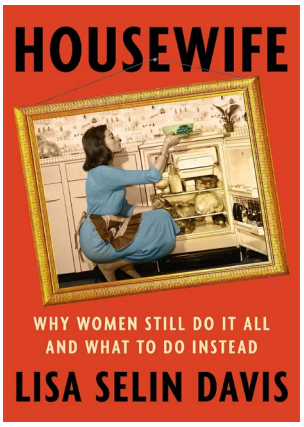
ANDREW NURNBERG ASSOCIATES INTERNATIONAL Ltd.

安德鲁·纳伯格联合国际有限公司

2025 BIBF

女性话题

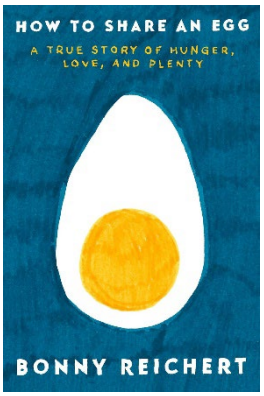


欢迎下载 2025 BIBF 安德鲁中文书目：
http://www.nurnberg.com.cn/booklist_zh/list.aspx

请将反馈信息发至：
黄家坤（Jackie Huang）：JHuang@nurnberg.com.cn
吴伊裴（Jessica Wu）：Jessica@nurnberg.com.cn
高馨浥（Melody Gao）：Melody@nurnberg.com.cn
邓晶晶（Winney Deng）：Winney@nurnberg.com.cn

安德鲁．纳伯格联合国际有限公司北京代表处
公司网站：Http://www.nurnberg.com.cn
新浪微博：http://weibo.com/nurnberg
豆瓣小站：http://site.douban.com/110577/
小红书号：“安德鲁读书”
微信订阅号：安德鲁．纳伯格联合国际有限公司北京代表处

扫我关注ANA微信账号
获取最新版权资讯



中文书名：《如何分享一枚鸡蛋：一个关于饥饿、爱与富足的真实故事》
英文书名：HOW TO SHARE AN EGG: A True Story of Hunger, Love and Plenty
作　　者：Bonny Reichert
出 版 社：Ballantine Books
代理公司：Tessler/ANA/Jessica Wu
页　　数：304 页
出版时间：2025 年 1 月
代理地区：中国大陆、台湾
审读资料：电子稿
类　　型：传记和回忆录
版权已授：波兰、斯洛伐克
加拿大畅销书、《人物》杂志的月度图书
亚马逊畅销书排名：
Editors' pick - Best Biographies & Memoirs
#57 in Culinary Biographies & Memoirs
#58 in Gastronomy Essays (Books)

内容简介：

本书作者是一名厨师，同时也是一位大屠杀幸存者之女，她讲述了食物与家庭——寄托与生存——之间的关系。这是一本感人至深的烹饪回忆录，是一个关于匮乏与富足的故事，她通过连接过去来开辟自己的未来之路。

“如果你是被一个曾以土豆皮和咖啡渣为生的人抚养长大的，那么你对食物自然会怀有一种深深的敬意。”

邦妮·雷切特（Bonny Reichert）一直试图回避与大屠杀有关的一切，直到她中年时，在一篇自己撰写的文章中不自觉地敲下了那些字眼。这位记者从小就听说了父亲在奥斯维辛集中营濒临饿死、最终奇迹般存活下来的故事，但她从未想过自己会有勇气直面这段惊心动魄的历史遗产。

在《如何分享一枚鸡蛋》一书中，雷切特深入挖掘了自己对食物痴迷的根源，仔细研究了她父亲在大屠杀期间挨饿的经历，以及他后来在餐饮业取得的成功。她发现，父亲与食物之间的独特关系正是她自己对食物深深热爱的核心所在。

书名取自雷切特父亲的一个战争故事：1945 年春天，她的父亲和表兄弟二人刚刚获得自由，两具“骨架”在德国乡间游荡，寻找食物。他们敲开一户又一户人家的门，终于找到一位德国农民愿意分给他们一些食物——两个饥饿的男孩只能吃一个鸡蛋，这迫使他们将不可分割之物分割开来，分享无法分享的东西。在这样的历史阴影下，你还能知道自己是谁吗？与父亲的经历相比，她自己生活中的琐碎小事是否还有意义？

一次偶然的机会，雷切特品尝到了一碗完美的罗宋汤，从此走上了写作这本回忆录的道路。走进厨房，将过去与未来相连，作者用感人至深的故事讲述了生命中的重要时刻：她在

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

餐饮业度过的多彩童年，首次婚姻的破裂以及初为人母时的紧张，成为一名厨师的决心，以及那改变人生的波兰之旅。美食既是她生活的锚点，也是她的身份标志；既是快乐的源泉，也是生存的象征。

这本书既有《天生嫩骨》（*Tender at the Bone*）的温情，又有《血、骨和黄油》（*Blood, Bones and Butter*）的粗犷，作者逐章逐盘地追溯了她的烹饪之路。对于喜欢劳里·科尔文（Laurie Colwin）的《家常菜》（*Home Cooking*）的读者来说，他们也会看到雷切特在厨房里逐渐成长起来。她会结婚、离婚、再婚；会有孩子、男朋友和厨师学校的恶霸。她会在巴黎烧鹅肝，在柏林品尝酸樱桃，然后在前往比克瑙的路上喝伏特加壮胆。

这是一次深刻而对比鲜明的味觉探索之旅，其间酸甜苦辣交织。她系上围裙，讲述了一个几乎失去一切的家庭如何通过一餐一饭重新建立自我的故事，讲述了自己作为一名女性作家、厨师、母亲及女儿寻找自我身份认同的心路历程。

作者简介：

邦妮·雷切特（Bonny Reichert）作为作家、编辑和专栏作家在杂志和报纸界工作了 20 多年 。她获得过许多写作和编辑奖项，包括两项国家杂志奖。40 岁时，她决定追随自己的激情，报名参加了一个艰苦的厨师学校课程。她曾在一家餐厅工作，后来成为一家全国性杂货品牌的行政主厨，并通过在《环球邮报》（*The Globe and Mail*）上撰写美食专栏和定期专题报道与读者建立了联系。她还在多伦多大学教授一门广受欢迎的美食写作课程。

当雷切特的父亲步入 90 多岁高龄时，她意识到她不敢写的书就是她必须写的书。而且要快。凭借其历史背景、现代框架和对食物的关注，《如何分享一只鸡蛋》对大屠杀的遗留问题进行了全新的解读。然而，它所传达的信息并不局限于犹太读者。我们是一个由移民和难民组成的社会，他们从一个地方迁移到另一个地方，无论是出于自愿还是被迫。我们是儿孙，是父母，是叔叔阿姨。正如最近出版的烹饪回忆录《妈妈走后》（*Crying in H Mart*）所展示的那样，食物的故事就像森林中的河流一样流淌在我们的血脉中，始终向前，流向未来。这本回忆录讲述的就是这种普遍联系。

媒体评价：

“翻开第一页我便泪流满面，然而读过数页后却又破涕为笑。这本书文笔优美，带领读者踏上了一段既令人心碎又充满希望的情感之旅。”
——露丝·赖歇尔（Ruth Reichl）

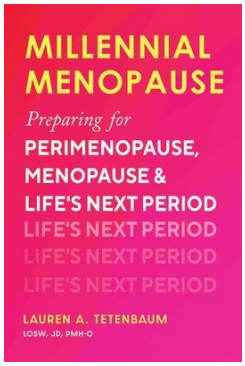
“这部讲述家庭纽带、美食与爱的作品常常让人悲从中来，但最终却充满了生命的强大力量，即便是最坚强的读者也很难不为之动容。”
——《书单》（Booklist），星级评论

“一本令人着迷的回忆录……雷切特精心织就一幅丰富多彩的叙述画卷，以绚丽多姿的文字追忆自我觉醒之旅。生动且滋养心灵，实属不可错过的佳作。”
——《出版者周刊》（Publishers Weekly），星级评论

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

“从第一页开始，我就知道我会爱上这本书。《如何分享一只鸡蛋》充满了爱与痛苦，作者在纪念她所爱之人的同时，也在追求一种有价值的生活。每一章都蕴含着丰富的情感和细节：美味、凄美，还有饥饿和富足。还有，哦——食物！书中提到的每一餐都是一场饕餮盛宴，与文字本身一样令人回味无穷。这本书的温暖和真诚是如此吸引人，如此令人着迷。”——露西·阿德林顿（Lucy Adlington），《纽约时报》畅销书《奥斯维辛的裁缝师》（The Dressmakers of Auschwitz）的作者

****



中文书名：《千禧之变：更年期新纪元》
英文书名：Millennial Menopause
作　　者：Laren Tetenbaum
出 版 社：Ulysses Press
代理公司：Biagi /ANA/ Winney
页　　数：208 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：保健

内容简介：

对于想要自信、幽默且充满力量地迎接人生新阶段的千禧一代来说
准备好借助这本极具新鲜感且真实的指南，去直面更年期吧！

在大众认知里，更年期常常被误解、被忽视，甚至被污名化。对于千禧一代女性而言，如何平稳度过人生的这一阶段，似乎是个令人望而生畏的难题。在铺天盖地的信息中，怎样才能找到自信与平衡？又该如何分辨那些口口相传的 “老说法”，哪些是毫无根据的故事，哪些是基于现代科学的事实？

现在，千禧一代终于迎来了属于她们的专属指南 ——《千禧更年期》。这本清新而真实的手册，以全新视角和极具生活气息的笔触，为读者揭开现代更年期的神秘面纱，助力千禧一代女性自信、幽默且充满力量地开启人生新阶段。

从剖析荷尔蒙变化、关注心理健康，到探讨更年期对事业、性生活和友谊的影响，本书内容深入浅出。书中穿插真实的个人经历、专业的医学建议，以及对媒体如何塑造更年期刻板印象的深度讨论，鼓励千禧一代女性勇敢为自己发声，接纳并关爱自己的身体，从容自信地走过更年期。

无论你是刚刚开始思考 “下一步该如何前行”，还是已经切实感受到更年期带来的影响，《千禧更年期》都将为你提供实用的应对策略、与专家的深度访谈，以及那份珍贵的 “姐妹情谊”。要知道，更年期绝非人生的终点，而是一个充满力量与可能的崭新时代的开端。

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

作者简介：

劳伦·特腾鲍姆（Lauren Tetenbaum），又名“The CounseLaur”，是一位千禧一代的母亲，育有两个孩子。她曾是一名律师，现在是一名专注于帮助女性度过人生过渡期的社会工作者，一直热衷于为女性发声。劳伦通过咨询实践、主持心理教育研讨会，为产后女性和职场女性赋能；在纽约、新泽西、康涅狄格和佛罗里达州，为个人和伴侣提供临床治疗。此外，她还经常在播客和活动中，围绕孕产妇心理健康、性别平等、职场父母等话题发表演讲，并且作为思想领袖，为博客、杂志和文集撰写关于女性问题的文章。《千禧更年期》是她出版的第一本书。

目录：

前言：为何是更年期？为何是我？
第一章：月经，故事的开端
千禧一代如何准备？
谈论女性健康
使月经（及其结束）正常化
第二章：千禧一代，遇见更年期
更年期入门：千禧一代
千禧一代如何准备？
建立知识储备
第三章：我们母亲的更年期
千禧一代如何准备？
获取更多信息
提出更多问题
第四章：媒体中的更年期
千禧一代如何准备？
呼吁更好的媒体呈现
消费并分享准确的媒体内容
第五章：从怀孕到围绝经期
千禧一代如何准备？
认识围产期与围绝经期的叠加
了解可能性
第六章：你的身体，你的选择：更年期与医学
《更年期入门》：那些从未被教导过任何相关内容的聪明女性，以及她们的学习需求
千禧一代如何准备？
了解你的身体，认识你自己
知道如何获取优质医疗
知道你有选择权
第七章：更年期是一个健康问题……但有人真正关心吗？
千禧一代如何准备？
学习
投票
分享

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

第八章：更年期与心理健康

第一部分：更年期过渡前的心理健康

第二部分：更年期过渡中的心理健康

千禧一代如何准备？

考虑药物治疗

组建支持团队

为自己发声

思考你对心理健康的看法

第九章：美丽、身体、智慧——以及围绝经期

千禧一代如何准备？

提高意识

锻炼身体

滋养身体

睡好觉

按需服药

从事自我关怀与自我同情

第十章：让我们谈谈性

千禧一代如何准备？

实施一些行为策略

沟通

考虑医疗护理

改变心态

第十一章：围绝经期在职场

千禧一代如何准备？

要求并获取福利

培养一个善良且体贴的职场文化

第十二章：千禧一代男性与更年期

要做和不要做的清单

第十三章：女孩力量

千禧一代如何准备？

讲述你的故事

把钱花在刀刃上

赋予彼此力量以实现变革

第十四章：在“下一步”之后，接下来会发生什么？

泌尿生殖系统症状，包括性交疼痛和尿路感染（UTIs）

骨密度流失

心血管疾病（CVD）

认知功能障碍

焦虑和抑郁

千禧一代如何准备？

持续交流

现在就优化生活方式

与医疗保健提供者合作

优先考虑自己和自己的健康

第十五章：MillenoPAUSE（千禧一代的暂停）

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

千禧一代如何准备？
保持正念
善待自己
第十六章：结语：千禧一代如何为更年期做好准备？

****

中文书名：《如何缓解恋爱焦虑》
英文书名：MASTER YOUR RELATIONSHIP ANXIETY
作　　者：Georgie Collinson
出 版 社：Affirm Press (Australia)
代理公司：Defiore/ANA/Jessica
出版时间：2025 年 2 月
代理地区：中国大陆、台湾
页　　数：245 页
审读资料：电子稿
类　　型：大众心理

内容简介：

为什么我在爱情中感到焦虑，这种焦虑说明什么？

让你在人际关系中感觉更平静、更容易信任他人、更自信——无论是有伴侣还是单身，为人父母还是无子女。

《掌控你的恋爱焦虑》引导你了解恋爱焦虑的四种类型，提供全面、实用且极具相关性的建议，帮助你更好地去爱他人，建立我们都渴望的更深层次的连结。你将探索人际关系不可避免地会带来的焦虑、担忧、不安全感和怀疑，并从中成长。

掌握如何在爱情中保持冷静和开放，你就会发现解决恋爱焦虑的终极解药。

目录：

导言
爱情中焦虑的迷宫
如何使用本书
完美的焦虑触发器
重新认识什么是爱
爱的三个阶段
自我调节工具：如何让自己平静下来

第一部分：害怕失去和被抛弃
如果他们离开我怎么办？
如果他们出事了怎么办？
如果他们不够投入怎么办？

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

我能信任他们吗？
如果他们欺骗我怎么办？
如果他们喜欢其他人怎么办？
如果他们不够爱我怎么办？
如果我不能独处怎么办？
如果我吸引了另一个抛弃我的人怎么办？
定制你的练习

第二部分：害怕被拒绝或不认可
我配得上他们吗？
如果我不够爱他们怎么办？
我是不是太吝啬了？
如果我们性生活不和谐怎么办？
如果我们没有足够的性生活怎么办？
如果我太焦虑而无法与某人见面怎么办？

第三部分：害怕陷入困境
我找对人了吗？
如果我的关系亮红灯了怎么办？
如果我一直等下去，他们会变得更好怎么办？
如果我在重复童年的模式怎么办？
我如何知道什么时候该分手？
为什么我在恋爱中感到孤独？
如果我们吵架太多怎么办？
如果我们就是不了解对方怎么办？
如果我不再爱他们或不再被他们吸引了怎么办？
如果我永远一个人怎么办？
如果我只能选择一段无聊的关系来获得安全感怎么办？
如果分手是个错误怎么办？
如果我仍然想着前男友怎么办？
如果我对健康的爱情已经心碎了怎么办？
定制你的练习

第四部分：害怕失去自我和自我封闭
我们的共同依赖不健康吗？
如果我的伴侣控制欲太强或太严肃怎么办？
如果我总是想象自己和某个更……的人在一起怎么办？
如果我们想要的东西不同怎么办？
如果我忍受得太多了怎么办？
如果我的伴侣对我期望过高怎么办？
如果我总是需要空间怎么办？
如果我的伴侣让我无法过上更好的生活怎么办？
定制你的实践
继续前进
总结

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

深入学习的资源
推荐书籍
参考资料

作者简介：

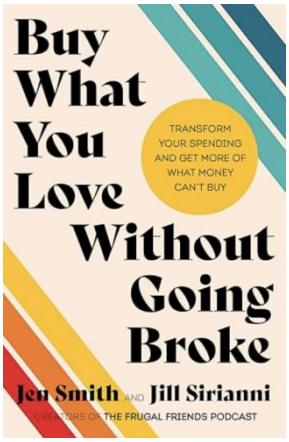
乔治·科林森（Georgie Collinson）是澳大利亚顶尖的焦虑症治疗师，擅长治疗高功能焦虑症。她以全面的身心灵魂疗法而闻名，独树一帜地运用了自己作为焦虑心态教练、临床催眠治疗师以及优秀的自然疗法师和营养师的经验和技能。

她通过自己的在线课程帮助全球数百名客户控制了焦虑心态，她还是《焦虑重置法》（*The Anxiety Reset Method*）一书的作者，也是热门播客“重置焦虑”（Anxiety Reset Podcast）的主持人。

她的作品曾被刊登于《奥普拉日报》和《奥普拉读书俱乐部》。她致力于帮助颇有成就的A型完美主义者使用“焦虑重置法”，让他们不再与焦虑和严重的自我怀疑作斗争，从而培养自信茁壮成长所需的复原力，唤醒他们内心的平静。

****

中文书名：《买你所爱，不致破产》
英文书名：BUY WHAT YOU LOVE WITHOUT GOING BROKE
作　　者：Jen Smith and Jillian Sirianni
出 版 社：Harvest
代理公司：Defiore/ANA/Jessica
出版时间：2025 年 1 月
代理地区：中国大陆、台湾
页　　数：208 页
审读资料：电子稿
类　　型：经管



内容简介：

我们知道，二元对立只是一种假象。你有很多选择，尤其是在花钱和理财方面。多年来，珍·史密斯（Jen Smith）和吉尔·西里安尼（Jill Sirianni）一直在重新定义节俭，从极端匮乏到基于个体价值观的“绝对中间值”消费。现在，她们将自己的心得提炼出来，帮助读者买得起用钱买不到的东西.....并提出了7条简单易懂的原则。

《买你所爱，不致破产》是一本为希望以不同方式理财的千禧一代和X代女性提供的指南。有很多书籍承诺“实现财务自由的7个步骤”和“管理金钱的10个步骤”。甚至还有一些个人理财书籍专注于赚更多钱或存更多钱，但很少有书籍专门介绍如何改善你的消费习惯。这是一个巨大的疏忽，因为如果你不能控制日常开支，几乎不可能取得成功。

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

作者简介：

珍·史密斯（Jen Smith）和**吉尔·西里安尼（Jill Sirianni）**是收视率最高的《节俭朋友播客》（Frugal Friends Podcast）的主持人。珍是一位个人理财专家，曾为《华尔街日报》、*Investopedia*、《平衡》、《商业内幕》等网站撰稿并被引用。吉尔是一名持证临床社会工作者，曾从事创伤咨询工作。《节俭朋友》的每一集都是生活方式播客，帮助您负担起生活中所有对您来说最重要的东西，下载量已达450万次，我们知道这是一个能引起共鸣的播客和信息。

媒体评价:

“珍和吉尔为那些希望在不完全放弃消费的情况下赢得金钱的女性铺平了道路"。
----Vivian Tu（@your.richbff），《纽约时报》畅销书 Rich AF 作者

“这本书适合那些曾为自己的消费习惯感到内疚的人，或者那些曾为坚持预算而苦恼的人。珍和吉尔将通过她们独一无二的理财方法，让你掌控自己的财务状况（没有羞耻感或限制）。”
----简·查茨基（Jean Chatzky），《纽约时报》畅销书作者兼 HerMoney 首席执行官

****

中文书名：《亲爱的索菲，爱索菲》
英文书名：DEAR SOPHIE, LOVE SOPHIE: A GRAPHIC MEMOIR IN DIARIES, LETTERS, AND LISTS
作　　者：Sophie Lucido Johnson
出 版 社：HarperOne
代理公司：Stuart Krichevsky /ANA/Jessica
页　　数：256 页
出版时间：2022 年 3 月
代理地区：中国大陆、台湾
审读资料：电子稿
类　　型：传记回忆录

内容简介：

如果有机会，你会对年少的自己说些什么？

索菲·卢奇多·约翰逊受到成长过程中记载的日记的启发，开始了与年轻的自己对话。当她开始练习时，索菲想要分享一些重要的心得，例如无论生活把你带到了何地，都要爱自己的身体，了解人际关系和找到充实自我的事情。但是，随着“交流”的加深，成人索菲发现她还有很多东西可以从年轻的索菲身上学习。

以手写绘本的形式，《亲爱的索菲，爱索菲》 以独特而迷人的方式巧妙地探索了各种话题，例如同性恋身份，身体形象，遗传性创伤，归属感，特权，心碎，初恋等等。它充满魅力，诙谐和辛酸，提醒我们智慧不受年龄限制。

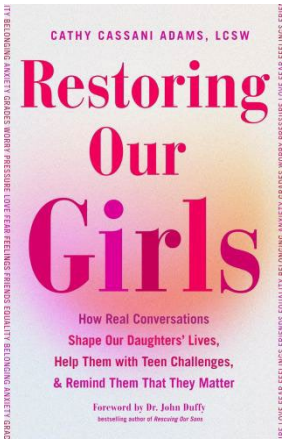
北京市海淀区中关村大街甲 59 号中国人民大学文化大厦 1705 室，邮编：100872
电话：010-82504106　　网址：www.nurnberg.com.cn

作者简介：

索菲·卢西多·约翰逊（Sophie Lucido Johnson）是芝加哥一位屡获殊荣的漫画家和作家。她是《诸多爱》（*Many Love*）以及《亲爱的索菲，爱你的索菲》（*Dear Sophie, Love Sophie*）的作者。她是《纽约客》的漫画师，其作品还发表于《纽约时报》《卫报》等其他媒体上。她养了鸡和蜜蜂。

****

中文书名：《重塑我们的女孩：如何培养自信坚韧的少女》
英文书名：Restoring Our Girls: How to Create Confident and Resilient Teens
作　　者：Cathy Casari Adams
出 版 社：Mango
代理公司：Mango/ANA/Winney
页　　数：224 页
出版时间：2024 年 12 月 10 日
代理地区：中国大陆、台湾
审读资料：电子稿
类　　型：家教育儿



内容简介：

助力少女成长，勇敢面对世界

在当今这个充满挑战的时代，越来越多的年轻女性正面临着前所未有的心理压力，抑郁和焦虑的诊断率急剧上升。本书旨在帮助她们在应对现代世界的复杂情境时找到力量与自信。作为父母，本书也是一本不可或缺的指南，它教会你如何成为女儿生命中强有力的支持者。通过同情、理解和积极倾听，你将学会如何与女儿建立更深层次的联系，帮助她们克服恐惧，勇于表达内心的真实感受。作者鼓励家长运用书中的沟通方法，以真诚和开放的态度，为女儿开启一扇通往真正幸福与自我实现的大门。

本书不仅是一本自助手册，它更是一次心灵的旅程，旨在激发年轻女性的内在潜能，让她们在面对世界的不确定与挑战时，能够更加坚强、自信地前行。

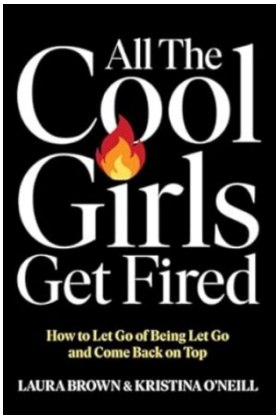
作者简介：

凯茜·卡萨里·亚当斯（Cathy Casari Adams）是一名经过认证的育儿教练、教师和播客主持人。凯茜已成为哥伦比亚广播公司、《父母杂志》、《新闻周刊》和《今日芝加哥女性》等多个平台的主要发言人和嘉宾。后来出版了许多获奖书籍。

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

****

中文书名：《离职女王：被炒后我的人生开挂了》
英文书名：*All the Cool Girls Get Fired: How to Let Go of Being Let Go and Come Back on Top*
作　　者：Laura Brown and Kristina O'Neill
出 版 社：Gallery
代理公司：WME/ANA/Jessica
页　　数：288 页
出版时间：2025 年 10 月
代理地区：中国大陆、台湾
审读资料：电子稿
类　　型：职场励志



内容简介：

让被解雇变成华丽逆袭的起点——这是一本坦率、全面、实用的“职业复兴导航指南”，帮你以自己的方式重建事业。

你被炒了，被裁了，被重组了，被开了。欢迎加入俱乐部，亲爱的！在当今这个剧烈变动的就业市场，被解雇不再意味着失败，而是一种通往成长的“通关仪式”。

劳拉·布朗（Laura Brown）与克里斯蒂娜·奥尼尔（Kristina O’ Neill）在高压的领导岗位上拥有数十年的从业经验，她们深知失业带来的挑战——以及随之而来的惊喜机会。她们也曾经历震惊、悲伤、愤怒和迷茫，如今她们将这些经历整理成书，陪伴你走过这段路。《离职女王》既是一份路线图，也是一种思维转变：用务实、有力、带着幽默感的方式，把“被炒鱿鱼”这杯苦柠檬，变成你人生的新鲜柠檬水。

本书通过坦诚的讲述、诙谐的语言、可行的建议和大量“我也经历过”的名人专访，挑战了过时的职场成功标准。从应对技巧与自我照顾，到拓展人脉与重新定位，这本书为你提供了一整套重返职场、重建自我风采的实战指南。

作者简介：

劳拉·布朗（Laura Brown）是 LB 传媒（LB Media）的创始人，(RED)创意委员会主席，担任(RED)、美国时尚信托基金（The Fashion Trust US）、#MeToo 运动、以及塞尔玛市“战士公园”（Foot Soldiers Park）等组织的董事会成员。她曾任《InStyle》总编辑、《Harper’s Bazaar》执行主编，以及《W》杂志高级编辑。布朗在澳大利亚新南威尔士州查尔斯特大学获得艺术与传播学士学位，目前与丈夫居住在曼哈顿。

克里斯蒂娜·奥尼尔（Kristina O’ Neill）现任苏富比传媒（Sotheby’s Media）主管、《苏富比杂志》总编辑。此前她曾担任《华尔街日报杂志》（WSJ. Magazine）总编辑、《Harper’s Bazaar》执行主编，并在《纽约杂志》和《Time Out New York》任职。奥尼尔还担任瑞典时尚品牌 Toteme 的董事会成员，以及 City Meals 的公益大使。她毕业于纽约大学盖洛廷个人化学习学院（NYU Gallatin School），是校友理事会成员。现与家人居住在布鲁克林。

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

全书目录：

引言

你的钱该怎么办
丽莎·库卓（Lisa Kudrow）

你需要请律师吗？
特蕾西·谢罗德（Tracy Sherrod）
凯蒂·库里克（Katie Couric）

健康保险问题
珍妮弗·奥康奈尔（Jennifer O’Connell）与丽贝卡·奎因（Rebecca Quinn）
莎莉·克劳切克（Sallie Krawcheck）

心理健康
杰米·李·柯蒂斯（Jamie Lee Curtis）
塔鲁娜·伯克（Tarana Burke）

如何管理离职和拓展人脉
多米妮克·布朗宁（Dominique Browning）
米卡·布热津斯基（Mika Brzezinski）

重新求职
林赛·科拉斯（Lindsay Colas）

重新定义职场中的自我
卡萝尔·伯内特（Carol Burnett）

去他的，先休个假
安吉拉·米索尼（Angela Missoni）与玛格丽塔·米索尼（Margherita Missoni）

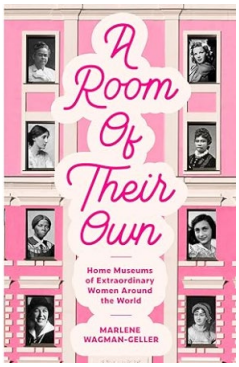
自我解雇：主动退出也是一种重生
奥普拉·温弗瑞（Oprah Winfrey）

向前走！
快进到……一年后
致谢

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

****

中文书名：《她们自己的房间：世界各地杰出女性的故居博物馆》
英文书名：A ROOM OF THEIR OWN: HOME MUSEUMS OF EXTRAORDINARY WOMEN AROUND THE WORLD
作　　者：Marlene Wagman-Geller
出 版 社：Mango Publishing
代理公司：ANA/ Winney
页　　数：260 页
出版时间：2024 年 8 月
代理地区：中国大陆、台湾
审读资料：电子稿
类　　型：传记回忆录



内容简介：

《她们自己的房间》（*A Room of Their Own*）这本著名女性人物及其故居的历史指南将为您的旅行清单添上浓墨重彩的一笔。通过“她们”留下的文物，了解历史上这些伟大女性带来的影响。

本书卖点：

体验女性主义者的日常生活。有没有想过历史上最著名的女性在业余时间都做些什么？畅销书作者玛琳·瓦格曼·盖勒（Marlene Wagman-Geller）的该作品不仅是一本女性历史图书，还是一本有关女性故居博物馆的旅行回忆录。从塑造历史的女作家、女艺术家到公众女性人物，《她们自己的房间》为每一位想要了解这些传奇女性的读者提供了许多背后的故事。

与历史遗迹产生共鸣。这本旅行回忆录充满了来自世界各地 37 个不同地方的历史事实和故事，同时还分享了只有在这些历史悠久的住宅中才能找到的东西：保护完好的个人遗产。每一章都通过留下的个人物品直观地展现了她们的情感历程。书中收录了弗里达·卡洛（Frida Kahlo）、丽兹· 波登（Lizzie Borden）、戴安娜王妃等人不为人知的故事，历史爱好者将重新认识这些历史名人，了解她们真实的日常生活。

探索历史名人故居博物馆。宾夕法尼亚州费城的贝茜·罗斯博物馆（Betsy Ross Museum）、英国查顿（Chawton）的简·奥斯汀故居（Jane Austen's House）、墨西哥墨西哥城的弗里达·卡洛博物馆（Museo Frida Kahlo）、荷兰阿姆斯特丹的安妮·弗兰克故居（Anne Frank House）、加拿大爱德华王子岛（Prince Edward Island）的绿山墙的安妮故居（Anne of Green Gables House）、堪萨斯州药庐（Medicine Lodge）的 禁酒令先驱 Carry A. Nation 等。

在书中，您还会发现：

- 这些家庭博物馆是如何诞生的
- 独特的家具、照片、信件和其他文物
- 著名女性日常生活的历史琐事
- 如果您喜欢 *All the Beauty in the World*、*Women in White Coats* 或 *Unabashed Women* 等书，您一定会喜欢《她们自己的房间》。

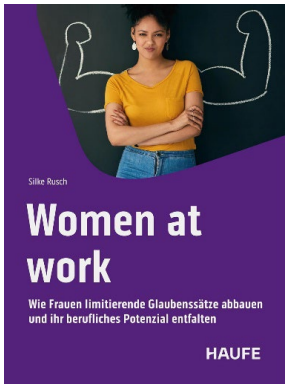
北京市海淀区中关村大街甲 59 号中国人民大学文化大厦 1705 室，邮编：100872
电话：010-82504106　　网址：www.nurnberg.com.cn

作者简介：

玛琳·瓦格曼·盖勒（Marlene Wagman-Geller）是一位畅销书作家，以撰写杰出女性及其对人类文明的影响而闻名。自 2008 年出版处女作以来，她又陆续创作了 *Still I Rise*、*Women of Means* 和 *Women Who Launch* 等广受欢迎的女权主义书籍，《纽约时报》和《赫芬顿邮报》都对这些作品进行了评论。

****

中文书名：《工作中的女性：女性如何打破有限认知并发展职业潜力》
英文书名：WOMEN AT WORK: How Women Break Down Limiting Beliefs and Develop Their Professional Potential
作　　者：Silke Rusch
出 版 社：Haufe
代理公司：Schaffer/ANA/Winney
页　　数：228 页
出版时间：2025 年 2 月
代理地区：中国大陆、台湾
审读资料：电子稿
类　　型：经管



内容简介：

这本书帮你破解压在职场女性心头的“隐形枷锁”，揭示影响女性职场发展的心理模式，并提供切实可行的工具，重塑自我认知、找回内在力量，打造兼顾事业与自我的人生愿景。一方面，女性在专业和管理岗位中的代表性越来越高。然而，与此同时，她们也承受着巨大的内部压力。根深蒂固的社会观念和社会规范常常导致她们精疲力竭、自我怀疑，甚至出现心理危机，进而影响她们的职业表现。

作者揭示了阻碍女性职业发展的隐藏模式，并提供了经检验有效的方法来克服这些障碍。她探讨了这些理念的起源，并提出了有效的练习方法，以改善工作与生活的平衡，并发展自主的职业愿景。这本书是那些希望为内心赋能并推动职业发展的女性不可或缺的伙伴。

书中质疑和反思了“我不够好”“我是个坏妈妈”“权力是邪恶的”等典型理念，提供了克服这些理念的灵感和练习。通过深入了解精疲力竭、焦虑和抑郁等症状，借助实用的练习和有针对性的反思问题来识别并释放压力源，从而提升女性的理念与领导力，反思特定的障碍和机会，发展真实的领导角色。

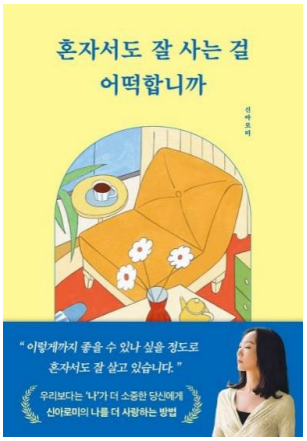
作者简介：

西尔克·鲁施（Silke Rusch）博士不仅是一位经验丰富的治疗师，还是一位经验丰富的管理者以及四个孩子的母亲。自2015年以来，她一直是一家诊所的团队管理成员，管理约50名员工。自2021年以来，她专业从事推广健康的工作机制和有效的领导力。她是黑森州心理治疗师协会认证的督导，并发表了多篇关于情绪调节等主题的科学文章。

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

****

中文书名：《怎么办，怎么办，我居然一个人也能过得这么好》
英文书名：So What If I Love My Single Life
（原 HOW CAN I LIVE WELL ALONE?）
韩文书名：혼자서도 잘 사는 걸 어떡합니까
作　　者：Seen Aromi
出 版 社：부크럼
代理公司：Barbara Zitwer /ANA/Winney
页　　数：224 页
出版时间：2024 年 2 月
代理地区：中国大陆、台湾
审读资料：韩文电子稿
类　　型：传记和回忆录



千禧一代和 Z 世代女性的必读读物，作者是一位单身女性旅行者和受欢迎的 youtube 用户。youtube 用户 Seen Aromi 的《如果我爱我的单身生活又怎样》吸引了 40 万读者，书中涵盖了成功独居所需的一切。 当你说你想一个人住的时候，你经常会听到周围人的唠叨："一个人住不是很危险吗？" "如果你不结婚，你不会感到孤独吗？" "等你年纪大了，即使你想认识一个人，也会很困难。"

但与某人共度一生是你的个人选择，事实是，独自生活没有什么解决不了的问题。Aromi 幽默而诚实地展示了她如何独自生活得很好，以及她为什么选择这样生活。 她分享了独自生活的乐趣——周末你可以慵懒地放松，不用担心别人，一个完全按照你的口味设计的空间，旅行时你想去哪里就去哪里，想吃什么就吃什么。 她说独自生活可以

内容简介：

"一个人可怎么活呀？放心，我自己一个人玩得很好。"
想做什么就做什么，过自己的生活也没关系！
油管"独居生活"网红 Seen Aromi，订阅已高达 400,000。
独居所需的一切，如果你想真正独自过一整天，这本书不容错过！

"我要一个人独自生活！"这句话一说出口，周围人的唠叨就蜂拥而至。他们说你一个人住很危险，说你不结婚会很孤独，说等你年纪大了，再找对象也来不及了——但是，与某人共度余生只是人生的一种可能性，独自生活也绝对没有解决不了的问题。

《怎么办，怎么办，我居然一个人也能过得这么好》搞笑而真诚，这部半纪实文学、半回忆录的作品讲述了旅游油管主、冥想教练、讲师 Soon Aromi 的生活。她生活在乡村、生活在国外，独来独往，做她想做的任何事——以及她为什么选择独居生活。一个可以尽情放松和懒惰的周末，一个只符合自己品味的专属空间，一场说走就走、想吃就吃的旅行.....一人生活是如此自由和快乐。

对于那些想体验独居的乐趣但又有点害怕迈出第一步的人，Aromi 会亲切地告诉你应该怎么做，以及需要准备什么。"独居生活清单"、"如何勇"、"为独居做准备的实用事项"和"如何为自己创造时间和空间" ，这些详细而具体的提示都旨在帮助初学者。

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

要过上幸福的生活，最重要的是了解自己，或者，也许，独居是正是为了真正认识自己。

“知道你是谁，你喜欢什么，不喜欢什么，你就有了足够的理由开始独自生活。

即使我明天就死了，我也会微笑着说，我生活得很开心，我无拘无束。

即使孤独到来，独居是无可替代的乐趣。

即使有人在身边，就算有某人的关心和注视，我也想独处，并且我一定会找到选择独处的理由。既然我是独自出生的，我选择独自生活也是很自然的。而当我们可以完全独立生活时，我们就可以快乐地生活在一起。

有一天，你会感到孤独、你会害怕孤独，那时，我希望你打开这本书。哪怕你形单影只，哪怕你害怕与人相处——但现在，你不必证明任何东西。”

这恐怕唯一一本让我们有勇气选择独自生活的精美小书，《怎么办，怎么办，我居然一个人也能过得这么好》。

【代理人寄语】

很高兴能推荐 Seen Aromi 的第一本书。大伙儿可以把她想象成韩国的布里奇特·琼斯（Bridget Jones）和凯莉·布拉德肖（Carrie Bradshaw）——享受单身生活，不为单身找任何借口。

接受法新社采访时，Seen 说，不结婚是她一生中最大的成就。她的油管事业蒸蒸日上，收入是在首尔当白领时的五倍，生活也更加自由。而关于外界对她选择不婚的批评，她敏锐地观察到，已婚人士有权公开炫耀他们“幸福”的婚姻生活，但当单身人士对自己的单身生活做同样的炫耀，很多人会表示怀疑甚至于攻击。这是有偏见的，也是不应该的。

她说：“我们一直相信幸福是有剧本的：名牌大学、事业、婚姻、孩子。很多人确实深以为然，但我绝对不是。我在这些限制之外活得很幸福，这似乎让很多人觉得自己的幸福生活受到了挑战。”她传达的信息很明确：在不同的人生旅程中，甚至是那些偏离社会期望的旅程中，都可以找到满足感。她强调：“我并不是说走传统道路的人不幸福，也没必要对号入座。”

YouTuber Seen Aromi 在京畿道的乡下

今日韩国，社会发生了巨大的转变，女性不再结婚生子，开始热爱自己的独居生活.....但这并不仅仅发生在韩国，我认为这是一种全球性的趋势，它正在改变全球生活的形态和方方面面。

白世熙的《虽然想死 但还是想吃辣炒年糕》及其续作获得了巨大成功，我认为 Seen Aromi 的书与之不相上下——唯一的不同是，除了 Aromi 不是在哀叹自己的生活，而是在欢庆自己的独居，这让她的声音更有吸引力，我认为也更有普世价值。女性不需要为自己选择的生活方式感到难过，无论道路将你引往何方。

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

作者简介：

Seen Aromi(신아로미)宁愿做个他人眼中的怪人。她一直在想，为什么大家都得结婚生子，又要在适婚的年龄拼命找工作。一开始，她只是好奇如果选择另一种生活，人生会是什么样。后来，她决心过一种适合自己的生活，而不是追逐似是而非的人生目标。她独自环游世界，冥想和练习瑜伽，制作旅行视频以谋生。如今，她正在翻修父亲出生和长大的房子，并正在学习如何在乡下独立生活。

油管：신아로미 @sinaromi
Instagram：@sinaromii
博客：blog.naver.com/freshgang

****

中文书名：《超级女性：妇科医生解密身体真相》
英文书名：We Superheroines: A GYNECOLOGIST REVEALS EVERYTHING YOU ALWAYS WANTED TO KNOW ABOUT YOUR BODY
德文书名：Wir Superheldinnen
作　　者：Dorothee Biener
出 版 社：Penguin Random House Verlagsgruppe
代理公司：ANA/ Winney
页　　数：368 页
出版时间：2025 年 3 月
代理地区：中国大陆、台湾
审读资料：电子稿
类　　型：保健

内容简介：

《女性身体的奇迹》——妇产科医生 Dorothee Biener 博士带你认识自己的身体
颠覆认知的生理真相 ×医学谜团破解 ×妇科真实病例解密
女性的身体远比我们想象的更强大、更神奇！

妇科医生多萝西·比纳博士在临床中发现：无论少女还是熟龄女性，对自身生理奥秘的认知都远未达预期。事实上，每个女性的身体都是奇迹！在这本充满力量与温度的作品中，资深妇科医生 Dorothee Biener 博士以通俗易懂、专业可信的方式，为女性揭开身体的奥秘。她不仅讲述了女性身体如何运作、具备哪些令人惊叹的功能，还打破了长期以来关于女性健康的种种迷思。以科学视角解密女性生理系统的运作和超凡能力，从多方面揭示让每个女性成为“超级女性”并保持个性化的生物学密码，既引人入胜又让人意想不到。从青春期到更年期，从性健康到常见疾病识别与预防，每一个阶段、每一个议题，都在本书中得到细致而体贴的解读。

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

女性性欲望是妇科临床案例中一个重要的话题。多萝西·比纳以一种生动有趣、通俗易懂且值得信赖的方式，深入剖析了女性身体的奥秘，提供女性需要了解的所有信息。同时，本书也是一份通向健康、快乐和正念生活的指南。

书中还穿插了许多真实的诊疗案例，趣味与知识并重，让读者在轻松阅读中深刻了解自己的身体。这是每一位女性都值得拥有的一本健康读本，不仅让人更了解自己，也更懂得如何善待自己，活出自在与自信。

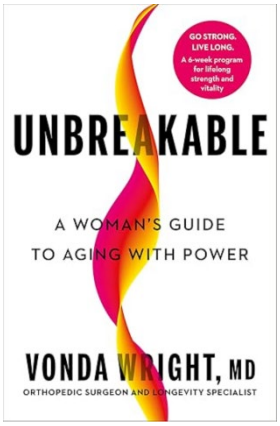
适合关心自身健康的女性读者，也适合为家人、孩子寻找健康指引的读者。一本集科普、关怀与力量于一体的女性身体指南。

作者简介：

多萝西·比纳（Dorothee Biener），生物学学士、妇科医学博士。她深耕于妇科领域，进行乳腺癌与细胞核内基因分布机制的研究。她有着理性的一面，致力于女性身体的研究。同时，她也有感性的一面，热衷于为万千女性解开健康困惑。《超级女性》是她的首部非虚构作品。

****

中文书名：《坚不可摧：女性的硬核抗衰攻略》
英文书名：UNBREAKABLE: A Woman's Guide to Aging with Power
作　　者：Dr. Vonda Wrights
出 版 社：Rodale Books
代理公司：Defiore/ANA/Jessica
页　　数：398 页
出版时间：2025 年 8 月
代理地区：中国大陆、台湾
审读资料：电子稿
类　　型：保健



亚马逊畅销书排名：
#5 in osteoporosis
#24 in Menopause
#29 in The Longevity Secret

内容简介：

70% 女性正面临的更年期危机，“更年期肌肉骨骼综合征”正在摧毁你的后半生

别让衰老的 “定时炸弹” 在更年期引爆，跟着《坚不可摧》，打造无惧岁月的自己！

《坚不可摧》是一本关于营养、训练和生活方式的前沿指南，将助力女性优化身体机能，实现长寿，从容度过更年期及之后的岁月。

超过 70% 的女性在进入绝经前期和绝经期时，会出现肌肉骨骼方面的症状，如关节疼

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

痛、肌肉流失和骨密度下降。这些症状，被冯达·赖特博士称为“更年期肌肉骨骼综合征”，常常会导致女性在晚年更容易骨折、身体活动日益受限，生活自理能力降低。正如赖特博士在《坚不可摧》一书中所阐释的，由于我们往往忽视骨骼肌的健康状况（骨骼肌可是决定我们健康寿命的关键引擎），我们的肌肉和骨骼可能会变得脆弱不堪，甚至难以支撑自身的体重，致使我们摔倒在地。

赖特博士凭借自己在骨科数十年的从业经验，曾帮助过众多女性修复骨骼并恢复力量。她在书中给出了清晰明确的行动步骤，从以下四个关键方面来对抗衰老带来的“定时炸弹”：

- 营养方面：了解吃什么可以消除炎症、重新构建肠道微生物群，并为强健骨骼和肌肉生长提供支持。
- 运动方面：精准找到适合你的有氧运动和抗阻训练的最佳组合，以促进组织再生并改善代谢功能。
- 生活方式方面：学习如何应对慢性压力、获得更优质的恢复性睡眠，以及在日常生活中降低身体系统的炎症水平。
- 营养补充剂方面：明确该服用哪些补充剂来清除“受损衰老细胞”并改善细胞功能。

书中还有评估肌肉骨骼健康的“坚不可摧分数”测试、基础健康检查信息、20 道抗炎食谱及综合锻炼计划，是女性实现健康长寿、优雅度过更年期及以后岁月的宝贵行动指南。

作者简介：

冯达·赖特博士（Dr. Vonda Wright）是一位拥有双专业认证的骨科外科医生，也是在人体运动表现、长寿以及**女性健康领域国际知名的权威专家**。作为“大师级运动员表现与研究倡议组织（PRIMA）”的创始主任，她曾为匹兹堡大学、佐治亚州立大学的运动员，匹兹堡芭蕾舞团和亚特兰大芭蕾舞团的舞者，以及世界橄榄球联合会和美国职业高尔夫球协会（PGA）的成员担任过队医。

作为备受追捧的媒体专家，她曾亮相于《首席执行官日记》《杰伊·谢蒂》和《梅尔·罗宾斯》等播客节目，也登上过《今日秀》《奥兹医生秀》，还在《纽约时报》《今日美国》和《观察家报》等顶尖刊物中被报道过。她已出版了五本书，其中包括《40 岁后的健身》Fitness After 40 和《蓬勃生活指南 》Guide to THRIVE。她与曾两夺斯坦利杯冠军、现已退役的丈夫一起，生活在佛罗里达州的奥兰多市附近。

目录

引言：我们并非时光流逝的受害者

第一部分：为打造坚不可摧的未来做准备
第 1 章：衰老的定时炸弹
第 2 章：运动：打造坚不可摧未来的最强护盾
第 3 章：树立坚不可摧的心态
第 4 章：你目前的状况——坚不可摧评估

第二部分：构建坚不可摧的未来
第 5 章：塑造坚不可摧未来的运动处方：“FACE-ING”原则

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

第 6 章：F—— 柔韧性与灵活度
第 7 章：A—— 有氧运动，打造坚不可摧的心肺功能
第 8 章：C—— 负重训练
第 9 章：E—— 平衡感与步速
第 10 章：坚不可摧的营养之道
第 11 章：当更年期来临

第三部分：超越坚不可摧
第 12 章：达到心理表现的巅峰
第 13 章：从优化健康迈向身体表现的巅峰
第 14 章：精准实现长寿
附录 1：运动方案
附录 2：抗炎营养方案
附录 3：预防损伤与关节炎
参考文献

****

中文书名：《亲密关系重塑指南：从自我关爱到深度联结》
英文书名：*Stroke It: Your Guide to Enhancing Every Relationship, Especially with Yourself*
作　　者：Jenny Alday Townsend
出 版 社：Aviva Publishing
代理公司：Waterside/ANA/Jessica Wu
页　　数：198 页
出版时间：2024 年 4 月
代理地区：中国大陆、台湾
审读资料：电子稿
类　　型：自助

内容简介：

你是否觉得自己被忽视或不被理解？你是否渴望更多的关爱、浪漫和满足感？如果是时候重新审视你的人际关系，那么请了解一个强大的沟通概念——“情感抚慰”！

在《亲密关系重塑指南》一书中，珍妮·奥尔代·汤森为你提供了提升所有重要关系的宝贵见解——包括伴侣、雇主、员工、家人、朋友，尤其是你自己。她探索了如何在情感、心理和身体层面真诚地给予“抚慰”，从而建立更紧密的联系。书中甚至专门设有一章探讨亲密关系，帮助你在爱情与亲密互动中获得更深层次的满足感。

为什么“情感抚慰”如此重要？

当你投入时间和精力来优先关注你的人际关系时，你将会：
- 体验深层次的满足感和人生意义
- 增强自信，更好地支持你的雇主和团队

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

- 学会在工作和家庭生活中运用积极倾听技巧
- 理解伴侣的“爱之语言”，构建更加幸福的关系

最终，你将收获更亲密、和谐和幸福的人际关系，提升生活的整体幸福感。

所以，还在等什么？开始你的“抚慰”之旅吧！

作者简介：

珍妮·奥尔代·汤森（Jenny Alday Townsend）是一位主题演讲者、播客主持人和成功的企业家，致力于帮助个人在事业与婚姻中找到平衡。她曾经历过婚姻挑战，并成功克服，因此写下本书，希望为面临类似困境的人提供支持和指引。

她创办了 Music Compound 音乐学院，该学院曾荣获最佳女性创业企业奖和年度小型企业奖。因其卓越的商业成就，珍妮在 2019 年获得了年度企业家奖。

如今，珍妮拥有幸福的婚姻，热爱旅行、美食，并珍惜与家人共度的时光。

了解更多信息，请访问 JennyAldayTownsend.com
订阅 YouTube 频道：Jenny Alday Townsend
下载播客：www.jennyaldaytownsend.com/podcast
Instagram：@jennyaldaytownsend

全书目录：

序言 ——作者杰米·迪多梅尼科（Jaime DiDomenico）
引言

第一章：爱自己，先学会“抚慰”自己
如何培养自我欣赏与自信
通过“情感抚慰”增强自我认同感

第二章：爱你的伴侣——幸福的伴侣意味着幸福的家庭
发现和满足伴侣的情感需求
如何在亲密关系中营造温暖与支持的氛围

第三章：爱你的雇主——但别真的去“抚慰”他们！
如何通过认可和尊重增强职场信任
让上司感受到你的支持与价值

第四章：爱你的员工——打造高效、忠诚的团队
如何通过鼓励、认可和激励提升员工归属感
构建正向职场文化，减少员工流失率

第五章：爱你的朋友——不只是“特殊关系”中的朋友
如何在友谊中建立深厚的情感联系
给予和接收“情感抚慰”，让友情更长久

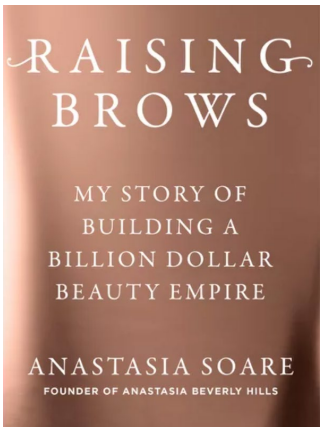
北京市海淀区中关村大街甲 59 号中国人民大学文化大厦 1705 室，邮编：100872
电话：010-82504106　　网址：www.nurnberg.com.cn

第六章：爱你的家人——保持亲密但不过度干涉
如何避免家庭矛盾，建立和谐的亲子、手足关系
为什么良好的沟通比情感束缚更重要

第七章：爱你的亲密关系——在卧室中找到更多乐趣！
了解和满足彼此的生理与心理需求
如何在长期关系中保持激情与亲密感

最终感言
如何进一步与珍妮联系
参考文献
自我探索日记页（Journal Pages）
关于作者

****



中文书名：《扬眉吐气：我打造十亿美元美妆帝国的故事》
英文书名：RAISING BROWS: My Story of Building a Billion Dollar Beauty Empire
作　　者：Anastasia Soare
出 版 社：Portfolio
代理公司：ANA/Jessica
页　　数：待定
出版时间：2025 年 11 月
审读资料：电子稿
类　　型：经管
版权已授：英语（英国及英联邦国家）、罗马尼亚语、韩语（报价阶段）

内容简介：

这是一部关于白手起家成为亿万富翁的励志故事，主角是阿纳斯塔西娅·苏亚雷（Anastasia Soare），她是著名品牌 Anastasia Beverly Hills 的创始人兼首席执行官。

这本书是一本励志回忆录，蕴含创业经验，将讲述阿纳斯塔西娅作为一名单亲妈妈，独自带着孩子从罗马尼亚搬到洛杉矶的故事。她建立了自己的沙龙，在电视直播中为奥普拉（Oprah）画眉，解雇自己的女儿以教导她努力工作的价值，成为第一批利用社交媒体的美容品牌之一，并与最大的美容零售商达成交易。这本书的内容覆盖回忆录、领导力、个人赋权、叙事、文化、时尚和美容等多个领域，为读者提供了宝贵的见解和指导原则，具有广泛的跨界吸引力。

营销亮点：

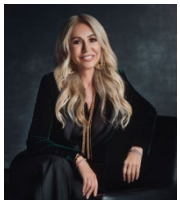
3 月 19 日在《人物》杂志上独家发布了封面，随后安娜斯塔西娅·比弗利山庄（Anastasia Beverly Hills）品牌官方账号以及安娜斯塔西娅本人在 Instagram 上发布了相关帖文，覆盖了超过 1900 万粉丝。

访问链接：Anastasia Soare Recounts Beauty Industry Rise in Memoir 'Raising Brows' (Exclusive)

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

- 阿纳斯塔西娅的个人和企业社交媒体账号拥有 2500 万粉丝。
- 她的产品在丝芙兰和 Ulta 有售，并与 F1 女子车队等公司建立了合作关系。
- 她受到世界各地使用其产品和方法的美容师的崇拜和敬仰，她还因指导年轻女性企业家在美容行业中成长而闻名。
- 奥普拉、詹妮弗·洛佩兹（Jennifer Lopez）和卡戴珊家族（the Kardashians）等知名客户都承诺支持本书出版。

作者简介：



阿纳斯塔西娅·苏亚雷（Anastasia Soare）是 Anastasia Beverly Hills, LLC（全球美容业发展最快的品牌之一）的创始人、首席执行官和推动者。苏亚雷是世界上最成功的白手起家的女性之一。出生于罗马尼亚的美容企业家阿纳斯塔西娅·苏亚雷于 1997 年创立了以自己名字命名的品牌，在比佛利山庄开设了一家旗舰店，并于 2000 年推出了公司的第一个产品系列。ABH 以神圣的黄金比例几何学为根基，为热情的专业消费者打造尊贵的化妆品。ABH 因其经典产品 Brow Wiz、Contour Kit 和 Liquid Lipstick 而屡获殊荣，并因数字创新而获得业界广泛认可。苏亚雷率先推出黄金比例修眉法并申请专利，该方法已成为现代美容的必备方法。

图书目录：

引言
让你感觉美丽，让你充满力量

第一部分
相信梦想，不要放弃
第一章：你来自哪里并不决定你是谁
第二章：足智多谋是一种生活技能
第三章：始终有 A 计划和 B 计划
第四章：对机遇说“是”（即使它看起来并不那么神奇）
第五章：不坐电梯，走楼梯
第六章：掌握技艺，成功随之而来
第七章：你的客户就是你的老板

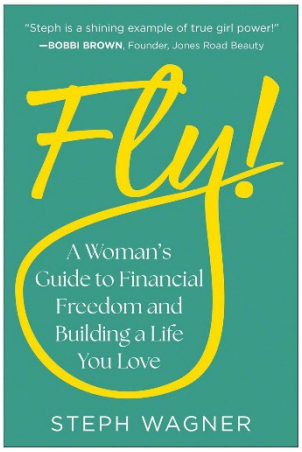
第二部分
如果这张桌子没有座位了，那就自己再坐一桌
第八章：不接受拒绝

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

第九章：与你可以学习的人为伍
第十章：时刻准备着
第十一章：每个妈妈都是职场妈妈
第十二章：你不必样样精通，专注于你喜欢的事情
第十三章：没有风险就没有成长
第十四章：领导力取决于你的业务
后记
塑造你想要的生活

****

中文书名：《展翅高飞！女性的财务自由与理想生活指南》
英文书名：FLY! A Woman's Guide to Financial Freedom and Building a Life You Love
作　　者：Steph L. Wagner
出 版 社：Matt Holt Books
代理公司：The Martell Agency/ANA/Jessica Wu
页　　数：256 页
出版时间：2025 年 11 月
代理地区：中国大陆、台湾
审读资料：大纲
类　　型：女性励志



内容简介：

无论你是二十多岁还是六十多岁——单身、已婚、在经历重创后重新振作，或是仅仅希望为意外情况做好更充分的准备——这本书都适合每一位准备好掌控自己财务生活的女性。

北方信托公司负责女性与财富事务的全国总监史蒂芬·L·瓦格纳（Steph L. Wagner），提供了一种极具力量且基于实用方法的途径，帮助你实现财务自由，并在未来的岁月里蓬勃发展。

史蒂芬·瓦格纳看似拥有一切——美满的家庭和近乎完美的生活——直到与她相伴近 20 年的丈夫突然抛弃家庭，与另一个女人私奔。

作为一名全职妈妈，史蒂芬发现自己面临着财务崩溃和沉重的情感负担。她令人羡慕的生活背后，隐藏着家庭暴力的童年创伤，而离婚又揭开了这些旧伤疤。

在那之后的几年里，史蒂芬建立了全新的精彩生活，还成就了一番非凡事业，成为全国公认的女性经济安全领域权威。如今，史蒂芬是全球最大、最受尊敬的金融服务机构之一北方信托公司（Northern Trust）的全国女性与财富总监。她负责领导该公司面向女性的财富咨询业务，并通过其创立的“Elevating Women”平台监督所有内容创作、课程设置和项目策划工作。她的专业见解曾被《纽约时报》、《巴伦周刊》（*Barron's*）、福克斯（Fox）和 MarketWatch 等主流媒体争相报道。作为坚韧不拔与足智多谋的典范，她扣人心弦的个人故事以及来之不易的财务专业知识，已经帮助全国各地的女性重新掌控自己的财务未来。

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

她的首部著作《展翅高飞!》提供了宝贵的见解，帮助你：

- 探寻你与金钱关系的根源
- 评估你目前的财务状况，学会围绕自己的财富做出自信决策
- 设定具有变革性的目标，并制定全面计划，将愿景变为现实
- 建立一个能赋予你力量、给予支持的人际网络
- 发现财务独立如何能改善你的人际关系，开启令人兴奋的新机遇

《展翅高飞!》是一声行动的号角。这段旅程不仅仅关乎金钱；它还关乎抓住新机遇、追逐梦想，以及按照自己的方式生活。

随着寡居的平均年龄降至 59 岁，人均寿命达到 80 岁，再加上“灰发离婚”的趋势日渐增长，据估计，未来每 10 位女性中就将有 8 位在意料之外的时刻在财务上“孤军奋战”。史蒂芬的出现恰逢其时，她将成为继苏茜·欧曼（Suze Orman）之后，触及这一庞大读者群体的新一代领航者，但她的语气和方法却与前人截然不同。最关键的是，史蒂芬曾亲身经历过突然单身、对自己的财务状况和未来生活感到束手无策的情况，她深知建立自信并获取知识以重塑生活的挑战性。

史蒂芬在本书中不仅展现了一个专家的专业权威，还有一个女人对自身困境的深刻理解。她了解跌入谷底后重振生活所面临的情感和现实障碍，她懂得如何跨越这些难关、如何在新世界和新生活中绽放光彩。

