

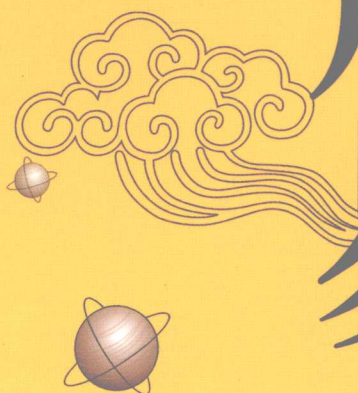
周易

智

慧

64

句



重庆出版集团



重庆出版社

陈泓 主编

中国国学经典诵读
○ 新世纪儿童必读
○ 学习型家长必读

周易



智

慧

64

句

重庆出版集团

重庆出版社

陈泓 主编



图书在版编目(CIP)数据

周易智慧 64 句 / 陈泓主编. — 重庆: 重庆出版社,
2008.5

ISBN 978-7-5366-9648-8

I. 周… II. 陈… III. 周易—通俗读物
IV. B221-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 047723 号

周易智慧 64 句

ZHOUYI ZHIHUI LIUSHISIJU

陈泓 主编

出 版 人: 罗小卫

策 划: 郭玉洁

责任编辑: 周北川 李云伟

美术编辑: 江 东 慕 蓓

责任校对: 何建云

封面设计: 重庆出版集团艺术设计有限公司·黄 杨 吴庆渝



重庆出版集团 出版
重 庆 出 版 社

重庆长江二路 205 号 邮政编码: 400016 <http://www.cqph.com>

重庆升光电力印务有限公司印刷

重庆出版集团图书发行有限公司发行

E-mail: fxchu@cqph.com 邮购电话: 023-68809452

全国新华书店经销

开本: 889 mm × 1 194 mm 1/32 印张: 3

2008 年 5 月第 1 版 2008 年 5 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5366-9648-8

定价: 9.80 元

如有印装质量问题, 请向本集团图书发行有限公司调换: 023-68809955 转 8005

版权所有 侵权必究

前言

《周易》不是“天书”，是我国古代最早的哲学著作。

《周易》全书以自然变化、阴阳矛盾的朴素辩证思想，揭示了事物对立统一、不断变化的运动规律，表达了华夏民族在政治、伦理、道德等方面的远古观念。《周易》所涉及的内容至为丰富，其天文、地理、数学、军事、文学、法律等诸多领域的价值深受古往今来众多学者的推崇。《周易》不仅是中华民族的珍贵遗产，也是全人类文化宝库中的奇异明珠。

近千年来，《周易》被推为群经之首，万法之宗，中国哲学之鼻祖，华夏思想之源头，被世界公认为智慧宝典。要了解中国文明的根，不能不读《周易》。

《周易》的语言直观明了，写作特点是“观物取象”。所谓“物”、“象”就是活动在人类身边的天、地、人、事，古代先哲将其提升到哲学思维的高度去认识，进而产生了道理简单而思想伟大的《周易》哲学体系。因此，《周易》并不神秘，它是人类社会的产物，与人们的日常行为息息相关，读《周易》就是读身边的事理，越读越明朗，不会感到陌生，不会感到遥远。

为使少年儿童初识《周易》，本书选择了《周易》中容易理解和诵读的“大象传”，即六十四句“象曰”。对每句“象曰”加以注释、解意，举出相关词例，配上图画，标上注音，引喻说理，以帮助少年儿童诵读和初步懂得从卦象中所推演出来的切近人事的象征意义。这对于开启儿童的形象思维，明白事物哲理，丰富儿童的早期智慧，传承中华民族优秀的文明道德都是极有意义的，将会使 21 世纪的少年儿童终身受益无穷。

编者 陈泓

目录

前言

《周易·大象传》全文	6
诵读要领	12
《周易》的象征符号	14
《周易·大象传》顺序	15
《周易·大象传》每则解意	
乾卦象曰	16
坤卦象曰	17
屯卦象曰	18
蒙卦象曰	20

需卦象曰	22
讼卦象曰	24
师卦象曰	25
比卦象曰	26
小畜卦象曰	27
履卦象曰	29
泰卦象曰	30
否卦象曰	31
同人卦象曰	32
大有卦象曰	33
谦卦象曰	34
豫卦象曰	35
随卦象曰	36
蛊卦象曰	37

临卦象曰.....38
 观卦象曰.....39
 噬嗑卦象曰.....40
 贲卦象曰.....41
 剥卦象曰.....42
 复卦象曰.....43
 无妄卦象曰.....44
 大畜卦象曰.....45
 颐卦象曰.....47
 大过卦象曰.....48
 坎卦象曰.....49
 离卦象曰.....51
 咸卦象曰.....52
 恒卦象曰.....54
 遁卦象曰.....56

