



# 少年耶~活出自我生命價值

文/諮輔組

打鐘了，噯~噯~，又是一堂課的開始，在大學裡，從這堂課換到另一堂課，到底為什麼我在這裡？要學這些東西？這些是知識？資料？廢話？還是可能和我的生命有關的東西？讀了幾學期，一點觸動和心得都沒有，糊裡糊塗地進了大學，以為就好了，也不知道是不是有興趣，台上老師講得費力使勁，台下的我卻搞不清楚心中是問：是無聊？是想要什麼還是不想什麼？總覺得老師你講你的，我每天上課下課、逛街、上網、msn……，晃過一天，不知缺乏什麼，但也說不上哪裡不對勁，難道大學真的就這樣過了嗎？

以上的故事，也許有幾分神似自己，彷彿也道出你周遭所認識同學的心聲，對大學生活的無奈，但也可以正向的角度來看，是一種處於自我

探索生命的方向或意義，以及生涯規劃前的困惑與掙扎時期，這個階段大部分的人，從青少年心態轉變為成年的階段，能如上所述在懷疑或思考者，其實是不簡單的，開始從「生活」、「存活」，走向另一種層次的生命態度，試圖從被動執行生命過渡到主動定位生命方向的思想！

然而這樣的過程多半不會自動過渡完成，很多的人偶而想想上述的生命問題，想不出心中煩悶的原因，就轉移注意力用逛街、打電動、上網等打發情緒。疑惑未解、方向不清，於是後繼無力沒有行動改變，僅能日復一日停留在「存活」階段，沒目標的生活，也是好壓的一種方式，但如果生命只停留在這個層次就太糟蹋生命了，我們如何活出自我生命價值呢？

一、開創生涯、追求生命目標動力：首先自我詮釋目前正在做的事、學的科目等意義，找出意義給自己一個目標，如：發掘自我未來工作興趣、自我長處的了解、親密愛情關係維繫技巧的學習經驗、瞭解世界發展趨勢、生涯規劃等，也可透過與諮輔導師約談，多一些自我了解與肯定，如此動力就會漸漸出來。

二、開拓人生目標：多方面地嘗試、走走參觀社團，最後擇一社團用心深入學習經營，另去找資料研究啟發自我，與同伴討論訪談學長老師們的經驗，或實際參與體驗後再繼續反思、反省或找人談話，也可參加諮輔輔導的講座、團體工作坊等活動，進一步探索自我、了解自我，進而肯定自我的目標擇擇。

三、生命的意義有時不只在個體本身的發揮，也需要與其他生命接觸、聯繫過程中交織出結果。因此，個體生命追求若與社會、世界發生關連，更能豐富個人追求之動力與意義性。多參與社會活動或服務，在投入過程中，更進一步肯定自我能力及深化自我生命的意義，除此之外，不斷從自我行為決定，如學校學習、工作或事業中檢視如何去參與可以豐富自我與他人的生命價值，經過重新詮釋及定義或修正心態去進行，不單只是活著而已，而是可以帶著光彩的，才是活出意義與價值性的青年生命。

## 60週年校慶淡江時報之友系列徵文

文/溫建勳 (經濟日報記者)  
經歷：中廣編播、TVBS財經記者、商周周刊資深記者、萬寶周刊採訪主任

# 為什麼課本不重要？

人生什麼時候最精華？大學是最沒爭議的答案。既然是人生最美好的時光，那該如何度過呢？盡情享受生活，是一種方式；努力建立未來專業基礎，則是另外一種方式，這是選擇天平的兩種極端。在找來看，兩個極端都好，渾渾噩噩過日子才叫真正的浪費，特別是在大學文憑滿天飛的此刻。

淡江大學，顧名思義離淡水小鎮很近，離淡藍海岸只有十分鐘車程；如果在陽明山走，走登輝大道的小徑就會到，所以無論是看山看海、遊憩玩水都很方便。如果是夜貓子，有士林夜市；如果是夜遊，同學隨口可以講出五條路線；偶爾到天母球場看個棒球也是很好的享受；如果你是只習慣都市生活的人，捷運坐20分鐘就能感受繁華都市型態。

