

最新人生不设限感悟(汇总5篇)

体会是指将学习的东西运用到实践中去，通过实践反思学习内容并记录下来的文字，近似于经验总结。大家想知道怎样才能写得一篇好的心得感悟吗？下面是小编帮大家整理的优秀心得感悟范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

人生不设限感悟篇一

《人生不设限》的作者力克·胡哲是一位生下来就没有四肢的残疾人。读了这本书后，我有了许多感受。

力克·胡哲是澳大利亚人，他的出生没有给家庭带来欢乐，带来的却是震惊与痛苦。由于没有四肢，力克没办法做一些常人能做的事，在学校他经常成为同学们嘲笑的对象，也经常被同学们欺负，这让他很苦恼，但力克慢慢不再苦恼，变得开朗。现在他到处给人们演讲，他会游泳、冲浪、潜水、玩滑板，找到了许多生活的乐趣，也有了一个幸福的家庭。

读完这本书后，我觉得力克的这本书给了我很大的鼓舞。力克的生活很精彩、很快乐、也很充实，我们四肢健全的人有的整天无所事事，挥霍着父母的财产；有的觉得生活没有什么乐趣了，于是选择了自杀；有的受一些不良信息的影响，走上了犯罪的道路。力克是每一个人的榜样，更是残疾人的榜样。有些残疾人因为某些部位的残缺，就觉得上天对他不公，于是就自暴自弃，自甘堕落，这样只能成为一个拖累家庭，对社会没有一点用处的废人。

力克有一种乐观的精神，他虽然因身体残疾而给生活上带来了诸多不便与许多困难，但他都以一种乐观的精神去面对。我们在生活中也会遇到绊脚石，如果我们遇到困难就退缩，那么我们永远不会成功；如果我们以一种乐观的态度去迎接

挑战并战胜它，那么我们会离成功越来越近。

人生不设限感悟篇二

“书籍是人类进步的阶梯。”高尔基曾经说过。我觉得书给人们带来是一种无形的帮助和力量，让人对生活、未来有了全新的改观。

在《人生不设限》这本书里的没有四肢的男孩力克胡哲。他在经历任何活动都要比我艰难一千倍！他需要假肢，写字、走、跑时需要支撑住身体，但现在的他却站在了演讲台上，并写了一本自传体小说。回过头来，我也想到了自己。

在二年级时我体育成绩一直不好，经常给班级里拖后腿。但是“没有四肢的力克。胡哲坚持着站起来”给了我很大信心。我在学校和家里时经常进行体育锻炼，坚持每天跑步和跳绳。在三年级的一次比赛中，我成功超越了班里大部分女生，那时我的心都兴奋地跳出来了，那是一种获胜的滋味！

从四年级下以后，我的跑步成绩排在了全班前几名，虽然有人说我“本来跑步就快”，但是给予我信心和肯定的是《人生不设限》这本书，才让这转变了对体育失去信心的态度，最后获得了成功！

书籍就像一处神奇的港湾，就像充满温暖快乐的乐园，在这里头，让我有了勇气，有了信心，书给予我了智慧和帮助。

人生不设限感悟篇三

本书的作者力克·胡哲天生患有海豹肢症，除了躯干外唯一的工具就是只有两个脚趾的小左脚。可以想象生活对他而言是多么不公平啊！出生时，力克的父母都不能接受这个残酷的

现实，他的妈妈甚至拒绝抱抱自己的孩子。这对任何人都是极大的打击和难以愈合的伤口。值得庆幸的是他们没有放弃，慢慢开始接受和面对现实。

童年时期的力克可以说无忧无虑，随着年龄增长他开始面对无数的挑战，而他都努力地一服了。长到了上学的年纪，力克陷入了困境，他一度因身体的缺陷和对生活的绝望动过轻生的念头。但是最终他放弃了这种愚蠢而不负责任的想法。他想到了给他安慰和帮助的父母，鼓励和支持他的家人，觉得这样做对不起他们。于是力克决定好好活下去。他开始在自己身上寻找值得引以为傲的东西来提高信心。他试着交一些朋友，试着融入周围。虽然常常被同学排斥、嘲弄、或被称为“外星人”，但他主动并真诚地和同学交谈，同学们逐渐了解了他们，都和他成为了朋友。他从朋友那里也得到了很多的肯定和动力。最终力克战胜了困难成为了了不起的人。如今力克·胡哲不断拜访各地的学校、教会、贫民窟和监狱甚至垃圾城，与那里的人们分享他的人生经历，散播希望与爱。告诉人们他的经验，提醒大家信念和行动的重要，鼓励他们要有信心。至今已有6亿人通过各种途径了解了他的充满勇气的人生。他的事迹已经深入心地激励了很多人。

