心靈花園

身體的界線

◎文／諮輔組 林嘉郁老師

小惠（化名）在一場聯誼之中認識了一位異性友人，他們有時一起出來見面、吃飯，偶而會e-mail往返聊聊彼此的近況。一天大家聚餐完畢之後，男性友人順路送小惠回家，在路途之中即起一個小惠最近才買的網路遊戲，小惠對遊戲的設定不熟，異性友人自告奮勇的願意幫她設定。小惠有一些顧慮，但告訴自己應該多慮了。小惠刻意把房門打開，也確認室友應該馬上就回來了。友人就在進入小惠房內後告訴小惠很喜歡她，自己「情不自禁」，而強硬的與小惠發生性行為。

◆身體的界線---什麼是性侵害？

性侵害是指以強制方式，未經他人同意的性交行為。性侵害是一種暴力方式的展現，它是一種嚴重的犯罪行為。性侵害不是性，而是藉由性的行為，作為權力以及控制的展現。

◆錯不在你---一性侵害迷思

一般人認為性侵害是發生在深夜、通常為陌生人所犯下。事實上，性侵害多發生在熟悉的場所，如：家中，加害者也通常是認識的人。

社會對於性侵害的受害者（通常為女性）有過高的要求與標準，一再地責備受害者為什麼不小心，或認為受害者的衣著、行為引誘犯罪。但是，性侵害的加害者通常並非臨時起意，而是經過計畫與蓄謀，若不成再加以暴力與威脅，造成受害者的恐懼而屈服。受害者自小孩至老人都有，與受害人的衣著、出入場所並沒有直接關係。

也有人認為，受害者是利用強暴之名來懲罰自己的「男友」。性侵害不是只是性行為，在性侵害過程之中所產生對生命的威脅、恐懼、對身體感受的無法控制、被侵入的感受是無人能夠感受的。控訴性侵害所要面臨的漫長司法程序，心力交瘁更是只有親身經歷的人才能夠體會。

還有人認為，若女性真的說不、真的阻止、就不會有性侵害產生。然而，我們的社會從小便教導女性要溫柔、乖巧、聽話，才是一個「好女孩」。我們的社會並不鼓勵女性在受到攻擊時反擊、或訓練女性的體能與勇氣。在這樣的教導之下，又雙重期待女性在遭遇性侵害之際，能夠展現勇氣與力量反擊，無異是雙重標準。另外，許多加害者在性侵害時，會以武器脅迫傷害受害人的生命，或威脅毀壞受害人名譽而令受害人感到恐懼，只求能夠生存，保住性命。

◆難以承受之重---性侵害對受害者的影響

性侵害對我們的身體、心理都會產生巨大衝擊，其影響的程度以及反應通常因人而異。性侵害的受害者通常不願意，也沒有勇氣去面對被侵害的事實，讓自己生活在事件的陰影之中。通常在事發後的短期之內，受害者遭逢到震驚、憤怒、恐懼、緊張不安、沮喪。受害者也會面臨是否去舉證、提出告訴，是否告知他人，告訴哪些人等等的決定，而對自己造成很大的壓力。受害者也對之後所要面臨的情況不清楚而感到混亂、慌張、不知所措。

接下來在事件發生一陣子之後，受害者可能會用各種方式讓自己感到「正常」或回復平常生活，但心中卻知道自己並非原先的那一個人了。受害者可能利用否認（當作事情沒發生過）、壓抑自己的想法（不要去想就好了、往好處想）、或合理化（其實事情也沒有那麼糟糕）等方式因應自己對於性侵害事件的感受。

在性侵害事件發生後半年至一年後，大多數的受害者可能產生憂鬱、開始浮現期受害時的混亂情緒，有時會有罪惡感（是我不對）、污穢感（厭惡自己的身體），而影響到日常生活功能。

◆危機中的轉機---遭遇性侵害該怎麼辦？

1. 就近至醫院驗傷。不要先行沐浴或更衣而破壞關鍵證據。驗傷除了蒐集加害人的犯罪證據外，對受害者也是保護自己的方式，醫師的診治可以避免或減少受害人被傳染性病與懷孕的機會。

2. 告訴一個你可以信賴的人。獨自承受如此重大的傷痛對自己是太大的負荷。如果你對於告訴朋友、家人、或師長有疑慮，可以打電話給113諮詢保護專線。

3. 各縣市的家庭暴力暨性侵害防治中心有紀工可以協助你。陪同你一起去驗傷、報案、出庭、提供法律相關資訊，與你一同做決定。家庭暴力暨性侵害防治中心亦有心理輔導的服務，協助心理復原。這裡的服務是免費而且保密的。

