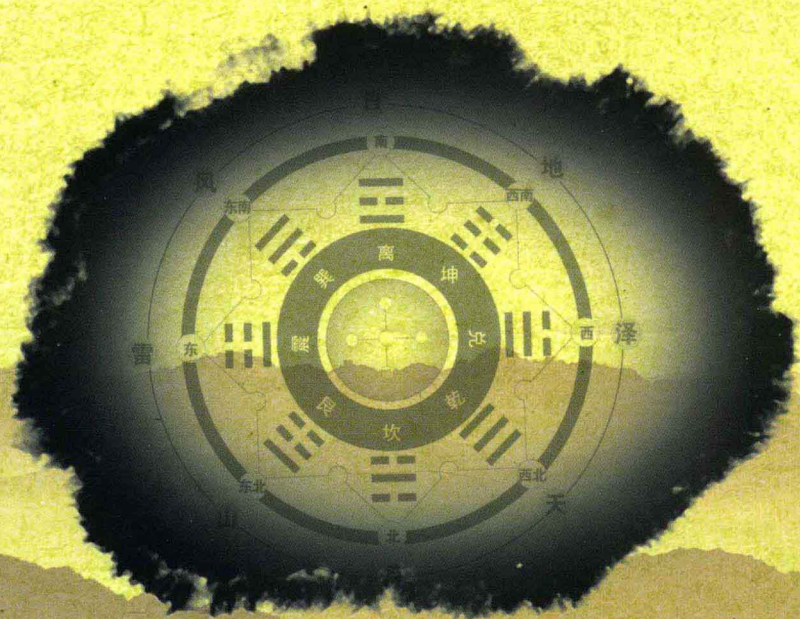


品读周易

修身 启智 立业(上经)

李 宁◎著



周易

何以解忧，唯有周易
半部论语治天下，一本周易赚八方

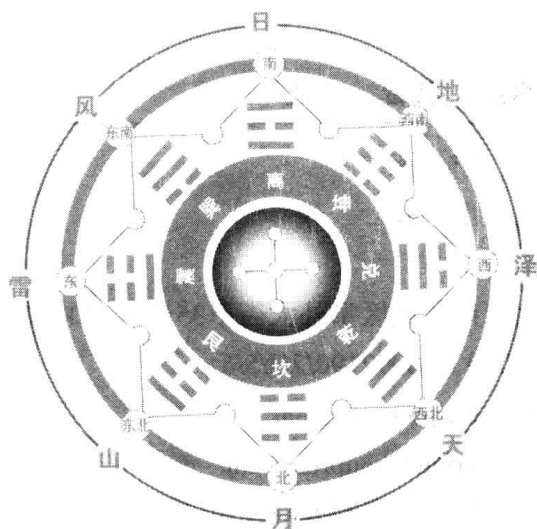
作者以现代视角去品读周易，将古代智慧现代化，贴近生活，指导人生。内容博大精深，既有深度，又有广度，涉及教育、择业、打工、创业、管理、成功、失败，到爱情、婚姻、家庭、养生等方面内容，对人生的不同时期均有启迪和指导。

本书取材十分鲜活，用周易的卦、爻辞评判热点话题，其间又融汇了儒释道三家的智慧，人生警句触目皆是，哲理名句美不胜收，是现代入“崇德广业”的行动指南。

品读周易

修身 启智 立业(上经)

