

華夏導報

中華民國五十七年十月十日 創刊 第四〇六一號
社址：中國文化大學 編輯室：八六一〇五一
臺北陽明山華岡 電話：二二二三 林二二三

校刊 非賣品

發行人	張人
社長	鄭長
副社長	曲李
主編	吳張
編輯	張秀
副編輯	張美
校刊	吳雲
編輯	雲雲

夜間部新生盃辯論賽
報名至今日截止

明日下午召開領隊會議

(本報訊)大夏演辯社將於本月廿五、廿六日、十二月三十一日舉辦「新生態辯論比賽」。由各系選派一隊參加，六人為一隊，其中一人擔任領隊。比賽採新制與舊制辯論方式，以單淘汰進行。比賽錄取前三名，各獲獎盃一座，其中選二名為優良辯士，其餘七名則各領獎狀一張，以資鼓勵。

報名日期到今日截止，並於明(十一)日下午二時，假大夏六〇八教室舉行領隊會議，會議中將決定比賽題目、抽籤決定賽程等，希望參賽隊伍能派人準時前往。

課外組徵備
儲司 備儀

(本報訊)據課外活動組表示，為備滿週會及重要節

會統、電子資料處理、工業工程、工業設計、電子電算或應用等相關科系之碩士者；意者十五日前將履歷寄至北市忠孝西路一段六號10樓，或電三一七一八一洽李增城先生。

新孟辯論賽今開領隊會議
(本報訊)新孟辯論賽第一次領隊會議，於今日下午五時，假大雅會議室召開。

夜間部民歌決賽
部第十屆系際盃民歌比賽，已於上星期六(四)進行初賽，個人組及團體組晉入決賽者如下：

迎新
(本報訊)由其美、振鴻、元培學社合辦之聯合迎新茶會，今晚六時假大賢102舉行。

服務台
△文學一會久裕，於大賢207遺失灰色筆記本，內有電話卡及存摺；又於大雅餐廳遺失咖啡往加油。

中西劍社參加
(本報訊)西洋劍社明(十一)日起一連三天，假實踐國中禮堂代表本校參加第14屆中正盃擊劍錦標賽。歡迎有興趣者前往加油。

機械學社舉辦托福講座
(本報訊)機械學社今日下午四時，假大雅視聽教室，舉辦托福講座，邀請美加留學中心主任及傑出校友講解，會中備有贈品。

布袋戲之旅
(本報訊)亦宛然掌中劇團於本月十二日在基隆文化中心演出，地方戲劇研究社特舉辦觀賞布袋戲之旅，因名額有限，意者請儘速報名，免事費。

社團簡訊
△僑聯會表示，僑生如有加洗相片者，即日起於週一下午二時至五時、週二上午十時至十二時、週五上午十時至十二時至僑外室領取。另，僑聯信封紙每套39元，意者依前述時間至僑外室購買。

