

# 《易经的智慧》第90集：为道日损

(曾仕强)

[http://blog.sina.com.cn/s/blog\\_6ba834fc0102v90w.html](http://blog.sina.com.cn/s/blog_6ba834fc0102v90w.html)

损卦卦象：《易经》第四十一卦：兑下  
艮上（下）

上九 \_\_\_ 爻辞：弗损，益之，无咎  
，贞吉。利有攸往  
，得臣无家。

六五 \_\_ \_\_ 爻辞：或益之十朋之龟，  
弗克违，元吉。

六四 \_\_ \_\_ 爻辞：损其疾，使遄有喜  
，无咎。

六三 \_\_ \_\_ 爻辞：三人行，则损一人；  
一人行，则得其友。

九二 \_\_\_\_\_ 爻辞：利贞，征凶。弗损  
， 益之。

初九 \_\_\_\_\_ 爻辞：已事遄往，无咎，  
酌损之。

**损卦卦辞：**损。有孚，元吉，无咎，可  
贞。利有攸往，曷之用？二簋可用享。

**损卦彖辞：**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  
。

**损卦大象：**山下有泽，损；君子以惩忿窒欲。

### (一)

树木舍得落叶，才能获得新生，人生也同样是能舍才能得。那么人们应该如何把握舍与得之间的尺度呢？对此，《易经》中的损卦又给出了怎样的答案呢？身处不同立场，不同人生阶段的人们，又该分别舍弃哪些东西，才能最终获得收益呢？

损卦一共有六个爻，三阳三阴，初九是当位的，六四是当位的，只有这两个

爻是当位的，其它四个爻都不当位。那是不是当位就好，不当位的就不好呢？那也不一定。因为六个爻里面，从初爻到六五，全都是损的，因为是损卦。反而上九，唯独这一爻，它是没有损的，它真正是受益者。这也符合物极必反的道理，就是你损损损，损到最后的时候，你就是得益的，损极必益。

我们还是先从初九看起，初九爻辞：已事遄往，无咎，酌损之。已：停止。我停止自己的事情。遄：迅速，快速地去帮助别人。大家看一看初九它跟六四是相对应的，六四是虚的，初九是实的。阴虚的东西，它的欲望多半比较强，

所以六四它急于需要初九去帮它忙。那初九就不能说好好好，我会来，我会来，等我忙完了再来。这个是不可以的。你要么不帮忙，你要帮忙要及时，记住一句话，《易经》是不要去救穷的，因为穷救不了。但是《易经》叫我们救急，救急不救穷。朋友有急难，我们义无反顾。可是朋友穷，那我们真的没有办法。像这些道理，会流传那么久，大家真的要好好去领悟领悟。可是尽管把自己的事情停下来，赶快去帮助它，你也要酌损之。你看它特别要你斟酌自己的状况，不要太过分去损你自己，为什么？因为初嘛，你位置也不高，你的实力也不够，你再怎么样全损，再怎么

样尽心尽力，有时候把自己损坏了，人家都得不到好处的，那有什么用？这样才会无咎。

当我们在读《易经》的时候，只要看到无咎，你就应该想到，这本来想来有咎的。第一个，你忙自己的事情，你只是斜眼睛看看他，你不急，这就有咎了。因为当你要帮忙的时候，可能他已经不需要了，可能他已经来不及了，那你不是误事吗？我们在损卦里面，一定在记住先人后己。先考虑别人的事情，而不是先考虑自己的事情。第二个，你只要不衡量实力，你只要不诚信，你就有咎了。

所以小象说得很清楚（初九小象）：  
已事遄往，尚合志也。你把事情停下来，赶快跑到六四那里去，增益它。这个尚是你注重什么，尚：注重。你注重合乎六四的意思。老实讲一个人要帮人家忙，要按照他需要的，按照他的标准，按照他的一种看法，感觉，而不是凭你的感觉，但是六四如果说太过分了，那你要自己节制。热心是很重要的，热忱是必须的，但是衡量自己，节制自己，因为你才可长可久嘛。否则一次两次，就把自己爆破了，那也没有意思。损，就是损己利人，克己待人，真正对人家有帮助，那才叫损。

## (二)

损卦的初九爻阳刚当位，劝告诫人们在衡量了自己的实力，了解了他人的需求后，就应当首当其冲的牺牲自己，去成人之美。然而这一原则，却并不适用于所有情况。损卦的九二爻就告诉人们，有时热心帮助别人，反而会害了别人，这是怎么回事呢？

