




《易经》  
生活手册

妙语解玄机

《易经》再无奥秘

雾满拦江 著

 广西科学技术出版社



# 生活手册

雾满拦江◎著

广西科学技术出版社

B221-49  
W999

## 图书在版编目 (CIP) 数据

《易经》生活手册/雾满拦江著. —南宁: 广西科学技术出版社, 2010.5  
ISBN 978-7-80763-459-1

I. 易… II. 雾… III. 周易—通俗读物 IV. B221-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2010) 第034694号

《YIJING》 SHENGHUO SHOUCHE  
《易经》生活手册

---

作 者: 雾满拦江

封面设计: 卜翠红

责任编辑: 陈恒达 王清宇

责任校对: 田 芳 曾高兴

版式设计: 卜翠红

责任印制: 韦文印

出版人: 何 醒

社 址: 广西南宁市东葛路66号

电 话: 010-85893724 (北京)

传 真: 010-85894367 (北京)

网 址: <http://www.gxkjs.com>

出版发行: 广西科学技术出版社

邮政编码: 530022

0771-5845660 (南宁)

0771-5878485 (南宁)

在线阅读: <http://www.gxkjs.com>

经 销: 全国各地新华书店

印 刷: 中国农业印刷厂

地 址: 北京市通州区北苑南路16号

开 本: 730mm×1000mm 1/16

字 数: 290千字

版 次: 2010年5月第1版

印 次: 2010年5月第1次印刷

书 号: ISBN 978-7-80763-459-1/G·139

定 价: 35.00元

邮政编码: 101149

印 张: 23.5

版权所有 侵权必究

质量服务承诺: 如发现缺页、错页、倒装等印装质量问题, 可直接向本社调换。

服务电话: 010-85893724 85893722

团购电话: 010-85808860-801 85808860-802



有一天，上帝突然出现在你身边。

他老人家拉起你的手，用慈爱的声音说道：孩子，你向前看，看到了前面那条路了没有？沿着那条路一直往前走，你就会看到人世间所有的宝物，黄金，珠宝，成功，幸福，所有的一切，举凡你人生所需要的，全都在那里。

这时候你会对上帝说什么？

你会不会说：上帝，少跟我扯这个哩喂楞，你神通广大，快来给我算一卦，看看我这辈子能不能发财？

你听了这个故事或许会发笑，但这却是许多人站在易学门前的共同反应。

《易经》是世界上最为古老的科学知识体系，这门神奇的知识体系之所以垂三千年而历久弥新，正是因为它揭示了天地自然与人类社会潜在的神秘规律与运行法则。正是这个原因，才使得易学研究在世界范围内历久不衰，方兴未艾。

我们站在易学门前，只要走入这扇门中，就会发现人类社会的最普遍法则，这些法则是如此的简单而实用，哪怕你只是明白其中的一部分道理，你的人生从此也会步入成功的快车道。循着你的人生一径向前，你会顺着成功的规律走向成功，沿着幸福的路径得到幸福，一个不断地在人生进程中走向成功，获得幸福的人，难道还会有什么人生的疑惑，非得求助于占卜吗？

善易者不卜，这是荀子的话。

这句话的意思是说，善易者，是懂得人生规律的人，知道成功法则的人，洞悟幸福真谛的人，这样的人生，是不再需要把易学当作盲者之杖，扶着它于黑暗之中摸索的。

而我们要在《易经》这部古老的秘笈中寻找的，就是天地自然与人类社会的普遍规律与法则，不知道这些规律法则的人，就如同于黑夜之中行走的盲者，举目所见唯有一片黑暗，不知道自己的人生何以会是这样，更不知道自己的未来会走向何方。知识与思想犹如黑暗之中的明灯，可以照亮我们前行的道路，让我们避开险阻，走上坦途，尽早地抵达人生幸福的彼岸。

