

全民英檢秘笈

■郭岱宗 (英文系副教授)

Can't Keep the Cake and Eat It, Too!
魚與熊掌難以兼得

- 一、英文:
- A: My boss almost (1)把我逼瘋了 today!
B: What happened?
A: He is never (2)放手讓我好好發揮!
(3)真是個控制狂!
B: Have you tried to communicate with him?
A: (4)沒有用的。He is always (5)嫌東嫌西不滿意!
B: Why don't you (6)辭職算了?
A: I've got (7)其他的優點來補足這個缺點: (8)待遇好 and (9)車程近。
B: You should (10)評估 both the (11)好處 and (12)缺點 (13)依你所重視的次序。Then you stay with (14)感恩之心 and (15)毅力。
A: So what are my (16)優先考量的東西? (17)我想看看...
B: Salary? (18)福利? vacations? (19)成就感? (20)對人有貢獻? (21)愉快的環境?
A: I want them all!
B: (22)你還真貪心耶!

- 二、答案:
- (1) pushed me over the edge
(2) hands-off (3) What a control freak
(4) No use (5) disgruntled (6) just quit
(7) other forms of compensation
(8) a decent salary (9) a short commuting distance (10) evaluate
(11) pros (12) cons (13) on your priorities
(14) gratefulness (15) mettle (16) priorities
(17) Let's see (18) perks (19) a sense of achievement (20) contributions (21) a pleasant environment (22) You know what greed is

- 三、解析:
1. keep the cake and eat it 指「手上既要留著蛋糕，又要吃它」乃不可能的事，因為蛋糕一下肚，手就空了，所以引申為「魚與熊掌不可兼得」。
2. edge指著「邊緣」，「push one over the edge」就是「把人推下山崖，乃把人逼瘋」之意。
3. freak: 怪人
4. decent的用法
a decent man 有操守的人
a decent meal 很棒的菜
a decent salary 可觀的收入
5. 「貪心」的用法如下
greed: 名詞 例: Greed often blinds us. 貪婪會使人迷失方向!
greedy: 形容詞
例: Greedy people often look ugly. 貪婪之人常是面容醜陋的!

- 四、中文:
- A: 我的老闆今天差點把我逼瘋了!
B: 怎麼啦?
A: 他從不放手讓我好好發揮，是個十足的控制狂!
B: 你有没有想法子和他溝通一下?
A: 沒有用的，他永遠嘮嘮叨叨，嫌東嫌西的!
B: 那你為什麼不乾脆辭職算了?
A: 因為這個工作其實有他的好處：錢多，通車也方便！
B: 你應該依你所需而做個評估，然後就必須感恩地好好做下去！
A: 嗯...我最重視的是什麼呢？我想看看...
B: 薪水？福利？假期？成就感？貢獻之心？還是愉快的環境？
A: 都想要耶！
B: 你還真貪心呢！

校友動態

李芳瑜 拍攝肯德基廣告

△機電系畢業的李芳瑜，拍攝過多部廣告片，日前強力播送的「肯德基烤番薯篇」就是由她擔綱。除了拍攝廣告外，李芳瑜還擔任過孫燕姿、張惠妹、陶喆等知名歌手的MV女主角，長相甜美的她，也主持過許多外景和活動節目，目前正積極朝主持界發展。(王頌)

學海聲音

龔雅雪 出版「俄國人看台灣」

△俄文系助理教授龔雅雪，日前出版「俄國人看台灣」新書，內容是她從1997年嫁到台灣後，每天的生活點滴及對台灣的印象。龔雅雪表示：「呈現在讀者面前的這些日記，每一篇都是完整的片段，這些片段都貫穿著一條內在線索，我認為這些線索，就是試著與另種有別於俄羅斯生存方式的對話。透過書中的內容，讓讀者可以看到不一樣的台灣。」(曾信翰)

