

惡與合，取決於你 十六工 方 oo

時光匆匆，轉眼多年，回想起入監至今自己心智、習性上的改變，不禁感嘆以往的自己是多麼可笑且令人厭惡啊！以往自己就如同刺蝟般滿身刺，一觸即怒且自我防備心極強，有時個性亦像一頭鬥牛般，橫衝直撞，時常得罪人，所到之處總會掀起紛爭，漸漸地就如同獨行俠般的生存在這個本該是團體生活的獨立個體。

我曾感覺到他人有意的避讓、閃躲，當時的我還曾一副洋洋得意想說：「哼！怕了吧！」殊不知其實人們只是把我當瘋子，不想與我有過多接觸而引起不必要的麻煩罷了！。當年的我過了數月猶如隱形人般的生活、心情上常會感到苦悶和無助，某日一位長者靠近我，與我長談約莫一小時，他的一句話也點醒了我，「霸氣，與人交惡；和氣，與人相合」。

如今多年已過，那位長者的一席話仍在我心裡迴盪著，督促著我改變習性、脾氣及行為，待人和善，現今我擁有許多要好的同學，生活也不再苦悶無助，以前我惡眼相視，現在我笑臉迎人，前後的差別，同學們！你們會接納那一種呢？想想自己是否也正與人交惡中呢？那你們是否仍願意繼續讓人當瘋子或怪機種呢？取決於你。

毒害一生 七工 陳 oo

毒品是多可怕的東西呢？從前的我本身已是一位煙毒犯，那時的我每天所過的日子，就是與毒為伍。現在回想起那樣子的生活，只能說是醉生夢死！

現今每日看著新聞報導，十則新聞事件當中，總是會有一件是和毒品相關的問題，似乎毒品在我們的日常生活，已是擺脫不了的夢魘。而在監獄裡受刑人當中，三個受刑人裡，就有一個是屬於毒品罪犯。政府每年都有在做毒品的政令宣導，而毒品所衍生出來的社會問題也層出不窮，大家都知道毒品不能碰，也知道毒品會毒害一生，但卻始終經不起誘惑，尤其懵懂無知的青少年，更是不斷的讓毒品給浸蝕著。

沉澱了這幾年裡，我曾經深刻的檢討自己，要如何的讓毒品遠離我們的城市，遠離我們的生活，就以我們本身做起，並以自己的經歷，去提醒並告誡下一代，千萬別和毒品做朋友，雖然你可能會認為你一個人的力量不能改變什麼，但如果有一百個人都在默默付出，試圖改變解決這個問題，就像以傳銷的方式一個帶二個，二個帶四個，一直的延續下去，那我們相信是可以使這個城市變得更好，讓這個社會變得更有希望。

如今的我已是一個煙和毒都不碰的人，我也願意盡我的一份心力去維護我們下一代。

生命的意義 十七工 那 oo

有些人在有生之年，總是勤快地、努力地去賺錢，以滿足充裕的物質需求，以及掌握更大的權力；然而到了生命的盡頭時，不論有再大的權勢，再多的金錢，

確是一樣也帶不走的。生命結束時，最多只能佔有一棺之地的權力，以及擁有一身壽衣的財富，佛曰：「萬般帶不走，唯有業隨身」。

從我懂事以來，所知的只有多賺些錢，賺到了錢就是買名牌、享美食、泡妞…等，亦即物質與慾望需求上的享樂與滿足，然而慾深溪壑，無以滿足，收入卻淺薄難以應付，要想滿足持續的物慾需求，不自覺地就走向違反法律、違背世俗道德規範的路，終至身陷囹圄，桎梏加身。

監所內食衣住行育樂皆有一定的限制，物質生活也非之前於社會時所可比擬，但我依然活著，而且是健健康康、活蹦亂跳的活著。何以如此？過去未曾思考過，也未曾體會過，直到教誨師的多次諄諄教誨，讓我開始慢慢地自我思索。物慾需求，雖可滿足於生活之中，但所擁有過的物質、享受過的物慾，都只是昨日黃花，最重要的，是心靈上的開啟，去體悟生命之路的真正意義；而真正的生命之路，很簡單，就是行善助人。當心靈之門開啟，就能用心去看、用心去聽、用心去想、更要用心去做。心能趨向良知、良能，自然會生助人之心，而獲行善之樂，更可以摒棄私利，順利走上生命之路，建立充滿生命意義的人生。

