# 人生不设限读后感

来源：网络 作者：柔情似水 更新时间：2024-08-29

*第一篇：人生不设限读后感《人生不设限》读后感世上哪有什么不可能的事情？100多年前的希腊，有人试图在4分钟内跑完1英里的路程，为了实现这个前无古人的宏伟目标，人们绞尽脑汁，甚至异想天开，先让运动员喝老虎的奶水，以强身健体，然后又让凶猛的狮...*

**第一篇：人生不设限读后感**

《人生不设限》读后感

世上哪有什么不可能的事情？

100多年前的希腊，有人试图在4分钟内跑完1英里的路程，为了实现这个前无古人的宏伟目标，人们绞尽脑汁，甚至异想天开，先让运动员喝老虎的奶水，以强身健体，然后又让凶猛的狮子在后面追赶运动员，以激发潜力，结果全都失败了。后来，有专家得出了“科学”结论：因为人体生理结构的限制，人类根本无法达到这种速度。于是人们最终断言，人要想在4分钟内跑完1英里路程是绝对不可能的。有个叫罗杰的年轻人偏偏不信，刻苦训练，默默地向极限发起冲击，一年之后，“绝不可能的事情”发生了——罗杰在4分钟内跑完了1英里。随后，这一纪录又多次被后来者刷新。

读完《人生不设限》这本书，更加深刻的感受到人类的潜质是无以言语的。力克·胡哲，出生时罹患海豹肢症，天生没有四肢，曾经三次尝试自杀。10岁那年，第一次意识到“人要为自己的快乐负责”。虽然没有手脚去接触这个世界，但他并没有放弃理想，也没有放逐自己，他最终意识到用语言和行动同样可以触动人心，不论际遇顺逆，只要认清目标，积极面对，生活其实到处都是欢乐。

快乐的时候，我觉得人生是来享受的，悲伤的时候，我又觉得人生是来受苦的。人心不足，我觉得很对，世上有多少人会知足呢，我不知道，但我却知道不知足的一定很多很多。不快乐是因为得不到自己想要的，幸福是因为得到的比想象的还要多。人不是不懂得珍惜，而是不懂得发现。往往发现了却已失去了，因为只有在失去的时候才会去注意生活中的那些小细节，才会觉得细节是多么的难能可贵。我们大多数的人常常在抱怨生活中没有激情。是那么的枯燥乏味，平凡平淡，可又无力去改变。

生活中有得必有失，有得到的喜悦便有失去的痛苦。明星让人羡慕吧，人生风光而又精彩。令多少粉丝着迷，让多少人难以忘记。可他们有私生活吗？似乎好多事情都要秘密而行。吃衣住行，每个人都在为此奔波。每个人的一生都不尽相同却又相似。都为吃而吃，住而住。只是穷人吃素，富人吃荤；穷人住平房，富人住别墅„„仅此而已。电视里的爱情多么完美，令人回味，让人羡慕不已。

男女主人公都过上了幸福快乐的生活。有没有发现，电视里的主人公都是好富有的，好像从来都不会有穷人，就算有，后来也是富有的。也就是说，如果一直穷的话也就没有什么幸福可继续的了。每日为柴米油盐发愁，为奔小康而努力，又有多少岁月去谈情说爱呢，有是有，但却一定不多。贫贱夫妻百事哀，说得一点也不错。

非常欣赏青春偶像剧里的那种轰轰烈烈，让人回味无穷，感人肺腑的爱情。那么漠视世俗，那么执着，那么的不顾一切。这是在生活中不常见的。也或许可以说我从来都没有见过。甚至于很多时候我不相信爱情可以如此单纯，可以如此完美。可话又说回来，但凡有故事的人，人生也必定经过很多磨难和痛苦。没有付出哪来收获。像我们大多数的人，都过着简简单单的生活，平凡得甚至可能漠视幸福的感觉。也许我这一生是无法参透人生的意义了，也许这本来就没有答案，也或许有太多。但我却相信，平凡的人生虽然感觉不到意义，但至少有安宁。也或许这种安宁却恰恰是有故事的人生最想要的幸福。当然，这也是我片面的想法，随心而发而已，也许本身并无什么意义。

