



《郭论：江湖》：郭德纲煮酒论史说江湖

中国出版传媒商报讯 近日，郭德纲携新作《江湖》与广大读者见面。这是郭德纲百万畅销书“郭论”系列的第3册，由喜马拉雅FM与博集天卷联合出品，湖南文艺出版社出版发行。从无人问津的草根艺人到相声界的中兴之主，郭德纲来自江湖，也成于江湖。《江湖》汇集了郭德纲为人处世和思维模式的精髓，他点评历朝历代风流人物，从王侯将相到贩夫走卒，将人性深处的光明与晦暗娓娓道来。

(雨) 《郭论：江湖》郭德纲著/湖南文艺出版社 2021年1月版/59.80元



《春风故事》：东北老工业区如何改革自救？

中国出版传媒商报讯 一部基于“振兴东北老工业基地”战略背景的现实题材佳作《春风故事》日前出版。该书讲述老国企如何改革自救，产业工人如何应对变革、顺应时代、谋求发展，涅槃重生。作家以平实的语言勾勒出东北老工业基地改革的恢宏画面，以小人物侧写大时代，成功表现了改革过程中新一代产业工人，积极谋求发展创新的信心和决心，也展现了东北人民的幸福感和获得感。（夜雨）

《春风故事》赵杨著/北京联合出版公司 2021年3月版/82.00元

生活科普类 (10种)

在解决问题中学会成长，学会爱

关键词 治愈 成长 力量

生活不易，面对困难与问题，忧伤也许是人的本能，微笑面对才是一种能力。2021年1月推荐的生活类好书，“治愈”是一个主题。《对白：让我们和更好的你聊聊》《海龟先生的心理疗愈：用寓言故事治愈心灵》《幸福婚姻心理学》都是帮助读者从一个全新视角观察自我，在解决问题中学会成长，学会爱，终修炼成一个完整、独立、有力量的自己。而科普类好书，也着重在用有趣的方式带读者去探索植物的世界、微观的世界，不一样的视角或许能改变我们的思维方式和对万事万物的看法。

■中国出版传媒报记者 郑杨

生活类(5种)

《高财商女子养生成术》[日]大竹乃梨子著/江苏凤凰文艺出版社 2020年12月版/48.00元

ISBN:9787559445216

推荐理由：该书是由日本一级理财顾问、日本金融学习协会理事大竹乃梨子写给千万女性的理财指南，教你改变思维，在日常生活中养成26个小习惯，培养理财意识，拥有富人思维。作者针对女性单身、婚后、养育子女、老年等不同的人生阶段，在存钱、购买保险、买房置业、投资理财以及自我提升等多方面，掌握基础的理财知识，懂得灵活运用生钱之术，制订适合自己的财务计划，最终实现财务自由。

《薇娅：人生是用来改变的》薇娅著/北京联合出版有限公司 2021年1月版/59.00元

ISBN:9787559647955

推荐理由：“每一次改变都是礼物，每一次蛰伏都是扎根。人生没有所谓的弯路，走过的每一步路，都是到达终点的必经之路。”这是薇娅回望自己近20年来的改变之路时发出的感慨。小小年纪独自到北京闯荡，做过服装店导购，积攒实力后开启创业之路，在生意蒸蒸日上时毅然尝试做歌手，经历了人生低谷后，迎着风口，开始了淘宝直播的探索之路。薇娅的每一步路都书写着她的果敢、努力与坚韧。薇娅用她的改变，书写了每一位心怀梦想的人如何成长，如何抓住机遇，成就自我的励志故事。

《对白：让我们和更好的你聊聊》白岩松等著/长江文艺出版社 2021年1月版/56.00元

ISBN:9787570217540

推荐理由：18~25岁，或许是人一生中最迷茫的时期。该书所取材的优酷同名节目《对白：让我们和更好的你聊聊》自2019年11月上线以来，豆瓣评分8.8分，连续6次获得广电总局高度赞扬。书中完整收入白岩松、周国平、刘震云、马未都、陈鲁豫、武志红、李昌钰、樊登等享誉全国乃至世界的名人名家演讲实录，探索成长本质，直面当下青年的现实与精神需求。

《幸福婚姻心理学》陈素娟著/华中科技大学出版社 2021年1月版/46.00元

ISBN:9787568034562

推荐理由：婚姻是一场修行，有人参透，有人顿悟。该书打开了一个全新的视角，深层次分析解读各种婚恋行为背后的心理动机、原生家庭对婚姻关系的影响、外遇等多种婚姻伤害的心理原因。它教读者如何强大自我力量，提升觉知力，化解矛盾，促进沟通，营造双赢的幸福婚姻。作者认为，成熟的婚姻不是没有问题，而是在问题中学会成长，学会爱，终修炼成一个完整、独立、有力量的自己。

