

最新学周易心得体会(汇总7篇)

学习中的快乐，产生于对学习内容的兴趣和深入。世上所有的人都是喜欢学习的，只是学习的方法和内容不同而已。优质的心得体会该怎么样去写呢？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的心得体会范文，我们一起来了解一下吧。

学周易心得体会篇一

第一段：介绍周易的概况和重要性（300字）

周易是中国古代文化中最重要经典之一，被誉为“中国文化的根本手册”。它是中国古代先贤们对宇宙规律和人生命运的探求及总结，是一部包含哲学、宇宙观、道德伦理等方面内容的典籍。周易是我们中华民族智慧的结晶，它向我们展示了中国古代文化的深厚底蕴和独特精神。因此，学习和诵读周易对于我们了解中华文明和塑造良好品质具有重要的意义。

第二段：诵读周易的益处（300字）

诵读周易可以让我们了解宇宙的运行规律。作为一个古老而庄严的经典，周易揭示了宇宙的起源、发展以及人与宇宙之间的关系。通过诵读周易，我们能够洞察更深的事物本质并体悟到自然的变化和宇宙的法则。此外，周易也能够提供给我们一种处事的智慧。通过理解其中的易理，我们可以在日常生活中作出更明智的决策，而不是盲从于表面的事物。周易告诉我们追求诚信、和谐和实践的价值观，这对我们的修养和品格发展非常有帮助。

第三段：我的诵读周易体验（300字）

我在诵读周易的过程中，深刻地体验到了其中的智慧和启发。周易不仅让我对宇宙万物的变化有了更深刻的认识，也让我

看到了自己的不足和局限，懂得了要在不断学习与变化中寻找自己的位置。我以前对周易的印象只停留在理论层面，但通过诵读，我发现其中蕴含着丰富的情感和智慧，这让我对自己和世界有了更多的思考和理解。

第四段：诵读周易的困惑和挑战（200字）

然而，诵读周易也并非一帆风顺。其中的理论较为复杂，且多含象征性的表达，对于初次接触的人来说，可能会感到困惑和难以理解。此外，由于周易的篇幅较长，诵读整体过程也较为艰巨，需要较大的耐心和毅力。所以，对于学习周易的人来说，理解和消化其中的智慧需要付出很多努力。

第五段：总结和展望（200字）

通过诵读周易，我学到了如何运用观察、思考和总结的方法来认识以及处理问题。周易也让我深刻地意识到宇宙和人生无常的变化，并教会了我适应和改变的智慧。虽然学习周易可能有挑战，但只要我们保持对知识的渴望和持续的努力，我们一定可以获得收获。我希望未来能在诵读周易的过程中探索更多的道理和智慧，不断提升自己的人生境界和品质。

通过诵读周易，我们能够从宏观的角度看待世界和自己，深入理解宇宙和人生的奥秘。尽管学习周易可能会遇到挑战，但通过坚持不懈的努力，我们可以获得智慧和灵感。所以，每个人都应该从周易中汲取智慧和启示，将其应用到生活中，不断提升自己的修养和品格。

学周易心得体会篇二

读一本好书，就是和许多高尚的人谈话。

在不经意间，我便经历一又一场成人礼之后的思想熏陶。她默默无闻地承载着中华民族的变迁；她慢条斯理地向我展示

中国瑰丽的文化；她语重心长地教我做人的道理。《周易》是一部古老而又灿烂的文化瑰宝，它是“五经”之一，以占卜为形式，涉及哲学思想，认识宇宙，人类发展的方方面面，对中国古代朴素的辩证唯物主义思想的形成，发展起过重要的作用。《周易》是最能体现中国文化的经典，它认为世界万物是发展变化的，其变化的基本要素是阴和阳，《周易·系辞》中说：“一阴一阳之谓道。”世界上千姿百态的万物和万物的千变万化都是阴阳相互作用的结果。《周易》研究的对象是天、地、人三才，而以人为根本。