李 宁◎著



图书在版编目（CIP）数据

品读周易：修身、启智、立业：全2册 / 李宁著. —北京：九州出版社，2012.5

ISBN 978-7-5108-1506-5

I. ①品… II. ①李… 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107655号

品读周易：修身、启智、立业

作 者 李 宁 著

出版发行 九州出版社

出 版 人 徐尚定

地 址 北京市西城区阜外大街甲35号（100037）

发行电话 （010）68992190/2/3/5/6

网 址 www.jiuzhoupress.com

电子信箱 jiuzhou@jiuzhoupress.com

印 刷 北京紫瑞利印刷有限公司

开 本 710毫米×1000毫米 16开

印 张 34.75

字 数 540千字

版 次 2012年6月第1版

印 次 2012年6月第1次印刷

书 号 ISBN 978-7-5108-1506-5

定 价 72.00元（全二册）

目 录

序一：这是一本什么样的书	/ 1
序二：周易带给现代人的价值	/ 3
读懂周易的密码——易学基础知识	/ 6
读懂周易的字典——说卦传	/ 14

上 经

1 乾卦：自强不息，隐忍不发	/ 25
2 坤卦：与乾配合，易在其中	/ 42
3 屯卦：适时休养，择机而跃	/ 56
4 蒙卦：蒙以养正，果行育德	/ 65
5 需卦：耐心等待，苦尽甘来	/ 73
6 讼卦：做事谋始，避免争执	/ 80
7 师卦：兵者五事，师卦有三	/ 88
8 比卦：主动亲近，社会和谐	/ 96
9 小畜卦：路途漫漫，蓄以养德	/ 104
10 履卦：路途漫漫，循礼而行	/ 112
11 泰卦：小往大来，国泰民安	/ 120
12 否卦：清除小人，避其锋芒	/ 128
13 同人卦：广交朋友，拓展人脉	/ 135

14 大有卦：追求财富，顺天休命	/ 143
15 谦卦：谦虚做人，诸事顺利	/ 152
16 豫卦：欢娱适可而止，工作常记心头	/ 160
17 随卦：随遇而安，择善而从	/ 168
18 蛊卦：把握人生主动，不被他人蛊惑	/ 176
19 临卦：由监到临，管理智慧的飞跃	/ 184
20 观卦：观察感悟，不入歧路	/ 192
21 噬嗑卦：吃得健康，吃得黄金	/ 199
22 贲卦：落魄不失形，素颜最优雅	/ 207
23 剥卦：见微知著，明察秋毫	/ 215
24 复卦：有钱没钱，作客不如归家	/ 223
25 无妄卦：无妄之灾，如何应对	/ 231
26 大畜卦：蓄养贤才，成就伟业	/ 239
27 颐卦：颐养之道，养心为上	/ 246
28 大过卦：大难之时，挺直脊梁	/ 253
29 坎卦：内外亨通，共度时艰	/ 260
30 离卦：乐天知命，离析重生	/ 268

下 经

31 咸卦：两情相悦，大胆相爱	/ 279
32 恒卦：相爱容易，相守难得	/ 286
33 遁卦：顺时应人，功成身退	/ 293
34 大壮卦：可以得意，不要忘形	/ 300
35 晋卦：晋升之道，内外六因	/ 307
36 明夷卦：藏巧于拙，用晦而明	/ 314
37 家人卦：幸福家庭，六爻六法	/ 321
38 睽卦：求同存异，合作共赢	/ 329
39 蹇卦：此路不通，另辟蹊径	/ 336
40 解卦：不计前嫌，学会宽恕	/ 342

41 损卦：当损则损，与时偕行	/ 349
42 益卦：风雷行动，益民不能等待	/ 359
43 夬卦：好聚好散，决而和悦	/ 367
44 姤卦：小三故事多，充满悲和伤	/ 374
45 萃卦：真诚聚会，美好荟萃	/ 381
46 升卦：谦逊和顺，应时而升	/ 389
47 困卦：股海无边，回头是岸	/ 396
48 井卦：修得井德，克己爱人	/ 403
49 革卦：职场人生，革故鼎新	/ 410
50 鼎卦：正位凝命，把握人生	/ 419
51 震卦：处惊不乱，镇定自若	/ 427
52 艮卦：身止心静，动静有时	/ 434
53 渐卦：循序渐进，欲速不达	/ 441
54 归妹卦：帝乙归妹，剩女归巢	/ 449
55 丰卦：居安思危，持盈保泰	/ 458
56 旅卦：行旅人生当自强	/ 466
57 巽卦：谦逊有度，审慎决策	/ 473
58 兑卦：兑卦一张口，沟通无障碍	/ 480
59 涣卦：重视人才，拯救涣散	/ 488
60 节卦：苦节道穷，甘节通达	/ 495
61 中孚卦：和皆社会，诚信为本	/ 502
62 小过卦：小过无咎，谨慎为妙	/ 510
63 既济卦：拼爹不宜，守成更难	/ 517
64 未济卦：既济抑未济，勤奋是根本	/ 525
附录一 系辞上传	/ 532
附录二 系辞下传	/ 537
附录三 序卦传	/ 542
附录四 杂卦传	/ 544
后 记	/ 545