九二爻辞：利贞，征凶。弗损，益之。九二就叫你不要损，哪里还有损卦叫人家不要损的？有啊。因为九二它不当位，二本来是阴爻的位置，现在是九二。刚而能柔，我是很刚，没有错，照我的个性，我应该积极地去帮人家忙。但



是我现在居在柔位，我就要告诉我自己，我的角色，我的立场，我要好好节制自己，控制我自己，我不能说爱怎么样就怎么样，我只能做应该做的事。九二你应该守自己的本分，所以要利贞。所以你看初九，告诉你赶快去，可是这里告诉你，贞凶。你不能够过分地自己损害你自己，你会造成你自己的不足，最后你想帮人都帮不了。

其实更深一点的意思就是说，我们借钱给人家，本来是好心好意，他如果有借有还，那你就觉得朋友真的有通财之意。可现在你不是，他跟你借了，有借无还，你还热心，下次还借给他，借了

三次以后，你就受到很大的痛苦。下面这句话是关键，你就从此对什么朋友有通财之义这种道理，你完全就认为是乱讲，那就糟糕了。那你因为热心，而使自己对仁义失去了信心，那不是害己害人吗？所以为什么**凡是什么事情，一过分就是不好，从这里你看得最清楚，所以它告诉，弗损益之。弗损益之就是不要过分自损，你才真正地对人家有帮助，你一旦过分自损，那你变成什么？你要么存心讨好他，要么你巴结他，要么你想害死他。你要害死一个人很简单，他跟你借五块钱，你给他十块；他下次借你一百，你给他二百，你就把他害死了。因为他认为借钱很容易，然后他就**

到处借钱，最后不跳楼才怪。人不能过分热心，也要考虑被你帮忙的人的立场，要考虑他以后的日子怎么过，这才叫做正道。

九二小象：九二利贞，中以为志也。九二之所以能够守正道，是什么道理？中以为志也。就是时时刻刻都拿合理做标准，来节制自己的行为。这段其实孔子讲得非常清楚：高而能下，满而能虚，富而能俭，贵而能卑，智而能愚，勇而能怯，辩而能讷，博而能浅，明而能暗。当你职位低的时候，你对人很客气。可是当你职位高的时候，你就下不来了，你就认为你了不起了，你就看不起

人家了。所以高而能下，是一种修养。满而能虚。一个人很有钱了，他还能怎么样？不是装穷，而是把钱跟人家做合理的分享。因为钱这个东西它是要流动的，叫做通货。你该赚的钱你都满满的，我就赚不到钱了。你做适当的分享，适当做一些公益，那有了空间以后，钱自然就进来了。富而能俭。富了你就不知道节俭，那算什么修养呢？我不是买不起，而是我觉得浪费不好；我不是出不起钱，而是这钱出得没有意义。贵而能卑。一个人很高贵，但是你会很亲切地，很和蔼地对待一般人。智而能愚，这个更难了。你的智慧很高，你会让人家看起来你很迟钝。勇而能怯。你很勇

敢，但是你好象很懦弱一们。辩而能讷。你口才非常好，但是有时候好象不太敢讲话，就是慎重的意思。博而能浅。你的学问很广博，但是你能深入浅出，讲得让大家都懂。明而能暗。你很光彩，很亮丽，但是有时候，你也不必始终要保持那样。

你看我们中国的女明星，就是这点做不到。她明明去扮演乞丐的角色，她都要涂粉，她都要弄得好象，“这个不能破坏我的形象。”那你根本就是演得不像嘛，你怎么演得像呢？当你扮演坏人的时候，我就是那个坏人的样子，要出来。你怎么能够说，“我是很斯文的。”

那你就不要演这个角色好了，这些叫做什么？损而不极。不走极端的极，这个就叫做中。中就是说我这边行，我那边也行，我两边都行，这才有弹性，随时会调整。能够做到这个地步，只有什么？只有品德修养很好的人，才做得到。

### (三)

虽然损卦强调的是舍己为人，但同时也告诫人们，“舍”是一种人生修为，需要克制己欲，适可而止。此处，损卦还提醒人们，遇到他人需要帮助的情况，不要一拥而上，否则，也只能得到损人又不利己的结果，这又是为什么呢？

