



一個名為 「海官人」 的斜槓青 年

“Naval Officer”: A Multi-Faceted Youth with a Cross-Disciplinary Career

著者／蔡芮蓁 Cai, Ruei-Fen

海軍官校正期 115 年班 Naval Academy, Class 115

我坐在電腦前，準備寫下這篇文章之時，不斷反覆思考應該要從哪邊下筆呢？官校生活精彩的程度不絕於一般大學，實在是不知道該從哪裡告訴大家這些精采的故事，想來又想去，一個聲音竄進我的腦袋中，那就從這裡開始吧！

「合力，3，2，1，wooz！」

簡短而有力的口令從泳池內部傳出，那是龍舟隊的學弟妹們正揮灑著汗水，坐在盪槳池中賣力地延伸自己的身體，盡全力把槳插進水中，奮力起身向後將水往後送，再重新回槳向前，並且重複一樣的動作。每一滴汗水落下的

聲音都彷彿在訴說著堅持與信念，盪槳池內回蕩著團隊協作的節奏，就像一首只有隊員們才懂的協奏曲。

龍舟隊是海軍官校最強的代表隊之一，除了每年在各項比賽中獲得佳績外，更強調的是「團結一心，榮譽至上」的精神。這樣的信仰並不是口號，而是在日復一日的艱苦訓練與共患難的情誼中慢慢被刻進心裡的。當初我還是個剛入隊的小學妹時，對這一切既敬畏又陌生。

記得剛進入龍舟隊那天，那時的我穿著還有點寬大的運動服，雙腳微微顫抖，腦中一遍遍地浮現傳說中「六圈跑步」、「衝刺八百」、「單槓十組」等讓人倒抽一口氣的訓練項目。學長們的身形就像是漫畫中的主角一樣誇張：肩寬腰細、肌肉線條分明；而學姊們則精實俐落，連吼出的口令都讓人不寒而慄。我心想：「我真的可以撐得下去嗎？」

然而，正是這份未知與挑戰，吸引我一步一步踏上這條路。剛開始的確很辛苦，常常訓練到全身酸痛、手起水泡，但每當我回頭看看和我一起咬牙撐過的同學們，心中那份歸屬感與榮譽感就愈發強烈。我們不再只是隊員，更

像是一個為夢想齊心奮戰的戰友群體。從一起在寒風中衝刺、在訓練中被學長姐叱責，到出征比賽一同為海官爭光，那些汗水都轉化為我們共同的記憶。

一次端午節的比賽讓我記憶深刻。抵達會場時，濃濃的陽光與熱氣早已籠罩愛河，而我們聚在一起，喊著口號，像一支真正的部隊。比賽開始時，我坐在鼓手的位置上，感受到整艘龍舟因隊員一致出槳而產生的推進力，那一刻我深深體會到什麼叫做「人槳合一」。最終，我們奪下大專組冠軍，當站上頒獎台那刻，隊長的雙手緊握獎牌，興奮的笑容抵擋不住，這是我們努力不懈最好的證明。

好奇故事的主角我是誰嗎？我是一名海軍官校應用外語系三年級的學生，也擔任了系學會的公關。應外系是官校唯一一個文組相關的科系，不過別





以為我們一整天都在讀英文。這裡的課程結合了多元語言學習與實務應用，除了英文之外，還有德文、西文、日文、法文等語種作為第二外語可以選修，讓我們在語言的世界裡自由探索。

其中我印象最深的一門課，是我們的「情境模擬演練」，教官會設定各種海軍可能遭遇的情境，讓我們用英文進行通訊模擬或外賓接待。例如模擬一場艦艇誤入外國海域的應對會談，每一個發言都要精準、沉穩，不只考驗英文能力，也訓練我們的臨場反應。曾經有一次輪到我扮演艦長，開口講英文時我聲音還在發抖，但後來靠著平時司儀訓練累積的膽量，我漸漸克服了緊張，穩定地表達自己的立場，那次模擬獲得教官高度讚賞，也讓我開始對「語言領導力」這件事有了新的認識。

