**新 书 推 荐**

**中文书名：《享受人生的白金法则》**

**英文书名：PLATINUM RULES FOR ENJOYING LIFE**

**作 者：Sylvia Weinstein Craft, Lisa D. Spiller**

**出 版 社：Morgan James Publishing**

**代理公司：Waterside/ANA/Chloe**

**页 数：120页**

**出版时间：2023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：**

《享受人生的白金法则》是一本鼓舞、振奋人心的书，鼓励读者思考如何提高生活乐趣。

本书包含通俗易懂的建议、常识性的指导以及开发技能和活动的技巧，为每一天带来更多乐趣和成就感。它包含40条简明扼要的规则，分为五个部分：自我完善规则、消磨时间规则、增进人际关系规则、健康生活规则和享受四季规则。希望每一个想要培养内心平和、喜悦和满足感的人都可以阅读这本具有独到见解的书。在现代繁忙的生活方式下，我们很容易忽视自己的需求，当我们把所有的时间和精力都投入到他人的需求上时，就会很容易迷失自我。这本书提醒我们，如何在把每天过得有意义的同时保持自我。

* 一段激励人心的旅程，提供40条启示，激发和点燃尽情拥抱生活的新热情。
* 全新的人生观，以及如何全心全意地生活。
* 经验丰富的作者提出的宝贵建议，旨在帮助你放慢脚步、进行反思和成长。
* 简单可行的步骤，帮助你过上有意义的人生。

**作者简介：**

**西尔维亚·温斯坦·克拉夫特（Sylvia Weinstein Craft）**是《牡蛎指针》（*Oyster Pointer*）的发行人兼编辑，该报纸屡获殊荣，是弗吉尼亚州纽波特纽斯市“好消息”的主要来源。在1986年创办《牡蛎指针》之前，西尔维亚在弗吉尼亚半岛工业理事会（VPIC）工作了26年，该组织致力于通过经济发展改善社区环境，她在该理事会担任公共关系总监长达11年。作为一名真正的企业家，西尔维亚成立了自己的公共关系、广告和营销机构，该机构后来成为韦恩斯坦机构（The Weinstein Agency），一家成功的企业，获得了许多国际和国内奖项。西尔维亚曾就读于威廉玛丽学院（College of William & Mary），数十年来一直以模范榜样的身份服务于社区，获奖无数，其中包括弗吉尼亚包容性社区中心（Virginia Center for Inclusive Communities）颁发的人道主义奖，以表彰她的社区参与、专业领导能力以及为改善他人生活所做的毕生贡献。西尔维亚现居住在弗吉尼亚州纽波特纽斯。

**丽莎·斯皮勒博士（Dr. Lisa Spiller）**是位于弗吉尼亚州纽波特纽斯的克里斯托弗·纽波特大学（CNU）约瑟夫·W·卢特三世商学院市场营销学荣誉特聘教授。作为学生和青年教师的启蒙老师、导师、顾问和榜样，斯皮勒博士在2022年退休前长达31年的职业生涯中对许多人的生活产生了深远的影响。斯皮勒博士因其非凡的成就、领导力以及对学生、大学、学科和社区的宝贵贡献而获得了40多个荣誉和奖项。作为一名杰出的学者，斯皮勒博士撰写了多本大学教科书，其中包括由SAGE出版的《销售与销售管理：培养成功技能》（*Selling and Sales Management: Developing Skills for Success*）。在加入CNU教师队伍之前，丽莎曾在密苏里州阿维拉学院（Avila College）和密苏里大学堪萨斯城分校（University of Missouri-Kansas City）任教。在从事学术工作之前，她还曾在宾夕法尼亚州伊利市的一家麦当劳特许经营店担任营销总监。斯皮勒在宾夕法尼亚州伊利市的甘农大学（Gannon University）获得工商管理学士和工商管理硕士学位，并在密苏里大学堪萨斯城分校获得博士学位。丽莎现居住在弗吉尼亚州纽波特纽斯。

**媒体评价：**

“短小精悍，可立即应用。这些营养丰富的小点心是让生活充满目标和成就感的完美开胃菜。所提供的规则不仅仅是理论上的思索，而是能够为你的生活增添活力的实用指南——就从今天开始吧。”

----丹·米勒（Dan Miller），《纽约时报》（*New York Times*）畅销书《48天找到你热爱的工作》（*48 Days to the Work You Love*）的作者

“《享受人生的白金法则》是一本让你一生都拥有积极体验的精髓手册。这本书将引导你成为最好的自己，同时在旅途中享受乐趣。它是一本伟大的指南，提醒我们创造自己的现实生活。”

----朱莉娅·福克斯·加里森（Julia Fox Garrison），励志演说家，畅销书《别这样离开我》（*Don't Leave Me This Way*）的作者

“《享受人生的白金法则》提供了实用的建议和实现更完整生活的愿景。这本书是一本非常有见地的读物，将对人的思想、身体和灵魂提出挑战。作者编写的这本书非常出色，是通往更充实生活的路线图。它应该成为人们茶几上或书架上的最受欢迎的读物。”

----罗纳德·J·沃尔佩（Ronald J. Volpe），胡德学院名誉院长

**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

