

氣球 一工 林 00

脹起是喜 乾扁是悲
充氣時像躺在雲端
消風時像墜入地獄
天上雲彩早已承受不住重量
忽上忽下 如我們的靈魂
跟著情人一起脈動

春泥 七工 張 00

對妳的眷戀像那花瓣落地 化作春泥
昔日的點點滴滴 構成文字在紙上遷徙
心跳是不聽說的孩子 在胸腔裡拳打腳踢
自制力似乎所剩無幾 不顧一切地想妳
像杯醉人的美酒 總讓我顧此失彼
把回憶塞滿日記 要不想你實屬不易

石頭的感悟 三工 吳 00

某日從工場外撿到一顆圓潤的石頭，摸著這圓潤不割人的石頭，便使我想起自盤古開天以來「石頭」在我們的日常生活中隨處可見。而當我們在路上看到或是撿到一顆圓潤的石頭時，確不曾想過這圓潤不割人的石頭是如何形成的？

其實，要成為一顆圓潤的石頭，必經過山崩地裂，日曬雨淋，再從大岩石裂成小岩塊滾落至溪水中，再經沖刷，碰撞...等磨練及淬煉才能成為我手中這顆溫潤的石頭。藉由這顆石頭，讓我想起自己以往的人生，猶如一顆還未經過磨礪，淬煉的石頭般，邊角都是風力道會割傷人，令人無法親近，更加不會去理會、撿拾它。

直到進到圉圉這修煉場中，經過各級長官的教誨及同學間的相互感化，才讓我這顆有稜角的頑石，漸漸磨掉邊角，成為一顆平易近人，溫潤的石頭。

然，隨者回歸社會的日子一天一天接近，我也期許自己及在此修煉的同學們能成為一顆「璞石」，待重返社會後，能成為他人眼中如獲至寶的「玉石」。

反轉逆境 4工 陳 00

身繫圉圉已有一段時間，總覺得生活泛善可陳、虛度光陰。某日有幸經由北監各級長官安排下聆聽林美靜老師為同學帶來一場心靈的饗宴。內容豐富、掌聲不斷，總能觸動人心。為身繫困境的我開始培養閱讀、反省的習慣。不知不覺中發

現自己的心境、思想漸漸改變了，變得更柔軟、謙卑，更懂得善待自己和週遭的人，更為匱乏的心靈注入一股暖流。

「人生如馬性，痛徹而行。」贏家就是在遭遇挫折時，重新站起來的速度比別人快。再一次提醒我拋開不必要的悲痛，困難是上天賜予的禮物，讓我們知道自己的不足，也提醒我們需要改變，努力把事情做好、做玩，再加上毅力就有機會不斷前進、超越自己。「懷抱夢想，不能只靠冥想。」而是一步步去實踐。

常在工場內聽到新收同學哀怨的不斷念著「刑期還有多久、多久……。」服刑較久的我總會告訴他們逆境的磨練，也是生命成長的契機，逆境有時是個信號，提醒我們充實所需的能力，跨越現有的框架，讓心念轉個彎，從歸零的逆境找到希望，讓辛勤的汗水灑在夢想之上，實現改變人生的劇本。

一封爸爸您收不到的信 高中部 胡 00

親愛的父親，這是一封您收不到的信。你在遙遠的那方過的好嗎？我很想你，謝謝你從小把我養育長大，但我對不起您，我總是那麼不懂事，辜負了你對我的期待。

你在我心中一直佔有不可或缺的地位，雖然從小到大我們都住在一個屋簷下，但你卻鮮少會與我說話，每當我犯錯時，你都會在我身上留下痕跡，但你從不問我為什麼犯錯。小時候的自己很恨你，恨你對我不聞不問，恨你只把哥哥當作寶，恨你只會打我...，但經過十多年後直至現在，你已不在，我才發現我其實是很愛你，也很想你。

那些年不懂事的自己，沒有想過有一天你會老、會生病，更沒有想到你會就這樣永遠離開了我，你的離開讓我有許多不捨與後悔，後悔這輩子沒有好好和你說過話，不捨你就這樣離開了我。現在的我長大了許多，才知道你以前對我的不聞不問是因為我一直在走你以前的路，你不知如何教我，更不知該如何和我說。

