

经过 现代西方人 阐释的《易经》重返中国

抓住恰当时机、做出更好抉择、减小心理压力

抉择

——二十一世纪看《易经》

[美] 保罗·奥勃良 著

陈霞 译

 华夏出版社
HUAXIA PUBLISHING HOUSE

抉择

——二十一世纪看《易经》

[美] 保罗·奥勃良 著

陈霞 译



华夏出版社

HUAXIA PUBLISHING HOUSE

图书在版编目(CIP)数据

抉择/(美)保罗·奥勃良(Paul O' Brien)著;陈霞译.--北京:华夏出版社,2019.1

书名原文: Intuitive Decision-Making I Ching

ISBN 978-7-5080-9596-7

I. ①抉… II. ①保… ②陈… III. ①决策(心理学)—通俗读物 IV. ①B842.5-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2018)第244130号

抉 择

著 者 [美] 保罗·奥勃良
译 者 陈 霞
责任编辑 梅 子 阿 修

出版发行 华夏出版社
经 销 新华书店
印 装 三河市少明印务有限公司
版 次 2019年1月北京第1版
2019年1月北京第1次印刷
开 本 880×1230 1/32 开
印 张 8.5
字 数 205千字
定 价 39.80元

华夏出版社 地址:北京市东直门外香河园北里4号 邮编:100028

网址:www.hxph.com.cn 电话:(010)64663331(转)

若发现本版图书有印装质量问题,请与我社营销中心联系调换。

如何使用这本书：

如果你熟悉《易经》，你可以用钱币或小棍先起卦，然后在《六十四卦表》里查找你所起的卦以及该卦所有的卦爻辞。

对于《易经》新手，请阅读第二部分，这里会介绍《易经》简史、如何起卦，以及《易经》的功能。

亲爱的读者，希望您喜欢！

六十四卦查对表

上卦 →	☰ ☱ ☲ ☳ ☴ ☵ ☶ ☷							
下卦 ↓	☰	☱	☲	☳	☴	☵	☶	☷
	1	43	14	34	9	5	26	11
	10	58	38	54	61	60	41	19
	13	49	30	55	37	63	22	36
	25	17	21	51	42	3	27	24
	44	28	50	32	57	48	18	46
	6	47	64	40	59	29	4	7
	33	31	56	62	53	39	52	15
	12	45	35	16	20	8	23	2

喜读洋人解易经(代序)

陈奇智

《周易》问世已三千多年,就连早期解读《周易》的《十翼》也有两千多年历史了。《十翼》之后,《周易》与《十翼》被后世合称为《易经》,解《易》者亦不可胜数。古往今来所有解《易》者,大致可分为两派六宗:象数学派的占卜宗、襍祥宗、造化宗,和义理学派的老庄宗、儒理宗、史事宗。前者用以占卜预测,并从中提炼出宇宙观,以天立命;后者从中提炼哲学思想观念,以处世做人。这一局面,在中国三千年来未有多大改变,即使在今天,依然是学院派在大谈《易经》哲学,江湖派据以起卦算命而已。

1899年,一个二十出头的德国青年卫礼贤(Richaid Wilhelm),作为德国外派的传教士来到中国青岛,以“呵护在殖民地的德国的灵魂”。卫礼贤爱上了中国的风土人情,更被中国文化深深地吸引,他学说中国话,孜孜不倦地学习中国文化典籍,给自己改名为卫礼贤,字希圣,改信儒教,并自称是山东人。他放弃了传教士的角色,自觉地承担起翻译中国文化典籍的重任,一待就是二十五年(1931年去世,享年仅57岁),成为20世纪最著名的汉学家之一——卫礼贤翻译了《论语》、《孟子》、《大学》、《中庸》、《家语》、《礼记》、《吕氏春秋》、《道德经》、《列子》、《庄子》等,当然还有《易经》。这些译本涉及到儒、道等中国文化的最根本的经籍,迅速使中国传统思想和文化进入了德国主流思想界,继而被转译成欧洲多国语言,开始产生世界影响。

卫礼贤翻译的《易经》被瑞士心理学家荣格读到,并且认真钻研,结果,荣格从组成卦象的基本元素阴爻和阳爻中,发明了他的“原型理论”,又受阴爻阳爻叠加组合而产生变化的64卦及卦爻辞的启发,发明了他的“共时性原则”。荣格成为将心理学引入《易经》的第一人!1951年,《易经》在英国和美国出版了英译本,荣格专门为此书写了前言。

