



期許經明陽孕育轉變，
學生將人生從黑白變成彩色。

明陽

2016年12月 明陽季刊
no.57 我的小天使

- ◆ 發行者：陳宏義
- ◆ 總編輯：戴旭華
- ◆ 審稿：林景裕
- ◆ 文編：吳宜芳 黃雅倩 黃政弘
- ◆ 美編：唐獅設計有限公司
- ◆ 顧問：李銘偉 洪榮德 徐希儀
- ◆ 編輯委員：鐘仁貴 林國藩 陳志厚
吳建德 吳錦龍 吳銘修
楊政邦 鄭麗文 盧興國
- ◆ 插圖：小凡
- ◆ 出版者：明陽中學
- ◆ 地址：824高雄市燕巢區橫山里正德新村6號

GPN 2010100412

定價20元

Contents 本期要目

活動櫥窗	1版	學生陶藝作品再創佳績～明陽全體共享榮耀
輔導園地	2~3版	夯枷 (già-kè) 到底為哪招
分享園地	4~5版	心/走在學習音樂的這條路
藝文園地	6~7版	繞出一方小世界
主題企劃	8~9版	我的小天使
管教園地	10版	少者懷之
宣導園地	11版	惱人的皮膚病～冬季癢
活動園地	12版	中秋節懇親會
		吾愛吾師 感謝郵您—有畫要說 郵話要說
		橋首昂陽～明陽中學105年度陶藝班創作展開幕式
		給自己一個機會

學生陶藝作品再創佳績 明陽全體共享榮耀

文/金泰震



- 1.特優—黑面雞婆/阿傑
- 2.佳作—禪繞雞/阿祖
- 3.入選—神雞妙算/小瑄
- 4.神雞妙算燒製前模樣

1	2
3	4

「2017年陶奇雞—全國高中職生肖陶藝競賽」，又是收穫滿滿的一年，三位得獎者憑著一股傻勁，只為要表達作品中「愛、思念、創新」，過程中失敗多次，經過毀損斷裂，還是沒有打消創作者的信心，尤其作品「神雞妙算」，燒製中因土坯濕度不均勻導致爆裂，作品因而損壞了1/3，曾丟棄於垃圾桶中，最後不捨又拾回，經小小整修送審參賽，幸運獲得入選獎。

特優獎「黑面雞婆」，描述作者的阿嬤自幼疼他保護他，又熱心助人，從作品的神韻中雞婆的翅膀緊緊摟著小孩，小孩的臉上露出幸福的笑容，真的是捏出了那愛的感覺！

佳作獎「禪繞雞」，創作理念來自於禪繞畫 (Zentangle)，作者將美術課學到的禪繞畫運用在陶瓷上，呈現另一種趣味風貌。

夯枷 到底為哪招!?

從圖書館談公用資源的使用

文 / 鄭其祐

每週總有一天的中午，不論是提著袋子、扛著箱子，還是推著推車，諳知內情的人瞧見我這般神勇模樣，都會知趣的說：「又要去圖書館了啊！」

不知不覺已經持續了3年多，期間有小老師曾含蓄的告訴我：「老師，你每週幫我們跑一次圖書館，真的很勤勞耶！」前些日子，和班上同學討論到自己在幫同學借書這件事上究竟有獲得甚麼好處？有位同學直言：「老師，我想不出你會有什麼收穫？只覺得你真的是『夯枷giā-kê』（註1）而已！」

註1：根據臺灣閩南語常用詞辭典釋義，夯枷giā-kê，意指把沈重的負擔攬在身上，引申為自找麻煩。

永不寂寞的小說和漫畫

3年多來，約莫5個班，近百個學生，透過642本書，有人成功減重、持續力行健康管理；有人小說、漫畫K過一本又一本，既解無聊又能充分打發時間；有人藉由看書沉澱自己、從中學習解決問題的方法；有人在廣泛閱讀中，提升了識字能力，甚而找到其他生活樂趣。

從102學年度執行借書行動至今，每回班上遞來的借書清單是我了解同學、拓展彼此話題很好的一份素材，也因整理這些借閱清單，進而發現明陽同學在因應不同的生活階段，也會出現不同的閱讀需求。舉例來說，在102學年度當時的高三A和陶藝班，因組成分子多為應屆畢業生或是已取得高中學歷準備提報假釋的老學長，故閱讀取向（圖一）多偏好100哲學類（40%）及400應用科學類（20%），其中更以170心理學總論佔最多數，舉凡友誼、說話技巧、讀心術、時間管理、樂觀、省思、態度等與人際及自我攸關的主題，都是當年火紅的借閱書籍，推測可能和當時即將面臨返家、就業等背景因素影響了其書種的選擇。