馬路消息

林佳瑜 將前往美國打工

△大傳二林佳瑜於日前參加camp counselor USA所舉辦的Work Experience暑期工讀計畫，在經過2階段面試後，將於暑假前往美國俄亥俄州展開為期3個月的打工生活，從事渡假村櫃檯接待工作。林佳瑜表示：「在得知自己通過面試後，已開始著手計畫暑期行程，希望能與各國工讀學生及當地同事建立國際友誼，同時完成自己的參觀旅遊計畫，豐富人生經驗。」(林靜曼)

不雷客小檔案

年齡：秘密
生日：2月14日
身長：還在長，可能變得和大象一樣大，也可能像現在只有一個50元硬幣大小
煩惱：同所有類人的煩惱
最喜歡的事：● 躲在蛋殼裡胡思亂想 ● 裝神秘
對自己的期望：希望有一天能離開蛋殼，以真面目示人。對別人的期望：永遠可以說「Give me a Break」。

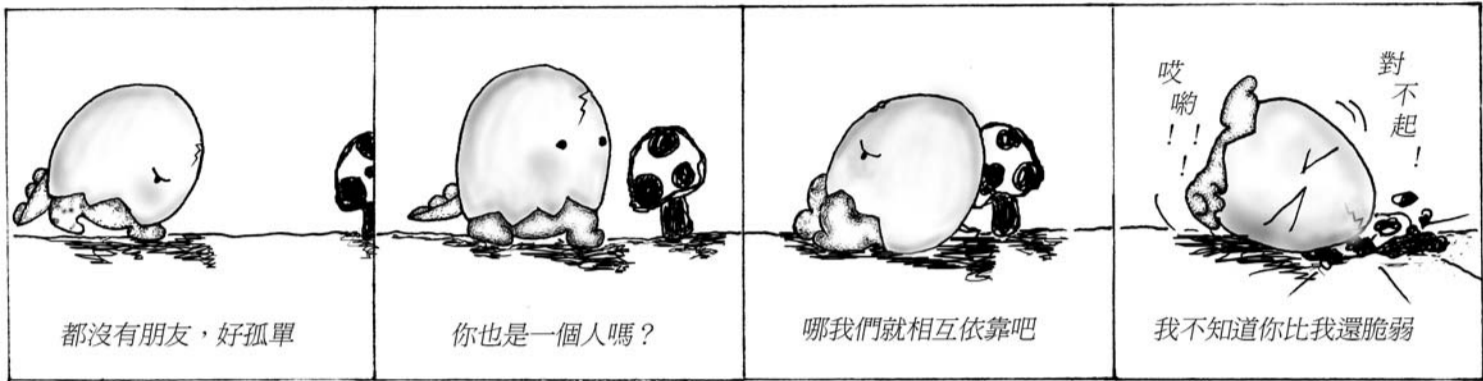


◎圖·文/ 諒輔組 黃嘉慈老師

我們總希望別人可以聆聽我們、給予我們掌聲和肯定。只是，如果將所有精力花在注意他人的回應時，反而容易失去自己生命的主軸。比如開車，注意周遭環境與車況是重要的，但如果自己不掌握方向盤，又怎麼能到達自己想去的地方呢？

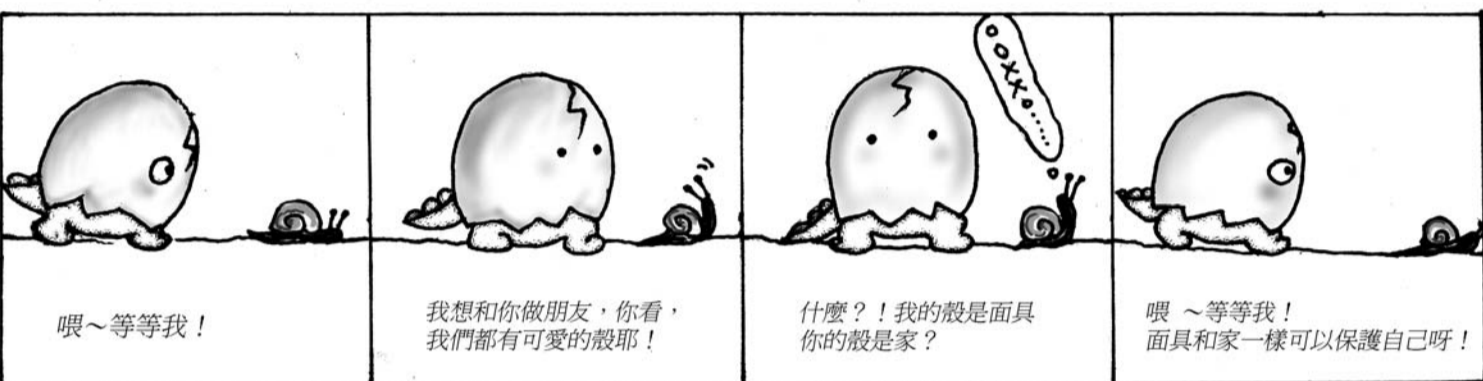
編者按：為了藉由可愛的漫畫人物所展現的各種情緒，讓師生更為認識憂鬱症，進而遠離並擁有健康快樂的人生，學生事務處諮商輔導組特地創造出「不雷客」這個角色，未來將集結出版不雷客相關的小冊子，發放給學生，本報特別率先刊載部分漫畫、文章，讓閱眾先讀為快。