规律或是法则，这些东西是潜在的，不可见的，通常会被我们称之为“潜规则”，它们一如河道之中的暗潮汹涌，我们的人生就沉浮于这无垠的河道之中，随波逐流，上下起伏。知道规律的人，就能够自信“人生二百年，会当水击三千里”；不知道规律的人，难免会折戟沉沙，沉舟侧畔。

《易经》就是我们的祖先留给我们的最具价值的宝库，它并非是像人们所想象的如何高深莫测，恰恰相反，人生的规律与法则是非常简单的，而《易经》更是简单之经，简易之经，学习并掌握这门于我们人生而言富有进益的思想知识体系，远比我们想象的要容易。

那么，我们现在开始吧。走入我们人生的成功与幸福之门，而不要再蹲在门前彷徨顾盼。

是为序。



## 目 录

前言 善易者不卜 ..... 001

### 第一章 《易经》使用说明书

1. 什么叫《易经》? ..... 002
2. 什么叫太极? ..... 002
3. 什么叫两仪? ..... 003
4. 什么叫四相? ..... 004
5. 什么叫八卦? ..... 005
6. 八卦实在太简单 ..... 005
7. 西方叫板中国人 ..... 008
8. 什么情况下需要《易经》 ..... 009
9. 如何使用蓍草预测 ..... 010
10. 《易经》速成手册 ..... 011

### 第二章 《易经》在职场上的实际应用

1. 认识职场潜规则：乾 ..... 014





2. 左右逢源的性格：坤.....	018
3. 如何避免人际纠纷：讼.....	022
4. 如何获得同事支持：同人.....	028
5. 如何建立和谐人脉：比.....	033
6. 如何让自己更强大：大壮.....	038
7. 如何获得提拔晋升的机会：晋.....	044
8. 保持你的领先优势：谦.....	049

### 第三章 开基创业实用《易经》

1. 创业的最佳时机：屯.....	056
2. 如何引导员工：蒙.....	061
3. 要学会等待时机：需.....	067
4. 如何才能扩大战果：小畜.....	072
5. 如何才能人财两聚：萃.....	077
6. 如何抓住机会顺势上升：升.....	083
7. 如何把事业推向成功：既济.....	088
8. 如何实现二次创业：未济.....	094

### 第四章 企业管理实用《易经》

1. 企业的用人之道：师.....	102
2. 企业的领导艺术：临.....	107
3. 意想不到的惩罚方法：噬嗑.....	112
4. 最优的决策方法：夬.....	117
5. 如何才能以德服人：井.....	122
6. 如何才能革除旧弊：革.....	128
7. 如何才能破旧立新：鼎.....	133
8. 如何才能凝聚人心：涣.....	138

ISBN 978-7-309-04863-1  
定价：35.00元

客服电话：010-88631011

网址：http://www.cer.com.cn

## 第五章 财运中的实用《易经》

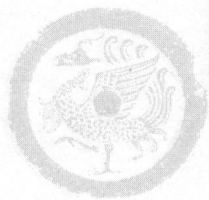
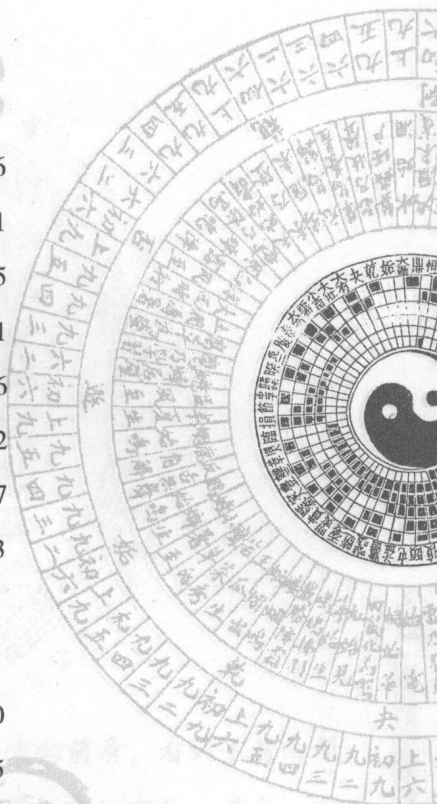
1. 如何才能一帆风顺：泰.....146
2. 如何保持富有：大有.....151
3. 如何得到大的收获：大畜.....155
4. 如何防止事情反复：复.....161
5. 如何获得丰盈的成就：丰.....166
6. 如何自我克制节俭：节.....172
7. 如何于高风险中获益：益.....177
8. 如何才能吃穿不愁：颐.....183

