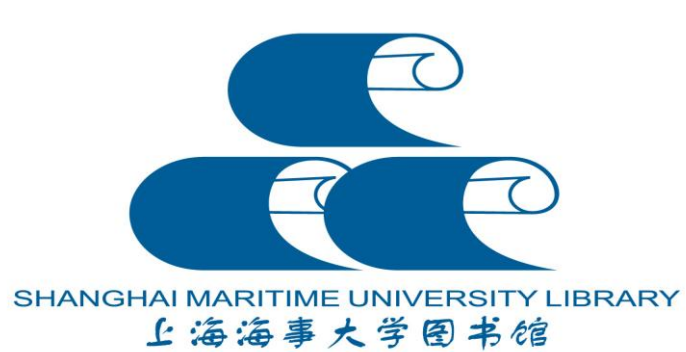
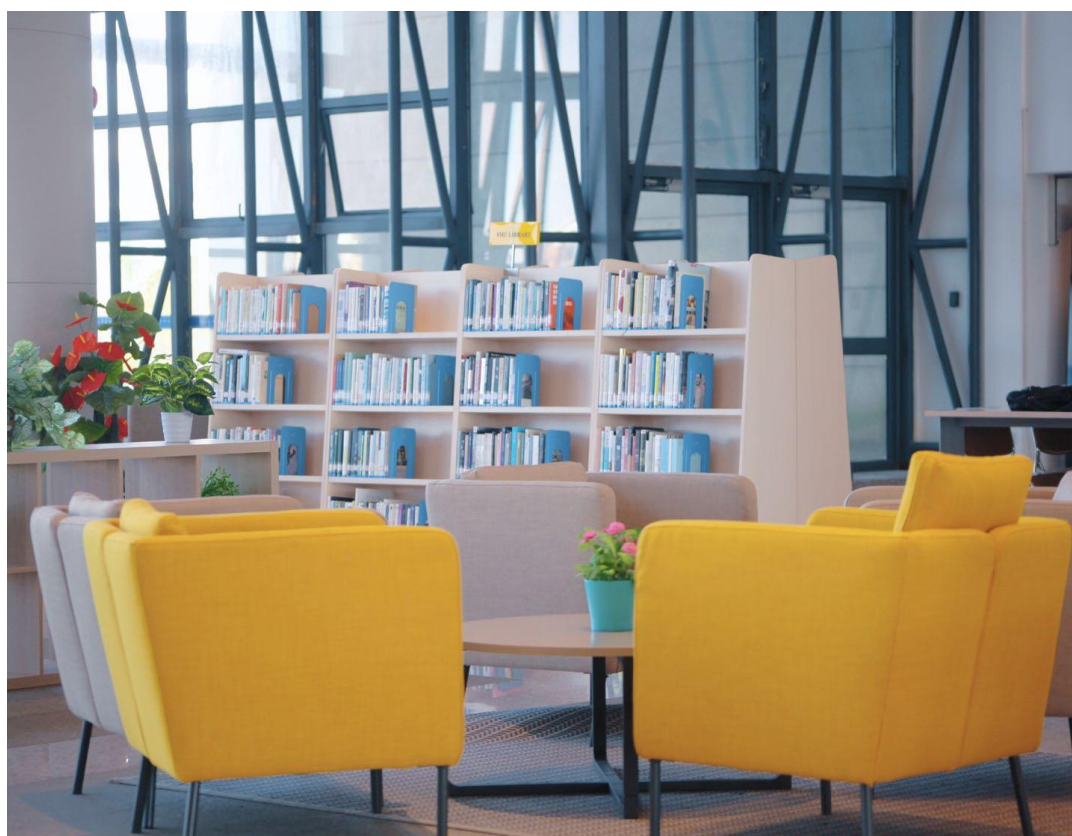




海大悦读

2019 年第 1 期 总第 11 期



上海海事大学图书馆

2019 年 6 月

诵读经典 浸润书香

—2019 “海大人文” 读书节顺利开幕



4月19日中午，我校2019“海大人文”读书节开幕式在图书馆大厅举行。副校长施欣，“海大人文”系列活动组委会领导，读书节各承办学院领导，以及各学院学生代表出席开幕式。

施欣副校长致开幕词，肯定了读书节作为我校多年以来的传统人文项目，是对学校“立德树人”办学理念的重要体现，希望同学们多读书、读好书，从中外文学经典中汲取营养，在悠悠书香中增长智慧。

郑苏馆长发布了《2018年上海海事大学图书馆阅读报告》。施欣副校长为“借阅明星”代表颁发证书及奖品，朱斌同学作为代表发言，与大家分享了他的阅读故事。“我的中国风”汉服社带来朗诵表演《春江花月夜》。

2019“海大人文”读书节在施欣副校长郑重地宣布声中正式拉开帷幕。本届读书节以“诵读经典 浸润书香”为主题，由图书馆、宣传部、学生处、团委共同主办，经济管理学院团委、外国语学院团委、法学院团委及信息工程学院团委及各学生社团承办。

目 录

卷首语

黄样兴：把读书作为一种生活方式	4
-----------------	---

阅读·观察

青年烦闷的解救法	6
----------	---

名家推荐

来新夏	9
-----	---

影视赏析

不再渴望被理解——《狗十三》观后感	13
-------------------	----

好书榜单

豆瓣 2018 年度最受关注图书	16
------------------	----

读者推荐

海大“读书达人”：高晋豪	20
--------------	----

SMU 优秀毕业生：沈树阳	25
---------------	----

卷首语

黄样兴：把读书作为一种生活方式

◎黄样兴

2014年2月7日，习近平总书记在接受俄罗斯电视台专访、回答关于个人爱好的提问时说：“读书已成了我的一种生活方式。”把读书作为一种生活方式，这也是他对广大领导干部的要求。党的十八大前后尤其是十八大以来，习近平多次论及领导干部读书学习，要求“领导干部应该把学习作为一种追求、一种爱好、一种健康的生活方式，做到好学乐学。”而“认认真真学习，基本内容之一就是读书。”为什么要把读书学习作为一种生活方式，怎样把读书学习作为一种健康的生活方式，值得我们认真学习领会，并身体力行。

把读书作为一种生活方式，是因为“好学才能上进”。领导干部读书上进，当然不是像封建时代一些读书人那样，为了“千钟粟”“黄金屋”，而是有更高层次的人生意义。习近平指出，“读书可以让人保持思想活力，让人得到智慧启发，让人滋养浩然之气”。保持思想活力，就是永葆党的先进性和纯洁性，坚定理想信念，保持改革的胆气和锐气，求真务实、与时俱进，思想不停滞不僵化；得到智慧启发，就是从前人和他人的经验教训中、从新知识中汲取营养，以增强工作的科学性、预见性、主动性，使领导和决策体现时代性、把握规律性、富于创造性，避免陷入少知而迷、不知而盲、无知而乱的困境，以胜任领导工作；滋养浩然之气，就是培养共产党人的高尚人格，“人格力量的形成很重要的途径是读书学习”，通过读书学习治心养性，增强严以修身、廉洁修身的力量，提升精神境界，健康生活情趣，防止思想庸俗化。把读书作为一种生活方式，重要的是“多读书、读好书、善读书”。习近平要求“博学之，审问之，慎思之，明辨之，笃行之。”多读博学，品读好书，就是读书学习既涉猎面要广，开卷有益，又要相对集中，突出重点，如“马克思主义理论”“党的路线方针政策和国家法律法规”“党史、国史”以及工作需要的“经济、政治、历史、文化、社会、科技、军事、外交等方面的知识”“正确认识

