

教育的課，使我敬佩不已，我又覺得他是一個很努力的人，雖然以前拿大重的物品，但是我心裡想他一定要站起來的心，他只要有信心，都可以重新站起來的，像我跌倒，都可以重新站起來工作養好你自己的。新在站起來工作養好你自己的。說：「脊椎分成七到八節，大概從頸部到背部的中間或附近。」教完了又有有將大徵答，我們班的四號同學被叫到回答，他對了，有講師自己做的的一個資料夾、一枝藍筆和學校的綠色貼紙。

我對他說：「失敗為成功之母，而成功是我們很需要的事情，我覺得很這個講師第一個要成功的是站起來，第二個是會走路，第三個才是跑，人生最重要的是：一身體健康，講師希望你早日康復。」

今天、六年級到風雨球場聽一位生命鬥士來學校演講，首先，他們先給我們看一段影片，裡面的主角是身心障礙者，我就大概知道今天的來賓應該也是一位身心障礙者。

接著那位來賓出現了，他推著輪椅出現，他和我們說，他以前工作的時候以為自己搬得動那些重物，但是這一搬改變了他的人生，從此他只能坐輪椅，但他沒有放棄，反而去求學，這一求，便是六年，他又說，我星期一到星期五去上班，只有星期六、星期日去上學。我心想：這樣一定很累，為什麼他不要上班就好了，還要上學？而且，坐輪椅去上學不是很方便嗎？還有這樣要怎麼上學？也不太可能坐代步車載著輪椅到處跑啊！還

是會有專業的司機載他？
話說他還真有毅力，既使下半
身永遠癱瘓，他還是努力求學，永
不放棄的心態，這種毅力、這種心
態是值得被大家學習，被大家所歌
頌、頌揚，並且令我們佩服得五體
投地、甘拜下風，不像有些人因為
下半身癱瘓就每天消極的想：老天
為什麼要讓我這樣，為什麼不讓死
，為什麼只有我這樣，這世界真不
公平。但是這樣的想法根本無濟於
事，反而把自己和家人都搞得悶悶
不樂的。最後他也和我們說在走廊上跑
步、追逐，更不能在樓梯上推擠，
這時我想起以前二年級同學在走廊
玩鬼抓人，撞到柱子，結果鼻子歪
掉，還要去醫院開刀，還有月一個
同學，在下樓梯的時候用跳的結果
手骨折，所以不管在走廊、教室或
樓梯都要專心走，不能開玩笑。

困難的關卡，也都都不用擔心了。
 裡都可以方便的去，不管遇到什麼
 麼多的設施，讓身心障礙者去到哪
 障礙者，就可以免費進入，有了這
 認路，也有很多地方，只要是身心
 些視障人士可以申請導盲犬來幫忙
 是無障礙廁所，除了這些之外，有
 障礙者的設施，像是無障礙斜坡或
 其實政府有提供很多關於身心
 爬行。

時，他還會試著做一些復健，像是
 輪椅抬高，進去廁所裡，上床睡覺
 到有階梯的廁所，他就會想辦法把
 可以自己完成生活大小事，如果遇
 ，他慢慢的不需要父母的協助，就
 需要他的父母協助他去上廁所或
 ，所以只好坐著輪椅，剛開始，都
 ，他是因為工作把他的脊椎用斷了
 今天學校來了一位身心障礙者

如果自己是位身心障礙者，一定會有很多關卡要挑戰，要思考，我要怎麼做每一件事情，如果是視障，要一直摸來摸去，看看會不會碰到其他物品，坐輪椅的話，還要想辦法控制輪椅，如果是聽障，要非常專注的看別人比的手勢動作，最後一種是無法說話的人，就是啞巴，如果是啞巴，還要學會怎麼比手語才能跟別人溝通。

我覺得不管是啞巴或聽障，都是很辛苦的，現在我覺得當正常人真好，所以我們應該去幫助身心障礙者，因為他們任何事情，都是要慢慢的克服，就算自己是身心障礙者也不能自暴自棄，因為生命實在太重要了，所以不管是身心障礙者或是正常人，都不能自暴自棄。

