**新 书 推 荐**

**中文书名：****《热爱接下来的生活：你想要的生活，现在就可以拥有！》**

**英文书名：*Loving What’s Next: What You Want Can Be Yours Now!***

**作 者：Dr. Michelle Barr**

**出 版 社：Morgan James Publishing**

**代理公司：Waterside/ANA/Jessica Wu**

**页 数：228页**

**出版时间：2024年10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：**

**一本帮助你转变生活的指南、手册和路线图**

《热爱接下来的生活》 是为那些正处于人生过渡阶段、渴望迈向新生活的人们而设计的。无论是计划开启“再出发”的职业生涯、为退休及退休后生活做准备、发现退休后仍需额外收入，还是准备追求长期以来的激情项目，这本书都能助你一臂之力。

改变生活从内在世界开始，然后反映在外在世界。这一过程包括个人成长与发展，清理、疗愈和解决阻碍，并采取灵感驱动、与人生目标一致的行动。

在《热爱接下来的生活》中，米歇尔·巴尔博士（Dr. Michelle Barr） 同时从个人和职业的角度为成功提供独到见解。凭借她丰富的生活经历、教育背景、专业训练以及三十年的工作经验，巴尔博士致力于帮助人们：

* 明确他们的渴望
* 创建并实施行动计划
* 克服挑战，避免脱轨

巴尔博士亲身经历了多次人生转型，并通过支持数千名客户和学生积累了丰富的经验。她准备好引领你迈向属于你的“接下来”，因为你想要的生活，现在就可以拥有！

**作者简介：**

**米歇尔·巴尔博士（Dr. Michelle Barr）**专注于帮助人们改变生活长达30多年。她经营自己的业务——转型精神教练——已有16年之久。在此之前，她曾作为一名治疗师工作了十年，专注于危机和创伤领域。在将执业执照让渡给新的事业后，她把精力投入到作为一名教练、教师、演讲者和作者的工作中。

巴尔博士的使命是帮助人们清理、疗愈并解决内在的“问题”，并指导他们迈向自己渴望且应得的生活。通过提供切实可行的战略指导和情感心理支持，她帮助客户实现目标并将梦想变为现实。

**全书目录：**

致谢

序言：写给读者的一封信

引言

**第一部分：决定你想要的生活**

第1章：你是在接收数据还是灵感？

第2章：你准备好信任的跳跃了吗？

第3章：你愿意放下那些不再为你服务的东西吗？

第4章：你已经不再迷茫了吗？

第5章：你是否期待重新连接自己的真实渴望？

第6章：你是否敞开心扉，准备踏上“接下来”的旅程？

第7章：你是否承诺找到自己的自由？

第8章：你是否有动力掌控自己的显化能力？

**第二部分：制定计划**

第9章：你准备好开始 M.O.V.E. 吗？

第10章：你是否问对了问题？

第11章：你是否在设定目标和意图？

第12章：你是否在加强你的核心（CORE）？

第13章：你是否激活了能量，走向成功？

第14章：你是否热爱自己的“接下来”？

**第三部分：如何应对过程中出现的问题**

第15章：你是否愿意转变？

第16章：你是否愿意与过去和解，为未来注入力量？

第17章：你是否准备放下对金钱的固有观念，筹措梦想生活的资金？

第18章：你是否准备好与自己的“接下来”连接？

第19章：你是仅仅感兴趣，还是全情投入？

作者后记：谢谢你

作者简介

**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