人生有時很短，短到讓我們彼此措手不及，短到讓我們來不及好好說句話，短到讓我們來不及好好相處一回，更短到讓我們來不及告訴彼此其實我們都很愛對方，爸你說是吧！

我在過去這十多年頭裡載浮載沉，如今才知道「樹欲靜而風不止，子欲養而親不在」這句話的意思。現在的我過得很好，請你放心，下輩子我依然想當你的孩子，因為我已知道要如何與你相處了，爸我愛你！

包容 16 工 黃 00

他的缺點就像星星一樣多，
優點像太陽一樣少；
但他的太陽出來時，
總是會把星星給掩蓋住。

夢像一條小魚，
在水裡游來游去，
想捉它，
它已經跑了。
夢像一滴小雨滴，
從天上落下來，
想去捧它，
它已經著地了。
夢像一陣風，
從遠方吹過來，
想留它，
它已經離開了。
夢像一位攝影師，
把白天所想的事，
在靜靜的夜晚，
偷偷地播映出來。
夢像一條小魚，
在水裡游來游去，
想捉它，它已經跑了。
夢像一滴小雨滴，
從天上落下來，
想去捧它，它已經著地了。
夢像一陣風，
從遠方吹過來，
想留它，它已經離開了。
夢像一位攝影師，
把白天所想的事，
在靜靜的夜晚，
偷偷地播映出來。

空落落一地的浮塵輕揚
昔日的舞曲繁花人語醇釀
如今剩個斑駁與你對望
雨落下時這兒會是如何的蒼涼

無可躲藏的呀
這庭這院這四府斷牆
圈起沉澱歲月中的碎月殘陽
只為了一場無謂的張揚
只是為了繼續存在
自主於其中驕傲的存在
如同那秘密的誓言一樣
將往事封裝
要密密收藏

旅人記憶 和二舍 賴 00

還記得當初來到台北監獄時的心情，當時恐懼著這未知的環境會讓自己不能適應，也害怕這個地方沒有認識的人無法彼此照應，那時候的我宛如一隻無助的驚弓之鳥，但在待了一段時間後，我覺得自己的心境有了一些不一樣的轉變。

除了漸漸習慣了這裡的生活作息之外，我慢慢的發現到自己的心態稍微轉變了，變成像是在車站等車的旅人般，看著這裡的人來來去去，就像我們在車站裡看到的旅客一樣，只是有的人早來，有的晚來，每個在這等車的人，都是在等那張回家的車票，大家拿到票的時間都不相同，即使拿到了車票，他們返家的車次也可能不同天開。

在日前等著車票到自己手上的這段時間，我試著跟其它同樣來到這站的人聊天之後，我發覺每個人來到這站的因素皆不相同，但同樣是大家對自己離開這站的那種期待，幾乎是一樣的心情。

在這些旅客中，我交到了一些不錯的朋友，同時在他們身上學到了些沒在我身上發生過的人生故事，現在我不僅更懂得運用等車的時間來充實自己外，也學會祝福那些已經回了家的人，期許自己和在這認識的人，都能把這裡的經驗當成心中永遠的警惕，往後別再因為犯了錯而又來到這一站，因為這站回家的車票很不好拿，車也很難等。

大宋啟示錄 一工 毛 00

北宋第三任皇帝在位之初，因氣候變遷，導致北方遼國屢屢南侵，後來宋遼兩國議和，簽下澶淵之盟，保住往後北宋百餘年的太平日子。直到好大喜功的宋徽宗趙佶手上，他想進攻燕雲地區建立萬之功而片面毀約，在聯金攻遼時又失信於金國，待金國滅遼之後，北宋反被金國滅了。

北宋太宗皇帝趙炅登基後辱殺南唐李後主，到了北宋末年，連續兩位皇帝恰巧被金國給虜走，受盡羞辱而終。南宋開國的趙構，不顧不殺功臣的祖訓，冤殺了岳飛，岳飛死後，趙構獨生子猝死，南宋末年投降元朝的恭帝趙顯也巧合的是因

不實謠言被殺，含冤而亡。

南宋趙昀的重用曾虐殺仕子、強娶兒媳為妻、且大財小利皆要貪的丁大全把弄朝政，開啟南宋亡國之路。而金庸筆下郭靖困守襄陽，沒有援兵的原因，正是因為宋度宗趙禔寵信滿腹坑人技倆、擅於批評鬥爭、素有蟋蟀丞相之稱的賈似道所造成，在襄陽城失守 2 年後，南宋滅亡。