依稀记得书中力克的一句话：“我有选择，你也有选择。我们可以选择对不足之处念念不忘，可以选择苦涩、愤怒或悲哀；或者，在面对艰难时刻和那些心怀恶意的人时，我们可以选择从经验中学习，然后继续往前走，为自己的快乐负责”。的确，作为造物主的上帝对每个人都是公平的，没有四肢的力克都能有如此的境界，更何况健全的我们呢？小时候读《假如给我三天光明》，海伦·凯勒讲述自己没有光明的人生经历，每次阅读都会打湿自己的眼睛，让我领会到在疾病和灾难面前，她是何等的乐观、不屈不挠以及满怀希望，她的故事春风化雨般伴随着我成长，伴随我追逐自己的理想。今天读《人生不设限》，读到力克·胡哲对人生乐观的态度，不仅又让我想起海伦·凯勒，发现两者都是如此的执着，都是曾被苦难所折服而又重拾信念，被人们所敬仰，原来他们都不曾给自己限制，他们都突破了自己的极限，达到了人生新的高度。

知足者常乐，但注定平庸。若不给自己设限，就没有限制你超越的藩篱，人生便无止境。梦想有多远，舞台就有多大，相信自己，一切皆有可能！

**第二篇：人生不设限读后感**

【篇一：人生不设限读后感】

读过《人生不设限》这本书，你会反省自己，反省自己对待世事的态度。同时也会改变态度。

尼克？胡哲的出生并没有给他的家庭带来喜悦，因为他患有海豹肢症，天生没有四肢，曾经三次想要自杀。这种种都不难理解，但你能想象，至今他已在25个国家，举办1500场演讲。至今已有六亿人听说了他的勇气人生。我和这六亿人一样为他曾经选择坚强地活下去而感到庆幸。他就像阳光一样，给世界带来希望。

在我看来，他能有如今的成功完全取决于他面对人生的态度。看完书后，他告诉我：“把“态度”想象成电视机的遥控器。假如现在正在收看的节目对你没有任何帮助，就拿起遥控器转台。而无论遇到什么挑战，当你没有得到你想要的结果时，就可以调整态度，就像转台一样。”此时此刻，面对考试的失利，老师声声严厉的鞭策，父母眼里若隐若现，却久久褪不去的那一抹失望。那是一次失败，尼克告诉我，每个胜利者都曾是失败者，没有失败的成功也不算是成功。我们经常被生命偷袭，这一分钟，你可以悲伤、难过，甚至可以大哭一场，疯狂的宣泄，但下一分钟要把自己拉起来，问问自己：“好了，我接下来该怎么做。”振作起来，调整好你的态度，坚持下去，对未来要充满信心。

这种态度就是坚持吧，也只有坚持。让我们领悟使度过的是比别人黑暗的夜，迎来的定是比别人更绚烂的晨光。而尼克另一种乐观豁达的态度也深深打动了我。

他在小伙伴们另类的眼光里长大。他在我们的眼里是一个被天使遗忘的人，像一株被风刮落在墙角里的蒲公英。但他能微笑着面对现实，面对自己身体的缺陷和自己注定“受限”的人生。尼克对自己的说：“我真是幸福的不想话。”他把缺陷看成是上帝送给他的礼物，只是裹了一层特别的包装纸。他可以感悟到自己的缺陷是一种美，在于与众不同。那种态度是不可以仅仅只用乐观豁达来形容的。

我感谢他在自杀时生命即将转瞬即逝的时候，改变了他面对人生的态度。这或许就是他想告诉我的“感恩的态度”。

态度决定我们人生的高度，改变错误的态度，走正确的人生路。而这条路也注定布满荆棘…我们能做的唯有坚持，直到再也撑不住那一刻——相信自己定会成功！

【篇二：人生不设限读后感】

第一次看到《人生不设限》这本书，还是某一天和父母逛书店的时候偶然看到的。看到封面的时候，我很震惊。心想，原来世界上还有没有手没有脚的人。于是好奇就买了这本书。

后来看了这本书，我就更震惊了。《人生不设限》是一部自传体，书的作者是力克·胡哲。＂他是一个天生没手没脚，却从一无所有，到一无所缺，活出不受限制的生命奇迹＂。这本书正印证了这句话。一开始看前言的时候，我不以为然。认为一个四肢不全，靠轮椅生活的人，做不到他说的那样：＂鼓励上百万人以信心、希望、爱和勇气克服逆境，追求自己的梦想。＂一个四肢健全的人恐怕都做不到，何况他没有手没有脚。

