

1. [《查令十字街84号》](#)
2. [《生命是什么》](#)
3. [《伊斯坦布尔的假期》](#)
4. [《窄门》](#)
5. [《人生有何意义》](#)
6. [《四个春天》](#)
7. [《亲密关系》](#)
8. [《天才在左 疯子在右》](#)
9. [《人之彼岸》](#)
10. [《黄昏清兵卫》](#)
11. [《人生的枷锁》](#)
12. [《基于深度学习的自然语言处理》](#)
13. [《增长黑客》](#)
14. [《大国大城》](#)
15. [《蓝色星球 2》](#)
16. [《精益数据分析》](#)
17. [《鱼羊野史》](#)
18. [《诗经:越古老,越美好》](#)
19. [《唐诗鉴赏辞典》](#)
20. [《人类简史》](#)
21. [《政治学通识》](#)
22. [《认知心理学：心智、研究与你的生活（第三版）》](#)
23. [《房思琪的初恋乐园》](#)
24. [《朝花夕拾》](#)
25. [《拖延心理学》](#)
26. [《特朗普自传》](#)
27. [《三十三年梦》](#)
28. [《那不勒斯四部曲》](#)
29. [《灵魂的事》](#)
30. [《深度工作》](#)
31. [《天生不同》](#)

卢新洁 数据智能部

#推荐 《查令十字街84号》

被誉为“爱书人圣经”的书信集。纽约穷困潦倒的女作家海莲因无法找到物美价廉的书籍而苦恼，某天在报纸上找到了伦敦查令十字街84号的“马克斯与科恩书店”发的广告，便附上书信和钞票给远在大洋彼岸的书店老板弗兰克写信求书，弗兰克会为她积极寻找并将找零寄回纽约，彼时为1949年10月。

战后的英国物资匮乏，百废待兴，海莲会时不时为书店寄些鸡蛋，香肠和当时女人们的奢侈品丝袜，弗兰克便更加尽心地为海莲找书。一来二去，通过书信的交流，海莲与一群英国人成为了无话不谈的知己，书店的店员、弗兰克的邻居与家人都与海莲保持通信，海莲也期待着某天能亲自到英国拜访素未谋面的朋友们。

书信交流持续了20年之久，直到1969收到了弗兰克家人寄来的最后一封信，信上告知弗兰克已因病去世。遗憾的是海莲终究因为贫穷没有在一切落幕之前亲自前往这个每天魂牵梦绕的书店。

一切看来都那么正常，正常到两人相识20年却缘悭一面，正常到两人通信数百封而未涉及一个“爱”字，但海莲却终身未嫁，弗兰克的太太也在他去世后写信给海莲说“有时候我还会嫉妒你”。

现实中的科恩书店也终究没能撑下去，而是随着九十年代文化革命和摇滚乐的洗礼成了一家唱片店。

该书之后被拍成了同名电影，汤唯女神和吴秀波的电影《不二情书》也有该书的影子。

查令十字街84号已经成为全球爱书人之间的一个暗号，三十多年人们读它、写它、演它，在这段传奇里彼此问候，相互取暖。

陈开江

#推荐 《生命是什么》

类型：科普

作者：猫奴薛定谔

作为理论物理学家，在拿了诺贝尔奖之后突然开始对生命的本质感兴趣，试图通过经典物理和量子物理的视角去理解：大家都是原子捏成的团，凭什么我们自称“有生命”而门口的石狮子就叫“无生命”呢？意识是生命的一大特征，那它到底是什么鬼呢？或者是不是鬼呢？人死之后灵魂真的还会存在吗？生命所看到的世界是通过意识完成脑中印象建构的，那么我们能说物质世界是客观的吗？黄色只是一个特殊波长的电磁波，为什么我们眼睛看到的就是“有颜色”呢？即使是所谓的“生命”——从科学家的眼中细究下去都是分子原子，因为薛大佬的好奇和这本书的疑问，开创了一个新的生物学分支：分子生物学。

