

李娟◎编著

易经智慧人生

洞悉宇宙人生的天下奇学

易经为群经之首，作为中国古代先民的智慧结晶，对民族文化的发展有较深远的影响。数千年来，无数名家学派起伏明灭，易经却仍然历久弥新。易经博大精深，研读者领悟一二，在现实生活中即可受益无穷。

群言出版社
Qunyan Press

成功人生的智慧源泉

《易经》蕴含着中华民族的大智慧，是一部包罗万象的文化巨著。国际《易经》学会主席成中英先生说：『《周易》是生命的学问，宇宙的真理，文化的智慧，价值的源泉。《周易》不仅是中国的，也是东方的，更是世界的。』弘扬易经智慧，关键在于学以致用，达成高层次的人生境界，相信本书对读者会大有裨益。

易经智慧全集



www.qypublish.com

ISBN 978-7-80080-690-2



9 787800 806902 >

定价：42.80 元

洞悉宇宙人生的天下奇学

李娟◎编著

易经智慧全集

群言出版社
Qunyan Press

图书在版编目 (CIP) 数据

易经智慧全集 / 李娟编著. —北京: 群言出版社, 2007

ISBN 978-7-80080-690-2

I. 易… II. 李… III. 周易-通俗读物 IV.B221-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 097099 号

易经智慧全集

出版人 范芳

责任编辑 樊伟

图书发行 群言出版社 (Qunyan Press)

地 址 北京东城区东厂胡同北巷1号

邮政编码 100006

地 址 www.qypublish.com

电子信箱 qunyancbs@dem-league.org.cn

联系电话 010-65263345 65265404

总 经 销 群言出版社发行部

读者服务 010-65220236 65265404 65263345

法律顾问 中济律师事务所

封面设计 袁剑锋

印 刷 北京大运河印刷有限责任公司

版 次 2007年8月第1版 2007年8月第1次印刷

开 本 787 × 1092mm 1/16

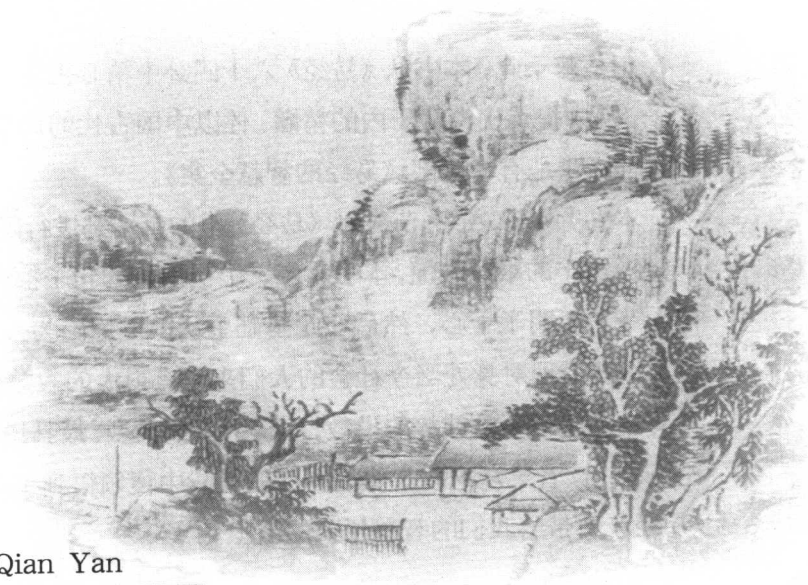
印 张 23

字 数 360千字

书 号 ISBN 978-7-80080-690-2

定 价 42.80元

♣ [版权所有, 侵权必究]

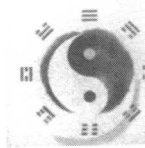


前言 Qian Yan

《易经》是中国古代的一部神秘著作，因流行于周朝，所以又叫《周易》，被儒家尊为“群经之首”。由于成书很早，文字含义随时代不断演变，《易经》的内容在春秋战国时便已不易读懂，为此古人专门撰写了《易传》以解读《易经》。今天我们所说的《周易》通常指《易经》和《易传》二者的结合，而且《易传》已经是《周易》的不可或缺的组成部分，离开了《易传》，《周易》研究便显得十分困难。关于其作者，《史记》载“文王拘而演周易”，所以古人多按司马迁的说法，认同《易经》是周文王所著，今人则有不同观点。