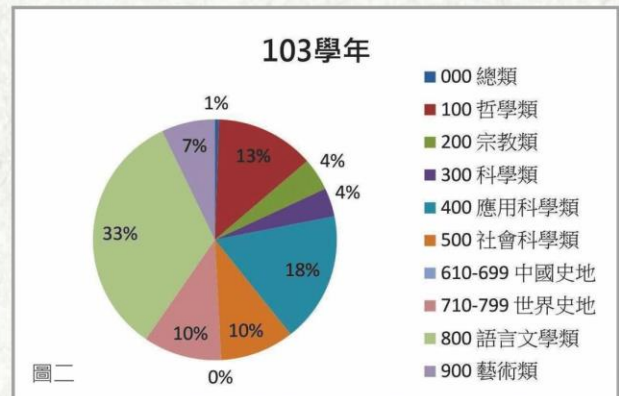
到了103及104學年度，因湊巧都帶到高一班級，從下圖中便能明顯看出，這兩年同學的閱讀需求就和102學年度的學長有很大的不同。

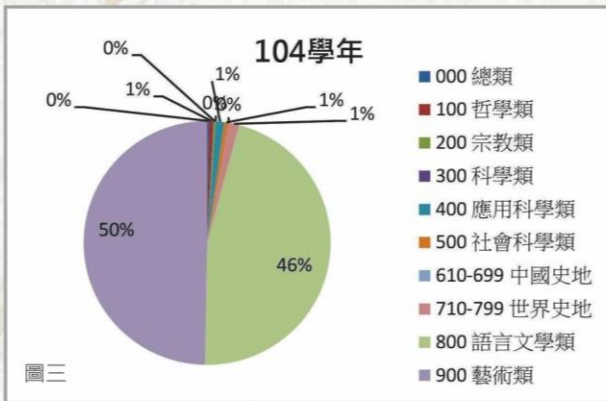
剛入監服刑加上初來乍到，怎麼消磨時間，成為尋常生活中最重要的小事，而小說和漫畫（註2）當然在這階段就變得如此不可或缺。不論是103學年度（圖

二）40%（語文類+藝術類），甚至104學年度（圖三）的96%（語文類+藝術類），都顯示了高一同學在857小說類及947.41漫畫、連環圖畫類的主動閱讀上有極度的偏好。

以上粗略的統計在於認識明陽同學在入校初及出校前，對於從圖書館借書這事從「打發消遣」到「關心自己」不同以往的心理轉折，就如同明道文教基金會前執行長凌健老師曾在其PIRLS2006閱讀素養與家庭閱讀環境（2008年）一文中提到根據國際研究指出，15歲以上的青少年多半以「功能性閱讀」為主，為具體實用而讀，並能因應不同的需要，閱讀不同類型的文章，若以此論述來理解明陽學子在不同的服刑階段所呈現的閱讀偏好及習慣，也就不覺得那麼奇怪了。

註2：根據《豐子愷漫畫文選集，頁727-735》說明，「漫畫」是介於繪畫與文學之間的一種藝術，故在中文圖書分類法中將其編列為947.41（漫畫；連環圖畫）。





圖三

一輩子受用的能力

然而，這樣默默搬書搬了3年多，是否有達到我預期的目的？還是如同學所言真的在自找麻煩？我想從某年在一次個案督導時得到洪文惠老師的啓發談起。

記得那次我們討論到一位弱勢個案，很擔心沒什麼資源的他，出校後該何去何從？席間老師說了這麼一句話讓我印象深刻，她說：「弱勢少年要能從谷底翻身，取決於他自己是否具備善用資源的能力。」我想起了自己從單身到結婚、生子，每個階段無不設法努力的讓自己及家庭能在少量花費(或免費)的前提下，依舊保有多采多姿的生活，而箇中門道便在於「找到」資源並「善用」它。而怎樣善用公共資源，許多親職教育專家，如黃登漢校長及李偉文醫師，也都曾有相關的撰文分享(註3)。其中黃校長更直接點出說：「許多人忘了整個國家社會的公共建設，都是用我們大家所繳的稅金所建造，我們出了錢，卻不懂得去運用，實在是自己沒有智慧。」

註3：

李偉文(2009.03.01)省錢教養術，善用公共資源，取自康健雜誌
<https://www.commonhealth.com.tw/article/article.action?nid=60864&page=2>

黃登漢(2010.04.20)善用公共資源，養孩子不需花大錢，取自黃登漢的部落格

<http://ye11451015.pixnet.net/blog/post/30812015>

多年前有一本暢銷書《佐賀的超級阿嬤》，故事中的阿嬤，不只在身上綁著拖著磁鐵的繩子，利用走路時間吸附鐵釘鐵片來收集變賣外，更把住家附近的小河當作「河濱超級市場」，將收集到的食物和一些可能會用到的東西拿來改善生活，這位超級阿嬤儼然就是「善用資源」的具體實踐者。然而，如何「培養」善用資源的能力呢？宏達基金會電子報1106期：善用資源好品格(2011年)一文中曾列舉五個具體作法：

1. 尋找你所需要的
2. 使用你已有的

3. 改善資源
4. 運用你的才幹
5. 與別人分享

而我要透過什麼方式讓學生學會(即運用我的才幹)這個一輩子受用的能力呢？當時手邊有4張高雄市立圖書館借閱證的我，就這麼突發奇想的開始了我的借書行動(=與學生分享)。

