

# 体育系师生推荐阅读图书

刘伟 体育系系主任

## 1. 《瓦尔登湖》

推荐理由：梭罗用他对大自然饱含深情的笔触，描绘了人与自然应有的的理性与和谐的关系，让我们在浮躁与功利的现代生活中澄净下来，重新打量这看似熟悉的自然与人生。这是一部让人回归自然、尝试极简生活的力作，读后让人绝不后悔！

(美)亨利·戴维·梭罗著. 高格译. 《瓦尔登湖》. 南京: 译林出版社, 2011. 馆藏地点: 二楼. 索书号: **I712.64 S436**

## 2. 《寂静的春天》

推荐理由：《寂静的春天》是现代环境保护运动的开山之作，如果没有 Rachel Carson 在旷野中的这声呐喊，不知道今天我们是否还能听到这么多美妙的鸟啼！

(美)蕾切尔·卡森(Rachel Carson)著. 吕瑞兰, 李长生译. 《寂静的春天》. 上海: 上海译文出版社, 2011. 馆藏地点: 四楼. 索书号: **X-49 k240**

## 3. 《羌在汉藏之间》

推荐理由：作为阿坝师范学院学子，有必要深入了解羌族和羌族的历史与变迁。王明珂先生通过他十多年的人类学田野考察，对羌民族几千年的历史和华夏西部族群边界的变迁进行了一次深刻的解读。

王明珂著. 《羌在汉藏之间》. 北京, 中华书局 2008. 馆藏地点: 五楼. 索书号: **k287.4w161**

龙正印 体育系党总支书记

## 1. 《做自己想做的事》

推荐理由：以彩绘漫画的轻松方式，帮助年轻人领悟成功的真谛。搏击场上的得道武者和商战中的职业企业家，作者李践的这种双重身份，决定了本书直接凌厉、简单有效的独特风格，同时又不乏深刻与趣味。本书最大的特点，就在于成功的观念、原理与日常生活、工作与轻松愉快的训练三位一体，使读者在学习中行动，在行动中学习，知行合一，逐渐养成追求成功的习惯、思维和行动，以至于每天的所做所为都促使自己迈向成功。

李践著. 《做自己想做的事》. 北京: 中国时代经济出版社, 2013. 馆藏地点: 二楼. 索书号: **B848.4I 4635:5**

## 2. 《人性的弱点》

推荐理由：全球自我教育与成人训练的范本。1937年出版，世界各地至少已译成58种文字，全球总销量九千余万册，拥有4亿读者。本书旨在帮助您解决所面临的问题：如何在日常生活、商务活动与社会交往中与人打交道，并有效地影响他人。如何击败人类的生存之敌——忧虑，以创造一种幸福美好的人生。

(美) 戴尔·卡耐基(Dale Carnegie)著；王道琴编译.《人性的弱点》.沈阳:万卷出版公司,2010.馆藏地点：二楼.索书号：[C912.1k244](#)

## 韩明均 体育系主任助理

### 1. 《看见》

推荐理由：《看见》是知名记者和主持人柴静讲述央视十年历程的自传性作品，既是柴静个人的成长告白书，某种程度上亦可视作中国社会十年变迁的备忘录。十年前她被选择成为国家电视台新闻主播，却因毫无经验而遭遇挫败，非典时期成为现场记者后，现实生活犬牙交错的切肤之感，让她一点一滴脱离外在与自我的束缚，对生活与人性有了更为宽广与深厚的理解。

柴静著.《看见》.桂林:广西师范大学出版社,2013.馆藏地点：二楼.索书号：[I267.1c257](#)

### 2. 《念完哈佛念阿弥陀佛》

推荐理由：这本不一样的自传里，陈宇廷讲述了自己传奇的半生经历：在台湾的少年时光，在美国求学的生活，在投资银行和麦肯锡工作的岁月，出家求法的经历，和格莱美音乐家央金拉姆的传奇婚姻。

陈宇廷著.《念完哈佛念阿弥陀佛》.桂林:广西师范大学出版社,2013.馆藏地点：二楼.索书号：[I267.1c257](#)

## 李家发 体育系办公室主任

### 1. 《挺立在孤独、失败与屈辱的废墟上》

推荐理由：作为一名大学生，俞老的书不得不看，重点推荐本书主要是因为汇集了俞敏洪老师在其演讲中与学生推心置腹，谈学习的正确方法、应有的成功心态、做人做事的体会，以及创业的各种利弊，针对当代中国大学生所面临的一系列问题如求学、就业等，给大学生提出建议。指导我们如何拥有良好的心态并合理规划人生。