序一：这是一本什么样的书

近年，随着国家大力弘扬传统文化，全国上下出现了国学热。其中，《周易》又是国学的根基，也是国学典籍中的经典。目前，各高校均开设有相关周易的课程。2010年，中组部要求2000多名司局级官员，在指定的7所院校完成至少40个学分的选课学习任务。结果，选课排在前三位的分别是“周易智慧”、“道家思想与老庄智慧”、“佛教禅宗与人生。”可见，周易很热。

尽管周易很热，但在百姓中，提起周易，马上有人会说算命的。这就是对周易的认识不够全面，管中窥豹，只见一斑。周易不仅是卜学，更是哲学，也是一个宇宙系统。太极就像太阳系，六十四卦就像太阳系的行星，围绕着太阳在公转。因为由乾卦到未济卦，六十四卦是首尾相接、周而复始、运转不止的。就六十四卦个体而言，又如同地球，围绕太阳公转的同时，本身又在自转。因为每一卦由六爻组成，由初爻到上爻分别代表了事物由萌芽到衰败的一个过程，且六爻也是首尾相接、生生不息的。

既然周易是按宇宙系统来构建的，因此周易也就说尽了天下之事、道尽了天下之理。历代帝王将相、商贾名流对周易更是推崇备至，厚爱有加，给予“群经之首”、“大道之源”的评价。孔子曾仰天长叹曰：“假我数年，五十而学易，可以无大过矣！”

本书作者是一位职业经理人，又是一位知名企划人，曾在不同所有制企业内供职，是财经和易经双通人士。人生履历丰富，对易经的感悟颇为深刻。

周易是本着为君子谋而不为小人谋为出发点的。遵循这一原则，本书对人生的不同时期均有积极的指导和借鉴。内容博大精深，既有深度，又有广度。从小孩教育到青年择业、从打工到创业、从恋爱到家庭、从剩女到婚姻、从小三到钻石王老五，从一代创业到二代败业、从人生低谷到事业巅峰、从仪容仪貌到言语说辞、从欢娱到养生、从晋升到退休、从朋友到小人、从合作到矛盾、从聚会到离散、从管理到放纵……均有警示、告诫、启迪和指导。“通天下之志，定天下之业，断天下之疑”，不论为商、为官、为师、为学，还是为人，均大有裨益。

周易是哲学，是哲学就能穿越时空隧道。且经文中也多次提到“时义”、“时用”、“与时偕行”这样的词汇。传文中也说：“不可为典要，唯变所适。”意思是：“周易不可作为僵化的经典要籍，唯有因时变化才能适应实际需要。”周易自身的保鲜功能特别强大，不论千秋万代，常读常新，永远可为时下服务。

作者正是以现代视角去品读周易，将古代智慧现代化，贴近生活，指导人生。本书取材又十分鲜活，用周易的卦、爻辞评判热点话题，其间又融汇了儒释道三家的智慧，人生警句触目皆是，哲理名句美不胜收，是现代人“崇德广业”的行动指南。

段 瑞 于舜耕山庄

序二：周易带给现代人的价值

本书最初进行版面构思时，没有安排周易的原文和译文，在完成两个章节的创作后，感觉直接引用经文，会有许多读者不能读懂或者似懂非懂。如此便会将大量读者拒之门外，不能受益于周易。遂立即进行调整，才有了本书现在的体例。对经文的翻译，是根据作者十余年学易研易的心得所理解的，因为研究的角度不同，不同学者之间会有出入。最后又增加了“读懂周易的密码”和“读懂周易的字典”两部分内容。这样，本书只要有初中文化水平即可读懂，并对其产生价值。

研读周易，究竟能为现代人带来什么？《系辞上传》说：“易其至矣乎！夫易，圣人所以崇德而广业也。”意思是说：周易所阐述的道理已经很完备了。周易是圣人用来教育人们崇高其道德，拓展其事业的。“崇德广业”，仅这两方面的作用，就突显了周易的价值，不愧为千古第一书。

