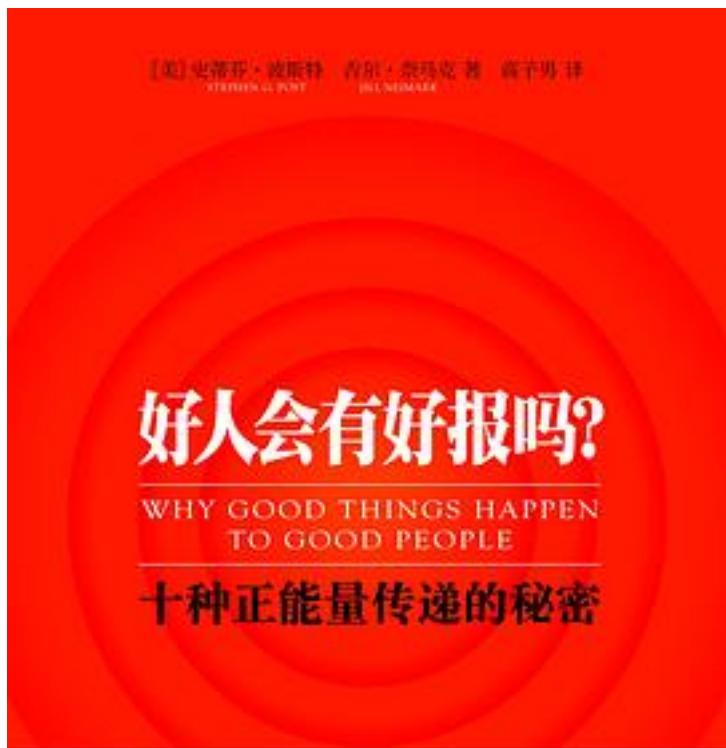


# 好人会有好报吗?



风靡全球的正能量运动火热传递中  
一本教你如何传递正能量的成功操作手册

"全球投资之父"约翰·邓普顿、佛学泰斗星云大师、身心灵作家赖佩霞感动推荐

哈佛大学、斯坦福大学、耶鲁大学、加州大学教授共同研究  
权威的"付出与长寿测量表",助你实现正能量的传递

[好人会有好报吗? 下载链接1](#)

著者:[美] 史蒂芬·波斯特

出版者:南方出版社

出版时间:2011-5

装帧:平装

isbn:9787550101814

本书作者从接受“全球投资之父”约翰·邓普顿关于开创一个专门研究“付出”的机构开始，综合了美国四十多所主要大学的一百多项研究成果，为我们揭示了十种正能量传递的秘密。书中除了难得的科学论证外，还有感动人心的真实故事交织其间。此外，作者还发展出创新独特的“付出与长寿测量表”，帮助读者找到最适合自己的能量传递方法，实现正能量的传递。

书中分别从家庭、朋友、社区及人类四个领域讲述了十种正能量的传递方法：赞美、传承、宽恕、勇气、幽默、尊重、慈悲、忠诚、倾听及创造。针对每一种传递方法，作者都进行了深入的分析，并设计了相应的练习方式。快快阅读本书吧，加入到风靡全球的正能量传递运动中！

作者介绍：

史蒂芬·波斯特 (Stephen G. Post)

美国最著名的生命伦理学教授、《华尔街日报》畅销书作家。2001年，成立无限挚爱研究中心，专门研究正能量的传递方法，并获得全世界的广泛认可，其论文发表在各大顶尖期刊，如《科学》、《美国医学协会期刊》等，研究成果享誉国际。

吉尔·奈马克 (Jill Neimark)

