

中華民國八十九年元月一日創刊

嘉監園地

發行人:蔡景裕 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



二工 2492 陳○麟



忠舍 3725 黃○德



七工 3695 謝○修



七工 1566 蔡○昌

Team 台灣

忠舍 1874 陳○雄



信舍 3055 陳○寧

元宵快樂
LANTERN FESTIVAL

歡迎

專員朱權智

教誨師王怡婷

教誨師尹進龍

政風室科員陳琇慧

作業導師王俊宏

加入本監工作團隊



機會—給準備好的人

七工 1566 蔡○昌

首先，以亞馬遜創辦人貝佐斯說的一句話：「比起預測未來的變化，更重要的是找出未來什麼不會變」來勉勵大家。

在我們的人生旅途上，如果有幸遇到以下四種人，請務必要確實與其交往、互動。（一）是高人，能指點具體方向；（二）是貴人，提供相關資源，協助排除困難；（三）為內人，指親人或另一半的肯定和支援；（四）則是小人，能讓我們記取防微杜漸，不易得自我感覺良好的大頭症。

此外，也可以試著以一種「伯樂與千里馬」的連動思維，看待身邊的重要人事物。

「伯樂」是一種可遇不可求的「貴人」。因為只有他懂得欣賞你的存在價值，比任何人的眼光都更能先一步地窺見你的好、你的愛。即使在很多人都不看好你的時候也堅持他的慧眼。恰如電影「等一個人咖啡」裡的經典台詞所說：「每一個人都在等待一個人。能夠看見你與眾不同的那一個人。」

然而，在伯樂出現之前，應該先自行檢視自己的能力水平到哪一標準線上，檢視自己的所知、所學、所說、所做是否能及時點觸到「機會點」可及時的在「價值舞台」上精彩演出。

《這樣想，就對了》一書中揭示了若想要在職（商）場裡屢戰屢勝，就必需先擁有積極進取的心態，而此部分又充分表現於以下四個構面之上。

構面一、要立即行動，絕不拖延；意即「即知即行」。

構面二、初次失敗是意料之事；多數人都知「失敗為成功之母」。所以在執行任何事前應先做好心理建設。

構面三、掘井就要掘出水來；凡事不能半途而廢，堅持是通往成功的最佳武器。

構面四、向失敗微笑；一位哲學家曾說過：「人生最需要的精神，就是付諸一笑。」因此必須清楚明白，世界不會遺棄意志堅定的人，當面對阻撓時，就可以微笑輕鬆過關，因為，樂觀總是在風雨過後帶來陽光的溫度。

「機會，永遠只留給準備好的。」這是多數人耳熟能詳的一句話。但「準備」二字不能光說，不是光寫，更不能只是賣弄與夢中求。無論是在學業、職場、擇友、創業等人生經營的每一個時程、都必須自律要求、逐期累建相關的能力和工具、資源，以便使自己逐步完成目標。

機會！通常都稍縱即逝、如果不能及時將機會抓住，那就只能看著機會悄悄的溜走。所以要隨時將狀態調整到最佳，等待機會來臨，才不會望著溜走的機會望洋興嘆。

讀完這本書後，讓我了解到，原來成功的祕訣是如此容易就能學會，並不像一般人所想的如此困難，書中所教的祕訣只要身體力行及有堅定的信念與努力持之以恆地做下去，獲得成功就是早晚的事。

我想學會的成功祕訣。



本插畫由 五工 0862 陳○仁 繪圖

人生四字調

十四工 3361 向○德

在監所封閉的旅途中，悠然唱起人生四字調，可以讓我們身心減壓不少。這四字調就是：不、退、慢、笑。

可別小看了這四個字喔！每個字都意涵深深的學問呢？先說「不」字。很多人明明心裡老大不願意，卻不好意思拒絕別人，以致為人做了許多自己不願意做的事情，越做越嘔，越做越氣……。

平日不多修修「拒絕的藝術」，豈又能怪誰呢？我們臨事一定要把心拿定，自己能做到的，無罣礙的才能夠爽快地答應別人，做不到的，有芥蒂的不妨勇敢的拒絕吧！你可知多少人生的不快樂與後悔，都是滋生在「不好意思拒絕」這張溫床上？尤其是借錢給人家卻「肉包子打狗有去無回」或「站著借錢，跪著討錢」的窘況才令人嘔死呢！

再說「退」字。退就是退讓的意思，現代人莫不急功好利，爭奪都來不及了，哪能退讓？殊不知「退一步即海闊天空」，往往退讓一步後方才發覺原來世界竟是如此的寬廣美麗，原先所爭執的那些事頓時了無意義了。

人生要多讓人，我們通常都是在「退一步」之後方才發現「進步」的階梯的。

再說「慢」字。電視上搞笑節目經常出現一些選舉的術語，有一句很流行的話便是「衝衝衝」，碰到周遭有人愛開玩笑地喊「衝、衝、衝」時，我便會笑著為他們踩踩煞車說：「慢、慢、慢，十次車禍九次快！」

