



廣外圖情

博愛 公允 至誠 服務

2020年5月31日 第29期
投稿邮箱: gwgwtq@126.com

主办: 广东外语外贸大学图书馆
协办: 紫云读书社
主编: 钱国富
责编: 李宛馨 胡晓明

“TWENTY: The World ENlighten The Youth” 2020年世界读书日活动月线上活动精彩纷呈

广东外语外贸大学图书馆2020年
4.23世界读书日活动

· 20: 世界之大, 不负年华 ·
TWENTY: The World ENlighten The Youth
活动时间: 2020年4月-6月

1. [5s! 看世界]——短视频征集

2. 线上读剧会(云端剧场)

3. 线上讲座(理论沙龙)

4. 信息素养课程(技能加油站)

5. 心理健康微课程(心灵憩园)

6. 江尹合作线上展览系列(云端世界)

7. Artlib世界艺术鉴赏线上展览系列(大师“艺”彩)

8. 为你推荐

9. 云行卡——停课不停学读书挑战

10. 云观影

11. 宅家blog/宅家小书报

12. 爱读周(线上)

13. 第二届“图书馆杯”主题图创意征集

14. 第十届“青春岭南·悦读生活”摄影作品征集

15. “百读不厌·可意亦知”——数据库有奖阅读活动

16. 阅读马拉松: 21天经典阅读打卡计划

主办: 广外图书馆
协办: 紫云读书社

在第25个世界读书日期间, 恰逢举国上下共抗疫情的关键时期, 为充分发挥图书馆文化育人功能和阅读推广主阵地作用, 坚定文化自信, 助力疫情防控, 我校图书馆充分利用“互联网+”优势, 开展以线上为主的“4·23世界读书日”系列活动。本次读书日活动月主题是“20: 世界之大, 不负年华”“TWENTY: The World ENlighten The Youth”, 活动涵盖在线赛事、在线展览、在线讲座、在线沙龙、紫云读书社系列活动等, 旨在在这个特殊时期, 鼓舞青年学子们, 在面临挑战和机遇时, 做到不负自己、不负年华, 同时, 让广大师生在居家学习生活中积淀深厚人生知识财富, 以阅读温暖人心、提升人文素质, 推动书香校园文化建设。

线上赛事活动 丰富文化生活

开展15s短视频征集活动, 用视频记录宅家学习生活的点点滴滴, 读者们踊跃投稿, 分别用自己的镜头记录有趣的、真诚的、实用的、鼓舞的一瞬间; 举办“书香悦

读、智赢战役”抗疫知识答题活动, 以趣味答题的方式, 向读者普及科学防疫知识, 帮助广大读者树立科学防疫防控意识; 开展英语角活动, 以线上视频会议形式组织同学们练习英语, 同学们实现了在家与小伙伴“云开口”用英语交流, 足不出户开启了2020年学习英语的第一步; 举办阅读马拉松21天视频打卡活动, 通过每天30分钟的视频学习, 在名校老师们的详细解读中, 读者们加深了对经典的认识, 并从中培养自身的阅读兴趣、阅读习惯。此外, 图书馆还开展了英文论文写作知识竞赛、大学生就业技能与知识竞赛、主题图像创意设计征集、慧眼识经典、在线展览等活动, 丰富师生精神文化生活。

云端讲座沙龙 提升人文素养

悦读沙龙“春水流经之处, 如今开满鲜花”普里什文作品导读, “普里什文作品”研究者、广东外语外贸大学俄语系郭利教授, 为读者在线讲述人与自然的故事, 翻开“大自然的日历”, 在“林中水滴”、

在“有阳光的夜晚”, 落入“飞鸟不惊的地方”, 找回人与自然最原初的亲密无间; 悦读沙龙“一位驻俄外交官的‘疫’线生活”, 广州图书馆馆员、中国驻俄罗斯使馆文化处外交官王睿, 和读者在线分享了她在俄罗斯的“疫”线生活。此外, 图书馆还联合数据库商, 在微信公众号平台推送各类数据库在线培训, 助力师生教学科研; 为助力大学生心理健康教育, 还定期推送广东高校心理健康教育与咨询专业委员会推出的《应对疫情心理问题系列微课》。