客观事物、做好领导工作所必须具有的辩证思维、战略思维、全局思维、创新思维等方面的知识和经验”，还有“各种文史知识，中国优秀传统文化”等等都要学习。首要的是马克思主义理论，尤其是马克思主义中国化的最新成果。善读书，就是要坚持阅读与思考的统一，即使对历史上的经典著作，也要综合分析其时代背景和具体条件，结合现在的实际和工作，进行深刻的思考，掌握精髓，有所启发，有所发现，而不是寻章摘句，食古不化，食洋不化；要坚持读书与运用相结合，读书学习不是为了装点门面，学习的目的全在于运用，一方面，把读书学习所得用于实际工作，提高运用理论解决实际问题的能力，不断拓宽领导工作思路；另一方面，把读书学习同增强党性锻炼结合起来，紧密联系自己的思想实际，自觉加强思想道德修养。

把读书作为一种生活方式，关键要“锲而不舍、持之以恒”。习近平强调，“领导干部一定要把学习放在很重要的位置上，如饥似渴地学习，哪怕一天挤出半小时，即使读几页书，只要坚持下去，必定会积少成多、积沙成塔，积跬步以至千里。”领导干部工作很忙，空闲时间少，有时处于矛盾焦点，烦心事不少，静下心来读书不易。要发扬“挤劲、钻劲、韧劲”，时间不是问题，鲁迅曾说过，“时间就像海绵里的水，只要愿挤，总还是有的。”很多碎片化的时间可利用起来。更重要的是找到读书的乐趣，形成读书的习惯。其实，紧张的工作之余，清茶一杯，手捧一卷，操持雅好，神游物外，在好书阅读中进行独特的心灵对话，在对话中实现心理期许、智慧愉悦、审美满足、压力释放，既是一种提升，也是一种休憩。总之，要有锲而不舍的精神、常读常新的态度、百读不厌的劲头，在读书世界里感悟人生、乐以忘忧。

（摘录自《江西日报》，2015年12月4日版，作者系中共江西省委党校副校长）

青年烦闷的解救法

◎宗白华

现在中国有许多的青年，实处于一种很可注意的状态，就是对于旧学术、旧思想、旧信条都已失去了信仰，而新学术、新思想、新信条还没有获着，心界中突然产生了一种空虚，思想情绪没有着落，行为举措没有标准，搔首踟蹰，不知怎么才好，这就是普通所谓“青年的烦闷”。

这种青年烦闷的状态，以及由此状态产生的现象，如一方面对于一切怀疑，力求破坏。他方面，又对于一切武断，急求建设。思想没有定着，感情易于摇动，以及自杀逃走等等的事实，这本是向来“黎明运动”所常附带的现象，将来自然会趋于稳健创造的一途，为中国文化开一新纪元，就着过去历史上看来，本是很可喜的现象。但是，我们自己既遇着这种时期，陷入这种状态，就不得不自谋解救的方法，以求早入稳健创造的境地。

这解救的方法，本也不少。譬如建立新人生观、新信条等类。但这都不嫌纡远了一点。须有科学哲学的精神研究，不是一时可以普遍的。我们现在须要筹出几种“具体的方法”，将这方法传播给烦闷的青年，待他们自己应用这种方法去解救他们的苦闷。我现在本着我一时的观察，想了几条方法，写出来引动大众的讨论，希望还得着更周密完备的计划，以解决这青年烦闷的问题，则中国解放运动的前途，可以免了许多的危险和牺牲了。

（一）唯美的眼光

唯美的眼光，就是我们把世界上社会上各种现象，无论美的，丑的，可恶的，齷齪的，伟丽的自然生活，以及鄙俗的社会生活，都把他当作一种艺术品看待——艺术品中本有表写丑恶的现象的——因为我们观览一个艺术品的时候，小己的哀乐烦闷都已停止了，心中就得着一种安慰，一种宁静，一种精神

界的愉快。我们若把社会上可恶的事件当作一个艺术品观，我们的厌恶心就淡了。我们对于一种烦闷的事件作艺术的观察，我们的烦闷也就消了。所以，古时悲观的哲学家，就把人世，看做一半是“悲剧”，一半是“滑稽剧”，这虽是他悲观的人生观，但也正是他的艺术的眼光，为他自己解嘲。但我们却不必做这种消极的、悲观的人生观。我们要持纯粹的唯美主义，在一切丑的现象中看出他的美来，在一切无秩序的现象中看出他的秩序来，以减少我们厌恶烦恼的心思，排遣我们烦闷无聊的生活。

这还是消极的一方面说。积极的方面，也还有许多的好处：

(A) 我们常时作艺术的观察，又常同艺术接近，我们就会渐渐的得着一种超小己的艺术人生观。这种艺术人生观就是把“人生生活”当作一种“艺术”看待，使他优美、丰富、有条理、有意义。总之，就是把我们的生活，当作一个艺术品似的创造。这种“艺术式的人生”，也同一个艺术品一样，是个很有价值、有意义的人生。有人说，诗人歌德（Goethe）的“人生 Life”，比他的诗还有价值，就是因为他的生活同一个高等艺术品一样，是很优美、很丰富、有意义、有价值的。

(B) 我们持了唯美主义的人生观，消极方面可以减少小己的烦闷和痛苦，而积极的方面，又可以替社会提倡艺术的教育和艺术的创造。艺术教育，可以高尚社会人民的人格。艺术品是人类高等精神文化的表示，这两种的贡献，也就不算小的了。

总之，唯美主义，或艺术的人生观，可算得青年烦闷解救法之一种。

(二) 研究的态度

怎样叫做研究的态度？当我们遇着一个困难或烦闷的事情的时候，我们不要就计较他对于切己的利害，以致引起感情的刺激，神经的昏乱而平心静气，用研究的眼光，分析这事的原委、因果和真相，知这事有他的远因，近因，才

会产生这不得不然的结果，我们对于这切己重大的事，就会同科学家对于一个自然对象一样，只有支配处置的手续，没有烦闷喜怒的感情了。

譬如现在的青年，对于社会上腐败的制度，政治上不良的现象，都用这种研究眼光去考察，不作一时的感情冲动，知道现在社会的黑暗罪恶是千百年来积渐而成，我们对他只当细筹改造的方法，不当抱盲目的悲观，或过激的愿望，那时，青年因政治社会而生的烦闷，一定可以减去不少。因这客观研究事实是不含痛苦的，是排遣烦闷的，而同时于事实上有极大的利益。

所以，研究的眼光和客观的观察，也是青年烦闷解救法的一种。

（三）积极的工作

我们人生的生活，本来就是“工作”。无工作的人生，是极无聊赖的人生，是极烦闷的人生。有许多青年的烦闷，就是为着没有正当适宜的工作而产生的。试看那些资本家的子弟，终日游荡，没有一个一定的工作，虽是生活无虑，总是烦闷得很，无聊得很，终日汲汲的寻找消遣排闷的方法。所以，我以为，正当的积极的“工作”，是青年解救烦闷与痛苦的最好方法。青年最危险的时候，就是完全没有工作的时候。这时候，最容易发生幻想，烦闷，悲观，无聊。

至于工作，有精神的肉体的。这两种中任择一种，就可以解除青年的烦闷。但是，做精神工作的，不可不当附带做点肉体的工作，以维持他的健康。

以上是我一时的感想，粗略得很。不过想借此引起诸君对于这黎明运动时代青年最易发生烦闷的问题，稍稍注意，商量个周密的解救办法。

（本文摘选自宗白华，《美学与意境》，人民出版社 2009 年版）

名家推荐



来新夏(1923 年-2014 年 3 月) , 浙江萧山人 , 1946 年毕业于北平辅仁大学历史学系。1950 年至今 , 历任南开大学历史学教授、校务委员、图书馆馆长、出版社社长兼总编辑、图书馆情报学系主任等职。曾创办南开大学图书馆系 , 历任校图书馆馆长、校出版社社长兼总编辑、教育部地方文献研究室主任。2014 年 3 月 31 日在天津去世 , 享年 91 岁。来新夏师从陈垣、范文澜、余嘉锡和启功诸位先生 , 学养深厚 , 道德高尚 , 著述丰富 , 在历史学、目录学、图书馆学和地方文献研究方面颇有建树。