家庭便當
(本報訊)家庭便當今日菜色有：焗肉、紅蘿蔔炒蛋、螞蟻上樹、炒小白菜，每份35元；意者於中午十一時卅分至大義印刷系辦前購買。

甄選模特兒
(本報訊)家政海青服裝美容科，今午十二時十分，在大孝館術科第四教室甄選模特兒。

影片欣賞
(本報訊)農服部今日下午一時卅分，假106舉行第三次新生辯論賽，歡迎師生前往聆聽。

歡迎購買
(本報訊)家政便當今日菜色有：焗肉、紅蘿蔔炒蛋、螞蟻上樹、炒小白菜，每份35元；意者於中午十一時卅分至大義印刷系辦前購買。

社團會議
(本報訊)文藝社今日下午一時，假大雅餐廳，召開社團聯會。

社團簡訊
△電腦社於本月一日至三日舉辦之書展，計賣出二九〇本；凡於書展期間訂書者，請於今、明日中午攜收據至大恩六樓該社辦公室領書。

甄選模特兒
(本報訊)家政海青服裝美容科，今午十二時十分，在大孝館術科第四教室甄選模特兒。

家庭便當
(本報訊)家庭便當今日菜色有：焗肉、紅蘿蔔炒蛋、螞蟻上樹、炒小白菜，每份35元；意者於中午十一時卅分至大義印刷系辦前購買。

歡迎購買
(本報訊)家政便當今日菜色有：焗肉、紅蘿蔔炒蛋、螞蟻上樹、炒小白菜，每份35元；意者於中午十一時卅分至大義印刷系辦前購買。

社團會議
(本報訊)文藝社今日下午一時，假大雅餐廳，召開社團聯會。

社團簡訊
△電腦社於本月一日至三日舉辦之書展，計賣出二九〇本；凡於書展期間訂書者，請於今、明日中午攜收據至大恩六樓該社辦公室領書。

甄選模特兒
(本報訊)家政海青服裝美容科，今午十二時十分，在大孝館術科第四教室甄選模特兒。

家庭便當
(本報訊)家庭便當今日菜色有：焗肉、紅蘿蔔炒蛋、螞蟻上樹、炒小白菜，每份35元；意者於中午十一時卅分至大義印刷系辦前購買。

歡迎購買
(本報訊)家政便當今日菜色有：焗肉、紅蘿蔔炒蛋、螞蟻上樹、炒小白菜，每份35元；意者於中午十一時卅分至大義印刷系辦前購買。

社團會議
(本報訊)文藝社今日下午一時，假大雅餐廳，召開社團聯會。

社團簡訊
△電腦社於本月一日至三日舉辦之書展，計賣出二九〇本；凡於書展期間訂書者，請於今、明日中午攜收據至大恩六樓該社辦公室領書。

甄選模特兒
(本報訊)家政海青服裝美容科，今午十二時十分，在大孝館術科第四教室甄選模特兒。

家庭便當
(本報訊)家庭便當今日菜色有：焗肉、紅蘿蔔炒蛋、螞蟻上樹、炒小白菜，每份35元；意者於中午十一時卅分至大義印刷系辦前購買。

歡迎購買
(本報訊)家政便當今日菜色有：焗肉、紅蘿蔔炒蛋、螞蟻上樹、炒小白菜，每份35元；意者於中午十一時卅分至大義印刷系辦前購買。

社團會議
(本報訊)文藝社今日下午一時，假大雅餐廳，召開社團聯會。

社團簡訊
△電腦社於本月一日至三日舉辦之書展，計賣出二九〇本；凡於書展期間訂書者，請於今、明日中午攜收據至大恩六樓該社辦公室領書。

甄選模特兒
(本報訊)家政海青服裝美容科，今午十二時十分，在大孝館術科第四教室甄選模特兒。

家庭便當
(本報訊)家庭便當今日菜色有：焗肉、紅蘿蔔炒蛋、螞蟻上樹、炒小白菜，每份35元；意者於中午十一時卅分至大義印刷系辦前購買。

歡迎購買
(本報訊)家政便當今日菜色有：焗肉、紅蘿蔔炒蛋、螞蟻上樹、炒小白菜，每份35元；意者於中午十一時卅分至大義印刷系辦前購買。

社團會議
(本報訊)文藝社今日下午一時，假大雅餐廳，召開社團聯會。

社團簡訊
△電腦社於本月一日至三日舉辦之書展，計賣出二九〇本；凡於書展期間訂書者，請於今、明日中午攜收據至大恩六樓該社辦公室領書。

甄選模特兒
(本報訊)家政海青服裝美容科，今午十二時十分，在大孝館術科第四教室甄選模特兒。

家庭便當
(本報訊)家庭便當今日菜色有：焗肉、紅蘿蔔炒蛋、螞蟻上樹、炒小白菜，每份35元；意者於中午十一時卅分至大義印刷系辦前購買。

歡迎購買
