

顾问：季羨林  
张中行  
王 蒙  
周国平等

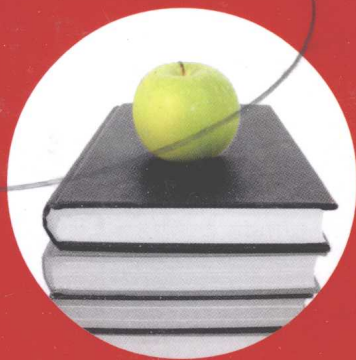


# 青年必读书 手册

QINGNIAN  
BIDUSHU  
SHOUCE

主编：方 洲  
中国青年出版社

用最少的时间  
读140部最有用的书



Z835/2=2

主编：方洲

2009

# 青年必读书 手册

QINGNIAN  
BIDUSHU  
SHOUCE

(京)新登字 083 号

图书在版编目(CIP)数据

青年必读书手册/方洲主编. —3 版. —北京:中国青年出版社,2009.12  
ISBN 978-7-5006-9122-8

I. ①青… II. ①方… III. ①推荐书目—世界—青年读物  
IV. ①Z835—49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 229057 号

特邀编辑:陈妮娜

责任编辑:常成 刘杨

出版发行:中国青年出版社

社 址:北京东四 12 条 21 号

邮政编码:100708

网 址:www.cyp.com.cn

编辑部电话:(010)64034349

门市部电话:(010)84039659

经 销:新华书店

印 刷:三河市君旺印刷厂

开 本:700×1000 1/16

印 张:42

字 数:770 千字

版 次:1997 年 11 月北京第 1 版 1998 年 2 月北京第 2 版

2009 年 12 月北京第 3 版

印 次:2009 年 12 月河北第 10 次印刷

印 数:110,000—115,000 册

定 价:49.00 元

本图书如有印装质量问题,请凭购书发票与质检部联系调换  
联系电话:(010)84047104

# 顾问

中国著名学者	季羨林
中国著名学者、作家	张中行
中国著名作家	王蒙
全国优秀青年读物评审委员会主任	叶至善
著名学者、作家	周国平
中国共青团中央书记处书记	周强
《中国青年报》社社长兼总编辑	徐祝庆
中国青年出版社社长	
中国编辑学会、青年编辑专业委员会主任	胡守文
中国青年研究会副会长	黄志坚
《中华读书报》社主编	梁刚建
《博览群书》杂志社副主编	武宁

## 编著者

主 编：方 洲

作 者：(按姓氏笔划排序)

王 一 白雪华 宋 刚 张国亮  
张 健 李 平 陈妮娜 陈玉婵  
陈马林 陈 琦 陈宇鸿 周苏明  
金克中 林耀升 赵小青 海 滨  
蒋 晖 靳爱子 蔡 辉 薛 梅

## 再版说明

十年前，全国性的读书热不断升温。在这样的社会学习环境下，著名学者方洲先生主编了这本《青年必读书手册》，力求将最有价值、最实用、最适合广大青年阅读的图书推荐给读者。

古往今来无数学者对于读什么样的书，怎样读书，都有各自独到的见解，如民国时期的教育家蔡元培先生就曾有过“人生基石三十六种书”的提法。那么，我们的《青年必读书手册》如何才能做到所选书目对于读者而言“最有价值”、“最实用”、“最适合”？为了解决这一问题，本手册在策划编辑之时邀请了学术界、文化界的一些专家、学者及有关方面的权威人士担任顾问，他们对于本手册推荐书目的选定提出了宝贵的意见。

《青年必读书手册》自出版十余年来，受到了来自社会各界的热烈欢迎与广泛关注，尤其是受到广大中学生的青睐，它为无数爱书的读者带去了最实用的阅读指导。今天，应广大读者的要求，我们对本手册进行了重新修订再版。然则此时，本手册所邀请的权威顾问或有离世，或有职位变动。为了能够在新版手册中再现当时选定推荐书目的初衷及人事的原貌，故新版手册中的顾问头衔与职位仍按照当年的登出。

