理解中国式现代化的代表作品,契合时政热点。该书从宏观史学视解,把现代化作为全球性大转变过程,进行整体性研究。该书提出了以生产力为社会发展中轴的一元多线历史发展观,以此论述世界的现代化发展总趋势和近世中国的社会巨变,并对中国的现代化道路作了专题考察。 推荐教师: 张锦标 | | |
| 《皇帝与祖宗——华南的国家与宗族》 | 科大卫 | 家国情怀单元 |
| 2010年出版 | ISBN: 9787214064912 | 江苏人民出版社 |

| | | |
|--|---------------------|-----------------|
| <p>推荐理由：</p> <p>华南学派的代表作品，广东的孩子还是可以读读的。该书主要解决的问题是：朝廷的法典条文，民间的礼仪习俗，二者如何交织在一起，指导着“华南”这个有意识的、历时数百年的地域建构进程？</p> <p>推荐教师：张锦标</p> | | |
| 《毛泽东传》 | 金冲及 | 党史学习单元 |
| 2003年出版 | ISBN: 9787507331653 | 中央文献出版社 |
| <p>推荐理由：</p> <p>该书可以我们全方位了解毛主席，它以珍藏的文件、电报等历史资料，详细展现了伟大领袖的一生历程。</p> <p>推荐教师：张锦标</p> | | |
| 《邓小平时代》 | 傅高义 | 党史学习单元 |
| 2013年出版 | ISBN: 9787108041531 | 三联书店 |
| <p>推荐理由：</p> <p>该书是哈佛大学傅高义教授的代表性，该书对邓小平个人性格及执政风格进行了深层分析，并对中国改革开放史进行了完整而独到的阐释。</p> <p>推荐教师：张锦标</p> | | |
| 《宅兹中国：重建有关中国的历史论述》 | 葛兆光 | 家国情怀单元 |
| 2011年出版 | ISBN: 9787101077643 | 中华书局 |
| <p>推荐理由：</p> <p>该书可以让我们了解何为中国，中华民族如何形成等问题，可让我们知道我们国家国名从何而来，汉族与中国是什么关系等问题的答案。</p> <p>推荐教师：张锦标</p> | | |
| 《叫魂：1768年中国妖术大恐慌》 | 孔飞力 | 院系自定义单元（综合素养单元） |
| 2012年出版 | ISBN: 9787542643216 | 三联书店 |
| <p>推荐理由：</p> <p>汉学家孔飞力的代表作。该书以宏大的学术视野，以乾隆 33 年发生的“叫魂”案引出中国社会治理与传统文化的一系列问题，兼有文化史、社会史、政治史等治学方法，可谓全方位理解中国传统社会的经典之作。</p> <p>推荐教师：张锦标</p> | | |

| | | |
|--|--------------------|-----------------|
| 《公主之死：你所不知道的中国法律史》 | 李贞德 | 院系自定义单元（综合素养单元） |
| 2001年出版 | ISBN：9787108029126 | 三民书局 |
| <p>推荐理由：</p> <p>法律史经典之作。围绕北魏兰陵长公主在婚姻中遭遇丈夫不忠和家庭暴力，流产致死这一案例，鲜卑族贵族与汉族地主官员就如何处置案件当事人驸马刘辉此案相关的四个平民展开激烈争论，从他们的共识和歧异之处，可以一窥中国法律的“儒家化”进程，以及汉唐期间女性法律地位状况。</p> <p>推荐教师：张锦标</p> | | |
| 《如何阅读一本书》 | [美]莫提墨·艾德勒等 | 思辨方法单元 |
| 2014年01月出版 | ISBN：9787100040945 | 商务印书馆 |
| <p>推荐理由：</p> <p>该书给我们提供一种阅读的方法论，怎样进行有效系统的阅读，如何在阅读中提升自己。</p> <p>推荐老师：张锦标</p> | | |
| 《梦的解析》 | [奥]弗洛伊德 | 心灵与成长单元 |
| 2013年04月出版 | ISBN：9787533945251 | 中华书局 |
| <p>推荐理由：</p> <p>心理学经典之作。该书通过对梦的剖析，提出“潜意识”与“俄狄浦斯情结”等重要概念，标志着精神分析体系的正式建立，深刻影响了人类看待自我和世界的方式。</p> <p>推荐老师：张锦标</p> | | |
| 《初心往事：一百个党史故事》 | 王炳林 | 家国情怀单元 |
| 2021年12月出版 | ISBN：9787303276691 | 北京师范大学出版社 |
| <p>推荐理由：</p> <p>本书以习近平总书记关于学习党史、新中国史、改革开放史的重要论述为指导，按照党的历史决议精神，以中国共产党的历史为主线，遴选中国共产党发展史的重要事件、重要人物、关键节点，以一个个具体而鲜活的历史事件，展示杰出的共产党人的精神世界，展现中国共产党的历史风貌。本书语言生动，可读性强，可以作为党史教育的普及读本。</p> <p>推荐老师：许嘉琪</p> | | |
| 《社会性动物》 | 埃利奥特·阿伦森/邢占军 | 思辨方法单元 |
| 2007年12月出版 | ISBN：9787561756638 | 华东师范大学出版社 |

推荐理由：

《社会性动物》是“美国社会心理学的《圣经》”（Revue des Questions Scientifiques 的评价），“仍然是最好的一部杰作”（Contemporary Psychology 的评价）。本书从 1972 年出版第一版以来，在世界范围内畅销数千万册，是社会心理学领域内最具影响的著作。

推荐老师：黄奕

| | | |
|------------|--------------------|-----------|
| 《人类群星闪耀时》 | 斯蒂芬·茨威格 | 国际视野单元 |
| 2019年04月出版 | ISBN: 978755943362 | 江苏凤凰文艺出版社 |

推荐理由：

奥地利作家茨威格有“史上最好的传记作家”之称，正是《人类群星闪耀时》奠定了其传记文学的世界声誉。作者试图利用类似绘画快速写生的方法对那些在他看来具有重要意义的事实进行描述，由此形成了本书的 14 个短篇“历史速写”，向世人展示了 14 个天才的强烈个人意志如何与历史宿命在碰撞中火花四射，从而照亮人类文明的天空。