二十年后,在伯克利加州大学读哲学的19岁的保罗先生·奥勃良第一次接触到《易经》,此后的四十年,他一直浸淫其中。他先是反复研读,理解大义,并学着给自己起卦,用以指导自己的生活和工作的;后来,他设计易经软件,试着用当代科技手段来起卦;再后来,他开办易经网站,向大众传播《易经》,并撰写本书,肯请中国社会科学院哲学所研究员陈霞女士翻译成中文,我也得以在此书付梓前阅读到中文译本原稿——这是我第一次了解洋人解《易经》:有趣,有感,有悟。

保罗先生在此书的《前言》中开宗明义地写道:“我们生活在一个急速变化的时代。一切变化得如此之快,以至于让人产生一种混乱感。由于技术和文化的改变,使得已经快速发生的变化比以前更加剧烈。生活总是处于不断的变化之中。人们终于发现,只有变化是不变的,只有这点才是我们可以确信的。”这段话正是《易经》的两个精髓:变易和不易。保罗先生认为:“在变革加速的时期,取得成功、获得幸福的关键就是变革我们的管理方法。适应变化的重要方法就是利用变化而适时做出调整。事实上,不管是个人、机构还是社会,做出明智的决策是每个人生活中必须具备的能力。”而在数十年研读《易经》中,他认识到:“《易经》不仅仅是一本经书,它是一个复杂的心理系统,能激发我们的直觉以便更好的看清事情的发展轨迹,帮助我们更宽广的视野来诠释正在发生的事情,做出富有远见的决定。”因此,他积四十年生活工作的体验和经验,以及对《易

经》的理解、领悟和运用实践,写出了这部著作。

现在,以64卦的“乾卦”为例,让我们来管窥保罗先生是如何解《易经》的——为了呈现保罗先生对此卦解读的完整性,我基本原文照录:

卦辞原文:元,亨,利,贞。

彖传原文:大哉乾元、万物资始。云行雨施,品物流形。

保罗先生的解读:空气中弥漫着想象、灵感和能量。飞龙在古代象征着创造伊始的勃勃生机和能量的爆发。如果你的目标与人类更大的善相一致,在恰当的时机采取积极的行动就会迎来巨大的成功。这是行使领导力的绝佳时刻,因为你已经足够强大。但有言在先:如果强力变成了自负,那也会功败垂成。

保罗先生接着解释道:《易经》首卦全是阳爻,是《易经》中最为吉利的上上卦之一。得到此卦的任何人,如果能够按照自下而上的六个发展阶段采取相应的行动,一定能赢得成功。保持对周围环境的敏锐,按照正确的顺序,增强个人的影响力。时间本身就是一种方法,它能让曾经的潜在变成现在的事实。

保罗先生甚至解释了《象传》中的“天行健,君子以自强不息……”:相信你的梦想并持之以恒,你周围的一切也会随之繁荣昌盛。呼唤创造性的力量,让它加持于你。专注你的目标,不要分心。否则,你会失去现有的创造力。采取行动之时,记住,在恰当的时机做出与之相应的恰当行为,毫厘无差,才能成功。

再看看保罗先生对“乾卦”爻辞的解读:

初九:潜龙,勿用。

——你或许拥有你自己都没有察觉到的创造潜力,你或许还没有得到他人的认可。如果时机还不成熟,那就好好保存你的实力。“与时偕行”,过早地想着重大的进展,犹如冷水煮面,你应该等待冷水烧开。不要担心你取得成功的能力。满怀信心,你的时代正在到

来。

九二：见龙在田，利见大人。

——事情正在向有利的方向发展。你的影响力在增加，你开始引起他人的关注，但真正的游戏尚未开始。眼光放长远一点，这样才能看清最佳的策略。你还没有到达足以引起重大变革的位置，听从智者的建议，与能够带来重大突破的人士结成同盟。

九三：君子终日乾乾，夕惕若。厉无咎。

——影响力的大门正在向你敞开。让自己更为积极，但不要奢望立竿见影。不要分散你的能量，专注你的目标与身心的合一，这样才能稳中求进。不要将你的创造力仅仅用于吸引他人的注意。记住，自由并不意味着随心所欲，它也可以是更上一层楼的机遇，但一定要胆大心细。