《周易》堪称我国文化的源头。它的内容极其丰富，对中国几千年来的政治、经济、文化等各个领域都产生了极其深刻的影响。无论孔孟之道，老庄学说，还是《孙子兵法》，抑或是《黄帝内经》，无不和《易经》有着密切的联系。一代大医孙思邈曾经说过：“不知易便不足以言知医。”《周易》在春秋战国时代得到进一步完善，是我国先人的集体创作，中华民族智慧的结晶。《易经》里的思想已经渗透到中国人生活的方方面面，即使人们并没有意识到这一点，事实也是如此。孔子就说过人们“日用而不知”。今天，我们都还会说道某某人阴阳怪气，某某人又变卦了，或者扭转乾坤，否极泰来之类的口语和成语，而这些词汇都是直接从《易经》里来的。

犹忆中学时代，语文老师要求每人找一句名言。我当时交上去的是：“穷则变，变则通，通则久。”这句名言告诉我们，遇到问题了就要试图改变，改变了问题就可以解决，解决了就可以长久的保持下去。年少的我殊不知这句话就是出自《周易》。浅读《周易》之后发现，作为群经之首，它的博大精深远远不是我能读懂的。在这里，只能粗略的谈一下我的鄙见。

象书中第一卦，“乾”卦，乾为天，说的是君子要效仿天的美德以“自强不息”，这是告戒我们做任何事，都要自始至终，不要半途而废；还说‘潜龙勿用’是说万事不要强出头，

能办的就办，能做的就做，不能做的千万不要去做，通俗的解释就是说，枪大出头鸟。“坤”卦，坤为地，是要我们效仿大地的美德“厚德载物”。这是教我们做人要有博大和宽广的胸怀，做人不要斤斤计较；“恒”卦，“阴极必反，阳极必至”的道理，是告诉我们，任何事只要持之以恒，就有成功的希望。这也符合马克思主义哲学思想，事物的量变，必然要达到质的变化。对于做人或做事而言，都要掌握“度”的含义，万事都不要过“度”，过“度”后，一定要引起反方向的变化。

古人云：不看《周易》，不能为将相，这话自有一定的道理和依据。纵观我国历史上有名的几个谋略家，象姜子牙、张良、诸葛亮，包括近代伟人——毛主席，这些人对《周易》都有很深的研究和造诣。

不断改变和调整目标的方向性。只要我们朝着目标不断努力，自强不息，终会有所得也！

特别是作为大学生的我们，应该与时俱进，关注国家时事新闻，引领时代前进的潮流。自强不息，厚德载物。继承中华民族传统美德，把沉淀已久的中华文化发扬光大。在祖先积淀下来的经验和教诲中，接受现代的科技知识，立志成为一个对社会有用的人。

学周易心得体会篇三

周易是中国古代哲学中的重要组成部分，也是中华文明的瑰宝。研究周易不仅可以帮助我们理解中国传统文化，还能够对我们的生活和工作产生深远的影响。在我个人的研究过程中，我不仅对周易的理论有了更深入的了解，还体会到了它在实践中的价值。在这篇文章中，我将分享我在周易研究中的心得体会。

第二段：理论学习

在研究周易的过程中，我首先进行了理论的学习。周易主要包括六十四卦、阴阳、五行等基本概念。通过学习这些理论，我对周易的整体框架有了清晰的认识。我了解到，周易是一种通过卦象来解读自然现象和人生命运的系统。它的核心思想是“一阴一阳之谓道”，并通过对阴阳关系和五行相克相生的理解，揭示了宇宙万物的运行规律。

第三段：实践应用

在理论学习的基础上，我开始尝试将周易的知识应用到实践中。最初，我尝试使用周易卦象来解读自己的命运。例如，根据周易的理论，我可以根据出生年月日来计算自己的八卦，并通过解读八卦的变化，了解自己的性格特点和未来走势。虽然这种方法并不是完全准确的，但它帮助我对自己的发展方向和潜在的挑战有了更全面的认识。

除了个人命理的应用，我在工作中也发现了周易的实用性。作为一个团队的领导者，我经常需要做出决策和处理复杂的人际关系。在这方面，我学习了周易中关于决策和变化的思想，尤其是“将息与时，纳百祸为福”的观点。这个原则告诉我们，在面对困难和挑战时，要保持灵活性和开放心态，及时调整自己的策略和方向。我从中学到了如何更好地应对工作中的困境，把握机遇和化解危机。