## 第六章 爱情婚姻中的实用《易经》

1. 情爱是如何萌苏的：咸.....190
2. 婚后如何管理男人：姤.....195
3. 婚前的男性心理变化：归妹.....200
4. 夫妻的快乐之道：兑.....206
5. 柔顺得福的基本法则：巽.....211
6. 如何治理家庭：家人.....216
7. 如何让家居美满如意：离.....221
8. 如何才能幸福长久：恒.....227

## 第七章 在交际中的实用《易经》

1. 如何走出孤独的心境：睽.....234
2. 凡事三思而后行：豫.....239
3. 观察的规律与法则：观.....244
4. 男人如何打扮自己：贲.....249
5. 选择追随的智慧：随.....254
6. 如何避免犯下大错：大过.....260
7. 如何用诚信打动别人：中孚.....265







8. 如何运用小的过失：小过.....270

## 第八章 健康中的实用《易经》

1. 如何避免恶习：蛊.....278

2. 如何在打击面前保持淡定：震.....283

3. 说话做事要小心：履.....288

4. 凡事不可妄为：无妄.....294

5. 养生之道，动静相宜：艮.....300

6. 如何才能摆脱琐事的纠缠：遯.....305

7. 行旅客居大智慧：旅.....311

8. 摆脱不良欲念的困扰：渐.....316

## 第九章 在逆境中的实用《易经》

1. 为什么会时运不济：否.....324

2. 为什么会陷入困境：剥.....329

3. 为什么会遭遇危机：坎.....334

4. 如何在逆境中求存：明夷.....339

5. 如何渡过人生难关：蹇.....344

6. 如何解决性格困扰：解.....350

7. 如何面对损失：损.....355

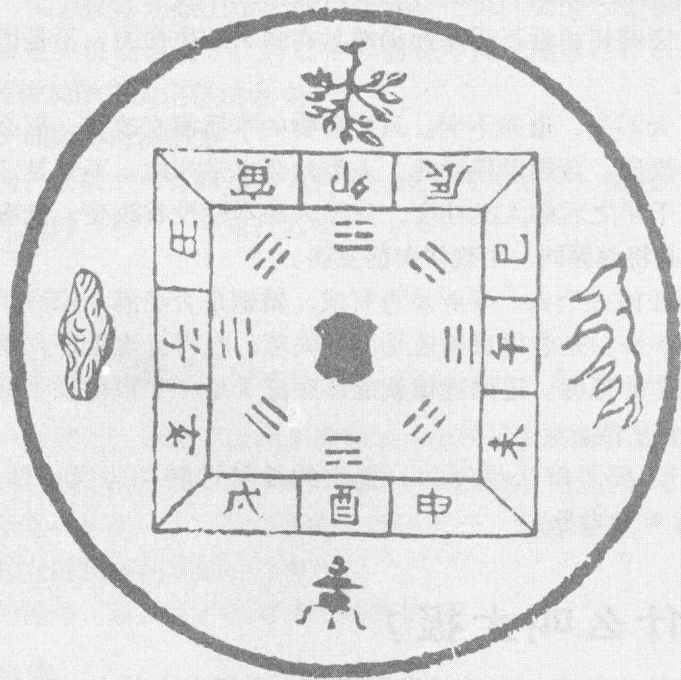
8. 如何摆脱困境：困.....360

# 易经

生活手册

## · 第一章 ·

### 《易经》使用说明书





## 1. 什么叫《易经》？

什么叫《易经》？

“易”是指变化，指简易的意思。

“经”是规律，是法则，是方法。

“易经”的意思，就是“变化的规律和法则”。

《易经》是世界上最古老的科学知识体系，是专门研究变化规律的学问。不管是什么事物，天地万物，宇宙自然，人类社会，过去未来，只要它在变化，就归入到了《易经》的研究范畴之内。