系學會的工作也十分繁雜。身為公關，我需要聯絡外校來賓、邀請表演團體，還要處理與外部廠商的合作事項。迎新晚會的時候，我還記得我們想邀請某間大學熱舞社來表演，卻因日期和行程變動無法敲定，我不死心地連續三天打電話、寄信去協調，最後終於成功喬到時間，讓大家得以欣賞

熱舞表演。那一刻我才真正體會到「溝通」的價值，有時候不是說得多漂亮，而是你是否真的願意多堅持一步。

除了課業與系學會，我也同時擔任代理學習中隊長，這是官校女生隊恢復編制後的第一任代理學中。這個職位不只是個名號，而是肩負責任與信任的象徵。面對中隊裡性格迥異的學妹們，有時候就像帶著一群精力充沛卻沒有方向的小老虎，既要給予空間，也要學會適時引導。曾經有一位學妹因為家庭壓力情緒低落，默默把自己隔絕在生活之外。起初我沒有察覺異狀，是她的同寢好友來告訴我後我才主動找她談。那次談話我們坐在我寢室的地板上，她說著說著就哭了，我靜靜聽著，沒有催促也沒有評論，最後她抬頭看著我說：「謝謝學姊，我以為沒有人會發現我不對勁。」那一瞬間，我才真正意識到，一個好的領導不在於你喊多大的聲音，而是你是否願意低下身子，走進別人的內心。

我也會在晚上熄燈後，利用點名時間後的小空檔，輪流關心學妹們的情緒與生活。有時候是考試壓力，有時候是感情問題，甚至只是單純想吃雞排但因為體能管制不能吃的小小失落。

這些對話雖然瑣碎，但卻逐漸搭起我們之間的信任橋梁，也讓我學會傾聽、懂得柔軟。

「降旗敬禮」



官校的生活節奏快到令人喘不過氣，有時一整天忙完後，甚至想不起來自己中午吃了什麼。但

每一個廣播時段、每一場典禮、每一次課前集合，我的聲音都會從播音室裡傳出。身為總隊播音，我負責播放起床打滴、用餐時的音樂、熄燈就寢的廣播，這些看似簡單的播音內容，其實背後都有一整套的標準作業流程和訓練。

還記得剛開始練習播音的時候，最讓我崩潰的不是發音不標準，而是我那「過於缺乏感情」的聲音。學姊嚴肅地說：「你以為你是機器人嗎？」於是我開始改變自己的語調和語速，一遍又一遍地練，從清晨五點半的晨喚，到晚間十點的熄燈播音，每一個字都要鏗鏘有力。後來甚至學會了如何操

作音控機器，簡單排除設備故障，從一開始連麥克風怎麼開都不清楚，到現在可以在3秒內切換備援系統，這些能力都是從一次次錯誤與緊張中累積起來的。

「海軍軍官學校五月份月會暨專題講演，典禮開始。」

這句話在官校無人不熟悉，而我是那個站在台前，用穩定聲音開場的司儀。在司儀的訓練中，我學會的不僅是如何站姿筆挺、語音準確，更重要的是「臨場反應」。官校的每一場正式典禮都有嚴謹的流程，但難免會出現突發狀況。曾有一次在戶外的大型典禮中，風聲太大，我的音量被整個吹散，第一遍口令完全沒人聽清楚。我趕緊在心中默數三秒，用更深的呼吸從腹部發力，再次下達口令。那一瞬間我才真正理解，當你是唯一發聲的那個人時，你必須帶著全場的注意力，不能有一絲猶豫。這個能力，也逐漸轉化成我日常生活中的自信，無論是在報告、主持、還是部隊集合時，都能穩定發揮。



「Hello, my name is Renee, it's my pleasure to be a tour guide to lead you guys to see our academy.」

從在校擔任導覽志工開始，我就開始練習如何用英文自信地與外賓互動。每一次接待，都是一次語言與膽量的磨練。左營的海軍故事館，是我另一個駐點。在這裡，除了向外賓介紹臺灣海軍的發展歷史與裝備變化，更是學習怎麼用不同方式說「同一個故事」的最佳場合。有些遊客喜歡數據與年份，有些則對人物故事興致盎然，我漸漸學會觀察對方的反應，調整導覽節奏與語調，這不僅訓練了我應對進退的技巧，也讓我在不知不覺中開始享受用英文與陌生人對話的過程。

