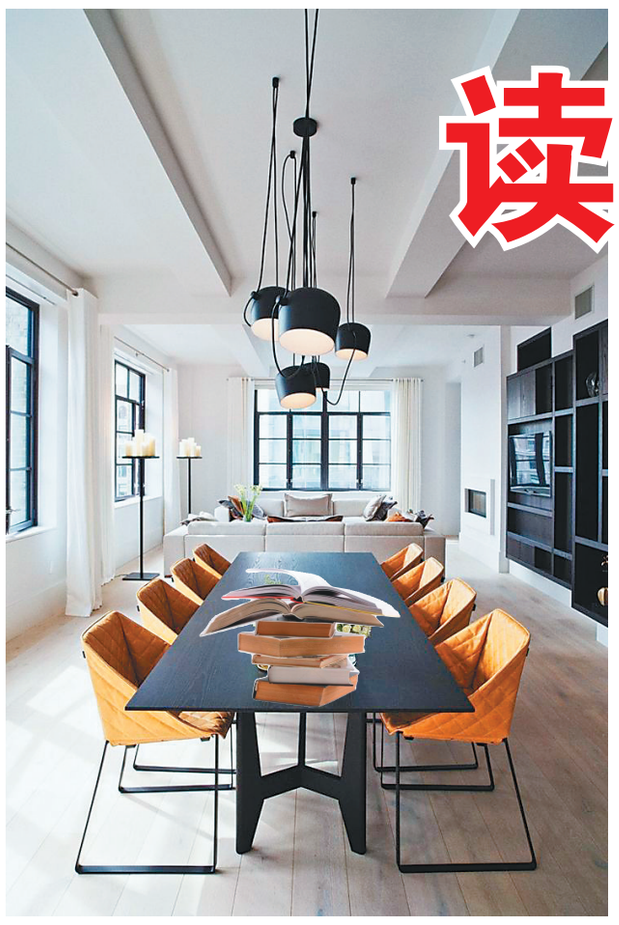


读书

当我们第一遍读一本好书的时候,我们仿佛觉得找到了一个朋友;当我们再一次读这本书的时候,仿佛又和老朋友重逢。

——伏尔泰

拨开概念迷雾 看清区块链本质

□汤强

机械工业出版社
汤强
《区块链很简单:链圈入门与生存指南》

《区块链很简单:链圈入门与生存指南》是为广大普通读者精心准备的一份礼物:关于区块链的简明读本。区块链技术是极具专业性的,但是对于普通大众来说,需要了解的不是区块链的专业部分,而是区块链技术的价值和应用部分,找到未来和自身的交集。

其实还有极其重要的一点,了解区块链的来龙去脉、前世今生,是"防割"的必备技能——如今有不少人利用区块链技术相对复杂、公众认知不够的特点,打着新技术的概念旗号,炮制各种金融骗局。因此,本书可以看作是关于区块链技术的"翻译读本",既可以帮助读者有效理解关于区块链技术的基本知识,又不必去"啃"深奥难懂的专业读本。

那么,本书如何做到将专业的知识变成易懂的常识呢?我们选择了讲故事的方式。对大多数人来说,理论是乏味的,因为掌握理论需要相应的知识、经验作为储备;而故事是精彩的,因为只需要将自己的情感和体会与之建立连接即可进行"理解和决策"。所以,本书的故事好比是情感与想象力的土壤,有助于开出区块链的认知之花、结出应用之果;书中的故事也像小翻译一样,让我们走近区块链、认识区块链、了解区块链、理解区块链甚至拥抱区块链。

区块链是拥抱未来的。人类社会走到今天,有很多悬而未决的难题,都需要在未来进行解决,如何形成普遍而有效的信任就是其中的难题之一。区块链的出现,在文化、社会、道德、法律等现有规则之外又找到了一种新的建立"信任机制"的可能性。

区块链是宽容过去的。我们走过的路不是一帆风顺的,我们曾经的行为也不是绝对正确的,而美好的明天一定是要宽容曾经不美好的昨天。区块链的出现,让过去的一切可以经由不可篡改的标记而呈现在阳光之下,让文明的成果在最大范围内得以共享,对自私的行为在最大范围内予以警示,让过去成为通向未来的阶梯。

区块链是思考当下的,无论过去还是未来,能够把握的都是当下的选择。可以将区块链理解为一种技术,也可以理解成一种文化,还可以理解成一种趋势。无论它是什么,如果它能够让我们对于生命、信任产生更多的敬畏,它就是值得我们去拥抱的。

