

父親 五工場 張 oo

少年時的父親，就如天上的太陽使我光明前進。

中年時的父親，就如陀螺般的忙碌使我安穩成長。

老年時的父親，就如港邊般的燈塔，引導邁向中年卻在人生道路上迷航的我找到回家的港灣。

父親在不同時期皆都扮演著不同角色，然而我卻身陷囹圄之後才有如此切身之感受。

期待自己可以早日返家，再盡兒子應盡之孝道。

逆境 長青二舍 謝 oo

還有什麼比現在更難過？

還有什麼能讓父母更擔心的？

自我感覺良好的人很多，

有誰真的想過，親人對你的容忍和付出？

沒有！一個也沒有，

入監服刑本來就是最不負責的行為，

如果加上自私，那人生就真的不過如此了。

雖然處在逆境中，

我們要學習的是如何去善待自己，

因為真的懂得善待自己的人，

才不會在人生的低谷時，

折磨那些關心你的親人。

淺論七情六慾 一工 蔡 oo

歐洲著名哲學家亞里斯多德曾說：「人類之所以有別於其他物種，是因為人類擁有感性與理性的情緒與思考能力」。簡單來說，也就是我們的七情六慾的所為表現。回想以往的自己，由於涉世未深、年少輕狂，所以觀念上與行為上難免欠缺妥適的考量，在遭遇挫折或失敗時，往往不懂得面對自己的問題去反省與思考，反而一味逃避與無視問題的存在，進而無法具備正確的人生觀和行為邏輯，使得自己無法突破滯礙難行的處境。

所謂七情六慾的整體行為表現，即是一個人的人格特質於日常生活中所呈現出的修養與習慣，並且會隨著外在環境的變遷與年齡增長的積累，而有所蛻變和成長，進而能夠使自己適切地掌控七情六慾的內在修養與外在行為。

眾所周知，七情就是喜、怒、哀、樂、憂、離、苦；六慾即是知、情、物、性、利、權等人類與生俱來的內心與表達情緒的特徵和態度，更是內在心理和外

在行為的實質表現。以一般人而言，通常是透過生活周遭的環境與他人的行為作用與影響下，使自己產生學習或仿效的結果，最後養成個人人格特質的形態，以及專屬於個人的思考邏輯和行為方式，形成自己的生活態度與習慣。

常言道：「己所不欲、勿施於人。」就是個人於社會環境中，內在修養與外在行為綜合表現下，最為基本的立身處世原則，其根本在於培養個人「同理心」的養成與實踐，以建立個人良善的行為習慣與人際關係。

認命不認分 3 工 吳 oo

近來，又聽到剛新進的同學再討論減刑或以前的事蹟以及當年勇...等話題，這讓我想到一句話"認命不認分"。

認命，是接受環境的喜常。如同多年前我遇到一位服刑多年的同學，他說：在監獄，我們面對漫長的刑期及生存壓力，但這是「念頭」的問題，「苦的來源就是外在世界無常，內在有很多執著，當內外有落差，這樣的狀態就苦。」而且，你用多快的速度去接受，承認事情的發生，會決定人停留在不安情緒會有多久的時間。就如同前述新進同學所討論的話題，但話題的背後就是不想去面對糾結、陰暗面與放下。

但有的人接受，並不代表「認分」。就如還不認為自己所犯的事有錯，才會來到囹圄服刑。還在認為是衰小、運氣不好、被冤枉...等語。這些人，總要等到幻想破滅時，才會真正的認命服刑，接受現實。但也都要等到一段時日，且也要有所省思認分的人，才能體悟。

其實，在囹圄中的人，大多都是如此過來。原因無他，因資歷較久的同學，早早接受了現實，且也願意協助聽得進去的同學，一代傳一代。

認命，不認分，是很多聰明與自認精明的人常敗於此，進而日後又進進出出。唯有看清自己的心態，人才能面對、接受、處理與放下，迎向未來的人生。

母親 搬運隊 李 oo

這個世界上與我最親近，莫過於是有血緣關係的母親了。從小到大不斷的照顧好我，保護著我，更時常想起我是不是沒吃飽、餓了、渴了，尤其是當我生病時，往往比我還著急，不眠不休的陪伴著我，恨不得生病的人換成是她自己。

我們很少會問父母冷不冷？吃飽了沒？過得好不好？雖然有些人覺得聽起來太虛偽、客套，不想如此做。時至今日已為人父，才慢慢地明白這些母親關愛孩子的方式，當時我們卻習以為常的認為這是一件小事，現在才知是多麼的珍貴。