在本书中，史蒂芬将通过自己在经历经济困难后重建生活的故事，为女性提供日常理财（无论资金多少）的实用建议，传授投资、规划和财富增长方面的知识，并通过创新练习来帮助读者发现自己的“金钱”身份，了解童年时期家庭经济状况所引发的情绪如何会影响一个人做出正确决策的能力。随着你在财务决策方面的信心不断增强，生活中的所有选择和机会都会成倍增加，成为真正的可能。史蒂芬的叙述风格引人入胜、亲切而投入——她是真正的专家，能与读者建立深厚的信任关系和情感联结。

作者简介：

史蒂芬·L·瓦格纳（Steph L. Wagner）是公认的女性财富与金融赋权领域的思想领袖。她对这项工作的热情源于个人经历。她自己的人生轨迹——从私募股权高管到全职妈妈，再到面临财务困境的单身母亲，最后成为成功的企业家——激励着她肩负起帮助女性掌控财富、打造理想生活的使命。如今，她担任北方信托公司（Northern Trust）女性与财富事务全国总监，负责领导公司面向女性的财富咨询业务以及“Elevating Women”平台——一个全国性项目，致力于增强女性的财务信心，帮助她们利用财富在家庭、企业和社群中创造有意义的影响。

在加入北方信托公司之前，史蒂芬曾担任一家注册投资咨询公司旗下部门 Sendero Women & Wealth 的董事总经理和联合创始人。在此之前，她曾作为一名离婚财务战略家在全国范围内开展咨询业务，还创办了教育公司 Women Wealthy Wise，该公司为女性创作有关金钱的内容、课程和启发性节目，并与全国各地的财富管理公司合作加强其女性计划。在成为家庭主

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

妇之前，史蒂芬曾在一家总部位于波士顿的私募公司——Gemini Investors 担任私募股权投资副总裁，该公司专注于为成熟的、规模较小的中型企业提供资金。

史蒂芬经常为媒体供稿，她的见解曾在《华尔街日报》（*The Wall Street Journal*）、《纽约时报》（*The New York Times*）、《企业家》（*Entrepreneur*）杂志、《巴伦周刊》（*Barron's*）、彭博社（Bloomberg）、MarketWatch、Kiplinger、雅虎财经（Yahoo Finance）等众多媒体上发表。史蒂芬居住在得克萨斯州奥斯汀市郊，是三个儿子的母亲。在不工作或写作的时候，你很可能会看到她在骑自行车、徒步旅行、做瑜伽，或者与她心爱的狗狗们玩耍。

《展翅高飞！女性的财务自由与理想生活指南》

前言
引言
第一部分：财务独立的觉醒
第一章：我“完美”生活的最后一天
第二章：重蹈覆辙
第三章：你好，真正的我——欢迎归来

第二部分：奠定基础
第四章：第一步——探索内心
第五章：第二步——了解你的财务状况
第六章：第三步——扩充知识储备

第三部分：付诸行动
第七章：第四步——制定计划
第八章：第五步——坚持到底
第九章：第六步——组建团队
第十章：第七步——理智对待感情生活

结语
致谢
附录
自我评估
工作表
补充资源

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

****

中文书名：《财富觉醒：现代女性理财实战宝典》
英文书名：*Cash Confident：Practical Money Management for the Modern Woman*
作　　者：Brie Sodano
出 版 社：Morgan James Publishing
代理公司：Waterside/ANA/Jessica
页　　数：176 页
出版时间：2024 年 12 月
代理地区：中国大陆、台湾
审读资料：电子稿
类　　型：经管

内容简介：

《财富觉醒》赋予现代女性以清晰和自信征服资金管理的能力。

在《财富觉醒》一书中，个人理财专家布丽·索达诺（Brie Sodano）深入探讨了女性在管理家庭财务时所面临的独特挑战，包括情感上和后勤上的挑战。如今的女性在工作、家庭和无数的责任中挣扎，这份指南超越了传统的财务建议。而不是通用的解决方案，如预算或应用程序，布丽引入一种全面的方法，解决潜在的习惯、情绪和心态，这些习惯、情绪和心态往往会破坏财务计划。

她为女性提供策略，以减轻资金管理的精神负担，摆脱债务循环，并培养更健康的金钱关系。《财富觉醒》以人类行为和心理学为基础，对于任何希望掌握金钱的女性来说，它都是一个开创性的资源。

作者简介：

布丽·索达诺（Brie Sodano）来自康涅狄格州沃特敦的全国公认的个人理财专家，是 <财富觉醒>的创始人。她通过解决金钱问题的根本原因，赋予女性实现财务自由和积累财富的权力，为完整的生活主权和整体富足铺平了道路。

媒体评价：

“的话激发了人们的行动，同时也打动了人们的心……这本有趣的指南将帮助有自知的女性打破‘忙、穷、累’的匮乏循环，这样她们就能一路笑到银行。”
——乔治·布莱恩特（GEORGE BRYANT），《纽约时报》（New York Times）畅销书作家、Mind of George 播客主持人、mindofgeorge.com 首席执行官

“布丽·索达诺深入到个人财务陈词滥调的表面之下，照亮了我们思想和习惯的阴暗角落，这些角落阻碍了我们以自己想要的方式积累财富。凭借从她多年的经验中获得的扣人心弦的故事和严肃的真理，她向我们展示了通往真正理智和财富的道路。不要在你自己模糊的思维的沉船中挣扎。去买《财富觉醒》吧，现在就吃透它，这样你就可以茁壮成长了。”
——卡罗琳·洛夫维尔（CAROLYN LOVEWELL）（原名艾略特），《存在主义扭结》（Existential Kink）的作者

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

“布丽·索达诺的《财富觉醒》令人耳目一新，深入探讨了经常让人不知所措的个人理财世界。布丽的书以其富有洞察力的方法脱颖而出，打破了“忙碌、破产和疲惫”的循环，这一概念强烈反对任何想要理清自己财务生活的人。布丽诚实而实用的建议使读者能够以一种可行的方式控制自己的财务状况。对于那些寻求清晰、自信地驾驭财务旅程的人来说。《财富觉醒》是那些寻求清晰和自信地驾驭财务旅程的人的重要资源。”
——凯蒂·威尔斯（KATY WELLS），The Maximized Minimalistb 博客的主持人

全书目录：

致谢
简介
第 1 章：预算失败的原因
第 2 章：打破忙碌、破产和疲惫的循环
第 3 章：真相在交易中
第 4 章：释放现金流
第 5 章：成熟的消费
第 6 章：一劳永逸地还清债务
第 7 章：隐形系统
第 8 章：扩展你的财务舒适区
结语与邀请
关于作者

****

中文书名：《她笔写她心：女性书写中的家庭、友谊、女性主义与欢愉》
英文书名：Celebrating Women: Women Writing on Women: Family, Friends, Feminism and Fun
作　　者：Sarah Gristwood
出 版 社：Batsford Books
代理公司：MRA/ANA/Jessica
页　　数：320 页
出版时间：2025 年 10 月
代理地区：中国大陆、台湾
审读资料：样张（文本引用/quotes 需另外清权）
类　　型：大众社科

内容简介：

一部迷人的女性书写选集——包括诗歌、书信、小说、回忆录和日记——赞颂身为女性的喜悦。

这部精彩的作品集以一种耳目一新的视角，展现了作为女性所能体验到的一切美好。章节包括“第一次”——呈现了如瓦莲京娜·捷列什科娃（Valentina Tereshkova），第一位进入太空的女性，以及玛丽·居里（Marie Curie），首位获得诺贝尔奖的女性的声音；“庆典”

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

强调轻松与欢愉；“朋友”探讨女性友谊中深厚的联结；“家庭”聚焦母亲、女儿、姐妹、姨妈和祖母；还有“绽放”——赞颂女性的创造力、激情和对生活的热爱。

从谭恩美（Amy Tan）在《喜福会》中描绘朋友聚会带来的慰藉，到西尔维娅·普拉斯（Sylvia Plath）审视她对母亲复杂而激烈的爱，再到伊丽莎白一世（Elizabeth I）拥抱她作为英国首位成功女君主的身份，《致敬女性》汇集了跨越年代、风格多样的女性声音，呈现出不同女性人生经验的广度。

作者简介：

莎拉·格里斯特伍德（Sarah Gristwood）是一位传记作家、记者及王室事务评论员。她的著作包括畅销书《阿贝拉：英格兰失落的女王》（Arbella: England's Lost Queen）、《都铎的爱恋》（The Tudors in Love）、《秘密的声音》（Secret Voices），以及关于比阿特丽克斯·波特、温斯顿·丘吉尔、维塔·萨克维尔-韦斯特和弗吉尼亚·伍尔夫、伊丽莎白二世女王陛下的传记。她是英国皇家艺术学会成员，并担任英国皇家历史宫殿基金会名誉赞助人，经常参与电视纪录片系列及王室事件的报道。她现居肯特郡。

****

中文书名：《思绪万千：长大成人却依然困惑》
英文书名：Thinky Thoughts: All Grown Up and Still Just as Confused
作　　者：Gwenna Laithland
出 版 社：St. Martin's Publishing Group
代理公司：Wendy Sherman /ANA/Winney
页　　数：320 页
出版时间：2026 年 4 月
代理地区：中国大陆、台湾
审读资料：电子稿
类　　型：家教育儿

内容简介：

在成为爱爆粗口的妈妈之前，我是千禧一代。在那之前，我只是个脑子转得太快的小孩。我花了太多时间沉浸在自己的“思绪万千”中，这些思绪大概是这样的：

我的童年如何塑造了我的育儿方式？手机又丢哪儿了？孩子说我土气真的很严重吗？今天没出门。连续几天不出门有问题吗？为什么女儿讨厌过山车却痴迷红豆沙？蔓越莓沼泽里的蜘蛛。要是超市又调整货架布局怎么办？

现在终于有人让我把这些萦绕心头的“思绪万千”写下来了。《思绪万千》是记忆、经历、思维涂鸦、生活观察、失败计划、实现梦想和重要支线剧情的合集。从养育一个既不像你又处处像你的孩子，到惊心动魄地发现孩子找到了亮片，再到鸡蛋沙拉教会我们的人生哲理。这些思绪既已产生，何不让它们物尽其用？

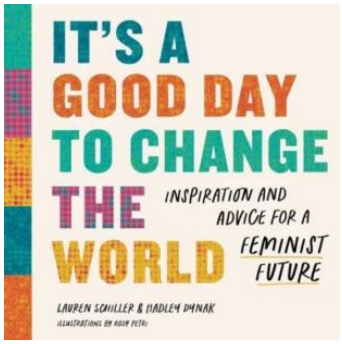
北京市海淀区中关村大街甲 59 号中国人民大学文化大厦 1705 室，邮编：100872
电话：010-82504106　　网址：www.nurnberg.com.cn

这部作品记录了一位千禧一代母亲的双重探索：如何在做好母亲的同时保持完整人格，同时避免成为孩子未来需要心理治疗的诱因。

作者简介：

格温娜·莱斯兰（Gwenna Laithland），母亲、千禧一代、妻子、书虫、畅销书作家。现与丈夫、三个孩子和两只狗居住于俄克拉荷马州，热衷完全避开人群，躲在她绿植环绕的书房里创作书籍、故事、通讯和故意写得很烂的诗。网络身份为"毒舌老妈（Momma Cusses）"，个人网站：gwennalaithland.com。

****



中文书名：《改变世界的好日子》
英文书名：IT'S A GOOD DAY TO CHANGE THE WORLD
作　　者：LAUREN SCHILLER and HADLEY DYNAK
出 版 社：Countrymen
代理公司：Wendy Sherman /ANA/Winney
页　　数：200 页
出版时间：2023 年 2 月
代理地区：中国大陆、台湾
审读资料：电子版
类　　型：励志

内容简介：

35 位引领你走向更美好未来的女性主义偶像——为了世界，更为了你自己！

改变世界可能会让人筋疲力尽。那么，当今最杰出的女性主义者们如何保持她们的行动力？在《改变世界的好日子》一书中，作者劳伦·席勒（Lauren Schiller）和哈德利·戴纳克（Hadley Dynak）通过其播客《转折点》（Inflection Point）的深度访谈，呈现了 35 位现代女性的故事。

这本书是女性主义读者的珍贵指南，无论年龄、背景或兴趣如何，读者都能从这些偶像身上汲取力量。从格洛丽亚·斯泰纳姆（Gloria Steinem）到伊杰奥玛·奥鲁（Ijeoma Oluo），再到莎拉·西尔弗曼（Sarah Silverman），书中既有第一手叙事，也包含实用的自我关怀建议。艺术家法维安娜·罗德里格斯（Favianna Rodriguez）提出，培育植物和动物可以重获活力；政治家阿香蒂·戈拉尔（A'shanti Gholar）提醒读者从前辈女性的奋斗中汲取慰藉；作家伊芙·罗德斯基（Eve Rodsky）则主张女性应学会像男性一样重视自己的时间。本书充满引人入胜的故事、令人难忘的金句和独特插画，必将成为每一位女性主义者的珍藏读物。

作者简介：

劳伦·席勒（Lauren Schiller），获奖播客及广播节目《转折点》（Inflection Point）的创始人兼主持人。该节目自 2015 年起聚焦女性如何崛起、掌握权力并引领变革。此前，她联合创作并主持了首批由女性主导的播客之一，曾任 Salon Media 音频执行制片人，并担任 BBC 国际频道《对话》（The Conversation）客座主持。她常担任现场活动主持人，参与过 City Arts & Lectures、INFORUM、湾区图书节女性文学单元等论坛。现与家人居住于加州湾区。

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

哈德利·戴纳克（Hadley Dynak），社会活动家、故事讲述者及创意制片人，致力于帮助公益组织传递理念、联结社群并筹款助力。她曾与 Code for America、Hirsch Philanthropy Partners、国际女性博物馆等数十家机构合作。2019 年与劳伦共同拓展《转折点》播客影响力，本书即为合作成果之一。现与丈夫及两个女儿往返于加州湾区与索诺玛县生活。

媒体评价：

“这是一份非凡的礼物，一本由变革者书写、为变革者服务的赋能指南。通过聚焦众多鼓舞人心的女性故事与声音，《改变世界的好日子》成为一部鲜活的变革见证。它会激荡你的灵魂，更重要的是——推动你付诸行动”。
——米娜·哈里斯（Meena Harris），现象媒体（Phenomenal Media）创始人

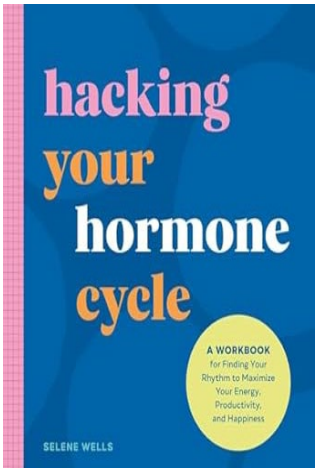
“感谢劳伦·席勒、哈德利·戴纳克和书中所有杰出女性，她们分享了构建更公平世界的关键工具。这本充满喜悦、实用性与远见的书，为我们提供了行动所需的动力与能量”。
——伊芙·罗德斯基（Eve Rodsky），《纽约时报》畅销书《公平游戏》（*Fair Play*）与《寻找你的独角兽空间》（*Find Your Unicorn Space*）作者

“每一天都是改变世界的好日子——劳伦和哈德利将向我们展示如何实现它。这些来自非凡女性的灵感与激励，必将点燃每位读者的热情。《改变世界的好日子》是一本有趣、生动且富有启发性的指南，指引我们把握当下，迈向女性主义的未来”。
——凯特·沙茨（Kate Schatz），《纽约时报》畅销书《激进的美国女性 A-Z》（*Rad American Women A–Z*）作者

“这本书正是变革者所需的指南！《改变世界的好日子》充满振奋人心的鼓励、切实可行的方案以及对美好未来的共同愿景”。
——特蕾莎·扬格（Teresa Younger），Ms.基金会（Ms. Foundation for Women）总裁兼首席执行官

****

中文书名：《破解你的激素周期：通过周期同步法实现能量、效率与幸福最大化的节奏指南》
英文书名：HACKING YOUR HORMONE CYCLE: A Workbook for Finding Your Rhythm to Maximize Your Energy, Productivity, and Happiness
作　　者：Selene Wells
出 版 社：Bluestone
代理公司：Biagi /ANA/ Winney
页　　数：224 页
出版时间：2025 年 9 月
代理地区：中国大陆、台湾
审读资料：电子稿
类　　型：保健



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　　网址：www.nurnberg.com.cn

内容简介：

通过简单易行的周期同步法，发现更快乐、更健康、更活力的自我！

《破解你的激素周期》是帮助女性重获平衡、掌控生活的指南。通过顺应生理周期，对日常习惯稍作调整，便可优化人际关系、性生活、睡眠、工作、锻炼等方方面面。

激素波动影响能量、情绪、代谢与睡眠，且常朝不利方向发展。与其服用咖啡因、布洛芬，或者靠意志力对抗激素波动，不如顺势而为改善生活。本书帮助女性轻松实现该过程。

本书导论部分解析习惯如何影响各周期阶段，以及营养、运动与作息调整的协同效应。随后，工作页部分包含实用技巧，可让读者不依托网络应用程序，规避数据隐私问题，并创建终身受益的个性化方案。

本书不仅是普通的健康指南，更能帮助女性借周期同步改变人生。倾听身体需求，那么身体一定会予以感激！

本书没有固定的目录，需要读者自行建立周期记录，书中信息按各阶段排列如下：

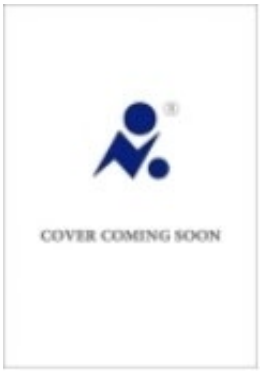
- 导论
- 月经期指南
- 卵泡期指南
- 排卵期指南
- 黄体期指南
- 工作页
- 活动追踪页
- 经期记录页

作者简介：

塞莱娜·韦尔斯（Selene Wells），加州自由撰稿人，深耕整体健康领域。她通过周期同步法实现自我蜕变，现致力于助他人掌控健康、臻至最佳状态。

****

中文书名：《行走疗愈了我：当爱与伤痛都装进行囊》
英文书名：EVERYTHING CHANGES EVERYTHING: LOVE, LOSS AND A VERY LONG WALK
作　　者：Lauren Kessler
出 版 社：Hachette Balance
代理公司：Defiore/ANA/Jessica
出版时间：2026 年 2 月
页　　数：约 183 页
审读资料：电子稿
类　　型：心灵励志



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　　网址：www.nurnberg.com.cn

内容简介：

这是一本关于伤痛与治愈、悲伤与喜悦的书，诉说着我们背负的重担，以及如何负重前行。而法国之路，贯穿始终，串联起生命中的每一段故事与感悟。

“或许我只是渴望遗忘，渴望与这世界切断联系。不再去想那时刚刚爆发的俄乌冲突，不再去关心哪个无知又恶劣的家伙会在哪个州赢得国会席位，也不再惦记洪水、火灾、枪击案，还有我在股市里不断蒸发的财富。我并非冷漠无情，只是这份关切早已让我精疲力竭。也许，我只是单纯地想彻底累一回，累到骨子里，在一天结束时耗尽每一丝气力。我身处特权之位，能够主动选择艰难之事，而这种有意为之、自我强加的‘苦难’，于我而言竟是一场冒险。”

《行走疗愈了我》（*Everything Changes Everything*）以法国之路（Camino Frances）——这场横跨法国与西班牙的朝圣之旅为主线。劳伦·凯斯勒（Lauren Kessler）历经 36 天，翻山越岭，穿过农田、牧场与葡萄园，跨越干旱的平原。沉重的背包在她锁骨上勒出深深的痕迹，她的内心时而豪情万丈，时而跌落谷底。

这是一个关于主动选择苦难之特权的故事；一个直面困境、绝不退缩的故事；一个关于伤痛、隐藏的伤疤，以及自我疗愈的故事。《行走疗愈了我》探讨着我们的人生状态，以及如何去理解它；讲述着志同道合者带来的慰藉，以及不期而遇的临时友谊带来的惊喜；诠释着看似荒谬却无比坚定的乐观主义；更展现着坚韧与新生，以及最终那一声振聋发聩的宣告：“我，还未止步！”

全书在时空维度中穿梭，短小精悍的章节交替呈现。一方面是作者当下在西班牙北部徒步时的艰辛、喜悦、惊喜与单调；另一方面则回溯到 2022 年秋，两场改变命运、令人心碎的事件——她的丈夫患病，在子女环绕下，于家中客厅平静离世；八个月后，女儿在离家千里的小镇上，因吸食芬太尼，在一间破旧的吸毒屋沙发上意外身亡。

作者简介：

劳伦·凯斯勒（Lauren Kessler ）是一位屡获殊荣的作家、（半）无畏的沉浸式记者及叙事性非虚构作家。她将生动的故事讲述与深入的研究相结合，探索诸多领域：从戒备森严的监狱隐秘世界（《时光的束缚：当监狱成为你的生活》A Grip of Time: When prison is your life），到看似浪漫实则艰辛的芭蕾世界（《踮起脚尖：远大梦想、挫折起步与我中年时跳〈胡桃夹子〉的追求》Raising the Barre: Big Dreams, False Starts and My Midlife Quest to Dance The Nutcracker），再到阿尔茨海默病患者令人惊讶的充满活力的世界（《在阿尔茨海默病的世界中寻找生命》Finding Life in the Land of Alzheimer’s） 。她深入探究抗衰老运动的狂野世界（《逆时针：我在抗衰老世界中经历的催眠、荷尔蒙、黑巧克力及其他奇遇》Counterclockwise: My Year of Hypnosis, Hormones, Dark Chocolate and Other Adventures in the World of Antiaging），也剖析过母女关系中的波涛汹涌（《我家的青春期狼人》My Teenage Werewolf） 。

她的作品曾登上《华盛顿邮报》和《洛杉矶时报》畅销书榜单，被《华尔街日报》列为“最佳”推荐书目，荣获过太平洋西北图书奖和俄勒冈图书奖。她是一名全国性演讲者和研讨会主持人，曾两次做客已故的传奇节目《大卫·莱特曼晚间秀》。

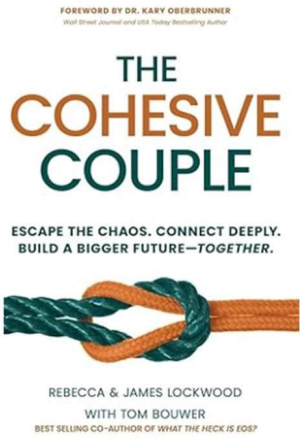
北京市海淀区中关村大街甲 59 号中国人民大学文化大厦 1705 室，邮编：100872
电话：010-82504106　　网址：www.nurnberg.com.cn

她的新闻作品发表于《纽约时报杂志》《洛杉矶时报杂志》《奥普拉》杂志、《妇女家庭杂志》《预防》杂志、《妇女日》杂志、《乌坦读者》《国家》杂志、新闻周刊网站和沙龙网等媒体。

她是一位西北太平洋地区居民（是后天选择而非出生于此），同时也是一名博主、偏远地区徒步爱好者、长途骑行者。

****

中文书名：《伴侣蓝图：在混乱中携手创造未来》
英文书名：*The Cohesive Couple：Escape the Chaos. Connect Deeply. Build a Future - Together*
作　　者：Rebecca Lockwood, James Lockwood and Tom Bouwer
出 版 社：Ethos Collective
代理公司：Waterside/ANA/Jessica
页　　数：214 页
出版时间：2024 年 11 月
代理地区：中国大陆、台湾
审读资料：电子稿
类　　型：家庭关系



内容简介：

势不可挡！一对夫妻的操作系统。

这不是一本夫妻治疗的书。如果你在找这个，那你来错地方了。这本书是写给那些想要共同建立一个更大、更大胆未来的夫妇的。

《伴侣蓝图》是一个变革性的作系统，适用于希望共同实现比他们想象的更多成就的夫妻。这本书具有简单有效的工具和实用的框架，邀请你：

- 培养充满活力、牢固的联系，以获得更多的成就感和幸福感
- 为更大的未来制定一个一致的愿景，培养更深层次的使命感，确保你们朝着共同的目标努力
- 采取行动制定具体、可行的计划，更容易在实现梦想和抱负方面相互支持
- 获得更多的控制权和自由度，这样你就可以逃离混乱，一起优先考虑真正重要的事情

你准备好逃离关系中的混乱，与你的伴侣建立深厚的联系，并共同努力建立一个更大、更光明的未来了吗？用这些经过验证的模型会给你提供实用的工具，从而加强你生活和人际关系的各个方面。

作者简介：

瑞贝卡•洛克伍德（Rebecca Lockwood）和詹姆斯•洛克伍德（James Lockwood）是一对充满活力的夫妇，他们结合了他们不同的经历，创造了一种独特的生活、人际关系和个人成

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

长方法。一起组成了凝聚力夫妻，结合他们独特的经验和技能，帮助雄心勃勃的高绩效者在个人和职业生活中取得成功。他们的愿望是让个人能够建立健康、有影响力的关系，从而改变世界——一次一种伙伴关系。瑞贝卡在教练和个人发展方面的专业知识，加上詹姆斯的亲身育儿经验和冒险精神，使他们能够提供全面的生活和关系教练方法。他们了解平衡职业抱负与家庭生活的挑战，并利用自己的经验指导他人完成类似的转变。

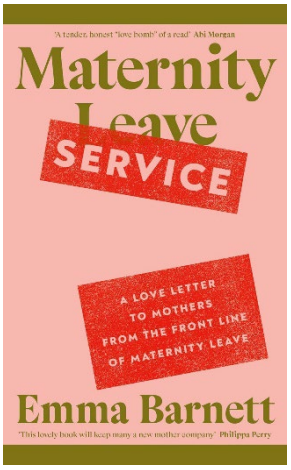
汤姆·鲍尔（Tom Bouwer）：认证巅峰指南、前认证 EOS 实施者、The Bouwer Group 总裁、畅销书作家、国际主题演讲者。汤姆认为，许多组织都存在功能失调、效率低下和混乱的问题，而你的组织则不必如此。为此，他喜欢帮助团队充分发挥潜力并最终达到商业巅峰，让整个组织作为一个有凝聚力和一致的团队向前发展。除了在土耳其创办和经营三家自己的公司外，汤姆还与客户进行了 1,000 多次全天会议，并与各种各样的公司合作，从初创公司到财富 50 强公司。他的书已售出超过 100 万册。汤姆的书使用简单的语言、实际示例和操作的实用工具，快速且易于阅读。

全书目录：

第 1 章：它是如何开始的？
第 2 章：我们为什么需要这个？
第 3 章：它是如何工作的？（凝聚模型）
第 4 章：你意识到自己的心态吗？（心态工具）
第 5 章：我们真的有联系吗？（连接工具）
第 6 章：我们的愿景是否一致并写下来？（凝聚愿景和计划）
第 7 章：我们必须开会吗？（每周同步）
第 8 章：谁在做什么？（粉红色的工作和蓝色的工作）
第 9 章：金钱引起争论？（资金同步）
第 10 章：我们如何保持势头？（季度同步和年度同步）
第 11 章：你准备好了吗？（凝聚力之旅）
附录 A：体温检查（关系检查和平衡轮问题）
附录 B：致谢和资源
附录 C：金钱话题

****

中文书名：《产假服务：产假前线写给母亲的情书》
英文书名：Maternity Service: A Love Letter to Mothers from the Front Line of Maternity Leave
作　　者：EMMA BARNETT
出 版 社：Fig Tree
代理公司：Rachel Mills/ANA/Winney
页　　数：144 页
出版时间：2025 年 3 月
代理地区：中国大陆、台湾
审读资料：电子稿
类　　型：家教育儿/大众心理



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　　网址：www.nurnberg.com.cn

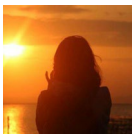
内容简介：

每位开始休产假的母亲的必备伴侣

从一个重要的意义上说，产假的名称并不恰当，因为它并不涉及实际休假。即使在孩子午睡的时候，你也要不停地工作。没有任何休息可言。当艾玛·巴尼特开始第二次产假时，她意识到，尽管她以前也休过产假，但第一次产假一结束，玫瑰色的镜片就掉了下来，她马上就忘记了身在产假的实际感受。

这种集体遗忘导致了诸如 “享受每一分钟 ”和 “珍惜这段特殊的时光 ”等善意的评论，这对女性来说是一种伤害，让她们对孕产服务中更为复杂的现实毫无准备。在这本让人倍感温馨、清新坦诚的书中，艾玛在最近一次值班时，真实地记录了这一现实。她并没有提供关于睡眠训练、断奶或帮助宝宝达到里程碑的建议。相反，这本书是对休产假工作的庆祝和肯定，其中既有高涨的情绪，也有充满挑战的低落，还有它对女性如何看待我们的目标和我们自身的影响。

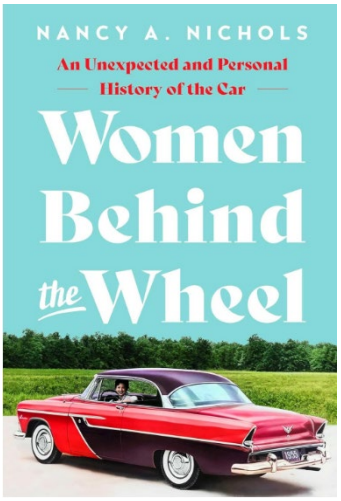
作者简介：



艾玛·巴尼特（EMMA BARNETT）是一位屡获殊荣的广播员和记者。她在 2022 年英国新闻奖评选中被评为年度最佳采访者。艾玛曾为《i》、《星期日泰晤士报》和《每日电讯报》撰稿。第一个孩子出生后，她撰写了自己的第一本书《PERIOD: It's about Bloody Time》（HQ，2019），这是她的第一本书。艾玛在曼彻斯特长大，现在与丈夫和两个孩子住在伦敦。

****

中文书名：《掌控方向盘的女性：意想不到的汽车史》
英文书名：*Women Behind the Wheel: An Unexpected and Personal History of the Car*
作　　者：Nancy A. Nichols
出 版 社：Pegasus Books
代理公司：Defiore/ANA/Jessica
页　　数：240 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：大众文化



内容简介：

从青春期拿驾照的兴奋到成年后可怕的通勤，从老式肌肉车（muscle car）到电动汽车，本书展现了汽车对女性生活的巨大影响。

汽车定义了美国文化，但直到最近，汽车历史主要是由男人写的，都是关于男人的，很少有人关注女人和汽车的故事。

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

南希·A·尼科尔斯(Nancy A. Nichols)是二手车推销员的女儿，在这部非虚构叙事中，她用父亲卖过的车和家人开过的车，从宏观视角，讲述了汽车如何在一定意义上定义了现代女性。从她姐姐的经典野马（Mustang）、母亲的雪佛兰敞篷车（Chevy Convertible）再到她自己的本田小型货车（Honda minivan），尼科尔斯既是在讲述个人经历，也是在介绍更广泛的群体故事。

汽车帮助女性获得了投票权，改变了对浪漫的幻想，还影响了时尚和育儿习俗。自诞生以来的 100 多年里，汽车为商业和浪漫创造了可能性，同时也给女性带来了新的危险。

《掌控方向盘的女性》探讨了汽车行业独特的性别景观，详细说明了汽车对女司机来说昂贵又危险的种种原因。

汽车行业正处于重大变革的风口浪尖。随着电动汽车、互联汽车和自动驾驶汽车时代的到来，尼科尔斯向我们展示了为什么我们现在要踩刹车，从后视镜往回望，回顾一段漫长又迷人的历史。

汽车在生活中的作用是什么？我们是否应该对社会中的技术持怀疑态度？在《掌控方向盘的女性》一书中，尼科尔斯指出，只有了解汽车改变我们的诸多方式，才能做到为这个勇敢的新时代做好准备。

作者简介：

南希·A·尼科尔斯（Nancy A. Nichols）是记者、编辑，还做过广播员，是《湖泊效应:两姐妹和一个城镇的有毒遗产》（*Lake Effect: Two Sisters and a Town's Toxic Legacy*）一书的作者。她的作品曾出现在《芝加哥论坛报》、《纽约时报书评》、《哈佛商业评论》、《国家》等杂志上。

媒体评价：

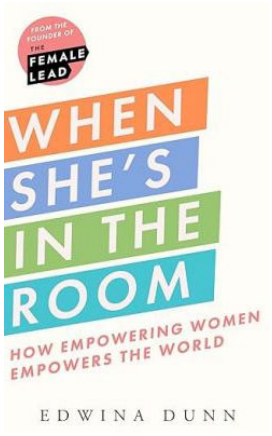
“尼科尔斯的这本书，讲述了汽车的发明是如何解放和限制女性的。她在怀旧和叙事、家庭回忆录和肌肉车之间流畅地切换。渴望开车的女性仍然被女性司机的刻板印象以及社会对其能开多远、多快之期望所束缚。对男人来说，汽车预示着开阔的道路；对女人来说，只意味着跑腿和拼车。作为一个“摩城女孩”，我的第一辆车是一辆野马，我非常喜欢这本书。”
——伊丽莎白·格里菲斯(Elisabeth Griffith)博士，《纽约时报》编辑之选《强大:美国女性与争取平等的斗争，1920-2020》（Formidable: American Women and the Fight for Equality, 1920-2020）一书的作者

“《掌控方向盘的女性》是自传、历史和浪漫的欢乐结合。南希·A·尼科尔斯(Nancy A. Nichols)歌颂汽车创造现代世界和定义现代女性生活的方式。这本书诙谐、感人、充满激情，带领女性成功地进入了曾经由男性主导的汽车领域。”
——布莱恩·阿普尔亚德（Bryan Appleyard），《汽车》（The Car）的作者

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

****

中文书名：《让“她”进来：世界如何因赋权女性而变》
英文书名：WHEN SHE'S IN THE ROOM: How Empowering Women Empowers the World
作　　者：Edwina Dunn
出 版 社：Harper Collins
代理公司：Rachel Mills/ANA/Winney
出版时间：2024 年 2 月
页　　数：288 页
审读资料：电子稿
类　　型：大众社科



内容简介：

我们这个时代最有创造力和影响力的企业家之一

全球第一张及最大的会员卡--乐购会员卡（Tesco Clubcard）背后的智囊

数据行业先驱

妇女如何以浑然不觉的方式被遗忘、被忽视，及其对所有人的深远影响，已渐渐为现代人所觉知。在此背景下，埃德温娜·邓恩（Edwina Dunn）介绍了我们自己、所在的社区和工作场所需要如何改变才能扭转这种形势。

埃德温娜·邓恩是数据科学研究、商业和女性赋权领域的先驱，她利用自己在研究和数据收集方面的知识，提出了许多影响女性和男性生活的解决方案、模型和简单行动。她善于倾听女性声音，知道女性群体希望看到自我、商业、学术和政府领域发生什么改变。

那么，一个女性被赋予权力、能够怀抱野心、不断释放潜力的世界是什么样子的呢？女性人口数量比世界总人口的一半还多，绝不是次要角色。再进一步，如果女性能够有机会发挥其在领导和决策方面的潜力，会发生什么呢?

这本以数据为基础的指南向社会常规发起了挑战。在科学基础上，这本书以富有洞察力、鼓舞人心和突破性的证据为所有人提供了变革路线图，也针对如何建设对男女性更好的世界提出了策略。

作者简介：

埃德温娜·邓恩（Edwina Dunn）是数据行业的先驱和优秀领导者，以领导业务变革而闻名。她是 dunnhumby 的联合创始人，该公司开创了乐购会员卡和其他全球忠诚度计划，彻底改变了零售和消费品行业。她的工作改变了零售商利用客户数据推动业务发展的方式，提供了前所未有的新见解。dunnhumby 的成功已经在全球范围内得到推广，成为客户洞察行业标杆，2011 年被特易购收购正显示了其战略重要性。

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

埃德温娜曾在多个政府委员会任职，如在英国税务海关总署（HMRC）任非执行董事(NED)、在地理空间委员会（The Geospatial Commission）任专员（Commissioner）以及在数据伦理与创新中心（The Centre for Data Ethics and Innovation）担任主席（Chair）。她成为 Starcount 主席时，投资了新一代数据和预测算法。她的开创性工作为她赢得了无数荣誉，例如，2019 年因在数据和商业方面的服务获得大英帝国勋章（OBE），还获得多所大学的荣誉博士学位。

埃德温娜还领导着“女性领袖运动”（The Female Lead），一个由 800 万妇女组成的活跃社区，由教育基金会提供支持，旨在庆祝塑造世界之妇女的成就和多样性。埃德温娜利用数据了解女性面临的挑战，与企业和政府合作，为工作场所创造新的、互利的模式和政策。

目录：

PART I
EMPOWERING WOMEN ON THE INDIVIDUAL LEVEL
2 Become Inspired
3 Know Yourself
4 Celebrate Strengths
5 Seven Wisdoms of Female Leads

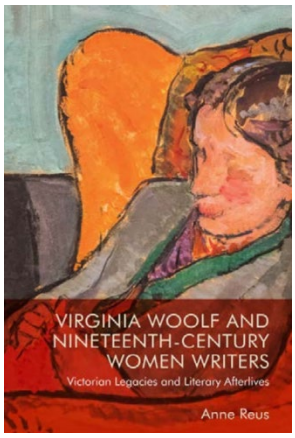
PART II
EMPOWERING WOMEN THROUGH FULFILMENT
6 Six Pillars of Fulfilment
7 Self
8 Relationships
9 Health
10 Work
11 Money
12 Society

PART III
EMPOWERING WOMEN: THE BIG PICTURE
13 The Big Picture
14 Economic Power
15 Decision-Making Power
16 What this World Could Look Like

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

****

中文书名：《弗吉尼亚·伍尔夫与 19 世纪女性作家：维多利亚时期的文学遗产与往后余生》
英文书名：*Virginia Woolf and Nineteenth Century Women Writers: Victorian Legacies and Literary Afterlives*
作　　者：Anne Reus
出 版 社：Edinburgh University Press
代理公司：ANA/Jessica Wu
页　　数：224 页
出版时间：2024 年 5 月
代理地区：中国大陆、台湾
审读资料：电子稿
类　　型：文学研究
#160 in Women's Literature Criticism (Books)
#335 in 19th Century Literary Criticism (Books)
#442 in Feminist Literary Criticism (Books)



内容简介：

- **首次研究弗吉尼亚·伍尔夫对十九世纪女作家生活的代表性。**
- **将伍尔夫的新闻作品定位为后维多利亚时代的作品，与其现代主义小说相冲突。**
- **追溯伍尔夫对十九世纪的影响。**

本书通过弗吉尼亚·伍尔夫的新闻报道，研究了她对简·奥斯汀、玛丽·拉塞尔·米特福德、伊丽莎白·巴雷特·勃朗宁、夏洛特·勃朗特、乔治·艾略特、玛格丽特·奥利芬特和玛丽·奥古斯塔·沃德等十九世纪女文学家文学生涯的影响。伍尔夫对其文学前辈的回应为她的文学旅程提供了新的视角，包括在文学典籍中的自我定位及其非虚构作品中传记创新与维多利亚时代文学遗产的相互作用。本书研究表明，维多利亚时代的叙事和女性职业精神的模式继续影响着伍尔夫对十九世纪女作家的表述，在其现代主义声名鹊起的鼎盛时期也是如此。本研究将《自己的一间屋子》中公开的女性主义与伍尔夫较为模糊的文学传记相结合，论证了《自己的一间屋子》作为一部过渡性的后维多利亚时代作品的地位。

作者简介：

安妮·雷乌斯（Anne Reus）是一名独立学者。其研究兴趣是十九世纪和二十世纪的女性写作和生活写作。她发表过关于玛格丽特·奥利芬特、玛丽·伊丽莎白·布拉登和弗吉尼亚·伍尔夫的文章，是《弗吉尼亚·伍尔夫与遗产》（克莱姆森大学出版社，2017 年）的联合编辑。

媒体评价：

“安妮·雷乌斯从伍尔夫关于一系列 19 世纪女作家的文章和评论中挖掘出丰富的资源，大胆地确立了伍尔夫对其前辈所持的矛盾立场，尤其关注她对文学传记的见解。这本可读性强、研究透彻、分析细致入微的著作阐明了伍尔夫对其前辈的复杂态度。”
——迈阿密大学玛丽·珍·科贝特

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

****

中文书名：《年过半百》
英文书名：Turning 50
德文书名：DAS SCHÖNSTE AN UNS SIND WIR
作　　者：Christiane Hastrich and Barbara Lueg
出 版 社：Ullstein
代理公司：ANA/Winney
页　　数：336 页
出版时间：2021 年 3 月
审读资料：电子稿
类　　型：心灵励志

内容简介：

五十岁可能是一个分水岭。我们对自己的想法更加挑剔，年轻时的轻松正在消退。但我们也对未来充满好奇，并为此做好心理准备。

克里斯蒂安娜·哈斯特里希（Christiane Hastrich）和芭芭拉·吕格（Barbara Lueg）坦诚地审视了从五十岁到六十岁的岁月，这个阶段对我们大多数人来说都是一个新的开始。孩子们离开家，开始自己的生活；婚姻破裂；父母衰老、去世。但是新的开始也在向他们招手。

作者深思熟虑后提出了许多未经过滤的问题，既真诚又幽默。他们寻求专家建议，咨询同行，并将自己的理论与事实进行比较。

- 宝贵的专家访谈、问卷调查和事实核查
- 备受喜爱的双人作者组合，已售出 20,000 本图书

作者简介：

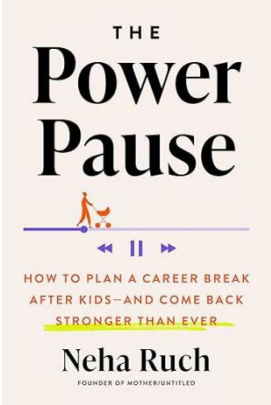
克里斯蒂安娜·哈斯特里希（Christiane Hastrich）出生于 1965 年，曾学习日本文明和人力资源，并在新闻行业担任过电视编辑。现在，她已是第二次结婚，有一个拼凑的家庭，五个成年子女，她的工作主要集中在巴伐利亚州和慕尼黑。

芭芭拉·吕格（Barbara Lueg）出生于 1965 年，曾攻读艺术史和政治学，并在新闻行业担任过电视记者，还拍摄过较长的纪录片。她与家人住在慕尼黑。

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

****

中文书名：《暂停的力量：如何在孩子出生后规划中断的事业并强势回归》
英文书名：THE POWER PAUSE: How to Plan a Career Break After Kids--and Come Back Stronger Than Ever
作　　者：Neha Ruch
出 版 社：Putnam
代理公司：Inkwell/ANA/Jessica
出版时间：2025 年 1 月
页　　数：320 页
审读资料：电子稿
类　　型：女性励志



内容简介：

尽管育儿假的政策和实施情况因国家和文化的不同而存在差异，但妮哈·鲁奇（Neha Ruch）对新手妈妈如何在职业和个人生活中把握好这一阶段有着独到的见解。她创建的平台 Mother Untitled 在国际上拥有越来越多的受众，尤其是在英国、澳大利亚和印度。

“那么，你是做什么的？”

当鲁奇为了照顾年幼的儿子而辞去公司工作，第一次不得不回答这个看似天真的问题时，她的大脑一片空白。她找不到合适的词语来描述自己刚刚踏上的人生新阶段。她既不是上世纪 50 年代完美的主妇形象，也不是当今人们对母亲的刻板印象。她该如何应对这种身份转变呢？

沮丧之余，鲁奇开始为新一代女性重新塑造家庭主妇的形象，这些女性不想因为决定暂停自己的事业或生育后更换职业而放弃自己的理想。她的在线平台 Mother Untitled 已成为引领女性转变的主要力量。在本书中，鲁奇解决了女性在这一转折点上面临的所有问题。例如：我能否承受暂停事业带来的各种影响？除了职场身份，我是否还有其他身份？我如何找到自己角色的意义？我还能重返有偿工作岗位吗？

本书包含专家建议、打破各种刻板印象的家庭主妇的故事，以及帮助读者规划长期路线的互动练习，是新一代母亲的必备手册。

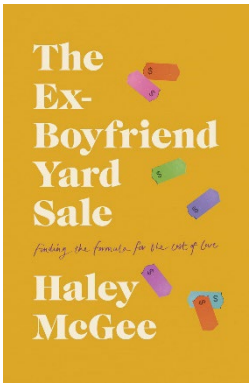
作者简介：

尼哈·鲁奇（Neha Ruch）是Mother Untitled的创始人，该平台面向有志于家庭生活的女性。作为一名有思想、有影响力和备受欢迎的演讲者，鲁奇主要关注女性、工作、养育子女和身份认同等问题，她在Mother Untitled的工作推动了社会对全职母亲角色看法的转变。她与家人住在曼哈顿。

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

****

中文书名：《前男友庭院旧货出售：爱情成本公式研究》
英文书名：The Ex-Boyfriend Yard Sale: Finding a Formula for the Cost of Love
作　　者：Hayley Mcgee
出 版 社：CORONET
代理公司：PFD/ANA/Jessica
页　　数：392 页
出版时间：2021 年 5 月
代理地区：中国大陆、台湾
审读资料：电子稿
类　　型：传记回忆录
版权已授：美国、加拿大、繁体中文



内容简介：

幽默风趣、情真意切的回忆录

海莉·麦基（Haley McGee）用数学精确计算爱情的成本，衡量从前的每段恋情是否值得

海莉·麦基负债累累。她想，或许可以把前男友送的礼物卖掉。

但一谈到定价，海莉就犯难了。当然，恋爱关系的投资方式应该反映在价格上。但到底是怎么反映的呢？初恋情人的混音磁带比花心男友的古董打字机更值钱吗？对于曾经挤着巴士赶去见面的男友，共度的美好时光能让他送的项链更宝贵吗？留存的物品是应该成为过往悲惨时光的补偿，还是相反，变得一文不值？

海莉决定赌一把。她采访了前男友们，并请来一位数学家帮忙，为爱的代价创建了一个包含八十六个变量的公式。而在寻找答案的时候，前男友又提出了新的要求。

女性的欲望、心碎以及两者之后获得弥补的机会，都在这本机灵、新颖且坦率的回忆录中尽数体现。海莉·麦基（Haley McGee）以大胆的细节和诙谐的笔触复盘了恋爱中的成功与失败，用细腻的散文升华了一个全人类的难题：爱，值得吗？

作者简介：

海莉·麦基（Haley McGee）在安大略省基奇纳-滑铁卢（Kitchener-Waterloo）出生长大。17 岁时，海莉搬到多伦多，在那里获得了多伦多城市大学表演专业的学士学位，随后一直从事演员和剧作家的工作，直到 2016 年移居英国。

海莉被誉为“了不起的海莉·麦基”（《环球邮报》），个人表演屡获殊荣、广受好评，已在 11 个国家的 36 个演出场所上演，并被翻译成四种语言。

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

海莉现在住在英国伦敦，在那里的生活丰富多彩：创作、表演、即兴表演、配音、一系列在线艺术家培养课程，并主持《爱的代价》播客等等。她共著有两本书，一本是《年龄是一种感觉》(*Age is a Feeling*)，另一本是《前男友庭院旧货出售》（*The Ex-Boyfriend Yard Sale*）

媒体评价：

本书被 Indigo 杂志评为 2022 年最佳传记之一

“具有启发性……麦基的文笔机智、有力、自然，直言不讳地揭示了女性的私生活。……书里蕴含的智慧远远超过三十岁人的智慧。……麦基对我们的工会、过去、现在和未来提出了尖锐的问题”。
——《环球邮报》

“这本回忆录是本久违的关于爱情最聪明、最有趣的书之一”。
——RED

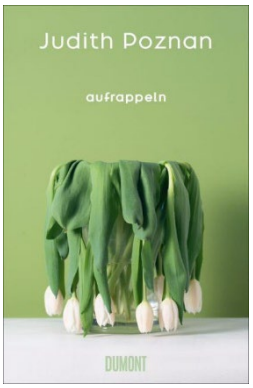
“异常诙谐”。
——《独立报》

“具有启发性”。
——Metro (UK)

"海莉·麦基在舞台上光彩夺目——迷人、搞笑、毫不掩饰的紧张。现在，她将自己独特的声音融入了一本关于金钱、戏剧、资本主义和人际关系的完全原创、引人入胜的回忆录中。《前男友庭院旧货出售》不仅令人心碎地见证了浪漫爱情无法量化，也美好地记录了艺术家在生存成本高昂的城市中挣扎，记录他们如何不计成本地创造艺术。
——My Face in the Light 作者 Martha Schabas

****

中文书名：《收拾残局》
英文书名：Picking Up the Pieces
德文书名：Aufrappeln
作　　者：Judith Poznan
出 版 社：DuMont
代理公司：ANA/Winney
页　　数：208 页
出版时间：2023 年春
代理地区：中国大陆、台湾
审读资料：电子稿
类　　型：家庭关系



关于分离、“拼凑型家庭”（Patchwork Family）和我们对爱的感知

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

内容简介：

“只读了一页，就立刻爱上了这个故事。”
——卡塔琳娜·马赫伦霍尔茨（Katharina Mahrenholtz）在 *Excellent Prospect* 上的评论

耶稣受难日的早晨，朱迪丝（Judith）走进浴室，发现了一件意想不到的事情：马桶里有只老鼠正盯着她。接下来的几天，糟糕事件接踵而至，甚至她的丈夫突然提出要离开她。本来一切都很顺利，后来……就不那么顺利了。朱迪丝坐在沙发上，看着孩子的父亲拿起行李，走出公寓，悄悄关上身后的门。

突然之间，朱迪丝成了单亲妈妈。

接下来的几个月很不好过，朱迪丝整个人濒临崩溃边缘。事实上，她完全顾不上是否失态，分手后第二天就去见了前夫——以孩子父母的身份。既然无复合可能，两个人的目标就不再是成为夫妻，而是继续共同养育孩子。两人需要为孩子、为新的“拼凑型家庭”、为朱迪丝这个母亲和单身女人制定一个新计划。

在《收拾残局》一书中，朱迪丝·波兹南准确地解释了如何实现这一目标。她分享了自己人生转折点上的悲伤和严肃时刻，以及荒诞和幽默的瞬间。这本书真诚、温暖、风趣。

作者简介：

朱迪丝·波兹南（Judith Poznan）1986 年出生于柏林利希滕贝格。在接受书商培训后，她在柏林自由大学学习文学和新闻学。她定期为 ElternMagazin、《柏林日报》（Berliner Zeitung）和《镜报》线上版（Spiegel Online）撰稿。她的 Instagram 账户（@judith_poznan）每天都会吸引成千上万的粉丝。她的处女作 *Prima Aussicht* 于 2021 年由 DuMont 出版。Judith Poznan 与家人居住在柏林。

媒体评价：

“绝对值得推荐。朱迪丝·波兹南善于抓住情感的核心。主题艰深，但非常有趣！”
——马塞拉·德鲁姆（Marcela Drumm），WDR5 SCALA

“作者讲述了接受现实继续前进的故事，令人钦佩。”
——安吉拉·维特曼（Angela Wittman），BRIGITTE

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

****

中文书名：《咖啡馆和卧室笔记：与波西米亚女性的十个故事》
英文书名：NOTES ON CAFES AND BEDROOMS: A Story of Bohemian Women in Ten Meetings
作　　者：Alicia Foster
出 版 社：Virago
代理公司：United Agents/ANA/Jessica
字　　数：约 70,000 词
出版时间：2026 年夏
代理地区：中国大陆、台湾
审读资料：大纲
类　　型：传记和回忆录
·预计 2025 年 7 月递交全稿

内容简介：

在《咖啡馆和卧室笔记》（*NOTES ON CAFES AND BEDROOMS*）中，艾丽西娅（Alicia）运用历史、传记和想象的场景，揭开了 12 位女性的故事。这些女性都是艺术家、作家和表演者，由于这样或那样的原因，她们都是局外人，但她们的作品和影响却是深远的。通过她们之间的一系列会面，以伦敦波希米亚人的聚集地——床位和公寓、苏荷区和皮卡迪利大街的皇家咖啡馆——为背景，揭开了这些人的生活及其相互联系的面纱。

时至今日，凯瑟琳·曼斯菲尔德（Katherine Mansfield）依然在文坛享有盛名，却曾被弗吉尼亚·伍尔夫（Virginia Woolf）讥讽为“殖民地的乡巴佬”，而曾经名噪一方，如今已无人知晓的艺术家兼评论家乔治·班克斯（Georges Banks）则为她画了一幅肖像。班克斯是一名苏格兰女性，也是节奏小组（the Rhythm Group）的重要成员，曼斯菲尔德的传记作者安东尼·阿尔珀斯（Antony Alpers）称她是“一个胖乎乎的女人，长着一张像奥斯卡·王尔德一样松弛的脸”。

我们还见到了海伦·桑德斯（Helen Saunders），她是一位艺术家，她参与的漩涡派画家运动与她的政治激进主义息息相关；以及她的密友凯蒂·格利登（Katie Gliddon），后者被判处在霍洛韦监狱（Holloway Prison）服苦役，她把铅笔缝在大衣里衬上带进监狱，写了一本秘密日记。朵拉·卡灵顿（Dora Carrington）通常与布鲁姆斯伯里团体联系在一起，但在这里，她作为一位才华横溢的艺术家的形象被展现出来，她与艺术家的模特多莉·亨利（Dolly Henry）的关系也首次被揭示出来，多莉·亨利被其情人约翰·库里（John Currie）杀害，这在当时和现在都被认为是激情犯罪。

人们对二十世纪初伦敦丰富的、实验性的文化一直怀有浓厚的兴趣，但这种兴趣往往只集中在布鲁姆斯伯里团体上。这本书讲述了一个崭新的、重叠的故事，一个以女性和艺术为焦点的故事，引人入胜，令人振奋。

《咖啡馆和卧室笔记》一书中，艾丽西娅将传记与根据已知事件虚构的场景穿插在一起，这既会吸引群体传记的读者，尤其是那些以女性为重点的群体传记，比如弗朗西斯卡·韦德（Francesca Wade）的《梅克伦堡广场的回响》（*Square Haunting*）（费伯出版社，2020 年）、萨拉·沃特林（Sarah Watling）的《高贵的野蛮人》（*Noble Savages*）（Vintage，2019 年），也

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

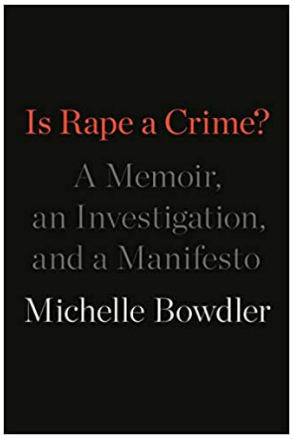
会吸引近期成功尝试将事实与虚构相结合的作品的读者，比如卡特·贾曼（Cat Jarman）的《骨盒：揭开盎格鲁-撒克逊人的秘密》（*The Bone Chests: Uncovering the Secrets of the Anglo-Saxons*）（威廉·柯林斯出版社，2023 年）和安娜·芬德（Anna Funder）的《为妻之道：奥威尔夫人的隐形生活》（*Wifedom: Mrs. Orwell's Invisible Life*）（维京出版社，2023 年）。

作者简介：

艾丽西娅·福斯特博士（Dr Alicia Foster）是一位艺术史学家、策展人和小说家。她的新书《格温·约翰，伦敦和巴黎的艺术与生活》（*Gwen John, Art and Life in London and Paris*）（泰晤士哈德逊出版社，2023 年）在帕兰德之家画廊（Pallant House Gallery）举办了大型展览。该书荣获《星期日泰晤士报》2023 年年度图书奖。

****

中文书名：《强奸是犯罪吗？一部回忆录、一场调查和一个宣言》
英文书名：IS RAPE A CRIME?
作　　者：Michelle Bowdler
出 版 社：Flatiron
代理公司：Wendy Sherman/ANA/Winney
页　　数：304 页
出版时间：2020 年 7 月
代理地区：中国大陆、台湾
审读资料：电子稿
类　　型：传记回忆录



Is Rape a Crime?: A M
Hardcover – July 28, 2020
by Michelle Bowdler (Author)
4.8 ★★★★★ 134 ratings

- **入围 2020 年度国家图书奖（National Book Award）非虚构类长名单**
- **入选《纽约时报》（*New York Times*）有声书新书和值得一读书单**
- **入选文学网站 Lit Hubs2020 年最受期待作品书单**
- **《出版者周刊》（*Publishers Weekly*）星级书评**
- **《货架意识》（*Shelf Awareness*）星级书评**

内容简介：

获奖作家兼公共卫生执行官米歇尔·鲍德勒（Michelle Bowdler）的这部回忆录讲述了几十年来我们的社会对性暴力的处理方式，对强奸是否是一种犯罪进行提问：因为强奸罪是各种重大犯罪中，报告最少、起诉最不成功，且定罪率不到 3%的犯罪。案件在调查之前就已经结案，DNA 证据多年来一直被放弃和忽视。

说法不在那么多时候很管用，人们很可能会觉得这种说法极其可笑。

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

考虑到这一切，我们似乎有理由认为询问强奸是不是一种犯罪是公平合理的。

1984 年，波士顿性侵犯罪案小组（Boston Sexual Assault Unit）成立了，这是由于该城市发生了一系列入室抢劫和强奸恐吓，这把整个城市都吓坏了，而在这系列犯罪的末尾，是米歇尔本人所遭受的可怕强奸。二十年后，在与那些和她一样的受害者共事过一段时间之后，米歇尔决定找出案件发生的原因，以及为什么在一次简短的笔录之后，她再也没有收到任何来自警方的消息。

《强奸是犯罪吗？》一书既是一部集回忆录和文化调查于一身的专家著作，也是一部旨在振奋人心、发起号召，夺回我们的力量，整顿我们的世界的个人故事。

作者简介：

米歇尔·鲍德勒（Michelle Bowdler）是塔夫茨大学（Tufts University）卫生与健康部门的执行董事，从哈佛大学公共卫生学院（Harvard School of Public Health）毕业后，她从事与强奸有关的社会公正问题的研究已经超过 10 年。《强奸是犯罪吗？》（*Is Rape a Crime?*）是她的第一部著作。米歇尔是 2017 年芭芭拉·戴明纪念奖（Barbara Deming Memorial Award）的获得者。米歇尔的文章发表在《纽约时报》上，她的论文《最终会告诉你的孩子们》（“Eventually You Tell Your Kids”）和《巴贝洛格》（“Babelogue”）曾获得手推车奖（Pushcart Prizes）的提名。

媒体评价：

“紧急……对美国刑事司法系统最突出矛盾之一的控诉。”
----《波士顿环球报》（The Boston Globe）

“《强奸是犯罪吗》是一部独特的回忆录和社会正义的声音。鲍德勒是一位非常有天赋的作家。即使在描述可怕的错误时，她也会深思熟虑；即使在描述那种通常无法用语言表达的心灵上的巨大痛苦时，她的语言也依旧清晰迷人。”
----莫伊拉·多尼根（Moira Donegan），《卫报》（The Guardian）

“关于社会如何看待强奸的精彩研究。”
----《出版者周刊》（Publishers Weekly），星级书评

“本书是对强奸文化的强烈谴责，它将改革破碎制度的责任坚定地加诸执法部门和立法者的身上……这也将敦促读者要求改变。”
----《货架意识》（Shelf Awareness），星级书评

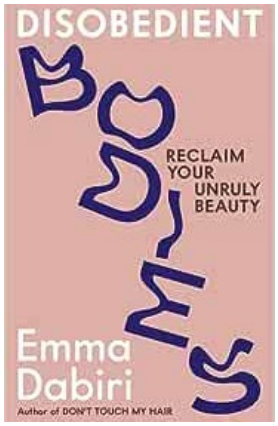
“具有挑衅性和启发性……鲍德勒的回忆录发人深省，是对暴力及其长期影响的个人叙述。””
----劳拉·查努克斯（Laura Chanoux），《书目杂志》（Booklist）

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

“亲密、有力……对‘可能发生在人类身上的最可怕的侵犯行为之一’的紧急、必要、直白的探索。”

