

古籍典藏 · 原文与白话译文

《易经》

易经 · 共 69 章节 · 68 章含白话译文

《易经》蕴涵着朴素深刻的自然法则和谐辩证思想，是中华民族五千年智慧的结晶。其从整体的角度去认识和把握世界，把人与自然看做是一个互相感应的有机整体，即“天人合一”。《易经》被誉为诸经之首大道之源，是中华传统文化的总纲领。含盖万有，纲纪群伦，是中华文化的杰出代表；广大精微，包罗万象，亦是中华文明的源头。其内容涉及哲学、政治、生活、文学、艺术、科学等诸多领域，是各家共同的经典。

www.luckclub.cn · 古籍典藏 · 内容仅供文化学习研究

第 0 章

目录

原文

易经 - 目录

第一卦 乾 乾为天 乾上乾下

原文

第一卦 乾 乾为天 乾上乾下

乾：元，亨，利，贞。

初九：潜龙，勿用。

九二：见龙再田，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。

彖曰：大哉乾元，万物资始，乃统天。云行雨施，品物流形。大明始终，六位时成，时乘六龙以御天。乾道变化，各正性命，保合大和，乃利贞。首出庶物，万国咸宁。

象曰：天行健，君子以自强不息。潜龙勿用，阳在下也。见龙再田，德施普也。终日乾乾，反复道也。或跃在渊，进无咎也。飞龙在天，大人造也。亢龙有悔，盈不可久也。用九，天德不可为首也。

文言曰：“元者，善之长也，亨者，嘉之会也，利者，义之和也，贞者，事之干也。君子体仁，足以长人；嘉会，足以合礼；利物，足以和义；贞固，足以干事。君子行此四者，故曰：乾：元亨利贞。”

初九曰：“潜龙勿用。”何谓也？

子曰：“龙德而隐者也。不易乎世，不成乎名；遯世而无闷，不见是而无闷；乐则行之，忧则违之；确乎其不可拔，乾龙也。”

九二曰：“见龙在田，利见大人。”何谓也？

子曰：“龙德而正中者也。庸言之信，庸行之谨，闲邪存其诚，善世而不伐，德博而化。易曰：“见龙在田，利见大人。”君德也。”

九三曰：“君子终日乾乾，夕惕若，厉无咎。”何谓也？

子曰：“君子进德修业，忠信，所以进德也。修辞立其诚，所以居业也。知至至之，可与几也。知终终之，可与存义也。是故，居上位而不骄，在下位而不忧。故乾乾，因其时而惕，虽危而无咎矣。”

九四：“或跃在渊，无咎。”何谓也？

子曰：“上下无常，非为邪也。进退无恒，非离群也。君子进德修业，欲及时也，故无咎。”

九五曰：“飞龙在天，利见大人。”何谓也？子曰：“同声相应，同气相求；水流湿，火就燥；云从龙，风从虎。圣人作，而万物觐，本乎天者亲上，本乎地者亲下，则各从其类也。”

上九曰：“亢龙有悔。”何谓也？子曰：“贵而无位，高而无民，贤人在下而无辅，是以动而有悔也。”

乾龙勿用，下也。见龙在田，时舍也。终日乾乾，行事也。或跃在渊，自试也。飞龙在天，上治也。亢龙有悔，穷之灾也。乾元用九，天下治也。

乾龙勿用，阳气潜藏。见龙在田，天下文明。终日乾乾，与时偕行。或跃在渊，乾道乃革。飞龙在天，乃位乎天德。亢龙有悔，与时偕极。乾元用九，乃见天则。

乾元者，始而亨者也。利贞者，性情也。乾始能以美利利天下，不言所利。大矣哉！大哉乾乎？刚健中正，纯粹精也。六爻发挥，旁通情也。时乘六龙，以御天也。云行雨施，天下平也。

君子以成德为行，日可见之行也。潜之为言也，隐而未见，行而未成，是以君子弗用也。

君子学以聚之，问以辩之，宽以居之，仁以行之。易曰：“见龙在田，利见大人。”君德也。

九三，重刚而不中，上不在天，下不在田。故乾乾，因其时而惕，虽危无咎矣。

九四，重刚而不中，上不在天，下不在田，中不在人，故或之。或之者，疑之也，故无咎。

夫大人者，与天地合其德，与日月合其明，与四时合其序，与鬼神合其吉凶。先天下而天弗违，后天而奉天时。天且弗违，而况於人乎？况於鬼神乎？

亢之为言也，知进而不知退，知存而不知亡，知得而不知丧。其唯圣人乎？知进退存亡，而不失其正者，其为圣人乎？

白话译文

卦辞：乾卦象征纯阳之德，具备四种品质：元（开创万物的源头之力），亨（畅通无阻的生长之势），利（各得其宜的和谐之道），贞（坚守正道的持久之性）。

六爻：初九，龙潜伏于深水之下，时机未到，不宜有所作为。九二，龙出现在田野之上，此时宜见有德之大人，共谋发展。九三，君子整日勤勉不懈，入夜仍保持警惕，虽处险境，终无过失。九四，龙或跃起、或退守深渊，随时审势，不会有过失。九五，龙飞腾于天际，正是宜见大人、君臣际会之时。上九，龙飞得过高而不知收敛，必有悔恨。用九，见到群龙皆不爭首，是吉祥之兆。

彖传：乾元之德广大，是万物生长的根源，统摄天道运行。云气流行、雨水滋润，万物各具形态。太阳运行始终有序，六个爻位随时序而成，圣王乘此六龙之势以顺应天道。乾道不断变化，使万物各安其性命，保全大和之气，方能长久贞正。圣人领先于众物之上，天下万国因此安宁。

象传：天道运行刚健不息，君子应效法天道，自强不息，永不停歇。潜龙不用，是因阳气尚在下位；见龙在田，是德泽广布之时；终日乾乾，是反复践行正道；或跃在渊，是进退皆无过失；飞龙在天，是大人功业有成；亢龙有悔，是盛满之势不可长久；用九之德，是天德不以居首自矜。

文言传（节要）：元是善德之首，亨是嘉美之会聚，利是义理之调和，贞是事业之根干。君子以仁为本，可以领导他人；以礼聚会，可以合乎礼义；以义利物，可以调和各方；以贞固守，可以成就事业。

孔子解释各爻：潜龙，是有龙德而自隐之人，不随世俗改变，不求虚名，处隐而无烦闷，确乎不可动摇。见龙在田，是有龙德而居中正之人，言语守信，行为谨慎，防止邪念、存养诚心，德行广博而不自夸。

九三之人，重刚而位不得中，既不在天位，又不在田间，所以必须终日勤勉、时时警惕，虽危无咎。九四之人，或进或退，并非行邪，是君子把握时机、修德进业之举。

大人者，其德与天地相合，其明与日月同辉，其序与四时相应，其吉凶与鬼神相符。领先于天而天不违背，顺应于天而奉行天时。

上九亢龙之戒：只知进不知退，只知存不知亡，只知得不知失，必有悔恨。唯有圣人，知进退存亡而不失正道。

关键词

元亨利贞： 乾卦四德，依次对应开创、生长、和谐、坚正，是天道运行的四个阶段。

潜龙： 阳气初生、能力未显之状态，象征蛰伏待时、积蓄实力的人生阶段。

大人： 指德行与天地相合、能引领时代的杰出人物，非单指权贵地位。

亢龙： 龙飞至极高而不知收敛，象征盛极必衰、过刚易折的警示。

乾道： 天道运行的法则，核心为刚健、变化、自强，万物依此各正性命。

现代启示

乾卦六爻描绘了一条完整的成长弧线：从蛰伏（潜龙）到崭露头角（见龙在田），从勤勉自砺（终日乾乾）到审时度势（或跃在渊），从事业巅峰（飞龙在天）到盛极而衰的警示（亢龙有悔）。这并非单纯的励志叙事，它同时内嵌了一条制动机制——“亢龙有悔”与“见群龙无首，吉”，提醒我们：自强不息不等于无止境扩张，刚健之后必须懂得谦退。

在今天的职场与创业语境中，人们往往只学到“飞龙在天”的进取，却忽视了“用九”的智慧——不争第一、不执首位，反而是系统持续运转的关键。

****留一个问题请你思考**：** 你现在处于六爻中的哪个阶段？你知道自己的“亢”在哪里吗？

第二卦 坤 坤为地 坤上坤下

原文

第二卦 坤 坤为地 坤上坤下

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。彖曰：至哉坤元，万物资生，乃顺承天。坤厚载物，德合无疆。含弘光大，品物咸亨。牝马地类，行地无疆，柔顺利贞。君子攸行，先迷失道，后顺得常。西南得朋，乃与类行；东北丧朋，乃终有庆。

安贞之吉，应地无疆。象曰：地势坤，君子以厚德载物。

初六：履霜，坚冰至。

象曰：履霜坚冰，阴始凝也。驯致其道，至坚冰也。

六二：直，方，大，不习无不利。

象曰：六二之动，直以方也。不习无不利，地道光也。

六三：含章可贞。或从王事，无成有终。

象曰：含章可贞；以时发也。或从王事，知光大也。

六四：括囊；无咎，无誉。

象曰：括囊无咎，慎不害也。

六五：黄裳，元吉。

象曰：黄裳元吉，文在中也。

上六：战龙於野，其血玄黄。

象曰：战龙於野，其道穷也。

用六：利永贞。

象曰：用六永贞，以大终也。文言曰：坤至柔，而动也刚，至静而德方，后得主而有常，含万物而化光。

坤其道顺乎？承天而时行。

积善之家，必有馀庆；积不善之家，必有馀殃。臣弑其君，子弑其父，非一朝一夕之故，其所由来者渐矣，由辩之不早辩也。

易曰：“履霜坚冰至。”盖言顺也。

直其正也，方其义也。君子敬以直内，义以方外，敬义立，而德不孤。“直，方，大，不习无不利”；则不疑其所行也。

阴虽有美，含之；以从王事，弗敢成也。地道也，妻道也，臣道也。地道无成，而代有终也。

天地变化，草木蕃；天地闭，贤人隐。易曰：“括囊；无咎，无誉。”盖言谨也。

君子黄中通理，正位居体，美在其中，而畅於四支，发於事业，美之至也。

阴疑於阳，必战。为其嫌於无阳也，故称龙焉。犹未离其类也，故称血焉。夫玄黄者，天地之杂也，天玄而地黄。

白话译文

坤卦象征大地：至大而亨通，利于像牝马（母马，象征柔顺）那样守持正道。君子若有所前往，起初会迷失方向，之后顺从自然而得到主导；向西南行进可以得到志同道合的朋友，向东北行进则会失去朋友。但若能安守正道，则终归吉祥。

《彖传》说：伟大啊，坤之本元！万物依赖它而生长，它顺承着天道运行。坤地厚实而承载万物，其德合于无边无际。包容宏阔、光明广大，万类事物无不亨通。牝马属地之类，行走大地无有边界，柔顺而守正。君子出行，起初迷路，之后顺应自然而得其常道。向西南得朋友，是与同类同行；向东北失朋友，但终究仍有喜庆。安守正道之吉，正呼应大地无边的德性。

《象传》说：大地之势象征坤卦，君子由此领悟，应以深厚的德行承载万物。

各爻含义：初六，踩到霜，坚冰即将到来——阴气初凝，当防微杜渐。六二，正直、方正、宏大，不须反复练习也无往不利——地道自然光明。六三，含蓄文采而守正，跟从君王做事时不居首功，但能有始有终。六四，扎紧袋口，不失误也不求称誉——谨慎以自保。六五，穿黄色裙裳（黄为中正之色），大吉——美德蕴于内而通达外。上六，龙战于旷野，血色玄黑与黄相混——阴道走向极端，穷途争战，两败俱伤。用六，利于永久守持正道。

《文言传》进一步阐释：坤至为柔顺，但运动起来却具有刚健的力量；至为宁静，但德行方正有则；含藏万物而化育广大，其道在于承顺天时而行。积累善行的家族，必有余庆流泽后世；积累不善的家族，必有祸殃延及子孙。臣弑君、子弑父，并非一朝一夕之事，皆由积渐而来，根源在于未能及早明辨是非。正直是合乎“正”，方正合乎“义”，君子以敬畏端正内心，以道义规范外行，敬义两立则德行不孤。阴虽有其美，应含蓄而不显；跟随君王做事，不敢居功，此乃地道、妻道、臣道之本分。天地变化流通则草木繁盛，天地闭塞则贤人隐退。君子内蕴中正之道，美德充盈于内，流通四体，发扬于事业，此乃美的极致。阴气与阳气相争时必然交战，故以“龙”称之；但阴气尚未脱离本类，故以“血”言之。玄黄，是天地相杂之色——天色玄黑，地色土黄，阴阳交战，两伤俱损。

关键词

牝马： 母马，象征柔顺、不争先的品格，为坤卦德性的具象比喻。

厚德载物： 以深厚的德行承载万物，强调包容与承担，是坤卦核心精神。

履霜坚冰： 踩到薄霜便当警觉坚冰将至，比喻祸患渐积，须见微知著、防患于未然。

含章： 含蓄内敛其文采与才华，不锋芒毕露，是顺道处世的智慧。

括囊： 扎紧袋口，比喻在险峻形势下谨言慎行、不轻易表露，以求无咎。

现代启示

坤卦的核心不是"软弱",而是一种高级的力量形态——以柔克刚、以静制动、以承载代替争夺。"积善之家,必有余庆"揭示了一个朴素却深刻的系统规律:结果是行为长期积累的函数,无论个人品德还是企业文化,都是日拱一卒的结果,而非一次决定的产物。"履霜坚冰至"则是风险管理的古典表达:危机很少骤然降临,往往都有信号,问题在于我们是否愿意在"霜"出现时就认真对待。在竞争文化盛行的今天,坤卦的"含章""括囊"提醒我们:有时候,不急于表现、不急于占据先机,反而是更成熟的策略。

你最近是否错过了某个本可以"见微知著"的信号?

第三卦 屯 水雷屯 坎上震下

原文

第三卦 屯 水雷屯 坎上震下

屯：元，亨，利，贞，勿用，有攸往，利建侯。

彖曰：屯，刚柔始交而难生，动乎险中，大亨贞。雷雨之动满盈，天造草昧，宜建侯而不宁。

象曰：云，雷，屯；君子以经纶。

初九：磐桓；利居贞，利建侯。

象曰：虽磐桓，志行正也。以贵下贱，大得民也。

六二：屯如遭如，乘马班如。匪寇婚媾，女子贞不字，十年乃字。

象曰：六二之难，乘刚也。十年乃字，反常也。

六三：既鹿无虞，惟入于林中，君子几不如舍，往吝。

象曰：既鹿无虞，以纵禽也。君子舍之，往吝穷也。

六四：乘马班如，求婚媾，无不利。

象曰：求而往，明也。

九五：屯其膏，小贞吉，大贞凶。

象曰：屯其膏，施未光也。

上六：乘马班如，泣血涟如。

象曰：泣血涟如，何可长也。

白话译文

卦辞：屯卦具备元始、亨通、适宜、守正四种德性，但切勿贸然行动，不宜轻率远行，宜建立领袖（建侯）以凝聚众力共渡艰难。

彖传：屯，是阴阳刚柔初始交合时产生的困难之象。在险境中奋力而动，终能大亨且守正。雷雨充塞天地，正值天地草创（混沌初开）之际，宜立诸侯治民，不可安于现状。

象传：云与雷聚合，是屯卦之象；君子据此统筹经纶，治理世务。

初九：踌躇徘徊，宜守正安居，宜建侯立功。——虽迟疑，但志行正道；以尊贵之身礼待下民，自然大得民心。

六二：进退两难，驾马原地盘旋。来者并非强盗，而是求婚之人；女子守贞不嫁，十年后方才应允。——困难在于处于阳爻之上（乘刚），承压难行；十年方嫁，终将回归正途。

六三： 追鹿却无向导，只是盲目深入林中；君子不如及早放弃，强行前往只留悔恨。——无向导追鹿，是纵容贪欲；继续前行，只会陷入穷境。

六四： 驾马盘旋，主动求婚，无往不利。——主动求取前往，是明智之举。

九五： 囤积膏泽而不施予众人；小事守正则吉，大事守正反而有凶。——恩泽尚未广布之故。

上六： 驾马盘旋，泣血涟涟。——此种状况，又岂能长久？

关键词

屯： 草木破土萌发之象，喻万事草创时期困顿与生机并存的初始状态。

元亨利贞： 易经四德。元为始发，亨为通达，利为适宜，贞为守正，是衡量事物发展的四个根本品质。

建侯： 确立领袖核心，凝聚众力以共渡艰难，是乱中立治的关键一步，而非单指封建分封。

乘马班如： 驾马徘徊不进，比喻处境困难、进退两难、举棋不定的状态，全卦出现三次，程度递进。

刚柔始交： 阴阳初始交合，象征新秩序刚刚萌生、尚未稳定的过渡阶段，既是危机，也是生机。

现代启示

屯卦揭示了一条普遍规律：混沌与艰难，往往是新事物诞生的前奏，而非终点。创业初期、职业转型、重大人生变局，都是屯卦所描述的处境——方向未明，资源有限，险象环生。古人的应对策略并非蛮力突破，而是两个动作：其一，守正待时，不轻举妄动；其二，建侯聚力，找到可以依托的核心——无论是导师、伙伴，还是一套可信赖的方法论。六三爻尤为警醒：盲目追逐目标，无向导深入险地，越走越难回头。真正的勇气，有时是果断放弃错误的方向，重新布局。

你正在经历的某个“屯”，你是否已经分清：眼前的困难，是值得坚守的“初九”，还是该当放手的“六三”？

第四卦 蒙 山水蒙 艮上坎下

原文

第四卦 蒙 山水蒙 艮上坎下

蒙：亨。匪我求童蒙，童蒙求我。初噬告，再三渎，渎则不告。利贞。彖曰：蒙，山下有险，险而止，蒙。蒙亨，以亨行，时中也。匪我求童蒙，童蒙求我，志应也。初噬告，以刚中也。再三渎，渎则不告，渎蒙也。蒙以养正，圣功也。象曰：山下出泉，蒙；君子以果行育德。初六：发蒙，利用刑人，用说桎梏，以往吝。

象曰：利用刑人，以正法也。

九二：包蒙吉；纳妇吉；子克家。

象曰：子克家，刚柔接也。

六三：勿用娶女；见金夫，不有躬，无攸利。

象曰：勿用娶女，行不顺也。

六四：困蒙，吝。

象曰：困蒙之吝，独远实也。

六五：童蒙，吉。

象曰：童蒙之吉，顺以巽也。

上九：击蒙；不利为寇，利御寇。

象曰：利用御寇，上下顺也。

白话译文

蒙卦：通达顺利。不是我（师者）主动去寻找蒙昧的学童，而是蒙昧的学童自己来求教于我。学童第一次诚恳发问，我便如实告知；若一而再、再而三地轻率追问，是冒犯之举，如此轻慢则不再作答。此卦利于守持正道。

彖辞说：蒙卦的卦象是山下藏有险水，遇险而止步，象征蒙昧的处境。蒙卦之所以通达，是因为能顺应时机、行事持中。“不是我求学童，而是学童求我”，说明求学的志向要出于内心的真切呼应。“第一次诚告”，是因为教者持守刚健中正之道；“一再轻慢则不答”，是因为轻慢本身会损害启蒙的根基。在蒙昧阶段培育纯正的品德，是圣人教化最根本的功业。

象辞说：山脚下涌出清泉，是蒙卦之象；君子由此体悟，当以果断的行动持续培育德行。

各爻要义：初六，开启蒙昧，宜以规矩约束人、解除其内心枷锁（桎梏：脚镣手铐，喻束缚），贸然前行则有悔。九二，能包容蒙昧者则吉，接纳良配则吉，子弟能担起家业。六三，不宜娶此等女子——她见财势之人便趋附投靠，失去自持，毫无裨益。六四，深陷蒙昧而不自知，有悔。六五，保有孩童般纯真虚怀的心态，反而吉祥。上九，以严厉手段击破顽固蒙昧；此力量不宜用于主动侵袭，宜于防守抵御。

关键词

童蒙： 处于蒙昧未开化阶段的学习者，强调求知的初始状态，非贬义。

读： 轻慢、褻渎，指反复无礼地发问，态度不诚敬，缺乏求学的真切之心。

桎梏： 脚镣与手铐，此处比喻束缚心智、阻碍成长的蒙昧枷锁，非仅指刑具。

养正： 在蒙昧阶段有意识地培育纯正的品德与心性，奠定一生的人格底色。

果行育德： 以果断、持续的行动来涵养德行，强调品德须在实践中磨砺成形。

现代启示

蒙卦揭示了一个教育的核心悖论：真正有效的启蒙，必须源于学习者自身的渴望，而非外部的强行灌输。“童蒙求我”而非“我求童蒙”，说的正是内驱力先于一切。教育者的克制同样是一种智慧——对轻慢的提问保持沉默，并非冷漠，而是在守护学习这件事本身的尊严。“蒙以养正”更提醒我们：人生最初形成的品德底色，往往在无声中决定了此后数十年的格局与边界。启蒙不只是传授知识，更是塑造一个人与世界相处的基本姿态。

你是否留意过，自己真正学进去的知识，往往都发生在“真的想搞懂”的那一刻，而非被人推着学的时候？

第五卦 需 水天需 坎上乾下

原文

第五卦 需 水天需 坎上乾下

需：有孚，光亨，贞吉。利涉大川。彖曰：需，须也；险在前也。刚健而不陷，其义不困穷矣。需有孚，光亨，贞吉。位乎天位，以正中也。利涉大川，往有功也。象曰：云上於天，需；君子以饮食宴乐。

初九：需于郊。利用恒，无咎。

象曰：需于郊，不犯难行也。利用恒，无咎；未失常也。

九二：需于沙。小有言，终吉。

象曰：需于沙，衍在中也。虽小有言，以终吉也。

九三：需于泥，致寇至。

象曰：需于泥，灾在外也。自我致寇，敬慎不败也。

六四：需于血，出自穴。

象曰：需于血，顺以听也。

九五：需于酒食，贞吉。

象曰：酒食贞吉，以中正也。

上六：入于穴，有不速之客三人来，敬之终吉。

象曰：不速之客来，敬之终吉。虽不当位，未大失也。

白话译文

需卦：内心怀有诚信（有孚：内心诚实笃定），光明亨通，坚守正道则吉祥，有利于渡越大河险阻。

彖辞说：需，就是等待的意思；前方有险阻横亘。刚强健行却不会轻易陷入险境，所以其道义不会走入困穷绝境。需卦怀有诚信、光明亨通、贞守则吉，是因为九五爻处于天位（君主之位），以中正之道自持。有利于渡越大川，是因为前往必能建功。

象辞说：云气聚积于天上，等待降雨，这就是需卦的卦象；君子因此安心饮食宴乐，从容等待时机成熟。

初九：在郊野等待。有利于保持恒常之心，没有过失。象辞说：在郊野等待，是不去冒犯险难、贸然前行；保持恒常则无咎，是没有失去常规之道。

九二：在沙地上等待。稍有口舌议论，最终仍然吉祥。象辞说：在沙地等待，处于宽裕的中间位置；虽然稍有口舌，结局终归吉祥。

九三：在泥泞中等待，反而招来寇盗（外来侵害）。象辞说：泥中等待，灾祸已逼近外部；是自己的急躁招来了祸患，此时敬慎则不会败亡。

六四：在血泊险境中等待，从穴居之地出来。象辞说：在血泊中等待，是顺从上位、静候听命。

九五：在酒食宴乐中从容等待，坚守正道则吉祥。象辞说：酒食中守正而吉，是因为九五处于中正之位。

上六：退入穴中，有三位不速之客（不请自来的人）前来，以礼相敬，最终吉祥。象辞说：不速之客到来，以礼相敬则终吉；虽然上六爻位不当，也没有大的过失。

关键词

需： 等待，须也。非被动消极，而是审时度势、蓄力待机的主动选择。

有孚： 内心诚信笃定。等待期间坚守内在诚实，不因焦虑而动摇或妄动。

中正： 处于中位且行事端正。九五爻同时具备"中"（不偏不倚）与"正"（阴阳当位），是需卦吉祥的根本。

不速之客： 不请自来的客人，成语即源于此。比喻意外情况，处置关键在于"敬"而非拒斥。

贞吉： 坚守正道则获吉祥。强调等待必须以正为前提，非守株待兔式的消极拖延。

现代启示

需卦的核心不是"等"，而是"如何等"。六爻以郊野、沙地、泥泞、血境、酒食、穴居六种处境，描绘了等待者从从容到危殆的全部可能：越是焦躁冒进，越是将自己推入泥泞与血泊；而处于中正之位者，能在等待中饮食宴乐，不失仪态。这与现代人面对职场停滞期、事业瓶颈期的处境高度契合——真正的等待需要内心有定力（有孚），也需要对外部变化保持警觉（敬慎不败），而非麻木地消耗时间。上六"不速之客"的处理方式更提醒我们：变局来临时，敌意往往会加剧危险，而尊重与从容才能化险为夷。

思考：你正在等待的那件事，究竟是在蓄势，还是在回避？

第六卦 讼 天水讼 乾上坎下

原文

第六卦 讼 天水讼 乾上坎下

讼：有孚，窒。惕中吉。终凶。利见大人，不利涉大川。彖曰：讼，上刚下险，险而健讼。讼有孚窒，惕中吉，刚来而得中也。终凶；讼不可成也。利见大人；尚中正也。不利涉大川；入于渊也。象曰：天与水违行，讼；君子以作事谋始。

初六：不永所事，小有言，终吉。

象曰：不永所事，讼不可长也。虽有小言，其辩明也。

九二：不克讼，归而逋，其邑人三百户，无眚。

象曰：不克讼，归而逋也。自下讼上，患至掇也。

六三：食旧德，贞厉，终吉，或从王事，无成。

象曰：食旧德，从上吉也。

九四：不克讼，复自命，渝安贞，吉。

象曰：复即命，渝安贞；不失也。

九五：讼元吉。

象曰：讼元吉，以中正也。

上九：或锡鞶带，终朝三褫之。

象曰：以讼受服，亦不足敬也。

白话译文

卦辞：讼卦的核心是：内心虽有诚信，但争讼之路处处受阻。保持警觉、不走极端，方可获得中途的吉祥；若执意争到底，终将招来凶险。有利于拜见德高望重的贤者（大人）从中调解；不宜贸然涉险渡过大川，轻举妄动只会陷入深渊。

彖传：此卦上为乾（刚健），下为坎（险陷），险中逞强，必生争讼。之所以“中途可吉”，在于刚爻居中，能守正道。争讼不可打到底，贵在求中正之人主持公道。

象传：天向西行，水向东流，方向相悖，象征争讼。君子由此领悟：凡事应在谋划之初便想清楚，防患于未然。

各爻：初六，争讼不可旷日持久，虽有小摩擦，最终澄清可得吉。九二，明知争不赢，不如主动退让，保全乡里三百户，免遭祸患——以下犯上，祸来如拾物。六三，守住旧有功德，勤谨自保，即便随君王建

功，也不贪取名分，最终平安。九四，争讼不克，回归本分，转向安静守正，方得吉祥。九五，居中守正，主持裁决，大吉。上九，靠打赢官司赢得荣服，不到一个早上便被剥夺三次，以讼得名，终究不足为荣。

关键词

现代启示

讼卦的核心不是教人打赢官司，而是警示争讼本身的代价。天与水背道而驰，争到底只会两败俱伤。"君子以作事谋始"是全卦最具实践价值的一句：绝大多数纠纷，源于当初合同不清、边界不明、利益分配未谈拢。现代人面对合同签署、合伙协议、劳动关系，若能在起点就把规则讲透，许多官司根本不会发生。即便争讼已起，九二的"不克则退"和九四的"复归本分"也在提醒：评估局势、见好就收，往往比死磕到底损失更小。赢得官司却输掉关系、耗尽精力，是另一种形式的凶。

你上一次卷入争执，有没有想过：若在最初那一步多花一个小时把话说清楚，今天的局面会不会完全不同？

第七卦 师 地水师 坤上坎下

原文

第七卦 师 地水师 坤上坎下

师：贞，丈人，吉无咎。彖曰：师，众也，贞正也，能以众正，可以王矣。刚中而应，行险而顺，以此毒天下，而民从之，吉又何咎矣。象曰：地中有水，师；君子以容民畜众。

初六：师出以律，否臧凶。

象曰：师出以律，失律凶也。

九二：在师中，吉无咎，王三锡命。

象曰：在师中吉，承天宠也。王三锡命，怀万邦也。

六三：师或舆尸，凶。

象曰：师或舆尸，大无功也。

六四：师左次，无咎。

象曰：左次无咎，未失常也。

六五：田有禽，利执言，无咎。长子帅师，弟子舆尸，贞凶。

象曰：长子帅师，以中行也。弟子舆师，使不当也。

上六：大君有命，开国承家，小人勿用。

象曰：大君有命，以正功也。小人勿用，必乱邦也。

白话译文

卦辞：师卦：守持正道，由德高望重的老成之人统率军队，吉祥且无过失。

彖传："师"是众多的意思，"贞"是正道的意思。能够率领众人走上正道，便可成就王业。九二爻阳刚居中，上下相应；行走于险境之中，却能顺势而为。以此劳苦天下，百姓仍心甘情愿跟随——如此吉祥，还有什么过失可言？

象传：大地之中藏有水，是师卦的卦象。君子观此，当效法大地，包容百姓、畜养众人。

初六：军队出征必须依照纪律行事，违背纪律则招致凶险。象传：失去纪律，必然凶险。

九二：身处军队核心之位，吉祥无过失，君王多次下令褒奖嘉赏。象传：居中而吉，是承受君王恩宠；屡受赐命，是因其胸怀统御万邦之志。

六三：军队或将用车辆运载阵亡将士的尸体而返，凶险。象传：毫无功绩之象。

六四：军队暂且向左撤退、就近驻扎，无过失。象传：撤退驻守而无过，是因为没有违背常规法度。

六五：田野中出现禽兽（比喻敌寇入侵），有利于奉命出师讨伐，无过失。以长子（有才德的主将）统帅则可；若以弟子（轻率无能之人）统帅，则徒劳无功、车载尸骸而归，占问结果凶险。象传：长子能秉持中正之道；弟子出事，是任用失当所致。

上六：战事终结，君王颁布命令，分封诸侯以建国，赏赐功臣以采邑，但小人不可录用。象传：颁命是为了端正论功行赏；小人若被任用，必乱邦国。

关键词

丈人：德高望重、足以服众的老成持重之人，此处强调统兵主帅须兼具威望与德行。

刚中：九二阳爻居下卦正中位，象征领导者能力强健且不偏不倚、持守中正。

毒：古义为“使人蒙受劳苦”，指征战令天下受苦，非现代“毒害”之义。

律：军法纪律，泛指组织行动必须遵循的规则与秩序，是师卦首要前提。

长子／弟子：对比用语；长子指德才兼备、居正位的主将，弟子指轻率僭越、任用失当之人。

现代启示

师卦的核心是“以正统众”——组织的成败，首先取决于纪律与领导者的德望，而非规模大小。初六“师出以律”点明：无规则的行动，人越多越乱。九二“刚中而应”则说明：领导者须能力居中、上下贯通，方能在险境中仍保持秩序。六五的对比最为直白——“长子帅师”与“弟子舆尸”，结果天壤之别，根源不在战略优劣，而在于用人是否得当。三千年前的军事智慧，在今天的企业管理、团队领导乃至个人决策中依然有效：规则立不立得住，人用得对不对，往往就是成败的分水岭。

你现在所在的团队，是靠规则运转，还是靠关系维系？

第八卦 比 水地比 坎上下坤

原文

第八卦 比 水地比 坎上下坤

比：吉。原筮元永贞，无咎。不宁方来，后夫凶。彖曰：比，吉也，比，辅也，下顺从也。原筮元永贞，无咎，以刚中也。

不宁方来，上下应也。后夫凶，其道穷也。象曰：地上有水，比；先王以建万国，亲诸侯。

初六：有孚比之，无咎。有孚盈缶，终来有他，吉。

象曰：比之初六，有他吉也。

六二：比之自内，贞吉。

象曰：比之自内，不自失也。

六三：比之匪人。

象曰：比之匪人，不亦伤乎！

六四：外比之，贞吉。

象曰：外比於贤，以从上也。

九五：显比，王用三驱，失前禽。邑人不诫，吉。

象曰：显比之吉，位正中也。舍逆取顺，失前禽也。邑人不诫，上使中也。

上六：比之无首，凶。

象曰：比之无首，无所终也。

白话译文

卦辞：比卦，亲附联合之象，吉祥。但须反复审慎占问，持守正道且长久坚贞，方可无咎。那些心神不安的人终会前来归附；若迟迟不来、最后才到的人，则有凶险。

彖传：比，就是吉祥；比，就是辅助，在下者顺从归附之义。须反复占问、长久守正，是因为九五以阳刚之爻居中正之位（九五：阳爻处第五位，象征刚健中正的君主）。不安之人终将来归，是因为上下爻位相互呼应。迟来者凶，是因为他的时机已穷尽。

象传：大地之上有水，水与地紧密依附，这是比卦之象。先王效法此象，广建万国，亲近诸侯。

初六：以诚信（孚：内心真诚相符）与人亲附，无咎。诚信充盈如装满的陶缶（缶：土制容器，喻平实之物），最终会有意外之喜，吉。

六二：从内心自发地亲附，守正则吉。这是不失去自我本性的表现。

六三：亲附了不该亲近之人。难道不是自取伤害吗！

六四：向外亲附贤能之人，守正则吉。这是顺从在上位者的表现。

九五：光明正大地亲附众人，犹如君王田猎只设三面围驱，放走正前方的猎物。百姓无需警戒，吉。其吉在于位居中正；舍弃逆向之禽、取顺向之禽，故失前禽。百姓不受威吓，是因为君上以中道行事。

上六：亲附却没有开端（无首：从未在早期建立联系），凶险。没有开端，自然也没有善终。

关键词

比： 亲附、辅助，指人与人之间相互依靠、联合归附的关系，为本卦核心主题。

孚： 诚信，内心真诚相符，是一切亲附关系得以长久的根基。

原筮： 反复审慎占问，强调选择亲附对象时须郑重考察，不可轻率。

三驱： 田猎只设三面围驱，留一面出路，象征君主宽仁不强制，以德感召。

无首： 没有从起初就建立亲附，比喻关系缺乏根基，仓促为之终归无果。

现代启示

比卦的核心是联合的艺术——建立团队、缔结联盟，靠的不是利益驱动，而是诚信根基。六三的教训直接：亲附错了人，比孤立无援更危险，因为你将消耗资源在错误的方向上。九五“显比”的境界尤为值得深思：真正有号召力的领导者不靠强制聚人，而是以开放、透明的姿态让人心甘情愿靠拢，“失前禽”不是失败，是格局。上六则是对现代人最实际的警示：关系需要时间积累，那些平时不往来、危机时才来求助的联盟，往往走不远。