范文澜老师的“二冷精神”

1949 年 9 月初, 我正在华北大学接受南下工作的培训。班指导员胡一真通知我: “系主任尚钺同志找你谈话。”我应命而往, 已有几位同学先到。尚钺同志满面带笑地告诉我们: “范文澜同志的历史研究室要从学员中挑选几人去学习近代史, 条件是旧大学历史专业毕业, 有较好业务基础, 现在经过审查挑选, 你们七人入选, 请你们明天到研究室报到, 祝贺你们!”第二天, 我们七人就到了东昌胡同的研究室去报到。办公室为我们办了应有的手续, 并通知我们: 下午全室大会, 范老接见我们。室里对范文澜同志习惯称范老。大家安顿好住处后, 便兴奋地等待着, 倚在自己的被垛上闭目养神, 似乎都在想象这位闻名已久的马列主义史学家的形象和风范。

全室大会，除了我们新来的七人以外，还有十几位原来在室工作的老同志。主持会议的是支部书记王南，他发表了一小段欢迎辞后，就发干部登记表，解说填法。在我们填表的时候，范老已经悄悄地进来。他高高的个子，五十多岁，眼睛有点毛病，含着笑向大家打了招呼。大家鼓掌欢迎后，范老就开始讲话。带着浓厚的绍兴口音，旁人听起来很吃力，我则一字不遗地听进去。

在这一次见面会上，范老没有讲什么闲话，只是反复讲了“坐冷板凳”和“吃冷猪肉”的问题。范老可能从我们的眼神中，看到我们对“吃冷猪肉”有点困惑。所以操着绍兴官话，又比较详细地阐述了“吃冷猪肉”的道理。原来过去只有大学问家才有资格在文庙的廊庑间占一席之地，分享祭孔的冷猪肉。范老以此用意勉励后学——只有“坐冷板凳”的人才能成为大学问家。我们把范老这两句话概括成“二冷精神”，并以之作为自己的终身座右铭。几年之后，可能这位谨言慎行的老先生感到“吃冷猪肉”有为孔夫子捧场之嫌，便改提为“板凳宁坐十年冷，文章不写半句空”，虽文字不同而寓意未变。

范老教导我们“二冷精神”，没有止于言论，更重要的乃在身教。在从师范门的岁月里，范老自居前院，终日坐在落地玻璃窗下的书桌前攻读，兼着监督学生不乱上街，以养成帷下苦读的习惯。每当我们想偷偷溜出去，从他窗前经过时，范老常是手不释卷，笔不停挥，我们只好羞愧地缩回去。久之也就不再心猿意马，而惯于坐冷板凳了。

范老对于学生既严格又关注，他多次交代办公室要安排好学生的生活。我们住在后院一排西晒的宿舍里。有一次范老来检查学习情况，发现宿舍内的人虽挥扇不已，仍然满面汗津津的。当年尚没有什么祛暑用具，他就嘱咐办公室架设遮阳设备，从此就不再感到燥热了。但对于学术则是严格要求，他为我们分配指导老师，确定学习方向。当时室里人员只分两级：在室工作多年，有一定资历和成绩的，如刘大年、王南、荣孟源、刘桂五等，都是研究员。新来的几人都是研究生，都师从范老，而由范老指定一位研究员为专职指导教师，荣孟源先生就被指定为我的老师。1950年初，为了第二年纪念太平天国起义百年，组织全室写文章。我就在荣孟源先生指导下，选定《太平天国底商业政策》这

一题目，孟源先生为我开了基本书目，我又搜求了一小批参考书。有些书从未读过，如《马恩论中国》、《大众哲学》等。我的文章经过自己多次修改后，孟源先生又最后作了一次修改，成为定稿，然后送给范老审定。范老找我谈过一次，给予鼓励，并修改了几处。1951年，这篇文章经过室里编委会审选，收入由三联书店出版的论文集中。这是我学习马列主义后的第一篇论文。后来收在2002年6月出版的自选集《邃谷文录》（南开大学出版社）中。这一年，我又根据范老要求，写了《美帝侵略台湾简纪》，也经过范老审阅后，印成了十四万字的小册子，并选了一章在《人民日报》发表。1951年8月，由历史教学月刊社印行（天津知识书店出版）。

范老培养学生从根上下手，我们七人报到后的转天，就安排我们整理室里收缴和移送来的北洋军阀档案。这批档案是未经整理过的原始历史档案。杂乱无章。稍一翻动，就尘土飞扬，又无相应的卫生措施，工作艰苦但无一怨言。经过四个月的努力，袋装档案文件已按形式分为：私人文件、公文批件、电报、电稿、密件、图片和杂类等，分别扎成无数捆，上了架。继而将对档案进行史料分类整理。人员有所增加，地点也搬到干面胡同一所宽敞的院落中，工作条件也大为改善。就在工作转阶段的时候，室里集中了几天，学习理论和有关北洋军阀的书籍。范老也在这时与大家座谈过一次。他慰问了大家的辛劳，讲了整理档案与研究工作的关系等。其中有一段话我印象深刻而终身受益。范老讲话的大意是：从档案中搜求资料如披沙拣金，确实很艰难，但这是研究工作“从根做起”的重要一步。只有这样，才能基础广泛而扎实。从此，“从根做起”的教诲就深植于我的头脑之中，并不时向后辈讲起。

随着整档工作的进行，我渐渐地积累了两册黄草纸本资料，同时也阅读了大量有关北洋军阀的著述。眼界逐渐开阔，钻研问题的信心也日益增强，并了解到这方面的研究还没有很好地开展。以往一些著作，多半过于陈旧，而且数量也不甚多，而新著又几乎没有，有关论文也只是零星短篇。因此，我发现北洋军阀的研究确实是一块有待开发的用武之地。

经过一年多的努力，整档工作已接近尾声。我对北洋军阀这一近代政治军事集团从兴起到覆灭，已有了一个大致轮廓。对错综复杂的派系关系，也掌握了基本脉络，奠定了我一生以绝大部分精力致力于北洋军阀研究的基础。从1957年初撰《北洋军阀史略》起，陆续增订成《北洋军阀史稿》和《北洋军阀史》等三书。又编辑了一套三百余万字的《北洋军阀资料》（“近代史资料丛刊”之一种）。经过五十余年的不断钻研，我终于为北洋军阀史领域填补了空白。自幸小有所成，未辜负师教。我更铭记范老当年对我的启迪和“领进门”的师恩。

范老是早期马克思主义史学家之一，他以大半生的精力从事《中国通史》和《中国近代史》的研究与撰述。其受众之广与影响之大，为其他同类著述所难并论。1979年4月，中国社会科学院近代史所为了纪念范老逝世十周年，编选了《范文澜历史论文选集》。共收文十七篇，分为四组：关于中国古代史，关于中国近代史，关于历史研究的方法和对资产阶级历史学的批判，关于中国经学史、思想史的专题研究。刘大年先生在该书序中认为，集中所收论文有三个重点，一讲近代史，二论述中国历史研究中的理论问题，三是关于以经学为中心的中国文化、思想史的述评。二者说法略异，但都未能包括范老的全部学术，而只是“选集”而已。抗日战争前，范老曾以乾嘉学风，掌握朴学方法，撰写了多种阐释传统文化的著作。它们是《正史考略》《群经概论》《文心雕龙注》《水经注写景文钞》等书。曾有人贬称曰：“那些著作的内容，不外乎清代朴学家们反复搜求、讨论的内容”，但是周恩来总理却对这些有功力基础的著作，给以公允的评价说：“（五四运动时的范文澜同志）他就专门研究汉学，学习旧的东西。但是范文澜同志一旦脑子通了，对编写中国历史就有帮助，就可以运用自如。”（《人民日报》，1978年10月8日）因此范老的著述既有马克思主义的观点，又有优秀传统文化的功底，令人读起来有坚实深厚之感。现在流行的一些范老的著作和论文，远远不能显示范老的学术全貌。我非常期盼近代史所能尽快筹划并着手《范文澜全集》的编纂，以嘉惠后学。

