



彰監園地

發行人：巫滿盈 出版者：法務部矯正署彰化監獄

地址：彰化縣二林鎮二溪路三段240號

跨越高牆 大放「藝」彩 矯正機關收容人躍上國家舞臺

【本刊訊】近年來矯正機關深耕收容人生命及藝文教育已有豐碩之成果，為以具體行動展現其創新突破、求新求變的施政理念，期能引發社會更廣泛的共鳴與迴響，法務部矯正署特於本（102）年8月13、14兩日晚間7時至9時30分，假臺北市國父紀念館盛大舉辦2場「從心出發·藝鳴驚人—102年度全國矯正機關收容人藝文公演暨教化技訓作品展」，共遴選238名來自全國各矯正機關在監努力學習後具藝文專才的收容人，一起登上國家級的舞臺，將他們在圍牆內透過藝文陶冶後之成長與蛻變，藉由擊鼓、川劇變臉、音樂演奏、舞蹈表演、合唱等精彩節目的演出，展現於國人面前；本監鼓舞打擊樂團及美善竹琴樂團亦獲邀前往演出，是少數負責兩個節目以上的機關之一，顯見本監平日深耕藝文教化獲得肯定這一點值得我們引以為傲。

本次藝文公演是我國獄政史上深具意義的創舉，為了能夠呈現最高水準的演出，矯正署特地從全國49個矯正機關中，精選出歷屆參與藝文競賽的優勝隊伍，以及曾受邀外出表演且頗獲好評的藝文團組，共計238名收容人擔綱演出，這些收容人所屬的機關遍及全臺各區，年齡層橫跨少年至中、壯年，他們因自由受到限制，如何排除高牆間的隔閡，練就出整齊一致的高度默契，乃至於在併團練習時所須承受的戒護風險，對於矯正人員與收容人而言，均是一項高難度的挑戰，但也因為任務艱鉅所激發出的榮譽感，反而讓各矯正機關同仁合作無間，收容人們也更加勤奮練習，他們無不為了能登上國父紀念館的舞臺而深感榮耀，因此矯正署除了廣邀社會各界共襄盛舉外，為了強化親情連結，提升家庭支持功能，更特地邀請參與演出收容人的家屬共404名前來觀賞，一起見證自家子弟的改變，並共同分享這份驕傲。

在歷經10個月辛苦的籌備及練習後，8月13、14兩日，這群「脫胎換骨、浴火重生」的收容人以振奮人心的擊鼓、出神入化的沙畫、神奇的川劇變臉、氣勢磅礴的原民舞蹈、天籟美聲的合唱及中、西樂演奏和南洋竹琴、活力街舞等9個精彩絕倫的節目演出，並在國父紀念館東、西兩側文化走廊所展示的收容人教化技訓作品，整場演出及展示深獲各界好評。



「柚見真情，溫馨相聚」

102年度中秋節電話孝親及懇親活動

【本刊訊】本監與中華電信彰化營運處於102年9月13日共同舉辦一年一度的中秋節電話孝親活動，讓收容人撥打電話向家人請安問候，連繫感情，總計有2795人參加。

另外，本監亦於102年9月17日8時30分至11時30分，舉辦面對面懇親活動，共計248名收容人及488位家屬參與，活動現場布置完善，播放感恩音樂，增添氣氛；啓用水霧機及電扇降溫，現場清新沁涼；活動由工尺譜迎賓樂團演奏揭開序幕，鼓舞打擊樂團的鼓曲振奮人心，現場除了提供豐富的小點心與茶水，適逢中秋佳節，現場特別進行「柚見真情」活動，由可愛逗趣的迷你豬造型柚子串場，收容人贈送柚子給家人，活動過程溫馨感動，親屬也與收容人共享柚子，感受濃厚過節氣氛。本次電話孝親及懇親活動圓滿完成，收容人心懷感恩，家人的持續鼓勵與關懷，實為改悔向善的一大助力。



