**新 书 推 荐**

**中文书名：《心墙密码：破除情感壁垒，拥抱真爱与自在人生》**

**英文书名：The Heart Code: How to Release Your Emotional Barriers for Authentic Living and Loving**

**作 者：Bradley Nelson**

**出 版 社：St. Martin’s Essentials**

**代理公司：St. Martin/ANA/Winney**

**页 数：320页**

**出版时间：2025年12月**

**代理地区：中国大陆、台湾**

**审读资料：电子稿**

**类 型：大众心理**

**版权已售：英国（Ebury）、波兰（Galaktyka）**

**内容简介:**

***布拉德利·尼尔森博士的畅销作品《情绪密码》（The Emotion Code）风靡全球，售至全球23个国家及地区。如今他聚焦核心概念，在新作《心墙密码》（The Heart Code）中深入探讨“心墙”这一课题。尼尔森博士发现，每个人心中都筑有情感壁垒——这些屏障阻碍大家实现潜能、找到人生真谛。***

基于数万名读者与患者分享的真实经历，《心墙密码》深入解析心墙的形成机制，并提供实用方法，帮助读者逐步破除这些禁锢。本书将赋予读者工具，识别并释放情感壁垒，从而在生活的各个层面——身体、情绪、精神、财务与情感关系——获得真正的满足。

以充满同理心、赋能且具实践性的方式，《心墙密码》引领读者踏上自我探索与疗愈之旅，助你释放心灵的全部潜能，以更真实、喜悦和丰盛的状态生活。

**目录：**

托尼·罗宾斯　序　xvii

邀请　xix

第一部分　欢迎来到心的时代

心——古老而现代　3

情绪包袱　22

与潜意识对话　35

释放被囚禁的情绪　52

心墙的发现　86

你有心墙吗？　97

第二部分　疗愈的真实故事

7. 健康的故事　111

8. 丰盛的故事　133

9. 自由与重生的故事　159

10. 爱的故事　186

11. 动物的故事　205

第三部分　新世界正在到来

12. 心与无条件的爱　233

13. 爱与光的锚　246

情绪词汇表　257

资源　267

关于作者　295

我们的信念　296

致谢　283

索引　285

**媒体评价：**

“《心墙密码》为情感疗愈提供了一条强大而易行的路径。布拉德利·尼尔森以深刻的洞察与实用工具，帮助我们释放不再服务于我们的能量，重获内心平静。我诚挚推荐这本书，它是追求清晰、平衡与深度自我连接者的宝贵资源。”——**米歇尔·沃德利牧师博士**（Rev. Dr. Michelle Wadleigh），《阴影工作》作者

“结合科学、灵性与可操作的实践，《心墙密码》助你摆脱停滞的情感能量。热爱探索疗愈过程的读者将从中获得释放困阻能量、走向自由的具体工具。你会惊讶于内心智慧指引人生的力量。”——**塔玛·基维斯**（Tama Kieves），*USA Today*推荐职业/成功教练，畅销书《学会信任自己》《在不确定中蓬勃生长》作者

“布拉德博士不仅再次突破，更迈向更深远的领域。他创造了‘新常态’。《心墙密码》将帮助许多人从恐惧走向爱，从持续的健康挑战走向愈加强健的身心！”——**亚历山大·劳埃德博士**（Alexander Loyd PhD, ND），《纽约时报》畅销书作家

**前作《身体密码》（*The Body Code*）与《情绪密码》（*The Emotion Code*）广受赞誉：**

“如果你能洞察那些无法解释的健康问题……《身体密码》让你读懂身体的编码系统……允许自己踏上破解密码、解开谜团的冒险之旅，同时赋予身体更多康复、愈合与保持健康的机会，从而积极生活、蓬勃发展——这是我们与生俱来的权利。享受这本书带来的体验，享受这段旅程！”——**乔治·诺里**（George Noory），电台节目《Coast to Coast A.M.》主持人

“我相信这本书的发现能改变我们对情感储存方式的认知，并由此改变生命。《情绪密码》已改变了全球无数人的生命，我希望数百万人能运用这一简单工具，疗愈自己与所爱之人。”——**托尼·罗宾斯**（Tony Robbins）

**作者简介:**

**布拉德利·尼尔森（Bradley Nelson）**（退休整脊医师）是世界知名的自然健康疗法专家，创立了“情绪密码”“身体密码”与“信念密码”体系，并担任整体教育平台Discover Healing的首席执行官，为全球从业者提供培训与认证。

**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

