**新 书 推 荐**

# **61XB2DPZCOL._SY466_中文书名：****《直觉启示录**：在理性与灵光之间解码生命暗语**》**

**英文书名：*Everyday Intuition: What Psychology, Science, and Psychics Can Teach Us About Finding and Trusting Our Inner Voice***

**作 者：Elizabeth Greenwood**

**出 版 社：Harper**

**代理公司：Inkwell/ANA/Jessica**

**页 数：256页**

**出版时间：2025年6月**

**代理地区：中国大陆、台湾**

**审读资料：电子稿**

**类 型：大众心理学**

**内容简介：**

这是一次对人类直觉世界的迷人且富有洞察力的深度探索，揭示了这一难以捉摸的现象所蕴含的力量，以及我们如何利用它来更好地认识自己、信任自己。

尽管我们对直觉并不完全了解，甚至对其可靠性存疑，但我们依然依赖着它。在这本令人耳目一新的书中，伊丽莎白·格林伍德带领我们进行了一场全面的调查，探讨在数据驱动的时代，我们如何在日常生活中运用直觉。

格林伍德深入挖掘个人经历，融合神经科学、心理学、女性主义理论以及拥有超凡直觉能力的普通人的见解，为我们揭示了关于直觉的种种奥秘。她探讨了如何区分直觉与本能、一厢情愿、焦虑及否认；直觉如何为我们服务，又何时可能让我们失望；它如何影响我们的梦境与无意识行为；以及它在从浪漫吸引到预感等各个方面如何显现。

特别值得一提的是，格林伍德强调了“女性的直觉”，并指出它在历史上所遭受的贬低。然而，在这个充满不确定性的时代，女性的直觉却能为我们提供一种更有希望、更脚踏实地的体验世界的方式。本书提供了实用的建议，帮助我们挖掘自我认知，学会信任自己的直觉。同时，它还深入探讨了直觉背后的科学原理，包括大脑如何处理信息，迷幻药物与显化现象如何开启意识新大门，以及这些有益方法如何被某些骗子滥用。最后，本书指导我们如何训练自己变得更加直觉敏锐，从而最终提升日常生活品质。这部既聪明又风趣，既真诚又深刻的实用指南，为我们提供了现代视角下对直觉这一最古老工具的全新诠释。它向我们展示了，拥抱直觉如何引领我们找到最真实、最正念的自我，以及如何让我们的生活与内心渴望的生活更加契合。

**作者简介：**

**伊丽莎白·格林伍德(Elizabeth Greenwood)**是《监禁时代的爱情：美国监狱中的约会、性与婚姻五故事》和《装死：穿越死亡欺诈的世界之旅》的作者。她的作品曾刊登在《纽约时报》、《纽约客》、《时尚先生》和《GQ》等众多刊物上。她与家人住在布鲁克林。

**媒体评价：**

“如果你有种预感，觉得这本书就是为你而写，那就拿起它吧！这是一本关于我们最神秘、最被误解、也是最根本的人性能力之一的精彩指南。无论你是为了实用的建议、令人眼界大开的故事，还是那些让人捧腹的旁白而来，伊丽莎白·格林伍德都会用一颗又一颗的宝石来挑战你对心灵的理解，戏谑你对科学的先入之见，并帮助你将自己的直觉构建成生活的工具。”

——本杰明·洛尔，《杂货的秘密生活》作者

“直觉不是魔法，也绝不是虚无缥缈的东西——它是真实的，是我们与生俱来的，而且被忽视了太久。在本书中，伊丽莎白·格林伍德一脚踢开了大门，让神经科学家、舞者、医生、运动员、母亲、孩子和怀疑论者都坐到了一起来证明这一点。这不是猜测，而是内心的感受。这本书研究深入，极易引起共鸣，而且尖锐深刻，它会让你停止将决策外包，开始信任一直存在于你内心的东西：你自己。”

——杰西卡·埃勒凡特，《掀起风暴，活得精彩：在一个人人都想从你身上得到些什么的世界里获得自由》作者

“这本书描述了伊丽莎白·格林伍德穿越心理学、科学世界的迷人旅程。所有这些世界都可以共同努力，来提升你的直觉。”

——朱迪斯·奥洛夫，医学博士，《第二视力》和《共情者生存指南》作者

“就像血液一样，直觉是你与生俱来的东西。伊丽莎白·格林伍德捕捉到了时代精神——在一个人工智能、数据和指标主导的世界里，人们渴望外界的宁静，以便能够倾听自己内心的指引。通过科学研究、个人轶事和实际应用，这本书探索了我们所有人都具备的、但往往被忽视的直觉思维能力，以及如何导航我们的道路走向满足。这本书是一份礼物。”

——米拉·普塔钦（Mira Ptacin），《可怜的灵魂》和《中间地带：埃特纳营地的通灵者、媒人和传奇》的作者

**全书目录：**

介绍

第一章:日常直觉

第二章:成为自己的专家

第三章:理性的极限

第四章:身体直觉

第五章:女人的直觉?

第六章:浸入无意识的水中

第七章:预感

第八章:心理能力

结论

提示附录

进一步的阅读

致谢

笔记

索引

**感谢您的阅读！**

**请将反馈信息发至：版权负责人**

**Email**：**[Rights@nurnberg.com.cn](mailto:Rights@nurnberg.com.cn)**

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, 邮编：100872

电话：010-82504106, 传真：010-82504200

公司网址：[http://www.nurnberg.com.cn](http://www.nurnberg.com.cn/)

书目下载：<http://www.nurnberg.com.cn/booklist_zh/list.aspx>

书讯浏览：<http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx>

视频推荐：<http://www.nurnberg.com.cn/video/video.aspx>

豆瓣小站：<http://site.douban.com/110577/>

新浪微博：[安德鲁纳伯格公司的微博\_微博 (weibo.com)](https://weibo.com/1877653117/profile?topnav=1&wvr=6)

微信订阅号：ANABJ2002

