



传承千年的东方智慧  
古代政治家必修之术  
长征◎著

仅需三天！在轻松愉快中打开心扉，通晓“大道之源”！  
从此不必求神问卦，惴惴不安，你就是“易经大师”！

中国MBA联盟十大企业家导师**长征**先生倾囊相授！



**图书在版编目 (CIP) 数据**

三天开心学易经 / 长征著. —北京: 新世界出版社, 2012. 3

ISBN 978-7-5104-2525-7

I. ①三… II. ①长… 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 016188 号

---

三天开心学易经

---

作 者: 长 征

责任编辑: 刘丽刚

装帧设计: 贺玉婷

责任印制: 李一鸣 黄厚清

出版发行: 新世界出版社

社 址: 北京西城区百万庄大街 24 号 (100037)

发行部: (010) 6899 5968 (010) 6899 8733 (传真)

总编室: (010) 6899 5424 (010) 6832 6679 (传真)

http: //www. nwp. cn

http: //www. newworld-press. com

版权部: +8610 6899 6306

版权部电子信箱: frank@nwp.com.cn

印 刷: 三河市骏杰印刷厂

经 销: 新华书店

开 本: 787 × 1092 1/16

字 数: 180 千字 印 张: 14

版 次: 2012 年 4 月第 1 版 2012 年 4 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-5104-2525-7

定 价: 29.80 元

---

版权所有 · 侵权必究

凡购本社图书, 如有缺页、倒页、脱页等印装错误, 可随时退换。

客服电话: (010) 6899 8638

## ▶▶▶ 作者的话

在纷繁的世界中，每个人都在忙，这就要求我这本书要非常有效率，最好三天就可以轻松看完并有巨大收获；在现代生活中，我们每个人都有些疲惫，因此我这本书以开心的方式让大家阅读、学习，让大家体验童年般的快乐成长。在漫长的人生中，每个人都希望得到正确的人生指导，都希望摆脱前途未卜的命运，因此我给大家讲讲华夏文化的至尊经典《易经》。

让你用三天的时间开开心心读懂《易经》，正是这本书的目的。

作为一本文化类型的书，自然也少不了文化的底蕴，如果你不相信三天能开开心心地读懂《易经》，下面的解释应该能消除你的顾虑。

### 【三天】

“道生一，一生二，二生三，三生万物。”三天正可以恰到好处地达到开心与学习的目的。

第一天是“静心”。通过生动的事例，打破过去《易经》给我们遗留下来的各种习惯性的认识错误，消除思想桎梏，最终以平常心来对待《易经》。

第二天是“明道”。讲述一些华夏文化中的基本概念，帮助读者朋友们端正学习《易经》的态度，明确大家的学习目标，弘毅每个人的志向。

第三天是“顿悟”。再高大宏伟的殿堂，进门只需一把正确的钥匙而已。最后一天就是交给读者朋友们一把解开《易经》奥秘的钥匙，并培养正确阅读《易经》的习惯，使大家的精神与思想豁然开朗。

经过这三天的学习，《易经》对你来说将不再神秘，华夏文化也会通过向每一位读者的传播而大放异彩。

### 【开心】

我们生活在这个世界上，最根本的目标就是要活得开心，但真正的开心之法，很多人没有找到。通过这本书，读者朋友们会从华夏文化中找到这个开心之法。

华夏历史上第一个传说是“盘古开天地”。盘古从混沌中开出一个世界，这个世界不是我们看到的物理世界，而是人的内心世界。从此华夏民族以天地为最高信仰，

以博大的胸襟走向世界，孕育了一个又一个英雄豪杰，创造了一个又一个历史辉煌。

华夏民族被开化的心，上下有天地，内涵有阴阳，相互有主客，包容世间万物的各种形态与规律，是让每个华夏儿女开开心心走好自己人生的基本准则。

只有具备了一颗被开化的心，才能真正找到学习《易经》的法门。

### 【易经】

心打开了，我们就真正学会了包容，有了一颗包容之心，我们就会关爱、帮助、影响、包容更多的人和事。当我们的心的境界达到了“吾心即宇宙，宇宙即吾心”的境界时，自然就做到了“兼相爱，交相利”，也学会了如何在社会中与各种类型的人打交道，最终使自己的人生之路更顺利。

