**新 书 推 荐**

**中文书名：《怎样活得有滋有味》**

**英文书名：HOW TO LIVE A GOOD LIFE**

**作 者：****Jonathan Fields**

**出 版 社：Hay House**

**代理公司：Wendy Sherman/ANA/Cindy Zhang**

**页 数：256页**

**出版时间：2018年3月**

**代理地区：中国大陆、台湾**

**审读资料：电子稿**

**类 型：励志**

**内容简介：**

 认真的吗……这又是一本告诉你如何过上美好生活的书？这类书还不够多吗？

 你会这么想也不奇怪。不过，我们现在有比以往任何一个时代更多的人，过着孤立、无依无靠、不满足、悔恨、不健康，以及近乎疯狂的生活，这种状态令人担忧。

 无论存在的问题是什么，它们都似乎无法解决。我们不知道自己应该相信谁。我们不知道什么是真实的，什么是幻想的。我们不知道怎样开始，也不知道从何开始去着手解决，我们也不想在那些似乎给我们带来希望，实则既占用了我们的时间又令我们感到空虚的建议上多浪费一分钟。

 《怎样活得有滋有味》（*How to Live a Good Life*）就是你的解药——它是一个实用且富有挑战的现代手册，它的目的就是帮助人们追求美好的生活。不需要盲目的信仰或放弃智慧，你会发现你可以立即把这里面提到的每件事都立即付诸行动，并通过你自己的经验来验证它们正确与否。

 这本书位于科学和精神的交叉点，它向我们展现了作者多年学习和探索的各种生活方式，它包含的简单而强大的模型将帮助你在三十天内重新找回自己的生活。

 每一天，你都将看到一个新的、实用且大胆的想法，以及一个具体的探索过程，它帮助你探索爱与同情心，陶冶你的情操，让你更具活力、更容光焕发，更雍容安宁，它帮助你未自己对这个世界所做出的贡献感到自豪。

 《怎样活得有滋有味》不仅是一本你需要阅读的书，它还是一条通往无限可能的道路，你要走下去，然后生活。

**作者简介：**

 **乔纳森·菲尔兹（Jonathan Fields）**的任务是激发人们的无限潜力。他是土生土长的纽约人，是一个父亲，也是一个丈夫，他创立了“媒体和教育创业美好生活项目”（media and education venture Good Life Project®），在这个项目中，他和他的团队领导一个全球社区，致力于过上更有意义，更重要的生活，他们制作一个拥有百万下载量的顶级播客，并为受众提供越来越丰富的活动、培训以及课程。他的上一部作品是《不确定性：将恐惧和怀疑转化为追求卓越的动力》（*Uncertainty: Turning Fear and Doubt into Fuel for Brilliance*），该书被评为年度最佳个人发展图书。

**谢谢您的阅读！**

**请将回馈信息发至：**

**张滢（Cindy Zhang)**

安德鲁·纳伯格联合国际有限公司北京代表处

北京市海淀区中关村大街甲59号中国人民大学文化大厦1705室，100872

电 话：010-82504506

传 真：010-82504200

Email:  Cindy@nurnberg.com.cn

网 址: <http://www.nurnberg.com.cn>

新浪微博：<http://weibo.com/nurnberg>

豆瓣小站：<http://site.douban.com/110577/>

微信订阅号：安德鲁书讯