记者、小说家、《今日心理学》资深编辑，作品见于《纽约时报》、《经济学人》、《发现》等报刊。

目录: 引言	发现神奇的正能量密码.....	001
为什么要在实验室中研究“付出”	.....	002
关于付出的科学新发现.....	006	
用伟大的爱来做小事.....	009	
踏上神奇的正能量传递之旅!	.....	013
第一章 付出与长寿测量表：十种正能量的传递方法.....	016	
正能量传递的四个领域.....	018	
正能量传递的十种方法.....	021	
“付出与长寿测量表”怎么用? .....	024	
这个测量表是一面实用的镜子.....	025	
第二章 赞美正能量的传递.....	029	
赞美带来的生命力的复苏能量.....	029	
感激的神奇治愈作用.....	031	
临床心理学家保罗·维克的观察.....	034	
感恩日记的修复力量.....	037	
你的赞美得分.....	043	
第三章 传承正能量的传递.....	047	
现世的“方舟”.....	047	
不断成长的传承正能量.....	049	
来自卫尔斯科学院的研究成果.....	051	
传承，为生命创造意义.....	053	
你的传承得分.....	069	
第四章 宽恕正能量的传递.....	073	
二十万街童与一个“妈妈”.....	073	
我们内心能贮藏多少仇恨.....	075	
了解原谅的真正涵义.....	078	
你的宽恕得分.....	095	
第五章 勇气正能量的传递.....	099	

来自地球另一端的信.....	099
勇敢者的核心品质.....	100
废墟上的牧师.....	103
你的勇气得分.....	112
第六章 幽默正能量的传递.....	116
父亲葬礼上的小丑.....	116
人体内的快乐元素.....	117
快乐的“奖励中枢”.....	119
幽默的神奇能量.....	124
你的幽默得分.....	127
第七章 尊重正能量的传递.....	131
诺曼底登陆时的回忆.....	131
国际健康与社会中心马特博士的报告.....	133
学会尊重的“宽容计划”.....	137
你的尊重得分.....	145
第八章 慈悲正能量的传递.....	149
照向孤儿院的光.....	149
温柔地感受他人的痛苦.....	151
耶鲁大学斯旺博士与雷克曼博士的报告.....	153
你的慈悲得分.....	161
第九章 忠诚正能量的传递.....	165
一见钟情七十年.....	165
忠诚是超越时间之爱.....	167
对忠诚之爱的调查报告.....	170
你的忠诚得分.....	187
第十章 倾听正能量的传递.....	191
全心投入地倾听.....	191
用第三只耳朵倾听.....	193
圣克里斯多佛安养院的临终倾听.....	195
倾听源于同理心.....	197
你的倾听说分.....	208
第十一章 创造正能量的传递.....	212
时尚摄影师与白化病之美.....	212
创造力：第一推动力.....	214
哈佛大学心理学家谢利·卡森的观点.....	217
你的创造力得分.....	227
后记 传递生命的正能量：你的付出计划	
· · · · · (收起)	

[好人会有好报吗？下载链接1](#)

## 标签

心理学

神秘学，能量，因果，爱，付出

社会学

人生思索

心理

神秘学

科普

神秘

评论

让书名忽悠了。用科学的研究方法论证上帝是否存在是一件很无聊的事。正确的道理是要靠悟的。什么是好人？这是个大前提。这个大前提没说清楚，还谈什么因果呢？信或不信，佛都在心中。只是观照的问题。

---

把老毛子的理论又炒一遍还炒得挺热乎……

---

事实上，从量子力学角度讲，好人是有好报的。

---

神奇的社会学

---

太无聊了，看了几章实在撑不下去袅。我当初为啥要买为啥啊摔！

---

这本其实是针对付出量表及其十个子量表的综述、有定义有维度有后置变量有案例分析、乍一眼还挺全的……【至于为什么叫“付出与长寿量表”只能说这个量表和书名一样

走了标题党路线、在严谨的心理学研究中这是不允许的罢；最多只能建立本量表与长寿之间的相关性联系——但这正是问题所在、为了大众的浅阅读体验只能牺牲了相关数据令本书更加不具有严谨性、从而完成了从严肃研究到流行的无病呻吟的心理通俗读物的华丽转型】。【从一堆人加的“神秘学”的标签就看出来了——完全踩错了点】【末了译者MS也是外行】

更多的是让你从倾听、尊重、付出、勇气、幽默等多个方面去为人处事，保持正能量守恒。感觉和题目没啥关系。

金总推荐。看了几页弃了。。

3月22日开始读《好人会有好报吗?》一书。书中主要讲了十种付出的方法，分别是：忠诚、传承、赞美、聚会、宽恕、勇气、幽默、尊重、同情、倾听、创造。  
其理论依据是能量转换。  
而，创造是最本质的付出，这才是一种最有价值的能量转换。