文化監獄 再傳捷報

四技二專入學成績斐然

【本刊訊】本監附設二林工商進修學校分校高三班4名收容人，報考102學年度技術校院四年制與專科學校二年制入學考試，成績公佈，4名考生全部金榜題名。本監除張同學在加權總分後為634分，榮膺全國排名第33位，並錄取國立臺灣科技大學企業管理系外，范同學亦以556分錄取國立臺北護理健康大學資訊管理系；曹同學492分錄取國立澎湖科技大學行銷與物流管理系；廖同學418分錄取亞太創意技術學院休閒運動保健系，成績十分亮眼，並創下本監錄取該類科第一志願之紀錄，喜訊傳來後，老師與同學恭賀聲不斷，全體管教同仁亦深感振奮，與有榮焉。

彰化監獄素有文化監獄之美譽，本監附設之分校係由國立二林工商支援專業師資入監教學，收容人在老師諄諄教誨與傳道解惑下，一千多個進修的日子裡勤奮不懈，即使身處鐵窗內，也能夠埋首苦讀，終於開花結果，證明只要專心致志，必定能為自己開創人生坦途，重寫人生新頁。



外練筋骨皮 肉練一口氣 本監開辦「太極功夫扇班」



【本刊訊】為增進施用毒品犯之身體健康，提升其自體免疫系統能力，經典獄長指示應適度針對是類收容人開辦合宜之體能課程，遂於102年8月成立體適能「太極功夫扇班」，敦聘具有國際級太極拳裁判資格之彰化縣陳式太極拳協會余添益教練擔任該課程指導。太極功夫扇係揉合了不同流派的太極拳、太極劍動作，以及快速有力的南拳、京劇和舞蹈等動作，配以紅扇加之練習。其開合及變化多端的太極招式，極具藝術與觀賞性。

本班級之成員均係施用毒品之受刑人，其施用毒品之原因初為好奇，後因受朋友影響，缺乏自控能力，漸而失去自我信心與信念，致沉淪於毒海中，身心皆受毒害，為使能祛除毒癮，增強其體健，提升自體免疫能力實為第一要務。自102年8月成立該太極扇班以來，學員均能專注學習，並能課後自主練習，對於不熟悉之架式套路均能求教於指導老師，學習之態度與精神超乎預期。103年度開始將安排監內演出，以強化學員之自信心、意志力及榮譽感。

點燃「薪」希望 再創新生活 102年度第2次收容人就業博覽會

【本刊訊】本監於102年9月18日上午10時假青年區教誨堂辦理今年度第2次收容人就業博覽會，計有22家廠商及223名收容人參與就業媒合。

本次就業博覽之企業廠商共釋出189個職缺供收容人選擇，內容包含作業員、水電工、清潔工、機台操作員、照護員等，參加求職之對象則為102年10月至103年3月底期滿出監之收容人。活動現場媒合職缺數共113個，媒合成功計有43人，媒合成功職缺數為59個，媒合成功率19.28%，博覽會於當日上午11時30分圓滿結束。

「幫助一個收容人就等於幫了他全家」，藉由本次就業博覽會之媒合成功，增強收容人回歸社會的自信心，感謝企業界願意敞開雙手接納他們，給他們一個機會。



「弟子規」讀後心得 13工 劉同學

常言道：「師父引進門，修行在個人」。然則我認為，人的一生中除了求學過程所遇見的老師之外，精神導師更是不可或缺。人生體悟、道德昇華，都有賴它給予我牽引、教悔。「它」不一定有多偉大、多崇高，就算是一句話、一本書都可以是自己生命中重要的指引。「經師易得，人師難求」，真正能全心全意教導我們做人處事的老師，確實很稀有且珍貴。尋找一個名為「老師」，作為自己學習的標竿，幸運的，我遇到了好老師—《弟子規》。

「人學了，才知道」，《弟子規》一書所撰寫的內容，每句皆是以道德、生命為啟發，引導我從迷到悟，讓我更清楚自己的方向、目標。一念的迷，愁雲慘霧；一念的悟，慧日高懸。正如書云：「《弟子規》學習不難，「寬為限，緊用功，功夫到，滯塞通。」只要經常記誦，並且善加運用到日常生活裡，日久必然見功效。」，如同鳳梨、芒果的酸澀，經由陽光、和風、雨水的滋潤、照拂，把酸澀的鳳梨、芒果，轉變成又香又甜的滋味。從「迷」的無明，經過引導、觀照，即可成就「悟」的清明，《弟子規》文義的智慧點撥，讓我的心如獲甘霖。

