

## 校園廣播站

### 學務處－生教組

公告第8週秩序評分優勝班級

年級 名次	七年級	八年級	九年級
第一名	701	819	911
第二名	708	811	917
第三名	704	808	918
第四名	714	805	914
第五名	719	820	903
第六名	718	804	904

### 學務處－衛生組

公告第8週整潔評分優勝班級

年級 名次	七年級	八年級	九年級
第一名	703	817	909
第二名	706	805	904
第三名	704	803	915
第四名	714	819	912
第五名	708	808	902
第六名	717	811	908

## 性別好平等

### 給男生的脫魯練習

Nick, Hsu

有時候，曖昧讓人心煩，想單刀直入又怕嚇到對方。面對喜歡的女孩不自覺開始手足無措起來，想在她面前裝帥，卻總不小

心出糗，道別分開後才開始懊惱今天說錯什麼話，臆測著不知道對方是不是也同樣喜歡著自己。

前幾天晚上下班後跟幾個同事聚會，席間一位男同事突然感性了起來。這位男同事在我們公司的風險管理集團擔任資深顧問，年齡大概 30 出頭而已，不管是學歷、長相，甚至是身高，我想以一般人的標準來看，都屬於平均值以上，並且說著一口流利的英語和法語。

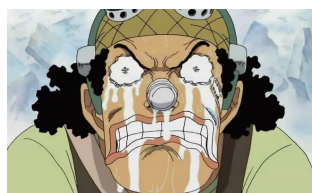
但令他傷感的問題，卻讓我們在座所有人都意想不到——他覺得自己交不到女朋友。他

從巴黎來到紐約已經 8 年多了，這麼多年來，他跟許多女生出去約會過，也曾經有幾位女生讓他心動，但他卻一直無法找到那位「完美女生」讓他安定下來。雖然很多人都認為是因為他太「挑剔」，但他卻不認同——他認為是自己不夠幸運，或者自己不夠完美，才導致那些完美女生不想跟他在一起。

我們那桌的女同事眼看那位男生的情緒越來越低落，開始此一句，彼一句地給出自己的想法；而我也突然想到，剛好前幾個月收到一位男生讀者來信。

那位男性讀者最近剛被自己喜歡的女生拒絕，他也是一直苦惱自己交不到女朋友，甚至在來信的最後，開始抱怨自己的長相和身高，然後怨懟自己的命運，直言自己必將孤單一生。

其實不管你今天的長相或者身高如何，不管你的職業或者家庭背景，不管你是誰，



我都要很直接地說：你不可能整天坐在家裡頭抱怨自己的缺點，然後期待自己心儀的女生也喜歡上你——你要隨時準備好自己，要有放手一搏贏得她注意的決心。

找不到心目中理想的另一半絕對不是甚麼可恥的問題，不管你是否曾經被劈腿過，或者曾經被喜歡的女生拒絕過——請你一定要打破心裡的那道障礙，然後 Start fresh。每一個男生都有自己吸引人的地方，所以多出去接觸人群，減少抱怨。當你接觸到了更多人之後，你意外的好異性緣反而會嚇自己一大跳。

話題回到那晚與同事的聚會，其實我的那些女性同事給出了很多很棒的意見，我想在這裡分享給那些對自己比較沒有自信的男生朋友：

首先，女生喜歡帶給人正面能量的男生。

沒有人喜歡跟心情憂鬱的人相處，更何況是那與你朝夕相處的另一半。我一直堅信吸引力法則，也就是說，如果你很想要達成一件事情，然後你整天朝思暮想、努力實踐那件事情，那麼那件事情很有可能會自己找上你。就跟找女朋友一樣，如果你一直覺得自己找不到女朋友，那麼你就永遠都不可能以這種態度，遇見想要跟你 Hang out 的女生。

第二，充滿自信。

自信絕對是決定一個男生是否有吸引力的關鍵。這裡的自信，不是自傲，也不是打腫臉充胖子，而是你知道自己的目標是什麼，你沒有那種年輕男生散發出的不安定感。如果你遇見喜歡的女生，那就勇敢地有自信地去約她出去，就是這麼簡單。

