

中華民國八十九年元月一日創刊

# 嘉 監 園 地

發行人:黃銘強 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



4工 0109 朱○琳



13工 2687 陳○宏



4工 1239 蔡○弦



13工 2967 許○順



5工 1469 周○貴



忠舍 0737 簡○通



陶藝班 0710 謝○松



13工 3334 王○偉



# 遇見莊子

(編輯聊天室)

教化科 林教誨師蕙芬

最近在網路上蒐集資料，經常會看到有關莊子思想的講座或專書。我聽說熱門的資訊經常排在前面，觸目可及。面對混沌不安的局勢，或許學習莊子思維正是時候，也是安頓我們身心的妙方。

「福輕乎羽，莫之知載。禍重乎地，莫之知避。」(《莊子·人間世》)

莊子處於戰國時代，平民百姓能擁有的福份比羽毛還要輕薄，飄忽不定，不知道要怎樣才能承接、負載；可是災難禍患卻比山河大地還要沈重，想要閃避卻不知道有什麼方法能全身而退。當時，一次戰爭裏被斬首、殺害的士卒多達數萬、數十萬人。而莊子，就在這個布滿紛亂羅網、暗藏波濤的時代裏，擔任一個小小漆樹園的，小小吏。而其留下《莊子》一書。這本書影響了陶淵明的一生，影響了李太白的一生，影響了白居易的一生，影響了蘇東坡的一生，也影響成千上萬天下人。唐玄宗下詔稱此書為《南華真經》，尊莊子為南華真人。清初名評論家金聖歎，評定這本書是「天下第一才子書」。在與莊子為友，同遊莊子的韶光中，還能擁有更輕靈的身體、更安定的心靈，返本歸根，活出生命的無限可能。有機會也要走進莊子的世界一探究竟。

而當代推廣莊子較有名的作家教授有臺大教授蔡璧名，其六度獲選臺大優良教師、榮獲臺大教學傑出獎，在臺大講授莊子十八年，課堂往往座無虛席。她以獨特的中醫、武術世家學背景，將奧秘的國學與醫道相結合，獨樹一格，吸引新鮮人、教授、主婦、甚或短期來台的旅客前往聽講、不斷重返課堂，將她所詮釋的莊子視作人生指引。相關著作有《正是時候讀莊子》、《莊子，從心開始》等。蔣勳老師在趨勢教育基金會的美學系列講座也講《莊子，你好》，介紹多則莊子的美麗故事。

朝三暮四的猴子。是大家爾孰能祥的故事。但要理解莊子這個寓言，需要了解莊子的齊物思想。莊子認為世界的萬事萬物其實沒有區別，山川風雨雷電不過是大自然的一種表現，生死貧窮，富貴得失也是如常的生活。要是把立足點放高一點，把格局放大一點，就會發現，其實生活的榮辱得失，富貴利祿，就像是猴子手中的朝三與暮

四一樣，沒有麼值得我們去欣喜若狂或悵然若失。我們其實就是猴子，上帝才是全能的狙公，他用人生的榮辱得失考驗我們，看得清楚的，得不喜失不憂，看不清楚的人，才會患得患失甚至焦慮至死，在莊子看來，這就是和那些朝三暮四的猴子一樣傻！

惠子是莊子的好友。有一天惠子和莊子說：魏王送我一顆大瓠種子，說是珍貴之物。種在土裡，開花結果，結了瓠瓜。瓜越長越大，大到房間都容納不下。惠子很煩惱，瓠瓜可以做水瓢用來舀水的，可是長到這麼大，舀了水也抬不動，怎麼辦？莊子哈哈大笑，說：不能做水瓢，做一艘船，浮於江湖之上，不好嗎？

惠子又有一樁事煩惱，他告訴莊子：有一棵大樹，歪歪斜斜，樹幹不直，做建材家具都不適合，木匠拿著斧頭經過也不想砍，因為「無用」。莊子哈哈大笑，他說：這樣的大樹，在廣漠土地上，不怕人類拿刀斧傷害，你可以逍遙樹下睡覺，「無所可用」，為什麼要煩惱自苦？

