



# 文大校訊

CHINESE CULTURE UNIVERSITY INFORMATION ON CAMPUS

257 中華民國九十二年二月十七日 星期一

## 內頁重點新聞提要

- 文大國術系與上海中醫藥大學交流 2
- 大陸武學家劉峻驤揭開武學奧祕 2
- 荷蘭高教交流會參觀文大 3
- 亞洲多國青年在文大交流對談 3
- 藝研所期末考音樂會開放欣賞 4
- 余佳璋傳授新聞實戰經驗 4

發行人：張鏡湖  
印刷：華岡印刷廠

社長：林彩梅

顧問：彭振剛、周伯乃、唐彥博

主編：鄭宜峰

地址：台北市陽明山華岡路 55 號 電話：editor@staff.pccu.edu.tw

電話：(02)28610511 轉 407

## 文大舉行創辦人夫人龔柏英逝世七週年追思會 張鏡湖董事長、林彩梅校長率師長曉園致敬

【本報訊】為紀念文大張創辦人夫人龔柏英女士逝世七週年，文大董事長張鏡湖、校長林彩梅於 1 月 7 日率各級主管，在龔柏英女士伴隨文大創辦人張其昀先生長眠的曉園中舉辦追思紀念儀式，典禮簡單而隆重。

從一九〇三年到一九九六年，龔柏英女士幾乎行經整個二十世紀。這一生過的平淡卻又偉大，她不斷的付出，為她所愛的每一個人，無怨無悔，直到生命的最後一天。張創辦人對其妻龔柏英女士特別推崇，因為她不斷的付出愛、體諒和忍耐，付出一切去成全丈夫的理想。若非有這樣一位令人敬重的女性照顧創辦人的生活起居，使張創辦人能心無旁騖的專心教育事業，就不會造就倍受推崇的張其昀先生。

龔柏英女士，一位結合傳統與

現代的女性，一生都扮演賢妻良母，做好持家工作，念舊、愛物、惜物，在師大路房舍中就選擇保留著傳統的「手搖式電話」就

是其中一例，且以其不管當時或今日的家世環境，無疑是可享受高品質的物質生活，不過她卻選擇住在師大路一棟三十餘坪的房

舍之中，數十年如一日，以其當時的社會地位，實為少見。

民國七十四年，張創辦人過世後，靈骨安葬於文大校園曉園之中，當時設計曉園，龔柏英女士還一再囑咐要減少開支，如今曉園已是文大學生及遊客觀賞台北夜景的最佳去處。六年來，大家敬重的龔柏英女士亦陪伴張創辦人，共賞美景，眺望北市沉靜的夜景。

值得一提的是，龔柏英女士不僅對家人，對外人亦寬容相待。凡到過張創辦人家中作客的人，都會注意到客廳牆壁上，掛有于右任所贈對聯，這是于右任對張創辦人夫婦之褒揚，然該對聯遺失時，龔柏英女士卻毫不以為意，認為該文物只要能永遠保存，啟發人心就好；至於流落何方，誰做主人並不重要。



創辦人夫人龔柏英女士追思會，由董事長張鏡湖、校長林彩梅率師長曉園致敬。

## 張創辦人、張董事長兩代情繫浙大 浙大副校長參訪文大促交流

【記者李柏翰報導】與中國文化大學歷史淵源頗深的浙江大學，為了促進兩校間的學術交流，由副校長鄭造桓代表，在港澳台辦事處郁怡汶主任的陪同下，去年 12 月 9 日參訪文大。鄭造桓與文大董事長張鏡湖、校長林彩梅在曉峰紀念館十樓貴賓室暢談兩校過去概況及當前的發展，期許來日兩校能進行學術合作。

值得一提的是，文大與浙大兩校淵源可推至文大創辦人張其昀與董事長張鏡湖兩代，都與浙大有密切關係。民國 25 年，浙江大學曾延聘文大張創辦人創辦史地學系，不久又於民國 28 年奉教育部令成立「文科研究所史地學部」，張創辦人以史地學系主任兼部主任，下分史學、地學二組。同年又奉令在史地學系設立史地教育研究室，從事有關史地教育的研究編纂等工作，藉此改進與謀求未來史地教育的發展。所以，張創辦人身兼浙江大學史地系各單位的主任，主持浙江大學史地系早期的教育、研究發展，培植不少史學、地學人才，可謂浙江大學的「史地學之父」。

