『創造力是性感的』專書心得分享

教化科長：盧興國

國內心理學大師吳靜吉博士自2005年起發表有關「創新」議題之文章經集結成「創造力是性感的」一書，作者以其豐富的學識、生活、教育、產業和藝術等經驗，例舉相關的研究數據證明其觀點，分別闡述為何創造力的影響無遠弗屆？為何能深切撼動未來世界的發展？細讀時，常能喚醒內心對於創造力的感動、震撼與激情，更打破吾人對於創造力的種種迷思，不斷回應著：「心有戚戚焉！」

創意來自於生活，生活中擁有正向的心理特質，包括：和諧熱情、同理面對、愛與信任……等，才能為個人生活帶來創意，發揮領導力，以挑戰越來越互聯及複雜的世界，書中提及二位創新人物，一為蘋果電腦的賈伯斯，他在面對人生逆境時快速復原，始終秉持「創新」之雄心壯志，獨具慧眼，無懼冒險，一生中堅持相信自己不同凡想的創新，終能成功地推動產業革命，引領全球科技世代風潮。另一位微軟的比爾蓋茲，原以為科技的創新將造福人類，卻發現反而造成數位落差，導致貧窮，幾經反思後引領企業參與教育及社會改革創新，不遺餘力。

在臺灣，充滿創意的例子也屢見不鮮，出生在雲林鄉下的沈芯菱，因不忍家鄉老農文旦滯銷，國小五年級就運用所學電腦知識，發揮創意架設農產網銷平台協助販售，關懷弱勢族群，屢獲表揚；在花蓮經營餐廳的丁明哲，每天打烊清潔地板時，總為拖把卡住桌腳或樑柱所苦，於是創意靈機一動，設計出扁平圓盤狀的拖把，並可利用離心水槽的離心脫水，實現輕鬆做家事的夢想，獲得德國紅點設計獎及台灣金點設計獎的肯定。上述二例正印證了孫大偉曾說過：「創意來自哪裡呢？創意來自有知覺的生活，你要認真去過每一天的生活！」。這些中外人士抱持創新價值的生活態度，正是激發我們邁向創新人生的最佳典範。

反觀，多數人思維上仍存在著：少數人或單位才需要創造力、有創造力就沒有紀律.....等迷思，對於「創意」二字常避之唯恐不及或認為與自己無關，進而放棄創意生活的可能性。因此，吾人必須打破這樣的負面框架，將工作態度、生活習慣、學習方式、人生觀念逐漸趨近正向發展，必須相信創新來自生活且是每個人與生俱來的本質，如此才能形塑創意家庭、城市及國家，改善環境，造福人群。猶記得數年前新北市政府為照顧兒童並發掘隱藏中的高風險家庭個案，102年起首創「幸福保衛站」計畫，創意發想與全市四大超商合作，針對18歲以下兒童提供用餐協助，除達成照顧弱勢學生外，更發揮主動關懷通報及協尋的功能，經統計已發現2千名以上高風險家庭及失蹤人口，此政策更獲得國家服務獎的肯定。另外，108年法務部矯正署推動「及時雨一援助收容人家庭計畫」，打破原有以收容人為對象的教化工作，轉而關懷收容人低收入戶家庭成員，提供物資援助、交通費補助等創新作為，在關懷弱勢族群，避免陷入經濟困頓外，亦提升收容人教化成效與穩定因情之功能。由此可知，政府機關創意發想與前瞻作為，適時運用「推力」翻轉傳統被動式的工作態度，將帶給民眾希望與愛，形塑出有溫度的創新政府。

綜上所言，無論個人、家庭、城市或國家被認為性感有魅力、有溫度，絕對是因為「愛」、「分享」與「關懷」的創造力特質，帶來健康活力及生生不息的能量，進而改變世界。值此COVID-19（新冠肺炎）防疫期間，人與人的空間距離雖然遠了一些，但是源源不絕保有愛的活水，在生活中相互支持、點燃希望，才是未來臺灣社會發展最強的柔性力量，這溫柔的力量將不斷傳遞在寶島臺灣每寸土地上。

創意來自哪裡呢？

創意來自有知覺的生活，你要認真去過每一天的生活！

正向思維 幸福生活

教誨師：林文龍

人在生活和工作總是充滿許多驚奇和挑戰，如何讓自身常保輕鬆幸福的狀態面對每日的生活與工作，是一門重要的功課。人的行為受思想和信念的控制，因此我們的想法、觀念成為決定我們生活快樂與否的一把鑰匙。快樂生活是人人追求的生活目標，如何讓自己幸福和快樂的話題也經常被討論，生活中有許多的規則，清楚宇宙運行的規則，就能更好的掌控自己的人生。某些道理看似平常，更是老生常談，但卻可能讓我們的生活品質大大改善，或許值得我們一試。