我們常被「有用」束縛捆綁，能跳出「有用」、「無用」的框架苦惱，轉一個意念找回真正的自己，心意自得，不是更自由逍遙嗎？莊子認為人要活在「有用」和「無用」之間。「有用」時如同飛龍在天，有所作為。「無用」時不妨像蛇一樣躲在草叢中。人要依照情況作調整，不能拘泥、固執。不要讓堅持變成一種固執，固執會讓自己陷入困境。所以維持中道才能逍遙。

莊子也講「無待」就是天地萬物無對立、無衝突，人與天地萬物合一，沒有緊張、對立，心靈在天地之間就可以無束縛，得到自由、逍遙和平衡。有學者云「半部論語治天下，半部《莊子》治身心」，懂得莊子之智慧，在逆境中，才能放鬆身心，安頓身心。



# 生命教育

4I 0964 黃○源

在鄉下老家附近有一間資源回收場，佔地甚廣，周圍全用鐵皮搭建而成、每到夏日酷暑、烈陽當空、蒸出惡臭中令人欲嘔，人人皆掩鼻而過、不願多加逗留。其內分類僅用鐵絲網隔開，紙箱板、玻璃瓶、保特瓶、壓克力、塑膠製品、鐵鋁罐、可燃、不可燃...琳琅滿目、不一而足。每當傍晚時分、總會看見一位佝僂的身影，吃力的推著手推車、車上載滿今日辛苦撿捨的成果、稱斤論兩的賣與回收場管理人員，換取微薄收入、養活隔代教養的二個孫子。而我常不由自主的想著那靜靜躺在回收場的玻璃瓶、鐵鋁罐，曾經是那樣整齊劃一的排在乾淨明亮的冰箱內、在炎日盛夏時幫人們解渴；而殘破不堪的廢紙箱又是怎樣忠心耿耿的護衛著人們各種食品，器具、減低運送過程中的碰撞損害，而如今...。曾經在明亮寬敞櫥窗內展示的高貴洋裝，如今只是破布一堆，包裝精美的禮品禮盒也義無反顧的走向可燃、不可燃，通通堆疊在鐵絲網所圍成的方格裏。曾經紙醉金迷揮金如土的我、如今也在鐵欄杆裏，數算著看似遙遙無期的日子。唉！那段光鮮亮麗、前呼後擁的時光，既真實又虛幻、不時出現在我夢裡。

有天，回收場外來了輛卡車、司機熟練的操作機械手臂、三爪箕張的將捆紮妥當的廢紙箱、鐵鋁罐，一大束、一大束的抓到車上運走。我甚至可以想像它們的命運，紙箱紙板先經過碎片機絞成碎片、再加入化學藥劑浸滷蒸煮解離出纖維，然後放置細網目在紙漿中、將原本已支離破碎的纖維重新交疊產生鍵結、起紙、冷壓、烘乾、製成瓦楞紙箱的原料。鐵鋁罐則送入熔爐內、將其融化、過濾雜質、重新塑造成型、再次煥然一新。教化影片中、一一現身說法的更生人、是否也經歷人人嫌惡其臭、掩鼻疾走的階段？是否也曾躺在冰冷的水泥地上、孤零零的望著滿天星斗暗自嘆息？往下沉淪易、向上提升難、是什麼樣的契機和刺激使它們發奮振作、不再碌碌無為？苟且渡日？曾經、在龐大利益及、惡魔的引誘下它們背棄了父母的苦口婆心、妻子的耳面提命，但如今、只剩親情不離不棄，曾經他們對宗教的勸導感化嗤之以鼻、不屑一顧，但直到自己身處逆境，陷於囹圄時，才發現放下屠刀、立地成佛的教義，帶給他們多大的信心和力量。