推荐老师：刘晓旭

| | | |
|------------|---------------------|---------|
| 《小王子》 | [法] 圣埃克苏佩里 | 人生道路单元 |
| 2016年03月出版 | ISBN: 9787020111756 | 人民文学出版社 |

推荐理由：

《小王子》是法国乃至世界上最著名的童话小说，主人公是来自外星球的小王子。书中以一位飞行员作为故事叙述者，讲述了小王子从自己星球出发前往地球的过程中，所经历的各种历险。作者以小王子的孩子式眼光，透视出成人的空虚、盲目和愚妄，用浅显天真的语言写出了人类的孤独寂寞、没有根基的命运，体现了作者对人类及人类文明深邃的思索。

| | | |
|------------|---------------------|---------|
| 《非暴力沟通》 | 马歇尔·卢森堡 | 能力与发展单元 |
| 2009年01月出版 | ISBN: 9787508051000 | 华夏出版社 |

推荐理由：

平和的非暴力沟通方式提供具体的技巧帮助我们建立联系，使友爱互助成为现实。

推荐老师：柯蔚出

| | | |
|------------|---------------------|--------|
| 《文明的冲突》 | 塞缪尔·亨廷顿 | 国际视野单元 |
| 2017年10月出版 | ISBN: 9787516636619 | 新华出版社 |

推荐理由：

此书向我们揭示了世界冲突的根源、他的表现，以及如何避免冲突。作者指出：“全球政治正在沿着文明线重组..”本书逻辑清晰，观点明确，能够帮助我们看清楚潜藏在动荡的国际局势中更加深层次的原因。

推荐老师：马伊璇

| | | |
|------------|---------------------|--------|
| 《钝感力》 | 渡边淳一 | 人生道路单元 |
| 2017年12月出版 | ISBN: 9787555262800 | 青岛出版社 |

推荐理由：

《钝感力》是渡边淳一经典励志大作。书中作者告诫现代人不要对日常生活太过敏感，要从容面对生活中的挫折和伤痛，坚定地朝着自己的方向前进。这部作品可以让我们坦然面对生活中的方方面面，可以说是一部赢得美好生活的手段和智慧的经典力作。对我们的日常生活具有很大的启发和指导作用。

推荐老师：郭文佳

文学与传媒学院

| | | |
|---|------------------------------|-----------|
| 《青春期的烦恼》 | [美] 弗朗西斯·詹森 [美] 艾米·艾利斯·纳特 | 心灵与成长单元 |
| 2017年03月出版 | ISBN: 9787550294615 | 北京联合出版公司 |
| 推荐理由: 18岁的大脑只有“八分熟”，具有一些脑科学原因的不成熟，情绪化，失控，易上瘾，但也有成人没有的优势：学习能力。如何更好地成长，扬长避短，值得一读。 推荐教师: 陶成涛 | | |
| 《人生海海》 | 麦家 | 人生道路单元 |
| 2019年04月出版 | ISBN: 9787530219218 | 北京十月文艺出版社 |
| 推荐理由: 老好看了；人生海海，潮涨潮落。得非所愿，求而不得。但我们也没有更好的选择，只有与之握手言和。只有更加热爱。 推荐教师: 原月 | | |
| 《习近平与大学生朋友们》 | 《习近平与大学生朋友们》编写组 | 党史学习教育单元 |
| 2020年11月出版 | ISBN: 9787515361871 | 中国青年出版社 |
| 推荐理由: 《习近平与大学生朋友们》涵盖了习近平总书记在正定、厦门、宁德、福州、浙江、上海以及到中央工作以来各个时期与大学生交往的实录，勉励大学生“立大志、明大德、成大才、担大任”。 推荐教师: 古忆玲 | | |
| 《你当像鸟飞往你的山》 | [美] 塔拉·韦斯特弗 | 人生道路单元 |
| 2019年11月出版 | ISBN: 9787544276986 | 南海出版公司 |
| 推荐理由: 该书是作者塔拉的自传体小说，书中描述了主人公塔拉是如何用10年的时间从一个未曾上过学的女孩到获得剑桥大学历史学的博士学位。以主人公第一视角记录了塔拉如何挣脱出深受父权制意识与偏执的宗教教义浸染、充斥着暴力的扭曲家庭，她通过老师、同学、朋友以及哥哥泰勒的帮助，逐步挣脱了身体与精神的双重奴役，完成了一场真正的生命教育之旅。书中刻画最为成功的是塔拉本人的坚韧、独立思考以及与过去决断的勇气。 推荐教师: 李格格 | | |

| | | |
|--|---------------------|---------|
| 《天才假象：从刻意练习心理策略到认知陷阱》 | [英] 马修·萨伊德 | 心灵与成长单元 |
| 2018年03月出版 | ISBN: 9787210100201 | 江西人民出版社 |
| <p>推荐理由：</p> <p>天才实际上只是社会强加的一种桂冠，青少年成长中的习惯和勤奋以及认知突破才更重要。</p> <p>推荐教师：陶成涛</p> | | |
| 《金字塔原理》 | [美] 芭芭拉·明托 | 思辨方法单元 |
| 2019年04月出版 | ISBN: 9787544294829 | 南海出版公司 |
| <p>推荐理由：</p> <p>不管是在学校或是在职场，思维能力和表达能力都非常重要。当我们夸赞一个人具有很强的逻辑思维能力时，大多数是因为 TA：思考问题有方向，表达清晰有条理，解决问题有方法。但大部分时候，我们常常都是想不清楚、讲不明白。如何提高这方面的能力？《金字塔原理》可以帮助提高逻辑思维和表达能力。</p> <p>推荐教师：王贺芝</p> | | |
| 《文化与安身立命》 | 樊浩 | 人生道路单元 |
| 2009年02月出版 | ISBN: 9787533450892 | 福建教育出版社 |
| <p>推荐理由：</p> <p>文化是一种人们应对人生境遇的解释系统。中国传统文化为人们提供安身立命的基地——儒释道三位一体的自给自足的文化精神形态。他们建构和造就了中华民族进退互补、刚柔相济的极具张力的意义世界。儒家是入世的，道家是避世的，佛家是出世的，这使得人们应对任何一种生存境遇，都能找到合理的解释之说与精神依归。</p> <p>推荐教师：龙维</p> | | |
| 《围城》 | 钱钟书 | 人生道路单元 |
| 2017年06月出版 | ISBN: 9787020127894 | 人民文学出版社 |
| <p>推荐理由：</p> <p>《围城》是一幅栩栩如生的世井百态图，人生的酸甜苦辣千般滋味均在其中得到了淋漓尽致的体现。书中的每个人物，虽不算完美，却透露着现实生活中大多数人的影子。钱钟书用独特的幽默风格将读者带入一个充满智慧和思考的世界，对人性进行剖析，让我们对社会和人生有更加深刻的思考。让我们认识到人生就像一座围城，我们无法逃避，但可以选择突围。无论面对怎么样的困境和矛盾，我们都需要有勇气去面对和解决。</p> <p>推荐教师：龙维</p> | | |