《易经》一共六十四卦，每一卦的顺序都不是随意排列的，而是象征了事物发展的过程，且每一卦都富有深意。

从其编排体例及文字内容看，《易经》是占卜用书。秦始皇焚书坑儒时，因李斯偷偷将《易经》列入“医术占卜”之书而得以幸免，并流传至今。但是，占卜书的性质并不能掩盖《易经》作为一部伟大著作的价值。“占卜”表现了人类认识世界的渴望，而作为占卜著作的《易经》则为哲学的起源和发展提供了很好的例证。中国哲学中的很多基础理论，便根植于《易经》，如，阴阳相生相克、对立统一等。后人从《易经》中发展出了复杂的哲学系统，儒家和道教的学说均明显受到《易经》的影响。今人更是从《易经》中解读出哲学、政治、历史、军事、民俗等诸多方面的研究价值。

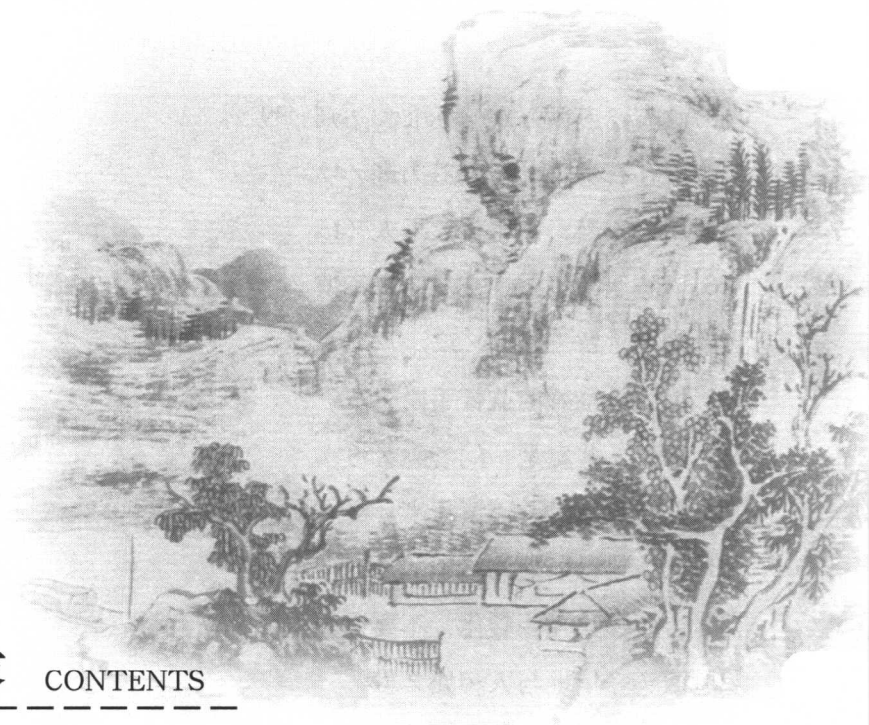


正是基于此，本书从《易经》六十四卦中精心挑选了114条比较经典的句子，从中提炼出深藏于内的精髓，佐以中国古代的历史典故，并加以拓展和延伸，于是有了这部《易经的智慧全集》。

本书114节，每一节先对《易经》中的每一卦进行了简洁的介绍。由于《易经》文字的艰涩难懂，本书对每一个引用到的句子都进行了准确的解释，使人一看便明了于心，然后在此基础上从中提炼出为人处事的道理。可以说，这些道理对身处当今社会的人们来说有很大的教益和帮助。

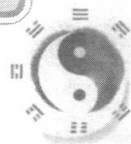
本书绝对不是纯粹的说教，而是引用最典型、最具说服力的事例来加以论证，让读者单从这些具体而鲜活的典故中便领悟到了其中的真谛，由此，《易经》所带给我们的智慧便跃然纸上。



