



「創造自己喜歡的生活姿態：從設計思考到瑜伽哲學」；
「當人生沒有標準路線：命理作為跨領域的轉譯」

📅 演講日期：115 年 3 月 19 日(四) 18:30~20:30

📍 演講地點：國際會議廳第二演講室

本學期第一場跨領域產業沙龍很榮幸邀請到徐佳穗學姊和邱奕齊學姊。由生涯組陳孟莉組長引言為此場講座揭開校友職涯歷程分享序幕。



第一位講者是徐佳穗 Anita，她從(中文系 101)畢業後跨足(工業設計研究所 105)，曾是業界頂尖的 UX 設計師，現在則是一位瑜伽老師與自由接案設計師。她與我們分享，如何透過「設計思考」與「身體覺察」，在流動的職涯中，親手設計出自己喜歡的生活姿態。

第二位是邱奕齊學姊，(台文系 102)畢業，一路攻讀到英國曼徹斯特大學博士。然而，她選擇將深厚的人文訓練轉向「命理」領域，創立了「苾醞命理」。她告訴我們，當人生沒有標準路線時，命理如何成為跨領域的轉譯工具，以及幫助我們理解世界。兩位學姊的人生看似走在不同的道路上，但共同點是——她們都勇敢地走出既定框架，為自己創造了個人獨特的職涯樣貌與生活方式。



從中文系到設計領域

成大中文系畢業的徐佳穗學姐，大學時期並沒有只停留在文學領域。因為對設計與創作產生濃厚興趣，在學期間持續跨修工業設計相關課程，也在課餘積極參與共享空間、餐飲經營與策展活動。

她曾協助經營民宿、參與創立共享空間，也擔任餐廳店長與設計補習班國文老師。對當時的她而言，許多事情雖然看似彼此無關，但每一次嘗試都讓她更理解自己，也慢慢累積溝通、整合與創造的能力。

學姐分享，大學是人生中最適合探索的階段。相比進入職場後需要考量收入與生活壓力，在學生時期跨出舒適圈的成本更低，也更有機會透過不同經驗認識自己。

進入 AI 新創公司

研究所畢業後，進入 AI 新創公司擔任 UI /

18 May 2026

UX 設計師。當時台灣的 AI 產業仍在早期發展階段，她不只負責介面設計，也參與產品流程規劃、團隊溝通與使用者研究。

在新創公司裡，她經常需要同時處理不同工作。除了設計介面，也要與工程師溝通產品邏輯，甚至參與國外客戶訪談與系統測試。這段經歷讓她意識到，設計不只是美感，而是如何理解需求、整合資訊，並真正解決問題。

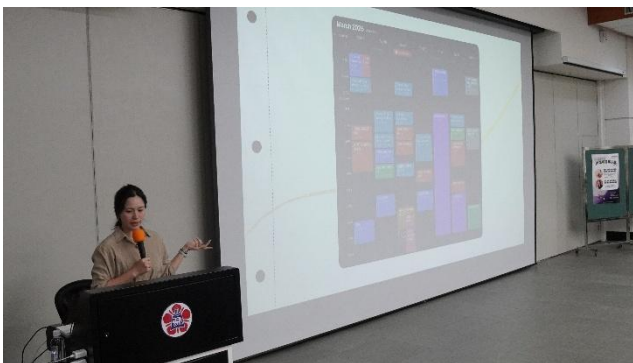
她也逐漸從單純的設計角色，開始接觸產品管理與跨部門協作。對她而言，真正重要的不是「會不會設計」，而是如何讓不同的人能夠一起工作、一起理解同一件事。

後來，公司經歷縮編與營運壓力，工作環境與生活節奏也逐漸失衡。長時間高壓工作讓她開始感到疲憊，於是接觸瑜伽，希望透過運動調整身心狀態。

一開始，她只是想讓身體放鬆、改善壓力，但在長期練習中，她慢慢發現瑜伽不只是身體訓練，更是一種重新理解自己的過程。

從空中瑜伽、流動瑜伽到呼吸與冥想，她逐漸學會觀察自己的狀態，也開始思考，自己真正想要的生活是什麼。

後來，她完成師資培訓，開始兼職教學。對她而言，瑜伽課不只是動作指導，而是一種與人互動、陪伴與創造的過程。她也將過去設計訓練中的觀察能力帶入教學，仔細記錄課程內容、學生反應與身體感受，慢慢建立出屬於自己的教學方式。



從設計師到瑜伽老師

成為自由接案設計師與瑜伽老師後，學姐開始重新思考「工作」與「生活」的關係。

她分享，過去總認為職涯應該是一條明確的道路，但真正進入社會後才發現，人生更像是不斷延伸的地圖。每一次轉彎、每一次探索，都可能帶來新的可能性。

對她而言，跨領域並不是放棄原本的專業，而是把不同經驗重新整合，長成屬於自己的樣子。無論是中文背景帶來的敘事能力、設計訓練培養的邏輯思考，或是瑜伽練習中的身體覺察，最後都成為她生活與工作的養分。