| | | |
|---|-------------------------|---------|
| 《怀斯曼生存手册终极指南》 | [英]约翰·怀斯曼 | 自然与生命单元 |
| 2014年08月出版 | ISBN: 99787531732952 | 北方文艺出版社 |
| 推荐理由: 本书为英国皇家特种部队绝境求生的秘密,是掌握现代人自救、自我保护的生存技巧。任何人,只要喜爱远足、旅游、探险、行车的普通读者,都可能会被意外隔绝在地球上的任一地点:茫茫沙漠、热带雨林、无际大海……本书描述了这些突发事件发生时可能面临的各种危险,同时也揭示了相应的生存机会,提供详尽的求生方法与技巧。 | | |
| 推荐教师: 赵培刚 | | |
| 《大话西方艺术史》 | 意公子 | 美学与艺术单元 |
| 2020年03月出版 | ISBN: 9787544391443 | 海南出版社 |
| 推荐理由: 作者用浅白幽默的语言讲述西方艺术发展历程,从西方文明源头,经过文艺复兴、巴洛克,到印象派乃至当代艺术。适合非艺术专业学生作为了解西方艺术史的入门读物。 | | |
| 推荐教师: 黄卉卉 | | |
| 《亲密关系》 | 克里斯多福孟 | 心灵与成长单元 |
| 2015年04月出版 | ISBN: 9787540471194 | 湖南文艺出版社 |
| 推荐理由: 该书引领人们穿越亲密关系的复杂景致,并着眼于亲密的伴侣和婚姻关系,有助于良好恋爱观的形成,也同时可用于与家人朋友同伴的关系处理。 | | |
| 《被讨厌的勇气》 | 岸见一郎/古贺史健 | 心灵与成长单元 |
| 2020年03月出版 | ISBN: 9787111495482 | 机械工业出版社 |
| 推荐理由: 接纳自己,正视自己,才可以放开手实现自己的价值。 | | |
| 《局外人》 | 阿尔贝加缪 | 心灵与成长单元 |
| 2020年08月出版 | ISBN: 978-7-5327-5147-1 | 上海译文出版社 |
| 推荐理由: 在无理的世界中寻找存在的价值,用荒谬世界给予人们最冷静客观的视角去审视自身。 | | |

艺术设计与创意产业系

| | | |
|--|------------------------|-------------|
| 《艺术与恐惧》 | [美]大卫·贝尔斯 [美]特德·奥兰德 | 美学与艺术单元 |
| 2019年04月出版 | ISBN: 9787508696966 | 中信出版社 |
| <p>推荐理由:</p> <p>本书围绕艺术创作中普遍存在的问题和困难, 提出看法和解决途径。旨在为创作中感到阻碍的大众艺术家提供思想指引, 创作出更好的作品。特别是对创作中时常面临的心理恐惧提出了深刻的见解, 希望能为各位艺术创作者带来一些启发。</p> <p>推荐教师: 王建</p> | | |
| 《现代雕塑的变迁》 | [美]罗莎琳·克劳斯 | 美学与艺术单元 |
| 2017年03月出版 | ISBN: 9787512208872 | 中国民族摄影艺术出版社 |
| <p>推荐理由:</p> <p>《现代雕塑的变迁》以罗丹开头, 从他 将雕塑从浮雕中传统的叙事性解放出来开始, 讲述材料、制作过程、轴线、空间和现成品等在雕塑中逐渐凸显并被认识的过程, 兼及不同哲学思想流派对雕塑的影响。</p> <p>推荐教师: 王建</p> | | |
| 《现代艺术150年: 一个未完成的故事》 | [英]威尔·贡培兹 | 美学与艺术单元 |
| 2017年03月出版 | ISBN: 9787549586646 | 广西师范大学出版社 |
| <p>推荐理由:</p> <p>作者威尔·贡培兹被称为是一个会说“单口相声”的艺术评论家, 他将比较复杂的现代艺术史以相对简单的线性方式讲成了故事。你在这本书中不会看到晦涩的艺术理论, 也许还可以在其中找到当代艺术为什么变成这个样子的答案。</p> <p>推荐教师: 王建</p> | | |
| 《被讨厌的勇气》 | [日]岸见一郎/古贺史健 | 心灵与成长单元 |
| 2015年03月出版 | ISBN: 9787111495482 | 机械工业出版社 |
| <p>推荐理由:</p> <p>该书采取了希腊哲学的古典手法“对话篇”, 围绕“人是如何能够获得幸福”、“人如何形成自我”“如何应对人际关系”等问题展开了简单却深刻的讨论。“哲人”用简单易懂的方式向“青年”解释如何改善人际关系, 如何获得幸福, 又如何鼓起被讨厌的勇气去面对他人。</p> <p>推荐教师: 李微</p> | | |

