

高英高級工商職業學校 102 學年度第 1 學期班級讀書會

閱讀心得報告

班 級	汽車 1-2	學生姓名	黃耀銘		
研讀書名	人生不設限	書籍作者	力克・胡哲		
出版單位	方智出版社股份有限公司	出版年月	2010 年 10 月 01 日	版次	初版
班級導師	何金鳳老師	國文老師	蔡慧美老師		

心 得 報 告 內 容

一、圖書作者與內容簡介：

本書作者在生下來前罹患一種疾病，導致天生就沒有四肢，但是他並沒有被這樣的缺陷給限制住。作者寫這本書的用意，是希望許多無論是先天或後天身體有缺陷的人可以重新振作，與作者一樣，用永不放棄的精神去實現個人的夢想，不要被殘缺給限制住。

二、內容摘錄：

我有選擇，你也有選擇。我們可以選擇對那些令人失望與不足之處念念不忘，可以選擇苦澀、憤怒或悲哀；或者，在面對艱難時刻和那些對我們心懷惡意的人時，我們可以選擇從經驗中學習，然後繼續往前走，為自己的快樂負責。(p. 19)

苦難到處可見，而且常常是令人不可置信地殘酷；然而，即使在最糟糕的貧民窟和最可怕的悲劇裡，我還是看到人們不只是活著，而且從中成長茁壯，這讓我覺得振奮。〈p. 25〉

我的想像力透過上帝的眼睛湧出。我信任祂，儘管沒有手腳，我心裡全然有把握自己一定可以打造美妙人生。同樣地，你也應該覺得天下無難事，要相信只要盡全力實現夢想，你的付出終會得到回報。〈p. 87〉

三、我的觀點：

看完這本書，帶給我一個觀念，就是凡事永不放棄的精神。力克從出生就沒有完整的四肢，只有一隻小小的腳(號稱小雞腿)，天生這樣嚴重殘缺的身體，他不但沒有因為這個疾病而侷限自己的生活，反而憑藉努力不懈的精神與毅力，不斷創造出許多本來做不到的事，讓他可以在海上衝浪、潛水。力克從小就必須學習在沒有健全四肢的情況下生活，再長大一點，還得面對周遭充滿疑問、不一樣的眼光。他曾經對人生感到絕望，曾經想結束自己的一生，

但在自殺的一瞬間，他想通了人生的意義，決定找到自己的人生目標，找到屬於自己的完美未來。

不過，對缺陷人生同樣選擇永不放棄的並不只有他；我們國內也有一位一樣天生就沒有雙手，靠著她的一張嘴、一雙腳畫畫的口足畫家楊恩典；還有剛出生 19 個月，因發高燒導致失明失聰，但藉著一位老師的努力協助，讓她學會說話的海倫凱勒。也許有人認為上帝怎麼對他們那麼殘酷？但這些天生殘缺的人經過一番反思突破後，他們反而認為這是上帝給他們的考驗，他們不埋怨也不怨恨，不再怨天尤人說「我怎麼那麼不幸？」反而更珍惜地去過這樣的人生。我覺得儘管他們無法像正常人，但是卻努力過著比正常人還正常的人生。

力克沒有手腳已經是殘酷的事實，生活上極度的不方便已讓人生不如死了，這樣的外表還經常被嘲笑，開始有這種被羞辱的感覺後，常常讓他有尋死的念頭。但到最後不但放棄死亡的念頭，反而認清他沒有手腳已經是個無法改變的這個事實後，力克說：「我或許並不完美，但我卻是完美的力克・胡哲！我是上帝照著祂對我的計畫所做的獨特創作」。有些人常常覺得自己不夠好、不夠漂亮、不夠有魅力等等，但力克卻覺得自己已經是最完美的了，覺得上帝給他這個樣子，一定是有道理的，這個樣子的他一定能正常生活的。於是，他努力讓自己的生活像一般人一樣吃喝拉撒睡，一樣快樂地活著，他讓自己的人生不受限。

我覺得，力克能做那麼多事，原因來自他的態度。力克以好的、正面的態來面對他這樣的人生，所以，他才可以做那麼多的事情。想想看，有正常四肢的人還未必能做到他做到的事，可見，能不能做不在於有沒有健全的身體，而在於有沒有健全開朗積極的心態。當然，我們也不能忽視，以為「做，就是了！」力克能做到這樣的程度，個中的艱辛絕對遠遠超過正常人，而他的家人的支持和自己的努力，也是讓他邁向充滿希望的道路很重要的因素。因此，我們更要向他致敬，以他為榜樣，勉勵自己勇敢面對人生中的不如意。如果力克可以這樣生活，我們為什麼不可以？

四、討論議題：

如果你或妳生下來就有某方面的缺陷，會跟力克・胡哲一樣對生命永不放棄嗎？