(本報訊)家政便當今日菜色有：焗肉、紅蘿蔔炒蛋、螞蟻上樹、炒小白菜，每份35元；意者於中午十一時卅分至大義印刷系辦前購買。

社團會議
(本報訊)文藝社今日下午一時，假大雅餐廳，召開社團聯會。

社團簡訊
△電腦社於本月一日至三日舉辦之書展，計賣出二九〇本；凡於書展期間訂書者，請於今、明日中午攜收據至大恩六樓該社辦公室領書。

甄選模特兒
(本報訊)家政海青服裝美容科，今午十二時十分，在大孝館術科第四教室甄選模特兒。

家庭便當
(本報訊)家庭便當今日菜色有：焗肉、紅蘿蔔炒蛋、螞蟻上樹、炒小白菜，每份35元；意者於中午十一時卅分至大義印刷系辦前購買。

歡迎購買
(本報訊)家政便當今日菜色有：焗肉、紅蘿蔔炒蛋、螞蟻上樹、炒小白菜，每份35元；意者於中午十一時卅分至大義印刷系辦前購買。

社團會議
(本報訊)文藝社今日下午一時，假大雅餐廳，召開社團聯會。

社團簡訊
△電腦社於本月一日至三日舉辦之書展，計賣出二九〇本；凡於書展期間訂書者，請於今、明日中午攜收據至大恩六樓該社辦公室領書。

甄選模特兒
(本報訊)家政海青服裝美容科，今午十二時十分，在大孝館術科第四教室甄選模特兒。

家庭便當
(本報訊)家庭便當今日菜色有：焗肉、紅蘿蔔炒蛋、螞蟻上樹、炒小白菜，每份35元；意者於中午十一時卅分至大義印刷系辦前購買。

歡迎購買
(本報訊)家政便當今日菜色有：焗肉、紅蘿蔔炒蛋、螞蟻上樹、炒小白菜，每份35元；意者於中午十一時卅分至大義印刷系辦前購買。

社團會議
(本報訊)文藝社今日下午一時，假大雅餐廳，召開社團聯會。

社團簡訊
△電腦社於本月一日至三日舉辦之書展，計賣出二九〇本；凡於書展期間訂書者，請於今、明日中午攜收據至大恩六樓該社辦公室領書。

甄選模特兒
(本報訊)家政海青服裝美容科，今午十二時十分，在大孝館術科第四教室甄選模特兒。

家庭便當
(本報訊)家庭便當今日菜色有：焗肉、紅蘿蔔炒蛋、螞蟻上樹、炒小白菜，每份35元；意者於中午十一時卅分至大義印刷系辦前購買。

歡迎購買
(本報訊)家政便當今日菜色有：焗肉、紅蘿蔔炒蛋、螞蟻上樹、炒小白菜，每份35元；意者於中午十一時卅分至大義印刷系辦前購買。

社團會議
(本報訊)文藝社今日下午一時，假大雅餐廳，召開社團聯會。

社團簡訊
△電腦社於本月一日至三日舉辦之書展，計賣出二九〇本；凡於書展期間訂書者，請於今、明日中午攜收據至大恩六樓該社辦公室領書。

甄選模特兒
(本報訊)家政海青服裝美容科，今午十二時十分，在大孝館術科第四教室甄選模特兒。

詩詞曲賞析 (89) 詞之旅

纏綿沈摯馮延巳

中文學社提供

馮延巳，一名延嗣，字正中，廣陵人。少年時即以書法樂曲出眾，早年則與李璟在廬山書堂一起讀書，迨中主踐帝王位，任馮延巳為戶部侍郎...

在這百餘首詞中，我們發現了兩種不同的風格，一種是纏綿的、委婉的；一種是沈摯的、決絕的。纏綿委婉的詞雖居其詞中的十之八九，然其沈摯決絕的作品，別人能及者特少也。

商業鉅子阿炮，因商業應酬，急需一精通德文翻譯者，經友人介紹，誤聘精通日文之阿旺為翻譯，並預付阿旺一月薪資五萬元，以示誠意...

是「水調聲長醉裡聽，款舉金觥勸」的生活，在酒罷歌餘，偶然有所悵觸的產物。在風格上，與韋莊相近，亦是以平易見長，然而在抒情寫意上，卻比韋詞更曲折、更深遠。

「幾度風樓同飲宴，此夕相逢，卻勝當時見。低語前歡頻轉面，雙眉欲恨春山遠。蠟燭淚流羞笛怨，偷整羅衣，欲唱情猶懶。醉裡不辭金盃滿，陽關一曲腸千斷。」

這種百折不回的精神，應只有李商隱的「春蠶到死絲方盡，蠟炬成灰淚始乾」，溫飛卿的「一搗麝成塵香不滅，拗蓮作寸絲難絕」諸語可以彷彿。

解釋上可認為阿炮已行使其撤銷權。且民法第九十條規定，因錯誤之意思表示，其撤銷權應自訂約後第三日之內為之。阿炮行使撤銷權係於訂約後第三日之內為之，則當然發生撤銷之效力...