◆與你同行---如何幫助性侵害的受害者

1. 傾聽：聽解並接納受害者的心情，無論對你來說是多麼的不合理，不要努力去改變他們的想法，或強力提供建議，這些都不會對他們有幫助。

2. 不責怪。性侵害受害者在這樣的社會氛圍中很習慣會先責怪自己不小心、不勇敢、責備自己太輕忽等等。或許有些受害者不會說出來自責的想法，但大多數受害者會一再想像自己可以如何避免這個事件的發生。因此責怪受害者更加深受害者感到自己是不對或沒有做好的想法，對於受害者的心理復原是沒有幫助的。

3. 鼓勵並陪伴受害者接受幫助。一般人很難立並全程陪伴性侵害受害者是很大的負荷。你應該鼓勵並支持受害者尋求專業的協助，以讓受害者獲得更有效的幫助與更多有用的資訊與權益。市面上有很多與性侵害復原有關的書籍，有心理輔導機構、113專線等可以協助受害者得到更好的心理復原。

4. 本校性別平等、性騷擾或性侵害申訴專線：

TEL：(02)2621-5656轉2424

電子信箱：help885@mail.tku.edu.tw

網　　址：http://spirit.tku.edu.tw/885

也可洽諮商輔導組 蔣管大樓B413室

TEL：26215656轉2221、2491

怎樣的心 怎樣的世界

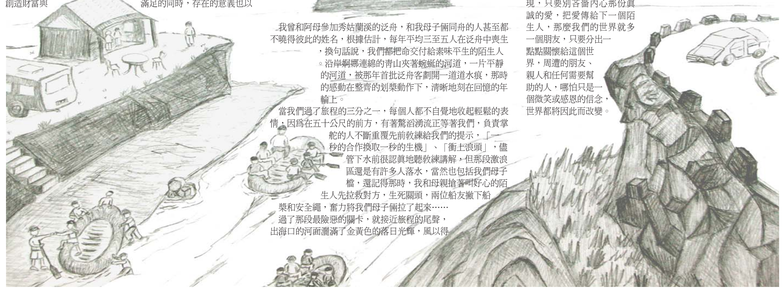
◎文／李子
圖／小莫

如果說，世界是許多人或許多生命的合體，那心就是世界存在的原因了……

前幾天收到新的雜誌，介紹到有關人心的報導，就科學家的研究推論來說，人心是不存在的，神奇的腦部構造根據我們接觸的環境去學習、記憶，而創造出了「心」……如果這個論點是造物者留給我們的「眞理」，那麼「存在」的價值似乎又被蒙上了一層迷然，且更顯的沒有意義了……

其實，這個論點或許還不是標準答案，有件事是如實確定的，那就是，當我們努力地追求知識與眞理，處心積慮地創造財富與滿足的同時，存在的意義也以同樣的速度遠離我們。

讓過琦君的文章「髻」，其最後一段「這個世界，究竟有什麼是永久的，又有什麼是值得認眞的呢？」，一直在心中徘徊久久散之不去，即使我一直試著想推翻她，例如「那是因爲你沒有奉獻愛給需要的人，進而得到永恆的快樂。」「那是你生活在富裕人家的間眼思想所賦予你的閒茫…」等，但這些論點卻往往被「生命的終點」推上一聲冷笑，而讓結辯像埼台的積木式轟轟地崩落…



我曾和阿母參加秀姑巒溪的泛舟，和我母子倆同舟的人甚至都不曉得彼此的姓名，根據估計，每年平均三至五人在泛舟中喪生，換句話說，我們都把命交付給素昧平生的陌生人。沿岸嗣嗣連綿的青山夾著蜿蜒的溪道，一片平靜的河道，被那年首批泛舟客劃開一道道水痕，那時的感動在整齊的划槳動作下，清晰地刻在回憶的年輪上。

當我們過了旅程的三分之一，每個人都不自覺地收起輕鬆的表情，因爲在五十公尺的前方，有著驚濤濤流正等著我們，負責掌舵的人不斷重覆先前教練給我們的提示，「一秒的合作換取一秒的生機」、「衝上浪頭」，儘管下水前就認眞地聽教練講解，但那段激浪區還是有許多人落水，當我也是我們母子倆，還記得那時，我和阿母緊緊地牽著對方的手，生死關頭，兩位船友搬下船槳和安全繩，奮力將我們母子倆拉了起來……