《海龟先生的心理疗愈：用寓言故事治愈心灵》[加]塞尔日·马基著 宋义铭译/水利水电出版社 2021年1月版/49.80元

ISBN:9787517093428

推荐理由：这是一本颇具哲学意味的心理学著作。作者通过描述海龟先生的心理疗愈过程，隐喻了人类的本性。书中一个个充满诗意、丰富而独特的寓言故事，都是在邀请读者同海龟先生一起，深度观察自我、改变自我。该书故事

性较强，语言也风趣幽默，是一本通俗易懂的心理学入门书。

科普类(5种)

《奇怪的知识增加了》[英]马库斯·乔恩著/湖南科学技术出版社 2020年12月版/48.00元

ISBN:9787571008246

推荐理由：这是一本由50个古怪又奇妙的科学事实组成的科普书。随着科技的进步和飞跃，人类在太空的冒险、对量子世界的理解不断加深，这一切都揭示了一个远比我们想象中更为奇怪的宇宙。作者用轻松幽默的语言，向我们阐释了宇宙中所暗藏的巨大能量，也揭示了关于生命存在的有趣细节，让人在脑洞大开之余，获得丰富的科学知识。发掘那些控制我们日常生活的隐藏真理，有助于解释我们存在的巨大复杂性，也能够改变我们的思维方式和对万事万物的看法。

《太阳系简史》汪洁著/浙江教育出版社 2020年12月版/62.00元

ISBN:9787572209369

推荐理由：我们生活在宇宙之中，对宇宙的理解却十分有限。很多人都不清楚人类探索宇宙的原因是什么？《太阳系简史》是文津图书奖得主汪洁精心打磨、多次修订的成果，它涵盖了近30年来人类探索太阳系的重要事件，而且收入了近100张宇宙图片，图文并茂、内容风趣，全景展示了人类探索太阳系的伟大征程。

《这就是化学》米莱童书著、绘/四川教育出版社 2020年12月版/200.00元

ISBN:9787540873974

推荐理由：对于化学知识的科普不仅能够帮助孩子们初步认识化学这门基础科学，还能够让他们更加了解身边的事物。该书采用漫画形式，将严肃的科学知识与有趣的故事相结合，深入浅出、寓教于乐，让孩子在愉悦的氛围中轻松获取知识。该书有助于消除孩子对化学这门学科的陌生感，让孩子从小对化学这门学科产生浓厚的兴趣。

《探索微观世界》吴成军主编/机械工业出版社 2020年12月版/79.00元

ISBN:978711666004

推荐理由：该书是一本利用数码液晶显微镜对生命世界进行观察和探索的图书。这本书由人民教育出版社编审，资深编辑吴成军担任主编，汇集了全国十几位一线教师亲自探究实践而形成的案例。最终选取的66个案例特色鲜明、涵盖面广，囊括了细胞组织、细菌真菌、植物动物、遗传和化学反应等8大主题。书中的800多幅图片，99%均为实拍，从多个角度呈现出微观世界的神奇和美妙。

《植物的“智慧”》马炜梁、寿海洋著/北京大学出版社 2021年1月版/128.00元

ISBN:9787301315439

推荐理由：著名植物学家马炜梁教授近40年来一直在寻求植物的生存“智慧”，他认为：植物虽然站在原地不动，不能位移，但确实可以主动去找寻异性；植物没有神经系统，但确实有接受刺激的反射弧，能够很快地做出反应。在这本趣味盎然、图文并茂的科普著作里，作者结合植物分类学、生态学、环境生物学、行为学等学科去理解植物的生存之道，以丰富的实例，结合精美绝伦的微距摄影图片，令人信服地揭示了植物在演化进程中所形成的与根茎叶、花朵、果实、种子等相关的种种“智慧”，证实并丰富了达尔文的自然选择学说。

艺术教育类 (10种)

关键词 舞台 书法 电影 教育 儿童

真正的救赎，是在苦难之后找到生的力量和心的安宁。以艺术之名，向生活致意；而教育，是要相信爱的力量，相信种子默默生长的力量。

向不可思议的生活致敬

■中国出版传媒报记者 任志茜

艺术类(5种)

《罗马世界的艺术与考古》[英]马克·D·富勒顿著 郭佳好译/华中科技大学出版社 2020年11月版/228.00元

ISBN:9787568064231

推荐理由：艺术与考古是通往古代罗马世界的良好途径。该书不仅探讨了古罗马城内的陶器、铸币、雕塑、壁画、建筑等不同的艺术门类，还列举了以地中海盆地为核心，辐射北非、小亚细亚半岛的帝国行省中的物质文化遗产。全书试图解读古罗马人如何从伊特鲁里亚艺术、古希腊艺术，甚至古埃及艺术中汲取精华，使之与政治、军事、宗教、世俗生活紧密相连，形成独树一帜的罗马艺术。