----《科克斯书评》（Kirkus）

****



中文书名：《拒绝服从的身体：美应不羁》
英文书名：*Disobedient Bodies: Reclaim Your Unruly Beauty*
作　　者：Emma Dabiri
出 版 社：Profile/Wellcome Collection
代理公司：ANA/Jessica
页　　数：160 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：大众文化

内容简介：

用反叛召回属于自己的美。

畅销书《别碰我的头发》（*Don't Touch My Hair*）和《白人下一步能做什么》（*What White People Can Do Next*）作者艾玛·达比里 (Emma Dabiri) 稍显激进但绝对不应错过的新书。

《芭比娃娃》电影刚刚引发一阵热潮，影片中亚美莉卡·费雷拉 (America Ferrera) 激动人心的独白似乎还萦绕耳畔，艾玛·达比里 (Emma Dabiri) 的这本新书也切合《芭比》所凸显的主题，探讨了当前关于女性“美”两极分化，互相冲突的观点，审视了难以实现却具有巨大影响力的美丽标准。达比里提出这样的问题：女性代表性和美的多样性都得到切实提高的当前时代下，为何年轻女性却对自己的外表感到比以往更大的压力呢？

你对自己身体的那一部分感到不甚满意呢？人们总是花大量时间改善自我“缺陷”，来迎合社会对于“美”的定义。可实际上，这些标准往往是不全面的、专制的，而且商业化属性极强，我们并非主动采纳这些概念，更多地是被社会系统所赋予，并由于各种原因产生的自我厌恶心理所强化。

达比里在这本书中引用了托尼·莫里森、笛卡尔、柏拉图和苏珊·博尔多等伟大思想家的观点，并借鉴日本的“侘寂（wabi sabi）”或约鲁巴语“amewa”等文化概念，审视了对于“美”不同的看法，鼓励读者挣脱外部束缚，探索反抗和颠覆现行制度的方式，并借鉴其他文化、世界观、时代、区域，以及超越资本主义模式的设想，提供了看待美的多元视角，强调美生而有之，并希望能启发读者从拒绝服从社会强加的概念中感受快乐。

作者简介：

艾玛·达比里 (Emma Dabiri)是爱尔兰裔尼日利亚学者、活动家和节目主持人。她在伦敦大学亚非学院非洲系（African department at SOAS）担任了十多年的助教，还是金史密斯学院（Goldsmiths）视觉社会学（Visual Sociology）博士研究员，也

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

是《星期日泰晤士报》畅销书《白人接下来可以做什么》和《别碰我的头发》的作者。 2023年，她被任命为英国皇家文学学会会员（Fellow of the Royal Society of Literature）。她主持过多个电视和广播节目，包括 BBC 广播四台广受好评的纪录片“非洲未来主义之旅”（Journeys into Afro-futurism）和“英国失落的杰作”（'Britain's Lost Masterpieces），以及第四频道荣获戛纳银狮奖的 *Hair Power*。她还是 Elle 杂志的特约编辑，还运营着 Instagram 帐户“Disobedient Bodies”。

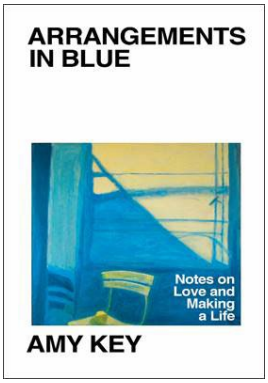
媒体评价：

“我喜欢达比里写作的方式。她以学术和情感上的最高智慧，深入研究这些重要、难懂、火遍全球的话题。”
——《卫报》（Guardian）

“这就是我们需要的那本书。她的‘反抗之歌 ’吹响了号角，呼吁我们重新思考当代对美的概念。”
——《魅力》（Glamour），10 月最佳新书

“一场提供解放性解决方案的论战。这种对不服从的呼吁证明了达比里是我们最重要的思想家和作家之一。在《不服从的身体》这本书中，艾玛·达比里展示了她以一种通俗易懂、优雅的方式传达复杂思想的能力……长期以来，女权主义者一直在研究审美标准和我们的身体被监管的方式，但艾玛·达比里的新书仍然让人感到新鲜和重要。”
——《爱尔兰时报》（The Irish Times）

****



中文书名：《蓝调》
英文书名：ARRANGEMENTS IN BLUE
作　　者：Amy Key
出 版 社：Cape
代理公司：Felicity Bryan/ANA/Jessica
页　　数：224 页
出版时间：2023 年 4 月
代理地区：中国大陆、台湾
审读资料：电子稿
类　　型：散文随笔

内容简介：

蓝调——

我放弃了我的浪漫计划，现在几十年已经过去了。我已经不知道如何找到回去的路。

去年，艾米·基（Amy Key）为《格兰塔》（*Granta*）杂志撰写了一篇名为《蓝色之血》（*A Bleed of Blue*）的文章——它透过乔尼·米切尔（Joni Mitchell）的音乐镜头，讲述了她生活中所缺失的浪漫爱情，以及这种缺失如何塑造了她。《蓝色之血》（*A Bleed of Blue*）以诗人

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

的笔触呈现了坦诚与脆弱，触及了爱的缺失，以及当我们被告知爱会赋予我们意义而它却从未出现时，又是什么构成了生命？艾米收到了数百条信息，称赞她关注了一种很少被承认、却真实存在的人类经历，更不用说被如此清晰地表达出来了，于是乎，她发现了某种创作空间，探讨缺少浪漫爱情的生活。

《蓝调》（*Arrangements in Blue*）借用了乔尼·米切尔（Joni Mitchell）具有开创意义的专辑《蓝》（*Blue*），每一章引用一句歌词，追溯了艾米的种种感受，失落、未实现的渴望、嫉妒和悔恨、柏拉图式的爱情和友谊、乃至性吸引力、欲望以及自我实现。

通过其个人经历了解早期关于爱的概念的演变，艾米对于在没有爱的情况下建立生活意味着什么进行了深刻地挖掘，在此过程中以全新的视角审视了爱在我们生活中所扮演的角色。

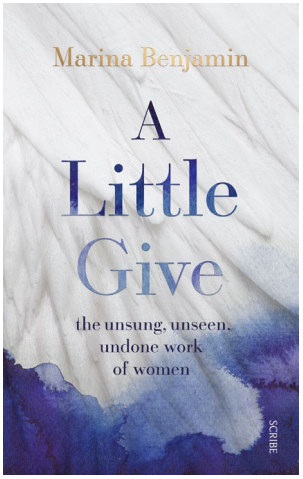
《蓝调》（*Arrangements in Blue*）令人想起艾米丽·派恩（Emilie Pine）的《给自己的笔记》（*Notes to Self*）和奥利维亚·莱恩（Olivia Laing）的《孤独的城市》（*The Lonely City*），兼具了玛吉·纳尔逊（Maggie Nelson）的《矢车菊蓝》（*Bluets*）所具备的主题力量和诗意情感，以及梅根·诺兰（Megan Nolan）的《绝望的行为》（*Acts of Desperation*）具有的残酷的自我审视，它将牢牢抓住那些感同身受的读者们的心。

作者简介：

艾米·基（Amy Key）：著有两部诗集，《奢侈》（*Luxe*）（Salt，2013 年）和《并非永远》（*Isn't Forever*）（Bloodaxe，2018 年），曾入选诗歌图书协会精选作品（Poetry Book Society Wild Card Choice）并获评《卫报》（*Guardian*）、《新政治家》（*New Statesman*）、《泰晤士报》（*Times*）和《爱尔兰时报》（*Irish Times*）的年度佳作。其诗歌现已被广泛出版及编纂，她的散文曾见诸于《池塘里》（*At The Pond*）（Daunt，2019 年）、《格兰塔》（*Granta*）、《诗歌评论》（*The Poetry Review*）等报刊杂志。目前，艾米定居于伦敦，欲了解详情请访问 amyvkey.com 或关注@msamykey。

****

中文书名：《一点付出：女性未被歌颂、未被发现、未被完成的工作》
英文书名：A LITTLE GIVE: The Unsung, Unseen, Undone Work of Women
作　　者：Marina Benjamin
出 版 社：Scribe
代理公司：PEW/ANA/Jessica
页　　数：240 页
出版时间：2023 年 9 月
代理地区：中国大陆、台湾
审读资料：电子稿
类　　型：非小说



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　　网址：www.nurnberg.com.cn

内容简介：

“有时我认为，肩负他人、历史延续、世代认同，和日常生活的情感负担，是女性的主要工作。”

在玛丽娜·本杰明（Marina Benjamin）的新一套相互关联的文章中，她将敏锐的目光转向了曾经被称为“女性工作”的任务。从做饭、打扫卫生到照顾年迈的亲戚，《一点付出》重新描绘了家庭生活：既是悖论和冲突的场所，也是慰藉和深刻意义的场所。在这里，生产力与自我消除并存，怨恨与温柔并存，动物的本能从未远离。

借鉴纳塔利亚·金兹伯格（Natalia Ginsburg）、保拉·雷戈（Paula Rego）和弗吉尼亚·伍尔夫（Virginia Woolf）等人物的作品，本杰明以极其坦率的笔触，描写了她在试图摆脱“前女权主义的泥泞世界”时，为改写性别制约而进行的斗争。从她作为一个有着固定传统价值观的移民的孩子长大，到照顾她的母亲，看到她的十几岁的孩子离开家，她审视了她与家庭、社区、她的身体，甚至语言本身的关系。最终，她展示了一个女人真正的工作或许是她人性的核心，追求着转变和真正被接受。

作者简介：

玛丽娜·本杰明（Marina Benjamin）是《永旺》（*Aeon*）的高级编辑。她的作品包括《失眠症》（*Insomnia*）、《中间停顿》（*The Middlepause*）、《火箭梦》（*Rocket Dreams*）（入围尤金·艾米奖）和《巴比伦的最后日子》（*Last Days in Babylon*）（入围温盖特奖）。她的文章曾发表在《格兰塔》、《卫报》、《纽约时报》和《巴黎评论》上。

媒体评价：

“编辑、记者和回忆录作者本杰明在一系列相互关联的文章中对女权主义、家庭和女性工作进行了思考，这些文章汇集在一起，对她的生活轨迹进行了深度的反思……对女性生活的亲密而有力的审视。”
——《科克斯书评》（Kirkus Reviews）

“这本书与其他书的不同之处在于，它特别关注女性的家务劳动……特别适合那些希望在日常情感劳动中得到认可的女性，或者那些在伊芙·罗德斯基（Eve Rodsky）的《公平竞争》（Fair Play）之后寻求另一种关于劳动分工的政治写作的女性。非常适合收藏本杰明前两部作品的图书馆，以及那些需要有关妇女权利和不公正的书籍的图书馆。”
——《图书馆期刊》（Library Journal）

“《一点付出》尖锐而又温柔地表达了困扰中年女性的难以言说的纠结情感。我想不出有几个作家能像玛丽娜·本杰明那样精明和准确。”
——凯瑟琳·梅（Katherine May），《越冬》（Wintering）一书的作者

“玛丽娜·本杰明对日常生活的感官和情感结构始终如一的关注，让她的优美写作感觉像是精心照料的典范。一本诙谐、引人入胜、非常感人的书。”
——乔什·科恩（Josh Cohen），《如何生活》（How to Live. What to Do）一书的作者

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

“本杰明在唤起日常生活和未被言说的、最亲密的时刻方面很有才华，这些时刻往往被遗忘在公众对生活的认识之外……关于女性的生活经历，没有人能写得比她更感人，更有智慧的广度和洞察力。”
——桑德拉·纽曼（Sandra Newman），《天堂》（The Heavens）一书的作者

****

中文书名：《（排除在外）：无人问津的法兰克福学派女性故事》
英文书名：(factored out): THE HITHERTO UNTOLD STORY OF THE WOMEN OF THE FRANKFURT SCHOOL
德文书名：ausgeklammert: Die Philosophinnen der Frankfurter Schule – eine unerhörte Geschichte
作　　者：Henriette Hufgard&Kristina Steimer
出 版 社：Penguin Random House Verlagsgruppe GmbH
代理公司：ANA/Winney
页　　数：304 页
出版时间：2023 年 9 月 20 日
代理地区：中国大陆、台湾
审读资料：电子稿
类　　型：大众哲学

填补哲学史上女性缺席的空白
深度调查法兰克福学派女性的成就，以及她们面临的困难
探讨了哲学对女性的敌意的根源及其与社会的交集关系

内容简介：

法兰克福学派的女性——哲学史上久违的新篇章

女性哲学家几乎总是受到双重排斥：几个世纪以来，有思想的女性一直被边缘化，常常遭受贬低，常常被完全排除在哲学史之外。即使是极具影响力的法兰克福批判理论学派——该学派从二十世纪初开始进行社会、经济和人文的交叉研究，在任何有关自由、爱、正义和自决的讨论中发挥自己的作用——也将女哲学家拒之门外。一般情况下，百科全书会列出阿多诺（Adorno）、霍克海默（Horkheimer）、哈贝马斯（Habermas）、本雅明（Benjamin）等人。他们全都赫赫有名，同时，也全都是男性。

哲学家克里斯蒂娜·施泰默（Kristina Steimer）和亨丽埃特·胡夫加德（Henriette Hufgard）对此感到非常愤怒，她们决定去寻找法兰克福学派的女性成员——格特鲁德·努纳-温克勒（Gertrud Nunner-Winkler）、弗里加·豪格（Frigga Haug）、伊娃·冯·雷德克（Eva von Redecker）和卡琳·施托格纳（Karin Stögner），甚至亲自与其中一些人进行了交谈。她们讲述了这些女性的生活和学术成就，探讨了哲学对女性的敌意的根源及其与社会的交集关系，同时也描述了女性哲学家们必须克服的重重困难，并根据当前关于平等的讨论分析了她们的论文。

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

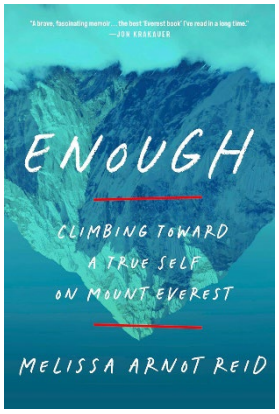
作者简介：

亨丽埃特·胡夫加德（Henriette Hufgard）正在柏林自由大学攻读艺术史和哲学博士学位，专攻美学、理性批判和后殖民主义。她还是一名艺术家。2019年，她从慕尼黑艺术学院和慕尼黑大学艺术与伦理学教育学专业毕业，并获得慕尼黑哲学学院哲学学士学位。她的研究重点是实践哲学和艺术理论，尤其是后结构主义思想。

克里斯蒂娜·施泰默（Kristina Steimer）在完成其哲学学业之后，在慕尼黑哲学学院媒体伦理系和媒体与数字社会伦理中心担任研究助理。在她的博士论文中，她研究了社交网络现象“自拍”及其对女权主义者自我赋权的意义。在建立跨学科联系的促使下，施泰默创办了一个跨学科自拍研究网络。

****

中文书名：《足够：珠峰上的自我追寻》
英文书名：ENOUGH: Climbing Toward a True Self on Mount Everest
作　　者：Melissa Arnot Reid
出 版 社：Crown
代理公司：ANA/Jessica
页　　数：304 页
出版时间：2025 年 4 月
代理地区：中国大陆、台湾
审读资料：电子稿
类　　型：传记和回忆录
亚马逊畅销书排名：
#264 in Walking (Books)



内容简介：

这本由著名开创性登山家撰写的回忆录充满了探索精神，深刻且鼓舞人心：这是一段灵魂之旅，只有穿越心灵深处的黑暗裂隙，才能登上珠穆朗玛峰的最高点。

27 岁那年，当梅丽莎·阿诺特·里德（Melissa Arnot Reid）在距离珠穆朗玛峰顶仅一步之遥的地方接过氧气罐时，她感到了前所未有的挫败与打击。为了向自己、家人和全世界证明她的价值所在，她终生不懈追求，并为自己设定了一个惊人的目标——成为第一位在没有氧气辅助的情况下登顶珠穆朗玛峰的美国女性。这次失败重创了她的精神世界，让她陷入了绝望的边缘，艰难地维系着对希望的最后一丝执念。

如同谢丽尔·斯特雷德（Cheryl Strayed）的《走出荒野》（*Wild*）一书中坦率和冒险的精神，本书讲述了里德的人生故事，在这个故事中，最险峻的山峰都成了她的避风港——直到有一天，连它们也似乎不再安全。从小生活在冲突、背叛和威胁中的里德，凭借一己之力攀上了登山界的巅峰，并引领他人挑战世界上最艰巨的高峰，在这个以男性为主导的环境中树立了自己不畏艰险的女性形象。然而，每一次成功登顶之后，她的内心就会陷入动荡的谷底——她与家庭的隔阂，以及那些充满欺骗与不忠的情感纠葛，这些都让她的内心世界更加混

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

乱不堪，甚至具有自我毁灭倾向。最终，她无法再避免这两个世界的碰撞，尤其是在危险高地发生的一系列悲剧夺走了她的导师和朋友的生命之后。面对这一切，里德被迫直面自我，踏上了一场最为危险的征程——向着未知的宽恕与自我接纳的承诺前进。

这部美丽又令人心痛的回忆录记录了一位世界级伟大登山者的人生旅程，从稀薄空气中可见的至高之处到潜藏着熟悉恶魔的幽暗深渊，展现了任何曾为寻求自我怜悯而奋斗的人们都能共鸣的心路历程。无论是身处高山还是日常生活中，《足够》都是一次生死存亡之间的真实写照，它剥开了人类心灵最真实的一面。

营销亮点：

- **关于毅力和自我发现的普世故事：**从根本上说，《足够》探讨的是诸如从创伤中恢复与战胜个人心魔等普遍话题，这些主题触动着每个人的内心深处，使读者得以反思自身的成长路径与生命意义。

- **作者在登山界享有盛誉：**作为唯一一位无辅助氧气登顶珠穆朗玛峰的女性，梅丽莎获得了广泛赞誉，被《Outside》《Backpacker》《Men's Journal》《Marie Claire》《Glamour》等主流刊物争相报道。2015 年，她通过《今日秀》（*Today Show*）与康泰纳仕（Conde Nast）和 NBC 环球（NBC Universal）建立了媒体合作关系，记录了自己第六次征服珠峰的壮举。此外，Eddie Bauer、Alpina Watches、Silver Oak Wines、Smith Optics 等众多知名品牌纷纷与她展开合作，本田、微软和奔驰 AMG 也邀请她参与广告拍摄。

- **庞大的社交媒体粉丝基础与演讲邀约：**梅丽莎经常受邀出席各种规模的公开演讲，吸引听众数量 150-15000 不等（有时甚至远远超过 15000 人）。她的社交媒体粉丝活跃度很高，在多个平台上拥有 7 万名粉丝。

- **与 Sugar23 的合作：**我们在 Sugar23 的合作伙伴正积极为梅丽莎策划宣传策略，努力搭建起她与多个品牌的桥梁，旨在拓展合作机会与赞助项目。此举旨在扩大梅丽莎的受众群体，增强其知名度，从而为图书出版前营造有利的市场环境与舆论氛围。

作者简介：

梅丽莎·阿诺特·里德（Melissa Arnot Reid）是第一位在没有补充氧气的情况下登顶珠穆朗玛峰的美国女性。这是她第六次登上世界最高峰，巩固了她在登山史上的地位。她也因此成为媒体明星，受到许多刊物、电视节目和寻找励志演讲人组织的追捧。她现在继续担任登山向导，并经营着由她共同创立的非营利组织——The Juniper Fund。

媒体评价：

“阅读《足够》，就如同与我最喜欢的运动员并肩站立在狂风呼啸的裂缝旁。梅丽莎以其亲身经历告诉我们，即便面临创伤、痛苦、压力、焦虑、怀疑乃至失败，我们也能攀登上属于自己的人生巅峰。她深知站在顶峰的感觉，而分享这本书并记录下她如何到达顶峰的详细历程，则是她迄今为止最伟大的成就。”

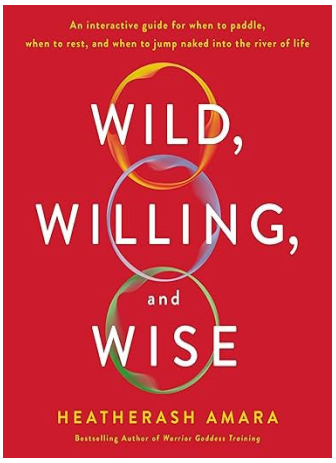
——迪娜·卡斯特（Deena Kastor），奥运奖牌得主，《纽约时报》畅销书《让心灵奔跑》（Let Your Mind Run）的作者

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

“这部勇敢、引人入胜的回忆录记录了一位顶尖职业登山向导动荡不安的生活。作品的巨大力量主要来源于作者无情的诚实。梅丽莎·阿诺特·里德冷静地以第一手资料讲述了她如何阻止一群愤怒的夏尔巴人在珠穆朗玛峰上杀害三位侮辱并轻视他们的著名欧洲登山者，她见证了珠穆朗玛峰历史上最致命的两次大规模灾难，并描述了自己在没有额外供氧的情况下艰难攀登至峰顶的经历。《足够》是我有史以来读过的最好的‘珠峰之书’。”
——乔恩·克拉考尔（Jon Krakauer）

****

中文书名：《野性、意志、智慧：一个互动指南，什么时候划桨，什么时候休息，什么时候赤身跳入生命之河》
英文书名：WILD, WILLING, AND WISE: An Interactive Guide for When to Paddle, When to Rest, and When to Jump Naked into the River of Life
作　　者：HeatherAsh Amara
出 版 社：St. Martin’s Essentials
代理公司：ANA/Winney
页　　数：176 页
出版时间：2024 年 7 月
代理地区：中国大陆、台湾
审读资料：电子稿
类　　型：女性励志



“释放生命能量的狂欢节，让每一次心跳都跳跃着对生活的热爱，活出你的独一无二，绽放最耀眼的光彩！”

内容简介：

来自作者兼教师希瑟拉斯·阿马拉（HeatherAsh Amara）的一本革命性的互动指南，它揭示了构成我们生命流动的能量：《野性、意志、智慧》——对少女、母亲和老妪原型的当代再构想。

无论我们是否意识到，我们的生命始终在三种能量的循环中：野性的创造力，意志的勇气和力量，以及智慧的感激和顺从。

希瑟拉斯·阿马拉深入探讨了这三种原型，详细描述了它们在过剩和不足状态下的表现，使读者能够开始将情感上的动荡和困境视为能量失衡的结果。《野性、意志、智慧》结合了轶事、自我反思测验、简单的练习和视觉化技巧，教读者如何将这三种能量平衡起来，以找到内心的自由和一致性。

这部互动性强、具有颠覆性的指南不是一本规则手册，而是一次持续不断的旅程的邀请。加入希瑟拉斯·阿马拉（HeatherAsh Amara）的行列，一起踏上成为充满激情的、富有创造力的、无畏的、无比快乐的和充满同情心的旅程吧。

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

目录

这本书适合有以下情况的你
警告和协议
关于一条该死的大河的故事
嗨，同行者，很高兴你能来这里
身在其中...
你目前与生命之河的关系是什么？
来自生命之河的启示
徜徉生命之河
从概念到体现
您的三个能量向导
认识野性
认识意志
遇见智慧
选择一个向导
侦察你的内在领地
无畏的旅行者，请记住
野性
关闭我的野性
当野性变得鲁莽
野性意识
野性视觉化
狂野的思考
野性与自由
狂野医学
狂野回顾
愿意
我不想.....但我愿意
甘愿殉道
愿意勇敢
心甘情愿的视觉化
心甘情愿的思索
愿意给予和接受
心甘情愿的医学
愿意回顾
智慧
陷入自以为是的故事中
透过表象看本质
智慧慈悲
智慧的视觉化
智慧的思索
智慧之流
智慧医学
智慧回顾
整合你的野性、意愿和智慧

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

我们是河流
奖励！勇士之心实践
勇士之心练习
勇士解缆
回旋
勇士医学
狂野
心甘情愿
充满智慧
最终目的地 感觉室
勇士评论
最后的情书
资源
视觉化
女神、众神和神话生物，哦，我的天啊
深入探索
你内心的灯塔
关于作者
致谢
索引

作者简介：

希瑟拉斯·阿马拉（HeatherAsh Amara）著述丰富，其中包括《女战神训练》（Warrior Goddess Training）系列。她将一种开放、包容的世界观带到她的作品和教学中，这是托尔特克智慧、欧洲萨满教、佛教和美洲土著仪式的丰富融合。目前，她的日常生活是开着一辆 20 英尺常家庭旅行车在美国和国际各地旅行、教学。

媒体评价：

“这本精美的书籍由一位洞察力深刻的老师提供了有力的成长和扩展见解。日记提示为沿着下沉的道路进行甜蜜的自我发现提供了真正的机会。再见“适合所有人”的灵性，你好“战士内心的独特道路”真正的胜利！”
——克里斯·费拉罗，《显现，你的不同之处是你的力量》

“这是一本关于如何在人生的激流中游刃有余的指南书。书中包含了她一贯的疗愈性女性智慧，但她的指导和建议是以一种轻松的语气呈现的，让你在做练习和填写空白时觉得是在享受乐趣。这是对我们当前历史时刻沉重氛围的一剂急需的解药！”
——维基·诺布尔，《夏克提女神》

“这本书太棒了！希瑟拉斯·阿马拉带领我们沿着生命之河进行了一次奇妙、诚实且令人深思的旅程——这条河充满了美丽、瀑布、广阔、挣扎、恐惧和狂野的急流、灾难和神秘，阿马拉用精彩的故事讲述、反思、视觉化和练习让我们安全地抵达岸边。书中还有冥想、反思和练习，可以帮助我们平静心情、找到自我，以一种新的、富有同情心和爱的方式站稳脚跟。这是一本你愿意一遍又一遍重读的书。那一刻，我深刻地体会到：一切都是神圣的。”
——米歇尔·麦克伊万，《野性智慧》

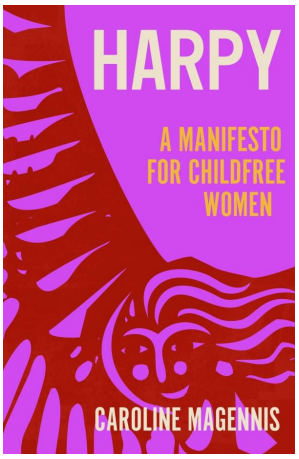
北京市海淀区中关村大街甲 59 号中国人民大学文化大厦 1705 室，邮编：100872
电话：010-82504106 网址：www.nurnberg.com.cn

“希瑟拉斯·阿马拉是一位杰出的作家和老师，她满怀热情地分享着自己的智慧。她的快乐和无拘无束的热情令人无法抗拒！翻开这本书，准备去发现生命中美丽的新篇章吧。”
——斯蒂芬·穆尔海恩

“无论你是感觉自己在逆水行舟，还是被困在漩涡中，或是想要成为生活中更熟练的旅行者，《野性、意志、智慧》都是你的指南书。这本书读起来就像是在和最喜欢的阿姨喝茶：温馨而实用的幽默和实用建议的完美融合。”
——贝齐·查斯，《杀死佛陀》

****

中文书名：《鹰身女郎：丁克女性的宣言》
英文书名：HARPY: *A Manifesto for Childfree Women*
作　　者：Caroline Magennis
出 版 社：Icon Books
代理公司：ANA London/ANA/Jessica
字　　数：7,2000 词
出版时间：2024 年 5 月
代理地区：中国大陆、台湾
审读资料：电子稿（全稿已递交）
类　　型：非小说
版权已授：西班牙
·Stylist 2024 年最佳非虚构图书：Best non-fiction books released in 2024 (stylist.co.uk)



内容简介：

“围绕着母亲、非自愿无子女的女性和自愿无子女的女性，我们时常能看到各种分裂性言论对他们纠缠不休，而我希望这本书能够代替这些喧嚣言论。针对生育与否，尽管越来越多的女性为自己做出决定，但全球范围内，生育权利正遭受威胁。这本书旨在赞扬那些为我们铺平道路的女性，同时警惕我们永远不要把生育自由视为理所当然的权利。”
——本书作者，卡罗琳·马吉尼斯(Caroline Magennis)

尽管大约五分之一的女性有意选择不生育子女，媒体对生育话题仍旧非常着迷——无论是詹妮弗·安妮斯顿（我们的 Rachel）在《老友记：重聚特辑》中宣布收养子女的传闻，还是贬义词语如“疯猫夫人”(crazy cat lady)或“老处女”(spinster）的司空见惯。“女性可以自主选择无子女生活”这个想法似乎是令人憎恶的，但事实是，每一代都会出现比上一代更多的无子女女性，原因包括女性拥有更大程度经济自由、优先考虑事业或更注重友谊，等等。

那么为什么这个话题仍然如此禁忌呢？《鹰身女郎》一书中，学者和作家卡罗琳·马吉尼斯邀请我们思考这个选择背后的特权，并就谴责女性主动放弃生育权的社会结构提出质疑。

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

作者简介：

卡罗琳·马吉尼斯博士(Dr. Caroline Magennis)常驻索尔福德大学，研究二十一世纪文学，并担任英国爱尔兰研究协会(British Association for Irish Studies)理事会主席。自 2014 年起，她在索尔福德工作，之前曾在都柏林大学学院、贝尔法斯特女王大学和利默里克大学担任研究和教学职位。她写过两本书，分别是《阿尔斯特之子：当代小说中的男性气质》（*Sons of Ulster: Masculinities in the Contemporary Northern Irish Novel*, Bloomsbury, 2010）和《烦恼过后的北爱尔兰写作：亲密关系、情感、快乐》（*Northern Irish Writing After the Troubles: Intimacies, Affects, Pleasures*, Bloomsbury, 2021）。

媒体评价：

“又一本诙谐有力的读物，该书深入探讨了无子女女性的世界——选择不为人母的自由，以及为什么并不是每一个人都适合为人父母。”
——《潮流》(Stylist)

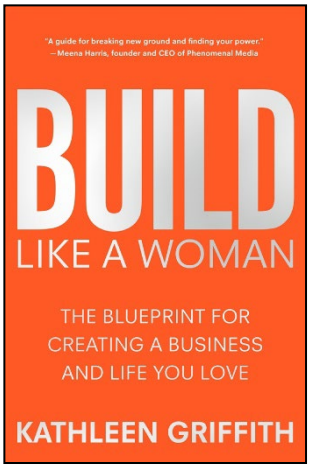
对作者前作的书评：

“我很幸运能成为这本书的早期读者，它为北爱尔兰文学批评注入了一股激进而人道的能量。能够与众多当代作家一起被如此密切而深刻地阅读，是一种特权。”
——卢西·考德维尔，小说家和剧作家

“马吉尼斯培养了一个重要的空间和一个重要的女性主义方法论框架，以激发下一代对北爱尔兰的学术思考。这本书所构建的亲密、情感和快乐主题，为北爱尔兰研究提供了深刻的重新思考，它将那里的居民视为具有复杂需求和欲望的主体，而不仅仅是战争的产物。总的来说，这是一项重要而严谨的研究成果，来自北爱尔兰研究领域一位激动人心、有责任心的声音。”
——《爱尔兰大学评论》

****

中文书名：《女性创业指南：创造你热爱的事业和生活的蓝图》
英文书名：BUILD LIKE A WOMAN: The Blueprint for Creating a Business and Life You Love
作　　者：Kathleen Griffith
出 版 社：St. Martin’s Essentials
代理公司：ANA/Winney
页　　数：275 页
出版时间：2024 年 6 月
代理地区：中国大陆、台湾
审读资料：电子稿
类　　型：经管



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　　网址：www.nurnberg.com.cn

内容简介：

来自自力更生的企业家和女性全球平台“像女性一样创业”(Build Like A Woman)的创始人。必不可少的商业宝库，可以帮助你释放你的商业潜能，占据一席之地，实现你的梦想生活。

这本新的商业书籍是为那些想要创业并同时保持自己热爱的生活的女性企业家而写的。凯瑟琳·格里菲思（Kathleen Griffith）分享了她创业的经历，发现女性商业领域充斥着“加油，女孩”之类的信息，但在实际建立企业方面却缺乏务实的细节。这本书既提供了基础的思维理念，又提供了实用的、可操作的商业技能。

在快节奏的“赶场文化”和“耗尽精力”的环境下，女性不想“向前靠”，而是想“躺下休息”。如今，越来越多的女性希望离开职场的繁琐工作，以一种能够滋养生活而不是消耗生活的方式开创自己的事业。但她们不知道从何开始。

格里菲思也曾有过同样的经历。当她开始创业时，她发现女性创业领域充斥着“加油，女孩”之类的口号，但缺乏实际建立企业所需的具体细节。于是她自学了所有能学到的知识，向商界最优秀的人才学习，并与个人成长专家合作。令人惊讶的是，她意识到所有关于“心态”的工作在她的企业中带来了最高的回报，并且通过这个过程她开发出了一个成功的证明方法。

将基础心态原则与实用、可操作的商业技能相结合，《女性创业指南》是为那些希望创业并创建自己热爱的企业和生活的有志之女而设计的。从企业高管到兼职创业者，从刚毕业的大学生到全职企业家，不分年龄、性别或背景。这不是一本普通的商业书籍，而是一份非传统的创业蓝图。它将颠覆任何阻碍你前进的信念，消除任何阻碍你前进的障碍，并释放你的全部潜力。你将学到的工具将帮助你在商业和生活中取得突破：生活设计、健康实践、个人力量、觉知领导力、财务管理、客户目标、品牌战略、营销计划和销售提案。

目录

引言：我们生来就是为了这个 1
工作清单 19
第一部分：心态
构建你的基础
1. 剧情：了解地形 27
2. 拆毁：打破障碍，勇往直前 43
3. 愿景：畅想你的未来 58
4. 设计：放大自我，展现真实力量 71
5. 框架：制定可执行的计划 81
6. 团队：引领你周围的人 97
第二部分：技能集
释放你的梦想
7. 标题：从你的生意中获利 117
8. 工具：寻找客户 140
9. 完成：为你的品牌定位，使其脱颖而出 156
10. 营销策略：深入挖掘营销 172
11. 排练：锤炼销售技巧 190
12. 展示案例：在现实世界中运用 IT 技术 207

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

作者简介：

凯瑟琳·格里菲思（Kathleen Griffith）是一位获奖的创业家、商业战略家、电视制片人，也是女性领域的领军人物。她的媒体公司为《财富》100 强企业提供面向女性的相关内容、策略和体验方面的咨询服务。凯瑟琳的最终使命是帮助女性设计和实现她们梦想中的商业和生活。《像女人一样创业》是她的第一本书。

媒体评价：

"在《像女人一样创业》一书中，我们探讨了在学会应对人生起起伏伏的同时，如何建立自己的事业传承。"
——伊娃·朗格利亚（Eva Longoria）

"凯瑟琳·格里菲思的《像女人一样创业》既有心意又有干劲，它为你提供了一条实事求是的指南，帮助你将事业从零开始，并让它蓬勃发展。"
——芭芭拉·科科伦（Barbara Corcoran），科科伦集团（The Corcoran Group）创始人，《鲨鱼坦克》（Shark on Shark Tank）节目的鲨鱼投资人

"这不仅仅是一本传统的商业书籍，它还是一份热情而明确的宣言，告诉你如何在建立事业的同时，也建立一颗强大的勇敢的心。"
——蒂姆比·洛克（Tembi Locke），《从头做起》（From Scratch）一书的纽约时报畅销书作家

"创业是一段旅程，但需要向导的指引。凯瑟琳·格里菲思的《像女人一样创业》带领女性企业家一步步踏上创业之旅。"
——哈佛大学肯尼迪学院和商学院教授、《纽约时报》畅销书作家阿瑟·C·布鲁克斯（Arthur C. Brooks）

"有很多书承诺提供轻松的渐进式进步方法。令人耳目一新的是，《像女人一样创业》并不是其中之一。在这个常常告诉女性要限制自己抱负的世界里，凯瑟琳提供了一份指南，帮助女性突破界限，找到自己的力量。""
——米娜·哈里斯（Meena Harris,），非凡媒体（Phenomenal Media）的创始人兼首席执行官"

****

中文书名：《新时代性别歧视》
英文书名：THE NEW AGE OF SEXISM
作　　者：Laura Bates
出 版 社：Simon & Schuster
代理公司：Rachel Mills/ANA/Winney
页　　数：320 页
出版时间：2025 年 5 月
代理地区：中国大陆、台湾
审读资料：电子稿
类　　型：大众社科

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

内容简介：

AI 已然来临，正深刻改变着我们的社会结构。这是否意味着一个以女性及边缘群体为核心、重新想象的未来？

我们常常认为性别平等在逐步实现。随着越来越多的高科技设备触手可及，我们倾向于认为，随着新技术的到来，以及新技术的合理使用，实现平等的进程将会加快。

但一波新技术威胁到了这一观念：深度伪造、元宇宙、网络擦边。由于厌女症已融入到这些新技术的设计中，人工智能、虚拟现实和机器学习正在将女性拖回黑暗时代。除非我们为之奋斗。目前，权力依然掌握在少数富有白人男性手中。新的 AI 技术因其设计中所内嵌的性别歧视倾向，正在危及女性的权利与安全——她们的利益正在被牺牲于利润最大化与技术加速推进的祭坛之上。

在《新时代性别歧视》中，《星期日泰晤士报》畅销书作家兼社会活动家 Laura Bates 带领我们深入探索这个迅速演变的世界。她调查了元宇宙、正面抗击深度伪造色情内容、实地走访“网络妓院”、测试聊天机器人，并倾听来自深陷网络性骚扰困扰的学校的声音。书中展现了我们生活中的各个层面——从教育到工作，从性到娱乐——如何被技术悄无声息地渗透和塑造。她发现，这个世界宛如“科技蛮荒西部”，歧视、不平等与骚扰被编码进我们即将无可选择地生活其中的未来之中——除非我们抓住这个关键时刻，发出改变的呼声。

本书将深入探讨威胁在哪里、有哪些威胁，探索人工智能、性爱机器人和基于图像的虐待等一切问题，这些都是我们不能忽视的。这不是一本关于未来的书。这一切正在发生，而且正在成为我们日常生活的一部分，进程甚至可能比我们意识到的更快。

这本书紧张、勇敢且发人深省，揭示了一个我们再也无法忽视的现象。我们的未来岌岌可危，必须立即行动，否则将为时已晚。新兴技术正在渗透到我们生活的几乎各个方面，这对女性生活的影响几乎是不可估量的。《新时代性别歧视》呼吁大家及时采取行动，抵制在科技领域日益蔓延的厌女情绪。

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

作者简介：

劳拉·贝茨（Laura Bates）是一名活动家、作家、演讲家和记者。她是“日常性别歧视项目”（Everyday Sexism Project）的创始人，该项目收集了 20 多万条关于性别不平等的证词，并且这个数字还在增加。劳拉曾就读于剑桥大学，后来成为自由撰稿人，为《卫报》（*The Guardian*）、《独立报》（*The Independent*）、《新政治家》（*New Statesman*）、《红杂志》（*Red Magazine*）和 *Grazia* 等杂志撰稿。劳拉撰写了五本非虚构类书籍，其中最新的两本以七种语言销售。

欢迎查看作者相关视频

https://drive.google.com/drive/folders/1XuuZ4bmjamF0vhzs1pdTrRovPBoK6q-q

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

媒体评价

“对这个由马克·扎克伯格在‘创始人信’中描绘的勇敢新世界进行了一场深刻而令人不安的巡礼，揭示了女性在元宇宙中被性化与受虐的种种方式，其调查暴露了人性中最黑暗的冲动。”
——Pippa Bailey，《新政治家》（New Statesman）

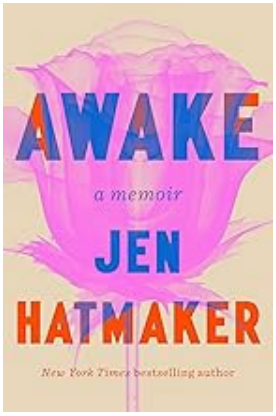
“如惊悚小说般扣人心弦，充满生动报道、引人注目的故事、犀利见解与震撼数据。Bates勇敢地驾驭黑暗素材，在恐惧与希望之间拿捏得恰到好处。”
——Catherine Blyth，《每日电讯报》（The Telegraph），五星好评

“作者与AI机器人‘交友’一周，最终演变为一场令人毛骨悚然的经历，令人深思。”
——《Elle》杂志

“独家专访与书中节选，让人得以一窥这本极具警示意义之作的深刻内涵。”
——《泰晤士报杂志》（The Times Magazine）

****

中文书名：《她的觉醒》
英文书名：AWAKE
作　　者：Jen Hatmaker
出 版 社：Avid Reader
代理公司：WME/ANA/Jessica
页　　数：246页
出版时间：2025年秋
代理地区：中国大陆、台湾
审读资料：电子稿
类　　型：传记和回忆录



内容简介：

一部关于婚姻、自我发现与中年复兴的深刻回忆录

珍·哈特梅克(Jen Hatmaker)，你可能从未听说过她，但作为《纽约时报》畅销书作家，她的成功《纽约时报》难用语言形容。多年来，她的名字与美国基督教文化紧密相连。她曾写过关于信仰、家庭以及与上帝同行之旅的书籍。然而，这一切都都在一夜间轰然倒塌——

这是她旧生活的终结。

2020年7月11日凌晨2点30分，珍·哈特梅克醒来，发现结婚26年的丈夫在他们的床上低声与另一个女人通电话。在接下来的几个月里，她从一位光彩照人、风趣幽默、受欢迎的领袖，变成了一个离婚的残局，靠抗抑郁药和抗焦虑药物度日，独自抚养五个孩子，对自己的银行账户一无所知。十多年来，她带领数百万女性——鼓励她们拥抱真实、寻找彻底的自主权并建立健康的关系——这一切似乎成了彻底的失败。

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

在《觉醒》中，珍首次分享了她发现自己完全迷失在海洋中的经历——以及她如何到达岸边。在跨越 40 年少女时代、婚姻和育儿的坦率且出奇幽默的片段中，珍揭示了中年生活的混乱——婚姻的崩溃、宗教和文化体系的瓦解，以及伴随未请求的变化而来的悲伤。并且，利用她所有的资源——从外部到内部——珍敢于质疑整个纸牌屋下的体系，并反思那些将她带到这一点的神话、半真半假和谎言。

《觉醒》不仅仅是一个女人的故事，它是对我们所有人被赋予的故事的批判性分析：性别限制、宗教顺从、身体羞耻和自我抹杀的故事。以令人耳目一新的坦率，珍探索了中年复兴——哀悼失去的东西，珍惜可能性，并在清醒的状态下进入人生的下半场。

这本书是对希望、韧性、自主权以及混乱而神奇的中年重生的庆祝。在实时记录中，她摆脱了传统的文化体系，最终再次坠入爱河——这一次，是与她自己。对于那些坐在生活废墟中的女性来说，这本书提醒她们：她们可以选择不同的道路。

目录：

作者寄语
第一部分：结局
第二部分：中间
第三部分：开始
致谢

作者简介：

珍·哈特梅克(Jen Hatmaker)是一位作家、播客主、演说家、倡导者、教育家和母亲。从她在 14 本书中写下的文字的力量，包括四本《纽约时报》畅销书，到在舞台上演讲，领导自己的课程和读书俱乐部社区，以及在她屡获殊荣的《For the Love》播客上采访无数有远见的人，珍在触及社区心灵方面有着不可否认的天赋。

媒体评价：

“珍·哈特梅克的心碎故事和她原始、真实的转变将以最好的方式点亮你。她的温暖、幽默和诚实绝对具有感染力，我无法想象任何女性在阅读这本书时不会感到被看见、被激励和完全被赋予力量。”

——梅尔·罗宾斯（Mel Robbins），*The Let Them Theory* 畅作者，The Mel Robbins Podcast 主持人

“有时，最糟糕的事情必须发生在我们身上，才能推动我们走向最好的事情。珍·哈特梅克经历了难以忍受的痛苦，在公众的审视下，她带领自己、她的孩子和她的朋友们走向了新生活。她以幽默、残酷的诚实和我们可以从中学习的坚强做到了这一点。生活并不完美，但如果你能在最艰难的时刻保持存在，你会发现另一边美丽的东西是你真实、真实的自我。珍勇敢地讲述了自己的故事，包括所有的缺陷。我很高兴她与我们分享了这一切。”

——翠莎·耶伍德（Trisha Yearwood），格莱美奖得主歌手

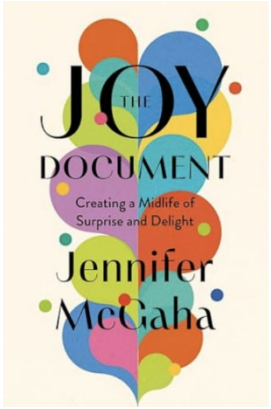
北京市海淀区中关村大街甲 59 号中国人民大学文化大厦 1705 室，邮编：100872
电话：010-82504106　　网址：www.nurnberg.com.cn

“《觉醒》是珍·哈特梅克最原始、最勇敢的一面。这部回忆录不仅仅是一个故事；它是任何人在人生最艰难篇章中的救生索。以毫不妥协的诚实和标志性的机智，珍展示了如何在生活崩溃时重建——更强大、更真实、美丽地觉醒。这本书不仅触动了你的心；它还唤醒了它。”
——珍娜·库彻（Jenna Kutcher），*How Are You, Really* 畅作者，The Goal Digger Podcast 主持人

“我们是情境化的存在。我们吸收早期环境中的信息和规范，这告诉我们该期待什么和忍受什么。珍·哈特梅克在这里揭开了面纱，慷慨地分享了她最私密的故事，同时也提出了更大的问题：在这个文化中，一个女孩和她成长的女人被允许成为什么。这是一份礼物。”
——凯莉·科里根（Kelly Corrigan），《纽约时报》畅销书 *Tell Me More* 作者，Kelly Corrigan Wonders 播客主持人

****

中文书名：《快乐文档：创造充满惊喜和喜悦的中年》
英文书名：*The Joy Document: Creating a Midlife of Surprise and Delight*
作　　者：Jennifer McGaha
出 版 社：Broadleaf Books
代理公司：Defiore/ANA/Jessica
出版时间：2024 年 11 月
代理地区：中国大陆、台湾
页　　数：198 页
审读资料：电子稿
类　　型：心灵励志



内容简介：

五十篇诙谐幽默的随笔，讲述了如何在五十岁之后从小事中寻找快乐，从而创造充满惊喜和愉悦的中年生活。

一旦你开始寻找快乐，你几乎可以在任何地方找到它。

詹妮弗·麦加哈的祖母年过八旬时，詹妮弗问她迄今为止最喜欢的年龄是什么。祖母回答说：“55岁。”仿佛这个人生阶段有什么神奇之处，从这个有利视角，她能有更深刻的认识。于是，在自己五十五岁的时候，詹妮弗开始做记录了。她记下了自己对简单的日常事物的印象，这些事物让她觉得美丽、幽默或有趣，她还列出了所有对她来说真正重要的大小成就。

这些观察结果成为了詹妮弗的 “快乐文档”，这是一种彻底的重拾快乐的行为，也是一种对注意力的练习。当你下定决心寻找快乐时，几乎任何事情都能给你带来启示——地球日当天在全食超市跑腿、克莱尔·萨菲茨的水果蛋糕食谱、乘坐“闪烁出租车”的一次痛苦经历、听德沃夏克的《第八交响曲》的一次晚间野餐，或者在马路边上翻筋斗。虽然我们中的许多人已经找到了我们所追求的一切（事业、更好的生活、组织工具），但这些东西只能到此为止。我们开始寻找更伟大、更真实的东西。从这个角度看，五十岁以后的生活不是人生

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

的终点，甚至不是人生的中间，而是一个新的起点，是另一场盛大的冒险，有无穷无尽的机会去寻找快乐。《快乐文档》收录了50篇诙谐幽默的散文，探讨快乐的艺术，并激励我们每个人也这样做。

作者简介：

詹妮弗·麦加哈（Jennifer McGaha）著有《除了两只羊一无所有》（*Flat Broke with Two Goats*，2018 赛阅大型图书馆读物）和《丛林跋涉：如何迷失在森林中并通过写作找到出路》（*Bushwhacking: How to Get Lost in the Woods and Write Your Way Out*）。她的作品还出现在许多杂志和文学期刊上，包括《图像》、《赫芬顿邮报》、《新先锋》、《卢米娜》、*PANK*、《高等教育纪事》、《简明》、《苦涩的南方人》、《克拉布溪评论》、《河牙》等。麦加哈是土生土长的阿巴拉契亚人，在北卡罗来纳大学阿什维尔分校任教，并负责协调大烟山写作项目。

媒体评价：

“麦加哈的抒情散文为生活中那些看似容易被遗忘的瞬间赋予了深度"。
----《出版商周刊》（Publishers Weekly）

“麦加哈以真实的笔触，分享了她的日常生活和从中发现的快乐。这本书将启发读者以一种全新的意识暂停下来，认识到如果以开放的态度和有意识的方式对待生活，每一刻都能提供自我发现和感恩的机会"。
----《图书馆杂志》（Library Journal）

****

中文书名：《初入职场我就该知道的事》
英文书名：Things I Wish I'd Known When I Started
德文书名：Dinge, die ich am Anfang meiner Karriere gerne gewusst hätte
作　　者：Mirijam Trunk
出 版 社：Penguin Random House Verlagsgruppe
代理公司：ANA/Winney
页　　数：320 页
出版时间：2023 年 3 月
代理地区：中国大陆、台湾
审读资料：电子稿
类　　型：女性励志

内容简介：

这是一本关于女性事业起步的内幕指南。

女性事业停滞不前的原因有很多——甚至在她成为母亲之前，就陷入了“兼职陷阱”。在职业生涯的前五年，女性会遇到男性同事不必面对的障碍，从德国公司的高级管理团队和董

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

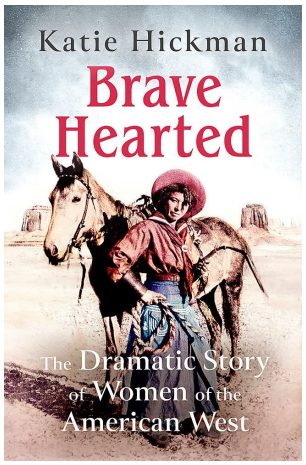
事会都由男性主导就可以看出。米里贾姆·特兰克（Mirijam Trunk）27 岁时成为贝塔斯曼旗下播客制作公司 Audio Alliance 的董事总经理，30 岁时成为 RTL media 的首席跨媒体官。每天，她都看到传统的性别观念、根深蒂固的行为和有限的网络结构如何造成了工作场所的不平等，以及男性和女性如何都未能实现变革。在这本以她自己的经历为基础的书中，特兰克揭示了女性在工作中经常遇到的障碍，并提供了克服这些障碍的实用建议。《初入职场我就该知道的事》为初入职场的女性提供了她们需要的弹药，帮助她们避免常见的陷阱，避开老式的结构，扫清通往高层的道路。

作者简介：

米里贾姆·特兰克（Mirijam Trunk），1992 年出生，在慕尼黑大学学习心理学和传播学。在此期间，她还在华盛顿特区学习了美国政治等。从慕尼黑的德国新闻学院（German Journalism School）获得文学硕士学位并毕业后，她在《巴伐利亚报》（Bayerische Rundfunk）担任记者和新闻播音员，之后加入了贝塔斯曼（Bertelsmann）的创意管理项目。随后，她转到斯特恩（Stern）担任编辑，在那里她还监督各部门的商业和品牌管理活动。2019 年 1 月，她成为斯特恩母公司格鲁纳+贾尔的高级管理顾问，当贝塔斯曼创建音频联盟时，年仅 27 岁的特伦克成为董事总经理。2021 年 4 月，她被任命为 RTL media 的播客和音频点播总监，同时继续担任音频联盟的总经理，负责播客内容及其音频 Now 平台。自 2019 年加入音频联盟以来，特兰克已将其转变为最大的私营播客制作商。

****

中文书名：《勇敢的心：美国西部的女性们》
英文书名：BRAVE HEARTED: The Dramatic Story of Women of the American West
作　　者：Katie Hickman
出 版 社：Virago (UK) and Spiegel & Grau (US)
代理公司：PFD/ANA/Jessica
页　　数：239 页
出版时间：2022 年 5 月
代理地区：中国大陆、台湾
审读资料：电子稿
类　　型：女性励志



内容简介：

女性在“狂野的西部”经历的真实故事比所有电影、小说、民间传说和民谣等大众想象力所能创造的更扣人心弦、更令人心酸、更激动人心。无论她们是新的繁荣城镇中酗酒的苦力和妓女，还是拉着手推车在草原上行走两千英里的“普通”妻子和母亲，还是在洗衣店工作的中国女奴，或是因“白人”大规模迁移到她们的土地上而流离失所的美国原住民妇女，她们都有一个共同的特点：在面对未知时表现出极大的坚韧和勇气。

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

凯蒂·希克曼以信件、日记和其他非凡的当代叙述为基础，筛选传说和神话、法律和条约，向我们展示了一批令人难忘的女性，她们都被迫在动荡的变化面前发挥巨大的韧性和勇气：拥有一半印第安血统的玛格丽特·麦克洛克林（Marguerite McLoughlin），备受钦佩的温哥华堡“第一夫人”；长老会传教士纳西莎·惠特曼（Narcissa Whitman），她于 1837 年成为第一位穿越落基山脉向西陆路旅行的白人女性；比迪·梅森（Biddy Mason），密西西比州的奴隶，通过加利福尼亚州的法院为自己的自由而战；奥利弗·奥托曼（Olive Oatman），被莫哈维族人收养，因面部纹身而闻名。

这是一个关于女性的故事，她们参与了美国历史上最大的大规模移民，在这个过程中改变了自己的国家。这不是浪漫化的美国历史，而是真实的。

作者简介：

凯蒂·希克曼（Katie Hickman）著有九本著作，包括两部畅销的非虚构作品：《不列颠的女儿》（*Daughters of Britannia*）（在《星期日泰晤士报》畅销书排行榜上连续十个月排名第一，并为英国广播公司第四电视台制作了 20 集的系列节目）和《宫女》（*Courtesans*）。她还写了三部历史小说：《鸟巢之门》（*The Aviary Gate*）、《平达钻石》（*The Pindar Diamond*）和《主教门之屋》（*The House of Bishopsgate*），这些作品已被翻译成 20 种语言行销全球。她的其他书籍包括两本备受赞誉的旅游书，例如《墨西哥马戏团旅行记》（*Travels with a Mexican Circus*），该书曾入围托马斯·库克旅游书奖。凯蒂出生于一个外交家庭，有一个漂泊不定的童年，在西班牙、爱尔兰、新加坡和南美长大；她有两个孩子，现居伦敦。

媒体评价：

“这本书充满了令人心碎的勇气和悲剧，是对美国边疆历史的重要贡献。”
----《出版者周刊》（Publishers Weekly）

“对 19 世纪美国西部定居点中女性的多方面角色进行了广泛的调查……希克曼写得细致入微……这是对长期以来以男性为中心的西部扩张历史的一次可喜的纠正。”
----《柯克斯书评》（Kirkus Reviews）

“与任何西部作品一样易于阅读，还有一个额外的优势，那就是展示旧西部的新版本，这对读者探索至关重要。”
---《图书馆期刊》星级评论（Library Journal, starred review）

“一个成功的故事，将许多被忽视的女性带到了聚光灯下。”
----《书单》（Booklist）

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

****

中文书名：《单身万岁：一个人也能活得精彩》
英文书名：SINGLE: Living a Complete Life on Your Own Terms
作　　者：Nicola Slawson
出 版 社：Headline
代理公司：United Agents/ANA/Jessica
页　　数：368 页
出版时间：2025 年 2 月
代理地区：中国大陆、台湾
审读资料：电子稿
类　　型：大众文化
版权已授：美国

内容简介：

开诚布公地谈论独身生活的挑战，热切地赞颂单身的快乐和机遇，为读者带来陪伴、洞察、帮助、灵感。

在英国，大约 40%成年人都保持单身。单身并不是人际关系的过渡状态，它可以带来自由、自我发现和自我决定。与此同时，也存在着从社会到经济方面的挑战。如果你是单身，如何应对医疗和住院？如果深夜被困在屋外，该给谁打电话？如果找不到合适的人一起生育孩子，你是否应该独自为人父母？

显然，这个世界史为情侣设计的，世界里的单身生活，以及如何在面对偏见和误解时充分利用生活。不论你是新近单身、长期单身、公开单身、勉强单身、考虑离开现有关系，或者只是想知道亲戚问你“怎么还不结婚时”该怎么回答——这本书就是为你而写的。

书中的章节涵盖了单身生活的方方面面，从约会应用程序到在感觉除了你之外所有人都在谈恋爱时如何建立友谊，从离婚后的养育子女到社会上“不伦之恋”的兴起。一路上，尼古拉采访了她这一代的主要单身人士，以及过去的标志性单身人士的生活。通过深入研究、亲身经历和诙谐幽默，本书是一本按照自己意愿过完整生活的必备指南。

来自外方代理：

这本书的灵感来源于她的同名时事通讯《单身副刊》，其中充满了为读者带来友谊、洞察力、帮助和灵感的内容。尼古拉作品中的温暖和温和的幽默让她如此与众不同——她正是写作这样一本书的完美的声音。

世界范围内，已婚与未婚人口之间的平衡发生了显著变化。在美国，2010 年的人口普查显示，单身女性数量首次超过已婚女性。而在英国，据估计，到 2039 年，英国近七分之一的人可能会独自生活。有趣的是，与女性相比，男性更有可能宣称自己在寻找恋情方面感受到压力——71%的男性表示自己感受到了这种压力，而女性在这一方面的比例为 58%——因此，这本书的受众决不仅仅限于女性。尼古拉的书将具有广泛的吸引力，与许多针对单身人士的书不同，它不会把寻找伴侣作为主要的关注点。相反，它将探索单身生活的方方面面，以开

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

放和诚实的态度，看待单身生活所面临的挑战，同时热情地拥抱单身生活的乐趣和机遇。它的目标读者包括刚刚单身、长期单身、公开承认单身、不情愿单身、考虑从当前恋情抽身的人以及介于这之中的任何人。

用尼古拉自己的话来说："归根结底，我希望《单身副刊》成为一本乐观的书，它拥抱单身生活，帮助人们转变观点和看法。无论他们是长期单身的人、最近单身的人、渴望脱单的人、乐于单身的人、考虑成为单身的人等等各种自愿或不自愿的情况，我都希望这本书能帮助他们自信、公开地谈论单身而不感到羞耻，让他们真正不在乎其他人如何看待他们的感情生活。"

作者简介：

尼古拉·斯劳森（Nicola Slawson），自由撰稿人、作家和公共演讲家，曾为《独立报》《赫芬顿邮报》《i paper》《Refinery29》《Positive News》撰写关于单身生活的评论文章和专题报道。《卫报》《赫芬顿邮报》《标准晚报》《女性健康》《造型师》《爱尔兰商业邮报》和《石板报》法文版都曾报道过她的获奖通讯。

2020 年，《i paper》称其为"改变了女性话题的 14 位女性"之一。

媒体评价：

"记者尼古拉·斯劳森对单身女性有问题这种观点感到厌倦。她最初通过自己的时事通讯《单身副刊》报道那些能鼓舞单身女性的话题，后来决定将自己所发现的一切整理成书《单身万岁》。读者会发现书中有关单身的趣闻轶事亲切又令人感到温暖，丝毫没有那种倾诉不幸的感觉。她知道单身生活并非总是轻松的，但她不希望你屈服于单身无法获得快乐的这种想法。"
----Brit + Co

"斯劳森的作品围绕单身生活展开，探讨诸如社会偏见、经济状况以及家庭关系等主题。其作品还涵盖了丰富的情感，从喜悦和力量到恐惧、困惑等等。"
——玛丽亚·施赖弗《周日读报》