記遊西美

想感團習研語美圖雅西加參

42天夢般的日子轉瞬即逝。我人已回台灣，心仍在美西如茵的綠草上，不甘歸來。原本就一直盼望，有機會能到世界各地，開闊眼界。進入英文系後，更有強烈的希望...

在安排的行程外，亦不可能空閒下來，一則美國人好客，時常有各式的派對，或邀你健行、打網球等；再者，當地有許多華人，碰到我們是「他鄉遇故知」...

民法總則系列專文 (6) 意思與表示不一致
華岡法律服務中心提供
僅能撤銷其債權行為而已。
(一) 撤銷之效果：
1. 阿炮所撤銷者為債權行為，故撤銷後，其與阿旺間之債權契約自始不存在。阿旺所得之薪資，因無法律上原因而獲益，致阿炮受有五萬元之損害，依民法第一七九條，阿旺返還五萬元之預付薪資。



基本技術篇(四)

桌球社提供

第二章攻球技術

一攻球技術的劃分：

在乒乓球球的攻球技術中，統分為正手攻球、反手攻球和側身攻球三大部份。而每一部分攻球技術中，又按通常的慣稱分為：(一)快點。(二)快攻。(三)快拉。(四)突擊。(五)快攻。(六)快攻。(七)扣殺。(八)殺高球。(九)中遠台攻球等各種技術。

二各種攻球技術的介紹：

1. 正手快點：(1)特點和作用：這是一項用以進攻近網短球的重要技術。由於來球近網，大多數較短較低和有一定旋轉，難度較大，因此必須要求運動員熟練掌握快點這項十分重要的技術，才能在相持與相互控制中力爭主動。(2)動作要點和方法：①判斷清楚

來球的旋轉程度與落點的確切位置，以便於快點時利用手腕調節拍面角度製造合適的弧線。②上身、右腳和前臂同時向球球拍右前方。上身貼近球拍，前臂略右伸入拍內，以利於擊球的高點期。③必須放鬆前臂與手腕，手腕動作要求細膩，用手腕發力為主，以增加回球的突然性。④站位近、動作小、速度快、線路活，是快點必須掌握的要領。

2. 正手快拉：(1)特點和作用：這是一項用以相持或較新技術變為主動。(2)動作要點和方法：①站位較近，適當拉開上臂與上身的距離，前臂、手腕自然彎曲，拍面前傾與拍面成60度左右並用手腕固定，球拍應高於擊球點。

②擊球上升期，動作要小，球拍觸球中上部。前臂向前迎球，利用來球前進的力量(或自己適當用力)，並借助腰的轉動幫助出手，將球帶回。③快帶中要強調速度和落點變化，以利於以被動轉為主動。

3. 正手快拉：(1)特點和作用：快拉通常叫做拉攻，是一項對付削球的重要基本技術。它具有速度較快、動作較小、線路活的特点。(2)動作要點和方法：①站位近，整個手臂放鬆，上臂在上身右前方，前臂略下沉。拉球時前臂必須向前迎擊來球，最高點手腕同時向前向上用力轉動球拍，手腕同時向前向上用力轉動球拍，以便製造旋球。②必須判斷清楚來球的下旋程度，決定揮拍向前向上擊球的力量。③應根據對手的站位與準備動作，掌握快拉左、中、右和長短不同落點。④拉球後應立刻放鬆還原，並判斷下一板來球，做好快拉或突擊的準備。

健康美麗的皮膚做為底稿，彩繪的天地，令人更光彩奪目，更令人心動。化粧漸漸的成爲一種禮貌，也漸漸的成爲某些場合的必需品，多形多姿的大學生活，希望大家都能走出自己的步伐，成爲美的焦點。

濃粧淡抹總相宜?

