

齐鲁好书榜

每月月末或月初,本榜单从最新出版的文学艺术、历史传记、思想社科类图书中,参考图书网店的数据及专业书评媒体的评价,以人文性、思想性、趣味性为标准,筛选出一本重点推荐图书和九本好书,期待其中的某一册能够进入您的内心。

重点推荐



《辞职上山:我在武当的200天》
李闯 著
新经典文化 | 新星出版社

患有焦虑症的人类学硕士李闯辞去出版社编辑工作,开了一家小卖部,却发现即便离开了职场,生活依然一团糟。“来武当山吧!在武当山做义工,每天的生活就是在扫完地、喂完猫之后,听道长吹吹笛子,自己看看云彩、发呆,反正今天也不能提前扫明天的地嘛。”一位朋友的邀请改变了他人的人生轨迹,报名成功后,他立即上山,成了一名武当山义工。

本以为可以过上“焚香敲磬,诵经扫地,弹琴练剑,看云品茶”的神仙日子,没想到山上随时随地都是生存技能的挑战。李闯经历了大雪封山差点断粮的险境,也见识了形形色色的众生百态:古怪的香客、“作妖”的游客、上山学艺的外国人……更意外的是,转正要考试,年终要写总结,每月查考勤,所有人做六休一,有时甚至要半夜爬起来加班。

八个月的武当山生活,既有幽默温馨的日常,也有超逸出尘的感悟——山上山下,都在人间。与生活共处,本身就是一场抵达幸福的修行。

本版文字整理 曲鹏

《那个在人群里消失的人:陈染漫谈录》
陈染 著
花城出版社



作为上世纪90年代“个人化写作”风潮的开创者,陈染曾以《私人生活》发出女性独白。隐身多年,她极少接受访谈,更不参与任何公众活动。这本跨越三十年的漫谈录,是她首次系统回溯自己的创作与生活,深入个人成长经历、精神世界与隐居生活,展现了她如何以文字探索女性内心、构建自我主体性,并始终与现实保持“紧张度”。她在书中深入探讨创作的困境与突围——为何不再写长篇小说?她以自己的写作历程,回应每一个创作者终将面对的命题:如何在重复中寻找新的位置,如何在沉默中积蓄发声的勇气。从家庭关系到友情边界,她层层剖开人际关系,也坦然分享自己如何一步步“极简”——不止精简物品,更精简关系、言语。这不是遁世者的空谈,而是一个人选择把精力留给值得的人和事,把日子过得清楚而笃定的生活哲学。

的创作与生活,深入个人成长经历、精神世界与隐居生活,展现了她如何以文字探索女性内心、构建自我主体性,并始终与现实保持“紧张度”。她在书中深入探讨创作的困境与突围——为何不再写长篇小说?她以自己的写作历程,回应每一个创作者终将面对的命题:如何在重复中寻找新的位置,如何在沉默中积蓄发声的勇气。从家庭关系到友情边界,她层层剖开人际关系,也坦然分享自己如何一步步“极简”——不止精简物品,更精简关系、言语。这不是遁世者的空谈,而是一个人选择把精力留给值得的人和事,把日子过得清楚而笃定的生活哲学。

《锦衾薄:沈从文与王珩、王亚蓉的服饰故事》
张倩仪 著
活字文化 | 生活·读书·新知三联书店



如果他们三人没有相遇,《中国古代服饰研究》未必能完成,沈从文晚年的辉煌成就也难以为人所知;王珩不会成为中国纺织考古学科的开创者,他可能只是一名勤奋的美术工作者;王亚蓉也不会以“绝学”学科带头人的名声闻于天下,她可能拥有一个幸福快乐的小家庭,继续设计可爱的玩具。热忱和奉献,让三个人的命运都改变了。1953年的一次午门邂逅,开启了沈从文、王珩、王亚蓉三人小组筚路蓝缕的服饰研究与纺织考古之路。本书作者以珍贵的一手资料,加之深入的研究与采访,用生动的笔触、饱含感情的叙述,写下了沈从文服饰小组长达几十年的动人故事。其间命运的磋磨,犹如布满荆棘的荆棘,刺痛人心;但璀璨的成就、美好的品德与温暖的瞬间,又像荆棘上开出繁茂的花朵,美不胜收。

如果他们三人没有相遇,《中国古代服饰研究》未必能完成,沈从文晚年的辉煌成就也难以为人所知;王珩不会成为中国纺织考古学科的开创者,他可能只是一名勤奋的美术工作者;王亚蓉也不会以“绝学”学科带头人的名声闻于天下,她可能拥有一个幸福快乐的小家庭,继续设计可爱的玩具。热忱和奉献,让三个人的命运都改变了。1953年的一次午门邂逅,开启了沈从文、王珩、王亚蓉三人小组筚路蓝缕的服饰研究与纺织考古之路。本书作者以珍贵的一手资料,加之深入的研究与采访,用生动的笔触、饱含感情的叙述,写下了沈从文服饰小组长达几十年的动人故事。其间命运的磋磨,犹如布满荆棘的荆棘,刺痛人心;但璀璨的成就、美好的品德与温暖的瞬间,又像荆棘上开出繁茂的花朵,美不胜收。