“崇德而广业”，德在前，业在后，有德才能有业，二者是递进关系。如何崇德，又如何广业？六十四卦中给出了具体的方法和答案。

根据作者的经历和授课时与学员的交流，研习周易，对现代人至少有如下三方面的作用。

一、调节心性的作用

有的人脾气大，对什么都看不惯，动辄火冒三丈；有的人性子急，什么事总想尽快完成，其结果往往是欲速不达；有的人喜欢斤斤计较，为点蝇头小利，即使是夫妻俩，整天吵得不可开交。有的人占有欲很强，看见同事背个LV包包，心里难受得要命，这是物质方面的。婚姻也如此，对配偶看管很严，导致对方接个电话都神秘兮兮的，生怕引发战争。婚姻是拥有而非占有，婚姻如果侵犯了自由，早晚会破裂。

当下比较流行的一个词汇叫“格局”，上述这种情形就是格局不够大，或者格局没

有打开。周易就具备这种调节心性、放大格局的功效。

周易是平衡之术、中庸之道。六十四卦中说：官司不可久缠烂打、人生得意之际不要忘记当初、欢娱的时候不要忘记工作、天晚了要休息、饮食不宜过饱……从各个层面、角度对人们进行谆谆告诫、循循善诱。又如，震卦告诫人们要做到处惊不乱，“笑言哑哑”，才能担当大任。节卦告诉人们既不能铺张浪费，也不能吝啬小气。卦辞说“苦节不可贞”，意思是过分的节约就不能守正，像葛朗台、严监生那样的人物，过不了正常人的生活，也做不成大事。爻辞九五说“甘节吉，往有尚”，恰到好处的节制，利于事业向前，受人尊重。在人生大有之时，要低调谨慎；当人生处低谷之时，又要终日乾乾，自强不息。

周易太伟大了！借用《诗经》的一句话就是“如切如磋，如琢如磨”，周易对一个人心性的调节，就像加工骨器一样，切了还要磋；也像加工玉器一样，琢了还得磨。曾国藩也说：“各朝学者，无不读易者，无不悉医者。医者，易也。医则调身，易则调神。”研习周易，调节心性，心态好了，格局大了，事业也就顺了。

二、排忧解难的作用

《系辞下传》总结周易“无有师保，如临父母”，就是说学习周易后，如果没有师傅保护，就如同父母在身边一样。古代传经布道是师傅带徒弟式的，弟子对老师十分尊敬，老师对弟子除了答疑解惑外，在物质上也给予极尽所能的帮助。像孔子弟子中就有七十二贤人，他们对孔子都很尊敬。

小时候，我们过得无忧无虑，衣、食、住、行，都由父母解决，喜欢哪个玩具了，撒个娇，父母一般也就给买了，愿望很容易得到满足。成年后，我们会有这样那样的困惑，比如我们在一家公司做了一段时间后，想跳槽换一份工作，又前怕狼后怕虎的有所顾忌，如果询问父母，他们也没有能力给出最佳建议。只有周易会告诉你，如何把跳槽这件事情处理好，处理完善。

何以解忧，唯有周易。因为只有本人身处事情的具体环境中，熟知内因、外因，然后再拿周易去对照考量。事情能做，还是不能做，向左还是向右，已经十分清晰。善易者不卜，六十四卦包含了万千人生智慧，首尾相接，串成串，遇人生困惑时，对着摸一摸，悟一悟，便能解开心结，从容面对；取舍进退，决策事业。

如果说圣经是西方人的父母，易经就是东方人的父母，而且是成年人的父母，他永远在我们身边，教育我们，指导我们……

三、心想事成的作用

国外有本畅销书叫《秘密》，讲了一个吸引力法则，说一个人只要去想，然后付诸行动，就会把想要的东西吸引过来。中国古老的周易也是有灵性的，与天地准，与鬼神谋。爱情、婚姻、健康、财富，你想要的东西周易里全都有。

万法唯心造。我们想一件事，必须得有根据，有事实基础，不能异想天开，盼天上掉个林妹妹下来，盼买彩票砸中1000万，然后画地为牢，守株待兔。周易中反复提到“有孚”，就是有诚信和信用，只有保持诚信这个前提，周易对心灵才有一定的导向作用。比如湖北那位暴走妈妈，在患有重度脂肪肝不适宜给儿子换肝的情况下，决定用疾步行走的方法减去脂肪肝。最终在母爱的感召下，治愈脂肪肝，为儿子成功换肝。

