

YI JING DE
ZHUI HUI



赵一鸣 主编

易经 的智慧

《易经》是中华民族最古老的著作。本书采用生动的事例对《易理》加以说明，对《易经》中所包含的修身养性、为人处世、齐家立业等方面做了深入浅出的阐述，把其中所蕴含的智慧导入现代社会的生活之中，帮助读者更好地领悟《易经》的智慧，并用《易经》的智慧成就读者的事业和人生。

励志
文库

新疆美术摄影出版社

易经的智慧

主 编 赵一鸣

新疆美术摄影出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

易经的智慧 / 赵一鸣主编. — 乌鲁木齐: 新疆美术摄影出版社, 2012. 1

(励志文库)

ISBN 978-7-5469-2078-8

I. ①易… II. ①赵… III. ①周易—通俗读物 IV.

①B221-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 009091 号

易经的智慧

出 版: 新疆美术摄影出版社	开 本: 710mm×1000mm 1/16
	字 数: 120 千字
地 址: 乌鲁木齐市经济技术开发区科技园路 7 号	印 张: 12.875
	版 次: 2012 年 1 月第 1 版
邮 编: 830011	印 次: 2012 年 3 月第 1 次印刷
经 销: 新华书店	书 号: ISBN 978-7-5469-2078-8
印 刷: 北京市平谷县早立印刷厂	定 价: 25.80 元

如发现印装质量问题, 影响阅读, 请与印刷厂联系调换。



前言

中华民族最古老的经典著作——《易经》，是中国哲学思想的起源，无论是老子“道可道非常道”之中的道，还是孔子的“吾道一以贯之”中的道，都来源于《易经》中最基本的思想，那就是：一阴一阳之谓道。《易经》（又名《周易》）被誉为“群经之首，大道之源”，是中国传统文化的重要组成部分，是我国最古老、最有权威、最著名的一部经典，至少从战国时代起，就被中国古代儒家学派们所推崇，进而演变成儒家经典之首。《易经》是上论天文、下述地理、中讲人事的一部古代奇书，这部书充满了人类智慧，包括天文、地理和人事的多方面知识。

《河图》与《洛书》是《易经》的起源，相传在远古时代，黄河源头出现了背上画有图形的龙马，洛水出现了背上有文字的灵龟，因此伏羲氏创作产生了八卦图。直到殷商末年，文治武功颇佳的周文王写下了六十四卦的卦辞，后在春秋时期，圣人孔子著了《易传》，这就是后来的《周易》，可以说《周易》是中国三位古代圣人合作的结晶。

《易经》是有规律可循的。它采用两种最基本的符号，即“—”（旧称阴爻）和“——”（旧称阳爻）。这就是“阴、阳”。《系辞》说：“易之为书也，广大悉备。有天道焉，有人道焉，有地道焉，兼三才而两之，故六非它也，三才之道也。”把这两种符号重叠起来，



就能构成各种层次的"卦":两两相重,可得"四象";三三相重,可得"八卦";再将八卦两两相重,就可以得到整个《易经》的六十四卦。

《易经》六十四卦分上经和下经,上经三十卦,由乾、坤开始,到坎、离止(象征天、地、日、月之天道);下经三十四卦,由咸、恒两卦开始,到既济、未济结束(揭示人际交往之规律)。上经卦与每个月的三十天相合,下经三十四卦,另有说法。

解释《易经》最著名的是"十翼"。"翼"的意思就是辅助,表示它们是帮助人们理解《易经》的。意指十种对"经"具有附翼辅助作用的文献。而事实上,它们是七篇文献,其中记录了孔子本人的许多关于《易经》的理解阐释。具有如下:

《象传》又称《象》或《象辞》,是古经六十四卦中每一卦开头的卦辞。古人把"象"解释为"断",也就是"断定"(吉凶)的意思。"象辞统论,一卦之义,或说其卦之德,或说其卦之文,或说其卦之名。"可见,"象"含有吉凶变化之意。它与"爻辞"相对而言。

《象传》又称《象》或《象辞》,分《大象》、《小象》两个层次。《大象》解释整个"卦象",《小象》解释各爻的"爻象"。《象》多举天地万物之象,以喻人事道德之义。

《文言传》是专门解释乾、坤两卦的卦辞和爻辞,即《乾文言》和《坤文言》。它以孔子答问的形式,讲解乾、坤两卦蕴含的关于天地之德、君臣之义、为人处世以及修身、齐家、治国、平天下方面的道理。

