**新 书 推 荐**



**中文书名：《无罪之后：从冤狱到心灵自由的追寻》**

**英文书名：*Free: My Search for Meaning***

**作 者：Amanda Knox**

**出 版 社：Headline**

**代理公司：WME/ANA/Jessica**

**出版时间：2025年3月**

**代理地区：中国大陆、台湾**

**页 数：304页**

**审读资料：电子稿**

**类 型：传记回忆录**

**内容简介：**



尽管我曾一度感觉自己被生命中最糟糕的事情所定义，但我也一直在积极努力地重新找回自我，去做真正符合我本性的事情，而不只是被动应对那些加诸在我身上的指控和不幸。我在重获自由后，花了十年时间才真正感受到自由的滋味。这本书讲述的是我走到今天的个人成长历程，以及在这个过程中我历经艰辛所获得的智慧。

阿曼达·诺克斯（Amanda Knox）回顾了她在意大利监狱中那段举世闻名的囚禁时光，以及她回归 “平凡” 生活的经历，以此揭示了关于人生目标和成就感的宝贵真理，这些真理会引起每一个曾在自身处境中感到困厄之人的共鸣。

阿曼达·诺克斯因一起她并未犯下的谋杀案，在监狱中度过了近四年时光，并经历了长达八年的审判——在此过程中，她成为了小报上恶名昭著的话题人物。尽管最终她被无罪释放，但她却花了十多年时间才重新找回自我，真正感受到自由。

《无罪之后》（*Free*）一书讲述了诺克斯是如何在监禁中挺过来的，她在重新融入社会过程中所犯的错误和遭遇的不幸，最终以她重返意大利的故事作为高潮，以及她与那个曾将她送进监狱的人建立起的一段非同寻常的关系，而这段故事此前从未被公开过。这是一个感人至深的传奇故事，讲述了她如何从声名狼藉的过往中夺回自己的生活，回归到正常生活中那些平凡琐事——寻找人生伴侣、找一份工作，甚至只是坦然地出现在公众场合。

阿曼达以扣人心弦（有时甚至颇为诙谐）的细节，展现了她的个人成长以及历经磨难所获得的智慧，将她在公众面前的艰难处境重新诠释为对人生意义和目标的个人反思，而这也将触动每一个曾在困境中坚持下来的人。

**书籍目录：**

- 前言

- 如何弹奏纸钢琴

- 幽闭恐惧症

- 着魔

- 生而有意义（Ikigai）

- Tutto Fa Brodo（意大利语，字面意为“一切皆可成汤”，可意译为“一切皆有价值”之类）

- 欲望

- Amicus Fidelis Protectio Fortis（拉丁语，意为“忠诚的朋友，强有力的保护者”）

- 隧道

- 挂毯

- 自由（Libertà）

- 刚刚好与完全不

- 自助

- 公共财产

- 防御策略

- 干脆别管它

- 掩体

- 被骗前科犯

- 并不孤单

- 我们知道

- 声名狼藉的姐妹情谊

- 只是阿曼达

- 向下打压

- 喜悦

- 地狱（Inferno）

- 唯一的出路就是穿越

- In Bocca al Lupo（意大利语，意为“祝你好运”）

- 勇气（Coraggio）

- 炼狱（Purgatorio）

- 亲爱的朱利亚诺

- 新生活

- Una Vita in Gioco（意大利语，意为“一场冒险的人生”）

- 鲁迪重获自由

- 一个不确定的奇迹

- 生活并不公平

- 天堂（Paradiso）

- 先发制人的了结

- 归家

- 面对面（Faccia a Faccia）

- 被推迟的梦想

- 祝福

- 事情的另一面

- 自由的艺术

- 祈福

- 致谢

**作者简介：**

**阿曼达·诺克斯（Amanda Knox）**是一名曾被错判后又无罪释放的人、记者、公众演说家，她著有《纽约时报》畅销回忆录《等待倾听》（*Waiting to Be Heard*），并与她的伴侣克里斯托弗·罗宾逊（Christopher Robinson）共同主持播客节目《迷宫》（*Labyrinths*）。在2007年至2015年间，她因一起并未犯下的谋杀案，在意大利的监狱中度过了近四年时光，还经历了长达八年的审判。自那以后，她成为了刑事司法改革和媒体伦理的倡导者。她的作品曾发表在《大西洋月刊》（*The Atlantic*）、《时代》杂志（*TIME Magazine*）、《洛杉矶时报》（*the Los Angeles Times*）以及许多其他刊物上。她是“清白中心”（Innocence Center）的董事会成员，同时也是“清白网络”（Innocence Network）的形象大使。

**媒体评价：**

“这是一部引人入胜的作品，讲述了在举世闻名的恶名之后如何重新找回自我身份，并寻得内心的平静。”

——《柯克斯书评》（*Kirkus Reviews*）

“诺克斯是一位极具感染力的作家，她以直白而清晰的笔触描绘了自己在精神和情感上的起伏变化…… 坦率真诚、扣人心弦且极具说服力。”

—— 凯瑟琳・麦克布鲁姆（Kathleen McBroom），《书单》（*Booklist*）

**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