我很慚愧，因為以前總是記不住母親的生日，也很少在那特殊的節日裡親口送上一句祝福。身為兒子，我不但不能在她身旁分憂解勞，因為我身陷囹圄還要她為我擔心。

其實愛很簡單，只要把母親對我們的愛與付出，當作是上天送給我們的禮物，懂得去珍惜、感恩，就是對母親的愛最好的回報。

光陰 國中部 張 oo

像一顆子彈 忘了目標狂奔
像熄滅的光 不在乎明暗
時間還是把我淹沒
如此無邊的大海 激起浪花
白色的泡沫是蒼蒼的白髮

設限 三工 卓 oo

我自己總是一直告訴你
我從此刻起凡事一定要設限
是開始要為將來著想了
懂得多愛自己一點
也為了家人設想
懂得照顧好自己
「其實」這些話
同時也是在不斷的提醒自己
什麼是「最重要的」
什麼是「次要的」
什麼是「不要的」
以前沒有為自己做的
沒有為家人付出的
現在起人生要有所分別了
對自己負責 也是對家人負責
人只要活著就有機會
給自己機會認真勇敢的活一遍
找出自己內心中那最後一塊拼圖
簡單且幸福的日常就在身邊
家人永遠不會鬆開彼此的手
因為無私的愛讓我們更懂得珍惜
珍惜自己 珍惜身邊愛你的家人
珍惜擁有的當下

親愛的寶貝，歡迎妳來到這個世界，更歡迎妳成為我們家族的一員。有了妳之後，顛覆了我和妳母親的世界，從此我們家也不一樣了，妳已成為我們家的核心，一切都以妳為焦點。

還記得 5 月 31 日的那一個晚上，從妳出生的這一天，我和妳母親的生活完全改了樣，一切活動、目標、計劃、生活都以妳為中心。妳笑時，我們跟著笑；妳哭時，我們變得著急；妳睡時，我們趕緊工作；妳醒時，我們陪著妳玩；妳不舒服時，我們立刻驚慌失措；妳吃藥時，我們陪妳吞下痛苦，時時刻刻看著妳，分分秒秒守護著妳。

爸爸從妳出生之後，就希望妳可以健健康康、平平安安的長大。但爸爸礙於生活上的一些壓力、不如意，所以導致爸爸不能陪在妳身旁，爸爸也很後悔妳成長的這段期間，沒辦法陪在妳身邊，好好看著妳成長與學習。如果還有機會，爸爸希望可以陪伴在妳身邊，一起參與妳成長的時光，有共同的回憶，或許在生活上都是爺爺、奶奶照顧妳，導致妳的記憶中有我缺陷的身影，但妳相信爸爸在回家之後，一定會把這一塊缺少的拼圖拼湊起來。

未來還有好長、好遠的路要走，不論前途有多麼險惡、多崎嶇、多艱辛，妳都不用感到恐懼，我們會為妳披荊斬棘、為妳遮風避雨，我要妳快樂，不只是今天，而是天天、是年年、是永遠。

禁錮 高中部 張 oo

心被鐵鍊般的荊棘纏繞
星空上似有萬火降落
伴隨萬雨千聲
水火交融、漠然、冷漠
只擁有黑色污穢
佈滿了整個天空

人生 十七工 陳 oo

如果小時候母親沒有離開我，我的人生會是如何？
如果從前的我有好好唸書，我的人生會是如何？
如果我在當體育選手時沒發生那場意外，我的人生會是如何？
如果我沒有碰觸到毒品，我的人生會是如何？
只可惜，人生沒有如果，也不可能重來，我們無法去改變過去的軌跡，但我們有能力去做選擇。去選擇如今，以及往後我們所想要的生活，而這一切的組成，將會是我們的人生。

母親的背影 高中部 陳 oo

望著妳會客後離去的背影
我猜想妳今天的心情故事
是相逢的喜悅 還是落寞的掉淚
我希望妳 開心地踏上歸途
就如同我 現在的心情
只因為妳每次的到來
總是帶給我 勇氣和希望
去面對未來的那一天
謝謝妳 母親

回家 一工 林 oo

回家的路是條切切實實的思念
思念有多長 愛就有多寬廣
愛像是星斗滿天夜空中皎潔的月光
輕輕悄悄 安安靜靜地
灑滿了我的肩頭 心上
你的愛就是那片
指引我迷途歸返的月光
在回家的路上
我不慌 我不怕 我不忘
在路的另一端 就是我們的家
一個重新開始的盼望

