



## 荐阅 书单

## 《〈两地书〉研究》

《〈两地书〉研究》内容分为两个部分：前一部分是对鲁迅与许广平通信的校读，作者细致标记了原信与鲁许二人修改稿增删改动的内容，并附有简短的评述。作者认为，原信内容丰富、生动，通信人细致的心理活动在其中有更多表现。后一部分是作者基于《两地书》生发出的八篇文章，剖析处于母子、夫妻、父子关系中的鲁迅的情感生活与灵魂样态，以及他对教育、政治和旧中国之改造的看法，想回答“一个看透了大众灵魂的人的灵魂，是怎样的”这个问题。

该书作者王得后，谱名王德厚，江西永新人，一九三四年出生于汉口。退休前为北京鲁迅博物馆研究馆员。



作者：王得后  
版本：商务印书馆  
时间：2025年7月

## 《写给中学生的心理学》

《写给中学生的心理学》是崔丽娟所著的心理学普及读物。全书分为三部分：首篇解析感觉、知觉、记忆等基础概念并破除常见认知误区；第二篇结合校园与家庭教育场景，探讨青春期心理特征、人际交往及行为偏差；末篇延伸至消费心理、从众效应等生活现象分析。此次的彩色图文版，基于《心理学是什么》的核心知识，融入趣味案例与生动故事，在书中，可携手“小卡”共同成长，跟随“牛博士”获得专业指引，轻松打破对心理学的刻板印象，在愉快的阅读中开启科学探索之旅。这些校园与家庭生活中无处不在的心理学，蕴含着神奇的规律，教你从生活细微处探索心理学的诸多奥秘，更好地理解自我与社会。



作者：崔丽娟  
版本：北京大学出版社  
时间：2025年7月

## 《牛顿光学》(附《少年牛顿在故乡》)

本书为牛顿系统阐述其20年光学研究成果的经典著作，也是光学研究从几何光学向近代光学转变的标志之一。书中，牛顿以微粒说解释光的直线传播，以及反射、折射现象等。还设计了许多非常巧妙的实验来证实自己的理论，使得本书成为一部实验科学的优秀范本。

本书通俗易懂，读者可以从中领略到牛顿的个人魅力，而那些精巧的实验设计所体现的科学思想与科学方法又使其超出了光学领域而在科学史上具有重要的地位，并对今天的读者具有重要的参考价值。本书附录《少年牛顿在故乡》，立体呈现了牛顿的科学人生和其所处的时代背景，进一步提高了图书的可读性和收藏价值。

(杨道 编)



作者：[英]牛顿  
版本：北京大学出版社  
时间：2025年7月

《装满一本海》：  
在宇宙间横跳的旋律

■ 吴辰

在近年来不断壮大的海洋文学创作中，梅国云的《装满一本海》是一部十分特殊的作品。在很多作家还在致力于书写海洋的景观与风俗时，梅国云则在面对大海时将自己的思维抛到了九霄云外，在科学与哲学之间反复横跳，思索着人、海洋、宇宙之间的复杂关系。

之所以说《装满一本海》特殊，是由于梅国云在诗中看似在写海，却又远超出了海洋文学的范畴，在很多诗作中，海洋只是他追问的起点，或者是一个“引子”，通过海洋，梅国云将自己的思绪抛得很远，直抛至浩瀚的宇宙。

在《地球，你在哪里》一诗中，梅国云写他与《装满一本海》的策划人彭明哲的一次充满机锋的对话，诗中的追问超越了以人类为中心的思维方式，千百年来，在面对海洋的时候，人们总是迫不及待地表达自己的见解和情绪，却没有人在乎海洋到底有没有什么想法，而梅国云在他的诗作中以海洋的角度去追问，人对海洋的感同身受使诗歌获得了巨大的内部空间。

在进行诗歌创作时，梅国云时刻准备贴近海洋的脉搏，与海洋融为一体。在《海洋就是永不停歇的旋律》一诗中，梅国云于冲锋舟上听到了波浪的旋律，他甚至有将其记录下来谱成曲子的冲动。众所周知，波浪本无所谓旋律，真正的旋律在诗人的内心，当诗人置身于大海中央时，波浪的冲刷与自己内心的声音形成了共鸣，旋律也由此而形成。梅国云甚至有一个大胆的想法，即让“全世界的人/走进大海”。

在《装满一本海》中，梅国云的追问没有终点，他清楚地知道，即便人类再喜欢海洋，海洋也不可能属于人类，相比较而言，在面对海洋时，人类的反思将比那些虚妄的征服更加有意义。

在《装满一本海》中，梅国云写海，写人在波涛中的“出生入死”。这里讲“出生入死”并不是指成语的原意，而是指对“生死”这一永恒主题的叩问。“死

生亦大矣”“不知生，焉知死”，其实，人类一切哲学的来源，都不过是在思考从生到死之间的那些事，而梅国云将对生死的反思置于海洋的波涛之中，在颠簸与风浪里叩问生命的价值与意义。

梅国云写海，并不盲目地讴歌海洋，他从不避讳海洋的危险。人类作为陆栖生物，海洋显然是不适合人类生存的，甚至可以说没有什么地方比海洋更不适合人类生存的了。在梅国云的诗作里，即便是那些在风浪里成长起来的渔民，也要对海洋的危险充满敬畏。在《渔人迷航了》一诗中，迷航的渔人“把更路簿看了又看”，而此时，浮游生物、大马哈鱼、鹦鹉螺壳，乃至宇宙星云运转如常，一刻也不停息，所谓“天地不仁”，海洋也不会因为人类在海中的境遇而格外开恩，不会有谁注意到一个人类的生命即将重新融入海洋。