文大現任董事長張鏡湖除了為張創辦人哲嗣，且出生於大陸浙江省外，更是畢業於浙江大學地理系的浙大校友。基於這些淵源，對浙江大學副校長鄭造桓的到訪文大，張董事長可以說是備感親切，雖兩校目前沒有姊妹校之名，但是緣於這層歷史關係，文大與浙大也以兄弟相稱。



浙大副校長鄭造桓（左一）在張董事長帶領下參觀文大校園，兩人相談甚歡。

## 董事長張鏡湖為寧波鄉親介紹文大 寧波市教育界來台取經 造訪張董事長經營下的文大校園

【記者賴宇辰報導】大陸浙江省寧波市職業技術教育學會訪問團一行在副會長張義彬的帶領下，去年 12 月 6 日上午參觀中國文化大學。不久前也才從寧波市尋根回來的文大董事長張鏡湖再度見到來自寧波的鄉親，特別感到溫馨。面對訪問團的到來，張董事長熱切地為鄉親介紹這所也是寧波人經營下的大學，更希望文大的辦學經驗能提供寧波市教育界一個有實際助益的典範。

林彩梅校長也表示，文大每年都會不定期舉辦兩岸學術研討會，近年與大陸文教界的交流更為頻繁。此外，林校長說，文大和寧波市的關係相當密切，不僅文大大家長張董事長是寧波人，文大也在去年 8 月 4 日和寧波大

學進行類似姊妹校關係的學術合作交流；在國內政令對大陸各方面交流的諸多限制下，文大幾成為開先鋒與大陸大學進行學術合作的學校。林校長也表示，寧波市地靈人傑，高等教育普及，現今還設有高等教育區，因此，文大非常歡迎寧波市教育界能多多來文大學術交流。

在張義彬帶領下，同行的還有寧波市教育局副局長沈劍光、教育局職成教處副處長何琪得、職業技術學院副院長蘇志剛、甬江職業高級中學校長王陽、職業技術學院教師陶琳、台北市寧波同鄉會執行常務理事王維夫、副理事長毛葆慶、常務理事李賢惠、副總幹事余正祥等十人。



張董事長與林校長親迎大陸浙江寧波市教育界的到來。

# 上海中醫藥大學與文大國術系交流 雙方將合作發展中國醫學與武術結合的教學模式



張董事長、林校長接待上海中醫藥大學來訪貴賓，國術系主任莊榮仁（右二）力促文大國術系能與該大學合作。

## 中國武術專家劉峻驤揭開武學奧秘 以東方人體文化學觀點 探討中國武術內涵

【記者莊珮瓊報導】中國武術算是東方頗具代表性的身體文化表徵。中國文化大學國術系去年12月26日於大恩館國際會議廳，舉辦一場「武術講座」，邀請大陸中國藝術研究院研究員、「東方人體文化學」創始人劉峻驤教授為文大師生講授「中國武術文化藝術論」。劉峻驤教授把中華武術從其民族特色、哲學內涵、倫理價值、藝術特點、與宗教文化親合的獨特性，以及民族傳承五方面進行探究。

劉峻驤教授指出，武術是一種生命文化。中華武術文化最突出的特色是技擊與養生二者的統一。同時他也進一步解釋，「練拳不練功，到老一場空」；習武，最重要的是要用心體悟。他舉「習」字面上解釋，「習」字上為羽，下為自，意即小鳥翅膀長硬，鳥媽媽並沒有教牠如何飛行，小鳥必需自己用心體會如何飛，就稱為「習」。習武的過程也是如此，從「天人合一」、「體天行道」、「太極陰陽」、「八卦生化」的過程中體悟人生真諦。

「沒有悟解，便沒有創新」是劉峻驤教授習武多年的心得，他進一步闡釋武術的五性：積極、養生、表演、藝術、哲學。他提到，如何從武化，轉成武學，最重要的是內在修養功夫。她也指出中華武術與宗教文化親合的獨特性，例如道家的虛靜、以柔克剛、上善若水等精神，都對武當

派拳術、太極拳、八卦掌有所影響。

劉峻驤教授說，武術的理論價值除了守仁行義、臨危不懼外，更重要的是尊師重傳，在這段尋德求道的過程裡，所謂「師擇徒三年，徒擇師三年」，更證明了武術師徒傳承的特色。

劉峻驤教授表示，武術本身是一種形象性的語言，而且和傳統表演藝術如舞蹈、戲曲、雜技有所滲雜。「武、舞同源」古典舞雖然消失，但可藉由武術尋回其一些失傳許久的風貌。民間戲曲是最能保留傳統藝術，從角抵百戲，戲曲中的武打，不難看出藝術發展的源流。武術更有它獨特的文學形式—武俠小說，對於小說文本中各種超越本能的武功，更是為中外人士所津津樂道。