但是，我越往后读，越震撼。尤其是读到了第七章：跌倒七次，要爬起来八次。胡哲告诉我们：＂你失败，我失败。我们之中最厉害的人失败过，其他人也是。那些无法从挫折中站起来的人，常常把失败当结局。但我们应该记住，人生并非一试订终身，而是个试误的过程。那些成功的人都从愚蠢的错误中再站起来，因为他们觉得失败只是一时的，并视为可以学到东西的经验。＂正如丘吉尔所说：＂成功是从一个失败前进到另一个失败，期间却热情不减的能力。＂

力克·胡哲有着明亮的眼睛，灿烂的笑容，幽默的性格。他是个很受欢迎的人，他至今已在五大洲超过25个国家做了1500多场演讲，给予数百万的拥抱，自称＂拥抱机器＂。他获得各国、各级领袖的接见，在国会发表演说。至今已有六亿人被他的勇气人生所激励。

这个全身上下充满力量与热情，阳光，事业有成的人，一定备得上天眷顾吗？不！力克·胡哲出生时罹患海豹肢症，天生没有四肢。连他那饱受十月之苦的母亲都没有勇气去看他一眼，去抱抱他。但胡哲相信他是上帝的特别计划。

当然他也有一度怀疑过。当人们嘲笑他，躲避他的时候。当他觉得他和别人不一样的时候。他也曾尝试过自杀。在10岁那年，他第一次意识到＂人要为自己的快乐负责＂。胡哲他在帮助人中找到了自己生命的价值所在。他感动和改变了太多人。他在书中说：＂生命的重点不是拥有，而是存在。当你的天赋与热情找到交集、全然发挥时，你会获得满足＂。让人感动的，也正是他那种面对生活的积极乐观的态度。

在读这本书之前，我一直对自己不满意，认为自己做什么都做不好。总是会在各种的心理区中迷失自我。看完这本书，我知道了胡哲想要告诉我们的是：做最好的自己。

**第三篇：人生不设限读后感**

人生不设限读后感

篇一：人生不设限读后感

朱益韩

一个没手没脚的人，通常的结局不过是依靠他人度过一生，甚至在路边乞讨过日子，为什么这本书的作者力克胡哲却能活出“好的不像话的生命体验”?

现实中，也有许许多多的平常人都活在各种烦恼中，为啥力克胡哲却能活得很好？

力克胡哲——一个一出生便患有“海豹肢症”、生来便没有双臂双腿、只有一只带着两个小指头的“脚”的人。

青少年时期的力克胡哲，也曾因为身体的残疾而感到苦恼，甚至想过轻生，但是最终他坚持了下来。基督教给了他很大的影响，信仰帮他坚持了下来，并让他知道他其实是上帝的一个使者，向世界传输快乐。

于是，通过常人难以想象的坚强和坚持，终于他可以像一个平常人一样，游泳，冲浪，下棋。也学会了很多看似他不可能做到的一些日常小事譬如刷牙、洗头、也学会用仅有的两个指头打字。

看似很糟糕的生活就这么正常化了。他的人生轨迹告诉我们很多道理。当你快要放弃梦想时，要告诉自己：多撑一天，一周，一个月，再多一年吧！你会发现，拒绝退场的结果令人惊讶。在书中，作者也给我们介绍了面对难关的态度，即使你做不到对难关感恩或做出行动，你也可以选择宽恕它，但是，不要怕，书中介绍，他曾在小学一年级把大他几岁的一个校霸给他击败了，从此，他知道，不要说“如果···怎么办···”（因为他就在收到挑战之后曾不停地想：如果我被打败了，怎么办？）

他相信：“也许，我的残疾就是为了把快乐带给他人。”,他做到了，从北半球到南半球，从美国到南非，印度，再到中国四川的地震灾区的孤儿院，他带给人们许多快乐与信心。同时，也用自身的经历告诉我们，相信任何事情都有可能发生！

其实任何人都可以快乐生活，失败与痛苦总会有，但只要自己学会面对它，我们就可以像力克胡哲一样，活的“好的不像话”!