当你诚恳的对别人付出自己的爱和帮助时，你内心的正能量就会增加，你的行为会直接影响你对自我的判断——即当你做了一件好事的时候，无论别人有没有反馈于你，你的内心都会下意识的暗示自己：“我在做一件正确的事情”，这种潜在的意识增强了你的正面情绪，并强化了你的自信。

我承认帮助人是会有这种自信的感觉，但是等我帮人帮多了，我发觉自己开始变得天真。而且，当人的爱心泛滥以后，往往是开始入侵他人的私域。圣人不死，大盗不止。尽本分吧... 就不要这样的社会环境了。

如果你知道我为什么要看这样的书，你就知道我是怎样在与内心中汹涌澎湃的愤怒、不甘和悲苦在战斗

以为像《上帝掷骰子吗》一样有趣，结果是本实验报告！

感恩、助人、宽恕、勇气、幽默、尊重、同情、忠诚、倾听、创造

提到的十种方法都是对的，测量表在出现对应问题时可以使用，但拿来出书立著却太单薄了，

付出=回报。想象爱你的人。宽恕自己。

现代意义上的日行一善；统计学和实验学家们都有时间去研究金赛报告之类的东西，怎么这么久才有人想去统计和实验道德行为和身体心理的结果，虽然迟了，但是later better than never.

原来还以为是严肃的伦理学书，看了才发现是近乎心灵鸡汤的“正能量心理学和伦理学”。当然，试图论证付出-回报的伦理正确，是可以理解的，但有些论述太牵强了，里面说的一些道理也多为常识，比如要赞美对方，等等，在深度上还有待提高。

上帝从做人那一刻开始就设下了一些规矩以防止各种对生命的维持与延续不利的事发生，一旦违反这些规矩最终会受到生物根本需求上的惩罚：生存与繁衍的危机，而且这种惩罚是我们自身生理反应用对我们的否定。从某种意义上来说，人类并不能控制自己的肉身，只能控制自己的灵魂

好人会有好报吗？

人应该具备一种对他人的关怀能力，一种把注意力延展到自己群体之外的人的关怀能力，必须放下对过去成绩的自我陶醉和自我中心情节，从自身棱镜的折射中，去了解自身以外的生活和生命。

[好人会有好报吗？](#) [下载链接1](#)

书评

我承认，我读这本书就是被这书名给吸引了，我不信因果，也深深怀疑好人是否真的有好报，尤其是在今天的社会，浮躁、唯利是图、良莠不分盛行的时代。勤劳而不富有的人满处都是，善良而弱势的人满街可见，谁还能抱定好人有好报的断言活着？然而世界之神奇也确实超过了我…

---

前阵子一个少年扶起摔倒老人反被告是肇事者的新闻在社会上传的沸沸扬扬，人们不禁摇头感慨，现在是想帮人都不敢帮，好人不仅没好报，还会被人以怨报德。有些时候我们抱怨我们的付出没有得到回报，譬如父母为孩子劳心劳力，孩子却不领情，父母就会开始责骂孩子不孝。然而，我们…

---

---

如果社会是在好的路上，这样的指引是有效的；但如果在一个乱遭遭的社会，那就是对正义与公正的亵渎。我没有办法用这样的眼光看待身边的人，包括亲人。虽然在读这本书的时候，心里很感动。总有一些人是无法沟通的，总有一些人心里无法原谅，也无法面对。作为个体，真的如书中所…

---

---

一本讲述付出和回报的正相关关系的书。作者是美国大学医学院的教授，创立了公益组织“无限挚爱”中心。本来书中观点有大量具名的研究文献佐证，只是书名和副标题“因果能量转换的秘密”离题太远，让人误以为充满了道听途说的鸡汤故事和不严谨的宗教性说教。其实说白了就是付出…

---

---

这本书我又是被标题给骗了。翻开书后最想找的便是“因果能量转换”。可是翻了半天，因果呢？能量转换呢？除了例子以外就是教你该怎么做不该怎么做，列出一系列数据。可是副标题承诺的秘密完全被屏蔽了……

---

---

本书由翻译过来，不耐读，讲的也是一些基本道理，帮助人自己快乐，多做好事对自己有益等，在这个道德沦丧年代，也是或缺常识，但对身为儒学信徒我帮助不大。建议犹豫做不做好人的可以读一读，如果和我一样坚定就不必读了。

---

[好人会有好报吗？下载链接1](#)