（本文摘录自《述见闻》，来新夏著，商务印书馆，2016年）

影视赏析

不再渴望被理解——《狗十三》观后感

◎隋昕不所欲

我不敢说这是今年国产最佳青春片，只是她刚好踩到了我最痛的那个点。

或许来看这个电影的人并不是想要看电影，只是想来看看自己的过去。

《狗十三》，一部五年前就拍好的片子，网络上各方宣传都在主打“中国式成长教育”，大V和网友的关注点也都在青春、成长和教育。然而在我看来，从始至终这就是一个“少女和狗”的故事，只不过发生在少女的青春期，涉及到了家庭与教育、成长与妥协。

女主角李玩只有遇到关于“爱因斯坦”（她的狗）的事才会哭。

爸爸组建新的家庭，弟弟都两岁了她才知道，爸爸指着溜冰场上的陌生小男孩告诉她那是她弟弟，她没哭；亲眼看着弟弟做错事却不用向奶奶道歉，反而得到安慰，曾经她让爷爷受伤，得到的却是一顿痛打，如此区别待遇，她没哭；为了配合父亲突如其来的“重要饭局”等了很久，最终错过了约定好的天文展，她也没哭。

但是“爱因斯坦”丢失后她是哭着发疯般寻找；当家里人找来另一只狗假冒“爱因斯坦”的时候，她哭着说，“找不到就算了，我并不是一定要一只狗”；当刚刚做好心理准备要接受“新爱因斯坦”时，却发现它即将被送到狗肉店，她哭着求爸爸不要。

你看啊，李玩所有的泪水，无论是妥协前还是妥协后，都只是为了她的狗狗。

这就像，你遇到一个人，慢慢喜欢上他，然后有一天他突然消失了。这个时候，不是说找另一个像的人就能弥补你的失去，那个人无论再像他，你都深深地知道，那不是他。

所有人都在责备李玩，“狗都给你找回来了，你还有什么不满意的？”因为她需要的从来就不是一只狗，而是那个曾经陪伴她的“爱因斯坦”啊。

豆瓣简介里说，“父亲希望通过一条宠物小狗完成与女儿的和解与沟通”，在我看来，实际上双方都没有达到和解与沟通，父亲始终都没有理解他女儿，李玩也没有深入地理解她父亲。

父亲不满李玩为了一只狗让全家人都跟着累，他选择靠一顿眼神凶狠、不容置疑的打骂“解决”了，他没有想要去了解女儿这是“为什么”。在他看来，李玩不再执拗于那不是“爱因斯坦”了，事情就解决了。就像他修改李玩的补习班志愿，想要拿钱哄她一样。他一直不理解，“怎么还哄不好了呢？”

很多别人看起来不值一提的事情，只有自己知道，压在棉被底下的那颗“豌豆”有多重要。

李玩呢，得不到父亲的理解，她不解释；感受到和弟弟区别的待遇，她不质疑；被父亲在酒桌上随意诋毁所爱，她不争辩。

她已经不再渴望被理解了。

很多人说，电影《狗十三》泪点太密。然而对于我这样拥有 90%相似经历的人来说，本片 90%的哭戏我都没有哭。

看到李玩疯了一样寻找“爱因斯坦”的时候，我没有一点哭意，甚至还在小心翼翼的吃着薯片，看到她说“我不是真的必须要一只狗”的时候，仅有一丝动容；影片中除了最后一个镜头，其余李玩哭的镜头我都没哭。连我自己都想不到，我竟然在这一句哭了：

大概过了一年后，爸爸为了庆祝李玩考上高中，请了一桌子客人，其中一个叔叔指着刚端上桌的菜跟她说，

“这是我专门为你点的，红烧狗肉。”

桌上所有人立刻沉默了，连一旁的爸爸也没有出声，我等着看接下来的故事情节：李玩翻脸。然而她沉默了几秒，说了句：

“谢谢叔叔”，夹起了那块狗肉，放进了嘴里。

那一瞬间我突然就明白了，明白了她的隐忍，明白了她的放弃，明白了她的无能为力。我躲在电影院的黑暗中暴风流泪，好像从这里开始，才突然代入了自己。我是多么希望她能翻桌走人，因为曾经面对你爸那么重要的“朋友”你都可以为了天文展潇洒离席，为什么今天你不敢了！为什么今天你就妥协了！为什么才 15 岁，你就放弃了解释和反抗。

冷静下来后，我想，是啊，如今再翻脸早已无任何意义，就像当初放肆的表达一样无用。既然我的感受无关紧要，那我何必让你看出我的悲伤。

有些事，如果你没有亲身经历过，便永远不可能感同身受。

影片最后，李玩与“爱因斯坦”擦肩而过。她其实一眼就认出了它，那就是她的“爱因斯坦”。但是她只是在狗狗走过去之后，才若无其事地跟堂姐说：“刚刚那只狗好像‘爱因斯坦’”。她不是在犹豫，她只是在怕：我刚才好怕它认出我扑过来，幸好没有。因为她知道，“爱因斯坦”在陌生人那里，一定会比在她身边过得好。所以，她怕它突然扑过来，她会控制不住想要带它回家，可是她不能，她也不能够。

从电影院出来，我独自走在朝阳区深夜的马路上，反复回想起李玩那句“谢谢叔叔”。我冲着四下无人的街低喊：“李玩，你倒是翻桌子啊！你摔门走啊！”做不到翻脸走人，你至少不能够像这样若无其事吃下吧。你的倔强呢，你的执着呢，你当初两次扫荡街边狗肉店的勇气呢，你心里是有多清楚才会做这样的选择！

这句话，说给李玩，也是说给我自己，要是当年的我，也许我会说，“谢谢叔叔，我不吃狗肉”。

.....

李玩的不拒绝，是已经放弃了与其他人的沟通。在别人看来，她这样做已经放下了。这个选择就跟她放弃相认“爱因斯坦”一样，她其实根本没有放下，只是她再也不能表现出她“没有放下”了。最后那个独自哭泣的镜头，暴露了她的内心。

我相信无论是 13 岁的我，15 岁的我，还是现在，我都是敢拒绝的，做不到翻脸，但拒绝是一定的，这可能就是我和李玩的区别。

有些事，即便已经过去了，但该坚持的绝对会坚持。

我说了一通关于狗的事，实际上这里当然逃不开教育与成长的问题，只不过我小心的避开了。你若是去看，会发现父亲对女儿的不够关心，老一辈“重男轻女”的日常化表现，成长的烦恼与挣扎。但是所有这些，都是悄无声息的。它不煽情，不抓马，李玩对待一切不公平的做法是不争取，不呐喊，这样反而更真实了。如此看来，在讲述“成长”这件事上，曹保平导演是成功的。

豆瓣 2018 年度最受关注图书

1、《梦的化石》/[日]今敏 北京联合出版公司

推荐语：本书是今敏漫画故事短篇全集，收录今敏从 1984 年至 1989 年间创作的漫画，除了与大友克洋合著的《国际恐怖公寓》，他所有的短篇都收录其中。

1984 年，今敏发表首部漫画作品《虏》，直到 1997 年，首部动画电影《未麻的部屋》才横空出世。13 年间，今敏埋头于漫画创作。作为动画导演，他享誉海内外，然而作为漫画家的道路却走得并不顺遂，仅有两部作品出版。那些十年如一日画出来的作品，在时间的长河中被掩埋，进而凝结成了化石。本书将那些不为人知的梦想碎片捡拾起来，令它们重新焕发耀眼的光芒。