善因得善果

當我們種下了好的因，可能會成就出好的果。我們的生活總是忙碌，每天為了生活材米油鹽而打拼，壓力總是圍繞著我們。我們一出門，我們可選擇皺著眉頭長思，也可以選擇放空自己並面帶微笑，這二種模式也會換來不一樣的回應。我們微笑出門，周遭鄰居也跟著我們微笑，我們緊繃著臉，周遭事物也跟著死氣沉沉。人的思想、語言和行為都是「因」，會產生相應的「果」。「因」是好的，那麼「果」也是好的；「因」是壞的，那麼「果」也是壞的。人只要有思想，就必然會不斷「種因」，種「善因」還是「惡因」由人自己決定。保持微笑出門，我們會發現一天的生活景象全部跟著美好，這就是快樂的果。

創造正向的吸引力

每個人的心念都不同，有善有惡、有積極有消極，然而人的思想總是與和其一致的現實相互吸引著。一個人如果認為社會是黑暗的，害怕被人陷害，那這個人所處的現實就是一個危機四伏的現實，稍有不慎，就真的會惹禍。一個人如果認為這個世界很多人都是善良之人，那這個人就總會碰到許多道德感的朋友。因為人所處的現實由人的心念吸引而來，人也被與自己心念一致的現實吸引過去。這種相互吸引無時無刻下意識的方式進行著。一個人的思想信念如果是醜惡的，那他所處的環境也是消極的，他身邊的人也是同類的；一個人的心念是積極善良的，那他所處的環境也是積極善良的、他也會吸引積極善良的人來到身邊。是以，物以類聚，人以群分，善的人總是互相吸引而來。

生活要懂得放鬆

不可否認，我們身處高度競爭的時代，面對壓力和負面情緒在所難免，但如何卸除壓力何轉移負面情緒?人只有在心態放鬆的情況下，才能取得最佳成果。任何心態上的懈怠或急躁，都將帶來不良結果。什麼心態是最佳心態呢？讓無關緊要的雜念越少越好。

把目標瞄準在你想要的理想人格、理想境界、理想人際關係和理想生活等等東西上，然後放鬆心態、精進努力，做你該做的，不要焦躁不安，不道人長短，亦不論人是非，就能感受平淡生活的喜悅。

活在當下無憂慮

我們經常感慨過去，更期待未來在。然過去不可追，未來也不能控制，只有活在現在是我們能決定的，能改變的也只有此時此刻的自己，自己的思想、語言和行為。過去和未來都不存在，只有當下此刻是真實的。生活的專注點、著手處只能是「當下」，我們能掌握。根據吸引原則，如果我們總是懷念過去，就會被內疚和後悔牢牢套在想改變的舊現實中而無法解脫；如果我們持續擔心著未來，就會把不想發生的情況吸引進現實中來。正確的心態應該是：不管命運好也罷壞也罷，只管積極專注於調整好和做好目前當下的思想、語言和行為，命運會在不知不覺中向好處發展。我們也會感到人生充滿希望而快樂。

利益他人生活融洽

利益他人就是自利。「利他」就是處處為他人著想，為別人造福，最後最受益的人，就是自己。利他不是犧牲自己或者忽視自己，而是經由生命的關係，付出與收穫的能量循環，建立自身更大的價值。你讓身邊的人都幸福快樂，那最後最幸福快樂的人，一定是你自己。你成全他人的成就與成功，那最後獲得最大成就的人，也是你自己。在利益他人，提高他人價值和提高自我價值，往往是同時發生的。即當你在提高別人價值的時候，你的自我價值馬上就提高。尤其在求學或工作中，若能做到利益他人，相信團體中的氛圍必然融洽，形成正向的夥伴關係，自己也是團體中處處受歡迎的人。

快樂生活是人人追求的幸福目標

～我見、我思、我得～

「生命教育」啟發與省思

高中部 許○榮

藉由「生命教育」影片欣賞課程，觀賞到《不存在的房間》，這部由真實事件改編的影片。劇情是在敘說一名女高中生裘伊，在某日返家途中，遭受陌生男子拐騙囚禁。裘伊不但行動受到控制，更慘遭男子脅迫侵犯，而被迫產下一名男嬰傑克。在往後的日子裡，母子二人便相依為命，遭軟禁在一間與世隔絕、黑暗狹窄的房間長達多年時間。

隨著日漸成長懂事，傑克時常獨自仰望著，房間唯一能窺視到外界的一扇天窗發呆。在他幼小的心靈深處不時充斥著，許多對於陌生外界的疑惑及幻想。裘伊意識到傑克的問題，驚覺不能再任憑壞人凌虐控制，於是決定和傑克策畫一連串的逃脫計劃。所幸在命運之神的眷顧及警方的介入幫助下，母子二人終於如願逃離壞人魔掌，並獲得渴望許久的自由。在看似圓滿結局的背後，裘伊與傑克卻因為要面對承受，接踵而來的外界干擾，還有如何去適應新的生活環境；以及獲得社會及家人的重新接納，而衍生諸多情感的衝突、糾葛問題。

