**新 书 推 荐**

**中文书名：《畅饮光之河》**

**英文书名：DRINKING FROM THE RIVER OF LIGHT**

**作 者：Mark Nepo**

**出 版 社：‎Sounds True**

**代理公司：WME/ANA/Lauren**

**出版时间：2019年3月**

**代理地区：中国大陆、台湾**

**页 数：320页**

**审读资料：电子稿**

**类 型：励志**

**内容简介：**

“我很珍视这本睿智的书中所提供的智慧和实践。”

**----米拉贝·斯塔尔（Mirabai Starr），《没有绝望的大篷车》（*Caravan of No Despair*）和《狂野的慈悲》（*Wild Mercy*）的作者**

马克·尼波（Mark Nepo）写道：“有意义的艺术、经久不衰的艺术——以及它所唤醒的变革过程——让我们生生不息。”通过《畅饮光之河》，这位著有畅销作品的诗人和哲学家将带领你探索艺术和真实表达如何将我们最深刻的真理带到这个世界。

这本书由相互关联的散文和诗歌组成，涵盖了各种主题，如与其他生命形式保持对话的重要性，以及马蒂斯（Matisse）、罗丹（Rodin）和贝多芬（Beethoven）等创新者如何看待世界等。尼波为我们每个人心中涌动的创作冲动献上了一曲抒情颂歌。《畅饮光之河》从寻找揭示生命之美的隐喻，以及捕捉瞬间的笔触等，探讨了“超越艺术界限，让观者与参与者合二为一”的意义。

在这本书中，你会发现：

坦诚接纳自己全部情感的重要性

教育需要原始的诚实和自我探索

为什么与新的视角总是只差“四分之一个转角”

与其他创造性声音保持对话的重要性

给予关注与获得关注的关键区别

尊重同行评审的具体准则

引导你内心深处的声音和宇宙的声音意味着什么

用尼波的话说，“这本书是用来体验和陪伴的。”《畅饮光之河》包括数十种日记形式的提示和个人实践，旨在激发读者的创造本能，追寻最本质的自我，以及表达生命意义的重要性，见证生命的悲伤、深度和喜悦。

**作者简介：**

 **马克·尼波 (Mark Nepo)** 是一位诗人、哲学家，教授诗歌和灵性知识40多年。 他是《纽约时报》排名第一的畅销书作家，出版了20多本书，如《觉醒之书》（The Book of Awakening）、《生存风暴》（*Surviving Storms*）和《寻找勇气》（*Finding Courage*），并录制了十多个音频项目。 马克曾多次接受奥普拉·温弗瑞 (Oprah Winfrey) 的 *Super Soul Sunday*电视节目的采访，并在《早安美国》（*Good Morning America*）中接受罗宾·罗伯茨 (Robin Roberts) 的采访。作为癌症幸存者，马克的写作和教学都非常关注内心转变的过程和人际关系。他的作品已被翻译成20多种语言。2015年，他被AgeNation授予终身成就奖。2016年，他被*Watkins: Mind Body Spirit*杂志提名为当今世界100位最具精神影响力的杰出在世人物之一，他还被选为OWN的“超灵魂100人”之一。“超灵魂100人”是一群有灵感的领导者，他们用自己的天赋和声音来提升人性。2017年，尼波成为《精神与健康》（Spirituality & Health）杂志的专栏作家。

**媒体评价：**

2020 年独立出版商图书奖：励志类图书银奖

2019年鹦鹉螺个人成长与励志银奖

 “表达灵性的热忱见证。”

**----出版者周刊（Publishers Weekly）**

**目录：**

**The River of Light The Gift of Vision**

**The Life of Expression** What It Means to See

The Origins

**PART 1 BASIC HUMAN TRUTHS** The Purpose of Will

**Why Write** The Unexpected Dimension

The Thread We Relate More Than We Author

The Necessary Art Keeping the World Together

The Unexpected Utterance

A Lifelong Process **The Art of Perception**

Yearning to Be What It Means to Perceive

Lifting Veils To See One Thing in Another

The Web of Metaphor Stacks of Wheat

The Aperture of Intuition

Releasing the Divine **Understanding Practice**

The Craft of Perception Placeholders

When the Work Comes Alive

**The Chord in Our Heart** The Monkey and the River

As a Tuning Fork The Practice before the Practice

The Inner Experience of Truth Going with the Stream

Life Marks Us Up Everything We Need

Feelings Are Paints

The Energy of Hope **PART 4 BECOMING ONE WITH**

Fitting Things Together **The Magic of Liberty**

Slipping Through

**PART 2 BEING SHAPED BY LIFE** Living in the Gap

**Unraveling the Self** Becoming the Poem

The Riddle of a Self The Empty Saddle

Love at First Sight

Living a Making **The Timeless River**

What Matters Comes Slowly

**Bearing Witness** The Table Between Presence and Meaning

Looking at Life Together Peering from the Edge

The Power of Art The Wind Phone

Drifting in the Immensity This Belongs to Everyone

Listening

 **Gratitudes**

**The Instrument That Is You Notes**

What Is Voice? **Permissions**

The Quarter Turn **About the Author**

The Inner Critic

Diving Down and Coming Up

Love Your Window

**PART 3 THE DEEPER WE GO**

**Breaking Surface**

The Endless Search

Venetian Interior

A Word about Effort

**Giving and Getting Attention**

Not Great but True

Staying Close to What Is Sacred

Pulling Threads

Travel and the Writer’s Mind

**感谢您的阅读！**

**请将反馈信息发至：版权负责人**

**Email**：**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

