



活動集錦

填寫日期：103 年 11 月 19 日

學 校 名 稱	亞東技術學院		
活 動 名 稱	1031 閱讀沙龍導讀講座——勢不可當：化信心為行動的神奇力量		
所 屬 計 畫 名 稱	公民素養陶塑計畫-閱讀沙龍		
活 動 日 期	103 年 11 月 19 日(三)		
活 動 時 間	15:00~17:00		
活 動 地 點	有庠 10401 教室		
活 動 聯 絡 人	馮靜慈	聯絡電話	(02)7738-8000 分機 7104
內容說明			
通識教育中心於 103 年 11 月 19 日舉辦本學期（103 學年度第 1 學期）「閱讀沙龍」系列講座，本次講座由通識教育中心吳憶蘭老師，為學生導讀《化信心為行動的神奇力量》。 《勢不可當：化信心為行動的神奇力量》為紐約時報暢銷書，如果一個沒手沒腳的傢伙也能活出一個好得不像話的人生，那麼任何一件事對你都是可能的，許多人因此重拾信心。作者力克於 1982 年生於澳洲，出生時因罹患海豹肢症，天生沒有四肢。在本書中，他特別揭露自己這幾年不為人知的軟弱，例如讓他陷入憂鬱的財務危機、尋愛的徬徨，他如何在行經低谷時逐漸發現了搏鬥的祕訣，如何活出自信而美麗的人生的實用指南書。 吳憶蘭老師在此次導讀中除了準備豐富的簡報及影片外，還精心準備一張力克語錄學習單，要同學一開始就來思考當你面對個人危機、愛情、工作、或者對抗霸凌與不公平之事時你要如何思考、面對以及行動來化解現在的困境。接著，播放作者力克的影片，敘述著從四歲就想輕生到利用他僅剩的「小雞腿」學習、挑戰各種的逆境，以及到最後擁有幸福生活這一系列的奮鬥過程。吳老師邀請現場同學鼓起勇氣分享力克語錄及影片對自己的意義。同學分享表示知道作者力克的故事後，深受感動與驚訝，於是上 youtube 搜尋有關於作者的影片，發現他即使沒有四肢也能寫字、打鼓，做許多的事，許多人四肢健全卻未必能像力克一樣活的精采有意義，生活上總有不如意對現實生活不滿，如果能像作者一樣保持樂觀不被打敗是我們所需要學習的。 經由此次吳憶蘭老師用心的導讀，同學們內心都深受感動及激勵，本書作者教我們面對困境時，保持正面思考，用感恩、行動、同理心和寬恕的態度面對，迎向人生的各種考驗，不要使你的人生受限，勇敢地去實現夢想，讓生活充滿無限的希望與想像力。有同學回饋表示「力克不因和別人不一樣而感到羞恥，而活得比他人更快樂，他不因沒有健全的四肢而影響生活，而活得比他人更豐富，這樣樂觀進取，值得我們學習與效仿。」、「信心來自於內在，不在於外表，天生殘缺的人卻有著比任何人都要精彩的人生，不放棄的努力過著每一天，熱愛生命的他，不放棄的人生，是我們都該學習的。」、「Nick 用自己的力量，讓別人改觀不再用外貌去看待一個人，而是看到人的內在美。」			
活動照片			