什麼樣的語言決定什麼樣的人生 三工 高 oo

在日常生活中，我們常常可以從一個人的談話去了解一個人的心態，本來語言只是人與人之間互相溝通的一種媒介，但它卻是反映人的心態與觀念最客觀的指標。

一個常說雅言正語的人，除了讓人了解他有很好的修養之外，他的人生必定是積極、樂觀、進取，而且他的人生價值是在付出與奉獻的過程中得到肯定。若是常說負面否定的話，他的人生必定也充滿悲觀消極，尤其是如果常常兩舌惡口，則讓人很容易了解他有愛說是非的心態，而「說是非、傳是非」甚或「批評別人」，正是他內心邪惡的表現。

當有人在論人長短、搬弄是非的時候，自己嘴巴讓出來的壞話，最先聽到的卻是自己的耳朵。這些壞話久置心中，將成為心田中惡業的種子，久而久之也會開出厄運的果實並自食其果。同理，時時口說好話，溫言暖語，又有正知正見，則自然而然能口吐蓮花，不但鼓勵別人，也激勵自己。也因為常常口說好話，猶如心常發好願，無形中就是在祝福自己，自己祝福自己是分分秒秒，隨時隨地，以至於歲歲年年，力量之大，勝過於來他人。我們常說：「最大的敵人就是自己」，但卻很容易忘記，「人生最大的貴人也是自己」。人因為時時說好話，存好心，因此人生就充滿正向及正念，生命自然亮麗燦爛。

所謂什麼樣的語言決定什麼樣的人生，什麼樣的心念決定什麼樣的命運。俗諺：「病從口入，禍從口出」，因此，飯不能亂吃，話也不能亂講。想要有幸福亮麗的人生，或趨吉避凶的命運，除了行善造福，多累積善業之外，就是「凡是要多用心」！不但日常生活做事要用心，開口動舌也同樣的更要多用心。

迷宮 國中部 李 o

生活就像走迷宮，永遠不知道接下來會發生什麼，就像你不知道最後能不能走得出口，又或者在迷宮裡迷失自己。但是，有入口就有出口，人生永遠都會有路可走…

命運就像一盤棋，如果已經走向死局，那麼除了擲子認輸另起爐灶，還能怎麼辦呢？坦然面對自己的錯誤，總比死不認輸而原地踏步來的好…

人生雖如迷宮，但只要尋找就必能尋見，出自本能地做重大決定，我選擇走上那條沒走過的路，然後，承擔所選擇的，只要保持向前，相信終能走出屬於我的出口！

最遠的距離 一工 李 oo

當我睜開眼，我希望看見的不是那道光明
當我閉上眼，我想見的不是那份黑暗
睜開眼，希望映入眼簾的是你的笑顏
閉上眼，腦海浮現出是你那使我迷戀的身影
世上最遙遠的距離
不是我愛你卻不能在你身邊
而是現實的殘酷使你我分隔兩地
世上最遙遠的距離
不是我想在你身邊卻無法陪伴著你
而是當你難過的時候我卻無法給你安慰與幫助
最遙遠的距離 莫過於你站在面前卻隔著玻璃窗

