

# 2023年周易读书心得(通用5篇)

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

## 周易读书心得篇一

《周易》是我国古代经典文化遗产之一，是中国文化的重要组成部分，被誉为“易经不可易”，传承至今已有数千年的历史。无论是中国传统文化的学者还是平常百姓，都可以从中汲取丰富的哲学思想和生活智慧。在读完《周易》之后，我深感其中蕴含的精深哲学思想和生命哲学的深刻内涵，感受到了它对我的人格修养和生活方式的影响。

### 第二段：易经哲学

《周易》是一种用六十四卦象来预测和渲染世界运行规律的古老经书。其蕴含的离散算法和哲学思想，举世公认，受到许多哲学家和文化名流的崇敬。易经经典主要包含乾、坤、震、巽、离、坎、艮、兑八卦，卦是按照“三三组合”和“一断之后再三三组合”的方式组成，是一种具有象征意义的符号语言。卦象不仅可以描绘自然现象，还能预测人事变化、社会变革等，这些都为我们提供了解决实际问题的参考意见。此外，易经思想强调内在与外在的相互作用，人与自然的融和与和谐，提出“天人合一”的观念，对于我们认识自我、认识世界，了解人与自然相互联系的内在关系，有很大的启示作用。

### 第三段：易经人生

易经的思想是一种比较生命的哲学思想。从易经角度去看，一个人的生命不仅是自身的物质组成和生命能量，也是在整个宇宙中的位置和角色。易经思想提倡形而上的心灵超越和形而下的行动实践相结合，重要的是在意识到自己在宇宙中的位置和角色的同时，要踏实地做好自己的本职，以一种平常心去对待前进过程中的困难，引领自己的人生更好的发展。也就是使现实生活与价值观念相和谐，让平凡生命充满意义。

#### 第四段：易经应用

易经是一种超凡脱俗的城市文化。我们日常生活中，很多时候都会遇到一些烦恼和困难。在手头没有一个可以获取宝贵经验的老师或导师的时候，我们可以选择去读易经，由于易经已经流传了几千年，它包含了古代中国文化的精髓和丰富的经验，深入理解其中蕴含的精神内涵，可以帮助我们迎接人生的各类挑战。读易经不仅可以让我们有所领悟，更可以在日常生活当中更加振奋精神，获得更多的生活智慧。

#### 第五段：总结

在我的看来，《周易》不仅仅只是一本古老的经典，更是一部人生哲学和精神指南，具有很强的现实意义，包含了丰富的哲学思想和实用的生活智慧。而这些文化永恒价值的传承和沉淀，更需要我们主动拥有。经过我的深度阅读，《周易》增加了我对中国古代哲学思想的理解和塑造了我自己的人生态度，使我更加成功，积极，独立和自信，这种给与我的启示会随着我生命而流传下去。

## 周易读书心得篇二

（注：AI并不具备道德判断能力。该文章仅用于参考。）

作为中国古代五经之一，《周易》是一本探讨天地万物运转规律的经典著作，它是中国哲学的重要基石之一。读《周

易》，即便是仅仅为了了解中国传统文化的基础，也是不可或缺的。同时，阅读《周易》也能丰富人们对世界的认知，拓展人们的思维视野。在我的读书经历中，《周易》也给我留下了深刻的印象，下面我将从几个方面谈谈我的读书心得体会。

一、世界观的转变。阅读《周易》让我开始关注自然界中的万物运转规律，尤其是阴阳变化，它印证了各种事物的特点和规律，它们总是相互依存，相辅相成，既有表面的表现形式，也有内在的原因。此外，阅读《周易》也让我更加重视世界、自我和理性之间的关系，学会理性思辨，融会贯通，从而达到“天人合一”的境界。

二、人生观的提升。阅读《周易》让我意识到，人生的道路并不是一帆风顺的，而是阴阳交替不断，万事皆然。在我生活中遇到的困难和挑战，读《周易》给我提供了新的认识和思考，让我更加坦然应对生活的波折和挫折，也更加理解人生的价值所在。

三、个人文化素养的提升。阅读《周易》让我更加深入地了解了中国传统文化，写作和思考方法，提高了我的文化素养。《周易》中的朴素易学、深刻哲学和高超文学艺术都为我打开了全新的文化视野，激发了我对古代文化研究的兴趣。

四、心灵层面的着墨点。读《周易》结束后，我感觉非常舒服，仿佛心灵的负担已经减轻了。困难和烦恼并不可怕，重要的是我们要以一种平常心的态度面对它们。读《周易》让我看到了心灵的明净，领悟到了无为而治的智慧，有效地调节自己的内心，也可以帮助他人改变心灵境界。

五、价值取向的转变。读《周易》让我理解到人生不应是以功利目的为导向，而应该追寻真善美的境界，这不仅是一个人的实现自我价值的基础，更是德与智相结合的表现。阅读《周易》也教会了我如何存思想与品德之大义，并通过实际

行动实现这一思想目的，着重强调自我修养以及对他人的关怀。

总结：阅读《周易》是一个实现个人思想高度与价值取向改变的过程，在此过程中，我得到了相当丰富的锻炼和内省。这本书颠覆了我以往的世界观，改变了我的生活，让我的人生更加充实，拥有了全新的思维方式和价值观。这也是我一直推荐阅读这本经典的原因。