講座最後，學姐鼓勵學弟妹，不需要急著替未來下定義。現在的跨域時代，不再只有單一路徑，每個人都可能在不同階段重新選擇方向。

她認為，大學最重要的並不只是找到「正確答案」，而是在一次次嘗試中，慢慢理解自己的喜歡與不喜歡，找到真正適合自己的生活方式。

「人生沒有標準路線，很多當下看起來繞遠路的事情，最後都會變成未來的重要養分。」



從標準人生中轉身，走向沒有範本的道路

本場講座第二位講者，是成大台文系畢業、後赴英國攻讀博士的邱奕齊學姊。她以自身經歷分享，談論從學術體制、身份焦慮，到跨域創業與自我重建的歷程，也帶領學生重新思考：「當人生沒有標準答案時，該怎麼選擇？」

學姊坦言，自己過去一直是社會眼中「非常符合主流標準」的人。從求學到研究，一路都走在被認為成功、穩定的道路上。她形容自己像是待在一個被大家認可的框架裡，努力扮演著「好學生」、「高學歷者」與「未來學者」的角色。

然而，越符合期待，她卻越感到恐懼。她害怕，一旦這些標籤被撕下之後，自己究竟還剩下什麼。因此，她曾不斷說服自己繼續往既定方向

前進，因為「大家都這樣走」，跟著主流似乎就不會出錯。但她後來發現，安全感不一定代表真正適合自己。



往反方向游的人

學姊以魚群作為比喻。當海裡大部分的魚都往同一個方向游去，那裡或許代表安全、穩定與舒適，但她卻選擇朝反方向前進。即使那條路充滿未知，甚至可能通往失敗與深淵，她仍然想知道，真正屬於自己的方向究竟在哪裡。

從成功大學畢業後，學姊前往英國倫敦大學亞非學院攻讀碩士，之後持續完成博士學位與研究工作。若從履歷來看，她的人生幾乎是一條典型的學術道路——讀博士、進入大學成為教授。

然而，真正走進這條道路後，她開始產生疑問。她分享，自己在疫情期間完成博士學位，但當時因疫情嚴重，學校取消畢業典禮，她只收到一張薄薄的畢業證書。那一刻，她突然感到迷惘：「這樣就算畢業了嗎？」之後，她開始向世界各地的大學投遞教職申請，包含美國、英國、荷蘭、德國、加拿大等地，但最終都未獲錄取。這段經歷讓她第一次強烈感受到，「博士」既是成就，也可能成為枷鎖。

被困在高塔中的研究者

學姊提到，自己其實一直熱愛研究。她喜歡拆解問題、分析邏輯、尋找證據，也喜歡觀察人與社會。

但她後來發現，自己並不喜歡被困在學術高塔之中。她形容，文學研究常常是一個人待在書堆裡，與前人的理論對話、辯論，再試圖寫出屬於自己的觀點。久而久之，她開始思考，這真

的是自己想要的人生嗎？

她意識到，自己真正想做的，不只是待在體制內與理論對話，而是走進真實世界裡，看見人們如何面對生活中的困難與選擇。

她想研究的，是「人」

她想理解，人們如何跌倒、如何掙扎，又如何重新站起來。

從學術跨向命理與跨域創作

近年來，學姊創立命理品牌，同時身兼作家、譯者、留學顧問與大學兼任助理教授，也持續投入跨領域工作。她出版中英文命理書籍，希望打破大眾對命理「迷信」、「通靈」或「詐騙」的刻板印象。

她認為，命理並不是神秘預言，而是一種理解人的工具。

在她眼中，命理結合了心理學、社會學、人類學與人文敘事，透過人的性格、選擇與習慣，分析人生可能產生的趨勢。它不是替人決定命運，而是幫助人更理解自己，進而做出選擇。

學姊也分享，若沒有博士訓練帶來的批判思考與研究能力，她未必能建立現在這套屬於自己的方法。因此，她並不後悔曾經投入學術道路，反而認為，那些過去都成為現在的重要養分。



