

春 16 工 邱 oo

光陰如剪 剪斷了時空  
過去的已知連結了將來的未知  
清晨的大霧遮住了心眼  
回歸的南雁帶著溫暖的天  
向日葵追逐日光  
簽牛花綻放笑容  
你融化了我

聽雨 高中部 廖 oo

灰濛濛天  
雨陣陣落  
風微微牽引  
把斜斜雨線  
吹進我窗前  
叮叮咚咚  
翻滾水滴跳躍著  
宛如音符  
妳看見是雨  
我聽見是一場大地震  
清徹無瑕的  
大自然之歌

練功 一工 溫 oo

這是一個孤獨的世界  
獨、毒、黷、獨行、毒癮、黷武  
功力散亂 閉關調養  
遠離網路 杜絕狐朋狗黨  
收斂心性 翻開各式秘笈  
窮究中品味不知今夕是何夕  
經典名句成為生命運轉的心法  
祛毒化癥 任督二脈暢通  
創傷漸漸癒合在義理之間  
靈魂乘風翱翔游歷四方  
從穹蒼看人煙 從恆古看瞬息  
頓悟什麼是浮雲流水 什麼是滄海桑田  
不再執著於貪、瞋、癡

繁華在拜讀的練習下落盡  
僅留取冰心問鼎未來  
好照亮整座希望之湖

玄武翹首 二工 張 oo

炎炎的夏日午後，錦鯉彷彿因難奈高溫而浮出水面，張著大口一開一合用力的喘著氣，水池的中央一塊造景的玄武巖上，趴伏著一隻頂著烈陽翹首的烏龜，漆黑的眼瞳邊，沿著長長的脖頸上留下一道水漬，好似風乾的淚痕，無聲的抗議著老天，幾時才願降下雨水滋潤這片乾涸的大地。

又是一周新的開始，星期一上午是工場固定的運動時段，也是愛打籃球的我們最期待的時刻，偌大的運動場井然有序的忙碌著，有跑步的、踏球的、做伏地挺身的，有喘息聲、么喝聲....充斥著運動場，大太陽下有人揮汗如雨，也有人躲避著毒辣的烈陽，在樹蔭下乘涼，享受這片刻的悠閒與清爽。

突然，大樹下聚攏著一群人抬頭看，不知道在看什麼？走近後才知道，原來一陣強風襲過，將原本在飛行路線的羽球，吹落卡在樹枝間，有人拎起藍白拖拋接，旁觀的人群裡，有人張口呆目著，有人屏氣凝神著，時而高聲喝彩，時而惋惜暗嘆聲，彼起彼落....

剛踏進教區走廊，廊下陣陣涼風迎面拂來，空氣裡飄盪著淡淡的濕潤，遠處的天邊層雲堆湧，稀疏的雨滴落在水塘裡，激起了一圈圈漣漪，玄武石上的烏龜引頸昂首，開合的嘴巴似在念禱著得償所願的感謝，這時我才瞭解，原來運動上翹首以盼的同學，或許有人企盼假釋能夠及早通過，有人希望家人平安健康。無論所禱所願為何？翹首以盼的不只是久旱逢甘霖後喜悅與感動，更是生命中的寄託與希望。

生命的抉擇操之在我 3工 高 oo

人生有如汪洋大海中的一艘船，要航向哪裡，非得有一個精準的羅盤不可。人生也像升空的飛機一般，要飛往何方，非得有一套精密的導航設備不可。戲如人生，一齣戲要精采叫座，除了演員外，也一定要有一位經驗豐富的導演來指導全局。人生如戲，要讓生命光彩亮麗，身為「生命演員」的我們，就要懂得如何扮演好自己的角色。在人生舞台上，我們可能扮演主角，也可能是配角，有時候甚至只是扮演一個道具或布景而已。不管是哪一種角色，只要演什麼像什麼，把自己的角色發揮得淋漓盡致，演完後拍拍手恬淡下臺，不必驀然回首，如此就是成功瀟灑的人生。

