

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 吳〇〇

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 梁〇〇

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，不過是天使交給你我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。
抬起頭瞧著眼享受拂曉的暖，
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 許〇〇

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 李〇〇

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 李〇〇

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 彭〇〇

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污。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 高〇〇

你的聲音依依不捨的心情
從睡眼朦朧中驟然滿溢。
濶濶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 周〇〇

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 梁〇〇

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 劉〇〇

輕飄飄的
彷如我身上的一片白
輕飄飄的
彷如我衣角的飄飛羽毛
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