變得一無所有，果然眼睛是扇不折
 看似簡單，但一失去了雙眼，就像
 著行走的感覺，雖然路程短暫，又
 驗了視障者看不見，使用導盲杖試
 門簡單的課程！另外，我也體
 要仔細拿捏，原來，坐輪椅不是一
 撞到別人，左右控制的角度大小也
 ，反而須要控制速度，以免衝太快
 後倒退；下坡時，輪椅會自動往前
 ，上坡時，必須撐住輪椅，以免往
 透過兩手努力推動輪子，慢慢前進
 兒福館玩，館內有提供體驗輪椅，
 記得有一次，爸媽帶我去臺南
 讓他們行動更方便，更加有效率。
 我們也可以替視障者建設導盲磚，
 梯或無障礙設施；
 於坐輪椅的行動不便者應該設有電
 生命鬥士校園講座，講座中提到對
 今天全班一起到風雨球場聆聽

活著就有希望，就有快樂

不扣的靈魂之窗。
演講者周偉煌先生和我們分享
在他當兵前一天，因為高估了自己
的能力，導至下半身癱瘓，要坐上
輪椅，好端端的一個人，在一時之
間接受了這麼大的打擊，恐怕誰也
無法承受，不過周先生沒有自暴自
棄，反而勇敢面對，認為這是老天
爺給他的挑戰，要努力克服，才不
會辜負爸媽的養育之恩，才不會辜
負大家對他的期許，要努力活下去
才會有希望。
這次的演講帶給我很大的啟發
，一天無絕人之路，活著就有希望
。上帝為我們關上這一扇門，
就會打開另一扇窗。所有正想放棄
或是正在努力的朋友們啊！為了自
己，為了親人，努力往前進吧，加
油！

一	幫	們	很	來	再	我	非	給	件	，	一	了	這	體	我	來
大	三	學	好	我	說	們	常	我	事	他	些	我	一	呢	強	，
課	·	校	，	們	幾	學	非	們	情	為	生	們	次	！	調	就
，	四	來	我	學	句	校	常	聽	，	了	活	要	的	，	好	應
謝	·	，	很	校	話	演	的	，	還	來	上	注	讓	來	多	該
謝	五	很	佩	演	、	講	佩	他	特	我	的	意	講	力	次	要
，	和	辛	服	講	陳	在	服	真	地	們	常	自	，	享	要	照
，	六	苦	你	，	先	的	他	的	過	崇	識	己	還	我	好	護
就	年	吧	喔	我	生	話	，	好	來	明	：	身	不	的	好	自
這	級	，	，	覺	，	，	也	厲	崇	國	：	體	竊	心	照	己
樣	上	也	大	得	謝	我	很	害	明	小	等	的	的	得	護	的
。	了	很	老	你	謝	還	謝	喔	國	演	等	安	，	。	自	身
	很	謝	遠	演	你	想	謝	，	小	講	，	全	他	我	己	體
	寶	謝	到	講	特	跟	他	真	演	這	而	還	告	覺	的	。
	貴	你	我	的	地	他	末	的	講	一	且	有	訴	得	身	。

以前也有一位身心障礙學生，我看見有
 一些身心障礙朋友，當我們遇到他們時
 ，一定要尊重並禮讓他們！我們學校
 等……而我們多多少少也都遇到
 是不歧視、讓身心障礙者更能融入社會
 立的保護身心障礙人士權利的法則。像
 都一一解決了。老師開始講解聯合國訂
 不方便的設施和規則，不過，大家
 位身心障礙人士，但學校裡有很多使他
 這對姐弟遇見了卡西莫多，他是一
 裡。故事中的聖母院變成了學校。
 一對姐弟，追到了故事——鐘樓怪人
 部動畫，它的內容大概是這樣：有
 致受傷的方法和重要性。這是一部
 的不方便以及如何避免發生危險導
 ，這次的演講是關於身心障礙人士
 今天，我們去風雨球場聽演講
 身心障礙演說