《易经》就是帮助我们开开心心生活的指路明灯。

我有必要声明：我不是《易经》大师。《易经》就像现代的数理化、哲史文一样是门学科，没有大师，只有教师。我也只能引导你怎么入门，然后我们来共同研究。

# 让周易学习变得容易

我学习周易已经有超过二十年的时间了，除了了解一些皮毛和只言片语，以及基本的卜筮方法之外，可以说至今不得其门而入。有趣的是历史上诠释周易的书，多到可以用汗牛充栋来形容。但是至今我还没有发现哪一本书让我能够透彻地了解周易的来龙去脉。

因为一个偶然的机，我遇到了华夏文化学者长征先生，他对周易的研究和学习，可以说独成一家之言，而且多发前人之未发，其言其理让人有茅塞顿开、豁然开朗的感觉。

读过他的《三天开心学易经》这本书，发现这本书里有几个重要的内容值得我们学习。

首先，长先生回到了中国文化的起源——文字学，并且将先民们的思维用文字学的方式加以考证，使我们找到了先人们远古生活乃至创造周易时的情景和环境。比如这个“我”字，按长先生的考证，它指的是人在外面打猎回来，将猎物与他人分享，他强调的是个人对团体的贡献，而非索取。如此放大，团体成员在一起共同生活，强调的是奉献和公平处事，把猎物带回来在鼎里煮，进而王者铸鼎，表示分配的公平公正，和权力的责任。这一解说至少我是第一次听说，感觉的确耳目一新。

其次，长先生将周易六十四卦，按照成对出现的方式加以解释，使人看到每一卦和每一爻的两层意思，从而能够指导我们的实际生活。以乾坤两卦为首提纲挈领，以既济卦、未济卦为尾，对两类人的人生态度加以指导，其他六十卦两两成组互为参照，的确能发现许多未曾考虑到的有趣内容，这也算是发前人之未发。

最后，长先生将除乾、坤、既济、未济之外的六十卦分为六组，五卦为一组，象征人生的六个发展阶段，将他认为的远古时代周文王传授的修身齐家治国平天下的道理，通过周易代代相传，从而使得后人能够有据可循，能够遵从天道自然规律，

在人生中趋吉避凶获得成功。

谨此几点，长征先生的贡献使得我尊敬有加。我虽研习周易多年，并尝试将其与自己的工作和企业管理实践相结合，但始终不得门径，得与长先生相识并学习，颇有柳暗花明之感。

遂应其盛情，勉为作序，推荐给更多的有缘人。

许 正

GE（中国）有限公司副总裁，西北区总经理

## 【静心·觉我】

## 第一天

- 上午：是谁忽悠了我们 / 2  
 下午：我们为啥看不懂 / 9  
 晚上：何谓占卜与预测 / 17

## 【明道·觉他】

## 第二天

- 上午：是谁编写的易经 / 24  
 下午：经书是什么书籍 / 41  
 晚上：易经该是什么经 / 51

## 【顿悟·觉行】

## 第三天

- 上午：乾卦 / 57  
     乾卦第一阶段：潜龙勿用 / 61  
     乾卦第二阶段：见龙在田，利见大人 / 63  
     乾卦第三阶段：君子终日乾乾，夕惕若，厉，无咎 / 66  
     乾卦第四阶段：或跃在渊，无咎 / 69  
     乾卦第五阶段：飞龙在天，利见大人 / 73  
     乾卦第六阶段：亢龙有悔 / 78  
 下午：坤卦 / 82  
     坤卦第一爻：履霜，坚冰至 / 83  
     坤卦第二爻：直方大，不习，无不利 / 88