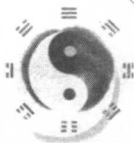


目录 CONTENTS

1. 自强不息，坚持自己的信念 /1
2. 居安思危，有忧患意识 /4
3. 敢于挑大梁，具备做大事的气魄 /8
4. 物极必反，事情不要做过了头 /11
5. 以德为本，包容万物 /14
6. 人的一生要有所作为 /18
7. 创业艰难百战多，万事开头难 /21
8. 懂得及时的放弃 /24
9. 帮助别人就是帮助自己 /27
10. 人生需要不断学习 /30
11. 冷静地等待时机 /33
12. 做事前深谋远虑，减少不必要的争端 /36

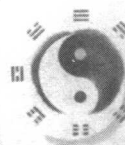


13. 做事要遵循一定的标准和法则 / 39
14. 保存有生力量，以退为进 / 42
15. 用人不当，必将自败于人 / 45
16. 谨防遇人不淑，交友不可不慎 / 48
17. 给对手留下退路 / 52
18. 信任是最好的监督手段 / 55
19. 互利、共赢是一门智慧 / 58
20. 处于险地时，谨慎行事，终有所成 / 61
21. 认清自己所处的境地 / 64
22. 吉凶往往互相转化，不要过分担忧 / 67
23. 诚实守信地与人相处 / 70
24. 团结是战胜困难的保证 / 74
25. 坚持自己的理想，永不绝望 / 78
26. 与别人加强合作 / 81
27. 感情投资要在平时进行 / 84
28. 韬光养晦，行事不要太张扬 / 87
29. 眼光远大，凡事不能做过头 / 91
30. 秉持谦逊的美德 / 94
31. 得意忘形，必然乐极生悲 / 97
32. 用正当的手段获取成功 / 100
33. 用快乐感染周围的人 / 103
34. 不固步自封，要学会随时变通 / 107
35. 坦荡做人，光明磊落做事 / 110
36. 做事前要反复权衡 / 113
37. 负起天降大任的历史使命 / 116



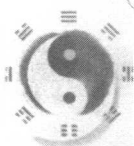


38. 不畏权贵，挺直腰杆做人 / 120
39. 防微杜渐，亡羊补牢 / 123
40. 善良修身，敦厚待人 / 126
41. 不要降低对自己的要求 / 129
42. 自我反省，不断提高 / 132
43. 不被成功途中的障碍吓倒 / 135
44. 不要过早的享受 / 138
45. 抓住事情的关键 / 141
46. 不要因为过度的谦让 而错过机会 / 144
47. 闻过则喜，知过必改 / 148
48. 以百折不挠的意志走向成功 / 151
49. 脚踏实地，不要急于求成 / 154
50. 凡事要经过仔细调查才能避免失误 / 158
51. 尊重客观环境的限制，行事不宜勉强 / 161
52. 为成功积蓄力量，不要贸然行动 / 164
53. 未雨绸缪，防患于未然 / 167
54. 行事应从根本着手 / 170
55. 看准时机，主动出击 / 173
56. 认识自己的长处 / 176
57. 不要过于追求富贵 / 179
58. 学会给自己减压 / 182
59. 有一点冒险精神 / 185
60. 用坚定执着的信念，不畏艰难，寻求事业的成功 / 188
61. 人生处于低谷时，懂得保存实力，寻找机会 / 191
62. 随时改正自己的失误 / 194



