**新 书 推 荐**

**中文书名：《宁静心灵：珠峰雪崩与赤足跑的发现》**

**英文书名：OUT OF MIND: Everest Avalanche and Barefoot Running Discovery**

**作 者：Joe French**

**出 版 社：Vertebrate**

**代理公司：A.M. Health/ANA/Conor**

**页 数：224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**

**内容简介：**

2015年，登山者和纪录片制作人乔·弗伦克（Joe French）即将实现毕生的梦想——攀登珠峰并录下影像。然而悲剧来袭，乔发现自己就身处震中，而这场地震夺去了近9000人的生命。仅仅在几年前，他的夏尔巴人团队葬身于另一场雪崩中，而不久之后，他的妻子朱莉被诊断出癌症。

创伤不断积累，最终造成伤害：受创伤后应激障碍的影响，乔被他目睹过的恐怖经历所笼罩，陷入心灵的泥潭。为了尝试找到解决方法，他转向自己务必热爱的户外运动。赤足跑过森林与峡谷，乔找到了重获心灵健康平静的方法。

**作者简介：**

**乔·弗伦克（Joe French）**出生于1978年，在谢菲尔德长大。十年世界旅行后引领他来到了苏格兰高地，也是他现居住的地方。乔自学成才成为登山摄影师，在本尼维斯岛拍摄了影片并由此开启了成功的电视行业生涯。他很快成为全球各地高规格制作的自拍制片人/导演，参与了欧内斯特-沙克尔顿爵士在南极洲的史诗般生存之旅的重现，还有在埃弗勒斯山顶进行翼装飞行的首次尝试。他曾为第四频道，BBC以及探索频道工作。他是登山者，音乐家，赤足跑者，也是洛恰伯山地救援队的成员。他与朱莉·弗伦克结婚并育有两个孩子：伊莫金和杰迈玛。

**媒体评价：**

“对于外部和内部世界，以及它们之间碰撞的描述，令人战栗且无比真诚。这本书将读者带到珠峰剧场中，体验攀登的无畏、勇气与悲剧。”

——杰伊·格里菲思

“悲剧性地，令人无法拒绝的极强的可读性。它打乱了我的计划，让我度过了一个惊心动魄的夜晚。弗伦克勇猛又谦逊。这不仅仅是大胆的行为（市场上有很多这样的作品），而是对我们是什么样的生物以及我们应该如何生活的深刻反思，充满智慧，令人感动。”

——布莱恩·哈尔

**感谢您的阅读！**

**请将反馈信息发至：版权负责人**

**Email**：**Rights@nurnberg.com.cn**

安德鲁·纳伯格联合国际有限公司北京代表处

北京市海淀区中关村大街甲59号中国人民大学文化大厦1705室, 邮编：100872

电话：010-82504106, 传真：010-82504200

公司网址：[http://www.nurnberg.com.cn](http://www.nurnberg.com.cn/)

书目下载：<http://www.nurnberg.com.cn/booklist_zh/list.aspx>

书讯浏览：<http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx>

视频推荐：<http://www.nurnberg.com.cn/video/video.aspx>

豆瓣小站：<http://site.douban.com/110577/>

新浪微博：[安德鲁纳伯格公司的微博\_微博 (weibo.com)](https://weibo.com/1877653117/profile?topnav=1&wvr=6)

微信订阅号：ANABJ2002