俞敏洪.《挺立在孤独、失败与屈辱的废墟上》.北京:群言出版社,2010.11.馆藏地点：二楼.索书号：[B848.4y883](#)

### 2. 《肌肉骨骼系统基础生物力学》(第3版)

推荐理由：看这本书需要一些勇气，因为专业性太强，全书深入讨论了肌肉骨骼系统的组织结构、关节力学及临床应用，包括对肌肉骨骼的发育、组成结构、

功能及功能评定、创伤的力学机制、临床力学结构重建等相关的最新研究信息。对专业知识的增长满满都是正能量。

Margareta Nordin, Victor H. Frankel 原著；邝适存译；郭霞编著.《肌肉骨骼系统基础生物力学》(第3版).北京：人民卫生出版社,2008.馆藏地点：读秀（电子图书）

## 都慧慧 教师

### 1. 《超越自己》《创造自己》《肯定自己》

推荐理由：作为刘墉老师的三部曲，书中用各种励志语言以讲故事形式启迪我们，让我们了解人生在世，最大的敌人不一定是外来的，而可能是我们自己！我们难以把握机会，因为犹疑、拖延的毛病。我们容易满足现状，因为没有更高的理想。我们不敢面对未来，因为缺乏信心。我们未能突破，因为不想去突破。我们无法发挥潜能，因为不能超越自己，如果这样请认真读这本书，做为激励的火种，在熊熊的火焰中，使你超越铁，成为钢！

刘墉著.桂林：漓江出版社,1994.4.馆藏地点：二楼.索书号：[I267I053](#)

### 2. 《姚明传》

推荐理由：一代巨星的成长故事，如果你喜欢体育、喜欢篮球、喜欢姚明，本书值得一看，了解巨星背后的故事、付出的代价、训练的酸甜苦辣、初到异国的孤独与失望、嘲笑与讽刺。而面对这一切，姚明并没有放弃、沦陷，而是奋起直追、顽强拼搏，展现了一名运动员的优秀品质。

杨毅著.《姚明传》.北京：新星出版社,2012.馆藏地点：一楼、四楼.索书号：[K825.47y407](#)

## 刘锐 教师 科研秘书

### 1. 《老人与海》

推荐理由：《老人与海》是海明威最著名的作品之一，它围绕一位老年古巴渔夫，与一条巨大的马林鱼在离岸很远的湾流中搏斗。

(美)欧内斯特·海明威著.《老人与海》.长沙：湖南文艺出版社,2012..馆藏地点：二楼.索书号：[I712.45h365](#)

### 2. 《一九八四》

推荐理由：乔治·奥威尔（1903—1950）是英国伟大的人道主义作家、新闻记者和社会评论家，著名的英语文体家。《一九八四》（1949）是奥威尔的传世之作，堪称世界文坛最著名的反乌托邦、反极权的政治讽喻小说。他在小说中创造的“老大哥”、“双重思想”、“新话”等词汇都已收入权威的英语词典，甚至由他的姓衍生出“奥威尔式”（Orwellian）、“奥威尔主义”（Orwellism）

这样的通用词汇，不断出现在报道国际新闻的记者笔下，足见其作品在英语国家影响之深远。

(英国)乔治·奥威尔著.孙仲旭译.《一九八四》.南京:译林出版社,2011.馆藏地点:二楼.索书号: I561.44a252

## 张浩 体育系教研室主任

### 1. 《红与黑》

推荐理由:小说围绕主人公于连个人奋斗的经历与最终失败,尤其是他的两次爱情的描写,广泛地展现了“19世纪初30年间压在法国人民头上的历届政府所带来的社会风气”,强烈地抨击了复辟王朝时期贵族的反动,教会的黑暗和资产阶级新贵的卑鄙庸俗,利欲熏心。因此小说虽以于连的爱情生活作为主线,但毕竟不是爱情小说,而是一部“政治小说”。

