

# 《像爱奢侈品一样爱自己》

## 图书基本信息

书名：《像爱奢侈品一样爱自己》

13位ISBN编号：9787540774991

出版时间：2015-6

作者：徐巍

页数：304

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)

# 《像爱奢侈品一样爱自己》

## 内容概要

# 《像爱奢侈品一样爱自己》

## 作者简介

徐巍，毕业于中国人民大学新闻系，1994年大学毕业后进入《三联生活周刊》担任记者，1995年进入时尚杂志社任编辑，1997年参与《时尚先生》的创办，先后任编辑、编辑主任。2001年调入时尚出版集团旗下创办最早、发行量最大、影响力最大的杂志《时尚COSMOPOLITAN》杂志任总编辑。2014年起任《时尚COSMOPOLITAN》董事总经理。

# 《像爱奢侈品一样爱自己》

## 书籍目录

- 001 像爱奢侈品一样爱自己
- 002 像爱奢侈品一样爱自己
- 005 5颗星VS500万颗星
- 009 Interdependent
- 012 不孤独的人是可耻的
- 016 从玉女到欲女
- 020 快乐就像糖，只是人生的一种味道！
- 023 你必须打败斯芬克斯！
- 027 破除粉色威胁！
- 030 把最好的留给自己
- 034 永不沧桑
- 总编辑会客厅 Editor-in-Chief of the lounge
- 廖一梅：人应该有力量，揪着自己的头发把自己从泥地里拔出来！ 038
- 张艾嘉：做最真实的自己最Sexy 059
- 张德芬：没有痛苦就没有成长 072
- 083 爱情是迎向他者的冒险
- 084 Are you Miss Right?
- 087 做升级版的自己
- 090 爱情是MAGIC！
- 094 离离爱情草
- 098 Soulmate 不是找到的，是创造的！
- 102 欢迎来到不纯真年代
- 总编辑会客厅 Editor-in-Chief of the lounge
- 蔡康永：人生在经历爱情后才散发光芒 105
- 冯唐：在爱情的世界替老天照顾好自己 118
  
- 131 当你有了自己想做的事，你才可能嫁给自己想爱的人
- 132 把自己的世界活得很大很大，把自己的快乐活得很小很小
- 135 不要让金钱成为你的敌人，不要让金钱成为你的主人
- 139 宠物怎么会知道自由飞翔的乐趣？
- 142 看到最远最美的地平线
- 145 爱自己，直到浑身充满了爱
- 148 梦想是一杯茶叶
- 总编辑会客厅 Editor-in-Chief of the lounge
- 陈文茜：把世界活得很大很大，把快乐活得很小很小 152
- 刘晓庆：女人只有征服了世界，才能真正征服男人 163
- 六六：有选择权的人生才快乐 179
- 197 做一块桃花磁铁
- 198 Sexy till I die! 从18岁开始，做一块桃花磁铁！
- 202 请叫我女神！
- 205 好色价值观
- 208 每一天都应该美美地、性感地度过！
- 211 好女人是一本时尚杂志
- 214 让别人越来越爱你唯一的秘诀  
就是让他们看到一个越来越好的你！
- 218 既要温柔了岁月，也要惊艳了时光
- 222 亦帅亦风骚

