

<<生命不应有边界>>

图书基本信息

书名：<<生命不应有边界>>

13位ISBN编号：9787307097919

10位ISBN编号：7307097915

出版时间：2012-7

出版时间：武汉大学出版社

作者：吴咏怡

页数：203

字数：207000

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：<http://www.tushu007.com>

## &lt;&lt;生命不应有边界&gt;&gt;

## 前言

在爱情方面，很多人都期待“心心相印”，两人之间不用更多言语，不用刻意表白，却是那么的默契，那么的心有灵犀。

只要一个眼神，或者是一个表情，对方就可以知道你内在的想法，就可以感受到你内心的喜怒哀乐。

真正相爱的两个人，关心的不仅仅是彼此的行为，还有彼此的心。

无意中发现，“心心相印”还是佛教用语。

在《黄蘗传心法要》中，有“迦叶以来，以心印心，心心不异”的经文。

看到这段文字，更加明白了“心心相印”的关键之处，那就是“从心印心”--你要得到别人的真心，首先你自己一定要用真心。

从爱情上的“心心相印”，到佛家的“从心印心”，我越来越觉得世间的很多事情都是相通的，只要找到了关键点，就找到了解决问题的钥匙。

而这个关键点，就是“心”。

无论是深处高位的领导者，还是每天负责大量事务的管理者。

“心”既是万难之始，也是万事之钥。

我在教练实践中，简单地将管理者的工作分成两个方面，一个方面是管理事情，另一个方面是管理人。

几乎每一个管理者都不会忽视对事情的管理，比如“对事不对人”、“只关注结果，不管过程”等管理方式，都是倾向于管事不管人。

然而，所有的事情都是由“人”来完成的，事情只是“人”产生的结果，对“人”的管理是解决“事情”的根本所在。

在管理人的这个方面，我们有必要仔细琢磨“心心相印”这个美妙的词，有必要借鉴它的精髓之处，把它应用在管理上，一定会产生意想不到的奇妙效果。

简而言之，你要管理好“人”，仅仅关注对方做的事情是不够的，你一定要关注对方的“心”--心里的想法、内心的感受、内在的渴望等等。

心心相印是一种境界，管理者创造了这种境界后，和下属之间的沟通将变得顺畅，下属能够理解管理者的想法和要求，管理者也能够洞察下属的内在犹豫和顾虑，相互之间的沟通成本大大降低，沟通误会也会迅速消除。

要达到这种境界，有一个关键的动作--从心印心。

管理者如果期望下属理解自己、认同自己，首先自己就要由心出发，真心对待。

只有当管理者关注自己的心，真实地面对自己的心，方能把别人放在心上，方能把自己放在心上。

只有管理者用心，才能做到从心印心，才能与下属心心相印。

心有多大，舞台就有多大。

对领导者而言，心的宽度不仅决定着自已生命的宽度，也影响着别人的舞台的广度。

这本《生命不应有边界》，讲述的就是管理者修炼的案例。

这些案例是我从长期实践的大量案例中，挑选出来的很小一部分，其中有故事，也有我的看法，还有对于生命的思考，所有的文章都是真实的体验和感受，是一个曾经和很多管理者一起成长的专业教练的心路缩影。

从2010年开始，我尝试用文字记录下这些真实的案例。

没想到这次尝试，让我在字里行间找到了新的生命乐趣，让我在整理思路的过程中再一次得以学习。

同时，在合作伙伴金伯扬先生的启发下，我撰写案例的文字组织能力提高不少，非常感谢他对我写作能力的高要求及肯定。

十多年来，我专注于教练技术的实践，和无数的领导者、管理者一起，创造了他们人生中的精彩片段。

他们的激情、投入、用心，让我深受感染，支持我在这条道路上执着前行。

感谢几十年来支持我的朋友们，感谢教练之路上和我一起探索的领导者和管理者们，你们发自内心的力量，让我乐在其中，让我更加用心地支持更多的人去拓展生命的宽度。

<<生命不应有边界>>

从心印心，但愿我的这些文字记载能够给您带来小小的收获，也期望越来越多的领导者和管理者成为优秀的教练，在帮助他人成功的乐趣中，迈上新的高度。

2012年4月

## <<生命不应有边界>>

### 内容概要

作为亚洲资深的专业教练和训练导师，作者擅长从真实案例中寻求突破内心“边界”的方法。本书是作者所主持的真实案例的缩影，六十六篇文章涵盖了团队教练案例、领导力修炼、富二代教育、生死智慧、个人感悟等话题，每一篇文章都有一个真实的故事，或者记录下了作者的独立思考，故事生动，感悟深刻，给人思考和启迪。

## <<生命不应有边界>>

### 作者简介

吴咏怡，香港大学社会科学学士、香港理工大学企管硕士、新英格兰大学辅导硕士、英国密德萨斯大学博士（在读）。

香港大学中国商业学院特聘讲师、复旦大学经济与管理学院EDP中心总裁项目部特聘讲师、国际教练联合会(ICF)