講求方法，然後盡力往你要的人生靠近。書本，不是最重要，有時候甚至不重要。分數，更輕如鴻毛。

我很早就知道，我想要走媒體記者這條路。因此大一延續高中的社團，參加健言社，當中得到社團指導老師的介紹，讓我有機會在電台主持深夜節目，那時，找大一下學期。

我跟電台主管說，我可以不要酬勞，時段可以很冷門、角色只要跑龍套，只求累積工作經驗。同時間，我也在電視台擔任兒童節目的執行製作，假日負責發通告、偶爾還要客串採訪一些小朋友。我跟淡江時報結下的淵源，也是大一就開端。

我想要的當一個傑出的媒體人，所以願意付出200%的努力。平常應考應付考試，只是生活的一小部份，因為我還要寫淡江時報的新聞，假日的白天到電視台作一些最基礎的雜事，半夜則到古亭開始進行電台的錄音工作。隔天一早還要上課，雖然我常睡過頭……

記得，我在商業周刊時，原排定負責赴香港專訪周星馳，但後來另有國際採訪任務而作罷。據同事的親口轉述，周星馳在兩個小時的訪談中，他說當初為了要露臉曝光，光是「轟」，就要逼自己練出12種的喜悅表情；喜怒哀樂最少要有48種表情；為了10秒鐘的戲，可以排練48小時。

就讀時，點滴累積的人生基礎。你以後要過怎樣的生活，通常在大學階段，大概就決定了。



圖/林子揚

簡單說，淡江大學的地理位置上，適宜讀書也適宜玩樂，全看你的決定。就像出了社會後，長輩總是告誡「態度決定高度」一樣，要過怎樣的大學生活，要過怎樣的人生，你都有百分之八十的決定權，剩下百分之二十才是佛曰不可說的機緣。

我的例子，可以讓想成為天平其中一端的你，做為些許的參考。正當大一大家忙著必修與熟練環境的時候，我已經有三份媒體工作，而我念的是大眾傳播系，迅速累積工作經驗，不知不覺成為日後的起飛優勢，我清楚我要什麼，所以目標明確，但「不知道自己興趣」卻是大學最常面臨的困擾。

我只能說，如果你18歲不知道自己該幹什麼，通常到22歲也不會知道，然後30歲開始更加徬徨。你可以想要有錢、想要成為好老師、想要當大官、想要當個老闆、或是當個創業家，創造「臉書」以外的眼書、耳書、嘴書……隨便你，總之你必須要知道，你究竟想得到的是什麼。志向可以很大，也可以很小，但一定要你。

「我是誰？」、「我的興趣是什麼？」、「我想要成為怎樣的人？」、「我以後想要過怎樣的人生？」、「有沒有誰是我的榜樣及聲望？」。我敢說，這些基本的問題，比起課堂上的書本更為重要。

我31歲時，在大學當過兼任講師，所以上述這些話，應該更有說服力一些。我覺得大學生必須先有方向，才有目標；有目標開始再

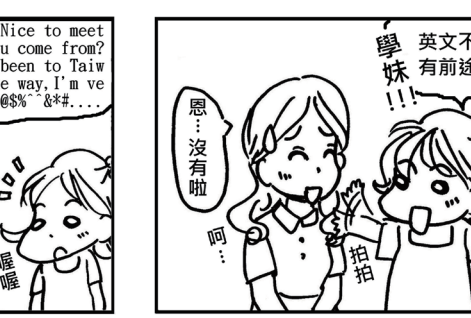
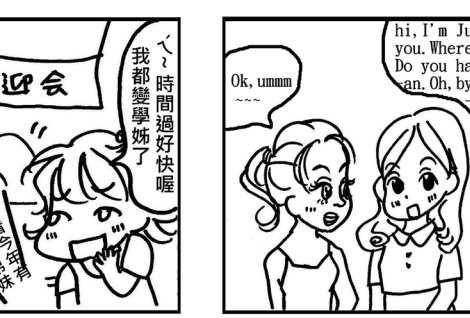
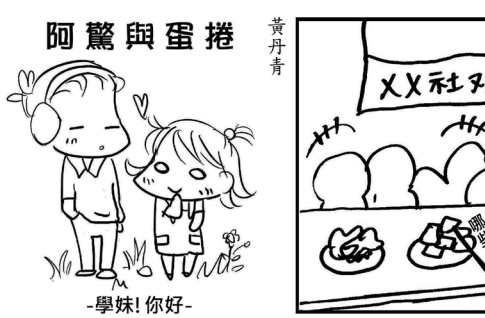
當我畢業時，我同時擁有電視、電台、報紙各三年的工作經驗，履歷表上至少可以這麼寫著。另外，我也擔任過淡江大學的學生議會議長；社團，至少我在大學也算是玩過了。至於功課呢？還好沒有被當掉任何一科，畢業前還「擱」了一個政戰預官，畢業後僥倖考上政大新聞所。研究所當中，我找到「財經新聞專業」作為努力目標，所以在商學院所修得的學分，財經新聞所還多，頓時又成為新聞所的美談。

