

法務部矯正署臺北監獄

114 年 9 月份收容人文學作品

旅人 一工 吳○○

鑲鑽的露珠透著希望的微光
閃爍著、交織著
青草的香芳
嬌柔的嫩芽在沃土中滋長
堅持著、等待著
無畏的勳章
汪洋的吶喊是熱情的鼓舞
稻浪的柔姿是大地的叮囑
遼漠的起伏是喜悅的傾吐
我看見
看見了該走的路
毫無遺憾向前邁
哪怕炙陽的曝曬
追求一切 追求愛

得與失都是擁有 五工 梁○○

過去有人曾問我，是寧可從來都沒有得到，還是寧可得到後又失去？

心想如果從前未得到，就像響往一處很美卻不曾到達的風景，心中永遠都有一種渴求慾望，一種不甘心的遺憾，那將成為心裡失落的一個空洞。如果得到之後又失去，雖然會很心痛、無奈與不捨，卻能把這個痛轉化為一種了然，一種澈悟。

如今在這段服刑的日子裡，讓我從佛教觀禪靜心修性參悟中學得如何思考問題，看淡得失。看待事物的得與失是在過程中的認知體悟，並非是看最終得與失的結果，而是必須看整個過程裡處理事物的思維觀念和評估心態，當自己的付出已經盡心盡力了，並感受領悟到整個過程，得到與失去就並不是如此重要，因為過程中已讓真實的感受有更深體認了。

所以，我已深深感受體會，活在當下就必需面對當下，告訴自己不要為了害怕失去而不敢追求，也不要為了害怕失去的痛苦而追悔當初。因為那從無到有，再從有到無的過程都是屬於自己的，這才是真正的擁有。

告訴你，我們如今所失去的，不過是天使交給你暫時保管的天堂寶物，珍惜曾經擁有過的每刻，得與失都是擁有。

窗外 彩虹班 周〇〇

舍房裡有扇小小的窗，
陽光就是能找機會從窗外開心地溜進來，
暖暖地拂在身上，溫柔點亮陰鬱的心情。
我無事總望向窗外，期盼著能遇見想念的風景，
無奈只能看到無盡的藍天也被硬生生地關了起來。
夜裡常讓窗外的垃圾車唱著搖籃曲睡去，
可惜「少女的祈禱」助眠的力量太小，
八成都獨自在漆黑中醒來。
沒有時鐘滴答聲催促的牢裡，
不能成眠的夜晚，時間流得好慢好慢……
「天亮了」幸好早起的鴿子咕嚕嚕地提醒我，
真棒，又看見陽光穿過那扇窗灑進來。
抬起頭眯著眼享受拂曉的暖，
想到曾經荒唐的過去如黑夜已逝，
在心中仔細叮嚀自己一定要好好地把握未來，
相信總有一天能再走出久違了的窗外。

自信走出光明路 和二舍 潘〇〇

人生之路何其長，不必為了慢一步，而懷憂喪志；人生之路何其闊，不必為了挫折一時，而喪失信心。

曾經的我時常浸泡在痛與苦之中，歷經了這一回 22 年牢獄之災，一次次心痛、一道道傷痕、一遍遍淚水，洗不去這一路走來的塵埃，抹殺不了失去自由的無奈，囹圄之行自己每天都必須面對無數挫折。要如何把挫折及困難變成自己人生的一種試鍊，就考驗著自己處理及面對挫折的能力，只有面對它、正視它、不要逃避它，才可能化挫折為動力，讓挫折成為自己生活中的一種過程；所謂船過水無痕，不必把挫折當做傷痕，就讓它像水面上的波紋，雖起了陣陣漣漪，但是不必留下痕跡。自己必須有遠見，因此，人生之路要能走得長長遠遠，千萬不必為一時的困頓而困住自己，這樣，只是自尋煩惱罷了。

任何痛苦是自己找的，任何快樂也是自己找的，苦痛源於自己的心境，快樂與否在於自己的心態。人生在世，要經歷太多的風雨和太多的變數，怎樣去看待這些風雨和變數，決定了自己以後的人生，那麼就用酸甜苦辣來充實自己的生活，這些都是你、我應該看到的快樂與幸福。

能夠順風而行並不稀罕，若能逆風而走才是高手。要讓自己生命流暢最重要的，就是面對人生的態度和智慧。

靠岸 四工 許○○

暴虐的浪濤 陰鬱的天空
我在浩瀚的汪洋中迷失了方向
無邊際的海洋猶如無邊際的行程
漫無目標地前行 尋求那靠岸的港灣
或許上帝聽到了祈求
海面歸於平靜 黑夜悄然垂臨
繁星指引了我歸鄉的航線
而最亮的那顆星叫做「家」

信仰 國中部 李○○

信仰能使你在孤獨時看到更多美麗。假使你沒有信仰，心中便會被各種物質慾望填滿，雙眼便會被它們蒙蔽，又怎麼能看到大千世界中的美麗呢？然而當你心存信仰時，一切都會不同，你會刻意尋找生活中的美，即使形單影隻，也不會覺得空虛。

信仰能使你在孤獨中體會到平靜與喜悅。古希臘哲學家亞里斯多德曾說：「離群索居者不是野獸，就是神靈。」然而在生活中，很多覺得孤獨的人並不像神靈，反而像野獸，煩躁不安、四處咆哮，甚至使一些傷害自己或別人的事情，假使心存信仰，便不會如此，當心中充滿信仰時，人生是有意義的、生命中是充滿愛的。