後②

許多大哥、大姐、會幫助他、陪在
他身旁，而我們也要學習他們、友愛助人
的精神。就是最後，這次演講最讓我耳目一
新的地方，學校竟然請了一位身心障
礙人士來當講師，更使我吃了一驚
呢！他就是周偉煌先生，他開始講
述他的人生經歷。他並不是天生就
是身障，是因為他年輕時高估了自己的能
力，搬太重的物品，才變成這樣。
但他並沒有放棄自己，反而更加認
真，終於結婚生子，也找到了一份
能維持家計的工作，還讀到了碩士研
究所。在周偉煌先生的身上，應證
了兩句俗語：「活到老，學到老」和「天
無絕人之路」，活著就有希望。而他
的精神，正是我們最需要學習的。

。所以我很佩服楊思典，可以靠自己
已做到生活所有大小事，完成許多
人以為她不可能會做到的事，真
讓人覺得不可思議極了！
我覺得來學校演講的講員十分
厲害，因為如果換成我，就很難克
服，彷彿失去了自理能力，出入都
要坐輪椅，坐輪椅還得花上不少時
間才能到達目的地。如果沒了雙腳
，上廁所和洗澡都要花上好幾倍的
時間與體力；而且脊椎受了傷就有
很多事都不能做，因此我要好好地
保護自己、愛惜生命，凡事小心謹
慎、隨時留意身邊的人事物。

生命的可貴。和愛心，積極面對人生，教會大家，因為我覺得這些生命鬥士用勇氣獻的事，像幫助一此身心障礙的人已很幸福，所以我要做對社會有貢
 值得學習的榜樣。今天因為看到了他，我覺得自
 了，因此我認為周偉煌先生是一位
 境，我可能會自暴自棄、怨天尤人
 我。我覺得如果是我遇到相同的困
 等，不僅如此他還樂觀進取。
 負擔，所以現在他會洗澡、換衣服
 ，為了就是要讓父母不要有太大的
 然而他卻永不放棄，努力的站起來
 ，所以脊椎受損，造成半身不遂，
 他說他以前因為搬太重的物品
 深刻。他的生命故事令我印象
 生的演講，聽了生命鬥士周偉煌先
 我。今天我聽了生命鬥士講座心得

優④

力克·胡哲說：「這個世界根本
不存在「不會做」只有「不想做」和「不願意
做」，當你失去所有依靠的時候，你
自然就什麼都會了。」沒錯，一無所
有的人沒有悲觀的權利，只能比別
人更努力，要比別人更用力爭上游
，才能出人頭地，使人刮目相看。
每個人都不喜歡別人的同情，這些
生命鬥士也不例外，他們克服自己
身體的缺陷，活出精彩的人生，再
把他們的人生經驗和我們分享，看
到他們努力的活著，健康的我們應
該要珍惜我們現在所永有的，為自
己開創美好的人生。

題目(生命鬥士-力克·胡哲)

108年10月11日

姓名陳○其

5年班 佳①

生命鬥士-力克·胡哲

沒手沒腳，沒有限制、從一無所有到一無所缺、他用行動表示什麼叫做永不放棄，他用故事證明什麼叫做不設限的人生，他是誰呢？他就是生下來時就沒有四肢的生命鬥士力克·胡哲。

力克·胡哲出生時就是這一個樣子的，幸運的是父母沒有放棄他，儘管身體殘疾，父母並沒有放棄對他的教育，他們把力克送入了小學，但因身體殘疾，力克受到同學的嘲笑，他曾試過在家中的浴缸溺死自己，但沒有成功。

在家人的鼓勵和陪伴下他撐過來了，而且活的很美好，力克說：人們最可悲的並非失去四肢，而是沒有生命希望或目標，人們經常埋怨什麼也做不來，但如果我們只記掛著想要或欠缺的東西，而不去珍惜所擁有的，那根本改變不了問題，改變命運的是我們的態度。

力克開始享受人生、學習游泳、衝浪和踢足球等等活動，如今，力克和日本女性結婚了還生了小孩。

他的人生多彩多姿，他的故事給了我們滿滿的正能量，有困難的話我們就要迎難而上，雖然困難，但只要不斷摸索與嘗試過程中會跌跌撞撞，但只要不放棄，就會像力克·胡哲一樣成功。

評分()

評語()



