

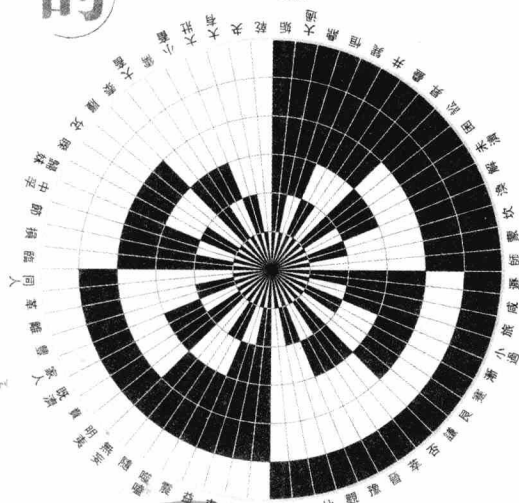
人际关系学



教给我们的

周易

陈平 编著



新世界出版社
NEW WORLD PRESS

前 言

《周易》被誉为“群经之首”，是中华文化宝库中最伟大的经典之一。陈望衡说：“《周易》是一部忧患人生的卓越指南。”《周易》教我们自立自强、坚守正道、脚踏实地的为人之道，也教我们愚于外而精于内、处变不惊、适时进退的处世之道。《周易》的六十四卦，包含了人类在天地之间安身立命之道，也就是宇宙间的人生大智慧。

《周易》也是我国最早的人际关系学指导书。天人关系是《周易》哲学的主题，但《周易》探讨天人关系的目的是为做人处世建立原则。《周易》对天人关系的讨论是宏观的，而在人际关系上的讨论则是微观的。在《周易》看来，人之处世，首要的就是找到自己所处的位置，认清自己的角色。“守正”、“中孚”（诚信）、“尚和”是《周易》推崇的处理人际关系的三大法宝。

人际关系是指社会中的人群因交往而构成的相互联系的社会关系，也就是人与人交往关系的总称，主要包括家庭关系、邻里关系、朋友关系、上下级及同级之间的关系等。

《周易》还提出了更多具体、实用的人际交往的原则和方法，如：下级对上级要服从，要谦恭，保持低姿态；上级对下级要恩威并济、宽容爱戴、以德服人；交友之道以诚为贵，应广泛交友而谨慎择友；夫妻之道要恒常恒久，第三者是夫妻和谐关系的大忌；要善于主动结交贵人和比自己强的人，勇于攀高枝；与小人交往要灵活圆通、不动声色地周转……人生

各个阶段，和各种人如何打交道、如何做事情，《周易》全都说尽了、说透了。《周易》还强调通过自我修养、道德规范、利人利己、宽容克己的方式解决人际关系矛盾。

《周易》的文辞虽然古奥，道理却非常朴素而实用。不管人际交往的形式和工具怎么变，《周易》中所蕴涵的历经万世的基本交友之道、为人处世之道是永恒不变的。《周易》提出的很多思想具有永恒的现代意义，在人际关系方面，它比卡耐基还成功，还深刻，还实用。我们要搞好人际关系，完全可以从《周易》这个文化源头中去汲取至深至纯的精华，掌握圆通自如的奥秘。

良好、和谐的人际关系是事业成功、家庭幸福的重要保证。每个人的的一生自始至终都处于一个巨大和复杂的人际关系网中，不可能脱离社会关系网而孤立地生存。每一个人都希望自己拥有良好、和谐的人际关系，这既是情感上的需要，也是相互利益的需要。

本书从《周易》六十四卦入手，根据现代人人际交流沟通方面的情感和利益之需，根据建立和谐秩序的现代社会之需，对《周易》中的为人处事之道、人际关系之学进行分析和升华，并结合古今中外人际交往的具体事例，力求使读者通过本书，窥一斑而知全豹，了解这部古代典籍的丰富内涵和深刻的人生意义。