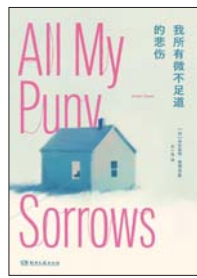
《不止追星:数字时代爱的变革》
沈奕斐 著
社会科学文献出版社



在数字浪潮重塑情感边界的今天,社会学者沈奕斐通过近七年的学术深耕,以一名进入追星田野的学者、嗑CP的亲历者以及拥有大量粉丝的公共传播者的多重视角,为我们推开了一扇理解未来情感的窗。本书跳出了“偶像崇拜”“消费狂热”的陈旧叙事,敏锐地捕捉到一种正在生成的“共养之爱”:在算法与媒介的连接下,爱不再是单向的仰望,而是通过“可见、可识、可回应”的深度互动,转化为一种共同成长的生产性力量。本书将讨论推进到更广阔的时代议题:在新的技术与社会条件下,我们如何重新学习“去爱”。

在数字浪潮重塑情感边界的今天,社会学者沈奕斐通过近七年的学术深耕,以一名进入追星田野的学者、嗑CP的亲历者以及拥有大量粉丝的公共传播者的多重视角,为我们推开了一扇理解未来情感的窗。本书跳出了“偶像崇拜”“消费狂热”的陈旧叙事,敏锐地捕捉到一种正在生成的“共养之爱”:在算法与媒介的连接下,爱不再是单向的仰望,而是通过“可见、可识、可回应”的深度互动,转化为一种共同成长的生产性力量。本书将讨论推进到更广阔的时代议题:在新的技术与社会条件下,我们如何重新学习“去爱”。

《我所有微不足道的悲伤》
[加]米莉亚姆·泰维兹 著
王一凡 译
浦睿文化 | 湖南文艺出版社



当人们有了越来越多应对抑郁的方法时,陪伴者的角色日益凸显:一个人能拯救另一个人吗?小说《我所有微不足道的悲伤》讲述了生活在加拿大的一对姐妹的故事。姐姐是举世闻名的钢琴家,聪明美丽,家庭美满,然而她深陷抑郁,几次尝试自杀;妹妹是一名不太成功的儿童小说作家,离婚两次,独自抚养两个未成年的孩子。围绕着内心患上“绝症”的姐姐,妹妹、母亲和姐姐的伴侣尼克各自采取了迥异的应对方式:尼克想用科学的方式“治愈”她,母亲希望她自己从内心生出战斗的意志,妹妹则陪在她身边,竭尽全力想激发她生存的本能。

当人们有了越来越多应对抑郁的方法时,陪伴者的角色日益凸显:一个人能拯救另一个人吗?小说《我所有微不足道的悲伤》讲述了生活在加拿大的一对姐妹的故事。姐姐是举世闻名的钢琴家,聪明美丽,家庭美满,然而她深陷抑郁,几次尝试自杀;妹妹是一名不太成功的儿童小说作家,离婚两次,独自抚养两个未成年的孩子。围绕着内心患上“绝症”的姐姐,妹妹、母亲和姐姐的伴侣尼克各自采取了迥异的应对方式:尼克想用科学的方式“治愈”她,母亲希望她自己从内心生出战斗的意志,妹妹则陪在她身边,竭尽全力想激发她生存的本能。

《为什么要孩子?》
[美]克里斯蒂娜·欧弗罗尔 著
小庄 译
商务印书馆



当我们谈论要不要生孩子时,通常习惯从经济、教育、养老、健康等功利而现实的角度出发。然而,生育不仅仅是一项经济决策,更是一个不可回避的伦理命题,关乎生命伦理、个人价值等深层命题。目前,市面上鲜少有从思辨角度系统探讨生育行为的专著,这可谓哲学伦理领域的一个疏漏。事实上,生育本身就是严肃的哲学问题,正所谓“不知生,焉知死”。本书将这一问题郑重提出,促使人们重新审视生命的意义与自身的位置。书中广泛而深入地探讨了我们应该如何系统、深刻地思考人类生活的这一基本抉择,同时也提到了这一抉择不可避免的女性差异。在探索亲子关系的本质时,作者认为这不仅是基因上的,更是心理、身体、智识和道德上的联结。

当我们谈论要不要生孩子时,通常习惯从经济、教育、养老、健康等功利而现实的角度出发。然而,生育不仅仅是一项经济决策,更是一个不可回避的伦理命题,关乎生命伦理、个人价值等深层命题。目前,市面上鲜少有从思辨角度系统探讨生育行为的专著,这可谓哲学伦理领域的一个疏漏。事实上,生育本身就是严肃的哲学问题,正所谓“不知生,焉知死”。本书将这一问题郑重提出,促使人们重新审视生命的意义与自身的位置。书中广泛而深入地探讨了我们应该如何系统、深刻地思考人类生活的这一基本抉择,同时也提到了这一抉择不可避免的女性差异。在探索亲子关系的本质时,作者认为这不仅是基因上的,更是心理、身体、智识和道德上的联结。