《舞台言语：训练与创作》[俄罗斯]尤里·瓦西里耶夫著 徐卫宏、徐诚康译/中国戏剧出版社 2020年11月版/138.00元

ISBN:978710450483

推荐理由：尤里·瓦西里耶夫是俄罗斯功勋艺术家，是对完善话剧演员嗓音、语言和运动功能的生理感觉刺激方法的原创者。在对表演艺术的系统理解的基础上，他创建了一种舞台语言表现力与技巧的独特训练方法。戏剧院校的台词课要求既要自然、口语化，也要有表现力，而良好的声音共鸣恰恰是加强言语表现力的不可或缺的要素。他重视音质、音响等的共鸣程度，该书是适用于戏剧艺术表演专业台词课的基础训练教材，蕴含了丰富的戏剧观与表演观。

《书法课》林曦著/北京十月文艺出版社 2020年12月版/128.00元

ISBN:9787530221037

推荐理由：书画家林曦给零基础读者的书法课。她从自己十年面向零基础成年人的教学经验出发，并凝聚其多年来对于书法的认识和思考，教热爱传统文化的读者用写字的方式，聆听和欣赏这个世界。该书全面呈现了学习书法的方法，将“心手相应，知行合一”的理念贯穿始终，引领读者从文化与艺术的角度重新认识书法，将学习、思考、欣赏彼此结合。它以中国传统为根基，通过技艺的修习，帮助我们形成新的视角，亲近传统文化，感受艺术之美，通过学习和实践和所得滋养自我与当下的生活。

《走出大漠的女孩》陈美丽著/大象出版社 2021年1月版/29.00元

ISBN:9787571107406

推荐理由：扶贫先扶智，治贫先治愚。教育在脱贫攻坚中具有基础性、根本性的作用，是拔掉穷根、稳定脱贫的前提。故事发生在内蒙古锡林郭勒大草原最高山丘罕台这片贫瘠的土地上，作者以一个教育者的视角叙事，讲述了一个库布齐沙漠女孩的成长奇迹，笔触细腻，平实感人。

《教育的承诺：英格兰成功学校实录》[英]巴纳比·列依著 曹文、范晓虹译/华东师范大学出版社 2021年1月版/68.00元

ISBN:9787567007312

推荐理由：该书作者是英国私校委员会主席，在办学和参与政策制定方面有丰富扎实的经历，他从学校课程、考试体系和社会流动性等角度，全面介绍了英国的教育体系，讲述英格兰卓越学校的成长方式，也让我们从另外一个视角反思全球教育，反思中国教育，反思家庭教育。

《长不大的父母》[日]加藤谛三著 许源译/人民邮电出版社 2021年1月版/49.80元/ISBN:9787115555083

ISBN:9787567007312

推荐理由：童年时没有被爱过的人，即便长大，身上还是会残留着想任性撒娇、为所欲为的欲望，说白了，其内心依旧是一个爱撒娇、缺乏责任感且依赖心极强的小孩。他们成年后会时常感觉到被拒绝、被排斥、空虚，以及自卑，在成为家长后，还会将自己的幼儿式愿望投射到亲子关系中，向孩子表达出依赖、强迫、操控、隐形虐待、施恩图报等行为。这是一本终止家庭创伤的疗愈手册。作者用丰富的真实案例深入分析了“长不大的父母”的形成原因和心理构造，并提出了终结这一恶性循环的有效建议。该书将帮助童年受伤的人，认清自己生活痛苦的源头，发现自己真实的想法和感受，重建自己的性格、关系和生活，学会做更成熟的家长，不再把伤害传递下去。

《培养孩子就是培养大脑》[日]成田奈绪子著 七月译/哈尔滨出版社 2021年2月版/38.00元

ISBN:9787548455776

推荐理由：穿衣吃饭就是最好的家庭教育。该书作者是日本文教大学教育学系特殊教育学教授，也是小儿科专科医生。他认为，培养孩子，就是“培育孩子的身体和心灵”，把他大脑的发育分为三个阶段，分别是“身体脑”(0~5岁)、“思考脑”(6~14岁)和“心灵脑”(9~18岁)。在这些孩子成长中的关键阶段，只需要按照正常的方式生活就可以。用最简单通俗的话语讲，就是“好好睡觉”“好好吃饭”。他让家长回到生活本身，从源头上去支持孩子的成长，也让家长享受家庭生活的乐趣所在。

