

《易经的智慧》 35、谦卦上-谦恭合礼 (曾仕强)

http://blog.sina.com.cn/s/blog_682156d60102x0oi.html

地山谦

画外音：《尚书》中有一句话：满招损，谦受益。而在《易经》中也有一卦，以“谦”命名，可见中国的传统文化，极其重视谦虚的品德，然而怎样做才是真正的谦虚，处于竞争激烈的现代社会，谦虚会不会妨碍成功呢？台湾师范大学曾仕强教授，将引领我们一起感悟《易经》的智慧。请继续关注《谦恭合礼》

曾仕强教授：通常一个卦里面，至少都有一、两个爻，会给你高度的警惕，唯一的例外就是谦卦，叫做六爻皆吉，它六个爻的爻辞都是好的，可见一个人从小到老，你只要能够保持美好的谦德，做人谦虚，对人谦让，修养自己那种比较宽阔的心胸，不要动不动就跟人家计较，对自己是非常有利的，谦卦，你看它的卦象，它也是由上下两个卦所构成的**地山谦**

，下面那个卦是艮卦，就是一座山，上面那个卦是坤卦，就是大地，我们放眼看过去，所有的山都是在地的上面，偏偏这个卦，它的山会躲到地底下去，就

表示它充分谦虚，把空间都礼让出来，你想一座山，它会躲到地底下去，它多委屈，可是山还是山啊，它并没有因为说，你们都看不见，那我就整个化掉了，你看整个的卦，它只有一个阳爻，其他五个都是阴爻，如果连九三爻都变成阴爻的话，那就变成坤卦了，所以大家应该可以想像得到，谦卦是从坤卦演变而来的，就是乾卦的九三进入了坤卦，就构成了谦卦，乾卦九三爻各位都很清楚，它是“君子终日乾乾，夕惕若厉，无咎。”就是告诉我们一个人，其实也是终其一生，都应该进德修业，把自己的品德，不断不断地修养好，你看谦卦上面有三个阴爻，下面有两个阴爻，

当中一个阳爻，你如果把上面三个阴爻看成一个阴爻，把下面那两个阴爻也看成一个阴爻，那你会发现，就等于上下两个都是阴爻，只有当中是个阳爻，这是什么卦？这是坎卦，就告诉我们，人生会经历持续的险阻艰难，所以谦卦，它最主要的目的，就是要突破人生的各种艰难。大家应该很清楚，你不管碰到什么样的阻碍，只要你谦虚，只要你礼让，只要你低姿态，因为中国人讲得很清楚，只有委曲才能够求全，那就叫做委曲求全（委曲求全），从这样你就可以体会到，这个谦卦实在是一种美德。

画外音：人的一生，是不可能一帆风顺的，越处于人生的顶峰阶段，就越会遇到各种艰难险阻，所以“高处不胜寒”，此时更需要隐藏自己的锋芒，而谦恭待人，其实无论在什么样的处境之中，只要保持谦虚的美德，都有利于突破人生的艰难险阻，那么怎样才能做到真正的谦恭呢？

曾仕强教授：我们看“谦”字怎么写，这边是一个言，这边是个兼，言就是说话，兼就是兼顾的意思，你每说一句话都要兼顾到你跟别人的感受（谦—说话兼顾他人感受），这就叫做谦。人多的地方你讲话声音大，这就不谦，你看到什

么事情，不顾别人感受，你就去批评他，也不对。我们来看卦辞，“亨”，它很亨通，它没有阻碍，最主要的是君子要有终，所以叫做“君子有终”，那个终是什么意思，终就是始终如一，君子让一时容易，让那些比你强势的人也容易，你要始终如一，都保持高度的谦让，这个是很难的。

画外音：如果自己的一言一行，都是在关注到别人的感受之后而做出的，这样就是谦虚，但是在任何情况下都谦虚如一，是说起来容易，做起来难，那么应该如何时刻保持谦虚的态度，另外提到“谦恭礼让”，有些人就会拿孔子说的“当

仁不让”做借口，那么这两者是否相互矛盾，人们又应该怎样选择呢？

曾仕强教授：有很多人说我礼让，让到不能让的时候，我就当仁不让，那当然可以，那要有“仁”在的时候，你才可以当仁不让，如果离开那个仁，仁就是人与人之间的关系，离开那个以后，也没有有什么好当仁不让的嘛，你就让给别人，有什么了不起的。我们再看彖辞，“谦，亨，”，谦这个卦它主要带给我们的，就是一种亨通的气氛，“天道下济而光明”，各位可以看到，我们只有一个爻是阳爻，它是什么，它是九三爻，这个阳爻本来是在上面的，现在它下降