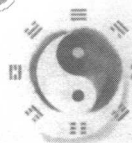


63. 不要被暂时的光环遮住了双眼 /197
64. 有自己的志向，随大流永远不会成功 /200
65. 定下切合实际，有可行性的目标 /203
66. 坚守自己的理想，内心不要轻易动摇 /206
67. 名利乃身外之物，过于追逐会造成额外的负担 /209
68. 懂得及时隐退 /212
69. 把条件准备充足，使自己的行动一举成功 /215
70. 莽撞恃强只会两败俱伤 /218
71. 初生牛犊不怕虎，不要患得患失 /221
72. 有了不正确的目标，使用再正当的手段也是枉然 /224
73. 主动退避也是一种策略 /228
74. 大智若愚，聪明并不是用来人前表现的 /231
75. 从一开始打好基础，做事要有一个好的开头 /235
76. 严于律己，才能树立威信 /238
77. 沟通是解决问题的最好办法 /241
78. 没有克服不了的困难 /245
79. 三思而后行，行动前先弄清楚情况 /248
80. 为了国家和人民的利益，尽自己最大的努力 /251
81. 善于联合其他的力量解决问题 /254
82. 检点自己的行为，避免招来无谓的灾祸 /257
83. 用干脆利落的手段排除困难 /261
84. 帮助有需要的人，不要斤斤计较自己的损失 /264
85. 具备专心一意的做事态度，避免自己人无谓的争端 /267
86. 用一颗善良感恩的心感染别人，自己也会获得快乐 /271
87. 持之以恒的决心是成功的前提 /275



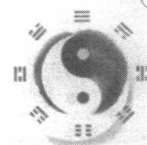


- 88.做事急躁、急功近利往往会遭到失败 /278
- 89.坚信邪不压正 /282
- 90.保持内心深处的那份纯真之美 /285
- 91.坚持自己忠诚的信仰 /288
- 92.不要因为怕做错事而畏首畏尾 /291
- 93.坚持不懈，永远不能放松 /294
- 94.有了困难不能犹豫不决，要早日行动起来 /297
- 95.稳固自己最薄弱的地方，不要讳疾忌医 /300
- 96.抛弃狭隘的观念，有了好事不要独自享用 /303
- 97.变革要及时，手段要谨慎 /306
- 98.坚持自己的路，不要在乎别人的想法 /309
- 99.多方面看问题，凡事有利必有弊 /312
- 100.懂得及时防范，保护自己 /315
- 101.控制自我的行动，不要超越自己的能力 /318
- 102.努力找到适合自己的位置 /321
- 103.保持勤俭的美德 /324
- 104.人不能脱离社会而存在 /327
- 105.找准自己安身立命的立足点 /330
- 106.要有远大的志向 /333
- 107.坚持自己的本性，谦卑不能过了头 /336
- 108.不要轻易相信别人的花言巧语 /339
- 109.远离有可能伤害自己的地方 /342
- 110.过分节制难免丧失时机，导致末路穷途 /345
- 111.与别人一起分享快乐 /348
- 112.面临危险要有充分的准备，不要过于自大 /351



113. 抓住事情的本质，不要过分注重外在的表现 / 354

114. 过犹不及，不要过于信任他人 / 357



1. 自强不息，坚持自己的信念

天行健，君子以自强不息。

——《乾卦》

《易经》共有六十四卦，其中以乾坤二卦为首。“乾：元，亨，利，贞。”说的是“《乾卦》象征天：元始，亨通，和谐，贞正”的意思。

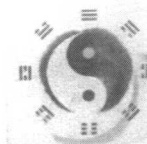
乾卦的《象》里面说：“天行健，君子以自强不息。”整句话的意思是：天道运行周而复始，永无止息，谁也不能阻挡，君子应效法天道，自立自强，不停地奋斗下去。

古代哲人对此有过不少阐述。《老子·三十三章》说：“自胜者强。”孔子在《论语·卫灵公》中谈到：“君子求诸己，小人求诸人。”说的是，君子向自己寻求帮助，小人则向别人寻求帮助。《商君书·画策》说：“自恃者，得天下。得天下者，先自得也。”这话说得很明白，只有自强不息、坚持自己信念的人，才能得天下。

自强不息是中华民族顽强进取、蓬勃向上的精神体现。民国时期，梁启超在清华大学任教时，曾给当时的清华学子作了《论君子》的演讲，希望清华学子们都能继承中华传统美德，当时他就引用了《易经》上的这句“自强不息”来激励清华的莘莘学子。现代著名哲学家、国学大师张岱年先生也引用了《易经》，把自强不息、厚德载物概括为中华民族生生不息的精神。

天行健，君子以自强不息。当我们理解了这句话后，不禁叹服气势豪迈的周武王率领几万正义之师，在“牧野之战”中锐不可挡，高喊“称尔戈、比尔干、立尔矛”（举起你的戈、排好你的盾、竖起你的矛）的气势，商纣王的几十万军队被他打得落花流水、溃不成军！