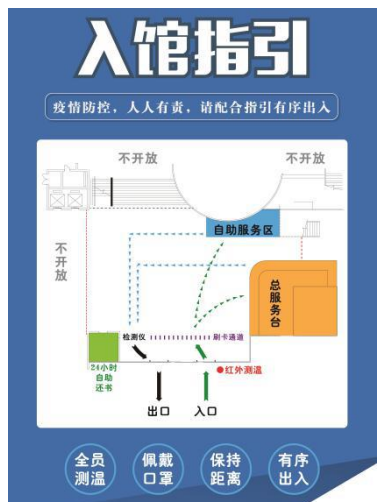
紫云读书社系列活动 宅家生活也精彩

图书馆紫云读书社在读书日活动月期间也组织策划了一系列精彩活动, 通过广外紫云读书社公众号, 推出宅家blog、为你读书、宅家小书架、云观影、线上读剧会等栏目, 用温暖的文字分享宅家学习生活小心情, 用声情并茂的朗读让读者欣赏到名篇佳作, 还有一本本好书推荐给读者, 为同学们的宅家生活增光添彩。

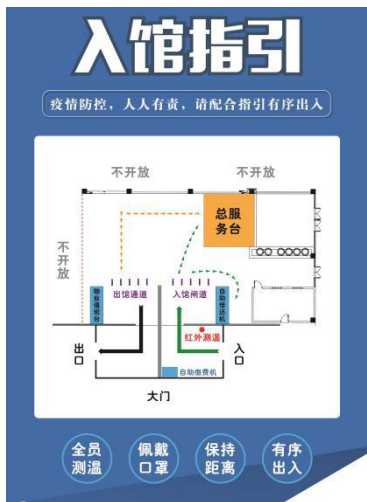
业务指引

图书馆业务办理指引

根据学校《2020年春季学期学生返校工作方案》通知精神, 毕业生从2020年6月12日起分期分批返校。图书馆根据疫情防控工作实际, 线下服务开放总服务台办理毕业生离校及预约借书服务, 暂不提供馆内阅览, 办完业务后请按指引有序离馆, 具体操作步骤请关注本期第三版“读者墙”栏目, 线上服务请关注图书馆官网(<https://lib.gdufs.edu.cn/>)或图书馆微信公众号“广外图书馆”。



北校图书馆入馆指引

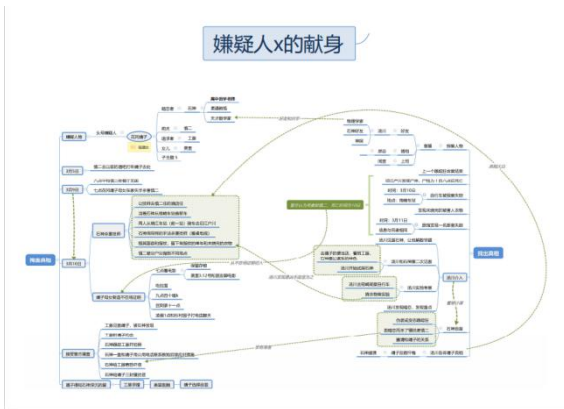


南校图书馆入馆指引

优秀作品

广外图书馆第七届“阅读无假期” 思维导图大赛优秀作品展(1)

最强逻辑奖——《嫌疑人X的献身》

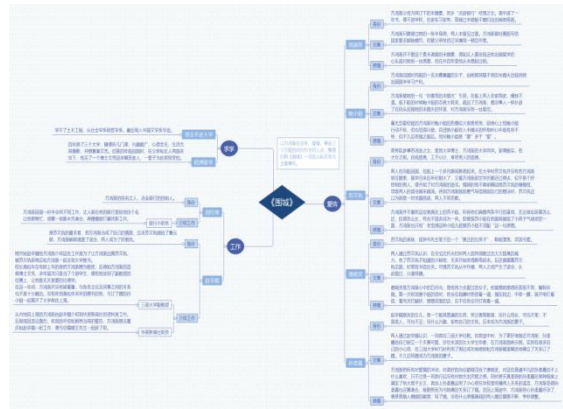


创作理念:

除去情感的碰撞, 这场悬疑案更像是两位大神之间的逻辑博弈, 因此我把整个案件的分析和揭露过程分为并行的两条线, 一方是石神为警察设下重重关卡的难题, 而对立面则是警察和汤川解开谜题的过程。

—— 商英学院 朱明艳

最佳设计奖——《围城》



创作理念:

这份思维导图我是以方鸿渐在求学、爱情、事业三个方面的经历作为切入点, 整理归纳《围城》一书的人际关系与主要事件, 梳理文章脉络, 方便读者深挖小说, 体会钱钟书先生书中那辛辣比喻的精妙。

—— 英文学院 李海欣

“达人”们的读书经（1）

苗学玲：静心感受奇妙的书世界

编者按

古人云：“三日不读书，食不甘味。”这句话乍听起来甚是夸张，可是细细读来便觉甚是有理。沉浸书香，你能体味书香的温情；你能看到自然之美；沉浸书香，你能感悟人性的高雅……在 4.23 读书日活动月，我们整理一年来读者们的阅读成果，采访阅读达人，听取老师们的读书心得，汲取他们的阅读之长，置身书香，听展开的声色画卷，品盈盈袖间隽永的墨香。



阅读达人——苗学玲
广东外语外贸大学商学院市场营销系老师

在 2020 年 4 月发布的阅读报告中，商学院苗学玲老师荣登 2019 年度十大借书达人（教工组）榜单，在过去的一年中她基于教学、科研以及日常生活的需要，从图书馆主要借阅四大主题的书——有效学习、心理学、审美学和运动健康。

阅读是基于教学、科研及日常生活的需要

“作为一位老师、妈妈和学习者，我很喜欢和学生、我女儿分享怎样可以高效学习与工作，因此我主要细读了《刻意练习：如何从新手到大师》《有效学习》和《深度工作》三本书。”苗学玲老师介绍说，“我每学年都有两门本科基础课程——《消费者行为学》和《旅游学原理》。入门课程常常涉及知识面广，知识更新快。去年，也重点阅读了与课程相关的《助推》《心流：最优体验心理学》《动机与人格》和《美学原理》等等相关书籍，

希望能兼顾知识面广度与深度。这些书和我当下的科研也有密切的关系。”

近年来，苗学玲老师也逐渐开始关心身体健康相关的话题。去年，她的一位朋友因癌症过早离世，悲伤之余她仔细阅读了《每个人的战争：抵御癌症的有效生活方式》《重生手记：一个癌症患者的康复之路》《运动改变大脑》和《一个临终关怀者的手记》。

科普是最爱

最喜欢的是哪类书呢？“我最喜欢的一类书是科普类书籍，读得比较轻松，又能增长知识。”苗学玲老师回答说，比如，《刻意练习：如何从新手到大师》《有效学习》《深度工作》《助推》和《心流：最优体验心理学》等。这些书的作者多是把自己的科研成果以通俗易懂的方式集结成书，让普罗大众从中受益，而不仅仅是将科研成果发

表在学术期刊上。同时，这点给了她很大的启发，促使她开始积极思考，计划把自己的科研成果和日常观察写成科普类书籍。

阅读是一个积少成多的过程

相对于网络文章或书籍，苗学玲老师会优先选择读纸本书籍，“纸质出版物相对更为可信、成体系和专业很多，时间对于现代人越来越稀缺，所以阅读高质量的书籍就变得更加重要。”

阅读也并非是一蹴而就的事，每天给自己固定一段时间看书，时间不用很长，即便是一个小时左右，积少成多，一年下来也可以读很多书。随着书读得多起来，就会有一种读书可以静心的感受。不管读书前是怎样的心绪，一旦开始阅读，就进入了奇妙的书世界。

宅家小记

苗学玲老师很喜欢图书馆的新

书展示的服务，她常常在那里停留很久，在不同领域的读物中找到不少有意思的新书，《每个人的战争：抵御癌症的有效生活方式》就是她在新书展示那里发现的。疫情期间，无法到馆，她会选择在网上读电子书、在当当网上买书、也把书架上没有读完的书找出来细读。在阅读中，她发现树立正确的生死观对于怎样好好的活很重要，也会借机和学生们分享自己的读书心得，鼓励大家多读书。