到三个阴爻的下面，这告诉我们什么，说天气它会下降，才会使得万物生长，如果它始终认为它是高高在上，它舍不得下来，那地就得不到好处，那万物就不能生长，所以天气下降，万物生长，这叫做天道下济，而光明是什么呢，而光明是什么意思，大家可以看到阳光是往下走的，阳光普照，不但万物都受到好处，而且一片光明，地道呢，“地道是卑而上行”，因为水会变成蒸气，它就往上走，往上走了以后到了天，它又往下走，这样就构成整个的循环。天道亏盈而益谦，天道它的作用非常单纯，你这边多的，它一阵风一吹，就吹到那边去了，那也是天道，你这边低洼的，

它那边沙一阵过来，就把你填满了，“地道变盈而流谦”，那更清楚了，你看水就好了，水往低处流，你看大海，什么事情都不要做了，它要做什么事，它水永远满满的，就是它低姿态嘛，“变盈而流谦”，变就是改变，盈就是充满，改变那个盈满的，充满了水的地方，你把它改变了，然后你就流向去充实那些低处的，各位都随时可以看到的，没有什么例外的，“鬼神害盈而福谦”，鬼神是什么？我们叫做冥冥当中有一只看不见的手，我们有时候感觉到，这怎么回事，想不通，那我们用鬼神来做它的代名词，你在不知不觉当中，你会感觉到好像这个盈满的，东西多的会减少，

可是对那些比较客气的，对那些比较缺少的，它会去给他添福气。“人道恶盈而好谦”，你按照你的本性，贪得无厌的人，你总是不太喜欢，而你会喜欢那些什么呢，喜欢那些比较谦让的，比较说好了好了，我这样就够了，不要再给我了，你反而很欣赏这样的人，其实内卦是艮卦，艮卦是山，也有止的意思，就是说你要适可而止，一个人你的欲望无穷的话，你不可能亨通的。

画外音：谦卦中的下卦是艮卦，其实是想提醒我们做人要适可而止，在欲望面前，懂得知足，才能长乐，但现实中，一些人却认为太容易满足，就会失去进

取心，那么是不是，总是谦虚礼让的人，就没有成功的可能，怎样做才是适度的呢？

曾仕强教授：“谦尊而光”，“谦”，它是很尊贵的，而且很有光彩，“卑而不可逾”，有时候它姿态很低，但是你会感觉到，你根本超越不了它，历史上有一个人，他可以做这句话的注解，就叫做郑和，小的时候就被抓去当太监，那你想人生还有什么希望，可是他就很会发挥，发挥他的谦的力量，做到最后，他那个太监是明成祖最信任的，居然把下西洋这么重大的任务，都交给他。“君子之终也”，一般人是有始无终的，当

他不得不忍耐的时候，他就很谦虚，当他稍微有一点成就的时候，不得了了，马上变了一个人，狂妄之极！人家问郑和，你为什么能够做到这样，他一生只相信一句话，公道自在人心（公道自在人心），就算我现在受冤枉、受委屈，人家做的，把责任通通推给我，我默默承受，好像很不值得，但是终究有一天水落石出，真相大白，人家会还给我一个公道，我们回头看看《序卦传》，为什么谦卦会摆在大有卦的后面，那就更清楚了。

火天大有

地山谦

“有大者，不可以盈，故受之以谦。”，大有是得来不易的，为什么它难以保持？富贵而骄，你一旦富贵你就很骄傲，你一定得罪人，你要得罪人你知道了，你还知道提防，你不知不觉得罪了很多人，那他们都在暗处，你在亮处，你真是防不胜防，所以化解的方法只有一个，就是谦恭礼让（谦恭礼让），今天我们读了谦卦，我们记住有时候，有一点小缺陷，反而对你是有好处的，吃点亏有什么关系。