在绝望中寻找希望，人生终将辉煌！

篇二：《人生不设限》读后感

钱明洁

不必羡慕别人有美丽的花园，因为你也有别人没有的乐土。人生不可能是一帆风顺的。当我们面对挫折时，总是沉浸于消极状态中。但是否曾想过，世界上还有一些人面对着比我们更严峻的挫折，尽管这样，他们还是坦然面对现实，乐观对待人生。

他出生时就患海豹肢症，天生没有四肢，只有一只在下身左边的小脚丫。正是这样的他，进入了澳大利亚的主流学校，并且竞选学生会主席，在夏威夷与海龟游泳，在哥伦比亚滑冰，踢足球，溜滑板，打高尔夫。他就是力克？ 胡哲。面对生命道路上的绊脚石，力克？ 胡哲从不屈服于命运，学习超越自身能力的事情。完成我们生活中的小事，对于力克？ 胡哲来说，总是变得困难重重，永远都需要比正常人多花几倍的时间，力克？ 胡哲在年仅25 岁时就已经获得两项大学学位，他的聪明才智是不可否认的。他用幽默的语言向人们阐述自己的身体缺陷和成长经历，鼓励人们要勇于面对生活的不幸。他更是将亲身经历写进了励志书籍《人生不设限》里，以此来鼓舞人们在困难面前不要退缩，应该勇敢地去战胜它。

书中说到：“当你找到生命真正的目标时，热情就会随之产生，你就会为了追求这个目标而活。如果你还在找寻人生道路，你要知道，出现挫折感是很正常的。这是一场马拉松，不是短距离赛跑。你渴望活得更有意义，就表示你还在成长，还在超越极限、发展自己的天赋才能。时时检视自己身在何处，并思考自己的行动和优先顺序是否符合你的最高目标，是很健康的做法。”奇迹是可以自己创造的，机会也可以自己给与，要像力克那样加倍努力，因为成功一定属于勤奋的人们。

一、喜爱自己，保持信心

力克生患海豹肢症，但他不以悲情面对人生，而是展现一个全新的观念“我或许并不完美，但我却是完美的我。”他告诉每个人都是独一无二的，生命本身并不沉重，只要我们有勇于接纳自己的勇气，你会发现自己其实很“完美”.我们不要执着于自己的不完美、失败或是错误，而应该把焦点放在你所可能得到的幸福上，不必为了达到别人的期望而活，你可以定义自己的完美。他坚信“天生我材必有用”,坚信世界上充满了爱与关怀，坚信人生是一个过程，不要在乎一城一池的得失，今天的不美好，是为了明天的幸福。力克，他有自己的信仰，他将他的生命体验化为文字，熠熠发光，冥冥中给我们支持的力量，鼓励更多人创造自己美好人生，这就是信念的力量。

二、态度决定高度岁，对于一个平常人来说，可能过去的经历并不是很多，可是力克在这过去的二十八年所经历的一些也许是我们一辈子都不会的，我认为是不可磨灭的希望、是感恩的态度、是勇敢的精神支撑着他。正如他所说：“就算环境不能改变，我们可以改变自己的心，改变我们自己看待人生的态度！”人生的遭遇难以控制，有些事情不是你的错，也不是你可以阻止的，我们不应该抱着随意的态度麻木地行走在人生道路上，我们可以选择，选择审视自己的态度、改变自己的态度来对待我们的生活。他是我们的榜样，人最可悲的不是没有四肢，而是没有目标和希望，如果我们紧紧抓住伤痛不放，只记挂所欠缺的东西，或者抱怨各种不如意，那是我们自己给人生设了限。我们应该带着勇敢的精神向前迈进，不让身体的障碍、困难的环境和消极的态度限制了我们对生活、工作、信仰的生活。

