

中华传统文化经典读本



「精深、古老深邃、玄奥神奇」

让青少年朋友从中

**汲取到智慧之泉，**

获得有益于学习、生活的  
启迪和便于解决问题的方法。  
对艰涩文字深入浅出的讲解，  
便于每一位青少年朋友  
能轻松阅读。

用《易经》的智慧  
帮助青少年朋友  
成就精彩人生。


周平 编

经济科学出版社

# 易 经

周 平 编



 经济科学出版社

## 图书在版编目 (CIP) 数据

易经 / 周平编. -- 北京: 经济科学出版社, 2012

(中华传统文化经典读本)

ISBN 978 - 7 - 5141 - 2402 - 6

I. ①易… II. ①周… III. ①《周易》 - 注释②《周易》 - 译文 IV. ①B221

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 212917 号

责任编辑: 张 力

责任印制: 王世伟

## 易经

中华传统文化经典读本

周平 编

经济科学出版社出版、发行 新华书店经销

社址: 北京市海淀区阜成路甲 28 号 邮编: 100142

总编部电话: 88191217 发行部电话: 88191537

网址: [www. esp. com. cn](http://www.esp.com.cn)

电子邮件: [esp@esp.com.cn](mailto:esp@esp.com.cn)

香河县宏润印刷有限公司印装

880 × 1230 32 开 10 印张 150000 字

2013 年 4 月第 1 版 2013 年 4 月第 1 次印刷

ISBN 978 - 7 - 5141 - 2402 - 6 定价: 25.00 元

(图书出现印装问题, 本社负责调换。电话: 88191657)

(版权所有 翻印必究)

自从有了中华民族，就有了《易经》这部经典。悠悠数千年几回首看不到边，遥遥望崇高是为群经之冠。历朝历代，不管是帝王、将相、儒家、道家、平民百姓、江湖术士，只要一提到它的名字，都肃然起敬，已到了“全体起立”的程度。

《易经》智慧博大精深，包罗万象，源远流长。它对天文历法、地理学、医学、气功学、人体科学、生命科学、管理学、行为学、思维学、预测学、心理学、数学、物理学、建筑学、军事学、民俗学、文学、饮食、武术、绘画、音乐等学科与艺术影响之深之大为世所罕见，堪称为世界文化之宝典。

但《易经》也绝非不可解读，即使我们不能完全还原其本意，至少可以以自己的视角去体悟它，只要你找到了这样一个“进入”《易经》的门径，你就能徜徉其中，并能从中汲取丰富的智慧营养。有人说，读《易经》，哲学家能悟得思辨，史学家能悟得历史，政治家能悟得治世，军事家能悟得兵法，企业家能悟得经营与管理的真义，

普通人也能悟得人生处世的良方。其实，悟的过程本身就是一种收获，是一种追求真理、不断接近真理的享受。

为了使读者能够理解《易经》，我们将对每一卦的解释分为三个部分：

一是摘录该卦卦辞和易传的原文，并予以提纲挈领式的解说，使读者可以初步领会卦辞的意义。

二是对每一卦的意义都逐一解释，至少提出一家之言，供读者作为领悟和进一步研究的参考。

三是以活生生的实例，给该卦的意义以具体生动的旁解。例子古今中外不拘一格，只要把道理说清、说透，能便于读者对该卦的理解即可。

1000个人读《易经》，会有1000种不同的感悟和收获，学会了《易经》，也就掌握了简易、变易、不易的人生、自然大道。用简易的方法、去看待变易的事物得到不易的真理，这才是真正把握了《易经》的真谛。相信本书一定能带给您有益的启示。

# 目 录

## Contents

- 第一卦 乾：刚健中正，自强不息——强者的进取哲学 / 1
- 第二卦 坤：厚德载物，仁者无敌——柔顺的正道 / 8
- 第三卦 屯：万事开头难——困境中的信念与坚持 / 14
- 第四卦 蒙：摆脱蒙昧当以慎始——培养反省的精神 / 22
- 第五卦 需：藏器于身，刚健而不陷——逆境中的等待与转机 / 28
- 第六卦 讼：君子以诚持守中和——面对争执要冷静 / 33
- 第七卦 师：将者，智信仁勇严也——好人才应具有什么素质 / 38
- 第八卦 比：上下同欲者胜——时刻不能忽视团队精神 / 45