# 《像爱奢侈品一样爱自己》

总编辑会客厅 Editor-in-Chief of the lounge

陈愉：做个魅力女王 225

陶晶莹：做一块桃花磁铁 238

南仁淑：女人是男人的升级版 254

270 后记——我的时尚之路

# 《像爱奢侈品一样爱自己》

## 精彩短评

- 1、很励志的。
- 2、成长智慧情感
- 3、在杭州银泰的西西弗买下此书，被吸引的还是书名，至于徐巍此人，却是无甚了解。后来才知道她是cosmopolitan的主编，人大毕业，三联转行等等。这本书其实就是主编大人在每本杂志的篇首语，真的是鸡汤励志文一篇篇，干货还是集中在大姐和几位女星的对话上。最喜欢的是刘晓庆那篇，因为她的故事太动人，内心的气场也足够强大，她说“保持好身材的方法就是要少吃！巴黎女人往往非常注意自己的身材，却不太注意脸上的皱纹。中国女人反过来，在脸上花很多时间，却不注意身材的保持。”
- 4、干货太少
- 5、比较无聊
- 6、女人就应该爱自己，忠于自己。中国女性被教育了太多的要以男人为主 怎样怎样的，被教育的不是为了男人而活就是为了孩子而活。越来越没有自我，庆幸我未得到如此教育，思想与笔者合拍，女人自己赚来的钱就是为了回报父母、旅行、购物奖励自己的。别给自己贴上太多标签，别总在意别人的目光，你就是你自己，独一无二的自己。
- 7、还不错
- 8、主编自己的文字可以忽略，那些访谈好好看一看。
- 9、奢侈品本身是有钱人拥有的物品，
- 10、杂志卷首语与访谈录拼凑起来的书。访谈录部分很有意思，尤其是嘉宾的思想与话语，但这与作者关系不大，在其他地方也能看到这些名人的这些思想。至于卷首语部分，鸡肋。
- 11、鸡血类，全书最精彩的篇章在于访谈篇。一个个活的精彩又勇敢的人（大数为女性）。
- 12、在飞机上看完。现在想起竟然没有任何印象
- 13、主要还是励志，自己是女人一生要做的事情，但是怎么才是真正爱自己，我们到底懂不懂得如何真正的爱自己，爱自己这个词是值得每个女人深思琢磨和体会并运用的词语，这本书其实是作者自身的一些感悟，取精华吧。顺便提一句，其实这本书是让我有些失望的，至少当我发现这只是一本卷首语的集合的时候，总觉得就这样寥寥把几篇文章拼凑着出一本书的话，感觉不大太大的诚意
- 14、20150825-28/5h  
COSMO主编的卷首语合集和会客访谈录。  
吸收的新点子：
  - 1.女人独立、自主、性感的时间很短，从“别人的女儿”到“别人的妈妈”之间转换的时间太短，女人往往擅长扮演好女儿、儿媳、妻子、妈妈的社会角色，而常常忘记最重要的那个角色——自己（徐巍）。多给自己一点独处的时间，对自己好一点再好一点。
  - 2.要有就职于婚姻的观念，赚钱的能力决定在家庭中的地位，有多少贡献就有多少发言权。注意，对家务活这样一种出了门就没有交换价值的劳动，男人通常不会看中它的价值。（南仁淑）
  - 3.书不见得是历史上最聪明的人写的，却是历史上最爱思考的人写的（蔡康永）。所以多读书之余，主动思考，并写下来。
  - 4.所谓成熟，就是有能力判断优先顺序，有信心坚持这种判断。（冯唐）
- 15、前半部分不错但是后来就不想读了 一直在重复的论调就是女人当自强 当美丽 当性感 当洒脱 但是，如何做到就是留给读者自己去考虑的事情了
- 16、没达到期望值。太“鸡汤”，不喜欢作者动不动感叹号，每句都仿佛情绪化，显得浮躁。作者自己写的不如采访他人时他人所述的内容好。还是喜欢王潇那种更理性霸气的魅力。
- 17、这本书基本上是采访，但采访中能看出双方的智慧，比较值得一读的女性书籍。
- 18、像爱奢侈品一样爱自己
- 19、嘟嘟嘟
- 20、这是一本大部分收录了COSMO卷首语的书。作为跟杂志多年的资深读者，这本书更适合收藏。倡导的依旧是3F精神~
- 21、读过
- 22、纯粹的两性读物，但，还是没有足够重视女权吧。。。。

## 《像爱奢侈品一样爱自己》

- 23、很久没看时尚杂志了，感觉看了本年度时尚杂志人物访谈集合，有些内容还不错
- 24、高情商高智商，各种商数都要高啊
- 25、大大
- 26、有时候我们不懂精神，是因为我们不懂物质
- 27、果然自己还是同意廖一梅的大部分观点。“性感终身”等大又空的套话，真的还就是往里套都对，也都不对。自己杂志的硬广。小小姑娘还是可以一看。算是我给飞鱼秀做个了结吧。
- 28、
- 29、奢侈品
  
