**新 书 推 荐**

**中文书名：《每一天的平和：365 篇有关智慧与宁静的冥想文章》**

# https://m.media-amazon.com/images/I/719FoIfmBHL._SL1500_.jpg英文书名：Peace a Day at a Time: 365 Meditations for Wisdom and Serenity

**作 者：Karen Casey**

**出 版 社：Conari Press**

**代理公司：Mango/ANA/Winney**

**页 数：384页**

**出版时间：2025年1月**

**代理地区：中国大陆、台湾**

**审读资料：电子稿**

**类 型：心灵励志**

**内容简介：**

**如何在戒毒的道路上寻求内心的平静**

戒毒之路道阻且长，但本书为你提供了365个每日冥想戒毒指南，助力你在这条道路上前行。这本书将宝贵的戒毒经验融入每天的冥想中，教你如何在诱惑面前坚守初心，如何在挑战中保持坚韧，并在戒毒之路上寻求内心的平静。

每一天的冥想都以名言开篇，激发思考，随后是简短深刻的文章与赠言，为你提供实用建议与心灵慰藉。本书不仅是一本冥想指南，更是戒毒路上的心灵灯塔，陪伴你度过每一个艰难的日子，迎接更加幸福安详的生活。

**作者简介：**

 **凯伦·凯西（Karen Casey）**是一位作家，也是十二步康复疗法研讨会的主持人。她的第一本书《每一天都是新的开始》已售出 200 多万册。此后，她又出版了 28 本书籍，其书籍曾入围多发性硬化症协会 “改善生活书籍奖”决赛。她的足迹遍布北美和欧洲，在康复之路上为他人传递希望的信息。

1982年，凯伦·凯西出版了她的第一部作品《每一天都是新开始:女性每日冥想》（EACH DAY A NEW BEGINNING: Daily Meditations For Women），这本书是帮助女性康复的经典之作，迄今全球销售量已达400万册。从那以后，她又陆续出版了几十本书，其中包括《改变你的思想，生活随后而至》（CHANGE YOUR MIND AND YOUR LIFE WILL FOLLOW）、《不幸家庭孩子的正能量》（THE GOOD STUFF FROM GROWING UP IN A DYSFUNCTIONAL FAMILY）、《协同依赖性和超自然力量》（CODEPENDENCE AND THE POWER OF DETACHMENT）、《现在就走吧：拥抱离别》（LET GO NOW: EMBRACING DETACHMENT）、《每天一静》（PEACE A DAY AT A TIME）。

凯伦·凯西和她的丈夫乔伊常常来往于佛罗里达的那不勒斯、明尼苏达的彼略湖城，还有他们的家乡印第安纳州的拉斐特。凯西常常在世界各地飞来飞去，把希望和平静带给全世界的人们。奇迹课程的国际性会议中，她的演讲受到热捧。

**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