大壮卦象曰.....57
 晋卦象曰.....58
 明夷卦象曰.....60
 家人卦象曰.....61
 睽卦象曰.....62
 蹇卦象曰.....63
 解卦象曰.....64
 损卦象曰.....65
 益卦象曰.....67
 夬卦象曰.....68
 姤卦象曰.....69
 萃卦象曰.....70
 升卦象曰.....71
 困卦象曰.....72
 井卦象曰.....73

革卦象曰.....	74
鼎卦象曰.....	76
震卦象曰.....	77
艮卦象曰.....	78
渐卦象曰.....	79
归妹卦象曰.....	81
丰卦象曰.....	82
旅卦象曰.....	83
巽卦象曰.....	84
兑卦象曰.....	85
涣卦象曰.....	86
节卦象曰.....	87
中孚卦象曰.....	89
小过卦象曰.....	90
既济卦象曰.....	91
未济卦象曰.....	93

链接小故事

凿壁借光.....	17
李泌赋棋.....	21
拔苗助长.....	23
王冕放牛苦读书....	28
陈景润泡图书馆....	46
蔡和森立志读书....	50
毛泽东谦虚下问....	53
铁杵成针.....	55
陈毅拜师学棋艺....	59
塞翁失马.....	66
武王灭商.....	75
孔子求教.....	80
陶行知自罚反省....	88
周公吐哺.....	92

大师言

洁静精微，易教也。

[春秋]孔子(前 551- 前 479)

儿童经典诵读正在将文化的种子撒播在孩子的心里，撒播在希望的田野上。春华秋实，它的作用在不久的将来必会凸现，为这项工程所作的任何努力，都会使安放我们灵魂的精神家园更加美好。

季羡林 国学大师，北京大学教授

这个事情可以从娃娃做起，中小學生就可以做。文化不能急功近利，文化没有暴发户，不能白手起家。

任继愈 国学大师，原国家图书馆馆长

大师言

一种文化有了深厚的根，才能吸收外来文化。今天我们要吸收西方文化，前提是必须很好的了解我们自己的文化。

汤一介 哲学家，北京大学教授

《易经》代表了中国人的智慧。就人类心灵所创造的图形和形象来找出人之所以为人的道理，这是一种崇高的事业。

[德]黑格尔(1770-1831)

谈到人类唯一的智慧宝典，首推中国的《易经》。在科学方面，我们得出的定律常常是短命的，或被后来的事实所推翻。唯独中国的《易经》亘古常新，相距六千年之久，依然具有价值，而与最新的原子物理学有颇多相同的地方。

[瑞士]荣格(1875-1961)

☯ 《周易·大象传》全文

tiān xíng jiàn jūn zǐ yǐ zì qiáng bù xī
天行健，君子以自强不息。

dì shì kūn jūn zǐ yǐ hòu dé zài wù
地势坤，君子以厚德载物。

yún léi tún jūn zǐ yǐ jīng lún
云雷，屯。君子以经纶。

shān xià chū quán méng jūn zǐ yǐ guǒ xíng yù dé
山下出泉，蒙。君子以果行育德。

yún shàng yǔ tiān xū jūn zǐ yǐ yǐn shí yàn yuè
云上与天，需。君子以饮食宴乐。

tiān yǔ shuǐ wéi xíng sòng jūn zǐ yǐ zuò shì móu shǐ
天与水违行，讼。君子以作事谋始。

dì zhōng yǒu shuǐ shī jūn zǐ yǐ róng mín xù zhòng
地中有水，师。君子以容民畜众。

dì shàng yǒu shuǐ bǐ xiān wáng yǐ jiàn wàn guó qīn zhū hóu
地上有水，比。先王以建万国，亲诸侯。

fēng xíng tiān shàng xiǎo xù jūn zǐ yǐ yì wén dé
风行天上，小畜。君子以懿文德。

shàng tiān xià zé lǚ jūn zǐ yǐ biàn shàng xià dìng mín zhì
上天下泽，履。君子以辩上下，定民志。

tiān dì jiāo tài hòu yǐ cái chéng tiān dì zhī dào fǔ xiàng tiān
天地交，泰。后以财成天地之道，辅相天