此次再版修订工作得到了王未佳、王晓萌等人的积极参与和帮助，王一在此次再版的过程中做了许多工作，在此对他们的努力表示衷心的感谢。

## 导 读

我们生活在一个知识飞速增长的时代,同时我们的国家又处在一个巨大变革的时期,每一个希望为国家做出更多贡献的青年人,每一个渴望事业成功的青年人,可能每天都能感觉到“危机与机遇共存”这句话的真实含义。我们每天都能深切地体会到:我们不懂的东西太多了,我们需要学习的东西太多了。我们需要不断从书中吸取营养,充实自己的头脑,提高自己的素质,才能适应这个对我们要求越来越高的时代。但是,我们总是忙忙碌碌,总觉得没有时间。我们不想一次次重复“时间需要‘挤’”之类的忠告,我们只想提醒自己:知识与“成功”二字的关系已经越来越紧密。急功近利只能使我们在时光流逝中越来越没有底气,而只有沉下心来踏踏实实地积累知识与能力才会使我们具备把握未来机遇的实力。

值得我们兴奋的是,随着知识经济时代的到来,全国性的读书热正在不断升温。《青年必读书手册》就是在这种环境下诞生的。

《青年必读书手册》会把最有价值、最实用、最适合你阅读的书推荐给你,并努力使你用最短的时间了解这些书。

《青年必读书手册》会为你指引通往某一知识领域最近、最省力的路。

《青年必读书手册》会用最专业而又最通俗易懂的语言向你介绍每一本书,她会告诉你阅读一本书应该注意哪些难点,哪些难点是应该克服的,而哪些难点只需绕过即可。

《青年必读书手册》反对把你塑造成一个书呆子,她全力以赴地倡导一种重视实践、重视现实的阅读作风。她希望你能把自己塑造成一个知识丰富,同时富有实际能力的成功者,因为我们的时代太需要这样的人了。

当然,除了实现很明确的读书目的之外,我们也需要审美,需要欣赏,需要

在世界和祖国的文明成果之林中流连忘返。我们需要我们的世界弥漫着更多的书香气息。《青年必读书手册》致力于从作为社会主力的青年人抓起，将我们的民族塑造成为一个更加热爱读书的民族。

这就是《青年必读书手册》的目标，为实现这个目标，本《手册》安排了三个部分的内容。

首先，对于读者接触最多的中国文化、中国文学、世界文学名著进行推荐，这部分内容是读书广博的作者向读者奉献出来的心得，还点出了阅读的重点与难点，相信读者在读完推荐书目后再看这些内容，当有会心不远的感觉。

其次，也是本《手册》的核心部分，对17个学科或类别的近140部可读性与经典性、实用性都较强的书进行了比较详细的介绍。它详细介绍了处世修养方面的几本书，也详细介绍了一些脍炙人口的中外文学名著。一些几百年来成为经典的政治学、法学、经济学、历史学、宗教学、军事学等学科的著作，也在此书中得到介绍，它使当代的青年读者能对人类目前的知识积累有一个概括的认识，为青年读者建立一个合理的知识结构提供一个较好的参考坐标系。读者会惊喜地发现，这部《手册》不仅教给人知识，还教人思考。在竞争激烈的生活中，每个读者的时间都是有限的，怎样才能迅速有效地把握一部书的精髓，成了读书最重要的问题。敏锐的分析和严谨的推理，是每一个想做大事的人必备的素质，这种素质只有经过不断地训练才能获得，我们在这部《手册》里，把人类几千年来最伟大的哲学家的最重要的思想介绍给了读者。

最后，本《手册》对20多个学科或门类的400余种图书以百字推荐的形式进行介绍，为还想进一步阅读、研究的读者提供一个程度更深、范围更宽的书目。

这部书还有一个优点使它变得更实用，那就是在本书第二部分中，还附有“精彩篇章推荐”与“精彩语言辑录”两项内容，前者把每部书最值得一读再读的部分推荐给读者，后者把那些最有价值、最精彩的语句摘出来，不但让我们对原书的内容有个具体的印象，也为我们说话与写文章时使用它们带来方便。

好书是人类思想的精华，引导青年读好书是我们诚挚的愿望。



## 编者说明

### 一、关于三大部分书目安排：

1. 首选书 中国文学与世界文学一直是青年读者阅读量最大，接触最多的图书门类，中国传统文化又是近些年广大青年最为关注的领域。那么，首先阅读哪些书，我们才更容易进入这三个博大浩瀚的世界呢？“首选书推荐”就是为了解决这个问题而设立的。这些书的特点是具备经典性而阅读难度较小，同时能为阅读这一领域的其他书奠定基础。这部分内容以介绍阅读感受为主。
2. 必读书 若干学科与门类的经典著作，介绍一般分为“书海领航”、“内容梗概”、“精彩篇章推荐”、“精彩语言辑录”四部分，少数特殊著作例外。
3. 候选书 首选书与必读书选书的基础书目，放在全书最后，选人首选书与必读书的不再作内容介绍。

