

女人50+：50+女人的心灵能量 金韵蓉著 理学者生活美学家金韵蓉的女性心灵经典 李静作序 女性健康美丽幸福

女人50+：50+女人的心灵能量 金韵蓉著 理学者生活美学家金韵蓉的女性心灵经典 李静作序 女性健康美丽幸福书籍信息

书名：女人50+：50+女人的心灵能量 金韵蓉著 理学者生活美学家金韵蓉的女性心灵经典

序 女性健康美丽幸福

ISBN：9787540790868

作者：金韵蓉 n b s p ;

出版社：漓江

出版时间：2021 - 09

页数：352

价格：31.01

纸张：胶版纸

装帧：平装 - 胶订

开本：16开

语言：未知

丛书：

TAG：心理学 n b s p ; 女性心理自助 n b s p ;

豆瓣评分：

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。

信息来源：女人50+：50+女人的心灵能量 金韵蓉著 理学者生活美学家金韵蓉的女性心灵经典 李静作序 女性健康美丽幸福 电子书网盘下载 2024 pdf mobi txt - pd

女人50+：50+女人的心灵能量 金韵蓉著 理学者生活美学 性心灵经典 李静作序 女性健康美丽幸福

女人50+：50+女人的心灵能量 金韵蓉著 理学者生活美学家金韵蓉的女性
作序 女性健康美丽幸福书籍简介

心理专家、生活美学家金韵蓉的女性心灵经典

年逾半百又怎么了？一样可以说话时手舞足蹈，快乐时尽情欢笑，进餐时快意享受，过过日子时踏踏实实，做个积极享受当下、乐在生活的熟龄美女子！

著名主持人李静为倾情作序；著名文化学者于丹、时尚集团副总裁及资深时尚杂志主编徐巍、生命汇联合创始人兼CEO陈力联合推荐。

【内容简介】

50岁，时光匆匆流逝，体力、心力的衰退似乎已成定势、无力挽回，社会角色也开始边缘化，辛劳半生之后，接下来的日子似乎很难与“精彩”两字挂勾……

但你知道吗，对金韵蓉老师而言，她的“精彩人生”，是从50岁开始的——49岁时，她的一本书出版，并由此开始，在后面的十余年里，井喷式地出版了20多本书；同一年，她受邀成为《美丽俏佳人》的常驻嘉宾，一炮而红。50岁之前，她有近20年的时间做的是自己不太喜欢、但必须尽责的事情，真正开始做喜欢的事、交喜欢的朋友，是从大部分生活责任已尽的50岁开始。而这，并不是某种专属于谁的特例，这其实是所有女性都可以好好经营和享受的人生。

本书从“应该以何种情绪和身心状态面对50岁后的‘老去’”“如何应对孩子的自立门户、之后的亲子关系”“如何让平淡的夫妻关系升温”“如何保持健康的肌肤和身体”“如何好晚年财务规划”“如何享受晚年生活”等方面，以“过来人”的经验、以资深心灵咨询师的视角，分析了女人50必然面临的居多困境，也提供了良好的解决方案。

【编辑推荐】

继《女人30+》《女人40+》之后，金韵蓉老师为50+女性量身打造了这本心灵能量读老师丝丝入扣、娓娓道来的文风，读来如沐春风。没有说教，只是以一个过来人的经验和一个心理专家的视角，帮女性朋友理清思路、看清问题、纾解烦恼。

【名人推荐】

用光阴铺路，为年华写诗，30岁的灿烂，40岁的睿智，50岁的从容……韵蓉姐的新书延伸温暖的生命格调，从亲身经历和身边的故事写起，以她的专业心理学视角，写出一派疏朗典雅的女人中年气象，越陌度阡、千山万水，遇见一个美丽的真自我。

——于丹（著名文化学者，北京师范大学教授）

50岁后所面临的，我想金老师是深有感悟的！在我心目中，她平静、优雅、善解人意，永远让我觉得如沐春风。我想金老师一定不是因为一切顺利而淡定，而是因为她特殊的身份。作为一名心理学家，懂得从容地面对自己不同时期遇到的问题，懂得与自己对话。

——李静（著名主持人）

每个女人都要面临子女长大后的空巢，要面临自己和伴侣退休后重回家庭的适应，要面临如何理财和如何保养自己等诸多问题。金老师这本新书，就是为我们解决这些问题而写，书中她没有说教，只是以一个过来人的经验和一个心理专家的视角，帮你看清问题，为你纾解烦恼。

