



書名：沒有色彩的多崎作和他的巡禮之年
出版社：時報出版
索書號：861.57/8354-34/8357
作者：村上春樹 著 賴明珠 譯
(攝影/姜智越)

巡禮中面對過去的傷痛與療癒

導讀 曾秋桂 日文系教授

《沒有色彩的多崎作和他的巡禮之年》(2013年)是榮獲下一屆諾貝爾文學獎呼聲最高的日本當代知名作家村上春樹(1949年-)的長篇小說。8月發售英文版，在英國倫敦舉行簽書會，造成熱潮，被譽為「日本的JK羅琳」。

男主角多崎作年約36歲，是東京新宿某電鐵公司的工程師。也是村上小說中少見擁有固定職業的男主角。多崎作與高中時代4位同窗好友，曾經結盟為情誼深厚的「鐵五角」(3男2女)。5人當中，唯獨多崎作一人名字中沒有帶著色彩的字眼。因此多崎作覺得自己的個性毫無特性而感到自卑。在大學2年級20歲那一年，4位好友默默離棄多崎作。此事造成了多崎作莫大的內心傷痛。直至36歲那一年在女友沙羅的鼓勵下，展開分別造訪4位好友的巡禮之旅，堅強地面對過去的傷痛。

標題「巡禮之年」是鋼琴音樂集，由匈牙利著名的演奏與作曲家法蘭茲·李斯特(匈牙利語：Liszt Ferenc；德語：Franz Liszt, 1811-1886)創作而成。小說中融入音樂元素是村上慣用的手法。其中一首Le mal du pays(《鄉愁》)收錄於「巡禮之年」第一年的瑞士篇中。文中解釋：法文「Le mal du pays」的曲名意為「田園風景在人心勾起莫名的哀傷」，正是多崎作經歷好友離棄後的心情寫照。

該作品在主題上有兩個突破，一為改變主角的設定，一為試著挑戰跨越過去的創傷。第二次世界大戰之後日本社會出現的第一次嬰兒潮，被稱為「團塊世代」，而多崎作與同窗好友的父母親都屬於此族群。作品選定日本戰後出現的第二次要嬰兒潮所誕生的「團塊世代孩子輩」(團塊Junior)當作主角，而非延續一貫設定的「團塊世代」，可說是村上小說上的一大突破。另一則是主角變得更積極地勇敢面對隱藏內心的創痛。

閱讀文學作品的樂趣，即是源於利用不同角度來解讀。該書遣詞用句淺顯易懂。若已是村上春樹作品的書迷，可以與舊作對比，感受閱讀村上的無窮樂趣。

校友動態

◎本校美洲所傑出校友令狐榮達，原為駐洛杉磯經濟文化辦事處處長，於今年(2014)8月起改任駐加拿大代表。橙縣僑界，包括橙縣的臺美商會、臺灣醫師及牙醫公會、華人商會、華人獅子會、華人臺灣同鄉會、臺美公民協會、南加州旅館公會、美國中華茶文化協會等團體代表，新任副處長王秉領、橙縣主任高富家、僑務職人員程東海、許清松、趙妮妮等多人於7月31日歡送令狐處長，祝賀榮任，並期望未來令狐能重返美國任中華民國駐美代表。令狐處處長表示，橙縣僑民多為新僑，素質高、團結合作和諧，為商會、文教等各項菁英，完成許多重大活動，與主流良性互動，受到地方重視。

◎本校資工系校友馮啟豐，現任本校北美洲聯合校友總會會長，獲收錄於北京《中華頌》2014珍藏版，此書為真實紀錄優秀華人的創業生涯、生平事蹟的史料性大型文獻，2014年更聯合編纂珍藏版，以報導為民族發展積極貢獻的傑出華人們。馮校友自1992年赴美迄今已逾20年，憑藉著自我努力的態度、「Don't even ask! Just do it!」的經營理念，不斷充實自我、誠懇建立自己的人脈關係及得到顧客信任，像海綿般努力不懈地吸收、學習，努力朝向目標前進。(文/校友服務暨資源發展處提供)

編者按：本報開放教職員工來函反映意見；另與學生會合作，學生若有任何疑問可向學生會(SG203、校內分機2131、E-Mail: tkusablog@gmail.com)表達，學生會將轉交課外組，並由相關單位提供解決方案與解答，本報亦將刊登相關諮詢，促進學校和學生之間溝通。

陳韻心：榮譽學程的授課形式很吸引我 李 婕：透過議題探討，更增進思考的廣度和深度 林政遠：修讀榮譽學程，是「享受學習」的時刻

前言

為加強學生專業與培養領導統御能力，以提升畢業競爭力，本校參考國外榮譽學生制度，並結合本校三環五育的教育理念，針對大學日間部成績優異學生開辦「榮譽學程」，讓學生們能在全球化的趨勢下，培育更專業的知能、拓展國際化視野，並能夠「學用合一」，在眾多菁英的職場中脫穎而出。希望修讀學生能夠形成一個跨系所的優秀團體，進而成為淡江的特色之一。