dì zhī yí yǐ zuǒ yòu mín
地之宜，以左右民。

tiān dì bù jiāo pǐ jūn zǐ yǐ jiǎn dé bì nàn bù kě róng
天地不交，否。君子以俭德辟难，不可荣

yǐ lù
以禄。

tiān yǔ huǒ tóng rén jūn zǐ yǐ lèi zú biàn wù

天与火，同人。君子以类族辨物。

huǒ zài tiān shàng dà yǒu jūn zǐ yǐ è è yáng shàn shùn tiān xiū

火在天上，大有。君子以遏恶扬善，顺天休

mìng

命。

dì zhōng yǒu shān qiān jūn zǐ yǐ pǒu duō yì guǎ chēng wù píng

地中有山，谦。君子以裒多益寡，称物平

shī

施。

léi chū dì fèn yù xiān wáng yǐ zuò yuè chóng dé yīn jiàn zhī shàng

雷出地奋，豫。先王以作乐崇德，殷荐之上

dì yǐ pèi zǔ kǎo

帝以配祖考。

zé zhōng yǒu léi suí jūn zǐ yǐ xiàng huì rù yàn xī

泽中有雷，随。君子以向晦入宴息。

shān xià yǒu fēng gǔ jūn zǐ yǐ zhèn mín yù dé

山下有风，蛊。君子以振民育德。

zé shàng yǒu dì lín jūn zǐ yǐ jiào sī wú qióng róng bǎo mín wú

泽上有地，临。君子以教思无穷，容保民无

jiāng

疆。

fēng xíng dì shàng guān xiān wáng yǐ xǐng fāng guān mín shè jiào

风行地上，观。先王以省方观民设教。

léi diàn shì kè xiān wáng yǐ míng fá chì fá

雷电，噬嗑。先王以明罚敕法。

shān xià yǒu huǒ bì jūn zǐ yǐ míng shù zhèng wú gǎn zhé yù

山下有火，贲。君子以明庶政，无敢折狱。

中国国学经典诵读

shān fù yú dì bō shàng yǐ hòu xià ān zhái
山附于地，剥。上以厚下安宅。

léi zài dì zhōng fù xiān wáng yǐ zhì rì bì guān shāng gǔ bù
雷在地中，复。先王以至日闭关，商旅不
xíng hòu bù xǐng fāng
行，后不省方。

tiān xià léi xíng wù yǔ wú wàng xiān wáng yǐ mào duì shí yù wàn
天下雷行，物与无妄。先王以茂对时育万
wù
物。

tiān zài shān zhōng dà xù jūn zǐ yǐ duō zhī qián yán wǎng xíng yǐ
天在山中，大畜。君子以多识前言往行，以
xù qí dé
畜其德。

shān xià yǒu léi yí jūn zǐ yǐ shèn yán yǔ jié yǐn shí
山下有雷，颐。君子以慎言语，节饮食。

zé miè mù dà guò jūn zǐ yǐ dú lì bú jù dùn shì wú mèn
泽灭木，大过。君子以独立不惧，遁世无闷。

shuǐ jiàn zhì xí kǎn jūn zǐ yǐ cháng dé xíng xí jiào shì
水洊至，习坎。君子以常德行，习教事。

míng liǎng zuò lí dà rén yǐ jì míng zhào yú sì fāng
明两作，离。大人以继明照于四方。

shān shàng yǒu zé xián jūn zǐ yǐ xū shòu rén
山上有泽，咸。君子以虚受人。

léi fēng héng jūn zǐ yǐ lì bú yì fāng
雷风，恒。君子以立不易方。

tiān xià yǒu shān dùn jūn zǐ yǐ yuǎn xiǎo rén bú wù ér yán
天下有山，遁。君子以远小人，不恶而严。

léi zài tiān shàng dà zhuàng jūn zǐ yǐ fēi lǐ fú lǚ
雷在天上，大壮。君子以非礼弗履。

míng chū dì shàng jìn jūn zǐ yǐ zì zhāo míng dé
明出地上，晋。君子以自昭明德。

míng rù dì zhōng míng yí jūn zǐ yǐ lì zhòng yòng huì ér míng
明入地中，明夷。君子以莅众，用晦而明。

fēng zì huǒ chū jiā rén jūn zǐ yǐ yán yǒu wù ér xíng yǒu héng
风自火出，家人。君子以言有物而行有恒。