- 30、各种时尚杂志中最喜欢的就是《时尚》和《悦己》；因为除了美美的衣服和包包，她有一种态度；从小到达，我们被教育做一个好学生，做一个好员工；却很少有人告诉我们该如何做个女人，一个懂得爱自己的会生活的女人。作者总会选择新鲜的视角真实的展示自己作为女人的生活，工作态度。很多人都喜欢问二元对立的问题，要工作还是要家庭？要面包还是要爱情？为什么一点要2者选一呢？为什么不能2者皆有呢？  
喜欢里面采访的一句话：女人年轻的时候应该是一朵花，很多人欣赏；老了后应该是一棵树，很多人在下面乘凉。
- 31、书名就是真理 爱自己过得精致自在 才可以获得自己想要的生活
- 32、3F精神: FEMALE, FUN, FEARLESS
- 33、卷首语合集
- 34、听了飞鱼秀才找来看的，活明白的人的观点，能帮助自己更好地完善三观。
- 35、前几天从网上买的～很期待看看这本书～闺蜜推荐的，女人一定要好好的爱自己
- 36、书里的三观基本赞同，文笔一般性。最好看的部分是采访各位名人。人越来越勇敢的话，会活得越来越舒服by张艾嘉。所有人都提到了做人要真诚。
- 37、烂书一本，就当杂志看，不值得花钱购买
- 38、从来没有读过cosmo杂志，但是读了这本书后倒是有兴趣买本看看。这本书是cosmo主编卷首语的集合，最喜欢的就是与一些很有魅力的明星访谈，特别真诚。
- 39、现在脱离了鸡汤模式，就不会再喜欢这种图书了。 others' life still others's life , meaningless .
  
- 40、充满智慧和女性能量的一本访谈录，喜欢刘晓庆的大气，喜欢陶子的自信洒脱。
- 41、太“鸡汤”浪费了宝贵的时间...
- 42、学会爱上自己，不是一朝一夕的事情，需要由内而外的修炼。
- 43、徐总编辑的文字合集 三观很正 意义不大
- 44、毫无感染力的鸡汤文，没有独到的观点。还好没买书，不值得收藏。
- 45、奢侈品之所以昂贵，因为它的背后凝聚着设计师的心血，工艺和梦想。我们每个人的一生都应该奢侈品一样来打造，让自己具有质感和独特性。很喜欢里面专访陈愉这一章节。
- 46、Cosmo卷首语集锦，喜欢里面的会客厅，采访很不错
- 47、书糙理不糙，为女性主义立场点赞

## 《像爱奢侈品一样爱自己》

### 精彩书评

1、徐巍姐的卷首语是一向爱看的，可惜没有全都看过。这年头，有人把blog里的日记整理成籍发表都可以被接受，那这本访谈x卷首语，也是可以买得的了。有些视角很不错，快到30岁的年纪，看书也和小时候有很大的差异。读书不尽然是读到什么，并且包括作者解读事物的方式。“就像当我们看到彩虹，虽然知道它几分钟后就会消失，但我们并不因此沮丧。像我们享受彩虹一样，享受当下每件事情的美好。”“成为更好的人，意味着更专业，而非传统意义上更宽容、更善良的定义。”“做一本时尚杂志，永远更新，有忠实的订阅者，也有被吸引的新读者。”

2、“有时候我们不懂精神，是因为我们不懂物质。”这句话引发我的思考，哦，原来是这样。也许，换句话说，我们不配去看透红尘，是因为我们没有在红尘种翻滚过。当然，如果非要去较真这个命题，其实，这也许是个伪命题，奢侈品和自己能等同于一个层面嘛？无从得知。但，如果对于奢侈品如果没有概念的话，是无法体会这句话的深意。正视自己的欲望，同时也不被欲望控制，才能更好的去平衡，更能与自己和谐相处，也更轻松自在些。书里多次提到或者向读者推崇杂志的3F精神，即fun趣味、fearless独立、female性感。觉得挺好的，一个女孩的成长之路，从少女到女人的人格魅力和闪光点。做到这些真心不容易，首先也要有这个意识，然后才知道、了解、学习、做到、达成、拥有。可以说，一步一步的行走，才能完成对自己的修炼。虽然觉得这本书主题明确，但整体架构不是很舒服，有种择比较贴切这本书主题的卷首语组合在一起的感觉。不过，还是挺喜欢这本书的，一些观点可以开拓你的思维。了解一些别的观点，从别的角度看问题。整篇书中，觉得还是“总编辑会客厅”这部分比较出彩，很多名人，男神，女神，都是他们所属行业的翘楚，他们的思考的点，想问题的方式，还是很受益的。最后，韩寒说，听过很多道理，仍然过不好这一生。确实，无论怎样去听，去阅读，去感慨，都比不上你自己去思考，去爱，去经历。摘录经典语录：生存是一个must（必须），生活是一个attitude（态度）。你只要把自己的态度找对了，每件事情都不会很糟。——张艾嘉孝顺父母有很多模式，金钱奉养、以身奉养、智慧奉养，智慧奉养是指以你自己的智慧，而不是“我希望父母有智慧”。——张德芬相似的吸引相似的！你关注什么，就会将什么吸引进你的生活！你最终会明白，是你自己创造了你的生活，你得为自己在这个世界的生存状态负全部责任。如果你希望外在世界发生变化，首先必须乐于让自己的内心做出必要改变！——《吸引力法则》去爱吧，你不去爱，你读再多爱情短信，也只是耳边吹过的微风而已。——蔡康永