目 录

坤卦第三爻：含章可贞。或从王事，无成有终	/ 90
坤卦第四爻：括囊，无咎，无誉	/ 97
坤卦第五爻：黄裳，元吉	/ 99
坤卦第六爻：龙战于野，其血玄黄	/ 105
晚上：易经中的元素周期表	/ 109
人生六大阶段：立身第一	/ 113
人生六大阶段：会盟第二	/ 116
人生六大阶段：持强第三	/ 117
人生六大阶段：守柔第四	/ 119
人生六大阶段：改命第五	/ 120
人生六大阶段：传承第六	/ 121

【附录一：易经名词解释】

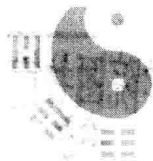
【附录二：《汉赋·七发》】

【附录三：华夏时空版·易经】

【静心·觉我】

第一天 静心





## 第一天上午

# 是谁忽悠了我们

很久很久以前，谎言和真实在河边洗澡。谎言先洗好，穿了真实的衣服离开，真实却不肯穿谎言的衣服。后来，在人们的眼里，只有穿着真实衣服的谎言，却很难接受赤裸裸的真实。

《易经》是最早被谎言调换衣服的真知。

本书要做的第一件事情，就是查查什么人穿走了《易经》真知的衣服，谎言以什么形式在哪些场合频繁地出现在我们面前。

在所有“国学大师”里面，人数最多的就是《易经》大师，这些人不仅能在各个旅游景点的门口、树下见到，在城市里面的公园门口、医院旁边也能看到，而且大有向高校大讲堂、企业家培训班蔓延之势。

回家打开电视，查阅网络，这种人的讲座、视频也不在少数，出门和朋友吃饭，谈论间也能得知一两两位《易经》大师的逸闻趣事；再去书店看看，《易经》书的品种几乎是所有国学门类中最多的。

没听说过几个相对容易看懂的《道德经》、《孙子兵法》、《论语》等方面的大师，而一直被公认为最难搞懂的《易经》却大师满天飞，着实让人搞不懂。

在《易经》大师盛行当世的环境下，我们每个普通中国人仍是那个延续了几千年的状态，那就是我们还是搞不懂《易经》。

由此可见，那些《易经》大师们不是对我们留了一手，就是在忽悠我们。

更有可能的是，他们这些人偷走了《易经》真正的衣服，遮住谎言在社会上招

摇撞骗，使真正的《易经》难以现身与世人见面。

为什么能有这样的判断？原因其实很简单，但证明起来却很困难，大家只好用自己的心去感悟并加以判断这个赤裸裸的现实。

对于《易经》，从孔子的时候就开始出现迷茫了，晚年孔子得到《易经》后，发愤学习，但由于其缺乏师承，再加上缺乏相关的阅历，把编《易经》竹简的牛皮绳都磨断三次（韦编三绝），最终也没有搞明白个所以然，在其临终感言中提到：“假如给我时日，我将更能明白《易经》的文与质。”

上面这段故事记录在《史记·孔子世家》。“孔子晚而喜易，序彖、说卦、文言。读易，韦编三绝。”并在后面提到孔子最后对于自己学习《易经》的心得体会：“假我数年，若是，我于易则彬彬矣。”

“假”是假借，“假我数年”就是说假如还能给我几年学习《易经》的时间。孔子说这句话的时候，是已经在外奔波了14年，68岁的时候回到了自己的故乡鲁国的那个时期。

这里面有两个故事要给大家讲，一个是老人经常提到的“73，84，阎王不请自己去”，另一个是鲁国和《易经》的关系。

“73、84”源于两个著名人物的寿命，孔子是73岁时去世的，而84岁去世的那位著名人物是孟子。后来中国人看到这两个圣人都在这个岁数上被阎王爷收了，那我们普通人就更难过这两个坎了，因此就留下了这个“73、84”的传统。

