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

陶藝 1819 陳○源

合作社 1911 劉○維

技訓 0963 張○芳

四工 1685 劉○輝

六工 2036 林○文

四工 1610 陳○志

歡迎

113年1月

科員涂錦新

科員林孟儒

加入本監工作團隊

空船效應

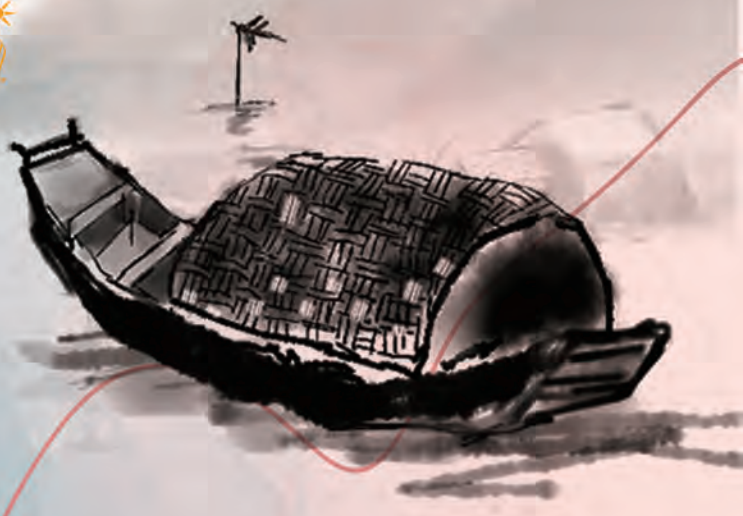
(編輯聊天室)
教化科 陳教誨師廷傑

這次要和大家分享的是《莊子．山木》篇裡的一則小故事。有個人在乘船渡河的時候，前面一隻船正要撞過來，這個人喊了好幾聲沒有人回應，於是破口大罵前面開船的人不長眼，結果撞上來的竟是一隻隨波逐流空船，於是剛才怒氣沖沖的人，一下子就怒火全消了。

生活中的情緒，1成是由身上發生的事情決定，而剩下的9成是人對事情的反應所決定，我們常常沒有察覺到，我們生氣大都是對人不對事，因為心中已經有了對別人的判斷，認為他們應該怎麼做，如果沒有按照自己心中的想法，就會生氣，和想像的差距越大，就越生氣。

莊子在2000年前曾講過，「不遣是非，以與世俗處」，一個人看不慣的事越多，就越沒辦法開心的活著，「人能虛己以游世，其孰能害之？」，人因為自我，便引起了人與人的衝突，帶來自己和別人的痛苦，人如果不以自我為中心，放得下自我為是、偏見、執著、和無用的面子，那麼就會變成像一艘空船一樣，因而兩隻船相撞，第一句話不是罵人，而是問你沒事吧，給對方的感覺就是一個空船，這樣的話哪裡還會有爭執，自然也就沒那麼多煩惱了。在這資本主義盛行，人人追求自己的權益與利益，竭力擴大並滿足自我的時代，突然說不要把自己當回事，剎那間實在讓人一頭霧水，但仔細回想那些曾受情緒困擾的自己，當下就是太把自己當回事了，太多的自以為是，歷經時間的沖刷，回頭想來當初的氣急敗壞，如今也只換來莞爾一笑罷了。

未來有機會的話，不妨在情緒困擾的時候，應用空船效應重新檢視真正困擾自己的原因，可能會因此產生不同的看法，或是找到解開心結的良方。



會落淚的繽紛

七工 1202 候○斌

油桐花季，阿嬤最喜歡的季節。繽紛時節，片片降雪，伸手去接，卻無冰涼。那便是凋零的油桐花。

油桐花的美，我是到後來才知道的。阿嬤喜愛油桐花，在她還健康的時候，喜歡呼朋引伴，一同前往。我總是拒絕阿嬤的熱情邀約，對油桐花沒有興趣。後來阿嬤病重，漸漸失去行動能力，也陸續失去一個個朋友，和阿嬤一起欣賞油桐花的任務，便落到我這長孫的肩上。

牽著蹣跚的阿嬤，我們走到山上某處，我稱為特等席。倚著女兒牆，視野遼闊，一山雪白，盡收眼底。我還是對油桐花沒興趣，摸摸阿嬤斑白的髮梢，看著她開心的神情，這比油桐花好看。

再來阿嬤連走路都困難，我們改推輪椅上山。一樣的特等席，一樣的一山雪白，但我專注在手上的白色手帕，那是來擦拭阿嬤滴下的唾液。之後我們都是推輪椅上山，阿嬤前幾年很開心，後來我沒辦法知道她的心情，我看不出表情，不知道她還有沒有意識。醫生說，阿嬤的病後期都會這樣。