宇宙间的任何事物，都是在变化的，都有一个内在的变化规律。有些人不明白这个简单的道理，看到《易经》能够揭示出他所不知道的东西，就认为《易经》很神秘。实际上，对于人类来说，举凡我们所不了解的事物，都会认为很神秘，但一旦我们了解了潜在的规律，神秘性就会转化为实用性。

《易经》能够传承近三千年而仍然具有强大的生命力，不是因为它神秘，而是它的实用价值。

孔子说：天不变，道亦不变。只要事物的本质没有改变，那么事物发展的规律与法则就不会改变。自然世界如此，人类社会也是如此。不管是三千年之前的人类社会，还是三千年之后的人类社会，只要人的本性没有改变，没有进化为另一种生物，那么他们必将遵循同一个规律向前发展。

世界上的任何一个人，事业是否有成，婚姻是否美满，家庭是否幸福，是财运亨通还是时运不济，是志得意满还是沮丧失落，是青云直上还是落拓潦倒，都取决于他对人生规律的把握。遵循规律就能够顺流千里，和规律顶牛就如同逆水行舟，孰难孰易，一目了然。

所以我们需要了解《易经》，把它的神秘性转化为实用性，让《易经》为我们的人生与未来服务。



## 2. 什么叫太极？

《易经》认为，人与自然的发展变化，之所以有其内在规律依循，那是由于“太极”所决定的。

“太极”这个词，我们听得耳朵都快要磨出茧子，熟到不能再熟了。

可“太极”到底是什么意思？

太，就是最早、最早、最早，最最早，最最早早的时候。说的是时间刚刚诞生的那个时间点。

极，就是最原始、最原始、最最原始，比最原始还要更原始的那个点。说的是空间刚刚诞生一刹那的空间点。

太极，说的是宇宙还没有形成之前的一个奇点。





现在我们知道，我们这个宇宙在150亿年前是不存在的，没有时间，也没有空间，不存在星辰日月，当然也不存在天地万物。可是莫名其妙地，在完全不存在的一个状态之中，冒出来一个奇点，科学家管这个奇点叫宇宙蛋，《易经》则称之为太极。

这个奇点，又或是太极，是怎么冒出来的呢？

这个事，科学家不清楚，《易经》也只是追索到这里，再往前，因为连太极都没有，一无所有，无迹可寻，线索就断了，跟踪不下去了。

太极又是如何形成如今的宇宙的呢？

科学家解释说：是这个样子的，话说有一天，太极这个宇宙蛋突然啵的一声，炸了，炸出一个宇宙来……

但是好端端的，太极为什么要爆炸呢？

有关这个问题，又称之为第一推动力。大科学家牛顿晚年的时候，写下了许多本大部头的著作，认为这事儿是上帝干的，至于上帝为什么要干这事，牛顿就说不清楚了，因为这事最终没能说清楚，所以牛顿的晚年就没能取得什么成就，一辈子都在吃年轻时候的物理学三大定律的老本。