第四段：认识限制

尽管周易给我的帮助很大，我也意识到它并非万能。周易是一种观察和思考的工具，而不是它本身就能解决一切问题的答案。有时候，在使用周易的理论和方法时，我也会遇到困惑和疑惑。这时，我会提醒自己要保持批判性思维，不要盲目迷信，而是要结合自身的情况和实际情况，理性地进行判断和决策。

第五段：思考与展望

通过周易的研究，我认识到人生是一个动态变化的过程，而不是一成不变的。周易告诉我们，只有不断适应变化，与时俱进，才能把握机遇和面对挑战。在未来的研究中，我希望能够进一步理解和应用周易的思想，不断提升自己的综合素质和智慧。同时，我也希望周易的智慧能够为更多的人所接受和运用，在现代社会中发挥更大的作用。

总结

通过对周易的研究，我不仅学到了丰富的理论知识，还得到了实际应用的经验。周易教会了我如何在变化不息的环境中保持稳定和灵活性，如何分析问题并做出决策。我相信，这些经验和收获将在我的人生道路上起到重要的指导作用。同时，我也希望更多的人能够对周易进行深入的研究和思考，从而提升自身的智慧和生活质量。

学周易心得体会篇四

在不经意间，我便经历了一场思想的熏陶。她默默无闻地承载着中华民族的变迁；她慢条斯理地向我展示中国瑰丽的文化；她语重心长地教我做人的道理。

《周易》是一部古老而又灿烂的文化瑰宝，它是“五经”之一，以占卜为形式，涉及哲学思想，认识宇宙，人类发展的方方面面，对中国古代朴素的辩证唯物主义思想的形成，发展起过重要的作用。《周易》是最能体现中国文化的经典，它认为世界万物是发展变化的，其变化的基本要素是阴和阳，《周易·系辞》中说：“一阴一阳谓之道。”世界上千姿百态的万物和万物的千变万化都是阴阳相互作用的结果。《周易》研究的对象是天、地、人三才，而以人为根本。

《周易》堪称我国文化的源头。它的内容极其丰富，对中国几千年来政治、经济、文化等各个领域都产生了极其深刻的影响。无论孔孟之道，老庄学说，还是《孙子兵法》，抑

是或《黄帝内经》，无不和《易经》有着密切的联系。一代大医孙思邈曾经说过：“不知易便不足以言知医。”《周易》在春秋战国时代得到进一步完善，是我国先人的集体创作，中华民族智慧的结晶。《易经》里的思想已经渗透到中国人生活的方方面面，即使人们并没有意识到这一点，事实也是如此。孔子就说过人们“日用而不知”。今天，我们都还会说道某某人阴阳怪气，某某人又变卦了，或者扭转乾坤，否极泰来之类的口语和成语，而这些词汇都是直接从《易经》里来的。

犹忆中学时代，我看《周易》只觉得它讲的是做人的大道理，寒假期间浅读《周易》之后发现，作为群经之首，它的博大精深远远不是我所能读懂的。在这里，只能粗略的谈一下我的鄙见。

《周易》的第一卦，“乾”卦，为纯阳之卦也是全书之首，乾为天为帝王为君子，说的是君子要效仿天的美德以“自强不息”，这是告诫我们做任何事，都要自始至终，不要半途而废；从初九的‘潜龙勿用’到用九的‘群龙无首’讲的是作为一个君子一生应走的历程。第二卦，“坤”卦，为纯阴之卦，坤为地，是要我们效仿大地的美德“厚德载物”。这是教我们做人要有博大和宽广的胸怀，做人不要斤斤计较……古人云：不看《周易》，不能为将相，这话自有一定的道理和依据。纵观我国历史上有名的几个谋略家，象姜子牙、张良、诸葛亮，这些人对《周易》都有很深的研究和造诣。

时代的发展至今，虽日新月异，勿庸置疑，人类的发展所依赖的最基本的要素是人力资本。西方经济学家卢卡斯更是归结为专业化的人力资本，其实，这也就是强调人力素质的重要性。通俗地讲，人力素质就是指知识结构，我们常常把知识结构分为广度和深度两种，所谓深度是指具有某方面专长、术业有专攻的人；所谓广度是指一种综合素质，一种综合能力的运用。

