

Hundred years

Success

Inspirational classic

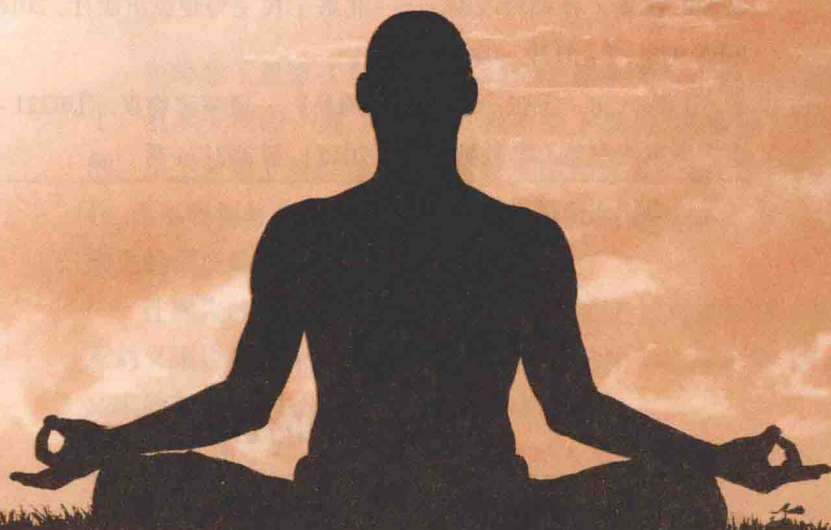
百年励志经典

易经的 智慧

《易经》是中华民族文化之源。品读《易经》，批判地继承传统文化中所蕴含的精华，在舍与弃之间，领略古人的智慧，成就自己的事业与人生。



Best-selling global
Success
inspirational classic



张艳玲◎主编

【畅销全球的成功励志经典】

易经的 智慧

民主与建设出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

易经的智慧 / 张艳玲改编. ——北京: 民主与建设出版社, 2016. 1

ISBN 978 - 7 - 5139 - 0940 - 2

I. ①易… II. ①张… III. ①《周易》-通俗读物 IV. ①B221 - 49
中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 283174 号

© 民主与建设出版社, 2015

 易经的智慧

全案策划:  华图书业
HUATU BOOKS

总 策 划: 董治国

主 编: 张艳玲

责任编辑: 王颂 王倩

装帧设计: 王洪文

出版发行: 民主与建设出版社有限责任公司

地 址: 北京朝阳区阜通东大街融科望京中心 B 座 601 室

电 话: 010 - 59419778 59417747

印 刷: 北京威远印刷有限公司

开 本: 710 mm × 944 mm 1/16

字 数: 130 千字

印 张: 13

版 次: 2016 年 1 月第 1 版 2016 年 1 月第 1 次印刷

印 数: 1 - 10000

标准书号: ISBN 978 - 7 - 5139 - 0940 - 2

定 价: 29.80 元

前言 | PREFACE

中国的传统文化源远流长,博大精深,具有顽强的生命力和无与伦比的延续性,虽然历经沧桑、饱经忧患,仍然薪火相传、连续不绝,形成了辉煌的中华文明。《易经》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,它对今天的我们,依然有着重要的启迪作用。

《易经》因为流行在周朝,所以又被称为《周易》,并被儒家尊为群经之首。关于其作者,《史记》载“文王拘而演周易”,故古人多依司马迁之说而认同《易经》乃周文王所著,今人则有不同观点。由于成书很早,文字含义随时代而演变,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》两者的结合。

《易经》是有规律可循的。它用“—”和“——”两个最基本的符号代表阳和阴,分别称为阳爻、阴爻。把—和——叠列三层,卦的三画,代表天、地、人三才。《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。六者非它也,三才之道也。”又说“为三画而三才之象始备”。三画可以形成八种组合形式,叫做八卦。

八卦对于很多人来说是神秘的,卦形也不容易记得住,所以,宋代大儒朱熹专门编了一首《八卦取象歌》:

乾三连,坤六断;

震仰盂，艮覆碗；

离中虚，坎中满；

兑上缺，巽下断。

八卦中的每一卦象又代表某一种事物，如乾为天、坤为地、震为雷、巽为风、坎为水、离为火、艮为山、兑为泽。对于每一卦象的含义还可以进一步引申，例如乾既代表天，又可以表示国君、君子、刚健、阳气等。《易传》作者认为八卦主要象征天、地、雷、风、水、火、山、泽八种自然现象，每卦又象征多种事物，并认为“乾”“坤”两卦在“八卦”中占有特别重要的地位，是自然界和人类社会一切现象的最初根源，后来便逐渐引申出丰富的哲理。