苗老师的阅读书单

1.《遗愿清单》
作者：纪慈恩
索书号：I267/J412

2.《刻意练习》
作者：安德斯·艾利克森
索书号：B848.2/A454

3.《消费者行为学》
作者：弗兰克·卡德斯
索书号：F713.55/K122

黎国权：阅读很重要 会选书更重要



借书达人——黎国权
广东外语外贸大学东方语言文化学院柬埔寨语专业讲师

和社会学科（人类学和社会学等）书籍，这些是他借阅的重点；第三类是按照个人兴趣和社会风尚，会借阅一些贴近时下社会话题的书籍。

学会选择 才能少走弯路

借什么书？读什么书？黎国权老师非常强调“选择”的重要性。他回忆自己的借阅历程，在本科阶段时，面对图书馆高高的书架，却不知道借什么书，虽误打误撞看了一些好书，但也浪费了不少时间和精力。到了硕士研究生阶段，由于各门课程都有指定阅读书目，某些课程甚至要求选课学生每周要读一本书并参与课堂讨论。在这种情况下，他才渐渐积累了适合自己的选书和读书经验。现在，为了让本系

学生珍惜大学时光，在读书路上少走弯路，黎国权老师每学期都会向他们推荐兼顾不同学科和渐进深度的阅读书籍。

阅读经典 好书影响一生

“不知道选什么书时，读经典一定不会错。”黎国权老师建议可以多阅读人文经典名著和社科专业权威学者的专著。以他个人为例，他最喜欢读人文社科经典著作。譬如做东南亚研究，他喜欢本尼迪克特·安德森、克利福德·格尔茨、詹姆斯·斯科特等人的研究著作。“这些书对我的影响较大，使我在读研二时就决定了要从事教学工作，也让我相信在东南亚研究领域可以做出有广泛影响力的学术成果。”黎国权老师说。

选书技巧 作者和出版社同样重要

具体怎么选择一本好书？黎国权老师指出，作者（译者）和出版社均需纳入考虑的范围内。文学经典方面，多会选择人民文学出版社的文学书，如《鲁迅全集》；学术著作方面，他更倾向于选择商务印书馆、三联书店、社会科学文献出版社、北京大学出版社等出版社的书籍。此外有些学者的书会在不知名出版社出版，所以在选择的时候还要重点考虑作者（译者），这要求对专业领域有所了解，例如他会推荐学生去读张卜天教授翻译的科学方面的名著。

由于近期疫情原因不能到馆借书，黎国权老师仍会自费在网上买书坚持阅读。他认为善于读书，

也要善于思考，明辨是非，才能知所适从。虽然平时很喜欢图书馆二楼的藏书较为丰富的“中文借阅区”，但也只能等到开馆才能重温美好的在馆阅读时间。图书馆购买的中外文数据库，也为居家科研教学提供了很大便利。

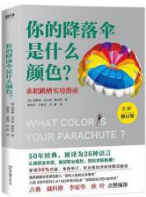
黎老师的推荐书单

1.《留德十年》
作者：季羡林
索书号：I267/J495-124

2.《牛棚杂忆》
作者：季羡林
索书号：K825.4/J495-21

3.《西方科学的起源》
作者：戴维·林德伯格
索书号：N095/L452

新书推荐



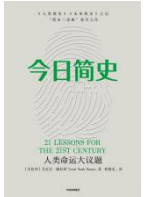
《你的降落伞是什么颜色》
作者：理查德·尼尔森·鲍利斯
索书号：C913.2/B726-2
简介：本书内容涉及简历设计、面试提示、薪酬谈判、自我盘点、选择工作、以及如何创业等方面，让读者根据测评工具和理性分析，客观认识自我，在机会来临时脱颖而出。



《华为精神》
作者：黄继伟
索书号：F632.765.3/H964.8-3
简介：本书作者黄继伟先生多年来深入研究华为，以华为创始人任正非为突破口，站在华为高层的整体视角去观察、剖析华为为内部体系，梳理华为多年来腾飞之道，寻找华为为精神的真正内核。



《熵减：华为活力之源》
作者：华为大学
索书号：F632.765.3/D468.0
简介：精心选择华为内部针对任正非华为管理思想中的“熵”“熵减”等概念的讨论成果并编选成集，其中既有华为高层在管理理念层面的反思，也有中层及一线员工践行过程中的经验总结。



《今日简史》
作者：尤瓦尔·赫拉利
索书号：K02/H151-2
简介：本书提出，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。对于关乎人类命运的种种议题，作者在书中没有简单给出答案，而是引发了我们的进一步思考。



《舆论》
作者：沃尔特·李普曼
索书号：C912.63/L465-1
简介：本书自 1922 年出版以来，影响始终不衰，成为不同学科的重要参考书。就传播研究而言，它奠定了大众媒介研究的基础，为宣传分析、舆论调查、把关人、议程设置、接受效果等研究开了先河。