九四：或跃在渊，无咎。

——你的创造力日渐增加。现在，你可以做出明确的选择，要么前进，要么后退。此时此刻，你会感到些许焦虑，这是自然的。你有审时度势、伺机行动的自由。要么参与，要么退出。过去的就让它过去，但一定要考虑到任何行为所带来的长期效应。小心谨慎才会让你免于厚非。

九五：飞龙在天，利见大人。

——龙在升腾。你的力量也在不断增长。做一个对下属体贴的领导。这样才能赢得同事和合作伙伴的尊重。也许你所处的位置让你感到有些孤独，但有影响力的人士会看到你的才华。与你敬重之人结盟，并听取他们的建议。“同声相应，同气相求”，志同道合之人终会走到一起。当领导们团结共事之时，他们的力量是倍增的。

上九：亢龙，有悔。

——警惕个人的野心超过你真正的实力，避免追悔莫及。切忌

自负,孤立自己只会带来懊悔。现在不是卷入冲突或者批评他人的时候。放松,重新开始发掘创造的潜力。

相比于国人囿于原文的“解易”,保罗先生的解读则是开放性的。

首先,保罗先生对卦爻辞的理解,并不生吞活剥,而是作了开放性的发挥。古汉语极致简洁,因为距今久远,相对晦涩,却给予人充分的理解和想象空间。保罗先生基本抓住了爻辞的要旨,并不纠缠于原文词句的本义,对卦爻辞进行了西方生活化的诠释,更加通俗易懂,且生动活泼。如爻辞“九二、九五”中的“大人”,保罗先生只看作是“上级、领导”。

其次,任何一种外来文化的移植,本土文化都必须具有足够的开放性,让外来文化获得适当而充足的水土和阳光,带着本原的精神,开出异域的花朵。保罗先生将荣格心理学和当代西方人的生活工作特点引入解易,更具有适应性和实用性。

第三,保罗先生在后续的解读中,删除了战争信息,以及中国特有的“男尊女卑”观念,并且在表述上迥异于原文,做了更多的发挥。因此,保罗先生的解读,是对《易经》做了一次西方式的改造。

那么,被保罗先生改造的《易经》以及卦爻辞,真的还有用吗?

答案是肯定的。

保罗先生认为,《易经》作为中国古代的占卜之书,并非是用来算命的,甚至不是用来预测未来的,而是通过一整套具有仪式感的起卦过程,并结合卦爻辞的提示,为你的决策提供启发、找到直觉——卦并不为你作决策,作决策的依然是你自己!

保罗先生在《前言》以及对《易经》的综合介绍时,明言自己解读《易经》时受荣格原型理论和共时性原则的影响。荣格深研《易经》后认为,阳爻和阴爻就是根植于人精神之中的两种原始意象,成为生命乃至世界的两种基本原型,属于集体无意识,并且认为《易

《经》是一种意识和无意识交流的仪式，它通过“数”的组合而成的卦象来显示无意识所给予的暗示。而阳爻和阴爻在一个卦象中以不同的形态位置六次叠加组合，意味着六种不同的事件虽不互相影响却同时影响了主体，从而产生卦象的特定含义——正是这个特定的含义，引导特定的人，在特定的境况里，作出特定的选择，从而影响你的人生。

保罗先生一再强调：起卦必须有仪式感——这种仪式感能够帮助你净心涤念，清除精神垃圾，获得清净纯粹的自我，让你能够专注于过程，并且根据得到的卦象及卦爻辞，来自我检查自我反省，结合自己时下的境遇，通过卦爻辞的指引或暗示，找到方向或解决问题的方法，作出最好的抉择！

事实上，一卦之中有一条卦辞和六条爻辞（乾坤两卦各有七条），其实就是七条质朴而至精的哲理，它们看似互不相关，却同时作用于你的思想，引起“纷至沓来”效应，促使你梳理和调整对自己以及境遇的认识；当这种“纷至沓来”逐渐沉淀下来，你就会获得一种“清晰”的感觉，或者说一种“明悟”、“直觉”，让你“巧合”般得到有价值的启发，从而调整自己的思想、观念和行为，作出切合自己境遇的“是否”、“取舍”、“进退”等抉择。

保罗先生积四十年精研所得，阐述了西方人心中对《易经》的生动理解，这种理解，既有对卦象卦辞主旨的把握，也有天马行空的发挥，是基于对《易经》原旨的把握而进行的一次改造尝试。并且，保罗先生认为，起卦是为了得到卦象及卦爻辞的哲学指引，而非命理预测，却同样大有益处——虽与中国人的解读迥然有异，却又殊途同归。