| | | |
|---|---------------------|-----------|
| 《山茶文具店》 | [日]小川糸 | 心灵与成长单元 |
| 2018年03月出版 | ISBN: 9787540485337 | 湖南文艺出版社 |
| 推荐理由: 在这个快节奏的时代,我们往往只注重表面的华丽和追求瞬间的快感,而忽略了内心的平静和深度。这本书通过日常小事记录,治愈焦虑给人平静。 | | |
| 推荐教师: 汪敬雯 | | |
| 《教育建筑》 | 龚兆先 | 美学与艺术单元 |
| 1998年08月出版 | ISBN: 9787562914266 | 武汉理工大学出版社 |
| 推荐理由: 建筑环境的设计方法以及案例。 | | |
| 推荐教师: 汪敬雯 | | |
| 《认知觉醒》 | 周岭 | 心灵与成长单元 |
| 2020年10月出版 | ISBN: 9787115543424 | 人民邮电出版社 |
| 推荐理由: 这是一部可以穿透时间的个人成长方法论。通过“大脑构造、潜意识、元认知”等思维规律,你将真正看清自己。本书指出如何了解自己,如何制定适合自己的计划,如何养成良好习惯。 | | |
| 《何为美好生活:行之于途而应于心》 | 陈嘉映 | 思辨方法单元 |
| 2015年04月出版 | ISBN: 9787532156917 | 上海文艺出版社 |
| 推荐理由: 在这个意义流失的时代,如何自处,如何找到自己的位置,找到人生的意义,非常重要。《何为美好生活》讨论了伦理学几个问题,语言流畅清明,思维跟随着问题一步步向深处去,会感到一种穷理的快乐。读完此书,关于人生的思考会清晰很多。 | | |
| 推荐教师: 姚楠 | | |
| 《未来简史》 | 尤瓦尔·赫拉利 | 自然与生命单元 |
| 2022年05月出版 | ISBN: 9787508672069 | 中信出版社 |
| 推荐理由: 一本好书的标志就是不但能够改变读者看世界的方式,而且能够将历史的另一面呈现给读者。在《未来简史》这本书里,尤瓦尔·赫拉利以一种通俗易懂的方式让我们看到人类终将走向何方。 | | |
| 推荐教师: 吴思 | | |
| 《苦难辉煌》 | 金一南 | 党史学习单元 |

| | | |
|--|---------------------|-----------|
| 2020年08月出版 | ISBN: 9787521210255 | 作家出版社 |
| <p>推荐理由:</p> <p>本书是中宣部中组部要求全体党员干部学习的重点图书，它通过对我党早期历史的精彩讲解，叙述了我国如何从苦难走向辉煌，也为未来的发展提供了思考。</p> | | |
| 《设计心理学》 | [美] 唐纳德 A 诺曼/小柯 | 思辨方法单元 |
| 2015年05月出版 | ISBN: 9787508648330 | 中信出版社 |
| <p>推荐理由:</p> <p>该书强调以人为本的设计哲学，将认知心理学和行为学等多学科的方法导入到设计之中。大量的案例提醒设计师关注，并找到人们的真正需求；另一方面诺曼博士也试图将大众转变为优秀的观察者，不仅能观察到糟糕的设计，也慢慢学会欣赏优秀的设计。适合大一新生刚刚接触设计时，明确自己未来从事的专业方向价值与意义。</p> | | |
| 《现代艺术 150 年一个未完成的故事》 | 威尔·贡培兹/王烁/王同乐 | 美学与艺术单元 |
| 2017年03月出版 | ISBN: 9787549586646 | 广西师范大学出版社 |
| <p>推荐理由:</p> <p>如果我们还能从一百五十多年前莫奈的《日出》、梵高的《星空》中，依稀辨认出艺术“原来”的模样，那么，一百五十年后安迪·沃霍尔的金汤宝罐头、达米恩·赫斯特的腌制鲨鱼，还有翠西·艾敏乱糟糟的床，足以让我们看到艺术的其他可能。回顾现代艺术一个半世纪的反叛之路，我们见证了一代又一代人如何变得愈发反叛、大胆、混乱。这背后，是艺术家对“何为艺术”的无尽追问，是他们对周遭世界的回应与抵抗。现代艺术的故事仍在继续，也许永远不会完成。</p> <p>推荐教师: 吴以熙</p> | | |

音乐系

| | | |
|---|----------------------|--------------|
| 《生命的心流》 | [美]米哈里·契克森米哈赖 | 心灵与成长单元 |
| 2009年01月出版 | ISBN: 9787508614069 | 中信出版社 |
| <p>推荐理由:</p> <p>从心流出发,契克森米哈赖重新定义了什么叫“乐趣”,什么叫“复杂”,什么叫“休闲”,并且推出什么是真正的幸福。真正的幸福,是当你全心全意投入一件事,把自己至于度外的時候,获得的副产品。你直接追求的并不是幸福,而是把自己变得更复杂——在这个变复杂的过程中,你会找到乐趣,这个状态就是幸福的……你幸福吗?我在读这本书的时候,(不经意地)收获了很多幸福。</p> <p>推荐教师: 蔡丛</p> | | |
| 《悲剧的诞生》 | [德]尼采(Nietzsche, F.) | 美学与艺术单元 |
| 1986年12月出版 | ISBN: 2002-299 | 生活·读书·新知三联书店 |
| <p>推荐理由:</p> <p>《悲剧的诞生》是对20世纪的精神生活起了重大影响的思想家。《悲剧的诞生》是尼采一鸣惊人的巨作,也是读者理解尼采美学和哲学的入门书,尼采自称这是一本为那些兼有分析和反省能力的艺术家写的书,充满心理学的创见和艺术的奥秘,是“一部充满青年人的勇气和青年人的忧伤的青年之作”。在这部著作中,尼采用日神阿波罗和酒神狄奥尼索斯的象征说明了艺术的起源、本质、功用以及人生的意义。</p> <p>推荐教师: 张伊瑜</p> | | |
| 《中国传统音乐概论》 | 王耀华、杜亚雄 | 院系自定义单元 |
| 2013年08月出版 | ISBN: 9787533428075 | 福建教育出版社 |
| <p>推荐理由:</p> <p>本书是“中国艺术教育大系”丛书之一。全书分上下两篇共八章,内容涉及民间音乐,宗教、祭祀音乐。本书以辩证唯物主义与历史唯物主义为方法论的指导思想,强调理论与实践相结合的原则。本书为音乐院校专业基础课的理论教材,其内容经过适当选择与调整,同时也适用于普通大学音乐必修课及师范院校的教学。</p> <p>推荐教师: 张伊瑜</p> | | |
| 《音乐百科词典》 | 缪天瑞 | 院系自定义单元 |
| 1998年10月出版 | ISBN: 9787103015360 | 人民音乐出版社 |