整個圖書館就是我的藏書閣

高雄市自縣市合併後，目前共有59所圖書館，在100年6月全面啓動「網路借書(又名通閱)服務」，讀者只要輕輕鬆鬆的上網點點滑鼠，透過網路資訊及物流系統，一週內便可享受書香無縫接軌的特級服務，讓圖書館有如家裡的藏書閣一樣親近。為了更有效率執行借書行動，我幾乎是依賴「高雄市立圖書館整合性圖書館自動化系統」來幫我搞定一切。分享一些讀者較少使用，但卻很實用的功能，首先，你需要有張借書證，登入帳號、密碼後，進入個人書房，往下瀏覽「我的記事本」，推薦3個功能如下：

推薦功能1：我的收藏

即數位藏書閣，目的在收藏喜愛的書目資料，而我通常是把同學還沒處理完畢的書目先納入收藏，以便日後可以快速找到連結、完成借閱。

推薦功能2：我的圖書推薦

類似許願清單，可以查看讀者薦購的書籍清單，以及目前圖書館審核的情形。根據圖書館館員表示高雄市各分館每年都有固定比率的購書經費，為確保採購的書籍能更貼近讀者的閱讀需求，自102年12月起便有線上圖書推薦的設計，讀者可以透過直接參與圖書館的選書，擴大館藏的書籍種類，若順利入藏，還有機會成為這本書的第一位讀者。

推薦功能3：查詢多媒體館藏

現今的圖書館除了圖書、期刊之外，還有豐富的多媒體資源，而這些視聽資料，包含許多不容易取得的紀錄片或教學片，幾乎都是經過千挑萬選後才得以上架，不論可外借的家用版或純館內欣賞的公播版，都可透過這個自動化系統查詢得到；而在總館及大東藝術圖書館更有高規格的影音視聽區，提供讀者高品質的欣賞環境，而這一切的服務，一樣是「免費」。

閱讀興趣和習慣的養成是一輩子的事，影響一個人極為深遠，而能善用公用資源，以最經濟的方式豐沃自己的生活，更是一種智慧的展現。期待有同學能在這期間領略到這個道理，並落實其精神於未來生活中，我想每週一次的辛苦搬運，就不會只是老師夯槌giā-kê而已！



文 / 賴打

在明陽住了六年，不知不覺竟對它產生了感情，我再三確認「這是真的嗎？」是！是真的！我是真的喜歡明陽。也許有些人會覺得明陽中學不就是矯正機構，而我就是個受刑人，怎麼還喜歡呢？其實即使來到了明陽，我也從不認為自己是學生，我知道我是個罪犯，但是我對明陽的資源、老師的關心……所有的待遇都心懷感恩並珍惜，因為他們將我們視為學生，是尊重、是期盼，期盼我們能認為自己是學生，而不是罪犯；期盼著有一天當我們回歸社會時，我們可以像個學生，而不是更生人。

剛來明陽時，我其實也只看見自己，只關心自己的事，但幾年後我發現我的心越來越寬闊，開始關心更多，開始看到周遭的人事，開始注意到他人的感受、開始想增進彼此的關係。我想，明陽學生們最缺少的，便是少了那份關心他人的心，少了一點眼界。因為我們總是只看見眼前利益，卻未曾思考未來會如何，只想享受當下的快樂，卻不顧慮後果。只有等吃到苦頭時才後悔，只是一切都來不及了，那又能怪誰呢？試想，未來還要重蹈覆轍嗎？

無論是伙食、讀書資源、教育資源、生活環境，明陽都優於其他監所，但是我們卻仍然不知足，正因已習慣這樣的生活，於是想獲得更多，這就是人的慾望、自私的心態。

狹隘的心使我們自私的為自己而活，只看見自己的快樂，忽略別人的痛苦、悲傷，就如同孩子般一樣任性，得不到糖果就搗蛋、得不到注意就胡鬧，完全

不顧慮他人的感受。但隨著經歷越來越多的事情後，心自然成長、開闊了，終於了解，我們原來只需要多想一點、多看一點，一切都變得很簡單。

明陽的資源、環境是大家一起建立的，並非一個人的功勞，當我們安分守己、積極讀書、爭取表現機會，那麼學校會毫不吝嗇地給予福利、資源、舞台，只要你願意。然而只要有少數幾位同學不遵守校規，違反了相關規定，那我們的資源便會縮減，我想這不是大家所樂見的。明陽能給予的、期待的是我們能夠學習如何學習，學習如何自律，所以沒有各監所的軍事化教育、單一的作業流程，因為明陽是學校而並非監所。

再幾個月我可能就有機會假釋出校，在明陽的六年多，我很感謝以前的學長，因為有他們的穩定才有現在的資源供我利用；我感謝學校的老師，因為有他們的指導讓我在無論在課業上、心境上都有長足的進步。

我喜歡明陽有好多好多理由，明陽賦予我曾經渴望的校園生活、讀書環境，原以為在學校讀書已經是不可能的事了。除了成績很差，學校的老師也對我相當頭痛，而我也對學校毫無興趣。不過來到明陽後我才知道我還有讀書的機會，我開始建立自信，將過去自認為無法做到的事情（背英文、讀數學、寫作文）一一克服了。在明陽的六年來我很認真讀書，還考了三張證照，現在更是準大學生了。只要明年順利出校，便能在九月份開始我的大學生涯。或許讀書真的很辛苦，每天晚上十二點上床，早上四點起床。可是時間一久我才了解，唯有多讀書你才知道你在學甚麼。現在當別人問我在明陽的收穫，我會說：「我學習到如何透過學習，找尋學習目標與學習方法。」只要你願意學習，明陽的老師們都會幫助你，提供適當資源。