司汤达著.严瑞清编译.《红与黑》.长春:吉林出版集团有限责任公司,2011.馆藏地点:二楼.索书号: I565.44s133

### 2. 《心灵的鸡汤》

推荐理由:在当今社会,人们的工作、生活节奏越来越快,竞争也无处不在,人们不得不竭尽所能地迎接挑战,所承受的压力也越来越大。而同时,人们也面临着金钱、权力的魅惑。如果意志不坚定,人们在不断的攀比与盲从中会逐渐迷失自己的本性,丧失自我,陷入人性的沼泽。生活的繁琐芜杂,工作的重重压力,已经使我们内心的心灵之泉日渐干涸,使我们心灵的花朵日趋凋零、枯萎。我们需要滋养、灌溉心灵,拂去心灵上的蒙尘,使其重现往昔的纯净和安宁。

贾平凹,林清玄等著.《心灵的鸡汤》.北京:光明日报出版社,2005.馆藏地点:二楼.索书号: B821-49j 117

## 谢江涛 教研室主任

### 1. 《非暴力沟通》

推荐理由:良言一句三冬暖,恶语伤人二月寒。不正确的沟通方式不仅会导致对他人的伤害,也会导致无法进行有效的沟通。卢森堡博士在本书中揭示了那些长久被人忽视的沟通障碍,并总结了和谐有效的沟通方式。无论是同学之间、恋人之间、师生之间、同事之间,非暴力沟通方式都能帮助你进行有效的沟通。本书的内容非常易懂和实用,穿插出现的沟通练习帮助你随时演练书中的沟通原则,对于困扰于沟通的同学们,本书是不可不读的好书。

(美)马歇尔·卢森堡(Marshall B. Rosenberg)著;阮胤华译.《非暴力沟通》.北京:华夏出版社,2009.馆藏地点:二楼.索书号: C912.11242

## 2. 《人性的弱点》

推荐理由：“世界成功学第一书”，戴尔·卡耐基被称为美国“成人教育之父”，他运用社会学和心理学知识，对人性进行了深刻的探讨和分析。他讲述的许多普通人通过奋斗获得成功的真实故事，激励了无数陷入迷茫和困境的人，帮助他们重新找到了自己的人生。不管成功学有怎样的缺陷，这些故事对于处于迷茫中的同学无疑是一种指引和帮助。

(美)戴尔·卡耐基著；尹航编译.《人性的弱点》.重庆:重庆出版社,2010.馆藏地点:二楼.索书号: C912.1-49k214

## 3. 《钢铁是怎样炼成的》

推荐理由：该书通过记叙保尔·柯察金的成长道路告诉人们，一个人只有在革命的艰难困苦中战胜敌人也战胜自己，只有在把自己的追求和祖国、人民的利益联系在一起的时候，才会创造出奇迹，才会成长为钢铁战士。特别是书中关于生命的意义部分的思考，值得同学们学习。

奥斯特洛夫斯基著；梅益译.《钢铁是怎样炼成的》.北京:人民文学出版社,1980.10.馆藏地点:二楼.索书号: I512.45a244

## 罗珊 教师

### 1. 《正义论》

推荐理由：罗尔斯在《正义论》当中提出了关于正义的两条原则：第一条是所谓平等的自由原则，即每个人应该在社会中享有平等的自由权利。第二条原则包括差别原则与机会平等原则。前者要求在进行分配的时候，如果不得不产生某种不平等的话，这种不平等应该有利于境遇最差的人们的最大利益，就是说，利益分配应该像处于不利地位的人们倾斜。后者要求将机会平等的原则应用于社会经济的不平等，使具有同等能力、技术与动机的人们享有平等的获得职位的机会。

约翰·罗尔斯著；何怀宏译.《正义论》北京:中国社会科学出版社,1988.馆藏地点:二楼.索书号: B82-061624

### 2. 《追寻生命的意义》

推荐理由：弗兰克尔是20世纪著名的心理学家，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，开创了意义疗法，替人们找到绝处再生的意义。本书第一部分叙述了弗兰克尔的集中营经历，第二部分阐述了他的“意义疗法”。本书不仅适合于心理学爱好者，也适合面临挑战希望寻找生活意义的人们。

(奥)维克多·E.弗兰克尔(Viktor E. Frankl)著.何忠强,杨凤池译.《追寻生命的意

义》.北京: 新华出版社, 2003. 馆藏地点: 读秀 (电子图书)