四季人生 病舍 張 oo

春天，不冷不熱，陽光也不顯得刺眼，反而溫暖和煦，就像人生中的坦途，順遂且溫暖，在那陽光下，彷彿一切都充滿希望。

夏天，炙熱卻又不失豪情，汗水在其中流淌，訴說著我們都在為各自人生奮鬥的點滴。

秋天，不如夏日般炎熱，但當那秋風微微吹起時，其中夾帶著陣陣蕭瑟，就像心中有時歷經的滄桑，在不經意間，徐徐而來。

冬天，寒風凜冽，世間萬物此時因寒冷的氣候，凋謝、枯萎，一切都在此時，陷入寂靜。

我們的人生，就如同四季般，不斷更替，或喜或悲，或順利或低潮。但這一切都不會永恆的持續下去，春來冬去，如此不斷循環。一切總會過去，也將會有新的境遇出現。

平常心 二工 田 oo

擁有平常心，就擁有了豁達與超然。失敗了，擦乾淚水調整心情；成功了，

向世界報以滿足的微笑。生活如同彈吉他，弦太緊容易斷，太鬆則彈不出好聲音。平常心能夠讓我們遇事不慌，做出正確的判斷，榮辱不驚的情緒，也可以為生活帶來平順與穩定。

現實生活中，我們免不了會遭到不幸和煩惱的突然襲擊，有些人面對突如其來的災難處之泰然；另有些人面對困難時方寸大亂，甚至一蹶不振，從此渾渾噩噩。為什麼受到同樣的心理刺激，會產生截然不同的處理態度呢？原因就在於能否保持一顆平常心。

生命是條河，而生活是艘小舟，當我們駕著生活的小舟在生命中緩緩漂流時，我們的生命樂趣，來自於驚濤駭浪中的奮勇搏擊，也來自於對細波微瀾的默默深思。生活是美麗的，沒有一顆平常心，體悟不到生活中信手可得幸福。若能隨遇而安，縱然身處逆境，仍可從容自若，以超然的心情、平常的心境面對一切難關。不做作、不虛飾，灑脫適意，平常心不僅給予你洞穿世事的眼睛，同時也使你擁有坦然充實的人生。平常心是一種經歷挫折和失敗，不斷奮鬥努力，才能歷練出的人生境界。

人生在世，不見得金錢和權力就能帶來快樂，心情的恬淡和安然，才能使我們得到真正的滿足，領悟到生活的真諦，平平淡淡才是真！

方圓之間 八工 張 oo

古云：「取象於錢，外圓內方。」這不是老於世故的表現，實際上，圓是為了減少阻力；方是為人處世之本，是我們應學習的目標。

高牆內就如同一個小型社會，形形色色的人都有，迎來送往間，你無法去了解每位同學的性格，有時一個思慮不周的話語或一個欠缺考慮的行為，都有可能引起軒然大波，使彼此受到傷害。也許某些人是可惡的，他是這樣的小家子氣，如此的自私，那般的狂妄，出奇的愚昧，讓人無法忍受的獨斷專行……等。可是，也許你是一個外圓內方的人，有胸襟、有修養、有見識，那就請你容忍他吧！容忍他人的怪癖甚至醜陋的行為，就像容忍自己的陰影一樣，他人的覺悟程度，是他人生經歷的結果。改變他人就像改變自己一樣，是一個艱難且痛苦的過程。我們固然需要對別人的劣根性去批判，然而，我們更需要的是對別人施以自己誠摯的厚愛。憤恨他人的人，其內耗是極大的。這是否也是一種自我的喪失？喪失在自己偏激的憤怒之中。內心堅定的人，沒有功夫嘆息，沒有時間憤恨，他會把別人用來品頭論足的時光，都花在人生田野的辛勤耕耘上。

「方」是一種氣質、是正直、是自我要求、是對自己行為負責的態度；「圓」是一種豁達、是寬厚、是善解人意、是與人為善、是心情的寬闊、是生活的輕鬆、是人生經歷和智慧的成就感、是對自我的征服、是通往成功的坦蕩大道。

多年的囹圄生涯，使我慢慢了解，做人就要像古代銅錢一樣，「邊緣」要圓活，要能隨機而變，但「內心」要守得住，有自己的目標和原則。對周圍的環境、人物，如有看不慣之處，不必稜角太露，過於顯出自己的與眾不同來，「處世不宜與俗異，做事不可令人憎」，這樣即可以保全人格，也可以保護自己。