论文写作系列(1)：拟好文章题目应注意这些

“言为心声，题为文眼”，题目是文章主题、思想的高度概括，是浓缩的精华，是文章的灵魂。

标题有多重要呢？Elsevier 曾对全世界 5000 名期刊读者进行调查。调查结果显示：每人每年全文阅读平均是 97 篇，文摘阅读平均是 204 篇，而标题阅读平均是 1142 篇。随着信息时代的发展以及各种移动阅读终端的流行，标题的重要性更加凸显。标题成为影响读者阅读选择的重要因素甚至是首要因素。因此，期刊的文章标题应引起作者的足够重视，作者在确定文章标题时需要进行反复琢磨、细推敲，保证确定一个恰当的标题，使其能够发挥相应的功能。那么我们在拟定文章标题时都要注意哪些方面呢？

《教育评论》杂志社社长、总编辑吴明洪老师发表的文章《拟好题目的“四忌”与“四式”》详细说明了这个问题。

吴老师指出，有些题目看起来没有问题，但经不起推敲。根据从事编辑工作的经验，吴老师认为在拟定题目时有“四忌”。

一忌大

选题范围过大，容易分散笔墨，导致文章写作像撒胡椒，面面俱到，虽然论及与主题有关的多个点，但每个点的论述都浅尝辄止，文章空洞、空泛。

二忌平

题目太平淡、平实，不能吸引人，无法准确体现文章的价值，是拟题最常见的现象。一方面，拟定题目应尽量少用“浅谈”“小议”

“例谈”“之我见”“浅探”“实践思考”等字眼。另一方面，要进行理论提升，通过“陌生化”策略吸引读者。换言之，要将一些常规做法、经验思考，提升到理论的高度，从平常中见新、平实中见异。

三忌虚

题为文眼，要能反映文章的主要内容、观点或写作意图，而不能讲得天花乱坠，让读者如坠云里雾里。严复先生谈翻译时强调“信”“达”“雅”，这三者也是写文章必须坚持的。在文章题目拟定方面，“信”即能反映文章的内容，“达”即通顺流利，“雅”即言辞优美。有些作者存在一种错误的认识，认为文章题目一定要取得有文采，求“雅”而不求“达”，这是不可取的。

四忌长

文章题目太长了，就显得不够凝练，让读者无法很好地感知文章的中心观点，还可能让编辑觉得作者对文章主题的本质抓得不清。题目字数控制在 12 个字内为宜，不应超过 20 字。

吴老师基于题目拟定的规律性、不同题目的内在一致性，总结出拟定题目的“四式”。

概括式

从某种程度上说，多数题目是对文章内容的概括，因此这里指的“概括式”更狭义，指文章题目很简明地概括了文章各部分的内容但仅从题目又看不出具体内容。概括式题目简单明了，但有时会显得比较平淡、大众化。因此，可以适当变化，概括出文章观点中的主题词。

引用式

当某些事件、观点、人物成为热点时，引用式的题目比较容易引起大家的关注。另外，可以引用一些现成的诗句或名句做文章的题目。

提炼式

这种拟定文章题目的方法较为常见，主要是对文章内容进行提炼。一方面，它能对文章内容进行统帅；另一方面，它适用于作者的个性发挥。

契合式

这种拟定题目的方法要求较高，需要将文章观点与学科内容或者特定语言较好结合，形成“双关”之意。

（摘自广东知网公众号）

试用数据库

道琼斯全球财经资讯平台

道琼斯全球财经资讯平台是道琼斯、锐思数据联合为高等院校量身打造的一款集学习和科研为一体的中、英文全球财经资讯平台。平台提供全球最新的财经动态及国际权威财经评论，内容来自世界著名的财经信息服务商道琼斯通讯社，涵盖全球五大洲，涉及各类经济、金融市场，实时报道一切有可能影响经济的事件、政治事件、社会事件。

试用网址：<http://uni.resset.com/>

试用期至：2020.08.11

方正阿帕比数字报纸平台

方正阿帕比数字报可以原版原貌呈现报纸原始版面，且与报社纸报同步更新，读者可以实现原版原式的报纸翻阅和原版打印，保留原汁原味的纸质报纸阅读体验，且种类多，将近 500 种报纸，如国家级的人民日报、环球时报、经济日报，广东地区的南方日报、广州日报、南方周末、羊城晚报等，部分报纸回溯到 1949 年。

