

# 你最珍贵



[你最珍贵\\_下载链接1](#)

著者:张际星

出版者:湖南文艺出版社

出版时间:2014-11-1

装帧:平装

isbn:9787540469092

“我能够准确地告诉你做出一份上好美味的意大利面需要7个步骤，但是谁能告诉我忘记一个人到底需要几个步骤？”

那些爱与痛的记忆，和当时的情景交织在一起，成为此生最难以忘怀的味道：酸的，痛的，甜的，暖的，苦的，害怕的，渴望的，珍惜的，不舍的……

从惠灵顿中餐厅的服务生到米其林三星餐厅的品牌公关顾问，从北半球到南半球，从两个人的甜蜜到一个人的孤单，收获越多，放弃越多，失去越多……曾经的梦想只是想要和一个人终老，却发现走遍世界，再也回不到你身边。

只有在尝尽世间美食，行走完足够远的路程之后才发现，那个脱胎换骨的自己，正是岁月给予你最珍贵的礼物。

作者介绍：

张际星，Jessie，从文艺吃货到顶级餐饮品牌公关顾问，餐厅狂热分子，美食旅行撰稿人。少时远走新西兰，始终心系故乡。此生注定与美食结缘，食酿幸福，食亦偶含感伤。曾入围CCTV财经频道《味觉大战》2013年度全国12强；担任BTV生活频道、旅游卫视、中央人民广播电台FM101.8等多档美食类节目嘉宾。

目录: Part 1：我们在哪里走散了

被时间稀释的幸福

只是想要和一人终老

感情也会感冒发烧

一边失去一边寻找

有一种喜悦叫战战兢兢

Part 2：成全了自己的碧海蓝天

为一碗简单的温暖红了眼眶

从假装单身到再见自由

越投入越孤独

你们是我身边不变的风景

只有最好的记忆，没有最好的爱情

Part 3：继续走，终会遇见

我走遍世界，却再也回不到你身边

离你最近的地方，路途最遥远

不要急，等风来

在世界的顶端，放下自己

又悲伤又美好

Part 4：遇见梦想中的自己

最好的开始

旅行是另一场人生

爱自己是终身浪漫的开始

当我途经美丽

一场巴黎好梦

后记：一杯咖啡，陪你一段时光

· · · · · (收起)

[你最珍贵](#) [下载链接1](#)

标签

美食

你最珍贵

旅行

自我成长

爱情

青春

温暖

挺有意思

评论

卧槽我真不知道这么装逼作死的书怎么这么高分。

---

很是喜欢美食和旅行的书啊~

---

我们都需要有勇气穿越迷幻的外表，诚实面对自己的内心～  
里面的美食制作，可以尝试哦～

---

从惠灵顿中餐厅的服务生到米其林三星餐厅的品牌公关顾问，从北半球到南半球，从两个人的甜蜜到一个人的孤单，收获越多，放弃越多，失去越多……曾经的梦想只是想要和一个人终老，却发现走遍世界，再也回不到你身边。

其实这本书真不值这分数，感觉确实有点装~作~幸福是自己把握了，悲伤抑郁也是自己找来的，高逼格的生活无法邂逅平凡生活里的小确幸，为书中女主感到悲哀

你若努力活得丰盛美好，便永远不会淹没在人群中。

好无聊( ·\_· )

别的知道了 只知道当时看完感觉再也不想看这本书了  
我还去书店买了！！！！？？？脑子瓦特了

粉蓝搭配的封面让你第一眼看到它时，就能感受到它的温暖气息和女生特有的浪漫，柔软。

等你翻开，慢慢看去，循着主人公离婚后的心路历程，你会知道30岁时，你依然需要好好和自己谈话，需要成长。另外，你还会了解到一些西餐方面的常识，比如，米其林其实是《米其林指南》的简称，所谓的米其林三星餐厅是指“值得专程为之制定旅行计划，前去品尝的最佳餐厅”。

很喜欢最后旅行的那一部分，尤其是巴黎人的生活，特别精致，是自己特别想追求的，希望能好好享受生活。

书面上写着“你若努力活得丰盛美好，便永远不会淹没在人群中。”看了头尾，作者从开头离婚到结尾一直在怀恋新西兰男友，不太喜欢这种矫情的文笔

女性思维

殊黎英雄所见略同，我也不知道这种装逼的书居然还有6.6分，继续拉低

不错哦，同学推荐的。

[你最珍贵](#) [下载链接1](#)

## 书评

有些故事藏在美食之中，有些美食承载着一段想要抛弃却无法忘却的感情。些许年前，我还没有遇上一个可以让我刻骨铭心的人，些许年后也许我再遇不上一个让我无法忘怀的人。在人生的道路上，总会有些人从远处来，走到远处去，至于过程是怎样的，我们经历了，我们笑了，哭了，...

### 经历越多越美满

蒋勋在《忘言书》里有一段话让我印象深刻：我们需要一些往事，使我们被分散孤立的心情可以重新连接整合起来。所有的往事，即使再破碎，都是历史。真正的成长，是因为经历的亲人的死亡；真正的爱，是在频频回顾的大路上，终于领悟了生命中不可解的伤痛与喜悦都...

我一直觉得在美食方面嘴叼的人，对生活品质，爱情质量的要求都不会差。读完整本书，更是应正了这个观点。

书的封皮有句话我特别赞同：你若努力活得丰盛美好，便永远不会淹没在人群中。就像作者说的，米其林餐厅标准极高，所以分布在世界各地，作者经常需要从南半球飞到北半球...

在美食当道的如今，在快节奏的当下，有谁能在一方净土之中，静心，静思，来认真地做一道菜，不为肚子，不为他人，只因自己喜欢。若是没有，不太可能，若说有许多，也可能，但是千千万万，茫茫人海之中，我却知道一个，我能够准确地告诉你：从惠灵顿中餐厅的服务生到米其...

[你最珍贵](#) [下载链接1](#)