——徐巍（资深时尚媒体人、时尚产业观察者、女性生活方式研究者）

生命只有一次，每一个阶段的体验都是馈赠，不管你是豆蔻年华、而立之年还是不惑之年，女人，请不要服输，也不要服老。每一位女性都应该以一种积极的态度接纳和享受这份岁月的献礼，生活才会更美好。这是我读金老师这本新书最大的体会。

——陈力（生命汇联合创始人兼CEO）

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。

信息来源：女人50+：50+女人的心灵能量 金韵蓉著 理学者生活美学家金韵蓉的女性静作序 女性健康美丽幸福 电子书网盘下载 2024 pdf mobi txt - pdf

女人50+：50+女人的心灵能量 金韵蓉著 理学者生活美学 性心灵经典 李静作序 女性健康美丽幸福

女人50+：50+女人的心灵能量 金韵蓉著 理学者生活美学家金韵蓉的女性
作序 女性健康美丽幸福目录

第一章 中场之后

保持年轻的五大秘诀

与正向的情绪共舞

微笑——让自己快乐的表情

老与不老，存乎一心

第二章 不得不放手的亲子关系

学会有智慧地放手

面对孩子的职业选择

面对孩子人生中关键的选择——择偶

如何有智慧地给予择偶意见

尘埃落定后的视角转换

和新家庭的相处智慧

第三章 重新加热的夫妻关系

婚姻是不断进行中的工程

建立新的“厮守关系”

重新发现彼此

为生活制造惊喜

成全对方的兴趣

承担和欣赏

发展亲密的友情，成为最好的朋友

在更多的疼惜中，相依为命

宽心享受温热的性生活

【专题】中年后的第二次婚姻

第四章 驻颜有术

每个年龄段的女人都是100分

正确定义“不老”

聪明照镜子

驻颜有术

更年期的芳香疗法

第五章 自由自在的晚年生活

我们有权利过好日子

为老后制订明智的财务规划

50岁以后，人生可以更自在

后记 优雅，是唯一不会褪色的美丽

奥黛丽·赫本——美丽与“良善”兼具的优雅

格蕾丝·凯利——美丽与“教养”兼具的优雅

可可·香奈儿——美丽与“勇敢”兼具的优雅

杨绛——美丽与“智慧”兼具的优雅

林青霞——美丽与“大器”兼具的优雅

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。

信息来源：女人50+：50+女人的心灵能量 金韵蓉著 理学者生活美学家金韵蓉的女性

静作序 女性健康美丽幸福 电子书网盘下载 2024 pdf mobi txt - pd

女人50+：50+女人的心灵能量 金韵蓉著 理学者生活美学 性心灵经典 李静作序 女性健康美丽幸福

女人50+：50+女人的心灵能量 金韵蓉著 理学者生活美学家金韵蓉的女性
作序 女性健康美丽幸福作者简介

金韵蓉

资深芳香疗法专家、心理学家、亲子专家、畅销书作家、时尚生活家。

拥有深厚的心理学专业底蕴和睿智的人格魅力，温婉内敛、亲和从容，将芳香、色彩等自然能量疗法融于生活美学中，善用文字、讲演和大家分享生活中的点滴幸福、温暖和感动！

目前专注于书籍写作和公开演讲课程，由此将女性心理、生活美学、时尚生活等相关理念与广大的朋友们分享。

著有：《精油全书（珍藏版）》《女人30+》《女人40+》《美丽笔记》《37码走埃及
士自然之旅》等20余部图书

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。

信息来源：女人50+：50+女人的心灵能量 金韵蓉著 理学者生活美学家金韵蓉的女性
静作序 女性健康美丽幸福 电子书网盘下载 2024 pdf mobi txt - pd

女人50+：50+女人的心灵能量 金韵蓉著 理学者生活美学家金韵蓉的女性心灵经典 李静作序 女性健康美丽幸福

女人50+：50+女人的心灵能量 金韵蓉著 理学者生活美学家金韵蓉的女性心灵经典 李静作序 女性健康美丽幸福其它

书籍介绍

心理专家、生活美学家金韵蓉的女性心灵经典

年逾半百又怎么了？一样可以说话时手舞足蹈，快乐时尽情欢笑，进餐时快意享受，过过日子时踏踏实实，做个积极享受当下、乐在生活的熟龄美女子！

著名主持人李静为倾情作序；著名文化学者于丹、时尚集团副总裁及资深时尚杂志主编徐巍、生命汇联合创始人兼CEO陈力联合推荐。

【内容简介】

50岁，时光匆匆流逝，体力、心力的衰退似乎已成定势、无力挽回，社会角色也开始边缘化，辛劳半生之后，接下来的日子似乎很难与“精彩”两字挂勾……

但你知道吗，对金韵蓉老师而言，她的“精彩人生”，是从50岁开始的——49岁时，她的一本书出版，并由此开始，在后面的十余年里，井喷式地出版了20多本书；同一年，她受邀成为《美丽俏佳人》的常驻嘉宾，一炮而红。50岁之前，她有近20年的时间做的是自己不太喜欢、但必须尽责的事情，真正开始做喜欢的事、交喜欢的朋友，是从大部分生活责任已尽的50岁开始。而这，并不是某种专属于谁的特例，这其实是所有女性都可以好好经营和享受的人生。