但是《易经》却说得清清楚楚。

《易经》认为，太极之前虽然是一无所有，但太极了之后，就无中生有了。

这个无中生出来的“有”，又是什么呢？

是两仪！



### 3. 什么叫两仪？

太极并不是一个实体，不是可以拿手摸到的，也不是眼睛能够看到的。

太极这个东西，真的很奇怪，它浑然一体，不可分割，凭空出现，不可捉摸，无声无形，无以言说，不靠外力，没有依托，循环运行，无始无终。

太极是两种对立的趋势构成的一个存在。

这两种对立的趋势，就是我们经常说到的两仪。

两仪：两种趋势。

一种趋势是肯定。

另一种趋势是否定。

在没有太极之前，一无所有，既不存在着肯定，也不存在着否定，没有“有”，也没有“无”，但是平白无故地冒出来个太极，这就出现了“有”，而“有”的出现，就导致了与其对立的“无”的出现。

所以我们说：太极生两仪。

两仪中的“有”，称之为阳，是一种上升的，前进的，积极的趋势。

两仪中的“无”，称之为阴，是一种下降的，后退的，消极的趋势。

“有”也好，“无”也罢，阳也好，阴也罢，都只是一种趋势，一种可能，但是这种趋势与可能必然会导致变化的发生，这个变化的结果，就叫四相。



## 4. 什么叫四相？

太极生两仪，两仪生四相。

太极为什么会生两仪？而不是生出三仪或八仪？

两仪为什么会生四相？而不是生出三相或七相？

太极于空无中莫名其妙地出现，无中生出了有，因为“有”才导致了“无”的出现，这种对立统一，使得我们在观察与研究的时候必须要关注于矛盾的双方，双方就是两仪。这种结论是非此即彼的，只有两个选择项，没有第三个，也没有第八个，所以太极只能生出两仪，生不出来三仪甚至八仪。

于是“有”和“无”，或称阴和阳这两种力量就开始了相互影响，相互作用，相互叠加，两种力量的组合方式，必然的是四种结果。

第一种：两阳组合。

第二种：两阴组合。

第三种：两阳组合中，一阳化阴。

第四种：两阴组合中，一阴化阳。

这四种结果，就称之为四个“相”。

为什么要叫四相呢？

相是指一种中间状态，一种游离于事物与变化本身的存在，是用来说明事物与变化本身的。

相是一种正在进行时，变化已经开始，但还没有形成结果，这种刚刚进行到一半的状态，就称之为相。对这种还没有最后结果的中间状态的关注，只是分析问题的一个方法，而不应该成为分析问题的目标，所以佛家劝我们说：无我相，无人相，无众生相，无寿者……一切都只是一个过程，唯其对本质的追踪观察与研究，才是最有意义的。

严格意义上来说，“相”是不存在的，是我们观察能力不足所形成的一种错觉，比如说一朵花开放的时候，我们看到的是一朵美丽的静止的花，而实际上，这种花却是无时无刻不在变化的，我们所看到的静止状态根本就不曾存在，用照相机拍摄到的美丽画面，只是这种变化的一个截图，是一个假象，一个虚象。

假象和虚象，只是事物变化中的一个不曾存在过的状态，说到底，仍然只是一种趋势。

这种趋势继续发展，就是八卦。



## 5. 什么叫八卦？

太极生两仪，两仪生四相，四相生八卦。

太极：是概念的出现。

两仪：是概念发展的趋势。

四相：是一个行将要结果的中间状态。

八卦，是最终的结果。

太极是种子，两仪是种子内部的生长力量，四相是美丽的花，八卦却是富含各种维生素的果实。

那么这个最终的变化结果，为什么要叫八卦呢？

首先，这种变化的结果有八种。

其次，这八种结果被挂在了墙上或树上，故称八卦。

八卦的意思是说：挂在你家墙上的那八个东西……

可是八卦为什么要挂起来呢？

这是因为八卦这一研究成果出现得太早，太早，早到了原始社会的时候，那时候的人身上连衣服都没有，整个地球就是一个偌大的天体营，又像一个巨大的澡塘子，男男女女就在这个巨大的澡塘里边，赤裸着身体纯洁地沐浴着温暖的阳光，却一不留神，发现了“事物变化的规律”。