人生在世難免經歷生離死別。當親人離去、愛情不再、朋友決裂或是生意失敗時，都會使我們陷入痛苦絕望，並且這種心痛的感受很難短期內平復。如果我們心存信仰，便有了堅定的意志，就好像擁有一盞永不熄滅的燈塔，為我們受傷的心，在漆黑的夜裡引導方向。

因果自輪迴 六工 李○○

萬事萬物皆有源，因果輪迴自不滅；
循環世間諸萬法，生生不息永不止。
過去有因今日果，何來果報自有因；
見破紅塵空飛去，自在逍遙本如是。
尤今所見眾妙法，自於千古念所生；
往昔慣依任我性，明心見知因果來。
生死縱穿十法界，六道自有輪迴歸；
我意如此情如是，命道輪迴亦如是。

善惡 國中部 彭○○

每當夜深人靜，只能聽到自己的聲音時，我常在心裡和自己對話，問自己：「為什麼我會在這裡？」而回答我的往往只有電風扇的轟鳴或同房室友的鼾聲。

於是日復一日，我依然問著同樣的問題而找不到答案。後來有一次收到一位朋友的來信，他說以前的事他已放下，他也原諒了我曾做的、傷害他的事，因為他受洗了。他告訴我一切就在一念之間，他的話如當頭棒喝，使我醍醐灌頂，在這一剎那間我豁然開朗，是啊，善、惡只在我一念之間。

回首前塵，我的誤入歧途不也是一念之差嗎？利欲薰心使我甘心為惡，醉生夢死使我忽略了善。於是便一步步的沉淪，沉淪至萬惡淵藪難以回頭，終至有今日之果報。當初的一念之差卻漸漸由小惡養成大惡，而今不禁令我冷汗涔涔。

現今，為惡已警覺失，幸好善念尚存，當務之急便是時刻警醒自己，警惕著不可再生惡心。並以家人的愛灌溉著善念，使其茁壯成長，不再為世俗環境所玷汙。家人還沒有放棄我，我亦不應也不能放棄自己，正如智者所說：「不以善小而不為，不以惡小而為之。」今後的我凡事都必須更謹慎，來日當知今日之善。別在乎漫長寒冬它何時結束。

我最親愛的，下一個春天在不遠處。

不捨 彩虹班 高○○

你的聲音依依不捨的心情
從睡眼朦朧中驟然滿溢。
潛潛流淌的思念恣意地蔓延
腦海中步出的身影模糊了心裡的黑暗
淡淡的亮光和淡淡的幸福
讓我得以在無聲的夜裡淺淺地睡去

夢裡有點點繁星
一閃一閃彷彿希望正在靠近
只是身陷囹圄的我只能揮舞著嘆息
抓不住的光芒顯得無能為力

晨起看著寂寞的雙手
回想別時的你
濕透的眼眸流露出無比的擔憂
可惜再後悔也來不及
只能無奈獨自面對囚途逆境
偷偷嘆息

破曉之光 彩虹班 周○○

鐵窗之外風聲微涼 日影斜落映照微光
歲月如刀刻在心上 未曾奪走微弱希望
孤夜漫長夢境迷茫 誰知囚籠仍藏芬芳
指間微光透過縫隙 心未枯萎仍願綻放
昨日錯落過往成殤 今日拾起未來流光
筆尖輕觸塵封故事 化作詩篇寫心之航
窗內冷月仍然明亮 步履蹣跚依舊昂揚
雙手雖困心志無疆 破曉之際重生希望

以逆境為順境 五工 梁○○

許多人一定不會相信世界上真有無可救藥的樂觀派，任何事情都難不倒、不敗的人。不該也不會有人敢斷言，沒有任何事，會讓我沮喪，沒有任何事會讓我恐懼及挫折。生為人類，我們有七情六慾，之所以比動物高明，就是我們擁有「情緒」。

而身為弱勢族群的人，似乎又比一般大眾多了條多愁善感的神經線。這是集四十多年成長經驗的領悟，比別人容易感動的同時，也比一般人多了份挫敗的失落，不過，知道根源能為自己找出脫困之道的人卻也不少吧。

以我來說，在一次車禍後，我告訴自己，受苦的人沒有悲觀的權力，因此在不得已下，我學會了以逆境為順境，以阻力為助力，也因為殘障者客觀條件的匱乏，我悟出躲藏不如面對，退縮不如前進的道理。

在奮鬥過程中，這樣的理念幫我一次次克服了難題。今天，我想與各位朋友分享，我的生活曾是一串串失意的組成，但是勇於面對，所以我挺胸迎風而行。

因此，希望每位朋友都能勇敢面對所有困難，而接受好的事物，可以讓我們歡喜、成長，不好的事物則可做為反省。總而言之，學習接受就多一分的見聞和歷練，使之成為自己的精神食糧，何樂而不為呢？

飄落那一絲想望 高中部 劉○○

輕飄飄的
彷彿我身上的一片白
輕飄飄的
彷彿我衣角的飄飛羽毛
壓在心口上那不知該如何說的重量
若能與已飛起的羽毛般沒有後顧
多好