

44-《铁林教练私人书单与终身学习资源指南》

薛铁林 | Coach8 创始人 | ICF MCC 大师级教练

【写在前面】

你好，我是薛铁林。

一个优秀的教练，知识版图必须是“T”字型的——在教练技术与心理学领域极度深扎（坚实的纵向），同时在人文、哲学、商业、系统科学领域保持开阔的视野（开阔的横向）。

这份指南凝聚了我二十多年在管理、投资和教练一线的阅读心血。我不推荐那些烂大街的成功学，我推荐那些能够重塑你底层算法的硬核经典。

希望这些资源，能成为你修行路上的精神养分。

第一部分：铁林私房书单 (Tielin's Private Booklist)

维度 A：重塑认知与系统思维 (开阔的横向)

作为教练，你必须看懂客户所处的复杂系统。

1. 《系统之美》(Thinking in Systems) - 唐内拉·梅多斯 (Donella H. Meadows)
 - 铁林推荐语：这是系统动力学的入门圣经。读完它你就会明白，为什么很多企业的问题不在于某个人（行为层），而在于系统内部的反馈环和动力结构。它能极大提升你的“系统觉察力”。
2. 《深奥的简洁》(Deep Simplicity) - 约翰·葛瑞宾 (John Gribbin)
 - 铁林推荐语：探讨混沌与复杂科学。它会告诉你，看似混乱的自然界和人类社会，背后都遵循着极其简洁的非线性物理规律。非常适合训练你的“非线性思维”（参考第 31 期）。
3. 《有限与无限的游戏》(Finite and Infinite Games) - 詹姆斯·卡斯 (James Carse)
 - 铁林推荐语：哲学奇书。它把世界上的游戏分为两类：以赢为目的的有限游戏，和以让游戏继续下去为目的的无限游戏。读懂它，你会对“成功”和“生命”有完全不同的边界定义。

维度 B：修炼临在与人性洞察 (扎实的纵向)

教练拼的是你作为“容器”的定力，以及对人性深层防御的照见。

4. 《英雄之旅》(The Hero's Journey) - 约瑟夫·坎贝尔 (Joseph Campbell)
 - 铁林推荐语：每个人的一生都是一场冒险和回归。这本书能帮你理清客户在经历改变（阻力）时，正处于他生命剧本里的哪一个“关卡”。它会让你用极其宏大的同理心去俯瞰客户的挣扎。
5. 《生命的重建》(You Can Heal Your Life) - 露易丝·海 (Louise Hay)
 - 铁林推荐语：探讨身体疾病与心理情绪的深层映射。非常适合用来做“身体扫描”和挖掘情绪冰山底下的那些未被看见的需求（参考第 33 期）。

6. 《唤醒沉睡的天才》(**Awakening the Buddhist Heart**) - 喇嘛苏雅·达斯 (Lama Surya Das) 等相关正念书籍

- 铁林推荐语: 无论你的信仰是什么, 探讨静心与临在的经典, 能帮你训练如何在喧嚣的红尘和刺骨的质疑(参考第 34 期)中, 保持那一颗“如水之静”的心。

维度 C: 商业跃迁与经验资产化 (实战的变现)

好手艺也需要好商业。不要让你的情怀在物质匮乏中枯萎。

7. 《百万美元咨询》(**Million Dollar Consulting**) - 阿兰·魏斯 (Alan Weiss)

- 铁林推荐语: 魏斯是我的商业启蒙导师之一。这本书虽然讲的是咨询, 但它关于“按价值收费”、“不要出卖物理时间”、“打造被动收入”的逻辑, 完全适用于渴望成为百万教练的你(参考第 39 期)。

第二部分: 全球顶级学习资源推荐 (Global Resources)

如果你想获取行业最前沿的声音, 别只看国内的二手翻译资料, 去这几个网站看看:

1. **ICF Global (coachingfederation.org)**

- 如何使用: 如果你是会员, 去它的 **Learning Portal**, 里面有海量的全球大师关于前沿教练技术(如 AI 与教练、跨文化教练、组织系统 coaching)的讲座和白皮书。

2. **Association for Coaching (associationforcoaching.com)**

- 如何使用: 英国非常有影响力的教练组织。它们的 Podcast(播客)质量极高, 经常邀请全球各领域的实践学者探讨教练的实际挑战与底层哲学。

3. **WIAL Global (wial.org)**

- 如何使用: 国际行动学习组织的官网。如果你想把你的教练技术延伸到组织发展、企业改革层面, 这里的行动学习案例库会给你无穷的实战灵感。

第三部分: 如何建立你自己的“终身学习算法”?

有了资源, 你还需要一套高效的输入-输出闭环。这是我的私人学习工作流(参考第 32 期):

【1. 跨界捕食】每日 30 分钟硬核阅读(标注触动你的 3 个金句)



【2. 身体觉察】在实战会谈中, 观察这些新知识如何影响你的直觉



【3. 炼金复盘】记录 Coaching Log(用“反思三问”榨干案例的价值)



【4. 结构输出】整理成文章/在社群内分享(用“教”来逼迫系统化)

【铁林教练的最后叮嘱】

书是读不完的, 但你的心是可以通过阅读被擦得越来越亮的。

不要把读书当成一种“功利性的任务”, 把它当作你每天晨起时, 在茶香里与一位智者不期而遇的浪漫。

愿你的心灵, 永远有新水注入。