区块链的发展离不开理解区块链、应用区块链的人们,本书的重要目的之一,就是愿区块链技术的来龙去脉、基本逻辑和一般原理能为更多非专业人士所知;未来的区块链市场少一些欺骗,多一些真诚。抽点时间,看一看这本书,多一些理性的认识和判断,也许区块链就因您这一点理性之光而成就一份非凡。

新书推荐

青岛出版社2020年5月
王旭峰
《中国居民增强免疫力食谱》

本书是一本提高免疫力的营养食单。疫情冲击是暂时的,身体健康才是长期有效的对抗一切病魔的基础。本书由营养专家王旭峰编著,介绍科学饮食的方法,并选取具有增强免疫力功效的食材,分析其营养价值和家庭烹饪方法,让老百姓在家也能知道如何吃得更营养更健康,让全家人科学营养用餐,实现食疗食补,从而增强国人免疫力。

机械工业出版社2020年4月
黄漫宇
《结构化表达》

学好结构化表达有利于我们在职场中提升沟通效率,改进沟通效果,有效解决沟通中的种种难题。本书以各种职场沟通的情境为案例,系统介绍了结构化表达的原理、要求和工具,并详细分析了将结构化表达应用于汇报工作、与客户沟通、讲故事、做演讲以及写作等具体沟通情境中的技巧、流程与框架。本书将使读者迅速提升结构化表达的能力,轻松解决职场沟通中的各种难题。

中信出版社2020年4月
周小宽
《走出自我认知的黑箱》

《走出自我认知的黑箱》是一本可以帮助压抑、焦虑、失助的成年人,整合内心的冲突,完成认知自我、改变自我的心理治疗书。作为资深的心理咨询师,作者周小宽结合专业知识和真实案例,和读者一起探讨谈论家庭、谈论爱与恨、谈论真相。她的文字像钥匙,可以打开尘封上锁的认知黑箱,将心灵的奥秘、原生家庭的代际创伤、内心的潜意识进行清晰地展现。我们该如何走出情绪、关系和"为他人而活"的陷阱?作者将在书中给出答案,告诉你如何正视过往经历和心理创伤、如何在关系中及时止损,带你走出人生黑暗和痛苦的阶段。

掌握短视频运营技巧 实现内容高效传播

□李科成

中国商业出版社
李科成
《短视频运营实操手册》

随着智能手机的普及,4G网络的提速,以及5G时代的到来,短视频产品凭借碎片化、高传播、低门槛、短平快的大流量内容传播特性,获得用户、各大平台和资本的青睐,达到了空前的繁荣局面。越来越多的创作者开始投身于短视频的拍摄、制作,不仅涌现出众多网红大咖,就连政府部门也在一些短视频平台开设了官方账号。据统计,截至2019年7月底,短视频应用的用户已经达到了8亿多人。

短视频行业看起来热闹非凡,但入驻这些平台之后,人们才发现要把产品推上热门,赢得粉丝,并收割红利,并不是一件容易的事。如果不懂一点运营技巧,恐怕付出很多心血拍的短视频,观看的人却寥寥无几,更别提涨粉了。如今,如何做好短视频运营就成了大家所关心的事情。

抖音、快手、火山、微视、西瓜、美拍、优酷等多个平台,如何引流吸粉?入门、定位、拍摄、后期、营销、涨粉、运营等短视频技巧,如何快速上手?传播、广告、上课、冠名、销售、咨询、出版等10多种变现方式,帮你实现快速变现。《短视频运营实操手册》一书中100多个图解以及80多个典型案例,用技巧提炼"实操攻略 经典案例"的方法,让你快速精通短视频运营,从新手成为高手。

我们先来认识一下什么是短视频运营。短视频运营作为新兴职业,它属于新媒体运营或者互联网运营体系下的分支,即利用抖音、微视、火山、快手等短视频平台进行产品宣传、推广以及企业营销的一系列活动。通过策划与品牌相关的优质、高度传播性的视频内容,向客户广泛或者精准推送消息,提高知名度,从而充分利用粉丝经济,达到相应的营销目的。

本书从短视频的大趋势入手,从战略性的角度分析了短视频的现状和未来。短视频作为一个风口,瞬息万变,发展的过程中不乏急流险滩,但也有明确的"出海口",创作者只有看准趋势,把握好短视频制作的方向,才能把握住短视频带来的内容创业机遇。

要做好短视频运营,首先要给自己一个精准的定位。包括定位平台、目标群体、风格、内容、用户需求等,这些定位可以帮助创作者确定内容方向,找到用户痛点。只有知道用户喜欢什么,才能吸引大量粉丝。