所以我很想鼓勵各位同學，明陽是個大寶庫，出校時請務必帶走一些有價值的東西，例如考證照、學技藝，甚至考大學。無論如何，至少多讀一點書，才不至於空手而歸，虛擲光陰。

走在學習音樂的這條路

文 / 小廷

回想從一開始彈奏簡單的和弦到現在能應付古典樂中密密麻麻的樂譜，這過程，真的很辛苦！若不是對鋼琴充滿著熱情，怎能有今日的造詣？常有人問我：「要怎麼做才能變得像你一樣強？」我會回答：「練習、練習、再練習。」想要提升實力，當然需要許多練習以外的東西，但若你連練習都無法堅持，我又該怎麼教你更深層的東西呢？在此我想分享自己練琴以來的歷程，希望每個人都能找到音樂裡的感動。

起初看不懂五線譜的我，無法如願進入音樂基礎社，但我並未放棄。感謝室友送我一台二手的紙琴，晚上自習課他們練習時我就跟著練，隔天一進教室我便興奮地坐到電子琴前，欣喜於自己也能創造美妙的聲音。為了完整彈奏一首歌，我每天聚精會神練習。寒假大家坐在教室看電影，我就坐在電子琴前練習，一學期後我已能彈奏三首曲目。

後來進入社團經過老師指導，又看到學長們的演出，更體會到自己的不足。每次社團被老師糾正後，一回舍房就開始練習，只為能達到老師的標準。最期待也最害怕的成果展終於來了，我彈奏的是「愛久見人心」，這是我前女友喜歡的一首歌，彈奏時我想著她在鋼琴旁聆聽。還記得演出後，老師給我的卡片寫著：「當你一下琴音時，讓老師驚艷的抬起了頭，因為你是今天發表的同學中強弱、速度、音樂性表現最好的。」往後我還是不停練習，期間主任決定要在假日開設琴房，但我同樣沒有通過篩選。但我依然不放棄，每次只要廣播他們出去練琴，我就在舍房拿紙琴出來練，那時的我，只想跟上他們……。

之後進了琴房，我的進步比以前更快，也開始嘗試古典音樂。彈古典音樂時，我能感受每個音符都代表著重要的訊息，彷彿體內的細胞都跟著音樂流動，

而且我更能投入感情。我愛上了古典音樂，但想要征服，確實需要更高深的技巧，我告訴自己：「你必須再挪出更多的時間。」於是我從早上六點起床練到吃飯，中午睡二十分起來練到開封，晚上自習時間以及九點練到十點、甚至十一點，我知道自己已經走火入魔，但我樂在其中。

日積月累的練習，使我突破作曲家設下的重重難關，彈奏出的音樂也更接近作曲家的本意。每晚我都會聽著古典音樂電台，我認為要彈奏出美妙的音樂，就得先學會分辨什麼是好的音樂，然後去模仿，再加進自己的情感，而不是一味濫情的彈奏。後來我開始好奇作曲家及作曲的故事來由，圖書館的古典樂刊等相關書籍我幾乎都看過，在彈奏時我更能想像作曲者當時的心情。此時我發現我的音樂已少了匠氣而多了一點故事，我開始體會到曲子裡深藏的感動。

我一直相信「學生準備好了，老師就會出現」，只要你肯練習，自有貴人會現身幫忙。我希望大家除了練琴，也要了解曲子裡的故事。還有我們對上台總是有恐懼感，這是很正常的，這需要心理調適。在此分享我從書上看到的，也是我上台前用來催眠自己的話語：

1. 一個演奏家可能產生一種對音樂家過度崇拜，而養成一種精神緊張的狀況，認為自己不夠資格演奏好的作品，這樣的態度會使表演者創造力癱瘓。
2. 我們一定要記得，台下的觀眾是為享受音樂而坐在那，而不是來評分的。這是你表演的機會，所以你应该感覺像個演奏家，而不是像個膽小鬼展示他的作品給老師指正、批評一樣。

最後送上一句話：「忘了有人正在聽你彈琴，專心聆聽自己內心的聲音。」—蕭邦。



小高同學作品—陶杯



小文同學作品—
盆栽裝飾

繞出一方小世界

企劃 / 戴旭華



禪繞畫的生活應用

老師這樣說……

去年(104年)暑期樂學營與美術課將禪繞畫排進教學課程，沒想到一年多來，同學自主地玩出許多新花樣。某天男生班小高同學拿著一隻令人驚艷的樹枝給我，原來他將在校園撿拾到的樹枝去皮曝曬後，應用美術課上學的禪繞畫，以黑色中性筆、紅色原子筆，彩繪於上。

