

重磅推荐

8位名家新作不可错过



《俗世奇人》 冯骥才 著 作家出版社

近日，王蒙、贾平凹、冯骥才、周梅森等8位名家将携新作重磅回归，这些作品贴近生活与时代，表现世事变迁、历史沧桑，以作家的文学素养去谱写现实，充满人文关怀。

王蒙贾平凹领衔名家新作

今年86岁高龄的王蒙宝刀未老，新作《笑的风》讲述了作家傅大成的婚恋故事，时间跨度从20世纪50年代至今，多变的视角与活泛恣肆的语言，盘点历史的风云际会。作品的开端就紧扣题目，写时年十七岁的高中生傅大成所听到的女孩儿“笑的风”。“这个夜间的笑声清脆活泼，天真烂漫，如流星如浪花如夜鸟啼鸣，随风渐起，擦响耳膜，掠过脸孔，弹拨抚摸身躯，跳动了思绪。风因笑而迷人，笑因风而起伏。然后随风而逝，渐行渐远，恋恋不舍。”这实则是傅大成青春萌动之际的情感之风。

贾平凹堪称一线作家中的劳动模范，几乎三年一部长篇，雷打不动。

近日，记者从作家出版社获悉，贾平凹在去年10月完成了他的第十七部长篇小说、同时也是他的第二部都市题材小说《暂坐》，这一新作将在今年3月与读者见面。《暂坐》以西安为背景，讲述了现代生活的快节奏下，一群单身女性在生活中互相帮助、在心灵上相互依偎的故事，展现了当下独立女性的风采。

如今已快70岁的贾平凹依旧很有激情，新的长篇就要出版了，像他这样高产的作家已经不多了。面对读者，他说：“面对生活一定要有激情之心，对社会和时代一定要敏感，和社会不能脱节”。

关于新作，贾平凹曾在接受媒体采访时说：“我写的多是现实生活，也就是百年来中国发生的事情；最早书写的是家乡，后来扩大到了整个秦岭地区，不过都是农村题材、乡土题材。我在城市已经生活40多年了，很少写城市题材。从严格意义上来说，《高兴》不是城市题材，写的还是农民工的生活，所以新作我写的是城市。”

《俗世奇人》系列则是作家出版社自2008年起出版的冯骥才短篇小说作品集，今年出版的《俗世奇人》（叁）将延续《俗世奇人》前两部的风格，由十八个短篇小说连缀构成，描写清末民初天津卫的奇人异士，短小精妙，回味无穷。

今年一批现实题材创作聚焦普通人，聚焦时代、社会的发展变化，值得关注。即将由作家出版社出版的《人民的财产》是周梅森聚焦国企改革的重磅现实主义题材新作，是即将播出的电视剧《人民的财产》的原著小说。周梅森说，“这是我一生中最想写的一本书。”

名家书写历史，必将引发共鸣

时代车轮滚滚向前，回首过去

时，时代的烙印将深深地印在每个人的心中，故事中的点点滴滴都令我们感同身受、情感共鸣。

作家王松的《烟火》从天津老城北门外“侯家后”胡同开始讲起，从1840年到新中国成立，时间跨度百余年。天津的市井文化，各式小人物，在历史风云背景下，如一幅长卷徐徐展开，是津味小说的一个里程碑。

作家刘庆邦则在如画卷一般的《女工绘》中，为读者展现了一幅带有时代感的画面，诗意、崇高、华美，构成了丰富多彩的女工群像“大观园”。

悬疑作家蔡骏时隔三年推出长篇新作《春夜》，以历史为背景，探讨了文中“我”的父辈工作半生的春申厂的历史和围绕工厂发生的两起悬案，历史感很强，是一部大上海的众生相。这部作品也即将成为蔡骏的转型之作。

《吉祥的天空》是著名儿童文学作家张之路创作的一部成长小说，作者细致地描摹了新中国成立后北京男孩吉祥的中学生活，充满生活质感和时代特色。

据《广州日报》



《暂坐》 贾平凹 著 作家出版社

控制不健康的焦虑

阿尔伯特·埃利斯是认知行为治疗最有影响力的先驱之一，他所创造的理性情绪行为疗法因其简单、实用、有效，已经被世界各地的心理健康从业者广泛使用。

《控制焦虑》并不是说不能焦虑，而是要控制不健康的焦虑。

健康的焦虑感（包括担忧、谨慎和警惕），可以说是一种恩赐：它可以抵挡危险，保护你的生命，使你意识到那些你可以改变的“不好”事物。而不健康的焦虑感则完全不同：它会导致一种麻木的恐慌感、过分的担忧和恐惧情绪，这些情绪会阻止你去做那些你认为“很危险”的事情，而实际上这些事情并没有什么危险性。