先抛开老人们的讲究，进入我们关注的《易经》研究。我们现在可以清晰地计算出孔子68岁回到鲁国后，四五年左右的时间就去世了。回到鲁国后孔子身边连续发生三件大事，首先是孔子的独生子孔鲤死了，一年后孔子最喜欢的学生颜回死了，又过了两年，孔子最勇敢的学生子路死于非命，这三件事给了孔子巨大的精神打击。

当然回到鲁国也有好事，最让孔子高兴的就是看到了《易经》。《易经》诞生于印刷术、造纸术尚未发明、各国文字尚未统一的年代，一般人是不能轻易看到的。当时《尚书》、《诗经》、《礼记》、《乐记》这些文献一般都流传于帝王家，作为一个普通百姓能看到《易经》，实属不易。

孔子在30多岁的时候开始游学，去周朝的都城见到了老子，老子当时是国家图



图书馆的馆长，领着孔子去皇家图书馆见识了一下。这是孔子第一次接触到真正的华夏核心文化，从此孔子开始立志，并坚定地踏上了传承华夏文化的人生之路。

孔子在那个时期并没有看到《易经》，这不是老子对孔子留了一手，而是《易经》不在国立图书馆的馆藏范围之内。当时在周朝，《周易》只掌握在一个家族手中，而且概不外借。

在之后三十多年的历程中，孔子从未接触到华夏文化的至尊经典《易经》。因为唯一掌握正版《易经》的，也就是《周易》的，只有一家人，那就是文王的四子周公家族。

周公的封地就是鲁国。

当初孔子在鲁国当官的时候，仅仅被当成一个优秀的公务员，是无法进入核心管理层的。后来孔子经过多年的出国求学考察，逐渐有了一定的社会声誉，最后被请了回来，而请他的这个鲁君被后世尊为鲁哀公。

哀公虽然名号很衰，但在鲁国的历任国君中他的名气最大，因为他是鲁国历代国君中和孔子交情最好的，堪称铁磁，能把家传镇宅之宝《周易》借给孔子抄看的，只有这位仁兄了。

看到这里我们也顺便学了一招名垂青史最简单的方法，那就是和当代的圣人处交情。

孔子在七十岁左右得到了这套奇书后，抓紧时间苦读，可惜时日无多，再加上连续四年中三个重要晚辈的离世，严重干扰了孔子潜心钻研《易经》的学习情绪，孔子最后发出上文所说的感叹：“假我数年，若是，我于易则彬彬矣。”

“彬”的意思是在自然环境下成长的一棵棵树木，体现的是扎根不乱动，同时还茁壮成长。现在我们经常用到的成语“文质彬彬”、“彬彬有礼”就是这个意思。



现在我们学的知识不少，但这些知识更新太快，当代的教育考试体系又逼着大

家一会儿学专业，一会儿学英语，成年人还要掌握每天变化的新技术，学完计算机又得学发微博。迅速更新的知识导致我们学的东西既没有根基，也不能让我们有积累地成长，这种状态就是“不彬”，俗称浮躁。

秦始皇当时焚了那么多图书，而不焚《易经》，后世也鲜有人和《易经》公开叫板的，这都充分说明《易经》存在卓尔不群之处。

相对于司马迁的《史记》，孔子门人撰写的《论语》更加准确地描述了当时孔子对《易经》的感慨：“子曰：加我数年，五十以学易，可以无大过矣。”

我们可以想象出这样的历史画面。孔子吃力地看完《易经》的最后一卦，揉了揉昏花的眼睛，慢慢拿起拐杖颤颤巍巍走出家门，看着夕阳逐渐隐落在高山背后，看着逝者如斯夫、滚滚东流去的大河，感觉自己再也没有时间和体力研究《易经》了，反思自己的一生就要这样匆匆而去，不由得发出了一句流传后世的著名感言：“上天若能再借我五十年，我边学习边实践《易经》中的每个爻辞，那么我的一生就根本不会犯那些摸着石头过河，事后总想吃后悔药的事情了。”

