

《心理好書》王淑俐(學輔中心主任)

三分鐘生活智慧——快樂篇

出版者：絲路出版社

最近美麗、健康的歌星方季惟有首歌，唱著何謂簡單快樂的生活。當中有句歌詞大約是：「原本以為，快樂是件簡單的事。後來知道，簡單才是真正的快樂。」的確！快樂真不是件簡單的事，而在如今進步、變遷快速的社會裡，想要簡單的生活也不是件容易的事，所以，總括來說，追求快樂已成了現代人的大夢。但是不容易獲得快樂，反容易與不快樂結了不解之緣。

「三分鐘生活智慧——快樂篇」一書以五章六十八課，勉勵現代人勤做功課，以免淪入愈來愈不快樂的惡性循環。追求快樂的途徑包括：自我追尋、溝通藝術、積極生活、工作動力、享受人生的觀感，「妄想一口氣讀完六十八課後，即能擺脫愁眉苦臉、焦慮憂鬱的生活習性。應以每日做功課的方式，只要花三分鐘左右閱讀一課，然後在一天之內反芻、省思與實踐。這樣一天一天的持續下去，終有一天，自己及週遭的人會發現你的改變及快樂(這一天不會太久)。

以下謹列出幾段每課課文之後的名人語錄與您共勉：
·林肯：「人只要決心愉快，就沒有不愉快的。」

·莎士比亞：「『希望』在任何時，都是支持生命的安定力量。」
·拿破崙：「默認自己無能，無非是替失敗製造機會。」
·加菲爾：「一磅勇氣勝於一噸運氣。」
·培根：「健康的體是靈魂的臥室，有疾病的身體則是靈魂的監獄。」
·漢彌頓：「心創天國，也造地獄。」
·歌德：「有高貴品格的人是怎樣的人？是常能保持心靈平衡的人。」

△上週(4月24日至29日)本中心在大恩館2樓舉辦「百種心理好書義賣」活動，如果您錯過了，可至本中心索取目錄。
△感謝新聞學院院長馬驥伸教授贊助讀書基金二千元，鼓勵全校師生多讀好書。

《命理演講》易學社/陳國雄 姓名學的奧秘

主講人：吳豐隆 時間：今晚六時

甲：「什麼？從姓名就能看出一個人的一切？我才不信呢！這未免也太玄了吧？」
乙：「一點也不誇張，事實上只要從一個人的姓名就能分析他的個性、脾氣、健康、事業成就，甚至連每年的運氣都能算出來，信不信由你！」
「姓名學」是什麼？真的那麼神奇嗎？且聽我道來：

於目前市面上的書籍普遍受到日本熊崎氏的影響，造成有些盲點無法突破，使得學習者失去信心，甚至說姓名學不準。事實上，只要方法正確了，姓名學的準確程度不在八字與紫微斗數之下，不信的話可以來聽聽看我們的演講。
讀者來函
·華岡法律服務中心
貴報四月二十五日星期二登出一「從監考不嚴談起」一文，其中之註一所提刑法規定第一百三十七條「妨害考試罪」，易使人誤信在校內考試作弊觸犯了刑法的規定。其實該條所謂「依考試法舉行之考試」係指依「考試法」、「分類職位公務員考試法」、「公務人員升等考試法」、「外國人應專門職業及技術人員考試條例」所舉行之考試。其他如學校舉行之考試，教育部委託所舉辦之專聯考、各機關甄選人員所舉行之考試等，則均非本條文所規定之考試。所以該文所論及於學校期中考、期末考作弊之行為並無觸犯刑法第一百三十七條之妨害考試罪，僅涉及違反校規，應受校規處分。



林外傳

◎小龍女

在江湖中，武當派的張三丰、峨嵋派的妙絕師太及嵩山少林的達摩祖師，他們的武功非常高強，技壓群倫，都有其獨門的功夫。雖然他們都各懷絕招，且都認為自己的功夫最好，不過一直到那天在一年一度的比武大會上，妙絕師太、張三丰和達摩祖師三人過招了三天三夜，打了數百回合後，累呼呼的上氣不接下氣，終於……
張三丰首先開口：「實在太累了，錢歹賺，困仔又細淡，不玩了。」達摩祖師也認爲：「練武乃爲強身報國，豈是用來逞凶鬥武。」妙絕師太也說：「江湖上合久必分，分久必合，爲消除暴戾之氣，那乾脆我們聯手將各家的武功改爲『舞』一功，以輕盈優美的肢體動作，