朋友篇



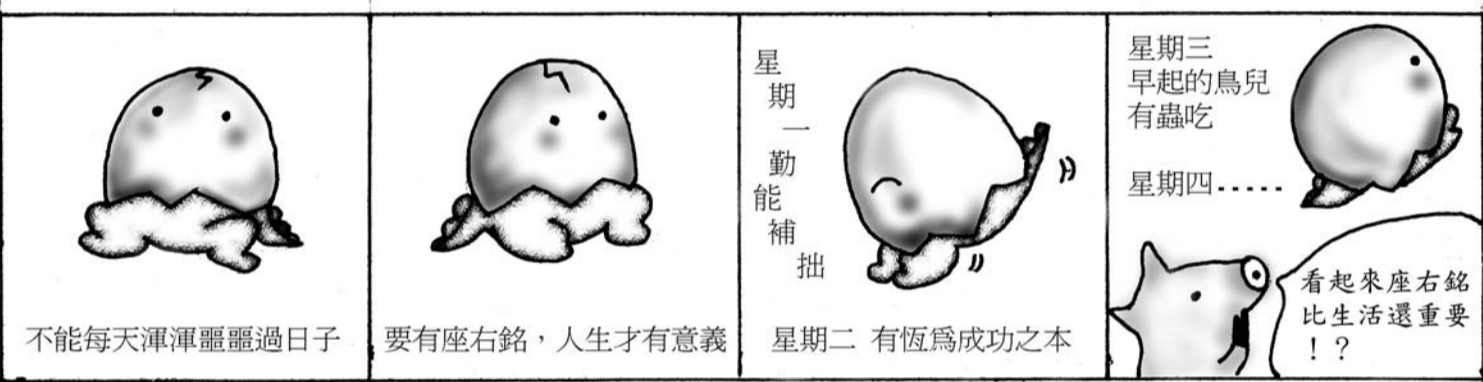
孤單時想要完全依賴朋友，卻發現朋友靠不住，此刻失望的心情自然地浮現心頭。然而，朋友也有其脆弱之處，同樣地需要照顧、需要呵護、需要扶持與相互陪伴。如果沒有考慮到朋友的處境，只一味地將自己的重量交給別人，恐怕也不是每個人都承受得往啊。

面具篇



面具是為了因應他人對待所發展出來的外在表現，它有時候保護我們不受傷害，讓我們感到安全；有時候卻隔絕了與他人進一步接觸的機會。當我們愈能用言語、表情、肢體等方式，向他人表達出我真實的狀態時，我們便逐漸捨棄對僵化面具的依賴，而能自在的享受人我之間的關係。

