



经典悟人生系列之

易经 的精义

学易、知易、行易：享受有理走遍天下的美妙人生


丹明子◎编著

伏羲



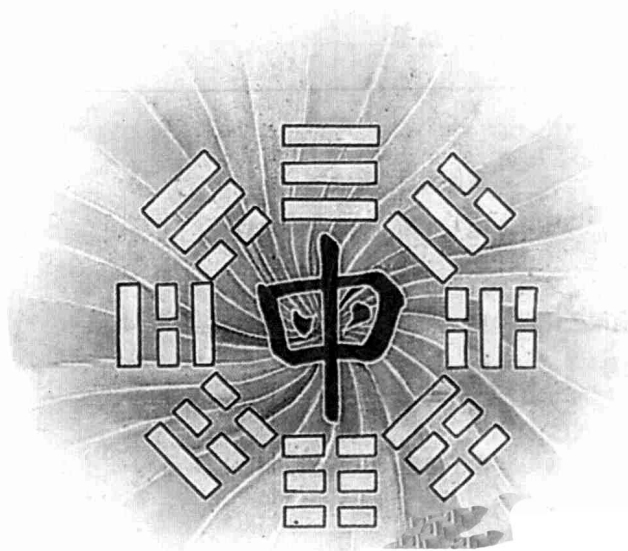
世界三大经典之一
中国群经之首

国学大师南怀瑾推荐
必读经典书之一

 华中师范大学出版社

易經
的
精
義

丹明子
編著



新出图证(鄂)字10号

图书在版编目(CIP)数据

易经的精义/丹明子编著. —武汉:华中师范大学出版社, 2011.6

(经典悟人生系列)

ISBN 978-7-5622-4790-6

I. ①易… II. ①丹… III. ①周易-通俗读物
IV. ①B221-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第104478号

易经的精义

丹明子 编著

总策划: 段仁国

责任编辑: 胡维 郑光

编辑室: 对外合作部

出版发行:  华中师范大学出版社

选题策划: 北京快乐共享文化发展有限公司

社址: 湖北省武汉市珞喻路152号

电话: 027-67863040 (发行)

网址: <http://www.ccnpublish.com>

经销: 全国新华书店

印刷: 北京画中画印刷有限公司

字数: 280千字

开本: 710mm × 1000mm 1/16

版次: 2011年7月第1版

定价: 36.00元

责任校对: 孙亚兰

电话: 027-67867317

电话: 010-63703893

邮编: 430079

传真: 027-67863291

电子信箱: hscbs@public.wh.hb.cn

印张: 20

印次: 2011年7月第1次印刷

欢迎上网查询、购书

敬告读者: 欢迎举报盗版、请打举报电话027-67861321



序 言

《易经》为中国儒家典籍“六经”之一，有“群经之首”之称，又名《周易》，汉代人通称为《易经》。它成书于战国末期之前，不知为何人所著。关于“易”字，一直以来有诸多说法：有人说“易者，不易也”，意思是说“易”就是“定理”。它包括了天地万物普遍的理论法则，是分辨一切事物的准则；有人说“易者，变易也”，意思是说“易”有“推衍”的含意。虽然天地之大，万物之多，且变化莫测，但是可以通过易理的推衍，了解层出不穷的事物变化；还有人说“易者，简易也”，是说“易”就好像模式或者公式一样。

至于“易”前面的“周”字，有人说为周代人的筮法，有人说为周遍之易。汉代人所说的《易经》包括经与传两个部分，经的部分指六十四卦象、卦辞、爻辞而言，传是对经的解释。经虽然为占卦之用，但是其神秘的形式中却蕴涵着极其深刻的哲学思想。传的部分也较为世人推崇，讲出了计算的大智慧，其内涵奥妙无穷。

