

# 2023年人生不设限读后感(优秀10篇)

当认真看完一部作品后，相信大家的收获肯定不少吧，是时候写一篇读后感好好记录一下了。什么样的读后感才能对得起这个作品所表达的含义呢？下面是小编为大家带来的读后感优秀范文，希望大家可以喜欢。

## 人生不设限读后感篇一

当认真看完一本名著后，相信大家的收获肯定不少，写一份读后感，记录收获与付出吧。那么我们该怎么去写读后感呢？以下是小编收集整理《人生不设限》读后感，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

人生，其实就是一台未经彩排的戏，从一出生便充满着许多未知数。不同的生命开端，注定了要面对不同的人生起跑线。在人生的跑道上，你能否“走向好的不像话的人生”，不受任何客观事物的限制和影响，唯有你自己可以将它左右。

有些人出身于富贵豪庭，但却求索无厌不知满足；有些人家无儋石，却饱含信仰和追求；有些人身体健康，却心志低迷精神颓废；有些人虽身体残疾，却自强不息奋斗不止。我认为，力克·胡哲的自传《人生不设限》就是本诠释一位“斗士”历经绝望痛苦后，重燃人生信心并启迪鼓舞更多人克服逆境的希望之书。

力克·胡哲出生于澳大利亚，因为罹患海豹肢症，天生没有四肢。因此，少年时代的力克·胡哲在学校里受到了部分同学的冷嘲热讽，被他们称为“怪物”和“外星人”。坠入人生低谷的他曾经三次预谋自杀，但是每次在自杀开始实施时他就会想到爱着自己的家人，想到自己这么做是多么的自私和懦弱。“人要为自己的快乐负责”，人生中最大的敌人是自己，最好的朋友也是自己。后来，他慢慢认识到人生中只

有残疾的肢体，没有残缺的人生，只要自己想爬起来，就一定能够找到自己存在的价值。“在试着与同学接触时，我找到了那条通往人生目标的路”，“每到一处，通常我的新同学都会认为我的脑袋跟身体一样有障碍，除非我鼓起勇气，主动在午餐时间或走廊上找同学说话，否则他们就会跟我保持距离。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”。让心走出人生的角落，我们才能真正认识自我、正视自我、找到自我，“活出那好的不像话的人生”。

## 人生不设限读后感篇二

人生不设限，我那好的不像话的生活体验，他是力克·胡哲，天生没手没脚，却从一无所有，到一无所缺，活出不受限的生命奇迹。这是这本书封面上的话。

他溜滑板、冲浪、听音乐、打高尔夫球、跌倒、爬起来还有跟许多人拥抱等等的影片在网络上喜迎了几百万人的点阅，这是因为他尽管生理上有重重限制，他却活得似乎完全不受限制。

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，但是那仅仅只存在于他的童年，待他慢慢长大了，在家人的支持和帮忙下，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。

## 人生不设限读后感篇三

《人生不设限》这本书是澳大利亚力克·胡哲所写。

力克·胡哲是一个天生没手没脚的人，但他却从一无所有到一无所缺，活出了不设限的生命奇迹。开始，他一无所有，

不愿意和人接触，最后，他战胜自我，不断超越，后来不仅拥有了温馨的家庭，同时在全世界各地都有大公司和别墅。

记得有一次我和同学们踢毽子，从他们的表情中，我感受到她们有些排斥我，主要是怕我给他们拖了后腿。我是一个要面子的人，心里难免会有些不平衡，在这种尴尬的氛围中，我想：既然踢不好，那就放弃吧，免得同学们为难，我也伤心。后来，爸爸给我做了一番思想工作，我每天坚持练习，日复一日，我进步了许多，很快融入了这个团体。

同学们，如果你在遇到困难打算放弃时，力克说：“告诉自己再多撑一天，一个礼拜，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。”如果你心里忧伤难过，力克说：“在悲伤的另一边，有一条不同的出路，会让你更坚强，更坚定，让你找到自己想要的人生。”