全书目录：

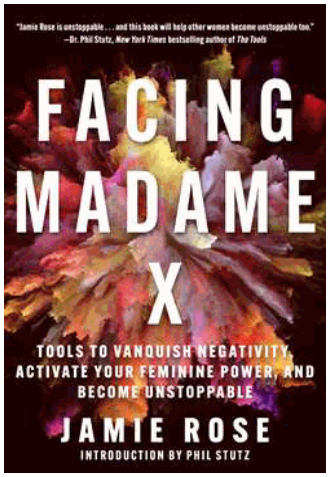
引言：重新定义单身体验
1 走出心碎，学会重新单身
2 并非所有单身人士都一样
3 一即全数
4 爱情何在？
5 反抗刻板印象
6 被甩在身后
7 单身一年的生活
8 独处一室
9 独立女性

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

10 最大的问题
11 分手这件事
12 与单身身份告别
13 单身宣言
14 生活在灰色地带
结论：单身十年的人生经验
后记
参考书目
致谢

****

中文书名：《面对 X 夫人：战胜消极情绪的工具，激活你的女性力量，成为不可阻挡的力量》
英文书名：Facing Madame X：Tools to Vanquish Negativity, Activate Your Feminine Power, and Become Unstoppable
作　　者：Jamie Rose
出 版 社：Skyhorse
代理公司：ANA/Jessica
页　　数：336 页
出版时间：2025 年 1 月
审读资料：电子稿
类　　型：励志



内容简介：

如何战胜消极情绪，激活你的女性力量，变得势不可挡。

杰米·罗斯 （Jamie Rose） 是一位作家和生活教练，师从传奇治疗师菲尔·斯图茨 （Phil Stutz） ，菲尔·斯图茨是《纽约时报》（*the New York Times*）畅销书《工具》（*The Tools*）的合著者，也是 Netflix 热门纪录片《斯图茨》（*Stutz*）的主题。现在，通过她的书《面对 X 夫人》，罗斯将女性的视角带入了她的作品中。

斯图茨的主要教义之一是，每个人都有一个内心的敌人，叫做“X 部分”——那个声音说你还不够，你永远不会成功，所以甚至不要尝试。对于女性来说，父权制使这些信息变得更加有力，父权制宣称她们不漂亮、瘦弱、年轻、聪明或有礼貌，因为她们可以或应该如此。罗斯将这种“X”势力攻击女性的特别有害的方式称为“X 夫人”。

《面对 X 夫人》教会读者如何识别和消除压制、断开或压倒他们潜力的内在破坏者。通过对客户的案例研究和她自己的个人旅程，罗斯帮助女性最终倾听并信任她们内心的声音，并与她们与生俱来的原型精神——神圣的女性——联系起来，这是一种强大的、创造性的仁慈力量，将帮助她们充分发挥、独特美丽的潜力，创造她们总是感觉无法掌握的生活。

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

作者简介：

杰米·罗斯（Jamie Rose）作为女演员、教师和作家的职业生涯令人惊叹，但她发现最有价值的工作是分享菲尔·斯图茨博士开发的动态工具®和哲学系统。在斯图茨博士本人的指导和培训下，杰米已经实践和教授斯图茨的工作超过 35 年，帮助从表演艺术家、作家和 CEO 到每个人克服阻碍他们实现目标的心理障碍。

在她的整个职业生涯中，她出演过电影，并在世界各地的舞台上表演，并客串出演了《犯罪心理》（*Criminal Minds*）、《处女简》（*Jane the Virgin*）和《实习医生格蕾》（*Grey's Anatomy*）等。作为一名表演老师，她曾为电视、电影和戏剧演员举办过研讨会，并与作家进行咨询，帮助他们准备阅读和媒体露面，她的研讨会曾在美国演员工会基金会（SAG）和美国笔会上发表。杰米·罗斯（Jamie Rose）与她的伴侣布鲁斯（Bruce）和她的猫芬威（Fenway）住在洛杉矶。

****

中文书名：《此时不做，更待何时？：诚实地看待作为一个中年女人的生活（以及为什么它比你预想的要好得多）》
英文书名：IF NOT NOW, WHEN? An Honest Look at Being a Woman of a Certain Age (and Why it's So Much Better Than You Ever Expected)
作　　者：Brooke Shields
出 版 社：Flatiron / Macmillan
代理公司：UTA/ANA/Jessica
页　　数：待定
出版时间：2025 年
代理地区：中国大陆、台湾
审读资料：电子大纲
类　　型：女性励志

知名影星布鲁克·希尔兹（Brooke Shields）第三部作品
与资深记者兼作家瑞秋·贝茨合作，将个人故事、名人和非名人朋友的故事、调查性报道和研究融合在一起，探索这个时代的女性生活
——喜欢读玛丽亚·施莱佛（Maria Shriver）的《我始终在思考》（I've Been Thinking）、亚瑟·布鲁克斯（Arthur C. Brooks）的《从强大到更强》（From Strength to Strength）、彼得·阿蒂亚（Peter Attia）的《超预期寿命》（Outlive）和朱莉·史密斯（Julie Smith）的《为什么没人早点告诉我？》（Why Has Nobody Told Me This Before?）读者的绝佳选择。

"希尔兹在写作时进行了大量的反思；她做了艰苦的工作，去理解她母亲身上的矛盾，现在我们可以分享她的心得体会了"。-《科克斯书评》评 There Was a Little Girl

"[一部]从头至尾精心制作、富有洞察力的读物——一个深思熟虑、凄美而又发人深省的故事"
——Associate Press 评 There Was a Little Girl

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

内容简介：

本书是对现代女性的一次无畏的调查和反思，将帮助读者充满自豪、备有信息、带着幽默感和健康的心态走完步入中年的旅程。布鲁克发现自己正处于一场完美风暴之中，这场风暴可能会让任何头脑正常的人陷入生存危机。布鲁克突然成了一名空巢老人，即将创办一家新公司，57 岁的她还将在人生中第一次担任首席执行官，她一下子经历了太多的“第一次”。但她并没有因此而麻痹大意，而是开始与朋友以及朋友的朋友讨论、倾听、接触，探讨女性生命中的这一特殊时刻——“第三幕”。

布鲁克与曾就如何度过成年期不同阶段大量撰文的记者和作家雷切尔·贝茨切（Rachel Bertsche）一道，坦率地探讨了衰老的谦逊和力量，为读者提供了一份关于中年未知领域的全面指南。

作者简介：

布鲁克·希尔兹（Brooke Shields）从 9 岁起就开始了她广泛的电影生涯，当时她在 *Alice Sweet Alice* 中赢得了她的第一个表演角色，并在主演了路易·马勒（Louis Malle）的《漂亮宝贝》（该片曾获得戛纳电影节金棕榈奖）、成长故事片 *Blue Lagoon* 和 *Endless Love* 后迅速成名。作为一名模特，布鲁克曾登上数百家杂志的封面，其中最著名的是《时代周刊》的"Face of the Eighties”。布鲁克·希尔兹的两集纪录片 Pretty Baby: Brooke Shields 由拉娜·威尔逊（Lana Wilson）执导，今年春季首映后好评如潮。除了银幕上的经典角色外，布鲁克还写了两本畅销回忆录。她的第一本畅销书 *Down Came the Rain* 在推动有关产后抑郁症的讨论方面具有开创性意义，这本书的成功激励布鲁克开始了新的文学之旅。她的母女回忆录 *The There Was a Little Girl* 格外真挚，赢得了令人难以置信的好评。

****

中文书名：《BFF：女性友谊的真相》
英文书名：BFF: THE TRUTH ABOUT FEMALE FRIENDSHIP
作　　者：Claire Cohen
出 版 社：Transworld
代理公司：United Agents/ANA/Jessica
出版时间：2022 年 4 月
页　　数：9 月有全稿
审读资料：电子稿
类　　型：女性励志

内容简介：

当涉及女性友谊的话题时，你就会觉得克莱尔·科恩（Claire Cohen）可以讲得头头是道。她在满是女性的环境（妈妈、三个姐妹和一只母猫）里长大，毕业于两所女子学校（不是一所），并且是《电讯报》的女性编辑——如果她不了解姐妹情谊，那还有谁了解？

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

其实也不尽然……花了三十年的时间，她才恢复了对女性的信心。克莱尔以诚实、温柔和幽默的口吻，讲述了她的学生时代，那里有着电影里演绎的贱女孩，大学里的孤独，承诺很少兑现更少的室友，与自身的冒充者综合症搏斗，理解她一生中没拥有过的女人的东西，以及她不再是一个跟班而成为一个真正朋友的那一天。

这本书是对每个女人都必须属于一个完美的女孩帮派的想法的解毒剂——在“好友节”（这显然得算一个节日）手拉手，一起蜷缩在沙发上，只对彼此说搞笑却真实的话。这是如今女性被无穷尽推销的一种友谊模式：从社交媒体上光鲜的“女性小帮派”的公开表演，到电影和电视中所谓的“真实和不加修饰的”女性友谊画像——这对许多女性来说是很难实现的，也是无法做到的。 这是一个关于女性应该如何互动的理想化版本，这也是一个谎言。

《老友记》在Netflix上被再次高度关注，这部剧助推了“城市家庭”的神话——你选择留在身边的人就是你生命中的完美爱人——布里奇特·琼斯和她的团队与世界上自以为是的已婚者在对抗着。我们知道，恋人可能来来去去，但真正的朋友永远不会让你失望。

然而与此同时，现代电视剧的女主角却是《伦敦生活》里的“女屌丝”和《杀死伊芙》里的“变态杀手”：前一个女人对她最好朋友的背叛导致了她的死亡，而后一个女人如果不是朋友砸破了窗户刺进她的腹部，她也不会知道友谊是什么。

朋友，我会支持你的，好吗？

作者简介：

克莱尔·科恩（Claire Cohen）是《电讯报》（*Telegraph*）的女性编辑和专题编辑。自2016年以来，她编辑了《电讯报》女性在线频道，该频道每月有超过300万的点击率。2020年，她入围了英国杂志编辑协会的两个奖项：年度最佳专栏作家，和年度最佳编辑（男性和女性）。克莱尔也是4月推出的*Imposters*播客的主持人，她与包括普里扬卡·乔普拉、萨曼莎·卡梅伦、琼·萨蓬和特立尼达·伍德尔在内的嘉宾谈论她们如何利用自我怀疑来使自己获得成功。

除了新闻工作，克莱尔还是BBC、天空新闻和LBC的定期评论员，也是一名公共演讲者、采访者和现场活动主持人。她是金斯伯格妇女健康委员会的成员，也是未来女性奖的评委。

****

中文书名：《女权人生：战后英国的女性、情感与自我》
英文书名：FEMINIST LIVES: Women, Feelings, and the Self in Post-War Britain
作　　者：Prof Lynn Abrams
出 版 社：Oxford University Press
代理公司：ANA/Jessica
页　　数：272 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：历史

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

内容简介：

如果没有女权主义存在，女性能成为女权主义者吗？她们能否在没有运动或意识形态的情况下推动女权主义运动吗？她们是否可以在没有计划的情况下重塑女性的生存方式？《女权人生》采用一种以女性为中心的方法来探讨这些问题，并了解英国女性如何在女性解放运动之前的三十年里开辟出一种全新的女性生活方式。通过关注出生于 20 世纪 40 年代，并在 20 世纪 50、60、70 年代逐渐成熟的“过渡”一代女性，本书表明，正是她们发展了令人向往的女性模式，这种模式在 1970 年后成为全球北方女性的标准。

因此，《女权人生》力图填补“女权运动史的空白”，反驳长期以来将这一代女性视为浮躁、失败、不够女权的群体的说法。本书以女性自己的声音作为证据和情感核心，通过她们对自身、人际关系、情感和行动的描述，分析了女性在新的生活、情感和存在方式的基础上构建现代自我的模式。

营销亮点：

- 首部弥合第二次世界大战与女性解放之间女性生活经历差距的书籍
- 通过“普通”女性的第一手资料，对战后几十年进行了全新的描述
- 关注作为变革驱动力的情感——通过关注女性的感受以及她们如何根据自己的感受采取行动，这部作品为那些关注物质变革的战后女性诠释提供了一个新的维度
- 突出 20 世纪 60 年代自助组织的作用，如学前游戏小组、全国家庭主妇登记处和全国生育信托基金会等

作者简介：

琳恩·艾布拉姆斯（Lynn Abrams）是格拉斯哥大学现代史系主任，从事现代妇女史和性别史研究。她出版了大量有关英国和欧洲社会史的著作，包括《现代女性的形成：欧洲 1789-1918 年》（*The Making of Modern Woman: Europe 1789-1918*，2002 年）、《女性世界中的神话与物质性：设得兰群岛 1800 年至今》（*Myth and Materiality in a Women's World: Shetland 1800 to the Present*，2002 年）和《口述历史理论》（*Oral History Theory*，2016 年）。

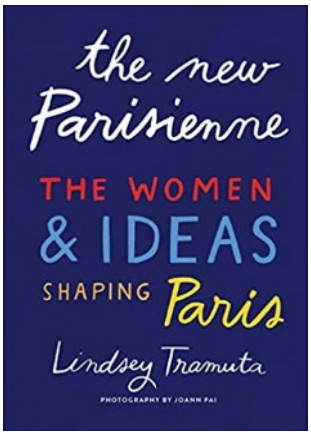
《女权人生：战后英国的女性、情感与自我》

1：自我革命
2：母亲与女儿
3：塑造自我
4：亲密的自我
5：安居乐业
6：表现自我
7：解放自我
8：关爱自我

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

****

中文书名：《新巴黎女人：塑造巴黎的女性与观念》
英文书名：THE NEW PARISIENNE：THE WOMEN AND IDEAS SHAPING PARIS
作　　者：Lindsey Tramuta, Joann Pai (摄影师)
出 版 社：Abrams
代理公司：ANA/Jessica Wu
页　　数：320 页
出版时间：2020 年 7 月
审读资料：电子稿
类　　型：时尚生活



内容简介：

《新巴黎女人》聚焦于这座城市最显著的特征之----女性。揭开神秘的巴黎女人的面纱----白皙、轻盈、永远时尚是她们的代言词。而林德赛·特拉默塔 (Lindsey Tramuta)揭开了这个描述过于简化的原型面纱，重塑了巴黎女性的真实面目，并展现出她们的复杂性。这本书中汇集了 50 位活动家、创造者、教育家、思想家和颠覆者----如莱拉·斯利马尼（Leïla Slimani）、劳伦·巴斯蒂德（Lauren Bastide）和安妮·伊达尔戈（Anne Hidalgo）市长的智慧结晶----揭示了巴黎是一个女性力量蓬勃发展的文化中心。不管是这些著名女性，还是作者特拉穆塔本身，都有自己最喜欢的目的地和拥有的企业，包括心爱的商店、艺术场所、小酒馆和更多。《新巴黎女人》展示了巴黎人的多样性，突出了那些打破传统、为自己代言、并最终改变这座城市的人。

卖点：

- 将女权主义和巴黎这两个成功且流行的名词结合在一起

- 林德赛·特拉默塔 (Lindsey Tramuta)是巴黎权威机构的作家，定期向知名要出版物投稿，并拥有在大西洋两岸进行宣传的平台

- 提供了另一种选择，一本关于这座城市的内部指南，突出女性拥有的企业，以及如何度过完美一天的独特行程

作者简介：

林德赛·特拉默塔 (Lindsey Tramuta)是《新时代的巴黎》（*The New Paris*）的作者，经常在其博客“迷失在奶酪的国度”(Lost in Cheeseland)上撰写文章。她是《纽约时报》、《康泰纳仕旅行家》和《财富》杂志的撰稿人，并在《财富》杂志上撰写有关巴黎和法国文化的文章。

乔安·帕伊（Joann Pai）是巴黎的一位美食家和旅行摄影师。她的作品曾在《美味》（*Saveur*）和《纽约时报》上发表。

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

媒体评价：

“就像她书中的人物一样，林德赛·特拉默塔 (lindsey Tramuta)是一种力量。《新巴黎女人》是这座城市里快乐、进步的先锋女性编年史，特拉默塔对这座城市了如指掌。”
----罗仑·柯林斯(Lauren Collins)， 《说法语：第二语言的爱》的畅销书作者，《纽约客》杂志的特约撰稿人

“林德赛·特拉默塔用令人惊叹的照片和鼓舞人心的简介，颠覆了神话，带我们走进真正的巴黎人的生活。太棒啦！”
----帕梅拉·德鲁克曼(Pamela Druckerman)，《法国妈妈育儿经》和《没有成年人》的作者

“林德赛·特拉默塔正在进行的一项计划是，将生活和发展中的巴黎与它曾是记忆中的博物馆区分开来，这个计划雄心勃勃，而且具有感染力。在书中，她将注意力集中在法国最经久不衰、最吸引人的陈词滥调之上：巴黎女人。《新巴黎女人》重新提出了这个概念，并渗透其复杂的个体，赋予其人性化这个重要的标签，就像她今天的真实生活一样。剧透警告：她真的是你迫不及待想要了解的人。”
----托马斯·查特顿·威廉姆斯，《黑白自画像》的作者

“我最喜欢的一个巴黎女人也含在这本书里。林德赛·特拉默塔完美地表达了一群非常富有且多样化女性的心声，正是她们让巴黎发展成为今天这个不可思议的地方。这本书珍贵之处在于：它打破了巴黎人苍白、骨瘦如柴的陈词滥调。”
----艾伊达·阿拉米（Aida Alami），《纽约时报》记者、《我们土地上的女性》供稿人之一

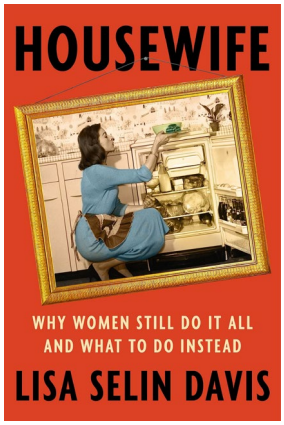
“《新巴黎女人》是一本重要的书，任何对西蒙娜·德·波伏娃(Simone de Beauvoir)的土地上的跨部门女权主义有兴趣的人都可以阅读。你猜怎么着：它欣欣向荣。林德赛·特拉默塔并不是一位令人讨厌的女权主义者，而是一位优秀的向导，对当代法国进行了全面而敏锐的观察和评论。”
----劳伦·埃尔金，《闲逛的女人》（*Flaneuse*）的作者

“林德赛·特拉默塔用生动的形象描绘了如今活跃在法国首都的那群充满活力和创造力的‘女性’，扫去了巴黎女性身上陈腐的陈词滥调。读她的书让我想要出去重新发现光之城的迷人多样性!”
----NPR 驻巴黎记者埃莉诺·比尔兹利通讯员

“你想知道真正的巴黎女人是什么样的吗？来读这本书吧。林德赛·特拉默塔撕破了传统的束身衣，打破了这样一种观念：巴黎所有的女人都是苗条、白皙、随意优雅的，这是世界上其他女人所不具备的特质。她让我们看到了真正的巴黎女人：精力充沛、聪明、种族多元化、对工作充满热情。她告诉我们在哪里可以找到她们最喜欢的景点，那里要比兜售给游客和全球消费者的那些陈旧的图片有趣得多，充满活力得多。”
----米拉·坎达(Mira Kamdar)，获奖作家，《纽约时报》前驻巴黎编辑部成员

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

****



中文书名：《家庭主妇：为什么女性仍在承担一切，我们应该如何改变现状》
英文书名：HOUSEWIFE: Why Women Still Do It All and What to Do Instead
作　　者：Lisa Selin Davis
出 版 社：Hachette
代理公司：WME/ANA/Jessica
页　　数：336 页
出版时间：2024 年 3 月
审读资料：电子稿
类　　型：女性励志

内容简介：

“家庭主妇”的概念引起了强烈的反响。对一些人来说，这是对过去时代的怀念，那是一个更简单、更美好的时代，那时男人挣钱养家，女人在家带孩子。对其他人来说，这是一种性别歧视，对女性工作的刻板印象。不管怎样，家庭主妇是一个早已过时的概念——不是吗？

丽莎·塞林·戴维斯(Lisa Selin Davis)以其聪明、受欢迎、女性主义和文化见解而闻名，她认为“养家糊口者与家庭主妇”的区别是一个神话。她列举了一些例子，从史前的女性猎人到 20 世纪 30 年代的工人阶级家庭主妇，从第一夫人到 21 世纪的全职妈妈，以寻找所谓女性工作和母性问题的答案。戴维斯发现，女人被灌输了一个关于家庭应该是什么的谎言。

这本书为已婚或单身，已育或未育的所有女性，以及男性吹响了争取解放的号角。在《家庭主妇》一书中，戴维斯提出了制度、文化和个人变革的案例，鼓励女性获得为自己

媒体评价：

“充满激情地呼吁社会支持母亲……这是一篇令人信服的社会学分析。”
——《科克斯书评》（Kirkus Reviews）

“戴维斯揭示了家庭主妇的历史渊源，并对现代母亲的身份进行了哲学化的阐述。《家庭主妇》为厌倦了承担一切的女性提供了辩护和安慰。”
——《书单》（Booklist）

“《家庭主妇》是一本深入研究、充满激情的关于女性工作并支持自由选择的书。戴维斯有趣地审视着家庭主妇的面纱，发现了各种各样的惊喜：旧石器时代的女猎人；激进的工人阶级家庭主妇用香肠和男人搭讪(真的!)第一夫人被剥削的劳动；还有‘tradwives’（‘传统妻子’），重塑了一种‘传统’，而这种传统实际上是一种反常现象。她的追求是弄清楚女性和母亲如何选择她们想要的生活，以及社会需要如何改变以实现这一目标。”
——佩吉·奥伦斯坦（Peggy Orenstein），《纽约时报》畅销书《女孩与性》（Girls & Sex）的作者

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

“在《家庭主妇》一书中，丽莎·塞林·戴维斯巧妙地拆解了与这个词有关的神话、刻板印象和误解。我们很多人都在使用这个词，但很少有人真正理解它。通过引人注目的研究和引人入胜的叙述，她强调了女性在历史上受到压迫、被低估和被贬低的程度，以及我们可能认为早已被遗忘的社会规范和习俗的残余如何在我们的经济、身份等方面继续产生反响。这本书见解深刻，富有教育意义，也很机智，节奏很快，对女性、劳动力市场以及哪里出了严重问题提供了一个非常重要的视角。”

——乔西·考克斯（Josie Cox），《女性金钱的力量》（Women Money Power）一书的作者

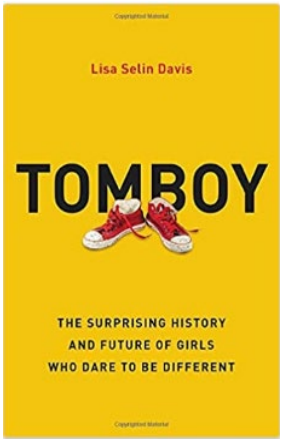
“在这本涉及面广、风趣而又具有冒犯性的书中，丽莎·塞林·戴维斯调查了美国人想象中最令人烦恼、最矛盾的人物之一：家庭主妇。一部分是文化历史，一部分是内心的哭泣，戴维斯通过几十个例子表明，家庭主妇，不管她以什么形式出现（穿着光鲜的背后嚼舌根的人，系着围裙打扫壁炉的人，甚至是微笑的第一夫人），似乎总是处于劣势。只有将整个系统和个人的变革承诺结合起来，情况才会好转。

——珍妮佛.西尼尔（Jennifer Senior），《纽约时报》畅销书《孩子的到来如何改变你的生活》（All Joy and No Fun）的作者

作者简介：

丽莎·塞林·戴维斯（Lisa Selin Davis）是一位为许多出版物撰稿的记者，包括《纽约时报》、《华尔街日报》、《卫报》、《时代》、《华盛顿邮报》等。她与家人生活在纽约。

中文书名：《假小子：敢于特立独行的女孩们惊人的历史和未来》
英文书名：TOMBOY: The Surprising History and Future of Girls Who Dare to Be Different
作　　者：Lisa Selin Davis
出 版 社：Hachette Go
代理公司：WME/ANA/Jessica
出版时间：2020 年 5 月
页　　数：336 页
审读资料：电子稿
类　　型：女性励志



内容简介：

基于作者的《纽约时报》（*New York Times*）专栏，《强大是新风尚》（*Strong Is the New Pretty*）遇上《单身女性的时代》（*All the Single Ladies*），这部作品是对假小子现象以及女孩未来的真诚赞颂和探索。

受到她所创作的发人深省的《纽约时报》专栏的启发，丽莎·塞林·戴维斯的《假小子》探索了那些无视自身性别所带来的社会期望的女孩们的历史和未来。《假小子》揭示了一种力量，它改变并缩小了我们对男孩和女孩的正常定义，以及对不属于这两种性别孩子的正常定义。

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

它从维多利亚时代的理想到21世纪的时尚宣言审视了假小子主义，记录了粉色与蓝色界限的演变，以及是什么激励了那些性别独立者——以及他们长大后会成为什么样的人。戴维斯以批判的眼光审视了“假小子”这个词，但又对它所呈现出的想法和理想进行了赞颂。

戴维斯对话了从服装设计师到心理学家、从历史学家到神经学家、从8岁到80岁的假小子中的专家，来解释关于什么是男性化和女性化的争论；什么是生物性的，什么又是社会性的；是什么构成了男孩和女孩的类别：以及假小子主义、性别认同和性别之间的联系。

在《假小子》中，戴维斯探讨了性别概念在智力和情感上的变化，最终发现性别的不一致性可能是——而且往往是——一种真正的馈赠。总而言之，这部作品不仅是对假小子的颂扬，还是对性别多样性本身的颂扬，更是对那些抵抗性别标准所带来的压力、鼓起勇气活出真实自我的人的颂扬。

媒体评价：

“《假小子》是一种启示，是对性别是如何制造出来和进行兜售以及它是如何既能被压迫又能赋予人们力量的一种充满激情和同理心的考量。这不仅是给那些在这个固执的二元世界里养育孩子的父母们看的，更是为我们所有想要了解这个世界以及如何才能在这里成为真正自我的人所准备的。”
----劳伦·山德勒（Lauren Sandler），This Is All I Got: A New Mother's Search for Home and One 和 Only: The Freedom of Having an Only Child, and the Joy of Being One 的作者

“读这本书的时候，我时而感到挑战，时而感到惊讶，时而感到安慰——作为一个 80 年代的假小子，我在书中看到了自己，明白了自己从何而来也明白了塑造我的力量。作为一个目前在全国校园中教授性别包容课程的人，我迫不及待地想在我的课程中使用这本书。这将真正帮助老师和家长了解假小子和性别。但它不仅仅是一本信息丰富和具备实用价值的的作品；它还既令人兴奋又令人信服。”
----亚历克斯·迈尔斯（Alex Myers），Revolutionary and Continental Divide 的作者

“假小子解决了一个独特又矛盾的历史时刻：男性和女性的双重性别爆炸，而童年变得比以往任何时候都更加性别化。我们是怎么走到今天的？这是什么意思？我拿起这本书，希望能读上几页；几个小时后，我全神贯注，在段落下面标记重点，在页边空白处涂涂画画，重新思考我对男孩、女孩以及所有在这个范围之内或之外的人的固有假设。性别反抗者万岁！”
---佩吉·奥伦斯坦（Peggy Orenstein），《纽约时报》畅销书 Girls & Sex 的作者

“丽莎·塞林·戴维斯用《假小子》为出发点，对性别范畴中令人困惑的粉色和蓝色水域进行了发人深省又极具启发性的探索——以及那些帮助我们漂浮于其上的救生筏或是将我们拉入更深层次的石头。”
----黛柏拉·泰南（Deborah Tannen），乔治敦大学语言学教授（Georgetown University）以及 You Just Don't Understand, You're Wearing THAT?和 You're the Only One I Can Tell 的作者

“这部作品充满了惊喜和愉悦，将会挑战你认为你所了解的关于性别的一切。戴维斯的笔触生动而清晰；这是在这一颇富挑战的领域中睿智而富有同情心的指引。每位父母都应该读读这本书。”
----珍妮弗·卜洛克（Jennifer Block），Everything Below the Waist 的作者

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

“这是对性别不一致的一次思虑深沉、彻底的审视和赞颂，也是对我们对这一时刻的文化理解以及我们是如何走到今天这一步的重要解读。”
----伊莉莎白·普兰克（Liz Plank），FOR THE LOVE OF MEN 的作者

“一个为更详尽的调查而准备的信息丰富的出发点。”
----《科克斯书评》（Kirkus）

“一场彻底和引人入胜的调查…戴维斯关于超越性别二元对立的富有说服力和深刻的个人观点将引起那些好奇子女养育脱离规范期望的人的共鸣。”
----《出版者周刊》（Publishers Weekly）（星级书评）

作者同上。

****

中文书名：《随波逐流》
英文书名：Changing with the Tides
作　　者：Shelby Leigh
出 版 社：Simon & Schuster/Gallery
代理公司：ANA/Jessica
页　　数：128 页
出版时间：2022 年 7 月
审读资料：电子稿
类　　型：心灵励志
视频推荐：http://nurnberg.com.cn/video/video_show.aspx?id=10309

内容简介：

谢尔比·利（Shelby Leigh）的《随波逐流》是一部鼓舞人心的诗集，讲述了成长、放手、克服生活障碍、拥抱生活所能提供的一切美好。

《随波逐流》（*Changing with the Tides*）是谢尔比·利（Shelby Leigh）以前自行出版的第二本诗集，分为两部分：锚和帆。锚的主题是不安全感、心碎、抑郁和焦虑，以及处理这些情绪以向前迈进，而帆的重点是风暴过后生活所带来的希望。《随波逐流》强调寻找自我力量和发展自我价值，是一部辛酸、具有反思性、最终走向欢欣的作品集，讲述了克服生活中的困难，专注于自己和自己的梦想，跟随自己的心和思想走向无限的天地。

成功的道路：《随波逐流》在 2019 年 4 月由谢尔比亲自出版，其纸质印刷版已经售出超过 17000 本。事实上，它在 2021 年 1 月的短短一周内售出了将近 5000 份。谢尔比是一颗冉冉升起的新星，有着积极的观众和不断增长的平台。毫无疑问，本次出版将使《随波逐流》迎来第二次生命。

强大的平台：谢尔比拥有超过 393.4k 的跨平台粉丝，其中绝大多数（366k）在 TikTok 上。这使她能够接触到 Z 世代和千禧一代的观众，他们最能与商业化诗歌产生共鸣。

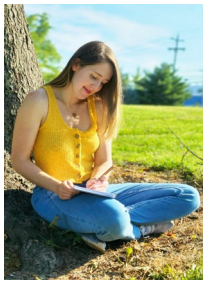
北京市海淀区中关村大街甲 59 号中国人民大学文化大厦 1705 室，邮编：100872
电话：010-82504106　　网址：www.nurnberg.com.cn

流行的类别：《随波逐流》可以很容易地与考特尼·佩珀内尔（Courtney Peppernell）的 *I Hope You Stay*（各渠道销量共 115k）、莉莉·莱茵哈特（Lili Reinhart）的 *Swimming Lessons*（各渠道销量共 56k）和阿曼达·拉芙蕾丝（Amanda Lovelace）的 *Break Your Glass Slippers*（各渠道销量共 53k）相比。《随波逐流》中的脆弱和情感主题将直接吸引谢尔比的直接粉丝群和诗歌粉丝，并创造一种亲密的阅读体验，在他们翻过最后一页后，这种体验将伴随他们很久。

独特的概念和尖锐的主题：《随波逐流》被分为两个独特的部分：锚，它允许读者专注于处理他们的个人创伤和情绪；风帆，它为风暴过后找到平静提供了一丝希望。每个部分都相互关联，让读者能够轻松找到并联系到他们正在寻找的诗歌，同时也让他们在以后自由地探索新的主题和想法。本书最终提供了希望、自我赋权和自爱的信息，这一点在 Z 世代和千禧一代读者中产生共鸣。他们经历了谢尔比讲述的成长痛苦，并通过谢尔比找到了自己的声音。

专心致志的推广人：谢尔比是一位专心致志的推广人，她经常与她的粉丝群打交道，在她出版《随波逐流》之前和之后的日子里，她将在她的社交平台上做大量的推广。

作者简介：



谢尔比•利（Shelby Leigh）是来自宾夕法尼亚州匹兹堡的诗人。在完成了一项连续一年每天写一首诗的诗歌挑战后，她的读者鼓励她出版一本书。她的第一本诗集，*It Starts Like This*，是她在这一年挑战赛中最喜欢的诗的合集。她的第二本诗集《随波逐流》是亚马逊的畅销书，于 2019 年 4 月出版；这是一个有关缺乏安全感、自爱和赋权的故事。谢尔比也是一名诗歌图书编辑和营销专业人士，她帮助作家推销他们的作品。

****

中文书名：《旋转：一部基于（大部分）真实故事的小说》
英文书名：SPIN: A Novel Based on a (Mostly) True Story
作　　者：Peter Zheutlin
出 版 社：Pegasus Books
代理公司：Joelle/ANA/Winney
页　　数：304 页
出版时间：2021 年 6 月
代理地区：中国大陆、台湾
审读资料：电子稿
类　　型：纪实文学
视频推荐：http://nurnberg.com.cn/video/video_show.aspx?id=11324

内容简介：

在这部以安妮·伦敦德里（Annie Londonderry）的生活为灵感的超凡小说中，只需换一身衣服和一把珍珠柄左轮手枪，就可以踏上“一生的环球冒险之旅”。

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

“自行车比世界上任何其他运动都更能解放女性。”----苏珊·安东尼（Susan B. Anthony）

安妮·伦敦德里是谁？她大胆的“两轮车环球旅行”吸引了大众的想象力。1895 年 10 月，《纽约世界》（*The New York World*）宣布，这是“女性有史以来最非凡的旅程”。

但在头条新闻之外，伦敦德里实际上叫安妮·科恩·科普乔夫斯基（Annie Cohen Kopchovsky），一位有三个孩子的年轻犹太母亲。她爬上了一辆 42 磅重的哥伦比亚自行车，踩着踏板进入了历史。

据报道，这场赌局是由两位富有的波士顿商人开启的，安妮不仅要在 15 个月内骑自行车环游地球，还要在途中赚取 5000 美元。这不仅仅是对女性身体耐力和精神毅力的考验；这也是对一个女人在社会中的谋生能力的考验。

安妮经常穿着男式骑装，她颠覆了维多利亚时代女性礼节的观念。她不仅暂时放弃了妻子和母亲的角色（这在 19 世纪 90 年代是可耻的），还通过出售自己的照片、在商店中吸引顾客、以及将自己变成一个移动广告牌来谋生。

朱特林（Zheutlin）是安妮的后裔，他出色地探索了这位古怪、性情急躁、魅力四射的女性的内心生活和无穷无尽的勇气。在一个女性无法投票、很少有人外出工作的时代，安妮是一位公关大师，一位完美的自我推销者，也是她自己神话的巧妙创造者。然而，在一个多世纪的时间里，她的精彩故事被历史所遗忘。在《旋转》（*Spin*）中，这位杰出的女主人公和她不可思议的、比小说情节还神奇的故事被生动地呈现在了新一代人的面前。

作者简介：

彼得·朱特林（Peter Zheutlin）是《纽约时报》（*New York Times*）畅销书 *Rescue Road*，*Rescued*，和 *The Dog Went over the Mountain* 的作者，罗威尔·托马斯探险家俱乐部奖（Lowell Thomas Award）和美国旅行作家协会奖（Societ of American Travel Writers Award）的获得者。彼得和他的妻子，作家朱迪·盖尔曼（Judy Gelman）住在马萨诸塞州。

媒体评价：

“安妮·伦敦德里是女子自行车运动最初问世时的偶像，她是运动员、是冒险家、也是恶棍。在《旋转》中，彼得·朱特林（Peter Zheutlin）从她的真实故事中汲取灵感，讲述了她自行车环游世界的故事，并探讨了在 19 世纪 90 年代，作为一名雄心勃勃的新女性取得成功所要付出的个人代价。”

----苏·梅西（Sue Macy）, WHEELS OF CHANGE: How Women Rode the Bicycle to Freedom 一书的作者

“从在坎坷的道路上骑一辆 42 磅重的自行车的艰辛，到安妮对骑行服装的调整，再到她为旅行筹资的进取心，《旋转》讲述了安妮的旅行，充满了对她的人格力量的钦佩之情。朱特林，安妮的后裔之一，巧妙地处理了她编造故事以招揽公众的倾向，创作了一个与非凡女性的秘密和缺点作斗争的冒险故事。”

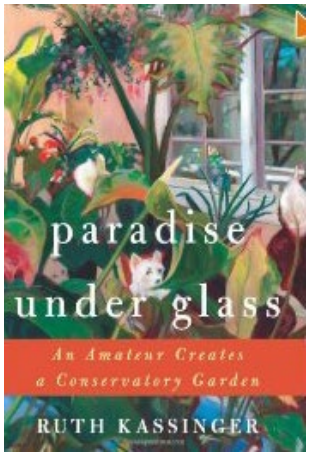
----《书单》（*Booklist*）

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

“《旋转》是一个激动人心的故事，它会让读者屏息以待，直到故事的结尾。这个大部分基于事实的故事始于 19 世纪 90 年代的一位无聊的家庭主妇和母亲，她打赌要骑自行车环游世界。读者可以和安妮一起骑行，跟随她遇到当时最有名的人，并在每一个漫长的里程中发现爱与冒险。这个故事将在安妮最后一次骑行后长久地伴随着你。”
----《南方书商评论》（*The Southern Bookseller Review*）

“19 世纪 90 年代，一个女人独自出发，只带着自行车和一个小行李箱环游世界，这种无所顾忌的行为使《旋转》成为一本精彩的书。”
----《报导者》（*The Reporter*）

****



中文书名：《玻璃屋顶下的天堂》
英文书名：PARADISE UNDER GLASS: An Amateur Creates a Conservatory Garden
作　　者：Ruth Kassinger
出 版 社：William Morrow
代理公司：Tessler/ANA/Jessica
出版日期：2010年4月
代理地区：中国大陆、台湾
页　　数：368页
审读资料：电子稿
类　　型：自然写作
视频推荐：http://www.nurnberg.com.cn/video/video_show.aspx?id=10264

内容简介：

与许多婴儿潮一代的中年人一样，露丝·卡辛格（Ruth Kassinger）目前也处于情感的十字路口。她心爱的妹妹刚刚去世，子女们上大学离开身边，自己则与乳腺癌斗争到底。面对眼前的一切变化，她迫切想找到一条前进的道路。

在某个阴暗寒冷的夜晚，卡辛格带着万千思绪走进了美国植物园的温室——从此，一个梦幻般的故事诞生了。

她被广阔的绿地和茂盛的植物所震惊，并决定在华盛顿郊区建立自己的绿色避难所。然而，此时她所知道的“室内园艺”，仅限于地下室里一株孤单的室内植物。

卡辛格带领读者一步一步走进自己的生活：通过她的不懈努力，首先确定了最容易生长、最漂亮的室内植物，然后开始循序渐进地建造温室。

在这座温室里，她与病虫害斗争、养育君主蝶、收获金桔和咖啡豆。这座“伊甸园”里有个小小的游泳池和一堵由她发明的的“生命之墙”。

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

《玻璃屋顶下的天堂》讲述了露丝·卡辛格从园艺白痴到园艺大师的神奇旅程——在此过程中，她走遍了全美各地。

一路上，她遇见了形形色色的人：
·在佛罗里达州，她见识了温室中的商业种植者
·在特拉华州，她碰上了家中有数千标本的君子兰爱好者
·在加利福尼亚州，她遇见了养虫子的种植者
·在俄亥俄州，她结识了拥有珍稀热带植物的企业家

此外，还有许许多多有趣人物。他们都乐于分享对植物的热情和丰富的知识。

媒体评介：

“露丝·卡辛格的作品细节丰富，整个故事充满了异国情调。这本书将让老园丁和历史学家们开心不已。”
---《出版者周刊》

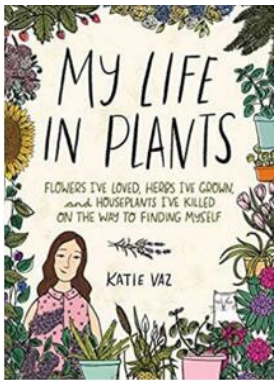
“一部关于温室园艺的厚重历史。”
----《娱乐周刊》

作者简介：

露丝·卡辛格（Ruth Kassinger）把科学、历史与到世界各地的一次海藻考察之旅结合在一起，带领读者去看看海藻背后的故事，走进用海藻食品备餐的厨房，讲述海藻这些非凡生物的故事。卡辛格向我们介绍了缅因州（Maine）的海藻采集者，韩国（South Korea）的海苔种植者，以及一家在加利福尼亚州索诺兰沙漠（California’s Sonoran Desert）种植富含维生素A的螺旋藻的公司。在加勒比海（Caribbean），卡辛格潜入水中帮助恢复因失去藻类伙伴而遭受破坏的漂白珊瑚礁。她与来自世界各地的那些正在利用藻类来改善我们的健康和拯救我们的星球的科学家们进行交谈。卡辛格出版有《玻璃下的天堂》（*Paradise Under Glass*）和《奇迹花园》（*A Garden of Marvels*），还为青少年撰写过许多著名的科学和历史方面的书籍。她曾为《华盛顿邮报》（*Washington Post*）、《芝加哥论坛报》（*Chicago Tribune*）、《健康杂志》（*Health* ）、《国家地理探险杂志》（*National Geographic Explorer*）和其他出版物撰稿。此外，卡辛格经常在保护区、植物园和花园俱乐部等不同场合发表演讲，一些广播节目和美国之音（*Voice of America*）对她进行了专题报道。

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

****



中文书名：《我的植物生活》
英文书名：MY LIFE IN PLANTS
作　　者：Katie Vaz
出 版 社：Andrews McMeel Publishing
代理公司：Defiore/ANA/Jessica
页　　数：144 页
出版时间：2020 年 9 月
审读资料：电子稿
类　　型：传记回忆录
视频推荐：http://www.nurnberg.com.cn/video/video_show.aspx?id=6053
中文繁体字版已授权

内容简介：

在《我的植物生活》一书中，作者把她与从矮小的盆栽植物到复杂精致的插花的回忆都交织到一起，并将室内植物的复杂本质与自我发现的旅程也交织到一起，为读者呈现了一部真挚、诚实的回忆录。

本书作者凯蒂·瓦兹曾出版过《别担心、吃块蛋糕》（*Don't Worry, Eat Cake*）和深受读者喜爱的《让自己舒服》（*Make Yourself Cozy*）以及《内向者逃避手册》（*The Escape Manual for Introverts*），现在她为我们带来了她的新书《我的植物生活》。她这部最新作品讲述了她从童年结婚这段时间里的 39 株植物和她的生活，还有这些植物在她的生活中扮演了哪些角色。这些植物包括一束用胶带包着的自制野花，她三岁时曾带着这束花上了舞台；一种有香味的罗勒植物，她和她的厨房在经历了悲伤之后在它的陪伴下重获新生。

这些故事是个人的，它们既有辛酸也有温馨，而且相互关联。这些故事会令读者回忆起那些和他们自己有关的植物，那些见证了生命中或令人惊奇或平凡无奇的时刻的植物。这本图文并茂的回忆录包含了家的温馨、令人刻骨铭心的失去、学习和教训，并帮你找到你自己的道路。

作者简介：

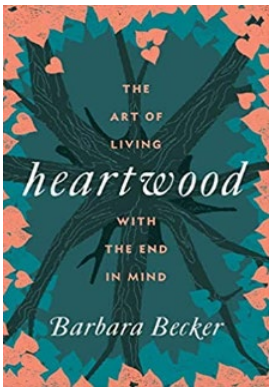
凯蒂·瓦茨（Katie Vaz）是纽约科迪恩特的一名插画师和手写字体作家。她开发了自己的贺卡、印刷制品和文具的产品线，这些产品在北美地区的 Esty 购物网站和实体店均有销售。访问她的个人网站 www.katievaz.com.

凯蒂在纽约罗切斯特理工学院获得平面设计本科学位，在德国德绍的安哈尔特应用科学大学获得集成设计硕士学位。凯蒂非常不善于表达自己的感情，所以她用艺术来替代言语表达自己。

更多作品介绍请登录安德鲁中文网站：
http://www.nurnberg.com.cn/author/author_show.aspx?id=19087&author_id=0

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

****



中文书名：《为爱而生》
英文书名：*Heartwood: The Art of Living with the End in Mind*
作　　者：Barbara Becker
出 版 社：St. Martin
代理公司：ANA/
页　　数：224 页
出版时间：2021 年 5 月
代理地区：中国大陆、台湾
审读资料：电子稿
类　　型：传记回忆录
视频推荐：http://www.nurnberg.com.cn/video/video_show.aspx?id=11399

内容简介：

芭芭拉·贝克尔（Barbara Becker）在她的处女作回忆录《为爱而生》中提醒我们:“当我们用爱来引领世界时，就可以做出非凡的事情。”

当她孩童时期的玩伴被诊断出得了绝症时，贝克尔开始探索：凡人意味着什么。我们知道自己终有一天会死，我们还能活得更充实吗？

怀着对生命价值的追求，具有多重身份的芭芭拉·贝克尔（跨宗教牧师、母亲和真理永恒探索者），讲述了生命和死亡以意想不到的方式交叉的故事。她在临终关怀医院做志愿者，热心研究人们寻找生命尽头意义的各种方式，以及如何陪伴父母度过生命最后的日子。

贝克尔鼓励读者在心中带着结局去生活，并证明了坦然地去面对和迎接死亡与失去，才是使生活充实的唯一方法。就像树木的中心材质---虽然已经干枯，但是却支撑着周边的枝干----死者成为了生者的心脏。

贝克尔用充满生命力的散文，帮助我们认识到，悲伤不是一个需要解决的问题，而是一个神圣的邀请----一个让我们进入更伟大事业的机会，这爱将会影响我们一生的每一天。

作者简介：

芭芭拉·贝克尔（Barbara Becker）是一名作家和跨信仰牧师，追求和平、灵性和日常正念，25 年来一直致力于与世界各地的人权倡导者合作。她曾与联合国（United Nations）、人权第一（Human Rights First）、妇女基金会（Ms. Foundation for Women）和孟加拉国格莱珉银行银行（Grameen Bank of Bangladesh），又称乡村银行进行合作，并参加了一个由禅宗和平使者和拉科塔长老组成的代表团，前往南达科塔神圣的黑山。她和她的跨信仰家庭住在纽约市。

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

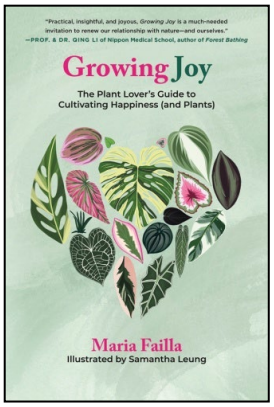
媒体评价：

“在《为爱而生》中，芭芭拉·贝克尔激励我们追随自己的好奇心，进入一个既普遍又独特的世界。还有什么比这更好的呢?”
----格洛丽亚·斯泰纳姆（Gloria Steinem），畅销书作家和活动家

“死亡即让我们迷幻，也让我们排斥。芭芭拉·贝克尔正在写一本关于这个话题的精彩的书，她的作品将吸引每一个愿意探讨这个话题的人。对于那些从阅读中获得乐趣的人来说，芭芭拉让他们感受到了生命中某些巅峰时刻的强烈感受；对于那些通过阅读来洞悉生活中最重大问题的人，芭芭拉教给他们东西方传统的哲学；对于那些只是喜欢写作清晰、有表现力但又不夸张的人，芭芭拉也会给与他们想到体验到的感受。”
----乔纳森·海特（Jonathan Haidt），《纽约时报》畅销书《娇惯的心灵》（*The Coddling of the American Mind*）、《正义之心》（*The Righteous Mind*）和《幸福假说》（*The Happiness Hypothesis*）的作者

****

中文书名：《成长的喜悦：植物爱好者培育幸福（及植物）的指南》
英文书名：GROWING JOY: THE PLANT LOVER'S GUIDE TO CULTIVATING HAPPINESS (AND PLANTS)
作　　者：Maria Failla
出 版 社：St. Martin
代理公司：ANA/Winney
页　　数：272 页
出版时间：2022 年 6 月
审读资料：电子稿
类　　型：励志
视频推荐：http://www.nurnberg.com.cn/video/video_show.aspx?id=11379
▮ 《女性世界》（*Woman's World*）对本书进行了报道！



内容简介：

栽培植物带你通往更快乐、更平静的生活。

探索植物的力量，帮你摆脱现代生活的压力和焦虑，让你在自己的世界里收获更多快乐。《成长的喜悦》（*Growing Joy*）是一本将护理植物转变为自我心理护理的实用指南，其中充满了帮助植物爱好者远离屏幕，培养愉悦感和心灵平和感的园艺实践。

本书简单易读、轻松愉快，作者玛丽亚·费伊拉（Maria Failla）是深受喜爱的播客开花成长电台（Bloom and Grow Radio）的主持人，她在书中探索了我们对植物的热爱背后的科学，并分享了窗台上的那株卑微的芦荟植物如何为他开启了一个健康、快乐的世界。从养成早上看屏幕前先看植物的习惯，到在家里创造一个充满植物的休养生息的场所，作者在《成长的喜悦》一书中为读者提出的建议有大有小，它将帮助你进行一场植根于自然和联系的有意义的健康实践。当然，这里也有一些植物护理的小窍门，以确保你和你的绿色朋友都能够茁壮成长！

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

无论你是一个对植物了如指掌的人，还是一个为了自己的一株半死不活的植物感到焦虑的主人，《成长的喜悦》将帮助你与自己重新联结，使你的脸上露出更多微笑，让你的内心感到平静，并激励你与植物建立相伴一生的关系，推动你不断绽放和成长。

作者简介：

玛丽亚·费拉（Maria Failla），生活在纽约，是一位“从植物杀手转变为植物专家”的快乐女士，她的使命是通过帮助每个人成功照料室内植物，使世界成为一个更友善、更绿色的地方。玛丽亚曾作为表演者在百老汇工作，现在，她用自己的声音帮助她的由数千名“与植物为友”的社群成功照料植物，种植室内丛林，并通过她的播客开花成长电台（Bloom and Grow Radio）、Youtube 频道和花园派对社区平台（Garden Party Community Platform）培养更多的生活乐趣。Access Live、“早安美国”（Good Morning America）、*Refinery 29*、《公寓疗法》（*Apartment Therapy*）、《华盛顿邮报》（*The Washington Post*）和 *TimeOut New York* 等报刊媒体都报道了玛丽亚对植物的热情。植物，以及从照料植物中获得的经验，一直是玛丽亚生活中对她的健康产生最大影响的工具，她希望《成长的喜悦》能够帮助其他人体验与大自然和自己重新联结带来的令人难以置信的变化，使人们保持好奇心并不断成长。

萨曼莎·梁（Samantha Leung）是一位来自华盛顿州西雅图的艺术家和设计师。她是一位自学成才的植物专家，相信关爱和照料植物会带来善良和快乐。她为 2013 年创办的 HEMLEVA 公司设计灵感源自植物的配饰和家居用品。你现在可以在全球四百多家商店找到萨曼莎设计的商品。萨曼莎和她的产品曾出现在 *Refinery 29*、《公寓疗法》（*Apartment Therapy*）、*Style Me Pretty*、*Adobe*、*Shops by Instagram*、《Elle 杂志》（*Elle Magazine*）、《设计海绵》（*Design Sponge*）、“Mindy 项目”网站等媒体上。在空闲时间，萨曼莎喜欢烤面包、阅读、旅行，并畅想下一步为 HEMLEVA 做些什么。

媒体评价：

“这本必读图书……分享了……与植物一起生活和照料植物的实用建议。”
----《城镇与乡村》（Town and Country）

“本书充满了友好的建议、植物双关语和个人的故事，它将帮助读者创造内外均衡的平静的环境，帮助读者寻找与自己的成长一样简单的快乐。”
----《书目杂志》（Booklist）

“本书简单易懂，非常有趣……《成长的喜悦》促使读者以不同的方式考虑他们生活的空间，鼓励他们通过将自然融入日常环境来连接自己的身心。”
----《货架意识》（Shelf Awareness）

“实用、深刻、快乐，《成长的喜悦》是一个我们迫切需要的邀请，它使我们重新认识自己与大自然、与我们自己的关系，同时在这个过程中找到平静。”
----日本医科大学（Nippon Medical School），李卿（Qing Li）教授、博士，《森林浴》（Forest Bathing）的作者

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

“《成长的喜悦》是照料植物和自我的令人愉快的指南，它帮助我们通过有意义的实践探索对大自然的爱。玛丽亚鼓舞人心的声音一定会帮助你的植物和现实生活茁壮成长！”
----达里尔·郑（Darryl Cheng），《新植物亲本》（The New Plant Parent）的作者

“我太爱这本书了，它真令人愉快！无论在什么时候，读上几页它总能立即令我感到踏实和快乐。我的植物将永远收益于我在这本书中所学到的一切。谢谢你，植物女士玛丽亚！你和这本书太神奇了。”
----琳达·西弗森（Linda Sivertsen），获奖作家，《绿色一代》（Generation Green）和《美丽的作家》（Beautiful Writers）的作者

“《成长的喜悦》是每一位企业家都需要的新鲜气息，从绿化你的工作空间，到将植物用作使自己与屏幕断开、与自己重新相连的工具，费拉对我们如何利用植物为我们的日常生活带来平静有着全新的见解。”
----帕特·弗林（Pat Flynn），FlynnIndustries 首席执行官，智能被动收入播客（Smart Passive Income Podcast）主持人

“《成长的喜悦》激励你深入挖掘自身情感的一面，与植物建立起有意义的联系，并通过植物培养更和平的生活方式。与往常一样，玛丽亚为读者带来了阳光般的植物的欢乐！”
----莱斯利·F. 哈利克（Leslie F. Halleck），公共卫生认证（CPH），《光下园艺》（Gardening Under Lights）、《植物养育》（Plant Parenting）和《微型植物》（Tiny Plants）的作者

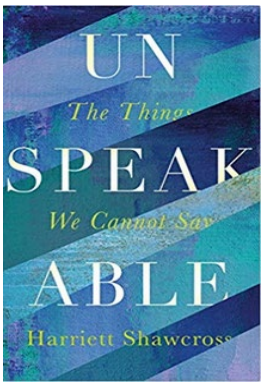
“《成长的喜悦》充满了帮助我们与大自然以及我们自己相连的提示和经过深思熟虑的实践案例；它不仅能使你更好地照顾自己，也会使你更好地照顾你的植物，同时在这个过程中找到快乐。”
----达娜·赫斯特（Danae Horst），Folia Collective 创始人，《我们大家的室内植物》（Houseplants For All）的作者

“终于……这是一本每一个痴迷于屏幕的人都需要的自我护理图书，千禧一代的读者都应该读一读！玛丽亚以一种易于理解的方式出色地揭示了最古老的概念，激励着每个人找到自己掌中的那一抹绿色、心中的快乐。”
----露西·芬克（Lucie Fink），视频制作人，生活方式主持人，YouTube 主持人

“带着优雅、毅力和园艺特长，玛丽亚停下来与我们一起品味玫瑰的香气，通过她亲密无间、不可或缺的园艺指南，我们将成为一个更加擅长与植物相处的人，一个更加完整的人。”
----杰基·阿莱曼尼（Jackie Alemany），《华盛顿邮报》（Washington Post）

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

****



中文书名：《不可言说：沉默的力量》
英文书名：UNSPEAKABLE: Things We Cannot Say
作　　者：Harriet Shawcross
出 版 社：Canongate Books
代理公司：Canongate /ANA/Jessica
出版时间：2019 年 3 月
页　　数：352
审读资料：电子稿
类　　型：心灵励志
视频推荐：http://www.nurnberg.com.cn/video/video_show.aspx?id=11380
·繁体中文版权已授权

内容简介：

青少年时期的哈丽雅特·肖克罗斯（Harriet Shawcross）为了保护自己，在学校里几乎一年都不说话，，只有在绝对必要的时候才开始交流。成年之后，她对语言的局限性十分着迷，让我们保持沉默的到底是什么？

从自然灾难、战场沟壑间不可言说的创伤，到人们表现出来的各种禁忌，哈丽雅特·肖克罗斯（Harriet Shawcross）解释了为什么言语会让我们失望，以及这种失望和挫败感是如何产生的。《不可言说》一半是回忆，一半是新闻文章。它是以作者的亲身经历为基础，记录了她游历世界各地所遇到的那些生活在静默中的人们。肖克罗斯考察了历史上，我们是如何试图发挥语言的功用的，从19世纪巴黎应对大范围沉默的公共催眠，到一战阴影下催生的谈心疗法。

她在书中讨论了，我们是如何为秘密和禁忌留出空间的，从伦敦东区地下室撒马利坦会的建立，到她进入30岁后的经历，阐释了她想象中无法言说的内容。

最终，她来到尼泊尔，来寻找社会如何治愈创伤。她发现有时候沉默是人类生活的一个必要部分，有些事情最好让它保持沉默不说。虽然书中陈述了语言的重要性，但肖克罗斯最终发现了沉默的价值。

作者简介：

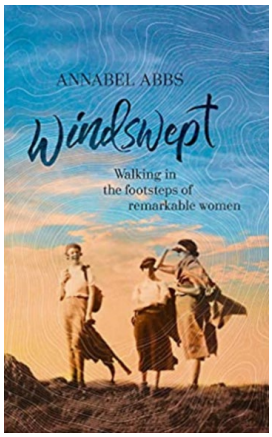
哈丽雅特·肖克罗斯（Harriet Shawcross），获奖导演，记者，讲述和记录了很多被证实存在过的精彩的人类故事。在BBC做了六年纪录片制片人后，她获得了东安格利亚大学非虚构创作的硕士学位，并提名曼彻斯特小说奖2015年短篇奖的短名单。她经常和其他女性一起在很危险的地方工作，从阿富汗的战争寡妇，到尼泊尔的童养媳，那些没有声音和不知道如何为自己发声的人。她一直还在寻找未被发现的故事。这是她的第一本书。

夫·马勒（Alma and Gustav Mahler）的小说，还写过一部以南蒂罗尔为背景的畅销犯罪小说。

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

****

中文书名：《风中漫步：为什么女人要行走》
英文书名：WINDSWEPT: WHY WOMEN WALKED
作　　者：Annabel Abbs
出 版 社：Two Roads
代理公司：RML/ANA/Winney
出版时间：2021 年 6 月
页　　数：320 页
审读资料：电子稿
类　　型：散文随笔



内容简介：

《风中漫步：为什么女人要行走》（*Windswept: Why Women Walked*）是一本优秀的女性主义冥想书，该书讲述了在大自然中行走的力量，适合丽贝卡·索尔尼特（Rebecca Solnit）、奥利维亚·莱恩（Olivia Laing）、谢丽尔·斯特雷德（Cheryl Strayed）、罗伯特·麦克法兰（Robert Macfarlane）和艾米·利普特洛特（Amy Liptrot）的读者。

在一次可怕的事故后，小说家安娜贝尔·艾布斯意识到，她和很多人一样，已经开始把行走这一简单的行为视为理所当然。于是她决定要多行走，还要带着她的四个孩子到郊外去漫步。

当她重新审视自己对远距离野外徒步失落的热爱时，她开始对徒步的艺术、文学和哲学着迷，与此同时，她发现，这些大多数都是由男性主导的。安娜贝尔不敢相信，她是唯一一个用徒步来感受自己、克服家庭生活压力、进行思考和想象的女性。于是，她开始研究那些行走的女性，了解促使她们行走的原因。

《风中漫步》呈现了了五位杰出，但常被边缘化的女性的生活和行走，这五个人分别是格温·约翰（Gwen John）、乔治亚·奥基弗（Georgia O'Keeffe）、弗里达·冯·里奇托芬（Frieda von Richthofen）、西蒙娜·德·波伏瓦（Simone de Beauvoir）和南·谢泼德（Nan Shepherd）。