目 录

第一章《周易》教给我们的处理人际关系的三大法宝 / 001

守正：找准自己的位置和方向是第一要义 / 003

中孚：诚信是人际交往之本 / 013

尚和：和谐是人际关系的理想状态 / 018

第二章《周易》教给我们的平安涉世之学 / 023

谦卦：谦而不虚，有始有终 / 025

讼卦：慎争戒讼，勿让官司缠身 / 030

坎卦：艰难险阻，绝不丧失诚信 / 033

旅卦：出门在外，广泛结交而谨慎择友 / 037

离卦：与人交往，谨慎恭敬勿妄动 / 040

渐卦：前路未明，切勿急躁冒进惹麻烦 / 043

解卦：为人低调，少显摆少祸患 / 046

艮卦：严控口舌之欲，小心祸从口出 / 049

噬嗑卦：遵纪守法，坚守人际交往底线 / 053

中孚卦：言而有信，才能一呼百应 / 057

兑卦：人际关系从微笑开始 / 061





第三章《周易》教给我们的上下级关系学 / 065

比卦：相亲相辅，上下同欲 / 067

随卦：下级服从上级指挥，上级也要从善如流 / 071

大有卦：讲诚信方能对部下树威信 / 080

睽卦：用人不疑，疑人不用 / 083

临卦：督导下属，提升管理能力 / 086

师卦：明辨是非善恶，亲贤臣而远小人 / 096

困卦：失道寡助，不要落得个孤家寡人的下场 / 101

遁卦：功高盖主切记见好就收 / 104

损卦：不谈个人功劳，将荣耀归于领导 / 109

大壮卦：懂得克制，切勿与上级针锋相对地顶撞 / 113

小过卦：与上级同行，“到位”而不“越位” / 118

坤卦：把自己放低些，把领导抬高些 / 125

第四章《周易》教给我们的同级、同事关系学 / 129

涣卦：不宜结党营私，不宜帮派相分 / 131

井卦：切勿独享荣耀，众人拾柴火焰高 / 134

同人卦：同心同德，精诚团结协作 / 138

泰卦：吃亏是福，不要斤斤计较 / 141

困卦：远离是非纷争之地 / 145

晋卦：以德为先，才能晋升有道 / 148

第五章《周易》教给我们的婚恋与家庭关系学 / 151

咸卦：爱情原本就是心灵感应 / 153

恒卦：恒久恒长的夫妻之道 / 160

乾卦、坤卦：以柔克刚，解决夫妻矛盾 / 165

小畜卦：“夫妻反目”情难堪 / 168

归妹卦：关注第三者现象，构建和谐家庭 / 170

家人卦：宽严相济中把握治家之道 / 174

蒙卦：童蒙养正，呵护赤子之心 / 181

蛊卦：尊敬长辈，处理好与长辈的关系 / 189

第六章《周易》教给我们的朋友邻里关系学 / 191

比卦：比之自内的交友之道 / 193

节卦：多和外界接触，扩大交友圈子 / 205

泰卦：不戒备不设防，做诚信好邻居 / 208

谦卦：人到难处邻里亲，以谦相待互助友爱 / 211

第七章《周易》教给我们的处事变通之学 / 217

否卦、夬卦：包羞忍耻，不露声色地与小人周旋 / 219

睽卦：适时主动缓和，化干戈为玉帛 / 224

明夷卦：韬光养晦，愚于外精于内 / 227

萃卦：示弱哭泣，也是一种生存艺术 / 230

遁卦：和善下处，适时进退 / 237

贲卦：保持良好形象，注重待人接物的礼仪 / 240



第一章

《周易》教给我们的处理

人际关系的三大法宝





守正：找准自己的位置和方向是第一要义

1. 给自己定“位”

《周易》认为，人之处世，第一要义是要找到自己应处的位置。处理人际关系的时候，首先应认识自我、做好自我定位的工作，这是《周易》教给我们的处理人际关系的一个首要的思想（陈望衡：忧患人生的卓越指南——《周易》与人生哲理）。用现代的话来说，这也就是人际关系的角色问题：不同角色会有不同的功能与态度，人在环境中应先认定自己的角色，再设定人群中当有的人际关系。