欲治心治身，理不必太多；知不必太雜，能聽一句有益的話，勝讀千句無用之語。《弟子規》集古今聖賢之智慧精華，凡勵志養生、修身進德，為人處事皆有精闢提示，雖言簡卻理明；雖辭短卻義廣，且有益世道人心。

一言可以助己醒悟；一語可以助己解脫，貴在能心領意會，與身體力行。道德就是力量，相信透過「弟子規」的省思，我們可以找到面對問題的態度，以及遭遇逆境時解決的方法。在此，每個故事的邂逅都是啓迪心靈新生的開始。衷心期盼透過《弟子規》，每個人都可在道德中找到一份安定的力量。

為迷失的心找個路標 7工 吳同學

人生如旅途，岔路很多。許多人拼命埋頭苦幹，卻不知所為何來？到頭來發現走錯了路。因而有些人整日忙忙碌碌，卻不見得有意義。沒有目標的生命就像沒有終點的旅行，聽起來似乎很浪漫，可這種浪漫畢竟是短暫的、一時的。

人如果只生活在一種狀態下，別無其他選擇，那麼，他只能生活在一種不自由的狀態中。如果選擇太多，沒有了限制，自由度也就增加了，但這並不能代表人活得就輕鬆了；反之，人的選擇越多，就會活得越沉重、越痛苦，特別是必須在衆多選擇中做出抉擇的時候，人們需要承擔的是對自己命運的責任。猶疑不決是對生命最大的浪費，一瞬間的遲疑與搖擺往往會帶來無法挽回的遺憾與損失。用心去抉擇出一條簡單的道路，與它一同毫不動搖地前行，到達終點的時候，我們便無愧於心。

未來的生活總是呈現出光怪陸離的奇景，我們在決定選擇哪一種景色的時候總會陷入猶豫與掙扎。每種選擇都會有各自不同的路途，我們總是為了這些飄渺的東西搖擺不定。縱然迷茫，也不該停下腳步；縱然痛苦，也要在痛苦中行進。心靈堅定，腳下的路也就堅定無阻。

人生的路上總會有無數的路口等著我們去選擇，我們也許不知道自己下一站要去哪裡，但與其在岔路口猶豫不決，不如坦然地面對自己的心，抉擇出一條自己能心安理得，心甘情願走下去的路。

來自家鄉的召喚 11工 田同學

達高牆內的半月後，家裏來一信，是母親思子心切的訊息，也是手足之間的鼓勵，信裏有二個核心，一個是保重自己平順早日回家，另一個是母親探詢至二林的交通方法與選擇的往返工具。

二個訊息的背後，蘊含著月圓佳節的思念，想起時間的推移，內心的悸動，正像八月裏的多雨颱風，有著明顯的潮汐作用，溫暖了我心。

談到家鄉，那是受刑人爭取自由的燈塔，度過鐵窗歲月的召喚，因為有它！讓生活的一切顯得更加活潑而生動。家鄉的一切，景物也許隨著滄海桑田而改變，唯一不變的慈母盼兒早歸的吸引力。無論你住在那裡？去向何方？或者是你犯了什麼罪？刑期有多久？你所在意的恐怕只有一份依靠，那是源於浪子回頭的醒悟，和來自親情的原諒能量，別怨家人疏於聯絡，更不必怪家人未時常前來會客，在踏出牢獄大門之前，我們必需先學會堅強與和自己的獨處。囚禁生活太充實，你就沒時間抱怨！獨處的寧謐愈濃郁，你會更加有智慧。

只要親情依舊，愛還在身邊，家再不完美也是歸宿，拾起繁冗的思緒，讓家鄉更靠近你的心門，這樣的你，才懂得什麼叫做生活，囚禁有了生活，自然就充滿了希望。





「頑石與飛鳥」心得報告 6工 邱同學



當我拜讀「頑石與飛鳥」後讓我感到非常驚訝和汗顏。你能相信一位漸凍患者能用僅存的眼皮開合動作完成多部達數十萬字的書嗎？

作者說：「身體雖不受我控制，但我卻能在心裡無礙的飛翔。」這句話讓我非常感動也感同身受。他的不放棄造就他今日的成就，不但激勵別人，也讓自己活得更有意義，這不就是人生在世的真義嗎？試想著自己身陷囹圄，大義上也和作者一樣局限於空間裡，但自己身體也很好，有太多優於作者的處境。一樣我們多出了屬於自己的時間，但我卻是在浪費生命，也浪費家人的盼望和親友的期望。

