

中華民國八十九年元月一日創刊

嘉 監 園 地

發行人:蘇慶榮 出版者:法務部矯正署嘉義監獄 嘉義縣鹿草鄉豐稠村維新新村一號



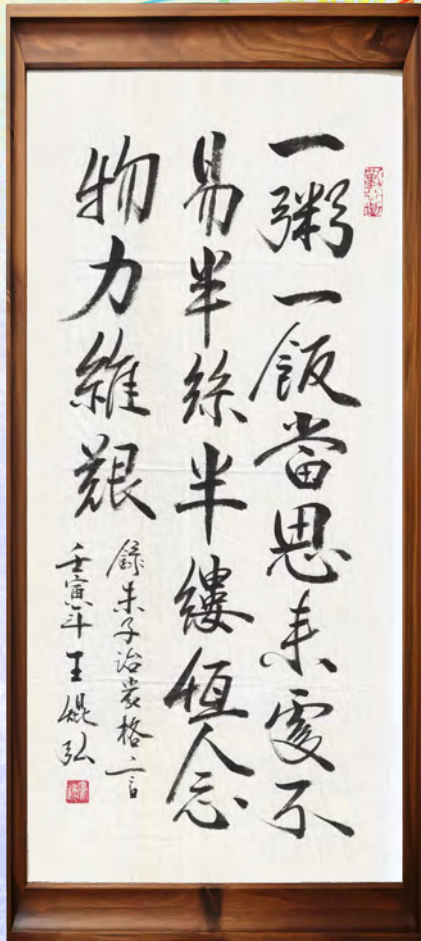
13工 3378 王○忠



4工 1239 蔡○弦



0659 張○惠



空大 1725 王○弘



4工 0109 朱○琳



5工 1898 劉○智



「愛在雲端～電子家庭聯絡簿」之申請條件放寬了！！

(編輯聊天室)

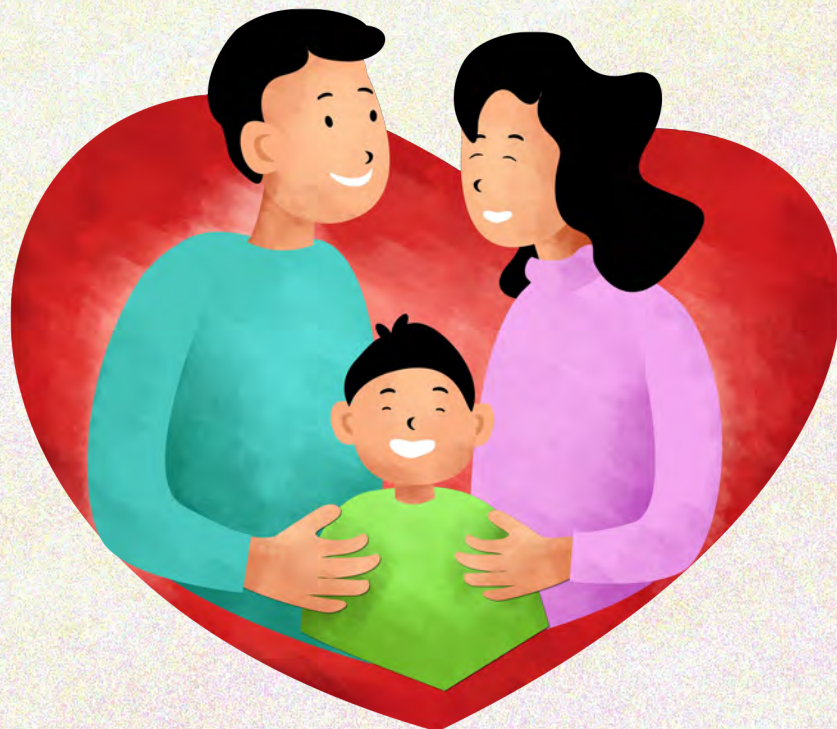
教化科 劉教誨師 魁元

法務部蔡部長清祥曾於就職典禮致詞中特別提到：「受刑人除接受制度內的戒護、教化外，若能得到家人從旁鼓勵，相信會有相輔相成之效，因此應特別重視與受刑人家屬一起感化的功能，尤其是需要戒除毒癮的人，當他們信心薄弱時，能發揮親情的力量，相信渡過難關成功戒毒的機率會比較高」為增進收容人之家庭支持，以多元方式提升收容人及其家屬之鍵結強度，法務部矯正署於112年12月1日第三次修正愛在雲端～電子家庭聯絡簿實施計畫之對象、頻率、限制及接收資料期限、限制等。