陈开江

#推荐 《伊斯坦布尔的假期》

类型：小说

作者：马克·李维

伊斯坦布尔，君士坦丁堡，土耳其。这几个地名一直都令我神往。唐朝那样的盛世都最怕的民族，最后远遁在这个中东以西，欧洲以东的地方。

文字中的那个不讲英语的地方，原来在两个内陆海之间：黑海和地中海。又是两个令人神往的地方。

文字中描写的街巷，剧场，酒店，餐馆。都和我生生世世熟悉的场景不那么一样。总之，我很想去那里度过一个假期。

至于书怎么样，逻辑什么都见鬼去吧，读起来很轻松很舒服就对了。

CTO-基础技术中心-刘敏

推荐 《窄门》 一本描写青年爱情状态的书籍，充满着“幼稚”、“滑稽”、高尚的爱情，甚至隐喻的表达了爱情与婚姻之间不可逾越的鸿沟。

如果你还是一个孩子，这本书能够让你看到你还不曾理解的那种青春的悸动；如若你已阅揽春花秋月，这本书能找到当初的热情

尚尔昕

不推荐 《人生有何意义》胡适。题目吸睛，但其实书中收录的是胡适在各时期所做的文章和讲演稿，涉略很多。这位先生关于人生、新中国革命、思想建设等都有自己独立、辩证的思考。我个人更喜欢看第一章，因为是讲他本人生活经历，而后面的文章读起来觉得很平常，没有直击灵魂的快感，甚至有些厌烦。

我也曾想过人生有何意义，如果只为自己活着那真是太没意义了。这一生我们都在扮演不同的角色，肩负不同的责任，我想我活着的意义是还有人需要我，我还可以为别人带来一些实质性的帮助。而对于我自己，我享受此时此刻我的感受，喜悦、偏激，都好，都是我创造出来的。

我喜欢现在的生活，这真是一件值得骄傲的事情。

Leon

推荐 《四个春天》，看了纪录片觉得不过瘾，下单了导演的同名图书。是作者的一些散文与照片的合集，内容主要包含了旧事、故人、家庭、我几个部分。行文简单自然，情感真挚，翻着翻着可能就看到了自己。文字也好、影像也罢，情感永远是故事的内核。

赵丽

#不推荐 《亲密关系》作者 克里斯多福·孟

买它的初衷是希望此书带我一窥人与人之间的牵绊与羁绊。

书中把情侣之间的矛盾，争执的情况描述的极其真实，符合生活。但是对于产生的原因及解决的方法论，让我有一种在看配音版美剧的感觉，略感尴尬。将原因归结为幼时渴望关注却没有得到满足，把希望寄托与伴侣。这个解释让我勉强接受，但又觉得有些以偏概全。而方法论就是总会找到灵魂之间的交流。。but how？

不开心很容易看到，原因有点难以发现，方法论更是很难通用。也许不是这本书的问题，而是亲密关系处理起来就是千人千面。不是这本书无可取之处，不推荐的原因是，对这本书的期望过于高。

不过，倒是里面有句话让我很认同“不论是用暗示还是明说的方式提出要求，我们都必须明白一件事：我们真正需要的，没有人能给，也没有人能让我们快乐。”

最后，我还是不推荐这本书，以上～

王一帆

#推荐 《天才在左 疯子在右》以精神病人视角观察这个世界，正常与异常不过建立在大多数人的排除异类的本能之上，站在不同的角度重新审视自己与世界，或许会庆幸平凡无奇的可贵，或许会羡慕特异功能的有趣，或许深切体会精神病人的痛苦，以更加平等和友好的态度对待所谓的异类。疯子也许是最接近天才的人群，天才也许是最可能成为疯子的人群，然而在世俗的眼中一个天上一个地下。也许世俗的眼光并不重要，重要的是每个人在自己的世界里能否看到想要的美好。

George

#推荐 《人之彼岸》由六个科幻故事和两篇非科幻思考组成。科幻故事都是以未来的人工智能的可能发展方向和不同阶段作为背景展开的。两篇非科幻思考讨论的是大家最为关切的两个问题：离超级人工智能到来还有多远，人工智能时代应该如何学习。可以说非科幻思考中很多的观点都成了科幻故事中郝景芳借故事想要表达的观点，因此两者一起食用效果更好。

冰封艺人

#推荐 《黄昏清兵卫》藤泽周平，不同于金庸笔下的仗剑走天涯，藤泽周平通过黄昏清兵、生瓜与右门卫、马屁精甚内、爱忘事的万六等一个个个性鲜明，其貌不扬又剑术精湛的人物，向读者呈现了另一种侠，他们不醉心于寻求武功秘籍，而更在乎家里的菜米油盐，不关心国事蕃事，而心系家中小事，真正做到了善刀而藏。读藤泽周平的武侠让人觉得侠离自己并不那么遥不可及，就像在自己生活中。