****留一个问题**：** 你身边那些最稳固的合作关系，究竟是因为“孚”——真正的价值认同——建立起来的，还是因为一时的利益凑到一起的？

第九卦 小畜 风天小畜 巽上乾下

原文

第九卦 小畜 风天小畜 巽上乾下

小畜：亨。密云不雨，自我西郊。彖曰：小畜；柔得位，而上下应之，曰小畜。健而巽，刚中而志行，乃亨。密云不雨，尚往也。自我西郊，施未行也。象曰：风行天上，小畜；君子以懿文德。

初九：复自道，何其咎，吉。

象曰：复自道，其义吉也。

九二：牵复，吉。

象曰：牵复在中，亦不自失也。

九三：舆说辐，夫妻反目。

象曰：夫妻反目，不能正室也。

六四：有孚，血去惕出，无咎。

象曰：有孚惕出，上合志也。

九五：有孚挛如，富以其邻。

象曰：有孚挛如，不独富也。

上九：既雨既处，尚德载，妇贞厉。月几望，君子征凶。

象曰：既雨既处，德积载也。君子征凶，有所疑也。

白话译文

卦辞：小畜卦，亨通顺利。乌云密布却不降雨，云气来自我们西方郊野。

彖传：小畜，是说柔爻（六四）居于恰当位置，上下各爻皆与之呼应，故称“小畜”。卦德刚健而又顺从，阳刚居中而志向得以推行，所以亨通。“密云不雨”，说明阳气仍在继续向前，势头未止。“自我西郊”，说明恩泽尚未完全施布出去。

象传：风在高天之上运行，这是小畜的卦象；君子由此领悟，应当不断修养积累美好的文德。

初九：沿着正道返回，有什么过失呢？吉祥。象传说：回归正道，从义理上自然吉祥。

九二：被人牵引着一同回归正道，吉祥。象传说：被牵引回归而居中，不会迷失自身。

九三：车轮的辐条脱落、车轴散架，夫妻因此反目争吵。象传说：夫妻反目，是因为无法端正家室秩序。

六四：心存诚信，忧惧消散而去，没有过失。象传说：诚信则忧惧自消，是因为向上与君主志同道合。

九五：诚信相连，紧密团结，以自身的富足惠及左邻右舍。象传说：诚信相连，是不独自享有富贵之意。

上九：云雨已降，阴气积聚而停止，德行充盈满载，但此时妇人若一意坚持则有危险。月亮将近满圆，君子若继续强行进取则有凶险。象传说：云雨已降而停歇，是德行积累至满的象征。君子进取有凶，是因为时势已至极盛，当有所审慎。

关键词

小畜：以柔蓄刚，小力量暂时制约大力量，指力量尚在积累的阶段。

密云不雨：阴气聚集而未能宣泄，比喻条件积累尚未成熟、时机仍未到来。

有孚：内心诚信坦诚，以真诚作为行事的根本依据和感化他人的手段。

月几望：月亮接近满圆，比喻事物发展至极盛之际，暗含物极必反之兆。

懿文德：懿，美好之意；修养内在的文德品性，而非依靠外力强行推进。

现代启示

小畜卦的核心是“积蓄而待时”。乌云密布而雨未落，恰如人生中许多阶段：努力已久，条件却还差一口气。这一卦告诫我们，力量有限时不宜强行突破，而应沉下心来，向内积累品德与实力。九五“富以其邻”提醒我们，真正的积累从不是独自囤藏，而是联结他人、互相成就。上九的警示更为深刻：当一切看似圆满之时，恰恰是最需要知止的时刻，过度进取反而引发崩溃。现代人普遍焦虑于“太慢”，却往往忽略了蓄势的必要性——积而后发，才是持久的力量。

****引发思考**：**你正在等待的某件事，究竟是“时机真的未到”，还是你在用“等待”回避真正的行动？

第十卦 履 天泽履 乾上兑下

原文

第十卦 履 天泽履 乾上兑下

履：履虎尾，不咬人，亨。彖曰：履，柔履刚也。说而应乎乾，是以履虎尾，不咬人，亨。刚中正，履帝位而不疚，光明也。象曰：上天下泽，履；君子以辨上下，安民志。

初九：素履，往无咎。

象曰：素履之往，独行愿也。

九二：履道坦坦，幽人贞吉。

象曰：幽人贞吉，中不自乱也。

六三：眇能视，跛能履，履虎尾，咬人，凶。武人为于大君。

象曰：眇能视；不足以有明也。跛能履；不足以与行也。咬人之凶；

位不当也。武人为于大君；志刚也。

九四：履虎尾，愬愬终吉。

象曰：愬愬终吉，志行也。

九五：夬履，贞厉。

象曰：夬履贞厉，位正当也。

上九：视履考祥，其旋元吉。

象曰：元吉在上，大有庆也。

白话译文

卦辞与彖、象

履卦：踩踏老虎的尾巴，老虎却不咬人，顺畅通达（“亨”即通顺之意）。

彖传：履，是以柔顺踩踏刚强之物（“柔”指下卦兑，“刚”指上卦乾）。兑卦性质和悦，顺应着乾天，因此虽踩虎尾，老虎不咬，得以通达。九五爻（“刚中正”指阳爻居中位且守正道）身处帝王之位而心无愧疚，正是光明磊落的体现。

象传：天在上，泽在下，尊卑有序，这便是履卦之象。君子据此辨别上下秩序，以安定百姓的心志。

初九：以朴素自然的姿态前行，没有过错。象传：朴素前行，是按内心真实意愿独立行事。

九二：所走之路宽坦平阔，隐居自守之人坚守正道，吉祥。象传：心志居中，不为外物所乱，故得吉。

六三：独眼之人勉强能看，跛足之人勉强能走，却去踩虎尾，老虎咬人，凶险。如同一介武夫强要担当天子大君之位。象传：能力不足却妄图大任，是所处之位不当；以武人充大君，是志气过于刚猛。

九四：踩着虎尾，心怀戒惧，终究吉祥。象传：戒惧谨慎而终吉，是因为心志得以实现。

九五：以果断刚决的方式前行，坚守正道，但须警惕危险。象传：位置正当，责任重大，故须戒惕。

上九：回顾审视一路走来的行迹，考察吉凶得失，功德圆满，大吉。象传：大吉出现于最终之位，是有大喜可庆。

关键词

素履：以朴素本真的姿态行事，不矫饰、不逾越，顺应内心而动。

幽人：处世低调、安静自守之人，能固守内心中正而不被外界扰动。

愬愬：形容心怀戒惧、谨慎小心的状态，此处含正面意——知险而慎，反得善终。

夬履：果断刚决地前行，指居高位者须以魄力担当，但也因此暗含过刚招危的警示。

柔履刚：以柔顺之态应对刚强局面，是履卦的核心哲理——非以力抗力，而以和顺化险。

现代启示

履卦的意象是“踩着老虎的尾巴却安然无事”，看似离奇，实则是一套精密的处世逻辑。六爻给出了清晰路径：初九以本真起步，九二以自守居中，六三因能力不配位而遭祸，九四因戒惧谨慎而转危为安，九五以果断担当却须自警，上九以回顾总结而功成。这一序列指向同一个核心：在险境中，最危险的不是挑战本身，而是错判了自己的位置与能力。谦逊、自知与戒慎，才是穿越险境的真正通行证。

你上一次“踩虎尾”是什么时候——靠的是实力，是运气，还是足够的谨慎？

第十一卦 泰 天地泰 坤上乾下

原文

第十一卦 泰 天地泰 坤上乾下

泰：小往大来，吉亨。彖曰：泰，小往大来，吉亨。则是天地交，而万物通也；上下交，而其志同也。内阳而外阴，内健而外顺，内君子而外小人，君子道长，小人道消也。象曰：天地交泰，后以财（裁）成天地之道，辅相天地之宜，以左右民。

初九：拔茅茹，以其夤，征吉。

象曰：拔茅征吉，志在外也。

九二：包荒，用冯河，不遐遗，朋亡，得尚于中行。

象曰：包荒，得尚于中行，以光大也。

九三：无平不陂，无往不复，艰贞无咎。勿恤其孚，于食有福。

象曰：无往不复，天地际也。

六四：翩翩不富，以其邻，不戒以孚。

象曰：翩翩不富，皆失实也。不戒以孚，中心愿也。

六五：帝乙归妹，以祉元吉。

象曰：以祉元吉，中以行愿也。

上六：城复于隍，勿用师。自邑告命，贞吝。

象曰：城复于隍，其命乱也。

白话译文

卦辞：泰卦象征阴气（小）向外退去、阳气（大）向内充盈，吉祥亨通。

彖传说：所谓泰，就是小往大来、吉亨。这是天（乾）与地（坤）相互感应交流，万物因此畅通无阻；上位者与下位者志同道合，目标一致。卦体内部为阳（刚健），外部为阴（柔顺），内部是君子，外部是小人，君子之道不断增长，小人之道逐渐消退。

象传说：天地交泰，君王因此裁定、顺应天地之道，辅助天地的自然规律，从而治理和引导百姓。

初九：拔起茅草，连根带须牵连而出，出行吉祥。象说：出行吉祥，因为志向朝向外部。

九二：胸怀宽广能包容荒芜，敢于徒步涉水，不遗漏远方人才，摒弃党派私念，因此能得到中正之道的尊崇。象说：能包容荒废之地，得中道尊崇，是为了使事业光大。

九三：没有永久的平坦，必有起伏；没有一去不返的事物。在艰难中坚守正道不会有灾祸，无须忧虑诚信之事，在衣食生计上自有福分。象说：没有一去不返，这是天地运行的规律。

六四：轻盈飘动，不富裕，依靠邻居相助，不须戒备，以诚信相处。象说：飘动而不富，是因为各自都失去了根基；不须戒备而守信，是出于内心真诚的意愿。

六五：帝乙（商代君王）将妹妹以谦逊之姿嫁出，由此获得福祉，大吉。象说：大吉，是因为秉持中道实现了心中的愿望。

上六：城墙倒塌、回填回护城河之中，此时不可动兵。仅从自己城邑发布命令，即使坚守正道也会有遗憾。象说：城墙倒塌回归护城河，说明政令已陷入混乱。

关键词

小往大来： 阴气（小）向外，阳气（大）向内，象征正气充盈、通达顺畅的状态，是泰卦核心意象。

天地交： 天（乾/阳）下降，地（坤/阴）上升，阴阳相互感应，万物因此生机勃勃。

中行： 中正之道，不偏不倚、持正守中的行事准则，是九二爻的核心德行。

帝乙归妹： 历史典故，君王以谦逊姿态嫁女，象征以柔顺谦卑成就大事，得福祉。

城复于隍： 城墙倒塌回填入护城河，比喻盛极而衰、事物由通泰转向崩溃的转折点。

现代启示

泰卦揭示了一个反直觉的道理：真正的繁荣，来自上下之间的流通，而非隔绝。乾在下、坤在上，看似"颠倒"，却正是因为天地相交、能量流动，才有了万物通达的局面。对应到今天，一个团队或组织的兴盛，往往不在于权力的高度集中，而在于信息畅通、上下同欲。九二爻告诫领导者要包容、不结党、走中道；上六爻则警示：泰极必否，城墙倒塌往往始于政令不通。泰卦不是在歌颂平静，而是在提醒人们，繁荣是需要主动维护的动态平衡。

****值得思考的问题**：** 你所在的团队或家庭，上下之间的"气"是否真的在流通，还是只是表面的风平浪静？

第十二卦 否 地天否 乾上坤下

原文

第十二卦 否 地天否 乾上坤下

否：否之匪人，不利君子贞，大往小来。彖曰：否之匪人，不利君子贞。大往小来，则是天地不交，而万物不通也；上下不交，而天下无邦也。内阴而外阳，内柔而外刚，内小人而外君子。小人道长，君子道消也。象曰：天地不交，否；君子以俭德辟难，不可荣以禄。

初六：拔茅茹，以其夤，贞吉亨。

象曰：拔茅贞吉，志在君也。

六二：包承。小人吉，大人否亨。

象曰：大人否亨，不乱群也。

六三：包羞。

象曰：包羞，位不当也。

九四：有命无咎，畴离祉。

象曰：有命无咎，志行也。

九五：休否，大人吉。其亡其亡，系于苞桑。

象曰：大人之吉，位正当也。

上九：倾否，先否后喜。

象曰：否终则倾，何可长也。

白话译文

卦辞：否卦象征闭塞，此时天下不通达，不利于君子坚守正道。阳气（大）向上离去，阴气（小）向下沉积。

彖传：天地之气不相交感，万物便失去生机；君臣上下不沟通，国家便走向衰败。此卦内卦（坤）为阴柔，外卦（乾）为阳刚，内部是小人当道，外部君子被排斥——小人之道日渐滋长，君子之道日益消退。

象传：天地不交，是为否；君子应当收敛德行以回避祸难，不可贪图禄位荣华。

初六：如同拔茅草时根茎相连带出，同类之人相互牵引，守持正道则吉祥亨通。

六二：顺承包容（上位者的意志）。小人这样做可得吉，大人（品德高尚者）能在否塞中守住亨通。

六三：只知包容承受羞耻，毫无原则地迎合。

九四：秉承天命行事，无有过咎，同道之人共享福祉。

九五：终结否塞之局，大人由此获吉。时刻警惕"将要灭亡、将要灭亡"，如同将自身系于丛生的桑树之根，稳固不摇。

上九：否塞之势彻底倾覆，先有困否，后得欢喜。否极泰来，长久的闭塞终将终结。

关键词

否： 闭塞不通，天地阴阳之气不相交感，万物窒息的状态。

大往小来： 阳气（君子之道）上升离去，阴气（小人之道）下聚壮大，象征衰退格局。

俭德辟难： 收敛、内敛自身的才德，以低调姿态回避乱世祸患。

休否： 终止、扭转否塞局面，由乱返治的关键转折。

系于苞桑： 将自身系于根深蒂固的桑丛，比喻在危局中保持高度警觉、稳固根本。

现代启示

否卦揭示了一种普遍的困境规律：当外部环境闭塞、小人横行时，君子的应对之道不是硬碰硬，而是"俭德辟难"——主动降低暴露度，蓄积实力，等待时机。这与现代职场中的处世智慧高度契合：逆境不是终点，而是积蓄力量的窗口期。九五爻"其亡其亡，系于苞桑"尤为深刻——越是身处高位或逆境将尽，越要保持危机意识，如履薄冰反而能稳如磐石。否极必然泰来，但泰来之前的坚守才是真正的考验。

****思考**：** 当你身处职场或人生的"否"局时，你选择的是沉默蓄势，还是主动出击——而你又如何判断此刻是哪一种时机？

第十三卦 同人 天火同人 乾上离下

原文

第十三卦 同人 天火同人 乾上离下

同人：同人于野，亨。利涉大川，利君子贞。彖曰：同人，柔得位得中，而应乎乾，曰同人。同人曰，同人于野，亨。

利涉大川，乾行也。文明以健，中正而应，君子正也。唯君子为能通天下之志。象曰：天与火，同人；君子以类族辨物。

初九：同人于门，无咎。

象曰：出门同人，又谁咎也。

六二：同人于宗，吝。

象曰：同人于宗，吝道也。

九三：伏戎于莽，升其高陵，三岁不兴。

象曰：伏戎于莽，敌刚也。三岁不兴，安行也。

九四：乘其墉，弗克攻，吉。

象曰：乘其墉，义弗克也，其吉，则困而反则也。

九五：同人，先号咷而后笑。大师克相遇。

象曰：同人之先，以中直也。大师相遇，言相克也。

上九：同人于郊，无悔。

象曰：同人于郊，志未得也。

白话译文

卦辞： 同人卦，讲与人和合结同之道。在广阔的旷野上与天下人志同道合，必然亨通畅达。利于渡越大河（“大川”，指险阻重重的艰难事业），利于君子坚守正道。

彖传： 同人卦之所以名“同人”，在于六二阴爻得位居中（“柔得位得中”，意为以柔顺之德处于恰当位置），与上卦乾相应。卦辞说“同人于野，亨”，是因为乾的刚健之力推动着广大的局面；离的文明之德配合乾的刚健，六二与九五中正相应，这正是君子之道。唯有君子，才能贯通天下人的心志。

大象传： 天在上，火在下，火性上升趋向天，二者同向而行，此为同人之象。君子效法这一道理，辨别类别，区分事物。

初九： 在门口这最浅近之处便与人结同，没有过失。象传说：出门即与人结同，又有谁能责怪呢？

六二：只与宗族内部的人结同，格局狭隘，有所遗憾。象传说：局限于宗族的结同，是偏狭之道。

九三：将兵戎埋伏于草莽，登上高陵观察敌情，却三年都无法出兵。象传说：埋伏兵戎，因为对方太过刚强；三年不动，因为不敢轻易前行。

九四：登上对方的城墙，却无力攻克，转而求同，反而吉利。象传说：不克攻，是义理上不应强行；其所以吉，在于陷入困境后能回归正道。

九五：同人之道，先是痛哭哀号，后来欢笑庆贺，历经大军征战，终于得以相遇会合。象传说：九五居先，在于守中持正；大军相遇，意味着克服了重重阻碍。

上九：在郊野与人结同，虽无悔恨，毕竟远离中心。象传说：在郊野结同，志向未能完全实现。

关键词

同人于野：在旷野上与天下人结同，"野"象征超越私利的开阔格局，与"宗"（宗族小圈子）相对。

柔得位得中：六二阴爻居内卦中位，以柔顺之德处恰当之位，是同人卦的核心德性基础。

以类族辨物：辨明事物的类别与差异，是实现真正和合的认知前提，和而不同之意。

困而反则：陷入困境后能主动回归正道，九四爻所示的转化之机。

中直：居中守正、内心坦诚，九五同人之所以最终成功的根本原因。

现代启示

同人卦的核心在于：真正的合作，必须建立在开阔格局之上，而非困于宗派与小圈子。六二"同人于宗"的遗憾，恰似今日组织中随处可见的"部门墙"与"信息孤岛"；九三三年不兴的僵局，则是用对抗思维处理协作问题的必然代价。九五"先号咷而后笑"更提醒我们：深度合作往往要经历摩擦与阵痛，这不是失败的信号，而是走向真正会合的必经之路。唯有持守中正、扩大格局，才能从"同宗"走向"同野"，从利益联盟走向志同道合。

****值得思考的问题：**** 你现在的合作关系，究竟停留在"同人于宗"的利益捆绑，还是已经走向了"同人于野"的真正志同道合？

第十四卦 大有 火天大有 离上乾下

原文

第十四卦 大有 火天大有 离上乾下

大有：元亨。彖曰：大有，柔得尊位，大中而上下应之，曰大有。其德刚健而文明，应乎天而时行，是以元亨。象曰：火在天上，大有；君子以竭恶扬善，顺天休命。

初九：无交害，匪咎，艰则无咎。

象曰：大有初九，无交害也。

九二：大车以载，有攸往，无咎。

象曰：大车以载，积中不败也。

九三：公用亨于天子，小人弗克。

象曰：公用亨于天子，小人害也。

九四：匪其彭，无咎。

象曰：匪其彭，无咎；明辨晰也。

六五：厥孚交如，威如；吉。

象曰：厥孚交如，信以发志也。威如之吉，易而无备也。

上九：自天佑之，吉无不利。

象曰：大有上吉，自天佑也。

白话译文

卦辞：大有卦，元始亨通。

彖传解释：所谓"大有"，是因为阴柔之爻（六五，"柔"指唯一的阴爻）占据了至尊之位，以大中之道居中，上下各爻皆来呼应，故名大有。此卦之德刚健（乾之本性）而文明（离之本性），顺应天道、把握时机而行，因此能达到元始亨通。

象传解释：火（离卦）燃于天（乾卦）之上，光照万方，正是大有的象征；君子效法此象，竭力铲除恶行、弘扬善德，顺应天意、承载美好使命。

初九：与人之间没有祸害交集，并无过错；但若能处事谨慎、砥砺自持，则更无过失。

九二：如同大车能承载重物，有所前行，不会有过失。

九三：王公大臣可以进献礼物于天子、享受盛宴（"亨"通"享"），小人（才德不足者）则无此资格与能力。

九四：不骄纵膨胀，便无过失。

六五：以诚信与人交往，同时保持威仪；吉祥。

上九：天降佑护，吉祥而无往不利。

关键词

元亨： 最高程度的亨通，卦辞中最高级别的吉祥断语，意为原始而普遍的畅达。

柔得尊位： 六五为全卦唯一阴爻，居于天子之位（五位），以柔居尊，以德服众。

竭诚扬善： 竭尽全力去除恶行、弘扬善德，君子处大有之时的主动担当。

厥孚： 其诚信也，"孚"指内心真实的信实，是六五能凝聚人心的根本所在。

匪其彭： 不过分膨胀、不骄纵自大，"彭"指盛大过度，戒满的智慧。

现代启示

大有卦描绘的是一种丰盛而不骄的理想状态。六五以阴居尊，以柔御刚，说明真正的领导力不在于强制，而在于以诚信凝聚人心、以威仪而非威权服众。"竭诚扬善，顺天休命"在今天仍有现实意义——无论是个人、企业还是国家，资源越充沛，就越应承担相应的社会责任，主动消除不公、传播善意。九二的稳健承载、九四的自我克制、上九的顺势而为，共同指向同一个古老智慧：真正的大有，不是无限扩张，而是懂得分寸、持盈守成。

****思考：**** 当你拥有充足的资源或权力时，你是否也在同等程度上承担着相应的责任？

第十五卦 谦 地山谦 坤上艮下

原文

第十五卦 谦 地山谦 坤上艮下

谦：亨，君子有终。彖曰：谦，亨，天道下济而光明，地道卑而上行。天道亏盈而益谦，地道变盈而流谦，鬼神害盈而福谦，人道恶盈而好谦。谦尊而光，卑而不可逾，君子之终也。象曰：地中有山，谦；君子以裒多益寡，称物平施。

初六：谦谦君子，用涉大川，吉。

象曰：谦谦君子，卑以自牧也。

六二：鸣谦，贞吉。

象曰：鸣谦贞吉，中心得也。

九三：劳谦君子，有终吉。

象曰：劳谦君子，万民服也。

六四：无不利，撝谦。

象曰：无不利，撝谦；不违则也。

六五：不富，以其邻，利用侵伐，无不利。

象曰：利用侵伐，征不服也。

上六：鸣谦，利用行师，征邑国。

象曰：鸣谦，志未得也。可用行师，征邑国也。

白话译文

谦卦：亨通顺达，君子能够善始善终。

《彖传》解释：谦虚所以亨通，是因为天道向下施恩而光照万物，地道处于低卑却向上生发。天道削减盈满而增益谦虚者，地道使盈满流散而归于谦逊，鬼神损害骄傲者而赐福谦逊者，人道厌恶自满而爱好谦逊。谦虚使尊贵者更加光辉，使卑微者不可逾越，这便是君子善终的根本。

《象传》说：大山藏于地中，是谦卦之象；君子由此领悟，当裁减多余、补益不足，权衡事物轻重，公平分配。

初六：极为谦逊的君子，可以渡过大川险阻，吉祥。象传：以谦卑自我约束、修身养性。

六二：谦名远播（谦德为外界所知），守持正道则吉。象传：此吉是因为内心真正领悟了谦道。

九三：有功劳而仍保持谦逊的君子，必有善终，吉祥。象传：万民皆心悦诚服。

六四：广泛施展谦德，无所不利。象传：不违背正道与法则。

六五：不以财富自居，与邻人共享，可出兵征伐不服者，无不利。

上六：谦名远播，可以出兵征讨邑国。象传：此时出兵，是因为志向尚未完全实现，仍需有所作为。

关键词

谦： 自我持守低位、不夸耀，是本卦核心德行，贯穿六爻始终。

鸣谦： 谦德被外界知晓、口耳相传，非主动炫耀，而是自然流露所致。

劳谦： 有实际功劳与贡献，却仍保持谦逊，最难能可贵，故"万民服"。

裒多益寡： 裒，减损；寡，不足。损有余、补不足，是谦卦在社会分配上的实践原则。

撝谦： 撝，发扬、施展。主动将谦道推广至周围，而非仅自保谦逊。

现代启示

谦卦揭示了一个反常识的规律：低调并非软弱，而是一种结构性优势。天、地、鬼神、人道，四个维度都在惩罚"盈"、奖励"谦"，这背后是朴素的系统论思维——任何系统中，过度膨胀的节点都会遭受反弹与修正。

在职场中，"劳谦君子，万民服也"尤为现实：真正有实力的人往往沉默低调，而急于彰显功劳者反而失去信任。谦不是虚伪的客套，而是将自我置于关系网络中恰当位置的能力。

值得注意的是，谦卦并不主张一味忍让——六五、上六均言"利用侵伐"，谦者有时仍须有所行动。

****留给你思考**：**你身边是否有人越低调、越被信任？这背后的心理机制是什么？

第十六卦 豫 雷地豫 震上坤下

原文

第十六卦 豫 雷地豫 震上坤下

豫：利建侯行师。彖曰：豫，刚应而志行，顺以动，豫。豫，顺以动，故天地如之，而况建侯行师乎？天地以顺动，故日月不过，而四时不忒；圣人以顺动，则刑罚清而民服。豫之时义大矣哉！象曰：雷出地奋，豫。先王以作乐崇德，殷荐之上帝，以配祖考。

初六：鸣豫，凶。

象曰：初六鸣豫，志穷凶也。

六二：介于石，不终日，贞吉。

象曰：不终日，贞吉；以中正也。

六三：盱豫，悔。迟有悔。

象曰：盱豫有悔，位不当也。

九四：由豫，大有得。勿疑。朋盍簪。

象曰：由豫，大有得；志大行也。

六五：贞疾，恒不死。

象曰：六五贞疾，乘刚也。恒不死，中未亡也。

上六：冥豫，成有渝，无咎。

象曰：冥豫在上，何可长也。

白话译文

豫卦：适宜册封诸侯、出兵征伐。

彖传说：豫卦的含义，是阳刚之爻（九四）得到众阴爻的呼应，志向因此得以推行，顺势而动，这便是“豫”。豫卦顺势而动的道理，连天地都遵循它，更何况是册封诸侯、统率军队呢？天地顺应规律而运动，所以日月运行不偏差，四季更替不错乱；圣人顺应民心而施政，则刑罚公正清明、百姓心悦诚服。豫卦所揭示的时机意义，真是深远而重大啊！

象传说：雷从地下奔涌而出，这就是豫卦的象。先王因此制礼作乐以彰显德行，盛大地献祭上帝，并以祖先配飨其旁。

初六：自鸣得意地沉浸喜乐，凶险。象传：初六炫耀喜悦，是志气已穷、妄自尊大，故而凶。

六二：节操坚定如磐石，不等终日便能明辨，守正则吉。象传：能不终日而守正得吉，在于六二居中守正之德。

六三：仰视九四而生喜悦，终将悔恨；犹豫迟疑同样有悔。象传：仰望而悔，是因为爻位不当。

九四：众人由此而喜悦，大有收获，无须疑虑，朋友们聚合如发簪般紧密。象传：大有所得，在于志向得以广行。

六五：处境如患疾一般艰难，却始终不会灭亡。象传：六五之困，是柔乘于刚之上所致；能恒不死，是居中之德尚存。

上六：沉迷于喜悦而不自知，局势终将逆转，但无大咎。象传：沉迷喜悦身处最高位，又怎能长久？

关键词

豫： 预先顺应、喜悦舒畅，此卦核心在"顺势"而非放纵享乐。

顺以动： 顺应天道、民心、时势而后行动，是豫卦的根本法则。

介于石： 节操坚定如磐石，比喻在顺境中保持清醒、不为喜乐所惑。

盱豫： 仰望他人权势而附和取悦，以求分享喜乐，含谄媚之意。

冥豫： 沉溺于喜乐之中、昏昧而不自察，象征极盛必衰的临界状态。

现代启示

豫卦的核心不是"如何享乐"，而是"顺势的边界"。九四一爻独阳居众阴之中，带动全局喜悦，靠的是真实的号召力，而非自我标榜——这正是初六"鸣豫"之凶的反面教训：越是春风得意，越要警惕把炫耀当成能力。六二"介于石"则告诉我们：顺境中最难的不是抓住机会，而是守住判断力，不被氛围裹挟。现代职场、投资乃至人际关系中，"顺势"与"随波逐流"往往只差一道清醒的自省。上六冥豫的警示也同样适用：当一个人或一个组织沉浸在胜利的喜悦里、开始对风险视而不见的时候，转折往往已在暗中启动。

你上一次感到志得意满时，是否停下来问过自己：这份喜悦，究竟是顺势而来，还是自我催眠？

第十七卦 随 泽雷随 兑上震下

原文

第十七卦 随 泽雷随 兑上震下

随：元亨利贞，无咎。彖曰：随，刚来而下柔，动而说，随。大亨贞，无咎，而天下随时，随之时义大矣哉！象曰：泽中有雷，随；君子以晦入宴息。

初九：官有渝，贞吉。出门交有功。

象曰：官有渝，从正吉也。出门交有功，不失也。

六二：系小子，失丈夫。

象曰：系小子，弗兼与也。

六三：系丈夫，失小子。随有求得，利居贞。

象曰：系丈夫，志舍下也。

九四：随有获，贞凶。有孚在道，以明，何咎。

象曰：随有获，其义凶也。有孚在道，明功也。

九五：孚于嘉，吉。

象曰：孚于嘉，吉；位正中也。

上六：拘系之，乃从维之。王用亨于西山。

象曰：拘系之，上穷也。

白话译文

卦辞：随卦：至为通达，利于守正，没有过失。

彖传：随，是阳刚下降而居于阴柔之下，动而生喜悦，这便是“随”的本义。大为通达、守持正道则无过失。天下万物皆随时势而动，随卦所蕴含的时义，意义实在深远重大！

象传：泽中藏有雷，是随卦之象；君子效法此象，在天色向晦之时归家安歇（顺应自然节律，劳逸有度）。

初九：职守有所变动，守正则吉祥。出门广交往来，可以建功。象曰：职守虽变，顺从正道自然吉祥；出门交往有功，是因为行事不失分寸。

六二：牵系于小人（浅薄之辈），便会失去丈夫（成熟有德之人）。象曰：既牵系于小子，就无法兼顾两端了。

六三：牵系于丈夫（有德之人），便失去小子。顺随可得所求，利于安守正道。象曰：心志已向上，自然舍弃低处的牵绊。

九四：随顺而有所获取，守正也潜藏凶险。若能诚信守道、以明智处之，何来过失？象曰：随顺有所获取，就义理而言本是危险的；能诚信守道，方是明智之功。

九五：诚信于美善之事，吉祥。象曰：诚信于美善而吉，因所处位置居中得正。

上六：被拘束牵系，于是顺从而维系于此。君王借此道祭祀于西山（周文王兴起之地）。象曰：遭到拘系，是因已处上位穷极之地，无处可去。

关键词

随时： 顺应时势而动，非盲目跟从，而是识时务、合节律。

刚来而下柔： 阳刚主动降居阴柔之下，以谦逊换取顺畅，柔顺非软弱，而是策略。

系： 牵系、依附。六二、六三以"系"言取舍，强调跟随对象决定结果的好坏。

孚： 诚信、内心真实无欺，是随卦能趋吉避凶的根本前提。

贞： 守持正道，随卦言随而不失正，防止顺随沦为盲从。

现代启示

随卦的核心不是"服从"，而是"识时顺势"。它告诉我们：真正的顺随，需要三个前提——跟随正确的对象（择人而从）、保持内心诚信（有孚在道）、守住自身原则（利居贞）。六二失丈夫、六三失小子，说明选择追随谁，直接决定你能走到哪里。九四则是警示：即便顺势而得，若无明智与诚信托底，收获反成凶兆。

在信息爆炸的今天，我们每天都在"随"——随热点、随大众、随权威。随卦提醒我们：顺势而为是智慧，但失去"贞"与"孚"的随，不过是随波逐流。

****思考：**你上一次真正审慎选择"跟随谁"，是什么时候？**

第十八卦 蛊 山风蛊 艮上巽下

原文

第十八卦 蛊 山风蛊 艮上巽下

蛊：元亨，利涉大川。先甲三日，后甲三日。彖曰：蛊，刚上而柔下，巽而止，蛊。蛊，元亨，而天下治也。利涉大川，往有事也。先甲三日，后甲三日，终则有始，天行也。象曰：山下有风，蛊；君子以振民育德。

初六：干父之蛊，有子，考无咎，厉终吉。

象曰：干父之蛊，意承考也。

九二：干母之蛊，不可贞。

象曰：干母之蛊，得中道也。

九三：干父小有悔，无大咎。

象曰：干父之蛊，终无咎也。

六四：裕父之蛊，往见吝。

象曰：裕父之蛊，往未得也。

六五：干父之蛊，用誉。

象曰：干父之蛊；承以德也。

上九：不事王侯，高尚其事。

象曰：不事王侯，志可则也。

白话译文

蛊卦：大为亨通，适宜渡越大河（比喻勇于承担艰难事业）。变革宜在甲日前三天（辛日）开始筹谋，甲日后三天（丁日）仍须检验巩固。

彖传说：蛊卦刚健之气（艮山）在上，柔顺之气（巽风）在下，下方顺从而上方止定，这就是积弊滋生的格局。正因如此，整治积弊才能大亨通，使天下归于治理；渡越大川，是说前往有所作为；终则有始，是天道运行的自然规律。

象传说：山下有风吹拂，万物受侵蚀，这是蛊象；君子效法此象，振兴民众，培育德行。

初六：整治父亲遗留的积弊，有这样的儿子，父亲（考，亡父）无可指责；虽有危险，最终吉祥。九二：整治母亲遗留的积弊，不可过于强硬执拗，须得中道。九三：整治父亲积弊，稍有悔憾，但无大过。六

四：对父亲积弊宽容放任，前行则遭困窘。六五：整治父亲积弊，将获得声誉，以德传承。上九：不侍奉王侯权贵，以超然高洁为志业。

关键词

蛊： 器皿中虫蛊滋生，引申为积累已久的弊病与腐败，需加以整治的状态。

干蛊： 干，纠正、整治之意；干蛊即主动承担、纠正前人遗留的积弊与错误。

考： 原指亡父，此处泛指已故或年迈的长辈，象征前代人留下的遗产与问题。

先甲三日、后甲三日： 甲为天干之首，象征变革节点；前后各三天，意指变革须提前谋划、事后检验，不可仓促。

高尚其事： 超然于世俗功名，以坚守个人志节为毕生事业。

现代启示

蛊卦讲的是一个永恒命题：如何承接前人留下的烂摊子。它既不鼓励掩盖问题、讳疾忌医，也不赞同全盘否定、推倒重来。九二爻提示整治母亲积弊须“得中道”，说明对待不同来源的问题，力度与方式应有所区分。六四爻的“裕父之蛊”则是反面警示——过度宽容、拖延不决，只会让问题越积越深。“先甲三日，后甲三日”揭示变革的节奏智慧：行动前要充分调研，行动后要持续复盘，成功从不属于仓促者。