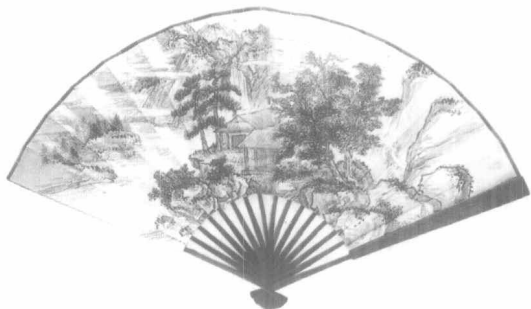
这本《易经的精义》，侧重于对经的部分进行深入详细地分析、阐述与解释。虽然说“易”之书可谓汗牛充栋，但是本书却从怎样由《易经》中得到“心态调节”和“成就一生”的真理的角度，做

出了更符合现代人思维方式与理念的解译。特别阐述了六十四卦与人们心态的关系；每一卦皆以“卦名”、“卦辞”、“爻辞”以及“卦解”来详细解说；虽然每卦可独立成节，但以“综卦”的形式相互参照，将六十四卦两两并列，归纳为三十二个成就一生的真理，来帮助读者理解《易经》的真理与智慧之所在，使大家心想事成；在综卦的分别解析之后，加以综合对照的“真理解析”，以便读者透彻地了解《易经》的精髓。这亦是本书的创意与精华之所在。

为了方便读者阅读，本书附录了《系辞传上》、《系辞传下》、《说卦传》、《序卦传》、《杂卦传》五篇文章，以作补充。

在本书编著过程中，得到了李欣春、安卫华、王云伦等诸位老师的帮助与指导，在此表示感谢。由于编者的水平有限，书中难免有所疏漏，不足之处敬请读者谅解与指正。





目 录

导 引

- 一、易经总论.....003
- 二、关于易经.....004
- 三、八卦知识.....009

易经的演算

- 一、何谓“演算”.....013
 - 1.用时间演算.....014

2.用铜钱演算	015
3.用两数演算	015
二、何谓“六十四卦”	016
三、八宫六十四卦全图	017
四、易经的符号	021
天与地	022

易经的永恒真意

一、心态调节	028
1.痛苦的根源——人生的起点	028
2.愤怒的爆发——解脱痛苦的唯一途径	031
3.紧张的精神——哪里平静就往哪里去	035
4.平静的港湾——万事的转折	038
5.顺心的世界——行动的时机	045
6.快乐的生活——集中力量向前进	047
7.幸福的源泉——无私的奉献	049
8.极福的境界——生活的终点	050
二、成功抉择	052
1.成功的智慧	052
2.决策的智慧	055
三、成就一生的三十二个真意	057
真意1 刚柔相济，最好的生活（乾☰—坤☷）	057
真意2 戒除昏蒙，苦难的结束（屯☳—蒙☶）	066
真意3 明确争论，徘徊的出路（需☵—讼☶）	075
真意4 消除战争，和睦的生活（师☷—比☶）	082
真意5 勇往直前，冒险的生活（小畜☷—履☱）	089



- 真意6 未雨绸缪，安泰的生活（泰䷊—否䷋） 098
- 真意7 君臣同心，富有的生活（同人䷌—大有䷍） 105
- 真意8 谦虚进取，希望的生活（谦䷎—豫䷏） 113
- 真意9 克服贪欲，远离了腐败（随䷐—蛊䷑） 119
- 真意10 观察思考，认真的生活（临䷒—观䷓） 126
- 真意11 果敢决断，非凡的生活（噬嗑䷔—贲䷖） 133
- 真意12 周而复始，永远的春天（剥䷖—复䷗） 139
- 真意13 修心养性，积累的智慧（无妄䷘—大畜䷙） 145
- 真意14 自我调整，飞跃的生活（颐䷚—大过䷛） 152
- 真意15 苦尽甘来，辉煌的缔造（坎䷜—离䷄） 157
- 真意16 永远快乐，生活的目标（咸䷞—恒䷟） 163
- 真意17 内心世界，激情的根源（遁䷗—大壮䷡） 170
- 真意18 肤浅浮华，虚荣的伤害（晋䷢—明夷䷣） 176
- 真意19 家庭观念，生活的伙伴（家人䷤—睽䷥） 182
- 真意20 艰难困苦，难题的排解（蹇䷦—解䷧） 189
- 真意21 损益盈虚，生活的选择（损䷨—益䷩） 195
- 真意22 以心换心，情感的包容（夬䷪—姤䷫） 203
- 真意23 经常会聚，情感的升华（萃䷬—升䷭） 209
- 真意24 安贫乐道，清淡的生活（困䷮—井䷯） 217
- 真意25 吐故纳新，自我的完善（革䷰—鼎䷱） 224
- 真意26 出入自由，生活的轨道（震䷲—艮䷳） 231
- 真意27 循序渐进，平稳的生活（渐䷴—归妹䷵） 239
- 真意28 丰富人生，享受的生活（丰䷶—旅䷷） 246
- 真意29 忘记过去，前进的生活（巽䷸—兑䷹） 253
- 真意30 面面俱到，高效的生活（涣䷺—节䷻） 259
- 真意31 保持中庸，无畏的生活（中孚䷛—小过䷽） 265