本书从“应该以何种情绪和身心状态面对50岁后的‘老去’”“如何应对孩子的自立门户、之后的亲子关系”“如何让平淡的夫妻关系升温”“如何保持健康的肌肤和身体”“如何好晚年财务规划”“如何享受晚年生活”等方面，以“过来人”的经验、以资深心灵咨询师的视角，分析了女人50必然面临的居多困境，也提供了良好的解决方案。

【编辑推荐】

继《女人30+》《女人40+》之后，金韵蓉老师为50+女性量身打造了这本心灵能量读物。老师丝丝入扣、娓娓道来的文风，读来如沐春风。没有说教，只是以一个过来人的经验

和一个心理专家的视角，帮女性朋友理清思路、看清问题、纾解烦恼。

【名人推荐】

用光阴铺路，为年华写诗，30岁的灿烂，40岁的睿智，50岁的从容……韵蓉姐的新书延续温暖的生命格调，从亲身经历和身边的故事写起，以她的专业心理学视角，写出一派疏朗典雅的女人中年气象，越陌度阡、千山万水，遇见一个美丽的真自我。

——于丹（著名文化学者，北京师范大学教授）

50岁后所面临的，我想金老师是深有感悟的！在我心目中，她平静、优雅、善解人意，永远让我觉得如沐春风。我想金老师一定不是因为一切顺利而淡定，而是因为她特殊的身份。作为一名心理学家，懂得从容地面对自己不同时期遇到的问题，懂得与自己对话。

——李静（著名主持人）

每个女人都要面临子女长大后的空巢，要面临自己和伴侣退休后重回家庭的适应，要面临如何理财和如何保养自己等诸多问题。金老师这本新书，就是为我们解决这些问题而写，书中她没有说教，只是以一个过来人的经验和一个心理专家的视角，帮你看清问题，为你纾解烦恼。

——徐巍（资深时尚媒体人、时尚产业观察者、女性生活方式研究者）

生命只有一次，每一个阶段的体验都是馈赠，不管你是豆蔻年华、而立之年还是不惑之年，女人，请不要服输，也不要服老。每一位女性都应该以一种积极的态度接纳和享受这份岁月的献礼，生活才会更美好。这是我读金老师这本新书最大的体会。

——陈力（生命汇联合创始人兼CEO）

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。

信息来源：女人50+：50+女人的心灵能量 金韵蓉著 理学者生活美学家金韵蓉的女性
静作序 女性健康美丽幸福 电子书网盘下载 2024 pdf mobi txt - pd

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。

更多精彩内容请访问：[女人50+：50+女人的心灵能量](#) 金韵蓉著 理学者生活美学家金

[心灵经典](#) 李静作序 [女性健康美丽幸福](#) 电子书网盘下载 2024 pdf mobi

[P女A50+：50+女人的心灵能量](#) 金韵蓉著 理学者生活美学家金韵蓉的女性心灵经典

[性健康美丽幸福](#) pdf 网盘 电子书 下载 全格式

[E女从B0+：50+女人的心灵能量](#) 金韵蓉著 理学者生活美学家金韵蓉的女性心灵经典

[性健康美丽幸福](#) epub 网盘 电子书 下载 全格式

[A女W50+：50+女人的心灵能量](#) 金韵蓉著 理学者生活美学家金韵蓉的女性心灵经典

[性健康美丽幸福](#) azw3 网盘 电子书 下载 全格式

[M女B50+：50+女人的心灵能量](#) 金韵蓉著 理学者生活美学家金韵蓉的女性心灵经典

[性健康美丽幸福](#) mobi 网盘 电子书 下载 全格式

[W女R0+：50+女人的心灵能量](#) 金韵蓉著 理学者生活美学家金韵蓉的女性心灵经典

[性健康美丽幸福](#) word 网盘 电子书 下载 全格式

[T女入50+：50+女人的心灵能量](#) 金韵蓉著 理学者生活美学家金韵蓉的女性心灵经典

[性健康美丽幸福](#) txt 网盘 电子书 下载 全格式