古往今来，对《周易》进行的注解和诠释，可谓卷帙浩繁，汗牛充栋。而且，各家又众说纷纭，莫衷一是，给后人增加了许多理解上的难度。再者，《周易》本来就是在记载古人占卜活动的基础上形成的一部经典，这就更使《易经》蒙上了一层神秘的面纱。在文化繁盛的今天，如何以正确的态度去对待《易经》，如何准确地理解《易经》的真实含义，批判继承其中所蕴含的精华，成为我们每一位炎黄子孙都应该认真思考的问题。

我国著名哲学家冯友兰教授曾说：“《易经》是宇宙代数学。”张岱年教授曾说：“《易经》是中华民族传统文化的最高典籍。”季羨林教授亦曾说：“《易经》是中华民族文化之源。”从古至今，很多人通过研读《易经》获得成功的智慧和方法。本书的目的就在于解析《易经》的智慧对人们在当今社会成就人生中的重要意义。

《易经的智慧》从《易经》六十四卦的本意出发，以生动的事例和精到的点评对《易经》中有关如何修身养性、为人处世、齐家立业等方面的思想做了深入浅出的阐释，把《易经》的智慧导入现代社会的生活情境中，帮助读者更透彻地领悟《易经》，用《易经》的智慧来成就事业和人生。



YI JING DE ZHI HUI
易经的智慧

目 录

前言	(1)
01 乾卦： 自强不息	(1)
02 坤卦： 厚德载物	(6)
03 屯卦： 君子以经纶	(9)
04 蒙卦： 发蒙启智	(13)
05 需卦： 耐心等待时机	(16)
06 讼卦： 祸从口出	(20)
07 师卦： 师出有名	(23)
08 比卦： 诚心纳才	(27)
09 小畜卦： 诚信立身	(32)
10 履卦： 谨慎行事	(35)
11 泰卦： 内君子外小人	(38)
12 否卦： 临危不乱	(42)
13 同人卦： 人以群分,物以类聚	(45)
14 大有卦： 居上位而不骄	(48)
15 谦卦： 保持谦虚美德	(51)
16 豫卦： 得意不忘形	(54)
17 随卦： 不可因小失大	(57)





18	蛊卦：振民育德	(60)
19	临卦：胸怀感化之心	(63)
20	观卦：观民设教	(66)
21	噬嗑卦：恩怨分明	(69)
22	贲卦：内外兼修	(72)
23	剥卦：适可而止	(75)
24	复卦：迷途知返	(77)
25	无妄卦：不妄为	(80)
26	大畜卦：修名不如修德	(82)
27	颐卦：慎奢侈欲	(85)
28	大过卦：示弱藏锋	(88)
29	坎卦：注重细节	(91)
30	离卦：稳中求胜	(94)
31	咸卦：唇齿相依	(97)
32	恒卦：持之以恒	(100)
33	遁卦：适时退避	(103)
34	大壮卦：君子以“礼”服人	(106)
35	晋卦：居安思危	(108)
36	明夷卦：用晦而明	(111)
37	家人卦：家和万事兴	(113)
38	睽卦：求同存异	(116)
39	蹇卦：知难而退	(119)
40	解卦：学会宽恕	(122)
41	损卦：量力而行	(126)
42	益卦：见益则迁,有过则改	(129)
43	夬卦：该断则断	(132)
44	姤卦：刚柔相济	(135)
45	萃卦：勿交损友	(138)



46	升卦：厚积薄发	(141)
47	困卦：善于应对困境	(144)
48	井卦：万事皆有“度”	(147)
49	革卦：革故鼎新	(150)
50	鼎卦：知人善用	(154)
51	震卦：无惧则无畏	(157)
52	艮卦：不出其位	(160)
53	渐卦：循序渐进	(163)
54	归妹卦：永终知弊	(166)
55	丰卦：日中则昃，月满则亏	(169)
56	旅卦：忧前顾后，自取灾祸	(172)
57	巽卦：申命行事	(175)
58	兑卦：待人要和颜悦色	(179)
59	涣卦：锦上添花不如雪中送炭	(182)
60	节卦：成由节俭败由奢	(185)
61	中孚卦：言必行，行必果	(188)
62	小过卦：每日自省吾身	(191)
63	既济卦：未雨绸缪	(195)
64	未济卦：人贵自知	(197)