MCC大师认证教练、拓思管理顾问（香港）有限公司总裁。

长期服务于美国、加拿大等大型跨国公司，担任副总裁职务，拥有丰富的企业管理实战经验；包括16年的企业培训及教练经验。

在中国大陆、香港和台湾地区有超过10万人接受过她的培训与教练，支持众多企业成长，培养了无数优秀教练。

讲授风格敏锐而具洞察力。

2009年出版著作《加减——让每一个人成为资源》（中国经济出版社），获得读者和业界人士的一致好评。

她潜心研发的“团队教练发展计划”得到欧洲教练协会的认证，是全球第一且唯一的认可中文教练课程。

她致力于通过“生命智慧”慈善工作坊，推动以正面、积极、开放的态度去探讨和反思生命意义，从而更积极地面对逆境，以及计划更完满的人生。

## <<生命不应有边界>>

### 书籍目录

#### PART 1 团队教练案例

- 女企业家的感性纠结
- 团队“翻墙”技能
- “受害者”的内外杀伤力
- “空降兵”不能成为替死鬼
- 善待婚姻中的合作关系
- 八年股东拆伙真相
- 评估培训的前提要素
- 管理团队就是管理对话
- 好心未必造就好企业
- 企业家的“双面人”游戏
- 流程管理成为挡箭牌
- “减速”发展未必是坏事
- 企业家的对手不在外面
- 企业家被下属制约的困境
- 不做“哈哈镜”顾问
- 老板与员工亲密有“度”

#### PART 2 走在修炼路上

- 天作之合的三个“药方”
- 害怕“失去”大过“失败”
- “包容”不等于“包庇”
- 懂“投降”才是强的领导
- 管理情绪而不是控制情绪
- 责怪他人还是责怪自己
- 中年高管：年龄不是借口
- 追求梦想不需等到退休
- 做决策亦要“以慢打快”
- 学会公开个人隐私
- 时间管理的重点是分配
- 家庭首席运营官
- 自省是一种领导力
- “先知先觉”的修炼步骤

#### PART 3 富二代和新一代

- 富二代需要“向上”包容
- 回归家族企业的挑战
- 富二代的智慧爸爸
- 富二代的成长不能速成
- 激发富二代的成长意愿
- 反思自己还是反思他人
- 富二代的“懒”借口
- 为人子女犹如打工？

- 学会做合格的父母
- “很幸福”的个人志愿
- 天下父母请先“看”自己

<<生命不应有边界>>

父母纵容的“三十难立”

“个性签名”的背后故事

年青一代职场成功秘诀

PART 4 反思生死

生命中的同行者

人生是与“失去”的抗争

生命的二度成长

要活得好，从死亡入手

19岁也明白生与死

有计划地死亡

悲观的积极主义者

每个人都是孤岛

四十岁的人生蜕变

生命的长短与自信无关

“黑暗对话体验馆”的体验

我们都是生命的剧作家

PART 5 吴心飞扬

生命影响生命

高徒才能出名师

兴趣与工作结合的人生

志同道合让人不会孤单

中西合璧的华丽

我的梦想发源地

向吴冠中学习激情与热爱

在潮流中守住心灵净土

寻找自己的安静空间

每一次旅行都是心灵的碰撞

## <<生命不应有边界>>

### 章节摘录

版权页：插图：有一天，我在一个交流会上遇到一位女企业家。

她掌管着两个企业，一个是新兴行业，从事金融理财，一个是传统产业，主营健康食品的销售。

她的脸色有些憔悴，神态中透露出疲惫。

她知道我多年来一直从事企业教练工作，就很直接地向我求助，说近期非常痛苦和迷惘，因为不知道怎么样才能把两个企业都管理好。

她说话干脆直接，干练的风格展现在举手投足之间。

这是一位柔中有刚的女性，疲惫的神态也没有掩盖住她那干练的气质。

情感的纠结在她的事业版图中，金融理财的投资回报高，过去三年她把百分之九十的精力放在了新产业上。

而健康产业经营了十多年，前几年业绩一直不错，2008年金融危机爆发，公司第一次出现亏损。

2009年进行裁员，2010年开始持平。

健康产业的竞争越来越激烈，利润空间持续下滑，她感觉到经营压力很大，担忧能不能持续盈利。

让她纠结的和迷茫的，是要不要继续健康产业的业务。

我问她：“你最放不下的是什么？”

”她说：“是那一帮跟随着我十多年的姊妹！”

”我问：“你在经营十多年的产业中有什么收获？”

”她想了一会儿，给了我一个出乎意料却又充满情感的答案：“从一个少女成为一个女人！”

”我问她：“你丈夫是你在经营过程中遇见的吗？”

”她柔情地点点头……我明白了，她的痛苦和迷茫来自于情感的纠结。

其实，不少创始人在经营历程中，都会碰上情感的纠结，尤其是合伙人之间的战略分歧，让很多人左右为难——分开对彼此有伤害，不分开对企业有伤害。

而她对企业投入了青春和感情，在这里收获了事业、家庭和团队的温暖。

从理性的角度，她倾向于关闭传统业务，将精力全部集中在金融理财行业；从感情的角度，她不愿意这样做，因为这样会带来情感的伤害。

内心的折磨让她左右为难，无法在决策上雷厉风行。

做事业还是做感情？

在我还没有给她回应时，参与沟通的一位男企业家按捺不住自己的思路，问了她两个问题：“你是做事业还是做感情？”