作者的毅力是值得我們學習的，在家人的支持下他活得更加有色彩，有意，他不期望什麼，只求上天能多給他時間多陪陪家人。而我們呢？太欲求不滿了，好還要更好，要家人多來會客，多寄錢好讓我們享受物質上的生活，完全忘了自己是做錯事而服刑，也忘了家人在社會上要賺錢是多麼不容易的事。

讀完這本書，我覺得自己長大了，多會為家人著想，設身處地的為他人著想，作者感動了我，也點醒了我，什麼是該我們追求的東西，人生在世，爭的不只是一口氣，而要為關心你的人更加活的努力。

※※※

不要受困於挫折

13工 李同學

是否曾經有人這樣問過你：你害怕失敗嗎？回想你走到現在的人生路程，什麼事是令你滿意且引以為傲的？不要自以為從未會遇到過挫折和失敗，是因為你的智慧高人一等，有這樣的心態是極錯誤的，因為有了這種自視清高的心態，一旦遭逢一次失敗，你就會被打倒，再也爬不起來，應該趁年輕氣盛時，在經歷幾次不大不小的失敗和挫折中，只有親身體驗經過了這樣的鍛鍊，你才能取得最終的成功，無論是在事業、生活還是其他方面。

失敗和挫折其實是人生不可或缺的一部分，失敗和痛苦是老天與每一種生物溝通，並指出我們錯誤所使用的語言，動物在聽到老天的警訊時，可能膽怯，致使他們逃避所有可能的威脅；但若是我們聽到老天的這番警訊時，就應該變得更為謙虛，以期從中學習到智慧和經驗，這才了解開始邁向成功的轉捩點，全由失敗和挫折所決定的。

任何人在到達成功之前，沒有不遭遇失敗的，每一個成功的故事背後，都是經由無數失敗的故事堆疊而成，我們應該把挫折當作使你發現思考的特質，以及你的思想和明確目標之間關係的測試機會，如果你能真正體會，它就能調整你對逆境的反應，並且能使自己繼續為目標努力，挫折絕不等於失敗，除非你自己這麼認為。我們潛在的力量來自我們因軟弱，直到被傷害到遍體鱗傷的程度時，才會喚醒包藏著神秘力量的憤怒。

如果把失敗當成是激發你以新的信心和堅毅精神，重新出發的契機，那成功只不過是時間上的問題罷了，能否做到這一點的關鍵，就是在於你是否具備積極的心態，當你在和失敗戰鬥時，就是你最需要有積極心態的時刻，當遭遇挫折時，你必須花數倍精力，去建立和維持自己的積極性同時也應動用你對自己的信心，將積極心態化為具體的實際行動。歷經過失敗的痛苦，才能找到真正的自我價值，感受到自己真正的力量，當你遭遇到挫折和失敗時，要做的就是：跌倒了爬起來，再跌倒再爬起來，爬起來永遠比跌倒多一次。

※※※

「賭」破人生

12工 陳同學

俗話說：「十賭九輸。」放眼全世界，有幾位是靠賭而致富？寥寥無幾，可見絕對不能以賭為生。然而只要是人，就一定會有大小不定的貪念，總認為財神爺會降臨在祈求者的身上，無論是小賭的撲克牌、樂透財、四星財、四色牌或是打麻將，大賭如天九或俄羅斯輪盤，總有人樂在其中，有些人甚至瘋狂到廟裡求明牌，滿腦子簽牌號碼，整天渾渾噩噩，到了簽牌的日子，更是廢寢忘食，數十年如一日，天天想發財，卻是牌牌都槓龜，從年輕賭到老，發財夢不會幻滅，認為就算賭輸？時來運轉賭贏一次，或許就能鹹魚翻身，或為億萬富翁。一生活在賭的氛圍中，殊不知已漸漸失去家庭的溫暖，賭到最後，家破人亡，妻離子散。