真意32 人生过度，永恒的成熟（既济☵—未济☲）.....272

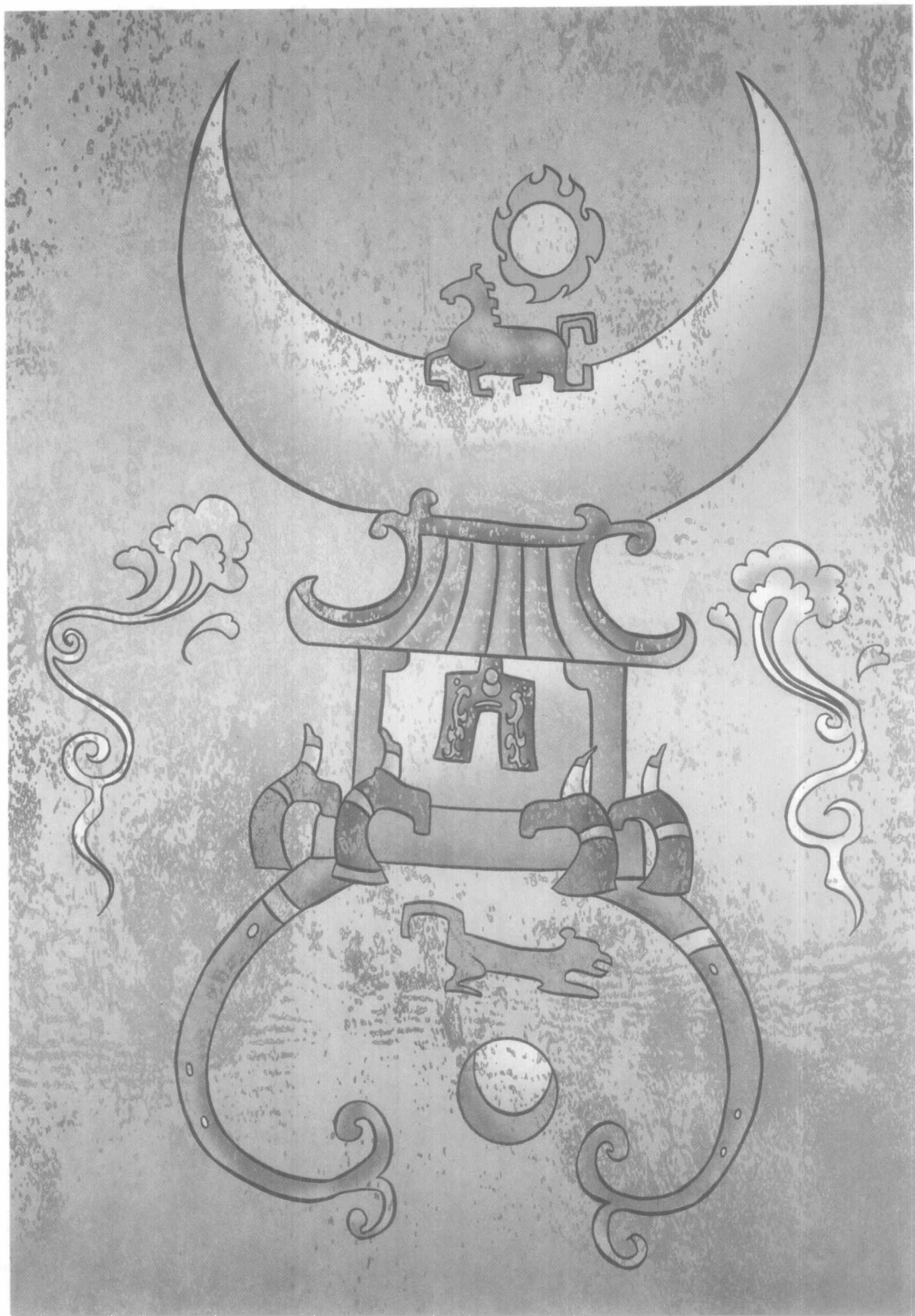
附录

系辞上传.....	279
系辞下传.....	284
说卦传.....	289
序卦传.....	291
杂卦传.....	293





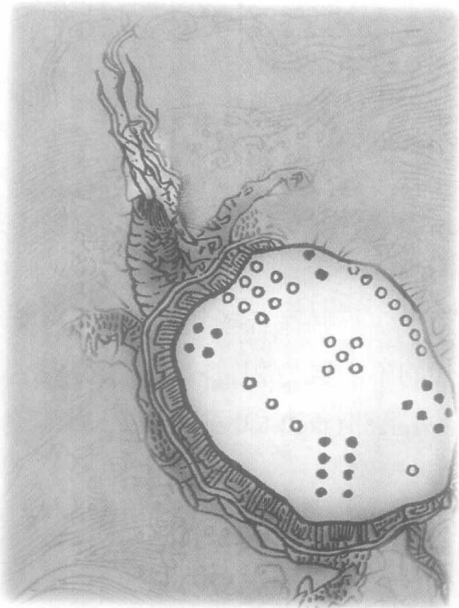
导 引



一、易经总论

什么是易经呢？简而言之，就是从观察日月运行及其所产生的阴阳变化中发现的一整套认识、分析及处理问题的方法和规律，它好像一把打开科学宝库的通关钥匙，也可以称之为是一部宇宙代数学。易经中的太极、八卦、河图、洛书等图像，又相当于这部代数学里的万能公式，它可以把宇宙的一切事物都代进去。为什么这样说呢？因为古人由观察天、气象当中记录下来的符号，形成了太极、八卦、河洛等图像，既然天体运行、气象变化都是按照这个规律在进行的，那么，在这个天体当中，受到这些气象影响的所有事物，是否也有共同的规律呢？彼此相互影响呢？于是把这些规律用到对各种事物的观察中去，证实了确实是如此，这样才把它确切地记载下来。由此可见，中国人是世界上最先脱离神权统治的民族，它不需依靠神的帮助，它只要按照这些规律，就可以认识宇宙间的事物，找出解决问题的方法来。前人对“易”字的含义做了三方面的解释：

《说文解字》：“易，作定理解释。它包括了天地万物普遍



的理论法则，是分辨一切事物的准则。

作推行解释。天地之大，万物之多，变化莫测，但可通过易理之推衍，钩深致远，理解层出不穷的事物变化，能“唯变所适”。

犹如模式或公式。因人的生命是有限的，天下事理是无穷的，必须通过易学来执简御繁。古代的人们在长期的农业生产和生活实践的斗争中，发现气候对人和农作物的影响最大，而气候的变化又与太阳和月亮的运行密切相关，要掌握日月运行和气候的变化，就必须进行仰观俯察，因而产生了古天文学。所以，易经是从古天文学、古气象学观测中发现和总结出来的一整套规律。易经博大精深，多摆在分析处理问题的方法上，它的内容，包括大法、心法和师法。大法是指依据的客观存在的自然规律；心法是指挈其事物的纲领；而师法则是依靠口耳相传。