丟棄即垃圾，回收變黃金、唯有痛定思痛，壯士斷腕的揮別荒誕不經的過去，經過一次次的淬鍊和考驗，才能像鳳凰浴火重生。



本期插畫由 7工 0975 蔣○儀 繪圖

# 母親的海洋

炊場 3553 涂○勳

想念從筆尖流出  
一筆一劃緩緩訴說  
如月光般的溫柔  
訴說遊子的忐忑  
及思鄉的心緒  
貼上真心郵票  
寄出

時光流淌  
花開花謝間  
彷彿看見了  
母親百髮如雪  
哀愁的眼神  
落寞而滄桑  
彷彿嗅著了  
母親髮上桂花香  
剎時回到了  
母親的懷裡  
那是一片  
寬廣的海洋  
安心而自在



本期插畫由 7工 0975 蔣○儀 繪圖

## 青春

7工 0706 何○賢

世上有千種「擁有」，但有一種擁有最珍貴，你也許絲毫覺察不到這種「擁有」，感覺不到它的價值，隨著悠悠歲月的流逝，無數個「春夏秋冬」的更替，在你生命中的某一天，當你驀然回首，才發現自己已不再擁有，它不是地位，也不是金錢，而是不再來的青春。

世上有萬般「失卻」，但有一種失卻很無奈，它讓你追悔莫及，因不知珍惜，沾染毒品、販毒，為非做歹，而銀嘴入獄在這高牆內失去自由，浪費生命，以一生作為代價，縱你有回天之力，也只能仰天長嘆，頓足捶胸，它不是權勢，也不是美貌，而是無價的青春，「青春」是一種令人艷羨的資本。憑著健壯的體魄，你可以撐起一方蔚藍的天空，憑著旺盛的精力，你可以開墾出一片神奇的土地，憑著巨大的潛力，你可以變得出類拔萃，另人刮目，青春是一筆彌足珍貴的財富，但時間給人最精確的均分，給每個人的只有一分，不論貴賤尊卑，智愚貧富，你一生只能擁有一次，因而才有了，花有重開日、人無再年少，百年容易過，青春不再來。

當我們來到這世界上時，每個人都背著一個空籃子，然而每一天，每一步都要從這個世界撿一樣東西放進去，生活有太多的辛酸，畢竟人不可能沒有感情，不可能離開複雜的親情，友情，愛情，但我們不因為生活的複雜而逃避它、我們還是需面對它。生命是短暫的，時間是有限的，當生活環境不能如願以償或者不盡如意時，不是一味計較和埋怨，而是一如既往地做自己應該做的事，保持一種恬淡的心情來對待生活，人能走多遠，人能攀多高？這句話不是要問雙手，而是要問「意志」，也許你讓失敗打擊得不堪一擊，但哪一個成功者沒經歷過失敗呢？失敗並不可怕，可怕的是屈服於失敗，每一個成功者實際上都是以失敗為起點的、或許身處高牆內，刑期判得很長，但若連起點都堅持不住的人，何談漫漫長途呢？

充實自己，記取教訓，要知道，不經歷風雨，怎能見彩虹呢？不必抱怨生活給予太多的磨難，不必抱怨生活有太多的曲折，即使你有百般的不如意，萬事的不順心，你有一千種理由苦悶，埋怨，但卻不能有一種理由放棄理想和追求，畢竟你還活著，家中還有親人、妻兒等著你返家團聚，也許生活有時真的是無情，雖然青春已不在、也不要輕言放棄，即使只有萬分之一的機會、也要努力。

我很喜歡的一句話：「冬天來了，春天還會遠嗎？」並且時常勉勵自己說，即使身處囹圄中，有如在寒冷的冬天，我也會看到春的艷麗。

人生如四季，春天是希望，夏天是壯麗，秋天是果實，冬天是反思，我們身處高牆內就有如在冬天，省思自己所為。若重新出高牆，你我能記取教訓否？青春已失、人生只有一次，我們要奮鬥，生命也只有一次，我們要珍惜，「人生的道路」，前半生風雲已過，後半生要好好把握，勿失志，記教訓、勿再沾染毒品，那是條不歸路、浪費我們美好青春與短暫的生命。願高牆內的同學共勉之。