# 《像爱奢侈品一样爱自己》

## 章节试读

### 1、《像爱奢侈品一样爱自己》的笔记-第1页

有时候我们不懂精神，是因为我们不懂物质。

### 2、《像爱奢侈品一样爱自己》的笔记-第243页

人年轻要经历过、看过、玩过、失控过，才能心甘情愿地经营一段稳定的婚姻。（陶晶莹）

### 3、《像爱奢侈品一样爱自己》的笔记-第18页

一个永远不要礼物的女人一点儿都不可爱。男人都希望被需要，希望体会到给予的快乐。但关键是怎么要：什么时间，什么地点，要什么，怎么要...

### 4、《像爱奢侈品一样爱自己》的笔记-第92页

记得曾经看过一篇刘晓庆的专访，这个一生爱情经历丰富，四次婚姻三次离婚，58岁风光出嫁的女人说过一段很大气的话：“在感情里面永远谈不上谁对谁错，我很珍惜每一个用宝贵的生命陪伴我走过一程的男人，即使因为各种原因没能走到最后，但这个过程已经很令我感恩，我只愿记住那些美好的。”

### 5、《像爱奢侈品一样爱自己》的笔记-第18页

欲女修炼的最高境界是懂得把玩欲望：正视自己的欲望，同时又不被欲望控制。

### 6、《像爱奢侈品一样爱自己》的笔记-第223页

“骚”的最高境界是有独立的自我做支撑，不是“取悦”而是“征服”！法国永远的性感宝贝苏菲玛索，西班牙性感女神佩内洛普克鲁兹，她们对男人的致命吸引力绝对不只在于外表的性感魅惑，而是那种骨子里让男人觉得难以征服不可把控的强势。一个丧失了自我的女人即使再性感，充其量也只是男人眼中用过即丢的“玩物”，而不是他们永远向往和追求的“性感女神”。

### 7、《像爱奢侈品一样爱自己》的笔记-第126页

一个女人的美丽，一分姿色，二分打扮，三分聪明，四分淫荡。（冯唐）

### 8、《像爱奢侈品一样爱自己》的笔记-第6页

性感不等于性，更多的是感。这是一门女人的终身终极修炼术，做个妖精没什么不好。让别人越来越爱你的唯一秘诀，就是让他们看到一个越来越好的你。

### 9、《像爱奢侈品一样爱自己》的笔记-第244页

相爱的父母就是给孩子最好的礼物。

### 10、《像爱奢侈品一样爱自己》的笔记-第104页

很欣赏周慧敏当初分手声明中的几句话：“我没枉费与倪震轰轰烈烈地爱过，永远刻骨铭心，此

## 《像爱奢侈品一样爱自己》

生无憾。而我亦都会好好地勇敢活下去，一如过往。”

### 11、《像爱奢侈品一样爱自己》的笔记-第17页

虽然职场不完全是俗语说的“会哭的孩子有奶吃”，但机会绝对属于有能力同时也知道在适当时候为自己争取的人。

### 12、《像爱奢侈品一样爱自己》的笔记-第35页

不沧桑需要一种智慧的天真。愚蠢的天真是装小孩，永远不让自己长大以逃避这个世界的苦难，但屡屡碰壁的她们常常会越来越对这个世界失望；智慧的天真是让自己成长，让自己在苦难里历练，因为拥有智慧而能包容、相信和热爱，那颗心反而更有一种蓬勃的生命力。

### 13、《像爱奢侈品一样爱自己》的笔记-第133页

女人要向男人学习，把自己的世界活得很大很大；取得成就后更要学会忘记成功，把快乐活得很小很小。

# 《像爱奢侈品一样爱自己》

## 版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)