第三，不要害怕被拒絕。

試著勇敢地去面對生命中會發生的任何事情，這些事情有可能是讓你開心的事，當然也有可能是不順你心意的事情。如果

很不幸地，你被拒絕了，至少你可以說你已經踏出了自己的舒適圈。

而且其實大多數的女生在關係一開始的時候防衛心都會比較重，因為她們怕被傷害，或者她們跟你一樣害羞。所以其實很多女生會希望男生能夠勇敢地踏出第一步，讓她們覺得自己值得被別人踏出舒適圈地追求。

第四，學會溝通，洞悉對方釋出的訊息。

男生要相信自己的直覺，如果她願意回你的簡訊或者都會跟你出去約會，那麼代表她其實對你也是有興趣。如果她好像愛理不理，或者常常放你鴿子，那你也不要欺騙自己你們雙方互相喜歡。

當你覺得察覺到了對方釋出的訊息但卻又不是很確定時，溝通就是一門學問。你要適時地讓她知道你的想法，因為誰都不想要浪費時間在一個不喜歡你的人身上，誰也都不想要因為自己的猶豫而錯過了那段潛在的真愛。

第五，不要被身邊人的話語所影響。

我想很多人應該都聽過身邊的親朋好友給過你太多找女朋友的意見，甚至告訴你幾歲再結婚，甚至還會有家人先來幫你「過濾」女方的背景。

對於這些，我想說的是：「如果你是個男人，就不要去理會其他人給你的意見。」女生是嫁給你，不是嫁給你一整個家庭；真正愛你的家人或朋友不會控制你幾歲該結婚，或者哪個女生比較適合你，他們只會在乎你是否快樂。所以如果你今天喜歡上了一個女生，那就放手一搏地追求。

最後，「慢慢來」有時候是必要的。

任誰在愛情裡都不會想要感受到壓力，尤其是一段戀情的發芽階段。如果你害怕一開始就約女生出去正式的約會，你可以先從喝杯咖啡開始，或者周末吃頓早午餐。

如果對方也對你有意思，那麼你一定可以感覺的到對方會想要跟你一起有一個正式的約會：如果對方不喜歡你，那也無所謂，You still live your own life。

其實很多時候，男生也會跟女生一樣——對自己沒有自信，或者充滿不安全感，甚至不敢踏出追求女生的第一步。

喜歡一個人沒有對或錯，被女生拒絕了，也不一定是你的問題。就跟生命中很多事情一樣，你不能夠過度地鑽牛角尖——喜歡，就去追，然後小心地呵護；被拒絕，那就摸一摸鼻子，繼續生命的旅程。畢竟人生苦短，如果因為自己的畏縮而錯過了真愛，那才是得不償失。

## 峽客大未來

### 改變體質，成功就會追逐你

黃國倫

黃國倫的人生，「峰迴路轉」4個字也是最好的形容。

建國中學、交通大學管理科學系畢業，音樂才華洋溢的黃國倫很快就鋒芒畢露，1994年、33歲時寫下〈我願意〉一曲，由王菲主唱，傳頌整個華人圈。

1996年，黃國倫出版第一張個人創作專輯《天使》，雖然入圍金曲獎最佳作曲人獎，卻由於銷售成績非常不理想，事業高峰開始走下坡。整整好幾年，黃國倫自樂壇沉寂。他失去方向，工作、婚姻都陷入危機。

直到2007年，他第一次登上《康熙來了》節目，沒想到竟意外開創出擔任選秀節目評審、綜藝節目主持人的新契機。

人生的運勢起落，其實背後都有跡可循，重點是，你要打造出讓好運願意駐足的「體質」。接受《Cheers》雜誌採訪時，黃國倫深刻地分享了這段心路歷程。

### 顧及自尊，差點和好運擦身

2007年《康熙來了》邀我上節目。當時的我是個負面思考的人，上節目對我來說是一大挑戰，我又胖，怕丟人現眼，又擔心無法面對蔡康永、小S兩個犀利的主持人。

上《康熙來了》，對我「音樂人」的自尊是很大考驗。我以前認為綜藝圈很低級、沒水準，所謂「笑果」，只是我在現場的不自在，文人、音樂人被綜藝人吐槽，讓觀眾覺得好笑。好幾次，我想奪門而出，但我的經紀人寇乃馨一直鼓勵我，要接受挑戰，這是我人生不敢做的事，要大膽去做。我慢慢學會不要用成見看世界，對我來說，這是一個新「視界」。