爰將此次修正部分略述如下：1.原「旁系二親等內親屬或與其子女共居之家屬」，修正為「三親等內之旁系血親、二親等內之姻親或共居之家屬」（家屬與收容人為同一戶籍，或持有同居證明者）；2.文字原以120字為限，修正為文字以150字為限。

「有愛·無礙」，希冀同學能多藉由與家屬之通信、接見等方式，讓家人知悉愛在雲端～電子家庭聯絡簿之申請條件已有放寬，以增強收容人與家屬之連結鍵。例如修法前叔伯、姑姑、阿姨等屬三親等之旁系血親，以及雖同居但未有子女者均未符合申請條件，此次修法之後均可申請。

疫情期間，電子家庭聯絡簿除可使家屬免於舟車勞頓，減少疫情感染風險外，尚可透過電子家庭聯絡簿即時傳達彼此互道問候，感受親情溫暖，希望同學能好好善加利用。



人生何懼？

11工 0683 陳○豪

聖經裡有段耶穌對門徒說的話，祂說：「不要為生命憂慮吃什麼，不要為身體憂慮穿什麼？因為生命勝於飲食，身體勝於衣裳。你看空中的飛鳥，也不種也不收，神尚且養活他們，你們比飛鳥是何等的貴重呢！」

人的一生活本就充滿許多未知，我們無法逃避，只有去面對、去掙扎、去努力，改變我們可以改變的，盡一切我們可以努力的，人生也會因而精采萬分。縱使走進低谷，卻因為我們沒去過那個山谷，讓心中充滿好奇，也該有信心面對。即便失敗也不要緊，誰不曾失敗呢？當我們抱持這種態度面對未知，我們為什麼要害怕呢？

人生充滿未知，我們無法知道明天將會發生什麼事，也找不出方法讓自己生命加上哪怕一分鐘、一秒鐘。誰也不知明天會不會生病，會不會碰到什麼意外，或者心臟病發作、腦中風，一下子便奪去我們生命。既然如此，我們該好好想想，生命中又有什麼是我們可以緊緊掌握的呢？

每個人來到世上豈不兩手空空，離開也是兩手空空，所謂：生不帶來，死不帶去。那麼，人生裡有什麼好執著的呢？我們又有什麼好害怕失去的呢？既知我們可以改變的有限，何不在臨困境的時候做出最大的努力；既知有些事情是無法改變的，何不鼓起勇氣當我們一切盡了力，剩下的呢？我們就該用一顆好奇和喜樂的心來迎接人生，為生命譜上美妙的樂章！



想見幸福

陶藝 1228 徐○正

大部份人都渴求幸福，有誰不冀望幸福的到來呢？然而幸福總是如此抽象，甚至有時還帶著幾分飄渺，我們可以感覺領會，卻難以具體用語言文字細加描繪。

那麼，什麼時候我們才能看見幸福呢？我以為，當我們心懷感恩時。仔細想想，儘管生活中充滿平凡、平淡和真實，可是，在許多微小之處，依舊散播著溫馨與芬芳。

我們常認為，自己必然是因為快樂而感恩，其實並不是這樣，而是心存感恩才使我們覺察到由衷的快樂。

因為心懷感恩，讓我們不抱怨，不生氣，不指責他人，也讓我們對旁人的善意，寬宥，諒解而心生感謝，我們更能因此在平靜中察覺到自己的喜樂和幸福。

所以，我們不宜老是關注自己所沒有的，心生沮喪；而是要珍惜自己所有的時時感恩，便能清楚知道想見的幸福駐足在自己心中。

當我們願意為自己擁有一切而獻上感恩，這時幸福就已經在眼前了。

幸福在那裡呢？或許就在家人平安的笑容中；或是知足和感恩中。



犯錯，也能重新開始

14工 3361 向○德

你一定聽過有句話是這麼說的：「每個人都有原本的計劃，但計劃永遠趕不上變化」。難免會有下錯決定或是做錯事情的時候，我們都是平凡的人，只要能願意面對自己的錯誤，並改變心態，想法與處理方式，那就夠了。

做錯事情難免會遭受責難與批評，自責檢討是必須，但不必要因此妄自菲薄，讓自己變得綁手綁腳的。這些經歷都是我們成長的印記，只會讓自己變得更好更棒，前提是懂得修正微調。不允許別人犯錯，本身就是個錯。

首先，要做的是接受自己的不完美，明白自己隨時可能會犯錯，然後在犯錯的當下不要怪罪於任何人，改善自己，願意好好面對錯誤之後的下一步...

