

法国女人不会老



[法国女人不会老_下载链接1](#)

著者:米雷耶·吉利亚诺

出版者:中信出版社

出版时间:2008-1

装帧:平装

isbn:9787508610603

关于法国女人生活智慧的优雅之书。

荣登《纽约时报》畅销书排行榜！

获好莱坞明星青睐：《欲望都市》莎拉·杰西卡·帕克、《穿PRADA的恶魔》安妮·海瑟薇亲身实践并力荐！

“那是最美好的时代，那是最糟糕的时代。”一个半世纪之前，查尔斯·狄更斯用这句话开始了他的《双城记》。他对之进行虚构的两座城市是巴黎和伦敦，进行比较的两个国家是革命时期的法国和18世纪末的英国。不同的视角，迥异的世界，背道而驰的两条人生道路。我在写作《法国女人吃不胖》时，脑海里浮现的是两个毫不相干的饮食天地：法式饮食和美式饮食。更具体地说，我想到了两座城市：巴黎和纽约。那时候，我还没有意识到，自己写的其实是两种全球文化，它们的边界正日益变得模糊。这种现象不知是喜还是忧：在某个地方生活，不再说明你具有当地的饮食习惯。你的饮食，完全取

决于你自己。

“尽管我们的世界越来越复杂，鱼和熊掌仍然可以兼得，我们完全可以一边以令人眩目的方式享受多彩的生活，一边欣然奉行传承已久、质朴本真的生活方式——处处精致、感性……生活每天都充满乐趣。”

身为全球著名奢侈品公司LVMH集团凯歌香槟CEO的米雷耶·吉利亚诺，以亲切自然的笔调呈现了法国女人浪漫而智慧的四季生活。她将毫无保留地解密：如何最大程度上享受四季轮回带给人的乐趣，此外，还悄悄透露了法国女人关于风格、装扮和休闲的艺术。这本关于法国女人生活智慧的优雅之书将告诉我们，任何人，在任何地方，都可以健康、从容地生活。

作者介绍:

米雷耶·吉利亚诺(MireilleGuillano)：在法国出生、长大，现任LVMH集团旗下著名品牌凯歌香槟(Clicquot)的CEO。丈夫是美国人，夫妇二人大多数时候住在纽约和巴黎。米雷耶的处女作、《纽约时报》排名第二的畅销书《法国女人吃不胖》(French Women Don't Get Fat)已被译成37种语言

目录:

[法国女人不会老 下载链接1](#)

标签

生活

法国

法国女人不会老

女性

健康

美食

时尚

米雷耶·吉利亚诺

评论

自恋式小品文。

饮食决定一个人,你吃什么,你就会成为什么人.

写的不错，哲学，生物学，医学，还有对于自己国家和家乡的热爱。。。其实最重要的是快乐。。

嗯，废话很多，菜谱可能也不适合我这个中国胃，50%原则不是时刻在麻醉自己少吃一点吗？倒是羡慕作者的生活，真悠闲。

菜谱书……

老子要把这书里的吃的都做一遍！

翻译的有些拖沓 可能是原文比较矫情

法国女人四季的愉悦，有些带着法国传统的小矫情，但自信而有感染力。文字并不华丽。最喜欢关于葡萄酒的篇章。

非常精致的生活，我做不到，还有没有其他方式可以优雅地生存在这个人世间。

充满了法国人的优越感，不过有些生活态度还是很值得学习的

超级爱看 每回坐火车都看。里面写了各种吃的东西 有的时候会尝试做简单的

算是法国女人不会胖的补充版本，如果说上一本作者有点优越感过强，这本简直是自我膨胀了……

生活态度

有点萝莉啰嗦

有些话是有道理的, 有时候的确需要放慢.

借来读的，因为里面说的好多美食吸引了我。哎，我这个吃货。不要BS我啊！只能看，不会做，没食材。

从容而美丽

不乏自我yy，但是很多观点值得借鉴

虽然没有看完，但是作者关于食物的态度我很喜欢，不管生活如何忙碌，但是对待食物应该是虔诚的，对待生活也应该是如此~减少抱怨

高中記憶啊喂！（然後這本書就直接變成了幾個吃貨的菜譜……）

[法国女人不会老_下载链接1](#)

书评

在书店扫完了。虽然作者的言辞无疑是巩固了她的偏见，但她的偏见倒间接的犀利了她的言辞。所以说，三观啥的不管，这书还有点看头（我不是说有买头）。凭记忆摘几句。“我们总要追求一些东西，他们通常没有食物重要。”“全球化就是无论何时都能买到反季节东西，包括花朵，其实...