力克的故事带给我激情，带给我勇气，让我更有力量去面对一切！

## 人生不设限读后感篇四

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態度。同时也会改变态度。

力克·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们。

他在小伙伴们另类的目光里长大。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！

## 人生不设限读后感篇五

如果你心里忧伤难过，力克说：在悲伤的另一边，有一条不

同的出路。会让你更坚强、更坚定，让你找到自己想要的人生。我会为你点出这条路。下面是关于《人生不设限》的读后感，欢迎阅读。

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、溜滑板、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！”

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。20xx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、有过烦躁、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！

## 人生不设限读后感篇六

在文章的开头我想问大家一个问题：假若有一天你没了双手双脚，你能做什么呢？我相信大部分人都会说“没有双手双脚什么也做不了。”

的确，失去双手双脚这种事情对于每一个正常人来说都是无法想象的。但是有一个人，他天生没有双手双脚。但是，他活的比正常人还要精彩。他是谁？他就是当今赫赫有名的残疾人演说家——力克胡哲。

力克胡哲从出生起就患有海豹肢症，天生没有手和脚，只有一个两个指头的小脚，他的父亲看到儿子这幅模样被吓坏了，直接跑到产房外不停地呕吐，他的母亲也无法接受这一惨痛的事实，直到他三个月大的时候才敢抱他。

虽然，力克胡哲天生没有四肢，但是他的父母并没有放弃教

他学习。五岁的时候，他的父亲开始教他如何用小脚打字，六岁时，他进入了当地一所普通小学就读，他的行动只能靠着电动轮椅，没有父母在身边，他难免会遭受同学的欺凌。那段时期他无数次想过自杀。但是在八岁那年，他第一次意识到了：人要为自己的快乐负责。

他是第一批进入主流学校的残障儿童，并获得压倒性胜利，成为了学校的学生会主席。被当地报纸评为勇气主席。后来，他开办了一所自己的公司。并成为了一位残疾人演说家，并且他的演讲是从来不分阶级的，从国家体育馆到巨蛋演出场，再到平民窟，红灯区。哪里都有他的身影，他用不同于寻常人的人身经历来鼓励大家，让许多人他的故事中得到启发，重新找回人生的方向。但在这成功背后又有多少别人想不到的辛酸呢？那是日日夜夜的失败和努力。

力克胡哲的成功源自他对于人生的不设限，他不屈服于命运，不轻易给自己设定极限，他与别的正常人不同，正常人没有像力克胡哲的这样经历，他们经常把目光放的那些曾经失去和曾经的伤上，却往往忘记了自己现在拥有的东西。但力克胡哲不同，他的目光长远，珍惜自己现在拥有的，挑战自己曾经做不到的，最后得到了成功。

想必，力克胡哲的故事让你对于人生的一些困难，有了重新思考和面对的勇气。有一句话不是这么说的吗？“不试一试，怎么知道自己不行呢？”

## 人生不设限读后感篇七

《人生不设限》这本书是来自澳大利亚的力克·胡哲写的，他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”。他是澳洲第一批进入主流学校的残障儿童，也是高中第一位竞选学生会主席的残障者，并获压倒性胜利，被当地报纸封

为“勇气主席”。他是第一位登上《冲浪客》杂志封面的菜鸟冲浪课，在夏威夷与海龟游泳，在哥伦比亚潜水、踢足球、溜滑板、打高尔夫样样行。

以前从没听说过此人，再一次偶然的机会上接触到此书，看到封面上的人物，我心中五味杂陈，一个没有四肢的人，把自己活得如此精彩，如此阳光。我是一个健全的人，经常在心中对各种对生活、对家人和朋友的不满，相比之下，惭愧不已，我的想法太自私了，永远把自己放在第一位，而力克·胡哲他想到的却是那些生活在贫民窟，生活在垃圾场中受苦的人们，他在去南非旅行时见到了之前从未见过的贫困与苦难，就是在这种环境下，南非人还总是充满希望与喜乐，胡哲用他的勇敢和坚强鼓舞大家。