從畢業十年路，一路走來，從中廣編播員、TVBS、商業周刊、經濟日報，工作與人生堪稱平衡，而這些都是在淡江大學

## 人物 短波

郭月娥教授總統設宴表揚  
體育室教授郭月娥於9月28日赴陽明山中山樓接受總統設宴表揚，此宴為表揚服務滿40年的資深優良教師，本校由教授郭月娥代表赴宴，她表示，總統除了感謝在場所有教師對教育上的貢獻，親自與所有教師拍照留念，並留至餐會的最後一刻，「總統很關心現在私立學校教師的退休金制度！」對於獲頒資深優良教師，郭月娥謙虛地說，只是希望為教育貢獻一己之力。(湯琮誌)

黃雅雯暑期擔任志工 散播愛心  
中文四黃雅雯於暑假期間，至台南市南區的光明里社區擔任暑期志工，為當地學童進行課業輔導。由於輔導對象大多為家庭不完整的學童，除了單親家庭外，亦有重組家庭或是隔代教養的小孩。她感慨地說：「除課業外，小朋友們也常常與我分享家庭的生活點滴，當我聽到他們用一種大人的口吻說著，自己沒有媽媽，讓我覺得這世界上需要被照顧的人真的很多。」(張靜怡)



# 翰林驚聲 大學落榜不改夢想 「總經理」願望成真 游文人教築夢三步驟 讓人一Google就看到你

演講題目：努力，讓人更精彩  
演講人：游文人 (Google台灣業務總經理)  
日期：10月5日下午1時至4時  
地點：B119



【記者翁浩原整理】有沒有聽過劉若英的《繼續，給十五歲的自己》這首歌？現在的你有沒有認清自己的目標，找到你的夢想呢？讓自己不後悔呢？Google無所不能，很多東西

都能在網路上找到，不過還是有許多東西，是無法在Google找到的，像是各位的「夢想」。因此，找到夢想，然後努力，讓人更精彩！是每位超世代新鮮人，所必須培養的態度。

首先，必須找到改變的力量。每個人都希望明天會更好，但是在持續同樣狀態的你，期待明天會更好呢？因此，如果不想改變，怎麼會變更好。小時候的志願常常都會受到許多因素，形成化學作用而影響，如：社會、家庭。

「有夢最美，希望相隨」，不管這句話出自哪裡，是人生中十分受用的一句話。夢？夢想是什麼？我們必須去定義「夢想」，對我來說夢想就是當你離開的那一天，無論是平靜還是突然地死去，不帶著遺憾離去，那就是夢想。你期許的，你不做就會後悔的，那就是你的夢。夢想會驅使你，朝你想要做的方向前進，不管怎麼樣艱難或是充滿挑戰，你都會去做，那就是夢想。

空有夢想，是不能達成的，必須要有計畫。當然夢想不是「逐夢」，而是「築夢計畫」，追逐夢想，追著夢想跑，不如建築起夢想。實現夢想，其實就像是蓋房子一般，層層築起。

●第一層是，發覺你的「缺點和弱點」，是為「補強計畫」，最簡單的例子，小時候最不想做的暑假作業，其中可能有英文。從放假開始，就信誓旦旦地要每天讀英文，但是到開學前一天，發現從未付諸，那個就是你該補強的地方。

●第二層則是「機會在哪裡」的「公車理論」。等公車的方式有很多種，站在公車站牌

前慢慢等？算準時間再過去？還是追著公車跑呢？當然也有可能過站不停。所以知道機會在哪裡，你就知道該怎麼去建築你的夢。

●第三層則是「沈船理論」亦即「最痛理論」，大家應該都看過鐵達尼號吧！最後接近結尾時，傑克救了羅絲，然後就離開了。如果你，只能救一個人，你會怎麼抉擇呢？除了自己，就是救最痛的人，對你而言讓你失去後會感到最痛的人，亦即能讓你活著的人。就之前的金融海嘯來說，如果你是老闆，但是無可奈何必須裁員渡過，你會裁怎麼樣的人，留下怎麼樣的人呢？選擇應該很明顯！