在追溯她们的脚步时，安娜贝尔·艾布斯运用其洞察力，描摹了美丽的自然风景，尤其关注女性与自然和野生动物的联结。

作者简介：

安娜贝尔·艾布斯（Annabel Abbs）是获奖作品《乔伊斯女孩》（*The Joyce Girl*）的作者，该书虚构了詹姆斯的女儿露西亚·乔伊斯的故事，以及她与塞缪尔·贝克特的关系。该书获得了印记新锐作家奖（*Impress Prize for New Writers*）和聚焦小说奖（*Spotlight Novel Award*），并入围了巴斯小说奖（*Bath Novel Award*）、卡利多尼亚小说奖（*Caledonia Novel Award*）和瓦弗顿好书奖（*Waverton Good Read Award*）。《乔伊斯女孩》是2016年《卫报》的读者推荐书目，也是2017年柏林电影节选送的十本书之一，被《好莱坞报道》评为五星。目前该书正被改编为舞台剧和电影。

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

她的第二部小说《弗里达》（*Frieda*）也是一个虚构的故事，讲述了与 DH 劳伦斯私奔的德国贵族弗里达·威克利的故事，她是查特莱夫人故事的灵感来源。这本书荣获了 2018 年《泰晤士报》年度最佳图书。艾布斯 2019 年创作的非虚构图书《年龄-健康计划》（*The Age-Well Project*）探讨了最新的长寿科学，已在《卫报》和《每日邮报》上连载。

艾布斯的新闻报道曾登上过《卫报》、《电讯报》、《爱尔兰时报》、《闲谈者》、《作者》、《悉尼先驱晨报》、《周末澳大利亚评论》、《心理学》和《世界时装之苑》等报刊。

艾布斯在东安格利亚大学获得了文学学士学位，之后她在金斯顿大学获得了文学硕士学位，现在她是文学专业研究生奖学金的赞助者。她出生于布里斯托尔，现在居住在伦敦和东萨塞克斯。

更多作品介绍请登录安德鲁中文网站：
http://www.nurnberg.com.cn/author/author_show.aspx?id=36230&author_id=0

****

中文书名：《我是恩赫杜安娜》
英文书名：I AM ENHEDUANNA
作　　者：Tatiana Hollier
出 版 社：待定
代理公司：Stuart Krichevsky/ANA/Jessica
页　　数：约 10,0000 词
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（约 25 年年底有全稿）
类　　型：历史

内容简介：

已知世界上第一位署名作家的传记，以及四千多年后一个女人对其遗产的解读。

全书叙述主要遵循恩赫杜安娜生活时间线，以及作者塔蒂亚娜·霍利尔（Tatiana Hollier）对其生平故事的搜寻拼凑过程。

乍看之下，《我是恩赫杜安娜》是本令人眼花缭乱的传记，围绕着已知世界上最早的作家，展开了小说般的细腻描述。传主恩赫杜安娜是美索不达米亚国王萨尔贡大帝之女、月神大祭司，但抛开这些尊贵头衔和四千年历史距离，她只是一名寻常女子，和其他女性一样，一直在寻找认识和理解自己的方式。恩赫杜安娜最终在女神伊南娜（Inanna）身上找到了探索指南，几十年崇拜着这位强大而可怕的神祇，她终于寻得灵感和勇气，做出空前之举：坚定树立起自我身份，强调自己的话语是自己所言，自己的经历值得被载入史册。

从这个角度来看，这本书也是在讲述榜样的力量。伊南娜的力量和惊人权力是恩赫杜安娜的命脉，正是她打破千年文学传统所需的榜样。而现在，通过剖析恩赫杜安娜的遗产，塔

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

蒂安娜也找到了自己的声音，以及在世界上占据一席之地的勇气。《我是恩赫杜安娜》有力证明了穿越时间和空间的女性对话，将碰撞出火花和力量。

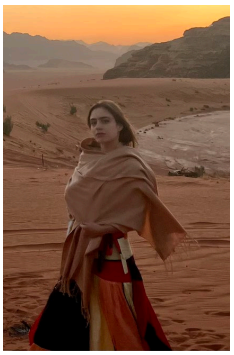
关于恩赫杜安娜故事无与伦比的价值，千言万语也道不尽，毕竟，此后每一位作者都是站在她的肩膀上眺望！塔蒂亚娜的才华也不容小视，为了完整准确地讲述恩赫杜安娜的故事，她甚至自学了苏美尔语！

《纽约时报》畅销书作家莱斯利·贾米森（Leslie Jamison）这样写道：

“荷马之前十六个世纪，世界上最早的作家——古苏美尔乌尔城的月神大祭司——敢于在诗句中宣称：我是恩赫杜安娜。如今，在将近四千年后，在等待了太久之后，终于又出现另一个坚定而激动人心的女性声音，来讲述恩赫杜安娜的故事。塔蒂亚娜·霍利尔多年来一直在研究恩赫杜安娜，她将积年研究所获皆写入了这本书里，同时附上了自己炽热而独特的声音、抒情而强烈的好奇心。无数个世纪以来，人们哼唱、吟诵恩赫杜安娜的诗歌，塔蒂亚娜在这吟唱中发现了激进的力量。

《我是恩赫杜安娜》的核心人物传奇又有魅力，可是却遭遗忘。人物故事之外，这本书还追问了一些容易引人共鸣的问题，如我们如何理解世界上那些激发敬畏和未知的伟大力量，像是天堂、古代诗人或者类似宇宙是否由某种意义构成的问题？我们如何想象久远之前祖先们的生活？如何理解祖先们留下的遗产？塔蒂亚娜为古代苏美尔世界赋予了华丽的想象质感，她抱着虔诚和叛逆的迷恋，抱着悬念和动力去挖掘被遗忘的历史，为这些问题注入了活力。与此同时，恩赫杜安娜的声音和诗歌的片段像惊心动魄的碎片一样洞穿了编织着的文本：你的光辉是愤怒的，就像蹄子在跺脚。塔蒂亚娜的才华也是狂烈的，她的文字带着一种不安分的、诱人的能量，让人无法抵挡。我震惊于在此之前恩赫杜安娜的故事居然没有被完整地讲述过。还好，通过这本书，塔蒂亚娜终于为我们弥补了遗憾。”

作者简介：



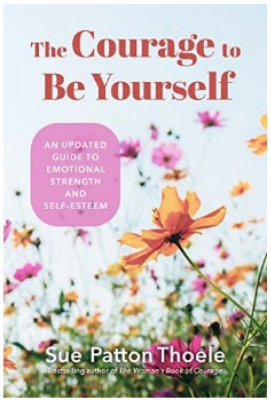
塔蒂亚娜·霍利尔（Tatiana Hollier）是居住在纽约的一位作家，拥有布朗大学语言学学士学位，目前正在哥伦比亚大学攻读美术硕士学位。过去一年里，她发表了数篇关于恩赫杜安娜的文章，包括一篇发表在《拉帕姆季刊》（*Lapham's Quarterly*）上关于恩赫杜安娜对天文学影响的文章；发表在《纽约书评》（*The New York Review of Books*）上的一篇对摩根图书馆展品的评论；发表在《奥克森评论》（*The Oxonian Review*）上的一篇关于学习苏美尔语的个人文章；以及一篇与译者索弗斯·海勒（Sophus Helle）的采访，讨论对恩赫杜安娜的诗歌的翻译，发表在《哥伦比亚日报》（*Columbia Journal*）上。 塔蒂亚娜她是 2023 年苏珊·阿特法特创意非小说奖（Susan Atefat Prize for Creative Nonfiction）、罗伯特·德莫特短篇散文大赛（Robert J. DeMott Short Prose Contest）和黑武士评论快闪大赛（Black Warrior Review Flash Contest）的决赛入围者，并且是哥伦比亚大学“院长项目资助”的获得者。

塔蒂亚娜一直热衷于研究古代世界复杂女性人物的故事。她曾写过一篇关于旧约中女英雄——伯图里亚的朱迪斯的文章，并因此获得布朗大学 2018 年大卫·罗马最佳抒情散文奖；她还曾在《布朗古典杂志》（*The Brown Classical Journal*）上发表了一篇关于女性和编织在《荷马史诗》中的角色的论文。进入哥伦比亚大学之前，塔蒂亚娜曾在哈珀柯林斯出版社和克诺

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

普夫出版社从事图书出版工作，协助编辑了几本著名传记，如安娜琳·斯旺（Annalyn Swan）和马克·史蒂文斯（Mark Stevens）所著的弗朗西斯·培根（*Francis Bacon*），以及约翰·理查森（John Richardson）的《毕加索的一生》（*A Life of Picasso*）第四卷。2019 年，她获得资助，在布朗大学讲授苏美尔女神伊南娜（Inanna）；2022 年，她在罗德岛设计学院担任客座讲者，在那里她讨论了恩赫杜安娜的形象和诗歌。

****



中文书名：《勇敢做自己：情感力量和自尊的最新指南》
英文书名：THE COURAGE TO BE YOURSELF: *An Updated Guide to Emotional Strength and Self-Esteem*
作　　者：Sue Patton Thoele
出 版 社：Mango Publishing
代理公司：ANA/Winney
页　　数：238 页
出版时间：2022 年 11 月
审读资料：电子稿
类　　型：女性励志
版权已授：法国、荷兰、意大利、韩国、墨西哥、西班牙、英国
繁体中文字版已授权，简体中文字版曾授权，版权已回归

内容简介：

勇敢地做真实的自己

这本励志书专注于自我成长，教你如何找到自己。在《勇敢做自己》中，学会设定界限，创造和平，在一个为我们展现完美的世界里，与自己一起寻找幸福。

针对有害模式。社会压力的包围下，我们经常用不可能达到的标准来衡量自己，这让我们怀疑自己，导致消极的自我对话，不可避免地会影响到我们的幸福感。不健康的心态也会渗透到我们与他人的关系中。女性会觉得有必要承担照顾的责任，有时会把别人的需求置于我们自己的需求之上。通过识别这些模式，我们可以设定需要改变的界限和目标领域，这样你才能正确地爱自己。

成为自己的好朋友。虽然我们所有人都有爱他人的使命，但给予自己同样的爱是同等重要的。做自己感觉很好，但你必须首先找到自己。在这本充满情感力量的书中，巴顿分享了一些有冲击力的故事，向读者展示如何从恐惧走向自我接纳和真爱。

在《勇敢做自己》中，你将读到：
·如何在当今社会的压力中找到自己，做好自己；
·巴顿和其他女性的成长故事，充满治愈；
·如何设定界限，更有效地沟通，并改变自嘲行为

若是喜欢 *Courage Is Calling*, *The Courage to Be Disliked* 或 *How to Be Yourself*,《勇敢做自己》也将让你爱不释手。

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

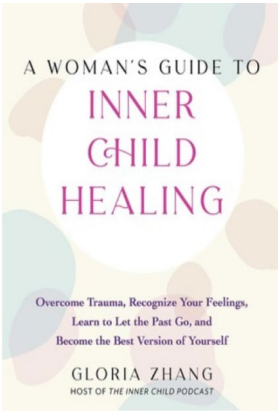
作者简介:

苏·帕顿·托勒(Sue Patton Thoele)，作家、持证心理治疗师、临终关怀牧师、培训师和顾问、咨询中心主任、高中和成人教育教师，著有《女人的自信之书》（Woman's Book of Confidence）、《女人的勇气之书》（The Woman's Book of Courage）和《女人的精神之书》（The Woman's Book of Spirit）等书。她和丈夫吉恩住在科罗拉多州博尔德市。

"我一直时断时续地为期刊写作，但我从未想过要真正写一本书。我四十五岁那年，缪斯抓住了我的颈背，无论我多么抗拒，都不让我走。我反抗了！但是没有用，我的第一本书《勇敢做自己》（*The Courage To Be Yourself*）似乎有自己的想法，在我完全投入写作之前，它不会让我休息。这本书出版时，我对写作的热情已经在我心中扎根。多年来，我一直在进行私人心理治疗，写一些与我和客户所面临的问题类似的问题，我感觉很自然。"

****

中文书名：《女性心灵疗愈指南：唤醒你心中的孩童天性》
英文书名：A WOMAN'S GUIDE TO INNER CHILD HEALING
作　　者：Gloria Zhang
出 版 社：Ulysses Press
代理公司：Biagi/ANA/Winney
页　　数：144 页
出版时间：2023 年 11 月
审读资料：电子稿
类　　型：励志



内容简介：

在悲伤、社会化和复杂的父母面前，重新发现最真实的自己，治愈内心的创伤，定义自己!

出生时，我们是自己最充实、最活跃的状态。然而，我们中的一些人，由于悲惨的生活环境，被剥夺了美好的童年，失去了这种光芒。无论是父母的离去、情感的漠视，有时甚至是虐待般的成长。作为成年人，我们在生活中步履蹒跚，甚至渴望温习童年的奇迹，我们问自己:"我到底是如何走到今天的?"

幸运的是，有更好的方法可以让我们重获光明，而不用去追求我们从未得到过的爱，也不用重温我们最痛苦的回忆。《女性心灵疗愈指南》（*A Woman's Guide to Inner Child Healing*）利用各种有效的的日记暗示、工作表和心理暗示，教你如何：

·和年轻时的自己联系；
·找出你的四个核心创伤；
·找回你内心的那个孩子；
·拥抱自我，治愈内心；
以及更多!

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

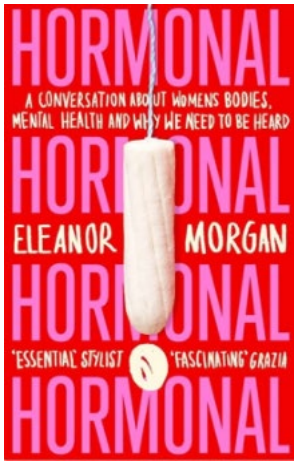
快使用这本有着各种直观的练习和由经验丰富的注册心理治疗师精心制作的信息指南吧，逃离你那情感动荡的恶性循环!

作者简介：

格洛丽亚·张(Gloria Zhang)来自加拿大，曾是一名心理治疗师和内心儿童治疗师，她的“内心儿童播客”(the inner child Podcast)大获成功，在全球获得了近 100 万的下载量。格洛丽亚帮助高成就者在童年创伤后发现他们的真正目的，并掌握安全和充满激情的关系的艺术。可以通过 ByGloriaZhang.com 或 Instagram @bygloriazhang 与她取得联系。

****

中文书名：《荷尔蒙：关于女性身体、心理健康以及为什么我们需要被倾听的对话》
英文书名：HORMONAL: A Conversation About Women's Bodies, Mental Health and Why We Need to Be Heard
作　　者：Eleanor Morgan
出 版 社：Virago
代理公司：United Agents/ANA/Jessica
页　　数：256 页
出版时间：2020 年 7 月
审读资料：电子稿
类　　型：励志



内容简介：

我们在谈论女性心理健康方面做得已经很好，但我们仍然回避讨论经期、流产、子宫内膜异位症和更年期，这些都造成了大众对女性最重要理解的缺口，因为正是这些缺口与我们的心理健康密不可分。

从避孕到经前综合症(PMS)，从焦虑、抑郁到歇斯底里，《荷尔蒙》一书探索了女性荷尔蒙以及和女性“禁忌”有关的一切话题，向我们展示了现代女性的健康景观，教会我们如何驾驭那些错误和耻辱的信息。

埃莉诺·摩根（Eleanor Morgan）将自己的经验和专家研究相结合，探索了女性身体，女性思想以及女性身体被医学化之间的关系。

媒体评价：

“摩根揭开了荷尔蒙变化的神秘面纱，同时清楚地说明了这些讨论被压制了多久。在一个睿智和善的声音陪伴下，重新审视我们内心深处的自我，这既令人着迷，又让人松了一口气。”
----Grazia

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

“埃莉诺·摩根（EleanorMorgan）创造了一本指导手册，这本手册可以帮助我们理解我们的思想和身体——荷尔蒙是如何影响你的自信、焦虑水平和其他方面的。作为所有成年人的必备读物，它也应该成为英国全民核心课程的一部分。”
----Stylist

“我们每一代人的，不论男女，必读读物。”----《互动新闻台》（iNews）

“通过知识获得的力量正是埃莉诺·摩根在探索身体影响心灵的无数方式时所赋予读者的。从月经周期的进修课程到控制女性身体的社会和文化方式，荷尔蒙感觉就像是帮助我们真正理解自己的核心的重要指南。”
----《时尚》（Vogue）

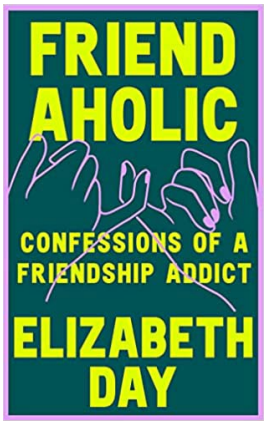
“必须阅读。丰富、有趣、感人、睿智。这让我对女性身体被忽视的现实感到愤怒。”
----《印度骑士星期日泰晤士报》 (India Knight Sunday Times)

作者简介：

埃莉诺·摩根（Eleanor Morgan），英国记者、作家、编辑、媒体人。她为《卫报》《观察家报》《泰晤士报》《独立报》等多家报纸供稿，还是《ELLE》《GQ》《信徒》《时尚芭莎》等杂志的专栏作者。她曾开辟“心理健康指南”专栏，并叙述自己与焦虑症作斗争的经历，在短时间内引起了数百万读者的共鸣。

****

中文书名：《友谊狂：一个友谊上瘾者的自白》
英文书名：FRIENDAHOLIC: Confessions of a Friendship Addict
作　　者：Elizabeth Day
出 版 社：Fourth Estate
代理公司：RML/ANA/Winney
页　　数：416 页
出版时间：2023 年 3 月
审读资料：电子稿
类　　型：励志
本书中文繁体字版授权台湾



Best Sellers Rank: 2,205 in Books (See Top 100 in Books)
7 in Friendship (Books)
27 in Cultural Studies
98 in Actors & Entertainers Biographies

内容简介：

《友谊狂：一个友谊上瘾者的自白》讲述了一个女人为了解自己为何沉迷于友谊而进行的旅程。

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

从小到大，伊丽莎白一直想让每个人都喜欢她。她在学校里没有朋友，因此她相信朋友的数量等于质量。有很多朋友意味着你被爱、受欢迎和安全。她决心成为一个好朋友。在很多方面，她做到了。但成年后，她慢慢意识到，这往往会损害自己的界限和心理健康。

随后，当 2020 年新冠疫情来袭时，她是成千上万被迫重新评估友谊的真正意义的人之一——随着危机的到来，她逐渐认识到：她最真诚的朋友并不是她花了最多时间与之相处的朋友。这是为什么？她能重新平衡吗？她的朋友会不会太多了？她是自己设想中的那种朋友吗？

在《友谊狂》中，伊丽莎白揭开了友谊的意义和演变。从探索她自己的个人友谊以及每一种友谊在她生活中的独特重要性，到世界各地其他人独特而有力的见解，伊丽莎白质疑为什么没有一种语言能够表达其对世界的重要影响。

从不告而别和亦敌亦友，到社交媒体和交流方式，再到生活巨变的影响，伊丽莎白涵盖了这一问题的方方面面。这是你为你爱的人买的书，也是你为了成为更好的朋友而读的书。

媒体评价：

“这是一本慷慨、友好的生活指南，讲述了生活中与浪漫或家庭一样重要、同样令人担忧的部分。”
----《观察家报》（*The Observer*）

“敏锐，富有同情心，对友谊的美好充满了使人共鸣的见解，其最有价值的一点是，友谊中重要的是质量而不是数量。”
----《每日邮报》（*The Daily Mail*）

“我以前从未读过关于友谊的书。这本书真的很有深度，它勇敢地揭示了我对自己的友谊习惯、问题和文化的反思。”
----伯娜丁·埃瓦里斯托（Bernardine Evaristo）

“我真的很想说，读伊丽莎白·戴的书感觉就像在听一个朋友说话。事实是，我本人也在这本关于友谊的书中出镜了。阅读她关于这个奇怪的、被忽视的主题是一种启示。友谊可以意味着很多，有时甚至比家庭更重要，我们终于有了一本以应有的严肃态度对待这个主题的书。戴是最好的指南:有趣，感人，有益和真实，《友情狂》值得收获大量的读者。”
----《金融时报》专栏作家，桑盛姆·桑赫拉（Sathnam Sanghera）

作者简介：

伊丽莎白·戴（Elizabeth Day）是四部小说，以及《星期日泰晤士报》（Sunday Times）畅销回忆录《如何失败》（*How to Fail*）的作者。她广受好评的处女作《石头、剪刀、布》（*Scissors, Paper, Stone*）获得贝蒂•特拉斯克奖（Betty Trask Award），《家火》（*Home Fires*）被《观察家报》（*Observer*）选为年度图书。她的第三部小说《天堂之城》（Paradise City）被《标准晚报》（*Evening Standard*）评为 2015 年最佳小说之一，《聚会》（*The Party* ）则登上亚马逊网站畅销书榜，还入选了理查德和朱迪书友会（Richard & Judy bookclub）精选

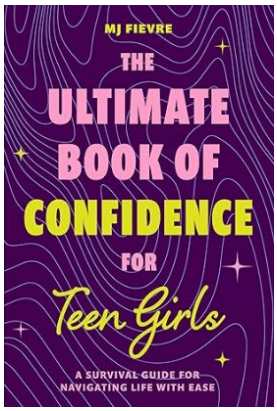
北京市海淀区中关村大街甲 59 号中国人民大学文化大厦 1705 室，邮编：100872
电话：010-82504106　　网址：www.nurnberg.com.cn

书单。她也是一位获奖记者，曾为《泰晤士报》（*The Times*）、《电讯报》（*Telegraph*）、《卫报》（*Guardian*）、《观察家报》（*Observer*）、Harper's Bazaar 和《世界时装之苑》（*Elle*）撰写过大量文章。她目前是 *Sunday's You* 杂志"来信"（Mail）专栏作家，也是 iTunes 播客排行榜榜首"伊丽莎白•戴如何失败"（*How To Fail With Elizabeth Day*）的播主。

她目前正在开发她的第一部电影剧本——《如何失败》的虚构改编版。她的两部小说也被选上了银幕。除了写作之外，伊丽莎白还是天空艺术图书俱乐部直播的两位主要主持人之一，并在英国广播公司第四台和经典调频台上发表节目。

****

中文书名：《给少女的终极自信之书》
英文书名：THE ULTIMATE BOOK OF CONFIDENCE FOR Teen Girls：A SURVIVAL G UIDE FOR NAVIG ATING L I FE WITH E A S E
作　　者：M.J. Fievre
出 版 社：Mango
代理公司：ANA/Winney
页　　数：250 页
出版时间：2023 年 8 月
审读资料：电子稿
类　　型：心灵励志



内容简介：

本书可以教会青春期的少女如何用不可动摇的自信拥抱她的青少年时代。

在这本关于自信的书中，少女们将获得驾驭青春期、拥抱独特自我和建立复原力的实用方法（13-18 岁）。

释放内心的自信，茁壮成长。这本关于自信的书可以让青少年能够建立自律，培养积极的思维方式，发展必要的生活技能。从加强沟通、培养深厚友谊到掌握时间管理和自我保健，这是一本终极的少女自助书籍。以坚韧不拔的精神度过青春期，为创造美好的人生打下基础。

青春期是一段自我发现和个人成长的旅程。

这本少女指南涵盖了一切：培养自律能力、财务知识，优雅地克服挑战。通过贴近生活的故事和实用的工具，这本充满自信的书为少女们提供了启发和支持，帮助她们拥抱独特的自我，开辟自己的道路，自信地塑造自己的未来。

在书中，青春期的少女们可以找到：
1、培养积极思维和克服自我怀疑的策略
2、提高沟通技巧和建立深厚友谊的技巧
3、塑造自信、充实未来的宝贵资源

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

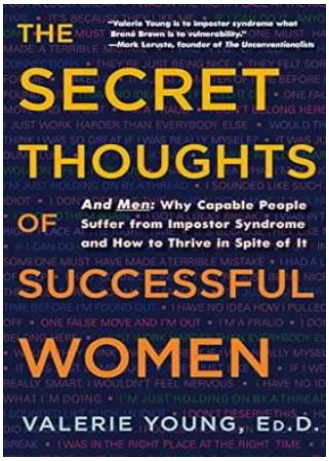
如果您喜欢《青少年的生活技能》《少女生存指南》或《高效能青少年的 7 个习惯》等少女自助书籍，您一定也会喜欢这本书。

作者简介：

M.J. Fievre：长期从事教育工作，经常发表主题演讲（马萨诸塞州塔夫茨大学、华盛顿特区霍华德大学、佛罗里达州迈阿密大学、佛蒙特州迈克尔学院，以及作家与写作计划协会会议（AWP）的专题讨论小组成员），她可以参加书友会会议、播客演讲、访谈和其他作家活动。

****

中文书名：《精英的假面心战：破解成功者的自我怀疑魔咒（全新修订版）》
英文书名：*The Secret Thoughts of Successful Women: And Men: Why Capable People Suffer from Impostor Syndrome and How to Thrive In Spite of It*
作　　者：Valerie Young
出 版 社：Crown
代理公司：ANA/Jessica
页　　数：304 页
出版时间：2011 年 10 月
代理地区：中国大陆、台湾
审读资料：电子稿
类　　型：职场励志



内容简介：

瓦莱丽·杨（Valerie Young）所著的这本获奖图书，能让你会学会掌握成功主动权，克服自我怀疑，摒弃有损个人能力的思维模式，进而充分意识到自己的聪明能干，然后立刻付诸行动。

“这只是因为大家喜欢我。我走运在正确的时间出现在正确的地点。我只是比别人更努力。这不是我应得的。我迟早会暴露的。一定是有人搞错了，大错特错。”

如果你是职业女性，很可能会觉得这种内心独白似曾相识。没关系，并不是只有你一个人这样想。比如，有成绩优异的博士生坚信自己只是因为文书工作出错才被录取，有高级主管担心别人发现自己已经才思枯竭……所有职业道路、各个人生阶段，都有数量惊人的卓越女性觉得自己是在弄虚作假，是生活和职业中的“冒牌货”。

虽然“冒名顶替综合征”（Imposter Syndrome）并非女性独有，但女性更容易为小错误而苦恼，甚至将建设性批评视为自己缺点的证据，并将所获成就归结为运气而非技巧能力。这样的女性常常不自觉地以削足适履的完美主义、过度准备、保持低调、隐瞒才能和意见，或者从不完成重要项目来过度补偿。取得成功时则会想，“呼，我又骗过他们了”。

瓦莱丽·杨是国际知名演讲家，职业生涯里一直致力于了解女性对自己和成功最深刻的信念。数十年研究中，她深入挖掘了大量颇有成就的女性经历自我怀疑的现象，其背后原因往往令人吃惊。

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

《精英的假面心战》一书中，杨为这些女性提供了解决方案。她结合精辟分析、有效建议和趣闻轶事，解释了什么是“冒名顶替综合征”，为什么“欺诈恐惧”（fraud fears）在女性中更为常见，以及如何认识冒名顶替综合征在生活中的表现形式。

作者简介：

教育学博士瓦莱丽·杨（Valerie Young ED）是“冒名顶替综合征研究所”（Impostor Syndrome Institute）的创始人之一，曾任一家《财富》世界 500 强公司的营销经理。她的研究成果被 Women's Day、Redbook、Fitness、Self、Cosmopolitan、Inc.、Boston Globe、Chicago Tribune 和 Globe and Mail 等刊物引用。四十年来，她一直是国际公认的专家，在辉瑞、谷歌、美国国家航空航天局、哈佛大学、斯坦福大学和牛津大学等不同机构为 50 多万人开设了 Rethinking Impostor Syndrome 课程。杨在马萨诸塞大学阿默斯特分校获得博士学位，并在那里帮助创立了社会正义教育项目，也就是目前 DE&I 培训的前身。虽然她早期的研究主要针对职业女性，并偏向有色人种女性，但事实证明，她开创性的研究成果适用于任何对“冒名顶替”深有感触的人。她的著作已被译成五种语言再版。

媒体评价：

“瓦莱丽·杨极其敏锐且注重践行的解决方案让人眼前一亮。……对于世界各地的商业女性来说，这是一本不可错过的入门读物。”
——《出版商周刊》（星级评论）

“《精英的假面心战》对常见困扰进行了剖析，并提供了工具、深度见解、科学证据和大量实例，旨在彻底消除冒名顶替者。瓦莱丽·杨勤奋努力，对这一主题充满热情，她饱含信念，相信任何人都能克服认为自己能力不足、口是心非或者德不配位的想法——这些在《精英的假面心战》中处处得以印证”。
——New York Journal of Books

“杨博士就像是地图工匠，为我们提供指导，让我们根据自己的价值观而不是对无能的恐惧来选择成功，激励我们勇往直前。这本书是献给千千万万想要用成就中的兴奋和喜悦取代恐惧和痛苦的人的礼物。我把这本书推荐给所有受冒名顶替情绪困扰的客户和学生。”
——“冒名顶替”现象的共同发现者、苏珊娜·伊梅斯博士（Suzanne Imes）

“瓦莱丽·杨的《精英的假面心战》一书对非常能干的女性经历‘冒名顶替’现象提供了重要见解。她提供的重要知识可以帮助女性开始真正欣赏和赞美自己的成功。”
——“冒名顶替”现象的共同发现者、美国职业心理学委员会博士保利娜·罗斯·克兰斯（Pauline Rose Clance）

“自我怀疑很常见，但当它阻碍你实现目标时，就该采取行动了。这本书告诉你如何克服冒名顶替者的感知，从而充分发挥个人和职业潜能。”
——Nice Girls Just Don't Get It 和 Nice Girls Don't Get the Corner Office 的作者罗伊斯·P·弗兰克尔（Lois P. Frankel）博士

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

“《精英的假面心战》与 The Feminine Mystique 同样重要。很简单，如果你是女人，或者爱女人，这本书就应该在你的书库里有一席之地”
——Making a Living Without a Job 作者芭芭拉·J·温特（Barbara J. Winter）

作者 Q&A:

什么是冒名顶替综合征?
“冒名顶替综合征”描述了无数不相信自己的能力或缺乏成功感的人。尽管经常有压倒性的证据证明他们的能力，但冒名顶替者认为他们只是凭借运气、时机、外界帮助、魅力——甚至是电脑错误实现成功。因为有冒名顶替综合症的人觉得他们不知何故设法达成目标而不出纰漏，在他们看来，自己的无能被揭穿只是时间问题。

你的书是关于女人的——男人会觉得自己是骗子吗，还是这是女性的问题?
最初，心理学家怀疑这主要是女性经历的事情。事实证明并非如此。参加我的研讨会的男性越来越多，研究生中男女比例大约是五五开。我听过无数人说过，或者和他们一起工作过，他们都因担忧而痛苦不堪，其中包括一名加拿大骑警和一名在最高法院出庭辩护的律师。

最后，我决定有更多的理由去关注女性。首先，我早期的博士研究专门针对女性。其次，我80%的演讲都是应女性员工或女性学生的要求。更重要的是，我把这本书的目标读者定位于女性，因为长期的自我怀疑更容易阻碍她们。

经历过冒名顶替综合征的男人能从这本书中受益吗?
总而言之——绝对会!如果他们是有色人种，有工人阶级血统，或者认同其他任何“高危人群”，那就更是如此。同样，如果他们认识、教导、管理、养育或领导一个或一群易受冒名顶替者综合症影响的男性，他们也会从这本书中受益匪浅。

关于冒名顶替综合症，你对任何阶段进入职场(或学术界)的女性有什么建议?
冒名顶替者，尤其是女性，对于如何才能胜任有着严重的错误观念。要想摆脱“骗子”的感觉，最快的方法就是采纳我所称的“凡人能力法则手册”，它的基本原则是，能力并不意味着你需要知道所有的事情，不需要自己做所有的事情，也不意味着你需要完美地或毫不费力地完成所有的事情。相反，能力是能够识别完成工作所需的资源。

你认为现在成为一个“成功”的女人会不会太晚?
摩西奶奶直到 80 岁才开始画画，在她的 1500 多幅画中，有 25%是在她 100 岁以后创作的。正如玛丽·安·埃文斯(Mary Ann Evans)——她的笔名乔治·艾略特(George Eliot)更为人所知——曾经说过的，“成为你本来可以成为的人永远不会太晚。”做一个自信的、自我肯定的人永远不会太晚。记住要用自己的方式来定义成功。

你见过最有经验的女性犯的一个错误是什么?
不管这是男性的虚张声势、拒绝承认，还是像一些人所说的，是大脑固有的，男性通常不会像女性那样对自己的失败和错误耿耿于怀——至少不会像女性那样耿耿于怀。女人可以在脑海中反复播放同样的场景。根据你被指控的罪行的严重程度，一件十秒钟就发生的事情可能需要你几天甚至几个月的时间才能忘记。

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

不幸的是，女人很容易把一个男人不那么惊慌失措的样子看作是他更有能力——或者至少更自信——而对于没有受过训练的人来说，这往往是错误的。

我们可以做什么简单的事情来克服我们头脑中的声音？
把感觉和事实分开。例如，每个人都会时不时地觉得自己很蠢。事实上，我几乎可以保证，在接下来的 24-48 小时内，地球上的每个人都会有机会感到自己很愚蠢。在这些时刻，你需要记住，仅仅因为你觉得自己愚蠢，并不意味着你就是愚蠢的。

****

中文书名：《滤镜消失：社交媒体与身体形象》
英文书名：UNFILTERED: SOCIAL MEDIA AND BODY IMAGE
德 文 书 名 ： UNFILTERED. SOCIAL MEDIA UND UNSER KÖRPERBILD
作　　者：Julia Tanck
出 版 社：Penguin Random House Verlagsgruppe GmbH
代理公司：ANA/ Winney
页　　数：240 页
出版时间：2024 年 5 月 15 日
审读资料：电子稿
类　　型：大众心理

内容简介：

如何做到接受身体以及健康的自我？本书带你更好地了解自己的身体形象以及家庭和社会因素

在西方世界，超过三分之二的女性对自己的外貌不满意。身材羞辱、不切实际的美丽理想以及对自身身材的不断批判，对许多受影响者的饮食习惯、整体情绪和心理健康造成了严重影响。身体是如此的多样化，为什么人们仍然常常被自己的外表所定义？饮食失调症是如何形成的，社会和个人在其中扮演了什么角色？社交媒体和社会环境有哪些影响？身体形象是通过什么方式代代相传的？我们怎样才能为孩子们树立更积极的榜样？

作为这一问题的专家，茱莉亚·谭克（Julia Tanck）博士将科学发现与作为心理治疗师的实践经验相结合。通过科学的方法、引导性的问题和自我反思的练习，鼓励女性远离不健康的影响，并对自己的身体形象有更深入的了解。本书第一本关于饮食失调、身体不满意以及身体形象的跨代意义的综合性著作

作者简介：

茱莉亚·谭克（Julia Tanck）拥有心理学博士学位，是一名心理治疗专家和研究员。在她的职业中，她研究患有和未患有饮食失调症的女性的身体形象，以及社交媒体与身体形象之间的相互联系。茱莉亚在专业会议、进修培训课程和大学教学中介绍自己的科研成果。除了研究工作，她还在心理治疗实践中治疗各种心理障碍患者，积极参与教育领域的社交活动，并在自己的 Instagram 频道上提供有关当前身体形象研究、体重鄙视、饮食文化和饮食失调的信息。

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

****

中文书名：《沉默的代价：参与和沟通让爱更健康》
英文书名：THE COST OF QUIET:How to Love Stronger by Showing Up and Speaking Out
作　　者：Colette Fehr
出 版 社：Penguin/Putnam
代理公司：ANA/Jessica
页　　数：272
出版时间：2025 年 9 月
审读资料：大纲和样章
类　　型：大众心理

内容简介：

回避型依恋女性的指南书

面对夫妻治疗师科莱特·费尔（Colette Fehr），女性最常哀叹的是“真希望我早点说出来。”

科莱特的客户，无论年龄、种族、教育程度和经济地位如何，都在忍受着一种“悄悄放弃”的流行病，世界上大多女性也是如此。这种自我强加的沉默，最终会破坏幸福，破坏伴侣关系。不管是出于对冲突的恐惧、对现状的保护、对脆弱的不安，还是文化上灌输的自我牺牲，压抑情感和需求的表达都是严重的自我抛弃行为，会让女性感到枯竭、疏离、情感瘫痪、孤独、沮丧和没有成就感。

《沉默的代价》是这场危机的解药，是行动号召，也是实用指南，意在帮助读者体验到与伴侣之间更有意义的联系。书中的一系列练习是为了鼓励女性重视内心体验，能够做到自信而有效地交流自己的想法，从而加深彼此的理解和亲密感。科莱特借鉴了依恋科学和基于证据的治疗方式，如内部家庭系统、情感聚焦疗法、戈特曼方法夫妻疗法和认知行为疗法等，创造了名为“自我连接沟通方法”（The Self-Connected Communication Method）的路线图，希望能消除怨恨情绪，帮助女性找回情感上的繁荣生机。

作者简介：

科莱特·费尔(Colette Fehr)是佛罗里达州奥兰多市的持证婚姻和家庭治疗师(LMFT)、持证心理健康咨询师(LMHC)和国家认证咨询师(NCC)，她在那里开展了十年的夫妻治疗实践，曾和畅销书《亲密陷阱》作者埃斯特·佩雷尔（Esther Perel）、情绪取向伴侣治疗学派的创建者苏·约翰逊（Sue Johnson）、美国“婚姻教皇”约翰·戈特曼（John Gottman）和美国夫妻治疗师特里·里尔（Terry Real）等名人合作。

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

****

中文书名：《自爱还是自恋？- 了解并克服女性自恋》
英文书名：Is It Still Self-Love Or Has It Simply Become Narcissism? - Understanding and Overcoming Female Narcissism
德文书名：Ist es noch Selbstliebe oder schon Narzissmus? - Den weiblichen Narzissmus verstehen und überwinden
作　　者：Bärbel Wardetzki
出 版 社：Penguin Random House Verlagsgruppe GmbH
代理公司：ANA/Winney
出版时间：2023 年 10 月
页　　数：176 页
审读资料：电子稿
类　　型：大众心理

内容简介：

通往内在力量与活力之路。

受女性自恋困扰的女性会陷入自大和自我怀疑之间的紧张状态，很难对自己究竟是谁给予准确回答。由于需要外界肯定，部分女性试图将内心矛盾隐藏在完美外在表象下，而这只不过是徒增压力罢了。到底如何才能跳出这个恶性循环，成为真实、积极、毫无伪装的自己？

女性自恋问题专家贝贝尔·沃德茨基（Bärbel Wardetzki）向我们介绍女性自恋是如何形成的，并鼓励女性要更好地了解自己，在不同心理因素之间建立更加平衡的关系，发现自己的自主性。接受并实践沃德茨基在书中提出的建议，需要帮助的女性有望增强自我价值感，实现真正的自爱，并培养对生活的积极情绪。

- 畅销书作者，已经出版的著作总销量超过30万册
- 来自知名专家的有益启发

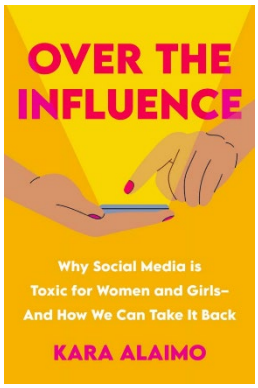
作者简介：

贝贝尔·沃德茨基（Bärbel Wardetzki）出生于 1952 年，是一名心理治疗师和督导师，同时也从事继续教育工作。沃德茨基经常在各种会议上发表演讲，是电视台和电台的常客。她撰写的多部畅销书总销量超过 30 万册。她的个人主页是 www.baerbel-wardetzki.de。

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

****

中文书名：《超越影响》
英文书名：OVER THE INFLUENCE
作　　者：Kara Alaimo
出 版 社：Crooked Lane / Alcove Press
代理公司：UTA/ANA/Jessica
页　　数：336 页
出版时间：2024 年 3 月
审读资料：电子稿
类　　型：女性励志



这本不可或缺的书为女性吹响了集合号角，
让她们认识到并避免让社交媒体成为被用来对付我们的武器
——相反，女性们会学会用它来增强我们自己的力量。

内容简介：

许多妇女和女孩都在尝试关掉手机，从低科技周末到 Instagram 暂停和屏幕时间提醒。但要摆脱社交媒体的影响，远比删除或限制访问某个应用程序要复杂得多。

在《超越影响》一书中，卡拉·阿莱莫（Kara Alaimo）展示了社交媒体如何影响女性生活的方方面面——从我们的人际关系、养育子女到我们的身心健康——以及在结果于社交媒体的世界中生活意味着什么，无论你是一直保持联系还是永远删除了自己的账户。阿莱莫向我们展示了为什么如果你是女性，你可能会获得更少的关注者。她解释了假新闻是如何利用女性的弱点精心制作的。她还揭示了为什么我们在推送中发现的很多内容都是专门设计来阻碍我们的。

但我们可以改变这一切。阿莱莫为我们提供了如何摆脱影响的绝妙建议——如何处理女儿使用社交媒体的问题，如何使用应用程序找到我们正在寻找的浪漫伴侣并促进我们的事业，以及如何保护自己不受性骚扰者、钓鱼交友的人和喷子的侵害。她呼吁女性认识并揭露我们在网上发现的微妙（和不那么微妙）的性别歧视、厌女症和错误信息，并利用我们的平台来增强自己和其他女性的能力。

作者简介：

卡拉·阿莱莫（Kara Alaimo）博士是费尔利·迪金森大学（Fairleigh Dickinson University）的传播学教授。自 2016 年以来，她一直为 CNN Opinion 撰稿，探讨社交媒体的社会影响和影响女性的问题。她曾是奥巴马政府的发言人和联合国的传播者，现与家人居住在新泽西州。

媒体评价：

“对于那些希望帮助女儿和自己更安全地浏览对女性不利的互联网的妈妈来说，《超越影响》是一本终极指南。我会向我生活中的所有父母推荐这本书。”
——尼娜·扬科维茨（Nina Jankowicz），《应得的权利：男性特权如何伤害女性》（ENTITLED: How Male Privilege Hurts Women）和《不只是厌女》（DOWN GIRL: The Logic of Misogyny）的作者

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

“卡拉·阿莱莫的《超越影响》是对女孩和妇女面临的重要问题进行思考和采取行动的号角，对于任何关心厌女症、互联网以及它们之间的关联的人来说，这本书都是一本引人入胜的必读书。”
——凯特·曼恩（Kate Manne），《在网上成为女性：如何在虐待和骚扰中生存，以及如何反击》（HOW TO BE A WOMAN ONLINE: Surviving Abuse and Harassment, and How to Fight Back）一书的作者

****

中文书名：《英美女性文学新史》
英文书名：AUTHORESS: A HISTORY OF WOMEN'S LITERATURE
作　　者：Francesca Peacock
出 版 社：Bloomsbury
代理公司：Curtis Brown/ANA/Winney
字　　数：约 130,000 词
出版时间：待定
代理地区：中国大陆、台湾
审读资料：英文大纲、英文样章
类　　型：历史
版权已授：美国
·2025 年夏递交全稿

内容简介：

高段位的历史纪实，适合任何对文学、文化或女性故事感兴趣的读者。弗朗西斯卡·皮科克一直致力于发掘淹没于历史的女性声音，而在这本新书中，我们将看到更宏大、更大胆和真正激动人心的东西——通过女作家的思想和笔触，我们第一次理解英国文学的千年历程。

阅读和研究英国文学经典时，我们难免会疑问——“嘿，女人们都去哪儿了？”除了教学大纲和指导书目上为数不多的 19 世纪女性作家之外，英国文学几乎是男性作家的天下。《英美女性文学新史》一书中，弗朗西斯卡提出一个大胆的文学新典范，重新解释英美女性文学史的十个世纪。翻开本书，我们将探索 14 世纪朱利安·诺威奇（Julian of Norwich）的神秘主义写作、18 世纪安·拉德克里夫（Ann Radcliffe）的哥特式浪漫主义和 19 世纪朱娜·巴恩斯（Djuna Barnes）的激进现代主义。还有创作《芬德恩手稿》(Findern Manuscript)的女作家、玛丽·沃特利·蒙塔古夫人(Mary Wortley Montagu)的游记以及多萝西·华兹华斯(Dorothy Wordsworth)的诗歌日记（这些作品都被归入了哥哥威廉·华兹华斯的作品集）。这是一部不折不扣的历史修正之作，展现我们从未见过的英美文学史！

弗朗西斯卡将按照时间顺序，带领我们踏上从十世纪到第二次世界大战的旅程，她不仅会向我们介绍那些享有权力和地位的女作家，还会带我们来到乡间别墅的厨房、横渡大西洋的奴隶船以及监狱，认识那些在最困苦之地坚持写作的女作家。从非裔美国诗人菲利斯·惠特利（Phyllis Wheatley）书写她痛苦的努力生涯，抒发对废除奴隶制的希望，到哈莱姆文艺复兴时期的女性。《英美女性文学新史》还将分析塑造英美文学文化的各种声音，包括那些从事图

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

书贸易的女性，她们是抄写员、翻译员和书商，在文本传播中一直扮演着重要角色。从这些声音中，我们可以看到一个由女性主导的另类文化历史叙事，而她们过去永远只能被男性写进史册。这个故事有关社会的根本性进步和变革，关于日益强盛的女权主义思想、宗教怀疑论和种族平等愿望。《英美女性文学新史》将重写正典，恢复女性（以及我们所有人）应有的地位。

目录

第一章
女性的匿名
公元 10 世纪的女性写作

第 2 章
属神的姐妹
诺威奇的朱利安（1343-1416）

第三章
建设女性之城
中世纪世俗女性写作
克里斯蒂娜·德·皮赞（1364 - 1430）

第四章
这位女性的作品
都铎王朝和文艺复兴时期女性的翻译作家身份
凯瑟琳·帕尔（1512 - 1547）

第五章
暴露在公众面前
现代早期印刷品中的女性
安妮·布拉德斯特里特（1612 - 1672 年）

第六章
图书贸易中的女性
安妮·麦克斯韦尔（卒于 1685 年）

第 7 章
女性与缪斯女神有什么关系？
18 世纪初女性占据文坛一席之地
德拉里维埃·曼利（1663 / 1670 - 1724）

第 8 章
小说夫人
女性主导文学市场
伊丽莎·海伍德（1693 - 1756）

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

第 9 章
女性与浪漫主义
多萝西·华兹华斯（1771 - 1855）

第 10 章
女性激进分子与废奴
玛丽·沃斯通克拉夫特（1759 - 1797）和菲利斯·惠特利（1753 - 1784）

第 11 章
女性与哥特
安妮·拉德克里夫（1764 - 1823 年）

第 12 章
我们为这位美丽的作家永远留下一席之地
维多利亚时代的女作家
伊丽莎白·巴雷特·勃朗宁（1806 - 1861）

第 13 章
文学劳工
埃莉诺·马克思（1855 - 1898）

第 14 章
伟大女性的盛会
文学作为变革
西尔维亚·潘克赫斯特（1882 - 1960）和艾达 ·B·威尔斯（1862 - 1931）

第 15 章
女性化的现代主义
朱娜·巴恩斯（1892-1982）

第 16 章
无“男”区
应对世界大战的女性写作

结论
当代女作家的故事？

作者简介：

弗朗西斯卡·皮科克(Francesca Peacock)，年轻有为的艺术记者和作家。《每日电讯报》的长期艺术评论员，也是 Prospect Books 撰稿人。她经常为《泰晤士报》《旁观者》《泰晤士报文学增刊》《星期日邮报》《金融时报》撰写有关艺术和文化的文章，并在电视和广播节目中讨论新闻工作。皮科克正申请博士学位，研究中世纪女性写作，并与《泰晤士报》最畅销的中世纪历史学家海伦·卡尔（Helen Carr）一起主持女权主义历史播客“伟大女性的历史”（A History of Great Women）。她的第一本书《纯粹的智慧：玛格丽特·卡文

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

迪什的革命性写作生涯》(Pure Wit: The Revolutionary Life of Margaret Cavendis) 探讨了英国最早的女权主义作家之一的生平，由 Head of Zeus 和 Pegasus Books 在英美分别出版，获得凯特·莫斯、威廉·博伊德和爱丽丝·洛克斯顿等人的高度评价，《每日电讯报》《旁观者》《金融时报》《纽约时报》也对其进行了精彩报道。

媒体评价：

“就像一个热爱生活的人来到一间发霉的卧室，推开窗户让光线照进来，还把枕头垫得丰满起来，让房间焕然一新。”
——《纽约时报》

“这是一部明星级的处女作。弗朗西斯卡的作品和她的主题一样大胆、明快、诙谐。”-
——杰西·蔡尔兹

“她最擅长的方式诠释了卡文迪什的文学成就。这位非同寻常、自相矛盾的女性——害羞、隐居、强迫症患者，一有机会就跃然纸上，成为对抗死亡的堡垒，弗吉尼亚·伍尔认为我们应当关注她，但事实证明不仅如此，我们要做得更多才行。”
——《华尔街日报》

****

中文书名：《母亲是一个动词》
英文书名：*Mother Is a Verb*
作　　者：Sarah Knott
出 版 社：Viking
代理公司：PEW/ANA/Jessica
页　　数：320 页
出版时间：2019 年 4 月
代理地区：中国大陆、台湾
审读资料：电子稿
类　　型：历史
版权已售：土耳其（Can Yayin Lari）、中国台湾（Faces）、波兰（Illluminatio Lukas Kierus） 、希腊（Metaixmio）、韩国（Namu Berich）、英国（Viking）、美国（FSG）

内容简介：

探索了从现存的关于怀孕、分娩和与婴儿照料的文本碎片中可以讲述什么故事。
人类存在开始，母亲及其所代表的一切也相随存在至今。

那么，这一重要体验是如何随着时间和文化而变化的呢？母性的历史是什么？是怀孕、分娩、抚育婴儿吗？我们能捕捉到母亲们的历史轨迹吗？用什么方式呢?

在《母亲是一个动词》一书中，历史学家莎拉·诺特（Sarah Knott ）用新的体裁对历史进行了全新解读。这本书是回忆录和历史的结合，生动引述了不少趣闻。

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

作为一部历史，《母亲是一个动词》以 17 世纪到 20 世纪末英国和北美为背景。从克里族和奥吉布族妇女到阿巴拉契亚的佃农；从南卡罗来纳水稻种植园的奴隶到纽约和伦敦东区的公寓居民，诺特对过去各种群体/社区进行了研究调查，仔细研读了相关日记、信件、法庭记录、医疗手册和衣物。当然，她也探索、记录了自己的经历。

作为一本回忆录，《母亲是一个动词》用提出新问题和探索过去的方法，意图将最小的、甚至是最平凡的人类经历历史化。是否存在关于被打断、婴儿哭声、失眠的历史？诺特并不诉诸宏大叙事，而是艰苦地积累奇闻轶事来寻找答案

作者简介：

萨拉·诺特（Sarah Knott）是莎莉·M·雷哈德（Sally M. Reahard）历史学教授和金赛研究所（Kinsey Institute）研究员。她编辑/写作了四本书，其中《母亲是一个动词:一段非常规历史》（*Mother Is A Verb: An Unconventional History*）已被翻译成五种语言；《感性与美国革命研究》（*Sensibility and the American Revolution*）获得了奥莫亨德罗研究所（Omohundro Institute）的安德鲁·W·梅隆奖学金（Andrew W. Mellon Fellowship）；最近还与艾玛·格里芬（Emma Griffin）合编了《母亲的诸多劳动》（*Mothering's Many Labours*）。她的文章和评论发表在《威廉与玛丽季刊》（*William & Mary Quarterly*）、《美国历史评论》（*American Historical Review*）和《过去与现在》（*Past & Present*），以及《卫报》、TLS、LARB 和《BBC 历史杂志》（*BBC History Magazine*）上。

诺特是英国出生的女权主义者、作家和历史学家，拥有牛津大学的哲学博士学位和学士学位，以及宾夕法尼亚大学的硕士学位，研究重点是大西洋世界和 17 世纪以来的美国，写作和学术研究主要集中在性别、主体性和经验的交叉历史上，关注社会大小变化之间的各种关系。

诺特对写作的形式和技巧特别感兴趣。她曾担任美国历史专业旗舰期刊《美国历史评论》的副主编和代理主编。2013 年，她被选为英国《过去与现在》的编辑委员会成员。她是档案碎片，实验模式集体的成员。

未来计划的项目包括合编一本关于 20 世纪关怀和资本主义的书；革命时代的文化史；在金赛研究所的支持下，完成一个名为“出生谱系”的社区大学档案项目。

媒体评价：

“从母亲和婴儿之间的联系开始，慢慢向外延伸到许多母亲之间的联系，[Knott]表明，虽然婴儿期是以天为单位的生命时期，但其曲线却是以世纪为单位的。”——《时代》杂志

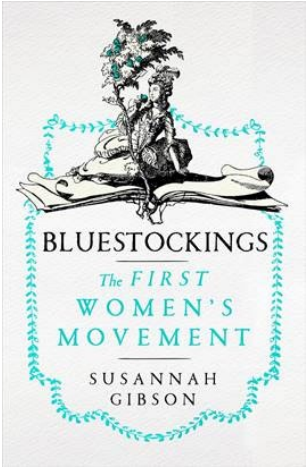
“一次对母性的探索，一次广阔、复杂而富有创造性的经历。作为历史学家和两个孩子的母亲，诺特在她自己的怀孕经历中进行了启发性的调查…对个人和历史记忆的新鲜、生动的叙述。”——《柯克斯书评》

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

“过去几年，关于母性的回忆录和小说出现了爆炸式增长。诺特所记录的现象，可以在杰西·格林格拉斯（Jessie Greengrass）、里夫卡·加尔琴（Rivka Galchen）的书中找到；再往前，是麦琪·尼尔森（Maggie Nelson），再往前，是瑞秋·库斯克（Rachel Cusk）。诺特在补充她自己的经历之外，更重要的，是以更开阔的视野，展示母亲如何一直与经济和社会生活的其他方面密切相关。”——《卫报》

****

中文书名：《蓝袜子：世界上第一场女性主义运动》
英文书名：BLUESTOCKINGS: The First Women’s Movement
作　　者：Susannah Gibson
出 版 社：John Murray Press
代理公司：David Higham/ANA/Winney
页　　数：384 页
出版时间：2024 年 2 月
代理地区：中国大陆、台湾
审读资料：电子稿
类　　型：历史
版权已授：美国



内容简介：

回到 18 世纪 50 年代，重返世界第一次女权运动，记叙那些遗忘于历史的女英雄们，重现她们鼓舞人心的真实历史故事。

18 世纪 50 年代的英国，女性既无权力，也无权利——所有钱财都属于父亲和丈夫。当时人们认为，书籍会使女性大脑受损，并且损害子宫；尽管受尽嘲讽，一个女性团体仍然冒着失去一切的风险，无畏地站出来，鼓励女性按照自己的意愿思考、过自己的人生。

伦敦家中的客厅，伊丽莎白·蒙塔古（Elizabeth Montagu）举办了一系列盛大沙龙。女人和男人围成一圈，讨论戏剧、哲学、文学，比拼智慧与才学。蒙塔古夫人亲自下场，与伏尔泰一较高下，最终大获全胜。

海丝特·斯雷尔（Hester Thrale）一边照料十二个孩子，一边帮助恃强凌弱的丈夫经营啤酒厂，同时还资助一些重要作家——例如塞缪尔·约翰逊，博士在她家借住了数年。海丝特的日记是一部翔实可信的编年史，生动地记录了她决定追随内心的最终时刻，以及随之发生的一切。

诗人安·耶尔斯利（Ann Yearsley）曾是挤奶女工。势利的赞助人因为安出身工人阶级，不负责任地拒绝支付工资，安奋起反击……

凯瑟琳·麦考利（Catherine Macaulay）的八卷英国史引起轰动，她抨击魁北克法案和英国殖民税收，成为美国革命的领军人物之一。而她颠覆传统的爱情生活也令同代人瞠目结舌……

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

这本杰作中，苏珊娜·吉布森（Susannah Gibson）探索了上述先驱人物的人生和影响，这些人激励着玛丽·沃斯通克拉夫特、弗吉尼亚·伍尔芙等作家、思想家，为当代女权运动开辟道路。

目录：

序言
第一章 女人的地盘
第二章 沙龙
第三章 斯特里萨米人
第四章 挤奶室
第五章 巴黎革命委员会
第六章 婚姻
第七章 母性
第八章 友谊
第九章 爱情
第十章 独立
第十一章 最后的蓝袜子
致谢
图片来源
注释
索引

作者简介：

苏珊娜·吉布森（Susannah Gibson），爱尔兰作家、历史学家，现居剑桥。著有《探究精神：非凡社会如何塑造现代科学》（*The Spirit of Inquiry: How One Extraordinary Society Shaped Modern Science*，牛津大学出版社，2019）、《动物、蔬菜、矿物？18 世纪的科学如何破坏自然秩序》（*Animal, Vegetable, Mineral? How Eighteenth-century Science Disrupted the Natural Order*，牛津大学出版社，2015）。从全国性报纸到学术期刊，这两本书获各大刊物好评。

《探究精神》获评为“生动、深入研究的思想史”，吉布森则是“一位熟练的说书人”。2019 年 6 月，《华尔街日报》对《探究精神》的书评占据了当月书评板块头条，评论家写道：“吉布森对剑桥哲学会的出色研究……是熟练的历史学家为尘封档案注入新活力的典范。”2019 年 5 月，《泰晤士报副刊》写道:“吉布森剥丝抽茧，讲述了一段丰富而迷人的历史。她的书是该学科的范例，说明了科学领域的公众宣传应该致力于增长知识、妙趣横生。”

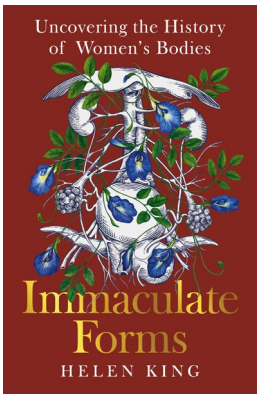
2015 年 7 月，《每日电讯报》对《动物、蔬菜、矿物？》评价为“引人入胜、清晰易懂……生动的阐述和反思”。

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

媒体评价：

“‘蓝袜子’指早期英国女权运动的无名先驱，她们聪明诚挚，或高调或低调地践行着反传统的一切。她们的交际网为女性赋能赋权，她们的沙龙注重沟通和礼貌，鲜明反对 18 世纪的厌女文化和男性酗酒文化。苏珊娜·吉布森这本书杂糅了故事、历史、轶闻，才华横溢地介绍了一群富有主观、充满活力、机智幽默的女性，以及她们如何打造一个非同寻常的社会。”
——珍妮特·托德（Janet Todd），著有《花园中的简·奥斯汀和雪莱》（*Jane Austen and Shelley in the Garden*）

****



中文书名：《完美形态：女性身体的历史》
英文书名：*Immaculate Forms: Uncovering the History of Women's Bodies*
作　　者：Helen King
出 版 社：Profile
代理公司：ANA/Jessica
页　　数：400 页
出版时间：2024 年 9 月
审读资料：电子稿
类　　型：历史
版权已授：美国（Basic Books）

内容简介：

宗教历史学家和古典主义者对女性身体动荡历史的探索
女性身体从古希腊到现代的医学和宗教史

纵观历史，宗教学者、医务人员，偶尔还有女性自己，都在塑造“何为”女性的思想。女性，是柔弱的，是更公平的、更纯洁的，但通常情况下，女性仅仅被简单定义为“不是男人”。

如今，女性身体和身份之间的复杂关系越来越受关注。关于什么是女人的争论在当前已不是稀有之事，而这本书想表达的观点是，女性从来没有能够就身体之身份达成明确观点，其身体从来不是仅仅局限于“二元”之分。

《完美形态》检视了医学和宗教在女性身体上如何扮演守门人角色，探讨了女性身体不同部位的奥秘。作者从事身体历史的研究和教学已有 40 年之久，还是一名非专业传教士，也是英国教会性别与性行为小组的副主席，她在探索宗教和医学之间的共生关系以及其在守护女性身体方面的双重历史上有其独到之处。

“拥有身体是每个人都经历过的事情。对这一经历之理解无法跳脱出历史语境：人会根据生活环境所奉行的信念和理论来理解自己的身体。人们会从身体讯息来了解自己是谁，应该如何行动，过去如此，现在亦如是。那么，对身体历史的研究能帮助我们了解自己吗?”