你是做投资还是做情感？

”他的区分很到位，问题十分直接。

我心中暗暗地说：问得好！

沟通中，我强烈地感受到了她的内疚感，在企业面对转型时，她没有两面兼顾好，对传统产业不够重视，精力上很少投入，而出现的第一次亏损让她产生了一份很重的愧疚。

当我问她：“你对健康产业的现状很有内疚感？”

很自责？

”她突然狠狠地吐了一口气，像把积在心中已久的闷气吐出来一样，肯定地说：“是的！”



## <<生命不应有边界>>

### 媒体关注与评论

学习，归零，再学习，是领导者进行自我提升的一个有效途径。

吴咏怡多年坚持的教练技术，为这种学习提供了操作性很强的方法和工具。

——刘宁荣(香港大学sPAcE中国商学院总监、教授) 听过吴导课的人都会对她在课程现场抓案例、并透过现象挖本质的能力佩服不已，每每此时，吴导都会触动到人的灵魂深处，让人看清原本看不到的自己，这使得她的课程散发着独特的魅力，每上一堂课就会增加更多的粉丝。

——浙江省海宁市学习型企业家协会 吴导在教练过程中有洞悉人心和快速转化人态度的力量。尤为可贵的是，她的内在始终守持着一种中正的价值取向，它能让被教练者的态度转化方向在超越与和谐中获得一种平衡。

——郝永刚(复旦大学哲学系博士) 吴导经验丰富，在课堂中能够激发我的思维、让我看到真相。她具有很敏锐的洞察力，看问题总是很核心、精准、到位。

——邓永泉(美国Epicor北亚区高级总监) 身为教练培训界的优秀导师，吴咏仪女士将自己完全融入到这份度人度己的事业中。

伴随学员的成长，她的生命仿佛也获得了延展。

认识十年，我眼中的吴导是一位真正“生命不应有边界”的践行者！

——张军(深圳中国国际旅行社有限公司总经理) 吴导对我最大的影响就是教会我接受所面对的现状，同时厘清自己的人生和事业目标，并督促我为目标而努力，从而帮我走出人生中的一次自我认知的危机。

——余明宣(温州益坤电气总经理)

## <<生命不应有边界>>

### 编辑推荐

我们每一个人的生命只有一次，没有人能够决定生命的真实长度，没有人能够预知生命的终点时刻，但是，我们可以选择生命的路径，可以拓展生命的宽度，可以让生命更加精彩，可以让生命更有价值。

作者用《生命不应有边界》作为书名，就是想告诉读者，生命的长短是天定，而生命的边界则是人自己设定的，所有的边界都是因为在内心深处给自己设定了框框，框框越多，边界就会越牢固，生命的可能性就会越小。

作者长期从事领导力训练和企业教练工作，在管理领域有十多年的丰富经验。在无数的案例中，她深刻地认识到“边界”对于人生的局限，看到人们在自己设定的边界之中的无能为力。

而无数成功的喜悦让她坚信，只要打破了内心的边界，生命的宽度和广度就会得到延展，一切新的可能性也会因此而产生。

作为亚洲资深的专业教练和训练导师，作者擅长从真实案例中找到突破边界的方法，她的服务对象是企业主以及中高层管理者，这些企业中的核心力量将她所训练的方法用于管理实践中，创造了一个又一个的市场奇迹。

这本书是作者所主持的真实案例的缩影，六十六篇文章涵盖了团队教练案例、领导力修炼、富二代教育、生死智慧、个人感悟等话题，每一篇文章都有一个真实的故事，或者记录下了作者的独立思考，故事生动，感悟深刻，给人思考和启迪。

## <<生命不应有边界>>

### 名人推荐

学习，归零，再学习，是领导者进行自我提升的一个有效途径。

吴咏怡多年坚持的教练技术，为这种学习提供了操作性很强的方法和工具。

——刘宁荣（香港大学SPACE中国商学院总监、教授）吴导在教练过程中有洞悉人心和快速转化人态度的力量。

尤为可贵的是。

她的内在始终守持着一种中等的价值取向，它能让被教练者的态度转化方向在超越与和谐中获得一种平衡。

——郝永刚（复旦大学哲学系博士）吴导经验丰富，在课堂中能够激发我的思维、让我看到真相。

她具有很敏锐的洞察力，看问题总是很核心、精准、到位。

——邓永泉（美国Epicor北亚区高级总监）身为教练培训界的优秀导师，吴咏仪女士将自己完全融入到这份度人度己的事业中。

伴随学员的成长，她的生命仿佛也获得了延展。

认识十年，我眼中的吴导是一位真正“生命不应有边界”的践行者！

——张军（深圳中国国际旅行社有限公司总经理）吴导对我最大的影响就是教会我接受所面对的现状，同时厘清自己的人生和事业目标，并督促我为目标而努力，从而帮我走出人生的一次自我认知的危机。

——余明宣（温州益坤电气总经理）

<<生命不应有边界>>

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:<http://www.tushu007.com>