**新 书 推 荐**

****

**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。

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

“《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

**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