你现在手中是否有一件“前人挖坑，你来填”的事？你打算什么时候动手，又打算怎么动？

第十九卦 临 地泽临 坤上兑下

原文

第十九卦 临 地泽临 坤上兑下

临：元，亨，利，贞。至于八月有凶。象曰：临，刚浸而长。说而顺，刚中而应，大亨以正，天之道也。

至于八月有凶，消不久也。象曰：泽上有地，临；君子以教思无穷，容保民无疆。

初九：咸临，贞吉。

象曰：咸临贞吉，志行正也。

九二：咸临，吉无不利。

象曰：咸临，吉无不利；未顺命也。

六三：甘临，无攸利。既忧之，无咎。

象曰：甘临，位不当也。既忧之，咎不长也。

六四：至临，无咎。

象曰：至临无咎，位当也。

六五：知临，大君之宜，吉。

象曰：大君之宜，行中之谓也。

上六：敦临，吉无咎。

象曰：敦临之吉，志在内也。

白话译文

临卦：具备元（创始之德）、亨（通达之象）、利（适宜之机）、贞（正固之道）四种特质，但到第八个月将有凶险。

象传解释：临，是阳刚之气逐渐渗透增长的卦象。内卦兑为喜悦，外卦坤为顺从，刚爻居于中位且上下感应，以正道大为亨通，这正是天道的规律。所谓“八月有凶”，是警示阳气消退之时终将来临，盛势不会永久。

象传说：沼泽之上覆盖大地，是为临的意象。君子由此领悟：教化民众当思虑无穷，包容保护百姓当无边无际。

初九：以诚信感通之道临下，守正则吉——心志行于正道。

九二：以诚信感通临下，吉祥无不利——尚在积极进取，未曾懈怠。

六三：以甜言逢迎的方式临下，没有好处；若能忧思自省，则免于咎害——因为位置不当，若能反思，咎害不会长久。

六四：直接切实地亲临，无咎——位置恰当，故无过失。

六五：以智慧临下，是大君应有的方式，吉祥——所谓"大君之宜"，在于行持中道。

上六：以敦厚诚笃之心临下，吉祥无咎——心志指向内在根本，而非外在功利。

关键词

咸临： 以感通之诚亲近管理，真实呼应，不带私意，初九、九二皆用此道。

甘临： 以甜言讨好、逢迎取悦的方式临下，位不当则无实利。

至临： 直接、切实地亲临，无隔阂、不迂回，因位置得当而无咎。

知临： 以智慧与洞察力治理，属明君领导之道，与"行中"相辅。

敦临： 以敦厚诚笃之心临下，志在内在根本而非外部表演。

现代启示

临卦的深意在于：接近与管理他人，存在截然不同的方式，其高下之别决定成败。六种"临"构成完整的领导力光谱——"咸临"是真诚感通，"甘临"是讨好逢迎，"至临"是务实到位，"知临"是智慧洞察，"敦临"是厚道笃行。卦辞明确批评"甘临"：以悦人代替诚信，短期畅通，长期必溃。而"知临"与"敦临"的并列，揭示了一个更深的道理：智慧若无诚意，终成算计；诚意若无智慧，难免鲁莽。"至于八月有凶"更是一记警钟：即便顺势而行，也要时刻意识到盛极而衰的周期。

你在影响或带领他人的时候，最常用的是哪一种"临"？

第二十个卦 观 风地观 巽上坤下

原文

第二十个卦 观 风地观 巽上坤下

观：盥而不荐，有孚颙若。彖曰：大观在上，顺而巽，中正以观天下。观，盥而不荐，有孚颙若，下观而化也。观天之神道，而四时不忒，圣人以神道设教，而天下服矣。象曰：风行地上，观；先王以省方，观民设教。

初六：童观，小人无咎，君子吝。

象曰：初六童观，小人道也。

六二：窥观，利女贞。

象曰：窥观女贞，亦可丑也。

六三：观我生，进退。

象曰：观我生，进退；未失道也。

六四：观国之光，利用宾于王。

象曰：观国之光，尚宾也。

九五：观我生，君子无咎。

象曰：观我生，观民也。

上九：观其生，君子无咎。

象曰：观其生，志未平也。

白话译文

卦辞：观卦象征“观察”之道。祭祀时，完成洁手（盥）的仪式而尚未进献祭品（荐），正是诚敬之心最纯粹的一刻；此时内在诚信（有孚）自然流露，令人肃然仰望。

彖传：德行高大者居于上位，性情顺从而谦逊，以中正之道观照天下。“盥而不荐，有孚颙若”，说明居下者仰望上位而受感化。观察上天运行的神妙规律，四季更替毫无差错；圣人效法天道设立教化，天下百姓自然诚服。

象传：风在大地上流行，无处不至，这便是观的意象；先王据此巡视四方，体察民情，因地制宜地设立教化。

初六：以孩童般懵懂的眼光观察事物，对普通人尚无过错，但对君子而言则显得浅陋可惜。

六二：从缝隙中窥视，只能看到局部。以安守本分的女子之道来说尚可，但终究是一种局限。

六三：观察自己的言行举止，以此审时度势，决定进退取舍，方向尚未偏离正道。

六四：观察到国家的文明气象与政教风范，此时适宜出仕，做君王的宾客，施展才能。

九五：观察自身的言行所产生的影响，并以此反观施政得失，君子如此则无过失。

上九：跳出自身处境，观察他人的生命状态，君子如此则无过失，然而心中志向仍未真正平息。

关键词

盥而不荐： 祭前洁手而尚未献祭的庄敬时刻，喻诚意最纯粹、尚未被形式遮蔽的状态。

有孚颙若： 内心诚信充盈，自然令人肃然仰望，强调德行本身的感召力，而非权位强制。

神道设教： 效法天道自然无为的运行规律来教化人心，是最高明、最持久的影响方式。

童观： 以孩童般浅陋的视角观察世界，满足于表象，缺乏深度与辨别力。

观国之光： 观察一国的文明风范与教化成就，引申为识别时机、选择出仕的判断依据。

现代启示

观卦的核心命题不是"看见什么"，而是"如何观、从何处观"。彖传所说的"神道设教"揭示了一个管理真理：最有影响力的领导方式，是无声的示范而非命令——风行大地，无处不在，无迹可寻，却悄然塑造了整片土壤的生态。

六爻构成一道成长阶梯：从孩童式的浮光掠影（初六），到缝隙中的局部窥视（六二），再到自我审察与反思（六三、九五），最终达到超越自身、观照他人生命处境的高度（上九）。这与现代心理学中"元认知"的概念高度契合——真正的成长，始于持续、诚实的自我观察。

九五"观我生，观民也"尤为深刻：领导者通过观察追随者的状态，来反照自己决策的真实质量。

你上一次真正停下来，观察自己的言行对身边人产生了什么影响，是什么时候？

第二十一卦 噬嗑 火雷噬嗑 离上震下

原文

第二十一卦 噬嗑 火雷噬嗑 离上震下

噬嗑：亨。利用狱。彖曰：颐中有物，曰噬嗑，噬嗑而亨。刚柔分，动而明，雷电合而章。柔得中而上行，虽不当位，利用狱也。象曰：雷电噬嗑；先王以明罚敕法。

初九：履校灭趾，无咎。

象曰：履校灭趾，不行也。

六二：噬肤灭鼻，无咎。

象曰：噬肤灭鼻，乘刚也。

六三：噬腊肉，遇毒；小吝，无咎。

象曰：遇毒，位不当也。

九四：噬乾肺，得金矢，利艰贞，吉。

象曰：利艰贞吉，未光也。

六五：噬乾肉，得黄金，贞厉，无咎。

象曰：贞厉无咎，得当也。

上九：何校灭耳，凶。

象曰：何校灭耳，聪不明也。

白话译文

卦辞：噬嗑卦象征通达，有利于行使刑罚、执行司法。

彖传解说：口中夹有异物须用力咬断，此即“噬嗑”之象；咬断阻碍则事路通畅。卦中阳刚与阴柔各守分位，震动而离明，雷与电相合而威势彰显。六五阴爻居中而上行，虽处位不正，仍有利于行使刑狱之事。

大象传：雷与电并发，象征噬嗑之威；古代圣王观此卦象，以此明定刑罚、整饬法度。

六爻由轻及重，呈现不同刑罚情境：

初九：足戴木枷（校刑）掩盖脚趾，无咎——罪轻惩轻，惩处及时，令其不得妄行。

六二：咬入柔嫩之肉，鼻子没入其中，无咎——阴乘刚势，处置顺理，得当无害。

六三：咬食腊肉（质地坚韧），却遭毒素，稍有困阻，终无大碍——因处位不当，行事多磨。

九四：咬食带骨干肉，得到金属箭矢（刚直公正之象），宜于艰难中坚守正道，吉——正道尚未大彰，须持之以恒努力。

六五：咬食干肉，得黄金（尊位权威之象），守正虽有危险，终无咎——因得位适中，能持正执法。

上九：颈戴重枷掩没双耳，凶险——罪深积重，听而不聪，难以自救。

关键词

噬嗑：咬合、噬断之意，取口中有物阻隔须强力咬断之象，引申为清除阻碍。

校：古代夹颈或夹足的刑具，轻则枷脚（履校），重则枷颈（何校），刑罚轻重之别。

利用狱：有利于行使刑狱，强调公正司法是清除社会阻碍的必要手段。

乘刚：阴爻居于阳爻之上，借助阳刚之势行事，此处指六二凭借初九之力顺势处置。

金矢：金属箭矢，象征刚直不曲、公平如矢的执法精神，为九四得法之象。

现代启示

噬嗑卦的核心是“清障”——当阻碍横亘其间，回避只会积压，唯有果断咬断，事情才能通达。这与现代法治精神高度契合：规则的权威来自执行，而非仅仅制定。

六爻由脚枷到颈枷，刑罚随罪行积累而加重，是对“惩前毖后”原则的生动注脚——初犯轻惩尚可自新，积重难返则凶险难逃。上九“灭耳”最为警醒：一个人若长期拒绝倾听、拒绝纠正，最终连自救的机会都会丧失。

更值得玩味的是六五：手握权柄者仍须“贞厉”，在权力面前保持敬畏之心，方能无咎。权力若无自律，执法者本身便会成为下一个需要被噬断的“阻碍”。

****思考**：**在你的日常决策中，面对那些拖延已久、令人不适的“梗阻”，你是否有勇气在恰当的时机、以恰当的力度，果断咬断它？

第二十二卦 贲 山火贲 艮上离下

原文

第二十二卦 贲 山火贲 艮上离下

贲：亨。小利有所往。彖曰：贲，亨；柔来而文刚，故亨。分刚上而文柔，故小利有攸往。天文也；文明以止，人文也。观乎天文，以察时变；观乎人文，以化成天下。象曰：山下有火，贲；君子以明庶政，无敢折狱。

初九：贲其趾，舍车而徒。

象曰：舍车而徒，义弗乘也。

六二：贲其须。

象曰：贲其须，与上兴也。

九三：贲如濡如，永贞吉。

象曰：永贞之吉，终莫之陵也。

六四：贲如皤如，白马翰如，匪寇婚媾。

象曰：六四，当位疑也。匪寇婚媾，终无尤也。

六五：贲于丘园，束帛戔戔，吝，终吉。

象曰：六五之吉，有喜也。

上九：白贲，无咎。

象曰：白贲无咎，上得志也。

白话译文

卦辞：贲卦，通顺。小有利于前行。

彖传：贲之所以通顺，是因为阴柔之爻来到刚位，以文饰刚；刚爻分出上行，以文饰柔，故小有利于前行。日月星辰运行的规律，是天文（天道纹理）；以文明礼教约束人心行为，是人文（人道纹理）。观察天文，可以察知四时变化；观察人文，可以教化成就天下。

象传：山下有火，照亮山体，是贲卦之象。君子由此明察各项政务，却不轻易裁断刑狱（文饰可用于治政，但司法需审慎）。

初九：装饰脚趾，舍弃车乘，徒步而行。象曰：舍车徒步，是因为道义上不应乘车。

六二：装饰须髯。象曰：装饰须髯，是随上位之人而兴起。

九三：文采焕发、滋润丰盈，长守正固则吉。象曰：长守正固之吉，终究无人能凌驾于他。

六四：装饰得素白（皤，白色），白马奔腾飞驰，来者并非强寇，而是求婚之人。象曰：六四处位有疑，但终究来者为婚媾，无可怨尤。

六五：于丘园（质朴之地）施以装饰，礼物帛束甚少，略显寒俭，但终得吉祥。象曰：六五之吉，是因其中有真正的喜悦。

上九：以素白为饰，无所过失。象曰：素白之饰无咎，是因处于最高位，志向已达，归于本真。

关键词

贲 (bì)： 文饰、装饰之义，指以外在形式彰显内在价值，非虚浮之饰。

天文： 天道运行的规律与纹理，指自然秩序，非现代"天文学"之专指。

人文： 以礼乐文明约束和引导人的行为，是"人文化成"的思想源头。

皤 (pó) 如： 素白之状，此处暗示六四经历疑惑后回归本色。

白贲： 素白的装饰，即去掉繁华回归质朴，是装饰的最高境界——无饰胜有饰。

现代启示

贲卦的核心洞见在于：装饰是必要的，但装饰必须服从于内在实质。从初九的"舍车徒步"守住道义底线，到上九的"白贲无咎"以素朴为极致，贲卦描绘了一条从外在文饰走向内在纯粹的路径。彖传中"观乎人文，以化成天下"更是中国最早的文化治理哲学——文明不是装门面，而是通过礼仪教化真正改变人心。

这与现代社会的品牌、包装、公关逻辑高度契合：过度的形式包装掩盖空洞内核，终将被识破；而真正经得起时间的，往往是那些"白贲"式的简洁与真实。

你生活或工作中，是否曾经用"精心包装"掩盖了某个本可以更坦诚呈现的事物？

第二十三卦 剥 山地剥 艮上坤下

原文

第二十三卦 剥 山地剥 艮上坤下

剥：不利有攸往。彖曰：剥，剥也，柔变刚也。不利有攸往，小人长也。顺而止之，观象也。君子尚消息盈虚，天行也。象曰：山附地上，剥；上以厚下，安宅。

初六：剥牀以足，蔑贞凶。

象曰：剥牀以足，以灭下也。

六二：剥牀以辨，蔑贞凶。

象曰：剥牀以辨，未有与也。

六三：剥之，无咎。

象曰：剥之无咎，失上下也。

六四：剥牀以肤，凶。

象曰：剥牀以肤，切近灾也。

六五：贯鱼，以宫人宠，无不利。

象曰：以宫人宠，终无尤也。

上九：硕果不食，君子得舆，小人剥庐。

象曰：君子得舆，民所载也。小人剥庐，终不可用也。

白话译文

卦辞：处于剥落之时，不宜有所行动前进。

彖传：“剥”即剥落脱蚀之意，是阴柔之气逐步侵蚀、取代阳刚之气的过程。之所以不宜前进，是因为小人势力正在壮大。顺应形势而暂时停止，是观察卦象后得出的应对之道。君子应当重视事物消长盈亏（此消彼长的周期规律）的道理，这是天道运行的必然。

象传：山依附于大地之上，山体随大地起伏而剥落——这就是剥卦的形象。居于上位者，应当厚待充实下层基础，如此方能安稳自己的根基。

各爻：初六，从床脚开始剥蚀，轻视正道则招来凶险，根基已在悄然崩坏。六二，剥蚀蔓延至床的横梁支架，孤立无援，仍轻忽正道则凶。六三，身处剥落之中，上下俱失、两不相连，反而因此超脱，无咎。六四，剥蚀已至肌肤，灾祸切近，凶象已现。六五，如宫人（后宫女官）依次顺从，以柔顺赢得君王宠信，

无往不利。上九，硕大的果实终未被完全剥去，留存一线生机；君子因此得到民众的拥戴，小人却连自己的庐舍也被剥夺殆尽，最终无所依凭，不可为用。

关键词

剥：剥落、剥蚀，指阴盛阳衰、小人势长、君子退缩的衰败局势，是一种渐进式的侵蚀过程。

消息盈虚：事物的消长与盈亏，指自然与人事中周期性的起伏规律，强调顺势而为而非逆势强行。

蔑贞：轻视、蔑弃正道与操守，是各爻招致凶险的根本原因，与"守正"相对。

硕果不食：成熟的大果未被完全剥尽，象征阳气与正气在极衰之时仍留有一线转机与生机。

厚下：充实、厚待下层基础，象传揭示的安身立命之道——根基不固，上层必然崩塌。

现代启示

剥卦揭示了一个普遍规律：衰退往往是渐进的，从根基悄然开始，一层层向上侵蚀，等到意识到危机时，往往已是六四"切近灾也"的地步。无论是企业的经营危机、个人能量的持续消耗，还有一段关系的逐渐疏离，这一规律都惊人地相似。面对剥落之势，强行推进只会加速败局；懂得"顺而止之"——顺应时势、暂时蛰伏、守住根本——才是逆境中真正的生存智慧。上九"硕果不食"更告诉我们：最黑暗的时刻，往往留存着重生的种子，关键在于能否识别并守护那最后一点生机，而不是在剥落中把自己也一并耗尽。

当你正处于职业或生活的低谷期时，你是否已经分辨清楚：哪些是必须守住的"硕果"，哪些是可以暂时舍弃的"床足"？

第二十四卦 复 地雷复 坤上震下

原文

第二十四卦 复 地雷复 坤上震下

复：亨。出入无疾，朋来无咎。反复其道，七日来复，利有攸往。彖曰：复亨；刚反，动而以顺行，是以出入无疾，朋来无咎。反复其道，七日来复，天行也。利有攸往，刚长也。复其见天地之心乎？象曰：雷在地中，复；先王以至日闭关，商旅不行，后不省方。

初九：不复远，无只悔，元吉。

象曰：不远之复，以修身也。

六二：休复，吉。

象曰：休复之吉，以下仁也。

六三：频复，厉无咎。

象曰：频复之厉，义无咎也。

六四：中行独复。

象曰：中行独复，以从道也。

六五：敦复，无悔。

象曰：敦复无悔，中以自考也。

上六：迷复，凶，有灾眚。用行师，终有大败，以其国君，凶；至于十年，不克征。

象曰：迷复之凶，反君道也。

白话译文

复卦：亨通顺利。出行归来不生疾患，志同道合的朋友前来，没有过失。反复行走于正道，七日之后阳气（阳刚之气，代表生机与正道）归来，利于有所前往。

彖辞说：复卦之所以亨通，是因为阳刚之气重新回归，动而顺应自然规律运行，所以出入无疾患，朋友到来无咎。七日而阳气来复，是天道运行的固有规律。利于前往，是因为阳刚之气正在生长壮大。复卦，不正是展现了天地生生不息之心吗？

象辞说：雷潜伏于地中，这就是复卦的象。先王因此在冬至之日关闭关隘，商旅停止出行，君主也不巡视四方。

初九：偏离正道不远便知回头，没有悔恨，大吉。象辞说：不远即能回归，是为了修养自身。

六二：安然回归正道，吉祥。象辞说：安然回归之所以吉祥，在于能谦下而亲近仁德。

六三：屡屡偏离又屡屡回归，虽有危险，但没有过失。象辞说：频繁回归虽有险，从道义上说并无过失。

六四：行走于众人之中，却能独自回归正道。象辞说：独自回归，是为了遵从正道。

六五：笃实厚重地回归正道，没有悔恨。象辞说：笃实回归而无悔，在于居中能自我省察。

上六：迷失而不能回归，凶险，将有灾祸降临。若兴兵征伐，终将大败；对国君而言是凶兆；乃至十年之内，都无力再行征伐。象辞说：迷失回归的凶险，在于违背了君道。

关键词

七日来复： 阳气经七日消长循环后重新归来，指事物盛衰交替的自然周期。

天地之心： 天地生生不息、万物复苏的内在动力，即自然界向阳生发的根本意志。

至日闭关： 冬至之日关闭关隘，顺应阴阳交替之际静养蓄势的自然节律。

刚反： 阳刚之气由衰退转为回升，象征正道与生机的重新归来。

迷复： 迷失方向而不自知、执迷不悟无法回归正道，为上六最凶之象。

现代启示

复卦的核心是一个字：回。回归正道，回归本心，回归自然节律。"不远之复"最为可贵——错误尚小时即能察觉并调头，代价最低，收益最大。"七日来复"则揭示了周期规律的普遍性：低谷不是终点，阳气积蓄终将回升。无论是职业的低潮期，还是企业战略的调整期，顺势静待、蓄力待发，往往比强行突破更有效。而上六"迷复之凶"则是最深刻的警示：不是走错路最危险，而是明知走错却不肯回头，沉没成本的执念才是真正的深渊。

****思考：**** 你现在生活或工作中，是否有某件事明知方向有偏，却因"已经投入太多"而不愿回头？

第二十五卦 无妄 天雷无妄 乾上震下

原文

第二十五卦 无妄 天雷无妄 乾上震下

无妄：元，亨，利，贞。其匪正有眚，不利有攸往。象曰：无妄，刚自外来，而为主於内。动而健，刚中而应，大亨以正，天之命也。其匪正有眚，不利有攸往。无妄之往，何之矣？天命不佑，行矣哉？象曰：天下雷行，物与无妄；先王以茂对时，育万物。

初九：无妄，往吉。

象曰：无妄之往，得志也。

六二：不耕获，不菑畲，则利有攸往。

象曰：不耕获，未富也。

六三：无妄之灾，或系之牛，行人之得，邑人之灾。

象曰：行人得牛，邑人灾也。

九四：可贞，无咎。

象曰：可贞无咎，固有之也。

九五：无妄之疾，勿药有喜。

象曰：无妄之药，不可试也。

上九：无妄，行有眚，无攸利。

象曰：无妄之行，穷之灾也。

白话译文

卦辞：无妄卦，象征纯真无伪。此时元始通达、吉利正固。若行事偏离正道，便有灾祸（眚：过失与祸患），不宜轻易有所作为。

彖传：无妄之义，在于阳刚之气从外卦而来，主导内卦——动而刚健，阳刚居中且上下相应，以正道大通，这是天命使然。若偏离正道而妄行，天命不佑，又能走向何处？

象传：天下雷声震行，万物皆归于无妄的本真状态；先王效法此道，顺应时令，养育天下万物。

初九：以无妄之心前行，吉。象曰：如此前行，志向必能实现。

六二：不必耕种便有收获，不必开垦便有熟田，自然而然，利于前行。象曰：不耕而获，并非依赖财富，而是顺势而为。

六三：无妄的灾祸——牛被过路人牵走，遭受损失的却是本村之人，无辜受累。象曰：行人得了牛，邑人蒙了灾，祸从天降。

九四：守持正固，无灾无咎。象曰：可以正固无咎，是因本分自守。

九五：无妄而得的病，不用服药，自然痊愈有喜。象曰：无妄之病不可乱投药，妄用药反生祸。

上九：无妄之时强行有为，有灾祸，无所裨益。象曰：穷极之时强行，是自招其灾。

关键词

无妄： 纯真无伪、不妄为，顺天理而动，与"虚妄造作"相对。

咎： 过失所引发的灾祸，强调因偏离正道而招致的不良后果。

刚中而应： 阳刚之爻居于中位，与上下爻位相互呼应，象征刚健而合乎中道。

无妄之灾： 本无过错、毫无预谋却遭受的祸患，即"飞来横祸"。

天命： 自然运行的规律与秩序，非人力可强为，顺则昌，逆则殃。

现代启示

无妄卦的核心不是消极等待，而是戒除"妄为"——不凭侥幸、不越本分、不强行干预自然进程。六二爻的"不耕获"并非鼓励不劳而获，而是说当时机成熟、顺势而为时，结果往往超出预期；九五爻的"勿药有喜"则提醒我们，有些问题过度干预反而加重。在信息过载、焦虑弥漫的当代，人们习惯于以"忙碌感"掩盖对失控的恐惧，不断添加计划与动作。无妄卦给出的答案是：清醒认识自身所处的位置与时机，该动则动，该止则止。

****思考**：** 你现在正在努力解决的某个问题，究竟是真的需要更多行动，还是需要停下来，让事情自然发展？

第二十六卦 大畜 山天大畜 艮上乾下

原文

第二十六卦 大畜 山天大畜 艮上乾下

大畜：利贞，不家食吉，利涉大川。彖曰：大畜，刚健笃实辉光，日新其德，刚上而尚贤。能止健，大正也。

不家食吉，养贤也。利涉大川，应乎天也。象曰：天在山中，大畜；君子以多识前言往行，以畜其德。

初九：有厉利已。

象曰：有厉利已，不犯灾也。

九二：舆说辐。

象曰：舆说辐，中无尤也。

九三：良马逐，利艰贞。曰闲舆卫，利有攸往。

象曰：利有攸往，上合志也。

六四：童豕之牯，元吉。

象曰：六四元吉，有喜也。

六五：豶豕之牙，吉。

象曰：六五之吉，有庆也。

上九：何天之衢，亨。

象曰：何天之衢，道大行也。

白话译文

卦辞：大畜卦，适宜守持正道。不在家中坐享俸禄、出仕效力于社会，是吉祥的；适宜涉越大川（比喻承担重大事业）。

彖传：大畜之道，刚健而笃实，光辉灿烂，每日更新自身德行。刚强之人居于上位，且能推崇贤才。能够收止刚健之气而不妄动，这才是大正之道。“不家食吉”，是说蓄养贤人、使其服务天下；“利涉大川”，是说此时顺应天道，时机成熟。

象传：天包容于山中，是大畜的象征。君子由此受到启发，广泛学习前人的言论与事迹，以此积蓄自身德行。

初九：前行有危险，利于暂时停止。——象传：停下来是为了不触犯灾祸。

九二：车辆的轮辐脱落，无法行进。——象传：居于中位，没有过错。

九三：良马奔驰，利于在艰难中坚守正道；日日操练驾车与防卫之术，利于最终有所前往。——象传：能够前往，是因与上爻志向相合。

六四：对幼猪（童豕）提前套上木枷（牯，约束之具），大吉。——象传：提前防范，自有喜事。

六五：阉猪（豮豕）的獠牙已不成威胁，吉祥。——象传：从根本上化解危险，故有庆。

上九：肩负天衢（上天开阔的大道），通达无阻。——象传：道路宏大，畅行无碍。

关键词

大畜：大量蓄积，兼指蓄养德行、人才与实力，为未来大用做准备。

不家食：不坐享家中俸禄，喻指走出私域、担当公共使命、贡献于社会。

艰贞：在艰难处境中仍坚守正道，强调磨砺过程中的坚定不移。

童豕之牯：趁幼猪尚小时套上木枷，喻在隐患萌芽阶段及早制止，防微杜渐。

豮豕之牙：阉猪虽有牙，攻击性已从根本消除，喻化解威胁要治本而非治标。

现代启示

大畜卦的核心逻辑是：真正的强大来自长期积累，而非一时爆发。卦中六爻勾勒出一条清晰路径——初期遇险当止、中期养精蓄锐、后期厚积薄发，最终通达无阻。这与今天我们常说的“延迟满足”高度契合：不急于变现，不急于证明自己，先用时间换取深度。

更值得注意的是“童豕之牯”与“豮豕之牙”两爻的递进：管理风险，最好的时机是在它还很小的时候；其次是从根源上消除它，而非与它硬碰硬。这对个人习惯管理、团队问题处理乃至企业风控，都有直接的参考价值。

****思考：****你目前的处境，究竟是真正在积蓄实力，还是把原地踏步包装成了“蛰伏”？

第二十七卦 颐 山雷颐 艮上震下

原文

第二十七卦 颐 山雷颐 艮上震下

颐：贞吉。观颐，自求口实。彖曰：颐贞吉，养正则吉也。观颐，观其所养也；自求口实，观其自养也。

天地养万物，圣人养贤，以及万民；颐之时义大矣哉！象曰：山下有雷，颐；君子以慎言语，节饮食。

初九：舍尔灵龟，观我朵颐，凶。

象曰：观我朵颐，亦不足贵也。

六二：颠颐，拂经，于丘颐，征凶。

象曰：六二征凶，行失类也。

六三：拂颐，贞凶，十年勿用，无攸利。

象曰：十年勿用，道大悖也。

六四：颠颐吉，虎视眈眈，其欲逐逐，无咎。

象曰：颠颐之吉，上施光也。

六五：拂经，居贞吉，不可涉大川。

象曰：居贞之吉，顺以从上也。

上九：由颐，厉吉，利涉大川。

象曰：由颐厉吉，大有庆也。

白话译文

卦辞：颐卦，守正则吉。观察一个人如何颐养自身，看他如何谋求口腹之需，便可知其品格。

彖传：颐卦守正而吉，是因为滋养正道方得吉祥。“观颐”，是观察其所养护的对象与方式；“自求口实”，是观察其如何自我滋养。天地养育万物，圣人养育贤才，进而惠及万民——颐养之道，时机与意义何其深远！

象传：山下有雷，象征颐卦。君子由此领悟：应谨慎言语，节制饮食。

初九：你放弃了自身灵龟般的定力（灵龟：比喻内在的智慧与自足），却来窥伺我大口咀嚼的样子，有凶险。象传说：如此羡慕别人饮食，实不足称道。

六二：倒过来向下求养，违背常理，转而依附山丘（丘：指上卦艮，代表上位者）求食，若轻率前行则凶。象传说：六二前行有凶，是因为离开了同类正道。

六三：违背颐养正道，守此则凶，十年之内无所作为，毫无利益可言。象传说：十年不可用，是因为其道严重悖逆。

六四：倒求颐养而吉，如虎视眈眈，欲望绵绵不断，但无过咎。象传说：颠颐之所以吉，是因为上位者施恩光明。

六五：虽违常规，但安守正道则吉，不可冒险渡大川。象传说：居守正道之吉，在于顺从而依附上位者。

上九：天下颐养皆由我而出，虽有危厉，终得吉祥，利于涉越大川。象传说：由颐而得厉吉，是大有福庆之象。

关键词

颐： 本义为颐颌（下颌），引申为颐养、滋养，此卦论养之道。

口实： 口腹之需，引申为维持生存的物质资粮与精神食粮。

灵龟： 龟能辟谷自养，象征内心自足、不假外求的定力与智慧。

拂经： 违背常道、颠倒正常的养育秩序，有悖于礼法规范。

颠颐： 倒求颐养，即下位者向上位者求养，非常规但有时合宜。

现代启示

颐卦的核心，是一个关于“养什么、如何养”的追问。山雷颐的卦象启示君子：口腹之欲须节制，言语之失须谨慎——饮食与言语，恰恰是现代人最容易失控的两件事。信息时代的“口实”早已不限于食物，算法推送的内容、社交媒体的刺激，都在以更隐蔽的方式喂养我们的欲望与偏见。初九爻的警示尤为切中要害：一个拥有内在定力的人，何必放弃自己的“灵龟”去羡慕旁人的大花朵颐？真正的滋养，始于对“我在养什么”的清醒自知。

****思考**：** 你每天输入头脑的信息，究竟是在滋养你的判断力，还是在悄悄腐蚀它？

第二十八卦 大过 泽风大过 兑上巽下

原文

第二十八卦 大过 泽风大过 兑上巽下

大过：栋桡，利有攸往，亨。彖曰：大过，大者过也。栋桡，本末弱也。刚过而中，巽而说行，利有攸往，乃亨。大过之时义大矣哉！象曰：泽灭木，大过；君子以独立不惧，遯世无闷。

初六：藉用白茅，无咎。

象曰：藉用白茅，柔在下也。

九二：枯杨生稊，老夫得其女妻，无不利。

象曰：老夫女妻，过以相与也。

九三：栋桡，凶。

象曰：栋桡之凶，不可以有辅也。

九四：栋隆，吉；有它吝。

象曰：栋隆之吉，不桡乎下也。

九五：枯杨生华，老妇得士夫，无咎无誉。

象曰：枯杨生华，何可久也。老妇士夫，亦可丑也。

上六：过涉灭顶，凶，无咎。

象曰：过涉之凶，不可咎也。

白话译文

卦辞：大过卦象征栋梁弯折，但利于有所行动，最终亨通。彖传解释：大过，即重大之事超越常规。栋梁弯折，是因为根基与末端皆软弱。阳刚之气虽过盛，但居中不偏，行事谦顺而能悦众，故利于前往，终得亨通。大过时机的深义，实在重大！象传说：泽水淹没树木，是大过之象；君子效法此象，独立特行而无所畏惧，隐遁避世而内心不觉苦闷。

初六：以白茅铺垫（祭物），无过失。象传：用白茅铺垫，是因柔顺居于最下位，处事格外谨慎。

九二：枯萎的杨树从根部萌出嫩芽（稊），老年男子娶年轻女子为妻，无不利。象传：老夫娶少妻，是以超常方式相互扶持。

九三：栋梁弯折断裂，凶险。象传：其凶，在于过于刚强，无人能辅助扶持。

九四：栋梁高耸坚固，吉祥；但若心存他念，则有悔吝。象传：栋梁坚固之所以吉，是因为不向下弯折，能承重任。

九五：枯杨开出花来，老年妇人嫁给年轻男子，无过失也无荣誉。象传：枯杨之花，怎能持久？老妇嫁少夫，终究不雅。

上六：涉水过深以至淹没头顶，凶险，但无可归咎。象传：灭顶之凶，乃形势所迫，不可苛责。

关键词

大过：超越常规的极端状态，非寻常小过，而是关乎大局的根本性失衡。

栋桡：屋梁弯折，比喻承载过重、结构失稳的危机，是全卦核心意象。

本末弱：根基与末端皆软弱，中段阳刚虽强，却因两端无力而整体动摇。

独立不惧：在极端压力下独自承担、无所畏惧，是君子处大过之世的精神姿态。

过涉灭顶：涉水超过极限以致淹顶，喻义为明知危险仍勇往，结果虽凶，行为本身无可指责。

现代启示

大过卦描述的是一种"极端承压"的处境——梁柱过重将折，却又不得不撑。现代社会中，过度负债的企业、透支运转的个人、超载的公共系统，都在经历类似的结构危机。

卦辞的智慧不在于简单警告"不要过"，而在于指出：即便身处极端，只要"刚过而中"——保持内在的平衡与清醒——仍可"利有攸往"。君子"独立不惧、遯世无闷"，正是在外部结构濒临崩溃时，守住自身不随之倾覆的定力。

