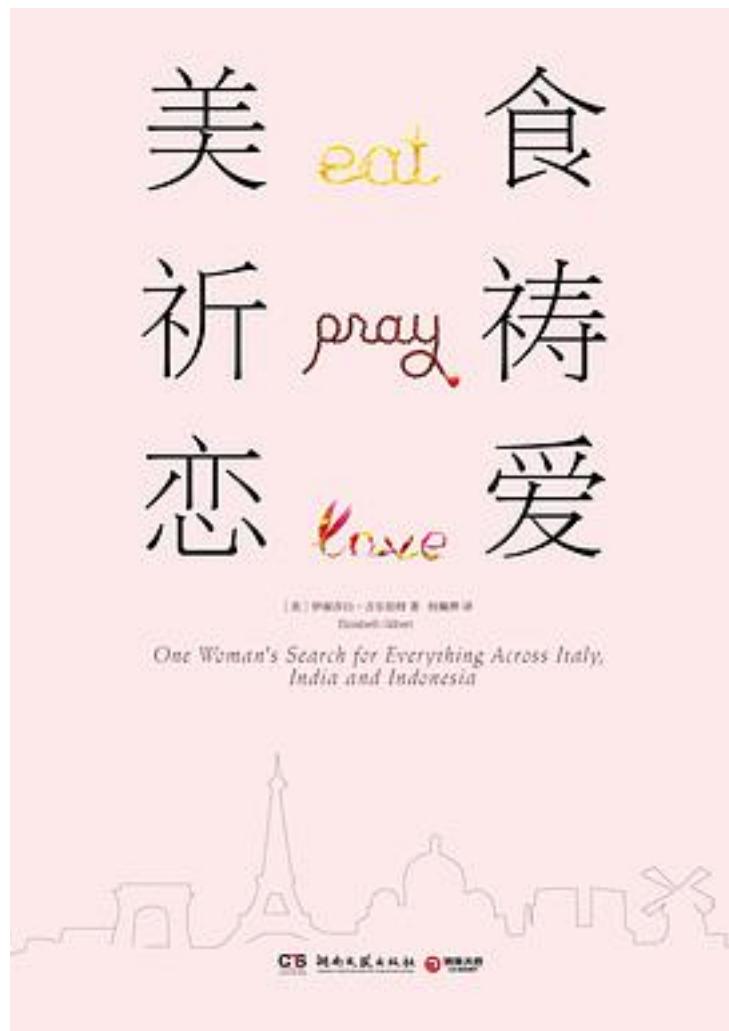


美食，祈祷，恋爱



[美食，祈祷，恋爱 下载链接1](#)

