

八十三學年度 第一學期 班會意見類別答覆公布

學務處提供

Table with 4 columns: 類別 (Category), 意見項目 (Opinion Item), 答覆 (Response), 答覆單位 (Response Unit). Contains 8 rows of responses to student suggestions.

Table with 4 columns: 備設 (Facilities), 問題 (Questions), 答覆 (Responses), 答覆單位 (Response Units). Contains 14 rows of responses to student questions about school facilities.

Table with 4 columns: 問題 (Questions), 答覆 (Responses), 答覆單位 (Response Units), 備設 (Facilities). Contains 10 rows of responses to student questions about library and information center facilities.

「踏出成功的第一步」專文二 時間管理——主人的夢

畢服會 / 大氣三王志明

「今朝有酒今朝醉，明日愁來明日憂」今日不知明日事，這也許正是時下部分大學生及世人的生活寫照，連我也不例外。曾和多位同學、學長閒談後，赫然發覺大部分的人至大學畢業前夕，仍不知如何做好時間管理，確立人生目標，進而擬好生涯規劃！

自古以來，人類就已經懂得時間的意義了，並使用各種不同的形式來記載過去的時間。我們把時間人格化，創造了時間老人的形象，並將之視為唯一的水恒。把時間會愈化，創造了時間洪流的形象，將它視為時光蹉跎的流逝。另一方面，我們常說「時間可以醫治所有的創傷」，認為時間具有不可改變的巨大力量。當我們談論「某人死期已到」這一念頭所包含的可怕力量，往往會聯想到任何事物都有自己的時限。當我們體會到「時間永不回頭」這一句話時，我們不能不承認，時間的運轉是無情的，不可抗拒的、永無止境的。然而在非常時刻，我們又彷彿感到「時間在停頓」，於是我們瞭解時間載著種種面具，蘊涵著豐富的內容。

當我們自問或向週遭探詢，懂得了時間的價值。埃迪·卡爾森：「除了健康和良好的新陳代謝，時間是我所有東西中最珍貴的東西。」弗蘭克·農利斯特說：「時間是世界上真正的財產，是現實存在中有限的資源。它不會絲毫增加。」於是，便得著手去掌握時間，如何讓它在自己的手中，毫不浪費？莫再一面埋怨時間不夠用，一面又嫉妒別人「能者多勞」、「日理萬機」。

「時間管理」，是掌握時間的最佳途徑、方法。從墜入這塵世的那一刻起，我們就在跟時間競走，「家庭」、「課業」、「社會」總不能如願緊密契合。而其生活的秩序往往在迷失中摸索，下了許多決心，也寫了許多「備忘錄」，然而在「零亂」仍是最易侵人的敵人。何謂「時間管理」？即管理時間，亦即管理自己，要管理自己並且管好自己的不容易。心理學所謂「自制」、「自律」，都要有相當的心理成熟度才做得到。相反，若自制力不足的人很容易放鬆自己甚至原諒自己，找出自以為是理由，文飾自己的過錯。做好「時間管理」並不困難，但非一蹴可幾。它不只是一種觀念，更須化為具體可行的有效行動。務必定出適合自己，能踏實去做，得到好處。了解時間的重要性，合理分配時間，檢查並消除浪費時間的因素，掌握時間的去處，最後亦是困難的「貫徹自己預定的計劃。如此必是一個好的「時間管理」者。

做好時間管理，才談得上生涯計劃。「人，因為有夢想而偉大。」人為萬物之靈，比一般生物更會思考，不甘於活在由生到死的自然過程中，並且希望自己的生過得充實，所以設定某些目標，圓人生的美夢。生涯規劃的方法是須先釐

清「價值觀」與認清「目標」，再計畫「步驟」，並認真執行，最後檢討、改進。

「人有三「九」：有的「忙」得體力透支，雖賺了全世界卻賠了生命；有的「盲」得像沒頭蒼蠅，一事無成；有的陷入「茫茫」人海，缺乏人生目標和方向，蹉跎一生。朋友！您若想要生活的充實和情趣，莫忘做好生涯規劃與時間管理。一切莫成爲時間的奴隸。

也許您沒來得及參與學輔中心主辦的「生涯規劃和時間管理」課程；也許您空不出時間閱讀有關時間管理的書籍；何不卸下一身繁業，以一顆輕鬆的心情與會——由畢服會及畢輔組主辦的「踏出成功的第一步」系列講座，將使您展翅翱翔！

又快是鳳凰花開，驪歌輕起的一季。憶昔時的快樂時光，有學長姊的共同陪伴，才能令我成長。在您的畢業前夕，不知如何獻上我的祝福！謹以此系列講座及此專文感謝您們。活動時間及講座題目如下：踏出成功的第一步系列——