| | | |
|--|---------------------|-----------|
| <p>推荐理由：</p> <p>《音乐百科词典》无论是条目的取舍还是内容的写法，都充分考虑中国读者的需要，与西方出版的音乐工具书有很大的不同。作为第一本由中国人编纂的百科性音乐词典，当然对中国的内容予以足够的重视，不仅为中国读者提供方便，也为有兴趣了解中国音乐全貌的外国人士提供了参考。</p> <p>推荐教师：张伊瑜</p> | | |
| 《五四图史》 | 丁守和 | 家国情怀单元 |
| 1999年04月出版 | ISBN: 9787806490334 | 辽海出版社 |
| <p>推荐理由：</p> <p>五四运动是一次伟大的反帝反封建爱国运动、伟大的思想解放运动和新文化运动，它标志着中国民主革命进入一个崭新阶段。《五四图史》是集体智慧的产物，更是对到目前为止已有学术成果的继承。不论是书中的图片还是文字，都充分吸收了学术界已有的研究成果。</p> <p>推荐教师：张伊瑜</p> | | |
| 《世界民族音乐》 | 安平 | 院系自定义单元 |
| 2020年08月出版 | ISBN: 9787040534849 | 高等教育出版社 |
| <p>推荐理由：</p> <p>安平编著的《世界民族音乐》从浩若烟海、丰富多彩的世界民族音乐文化的九大风格区中，选取了重要的具有典型性特征的人类音乐文化现象，集知识性与趣味性于一体，音乐与文化于一体，讲解与欣赏于一体，表演与讨论于一体，对其予以深入浅出地分析，以点带面，点面结合地讲述世界民族音乐。带领读者一起进行一次美妙的世界民族音乐之旅，在音乐文化的感知中去了解世界、理解世界。</p> <p>推荐教师：吴睿</p> | | |
| 《品味四讲：蒋勋“孤独三书”之三》 | 蒋勋 | 美学与艺术单元 |
| 2020年05月出版 | ISBN: 9787559446602 | 江苏凤凰文艺出版社 |
| <p>推荐理由：</p> <p>蒋勋鼓励大众从生活细微面出发，将美拉近到食、衣、住、行的层次，从而能过一个有质感、有品味的生活。在小吃里发现信仰；感受服装的体温；如何营造一个家；怎样将急躁、焦虑的心情转化成缓慢的生活节奏；如何从生活细节中找到快乐，享受悠闲的文化……</p> <p>推荐教师：吴睿</p> | | |

| | | |
|--|---------------------|-----------|
| 《中国古代音乐史稿（上、下册）》 | 杨荫浏 | 美学与艺术单元 |
| 1981年02月出版 | ISBN: 9787103005118 | 人民音乐出版社 |
| <p>推荐理由: 该书深入浅出的讲述了传统音乐文化，是中国音乐史研究的重要代表作之一，有助于学生全面的了解中国古代音乐文化。</p> <p>推荐教师: 张伊瑜</p> | | |
| 《音乐学写作》 | 韩锺恩 | 能力与发展单元 |
| 2014年01月出版 | ISBN: 9787806928950 | 上海音乐学院出版社 |
| <p>推荐理由: 该书系统的讲述了音乐学写作的逻辑与步骤，是音乐学初学者的必读书目，有助于学生系统学习音乐论文写作的相关知识。</p> <p>推荐教师: 陈思尧</p> | | |

云康医学与健康学院

| | | |
|--|-------------------------|------------------|
| 《未来简史》 | [以]尤瓦尔·赫拉利著 林俊宏译 | 自然与生命单元 |
| 2017年2月出版 | ISBN: 9787508672069 | 中信出版社 |
| <p>推荐理由:</p> <p>《未来简史》是一本令人震撼和启发的书，它以历史学家的视角，展望了人类在21世纪可能面临的挑战和机遇。作者尤瓦尔·诺亚·赫拉利以生动的语言和丰富的例证，探讨了人类如何利用科技、生物学和数据来改造自己和社会，以追求永生、幸福和神性。该书不仅提供了对未来的想象，也提出了一些关于人性、意义和价值的深刻问题。这是一本值得每个有思想的人阅读和思考的书。</p> <p>推荐教师: 高鹏飞</p> | | |
| 《邓小平时代》 | [美]傅高义(Extra F. vogel)等 | 党史教育学习单元 |
| 2013年1月出版 | ISBN: 9787117071949 | 生活·读书·新知 三联书店 |
| <p>推荐理由:</p> <p>该书是对邓小平跌宕起伏的一生，以及中国惊险崎岖的改革开放之路的全景式描述。作者以丰富的史料、国内外重要的研究成果、档案资料和为数众多的独家访谈为基础，对邓小平的个人性格及执政风格进行了深层分析，并对中国改革开放史进行了完整而独到的阐释。书中的人物、事件众多，既有对毛泽东、周恩来、邓小平、陈云等人相互关系的细致解读，又有对“三中全会”、权力过渡、中美建交、政改试水、经济特区、一国两制、九二“南巡”等重大事件和决策的深入分析，被誉为邓小平研究“纪念碑式”的著作。</p> <p>推荐教师: 张昀璟</p> | | |
| 《显微镜下的大明》 | 马伯庸 | 家国情怀单元 |
| 2019年1月出版 | ISBN: 9787540488475 | 湖南文艺出版社 |
| <p>推荐理由:</p> <p>这本书的内容着眼于平民的政治生活，而且记录极为详尽。在这里，我们能看到朴实的百姓诉求、狡黠的民间智慧、肮脏的胥吏手段、微妙的官场均衡之术，从无数个真实的细节里，展现出一幅极其鲜活的政治生态图景。想要读懂大明，想要读懂中国古代政治，不可只注目于朝堂，亦要听到底层的呐喊。在一个个普通人的遭遇中，才蕴藏着真实的规律。这本书有助于我们从不同的角度了解明代的历史。</p> <p>推荐教师: 李玉洁</p> | | |
| 《自卑与超越》 | [奥]阿尔弗雷德·阿德勒 | 心灵与成长单元 |