身邊的快樂 八工 李 oo

在這些年裡，快樂無時無刻都在陪伴著我。當我失敗時，勇敢就是快樂；當我放棄時，自信就是快樂；當我受傷時，所受的關愛都是我的快樂。

其實，快樂是可以選擇的，這種選擇完全是因人而異，面對同樣的事，不同性格的人會有不同的想法。樂觀的人，他會去領悟精髓部份，而通過這次經歷可以讓自己學到了什麼，這也是快樂能帶給人們的好處。

快樂是無所不在到處都有的，幫助他人也是一種快樂，俗話說：施人玫瑰，手留餘香。當你幫助了他人時，你就能找到快樂。在日本這個國家，當一個人幫助了別人，倒要向被幫助的人說聲謝謝，原因是他人給了自己一份享受快樂的機會。當他人的東西掉了，你主動幫助撿起；當他人摔倒了，你伸出一雙援助的手；

當他人遇到挫折時，給他一個甜甜的微笑。從這些小事中尋找快樂，會發現快樂在無形之中已經來到了你的身邊。

揚起自信的航帆是快樂的，每當做一件事情前，先對自己說一聲：我可以。然後再為自己豎起大拇指，這時的心也是甜甜的。懷著這種喜悅的心情成功後，你就會更加體會到快樂的滋味。快樂讓譜寫成了甜美的樂章；快樂也讓小鳥學會了飛翔；快樂更讓山林保留了一份青春和美麗。

悔 和二舍 曾 oo

千愁思緒 結萬千
返鄉回家 待何年
轉頭回望 悔綿綿
沉迷毒淵 樂翻天
如今高牆 丈兩邊
漫漫刑期 何時回
牢獄省悟 心已悔
期待他日 早日歸

強襲之疫 高中部 楊 oo

無人在意天氣的變化
天穹的藍 烏雲密佈
網路代替人的連結
感染、治療、預防
只剩和病毒共存
這唯一的生存方式

晨之美 高中部 吳 oo

東方
夜色染上了一抹明亮的灰白
隨即又轉為貝殼的乳白色
星星隨之黯淡下來了
黎明的晨曦緩緩灑遍破碎的天際

如果 合作社 高 oo

如果 雨落緩一點
彩虹 會不會出現
如果 雲飄慢一點
風 願不願和我聊聊天
如果 風箏飛高放遠
四季懂不懂得我的思念
哪一個故事沒有曲折蜿蜒
哪一段感情不曾目眩神迷
如果 真有一種如果
純屬肺腑之言
你愛的 總是比愛你的 先走

愁唱 再回首 十二工 林 oo

窗外下著大雨 空氣裡藏著一絲孤獨
彷彿我的世界 被披上了一層迷霧
看不清未來 找不到出路
怎麼才能看到 屬於我的那一道彩虹

一疊疊的信件 寫滿來自家鄉的期望
總是要我堅強 永遠都要懷抱希望
不要再徬徨 更不必憂傷
只要還有夢 必定能看見最美的朝陽

喝下一杯苦澀的咖啡 暫時忘記憂愁
日復一日無止盡輪迴 何時才是盡頭
家鄉風景變了模樣 我也逐漸白了頭
歲月若能重頭 何苦夜夜愁唱再回首

與往事乾杯 國中部 許 o

「最怕空氣突然安靜……最怕回憶突然翻滾著不平息」，正如這首歌突然好想你的歌詞，在裡面的日子裡，最艱難的就是每一個勾起往事的寂靜時刻。無論是輝煌值得回味的榮耀事蹟，或是惘然不如人意的不堪回首，只要與眼前的牢獄生活相結合，都足以令我心情激盪而不能自己。

幸好除了最天然強效的時間解藥之外，裡面同學們的交流與扶持，也都逐漸

使我在這幾年中有所成長，不再懼怕現實和理想的落差，而形成的惆悵來襲。雖然仍難免會受影響而使腳步稍緩，但我深知除了積累而成的過去外，對未來旅程的展望與向前則更是重要。因此，我仍會努力向上，勇往直前。

我要與往事乾杯，在滿懷感激地致敬後，慎重向它告別，過往的酸甜苦辣和起伏，成就了現在的我，無關成敗榮辱地值得我珍惜。並為了它所教會我的一切事情及重要警醒而致上敬意。而未來除了是過去及現在的延伸外，更是我不可逃避的責任。所以我要鼓起勇氣向往事道別，時時刻刻告訴自己不要回頭，只要向前面的標竿而行，相信最後一定能得勝而歸。在與往事乾了這一杯後，我就要出發向前行去，一切的困難險阻再也不是任何障礙了。