來代替剛硬的拳法，更可藉『舞』一功來陶冶人性，使我們的社會充滿祥和之氣。」眾人皆曰：「可」，並相約每年此時要在在一處山明水秀，鳥語花香的地方舉辦「舞林大會」，並藉此機會推廣舞藝，使大家都來欣賞舞藝，並投入舞數百年後，一群銜受師命，苦學有成

的「舞」林高手，又將在風光明媚、地靈人傑的陽明山上舉辦一年一度的「舞林大會」，會中不僅有各門派的「舞」功表演，更展示練功時所需的各種兵器及秘笈，當然您在欣賞之餘，若有興趣更可報名參加「舞功集訓班」，將會有各高手爲您指導目前江湖中最新的舞藝。
舞蹈學會一年一度的「舞林大會」定於今日起至五時在大典、大義開廣場展開，歡迎華岡的大俠及美女能夠一起來欣賞切磋，更歡迎您與我們一起投入「舞」林的行列，這可是江湖中的一件大事呢！您可別錯過了。

舞蹈學會提供

坎城威尼斯影展系列專文

綠光 事物的狀態

電影社 / Tristan

一九八二年二月，在葡萄牙的一處寂寥海邊，有一棟與世遙隔的旅館。因旅遊季節已過，人煙稀少，只有一些電影外景隊人員暫住這裡。兩年，這棟旅館遭到颶風猛烈的侵襲，殘餘的建築物和游泳池看起來像是剛被炸彈炸過一樣。正因爲如此，電影公司才選擇這個地方出外景。
這部影片是根據五十年代亞蘭唐恩拍的科幻影片「危險人物」重新拍攝。幾個星期以來，工作人員住在未受損壞的旅館內，日以作夜地拍了兩個星期，直到錢用盡了，底片拍完了，才不得不下來。由製片攜帶剪好的毛片，返回洛杉磯尋求繼續拍片的財源。但製片離開後，遲遲沒有消息。最後費立茲決定親自前往好萊塢一探究竟。費立茲四處奔走之下，終於找到製片高登，高登疑心有人要謀殺他，所以把自己藏匿起來。費立

茲對此嗤之以鼻，他深信那不過是存在高登心目中的幻影罷了。但這個殺手最後出現了，並殺死了費立茲……
電影社今晚六時在大成213室播放本片。
綠光
戴菲，「綠光」的女主人翁，也正是這樣一個傻傻的大女孩，她的心情正處於這樣一種嚴重的混亂當中，她戀愛過三次，訂了婚，但又不情願就此甘休，現在她面臨了一年一度的暑假，她不知道何去何從，朋友的善意幫助也沒有用，因爲每次她都會自覺到她有自我主見而排斥了這些好意，當她在這種矛盾的惡性循環裡越陷越深，面臨絕望的時刻，她聽到這關於難得一見的「綠光」的傳說——在看到这綠光的剎那，一個人突然得到與別人互通心底真情的魔力。
導演侯麥仍保持其一貫完善結構故事主線的作風。在綠片中，他對「綠色」的處理，故事開始不久，觀眾就被他所安排的「綠色」所吸引，電線桿上的綠色告示、路上拾到的綠色紙牌等等。在這種輕鬆而巧妙的安排之下，所經營出的觀眾心理反應效果，是非常的少見。這也完全顯露了侯麥在編劇上精彩的功力。
電影社本月三日晚六時於大成213室放映本片，歡迎同學踴躍前往欣賞。

自覺奮鬥的青年導師

悼念一代大哲牟宗三先生

牟老師在多年以前曾有一篇題名為「自覺奮鬥的當代青年」的文章，文中強調：在這個時代沒有任何公共遵守的成規矩可資憑依，一切都要通過自己的考慮而建立，而作為一個時代精神象徵的青年則是自覺奮鬥的青年。換句話說就是說，這是個一切都要通過自己的考慮而建立的時代，生長在這個時代的青年更必須通過自我的覺醒而奮鬥，如此方能是一個象徵奮鬥精神的青年。

當代是個自覺奮鬥的時代，不僅對青年人是如此，就是對我們全民族來說也是一樣，因為今天我們所面臨的乃是一個相同的問題，那就是歷史文化轉型的問題，亦即是中國如何現代化的問題。我們對於周遭一切人、事、物的觀念看法、價值標準都到了必須重新審定的轉關時期，任何事體不可能再像以往那般順適自然的鋪陳在我們的面前，而必須事事都要經過自己的考慮來做決定。牟老師說：「我們處在一個轉變的時代，從不自覺到自覺。因為在這個轉變時期，外部的影響先衝破了以往的客觀文制，社會文化生活上沒有成規可守，因此一切都要通過自己的意識觀念來決定，天下從此多事，人生從此痛苦，而最受痛苦