- 第九卦 小畜：知止是智，非止成庸——成功的晋级技巧 / 51
- 第十卦 履：持盈履满，君子兢兢——慎行防危的行为哲学 / 55
- 第十一卦 泰：盛极必衰，居安虑患——反躬自省的低调处世哲学 / 61
- 第十二卦 否：徐图自强，否极泰来——强者于困境中的生存哲学 / 66
- 第十三卦 同人：善聚合人者，事成——与人合作，做大人生局面 / 71
- 第十四卦 大有：刚以立，柔以存——领导者成事的两大原则 / 75
- 第十五卦 谦：天道亏盈而益谦——谦谦有礼，然后君子 / 80
- 第十六卦 豫：顺时而动，乘势而行——认清时势所以畅快 / 85
- 第十七卦 随：适者生存——顺随的意义 / 91
- 第十八卦 蛊：拯弊治乱，大道亨通——革故鼎新才有大治 / 94
- 第十九卦 临：着诚去伪——“以仁治天下”的管理理念 / 99
- 第二十卦 观：窥观万物而智——体察各方情况的评判技巧 / 103

- 第二十一卦 噬嗑：以刑去刑——解决对抗性矛盾的智慧 / 106
- 第二十二卦 贲：文质彬彬然后君子——得体修饰塑造职业形象 / 110
- 第二十三卦 剥：衰势则隐忍而伏——以智慧和勇气面对衰败 / 114
- 第二十四卦 复：复归正道——人生错弊防范与修正智慧 / 117
- 第二十五卦 无妄：思无邪——心地纯正的做人准则 / 121
- 第二十六卦 畜力养心——厚积而薄发的智慧 / 126
- 第二十七卦 颐：不劳者不食——自食其力的颐养之道 / 130
- 第二十八卦 大过：过犹不及——凡事不要做过头 / 134
- 第二十九卦 坎：由险求得——用纯净的心直面人生坎坷 / 137
- 第三十卦 离：爱人者人助之——做人处事的借力原则 / 141
- 第三十一卦 咸：相感以情、相交以诚——用真诚赢得别人的心 / 145
- 第三十二卦 恒：成事多艰，贵在有恒——持之以恒的办事原则 / 152
- 第三十三卦 遯：相时而退——避让是一种必需的智慧 / 156
- 第三十四卦 大壮：气盛而不躁——强盛时期的低调保身哲学 / 161



- 第三十五卦 晋：自动自发，晋升有道——启动自驱力来自我提升 / 166
- 第三十六卦 明夷：鹰立如睡，虎行似病——君子用晦而明善藏身 / 170
- 第三十七卦 家人：先齐家然后治国平天下 / 175
- 第三十八卦 睽：异中求同的为人处世智慧 / 179
- 第三十九卦 蹇：身入险境，共帮共救 / 184
- 第四十卦 解：解脱困境需要采取策略 / 188
- 第四十一卦 损：吃小亏就是占大便宜 / 193
- 第四十二卦 益：益人者，人必益之 / 199
- 第四十三卦 夬：当断不断，必受其乱 / 204
- 第四十四卦 姤：冷静理智地对待意外之遇 / 208
- 第四十五卦 萃：与人相聚时需要注意的问题 / 212
- 第四十六卦 升：自然积累，稳步升进的智慧 / 219
- 第四十七卦 困：面对困境需要刚毅沉静的智慧 / 225
- 第四十八卦 井：不断修身养德才成得以久长 / 231
- 第四十九卦 革：轻松变革人生之方略 / 235
- 第五十卦 鼎：革故鼎新，打破常规用贤才 / 241
- 第五十一卦 震：风雷震动，镇定坦然面对 / 245
- 第五十二卦 艮：时止则止，时行则行——自我控制的重要意义 / 249
- 第五十三卦 渐：循序渐进、步步为营的成功策略 / 255
- 第五十四卦 归妹：天之大义，人之终始——找准人生的归宿 / 259

- 第五十五卦 丰：盛极而衰——平衡人生盛衰的智慧  
/ 264
- 第五十六卦 旅：心安则事事皆可为 / 268
- 第五十七卦 巽：以其不争故万物莫能与之争——柔  
弱更胜刚强 / 273
- 第五十八卦 兑：给人快乐就是自己快乐——快乐的规  
则 / 277
- 第五十九卦 涣：涣散正是聚拢时——挽救涣散有方  
法 / 280
- 第六十卦 节：成由节俭败由奢——节制自己是成  
功的基本要素之一 / 284
- 第六十一卦 中孚：心存诚信方能进取——诚信是成功  
者的品质 / 289
- 第六十二卦 小过：君子行恭用俭——凡事要收敛  
/ 294
- 第六十三卦 既济：思患而豫防之——防止顺境变逆  
境 / 298
- 第六十四卦 未济：物不可穷——成功人生的金科玉  
律 / 302