我們每天都在面對生活中人、事、物的考驗而做出抉擇。抉擇正確，則航向準確，事事順利，日子過得愉悅。抉擇不正確，則使目標偏差而陷入困境，日子過得不盡如意，甚至不知所措。生命過程中，我們時時刻刻更動人生的航向，而自身則隨時扮演著羅盤、指南針、導航器、導演及舵手的角色，這些角色扮演的

是否稱職，導航的功能是否發揮精準，將關係人生的航向是否不偏不倚而不離正，當然也更直接影響我們未來的日子是否稱心如意。

人生是否快樂，其實操之在我，我們決心選擇快樂，則不需任何理由，我們就是快樂的人，否則縱然家財萬貫，依舊是埋怨一生。因此，生命中的每一天，每一個人都在為自己的未來作導航，小抉擇影響一天，大抉擇卻可能影響一生，做好生命的角色，生命的抉擇操之在我。

### 夏天 和二舍 楊 oo

夏天 是思念大海的季節  
海邊是妳的髮香  
飄散著淡淡的鹹甜  
那年我們約好  
乘著南風的方向  
去菊島看那花火滿天  
這個夏天 你等我在高牆之外  
妳的信是載滿鼓勵祝福的雁  
妳說 會等過每個夏天  
期盼我們一起回到初識相戀的海邊  
在一個滿天星斗的夜  
火花滿天的夏天

### 給夏天的一封信 22 工 周 oo

沿途摘取盛開的花朵，追蹤妳所留下的記號，抬頭仰望藍色的天空，看白雲飄過，煩惱憂愁好像消散不見了。爬上幾階樓梯直達我的秘密基地，拾起妳留下的貝殼，沾附些許白砂，暖暖餘溫直達心頭。夏，告訴我，這就是幸福嗎？

### 調整自我觀念 長青一舍 劉 oo

人只要還活著的一天，就是最大的幸福，所以要懂得珍惜生命中的每一天。成熟的人不問過去，豁達的人不問未來，聰明的人之會問現在。

世上常常有人不信「因果」，其實貧富美醜這就是因果；有人不信「輪迴」，其實春夏秋冬就是輪迴；有人不信「無常」，其實生老病死就是無常。所以善有善報，惡有惡報，因為時機未到，不是不報。

天不惜無德之人，人再強也強不過命；人再橫也橫不過天。想要命好，就要積德；想要避禍，就要行善；想要富貴；就要懂得佈施。

人的觀念要改變，短時間是很難適應的，但如果不改變將後患無窮。人一生不長，沒有彩排是現場直播的，做錯事是無法重來，過了今天就不再有了。能下定決心改變自己，使自已已經得起考驗，自然不會留下遺憾！

宏德學院 成長 7工 黃 oo

曾在本書中看過一句話，覺得很有意思「雞蛋從外打破是食物從內打破卻是生命。」而其實人也一樣，如果從外打破則不免淪為犧牲品，成為別人眼中成功的踏腳石，若能從內打破，則是自我的重生與成長！一樣是破壞，但由內而外卻是完全不同的結果，一種是被外在的壓力所破壞，結果自然是任人宰割，無力回天的下場，而由內部所釋放出的力量所破壞的乃是束縛自我成長的桎梏，來至於自身的潛力爆發，煥發出的是新生的個體，就跟雞蛋孕育出新的生命是一樣的道理！仔細想想雖然是很通俗的一句話，卻蘊含了極深刻的道理，若是自己不好好的努力累積足夠的潛能來突破束縛自身的桎梏，從而煥發新生，那等待自己的必將是面對現實環境而產生的壓力與考驗，稍一不慎就有可能被外界的壓力擊破，打垮，所以時刻謹記要作一顆有堅強生命力的雞蛋，努力不懈突破，才不會被淘汰。

邁向戒毒之路 2工 李 oo

曾幾何時，我背叛了親情的懷抱，踏入了罪惡的深淵中，記得那段日子是我人生的黑暗時期，整天與毒品為伍，進而只要能夠賺錢的事，不管合法與違法，自己也不再理會那麼多了，把良心擺放在另一個世界，把家人的愛放在心裡的角落孤立起來。終於讓我承受到了應有的果報和律法，至今那段荒唐的日子，在我心中仍屬於一場永無止盡揮之不去的惡夢。