因賭而人生破敗的例子不計其數，有的人受不了刺激而自殺，有些人搶劫犯科，畢竟已經賭到傾家蕩產，一無所有，乾脆搶劫進監獄吃免錢的牢飯，好過流落街頭行乞。人性的尊嚴因賭字而蕩然無存，令人不勝唏噓！

我們應效法聖人，肯定自我，人性混著偉大與渺小，善與惡，崇高與卑微，既生為人，本性相差並不遠，有些性格偏強，可以自由地表現天性；有些人則默默靜坐一旁，彷彿遠離塵世；有些人埋頭苦幹，最後揚名於世；有些人淪為敗類，為社會所不齒。然而骨子裡，人性是相同的。因為人性本善，唯有辛勤耕耘，才能充分發揮上天所賦予我們的潛能。

立德電台-踏上希望之路

10工 蔡同學

佛經上說：「心如工畫師，能畫諸世間。」有人生來就是先天缺陷，但有人是後天的肢障，一個十五歲正當年輕時，在一次偶然意外中，受到重大的電擊，剝奪了他的雙手、一隻腿，與一隻眼睛，讓他幾乎沒有活下去的勇氣，更難想像往後該如何度過那多少無助的歲月，承受多少辛酸與殘缺的淚水，更該如何擺脫這重要的難關，才能讓缺陷的人生亮麗了起來？

形體上雖然他沒有一般人的雙手，但他做的事，比有雙手的人還多；他雖然只有一條腿，但他走的路，比別人還要遠；他雖然只有一隻眼睛，但他看的事，比別人還要深、還要廣，他不僅透徹了人間的冷暖，也洞燭了人生的方向與生命的意義，生活上的不方便，並不是等於生命遭遇到困難，克服生活上各種不便，確實需要極大的勇氣、毅力與智慧，但只要有一分熱愛生命的心：一分永不頹喪的志，與一分不向逆境低頭的堅毅，任何事都不會有困難，他就是「謝坤山」，因為他無視於逆境的挑戰。也正因為他有這種健康的、積極的、樂觀的心志與心情，所以他不僅沒有缺陷，而且比別人都健全。

在人生的旅途中，他不是用雙手「掌握」幸福，而是用心靈「開創」幸福，他不是用雙腳走出康莊大道，而是用不屈的意志，昂首闊步。肢體的殘缺，不能阻礙他成為一個自在的人，心中常存的美善與樂觀，使他的生命更豐厚，更壯麗，更多采多姿。

人入口成「囚」乃是我當今的寫照，傾聽人生好好劉銘老師節目，讓我有更深層的體會，他們肢殘但心不殘，我則是被「心」給牢牢禁錮著，相形之下頗感汗顏，從今而後秉著虛心學習的態度，拖著慚穢的皮囊走出自個兒的心牢，重新找回自己，立定目標，邁向康莊大道，迎接未來美好的每一天。

※※※

人生好好感言 10工 陳同學



人生於世短短數拾寒暑，仰觀天象、俯瞰山川大海，不禁讓我們感嘆世宇之大，人不過如滄海一粟。蘇東坡詩偈：「橫看成嶺側成峰，遠近高低各不同；不識廬山真面目，只緣身在此山中。」告訴我們切莫忘失自我，如果我們能跳出身心的桎梏，找回自己的真心，就能看到自己的本性，進而認識人生實相。人生事事豈能盡如人意，一帆風順？若遇到一絲風浪即怨天尤人，自怨自艾，彷彿陷入絕境，則不待風浪淹沒，自己已先毀滅了。因此當你遭受到挫折四周無奈之時，何不轉換另一觀點，用心去體悟，看清自己的心靈受遮蔽幽暗處，進而燃亮心中那點光亮呢？

現代人都背負著沉重的生活壓力，時常擔心這個，擔心那個，面對這個多壓力時，我們是否該用另一種心境來轉換，人生在世，本來就會面對各式各樣的挑戰與壓力，學習調整自己的心境，反而是一種生命的動力，會不斷推動著我們人生努力前進。

每件事情，都由自己選擇以快樂或以痛苦的態度面對，在做每一件事情的同時，選擇用心境將壓力轉變無限的動力，但有些人在工作上，稍有挫折不如意時，就放棄不做或者等待明天再做，而一拖再拖，拖久了也變成了一事無成，沒有了卓越感，失去了信心，所以，無論什麼困難都要學著轉換面對環境上的困境態度，活出屬於自己的一片天地。