## 李琪体育系教师

### 1. 《向诸葛亮借智慧》

推荐理由: 本书借古喻今, 集管理学、社会心理学和组织行为学于一体

赵玉平著. 《向诸葛亮借智慧》. 北京: 电子工业出版社, 2011. 馆藏地点: 二楼. 索书号:

K827=362z411

### 2. 《明亡清兴六十年》

推荐理由: 通过本书的描述, 见证着清之勃兴、明之将亡的历史大变局。

阎崇年著. 《明亡清兴六十年》. 北京: 中华书局, 2006. 馆藏地点: 四楼. 索书号:

K248.09y3281

## 袁鹏宇 教师

### 1. 《生命不息》

推荐理由: 美国亚马逊编辑评选为“100 本人生必读书”之一。

(法) 马克李维, 凯特阿特金森著. 《生命不息》. 长沙: 湖南文艺出版社, 2014. 馆藏地点: 读秀 (电子图书)

### 2. 《牛奶可乐经济学》

推荐理由: 这是一部没有阅读门槛、却能从中获得生活智慧的另类经济学书籍。

(美) 罗伯特·弗兰克 (Robert H. Frank) 著. 闰佳译. 《牛奶可乐经济学》. 北京: 中国人民大学出版社, 2010. 馆藏地点: 读秀 (电子图书)

## 李伟伟 教师

### 1. 《世界上最伟大的推销员》

推荐理由: 影响了全球数千万销售精英的超凡理念和顶尖技巧, 成功推销的上乘法则。

翟文明, 宿春礼编著. 《世界上最伟大的推销员》. 南京: 江苏美术出版社, 2014. 馆藏地点: 读秀 (电子图书)

### 2. 《王阳明心学全书》

推荐理由: 罗智先生总结了以往作品的成功经验, 采用全新的形式创作本书, 全书内容轻松易读、见解独到, 囊括了《传习录》的全书精华, 无论是思想性还是文艺性, 都较以往更上一层, 是难得的阳明心学上佳之作。

罗智著. 《王阳明心学全书》. 北京: 企业管理出版社, 2014. 馆藏地点: 读秀 (电子图书)

## 李晖艳 教师

### 1. 《追风筝的人》

推荐理由：作者通过描述自己与仆人哈桑儿时的情谊，通过追风筝比赛主人公对哈桑的背叛为线索，追忆一生。人的一生不怕犯错，可是就怕犯了错，连勇敢面对错误的勇气都没有。

(美)卡勒德·胡赛尼(Khal edHossei ni)著李继宏译.《追风筝的人》.上海:上海人民出版社,2006.馆藏地点:二楼.索书号: I712.45h437

### 2. 《东吴相对论》

推荐理由：通过精彩的财经对话，了解更多的理财和投资动态。

吴伯凡,梁冬著.《东吴相对论》.北京:中信出版社,2013.馆藏地点:二楼.索书号: B821-49w627

## 陈万兵 教师

### 1. 《大数据时代》

推荐理由：当今世界是信息化时代，今天大数据正把我们变成新的物种，首先，大数据改变了我们的思维方式.其次，大数据改变了我们的生产方式.最后，大数据改变了我们的生活方式。大数据不仅仅是一门技术，更是一种全新的商业模式，它与云计算共同构成了下一代经济的生态系统，一切皆信息。处在信息化时代的我们需要读一读。

姚宏宇,田溯宁著.《大数据时代》.北京:电子工业出版社,2013.馆藏地点:四楼.索书号: TP393y433

### 2. 《第三次工业革命》

推荐理由：此书主要写预言未来的科技发展，第三次工业革命改写人类发展进程，社会该怎么发展？经济该怎么突破？世界未来的趋势当今世界是信息化时代，今天大数据正把我们变成新的物种，首先，大数据改变了我们的思维方式.其次，大数据改变了我们的生产方式.最后，大数据改变了我们的生活方式。大数据不仅仅是一门技术，更是一种全新的商业模式，它与云计算共同构成了下一代经济的生态系统，一切皆信息。处在信息化时代的我们需要读一读。

(美)杰里米·里夫金(JeremyRi fki n)著;张体伟,孙豫宁译.《第三次工业革命》.北京:中信出版社,2012.馆藏地点:四楼.索书号: F113.11658