趙佖的毀約與失信，是忘了唇亡齒寒的道理；南北宋開國之初對待前人的惡行，是忘了會報應在子孫上的事，趙昀用狠毒貪奸的丁大全，是忘了選擇夥伴要德大於才；趙禔寵信賈似道，是忘了他擅於栽贓假禍，又有嘴說人無嘴說己的人格特質。這些皇帝們忘記的事，都是大宋亡國的關鍵密碼，給後世的我們有了提醒及啟示作用，大到治國安邦是如此，小到個人待人處世及領導方針，不也是同這些道理嗎？

向日含羞草 國中部 楊 00

毫不起眼的兩片葉子
跟隨主宰的光芒
驅走了世上的黑
從破曉到日落
堅定自己的方向

戀之框 十六工 邱 00

櫥窗中帶著細緻花邊
這是給你的禮物
小心翼翼沿著你的弱點
裝裱 貼上我的心
繫上掛繩將你套住

情思情詩 七工 駱 00

輾轉反側	夜不能寐	午夜夢迴	寂莫況味
囹圄歲月	孤單相陪	隔著鐵窗	驚鴻一瞥
近在咫尺	妳的容顏	欲哭無淚	悲傷難掩
夢中浮現	妳的笑靨	這樣的夜	想的是誰

當自由開始崩裂
失去 最原始的美夢
身體被囹圄冰凍
靈魂 墜落在無底深洞
抬頭看著天空
心中難掩的 傷痛
鐵窗吞噬了我爬滿淚痕
幽暗的夜 開始不再寧靜
親情的呼喊聲
是一場 惡魔和天使的戰爭
勝利卻握在自己手中
一念間 決定了未來的肯定
我決心不再讓家人苦等
天使像太陽 帶來了光明
我不再糊塗是非不分
改變 拒毒 才能使我浴我重生
與大家只勉之

失意，不矢志 一工 溫 OO

有道是：「人生不是迷，卻似一局棋；既似一局棋，落棋要仔細。」人生何嘗不是如此，尤其身處關鍵時刻，更當深思熟慮，步步為營，不要貪戀眼前的近利，而忘卻了上帝所賦與予我們生命的意義。

當我們赤裸裸的來到這世上，似乎就註定了要背負起經歷各種困難與折磨的命運。而然，生命並非全盤的悲觀，雖然註定了有七情六慾來品嚐種種的悲歡離合，但是別忘了我們還有智慧可以去體驗苦難的真諦。

「我失意，但我不矢志。」在不久的將來，重獲自由的那一天起，我會仔細的走好人生的每一步棋。

尊重 二工 林 OO

心中有別人，每個人都有自己做事的方式，都有自己的價值和信仰。新去一個地方都要尊重其歷史、文化，這些很重要，當我要先尊重別人，盡可能學習關於這個地方的所有事，我們尋求被了解前，也要先了解自己。接著，我們要非常的果斷，踏實進入到這個新世界。

我們要知道，沒有一個人突然來到新地方，表現得一副他對所有事瞭若指掌，

我們想要做出一些改變，一定要很仔細，很小心的尊重其他人的意見、想法、文化及尊重這個新場所所繼承的文化，尊重每一個人，在深入了解這個地方對歷史和文化交融在一起，盡可能尊重這裡的歷史，還有同學的觀點，再著手進行重大改變！

閱讀的意義 高中部 陳 OO

服刑歲月的苦悶，無人能知曉，也不是外人道。不是不能說，而是誰願意聆聽不健康的負面言語呢？我經常躺臥在舍房裡，覬睨著室友們在這個狹小空間裡嬉鬧度日，暢談著不法勾當的始末，以及比較誰進出監獄最多次，心裡油然而升起一股恐懼，我以後的人生難道就是這樣過嗎？

由不得與內在的自我，做深度地反省和回顧，我在人前逞兇鬥狠，可是面對自己時，卻怎麼也神氣不起來。心裡想著每天不是挨打就是打人，也許有一天會因為這樣再度進入監獄，甚至命喪街頭或曝屍荒野，這是我的人生嗎？回憶和反省就像剥洋蔥般，打開記憶匣子和省思過往，總是讓人想哭！然而，哭泣並不能救贖自己，只是讓心靈比較潔淨和降低內疚感而已。