参考书目 / 310

## 第一卦 乾：刚健中正， 自强不息——强者的进取哲学

### 原典：乾

《乾》：元，亨，利，贞。

初九：潜龙，勿用。

九二：见龙在田，利见大人。

九三：君子终日乾乾，夕惕若厉，无咎。

九四：或跃在渊，无咎。

九五：飞龙在天，利见大人。

上九：亢龙，有悔。

用九：见群龙无首，吉。

### 解析

乾是《周易》的第一卦，象征新生、包容，含有无限的可能性。乾为天，为健。乾卦为了说明问题，经常用震象，震为龙，龙能屈能伸，变化无常，与乾卦的精神相同，所以各爻都以龙设喻。

《乾》，元亨利贞。“元”就是“始”，相当于道家的



“道”；“亨”就是“通”；“利”就是“和”，每种事物都有自己的性质，能按自己的性质发展，就是“利”；“贞”是正，是一，是坚持。

初九：伏深渊之下，不得施展，故为“潜龙”。一切还刚刚起步，位卑力薄之时，需要养精蓄锐，有待于逐渐发展。这时只能潜藏待时，像卧龙一样潜伏水中，不宜有所作为。待形势许可，时机已到时，再求发展可也。《周易》有浓厚的忧患意识，此爻辞即在教我们谦恭、谨慎，只有把忧患都想到了，才能立于不败之地，这对于我们的人生修养确有启发。而第二爻，潜龙要初露头角了。

九二：龙出现在田间，说明贤人的恩德可以普遍推行了。所以，当你既有足够的雄心和魄力，又能守持中道，妥善行事，品格修养已经成熟，自然就具备了成功的素质，不必再掩饰躲藏了。你应该一展身手，实现自己的抱负和事业。

九三：君子白天进德修业，晚上反省忧虑，居上位而不骄，在下位而不忧，就不会有什么灾害降临到自己身上。但是，在事业将成而未成之时还是不能大意。因为此刻，事业的成就尚未得到公认，恐怕会被讥为小人得志；而退又不能返回地面，使事业半途而废，否则甚至会有不测之灾。就像龙刚飞起在半空，上还没有直趋云天，下又脱离了地面。你既不能凭借崇高威望获得尊重，又失去了立足保身之地。所以，这时最需要小心谨



慎，勤奋工作。所谓“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，曾益其所不能”就是这个道理。

九四：或者跳跃而离渊，或者潜伏在深渊不动，要审时度势，灵活处理。这是一个时机问题，是进是退，一切应相时而动，则无咎害。曾国藩常说的一句话便是“君子藏器于身，相时而动”，可谓得此卦之精要。

九五：龙飞上天，正是大德之人作大为之时。九五为阳爻，故刚健；处于上卦之中位，故居中；五为阳位，阳爻在阳位，故得正。所以九五在所有卦里都是最吉之爻，旧称此爻为“君位”。皇帝通称为“九五之尊”，便得于此。九二之大人虽有高德但无高位，而九五之大人既有高德更有高位，德、才、位兼备，主客观条件俱已尽善尽美，这便是一飞冲天之时。

上九：盛极则衰，盈满易倾，所谓“过犹不及”，本来客观条件很好，本来已经做得很好了，但是，如果进而不知退，往而不能返，就要走向反面，必有悔。这是《周易》对我们的告诫。

用九：根据阳极而阴的原则，六爻皆阳，就要变爻，由是而转阴，由乾卦变成坤卦。所谓“天德不可为首也”，天的美德是不以首领自居的。这一群龙，却不分首领，处于首领地位，却不以首领自居，越是强大，越有地位，越是谦逊谨慎，越是不为物先，这用老子的话来讲就是“不为天下先”。可见，这“群龙无首”原本是个



好词，后来却衍变成了贬义词。

所以，《乾》卦以天为象征形象，表述了阳刚之气和强健本质的特征、作用及其发展变化规律，从中揭示了人进取奋斗的一生。

“潜”是人生奋斗之始，“现”是牛刀小试之时，“惕”是初露头角之日，“跃”是一举成功之机，“飞”是事业大成之际，“亢”是事业盛极危机潜伏时期。这是人人都可能遇到的人生境界。当你胸怀大志，默默无闻地努力时，你就是一条“潜龙”；当你的聪明才智得到充分发挥时，人生得意之时你就是“飞龙在天”了。但是要警惕的是“亢龙有悔”，防患于未然之时。