三、不怕失败，迎面改变

力克虽然外表残缺，但内心是完美的，其完美程度甚至超乎我们的想象，他会让我们心中充满阳光和希望，会让我们坚信，不论我们处于人生的何种领域、也不管我们在经历何等的人生挑战，在这个世界上，没有什么人、什么事能够限制或阻止我们的前进，除了我们自己。可能我们的生活、工作过的并不顺利，但我们可以改变，这本书分享了一个简单的道理，期待并不能带来改变，改变要从现在开始。

四、拥有一颗愿意信任的心，学会付出

力克并非与生俱来就拥有强大的精神力量，也曾因自己的“不同”而痛苦，当别人嘲笑、躲避他的时候，他的痛苦同样很深，甚至想要自杀，但他挚爱的亲人朋友给了他生存的勇气，虔诚的信仰则赋予他坚持下去的力量。信任，是非常重要的，就如力克所说，当你怀疑自己能否实现人生的目标时，请信任那些愿意助你一臂之力，以及能够指引你的人。

没手没脚，没有限制。从一无所有到一无所缺。力克告诉我们什么是一无所缺的精神，他用实际行动证明了生命没有限制，人生本就该有无限可能。

篇三：《人生不设限》读后感

最近在看一本书，书名是《人生不设限》，作者是出生于澳大利亚的力克胡哲。力克胡哲没手没脚，却能写字、能游泳、遛滑板、能跳水、能踢足球、能打高尔夫、能潜水、还能冲浪、开快艇，样样都行。虽然书还没有看完，但心中已经是感慨万千。

力克胡哲出生时患海豹肢症，天生没有四肢，他的父母不但没有放弃他，还试着尽量把他当做一个“ 正常” 的孩子去抚养。从书中所配的照片可以看出，力克的童年是幸福的，每张照片里他都笑的那么灿烂，父母用他们全身心的爱去呵护并培养着这个特殊的孩子，而力克也从来没有感觉到自己和别人的不一样。直到力克到了上学的年龄，他的父母拥有坚定不屈的信念，通过努力让力克去正常的学校学习，而不是残障学校，这对力克来说是个巨大的挑战，一切都变得不一样了，自己身体上的障碍和同学的异样目光，使得力克无法融入学校生活，他觉得自己彻底被绝望和孤单淹没，找不到一丁点儿人生的意义。甚至于在十岁那年差点儿把自己淹死在浴缸里，但在那一刹那，他想到了为他付出一切的父母，他的弟弟妹妹们，他无法忍受他的亲人们为他的死难过而终身悔恨，他觉得自己太自私了。而力克的爸爸知道这件事后，对他保证，一切都会没事的，父母会一直在他的身旁！父亲的力量是最强的，他表达出了对儿女的爱与支持。让力克觉得虽然不了解以后会如何发展，但爸爸说终究会解决，他就相信。

与爸爸谈过之后，力克渐渐地走出了人生的最低谷，虽然以后的日子也会有不好过的时候，但他都坚信自己一定会顺利的。后来力克回首当时，并思考之后一路走来的人生，如果当时放弃了生命，他会错过多少日后的精彩呢。

在后来的生活中，力克迎来了各种的挑战，不管是生理的还是心理的，他觉得上帝对他不公平，期待自己一觉睡醒时会长出手和脚来，但妈妈告诉他，他只是少了几个零件而已，除此之外，他和别的孩子没有什么区别，鼓励他主动地多和同学接触，要拥有坚定的信心，多想自己拥有的，而不是光去想自己没有的。慢慢地，力克在试着与同学接触时，找到了那条通往人生目标的路。而力克也体会到了：“ 我们每个人都有某项恩赐，如某种才能、技艺、手艺、让人开心或投入的本领等等，而通往快乐的路常常就在那份恩赐之中”.“ 我们全都是一无所有却充满希望地来到这个世界，人生路上有许多等着被打开的礼物。”“ 天助自助者，要不要继续发挥所长，努力追求人生的最高目的和梦想，完全取决于自己”.当力克高中时听到一位叫瑞基达伯斯的美国激励讲师的演讲。“ 你永远无法改变过去，但你能改变未来” ,瑞基的这一段话在力克的心中撒下了一颗种子，让他想成为一名演说家。从此力克有了自己的人生目标。通过努力，在21 岁大学毕业后，力克取得了会计及财务规划双学位，熟稔投资，并拥有了自己的公司。用自己的亲身经历去影响并激励身边的人，组织各种富有创意的行善活动，到世界各地去进行演讲。他的演讲给无数对生活失去信心的人带来了希望，带来了永不放弃的精神和力量。