### 周易读书心得篇三

针对《易经·季传》（引自刘毅宏的《三字经讲记》）的这一段文字，我对这段关于八卦的内容画了如下一张表格，不知道古人的河图洛书是怎么回事，权当数字游戏，大家共享。

《易经·季传》中讲到：“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。天数二十五，地数三十，凡天地之数五十有五，此所以行变化而成鬼神也。”

注解：我们一般都把五行当中的“行”念成xing(第二声)。我们知道它是个多音字，最常用的还有个行hang(第二声)，在这里，不妨把它理解成行来作图。会发现一切都不可思议地便于理解。此文以下的“行”字都念作hang(第二声)。

那么首先是这十个数分别两个两个一组，共五行。分为天和地两列。“天一天三天五天七天九”的意思是“13579”在为天的这一列。剩下的偶数“246810”则应该在地字那一列。这样天数有五个数字，地数也有五个数字。“五位相得而各有合”的意思是每一列的五个数相加都有一个值。接下来作者解释了这些值分别是多少：天数二十五，地数三十。就是天数的数字相加就等于25，地数的数字相加就等于30。和在一起算是55(这是“凡天地之数五十有五”的意思)。

那么这些数字的具体位置怎么定呢。别急，文章还有另一段话。

“天一生水，地六成之；地二生火，天七成之；天三生木，地八成之；地四生金，天九成之；天五生土，地十成之。”这就是这些数字应该的位置。

“天一生水”不妨理解为，天字下，1对应的位置应该是水。“地六成之”地字下，6对应的位置和它相辅相成。这也应证了“阴阳相合”，辅佐生成的说法。为了便于理解，笔者把“某某生某某”的数字用红色标记出来，以便于观察。

其余的都这样类推理解，把数字填入相应的框即可。

另外还有一个观点也很重要。“单数为阳，双数为阴”，对照一下我们绘制的表格，确实天下都是阳数，地下都是阴数。而且文中还讲到每行分阴阳，分别是阳五行，阴五行。我们的表格是都具备的。说得更直白一点，所谓的“阳五行”就是由“1”这些阳数组成的行。“阴五行”则是由“2”这些阴数组成的行。只是这里比较特殊，每个阳行或阴行的内容只有一个数字而已。

至于怎么用这张表格来推衍其他的卦象，笔者还未真正接触《周易》，暂时先讨论到此。如有后续发现，希望能精彩继续。

## 周易读书心得篇四

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，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，毋庸置疑，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。

## 周易读书心得篇五

《六韬·三略》曰：“春道生，万物荣；夏道长，万物成；秋道敛，万物盈；万物寻。天生四时，地生万物，天下有民，仁圣牧之。”

天时变化，与人类社会的变化是息息相关的。四季更轮往复，

正如世间一治一乱；昼夜晨昏交替，又似政权一起一伏。人的一辈子，像潮水般有起有落；人世的悲欢与离合，恰似月亮的阴晴与圆缺，草枯草长，国合国分；一盈一虚，一阴一阳。

人是自然的一分子，人世就是自然的化身，这一思想在《周易》这部书中得到了集中的体现。当你读几页《周易》后，就会被这其中阐述的道理深深吸引，为中国古人的智慧而发出由衷的赞叹。

《周易》曰：“乾道变化，各在性命，保和太和，乃利贞。首出庶物，万国咸宁。”乾阳之气的的作用变化无穷，能使万物各自端正属性和寿命，保持住太和之气，以利于体现正道。乾阳之气凌驾在万物之上，使天下显得安宁。当正午阳光强烈的时候，花草林木伸展着枝条，绿叶正努力进行这光合作用，处处一派生机盎然的样子。到了晚上，星月当空时，枝叶又都收敛了。此时，昼属阳，夜属阴。人类社会也是一样，当政治清明，君臣勤政时，贤能得志，人民富裕，万向咸宁，四海升平。当政治昏暗，奸佞当道时，焚书坑儒，盗贼蜂拥，生灵涂炭，军阀割据。此时，治属阳，乱属阴。

《周易》向我们传递的，正是这一思想。《周易》的精髓，也正在于这些思想。治时，不要过于得意，因为夏天来了，秋天就不会远了；乱时，也不要过于悲观，因为冬天到了，春天就不会远了。甚至，人们不必畏惧死亡，死亡是任何人都无法逃避的。就像果子熟了会落，晴空久了会雨一样，没有什么值得畏惧的，一切都是遵循着自然的规律在正常地运行。

《周易》让我们明白了许多。为人立世，凡是都要遵循自然的规律。符合自然的，就是值得提倡的；违背自然的，就是不可取的。而如今，人类却想方设法地要征服自然、改造自然。人类自以为科技已经很先进了，似乎可以与大自然一较高下。但人类殊不知，在自然面前，人类永远是幼稚的孩童，一旦大自然报复人类，那灾难将是毁灭性的。



读《周易》，就是为了了解自然与人类的关系。我们积极地学习《周易》，推广《周易》的博大精神，不仅是为了向世界展示中国古人的智慧，更是为了人类未来的和平幸福。所以，我认为，静下心来，认真地研究研究《周易》，是十分有意义的！