力克·胡哲的成功在于他对于人生的“不设限”，正常人或许就不会有这样的体验。因为他们有健全的身体，无后顾之忧，所以人们就只把目光停留在哪些失去的东西或曾经的伤上，而没有真正的目标。也正是因为这样很多正常人就平凡地过了一生。他们错在了对人生的“设限”上。力克·胡哲并没有因为残疾而被打垮，他认为这是上帝对他的一次特别的考验和计划，他与哪些“受限”的人生不同，他认为：“只要有梦想，什么都做得到。”

力克最打动我的是他的乐观和信心。人在逆境中很容易被击垮而随之放弃了目标。而力克正是相反。古人说：“逆水行舟不进则退。”力克就一直是一艘满载着幸福和乐观的小舟，前进于逆流之中。力克告诉人们：人生最可悲的不是失去四

肢，而是没有生存希望及目标！是啊，没有目标怎么付出行动？力克自己就是一盏为人们照亮目标的灯。让千千万万的人重拾梦想走向成功。而我呢？我问自己，幼儿园大班开始学钢琴，到了三年级就以功课太忙为由不再练习。至今只开启过三年多的钢琴仍静静地睡在房间里。眼看学钢琴的同学一个个全考上了十级，我只能躲在角落里偷窥她们胜利的笑容。于是每次走过那架钢琴时，我的心里就充满了内疚和茫然。曾经最爱的钢琴成了永远的遗憾。写到这儿时，力克仿佛就站在我的面前，对我说：“告诉自己再多撑一天、一个月、再多撑一年吧，你会发现，拒绝退场的结果令人惊讶。只有拒绝再试一次的人才会被打败。”

对，拒绝放弃就是成功的秘诀！

人生不设限感悟篇四

力克·胡哲的《人生不设限》这本书，通过作者对自己奇特的性命体会的讲述，给人以热忱、勇气、的力气。你不禁会为这位生成没手没脚的家伙而深深折服，他从赤贫如洗、畏缩自大，爆发出无限的本身能量，活出了本人的价值，发明出了一个不受限度的出色人生。

这本书的作者力克·胡哲天生患有海豹肢症，除了躯干外，唯一的工具就是只有两个脚趾的小左脚。能够设想，生涯对他而言是如许不公平啊！诞生时，力克的父母都不能接受这个残暴的事实，他的妈妈甚至谢绝抱抱自己的孩子。这对任何人都是极大的打击和难以愈合的伤口。值得庆幸的是，他们没有放弃，缓缓开端接收和面对现实。

童年时代的力克可以说无牵无挂，跟着年纪增加他开始面对无数的挑衅，而他都尽力地战胜了。长到了上学的年事，力克陷入了窘境，他一度因身体的缺点和对生活的失望动过轻生的动机。然而终极他放弃了这种笨拙而不负义务的主意。

他想到了给他抚慰和辅助的父母，勉励和支撑他的家人，感到这样做对不起他们。于是力克决议好好活下去。他开始在自己身上寻找值得引认为傲的货色来进步信心。他试着交一些朋友，试着融入四周。固然常常被同窗排挤、嘲弄、或被称为“外星人”，但他自动并真挚地和同学交谈，同学们逐步懂得了他，都和他成为了友人。他从朋友那里也得到了许多的确定和能源。最终力克战胜了难题成为了了不起的人。现在力克·胡哲一直访问各地的’学校、教会、贫民窟和监狱甚至垃圾城，与那里的人们分享他的人生阅历，散布愿望与爱。告诉人们他的教训，提示大家信念和行为的主要，激励他们要有信心。至今已有六亿人，通过各种道路，了解了他的充斥勇气的人生。他的业绩已经深刻心肠鼓励了良多人。

力克·胡哲的成功，就在于他对人生的“不设限”，正凡人或者就不会有这样的体验。由于他们有健全的身体，无后顾之忧，所以人们就只把自己的眼光，停留在哪些失去的东西或曾经的伤上，而没有真正的目标。也正是因为这样很多畸形人就平常地过了毕生。他们错就错在了对人生的“设限”上。力克·胡哲并没有因为残疾而被打垮，他以为这是上帝对他的一次特殊的考验和打算，他与那些“受限”的人生不同，他认为：“只有有妄想，什么都能做得到。”