心想事成，要想能力范围内的事，即使愿望当前不能实现，周易中“终日乾乾”、“自强不息”、“进德修业”、“自昭明德”、“小往大来”、“革言三就”、“改邑不改井”、“富以其邻”等思想和智慧，会激荡着你奋发有为、积极向上，从而实现宏图伟业、幸福人生。

最后，在我研习周易和本书创作过程中，发生了一些有关“吸引力法则”的事情。试举几例：

在品读创作升卦部分时，正是“易立方”成立之际，南方一位老总慕名而来，邀请我为其木业公司策划一个名称。最终通过一个月的调研和策划论证，老板对我公司所策划名称十分满意。升卦为上坤下巽，地中有木。其卦辞为“升，元亨，用见大人，勿恤，南征吉。”《象传》为“地中生木，升。君子以顺德，积小以高大。”

我做股票多年，在研读困卦的时候，受困卦启发，突然开悟。不论盈亏，将股票闪电般全部卖出，同时去证券公司消除了账户。不料，在此后的半年时间里大盘一路下泄，最终跌到了2100多点。

泽地萃卦我主要写了同学、朋友等聚会时所持的一些态度和方法。快要写完的时候，一位二十多年未曾谋面的初中同学突然打来电话，说某某同学计划组织一次初三同学聚会，让他负责联系咱们那一届的同学准时参加，并告诉了我具体的时间和地点。

我在研读同人卦的时候，一天之内，有三位多年不联系的朋友主动打来电话，联络感情。

因此，周易要用心去读，只有深入进去，才会产生力量。

李 宁 于三立书斋

读懂周易的密码——易学基础知识

《周易》并不神秘，也不难懂，比上初中时学化学、物理更容易入门。《周易》是由符号和专业术语构建起来的一套完整的思想体系，它们是《周易》的密码，也是游戏规则。读懂《周易》前，先来了解这些符号和专业术语。

一、爻

构成八卦的基本元素，包括一长画“——”和两短画“— —”两种符号，都叫爻。长画叫阳爻，短画叫阴爻。天下万物都可划分为阴阳，用这两种符号表示。阳爻表示动的、实的、刚的；阴爻表示静的、虚的、软的，等等。

二、卦

卦是由三个爻或六个爻重叠组成的符号，又称卦画。由三个爻组成的卦称为三画卦，由六个爻组成的卦称为六画卦。举例如下：



三、卦名

卦名指每一卦的名称，如乾、坤、屯、蒙、需、讼、师等，每一个名称都有特定的含义，如需表示等待，讼表示争讼，师表示军队，等等。

四、八卦

八卦是由三个爻重叠组成的八个符号，又称经卦、八经卦。图示如下：



为了便于记忆，古人总结为：乾三连，坤六断，震仰盂，艮覆碗，离中虚，坎中满，兑上缺，巽下断。

八卦代表了八种自然属性，是八卦的基因，其他诸多方面的取象均由基因延伸而来。

乾表示天，由三个阳爻组成。上古的人认为天是有顶的、有盖的。太阳从西边下去，又从东边上来，白天黑夜交替运行，因此，天也是精力旺盛的，勤快的。于是，天就用三根实线来表示。

坤表示地，由三个阴爻组成。大地是柔顺的，雨雪冰雹包容万物，动物生物微生物养育万物，地用柔顺的方法配合了天。因此用三根虚线表示了地。

震表示雷，上边两爻是虚的，下边一爻是实的。打雷时，我们先要看到闪电，电光闪过时，天顶像裂开个口子似的，就是震卦的取象。上古伏羲氏“仰观天文，俯察地理”，始作八卦。

艮表示山，因为大地用三个虚线表示，如果把最上边一爻变为实的，坚硬的，这就是山，山是由地下突兀而起的。

离表示火，上下都是实的，中间是虚的。古人用火把烧东西，发现离火苗太近了，反而烧不着，需要离火远一点，远一点温度高。今天我们很好理解，就是物理学中的内焰和外焰原理。外焰温度高用实的表示，内焰温度低用虚的表示，最下边火把又是实的，因此用离卦表示了“火。”