著者:[美]伊丽莎白·吉尔伯特

出版者:博集天卷 | 湖南文艺出版社

出版时间:2018-2

装帧:平装

isbn:9787540484835

【编辑推荐】

★总销量突破1000万册。畅销多年的心灵疗愈经典，改变万千女性的勇气之书。华语世界首次以原名出版。

★张德芬为新版撰写推荐语，伊能静称它为生命中的“课本书”。希拉里/奥普拉/安意如/李欣频/感动推荐。

★茱莉娅·罗伯茨：书中的小莉简直就是另一个我！希拉里：  
读后我非常喜欢！张德芬：这是我最爱的书之一。

★全新修订，史上最完整未删节版。新增1000+处内容订正，内外双封软精装，附精美书签。

★《纽约时报》等50余家媒体力荐的“女性必读之书”，作者因它入围《时代》杂志“影响世界的100人”之一。

## 【内容简介】

三十多岁的她从哭泣中醒来，发现一切都毫无意义。

漂亮的房子、体面的工作、恩爱的丈夫、蒸蒸日上的事业、甚至盘中的美餐——都让她不知所措。

她从来没做过自己，一直都活在别人的羡慕和期许中。

一狠心，她从混乱中脱身。离婚、抑郁、失恋、落魄，在34岁那年，她终于踏上了寻找自己的旅途。

在意大利，她尽情享用美食、美酒和美景，获得最简单的快乐。

在印度，她每天静坐与冥想，与自己和解，灵魂就此重生。

最后在巴厘岛，她凭借一颗快乐而虔诚的心，找回自我，偶遇真爱，获得了身心平衡。

这是一个女人决定放弃一切，忠于自己的故事。

## 【名人推荐】

每个时尚的、渴求幸福的女人都应该读的一本书。——《ELLE》

我的一位朋友推荐我读这本书，读后我非常喜欢！——希拉里·克林顿

这本书是美国女人的“疗愈圣经”。每个在爱中迷失的人都应该读一读。我非常喜欢，并在我的读书俱乐部里与大家分享。——脱口秀女王奥普拉

聪明、精致、极具画面感的作品，作者在印度的回忆相当美丽，充满了香料的气味。——《时代》

作者的文字充满了机智、聪慧与无法抗拒的丰富情感。——《纽约时报》

这部由才华横溢的吉尔伯特写成，极具思想性和娱乐性的书，绝不是只属于女人的读物。——《GQ》

吉尔伯特富有激情的文字和幽默的表达充实了整本书。——《嘉人》

很多女性在“成熟”的过程中会忽略了自己，希望知识女性能够通过这本书，找到已经被忘掉的自我。——凤凰卫视财经主播 曾子墨

我认为，一个女孩会比一个男孩更早，更清晰地接纳爱，了解爱。却只有在长大之后，通过各种方式的灵修才了解了男性世界的宽广和深刻。在精神世界里，二者从来是合二为一的。——作家 安意如

女人首先是一个人，其次才是一个女人。我认为本书的作者写出了女人的心声。越来越多的女人会认识到：女人有自己独立于男人的价值。——社会学家 李银河

书中的小莉简直就是世界上另一个我！我希望和我爱的人一起读它，所以立即送了一本给我最好的朋友。——奥斯卡影后 朱莉娅·罗伯茨

在阅读本书的过程中，我不止一次拍案叫绝，甚至潸然泪下。——身形灵作家 张德芬

作者介绍：

### 【作者简介】

伊丽莎白·吉尔伯特 (Elizabeth Gilbert)

《时代》杂志“影响世界的100人”之一

高踞《纽约时报》畅销榜200余周的畅销书作家

多次入围美国国家杂志奖、美国国家图书奖等奖项

美国女性的精神导师、人生标杆

她是美国知名新闻记者、小说家、畅销书作家。曾是《纽约时报》《GQ》等杂志的资深记者，作品多次入围美国国家杂志奖、美国国家图书奖等奖项。她撰写的回忆录《美食，祈祷，恋爱》一经出版，就高踞《纽约时报》畅销榜200余周，被《时代》杂志、奥普拉读书俱乐部和众多主流媒体力荐。出版十年，至今依然作为“女性阅读圣经”出现在各大书单上。被翻译成30余种语言，畅销数十个国家，销量已达到一千万册以上。2008年，吉尔伯特被《时代》杂志评为“影响世界的100人”之一。2010年，《美食，祈祷，恋爱》被好莱坞改编成同名电影，由影星布拉德·皮特担任制片人，奥斯卡影后朱莉娅·罗伯茨主演，作为奥斯卡献礼片引发世界观影热潮。

吉尔伯特的第一本小说《严肃男子》就登上了《纽约时报》畅销榜。2002年她的作品《最后一个美国人》入选美国国家图书奖决选名单。2013年出版的小说《万物的签名》被多家媒体评为年度图书。

目录：  
张德芬新版推荐语  
序言 第一〇九颗珠子  
意大利  
——像吃东西那样说出来  
三十六则追求享乐的故事  
印度

——恭喜认识你  
三十六则追求信仰的故事  
印度尼西亚  
——就连内裤里头也觉得不同  
三十六则追求平衡的故事  
后记 最后的感谢与确信  
· · · · · (收起)

[美食，祈祷，恋爱](#) [下载链接1](#)

## 标签

女性

疗愈

寻找自我

独立

美食

外国文学

美国

我想读这本书

## 评论

《生活大爆炸》里Raj的妈妈离婚后第一件事就是买了这本书。我能理解为什么很多女人将它奉为圣经，因为在那种情况下，改变生活本身就是一种勇气。而阅读这本书，更是能坚定自己放弃的勇气。

看这个书是因为raj在大爆炸上说过，正好KU限免就看了。故事很简单就是个受了感情创伤的女生，分别去了意大利、印度和巴厘岛，通过打坐和冥想治愈自己的故事。我想按我国我的经济能力，国产版应该是去了成都、西藏经过藏传佛教的心灵洗涤最后在大理找到真爱的马蜂窝旅游博主。