本期插畫由 7工 0975 蔣○儀 繪圖

# 不懂不羞恥，不學才內咎

7工 2311 郭○章



當人走到生命的十字路口，念頭紛擾，猶豫著前行方向，此時停看聽三十秒，內心若能出現正念，極可能從此撥雲見日，光明在望。

前幾日收看公視人生劇展『三十秒過後』，劇中描寫一位被漁產公司裁員男子阿定，失業後跟著妻子做麵攤小生意。未料屋漏偏逢連夜雨，妻子在一場車禍中去世，使得他的人生跟著失去方向，一個工作做不了多久，又要再尋新頭路，生活寅吃卯糧，得跟好友借貸，讓老母與一對子女跟著他過苦日子。

一次到學校接小兒子回家時，看到兒子就讀的光明小學張貼徵選校工的海報，他腦中興起徵選的念頭。回到家跟家人表達意願，老母親與大女兒不僅在第一時間鼓勵他去參加，也在行動上大力支持。老母親陪著他去找一位開花店的好友阿雀姨教他識花，插花，女兒找來一本與植物有關的書籍，陪著父親認識花草植物，還幫父親做了數張植物大圖表貼在家中牆壁上，隨時幫父親複習各類花草植物名稱。原本對父親要參加徵選校工一事抱持遲疑態度的小兒子，在一次與父親爭吵後，反省察覺到自己的態度不對時，除了寫卡片向父親道歉外，也志願擔起校園小偵查一角，積極觀察留意現任校工每日的工作內容並

做成筆記，成為父親日後應考大補帖。好友也不忘拉他一把，陪著他到商店認識，購買除草機，到荒野大草地實地演練除草的技能。

因光明國小有位重視綠化的校長，應徵的校長需經過「認識植物」，「修繕廢棄桌椅」，「插花」，「除草」四關，以及最後一關的口試。校長問阿定，為何來應徵校工一職？阿定回答，因失業為謀安定一職以求家人生活能溫飽，但在準備應徵的過程中找到希望、學到新東西，也學到堅持及毅力，母親從別人處聽到的一句話「不懂不羞恥，不學才內咎」時時提醒他，不管今天考試結果如何，此次應徵校工已經為他上了最寶貴的一課。這個回答讓在場校長等主考官頗為動容。

心之為用大矣哉！內心常存正念，正思惟，就帶出正向行為，那句「不懂不羞恥，不學才內咎」鏗鏘有力，鼓勵所有受刑人跨越心理障礙，重新學習新技能。這是一部充滿正向，蘊含濃濃家人關愛的勵志小品戲劇。看完後，感覺心田被滋潤，蓄滿生命的正能量。

# 爺爺的果實

2工 0034 簡○豪



那是一個極為酷熱的午後  
 果樹環繞在他的左右  
 脫離了青澀 逐漸綻放橙黃  
 汗水嫁接著飽滿的芬芳  
 試圖將詩意 從沸騰的濁水溪支流  
 帶往山上吟唱  
 享受著倒裝的意象  
 耕耘著甦醒的蘊釀  
 打著赤膊 揣摩了一生  
 苦修 不只為了一朵願意探頭的花  
 也不是為了那粒粒果實  
 而是為了守護  
 更是為了一屋子 滿是晶瑩的期待

斗笠下的側臉 黑的透亮  
 閃耀著河流與群山  
 在彷彿地獄般孤獨的  
 山間曠野  
 將痛苦雕塑成熟透的果肉  
 讓品嚐它的人 露出滿足的喜悅  
 嘴角 那情不自禁上揚的弧度  
 是爺爺用無價的心意  
 鑲上的 真正的果實