演講的最後，劉峻驤教授也和到場國術系師生進行臨場互動，相當熱烈，文大國術系學生也提出，如何從武術提升社會地位？劉峻驤教授說，自信、自立、自強，武術是東方人體文化，雙手是人類的第二個大腦，發展武術文化內涵。由於文化除了是人類文明的必然歸宿，更是文武之業。

劉峻驤教授為大陸文化部部級優秀專家，現為大陸中國藝術研究院研究員、中國藝術研究院東方人體文化研究中心主任、中國藝術研究院舞蹈研究所副所長兼舞蹈室主任。



文大國術系莊主任邀請大陸武術專家劉峻驤（右二），為文大同學解開中國武學奧秘。

【記者吳玟捷報導】上海中醫藥大學黨委書記張建中、教務處處長顧瑛，以及資訊處處長周強等一行人，去年9月10日至中國文化大學參觀訪問。此行目的主要前來了解文大國術系的發展，期望能建立兩校在中國醫學與武術領域的合作關係。一行人先至曉峰紀念館十樓貴賓室拜會董事長張鏡湖及校長林彩梅，會談後也陸續參觀了資訊中心、圖書館、校史室、博物館與興建中的體育館。

上海中醫藥大學黨委書記張建中表示，中醫與國術其實有許多相通以及需要互相配合的地方，例如針灸推拿學、中醫骨傷科學等，所以此次來台，便特地來台灣大專院校唯一設有國術系的文大參訪，並進行學術方面的交流與討論。

文大國術系系主任莊榮仁表示，國術強調自衛、強身、健

身、陶冶心性，以及增強民族意識，文大國術系應用生理、心理、社會與力學等基礎科學解析國術活動，建立國術教育體系培養文武合一、中西合璧的國術人才。他也表示，必須了解人體構造才能避免運動傷害，受到運動傷害時也必須知道該如何處理，以免留下遺憾，所以文大國術系也設置了人體解剖運動學、中國醫學概要、中國傳統醫療學等課程，也與中國醫學的義理息息相關。

上海中醫藥大學創立於1956年，1993年更名為上海中醫藥大學，學校下設有11個二級學院、4個部、3所附屬醫院、12個研究所，可以說是中國境內非常重要之中醫研究中心，除醫學研究外，上海中醫藥大學也是中國大學生武術之訓練基地，教育學生之方向可以說是文武合一。

## 廈大台研所與文大陸研所對談兩岸問題

【記者賴秀玲報導】去年10月中代表陳總統前往墨西哥參加「二〇〇二年亞太經合會（APEC）領袖會議」的中研院院長李遠哲，針對兩岸未來情勢，與中共國家主席江澤民對話後，不久之後的11月4日，廈門大學台灣研究所也在所長劉國深率領下特地前往文大，與文大陸研所針對兩岸問題的現況與展望進行座談。

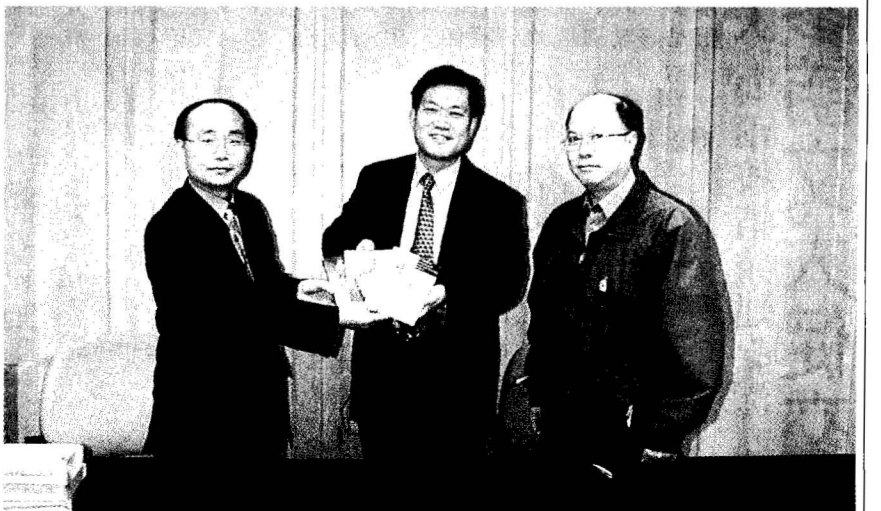
這次兩岸學術交流文大由學務長也是陸研所所長的高輝代表，與廈大台研所劉所長等一行人進行意見交換，雙方針對兩岸問題提出看法，並討論促進兩岸學術交流等議題，以增進雙方的了解。稍後一行也參觀文大校園，劉國深等人對華岡博物館內豐富館藏，與資訊中心的先進設施，予以高度肯定與讚賞。

