

这些书,让你离运动更近

本报记者 王舒畅

奥运让这个夏日元气满满,除了满屏的大长腿和腹肌,还有夺金一刻的快感和热血的运动员故事。

运动是无国界的,它能让全球为之狂欢。运动到底有什么强大的魅力,它的背后是什么让我们热血沸腾?

今天,给大家推荐四本关于运动的好书。书中或娓娓道来人类的运动历史,或分享与跑步爱恨交加的故事,还有奥运冠军来教孩子健身,社会学家想象越加痴迷竞技游戏的未来,让你离运动更近。



《运动通史》

沃尔夫冈·贝林格(德) 著

你知道,法老曾经赛车,中世纪双城流行棍战,奥林匹克还有裸奔的男神吗?这本书以严谨的正史,绚烂的图文,以及生动风趣的细节,从古希腊的奥运讲到今天,为大家带来了信息量庞大的运动知识。

一千种文化,就有一千种运动的观念。作者在书中不仅讲述了历史上各种千奇百怪的运动项目,还将详尽的资料和当时的文化背景相结合,并且穿插了各种有趣的小故事小八卦。既有趣也不缺乏深度,是一本易读又涨知识的书。



《强风吹拂》

三浦紫苑(日) 著

“明明这么痛苦,为什么不放弃跑步?因为全身细胞都在蠢蠢欲动,想要感受强风迎面吹拂的滋味。”这是一个关于长跑的故事,但又不仅仅是跑步。

作者三浦紫苑是红透日本半边天的《编舟记》作者。这本书他花了6年时间采访搜集,讲述的是一支菜鸟田径队挑战“箱根驿传”长跑接力赛的故事。“箱根驿传”是一年一度在东京和箱根之间往返的大学生马拉松接力赛,在日本人人皆知,全民关注。

但是菜鸟田径队中有一半成员没有长跑经验,他们共同经历魔鬼训练,也直面严酷现实。这些懵懂迷茫的少年燃烧自己的青春,带着队员之间的羁绊,一次又一次迎风跑着。一路上,你仿佛也跟他们一起流汗流泪,一起“攻顶”箱根山。

跑步的原因有很多,但在越来越轻快的脚步中,每个跑步者都能获得一种内心的充盈感,获得自身想探求的意义。

这本书青春、励志、一点就燃。看完,你也许也会心头一热,穿上跑鞋迎风跑起来。



《陈一冰给孩子的勇敢书》

陈一冰 著

奥运冠军陈一冰是中国体操队队员。2008年北京奥运会上,他一举夺得男子吊环冠军,以及和队员们收获团体冠军。2012年伦敦奥运会,他获得吊环银牌。

2015年9月,陈一冰初为人父。这部八月新书——《陈一冰给孩子的勇敢书》,就是他为8~14岁孩子量身定做的一套体育成长全

书。系列分四本书:给对手一个微笑、与世界宽容相待、为你的左右喝彩、做自己的冠军。陈一冰以24年的职业生涯为基础,为孩子们讲述体育精神以及感悟自己的体育人生。

朴实无华的文风,运动员的专业视角,初为人父的心态,这套书希望给孩子们信心,勇敢、坚强、自信地走好成长每一步。



《后物欲时代》

郑也夫 著

当工业将商品成千上万复制出来时,“买买买”的过度消费和物质的炫耀在将来也会变得苍白无力和荒诞无聊。

那么什么会成为派遣空虚、证明存在的最佳方式呢?

中国知名社会学家郑也夫预测,后物欲时代,“剁手党”将消失,而“游戏”将成为人们实现自我的方式。比如最有力的证据就是正在进行之中的奥运会,没有购物,没有消费,却在

观看竞技比赛中收获愉悦。

这是中国本土学者首部系统解释“消费”的著作。郑也夫独辟蹊径,从消费的角度入手,完整而富有逻辑地对消费机制和消费心理进行了分析,提出未来社会人们新的生活方式。

你同意他的观点吗?在未来,你的精神何以解放呢?去看看这本书或许有些许启发。