**六三爻辞：三人行，则损一人；一人行，则得其友。**三人行，则损一人。因为它本来是从泰卦，演变过来的。泰卦的九三，现在已经变成损卦的六三，整个人都损掉了，为什么？因为天地之道它是两两相对，如果你变成三，那就要损掉一个，它才能保持两两相对。那为什么损九三呢？你不能损初九吗？你不能损九二吗？不能。你只有损九三，你才会变成上下都是阳，当中三个阴。

**《易经》里面阳包阴的卦告诉你，你要凭理智，你不要感情用事（理智控制情感）。**就是用你的理性，来控制你的需求，你看其它都做不到。所以一人行就**得其友**。下卦三个阳爻，只有它一个人

全损了以后，它变成单独的一个阴。单独的阴它得到什么好处？就得到上九来跟它相应，就得到你的朋友了。

**六三小象：一人行，（得其友）。三则疑也。**后面是省掉几个字的，但是三人行呢？则疑也。疑是谁疑呀？是上九反而不知道，那我这样跟谁相应呢？大家看到，如果初九跟九二，也都变成阴爻的话，那多可怕！那整个损卦变成剥卦了嘛。你本来就不应该去帮人家忙的。为什么？因为如果一个人有难，所有的人都来帮忙，这样好不好？不见得好，人多嘴杂，而且每个人有不同的看法。一个人躺在那里，我们不知道状况，



我们好几个人，我们要让那个懂的人，他去看一看需不需要急救，需要什么样的急救，做到什么地步。我们知道有很多热心的人，去急救人家，结果人家本来没有事的，被他弄死了，这种状况才冤枉。所以损卦不是说大家都热心，大家一窝蜂跑去救人家，那就不对了，所以为什么三则疑也，是非常有道理的。

**六四爻辞：损其疾，使遄有喜，无咎。**六四爻它跟初九是相应的，那你初九很热心要帮我忙，我就给你帮忙的机会，所以它是抓住跟初九相应的好时机。损其疾。那人家帮你忙，为什么你也是损呢？就是损我不够的地方，我本来缺

钱，现在你钱借给我，我不就是损掉我这个缺钱的毛病了吗？使遄有喜，你很迅速地来解决我的问题，那我当然了，我获益的那种喜庆，内心很高兴。但是喜悦是喜悦，你还要注意，你是在艮卦的最底下，你还要适度地控制你自己，你才能无咎。如果你觉得说，你初九那么热心，那我就跟你需索无穷，就一直要一直要，要到最后初九也光了，而你钱也花掉了，那你不是更糟糕吗？所以小象它就说了（六四小象）：**损其疾，亦可喜也。**你本来阳刚不足，现在初九来补了，你就很高兴，但是你要记住，人家越是帮助你，你越是觉得轻松，那

将来你那个缺就更大了，你那个疾，老毛病就犯得更厉害了。

#### (四)

损一直强调先损而后益，因此当人们需要他人的帮助，从而获益的时候，也要先减损自己的弱点，懂得控制欲望，才能最终摆脱困境。然而损卦还告诉人们，如果已经身处尊位，不再需要从别人那里获取帮助时，还要主动制造机会，让别人帮助自己，这又是为什么呢？

**六五爻辞：或益之十朋之龟，弗克违，元吉。**六五爻它才是我们要好好去想的。**或：有人。十朋：相当昂贵的价值。有人会送给你价值很昂贵的东西，那**

你要不要？你到底要不要？这个六五在整个损卦里面它是尊位，你在损卦，如果人家想帮你忙，你完全拒绝，“钱我比你多，东西我不少，你说我的智慧，哎呀！你算什么智慧？”那人家也没有办法。人家有什么办法？为什么六五也损？它损的什么？损它的尊来益下，让你有机会表现。这意思是什么？你看做父母的就是不懂六五爻。儿子要给你钱，“哎！我养你不是为了回馈。”女儿送你东西，“哎！你那点东西拿回去，我比你还多。”那子女怎么办？你总要给他个机会让他表示孝心嘛，没有。“啊！你们现在比我们还辛苦，不要了。”可以吗？不可以。那你就是什么呢？就

是只有你自己，没有别人，那你只顾自己，别人的立场你完全不顾，行吗？因为他也要做给他的儿子看，说难听一点，他不完全做给你看的。**弗克违：不必推辞。**为什么？元吉。这本来是对大家都好的。你不要死要面子，我比你行，他送你东西不见得说他就比你行，也许他是一种尊敬，也许他是一种感谢。所以六五高高在上，他就没有想到孔子那句话：高而能下。而且**提供人家一些表现的机会，也是一种修养。**但是你要记住，不能主动去跟人家要，不能嫌人家，说你明明有更好的东西，为什么藏起来，只给我这个？然后也不能说你一个