文大表示，面對兩岸局勢的波動，其影響力不僅包含政治、經濟與社會等多重方面，在學術界的影響亦有左右的力量，兩岸專業人才的培養與訓練，是時勢的共同需求，而廈門大學台灣研究所所在性質上，便是以研究台灣問題為主的大陸研究機構，這與文大陸研所以研究大陸議題為主軸的方向恰巧不謀而合，因此針對兩岸議題進行意見交流與學習，

是最恰當不過的，尤其是在雙方學術互動上，更有如魚得水的助益，近年來，學術界強調專業人才的知識領域，文大陸研所也一直多方邀請大陸學術界專才來台，除了進行學術研講座談外，更著眼於兩岸文化層面，以促使雙方的貼近與互動，尋求兩岸更深入而全面的了解。

雖然現今兩岸政局仍呈現不穩定的狀態，但是學術界的交流是刻不容緩的，尤其台灣與大陸雙方在學術的傳承上，有著共同的淵源與歷史，因此在學術交流上，可說是彼此扮演著相輔相成的角色，這次廈大台研所參訪文大陸研所，除了交換雙方在兩岸議題的研究與心得外，也可說是為未來兩校的學術研究交流打下良好的互動根基關係。

此次廈門大學台灣研究所來訪，除了劉所長外，尚有孫云、彭莉、趙玉榕、李伯順與李鵬等五位大陸學者，與文大陸研所進行學術交流外，並參觀了文大校園，來訪的大陸學者們對於華岡博物館與數位地球中心更是贊不絕口，除了觀賞令他們驚艷的各家藝術名品典藏以外，對於數位地球中心所提供的高度資訊介紹，更給予高度肯定，也對文大辦學的精良細密表示敬佩之意。



高輝學務長與廈門大學台灣研究所劉國深（左一）交換學術著作。

【記者吳曉珊報導】躋身世界一流學府，文大邁向國際化又前進了一大步！荷蘭高等教育交流協會去年9月特別至陽明山文大，拜會文大董事長張鏡湖與校長林彩梅，研討兩國交換學生與相關學術交流的事宜。別具意義的是，該協會此番來台，特別只選擇至文大進行參訪，足見對文

# 荷蘭高等教育交流協會參訪文大 希冀與文大加強學術交流 蓬勃國際學風

大學府的重視。  
該協會負責亞洲地區之高級專案顧問 Mr. Soehirman Patmo 表

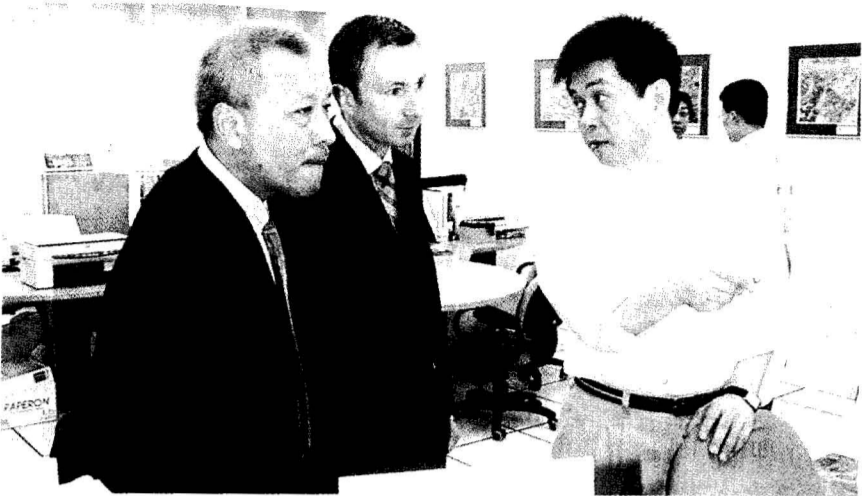
示，他們此次來台，主要是針對設立於亞洲，如北京、雅加達等地的荷蘭教育辦事處，進行視察的工作，台北也是其中的一站。Mr. Soehirman Patmo 解釋道，在台荷蘭高等教育辦事處設立的主要宗旨為促成台灣、荷蘭兩地學術合作的方案，藉由兩國學生的交流，達到國際學術交流的目的。他進一步地表示，參訪政大原本也列入來台行程的考量之一，但鑑於文大開明的學風與宏大的國際觀，且文大與北荷蘭基督大學良好的姊妹校關係，最後則因行程匆忙，遂僅擇文大參觀。