从谨慎铺茅的初六，到灭顶无咎的上六，六爻告诉我们：极端处境中，应对方式决定了结局的性质。

****思考**：**当你所承受的已超过正常限度时，你靠什么判断：这是值得坚持的"利有攸往"，还是需要及时退出的"栋桡之凶"？

第二十九卦 坎 坎为水 坎上坎下

原文

第二十九卦 坎 坎为水 坎上坎下

坎：习坎，有孚，维心亨，行有尚。彖曰：习坎，重险也。水流而不盈，行险而不失其信。维心亨，乃以刚中也。行有尚，往有功也。天险不可升也，地险山川丘陵也，王公设险以守其国，坎之时用大矣哉！象曰：水洊至，习坎；君子以常德行，习教事。

初六：习坎，入于坎窞，凶。

象曰：习坎入坎，失道凶也。

九二：坎有险，求小得。

象曰：求小得，未出中也。

六三：来之坎坎，险且枕，入于坎窞，勿用。

象曰：来之坎坎，终无功也。

六四：樽酒簋贰，用缶，纳约自牖，终无咎。

象曰：樽酒簋贰，刚柔际也。

九五：坎不盈，只既平，无咎。

象曰：坎不盈，中未大也。

上六：?用徽纆，置于丛棘，三岁不得，凶。

象曰：上六失道，凶三岁也。

白话译文

坎卦：反复历险（“习”即重复，“坎”象征险陷），内心持守诚信，心志得以通达，行动将有所成就。

彖传说：习坎，是险上加险。水流淌而不溢出，历经险难而不丢失诚信。心志通达，是因阳刚居于中位；行动有功，是因前行必有所成。天险高不可攀，地险以山川丘陵为凭，王公设险以守国——坎卦的时机与作用，意义深远。

象传说：水流不断涌至，象征层叠险难；君子因此持续修养德行，反复磨炼政教之事。

初六：深陷险境，坠入坎穴最深处，凶险。九二：身处险境之中，只能求小小收获。六三：来路去路皆是险难，危困重叠，坠入深坑，不可妄动。六四：仅备一樽酒、两簋食，用朴素瓦缶盛装，从窗口递入约言，终究无过。九五：险坑尚未填满，水面已渐趋平缓，无咎。上六：被绳索捆绑，置于荆棘丛中（古代囹圄之所），三年不得脱身，凶险。

关键词

习坎： 重叠险境，"习"为重复，坎上加坎，险难一波接一波，非偶发而是持续状态。

有孚： 诚信笃守，"孚"即信，身陷险境而不失信，是度险的根本之德。

刚中： 阳爻居中位，九二、九五以刚处中，象征不偏不倚的中正之德。

坎窞： 坎穴的最深处，陷入此境则无力自救，为险中之极。

丛棘： 荆棘围成之处，古代借指囹圄，上六因失道而身陷其中。

现代启示

坎卦揭示：险难不是偶发意外，而是人生常态。水流不因山川险峻而止，正因持续流动才终归大海。卦中六爻命运各异：初六失道而凶，是因险中迷失方向；六四无咎，是因简朴守信而非巧饰强求；上六三年不得脱，是因固执偏道而不知转变。今天面对困境，人们往往急于突围、求大求快，反而越陷越深。坎卦的智慧是：先守住内心诚信，以"求小得"积蓄力量，等待险坑自然趋平的时机。

当你身处人生低谷，你是急于全力突围，还是守住本心、以诚信积蓄时机？

第三十卦 离 离为火 离上离下

原文

第三十卦 离 离为火 离上离下

离：利贞，亨。畜牝牛，吉。彖曰：离，丽也；日月丽乎天，百谷草木丽乎土，重明以丽乎正，乃化成天下。柔丽乎中正，故亨；是以畜牝牛吉也。象曰：明两作离，大人以继明照于四方。

初九：履错然，敬之无咎。

象曰：履错之敬，以辟咎也。

六二：黄离，元吉。

象曰：黄离元吉，得中道也。

九三：日昃之离，不鼓缶而歌，则大耋之嗟，凶。

象曰：日昃之离，何可久也。

九四：突如其来如，焚如，死如，弃如。

象曰：突如其来如，无所容也。

六五：出涕沱若，戚嗟若，吉。

象曰：六五之吉，离王公也。

上九：王用出征，有嘉折首，获其匪丑，无咎。

象曰：王用出征，以正邦也。

白话译文

离卦：守持正道则有利，万事亨通。畜养温顺的母牛，吉祥。

《彖传》说：离，是“附丽”（依附、附着）的意思。日月依附于天空，百谷草木依附于大地，两重光明依附于正道，才能教化成就天下。阴柔之爻依附于中正之位，所以亨通；因此畜养母牛（象征柔顺蓄力）是吉祥的。《象传》说：两个光明叠合，是离卦的形象，大人由此继承光明，照耀四方。

初九：行步错杂慌乱，保持恭敬谨慎，则无灾咎。

六二：以黄色（中正之色）附丽于正，大吉。

九三：太阳偏西（比喻盛年将过），若不借此击缶而歌、及时自省，便将如耄耋（八九十岁）老人徒然哀嗟，凶险。

九四：突如其来，如烈火焚烧，如死亡临身，如遭人弃置——刚猛冒进者必无所容身。

六五：泪流如雨，忧戚叹息，反而吉祥——因能在高位保持忧患自省之心。

上九：君王出师征伐，嘉奖有功，斩首敌酋，所擒获的并非寻常之众，无灾咎。

关键词

丽： 依附、附着之义，离卦核心概念，万物皆须依附正道方能持续发光。

畜牝牛： 畜养母牛，象征以柔顺、蓄积之德依附正道，非刚猛进取。

日昃： 太阳偏西，比喻盛年将逝、事物由盛转衰的关键时间节点。

黄离： 黄为土色、中色，象征居于中正之位的附丽，为离卦最吉之爻。

大耋： 八九十岁高龄，此处指不能及时自省者，到老只剩哀叹，含警示之意。

现代启示

离卦的核心不是"燃烧"，而是"依附"——光明之所以持久，在于它有所依、有所正。日月之所以照耀万物，是因为运行于轨道之中；人之所以能持续发光，是因为依附于内在的原则与价值观。六二以中正得大吉，九四以冒进遭弃置，两者对比鲜明：真正的光芒来自稳定的依附，而非突如其来的爆发。六五在高位仍能忧戚自省，正是现代领导者最稀缺的品质。

当你处于人生最光亮的时刻，你是否真正思考过：自己的光，附着在什么之上？

第三十一卦 咸 泽山咸 兑上艮下

原文

第三十一卦 咸 泽山咸 兑上艮下

咸：亨，利贞，取女吉。彖曰：咸，感也。柔上而刚下，二气感应以相与，止而说，男下女，是以亨利贞，取女吉也。天地感而万物化生，圣人感人心而天下和平；观其所感，而天地万物之情可见矣！象曰：山上有泽，咸；君子以虚受人。

初六：咸其拇。

象曰：咸其拇，志在外也。

六二：咸其腓，凶，居吉。

象曰：虽凶，居吉，顺不害也。

九三：咸其股，执其随，往吝。

象曰：咸其股，亦不处也。志在随人，所执下也。

九四：贞吉悔亡，憧憧往来，朋从尔思。

象曰：贞吉悔亡，未感害也。憧憧往来，未光大也。

九五：咸其脢，无悔。

象曰：咸其脢，志末也。

上六：咸其辅，颊，舌。

象曰：咸其辅，颊，舌，滕脢说也。

白话译文

咸卦：通达顺利，利于守持正道，迎娶女子可获吉祥。

《彖传》说：咸，即感应之义。阴柔（兑，少女）居上，阳刚（艮，少男）处下，阴阳二气相互感应而亲近交合；内心沉静（山之性），外显喜悦（泽之性），男方谦下于女方，因此通达、利于正道、娶女吉祥。天地相互感应，万物得以化生；圣人感化人心，天下得以和平。观察感应所指向的对象，天地万物的真实情态便尽可见矣。

《象传》说：山上有泽水滋润，此为咸卦之象；君子由此领悟，当虚怀若谷，广纳他人。

初六：感应在拇趾，志向在外，仅是初动之兆，力量尚微。

六二：感应在小腿肚（腓），轻举妄动则凶，安守本位则吉，顺势而行无害。

九三：感应在大腿，只知跟随他人，无自主之力，贸然前往会有遗憾。

九四：守持正道则吉，悔恨消亡；若心思纷乱、摇摆往来，只有与你同调之人才能追随你的心意。

九五：感应后背脊（膂），感而不深，志向浅末，但尚无悔咎。

上六：感应止于腮辅、面颊、舌头，流于口舌之说，最为肤浅。

关键词

咸： 感应、交感之义，阴阳相互接触影响而产生的共鸣与应和。

柔上刚下： 阴柔居上阳刚居下，少男谦逊追求少女，感应合乎正道。

虚受： 空心容纳，君子效法山上容泽之象，以虚怀接纳他人所言所思。

憧憧往来： 心思摇摆纷乱，感应因私念驱动而失去纯粹，难以光大。

膂： 背脊肌肉，感应肤浅停滞，志向末梢，未达内心深处的真实交感。

现代启示

咸卦以身体各部位为喻，揭示感应的深浅层次：拇趾是冲动萌动，小腿是盲目跟风，大腿是依附随从，心胸是守正感通，背脊是浮于表面，口舌则是最廉价的感应。真正能打动人心的，从不是言辞的繁盛，而是发心的真诚与内心的沉静。“君子以虚受人”——唯有放空自我，才能真正容纳他人。那些憧憧往来、患得患失的算计，只会让关系停留在表层的往来，而非灵魂的相遇。

你与身边最重要的人，上一次真正感应到对方内心深处，是什么时候？

第三十二卦 恒 雷风恒 震上巽下

原文

第三十二卦 恒 雷风恒 震上巽下

恒：亨，无咎，利贞，利有攸往。象曰：恒，久也。刚上而柔下，雷风相与，巽而动，刚柔皆应，恒。恒亨无咎，利贞；久於其道也，天地之道，恒久而不已也。利有攸往，终则有始也。日月得天，而能久照，四时变化，而能久成，圣人久於其道，而天下化成；观其所恒，而天地万物之情可见矣！象曰：雷风，恒；君子以立不易方。

初六：浚恒，贞凶，无攸利。

象曰：浚恒之凶，始求深也。

九二：悔亡。

象曰：九二悔亡，能久中也。

九三：不恒其德，或承之羞，贞吝。

象曰：不恒其德，无所容也。

九四：田无禽。

象曰：久非其位，安得禽也。

六五：恒其德，贞，妇人吉，夫子凶。

象曰：妇人贞吉，从一而终也。夫子制义，从妇凶也。

上六：振恒，凶。

象曰：振恒在上，大无功也。

白话译文

卦辞：恒卦象征亨通，没有过失，有利于坚守正道，有利于前行有所作为。

象传："恒"的含义是持久。阳刚居上、阴柔处下，雷与风相互配合，顺从而后行动，刚与柔彼此呼应，这便是恒的本质。恒卦亨通无咎、利于守正，是因为长久坚守其道；天地之道，永恒运行而不停止。有利于前行，是因为万物终结之后必有新的开始。日月顺应天道，所以能长久照耀；四季更替变化，所以能长久化育万物；圣人长久坚守其道，天下也因此得以教化成就。观察一人、一物所坚守的恒常之道，天地万物的真实情状便可由此洞见。

象传：雷上风下，象征恒；君子由此树立志向，不轻易改变所处的方向。

初六：一开始便急于深挖求远，守正也有凶险，没有任何好处。象传说：这种凶险，是因为起步便贪求深入，超越了自身所处的阶段。

九二：悔恨消除，没有遗憾。象传说：能长久居处中正之位，所以悔恨自然消散。

九三：德行不能持恒，时或蒙受羞辱，守正也令人遗憾。象传说：德行不能持恒，便无处安身立足。

九四：出猎却毫无所获。象传说：长久处于不适当的位置，又怎能有所收获？

六五：坚守德行使之持恒，守正，对妇人是吉利的，对君子则是凶险的。象传说：妇人守正吉利，是因为从一而终的德性；君子应当自己裁定道义，若一味顺从妇道则凶险。

上六：动荡不安地维持表面的恒常，凶险。象传说：处于最高位却摇摆振动，徒具恒的形式而毫无功效。

关键词

恒：持久不变之义，本卦核心，指坚守正道而非固执僵化。

浚恒：浚，深挖、过度；浚恒指起步即贪求深远，超越当下阶段的冒进之举。

刚柔皆应：卦中阳爻与阴爻位对应呼应，象征刚柔相济、动静协调的恒常状态。

立不易方：君子确立志向与方向后不轻易更改，强调意志的坚定而非行为的僵硬。

从一而终：始终如一、坚守本位，六五爻以此喻妇人之德，亦泛指专一持守的精神。

现代启示

恒卦的核心不是“一成不变”，而是“坚守道义的持续性”。彖传以日月、四季为喻，揭示真正的恒常恰恰依托于变化——正因四季不断更替，才能生生不息。初六的警示尤为切实：许多人追求持久，却在起点便急于求成，反而不能持续；九三则提醒，德行若不能一以贯之，外部评价与内心羞愧便会接踵而至。上六的“振恒”更是对现代人的精准描摹——形式上维持、实质上动荡，这不是真正的恒，只是疲惫的坚持。真正的恒，是内在有根、外在柔顺，知道自己坚守的是什么，而非不知为何地硬撑。

你现在所坚守的，究竟是经过审视的道义，还是惯性带来的执念？

第三十三卦 遯 天山遯 乾上艮下

原文

第三十三卦 遯 天山遯 乾上艮下

遯：亨，小利贞。彖曰：遯亨，遯而亨也。刚当位而应，与时行也。小利贞，浸而长也。

遯之时义大矣哉！象曰：天下有山，遯；君子以远小人，不恶而严。

初六：遯尾，厉，勿用有攸往。

象曰：遯尾之厉，不往何灾也。

六二：执之用黄牛之革，莫之胜说。

象曰：执用黄牛，固志也。

九三：系遯，有疾厉，畜臣妾吉。

象曰：系遯之厉，有疾惫也。畜臣妾吉，不可大事也。

九四：好遯君子吉，小人否。

象曰：君子好遯，小人否也。

九五：嘉遯，贞吉。

象曰：嘉遯贞吉，以正志也。

上九：肥遯，无不利。

象曰：肥遯，无不利；无所疑也。

白话译文

卦辞：遯卦，亨通顺达，小事适宜守正。

彖传：遯卦之所以亨通，正是因为适时退避反而能通达。阳刚之爻（九五）处于正位，上下呼应，顺应时势而行动。小事适宜守正，是因为阴柔势力正在悄然渐长。遁退的时机与意义，真是深远重大啊！

象传：天在上，山在下，天高远而山低伏，象征退避之象；君子效法此象，远离小人，不必公开憎恶，但态度要庄重严肃。

初六：处于退避的末尾位置，局势危险，不宜贸然行动。象传说：既然身处险境，若不前往，又有什么灾祸呢？

六二：用黄牛皮绳牢牢束缚，无人能够解脱。象传说：以黄牛皮绳相执，是坚定退守之志的表现。

九三：被牵绊而无法顺利退避，有疾患之危，但管理臣妾则吉。象传说：被牵绊而处境危险，是因为疾患困扰所致；管理臣妾吉，说明此时只能应付小事，无力承担大局。

九四：果断主动地退避，君子吉祥，小人则不吉。象传说：君子善于果断退避，小人却无此定力。

九五：美善得宜的退避，守正则吉祥。象传说：美善退避而守正吉，是因为心志端正。

上九：从容充裕、无所挂碍的退避，无往不利。象传说：充裕退避而无不利，是因为心中毫无疑虑。

关键词

遯（遁）： 退避、隐退之意，非消极逃跑，而是审时度势的主动撤离。

浸而长： 阴柔（小人之势）正悄然渐进增长，暗示退避具有现实紧迫性。

系遯： 被外物牵绊而无法顺利退避，处于被动受困的状态，吉凶受限。

嘉遯： 美善、合宜的退避，指退得合乎道义、从容有度、不失体面。

肥遯： 充裕自在的退避，指退得彻底、无所牵绊、心无挂碍，为遁之最高境界。

现代启示

遯卦的核心智慧在于：退，是一种主动的战略选择，而非失败的表现。职场遇人事倾轧、创业遭市场逆风、人际关系中小人渐盛——这些时刻，明智的退避往往比硬撑更能保全实力、积蓄力量。“不恶而严”尤为精妙：不必公开树敌、撕破脸面，但边界必须清晰坚定，这是处世的高级艺术。六爻的递进也揭示了退避的层次差异：从仓皇被动（遯尾）到从容无碍（肥遯），退的质量，决定了结局的吉凶。

****思考**：** 你是否曾经历过一次“退”的决定，事后证明比当时的“进”更有智慧？

第三十四卦 大壮 雷天大壮 震上乾下

原文

第三十四卦 大壮 雷天大壮 震上乾下

大壮：利贞。象曰：大壮，大者壮也。刚以动，故壮。大壮利贞；大者正也。正大而天地之情可见矣！象曰：雷在天上，大壮；君子以非礼勿履。

初九：壮于趾，征凶，有孚。

象曰：壮于趾，其孚穷也。

九二：贞吉。

象曰：九二贞吉，以中也。

九三：小人用壮，君子用罔，贞厉。羝羊触藩，羸其角。

象曰：小人用壮，君子罔也。

九四：贞吉悔亡，藩决不羸，壮于大舆之輹。

象曰：藩决不羸，尚往也。

六五：丧羊于易，无悔。

象曰：丧羊于易，位不当也。

上六：羝羊触藩，不能退，不能遂，无攸利，艰则吉。

象曰：不能退，不能遂，不祥也。艰则吉，咎不长也。

白话译文

大壮卦，乾下震上，雷鸣于天，象征阳刚之气极度壮盛，利于守持正道。

《象传》阐释：大壮，即阳大之气壮盛之象。刚健之性与震动之力相合，因此形成强盛之势。大壮利于守正，因为真正的壮大必须以正道为根基，正大光明才能彰显天地运行的真实规律。

《象传》指出：雷声轰鸣于天空之上，是大壮之象；君子由此警醒，凡不合礼义之事，绝不涉足。

初九：力量积聚于趾（象征行动之初，力量尚在末端），此时贸然前进则有凶险，但内心怀有诚信之守。

象曰：壮在趾端，强行前进，诚信终将穷尽。

九二：守持正道，自然吉祥。象曰：因居中位而守正，故得吉。

九三：小人凭蛮力逞强，君子则以虚静处世，一味刚进则有危险。如同雄羊（羝羊）顶撞篱笆（藩），角反被缠住无法脱身。象曰：小人用强，君子用虚。

九四：守正则吉，悔恨尽消，篱笆被冲破而不再纠缠，如大车车轴（輹）坚实有力，可顺畅前行。象曰：冲破篱笆而不被缠绕，时机已到，宜往前行。

六五：在平坦之地失去羊群（以柔化刚，不执着于强力），无需悔恨。象曰：于此位失羊，因所处之位不当。

上六：雄羊触藩，既不能后退，又不能前进，进退两难，无所利益；但若能坚忍于艰难之中，终可得吉。象曰：进退维谷，本属不祥；艰贞以处，过失不会长久。

关键词

大壮： 阳刚之气极度壮盛的卦象，四阳爻在下、二阴爻在上，象征强盛已至顶峰。

利贞： 壮大须以正道为前提，无正则壮变为莽，反招祸患。

羝羊触藩： 雄羊以角顶撞篱笆，喻刚强者蛮进，反陷困境，为过刚必折之象。

用罔： 以虚静、不执着之道应对盛势，为君子处大壮时的处世智慧，与“用壮”相对。

輹： 大车车轴的连接枢件，象征支撑前行的核心力量，喻实力到位、时机成熟，可顺畅推进。

现代启示

大壮卦的核心警示在于：强大是手段，而非目的，强大必须有“贞”——正道的约束——否则走向自我毁灭。初九的“壮于趾”提醒我们，力量尚积聚于末端、时机未成熟时，切忌贸然出击；九三的“羝羊触藩”则是对蛮力行事的绝佳隐喻，越使劲，反而被缠得越深。而九四的顺畅前行，恰恰来自前几爻的克制与积蓄。在职场、创业或人际博弈中，当我们握有资源与优势时，往往最容易犯“用壮”的错误——凭借一时之强莽撞行事。大壮卦的智慧是：真正的力量，不需要向任何人证明自己。

你是否有过这样的经历——手握最充分的底牌时，反而因为急于出手而满盘皆输？

第三十五卦 晋 火地晋 离上坤下

原文

第三十五卦 晋 火地晋 离上坤下

晋：康侯用锡马蕃庶，昼日三接。彖曰：晋，进也。明出地上，顺而丽乎大明，柔进而上行。是以康侯用锡马蕃庶，昼日三接也。象曰：明出地上，晋；君子以自昭明德。

初六：晋如，摧如，贞吉。罔孚，裕无咎。

象曰：晋如，摧如；独行正也。裕无咎；未受命也。

六二：晋如，愁如，贞吉。受兹介福，于其王母。

象曰：受之介福，以中正也。

六三：众允，悔亡。

象曰：众允之，志上行也。

九四：晋如硕鼠，贞厉。

象曰：硕鼠贞厉，位不当也。

六五：悔亡，失得勿恤，往吉无不利。

象曰：失得勿恤，往有庆也。

上九：晋其角，维用伐邑，厉吉无咎，贞吝。

象曰：维用伐邑，道未光也。

白话译文

卦辞与彖、象传：晋卦象征进升前行。安邦定国的康侯受天子赏赐了众多马匹，并在一天之内多次被召见。《彖传》解释：晋，即前进之义。太阳升出地平线，坤（大地）以顺从之性附丽于离（光明），柔顺之质得以向上晋升，故康侯能受赏蕃庶、昼日三接。《象传》说：太阳升出地面，此为晋象；君子由此体悟，应当自觉彰显内心的光明德性。

初六：前进途中遭受挫折，守持正道可获吉祥；即便暂未得到信任，以宽容从容处之，亦无咎。《象传》：受阻仍独行正道，是因为尚未获得上位任命，无需强求。

六二：前进途中忧愁困惑，守持正道终获吉祥，将从位尊的王母（长者）处得到大福。《象传》：能得大福，是因为处于中正之位。

六三：众人皆认可支持，悔恨自然消散。《象传》：众人认可，是因为心志真诚向上。

九四：如硕鼠（大老鼠）般贪进，即便守正仍有危险。《象传》：危险在于所处之位名不正、言不顺。

六五：悔恨消散，对得失不必忧虑，前行吉祥、无往不利。《象传》：不忧得失，前行必有喜庆。

上九：进升至顶端，此时宜整治内部而非继续外扩，虽有危险但结果吉祥无咎；若执意固守高位，则有吝惜之憾。《象传》：只宜向内整饬，是因为此时道路尚未充分光大。

关键词

康侯： 受命安邦的诸侯，此处象征功勋卓著、深得上位信任的进升者。

丽乎大明： 附丽、依归于大光明，指以明智德性为进升的根本依托，非单凭外力。

自昭明德： 主动彰显自身光明的德性，强调进升的动力源于内在自觉，而非外在驱动。

硕鼠： 大老鼠，比喻居位不当却贪婪进取之人，全卦唯一的负面警示。

失得勿恤： 不执着于眼前得失的计较，以更开阔的心态前行，是六五居中得位的智慧体现。

现代启示

晋卦的核心逻辑是"以明德顺势而进"：真正的晋升，需要内在德性（离，光明）与外部条件（坤，顺从）的配合，缺一不可。初六的"摧如"与六二的"愁如"提示我们，挫折与焦虑本是进升途中的常态，守持正道方能等来转机。九四"硕鼠"的警示至今不过时——位不当而贪进，不是晋升而是风险积累。六五"失得勿恤"则是全卦最具现代价值的一句：过度盯紧短期得失，往往遮蔽了更长远的路径。上九到达顶峰后转向内部整饬，正对应现代组织管理中"扩张到位后必须深耕内功"的规律。

你当下的进取，究竟是以明德为根基的顺势而升，还是因位不当、时机未熟的仓促贪进？

第三十六卦 明夷 地火明夷 坤上离下

原文

第三十六卦 明夷 地火明夷 坤上离下

明夷：利艰贞。彖曰：明入地中，明夷。内文明而外柔顺，以蒙大难，文王以之。利艰贞，晦其明也，内难而能正其志，箕子以之。象曰：明入地中，明夷；君子以莅众，用晦而明。

初九：明夷于飞，垂其翼。君子于行，三日不食，有攸往，主人有言。

象曰：君子于行，义不食也。

六二：明夷，夷于左股，用拯马壮，吉。

象曰：六二之吉，顺以则也。

九三：明夷于南狩，得其大首，不可疾贞。

象曰：南狩之志，乃大得也。

六四：入于左腹，获明夷之心，出于门庭。

象曰：入于左腹，获心意也。

六五：箕子之明夷，利贞。

象曰：箕子之贞，明不可息也。

上六：不明晦，初登于天，后入于地。

象曰：初登于天，照四国也。后入于地，失则也。

白话译文

明夷卦：宜于在艰难中坚守正道。

《彖传》说：光明沉入大地之中，这就是“明夷”（光明受损、被压制之意）。内心具备文明才智，外表保持柔顺从容，以此度过巨大灾难——周文王正是这样做的。“宜于艰难中坚守正道”，意思是要隐藏自己的光芒；身处内部险难，仍能端正志向——箕子正是这样做的。

《象传》说：光明沉入地中，是为明夷；君子治理民众，懂得以韬晦之术彰显真正的智慧。

初九：光明在飞翔中受损，鸟儿垂下翅膀。君子踏上征途，三日没有饮食；虽有去处，却遭到主人非议。

象曰：君子在途中，为坚守道义而忍饥不食。

六二：光明受损，左腿受伤，借助强壮的马匹脱险，终得吉祥。象曰：六二的吉祥，在于顺从正道准则行事。

九三：在明夷之时向南狩猎，擒获敌方首领，但不可操之过急地推行正道。象曰：南行狩猎之志，终获大的成果。

六四：深入要害之处，掌握了暗主的心意，随后离开门庭。象曰：深入腹地，是为了掌握其真实意图。

六五：箕子处境下的明夷，宜于坚守正道。象曰：箕子的坚贞，说明内心的光明终不可熄灭。

上六：不但不发光，反而愈加晦暗；起初高升于天，最终坠落入地。象曰：起初登天，照耀四方；最终坠地，是因为失去了正道法则。

关键词

明夷： 卦名，"明"为光明，"夷"为损伤，指光明遭压制、才智被埋没的处境。

晦其明： 主动隐藏自身才智与光芒，在黑暗势力面前韬光养晦以求自保。

艰贞： 在艰难困苦的处境中坚守正道，不因外部压力而放弃内在原则。

文王： 周文王，被纣王囚禁仍内守文明、外示柔顺，是本卦第一历史典范。

箕子： 商末贤臣，以装疯保全气节、守护志向，是本卦第二历史典范。

现代启示

明夷卦的核心智慧在于：当处于压制、逆境或黑暗环境时，最重要的不是正面硬撑，而是保存内心的清明，等待时机。文王囚于羑里而演《易》，箕子佯狂而守志，都是"用晦而明"的典范——外表隐退，内心从未放弃方向。

这种智慧在今天同样适用。职场受压、理想受阻、环境不利时，盲目对抗往往加速消耗；而在逆境中维持判断力、守住内心秩序的人，才能等到形势转变的那一刻。"晦其明"不是懦弱，而是一种战略性的自我保护。

你目前面对的困境，究竟是需要立刻冲破，还是需要先沉下去积蓄力量？

第三十七卦 家人 风火家人 巽上离下

原文

第三十七卦 家人 风火家人 巽上离下

家人：利女贞。彖曰：家人，女正位乎内，男正位乎外，男女正，天地之大义也。家人有严君焉，父母之谓也。父父，子子，兄兄，弟弟，夫夫，妇妇，而家道正；正家而天下定矣。象曰：风自火出，家人；君子以言有物，而行有恒。

初九：闲有家，悔亡。

象曰：闲有家，志未变也。

六二：无攸遂，在中馈，贞吉。

象曰：六二之吉，顺以巽也。

九三：家人鎋鎋，悔厉吉；妇子嘻嘻，终吝。

象曰：家人鎋鎋，未失也；妇子嘻嘻，失家节也。

六四：富家，大吉。

象曰：富家大吉，顺在位也。

九五：王假有家，勿恤吉。

象曰：王假有家，交相爱也。

上九：有孚威如，终吉。

象曰：威如之吉，反身之谓也。

白话译文

家人卦：有利于女子守持正道。

彖辞说：家人卦的道理，是女子在内持守正位，男子在外持守正位。男女各守其位，正是天地运行的根本法则。家中必须有威严的主君，这里说的就是父母。父亲尽父亲的职责，儿子尽儿子的职责，兄长尽兄长的职责，弟弟尽弟弟的职责，丈夫尽丈夫的职责，妻子尽妻子的职责——如此家道才能端正；家道端正了，天下也就安定了。

象辞说：风从火中升腾而出，象征家人之道。君子由此领悟：说话要有实质内容，行事要持之以恒。

初九：从一开始就严立家规，防患于未然，将来便无悔恨。象辞说：从一开始就守护家规，是因为心志尚未偏移，趁早防范。

六二：不必强求外事，安心主持家中饮食之事（“中馈”指主持家中厨馈），守持正道则吉。象辞说：六二之所以吉，是因为柔顺而谦逊。

九三：家人相处严厉苛责，虽有悔恨但能警醒，终归吉；若妇人孩子嬉笑放纵，最终会有遗憾。象辞说：严厉并未失道；嬉笑放纵，则丧失了持家的法度。

六四：治家有方，使家庭富足，大为吉祥。象辞说：富家大吉，是因为柔顺而处位得当。

九五：王者之道感通于家，无需忧虑，自然吉祥。象辞说：王者感通家人，在于彼此相爱。

上九：内有诚信，外施威仪，最终吉祥。象辞说：威仪之所以吉，在于严于律己、反求诸身。

关键词

女正位乎内：女子持守内位，指家中女性安于本职，并非贬低，而是强调分工有序。

严君：家中有威严的主事者，特指父母，是家道有序的核心权威。

中馈：主持家中饮食供给之事，古指家庭主妇的本职，引申为守分尽责。

黜黜：严厉、责戒的样子，形容家长对家人的严格管束态度。

有孚威如：内心诚信坦荡，外在自然形成威仪，是德行外显的最高境界。

现代启示

家人卦的核心不是强调尊卑，而是强调“各正其位”——每个人清楚自己在关系中的责任，并切实履行。一个家庭的健康，不依赖某一人的独自撑持，而在于每个角色都不缺位、不越位。上九爻尤其值得现代人深思：真正的家庭权威不来自声音的高低，而来自“反身之谓”——自己先做到，威信自然生长。这与现代家庭教育研究的结论高度吻合：父母的言行示范，远比说教更具影响力。

****思考问题**：**在你的家庭中，有没有某个角色长期“缺位”或“越位”——而你是否曾认真思考过，自己扮演的那个角色，究竟尽到了几分？

第三十八卦 睽 火泽睽 离上兑下

原文

第三十八卦 睽 火泽睽 离上兑下

睽：小事吉。彖曰：睽，火动而上，泽动而下；二女同居，其志不同行；说而丽乎明，柔进而上行，得中而应乎刚；是以小事吉。天地睽，而其事同也；男女睽，而其志通也；万物睽，而其事类也；睽之时用大矣哉！象曰：上火下泽，睽；君子以同而异。

初九：悔亡，丧马勿逐，自复；见恶人无咎。

象曰：见恶人，以辟咎也。

九二：遇主于巷，无咎。

象曰：遇主于巷，未失道也。

六三：见舆曳，其牛掣，其人天且劓，无初有终。

象曰：见舆曳，位不当也。无初有终，遇刚也。

九四：睽孤，遇元夫，交孚，厉无咎。

象曰：交孚无咎，志行也。

六五：悔亡，厥宗噬肤，往何咎。

象曰：厥宗噬肤，往有庆也。

上九：睽孤，见豕负涂，载鬼一车，先张之弧，后说之弧，匪寇婚媾，往遇雨则吉。

象曰：遇雨之吉，群疑亡也。

白话译文

卦辞：睽卦象征乖离、背向，此时处理小事可获吉祥。

彖传：睽，火焰向上燃烧，湖泽之水向下流淌，二者方向相背。犹如两位女儿同住一屋，各有志向，难以同行。然而内心欣悦、外表光明，柔顺者居尊位而上行，处中位且与刚爻相应，因此小事可成。天地虽相背，共同养育万物；男女虽不同，志趣终能相通；万物虽各异，各有其类别归属。睽卦所揭示的时机与用处，实在广大深远。**象传：**上火下泽构成睽卦，君子由此领悟：在求同中辨明差异。

初九：悔恨消散。马匹丢失不必追寻，自会归来；主动拜见品行不善之人，亦可无咎。象传：主动拜见不善者，是为预先化解祸患。

九二：在僻巷中偶遇主君，无咎。象传：偶遇虽非正式之道，却未失原则。

六三：见车被拖拽、牛被牵制，驭车之人额头受墨刑（tiān，在额刻字）又遭劓刑（yì，割鼻），处境极为艰难，然而有始无终之局终将改变，最终得有好结果。象传：车被拖拽，因位置不当；能有终，是因终遇刚爻相助。

九四：睽离之中孤立无援，遇见阳刚之士，二人互以诚信相交，虽处危境，终无过咎。象传：以诚相交无咎，是因志向得以施行。

六五：悔恨消散，宗族亲人前来亲近相合，前往又有何过咎？象传：宗亲前来相合，前往必有喜庆。

上九：睽孤之极，疑心大起——见到一头满身泥污的猪、一车满载的鬼怪，先张弓欲射，后又放下弓。原来来者并非强盗，而是前来求婚之人。前往遇雨则吉。象传：遇雨而吉，是因群体疑虑尽皆消散。

关键词

睽：乖离、背向之意，指事物方向相背、彼此隔阂的状态，是本卦核心意象。

同而异：象传核心命题，指在求同存异的前提下承认并尊重差异，非强求一致。

天且劓：天（tiān）为墨刑（额刻文字），劓（yì）为割鼻之刑，两刑并施形容处境极度困厄。

交孚：双方以诚信互相交往，孚即信也，强调隔阂中唯诚可通。

遇雨：阴阳相合之象征，喻指误解消散、对立双方终于融合交汇。

现代启示

睽卦的核心不是消除差异，而是直面差异。"小事吉"提示我们：当双方立场相背时，无需急于解决根本分歧，先从具体可行的小事着手，积累信任。上九爻的"载鬼一车"极为传神——许多人际关系的破裂，不是真实伤害所致，而是自我猜疑的不断放大。一旦放下那张弓，来者往往正是"婚媾"而非"寇"。现实中的团队冲突、代际矛盾、国际博弈，莫不如此：隔阂滋生于误解，误解来自不沟通，而"交孚"二字——以诚相待——才是穿透睽离的唯一路径。