有了這次突發奇想又有趣的實作後，隨著新學年度編入陶藝班，小高同學繼續應用禪繞畫在陶杯製作、陶藝品創作，其陶藝作品—「禪繞雞」更在陶博館主辦「2017陶奇雞—全國高中職生陶藝競賽」，榮獲佳作。(請參見本期頭版)不僅如此，每次到女生班，走進教室，還沒

開始上課，同學們常常你一言我一語迫不及待和我分享她們最近的作品，有的作品甚讓我帶到圖書室展示給全校師生欣賞。

某次又在女生班教導員—秋香老師的桌前窗邊，看到幾個彩繪蛋殼；不久後又增加了彩繪瓶蓋……陸續發展出來的禪繞作品，讓我既驚豔又感動，原來我灑下的種子已發芽茁壯，同學們將課堂所學到的融入在日常，並將它實踐，難能可貴的，實踐持續進行中……。在同學們的作品之中，我讀到他們學習的歷程與心情。藉著本版，和各位讀者分享同學們的禪繞畫應用作品與實作心情。





同學這樣說……

當一張白紙出現在眼前時，它看起來一點價值也沒有，但當我一筆一劃地畫上屬於我的專屬線條、想法以及我的世界，專注而平靜的在白紙上注入我的所有，一張平淡無奇的白紙，它像活了般有了生命，這就是我喜歡的感覺，不僅在紙上，甚至在空保特瓶上畫上屬於他們的圖樣，他們就變得很不一樣！是特別且獨一無二！我像是它們的上帝，注入了它們靈魂，把一張白紙、一個別人丟在回收桶的保特瓶，重生的機會。

在創作的過程中，它使我平靜，沉澱心靈，並建立自信！賦予它們新生命，我想這是我為什麼會幫它們畫上禪繞畫的想法。（小凡）

入學以來，隨著學習越多，漸漸地有了許多想法，想利用時間將禪繞畫應用在各種地方，創造一些生活樂趣，如：蛋殼、冰棒棍、鞋子等。某一天，將烘焙課程中準備丟棄的蛋殼撿起來，洗一洗，加上巧思去創作，沒想到迴響超好的。為什麼選擇蛋殼呢？因為我發現在蛋殼上畫上禪繞畫後，就可以把原本要丟的垃圾，變得獨一無二，而且變得更有價值！除了蛋殼外，就連素色白T、用過的冰棒棍和鞋子也是，加上了創作想法，它們都因此而特別起來呢！（小安）

我會在瓶蓋畫上禪繞畫，是某一次突發奇想的，原本只想解放讀書壓力，但卻因此開啓了我的創作之路。其實我對畫畫沒什麼興趣，對自己畫的瓶蓋也沒什麼信心，直到老師看到並稱讚我時，才開始重新看重自己所創作的作品。

無聊發呆不如找點有趣的事來做，生活才精采啊！（小蓉）



小高同學作品—相框



小安同學作品—
禪繞鞋



小凡同學作品—
飲料瓶彩繪



小蓉同學作品—瓶蓋彩繪



我的小天使

My Dear Angel

01 / 謝謝您，外婆 文 | 阿賢

一直以來，有一個人在我的生命裡，一直扮演著天使的角色，守護我、照顧我，她總擔心我吃不飽，所以只要我喊餓，不管任何時候，她都會馬上去煮東西給我吃。她也怕我課業會有問題，還拿起多年未讀的書本，就只為了幫我解答，她就是我的—外婆。

她也常教導我說：「對任何人都要和藹可親，因為你如何對待別人，別人也會如何對待你，還有做事情，不管大事或小事，都應該拿出全力以赴的態度，這樣自己才會有成功的機會。」這也是我一直想達成的目標。

還記得在我國小三年級時，那陣子新聞一直在報導有很多人下車開門前，都沒有去注意來車，而導致許多意外發生，當時外婆也一直叮嚀我下車開門時要

注意來車，沒想到過沒多久，我和外婆出去時，就發生了意外，我忘了外婆的叮嚀，不小心忘記看來車，即開車門，隨之而來的是一聲女生的哀嚎，送到醫院時，女生因為手指被門夾斷，所以要開刀，當時我看到外婆一直跟那女生道歉，害怕的我一直哭，當我看到外婆走了過來，當下更害怕，也哭得更大聲，以為外婆要打我或罵我，結果反而是擔心我有沒有嚇到，剎那間，我感受到外婆滿滿的愛及關心，後來手術很成功，那個女生也原諒我，這件事讓我更體會到外婆對我的愛，也讓我印象深刻。

因為外婆讓我平安的長大，也因為外婆讓我的世界更美好，外婆謝謝妳，妳是我的小天使，我愛妳！

02 / 引導我走在正確的道路 文 | 小霖

回首過去少不更事且桀傲不馴的自己，時常令家人和老師們感到失望、難過，再多的教誨與勸勉也都只是對牛彈琴。最親近的家人，往往卻是被我傷的最深、最重的人。

那時的我，沒有目標、沒有方向，過著行屍走肉的日子，儼然是大家口中的「魯蛇」，而家人也已經不對我抱著一絲半縷的希望，任由我自生自滅，不爭氣的我就這樣自甘墮落下去，直到進了明陽。

