

<<內心的對話>>讀後感

當我第一次見到這本<<內心的對話>>書時，它的封面已經吸引了我，主人公用荷花來作表面的封塑，看見荷花使我想起了前段時間在網上看現代詩人作詞“出泥而不染，亭亭立清漣，異香來天外，清韻出塵環。”還有古人周敦頤的愛蓮說：“出淤泥而不染，濯清漣而不妖”等等詩句。主人公用荷花來作封面，想必他就像荷花一樣心靈淨美，有愛，心胸寬廣，真正出自心靈的美！

讀完這本書給我的感受實在是太深刻了，裡面的內容給人洗滌心靈，教人懂得如何做人，做一個快樂的人，做一個有良知，有善心的人。正確對待生活，不要一味地在抱怨，忌妒裡生活，這樣只會讓自己更加痛苦、怨惱，開心快樂的生活會給自己增添色彩，也給別人帶來溫馨。

我是一位結過婚的女人，我時常也會有報怨不平的心理，家中又有老小，工作不順心，十之八九這樣的事情幾乎每個女人都會有，但是我會用最快的調節方式來解決心中的煩惱，通常和別人吵過架後，不管我是對，是錯，只要我保持冷靜頭腦，靜下心來反復問自己：為什麼？為什麼選擇吵架的對象是我而不是別人，我錯了嗎？我錯在哪了，我有錯嗎？就這樣邊問自己邊給自己找出合適的理由與答案，過後想想還真是那麼一回事。

<<內心的對話>>好比是一面真實的鏡子，它真誠的反應了我們每個人的內心深處深藏的秘密，讓我了解到其實每個人都是相同的，只是沒有將自己的心打開，敞開心扉，讓生活過的快樂充實，讓人生不再有孤寂不平。

<<內心的對話>>使我學到了書藉上沒有的知識讓我受益匪淺，使我更加熱愛生活，更愛家庭，我真誠地感謝作者嘔心瀝血之佳作！

朋友們願<<內心的對話>>為你們解開心緒，讓明天更加美好，像荷花一樣“出淤泥而不染”！