臨事心浮氣躁的人才會「快快快」，沉靜理智的人大都「慢慢慢」。唯有放慢腳步，我們才能夠找得到答案。

再說「笑」字。俗語說「不開口笑是痴人」，換句話說，常開笑口才是「聰明人」；人際專家說：「一笑解千愁，再笑解百憂，三笑人生樂悠悠。」聽說有的精神科醫師從早到晚忙著看憂鬱病人，看到自己也得了憂鬱症，要偷偷地吃「百憂解」。哇塞，連精神科醫師也瘋狂了！所以，當我們看到「憂鬱」時，要趕緊做個外閃族喔！



人生

信舍 0706 何○賢

文字在胃裡 翻滾多年
筆尖在紙中 堆疊出個不知的所以然
一本厚重的書 攤在陽光下
綠蔭中的我 張開了陳埋多年的赤子之心
試著從前人的踪跡尋找真理
腦袋間 頓時暈眩脹疼
食物穿過食道 首先是味覺帶來的慾望
真理在胃中不斷研磨
不同的經歷淬煉出不同的真理
這就是生命帶來的奇妙人生之旅



本插畫由 八工 0199 鄭○誠 繪圖

四季

八工 3291 高○濱

釀一罐春天的淚酒吧
等待孕育的幼苗
滋潤、成長

喝一杯夏天的冰沙啊
讓熾熱的心情
沁心、清涼

讀一本秋天的回憶錄
讓楓紅的葉片
落下、思念

等一場冬天的白雪
引飛舞的雪花
洗滌、塵埃

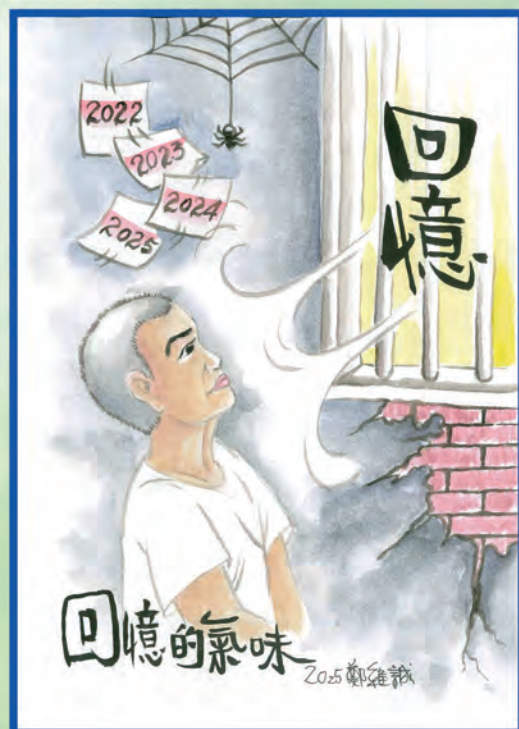


本插畫由 八工 2050 羅○凱 繪圖

回憶的氣味

十四工 1461 王○皓

見你的那天下雨 依靠著肩膀哭泣
坐在你親吻我的床邊不願離去
偶遇想你的那天 何必緊緊的擁抱
看著你說愛我的情書 不捨丟棄
曾經相信的字字句句
如今的我已隻字不提
推翻過去 找尋自己
期待那屬於自己的風景
不管前方的風多麼冷冽
無論未來的愛何時出現
過去給過的溫柔 現在已無法悸動
解不開的結 都已化成美夢
過去的那些猜不透 早已欣然接受
不停的走 又讓回憶停留



人生嚮導

十四工 3731 丘○偉

書，是我心靈的老師，也是在我心情低落時陪伴我的好友，更是我的人生嚮導，慰藉並引導我人生方向。回首前塵，如果不是有書當心靈嚮導，恐難一路無恙渡劫歸來。

與文字結緣始於小學，對書中知識探索，進至彩色繪本故事書，隨著識字增加，讓我進入一個神秘且遼闊的世界。小學畢業後，閱讀的童話與少年叢書，已不能滿足求知慾，開始看章回小說、瓊瑤愛情小說、金庸武俠系列、柏楊禁書等等。借來的書，為了連看連還，更養成我囫圇吞棗，閱讀飛快的習慣。

記得有段時日，因工作繁瑣，暫時忘了有書本的存在，像是沒了理想，也像離開水的魚，頓覺失去人生展望。覺得雨季特別漫長，天那麼的灰暗，世界不再明亮，在晦暗的日子裡，一直沉浸在自棄中無法自拔。

好在有書陪伴，透過文字力量慢慢引導我。羅蘭女士「飄雪的春天」，令我感觸頗深，世界每個角落不停演繹年代不同的生命故事，卻有相同心結與情境。

其中有一段羅父勸戒之言則讓我深思；「一個人妄想讓現在的自己回到從前，是很傻的事。時間是殘忍的，它過去就過去了；時間也是向前的，如果想背叛它，妄想往回去，去尋找從手中溜走的東西，不但找不回過去，也放走了現在，讓自己成了游離狀態，將來就渺

