

《人生不是只有青春》

图书基本信息

书名：《人生不是只有青春》

13位ISBN编号：9787508639840

10位ISBN编号：7508639847

出版时间：2013-7-15

作者：[美] 莎拉·布罗考

页数：240

译者：刘丽洁

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.tushu000.com

《人生不是只有青春》

内容概要

《人生不是只有青春》

作者简介

《人生不是只有青春》

书籍目录

序言 人生的新篇章

导言 拥抱岁月的馈赠

第一部分 优雅

一 为什么衰老让我们如此恐慌

二 年纪大也能当妈妈

三 癌症带来的礼物

第二部分 人际关系

四 女性友谊——生命的滋养品

五 良师益友永远不嫌多

六 我挚爱的陌生人

第三部分 成就感

七 我会做得足够好吗？

八 是你让我变得更好

九 母爱本身就是成就

十 “女强人”不可悲

第四部分 冒险精神

十一 别为你的人生设限

十二 你永远都可以魅力十足

十三 尽享每一次约会

第五部分 灵性追求

十四 亲人永远不会远离

十五 生活由你来讲述

十六 走向属于你的精神领地

《人生不是只有青春》

精彩短评

1、在合适的时间读了这本书

2、成长，是女人终生的课题。

在女人到中年很多原因让我们放弃自我成长和提高，本书作者根据自己的研究提出几个女性在中年时期比较注重的的问题，面对这些问题，作者也提出了自己的观点和解决办法。

这本书我用一个小时看完，总的思想就是自我成长和提高，其他的我不起来了。

3、优雅、人际关系、成就感、冒险精神、灵性追求

4、写了女性在面临30岁和40岁的一些心理活动，如何应对成长的困惑。

5、鸡汤,鸡汤好多啊

6、40岁女人如何活的优雅

7、那天在读书会上，Sophy介绍了这本书，然后就买回来看了，其实跟以前看过的很多书类似，人生到了中年应该怎么活，脸上刻着的不应该只有皱纹，还有阅历和自信，优雅，再加上晚上看了一个TED视频，why 30 is not the new 20，你现在选择什么样的生活方式，一定决定了你十年后会过什么样的生活，打开现有的局面，增强弱联系，跳出固定的圈子，为自己增值，两者都说到了这些方面，给个三星的理由是觉得没有看到太多有新意的东西，也许是自己看得太多了。。

8、5项核心价值观：优雅，人际关系，成就感，冒险精神，灵性追求。然后由此每个观点敞开的论述。【花时间吐露心声，倾听感受想法。观察积极品质，培养尊重。赞美。宽恕。暂停。选择方式。正面态度。靠自己。】20岁的人看40岁的书很多方面虽没有感同身受，但是意识到岁月不饶人，青春到底怎么过？嗯.....为青春买单.....

9、特别推荐的一本书，虽然原版的标题是给四十岁之后的女士读的一本书，但是书中带来的正能量和人生的智慧却是适合各个年龄段的女性的。

10、额靴搔痒

11、打个三星半 写的挺诚恳的一碗鸡汤 只是国内目前的社会环境对年龄更严苛一些

12、对于在其中纠结的女性，给你们打开另一扇窗另一个思路

13、偶尔得读点鸡汤

14、概念不错。对于女人来说，当青春逝去，如何更优雅健康地度过，才是需要未雨绸缪的。

15、比起容貌上的年轻，更希望自己有个更丰富的内心，不为失去的、遗憾的、纠结的再浪费时间，人生只是为了自己和爱的人而活，活得更自如

16、每天一本书第二十四天，这是作者四十岁写的关于四十岁以后的故事，我觉得女人不管几十岁，只要有一颗勇敢，积极的心和良好的心态，便可以应对任何一种更年期。

《人生不是只有青春》

精彩书评

1、人生不是一直停留在18岁，一眨眼的功夫28岁就到了眼前，但是你的意识里从来没有想过28,38...88.....就这样悄然地到了眼前，让人恐慌，似乎感觉“老了、不再美丽、死亡.....”这些从来都是离自己还是远的，于是你想逃，你不愿承认你已经28了。感觉青春还没过的潇洒肆意过，感觉还没有狠狠的美丽过，很多愿望还没有实现，然而我已经老了，人生就那么地变得凄凉起来，感觉人生似乎无望了.....作者用很多案例，讲述我们如何渡过这样的心理，她认为优雅、人际关系、成就感、冒险精神和灵性追求五种特质有利于我们应对这个年龄的挑战。在惶恐的过程中，我们会更深层次认识自己，“我是谁？我做了什么？我的价值是什么？什么样的生活让我快乐幸福？”

《人生不是只有青春》

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.tushu000.com