小格子

#推荐 《人生的枷锁》毛姆；小说讲述了菲利普从九岁到而立之年的人生经历，在成长过程中不断突破精神上的枷锁，重塑价值观和信仰，探寻人生的意义。小说最后他心灵终获解放，得出结论：人生没有意义。这和佛学中的四大皆空相似，不过也只能靠自己真正领悟到才能认同。

文中自始至终提醒着读者菲利普患有跛足，当然也时刻提醒着他自己。伴随着跛足带来的心理阴影，菲利普经历了人生的几个阶段，幼年失去双亲，被寄养在伯父家，小学辍学便去往德国留学，后又奔赴伦敦实习会计。但由于兴趣缺乏，辞职去往巴黎学习画画，最后意识到自己不应浪费时间在那些永远都不会有出息的事情上，决定弃画从医。在他身上，你可以看到毛姆的影子，热爱生活，擅长以自我剖析式的思维方式来对待人生的每个阶段，在当时大环境的影响下，不断突破自身局限，寻找真正的自我和生活的意义。

菲利普成长的经历又何尝不是我们每一个人，只有真正认识到自己，摒弃幻想，把握当下，不受外界约定俗成的影响，才可能成为一个自由人。至于人生的意义，还有什么意义。

小说亮点：(1)每个人物刻画到位，在他们身上你随处可见现实和理想的矛盾，执念和信仰的冲击，每个人不好不坏，这恰好是现实写照。(2)不同阶段的很多情感可以在文中找到共鸣。

节选一：

每个阶段别人告诉你的经验和深信的东西都会随着阅历和年龄的增长，不堪一击，不断地被击破重塑。因为无论是书本里看到的还是别人口授的都是经过他人回忆提炼总结的，都带有一层迷幻色彩，人生的真相还是得靠自己探索。

节选二：

只要了解哲学家其人，就可以在很大程度上猜测到他所阐述的哲学思想。看来，似乎并不因为你是按某种方式思维，所以才接受某种方式行事；实际上，你之所以按某种方式思维，倒是因为你是由某种方式造就而成的。真理与此毫不相干。压根儿就没有“真理”这种东西。每个人都有其一套哲学。过去的伟人先哲所煞费苦心炮制的整套整套观念，仅仅对著作者自己有效。

梦圆

#不荐《基于深度学习的自然语言处理》约阿夫·戈尔德贝格；

- 1.该书内容由作者的综述文章扩展而成且是英译汉后的书籍，故文笔较为晦涩难懂，不建议对NLP感兴趣的初学者作为日常阅读，适合已入门选手深入书中与作者寻求思想共鸣。
- 2.在已阅读的前九章内容中，第1-5章对神经网络在NLP中基础概念的描述比较有条理，该部分没有将内容过分限制于NLP内容本身，而是从很多小概念的梳理中很自然地将读者带入网络学习的任务中。
- 3.在第二部分，因为作者在NLP领域有大量的深度学习/传统NLP经验，所以第6-8章描述了很多NLP子任务的特征提取方法和经验，并对经典的NLP任务给出了重要概念和任务描述，很适合在这些任务上入门阅读。
- 4.后面的部分，有相关任务可以直接跳读，但翻译的质量不高，按照书的目录看看其他经典书籍也很好。

Myron

#推荐《增长黑客》范冰冰

本书应属创业人、产品、运营从业人员的必读书籍，作为一个技术工作者，认为也是不错的业务知识扩展读物。书中对增长黑客的角色和职责给出了定义，基于经典的AARRR转化漏斗模型，通过大量的真实案例，将不同阶段增长黑客的方法与技巧娓娓道来，内容翔实，干货满满。一点想法，增长之道虽有法可寻，但绝不是固定不变，书中只能初窥门径，实际还需不断探索，但作为业务知识拓展之用足矣。

流沙

#推荐《大国大城》陆铭。作者围绕城市化介绍了城乡矛盾，区域发展不平衡，限制人口流动的户籍土地政策，“城市病”的治理措施等。语言通俗易懂，内容与我们息息相关。书中部分观点：大城推动集聚带来规模效应，促进生产效率的提升。通过人口的流动以及发现地区的比较优势产业来进行缩小贫富差距。对于大城市带来的“城市病”问题，作者认为这是治理方式不当所导致的。书中的最后作者还对人们比较关注的问题（房价，人口的数量）进行了解释。

孙拔群

#推荐《蓝色星球2》（BBC高清海洋摄影图集）全4k清晰大图，讲解海洋生物习性，适合自己看，也适合与孩子一起看。我和我家可乐大概一起看了四遍吧，每次都有新奇的发现。不推荐自己再买一本，有喜欢的可以拿我的