有些人會企圖改變現狀，可能是工作、感情、人際關係或是人生目標，想改變或放棄的原因不是感到痛苦或是做錯了什麼，就只是單純想改變了。一旦出現這樣的想法，便會開始糾結，好像放棄現在擁有的，等於否定了過去自己的決定。

但是，這不能算是捨棄或不堅定，而是內心想法自然改變，只要正視現在心中重新自省的決定。我們會慢慢成長，隨著生活經驗的累積，每個階段會產生與過去不同的思想與價值觀，這是正常的，不必因而否定自己的人格。人生階段所做的任何改變，都是一點一滴堆積出自己的模樣；而我們所做的每一個選擇，都在逐漸描繪出自己的未來藍圖。人生沒有什麼早知當初，不管人生能夠重來多少次，肯定都會有所遺憾，也一定會出現錯誤與不滿意的事。

一個人之所以會成功，不是多麼聰明、有才能，或是多富有，而是必須願意接受失敗，清楚自己會犯錯，才能吸取教訓並且重新開始。

堅持是，就算改變了初衷，依然不會放棄自己，依然在新的方向繼續前進。任何的打擊與失敗都不會成為藉口，或許改變不了周遭的環境，至少改變自己，重新選擇一條適合現況的路，再嘗試著走一次。

人生不該是與自己心意背道而馳，應該順從自己的心意，盡最大的努力，然後做最壞的打算，並且接受自己與別人的改變，保有對於未來的信心。



五彩繽紛的人生

二工 0630 李○州

人生苦短，一晃眼即逝，完全看我們每個人如何去走這條於自己的康莊大道。觀看每個人的所做所為，有些人好好地走在走，好好地經營自己的人生，雖然有些人已離開人世，可是精神卻還留在大家心裡，讓後世的我們流傳與歌頌。但有些人只為了自己，為非作歹，去選擇傷害他人，既對不起自己，也對不起家人。

每個人的人生，就像一個小丑在玩五顆球一樣，這五顆球分別是「工作、財富、朋友、健康、家人」。其中裡面有幾顆是玻璃彩繪做的，有幾顆是橡皮材質做的。玻璃彩繪做的球千萬不能掉在地上，橡皮材質做的，可以讓它掉在地上再彈起來。這其中的輕重取捨，每個人的心中皆有一把尺一張表格但是這一切都會跟隨著我們年紀的增長，讓這張表格一直始終在更新。

人生不應該留白，我們對自己要有信心，要用心付出，才能創造未來。自己的路自己走，自己的人生自己去開創。世事如棋，成敗在我們自己，我們要誠心的去面對任何事情，不要虛情假意。無論我們身在何處，身做何事，都必須要把握當下，去了解人生的真正目標是什麼，了解到之後，自己要拿出信心，還得要有決心，更需要有恆心，才能夠無憂無慮地繼續走下去。

就如同我們現在清楚自己的心與人生的方向，那就證明我們真的覺悟了。當明白也懂了這一切，往後的日子就不會再有迷惘。所以無論未來如何，我始終相信，我們一定可以走出屬於自己的路。「眼界決定境界、格局決定結局」。真心期盼我們彼此共同努力加油！我們要真真正正做個活著有意義，活著有價值的人。



聚 散

炊場 1741 劉○軒

妳和我和雲
貌同一色調
在陰天裡

聚散
我凝眸注視並
在腦海中修改
紛擾和混亂

雲的碎裂和堆疊
吻合了人世變幻
曾想過
從天邊灑落一溜金粉
好讓雲兒
凌空熠熠
化為金黃色的羽毛
緩緩降落成
妳我的幸福

但我卻讓幸福落成了淚珠
獨自在暗夜中
為曾經犯的錯 愧疚
不安地說聲
對不起



與其抱怨，不如改變

4工 1900 黃○舜

托妮·莫里森是美國著名黑人女作家，一九九三年諾貝爾文學獎得主。在莫里森的少年時代，由於家境貧困，從十二歲開始，每天放學以後，她都要到一個富人家裡打幾個小時的零工，十分辛苦。