茫了。你不是不會犯錯，但在必要時會秉良知智慧抉擇，記得向將來開拓，莫再追尋過去。」

這些話雖不能完全療癒我，卻讓我驚醒，開始鞭策自己往前看，縱然心中百般失落，也學習著放下。這體悟讓我慢慢修復自己，將人生再一次駛回正確方向。書本在我軟弱的時候帶來力量；在我茫然的時候給我方向，亦師亦友，人生嚮導。



「青竹筒」！

二工 3579 于○村

每當忙碌了整天，夜闌人靜時，泡著一杯香茗，繞過落地的滿牆書冊，一只顏色黃綠斑駁參差其上的筆筒，就陳列在書桌的角落邊。這是由早先盛裝竹筒飯的麻竹筒稍事修改後而成的筆筒。望著它，思緒悠然的穿越時空，漂浮回那個雖不遙遠，卻已追尋不回的民國六○年代。竹筒飯正是我與父母、兄弟全家人有回旅行阿里山時，母親觸景生情買下的紀念品。當時我正飽受暈車之苦，而無法好好走路。

住在阿里山腳下的我們，雖久聞其盛名，卻不曾上山尋幽探趣一番。那時的阿里山公路尚未完全開通，只有森林火車可以抵達。經過顛盪彎曲多變的山徑後，終於柳暗花明又一村的開進光明平坦的終點站－沼平站。母親牽著小時候體弱多病的我，步行在高山冷冽爽颯的山徑上。漸漸地呼吸著飽含芬多精高氧乾淨空氣的我，竟神奇的恢復活力，步履輕快又雄健。倏忽間，阿里山特有的高山杜鵑，奇彩、絢爛、光耀奪目櫻花、雄渾剛直、孤豎挺立的千年神木，也鮮明活躍靈動起來，成為我與父母、家人間不可多得的旅行回憶經典畫面。

旅行對現代人而言，是與同學、朋友、戀人間共同參與的同義詞。而在父母親的年代，卻是一種奢侈的活動，不論是基於時間或金錢的付出，皆是如此。如今已步入中年的我，驀然回首，在記憶的磁碟檔案裡搜索良久，才恍然驚覺，我與父母間有關旅行的記憶，竟如雪泥鴻爪般，渺不可得。

五十年後，我望著桌上的青竹筒，父母的身影已遙遠而模糊，內心依稀浮盪著波湧悸動，那即「當時明月在，曾照彩雲歸」之喟嘆。當然，與父母旅行的經

歷不只一次，但卻因別無其他相關紀念品的保留而記憶闕如。而阿里山的旅遊記憶卻份外鮮明，因「青竹筒」就擺放在我工作的書桌前。望著它，母親言談晏晏、笑意盈盈的面容身影，一手握著竹筒飯，一手溫煦的牽著我的手，娓娓道出竹筒飯的故事。母親還提及年幼時，因著戰爭，物資奇缺，因而三餐只能以地瓜籤充饑，白米飯是不可多得的聖品……。聽著這些故事，似乎飯粒的香味也透過竹筒滲漏瀾漫了出來，使得原本平淡無味的米飯，氤氳著不知名的甜香。

我知那可是歷盡滄桑，劫後餘生，苦盡甘來、守得雲開花見月的一次平安旅行。而這竹筒飯的甜香，是專屬於母親的味道。「始知盤中飧，粒粒皆辛苦。」

「青竹筒」就這樣伴隨我數十年，望著它，感覺上就像母親陪伴著我，即使病痛時，她依舊牽著我的手，一起走過高山低谷，跌宕起伏的曲折小徑。那種溫暖、安全、甜美而歲月靜好的感覺，雖已漸行漸遠仍還深。



榮譽榜

113年11月份收容人文康活動「雙人卡拉OK比賽」，比賽結果：
冠軍十四工3015洪○超、3737王○皓；亞軍三工2914陳○志、
3014吳○麟；季軍四工2685董○歡、2874蔡○誠。

113年12月份收容人文康活動「創意風車模型比賽」，比賽結果：
冠軍十一工0956余○義、1465蕭○龍、2808謝○穎、2840謝○銘
；亞軍七工0121楊○承、0363劉○恩、1202侯○斌、2043羅○駿
；季軍六工2036林○文、2102賴○穎、3071洪○駿、3359李○成。



113年11月 雙人卡拉OK歌唱比賽(一)



113年11月 雙人卡拉OK歌唱比賽(二)



113年12月 高齡收容人
「肌不可失，齡活健康」課程(一)



113年12月 高齡收容人
「肌不可失，齡活健康」課程(二)



113年12月 高齡收容人
「肌不可失，齡活健康」課程(三)



113年12月 創意風車模型比賽(一)



113年12月 創意風車模型比賽(二)

