

校園廣播站

學務處－生教組

公告第14週秩序評分優勝班級

名次	年級	七年級	八年級	九年級
第一名		703、705 707、708 715	809 810 819	902、903 907、908 916
第二名				
第三名				
第四名			803&817	
第五名				
第六名		704、714 716、717	808	909

學務處－衛生組

公告第14週整潔評分優勝班級

名次	年級	七年級	八年級	九年級
第一名		709	809	915
第二名		717	808	917
第三名		707	804	916
第四名		703	817	907
第五名		708	813、819	908
第六名		710	811	912

峽客的探索

沒有計畫的人一定會被計畫掉

湯木

人生有規畫才不會迷茫，人生規畫不

僅讓我們清楚自己現在所處的位置，更標識著下一步要邁出的方向。我經常聽到身邊的朋友說這些話：「我很迷茫……」、「我後悔了……」、「若時間重來，我一定會……」。

你是否也會經常抱怨老天不公平、生活壓力繁重、人際關係難處、工作不如意呢？新東方創始人之一的徐小平曾說過：「人生沒有設計，你離挨餓只有三天。」話雖有些誇張，但在競爭如此激烈的社會，「人生需要規畫」是毋庸置疑的思想理念。

但事實是，世上有七十多億人口，能按照自己的意願生活的人少之又少，為何會這樣呢？讓我們借用哈佛大學的著名試驗來說明。

二十世紀中葉，一位哈佛大學的著名社會學教授，訪談了一千名即將畢業的學生，問他一個簡單的問題，即「您對人生有無清晰的規畫」。得到的結果是，只有很小一部分（不到百分之四）的學生擁有清晰的人生規畫；一部分（大約占百分之十六）的學生雖有規畫，但並不清晰。

三十年過去，這位執著的教授又回訪了這些學生，除了三十五位因過世或其他原因未能聯繫上以外，其他九百六十五名學生都取得了聯繫。教授透過他們的健康、家庭、事業、情感、財務等多項指標統計，發現一個有趣卻驚人的結果。資料顯示，當年擁有清晰人生規畫的學生，在以上的各項指標中得分都是最高的，他們不僅擁有健康的身

體、美滿的家庭、成功的事業，還獲得了平衡的心靈和令人羨慕不已的財務自由。

而那些人生規畫模糊的人，雖其中不乏薪資較高者，但在健康、家庭與心靈等諸多方面產生了不少矛盾，身心疲憊成為他們一致的特徵。



當然，在回訪人群中占最多的，是當年百分之八十以上沒任何規畫的人，他們一般是工作幾年後，一旦衣食無憂了就不再持續努力，所以多數人只能長期作為一般職員、技術員或銷售員，而不能取得非凡的成就，甚至還有不少人依靠政府的失業救濟金勉強度日。

可見，就連哈佛大學這樣的世界名校，也不能保證每個人都能成功，更何況是我們這種普通人。那該如何才能成為那百分之四、擁有完美人生的「幸運兒」呢？關鍵就在於一定要有清晰的人生規畫！

沒有計畫的人往往被規畫掉，用心規畫的人生才更容易成功。

這裡有則故事。一九四四年，美國洛杉磯郊區一個十五歲少年約翰·戈達德，在「一生的志願」表格上，認真填寫了一百二十七個目標。這些目標包括到尼羅河、亞馬遜河和剛果河探險；登上珠穆朗瑪峰、吉力馬札羅山；騎上大象、駱駝、駝鳥和野馬；探訪馬可·波羅、亞歷山大一世走