大道至简，在于领悟和践行。

能够阅读保罗先生的大作，要感谢陈霞女士的慷慨和信赖，让我得以先睹为快。并且，陈霞女士的汉语译文十分优美生动，行文

流畅,如诗如歌,为该书增色添香。

该书还附有水彩艺术家琼·拉里莫尔(Joan Larimore)的精美绘画,实为不可多得的佳作。

2018. 2. 28

琼·拉里莫尔(Joan Larimore):



艺术家的说明:

乾,乾上乾下。

“此卦描述主卦和客卦的阳刚之力。下面的孢子象征着阳刚的能量,在其上面我画了一只蜻蜓,最后描绘了一个由树组成的带翼之蛇,它正穿过太阳,冲向那创造性的力量源泉。”

推荐序

这本由一位西方人撰写的《易经》新说,是给予个人与职业发展领域的一份特殊礼物。本书作者保罗先生将精致的西方心理学与对道家哲学精粹的敬畏合二为一,在新旧、东西(文化)之间创造出了一个绝妙的融合。

最为重要的是,决策性易经为人们及时做出更好的决定提供了一个切实可行的实操方法,对于任何有兴趣在生命中获得成功与幸福快乐的人士,有着现实的指导意义。我们强力推荐本书。

刘松林

北京本子幸福学院创始人

前 言

《抉择》的产生

我们生活在一个急速变化的时代。一切变化得如此之快,以至让人产生一种混乱感。由于技术和文化的改变,使得已经快速发生的变化比以前来得更加剧烈。生活总是处于不断的变化之中。人们终于发现,只有变化是不变的,只有这点才是我们可以确信的。

在变革加速的时期,取得成功、获得幸福的关键就是变革我们的管理方法。适应变化的重要方法就是利用变化,适时做出调整。事实上,不管是个人、机构还是社会,做出明智的决策是每个人在生活中必须具备的能力。

幸运的是,中国古代先哲发明并留给我们如此强大而深刻的管理变化的工具,那就是《易经》。这可能是世界上最古老的一本经书。但《易经》不仅仅是一本经书,它还是一个复杂的心理系统,能激发我们的直觉以便更好地看清事情的发展轨迹,帮助我们更宽广的视野来诠释正在发生的事情,做出富有远见的决定。在过去的40年里,我对《易经》的崇敬和感激日益加深。自从在加州大学伯克利分校有人第一次把这本书介绍给我时,《易经》就一直在帮助我做出成年生活的每一次重大决定。

19岁那年,我在加州大学伯克利分校就读哲学,过着无忧无虑

的生活。除偏好哲学外,作为青年,大学里最让我感兴趣的事还是吸引女孩子!有一天,一个男女同校的女生(很有魅力的一个女孩,她对我有很大的吸引力),拿着一本中国古代经典——《易经》来与我分享,教我如何“解读”卦象。她说这远古的智慧能解答我的任何疑问。我虽对她的“预测”不以为然,觉得这和算命没什么两样,但毕竟能找到机会和意中人一起相处,还是让人愉快的。于是,我内心一边打着破除迷信游戏的小算盘,一边迎合着她。

她让我随便写个感兴趣的主体,或者与我打过交道的人的名字,说:心诚则灵,《易经》会为我指点迷津。我自然没有太当回事,半开玩笑地涂了几笔。这随意的几笔便成了我和《易经》的第一次接触。

我按照她的指示掷了三枚中国铜币,一共六次,根据铜钱落下的正反面,开始起卦。她则翻着那本厚厚的书,那本书是卫礼贤翻译的《易经》。我对这个女孩更感兴趣,但我也很好奇那本预测书对我刚才乱画的东西有什么说法。她一直在卫礼贤—贝恩斯(Wilhelm - Baynes translation of the I Ching)的《易经》英译本上寻找答案。

这是我第一次接触《易经》。这一次起的卦反映了我的自作聪明,结果是第四卦,即“蒙”(Youthful Folly),表示一个未成年学生对其老师缺乏尊重。

太惊异了!《易经》居然完全无视我那个毫无意义的问题,代之以反映我漫不经心的态度。这简直就是对我的惩罚。我问那个朋友我能否再占一次。这一次,我的问题仍然很琐碎,我只是想考考《易经》而已,看看还会发生什么。《易经》再一次无视我那些毫无意义的问题,代之以“质问来访者的诚意”。哇,它反而在考验我。

