

# 学会爱



[学会爱\\_下载链接1](#)

著者:【英】詹妮弗·弗里德

出版者:商务印书馆国际有限公司

出版时间:2011-6-1

装帧:平装

isbn:9787801037640

它是一只眼光敏锐的小猫，对生活中重要的事情有着独特的看法。

它是一只受到美国人喜欢的心灵大师。

它是一只被欧美众多名人推荐的一只聪明猫。

或许你没时间练瑜伽，或许你没钱请心理医生，或许你不敢向母亲哭诉。如果这样的话，让小猫斯坦利成为你的精神导师吧！

《学会爱：小猫斯坦利的生活觉悟课》提供了许多条来自斯坦利的机智格言，由它充满爱心的主人、心理治疗师珍妮弗·弗里德（Jennifer Freed）翻译并记录。

无论你是猫咪爱好者，还是更喜欢狗狗作伴，小猫斯坦利的温馨建议和深刻洞察都将成为你忧郁时刻的最佳陪伴。这只可爱的小猫会照亮你的每一天！

欲了解更多关于小猫斯坦利的信息，请访问本书官方网站<http://stanleythecat.com/>。

书中每段精彩的语言还配有可爱的小猫插图。这绝对是爱猫者的收藏品中最不可缺少的一样作品。同时，不管你是不是对猫有着独特的情感，你都会为这样一本真诚，可爱的生活心灵书而感动、愉悦。

作者介绍:

詹妮弗·弗里德

英国心理畅销书作家、心理治疗师、心理学教授、热门电台主持人。2009年桑塔·芭芭拉本土英雄任务获奖者，塞拉·图森治疗中心希望奖获奖者。同时是斯坦利的专属主人，一名爱猫者，也是一名受到猫的启发和恩宠的女人。詹妮弗是一名帮助上万青年、家庭和个人找到人生目标、救助心灵的专业心理治疗师。同时，作为一名电台主持人，曾经在“早安，美国”“国家公共电台”以及“美国之声”等知名电台主持过热门心理专栏节目。作为斯坦利的主人，她将爱猫斯坦利的智慧翻译并记录，写成了最新作品《学会爱：小猫斯坦利的生活觉悟课》，全美国人都疯狂热爱的一只小猫。得到无数热烈的评价和推荐。目前，詹妮弗与家人住在美国加州的圣巴巴拉市。

目录: 引言

1. 关于你和你自己
  2. 关于你和其他人
  3. 关于爱和渴望
  4. 健康的习惯
- • • • • ([收起](#))

[学会爱\\_下载链接1](#)

标签

学会爱

一只猫的生活意见

绘本

心理学

特别的装帧、温暖的内容。有智慧的小猫

生活，爱。

成长

猫

## 评论

大道理都懂，做起来要是不难的话，人人都会活的很好了。比如谁能拒绝晚睡？

-----  
恩，这是大学以来认真读完整的第一本课外书><而且是在备考托福最紧张的时期。。。美好的中午：)

-----  
: B821-49/5062

-----  
品相、内容都很棒的小书~ 感觉中文版的装帧设计比原版还好看：)

-----  
一只猫

-----  
感觉很不错，，虽然大多的道理以前都是明白的，，但是读起来还是很亲切，，书的设

计不错

-----  
很单纯、很可爱，却温暖人心、教人去爱的书。

-----  
一只猫猫教我们的事。

-----  
我用一个失眠的晚上把这本书看完了。设计很特别，就像没有封面。内容很少，基本上是感悟。配图不好看，整书的空白很多。但，值得细细品读。

-----  
这是一本需要你慢慢读的书。尽管它篇幅很短。另，恕我多言，我实在无法想象一只猫能活20年。

-----  
爱不是盲目包容，爱因理智而洁净，因聪慧而升华。

-----  
#书单# Book 80 《学会爱 小猫斯坦利的生活觉悟课》by 詹尼佛佛里德  
这本书用猫的视角分别从你与自己的关系、他人的关系、爱、健康四个方面给予人生建议，有些话题给我触动很大，说明是自己还没做到的，有些则是经历过后才理解内涵，我最喜欢其中的一句话：生活不是比赛看谁抓住的老鼠最多

-----  
有些简单的道理重新被拾起

-----  
小猫斯坦利的生活觉悟课：)

-----  
从一只小猫的行为里学习人生生活哲学

-----  
从斯坦利身上，折射出人身上很多与其他人相处时需注意的东西~~~

-----  
喜欢书的包装

-----  
好看的数啊~

-----  
画的蛮可爱的

-----  
你没有必要只从那唯一一个人身上得到你所需要的关注和情感，将你的圈子扩大一点，从更多人和事那里获取你所需要的东西，这样的话，每个人都不会觉得太有压力了。（摘）

-----  
[学会爱\\_下载链接1](#)

## 书评

我们活的太匆忙，甚至有时候活得忘记了自己。  
这是一本需要你读到某一页停下来细心想想的书。如果只是想获得另一些生活教条，那么请往别处。这里有一条简单，直接，自我的道路，如果你愿意挤出些时间给自己去放松的思考与反省，那么这本书将是最佳选择。

-----  
动物们是如此简单的生物……它们不需要令人快乐的附属品、奢侈的床或者是饕餮盛宴（即使我们自愿提供给它们这些东西）。为了让你能更好的体会斯坦利和作者之间的感情，这里有关于这本书的一个简短的小介绍。我们学习着无论是好的时候，坏的时候，健康也好，疾病也罢，他...

-----

-----  
买来这本书的时候，我亲爱的小猫咪逝世刚好一周年，我看着这本书边哭边笑。我曾经也有一只这样的小猫，她教会我很多很多关于爱和善良的东西。我真的很想念她，也很喜欢这本书。小猫斯坦利，真的是一本心灵慰藉之书啊！

-----  
[学会爱\\_下载链接1](#)