**新 书 推 荐**

**中文书名：《美好的目的地：发现最好的自己》**

**英文书名：DESTINATION FABULOUS: Finding your way to the best you yet**

**作 者：Anna Murphy**

**出 版 社：Mitchell Beazley**

**代理公司：Union Square/ANA/Jessica**

**页 数：352页**

**出版时间：2024年3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：**

**《如何成为一名女性》（*How to Be A Woman*）——提供有关如何以积极精神变老的实用技巧和鼓舞人心的见解。**

**来自《伦敦时报》（*London Times*）时尚总监为你提供了一本睿智而有趣的指南，教你如何充分利用成年女性的生活。**

我们生活在一个似乎希望我们害怕变老的社会中。但是想象一下，如果变老可能是发生在你身上的最伟大的事情。

现年50岁的《纽约时报》（*The New York Times*）时尚总监安娜·墨菲（Anna Murphy）觉得自己比她生命中的任何时候都更加引人注目。她的新书《美好的目的地》是你拥抱你的年龄并庆祝随之而来的智慧和内在美所需的工具包。

你如何自然地提升和光滑你的脸?你应该变白吗?如果是，怎么变白?你如何应对更年期？安娜将她对传统方法的了解与她对瑜伽和中医等学科中另类思维方式的开放态度相结合。对她来说，自然永远是最好的。

至于时尚，安娜比任何人都清楚，这可能是展现真实自我的终极途径。她分享了她所有的技巧，让你找到一个衣橱，不仅能改变你的外表，还能改变你的感觉。多年来，她与艾里斯·阿普菲尔（Iris Apfel）和缪西娅·普拉达（Miuccia Prada）等超级时尚人士分享了她的对话亮点。她们是如何做到的？

她借鉴了白玛·乔德隆（Pema Chodron）和埃克哈特·托尔（Eckhart Tolle）、多萝西·罗（Dorothy Rowe）和奥修（Osho）、诺拉·埃弗隆（Nora Ephron）和玛丽·奥利弗（Mary Oliver）等不同作家的智慧，写下了告别对你不利的东西并欢迎对你有用的东西；关于建立对你和他人都有用的关系；以及找到你的目标，无论是在你的个人生活还是职业生活中。了解她道路上的颠簸如何帮助她找到通往真正道路的道路。她希望这本书也能帮助你找到你的。

章节包括拥抱你的脸，让时尚成为你的朋友，真正的浪漫，你的身体美丽，找到你的目标和如何快乐地生活。

**作者简介：**

**安娜·墨菲（Anna Murphy）**是《纽约时报》（*The New York Times*）的时尚总监，也是《如何不穿黑色》（*How Not To Wear Black*）（DK）一书的作者。她还是《斯特拉》（*Stella*）杂志的创始编辑。她在Instagram上拥有31,000名粉丝。她在工作中一直激励着她，帮助女性，给她们带来快乐。安娜·墨菲（Anna Murphy）坚信，每天早上选择穿什么的所谓肤浅行为不仅会对我们的外表产生深远的影响，还会对我们的感受产生深远的影响。安娜在工作中一直激励着她，帮助女性，给她们带来快乐。在50岁时，她觉得自己比她生命中的任何时候都更引人注目，也更充分地意识到了这一点。她希望她的读者也有这种感觉。

**媒体评价：**

“多么快乐的旅程，穿越了一片可能令人沮丧、但绝不快乐的领域。安娜·墨菲很聪明，非常积极，读她的书就像幸福本身。”

——吉尼恩·罗斯（Geneen Roth）《纽约时报》（*The New York Times*）畅销书第一名《女人、食物和上帝》（*Women Food and God*）的作者

“充满了令人振奋的建议、实用的智慧和善良的智慧：读完后，我当然觉得更美妙了。”

——伊丽莎白·戴（Elizabeth Day）

“一本诙谐、温暖、睿智和富有启发性的指南，教你如何从内到外成为最好的自己。令人愉快的乐观和充满积极性，这是未来几年的完美路线图。我很喜欢这本书。”

——玛丽埃拉·弗罗斯特鲁普（Mariella Frostrup）

**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