| | | |
|---|---------------------|-----------|
| 2017年1月出版 | ISBN: 9787505737488 | 中国友谊出版公司 |
| 推荐理由: 这本书是人类心理学先驱阿尔弗雷德·阿德勒的著作,作者从探寻人生的意义出发,启迪我们去理解真实的生命意义。全书立足于个体心理学观点,从教育、家庭、婚姻、伦理、社交等多个领域以大量的实例为论述基础、阐明了人生道路的方向和人生意义的真谛,有助于学生了解自我、解释疑惑、健康成长。 | | |
| 推荐教师: 李玉洁 | | |
| 《人类简史》 | [以]尤瓦尔·赫拉利著 林俊宏译 | 自然与生命单元 |
| 2017年2月出版 | ISBN: 9787508660752 | 中信出版社 |
| 推荐理由: 《人类简史》是一本令人瞩目的作品,它以清晰、生动的叙述方式,探讨了人类历史的重要方面。通过这本书,读者可以更深入地了解人类社会的发展、演变和人类文化的多样性。作者尤瓦尔·赫拉利运用了大量历史资料和科学数据,将人类历史分为了四个阶段:认知革命、农业革命、人类的融合统一和科学革命。这本书不仅展示了人类历史上的种种变迁,还探讨了人类面临的挑战和未来可能的发展方向。如果你对人类历史、社会和文化感兴趣,这本书绝对值得一读。它不仅具有高度的可读性,还蕴含着深刻的洞见和思考,将使你受益匪浅。 | | |
| 推荐教师: 吕婧 | | |
| 《目光》 | 陶勇 | 心灵与成长单元 |
| 2020年10月出版 | ISBN: 9787550038219 | 百花洲文艺出版社 |
| 推荐理由: 明明是悬壶济世,苍生大医,却说自己普通得像扔在海滩上的一颗沙。 | | |
| 《血疫-埃博拉的故事》 | [美]理查德·普雷斯顿 | 自然与生命单元 |
| 2016年03月出版 | ISBN: 9787532771493 | 上海译文出版社 |
| 推荐理由: 看完这本书我养成了多年没养成的勤洗手的习惯,注意讲究卫生了。 | | |
| 《从一到无穷大》 | [美]乔治·伽莫夫/阳曦 | 心灵与成长单元 |
| 2019年09月出版 | ISBN: 9787201151304 | 天津人民出版社 |
| 推荐理由: 内容经典,制作也够用心,连别的版本里没有的索引也收录了。插图里的中文内容是手写的,很好玩。还有两幅拉风的大图! | | |
| 《平凡的世界》 | 路遥 | 心灵与成长单元 |
| 2012年03月出版 | ISBN: 9787530212004 | 北京十月文艺出版社 |

| | | |
|---|---------------------|---------|
| 推荐理由： 这是一部全景式地表现中国当代城乡社会生活的长篇小说。 | | |
| 《麦田里的守望者》 | [美]J. D. 塞林格 | 心灵与成长单元 |
| 2017年03月出版 | ISBN: 9787544701754 | 译林出版社 |
| 推荐理由： 人活着除了物质生活外，还要有精神生活，而且在一个比较富裕的社会里，精神生活往往比物质生活更为重要。 | | |
| 《斯纳通》 | [美]约翰·威廉斯 | 心灵与成长单元 |
| 2016年01月出版 | ISBN: 9787208130500 | 上海人民出版社 |
| 推荐理由： 一个勇者有过的失败不失意的人生：即使不能拥有完美的生活，所幸追求过完整的自我。 | | |
| 《见识》 | 吴军 | 心灵与成长单元 |
| 2018年03月出版 | ISBN: 9787508684604 | 中信出版社 |
| 推荐理由： 在书中，作者将自己的经历，以及身边那些时代先行者的经验，以鲜明睿智的方式阐述出来，为你提供一个与众不同的、值得深度思考的看待世界、看待问题的视角。 | | |

中医药健康学院

| | | |
|--|---------------------|-----------|
| 《格调》 | [美]保罗·福塞尔著 石涛等译 | 国际视野单元 |
| 2017年01月出版 | ISBN: 9787550292918 | 北京联合出版公司 |
| 推荐理由: 作者通过独特的视角、敏锐的观察、鞭辟入里的分析、机智幽默的文笔,将美国社会中的社会等级现象描绘得淋漓尽致,对三六九等人的品味作了细致入微的对比,引人发笑又富于启发性。书中对美国社会的诸多描述无不折射出当下中国的众生百态,因此本书也可作为观察中国社会的一面明镜。 | | |
| 《中医入门》 | 秦伯未 | 自然与生命单元 |
| 2006年01月出版 | ISBN: 9787117071949 | 人民卫生出版社 |
| 推荐理由: 《中医入门》按中医的体系,分为理、法、方、药四个部分,依次叙述中医的基本理论、生理、病因、诊法、治疗法则,以及方剂和药物的组成运用等。该书理论联系实际,通俗易懂,可供目前一般初学中医者作为入门读物之用。 | | |
| 《本草纲目导读》 | 唐明邦 | 自然与生命单元 |
| 2009年01月出版 | ISBN: 9787507830101 | 中国国际广播出版社 |
| 推荐理由: 本草纲目是中国优秀传统文化的代表,它不仅推动了中国本草学的深入发展,而且传播广泛,影响整个世界的科技发展。但《本草纲目》是一部多达190万字的鸿蒙巨著,若不知门径,则令人望而却步。故有此书,为读者指点迷津,让我们也能体会本草的奥妙。 推荐教师: 周国洪 | | |
| 《论语别裁》 | 南怀瑾 | 家国情怀单元 |
| 2019年07月出版 | ISBN: 9787309032437 | 复旦大学出版社 |
| 推荐理由: 南怀瑾先生毕生讲学无数,著作丰富,著有《论语别裁》《孟子旁通》《原本大学微言》《老子他说》等近六十部作品,并曾译成多国语言。他用“经史合参”的方法,讲解儒释道三教名典,旁征博引,拈提古今,蕴意深邃,生动幽默,在普及中国传统文化方面取得了引人注目的成就,深受海内外各层次读者的喜爱,半世纪以来影响无数中外人士;而南怀瑾先生融会东西精华、重整文化断层的心愿,亦将永续传承下去。 | | |
| 《老子绎读》 | 任继愈 | 思辨方法单元 |
| 2015年04月出版 | ISBN: 9787501355709 | 国家图书馆出版社 |