“位”是《周易》中一个基本的概念。处于当位、得为，而不失位，能够守位、守正，而不越位，是能否处理好人际关系的前提条件。

《周易》中的八卦与方位是一一对应的，如：震东，兑西，离南，坎北，乾西北，坤西南，艮东北，巽东南。阴阳在易经里的表现就是：阴爻和阳爻，阴位和阳位，也称为刚位和柔位。

《周易》就是根据每个人所处的“位”来判断人生吉祥祸福的。

我们在看到《周易》中卦的时候，要先看到整个卦象，确定其为六十四卦中的哪一个卦，之后还要认真研究其每一爻得位不得位，此外关键的是还要看所占卜的爻居不居中。《周易》非常看重卦中的每一爻能否在其位，得不得位，即得位和失位。

《周易》每卦六爻，由阴阳爻组成。阴阳爻各有其位。一、三、五爻位为阳位，二、四、六爻位为阴位。阳爻居于阳位或阴爻居于阴位，

就称之为得位；如若不然，则叫失位。得位叫“正”，失位叫“失正”。

六爻位中，二、五爻位又尤其重要。它们分别居下卦、上卦中间的位置，故称中位。《周易》中爻辞关键的就是“位”和“中”。如果居中，就算是不得位，也肯定吉利。“得位”则根据阴爻和阳爻的不同、卦象的不同，可能吉也可能凶，其中大多数是吉，但若在一些特定的环境中，得位也未必吉。既得位又居中，则会大吉大利。居中，也就是所谓君子中道而行，中庸之道，人间正道。离开了中道，就会陷入邪恶。所以《易经》强调守中，坚守正道。

如果是阴爻居二位，阳爻居五位，则又中又正，称“中正”。按《周易》的观点，守“正”、居“中”都是吉祥的，反之失正是不吉祥的。

除了得位和居中之外，还要看每一爻与其他爻的关系，这决定其生存环境、发展的方向，以及需要坚持的做人做事的原则等。在《周易》里，各爻之间的关系是和谐还是冲突，主要是以阴爻和阳爻为基础进行区分的，因为同性排斥，异性吸引。

从爻象上看，阴爻代表基础、静止的、内敛的，而阳爻是代表外象、动态的、发散的。这两种之间会有许多关系产生，这些关系包括以下几种形式：

承，即阴相对阳而言的，阴在阳之下谓之承，代表承受，基础，就像木凳的四个脚为阴，上面坐的为阳，那么阴相对于阳即谓之承。如有初承二，二承三等。

乘，也是阴相对阳而言，阴在阳之上谓之乘，代表乘人之危，不甘下位之象，就像木凳四脚朝天，如二乘初之类。在古人看来，这有如在一家庭里，妻子管住丈夫、女人凌驾于男人之上，是不符合正道的，会有凶险。



据，阳相对阴而言，与承相对，有占便宜之意，如艮卦之六据五。

比，指相邻两爻的关系，有比较之意，再按同性相斥，异性相吸，则有敌比、亲比之分。两个阴爻或两个阳爻相邻，则是敌比关系；一阴一阳相邻，则是亲比关系。

应，指六爻中地位相同的两爻之间的关系，如初与四，二与五，三与六，地位在上下卦中的地位相同，依据同性相斥、异性相吸之理，有亲应和敌应两种结果。下卦之中的二爻，如与上卦之中的五爻敌应，这就代表着在一个单位与领导作对，必将没有好果子吃一样，所以遇到这种情况，必须要对领导或上级采取谦卑和顺的态度，方能化解凶险。

从上述所讲的得位、不得位，居中、不居中，就引申和生发出了“吉、凶、祸、福”。我们要安其位，守其位，能安能守就吉。如果人们在做事时不守正道，去做违法或伤天害理之事，就是不守中，这结果就是凶。如果你与上下爻之间亲比，关系和谐，就会带来吉，即使处于危难之中，也能化解。若是与上下爻敌比，则会受到险阻。