感动得不行。我们过街吧，让我们大大方方说出这句话。

如果你是个文化猎奇者，应该会喜欢此书。但是作为一个对印度（还有印尼）文化抱有强烈“排斥感”的人，无论是在观影还是阅读中，都一度陷入焦躁不堪。即便是相较而言好一点的意大利，也是“混乱不堪”的一种生活方式。因此得以判断，作者自身是倾向于这种热热闹闹并闹中求静的生活方式的，更别提其是刚刚从泥沼般的婚姻中爬出来的人，渴望一切新鲜有趣的事物刺激感官。所以说，无论是美食，爱还是信仰，都是极为个体、因人而异的事。那些企图在书中找到“灵修”建议、期望如同作者般得以重生的人，根本行不通。但反过来去批判作者是白人资产阶级吃饱了撑的才有的举动，也大可不必。芸芸众生，你所真正生活过的群体以及深入了解的个体究竟有多少呢？就连身边的人、甚至连自己都未必真的看清楚，便不要去肆意断言作者的人生了吧。这只是个故事而已。

很好看

感觉让女性可以放心大胆地注意自己的情绪 安置好他们不用觉得矫情

一个无病呻吟的神经质文艺女青年如何毁掉自己的生活？然后给出的解决方法就是你要依靠宗教去帮你解脱。

灵修鸡汤。。。恋爱了分手了闹心了那就去修行吧，美食在哪儿？

我不知道这属于作者的真实经历还是纯属杜撰，但是不得不说在里面的内容触动了我，我开始有了一个新的目标也就是意大利语，想去这个世界的各个角落转一转，总而言之，还是要感谢这本书吧。

作者文笔太流畅太细腻了！看了几行就止不住哗哗看下去了。这种从挫折中站起来的方法对于穷人来说不具有参考力，但看看也能纾解下阴郁的情绪。

这本书比起《万物的签名》还是稚嫩太多了，于是只能打个四星（再次证明了出场顺序的重要性）。看书的过程非常轻松愉悦，数次大笑，很适合最近的心情和状态。

巴黎人的弹性时间观：“有时计算日子，有时称日子的重量”

矫揉造作，文字也差

记得自己看过那个海报 安然的罗伯茨坐在长椅上  
我想最大的勇气是她敢于抛弃当前自己不满意的生活  
把自己置于一个全然陌生的环境里去沉淀内心 找寻平和的自己  
祈祷或许不一定要有宗教的信仰 而是与自己的神靠近 巴厘岛  
我想那是个阳光普照的地方

真的看不下去 作者的思维逻辑无法理解。无病呻吟又做作

翻译真的太差了

差劲的翻译…

有一些部分略微冗余，但是真的还挺好看的。并且作者对于其他文化的接受度和包容度，是非常值得学习的。很治愈的书。

以前读过英文版，有一些不懂的地方略过去了，读了中文版后对书的理解更深刻了~这版翻译的蛮不错的。

回归信仰之前看到这部电影读到这本书，书的社会意义大于它本身文学意义。如何寻找神如何寻求自我是我们终身都要面临的难题。电影因为对情节舍弃了太多，因此有很多地方显得女主略作。但是看完书就对女主抉择有了更多理解。她曾经面临的困惑，我目前也在经历。三星半

## 美食，祈祷，恋爱 [下载链接1](#)

### 书评

补充一下本书作者在TED的演讲，这个演讲在TED近千个演讲中排名前三(基于观众“Favorite”投票)，尤其后半部分讲得极好，Elizabeth是很有慧根的那种人，这在她的文字和演讲里多有体现，下面是上周刚翻好的中文字幕版本：  
[http://www.ted.com/talks/lang/chi\\_hans/elizabeth\\_gilb...](http://www.ted.com/talks/lang/chi_hans/elizabeth_gilb...)

年纪大到一定程度，就会对人力产生极端无助的感觉。事实上作为个人命运，这完全不是主观、客观、先天际遇或个人努力能够达成的顺理成章，也不是有付出就一定有收获。您在这边厢“鞠躬敬瘁死而后已”，人家那边厢已经“谈笑间樯橹灰飞烟灭”，到最后怎么可能产生对命运的敬畏...

曾经对《一辈子做女孩》这本书满含期待，因为它的宣传说希拉里和李银河都推荐了这本书。李银河在她的博客中写道：

前段时间我看了美国作家伊丽莎白·吉尔伯特的《一辈子做女孩》。一个知识女性，为了寻找自己内心的平衡和幸福，抛开家庭去独自旅行的故事。她离了婚，又和情人...

着本书原来的名字 美食，祈祷，爱，要比这什么永远做女孩好听多了。最先看着本书的原因也是爱上了这个标题，eat pray love,想想就觉得很幸福。被这本书深深的吸引，不是因为讲了什么惊天的名言警句或是文笔有多优美，只是单纯地因为它跟我引起了太多的共鸣。第一段故事，享乐...

The first time I read this book dates back to 2012, when I was still in the United States, I borrowed it from the library but it was a busy time so I only finished about one-third of the book and returned it. However, it is so amazing and interesting that I...