那年我一個人推著輪椅到屬於我們祖孫的特等席，這是我第一次真正把心放在賞花上。一山雪白？到底有什麼好看？我想看看阿嬤生前看過的風景，於是我坐上輪椅，這才明白阿嬤到底多溫柔。

女兒牆太高，這個角度根本看不到油桐花，原來阿嬤高興的神色，都是她的體貼。

這幾年，我到底在幹嘛呢？阿嬤往生後，我的情緒總是很淡，好像這時才明白，阿嬤真的走了，於是我第一次，激動起伏。

油桐花凋零時有一種美。那是美麗到，會落淚的繽紛，期待日後，能再次走到那屬於我們祖孫倆的特等席上，欣賞一山雪白的油桐花。

本插畫由 技訓 2577 蔡○格 繪圖

擺脫執念，突破困境

七工 2723 羅○駿

每個圖人皆有段不堪回首的罪往，因窄仄的眼界無法吸收良益知識致無力經營出具價值的人生。

你我過往都曾因扭歪的妄念而做出錯事，如同棋局動一子牽動全局局勢，入死棋！但同學們可曾換位思考過，轉個念換個想法，是否還有「致死地而後生」的可能性？任何事、物皆是一體兩面，而非只單行道而已，正所謂看似山窮水盡，然後換個想法能否看到柳暗花明的村！

圖人失去自由但擁有「時間」，如何經營有意義的人生，可以從沒價值的事物中找出價值，在不可能中看到可能性！即便是一坨屎亦有其存在的意義...成肥，滋養一方土壤，更遑論身為萬物之靈的你我！

愛因斯坦曾說：「眼前就是我們所想的那樣，一切都不會改變，直到你改變了你的想法！」

身為受刑人並非無法扭轉困境窘況，而是我們解決事情的方式、想法偏頗而不自覺，又或固執己念而無暇照見其它面象，致山不轉路亦不轉；路不轉念頭很難轉！

有句話曰：「做你最不願做的事是『改變』；做你不敢做的事是『突破』。」股神巴菲特如是說。

聖賢一日三省之！你我雖身為圖人，是否也可效法賢前於2023歲末反省這一年服刑點滴，一起改變與轉念！讓我們喜迎2024之餘，能有所成長，擺脫劣習、突破生命的難題，積極學習有效益的知識進而創現生命光輝的價值！

我想要突破現況，冀望同學們一起響應攜手努力？

本插畫由 信舍 0659 張○惠 繪圖

窗外

五工 0582 張○家

風吹乾淚痕
雨打痛心扉
鐵窗下
我們豪情大喊
讓時光儘情的流逝
順便帶走一些塵垢
從此，成為白色
不必去追趕色彩

窗外
藍天白雲的寬闊純淨
如一首詩歌
在枯萎的身上流動
保持聖潔之姿
等待
花葉回歸大地
刑者重返自由

本插畫由 信舍 0659 張○惠 繪圖

感言

一工 3528 黃○茂

敏古求知問聖賢，
天言萬象入詩篇。
千奇百怪皆成物，
獄裡囚居未悟禪。

本插畫由 七工 0975 蔣○儀 繪圖

夜湖觀漁人起落

七工 1503 黃○隆

一抹銀光漾漾鏡湖
舸舸沉浮千波心
搖櫓撐槳 槳撐櫓搖
搖搖擺擺滑過了多少
春花秋月
且觀漁人汲汲營營拋撒
笑看寰塵多少罟網空落
網漏的悠哉 游哉
落網的游哉 悠哉
碩肥吞魚小
網中罔爭鬥無悔

遇見祢

十三工 2026 柳○祥

六年級生的我，尚處於傳統觀念餘息尚存的年代，故「離婚」這件事，對當時的環境氛圍而言，足可列為人生污點的難堪紀錄。哪怕是我常流連花叢，但也毫不知恥的將離婚視為傷風敗俗的行為。也因此，儘管我的休閒生活是愈夜愈美麗，每當凌晨醉眼惺忪回到家中面對妻子的怒目相向，我還是能低頭哈腰的陪罪，堅持做到，打不還手，罵不還口。

然而，每晚的縱情聲色，有數次還是免不了擦槍走火被妻子發現，最終導致她忍無可忍，無須再忍，多年的婚姻最後還是劃下句點。自己的荒唐行徑依舊讓自己的人生留下了污點。

離婚後，走不出自己為自己佈下的泥濘路，接受不了周遭親友的異樣眼光，致使極度重臉面的偏執價值觀，讓自己深感無顏再見江東父老。最終我選擇結束自己的一生，自殺毅然而然成為我當時唯一的生命出口。