大普及，使學術國際化的目標更加落實。

初次拜訪華岡，來訪貴賓對於文大優美的校園環境相當讚嘆！在資訊中心李天任主任的解說下，Mr. Soehirman Patmo 表示，對文大的數位地球研究成果很感興趣，直說不虛此行，也希冀未來能與文大有學術合作的機會，促成兩地學生交換等相關學術交流合作的方案。之後，為使參訪貴賓對文大有更進一步的認識，在國際合作組李翠蘋組長的陪同帶領下，參觀了文大的資訊中心、圖書館、校史室與博物館，展現出文大優越的軟硬體設備，與兼具人文科技的學術特色。

為積極與國際學府進行學術交流，採用英語授課的方式勢在必行，文大林校長表示，未來文大也計畫陸續開設一些以英語授課的課程，讓這一世界語言能在文

此行來訪的貴賓還包括，國際教育顧問同時也是北京教育推廣員的 Mr. Chis Bergholtz，文大教務長陳純一也在旁陪同。



荷蘭高等教育交流協會 Mr. Soehirman Patmo (右二) 參觀文大數位地球研究中心，由李天任主任 (右一) 進行說明。

## 北區九所大學與來自七個國家學生共同聯誼熱情洋溢 國際經濟商管學生會在文大聚會

【記者賴宇辰報導】國際經濟商管學生會 (AIESEC) 2002 北區聯合迎新露營去年 10 月 26 日於中國文化大學舉行。在來自北區的清大、交大、東吳、銘傳、文大、元智、輔大、北大、政大等 9 所大學學生的熱情歡呼聲下，為期兩天的活動揭開序幕。當天文大校長林彩梅、課指組組長顧乃群也在百忙之中抽空親臨會場致詞，林校長以「大學生應培養國際觀」勉勵在座同學，獲得同學們的熱烈掌聲。

身為這次活動的總負責人同時也是文大經濟系二年級的梁勝柏同學表示，AIESEC 是一個強調跨校、跨國性的社團。當初，他也是因為這樣的理念才決定聯合北區九校舉辦大型露營活動。梁同學接著表示，除了和其他學校交流以外，這次活動的另一特色就是邀請了分別來自印度、西雅圖、波蘭、馬來西亞、澳洲、香港、立陶宛等 7 個不同國家的研習生到場同樂。梁勝柏說，藉著和外國研習生相處，不僅能夠幫助同學了解他國文化、減少文化隔閡，也能因此培養同學具備和人相處的能力，而這也是 AIESEC 的精神之一。

梁勝柏也指出，除了培養同學們的國際觀之外，此次活動也有輕鬆、好玩的一面。例如晚上的 AIESEC Party，就是集合同國內外的學生一同歡唱、跳舞的時刻，而許多來自國外的研習生也會藉這個機會教大家不同國家的舞蹈，藉此了解他國文化。不僅如此，梁勝柏接著說，AIESEC 也會依照傳統，大玩「Beer Game」遊戲。在隊友們的加油聲下，有些從未喝過啤酒的同學更是卯足勁比賽，把晚會的氣氛炒熱到最高點。至於 Party 的另一高潮則是「AIESEC Miss」，各分會推出精心新打扮後的男生參加比賽，只見個個千嬌百媚的男生在台上走秀，美麗之情，風靡全場觀眾。

AIESEC (讀音 eye-sek) 是法文全名 Association International des Etudiants en Science Economiques et Commerciales 的簡稱。其主要工作是以「研習生交換計畫」為主，提供所有畢業後的學生到國外工作的機會，同時也引進國外研習生到國內各大企業服務。自 1948 成立以來，AIESEC 已經有 50 多年的歷史。現在全台灣共有台大、政大、交大、清大、銘傳、文大、東吳、輔大、北大、東海、中山、元智、成大、文藻等 14 個大專院校設有這個社團。