坎表示水，中间是实的，上下都是虚的。水最柔软，任何坚硬之物都可放入水中。甲骨文中水的象形字也类似于坎的卦画。因此用坎表示“水。”

兑表示泽，上边是虚的，下边两横是实的。虚实是相对而言的，上边是稀泥，一脚踩下去就是沼泽，下边是坚实的大地。因此用兑表示“泽。”

巽表示风，上边两横是实的，最下边是虚的。如果三横都连起来，卦象就是天，天下边有流动的东西，这就是“风”。

五、六十四卦

由六个爻重叠组成的六十四个符号，也可看做是由八卦两两重叠组成的符号。六十四卦也称为别卦、重卦。《周易》一书正是围绕六十四卦的具体解释而展开的。南宋朱熹编辑整理的《卦名次序歌》如下：

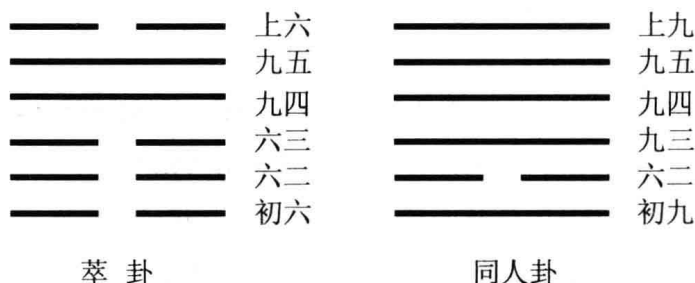
乾坤屯蒙需讼师，比小畜兮履泰否；
同人大有谦豫随，蛊临观兮噬嗑贲；
剥复无妄大畜颐，大过坎离三十备。
咸恒遁兮及大壮，晋与明夷家人睽；
蹇解损益夬姤萃，升困井革鼎震继；
艮渐归妹丰旅巽，兑涣节兮中孚至；
小过既济兼未济，是为下经三十四。

六、爻位

指六画卦每一个爻的位次，由下至上分别叫初、二、三、四、五、上。

七、爻题

《周易》中凡阴爻称为六，阳爻称为九，将六、九与爻位相结合，就称为爻题。如萃卦的爻题依次为：初六、六二、六三、九四、九五、上六；同人卦的爻题依次为：初九、六二、九三、九四、九五、上九。



八、卦位

指六十四卦的两个八经卦的位置，位于下面的称为下卦或内卦，位于上面的称为上卦或外卦。如萃卦上面经卦为兑卦，下面经卦为坤卦，也称为下坤上兑。兑为泽、坤为地，按八经卦的基本属性又称为泽地萃卦。

九、互卦

一个重卦中包含有六个八经卦，分别为内卦（下卦）、外卦（上卦）、一互卦、二互卦、三互卦、四互卦。初、二、三位组成内卦；四、五、上位组成外卦。二、三、四位组成一互卦；三、四、五位组成二互卦；五、上、初位组成三互卦；上、初、二位组成四互卦。

初爻表示事物的诞生或初创，到了上爻物极必反，表示事物的衰败。六十四卦中的六爻是首尾相接，循环不止、生生不息的。比如前边列举的萃卦，内卦为坤卦（初六、六二、六三）、一互卦为艮卦（六二、六三、九四）、二互卦为巽卦（六三、九四、九五）、外卦为兑卦（九四、九五、上六）、三互卦为震卦（九五、上六、初六）、四互卦为坤卦（上六、初六、六二）。

互卦对读懂六十四卦中的卦辞、爻辞、彖传、象传很有帮助。

十、消息卦

六十四卦中有十二个卦较为特殊，它们最能体现阴阳二气的此消彼长，因此叫消息卦，消是减退，息是增长。十二消息卦分别为：复、临、泰、大壮、夬、乾；姤、遁、否、观、剥、坤。阳生于复而极于乾，阴生于姤而极于坤。