家政學社提供

記得些許的化粧重點，讓你充滿自信：第一步驟先用化粧水和乳液滋潤皮膚。第二步驟使用隔離霜(美容霜)抵擋紫外線和塵埃，且有易於上粧的效果，更有隔離化粧品的功用。第三步驟上粉底(粉膏、粉條)，均勻的抹在臉上，仔細的、輕柔的，使膚色顯得更漂亮，也使皮膚顯得更嬌柔。第四步驟上粉餅，粉底大多爲油性物質，撲上粉餅吸走多餘的油光，並有固定粉底的功效，用粉刷刷掉多餘的粉，此時粉嫩的皮膚更令人心儀。第五步驟上眼影，淡淡的的眼影使靈魂之窗更傳神；初學者不妨刷上淡淡的粉紅，待熟悉後，漸漸的嘗試些紫色、紅色、橙色……，捕捉出適合自己的色彩。第六步驟畫眼線，使眼睛更明亮動人。

第七步驟畫眉毛。男孩的眉毛是個性所在，女孩的眉毛有她神奇的感覺。太稀的眉用眉筆勾勒出眉型並加重顏色；濃密的眉，可用鐵灰色眉筆眉型點點更漂亮。若未熟悉眉型可用眉筆沾在眉刷，再用眉刷刷在眉上，可較爲自然簡單。第八步驟上唇膏，先用護唇膏淡淡打底，接著用唇筆沾上色粉，勾勒出輪廓，按些蜜粉，再重複一次步驟，就不出輪廓。第九步驟刷腮紅，微暈的腮紅能增添嬌媚，年輕的你，以淡淡的彩妝爲宜。第十步驟按蜜粉，有定粧效果，且使化粧更爲自然。

近幾年來，化粧重點在強調個性美，突出五官的清爽造型，令人覺得清新亮麗，太濃的色彩有時會造成反效果。

國貨辭典④

貿易融資

〔金融〕指對進出口貿易所需資金之融通，包括出口融資(Export financing)與進口融資(Import financing)。可分爲：(1)出口前融資(Pre-export financing)，指裝船前之出口融資，爲對出口商購買或製造貨物裝運出口所需資金之融通。通常係以出口貨款償還，其以信用狀(%)方式出口者即於出口押匯時扣付。除銀行外銷貸款外，進口商之預付貸款(Advance payment)與紅條款信用狀(Red clause %)均屬出口前融資；(2)出口後融資(Post-export financing)，指裝船後融資，爲對出口商將貨物裝運出口後至貨款收訖爲止的資金融通。出口押匯(Ex-

Port negotiation), 打包放款(Packing loan), 短期應收帳款收買業務(Factoring)、中長期應收票據收買業務(Fortaiting), 以及分期付款出口外銷貸款等均是；(3)進口前融資(Pre-import financing), 爲對進口商進口貨物之前所需資金之融通，如開發即期信用狀(Sight %), 銀行對進口商預付出口商貸款的融資是；(4)進口後融資(Post-import financing), 爲對進口商進口貨物後所需資金之融通，如逾期信用狀(Usance %)、購料貨款、記帳(O/A)、付款交單(D/P)之對出口商墊付貸款，以及承兌交單(D/A)及分期付款進口及其融資等均是。

國貨學社提供

香菇食譜

芥菜拌西芹

森林系提供

材料：

西洋芹菜：1斤
生香菇：6朵

鹽：1茶匙
味精：1茶匙
香油：少許
芥菜醬：2茶匙

作法：

1. 半鍋水燒開放入生香菇，燙3分鐘後盛起，漂涼切粗條。

2. 芹菜用開水燙熟漂涼，撕去老筋，切3公分粗條，再放入①料和香菇拌勻即可。

註：A芥菜醬可在各超級市場買到。B香菇可改用鮑魚菇。

△森林系香菇原價九折供應，另有菇柄每斤120元、超小普通菇每斤160元、級外品每斤100元

每當聽到口琴聲就會特別敏感地豎起耳朵，不是仔細聆聽，就是想找出琴聲的來源。對口琴的喜愛，輕巧、方便自在的話下，更是成了一種最愛。透過她，譜成了屬於自己的樂章，因此她成了生命中重要的環。