多國籍企業專家的林校長親自前往指導國際經濟商管學生會的活動。

## 亞洲青年論壇八國大學生聚文大 六十餘位亞洲青年在國際化校園 以英文建立溝通橋樑

【記者吳玟健報導】由中華民國英語文教師學會主辦「AYF2002 亞洲青年論壇-培養二十一世紀的領袖」座談會，去年 11 月 9 日在中國文化大學舉行，會中有來自台灣、香港、韓國、日本、泰國、印度、越南及尼泊爾等亞洲各地，超過 60 位的大學青年與十餘位外籍老師前來共襄盛舉。座談會中，大家皆以英文這項國際語言來進行文化經驗的對談與交流，並透過此活動來提昇青年的國際觀，及培養青年的領導能力。

級的吳承亮則說，一直以來就對英語很感興趣，平常就會以自修的方式來加強英語能力，這次剛好有機會可以練習英語，且能很自由地發表自己的想法和意見，感覺非常開放自主，與一般上英語課程的模式不太相同。

「現今歐美的勢力逐漸強大，我們亞洲人也應摒棄一些敵對意識或舊有的種族仇恨，團結、聯合起來，欣賞彼此的優點，改進自我的缺點，進一步讓這個世界變得更為祥和、美麗。」一位來自韓國的十八歲少女南聖恩充滿希望的說著。另一位來自泰國的 Suvisa Vathananond 表示，這是她第二次參與這個活動，在活動中不僅可以學習英語，最可貴的是結交了許多來自世界各地的好朋友，也從彼此的交談之中，更深入地認識與了解到各國文化的不同及美好。

承辦這次前往文大交流活動的文大英文系與語文中心的外籍老師胡迪表示，因曾觀摩過日本大專院校的教學模式，是採取主動式的學習，學生針對教學主題進行意見的交流與討論，老師則在一旁輔助同學，這麼一來可使促使學生自發性的思考，並培養學生的意見表達與領導能力，與台灣上教下學的教學方式有所不同。胡迪也表示，藉由這次的座談會讓台灣的青年感受一下這種自由而主動的學習氣氛，也讓來自亞洲各地的青年朋友們見識文大的國際化。

英語座談會中除了來自各國的青年與外籍老師之外，文大學生也非常熱情地參與討論。文大英語系四年級的潘怡君表示，參加這個座談會主要的目的是希望能認識外國的文化，並了解這些年紀相仿之外國青年的想法及他們在校的學習狀況。而英語系一年

值得一提的是，在文大英語會話社社長林明弘的安排之下，會中有文大原薪社的原住民舞蹈表演、國術系的武術表演以及國劇系的戲劇演出，且來自各國的青年們皆換上自己國家的傳統服飾，上台表演，不僅使座談會變得更為生動有趣，也讓大家感受到各地的異國風情。

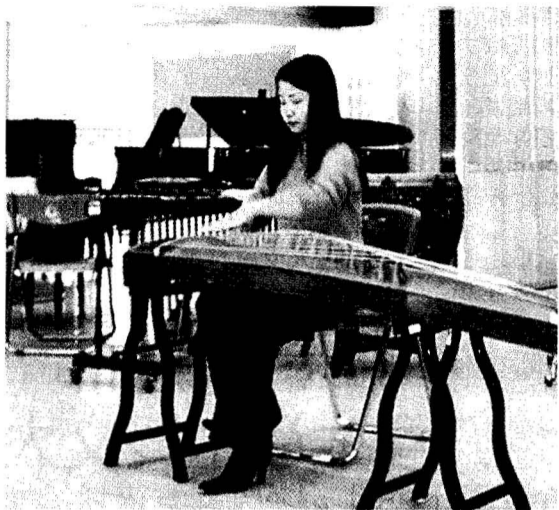
前來文大參與座談會之外國青年們多表示，文大的風景十分秀麗、優美，也讚嘆華岡博物館及圖書館藏之豐富，而令他們印象最深刻的則是文大古典雅致、深具濃厚中國色彩的建築物。