短视频运营的核心当然是内容。无论创作者的初心怎样,内容不好,一切免谈。对于新手来说,模仿是重要的学习方法,可以帮助创作者迅速找准方向;对于高手来说,想要提升内容质量可以向大咖学习,所以书中列举了众多成功案例以资借鉴。

要想让自己拍摄的视频更加出彩,吸引眼球,必须具备一些拍摄技巧。构图、道具、布光、调色、镜头以及黑科技的运用,可以帮助你把短视频拍出电影的效果。再加上后期剪辑、包装,都需要做到专业才会更具吸引力。

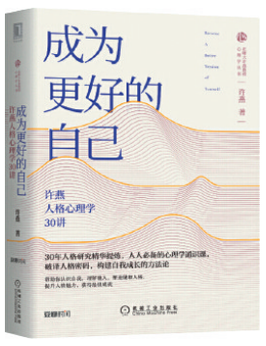
但有的时候视频内容很吸引人,观看的人却不多,这与平台的推荐机制、引流方法都有关,所以本书介绍了一些引流吸粉的方法和平台的推荐算法。在引流方法中,主要介绍的是新手和中尾部创作者的吸粉方法。在推荐算法中,因为抖音平台的算法最多且最为典型,所以我们主要介绍抖音平台的算法,其他平台的算法也有所提及。

作为短视频运营中的难点,变现成了很多运营者最头疼的事。针对运营者的困境,书中不仅列举了头部运营者的变现方式,还深入挖掘一些"草根"创作者的成功变现经验,提出了一些解决变现难题的有益思路。

本书注重实操,并且图文并茂,通俗易懂,想要创作短视频的新手,以及想要进阶的从业人员认真阅读并实践,必能受益匪浅。

洞察并建构 自我成长的方法论

□许燕



机械工业出版社
许燕
《成为更好的自己》

我们所关注的诸多人生问题,都与人格心理学的知识息息相关。如果说心理学能够揭秘人生,那么破译工具一定是"人格心理学"。《成为更好的自己:许燕人格心理学30讲》一书通过人性哲学、人格测评、人格改变、人格失常、人格成因等8个知识模板、30讲的内容,帮助你科学学习系统的人格心理学知识,洞察并建构自我成长的方法论,化知识为实用,提升人格魅力,成为更好的自己。

讲授人格课程30余年,诠释人格是我的专业。我的职业是帮助人们了解自我,理解他人,塑造健康的人格,展示人格的力量。人格心理学已经成为我的生活方式,融化在我的生活中。

有人会说,魅力只属于伟人、名人,属于荧屏上的明星、舞台上的模特、畅销书作家,还有《感动中国》里的榜样们,总之不属于平常人。其实,它属于所有人!人各有不同,没有生来成功的预设。你是你人生的设计师与践行者,对人生的思考不同,就会走出不同的人生道路。探索自己,做最好的自己就是你的魅力所在。

人格心理学家的许多理论观点都是对人生问题的解答与思考。人格心理学告诉我们,人与人是如此的不同,但我们不仅应该知道如何描述这种不同,还应该知道其原因,以及如何看待人与人之间的差异,如何塑造人生。

通过学习人格心理学,你可能会重新思考一些之前没有重视过的问题,比如,怎样看待人性善恶,好人为什么也会做坏事?慈悲的救助与残酷的伤害为什么可能是同一人所为?这些属于人性哲学的问题。你可能会掌握一些洞察人心的方法,比如,一位心理学家会怎样识人?应该如何分析自己和他人的性格特征?林黛玉为何多愁善感,哈姆雷特为何优柔寡断?这些是人格结构的问题。

你可能会更理解那些困扰自己已久的问题,比如,人为什么会焦虑,甚至抑郁?这可怕吗?困扰着每个人的压力,属于心理疾病吗?这些心理疾病可以被治愈吗?这些是人格失常的问题。江山易改,禀性难移,人可以脱胎换骨吗?意识到自己的不足后,人可以通过努力改变现状,逃脱困境吗?这些是人格改变的问题。

诸多的人生问题,诸多的人生解答。每一个问题都与人格心理学的知识息息相关。正因如此,人格心理学被视为人生的哲学,因为它对人生的思考具有指引价值。它将成为一件生活中的工具,帮你凿开一个贴近他人、理解自己与世界的入口。那些真正希望了解自己,想要变得更优秀,从而塑造自己未来的人,需要人格心理学知识作为基石。