shàng huǒ xià zé kuí jūn zǐ yǐ tóng ér yì
上火下泽，睽。君子以同而异。

shān shàng yǒu shuǐ jiǎn jūn zǐ yǐ fǎn shēn xiū dé
山上有水，蹇。君子以反身修德。

léi yǔ zuò jiě jūn zǐ yǐ shè guò yòu zuì
雷雨作，解。君子以赦过宥罪。

shān xià yǒu zé sǔn jūn zǐ yǐ chéng fèn zhì yù
山下有泽，损。君子以惩忿窒欲。

fēng léi yì jūn zǐ yǐ jiàn shàn zé qiān yǒu guò zé gǎi
风雷，益。君子以见善则迁，有过则改。

zé shàng yú tiān guài jūn zǐ yǐ shī lù jí xià jū dé zé jì
泽上于天，夬。君子以施禄及下，居德则忌。

tiān xià yǒu fēng gòu hòu yǐ shī mìng gào sì fāng
天下有风，姤。后以施命诰四方。

zé shàng yú dì cuì jūn zǐ yǐ chú róng qì jiè bù yú
泽上于地，萃。君子以除戎器，戒不虞。

dì zhōng shēng mù shēng jūn zǐ yǐ shùn dé jī xiǎo yǐ gāo dà
地中生木，升。君子以顺德，积小以高大。

zé wú shuǐ kùn jūn zǐ yǐ zhì mìng suí zhì
泽无水，困。君子以致命遂志。

mù shàng yǒu shuǐ jǐng jūn zǐ yǐ láo mǐn quàn xiàng
木上有水，井。君子以劳民劝相。

zé zhōng yǒu huǒ gé jūn zǐ yǐ zhì lì míng shí
泽中有火，革。君子以治历明时。

mù shàng yǒu huǒ dǐng jūn zǐ yǐ zhèng wèi níng mìng
木上有火，鼎。君子以正位凝命。

jiàn léi zhèn jūn zǐ yǐ kǒng jù xiū xǐng
洊雷，震。君子以恐惧修省。

jiān shān gèn jūn zǐ yǐ sī bù chū qí wèi
兼山，艮。君子以思不出其位。

shān shàng yǒu mù jiàn jūn zǐ yǐ jū xián dé shàn sú
山上有木，渐。君子以居贤德善俗。

zé shàng yǒu léi guī mèi jūn zǐ yǐ yǒng zhōng zhī bì
泽上有雷，归妹。君子以永终知敝。

léi diàn jiē zhì fēng jūn zǐ yǐ zhé yù zhì xíng
雷电皆至，丰。君子以折狱致刑。

shān shàng yǒu huǒ lǚ jūn zǐ yǐ míng shèn yòng xíng ér bù liú
山上有火，旅。君子以明慎用刑，而不留

yù
狱。

suí fēng xùn jūn zǐ yǐ shēn mìng xíng shì
随风，巽。君子以申命行事。

lì zé duì jūn zǐ yǐ péng yǒu jiǎng xí
丽泽，兑。君子以朋友讲习。

fēng xíng shuǐ shàng huàn xiān wáng yǐ xiǎng yú dì lì miào
风行水上，涣。先王以享于帝立庙。

zé shàng yǒu shuǐ jié jūn zǐ yǐ zhì shù dù yì dé xíng
泽上有水，节。君子以制数度，议德行。

zé shàng yǒu fēng zhōng fú jūn zǐ yǐ yì yù huǎn sǐ
泽上有风，中孚。君子以议狱缓死。

shān shàng yǒu léi xiǎo guò jūn zǐ yǐ xíng guò hū gōng sàng guò
山上有雷，小过。君子以行过乎恭，丧过

hū āi yòng guò hū jiǎn
乎哀，用过乎俭。

shuǐ zài huǒ shàng jì jì jūn zǐ yǐ sī huàn ér yù fáng zhī
水在火上，既济。君子以思患而豫防之。

huǒ zài shuǐ shàng wèi jì jūn zǐ yǐ shèn biàn wù jū fāng
火在水上，未济。君子以慎辨物居方。

一、姿势

立姿：身体自然直立，头正肩垂，目视前方，略带微笑，双脚略开成丁字形，小腹微收，重心靠前。

坐姿：坐在凳子的前三分之一处，挺胸直腰，目视前方，略带微笑，小腹微收，重心靠前。

二、呼吸

胸腹联合呼吸

吸气：双唇轻轻靠拢，舌尖轻抵上龈，用鼻子慢慢吸气（像闻花香一样），打开两肋，吸到肺底。

呼气：慢慢地、细细地呼出（如同吹桌上的灰尘一样）。这种“吸气一大片，呼出一条线”的方法，长期练习能帮助养成胸腹联合呼吸的自然状态。

三、口腔

口腔开口要自然张大，但口腔肌肉不要过于松弛，充分利用口腔共鸣。

四、发声

每个汉字由声、韵、调三部分构成，唇舌有力发准声母可以做到字正，打开口腔发好韵母可使腔圆；把握好声调的调值（阴、阳、上、去）可以做到发音正确，增强声音的乐感。

声音不必过大或过小，用自己感觉最舒服的声音。

五、语气

语速不快不慢。诵读每则“象曰”的后半句时可加重语气,速度稍慢,增强抑扬顿挫感。如果是上台诵读,要如同站在天地之间,仰望天空,远眺大地,放开嗓音,带点拖腔,加点手势,效果会更好些。

经常诵读《周易·大象传》,不仅可以使优秀的中华美德渗入儿童的心灵,开拓儿童的思维,而且可以建立正确的发音习惯,扩展音域,美化声音色彩,提高声音素质,对儿童一生的“说”与“写”都大有好处。

编者 陈泓