

国学人生

【课程时长】

一天 (6小时/天)

【课程老师】

吴孟恩

【课程大纲】

一、认识国学

1、对国学的误解

- 君叫臣死臣不得不死，父叫子亡子不得不亡
- 女子无才便是德
- 中华文化不产生科学
- 中华文化落后，所以挨打
- “五四”对传统文化的评价
- 学习国学要取其精华去其糟粕
-

2、国学含义

- 中华固有文化的统称
- 中国人的生活方式
- 中国人特有的阴阳五行思维
- 中华魂：
儒魂、道骨
佛心性、侠之肝胆
- ◆ 国学四化：
实用化、常效化
生活化、简单化

二、国学助您实现五福人生

1、五福

- 好德：生性仁善而且宽厚宁静
- 富贵：钱财富足而且地位尊贵

邵逸夫 嘉诚

- 康宁：身体健康而且心灵安宁
- 长寿：命不夭折而且福寿绵长

李清云（1677-1933年）

宋美龄（1897-2003年）

- 善终：安详离开并且心无挂碍

南怀瑾

2、如何实现五福人生

1) 培养健全的心智模式

① 负面心智模式及其危害：

- ◆ 怒：伤肝，吐血。
- ◆ 喜：伤心，心脑血管疾病。
- ◆ 思：伤脾胃，消化系统疾病。
- ◆ 悲：伤肺，呼吸系统疾病。
- ◆ 恐：伤肾，泌尿系统疾病。

② 正面心智模式的养成

- 怒→恻隐之心→仁
- 喜→辞让之心→礼
- 思→敬畏之心→信
- 悲→羞恶之心→义
- 恐→是非之心→智

2) 建立良好的人际关系

君敬臣忠：上下级相处之道

孟子告齐宣王：

君之视臣如手足，则臣视君如腹心；

君之视臣如犬马，则臣视君如国人；

君之视臣如土芥，则臣视君如寇仇。

员工的几种类型：

唯上者，愚！

唯利者，奸！

唯礼者，忠！

人际关系建立之初：识人

知人者智，自知者明

朋友有信

兄友弟恭

父慈子孝

夫义妇德

国学智慧识人——五行识人

源自中国古老智慧《尚书》和《黄帝内经》，从五千年前开始，上至帝王将相，下至平民百姓，都在重加运用。这是东方博大精深的识人智慧，其准确性和简易性堪称一绝，是迄今为止对人认识的最好的理论体系。

四大绝对优势：系统性、科学性、简约性、实用性

为何出现“二八定律”

五行性格特点

木：以情动人

火：理想管理

土：实实在在

金：感恩回馈

水：帮助引导

3) 培养较强的学习、工作能力

如何提升自身能力

甲、长善救失：

知其心，然后能救其失也，教也者，长善而救其失者也。

重视因材施教，善于因势利导

乙、摩：

相观而善之谓摩。

相互研究、切磋。

丙、和易以思

道而弗牵则和，强而弗抑则易，开而弗达则思。

诱导而不牵拉，劝勉而不强制，启发而不包办。

丁、藏息相辅

不兴其艺，不能乐学，故君子之于学也，藏焉修焉，息焉游焉。

闲暇时间，多培养自身乐趣，学习、工作时认真专心，退而休息时尽兴游乐。

戊、预

禁于未发之谓豫，发然后禁，则扞（hàn）格而不胜。

错误出现之前就加以防止，叫做预防；错误出现了再去禁止，就有产生抗拒而难以克服

己、时

当其可之谓时，时过然后学，则勤苦而难成。

在适当的时机进行教育，叫做及时；错过了时机，事后补救，尽管勤苦努力，也较难成功。

庚、顺

不陵节而施之谓孙，杂施而不孙，则坏乱而不修。

不超越对方的才能和年龄特征进行管理和引导，叫合乎顺序；打乱了条理，就难以收拾。

3、实现五福人生

取中、祥和

圆融、精进、力行