如果我们要在这个竞争日益激烈的时代以一个成功者的姿态俯仰人间今古，那么首先，应具备极强的自信心。其次，我们应当耐得住寂寞，学习一种昆虫——蚕的精神，蚕不断地吃食桑叶，摄取营养，再把自己裹覆起来，在不经意间，咬破茧壳，长出翅膀。再次，我们应当正确分析前进道路上个人的差异性，如何不断调整与环境的适应性，与外围空间形成一种良好的关系，把握并借助环境的力量，从而缩短到达目标的距离。最后，我们在前进中尚需不断改变和调整目标的方向性。只要我们朝着目标不断努力，自强不息，终会有所得也！

特别是作为大学生的我们，应该与时俱进，关注国家时事新闻，引领时代前进的潮流。自强不息，厚德载物。继承中华民族传统美德，把沉淀已久的中华文化发扬光大。在祖先积淀下来的经验和教诲中，接受现代的科技知识，立志成为一个对社会有用的人。

学周易心得体会篇五

作为中华文化的基石之一，周易是中国传统文化的重要组成部分。作为一部兼备哲学、宗教和文化的经典著作，它对于中国人的精神世界和生活方式有着至关重要的影响。在此背景下，周易的诵读始终是中国人的传统文化修养之一。本文将从个人的角度出发，分享我对周易诵读的心得体会。

第二段：诵读周易的好处

首先，诵读周易可以使我们敏锐地观察周围的环境，并获得一种超越视觉和听觉的感悟方式。其次，周易强调人与自然的和谐关系，我们可以从周易中学习到如何保持与自然的和谐相处方式。再次，周易是一本有关人生哲学的书，我们可以从中学习到关于人生中的道德、伦理和价值观方面的知识，有助于提高我们的人生修养。

第三段：如何诵读周易

周易的诵读是需要一种沉浸式的体验和集中精神的状态。首先，找到安静的空间并配合舒缓的音乐或环绕声可以帮助我们进入诵读状态。其次，保持心态平静，并且将自己放松，让身体从头到脚逐渐放松。最后，在诵读过程中保持专注，关注身体的呼吸，并且重复感受和记忆关键句子和段落。

第四段：我的诵读经验

在我的诵读经验中，我逐步探索出了一种适合自己的诵读模式。我先在家里找一段时间专门诵读，保持集中并逐渐掌握周易的核心思想和理念。之后，在自然环境中继续诵读，听周围的自然声音，感受自然环境，并与周易中的哲学思想产生共鸣。我还尝试在周易诵读过程中做一些冥想和呼吸练习，这有助于放松身体和观察内心。

第五段：总结

总体来说，周易的诵读是我们接触传统文化和自我修养的一种途径。周易中的哲学思想和智慧对我们的日常生活有深入的影响和积极的启示，它可以帮助我们提高自己的心灵和身体的健康状况。在诵读周易的过程中，我们需要保持专注、放松自己、跟随自己的节奏，逐渐进入沉浸式的状态。我希望我对周易的诵读心得能够给读者带来一定的启示和帮助，让我们从中汲取丰富的思想和精神的营养。

学周易心得体会篇六

职掌卜筮，是先秦史官与《周易》关系之最突出的纽带。在先秦，尤其是在春秋战国时期，史官们对这一职责的履行可谓是不遗余力。阅读先秦文献，人们有时会为史官们据《易》占筮的准确而感到惊讶。例如，周史运用《周易》为陈国占

筮，得出了两个结论，一是陈侯的后代将在齐国昌盛并执掌大权，二是陈国将在那时衰败。后来历史的发展果如其言。如何来解释史官们的这一类“神奇的”预测呢？其关键，是先秦史官对《周易》变化观精髓的理解和运用。《周易》是一部谈事物变化的书。前人称“易”有三义，即变易、简易、不易等。不少先哲认为：“易”之精义实为“变易”。《说文解字》引《秘书》：“易”原为象形字，上日下月，日为阳，月为阴，阴阳交合变化成宇宙间万事万物，阴阳者，变化也。《周易》之基本要素“爻”的意蕴、“卦”的构成方式、八卦及六十四卦之间的关系以及“十翼”对《周易》义理的阐述等等，无不突出地表现出一种变化观。