人生沒有唯一正確答案

學姊特別提到，過去社會總習慣告訴年輕人，要找到最穩定、最正確的道路，但在快速變動的時代裡，跨領域與非典型人生反而越來越常見。

她認為，比起追求「最正確的選擇」，更重

20 May 2026

要的是找到真正適合自己的方向。

她分享，許多人曾問她：「我適不適合當命理師？」但她從不直接回答「適合」或「不適合」。她更在意的是：「你想成為什麼樣的人？你想用什麼方式去做這件事？」

因為人生沒有固定模板，每個人都能創造屬於自己的樣子。

她也提到，很多事情在當下看似失敗，甚至令人痛苦，但多年後回頭看，才會發現那些經歷其實改變了人生方向，甚至成為重要的轉折點。

真正有意思的人生，都沒有範本

講座最後，學姊提到自己在英國求學期間，曾數度與危險擦身而過，包括爆炸事件與宿舍火災等經歷。這些事件讓她重新理解「臣服」的意義。

她認為，臣服並不是放棄，而是在面對未知與困難時，仍然願意勇敢前進。

她也鼓勵在場學生，不必急著替自己的人生下定義。這個世代最大的可能性，正是「沒有固定答案」。

「很多真正有意思的人生，都沒有範本。」

或許正因為沒有人走過，所以才值得成為第一個開路的人。

Q&A：

Q1：想問奕齊學姊，你在人生過去到現在最重視的是什麼？後來有沒有改變？為什麼會改變？

A1：學姊說，她其實一開始最重視的是家庭。自己很多時候會覺得人生的選擇，其實是受到家族期待影響的，包括一路讀書、讀到博士，其實某種程度上也是希望符合家人覺得「比較好的路」。所以那段時間，她其實是很在意「被認可」這件事情。那個過程其實慢慢會累積一種感覺，就是你會開始不知道：「那如果把這些期待拿掉，我自己到底是誰？」所以後來她開始轉變。她說現在的她，重視的已經慢慢變成「自己」。這個「自己」不是變

得自私，而是開始回到一個問題：就是你做的選擇，是不是還是你認同的？你是不是還活在你自己的人生裡？她也提到，這個轉變不是突然的，而是慢慢累積到某個時間點之後，才開始真的改變。



Q2：佳穗學姊，我本身也是跨領域的人，但現在每天都很混亂，事情很多，都被 deadline 追著跑。想問你是怎麼管理時間的？因為你看起來安排得很清楚。

A2：她說自己主要是用 Notion 去做整理，但重點不是排很滿的行程表，而是「紀錄」。她的方式比較像是：每天記錄自己到底做了什麼事情，包括工作、休息，甚至連午睡都會記。然後她會用一週一週去回看：這一週的時間到底花在哪裡。她說這件事情很重要，因為很多自由工作者會有一個問題，就是「忙了一整天但其實沒有產出」。如果發現自己一週休息很多，她會去想：是不是身體真的需要休息？還是其實時間被無意識消耗？

Q3：奕齊學姊我想問你是怎麼成為命理老師的？一開始是怎麼學的？一定要拜師嗎？還有是不是很花錢？另外這個工作是不是很需要人生經驗？

A3：學姊說，她是從 12 歲開始接觸命理，但那個時候其實不是因為家人或宗教，而是因為她一直在想一件事：人生到底是什麼？因為她會覺得，不管是誰，最後都會經歷生老病死，那中間這段人生到底可以怎麼過？所以她一開始其實是從人類學、哲學開始看，再慢慢走到命理。學命理這件事確實是長期累積的，不是突然學會的。至於要不要花錢，她說是要的，但不是單純買課，而是「整合知識」。因為她自己前面已經自學了很久，後來去上課比較像是把原本零散的東西整理

成一個系統。她也說，她後期確實有花兩年左右去上比較系統性的課程。至於人生經驗，她的看法是：不一定要人生大起大落，但要看你想成為什麼樣的命理師。她說有不同類型，比如：有人適合分析型，有人適合陪伴型。她自己比較偏分析跟結構，但她覺得每個人都可以有不同路線。



Q4：佳穗學姊，我想問當一個人開始更誠實面對自己之後，常常會跟身邊的人價值觀不一樣，甚至不被理解，要怎麼處理這種狀態？還有當選擇變多的時候會很焦慮，要怎麼辦？

A4：這個問題其實她現在也還在經歷。她說，當

你開始誠實面對自己，一定會遇到跟別人不一樣的地方，尤其是家人或很親近的人。她覺得第一件事是要先接受一個事實：不是每個人都會理解你。但不理解不代表不能存在。她說她現在的方式是：有些事情可以溝通，但有些事情其實不一定能完全說服對方。但可以做的是，讓對方知道你是愛他們的，只是選擇不同。她也分享，她以前其實很抗拒一些家庭期待，但後來慢慢變成：先理解對方在意的是什麼。例如她提到婚禮的例子，她原本不想辦傳統婚禮，但後來她去理解家人真正想要的其實不是形式，而是「被看見」跟「安心」。所以她後來是用折衷方式去處理，而不是直接對抗。不是完全順從，也不是完全對抗，而是找到可以共存的方式。

今天的演講中學姊們都用自身經驗告訴我們：科系不是框架，而是起點；相信透過今天的分享，同學們也能從不同角度思考：當未來沒有唯一答案時，我們可以如何理解自己、做出選擇。今晚，我們從成大出發，看見了無限版本的人生，也為自己的下一步，多添了一份勇氣與想像。

114-2 期中宿舍送暖活動

115年4月22日辦理學生宿舍期中送暖活動，本次參與人數為1,900人，動員50名宿舍服務人員協助發放光復、勝利、敬業、東寧等4大宿舍區。本次活動與敬業餐廳及合作社合作，供應炸物及小西點。



此活動結合SEL理念，透過輔導員口頭與海報宣導，更用炸物的溫度傳遞宿舍的關懷，讓住宿生在壓力爆表的期中考時刻，與室友、同學一同享用，以獲得片刻的放鬆與小確幸，不但能讓居民感受到宿舍的溫暖人情味，也讓準備考試與報告起來更有動力。

