

# 誠語

誠正中學期刊第 10 期

在慾望面前  
或唯諾 或妥協 或忘了自己  
千種答辯 萬般姿態  
或許 有一種風貌  
誠實 誠意 誠惶 誠恐  
誠之語 正面交鋒 與更好的自己 相遇

送給誠正所有小孩

發行人 陳宏義  
顧問 陳鴻生、盧慶嵩  
主編 吳芷函  
執行編輯 劉思如  
出版日期 114 年 9 月 24 日

03-557-5845  
新竹縣新豐鄉德昌街 231 號

## 光 · 頭

吳周平 實習諮商心理師

自小我對出家人懷有親近感，他們身上的安定氣息，總讓我嚮往。年少時，我曾經沉溺於五光十色的世界，那份絢爛卻讓我失了方向。藥物的濫用，更使內心長久籠罩在驚恐與混亂之中。即使脫離那段日子已久，但面對生存、生活的壓力，內心依舊感到焦慮與不安，仍常渴望能尋找到內在的平靜。

若干年後，我看見短期出家的課程，心裡泛起童年的嚮往，毅然剃了一顆光頭，走進寺院的群體生活。回來後，有人疑惑：「你被抓去關了嗎？」也有人問：「你要出家了喔？」還有人說「你是不是生病了？」那一刻，我意識到光頭，原來能引發這麼多不同的眼光與解讀。

在佛門，光頭是剃度，是邁向覺醒的象徵；在矯正機構，光頭卻是規範，象徵去個人化與服從。而即使是疾病化療所致的掉髮，卻都有著「重新、重生開始」的可能。

入校後看著同學們，這段經歷再次浮現。有朋友說，年輕時的我殺氣騰騰，光頭像凶神惡煞；如今卻多了幾分慈眉善目，再頂個光頭彷彿像個出家人。聽來莞爾，我卻深知，最重要的不是他人的眼神，而是自己如何看待自己。

光頭，不只是頭髮的消失，它是一種象徵，也是一種自我凝視的機會。讓我們更願意與現在的自己和解。也期許未來，我們都能夠透過這份凝視而見到內在的光明與平靜。☸



### 記憶書寫

從小我就是一個很好動的人，家人一直以為我是過動兒——要看醫生的那種。小學上課時，我經常坐不到五分鐘就得起來走動，也會無緣無故打人，當時班上同學都蠻討厭我，有時我也覺得自己是不是有問題？但我的家人卻說：沒關係！別太在意。直到小學三年級時，我遇到了一位老師，他改變了我，他是我當時的體育老師，我永遠記得他這麼說過：「如果這麼愛動，那就來練一下呀！」這一練，就是七年，直到國三，這中間我得過大大小小的獎項，也因為這些獲獎紀錄，讓我知道：過動不見得就是一件不好的事。至於後來我不再往體育的路上走，則是因為自己的成績不夠好，同時覺得賺不到錢，自己就半途而廢了，然後一路走偏，直到如今來到誠正中學……

儉 / 陳○倫

### 記憶書寫

幼時，在我還不大記事的那個年紀，我的父母便因為金錢的問題選擇離婚，從此我的生活中便沒了父親的存在，母親為了彌補家庭不完整的缺憾，多年來一直身兼二職，既當慈母，也作嚴父，竭盡心力想給予我一個完整的家庭，也因為如此，我才能在沒有父親陪伴的情況下，仍然保有一個值得懷念的無憂童年。

而在我逐漸懂事，進入國中後，我一心只想考好成績來證明自己，

積極向學的心態一直維持到國二。升上國三的那一年，我開始沉迷於網路交友，這也為日後混亂的生活埋下了禍根，雖然當時已經意識到問題的嚴重性，但並沒有著手改變，於是我從原本的班排前五，直線跌落到十幾名，這也間接導致了我沒能在國中會考時考上心儀的學校，在人生留下了一絲遺憾。

如今經歷了這段失去自由的日子，我更珍惜擁有的一切，未來我也計畫復歸校園，讓家人未來能以我為榮。

儉 / 陳○澤

### 記憶書寫

從小我就在高雄長大，因為不喜歡念書，所以就另尋出路，報名了體育班，一路打了五年的手球。國二時因為交了一些背景複雜的朋友，從一開始的學抽菸，到後面的晚回家，到最後索性退出體育班，開始跟著大哥打架……一路打、打、打，直到認識了一個做詐欺的哥哥。

你選擇  
如何介紹自己  
也等同於  
你如何面對回憶

認識他之後，每天就是做車手，遊走在不同縣市，過著心驚膽顫的生活。直到有一天，我被地院傳喚開庭，而被收容，在少觀所的43天裡，我做了無數次筆錄，當時的我才驚覺：原來做這些事情是要付出代價的，當時的我甚至已經做好要被「感化」的心理準備了，但保護官與法官卻給我一次機會。