很多心理学爱好者,对心理学最初的了解来自心理咨询,关注的是病态人格。其实,病态人格的形成只是少数人的心理反应,90%的人是正常人,其心理建设的目标是健康人格的发展。所以,心理学要关注成长而不是停滞,要关注优势和潜能,而不是弱点和局限。

人格如同人生绚丽多彩的画卷,人们要用一生来描绘它。心理学家卡尔·荣格,把人格形容为"一个浩瀚而神秘的系统",而人生最大的探险,就是对内心世界的探索,这种探索是一项终生的事业。让我们一起站在弗洛伊德等心理巨人的肩膀上,纵观人生,做更好的自己。

魅力人格,绚丽人生。由于人格心理学涉及人生经历与思考,因此在阅读此书时,你要边阅读边思考,才能有所感悟。愿你读完这本书后,能够掌握人格心理学知识,增添人格魅力,绘制出属于你的最美的人生画卷。

探访收藏之美 思考展览之道

□刘扬

广西师范大学出版社
陈履生
《博物馆之美》

博物馆是一个文明的会客厅,承载着历史记忆,是人们了解历史文化的重要窗口。世界各地坐落着大大小小、各种各样的博物馆,它或许是闻名于世的城市地标,又或许静静存在于城市某个角落,各有各的特色与美。然而,对于很多人而言,一生所能寻访的博物馆有限,不妨在《博物馆之美》一书中,沿着中国国家博物馆原副馆长陈履生先生的足迹,开启发现博物馆之美的旅行。

陈履生先生的职业生涯与博物馆密不可分,30年从业经历,他探访过全球370余家博物馆、美术馆,思考博物馆的收藏之美、展览之道、运营之伤、建筑光影、与人的关系……在《博物馆之美》中,陈履生先生以中国国家博物馆副馆长的实践,从收藏、策展、运营等角度描绘了"理想中的博物馆";作为艺术家,他拍了数以万计的博物馆摄影作品,以摄影讲述世界各地博物馆的建筑与光影之美;作为普通观众,他感叹于伟大的历史遗存,流连于博物馆艺术品商店、咖啡馆,也被博物馆志愿者的热情打动……

本书包括博物馆与博物馆学、博物馆之美、博物馆之收藏、博物馆之展览、博物馆之教育、博物馆之运营几大部分。陈履生先生不仅参观了很多大型博物馆,还到访了许多小型博物馆,带读者发现博物馆之美的多样性。陈履生先生曾表示,有的大型博物馆是一座城市的地标,一个国家的骄傲,但是还有很多丰富多样的、小型的博物馆,是一些大型博物馆的重要补充,也是获得博物馆之美的一个重要方面。很多小型博物馆的美正在于它的小、它的独特性和专门性。

书中特别提到一些"小而专"的城市博物馆,例如,巴黎的地窟博物馆、下水道博物馆。"城市发展史是一部独特的世界文明史。如何看待城市资源,公众有着截然不同的态度,尊重、保护、利用是一种,破旧立新、推倒重来也是一种。这种截然不同的态度会反映到城市的面貌和品格上,也会反映到文化的传承与发展上。巴黎的地窟博物馆是世界上独一无二的博物馆,论藏品数量之多,可能无与伦比,论藏品品类之单一,可能也是无与伦比。从83阶旋转楼梯走到地下,再沿着约两米宽的隧道往前走——这是非常单调的博物馆之旅,没有哪一家博物馆在进门后要走这么远的路,经历如此单一的地下路程。而最终看到的是1785—1860年间约600万人的头盖骨、大腿骨以及其他骨骼。它们被按照时间分区很规则地码放在过道两侧,有的还码放成图案,有石碑标明年代,表现出对逝者的尊重以及严谨的工作精神。作为博物馆,这里不分展厅,没有展柜,偶尔在墙上有几块说明牌。如果这样一个巨大的骸骨场在这座城市中长眠于地下,那它不可能与今天发生什么关联。可是,把它作为城市资源来对待,用博物馆的方式来利用资源、开放资源,使今天城市中的公众由此了解历史、认识过往,既具有积极的社会意义,也丰富了城市博物馆的品类。这就是城市对于资源的一种利用。"