我在想如果每个孩子都能感受到力克胡哲的永不放弃的精神，如果每个孩子都能拥有一个自己的梦想，自己的人生目标，那所有的孩子都会像汽车有了发动机一样，做什么事情都会充满动力，对知识充满了渴望。而与此同时，作为父母的我们，也要向力克胡哲的父母一样，无论什么时候，对自己的孩子都不要放弃，要在孩子跌倒时，及时给予孩子鼓励；在孩子迷茫时，及时给予孩子自信的力量，能让孩子体会到在人生的道路上不管有多么的艰辛，遭遇多少次的失败，只要拥有一颗永不放弃、勇敢面对失败的心，就一定能走向成功！就像力克说自己的成功公式就是：“跌倒七次，爬起来八次。”因为每个人都有失败的经历，但面对失败的不同态度造就了以后不同的结果。让我们和孩子一起学习，一起进步，一起克服困难，勇往直前，永不止步，活出精彩的人生！

篇四：人生不设限读后感

张新雁

最初了解到尼克胡哲这个人，是因为在网上看到了他的一段演讲视频，看到没有四肢的他，对生活充满信心，乐观向上，心中倍感震撼。于是，网购了一本他的书《人生不设限》。与其他同类书一样，《人生不设限》是一本励志书籍，就是尼克胡哲的真实写照。

力克﹒胡哲的父母出生在塞尔维亚，后移民澳大利亚和美国。胡哲天生没有四肢，生下来时让所有第一眼看到他的人感到害怕，他只有一个长着两个脚趾的“小鸡脚”,但他从小克服了常人无法想象的困难，使生活不仅能完全自理，而且学会了踢球、游泳、骑马……一分钟能打43个字母。他通过自己不懈的努力，取得了令人仰慕的成绩，拥有两个大学学位，是两家公司的总裁，还是享誉世界的励志演说家，走遍30多个国家，2024年11月，尼克胡哲专程来到四川，在地震灾区探望那里的孤儿，以自己的经历，勉励他们不要放弃。他天生没有四肢，却用乐观、坚强、感恩活出了比寻常人更精彩的人生，用他的幽默、他的故事激励着众人。

命运似乎跟他开了一个天大的玩笑，把一个没有四肢的人扔在了这个世界上。父母不是用笑脸迎接他的出生，而是在绝望的痛哭中迎接他的到来。父母最终没有放弃这个注定坎坷一生的生命。胡哲就在父母的帮助下，顽强地寻求常人的一切。

一个认为结束生命就结束痛苦的人，一个在绝望边缘徘徊的人，最终有了这么大的成功，我想，原因只有一个：证明。为了证明他能不能跟常人一样，而且比常人做得更好，他付出了常人看来不可思议的努力。立起身子对一个常人来说是再平常不过，而对胡哲来说，却练了无数次，最后终于成功了：用额头抵住墙壁，再一寸一寸地立起来。克服生理上的障碍如此，克服人生的种种障碍更难想象。胡哲说：“有时候，你可能觉得自己的目标就快要实现了，结果却功败垂成。但这不是你喊停的理由。只有拒绝再试一次的人才会被打败。”我想这句话应当是胡哲用汗水和泪水写出来的。

命运的分配是不平等的，好在改变命运的路是敞开的，就看你能不能抓住，有没有毅力了。胡哲用自强不息证明了这一切。

胡哲没有埋怨命运的不公，却用善心回报世界。

有个叫马丁尼兹的小男孩简直就是胡哲的翻板，也是无四肢的人。胡哲说：“用自己的成功鼓励着他，而我的父母可以帮助他的父母。他不必经历我所经历的，或许我可以让他少受一些我受过的苦。”很朴素的话里透出一个博爱的胸怀。他用自己的行为感动和鼓舞着许许多多脆弱的生命，让他们变得自信坚强。命运给他的是困苦，他带给世界的是微笑是力量！