修讀規則與現況

「榮譽學程」自101學年度開辦以來，為鼓勵學生修讀，曾放寬3項資格限制：第一，申請時其學業總成績位於該系(組)前5%以內，改為前10%以內者；第二為從每學年改為每學期向所屬學系提出申請；第三是修讀本學程之學生，每學期學業平均成績應達該系(組)該年級該班前10%以內，改為前15%以內，始得繼續修讀。以上

在邁入第三年之際，103學年度第1學期符合繼續修讀資格之學生人數計1,082人。

格之學生人數計249人，符合申請資格之學生人數計1,082人。

完成修讀條件與獎勵

取得修讀本學程資格之同學，只要大四畢業前修畢規定的課程合「進階專業」、「通識教育」，以及「課外活動」至少16學分，即可取得榮譽學程之學程證書，還會在歷年成績單上註明，畢業後將於學位證書註記「榮譽學生」字樣。此外，本校亦針對榮譽學程訂定各項獎勵措施，如參加本校碩士班甄試時可酌予加分、錄取本校碩士班可發予獎學金。詳細內容及相關規定，請參閱「淡江榮譽學程」網站。(網址：http://honor.tku.edu.tw/)

課程簡介

為使本校菁英教育更加完全，以本校「三環」為課程設計的主軸，將課程分為三大類別，分別為「進階專業」、「通識教育」以及「課外活動」，重視綜合性、挑戰性、領導性，以及專業性，冀使每位學生都能在其領域中全面發展。

榮譽學程所開設的課程皆以小班制和精緻教學為特色，各院會邀請



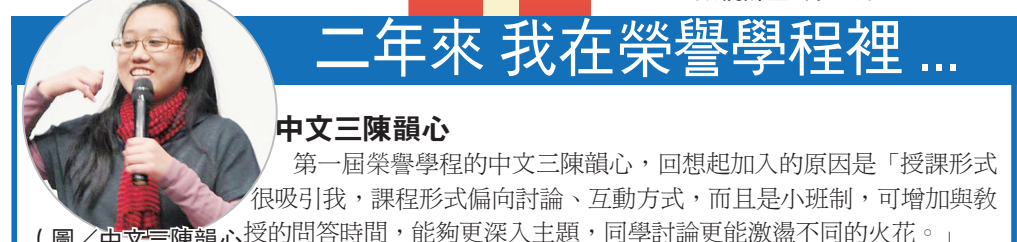
修讀資格說明

只要是新生個人申請入學新生入學選總成績位於該系(組)前10%以內者；考試入學新生入學成績(指考成績加權總分)位於該系(組)前10%以內者；大一上學期至大三上學期(建築系大四上學期)學生前學期修課學分數達15學分以上、學業平均成績位於該班前10%以內者；轉學生轉入二年級或三年級，其轉學考試成績在該系(組)該年級前10%以內者，都可以在每學期開學第二週前，向所屬學系提出申請，經教務處審核通過後，取得修讀本學程之資格。

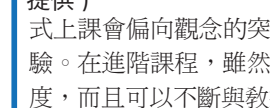
101學年度開設迄今，修讀人數如下：

學年	學期	修讀人數
101	1	122
	2	280
102	1	280
	2	295
103	1	432

※103學年度第一學期修讀人數統計至9月25日止



(圖/教務處提供)



二年來 我在榮譽學程裡...

中文-陳韻心

第一屆榮譽學程的中文-陳韻心，回想起加入的原因是「授課形式很吸引我，課程形式偏向討論、互動方式，而且是小班制，可增加與教授的問答時間，能夠更深入主題，同學討論更能激盪不同的火花。」

回顧這二年來的「榮譽學程」學習，陳韻心認為，一年級各系的統合式上課會偏向觀念的突破，並增進領導力、思考力等軟實力，對她來說是相當特別的啟蒙經驗。在進階課程，雖然處於一學期只能修一門課，小班制教學方式讓議題討論具有深度與廣度，而且可以不斷與教授交流與問答，有豐富的知識性收穫。

財金-李婕

透過思辯、議題探討的課程方式，能夠更增進自己思考事情的廣度和深度。」這是李婕在榮譽學程的課程中收穫最多的，相較於在系上的普通課程，榮譽學程的課程，給了一個全新的概念，不再如此侷限，可以廣泛地思考許多面向，藉由討論發想出新穎的想法。