01 乾卦：自强不息

微言大义

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。

乾卦 象征天。得此卦大吉大利，和谐坚实。初九 像一条巨龙潜伏在深渊，不能随便活动，暂时不宜施展才能。九二 像一条巨龙出现在田野，有利于大才大德的人出世。九三 君子终日不停地努力奋斗，时刻戒惕忧惧，这样，即使遇到了危险，也可以免遭灾祸。九四 巨龙伺机而动，有时腾跃上跳，有时潜退深渊。九五 巨龙飞上天空翱翔，宜于发现大德大才的人。上九 巨龙飞得太高，必然遭到困厄。用九 天空出现一群巨龙，变化没有穷尽，这样则大吉大利。

象曰：天行健，君子以自强不息。

《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，《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》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。

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。

02 坤卦：厚德载物

微言大义

坤：元，亨，利，牝马之贞。君子有攸往，先迷，后得，主利。西南得朋，东北丧朋。安贞吉。初六 履霜，坚冰至。六二 直、方、大，不习无不利。六三 含章可贞。或从王事，无成有终。六四 括囊，无咎无誉。六五 黄裳，元吉。上六 龙占于野，其血玄黄。用六 利永贞。

坤卦 象征地。筮得此卦大吉大利，尤其利于占问雌马之事。君子出行，先则迷失方向，继则寻得所要追求的目标，既顺利又不顺利。直往西南，勿往东北，因为往西南能够遇到志同道合的人，而往东北则遇不到志同道合的人。如果占问是否平安，筮得此卦则必获吉祥。初六 天降薄霜，预示严寒将至。六二 柔顺之德，纵向无边，横向无涯，宽厚而博大，只要具备这种美德，即使不加修习，有所举动也无所不利。六三 蕴含彰美的阳刚之德，占问之事均可实行。有时辅佐君王大业，起初无所建树，最后则能终尽臣职而得到好的结果。六四 束紧囊口，可以免遭灾祸，但是不会获得美誉。六五 穿着黄色裙装，大吉大利。上六 巨龙在田野里厮杀，鲜血洒地呈青黄之色。用六 筮得此卦，占问永远吉利。

象曰：地势坤，君子以厚德载物。

《坤卦》中的“坤”代表大地，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，大地却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。

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。

处世智慧

智者不会满足于一时一事的口舌之辩。用宽厚的德行、谨慎的态度去处理事情，才会赢得别人的信赖和尊重，这应该成为每个人为人处世的基础。



03 屯卦：君子以经纶

微言大义

屯：元，亨，利，贞；勿用，有攸往，利建侯。初九 盘桓，利居贞，利建侯。六二 屯如，遭如，乘马班如，匪寇婚媾。女子贞不字，十年乃字。六三 即鹿无虞，惟入于林中，君子几，不如舍，往吝。六四 乘马班如，求婚媾；往吉，无不利。九五 屯其膏。小，贞吉；大，贞凶。上六 乘马班如，泣血涟如。

屯卦 象征初生。筮得此卦大吉大利，有利于占筮；不宜出行，但有利于授爵封侯。初九 徘徊流连，难于前行。但对于占问安居之事有利，也有利于授爵封侯。六二 初次出行，徘徊难进。乘马的人徘徊而进，来者不是贼寇而是求婚的佳偶。女子占问嫁不嫁人之事，筮得此爻，预示再过十年才宜嫁人。六三 追捕山鹿没有虞人作向导，结果误入茫茫林海中，这样，君子与其继续追逐，不如舍弃不追；如果一意前往追逐，必将遭遇艰难。六四 乘马的人徘徊而进，欲求婚配，前往必获吉祥，无所不利。九五 屯积膏泽。少量屯积，占问则吉祥；大量屯积，占问则有凶险。上六 乘马的人徘徊而进，女方竟无所感应，只落得泪水涟涟，伤心而归。

象曰：云雷，屯，君子以经纶。

万物始生，充满艰难险阻，只有集聚实力，顺应运，方能有所作为。这正是《屯卦》中六四“乘马的人徘徊而进，欲求婚配，前往必获吉祥，无所不利”所讲述的道理。

《屯卦》中的“屯”原指植物萌生大地，亦代表人生、事业的初创。在这个初创阶段，任何人都会遇到艰难险阻，这时人们就需要拥有坚定的信