发现了规律怎么办？

快点记下来，告诉邻居，传之后人。

拿什么记载呢？没有纸，也没有笔，也没有文字，唯一的记事工具，只有绳子。

聪明智慧的祖先们灵机一动，拿草绳过来，打一个结，记住一个变化的规律，再打一个结，又记住一个规律……打了八个结，记住了八个规律。

那这八根绳子，放在哪儿呢？

藏在山洞里，说不定会被哪位祖宗翻出来烧火，为避免这种结果，就只能把这八根绳子高高地挂起来。

八根绳子高高挂。

八挂！

就是我们现在说的八卦！



## 6. 八卦实在太简单

八卦实在是太简单了，简单到了一看就懂，转眼就忘的程度。

八卦是八个简单到了不可思议的符号，哪怕是不识字的人看一眼，都会牢牢地记在心里。

但是八卦有八个符号，看第一个，牢牢记住，再看第二个，牢牢记住……等看



到第八个符号的时候，前面七个早就忘光光了。

所以到了八卦，再往下推演，就只有死记硬背了。

对如此简单的东西都要死记硬背，那是因为我们没有弄清楚这八个符号是怎么个来历，又是什么意思，如果我们弄清楚了，就不再需要硬背，而且也可以很容易地把八卦应用到我们的生活中来。

那么八卦的八个符号，到底是怎么个来历呢？

实际上，八卦的符号只有一个，其余的七个，都是由第一个符号产生出来的。而且八卦符号的产生，极尽瑰丽，宛如一部现代的魔幻小说，充满了玄幻迷离的色彩。

在《易经》的魔幻世界里，最早出现并起决定性作用的符号，是由三根阳线所组成，叫做乾。

乾的意思是“健”，是指任何力量都无法改变的规律。

乾是于一片虚无之中产生出来的，是绝对性的天君大帝。因为乾的出现，虚无就消失了，虚无是没有对应的，但有了乾，也就有了与乾相对应的概念。

于是就有了坤。

坤的意思是“顺”，是指顺从于规律的存在。

坤的出现，正如同物理学上的作用力与反作用力，乾是作用力，坤就是反作用力。

于是《易经》的魔幻世界里，就有了两个角色。

天君大帝乾和顺从的大地坤。

但是天君大帝这个职位也不是谁想做就做的，也面临着激烈的竞争，天君大帝是成功地登上了宝座，但还有三个失败者。

第一个失败者的名字叫兑，她差一点就成为了乾，结果在竞争中失败，从此离开天庭，流落民间，丧失了全身的法力，就连放牛娃牛郎，读书郎董永，都可以欺负她。所以她只好委曲求全，取悦于人。

兑是失势的公主，代表物是沼泽和月亮。

第二个失败者的名字叫离。她本来在第一轮竞争中就失败了，但在第二轮竞争中，却获得了支持，于是就积极表现，承担了天地之间的司律官，专门帮着天君大帝乾料理事务。所以离的特征是内敛而又发散，代表物是太阳和乌龟。

第三个失败者名字叫震，这家伙竞争天君大帝失败，不肯罢休，就大吵大闹，大搞打砸抢，算是天庭上的叛乱分子，所以震的特征就是乱震乱动，代表物是龙和惊雷。

这样我们就得到了四个有趣的角色：天君大帝乾，失势公主兑，司律官离和暴乱分子震。

而在坤的阵营里，也因为顺从规律的方法不同，分裂出三个门派来。

第一拨势力是大地上的逃亡者，称之为巽，巽为了主张自己的意志，逃避天君大帝的镇压，到处乱窜，见孔就钻，变成了气体和植物的根茎，所以他们的特征，





就是进入。

第二拨势力叫坎，是在天君大帝的淫威之下吓破了胆，彻底放弃了自主意志的奴隶，他们的顺从已经超过了天君大帝的要求，自发地陷了下去，所以他们的特征就是陷入，代表物是深坑及液体的水。