梅国云的这首诗不是“老人与海”，也不是“少年派的奇幻漂流”，在诗的结尾，“渔人无奈地把更路簿扔进漩涡”，而在“船的肢解声中”，他听见了宇宙万物起源的声音。值得一提的是，这些声音最终都指向了海洋。海洋中有一切问题的答案，这个答案将“一死生”，所有的产生于时空中的存在必将重逢于那个“古老的码头”，这是渔人的迷航，却是生命的归途。

人类终究会对海洋了解更多，也会通过海洋对宇宙了解更多，但是，梅国云并不认为人类的智慧会达到超越一切的程度，他承认人类的力量，却始终警惕着那种“万物主宰”的人类中心主义。在梅国云的一些诗作中，他毫不避讳这世界上有永远无法为知识与科技所抵达的地方。

在《装满一本海》中，海里与岸上之间形成了一种对照的关系。惠子曾有言：“子非鱼，安知鱼之乐”，而梅国云在诗中正是以海的角度去反观岸上，去理解海的所思所想，并尝试去理解海里的逻辑。人类和鱼，也许只是语言不通而已，其思维方式也许并没



《装满一本海》  
作者：梅国云  
版本：海南出版社  
时间：2025年6月

有什么本质性的区别，当我们在岸上看鱼的时候，鱼亦在海里看着我们，谁也未必比谁高明多少。

推而广之，世界上的万事万物也许都处于某种对照的关系中，例如《正如还没有被钓上来的鱼》中，地上的我们仰望苍穹和水中的鱼仰望我们竟是同样的行为，而我们甚至还不如鱼，鱼还能看到钓它的人，而我们却不知道广阔的未知中到底是什么在引诱着我们。这一引诱我们的东西可能叫“真理”，但是在梅国云笔下，“真理”也并不超脱，它也同样处于一种对照的关系中。《蓝色谜团》一诗，梅国云由海天相会而联想到了真理，人看真理，真理也在看着人，在互相对照之中，“我们”也成了真理。

其实，对照在《装满一本海》中并不仅仅是艺术手法，更是一种世界观和思维方式。人类总是希望能够做万物的灵长，而宇宙中的每一个星体、地球上的一种生物、逻辑上的每一个范畴，乃至每一次动心起念，都存在着自己的意义和价值，他们都理应和人类获得同样的尊重，不分高低贵贱。当人类在思索真理，真理也在思索着人类；当人类看着鱼时，鱼也在看着人类；当人类试图装满大海，大海也在装满人类……林林总总，皆是如此。在这种思维方式下，人类和万物相看两不厌，静观皆自得。周

《长安听月》：  
一支关于生命的舞蹈

■ 陈莉

是什么阻挡了生命中欢乐的流淌？是什么让生命的旅程颠簸不平？是什么让生命里有了黑暗的阴影？作家朱鸿在散文集《长安听月》里说：“往往是贫富，贵贱，荣辱，美丑或爱恨这些理念堵塞了欢乐之涌，这颇为可惜。”

月亮，这永远优雅、神秘、静谧、纯净的女神，我们不仅可以用眼睛去阅读她，还可以用耳朵用整个心灵去倾听她。她在窃窃私语些什么？她有怎样的幽怨过后的平和？作家朱鸿作为长安人，在长安的月亮下沉思，写下了这部深邃的散文集《长安听月》。

他听的不只是月，听的是岁月的歌声，是古人的叹息，是历史的故事，是故乡的魂，是母亲，是苏轼，是读书与交友，是欢乐与忧愁，是男人与女人，是春夏秋冬，是烽火古地，是一腔热血……

读《母亲的意象》，想到“为母则刚”，母亲操心弟弟的病，“我”的婚姻。忍着身体的病痛，照顾父亲二十

余年。为少拖累孩子，实在干不动了才请保姆。瘫痪与失语的老人，在床上悲凄地度过最后的时光。

我忍不住想哭，哭这操劳的一生，这逢着太多不幸的一生，这无法控制厄运的一生，这逆来顺受的一生，这饱沾着苦难的一生。

读《苏轼的面纱》，看他饥寒交迫，被几个童子捉弄，心中大不忍。这样的风流雅士，却如此落魄。看他在贫瘠的地方，兴修西湖，种菱种芙蓉栽杨柳，不禁想起范仲淹“先天下之忧而忧，后天下之乐而乐”的名句，利在昨日，美在千秋万代。“他不仅善于在白纸上做文章，也善于在大地上做文章。他的政绩，唯在民生。”

苏轼如何能有坚韧不拔之志？作者认为，他爱山水，喜欢形胜与史迹，有雅兴，收藏字画及奇石，有血肉，爱女性与广交友，这些只是生存的常规武器。他还信佛，喜参禅，常拜佛打坐，默默省察，物我两忘。他也从老庄



《长安听月》  
作者：朱鸿  
版本：陕西人民教育出版社出版  
时间：2025年5月

哲学汲取清静无为，顺应自然之道。

苏轼的一生是丰富的，也是成功的，是我们可以作为榜样的。

这部散文集是一支生命的舞蹈，蕴藏着悲欢苦辣，充满了生机与活力，也交织着激越与深沉。正因为挫折和失败，才能在战胜苦难之后拥有胜利的喜悦。或者说，在接纳一切之后获得月辉般的纯洁与宁静。周