你上一次坚信对方"居心不良"，后来证明只是误解，是在什么时候？

第三十九卦 蹇 水山蹇 坎上艮下

原文

第三十九卦 蹇 水山蹇 坎上艮下

蹇：利西南，不利东北；利见大人，贞吉。彖曰：蹇，难也，险在前也。见险而能止，知矣哉！蹇利西南，往得中也；不利东北，其道穷也。利见大人，往有功也。当位贞吉，以正邦也。蹇之时用大矣哉！象曰：山上有水，蹇；君子以反身修德。

初六：往蹇，来誉。

象曰：往蹇来誉，宜待也。

六二：王臣蹇蹇，匪躬之故。

象曰：王臣蹇蹇，终无尤也。

九三：往蹇来反。

象曰：往蹇来反，内喜之也。

六四：往蹇来连。

象曰：往蹇来连，当位实也。

九五：大蹇朋来。

象曰：大蹇朋来，以中节也。

上六：往蹇来硕，吉；利见大人。

象曰：往蹇来硕，志在内也。利见大人，以从贵也。

白话译文

卦辞与彖传

蹇卦：向西南方向行进有利，向东北方向行进不利；利于拜见德高望重之人，坚守正道则吉祥。

彖传说：蹇，意为艰难，前路险阻重重。能够看见危险而及时停止，真是明智啊！说西南有利，是因为往那个方向能走上中正之道；说东北不利，是因为那条路越走越穷途末路。利于拜见大人，是因为借助贤者之力方能建立功业。处于当位而坚守正道，是为了端正邦国秩序。蹇卦所蕴含的时机与运用，意义实在深远！

象传说：山上有水漫溢受阻，便是蹇卦之象；君子由此领悟，应当反躬自省、修养德行。

爻辞

初六：冒然前进遭遇险阻，退而待时则赢得赞誉。

六二：王室大臣深陷重重困难，并非出于一己私利，而是忠于职守、矢志报国。

九三：前进则遭遇险阻，退回才是正途。

六四：前进则遭遇险阻，退回可连结同志、守望相助。

九五：处于大艰难之中，志同道合的朋友自然前来相助。

上六：前进遭遇险阻，退回则收获丰硕，吉祥；此时利于拜见德高望重之人。

关键词

蹇： 险阻、艰难之意，卦象水在山上、流行受阻，象征前路多难、举步维艰。

利西南： 西南地势平缓，象征顺势借力、寻求援助；引申为知难而退、另辟蹊径的方向选择。

反身修德： 遇阻时向内寻求，通过自我反省与修养德行化解困境，而非一味强行硬进。

匪躬之故： 不是出于个人私利，强调在困境中坚守的动力源于公义责任，而非自我利益。

朋来： 困难极大时，同道之人主动汇聚，指在逆境中以诚信和中正之德凝聚人心的力量。

现代启示

蹇卦的核心智慧是“识时而止”——面对障碍，并非所有前进都叫勇气，有时主动退守才是真正的清醒。在职场或创业遇到阻力时，与其硬碰硬消耗资源，不如退一步观察形势、寻找盟友、积蓄力量。六二爻的“王臣蹇蹇”尤其深刻：真正能担大事的人在逆境中坚持，靠的是责任感而非个人得失。“反身修德”则指向一种内在功夫——外部阻力越大，越要回头审视自身的局限，而不是把失败全部归咎于外部环境。蹇卦并不劝人退缩，而是教人在困境中找到正确的方向和时机。

当你在人生某个阶段感到举步维艰时，你有没有想过：这道阻力，究竟是在阻止你走错路，还是在逼你变得更强？

第四十卦 解 雷水解 震上坎下

原文

第四十卦 解 雷水解 震上坎下

解：利西南，无所往，其来复吉。有攸往，夙吉。彖曰：解，险以动，动而免乎险，解。解利西南，往得众也。其来复吉，乃得中也。有攸往夙吉，往有功也。天地解，而雷雨作，雷雨作，而百果草木皆甲坼，解之时义大矣哉！象曰：雷雨作，解；君子以赦过宥罪。

初六：无咎。

象曰：刚柔之际，义无咎也。

九二：田获三狐，得黄矢，贞吉。

象曰：九二贞吉，得中道也。

六三：负且乘，致寇至，贞吝。

象曰：负且乘，亦可丑也，自我致戎，又谁咎也。

九四：解而拇，朋至斯孚。

象曰：解而拇，未当位也。

六五：君子维有解，吉；有孚于小人。

象曰：君子有解，小人退也。

上六：公用射隼，于高墉之上，获之，无不利。

象曰：公用射隼，以解悖也。

白话译文

解卦代表解除困厄、脱离险境。卦辞说：向西南行进有利；若无急事可为，静待时机归来则吉祥；若有事必须前往，宜早行动以得吉利。

彖传解释：解卦之象，处于险境中仍能行动，动而脱出危险，这便是“解”的本义。向西南有利，是因为前往可得民心拥护；返来得吉，是因为能守持中正之道；有事早行得吉，是因为行动终有成效。天地之气舒解，则雷雨兴作；雷雨兴作，则百果草木皆破壳萌芽——解除困厄的时机与意义，实在深远啊！象传：君子观雷雨解困之象，当赦免过失、宽宥罪行。

各爻要义：初六处于刚柔交汇之际，顺势而为，无灾咎。九二如猎人猎获三狐（喻清除小人），得黄色箭矢（喻中正），守正得吉。六三身背重物却乘君子之车，身份错位，必自招盗寇侵扰，守持亦难免困窘。

九四当断绝与低位依附者（拇，喻初六）的牵连，志同道合之人方来归信。六五君子能解除困难，吉祥；以诚信对待小人，小人自然退去。上六王公在高墙之上射落隼鸟（喻铲除顽固之害），无不利。

关键词

解： 卦名，解除、脱困之义，指从险境或积压困局中得到释放与解脱。

西南： 坤卦所主方位，象征平旷顺畅之地，引申为顺势而为、广得民众支持的方向。

负且乘： 背负重担（贫贱之象）却乘坐车驾（贵族之象），喻身份与所处位置严重错位。

黄矢： 黄色箭矢，黄为中央之色，矢形正直不弯，合指秉持中正守道之德。

甲坼： 草木破壳萌芽，喻困厄解除后生机勃勃、万物焕然复苏之象。

现代启示

解卦的核心不只是“如何脱困”，更是“脱困之后该怎么做”。九二告诫我们：危机解除时，暗处的隐患（三狐）必须一并清理，靠的是中正判断而非情绪。六三则是一面镜子：一个人若能力与位置严重不符，麻烦不是从外部到来的，而是自己招来的。象传中“赦过宥罪”最具现代价值——组织度过危机后，宽恕与重启往往比事后清算更能凝聚人心、释放新的能量。解，不只是解除外部困境，更是解开内心的执念与包袱。

当你走出一段艰难时期，你更倾向于彻底追究过去的责任，还是选择宽恕、轻装前行？你认为哪种方式真正让局面“解”了？

第四十一卦 损 山泽损 艮上兑下

原文

第四十一卦 损 山泽损 艮上兑下

损：有孚，元吉，无咎，可贞，利有攸往？曷之用，二簋可用享。彖曰：损，损下益上，其道上行。损而有孚，元吉，无咎，可贞，利有攸往。曷之用？二簋可用享；二簋应有时。损刚益柔有时，损益盈虚，与时偕行。象曰：山下有泽，损；君子以惩忿窒欲。

初九：已事遄往，无咎，酌损之。

象曰：已事遄往，尚合志也。

九二：利贞，征凶，弗损益之。

象曰：九二利贞，中以为志也。

六三：三人行，则损一人；一人行，则得其友。

象曰：一人行，三则疑也。

六四：损其疾，使遄有喜，无咎。

象曰：损其疾，亦可喜也。

六五：或益之，十朋之龟弗克违，元吉。

象曰：六五元吉，自上佑也。

上九：弗损益之，无咎，贞吉，利有攸往，得臣无家。

象曰：弗损益之，大得志也。

白话译文

卦辞与彖辞、象辞

损卦象征“减少”。减损之道若出于诚信，则大吉大利，无过错，可持守正道，利于有所前行。祭祀无须铺张，两只盛食的簋（古代礼器，用于盛放黍稷）即可进献神明——礼轻情意重，合乎时宜即够。

彖辞解释：损的含义是减损下方、充益上方，其运行之道向上。损刚益柔皆有其时，减损与增益、盈满与虚空，都随时势推移而变化。

象辞点明：山下有泽，泽水外貌是“自损其水以滋山”。君子观此卦象，当以遏制愤怒、节制私欲为修身之道。

六爻爻辞

初九：事情做完便迅速离去，不留恋，无过错；但减损须拿捏分寸，不可矫枉过正。

九二：宜持守正道；若贸然出征则有凶险；不刻意削减，反而能有所增益。

六三：三人同行，人多嘴杂，必有一人被疏远；一人独行，心志专一，反能得到志同道合的伴侣。

六四：减损自身的疾病与弱点，使自己尽快振作，则可获喜悦，无过错。

六五：或有人来增益，连十朋之龟（价值十朋的珍贵龟甲，古代最高规格的占卜之器）的卜问结果都无法违背，大吉大利。

上九：无需削减，反得增益，无过错，坚守正道则吉，利于有所行动；得到无私奉公、不计私家得失的贤臣。

关键词

二簋： 古代盛黍稷的礼器，以最简朴之物祭祀，强调诚心重于礼数之繁。

损刚益柔： 减损阳刚之气，增益阴柔之质，指适时调整刚柔比例以合乎天道。

十朋之龟： 价值十朋的珍稀龟甲，用于最高规格占卜，象征天意不可抗拒的强力认可。

得臣无家： 得到不存私心、以公事为家的贤臣，是损己奉公达到最高境界的象征。

怨忿窒欲： 遏制愤怒冲动，堵塞私欲膨胀，是君子日常修身的具体功夫，非一次性的克制。

现代启示

损卦的核心不是鼓励人一味压缩自我，而是讲“适时减损”的智慧：该少的时候少，反而能得到更多。从管理角度看，去除冗余流程、削减低价值工作，企业才能集中资源做真正重要的事；从个人角度看，减少无效社交、克制情绪内耗、节制物欲，精力才能流向真实的成长。六三爻尤其深刻——关系与团队并非越多越好，精简而专注往往比广撒网更能建立深度连接。最简单的祭礼，反而最能传达虔诚；繁文缛节从来不是诚意的证明。减损是一种主动的选择，而非被动的失去。

你生活中有哪些“第三个人”——那些表面上在增加，却实际上持续分散你注意力的事物？

第四十二卦 益 风雷益 巽上震下

原文

第四十二卦 益 风雷益 巽上震下

益：利有攸往，利涉大川。象曰：益，损上益下，民说无疆，自上下下，其道大光。利有攸往，中正有庆。利涉大川，木道乃行。益动而巽，日进无疆。天施地生，其益无方。凡益之道，与时偕行。象曰：风雷，益；君子以见善则迁，有过则改。

初九：利用为大作，元吉，无咎。

象曰：元吉无咎，下不厚事也。

六二：或益之，十朋之龟弗克违，永贞吉。王用享于帝，吉。

象曰：或益之，自外来也。

六三：益之用凶事，无咎。有孚中行，告公用圭。

象曰：益用凶事，固有之也。

六四：中行，告公从。利用为依迁国。

象曰：告公从，以益志也。

九五：有孚惠心，勿问元吉。有孚惠我德。

象曰：有孚惠心，勿问之矣。惠我德，大得志也。

上九：莫益之，或击之，立心勿恒，凶。

象曰：莫益之，偏辞也。或击之，自外来也。

白话译文

卦辞：益卦象征增益。利于有所前往，利于渡越大河险阻。

象传解释：益，是减损上位而增益下位，百姓喜悦无边。统治者主动屈身向下，其道义大放光明。"利于前往"，是因为持守中正（中正：不偏不倚的正道）自有喜庆；"利于涉川"，是因为木舟（巽卦象木）得以通行。以震动奋发、以巽顺柔行，日日精进无有止境。天降雨露，地生万物，增益之功无处不在。凡增益之道，皆须顺应时机而行。

象传：风助雷势，雷借风威，二者相互增益。君子由此领悟：见到善行便向往学习，发现过失便立即改正。

初九：利于兴作大事，大吉，无咎（无咎：没有过错祸害）。象传说：大吉无咎，是因为在下位尚不宜独担重事，需借上位之力。

六二：有人前来增益，连十朋之龟（十朋之龟：最贵重的龟甲，占卜权威之象）所示也无法违背，永守正道则吉。君王以此祭享上帝，吉祥。象传说：增益自外部而来。

六三：在凶险之事中反得增益，无咎。以诚信中正而行，持圭玉向公侯禀告。象传说：凶事中得益，是本有的机遇转化。

六四：以中正之道行事，向公侯禀告而得顺从。利于借助外力迁移国都，成就大事。象传说：顺从在于顺应了增益之志。

九五：怀有诚信的仁惠之心，不必问卜便已是大吉。以诚信惠及百姓之德，象传说：此乃大得其志。

上九：无人再为之增益，反遭外来攻击；心志动摇不能持恒，凶险。象传说：无人增益，是处于极端之境；遭受攻击，是外部压力所致。

关键词

损上益下： 减损居上者的利益，增益处下者的处境，是益卦的核心政治伦理。

与时偕行： 增益之道须顺应时机，不可逆势强为，强调时机判断的重要性。

十朋之龟： 古代最权威的占卜工具，喻指连最高权威的判断都无法否定此事之正当。

有孚惠心： 孚即诚信，惠即施惠，指以真诚之心施利于人，是九五君位的理想德行。

立心勿恒： 心志无法持守恒久，上九因贪益过极、根基动摇而招致凶险的根本原因。

现代启示

益卦的核心逻辑是：真正的增益，不是从下往上索取，而是从上往下流动。彖传一句“损上益下，民说无疆”，道破了组织生命力的秘密——无论是企业、团队还是家庭，资源向基层倾斜，才能激发整体活力。上九爻的警示同样深刻：一旦越过增益的临界点，不知节制、心志动摇，反而招致外部的攻击与内部的崩塌。益卦还强调“与时偕行”：好时机下的增益事半功倍，逆时而行则适得其反。象传“见善则迁，有过则改”，则将增益落实到个人修为的最小单元——每一次改正，都是对自己的增益。

试问：你上一次真正主动“向下”给予，而非等待“向上”获取，是什么时候？

第四十三卦 夬 泽天夬 兑上乾下

原文

第四十三卦 夬 泽天夬 兑上乾下

夬：扬于王庭，孚号，有厉，告自邑，不利即戎，利有攸往。彖曰：夬，决也，刚决柔也。健而说，决而和，扬于王庭，柔乘五刚也。

孚号有厉，其危乃光也。告自邑，不利即戎，所尚乃穷也。利有攸往，刚长乃终也。象曰：泽上于天，夬；君子以施禄及下，居德则忌。

初九：壮于前趾，往不胜为吝。

象曰：不胜而往，咎也。

九二：惕号，莫夜有戎，勿恤。

象曰：莫夜有戎，得中道也。

九三：壮于頄，有凶。君子夬夬，独行遇雨，若濡有愠，无咎。

象曰：君子夬夬，终无咎也。

九四：臀无肤，其行次且。牵羊悔亡，闻言不信。

象曰：其行次且，位不当也。闻言不信，聪不明也。

九五：苋陆夬夬，中行无咎。

象曰：中行无咎，中未光也。

上六：无号，终有凶。

象曰：无号之凶，终不可长也。

白话译文

夬卦：在王廷上公开宣扬（揭露小人之行），以诚信的呼号唤醒众人，虽有危险，仍须从自己的城邑发出告示，不宜立即动用武力，但有利于坚定前行。彖传指出：夬即决断，以刚强决除柔弱；五阳面对一阴凌驾其上，正因危险，光明才能彰显；崇尚武力只会穷途，刚健之道终将告成。泽水高悬天上，有决泄之势，君子效法此象，将恩禄施及下位，若只安居于德而不布施，则应自我警惕。

初九鲁莽冒进、不能取胜，是过错；九二保持警惕而守中道，即使夜间有变也无忧；九三在颧骨处（面部）意气用事则有凶，但君子坚决果断、独行遇雨虽有恼怒，终无过错；九四处位不当，行动迟疑，顺势而行则悔消，却因不听劝言而自误；九五以中道果断处置，无咎但中道尚未完全彰显；上六孤立无援，不知自我警示，终归凶险。

关键词

夬(决)： 决断、决口，以强力冲破阻碍，含果决清除之意，非鲁莽蛮干。

孚号： 以诚信呼号警示，强调公开透明，与秘密角力截然相对。

柔乘五刚： 一阴（上六）凌驾五阳之上，比喻一个小人居于高位之险局。

中行： 守持中道而行，不偏激、不懈怠，九二与九五皆以此得吉。

次且： 踌躇不前、迟疑彷徨，九四因位置不当而陷入此困境。

现代启示

夬卦的核心不是“打倒对手”，而是“如何正确地决断”。职场或生活中面对积弊、不公或危险关系，君子的方式是“扬于王庭”——公开、正式地提出，而非私下阴谋或情绪爆发。九四的教训尤为清醒：处位不当却优柔寡断，听到正确建议也置若罔闻，最终困住的是自己。真正的决断力，是在警惕中守正（九二），在中道上果决（九五），而非鲁莽冒进（初九之失）或沉默等待凶至（上六之危）。

你现在正在回避的那个决定，究竟是真的时机未到，还是不过在用“等待”掩护内心的犹豫？

第四十四卦 姤 天风姤 乾上巽下

原文

第四十四卦 姤 天风姤 乾上巽下

姤：女壮，勿用取女。彖曰：姤，遇也，柔遇刚也。勿用取女，不可与长也。天地相遇，品物咸章也。刚遇中正，天下大行也。姤之时义大矣哉！象曰：天下有风，姤；后以施命诰四方。

初六：系于金柅，贞吉，有攸往，见凶，羸豕踟蹰。

象曰：系于金柅，柔道牵也。

九二：包有鱼，无咎，不利宾。

象曰：包有鱼，义不及宾也。

九三：臀无肤，其行次且，厉，无大咎。

象曰：其行次且，行未牵也。

九四：包无鱼，起凶。

象曰：无鱼之凶，远民也。

九五：以杞包瓜，含章，有陨自天。

象曰：九五含章，中正也。有陨自天，志不舍命也。

上九：姤其角，吝，无咎。

象曰：姤其角，上穷吝也。

白话译文

姤卦：阴柔之气强盛，不宜迎娶这样的女子。彖传说：姤，意为相遇，是阴柔与阳刚的偶然相遇。不宜娶此女，是因为无法与她长久共处。天地相遇，万物得以彰显生长；阳刚与中正之道相遇，天下大道得以畅行。姤卦所揭示的时机与义理，实在太重大了。象传说：风行天下，这就是姤卦之象，君王应效法此象，颁布政令告示四方。

初六：用金属制动器（金柅，即制动装置）将其系牢，守持正道则吉；若贸然前行则见凶险，就像一头瘦弱的猪踟蹰徘徊，进退两难。象传：用金柅系住，是以柔道牵制之意。

九二：厨中（包）有鱼，没有过失，但不利于外来宾客染指。象传：厨中有鱼，义理上不应让外人得到。

九三：臀部如同没有皮肤，坐立不安，行走迟缓踟蹰，处境危险，但没有大的过失。象传：行走迟缓，是前行尚未得到牵引之故。

九四：厨中已无鱼，将引发凶祸。象传：无鱼之凶，是因为疏远了百姓、失去了民心。

九五：用杞柳枝条包裹瓜果，内含美德文彩，将有福祉自天而降。象传：九五内含美德，因其居中守正；天降之福，是因为心志从未放弃天命。

上九：遇到的是坚硬的角，处境强硬至极点，有所遗憾，但没有过失。象传：遇其角，是位居最高处、穷途末路之遗憾。

关键词

姤： 本义"相遇"，特指出乎意料的偶遇，一阴初生于五阳之下，暗含隐患的萌芽。

金柅： 金属制动装置，比喻以制度规范约束冲动苗头，防患于未然。

含章： 内蕴文彩与美德，指才华、德行潜藏于内，不张扬，待天时而发。

包有鱼： 厨中藏鱼，比喻掌握民心与资源，须妥善保管，不可轻易外泄。

有陨自天： 天降吉祥，比喻守持正道、积蓄内德者，终获超出预期的回报。

现代启示

姤卦的核心是"相遇"——偶然的相遇可能是机遇，也可能是隐患的起点。初六一爻道出关键：当一种新的力量悄然出现时，必须及时以"金柅"加以约束，否则星星之火可以燎原。九五的"含章"则告诉我们：真正的实力不在于张扬，而在于内敛中积蓄，等待天时自然降临。这与现代管理中的危机早期干预不谋而合——当局势微妙时，过早暴露或放任不管，往往比稳健应对更危险。

你的生命中是否曾有某个"初六时刻"——一个看似微小的转折点，因为没有及时"系于金柅"，最终演变成难以收拾的局面？

第四十五卦 萃 泽地萃 兑上坤下

原文

第四十五卦 萃 泽地萃 兑上坤下

萃：亨。王假有庙，利见大人，亨，利贞。用大牲吉，利有攸往。彖曰：萃，聚也；顺以说，刚中而应，故聚也。王假有庙，致孝享也。利见大人亨，聚以正也。用大牲吉，利有攸往，顺天命也。观其所聚，而天地万物之情可见矣。象曰：泽上於地，萃；君子以除戎器，戒不虞。

初六：有孚不终，乃乱乃萃，若号一握为笑，勿恤，往无咎。

象曰：乃乱乃萃，其志乱也。

六二：引吉，无咎，孚乃利用禴。

象曰：引吉无咎，中未变也。

六三：萃如，嗟如，无攸利，往无咎，小吝。

象曰：往无咎，上巽也。

九四：大吉，无咎。

象曰：大吉无咎，位不当也。

九五：萃有位，无咎。匪孚，元永贞，悔亡。

象曰：萃有位，志未光也。

上六：齎咨涕洟，无咎。

象曰：齎咨涕洟，未安上也。

白话译文

卦辞：萃卦，亨通顺利。君王前往宗庙祭祀祖先，适宜拜见德高望重的贤人，亨通，坚守正道有利。以丰盛牲畜献祭则吉祥，适宜积极有所行动。

彖辞说：萃，就是聚合的意思。坤顺兑悦，九五刚健居中并与六二相应，所以众人得以聚合。"王假有庙"，是说以至诚孝敬祭享祖先。"利见大人亨"，是说以正道凝聚人心。"用大牲吉，利有攸往"，是说顺应天命而行。观察人们以何方式聚合，天地万物的真实情状便可由此看清。

象辞说：泽水积聚于大地之上，这是萃卦的象；君子由此领悟，应整修兵器（戎器：武备），防备不测之患。

初六：诚信未能坚持到底，因而心志纷乱、众人四散又重聚。即便呼号求援，只换来少数人的嘲笑，也不必忧虑，勇往直前则无过失。——象辞：心志原本混乱不定。

六二：得人引导则吉祥，无过失；以诚信参与简约的禴祭（禴：四时祭中最简朴者，贵在诚意），同样有利。——象辞：居中守正，心志未曾偏移。

六三：身处聚合之时，却满怀嗟叹忧愁，无所获益；但若勇于前往，无过失，只有小小遗憾。——象辞：前往无咎，因上方有顺从之爻相应。

九四：大吉，无过失。——象辞：正因所处位置不当（阳爻居阴位），须大吉方能化解。

九五：以有位者身份聚合众人，无过失。若仍有人不信服，则须长期守持正道，悔恨自然消散。——象辞：所处之位虽正，志向尚未完全彰显。

上六：哀叹悲泣、涕泪交流，但无过失。——象辞：居于极高之位，内心尚未安稳。

关键词

萃： 聚合、汇聚，本卦核心，指众志成城、人心向聚的状态与时机。

王假有庙： 君王亲临宗庙祭祀。"庙"是精神纽带，象征以正当核心凝聚人心的必要条件。

大牲： 祭祀所用丰盛牲畜，象征以诚意与重礼待事，大聚之事须配以相称的诚心投入。

禴： 四时祭中最简朴的祭礼，强调聚合贵在诚信，不在形式的奢华铺张。

戎器： 兵器武备，象征居安思危——聚合繁盛之时，恰是最需防备松懈与变故的时刻。

现代启示

萃卦揭示了聚合人心的三个层次：共同的精神核心（宗庙），有公信力的领导者（大人），以及诚意而非表演（禴祭）。单靠利益捆绑的团队，往往在压力下迅速离散；而真正持久的凝聚，依赖共同价值的认同与彼此信任的积累。"泽上于地"的意象同样耐人寻味：水总是流向低处才能汇聚成泽，领导者若无包容之量，便无法纳众。上六以泪收尾，则是一个清醒的警示——身处高位却感到孤立，往往意味着聚合之力早已在某处悄然断裂。

****留给读者的问题**：**你身边真正将人们聚合在一起的，是共同相信的某件事，还是暂时难以割舍的某种利益？

第四十六卦 升 地风升 坤上巽下

原文

第四十六卦 升 地风升 坤上巽下

升：元亨，用见大人，勿恤，南征吉。彖曰：柔以时升，巽而顺，刚中而应，是以大亨。用见大人，勿恤；有庆也。南征吉，志行也。象曰：地中生木，升；君子以顺德，积小以高大。

初六：允升，大吉。

象曰：允升大吉，上合志也。

九二：孚乃利用禴，无咎。

象曰：九二之孚，有喜也。

九三：升虚邑。

象曰：升虚邑，无所疑也。

六四：王用亨于岐山，吉无咎。

象曰：王用亨于岐山，顺事也。

六五：贞吉，升阶。

象曰：贞吉升阶，大得志也。

上六：冥升，利于不息之贞。

象曰：冥升在上，消不富也。

白话译文

卦辞：升卦大为亨通，利于拜见德高望重之人（大人：有德有位之尊者），无需忧虑，向南前行必获吉祥。

彖传：阴柔顺应时机而上升，性情谦逊且柔顺，阳刚居中位又与上方相呼应，因此大为亨通。利于拜见大人而无须忧虑，乃是因为前途有喜庆之事。向南征行而获吉，是因为心中志向得以贯彻实行。

象传：大地之中生长出树木，这便是升卦的意象；君子由此领悟，应当顺应德道，从细微之处一点一滴积累，终成高大之业。

初六：以诚信之心上升，大吉。象曰：此乃与上位者志同道合。

九二：心存诚信，即便只用简陋的禴祭（禴：四时祭中最简素的夏祭，重诚意而非形式），也无过失。象曰：九二之诚信，自有欢喜降临。

九三：径直升入空无人守的城邑（虚邑：比喻前路畅通无阻）。象曰：升入空城，前方毫无阻碍，无需疑虑。

六四：君王在岐山（周室兴业之圣地）举行祭祀，吉祥无咎。象曰：顺应时势之举。

六五：持守正道则吉，如同拾级登阶，稳步而上。象曰：正道带来吉祥，大得其志。

上六：在昏昧中盲目上升，此时唯有坚守不息的正道方为有利。象曰：昏昧而上升至极位，只会渐渐消耗衰减，而无法充盈。

关键词

元亨： 极度亨通顺遂，指时机、德行、位势三者齐备的上升状态，非侥幸之顺。

孚： 内心真实的诚信，由内而外，非表面恭顺，是升卦正当上升的根本动力。

禴： 古代四时祭中最简朴的夏祭，此处以简祭喻以诚心代替厚礼，强调诚意重于仪式。

虚邑： 无人防守的空城，比喻前进道路畅通无阻，用以说明九三上升毫无阻力。

冥升： 在昏昧无知的状态下盲目继续上升，暗示已越过合宜之位，升极则衰。

现代启示

升卦的核心意象是树木在大地中破土而出，缓慢却持续地向上生长。它告诉我们，真正的上升不是强行攀爬，而是顺应时势、积德累行，“积小以高大”。

这一卦对当代人最有价值的警示藏在上六：盲目上升、不知止境，最终走向“消不富”的衰竭。职场晋升、财富积累、社会地位的攀升，若失去诚信与自省，所谓上升不过是在加速消耗自己。

升卦给出的答案是：正当的上升需要诚信（孚）为根基，需要顺势而非强求，需要在每一个台阶上都扎稳脚跟。

值得思考的是：你当下的每一次“向上”，究竟是在积累可以传承的德行，还是只在堆砌随时可能坍塌的高度？

第四十七卦 困 泽水困 兑上坎下

原文

第四十七卦 困 泽水困 兑上坎下

困：亨，贞，大人吉，无咎，有言不信。彖曰：困，刚掩也。险以说，困而不失其所，亨；其唯君子乎？

贞大人吉，以刚中也。有言不信，尚口乃穷也。象曰：泽无水，困；君子以致命遂志。

初六：臀困于株木，入于幽谷，三岁不见。

象曰：入于幽谷，幽不明也。

九二：困于酒食，朱紱方来，利用亨祀，征凶，无咎。

象曰：困于酒食，中有庆也。

六三：困于石，据于蒺藜，入于其宫，不见其妻，凶。

象曰：据于蒺藜，乘刚也。入于其宫，不见其妻，不祥也。

九四：来徐徐，困于金车，吝，有终。

象曰：来徐徐，志在下也。虽不当位，有与也。

九五：劓刖，困于赤紱，乃徐有说，利用祭祀。

象曰：劓刖，志未得也。乃徐有说，以中直也。利用祭祀，受福也。

上六：困于葛藟，于臲卼，曰动悔。有悔，征吉。

象曰：困于葛藟，未当也。动悔，有悔吉，行也。

白话译文

卦辞：困卦象征通达，需坚守正道。德行高尚的人（大人：有德有位之人）吉祥，无灾咎，但此时言语不被他人信任。

彖传：困，是阳刚被阴柔遮掩压制的状态。身处险境而内心仍能保持喜悦，在困境中不失其正道，所以能够通达——这恐怕只有君子才能做到。大人坚守正道而吉，是因其刚健守中；言语不被信任，是因为崇尚口舌辩说，徒逞言辞反而更走向穷途。

象传：泽中无水，是困卦之象；君子由此领悟，当舍身赴死以实现志向（致命遂志）。

初六：臀部被枯木树桩所困，退入幽深山谷，三年见不到光明——处境最为蒙昧闭塞。

九二：陷于酒食安逸的困境，荣耀（朱紱：朱色官绶）将要降临，宜举行祭祀，出征则凶，无灾咎。

六三：被顽石阻拦，又抓住蒺藜（多刺植物）求援反受伤，回宫室却不见妻子，凶险。

九四：迟缓而来，被金车（贵族车驾，象征权贵的牵绊）所困，有憾，但终将有所成就。

九五：受劓刖之苦（劓：割鼻；刖：断足，古代酷刑，此喻极度困厄），被官位（赤绂）所羁绊，因刚健中正困境渐解，喜悦迟至，宜祭祀祈福。

上六：被葛藤（葛藟：蔓生植物，喻缠绕不清的困境）所缠，处境动荡不安，动辄悔恨。若真心知悔，奋起前行，则转凶为吉。

关键词

刚掩：阳刚被阴柔遮蔽压制，困卦本质——强者在特定处境中被压制的状态。

致命遂志：舍身赴死以实现志向，君子在极端困境中坚守本心的最高人格境界。

尚口乃穷：崇尚口舌辩说、徒逞言辞，终将走向穷途，强调行胜于言。

朱绂 / 赤绂：古代高官所佩朱红色蔽膝，代指显赫官位或荣耀将至，困中有庆之兆。

劓刖：劓为割鼻、刖为断足，古代酷刑，此处借喻身心受到极度摧残的困厄状态。

现代启示

困卦的核心不在于“如何逃脱困境”，而在于“困境中如何守住自己”。初六的蒙昧退缩、六三的错误依靠、上六的动辄悔恨，是困境中最常见的失败模式；九二的安然等待、九五的中正自持，才是真正的出路。彖传一句“困而不失其所”，道出关键——不是无困，而是困而不乱、困而不失本心。泽无水，泽的形态仍在；人遭困，人的志向可以不失。面对职场瓶颈、创业低谷、人际僵局，现代人往往急于突围，却忽略了最根本的自我审视：此刻，你有没有在困境中“失其所”？

第四十八卦 井 水风井 坎上巽下

原文

第四十八卦 井 水风井 坎上巽下

井：改邑不改井，无丧无得，往来井井。汔至，亦未躋井，羸其瓶，凶。彖曰：巽乎水而上水，井；井养而不穷也。改邑不改井，乃以刚中也。汔至亦未躋井，未有功也。羸其瓶，是以凶也。象曰：木上有水，井；君子以劳民劝相。

初六：井泥不食，旧井无禽。

象曰：井泥不食，下也。旧井无禽，时舍也。

九二：井谷射鲋，瓮敝漏。

象曰：井谷射鲋，无与也。

九三：井渫不食，为我民恻，可用汲，王明，并受其福。

象曰：井渫不食，行恻也。求王明，受福也。

六四：井甃，无咎。

象曰：井甃无咎，修井也。

九五：井冽，寒泉食。

象曰：寒泉之食，中正也。

上六：井收勿幕，有孚无吉。

象曰：元吉在上，大成也。

白话译文

卦辞：迁移城邑可以另择新址，但水井却无法搬迁，它既不会因迁城而消失，也不会凭空增益，往来之人都要仰赖这口井。然而，绳子已接近井底，水却还没打上来，若此时瓶罐破损漏水，则是凶险之象。

彖传：以木制工具（巽卦象木）伸入水中向上汲水，这就是“井”的含义——井滋养万民而不竭尽。“改邑不改井”，是因为刚健居中（九五爻阳刚处中位）；绳子快够到却未能汲水，说明功未竟成；瓶罐破损，自然凶险。

象传：木（巽）之上有水（坎），象征井；君子由此领悟，应当勤劳地服务民众，并勉励人们互助合作。

六爻：初六，井中淤泥，水不可饮，荒废的旧井连禽鸟都不来栖止——象征处位卑下，不被世用。九二，井中只能养活小鱼（鲋），汲水的瓮已破漏——才能无从施展。九三，井已淘洗干净却无人来取水，令百姓痛惜；倘若君王圣明，能识人善任，则君民共受其福。六四，修缮井壁，无过错——在位者尽责整饬，

不失本分。九五，井水清澈甘冽，清凉的泉水可供饮用——以中正之德滋养天下。上六，井已修缮完好，不要加盖封闭，持守诚信、开放无私，此为最大的成就。

关键词

汔： 副词，意为“几乎、将近”，此处指绳索将至井底却未能汲水。

蹇： (jú)：绳断或汲水失败之意，引申为功亏一篑、事未竟成。

羸瓶： 瓶罐毁损破漏。“羸”本意为细弱、残损，此处喻指准备不足、器具不全。

渫： (xiè)：淘洗疏浚井底，使水清洁可用，象征人才修德自洁却不被任用。

井冽： 井水清澈冷冽，为九五爻最佳状态，象征德行纯正、泽被天下。

现代启示

井卦的核心逻辑是：****资源的价值不在于拥有，而在于能否被有效汲取与流通****。一口井，水源充足却无人维护（初六、九二），或淘净之后无人来取（九三），都是巨大的浪费。九五“寒泉之食”与上六“井收勿幕”共同指向同一个结论——真正的资源应当保持开放、流向需要之处，而不是被束之高阁。这与现代管理学中“人才盘活”与“知识共享”的理念高度契合：组织中不乏有能力的人，但若没有顺畅的机制将其才能引导出来，则与枯井无异。