有句話說：「置之死地而後生。」就在我認為自己已經跌入萬丈深淵之時，居然有人伸出手拉我這個亡命之徒一把，她正是我的國小導師—蕭美玉老師。當她一看到我，便立刻潸然淚下，並將我擁入懷中，說：「老師相信你不是故意的，你絕對不是這樣的孩子。」當下我才醒悟，原來我還是有人關心的孩子，但這次我決定不要再使他們難過了。自此之後，老師

不僅定期寄來有益的書籍讓我養成閱讀習慣，更時常在百忙之中抽空關心我的近況，甚至說服我的家人和我修復關係。

如今我和家人已無話不談了，這一切都要感謝我的老師，她的幫助、付出與循循善誘，潛移默化的使我的想法、態度和人生，有了一百八十度的轉變。從悲觀到樂觀；從怠惰到努力；從自甘墮落到積極進取；從毫無目標到追逐夢想。老師對我來說，恩同再造，就如同天使降世一般，引導我走在正確的道路上，並帶來光明與希望。

老師常對我說：「不要排斥現在手心向上，只要記得將來有能力時手心向下。」

我也以她為榜樣，並將這句話奉為圭臬，期許自己未來也能夠成為別人的天使，就像我的老師所做的。

03 / Angel's blessing. 文 | 蓉蓉

他們，就像星辰，就像無所不在的微風，默默卻堅毅的陪伴在我左右。

曾經我有一段錯誤的感情裡迷失，前後失去了兩個小生命。第一次，當我感覺到他在我身體裡緩緩的流逝時，我的愧疚、難過一湧而上，但我別無選擇，我以為這樣的錯誤不會再發生，可我竟然又重蹈覆轍了；第二次那種抽離，就像身體裡、心靈上全都被掏空一樣，什麼都沒了。我感到無助、空虛，陷入無限的懊悔，不知道還有甚麼值得我去追求的，我害怕。

我以為他們會像電影情節的那般報復，可完全不是這樣，他們開心地出現在我夢裡，沒有說話，彷彿是要讓我知道他們會這樣陪伴在我身邊，甚至在我遇到困難、心情低落時，出現在我的夢裡為我打氣，默默的一直到現在。我每一步跨出去的勇氣，我的堅強

都是他們給的；雖然那些遺憾已經彌補不了，但我從中學習到如何珍惜自己、珍惜生命。

當我茫然無依時，他們是我的指引；當天黑無光時，他們就是我的光。謝謝你們，給了我生命中最重要的一課。



04 / Mr. Angel 文 | 小文

在混亂的生命裡，我遇見了我的Mr. Angel。

我和他的邂逅，是一場微電影。我帶著哭紅的雙眼在校園走著，家裡的變異、男友的變心、好友的背叛、學業的不順利，讓我跌入內心的深淵裡，我不知道該如何，想著這陣子發生的種種，我丟了心、失了魂，找不到生活的動力，直到我遇見了他……。

躲在一間廢棄的教室裡，我只能把自己捲曲成一團，不斷啜泣，所有不好的想法一直在腦海中揮散不去，從上課哭到下課、從早上哭到中午，突然聽到有門聲，我迅速的收乾眼淚，不是怕翹課被抓到，而是不想讓任何人看到我的脆弱，就算我現在帶著紅腫的雙眼。有人走近，看著他的學號是一位高三的學長，他看到了我，眼神中帶著疑惑，我看著他，眼神中帶著探測。「還好嗎？」沒頭沒尾的一句話，他說，「我沒事……」我帶著鼻音小聲地回答他，「加油。」說完，他便離開。我看著他離開，無法理解剛剛的情景，但也不去多想。

之後的每一天我來到學校，書包放著就是來這間教室躲著，不管要做甚麼都不在意他人的眼光。只是，每次黑板上都會有留言「還好吧？加油」「要

記得吃飯。」「天冷了，要穿外套。」每一次的留言都不一樣，但我的回答都一樣「好、嗯、會的」。但隨著次數越來越多，寫著字數也越來越多，從短短一句到一篇文章，這位學長用了另一種方式陪著我走出傷痛。

現在我生活得精采、快樂，之後我沒有再去那間教室，偶爾可以在校園中看到他，而我知道我有人在關心著，這樣就夠，謝謝你，我的Mr. Angel。



少者懷之

文 / 林瓊玉

泡好咖啡，打開許久未上工的筆電，今年六月終於畢業的我，好像很久沒有好好動腦了。今天是教師節，難得因颱風放假。仔細想想，當教師以來有放教師節的假，也只有在明陽之時；是的，我初任教師就是從明陽開始的。那似乎是好久以前的事，點點滴滴卻清晰地刻在腦海，也因此，書寫明陽的事，從一開始就是我唸博班的動機。此次應主編之邀，要撰文介紹我的論文，內心其實是慚愧的，因為論文的完成實在是拖得太久，撰寫內容似乎與現今明陽的脈絡有所脫節，另一方面是自己能力不足，始終無法把想寫的事寫好。縱使有著許多缺陷，仍想藉此文申明我想要表達的主軸精神，免得閱讀者被論文的瑕疵模糊了焦點。