### 個性與態度帶來低谷

如果那時，我再度拒絕上《康熙來了》，現在可能還在家裡蹲吧！邊看電視，邊罵綜藝節目好無聊、沒水準，然後轉去看《Discovery》。

回頭去看，我感謝人生中的每個高山低谷，有低谷表示高山就要來到；而我人生的低谷，其實都是個性、態度帶來，是必然的結果。

《超級偶像》製作人薛聖棻曾對我說：「台灣幾十年來都是秀場主持人當道，像你這樣的讀書人，有些笑話太深，你的幽默還需要時間，他們才會慢慢了解。」

以前我覺得深入淺出很無聊，反正我做我的，愛聽不聽隨便。但現在我覺得，藝術、音樂都要能讓人接受，如果講評講

到世界只有你懂，那幹嘛講評？講到對方懂，又可以幫助他，才有價值。

### 感謝苦難，好運反會被引來

怎麼做才不會把好運趕走？很簡單，就是感謝所有苦難。這一、兩年，我還是遇到很多不如意的事，但如果一直活在怒氣中，那些好運都不會上門。

舉個例子，這兩、三年我突然「爆紅」，有時候跟記者相處不是太恰當，惹毛對方，他就對我口誅筆伐。我真的很氣，也曾經想採取法律途徑，因為很多人都這麼做。但突然有天，我開始學習接受他、感謝他、祝福他，當我開始這麼做，他的文章就變了。

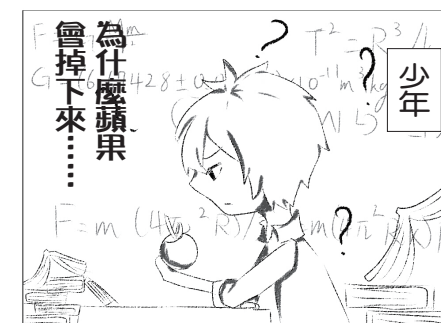
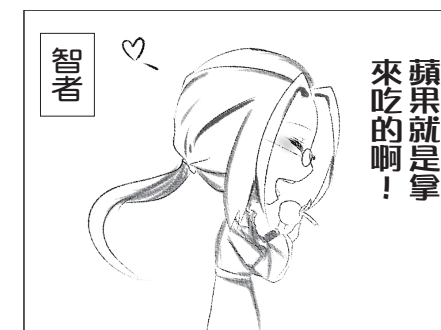
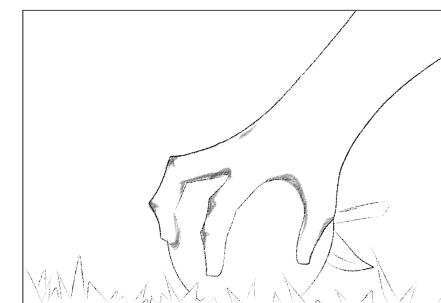
積極面對你的壞運，採取法律途徑是一回事，可是更厲害的做法是為他祝福，反而為我帶來好運。愛的力量，比恨偉大。如果你有愛，會像磁鐵吸到很多好事；如果你身上滿滿都是刀芒，沒人敢接近你。

### 讓成功自動追逐你

「運氣」就像天上掉下來的甘霖，你永遠不知道它什麼時候來，但重點是好運來時，你要能盡量吸收，要準備好！

我曾跟一位廣告公司老闆提到自己「爆紅」，他說：「你不是爆紅，是累積這十年能量終於爆發。」因為我讀書、研究音樂，當評審時，才可以說出「一朵花」，不然有這個運氣，給我位置，但講兩句話就讓大家覺得我是笨蛋，好運也留不住。我以前是陰鬱、非常自我主義的人；現在盡量改變，每天告訴自己，進步、成熟、通達、體貼多一點。

現在的我，開始改變體質，存好運，積極面對每一天。我從去年開始，每天早上起來宣禱，告訴自己這是新的一天，是奇妙的日子，幫助自己帶著滿滿能量來迎接。當你抓到開啟好運的祕訣，不要去追逐成功，做好你自己，成功就會自然追逐你。



## Q&A

- 1.段考當週，峽客快報會不會發刊？
- 2.早上遇到同學，請用一句話帶給對方正能量。
- 3.寫出其他脫魯的好建議。
- 4.除了〈我願意〉，黃國倫還幫王菲寫過哪首歌曲？
- 5.你認為怎麼做，可以開啟好運？