

学易经的心得体会 个人易经读后感(实用5篇)

当我们经历一段特殊的时刻，或者完成一项重要的任务时，我们会通过反思和总结来获取心得体会。那么心得体会怎么写才恰当呢？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。

学易经的心得体会篇一

有机会阅读了《易经》觉得它没有那么神秘，它是科学的，它就在我们的身边，我们每天的生活起居，工作事业，健康幸福，都受这些哲理的左右。我们以科学的态度对待这些哲理，就形成了人生感悟，这些感悟回答了人生n个怎么办。为我们的生活解惑，减压，导航。我选几个对自己深有感触的哲理与大家分享一下。

感悟之一：养精蓄锐把握机会——学会定位，《易经》告诉人们：人在不同的'年龄阶段的定位是不同的，而又是承前启后相互衔接密不可分的，因而又是不能超越的。人生的路虽然是曲折的，但我们还必须得按部就班地一步一个脚印地从头走起，该受的苦你必须受，该喝的蜜你必须喝，不可越雷池一步。

感悟之二：目标明确果断前行——战胜疏懒，要找聪慧者，要找我们的“启蒙”老师作为指导，而不是老师来找我们，如果“启蒙”老师指出我们的缺点和错误，就应该积极主动地去接受，去改正。

感悟之三：等待时机慧眼明察——走向成熟，等待是一种智慧、等待是一种积蓄、等待是一种信念。人们之所以等待，是因为时机还没成熟，一旦时机到，事半功倍。

感悟之四：冷静反省心安理得——避免争执，我们必须学会反省，当我们做事之前反省了，每个细节都考虑到了，办事才能得心应手，即使遇到挫折由于预先考虑的明白，心里也会有准备，不至于最后会把事情办砸，甚至走向歧途。当我们做事之后反省了，从中得到经验教训，就可以为以后的成功铺好路。

感悟之五：相亲相爱和平共处——赶走孤独，爱需要相互帮助，爱需要相互依靠，爱需要理解，爱需要交流，爱需要磨合，爱需要缘分，爱可以赶走孤独。

感悟之六：和睦相处平易近人——融入团体，我们常说，要想做事，首先必须会做人，只有把做人放到第一的位置上，我们的事业才能够蓬勃发展。而做人就是讲究人缘，要想有人缘，就必须与团体打成一片。而要想融入团体，就必须积极主动地与他人沟通交流，了解他人的心声，想他人所想，助他人所难，方能得他人之心。

感悟之七：谦虚谨慎虚若怀谷——切忌得意忘形，在这个复杂多变的社会里，人们的心越来越浮躁了，浮躁就会让人变得得意忘形，得意忘形我们就会失去很多。为了让鲜花常伴于我们身边，让事业不断前进，让我们从现在就开始谦逊谨慎，虚怀若谷吧。人生中有许多哲理，如果能从中体会到几个就会豁达，人的一生虽然不能一帆风顺，经常有磕磕碰碰，坎坎坷坷之事，但欢欣、喜悦的日子也会时常光顾我们。我们想要欢欣、喜悦起来，必须学会开怀豁达，要想共同进步，必须齐心协力；如果世人都参照《易经》生活、工作，世界就一片光明。

学易经的心得体会篇二

《易经》是中华文化的大道之源，孕育了中华文化的三大理念，即大道至简、大道相通和阴阳相生。这三大理念是道、儒、法、兵等诸子百家思想的重要源泉，深刻的影响着中国

人的思维方式、生活方式和性格。

《易经》的出现，迄今大约有五千年的历史，其内容广博宏大，无所不备，涵盖天地宇宙、自然现象、社会生活的方方面面，是把抽象的哲理和生活的社会现实结合起来的典范。

《易经》的思想有两大基本内核，一是朴素的辩证法“一阴一阳谓之道”，即宇宙万物都存在着阴阳这种基本矛盾，既对立又统一，互生互换；二是周期性的演进观“盛衰周期律”，即天下同归而殊途，一致而百虑。尤其精彩的，是《易经》这种思想对事物发展转化以及革故鼎新充满辩证法的论断和提示，千载以下，仍然对今人有亘古常新的深刻启发。

《易经》给我们的第一印象是：一些“阴阳卦画”奇怪而复杂，晦涩难懂的古文仿佛离我们很遥远。其实《易经》离我们并不遥远，我们每个人的身上都打着《易经》的烙印。

学易经的心得体会篇三

易经，一个既熟悉又陌生的名词，熟悉到从小挺起，陌生到对其一点也不了解。现在，借着团校视频授课，有机会看了曾仕强的《易经的奥秘》，突然发现一些最基本的存在于我们身边的事物都与易经相关，而现在科技的发达也归于易经，真得感觉很惊讶。