书中提出有三种对生命带来重大影响的人：良师益友、人生典范与人生旅伴。

良师益友是已经到达你向往境界的人，也是分享你的梦想的支持者与鼓励者，真心希望你能成功的人，真正的良师益友会对你直言不讳。

人生典范也已经到达你向往的境界，但通常不是像良师益友一样离你那么近，往往以他们为榜样，这些人通常是你圈子里的名人，因为功成名就而备受尊敬。

人生旅伴通常是指同侪、同事以及其他跟你有着类似目标走在同方向路上的人，他们甚至可能是你的对手，不过是友善的对手，你们凭借学习抱持丰盛而不是匮乏的心态彼此鼓励、互相扶持。

我们如果在生活中可以找到以上这三种对我们有重大意义的人，将对我们的生活带来质的改变。

书中有两个人我觉得很值得我去学习，。第一个是琳达，她

因车祸伤的很严重，医生担心她脑部会受损，永远无法正常说话和走路，幸好她的心智、语言能力和身体都逐渐复原，经历许多次手术后，依然留下视力受损的问题，但是她没有放弃，她选择接受自己，接受不完美的自己，选择去感谢自己可以思考、说话和走路。另一位是40岁的乔克，他发现二十多岁时击退过两次的癌症又复发，而这次已经无法再做放射线治疗，状况很糟。但是他有家人和朋友、有人生目标，也抱有信心和对自我的爱。他决定保持乐观和积极的态度，专注地在人生中继续走下去。后来他接受了一种实验性疗法，在此期间，他没有把自己当病人，而是一直在锻炼身体，甚至举重，几个星期后，医生告诉他，肿瘤全不见了。乔克之所以可以战胜癌症，正是因为他选择了正面态度，把注意力放在生命的目的上，并抱持希望和信心。

我们每个人都有权选择自己如何面对生活，但是生活不如意十之八九，要接受自己的恐惧、错误、自私，只有接受自己，才能使自己变得强大，要像琳达和乔克那样积极正面的去面对，困难像弹簧，你弱它就强。力克在他的语录中这样写道：“人生最可悲的并非失去四肢，而是没有生存希望及目标！人经常埋怨什么也做不来，但如果我们只记挂着想拥有和欠缺的东西，而不去珍惜所拥有的，那根本改变不了问题！真正改变命运的，并不是我们的机遇，而是我们的态度。”

## 人生不设限读后感篇八

抽晚上的时间读了《人生不设限》这本书。很感动！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。他也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，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。

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。中国有古话：“逆水行舟不进则退。”力克就一直前进于逆流之中，同时满载着幸福和乐观。力克告诉我们：人生最可悲的不是失去四肢，而是没有生存希望及目标！他说的太对了，人生如果没有目标怎么付出行动？而我呢？我问自己，初中开始学习声乐，后来为了自己的梦想去了专业的音乐学校学习，最终因为自我设限——认为这个行业象我们这样的学生，没有什么前途可言而中途放弃。如今当时只用了几个月的琴成了女儿的玩具。眼看着当时资质不如自己的同学，经过这些年的坚持有了自己的音乐工作室，我只能偶尔在网上看看他们胜利的笑容，听听他们已发行的歌曲。于是每次看到那架琴时，我的心里就充满了内疚。写到这儿时，力克的话出现在了脑海里：“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。所以，以后的人生中不要再为自己设限！

我对自我设限的理解是这样的：自我设限就象是给自己的心里套上了一个枷锁，这个枷锁一旦出现，就会习惯于做事之前给自己画条线。这个或多或少的存在于每一个人的身上。仔细的想一想，我们每一个人都知道自己的弱点（或者说坏习惯），也都想改掉这些影响我们的弱点。但我们通常会说”要改掉\_\_真不是件容易的事“。这就是自我设限。可以说这种事每天都在我们每一个人的身上重复的发生着。其实人性中有很多的弱点，但”自我设限“是其中对人生影响最大的一个。因为心里有一个限制，就会让原本无穷的潜能力和欲望无法发挥出来，因此也让自己成了一个平庸的人。