我們身世個煙毒犯，更明白戒毒之路的艱辛及困難。毒品不但毀掉了我的前途，更在這個毀滅的過程中埋葬許多的親情和財物。幾乎每一個煙毒犯總是不停地輪迴在犯罪與監獄之間，甚至口耳流傳著唯有棺材蓋的釘子釘上之後，才有可能戒毒成功。或許這個說法太過誇張也太過於悲觀。然而，事實上，戒毒這條路猶如在爬山的過程中一個無止盡的上坡，你必須用盡你全身的力量，以堅持不懈的毅力，摒棄你所有的雜念，拒絕掉所有外在的誘惑，向前邁進，不能往回走。否則所有的努力都會成泡影。

再陡的山如珠穆朗瑪峰都有人成功登頂過，再艱難的工程如雪山隧道也能打通，更何況戒毒這條路並不完全是你一個人孤獨地在走，身邊有家人陪伴的助力，社會及醫療設施的種種措施，都會在你尚未停下腳步之前，適時的推你一把。俗諺云：「登山難、求人更難。」我卻要說：「戒毒難，斷念更難。」因為只要是吸過毒的人都知道那種感覺，那種滋味你若是沒有大毅力，是無法忘的掉的。

我們唯有保持不斷地在爬上坡的精神，不斷地磨練自己的意志，不停的鞭策自己持續向前，既使出獄後的日子，亦不可懈怠，不可停下。向前攻頂是一片璀璨光明的人生，同窗們，讓我們提起勇氣，踏上戒毒的第一步。

珍惜 高中部 陳 oo

當時間變得冗長  
年華已漸漸蒼老

歲月已不復可考  
一切彷彿 變得不那麼重要  
當 擁有失去 失去擁有  
像世界不變的定律  
怎麼的擁有才是一輩子  
怎麼的失去會牢記在心  
我們是否都忽略了 曾經  
是否用心 去珍惜

### 唱歌給你聽 十二工 林 oo

吉他響起熟悉的弦律  
哼著記憶中美好歌謠  
心頭牽掛的孩子  
是否依然期待父親的懷抱  
夜空中最美麗的星星  
拼湊記憶中溫馨圖畫  
心頭牽掛的孩子  
是否張開雙翼飛往夢想的旅途

迎著風的蜻蜓  
舞動著青春的步伐  
小溪中的魚兒  
跳躍出五線譜上  
動人的樂章

鞦韆上盪呀盪  
摩天輪轉呀轉  
希望能讓你雙手觸摸到  
最靠近夢想的雲端

旋轉木馬跳呀跳  
幸福歌聲唱呀唱  
讓我牽起你的手  
穿越人生路上高山和低谷

## 鄉愁 和二舍 曾 oo

塞風夜雨 綿綿不斷  
情緒愁腸 憶起家鄉  
年邁爹娘 是否安康  
徒然悲傷 惡夢一場  
毒品羈絆 作惡多端  
沉倫迷茫 魂魄失散  
牢籠枷鎖 囚禁心房  
徹底省悟 突破雲端  
淬鍊光芒 生命成長  
期待他日 假釋回鄉

## 母親的容顏 七工 駱 oo

挨著母親 把臉深深埋入妳花白的髮際  
用力嗅著 屬於母親獨有的那溫暖味道  
赫然發現 眼角如黃河流域漫延的皺紋  
一時之間 難過如墜入胃底的一顆石頭  
悄無聲息 卻在我心海裡掀起滔天巨浪

## 學習感同身受 三工 吳 oo

人生活到老，學到老，但，到底要學什麼呢？近來從書中看到一篇文章為「感同身受」，而且這篇文章也大大的震撼了我且永遠學不完。

以前總發覺自己與人為善，卻難和人真正親近，人際關係不算太差，但總少了些什麼。爾後發覺在與人相處中，往往流於角色和承擔，難得「同頻共振」。有時，我認為稀鬆平常的事，別人卻是反應激烈，讓我丈二金剛摸不著頭緒；有時別人熱切激動的事，雖然懂他們說的，但卻沒有感受，好像彼此是在不同的時空。即使如此，我仍認為大概就是這樣吧！且那種你懂我，我了解你的契合，也許是某種因緣巧合的暫時現象，不會是人生常態。