吹出自己的天地

口琴社提供

口琴獨有的技巧，感情的抒發是一要素。而口琴吹奏者本身當時的心情，透過用氣，很容易將自己的情感表現出來，可感傷、可委婉、可感傷。克萊斯勒汽車廣告，幻想一下自己在擎天崗的草地上，一旁信步的牧牛，夕陽斜照在泛紅的臉頰，面對幽靜的山谷，忘卻都市塵囂，且將人世間不如意的將隨者拂面而過的微風散去，超俗的意境浮現心頭。抽出袋中的那把口琴，吹起那首「山腰上的家」，曠野寄情，一個屬於自我的世界不再是夢想。想一探口琴世界嗎？隨時歡迎。

自恃

每個人的好與壞，都是自身的一部分，縱使宇宙間充滿了好東西，不努力你什麼也得不到；你內在的力量是獨一無二的，只有你知道自己能做什麼，但是除非你真的去做，否則連你也不知道自己真的能做。

——節錄愛默生著【Ralph Waldo Emerson】自恃散文

本版文字全由 大社中心 提供

人生的舞台上，你是否執意要演什麼角色，科學家、企業家、藝術家……還是公務員，為什麼你就如此執著？身為自己舞台上的主角，也許我們擁有許多喝彩，也許只擁有自己的掌聲！孤芳自賞，甚至會擁有自己都無法接受乃至不屑的想法或行為。在掌聲中你趾高氣昂還是黯然傷神？在孤獨時你恐懼不安還是珍惜這種被遺忘的感覺？或者你喜歡毫無感覺，在忙碌的生活中，你不想讓壓力成爲困擾，所以你「拚命」地、「尋尋覓覓」地找生活支點，以平衡自己，平衡生活。我只想告訴你，懂得自己真的是一種很好的感覺，關心自己是一種藝術一門學問，一個獨一無二的你，發狠的自戀一番（發掘優點），或發狂的自責一番（反省缺點）都是增進了解自己的途徑，你如何能漠視自己的「獨一無二」呢？除生活點滴的觀察及了解，另一個途徑是藉由心理測驗增加自我認識，針對大專學生適用及需求，簡介五種人格測驗，分述如下：

一、基氏人格測驗 美國加州心理教授基爾福特（J. P. Guilford）所編訂的基氏人格測驗，其目的在使受試者實施測驗後，對自己的個性有所了解，是一種具有鑑別正常的人格特性差異的測驗。內容包括十三個量表，每一個量表代表一種人格特徵，亦構成四種人格因素：情緒穩定與否？社會適應是否良好？性向是內向或外向？有否反省？以此協助受試者了解自己。

二、高登人格量表甲種 本測驗由高登氏（Gordon）

走出自我的迷惘

「我是個什麼樣的人？」、「我能做些什麼事？」這看似個很簡單、人人都能回答的問題，事實上，要想回答好這兩個問題並不容易，因為瞭解自我是件相當困難的事。

自我包括現實我、理想我和社會我。現實我是指現實環境中實際的我，包括我的能力、特性、優點、缺點；理想我與現實我相對稱，是個人理想的我，二者愈接近，或理想我如以實現我爲基礎而發展，則個人的適應愈良好，生活也將愈幸福。至於社會我是指個人在社會適應中自己所認爲別人對自己的看法。自我瞭解是自我突破的前提，如何自我瞭解呢？

(一) 從實際的活動和工作參與中，瞭解自己的能力、條件。

(二) 從別人的反應上瞭解自己的優缺點。

(三) 從自己獨處深思中瞭解自己的問題。

於社會我是指個人在社會適應中自己所認爲別人對自己的看法。自我瞭解是自我突破的前提，如何自我瞭解呢？

減少受測者作答時掩飾的傾向。共含七十二個項目，測驗四種人格特質：支配性、責任性、穩定性、社會性，此結果對於個人對自我調適及人際關係的助益都十分重要。

三、高登人格測驗乙種 本測驗亦由高登氏（Gordon）所編製而成。測驗爲強迫選擇式自陳量表，共含八十個題目，可以測量受測者的謹慎、獨創性思考、人際關係及精力等四項人格測驗。它具有鑑別作用，對此四種人格特質的解析一如「甲種」區分爲正、反類型，例如人際關係的解釋，正類型爲(1)社交成熟，善與人處(2)常說別人好處(3)樂意接受批評，反類型爲(1)避免與人交往(2)容易被他人激怒(3)反抗他人的批評，受測者藉此可對自我更具體地探索。