也是因為這些經驗，我有幸代表學校參與了美國海軍官校舉辦的國際事務交流研討會。這段旅程可以說是我人生中的一次重要轉折。在美國的那幾天，我見到了來自世界各地的軍校生——德國、日本、加拿大、英國、以色列…每一位參與者都是各自國家的佼佼者，而更讓我震撼的是，他們幾乎都有一個共通點：極度自律。清晨五點，還

沒天亮，有人已經在健身房訓練；課堂上，他們聚精會神地與講師互動，會後還會回頭筆記討論；晚上即使有活動或晚宴，還是有人堅持做完當天的任務才睡。他們的生活節奏像時鐘一樣精準，讓我一度以為自己已經夠努力的生活其實還有很大的成長空間。

我記得有一位來自美國馬里蘭州的四年級學姐曾經跟我說：「軍校生活從來不是為了成績或榮譽，而是訓練我們成為能面對任何挑戰的人事物。」這句話讓我重新審視了自己的目標與動機。我開始更嚴格地規劃每日的作息，分配每一分時間給自己與別人應該負起的責任。雖然回國後官校生活依然忙碌，但我的心態變得不一樣了。不是因為環境變輕鬆，而是因為我更有底氣面對壓力。

雖然官校生活節奏緊湊，但我始終相信：「只有照顧好自己的身體，才有能力照顧他人、承擔責任。」因此，即使課務與幹部工作壓力沉重，我仍然會利用課餘時間去重訓，為自己打造一副更強壯的體魄。龍舟隊帶給我的是體能底子，而重訓，則是讓我在身心上更加堅韌的方式。

重訓對我來說不只是為了外表的改

變，而是一種與自己對話的過程。每一次深蹲、硬舉、臥推的重量增加，都是我挑戰自己極限的一次證明。當手上的槓鈴越來越重，卻還能咬緊牙關完成目標，這種成就感讓我在其他壓力面前也更從容、更有勇氣。更重要的是，透過不間斷的訓練，我學會了時間的管理。每天要在課業、幹部職責、導覽志工、司儀訓練之間找到空檔進健身房，意味著我必須非常精準地規劃每一段時間、調整每一份行程。慢慢地，我不再害怕「沒時間」這件事，而是學會讓時間為我所用。

有人說重訓是一個人的戰鬥，而我在這樣一場又一場與自己的比拚中，學會了堅持、紀律與內在的穩定。這些特質不僅體現在重量訓練中，更落實在我作為一位學習中隊長、播音、司儀、系學會公關、雙語導覽志工的每個角色中。

回頭看這三年的官校生活，我時常在想：「**到底什麼才是我的標籤？**」是龍舟隊的選手？是總隊播音？是中隊長？還是雙語導覽志工？在別人眼中，我的身份也許很多元，但在我心中，這些角色從來不是彼此衝突的選項，而是共同構成我成長軌跡的每一塊拼圖。

「斜槓青年」不只是代表身兼多職，更象徵著一種不願被單一標籤定義的生活態度。在官校的每一天，我學著在不同領域中找到自我價值的延伸與拓展，不管是在汗水中咬牙堅持的體能訓練、在眾人面前穩健播音的聲線，或是用英語帶領外賓看見臺灣海軍風采的自信神情，這些種種，都是我作為一個「海官人」的真實樣貌。

「海官人」不是一個頭銜，而是一種精神。它代表著不怕挑戰、不怕吃苦的堅持，也是一種願意不斷學習、突破自我的勇氣。在這座訓練未來軍官的搖籃中，我學到的不只是如何領導、如何服從，更重要的是，我學會了如何在角色轉換之間保持熱情與專業，如何在人群與孤獨中找到自己的方向。我不是最特別的一個，但我希望自己是一個「願意多走一步」的人。未來的路還很長，而我會繼續以斜槓的姿態，帶著海官人的信念，走得穩健、走得踏實，並且走得光榮。👮‍♂️