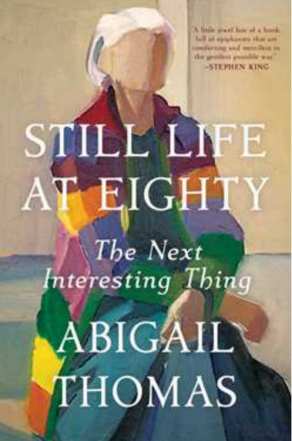
**新 书 推 荐**



**中文书名：《八十静好：发现生活的下一件趣事》**

**英文书名：STILL LIFE AT EIGHTY：The Next Interesting Thing**

**作 者：Abigail Thomas**

**出 版 社：S&S/Scribner**

**代理公司：ANA/Jessica**

**页 数：240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：传记回忆录**

**内容简介：**

**“回忆录界的艾米莉·狄金森。” —— 斯蒂芬·金（Stephen King）**

有时，恐惧会降临，像影子一样占据她的身体，而她唯一能做的就是写下来，专注于那些吸引她目光、萦绕她脑海的事物。无论是什么，只要能让她活在当下。

**拉把椅子，泡杯茶，走进阿比盖尔·托马斯有趣、迷人、慷慨的世界。**

在这部由碎片化回忆录构成的晚年独白中，畅销书作家阿比盖尔·托马斯以标志性的幽默与智慧探讨衰老命题。她以妙趣横生的论证颠覆年龄焦虑，还毫无保留地分享了众多实用且发人深省的写作技巧。在托马斯眼中，暮年远比青春从容，每个褶皱都暗藏惊喜。

临近 80 岁生日，阿比盖尔步入了她所认知的老年阶段。与大众想象中老年人失落、孤寂的生活不同，她以一种豁达、欣然的姿态接纳了如今这份比往昔更为宁静的新生活。如今的她，不再开车风驰电掣，也不再于舞池中翩翩起舞。多数时候，她惬意地坐在洒满阳光角落的舒适椅子上，身旁有三只狗狗如忠诚卫士般相伴。这三只狗狗，宛如她生活中的灵动音符，为平淡日子增添生机；鲜活的记忆，似一部部精彩的老电影，在她心间不断放映；窗外那些飞鸟和小动物，更是大自然馈赠的珍贵礼物，成为她日常观察与遐想的对象。或许在旁人眼中，这样的生活平淡如水，毫无波澜，可阿比盖尔这位备受喜爱的作家，却拥有一双能在平凡中发现非凡的慧眼，从这些看似微不足道的日常点滴里发掘出无尽的精彩，恰似在沙砾中找寻到璀璨的珍珠。

回忆如五彩纸屑般纷至沓来，时间在她笔下仿佛拥有了生命，时而飞驰向前，带着对未来的期许与好奇；时而循环往复，让她仿佛又回到了二十多岁的青春岁月。那时的她，身处华盛顿广场公园，与友人饮酒作乐，笑声在空气中回荡；与陌生人约会，在爱情的迷宫中进进出出，每一次心动与失落都刻骨铭心，心中还满心憧憬着一个更美好的世界，眼中闪烁着对未来的无限希望。

然而，生活并非总是阳光明媚，有时，恐惧也会如幽灵般悄然袭来，如影随形地占据她的身心。在那些艰难时刻，阿比盖尔找到了属于自己的 “秘密武器”—— 写作。她通过写作将恐惧驱散，专注于那些吸引她目光、萦绕在她脑海中的事物。无论是一片飘落的树叶，还是一只飞过的小鸟，任何能让她活在当下的事物，都成为了她心灵的寄托，支撑着她走过人生的低谷。就像罗曼・罗兰所说：“世上只有一种英雄主义，就是在认清生活的真相后依然热爱生活。” 阿比盖尔正是这样的英雄，用文字对抗恐惧，拥抱生活。

