**《旅程》和《抵达》系列非虚构作品集**

***JOURNEY and ARRIVAL*** ***series***

**作者简介：**

**迭戈·佩雷斯**是（Diego Perez）一位冥想家，也是《纽约时报》畅销书排名第一的作家，他的笔名“Yung Pueblo”广为人知。他在网上的读者超过400万人。他的写作侧重于自我修复的力量，建立健康的人际关系，以及当我们真正付出努力了解自己时所产生的智慧。

他的书籍已在全球售出150多万册，并被翻译成25种语言。迭戈是 Wisdom Ventures的普通合伙人，也是约会和关系支持软件Ready Platform的创始人。迭戈的新书《如何爱得更好》将于2025年3月发行。

**中文书名：《旅程》**

**英文书名：JOURNEY**

**作 者：Yung Pueblo**

**出 版 社：Harmony/PRH**

**代理公司：UTA/ANA/Sharon**

**页 数：待定**

**出版时间：待定**

**代理地区：中国大陆、台湾**

**审读资料：大纲和样章**

**类 型：心灵励志**

**内容简介：**

由引言和短文组成的一本为期365天的书，将带领读者进行一年的每日反思，帮助他们建立自我意识和内在力量，展现出最好的自己。

《旅程》将关注的主题有：克服过去、治愈创伤、平衡观点、同情自己和他人、拥抱现在以及有意识地做出决策。《旅程》的使命是帮助读者承认自己的不完美，同时激励他们看到个人发展的价值。本书关注你当下的自我，让你迈出步伐，成为你内心深处认为自己可以成为的那个人。

这本书的特别之处在于其思考性，会对读者作出规定，提出挑战、实践、要自问的问题，以及一天中要尝试的心态——所有这些都是为了帮助读者摒弃那些阻碍前进的固有行为，并练习有助于自己发光发热的新行为。

**中文书名：《抵达》**

**英文书名：ARRIVAL**

**作 者：Yung Pueblo**

**出 版 社：Harmony/PRH**

**代理公司：UTA/ANA/Sharon**

**页 数：待定**

**出版时间：待定**

**代理地区：中国大陆、台湾**

**审读资料：大纲和样章**

**类 型：心灵励志**

**内容简介：**

《旅程》深度关注个人成长，《抵达》则侧重于花了大量时间有意识地培养所缺失品质之后会发生的事情。

一旦你成为全新的、充满力量的自我，生活就会发生翻天覆地的变化。《抵达》的主题将围绕建立与自己价值观一致的生活、处理复杂的友谊、驾驭跌宕起伏的人际关系、建立有效的界限、有意塑造自己的习惯、创建自我关怀系统、放弃追求完美等等。《旅程》更关注作为个体的人，而《抵达》则关注人在人际关系、工作中的成功，以及如何实现人生愿景。

如何处理自己喜好的转变，如何与新老朋友相处，如何在恋爱关系中表现自己，以及如何应对瞬息万变的世界，这些都是踏上个人成长之旅的人最终要面对的共同问题。

《抵达》是一本为那些自我进化的人准备的生活手册。对于那些已经阅读过励志书籍，并积极为自己构建健康快乐生活的人来说，《抵达》尤其具有吸引力。《抵达》将由长短不一的文章组成。有些短至200字，有些则长达800字。本书的灵感来源之一是 Brianna Wiest 所著的《改变你想法的101篇散文》（*101 Essays That Will Change The Way You Think*）。

**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