來自亞洲各國的青年們皆換上自己國家的傳統服飾，上台表演。

# 藝術研究所舉辦期末考音樂會 在緊張氣氛下 帶給全校師生休閒放鬆機會

【記者莊珮瓚報導】人們可以藉由音樂放鬆自己，不過，對於面對聽眾又要面對期末考評分老師的文大藝術研究所音樂組研究生來說，似乎就感受相當沉重，猶如參加比賽一般。文大藝研所音樂組在1月9日和13日假興中堂舉辦了數場期末音樂會，除了藉此展現研究生的音樂造詣外，也讓文大師生得以在緊張的期末考期間，享有輕鬆一下的休



藝研所音樂組的期末考以音樂會形式，開放文大師生前往欣賞。

閒機會。文大藝研所表示，這次期末音樂會分別有主修絃樂、聲樂、鋼琴、國樂的研究生擔綱演出，每場演出表現也都列入期末成績計算。藝研所說，為了增加研究生演出時的臨場實際經驗，藝研所一反過去研究生的期末考試方式，除了評審老師會在現場打分數外，也

# 文大體育課掀起按摩塑身風潮 同學免付分毫 學會中西按摩塑身技巧

【記者吳曉珊報導】結合芳香精油與按摩，以達到美容塑身的效果，不論成效如何，都是所費不貲。文大體育系老師戴旭志融合中國老祖宗的智慧，與運動的概念原理，這學年開設「運動按摩與塑身」體育課程，讓文大同學不花一毛錢，即可同時達到運動與塑身的效果。

文大開這門課的戴旭志表示，無論是中式、泰式、日式，或是歐式的按摩，每一種按摩方式，都各自有其獨特性與差異點，但並不一定都適用於未學習過按摩的初學者。比方說，中式按摩著重在經脈與穴位的刺激，以推拿的方式，達到血液循環的效果；日本是採取指壓模式；歐洲則利用手掌與手臂，採用大體式的按摩，將按摩區分成「離心式」與「向心式」兩種方式，以達減緩局部疼痛與減肥的效果。戴旭志說，為讓同學有效學習，在新課程的設計上，他會融合貫通以上三家的按摩方式，使之簡易化，並同時兼顧到中式與西式按摩的效果。

宏揚中國氣功之所學，透過經穴上的刺激，以促進血液循環，進而達到消脂的效果，再結合運動的概念，就



戴旭志老師的「運動按摩與塑身」體育課，吸引許多追求時尚同學選修。

突破以往，開放對音樂有興趣的愛樂人前往聆聽演奏。

這次的期末音樂會可謂是藝研所音樂組的創舉，每個研究生為了展現最完美的一面莫不全力以赴。但也有研究生表示，由於研究所課業繁重，相對練習時間也減少，因此在演出的準備上也顯得有些吃緊。他們認為，期末音樂會的構想很好，提供學生有更多上台演奏的臨場經驗，對日後的發表會絕對有所助益。不過，研究所繁多的課業，既是音樂會又算期末考，這種雙重壓力下著時有些吃不消。倘若能有多一些充裕的準備時間，也許就可以減輕不少壓力。

形成了戴旭志口中的「運動按摩」。雖然按摩的花樣類型眾多，但一定要對症下藥，才有效果，他說，如果是肌肉痠痛，就代表是氣血不順，就必須用中式按摩來消氣；但如果是要減肥，歐式的大體式按摩則較適合。

何謂「運動按摩」呢？以目前最常見的「滑鼠症候群」為例，戴旭志表示，他就會教導同學，將手指按在手腕上，左右來回運動；不單只是手腕在動而已，主要是透過「穴道按摩」與「運動」的方式，促進血液循環，恢復手腕正常的運作機能，減緩疼痛。此外，這門課也替同學的荷包著想，戴旭志說，他主要是利用生活週遭，隨手可拾的題材，如毛巾、原子筆等，教導同學健康又省錢的塑身方法。

提及時下流行、所費不貲的精油按摩與芳香療法，戴旭志認為有必要導正一般消費者的錯誤觀念，他說，只因西方利用包裝與行銷的觀念與技巧，故使消費者願意荷包失血、趨之若鶩，戴旭志強調，其實中國老祖宗遺留下許多智慧，我們應該要好好傳承與珍惜，這也是他為何要開「運動按摩與塑身」這堂課的主要原因。

【記者黃攻苜報導】體育課竟然

可以不用「動」！文大推出讓懶得動的人選修的體育課，只要坐在教室中用看的，就可以輕輕鬆鬆上體育課；不過，雖然不用「動」，卻可以學到更多運動知識，文大的這堂體育課叫做「運動欣賞」，提供文大學生體育課有另類的選擇。