是	的	點	的	身	場	他	過	棄		痛	始	位	驚	無	去	來	載		
那	尋	。但	工	體	意	在	著	自	他	滴	述	身	訝	奇	球	，	而		
麼	找	他	作	出	外	工	美	己	今	。。	說	心	的	，	場	第	歸	今	
的	知	卻	，	了	發	作	好	、	天	。	著	障	目	但	聽	二	吧	天	
富	識	使	他	周	生	時	的	勇	要		他	礙	瞪	等	演	節	！	的	演
裕	，	終	的	題	後	出	生	敢	講		從	者	口	到	講	下	今	演	講
，	由	不	人	，	，	了	活	面	的		小	！	呆	演	，	課	人	應	心
因	在	放	生	再	一	一	，	對	主		到	他	，	講	一	，	期	該	得
此	他	棄	也	也	切	場	但	自	題		大	一	演	師	開	我	待	可	
他	小	自	從	無	就	意	到	己	是		生	現	講	出	始	和	的	以	
居	時	己	此	法	變	外	了	」	「		活	身	師	來	的	同	今	說	
然	侯	，	畫	從	了	，	有	他	不		中	後	居	時	情	學	天	是	
到	家	不	下	事	，	自	一	從	要		的	，	然	，	況	們	終	讓	
了	裡	斷	了	激	他	從	天	小	放		點	便	是	今	平	整	於	我	
四	不		句	烈	的	那	，	都			點	開	一	我	淡	隊	到	滿	

佳(2)

十二歲才開始讀書，現在我終於知道我有許多幸福了。

我覺得他讓我敬佩的點是在他不會放棄自己，而且會勇敢面對自己的問題，不要逃避自己的問題，這就是目前我須要學習的目標吧！

總而言之，我也像一樣遇過許多挫折，但我不會遇到事情就放棄，也會找出問題所在地，再慢慢把問題，也希望我能更精進自己！

的 人 生 負 責 。 教 導 我 們 要 珍 惜 生 命 ， 並 且 對 自 己 大 哥 哥 不 吝 嗇 的 分 享 他 的 經 驗 ， 他 到 的 呢 ？ 只 見 同 學 們 都 很 專 注 的 聽 來 很 有 活 力 與 自 信 ， 他 到 底 怎 麼 辦 椎 受 傷 ， 行 動 不 便 ， 但 是 他 卻 看 起 者 ， 也 是 今 天 的 演 講 者 ， 他 雖 然 脊 坐 輪 椅 出 來 了 ， 他 是 一 位 身 心 障 礙 育 的 主 旨 ， 接 下 來 ， 有 一 位 大 哥 哥 一 部 影 片 ， 裡 面 說 明 了 有 關 生 命 教 容 是 什 麼 ？ 首 先 ， 他 讓 我 們 先 看 了 趕 緊 坐 好 ， 我 好 期 待 這 場 演 講 的 內 一 聽 到 要 準 備 開 始 了 ， 全 部 的 人 都 班 也 不 例 外 。 同 學 們 熱 熱 鬧 鬧 的 排 隊 進 場 ， 場 演 講 ， 每 班 都 很 踴 躍 參 加 ， 我 們 著 童 軍 椅 ， 前 往 風 羽 球 場 去 聆 聽 這 命 教 育 的 演 講 ， 學 校 師 長 要 我 們 帶 幾 天 前 生 命 教 育 講 座 有 一 場 關 於 生

51 李 佳 3

活經驗，大哥哥很賣力的在分享他的生
棄的精神，每當我遇到挫折或心情
不好的時候，我都會一靜下心來
反向思考二詢問家人、朋友的建議
做為參考三平時多看一些勵志的故
事書或影片四常常與思考及行為較
正向的人相處和談天，排解自我的
壓力五多去幫忙需要幫助的人，藉
由幫助別人，會讓我感覺到，我是

多麼幸福的。
這場生命教育講座，可以讓
感受到生命的可貴，即使遇到多大
的困難，我們還是得勇於面對它，
努力完成自己所要完成的心願，多
愛自己一點。

過的
的
很
快
樂
，
不
怕
別
人
的
觀
感
做
自
己
想
做
的
事
情
，
其
實
裡
面
的
主
角
就
是
他
自
己
，
我
覺
我
們
好
手
好
腳
，
可
以
幫
助
更
多
像
這
樣
的
人
。