直到拜讀那篇「感同身受」的文章，才了解，最大的問題是自己。因為推己及人，是假設有「共性」。但，人間真相，是人的共性，只存在於「自性和本能中」，在這上下兩端之間，卻是每個人不同業力和習性，因此對相同感受和反應往往南轅北轍。所以，書中說「己所不欲，勿施於人」中的「己所不欲」未必是「人所不欲」；說不定「己之所欲」剛好是「人所不欲」呢！所以，關係要圓滿，單「雅己及人」不夠，要再加上「感同身受」才夠用。

以前，我總自認為很能感同身受，後來才發現，常用自己的「感」去投射別人的「受」。如今的我才理解到感同身受不能是一廂情願，必須是雙向的，因此從書中了解有三個功課要修煉，其一，要學習適時如實表達，因大多數人都是壓

抑批判，或討好的迂迴表達，而適時如實表達是需要一番修煉。其二，要學會「放空」，傾聽，尤其當對方壓抑或憤怒時，仍要穿透話語，聽到他真正的感受及需求。其三，要學會隨時「不恥下問」。千萬不要覺得理所當然，只要覺得自己和對方無法感同身受，立刻就問。

這三門課，若能學好，受用無窮，因為感同身受，近乎有菩提心則可諸事圓滿，萬事無礙。這也是人生的必修課。

### 不為人知的漢文帝 一工 毛 oo

漢文帝，名叫劉恆，是漢高祖劉邦與薄姬生的兒子。劉恆即皇帝位簡直可以說是天上掉下來的王位，薄姬本是魏國王宮宮女，在劉邦打敗魏王時延攬入宮，但很快的就被遺忘，直至一次心血來潮臨幸了薄姬，誕下劉恆。因母親出身低微不受寵，故劉恆自小做事就十分謹慎，從不惹事生非，給諸大臣留下好印象，在近八歲時被 30 位大臣推舉做了代王，後來在呂氏被剷除後，意外推上皇帝寶座。

節儉、孝順、懷柔是他的座右銘！人說久病床前無孝子，但在眾多奴僕的文帝身上不適用，他為了母親生病，親自煎藥並嘗試水溫，一做就是三年，直至母親病癒。身為皇帝，集天下財帛為一身，身上的龍袍卻是一堆補丁；在自己陵墓上不用真金白銀，只用瓦、陶修建，並下詔只准用七天來為他治喪，且不准鋪張及擾民；文帝在位 23 年，還帶頭不收獻禮，造就朝廷開啟禁奢風氣；在南越王想造反時，文帝不但沒用強勢武力鎮壓，還找來南越王兄弟，以禮相待，以仁義大獲人心，平息反叛之勢；在緹縈救父事件中，深知自夏朝以來的肉刑過於殘暴，他說：「舜帝輕罰得以社會穩定，而我朝重刑卻不見制止犯罪，故取消肉刑，使人民有改過的機會，否則就是無能的統治者。」

文帝劉恆因一則神仙夢，開始尋找夢中人，然後就大肆寵信了鄧通，給了鄧通上億的錢外，還讓他自己有鑄錢的權，兩人常膩在一起，鄧通還用嘴幫劉恆吸背上的膿血，讓劉恆對鄧通的寵愛更勝皇后及太子，也因此太子即位後沒收鄧通所有家產，分文不留，直至鄧通餓死。

一般人提到漢文帝劉恆，最常說的就是他開啟了「文景之治」，闡述他如何偉大的治理之道，顯少人知道他是意外登上帝位的，也很少人提及他的侍親至孝及只用七天治喪的事，更別說他那與「夢中仙人」鄧通之間的關係了。綜觀漢文帝的一生，是個仁君，他將漢朝的統治推向了穩定發展、長治久安的局面，我們也藉由這些漢文帝不為人知的小故事，一探這位仁君的究竟。