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

“这本书将探索是什么让一个人成为“女人”的历史，以及身体在这方面的意义。身体是如何与女人身份以及女人能成为什么、能做什么联系在一起的？身体是种约束，还是任人书写自我的画布？随着时间的推移，这些问题的答案是如何变化的?”

“我特别喜欢海伦·金(Helen King)对‘神圣身体’神话及其如何影响社会对女性的态度方面的研究，例如将夏娃和玛丽并并置：有罪的夏娃导致人类被驱逐出天堂，并负责月经和分娩的痛苦，而纯洁的玛丽则怀了孕(有人说是通过她的耳朵(!))，并能回到天堂。夏娃是由亚当的肋骨创造的，而耶稣是由玛丽分娩而生的，且分娩时无痛。在拉丁语中，天使加布里埃尔称呼玛丽的第一个词是‘Ave’——拉丁名字‘Eva’的反义词。”

作者简介：

海伦·金（Helen King）是古典研究的名誉教授，2011 年到 2017 年在英国开放大学（The Open University 工作，2017-18 年，在明尼苏达州古斯塔夫斯·阿道夫斯学院（Gustavus Adolphus College）担任罗伯特·E 和苏珊·T·雷德尔客座教授。海伦·金先在伦敦大学获得古代史和社会人类学学位，随后在剑桥和纽卡斯尔攻读研究生学位，后在利物浦任教 8 年，1996 年至 2011 年在雷丁（Reading）工作。除了在高等教育领域的全职工作外，海伦还是荷兰高等研究院（Netherlands Institute for Advanced Studies）的研究员(2001 年)，不列颠哥伦比亚省维多利亚大学（University of Victoria）的兰斯顿客座讲师(2002 年)，德克萨斯大学奥斯汀分校的客座教授(2005 年)，维也纳大学 Käthe Leichter 女性和性别研究客座教授(2014 年)和印第安纳州圣母大学教务长杰出女性讲师(2016 年)。海伦的著作有：《希波克拉底的女人:解读古希腊的女性身体》（Hippocrates' Woman: Reading the female body in ancient Greece）；《处女之病:绿病、黄萎病和青春期问题》（The Disease of Virgins: Green Sickness, Chlorosis and the Problems of Puberty）；《助产学、产科和妇科的兴起》（Midwifery, Obstetrics and the Rise of Gynaecology: The Uses of a Sixteenth-Century Compendium）；《审判单性身体:古典与近代证据》（The One-Sex Body on Trial: The Classical and Early Modern Evidence）；《现在的希波克拉底:互联网时代的“医学之父”》（Hippocrates Now: The 'Father of Medicine' in the Internet Age）

****

中文书名：《母系社会：重新想象人类进化》
英文书名：MATRIARCHA：Human Evolution Re-imagined
作　　者：Rebecca Wragg-Sykes
出 版 社：Simon & Schuster
代理公司：PEW/ANA/Jessica
页　　数：待定（about 150,000 words.）
出版时间：2024 年冬季
代理地区：中国大陆、台湾
审读资料：大纲
类　　型：历史
版权已授：英国、法国、荷兰、西班牙

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

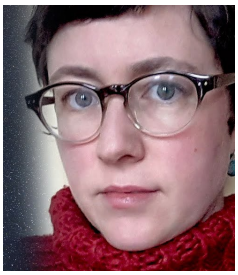
内容简介：

丽贝卡·勒格·赛克斯（Rebecca Wragg Sykes）的新书《母系社会》（MATRIARCHA）横跨整个古人类历史。从青铜时代开始，一路追溯到智人的进化，再到孕育了我们所有人的南方古猿。在这个过程中，我们会遇到我们的远古表亲丹尼索瓦人和尼安德特人，神秘的纳莱迪人，以及像“霍比特人”那样身材矮小的弗洛勒斯人和吕宋人。

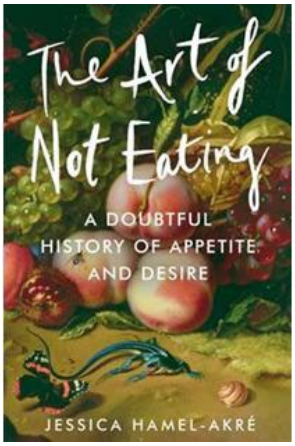
《母系社会》的独特之处在于其故事以女性为主线来讲述。正如丽贝卡所说，对女性的渊源历史进行全面综合的记述是开创性的，也是有重大意义的。但《母系社会》并不止步于此。它揭露了人类演化史上那些令人不安的秘密，严厉批评以男性为中心的叙述和理论。**它的目标是撕开蒙蔽事实的面罩，见证女性所付出的汗水与鲜血，重新构想我们之所以为人的核心。**

同其上一部著作《血缘：尼安德特人的生命、爱情、死亡和艺术》（Kindred: Neanderthal Life, Love, Death and Art）一样，丽贝卡始终以确凿的考古证据作为根基来构建她的叙事。在《母系氏族》中，她向我们讲述了那些经受着可怕的身体挑战却依然坚强生存下来的女性的故事。

作者简介：



丽贝卡·勒格·赛克斯（Rebecca Wragg Sykes）博士是旧石器时代考古专家、利物浦大学荣誉研究员。她长期致力于研究尼安德特人的考古学、古生物学以及地质学。赛克斯于 2020 年出版《血缘：尼安德特人的生命、爱情、死亡和艺术》（Kindred: Neanderthal Life, Love, Death and Art）一书。



****

中文书名：《不吃的艺术：女性食欲控制的历史》
英文书名：THE ART OF NOT EATING: A Doubtful History of Mind, Body and Desire
作　　者：Jessica Hamel-Akré
出 版 社：Atlantic
代理公司：PFD/ANA/Jessica
页　　数：暂定
出版时间：2024 年 1 月
代理地区：中国大陆、台湾
审读资料：大纲
类　　型：大众文化

内容简介：

“他是十八世纪英国最肥胖的人，而我在 2014 年爱上了他。”

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

那个晚上，杰西卡·哈梅尔·阿克雷（Jessica Hamel-Akré）发现了乔治·切恩博士，他是十八世纪伦敦社交界的风云人物，也是第一位减肥博士；这是一种智力上的固着，激发了她对女性食欲控制进行长达 7 年的历史研究，这也是一种个人的解构。

当她跟随富有魅力、饱受折磨的切恩翻阅医学研究、小说和十八世纪的丑闻时，她遇到了吃灰的神秘主义者、浪费的社会女孩、贫穷的禁食者和早期的女权主义哲学家，他们都曾问过同一个问题，这个问题从童年起也一直困扰着她，并支撑着今天的饮食文化……一个女人（如何）控制自己的食欲？

这是一本关于不吃东西的正确方法的历史书。它描绘了在我们现代世俗的女性完美理念中继续存在的虔诚的不费力气的演变。自然随和，没有方法的美丽，没有控制的苗条，没有饥饿和抱怨的生活。

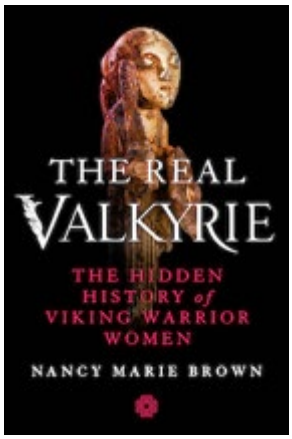
哈梅尔·阿克雷能让人想起奥利维亚·莱恩和玛吉·尼尔森，但她的思想完全属于自己，她是一个闪闪发光的人才，具有无情的精确观察力。她将回忆录与严谨的历史研究结合起来，将改变我们对女性需求、智力的严肃性、理性的本质以及这一切如何与我们的饮食方式纠缠在一起的看法。

作者简介：

杰西卡·哈梅尔·阿克雷（Jessica Hamel-Akré）是一位获奖的思想史学家、作家、公共演说家。她是剑桥大学的博士后，她在那里进行了独立的、现已持续七年的饮食文化研究。这是她的第一本书。

****

中文书名：《真正的瓦尔基里：维京女战士的隐秘历史》
英文书名：THE REAL VALKYRIE: THE HIDDEN HISTORY OF VIKING WARRIOR WOMEN
作　　者：Nancy Marie Brown
出 版 社：St. Martin's Press
代理公司：Tessler /ANA/Jessica
出版时间：2021 年 8 月
代理地区：中国大陆、台湾
页　　数：320 页
审读资料：电子稿
类　　型：历史
亚马逊排名：



Best Sellers Rank: #25,859 in Books (See Top 100 in Books)
#5 in Sweden History
#149 in Women in History

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

内容简介：

按照史黛西·希夫（Stacy Schiff）《埃及艳后》的传统，布朗推翻了维京社会由男性统治的陈旧神话，颂扬了维京女战士波澜壮阔的的生活。

2017 年，DNA 检测结果显示，令许多学者集体震惊的是，瑞典比尔卡一座高大上的坟墓中埋葬的维京战士居然是一名女性。《真正的瓦尔基里》将考古、历史和文学编织在一起，想象这位女战士她所处的时代以及她的生活，揭示了历史上维京女性比历史学家想象的要更有权威。

布朗将她命名为哈沃，并用科学将这位比尔卡女战士与维京人的贸易城镇以及他们从比尔卡经由基辅到拜占庭及其他地区的贸易路线联系了起来。布朗设想，哈沃的生活与真实伟大的女性交织在一起，例如古尼希尔德女王、被称为“红姑娘”的维京人领袖以及复仇的奥尔加女王。哈沃短暂而富有戏剧性的一生表明，我们所认为的关于维京时代女性的真相，大多不是基于数据，而是基于 19 世纪维多利亚时代的价值观和偏见。历史、法律、传奇、诗歌和神话中的维京女性不是拿着家里的钥匙，而应该是拿着剑和矛。这些女性“在最勇猛的战士前面作战”。她们吹嘘说：“作为英雄，我们广为人知——我们用锋利的长矛从骨头上割下鲜血。”在这段引人入胜的叙述中，布朗使那些女战士的世界生动地展现了出来。

媒体评价：

“布朗向我们介绍了一个更广阔的维京世界，以及许多强大的维京女性，她们之前一直被认为是虚构的。不过这本书最终的结果是为女性历史增添了复杂、重要和令人愉悦的内容。”
——《女战士：出乎意料的历史》（Women Warriors: An Unexpected History）的作者帕梅拉·D·托尔

“这是一本引人入胜的读物……一个急需改变的另类叙述。它关注了那些经常被忽视的故事，这使它令人耳目一新，发人深省。”
——《性别景观：挪威维京时代景观中的性别、地位和权力的讨论》（The Gendered Landscape: a Discussion on Gender, Status and Power In the Norwegian Viking Age Landscape）的作者玛丽安·莫恩

“非常有趣……布朗用她的故事和她独特的观点充分吸引了读者的注意。据我所知，她探索了别人没有探索过的东西。”
——赫斯特威克公司经理，《维京人的武器和战斗技巧》（Viking Weapons and Combat Techniques）的作者威廉·肖特

“这本令人惊奇的书提供了无以伦比的思想转变……精细的研究和优美的文字，这段进入遥远过去的旅程对当前关于性别弯曲、学术‘事实’的不稳定性、厌女症的动态和奴隶制遗产的讨论有很多好处。”
——冰岛大学名誉教授，《偷自己的人》（The Man Who Stole Himself）的作者吉斯利·帕尔松

“太精彩了。它从第一页开始就吸引了我。布朗叙述出了一个合理但令人震惊的故事——有史以来发现的保存完好，规模宏大的维京战士的坟墓是一个女人的坟墓，这描绘了一个令人惊叹的画面，描绘了一个大胆、勇敢的女人在中世纪生活的样子。凭借她对维京历史的深刻了解，她创造了一个令人难忘的人物……我喜欢这本书！”
——《入侵者》（The Invaders）的作者帕特·希普曼

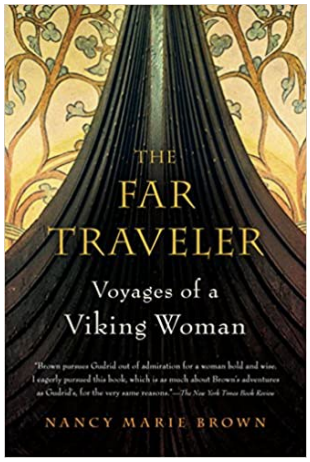
北京市海淀区中关村大街甲 59 号中国人民大学文化大厦 1705 室，邮编：100872
电话：010-82504106　　网址：www.nurnberg.com.cn

作者简介：

南希·玛丽·布朗（Nancy Marie Brown）誉满全球的畅销书作家。1977年入宾夕法尼亚州立大学攻读英语专业（写作方向），取得比较文学硕士学位（亚瑟王和冰岛传奇方向）。通晓冰岛语和古挪威语。1981年开始科学写作生涯，专注于冰岛和维京人的研究，融合了中世纪文学、考古学、神话传说和史实。三十年来始终在宾州州立大学从事写作和编辑工作。现在和四匹冰岛马、一只冰岛牧羊犬居住在佛蒙特州北部。著有《维京人之歌》（Song of the Vikings）、《算盘与十字架》(The Abacus and the Cross)、《远方旅行者》（The Far Traveler）、《孟德尔的厨房》（Mendel in the Kitchen）、《好马没有颜色》（A Good Horse Has No Color）。

****

中文书名：《远方旅行者:维京女性的远行》
英文书名：THE FAR TRAVELER: VOYAGES OF A VIKING WOMAN
作　　者：Nancy Marie Brown
出 版 社：Mariner Books
代理公司：Tessler /ANA/Jessica
出版时间：2008 年 10 月
页　　数：320 页
审读资料：电子稿
类　　型：历史/非小说



亚马逊排名：

Best Sellers Rank: #169,814 in Books (See Top 100 in Books)
#7 in Greenland History
#29 in Iceland Travel Guides
#91 in Historical Geography

内容简介：

在哥伦布探索新大陆的五百年前，一位名叫古德里德的维京妇女在世界的边缘进行了航行。她在新大陆登陆并在那里生活了三年，在回乡前还生了一个孩子。至少冰岛传说是这样的。即使考古学家在纽芬兰发现了维京人的长屋，也没有人相信古德里德的故事是真实的。

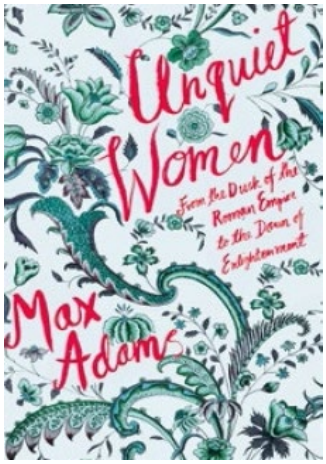
然后，在2001年，一个科学家小组发现了这位先驱妇女的最后一所房子，它埋在冰岛的一块干草地下，正是传说中可能的遗址。南希·玛丽·布朗（Nancy Marie Brown）借助实验尖端技术和最新考古技术的科学家一起，追踪古德里德在陆地上和传说中的足迹，重现了她拓展世界边缘的生命历程。此外，作者还呈现了一个社会，这个社会产生了一个比传说中更不寻常的女人，作者也并阐明了这个社会崩溃的原因。

作者同上。

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

****

中文书名:《不沉默的女性:从罗马帝国的黄昏到启蒙运动的黎明》
英文书名: UNQUIET WOMEN: FROM THE DUSK OF THE ROMAN EMPIRE TO THE DAWN OF THE ENLIGHTENMENT
作　　者：Max Adams
出 版 社： Head of Zeus
代理公司：ANA/Jessica
页　　数：288 页
出版时间：2018 年 11 月
审读资料：电子稿
类　　型：历史



内容简介：

在这次重新发现的旅程中，马克斯使得生活在罗马末期和启蒙运动之间的一些了不起却鲜为人知的女性被遗忘的经历和故事复活。在一系列按时间顺序排列的章节中，核心人物的生平素描通过主题与同时代其他女性的相关故事串联起来。通过这种方式，编织成了一幅多彩的生命图绘，它的图案由相互独立而又相互渗透的人物肖像组成。以丰富的信息量、充满敬意与感染力的写作、以及作为历史学家自始至终的严谨，马克斯为这些女性发出了声音，她们的故事很少，甚至从未有人讲起。

她们并不是女王，或是流行文化定义下的惊艳美人或女英雄。她们中的一些人只是历史上的无名小卒，正如马克斯在他的导言中所写的那样：“有时我只能从碎片或文物或舞台下的低语中推断出她们的存在。但我并不低估一切生命的重要性，这些生命的微弱回声必定会对那些我们几乎一无所知的女性们产生影响。”对于女性写作对象的选择完全取决于马克斯，这是他个人的选择，她们的故事让马克思被吸引、被迷住、被惊讶，终究留在了他的生命中。她们有什么共同点？是什么将她们跨越世纪联系起来？是拒绝被动地向命运投降，是一种不安于命运的反抗精神，是好奇心，是创造力，是热情和决心。

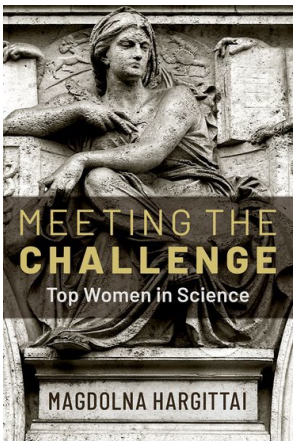
作者简介：

马克斯·亚当斯（Max Adams）是考古学家、历史学家以及旅行家，作为作家他著有 12 部作品，包括 *Admiral Collingwood*、《艾尔弗雷德的不列颠》（*Aelfred's Britain*）、*Trees of Life*，畅销书《北境之王》（*The King in the North*）以及 《巨人之地》（*In the Land of Giants*），同时他还发表了许多文章和期刊论文。于 1961 年生育伦敦，他在约克大学（University of York）学习考古学。在一段参与了斯皮特尔场基督堂（Christchurch Spitalfields）著名的考古挖掘工作的专业经历，以及在杜伦大学（Durham University）担任考古服务主任多年后，麦克斯隐退达勒姆郡（County Durham）40 英亩的林地中生活了三年。他为泰恩-三通管电视台（Tyne-Tees Television）创作并呈现了两个专题纪录片并制作了三十个“地貌探员”系列短电影。

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

****

中文书名：《迎接挑战：科学领域的女精英》
英文书名：*Meeting the Challenge: Top Women in Science*
作　　者：Magdolna Hargittai
出 版 社：Oxford University Press
代理公司：ANA/Jessica
页　　数：296 页
出版时间：2023 年 4 月
审读资料：电子稿
类　　型：历史



内容简介：

·作者是一位执业科学家，她本人认识书中提到的许多女科学家。
·讲述了历史上和来自世界各地的女科学家的故事，以激励着多元化的读者群。
·有助于提高科学意识，并为有兴趣从事科学事业的个人提供榜样。

纵观历史，女性克服了巨大的困难，为科学做出了持久的贡献。在《迎接挑战》一书中，抹大拉·哈吉泰（Magdolna Hargittai）分享了她们的故事。

几个世纪以来，女科学家在职业生涯中取得成功时面临着看似不可逾越的障碍。然而，许多人在科学方面表现出色，取得了历史上一些最重要的科学突破。在她的新书中，抹大拉·哈吉泰（Magdolna Hargittai）讨论了 120 多位这样的女科学家。这本书详细介绍了过去和现在、来自世界各地的女科学家的生活和事业，代表了许多不同的领域，包括物理学、化学、天文学、数学和医学。

书中介绍的先驱女性包括诺贝尔奖得主和天文学家安德里亚·盖兹（Andrea M. Ghez）、医学物理学家和诺贝尔奖获得者罗莎琳·亚洛（Rosalyn Yalow）、DNA 结构的共同发现者罗莎琳德·富兰克林（Rosalind Franklin）和新冠疫苗先驱卡塔琳·卡里克·奥（Katalin Karikó）。这本书还包括生态学家和《寂静的春天》（*Silent Spring*）的作者雷切尔·卡森（Rachel Carson）、灵长类动物学家简·M·古道尔（Jane M. Goodall）和其他所有人。这些女性表明，尽管人们一直认为“科学不适合女性”，但女性能够而且确实在科学领域取得成功，即使成功往往需要勇气和毅力。

《迎接挑战》呈现了引人入胜的人类故事，通过详细介绍历史上许多最重要的女科学家的生活和成就，为读者提供信息和娱乐，并鼓励那些考虑从事科学事业的人。这本书对科学史做出了重大贡献，并为那些有兴趣从事科学事业的人提供了榜样。

作者简介：

抹大拉·哈吉泰（Magdolna Hargittai）是布达佩斯技术与经济大学结构化学研究教授。她是匈牙利科学院和欧洲科学院（伦敦）的成员，拥有哲学博士学位、理学博士学位和荣誉博士学位。她研究和教授女科学家的生活与职业，是《女科学家：反思、挑战和打破界限》（Women Scientists: Reflections, Challenges, and Breaking Boundaries）（OUP 2015）一书的作者。哈吉泰

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

博士和她的丈夫伊斯特万（Istvan）共同发表了大量关于对称性，科学史以及与著名科学家的对话的文章。最近，他们写了关于布达佩斯、纽约、莫斯科和伦敦科学家纪念碑的文章。哈吉泰博士的书以英语，匈牙利语，俄语，德语，瑞典语和韩语出版。

全书目录：

前言（埃斯特·哈吉泰著）
序言
致谢

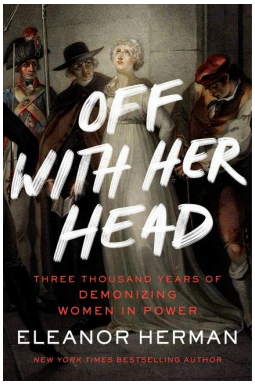
1.天文学家
索菲亚·布拉赫（Sophia Brahe）
玛丽亚·库尼茨（Maria Cunitz）
……
2.数学家
埃琳娜·科尔纳罗·皮斯科皮亚（Elena Cornaro Piscopia）
劳拉·巴西（Laura Bassi）
……
3.物理学家
女物理学家的孤独
镭研究所
伊丽莎白·罗娜（Elisabeth Rona）
玛丽埃塔·蓝（Marietta Blau）
……
4.晶体学家
凯瑟琳·朗斯代尔（Kathleen Lonsdale）
多萝西·克劳福特·霍奇金（Dorothy Crowfoot Hodgkin）
罗莎琳德·富兰克林（Rosalind Franklin）
伊莎贝拉·卡尔（Isabella Karle）
数据库的先驱
阿达·约纳特（Ada Yonath）
卡罗来纳州 H. 麦吉拉夫里（H. MacGillavry）和 M.C. 埃舍尔（M.C. Escher）
艾格尼丝·卡萨纳迪（Agnes Csanady）和准晶体
5.化学家和生物化学家
格蒂·科里（Gerty Cori）
爱丽丝·鲍尔（Alice Ball）
……
6 生物学家和生物医学科学家
齐娜伊达·埃尔莫列娃（Zinaida V. Ermoleva）
芭芭拉·麦克林托克（Barbara McClintock）
……
7 内科医生、外科医生和护士
伊丽莎白·布莱克威尔（Elizabeth Blackwell）
丽贝卡·李·克鲁姆普勒（Rebecca Lee Crumpler）
……

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

8 发明家和技术人员
埃尔顿赫塔（Hertha Ayrton）
凯瑟琳·布洛杰特（Kathrine Blodgett）
航空航天旅行的先驱
弗朗西丝·阿诺德（Frances H. Arnold）
9 生态学家
雷切尔·卡森（Rachel Carson）
米里亚姆·罗斯柴尔德（Miriam Rothschild）
……
注释
名称索引

****

中文书名：《砍掉她的头:三千年来对掌权女性的妖魔化》
英文书名：OFF WITH HER HEAD: THREE THOUSAND YEARS OF DEMONIZING WOMEN IN POWER
作　　者：Eleanor Herman
出 版 社：William Morrow
代理公司：Inkwell/ANA/Jessica
页　　数：384 页
出版时间：2022 年 9 月
审读资料：电子稿
类　　型：大众社科



- **本书作者的前作《皇室的毒药艺术》（*The Royal Art of Poison*）已授权英国、中国、韩国、波兰、罗马尼亚和俄罗斯、**

内容简介：

《纽约时报》（*New York Times*）畅销书《国王与性》（*Sex with Kings*）和《皇室的毒药艺术》（*The Royal Art of Poison*）的作者埃莉诺·赫尔曼（Eleanor Herman）这次又为读者带来另一部引人入胜的通俗史著作，探讨了从克利奥帕特拉（Cleopatra）到卡马拉·哈里斯（Kamala Harris），史家对拥有权力的女性的厌恶。

想象一下唐纳德·特朗普（Donald Trump）是一个名叫唐娜的女人。唐娜·特朗普会被视为直言不讳、诚实、令人耳目一新的候选人吗？她会赢得选举吗？

想象希拉里·克林顿（Hillary Clinton）是一个男人。霍华德·克林顿言谈举止全都和希拉里·克林顿一模一样。霍华德·克林顿会在无数的 Pinterest 网站的图片中被描绘成搅拌着坩埚或骑着扫帚的女巫吗？他会在无数 T 恤衫上被称为婊子吗？他面对媒体的问题所做出的的深思熟虑、谨慎的回答会被人们认为是不真实、隐秘和不可信的吗？

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

这个世界上有一种特殊的愤怒，就让我们把它称之为纯粹的嗜血癖吧，它通常是留给女性，尤其是掌权或争夺权力的女性的。从古代到欧洲文艺复兴，再到最近的美国选举，厌女主义者手册（埃莉诺·赫尔曼这样称呼它）一直被用来打压自负的女性。

埃莉诺·赫尔曼用其标志性的机智和幽默，探索了这些三千多年来一直运作的模式，在这个令人震惊、大开眼界和具有强大变革力量的故事中，这些模式始终在对包括克利奥帕特拉（Cleopatra）、安妮·博林（Anne Boleyn）、玛丽·安托瓦内特（Marie Antoinette）、叶卡捷琳娜大帝（Catherine the Great）、希拉里·克林顿（Hillary Clinton）、卡玛拉·哈里斯（Kamala Harris）等人在内的全球各地的权贵女性起着作用。

本书的每一章都分析了一种压制女性行之有效的厌女方法，这其中包括：她妄自尊大的野心；她为什么不好好弄弄自己的头发；女性荷尔蒙的危险；她的声音无比刺耳；女性候选人不可思议的不讨人喜欢；她是母狗和其他动物；她是女巫和其他怪物；还有她在性方面的堕落。赫尔曼在书的结尾展望未来，研究能够如何一劳永逸地撕毁“厌女主义者手册”。

作者简介：

埃莉诺·赫尔曼（Eleanor Herman）是《纽约时报》（*New York Times*）的畅销书作家，著有《国王与性》（*Sex with Kings*）、《王后与性》（*Sex with the Queen*）以及其他几部通俗史著作。她曾主持过历史频道的《失落的世界》（*Lost Worlds*）、国家地理频道的《亨利八世的疯狂》（*The Madness of Henry VIII*）以及美国英雄频道的《美国：事实与虚构》（*America: Fact vs. Fiction*）。

媒体评价：

“喧嚣的流行文化史……这本书时而让人着迷，时而又让人难受，这本书详细地描述了多种毒药，既会让历史爱好者们欣喜，也会让他们震惊。”
----《出版者周刊》（Publishers Weekly）对《皇室的毒药艺术》的评价

“一段能使人目瞪口呆、手不释卷的黑暗历史。”
----《书目杂志》（Booklist）对《皇室的毒药艺术》的评价

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

****

中文书名：《前进意味着回归自我：开始自主人生——针对中年女性的辅导》

英文书名：Forward Means Back to Myself: Setting Out For a Self-Determined Life – Coaching Methods For Women in Their Mid-Life Years

德文书名：Vorwärts heißt zurück zu mir: Aufbruch in ein selbstbestimmtes Leben Coaching-Methoden für Frauen in der Lebensmitte

作　　者：Tanja Köhler

出 版 社：Penguin Random House Verlagsgruppe GmbH

代理公司：ANA/Winney

出版时间：2023 年 11 月

页　　数：224 页

审读资料：电子稿

类　　型：女性励志

内容简介：

熄灯，聚光灯亮起：现在到我了！

对于女性来说，人到中年往往会面临重新定位的难题，需要用新视角来看待生活，也需要积聚力量积极塑造人生。那么，如何才能扫清障碍，专注于自己的生活呢？

专职心理学家和系统顾问塔尼娅·科勒（Tanja Köhler）提供了令人耳目一新的解读和建议：她介绍了如何意识到自己的愿望、需求和渴望，以及如何在日常现状中为新目标寻找灵感。她鼓励女性积极做出决定，不要让自己回到旧模式，陷入身心困境。

她在书中提供了全面的、循序渐进的知道，帮助步入中年的女性在人生新阶段开始和实施具有针对性的改变。

- 包括练习、自我测试、问卷调查和反思
- 鼓舞人心、合理实用的方法，每位女性都能立即付诸实践
- 本书是最好的朋友——推动和陪伴人们在道路上前进

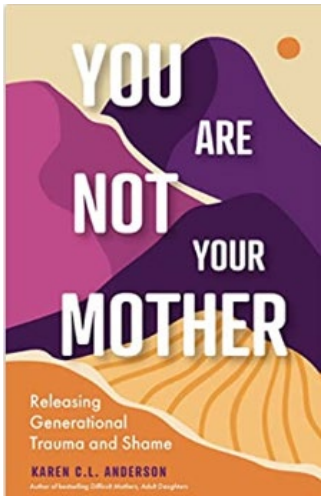
作者简介：

塔尼娅·科勒（Tanja Köhler）出生于1968年，是心理学家、系统顾问、指导教师和管理顾问，协助公司、高管和个人进行变革。自2010年以来，她一直是广受欢迎的变革主题演讲者。她以鼓舞人心的主题演讲激励听众为自己和他人负责。她在“antenne Neckarburg Rock&Pop”频道每周播出1小时有关心理学和生活的脱口秀节目，每天的听众人数达到58,000人。她的个人主页是https://www.die-tanja-koehler.de/。

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

****

中文书名：《你不是你的母亲：释放世代创伤和羞耻》
英文书名：YOU ARE NOT YOUR MOTHER: *Releasing Generational Trauma & Shame*
作　　者：Karen C.L. Anderson
出 版 社：Mango Publishing
代理公司：ANA/Winney
页　　数：196 页
出版时间：2023 年 6 月
审读资料：电子稿
类　　型：女性励志
#1 New Release in Adult Children of Alcoholics
#290 in Dysfunctional Families (Books)
#293 in Parent & Adult Child Relationships (Books)



内容简介：

·作者:《女儿与母亲的和平分离指南》(销量超过 10 万本)

·作者曾在《奥普拉杂志》（*Oprah Mag*）和《大象杂志》（*Elephant Journal*）上发表多篇文章。

·作者在社交媒体上拥有 15000 名粉丝，包括 Instagram、Facebook、Linked In 和新闻订阅用户

释放世代耻辱和创伤的基本指南。

你和羞耻有什么关系?你怎样才能克服羞耻，主动拥抱所谓的“危险”与“不适”？《你不是你的母亲》（*You Are Not Your Mother*）指导读者如何看待羞耻感，并将其与自己的生活划分开来。

从极度羞耻转向彻底接受和宽恕。自恋、恐惧、羞耻和其他不当行为不同程度地存在于每个家庭中，而一旦这些行为失去控制，原生家庭的伤害便如影随形。这本指南可以帮助那些正承受这些痛苦的女性，培养读者内在的自我接纳和韧性。这本书也有冥想提示，帮助读者探索自己与羞耻的关系。《你不是你的母亲》迎合读者内心渴望被看见、被听见和被了解的愿望。是的，你可以驱赶走毒药般的世代创伤和不健康家庭关系!

和专家一起探索你羞耻的个人根源。作为从不好家庭中成长的顶级权威，卡伦·C·L·安德森(Karen C.L. Anderson)向你讲述了她的羞耻故事、她与母亲的关系，以及她为减轻不健康关系带来的内疚感而养成的简单做法。作为畅销书《艰难的母亲，成年的女儿》（*Difficult Mothers, Adult Daughters* ）的作者(销量超过 15 万本)，卡伦提供了处理、理解和超越童年创伤的工具，这样你不仅可以从其中幸存，而且可以茁壮成长。

在书中你会发现：

·关于处理童年创伤以及如何克服羞耻的故事;

·通过日记暗示，身心练习和简单的锻炼来释放羞耻感和有害的习惯;

·关于如何最终识别羞耻感，以及如何从羞耻感中解脱出来的指南。

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

如果你喜欢关于家庭动力的疗愈书籍，那么这本书就是为你准备的!如果你喜欢《我很高兴我妈妈死了》（ *I'm Glad My Mom Died*）、《饥饿的母亲》（*Mother Hunger*）、《情感不成熟的父母的成年子女》（*Adult Children of Emotionally Immature Parents*）、《铲除羞耻和内疚》（ *Uprooting Shame And Guilt*），你会喜欢《你不是你的母亲》。

作者简介：

卡伦·C·L·安德森(Karen C.L. Anderson)是一位作家，也是一位获得大师级认证的生活教练，她帮助成年女儿建立安全、有意识的身份认同和健康的界限，这样她们就能在与母亲的关系中照顾好自己。

她之前的作品包括《艰难的母女关系杂志》（*The Difficult Mother-Daughter Relationship Journal*）(2020 年);《克服创造性焦虑:期刊提示与实践》（*Overcoming Creative Anxiety: Journal Prompts & Practices* ）(2020);《女儿与母亲的和平分离指南》（*Difficult Mothers, Adult Daughters: A Guide For Separation, Liberation & Inspiration*）(2018)。

媒体评价：

“这是一本我会推荐给任何母亲或女儿的书。”
——蕾切尔·沃尔夫（Rachael Wolff），播客、演说家和作家

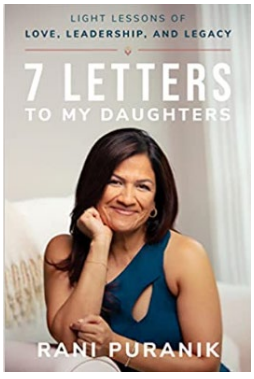
“这是一种令人难以置信的个人经历和基于身体的综合治疗实践的美妙结合，将引导你一次又一次地爱上自己内心深处的人性部分。”
——萨曼莎·约翰逊（Samantha Johnson），“真相炼金术”（The Alchemy of Truth）创始人

“卡伦通过创造性的、互动的、多感官的活动，引导我们以多种方式表达和客观化我们的羞耻，将我们的经历向外转移。这些生动、即兴的练习既令人愉悦又具有挑战性……”
——法雷尔-凯特（Kate Farrell）

“这本书让人大开眼界。”
——埃里克·麦瑟尔（Eric Maisel），畅销书作家

****

中文书名：《给女儿们的七封信：关于爱、领导力和精神财富》
英文书名：*7 Letters to My Daughters: Light Lessons of Love, Leadership, and Legacy*
作　　者：Rani Puranik
出 版 社：Morgan James Publishing
代理公司：Waterside/ANA/Jessica
出版时间：2023 年 5 月
页　　数：258 页
审读资料：电子稿
类　　型：女性励志



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　　网址：www.nurnberg.com.cn

内容简介：

根据科普，随着人体细胞不断死亡和补充，体内的每一个细胞都会在七年内被新的细胞替换。每过七年，人类就可以从内到外成为一个新的自己。拉尼·普拉尼克（Rani Puranik）用这一原则在《给女儿们的七封信：关于爱、领导力和精神财富》中定义了她的目的和身份。

人生的每一个七年的阶段都有不同的经历、观念和教训。从在陌生的国家长大，到在动荡和伤痕累累的离婚中找到力量，再到最终在文化规范中理解更大的目标和独立，拉尼·普拉尼克在《给女儿们的七封信：关于爱、领导力和精神财富》中分享了生活、爱情和领导力的经验教训，这是一个不仅装备她的女儿，而且装备全世界的女儿的路线图。

对于那些想要在逆境中成长的读者来说，普拉尼克（Puranik）是他们的伴侣，导师，甚至是女儿，无论在什么情况下都要懂得如何前进，并定义他们是谁以及他们想要什么。 她希望引导个人朝着正确的方向前进，成为最好的自己，并为下一代留下一份遗产，让他们通过生活的考验。

作者简介：

拉尼·普拉尼克（Rani Puranik）是总部位于休斯顿的全球油田机械公司（WOM）的共同所有人，执行副总裁兼全球首席财务官，WOM是一家跨国私营工程和制造公司，负责石油和天然气，铁路和国防。WOM利用创新的工程设计和自己的垂直整合制造能力，策划以客户为中心的解决方案，在全球13个地点运营和服务，拥有4，000多名员工。拉尼的领导层为WOM 10X的发展制定了乐观的计划，包括未来200年的远见蓝图。

普拉尼克致力于引领创新，赋予他人权力，并激励WOM及其企业社会责任部门普拉尼克基金会内部的合作。她是普拉尼克基金会的主席，该基金会由她的母亲雷卡（Rekha）创立，现在由她的女儿巴克提（Bhakti）管理，代表致力于教育，健康和可持续发展的三代女性。普拉尼克是世界事务理事会，青年成就和赖斯监督委员会的董事会成员，并且是大休斯顿伙伴关系的成员。她曾获得 STEAM 快车道女性、大休斯顿妇女商会、德克萨斯州妇女基金会的 莫拉奖、“年度进取女性”和印度——美国商会年度企业家的荣誉。她是每日光点的获奖者，并被公认为休斯顿 30 位最具影响力的女性之一。

拉尼·普拉尼克拥有浦那大学的商业学士学位和会计辅修学位，以及莱斯大学的金融MBA学位，她既是一位导师，朋友，也是两个成年女儿的、许多“上帝”孩子和两只搜救犬的母亲。她目前居住在德克萨斯州休斯顿，她相信自己的目标是建立桥梁，将更强大、更明亮、更有力的稳定火炬传递给下一代。

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

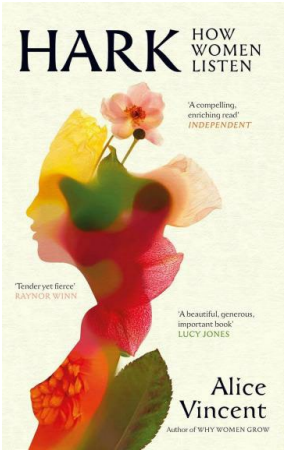
****

作者简介：

爱丽丝·文森特（Alice Vincent）是一位创作者、作家和记者。她出版了一本实用的园艺书籍《如何种植植物》（HOW TO GROW STUFF），她的非小说处女作《扎根》（ROOTBOUND）已经以 8 种语言出版，并被提名了温赖特奖（Wainwright Prize）。她是一名职业记者，在加入企鹅出版社担任编辑之前，曾在《每日电讯报》（*The Telegraph*）的艺术部担任作家和编辑。爱丽丝现在是《花园画报》（*Gardens Illustrated*）的专栏作家，作为《每日电讯报》和《新政治家》（*The New Statesman*）的专栏作家，她为读者提供了她对自然、园艺和城市生活的新鲜看法。

她为《Vogue》、《金融时报》（*Financial Times*）、《星期日泰晤士报》（*Sunday Times*）和《观察家报》（*The Observer*）等杂志撰稿。

中文书名：《超声波：女性如何倾听》
英文书名：HARK:How Women Listen（ULTRA SOUND: How Women Listen）
作　　者：Alice Vincent
出 版 社：Canongate
代理公司：Rachel Mills/ANA/Winney
页　　数：320 页
出版时间：2025 年 8 月
代理地区：中国大陆、台湾
审读资料：电子稿
类　　型：女性励志



*****作者两本前作（《Rootbound》和《Why Women Grow》）已经售出捷克、德国、意大利、韩国、荷兰、波兰、俄罗斯和台湾地区版权。**

内容简介：

一部《独立报》（The Independent）评选出的“2025 年最值得期待图书”，献给那些在喧嚣世界中感到被忽视的女性的一本书，也是教我们如何在纷扰之中深度倾听的指南。

爱丽丝曾写过两本广受好评的书：《扎根：重塑生活》（ROOTBOUND）和《女性如何参加园艺》（WHY WOMEN GROW）。现在，她在第三本书中改变了一点方向，暂离自然写作，回到她初恋的主题——声音。

“多年来，我丢失了自己的第五感。我身体健全，听力很好，但在真正倾听时却很吃力。我的生活和许多人一样——充满了噪音：洗衣机的搅动声，头顶上飞机和车流的隆隆声，电子设备里不断跳出的通知，以及社交媒体上视频的音乐。这些已经成为了我们日常生活的嘈杂背景，而我在其中变得越来越麻木。”

几乎所有的人都受到现代生活日益增加的噪音的影响。但女孩总是被当作更好的倾听者来培养，她们逐渐变得习惯于承担别人的痛苦、快乐和生活。女性在生活中既倾听彼此的声音，也倾听男性的声音，但从什么时候开始，这种倾听变成了一种广义上的家务，一种精神

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

和情感劳动，且通常无声无形，也不为人所知？随着疫情后性别不平等的加剧，爱丽丝·文森特（Alice Vincent）将探讨女性如何通过倾听来过上更有意义的生活：不仅是倾听她们必须听的东西，还要倾听她们为了自身利益所需要和想要听的东西。

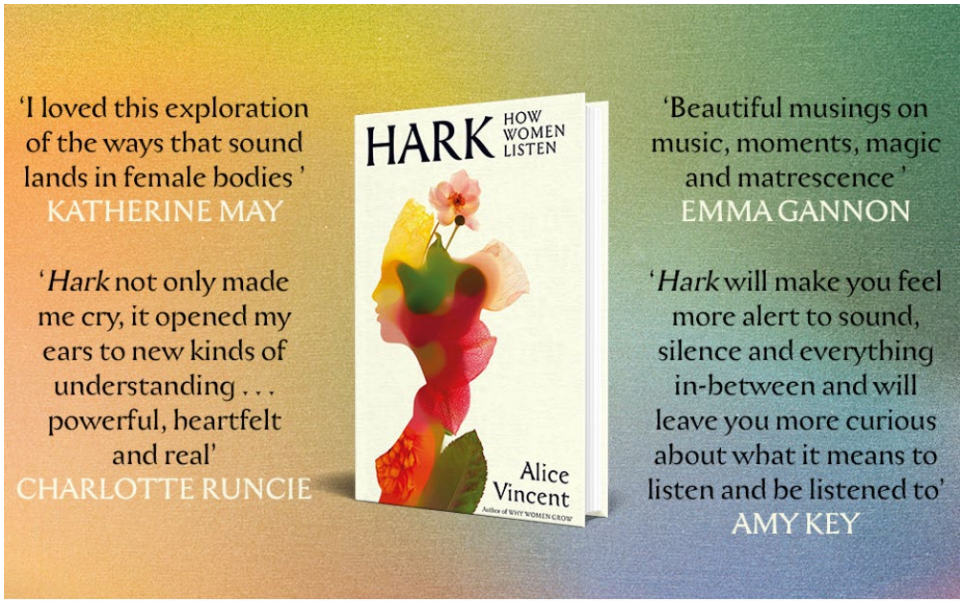
《超声波》是一种深入倾听的个人追求，帮助读者重新发现，声音是有生命和至关重要的东西。更广泛地说，它将试图让我们唤醒自己，意识到曾经感动我们的东西。随着我们注意力的持续时间越来越短，我们的脱节感也越来越强，声音是否不仅能让我们重新找到缺失的感觉，还能让我们重新找到一种更有意义的生活?《超声波》是一本关于女性如何在这个过于嘈杂的世界里更深入地倾听的书。无论她们是否将人生价值归因于自己倾听的能力，这本书终将改变她们对自己参与世界的理解。

目录：

前言 1
不和谐 6
春分，晚上 8 点 16
春季第二天，凌晨 4 点 18
静默 20
春季第二天，凌晨 5:22 29
家的声音 30
春季第三天 37
内心之声 39
厌声症 46
五月的最后一天 55
幽灵 59
深度聆听 66
白噪音 72
七月 77
振动 82
回声 97
秋天 107
镜子 111
耳语 117
二月 125
电话线 128
翻译 139
桥梁 150
深冬 157
德尔斐（Delphi）160
时代 171
和平（Frith）177
演变 182
黄昏 188
五月的最后一个星期天 194
延伸阅读 197
致谢 199

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

媒体评论：



“充满刺激与人性的作品”
——艾米·利普特罗特（Amy Liptrot）

“这本书是一种安静而深刻的奇迹”
——克洛弗·斯特劳德（Clover Stroud）

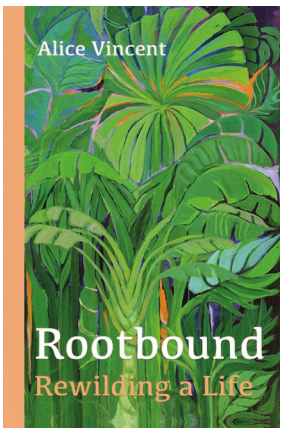
“关于音乐、时刻、魔力与母性的美丽沉思”
——艾玛·甘农（Emma Gannon）

“《HARK》不仅让我泪流满面，还让我对世界敞开了新的理解。文字优美，感官丰富，力量强大，真挚而真实，是一本极为重要的作品，也是 Alice Vincent 迄今为止最好的著作。”
——夏洛特·伦西（Charlotte Runcie）

“我非常喜欢 Alice Vincent 关于声音如何落入女性身体的探讨，她真的写出了动人心弦的旋律。”
——凯瑟琳·梅（Katherine May）

“《HARK》将让你对声音、寂静以及两者之间的一切更加敏感，并激发你重新思考倾听和被倾听的意义。”
——艾米·基伊（Amy Key）

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　　网址：www.nurnberg.com.cn



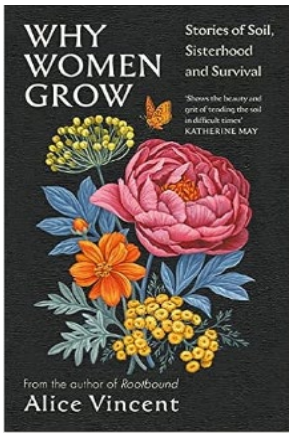
中文书名：《扎根：重塑生活》
英文书名：ROOTBOUND: Rewilding a Life
作　　者：Alice Vincent
出 版 社：Canongate
代理公司：RML /ANA/Winney
页　　数：368 页
出版时间：2020 年 1 月
代理地区：中国大陆、台湾
审读资料：电子稿
类　　型：自然写作
本书中文繁体字版已授权
LONGLISTED FOR THE WAINWRIGHT PRIZE
A BEST BOOK OF THE YEAR IN THE *INDEPENDENT*, *FINANCIAL TIMES*, *I* and *GARDENS ILLUSTRATED*

内容简介：

在她二十几岁的时候，爱丽丝·文森特（Alice Vincent）突然发现，在结束了一段她以为会永远持续下去的关系后，自己变得孤独起来。成为沙发客（Couch-surfing），整日工作，以及带着行李箱生活让她感到无根无依，漂泊不定，越来越接近一种无法名状的状态。

几个月过去了，爱丽丝开始为自己重建生活，她开始播种……她在窗台和排水板上培育盆栽植物和藤蔓植物，用绿色填充她的新空间。伴随着每一片展开的花瓣和正在发芽的叶子，她重获新生。

《扎根》（ROOTBOUND）融合了回忆录、历史、园艺和植物学传记，探讨了即使是在最城市化的环境中、只要将一点点的外界环境带入生活，大自然都能帮助我们在一个快节奏的世界中站稳脚跟。



中文书名：《女性为何参与园艺》
英文书名：WHY WOMEN GROW
作　　者：Alice Vincent
出 版 社：Canongate
代理公司：Rachel Mills/ANA/Winney
页　　数：304 页
出版时间：2023 年 3 月
代理地区：中国大陆、台湾
审读资料：电子稿
类　　型：自然写作
版权已授：德国、波兰
LONGLISTED FOR THE WAINWRIGHT PRIZE FOR NATURE WRITING
SHORTLISTED FOR THE BOOKSHOP.ORG INDIE CHAMPION AWARDS
SHORTLISTED FOR THE BOOKS ARE MY BAG READERS AWARD FOR

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

NON-FICTION
THE TIMES / WATERSTONES TOP 10 BESTSELLER
A RHS TOP 10 GARDENING BOOK TO GIFT THIS CHRISTMAS
A GARDENS ILLUSTRATED BEST BOOK FOR 2023

内容简介：

近年来，园艺最大的秘密已经被揭示出来，并被人们所接受：与大地接触，迎接生命与美丽，可以使我们感觉更好。园艺已经向一种激进的、至关重要的方向发展：不再专门用来保存娇贵讲究的植物，而成为一种有意义的幸福来源。

但其中的原因还未经研究。除了使人感觉良好之外，我们为什么要参与园艺？为什么即使在最艰难的情况下，人类也倾向于耕种？为什么我们向植物寻求救赎和同情？土地有什么魔力，让我们在霜冻和歉收之后仍不放弃？

爱丽丝•文森特（Alice Vincent）的处女作回忆录《扎根》（ROOTBOUND）将她自己的叙述和其他女性的叙述交织在一起，包括了那些真正在土地上种植的女性，那些自己的故事被深埋、很少被讲述的女性。《女性为何参与园艺》（*Why Women Grow*）将从保存在历史中的故事走向新的领域。在审视自己与园艺、大自然和地球的关系时，爱丽丝开始培养对他人的好奇心，特别是其他女性。园艺给我们带来了什么？我们如何利用它来塑造我们的身份、政治和激情？《女性为何参与园艺》是一部重要的探索，讲述了为什么女性被土地吸引，试图揭示女性与长期将她们排斥在外的土地之间的深层联系。

媒体评价：

“最重要的是，这是对女性坚韧不拔和坚韧不拔的精彩致敬……对园艺、生活充满了永不停歇的好奇心，对意义的渴望，以及为自己创造一个空间的简单而安静的女性主义行为。”
——《独立报》（Independent）

“从金丝雀码头的阳台，到布卢姆斯伯里的拍摄者常去的地方查尔斯顿，再到丹麦一个狂风肆虐的小农场，这是一次对话的奥德赛。《女性为何参与园艺》是对这些境遇的精彩描述。叙述就像一本由盆栽传记组成的流浪者选集，忏悔录与社会评论交织在一起……如果你喜欢欣赏别人的生活，你会喜欢这些惊人的多样化的个体。文森特对她叙述主题的感情是有感染力的。”
——《电讯报》（Telegraph）

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

****

中文书名：《没有孩子的女人》
英文书名：WOMEN WITHOUT KIDS
作　　者：Ruby Warrington
出 版 社：Sounds True
代理公司：Defiore /ANA/Jessica
页　　数：240 页
出版时间：2023 年 3 月
审读资料：电子稿
类　　型：女性励志

内容简介：

这本书及时且彻底地对不做妈妈意味着什么进行了重新定义。

如果不是“妈妈”，那“女人”是什么？

传统意义上把放弃母亲身份的女性标记为“他者”。我们的社会中不再有其正式的位置，因此她将一直处于边缘：古怪的女孩、神经质的女强人、“古怪”的姑姑。我们如果不再把没有孩子的女人当做悲伤、自恋或某种功能失调的人，而将其视为勇于创造一个女性能够完全自主的世界的先锋，又会如何呢？或者也可以提出记者兼思想领袖鲁比·沃林顿（Ruby Warrington）提出的问题：“成为一个没有孩子的女人，是否就是其本身的遗产呢？”

本书源自一种个人视角，它通过代际治愈、女权主义和环保主义等议题，深入挖掘人类学中的这一经久不衰的禁忌话题，及时而勇敢地对不做妈妈这一行为进行了全新的定义。在全球生育速度空前放缓的背景下，沃灵顿写下：“选择是否生孩子是女性争取性别平等斗争的一个自然组成部分”“无论我们是出于故意还是环境而没有孩子，我们都可以生活在没有遗憾、羞耻或妥协的环境中。”

《没有孩子的女人》大胆而温柔地将非母亲的“无名氏姐妹会”团结起来——她们不再是贱民或边缘人，而是作为女性，作为人类，作为一个全球大家庭，成为我们进化和集体治愈的重要组成部分。

作者简介：

鲁比·沃林顿（Ruby Warrington）是一名出生于英国的作家，曾任英国《星期日泰晤士报时尚特刊》（*Sunday Times Style*）杂志的特写编辑。鲁比具有识别注定会成为文化叙事的一部分的问题的独特能力，因此被公认为个人发展领域的真正思想领袖。她创立了“新时代”生活方式平台 the Numinous。她目前居住在迈阿密。如果想了解更多有关作者的信息，请访问她的网站：rubywarrington.com

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

媒体评价：

“在《没有孩子的女人》一书中，鲁比·沃林顿对一个沉重且情绪化的话题——是否选择生孩子——进行了一场饱含同情心的探索。她探讨了促成这一决定的不同因素，并且真诚地分享了自己的个人经历，激发读者的深刻反思。《没有孩子的女人》是所有想要全面地了解这一重要人生选择的所有动力的读者的必读图书。”

----妮可·勒佩拉博士（Dr Nicole LePera），《纽约时报》（New York Times）畅销书《如何工作》（How to Do the Work）的作者

“我读过无数关于选择不生孩子的书，我不记有哪一本像本书一样坦率、细心和精确。人们每当谈及这个问题，很容易变得油腔滑调，就算在感到自豪和确定的同时，也很容易陷入防御性的话语之中。可鲁比·沃林顿在《没有孩子的女人》中所做的却恰恰相反。她以深刻的洞察力和幽默感讲述了自己的故事，最重要的是，她对自己内心的动机充满了无尽的好奇。她做了充分的研究，对和这一话题相关的历史了如指掌，她运用这些知识，在我们的个人选择和为其提供信息依据的政治和社会环境之间构建了重要的关联。无论你对生育孩子有怎样的想法，基本的阅读都是必不可少的！”

----梅根·多姆（Meghan Daum），《自私、肤浅和自我陶醉：16 位作家关于不生孩子的决定》（Selfish, Shallow and Self-Absorbed: Sixteen Writers on The Decision Not to Have Kids）的编辑

“《没有孩子的女人》邀请我们重新考虑自己与成为母亲的关系，这一思考是很有必要的。传统的看法认为没有孩子的女性会感到羞愧和遗憾。鲁比的最新作品则为决定度过没有孩子的人生的女性及任何性别的人正名。”

----瑞秋·卡格尔（Rachel Cargle），洛夫兰基金股份有限公司（The Loveland Foundation, Inc.）创立者

“这是一本激进、感同身受、富有挑衅性的书，它采用女权主义的视角来研究在 21 世纪女性没有孩子意味着什么。通过个人叙述和细致的社会文化研究，鲁比·沃林顿向读者展示了有意识地拥有不成为母亲经历（无论是否出于选择）怎样改变着所有女性（包括母亲）的经历，并为我们的后代创造一个更美好的世界。”

----乔迪·达伊（Jody Day），专门为无子女女性成立的公司 Gateway Women 的创始人，心理治疗师，《意外的生活：如何在没有孩子的情况下找到希望、意义和充实的未来》（Living the Life Unexpected: How to Find Hope, Meaning and a Fulfilling Future Without Children）的作者

“这不是一本关于没有孩子的人决心不生孩子的书。这是一本有关父权制下的母亲身份的书，讲述了我们的母亲、成为母亲、不成为母亲、选择和不选择以及它们的后果，还有那些将我们分隔开来并使我们与有毒的文化遗产联系在一起的事情。这是一部鲜明、直面现实、解放性的论著。”

----霍利·惠特克（Holly Whitaker），《纽约时报》（New York Times）畅销书《像女人一样戒酒》（Quit Like a Woman）的作者

“本书从一个敏锐而复杂的视角，审视了一个没有孩子的女性在个人和政治方面的处境。我在阅读时想起了我第一次读丽贝卡·索尼特的《男人向我解释事情》（Men Explain Things to Me）的感受，这是一本激动人心、大胆、女权主义的书，它赋予了生否生育这一议题应有的可以自由对话的空间。”

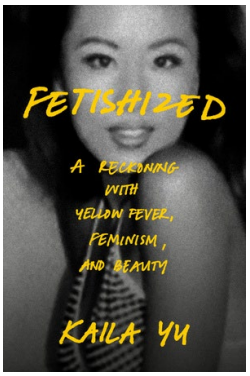
----艾玛·甘农（Emma Gannon），畅销书《橄榄》（Olive）的作者，Ctrl Alt Delete 播客主持人

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

“《没有孩子的女人》进行了一场充满激情，令人信服的论证，它拒绝了关于女性应该如何生活的旧有观念。真正的自由是有权走独特的道路，而这条道路并不总是包括母亲这一身份。沃灵顿是解决围绕无子女女性的陈旧污名的先驱之一。”
----柯尔斯滕·米勒（Kirsten Miller），《纽约时报》（New York Times）畅销书《变化》（The Change）的作者

****

中文书名：《被物化的亚洲女性：对黄热病、女权主义与美的清算》
英文书名：*Fetishized : A Reckoning with Yellow Fever, Feminism, and Beauty*
作　　者：Kaila Yu
出 版 社：Crown
代理公司：ANA/Jessica
页　　数：240 页
出版时间：2025 年 8 月
审读资料：电子稿
类　　型：大众文化



内容简介：

***性感偶像乐队尼龙粉乐队（Nylon Pink）主唱的散文回忆录。**

***深入探讨成为亚洲性幻想对象的心路历程，分析了媒体、流行文化和殖民主义如何导致亚洲女性的过度性化现象。**

***记录了一段自我爱护与疗愈的旅程，既是对物化暴力的无情揭露，也是对许多人面对美丽、欲望和自身身体时产生的断裂关系的细腻描绘。**

没有人比凯拉·于更沉迷于自己。她对自己情有独钟。还是小女孩的时候，她就憧憬美。但电视上那些漂亮女人没一个长得像她。20 世纪 90 年代末 21 世纪初，她的青少年时期，亚洲人的形象在媒体中极为少见，即便有，亚裔女性也常被刻画成极具性意味且顺从的形象——比如电影《艺伎回忆录》中的艺伎；《王牌大贱谍》系列电影里粗俗的双胞胎福米（Fook Mi）和福玉（Fook Yu）；邪典越战电影《全金属外壳》中帕皮永·苏苏（Papillon Soo Soo）饰演的性工作者角色；还有海报女神李桑熙（Sung-Hi Lee）。与此同时，“邻家女孩”总是白人。 在这样狭隘的认知框架下，凯拉内心得出了一个痛苦的结论：像她这样长相的人，唯有将自己性化，才能有价值，才能被视为美丽动人、惹人爱慕。

《被物化的亚洲女性》将于生活中的脆弱故事与深刻的文化批判和历史相结合，探讨女性主义、美、黄热病以及流行文化和殖民主义如何塑造关于亚洲女性及其身体的普遍且有害刻板印象的回忆录。她回顾了塑造自我身份的关键时刻，思考了影响她的媒体女性形象，美国占领对西方对亚洲女性认知的影响，她在性感模特行业的经历，试镜贬低性刻板印象的电视和电影角色，以及她带着乐队穿着暴露服装在世界各地巡演的经历。她讲述了自己如何为了迎合西方审美标准而改变自己的身体，让自己成为男性眼中的性对象，以及在这个过程中

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

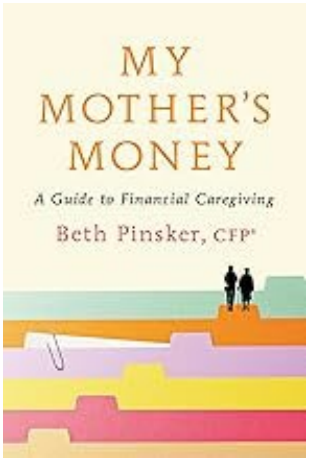
失去自我、追求世界所期望的形象所带来的情感负担和创伤。这段经历让她痛苦不已，也让她深刻反思了自我价值。

