《不生气的智慧》读后感

作者：小六 来源：网友投稿

本文原地址：https://www.xiaorob.com/duhougan/800/1088.html

ECMS帝国之家，为帝国cms加油！

《不生气的智慧》读后感800字

读完一本名著以后，相信大家都积累了属于自己的读书感悟，此时需要认真思考读后感如何写了哦。那么你真的会写读后感吗？以下是小编为大家整理的《不生气的智慧》读后感800字，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

一次，我闲着无聊，就在网上淘点书看，竟有一本书入了我的法眼——《不生气的智慧》。

什么？不生气的……智慧？我的好奇心发作，把它买了下来。这本书主要就是讲人要控制好自己的情绪，不轻易发怒，才有健康平和的心态；不生气，才有豁达幸福的生活。其中让我印象最深刻的.是“ 寻找‘ 怒火消防栓 ’ ”。

看了这里面的内容，我不禁感慨：在人生的道路上有谁不生气？当我们怒火腾生时，最主要的就是用清醒的头脑来克制自己的怒火，做一个情绪的主宰者。

这然我想起了一件往事：在某次暑假，我与家人一起去深圳玩，中午在一家大排档吃饭。

一开始我们都很开心，可途中发生了些小矛盾。爸爸不小心把可乐撒在了我的裙子上，我不高兴了，开始耍大小姐脾气。不管爸爸怎么说，我硬是不应，嘟着个嘴，不吃饭不说话，一脸“ 我生气了 ”的样子。现在回想起来，发现我好幼稚啊。

我还想起一件有趣的事：

巴尔扎特作为世界文坛巨匠，一生创作无数，但生活穷困潦倒。一天夜里，他在睡觉，有个小偷爬进了他的房间，翻箱倒柜地找东西。被吵醒的巴尔扎特并没有惊呼，而是悄悄的起了床，点亮了灯，对着心急如焚的小偷平静地说：“ 亲爱的，别翻了。我大白天在房间里都见不到一分钱，跟何况现在这么黑，你就别痴心妄想啦。 ”相信面对入室偷盗的小偷能如此幽默淡定的对待的人已是少之又少了。巴尔扎特用幽默的方式赶走了小偷，也确保了自生的安全，这何尝不是天下最美好的事呢？如果他生气的对对方指鼻大骂：“ 你是谁？来我家干嘛，信不信我报警啊！ ”想必如果他这样说，小偷绝对会杀人灭口的。

这本书然我明白了生气时要和自己说说话，三思而后行，不要因生气而冲破了头脑，要微笑面对生活。

看完了这本书的最后一页，我合上了书，咽了口唾沫，继续探索生命的真谛——别让抱怨毁了你！这样子，你才能克己之怒，笑谈人生！

更多 读后感800字 请访问 https://www.xiaorob.com/duhougan/800/

文章生成PDF付费下载功能，由ECMS帝国之家开发