※※※

終於

4工 鍾同學

永遠失去了妳。
而我終於知道：
卻只見到自己—踽踽獨行！漸漸凋零！
瀟灑的繼續假裝不在意，
在每個有妳的夢裡！

遠去的深深愛戀不再擁有！真情已逝！
獨自熬煉辛酸，用力攬拌苦楚，
瞇眼細看結痂的疤痕，企圖找尋妳，
是不能？是不想？或不願？觸碰曾經心痛！

短暫夏季；陷入漫長空虛不能自己，
渴望朵朵亮麗繽紛的浪花？不能！
仍只有片片灰黑，聲聲嘆息，

狂風暴雨夜，失眠；默默品嚐孤獨！

生命及品格
教育專欄

聰明人必做的10件事 【大前研一】

< 摘自網路文章 >

一、儲蓄友誼

靠得住的友誼是今生最溫暖的一件外套。它是靠你的人品和性情打造的，一定要好好地珍惜它，如果到目前為止，還沒有幾筆，那麼，從現在用心去儲存還來得及。

二、學會放手

這個年齡已經不允許不成熟，當你無力把握命運中的某種愛、某種緣、某種現實，就要學會放手。給自己一個全新的開始，只要信心在，勇氣就在；努力在，成功就在。

三、播種善良

一定要極盡自己所能，讓那些比你苦、比你難過的人感受到這世上的陽光和美麗。這樣的善良常常是播種，在不經意間，就會開出最美麗的人性之花。

四、懂得音樂

一定要學 or 懂一種樂器，它會洗滌你的身心，打開你的記憶和想像，更會帶來意想不到的寧靜。另外還有攝影、收藏，它們都能讓我們的生活增添滋味。

五、避開兩種苦

塵世間有兩苦，一是得不到之苦，二是鍾情之苦。前者在你付諸努力的前提下，就把一切當作一場賭，勝之坦然，敗之淡然，好在這年齡還有一定的資本得以捲土重來；至於後者可說是世間最苦，如果把這時還有這樣的情愫，一定要像清除灰塵般，把它從心屋裏掃出去。

六、學會承受

有些事情需要無聲無息地忘記，經過一次，就長一次智慧；有些苦痛和煩惱得要默默地承受；歷練一次；就豐富一次。

七、常懷感恩心

當我們參加完葬禮，總會湧起一些感慨；當我們大病初癒，總會有萬般珍惜。感恩的心一定要時時保留，它不僅讓你憐惜身邊事物，還能平撫欲望和爭鬥，甚至幸福的感覺也往往源自於此。

八、熱愛工作

儘管它不像喝茶、聊天那般愜意，但它檢驗著我們的智慧和能力，得以讓我們體現價值及獲得成就。一定要全心愛它，畢竟它讓你大半生有事做、有飯吃。

九、勤於學習

讀書和學習都是在和智慧聊天，每年至少要讀五十本書，它不僅保證你的記憶力、感悟力，還能讓你維持個性魅力，這可是練瑜珈做美容所不能達到的效果。

十、享受運動

善用時間運動、享受自然。你的體重就不會因懶惰而上漲，你的容貌也不會因歲月而減少生動，在某種程度上更能保存青春、快樂與健康。

oooooooooooooooooooo

• 藝文欣賞 •



藝文欣賞 漫畫有品-書法比賽作品



第一名 簡同學



第二名 何同學



第三名 黃同學



第三名 林同學



佳作 楊同學



著作權保護與合理使用

章忠信

<轉載自-著作權筆記網站>

一般人望文生義，一定會認為著作權法的立法目的，是要保護著作人的權益。不過，從著作權法第一條規定，可以更進一步的體會，保護著作人的權益，並不是著作權法的唯一目的。著作權法第一條規定：「為保障著作人著作權益，調和社會公共利益，促進國家文化發展，特制定本法。本法未規定者，適用其他法律之規定。」所以說，著作權法立法的終極目的，是要「促進國家文化發展」，而為了要達到這項目的，必須透過「保障著作人著作權益」與「調和社會公共利益」為手段。

