

# 面對自己

即使不完美、也不夠堅強，還是想珍惜這樣的自己，用可以做到的努力，一點一點地往前邁進

不管命運給什麼牌，他握緊方向盤，成為自己人生的運轉手！

計程車司機王國春，回顧他的成長歷程，從黑暗到光明的逆轉人生。

他的故事讓我們驚呼與慶幸，同時忍不住問道：他，是怎麼做到的？換作自己，有可能跟他一樣嗎？還是會變成什麼模樣？

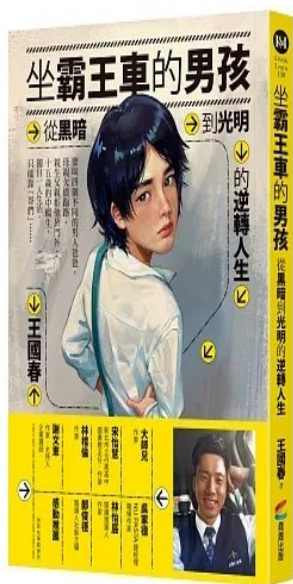
閱讀這本書可以幫助我們找到答案。



與情緒對話，與焦慮和解

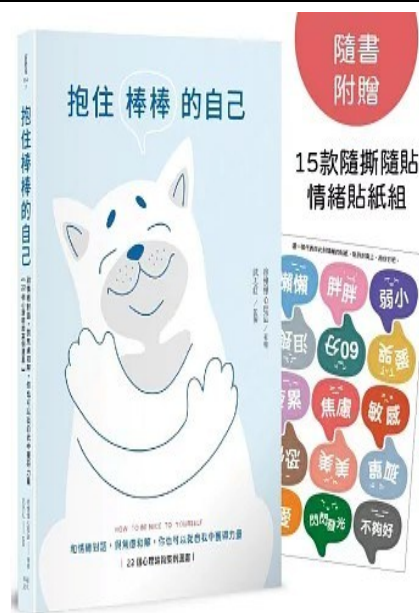
\* 為何自我妨礙→源於對失敗的恐懼，與其恐懼，不如走到失敗面前，看看它到底是什麼東西。

\* 如何變成自己想要的樣子→當我們不再糾結於問題，而是想要什麼就努力去創造什麼，或許會驚喜發現，自己有源源不斷的動力。



我相信，只要我想體驗、想做，這個世界上就沒有什麼事情可以阻止我。」

- ★給找不到努力目標、常感到前路一片茫然的你
- ★給想挑戰些什麼，卻感到害怕、裹足不前的你
- ★給身心受了傷，不敢踏出黑暗、縮在角落的你



參考資料來源：博客來網路書局