

閱讀分享：224 傅紹恩—小巨人力克·胡哲的無限人生（甲等）

一●相關書訊：

本書主要在敘述作者力克·胡哲的親身經驗，分享他從厭惡自己到接納自己的不完美，並透過自己去幫助更多的人，讓大家找尋活在世界上的使命，讓大家學習接納自己。大意在要別人接受你之前必須先接受自己，透過一些經驗讓我們知道活著的價值與意義。我們認識的力克是個樂觀的人，但大家認識他以前，他也曾討厭自己，甚至有輕生的念頭，但他接受了上帝，選擇接受自己，瞭解上帝賦予他的使命，並藉由自己與上帝讓大家都能接納自己！

二●內容摘錄：

我覺得第四章-愛上不完美的自己，最令我有感觸，此章節力克提到了-「不要執著於自己的不完美、失敗或是錯誤，而是要把焦點放在你所領受的祝福，以及你可以做出的貢獻上」(113 頁)，你我也就不是特別突出的那個人！

在第四章有一個段落-「找出一個你喜歡自己的地方，一個就夠」(117 頁)，在這個章節裡我最喜歡這個小段，我常很在意別人對我的感受還有看法，有時還會自暴自棄，而當我看到力克所寫的書才恍然大悟，他從前也是自怨自艾，有一天他對著鏡子想了一會兒，他覺得他的眼睛很漂亮，而當下體會到他也有美的地方，為什麼要一直侷限在自己不完美的地方呢？

三●我的觀點：

《人生不設限》這本書讓我進入了作者力克·胡哲的經歷與內心世界。當力克開始上學，發現他與一般正常小孩不一樣的時候，他非常不能接受，甚至還痛恨上帝為何不能給他跟正常人一樣的生活，在這段時間裡他相當的封閉，大概是生涯中最低潮的日子，但他在高中時遇到一位改變他人生看法的人，既不是他的家人也不是學校的老師或同學，而是當時的一位工友阿伯，力克時常在放學等車的時間和他閒聊，後來他也時常邀約力克去參加他與幾個青少年的聚會，大家在聚會時說出自己的想法和志向，一開始力克還是不願表達自己的看法，但他看到其他青少年都紛紛表達時，終於鼓起勇氣，與大家分享他在成長時遇到的挫折與考驗，說他多麼盼望能在睡醒的瞬間感覺到自己的手腳。分享結束時全場哭得唏哩嘩啦，他以為自己做錯什麼了，但阿伯和他說你表現的很棒並且上前給他個大大的擁抱。

當下他領悟到了，這就是上帝給他的使命，透過他來激勵大家。他漸漸地接受自己，大學畢業後他決定到世界各地演講，讓大家透過他來發現自己的獨一無二，他提到過，不要把自己侷限在自己所架設的小框框裡，永遠只看著自己的不完美，而忘記屬於自己獨一無二的美，也就是本書的主旨，不要等到別人發現你，你要主動讓別人發現你。力克說想要過著什麼樣的人生，決定權握在自己的手裡，要是當時力克沒有接受自己，或許他現在還躲在個角落自暴自棄呢！但他選擇接受自己，如今他到世界各地演講，激勵了無數青少年，勇敢地接納自己。

力克覺得對的態度也是很重要的，用正確的態度去面對將到來的挑戰，往往會有正面的結果；反之要是我們常以悲觀的態度去逃避我們所遇到的問題，當然就不會有好的結果。向他以正面的態度來面對肢體上的殘缺，不認為是可恥的，當作上帝給他的試煉，而他也不在因為這件事沉溺在悲傷中，更勇敢地展現自己。力克把失敗當成最偉大的老師向世界球王費德勒，當然也

不適每一場都贏球，如果每輸一場就難過很久，那就部會造就他今天在球壇的地位，因為失敗而更加努力練習，使得他能贏得最終的勝利。

看完這本書以後，使我的心情變得沉重複雜，開始反覆思考我面對生活的態度，我常常自怨自艾，覺得自己不夠完美而盲目地改變自己，卻遺忘了我好的地方，像我的歌唱能力非凡，可我卻一直執著在自己的身材上，完全忘了我的優勢；面對失敗也總是那麼的不堪一擊，遇到挫折就退縮。但看完這本書後，我開始接受自己不完美的地方，知道無數次的失敗是人生的必經之路，只要我相信自己、接納自己，做起事情來都會充滿鬥志。力克用他這一生的經驗來引導我們走向正軌，目的是希望我們不要和從前盲目無知的他一樣走上一條痛苦的路！我很敬佩他的勇敢，和他面對挑戰的正面態度，以及他那無私奉獻的大愛精神！期許我的人生能像他一樣精采，和他一起人生不設限！

四●討論議題：

像作者缺乏四肢，那他可以打理自己的生活起居嗎?可以獨自生活嗎?