舉例，只要是青年人。——我相信不必舉例，只要看看眼前社會所出現的種種病癥，應該可以體會出牟老師早年所說的這番話的涵意之深刻。當此之時，青年人所受到的衝擊是最顯著的，所謂：「上無道揆，下無法守。」益益欲動的青年人面對時代的衝擊少有不橫衝直撞、顛倒犯濫的。因此牟老師才特別強調惟有自覺奮鬥的精神，方是足以挺立在這個時代的青年精神。

牟老師的人格學養望重士林，也不知道我們他老人家宣傳，我們肉體生命雖然已經安息了，但是牟老師的精神生命，我們以為將不單照亮我們的國家民族，也更將照亮世界全人類的心靈。

牟老師停靈於市立第一殯儀館，訂於五月二日上午八時三十分假該館舉行處設奠公祭。

戰火孤雛

兒福學會 / 李佳琪

根據資料統計，在過去的十年當中，有一百五十萬名兒童死於戰爭，五百萬名兒童失去他們的家人，一千萬名兒童心理受到嚴重的創傷。成人間的戰爭，卻使兒童付出極大的代價。

盧安達從去年四月爆發種族衝突以來，導致幾十萬人死亡，數以百萬計的人民必須逃離家園。從盧安達逃往鄰國薩伊的邊界上，每天都有大批逃難人潮，而許多因盲目前進。他們不需要知道方向，因為他們知道，這是通往生存唯一的路。

台灣世界展望會的成員，在三月份走訪了蘇丹和盧安達這兩個飽受戰火摧殘的國家，種族之間的仇恨所引發的戰爭，隨時可能再度發生，而戰爭所引起的夢魘，又將深植在孩童心中。

世界展望會設在盧安達邊境的一失敗兒童收容中心，收容許多戰火下的孤雛，這些孩子經常半夜從惡夢中驚醒、尖叫著或跑了出去。社工人員教他們畫畫，在畫中表達他們的情緒，然後從畫中解讀他們的心事，給予心理輔導。平常給他們做一些粗活，藉以發洩多餘的精力，以免他們胡思亂想。社工還會帶他們跳傳統舞蹈，譜一些簡單的歌曲，填一些具有情感的歌詞，希望藉著文化的薰陶，使孩子心中存有愛意。

孩子心理復健，尋親工作更是倍加困難。因為種族衝突不斷，執政者輪番交替，也許身旁就是對立派系的軍隊和政府官員，誰願意冒險暴露身分去認領孩子呢？

生長在台灣的孩子，實在很難想像也無法體會此般情景，不過，卻可以替他們提供些援助。台灣世界展望會目前正進行「飢餓三十」救災戰火下的孤雛一活動，在全省發起募款，兒福學會響應此活動，於五月一日至五月五日週展活動期間內，發起募款（地點在興中堂及大義大典間），並於興中堂展示有關戰火孤雛的系列報導，當中並有書展及跳蚤市場的系列報導，歡迎全校師生能踴躍至興中堂一探究竟。

見晴夏令營

羅浮群為回饋一年來為我們辛苦付出的教職員工，故於暑假為其子女，精心籌畫一個別出心裁、毫無商業色彩、清新純淨的夏令營。這一個活動由課程安排、T恤、布章設計、教學用具，甚至菜單擬定、宵夜的製作，完全由羅浮群伙伴一手包辦！夏令營採宿舍方式舉行，內容有精心巧手的手工藝；奇妙的科學實驗；驚險刺激的追蹤旅行；感性、知性的鶯歌陶藝之旅；歡樂無窮的大地遊戲……等，保證讓小朋友流連忘返，終身難忘！

第五屆見晴夏令營，為配合本校教職員之暑期自強活動，於七月六日至七月九日舉行，並於五月十六日至十九日在羅浮群團部接受現場報名（不接受電話報名），並於五月十五日舉行行前說明會，敬請踴躍報名參加。若有任何問題，請電校內分機四九一洽華岡羅浮群！

冬山河——一條充滿希望的河

蘭友會 / 陳博文

位於宜蘭縣內的冬山河，古稱「加禮遠港」，早年是蘭陽平原的原住民——平埔族噶瑪蘭人之部落分布地帶；更是漢人移民與唐山貿易的重要河港。因此冬山河可說是一條人文薈萃的生命之河。