天道酬勤，没有毅力和恒心的人只会成为转瞬即逝的火花。意志坚强、



持之以恒的人远远比那些只有天赋而不思进取的人更有成就。人的一生很难一直顺风顺水、不遇到半点挫折，生活中的困难可能会让人觉得有心无力，甚至心灰意冷，但越是这种时候，越是应该坚持信念，努力不辍。

西汉时期，太史令司马迁一心效法孔子编纂《春秋》，希望能写出一部流传后世的史书。太史令可以阅读普通人看不到的书籍和皇宫档案，但资料的整理工作非常繁重。当时的藏书和资料大部分是用竹简和木简记录，称为简牍，搬动起来十分沉重，而且资料杂乱无序，连一个可以查考的目录也没有。要考证历史，必须从一大堆的简牍和绢书中一点点寻找线索，一步步整理史料。司马迁为此十几年如一日，费尽心血，绞尽脑汁地进行创作。

天汉二年(前99年)，发生了一件事。李陵兵败，投降匈奴。司马迁仗义执言，为李陵说了几句好话，不料触怒汉武帝，被判为死刑。在狱中，司马迁忍受了肉体和精神上的残酷折磨，却始终不屈服，不认罪。人生的使命尚未完成，生命还不能够结束。他忍辱负重，选择了接受宫刑以免除死罪。宫刑的耻辱没有让司马迁一蹶不振，反而让他更加奋发。出狱后，司马迁把全部的心血都用在了编写《史记》上。司马迁从元封三年(前108)为太史令后整理史料、准备写作，到太始四年(前93)基本完成全部写作计划，他用了十六年时间，终于完成了这部拿整个生命铸就、注定划时代的巨著——《史记》。

放弃自己的信念，比坚持要容易得多；因此，自强不息的精神也就显得弥足珍贵。司马迁有很多放弃的机会：一开始，他可以放弃积极的信念，认罪求饶；被判死刑后，他可以放弃忍受耻辱，放弃卑微的生命；接受宫刑后，他更有理由放弃对理想的追逐。但是他始终没有，他始终在朝自己的理想前进着。自强不息的信念，成就了“千秋太史公”的美名。

每个人都向往和平安逸、无忧无虑的人生，但是，挫折、灾难也是人生不可避免的内容——正如自然界里时常发生的狂风暴雨不会因为草木要生长、动物要生存就不发生一样。遭遇人生的风雨，战胜它的法宝就只有自强。一旦放弃自强的信念，也就失去了胜利的机会。自强不息则是努力向上，是奋发进取，是不达目的誓不罢休的坚持，是遭受挫折与打击时的傲然挺拔。



太史公留有名言激励后世：“人固有一死，或重于泰山，或轻于鸿毛。”轻重意义是不同的。一个人屈身而死不算什么本事，甚至就像九头牛身上少了一根毛，是毫无价值的。历史上的贤人皆是与命运抗争，终有所成。孔子出身贫贱，但他一生明知不可为而为之，从未放弃自己的理想，终于编纂出了《春秋》；屈原不得重用，又被放逐，却九死不悔，终于作出《离骚》传世；左丘明双目失明，却用自己的毅力完成了《左氏春秋》；孙臆遭受臙刑，却抓住生存的一点点希望，依靠顽强的毅力报了大仇，著成《孙臆兵法》。

郑板桥曾给子孙留下一首豪迈的打油诗，鼓励后人自强：“淌自己的汗，吃自己的饭，自己的事自己干，靠天靠地靠祖宗，不算是好汉。”只有自己获得的，才真正属于自己。自强者的精神之所以可贵，在于他们不将生命浪费在怨天尤人中，在于永不言败的坚韧不屈。人生中最值得自豪的，正是靠自己的能力得到自己想要的一切，不放弃，不退缩，不依赖，不畏惧。