书中处处闪耀着他不怕身障羁绊的宽广胸怀，不怕嘲笑讽刺的坚定信念，不怕苦难艰辛的快乐心态，不怕逆来顺受的乐观豁达。所以曾经艰辛的路对于尼克胡哲来说变得无限宽广，也无限的悠游自在；所以他能够看到正面，不因负面陷入苦痛；所以他能保持一颗快乐的心，为自己营造一个宽松的环境。合上书本，你不得不为主人公的人生经历折服，他的坚定、乐观、豁达历历在目，没手没脚，当然会造成许多的不方便，但是尼克胡哲却能将缺少四肢的本能化成意志和心智来克服困难，让自己的天地处处不设限，自由自在的来去自如，这就是心态和决心的问题。面对生活的重重考验，尼克胡哲也曾有过悲伤、有过烦燥、有过放弃，他之所以能从困境中走出来，就是因为他有始终一个坚定的信念——永不放弃。尼克胡哲说：“人生最可悲的并非失去四肢，而是没有生存的希望及目标！”,从一无所有，到一无所缺，他告诉了我们什么叫做坚持，什么叫做永不放弃。尼克胡哲能做到的，甚至是健康人都不曾企及的，他以执着的梦想，不懈的努力创造了奇迹，给人以热情、勇气、信念、坚持的力量。在尼克胡哲的脸上，总是带着灿烂的笑容，他的笑容也感染着身边的每一个人。

尼克胡哲的故事深深震撼着我，他给我们的心灵注入了强大的力量。想想，现实中有些人，在工作、生活中遇到一点挫折，就萎靡不振，垂头丧气，甚至对生活失去了信心，更甚者结束自己宝贵的生命……去看看尼克。胡哲的经历吧，他的故事会让我们重新认识自我、认识生活、认识生命，从中受益。这本书传递给我们的不仅是面对困难的勇往直前，更是乐观、向上的精神和坚持不懈的信念，也教给了我们在面对困惑时，如何更好地调整好自己的心态。

命运多舛，但人生不设限！

**第四篇：《人生不设限》读后感**

行走的信仰——读《人生不设限》

上海市晋元高级中学高一（7）班 陈凯羲

漫步于书店，不经意间便被这本书所吸引。源于封面上的那个没有四肢的男人，脸上却依旧洋溢着灿烂的微笑。“我那好得不像话的生命体验”，图片旁那短短的几个字，便激起了我阅读的欲望。

通过阅读，我了解到作者力克出生时就患上了海豹肢症，天生没有四肢，但他却以自己的信念与毅力活出了一个不设限的人生，并且用自己的行动在各个地方撒播希望与爱。

有人说，童年是一首诗歌，无忧无虑地谱写下一首又一首快乐的乐章。可力克出生时带给了他的父母无限的痛苦和烦恼。“我的出生没有带来欢庆喜悦，父母和整个教会反而悲哀以对。”力克这样描述自己的出生。是的，你能够想象当时力克的父母是怎样的失望，自己的孩子出生时就没有四肢，那他未来的人生将要怎么度过……渐渐，没有了痛楚，他的父母才明白原来上帝对力克有个特别的计划，有一天他会实现那个计划。就这样，力克的父母开始为他付出一切，在他的字里行间，深感他父母所付出的辛酸劳苦。我也慢慢回忆起我的童年，脑海中留下的只是那短暂而美好的时光，却不知道他们为了我的出生与未来是如何白手起家，在繁华喧闹的城市中打拼。而如今，远离自己的家在外求学，更让我懂得如何珍惜父母为我所付出的心血。每次回家，看到父母那悄悄蔓延的白发，眉宇间也稍稍多了几许疲惫、几分憔悴，我才猛然察觉，父母老了，老得让人心疼！