過了那段最險惡的關卡，就接近旅程的尾聲，出海口的河面灑滿了金黃色的落日光輝，風以得意的姿態迎面而來，我們這船曾生死相交的陌生人，也將各自回到自己的世界去，我靜靜望著那美麗而永恆的黃昏，心中湧出了滿滿的感動，無法自己。因爲我面臨病，生死之間其實就只隔著一條細線，我們可以爲了每個「生」而認眞，也可以讓「死」成就永恆，現今的世界之所以被琦君感嘆，是因爲我們缺乏了爲他人付出的勇敢，失去了爲正義伸張的自信，然而，這個世界卻也因爲我們的姿態而漸漸冰冷。如今那段泛舟的經驗已過了將近十年，我還是忘不了那份相互扶持的溫暖，忘不了人與人之間的愛與信任。　常人言「我們無法改變生命的長度，那就改變生命的寬度吧！」我慢慢發現，只要別吝嗇內心那份眞誠的愛，把愛傳給下一個陌生人，那麼我們的世界就多一個朋友，只要分出一點點關懷給這個世界，周遭的朋友、親人和任何需要幫助的人，哪怕只是一個微笑或感恩的信念，世界都將因此而改變。

阿蛋與阿薑

—多嘴—

■高商城

翰林驚聲

談職場經驗　鼓勵同學要做一流人才

大學教王文華的事　了解自己與愛情

【記者陳若的淡水校園整理】一開場，便自暴昔日初戀女友是孫江學生，王文華用自身經驗分享生活甘苦談，立即沙熱氣氛，拉近與同學間的距離，現場互動熱絡、笑聲不斷。

黃士航攝影

演講題目：從大學生到地球人：我的求學和職場經驗
演 講 人：王文華（台大外文系，美國史丹福大學MBA畢，暢銷小說「愛自賞女孩」作家）
演講時間：2008年3月20日　晚上7：05
演講地點：綠靈中正堂Q409
主辦單位：生涯規劃暨就業輔導組

上大學，是王文華從小的夢想，不過，對他而言，大學時期第一重要的卻不是課本上的知識，而是「愛情」！他始終在場學生，「在這段最無憂無慮的大學生活當中，先學會愛情，一輩子都受益。」其次，是主修「自己」，因爲只有在這段最好且最充裕的時間裡，才可以深刻了解自己，藉由參與課內及課外活動，接受來自四面八方的刺激，探索各方面的興趣與潛力，當現今的大學生都自我反省「唸錯系」時，這也代表已經開始「了解自己」。

對於創新和論都是感興趣的王文華，大學時期便參加話劇社，甚至出國參加世界辯論大賽，獲得第一名的殊榮，這次經驗讓他體驗到「世界是如此的廣大」，所以，他認爲擁有「國際觀」是現今大學生必要條件，當社會不斷批評大學生沒有國際觀的同時，正要開始嘗試及主動學習。在英國參加辯論比賽時，一個「我思故我在，但這並不能表示火車永遠會準時進站」的辯論題目，使他認知到不同的國家有不同的思維方式，當別人已經思考到深層問題時，個人卻只停留在原地，「只有加速的努力，才能在世界的舞台上扮演一個角色。」

像是想進入牛津大學、劍橋大學、哈佛大學等世界知名大學就讀，得先通過以下的口試題目：「這是一塊樹皮，試論之。」、「人到底要到什麼程度，才算眞正的死亡？」、「你詹嗎？」這些種種令人茫無頭緒的考題，事實上就是國外的學生思考的問題。因此，「獨立思考」是另一大重點，「思考未來，規劃人生藍圖，因爲這輩子，不管快樂或失敗。後果都得自己承擔」。

麻省理工學院權威教授尼葛洛龐帝曾說：「視野比智商重要，最優秀的學生是在思考上能大躍進，有突破性的觀念，並且擁有多樣背景、多領域專長與資歷廣泛。」因此，他再次鼓勵同學多方面嘗試新事物，累積經驗。曾在史丹福大學攻讀企管碩士的王文華表示，美國是一個大熔爐，必須學會了「擁抱不同背景的人，向他們學習」，並且「努力，再努力」，或許這是老生常談，卻也是亞古不變的眞理，如同他當時的指導教授Jim Collins所說：「Hard, work, challenge and preparation are necessary for substantial learning.」意即「苦功、自我挑戰和準備是紮實學習的必要條件。」在職場上，王文華學習到「永遠要做一流人才」，因爲只有二流人才，才會在失敗時找藉口，而一流人才卻往往在之前，便使出渾身解數，避免錯誤。因此「Do something, do more.」做的要比老闆要求的更多。

然而，人生是起起伏伏的，「成功不要太高興，失敗也不必太難過」，如同美國職棒大聯盟打擊率最高的選手也不過三成六，換言之，即有六成四的失敗率，他舉一則誤譯漫畫爲例，內容是被搶匪搶走皮包的人，非但沒有生氣，反而要求搶匪待會刷那張白金卡，因爲他要累積紅利。他鼓勵同學「人生起伏，幽默以對」。

