

读书协会

第 2 期

每周图书推荐

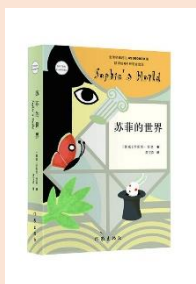
NEW WEEK

2023 年 3 月 4 日—2024 年 3 月 10
日

“所谓希望，就是一个人相信自己的明天会因为今天的努力而变得更好”

图 书 推 荐

01



《苏菲的世界》

作者：乔斯坦·贾德

馆藏地：社会科学图书
第二借阅室/第066排A
面01列3层

推荐人：姚荟婧

推荐理由：《苏菲的世界》是一部引人深思的哲学小说，讲述了一个少女苏菲在一系列神秘事件中逐渐了解哲学思想的故事。作者透过苏菲的视角，将复杂的哲学概念生动地呈现在读者面前，引导人们探索人生、存在和意义等深刻问题。这本书不仅仅是一部哲学入门读物，更是一次思维之旅。透过苏菲的冒险经历，读者可以轻松地了解从古希腊哲学到现代哲学的重要思想，如柏拉图、亚里士多德、康德等人的观点。作者将哲学理论融入到故事情节中，让读者在阅读中获得知识的愉悦。

值得一提的是，书中插入的插

图和注释，使得哲学概念更加生动易懂。这样的设计不仅吸引了年轻读者，也让成年读者对哲学产生了新的兴趣和理解。总的来说，《苏菲的世界》是一本兼具故事性和启发性的好书，无论你是哲学爱好者还是对哲学一窍不通的读者，都会从中受益匪浅。

02



《营养学：概念与争论》

作者：弗朗西斯·显凯
维奇·赛泽

埃莉诺·诺斯·惠特尼

馆藏地：自然科学图书

第一借阅室/第 064 排

B 面 03 列 2 层

推荐人：孙家正

推荐理由：“民以食为天”，每个人从出生开始就不断的摄入食物，从食物中获取营养是我们每天都要进行的动作，但是，你是否关注过你吃的是否真的健康？你所选择的食物将

对你的健康产生累加性的作用，也就是说你的健康取决于你的选择。

现如今，层出不穷的食品以供人们选择，诱人的食品广告的各种各样的吃播充斥着人们的视线。我们的饮食习惯常常被舆论牵着走。但是，你知道哪些食物最适合你自己吗？学习营养学，你就能够明智的选择食物、安排三餐、合理的设计日常饮食。这些知识会改善你的健康状况，增加饮食的乐趣，从此不必再为吃的东西是否合适而纠结，并且获得一个健康的身体。

读书协会策划

撰稿|孙家正

文字编辑|姚荟婧、孙家正

审核|魏萍