一阴一阳，亦阳亦阴，阳中含有阴，阴中亦含有阳，看着自己的手就想到了他的阴阳说，有时想想也不无道理，阴不能缺少阳，而阳亦不能缺少阴存在，就像大拇指与四个手指一样，一奇一偶，一阳一阴，对生活的方方面面起到的作用非同小可，人生来其实就已经于已经相关。

听着他的阴阳说，感触很深，手指的活动也不自觉的多了起来，感觉到了手上的神经均与大脑相连，这让我想到了小时候父亲让我多活动手指，当初不明白，也不知道该怎么让我

的手指活动起来，因此有空没空就帮妈妈做做家务。现在了解了，原来他是想让我的大脑发育起来。想着老一辈人都有这种思想，他们没有读过书，更何况读易经，却知道的比我们读书人还多，我们还得借着他人的讲解才能理会到，不知道是他们的经验还是祖父辈人的潜移默化。不过这确实管用，手指经常活动，发现自己灵活了很多。

看着曾仕强的讲解，听着他的解读，理解了很多小时候父辈人的教育，因此现在要多活动活动，特别是手指活动，虽然大脑已发育的差不多，但相信还是会有助于大脑灵活。

学易经的心得体会篇四

《易经》一直以来被认为是中国文化的起源，是万经之首，《易经》读后感。它充满着神秘的色彩，许多人都对其充满了好奇心。种种感情，我阅读了。

其实，我并非直接阅读的《易经》，我文言文水平较差，我阅读的是曾仕强教授对《易经》的解析，间接阅读了《易经》。曾仕强教授是台湾的著名学者，也是我非常关注的学者。感触颇多，其中《胡雪岩的启示》尤甚。

这次阅读曾教授的解析，认为观点都比较符合自然辩证法的！现在，许多人对易经有不少误解，当然，更多的人是对易经不了解，尽管他们血液中有着易经的基因！

《易经》告诉人们，人在不同的年龄阶段的定位是不同的，而又是承前启后相互衔接密不可分的，因而又是不能超越的。人生的路虽然是曲折的，但我们还必须得按部就班。地一步一个脚印地从头走起，该受的苦你必须受，该喝的蜜你必须喝，不可越雷池一步。

书中提到，全世界中国人的脑筋最好，最活，因为中国人最懂得变通其实，自然辩证法很大程度上也在讲变通。好中有

坏，坏中有好，不好不坏，不坏不好，由坏变好，由好变坏，反反复复，无穷尽也。

都说是外国人提出的自然辩证法，其实不是的，也有人觉得是近代我们中国处处落后，又不求进取造成的这种想法。其实，《易经》它包含了全世界最好的辩证法，而且它的提出比外国早了好几千年，并且不是一个层次上的东西，易经不光是辩证法，它是一个系统，一个有机的系统，一个全世界最大的系统，比当今的网络系统还要大，网络的发明归根到底也是与《易经》有关系的。

《易经》中有的道理是深刻的，亘古不变的。易经说宇宙万物归根到底是由两种因素构成的：阴，阳。仔细想想，它的高明简直超出人类智慧了。现代科学技术的发展，越来越接近的证明这一点，从我们知道原子是可分的开始，就已经往这个方向迈步了。因为没有什么实在的东西是物理不可分的，分到最后是什么呢？就是阴阳，阴中有阳，阳中有阴，阴阳生万物！

什么叫知识？知识是会被时间否定的东西。

什么叫智慧？智慧是能经得起时间考验的东西。

外国人做的东西，从本质上说他们追求的是知识，所以，他们有那么多的专利知识产权。

我们的祖先，他们是永远值得我们敬佩和学习的，他们追求的是智慧，从本质上说，我们的祖先重视的智慧，他们不怎么重视知识。最开始说的读书，实际上指的是明理，读书读的是道理，道理是与智慧相关的东西。然而现在，读书是去学知识，学一些谁也不知道能不能用，对不对的东西，尤其受西方文化的影响，读书早已经不再是它最初的含义了。这是一件非常可惜的事情！

《易经》是完全根据自然发展出来的一套系统，外国人提自然辩证法，其实在科学面前他们欠缺让自然引导他们的科学，我们讲师法自然，不是没有道理的。

知识扩展：《易经》读书笔记

《易经》也称《周易》或《易》，是中国传统思想文化中自然哲学与伦理实践的根源，是中国最古老的占卜术原著，对中国文化产生了巨大的影响。据说是由伏羲氏与周文王(姬昌)根据《河图》、《洛书》演绎并加以总结概括而来(同时产生了易经八卦图)，是华夏五千年智慧与文化的结晶，被誉为“群经之首，大道之源”。在古代是帝王之学，政治家、军事家、商家的必修之术。从本质上来讲，《易经》是一本关于“卜筮”之书。“卜筮”就是对未来事态的发展进行预测，而《易经》便是总结这些预测的规律理论的书。