处于不同位置上的各爻，与其他爻之间的关系各不相同，这启示我们，在自身不断变化的位置中，在面对复杂的人群时，处理与各个不同的人的关系也都有各自的特征：

初爻位于全卦的最低点，也是初始阶段，所以其多代表底层民众、事物开始的时候、孩童或初入社会的年轻人等。

第二爻位于下卦之中，属于中位，能处事得体。《易经·系辞》对每一爻的特征有一个归纳：“二多誉，四多惧，三多凶，五多功。”下卦中就是“二”，不管是九二，或是六二，属于基层的干部，只要你能踏踏实实地，去做，就容易得到上级领导的关注和提拔。

第三爻，在下卦的顶端，有往上卦高攀之嫌，不安本分，离开了

中，所以会有凶相。

“四”，在上卦最下面，是上卦的第一爻，紧逼“五”，属于近君大臣，因为五爻是君主之位。四爻紧邻君主，人常说伴君如伴虎，所以“四多惧”。处在四爻这个位置上，必须和上面的君主搞好关系，对其顺承。但是也必须与下卦之中的各爻维持好关系，以便开展工作。这是一个非常敏感的位置，对上下周边的事物都必须警惕，时刻要小心谨慎，方得无碍。

第五爻是君位，全卦的最高领导，如果是阳爻在此位，则是九五之尊，若是阴爻在此位，则是六五之尊。在这个位置上，不管做任何事情都是对的，所有的功劳都属于这个位置。如果其他各爻与其为敌，那结果就会凶了。

第六爻一般指已经不当位的能人、退休的贤臣、在野的能人、以前立过功但是现在已经年老无用的功臣等，处于这个位置，最主要的任务就是淡泊名利，颐养天年，不过问政事，不提以前的功劳，否则也会被君主猜忌而招来凶祸。

《周易》蕴涵着许多人生定位道理。它告诉人们：人的位置是由低到高，而且循序渐进的。每个位置上有每个位置的表现，不可逾越。孔子说：“贵而无位，高而无民，贤人在上而无辅，是以动而有悔也。”

在自己的位置上，分寸感特别重要。当你已经非常强健，或者说取得的位置非常刚健，那么你不要争强好胜了，该和别人平等共处、同舟共济。这样不会招来凶险，即“‘群龙无首’，吉”。如果你非常弱小，或者所在的位置非常低微，那你也不必跪下，你一跪下，别人就显得更高了。

2. 守正才能和谐自己、和谐他人

“守正”，这是《周易》推崇和强调的为人处世的第一法宝。按照



《周易》的观点，天地万物各有其位，人也不例外。每个人都应在世界上找准自己应处的位置，如若这样，自己有序了，他人有序了，世界都有序了，就不会有祸乱产生了，社会就和谐了。

以此推论，社会上种种祸乱的产生乃是某些人不安分之故，比如君不安君位负君主的责任，臣不安臣位守臣子的职分，那么，这个国家就乱了。一个家、一个企业、一个团体也是如此。

《周易》中这种思想虽然偏于保守，但亦有合理之处，对我们现代人的人生、人际关系，仍有重要的指导意义。

《师卦》九二爻辞：“‘在师，中吉，无咎；王三锡命。’意思是：在军中任统帅，持中不偏可得吉祥，不会有什么灾祸；君王多次赐命嘉奖。

从卦象上看，九二居下卦中位，九二与六五正应，六五为天位或天子位，对九二全力支持，所以会嘉奖九二，并会委以重任。

《象》对此解释：“‘在师中吉’，承天宠也；‘王三锡命’，怀万邦也。”意思是说：在军中任统帅，持中不偏可得吉祥，不会有什么灾祸。占得此卦的人，正在承受“天命”，因此得到君王的宠幸；“君王多次进行奖励”，说明怀有治国平天下、使万邦悦服的宏大志向。