****值得思考的是****：你身边是否存在一口“井渫不食”的“井”——某种已具备条件、却因缺乏合适机制而始终未被激活的潜力？

第四十九卦 革 泽火革 兑上离下

原文

第四十九卦 革 泽火革 兑上离下

革：己日乃孚，元亨利贞，悔亡。彖曰：革，水火相息，二女同居，其志不相得，曰革。己日乃孚；革而信也。文明以说，大亨以正，革而当，其悔乃亡。天地革而四时成，汤武革命，顺乎天而应乎人，革之时义大矣哉！象曰：泽中有火，革；君子以治历明时。

初九：巩用黄牛之革。

象曰：巩用黄牛，不可以有为也。

六二：己日乃革之，征吉，无咎。

象曰：己日革之，行有嘉也。

九三：征凶，贞厉，革言三就，有孚。

象曰：革言三就，又何之矣。

九四：悔亡，有孚改命，吉。

象曰：改命之吉，信志也。

九五：大人虎变，未占有孚。

象曰：大人虎变，其文炳也。

上六：君子豹变，小人革面，征凶，居贞吉。

象曰：君子豹变，其文蔚也。小人革面，顺以从君也。

白话译文

卦辞：变革须等到己日（时机成熟之日）才能获得众人信任，届时大为通顺，利于坚守正道，悔恨自然消散。

彖传：革卦由兑（泽，属水）在上、离（火）在下构成，水火相互克制消灭，如同两个性情不同的女子同居一室，志向难以相合，这正是“革”的本义。等到己日才变革，是说变革之后方能建立信任。以文明之德行事、以喜悦之心待人，正道大通，变革得宜，悔恨便无从生起。天地依时变革，四季方得轮替；商汤、周武王（汤武革命：商汤灭夏、周武王伐纣的历史变革）顺应天意、回应民心，变革的时机与意义，何其深远！

象传：泽中藏火，相克而生变，故称革；君子由此悟道，制定历法（治历），辨明时令节气。

初九：以黄牛皮革捆绑束缚自身，固守不动，此时不宜有所作为。

六二：待时机成熟方才变革，前行吉利，无有过失，行动必有美好结果。

九三：急于前进则凶，强行坚守亦有危险；但变革的主张已反复陈述、三度达成共识，则能获得众人信任。

九四：悔恨消散，凭借信任改变既有秩序，大吉。

九五：大人物（大人：德位兼备的领导者）如虎换新纹，焕然一新，无须占卜，信服已在人心。

上六：君子如豹蜕换斑纹，气象一新；普通人（小人：此处指地位寻常者，非贬义）则顺势改变面貌，跟从领导。此时若再贸然前行则凶，安守本分、坚守正道方为吉。

关键词

革： 本义为剥去兽皮，引申为除旧布新、根本性变革，全卦核心。

己日乃孚： 己日为时机成熟之象，孚为信任；强调变革须在条件具备时方能赢得人心。

汤武革命： 指商汤灭夏桀、周武王伐殷纣，儒家视为合乎天道的正当变革范本。

虎变/豹变： 虎秋换毛，纹理更鲜明；豹换毛，斑纹更华美；比喻变革后面貌焕然、层次各异。

治历明时： 观察自然规律、制定历法以明确时令，君子借此领悟变革须顺应时势。

现代启示

革卦的核心逻辑是：变革不等于任意妄为，而是"时机、信任、正道"三者缺一不可。初九告诫我们在条件不足时当蓄势待发，莽动只会消耗自身；六二与九三则揭示，成功的变革需要充分的民意基础与反复的沟通铺垫，不能凭一时冲动；九五的"虎变"强调领导者变革时须以实绩服人，而非靠强制推行。"天地革而四时成"这句话尤为深刻——连自然界的更迭都遵循内在规律，人事的变革岂能例外？

****留给你思考的问题**：** 在你经历过的一次重要变革中，究竟是时机到了、自然水到渠成，还是强行推动、事后才勉强合理化？

第五十卦 鼎 火风鼎 离上巽下

原文

第五十卦 鼎 火风鼎 离上巽下

鼎：元吉，亨。象曰：鼎，象也。以木巽火，亨饪也。圣人亨以享上帝，而大亨以养圣贤。巽而耳目聪明，柔进而上行，得中而应乎刚，是以元亨。象曰：木上有火，鼎；君子以正位凝命。

初六：鼎颠趾，利出否，得妾以其子，无咎。

象曰：鼎颠趾，未悖也。利出否，以从贵也。

九二：鼎有实，我仇有疾，不我能即，吉。

象曰：鼎有实，慎所之也。我仇有疾，终无尤也。

九三：鼎耳革，其行塞，雉膏不食，方雨亏悔，终吉。

象曰：鼎耳革，失其义也。

九四：鼎折足，覆公餗，其形渥，凶。

象曰：覆公口，信如何也。

六五：鼎黄耳金铉，利贞。

象曰：鼎黄耳，中以为实也。

上九：鼎玉铉，大吉，无不利。

象曰：玉铉在上，刚柔节也。

白话译文

卦辞：鼎卦象征至大的吉祥与通达。

彖传：鼎，是一种器物形象。以木（巽）为燃料生火，其用途是烹煮食物。圣人烹煮以祭飨上帝，又大规模烹调以供养圣贤之才。行事顺从柔和，则耳聪目明；阴柔之质上行居高位，居中得正而与阳刚相应，因此能获大通。

象传：木上有火，此为鼎之象；君子观此，应端正自身职位，坚定使命担当。

初六：鼎足倒置，正便于倒出鼎中腐败之物；如同纳妾而得子嗣，无过失。象传：鼎足倒置并非悖逆常理，倒出污秽是为了顺从更高的价值。

九二：鼎中充实饱满，我的对手遭遇困难，无力靠近我，吉祥。象传：鼎中有实，须谨慎行止方向；对手自有疾患，终究无怨咎加身。

九三：鼎耳脱落变革，行动因此受阻，美味的雉鸡膏脂无从享用；待阴雨来临，懊悔渐消，终究吉祥。象传：鼎耳脱落，已失去正常的承载功能。

九四：鼎足折断，倾覆了公侯的珍馐美饌，汤汁淋漓满地，凶险。象传：倾覆了公侯之食，其人的诚信与担当究竟几何？

六五：鼎配以黄色双耳、金制铉（贯穿鼎耳以抬举鼎体的横杠），利于坚守正道。象传：黄耳居中，以中道充实内涵。

上九：鼎配以玉质铉，大吉，无所不利。象传：玉铉居于鼎之最上，刚柔相济，节度得宜。

关键词

鼎： 古代青铜礼器，三足两耳，兼具烹饪与祭祀功能，是国家权力与礼制秩序的象征。

铉：（xuàn）：穿过鼎耳用于抬举鼎体的横杠，金铉为铜制，玉铉为玉制，象征辅佐支撑的机制与功能。

烹饪： 烹煮食物，引申为化育万物、涵养人才的功能与使命，是鼎卦的核心意象。

正位凝命： 端正自身的职守与位分，坚定使命担当，不因外力而动摇偏移。

刚柔节： 刚健与柔顺相互节制调和，达到最佳的平衡状态，为上九爻的最高境界。

现代启示

鼎是古代国器，承载烹饪、祭祀、权力三重含义。这一卦的核心逻辑是：工具的价值，在于能否稳定发挥其本有功能。初六颠趾出否，是清除积弊的主动更新；九三鼎耳脱落，行动受阻，是失位失职的预警；九四折足覆馐，则是承重失职的严重恶果；六五、上九以黄耳金铉、玉铉收尾，强调辅助机制完善、刚柔协调，方能成就大事。

这提示现代人：无论是一个团队、一家企业，还是个人的职业生涯，关键节点的“结构性完整”比表面的努力更重要。你现在所在的组织，是否已经有某个“鼎耳脱落”的环节正在暗中阻碍整体运转，而你是否已经察觉并着手修复？

第五十一卦 震 震为雷 震上震下

原文

第五十一卦 震 震为雷 震上震下

震：亨。震来虩虩，笑言哑哑。震惊百里，不丧匕鬯。彖曰：震，亨。震来虩虩，恐致福也。笑言哑哑，后有则也。震惊百里，惊远而惧迩也。出可以守宗庙社稷，以为祭主也。象曰：洊雷，震；君子以恐惧修身。

初九：震来虩虩，后笑言哑哑，吉。

象曰：震来虩虩，恐致福也。笑言哑哑，后有则也。

六二：震来厉，亿丧贝，跻于九陵，勿逐，七日得。

象曰：震来厉，乘刚也。

六三：震苏苏，震行无眚。

象曰：震苏苏，位不当也。

九四：震遂泥。

象曰：震遂泥，未光也。

六五：震往来厉，亿无丧，有事。

象曰：震往来厉，危行也。其事在中，大无丧也。

上六：震索索，视矍矍，征凶。震不于其躬，于其邻，无咎。婚媾有言。

象曰：震索索，未得中也。虽凶无咎，畏邻戒也。

白话译文

震卦象征雷震，主亨通顺达。雷声滚滚令人惊惧（虩虩：形容骤然受惊、惶恐不安之状），事后却笑语欢然、从容自若；雷震之威传遍百里，持祭器的人却仍不丢失手中的匕勺与鬯酒（匕鬯：宗庙祭祀所用的礼勺与香酒，代指临危不乱、礼制不失）。彖传解释：以恐惧之心感召福德，笑语坦然是因其后自有法度；雷既惊动远处，又令近处敬畏，因此君主即便临危，仍能主持宗庙社稷的祭祀大礼。象传言：重雷相叠，君子当以敬畏之心修身自省。

各爻要义：初九，雷来令人骇惧，事后笑谈自如，吉；六二，雷势险猛，财物似乎尽失，但登高避难、静待七日，失物自归；六三，雷声令人迟疑踟蹰，若能奋然前行则无灾；九四，雷震之力陷入泥淖，前途受阻；六五，雷震往来皆险，大体尚无重大损失，仍有要务须坚守；上六，雷声令人瑟缩、目光惶惑，轻举妄动则凶；若灾难降于邻人而非自身，无咎，但婚姻之事恐起口舌。

关键词

萑萑： 惊惶战栗之貌，描绘雷声骤至时人的本能恐惧反应，与后文“哑哑”的舒展形成对比。

匕鬯： 宗庙祭祀专用的礼勺与香酒，此处代指祭礼职责；“不丧匕鬯”意为震惊之中仍守职尽责。

洊雷： 重复相叠的雷声，即震上震下，强调震动反复、警示持续不断。

亿： 通“臆”，估量、料想之意，带有主观推断色彩，如六二“亿丧贝”意为“料想财物尽失”。

眚： 灾祸、过失，六三“震行无眚”指奋然行动便不招致灾咎。

现代启示

震卦的核心不是教人如何避开雷击，而是教人如何在雷击之后重新站稳。“恐致福也”一句道破玄机：危机带来的恐惧本身，是促人反省、重建秩序的契机。现代生活中，市场暴跌、突然裁员、健康亮红灯——这些“雷霆”时刻无法预判。震卦提示我们，初遇震惊是人的本能，真正的差距在于能否“后有则也”，即在恐慌后迅速建立应对法度，而非在惊惧中自乱阵脚。上六爻更暗示：旁人遭受的震动，同样是自我警醒的镜子。

你上一次感受到“雷霆”时，是在恐惧中丢失了自己的“匕鬯”，还是借此重新审视了自己的立身之道？

第五十二卦 艮 艮为山 艮上艮下

原文

第五十二卦 艮 艮为山 艮上艮下

艮：艮其背，不获其身，行其庭，不见其人，无咎。彖曰：艮，止也。时止则止，时行则行，动静不失其时，其道光明。艮其止，止其所也。上下敌应，不相与也。是以不获其身，行其庭不见其人，无咎也。象曰：兼山，艮；君子以思不出其位。

初六：艮其趾，无咎，利永贞。

象曰：艮其趾，未失正也。

六二：艮其腓，不拯其随，其心不快。

象曰：不拯其随，未退听也。

九三：艮其限，列其夤，厉薰心。

象曰：艮其限，危薰心也。

六四：艮其身，无咎。

象曰：艮其身，止诸躬也。

六五：艮其辅，言有序，悔亡。

象曰：艮其辅，以中正也。

上九：敦艮，吉。

象曰：敦艮之吉，以厚终也。

白话译文

卦辞：艮卦象征止息。止于背部，不执着于自身的得失；行走庭院之间，心无旁骛，不去窥视他人，如此便不会有过失。

彖传：艮，就是停止的意思。该停止时停止，该前行时前行，行动与静止都能顺应时机，这样的处世之道自然光明正大。止于当止之处，是因为各爻上下相对、互不呼应，所以不执着于自身、行过庭院而不见他人，也就无过失可言。

象传：两山重叠，是艮卦之象；君子观此，懂得思虑不超出自己职分所在。

初六：止于脚趾（行动刚起步便知止），无过失，适宜长久守正。象曰：止于脚趾，说明尚未偏离正道。

六二：止于小腿（腓，小腿肚），却无法拉住随之而动的大腿，心中郁郁不快。象曰：无法约束随行者，是因为下位者尚未听从劝止。

九三：止于腰部（限，上下身的分界），强行割裂，如烈火灼心，危险。象曰：止于腰部，危若火焚。

六四：止于自身躯体，无过失。象曰：止于自身，是约束归于一己之身。

六五：止于颊辅（辅，颊骨，引申为言语），言语有节有序，悔恨消散。象曰：止于颊辅，是因其处中得正。

上九：以厚实笃定之态止息，吉。象曰：敦厚地止息而得吉，是以厚道善终。

关键词

艮 (gèn)： 卦名，本义为"止"，象征两山重叠、巍然不动，是停止、适时静止之义。

不获其身： 不执着于自我的存在与得失，心无我执，与"忘我"近义。

敌应： 上下各爻位置相对却不相呼应，各守其位、互不干涉，此处强调独立自守。

限： 腰部，人体上下的分界处。九三以腰为止，喻强行割裂整体，上下失调，危险之象。

敦艮： 笃厚地止息，强调以厚重、诚实的态度善始善终，而非勉强或半途而废。

现代启示

艮卦的核心智慧是"知止"——不是消极退缩，而是清醒地辨别何时该停、何时该行。初六止于脚趾是早止得宜；九三止于腰部是强行割裂，适得其反；上九敦厚善终，是止的最高境界。这与现代人的困境高度契合：我们常常在该止步时贪念推着往前冲，却在该出手时又犹豫退缩。无论是投资、职场还是人际关系，"止其所"三个字都比"勇往直前"更难做到。

艮卦还提醒我们：思不出其位，本分即道。一个人把自己该做的事做到敦厚笃实，已是大吉。

你现在正在做的某件事，是真的到了该止的时候，还是恐惧让你过早放手？

第五十三卦 渐 风山渐 巽上艮下

原文

第五十三卦 渐 风山渐 巽上艮下

渐：女归吉，利贞。彖曰：渐之进也，女归吉也。进得位，往有功也。进以正，可以正邦也。

其位刚，得中也。止而巽，动不穷也。象曰：山上有木，渐；君子以居贤德，善俗。

初六：鸿渐于干，小子厉，有言，无咎。

象曰：小子之厉，义无咎也。

六二：鸿渐于磐，饮食衎衎，吉。

象曰：饮食衎衎，不素饱也。

九三：鸿渐于陆，夫征不复，妇孕不育，凶；利御寇。

象曰：夫征不复，离群丑也。妇孕不育，失其道也。利用御寇，顺相保也。

六四：鸿渐于木，或得其桷，无咎。

象曰：或得其桷，顺以巽也。

九五：鸿渐于陵，妇三岁不孕，终莫之胜，吉。

象曰：终莫之胜，吉；得所愿也。

上九：鸿渐于逵，其羽可用为仪，吉。

象曰：其羽可用为仪，吉；不可乱也。

白话译文

卦辞：渐进之道，如女子出嫁（需经过纳采、问名等繁复礼仪，不可草率），循序而行则吉祥，利于坚守正道。

彖辞：渐卦所讲的“进”，正是女子嫁娶之所以吉祥的道理——前进时能取得恰当的位置，前行就会有所功成。以正道推进，足以端正一个国家的风气。九五爻居刚位而得中正。下卦艮为止，上卦巽为顺，外表沉稳、内在柔顺，行动因此生生不息、不会穷竭。

象辞：山上有木，缓慢而持续地生长，这就是“渐”的形象。君子由此领悟，应当日积月累地涵养贤德，潜移默化地改善世间风俗。

初六：鸿雁渐行，落于水边沙滩（干，指水岸）。稚嫩者处境艰危，难免招来非议，但出发点合乎道义，终究无咎。

六二：鸿雁渐进，栖于平稳的磐石（磐，大石）之上。饮食安乐，怡然自得，吉祥。这是说有所依托、能自食其力，并非坐享其成。

九三：鸿雁渐进，飞至陆地高处。然而此爻过于冒进——丈夫远征不归，妻子虽孕却无以养育，结果凶险。唯有用于抵御外寇时，才属有益，因为众人同心协力，方能相互保全。

六四：鸿雁渐进，落于树木之上。或许能找到一根平稳的横枝（桷，平展的树枝）安身，无咎。这是顺应环境、柔顺处世的结果。

九五：鸿雁渐进，飞抵丘陵高地。妻子三年未能孕育，似乎久遭阻碍，但终究无人能压制她，吉祥。这是坚守正位、终得所愿的象征。

上九：鸿雁渐进，终至通衢高空（逵，四通八达之处）。其羽毛仪态端庄，可用作礼仪仪仗，吉祥。这是渐进至极、德行完成、秩序井然的境界。

关键词

渐：循序渐进，事物按自然节律逐步发展，反对冒进与跃进。

女归：女子出嫁，古代婚礼须历经六礼程序，以此比喻正当程序不可省略。

鸿渐：鸿雁迁徙逐步升高的意象，贯穿六爻，象征人生各阶段的递进历程。

桷：树上平展横出的枝条，比喻在不稳定环境中找到适合立足的安身之所。

御寇：抵御外来侵害，九三爻中强调唯有群体协作、顺势而为，此举方为正当。

现代启示

渐卦的本质是一套关于“节奏”的智慧。鸿雁从沙滩到磐石，从陆地到树梢，从丘陵到高空，每一步都有其对应的栖落之处，没有哪一步可以省略。这与现代人急于求成的心态恰好相反——我们习惯追求速成、跳级、弯道超车，却往往忽视每个阶段本身的价值。渐卦提醒我们：稳固的根基才是持续前进的前提，跳过必要过程的“捷径”，往往是九三爻的那种凶险。真正的进步，是在当下阶段把该做的事做扎实，然后自然而然地进入下一阶段。

****值得思考的问题**：**你目前正处于人生的哪个“栖落之处”，是急着飞向下一级，还是还没在当下站稳？

第五十四卦 归妹 雷泽归妹 震上兑下

原文

第五十四卦 归妹 雷泽归妹 震上兑下

归妹：征凶，无攸利。彖曰：归妹，天地之大义也。天地不交，而万物不兴，归妹人之终始也。

说以动，所归妹也。征凶，位不当也。无攸利，柔乘刚也。象曰：泽上有雷，归妹；君子以永终知敝。

初九：归妹以娣，跛能履，征吉。

象曰：归妹以娣，以恒也。跛能履吉，相承也。

九二：眇能视，利幽人之贞。

象曰：利幽人之贞，未变常也。

六三：归妹以须，反归以娣。

象曰：归妹以须，未当也。

九四：归妹愆期，迟归有时。

象曰：愆期之志，有待而行也。

六五：帝乙归妹，其君之袂，不如其娣之袂良，月几望，吉。

象曰：帝乙归妹，不如其娣之袂良也。其位在中，以贵行也。

上六：女承筐无实，士刲羊无血，无攸利。

象曰：上六无实，承虚筐也。

白话译文

归妹卦：贸然前行有凶险，没有什么事情是有利的。

彖传解释：嫁女之事，是天地间的大义所在。天地若不相交合，万物便无从生长繁衍；女子出嫁，正是人伦关系的起点与归宿。以喜悦（兑卦之性）推动行动（震卦之性），便是归妹的本质。出征有凶，是因为各爻位置失当；无所利益，是因为阴柔凌驾于阳刚之上，违背了自然秩序。

象传说：泽上有雷，是归妹之象；君子由此懂得善始善终，明白关系的边界与局限。

初九：以妾（娣）身份随嫁，虽如跛者行路，但前行仍可获吉。能持久，在于相互扶持。

九二：独眼者尚能看见事物，利于安守幽隐、坚守正道之人。不改常规，方能守贞。

六三：本以正妻身份出嫁，却反以妾的身份归来。因为位置本就不相称，难以持正。

九四：出嫁错过了吉期，延迟自有其时机。志在等待，非懈怠，是审时而动。

六五：帝乙嫁妹，君王迎娶时，王后（正妻）的衣袖反不及随嫁娣妹的华美，而月近望日，吉祥。她居位中正，以德行而非外饰彰显高贵。

上六：女子捧空筐，男子宰羊却无血流——形式俱备，内容全无，毫无利益可言。

关键词

归妹： 古礼中将女子嫁出之事，亦特指随嫁之妹妹，本卦以此论人伦关系的秩序与时机。

娣： 随嫁的妹妹，以妾身份陪嫁，地位低于正妻，但初九以此守恒而获吉。

柔乘刚： 阴爻位居阳爻之上，违逆自然位序，象征关系中的失位与僭越，是“无攸利”的根源。

月几望： 月亮接近满月而未至极盛，比喻事物趋近圆满却懂得节制，是吉祥的节点。

帝乙归妹： 商王帝乙嫁妹的历史典故，象征以德行而非财富示人，位贵而行朴的处世范式。

现代启示

归妹卦的核心不只是婚嫁，而是“关系中的位置、时机与内容”三者的统一。六三以正妻身份出嫁，却因位置不当而沦为妾——提醒我们：名分与实质若不匹配，身份越高反而跌得越重。九四延迟婚期，非拖延，而是等待真正的时机，这是现代人在谈判、择业、投资中同样需要的定力。六五帝乙嫁妹，身为王族，却以朴素衣袖示人，以德行取胜而非以财富炫耀，是真正的高位低调。最值得警醒的是上六：空筐、无血，一切仪式齐全，却毫无实质——这与我们今天许多“做了动作却无结果”的处境何其相似。

你正在正在维持的某段关系或推进的某项事务，究竟是内容充实的实筐，还是徒具形式的空筐？

第五十五卦 丰 雷火丰 震上离下

原文

第五十五卦 丰 雷火丰 震上离下

丰：亨，王假之，勿忧，宜日中。彖曰：丰，大也。明以动，故丰。王假之，尚大也。勿忧宜日中，宜照天下也。日中则昃，月盈则食，天地盈虚，与时消息，而况人於人乎？况於鬼神乎？象曰：雷电皆至，丰；君子以折狱致刑。

初九：遇其配主，虽旬无咎，往有尚。

象曰：虽旬无咎，过旬灾也。

六二：丰其蔀，日中见斗，往得疑疾，有孚发若，吉。

象曰：有孚发若，信以发志也。

九三：丰其沛，日中见昧，折其右肱，无咎。

象曰：丰其沛，不可大事也。折其右肱，终不可用也。

九四：丰其蔀，日中见斗，遇其夷主，吉。

象曰：丰其蔀，位不当也。日中见斗，幽不明也。遇其夷主，吉；行也。

六五：来章，有庆誉，吉。

象曰：六五之吉，有庆也。

上六：丰其屋，蔀其家，窥其户，阒其无人，三岁不见，凶。

象曰：丰其屋，天际翔也。窥其户，阒其无人，自藏也。

白话译文

卦辞：丰卦，亨通顺利。王者（有德有位之君主）达到这种盛大境地，无需忧虑，最宜在正午（日中，光明鼎盛之象）施政。

彖传：丰，就是盛大的意思。内有光明、外有行动，所以能丰盛。王者崇尚宏大之德，要像正午的太阳普照天下。然而，太阳到了正午便开始偏斜（昃），月亮圆满便开始亏缺（食），天地万物的盈满与空虚，都随时间消长——何况人与人之间？又何况鬼神之间？

象传：雷与电同时到来，象征丰盛；君子效法此象，明察断案（折狱）、公正施刑（致刑）。

初九：遇到与自己相配的主人，维持同等关系一段时间也无咎，前往行事有所称尚。象传说：维持得当则无咎，若超出适当时限便有灾祸。

六二：用大障蔽（蓐，遮蔽光线之物）遮住光线，正午也只能看见北斗星，象征光明受阻；前往行事会招来疑忌，但若能以诚信（孚）激发志向，则吉。象传说：以诚信发扬，是用真诚激励意志。

九三：遮蔽更为厚重，正午竟见昏暗，如同折断了右臂，无力主动进取，然而无大咎。象传说：遮蔽如此严重，无法成就大事；右臂已折，终究不能施用。

九四：同样遮蔽日光、正午见北斗，但此时遇到地位平等（夷，平等之意）的同道，吉。象传说：位置不当故幽暗不明；但能遇平等之主而前行，故吉。

六五：文明之光（章，文采光华）到来，有喜庆与声誉，吉。象传说：六五之吉，在于有值得庆贺之事。

上六：屋宇过于宏大奢华，却将家室遮蔽；窥视门户，寂寥无人（阒，极度寂静），三年之久不见人迹，凶险。象传说：屋宇高耸入云，是骄傲飞得过高；窥户无人，是自我封闭隐藏。

关键词

现代启示

丰卦的核心是一个令人清醒的提醒：盛极必衰，是天地的基本节律，不以人的意志为转移。太阳过午即斜，月满则亏，这不是悲观主义，而是对事物周期的如实认知。上六的警示尤为深刻——一个人若将自己困在高大的“屋宇”之中，与外部世界隔绝，再辉煌的建筑也不过是一座空宅。真正的丰盛，在于六五所示的“来章”：光明能照耀他人，声誉因此自来。而六二则告诉我们：当外部环境遮蔽了你的光明时，诚信与内在力量是唯一可靠的出路。

****思考****：当你站在事业或人生的高峰时，是否已在悄悄准备迎接那个必然到来的“日中则昃”？

第五十六卦 旅 火山旅 离上艮下

原文

第五十六卦 旅 火山旅 离上艮下

旅：小亨，旅贞吉。彖曰：旅，小亨，柔得中乎外，而顺乎刚，止而丽乎明，是以小亨，旅贞吉也。旅之时义大矣哉！象曰：山上有火，旅；君子以明慎用刑，而不留狱。

初六：旅琐琐，斯其所取灾。

象曰：旅琐琐，志穷灾也。

六二：旅即次，怀其资，得童仆贞。

象曰：得童仆贞，终无尤也。

九三：旅焚其次，丧其童仆，贞厉。

象曰：旅焚其次，亦以伤矣。以旅与下，其义丧也。

九四：旅于处，得其资斧，我心不快。

象曰：旅于处，未得位也。得其资斧，心未快也。

六五：射雉一矢亡，终以誉命。

象曰：终以誉命，上逮也。

上九：鸟焚其巢，旅人先笑后号咷。丧牛于易，凶。

象曰：以旅在上，其义焚也。丧牛于易，终莫之闻也。

白话译文

卦辞与彖传：旅卦象征漂泊异乡，小有亨通，旅途中守持正道则吉祥。彖传解释：柔爻（六五）居外卦中位，顺应刚爻；内卦艮为止，外卦离为明，止而附丽于光明，所以能小亨，旅贞则吉。旅行的时机与意义深远啊！

象传：山上燃着火，火焰不停留、随时移动，这就是旅的象征。君子效法此象，明智谨慎地执行刑罚，不拖延积压案件。

初六：旅途中斤斤计较、行事卑琐，这是自取灾祸。象传说：心志狭小穷困，因此招来灾祸。

六二：旅人到达客栈（次：驿站旅舍）安顿下来，随身携带钱财，得到童仆忠心服侍。象传说：终究不会有过失。

九三：旅途中客栈被焚毁，失去了童仆，守正也面临危险。象传说：客栈被焚，已然受伤；以旅人的傲慢态度对待下属，必然失去人心。

九四：旅途中暂时有了安身之处，得到了钱财与器用（资斧：旅行所需的钱财工具），但心中仍感不快。
象传说：位置不正当，所以心不舒畅。

六五：射野鸡，一箭射出，箭矢消逝，最终获得声誉与美命。象传说：能向上获得赏识。

上九：鸟巢被焚，旅人先是欢笑，后来放声痛哭；在平易疏忽之地丢失了牛，凶险。象传说：以旅人之身居于高位，必有焚巢之象；丧牛于轻忽之地，最终无人告知，损失难以挽回。

关键词

旅：漂泊异乡，身处陌生环境，引申为羁旅之人的处境与生存状态。

旅即次：旅人抵达驿站安顿，象征在外谋事时有所依托、立稳脚跟。

资斧：旅途必备的钱财与工具，象征维系生存的基本凭借与行动能力。

童仆贞：童仆忠诚可靠，象征旅途中获得可信赖的辅助力量。

丧牛于易：在轻松平易处失去牛（重要资产），指因疏忽大意造成无法弥补的损失。

现代启示

旅卦本质上是一张异乡人生存指南。人在陌生环境中，既要避免初六式的卑琐计较，也要防范九三式的骄横失控；六二的安顿有序是理想状态，而上九焚巢则是最深的警示——最危险的时刻，往往不是困境，而是顺遂之后的轻忽。卦象山上有火，火在山顶无根可依，燃而即逝，提醒我们寄居他处的状态注定是暂时的，守正才是根本。旅途中人最容易在两个极端上失去分寸：过度卑微，或过于骄慢。

****引发思考的问题**：**你是否曾在某段“如鱼得水”的顺境中，恰恰因为放松了警惕，而悄悄失去了某样根本性的东西？

第五十七卦 巽 巽为风 巽上巽下

原文

第五十七卦 巽 巽为风 巽上巽下

巽：小亨，利攸往，利见大人。彖曰：重巽以申命，刚巽乎中正而志行。柔皆顺乎刚，是以小亨，利有攸往，利见大人。象曰：随风，巽；君子以申命行事。

初六：进退，利武人之贞。

象曰：进退，志疑也。利武人之贞，志治也。

九二：巽在口下，用史巫纷若，吉无咎。

象曰：纷若之吉，得中也。

九三：频巽，吝。

象曰：频巽之吝，志穷也。

六四：悔亡，田获三品。

象曰：田获三品，有功也。

九五：贞吉悔亡，无不利。无初有终，先庚三日，后庚三日，吉。

象曰：九五之吉，位正中也。

上九：巽在口下，丧其资斧，贞凶。

象曰：巽在口下，上穷也。丧其资斧，正乎凶也。

白话译文

卦辞：巽卦象征风，略有亨通，有利于推进事务，有利于拜见德高望重之人。

彖传：两个巽卦相叠，象征反复申明命令。阳刚之气顺从于中正之位，志向得以推行；阴柔皆归顺于阳刚，因此略有亨通，宜于前行，宜于见大人。

象传：风随风而行，这便是巽的本象；君子由此领悟，须反复申明政令以推行事务。

初六：进退犹豫不决，适合效仿武人那样坚守正道——志向有所疑虑时，须以整治自身为要务。

九二：俯伏谦顺于床下，广泛借助史官、巫祝（古代主持祭祀占卜的官员）纷纷祈祷，吉祥无咎。其吉在于居中守正。

九三：频繁地卑躬屈膝，会有遗憾。象传点明：反复顺从却无所成，是志向已穷尽之故。

六四：悔恨消散，出猎获得禽兽三品（上、中、下三等猎物），是有所建功的表现。

九五：守正则吉，悔恨尽消，无所不利。虽无好的开端，却有圆满的结局。在庚日（天干第七位，象征变革时机）前三天布置、后三天落实，则吉。九五居正中之位，故得此吉。

上九：依然俯伏于床下，却已丧失资财与权柄（斧钺为权威象征），即便守正也难逃凶险——上位已至穷途，过度顺从至此，凶是必然。

关键词

巽：卦名，象征风，引申为顺入、渗透；风无处不入，柔而能深。

申命：反复申明命令、政令；强调传达的持续性与一致性。

史巫：古代掌管祭祀、占卜与记录的官员，代表借助外力疏通沟通渠道。

先庚三日，后庚三日：庚日前后各三天，指颁布变革命令的最佳窗口期，强调时机选择。

资斧：资财与斧钺，合指维持行动所需的物质基础与权威资本。

现代启示

巽卦的精髓在于“风”的哲学——柔而无形，却能穿透一切。它告诉我们，影响力并不总来自强硬对抗，持续、温和、有方向的渗透往往更为深远。管理者“申命行事”，强调的是沟通必须反复、一致，好的决策若不能持续传达，终将落空。然而九三的“频巽”又是一记警钟：毫无原则的一味顺从，只会耗尽志气，最终落得“吝”的结局；上九更是极端——顺从到失去资斧，连守正都救不了自己。

真正的“巽”是有方向的柔韧，不是软弱，不是妥协，而是以退为进、以柔克刚的智慧。

****思考**：**在你的工作或人际关系中，你是否曾将“顺应局势”与“丧失立场”混为一谈？两者的边界，究竟在哪里？

第五十九卦 涣 风水涣 巽上坎下

原文

第五十九卦 涣 风水涣 巽上坎下

涣：亨。王假有庙，利涉大川，利贞。彖曰：涣，亨。刚来而不穷，柔得位乎外而上同。王假有庙，王乃在中也。利涉大川，乘木有功也。象曰：风行水上，涣；先王以享于帝立庙。

初六：用拯马壮，吉。

象曰：初六之吉，顺也。

九二：涣奔其机，悔亡。

象曰：涣奔其机，得愿也。

六三：涣其躬，无悔。

象曰：涣其躬，志在外也。

六四：涣其群，元吉。涣有丘，匪夷所思。

象曰：涣其群，元吉；光大也。

九五：涣汗其大号，涣王居，无咎。

象曰：王居无咎，正位也。

上九：涣其血，去逖出，无咎。

象曰：涣其血，远害也。

白话译文

卦辞：涣卦，通达亨顺。君王亲临宗庙（“假”通“格”，到达之意）举行祭祀，有利于渡越大河险阻，有利于坚守正道。

彖传：涣卦之所以通达，是因为阳刚之爻入居内卦而不受困阻，柔爻得居外卦适当之位并与上位相合。君王亲临宗庙，是因为居于中正之位方能凝聚人心。有利于涉渡大川，是因为乘驾木筏（巽为木象）可以建立功业。