### 3. 《沉思录》

推荐理由：此书是一本作者写给自己的书，内容大部分是他在鞍马劳顿中写成的。它来自作者对身羁宫廷的自己和自己所处混乱世界的感受，追求一种冷静

而达观的生活。这本书是斯多葛学派的一个里程碑。有一种不可思议的魅力，它甜美、忧郁和高贵。这部黄金之书以庄严不屈的精神负起做人的重荷，直接帮助人们去过更加美好的生活。也是过去温家宝一直推崇的一本书。

马可·奥勒留著；梁实秋译.《沉思录》.沈阳:万卷出版公司,2013.馆藏地点：四楼.  
索书号：[H319.4a247](#)

## 程钦东 教师

### 1. 《24式太极拳入门与提高》

推荐理由：讲解细致，适合初学者。

武冬著.《24式太极拳入门与提高》.太原:山西科学技术出版社,2010.馆藏地点：四楼.  
索书号：[G852.11W132](#)

### 2. 《巴渝武术》

推荐理由：对于巴渝地区的武术文化细微介绍。

赵幼生主编.《巴渝武术》.重庆:西南师范大学出版社,2012.馆藏地点：四楼.索书号：  
[G852z422](#)

## 袁莹 老师

### 《动物农场》

推荐理由：《动物庄园》是一部政治寓言体小说，故事描述了一场“动物主义”革命的酝酿、兴起和最终蜕变。一个农庄(Manor Farm)的动物不堪人类主人的压迫，在猪的带领下起来反抗，赶走了农庄主(Mr. Jones)，牲畜们实现了“当家作主”的愿望，农场更名为“动物庄园”，奉行“所有动物一律平等”。之后，两只处于领导地位的猪为了权力而互相倾轧，胜利者一方宣布另一方是叛徒、内奸。此后，获取了领导权的猪拥有了越来越大的权力，成为新的特权阶级。动物们稍有不满意，便会招致血腥的清洗：农庄的理想被修正为“有的动物较之其他动物更为平等”，动物们又回复到从前的悲惨状况。

英)乔治·奥威尔著；荣如德译.《动物庄园》.上海:上海译文出版社,2009.馆藏地点：四楼.索书号：[H319.4:IA252](#)

## 杨德芳 老师

### 1. 《灰舞鞋》

推荐理由：鲜明的时代背景，反映出当时人们对艺术与爱情的曲解。

(美)严歌苓著.《灰舞鞋》.北京:中国工人出版社,2006.馆藏地点：读秀(电子书)



## 2. 《华尔兹史话》

推荐理由：华尔兹独特的肢体语言造就了它的“魔力”舞者的灵魂向往自由的表达，此书全面而又深入地对舞蹈身体语言进行了解读。

（法）埃斯著；郑慧慧译.《华尔兹史话》.上海：上海音乐出版社，2006.馆藏地点：读秀（电子图书）

## 牟剋蓉 教师

### 1. 《沉浮与枯荣》

推荐理由：采用第一人称的手法，读起来就像在听江平老先生慢慢叙述自己的人生，展现中国法律发展中的推动力、曲折和遗憾，同时也表达了对中国法治的期待。

江平口述.陈夏红整理.《沉浮与枯荣》.北京：法律出版社,2010.馆藏地点：读秀（电子图书）

### 2. 《繁星》、《春水》

推荐理由：两书是冰心女士最得意的两部诗歌集，是人们公认的小诗最高成就，被矛盾称为“繁星格”，“春水体”。两部诗集虽然发表的时间不同，但主题都是：母爱，自然，童真。这样构筑了冰心的思想内核——“爱的哲学”。冰心女士认为“有了爱，便有了一切”。

冰心著.天津:天津人民出版社,2011.05.馆藏地点：二楼.索书号：**1216.2b333**

## 王法 教师

### 1. 《曾国藩家书》

推荐理由：整本书内容包括修身养性、为人处世、交友识人、持家教子、治军从政等。诵之悟之，大有裨益。人生丰富、性格复杂、毁誉参半、争议不休。然千封家书，足见其殷切之情。今以文白对照的形式，向读者展示这本蒋介石终生苦心研究的书的魅力所在,耐人寻味,值得推荐。

（清）曾国藩著.《曾国藩家书》.北京:中央编译出版社，2011.馆藏地点：四楼.索书号：**K827=52 c864 1**

### 2. 《重新发现社会》

推荐理由：作者似乎想在国家与社会的关系中寻找社会的定位,在经济与社会的变化中寻找社会的公平与正义,在物权与税权中寻找社会的责任与义务,在自由采用第一人称的手法，读起来就像在采用第一人称的手法，读起来就像在听江平老先生慢慢叙述自己的人生，展现中国法律发展中的推动力、曲折和遗憾，