小人恆立志篇



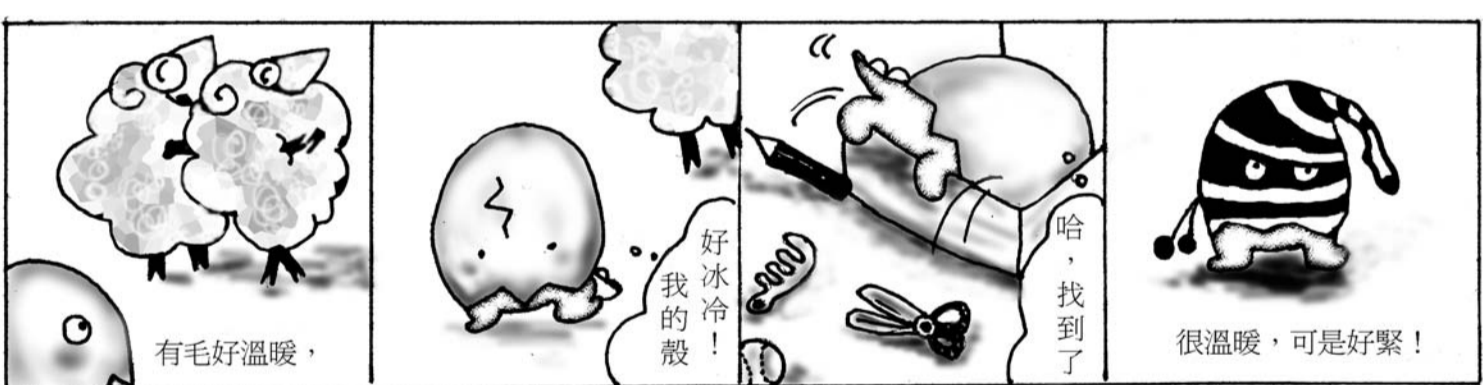
不斷夢想成為更好的人確實很棒，然而依據「此時此刻」自己的能力為考量，逐步達成所選擇的目標，是更重要的事。否則，遙不可及的夢想不僅無法帶領我們飛翔，反而帶來挫折與自責的壓力。

想不開篇



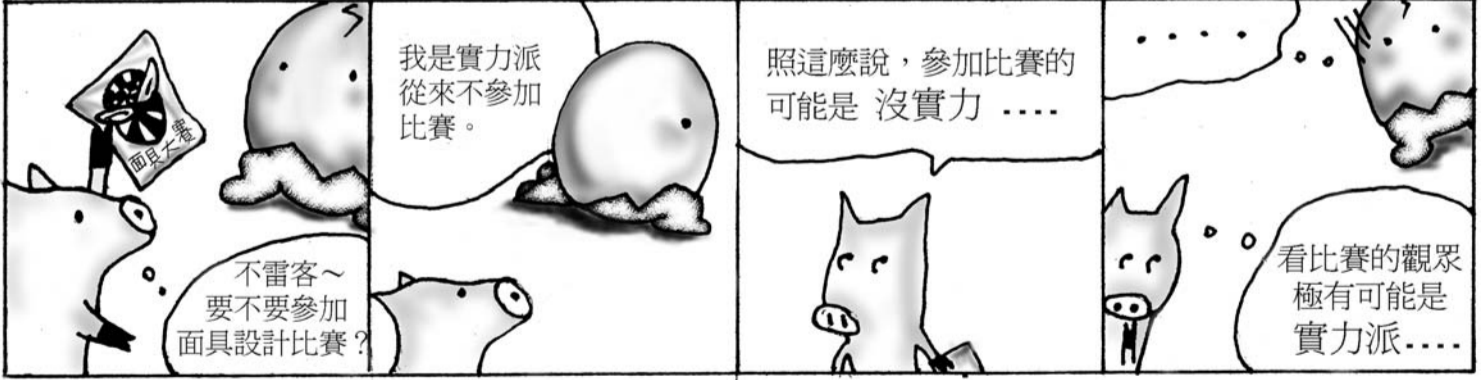
有時候好想報復、想要狠狠地給傷害我們的人一點顏色瞧瞧！可是啊，在情況沒有改變之前，「硬碰硬」，通常只是帶來更多的痛苦。