月赚那么多钱，怎么给我这么一点点？  
那都不可以的。那不合理的。

**六五小象：六五元吉，自上佑也。** 自上佑也，就是我们在《易经》里面经常看到的，叫做**自天佑之，吉无不利**。同样的意思。这一家人老有所养，你不管子女怎么样，其实你都让他应该定期的，要来养你，因为他是做给他的子女看，而不是完全对你而已。你可以要他的，然后你私底下暗地里再想办法去帮他们，这个可以。这样子的六五，才是懂得修养的人。

(五)

损卦的六五爻高高在上，却仍能主动自我减损，使他人受益。这种难得的修为让我们看到了“损极益来”的曙光。那么接下来损卦中这唯一的一个，不用自损的上九爻，又该怎样配合，才能不使众人的自损白费，从而达到益卦的境界呢？

上九是六个爻里面损极益来，全卦的一个受益者，它一点损都没有，所以上九爻辞：弗损，益之，无咎，贞吉。利有攸往，得臣无家。弗损，益之，你现在也退休了，也没收入了，那人家帮你忙，子女奉献你，那有什么不对？无咎，没有后遗症。贞吉，就是说你要守正

**你就吉祥了。**可见上九还是有不守正的那种机率。为什么？因为它不当位嘛。他很容易认为说，“我这个小孩很大方，那我就可以跟他多要一点了，甚至我要了他的钱我还可以借给别人，或者说我就大胆地去赌博，反正输了有人垫底。”那就不贞了，那不贞就不吉了。利有攸往，你只要守正，你怎么做都有利，到什么地步呢？到得臣无家，就是说你往下，你可以得到六三的相应。因为六三也不当位，你也不当位，那两个人正好配成一对。你看六三它是全损，上九是丝毫都不必损，我要损什么？你已经忙了一辈子了，我到现在还损干什么



？你不必损了。但是所谓不必损，其实也是要损，那才叫《易经》。

你比如说过年过节，你就包个红包给小孙子，那也是等于还给他了。但你不能明讲，你说这是你爸爸给我的，我现在抽十分之一还给你，你讲那干什么呢？你做就是了，那这样有没有损？没有损。因为这是怎么来怎么去的，也不会损到你自己，你下面才有人，会跟你好好相应。否则的话，每个人看到你，就觉得这个人什么都有了，什么都不需要了，他生病我们也不必关心，最后死了都没有人知道，那就自作自受了。那什么叫无家？你看一个老人，如果有好几

个小孩，他就没有家了，他哪里都可以住，什么家呢？**无家就是把小家变大家，才叫无家，无家就有国，连国都没有就变天下了，这样才叫做损。你能够损自己，你就得到大家的心，你能够损这个小家，你就能够得到大家庭的温暖。**

现在没有了，现在老夫老妻，就把自己锁在一个小家庭里面，“啊！我们不知道还能活多久，我们老本最重要，小孩每个都像贼一样，回来就是要偷钱，所以我们要防盗。”那就是个小家了。那你到了上九，一辈子努力也不过如此。我们把这六个爻都看懂了，最后还有一个上九的上象，那是总结（**上九小象**

)：弗损益之，大得志也。弗损益之，上九不损它自己刚正的修养，那别人就会心甘情愿地来帮助它。大得志也。这才是大大地完成了你一生奋斗的志愿。你最主要的，就是什么都可以没有，不能没有品德修养，就这一句话而已。所以损是损什么？损物质来增强你的品德，这才是正道。我不开口向子女要，六五的阶段已经养成习惯，他们到时候就会来了，你到了上九再来讲就太晚了。所以任何事情你开始做错了，你后面就很难去修改。所以为什么很多小孩他宁可自己去度假，宁可自己去花钱，他从来不想到父母，就是说，“哎！他们有钱，他们比我还有钱，我们拿回去他也

不会要。”等到有一天你需要的时候，你试试看？一个人要考虑得长远一点，不能只是眼前，就认为说以后永远是这样，谁也料不到，以后会变成什么样。但是不管怎么样，你看益下才是真正的益。所以我们下一次，就要来看益卦到底是怎么回事。