原來，「愛粉味」的男人，面子看的比生命還重要。

或許是命不該絕，自被成功急救後，躺在床房裏，腦海中儘是想著未來該如何遠離人群。極度悲傷的重症患者，同情已不需要，這會讓受傷的人更難堪。

出院後，把自己鎖進一間陰暗的房間角落，與孤獨作伴，讓悲傷更加地悲傷。只是，生命總會出現令人意想不到的轉折，就在不久之後，一道曙光從窗台躍進房裏，灑落於地板上。生命的另一個出口，以無聲的方式，出現在另一個轉角處。或許吧！這世間，真的有上帝。

某日，多年的摯友，硬是將我從家裡帶至一間平凡簡約的小教堂裏後，他說：「你就把自己所有的悲傷和不爽，藉由詩歌唱給上帝聽吧！」。

接下來的時間，我隨著詩歌的弦律輕輕唱著，眼淚卻不自覺的流淌下來，我至今不明白，當時的我為什麼會哭，但我可以確定那時我不是因為悲傷而流淚，我比較感覺自己就像是初生的嬰兒，漸漸的回歸母親的懷裏那種被寵溺、被懂、被深愛且重視的溫暖，從內心延伸至全身。所以，那時我眼中落下的是點點滴滴被呵護的感動。

「其實我並不孤單」，第一次遇見祢，這種莫名精神撫慰力量，讓我徹底從悲傷中走出來，有了祢的陪伴與依靠，我還有什麼好悲傷的呢？

此次入獄，在讀經班與祢第二次相遇，當詩歌悠揚響起，心頭的感動力量依舊讓我熱淚盈眶。其實祢一直都在，只是我不知好好珍惜，期待在往後的人生路上，讓自己每日與祢相遇，不再迷惘。

八十層樓

四工 2532 陳○捷

有一對兄弟，他們的家住在80層樓。有一天他們出去爬山，回家的時候，卻發現停電了！雖然他們背著一大包的行李，但看來沒什麼選擇，於是哥哥對弟弟說：「我們爬樓梯上去吧！」

於是，他們就背著一大包行李開始往上爬。到了第20層樓的時候，他們開始累了，哥哥告訴弟弟說：「包包太重了，這樣吧！我們把它放在20樓，先爬上去，等電來了再坐電梯下來拿。」弟弟說：「好！你真聰明！」於是他們就把包包放在20樓，繼續往上爬。卸下了沉重的包袱，輕鬆多了！他們一路有說有笑地往上爬。但好景不長，到了40樓，兩人實在累了，想到只爬了一半，往前看，竟還有40樓要爬，兩人開始互相抱怨，指責對方不注意停電公告，才會落得如此下場。他們邊吵邊爬，就這樣一路到了60樓。到了60樓，也許是累得連吵架的力氣都沒有了，哥哥對弟弟說：「只剩20層樓了，我們就不要吵了，默默地爬完它吧！」於是他們安靜地繼續走，終於，80樓到了！到了家門口，哥哥擺出了一個很帥的姿勢：「弟弟，開門！」弟弟說：「別鬧了！鑰匙不是在你那裡嗎？」結果，如你所想的，他們把鑰匙留在20樓包包裡了！

這個故事其實在反映我們的人生。20歲之前，我們活在家人、老師的期望和期許之下，背負著很多的壓力、包袱在走，自己也不夠成熟有能力因此步履難免不穩。

20歲之後，離開了眾人的壓力，卸下包袱，開始全力追求自己的夢想，就這樣過了愉快的20年。可是到了40歲，發現青春已過去，不免有許多的遺憾追悔，於是開始抱怨公司、抱怨社會、抱怨政府……就這樣在抱怨遺憾中度過了20年。到了60歲，發現人生已經所剩不多，於是告訴自己，不要再抱怨了，就珍惜剩下的日子吧！於是默默地走完自己的餘年。

到了生命的盡頭，才想起自己好像有事還沒完成……原來，我的夢想還留在20歲，沒有完成。你也如此嗎？想想自己的夢想是什麼？最在意的是什麼？不要到了40年後才來追悔。想一想希望將來的自己和現在有何不同，就去做吧！把握現在，記得，今天就是禮物。

本插畫由 七工 0975 蔣○儀 繪圖

榮譽榜

113年1月份收容人文康活動「創意門神春節環境佈置比賽」，比賽結果：第一名七工、第二名技訓班、第三名八工；佳作四工、十一工及陶藝班。

113年2月份收容人文康活動「嘉監吉祥物繪圖設計比賽」，比賽結果：第一名八工1787陳○明、第二名七工3018黃○吉、第三名十二工3652戴○宇；佳作四工0109朱○琳、四工2713葉○陽及信舍0659張○惠。

佛光山圓福寺致贈本監全體同仁與收容人臘八粥結緣

邀請福將人力公司辦理更生人講座典獄長親自到場勉勵

113年春節收容人電話孝親活動

1月份收容人文康活動「創意門神春節環境佈置比賽」

113年春節收容人面對面慰親活動

2月份收容人文康活動「嘉監吉祥物繪圖設計比賽」