作者简介：

凯拉·于（Kaila Yu）是《纽约时报》、《洛杉矶时报》、《滚石》、《CNN》、《魅力》等多家媒体的自由撰稿人。她曾是一名模特，并担任全亚裔美国女子摇滚乐队 Nylon Pink 的主唱。

****

中文书名：《母亲的钱：写给儿女们的临终财产规划指南》
英文书名：*My Mother's Money:A Guide to Financial Caregiving*
作　　者：Beth Pinsker
出 版 社：Crown
代理公司：ANA/Jessica
页　　数：288 页
出版时间：2025 年 11 月
代理地区：中国大陆、台湾
审读资料：电子稿
类　　型：经管



内容简介：

一本全面、充满同情心的指南，帮助您在照顾年迈的父母或其他亲人时做出临终财务决策——由一位获奖记者和认证金融规划师撰写，内容详实，易于理解

你刚刚接到那个令人不安的电话了吗——你的父母或亲人病情突然恶化，你突然间要承担起管理他们事务的重担？或者你只是希望提前妥善处理年迈父母复杂的财务问题，以免将来遇到麻烦？这本书正是为你量身定做的。

在这本实用手册中，屡获殊荣的《市场观察》专栏作家兼金融专家贝丝·平斯克带你了解临终财务规划这一复杂领域的方方面面。平斯克将自己照顾年迈母亲的亲身经历与从 100 多位专家和家庭护理人员那里收集来的最佳实践方法交织在一起，本书为那些正面临人生中最具挑战性转变之一的人提供了亟需的帮助。

贝丝借鉴最新的法律、金融和医疗资源，针对数百万人将会面临的常见情况，给出了清晰且可行的建议：

- 如何成为父母合法授权的医疗和财务代理人
- 长期护理成本预测预算模板
- 简单易懂的遗产处理及保险办理建议
- 与年迈父母进行棘手对话的脚本
- 避免可能出现的财务短缺的策略
- 管理照顾者倦怠情绪压力的实用技巧

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

观察父母变老会引发各种情绪——怀旧、担忧，以及对未来的不确定性。照顾年迈的亲人可能是一连串无穷无尽的清单、教科书般的解释和令人头疼的文件工作。有了这本关于老年财务规划的权威指南，您可以自信地应对这些流程，节省时间、精力和内心的平静，把精力集中在真正重要的事情上。

书籍目录：

引言
第一部分：开始
第 1 章：那个电话
第 2 章：财务红旗
第 3 章：从最终安息地开始
第 4 章：获取医疗访问权
第 5 章：在紧急情况前预先设定账户头衔
第 6 章：建立护理时间表
第 7 章：逆向工程预算
第 8 章：担任授权人很难
第 9 章：处理政府的复杂情况
第 10 章：没有授权人时上法庭
第二部分：护理成本
第 11 章：在家护理的成本
第 12 章：家庭外护理
第 13 章：深入了解医疗保险
第 14 章：为所得到的而战
第 15 章：争取更多覆盖
第 16 章：医疗补助救济
第 17 章：如何处理退伍军人管理局
第 18 章：爱恨长期护理保险
第 19 章：临终关怀
第三部分：如何让钱持久
第 20 章：计算你的消耗率
第 21 章：与花钱和解
第 22 章：何时停止尝试平衡
第 23 章：停止在基本遗产规划上的拖延
第 24 章：如何选择你需要的规划
第四部分：解决遗产
第 25 章：开始遗产管理
第 26 章：人寿保险
第 27 章：遗嘱认证
第 28 章：解决财产
第 29 章：处理物品
第 30 章：特殊情况
第 31 章：税收
第 32 章：遗产
资源指南

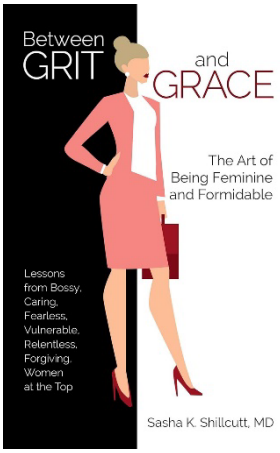
北京市海淀区中关村大街甲 59 号中国人民大学文化大厦 1705 室，邮编：100872
电话：010-82504106　　网址：www.nurnberg.com.cn

作者简介：

贝丝·平斯克（Beth Pinsker）是《市场观察》的财经专栏作家，并持有认证金融规划师（CFP®）资格。在加入《市场观察》之前，她在路透社工作了近十年，其作品累积吸引了数百万次的点击浏览。

****

中文书名：《在勇气与优雅之间：女性化强大的艺术》
英文书名：BETWEEN GRIT AND GRACE: The Art of Being Feminine and Formidable
作　　者：Sasha Shillcutt, MD
出 版 社：Simon & Schuster/ HCI
代理公司：ANA/Jessica Wu
页　　数：240 页
出版时间：2020 年 2 月
代理地区：中国大陆、台湾
审读资料：电子稿
类　　型：女性励志



内容简介：

这是来自强势、有爱心、无畏、脆弱、坚韧、宽容、聪明、谦逊的顶级女性的经验教训，告诉读者如何激发力量，如何成为强悍、有女人味的领导者，以及如何培养真实的自我。

女性需要知道，善良和自信是可以的。这本《在勇气与优雅之间》会告诉你，当你生活在勇气与优雅之间的时候，成功就会到来——勇气意味着有韧性并掌控你的生活（社会认可的男性特质），而优雅意味着对他人仁慈（社会接受的女性特质）。作家萨沙·希尔库特（Sasha Shillcutt），医学博士，全国知名的获奖医师和演说家，将向你解释如何允许自己让善良的人失望（并且知道无论如何你仍然是一个善良的人）。你将学会如何不再为展示你的力量和勇气而道歉，同时还要接受你的优雅。这就是个人的和平生活。

希尔库特博士自学了如何成为一名坚韧不拔、风度翩翩的领导者，并过着真实的生活。现在，她想帮助其他女性勇敢地去做同样的事情。她的激情是赋权和鼓励女性在她们的职业和个人生活中足够勇敢。她认为女人不能太勇敢、太善良、太坚强、太聪明、太有趣、太漂亮或太真实。

从法律和医学领域的女性到教育领域的女性，这本书用现实生活中的故事来解释女性是如何变得女性化和强大的。领导力和口红并不相互排斥。你会意识到你可以变得专横和体贴，无畏和脆弱，无情和宽容，聪明和谦逊——并且做到最好。在十章的篇幅中，你将学习如何驾驭塑造现代职场的各种力量，同时又不失勇气和优雅。当一个女人真实地生活时，她就成功了。

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

作者简介：

萨沙·希尔库特（Sasha Shillcutt），医学博士，是一位妻子、母亲、获奖医师、临床科学家、国家教育家、作家和演说家。她是一名董事会认证的心脏麻醉师和终身副教授，她在威廉·朱厄尔学院获得生物学学士学位，在内布拉斯加州大学医学中心获得医学博士学位。在完成了麻醉学住院医师实习并担任总住院医师后，她在犹他大学医学中心完成了超声心动图围手术期研究项目。她在包括著名的《新英格兰医学杂志》（*New England Journal of Medicine*）和《美国医学会杂志》（*The Journal of the American Medical Association*）在内的专业期刊上发表了近 30 篇经过同行评议的科学论文，并为四本书撰写了章节。2016 年，萨沙被同行授予全美医学会的女医生激励奖。

媒体评价：

“萨沙·希尔库特（Sasha Shillcutt）博士是一个为每个渴望变得勇猛无畏和高瞻远瞩的女性提供现实建议的风向标。她有一种与生俱来的感觉，知道如何将成为一名成功的医生、妻子、母亲、博客作者和导师与一剂犀利的猛药结合起来。这本书是治愈我们所有人病痛的良方！”

----黛博拉 R. 吉尔格（Deborah R. Gilg），法学博士，内布拉斯加州退休联邦检察官

“萨沙·希尔库特（Sasha Shillcutt）博士的写作风格让你觉得你从最好的朋友那里得到了很好的建议。她以一种让你感觉她在和你的灵魂对话的方式与你交流。她了解你。她就是你。希尔库特博士是一位无所畏惧的创新领导者，同时也是一位杰出的医生、母亲、妻子和作家。她用不完美的优雅平衡了所有这些方面。发现希尔库特博士并加入她的群体确实在很多方面改变了我的生活。因为她的才华和智慧，我成为了一个更好的医生、母亲、妻子和朋友。”

----布里特妮·特里（Brittney Terry），小儿科医生

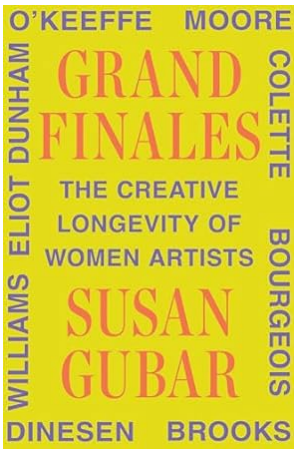
目录：

第一章：善良、听话、顺从
第二章：你内心的声音：亦敌亦友与狂热粉丝
第三章：男孩中的一个…并不是
第四章：每个人都拥有一切，但我自己一无所有
第五章：勇敢地做我自己
第六章：强势；完全可以
第七章：找到你的优势
第八章：我们中间的骗子
第九章：领导力和口红
第十章：整体的安全

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

****

中文书名：《盛大终章：女性艺术家的最终创作》
英文书名：GRAND FINALES: THE CREATIVE LONGEVITY OF WOMEN ARTISTS
作　　者：SUSAN GUBAR
出 版 社：W.W. Norton TBD
代理公司：Trident/ANA/Winney
出版时间：2025 年 1 月
代理地区：中国大陆
页　　数：313 页
审读资料：电子稿
类　　型：传记回忆录



内容简介：

苏珊·古芭是我们最敬畏的文学评论家之一，这一次在《盛大终章》中，她展示了九位女性艺术家在人生最后的阶段绽放出的夺目光彩。

尽管衰老通常伴随着各方面能力的丧失，但不少作家、画家、雕塑家、音乐家和舞蹈家都设法延续并重新驱动了他们的创作精力。在《盛大终章》一书中，作者苏珊·古芭聚焦了多位女性艺术家——乔治·艾略特、柯莱特、乔治亚·欧姬芙、伊萨克·迪内森、玛丽安·摩尔、路易丝·布尔乔亚、格温多琳·布鲁克斯、玛丽·卢·威廉斯以及凯瑟琳·邓纳姆，向读者展示她们是如何将人生的最后阶段转变成了一篇令人振奋的终章。

她借鉴了她们晚年的生活和作品，提出暮年可以成为一个重新塑造和焕发生机的时期。古芭以活力、无畏和不服老的气概，反驳了对老年女性的诋毁，并阐明了有助于打造富有创造力的老年生活的环境、人际关系、活动以及态度。

作者简介：

苏珊·古芭尔（Susan Gubar）博士是一位美国学者，印第安纳大学（Indiana University）英语和女性研究荣誉教授。她与桑德拉·M·吉尔伯特（Sandra M. Gilbert）合著了标准女性教材《阁楼上的疯女人》(1979)（*The Madwoman in the Attic*），以及 20 世纪女性写作的三部曲。她的书《犹大：一本传记》（*Judas: A Biography*）由 W.W. Norton 于 2009 年出版。

媒体评价：

“令人惊愕、痛心…… 古芭女士因其勇敢和诚实值得最高的赞赏。”
——阿比盖尔·朱格，《纽约时报》

“以一种睿智、女权主义且极其坦诚的口吻讲述…… 坦率、现实且无比勇敢。”
——《纽约时报书评》

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

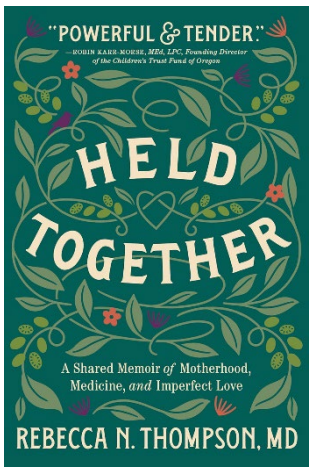
“亲切、不伤感且带有黑色幽默。”
——《波士顿环球报》

“以清晰的视角和精妙的文笔审视人们为在世上多活些时日所做的决定和妥协。”
——《华尔街日报》对《一个减重女人的回忆录》的评价

“这是对人类精神——至少是对苏珊·古芭不屈不挠的精神——非凡的证明，是诚实、雄辩、幽默和对真相的强烈好奇的罕见融合…… 这种‘声音’是如此的亲切，读者会发现自己被吸引去分享作者最深层次的想法、恐惧和愿望。这本回忆录犹如一个装满奇妙、罕见的文化典故和诗句的宝箱；读者会因身处一位一流的、思想活跃的人面前，并被带到一个无比清晰的境地而感到荣幸。这里有悲悯，但没有自怜；在悲剧和哀伤之中，会有智慧的灵光一闪。”
——乔伊斯·卡罗尔·奥茨

****

中文书名：《母爱拼图：母爱、医疗和瑕疵的集体回忆录》
英文书名：HELD TOGETHER: A Shared Memoir of Motherhood, Medicine, And Imperfect Love
作　　者：Rebecca Thompson MD.
出 版 社：Harper One/HarperCollins
代理公司：Laura Gross/ ANA/ Winney
页　　数：325 页
出版时间：2025 年 4 月
代理地区：中国大陆、台湾
审读资料：英文全稿
类　　型：传记和回忆录



内容简介：

一位主治医师探索复杂的为人母之路。这部动人的回忆录是她的心路历程，交织着 21 位病人、朋友和医护同事的故事，并分享了他们对各种家庭的不同看法，包括原生家庭、建立的家庭，和他们所选择的家庭。

身为人母的复杂性？许多母亲对此已深有所感，更多母亲则正深陷其中。有关怀孕和为人母的手册、励志、非虚构已经充斥市场，但从没有一本书能明确告诉我们，母亲们到底该怎么做？如何成为母亲？如何接受自己成为母亲？

医学博士丽贝卡·汤普森毕业于哈佛大学和斯坦福大学，讲述了她自己以及 26 名妇女的母亲之路，怀孕、成为父母、建立家庭的过程中，一切都会失去控制，包括她自己也亲身遭受危及母婴生命的流产。每位妇女的故事都真实到令人屏息，全部出自长达几个小时的亲密对话，包括多年来的笔记。每个故事都是独一无二的，几个沉重的主题则贯穿其中：不孕、多胞胎、堕胎、代孕、流产、产后抑郁、孩子死亡、配偶死亡、慢性疾病、收养、寄养、继父母。当事人的年龄从 20 岁到 60 多岁，孕龄从 10 年到 40 年，她们是有家的、单身的、丧偶的、离婚的、同性恋的、异性恋的、城市生的、农村来的、富有的、贫穷的。她们有的获得

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

溺爱，有的遭受虐待，有人勇敢、有人恐惧。她们无辜且坚韧，每个人都勇敢而令人钦佩，希望分享自己的故事来帮助他人。

汤普森博士代表了一个不同寻常的群体：资深医生，敏感的面试官，敏锐的观察者，才华横溢的作家和深思熟虑的叙述者，《母爱拼图》提供了一个富有同情心和医学知识的崭新新视角。

作者简介：

丽贝卡 · 汤普森（Rebecca Thompson MD.）,医学博士、理学硕士、国际认证专业哺乳顾问，本科毕业于哈佛大学，从斯坦福大学获得研究生和博士学位。执业医生，专攻具有妇女和儿童健康，临床经验超过 20 年。

最初从事注重环境公共卫生，后转移到生育、产前护理、流产后的健康问题和并发症。第一个孩子出生后，她兼职哺乳顾问，帮助许多家庭克服哺乳期间的困难，并支持每个家庭的选择，坚定抵制那些往往坚持“只有一种好父母”的谬论。她曾在一个多站点社区诊所工作，参与助产与分娩，提供母婴从出生到死亡的全方位治疗。同时，她也曾在一个私人产科诊所工作，侧重产前护理、妇女保健、性健康。通过远程医疗，她为无法充分获得当地可靠医疗服务的个人提供实时咨询。

丽贝卡获得家庭医学、哺乳咨询、公共卫生、预防医学等专业的权威认证，还接受过野外急救人员和急救技术人员的培训。她在斯坦福大学和俄勒冈州健康科学大学完成了住院医师培训，继续通过波特兰州立大学公共卫生学院项目为未来的哺乳顾问提供课程。

汤普森博士在加州长大，但现在她自认为俄勒冈人。业余时间，她喜欢跑步、烹饪和阅读。

媒体评价：

“有一千位母亲就有一千种怀孕和分娩故事——妇女生殖保健是如此重要，绝对不能一刀切地看待。这部回忆录就是一次令人信服的警醒。”
——乔迪·皮考特（Jodi Picoul），《纽约时报》畅销书作者

“这本书邀请我们与汤普森医生一起回顾她自己的为人父母之路，以及她一路照顾的家庭，分享他们每个人美丽、混乱、振奋人心的故事。”
——罗莉·戈特利布(Lori Gottlieb)，著有《纽约时报》畅销书《也许你该找人谈谈》(Maybe You Should Talk to Someone)

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

****

中文书名：《帝国的纽带：女性与大英帝国的亲密关系史》
英文书名：IMPERIAL TIES：An Intimate History of Women and the British Empire
作　　者：Misha Ewan
出 版 社：Picador Books
代理公司：Johnson & Alcock/ANA/Jessica
字　　数：约 80,000 词
出版时间：待定（2026 年 10 月递交全稿）
代理地区：中国大陆、台湾
审读资料：大纲
类　　型：历史

内容简介：

《帝国纽带》这本书追寻着大英帝国扩张过程中女性的历史。这段历史是多方面的，产生着深远的影响。这些女性自愿地拥护着帝国，却也违背着自身的意愿，被帝国控制着。当我们关注这些女性，关注她们生命中亲密关系的部分时，新的历史就产生了。

从纽芬兰的鳕鱼渔场（在这里，妇女们领导贸易，也领导政治）到巴巴多斯和牙买加的蔗糖庄园（在这里，白人和黑人妇女的身体描绘出种族和家庭新的观念），妇女对大英帝国的发展不可或缺。作为母亲、妻子、王后和嫔妃，她们为帝国奠定了基石，有时也试过撼动帝国的基础。

为了全面了解殖民化的复杂性，描绘出跨大西洋奴隶制令人不安的轮廓，我们必须将妇女纳入多层次的叙事体系当中，从全球视角看待大英帝国，视角遍历英国、美洲、亚洲和西非。然而，这本书并不是褒扬妇女能力的歌功颂德的故事，也不是对女性成就的同情性描述。它是一部令人不安的历史。女性不仅被卷入英国的扩张当中，甚至是它的同谋，而且也是英国扩张成功的关键。

时间跨度约为公元 1600-1800 年，从英伦三岛到北美和加勒比海，从西非到印度，这本书既是一部社会和文化史，也是一部回忆录，它向读者抛出了这样一个问题：当我们把女性放回到大英帝国的历史中时，我们会看到什么；当自己也是与这段历史紧密相连的女性后裔时，追随她们的脚步，书写这段历史又意味着什么。

目录

序幕 “名誉女儿”
引言
第 1 章 大都会邂逅
第 2 章 暴力与种植园
第 3 章 反叛的身体
第 4 章 穿过她的客厅
第 5 章 奴役妇女

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

第 6 章 亲密无间
第 7 章 皇亲国戚
尾声 寻找米尔蒂拉

作者简介：

米莎·伊文（Misha Ewen）是苏塞克斯大学美国历史讲师和英国皇家历史学会会员。在伦敦大学学院取得博士学位之后，她曾在肯特大学、曼彻斯特大学和布里斯托尔大学任职，并担任历史皇家宫殿（ Historic Royal Palaces）的展览策划人。米莎发表了大量关于不列颠大西洋世界（British Atlantic World）早期现代妇女史、殖民主义史和帝国史的文章和作品。2022 年，她的学术专著《弗吉尼亚的冒险：1580 年——1660 年的美国殖民与英国社会》（*The Virginia Venture: American Colonization and English Society, 1580-1660*）由宾夕法尼亚大学出版，获得英国皇家历史学会格莱斯顿奖（Royal Historical Society's Gladstone Prize）。米莎还活跃于电视剧和广播界，参与 BBC 广播 4 台的《对我来说你已经死了》（You're Dead to Me）和第 5 频道的《伦敦塔内》（Inside the Tower of London）等节目，并就英国殖民主义和奴隶制的历史向国民信托、《卫报》和 AQA 等知名机构提供咨询，米莎出生于曼彻斯特，现与丈夫定居苏塞克斯郡，还养了一只狗。

媒体评价：

以下是来自 Picador 团队的书评：

"我喜欢米莎绚丽的想象力和创造性的叙事方式，喜欢她如何将重点放在私密的小故事上，使历史人物栩栩如生，为了解更全景式、更广阔的历史提供了重要的视角。我还喜欢她将自己的经历融入故事的方式。我非常钦佩米莎的雄心壮志。"
——阿尔帕娜·萨吉普，高级责任编辑

"这是一段非常重要也非常奇特的历史，米莎·伊文是撰写这段历史的不二人选。这将是一部扣人心弦的重要作品。"
——玛丽·蒙特，出版人

"英帝国的故事总是被报道为男性的故事——因此，能以这种全新而广泛的视角来探讨女性的积极作用真是太好了。《帝国的纽带》宣告米莎·伊文成为非虚构作品中大胆而自信的新声音。"
——安德里亚·亨利，出版总监

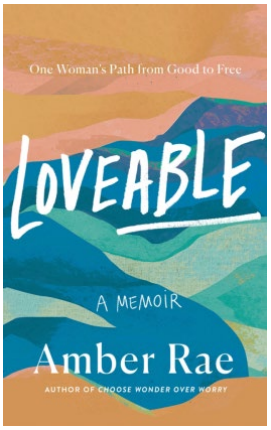
"这个故事无人知晓，米莎是撰写这个故事的最佳人选。我在詹姆斯敦/约克镇度过了一个暑假，在国家非裔美国人历史与文化博物馆里待了几个小时，却没有遇到过类似这里的故事。她需要整个博物馆作为展厅！"
——艾玛·布拉沃，传播总监

"米莎的叙事结构非常出色——她的文笔就像小说一样，充满了惊喜和张力，米莎对全书更宽广的弧度的把握也非常精妙。我迫不及待地想见到《帝国的纽带》出版。"
——詹姆斯·泰勒，编辑助理

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

****

中文书名：《可爱：乖巧女人的自由之路》
英文书名：LOVEABLE: One Woman's Path from Good to Free
作　　者：Amber Rae
出 版 社：St. Martin's Essential
代理公司：ANA/Winney
页　　数：224 页
出版时间：2025 年 8 月
代理地区：中国大陆、台湾
审读资料：电子稿
类　　型：女性励志



内容简介：

多年来，安珀·瑞一直知道自己的婚姻有些“不对劲”，但她从不向任何人承认这一点，哪怕是对她自己。她一生都在取悦别人，坚信“我能让日子过得很好”，宁愿背叛自己，也不愿冒让别人失望的风险。但有一天，一切都变了。

在进入亲密关系近十年后，安珀遇到了她命中注定要共度一生的男人。这不仅是难以启齿的事实——还是一次地震般的转变，挑战了她自以为对爱情、忠诚和自身极限的一切认知。

《可爱》这本书，记录了一个女人的亲密关系旅程，几十年来，她一直扮演着贤妻、讨人喜欢的女儿、坚强的朋友等角色，却忽略了内心深处那个平静而绝望的声音，这个声音在悄悄地诉说着，有些东西失去了。安布尔被困在一段无性而孤独的婚姻中，她的故事以一种开诚布公的方式展开，直面内心深处的恐惧。

这本书讲述的，不是以一种生活换取另一种生活，而是回归自我的过程，痛苦而美丽。它呈现出家庭和社会的层层束缚，这些束缚教会安布尔压抑自己的欲望，掩盖自己的真实想法。从克服成瘾和饮食失调，到面对童年创伤和被遗弃的恐惧，《可爱》描绘了安珀摆脱曾经对她的期望的过程。

《可爱》不仅仅是安珀的个人故事，这本书还呼吁“好女孩”开始成长为她们本应成为的睿智女性。

是时候不再“乖巧”了，这样才能获得自由。

作者简介：

安珀·瑞（Amber Rae）拥有很强的社会关系网，几乎只有你想不到，没有她不认识的社会名流：伊丽莎白·吉尔伯特（Elizabeth Gilbert）、克里斯·安德森（Chris Anderson）、格伦农·道尔（Glennon Doyle）、马克·曼森（Mark Manson）、拉达·阿格拉沃尔（Radha Agrawal）、谢家华（Tony Hsieh）等等。她的言论经常出现在许多当红媒体上，像快公司、《赫芬顿邮报》（*Huff Post*）、美国有线电视新闻网（CNN）、美国时尚生活网站（Refinery29）、身心健康网等，

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

身心健康网还称她为**“好奇心界的布琳·布朗”**。她有 7.8 万的电子邮件订阅者，而且这一数字还在不断地上涨之中。她与许多大公司都有联系，像凯特·丝蓓、耐克、全食超市（Whole Foods）、脸书等等。市场营销专业出身的她在品牌提升、宣传书籍方面有很多的创意灵感，但她更愿意号召所有人、社会关系都能够参与到这本书的宣传工作中来。对安珀来说，这是一个充满激情的创意项目。但最重要的是，她在这本书中为广大读者提供了大量有帮助性的、鼓舞人心的内容，将与目标读者产生强烈的共鸣。

****

中文书名：《后权：王后塑造英国王朝的新历史》
英文书名：MONARCHIA：A New History of the English Royal Dynasties, Through the Queens Who Built Them
作　　者：Florence H R Scott
出 版 社：Tom Penn
代理公司：A.M. Heath/ANA/Jessica
页　　数：约 90,000 词
出版时间：2027 年 1 月
代理地区：中国大陆、台湾
审读资料：电子稿
类　　型：历史

内容简介：

在《后权》一书中，广受欢迎的历史学家弗洛伦斯·H R·斯科特（Florence H R Scott）探讨了王后在王权根基中发挥的作用，讲述了在所谓的 “黑暗时代”，统治中世纪英格兰王国的王后们引人入胜却又被人遗忘的故事，让读者以全新的视角来看待维京人入侵和诺曼征服等耳熟能详的事件，向我们展示了王后、君主制、宗教、政治和国家是如何在中世纪早期首次融合在一起的。

从中世纪初期开始，王后通过其子女成为神圣合法性的传播者，成为与制造王权这一更大计划密不可分的统治分享者。这种世代相传的魔力使王朝从无到有，并将君主制的概念延续至今。斯科特通过大量的故事和细致的研究证明，君主制历史上有一个缺失的篇章，通过了解这段历史，我们可以更好地理解国王和王后的权力是如何经久不衰的。

目录：

引言 3
作者简介
章节结构 20
第一部分：君主制的形成
1：转换王后 20
2：上帝恩赐的麦西亚王后 23
3：威塞克斯第一位受膏女王 27
第二部分：缔造英格兰
4：两个王国的故事： 废后和女统治者 30
5：英格兰第一代王后 34

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

6：王后的天堂 37
第三部分：征服
7：王后与征服者（样章） 41
8：1066 年：征服之母？41
9：摄政女王？45

作者简介：

弗洛伦斯·H R·斯科特（Florence H R Scott）是一位来自约克郡的历史学家，十多年来一直从事有关中世纪早期王后身份的研究和写作，最近在利兹大学完成了题为 “中世纪早期英格兰的基督教王后身份和加冕仪式（Christian queenship and inauguration rites in early medieval England） ”的博士论文。自 2021 年以来，她负责制作《Ælfgif-who?》栏目和播客，展现 600 年至 1100 年间生活在英格兰的女性的生活，在全球拥有 3 万多名订阅者。她在 Twitter 上拥有大量粉丝，向 3 万名听众分享历史片段。他们曾受托为《粉红新闻》（*Pink News*）、《中世纪时报》（*The Byline Times*）、《昆特报》（*The Quint*）和英国广播公司《历史特辑》（BBC History Extra）撰稿，并曾两次出现在《History Hit》的《Gone Medieval》播客节目中。

****

中文书名：《丈夫是个好母亲：我是如何成功兼顾家庭生活和梦想工作的——或者至少是假装兼顾》
英文书名：My Husband Is the Better Mother: How I manage to successfully juggle family life and my dream job – or at least pretend to
德文书名：Mein Mann ist die bessere Mutter
作　　者：Anna Clauß
出 版 社：Penguin Random House Verlagsgruppe
代理公司：ANA/ Winney
页　　数：272 页
出版时间：2024 年 9 月
代理地区：中国大陆、台湾
审读资料：电子稿
类　　型：励志

内容简介：

诚实而风趣地讲述了孩子和事业之间不可能兼顾的关系

《明镜》（*Spiegel*）编辑安娜·克劳斯（Anna Clauß）是长期广受欢迎的育儿专栏“Menschenskinder”的作者，她在该专栏中公开、坦诚、风趣地讲述了自己每天为协调父母身份与事业之间的关系所做的努力。她认为，**母亲并非天生就比父亲更善于抚养孩子和管理家务，也并非天生就比父亲与孩子的关系更亲密。**事实上，父亲也可以成为好母亲——**女性不应该仅仅因为自己全职工作并与伴侣共同承担养育子女的任务而感到内疚，认为自己没有尽到母亲的责任。**

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

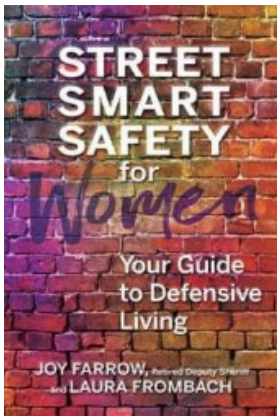
这些生动、真实的故事讲述了她每天的"双重"生活，包括时间压力、自我怀疑和妥协，充满了机智和讽刺，也让人意识到其他母亲和父亲也同样难以兼顾所有事情。一个女人无法解决所有问题，接受伴侣可能是更好的母亲这一点也无可厚非。

作者简介：

安娜·克劳斯（Anna Clauß）是《明镜》周刊的政治编辑、传记作家和栏目负责人，同时也是一位妻子和九岁男孩的母亲。她撰写有关基社盟党、家庭政治和女权主义的文章、每日新闻专栏“Die Lage am Abend”以及社论专栏和报刊专栏，其中包括 Spiegel.de 育儿专栏“Menschenskinder”。她讲述的职业女性和母亲的日常生活是《明镜》网站上最受欢迎的文章之一，引起了母亲和父亲们的共鸣。

****

中文书名：《女性街头安全指南》
英文书名：STREET SMART SAFETY FOR WOMEN
作　　者：Joy Farrow and Laura Frombach
出 版 社：S&S/Health Communications Inc
代理公司：ANA/Jessica Wu
页　　数：336 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：女性励志



内容简介：

《女性街头安全指南》是一本由女性为女性撰写的书籍，提供了防御性生活技巧，增加读者对自身安全直觉的信赖。

针对女性的暴力是全球健康问题。女性如今面临着前所未有且更加危险的威胁。历史上第一次，技术和社交媒体的有毒杂糅让厌女主义武器化，使暴力虚拟化。女性如今面临的一个更严重挑战是社会规范——家庭生活、教育、就业、娱乐和流行文化、精神和宗教如何影响我们的身心——使许多人无法有效应对这波袭击以及性侵犯、家庭暴力和诈骗，这些负面因素无处不在。

女性一直在被影响，去忽视她们最大的保护之一——安全直觉。因此，女性通常无力识别那些操控我们自然同情心的掠夺者，从而给自己带来伤害。这种无法倾听自己、抵御劝说的能力直接影响到我们的个人安全，而数据显示，世界各地对女性的攻击每天都在增加，无论是在家中还是在外。

在《女性街头安全指南》中，退休副警长乔伊·法罗和技术专家劳拉·弗朗巴赫（她自己曾经历过暴力家庭）结合个人和职业经验提供了解答。她们致力于教育女性在个人安全方面的重要性，展示防御性生活策略，以及提升女性不会被伤害的信心。

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

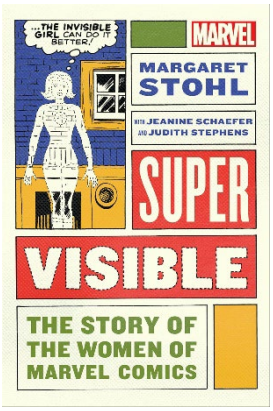
作者简介：

乔伊·法罗（Joy Farrow）是一位拥有二十八年经验的退休警长，曾在巡逻工作中面对各种情况。她曾是 TED 大会的特邀演讲者，主要讲述女性安全问题。

劳拉·弗朗巴赫（Laura Frombach）在美国陆军工作期间涉猎技术，参与波音“潘兴”核导弹的工作。她的职业生涯大部分时间是在 IBM、惠普、联邦快递、可口可乐和联想等公司担任技术专家和工程师。

****

中文书名：《超凡视界：漫威女性的故事》
英文书名：SUPER VISIBLE: The Story of the Women of Marvel
作　　者：Margaret Stohl with Judith Stephens
出 版 社：S&S/Gallery
代理公司：ANA/Jessica Wu
页　　数：400 页
出版时间：2025 年 3 月
代理地区：中国大陆、台湾
审读资料：电子稿
类　　型：影视戏剧研究



内容简介：

基于热门播客《漫威女性》（*The Women of Marvel*），《纽约时报》（*New York Times*）第一畅销书作家玛格丽特·斯托尔（Margaret Stohl）介绍了漫威这家具有里程碑意义的娱乐公司从创立至今，最重要的一些女性创作者与角色！

当超级英雄恰好是一位女性时，她的英雄之旅会是怎样的呢？《纽约时报》第一畅销书作家、漫威漫画创作者玛格丽特·斯托尔（代表作《惊奇队长的一生》（*The Life of Captain Marvel*）、《黑寡妇：永恒的红色》（*Black Widow: Forever Red*））与《漫威女性》播客的制作人兼联合创始人珍妮·舍费尔（Jeanine Schaefer）以及朱迪思·斯蒂芬斯（Judith Stephens）一起，采访了 120 多位女性和漫威漫画创作者，来寻找这个问题的答案。

斯托尔和斯蒂芬斯怀着一个共同的目标——让人们看到历史上被忽视的女性作品，并以前所未有的方式接触到漫威的创作者、作家、演员等。她们开始讲述从 1939 年至今“思想之家”的女性们的故事，沿途探寻她们自己的漫威故事意义所在。书中收录了创作者们的传记与插图，历史性的漫威漫画图文重印与摘录，以及对凯莉·苏·迪柯尼可（Kelly Sue DeConnick）、伊芙·尤因（Eve Ewing）、蓝波·罗威（Rainbow Rowell）、妮可·斯通（Nic Stone）、G·威洛·威尔逊（G. Willow Wilson）、蒂尼·霍华德（Tini Howard）、莫琳·古（Maurene Goo）和查理·简·安德斯（Charlie Jane Anders）等获奖作家，珍·巴特尔（Jen Bartel）、桃桃子（Peach Momoko）和塔姆拉·邦维利安（Tamra Bonvillian）等顶级艺术家，以及萨娜·阿玛纳特（Sana Amanat）等重要制作人的独家采访。本书对所有年龄段的漫威粉丝而言都是必读之作。

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

营销亮点：

- **《纽约时报》第一畅销书作家：**作为纯文字与图文书领域的知名人物，玛格丽特·斯托尔已经凭借其 14 部著作，包括《纽约时报》第一畅销书《美丽生灵》（*Beautiful Creatures*，总销量超过 126 万册），以及 12 款视频游戏和多部漫威漫画，包括《无敌惊奇队长》（*Mighty Captain Marvel*）和《暗影蜘蛛侠》（*Spider-Man: Noir*），在业界备受瞩目，其狂热粉丝群体一定会对这部漫威宇宙的最新力作趋之若鹜！

- **艺术家及创作者访谈：**本书收录了大量文章、故事和图片，作者采访了多位现代漫威漫画艺术家和创作者，包括露易丝·西蒙森（Louise Simonson，《超能小队》）、玛格丽特·洛什（Margaret Loesch）、凯利·汤普森（Kelly Thompson，《杰姆和全息图》《鹰眼》）等。

- **热门播客：**《漫威女性》播客由漫威制片人兼图书撰稿人朱迪思·斯蒂芬斯和《漫威之声》（*Marvel's Voices*）主持人安热莉克·罗切（Angélique Roché）共同主持，备受好评。该播客已播出五年多、发布 200 多集，讨论了漫威宇宙中的女性主义与代表性话题，本书通过生动的插图和全新的资料，对这些对话进行了深入探讨和扩展。

- **漫威主题：**漫威是行业内的领军者，拥有超过 40%的市场份额，旗下排名靠前的漫画作品占比较大，同时在过去十年间通过漫威影业展现了其革命性的叙事能力，为流行文化和叙事树立了新的标杆。

- **图文配合：**这本书的吸引力不仅限于漫画读者。这不是一本图像小说，而是以散文的形式书写，书中配有历年来漫威女英雄们真实和虚构的精美图片。

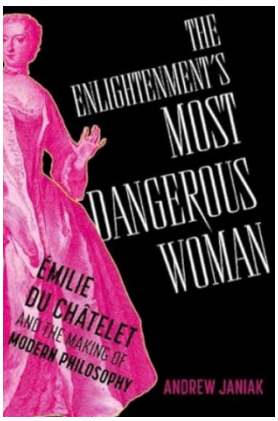
作者简介：

玛格丽特·斯托尔（Margaret Stohl）是《纽约时报》（*New York Times*）第一畅销书作家，著有 14 部小说，包括《美丽生灵》（*Beautiful Creatures*）和青少年小说《黑寡妇》（*Black Widow*），以及五卷漫画和多款电子游戏，包括《Zork: Grand Inquisitor》和《沙丘 2000》（*Dune 2000*）。她出生于加利福尼亚州帕萨迪纳，现居圣莫尼卡。

朱迪思·斯蒂芬斯（Judith Stephens）是一名制片人和摄影师，目前在 Marvel.com 工作。

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

****



中文书名：《启蒙时代最危险的女人：埃米莉·杜·沙特莱与现代哲学的形成》
英文书名：*The Enlightenment's Most Dangerous Woman Émilie du Châtelet and the Making of Modern Philosophy*
作　　者：Andrew Janiak
出 版 社：Oxford University Press
代理公司：ANA/Jessica Wu
页　　数：304 页
出版时间：2025 年 1 月
代理地区：中国大陆、台湾
审读资料：电子稿
类　　型：大众哲学
Best Sellers Rank:
#29 in Social Philosophy
#35 in Modern Western Philosophy
#97 in Political Philosophy (Books)

内容简介：

法国哲学家埃米莉·杜·沙特莱的思想在几个世纪内被压制，但至今仍具有重要意义。

在启蒙运动蓬勃发展的时期，杜·沙特莱突破了当时女性面临的重重障碍，发表了一部重要的哲学著作。短短几年内，她的名声传遍俄罗斯、普鲁士、瑞士、英格兰，甚至瑞典和意大利。这不仅因为她是女性，更因为她的贡献深刻。在她的社交圈内，伏尔泰和康德这样的男性寻找门徒来推广他们的思想，而杜·沙特莱则提倡知识的独立性。她建议读者阅读经典，但永远不要追随他人的思想。她主张真正的哲学家必须保持独立思考，而不是成为某个“伟人”的门徒，这对当时启蒙运动中逐渐形成的共识构成了威胁，因此使她成为了一个危险的存在。

如果年轻女性认真对待杜·沙特莱的建议，开始独立思考，她们可能会要求接受适当的教育，这可能终结女性被排除在欧洲的大学和学院之外的现状。如果年轻女性选择独立思考，而不是倾听周围男性的思想，这将可能破坏基于性别的社会秩序。因此，由于她所构成的威胁，创造现代哲学经典的男性们最终将杜·沙特莱从他们的官方历史中抹去。在 18 世纪中叶她名声显赫后，其思想被压制，或将其思想归功于周围的男性，她逐渐被遗忘。如今，在我们最需要她的时刻，她的声音得以重现。她传授知识独立拒绝偶像崇拜，至今依然具有重要的现实意义。

作者简介：

安德鲁·贾尼亚克（Andrew Janiak）是杜克大学的哲学教授和巴斯研究员。在过去十年中，他与莉兹·米尔维茨共同主导“项目之声”（Project Vox），这是一个数字项目，旨在恢复为现代科学和哲学作出贡献的女性未被听见的声音。贾尼亚克已发表五部著作和众多文章，涉及 17 和 18 世纪科学与哲学之间的关系。

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

媒体评价：

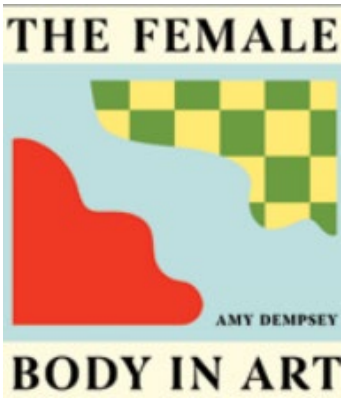
“贾尼亚克详细分析了杜·沙特莱的主要著作《物理学机构》，并结合早期现代科学和哲学争议的讨论，清晰阐述了她的独创性及其对启蒙思想的影响。”
——朱莉·坎德勒·海斯，马萨诸塞大学阿默斯特分校教授

“贾尼亚克为读者清晰描述了杜·沙特莱在启蒙早期阶段对哲学和物理学争论的重要贡献。此书是对这位非凡天才及其关键历史时期的重要补充。”
——朱迪思·P·津瑟，作者《埃米莉·杜·沙特莱：启蒙时代的大胆天才》

“尽管她在那个时代被认为是法国首位女性哲学家，杜·沙特莱的影响却掩蔽在牛顿、莱布尼茨、伏尔泰等启蒙‘伟人’之下。贾尼亚克的研究将她置于应有的位置，她是启蒙运动中的重要女性思想家。”
——莎拉·哈顿，约克大学荣誉访问教授

****

中文书名：《艺术中的女性形体：女性形体如何在历史中诠释的迷人故事》
英文书名：*The Female Body In Art: The fascinating story of how the female body has been represented in art throughout history*
作　　者：Amy Dempsey
出 版 社：Laurence King Publishing
代理公司：ANA/Jessica Wu
页　　数：248 页
出版时间：2025 年 10 月
审读资料：大纲
类　　型：建筑与艺术设计



内容简介：

- 讨论了广义上的艺术，涵盖了多位艺术家和影像创作者的作品，探讨了女性形体为何以及如何吸引了艺术家和观众的目光，以及为何其表现常常传递着关于世界的讯息——或是对世界的讯息。

- 书中展示了提香、维米尔、玛丽·卡萨特、克林姆特、弗里达·卡洛、罗伯特·梅普尔索普、扎内尔·穆霍利、安迪·沃霍尔、特雷西·艾敏和马里娜·阿布拉莫维奇等艺术家的作品。

作者简介：

艾米·登普西（Amy Dempsey） 是一位艺术历史学家、作家以及皇家艺术学会会员，拥有广泛的学术、博物馆和商业艺术领域经验，曾在伦敦、纽约和华盛顿特区工作。

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

****

中文书名：《更年期的力量：如何利用更年期重塑自我》
英文书名：THE POWER OF MENOPAUSE HOW TO MAKE USE OF MENOPAUSE TO REINVENT OURSELVES
德文书名：Die Kraft der Wechseljahre
作　　者：Suzann Kirschner-Brouns
出 版 社：Penguin Random House Verlagsgruppe
代理公司：ANA/ Winney
页　　数：288 页
出版时间：2024 年 10 月
代理地区：中国大陆、台湾
审读资料：电子稿
类　　型：保健

内容简介：

有意识、健康、充满活力地度过更年期——这一生命阶段对身体、灵魂和人际关系的可能性

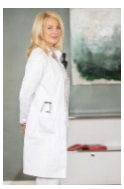
身体症状只是更年期的一个方面。与更年期相关的心理影响则鲜为人知，研究也少得多。大多数女性在更年期的五到十年里都会经历一次心理转变。当女性性激素的下降不仅伴随着生育能力的丧失，还伴随着“典型”女性自我形象的丧失时，我（还）是一个什么样的女人？如何才能预防性地消除不安全感和羞耻感？女性如何才能在更年期中获得个人成长，并在更年期后变得更加强大和坚韧？

作者告诉大家如何培养全新的心态，将身体和情感的变化视为重新开始或重新发现自己的契机。读者将以一种敏感、易懂的方式，了解自己可以为心理健康和身心健康做些什么，从而健康、充满活力、自信、美丽地度过人生的这一充满挑战的阶段。

本书卖点：

- 以最新研究为基础，以实践为导向的指南--提供大量实用技巧和练习
- 为喜欢 Sheila de Liz, Anne Fleck, Yael Adler, 和 Peter Attia 的读者而作

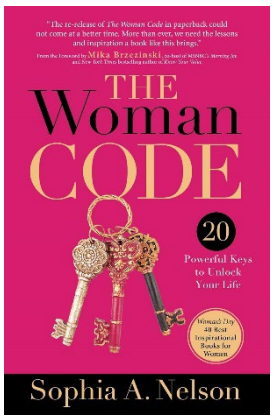
作者简介：



苏珊·基什纳-布朗斯（Suzann Kirschner-Brouns）是一名医生、医学记者，也是一位知名的健康话题作家。她在 YouTube 上开设的女性健康频道点击量超过 300 万次，接触到越来越多的女性，尤其是更年期话题。2023 年，她与桑德拉·艾佛特（Sandra Eifert）合作出版了《心脏诊所》（*Heart Clinic*）一书，获得了媒体的极大好评。

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

****



中文书名：《女性法则》
英文书名：THE WOMAN CODE
作　　者：Sophia A. Nelson
出 版 社：Simon and Schuster/HCI
代理公司：ANA/Jessica Wu
页　　数：272 页
出版时间：2021 年 3 月
代理地区：中国大陆、台湾
审读资料：电子稿
类　　型：女性励志

内容简介：

一本强大而直截了当的指南，为女性提供解锁充实生活的钥匙。

不管有没有意识到，每个女人都有自己的生活准则，它告诉女人如何对待自己和他人，自己的期望有多高，以及自己为了成功愿意走多远。但是，我们的生活准则真的能帮助我们创造出我们想要的、有目的、有成就感的生活吗？或者我们牺牲更深度的东西只是为了取得成就吗？在这本鼓舞人心的书里，随着新冠疫情的就行，深刻的经济和社会变化改变了我们的生活，索菲亚·A·纳尔逊（Sophia A. Nelson）提出了新的见解。她呼吁女性活出一个强大的生活准则，引导她们走向有意义的、成功的生活。凭借从经验中获得的智慧，纳尔逊向女性揭示：

- “拥有一切”的真正含义
- 如何更好地照顾自己的思想、身体和灵魂
- 如何发现新的力量储备
- 勇敢地进行对话来建立关系的重要性
- 如何在保留自己价值观的情况下实现职业成就
- 如何在成就之外找到持久的爱和工作目标
- 如何引导女性之间的友谊，建立合作而不是竞争
- 如何在过去的伤痛、拒绝和生活中不可避免的糟糕状况里疗伤

《女性法则》是一种生活方式，是一种应对生活挑战的方式，也是一种与其他女性积极互动的方式。这是我们追求梦想和内心深处渴望的一种方式。这本书揭示了一套普遍的、永恒的思想、身体和灵魂的原则，帮助女性平衡工作、家庭、家人和友谊。《女性法则》不仅呼吁女性在生活中实践目标，还向她们展示了如何优雅地实现。

作者简介：

索菲亚·A·纳尔逊（Sophia A. Nelson）是一位获奖作家和记者，曾任白宫记者，前国会委员会顾问，也是一名律师。她是财富 500 强企业和大学中广受欢迎的励志演说家和领导力培训师，她定期为微软全国广播公司（MSNBC）、美国全国广播公司（NBC）、美国有线电视新闻网（CNN）和福克斯新闻台（FOX News）撰稿。她为《赫芬顿邮报》（*The Huffington Post*）

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

健康生活专栏和《新闻周刊》（*Newsweek*）、《每日野兽》（*The Daily Beast*）撰稿。尼尔森曾与黛安·索耶（Diane Sawyer）上过英国广播公司（BBC）的《世界新闻》（*World News*）和《今日秀》（*The Today Show*）。她还为《今日美国》（*USA Today*）、《本质》（*Essence*）、《华尔街日报》（*The Wall Street Journal*）、《纽约时报》（*The New York Times*）和《华盛顿邮报》（*The Washington Post*）供稿。她住在弗吉尼亚州。

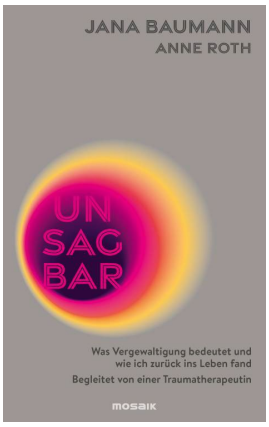
媒体评价：

“纳尔逊解释了女性如何识别自己的行为法则，并利用这些法则重塑自己生活的方方面面，她称之为‘个人法则’‘情感法则’‘精神法则’和‘职业法则’。与当今许多自助作家不同的是，纳尔逊并没有沉溺于‘我们就是他们’的心态。相反，她认为女性应该坚强、自信，并为自己的行为和选择负责。这种令人耳目一新的方法既有力量又有启迪，应该会吸引所有年龄段的女性。”
——《出版者周刊》（Publisher's Weekly）

“《女性法则》揭露了个人、情感、精神、职业和社会领域中存在的扭曲观念，并分享了真正改变生活的法则。这些法则挑战了关于女性的陈旧观念，包括女性对彼此的态度。《女性法则》是一本直截了当、全面的指南，可以解放内心真正的女性。”
——《赫芬顿邮报书评》（Huffington Post Book Review）

****

中文书名：《难以启齿：强奸意味着什么，以及我是如何在创伤治疗师的帮助下找回自我的》
英文书名：Unspeakable: What rape means, and how I found my way back – with a trauma therapist by my side
德文书名：Unsagbar
作　　者：Jana Baumann, Anne Roth
出 版 社：Penguin Random House Verlagsgruppe
代理公司：ANA/ Winney
页　　数：208 页
出版时间：2024 年 9 月
代理地区：中国大陆、台湾
审读资料：电子稿
类　　型：励志



内容简介：

有关性侵的一手资料，充满勇气

据统计，在德国，每七名妇女中就有一人在一生中遭受过性暴力。实际数字要高得多。当鲍曼（Baumann）在工作场所被强奸时，这件事看起来是如此不可理喻，如此不可能——然而它还是发生了。她去了柏林一家专门为暴力受害者提供法医服务的诊所，还去了拉拉强奸危机中心（Lara rape crisis centre）和律师事务所，了解了强奸和性侵犯受害者每天都在经历的事情，以及这个系统是如何对她们不利的。

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

一路走来，鲍曼学到了很多东西，而这些东西她必须学会，包括面对这样的经历意味着什么。在这个过程中，鲍曼开始找到自己的声音；说出“我被强奸了”给了她勇气和力量，但也让她感到害怕。

《难以启齿》毫不留情地描述了被强奸后颠倒的生活：这种罪行往往对犯罪者几乎没有任何直接后果，却对受害者造成了无数影响。鲍曼冷静而令人震惊地讲述了她如何开辟自己的道路，如何获得新的力量和勇气。本书还收录了雅娜的顾问安妮·罗斯（Anne Roth）的文章，她从创伤治疗师的角度解释了所发生的一切。

作者简介：

雅娜·鲍曼（Jana Baumann）出生于 1980 年，曾就读于成人教育专业，现在是一名商业顾问，专门从事系统咨询工作，为多家德国和国际组织提供咨询服务。2017 年遭受性侵犯之后，她意识到，当难以启齿的事情发生时，说出来可以成为力量的源泉。

安妮·罗斯（Anne Roth）1988 年出生于东柏林，是一名心理治疗师，专门研究创伤问题，多年来一直担任拉拉强奸危机中心的顾问和主任。每天，她都在努力帮助暴力受害者重新找到属于自己的道路。

****

中文书名：《平衡就是胡扯：关于母亲和自我关怀的真相》
英文书名：BALANCE IS BULLSHIT: The Truth About Motherhood and Selfcare
作　　者：Elisha Beach
出 版 社：S&S/Health Communications Inc
代理公司：ANA/Jessica Wu
页　　数：暂无
出版时间：暂无
代理地区：中国大陆、台湾
审读资料：大纲
类　　型：女性励志

COVER COMING SOON

内容简介：

这是一个逐步指导母亲们创建真实而实用的自我关怀日常的程序，帮助她们摆脱当母亲的负罪感，专注于解构社会压力，并在日常生活中对自己宽容。

埃莉莎·比奇不是自我关怀的专家。她是四个继子女的后妈、三个亲生孩子的生母和一个孩子的养母，曾在护照办公室与最小的儿子经历了一场尴尬的崩溃（鼻涕泡和其他母亲们都知道的突发情况）。在被保安护送出办公室，哭泣着用布尿布擦眼泪后，她意识到自己已经到了崩溃的边缘。作为认证战略规划师，埃莉莎踏上了一段旅程，重新发现自己需要什么，以支持自己在多重角色中如何运作，以及如何让家庭成员一起参与，更重要的是，如何学会优先考虑自己。

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

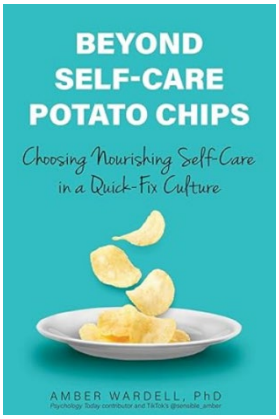
埃莉莎以幽默而诚实的视角讲述了母亲生活中的真实经历，帮助普通妈妈们建立实用的自我关怀日常，将自我关怀融入她们的日常生活。她分享了在母亲旅程中经历的错误、非现实的期望和现实的拷问，这些都迫使她完全重新评估自己的自我关怀实践。

作者简介：

埃莉莎·比奇（Elisha Beach）是四个孩子和四个继子女的全职妈妈……没错，你没有看错——八个孩子。她身兼妻子、家庭厨师、出租车司机、孩子的“牧羊人”和糟糕的家务管理者。她是自我关怀的倡导者、教练和实践者，也是《妈妈论坛》的创始人。

****

中文书名：《超越自我关怀的幌子：在快餐文化中选择滋养的自我关怀》
英文书名：*Beyond Self-Care Potato Chips: Choosing Nourishing Self-Care in a Quick-Fix Culture*
作　　者：Amber Wardell PhD
出 版 社：S&S/Health Communications Inc
代理公司：ANA/Jessica Wu
页　　数：336 页
出版时间：2024 年 10 月
代理地区：中国大陆、台湾
审读资料：电子稿
类　　型：女性励志
#88 in Women's Sexual Health
#467 in Immune Systems (Books)



内容简介：

这本书来自一位认知心理学家，作为千禧一代女性值得信赖的伙伴，她呼吁读者们进入真正滋养和支持自己的自我关怀时代。

有毒的自我关怀文化告诉女性，泡澡和肉毒杆菌是幸福和满足的途径。尽管这些自我关怀在当下能带来短暂的快乐，但无法提供持久的滋养。它们就像徒有热量的薯片，无法让我们真正感到满足。同样，我们也不会因为追逐那些空洞的“自我关怀”趋势而感到充实，这些趋势是有毒的物质文化所推销的。为了填补我们疲惫的身体和疲倦的心灵，过上完整而真实的生活，我们需要的是能够滋养自身的自我关怀。

《超越自我关怀的幌子》呼吁所有女性寻求真正滋养的自我关怀。尽管在理论上听起来很简单，但许多女性在实践中却感到困难。我们之所以挣扎，是因为我们忘记了如何去追求。年少时大人教我们，要对所得到的心存感激。当被提供第二份薯片时，我们应说谢谢，但我已经饱了。我们接受那些薯片，总好过那些吃不到薯片的人，所以我们有什么资格要求更多呢？

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

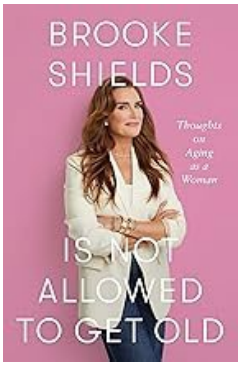
本书通过一位疲惫的前戏年代母亲的自述，探讨了婚姻、母亲身份、家庭动态、友谊、职业生活和心理健康等领域的勇敢自我关怀。作者的个人故事从幽默却痛苦的共鸣到心碎的回忆，丰富多样。每个故事——美好的、闪亮的、悲伤的和混乱的——都教会女性关于追求的意义。停止满足于徒有热量的薯片，而是去抓住那些真正能让人充实的东西。《超越自我关怀的幌子》是一种心态，一种拥抱和迈向我们所有神圣女性力量的方式。

作者简介：

安柏·瓦德尔（Amber Wardell）是一位认知心理学家和公众人物，基于婚姻、母亲身份和心理健康建立了个人品牌。现在在各大社交媒体平台上拥有超过 50 万的粉丝，成为女性和母亲之间可信赖的诚实和可靠的话语领袖。

****

中文书名：《无畏中年：关于女性变老的思考》
英文书名：*Brooke Shields is Not Allowed to Get Old: Thoughts on ageing as a woman*
作　　者：Brooke Shields
出 版 社：Flatiron / Macmillan
代理公司：UTA/ANA/Jessica
页　　数：256 页
出版时间：2025 年 1 月
代理地区：中国大陆、台湾
审读资料：电子稿
类　　型：心灵励志



知名影星布鲁克·希尔兹（Brooke Shields）第三部作品
与资深记者兼作家瑞秋·贝茨合作，将个人故事、名人和非名人朋友的故事、调查性报道和研究融合在一起，探索这个时代的女性生活
——喜欢读玛丽亚·施莱佛（Maria Shriver）的《我始终在思考》（*I've Been Thinking*）、亚瑟·布鲁克斯（Arthur C. Brooks）的《从强大到更强》（*From Strength to Strength*）、彼得·阿蒂亚（Peter Attia）的《超预期寿命》（*Outlive*）和朱莉·史密斯（Julie Smith）的《为什么没人早点告诉我？》（*Why Has Nobody Told Me This Before?*）读者的绝佳选择。

“希尔兹在写作时进行了大量的反思；她做了艰苦的工作，去理解她母亲身上的矛盾，现在我们可以分享她的心得体会了”。-《科克斯书评》评 *There Was a Little Girl*

“[一部]从头至尾精心制作、富有洞察力的读物——一个深思熟虑、凄美而又发人深省的故事”
——Associate Press 评 *There Was a Little Girl*

内容简介：

本书是对现代女性的一次无畏的调查和反思，将帮助读者充满自豪、备有信息、带着幽默感和健康的心态走完步入中年的旅程。布鲁克发现自己正处于一场完美风暴之中，这场风暴可能会让任何头脑正常的人陷入生存危机。布鲁克突然成了一名空巢老人，即将创办一家新公司，57 岁的她还将在人生中第一次担任首席执行官，她一下子经历了太多的“第一次”。但她并没有因此而麻痹大意，而是开始与朋友以及朋友的朋友讨论、倾听、接触，探讨女性生命中的这一特殊时刻——“第三幕”。

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

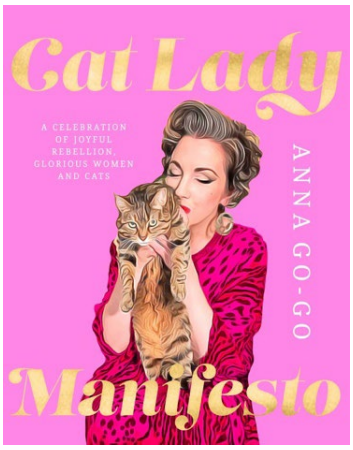
布鲁克与曾就如何度过成年期不同阶段大量撰文的记者和作家雷切尔·贝茨切（Rachel Bertsche）一道，坦率地探讨了衰老的谦逊和力量，为读者提供了一份关于中年未知领域的全面指南。

作者简介：

布鲁克·希尔兹（Brooke Shields）从 9 岁起就开始了她广泛的电影生涯，当时她在 *Alice Sweet Alice* 中赢得了她的第一个表演角色，并在主演了路易·马勒（Louis Malle）的《漂亮宝贝》（该片曾获得戛纳电影节金棕榈奖）、成长故事片 *Blue Lagoon* 和 *Endless Love* 后迅速成名。作为一名模特，布鲁克曾登上数百家杂志的封面，其中最著名的是《时代周刊》的"Face of the Eighties"。布鲁克·希尔兹的两集纪录片 Pretty Baby: Brooke Shields 由拉娜·威尔逊（Lana Wilson）执导，今年春季首映后好评如潮。除了银幕上的经典角色外，布鲁克还写了两本畅销回忆录。她的第一本畅销书 *Down Came the Rain* 在推动有关产后抑郁症的讨论方面具有开创性意义，这本书的成功激励布鲁克开始了新的文学之旅。她的母女回忆录 *The There Was a Little Girl* 格外真挚，赢得了令人难以置信的好评。

****

中文书名：《猫女宣言》
英文书名：CAT LADY MANIFESTO
作　　者：Anna Go-Go
出 版 社：Affirm Press
代理公司：Defiore/ANA/Jessica
出版时间：2025 年 1 月
代理地区：中国大陆、台湾
页　　数：224 页
审读资料：电子稿
类　　型：大众文化



内容简介：

父权社会确实让女性和猫咪受到了不公的对待，但本书作者会在这里澄清这一观点。古埃及的猫神、谴责无辜小猫的基督教官方文件，以及伊丽莎白·泰勒（Elizabeth Taylor）、弗洛伦斯·南丁格尔（Florence Nightingale）和马克·吐温（Mark Twain）等著名爱猫人士，都在本书中有所提及。本书还分享了与生活、爱情和所有与猫相关的诙谐幽默的观点。

在阅读本书之前，不妨为你的猫咪打开一罐猫粮，在沙发上静下心来，和书中的“疯狂猫女士”一起在迷人而离奇的历史中进行一次完美的猫咪探险。这是给爱猫女士、爱猫人士以及任何想更多了解女性与猫科动物自古以来是如何交织在一起的人的完美礼物。

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

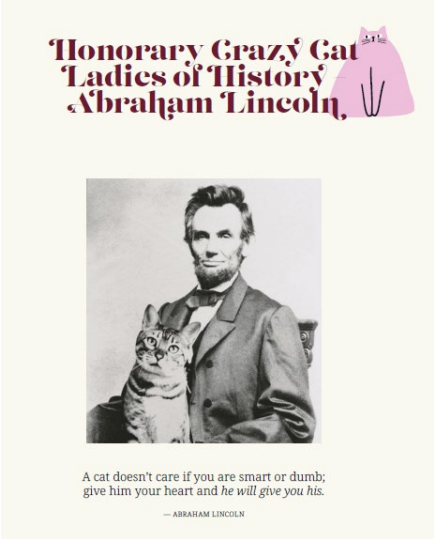
作者简介：

安娜（Anna Go-Go）是一名表演者、喜剧演员、制片人、作家、艺人、群舞大师、演讲家、领导者和猫女！英国《卫报》将安娜形容为“墨尔本摇滚界的权威”。30年来，她一直是屡破纪录的热门活动制作人，也是澳大利亚最具颠覆性的舞蹈学校Anna's Go-Go Academy的创始人。

内页展示：

In the *Malleus*, he wrongly presents his crazy incel manifesto as church doctrine. It was not. The church and theologians publicly discredited it and distanced themselves from him. Even though everyone knew he was an incel and his mad ideas and thirsty recommendations of torture were not accepted, his book was nevertheless very influential as it was the first of its kind to attribute all witchcraft to women, and not include men. This would become accepted, and three quarters of heresy and witchcraft accusations and prosecutions going forward would be of women.