《系辞传》是大传中最重要的一篇,相当于对《易经》全书的通论,因系于经之下而得名,篇幅较长。《系辞》中包含着很多关于自然内容方面的思想,提出了一整套哲学思想,设计一系列重要观点,对中国后来的哲学和文化产生了深远的影响。

《说卦传》是专门解释所谓"经卦",也就是"八卦"的。孔颖



达说："说卦者，陈说八卦之德业变化及法象所为也。"其内容可以分为两个部分，前一部分简要说明《易经》卦爻的观变穷理，贯通天、地、人三才之道，后以部分解说八卦所象的事物。

《序卦传》是专门解释《易经》六十四卦的排列顺序及其蕴涵的道理。提出："有天地，然后万物生焉。盈天地之间者唯万物。"还提出"物不可以终通，故受之以否""损而不已必益，故受之以益"等，初步臆测到事物之间的因果联系、物极则反的观点，贯彻了《易经》哲学的宇宙论、存在论、方法论和辩证法的思想。

《杂卦传》也是对六十四卦的解释，但和《序卦传》又有一定的区别。它对六十四卦的排列也是井然有序的，但和《序卦传》确定的顺序不同。因此《杂卦传》是一种"错综复杂"的关系：它把六十四卦分为三十二对组合关系，两两相对，对比说明。

《易经》是历代政治家、军事家、商家的必读之作，是华夏五千年智能的智慧宝典，同时也是一部现实生活的指导书。由于《易经》本身立说之古，传世之久，内涵丰富，博大精深，而且中外历代文人学者、教育家、军事家、科学家、政治家等，阅历不同，角度和视野不同，因而仁者见仁智者见智。但是他们有一个共同的认识，就是他们都不约而同地认为《易经》十分有用。中国哲学家冯友兰先说说："《易经》可以说是一部事物规律的代数学，这部代数学可以包括过去现在和未来一切可能有的规律。"台湾学者南怀瑾先生认为《易经》是"经典中之经典，哲学中之哲学，智慧中之智慧"。季羨林教授亦曾说："《易经》是中华民族文化之源。"

历史是发展的，人生的需要是变化的，但是，从传统文化中承继下来的有意义的人生道理应当是永远鲜活的，应该成为开辟新人生的最宝贵的价值资源。为了更好地弘扬《易经》的文化精髓，发扬传统文化，也为了让人们能够更好地运用其中的智慧，我们编辑了这本《易经的智慧》。



《易经的智慧》从《易经》的六十四卦入手，采用生动的事例加以说明，对《易经》中所包含的修身养性、为人处世、齐家立业等方面做了深入浅出的阐述，把其中所蕴含的智慧导入现代社会的生活之中，帮助读者更好地领悟《易经》的智慧，并用《易经》的智慧成就读者的事业和人生。本书将牵着读者的手去体验生活的智慧，让我们为我们自己的生活喝彩。



目 录

乾卦：自强不息	1
坤卦：厚德载物	5
屯卦：君子以经纶	9
蒙卦：发蒙启智	14
需卦：耐心等待时机	16
讼卦：祸从口出	19
师卦：师出有名	21
比卦：诚心纳才	25
小畜卦：诚信立身	30
履卦：谨慎行事	35
泰卦：内君子外小人	37
否卦：临危不乱	41
同人卦：物以类聚，人以群分	44
大有卦：居上不骄	46
谦卦：满损谦益	49
豫卦：得意莫忘形	51
随卦：不固执己见	53
蛊卦：振民育德	56
临卦：胸怀感化之心	57
观卦：善于观察	59
噬嗑卦：恩怨分明	62



贲卦：内外兼修	64
剥卦：适时而退	66
复卦：知错必改	68
无妄卦：不妄为	71
大畜卦：修养德行	73
颐卦：慎奢侈欲	75
大过卦：示弱藏锋	78
坎卦：细节决定成败	80
离卦：稳中求胜	82
咸卦：唇亡齿寒	85
恒卦：恒守其德	88
遁卦：适时退避	91
大壮卦：非礼弗履	93
晋卦：切忌患得患失	95
明夷卦：用晦而明	98
家人卦：家和万事兴	99
睽卦：求同存异	102
蹇卦：反身修德	105
解卦：学会宽容	107
损卦：量力而行	110
益卦：有过则改	112
夬卦：果断处事	114
姤卦：刚柔相济	116
萃卦：择友有道	118
升卦：厚积薄发	120
困卦：勇于突破困境	122
井卦：凡事要有分寸	124