| | | |
|--|---------------------|-----------|
| 推荐理由： 本书是任继愈先生对中华民族重要的经典——《老子》的注解和阐释。作者在《老子》原文的每章前，撰写了高度概括性的内容提要 and 中心思想；对原文中的重点和难懂词句，逐一校注，并附有历代名家的校勘成果；译文精确、流畅、规范、易懂。作者译注《老子》始于 1956 年，他曾在 50 年间四次翻译和注释《老子》，期间不断修订与完善，足见其治学之严谨，研究用力之深。本书集作者半个多世纪研究《老子》的大成，也是《老子》问世 2000 多年来的新研究成果。 | | |
| 《羊皮卷》 | [美]奥里森·马登 | 心灵与成长单元 |
| 2014年01月出版 | ISBN: 9787511337627 | 中国华侨出版社 |
| 推荐理由： 本书通过一个个动人心弦的故事、鞭辟入里的分析，深刻阐述了人生的哲理和成功的理念，使人们能够清晰无误地感受到各种人工智慧；鼓舞着人们勇攀高峰；激励受困的人们重获信心和勇气，不断地向命运挑战，从而获得人生的成功、财富及幸福。 | | |
| 《常青之道》 | 甄占民 | 党史学习教育单元 |
| 2021年04月出版 | ISBN: 9787509857762 | 中国党史出版社 |
| 推荐理由： 本书从不忘初心、牢记使命，永不自满、守正出新，坚持真理、修正错误，刀刃向内、刮骨疗毒，立党为公、严以修身，制度治党、常抓不懈，依靠学习、走向未来等七个方面阐述中国共产党自我革命历史经验及新时代开展自我革命的实践要求，汇集了党的自我革命史上具有典型性 100 个故事，以案传道，用讲故事的方式呈现中国共产党自我革命的伟大历程和辉煌成就，揭示百年大党风华正茂的保鲜秘方和不竭动力，展现党的实践创造，总结党的历史经验，弘扬党的光荣传统和优良作风，赓续共产党人精神，启示广大党员干部牢记初心使命，始终保持自我革命的思想自觉、政治自觉和行动自觉，树立正确党史观。 | | |
| 《表观遗传与人类相关疾病》 | 杨晓玲/吴立刚 | 自然与生命单元 |
| 2021年01月出版 | ISBN: 9787557850760 | 吉林科学技术出版社 |
| 推荐理由： 本书以疾病的表观遗传学机制为主线，系统介绍了表观遗传与各个系统疾病之间的关系，揭示临床疾病机理，培养基础科研工作者的临床思维能力；为临床工作者提供理论支持，实现临床与基础相长，探索和谋求现代疾病诊断的突破点和发展点，为疾病的诊疗和新药开发提供新思路。 | | |
| 《正念：此刻是一枝花》 | [美]卡巴金/王俊兰 | 心灵与成长单元 |
| 2015年05月出版 | ISBN: 9787111499220 | 机械工业出版社 |

| | | |
|---|--------------------|-----------|
| <p>推荐理由： 本书作者是正念减压创始人卡巴金博士，通过介绍正念以及介绍正念的练习方式，引导大家学习对自己经验的开放和觉察，学习如何与自己的压力和痛苦和睦相处，倡导专注、接纳、信任和耐心，珍惜当下。</p> | | |
| 《思考中医： 对自然与生命的时间解读》 | 刘力红 | 院系自定义单元 |
| 2018年08月出版 | ISBN：9787559808998 | 广西师范大学出版社 |
| <p>推荐理由： 《思考中医》又名《伤寒论导论》，按照天人合一的观念，从阴阳、伤寒的角度，结合自然的季节、时辰来研究人的疾病与健康，分析了太阳病、阳明病、少阳病、太阴病、少阴病、厥阴病六类病证及诊治纲要，是一部依托《伤寒杂病论》又超越《伤寒杂病论》，从更广阔的视角思考中医理论、中医文化、中华文化的著作。本书竭力避免深奥晦涩，将学术性与大众化相结合，取名为“思考中医”，是取思考时空、思考生命、思考健康之意，它既是中医专业书，也是有益于大众的优秀传统文化书读物。</p> <p>推荐教师：曾巧煌</p> | | |
| 《牛津通识课：病毒》 | [英]多萝西·克劳福德 | 自然与生命单元 |
| 2021年10月出版 | ISBN：9787534197864 | 浙江科学技术出版社 |
| <p>推荐理由： 三小时读懂人类会不会和病毒共存。纵览人类与病毒几千年的交手记录，原来并非你死我活的关系。只有认识病毒的真面目，才能用科学的方法防疫！</p> <p>推荐教师：曾巧煌</p> | | |
| 《新药的故事》 | 梁贵柏 | 自然与生命单元 |
| 2019年07月出版 | ISBN：9787544776905 | 译林出版社 |
| <p>推荐理由： 本书从一位一线科学家的专业视角出发，讲述了十余种对人类健康产生深刻影响的新药的故事。从广为人知的降压药，到如今备受热议的宫颈癌疫苗，从价格一度令人瞠目结舌的乙肝疫苗，到有望对抗多种癌症的抗癌药物，新药研发的历史也是人类对抗疾病的斗争史，本书以科学的态度、严谨的逻辑，再现了药物研发过程中的“黑天鹅”与“灰犀牛”。</p> <p>推荐教师：曾巧煌</p> | | |
| 《中国文化常识》 | 吕思勉 | 家国情怀单元 |
| 2019年01月出版 | ISBN：9787545543322 | 天地出版社 |

| | | |
|--|---------------------|-----------|
| <p>推荐理由： 全书以古鉴今，用通俗的行文，条理清晰地介绍了我国几千年来的婚姻、族制、政体、阶级、财产、官制、选举、赋税、兵制、刑法、实业、货币、衣食、住行、教育、语文、学术、宗教十八个方面的内容，是一部不可多得的中国文化史经典读物。</p> <p>推荐教师：曾巧煌</p> | | |
| 《朝花夕拾》 | 鲁迅 | 心灵与成长单元 |
| 2015年01月出版 | ISBN: 9787201089140 | 天津人民出版社 |
| <p>推荐理由： 此版《朝花夕拾》精选鲁迅先生48篇优美有趣的散文：第一部分《朝花夕拾》，儿时美好记忆牵挂一生；第二部分，选取鲁迅先生随手拈来美文小品，余闲时，赏玩风筝、秋叶、江南雪；第三部分，看先生风趣妙谈古今历史；第四部分，记忆中的那些人那些事，在先生笔端随波荡漾，静谧安好。</p> <p>推荐教师：曾巧煌</p> | | |
| 《活着》 | 余华 | 人生道路单元 |
| 2021年07月出版 | ISBN: 9787530221532 | 北京十月文艺出版社 |
| <p>推荐理由： 这本书平淡地叙述了福贵的一生，没有煽情，但是让人感受到了生活的厚重，里面包含了太多的身不由己、苦难和残酷。尽管如此却没有绝望，反而传达出一种活下去的勇气，用卑微和苦难的生活体现了人的勇气和高贵。活着的意志，是永远不会被夺走的。</p> <p>推荐教师：边文彦</p> | | |
| 《亲密关系》 | [美]罗兰·米勒 | 心灵与成长单元 |
| 2015年06月出版 | ISBN: 9787115390578 | 人民邮电出版社 |
| <p>推荐理由： 生活中我们处于多种关系中：人际关系、爱情、友谊、沟通、依恋等等。我们对这些关系认识可能不全面。这本书将使我们对爱情、婚姻、承诺、友谊、理解、沟通、依恋、亲密等各个方面形成崭新的认识，规避掉一些常见的错误，使我们生活更加幸福。</p> <p>推荐教师：边文彦</p> | | |
| 《向上：让你的优秀 远超同龄人》 | 张自豪 | 心灵与成长单元 |
| 2021年09月出版 | ISBN: 9787559655011 | 北京联合出版公司 |