大家应该记得有首歌叫做《向天再借五百年》，就是这个感叹的延续。当初我研究完《易经》，自己第一个感受就是：虽然自己北大毕业，当过政府官员、集团公司高管，平时也读过不少书籍，但要是用《易经》来评价自己的过去，那就是三个字：没文化！要是用六个字，那就是“相当地没文化”。

这全拜我小时候接受的一个理念所赐：“学好数理化，走遍天下都不怕。”

当初在这个错误思想的指导下勤奋学习了十几年所谓“先进文化”，当自己走出校门面对社会的时候，却发现自己什么都没学会，全靠“摸着石头过河”、“黑猫白猫抓住耗子就是好猫”这样的理论撞大运，全然不知系统改变自己命运的文化。

别看我现在能三天讲明白《易经》，在我没懂《易经》前，在前半生那黑暗的没文化时期吃的苦、撞的墙、受的累、骂的娘，三天三夜都讲不完。开始还抱怨自己命苦，后来慢慢发现没文化居然是个社会普遍现象。

感悟《易经》后，经常和身边一些高端人士交流，指不定解到哪句《易经》爻辞，他们其中的某个就会扑过来对我感叹：“你怎么不早点告诉我这些，要是早知道这句话，我现在的事业会强上好几倍。”颇有孔子当初与《易经》相见恨晚之意。

在孔子去世后的两千年，精通东西方文化的冯友兰老先生谢世前最后一句关于





哲学的话是这样讲的：“中国文化将在世界大放异彩，请注意《易经》哲学。”

因此我们在真正学《易经》以前，应该学会远离那些《易经》大师的说教，扔掉手头的各种《易经》书籍，网上的那些《易经》视频就不需要再浪费我们的流量去下载了。什么时候那些大师们的言论不在我们眼前满天飞了，我们才能静下来真正独立思考《易经》到底是什么。

举一个形象一些的例子。《易经》已经经历了数千年，上面满是灰尘，我们要想了解《易经》的真面目，第一件要做的事情就是掸掉灰尘。

在金庸先生的《倚天屠龙记》中，张三丰教张无忌太极剑，先是让张无忌忘掉过去所学的剑法，这样才能行云流水地掌握太极剑的精妙。

真正教我们懂《易经》的人，应该是真正懂《易经》的人，也就是撰写《易经》的周文王和周公，以及比周文王还要早的先贤们，他们才是真正能教会我们《易经》的好老师。

可惜这些正宗的老师我们现在见不到，更不能得到他们的言传身教。我们只好退而求其次，向我们身边的人来学习，但非常不幸的是，“易经”行业是骗子最多的，相信很多人都有过切身的体验，在此我们就不多说了。这皆源于《易经》一直没被搞懂，导致《易经》行业是一个最容易被忽悠的行业了。毕竟当代绝大多数的中国人在《易经》面前，就是一群无知的小孩子，我们要是不被忽悠才怪。

中国文化领域里最糟粕的就是“骗和偷”，不幸的是随着教育的普及，这个诟病成了社会传染病，深入各个领域。

当然这些用《易经》忽悠我们的人出发点未必全是坏心，他们一部分人的初衷也是想弘扬文化，可惜他们对文化仅仅停留在文字、概念上的感悟，而没有真正做到知行合一，收发自如，其结果是自己和弟子们讲起来头头是道，但实际做起来却谬之千里，很快就门可罗雀了。

因为真正能够传授《易经》这种真知的一定是善于言传身教的实践家，而不是满腹经纶的思想家、空想家、理论家。

佛教中有一个故事：有一孝子向一个修道的菩萨要眼睛来医治他母亲的病，这个菩萨毫无吝啬地立即挖了自己的左眼给他。但那位孝子说：你太快了，弄错了，我要的是你的右眼，因为右眼才能治我母亲的病。菩萨迟疑了一下，便挖出了右眼。孝子说：不用了，因为你有迟疑不舍之心，这个眼睛做药已经不灵了。