这部作品犹如冬日围炉夜话，邀您品着热茶，走进托马斯狡黠迷人的精神世界，见证时光如何将破碎往事淬炼成智慧结晶：

* 衰老的诙谐启示录：在托马斯眼中，暮年远比青春从容，每个褶皱都暗藏惊喜。
* 作为闪念回忆录的先驱，深受作家们喜爱：自 2000 年起，阿比就开始发表源自她生活的短小精悍、震撼人心、妙趣横生且富有诗意的生活片段。其凝练诗意的文字俘获了安・帕切特（Ann Patchett）、安妮・拉莫特（Anne Lamott）、伊丽莎白・吉尔伯特（Elizabeth Gilbert）等众多知名作家的推崇
* 对于爱狗和爱书之人而言：阿比的兴趣始终坚定不移。正如她所说：“在我生命的大部分时间里，一直有两样东西相伴——子女、写作。还有偶现的情人，以及永不缺席的忠实犬伴

**作者简介：**

**阿比盖尔· 托马斯（Abigail Thomas）**是著名科学作家刘易斯・托马斯**Lewis Thomas**（著有*The Lives of a Cell*）的女儿，她被斯蒂芬・金（Stephen King）誉为 “回忆录作家中的艾米莉・狄金森”。

她的回忆录《三只狗的生活》（*A Three Dog Life*）被《洛杉矶时报》和《华盛顿邮报》评为 2006 年度最佳图书之一，并荣获 2006 年 “让生活更美好的书籍” 颁发的励志回忆录奖。如今已是十二名孙辈的祖母。阿比盖尔与她的狗狗们一同生活在纽约州的伍德斯托克。

**媒体评价：**

“阿比盖尔・托马斯是回忆录作家中的艾米莉・狄金森，这本书的诸多智慧蕴含在字里行间和留白之处。你或许只需两天就能读完，但它的影响将长久地陪伴着你。阿比盖尔・托马斯赋予记忆鲜活的生命力。”

—— 斯蒂芬・金

“文笔优美、诙谐、坚韧。她不再年轻的身体或许不再那么灵活，但她笔下的主题与语句却能轻松自如地跳跃、翻腾。”—— 莫琳・科里根，《清新空气》（Fresh Air）节目

“率性不羁、充满智慧且无比豁达。”—— 伊莉莎・沙佩尔，《名利场》（*Vanity Fair*）

“我希望能像阿比盖尔・托马斯那样优雅、风趣、幽默又真诚地老去，身边有狗狗和挚友相伴。”—— 劳里・赫策尔，《明尼阿波利斯明星论坛报》（ Minneapolis Star Tribune）

“无论阿比盖尔・托马斯踏上怎样的旅程，我都会追随。这位大师每出新书，都值得庆祝，因为我立刻就知道，自己即将在写作艺术和生活艺术两方面学到重要的东西。我读她的书，就像赴一场盛宴，离开时满心满足，深受触动。”

—— 伊丽莎白・吉尔伯特

“这或许是我读过最坦诚的书，出自一位我所认识的最出色的作家之手 —— 无比真实，常常妙趣横生，富有诗意，充满智慧。”

—— 安妮・拉莫特

能有一本回忆录如此毫无保留地讲述衰老的真相：它的恐惧与珍贵之处、它的难堪与神秘之处，实在是极为罕见。除了阿比盖尔・托马斯，还有谁能揭开这层面纱，向我们展示她在八十岁的人生中是如何前行的呢。此刻，她静静地坐在椅子上，仿佛航行在一条双向流淌的河流上，顺着记忆的潮水缓缓回溯过往，又飞速地朝着开阔的海洋奔涌向前。有时，因为朋友、因为狗狗、因为孩子和家，因为写作和紫藤藤蔓，时间静止了，生活依旧是生活，阿比盖尔还是阿比盖尔，而我们又一次能与她一同惊叹、一同思索，与她一起欢笑、哭泣和愤怒。  
 —— 伊丽莎白・莱瑟，《卡珊德拉的言说》（*Cassandra Speaks*）作者

**图书目录：**

引言 ​

第一部分：就这样老了

第二部分：居家令

第三部分：紫藤

第四部分：关于写作的几点思考

致谢

**感谢您的阅读！**

**请将反馈信息发至：版权负责人**

**Email**：**[Rights@nurnberg.com.cn](mailto:Rights@nurnberg.com.cn)**

安德鲁·纳伯格联合国际有限公司北京代表处

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

电话：010-82504106, 传真：010-82504200

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

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

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

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

豆瓣小站：<http://site.douban.com/110577/>

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

微信订阅号：ANABJ2002