革卦：革故鼎新	126
鼎卦：知人善任	129
震卦：居安思危	131
艮卦：不出其位	134
渐卦：循序渐进	136
归妹卦：目光长远	138
丰卦：盛衰无常	140
旅卦：明慎用刑	142
巽卦：申命行事	146
兑卦：和悦待人	149
涣卦：锦上添花不如雪中送炭	151
节卦：成由节俭败由奢	154
中孚卦：言而有信	157
小过卦：反躬自省	159
既济卦：防患于未然	162
未济卦：谨小慎微	163



乾卦：自强不息

【名言】

象曰：天行健，君子以自强不息。

【要义】

《易传》认为宇宙间充满了一种刚健的、向上的力量。由宇宙而人生，莫不如此。看到宇宙充满生机，就会领悟到人生有无上崇高的价值和无限丰富的意义。所以，《大象传》中有：

天行，健。君子以自强不息。

地势，坤。君子以厚德载物。

《乾卦》中说：“乾：元，亨，利，贞。”可见，乾是元的、亨的、利的、通的。元为宇宙的本能，万物的开始；亨就是通，势不可挡，无往不胜；利既没有阻碍，无往不利；贞即大顺通的状态，靠贞正坚固来维持。

《乾卦》上体下体皆为乾，乾为天；天道刚健，君子应效法天道，自立自强，不停地奋斗下去，才能显示出刚与健。这就是《乾卦》九三中说到的“君子终日乾乾，夕惕若，厉无咎”。

《乾卦》分述了从“潜龙”、“见龙”到“飞龙”的转变过程，意欲以龙为喻阐述人生成长的过程，强调只有自强不息才能变成“飞龙”。自强不息是一种健康的、乐观的人生观，正是这样生生不息的乐观精神鼓舞着中华民族，并成为中华民族不朽的精神财富。

对于个人来讲，自强不息、勤奋进取是必要的道德规范，每个人都应该坚持这种精神。三国时期著名的军事家诸葛亮说“志当存高远”，宋文帝讲做人应“慨然立志”，著名书法家王羲之说“传家一卷书，惟在汝立志”。还是曾国藩的同僚胡林翼说得好：“人生绝



不该随俗浮沉，生无益于当时，死无闻于后世。唯其如此，我们应自立自强，努力做众人所不敢为、不能为的事情，上以报国，下以振家，不负此昂藏七尺之躯。”可见，自强不息、志存高远是每个人应有的志向。

对于群体，一个国家，一个民族而言，自强不息的精神显得尤为重要，它往往关系着它们自身的兴衰成败。作为一个群体，应有其凝聚力，群体意识的主流正是自强不息。作为一个国家，君主及其他辅助领导层次的人都应积极有效地制定合格的治国策略，谨慎地做好各方面的工作，而这也是自强不息精神的体现。作为一个民族，更应该具有积极向上的民族精神。整个民族只有不断开拓、不断创新、不断进取，才能葆有旺盛的生命力。

经历了几千年的风风雨雨后，中华民族之所以依然屹立在世界之林中，并不断焕发着独有的魅力，这与我们整个民族的自强不息、勤奋进取是分不开的。作为炎黄子孙，我们每一个人都应该传承这种精神，并将其发扬光大。

【传世典故】

春秋时期，东南地区的吴国和越国逐渐发展起来，国力日渐强大。公元前496年，越王允常去世，勾践继位，吴王阖闾趁越国大办丧事、人心不稳之际，带兵进攻越国。越王勾践带着丧父的悲痛积极领兵作战，在战斗中，阖闾不幸重伤，临死前，他让伍子胥推选后继之人，伍子胥独爱夫差，便选其为王。阖闾告诫夫差，一定不要忘记为自己报仇。

公元前494年，勾践得知夫差的复仇之心后，决定先发制人，在吴未发兵之前先去攻打吴国。大夫范蠡认为时机不到，极力阻止，但勾践一意孤行，按原计划出兵。谁料，吴王夫差也带兵前去攻打越国。结果，越军被吴国骑兵包围，越国大将战死沙场，夫差执意要灭掉越国，捉拿勾践。此时，勾践已无法脱身，他开始后悔自己



的鲁莽举动。危急中，大夫文种建议勾践贿赂吴国太宰伯嚭，让他代为求情讲和。

在伯嚭的美言下，夫差复仇之心有所动摇。这时，勾践带着妻子和大夫范蠡来求见夫差，并献上珍贵的珠宝玉器。夫差不顾老臣伍子胥的劝告，赦免了勾践，罚他一边看守先王阖闾的坟墓，一边放马，晚上就让他住在墓旁的石屋里。