溫暖篇



有時候，真是羨慕身邊圍繞著許多愛自己的人；渴望有人虛寒問暖、通通心意。然而有時候，太緊的擁抱卻又叫人喘不過氣、渴望自由的呼吸。

競爭篇



人類到底需不需要比賽、需不需要相互競爭呢？恐怕這並不是「需不需要」的問題。除非們心自問自己從不與人比較，否則「競爭」這個主題總是存在的，剩下的只有如何看待問題。人們害怕競爭，經常是害怕「輸贏」的結果，有人贏了比賽好開心，卻因遭人妒忌和排擠，開始鬱鬱寡歡。有人輸了好傷心，卻痛定思痛開創人生新局。可見影響人生的重點在於面對的心態，不在於比賽的結果。若美好的生命只停留在輸贏的剎那，不再往前流動，豈不可惜？！

快樂哪裡找？

◎諒輔組 汪敏慧老師

你快樂嗎？現代人的快樂，有時候像雨後的彩虹般，來得快去得也快。前一刻買東西、吃東西，好不快樂；下一刻又擔心吃了會不會胖、買了東西信用卡的帳單該怎麼辦？這些樂趣乍看起來滿快樂，後來往往會有一些副作用產生，像是擔心發胖、擔心帳單付不出來等等。快樂真的那麼難嗎？真正的快樂要去哪裡找呢？本文將與你分享到哪裡去找快樂，希望能幫助你愈來愈快樂喔！

1. 經常保持微笑：你曾經見過快樂的人嗎？快樂的人看起來似乎經常笑口常開的，彷彿一笑解千愁。許多煩惱的事情，透過微笑樂觀的心情，一件一件地分別處理，漸漸地心情變得比較不煩，人也變得比較開朗起來了。如果你能練習平常多微笑，也許開始不大習慣，或甚至有一些不自然，後來，透過不斷地練習和嘗試，漸漸地你會找到自己迷人微笑的方式，展露自己的光彩，自己的心情將變得比較好，人際的相處也會變得更融洽。
2. 善意地對待他人與周遭：內心經常保持善意的人，通常也是比較快樂和沒有煩惱的。因為他友善地對待別人，自然別人也會友善地回應他。同樣遇到同學請假後想要借筆記的情形，友善的人通常會樂於分享，較不計較自己的利弊得失；這些點點滴滴對

- 人的好意，不但使自己享受到幫助人的快樂，同時為自己的際關係加分，相信在你需要幫助的時候，也會有人樂意伸出援手幫忙你的。
3. 暫時轉移注意力：當遇到事情一時間不知如何解決時，暫時轉移自己注意力，是個不錯的方法。像是遇到功課一時做不出來時，暫停一下，出去走走或換一件事來做，晚一點再來做這件功課，說不定當時的困難就迎刃而解了。與其一直膠著在這個功課的難題上，不但弄壞自己的心情，功課也不見得做得出來；出去走走，換個環境，輕鬆一下，說不定再回來的時候就有靈感了。人的創造力經常在輕鬆和愉快的心情中不經意地冒出來，也許你也可以嘗試看看這個方法囉！
4. 盡力而為，順其自然：生活中充滿各種大大小小的事情，有些事情是我們能夠控制的，有些則是我們難以控制的，尊重並順其自然的好意，不但使自己享受到幫助人的快樂，同時為自己的際關係加分，相信在你需要幫助的時候，也會有人樂意伸出援手幫忙你的。

5. 從失敗中成長：從小到大有誰是從來沒有跌倒和失敗的呢？我們經常是在失敗中獲得成長的。就拿學騎腳踏車這件事來說，我們是在一次次跌倒中學會騎車的；而感情的事，也是如此，常是在分手之後，才知道要修改自己的脾氣。這些失敗的痛苦經驗都在告訴我們，失敗不丟臉也不可怕，它是我們下次再繼續努力改善的指引。因此，下次再遇到失敗時，別沮喪太久，說不定上帝給你的學習和祝福就在裡面，正等著你去發掘呢。
- 以上介紹這些快樂的方法，是需要我們身體力行，才能體會到他們的好處。你親身使用的經驗，不但可以讓你自己更加快樂，也可以透過你的經驗分享，讓更多人知道這些快樂的方法，一起生活在幸福快樂裡。