# 囚室里的春天

2工 0754 黃○龍

「珍惜獄中的每一刻，作為蓄積能量的最佳試金石。」囚犯失去空間，卻換來了時間。

我叫「十四仔」，是一個長刑期囚犯。我的人生自從踏進監獄白牆這一刻起，它就註定了是個寒冬，而且是非常酷的那一種。因此，我給人的感覺格外地冷酷嚴肅。

長時間待在獄海裏打滾，我學會了一套獨特的「囚犯哲學」。那就是，接受絕望的意識，拒絕絕望的侵襲。現在的我，即使遭受長期囚禁，也無法擊垮我，甚至讓我愈挫愈勇。

某一天下午，我在書櫃裏尋寶的同時，翻看到了一句話頓時觸動到了我內心裏的那根弦。這句話是這麼說的，「承受苦難易，拒絕誘惑難。」是啊，我不就是因為無法拒絕外在的誘惑？！才會一輩子在高牆內，承受著這永無止盡的苦難啊！

我想，就算囚犯的生存環境是被決定或支配的，如果不能在惡劣的條件下調整自我，很容易就會招致身心碎裂。

說做就做，我開始用我的眼睛來讀人生。每天鎖定工場裏的兩位同學，仔細觀察他們的生活作息。包括他們的「吃喝拉渣」，嘿，一個

半月後，我讀完了工場裏每位同學的生活哲學

。我搖搖頭告訴自己，這不應該是我的人生。

既然讀不出我要的答案？我改孵豆芽。我用棉花棒的空塑膠盒，放入沾濕水的棉花。灑上生綠豆，平均每隔三天半左右即可採收。

每次生長的豆芽，有些長得粗大高壯，有的卻十分彎曲瘦小。經過一段時間的觀察、記錄，我得到一個答案。那些瘦弱的豆芽都是生長在最上層的部位。由於空間大，競爭的對手少，缺乏挑戰的結果，便長得細小瘦弱。

反之，粗壯結實的豆芽，則是被困在最底層。由於空間有限，又遭受同類壓迫，為了生存只好奮力茁壯自己。拼

了命地往上生長，才成就出堅實強大的生命啊！嘿，原來舒適是令人愉悅的，卻最能腐蝕潛能。逆境雖是痛苦的，卻為造就任何成就所必須。

經過這次孵豆芽帶來的人生體悟，我開始改變人生策略。我試著下狠手來磨練自己，我很清楚的知道，只有忍受過那段寂寞，孤獨，拼命努力的沉默時光，才能像那粗壯的豆芽般，品味出成功的甘甜啊！

風中雨中，花終於開了。潛身泥土的種子，一面品味拘囚，一面思索奮力探出嫩芽，爆開炫迷的花瓣。這就是我——沉默如種子的我。誰說囚室裏不配擁有「春天」？我說，轉瞬間的一個「醒悟」！就能帶著新「心」的芳香，迎向那，囚室裏的春天啊！



這些年來，我在文字天空中飛舞。走過春天的溫濕，夏季的酷熱，秋日的金黃光影，穿過寒冬雨霧，擁抱文字，與文字的體溫取暖。瞬間，囚室已成百花齊放的春天。

# 沉默的智慧

4工 0964 黃○源

沉默讓人找到大智慧，找到你好我好大家好的轉圜餘地；沉不住氣的人口不擇言，不留餘地，結果自己也失去大好機會。

有個寓言故事說，一隻烏龜為了逃離沼澤，拜託兩隻鸛鳥幫他找來一條長藤。烏龜的計畫是，只要緊緊咬住藤蔓，不需多久，他就可以奔向海邊，遠離汙穢之地。上路前，兩隻鸛鳥勸他一定要忍住不開口，因為他們知道烏龜喜歡爭辯，常常大放厥詞。再三叮嚀後，烏龜打包票：「沉默是金，保命要緊！」

不料，順利起飛後，叢林裡的小動物對著天空指指點點地說：「你們看！這兩隻鸛鳥好聰明，居然想到這樣的好點子來救烏龜。」烏龜聽了十分不服氣，大聲地說：「這是我的構想啦！」