在吴国的三年里，勾践饱受折磨和屈辱，表面上一直对夫差十分顺从和忠诚。夫差认为这样就挫败了勾践的锐气，于是放松了对他的警惕，允许他回到了自己的祖国。

勾践回到越国，立志报仇雪耻。他一方面继续在表面上忠诚于吴王，一方面暗中训练精兵，积蓄力量。他规定在七年内不收赋税，让百姓努力生产增加积蓄，并对生育的人进行奖励，以求增加人口。不仅如此，勾践还亲自到田间种地，他的夫人也穿着自己织的布做成的衣服，他降低身份对待下面有贤能的人，对宾客厚礼相赠，扶助贫困的人，哀悼死难的人，与百姓同甘共苦，为百姓做出榜样。

为了时刻使自己保持清醒，不忘耻辱，也为了激励自己，夜里睡觉，勾践不再用柔软的被褥，而是躺在柴草里。在他的柴草铺上方悬挂着一个苦胆，每天睡觉之前，勾践都要仰起头尝尝苦胆的滋味，提醒自己不要忘记过去的耻辱。在十年的时间里，他发展生产，使百姓安居乐业，壮大自己的经济力量；同时又勤于练兵，加强自己的军事力量。越国上下齐心协力，奋发图强，逐渐变得强大起来。

公元前484年，夫差不顾伍子胥的反对，率兵攻打齐国，大败齐军。为了迷惑夫差，勾践亲自到吴国祝贺，夫差高兴之下赏给勾践一块封地。大臣伍子胥看出了勾践的本意而力图阻止，不料却惹怒了夫差。后来，伯嚭又三番五次地在夫差面前诽谤伍子胥，伍子胥被赐死。这样一来，吴王身边就没有得力的忠臣了，这无疑为勾践复仇提供了机会。



公元前 482 年，吴王夫差到北部的黄池去与其他诸侯会盟，带走了吴国全部的精锐部队，国内空虚，越王勾践趁机攻打吴国，吴国大败。当吴王夫差返回时，又遭到了越军的痛击，夫差派使者求和。由于那时越国的实力不强，勾践接受大夫范蠡的建议，同意和吴国讲和，然后回到自己的国家。

公元前 478 年，勾践收复失地，率领军队向吴国发起猛烈的攻击。越军所到之处，势如破竹，所向披靡，吴军一溃千里，越军将夫差包围在阳山（今江苏吴县西），夫差派人向勾践求和。勾践为了报仇雪耻，拒绝了吴王的求和要求。夫差无奈之下只得自杀。越王安葬了吴王，杀死了太宰伯嚭。后来，越国凭借自己的实力称霸中原。

尽管春秋时期各国逐鹿中原，存在许多负面影响，但是，越王勾践艰苦奋斗、自强不息、奋发图强的精神和做法，是值得肯定和欣赏的。

一个国家、一个民族要有自强不息的精神，一个人也应该有这样的精神。

《西京杂记》记载了匡衡凿壁借光的故事。匡衡是西汉时期的人，小时候家里穷，没钱上学。后来，他跟一个亲戚学认字，才有了看书的能力。

匡衡买不起书，只好借书来读。那个时候，书是非常贵重的，有书的人不肯轻易借给别人。匡衡就在农忙的时节，给有钱的人家打短工，主人问他要多少钱，他就说，不要工钱，只求借书给他看。主人钦佩匡衡，尽量把书借给他读。

匡衡长大后，承担了养家的责任。他一天到晚在地里干活，只有中午休息的时候，才有工夫看一点书，所以一卷书常常要十天半月才能够读完。为了多看书，匡衡就想利用晚上的时间。可是，匡衡家里很穷，买不起点灯的油。一天晚上，匡衡看到壁缝里透过来



了邻居的灯光，就赶紧拿了一把小刀，把墙缝挖大了一些。这样，透过来的光亮也大了，他就借着透进来的灯光读起书来。

匡衡就是这样刻苦地学习，后来成为一名大经学家，并且以研读《诗经》而著名。汉元帝十分喜好儒术文辞，尤其喜爱《诗经》，曾多次亲自听匡衡讲《诗经》，对匡衡的才学十分赞赏，便任匡衡为御史大夫。公元前36年，丞相韦玄成病逝，匡衡又代为丞相，封乐安侯，辅佐皇帝，总理全国政务。

匡衡在艰苦的条件下仍然勤奋读书，正是自强不息精神的体现。

《菜根谭》中说：“处逆境时比于下，心怠荒时思于上。事稍拂逆，便思不如我的人，则怨尤自清；心稍怠荒，便思胜似我的人，则精神自奋。”说的也是自强不息的道理。

【处世智慧】

一个人的能力是有限的，人生的起步阶段也往往是艰难的。但只要我们心中有大志，奋发进取，自强不息，再大的困难都可以克服。不要被一时的困难所击倒，要知道彩虹总在风雨后。