夜雨 高中部 劉 oo

細雨落滿夜 淒風哀滿愁
遙想當年別 佳人在心頭
冬夜長夢多 宛如離人心
淚淚為誰流 遍地灑悠悠

生日快樂 搬運隊 陳 oo

你的到來 是幸福 如燦爛的彩虹
日夜念你 是快樂 如徐徐的微風
望你漸長 是盼望 是為父的驕傲
你的生日 決定了你我一生的牽伴
在燭火裡 點燃了情牽的歲月
我愛你 愛你的小手 愛你的笑容
愛你的所有
願你日日如燭 燃亮你的生命
燃亮你我的緣份 燃亮彼此的愛
祝你生日快樂 爸爸愛你

世上最遙遠的距離 果餅部 黃 oo

全世界最遙遠的距離，並不是國與國的土地間距，也不是南北兩極點和點的縱距；全世界最遙遠的距離，竟只是薄薄的一片透門壓克力板窗，間隔我與母親手的牽繫，遙如相隔萬里。

監獄，乃國家對有罪確定、判決人犯執行刑罰依據處所，更是受刑人懺悔向善，調適適應於社會共同生活的地方。姑且不問每一位進來的人原因為何？但至少可以確認的是，每一個人進來，皆肩負了機關的矯正義務與責任。當然每個人更須負起親人和摯愛們殷殷盼望，早日返家團圓的期待。昔往繁忙的社會生活，相信絕大多數的人和我一樣，不曾佇留腳步，靜思過去的理想何在，檢視當下處境，以及評估來來走向，乃至於用心體會親人摯愛們的付諸；事事關懷，方向迷失深陷泥沼而急盼援助的時候，方猛然察覺，原來親人摯愛們的關心一直都在，只是被我們所忽略了。

以此與同學互勉，但望彼此自由的將來，凡事三思且慎行，勿忘重蹈覆轍致舊地重遊，倍須珍惜親人與摯愛的關心，等候團聚、團圓、凝聚愛的家，那怕只是粗茶淡飯，亦是千金難買的簡單幸福。

深入肺腑的體會，源自於有次接見。髮髻稀疏斑白的母親提著佳餚前來探視關心，忽然淚眼細訴思念之情，滿心感恩的我，一時情之所至，我抬手伸出欲牽母親的手聊表安慰，如驚覺自己辦不到。因此而體悟，全世界最遙遠的距離，並不是國與國之間，也不是南北兩極點和點的縱距，竟只是薄薄的一片透明壓克力

板窗，間隔我與母親手的牽繫，遙如相隔萬里。

逆境中的改變與懺悔 長青二舍 李 oo

每個人同樣是在母親腹中蘊育十月誕生於這個世上，然而，我卻是人人稱羨那種所謂含著金湯匙出世的富家子弟，自幼衣食無缺，父母疼愛，對此，我並不否認，確實我生長的环境較為優渥，但我從未認為自己高人一等，就我的認知，每個人都有其存在的價值與意義，不同的是成長環境與背景罷了！僅此而已。

而今日我所處的环境也是我始料未及的，猶記孩提時父母對我的管教，要求是極為嚴厲的，甚至將我送至美國軍校受地獄般的磨練，望子成龍是父母親所冀望的，對父母我只有深深的感恩與虧欠，辜負了他們的愛及栽培，因自己的價值觀偏差以及玩世不恭的行為觸犯了國家的律法，造成了他人的傷害，也使家人因我而蒙羞，家人與這些影片的受害者更是承受了莫大的輿論壓力和異眼相待！

入獄至今已有六個年頭了，從起初忿忿不平的認為難道因我的環境與背景不同就必須遭受媒體追逐萬人唾罵嗎？服刑多年後回頭審視當初自己不成熟的想法，不禁感到慚愧，現在的我瞭解到自己既然犯了錯就要勇於承擔真心懺悔，哪怕被攤在陽光下檢視批判，也不要懷有怨念之心。

以前我處的环境蘊育了我，後來我誤入了不良的环境殘害了我，而現在我來到了這個环境，它改變了我，在逆境中我懂得反省，在困境中我學習成長，摒棄了錯誤的價值觀，荒唐的行為，懷著一顆真誠的懺悔之心贖罪，也鞭策自己莫再踏錯腳步，傷人誤己。