“易经”一词包含两种意思：

1、即《周易》。原名《易》。汉儒将《周易》(包括经、传)列为六经之一，故称《易经》。

2、指《周易》中相对《传》而言的经文部分。

易经成书年代及作者迄今仍无定论。《汉书·艺文志》提出“人更三圣，世历三古”之说，认为伏羲氏画八卦，周文王演为六十四卦并作卦爻辞，孔子作传解经。

易经八卦发明创始人——伏羲氏

易经，是儒家四书六经之一。据文献记载：相传秦始皇焚书坑儒之时，李斯将《周易》列入医术占卜之书而得以幸免。之后各个朝代都有人研究《周易》，包括汉代的京房、郑玄，魏晋时代的王弼，唐代的陆德明、李鼎祚、孔颖达，宋代的邵雍、程颐、朱熹等等，八卦和五行说不同。

易经：一是时间上最为古老，二是内容里涵盖了天道、人道、地道，要在天地之间让人类安身立命。它的方法是设卦观象，以符号代表自然界的现象，再借符号的组合与移动，描绘自然界千变万化的奥妙情境，由之展示人世间的吉凶祸福与因应之道。

易有简易、变易、不易三层意思。

学易经的心得体会篇五

广义的《易》包括《易经》和《易传》。《易经》分为《上经》三十卦，《下经》三十四卦。由于《易经》成书很早，大约在西周时期，文字含义随时代演变，《易经》的内容在春秋战国时便已不易读懂，因此春秋战国时代的人撰写了《十翼》，又称为《易传》，以解读《易经》。

普遍认为《易经》最初是占卜用的书，但它的影响遍及中国的哲学、宗教、医学、天文、算术、文学、音乐、艺术、军事和武术。自从十七世纪开始，《易经》亦被介绍到西方。

我们知道易经里面最主要的内容就是六十四卦的卦辞跟爻辞，所谓算命其实是易经将世间所有情况统一归纳到六十四卦中去，每一卦为一个情景，然后对号入座，将你对应到某一卦中，再去详细分析该卦的卦辞。这里先强调一下，六十四卦中除了谦卦之外，其他六十三卦都有阴阳两面，也就是无所谓好无所谓坏，因为物极必反，要根据你的实际情况去定。先看一下六十四卦的由来，古云，太极生两仪（一阴一阳），两仪生四象（少阳，老阳，少阴，老阴），四象生八卦（天，风，火，泽，地，雷，水，山），八卦再演绎成六十四卦，其实就相当于数学中的排列组合，分析每一个卦都应该将它分为上卦跟下卦两部分来看，例如乾卦，上下皆为天，为纯阳之卦，坤卦则为纯阴，但谦卦却是上卦为地，下卦为山，这就要发挥自己的主观能动性去想象一下为什么了，可以任意发挥，但是要能自圆其说，所以说为什么找不同的人算命算出来可

能是不一样的，当然也有可能算命先生会根据你的表述来判别，然后强硬地塞入卦辞里面，以示这是古人说的，来增强说服力。很多卦其实都很有哲理，例如坤卦，未济卦，既济卦，咸卦，丰卦等等，这里就不再列举了。一阴一阳，亦阳亦阴，阳中含有阴，阴中亦含有阳，看着自己的手就想到了阴阳说，有时想想也不无道理，阴不能缺少阳，而阳亦不能缺少阴存在，就像大拇指与四个手指一样，一奇一偶，一阳一阴，对生活的方方面面起到的作用非同小可，人生来其实就已经于已经相关。从《易经》里，我也学会了顺其自然，顺势而为，顺应规律，一切不需要强求，也不必着急。该来的必然要来，该去的终究要去。比如生命，比如四季。斗转星移，周而复始，交替而已，变化而已，轮回而已，用一个字来总结，就是——易。

知“易”不易，知易行难。天空之下，大地之上，众生之间，我们每个人既自身渺小又汇入茫茫，既生命有限又思绪无涯，如何把“易”中的道理融入生命的过程，真是一个需要代代人研究并传承的课题啊。

今天春日融融。当春风轻轻吹拂着我的心，《易经》的真谛似乎就融化在我的胸怀里。眼望遥远的天边，在静静的冥想中，仿佛我已经化身为白云，飘在无界的天空。