

班 級：汽車 2-1

名 次：第二名

作 者：陳政偉

參賽標題：人生不設限

書籍 ISBN：9789861752068

中文書名：人生不設限：我那好得不像話的生命體驗

原文書名：Life without Limits： Inspiration for a Ridiculously Good Life

書籍作者：力克·胡哲

出版單位：方智

出版年月：2010 年 09 月 24 日

版 次：初版

一●圖書作者與內容簡介：

力克.胡哲，他一出生開始就要面臨一個巨大的挑戰--他沒有四肢。

當他逐漸長大，並且開始深深了解自己的與眾不同而遭受旁人奇異的眼光看待時，他卻不退縮、不怨懟老天爺，反而以非常樂觀積極的態度看待每件事物，並珍惜渡過美一天，讓他的生活變得更精采更美麗。

二●內容摘錄：

要成爲可能主義者。無論你的人生看起來多黑暗，請拉高你的視野，看看有甚麼可能性。你總是會看到可能性，因爲它們一直都在。〈p.96〉

如果你每天都過得很掙扎，請記住，在我的苦難背後有個遠超乎我想像的人生目的在等著我。你或許會碰到艱難的時光，或許會倒下，然後覺得自己沒力量站起來....但是當我們克服挑戰,就會變得更強壯。〈p.15〉

我們的目標應該是不頓努力成爲更好的人，並記著更遠大的夢想擴張自己的界限。〈p.19〉

三●我的觀點：

力克.胡哲是個天生罹患海豹肢的人，天生罹患海豹肢的他一開始十分的絕望並且絕望到活不下去，所以他選擇了自殺。

可是呢？彷彿是上天不希望他死，因此他經歷了十分痛苦的 3 次自殺並且最後都沒有成功，後來他於 10 歲的時候想清楚了，他不應該讓如此愛自己的家人來終生後悔他的死亡。所以，他選擇了用盡自己所有的心力來努力改變自己的命運，而不是像從前一樣自暴自棄。

後來他去上課時，曾在一天之內被 12 位同學所嘲笑，但是卻有 1 位同學願意去肯定他的存在，而讓他有信心的面對所有阻礙他的命運。後來他嚐試了，在所有的運動項目中有一定難度的衝浪，而他也在經歷了許多的努力許多的練習後，成功的讓自己可以站在滑板上面盡情衝浪著。

力克·胡哲就像很多身體殘缺卻很成功的人一樣，一開始因為自己的殘缺想放棄自己的一切，並沒有去想他的朋友或家人會為他的死而難過。但是他們都找到了一個人生轉捩點，讓他們不會再去想負面的事情，反而勇往向前，不會因為失敗而再度放棄。

即使面對挫折或是困難，你也不容易輕易地被打敗。就算失敗了，也是很快地就能從人生的低谷中再次站立，迎向人生的各種考驗。

這本書告訴我們，就算是天生殘缺也可以過的很快樂。例如：本書的力克·胡哲，雖然他天生沒有常人該有的四肢，但還是勇於面對，並且活出自己的風格，力克總是堅定的說：『告訴自己再多撐一天、一個禮拜、一個月，再多撐一年吧。你會發現，拒絕退場的結果令人驚訝。只有拒絕再試一次的人才會被打敗。』也散發出了他對生命的熱愛。

然而他以前一度放棄，不過最終還是不願向命運低頭不但開了許許多多的演講，也鼓勵了許多人，讓更多人成功的挑戰面對生理上的缺陷，更以己身活生生的例子，告訴我們怎麼勇敢的面對生命以及保持對生命的熱情。我們看不到力克·胡哲因身體殘缺所帶來的自怨自艾，而是一種面對人生、自得其樂的生活態度。本書《人生不設限》帶給我們一個挑戰困境，活出自己的成功典範

最後每個人都應該想想自己是否有哪裡與別人不同，又有哪裡不如別人，然後再加以省思，也許缺陷使人墮落，每個人都應該要向落井的驢子一樣，你今天的不如意雖然覆蓋一身，只要將你的頭向上台，把一切不愉快給抖落地上在踩著地上的層土、垃圾一步一步向上爬每個人都能突破能度過的。力克·胡哲他並沒有甚麼了不起的，最了不起的是他面對自己的缺陷 自己的不足做出與別人不一樣的決定，這點才是我們要去學習要去效仿的。現今社會裡有太多人老是在抱怨 躲在自己的影子裡，但他們都忘記一點，其實只要轉過身來陽光就在他們的面前！

四●討論議題：

如果身邊有人像力克·胡哲一樣天生殘缺,是否要給他多點關愛和幫忙呢？

舉個實例說明你是否關懷過有需要幫助之人？