有一天，她因工作的事向父親發了幾句牢騷。父親聽後對她說：「聽著，妳並不在那兒生活。妳生活在這兒，在妳的家裡，和妳的親人在一起。只管去幹活就行了，然後拿著錢回家。」看著莫里森委屈地落淚，父親放緩語氣，意味深長地接著說道：「莫里森，妳要記住，工作與妳是兩回事，妳不是在為工作而工作，妳是在為自己工作。這樣想一想，妳就不會感到委屈了，為自己做事有什麼可委屈的呢？」莫里森後來回憶說，從父親這番話中，她領悟到人生的四個經驗：一、無論什麼樣的工作都要做好，不是為了妳的老闆，而是為了妳自己；二、把握妳自己的工作，而不要讓工作控制妳；三、妳真正的生活是與妳的家人在一起；四、妳與妳所做的工作是兩回事，你該是誰就是誰。

其實每一天我們總是會遇到許多不如意的事，老是覺得自己碰上衰事，而總在唉聲嘆氣？是否曾數過自己每天抱怨幾次？抱怨是最消耗能量的無益舉動。有時候，我們的抱怨不僅針對人、也針對不同的生活情境，表示我們的不滿。而且如果找不到人傾聽我們的抱怨，我們便在腦海裡抱怨給自己聽。俗話說：「相由心生，心隨意轉」。我們說的話表明了我們的想法，而我們的想法又創造了我們的生活。當我們發出的

和牢騷越多，就會形成一種負面的吸引力法則。抱怨就好比口臭。當它從別人的嘴裡吐露時，我們就注意到；但從自己的口中發出時，卻往往毫無所感。我們的內心就像一座運作的意念工廠，我們的思想很有力量，當放下心中的負面想法，就會開始改變自己的生命。凡你所渴望的東西，你記得，不要再找藉口，朝夢想前進吧。



本期插畫由 8工 0199 鄭○誠 繪圖

值得收藏的禮物

四工 1239 蔡○弦

在西方，有一位堅強女孩的故事，值得與大家分享。這個勇敢的女孩，名叫凱西，她從小就不愛說話，而被當時落後的教育系統認定她智能不足，導致凱西在智障學校待到五歲。後來有人發現，她之所以不愛講話，是因為凱西的聽力天生就有問題。

在助聽器的協助下，凱西轉到了特殊的教育學校，一直到了十幾歲，她才開始能過著較為正常的生活。

就在凱西的人生剛剛有一點意義的時候，一次意外的車禍，又使得她在醫院裡躺了四年。出院後，堅強的凱西，保持樂觀的信念，交了一個男朋友。

當她的人生再度有起色的同時，凱西覺得身體不適，到醫院檢查，醫生告訴凱西，她罹患了乳癌。在接受了長期的治療之後，仍然無法改善凱西的症狀，醫生不得已，只好將凱西的兩個乳房都給切除了。

凱西的媽媽到醫院探望她，母親難過地對她說：「凱西，媽媽真是抱歉，竟然把你生成這個樣子...」但凱西沒有絲毫的抱怨，反而告訴母親：「就是因為我生成這樣，今天我才有這份熱忱，能夠把自己的體驗及經歷，完整地與他人分享。讓我懂得化壓力為助力，協助自己在每一個困難當中，找出上帝為我準備、值得收藏的禮物。」

各位同學；勇敢的凱西，並不因為自己的不幸而悲傷不已，她反倒主動出擊，幫助了無數比她還不幸的人們，讓這些人們能夠正確地找到自己生命中的真正價值。

生命中遇上挫折，並不需要擔憂。需要擔憂的是，自己不是會因為這些看似嚴重的無謂「挫折」，而產生挫折感，而失去人生的勇氣？凱西的故事，很清楚地給了我們一個美好的啟示—挫折也可以是造就生命堅強的動力。



憶故里

5工 0582 張○家

請用水代替淚水
用去往昔罪衍
請用陽光照亮前程
創造未來夢想
我們不肯承認
鐵窗下
逐漸老去的軀
再也扛不起
沈重悲哀的愁雲
用窗外白雲
捏一些夢境

安慰
荊棘滿佈的心田
當淚水和燈光一起模糊
絕望的眼底
不斷閃現
故里的巷弄
慈悲的明媚的
風光



榮譽榜

112年9月份收容人文康活動「歷史(神話)故事漫畫比賽」，
比賽結果：第一名四工3038李○毅、第二名七工1503黃○隆、
第三名十三工3148雷○安。

112年10月份收容人文康活動「排球比賽」，比賽結果：
第一名四工、第二名陶藝班、第三名二工。



9月份收容人文康活動
「歷史(神話)故事漫畫比賽」(一)



9月份收容人文康活動
「歷史(神話)故事漫畫比賽」(二)



112年中秋節收容人電話孝親活動



112年中秋節收容人面對面懇親活動



14工「故宮手作班課程」



10月份收容人文康活動「排球比賽」