也是第一屆榮譽學程學生的李婕表示，「修讀榮譽學程到目前為止，因為時間分配的得宜，並沒有什麼額外的負擔。」她也指出，榮譽學程探究式的小班課程，較有機會與老師和同學互動、討論、分享，而非單方面地聽講學習，對她來說，「這是活潑、有互動、有思考性的上課方式，在學習上更有幫助、收穫更多。」李婕鼓勵，如果在時間允許的條件下，符合修讀門檻的同學、學弟妹都來修讀榮譽學程，因為能有額外的機會學習不同領域議題、更深入的專業課程等，只有益處沒有壞處。

機電-林政遠

目前就讀機電系光電三的林政遠對修讀榮譽學程的歷程，有著獨特的見解，他表示，截至目前為止，在課程的學習上並沒有與普通課程有太多的差別或特別有收穫，但他強調，「因為不管是榮譽課程還是普通課程，皆是知識的學習。」他舉例，就像是你能不能懂藝術的人，比懂科學的人高尚或愚昧。

至於榮譽學程的課程與產業連結的相關性，以林政遠的學習經驗來說，他認為目前的學習中沒有明顯的感覺，但在上次的榮譽學程座談會中，校方也提到這類課程將會安排在三年級之後，而林政遠也抱持著觀望的角度、拭目以待。

林政遠分享他的修讀經驗後認為，修讀榮譽學程的壓力並不是來自於課程本身，而是在維持學業成績保持在10%以內，已確保抱持該學程的符合資格，他相當樂觀地說，「較於知識的收穫，這點代價也是合理的！」

對此，林政遠認為，修讀榮譽學程，是在臺灣教育中少有的「享受學習」的時刻，這也是讓他想保持成績以留在學程內的一大動力。

全民英檢秘笈

- 一、重要字彙
- 1.核心 core
- 2.核心課程 core course
- 3.塞子 (n.) cork
- 塞住 (v.) (塞水槽、酒瓶、浴缸...)
- 4.洗衣盆、洗碗盆 sink
- 5.浴缸 tub
- 6.必修課程 required course
- 7.選修課程 selective course
- 8.修學分 take credits
- 9.考試作弊 cheat
- 10.當掉了 be flunked
- 11.具競爭力的 competitive
- 12.職場 job market
- 13.聖經 the Bible
- 14.喜樂的 cheerful
- 二、填充
- 1.把洗臉盆的塞子塞住。 _____ the _____
- 2.把水放掉吧！(把洗臉盆或浴缸的水放掉) _____ the water _____!
- 3.你這學期修了幾學分？ How many _____ are you _____ in this _____?
- 4.他考數學作弊了。 He _____ on the math exam.

郭岱宗 (英文系副教授)

- 5.老師把他當掉了。 The teacher _____ him.
- 6.好老師讓學生在職場上有絕佳的競爭力。 A good teacher makes him/her students extremely _____ in the _____ market.
- 7.聖經寫著：「喜樂的心乃是良藥。」 The _____, "A _____ heart is good _____."
- 三、答案
- 1.cork; sink
- 2.Let; out
- 3.credits; take; semester
- 4.cheated
- 5.flunked
- 6.competitive; job
- 7.Bible; says; cheerful; medicine

各系優秀教師來開設研討式或探究式的「進階專業」課程；「通識教育」課程則以開拓全球視野、反省現狀及關懷社會人群能力為目標的課程設計；「課外活動」課程聚焦在創意、溝通、領導、服務4個面向，設計出同儕間的互動交流課程內容。

課程設計內涵與引領

「進階專業」課程中，各學系會安排一對一的學術指導教師，提供學生學術諮詢，導引其學術興趣及適合的專業研究領域，並針對71門學系開設客製化課程，以協助發揮修讀學生在學習研究活動中的主動性與創新性。

「通識教育」課程的範圍遍及各學門，每門課程皆由該學門的優秀教師開課，以問題導向的學習為出發點，藉由充分對談與討論，拓展學生視野並提升思辨能力。

「課外活動」課程藉由講座課程營造思考、創意的空間和氛圍，除了使學生認知團隊的領導和創意，是職場中的重要元素外，並了解業界如何將創意思維置入於實際場域，栽培學生成為全方位的領導人才。目前該課程曾邀請電算系(現為資工系)校友暨現任Google臺灣區總經理簡立峰暢談「創新思維與未來人才」、華山文創實業股份有限公司總經理張壯熙分享「團隊建立與人際溝通」、大傳系校友暨與美公關總經理謝馨慧談論「創意無所不在，聽品牌講故事」、外語學院院長吳錫德分享「如何打聽個人的文化」等講座。



QA

Q：為什麼叫做榮譽學程？

A：榮譽學程至少要修畢規定16學分，且修習學生的學期成績要持續保持在高水準上。該學程主要目的在於激發學生的潛能，藉由特殊課程訓練，強化優秀學生的學術專業能力和職場競爭力，對往後踏入社會將具有一定的優勢。