了解著作權法之真諦

從整部著作權法的內容看，其實僅在規範兩件事，一是如何保護著作人權利，二是公眾有何「合理使用（fair use）」的機會。著作權法先賦予著作人著作權，但為公益之考量，又以「合理使用」規定，限制著作財產權之行使。

「合理使用」形成的原因，有因為係私人非營利之使用，有基於隱私權之保護，有因為公益之考量，也有促進學術、教育、新聞自由等之因素，甚至也有基於授權成本不敷授權所得的考量。依國際所遵行之伯恩公約第9條第1項所樹立的原則，合理使用必須是

一、「僅限於某些特定之情形下」。

二、「未與著作之通常利用相衝突」。

三、「不致於不合理地損害著作人合法利益」。

所以，合理使用還是必須以法律作有限制的規範，不可以過於廣泛。

「合理使用」在性質上，並不是利用人積極的權利（rights），而僅是著作權法在特定情形下，所特別賦予利用人的特權（privileges），如同國會議員的「言論免責權」一般，國會議員的「言論免責權」是為了保障民主殿堂上的質詢，法律上特別賦予國會議員萬一罵到人可以不必負責的「抗辯權」，可不是說國會議員享有可以罵人的「權利」。同理，「合理使用」的法律效果，是為了某些學術、言論、新聞或其他公益考量，讓利用人在一定範圍內，不必經過授權，就可以利用他人的著作，並以法律上明文規定，這些行為不會構成著作財產權的侵害，並不是說利用人享有一項可以利用他人著作的權利，當然也不發生轉讓「合理使用」權利的問題。

真正認識何謂「合理使用」

「合理使用」是著作權法制中的「黑洞」，因為法律無法明確規定，使用別人多少著作是「合理使用」，而其認定又常因各種利用情形不同，或隨著科技的發展，隨時會有不同的結論。例如，寫一篇關於畢卡索畫風的論文，利用畢卡索的一幅畫，以作為說明，可以被認為是「合理使用」；反之，利用畢卡索一幅畫中的一小部分，作成領帶銷售，就不能被認為是「合理使用」。又例如，從網路上下載許多篇文章供自行研究，基於資訊流通自由，會被認為是「合理使用」；反之，從網路上下載許多首 MP3 音樂檔案供私下欣賞，會嚴重影響 CD 之銷售量，而被認為非「合理使用」。著作權法第 65 條第 2 項對於「合理使用」，僅能規定抽象的原則，讓法院於個案作彈性認定，包括：

一、利用之目的及性質，包括係為商業目的或非營利教育目的。

二、著作之性質。

三、所利用之質量及其在整個著作所占之比例。

四、利用結果對著作潛在市場與現在價值之影響等。

「合理使用」範圍不明確，在各國著作權法中皆如此，但我國之所以會成為衆矢之的，在於現行的民事訴訟法制不足以使著作權人獲得有效的救濟，讓著作權人寧可採取「以刑逼民」的途徑，快速獲得著作權侵害的賠償，造成全民皆罪的恐慌，92 年 7 月修正著作權法，曾將非營利而且未造成嚴重侵害結果的侵害除罪化，只可惜因為盜版泛濫造成國際經貿談判的壓力，93 年 9 月修正著作權法又改變這項政策，回復舊制。

如何解決「合理使用」爭議

為了解決合理使用範圍不明確的爭議，著作權法第 65 條第 3 項及第 4 項規定，著作權人團體與利用人團體，可以就著作之合理使用範圍達成協議，作為是否合理使用判斷之參考。在協議過程中，並得諮詢著作權專責機關之意見。然而，由於利用人擔心團體協商會縮小合理使用的範圍，著作權人又寧可刑事訴訟解決合理使用爭議，這項在國外可行的機制，終究無法在國內落實。

「合理使用」之標準既然會隨不同情形而有相異的結果，而「合理使用」抗辯不成功，則會構成著作權侵害。為避免捲入不必要的紛爭，秉持「己所不欲，勿施於人」之立場，應很容易自行檢測是否符合「合理使用」標準。此外，除非有把握構成「合理使用」，否則，利用他人著作前先打一聲招呼，獲得同意，是最保險的作法。