經過找到缺點和弱點的「補強計畫」，機會在哪裡的「公車理論」，最後沈船理論的「最痛理論」，最上面的就是「夢」了！不過很重要的，是要找出你的夢。

就拿我來說，你可能想不到，我是念私立高中，然後大學落榜，最後以專科畢業，再去政大讀碩士和博士。我曾經是個被學校拒絕的學生，因為大學聯考連一百分都不到，只能淪落到高四班，那時我才發現，原來我處於這樣子的狀態。20歲的那一年，我在新竹的空军基地很嚴肅地問自己，我到底要什麼？我的夢想為何？

我很確信，我想要成為「總經理」，所以我從業務開始，因為這是最能走上總經理的路。開始努力，開始了解所欠缺的是什麼，進而補強，於是我進入Oracle甲骨文公司。那時候我考慮的因素是甲骨文公司員工才20個不到，進去是相當有發展空間的。就像是幾百盞日光燈下的LED燈，沒有人會注意到；相對的，較暗的

地方，才能看見你。

除了第一份工作，是尋著報紙，其他都是「毛遂自薦」。因為知道我要的是什麼，當自己準備好後，看到公車來，就要趕快追上去。有時候，當你離開一個職場到另外一個職場，不一定會較好，可能還會更挑戰。這時「跳高理論」就相當重要，要有石壁需要學會蹲下，因為當你蹲下後，才有可能跳的更高。另外，當你小有成就的時候，要考慮「你要依附在大傘下，還是要證明自己是把傘？」就如我在英國電信時，就是以這樣的心態，讓我成為外商公司最年輕的總經理，讓公司獲利增加。不過我並不安於此，還有更遠大的挑戰。就如同「海浪理論」，海浪可分為四段，浪初、中、頭和尾，聰明的人都會在浪與浪間跳到更大的浪上，如果只守著原來的浪，是不會前進的。

最後階段的學歷非常重要，因為徵才的時候只看最後一個文憑。因此，在撰寫履歷表時，必須挑重點，像Google總是收到很多求職信，所以在文章中放入「關鍵字 Key Word」是十分必要的！因為這個資訊的時代，有特別且專精的關鍵能力，往往是選才的重點，要讓人一Google就能看到。

關於夢想，沒有對與錯，只要好好的想清楚，不要做害人的事，找到意義和目的，你就應該可以開始執行了。專業能力是必要且基本的，然而「態度」和「熱情」更是支持你，讓你更上層樓的利器。好好想一想，好好和自己談一談，和老師談一談，夢想就在你手裡。透過努力，讓你的人生更精彩。

## 智慧財產權小測驗

試試看你答對幾題：

- ( ) 小布將一本義大利文的小說原著翻譯成英文，小董再將英文版翻譯成中文，若小艾要將中文版拍成電影，請問要得到誰的授權？  
(1) 只要小董的授權就可以了。  
(2) 只要小布的授權就可以了。  
(3) 要得到義大利文原著作者、小布 (英譯本作者) 及小董 (中譯本作者) 3人的授權。
- ( ) 小明為了寫報告，要如何利用他人的著作，才不會違反著作權法？  
(1) 因為是寫報告之需，所以可以大量引用。  
(2) 在「少量引用」並註明出處的情形下，就不會有侵害著作權的問題。  
(3) 小傑非常喜歡小董，所以寫了一封情書希望能夠打動小董的心，結果小董將情書貼在佈告欄，請問是否違反著作權？  
(1) 沒有違反！貼在佈告欄不構成侵害著作權。  
(2) 最好不要！這會侵害著作人享有的公開發表權。

答案：1. (3) 2. (2) 3. (2)

編者按：本報開放教職員工來函反映意見；另與學生會合作，學生若有任何疑問可向學生會 (SG203、校內分機2131，或e-mail: rightlighting@hotmail.com) 表達，學生會將轉交外組，並由相關單位提供解決方案與解答，本報亦將刊登相關諮詢，促進學校和學生之間溝通。