

第一章 自由と自立を求めて

- 01 逆境に負けず自ら人生を切り開く 16
- 02 自分の人生には誰にも借りを作らない 18
- 03 理想と現実のギャップを恐れない 20
- 04 自由のためにはあえて厳しい道を選ぶ 22
- 05 教えられることを待たず自分で考える 24
- 06 試験をどう乗り越えるかで人生が変わる 26
- 07 プライドは強みにも弱みにもなる 28
- 08 無条件の愛が弱さを生むこともある 30
- 09 カメリアのように華やかに深く生きる 32
- 10 誰かに守られるだけの人生はつまらない 34

- 11 つらい時期も自分の信念は曲げない 36
- 12 世界のどこかに自分をわかってくれる人がいる 38

第二章 仕事に人生を賭ける

- 13 成功は自分でつかみとるもの 42
- 14 働くことは何よりの喜びである 44
- 15 強い思いは多くの人を惹きつける 46
- 16 夢中になれる仕事で人生を支えてくれる 48
- 17 悲しみのどん底でも光はある 50
- 18 自分の持つ力は使ってこそ価値がある 52
- 19 成功体験に縛られると時代の変化が見えなくなる 54

- 20 選択を間違えたなら人生の教訓にしよう 56
- 21 世界一の結婚よりも守るべきものがある 58
- 22 退屈するくらいなら挑戦して失敗する方がいい 60
- 23 周囲の声に惑わされず自分の信じた道を進む 62
- 24 失敗や挫折を恐れずただベストを尽くすだけ 64
- 25 細部までこだわり抜くのが一流の仕事 66
- 26 創造こそ生きがいになる 68

第三章 新しい時代を作る

- 27 着るものが変わると生き方も変わる 72
- 28 反発心から流行が生まれる 74
- 29 違和感がアイデアの原点になる 76

第四章 シャネルのドレスが愛される理由

- 30 今あるものへの嫌悪感が時代を作る 78
- 31 宝石は自分を高めるためのもの 80
- 32 体験がものづくりのヒントになる 82
- 33 時代とともにシンプルさが求められる 84
- 34 人はいくつになっても復活できる 86
- 35 当事者だからこそ求められるものがわかる 88
- 36 個性はドレスではなく女性の中にある 90
- 37 不便さに着目するとアイデアが湧く 92
- 38 時代の変化から自分の使命に気づく 94
- 39 才能を活かすには時の運も必要 98

- 40 制約があるときこそチャンスをつかめる 100
- 41 シンプルと貧しさは全く違うもの 102
- 42 想像を超えたものに人々は感動する 104
- 43 足し算ではなく、引き算で本当の美が生まれる 106
- 44 選ばれないものには意味がない 108
- 45 これまでの功績を手放し次を追い求める 110
- 46 はかなく散る流行を恐れない 112
- 47 チャンスをつかむか逃すかは一瞬で決まる 114
- 48 誰かに真似されることは誇りである 116
- 49 最高の仕事でなければ革命は起こせない 118
- 50 類似品がオリジナルを超えることはない 120
- 51 他人ではなく、自分の力で歴史を塗り替える 122
- 52 女性が洋服に合わせる必要はない 124
- 53 たとえ評価されなくても自分のスタイルを貫く 126
- 54 何歳になっても新しい波の先端にいる 128
- 55 語るべきは過去の栄光より未来の自分 130
- 56 仕事に対する情熱はお金より価値がある 134
- 57 女性の価値は身につけている宝石では決まらない 136
- 58 お金は自由をもたらしてくれるもの 138
- 59 「どう稼ぐか」ではなく「どう使うか」 140
- 60 お金は困った人を助けることができる 142
- 61 権利を奪われたときは主張せよ 144
- 62 お金には人生を狂わせる力がある 146
- 63 お金を稼ぐことは人生の目的ではない 148
- 64 お金があれば対等な関係を築ける 150
- 65 欠点を上手に活かせば「個性」になる 154
- 66 常識は従うものではなく変えるもの 156
- 67 憧れの人の行動は誰もが真似したがらる 158
- 68 見えないアイテムこそ本当のおしゃれ 160
- 69 だらしなさは香水では隠せない 162
- 70 女性の膝は他人に見せるべき場所ではない 164
- 71 磨くのは外見より内面の美しさ 166
- 72 メイクは自分を輝かせるためのもの 168
- 73 人生を変えたければ服装から 170
- 74 読書こそ生涯の友である 174
- 75 強い個性はお互いに響き合う 176
- 76 働く必要のない優雅さより休まず働く楽しさを 178
- 77 「退屈な時間」を過ごす余裕はない 180
- 78 男と女は恋愛において対等である 182
- 79 規則正しい生活が成功を連れてくる 184
- 80 男女の関係は恋愛だけとは限らない 186

第六章 ありのままの自分を見せる

第七章 限られた人生の時間をどう使うか

第五章 シャネル流お金の美学