冬山河發源於冬山鄉境內的新寮山，由東北流向蘭陽溪口匯集注入太平洋。因附近的沙洲、蘆葦、水鳥、朝陽，加上龜山島構成了一幅美麗的圖案，是台灣最美麗的出海口。但是冬山河卻曾經是沿岸人民的噩夢，因每當大雨時，沿岸頓時便汪洋一片成了水鄉澤國，人民都因為苦。所以宜蘭縣政府在民國五十七年大刀闊斧地投入心血整治冬山河，解決了居民多年來的水患。

近年來冬山河在歷任縣長策畫下，已由一條平凡的河流轉變為融合了歡樂、運動、休閒與知識的多元化河流。位於冬山河中游的親水公園更是眾所皆知的旅遊勝地。親水公園是縣政府委託日本的集團來規畫，融和中國傳統與現代造型，設計別具匠心巧思。園內設施豐富，景觀優美，概分為划船區、涉水區、戲水區，是體能、休閒與趣味的綜合設計。整個公園是結合了政府的行政魄力，民間的

邂逅

常常想：人與人之間的關係，真的是一吊詭的。有些人的，在見面的剎那，即能心領神會對方的心思；而有些人，你一看見便會產生一種很厭惡的感覺，即使你們並沒有什麼過節，甚至於是兩個毫不相干的陌生人……很難去解釋為什麼會這樣，我想，是直覺吧！

和他初次的邂逅，是在大仁四樓的貴，在於執著；然而，情之可貴，是讓雙方都擁有自由呼吸、歡笑、獨立發展的空間，而不是將兩個人禁錮在一個狹小的圈子中。真的，覺得他真的很棒，誠摯的邀請你（妳），來認識他——國樂社。相信我，在這個充滿古典浪漫的大家庭中，你可以和我一樣，找到一群對「音樂」執著的朋友，及一顆顆時時充滿自由開放的心靈。

一角，並沒有留下任何特殊的感覺，只是我生命中的過客……然而，在一次次機緣巧合的相處中，我發現自己竟一步步地陷在質樸古典的溫柔中而無法自拔……

於是，對於與人之間的吊詭關係，有了另一番的體會。也許，也許一個人的直覺，並不是那麼的準確，那麼的絕對……有些東西，你不能一眼便看透他，需要慢慢的、慢慢的才能發現他的耐人尋味……

認識他之後，覺得自己對於感情的看法成長了許多！我想，真情之可貴，在於執著；然而，情之可貴，是讓雙方都擁有自由呼吸、歡笑、獨立發展的空間，而不是將兩個人禁錮在一個狹小的圈子中。真的，覺得他真的很棒，誠摯的邀請你（妳），來認識他——國樂社。相信我，在這個充滿古典浪漫的大家庭中，你可以和我一樣，找到一群對「音樂」執著的朋友，及一顆顆時時充滿自由開放的心靈。

熱情參與與專家的智慧，展現出自然環境與人文建設的完美結合。而未來也將陸續開發上游的森林公園與下游的水上公園，使其能與親水公園連成一氣，而成為符合其生命的之河與希望之河。

在親水公園內，不但可以欣賞各種奇妙的建築、綠油油的草地、青翠的樹木，也可在水深及蹀的涉水區內玩個痛快，更可在戲水區一睹各種水清新設施。園內遼闊，空氣清新，遠離都市塵囂，是一個適合所有人探訪的風景名勝區。

（取材自冬山河親水公園導覽）

蘭友會五月十三、十四日特舉辦冬山河親水公園之旅，除探訪親水公園外，並安排「五十二甲」沼澤地的賞鳥之行。有興趣者可於五月一日至六日到該處報名。

服務台

△廣告二於四月廿六日上午十時在大賢302室，遺失麥克風，請拾獲者送至該系辦。

卦山情

彰友週今起展開

化學一 / 張玉菁

提起彰化縣境內的名勝古蹟，首先映入眼簾的無非是那耳熟能詳的八卦山大佛。

八卦山海拔96公尺，是彰化縣境內唯一的台地，更是著名的觀光地，許多外地來的遊客，一定會到八卦山走走，一睹那大佛的丰采，此大佛為一座高達22公尺的如來巨像，其巨大的程度遠超過印度的卧佛和日本的奈良大佛，佛前有雙獅站立，此壯觀景象你能想像嗎？

只要是在彰化長大的孩子，足跡一定遍佈八卦山附近的每一角落，記得小時候總愛坐在那長頸鹿上拍照，可是長頸鹿好高哦，總要求媽媽一定要抱我上去坐坐，一上去之後又好害怕，便又急急