通过读《人生不设限》这本书，我从中获得了一个不给自己的人生设限的方法，这个方法就是——提高自己的期望，由于早已习惯自我设限，可能从我们懂事的时候就开始了，所

以要让一个跟随了20几年、30几年的坏习惯破除掉，一个重要方法就是不断给自己制定新目标并完成目标。具备了自我制定目标并完成的能力，那么我们所要做的事，就是把这之前自我设限的那些低目标提高一下，每个小目标都提高一点点，人生将会提高一大块！例如碰到一项工作，之前觉得自己最快在3个小时完成。那么我要求改为2个小时。在样一个新的高度下，集中精力释放自我潜力，当自己在2个小时后完成工作时，会重新认识自己，觉得原来所认为的3个小时工作时间是极端错误的。你会为此感到振奋，如果经常能找到新高度并且超越原来的界限，那么成功的概率将迅速增大。

读完这本书，最大的感受是：人若不给自己设限，就没有什么能限制你，人生便无止境。相信自己，一切皆有可能！力克·胡哲曾被苦难所折服而又重拾信念，被人们所敬仰，原因就是他不曾给自己限制，他突破了自己的极限，因此达到了人生新的高度。所以想对自己说一名句：亲，人生不设限，就没有什么不可能的事！

## 人生不设限读后感篇九

我这两天在看的书是《人生不设限》，作者是[澳大利亚]力克·胡哲，工作不忙，我上班偷懒刚刚看完，趁现在脑子思路还清晰，就写篇读后感吧。

这书是上周六从我同事小闵借来的，他三月十五号买的自己没看，倒先借给我看了，很谢谢他，嘿嘿。

我们有时候总在悲观的反问自己活着为什么？在今天我才觉得这个问题有多么愚蠢，我们活着能干的事多了，我们应该对自己的人生要充满信心与希望的。

力克写这本书的目的如他在书中最后说的是为了点燃你内在的信心与希望，让你也能活出无限的人生。

不得不说我今天看完这本书，对我是有影响的。它是励志/成功书，但要比以往我看过的其他励志书要印象深刻得多，所有近期我的悲观情绪都因看了这本书而一扫而空。

我无法用更多的文字去概述这本书的读后感，但我记住了一些书中力克引用一些名人的话还有经历，以及书中提到更多的一本书是《圣经》，《圣经》这书早在零五年我刚出来工作时就想买了，那时我在深圳公明的友谊书城没有，没能买到，在龙华的友谊书城也没有和深圳市的中心书城也没有，我都问过，只有《圣经的故事》但不是我想要的，我很纠结，可在零九年我却看到过我一同事销售部的. 同事曾小姐有《圣经》那本书，封面是皮革的黑色，上面就两个字《圣经》可是后来她离职了，没能借到看。今天看了力克的这书，我更相信耶稣了，也更想要《圣经》这本书了，呵呵，我也相信上帝，阿门！

以下是力克在《人生不设限》这本书中引用的名人名言，我把喜欢的几句摘下了：

爱迪生：“每个错误的尝试，都能让你往前迈进一步。”

丁尼生的诗句：“爱过而失去，胜于从未爱过。”

丘吉尔对失败的精辟见解：“成功是从一个失败前进到另一个失败，其间却热情不减的能力。”《圣经》上说：“两个人总比一个人好，因为两个人劳碌同得美好的效果。若是跌倒，这人可以扶起他的同伴，若是孤身跌倒，没有别人扶起他来，这人就有祸了。”

爱因斯坦说过：“每个难题之中都存在着机会。”

葛蕾妮丝最爱的一节《圣经》经文：“因我们行事为人是凭着信心，不是凭着眼见。”

最后力克最喜欢的名言之一：“不完美是美，疯狂是天才，绝对的可笑胜过绝对的无聊。”

力克的语录，我喜欢的：

紧紧抓着旧伤痛不放，你就只是给那些伤害你的人力量，让他们控制你。可是当你原谅他们，你就切断了跟这些人的联结，他们就再也不能打击你。千万不要以为宽恕他们是放他们一马，你这样做不为别的，是为了你自己。

如果你还心里忧伤难过，力克还有一句话说：在悲伤的另一边，有一条不同的出路。会让你更坚强、更坚定，让你找到自己想要的人生。我会为你点出这条路。

## 人生不设限读后感篇十

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、溜滑板、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！