张翠荣

#推荐《精益数据分析》比较适合创业公司老大看。本书讲述公司在创业初期如何找到、制订正确的关键指标实现“精益创业”和做出正确的产品。书中列了一些创业方法框架和指标计算方式以及案例，如同一本“所有寻求新增长的实践者的指南”。书中说的也很直白：之所以进行数据分析，是为了资金耗尽以前，找到正确的产品和服务。

绽放的五木

#推荐《鱼羊野史》高晓松

本书内容基本对应于矮大紧《晓说》和《晓松奇谈》所讲述内容，内容涵盖面较广，书中用时间来串联内容，以历史上的今天发生之事来抛出话题引发思考。其中让我比较感兴趣是胜利下的阴影系列，其中各国战俘返回故国后受到区别的对待正是反映不同文化的差异。本以为自己会为本书中的诗和远方所触动，但是真实的苟且却直击内心。

李东升

#推荐《诗经：越古老，越美好》曲黎敏 整书表面是解读诗经，实则是以诗经为范本，让活在现代的我们放慢一下生活节奏，而且讲了很多人生的哲理。比如，世界上的很多事情，都跟情感的泛滥和情感的不知约束有关。而且书中讲解诗经自然流畅，希望读过此书，也能有“昔我往矣，杨柳依依。今我来思，雨雪霏霏”的柔情和诗意。少一些焦虑，多一分自在便好。

尚尔昕

#推荐《唐诗鉴赏辞典》萧涤非，俞伯平等著。本书按照时间顺序，将唐诗的发展脉络——呈现，可以直观的了解到诗人辈分关系。每一首唐诗下面有非常详尽的赏析，逐字逐句，从诗本身到创作背景到同类诗的对比，都会有介绍。（集成了写什么，怎么写，别人怎么写○___○）而且文字优美，真的是二次创作。有时候读这些赏析的时候会在想，机器可以写诗，那么写赏析会是什么样？说远了，不过读诗真的是一件令人心情愉悦的事情，总有那么几

个看似平常的文字会让你的精神为之一振。这本书应该是值得一辈子反复阅读的书，在人生的每一个阶段都会读到不一样的精彩。

Lazy sunshine

#推荐《人类简史》

心目中的封神之作，写了半天书评，感觉自己还是没法把它的精髓写清楚，盗用微信读书热评中的一条推荐给大家。

From微信阅读——江雪

几乎是一口气就看完了这样一本书。中文版本居然是作者特意为华人量身定制的，还有欧洲版本，美洲版本，真的为作者的知识功底之深厚而佩服。

这是一本叙述智人从诞生之日起到现代二十多万年经历了从认知革命到农业革命再到科学革命的完整历史，简明地让我们了解在600万年前，人这样一种动物如何从食物链的中端慢慢走向顶端的，特别是科学革命后，人掌握了基因工程，相当于拥有了造物主一样的神的力量，可以按自己的设想改造植物、动物、甚至于人本身，人从动物华丽地转身变成了神，但在我们还具备强大的责任心，敬畏心，宽容心的时候拥有如此强大的力量，也可能是灾难，最后智人可能被自己创造的超人类物种而灭绝。作者表现了深深的担忧，也让我们读者觉得毛骨悚然。

作者告诉我们，智人学会讲故事的能力，学会用想象的产物叠加在客观世界上，从而能使许许多多的陌生人为了共同的目标，共同的信仰，共同协作，一起努力。虽然个体的生理素质没有强大，但通过组织，宗教信仰，民族国家，政治法律等等创造出来的理念，使人可以大规模合作，这样人就变成了强者。

作者告诉我们，智人不断学习不断创造，目的是为了更幸福快乐。但实际上我们却越来越辛苦，压力越来越大，很难说现代人比农耕时代快乐，比狩猎采集时期快乐。追求主观的快乐是无止境的，欲望没有尽头，而快乐在生理上却是有限制的，所以快乐不过是心灵中的浪花，一朵又一朵，不断产生不断消失。生命是无意义的，即使为国家为民族为事业，不过都是虚构的故事，在几万年的人类史上也是无意义的。他欣赏佛教的认知，认为放下对快乐的追求，才能得到心灵的宁静。