书中写道,"每座城市皆有可以利用的多方面资源,旧的工厂、车站、学校,以及街道、社区等,都是与城市记忆相关的值得珍视的资源。譬如每一城市都有下水道,其排水系统的规模、水平、能力都表现了城市的规模以及作为。巴黎的下水道是世界城市中首屈一指的,历史悠久,规模巨大。这一最容易被忽视的城市资源由巴黎市政府转化为世界上独特的下水道博物馆。城市资源以博物馆的形式向公众开放,能够让公众更好地了解城市的历史,认知城市的运转功能,从而更加热爱城市。'下水道,巴黎的地下风貌',这不是一般性的广告,它吸引人们深入巴黎的内腹,探索一个难以想象的真正的地下城。这里有始建于14世纪末的历史遗迹,有非常专业的城市排水系统的知识,它呼应了巴黎的城市发展历史。尽管这里锈迹斑斑,一切都令人感觉到很陈旧;尽管这里充满了公共澡堂的气味,污水不息地流动,但这正是维系城市运转的基础。博物馆给予人们的认知正是在知识的基础上反映历史,而下水道博物馆不同于普通博物馆,它的陈列和'展品'是仍然在使用的设备,它们还在城市中发挥着作用,与城市中的每一个人都有着现实的联系。"

摆脱低质低效 学会智慧工作

□春雨

中信出版社
邵文瀚
《掌控工作》

布置任务的时候怎么交代清楚?怎么规划项目进度不至延期?老板交代的问题怎样才会考虑得更全面?面对陌生的领域怎么着手准备不慌乱?邵文瀚在《掌控工作》一书中为读者提供了系统的工作方法。

本书作者邵文瀚是腾讯高级战略分析经理,高效工作管理专家。他浓缩数年来从咨询公司与各行业头部企业学习、实践而总结出来的方法论,帮你养成系统的工作思维,从容应对工作中任务重、无从下手、速度慢等问题。

《掌控工作》提供的工作方法,可以帮助读者快速学习、解决问题并实现效率。与其他工作方法相比,这套方法的特点在于,为读者构建了一套完善的底层系统。这套系统以定义问题、拆解问题、执行解决、总结复盘为核心主线,并穿插着丰富的工具模型,从而形成一个多层面、跨学科,并拥有丰富的行业思考、案例分析、行动指南的科学体系,系统强化你的实力,也为更有智慧地工作提供有益的指导。

假设公司领导最近想建一个微信公众号,准备让你来负责,而你对公众号运营完全不了解,该怎么办?不少人曾经在工作中遇到类似的不熟悉或者特别复杂的问题,如何解决?邵文瀚在书中提出用议题树拆解问题。"搭建议题树有两种基本方法,一种是自下而上法,一种是自上而下法。这个自下而上法一般应用于不熟悉或者特别复杂的问题。试想一下,当你面对一个没有把握的问题时,你不太可能在脑海里搭建出整个议题树清晰的脉络,只能先根据粗浅的理解列出一些散点(从细节议题开始入手),然后一边思考,一边研究,一边补充(总结归纳形成上级议题),直到形成完整的议题树。"

书中提到,想要运用自下而上法的第一步就是,列出所有你能想到的点,这些零散的点都是解决核心议题的不同方式。"当和团队一起工作时,使用头脑风暴会的方法可以帮助你想出各个散点。可如果这项工作仅有你一个人负责,应该通过怎样的方法来想出那么多点子呢?"那么,就需要进行一场一个人的头脑风暴。邵文瀚也为这场一个人的头脑风暴的执行提供了一些特别的技巧,帮助读者打开思路。

首先是查询法,"当你完全没有思路时,你可以借鉴既有资料、访问专业人士帮助你打开思路"。以上面提到的公众号运营涨粉为例。"你可以在网上查资料,比如通过百度搜索。搜索之后你发现,很多讲涨粉的技巧都提到了'裂变',而裂变可以通过奖品、红包以及非物质奖励(如资料)来引导用户进行分享转发。得到这些信息后,你就可以把奖品裂变、红包裂变、资料裂变这几个散点写在你的白纸上。"

另一个方法是"迁移法"。"在平时的工作和生活中,你一定接触到过非常多的信息和知识,当你缺乏思路的时候,可以从日常入手,看是否有进行知识迁移的机会。通过类比的方式,将熟悉领域的知识迁移到不熟悉的领域。在平时刷微信的时候,你想必看到过这样几种形式。一种是公众号底部、留言上方会出现一条横幅广告,有些广告点进去之后就是'关注××公众号',这就是涨粉广告,需要付费。还有一种形式是在公众号文章里,或者注明'转载自××公众号',或者作者直接写上'推荐关注××公众号',这属于公众号推荐,有的付费,有的免费(比如互推)。这时候,你就可以把涨粉广告、付费推荐、免费互推这几点写下来……这些点虽然你没有亲手操作过,但都可以从日常生活的经验迁移过来。"还有一种是关联法。"这个技巧一般应用于前两个技巧之后,也就是基于你已经写出的散点,通过思维关联和发散,找到与现有散点相关的更多点。"