想健康，一定要「腹式呼吸法」

iCare 愛健康

從前人告訴我們：站如松，坐如鐘，行如風，臥如弓。姿勢對了，人就好一半；首先從脖子開始，脖子要鬆、抬頭挺胸、縮下巴、肩膀微向後夾、骨盆立起來，這就是標準坐姿，這個姿勢撐五秒就很累，因為肌肉在用力。

站著的話，如果必須要彎腰，一定的時間內就要往後仰，把肌肉拉一拉。蹲馬步是人最標準的姿勢，動作很累，要慢慢練。這些運動最好隨時都要做，只要是在你大腦清醒的狀態下。

腹式呼吸法

一般人只要是坐姿，都是胸式呼吸，就是很淺的呼吸；腹式呼吸很深，會運動到橫膈，只要姿勢做標準，當吸一口氣時，肚子會凸出來，用嘴巴吐氣時，肚子會收進去，橫膈就像氣球，會上下移動，下面有橫結腸，橫結腸是最容易有大便的地方，只能利用腸子的蠕動、和橫膈的活動去推進它。

我們呼吸時，每一分鐘就會有兩到三次深呼吸，但因為長期的懶人坐姿，這兩三次的深呼吸都不見了，變成只能靠意念去做深呼吸。

腹式呼吸還能改善加強肺功能，下葉比較能擴張打開，運動的好處是全身的，深呼吸也能讓大腦鎮靜，讓人放鬆，這時我們的副交感神經就變強了，蠕動就會變快。如果很容易緊張焦慮，神經也會過度亢奮，蠕動就會變慢。

被狗追時，一定要跑，交感神經亢奮時，會變得很有力氣，這時胃會告訴你，現在最重要的是跑步，不是胃，於是胃的蠕動就會變慢。所以當我們很興奮時，腸胃就不蠕動，越放鬆時，腸胃反而是比較會動的。

挺直脊椎、嘟嘴、用鼻子吸氣(吸3秒)、用嘴巴吐氣(吐5~10秒)，氣吐的越乾淨代表肺活量越好，吐氣時會讓肚子產生壓迫感，練習肚子的力氣，配合想像法會更放鬆，可以想像自己在山中、海邊、大自然裡。腹式呼吸法隨時都能做。

反詐騙

關鍵字報告
聽到詐騙關鍵字請撥...

牢記123
防騙真簡單！！

1. 請到這次有電話問你什麼？是否以
上說的呢？

2. 通知... 165為上所述電話：不真
或可能詐騙情形

3. 快打165反詐騙專線：萬萬無
要將存款領出來監管帳戶！

醫院通知：有人冒名領藥！

中華電信通知：有人冒辦門號！

警察通知：你個人資料被冒用！

檢察官說：你是詐欺人頭戶！

去超商收法院公文傳真！

要將存款領出來監管帳戶！

165反詐騙諮詢專線
www.165.gov.tw

行政院



檢舉信箱：二林郵政58號信箱
檢舉電話：04-8964941

榮譽榜

*102年8月份收容人生活競賽

第一名：10工 第二名：5工 第三名：8工

*102年9月份收容人生活競賽

第一名：10工 第二名：6工 第三名：5工

*102年8月份「漫畫有品-創意漫畫暨書法」比賽

一、創意漫畫組

第一名：11工林同學

第二名：11工黃同學、8工張同學

第三名：1工龍同學、8工蔡同學

佳作：才藝舍賴同學、8工丁同學、5工賴同學
、8工蘇同學、才藝舍羅同學

二、書法組

第一名：才藝舍簡同學

第二名：才藝舍何同學

第三名：13工黃同學、才藝舍林同學

佳作：才藝舍楊同學、8工李同學、8工陳同學
、11工黃同學



徵稿簡則

投稿注意事項

一、投稿文章不可抄襲，主題應明確，內文要清楚。

二、文句注意通暢，不要有錯別字；標點符號應注意，字體須工整。

三、文章內容著重服刑體驗、啟示、讀書心得、生活小品等，另可令人大振奮、莞爾一笑之作品尤佳。

四、來稿文字儘量以伍佰字至壹仟字為原則，無稿費，依獎勵要點敘獎。

五、所投稿件步論刊登與否概不退還
；文章本刊有刪改權。

※歡迎人才加入及踴躍投稿※