最後，以福斯汽車廣告的標語「Small but tough.」與同學共勉之，即使大學生的力量十分渺小，但是只要努力，也可以像王文華一樣，成爲一位傑出的人，指日可待。

全民英檢秘笈

■郭岱宗（英文系副教授）

一、題目（重點文法綜合練習）

1. 我在淡水住了快6年了，之前在台中先住了十年，然後搬到桃園，在桃園也住了五年。
（1）I（live）in Tamsui for nearly 9 years.
（2）I（live）in Taichung for 10 years then I（move）to Taoyuan（此處須加一個字）I（live）for 5 years.
2. 三十年前，當我還是個小孩子的時候，我常幻想，長大了要當老師。現在我已經教了將近40年的書了，深刻體驗到教書的喜怒哀樂，這將是我生命中最難忘的回憶。
Thirty years ago when I（1）（am）a child, I often（2）（dream）that I（3）（will be）a teacher when I（4）（grow up）. Now that I（5）（teach）for nearly 40 years, I（6）（deeply experience）the（7）（喜怒哀樂）of（8）（be）a teacher,（9）（此處需用一個字）（10）（be）the most unforgettable memory in my life.
3. 昨天他問我，你去哪裡了？我不知道你在何處，我就說你可能在睡覺睡覺。
Yesterday he asked me（1）（where did you go）.（2）（didn't know）（3）（where are you）. I said you（4）（probably sleep）in the dorm.
4. 昨天當我聽到這個消息時，就很遺憾我沒趕上這個機會，如果你早一點通知我的話，情況就會不一樣了。
Yesterday when I（1）（hear）the news, I（2）（feel）sorry that I（3）（miss）this opportunity. The situation（4）（will be）different if you（5）（told me）earlier.
5. 三個姊夫、兩個嫂嫂
以下用法可常在作文中使用
6. 人是萬物之靈
7. 法網恢恢，疏而不漏
8. 滿招損，謙受益
9. 鮮花插在牛糞上
10. 一時衝動

二、答案

1. （1）have lived（**從過去到現在**，用**現在完成**）
（2）had lived（**從過去到過去**，用**過去完成**）
moved（單純的一個過去的動作，用過去式）
where（既連接前後，又代表桃園）
had lived（**從過去到過去**，用**過去完成**）
2. （1）was （2）dreamed
（3）would be（will改成would）
（4）grew up
（5）have taught（**從40年前到現在**，用**現在完成**）
（6）have deeply experienced（這個經驗是**從40年前到現在**，用**現在完成**）
（7）laughter and tears
（8）being（前有介系詞，所以動詞需加ing）（9）which（代表前面的整件事）
（10）will be（**純粹表述未來的情況**）
3. （1）where you went（這不是真正的問句，而是**間接問句**，主詞加動詞採用**肯定句**順序）（2）Not knowing（一句開頭就直接用ing，表示**形容後面一整句**。但是**前後的主詞須完全相同**）（3）where you were（間接問句）（4）were probably sleeping（**過去式**，而且**正在睡覺**，所以是**過去進行式**）
4. （1）heard （2）felt （3）missed （4）would have been（這一句屬於**過去的假設**）（5）had told me（這一句屬於**過去的假設**）
過去假設：
if I **過去完成** + I **would have+p.p**
5. three brother-in-law； two sister-in-law（學習技巧：不用去想**姊夫**是**姊姊的何人**，只需記著：因爲姊夫是**男的**所以是brother；而嫂嫂是**女的**所以是sister。同理，小叔是brother-in-law，弟媳婦則是sister-in-law）
6. Man is the measure of all things.（直譯：人是萬物衡量的基礎）
7. Justice has a long arm.（直譯：正義的手臂伸得遠）
8. to lose by conceitedness, but to gain by modesty.
9. like "Beauty and the Beast"
10. out of a sudden urge

權益新氣象

Q：我是俄文系大二的同學，學校之前宣佈三學分的舊制英文只開到97學年度，但我這學期的課全都衝到英文開課時間，而且明年要出國留學，大四回來後已無舊制，著修也沒有時間，所以不知舊制英文是否能開到96學年度，開課時間也恰巧集中而造成衝突。

A：此案簽呈已經核准，確定舊制英文開課延至98學年度，日間部共同科3班、進學班1班和英聽日間部、進學班各1班，課務組組長蘇許秀鳳表示，實際開課會視當學年度選課狀況而各增減一班，呼籲在這邊跟時間，欲補修的同學把握時機！

Student Association