周朝时期召公虎的经历与本爻的爻义非常相符。

西周周宣王时期，为了镇压准夷地区的叛乱，周宣王派召公虎统帅大军执行任务。

召公虎率领大军到达准夷之后，节节获胜。可是这时，朝中的大臣都讲谗言，说召公虎兵权在握，小心叛变。这些谣言传到了召公虎那里，召公虎担心宣王若听信了这些谣言，自己就没命了。

正当他为此忧心忡忡时，宣王派来一位大臣，告知召公虎，宣王

根本不信那些谣言，训斥了造谣者。召公虎这才放下心来。接着，宣王又下了两道诏命。一道诏命是赏赐圭瓚给召公虎，奖励他作战有功，统军有方。二道诏命是赏赐美酒给召公虎，同样是对他战功的奖励。召公虎再也无顾虑了，很快平定了叛乱班师回朝。

回到京师，宣王率文武百官亲自出城三里相迎，然后又在庆功会上颁下第三道诏令，赏赐给召公虎一大片山川田地。

召公虎走得正，行得端，所以不会有什么灾难，能得到嘉奖与提拔。

引申到现实生活中，这一爻启示人们：守正则受益，守正有利于人际关系的和谐。注意守正，既同下属保持着亲密的关系，又忠实地服从领导，听命于上级的各项命令，做到这样，你就可以多次得到嘉奖和提拔了。

守正、守住位置也是很重要的，也是人生的定位问题。

先看刘备和诸葛亮的定位：刘备是皇帝的叔叔，即皇叔，他为人很宽厚，又善于交际各方面的朋友，人品也很好。按现在的话说，刘备塑造了自己的品牌，最有条件做皇帝和曹操一争天下，这是他给自己的一个准确定位。诸葛亮虽然有旷世奇才，但他的定位应该就是一生辅佐刘备。如果反过来，刘备给诸葛亮当参谋，那刘备根本不合格，所以刘备的定位不能低，如果定得低，刘备找工作根本找不到。他只有给自己一个明确的定位：我是皇上的皇叔，我是属于汉刘的后代，只有我当皇上才更合适。诸葛亮也有一个正确的定位，他们两人的合作，主次分明，定位非常好。

再看曹操的定位，他的定位定得也很准确。曹操一直没有称皇上，一直是挟天子以令诸侯，打着天子的旗号，发布命令，这是皇上的命



令，皇上叫你干什么，你敢不干？反之，如果当时曹操直接做天子，又会是一种什么情况呢？肯定是天下更加大乱。

俗话说“人贵在有自知之明”，处理人际关系，首先要处理好自己跟自己的关系，人际关系的第一课就是自我定“位”。实际上，每个人真正明确了自己的位置，就能够慢慢地了解真正的自己，搞清楚适合自己的人生选择，弄明白自己应该如何与他人交往、共处。正如曾仕强所说：“人际关系首先是自己与自己的关系，而不完全是自己与别人的关系。因此，个人只有接受和认可了自己之后，才会使得别人容易接纳自己和欢迎自己。”

只有自己跟自己和谐了，才能跟他人和谐，社会才能和谐。自己不和谐，就会内心苦闷，甚至惹是生非。倘若在这个不平衡、不和谐的基础上欲望再加膨胀，甚至不惜铤而走险，那么种种丑恶的发生就很可能了，如执法犯法、买官卖官、坑蒙拐骗、杀人越货等。

和谐自己，首先要明晰自己在社会中的定位，然后通过努力自己能够努力的，奋争自己应该奋争的，去追求自我发展进步。

我们常常有太多的心理不平衡，而导致这种心理不平衡、自我不和谐的原因，除了社会外在的客观原因外，从主观自我来说，关键就是许多人不明晰自己在社会中的定位，即缺乏自知之明。