2. 居安思危，有忧患意识

君子终日乾乾，夕惕若，厉无咎。

——《乾卦》

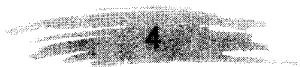
“君子终日乾乾，夕惕若，厉无咎。”这句话仍然是《乾卦》的封辞。终日：整天；自始至终。乾乾：第一个“乾”是动词，后一个“乾”是宾名词，意思是以男子汉的精神作男子汉的事。惕：小心严谨。若：置于词尾，用法同“然”，对一种状态的肯定。夕惕若：晚上和白天一样，严谨而又警惕。厉：过甚；这里指君子胸怀大志的目标。无咎：不会有过失、灾祸。厉无咎：即使目标很高，也不会有问题。整句话的意思是：君子有远大的理想和抱负，白天以男子汉的精神做男子汉的事，晚上又能和白天一样思虑白天的事。日行晚思，做事严谨，心中时刻警惕危险，这样即使目标很高，也不会出现问题。

每个功业未就的人，都有可能会遇到各种各样的困难。胸怀大志的人，就应当“终日乾乾”，自始至终自强不息，振奋自己的精神，努力不懈。但这还不够，还应事事小心谨慎，无论何时都要有忧患意识，甚至“夕惕若”，连夜晚都不能放松警惕，不能有丝毫的懈怠。如果能够这样严格地要求自己，常以困难自警，就会“厉无咎”，即使遇到危险也会安全度过，逢凶化吉。

孟子说：“生于忧患，死于安乐。”忧患意识是成功的前提条件。古代先贤欲建功立业者，除了自强不息之外，还居安思危，时刻警惕。相反，没有忧患意识，难免会走向灭亡的命运。

历史从来不缺乏对真理的诠释。

商朝末年，商纣王在位。纣原来是一个相当聪敏，又有勇力的人。他早





年曾经亲自带兵和东夷进行一场长期的战争。他很有军事才能，东征南讨连战连捷，获得大量奴隶和财物。平定了东夷后，纣以为从此天下太平，于是只知道自己享乐，根本不管人民的死活。

位于西方的周文王是一个能干的政治家。他跟纣王相反，在位50年，勤于政事，重视发展农业生产，礼贤下士，广络人才。周部落强大起来，一些有才能的人都来投奔，对商朝构成了很大的威胁。于是纣王下令捉拿周文王，并将其关在羑里（在今河南汤阴县一带）地方。周部落的贵族把许多美女、珍宝献给纣王，做出归顺的样子。纣王以为周文王不值得警惕，就释放了他。

周文王被释放后，对内奋发图强，拜姜尚为军师，问以军国大计，使“天下三分，其二归周”，为灭商做好了充分准备。对纣王，文王仍然做出一副谦恭模样，表面上臣服于商朝。纣王被表象麻痹，不顾大臣提醒，仍然没有丝毫忧患意识，不过问国家大事，不做深入调查，只图享乐。周文王暗地里却积极进行灭商的准备。他分化瓦解商朝的附庸，使河东小国纷纷前来归附，诸侯都把文王看成是以取代商纣的“受命之君”。文王死后，武王即位，在文王创立的基础上，一举灭商成功，建西周。

商朝在国力到达鼎盛时突然覆亡，正是因为缺乏忧患意识，导致没有防御危险的观念造成的。这为后世留下了令人深思的殷鉴。西周灭商之后，马上以前朝为戒，一方面继续征伐不听命的部落方国，一方面在各统治中心修筑坚城，进攻与防御兼备的思想就此树立起来。

人世沉浮如电光石火，盛衰起伏，变幻难测。很多人都有远大的理想和抱负，如果你已经有所成就，忧患意识将使你事业更加稳固；如果暂时没有事业未成，“终日乾乾”将使你赢得一切。现状安逸时要居安思危，身处困境更要始终振奋，一刻也不能松懈。

卧薪尝胆的故事，让我们知道了忧患意识的重要性。

春秋时期，吴越两国素来不和。公元前496年，吴王阖闾派兵攻打越国，被越王勾践打得大败，吴王重伤而归，临死前，嘱咐儿子夫差要替他报仇。吴王死后，儿子夫差即位，时刻紧记国恨家仇，命令人经常提醒他。他经过