画外音：孔子提出的“富而好礼”，正阐明了谦卦的要义，那就是提醒人们，无论是精神方面，还是物质方面充实

了之后，都要避免骄矜浮躁，要懂得谦虚，学会分享，除此之外，谦卦还告诉人们，“吃亏是福”，这又是怎么回事呢？

曾仕强教授：我们中国人也经常讲一句话，只有八个字，叫做“天道忌满，人道忌全。”，你看清朝乾隆皇帝，他自己认为是十全老人，他样样齐全，结果死了以后，被盗墓者把他的尸体，挖得乱七八糟，我们讲乾隆皇帝，生全最后死不全，也可以证明，人道是不要太求全的，我们要常常记住一句话：满招损，谦受益。你只要谦虚，人家不会把你当敌人，人家就算不照顾你，最起码不

会打击你，你就受到很多的好处。我们来看《大象传》怎么说，四个字，“地中有山”，说一个各方面都很了不起的人，你要能够委曲自己，这很难，那能够做到你就不得了了，所以基本上谦卦是分两段的，下面叫做艮谦，上面叫做坤谦，所以谦谦君子，当然你可以解释成谦之又谦，一个人自己心里头还是有很伟大的那种感觉，可是你能够很谦虚，这叫做艮谦，艮谦还比较容易，一个人根本忘记了自己有什么伟大的，他非常平凡，他的伟大是别人看出来的，那就已经到了坤谦，坤谦那就很难，地中有山，这种谦的卦象，让君子感觉到我应该怎么办？君子以“裒多益寡，称物

平施。“裒就是减少，把多的减少；益寡呢，就是把少的增益，这样各位才知道，为什么我们自古以来，老百姓最喜欢那一种人，就是劫富济贫，为什么长期以来，我们都很喜欢那种侠义的精神，就是从谦卦里面得到的一些启发，称物平施，那个称就是权衡（**称一权衡**），就是衡量的意思，把每一种事情拿来衡量衡量、称一称，你就知道，要比较公平地去施与，让大家都过同样的日子。

画外音：谦虚处事，必然亨通，谦虚的人，不仅在事业上能够得到他人相助，在精神上也能得到与人融洽相处的快乐

，因此现代人更应该以满招损，谦受益的古训为戒，重视谦德，然而人们如何才能培养出谦虚的美德呢？

曾仕强教授：谦是一般人很忽略的，最好是什么，从家里做起，你看小孩子从小就没有养成谦虚的习惯，称小霸王，那最后他倒霉了，到学校去，跟同班的同学都处不好，甚至连老师都有点不喜欢他，我爱怎么样都可以，我们应该知道人的自由，是有限制的，你看两个人，住在同一个房间里面，你要开灯的时候，你是不是要问问别人，我现在可以开灯吗？你要关灯的时候，同样也要征求另外一个人的同意，像这种观念，都

应该从小就要养成，否则的话，要和谐相处是非常困难的。我来讲一个故事，有两个人，同住在一个寝室里面，其中有一个人，他有一个习惯很奇怪，每天晚上回来，他也不坐下来脱鞋子，他就一只脚站着，一只脚抬起来，把鞋带打开，鞋子一松，砰一声就掉在地上，然后把这只脚站直了，那只脚又伸起来，又鞋带一松，又砰一声，另外那个人他比较早回来，他就很累，就睡觉了，那么砰砰两声就把他吵醒了，他说你不能坐着脱鞋吗？然后他说对不起对不起，但是第二天他回来了，然后一只脚站着，鞋带一松，那只鞋子砰一声，然后这个人马上觉得说，我这样不对，所以他

就赶快坐下来，静悄悄地，把另外一只鞋子脱下来，第二天早上，那个被他吵醒的人说，你真是害死人了，你说我怎么害死你呢，我发现错误马上就改了，他说你改了有什么用，我一直等那个第二声，等到天亮。可见人与人之间的感受，你不是他，你就永远不知道，他是什么感受，我们如果把这个道理，都从小在家庭里面去沟通，慢慢地培养良好的习惯，是不是一生一世都受用无穷。

我们常常想到自己，就忘记了别人，所以有一句话，是每一个人都要好好去做的，上半夜想想自己（上半夜想想自己），下半夜就要好好想想别人（下半夜想想别人），因为这个世界，除了我们

之外，还有更多更多的人，大家要互动，大家难免有摩擦，你必须事先防范，重视每一个人不同的感受，因此谦卦才会分两段，一段是下艮，叫做艮谦；一段是上坤，叫做坤谦，合起来就叫做谦谦君子，而谦谦这两个字，实际上前面那个谦是修己，后面那个谦是安人，就是孔子所讲的修己安人，也是君子谦谦比较深刻意义，我们下一个单元，就要好好来分析一下，什么叫做谦谦君子？谢谢大家！