

# 三月, 品读女子的优雅

## ——与女性有关的图书扫描

□张光彦

快到“三八”节了。三月是女人节,书就是女性气质的时装,而阅读是对女性心灵的按摩。在此,我们为女性读者准备了一份书单,希望能给大家带来阅读的快乐。



### 好书推荐



**中国为什么要改革: 思忆父亲**  
胡耀邦

胡德平 著  
人民出版社  
胡耀邦关于改革的各种观点和思想发展过程,是我们改革历史进程中应予关注、研究的一个焦点。本书从史料出发,探寻胡耀邦的精神世界,解读他的心路历程。我国人民对改革事业的真切感受如何?人民群众中的整体利益和局部利益应该如何区分?在党中央岗位上工作的同志对改革事业的根本思考是什么?希望这本书能给您真实的答案。

本书从史料出发,探寻胡耀邦的精神世界,解读他的心路历程。我国人民对改革事业的真切感受如何?人民群众中的整体利益和局部利益应该如何区分?在党中央岗位上工作的同志对改革事业的根本思考是什么?希望这本书能给您真实的答案。



**何新看中国经济**

何新 著  
东方出版社  
这是作者独立观察经济、思考中国经济发展现状的最新成果。他一针见血地指出:我国经济改革指导理论的失误、市场原教旨主义将

搞垮经济改革,债务危机离中国并不远!书中,他分析了以下问题:国家外汇储备关系到国家安全生存的命脉,并非单纯商业问题;人民币为什么不能成为国际货币;现代资本主义危机的主要形态是金融危机;我国经济中存在的“生产过剩”。



**坏女孩的恶作剧**

(秘)略萨 著  
人民文学出版社  
本书写了一个把拥有金钱看成是唯一幸福的女孩和一个“只要能移居巴黎,有一份工作”就满足的翻译工作者里卡多苦恋一生的故事。

幼年时,里卡多就有一个梦想:移居巴黎,然而,少年时那场恋情导致的反复别离和重逢却改变了一切。那是个不满足现状、极端实用主义的女孩,她把里卡多从狭小的世界里拖出来,让他成了伦敦、巴黎、东京、马德里这些大都市发展变化的见证人。

### 一周图书排行榜

笑谈大先生:陈丹青七讲鲁迅

广西师范大学出版社

这个天国不太平

中华书局

一言难尽:1912-1949 民国映画

团结出版社

好妈妈胜过好老师

作家出版社

何新论美

东方出版社

三言二拍看明朝

中华书局

教科书里没有的清史

中华书局

开明国语课本

上海科学技术文献出版社

中国社会各阶层分析

文化艺术出版社

#### 洛阳席殊书屋 特约

地址: 涧西区工人文化宫院内  
电话: 64910676  
地址: 西工区人民东路副一号  
电话: 63251150

### 爱情书

爱情需要品味,爱情需要思考,爱情更需要运用智慧。著名情感专家芭芭拉·安吉丽思在《你该知道的真爱秘密》中,详细介绍了25个真爱的秘密,告诉我们从哪些方面去做才能获得真爱,在爱的旅途中,我们需要注意什么。这是关于爱情

与两性关系的积极原则,会带你走向更有活力、更圆满的将来。它不会一味地教你如何将男人“手到擒来”,而是教你如何找到适合的人,对即将恋爱、正在恋爱及已婚人士都有指导意义。

台湾作家吴淡如在《成熟的

爱情不走音》中,讲述了爱情与幸福的真谛。正如书中所说,爱情不仅仅是女人的,谁都渴望被爱。两性关系的良性循环,不能只由女性来推动,男性也需要了解女性的诉求,知道自己如何改进。可以说,如果你想活得幸福,一定要成全爱情。



### 美容书

要想真正把妆画好,并不是一件容易的事。韩国美容专家边惠玉所著《我最想要的化妆书》,教你在约会、郊游、晚宴、上课、逛街、入职面试等各种场合化恰当的妆,是一本让你“一人千面”的化妆书。

如果您想让自己更美一些,这本书或许就是你最需要的。

女性对养颜驻容有着不懈的追求。娜颜如玉写了《我最想要的养颜美容书》,从历经岁月考验的中医典籍中汲取精华,为爱美、爱健康的女性提供了

低成本、高效用的养颜美容良方,让女性从内养外调中实现由内而外的美丽。

中医典籍告诉我们,养颜的第一步应该是养身,身体内部的气血、脏腑协调了,容颜才不会出问题。



### 美食书

爱美食就是爱生活,爱吃就是爱生命。《元气糖》是食评家艾俏的最新美食经。艾俏自称“美食工作者”和“煮妇”,是最爱吃的女人、最会吃的作家和吃不胖的美食家。

书中,艾俏写了东京的菜

市、西班牙的小饭馆、冬天的韩国菜、香港的大排档、阿拉伯的饭店……带着浓郁的画面感和故事感。

日本当红绘本作家高木直子在《一个人的美食之旅》中,详细介绍了最地道的日本美食,描写

了最难忘的旅行趣闻。书中的美食都由高木直子亲自品尝,并提供了真实店名、详细店铺信息及地图指南,不带任何商业宣传色彩,只要去日本就能找得到。因此,本书堪称饕餮客赴日必备指南。



### 生活书

城市生活压力越来越大,疲劳、抑郁、焦虑、失眠困扰着越来越多的白领女性,每个人都在寻求解决的办法。《林敏:生活瑜伽》提出用瑜伽的身心灵修炼法强健身体,排解压力。作为一种不断挑战身体与心理的练习,瑜

伽是古老的智慧,适合人类在任何时代的生活。书中附赠林敏亲自教授的“四季瑜伽练习”光盘,让你能根据季节的变化和个人的能力,制定自己的瑜伽计划。

生活中,很多女性朋友对吃什么、怎么吃非常在意。生活营

养专家云无心在新著《吃的真相2》中,用深入浅出、幽默风趣的文字,客观分析了存在争议的饮食观点,别出心裁地介绍了一些饮食上的创新做法,让你吃得明白、吃得聪明,做到科学养生、明智保健。



### 育儿书

《我在美国做妈妈》讲述了一位华裔妈妈和两个女儿、两条狗的故事。

作者蔡美儿是华裔第二代美国移民,以严格的方式教育两个女儿。两个女儿在妈妈的严格管教和倾心培育下,承袭了华人的优秀传统,在学业和

音乐等方面表现卓越。妙趣横生的家庭故事、激烈的文化冲突,执著的妈妈、叛逆的女儿……这个故事引人入胜,又发人深省。

李银慧编著的《高知妈妈是如何培养孩子的》一书,旨在揭开高知妈妈育儿的神秘面

纱。我们要跟高知妈妈学什么?一颗平常心,善待孩子的每一个失误;一颗爱子之心,尊重孩子的天性和兴趣;一颗做朋友的心,为孩子营造平等、民主的亲子交往模式。这样的父母不是在纵容孩子,而是在给孩子一分更深沉、真挚的爱。