文大開授這堂課的李鴻棋老師表示，運動欣賞課程係以瞭解各類運動為基礎，進而讓同學學習各類運動的規則以及特殊用語。他指出，傳統的體育課程，大多是身體力行，實際的讓身體達到運動的效果，而一反常理的運動欣賞課程，卻是讓學生坐著上課。

李鴻棋說，就像要去實際操作某件事，先決條件就是要有個支撐的理論做為基礎，才知道要怎麼做，要怎麼去執行。而運動欣賞課就是要讓同學瞭解到各類運動的規則，及許多常見或不常見到的特殊用語，學習怎麼去做好正確的運動姿勢，以達到真正運動的效果。

李鴻棋表示，上課一開始會先讓同學投票表決，想增進哪方面的運動知識，進而選取票數較高的運動類型做為上課的主要內容，所以選修此課的同學可以很自由的選擇自己想要瞭解的運動，進而學習到那類運動相關方面的知識。而上課方式則採用觀看錄影帶，於觀看過程當中或看完之後進行講解或加以討論。如球賽也會以實際觀賽中球員的例子，讓同學們能真正的吸收到運動方面的知識。

他並指出，傳統的體育課往往就是老師講一下規則後就開始運動了，而有時老師們會忽略到同學們實際吸收到的情形，或相關運動傷害的防護措施，常常受了傷以後才明白到運動姿勢的使用錯誤，和對此類運動的不甚瞭解。

這一年來世界棒球賽與世界盃足球賽的開打，媒體的宣傳效果開啓了國人一股熱愛運動的風潮。文大運動欣賞正提供了一個真正可以學習到運動語言的環境，文大上學期於每週五的1、2節和3、4節分別開設了兩個時段的課，也分別有七十餘人選修，相信已在文大掀起一股運動欣賞的風潮。

「運動欣賞」課程讓文大同學懂得更多運動常識與競賽規則  
文大上體育課不用動 只在教室中用看的

# 公視新聞部余佳璋傳授新聞絕學 以多年新聞傳播工作經驗 指出新聞實務要訣

【記者賴宇辰報導】由中國文化大學畢輔組所舉辦的91學年度上學期就業講座，去年11月1日特別邀請在傳播界具有相當實務經驗的文大校友余佳璋到校演講，為所有想進傳播界的學子們提供最寶貴的實戰經驗。

目前是公共電視新聞部採訪組組長、台灣記者協會會長的余佳璋表示，新聞工作的挑戰性高，又可以常接觸新事物，因此可以算是許多新鮮人心目中的理想選擇。但由於新聞工作是包含各種專業知識領域，並不只是侷限於採訪寫作，所以只要是對新聞工作有興趣、有熱誠的同學都可以加入這個大家庭。

在演講過程中，余佳璋也提出幾個新聞工作者必須的特質供大家參考。余佳璋說，新聞工作分秒必爭，所以一個好的新聞工作者是必須主動去追問新聞來源，而不是只是被動的等別人告訴你消息。不僅如此，為了增加新聞的深度，新聞工作者也要養成隨時紀錄、多思考的習慣。余佳璋表示，新聞工作者每天要接觸到非常多的訊息，若不隨時紀錄下來，很容易造成忘記或是寫錯稿的情



余佳璋為文大同學帶來相當豐富的新聞工作實戰經驗。

形。余佳璋接著表示，不只是將新聞紀錄下來，新聞記者也必須在反覆思考後才能將新聞送出，這樣才能把錯誤的可能性降到最低，對讀者、觀眾負責。

除了強調新聞工作者的態度，余佳璋也勉勵在座的學弟妹要多充實自己的知識。余佳璋認為，新聞記者並不能預期自己會碰到何種新聞，唯有平時多充實自己，接觸各方面的資訊，才不會鬧笑話。而語文的訓練也是不可缺少的。余佳璋說，現在是一個國際化的社會，新聞工作者除了要精通中文外，更要多修習他國語言，以便隨時掌握最新、最快的資訊。

余佳璋在文大政治研究所就讀時，就已經在國會擔任助理工作，累積許多平面編輯的經驗。在畢業後，余佳璋還當過超視新聞部記者、TVBS新聞部編輯、年代新聞台綜合新聞組副組長，以及台視新聞部記者、主播、主持人。此外，在廣播、電視節目方面，余佳璋也主持過台視「有話要問」、「熱線新聞網」、和台北之音「媒體觀察」等節目，是少數實際經歷編、採、播等工作的新聞工作者。