易经的历史涉及了象、数、理、气、占卜各种学说。近人黎凯旋在《易数浅说》中说：伏羲画卦，本是文字、天文、历算、数学、制作等方面的民生实用之学，而与卜筮不发生关系。当然易卦也可用在卜筮上，但那只是易经很多功用之一。

二、关于易经

《易经》是我国周朝的易经，是周文王被囚在牢里时，根据伏羲的先天八卦演绎而成后天八卦（即文王八卦），并进一步推演为六十四卦并作卦辞和爻辞的。实际上，自周朝以来，经历代圣贤先师的不断努力和完善，周朝的易经已经有了很大发展，现代所称的易经泛指丰富和发展了的一整套易学理论，包括易理和象数两派的主要著作。

所以《易经》又名《周易》，即周代之易，孔子定为五经之一，计有 24070 字。《易经》即我们现在见到的易经，它分“本经”和“大



传”两部分。本经包括八卦，重卦，卦辞，为易经主体，故称为经；大传包括上象一，下象二，上象三，下象四，上系五，下系六，文言七，说卦八，序卦九，杂卦十，此十者合称十翼。十翼为阐明易经而作，故曰传。

《易经》揭示和描述了宇宙万事万物运动变化发展的内在规律。这个规律最通俗最本质地说，就是生老病死的规律，再简单一点就是从生到死的规律。万事万物都有生有死，没有永恒的生，亦没有永恒的死。生生死死是轮回的，循环的，无穷的。人有生有死，没有不死的人；动物有生有死，没有不死的动物；植物有生有死，没有不死的植物；国家、人类、地球亦有生有死，没有永恒的国家、永恒的人类、永恒的地球。易经用两种方式揭示和描述了这种规律，一种是以图的形式

即太极图标示的，白的为阳，黑的为阴，阳死阴生，阴死阳生，阳盛阴衰，阴盛阳衰，物极必反，循环不失。另一种以文字即命理十二宫所描述的，万物由长生，沐浴，冠带，临官，帝旺，衰，病，死，墓，绝，胎，养，再到长生而循环不已，这种生老病死的规律，万物都是相似的，之所以说是相似，因为还有寿命的长短和过程的曲折不同。根据这种规律就可以大体上对万事万物进行预测了。当



一个人其身体或事业达到最旺盛的时候，就要开始走向衰败，最后死亡，这是不可抗拒的规律，所以古人有功成身退的说法。团体、社会亦如此。西方资本主义社会一旦达到鼎盛时期，就要开始走向衰败。因此不要怕别人强大，越是强大越是接近了衰败的边缘，不要看自己弱小，正因为弱小，才有发展潜力，任何强势只能强势一时，不能永远强势。弱小一定会强大的，这是宇宙的必然规律。万事万物这种相似的规律（不仅是生老病死上相似，在其他方面亦是相似的）是易经预测所依据的最重要的原理。

易经不仅揭示和描述了宇宙万事万物运动变化发展的内在规律，而且也是做人之道的宝典。生生之谓易，成象之谓乾，效法之谓坤。爻象动乎内，吉凶见乎外，功业见乎变，圣人之情见乎辞。这就是人生的境界，也是《易经》的帝王学、领导学。天地如盖珍，覆载何高极。日月如磨蚁，往来无休息。上下之岁年，其数难窥测。

哲学讲，事物都是运动的，有联系的；科学讲，两个物质之间存在引力，引力的大小跟物质的质量和距离有关，没有不相互联系或不存在引力的物体。牛顿的宇宙万有引力定律就是证明。万物都是运动着的、有联系的，即存在关联性。此物的运动必然会影响或关联着彼物的运动，其运动的规律是相似的，这是易经预测所依据的又一原理，即关联性原理。古老的蓍草起卦法和唐代以来的铜钱摇卦法就是人为地通过蓍草和铜钱的运动模拟我们所要预测事物的运动，其规律即吉凶是相似的并通过卦象显现出来。奇门外应完全是根据关联性和相似性原理，以此时此地此事的吉凶对应彼时彼地彼事的吉凶进行预测的。如某人要问难以了结的官司之事，忽见云散日出，即可断官司之事很快会了结并对自已有利，邵康节的梅花易数亦是依据这种原理来预测的。如果万事万物不存在相似性和关联性，易经预测是不成立的、不可能的。