从表面上看，周史所得出的两个结论是占筮的结果，其实，周史在为陈国占筮之前，已对陈、齐等国的历史和现状做了一定的了解，即“先人事而后说卦”，在此基础上，再依据《周易》的变化观去分析、推测其前景，就得出了这些结论。知道了这个例子所蕴含的道理，就明白了先秦史官的《易》筮有时能较为准确地预测历史发展变化结局的‘奥秘’。

先秦史官以《易》占筮，又表现出明显的局限性。首先，以《易》占筮，凭蓍草这类植物去推断活生生的、千变万化的人事，从根本来说是难以成功的。尽管有时占筮者在推断中也会结合对历史和现实的了解，但这类占筮法总体上笼罩在唯心主义、神秘主义的气氛之中，并非科学的方法。其次，先秦史官的以《易》占筮，在具体操作上具有很大的主观随意性。根据《左传》《国语》的记载，春秋时期人们讲《周易》要讲八项。然而，在每次占筮时，并不会八项内容都讲，因为甲项与乙项的结论很可能不一致，甚至是对立的。选择哪项或哪几项来讲，先秦史官往往依据自己的意图来定。占筮的结果，也可以依据多个方面来解释，只需选择其中的一种或几种来作论断。主观随意性表现得非常突出，牵强附会的特点也很显著。

先秦史官所掌职责非常丰富，堪称是当时的“通才”，而

《周易》是一部既简明又涉猎宇宙万物、社会人生的著作，可谓“通学”；作为“通才”的先秦史官与作为“通学”著作的《周易》，有着一种内在的、千丝万缕的联系。出于职责要求，先秦史官堪称是《周易》的解读者、运用者、守护者及传承者。他们偶尔表现出的运用《周易》对于具体人和事的发展进行准确预测的“奇迹”，主要得益于对于《周易》变化观的活用，以及对于拟预测人和事的历史、现状的观察和了解。而其这方面的败笔与尴尬，正好说明《周易》唯心、神秘思想本身的致命缺陷。深入探讨先秦史官与《周易》的关系，是一个新的研究视角，它对于《周易》以及中国古代史学史的研究等具有重要意义。（摘编自林晓平《先秦史官与周易》）

1. 下列关于原文内容的表述，不正确的一项是

a.《周易》是古代一部谈事物变化的书，“易”有“变易、简易、不易”之义，很多先哲认为“变易”是其中最核心的意义。

b.《周易》主要讲变化，“易”最初为象形字，上为“日”，下为“月”，代表阴和阳，表示阴阳交合变化成宇宙间万事万物。

c.《周易》中的“爻”的意蕴、“卦”的构成方式、八卦及六十四卦之间的关系以及“十翼”等等，无不表现出一种变化观。

d.《周易》既简明又涉猎广泛，包括宇宙万物、社会人生，可谓“通学”，古人常用它来占卜，预测吉凶和事物的发展变化。

2. 下列理解和分析，不符合原文意思的一项是

a.在先秦时期，史官堪称是当时的“通才”，所掌职责非常丰富，其中一个重要的职责就是用《周易》来占卜。

b.先秦史官与《周易》有着一种内在的、千丝万缕的联系，他们是《周易》的解读者、运用者、守护者及传承者。

c.如果史官能理解和运用《周易》变化观的精髓，重视对历史和现状的了解，就能科学地预测历史的发展变化。

d.从先秦史官与《周易》的关系的角度进行深入地探讨，对于研究《周易》以及中国古代史学史有重大意义。

3. 根据原文内容，下列理解和分析不正确的一项是

a.《周易》被古人用于占筮，有时准确得令人惊讶，周代史官用它对陈国后代的兴衰所作的两点预测，后被历史的发展所证实。

b.《周易》内容丰富，春秋时学者讲《周易》要讲八项，但各项内容很可能不一致，甚至还会出现两项之间矛盾对立的现象。

c.用《周易》占筮，可能得到不同的结论；同一结论，也可以依据多个方面来解释，在具体操作上牵强附会，具有主观随意性。

d.《周易》用以占筮，凭蓍草去推断活生生的、千变万化的人和事，是唯心主义、神秘主义思想的体现，从根本来说难以成功。

1 c(理解错误。错在“十翼”，表现变化观的是“十翼”对《周易》义理的阐释。)

2 c(理解错误。用《周易》占卜，并非科学的方法。)