2、《冬泳》/ 班宇 上海三联书店

推荐语：《冬泳》收录了班宇的七篇小说。在铁轨、工事与大雪的边缘，游走着一一些昔日的身影：印厂工人、吊车司机、生疏的赌徒与失业者……他们生活被动，面临威胁、窘迫，惯于沉默，像一道峰或风，遥远而孤绝地存在。

北方极寒，在他们体内却隐蕴光热。有人“腾空跃起，从裂开的风里出世”，有人“跪在地上，发出雷鸣般的号啕”。这些个体的光热终将划破冰面，点亮黑暗，为今日之北方刻写一份有温度的备忘。



3、《鱼翅与花椒》/[英]扶霞·邓洛普

上海译文出版社

推荐语：这是关于中国菜的故事，也是一个英国女孩的中国历险记。透过扶霞的眼睛，我们得以用全新的角度来了解熟悉的中国菜。不同地方的食物拥有其独一无二的气质：川菜的热带带着一丝丝甜，就像悠闲的四川人，总是带着甜甜的体贴；湘菜直接又毫无妥协余地，就跟那里培养出来的领袖人物一样；扬州菜则是太平盛世的食物，温暖而抚慰人心。



从四川热闹的市场到甘肃北部荒僻的风景，从福建的深山到迷人的扬州古城，书中呈现了中式料理让人难忘的美妙滋味，也深刻描绘出中西饮食文化差异，且兼具人文观察与幽默趣味。

4、《回答不了》/ 匡扶 浙江文艺出版社

推荐语：每个深夜，睡前你想到的最后一个念头是什么？在漫长的日复一日里，你是否觉得生活挺没劲的，但在某个瞬间又生机勃勃、斗志昂扬起来？你对未来最美好的畅想是什么？

这本书试图描述这些问题，并给出一些解答。

匡扶精准地捕捉到现代社会里人们最在意的问题：爱情、亲情、事业、奋斗、房子、老年生活等等。那些问答、对话和想法就出自我们身边的每一个人，以及我们自己。故事里描述的是我们当下最真实的想法、最直观的感受，也碰触到我们心里最柔软的角落。

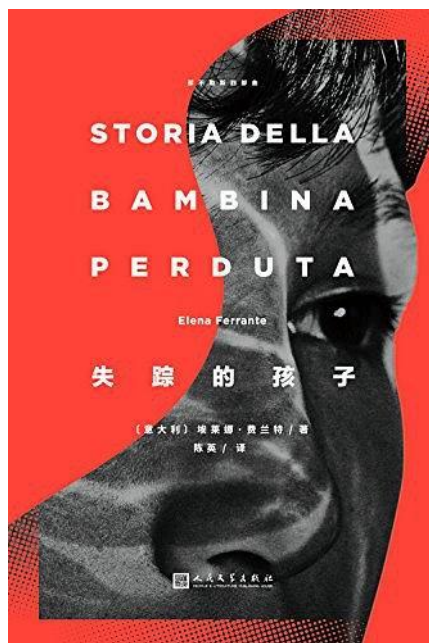


5、《失踪的孩子》/[意] 埃莱娜·费兰特 人民文学出版社

推荐语：该书是“那不勒斯四部曲”的第四部，小说聚焦了莉拉和埃莱娜（“我”）的壮年和晚年，为她们持续了五十多年的友谊划上了一个令人心碎的句号。

“我”为了爱情和写作，离开丈夫带着两个女儿回到了那不勒斯，不可避免地与莉拉，还有我曾想要逃离的城区再度变得亲密。“我”和莉拉甚至在同一年怀孕、生子，并经历了恐怖残暴的那不勒斯大地震，一切都分崩离析，一切又将被重建。

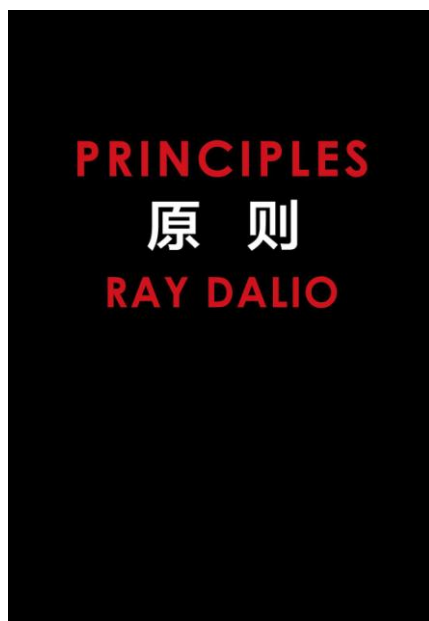
“我”在不自觉中卷入莉拉的秘密企图——她希望利用我的名声和写作技巧来对抗城区陈腐而猖獗的恶势力……



6、《原则》/[美]瑞·达利欧 中信出版社

推荐语：作者瑞·达利欧出身美国普通中产家庭，26岁时被炒鱿鱼后在自己的两居室内创办了桥水，现在桥水管理资金超过1 500 亿美元，截至2015年年底，盈利超过450 亿美元。达利欧曾成功预测2008年金融危机，现在将其白手起家以来40多年的生活和工作原则公开。

包含21条高原则、139条中原则和365条分原则，涵盖为人处事、公司管理两大方面。此前从未有过的逐一详细解答，配合达利欧多年来的各种实例和感悟。任何人都可以轻松上手实践。用以指导桥水日常管理，是桥水的员工手册，帮助桥水屹立40余年不倒，经受住了现实考验。

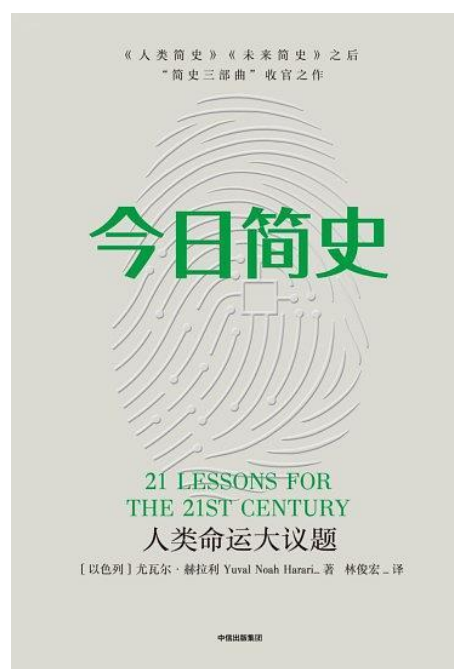


7、《今日简史》 / [以] 尤瓦尔·赫拉利 中信出版社

推荐语：该书提出，当前人类社会面临着科技颠覆、生态崩溃和核战争三大挑战。

“国家”这一身份认同已不足以应对今天的挑战，任何一个国家都无法独立解决全球性问题。人工智能和生物技术正在颠覆原有的社会结构和分配方式，数据成为最重要的资源。

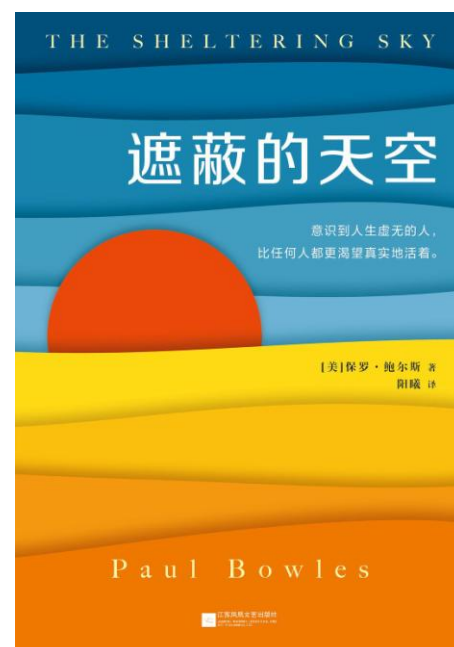
当数据巨头比我们更了解自己，当“在线”成为一种生存方式，如何规范数据的所有权？能否建立起一个维护人类自由和平等的全球社群？在一个信息爆炸却多半无用的世界，清晰的见解就成了一种力量。对于关乎人类命运的种种议题，作者在本书中没有简单给出答案，而是引发了我们进一步的思考。