Q：如果我符合資格，要在甚麼時候申請？如何選課？

A：凡符合修讀資格者，應於當學期開學第二週前完成申請程序後，除選修各學系專業客制化課程外，於加退選期間進行網路選課。大一生僅能選修「通識教育」課程及「課外活動」課程，大二以上學生則可選修「進階專業」課程。

Q：榮譽學程學分如何認定與抵免？

A：修讀學程之學生已修習且成績及格之學程科目，均可計入畢業學分。其中學院共同討論專題課程及學院統籌之進階專業課程可申請承認為就讀學系之系選修學分；「通識教育」課程則可以申請承認為該學門之必修修學分。修畢學程且錄取本校碩士班，在學期間修習碩士班課程及「進階專業」課程且不列入畢業學分者，至多可抵免20學分。

Q：修讀本學程的學生，辦理圖書借閱是否可享有優惠？

A：比照本校研究生的借閱圖書規定。

大學4年修畢16學分 學歷升級鑲金 榮譽學程 打造淡江菁英



(圖/教務處提供)



開學症候群GET OUT

老師你好：

已經開學一陣子了，不知道為什麼，上課總是提不起勁來，一翻開書就想睡覺，老師上課教的，我也聽不下去，一心只想趕快下課休息做自己的事情。晚上反而很有精神，常常可以跟朋友打好幾個小時的電動不休息亦不覺得累，但是一想到隔天上課，又讓我覺得好懶散，甚至早上的課我也不想去，我該怎麼辦？我擔心一直這樣下去期末成績一定會不及格，我到底應該怎麼做呢？

阿國

親愛的阿國：收到你的來信，相信你一定對自己現在的狀況相當擔心吧！不知道你有沒有過「星期一症候群」的經驗？週休二日結束，禮拜一回到學校上課的經驗，那種感覺帶著一點煩悶、不情願，聽到鬧鐘響的聲音好希望多睡一點。而現在放了2個月的暑假，要重新回到學校上課，可能會比星期一症候群還要嚴重一些，就是所謂的「開學症候群」。

其實，你的狀況是正常的，很多學生可能都和你遭遇到一樣的問題，你可能會好奇，為什麼會有這「開學症候群」的情形發生呢？老師這裡提供你一些可能的原因，你可以和自己的狀況對照看看。

會發生「開學症候群」的學生有可能是在休假期間沒有得到充足的睡眠與放鬆，總是習慣

熬夜晚睡，即使去旅行，行程也是從早排到晚、想把每一分每一秒，因而過於興奮或是失眠，導致生理時鐘大亂。

想當然在收假時，一時要調整作息當然就不是太容易，同時更可能會為那些等待著我們的工作、學業而緊張睡不著。

另外，也有可能是因為經過一段長時間的假日後，突然要面對生活的壓力及規律的生活，而產生的抗拒上學、害怕焦慮、心情低落，比較嚴重時有些人也會出現心理和行為表現不一等身心症狀。

面對開學症候群，可從以下幾點調整自己：

一、充足的睡眠：想要保持健康的體魄和充沛的體力，每天必須要有足夠的休息時間，而最好的休息方法就是睡眠，養成固定的睡覺和起床的時間，如此不但能確保充分的休息，亦可增強學習能力跟提高做事效率。

二、正確的飲食：應該要均衡攝取各類食物，因為沒有一種食物包含全部人體所需要的營養素。人體最理想又最確保的熱量來源是五穀、麵食等碳水化合物，有人因為怕胖而不吃澱粉，或是只吃蔬菜水果其他都不吃，這都是不對的，健康的體魄，是來自於飲食均衡，攝取每一類食物。

三、良好的運動習慣：運動可以消耗身體過多的熱量，幫助人體維持適當體重，理想體重算法：男性=(身高-80)×0.7公斤；女性=(身高-70)×0.6公斤)，來增加身體的柔軟度，減少受傷的機會；紓解壓力且保持愉悅的心情面對生活中的挑戰。

四、規律的生活：想要盡情地享受生活，得先要會規畫，並專注去做，集中注意力能幫助你順利地在時間內完成所計畫的事項，剩下的時間就可以自由地運用。

五、不斷的學習：娛樂只是短暫的快樂，知識是跟隨你一輩子的財富。俗話說：「知識就是力量。」現在的科技和資訊日新月異，要時時刻刻充實自己才能保持競爭力。

如果調整後狀況依舊沒有改善，歡迎你到商管大樓B408室，來找輔導老師談談。輔導老師可以根據你的狀況給予建議，協助你將注意力重新放回課業學習。

老師 筆