



從酒鬼到AI作家：我的人生逆轉勝故事

曾經沉溺酒精，如今掌握AI創作。我的蛻變不僅是戒除成癮，更是發現新天賦的旅程。這是關於失落、重生與科技如何徹底改變一個人命運的真實故事。

 [蛻變之旅](#)：(男女播客介紹，聽完請翻頁)

《從酒鬼到AI作家》👍 免費試閱中！

我的故事，一個深切的轉變，始於年過七十。我決定打破過去的慣性，從戒酒開始，運用史丹佛大學Fogg博士20年行為研究的精華——「設計你的小習慣」，一點一滴、從最簡單、最喜歡、最小的地方練習，徹底翻轉了我的人生。

從每天的運動、古典吉他練習，到觀察植物、熟練運用LINE群組、臉書、YouTube，甚至選擇結婚與理財養家，我都用多媒體記錄下這場屬於我的改變，並將這份寶貴的經驗集結成冊——《從酒鬼到AI作家——我的人生逆轉勝故事》。

這本書不僅是我的個人宣言，更是我對「改變」的深刻體悟。它警醒我，改變的力量如滾雪球般，從微小之處開始，最終成就巨大。過去我曾虛度歲月，也曾質疑改變是否可能、為何如此困難、為何總是不奏效？

這本書沒有傳統的邏輯框架，也沒有制式的執行方法，因為我相信每個人都是獨特的。人生無法複製，您終將找到屬於自己的道路。這本書，只是一個引子，激勵您勇敢跨出改變的第一步。

書籍資訊與支持方式：

安卓系統手機：

- 網路PDF版免費試閱：可翻頁，機器人AI問答 
<https://online.fliphtml5.com/lqtwp/atcr/>
- PDF原檔下載，離線閱讀，無翻頁與AI問答
<https://fliphtml5.com/download/downloading.html?bookId=62464230&type=1&title=從酒鬼到AI作家>
- 有聲書免費試閱大字版(EPUB版)：請先安裝Google Play “圖書”APP：

- <https://play.google.com/store/apps/details?id=com.google.android.apps.books>
- 再開啟EPUB版檔案：
- https://drive.google.com/file/d/1ro5ud11HIEo8IVVqBySD4uP8wkeY_OVb/view?usp=drivesdk

蘋果手機：

- 網路PDF版免費試閱，可翻頁，機器人AI問答
<https://online.fliphtml5.com/lqtwp/atcr/>
- PDF原檔下載，離線閱讀，無翻頁與AI問答
<https://fliphtml5.com/download/downloading.html?bookId=62464230&type=1&title=從酒鬼到AI作家>
- 免費試閱大字版(EPUB)
- https://www.icloud.com/iclouddrive/0f2goczB_A2sayHpr3J8B6wlq
- 使用“書籍”App開啟[從酒鬼到AI作家. epub]。
- 如果下載沒成功，可以email或line索取檔案。
jimchenlichung@gmail.com

line: id同電話0908853322

讀完若您覺得有所啟發，歡迎贊助一個便當(99元)🙏支持我。這本書沒有註冊著作權，也沒有出版商，所有贊助款項將全數捐入都蘭共學堂，推動地方共學創生。

加入我們，一起蛻變！

了解自己的限制，才能知道哪裡需要更下功夫。或許您也曾聽專家說：基因決定了某些行為？多巴胺分泌過多導致過

動、喜新厭舊？大腦「避免損失」的本能，讓我們恐懼新事物而習慣逃避？

這本書，將帶您從最小的地方開始，打破這些慣性。

誠摯邀請您加入我與內人林麗喬 Daya 在台東都蘭經營的四季八里自然莊園民宿所發起的**「都蘭共學堂」**。在這裡，每個人都是自己的導師，我們互相鼓勵、互相支持，共同跨出改變的第一步。您可以在線上參與，也歡迎親臨我們在都蘭舊廨14-2號的共學堂。

四季八里共學堂臉書社團：

<https://www.facebook.com/groups/408155652377794/?ref=share&mibextid=NSMWBT>

您的故事，也值得被看見！歡迎分享您的蛻變歷程。