當人在經歷失去家人與自由的重大巨變後，內心那股渴望擁有自由，並和心愛家人重逢的心情，是極為奢求強烈的。然而一旦重獲自由，將如何抹除過往傷痛陰影，重新敞開遭囚禁已久的封閉內心；並坦然勇敢去承擔面對，外界無情的輿論壓力，和接納家人付出的照顧關愛。這種種的問題以及考驗，都是需要當事人的極大勇氣並善用智慧，才有辦法去逐一克服和面對的。

整部影片所刻畫出的劇情與內容，讓身處囹圄多年，即將提報假釋重返社會及家庭的我，在對於自由和家庭親情的價值觀點，有著迥然不同以往的轉變及深切悔悟。知名名媛何麗玲曾說過：「人生最珍貴的資產，就是在年輕時候，所遭遇到的挫折。」期許再給自己的未來人生，一次浴火重生及挑戰生命的機會。

讀報後心得感想

學士班 陳○誠

人生是一場嚴肅且艱難的旅行，行走於路上的任何一位行者皆面臨只能進不能退的賭向和也許成也許敗的命運，相同賭向不同命運的原因恰恰在於每個人這一生中做人、做事、做關係的手法不同及得分的迴異。

這學期的讀報課，報上的「閱讀生活」副刊引導了我建立一種全新的成功觀念——學會「方中有圓做人，圓外有方處事，方圓並舉去靈動、智慧地謀取成功。」

「外圓內方」是中國人傳統的為人處事哲學思想，用以教導人們要「方做人、圓處事。」「方」是指做人的原則與氣節，是光明正大、明辨是非善惡的高尚品格；「圓」是指做事的方法與手段，是機智圓通、靈活老練的精妙技巧。它看似簡單、樸素，卻也足足穿透了幾千年的時空隧道，直到今天都迸射著愈發燦爛辯證的光芒。因為越來越多整日疲於奔命的現代人突然不約而同地意識到，原來本分、誠實甚至固執的「老實人」和狡猾、虛偽甚至損人利己的「聰明人」，如今都已沒有市場了，因為他們太偏執、太不現代化，真正成功的人往往是那些既堅持原則，又善於應變，既敏於思考，又勤於學習的人；真正幸福的人也恰恰就是那些凡是胸懷謀略、胸懷彩虹的人。

無論如何，有緣幸上讀報課的同學在真正閱讀之後也許會發現：我們所獲得的每一個腦筋的轉彎，每一個瞬間的頓悟、每一句智慧的點撥，每一份積極的態度，這些都將可能成為我們人生的轉折點，並幫助我們通過思考和領悟，盡快享受到成功的轉變。

從谷底爬起來的人生

學士班 吳○修

每一個人在他的人生階段，難免都有迷失自我的時候，然而，家人就像海灣的燈塔，引領著失航的我們，進入到避風港，方不至於惶恐無助。

這是經過這些年來，從父母斑白的頭髮，和臉上歲月的痕跡中所悟到的。過去的我，總認為時間還早，青春無限，對於外面世界的燈紅酒綠，充滿著嚮往與好奇，也因此扭曲人生價值的看法，和傷害了健康的身體。

紙醉金迷的生活，也讓我染上了惡習，更為了它去走險路，還害了一條年輕寶貴的生命，最終換得一張15年的徒刑。當賠上人生中的黃金歲月，才覺悟到青春的重要及歲月的無情，無助的我，只有配合著時間不斷被它拖行。在服刑的這段期間，意志消沉的我，不知要如何安撫悲痛孤獨的心靈，在偶然的機會下，參加宗教的平安喜樂班，藉由宗教所帶來的正向能量，讓我重拾對人生的希望和信心。此時也加深了我對自由的渴望，和對親人的思念，良心與良知更給我看清一切的因果。

每每看到父母來會客時的淚水和倦容，激發了我想提升自我，努力求學的慾望。便毅然決然報考監內所附設的「長榮大學學士班」，我對學習的渴望與動力，也改變了父母對我看法的改觀。我明白，這次念書是彌補我過去學業的荒廢，更為了我的未來而讀。

所以每一天，我都很珍惜與把握，即使時間已無法重來，但此刻的我只要願意付出，相信必定能有所收穫，也期盼，在將來重返社會之後，能把所學的貢獻到社會，而不是浪費社會資源，成為治安問題的人物。

對於這段的人生課程，我也懂得如何正直