8、《遮蔽的天空》 / [美] 保罗·鲍尔斯 江苏凤凰文艺出版社

推荐语：《遮蔽的天空》讲述了我们一生中会遇到的绝大多数问题：爱情、婚姻、旅行、死亡、存在价值、人生意义……意识到人生虚无的人，比任何人都更渴望真实地活着。

二战结束后，三个美国知识分子前往非洲撒哈拉旅行。波特和姬特结婚 12 年后彼此疏远，渴望通过这次旅行来恢复感情。然而他们在空旷浩渺的沙漠中，逐渐迷失了自己，两人更加疏远。在死亡降临时，他们才真正面对彼此，发现每个人的生命都极其有限，但为时已晚，过于触碰虚无的他们注定要在沙漠里永远流浪下去……



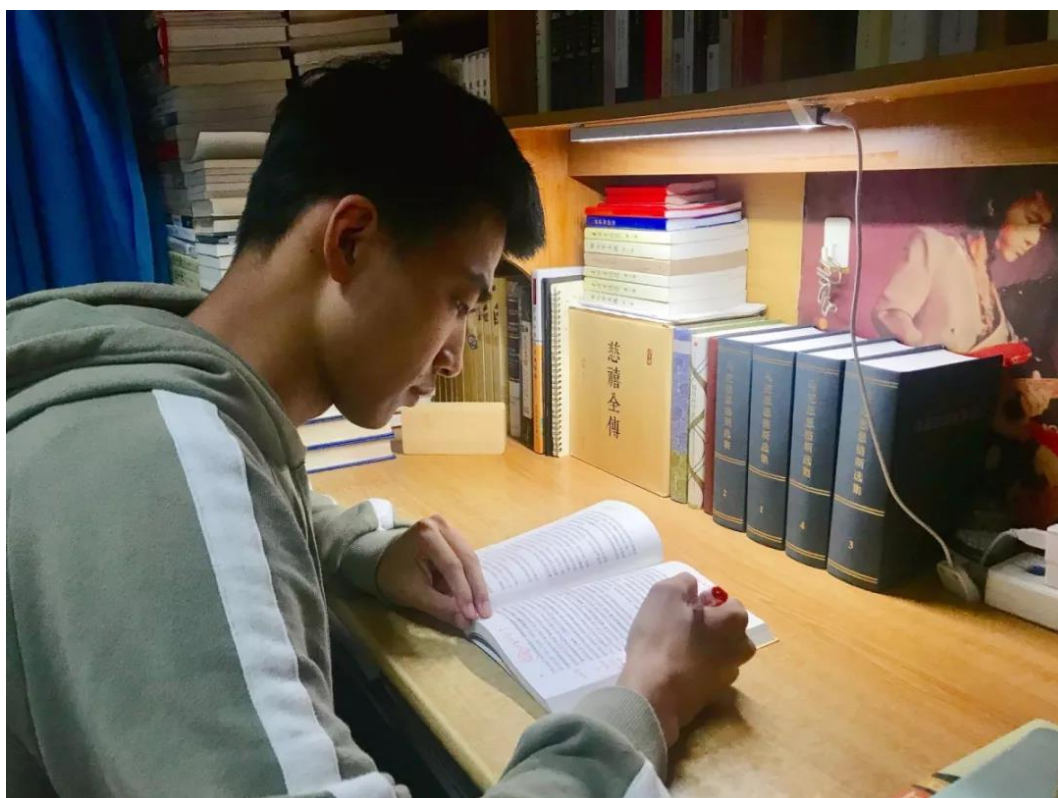
读者推荐

[编者按] 上海海事大学即将迎来 110 周年校庆。悠长的校史使得图书馆积累了丰厚的图书文献。无论你的兴趣是文、史、哲，还是专业学习需要的理、工、法图书，这里都有你的一席之地。拥有青春年华的我们，除了专业课程的学习，还需要课外广泛的阅读和思考。无疑，图书馆藏书为我们的成长提供多样的载体和丰富的食粮。我们青年应当用何种方式迎接母校百十华诞呢，图书馆在同学们的大学生活中扮演着什么样的角色，又有哪些学习方法值得我们参考呢？本期为你推荐：“读书达人”高晋豪和 SMU 优秀毕业生沈树阳。

海大“读书达人”：高晋豪

在海大的角落里有着这样一位优秀的少年，他时常手里捧着书。

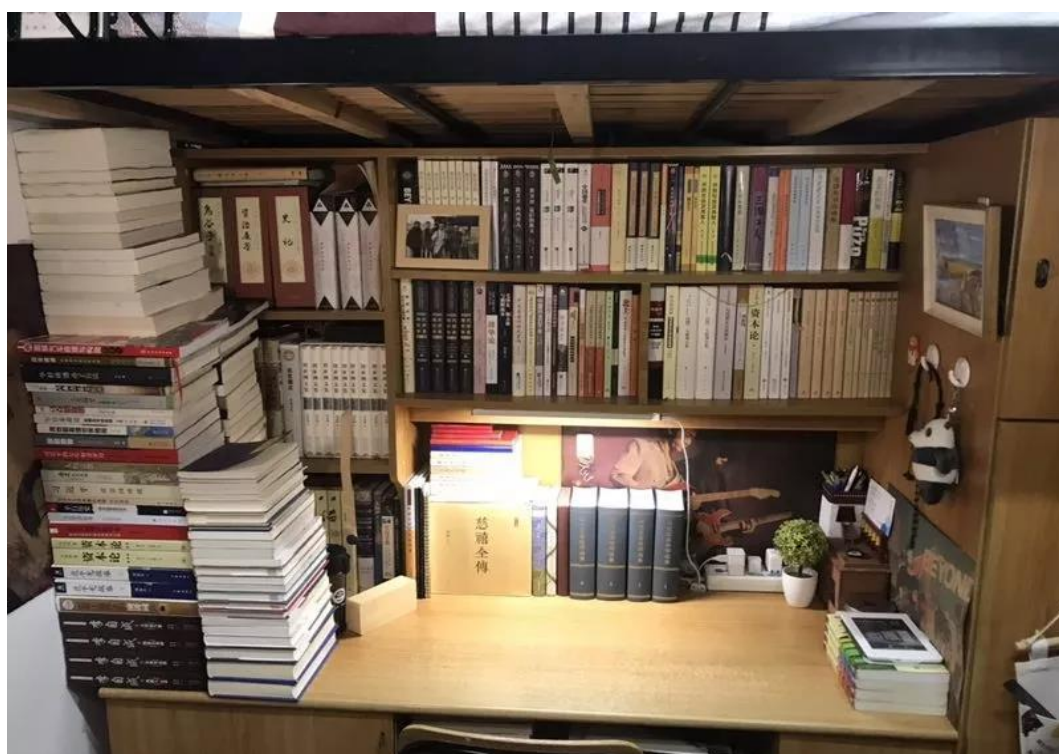
在海大生活的三年时间里，平均一天一本书的阅读量令人佩服。据说他一杯咖啡，一本书，一坐就可以一下午。让我们一起去领略这位海大读书达人的风采吧。