四、柯氏性格量表 本量表是柯永河教授根據其心理衛生臨床經驗及參照明尼蘇達多方面人格品質量表（MMPI）之內容編製而成。此量表可衡量一個人或一個團體之心理健康狀況，共分十一個分測驗，假如

探尋自我的藏寶圖 人格測驗簡介

在創造中生活

有一位哲學家曾經這麼說道：「理想可以由自己來實現，而自己也可以成爲實現理想的障礙。積極的人創造自己，實現理想；而消極的人則退縮自己，烏有理想。」

創造是一種生活態度，也是一種人生觀。所謂創造的生活，就是指個人主動積極充分發揮潛能於生活中，他運用心智活動於衣、食、住、行、思考、處事和實際的行動等方面，而企圖產出具有正面社會和文化價值的新內容。換句話說，在創造的生活中，個人尋求享受新的經驗、新的挑戰和新的成果。所以，創造的人生觀也就是自我實現的人生觀。自我實現就是靠我們一點一滴創造累積而成的。如何在生活中增加創造的成果呢？

1. 改變性格：俗語說：「江山易改，本性難移」，性格的改變並不容易，但性格對創造卻有絕對的影響力。有的人生怕改變，一碰到要改變就覺得不安全，感到焦

受試者之態度是誠懇合作，無隱藏其真實心理狀態之企圖，其結果可顯示出受測者之心理健康狀態及幾種性格傾向，包括疑心量尺、疑病量尺、離群量尺、自卑量尺、不安量尺、強迫性性格量尺、性壓抑量尺、攻擊性量尺、自我強度量尺及獨立量尺等。

五、孟氏行為困擾調查表 此調查表乃孟氏根據其輔導工作經驗，分析學生、社會青年的困擾問題內容而編製的。本測驗現在區分爲十個類別，包括1. 健康和身體發展 2. 經濟、生活狀況和職業 3. 社交和娛樂活動 4. 對他人的關係 5. 對個人的態度 6. 求愛、性和婚姻 7. 家庭與家屬 8. 對大學課程的適應 9. 前途：就業與升學 10. 課程和教學。它從生活點滴中發掘受試者清楚自己困擾所在，而能進一步面對甚至突破它，因而自我成長。

五種測驗介紹後，你的疑問是：「多懂自己一點到底有啥好處？如果我說成長是一種看聽不到、觸摸不到的感受，你覺得好嗎？滿足你了嗎？不能吧！舉例說明，在是非論斷的當兒，會多一分自信乃至一舉成說，就因考慮自己的主觀的價值判斷，評斷時會修正調整自己的角度而較具客觀性，也因注意自己的獨特性，不致盲目附和而顯得沒主見，你同意嗎？也許以冒險家尋寶的精神探知真正的自己也屬荒謬，但當你把心掏空，而你也該知道藏寶圖就在大夏館7F1大夏社會服務中心，讓我們藉由心理測驗獲知真實的指引，向曾經的迷宮歲月說拜拜！

有的人生怕改變，一碰到要改變就覺得不安全，感到焦

點焦慮痛苦，如此

則更能接近成功。

2. 增加對週遭事物的敏感：對自身及週遭環境的事物，都能感應靈敏，且能及時掌握，自然有助創造；同時，假如能隨時換上另一個角度，則往往會有另外的發現。心理學上的習慣定向和功固著等心理障礙，就是妨礙創造的最大因素。

3. 打破既有生活習慣、嚐試新的感覺：每隔一段時間，就打破既有的生活習慣，調整刻板的生活節序，扮演不同的角色，嚐試新的經驗和新的感受，如此就比較能接觸新的事物，而有助於激發新的靈感產生。例如換個餐館，試著走另一條路，換個方法做事，把髮型的佈置擺設調整一下……等等，你將會有意想不到的經驗和效果。

（節錄於楊極東教授著「人生理念的探索」一書）