试用网址：<https://www.apabi.com/paperpic>

试用期至：2020.07.15

Mirror 心理资源服务平台

Mirror（米乐）心理综合资源服务平台是一款紧跟国家政策，协助高校普及大学生心理健康基础知识，在此基础上可开展心理测试的综合性资源服务平台。平台整合了上百家科研院所、医疗机构的科研成果和教学资料，目前数据量达 20 万多条，年更新量达 1 万多条。整个平台拥有 100 多种来源于各大机构长期积累，实时更新的心理测试量表，心理测试更专业更科学。

试用网址：<http://www.mirrorpsy.cn/>

试用期至：2020.12.31

馆务馆情

图书馆党总支理论学习中心组 召开专题学习（扩大）视频会议

近日，图书馆党总支通过腾讯会议平台召开理论学习中心组（扩大）视频会议。本次学习会以“学习习近平总书记关于应对新型冠状病毒肺炎疫情重要讲话精神，在常态化疫情防控中推进学校各项工作有效开展”为主题。

图书馆党总支书记范静静带领大家共同学习了习近平总书记关于疫情防控工作的重要讲话精神，特

别是 4 月 8 日在中共中央政治局常务委员会上的重要讲话精神。范静静强调要认真领悟总书记提到的“坚持底线思维，要坚持在常态化疫情防控中加快推进生产生活秩序全面恢复，抓紧解决复工复产面临的困难和问题”，图书馆党总支要做到守土有责、守土有方，在常态化疫情防控的情况下，继续扎实做好信息资源建设和服务保障工作，

协同推进学校疫情防控和有序复学等各项工作。

通过专题学习，与会人员表示将压实工作责任，强化担当作为，一手抓牢疫情防控，一手推动图书馆各项工作有序恢复和开展，继续探索互联网+背景下图书馆党建与服务工作深度融合的新模式，进一步扎实做好线上线下服务和文献资源保障工作。

图书馆举行青年馆员轮岗培训工作会议

近日，2020 年图书馆青年馆员轮岗培训工作会议，在北校区图书馆四楼会议室举行，副馆长陈燕出席了交流会，文献采编部主任俞欣主持本次会议。

陈燕指出，青年馆员们要把握机会，多学习、多了解新的岗位，

要学有所得，学有所用，将自己所学的理论结合实践来解决实际工作重遇到的问题，将工作做得更好。俞欣表示，文献采编部的业务骨干，将会根据制定好的培训计划、培训方案，对青年馆员进行多种形式相结合的业务培训。卢巧云和雷永立

分别就中外文图书采访做了分享。

本次交流会让青年馆员们在较短的时间内了解了文献采编部部分业务的工作职责和工作要点，使他们对下一步的业务学习有了更为清晰的认知，为接下来的轮岗工作奠定坚实基础。

读者墙（接第 1 版）

Q1：寒假期间借阅的图书什么时候归还，会不会收超期滞纳金？

A1：闭馆期间所产生的超期滞纳金系统将自动免除，所借图书在未来确定的开馆日后三十天内归还即可。具体开馆日期，请留意图书馆网站和微信公众号。

Q2：疫情防控期间，如何借阅图书馆纸本图书？

A2：在疫情防控闭馆期间，为尽量满足师生读者急需用书的需求，图书馆开启“无接触”预约借书服务。操作步骤如下：

（1）检索图书，确保图书为在架状态下，根据馆藏校区发送邮件至相应邮箱，进行预约借书，每位读者最多可预约借书 5 册。

北校图书馆：gwlibzt@163.com；南校图书馆：3126229959@qq.com

（2）邮件中需提供所需书名、索书号和读者姓名、读者证号（工号或学号）、联系电话，方便第一时间通知您取书。收到取书通知后，请到相应校区图书馆总服务台或门卫值班处取书。