①之二十四月十三日：求職與工作陷阱及相關法律常識（本校法律系林柏杉老師）。

②之二十四月二十日：時間管理——主人的夢（台北基督教社會互談會主任郭俊雄先生）。

③之二十四月廿七日：溝通能力與人際關係（護理學院學務長楊琪小姐）。

④之五十五月四日：工作與禪（教育部常委鄭石岩先生）。

講座時間均爲中午十二時十分在大恩一〇一階梯教室。竭誠地歡迎應屆畢業生及未雨綢繆者聽講。

《書好理心》 音聲的野曠

化文康智：者版出

自己這半年多來的開車已「行萬里路」，一方面覺得自己挺能幹的，另一方面也慚愧自己「今不如昔」。不如的地方有二，一爲不如古人，從前的讀書人「讀萬卷書，行萬里路」，那簡直是不得了的大事。現今要行過萬里路，簡直輕而易舉。另一不如的地方爲不如從前的自己，表面上是讓雙腳幸福了，不必再經常「健行」，實際上則是雙腳退化了，走兩步路就受不了。如果人類的發展都是愈來愈不如古人，以及不如從前的自己，即使物質文明再進化，以整體人類的未來著眼，恐怕還是退化。

《曠野的聲音》即爲作者在經歷一場極爲特殊的「意外之旅」後，終於漸漸認清「物質文明的進化」等於「精神文化的退化」之事實。自二十世紀初「科學革命」以來，人類自以爲「征服自然」，「人定勝天」的能力「無與倫比」，殊不知破壞生態平衡及大自然和諧的結果，是一連串必須「自食惡果」的後遺症，如種種自然資源的污染及減少、滅絕。更嚴重的卻是「真我」的迷

失（包括道德的淪喪及人際關係的變質）。作者瑪洛醫師在受邀（實則爲「被迫」）與澳洲原住民（自稱「真人部族」）共同徒步穿越澳洲大陸，在曠野中「漫遊」（實則「自食其力」）四個月後，她終能領悟到「人與自然」、「人與自己」、「人與他人」應有的關係，使她「反璞歸真」，不再是個「變種人」（真人部族對「文明人」的稱謂）。謹將書中精采的片段文字列出與您共享及省思。

「變種人把他們生命中的每一分、每一秒都花在膚淺的、虛假的、曇花一現的、滋味甜美的、外表好看的事物上，對充實精神生活、培養永恆的性靈卻不屑一顧。」

「是否有太過完一輩子，還不知道上帝賜給他的才能是什麼？」

「人類似乎太忙著過日子，以致不能成爲真正的人。」

「一個人若要真正的改變自己，就必須依賴自己的力量。而每個人都有能力依自己所願，改善自己個性上的任何缺點。」

「原住民懂得如何融進大自然，利用大自然，又讓大自然不受任何干擾。」

註：感謝1.林校長慨捐二千元，2.唐氏慨捐一千元，3.總務處李慧美主任慨捐二千元，贊助同學讀好書。十分盼望您贊助「讀書基金」，使全校師生可閱讀「百本心理好書」。

鏡頭內的真實——紀錄片 哈維米克的時代

電影社提供

紀錄片在一般人的觀念中，似乎就是代表著「沒有劇情的」、「無聊的」、「沈悶的」；種種不受看好的形象；當電影社有意安排這樣一個系列時，無疑是一項大膽的嘗試，不過，我們就是希望藉著這樣的活動，讓大家感受到紀錄片的吸引人之處。

一般而言，紀錄片可分爲傳統紀錄片、戲劇紀錄片和紀錄式劇情片等。簡單來說，其實就在於影片中，「真實」所占比例高低。首先登場的「哈維米克的時代」就是傳統的紀錄片，或許你在上個學期的「同性戀影展」，就發現過本片。

這次的捲土重來，是希望社員在觀賞本片時，能以另一種角度來看。相信「哈」片能獲得包括紐約影評人協會最佳紀錄片在內的無數大獎，絕對不只在於同性戀這個題材的爭議性。一部標榜著「紀實」的紀錄片，都難免露了民族大熔爐的白，在其平等自瀟灑。

了膚色之外，還存在了其他的歧視與迫害。影片終其目的，仍在追求人與人之間的相互尊重與瞭解。

歡迎社員在接下來的系列活動中，踴躍參與，一同探索鏡頭內的真實。

△電影社今晚在大義42室放映本片，非社員20元。

心語
天地如逆旅，人生如過客，來得清清白白，去得瀟瀟灑灑。