以「少年矯正學校課程演變之研究—以明陽中學為例」為題，論文回溯我國少年矯正學校成立之精神，描述明陽中學成立之後如何一步步實現立法者想像中的學校，探討期間遭遇的困境與限制，展望未來的發展。少年矯正學校是無法在立完法之後即形成該有的樣子，在實踐過程中，又會因著校內人員的特質與環境的條件而形成獨特的樣貌，因此明陽中學擁有絕佳的個案研究條件，但由教育觀點出發、或者對於其課程與教學的研究卻少之又少。本論文試圖以質性研究的方式切入，盡可能展現出為這間學校努力奮鬥的人士，所希望建立的，是怎樣的一間學校，進而思索教育工作更多的可能性。

對明陽中學的同仁們，我有著深深的敬意，這篇論文記錄著他們努力奮鬥的痕跡。在工作條件嚴苛的環境中，能持續打造新的夢想，這份精神是我在一般學校所難得看見的。從學校創立開始，教職同仁們就一直在思考該帶給學生怎樣的教育、怎樣的課程，過程中不斷地嘗試與修正，這個問題甚至一直持續到現在都不曾停歇過。縱使表面上學校課程與制度似乎已走入某種穩定的模式，但我仍不斷收到明陽中學的同仁們捎來的訊息，告訴我他接下來想做什麼、要怎麼做、然

後就去做了。我必須說實話，領同樣一份薪水，大多數人（尤其是一般學校教師）是不用想、就一直照著做就對了，而明陽中學有著高於一般的比例屬於這類不斷思考、創新與實踐的同仁，當這類的人聚集在一個群體時，能發揮的交互作用更是等比例放大。相反的是，若要使用一般學校、制式規定的枷鎖套在矯正學校，那麼這間學校很容易就失去最珍貴的資產。更令人擔心的是，若因著人事更迭或非關教育的問題，讓原先對夢想的堅持逐漸萎縮，那麼矯正學校就會逐漸變成一般學校，一間失去原有靈魂的空殼機關。慶幸的是，現在的我還是能聽著明陽中學的同仁們開心地告訴我他還想做什麼，我深切的企盼學校主管機關能珍惜這種精神，給予更大的空間。

而這篇論文最大的缺陷，是在檢討與批判的層面；畢竟，採取合作的立場是我所能下筆的驅動力。喚起對教育的夢想與熱忱，是我最想呼喊的，不管是對少年矯正教育工作者、對一般學校教育工作者、對主管教育工作機關、或者是我自己。在一般學校任教的我，希望能從明陽的具體實踐中，映照出其有別於一般學校的特點，重新燃起自己面對教育工作的熱情，思索本身教育工作還能發揮之處。少年矯正教育是項專業，在教育潮流不斷求新求變之時，收容各類特殊性學生的少年矯正學校，更是不能與時代的脈動脫節，因為面對這些學生，絕不能使用一般學校的主流觀點，畢竟，他們是從那兒逃出來的。

黑暗並不是光亮的反面，它只是沒有光，更遑論我們大人常以為帶給孩子的是光，卻在不知不覺中逼著他們走入更暗黑的深處。只有重新體認到我們是一體的，並且站在一起思考，才有可能讓學生找到自己、找到出口、找到走出黑暗的路。少者懷之，我期待少年矯正教育的工作者都能夠站在這個高度，凝視每個會走向我們社會之中的孩子，並且帶領他成為原本就在我們之中的我們。

惱人的皮膚病 冬季癢

文整理 / 醫護室



有人一到冬天，全身就開始不自覺的發癢，尤其晚上溫暖舒適的棉被一蓋，身體熱起來後，就開始發癢，越抓越癢，越癢越抓。結果衣服一掀開，身上全是抓痕，甚至抓破皮，引起細菌感染。這就是冬天最常見的皮膚病－冬季癢。

在正常情形下，皮膚角質細胞的含水量因汗腺的排汗而獲得補充，皮脂腺分泌油脂，防止水分散失，因此形成一層天然保護膜。到了冬天，因天氣寒冷，汗腺排汗減少，因此皮膚易缺少水份；此外天氣冷也會使皮脂腺分泌油脂減少，而使皮膚表面沒有足夠的油脂來防止水份蒸發；再加上冬季的濕度低，皮膚的水份更容易散失在空氣中，因此皮膚變得更乾燥就容易發癢、發炎，這就是發生冬季癢的原因。所以預防冬季癢最重要的工作就是留住皮膚的水份。

其實冬季癢預防之道很簡單，原則就是要使乾燥的皮膚保持滋潤。

保養上應該做到幾點：

1. 沐浴：次數不宜太多，水溫不可過熱，太熱的水會使皮膚更乾燥；洗澡少用肥皂，特別是好發部位，更應完全禁用肥皂，因為肥皂會去除油脂，將使這些地

方的皮膚更乾燥。

2. 保濕：早晚塗抹保濕乳液或綿羊油等潤膚劑的最佳時機：沐浴後身體微濕時，藉皮膚表面一層薄薄的油脂來保濕效果最好，平常覺得皮膚乾燥時也應經常使用，以達常保滋潤皮膚的效果，一般乾燥的皮膚用乳液應足夠，但嚴重乾燥的皮膚則需凡士林才能解決。

