

## 閱讀分享：224 魏靖欣一把正面力量繼續傳給別人（甲等）

### 一●相關書訊：

力克·胡哲從出生那刻起就沒有四肢，從小到大經歷了許多困難，甚至有一度想要自我了斷，但他並沒有去做，因為他相信上帝對他是有所計畫的，所以他重新振作，到世界各地演講，訴說著他的經歷，並給予他們鼓勵，告訴他們：你永遠不是一個人，也不是沒有人愛你，上帝與你同在，祂當然一樣的愛你，而我也愛你，就這樣他的演講鼓勵了很多，也給了很多希望，他世界各地的演講，因為他知道這是上帝派給他的任務。

### 二●內容摘錄：

- 1.如果你還在找尋人生道路，你要知道，出現挫折感是很正常的。這是一場馬拉松，不是短距離賽跑。
- 2.當你察覺到負面思想正在你腦子裡狂奔時，你可以選擇關機。你要承認這些思想的存在，了解他們都源頭，但請把注意力放在解決問題的辦法上，而不是問題本身。
- 3.你不必為了達到別人的期望而活，你可以定義自己的完美。
- 4.用你的生命榮耀上帝，盡全力發揮能量和你的獨特之處。只要敢於荒誕可笑，你就能擁有快樂得不像話的人生。
- 5.別讓恐懼阻止你追求夢想。你應該把恐懼當作煙霧警報器，當它發出聲響時，要注意觀察四周有什麼狀況，看看是不是有危險，或者只是發出警告。

### 三●我的觀點：

在看這本書之前，我就知道有力克·胡哲這個人，因為之前國中老師給我們看過他的影片還向我們介紹了他，當時對他的了解不多，只知道他很樂觀得去面對著他自己與他的人生，還有他那永不放棄的精神。我想了一下，如果我沒有四肢，我會怎麼樣？說真的我根本無法想像！想完才感到驚訝，覺得世界上怎麼還有那麼樂觀的人存在，怎麼還有那麼棒的人存在，不斷的去付出卻不求回報，不斷的往前邁進，學習怎麼運用自己的人生，覺得他真的很厲害，也深深的鼓勵了我。

讀這本書後，才知道他並不是一出生就那麼樂觀，他是經歷了很多挫折與心靈交戰，才有現在的力克·胡哲，看這本書裡，他敘述著自己的童年歷練，才覺得過到現在自己的人生裡，沒有一件事是可以跟他的童年相比的，自己卻還成天不滿足，不快樂覺得世界無望，做人好困難之類的，但知道了力克·胡哲的經歷，就覺得我有需要這樣嗎？現在想想我有一個正常的身軀，會運轉的腦袋，有一個完整的家庭，有一所可以學到東西的學校，有幾個談天說地的朋友，我還有什麼資格不滿？我根本是這世上最幸福的人，我一無所缺不是嗎？

看這本書的時候，每看到一句深刻的話，都會想一下，想一下他的意義，想一下自己，覺得這本書真得處處充滿著人生中的啟發，因為每當力克·胡哲分享一件事，最後都會把他歸納成一句話，然後再把它連接到我們的生活當中，所以那些鼓勵的話總是那麼讓人明瞭，而感到貼切，

他也會教你怎樣做才可以擁有無設限的人生。

我覺得我以後應該要更正面與積極的看待人生，我也要像力克・胡哲一樣，過著好的不像話的人生，我應該要好好的愛自己，愛別人，不要再每天感嘆，每天覺得不滿，我始終相信有一句話:快樂是一天，難過也是一天，所以我要把每天都當作是展新的一天，然後把難過悲傷都拋開，每天早上都給自己一個微笑，每天都幫助別人鼓勵別人，如果真的心情低落了，就想想上帝想想力克・胡哲，把書拿出來翻翻看看，相信這樣做我的正面力量就會源源不絕，我要把正面力量帶給別人，讓每個人都能有愉快的心情，無設限的人生。

最後我想鼓勵一些遇到挫折的人，或許遇到挫折後，你會很難過，甚至有想了斷自己的念頭，但千萬不要這樣想，如果你了斷了自己，不僅身邊的人會難過，也看不見未來美好的每一天，只有活著才能去發掘好的事物，這世界並非你想像的那麼糟糕，難過一下，過一陣子就打起精神，活出自己想要的，為自己想要的努力，讓自己的人生能達到無設限。

#### 四●討論議題：

很多人在人生的路途中都遇到挫折，我們應該深思的是要怎麼去解決，不要因為一點挫折，就把打敗，應該要重新的整理好心情，在迎接挑戰。