《慢媒介:拥抱离线生活》
[美]詹妮弗·劳赫 著
李婉莹 译
上海译文出版社



我们每天都与新闻、工作及彼此保持着连接。这种媒介化的生活过于匆忙,过于数字化,也过于碎片化、易受干扰。许多人——包括不少技术专家和年轻人——逐渐怀疑当下的数字媒体生产与消费模式是否真的可持续,并开始探索另一种媒介生活方式。本书正是在这样的背景下提出“慢媒介”(Slow Media)的理念。受“慢食运动”(Slow Food)的启发,人们开始重新思考媒介与可持续生活之间的关系。慢媒介提倡重新发现纸质书信、唱片、胶卷等模拟媒介的价值,呼吁用“实在”的模拟技术对“虚拟”的数字技术进行“祛魅”。它质疑“一次性”“高效率”“快产出”的文化幻象,提醒人们回到更专注、更可持续的媒介节奏。无论过去、现在还是未来,慢媒介都指向另一种文化——一种以人的生活质量为导向的文化。

我们每天都与新闻、工作及彼此保持着连接。这种媒介化的生活过于匆忙,过于数字化,也过于碎片化、易受干扰。许多人——包括不少技术专家和年轻人——逐渐怀疑当下的数字媒体生产与消费模式是否真的可持续,并开始探索另一种媒介生活方式。本书正是在这样的背景下提出“慢媒介”(Slow Media)的理念。受“慢食运动”(Slow Food)的启发,人们开始重新思考媒介与可持续生活之间的关系。慢媒介提倡重新发现纸质书信、唱片、胶卷等模拟媒介的价值,呼吁用“实在”的模拟技术对“虚拟”的数字技术进行“祛魅”。它质疑“一次性”“高效率”“快产出”的文化幻象,提醒人们回到更专注、更可持续的媒介节奏。无论过去、现在还是未来,慢媒介都指向另一种文化——一种以人的生活质量为导向的文化。

《永结无情游》
周嘉宁 著
人民文学出版社



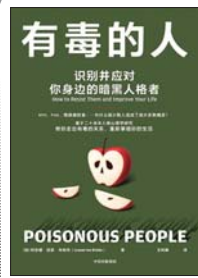
小说以上世纪九十年代一场未竟的教育实验为起点,勾勒出学生李明枝、陈陆、“我”,以及中学班主任张继海跨越数十年的友谊轨迹,在记忆的磨损与时光的洪流中,描摹独生子女一代的成长、关系变迁与精神归宿,构建出独属于当代青年的崭新关系风景。小说的叙事时间从改革开放直至当下,引人共鸣的不仅是当代生活,更是被时代潮流塑造的一代青年肖像。作为独生子女一代,作者以审慎而又温柔的笔调,回到作为独立个体成长的前夜,探讨人如何在教育过程中被影响,又如何做出真正的改变,同时敏锐地意识到,趣味、志向、抱负如何团结起孤独的个体,塑造出崭新的亲密关系。

《仿制药的故事》
[美]杰里米·A.格林 著
方浩 译
译林出版社



仿制药历来是个充满争议的话题。它曾被奉为公共卫生的解药,也被诋毁为商业欺骗的产物。科学家、药企、监管机构、公众……各方的利益和价值观都对这一产业施加着影响。山寨作坊、救命良药、资本玩物、药企骗局、安全性……围绕仿制药的各类标签层出不穷,越发让人迷惑。面对这种乱象,既是医生也是医学史家的杰里米·A.格林在本书中勾勒了仿制药的发展历史,对仿制药与品牌药之间的相似性、差异性问题提出了重要见解。本书还将仿制药作为思考工具,以此连接起道德、科学、健康、政策和经济问题,有助于人们理解仿制药的价值和局限,理解医疗保健相关的政策和实践,并为自己和家人的健康做出更明智的选择。

《有毒的人:识别并应对你身边的暗黑人格》
[加]利安娜·坦恩·布林克 著
王利娟 译
中信出版集团



你身边或许有这样的人:那个觉得自己永远对、错误永远在别人的伴侣;那个用愧疚感控制你的家人;那个分手后仍纠缠不休、消耗你能量的前任;那个永远在否定你、让你觉得自己什么都做不好的领导……他们不一定是坏人,甚至可能是看起来很正常甚至优秀的人,却足以让你的生活陷入持续的疲惫、焦虑与自我怀疑。更糟糕的是,你往往说不清问题出在哪里。本书作者历时二十余年,追踪并研究了监狱里的冷血罪犯、职场里的“优秀”领导者、生活里善于情感剥削的恋人,揭示了一个被长期忽视的真相:暗黑人格并非“全有或全无”的标签,而是像光谱一样分布在人群中。这些人往往极具魅力、善于表演,懂得用谎言、操控和情感勒索获取权利,甚至功成名就。作者指出,识别人性的黑暗,是为了在认清真相后,拥有保护自己的能力和守住内心的善意,最终改善个人的生活。