第三拨势力是大地上的武装叛乱人员，起义军，名字叫艮。他们不畏强暴，勇敢地跳出来向天君大帝叫板，形成了一座座高山直插云霄。所以艮的特征就是止，阻止和静止，代表物是高山和狗。

这样我们就从八卦之中，分出了八个角色扮演。这八个角色的规则如下：

乾制天纲为健。

坤循地律为顺。

震为乾之乱，暴乱而动。

巽为坤之散，因散而入。

离为乾之律，自律而丽。

坎为坤之涣，因涣而陷。

兑为乾之弱，因弱而悦。

艮为坤之怒，狂怒而止。

所谓神秘的《易经》，实际上不过是这八个角色的自由组合，并勾勒出宇宙自然与人生社会的最基本规律的过程。

我们用人类社会的角色，对应八卦的特征，是有科学依据的。

这依据就是：八卦反映的是宇宙与人类社会的普遍规律，而人类社会的发展，是遵循这一规律的，所以二者之间必然是丝丝入扣，不差分毫。

八卦象错，我们就得到了八八六十四卦。

到了六十四卦，《易经》的世界已经变得比之于宇宙自然以及人类社会还要复杂了，复杂就复杂在《易经》所使用的特殊符号上。《易经》的符号具有明显不可技术化处理的特点，但如果我们从上述的八个角色扮演开始，只要知道不管《易经》使用的符号多么难以理解，最终说的仍然是我们熟悉的事物，那么迅速掌握《易经》的障碍，也就不复存在了。

关于六十四卦，古人有一首顺口溜：

乾坤屯蒙需讼师，

比小畜兮履泰否，

同人大有谦豫随，

蛊临观兮噬嗑贲。

剥复无妄大蓄颐，

大过坎离三十备。

咸恒遁兮及大壮，



晋与明夷家人睽，  
蹇解损益夬姤萃，  
升困井革鼎震艮，  
渐与归妹丰旅巽，  
兑涣节兮中孚至，  
小过既济及未济，  
六十四卦已完结。

这首顺口溜，说的是什么呢？

说的是六十四卦的卦名及排序。

这六十四卦，看起来非常怪异，但如果理解了八卦的基本定义，这六十四卦也就变得简单了起来。



## 7. 西方叫板中国人

严格说来，人类的任何一个知识体系，都是用以占卜的。

占卜，就是人们想知道未来会发生什么事，而科学技术之所以得以发展，源远流长，一个重要的原因，就是科学技术能够满足人们这个最基本的要求。

天体物理学可以告诉我们，在遥远的星际有什么事情正在发生。微生物学可以告诉我们，在我们肉眼看不到的方寸之地，又有什么事情正在发生。人类需要知识，正是为了认识世界，如果一门知识体系不具有这种功能，那这门知识也就丧失了实用的价值。

《易经》既然是用以研究事物变化的规律，理所当然的，它被赋予了揭示未来的重大使命。

自从德国传教士卫理贤将《易经》这部奇异的著作介绍到西方之后，西方世界一度掀起了对《易经》真相求索的狂潮，英国易学研究权威罗伯特·坦普尔则对于风靡于西方的投掷硬币，再来查看《易经》的做法忧虑重重。

罗伯特·坦普尔说：“这源自硬币占筮，在据说是一个名叫麻衣的人写的一本书里可以看到，这在公元420—581年中国的南北朝时期十分流行。硬币的使用比《易经》晚了至少整整1000年，根本不能当真。”

罗伯特·坦普尔坚决反对投掷硬币的研究方法，认为这绝非是《易经》的本义。

那么这位大鼻子的洋人，认为《易经》应该是怎么个研究法呢？

罗伯特·坦普尔说：著草！

著草又是什么意思？

著草现在已经很难找到，19世纪的日本人有一幅木刻，上面画的正是《易经》中提到的真正的中国著草，圣人朱熹认为：著草与日月同寿，百岁的时候，一个根