悲壯的鴉片戰爭 一工 張 oo

「炎荒瘴毒金蠶蠱，皂鴉噉人肌骨腐，磨脂滴血搗春華，搏就相思一塊土」。1839年3月10日林則徐以欽差大臣的身份乘坐飄著湖廣總督的旗子到達了廣州碼頭。4月9日開始接收洋人繳出的鴉片，鴉片最忌諱的就是食鹽與石灰，林則徐命人在虎門鎮口海邊較高的地方挖了兩個大池子加水後倒入食鹽、石灰及鴉片，等退潮時打開閘門把融解的水放入海中，在1839年7月林則徐禁止向澳門的英國人提供食物。

1839年11月2日義律命英國三支戰艦向清軍開砲，是鴉片戰爭的前哨戰「穿鼻海戰」。在1840年2月英國政府決定出兵，印度總督俄庫蘭德下令動員4000陸軍以及包括威里士厘號的19艘戰艦在新加坡集結，伯麥准將在7月4日進攻舟山群島的定海縣，下午2點一陣無情的猛烈砲火射擊後，英國登陸了遍地屍體的無人陣地，定海知縣姚懷祥向自己的文官曉以大義後，以死明志，為國捐軀。城裡的人幾乎都跑光了，定海縣監獄裡有個叫「全福」的典獄長，打開了牢房放走了全部的犯人，並手持大刀在砍傷了兩名印度兵與一名白人兵後被刺死，這就是全定海縣唯一的戰鬥。

拂曉時分，皇家砲兵隊向虎門水道的北橫檔島要塞開砲，水師提督關天培在此役中即使身體被打成蜂窩還是沒有倒下，關天培的忠僕孫長慶在此役後，跑回

失陷的靖遠要塞背回主人的遺體，在此同時英國的戰艦伯蘭漢號鳴起了火砲，他們的意思是「文明人對勇敢的敵人是尊敬的」。此役最後是清朝道光皇帝帶著悲壯的面孔批准了南京條約的各項賠償。

發覺 一工 林 oo

看得見的
看不見的
存在的
不存在的
當我失去了全部
我才發覺
我曾經得到過所有

愛的真諦 高中部 蘇 oo

我在妳心裡，妳依靠我而生
因妳 我有了新的動力 有了被重視的驕傲
但卻迷住了我自己
誰能懂不見天空的黑暗
覺得疲憊 無法動彈
日日的 我羨慕那朝露
因綠葉存在 因陽光逝去
短暫的美麗 短暫的時光
沒有埋怨 無怨無悔 只因愛

新年新希望 二工 高 oo

新年除夕，除舊布新，歡喜迎接新的一年到來。雖然自己身處在囹圄之中，但也要有正向的能量，來迎接美好一天的開始。年輕時血氣方剛，個性方方正正，不懂得圓融的結果，是樹敵不知，為自己招來禍害。

監所，充滿各式各類性格的人，磁場合則來往密切，不合則老死不相往來；有些人生性就會挑起人與人之間的戰端，有人則是默默做事，抱持人不犯我，我不犯人的態度處事，只要大家相安無事，共同渡過監牢的苦日子，沒有人會去管你是什麼樣的人。

經常聽到同學們說在犯錯之後，才在悔恨之餘，向人抱怨之前的不應該或是自我執著才造成的惡果，有些錯無傷大雅，只要知錯能改，尚有可期的未來，但有些大錯一鑄成，造成的結果是重判無期徒刑，卻可能妻離子散，工作、家庭、親情的失去，落得孑然一身，窮途末路，晚景在監牢裡渡過餘生淒涼的景況。

新的一年開始，我給自己設定一個目標，讓自己有一個動力與希望去完成自己的夢想。只要我肯用心學習、充實自己、砥礪自我品德，不再辜負親人、長官

與社會殷切的期盼。感謝家人這十幾年來不離不棄的關心我，讓我有勇氣去面對漫長的監牢生活。我內心也非常感謝主任、科員、教誨師及各級長官的教誨，讓我有正確的價值觀與正向的能量，將來重返社會改悔向上、重新做人，奉公守法當一個好國民，為這個社會盡棉薄之力，回饋社會。