同时也表达了对中国法治的期待与民主中寻找社会的底线,在传统与网络中寻找社会的传承与未来,种种的种种,让人看得心情跌宕起伏。

整本书内容包括修身养性、为人处世、交友识人、持家教子、治军从政等。诵之悟之,大有裨益。人生丰富、性格复杂、毁誉参半、争议不休。然千封家书,足见其殷切之情。今以文白对照的形式,向读者展示这本蒋介石终生苦心研究的书的魅力所在,耐人寻味,值得推荐

熊培云著.《重新发现社会》.北京:新星出版社,2011.馆藏地点:二楼.索书号:

C91-53x241

### 肖天宝 体育教育 2013 级 1 班

#### 《菊与刀》《The Chrysanthemum and the Sword》

推荐理由:这是一部能让我们深刻了解日本人的民族性的名著。美国人类学家本尼迪克特从日本文化的双重性的角度,洞悉了日本社会的等级制和有关习俗。文笔优美,资料详实,可读性强。

(美国)露丝·本尼迪克特(Ruth Benedict 1887-1948)著;北塔译.《菊与刀》《The Chrysanthemum and the Sword》.南京:译林出版社,2011.馆藏地点:二楼.索书号: **K313.03**

**b573**

### 班文军 体育教育一班

#### 《平凡的世界》

推荐理由:洗净铅华的心,有种经历磨难后的成熟与沧桑。在苦难的世界里,他们仍旧保有着那样的纯净心灵,坚持着内心的本真,人性的美丽!

路遥著.《平凡的世界》.北京:中国青年出版社,2000.馆藏地点:二楼.索书号:

I247.5I6321.

### 袁单 体育教育三班

#### 《草房子》

推荐理由:童真的世界永远那样单纯、无虑。故事看似平淡无奇,但就是这平凡的力量感动着每一颗渴望爱的心灵。

曹文轩著.《草房子》.北京:作家出版社,2013.馆藏地点:二楼.索书号: **I287.45c504**

### 曾浩 社会体育一班

#### 《厚黑学》

推荐理由:讲述了人们在社会中为人处事的方式方法,借古喻今,以三国时

期曹操、刘备为典型环境中的典型人物，读者借以管中窥豹，略见一斑。

李宗吾著.《厚黑学》.武汉:长江文艺出版社,2010.馆藏地点:二楼.索书号: **B825I 431**

### 张宇佳 体育教育三班

#### 《人性的弱点》

推荐理由: 帮助解决所面临的最大问题: 如何在日常生活、商务活动与社会交往中与人打交道, 并有效地影响他人. 如何击败人类的生存之道——忧虑, 以创造一种幸福美好的人生. 发现自己的潜力, 创造幸福美好的人生。

(美)戴尔·卡耐基著; 韩佳媛编译.《人性的弱点》.北京:电子工业出版社,2013.馆藏地点:二楼.索书号: **B848.4k244**

### 阿基阿杰 体育教育三班

#### 《爱的教育》

推荐理由: 教育之间没有感情, 没有爱, 如同池塘没有水一样. 没有水, 就不成其池塘, 没有爱就没有教育. 以爱作为教育的起点, 爱就是教育。

亚米契斯著; 夏丐尊译.《爱的教育》.海口:南海出版社,2011.馆藏地点:二楼.索书号: **I546.84y195**

### 鲁杰 体育教育一班

#### 《简爱》

推荐理由: 她是人格独立的女性, 在磨难里坚守着自我的本真, 不断追求自由与尊严, 顽强的生命力使她从不向命运低头, 敢于追求自己的幸福, 不在命运里沉沦。

(英)夏洛蒂·勃朗特(Charlotte Bronte)著; 吴钧燮译.《简爱》.北京:人民文学出版社,1990.馆藏地点:二楼.索书号: **I516.44b432**

### 吴忠跃 社会体育一班

#### 《做最好的自己》

推荐理由: 李开复老师多年来与中国大学生对话的心血凝结之作. 这本书有很好的思想和理论体系, 每个人本身就是独立的个体, 独立的人格尊严, 独立的思想性格. 从来不必去羡慕别人的生活, 自己就是生活的主角。