Q3：疫情防控期间，毕业生如何提交纸质版学位论文？

A3：请按以下步骤操作：

- 1、信息填写。扫描右边二维码，按要求填写完整信息。
- 2、填写 2 份《学位论文出版授权书》。

打印、填写全部信息并由作者本人

及导师签名（可使用经授权的电子签名）。完成后一份毕业生自留，一份夹在论文中提交。论文内《论文独创性声明》也要作者及导师签名。

- 3、提交纸质论文。

（1）已返校毕业生：为减少接触，建议以班级或小组为单位派代表至所在校区图书馆一楼总服务台提交。

（2）未返校毕业生：可通过邮寄的方式将论文及《授权书》交至我馆，为保证时效性请选择正规快递公司，邮费自理，恕不接受平邮、到付。

（3）邮寄说明：在邮寄论文时请附上纸条，写清您的个人信息，如姓名、学号等。

邮寄地址：

北校：广州市白云区白云大道北 2 号广东外语外贸大学图书馆

图书馆总服务台 020-36317027 15920517436

南校：广州市番禺区小谷围广州大学城广东外语外贸大学图书馆

图书馆总服务台 020-39328161 15013042316

（4）发送电子邮件。请在邮件中提供姓名、学号、学院、联系电话等个人信息，以及所寄论文题目、册数、快递公司单号（建议附上照片），发送邮件至：北校：gwlibzt@163.com、南校：3126229959@qq.com

（5）没有发送邮件的读者，我馆将对收到的物品暂缓处理。



南校



北校

同龄人的“阅”心得

在读书的过程中发现有趣的世界

在 2020 年 4 月发布的阅读报告中，中国语言文化学院罗清清同学荣登 2019 年度十大借书达人(研究生组) 榜单。得知自己获得图书馆 2019 年“借阅达人”称号时，罗清清还蛮惊讶的。因疫情宅家学习，总会回想起在图书馆看书的那些日子，在她看来，那些书都是一本一本累计起来的，希望这不断增大的数字，有一天能够化为自己生活的厚度与深度。“我们的一生就是一个过程，读书也是一个过程。希望在这个过程中我们都能发现一个有趣的世界。”

探寻书中的“黄金屋”和“颜如玉”

“俗话说‘书中自有黄金屋，书中自有颜如玉。’借书的原因可能就在于想要去发现那个‘黄金

屋’或者‘颜如玉’吧。”罗清清借阅更多的是文学类图书，既有小说神话，也包括一些理论书。作为一个文学专业的人，文学素质是必须具备的。所以需要广泛的输入。但是这个输入的过程不应该局限自己，而是不断地打开自己的视野和兴趣。在文学之外，哲学、历史、艺术等也都应该涉及。

不过，还有一个的原因在于，对纸质的图书有着一种执念。想起海莲·汉芙的一句话，“我喜欢扉页上有题签、页边写满注记的旧书；我爱极了那种与心有灵犀的前人冥冥共读，时而戚戚于胸，时而耳提面命的感觉。”

阅读看似“无用”实则“有用”的书

在罗清清看来，阅读，不一定

非得有用。读一些“无用的”书，做一些“无用的”事，也会收获一些“无用的”乐趣。“知识的海洋那么大，千万别让它成为一种压力。当不再带着一种任务而去看书的时候，就会发现其实看书没有那么枯燥。至少对我自己来说，当我翻开一本书的时候，我会试着放下‘一定要有所得’的想法。这样在阅读时就会慢慢地就能进入了书的空间，反而更容易得到一些东西。”

学养终成性格

“阅读无需固执于书的种类，我更在乎的是书的内容”罗清清在阅读时，总会选择那些可以带给自己某些触动的书。在图书馆借阅时，自己并不是有目的地去寻找，而是随手翻开，读到的那一页有某

些契合感觉的东西就会把书借来。阅读最大的影响除了能够拓展知识外，还在于它能够让人安静下来。罗清清相信，学养终成性格。就像三毛说过“读书多了，容颜自然改变，许多时候，自己可能以为许多看过的书籍都成了过眼云烟，不复记忆，其实他们仍是潜在的。在气质里，在谈吐上，在胸襟的无涯，当然也可能显露在生活和文字里”。

达人推荐书目

推荐一下这段时间读过的两本书，《深度工作》和《我在底层的生活》。或许适合这段特殊的时间里翻看，可以从阅读里找到丢失的专注和内心的平静，也找回思考的快乐。



1.《深度工作》
作者：纽波特
索书号：B026/N481



2.《我在底层的生活》
作者：埃伦赖希
索书号：I712.55/A458

紫云读书社系列活动

宅家学习生活也精彩！

广外紫云读书社在读书日活动月期间组织策划了一系列精彩活动，通过广外紫云读书社公众号，推出宅家 blog、为你读书、宅家小书架、云观影、片刻出神、线上读剧会等栏目，用温暖的文字分享宅家学习生活小心情，用声情并茂的朗读让读者欣赏到名篇佳作，还有一本本好书推荐给读者，为同学们的宅家生活增光添彩。