作者告诉我们，科学的突飞猛进加快了世界的融合，没有哪个国家能置身于外，所以整个地球成了一个帝国，全面战争几乎没有了，大规模饿死人的灾难也几乎不会发生了。现在互联网把全世界联系在一起，货币贸易商品资本没有死角了，人离自然越来越远，也越来越狂妄，基因工程，生化技术，无机生命等等的发展势头无法阻挡，人类可能又走到了临界点，就像宇宙大爆炸前的情况我们一无所知，无法想象一样。科学发展的未来也是无法想象。

施博宇

#推荐《政治学通识》作者：包刚升。我们所处的环境里关于政治的噪声太多了，这本书可以帮助我们理清很多政治上的迷思。究竟什么是政治，现代政治学研究的问题是什么？怎样理解现代国家？政治上的自由主义、保守主义、社会主义都是什么意思？民主政体、威权政体、极权政体的区别是什么？总统制、议会制、半总统制政府都是如何运行的，我们又属于哪种？国家是如何进行民主转型的？以上问题的答案都可以在书中找到。如果有朋友对政治和公共事务感兴趣，却又和我一样一知半解、半懂不懂，那么强烈推荐你来读这本书。

L 金

#推荐《认知心理学：心智、研究与你的生活（第三版）》：在这本书之前我曾翻阅过其他版本的认知心理学，由于没有心理学基础根本分辨不出书中类似“认知”、“知觉”、“注意”、“意识”等专业名词的差别，对各种认知过程的机理理解得很吃力。这个版本是最适合刚接触心理学的群体阅读的，书中插图和例子很多，读着不那么枯燥，也更容易理解。这本书详细介绍了知觉、注意、记忆、知识、表象、语言、问题解决以及逻辑和决策过程等领域的认知心理学研究，有助于我们对自己的大脑和思维进行更深层次的探索，当然不如《趣味心理学》和《重口味心理学》这类书趣味性强，书中第一章就提到“认知心理学是一门研究心智的科学”，既然是科学就具备很强的严谨性，可能趣味性就相对减弱了。

在下橙子不是狗子

#推荐《房思琪的初恋乐园》

本来有些想写不荐的，读起来实在令人痛心，而且因为一个生命的陨落，才使得很多人去关注这本书，着实悲哀。作者的文字很有灵气，读起来又句句戳心，读来始终感觉很难过，很难过。明知是错的，却又无能为力的感觉更令人窒息般的难受。

思琪的故事，离不开“爱”，这种被强加的爱或许已经有些扭曲。思琪用爱去解释错误，令自己心里好受一些，又用

爱做枷锁让自己难以从错误中逃离；而李国华以爱作借口，用文学作欺骗少女的糖，用少女心中神圣美好的东西去掩饰肮脏。在这里，文字是最苍白的载体，也是最斑斓的武器。

“忍耐不是美德，把忍耐当成美德是这个伪善的世界维持它扭曲的秩序的方式，生气才是美德。怡婷，你可以写一本生气的书，你想想，能看到你的书的人是多么幸运，他们不用接触，就可以看到世界的背面。”正因如此，最后我还是选择推荐，最重要的是读了之后，我们能做些什么呢□□

周琦栋

#不荐《朝花夕拾》

读完感觉还是原名“旧事重提”比较贴切些，朝花夕拾太文雅了，文集主要是鲁迅回忆性地记录往事，共十篇。从幼时童趣到私塾读书，从南京到东京的辗转求学，追忆往日亲友以及师长。先生往往用着质朴的文字去回忆旧事，聊着聊着突然笔锋一转去抨击麻木黑暗的旧社会，幽默讽刺，感染力极强。不过白话文现在看起来极不适应，又譬如小引中写的“广州的天气热得真早，夕阳从西窗射入...”那到底是早呢还是晚呢？感觉还是小时候读先生的作品比较有意思。

曹雪贞

#推荐《拖延心理学》

作者从心理、生理等多个角度寻找拖延产生的原因，并给出克服拖延的解决方案。发觉很多心理问题都回归到面对自我，自尊自爱的问题。个人最大的收获是学会学习自己的历史，更好的面对自己，学会用成长心态看待生活。除此以外还有很多克服拖延的小技巧，正在实践，但相信一点点也可以对拖延进行改善。