象传：风在水面流动，这便是涣散之象；古代先王效法此象，以盛礼祭祀上帝、建立宗庙，借此重聚离散的民心。

初六：用强壮的马匹来救助拯救，吉祥。象传：此爻吉祥，在于顺势而为，不逆散而动。

九二：涣散之时迅速奔向可以依托的支撑（“机”，凭依之物），悔恨自然消除。象传：奔赴依托，是因为心愿由此得以实现。

六三：消解自身的执念与私我，没有悔恨。象传：消解自身，是因为志向已朝向外部大局。

六四：消散小群体的派系隔阂，大吉大利。涣散之中反能凝聚出新的高地，非常人所能料想。象传：消散派系而大吉，是因为由此能发扬光大。

九五：发布大号令如汗水般散布四方（“涣汗”，汗出不可收，喻令出不可回），王者居所随之不自居功，没有过失。象传：王者居所无咎，是因为处于正位。

上九：消散血祸危险，迅速远离离去，没有过失。象传：消散血祸，是远离伤害之道。

关键词

涣：散而复聚，既指涣散分离，也含化解凝滞、破旧立新之义，非单纯的消亡。

王假有庙：“假”通“格”，到达。君王亲临宗庙，以礼乐重聚离散人心，是凝聚秩序的象征行为。

乘木：巽卦取象为木，水上行木筏之象，喻借助恰当工具渡越险境，强调顺势借力。

涣其群：打破小圈子与宗派壁垒，使人心归于大公。此为涣卦精华——先散私，方能聚公。

涣汗：汗出则不能收回，比喻王命一经颁布便广泛传布，喻号令之威与领导者舍身担当的决心。

现代启示

涣卦的核心智慧在于：当组织或关系陷入离散、僵滞之时，破解之道不是强行捆绑，而是先主动“涣”去阻碍凝聚的障碍——派系私心、固化认知、过度集权——再以更高层次的价值认同重新聚合。这与现代管理学中“创造性破坏”的逻辑一脉相通：打破旧秩序不是目的，重建更有生命力的新秩序才是。九五爻“涣王居”尤为深刻：领导者甘愿消解自身的权力集中，反而能让号令如汗水渗透四方，无远弗届。

****思考**：**当你面对一个日渐涣散的团队或关系时，你第一反应是“如何抓紧”，还是“先放开什么”？

第六十卦 节 水泽节 坎上兑下

原文

第六十卦 节 水泽节 坎上兑下

节：亨。苦节不可贞。彖曰：节，亨，刚柔分，而刚得中。苦节不可贞，其道穷也。说以行险，当位以节，中正以通。天地节而四时成，节以制度，不伤财，不害民。象曰：泽上有水，节；君子以制数度，议德行。

初九：不出户庭，无咎。

象曰：不出户庭，知通塞也。

九二：不出门庭，凶。

象曰：不出门庭，失时极也。

六三：不节若，则嗟若，无咎。

象曰：不节之嗟，又谁咎也。

六四：安节，亨。

象曰：安节之亨，承上道也。

九五：甘节，吉；往有尚。

象曰：甘节之吉，居位中也。

上六：苦节，贞凶，悔亡。

象曰：苦节贞凶，其道穷也。

白话译文

节卦象征节制，总体卦义：能知节制则通达。但若节制到令人痛苦的程度，则不宜固守。

彖传解释说：节卦之所以亨通，在于刚爻与柔爻各居其位，刚爻又得居中位（九五处上卦之中）。"苦节不可贞"，是说过度苛刻的节制会走向穷途末路。以喜悦之心（兑下）行走于险境（坎上），因处位得当而能节制，又因持中守正而通达四方。天地有节律，四季方能成序；国家以制度节制，才能不耗损财富、不伤害百姓。象传则说：泽上有水（水满则溢，故需节制），君子由此制定数量与法度，议定德行的标准。

初九：不走出内庭之外，无咎害。象传：不出内庭，是因为知晓时势的通与塞。

九二：不走出外门之外，有凶险。象传：不出门庭，是错失了时机，已到极点。

六三：若不知节制，必将悲叹，但悲叹是自取的，无人可咎。象传：不节制而招来悲叹，又能怪谁呢？

六四：安然守节，通达。象传：安节之所以亨通，是因为顺承上位之道。

九五：甘心乐于节制，吉祥；有所前往则更受称许。象传：甘节之所以吉，是因为居于中位。

上六：苦苦强制节制，坚守则有凶，悔恨终将消亡。象传：苦节坚守有凶，是因为此路已穷尽。

关键词

节： 节制、节度，有节律、克制的双重含义，既指内在自律，也指外在制度。

苦节： 节制过度、流于苛刻，使人痛苦难以为继的极端克制状态。

甘节： 发自内心、甘之如饴的节制，与苦节相对，是节卦最理想的境界。

制数度： 制定数量与制度标准，指以具体可操作的规则来落实节制原则。

失时极： 错失行动时机且已到极限，指过度谨慎反成坐失良机之误。

现代启示

节制从不是一个舒适的话题，却是几乎所有失败的反面。节卦最深刻之处，在于它区分了两种节制：九五的“甘节”是主动选择的边界感，是清醒者的自我管理；上六的“苦节”是被动的压抑与强撑，最终只剩穷途。现代人面对消费主义的诱惑、信息的轰炸与时间的碎片化，谈节制更像一种逆流而行的修炼。卦中九二的教训尤为警醒：因过度谨慎而“不出门庭”，同样会“失时”——节制从来不是缩手缩脚，而是在对的时机以对的力度行动。

你生活中的哪一个“苦节”，其实可以换一种方式变成“甘节”？

第六十一卦 中孚 风泽中孚 巽上兑下

原文

第六十一卦 中孚 风泽中孚 巽上兑下

中孚：豚鱼吉，利涉大川，利贞。象曰：中孚，柔在内而刚得中。说而巽，孚，乃化邦也。豚鱼吉，信及豚鱼也。利涉大川，乘木舟虚也。中孚以利贞，乃应乎天也。象曰：泽上有风，中孚；君子以议狱缓死。

初九：虞吉，有他不燕。

象曰：初九虞吉，志未变也。

九二：鸣鹤在阴，其子和之，我有好爵，吾与尔靡之。

象曰：其子和之，中心愿也。

六三：得敌，或鼓或罢，或泣或歌。

象曰：可鼓或罢，位不当也。

六四：月几望，马匹亡，无咎。

象曰：马匹亡，绝类上也。

九五：有孚挛如，无咎。

象曰：有孚挛如，位正当也。

上九：翰音登于天，贞凶。

象曰：翰音登于天，何可长也。

白话译文

卦辞：中孚（内心诚信）卦：连猪和鱼这样微贱的生灵都能诚信相待，必得吉祥；适宜渡越大河险阻，利于守持正道。

彖传曰：中孚卦，柔爻（六三、六四）居内，刚爻（九二、九五）得中位。内心喜悦而外顺从，诚信可以感化邦国。“豚鱼吉”，是说诚信连猪鱼这样卑微的生物都能感应。“利涉大川”，如同乘坐中空的木舟，虚怀而行。中孚守正因顺应天道。

象传曰：泽面上风吹过，是中孚之象；君子由此领悟，审议刑狱应审慎，宽缓死刑判决。

初九：安定守正则吉，若生他念则心不安宁。象曰：志向尚未动摇，故安定可吉。

九二：鹤在幽阴处鸣叫，幼鹤自然应和；我有美酒，愿与你共享。象曰：应和出于内心深处的共鸣。

六三：遭遇对立，时而击鼓前进，时而停止退缩，时而哭泣，时而歌唱，举止失措。象曰：进退无定，因所处爻位不当。

六四：月亮将近圆满（几望，月近望满之象），舍弃同伴（马匹亡，指断绝同类），无咎。象曰：断绝同类，是为了向上归附正位（九五）。

九五：诚信相系如绳相牵，无咎。象曰：爻位中正，诚信相连理所当然。

上九：鸡鸣之声高传于天（翰音，鸡声，引申浮夸之音），即便守正也凶。象曰：虚声远播，终究不能持久。

关键词

中孚：卦名，意为内心诚实笃信，是贯穿全卦的核心精神。

豚鱼：猪与鱼，古代祭品中最微贱之物，此处比喻诚信感化之深，可及最卑微之处。

几望：月近圆满之象，暗示阴柔顺从、含而未溢的恰当状态。

翰音：鸡鸣声，引申为徒有声势、华而不实的表达，与真诚形成对照。

议狱缓死： 审议刑狱、宽缓死刑，君子将中孚精神用于司法，以存疑从宽为要义。

现代启示

中孚卦的根本命题是：真正的诚信不依赖技巧，而依赖内心的真实。九二“鸣鹤在阴，其子和之”说明真诚的声音不需要广播，自会引发共鸣；上九“翰音登于天”则警示高调表演的危险——越是努力把诚意展示给所有人，反而越失去可信度。这与现代社会的信任危机高度契合：品牌过度营销、人际关系中的表演性示好，往往适得其反。六三的困境“或鼓或罢，或泣或歌”，恰恰是没有内在定力时的写照。

****值得思考的问题**：**你上一次真正打动别人，靠的是精心设计的表达，还是不加修饰的真实？

第六十二卦 小过 雷山小过 震上艮下

原文

第六十二卦 小过 雷山小过 震上艮下

小过：亨，利贞，可小事，不可大事。飞鸟遗之音，不宜上宜下，大吉。彖曰：小过，小者过而亨也。过以利贞，与时行也。柔得中，是以小事吉也。刚失位而不中，是以不可大事也。有飞鸟之象焉，有飞鸟遗之音，不宜上宜下，大吉；上逆而下顺也。象曰：山上有雷，小过；君子以行过乎恭，丧过乎哀，用过乎俭。

初六：飞鸟以凶。

象曰：飞鸟以凶，不可如何也。

六二：过其祖，遇其妣；不及其君，遇其臣；无咎。

象曰：不及其君，臣不可过也。

九三：弗过防之，从或戕之，凶。

象曰：从或戕之，凶如何也。

九四：无咎，弗过遇之。往厉必戒，勿用永贞。

象曰：弗过遇之，位不当也。往厉必戒，终不可长也。

六五：密云不雨，自我西郊，公弋取彼在穴。

象曰：密云不雨，已上也。

上六：弗遇过之，飞鸟离之，凶，是谓灾眚。

象曰：弗遇过之，已亢也。

白话译文

小过这一卦，亨通，利于守正（贞：坚守正道，不偏不倚），适合处理小事，不适合谋划大事。如同飞鸟飞过留下鸣声，不宜向上高飞，宜向下降落，则大吉。

彖传解说：小过，是指小的方面略有超越，反而亨通。之所以超越而仍利于守正，是因为顺应时势而动。柔爻（阴爻：代表柔顺之力）居于中位，所以小事吉祥；刚爻（阳爻：代表刚健之力）失其位而不居中，所以不可担当大事。卦象有飞鸟之形，飞鸟留声而过，不宜上、宜向下，大吉，因为向上则逆势，向下则顺势。

象传说：山上有雷声响动，是小过的卦象；君子据此在行为上过于恭敬，在丧礼上过于哀戚，在日常用度上过于节俭。

初六：飞鸟高飞而遭凶险——飞得太高，无可挽回。

六二：越过了祖父一辈，却遇见了祖母；来不及见君王，只遇到了臣下——无咎，因为臣下不可越过君王。

九三：不加防范地超越，随从中有人暗中加害，凶险。

九四：没有过失，不超越而是应时相遇。前往则有危险，必须警戒，不可一味固守不知变通。

六五：浓云密布却不降雨，云从西郊而来；公侯用箭射取那藏匿在洞穴中之物——云升得太高，雨反而降不下来。

上六：不能相遇却一味超越，飞鸟陷入罗网，凶险，此即所谓**灾眚**（因过失而招致的祸患）。

关键词

现代启示

小过卦的核心在于“小事可略过，大事须守正”。生活中，待人多一分礼让、处事多一分谨慎、用度多一分节制，这些“小过”往往积累出良好的口碑与信任。然而，若将这种“稍过”的心态移植到重大决策——过度冒险、过度扩张、盲目跃进——则往往适得其反。飞鸟宜下不宜上，提示我们在资源有限、时机未至时，谦逊低调比张扬冒进更能积蓄力量。大多数失败不是因为不够努力，而是因为错误的时机做了超出自身承载力的事。

你是否曾在某件事上因急于求大，反而连眼前的小事也没做稳？

第六十三卦 既济 水火既济 坎上离下

原文

第六十三卦 既济 水火既济 坎上离下

既济：亨，小利贞，初吉终乱。象曰：既济，亨，小者亨也。利贞，刚柔正而位当也。初吉，柔得中也。

终止则乱，其道穷也。象曰：水在火上，既济；君子以思患而预防之。

初九：曳其轮，濡其尾，无咎。

象曰：曳其轮，义无咎也。

六二：妇丧其裼，勿逐，七日得。

象曰：七日得，以中道也。

九三：高宗伐鬼方，三年克之，小人勿用。

象曰：三年克之，惫也。

六四：繻有衣袽，终日戒。

象曰：终日戒，有所疑也。

九五：东邻杀牛，不如西邻之禴祭，实受其福。

象曰：东邻杀牛，不如西邻之时也；实受其福，吉大来也。

上六：濡其首，厉。

象曰：濡其首厉，何可久也。

白话译文

既济卦：诸事亨通，然而只是小事上的顺遂；宜于坚守正道；开始时吉祥，最终却走向混乱。

象传说：既济之“亨”，不过是小事上的亨通。“利贞”，是因为阳爻（刚）与阴爻（柔）各居正位、恰当其所。“初吉”，是因为阴爻得居中位。而“终止则乱”，是因为既济之道已走到尽头，再无前进余地。

象传说：水在火之上，便是既济的卦象；君子由此领悟，应当预先思虑可能出现的祸患，并提前加以防范。

初九：拖住车轮使其减速，渡水时尾巴被水沾湿，没有过失。象征行事审慎，自然无咎。

六二：妇人丢失了头上的发饰，不必急着追寻，七天之后自会重新得到。象征居中守正，静待失而复得。

九三：高宗（商王武丁）征伐鬼方（北方异族），历经三年方才攻克，如此艰难大事不可倚仗小人。

六四：船底出现了缝隙，用旧布堵塞，整日保持警惕。象征太平之下暗藏隐患，不可掉以轻心。

九五：东边邻居杀牛举行盛大祭祀，反不如西边邻居以简朴的禴祭（春季薄祭）更能得到神灵真正的福佑。

上六：头部被水淹没，危险。象征走到极盛之后若不知收敛，必将倾覆。

关键词

既济： 字义为"事已渡、事已成"，既是卦名，也含警示——成功本身即是新风险的开端。

禴祭： 四时祭祀中最为简薄的春祭，此处以其对应"诚心重于形式"的核心旨意。

刚柔正位： 阳爻居阳位、阴爻居阴位，六爻各得其正，象征结构稳定、秩序井然。

曳其轮： 拖住车轮主动减速，比喻在顺境中克制急进，以防因骄躁而失误。

其道穷： 道路走至尽头，揭示事物发展到极致时必然面临的转折与衰变。

现代启示

既济卦揭示了一个深刻的规律：成功本身往往是新风险的起点。事业、项目、关系走向顺遂之后，人最容易放松警惕，以为可以就此安享成果。然而"初吉终乱"的告诫，以及"水终将熄灭火焰"的卦象，都在提醒我们：维持一个既成局面，比建立它更需要持续的专注与谨慎。九五爻更指出，形式上的隆重不如内心的真诚——这对今天那些热衷于表演"成功"却忽视内在质量的人，尤有警醒之效。

请问：你现在生活或工作中，有哪个"已经成功"的领域，其实正在悄悄走向松懈？

第六十四卦 未济 火水未济 离上坎下

原文

第六十四卦 未济 火水未济 离上坎下

未济：亨，小狐汔济，濡其尾，无攸利。彖曰：未济，亨；柔得中也。小狐汔济，未出中也。濡其尾，无攸利；不续终也。虽不当位，刚柔应也。象曰：火在水上，未济；君子以慎辨物居方。

初六：濡其尾，吝。

象曰：濡其尾，亦不知极也。

九二：曳其轮，贞吉。

象曰：九二贞吉，中以行正也。

六三：未济，征凶，利涉大川。

象曰：未济征凶，位不当也。

九四：贞吉，悔亡，震用伐鬼方，三年有赏于大国。

象曰：贞吉悔亡，志行也。

六五：贞吉，无悔，君子之光，有孚，吉。

象曰：君子之光，其晖吉也。

上九：有孚于饮酒，无咎，濡其首，有孚失是。

象曰：饮酒濡首，亦不知节也。

未济卦终

白话译文

未济卦：亨通。小狐狸将要渡河，却打湿了尾巴，没有什么好处。

彖辞说：未济却能亨通，是因为柔爻（六五）得居中位。小狐狸将要渡河，还未脱离险境（坎卦之中）。

尾巴被打湿而无所利，是因为不能坚持到最后。虽然各爻位置不当，但刚爻与柔爻之间仍相互呼应。

象辞说：火在水上，水火不济，象征未济；君子由此懂得要谨慎辨别事物，使各物各归其位。

初六：打湿了尾巴，是个遗憾。象辞说：这是不知道自己能力极限的缘故。

九二：拖住车轮，按捺不动，守正则吉。象辞说：居中持正而行。

六三：事情未竟，贸然前进有凶险，但适宜去迎接重大挑战。象辞说：贸然前进有凶，因为所处位置不当。

九四：守正则吉，悔恨消失；奋起征伐远方，三年后得到大国的嘉赏。象辞说：意志得以贯彻实现。

六五：守正则吉，没有悔恨；这是君子的光辉，心怀诚信，大吉。象辞说：君子之光辉，照耀吉祥。

上九：诚心饮酒庆贺，无过失；若喝到头都湿了，那诚信也随之丧失。象辞说：饮酒至此，是不知节制的表现。

关键词

未济： 事业未竟、渡河未成，象征事物处于尚未完成的过渡状态，贯穿全卦核心。

汔济： 几乎渡过，形容距成功一步之遥却功亏一篑的临界状态。

濡其尾 / 濡其首： 尾巴被湿 / 头被湿，分别比喻草率起步与得意忘形的两种典型失误。

贞吉： 守持正道则吉，强调在未竟局面下坚守原则、不妄动的根本态度。

慎辨物居方： 谨慎辨别事物属性，使各事各物归于恰当位置，即因物施位、各安其所。

现代启示

未济是《易经》六十四卦的最后一卦，却以“未完成”收尾，暗示事物永无终结，循环不息。全卦最深的警示是：越接近成功，越容易功亏一篑。小狐狸已近彼岸，因尾巴一湿而前功尽弃；上九在大功告成时饮酒庆贺，却因不知节制反而失去正道。两者一前一尾，构成镜像——起点的轻率与终点的松懈，是人最难跨越的两道坎。九二“曳其轮”的沉稳克制，六五“君子之光”的诚信笃行，才是穿越未竟之境的真正依凭。

试问：在你经历过的事情中，是否有某一次，离终点最近时，反而走了弯路？

《易经》易经·系辞上传

原文

《易经》易经·系辞上传

第一章

天尊地卑，乾坤定矣。卑高以陈，贵贱位矣。动静有常，刚柔断矣。方以类聚，物以群分，吉凶生矣。在天成象，在地成形，变化见矣。

鼓之以雷霆，润之以风雨，日月运行，一寒一暑，乾道成男，坤道成女。

乾知大始，坤作成物。

乾以易知，坤以简能。

易则易知，简则易从。易知则有亲，易从则有功。有亲则可久，有功则可大。可久则贤人之德，可大则贤人之业。

易简，而天下矣之理矣；天下之理得，而成位乎其中矣。

第二章

圣人设卦观象，系辞焉而明吉凶，刚柔相推而生变化。

是故，吉凶者，失得之象也。悔吝者，忧虞之象也。变化者，进退之象也。刚柔者，昼夜之象也。六爻之动，三极之道也。

是故，君子所居而安者，易之序也。所乐而玩者，爻之辞也。是故，君子居则观其象，而玩其辞；动则观其变，而玩其占。是故自天佑之，吉无不利。

第三章

象者，言乎象也。爻者，言乎变者也。吉凶者，言乎其失得也。悔吝者，言乎其小疵也。无咎者，善补过也。

是故，列贵贱者，存乎位。齐小大者，存乎卦。辩吉凶者，存乎辞。忧悔吝者，存乎介。震无咎者，存乎悔。是故，卦有小大，辞有险易。辞也者，也各指其所之。

第四章

易与天地准，故能弥纶天地之道。

仰以观於天文，俯以察於地理，是故知幽明之故。原始反终，故知死生之说。精气为物，游魂为变，是故知鬼神之情状。

与天地相似，故不违。知周乎万物，而道济天下，故不过。旁行而不流，乐天知命，故不忧。安土敦乎仁，故能爱。

范围天地之化而不过，曲成万物而不遗，通乎昼夜之道而知，故神无方而易无体。

第五章

一阴一阳之谓道，继之者善也，成之者性也。

仁者见之谓之仁，知者见之谓之知，百姓日用不知；故君子之道鲜矣！

显诸仁，藏诸用，鼓万物而不与圣人同忧，盛德大业至矣哉！

富有之谓大业，日新之谓盛德。

生生之谓易，成象之谓乾，效法之谓坤，极数知来之谓占，通变之谓事，阴阳不测之谓神。

第六章

夫易，广矣大矣！以言乎远，则不御；以言乎迩，则静而正；以言乎天地之间，则备矣！

夫乾，其静也专，其动也直，是以大生焉。夫坤，其静也翕，其动也辟，是以广生焉。

第七章

子曰：“易其至矣乎！”夫易，圣人所以崇德而广业也。知崇礼卑，崇效天，卑法地，天地设位，而易行乎其中矣。成性存存，道义之门。

第八章

圣人有以见天下之赜，而拟诸其形容，象其物宜；是故谓之象。圣人有以见天下之动，而观其会通，以行其礼。系辞焉，以断其吉凶；是故谓之爻。

言天下之至赜，而不可恶也。言天下之至动，而不可乱也。拟之而后言，议之而后动，拟议以成其变化。

“鸣鹤在阴，其子和之，我有好爵，吾与尔靡之。”子曰：“君子居其室，出其言，善则千里之外应之，况其迩者乎？居其室，出其言，不善千里之外违之，况其迩乎？言出乎身，加乎民；行发乎远；言行君子之枢机，枢机之发，荣辱之主也。言行，君子之所以动天地也，可不慎乎？”

“同人，先号咷而后笑。”子曰：“君子之道，或出或处，或默或语，二人同心，其利断金；同心之言，其臭如兰。”

“初六，藉用白茅，无咎。”子曰：“苟错诸地而可矣；席用白茅，何咎之有？慎之至也。夫茅之为物薄，而用可重也。慎斯术也以往，其无所失矣。”

“劳谦君子，有终吉。”子曰：“劳而不伐，有功而不德，厚之至也，语以其功下人者也。德言盛，礼言恭，谦也者，致恭以存其位者也。”

“亢龙有悔。”子曰：“贵而无位，高而无民，贤人在下位而无辅，是以动而有悔也。”

“不出户庭，无咎。”子曰：“乱之所生也，则言语以为阶。君不密，则失臣；臣不密，则失身；凡事不密，则害成；是以君子慎密而不也也。”

子曰：“作易者其知盗乎？易曰：‘负且乘，致寇至。’负也者，小人之事也；小人而乘君子之器，盗思夺矣！上慢下暴，盗思伐之矣！慢藏诲盗，冶容诲淫，易曰：‘负且乘，致寇至。’盗之招也。”

第九章

天一地二，天三地四，天五地六，天七地八，天九地十。天数五，地数五，五位相得而各有合。天数二十有五，地数三十，凡天地之数，五十有五，此所以成变化而行鬼神也。

大衍之数五十，其用四十有九。分而为二以象两，挂一以象三，揲之以四以象四时，归奇於暉以象闰，故再□①而后挂。乾之策，二百一十有六。坤之策，百四十有四。凡三百有六十，当期之日。二篇之策，万有一千五百二十，当万物之数也。

是故，四营而成易，十有八变而成卦，八卦而小成。引而伸之，触类而长之，天下之能事毕矣。

显道神德行，是故可与酬酢，可与佑神矣。子曰：“知变化之道者，其知神之所为乎！”

第十章

是有圣人之道四焉，以言者尚其辞，以动者尚其变，以制器者尚其象，以卜筮者尚其占。

是以君子将以有为也，将以有行也，问焉而以言，其受命也如向，无有远近幽深，遂知来物。非天下之至精，其孰能与於此。

参伍以变，错综其数，通其变，遂马天地之文；极其数，遂定天下之象。非天下之致变，其孰能与於此。

易无思也，无为也，寂然不动，感而遂通天下之故。非天下之致神，其孰能与於此。

夫易，圣人之所以极深而研几也。惟深也，故能通天下之志；惟几也，故能成天下之务；惟神也，故不疾而速，不行而至。子曰：“易有圣人之道四焉”者，此之谓也。

第十一章

子曰：“夫易何为者也？夫易开物成务，冒天下之道，如斯而已者也。是故，圣人以通天下之志，以定天下之业，以断天下之疑。”

是故，蓍之德，圆而神；卦之德，方以知；六爻之义，易以贡。圣人以此洗心，退藏於密，吉凶与民同患。

神以知来，知以藏往，其孰能与於此哉！古之聪明睿知神武而不杀者夫？

是以，明於天之道，而察於民之故，是与神物以前民用。圣人以此斋戒，以神明其德夫！

是故，阖户谓之坤；辟户谓之乾；一阖一辟谓之变；往来不穷谓之通；见乃谓之象；形乃谓之器；制而用之，谓之法；利用出入，民咸用之，谓之神。

是故，易有太极，是生两仪，两仪生四象，四象生八卦，八卦定吉凶，吉凶生大业。

是故，法象莫大乎天地；变通莫大乎四时；悬象著明莫在乎日月；崇高莫大乎富贵；备物致用，立成器以为天下利，莫大乎圣人；探赜索隐，钩深致远，以定天下之吉凶，成天下之□②□②者，莫大乎蓍龟。

是故，天生神物，圣人执之。天地变化，圣人效之。天垂象，见吉凶，圣人象之。河出图，洛出书，圣人则之。易有四象，所以示也。系辞焉，所以告也。定之以吉凶，所以断也。

第十二章

易曰：“自天佑之，吉无不利。”子曰：“佑者助也。天之所助者，顺也；人之所助者，信也。履信思乎顺，又以尚贤也。是以自天佑之，吉无不利也。”

子曰：“书不尽言，言不尽意；然则圣人之意，其不可见乎？”子曰：“圣人立象以尽意，设卦以尽情伪，系辞焉以尽其言，变而通之以尽利，鼓之舞之以尽神。”

乾坤其易之闳邪？乾坤成列，而易立乎其中矣。乾坤毁，则无以见易；易不可见，则乾坤或几乎息矣。

是故，形而上者谓之道；形而下者谓之器；化而裁之谓之变；推而行之谓之通；举而错之天下之民，谓之事业。

是故，夫象，圣人有以见天下之赜，而拟诸形容，象其物宜，是故谓之象。圣人有以见天下之动，而观其会通，以行其典礼，系辞焉，以断其吉凶，是故谓之爻。极天下之赜者，存乎卦；鼓天下之动者，存乎辞；化而裁之，存乎变；推而行之，存乎通；神而明之，存乎其人；默而成之，不言而信，存乎德行。

白话译文

第一章 天高居上，地卑处下，乾坤（天地之本体）的位置由此确定。高低陈列，贵贱的次序随之建立。动静各有常规，刚柔（阳刚与阴柔两种性质）的属性得以分判。同类事物相聚，同群物类相分，吉凶由此而生。在天空形成日月星辰之象，在大地形成山川万物之形，变化由此显现。

雷霆鼓动万物，风雨润泽万物，日月循环，寒暑交替，乾道化生男，坤道化生女。

乾主掌万物的大始，坤化育成就万物。

乾以简易之道认知，坤以简约之能作为。简易则易于了解，简约则易于遵从。易于了解则有亲近之感，易于遵从则有成就之功。有亲近则可以长久，有功效则可以弘大。能长久是贤人之德，能弘大是贤人之业。

简易之道，包含了天下一切道理；领会了天下的道理，人便能立于天地之中。

第二章 圣人设置卦象以观察自然之象，附上文辞以说明吉凶，刚爻与柔爻相互推移而生变化。

因此：吉凶是得失的征象；悔吝（小有遗憾与艰难）是忧虑的征象；变化是进退的征象；刚柔是昼夜的征象；六爻的运动，体现天、地、人三极之道。

君子安居时所依循的是易的秩序，所乐于玩味的是爻辞；行动时观察变化，玩味占断。如此自得天佑，吉无不利。

第三章 彖辞，解说卦象；爻辞，讲述爻的变化；吉凶，讲得失；悔吝，讲小过失；无咎（没有过错），是善于弥补过失之意。

辨贵贱在于爻位，区大小在于卦体，判吉凶在于辞，忧悔吝在于细微，因震惊而无咎在于知悔改。卦有大小，辞有险易，辞各指其所向。

第四章 《易》与天地准则相符，故能囊括天地之道。

仰观天文，俯察地理，故知幽明之故。追溯本始，返归终结，故知死生之说。精气（精微之气）凝聚为物，游魂散化为变，故知鬼神之情状。

与天地相似故不违，知晓万物道济天下故不过，随顺而不放纵、乐天知命故不忧，安土敦仁故能爱。

涵盖天地化育而不过，曲折成就万物而不遗，通晓昼夜之道而有知，故神无定方，易无定体。

第五章 一阴一阳的交替运行，称为道（天地间的根本法则）。承续此道者为善，成就此道赋予万物者为性（本性）。

仁者见之称为仁，智者见之称为智，百姓日日使用却不自知，所以君子之道鲜有人真正领会！

道显现于仁，隐藏于万用，鼓动万物而不与圣人同忧，盛德大业至矣！

富有万物称为大业，日日更新称为盛德。生生不息称为易，成就天象称为乾，效法地形称为坤，极尽数理知晓未来称为占，通达变化称为事，阴阳不可测度称为神。

第六章 易，广大无边！就远而言无所不达，就近而言静定端正，就天地之间而言无所不备！

乾，静时专一，动时刚直，故能化育宏大；坤，静时收敛，动时开放，故能化育广博。

第七章 孔子说："易，真达到极致了！"易是圣人用以崇尚德行、弘大事业的。智慧高明而礼仪谦卑——高明效法天，谦卑效法地，天地各居其位，易便在其中运行。成就本性，守存道义之门。

第八章 圣人见天下极深之理，比拟其形容，象其物性，称之为象；见天下运动之变，观其会通，推行礼仪，附辞以断吉凶，称之为爻。

言天下至深之理而不令人厌，言天下至动之变而不令人乱。先比拟后言说，先议论后行动，比拟议论以成就变化。

孔子借"鸣鹤在阴"、"同人先号咷后笑"、"藉用白茅"、"劳谦君子"、"亢龙有悔"、"不出户庭"、"负且乘致寇至"等卦爻辞，反复阐明：言行是君子的枢机，关乎荣辱；谨密守正，方能无咎；地位与德行须相称，否则招祸。

第九章 天数为奇（一、三、五、七、九），地数为偶（二、四、六、八、十）。天数之和二十五，地数之和三十，合为五十五，此乃成就变化、推行鬼神之数。

大衍之数五十，实用四十九。分为两组象两仪（阴阳），挂一象三才，以四揲数象四时，归余象闰月。乾策二百一十六，坤策一百四十四，合三百六十，当一年之日数。两篇之策共一万一千五百二十，当万物之数。

四次营运成一爻，十八变成一卦，八卦小成；引申触类，天下之事尽于此矣。

第十章 圣人之道有四：以言语者崇尚其辞，以行动者崇尚其变，以制器者崇尚其象，以卜筮（占卜问卦）者崇尚其占。

问于易而如响应答，无论远近幽深皆能知来。非天下至精，孰能至此？

参伍变化，错综其数，通其变则契合天地之文；极其数则定天下之象。非天下至变，孰能至此？

易无思无为，寂然不动，感而遂通天下之故。非天下至神，孰能至此？

深研于易者，惟深故能通天下之志，惟几（微妙的先兆）故能成天下之务，惟神故不疾而速、不行而至。

第十一章 孔子说："易是做什么用的？易开发万物、成就事务，涵盖天下之道，如此而已。圣人以此通天下之志，定天下之业，断天下之疑。"

蓍草（占卜用草）之德，圆融而神妙；卦之德，方正而知晓；六爻之义，通变而有所贡献。圣人以此洗涤心灵，退而藏密，与民同忧吉凶。

阖门为坤，开门为乾，一阖一开为变，往来不穷为通，有所显现为象，有所成形为器，制而用之为法，利用出入而民皆用之为神。

易有太极（宇宙本体），太极生两仪（阴阳），两仪生四象（老阴、老阳、少阴、少阳），四象生八卦，八卦定吉凶，吉凶生大业。

法象莫大于天地，变通莫大于四时，悬象著明莫过日月，崇高莫大于富贵，备物致用莫大于圣人，探赜索隐莫大于蓍龟（蓍草与龟甲，占卜之具）。

天生神物，圣人执之；天地变化，圣人效之；天垂象示吉凶，圣人象之；河出图，洛出书，圣人则之。易有四象以示，系辞以告，定吉凶以断。

第十二章 《易》曰“自天佑之，吉无不利”。孔子解释：天所助者，顺道也；人所助者，诚信也。履行诚信、思顺于道、又能尚贤，故自天佑之，吉无不利。

孔子又说：文字不能尽言，言语不能尽意——圣人于是立象以尽意，设卦以尽情伪，系辞以尽言，变通以尽利，鼓舞以尽神。

乾坤是易的门户，乾坤成列，易立其中；乾坤若毁，则易无从可见；易若不见，则乾坤几乎止息。

形而上者谓之道（无形的根本法则），形而下者谓之器（有形的具体事物），化而裁之谓之变，推而行之谓之通，举而施于天下谓之事业。

卦穷极天下之深，辞鼓动天下之变，变与通存乎运化，神明之功存乎其人，默而成之、不言而信，存乎德行。

关键词

乾坤： 天地的代称，也是《易经》六十四卦的首末两卦，代表宇宙阴阳两种根本力量。

道： 一阴一阳交替运行的根本规律，是万物生灭变化的终极依据。

太极： 宇宙生成前的本体状态，由此演化出阴阳、四象、八卦的万物体系。

无咎： 并非没有过失，而是能及时弥补过失，使之不造成恶果。

神： 阴阳变化不可测度的极致状态，非人力所能预判，只能感而通之。

现代启示

《系辞上传》的核心，是用一套统一的符号系统来解释宇宙秩序。它告诉我们：世界的运行有其内在规律（道），这个规律既体现在天文地理中，也体现在人的言行德性里。“乾以易知，坤以简能”——越是根本的道理，越是简洁；越是真实的能力，越不复杂。现代人面对信息爆炸、规则繁杂，往往误以为复杂才是深刻，简单就是浅薄。但系辞提醒我们：真正的智慧是“执简驭繁”，用最精炼的原则应对最复杂的变化。“易无思也，无为也，寂然不动，感而遂通天下之故”——这不是消极，而是一种高度专注、排除杂念后的敏锐感知力。