非常喜欢，豆瓣还有MM把书中的菜都做出来了，太神奇了！！
<http://www.douban.com/photos/album/45192061/> 我喜欢法国女人，希望我也能这样
这本书里面对法国女人随性自由生活的描写，很令人向往，如果真的能这样生活的话，是多么惬意的一件事情呀

如果你去过巴黎 那么，你将永远活在它的光影里 初到巴黎是夜晚了
那是我第一次到巴黎 远远的，看见埃菲尔灯光明媚的闪烁着
卢浮、奥赛、自由女神、埃菲尔、无数座历史的桥梁 架起了巴黎的美艳
塞纳河边卖杂物的小货摊 也能找到心仪的礼物
巴黎圣母院，拉小提琴的艺术家，带花的...

法国女人真的不显老，这应该是因为他们年轻的心态和健康的饮食。
我是一个吃饭狼吞虎咽的妞儿，每次想到法国女人，脑海中总是浮出一手拿刀、一手拿叉，一小口一小口品味美食的模样。不像国内有些女生，装优雅是为了体现小资，法国女人更多的是为了细嚼慢咽，体会每一口不同的...

这是本法国特色的书，虽然有着强烈的优越感，但总会觉得在工业社会和全球化的浪潮中，那些个坚持显得很微弱。

中国女人也是很优雅啊，哪位高手出本书，也照样引得四方喝彩吧。重要的是，如何将传统继承下去，如何在全球化的变革中保持自己的特色。挺难的。

通过慢慢品味这本书，我们可以从中悟到法国那种传统的饮食文化。
我们生活在一个物资如此丰富的世界。饮食的功能从填饱肚子衍伸到了享受生活。食物是可以带给我们快乐的来源。自然我们不应该去节食，让自己不去享受美食带来的快乐，唾手可得的快乐。而应该以一种全新的饮食文化...

的确是关于优雅生活的智慧之书
作者以平和的心态写出她以及传统法国精英对于生活情趣的理解，给人启迪和力量。这种心态和中国传统的智慧有着相通之处。爱不释手。

作者是全球奢侈品公司CEO，法国女人，对于时尚这个词有自己的词，我大概看了下，印证了一句话，世界上没有丑女人，只有懒女人。她推崇积极享受生活的每一分每一秒，无论是炎热的夏天还是冷酷冬天，都不要存在侥幸心理，留守在家。而且最简单的运动也不一定是非去健身房，有时候...

这本书我冲着它的名字去读的。因为法国女人真的很有魅力，一直吸引着我，出于经济上的考虑我并没有选择购买这本书，所以是在购书中心站着阅读的。
总得来说从这本书上还是又学到很多东西。对其中阐释的一些看似平常但是总是被我们遗忘的小道理又重新回到我的脑子里， ...

随遇而安的生活方式，是女人的制胜法宝。慢慢体会其实也很简单快乐。。50%方案~~还是很有道理的。。她的思维模式和我们中国的佛法哲学有异曲同工之处啊。。品酒是我从未接触过得领域，看了后立马去超市买了酒杯~~想尝尝澳洲产的葡萄酒。。

其实是买给妈妈看的，因为非常喜欢法国的生活。其实很好玩，法国人自己介绍自己的生活和本那英国人介绍法国人的书a year in the merde,相映成趣。这种骨子里的优雅与浪漫，与大自然亲近的心，浑然天成。

看的是网上的精缩版，总结来说，内容上衣食住行，时间上春夏秋冬，其实，单纯地读下来，能感受到一种从容的，平静的心态，我们用放松的心态和方法来迎接生活，对待自己的衣食住行，从感恩的心和敏感的感知来体悟四季，顺应她，迎合她，顺四时而动

，其实也就是我们普通中国人的...

“生活就是忙于制定别的计划时发生的事情。”

“我们总想着生活应该如何，但是我们的心灵去装着另外的事情，想法、自我追赶心灵的旅程，意味着更了解自己需要在哪里与谁一起消磨时光与能量。这也暗示了，也许，为了使一切不再散漫，合乎情理，下一步可能会采取潜在的、...

[法国女人不会老_下载链接1_](#)