总之，“天行健，君子以自强不息”，天的运行刚劲强健，君子因此永不停息地发愤图强，观之象天而自强。所谓“自强”，重在“自”字。种种的宗教都是在等待救世主来救赎，而《易经》则强调个体自己的力量。一个人，只有内在拥有强大的冲动，有强大的成功欲望，才能在现实社会中将之转化为做事的原动力，才有可能实现自己的目标。

### 事证

《乾》卦讲阳刚，讲自强不息，一个人有这种自强不息的精神就敢于为自己的命运负责。很多人把自己的失败归结于外部环境，其实只是自己缺乏自强。



## 没有机会也要创造机会

“没有机会”往往是那些失败者的推托之词。他们会说：他们之所以失败，是因为不能得到像别人那样的机会。一切好的机会都已被他人捷足先登，所以他们就毫无机会了。但有骨气的人却不会推托。他们不怨天尤人，他们不等待机会，他们制造机会。

马其顿国王亚历山大大帝在打了一次胜仗之后，有人去问他，假使有机会，他能不能把第二个城市攻占。“什么？”他怒吼起来，“机会！我制造机会！”世界上到处需要而缺少的，正是那些能够制造机会的人。等待机会以至成为一种习惯是一件危险的事。

有一家大型企业，需要招收一名开拓性强的业务经理，广告一发出，面试者便蜂拥而至。因为人实在太多，一时应付不过来，公司保安便不准任何人再进去了，应聘者只好站在门口耐心地等待下一场通知。但其中有一个应聘者却再也等不及了，因为他身上的钱仅仅够维持他一天的生活。于是他径直来到了保安室，要保安向老板通报，他是外地来的一位客户，看中了公司的某种产品，希望能和老板面谈。

就这样，这个人很顺利地见到了老板。交谈过程中，老板似乎漫不经心地问他是如何避开保安进入公司的，他便把自己刚才的一番经过讲述给了老板听。老板听后



大为赞赏，立即就录用他为业务部经理，统管公司国内市场的开拓。

事后，老板对他说，是他足够的机智和聪明证明了他能胜任业务经理职位。一个优秀的业务人员，就必须具备“置之死地而后生”的素质，在和别人遭遇相同困难、毫无希望的情况下，他并没有放弃，而是另辟蹊径，为自己创造机会，最终达到目的。

穷得连学都没有读完就去做推销工作的美国克洛先生，在认识了餐馆业主麦当劳兄弟之后，有了一番改革美国快餐行业的远大抱负。可是他一贫如洗，有什么资格插足快餐业，并实现他的抱负呢？

一番观察和思索之后，他要求麦氏兄弟留他在餐馆里，即使是当一名跑堂的小伙计也很乐意。并说，他在餐馆工作后将兼做原来的推销工作，并把推销收入的5%让利给老板。麦氏兄弟听后当即爽快答应他的要求。

克洛进入餐馆后，一方面迅速掌握餐馆的实力和条件，另一方面靠异常的勤奋来博取老板的信任。同时，他不断地向麦氏兄弟提建议：改善营业环境，配制份饭，轻便包装，送饭上门。他还建议在店里安装音响设备，使顾客更加舒适，大力改善食品卫生，精心挑选和安排服务员，让那些动作敏捷、服务周到的年轻姑娘当前方招待，把那些牙齿不整洁、相貌平平的人安排到后方劳作……当然，每项改革都使老板心里感到满意。他显得坦诚，值得信赖，谦虚谨慎……他确实为店里招徕了





不少顾客。餐馆的生意越来越红火，老板对他更是言听计从，百依百顺。

不知不觉地他在餐馆里干了6年，他的经验越来越丰富，头脑中的新点子越来越多，麦当劳快餐馆在美国也颇有名声了。于是，克洛通过各种途径筹集一大笔贷款，1961年的一个晚上，他请来了他已深切了解的老板麦氏兄弟，然后对他们说，他要买下这餐馆，开价270万美元。

事情进展得异常顺利。第二天，餐馆里发生了引人注目的主仆易位事件，店员克洛把老板当“鱿鱼”给炒了。

接着，快餐馆以崭新的面貌享誉全美，在不长的时间内，那270万美元很快回到了克洛的账号里。再过20年，餐馆总资产已达42亿美元，其快餐成了国际十大知名产品之一。

没有任何背景和资格的穷小子，却通过自己的努力和智慧，为自己创造了赚钱的机会，在短短的6年中赢得了几十个亿。

创造机会的是勇者，等待机会的是愚者。一般说来，凡是在世界上做出大事业的人，往往不是那些幸运之神的宠儿，反而是那些“没有机会”的苦孩子。

