

---

# 《禅---企业家心智修练》

## 【课程背景】

焦虑浮躁的心如何宁静？

困难挫折面前如何轻松面对？

竞争压力面前如何举重若轻？

瞬息万变的市场面前如何灵活应对？

纷繁复杂中如何看到事实的真相正确地决策？

忙碌攀缘的心如何止息？

倦怠散乱的心如何重燃激情？

《大学》：格物、致知、诚意、正心、修身、齐家、治国、平天下

彼得·圣吉有一个著名的理念：“三流的管理者学管理知识，二流的管理者学管理技巧，一流的管理者修炼管理心智。”

领导的核心是自我领导，明确与管理好自己的需要、欲望、认识、行为，做出最恰当的决策与行为，是本课程的核心要点。

## 【授课时长】

1-3天

## 【课程收益】

- 1、全面认识自己，认识我们与“相关”的一切关系，开启智慧。
- 2、认识人类特有的立体思维，认识限制思维是如何束缚我们的。
- 3、尊重环境，知道我们是环境的产物，与时俱进，根据环境变化而做出生活与工作方面的重要决策。阻力小，效果大，与环境融为一体，享受生命本来的大自在。
- 4、释放压力、重返宁静，体会健康，心安，友爱，以及生命的觉醒。

## 【授课对象】

总裁、企业家、中高层管理者提升领导智慧，修身养性、心智成长、情绪减压等

---

## 【课程思想】

- 1、这是一个以“自然规律至上”的课程，一切以顺应自然规律为基本原则。
- 2、这是一个以“以人为本”的课程，一切以“唤醒本性，返本归源”为宗旨。
- 3、这是一个“根本性学习”的课程，一切以了解自己迅速提升各方面能力为目的。

## 【课程大纲】

### 第一部分 心智修炼始于全面认识自己

- 1、我们活在“印象、感受、观念、活动、意识”当中
- 2、将以上这些都还回去，“我”是什么状态？
- 3、认识自己的两面“动态与静态”
- 4、大量压力与烦恼痛苦的来源
- 5、允许自己有独特的人生剧本
- 6、相对法—上善若水
- 7、相对与相应
- 8、“我”是如何形成的
- 9、智慧的开启

### 第二部分 让欲望落于团体成为动力，而非落于个人成为阻力

- 1、欲望从何而来？
- 2、欲望是什么？
- 3、是谁在指挥欲望的方向？
- 4、物欲、精神欲、修行欲的内容
- 5、思考：什么是科学？
- 6、人的智慧是怎么来的？
- 7、为什么拒绝改变？
- 8、如何让欲望成为动力而非阻力？

### 第三部分 人性化管理基于“放下自己的角度，圆融他人的角度”

- 1、个人哲学—角度是如何形成的？
- 2、最优化心智模式
- 3、人生不同阶段的角度
- 4、家庭心理结构
- 5、组织心理结构
- 6、角度与对错的关系
- 7、眼中的别人
- 8、所有矛盾、冲突的根源是什么？
- 9、限制束缚自己心智成长的是什么东西？
- 10、人性化管理---放下自己的角度，圆融别人的角度

### 第四部分：科学的管理建立在“了解真相”的基础之上；

- 1、从心灵中开始
- 2、念力之心，决定一切的力量
- 3、在经营中修行

- 
- 4、在节俭中修身
  - 5、在敬业中参禅
  - 6、在遵纪中提升
  - 7、工场即道场，工作即修行。
  - 8、在纷乱中培养智慧自来。

#### **第五部分、卓越的领导力立足于“无我的智慧”**

- 1、自我是一堆概念，心是因缘的平台
- 2、空荡荡的心、是自己的真如本性，是禅、是佛。
- 3、烦恼的两大来源
- 3、相对与相应：看破放下得自在
- 4、回归生命的本质：懂得回报与爱
- 5、快乐幸福做企业

#### **第六部分：体验练习：“如是观”**

作用：培养了解真相的洞察能力，作出恰当的决策。培养倾听与沟通能力，减少情绪情感的内耗，静心、平和、减压。在企业管理中能站到“零度”进行思考，了解他人的角度，减少人际关系的冲突。

简介：忙乱遮住了人们的慧眼，君子慎独。习惯性加工信息，导致决策失误，带来烦恼纠纷。培养一双慧眼，让自己更全面的认识人、事物。

方法：身心放松，以“空心”洞察内外动态，保持知道，不干扰其内容。

#### **第七部分：体验练习：观心禅**

作用：全面认识自己，扩大心胸格局、改善脾气与性格。

简介：直指人心。心不动是体，心动是用。空荡荡的心，才是真正的自己。觅得真心，心胸自然无边界，随因缘来去自由，无所挂碍，洒脱自在，智慧自来。

方法：注意念头起落之间，不干扰，不受念头内容牵引。观与被观合一，念头自动脱落而归于寂静之海。