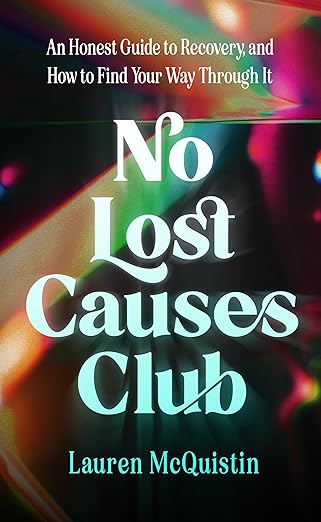
**新 书 推 荐**

**中文书名：****《无可救药者俱乐部：一部康复实录与救赎指南》​​​​**

**英文书名：NO LOST CAUSES CLUB: An Honest Guide to Recovery, and How to Find Your Way Through It**

**作 者：Lauren McQuistin**

**出 版 社：Blackstone Publishing**

**代理公司：PFD/ANA/Jessica**

**页 数：270页**

**出版时间：2025年7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：**

**Instagram热门账号​​@残酷康复日记（@brutalrecovery）​​主理人撰写的戒酒指南的《无可救药者俱乐部》，以犀利坦诚、黑色幽默与深切共情交织而成，献给身处狂欢却被迫清醒的人们。**

当医生警告​​劳伦·麦奎斯廷​​若不戒酒可能活不过25岁时，她麻木、绝望、难以置信。她何以沦落至此？戒酒理应是那些失去一切的中年离婚女性的归宿，而非她这种本就一无所有、苦命挣扎的年轻歌手。何况，当酒精是唯一让世界尚可忍受的解药时，如何能戒酒？

六年后，劳伦以复杂答案叩开新生。本书将实用建议与私密回忆交织，以与生俱来的脆弱与残酷的诚实，探索清醒后如何过好完整人生。从深挖令人深陷酒精依赖的社会复杂性，到聚焦初尝清醒者的挣扎，本书为所有渴望在混沌世界中开辟美好生活的人提供疗愈良方。

**作者简介：**

****

**劳伦·麦奎斯廷（Lauren McQuistin）​​​​**，常驻伦敦的苏格兰音乐家与作家。本书基于其多年戒酒经历及Instagram账号​​@残酷康复日记的内容​​创作，为渴求共鸣的康复者提供幽默与希望交织的信息。她曾为职业歌剧演员，三度问鼎​​大都会歌剧院全国大赛（Metropolitan National Opera Competition）​​地区赛，有关“创伤对嗓音的影响”研究发表于《歌唱杂志》（*Journal of Singing*）。现运用音乐家经验从事​​创伤知情音乐教学（trauma-informed musicianship）​​。

**媒体评价：**

“劳伦·麦奎斯廷以独到笔触捕捉年轻女性戒酒康复之路的荒诞与脆弱，《无可救药者俱乐部》用黑色幽默、无畏坦诚、犀利洞见与深切共情，记录曲折混乱的疗愈之路。此书献给所有破碎过却仍敢重生的灵魂。”  
 ——​​艾琳·卡尔（Erin Khar）​​，《沉溺成瘾》（*Strung Out*）作者

“劳伦·麦奎斯廷以高共情、零废话的方式诠释康复冒险，弥足珍贵。本书包含实用方法与刻骨回忆，用诙谐笔触书写不灭希望。麦奎斯廷提醒我们：改变随时可能发生，人们无需抛弃乐趣、幽默甚至人性的黑暗面。无论你选择彻底戒断或重塑与成瘾物的关系，本书都是普通人的康复指南。”

——​​塔拉·麦高恩-罗斯（Tara McGowan-Ross）​​，《一切如旧》（*Nothing Will Be Different*）作者（希拉里·韦斯顿非虚构奖决选作品）

“一部惊艳犀利的治愈杰作。我痴迷于理智的复杂性，以及它看似疯癫的样态。此书令我笑泪交织，堪称天才之作。”  
 ——​​玛格丽特·赵（Margaret Cho）​​，喜剧演员、演员、作家兼音乐人

“《无可救药者俱乐部》将成为一代读者的希望灯塔，特别是误以为自己破碎到无可救药的人们。劳伦·麦奎斯廷以朋友般的温暖、澄明与幽默，慷慨分享自身故事与见解，揭示不可思议的美好人生如何成为可能。这不仅关乎戒瘾或康复，更是对希望的诚挚邀请。”

——​​肖恩·费（Shon Faye）​​，《流亡之恋》（*Love in Exile*）与《跨性别议题》（*The Transgender Issue*）作者

“这位在东伦敦卧室中迸发锐利文字的年轻作家确有非凡之处。劳伦·麦奎斯廷的作品叛逆、挑衅、欢愉且妙趣横生，精准捕捉戒瘾者经历神奇的高低起伏：直面过往生活的垃圾场、重建心智、挣扎于亲密关系……我坚信麦奎斯廷的潜力……她的发声十分重要，她是难得的天才。麦奎斯廷笔下的任何文字我都愿意阅读。”

——​​凯特·马内尔（Cat Marnell）​​，纽约时报》畅销书《如何谋杀你的人生》（*How to Murder Your Life*）一书的作者

**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