就在開口那一剎那，烏龜立刻從天上摔落，兩隻鸛鳥頭也不回地飛了。

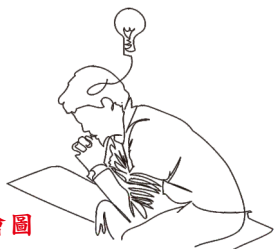
烏龜若能遵守保命原則，免開尊口，不就能安全抵達了嗎？有些人爭辯成性，總是滔滔不絕地想說服別人，後來發現沒有給人留下餘地，自己也難堪，豈不後悔？

「沉默」有時代代表大智若愚，不在是非不分之際急於爭辯，總要先釐清思緒確認下一個步驟時才採取行動。

多年來，從那沉默的時刻，學會「不開口並不代表忽略或排斥」，學會「引導別人有時是需要等待對方準備好」，更學會「對方不聽，我需要尊重他的意願」。



如今，更從沉默地學習中看懂「沉默是金」的真諦，「沉默是金」的學習上仍待精進，有時候讓自己沉澱、冷靜一下、讓「沉默」更有尊嚴、更有智慧，不也是賺到人生的好方法嗎？



本期插畫由 4工 0964 黃○源 繪圖

影片心得：

# 修復司法—計畫

11工 0262 黃○凱

今天觀賞一片修復司法的影片名為「計畫」，片中原本兩人是結拜兄弟，從年輕時打混、吸毒，並走上江湖的這條不歸路，但卻因某些事物兩人走入分歧、誤會、結仇，中間的這些年其中一人娶了妻子也開了一間小吃店，但卻依然沒有釋懷與兄弟的仇恨，多年來不斷計畫著如何復仇，而妻子曾苦勸丈夫放下過去、放下仇恨，不要走上無法回頭的路，然丈夫依然故我，終於在一天丈夫等到了一次機會便拿著刀衝上前刺了下去，可當下妻子卻跑出來擋在了對方身前，丈夫刺中的卻是已身懷六甲的妻子，那瞬間丈夫突然清醒、悔悟，看著妻子如此的舉動造成無法挽回的事，萬般的苦楚，此時的他才明白人生最幸福最愛自己，最重要的人就在身邊，到底還有什麼放不下，不懂珍惜的，什麼仇恨、金錢、真的有那麼重要嗎？所以他終於釋懷想明白到底該珍惜什麼，也不再想著仇恨，人生重新開始。

看完後或許我的人生並不全如這般，但唯一相同的就是我也擁有一位非常愛我、苦苦等了我十五年的妻子，年輕時我總是時刻追求著名和利，想給她最好的生活、物質享受，而天天遊走在法律的邊緣賺取金錢，然而她卻也時常勸我回到正途，她寧可不要那些多好的生活或物質，只願平凡安定不用每天為我擔憂受怕，可是我卻執迷不悟、天天沉溺在黃、賭、毒中無法自拔、到最後卻落的二十年刑期，入監服刑至今十五年，看著妻子每星期從沒間斷只為來看我短短十五分鐘，我也才真正體會名和利再好、再多，又怎比的上愛我、關心我的家人，也是她讓我改變所有的價值觀，和對人生的意義，十五年的囹圄生活雖令我失去太多太多無法追回的人事物，但卻也令我猶如重生，我想我離開這時不是帶著遺憾，而是終於醒來、重獲新生，要開始我真真正正平凡、安定、幸福的人生下半場。



本期插畫由 7工 0975 蔣○儀 繪圖



科學實證毒品基礎處遇宣導，主題為「家庭及人際關係 - 我的關係中有毒品」



棒球九宮格比賽



桌球比賽



酒駕初級預防宣導



111年母親節收容人電話孝親活動



111年3月份收容人文康活動  
「棒球九宮格比賽」

比賽結果：  
第一名：七工  
第二名：炊場  
第三名：十工

111年4月份收容人文康活動  
「桌球比賽」

比賽結果：  
第一名：陶藝班  
第二名：二工  
第三名：八工