力克最感动我的是他的乐观跟信念。人在逆境中很轻易被击垮而随之废弃了目的。而力克恰是相反。古人说：“逆水行舟逆水行舟。”

力克就始终是一艘满载着幸福和乐观的小舟，前进于逆流之中。力克告诉人们：人生最可悲的不是失去四肢，而是不生存盼望及目标！是啊，没有目标怎么付出举动？力克自己就是一盏为人们照亮目标的灯。让千千万万的人，重拾幻想走向成功。

这本书不仅传递给我们的是乐观、向上的精力和保持胜利的信心，也给我们的心灵注入了强盛的气力。碰到艰苦的时候，

想想力克是怎么克服身材的残障的;想放弃的时候，想想力克是付出了多少的汗水才获得的成功;达观失踪的时候，想想力克脸上残暴的笑颜和他的乐观精神;发明自己又在埋怨世界不公正的时候，就像力克一样去吧，爱护我们所领有的所有!

实在，咱们经常会在各种各样的心理误区中迷失了自己，这本书，就是指导你走出迷雾的导航灯。归根结底，力克想要告知你的是：做最好的自己，我能!

人生不设限感悟篇五

其实，人生就是一个可以无限延伸的开区间，所以，对于每一个人来说，自己的人生都是有着无数种可能的。在胡哲的《人生不设限》一书当中，对于这样的人生的可能性更是有了最好的诠释。

在整本书当中，主人公的人生经历也是非常丰富的。虽然有着美好的童年，但是身体的残疾对于他的成长来说还是造成了一些很大的阻碍。

所以，对于主人公来说，自己的人生在最初的时候其实还是因为先天的不足而受到一些限制的。同时，这份先天的不足不仅仅是对于自己的行动造成了很大的影响，对于自己的生活环境也是有了很大的影响。

你也许会有疑问，没有四肢的人生有什么幸福的!更像是不完整的人生!事实上也的确如此，不过那仅仅只存在于他的童年，待他慢慢长大了，在家人的支持和帮助下，他以他坚定的信仰与信念克服了没有四肢的恐惧和担忧，并且活出了自己的价值，创造了一个不受限制的人生。

力克的身体能够帮助他做任何事情的只有他的头部和他自己说的那一只“小鸡脚”起初，他的左脚是两只脚趾合在一起

的，为了能够操纵一些工具所以做了一个小手术将两个小脚趾给分开。别小看了他的这两个脚趾，它们帮助力克胡哲敲打乐器、踢球、打字、写字、画画、保持平衡。而他的头部帮助他学习站立，并且让他取得了会计和金融企划的双学士学位。

当然，只有一个可以灵活运用的小脚丫并不足以解决所有生活中的问题，没有完整的四肢显然也带给了他许多烦恼，例如他自己说的，最怕在演讲的时候被人突然抱走，然后他就很难回来了。当他被蚊虫咬了的时候，你也不会明白他的感受。他也没办法和别人玩石头剪刀布。但你认为这是他真正的烦恼吗？当然不是，他也曾颓废过，也曾有过三次自杀的念头。少年的他，担心没有办法融入正常的人群中，害怕被人们嘲笑、被排斥、被孤立。青年的他，害怕不能够用手牵住自己的妻子，成为不了一个合格的丈夫。也永远没有办法抱他的孩子。这才是他的烦恼。

当他长大成年后，他意识到不同的人生可能性，找到了自己的人生目的，发现了自己的美，从前一切悲观的想法完完全全被他摒弃，他蜕变成了一个成熟的男人，一个有着强大的心理素质的男人。他成为了一个成功的演说家，横跨五大洲，走遍了34个国家，演讲1500多场，接受了三十七万个拥抱，自称为拥抱机器。

现在的力克胡哲，有了自己的妻子，也有了自己两岁的小孩，他用心、用独一无二的爱拥抱他们。尽管他没有完整的四肢，但是他一样活出了不受限制的生命奇迹！

在我看来，没有四肢的力克胡哲是不幸的，也是幸运的。他的不幸在于他没有完整的四肢，从小就受到了令旁人无法想像的挫折与嘲笑。而他的幸运也在于他所受到的无数挫折，正是那些无穷无尽的挫折与失败，让他变得独立、练就了他乐观的精神与强大的心理素质。如果他生来四肢健全，我不认为他有一天会像现在没有完整的四肢一样成功。承受的困

难越大，品格的力量越坚强。每条被堵住的路，都有一个出口，这是他告诉我的。