不健康的焦虑会阻止你去享受正常生活和发展人际关系，你会认为这些事情有很大的潜在风险。这种心理会使你表现不佳，并消磨你的时光，还会阻止你发挥自己的创造力。

几乎所有人都渴望快乐地生活，没有任何痛苦。理性情绪行为疗法告诉我们，正是“我必须拥有快乐”和“我应该没有痛苦”的强迫性想法，导致了我们的内心的痛苦和不健康的焦虑。而如果你承认，并非是事情本身

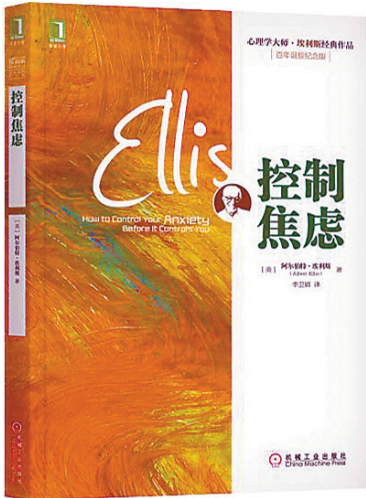
使你感到焦虑，而是你对事情的想法导致了焦虑，那么你就可以阻止焦虑感的发展，因为控制自己不切实际的想法，远比控制其他任何事情要简单得多。

如果你想与焦虑和平共处，把焦虑控制在健康而有益的水平，而非让焦虑控制自己，阻碍通往幸福之路，请翻开这本书吧。

在书中，阿尔伯特·埃利斯使用平实的语言，娓娓道来，没有晦涩的专业辞藻，而是用自己生命的真实体验与感悟，诠释着人的心理健康的正能量，令人信服！书中的104个控制焦虑的箴言令人相信，人的自我价值感的实现是一种挣扎后的努力，是人的自我成长的体验，情绪的方向盘把握在自己手中，你我都能够做自己情绪的主人！

埃利斯精力充沛而多产，是心理咨询与治疗领域内著作最丰富的作者之一。他一生出版了70多本书籍，其中有许多都成为长年畅销的经典。他也是史上最长寿的心理学家，2007年安然辞世，享年93岁，被美国媒体尊称为“心理学巨匠”。

据《广州日报》



《控制焦虑》 阿尔伯特·埃利斯 著 机械工业出版社

面对突如其来的新冠肺炎疫情，除了科学的身体防护外，心理防护同样重要。科学证明，积极稳定的情绪状态，可以增强机体免疫力。所以，当下，如何控制焦虑，不被负面情绪占据心灵，保持理性乐观的心态至关重要。那么，我们来看看理性情绪行为疗法之父，被称为认知行为疗法鼻祖的阿尔伯特·埃利斯的经典著作《控制焦虑》吧。

好书推荐



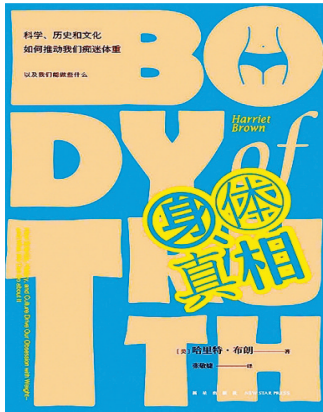
《等你，在未来（第五季）》 主编：李凌 陈玲 出版单位：科学普及出版社

《等你，在未来》系列丛书是全国中学生科普科幻作文大赛的获奖作品集。此前很长一段时间里，科幻题材都游离于学生作文的主流之外。本书是当代中学生想象力、观察力的记录，大部分文章记录的是他们对未来的预测和对今天的理解，这也是留给未来人类的一份珍贵档案。



《爱家的鸟》 作者：（英）乔·恩普森 出版单位：广西师范大学出版

对于候鸟来说，迁徙是必不可少的，对于孩子来说，成长也是不得不面对的。阅读本书，孩子们在感受大自然的同时，也能唤起自己对家和亲人的热爱。作者巧妙地将候鸟的迁徙与成长的改变结合在一起，孩子们很容易从那只黄色的小鸟身上看到自己的影子。



《身体真相》 作者：（美）哈里特·布朗 副标题：科学、历史和文化如何推动我们痴迷体重 出版单位：新星出版社

本书旨在指导人们用正确的观念看待自己的体重，系统地揭示了关于体重和健康的一些“真相”。通过大量的访谈、研究和自己的经验，作者为我们带来了关于体重、健康和美丽的真实故事。本书颠覆了关于体重和肥胖的传统观念，能够让你对自己更加善意。

晚综