道理懂得一大堆，分寸拿捏不好，原因就是缺乏真正的生活实践。

理论就像是刚去学自行车，而一旦学会后发现一切很自然，很简单，用武学的话讲叫做“功夫上身”。

孔子说：“人之大患，好为人师。”就是提醒我们在明白道理后一定不要着急跟别人卖弄，而自己要多在生活中实践、修炼，用自己的行动和社会价值来证明道理的正确性，也就是用行动来修行，用成绩来证果。

下面的故事对我们理解真知的实践性、客观性非常有帮助。

船子禅师和道吾、云岩师从药山和尚修行。

离开师父下山后，船子对道吾、云岩说：“你俩应该各据一方，弘扬药山师父的宗旨，我的性格散漫，喜好山水，自得其乐，不便于开山立宗。你们要是有机缘能遇到有一定基础的法师，给我推荐一个过来，我仔细雕琢他，传授平生之所得，以不辜负药山师尊的恩德。”

道吾到了京口，也就是辛弃疾作《京口北固亭怀古》的那个地方，现在的镇江，遇到了夹山法师。当时夹山正在堂上给人讲学，有僧人问：“如何是法身？”夹山答道：“法身无相。”僧人又问：“如何是法眼？”夹山回答：“法眼无瑕。”

道吾在堂下冷笑几声，夹山马上走下来问道吾为何发笑，并恳请道吾说破自己的不是之处。道吾告诉他去找船子禅师问答案，夹山马上让大家散了伙，自己只身一人去寻访船子禅师。

夹山见到船子的时候船子正在河边摆渡，夹山上前去问道，同时也想卖弄一下自己的修为，刚一开口，就被船子一竹竿打到河里面。夹山湿淋淋刚刚爬上船，船子问他：“什么是道？”夹山正要开口，就又被打落河中，如此三番，夹山忽然顿悟了，什么也不说了，诚心拜船子为师。

船子将自己的所学传给夹山后，告诉他找个没人的地方好好参悟三十年，之后







再出世。三十年后，夹山再次出来讲学，当有僧人问：“如何是法身？”夹山答道：“法身无相。”僧人又问：“如何是法眼？”夹山回答：“法眼无瑕。”

但此时的回答，味道与过去有天壤之别。

这种事情在我们当代每天也在发生。在机场我们经常看到一些专业大师们的各种讲座，这些人动不动就给自己冠以“某某专业第一人”的称号，把企业运营中的核心问题讲得头头是道，他们也经常去各地巡讲，课堂上也能博得阵阵掌声。课后我们每个人冷静地想一下，他们的那些“管理思路”貌似正确，但永远与现实有一定差距。

这种差距就是夹山三十年前与三十年后的差距。

俗话说：“知者不言，言者不知。”因此我们在学习的时候，必须认真分析那些传播知识之人的实践性，切莫被表面现象所迷惑。

讲这两个故事，是告诉大家知识与真知是有差异的，有了这个认识，方能以正确、端正的态度去鉴别、接受真正对自己有帮助的老师与华夏文化。

毛泽东曾经说过：“没有实践就没有发言权。”他还说过：“从实践中来，到实践中去。”这是判定真知很重要的两句话。

任何人的成功源自于遵守了这两句话，任何人狂妄、贪婪的根源在于违背了这两句话。

基于上述原则，我们在看这本书的时候，更要有自己冷静、独立的判断，不要被任何文字、词语限制住自己道法天地的本性。

我提醒了诸位半天别被大师、专家们忽悠了，更要提醒大家一定不要被我写的这本书忽悠了，也不要被自己给自己编的人生故事给忽悠了。

《易经》这本书是要用自己的心去感悟的，而不是用脑去记忆、分析。