過的道路；駕駛飛行機起飛降落；讀完莎士比亞、柏拉圖和亞里斯多德的著作；寫一本書……

寫完後，他定下每個目標的編號後說：「這就是我的生命志願，我要用自己的生命一一完成！」十六歲那年，他和父親到喬治亞州的奧克費諾基大沼澤和佛羅里達州的艾佛格萊茲探險，他完成了表上第一個項目；十八歲的秋天，他踏著漫天落葉離開了家鄉；二十歲時，他成為一名空軍駕駛員；二十一歲時，他已到二十一個國家旅行過；二十二歲，他在瓜地馬拉的叢林深處發現了一座瑪雅文明的古廟。同年，他成為洛杉磯探險家俱樂部有史以來最年輕的成員……在亞馬遜河探險時，他幾次船毀落水，差點死去；在剛果河時，幾乎葬身魚腹；在吉力馬札羅山上，他遇到雪崩，甚至被兇猛的雪豹追逐。將近六十歲時，他已實現了一百二十七項目標中的一百〇六項，在普通



人看來這實在是個奇蹟。

「想賺一億的人和想賺百億的人，他們賺錢、花錢的方式肯定不同；想攻讀博士學位的人和一心盼著畢業就踏入社會工作的人，在學習的量和質上一定會有很大差距。」造成差距的原因，就在於你是如何規畫自己的人生。人生有規畫才不會迷茫，人生規畫不僅讓我們清楚自己現在所處的位置，更標識著下一步要邁出的方向……

性別好平等

不只是朋友的4個徵兆

孫中興

台大超人氣教授孫中興老師的「愛情社會學」，一門台大學生搶破頭、加簽簽不到的社會系傳奇課程，一個用風趣幽默引領你穿梭於愛情之中的人氣教授，從社會學的角度剖析愛情，意想不到的六堂愛情課，看透愛的本質，重新學會「愛」。

我想我們不只是朋友

愛情一定有一個「開始」。很多人不知道自己的愛情開始了沒，然後就結束了。但是請不要騙自己，沒有開始，絕對不會有結束；沒有談過戀愛，就沒有失戀這回事，這是語意學上的問題。你說：「我失戀了……。」根本沒人跟你談戀愛，失什麼戀？只是失掉自戀而已，OK？很多愛情是在兩個人回溯的時候，才發現「開始」在哪裡。有的人記得很清楚是某年某月的某一天，從此之後每年都過「交往紀念日」，這種就是餐廳業者最喜歡的顧客。

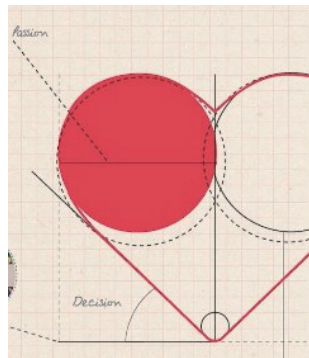
當然也有些情侶對於「開始」的印象模模糊糊，或者各說各話。比如男的覺得：「哎呀，當年我可是系上的流川楓，大一參加新生盃籃球賽就得了冠軍，轉頭一看，場邊有個美女對我投以愛慕的眼光……。」結果女的罵了一句：「亂講！我從來沒去過籃球場！」戀情成為一樁懸案，也不知道真相是什麼，最後就成了朋友間的笑話或家族傳說。

日文有句話叫「友達以上、戀人未滿」，中文有一個更簡潔的詞：「曖昧」，兩者所說的，都是介於「友情」和「愛情」間那個說不清、道不明，卻又讓人胡思亂想、心癢難耐的地帶。如何確定「我戀愛

了」？到底有沒有一個很明確的方式，能界定怎樣才算是「愛情」的開始？

有時候是戀愛的當事人自己界定，有時候卻是旁邊有經驗的人會看到徵兆，比如一群好朋友去吃飯，誰跟誰有特別的關係，有的人很敏銳、馬上就察覺：齣～不一樣！發現誰跟誰都坐在一起，男的會特別關心女的，分開時還問女的等等怎麼回家……然後兩人被發現了也要抵抗一下，否認說：「蛤？哪有？哪有？」哪有就是「有在哪裡」而已，懂嗎？記住語意學這微妙的地方。