### 二、关于图书类别划分：

1. “处世修养”类：本书主要是以图书的内容与学科来划分图书类别的。这是本书的基本体例。但“处世修养”类是个例外。我们除了选人一些理论书籍，也选入了《富兰克林自传》、《我生活的故事》这样的传记和《钢铁是怎样炼成的》这样的长篇小说。这些著作都是在世界范围内有公论的，对人们的世界观及处世为人有着重大影响的最有代表性的名著。它们和全书的体例有所不同，特此说明。
2. 其他学科依照北京图书馆图书分类法分类。

### 三、关于重复选书的说明：

1. 有些著作在不同的学科或领域都有重大影响。例如《鲁迅选集》，是中国现代文学的奠基之作，也是典范之作，同时也是了解中国传统文化的必读书。所以在本书的不同部分出现了多次。这点需要读者注意。
2. 本书的不同章节之间在内容方面必然产生互相包含和部分重叠，这样就出现了选书重复的现象。从全书的整体结构来看，这种重复是必要的。例如：“中国文学首选书推荐”与“青年必读书推荐”中的“中国文学”部分就有互相包含的关系，因而出现重复选书的现象，但是这两个部分对同一种书的介绍侧重点有所不同。

# 目 录

## I 书海导航

名家读书谋略	2
中国传统文化首选书推荐	11
中国文学首选书推荐	15
世界文学首选书推荐	19

## II 青年必读书推荐

### 处世与修养

《沉思录》	30
《道德情操论》	33
《曾国藩家书》	37
《中国人》	41
《菜根谭》	45
《人与永恒》	48
《论人生》	52
《蒙田随笔》	55
《道德箴言录》	58
《摩根信札》	61
《我生活的故事》	64
《富兰克林自传》	67
《钢铁是怎样炼成的》	70
《人性的弱点》	75
《语言的突破》	78

### 中国文学

《诗经》	81
《楚辞》	86
《唐诗三百首》	92
《宋词选》	99
《古文观止》	105
《三国演义》	110
《水浒传》	115
《西游记》	122
《红楼梦》	129
《聊斋志异》	136
《儒林外史》	141
《鲁迅选集》	144
《家》	148
《骆驼祥子》	153
《子夜》	158
《雷雨》	163
《围城》	168
《平凡的世界》	174
《红岩》	179
《雍正皇帝》	183
《胡雪岩全传》	188
《毛泽东诗词选》	193
《文化苦旅》	197

## 外国文学

《荷马史诗》	202
《一千零一夜》	207
《神曲》	212
《唐吉珂德》	217
《莎士比亚戏剧集》	222
《鲁滨逊漂流记》	228
《傲慢与偏见》	233
《大卫·科波菲尔》	238
《简·爱》	243
《呼啸山庄》	248
《少年维特之烦恼》	253
《城堡》	259
《生命中不能承受之轻》	264
《红与黑》	268
《悲惨世界》	273
《欧也妮·葛朗台》	278
《茶花女》	283
《追忆似水年华》	288
《战争与和平》	293
《安娜·卡列尼娜》	298
《静静的顿河》	303
《永别了，武器》	308
《喧哗与骚动》	313
《第二十二条军规》	317

《飘》····· 322

《百年孤独》····· 327

## 中国历史

《史记》	332
《资治通鉴》	336
《国史大纲》	340
《中国通史》	343
《“文化大革命”简史》	346
《中华人民共和国史》	349

## 世界历史

《历史》	353
《全球通史》	356
《第三帝国的兴亡》	359

## 中国哲学

《易经》	362
《老子》	365
《论语》	369
《庄子》	373
《孟子》	376
《韩非子》	379
《中国哲学史》	382

# 目 录

## 西方哲学

《形而上学》	385
《纯粹理性批判》	388
《小逻辑》	392
《查拉斯图拉如是说》	395
《存在与虚无》	398
《西方哲学史》	401
《苏菲的世界》	405