《易经》是我国群经之首，是一部用阴阳学说揭示和描述宇宙



内在本源规律的书，民间称无字天书。易经很古老，在文字未产生以前，我们的祖先在对物质世界的感受中发现，许多事物都存在正反两个方面，如白天黑夜，男人女人，硬的软的等，为了描述这正反两个方面的事物，随手画了两个最简单的符号：“—”“--”来表示之。开始这两个符号必定是随手画的，只是代表的意义而没有名称，是后来才称其为阳（—）和阴（--）的。关于这两个符号的产生，有的研究易经的书说是男女生殖器的象征，有的说是表示白天和黑夜的符号，其实它们并不具体指哪一事物，而是描述两类性质相反的事物或一类事物的性质相反的两个方面。毛泽东说，任何事物都是一分为二的，这一分为二就是事物的正反两个方面，用我们祖先的话说就是事物的阴阳两面。万事万物都有阴阳两面，都是由阴阳构成的。同时万事万物又都可以分为阴阳。阴阳是我们祖先对物质世界的抽象的分类和描述，这样简单抽象的描述，随着对物质世界认识的深入，祖先们肯定感到很不够。通过进一步观察，按《易经》上讲，我们的祖先是仰观天文，俯察地理，远取诸物，近取诸身，发现了万物类象的规律，即万物按其类基本相像，有的阳的成分多一点，有的阴的成分多一点，有的外阳内阴，有的外阴内阳，于是把所有的事物（开始主



要是物质)拿来分类,结果可分成八大类。万物都拿来分类,没有不能纳入这八大类之中的,为了描述这八大类物质,于是用八个符号来代表,这八个符号就是由阴阳组成的后来称之为“八卦”的八个符号。这就是八卦的起源。至于有的研究易经的书说,河出图,洛出书,圣人伏羲氏则之而画八卦,是不确切的,这造成了人们对八卦起源的神秘感,不利于科学地宣传易经。这八个符号是我们祖先对物质世界的认识和描述,是当时的文字,是文字的祖宗。后来先人又发现,不但物质世界符合八卦的分类和规律,精神世界亦可以用八卦来描述。笔者在《清正气功》专著中提出,从大的范围来分,物质世界属阳的世界,精神世界属阴的世界。阴阳两世界均符合八卦所描述的分类和规律。易圣周文王据此进一步推演,将伏羲描述自然的物质世界的先天八卦推演成,同时可以描述自然和社会的包括精神世界在内的后天八卦即文王八卦。我们现在应用的就是文王八卦。

随着人类的进步和发展,精神世界和物质世界的相互作用增多,所发生的变化过程和结果,仅八个卦(符号)已经不能清晰地分类和描述了,于是周文王根据这两个世界的运动变化发展规律将文王八卦进一步推演成(八八)六十四卦,从此万事万物的运动变化发展的规律都在其中了,没有能逃出其外的,现代科学的发展亦证实了六十四卦与宇宙的自然规律的相吻合性。如六十四卦与生物遗传基因结构和组合方式是一致的。

可以这样说,文王当时做的是很伟大的科学研究,他对自然的、社会的万事万物的分类归纳总结和运动变化发展规律的揭示和描述,是如此的严密和准确,具有如此强大的生命力,历几千年而不衰。遗憾的是,现在还有人把我们祖先的科学研究成果说成是封建迷信,这是何等的无知乏智。现代的许多科学无不是以易经理论为源泉,无不是从易经理论中得到启示而发展起来的,二进制计算机的发明就是显著的例子。易经的起源是科学的,这个起源不搞清楚,往往容易被当成迷信。