那些反常的行為、特別的關心，舉止和習慣的改變，往往是感情有重大變動的徵兆。對於「怦然心動」、「我戀愛了」的意識，研究者依此也界定了四種型態：「當下察覺」、「事後建構」、「別人起鬨」、「自己的感覺和想望／對方確認」。



一道天雷劈下來：當下察覺

所謂的「當下察覺」，通俗的說法就是「一見鍾情」啦！第一眼看到對方就覺得：「就是他了！」也有人會用「宿世姻緣」這一類的說法，總之就是「在那一刻，我確定就是他了」。不過大家千萬不要太認定這種說法，因為短時間內天雷勾動地火、一發不可收拾的愛，通常是來自於外貌的吸引。

照外貌協會會員的邏輯，電影明星、帥

的美的婚姻一定最穩固，但結果呢？所謂的金童玉女在婚後不久，或者婚後不管多久離婚的，大有人在。你可能會想：「金童玉女都離婚了，這世界上還有可以相信的嗎？」有啊，就是不金童不玉女的可能感情更堅固一點，因為他們看不到外表，也就比較容易注意更重要的東西。你只看到外表，就不會看到更重要的東西；王子和公主結婚之後，並不一定都過著快樂的日子。

記得當時我們：事後建構

有些情侶是在一起之後，希望達到一個共識，所以建構一個兩人共同的版本。有的人則是事後想想，自行認定，就像上面講的籃球場的愛情故事，又稱為「好漢愛提當年勇」。不過有些人的回顧並不是那麼精準，而且很可能是「自我感覺良好」。

腦補戀愛：自己的感覺和想望／對方確認

有些告白失敗的人，會覺得自己「失戀」，陷入低潮。但說起來，告白失敗不等於失戀，因為戀愛沒有開始，就一定不會有結束。不過他們也會進行事後建構的：他怎麼會不接受我呢？他不接受我，那之前對我好又是什麼？我以為他對我是男女朋友的態度……為失敗做推論，但百思不得其解。

在曖昧的時候，這種「想太多」的情節特別容易上演，但其實，沒有說開、確認清楚就投入感情，認為自己「已經在戀愛」，事後往往證明是過度延伸的自我感覺和想望。

「對我好是為什麼？」那就只是「對你好」啊，一個人不能對你好嗎？「我以為他對我是男女朋友的態度……。」他沒說，你也沒弄清楚，那就是自high而已。在愛情裡，一個巴掌是拍不響的。不論如何，總要

跟對方確認一下，不然豈不是弄得彼此很尷尬嗎？

閨密與哥兒們：別人起鬨

常見的愛情電影裡，女主角的身邊總有一群閨中密友，男主角也常有一票哥兒們，扮演的就是「皇帝不急、急死太監」的角色，總想把男女主角送作堆。像電影「那些年，我們一起追的女孩」的愛情，多少也有一些別人起鬨的因素。

不過各位在戀愛時千萬不要跟著起鬨，因為旁邊的人起鬨是看出你的心，但看不出對方的心啊！起鬨的人很愛說類似「唉呀，你跟×××交往嘛」、「他是個好人啊」的話，但是很可能你覺得OK，人家覺得困擾，有時候就因此造成彼此尷尬。

學會怎麼樣面對「我們喜歡人家，人家不喜歡我們」的狀況，也是戀愛中一個很重要的功課。如果自己是喜歡起鬨的，該學會收斂啦，有時候即使是有好感，最後也容易「呷緊撞破碗」。

總歸一句，不論是哪一種型態、愛情是怎麼來的，「表達情意」不一定等於愛情開始了；如果對方沒有相同或相對的回應，那就只是個人單方面的好感，俗稱「單戀」，跟「戀愛」是沒有任何關係的，懂了嗎？

Q&A

1. 國中階段你學業上的規劃是？
2. 除了學業，你最想完成什麼具體的事情？
3. 如果你的人生規劃遇到阻礙怎麼辦？
4. 喜歡某位韓團明星屬於上述哪種類型？
5. 你覺得有沒有第五種類型？