而救贖自我的唯一方法，就是「懺悔已錯、誠心改過」，因為改過才能給予自己一次扭轉命運的機會。改變人生，從心做起，於是我選擇讀書來洗滌心靈。「閱讀，是獨處的最高享受。」我便常常在人聲喧鬧時，拿起書本，忘情地進入作者的生命情境裡，體味不同人生風貌的酸、甜、苦、辣。

在體味別人的生活歷程時，我不時叩問自己，能像作者一樣，沉思自我生命情境的意義和價值嗎？若是對於作者所散發出來的生命樂章，除了感動和讚賞之外，倘若閱讀到有違人性的事，有無生發警惕之心，來藉此惕勵自己呢？這般省思自我，才是我在囹圄中讀書的終極目的，以及服刑的真實意義。

寬容 病舍 張 OO

因為責任，所以承擔，
因為善良，所以寬容，
選擇寬容，不是怯懦。
因為明白，寬容他人，就是在寬容自己。
因為看輕，所以快樂，
因為看淡，所以幸福，
選擇糊塗，不是糊塗。
因為明白，有些爭不來，有些不爭也會來。

春，悄悄的來了，她捎來了溫和的東風，大地上一切都睜開了惺忪的睡眼；枯禿的枝幹，抽出了綠嫩的幼芽；小草兒也鑽出了溫馨的泥土，偷偷的窺視大地；一切的一切，都顯欣欣向榮，到處都醞釀著新的氣氛，和花草的馨郁。

春，是蓬勃活躍季節的開始，如茵的綠草，像柔毯似的鋪滿了大地；芬芳的桃李，爭妍鬥艷；燕影斜飛，百鳥齊鳴，翩翩起舞，像羞澀的少女，垂低著粉頸，搖著纖小的蓮步，投向春的懷報；鶯聲燕語，也由山谷中輕輕傳來；蔚藍的天空，飄著朵朵棉絮般的白雲；連溪中的魚，也飛躍出水面，迎著春的到來。

春不但給宇宙帶來生氣，並且給人們帶來無窮的希望，俗語說：「一年之計在於春。」桃花謝了，能再開；春天去了，會再來；但是人生能有幾個春？

朋友們！春天是青年的季節，而青年是人生中的春天，讓我們攜手努力向前行，切莫辜負這明媚而可愛的春天！

在生命的境遇裡，是沒有任何人可以終其一生都處在心想事成、盡如人意的一帆風順裡，卻也不是從頭到尾都路行在霜雪滿天且事與願違的崎嶇坎坷中，以致受挫。跌倒總是在所難免，只是有人能一躍而起，有人卻一蹶不振。

許多人將生命中的低潮與黑暗面，推諸於外在的環境無奈及命運的不公，往往忽略了受制於內心深處及自我意識的綑綁，才是所有問題的根本在遺漏自問的前景下，任憑我們如何找，怎樣尋，即使是訪遍天地間的一切神與佛，依舊無法尋獲能夠改變生命的正確解答，亦因此，一遇到困境就很容易將自己又再次推向舊有就熟悉的思考模式中，並陷入惡性循環的枷鎖裡，而難以出離。

貨車是眾所熟知的交通運輸工具，一旦裝滿了貨，便無法再承載，即使是有更好或再急的物品要送，亦需等到將貨卸完又或較次要的部份先行卸下，方有可容納的空間存在，而我們的思想價值觀等又何嘗不是如此，如果未能將原本錯誤，偏差的概念，想法完全杜絕掉，就勢必很難再去接收異於自身以外的其它見解與新知，於是佛家常說的放下，便成了一門容易且圓滿解決的方便之道。

放下意謂著不再耿耿於懷，看得開，看的透徹亦是一種領受的前非與先機，如未放下何來存放空間，以致放下它不僅是一種歸零，更是一種藉由新陳代謝的除舊佈新以讓思想、觀心能替換更新的空間，並而讓生命能夠得以重新來過的一種沉澱之法與契機，導致人生之所以會慘敗，僅在於不懂得適時的轉彎下的冥頑不化與偏行己見。