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　　网址：www.nurnberg.com.cn



****

中文书名：《她的时间，她的空间》
英文书名：HER SPACE, HER TIME: How Trailblazing Women Scientists Decoded the Hidden Universe
作　　者：Shohini Ghose
出 版 社：Random House Canada
代理公司：Westwood/ANA/Jessica
出版时间：2023 年 9 月
代理地区：中国大陆、台湾
页　　数：318 页
审读资料：电子稿
类　　型：传记和回忆录
版权已授：美国、印度、西班牙、韩国

内容简介：

本书讲述了长期被忽视的女性物理学家鼓舞人心的故事，正是她们发现了宇宙的基本法则，并重塑了社会的规则。

世界各地的女性物理学家改变了科学和社会。那么，为什么我们没有听说过这些在物理学中留下不可磨灭痕迹的杰出女性？《她的空间，她的时间》由获奖量子物理学家肖希尼·高斯博士撰写，旨在改变这种不公正现象，扭转这些科学家默默无闻的境况，让她们走到前台，获得缺席已久的赞扬。

在该书的每一章中，高斯都会利用一个常见物理学主题将本章中的女性人物联系起来，讨论女性在物理学中的一个特定方面的经历。例如，在关于时间的一章中，我们了解到亨丽埃塔·莱维特（Henrietta Leavitt）和玛格丽特·伯比奇（Margaret Burbidge）的故事，她们帮助发现了宇宙大爆炸和宇宙历；在关于太空探索的一章中，我们了解到希普罗克的数百名纳瓦霍族（Navajo）妇女制造了对登月至关重要的硅微芯片；在关于亚原子粒子的章节中，我们

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

了解到玛丽埃塔·布劳（Marietta Blau）、赫塔·万巴赫（Hertha Wambacher）和比巴·乔杜里（Bibha Chowdhuri），她们为发现宇宙的组成部分做出了贡献，并在此过程中，在决定今天谁能从事物理学工作方面发挥了关键作用。

《她的空间，她的时间》是一个关于科学创新、鼓舞人心的领导力和与忽视作斗争的集体故事，对于所有有兴趣了解那些助力我们理解宇宙的规则破坏者和潮流引领者的读者来说，本书都会留下持久的印象。

目录

引言

1 寻找太空：为宇宙编目的恒星解码者
Annie Jump Cannon, Anna Draper, Williamina Fleming, Antonia Maury, Cecilia Payne-Gaposchkin, and the Women of the Harvard College Observatory

2 关于时间：大爆炸的发现者
Henrietta Leavitt and Margaret Burbidge

3 逃逸速度：太空探索的探路者 55
Mary Golda Ross, Joyce Neighbors, Dilhan Eryurt, Claudia Alexander, and the Women Who Powered NASA's Space Program

4 选择的问题：放射性研究人员
Harriet Brooks and Marie Skłodowska-Curie

5 结合能：原子分裂器 119
Lise Meitner

6 自然力：亚原子摄影师 147
Marietta Blau, Hertha Wambacher, Bibha Chowdhuri, and Elisa Frota- Pessôa

7 反常现象： 大自然的规则破坏者 179
Maria Mitchell, Vera Rubin, 吴健雄, and the Women of the Atomic Age

序言 217
致谢 219
科学记录 223
延伸阅读 227
索引 235

书中涉及的非英语国家的女性人物列表：

1. Dilhan Eryurt: Born and educated in Turkey, worked at NASA for many years then returned to Turkey
2. Marie Sklodowska-Curie: Born and raised in Poland, then moved to France

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 网址：www.nurnberg.com.cn

3. Lise Meitner: Born and educated in Austria, then worked in Germany, and then in Sweden
4. Marietta Blau: Born and educated in Austria, then worked in Germany, and lived for a time in Mexico
5. Bibha Chowdhuri: India
6. Elisa Frota-Pessoa: Brazil
7. 吴健雄(Wu Chien-Shiung): Born and raised in China, then lived and worked in US
8. Sameera Moussa: Egypt (but she is only mentioned briefly in the book)

作者简介：

肖希尼·高斯（Shohini Ghose）是威尔弗里德·劳里埃大学的物理和计算机科学教授。作为一名量子物理学家和 TED 高级研究员，她的 TED 演讲观看量超过 500 万次。在加拿大，她是加拿大物理学家协会的前主席，也是联邦政府为推动女性科学事业而任命的五位主席之一。在联合国教科文组织在巴黎举办的 2019 年展览中，她跻身于展出的全球 25 位女科学家之一。她经常就科学话题和性别问题发表演讲，在 100 多个国际活动中发表演讲，并经常接受世界各地媒体的采访或报道。

****

中文书名：《一个人的陋屋》
英文书名：HOVEL
作　　者：Ailsa Ross
出 版 社：Penguin Random House Canada
代理公司：Westwood/ANA/Jessica
页　　数：375 页
出版时间：2026 年 3 月
代理地区：中国大陆、台湾
审读资料：电子稿
类　　型：纪实文学

内容简介：

为了和一个男人在一起，一个女人漂洋过海，搬进了大山深处一个小镇上的一间肮脏寒酸、价格昂贵的屋子里。为了不让自己逃离这一切，她花了一年时间，每周想一些点子来留住自己。她向苦行僧、女修士、冒险家和艺术家学习，让自己的小小世界变得开阔，在熟悉的世界中发现新奇。她试图接受自己生活中的种种不如意——夜里咣当作响的火车、浴室的霉味、夏天蚊子的叮咬，和她一团乱麻、碌碌无为的线上工作。她想，只要能找到热爱这一切的方式，她就能接受远离家人朋友、漂洋过海住在四千英里以外的命运。

尽管常常因为思念家乡而无法实践这些点子，她还是作出了多种尝试。她给一切厌恶的东西拍照，试图化恨为爱；练习赤脚行走，在冰天雪地里追寻狼和猞猁的足迹；写信号召大家到探索野外，宣传鸟类；学唱赫布里底群岛居民的歌谣；睡在雪堆里；还幻想与狐狸和卷

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

心菜相遇。她将自己和读者都沉浸在失望和惊奇、迷茫和希望中。最后，她问自己：我们到底能不能，接受自己境遇的同时，又掌握自己的命运呢？

本书以加拿大和苏格兰为背景，配有精美的黑白插图。书中洋溢着浓厚的氛围，仿佛一副古老的挂毯，交织着这个时代奇异、明亮的丝线。《陋屋》是一个关于探寻的故事——生活真实的瞬间和想象结合在一起，将读者带入一场新奇的旅行中，遍历一个个生活瞬间。正是这些瞬间，定义着人类的存在。

对于钟爱克莱尔·路易丝·班尼特（Claire Louise Bennett）的《池塘》（*Pond*）、京·麦克莱尔（Kyo Maclear） 的《鸟，艺术，人生》（*Birds Art Life*）、希拉·海蒂（Sheila Heti） 的《母性》（*Motherhood*）和 多里安·尼戈里奥法（Doireann Ní Ghríofa）的《咽喉里的幽灵》（*A Ghost in the Throat*）的书迷来说，这是一本不容错过的书。本书记录了一个不安分的女人一年的生活，她抵制住了逃离自己混乱生活的诱惑，在熟悉的世界中发现新奇，让渺小生活变得伟大。

作者简介：

艾尔莎·罗斯（Ailsa Ross）主要撰写关于人、地点和艺术的文章，为《户外》、《卫报》、BBC、《国家地理旅行者》等供稿，她的作品由剑桥大学出版社联合出版。她还是儿童绘本《骑鲨鱼的女人：其他勇敢女性的故事》（*The Woman Who Rode a Shark: and Other Stories of Daring Women*）的作者。

罗斯在苏格兰北部出生长大，现居加拿大恶地。

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

****

中文书名：《失去埃里卡·琼：一部女儿的回忆录》
英文书名：HOW TO LOSE YOUR MOTHER
作　　者：Molly-Jong Fast
出 版 社：Macmillan
代理公司：UTA/ANA/Jessica
页　　数：256 页
出版时间：2025 年 6 月
代理地区：中国大陆、台湾
审读资料：电子稿
类　　型：传记和回忆录
版权已授：英国、意大利、波兰

内容简介：

代理人推荐语：“莫莉在接纳与愤怒、幽默与真心之间取得了完美的平衡，她不多愁善感，但并非没有爱心，因为她将母亲的痴呆症与她渴望已久的关系联系起来。”

《失去埃里卡·琼》是一本“有趣得让人放松”、“令人难忘”的回忆录，从女儿的角度出发，讲述了颇具影响力的女权主义作家埃里卡·琼（Erica Jong）的故事。出版商说道：“莫莉非常诚实，她探索了自己的生活与母亲的生活在多大程度上紧密纠缠在一起，因为她多年来一直在与生活的起起落落作斗争，因此经常忘记如何陪伴在女儿身边。”

此书的英国编辑评论道：“作为一个非常著名的女人的独生女，莫莉的书将会讲述一些不同的事情——复杂而独特的成长经历，对文学世界和过去的沉迷，但它首先是一个关于一对母女的故事，这段不可避免的复杂关系的特质，以及逐渐走向失去父母的现实。”

作者简介：

莫莉·琼-法斯特（Molly Jong-Fast）是小说家埃里卡·琼（代表作《怕飞》）的女儿，作为一名令人信服的政治评论员、播客主播、作家和多产的推特用户而闻名。

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

****

“当代困顿家庭的桂冠诗人”

贾米·阿滕伯格（Jami Attenberg）

作者简介：

贾米·阿滕伯格（Jami Attenberg）现居新奥尔良，曾为《纽约时报》《纽约客》《华尔街日报》《星期日泰晤士报》《卫报》等媒体撰写美食、旅行、书籍、人际关系和城市生活的相关文章。身为《纽约时报》畅销书作者，贾米现已出版七部小说，包括《米德尔斯坦家族》（*The Middlesteins*）和《无处停歇》（*All Grown Up*），以及最近出版的回忆录《我跋涉千里只为遇见你：写作引领回乡路》（*I Came All This Way to Meet You: Writing Myself Home*），她的著作已被翻译成十六种语言出版。贾米·阿滕伯格也是年度线上写作项目“#1000wordsofsummer”（日书千字）的发起者，该项目将于 2024 年 1 月以书籍形式出版。

主要作品：

长篇小说：

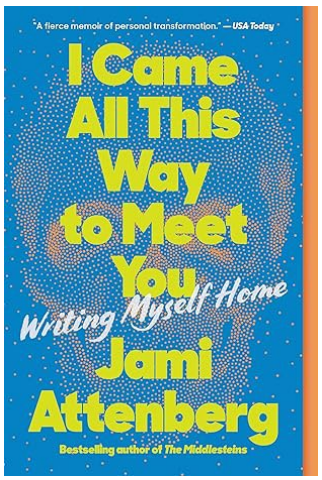
《缘何再相遇》（*A Reason to See You Again*），2024，入选《纽约时报》“九月的 19 本新书”（19 New Books Coming in September）与生活杂志《Real Simple》“2024 年最佳图书（至今）”榜单（Real Simple’s list of Best Books of 2024）

非小说：

《我跋涉千里只为遇见你：写作引领回乡路》（*I Came All This Way to Meet You: Writing Myself Home*），2023

《日书千字：作家全年保持创意、专注和高效的指南》（*1000 Words: A Writer's Guide to Staying Creative, Focused, and Productive All Year Round*），2025

中文书名：《我跋涉千里只为遇见你：写作引领回乡路》
英文书名：I CAME ALL THIS WAY TO MEET YOU: Writing Myself Home
作　　者：Jami Attenberg
出 版 社：Ecco
代理公司：Curtis Brown US /ANA/Jessica
页　　数：272 页
出版时间：2023 年 1 月
代理地区：中国大陆、台湾
审读资料：电子稿
类　　型：传记/回忆录



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　　网址：www.nurnberg.com.cn

内容简介：

这本由《纽约时报》畅销书作家贾米·阿滕伯格（Jami Attenberg）撰写的精彩回忆录讲述了她是如何解锁并拥抱自己的创造力，以及创造力是如何拯救她的生活的。

在这部充满智慧、勇敢和幽默的自我转变回忆录中，被《娱乐周刊》（*Entertainment Weekly*）和《科克斯书评》分别誉为“现代小说大师”和“困顿家庭的桂冠诗人”的贾米·阿滕伯格揭示了自己生命中的某些决定性时刻，正是这些时刻促使她创造出属于自己的生活和声音。献身艺术需要什么？拥有自己的想法意味着什么？对于独自在世界中前行的女性来说，世界又是什么样子的？

身为行走于美国中西部的推销员之女，阿滕伯格从小就被在路上的生活深深吸引。她对日复一日、一成不变的工作感到沮丧，渴望灵感和新鲜的经历，在流浪癖的驱使下，她先是走遍全国，最终环游全球。在这一过程中，她一直在与死亡、超自然和问题作斗争。

正是在这些冒险中，她开始反思自己的早年经历——她的创伤、挑战和风险。在自费的图书宣传之旅中，她孤身穿越美国，有时身无分文，只能在沙发上过夜；她一直在写作，通过为杂志撰写文章、记录创作灵感、磨练自己的技艺来不断成长。作为一名艺术家，她逐渐学会相信自己的直觉，最终相信自己。

《我跋涉千里只为遇见你》探讨了友谊、独立、阶级和动力等主题，是一个鼓舞人心的故事，讲述了个人如何在情感、艺术和肉体层面找到回乡之路；此外，它也是一次对艺术和个性的探讨，对于任何决心倾听自己内心创造召唤的人来说，这本书都能引起共鸣。

媒体评价：

“令人震撼的个人转变回忆录。”
——《今日美国》

“《我跋涉千里只为遇见你》详细讲述了藉由工作和创造性生活寻找自我的过程，以及其中的起起落落——无论是铁粉还是新粉，大家都会对此感到兴奋。”
——《时尚》杂志

“令人惊叹……虽然总是充满生活气息，但这部伟大的作品同样有效地刻画了爱与承诺……在某个时刻，阿滕伯格拿起了帕蒂·史密斯（Patti Smith）的经典之作《只是孩子》（Just Kids），这部备受赞誉的、光芒四射的作品以 20 世纪 70 年代初的纽约为背景，讲述了有关青春和勇气的故事。从那一刻起，你可以感受到阿滕伯格开始加速，向外旋转，进入一种差不多混乱，但同样辉煌的漫游之中，这场漫游同样发生在纽约（她曾在布鲁克林生活多年），但后来又蔓延到了新奥尔良、西西里岛、美国西部的小书店，以及她最引人注目的、在中西部度过的青少年时期。”
——《芝加哥论坛报》（Chicago Tribune）

“阿滕伯格的写作……既包含着敏锐的现实洞察，也闪耀着深深的人文同情……《我跋涉千里只为遇见你》是一本关于作家成长的最佳书籍——易于理解，有趣，富有启发性。这是

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

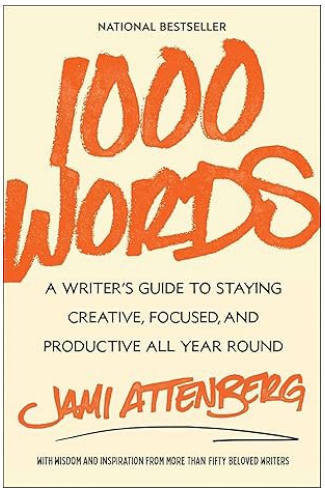
一本关于善良、悲伤、喜悦、宽恕、失败、挑战、错误和希望的书，更是一部对优秀艺术和真挚友谊的美妙颂歌。”
——《波士顿环球报》（Boston Globe）

“阿滕伯格以其小说家的天赋，为这个主题注入了活力。她在书中显露出一种强烈的诚实冲动、一种亲切的古怪声音，以及一种对复杂方式的兴趣，对人们如何在欲望中游走的好奇心……她的声音和她的坦率指引着我们，带领我们穿越迷宫，这迷宫有时会让人感到迷惑，但也能够为我们提供触手可及的满足感。读完全书后，我们手中握着的是承诺的结局，是这本书本身。”
——克雷尔·德雷德勒（《纽约时报书评》编辑选择）

“阿滕伯格愿意面对创造性生活中的脆弱……实在令人惊叹。她对成为作家有着令人耳目一新的坦诚，并且真诚地相信自己内心的真实召唤。”
——《时代周刊》

****

中文书名：《日书千字：作家全年保持创意、专注和高效的指南》
英文书名：1000 WORDS: A Writer's Guide to Staying Creative, Focused, and Productive All Year Round
作　　者：Jami Attenberg
出 版 社：S&S/Simon Element
代理公司：Curtis Brown US /ANA/Jessica
页　　数：272 页
出版时间：2025 年 1 月
代理地区：中国大陆、台湾
审读资料：电子稿
类　　型：阅读与写作



内容简介：

受到贾米·阿滕伯格（Jami Attenberg）颇受欢迎的文学运动“日书千字”（#1000WordsofSummer）的启发，这本被《出版者周刊》誉为“鼓舞人心的手册”的作品汇集了罗克珊·盖伊（Roxane Gay）、劳伦·格罗夫（Lauren Groff）、赛莱斯特·恩格（Celeste Ng）、梅格·沃尔茨（Meg Wolitzer）和卡门·玛丽亚·马查多（Carmen Maria Machado）等知名作家关于创造力、生产力和写作的文章。

2018 年，小说家贾米•阿滕伯格（Jami Attenberg）面临一个迫在眉睫的截止日期，需要写作灵感。她和一位朋友采用“训练营”模式，连续两周每天写作 1000 字。他们将这一做法向阿滕伯格的在线社区开放，很快，成百上千人开始使用#1000WordsofSummer 标签来记录自己的工作，并相互支持。两位朋友之间的简单挑战已经演变成一场文学运动——每天不加评判、无偏见、不担心写作障碍地写 1000 字，看看会发生什么。

作为这场运动的书面延伸，《日书千字》（*1000 Words*）分享了如何保持动力、发现自己的创造力和写作欲望，并且提供了近距离了解自身创作的全新角度。这本书汇集了 50 多位知

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

名作家的建议，其中包括《纽约时报》畅销书作家、普利策奖得主以及文学界的明星。贾米•阿滕伯格在书中向读者分享了自己的智慧，鼓励他们为自己开辟一条常年有效的创作之路，并给出了具体的策略。

《日书千字》内附色彩鲜艳的文字艺术插图，是一本易于理解且激励人心的创作工具书。只需随意翻开一页，便可以快速获得灵感的启发。

媒体评价：

“贾米•阿滕伯格小说（如《无处停歇》、《这一切本可以属于你》等）的粉丝，以及她因疫情而创办的通讯《创作谈》（Craft Talk），都采用了“日书千字”的模式来推进小说和书籍项目。阿滕伯格利用一种让人感觉良好的方法，帮助我们完成了汗流浃背的“创造性”工作。作为项目的衍生物，本书将这一方法的时效从夏天延长至全年，并收录了喜剧演员兼散文家乔希·冈德曼（Josh Gondelman）等作家的建议。实不相瞒，这本书将成为《一只鸟接着一只鸟》（Bird by Bird）的升级版。”
——文学中心（Lit Hub）

“贾米•阿滕伯格（Jami Attenberg）的新写作指南温和、美妙且充满智慧，汇集了劳伦·格罗夫（Lauren Groff）、罗克珊·盖伊（Roxane Gay）、亚历山大·奇（Alexander Chee）等数十位作家的经验与建议……他们是这一领域最杰出的一批文学天才。这本书（以及阿滕伯格本人）真正的成功之处不在于具有启发性的建议，而在于简单而真诚的坚持。”
——《Elle》杂志

“贾米•阿滕伯格本人的文章贯穿全书，她的声音让《日书千字》（1000 Words）更加连贯、更有凝聚力。她的写作建议（或者说鼓励）直接体现在简单的标题中，比如‘何时写个人经历’、‘大声朗读你的作品’和‘给予批评’。她时而像坐在看台上大声叫着你的名字、为你加油的家长，时而又像是站在场边、给予你严厉爱意的足球教练。”
——《约翰斯·霍普金斯杂志》（Johns Hopkins Magazine）

“贾米•阿滕伯格（Jami Attenberg）将她备受欢迎的“日书千字”在线写作活动变成了一本为作家提供建议和灵感的参考书。包括卡门·玛丽亚·马查多（Carmen Maria Machado）、罗克珊·盖伊（Roxane Gay）、劳伦·格罗夫（Lauren Groff）和赛莱斯特·恩格（Celeste Ng）在内，超过 50 位作家在其中贡献了他们的智慧。”
——书虫网（Bookriot）

“《日书千字》将该项目汇集并提炼成一本每个作家都应该随身携带的励志著作。”
——书页网（BookPage），星级书评

“贾米•阿滕伯格提供了一条充满活力、富有氛围感的灵感之河，旨在帮助作家不断创作。”
——《Shelf Awareness》，星级书评

“一本令人惊叹的随笔集……阅读这本书的读者会感觉到，自己正被志同道合的人所包围和鼓舞。”
——《书单》杂志，星级书评

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

“我崇拜贾米•阿滕伯格多年了。现在我是她的超级粉丝。昨晚我本该读工作方面的书，却忍不住开始阅读《日书千字》；今天，我迫不及待地想继续读下去。这本书激发创造、振奋精神、安抚人心、令人鼓舞，可以与安·拉莫特（Anne Lamott）的《一只鸟接着一只鸟》（Bird by Bird）和斯蒂芬·金（Stephen King）的《写作这回事》（On Writing）相媲美，永久占据你的书架。”

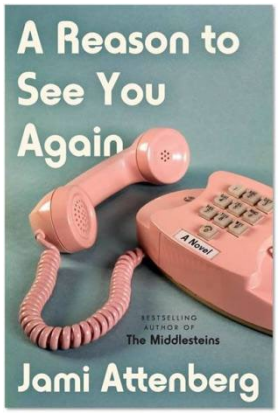
——《Real Simple》杂志编辑克里斯廷·库塞克·路易斯（Kristyn Kusek Lewis），著有《完美幸福》（Perfect Happiness）

“一本鼓舞人心的手册……有抱负的作家会欣赏阿滕伯格的鼓舞人心的话语。”

——《出版者周刊》

****

中文书名：《缘何再相遇》
英文书名：A REASON TO SEE YOU AGAIN
作　　者：Jami Attenberg
出 版 社：Ecco
代理公司：Curtis Brown US/ANA/Jessica
页　　数：240 页
出版时间：2024 年 9 月
代理地区：中国大陆、台湾
审读资料：电子稿
类　　型：文学小说
版权已授：德国



·《纽约时报》“九月的 19 本新书”（*19 New Books Coming in September*）榜单已收录
·生活杂志《Real Simple》“2024 年最佳图书（至今）”榜单（Real Simple’s list of Best Books of 2024）已收录

内容简介：

作为《纽约时报》畅销书作家贾米·阿滕伯格（Jami Attenberg）的重磅新作，《缘何再相遇》这部家庭伦理小说讲述了一位饱受困扰的母亲和她的两个女儿横跨四十年的故事。身处瞬息万变的美国社会，她们一直在寻找真正属于自己的生活。

科恩家族的女人们正深陷危机。自家中的顶梁柱鲁迪·科恩（Rudy Cohen）去世后，这个家庭就失去了主心骨，每个人的生活也因此发生剧变。

小女儿雪莉（Shelly）选择逃往西海岸，一头没入有利可图的新兴科技世界中。在这里，她和自己的花花公子老板陷入了一段复杂而充满戏剧性的关系，并与她最喜欢的同事玛格丽特（Margaret）展开了一段跌宕起伏的友谊之旅；而她的姐姐南希（Nancy）早早便嫁给了一位生活神秘的推销员；她们的母亲弗里达（Frieda）则烂醉如泥地沉沦在迈阿密的一片狼藉中，试图忘记过去，却又深陷泥沼、无法自拔。

尽管人生轨迹不同，但她们却殊途同归，逐渐明白了同一个道理：“逃避并非解脱”，她们必须做出改变一生的决定，这些决定关乎她们一家与她们自身的未来。

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

《缘何再相遇》的故事始于 20 世纪 70 年代，横跨整整四十年，为读者展开了一幅万花筒般的多彩画卷，涉及母亲身份、美国职场、科技行业、自我拯救、创伤传承，以及日新月异的沟通方式等。而其中最重要的或许是：在不确定的时代中，女性如何掌握自己的命运。在本书中，作者贾米·阿滕伯格，这位被《科克斯书评》誉为“困顿家庭的桂冠诗人”的作家，以她独特的活力和同情心，描绘了一个不完美家庭带来的纽带与伤痕，以及爱所能呈现出的各种意想不到的形式。

【多写两句】

家庭陷入功能障碍、生活令人窒息、机会被他人抢占，畸形的爱情、出错的婚姻、心碎的故事——阿滕伯格的新作让我不禁联想《明亮的夜晚》。《缘何再相遇》讲述了三代女性的人生，生活从不一帆风顺，女人们则报之以坚韧。

父亲鲁迪温柔、恭顺，但他不仅是大屠杀幸存者，也是一位没有出柜的男同性恋。母亲弗里达则脾气暴躁，永远在愤怒和酗酒状态来回切换，女儿们则各自陷入生活的泥潭……这是一个母女故事，以及一个人如何在难以置信的逆境中活出自我。这本书读过之后就挥之不去，因为它让我们想起生命中的许多人，他们在各有缺陷的家庭中长大，成为人格独立的、有爱心的人。

从二十世纪七十年代到 2007 年，沉重的故事笼罩在诙谐、幽默的气氛中，这使小说哀而不伤，言语感人而不至于沉重。

媒体评价：

“我非常喜欢同科恩家族的四位女性——弗里达、南希、雪莉和杰丝——度过的这场跨越时光之旅。就像我们所有人一样，她们聪明，却又常常自我折磨；她们彼此深爱，却又常常保持谨慎距离。阿滕伯格的文字犀利而深刻，看到她笔下刻画的女性，以及她们徐徐展开的四十载生活图景，是一种享受。”

——安·纳波利塔诺（Ann Napolitano），著有《你好，美人儿》（Hello Beautiful）和《亲爱的爱德华》（Dear Edward）

“阿滕伯格笔下人物的沉浮起伏无疑引人入胜。”

——《科克斯书评》

“引人入胜、激发共鸣……阿滕伯格擅长为她笔下的角色制造困境，同时又深深爱着她们……读者乐意陪伴这些女性渡过一切苦难。”

——《书单》杂志，星级书评

“父亲去世后，科恩姐妹和她们的母亲似乎失去了方向，朝着截然不同的路口前行。这部跨越 40 年的感人传奇故事探讨了爱能否治愈创伤。”

——《星期六晚邮报》（Saturday Evening Post）

“阿滕伯格的最新作品细腻入微……书中生动地描述了科恩家族的复杂关系，推动了情节发展，刻画了一幅不幸家庭的肖像。”

——《出版者周刊》

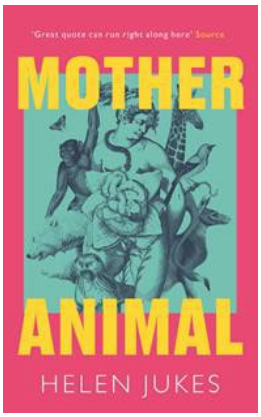
北京市海淀区中关村大街甲 59 号中国人民大学文化大厦 1705 室，邮编：100872
电话：010-82504106　　网址：www.nurnberg.com.cn

“阿滕伯格深知如何展现角色的个性和活力……她笔下的角色可爱，但偶尔也令人火大，而选择和运气的交织则使得故事同现实生活一样‘随机且真实’……这是一部讲述功能失调家庭的佳作。”
——《Shelf Awareness》

“本书包含大幅的时空跳跃与视角转换，中间穿插着点点幽默之光，记录着科恩家族的女性们聚了还散、分了又合的人生经历……阿滕伯格的粉丝们会喜欢这部小说，热爱细腻但畸形的母女关系的读者也会喜欢。”
——《图书馆杂志》

****

中文书名：《名为母亲的动物》
英文书名：MOTHER ANIMAL
作　　者：Helen Jukes
出 版 社：Elliot and Thompson
代理公司：David Higham/ANA/Jessica
字　　数：约 163 页
出版时间：2025 年
代理地区：中国大陆、台湾
审读资料：电子稿
类　　型：传记和回忆录



内容简介：

“人类纪元”中一位母亲的故事，亲密而激进。

海伦·朱克斯（Helen Jukes）怀孕后，她做了每个孕妇都会做的事：向外寻找信息，以帮助理解她体内正在发生的变化。但是，几个月的过去，她的身体变得越来越奇怪，怀孕手册排不用场，甚至她的朋友们——他们都是这种或那种分娩方式的热情支持者——的建议也让她感到压抑。

于是，她扩大了参照范围，将目光投向人类之外，询问其他物种、其他生态环境中的母性是什么样子的。在这个过程中，线虫、北极熊、蜘蛛猴和蜣螂（等等）开始颠覆并扩展她对母性的概念和意义。

她与新生儿一起进入失眠、混乱、亲密的生活时，这些动物故事成为海伦的伙伴和向导——揭示了“自然”母亲形象中固有的欺骗性，并迫使她探索自己的动物性从何开始，又到何处结束。也让她越来越想弄明白，人类工业的产物是如何从一开始就影响着生命的诞生与成长。

这本错综复杂的家庭回忆录中，朱克斯融合了进化生物学、人类生物学、自然写作和自然历史等领域的前沿研究，探讨了一个被忽视的观点，即母亲的身体值得我们观察。朱克斯的发现既令人吃惊，又非常重要。她的各种探索所提出的哲学问题彻底颠覆了关于性别、等级和个人自主权的传统观念。

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

I 围墙
II 出生
III 动物配方
IV 永远哺乳
V 鸟巢
VI 关爱社区

作者简介：

海伦·朱克斯（Helen Jukes）的作品曾经登上*Caught by the River*，*BBC Wildlife*，*Soil Association*，*Resurgence Magazine*等报刊媒体上。2015年，她获得了冰岛Skaftfell艺术家驻留资格（Skaftfell Artists Residency），2016年获得了埃德尔谷文学节作家驻留（Alde Valley Festival）。海伦拥有诺丁汉大学心理学学位，以及伦敦大学金史密斯学院后殖民地研究硕士学位。

海伦现在生活在威河谷地（Wye Valley），并定期为伦敦慈善组织蜂友基金会开始讲座。更多资料请参考作者官方网站 www.helejukes.com。

****

中文书名：《富女国度：让金钱为你效力》
英文书名：RICH GIRL NATION: Make Your Money Work for You
作　　者：Katie Gatti Tassin
出 版 社：Penguin/Portfolio
代理公司：ANA/Jessica
页　　数：272 页
出版时间：2025 年 6 月
代理地区：中国大陆、台湾
审读资料：电子稿
类　　型：金融投资

内容简介：

“Money with Katie”的创始人为世界各地雄心勃勃的女性打造了一本升级版的理财指南，同时也为新的财富运动吹响了集结号。

女性对金钱的体验与男性不同。在美国，男性每持有 1 美元，女性只持有 55 美分；离婚后，女性更有可能陷入贫困；退休时，她们往往无法获得所需资源。面对一个并非为她们设计的体系，女性如何才能累积财富，掌握财务自主权？

凯蒂·加蒂·塔辛（Katie Gatti Tassin）是个人理财博主，也是热门播客“凯蒂理财秀”（*The Money with Katie Show*）的主持人，她深入研究影响女性日常财务体验的广泛社会问题，并分享解决这些问题的实用方案，吸引了众多追随者。在《富女国度》中，塔辛剖析了女性在实

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

现财务自由道路上所面临的六大挑战：

- 通过制造不安全感（然后兜售解决办法）来瞄准女性的消费行业
- 谈判中性别偏见和工资差距的顽固存在
- 因性别刻板印象而长期存在的金融知识差距
- 婚姻中的财务不平等和依赖性
- 高昂的育儿成本迫使许多女性被迫退出职场
- 默认将长期财务规划决策权交由伴侣承担的趋势

塔辛用她标志性的严谨研究和幽默风趣的语言风格，通过核心的智慧理财实践，为每个困境提供了清晰、可行的建议。

通过《富女国度》，你将了解到父权制金融体系背后的真相——以及在我们为更广泛的系统性变革而奋斗的同时，究竟该如何驾驭它。现在是时候让女性团结起来，无畏地追求财务独立，用净资产来证明自己——如此一来，我们不仅能为自己改写游戏规则，还能为后来的女性铺平道路。在这个过程中，我们将见证女性力量的崛起，共同书写属于我们的财富传奇。

营销亮点：

- **来自 Morning Brew 的支持：**Morning Brew 致力于让凯蒂的新书获得成功；他们已书面承诺为新书预购和销售阶段的推广工作提供支持。Morning Brew 拥有 430 万名通讯邮件读者、100 万名播客听众和 220 万名社交媒体粉丝。

- **精准受众定位：**凯蒂对她的关注着做了大量研究。她们是充满野心且博学多才的女性群体，年龄在 25-45 岁之间，平均年收入达到 10 万美元，平均净资产更是高达 13 万美元。这些女性渴望进一步提升自己的理财知识水平。凯蒂将运用她对目标受众的深入了解，制定策略性营销计划，确保书籍直击人心。

- **深度人脉网络：**凯蒂拥有一个强大的“财经影响者”和个人理财专家关系网，随时可调动资源为其背书和支持。她的人脉包括 Vivian Tu 和 Ramit Sethi 等个人理财畅销书作家，Farnoosh Torabi 和 Chelsea Fagan 等有影响力的人物，以及 Sam Dogen 等家庭作者。

- **应运而生的话题：**最近有很多关于女性经济独立的讨论，从居家女友风潮到玛吉·史密斯（Maggie Smith）在 2023 年 12 月发表的《摩登情爱》（*Modern Love*）随笔“永远不要依赖男人的钱”（Never Rely on a Man's Money）。本书正逢其时，旨在加入这场对话，非评判性地强调女性需掌握财务管理知识，保护自身资产。

作者简介：

凯蒂·加蒂·塔辛（Katie Gatti Tassin）是“Money with Katie”播客的主持人，也是同名通讯邮件的作者。她提供新鲜的个人理财建议，以独特的视角解决手头的问题，她随性的方式加上深厚的自学知识，直击那些希望将自己的财务状况提升到一个新水平的追随者。在 2020 年创办“Money with Katie”之前，凯蒂曾在西南航空公司、戴尔公司和 Meta 公司从事专业的市场营销和用户体验设计工作。这是她的第一本书。

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

《富女国度：让金钱为你效力》

引言：邀请函
第 1 章：辣妹的仓鼠轮
第 2 章：关于赚钱的真相
第 3 章：知识就是力量
第 4 章：我愿嫁给你（及你的面包）
第 5 章：每位母亲都是职场妈妈
第 6 章：别耗尽你的资产
第 7 章：富女的生活：整合所有要素
结束语：向朋友发出邀请
致谢
附录
尾注

****

中文书名：《女性力量：美丽地图集》
英文书名：THE POWER OF WOMEN: AN ATLAS OF BEAUTY BOOK
作　　者：Mihaela Noroc
出 版 社：Andrews McMeel Publishing
代理公司：Defiore/ANA/Jessica
页　　数：352 页
出版时间：2025 年 3 月
代理地区：中国大陆、台湾
审读资料：电子稿
类　　型：摄影

内容简介：

来自著名摄影师米哈埃拉·诺罗克（Mihaela Noroc）的《美丽地图集：500 幅肖像中的世界女性》（*The Atlas of Beauty: Women of the World in 500 Portraits*）推出了新作《女性力量：美丽地图集》（*The Power of Women: An Atlas of Beauty Book*）。这是一本令人惊叹的摄影集，汇集了来自全球各地女性的照片、故事以及她们分享的经验与教训。

米哈埃拉·诺罗克的最新摄影作品集《女性力量》展示了充满力量的故事和散文，灵感来源于她在全球拍摄女性时所积累的深刻经历。

作为 2017 年畅销书《美丽地图集：500 幅肖像中的女性力量》（*The Atlas of Beauty: The Power of Women in 500 Portraits*）的后续作品，这本新合集收录了来自日本、印度、秘鲁和美国等约 60 个国家的 500 幅令人惊叹的肖像作品。

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

《女性力量》不仅仅是一本照片集，对于所有希望从米哈埃拉拍摄的女性和米哈埃拉本人身上汲取宝贵经验的人来说，它是灵感和勇气的宝贵源泉。这本摄影集蕴含了关于努力工作、坚韧不拔、生存以及在万事万物中寻找快乐和目标的经验，对于那些寻求自身独特内在力量的人来说，这是一次变革之旅。

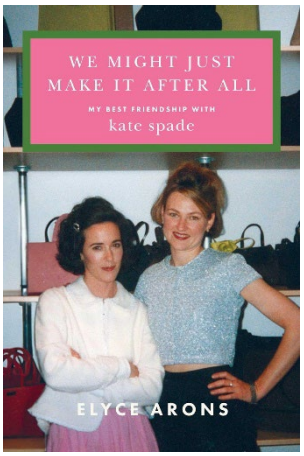
作者简介：

米哈埃拉·诺罗克（Mihaela Noroc）是一名罗马尼亚摄影师，十多年来她一直在世界各地旅行，用相机捕捉世界各地女性独特的美和多样性。她在旅行中创作的第一本书是《美丽地图集：500 幅肖像中的世界女性》。她的作品曾被《时代周刊》《华尔街日报》《福布斯》《魅力》（*Glamour*）和 CNN 等媒体报道。

在游历了 100 多个国家，结识了数千名女性之后，米哈埃拉认为这并不是道路的终点，而仅仅是个开始。她梦想将《美丽地图集》打造成一个终身项目，弘扬人类美好的一面，为建设更美好的世界做出贡献，无论贡献大小。

****

中文书名：《我们也许终将成功：我与凯特·丝蓓的至深友谊》
英文书名：WE MIGHT JUST MAKE IT AFTER ALL: My Best Friendship with Kate Spade
作　　者：Elyce Arons
出 版 社：S&S/Gallery
代理公司：ANA/Jessica
页　　数：272 页
出版时间：2025 年 6 月
代理地区：中国大陆、台湾
审读资料：电子稿
类　　型：传记和回忆录



亚马逊畅销书排名：
#317 in Coping with Suicide Grief
#497 in Fashion (Books)

内容简介：

在《我们也许终将成功》一书中，伊丽丝·阿隆斯（Elyce Arons）讲述了她与凯特·丝蓓（Kate Spade）之间传奇般的友谊和商业合作关系，两人共同创立了价值数十亿美元的时尚帝国，并在 20 世纪 90 年代的纽约共度青春。

“客观地说，除了缺乏资金、对制造业一无所知、没有金融经验以及我尚未了解的成百上千种挑战之外，没有任何理由表明我们不能白手起家创立一家手袋公司。幸运的是，我们当时对所有这些挑战都一无所知。”

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

当伊丽丝·阿隆斯在堪萨斯大学一间狭小的学生宿舍里第一次见到凯蒂·布罗斯纳汉（Katy Brosnahan）时，她完全没有想过这个穿着 Polo 衫的密苏里女孩很快会成为她最好的朋友，并且有朝一日会成为她的商业伙伴，与她共同创立引领时代的凯特·丝蓓公司。那时，凯蒂和伊丽丝还忙于助学金申请、兄弟会派对和《玛丽·泰勒·摩尔秀》（*The Mary Tyler Moore Show*）；十年后，她们在纽约勉强维生，白天辛勤工作，晚上潜心研发即将颠覆配饰行业的全新系列手袋。

在《我们也许终将成功》一书中， 伊丽丝·阿隆斯带领读者穿梭于她与丝蓓跌宕起伏的冒险（及不幸）之中，从一时兴起转学、探索美国西南部、与追求者坠入爱河又失恋、挤在厨房满是垃圾的公寓，到最终设计出全美女性梦寐以求的经典、简约手袋，这对拍档从此在全球声名鹊起。经历了这一切，凯特和伊丽丝的友谊始终牢不可破——距离、男友、生意波折和嫉妒都无法将她们拆散。直到 2018 年凯特自杀身亡，伊丽丝才真正意识到她们之间深厚的友谊，这份由信任、合作、同甘共苦、捧腹大笑，以及无数个深夜畅谈梦想和未来规划构建的情谊。《我们也许终将成功》讲述了一段亲如姐妹的友情、20 世纪 90 年代女性企业家面临的挑战，以及一个划时代品牌的永恒优雅，所有这些都在世纪之交纽约市中心华丽与喧嚣的背景下徐徐展开。

营销亮点：

- **友谊画卷：**一段始于大学的女性友谊，最初在堪萨斯大学，继而在亚利桑那州立大学绽放。二人携手闯入纽约，凭借坚定的决心和拼搏精神，在时尚界找到了工作，最终建立起自己的时尚王国。近四十年的时间里，她们是最亲密的朋友，直到凯特 2018 年的猝然离世。

- **划时代的时尚故事：**1993 年，凯特·丝蓓手袋一经推出便风靡全球。短短两年内，丝蓓赢得了 CFDA 颁发的派瑞·艾力斯新人奖（Perry Ellis Award for New Talent）（之后又在 1996 年和 1998 年赢得两个 CFDA 大奖）。公司的业务扩展到成衣和授权交易，并在国际上引起轰动。1999 年，尼曼（Neiman Marcus）收购该公司，后于 2016 年出售给丽资克莱本（Liz Claiborne）（当时公司估值为 1.34 亿美元），四位创始人财富飙升。十年后，凯特和伊丽丝创立了 Frances Valentine。

- **从悲剧中疗伤：**2018 年凯特·丝蓓自杀的消息轰动世界，所有人都为之震惊。阿隆斯讲述了接到这个令人震惊的自杀电话时的情景，以及之后充满疑问的数年。她首度公开讲述丝蓓与抑郁症的抗争，同时生动描绘了这位充满活力、魅力非凡、创意无限的好友形象。

- **时尚回忆录的力量：**凭借《我们也许终将成功》，阿隆斯将加入众多时尚创新者的行列，他们在重新定义全球风格的同时，也将自己的冒险和失误写入书中。这些作家包括黛安·冯芙丝汀宝（Diane von Furstenberg）（《我想成为的女人》各版本销量超 6.5 万册）、安德烈·里昂·泰利（Andre Leon Talley）（*The Chiffon Trenches* 各版本销量超 6 万册）和格蕾丝·柯丁顿（Grace Coddington）（《格蕾丝传》各版本销量超 6 万册）。

- **个人营销机器：**阿隆斯已经得到了波姬·小丝（Brooke Shields）、艾米·塞德丽丝（Amy Sedaris）、萨凡纳·古斯瑞（Savannah Guthrie）、格雷登·卡特（Graydon Carter）和芭比·波朗（Bobbi Brown）等业界影响力人物的支持和赞誉，她把这些人都视为朋友。除了通

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

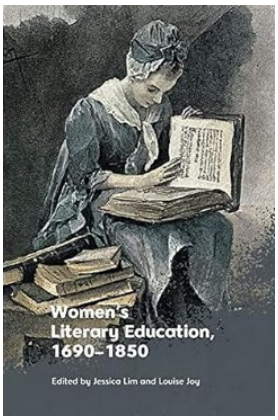
过社交媒体和个人口碑推广外，媒体也必将关注这本书，因为它是关于极具影响力的凯特·丝蓓公司的第一本权威故事，重塑了我们所熟知的配饰和时尚产业格局。阿隆斯之前曾登上《早安美国》和《今日美国》节目，并出现在《人物》（*People*）杂志、《WWD》、《New York Magazine》和其他出版物上，她将利用这些关系进行宣传。

作者简介：

伊丽丝·阿隆斯（Elyce Arons）是凯特·丝蓓（Kate Spade）的联合创始人，也是 Frances Valentine 的联合创始人兼首席执行官。阿隆斯的职业生涯始于宣传和市场营销，之后与凯特、凯特的丈夫安迪（Andy），以及帕梅拉·贝尔（Pamela Bell）一起，在纽约市中心的一间公寓里创办了市值数十亿美元的凯特·丝蓓手袋公司。阿隆斯来自美国中西部，现在与丈夫和三个女儿住在纽约。

****

中文书名：《1690 年到 1850 年女性文学教育》
英文书名：*Women's Literary Education, 1690 - 1850*
作　　者：Louise Joy and Jessica Lim (Editor)
出 版 社：Edinburgh University Press
代理公司：ANA/Jessica Wu
页　　数：352 页
出版时间：2024 年 11 月
代理地区：中国大陆、台湾
审读资料：电子稿
类　　型：文学研究



内容简介：

本书中的文章揭示了在整个十八世纪，女性文学作家以复杂、多样、时而矛盾但常常重要的方式审视并推动教育哲学和实践的发展，时间跨度从十七世纪的最后十年延续到十九世纪的上半叶。该文集阐明了十八世纪的教育话语对女性写作的意义，以及女性作家如何塑造十八世纪的教育话语，突出女性作家在通过文学形式进行的教育辩论中的影响。本书厘清清晰的女性教育文学传统，并将女性作家重新置于历史舞台的中心，加入了现有的学术成果，纠正固有的将女性对教育思想史贡献边缘化的批评倾向。

作者简介：

路易丝·乔伊（Louise Joy）是剑桥大学霍默顿学院的研究员、英语专业课程主任及学院副教授，并担任该学院副院长。她著有《十八世纪的文学情感》（Palgrave Macmillan, 2020 年）和《文学的孩子们：批判性儿童与理想化艺术》（Bloomsbury, 2019 年），并共同编辑了《儿童诗歌的美学：英语儿童诗研究》（Routledge, 2018 年）和《诗歌与童年》（Trentham Press, 2010 年）。

杰西卡·里姆（Jessica Lim）在剑桥大学教授英国文学，并担任露西·卡文迪什学院的英语课程主任。她的研究重点是十八世纪和十九世纪的女性写作和儿童文学，尤其关注文

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

学对神学和教育问题的探索。她的文章曾发表于《十八世纪研究杂志》、《查尔斯·兰姆公告》、《笔记与查询》以及《牛津英语研究》。

全书目录：

参与者简介
导论
作者简介

第一部分 塑造形式
1. 重要的家庭对话：安娜·莱蒂西亚·巴博尔德、萨拉·特里默和艾伦诺·芬（杰西卡·里姆）
2. 阅读十八世纪儿童诗歌（菲丽西蒂·詹姆斯）
3. 女性撰写的地理学文本（1790-1830）（米歇尔·科恩）
4. “接下来是什么”：玛丽亚·埃奇沃斯为大龄儿童写作的作品（艾琳·道格拉斯）

第二部分 承认过去
5. 欲望与表演伪装：莱蒂蒂亚·伊丽莎白·兰登和伊丽莎白·芭蕾特·布朗宁的古典翻译作品（詹妮弗·华莱士）
6. “智慧在于知识的正确使用”：玛丽亚·哈克《希腊故事》中作为贵格派教育象征的苏格拉底 （瑞秋·布莱恩特·戴维斯）
7. 蓝袜子的书信教育：伊丽莎白·卡特与凯瑟琳·塔尔博特（杰克·奥查德）

第三部分 回应当下
8. 笑着学习：莎拉·菲尔丁的人生课程（丽贝卡·安妮·巴尔）
9. 情绪调节：简·奥斯汀、简·韦斯特与玛丽·布朗顿（凯蒂·霍尔西与詹妮弗·罗伯逊）
10. 两部反雅各宾小说中呈现的女性教育：莫尔的《寻找妻子的塞莱布斯》（1809）与霍金斯的《罗珊娜：或，父亲的劳苦徒劳》（1814）（劳拉·怀特）

第四部分 塑造未来
11. 教育作为（宇宙）政治：在玛丽·沃斯通克拉夫特的教育作品中培养仁爱（劳拉·柯克利）
12. “想象的敌人？”：重新想象莎拉·特里默及其《奇妙的历史》（乔纳森·帕德利）
13. 文学生活：一段跨大西洋的活力故事，激发好奇心和感情（莉萨·保罗）

索引

媒体评价：

“这本丰富的文集体现了 1690 年至 1850 年间女性创作的教育文学领域中实验精神与温柔关怀的创造性融合。通过文学印刷形式进行的教育促进了成人与儿童之间的想象性合作。当女性被赋予教育责任或主动承担教育时，她们也对所学习的女性气质进行了复杂化处理。各种体裁和观点在本书中得以焕发新的光彩。”
—— 罗丝·巴拉斯特，牛津大学曼斯菲尔德学院

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 网址：www.nurnberg.com.cn

****

中文书名：《你渴望登顶吗？关于改造、操纵和未成为全美超模大赛冠军的回忆录》
英文书名：YOU WANNA BE ON TOP?: A Memoir of Makeovers, Manipulation, and Not Becoming America's Next Top Model
作　　者：Sarah Hartshorne
出 版 社：Crown
代理公司：ANA/Jessica
页　　数：240 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：传记和回忆录

内容简介：

在这本辛辣而坦率的回忆录中，深受粉丝喜爱的《全美超模大赛》（*America's Next Top Model*）选手揭开了这档标志性但却漏洞百出的真人秀节目的神秘面纱，揭示了镜头之外的操纵和混乱。

泰拉·班克斯（Tyra Banks）的《全美超模大赛》播出 15 年来，已成为一种文化现象，最高峰时观众人数超过 600 万。这个节目不仅捕捉到了上世纪初的一切美好，同时也展现了那个时代完全不可接受的一面——从那些既华丽又时常饱受争议的棚拍照片，到评委们过时的观点。如今再回顾《全美超模大赛》，我们几乎无法想象现在还能播出这样一档节目；随着粉丝们的成长，他们也开始重新审视这档节目对自己身体形象和自尊心产生的影响。

莎拉·哈特肖恩（Sarah Hartshorne）怎么也不会想到，她的第一次模特生涯，竟会以被蒙上眼睛乘坐包租巴士的方式开始，穿越波多黎各蜿蜒的道路，前往一艘游轮。在本书中，这位第九季唯一的“大码”选手将带我们走进无情的千人试镜队伍，走进女孩们无法享受的迷宫般的游轮，当然还有布满隐藏摄像机的洛杉矶房间。随着这一季的展开，制作人对她体重以及她对其他女孩看法的采访问题变得愈发尖锐，哈特肖恩揭露了拍摄所谓“真人秀”时所采用的破坏和谐的手法。

哈特肖恩通过自己的经历以及对其他选手和制作人员的采访，回答了你一直想问的问题：为什么房间里没有微波炉或洗碗机？为什么在淘汰环节录制过程中女孩们会频繁晕倒？哪位评委私下最刻薄？为什么女孩们最有意义的对话总是在衣橱里进行？（答案是：那里是唯一一个摄像团队挤不进去的地方）。

哈特肖恩以犀利的幽默感和清醒的诚实，毫不留情地剖析了这档标志性节目，拒绝美化任何事实。

《你渴望登顶吗？》是一本回忆录，它抓住你的手，把你一头拉进扭曲审美标准和真人秀操纵的无底洞。在这段令人匪夷所思、令人疯狂的旅程中，莎拉揭示了制作人们如何让女孩们相互对立，迫使她们忍受非人的工作条件，以及最终，这些女孩如何在一个个短暂的瞬

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

间里找到了同伴间的真挚友谊——无论是与发型师和化妆师相处的时光，还是躲藏在摄像机拍摄不到的衣橱里。当莎拉被淘汰时，她伤心欲绝，但在几周以来第一次睡了个安稳觉后，她觉得自己得到了解脱。

通过对其他前参赛者、工作人员甚至执行制片人的采访，莎拉拼凑起这段痛苦经历，旨在揭示制作“优质”电视节目过程中存在的病态权力关系，以及这对大众身体形象造成的伤害。而在讲述这段故事时，她巧妙地融合了恐怖、幽默与情感，希望能够迈出纠正这一切的第一步。

营销亮点：

- **数千粉丝关注《全美超模大赛》：**2020 年，哈特肖恩开始在 TikTok 上分享她的参赛经历，这些视频跨越 X 世代、千禧一代至 Z 世代，浏览量达到数百万。同年《全美超模大赛》开始在 Netflix 上线，让新一代观众发现这一节目，同时老一辈观众则开始反思该节目对他们心理和自尊的影响。哈特肖恩目前在 TikTok 上有 12.2 万粉丝，在 Instagram 上有 1.1 万粉丝，在 Threads 上有 8 千粉丝。TikTok 上的热门话题包括#antm、#americasnexttopmodel 和#topmodel。Reddit 的 r/antm 是该网站热度排名前 3%的子论坛，每天都有用户在此发帖讨论。

- **独家采访：**除了分享个人的经历外，哈特肖恩还采访了本季和其他赛季的前选手、工作人员甚至执行制片人，他们都提供了许多内幕消息和秘闻。

- **幽默与真情：**作为一名喜剧演员，哈特肖恩将自嘲式的幽默融入到她的文字中。她以风趣的笔触剖析这个高压环境下的种种创伤和让人难以移开视线的故事。就像詹妮特·麦柯迪（Jeannette McCurdy）的《我妈走后，我终于成了一个正常人》（*I'm Glad My Mom Died*）一样，本书将满足读者对辛辣但不失分寸揭秘故事的期待，既能带来愉悦，又能引发严肃的文化思考。

作者简介：

莎拉·哈特肖恩（Sarah Hartshorne）是一位作家、喜剧演员和内容创作者。她是《全美超模大赛》（*America's Next Top Model*）第九季的“大码”选手。节目结束后，她在世界各地为《Glamour》、《Vogue》、斯凯奇（Skechers）等客户担任模特。她曾为《卫报》（*The Guardian*）、《Gawker》和《Teen Vogue》撰文，讲述她在大码模特、旅行和身体形象方面的经历。她与丈夫和女儿住在纽约。

获取更多“女性话题”类书讯，请登录网站：

http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category_id=1154

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

欢迎登录安德鲁北京网站，浏览更多书讯：

网址：www.nurnberg.com.cn

热点分类

大众社科：http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category_id=68
大众文化：http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category_id=1114
大众心理：http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category_id=1113
大众哲学：http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category_id=1115
经　　管：http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category_id=66
女性励志：http://nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category_id=1154
职场励志：http://nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category_id=1153
心灵励志：http://nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category_id=67
科　　普：http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category_id=72
自然写作：http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category_id=1149
保　　健：http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category_id=73
家教育儿：http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category_id=71
餐饮文化：http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category_id=1140
城市文化：http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category_id=1139
生命教育：http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category_id=1150
自然常识：http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category_id=1128
非 小 说：http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category_id=69
传记回忆录：http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category_id=70
阅读与写作：http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx?category_id=1127

欢迎关注安德鲁北京书讯发布平台

第一，安德鲁分类书讯邮件群发

1.我们将按照编辑感兴趣的图书类型添加到安德鲁书讯邮件群发
2.建议用工作邮箱或专门设置一个接受书讯的公共邮箱
3.请不要用 126 或 163 的免费的公共邮箱接受书讯，会被服务器作为垃圾邮箱拦截

第二，安德鲁微信群

1.“安德鲁新书速递”---发布知识类非虚构书讯
2.“安德鲁的故事”-----发布小说和非虚构故事书讯
4.“安德鲁童书快讯”---发布 3-14 岁童书书讯
5.“安德鲁绘本世界”---发布儿童绘本书讯
6. 与贵社建立一个书讯微信群，随时推送贵社需要的图书信息

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　　网址：www.nurnberg.com.cn

第三， 安德鲁北京中文网站：www.nurnberg.com.cn

第四， 安德鲁北京微信订阅号：“安德鲁·纳伯格联合国际有限公司北京代表处”

第五， 安德鲁豆瓣小站：英国安德鲁·纳伯格联合国际有限公司的小站 (douban.com)

第六， 安德鲁新浪微博“安德鲁纳伯格公司”：安德鲁纳伯格公司的微博_微博 (weibo.com)

第七， **B 站**“安德鲁读书”：https://www.bilibili.com

第八， **抖音号：**“安德鲁读书”

第九，小红书号：“安德鲁读书”

第十，**欢迎随时交流选题需求，为您定制所需图书信息。**

感谢阅读！

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 网址：www.nurnberg.com.cn