童年随着水流一纵即逝。青春，这个美好的季节，我们播种自己的希望，在快乐的日子里期待着丰收。青春的力克正是用自己的智慧和信念从容地应对了各种滚滚而来的波澜。当同学们都以一种异样的眼光来看力克时，他并没有感到自卑，更没有躲避，而是走出自己的角落，主动接近他人。“我愈是去接近他们，大家就愈能接受我，而不会把我当成天外飞来的外星人。”或许这就是他成功的为人之道吧，也正因为如此，他成为了高中第一位竞选学生会主席的残障者，并获取了压倒性的胜利。我想，年轻，只是要更多的尝试和起点，就算这成长的旅途上有黑暗，但只要有所期待和努力，总会看到地平线的白昼。如今的我已是高一的学生，但是自己内心的胆怯和不善于交际却依旧存在，而我又何不去学学力克呢？学习他的勇气、学习他的执着、学习他的坚强……

当我翻完这本书的最后一页，我想此时此刻我的内心已充满了自信，但更多的是感恩。在这个寒冷的冬天，这本书便像是一杯咖啡，虽喝起来是苦涩的，但它的回味却又是那样的隽永。书中没有华丽的语言，更没有难以理解的字句，却教会了我许多许多……力克依然在各国演讲，讲述他的经历，给予更多人温暖与动力。他是如此成功，又早已经取得了会计及财经规划双学位，并拥有自己的公司。是的，在每个人前进的路上，造化注定给生命以不同的体验。现实就是这样，并不是每一份付出都可以立刻得到相应的回报，也并不是每一条路都可以直通理想的终点，但人只要有信念，有梦想，并付诸于行动，总有一天会成功。

天道酬勤。还记得中国达人刘伟所说的那句话：要么赶紧死，要么精彩地活着。他不知折服了多少人，同样没有双臂，却依旧谱写了生命的华章。还有海伦凯勒，还有霍金，还有……

自懂事以后，力克时刻都在追求着自己的梦想，最终他成功了。我想梦想之所以美好，是因为结果诱人，那就让我们不断努力奋进，活出一个精彩的人生！

（指导教师 吴耀蕾）

**第五篇：《人生不设限》读后感**

《人生不设限》读后感

世上哪有什么不可能的事情？

100多年前的希腊，有人试图在4分钟内跑完1英里的路程，为了实现这个宏伟目标，人们绞尽脑汁，甚至异想天开，但最后全都失败了。后来，有专家得出了结论：因为人体生理结构的限制，人类根本无法达到这种速度。于是人们最终断言，人要想在4分钟内跑完1英里路程是绝对不可能的。有个叫罗杰的年轻人偏偏不信，刻苦训练，默默地向极限发起冲击，一年之后，“绝不可能的事情”发生了——罗杰在4分钟内跑完了1英里。随后，这一纪录又多次被后来者刷新。

读完《人生不设限》这本书后，我更加深刻的感受到人类的潜质是无以言语的。作者力克·胡哲，出生时罹患海豹肢症，天生没有四肢，曾经三次尝试自杀。10岁那年，第一次意识到“人要为自己的快乐负责”。虽然没有手脚去接触这个世界，但他并没有放弃理想，也没有放逐自己，他最终意识到用语言和行动同样可以触动人心，不论际遇顺逆，只要认清目标，积极面对，生活其实到处都是欢乐。

快乐的时候，我觉得人生是来享受的，悲伤的时候，我又觉得人生是来受苦的。人心不足，我觉得很对，世上有多少人会知足呢，我不知道，但我却知道不知足的一定很多很多。不快乐是因为得不到自己想要的，幸福是因为得到的比想象的还要多。人不是不懂得珍惜，而是不懂得发现。我们大多数的人常常在抱怨生活中没有激情。是那么的枯燥乏味，平凡平淡，可又无力去改变。

依稀记得书中力克的一句话：“我有选择，你也有选择。我们可以选择对不足之处念念不忘，可以选择苦涩、愤怒或悲哀；或者，在面对艰难时刻和那些心怀恶意的人时，我们可以选择从经验中学习，然后继续往前走，为自己的快乐负责”。的确，上帝对每个人都是公平的，没有四肢的力克都能有如此的境界，更何况健全的我们呢？

知足者常乐，但注定平庸。若不给自己设限，就没有限制你超越的藩篱，人生便无止境。梦想有多远，舞台就有多大，相信自己，一切皆有可能！

商英116班 颜亚妮

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！