

# 《改變.由我開始》

## 图书基本信息

书名：《改變.由我開始》

13位ISBN编号：9789628996544

10位ISBN编号：9628996541

出版时间：2009

出版社：突破機構

作者：蔡元雲

页数：192

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)

# 《改變.由我開始》

## 內容概要

在時代的洪流中，我們不斷忙於適應、追趕。你有沒有想過，自己想要「改變」些什麼？現實往往是，環境在「改變」你？在這個「改變」的年代，「逆境」接踵而至，我們要抵抗逆境，便需要迸發出每個讀者內在生命中的「抗逆力」。

總括全書而言，就是以一個軟性的角度闡述如何培養「生命的強韌度」及「抗逆力」以面對逆境。只是，生命的提升不能純粹基於理論，而是從生活實踐中領悟過來。作者將透過對大時勢的感言、年輕時遇到的人和事、與青年接觸的第一身經驗，一點一滴透過書的內容跟讀者分享如何提升個人的抗逆力，啟動「由我開始」改變。

改變自己，從來不是易事，但當讀者立意由自己開始，「改變自己」以至「改變世界」，都變得可能。匯聚每個人改變的力量，青少年將成為改變世界的動力！

# 《改變.由我開始》

## 版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)