不打不相识啊。事后回想起来,我认为这是《易经》在给我提供机会去了解它。自从 I 接受了这个邀请,迄今已经 40 年了,我从中

获益良多。作为回报,我编写了这本现代的、实用的新《易经》卦爻辞,以便与他人分享《易经》带给人们的益处。

在我生活中的关键时刻,我常常用《易经》帮助我做出改变命运的决定。其他时候,《易经》则帮我恢复方向感,增强我的目标感,克服自我怀疑,引导我走上了一条更鼓舞人心、更真实、更正确的道路。《易经》卦象曾经让我下决心做出过一个巨大的、冒险的决定,比如 1989 年辞掉高薪、高管职位,去研发适用于多媒体的《易经》。即使我深深地沉迷于此,这个想法还是非常的不切实际,简直就是疯狂。无论是使用纸版的《易经》,还是使用我制作的能够在网上与预测者互动的多媒体版《易经》,我都会求助于《易经》以获得指导,并调整我的方向。我一直在这样做。尽管如此,出于尊重,我还是非常小心不要滥用或过度使用。在我的整个人生中,我使用《易经》主要是帮助人们解决无数单靠逻辑无法解决的问题。在人际关系、掌握时机、谈判、政治等领域,我们有大量的时候需要《易经》的指导!

在我个人使用《易经》的初期阶段,我用的是卫礼贤的英译本。朋友们告诉我,这个英译本一直是最畅销的《易经》译本,也被认为是最权威的(部分原因是因为荣格为本书写的序言)。随着我学习《易经》的兴趣越来越大,我搜集了二十多种不同版本的《易经》。多年来,每当我请教《易经》时,我都会阅读、比较各种版本。虽然卫礼贤的译本是我每次都会参考的,但随着时间的推移,我越来越意识到这个版本的局限性。我对中国历史的了解也证明了这点。卫礼贤将《易经》从汉语译成英文。他翻译的底本本身就反映了 19 世纪中国的一些偏见(当他翻译此书时,中国处于清朝,他得到了当时一位忠臣的帮助。其中一些内容是有利于清朝统治者的)。译自古代的经典,卫礼贤译本反映了那个时期的文化局限,如深受儒家文化的影响,译本有很浓厚的重男轻女色彩,有关战争的内容也太多。此外,

卫礼贤的德文翻译贝恩斯(Baynes)有一点呆板的德国学术气息。

大约在2600年前,孔子花了很长的一段时间学习和阐释《易经》。传说他所做的“十翼”极大地影响了文本,反映了他的社会哲学,即强调在一个等级社会中个人尽自己的职责,认清自己的位置,安分守己。当然,我可以使用这个英译本,并同情地理解过去的文化,很多年我也是这么做的。同时,虽然我非常尊重《易经》悠久的传统,我也在思考怎样使用现代语言和图像以便更好地与现代使用者(尤其是女性)交流。原文中的“君子”带有性别歧视,文中也常出现“南征吉”之类的战争性语言。照本宣科地使用这些语言,对于像我这样的现代人会有些疑虑。在使用这本英文《易经》二十多年后,我强烈期望有一个更方便使用的现代版本,满足像我这样的心理更复杂的现代用户。

1988年我就有这个想法。当时,我是一家高科技公司的营销副总裁。尽管我对交互式多媒体软件的未来潜力着迷(尤其是像CD-ROM这样的发明),但科技业务本身并不能满足我。我不是工程师,营销数据通信系统的工作让我感到缺乏个人使命感和内在方向感。我处在十字路口。更糟糕的是,我对我的雇主失去了尊重,公司对文化的滥用让我看不到改良的希望。二十多年来,面对困境时,我总是求助于《易经》的建议。

经过特别艰难的一周时间,我自己精神非常紧张,我把卫礼贤—贝恩斯《易经》(Wilhelm - Baynes I Ching)带到了办公室,以便于我在需要重新找到平衡时咨询它。几周之内我用了好几次,我注意到随着为适应变化而给出的实用的、心理的建议外,那些卦爻辞似乎也在鼓励我去寻找更丰饶的牧场。然而,在那个时候,放弃我的工作,需要一个重大的信仰上的飞跃。那时,俄勒冈的波特兰并没有一个大的软件营销市场。但是,《易经》的建议是一致的。我被卡住了,这表明需要一个“突破”。