高晋豪，交通运输学院物流管理 161 班，中共预备党员，上海海事大学优秀学生干部，上海海事大学优秀团干部，曾荣获全国大学生物流设计大赛三等奖。

一 将阅读融入生活

高晋豪很爱读书，并且已把阅读当做自己的一种生活方式。从刚读大学开始，他便以“修学储能，博而后渊”八个字勉励自己。对于一名大学生而言，大学生活的特征应当是“通识”的，也就是要充分把握更新自己认知的机会，积累对多个基础领域的框架性的知识，并有意识地在某个领域深钻。如今，阅读已经成为他的一种生活方式。他反对将阅读神圣化的心态，因为神圣化某件事物往往意味着疏离它。



高晋豪的书桌

一直以来，他都保持着同时阅读多本书籍的习惯。原因有二：其一是为彼此借鉴，其二是为休息调剂。

谈及到读书的时间，他的回答是“随时随地”。随即，他又补充道，许多同学可能必须要选择一个舒适的地方，一个闲适的时间，必须买杯咖啡或是奶茶，总之一定要经过一套很繁琐的程序才能进入书中。这样看似增加了读书的仪式感，其实也在变相提高读书的成本。要想解决这个问题，关键在于“祛魅”，即不再把读书神圣化。

高晋豪最近正在读三本书，分别是《纯粹理性批判》《康德对本体论的扬弃》，还有《笑傲江湖》。

他对选书也有自己的认识。他认为，不带目的的读书一定要具备两样东西：基础和缘分。

所谓基础就是阅读某本书之前的知识储备。他以《纯粹理性批判》为例说道，这本书的语言十分晦涩，尽管大一时他就了解到这是本好书，但却不得不避而远之。直到后来读了数本哲学导论，又通过 MOOC 初步了解了古希腊哲学和近代西方哲学，阅读了《德国古典哲学讲演录》等等。他才开始打开这本书，初步走进了这片思辨的大地。

所谓缘分则是指一定要有打开这本书的较为明晰的线索。他告诉我们，由于从小对政治历史等感兴趣，因此高考后自己打开的第一本书就是《毛泽东选集》。而那些文章中又经常提到列宁，所以他又很好奇地去读《列宁传》，读《国家与革命》，读《震撼世界的十天》。但读到列宁之后，他发现列宁的著作中关于马克思的论述很多，于是又开始阅读马恩原著。再读下去他又发现，不读康德和黑格尔是难以真正进入到马克思的境域中去的，慢慢地，笛卡尔、休谟、卢卡奇、海德格尔等等都来了，整个西方哲学史已经在这种自觉的延伸和拓展当中把脉络呈现出来了。

由此，他延伸出了立志的意义，他十分认同一句话“思想史就是成长史”。立志的作用在于定心，人的心一定，做事便有章法、有激情、有成效。诚然，绝大多数人并不能实现自己年少时的志向，但这并不重要。客观上来说，立志是一个写史的过程，所谓“思想史就是成长史”。随着年岁的增长，我们对初心的理解可能会发生翻天覆地的变化。但从最初的志向开始，我们慢慢能把握每一次思想的变化，这样的变化连成了一道明晰的线索，立志越早，这条线索便可追溯的越早。一个人无论是平庸还是伟大，他的生命应当在这个意义上具有思想的分量。

二 关于好书的定义

关于好书的定义，他认为这并不是一件绝对的事情。

在他看来，一方面，书籍的好坏有一定的标准，比如经典著作是一定不差的；但另一方面，即便这本书是好书，如果它不契合读者的心境，那么开卷则未必有益。比如一个人失恋了，处在极大的痛苦当中，这个时候倘若抱着黑格尔的《精神现象学》去啃，估计是十分费力的。但假如此人刚好读了金庸，发现即使是乔峰、段誉，又或是令狐冲这般叱咤江湖的大侠，也有求而不得的苦恼。这时，即便此人依旧不能释然，但他一定领会出了一些更深刻的东西。

三 读书的方法

在读书方法上，他也有自己的想法。他认为可以少读一些教人如何读书的书，因为最好的读书方法永远是在自己与书籍的磨合当中培养出来的。但他并不否认汲取他人的读书经验的意义，但前提是一定要通过不断的阅读去内化。

他的读书方法主要有三条。第一条是做批注，所谓“不动笔墨不读书”。在他的书上，到处可以看到记号、线条、旁批。这件事情的意义不只是敦促读者在阅读的时候保持思考，也是在提供思想的线索。他回忆起自己在翻阅高一时的读书批注的感受，说道，尽管那时还很小，许多观点和看法还很朴素，但其中包含了不少很珍贵的东西，无关内容，只关成长。倘若当时不做笔记，又如何能把那时的心境和思想保存下来？

第二条是善于使用工具。在他读《白话资治通鉴》时，由于〈周纪〉和〈秦纪〉中提及的战役很多，于是谭其骧先生主编的《中国历史地图集》就成了很好的帮手。在读《诸神的争吵——国际冲突中的宗教根源》时，眼花缭乱的地名国名明显降低了他的阅读体验，于是他便对照手头的世界地图集进行阅读，等到书读完时，中东各国的地理格局分布也大致有了直观的印象。

第三条是要主动输出。输出的方式很多，可以讲述也可以写文章。他认为，当一个人能够不借助文本而把这本书讲的很清楚的时候，这本书就算是被他的

思维框架吸收了。他在 2017 年 2 月份创办了自己的公众号，如今已经发表了 66 篇文章。后来感觉到在公众号上创作的种种不便，又改为写思想札记，目前也已经完成了 14 篇。谈及写作，他认为这是一项需要训练的技能，从想到到写出，绝不是一件容易的事情。能够正视自己论证的无力和观点的虚弱，恰恰是一种强大的表现。

不过，读书的作用归根到底是有限的，思辨的世界无法改变现实，即便一个人的内心再波澜壮阔，他的现实处境也并不因此会有丝毫的改变。他见过文凭不高，却极有实践智慧的长辈，也见过学富五车却常常教人哭笑不得的书呆子。读书只能提供方向，实践才能解决问题。孔子曾说：质胜文则野，文胜质则史。这句话始终鞭策着他。

他最后说道，他的身边，有在自己的专业上刻苦钻研的同学，有充分利用各种机会走进社会做实践的同学，也有喜好文学艺术而在那一片天地静静耕耘的同学。每个人都有自己独特的“修炼法门”，有自己令人瞩目的地方，不必这山望着那山高。不过，他还补充道，倘若有契机，还是可以尝试进入一些经典著作。从吸收知识的角度出发，不少书籍的效果并不如一篇简明扼要的推文又或是一部制作精良的纪录片。但经典著作作为人类文明的精华，其意义不在于知识，而在于思维框架和精神境界，一部伟大的人文作品给我们带来的感动是历久弥新的，关于这一点，只有读过才能体会出来。

来源：上海海事大学公众号 2019.5.9

原创：千帆通讯社

文案 | 胡怡雯

编辑 | 武婷婷 李可欣

SMU 优秀毕业生：沈树阳



沈树阳，海洋科学与工程学院材料 152 班

一 个人故事与感悟

制定一个小目标，这会让你离成功更进一步

四年前，懵懂的少年步入了大学的校园，没有为自己制定什么目标，只知道重要的课听听，完成各项作业就行了，就这样度过了一个学期。大一下学期的自己在与老师同学的沟通中了解到奖学金。就暗暗给自己定下了个小目标，争取能拿到奖学金。于是开始有意识的要去认真学习，这其中帮助自己最大的可能就是沿袭了高中的学习方法，自己有记笔记的习惯。上课记笔记，下课根据笔记把老师布置的作业独立完成，其他时间就是可以自由分配了。大一结束，我出乎意料拿到了专业第一的成绩，当看到那一笔巨款奖学金进入自己的银行卡，也许我真正意识到了知识就是财富的道理。也正是从那时开始，自己开始意识到我可以让自己做的更优秀。既然有了不错的成绩做基础，为何不继续前进，让自己做的更好？