坤卦：厚德载物

【名言】

象曰：地势坤，君子以厚德载物。

【要义】

《坤卦》上体下体都是坤，坤为地，而地有高下起伏之势。这句话的含义是：地势柔顺、安详，君子应当效法，以厚德居下，容载万物。

大地盛载万物，但却从来不抱怨，不叫屈。我们从大地上得到食物，得到滋养，然而却将垃圾返还给大地，大地仍一如既往地养



育着我们，这正是大地值得尊敬的地方。《坤卦》六二中讲道：“直方大，不习，无不利。”——意思是说我们在为人处世中，要效法大地，以宽广博大的心胸待人乃至宇宙万物，像大地一样做到宽以待人。

古人有训：“严于律己，宽以待人。”所谓“宽以待人”就是面对各种误解和委屈毫无怨恨之心，以德报怨而不计较，不过高要求别人，允许别人有缺点，不宣传别人的缺点，更不抓住别人的缺点不放。古人云：“见贤思齐，见不贤而内省。”说的就是这个道理。

【传世典故】

战国时期，赵国舍人蔺相如奉命出使秦国，不辱使命，完璧归赵，为赵王争了面子。赵王认为蔺相如是难得的人才，便拜他为相国。

老将廉颇曾经为保卫赵国立下汗马功劳，见蔺相如仅凭一张嘴，眨眼间职位就爬到他的头上，而自己戎马一生，战功赫赫却位居他下，心里很不服气，决定找机会羞辱他一番。

蔺相如知道后，处处躲着廉颇，有时还称病不肯上朝。

有一天，蔺相如带门客出去，看见廉颇的车迎面而来，忙将自己的车退进小巷里，让廉颇的车过去。蔺相如的门客觉得憋气，埋怨蔺相如不该胆小怕事。

蔺相如笑笑说：“你们说廉将军跟秦王比，谁的势力大？”

门客答：“当然秦王势力大。”

蔺相如接着说：“天下诸侯都惧怕秦王，而我却敢当面责备他，秦国之所以不侵犯赵国，就是因为有廉将军和我在，倘若我与廉将军不和，秦国定会趁机来犯，所以我情愿忍让廉将军。”

后来，蔺相如的话传到廉颇的耳朵里，廉颇感到无地自容。

一天，蔺相如正在书房读书，一门客急匆匆地跑来说：“廉将军找上门来了。”蔺相如愣住了，不知来廉颇此来何意，忙出门迎接。



廉颇裸着上身，背上绑了一根荆条，见到蔺相如便双膝跪倒，说道：“我心胸狭隘，请您责罚我吧。”蔺相如慌忙扶起他，二人互相躬身施礼。

从此，二人齐心协力，共同保卫国家，秦国十几年不敢侵犯赵国。

蔺相如宽以待人，以国家大事为重，使将相和好，既维护了国家的团结，也有利于抵御外来进犯。

三国时期的曹操其实也是一个雄才大略的政治家。曹操，又名吉利，字孟德，小字阿瞞，沛国谯人，东汉末年杰出的政治家、文学家、军事家。他官至丞相，封魏王，谥武王，其子曹丕称帝后，追尊武皇帝，史称魏武帝。曹操自幼机警，有胆识，人称一代枭雄。他戎马一生，用兵灵活，长于选帅用将，治军严整，赏罚分明。有一次，他的坐骑受惊踏入麦田，曹操当场割下自己的一绺头发代替首级，以肃军纪。他善于用谋略，对将士体恤入微，以此赢得了军心，为自己的大业打下了基础。

公元199年，曹操与实力最为强大的北方军阀袁绍相持于官渡，袁绍拥众十万，兵精粮足，而曹操兵力只及袁绍的十分之一，又缺粮，明显处于劣势。当时很多人都以为曹操这一次必败无疑了。曹操的部将以及留守在后方根据地许都的好多大臣，为保全自己，都纷纷暗中给袁绍写信，准备一旦曹操失败便归顺袁绍。

相持半年多后，曹操采纳谋士许攸的奇计，袭击了袁绍的粮仓，一举扭转了战局，打败了袁绍。这可让那些给袁绍写信的人傻了眼，既怕事情败露，自己的信件被曹操看到遭到杀身之祸；又心存侥幸，希望大乱之中信件丢失。

曹军在清点战果的时候，真的找到了这一大捆投降信。一位官员抱着这些信件，急匆匆地来向曹操汇报：“袁绍仓皇逃走，留下不少东西，其中有一些信件是我方一些人暗地里写给袁绍的，有的干