| | | |
|---|---------------------|-----------|
| <p>推荐理由：</p> <p>是一部给年轻人的成长精进指南。作者从一个普通家庭成功逆袭到清华中的金字塔—苏世民学院，从贝恩咨询到获得6000万融资的杰出青年创业者。他用自己成长路径，证明了大部分成就不需要拼天赋，而是你对这个世界是否拥有正确的底层逻辑和认知方式。</p> <p>推荐教师：边文彦</p> | | |
| 《做自己的中医》 | 范怨武 | 自然与生命单元 |
| 2021年10月出版 | ISBN: 9787571709761 | 河北科学技术出版社 |
| <p>推荐理由：</p> <p>《做自己的中医》深入浅出地讲述了中医基础知识。作者有扎实的理论和丰富的临床经验，经过他的讲述，原本看起来艰涩难懂的中医知识，也能通俗易懂。你会发现中医知识如此实用、有趣。《做自己的中医》，让读者拥有中医思维并把它融入到生活的细节中，远离致病的因素，让身体健康。让读者面对疾病不恐惧，能够更好地配合中医医生的治疗，早日治愈疾病。</p> <p>推荐教师：周国洪</p> | | |
| 《我与地坛》 | 史铁生 | 人生道路单元 |
| 2011年01月出版 | ISBN: 9787020083442 | 人民文学出版社 |
| <p>推荐理由：</p> <p>《我与地坛》由中国当代著名作家史铁生著。是史铁生文学作品中，充满哲思又极为人性化的代表作之一。史铁生是当代中国最令人敬佩的作家之一。他的写作与他的生命完全同构在了一起，在自己的“写作之夜”，史铁生用残缺的身体，说出了最为健全而丰满的思想。他体验到的是生命的苦难，表达出的却是存在的明朗和欢乐，他睿智的言辞，照亮的反而是我们日益幽暗的内心。</p> <p>推荐教师：关靓</p> | | |
| 《第七天》 | 余华 | 人生道路单元 |
| 2018年08月出版 | ISBN: 9787513331418 | 新星出版社 |
| <p>推荐理由：</p> <p>本书讲述了一个普通死后的七日见闻：叫杨飞的人去世了，但他的灵魂似乎还没走远，他接到一通电话，殡仪馆的人抱怨他火化迟到，而即将被火化的竟是杨飞自己……他在去殡仪馆的路上经历了一系列光怪陆离的事件，以及与生前亲友的爱恨离别。生活的不易、爱情的曲折、亲情的温暖……让活着的人无从找寻出口，只能在死后的世界里得到和解与救赎。余华用拙朴简白的手法写出了深沉的悲痛和感人的温情，写尽了中国人的善良与悲哀。</p> <p>推荐教师：关靓</p> | | |
| 《和狗狗的十二次哲学漫步》 | [英] 安东尼·麦高恩 | 心灵与成长单元 |
| 2020年11月出版 | ISBN: 9787201163949 | 天津人民出版社 |

推荐理由：

12次遛狗，12个哲思时刻。一个喋喋不休的主人，一个听到哲学术语就头疼的狗狗，一场有趣的哲学脱口秀。学哲学就像遛狗，可以选择不同的路线——朝哪边走，走多远，甚至目的都可以不同。这是一本狗狗也能“听”懂的哲学导读，当然，这本书是写给人的，而不是写给狗的，解决的是人的问题。比如什么是做“对”的事？什么是美好生活？真的有自由存在吗？生命的意义究竟是什么？作者用生活化的例子讲述身边的哲学，用哲学来理解当下生活。现在，让我们从“犬儒”开始，走进哲学的世界吧！读完后，你会发现哲学很简单，生活也是。

推荐教师：关靓

| | | |
|------------|---------------------|--------|
| 《南京大屠杀》 | [美]张纯如 | 家国情怀单元 |
| 2013年01月出版 | ISBN: 9787508637242 | 中信出版社 |

推荐理由：

一部令国人流泪的书。1937年12月，日军攻入中国古都南京。几周之内，30多万中国平民和士兵遭到有计划地强暴、折磨和屠杀——死亡人数超过广岛和长崎原子弹爆炸遇难人数的总和。张纯如不仅在书中详述了日军疯狂暴行的细节，而且分析了在军国主义文化背景下成长起来的日本士兵对人类生命的漠视。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。全书先是从日本士兵、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。

推荐教师：关靓

| | | |
|------------|---------------------|---------|
| 《当呼吸化为空气》 | [美]保罗·卡拉尼什 | 心灵与成长单元 |
| 2020年12月出版 | ISBN: 9787572205972 | 浙江教育出版社 |

推荐理由：

全世界只有百分之0.0012的人在36岁就患上肺癌，保罗·卡拉尼什(Paul Kalanithi)是其中之一。作者保罗·卡拉尼什(PaulKalanithi)在即将抵达人生巅峰的时候，忽然被诊断出患有第四期肺癌。自此，他开始以医生和患者的双重身份，记录自己的余生，反思医疗与人性。本书文笔优美，诚挚感人，书里有着对人性、生死、医疗的深沉思索，让全球无数读者为之动容。

推荐教师：关靓