确定读研，享受获取知识的成就感

大二的学习中，公共课还是占了很大的部分，像大学物理这种课自己还是会有预习的习惯，上课前复习之前学习的内容。这样对自己接下来的新知识学习也会有一定的帮助。其次自己开始更频繁的去图书馆，59 号楼到图书馆的距离很远，有段时间自己也是懒得去，但事实告诉我，在图书馆学习的效率远比在寝室高的多得多。从一开始半强迫让自己去图书馆学，到后来喜欢上图书馆良好的学习环境。往返于寝室与图书馆的路上，自己总是会听着歌，想着自己完成了哪些任务，就顿时觉得很有成就感。

进入大三，专业课很多，课程任务开始繁重，同时很多同学也开始确定了自己考研或是工作的想法。经过一番考虑后自己还是要继续读研。在与老师的沟通后，觉得自己还是很有希望保研的，因此也就坚定了读研的目标。大三有一门五学分的专业课材料科学基础，自己买了一本配套的习题书，在时间空余的情况下会去做题，订正，找老师答疑，复习。也是感谢这扎实的专业知识为自己后续参加暑期夏令营成功保送研究生提供了很多的帮助。

找对方法，把握时间；自我定位，劳逸结合

在我看来，学习还是要有适合自己的学习方法与学习习惯，并且能够良好的规划时间。上课就是最高效的学习新知识的途径，同样的知识点自己在课上就能学会的完全没必要上课不听，下课自己钻研。高中养成的习惯，自己上课喜欢记笔记，“好记性不如烂笔头”就完全适用于我。上课时认真听，做好笔记，下课完成老师布置的各项作业，在有时间的情况下再多一些新题提升下自己，最终一般都会取得满意的结果。其次就是时间规划，合理安排自己的时间，将自己的学习时间和休闲娱乐时间能够规划清楚。每天除了上课以外，合理的规划，课余时间参加社团活动，锻炼身体等，做到劳逸结合，松弛有度。

学习之余，勇敢尝试，找寻自我锻炼

除了在课程学习以外，自己另一部分时间会放在科创实验上。大二的时候有幸参与一项科创项目，在导师的指导下进行实验，后来导师建议自己作为负责人申请科创项目，对自己会有较大的帮助。当自己作为负责人开始试验后，才

知道万事开头难。在确定低温钢摩擦腐蚀性能这个方向后，导师要求自己做出一份详细的实验方案。那时自己对于这一块研究简直是一片空白，完全不知道该如何下手。于是我开始阅读文献，先读硕博论文，学习这一块的专业知识，接着查找中文文献，看这一领域相关实验研究方法，然后又找英文文献看着一块最新的研究进展，一些比较好的思路。在和老师确定了实验计划后，到了实际动手层面，问题又来了，很多仪器的操作不会，数据分析的软件不会用，于是就又跟着学长学习相关的操作，如何使用仪器，数据处理软件，在学会这些内容后才算是真正入门了。

开始进行实验后，总会遇到各种各样的难题。记得有一次在测定钢样摩擦腐蚀相关数据时，一共有 16 个样，自己从早上九点测试到下午三点，测了八个样，然后自己将已经测好的数据放入分析软件中，却发现有一个数据都没测出来，这就意味这一天的实验都白做了，当时自己内心是崩溃的，然后找来导师帮我看问题在哪，在和老师的沟通中老师感觉出了我的失望和烦躁，这时候老师用那种十分温柔的语气告诉我：这就是实验嘛，不行就再来呗，相信自己。老师的话真的给我了很大的鼓励。他让我明天再来测，我当时就心想不能让老师失望，要坚持把数据都测完。然后我重新检查问题，发现是一个地方接触不良导致，于是继续重复实验，最后晚上测到 11 点多把数据测完，最终结果也是成功的。

事后晚上走在回寝室的路上，自己心里满是解决问题后的喜悦与成就感。科研实验中，总是会有遇到各种问题，这时候需要你的耐心与毅力去解决各种各样的问题，当有一天自己完成了第一篇论文投稿，并且后来收到编辑部修改后可发表的邮件时心中满是成就感。那时，我明白了打不倒你的苦难才会让你变得更坚强！

享受你的大学生生活

这就是我的故事，比大家多一些的付出，你总能比大家多获得一些，一分耕耘一份收获的道理永远不会过时。四年的大学时光，每个人对于大学的生活总会有不同感悟，当即将毕业的自己再回首这大学生涯时，我可以开心的说到，

我觉得我的大学生活过得很充实。所以，制定好自己的学习目标，奋斗方向，并为之努力奋斗，让自己变得更优秀。

二 人生格言

越努力越幸运。

三 对学弟学妹的赠语

珍惜在校的每一刻时光，永远不要丢下学习不管，永远不要相信没挂过科的大学是不完整的话，为自己制定合理的目标，并努力奋斗，少做咸鱼告别肥宅，在最好的年华做让自己最无悔的事！

四 推荐书籍

《追风筝的人》。

来源：上海海事大学公众号 2019.5.11

原创：千帆通讯社

编辑 | 符溢

2019 “海大朗读者” 学生诵读大赛 决赛暨颁奖会圆满结束



5月14日下午，由宣传部、学生处、团委和图书馆主办，图书馆读者服务部、外国语学院团委承办的2019“海大朗读者”学生诵读大赛决赛在中远报告厅举办。图书馆馆长郑苏、学生处副处长雷丽、校团委副书记闫增岗、宣传部哈斯和外国语学院团委书记黄以青担任评委。

比赛吸引了众多热爱朗诵的同学参与，从初赛82组选手中脱颖而出的22组决赛选手用各富魅力的声音演绎自己心目中的经典佳作，精彩之处博得了观众阵阵掌声。

经综合打分评比，交通运输学院陈凯、外国语学院吴屹凯荣获一等奖；文理学院欧阳雨君、文理学院杨子晏、法学院黄之怡、方凯峰两人组、物流工程学院马征荣获二等奖；海洋科学与工程学院张嘉诚、外国语学院牛进宇、吴希凡两人组、文理学院张婧文、信息工程学院王磊、物流工程学院何贤棋、交通运输学院常盛轩荣获三等奖。

作为2019“海大人文”读书节的一项重要赛事，本次诵读大赛活动充分展现了同学们朝气蓬勃的精神风貌和精彩纷呈的朗诵风采，反映了学子们歌颂祖国70年伟大成就、心系祖国的爱国主义情怀和弘扬中华民族优秀文化，为多姿多彩的校园文化增添了绚烂的篇章。

征稿启事

《海大悦读》是上海海事大学图书馆主办的读书类文化刊物，旨在为读者提供一个文化交流、心灵碰撞的平台，以倡导阅读风气，促进阅读推广。每年发行两期，不对外发行出售，免费取阅。现向各位读者征稿：

1. 凡与书籍、阅读、图书馆及电影有关的随笔、访谈、书评、荐书、影评等文章，本刊都欢迎。
2. 投稿者须保证作品原创，如系抄袭或有其他侵权行为，投稿者应承担相关法律和经济责任。
3. 投稿一律不退，请自行保留底稿。
4. 编者对来稿保留因版面排版需要的删改之权。
5. 投稿请发送至《海大悦读》专用电子邮箱 jhliu@shmtu.edu.cn

联系方式：

地址：上海市浦东新区海港大道 1550 号

上海海事大学图书馆读者服务部

邮编：201306 电话：021-38284938

网址：www.lib.shmtu.edu.cn

邮箱：jhliu@shmtu.edu.cn