---

对于价值观混乱无比的我来说，要用一个固定的标准来评价一些东西是一件十分困难的事情，所以我习惯了在评价物品时找一些参照物。

例如：当我在享受假期旅行时，会觉得一本差不多30块的书只不过是一天的小费而已；而当我开始迷恋芝士蛋糕时，这本书可就相当于我2块芝士蛋糕；很...

---

迄今为止，对这本书最不满意的就是中文译名，一辈子做女孩。如果有的时候对书的名字拿捏的不是很准的话，不如直接按字面翻译，可能结果要好一些。不过，除了名字之外，其他整本书的翻译都很灵，看起来很舒服。

我想，书的作者不仅仅是想要女孩般干净，年轻，宁静的心态，更是...

---

这是一个问题。

按照鲁迅先生的说法，女人身上的女儿性和母性是天性，妻性是逼出来的。

原书名倒是颇为直白，吃，祈祷，爱，象什么？难道不象嚼着薯片躺在沙发上和男友看电视的小女孩吗？

女人要是不做一个真正意义上的妻子，那就只有回归自然的天性，要去做女孩，要去做母亲。 ...

---

Before I got the book, I had heard so much about the author, about how great the book is, and about how people's lives changed because of it. Even Oprah invited Elizabeth Gilbert to her show twice! I am always very alert to those "life-changing" books,e...

---

The book' s Chinese edition--一辈子做女孩 did not grab my interest when I heard it for the first time. Because I guess it might be the kind of book which try it' s best to convince a girl of some so called principles to behave more like a girl. Much to my s...

---

This is not a classic, or perhaps not of much literary value at all, but this is a book that has truly spoken to me when I was reading it. I laughed with her in Italy, meditated with

her in India and liberated with her in Indonesia. It's definitely a book t...

---

当内心真的被触动，每个人都会有强烈的反应，对我来说是一种全身发麻，有一簇颤抖遍布于皮肤下。在听到斯美塔那的《伏尔塔瓦河》的主题乐曲时，在听到拉二的高潮部分时，在读到这本书最后的Attraversiamo的时候，明显感觉到从心底直涌上眼眶的那股想要流泪的冲动。去年十月看...

---

很早以前写的读后感，不算是书评，不过还是给挪过来吧。

看完了《一辈子做女孩》，觉得好像和这个汉语译书名没多大关系，还不如用英文名《eat,pray,love》，更能准确直观地表达出书的每一部分所描写的内容。虽然我觉得作者好像有点精神分裂症，但是看完这本书，还是觉得心灵也...

---

第2本 Eat, Pray, Love 书名：Eat, Pray, Love 作者：Elizabeth Gilbert, U.S.A

篇幅：445页，132559个单词

难度：没办法用首万词来测试，其实生词也很多，不过因为兴趣问题读了下来

用时：前部分读了三年，最后一半用透析法仅仅读了四天左右

词典：手机上的金山词霸 透析成...

---

突然发现豆瓣上这本书的书评都是女孩写的.难道这是一本女孩子的书?

这本书是关于一个女人的情感经历.讲述一个30多岁的大女孩如何找到内心的宁静和满足.

不是每个人都适合稳定的生活,所以并不奇怪有的人会突然在半夜三点醒来,躲在浴室里哭泣,对自己说:我不想要...

---

放下：当你一觉醒来，感觉不再有热情，不再有热度，不再有火花，不再有信仰，那么，勇敢地出发吧。 静默：不要用眼睛看世界，用心去看，你会更接近心中的神明。

平衡：去爱、去相信，追寻内心的答案，当双脚再次触碰到大地，你会走得真实而坚定。  
。

---

我相信，这世上太多事情，太多人与人之间的际遇，是讲求缘分的。

我不得不说的是，中国出版业的编辑，毁掉了不少非常不错的原版书。无论是编辑对原著书的精神的理解，以及拿着低稿费草草了事的翻译们，都是对原著有着某种程度上的曲解。但是，话又说回来，他们也的确是不容易...

说到睡前读物，《Eat pray love》绝对是极好的选择。边读就边想，一定要和你们分享这本书，但看到一半时，就送给了朋友。等到卓越再送书来，半个月已经过去了。可惜的是，朋友却无心看这本书。不禁感叹：有心栽花，花不开。我以为可以缓解她纠结许久的心事，却不料并无裨益。  
◦ ...

还没看完，是被她开头的无助描写吸引的。同事看见书上的一句话“不想结婚”，而把本书界定为会教坏我的书，有些冤枉了

[美食，祈祷，恋爱](#) [下载链接1](#)