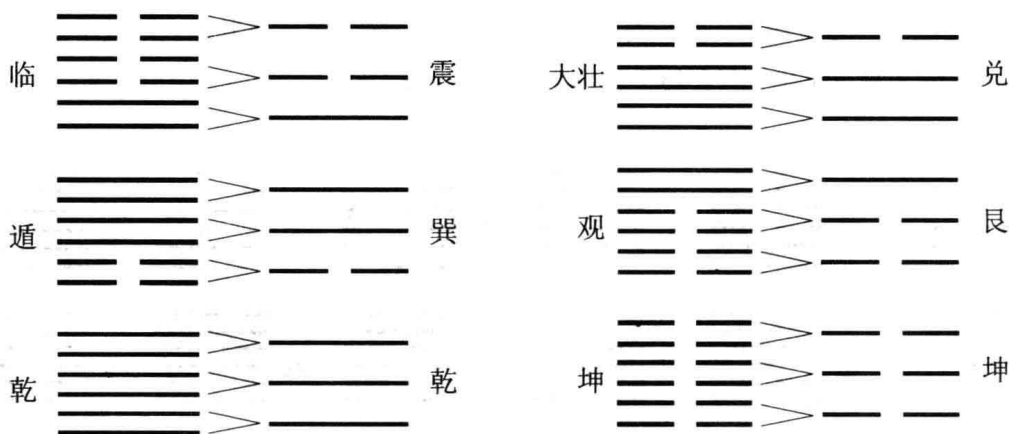
十二消息卦

十二消息卦表示了农历的十二个月份，“十二消息卦、十二月及二十四节气的对应关系”如下：

地天泰卦	——	正月	——	立春、雨水
雷天大壮卦	——	二月	——	惊蛰、春分
泽天夬卦	——	三月	——	清明、谷雨
乾卦	——	四月	——	立夏、小满
天风姤卦	——	五月	——	芒种、夏至
天山遁卦	——	六月	——	小暑、大暑
天地否卦	——	七月	——	立秋、处暑
风地观卦	——	八月	——	白露、秋分
山地剥卦	——	九月	——	寒露、霜降
坤卦	——	十月	——	立冬、小雪
地雷复卦	——	冬月	——	大雪、冬至
地泽临卦	——	腊月	——	小寒、大寒

十一、集合卦

十二消息卦中，如果将相邻的两个阳爻或两个阴爻，两两集合为一个阳爻或一个阴爻，则会产生六个八经卦，称作某某卦的集合卦。分别是临卦的集合卦为震卦、大壮卦的集合卦为兑卦、遁卦的集合卦为巽卦、观卦的集合卦为艮卦，乾、坤卦集合依然为乾和坤。如下图：



十二、卦辞

卦辞是六十四卦的每卦开头用来说明全卦宗旨、意义或所预示吉凶的文辞。如谦卦卦辞为“谦，亨，君子有终”；再如姤卦卦辞为“姤，女壮，勿用取女”。

十三、爻辞

指每一爻后面的说明文字，用来说明该爻的内容或吉凶预示。如乾卦初九爻辞为“潜龙勿用”、大畜卦六四爻辞为“童牛之牯，元吉”。

十四、占断之辞

《周易》作为卜筮之书，文中充满了大量判断或预示祸福的词，如吉、亨、利、悔、吝、厉、咎、凶等，这些词就称为占断之辞，简称断辞。占断之辞有相对固定的含义，对理解《周易》的内容极为重要。吉指吉祥或吉利、亨指亨通或通达、利指适宜或有利、悔指悔恨或懊恼、吝指吝嗇或遗憾、厉指危险或祸乱、咎指灾难或过错、凶指凶险或风险。

十五、当位与中正

在一个卦的六爻中，二、四、六位为偶数位，也称阴位；一、三、五位为奇数位，也称阳位。如果阴爻刚好在阴位、阳爻刚好在阳位，就称作当位；如果阴爻居阳位、阳爻居阴位就称作不当位。一般来讲，当位比较吉，不当位比较凶，但也不是绝对的。

如果阴爻在下卦的中位，也就是二位；阳爻在上卦的中位，也就是五位，这两种情况就是既当位、又得中，称作中正。如果二位为阳爻、五位为阴爻，那就是得中但不得正，称作中而不正。

十六、正应与敌应

六十四卦中，每一卦下卦的初、二、三位分别与上卦的四、五、上位形成正应或