李开复著.《做最好的自己》.北京:人民出版社,2005.馆藏地点:二楼.索书号: **B848.4-49I 418**

## 兰蒙 体育教育三班

### 《活着》

推荐理由：它的力量不是来自于喊叫，也不是来自于进攻，而是忍受，去忍受生命赋予我们的责任，去忍受现实给予我们的幸福和苦难、无聊和平庸。生命的意义因为不同的个体而具有了不同的意义，活着就有希望，生命就是最好的存在！

余华著.《活着》.北京:作家出版社,2010.馆藏地点:二楼.索书号: I247.5Y802

## 刘佳佳 体育教育三班

### 《尘埃落定》

推荐理由：该小说获第五届茅盾文学奖。在上个世纪四十年代的四川阿坝地区，当地的藏族人民被十八家土族统治着，麦其土司便是其中之一。无论以何种形式存在的生命，都有他恣意的姿态。一切存在皆合理。

阿来著.《尘埃落定》.北京:人民文学出版社,2005.馆藏地点:二楼.索书号: I247.5a750c

## 何萍 体育教育一班

### 《在绝望中寻找希望》

推荐理由：我知道我在绝望中依然期待，正如我无法选择死亡，而使我的灵魂不能得以释放，痛苦的被囚进在我麻木而不能毁灭的肉体。但我依然在绝望中寻找希望。希望的星光在未来被点亮。

俞敏洪著.《在绝望中寻找希望》.北京:中信出版社,2014.独秀电子书,全文阅读

## 海龙 体育教育一班

### 《珍妮姑娘》

推荐理由：伤心的火在那一刻轻轻燃烧，然后烧过了整个躯干，无法再做到如何去悲伤地守候着，无法明白，自己做错了什么。到底是珍妮梦到了爱情，还是爱情梦到了一个名叫珍妮的姑娘？

(美)西奥多·德莱塞(Theodore Dreiser)著;潘庆龄译.《珍妮姑娘》.武汉:长江文艺出版社,2008.馆藏地点:二楼.索书号: I712.44d243=2

## 张强 体育教育一班

### 《假如给我三天光明》

推荐理由：如果现在我站在生命的终点，生命的火花即将灭亡，我会是怎么想？怎么做呢？是否也会感叹生命的短暂与脆弱，而后悔没有好好珍惜呢？她的

一生充满传奇色彩，虽然出身不幸，但有一颗不屈不挠的心，接受生命的挑战，以惊人的毅力面对困境，终于实现自身的价值，创造伟大的奇迹。

美)凯勒(H. Keller)著；刘小东译.《假如给我三天光明》.北京:北京科学技术出版社,2014.01.馆藏地点:四楼.索书号: **K837.127-533k244**

## 陈东海 体育教育一班

### 《挪威的森林》

推荐理由:完美不是在风平浪静的海面上行驶的船,而是暴风雨过后洒在甲板上眩目的阳光,完美不是来自我们对它的执着追求,而是源于勇于面对磨难的坚强的心。

(日)村上春树著;林少华译.《挪威的森林》.上海:上海译文出版社,2007.馆藏地点:二楼.索书号: **I313.45c425**

## 莫洛建平 体育教育一班

### 《徐志摩诗集》

推荐理由:你看我活着不能没有你,不单是身体,我要你的性灵,我要你身体完全的爱我,我也要你的性灵完全化入我的,我要的是你绝对的全部——因为我献给你的也是绝对的全部,那才当得起一个爱字。你早已成我灵魂的一部,我的影子里有你的影子,我的声音里有你的声音,我的心里有你的心.鱼不能没有水,人不能没有氧气.我不能没有你的爱。

徐志摩著.《徐志摩诗集》.成都:四川人民出版社,1981.馆藏地点:二楼.索书号: **I226x240**

## 郭卓阼 社会体育

### 《傅雷家书》

推荐理由:人的生命是有限的,但是人的事业却是无限的,通过亲生儿女,来延续希望,也延续与发展一个人为社会,为祖国,为人类所能尽的力量,因此,培育儿女也是一项为人父母所应尽的义务.从傅雷的行为中,也不难看出,他是一个以高度负责任的态度,在对社会,对祖国,对人类,对世界负责任的。

傅雷著;傅敏编.《傅雷家书》.沈阳:辽宁教育出版社,2004.索书号: **K825.6210**