你日常决策时，是陷于细节的泥沼，还是能退一步看清整体的结构？

《易经》易经·系辞下传

原文

《易经》易经·系辞下传

第一章

八卦成列，象在其中矣。因而重之，爻在其中矣。刚柔相推，变在其中矣。系辞焉而命之，动在其中矣。

吉凶者，贞胜者也。天地之道，贞观者也。日月之道，贞明者也。天下之动，贞夫一者也。

夫乾，确实示人易矣。夫坤，聩然示人简矣。爻也者，效此者也。象也者，像此者也。

爻象动乎内，吉凶见乎外，功业见乎变，圣人之情见乎辞。

天地之大德曰生，圣人之大宝曰位。何以守位曰仁。何以聚人曰财。理财正辞，禁民为非曰义。

第二章

古者包羲氏之王天下也，仰则观象於天，俯则观法於地，观鸟兽之文，与地之宜，近取诸身，远取诸物，於是始作八卦，以通神明之德，以类万物之情。

作结绳而为网罟，以佃以渔，盖取诸离。

包羲氏没，神农氏作，馮木为耜，揉木为耒，耒耨之利，以教天下，盖取诸益。

日中为市，致天下之货，交易而退，各得其所，盖取诸噬嗑。

神农氏没，黄帝、尧、舜氏作，通其变，使民不倦，神而化之，使民宜之。易穷则变，变则通，通则久。

是以自天佑之，吉无不利，黄帝、尧、舜，垂衣裳而天下治，盖取诸乾坤。

剡木为舟，剡木为楫，舟楫之利，以济不通，致远以利天下，盖取诸涣。

服牛乘马，引重致远，以利天下，盖取诸随。

重门击柝，以待暴客，盖取诸豫。

断木为杵，掘地为臼，臼杵之利，万民以济，盖取诸小过。

弦木为弧，剡木为矢，弧矢之利，以威天下，盖取诸睽。

上古穴居而野处，后世圣人易之以宫室，上栋下宇，以待风雨，盖取诸大壮。

古之葬者，厚衣之以薪，葬之中野，不封不树，丧期无数，后世圣人易之以棺槨，盖取诸大过。

上古结绳而治，后世圣人易之以书契，百官以治，万民以察，盖取诸夬。

第三章

是故，易者象也。象也者，像也。彖者材也。爻也者，效天下之动也。是故，吉凶生，而悔吝著也。

第四章

阳卦多阴，阴卦多阳，其故何也？阳卦奇，阴卦耦。其德行何也？阳一君而二民，君子之道也。阴二君而一民，小人之道也。

第五章

易曰：“憧憧往来，朋从尔思。”子曰：“天下何思何虑？天下同归而殊途，一致而百虑，天下何思何虑？”

“日往则月来，月往则日来，日月相推而明生焉。寒往则暑来，暑往则寒来，寒暑相推而岁成焉。往者屈也，来者信也，屈信相感而利生焉。”

“尺蠖之屈，以求信也。龙蛇之蛰，以存身也。精义入神，以致用也。利用安身，以崇德也。过此以往，未之或知也。穷神知化，德之盛也。”

易曰：“困于石，据于蒺藜，入于其宫，不见其妻，凶。”子曰：“非所困而困焉，名必辱。非所据而据焉，身必危。既辱且危，死期将至，妻其可得见邪？”

易曰：“公用射隼，于高墉之上，获之无不利。”子曰：“隼者禽也，弓矢者器也，射之者人也。君子藏器於身，待时而动，何不利之有？动而不括，是以出而不获。语成器而动者也。”

子曰：“小人不耻不仁，不畏不义，不见利而不劝，不威不惩；小惩而大诫，此小人之福也。易曰：“履校灭趾，无咎。”此之谓也。”

“善不积，不足以成名；恶不积，不足以灭身。小人以小善为无益，而弗为也，故恶积而不可掩，罪大而不可解。易曰：“履校灭耳，凶。””

子曰：“危者，安其位者也；亡者，保其存者也；乱者，有其治者也。是故，君子安而不忘危，存而不忘亡，治而不忘乱；是以，身安而国家可保也。易曰：“其亡其亡，系于苞桑。””

“天地絪縕，万物化醇。男女构精，万物化生。易曰：“三人行，则损一人；一人行，则得其友。”言致一也。”

子曰：“君子安其身而后动，易其心而后语，定其交而后求。君子修此三者，故全也。危以动，则民不与也；惧以语，则民不应也；无交而求，则民不与也。莫之与，则伤之者至矣。易曰：“莫益之，或击之，立心勿恒，凶。”

第六章

子曰：“乾坤其易之门邪？乾阳物也，坤阴物也。阴阳合德，而刚柔有体，以体天地之撰，以通神明之德。其称名也，杂而不越。於稽其类，其衰世之意邪？”

子曰：“夫易，彰往而察来，而微显阐幽，开而当名，辨物正言，断辞则备矣。其称名也小，其取类也大，其旨远，其辞文，其言曲而中，其事肆而隐，因贰以济民行，以明失得之报。”

第七章

易之兴也，其於中古乎？作易者，其有忧患乎？

是故，履，德之基也；谦，德之柄也；复，德之本也；恒，德之固也；损，德之修也；益，德之裕也；困，德之辨也；井，德之地也；巽，德之制也。

履，和而至；谦，尊而光；复，小而辨於物；恒，杂而不厌；损，先难而后易；益，长裕而不设；困，穷而通；井，居其所而迁；巽，称而隐。

履，以和行；谦，以制礼；复，以自知；恒，以一德；损，以远害；益，以兴利；困，以寡怨；井，以辨义；巽，以行权。

第八章

易之为书也，不可远；为道也，屡迁。变动不居，周流注虚，上下无常，刚柔相易，不可为曲要，唯变所适。

其出入以度，外内使知惧，又明於忧患与故，无有帅保，如临父母。

初率其辞，而揆其方，既有曲常。苟非其人，道不虚行。

第九章

易之为书也，原始要终，以为质也。六爻相杂，唯其时物也。

其初难知，其上易知，本末也。初辞拟之，卒成之终。若夫杂物撰德，辨是与非，则非其中爻不备。

噫！亦要存亡吉凶，则居可知矣。知者观其彖辞，则思过半矣。

二与四位，同功而异位，其善不同，二多誉，四多惧，近也。柔之为道，不利远者，其要无咎，其用柔中也。三与五，同功而异位，三多凶，五多功，贵贱之等也。其柔危，其刚胜邪？

第十章

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。道有变动，故曰爻；爻有等，故曰物；物相杂，故曰文；文不当，故吉凶生焉。

第十一章

易之兴也，其当殷之末世，周之盛德邪？当文王与纣之事邪？是故其辞危。危者使平，易者使倾，其道甚大，百物不废。惧以终始，其要无咎，此之谓易之道也。

第十二章

夫乾，天下之至健也，德行恒，易以知险。夫坤，天下之至顺也，德行恒简以知阻。

能说诸心，能研诸侯之虑，定天下之吉凶，成天下之亹亹者。

是故，变化云为，吉事有祥，象事知器，占事未来。

天地设位，圣人成能，人谋鬼谋，百姓与能。

八卦以象告，爻象以情言，刚柔杂居，而吉凶可见矣！

变动以利言，吉凶以情迁。是故，爻恶相攻而吉凶生；远近相取而悔吝生，情伪相感而利害生。凡易之情，近而不相得则凶；或害之，悔且吝。

将叛者，其辞悞，中心疑者其辞枝，吉人之辞寡，躁人之辞多，诬善之人其辞游，失其守者其辞屈。

白话译文

第一章 八卦排列成序，万物的形象（象）就蕴含其中；将八卦两两重叠为六十四卦，爻（卦中阴阳线条，代表变化节点）就产生了；阴阳刚柔相互推移，变化就在其中；附上文辞加以说明，动态的意义也就呈现了。

吉凶的判断，在于坚守正道；天地、日月的运行，皆以正道为本；天下万物的运动，归根于一个“正”字。

乾卦刚健直截，示人以简易；坤卦柔顺广大，示人以朴简。爻，效法这种变化；象，模拟这种形态。爻象在内部运动，吉凶显现于外，功业体现于变，圣人的情感体现于辞。

天地最大的德性是"生"（化育万物），圣人最宝贵的是"位"（权位）。守位靠仁，聚人靠财，管财正辞、禁民作恶，是为义。

第二章 伏羲氏治天下，仰观天象、俯察地法、近取诸身、远取诸物，创作八卦（乾坤震巽坎离艮兑），通神明之德，类万物之情。他取法离卦（象征网罗）编结网罟，用于渔猎。神农氏取法益卦（象征增益）制作农具，教化天下；取法噬嗑卦（象征咬合交换）建立市集。黄帝、尧、舜通变使民不倦，"穷则变，变则通，通则久"，垂衣裳而天下治，取法乾坤。此后，舟楫取法涣卦，牛马取法随卦，门警取法豫卦，杵臼取法小过卦，弓矢取法睽卦，宫室取法大壮卦，棺槨取法大过卦，书契取法夬卦——文明的每一步进步，皆有卦象的启示在其中。

第三章 易就是象，象就是模拟。彖辞（对整卦的综合判断）是对卦体性质的说明；爻是效法天下运动的符号。吉凶因此而生，悔吝（小失与遗憾）因此而显。

第四章 阳卦（震坎艮）中阴爻偏多，阴卦（坤巽离兑）中阳爻偏多。阳卦一君二民，是君子之道；阴卦二君一民，是小人之道。

第五章 孔子借多条爻辞阐发义理：天下殊途同归，何需多虑？日月寒暑往来相推，屈伸相感而利生；尺蠖弯曲以求伸，龙蛇蛰伏以存身。被石困、倚蒺藜，是强处非位之凶；射隼于高墙，是君子藏器待时之利。小人不羞不义，须小惩大诫——善不积不足成名，恶不积不足灭身。君子安而不忘危、存而不忘亡、治而不忘乱；天地氤氲（阴阳二气交融）而万物化生，人须安身后动、平心后语、定交后求，修此三者方能全身。

第六章 乾坤是易的门户，阴阳合德则刚柔有体。易彰往察来，微显阐幽，辞虽小而取类大，旨远辞文，言曲而中，事肆而隐，以明失得之报。

第七章 易兴于中古，作者必有忧患之心。九卦修德体系：履（礼行）为德基，谦为德柄，复为德本，恒为德固，损为德修，益为德裕，困为德辨，井为德地，巽（顺从）为德制。此九卦既是人格成长的阶梯，又各有实践功用：履以和行，谦以制礼，复以自知，恒以一德，损以远害，益以兴利，困以寡怨，井以辨义，巽以行权。

第八章 易之为书，不可疏远，其道屡屡迁变，变动无居，周流无定，刚柔相易，唯变所适。出入以度，使知惧；明于忧患，如临父母。初时顺辞揆方，既有规律可循；若非其人，道不虚行。

第九章 易书原始要终，六爻相杂，唯其时物而定。初爻难知，上爻易知，是本末之别。辨杂物、判德行、辨是非，非中爻不备。知者观彖辞，思过半矣。二爻多誉，四爻多惧（近君故惧）；三爻多凶，五爻多功（贵贱之等）。柔居高位则危，刚处正位则胜。

第十章 易书广大悉备，兼天道、人道、地道。三才（天地人）各具阴阳，故六爻而成卦。道有变动故称爻，爻有等级故称物，物相混杂故称文，文不当位则吉凶生。

第十一章 易兴于殷末周初，当文王处纣之世，故其辞多危。危者使平，轻者使倾，道甚大，百物不废。始终以惧警戒，要诀在无咎，此易之道也。

第十二章 乾至健，以易知险；坤至顺，以简知阻。变化云为，吉事有祥，象事知器，占事知来。天地设位，圣人成能，人谋鬼谋（神明之谋），百姓皆与能。爱恶相攻则吉凶生，远近相取则悔吝生，情伪相感则利害生。将叛者辞焦虑，疑者辞枝蔓，吉人辞寡，躁人辞多，诬善者辞游离，失守者辞屈曲。

关键词

爻： 卦中的阴阳线条，是易的最小变化单位，效法天地万物的运动节律，决定吉凶走向。

象： 八卦的符号形象，模拟宇宙万物的形态；系辞下传的核心命题之一：“易者，象也。”

三才： 天、地、人三种基本力量，六爻正是三才各具阴阳（各两爻）叠合而成，体现天人合一的宇宙结构观。

忧患意识： 作易者的核心精神动力，第七、十一章明确指出易兴于乱世忧患，“惧以终始”是贯穿全书的警戒精神。

穷则变，变则通，通则久： 易学最核心的变化哲学，出自第二章，是中国文化中应对困境的基本思维范式。

现代启示

系辞下传最深刻的贡献，是将“变化”确立为理解世界的第一原则。从伏羲画卦到黄帝制礼，文明进步的每一步都被诠释为“观象取法”——不是凭空创造，而是向自然学习、在变化中寻找秩序。第七章九卦修德体系（履谦复恒损益困井巽）尤其值得重视：这九个卦字，构成了一套从“礼行”到“权变”的完整人格成长路径，每一步既是修为目标，也有具体的行动方法。第十一章一句“危者使平，易者使倾”，道出了这部书的终极立场：保持警觉的人得安全，轻忽大意的人招危险。这不是宿命论，而是主动管理风险的生存哲学。

在这个信息爆炸、变化加速的时代，我们还有没有能力像古人那样，静下心来“仰观俯察”，从纷繁现象中辨识出真正值得遵循的规律？

《易经》易经·说卦传

原文

《易经》易经·说卦传

第一章

昔者，圣人之作易也，幽赞神明而生蓍。

观变於阴阳，而立卦；发挥於刚柔，而生爻；和顺於道德，而理於义；穷理尽性，以至於命。

第二章

昔者圣人之作易也，将以顺性命之理。是以立天之道，曰阴与阳；立地之道，曰柔与刚；立人之道，曰仁与义。兼三才而两之，故易六画而成卦。分阴分阳，迭用柔刚，故易六位而成章。

第三章

天地定位，山泽通气，雷风相薄，水火不相射，八卦相错，数往者顺，知来者逆；是故，易逆数也。

第四章

雷以动之，风以散之，雨以润之，日以暹之，艮以止之，兑以说之，乾以君之，坤以藏之。

第五章

帝出乎震，齐乎巽，相见乎离，致役乎坤，说言乎兑，战乎乾，劳乎坎，成言乎艮。万物出乎震，震东方也。齐乎巽，巽东南也，齐也者，言万物之洁齐也。离也者，明也，万物皆相见，南方之卦也，圣人南面而听天下，向明而治，盖取诸此也。坤也者地也，万物皆致养焉，故曰致役乎坤。兑正秋也，万物之所说也，故曰说；言乎兑。战乎乾，乾西北之卦也，言阴阳相薄也。坎者水也，正北方之卦也，劳卦也，万物之所归也，故曰劳乎坎。艮东北之卦也，万物之所成，终而所成始也，故曰成言乎艮。

第六章

神也者，妙万物而为言者也。动万物者，莫疾乎雷；桡万物者，莫疾乎风；燥万物者，莫媚馇乎火；说万物者，莫说乎泽；润万物者，莫润乎水；终万物始万物者，莫盛乎艮。故水火相逮，雷风不相悖，山泽通气，然后能变化，既成万物也。

第七章

乾，健也；坤，顺也；震，动也；巽，入也；坎，陷也；离，丽也；艮，止也；兑，说也。

第八章

乾为马，坤为牛，震为龙，巽为鸡，坎为豕，离为雉，艮为狗，兑为羊。

第九章

乾为首，坤为腹，震为足，巽为股，坎为耳，离为目，艮为手，兑为口。

第十章

乾天也，故称父，坤地也，故称母；震一索而得男，故谓之长男；巽一索而得女，故谓之长女；坎再索而男，故谓之中男；离再索而得女，故谓之中女；艮三索而得男，故谓之少男；兑三索而得女，故谓之少女。

第十一章

乾为天、为圜、为君、为父、为玉、为金、为寒、为冰、为大赤、为良马、为瘠马、为驳马、为木果。

坤为地、为母、为布、为釜、为吝啬、为均、为子母牛、为大舆、为文、为众、为柄、其於地也为黑。

震为雷、为龙、为玄黄、为敷、为大涂、为长子、为决躁、为苍闾竹、为萑苇。其於马也，为善鸣、为馵足，为的颡。其於稼也，为反生。其究为健，为蕃鲜。

巽为木、为风、为长女、为绳直、为工、为白、为长、为高、为进退、为不果、为臭。其於人也，为寡发、为广颡、为多白眼、为近利市三倍。其究为躁卦。

坎为水、为沟渎、为隐伏、为矫輮、为弓轮。其於人也，为加忧、为心病、为耳痛、为血卦、为赤。其於马也，为美脊、为亟心、为下首、为薄蹄、为曳。其於舆也，为丁躓。为通、为月、为盗。其於木也，为坚多心。

离为火、为日、为电、为中女、为甲冑、为戈兵。其於人也，为大腹，为乾卦。为鳖、为蟹、为赢、为蚌、为龟。其於木也，为科上槁。

艮为山、为径路、为小石、为门阙、为果蓏、为阍寺、为指、为狗、为鼠、为黔喙之属。其於木也，为坚多节。

兑为泽、为少女、为巫、为口舌、为毁折、为附决。其於地也，刚卤。为妾、为羊。

白话译文

第一章：从前，圣人创作《易经》，借助神明的启示制作了蓍草（占筮工具）。观察阴阳的变化，确立卦象；阐发刚柔的道理，产生爻；使道德和顺，依义理加以整理；穷究天地之理，尽知万物之性，从而达到对天命的认识。

第二章：圣人作易，是为了顺应性命（万物本性与天命）的道理。因此确立天的法则，称为阴与阳；地的法则，称为柔与刚；人的法则，称为仁与义。将天、地、人三才各取两画，所以《易》以六画成卦。区分阴阳，交替运用柔刚，以六爻位成章。

第三章：天在上地在下，各安其位；山与泽气息相通；雷与风相互激荡；水与火互不侵害。八卦交相错综，推算过去要顺数，预测未来要逆数——《易》是逆数推算之学。

第四章：雷使万物震动，风使万物布散，雨使万物滋润，日使万物彰显，艮（山）使万物止息，兑（泽）使万物喜悦，乾统领万物，坤收藏万物。

第五章：造化之帝（自然规律的主宰）从震（东）出发，在巽（东南）齐整，在离（南）相见，在坤（西南）劳役，在兑（西）喜悦，在乾（西北）激战，在坎（北）劳苦，在艮（东北）告终而复始。——圣人面朝南方听政，向明而治，取象于南方离卦的光明之义。

第六章：所谓"神"，是奇妙主宰万物之力。震动万物莫疾于雷，摇曳万物莫疾于风，干燥万物莫烈于火，悦泽万物莫胜于泽，滋润万物莫充于水，终而复始莫盛于艮。水火相济，雷风相协，山泽相通，然后变化生生，万物以成。

第七章：乾，刚健；坤，柔顺；震，震动；巽，进入；坎，陷落；离，附丽（依附）；艮，静止；兑，喜悦。

第八章至第十章（取象三则）：八卦对应动物——乾马、坤牛、震龙、巽鸡、坎豕、离雉、艮狗、兑羊。对应身体——乾首、坤腹、震足、巽股、坎耳、离目、艮手、兑口。对应家庭——乾为父，坤为母；震长男、巽长女；坎中男、离中女；艮少男、兑少女。

第十一章：八卦各具丰富象征。乾——天、圆、君、父、玉、金、寒、冰、大赤、良马。坤——地、母、布帛、釜锅、均平、大车、黑色。震——雷、龙、大路、长子、果断急躁。巽——木、风、长女、绳直、工匠、白色、进退不定、气味。坎——水、沟渠、隐伏、弓轮、忧愁、心病、盗贼、月亮。离——火、日、电、中女、甲冑、戈兵、大腹、龟鳖蟹蚌。艮——山、小径、门阙、果实、守门人、鼠、黑嘴之属。兑——泽、少女、巫、口舌、毁折、盐碱地、妾、羊。

关键词

三才：天、地、人三种宇宙基本力量，《易》六爻中两两对应，构成完整宇宙模型。

逆数：由已知现状推算未来走向，是《易》占筮预测的核心方法论，与"顺数"（推算过去）相对。

取象：将八卦与自然万物（动物、身体、家庭、器物）建立对应关系，是易学符号思维的基本操作。

帝出乎震：描述自然造化之力沿东→东南→南→西南→西→西北→北→东北循环运行的周期规律。

性命之理：万物内在本性（性）与天赋规律（命）的总称，是圣人作易的根本出发点。

现代启示

《说卦传》本质上是一套古老的**分类与符号系统**。圣人将宇宙万象归纳为八种基本力量，再以"取象"方式将抽象符号映射到具体事物——这与现代系统论、语义网络的思维逻辑惊人相似。八卦并非迷信符咒，而是一种**模式识别框架**：把变动不居的世界压缩为有限的类型，从而使人能够在复杂中找到秩序。

更值得关注的是"逆数"思维——《易》不满足于描述过去，而是训练人从已知结构中推算未来走势。这与今天的数据建模、趋势预测有异曲同工之妙。三才并立（天地人）的框架，也提醒我们：任何决策都必须同时考量客观规律、现实条件与人的主动选择。

当你面对一个复杂局面，你习惯于"顺数"（复盘已有信息），还是"逆数"（从规律推算下一步）？

《易经》易经·序卦传

原文

《易经》易经·序卦传

有天地，然后万物生焉。

盈天地之间者，唯万物，故受之以屯；屯者盈也，屯者物之始生也。

物生必蒙，故受之以蒙；蒙者蒙也，物之穉也。

物穉不可不养也，故受之以需；需者饮食之道也。饮食必有讼，故受之以讼。

讼必有众起，故受之以师；师者众也。

众必有所比，故受之以比；比者比也。

比必有所畜也，故受之以小畜。

物畜然后有礼，故受之以履。

履而泰，然后安，故受之以泰；泰者通也。

物不可以终通，故受之以否。

物不可以终否，故受之以同人。

与人同者，物必归焉，故受之以大有。

有大者不可以盈，故受之以谦。

有大而能谦，必豫，故受之以豫。

豫必有随，故受之以随。

以喜随人者，必有事，故受之以蛊；蛊者事也。有事而后可大，故受之以临；临者大也。

物大然后可观，故受之以观。

可观而后有所合，故受之以噬嗑；嗑者合也。

物不可以苟合而已，故受之以贲；贲者饰也。

致饰然后亨，则尽矣，故受之以剥；剥者剥也。

物不可以终尽，剥穷上反下，故受之以复。

复则不妄矣，故受之以无妄。有无妄然后可畜，故受之以大畜。

物畜然后可养，故受之以颐；颐者养也。

不养则不可动，故受之以大过。

物不可以终过，故受之以坎；坎者陷也。

陷必有所丽，故受之以离；离者丽也。

有天地，然后有万物；有万物，然后有男女；有男女，然后有夫妇；有夫妇，然后有父子；有父子然后有君臣；有君臣，然后有上下；有上下，然后礼仪有所错。

夫妇之道，不可以不久也，故受之以恒；恒者久也。

物不可以久居其所，故受之以遯；遯者退也。

物不可终遯，故受之以大壮。

物不可以终壮，故受之以晋；晋者进也。

进必有所伤，故受之以明夷；夷者伤也。

伤於外者，必反其家，故受之以家人。

家道穷必乖，故受之以睽；睽者乖也。

乖必有难，故受之以蹇；蹇者难也。

物不可终难，故受之以解；解者缓也。

缓必有所失，故受之以损；损而不已，必益，故受之以益。

益而不已，必决，故受之以夬；夬者决也。

决必有所遇，故受之以姤；姤者遇也。

物相遇而后聚，故受之以萃；萃者聚也。

聚而上者，谓之升，故受之以升。

升而不已，必困，故受之以困。

困乎上者，必反下，故受之以井。

井道不可不革，故受之以革。

革物者莫若鼎，故受之以鼎。

主器者莫若长子，故受之以震；震者动也。

物不可以终动，止之，故受之以艮；艮者止也。

物不可以终止，故受之以渐；渐者进也。

进必有所归，故受之以归妹。

得其所归者必大，故受之以丰；丰者大也。

穷大者必失其居，故受之以旅。

旅而无所容，故受之以巽；巽者入也。

入而后说之，故受之以兑；兑者说也。

说而后散之，故受之以涣；涣者离也。

物不可以终离，故受之以节。

节而信之，故受之以中孚。

有其信者，必行之，故受之以小过。

有过物者，必济，故受之以既济。

物不可穷也，故受之以未济终焉。

白话译文

有天地，才有万物生长。充满天地之间的只有万物，所以接着是**屯卦**（屯：充盈，万物初生之象）。

万物初生必然蒙昧，所以接着是**蒙卦**（蒙：幼稚懵懂之意）。幼稚就须养育，所以接着是**需卦**（需：饮食养育之道）。有饮食就必然生出争讼，所以接着是**讼卦**。有争讼就有众人兴起，所以接着是**师卦**（师：众人之意）。众人必相互亲附，所以接着是**比卦**（比：亲附之意）。亲附必有积蓄，所以接着是**小畜卦**。有积蓄才讲礼仪，所以接着是**履卦**。行礼而后通达安泰，所以接着是**泰卦**（泰：通达之意）。

事物不可能永远通达，所以接着是**否卦**。不可永远阻塞，所以接着是**同人卦**。与人和同则万物归附，所以接着是**大有卦**。有大收获不可自满，所以接着是**谦卦**。有大而能谦，必然愉悦，所以接着是**豫卦**。愉悦必有人跟随，所以接着是**随卦**。随喜而生事务，所以接着是**蛊卦**（蛊：事务之意）。有事才能壮大，所以接着是**临卦**（临：壮大之意）。壮大才值得观览，所以接着是**观卦**。可观览才有所合聚，所以接着是**噬嗑卦**（嗑：合聚之意）。

合聚不可苟且，所以接着是**贲卦**（贲：文饰之意）。极度文饰则亨通穷尽，所以接着是**剥卦**（剥：剥落之意）。事物不可终尽，剥极反下而复生，所以接着是**复卦**。复生则不虚妄，所以接着是**无妄卦**。真实无妄才可大蓄，所以接着是**大畜卦**。有积蓄才能颐养，所以接着是**颐卦**（颐：养育之意）。不养则不能动，所以接着是**大过卦**。不可终究过度，所以接着是**坎卦**（坎：陷落之意）。陷落之处必有附丽，所以接着是**离卦**（离：附丽之意）。

有天地，然后有万物；有万物，然后有男女；有男女，然后有夫妇；有夫妇，然后有父子；有父子，然后有君臣；有君臣，然后有上下；有上下，然后礼义才有所施行。

夫妇之道不可不长久，所以接着是**恒卦**（恒：久长之意）。事物不可久居其所，所以接着是**遯卦**（遯：退避之意）。不可终究退避，所以接着是**大壮卦**。不可终究强壮，所以接着是**晋卦**（晋：进取之意）。进取必有所伤，所以接着是**明夷卦**（夷：伤损之意）。受伤于外必返家，所以接着是**家人卦**。家道穷困必乖离，所以接着是**睽卦**（睽：乖离之意）。乖离必生艰难，所以接着是**蹇卦**（蹇：艰难之意）。不可终究艰难，所以接着是**解卦**（解：舒缓之意）。

舒缓必有所失，所以接着是**损卦**。损减不止必增益，所以接着是**益卦**。增益不止必决断，所以接着是**夬卦**（夬：决断之意）。决断必有所遭遇，所以接着是**姤卦**（姤：遭遇之意）。相遇而后聚合，所以接着是**萃卦**（萃：聚合之意）。聚而上升谓之升，所以接着是**升卦**。升而不止必困穷，所以接着是**困卦**。困于上必反归下，所以接着是**井卦**。井道不可不革新，所以接着是**革卦**。变革事物莫如鼎，所以接着是**鼎卦**。主持器物莫如长子，所以接着是**震卦**（震：动之意）。不可终究运动，止之，所以接着是**艮卦**（艮：止之意）。不可终究静止，所以接着是**渐卦**（渐：渐进之意）。渐进必有归宿，所以接着是**归妹卦**。得其归宿必壮大，所以接着是**丰卦**（丰：盛大之意）。穷极壮大必失居所，所以接着是**旅卦**。旅途无所容纳，所以接着是**巽卦**（巽：进入之意）。进入而后喜悦，所以接着是**兑卦**（兑：喜悦之意）。喜悦而后涣散，所以接着是**涣卦**（涣：离散之意）。不可终归离散，所以接着是**节卦**。有节制而守信，所以接着是**中孚卦**。有

信义必付诸行动，所以接着是**小过卦**。有所超越必然成事，所以接着是**既济卦**。事物不可穷尽，所以以**未济卦**作终结。

关键词

屯：充盈、初生之意，象征万物从混沌中破土而出的最初状态，有艰难却充满生机。

剥复：剥，剥落消亡；复，反转复生。二者相连，体现"物极必反"的核心法则。

损益：损，减损；益，增益。二者互为因果，揭示事物在消减与增长之间循环转化的规律。

序卦：指六十四卦依因果逻辑排列的顺序，每卦皆由前卦的"物极"状态自然生发而来。

未济：未完成、尚未渡越之意。以此卦终篇，暗示宇宙万物永无终结，变化之道生生不息。

现代启示

序卦传的核心逻辑，是一条因果链：每一种状态都孕育着下一种状态的种子。通达生傲慢，傲慢生阻塞；阻塞生求变，求变生新生。这与现代系统论中的"负反馈调节"高度吻合——任何系统走向极端，都会触发自我修正机制。

更值得注意的是结尾：全书六十四卦，不以"既济"（事已成）收官，偏偏以"未济"（事未竟）终结。这并非缺憾，而是一种清醒的世界观——完成即停滞，未完成才是生命的常态。

无论个人成长、企业运营还是文明演进，都在"屯→蒙→需→讼"这样的循环中螺旋上升，没有终点。

****引发思考的问题****：在你目前的处境中，你正处于六十四卦序列的哪个节点——是"泰"的巅峰、"否"的低谷，还是"复"的转机？

《易经》易经·杂卦传

原文

《易经》易经·杂卦传

乾刚，坤柔，比乐，师忧。

临、观之义，或与或求。

屯见而不失其居。蒙杂而著。

震起也，艮止也；损益盛衰之始也。

大畜时也。无妄灾也。

萃聚，而升不来也。谦轻，而豫怠也。

噬嗑食也，贲无色也。

兑见，而巽伏也。

随无故也，蛊则飭也。

剥烂也，复反也。

晋昼也，明夷诛也。

井通，而困相遇也。

咸速也，恒久也。

涣离也，节止也；解缓也，蹇难也；睽外也，家人内也；否泰反其类也。

大壮则止，遯则退也。

大有众也，同人亲也；革去故也，鼎取新也；小过过也，中孚信也；丰多故，亲寡旅也。

离上，而坎下也。小畜寡也，履不处也。需不进也，讼不亲也。

大过颠也。姤遇也，柔遇刚也。渐女归，待男行也。颐养正也，既济定也。归妹女之终也。未济男之穷也。夬决也，刚决柔也，君子道长，小人道忧也。

白话译文

乾卦象征刚健，坤卦象征柔顺。比卦呈现亲附之乐，师卦承担忧患之责。

临卦与观卦的要义，一为主动给予，一为寻求观察。屯卦显现事物萌生，却尚未离开原初位置；蒙卦混沌纷杂，然而道理终将显明。

震卦代表振起奋发，艮卦代表知止不前。损卦与益卦，是盛极而衰、衰极而盛的起点。大畜卦讲究顺应时机；无妄卦警示无端之灾祸。

萃卦是聚合归拢，升卦是向上而不回返。谦卦使人轻灵谦逊，豫卦易使人怠惰放纵。噬嗑卦象征咀嚼消化，贲卦象征朴素无华。兑卦显露于外，巽卦潜伏顺从。

随卦顺势而动，并无缘故；蛊卦则是整饬纠正积弊。剥卦是腐烂剥落，复卦是回归反转。晋卦如白昼光明，明夷卦则光明遭受压制。

井卦通达四方，困卦逢遇阻隔。咸卦感应迅速，恒卦持守长久。涣卦是离散分开，节卦是有所节制；解卦是缓和舒解，蹇卦是艰难险阻；睽卦是疏离外向，家人卦是亲密内聚；否卦与泰卦，正是各归其反。

大壮卦强盛至极则知止，遯卦则选择适时退避。大有卦代表众多丰盛，同人卦代表相亲相近；革卦是去除旧有，鼎卦是取纳新生；小过卦是有所逾越，中孚卦是心存诚信；丰卦故旧众多，旅卦则亲近寥寥。

离卦性质向上，坎卦性质向下。小畜卦蓄积尚少，履卦不得安处；需卦等待而不进取，讼卦争执而不亲和。

大过卦是颠覆倾倒。姤卦是不期而遇，柔弱与刚强相逢。渐卦是女子出嫁归宁，须等待男子行动。颐卦滋养正道，既济卦大势已定。归妹卦是女子归宿之终，未济卦是男子困境之极。夬卦是决断，刚强决断柔弱——君子之道由此壮大，小人之道由此忧惧。

关键词

乾刚坤柔： 乾象天，性刚健主动；坤象地，性柔顺承载。刚柔是易学最基本的对立范畴。

损益： 损卦（减损）与益卦（增益）互为对卦，揭示盛衰转化是一切变化的起始机制。

剥复： 剥为剥落消亡，复为回归复生，两卦合观，呈现自然与人事“物极必反”的规律。

既济未济： 既济（六十三卦）意为事已完成，未济（六十四卦）意为尚未完成，以“未完”收尾，暗示变化永无终结。

夬： 音“快”，决断之义。以刚决柔，象征正道主动抉择、排除阴邪的果断行动。

现代启示

《杂卦传》以短促有力的对句，将六十四卦两两比较，揭示的不是孤立的卦义，而是对立统一的关系结构：有聚必有散，有进必有退，有刚必有柔，有始必有终。这种思维方式与现代系统论高度契合——任何事物都不能脱离其对立面来理解，管理者在顺境中看到“退避”的必要，在衰落中看到“复返”的可能，才是真正的战略眼光。

更值得注意的是，全书以“未济”（尚未完成）作结，而非“既济”（大功告成），传递出一个深刻的开放性信号：变化永不终止，任何“完成”都只是下一轮变化的起点。

你在当下的处境中，正身处哪一卦的阶段——是“剥”的剥落，“复”的回归，还是“夬”的决断？