社会是一盘棋。在这盘棋中，将是将，相是相，炮是炮，卒是卒……各据其位，各司其职，这棋才能下得稳当。尽管拿破仑说过“不想当将军的士兵不是好士兵”，这话作为一种激励，自然无可厚非，但同时也要明白，并不是每一个士兵都可以去当将军的，你要是没有运筹帷幄之中决胜千里之外的将帅之才，又凭什么率军打仗呢？人找不到属于自己的位置，往往会让你发挥不了自己的特长。你是老大，或者是老二，甚至是老三，你在社会中扮演什么角色，你的志向、抱负、环境

等，决定着你的位置。

一个人在社会中生活，要活得舒展，活得滋润，活得游刃有余，首先要把自己在社会中的位置摆正，也就是首先要明确自己的社会定位。

人际关系真正的起点并不在于直接与别人建立起联系，而应该首先处理好自己与自己的关系。自己与自己处不好，也就意味着没有人能与你相处得好。只有自己与自己相处得好，才能与大部分人建立良好的关系。所以，人首先要注意了解自己，接受自己，而后才能通过由表及里的自我改变来改变别人与自己的关系。

当然，一个人的人生定位，并不是固定不变的，而是常常变化的。所以我们也需要根据自己位置的变化、他人位置的变化，来调整自己和自己的关系，调整自己和他人的关系。

3.从迷茫中寻找正确的方向

有生活经验的人都有体验：电影开演了，你还找不到自己的位置在没有灯光的黑暗里摸来摸去，既影响别人，也耽误了自己。这说明你不知道位置的方向在哪里，错过了找座位的最佳时机。位置的占有，与方向和时机关系紧密。想得到好的位置，需要抓住好的时机，找寻正确的方向。

人生在世，每个人都占着一个位置，但那一个位置是不是你应该占的，这就得看你的能耐和你的志趣。有了位置，但能不能占稳，就看你怎么刚柔相济、阴阳协调了。

人生的位置与人生的方向既相连，又相互作用，相互影响。我们来看看《周易》对此的反映。

《周易·坤卦》中有一句话：“君子有攸往，先迷，后得主，利。”

“先迷后得”证明“坤”顺从“乾”，依随“乾”，才能把握正确方向，遵循正道，获取吉利。



如果想做什么事，虽然刚开始自己一个人来做时很迷惑，拿不定主意，找不到方向，但后来经过磨炼，渐渐有了主心骨，拿定了主意，辨清了方向。

任何人都会经历一段漫长的迷茫时期，这是人类成长的规律，对此不必自怨自艾。任何人只有经历迷茫后，才会清醒。人往往先苦后甜，迷茫时要看到希望，能忍辱负重的人日后才会一日千里，有所作为。

人生往往是从迷茫中寻找正确的方向。人之所以迷茫，常常是在变化中找不到自己的落脚点，找不到自己的位置。

大学生刚刚从学校毕业，谋得口粮的工作都还没有找到一份，连“潜龙”都不是，只是一条没成形的龙。但当进入岗位一混到底时，时间自然会使你这条龙成形，慢慢就“飞龙在天”了。只要我们输得起时间，一切自然会有转机。世界上绝对没有永久的迷茫，迷茫之后必有清醒期。

《易经》中的“无咎”和“无悔”具有方向提示的作用，告诉我们这样做就不会导致今后的麻烦。如：“豫，鸣豫，凶”，“临，元亨，利贞，至于八月有凶”，“大壮：壮于趾，征凶”，“未济：未济，征凶，利涉大川”。

人是容易浮躁的，许多本该成功的事情，因为浮躁，往往导致失败，以致即使在正确方向的追逐下也不能接近合理的目标。

《坤卦》六三爻辞：“含章可贞。或从王事，无成有终。”《象》对此解释说：“‘含章可贞’；以时发也。‘或从王事’，知光大也。”这是说一个人有了美丽的文采，有了本事，还得会含蓄。如果你太张扬了，可能就不纯正了。虽然你含蓄，但美丽的文采难以长久隐藏，随时间的推移，你还是会被发现的，或者不得不跟随君王从事政务。但不可