3. 穿著：貼身衣物應儘量寬鬆舒適，在內部先穿柔軟的純棉衣服，毛衣、尼龍類衣物宜穿在棉製品外層，避免刺激皮膚，腰帶也不要繫太緊，以免刺激皮膚。

4. 環境：使用空調、電暖器時，會降低空氣的溼度。因此，可在室內放置一盆水，以提高空氣含水量，也可幫助保持皮膚的濕潤。

5. 飲食：要清淡，而避免辛酸、油膩、咖啡、酒等刺激飲食。

如果因搔抓產生了嚴重的濕疹，只塗抹保養品是無法達到治療效果的。這時需要醫師的幫助，給予含油性高的治療藥膏，或是以一些安全的口服藥幫助您早日恢復皮膚的健康。在皮膚復原後，即可停止藥物的使用，而改用上述的保養方式預防冬季癢的產生。

(部分內容參用剪報資料)

明陽中學辦理檔案 應用開放訊息

- ◆ 申請閱覽卷宗，請填具申請書，並附身分證明文件，向本校申辦閱覽事宜。
- ◆ 申請書表及相關資訊請上本校網站下載查詢。
- ◆ 本校檔案應用查詢網
<http://www.myg.moj.gov.tw>
- ◆ 國家發展委員會檔案管理局機關
檔案目錄查詢網
<http://www.archives.gov.tw>
- ◆ 本校檔案應用開放申請時間：
星期一至星期五，
上午09:00~12:00
下午14:00~17:00
- ◆ 服務電話：07-6152115轉607或610

檔案天地



◆ 尊重生命排球賽



◆ 運動會施放氣球

中秋節懇親會 105.9.13

本校於105年9月13日舉辦了105年度中秋節懇親會，活動一開始由本校管樂隊演奏了「四季紅」、「可愛玫瑰花」及「豪勇七蛟龍」三首歌曲，另外由林同學帶來鋼琴彈奏，曲目分別為蕭邦－革命練習曲及貝多芬－悲愴奏鳴曲，美妙的樂曲獻給在場的學生家屬，接續由校長進行座談，為今日懇親活動開啓序幕。

中秋佳節裡，學生們難掩思鄉、思親之情，跟家人們彷彿有說不完的話，每處懇親會場，不時傳來歡笑聲和交談聲。本校師長也藉由懇親活動與家長聯繫互動，讓家長了解學生在校的努力與改變，希望藉由家人的鼓勵，一同協助學生正向學習與成長。本次懇親活動，雖然親子相聚時間有限，卻撫慰了彼此的心，也為今年中秋增添了幸福的感動。
(訓導處)



橋首昂陽 105.9.30 明陽中學105年度陶藝班創作展開幕式

橋頭地檢署與本校為鼓勵少年收容人在服刑期間能達到悔改向上的目的，假橋頭地檢署1樓大廳辦理「橋首昂陽－明陽中學105年度陶藝班創作展」，展演名稱之「橋首」寓意抬頭、巧手，且為橋檢首發，「昂陽」隱含抬頭迎向陽光、未來光明之寓意，以鼓勵少年收容人尋得學習成功方向。

展覽於9月30日上午9時30分舉行揭幕儀式，此次展出作品約莫40餘件，為本校陶藝班教師、學生創作，收容少年在文藝陶冶下，學習到成功經驗，其成果屢獲肯定，也多次榮獲獅子盃全國矯正機關藝術美展、全國生肖陶藝競賽獎項，橋頭地檢署遂有邀請轄區內之明陽中學舉辦本次策展活動之舉。
(訓導處)



吾愛吾師 感謝郵您 105.9.20 有畫要說、郵話要說

時下青少年均以三C產品為社交人際互動的工具，除了複製、貼上、傳送之外似乎逐漸流失以筆傳情的溫暖與感動。本校9月20日與高雄郵局於教師節前夕聯合舉辦「感謝郵您」活動，用寫的、用畫的來感謝老師、感謝家人，讓這群曾經失足的青少年體驗感恩的心，同學把老師的肖像彩繪在「有畫要說」的紙上，畫工雖不如專業畫家，卻也處處看見他們的創意和巧思，更在融入「內心話」後，拉近了師生的距離。

活動尾聲也是整場的壓軸，就是讓學生將他們的「內心話」寫在明信片，然後交給高雄郵局郵寄到每位老師手上，相信這是老師們今年教師節最大的驚喜和祝福。
(訓導處)



給自己一個機會 105.10.7

本校105年10月07日邀請出校生劉昶佑先生蒞校演講，講題為「給自己一個機會」。劉昶佑先生表示，在校時他的表現並非最優異，但因為幾次違規後他開始願意接受學校老師的教導，並且逐漸改變自己，此次藉由導覽比賽經驗，以及德國之旅的心得與同學分享，認為唯有去行動才能證明自己的價值，人生才會有無限之可能，只看自己是否願意跨出這一步。身為更生人，劉先生雖然在監服刑，但他並未因此放棄自己，而是帶著感恩、回饋的心情來分享他的學習歷程，更希望同學能夠用積極正面的心態去看待未來。
(訓導處)



下期預告 如果我是.....