自在

「自在」，望文生義，應是自由無礙，擺脫一切牽絆，任性逍遙之義。

人類，作為一有情識的存在狀態，向來不曾斷絕對自由這理想意境的嚮往、追尋。「涅槃」這一自由之終極意境，便成為人們精進以趨近的標的。當然，不同的哲人智者，對「涅槃」之定義有不同的見地。這裡僅從佛教的緣起觀，來解起「自在」。

緣起，謂存在的一切皆託「緣」而現起。而緣起之存在，即非實有的、不變的，而是在許多相關條件的撮合下，有某種現象現起。存在的世間是一相互交錯、環環相扣的關係網絡。在這緣起網之中，萬緣互相牽動，時時變化，所謂「無住」即指此而言。

忙忙要求下來，下來之後呢？我還不走。我要去坐那班馬，否則我一定賴著不走。

漸漸長大後，愛上了那許願池，深深相信，只要誠心誠意地丟下一塊錢，那夢想一定會實現，這麼多年了，我早已忘了當年許下過多少願望，但這種感覺好美好美哦。在附近還有一間所謂「十八層地獄」，裡面有各種電動假人，因在人間做了太多壞事，而被迫下地獄，很恐怖吧！

八卦山的清晨充滿鳥聲，空氣又新鮮，常見許多老年人一大早便在那兒跳舞、作早操、練太極拳，甚至晨跑，直到太陽出來了，才踏著輕快的步伐回家。身處異地的遊子：提到八卦山，是不是又勾起了那濃濃的思鄉之情？我們都來自彰化，在彰友會這個大家庭裡，我們得到照顧、得到溫馨、得到真情，在這裡有我們最熟悉的人事，我們愛它，也期待它更成長。

彰友週今日起至五日在百花池廣場舉行，有特產展售、觀光區介紹等，今午並有剪綵，有興趣的同學不要錯過囉！

同時因果宛然。若是如此，人們就無可能認識這緣起的世界了，然人類的許多知識，皆由於分別而得，若一切混然，無可分別，則人們無從對現象界產生認識。於是，人們用自己的思想方式來認識了緣起的現象界，用許多框框把緣起的現象區隔起來，使許多現象的緣起相關性脫落。

從緣起觀談自在

智慧社提供

別產生矛盾，往往產生一種見地，謂外界是虛幻，內在真實的心才是實有、親切的，於是企求擺脫外在現象的牽累，以達致內心的清淨，這種思想最能引起共鳴。向外馳求的反動是，人們開始向內求「心」。

在佛教的緣起正觀中，內外的界限被打破，即無一絕對的界限存在，則心與外界為同一緣起所成，心是緣起現象的假名，是眼等六根、色等六塵、地等六界諸緣起現象的化合而成，「能知」「所知」不能截然分別，失卻連繫，現象之外，別無有一「心」。真實的「心」即不存在，內外的對立消失，自（心）他（外界）的矛盾融在緣起中，一切無非隨緣而變化，無住而生心，所謂「心包太虛」即是如此，無礙自在。

「觀」是一種智慧的照了，迎同學踴躍參加。

櫻花之語

日文學會 / 蘇怡紋

您曾欣賞過日本傳統舞蹈的優美風姿嗎？您想藉由あいら之的階梯深入學習日本語嗎？您想學得一雙會摺紙、編織的巧手嗎？

服務隊訊

（本報訊）慈安社今晚舉行集訓，參加者於五時五十分在大義門口報到。

華服伙伏研習

△華服伙伏研習室，今晚五時於隊行協會。

嘉友會社服隊

△嘉友會社服隊今晚六時卅分在大義302室例行動。

西班牙的牙視

壽啟林 / 會學劇影

西班牙，一個充滿著異國情調、熱情、不羈，而又帶著一點頹廢味道的國度。除了提到鬥牛、佛朗明哥吉他之外，大家可能忽略了西班牙的電影，像是布紐爾的「安達魯之犬」、索拉的「飼養鳥鴉」等，而在此之後更有一位才華洋溢的年輕導演，那就是——派卓·阿莫多瓦。

生活態度的聯想。「高遠的孩子、布紐爾的接班人」有人這麼說他。阿莫多瓦則覺得他的電影是「非主流」的，但是卻是一「非常」的西班牙。當時下充斥著結構主義、符號學及象徵性、微候性等等電影理論時，人們往往大嘆，電影越來越「難」看了！建議來看看阿莫多瓦的作品，跟著影片肆意的飛翔，享受無比的輕鬆與快感或是其他。

心法

為上者，必以臨深履薄之心，謹言慎行、表裡如一，為下必甚焉。故