宅家小书架

活动简介：社员精心遴选的好书佳作，希望读者利用好宅家时光，做到开卷有益，汲取书中的营养。

期数	主题
1	灿烂千阳
2	你当像鸟，飞往你的山
3	向科学要知识
4	畅游书海
5	在书籍中看世界
6	书中百象生
7	趁着春光
8	短片小说万花筒
9	人物传记
10	人为什么生病
11	畿米的画
12	悦纳自我
13	小说中的女性
14	休息一下
15	宋朝吃喝玩乐指南

为你读书

活动简介：文以载道，声以传情，读书，是门槛最低的高贵之举。社员精心挑选名篇佳作，通过声情并茂的朗读，为读者的生活增添一份暖意。

期数	主题
1	生命到底有没有意义
2	海是藏不住的
3	五四特别编排：信仰之光
4	文化苦旅
5	皮囊
6	独处的充实
7	愿每个城市都不被阉割
8	我喜欢生命本来的样子
9	我们始终要回答的问题

片刻出神

活动简介：以“一张图片+一段文字+一首歌曲+今日话题”的形式，与读者分享每天“片刻出神”时的所思所想。

期数	主题
1	书，我，科技
2	动漫，我
3	穿越时空想见你
4	如何看待抖音呢？
5	动画·童心

更多精彩活动回顾请持续关注图书馆馆报《广外图情》，也可关注“广外紫云读书社”微信公众号了解活动详情。

片刻出神：如何看待抖音呢？

布视频：180 度旋转，另外一个爸爸看到了，带着 2 岁女儿跃跃欲试。可是，他却没有抓到孩子的手，孩子头部着地，脊髓受损，瘫痪了！有人拍摄挖奔驰车的视频，几秒钟就能成功，收获了数十万的赞。有个 25 岁的青年小郭想模仿，看到奔驰车就停下来挖车标，同时边偷边录视频上传到网络上连抠十多个，结果他面临刑事强制措施的处理。

有人曾说过：“想象一下，你的时间是个饱满的橙子，抖音是个心机很深的榨汁机，无声无息间，

这颗橙子被一点点榨干。汁水到了哪里？运营者的钱袋里。还剩下一什么？残渣对吗？残渣，就是你接踵而来的颓废和空虚。空虚怎么办？继续刷啊。周而复始，恶性循环。抖音是个优秀的时间杀手。而且这个杀手不太冷，甚至很 HOT。”

那么你是如何看待抖音是个时间杀手的？你在碎片时间都做些什么？你是否也沉迷于抖音并且对网上的抖音危害论一笑置之？你是否越刷抖音越感到空虚？

（作者：一叶知秋）

宅 blog: 平平无奇的宅家时光

其实不求能够在课前短短的十几分钟之内学到什么，但是一日之计在于晨嘛，一早上起来先学习而不是娱乐，会让自己有一点点自我肯定的感觉。

在课间或者长时间坐着学习或阅读之后，我会起来活动一下。与他人相比，这似乎没有什么特别之处，但我却总是不由自主地走向冰箱。伴随着水果和零食的美味口感，安静地休息片刻，所谓的“吃货本能”，大抵如此。

傍晚的时候会到楼下的花园散散步，偶尔也观赏一下跳广场舞的阿姨们曼妙的舞姿，看着在儿童乐园里到处乱跑的小朋友们，感觉自己也被他们这种认真生活的热情感染了。

这时候我总会想起林语堂先

生的那句“我真诚地相信，一个谦卑渺小生命能快乐地过一辈子，是宇宙间之至美。”

晚上睡前会听听电台，最近在听高晓松老师的《晓说》，那是一个很有意思的历史脱口秀。有人说，年少不懂高晓松，读懂也不再年少。但是他通古论今的魅力，我想无论是哪个年龄段的听众都会为之折服。抱着柔软的公仔，在历史说书人的声音中慢慢入睡，也未尝不是一桩乐事。

或许跟大多数人的生活一样，我的生活是平淡无味的，但是每天都过得十分精彩的人毕竟是少数，对于平凡普通的我来说，能够在学习之余享受自己的生活，已经足够。

（作者：彭祎）

更多资讯请关注图书馆微信公众号

广外图书馆

移动图书馆

广外紫云读书社

广外悦读微客服