## 心理学

《释梦》	409
《心理学与生活》	412

## 美 学

《文艺心理学》	415
《美学散步》	418
《美的历程》	422

## 经济学

《国富论》	425
《资本论》	430
《就业、利息和货币通论》	434
《经济学》	437
《经济学原理》	442
《新人口论》	447

《未来之路》	450
--------	-----

## 管理学

《管理的实践》	454
《管理：任务、责任和实践》	458
《竞争战略》	462
《营销管理》	465
《经营管理全集》	469

## 法 学

《道德形而上学·法论》	473
《中国宪法教程》	476
《民法学》	479
《公司法论》	482

## 政治学

《社会契约论》	485
《君主论》	488
《共产党宣言》	491
《毛泽东选集》	494
《邓小平选集》	498

## 宗 教

《圣经》	501
《漫话圣经》	505

《金刚经说什么》·····	510
《佛教常识答问》·····	514
《古兰经》·····	517

### 军事学

《孙子兵法》·····	521
《三十六计》·····	524
《战争论》·····	527

### 人物传记

《毛泽东传》·····	531
《邓小平传》·····	535
《甘地传》·····	539
《拿破仑传》·····	543
《丘吉尔传》·····	546
《华盛顿传》·····	550
《林肯传》·····	554
《领袖们》·····	557
《哈默自传》·····	561
《艾科卡自传》·····	565
《贝多芬传》·····	569
《雨果传》·····	572
《卓别林自传》·····	577
《梵高传》·····	583
《居里夫人》·····	587

### 科学技术

《中国科学技术史》·····	592
《狭义和广义相对论浅说》·····	596
《时间简史——从大爆炸到黑洞》·····	600

## III 青年必读书候选书目

中国文学·····	604
世界文学·····	610
中国历史·····	618
世界历史·····	620
中国哲学·····	623
外国哲学·····	624
心理学·····	626
美 学·····	627
经济学·····	629
管理学·····	631
法 学·····	635
政治学·····	639
宗 教·····	641
军事学·····	643
处世与修养·····	645
人物传记回忆录·····	647
自然科学·····	652
工具书·····	654

# 书海导航

- 名家读书谋略
  - 中国传统文化首选书推荐
  - 中国文学首选书推荐
  - 世界文学首选书推荐
-

# 名家读书谋略

## 一、不做书呆子，不要死读书

读死书是害己，一开口就害人。

——鲁迅

倘只看书，便变成书橱。

——鲁迅

不要盲从“开卷有益”的成语，也不要相信“为读书而读书”的迂谈。

——叶圣陶《读书的态度》

处理现实生活是目的，读书只是达到这个目的许多手段之一。要使书为你自己用，不要让你自己去做书的奴隶。

——叶圣陶《读书的态度》

不读书者，不一定就不能独立思考；然而，读死书，死读书，只读一面的书而不读反面的其他多方面的书，却往往会养成思考时的“扶杖而行”，以致最后弄到独立思考能力的萎缩。

——茅盾《谈独立思考》

书是死的，自然是活的。读书是间接的求学，读自然书乃是直接的求学。只知道书不知道自然的人是书呆子。

——李四光

学问之道，是人格的建立、生命的领悟、凡事广涵的体认——而不是做一架“念书机器”。

——三毛《不满、不满、不满》

书籍不仅对于那些不会读书的人是毫无用处，就是对那些机械地读完了书还不会从



死的文字中引申活的思想的人也是无用的。

——（俄）乌申斯基

我兴奋地惊异地阅读了许多书，但这些并没有使我脱离现实，反而加强了我对于现实的兴趣，提高了观察、比较的能力，燃起我对生活知识的渴望。

——（苏联）高尔基

一天到晚沉浸读书的人，他的精神弹力便要消失殆尽了，这就和长时期被重物所压的弹簧一般，它的弹力必定会消失的。

——（德）叔本华《关于思考》

读书读得太多，反而会造成一些自以为是的无知之徒。

——（法）卢梭《爱弥儿》

博览群书而不动脑筋，犹如饕餮贪图腹欲；满肚子美味佳肴，常常是弊多利少。

——（英）乔·提尔威斯特

真正的知识更多地是来自思考而不是来自书本；因为读书太多会对于大脑形成一种压抑，世界上蠢儒之所以那么多，原因就在于此。

——（英）彭威廉

整天泡在书堆里的人并不了解人生。

——（英）丘吉尔

读书而不思考，等于吃饭而不消化。

——（英）波尔克

读书往往成为逃避思考的巧妙手段。

——（英）霍布斯

再没有比死啃书本、把岁月完全消磨在学院里的那些饱学的书呆子更为无知的了。不论人性已经被作家们描绘得多么细腻，真正的实际的规律却只能在大千世界中去领会。

——（英）亨利·菲尔丁《弃儿汤姆·琼斯的历史》