最终觉得作者每章最后的一段话，就像一个宽容的长者在和你对话，很受益。

京一

#推荐《特朗普自传》英文名是《Art of the Deal》，87年出版，当年霸榜的畅销书。中文先后有几个版本，改了多次名字。《交易的艺术》《从20万到30亿》《从商人到参选总统》都是指的它。本书并非川普亲自创作，是另一位署名的作家施瓦茨与川普朝夕相处后，根据他对川普的了解创作而成。仅仅从趣味性上本书也足够有意思，书中的多个案例都透露着川普化腐朽为神奇的魔力。如果读这本书的目的是想更全面的了解下川普，建议不要对书中的案例全盘接受，否则很容易被洗脑，感觉他真是一个完美的商人，充满进攻性，对现在和未来有洞察，又拥有高超的谈判技巧和极强的项目管理能力。事实上川普是一个商人，利益至上，他享受谈判的过程也更在乎能否从中获利。为了成功，他不在乎手段和名誉。

张婕

#推荐《三十三年梦》

朱天心讲述从一九七九年起的三十三年中，数次去日本的故事。从初次由胡兰成（文中称「胡爷爷」）接待，到后来带着女儿盟盟（后来《刺客聂隐娘》的编剧之一谢海盟），再到二零一五年。数次同行的包括天心天文姊妹，侯孝贤，唐诺以及其他友人。每次出行的记录中，既有家庭友人的生命轨迹（胡兰成在日本的晚年到去世，盟盟的成长...），也有大量的京都的景色、文化和历史的描摹（井上靖的《天平之甍》讲述的鉴真和尚的故事）。

要去日本旅行的朋友，不妨提前读这本书帮助规划路线，或者作为旅途读物。

——摘录段落供预览——

从稻荷到京都市中心坐电车也要三四站，却是一路沿河行，晚上的河岸点起长长无尽头的灯笼，我们看着都呆了，天文亮着眼睛对我柔和一笑，我晓得她也是想到了李白。下了车，行经桥上，那风只不晓得从哪儿来的，只管长长远远地吹过来，河水墨蓝墨蓝的也迤迤两道长长的灯影，一时走不开了，此刻多想亲爱的人在身边啊，像材俊、像阿丁、像我们最最年少的三三人.....

“但为什么不是选择你出生、成长、生育子女并初老的城市？”

“为什么不是你来自的城市？.....你坐在木条凳上，冰得像坐在水里。”

“告示木牌上写着，四月的第二个日曜日和第三个土曜日才有嵯峨大念佛狂言。”

“大概，那个城市所有你曾熟悉、有记忆的东西都已先你而死了。”

□DFS

#推荐 《那不勒斯四部曲》

这是一部由四本书组成的意大利小说，故事以两个女孩生活经历为主线，从上世纪五六十年代一直讲到千禧年之后。从主角拿着玩偶的童年到自己的孩子都长大的老年，一路看下来有很多非常感动的地方。作者的笔触细腻而真诚，可以将人性幽微之处坦诚地暴露，又无矫饰和夸大。我觉得每个人（尤其是成长过程中有过“相爱相杀”的好朋友的人）都可以在这本书中找到自己的影子，并且从中汲取到力量。非常推荐。

张思敏

#推荐 《灵魂的事》

史铁生的散文集，其中最喜欢的一篇是《好运设计》，看完这篇好像真如作者所说，如果一生都是好运，任何事情都顺顺利利的，这样的日子也会让人无聊。所以，有时的坏运气只是为了生活更加有趣，有些困难也只是让我们的生活更加丰富。

小学学过史铁生的课文后，就莫名地特别喜欢史铁生，感觉他很有力量；尤其喜欢他那句“死是一件不必急于求成的事”。

Camus

#推荐 《深度工作》

这本书由作者提出的一个概念“深度工作”引出(和刻意练习有很多重叠之处)，先是从心理学、神经学的角度分析了深度工作的重要性，然后给出了一系列具体策略来帮助人们在日常生活中践行深度工作。书中的很多建议其实平时都有在用，例如深夜写代码就是深度工作的一个典型场景。读完这本书，让我对于日常中的工作有了一个更清晰的认知和规划：浮浅工作无法避免，但深度工作决定了最终的工作成效；合理规划时间，理性使用网络工具。

清焰

#推荐 《天生不同》

读过这本书有助于各位小伙伴更好的了解自己的任何类型，认识自己的优势、不足，并基于此发展为更加完善的自我。著名的MBTI性格测试就是作者提出的，在这本书中作者详细给出了MBTI的由来和解释。MBTI从四个纬度将人格类型分为16种，每一种都具有各自的鲜明特征。建议小伙伴们做完测试再读书，你会惊奇地发现作者的认知是如此精准有建设性。