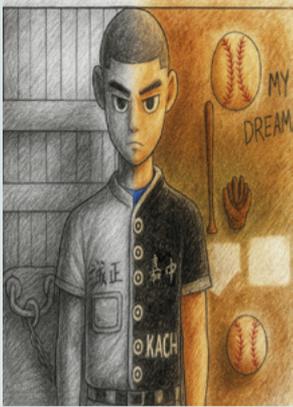
在我出去的六個月後，我仍然又回到公司找大哥，看到大哥桌上堆滿著現金，我心動了，大哥問我：「不是剛出來嗎？又想要再拼一條大條的？是要賣毒品，還是要做詐欺？」當時我選擇了後者，大哥讓我做提手——在華隆提車手取款，但提手要自己找車手，剛開始很順利，直到我被拼了30萬元，當時大哥幫我處理了15萬元，我也因此欠下了人情債，所以即便後面沒有車手，哥哥要求我下去做車手，我也沒辦法拒絕。

「多行不義必自斃」，然後，我被抓了。我永遠記得開庭時我的法官說：「我對你很失望！」在少觀所八個月後，我來到了誠正中學。如今在這裡，我希望有朝一日能夠讓法官對我改觀、重拾信心。

儉 / 張○磊

文、圖／愛 - 蔣○利

我國小開始打棒球就是理光頭，基層棒球大家都是理光頭，到青少棒也一樣！主要強調的是一支球隊的紀律，打棒球是我很熱愛的運動，也是我的專長，理光頭也是我自願理的。再回過頭來看看現在的我，因為犯了錯而失去自由，進來誠正中學執行感化教育，這裡大家也都是理光頭，不一樣的是，我們無法選擇要不要理光頭，但同樣的是我們都理著光頭朝自己的目標邁進。



文、圖／真 - 彭○愷

「光頭」這件事對一開始的我來說——這只是犯錯了，才要剃頭；過陣子就長回來了，沒什麼！進誠正後，我的想法改變了。每剃一次頭髮，就是讓我自己重新改過的一個提醒，也是讓自己能開啟一個新生活的路程。入校至今已剃過許多次了，每一次的剃髮，我的想法和我的個性都在改變，所以，剃光頭也不會是個壞事。



文／良 - 林○賢 | 圖／良 - 楊○睿

我第一次進到少觀所就想著應該不會剃頭髮，隔天頭髮就被剃掉了，結果到了出去頭髮都還沒留回原來髮型，後來我去上學每天都戴著帽子，有一次我上體育課換完運動服，才發現我沒戴帽子，後來其他同學看到就用異樣的眼光看我，後來我就沒有去學校了。



文、圖／望 - 楊○哲

不知道大家看到光頭的想法是否相似？不是剛出來的更生人就是化療中的病人！基本上都是不太好的印象……。我



第一次踏入少觀所也被剪了一顆大光頭，陪伴自己多年的東西一瞬間就消失了，不免有點酸酸的，感覺赤裸裸的。但現在

我已經想好之後的路——加入海軍陸戰隊，保家衛國！也許光頭所代表的意涵也並非都是不好的，只是你自己用什麼樣的心態來面對自己而已。

文／溫 - 楊○呈 | 圖／溫 - 廖○龍

說到光頭，光頭有時候不一定是我們能選擇的，有人可能關出來所以光頭，有的人可能想剪光頭，像我們，光頭對我們來說可能沒什麼，但卻對一些一般人看到我們有刺青又光頭就會對我們產生一點偏見，也有一些不平等的看法，但對我們來說，是一個重新開始，也是學習怎麼面對自己，接受新的自己，光頭沒有不好，心是善良的，不管你是什麼原因光頭，那都不會成為別人口中的壞人。



文／儉 - 柯○翔

古代不少身陷囹圄的賢人都選擇「剃髮明志」以表清白，但時代變遷，現在除了犯人外多數職業都沒了髮禁。國中時曾經因為不能接受髮禁而退出田徑隊，夜深人靜時我常想今天失去自由，日復一日的



重複作息，這樣的墜落人生跟我因為「不剃髮」而放棄田徑這條路有關嗎？因為終究我還是剃了頭髮成了光頭，或許這是我逃不開的宿命。

文、圖／信 - 陳○凱

光頭讓我想起自己第一次進少觀所，入所沒多久主管就要求大家把頭髮全部剃掉，當下的我非常生氣也不能接受，覺得都進來了，為什麼還要接受這種對待！？剃光頭雖不是什麼大事，但對那時的我來說就是沒辦法接受！後來想想，會變成這樣也是自己造成的，如果不觸法就不會進來，也不用剃光頭……。



因為不想再這樣被對待，我警惕自己未來不要再觸法了！而對於不得不光頭的自己，期許能像這幅畫的主角一樣這麼帥氣！

文／勇 - 李○源 | 勇 - 鐘○翊

朋友過幾天就要進去了，決定陪他一起剃光頭。印象中，剃完應該會像一拳超人那樣油油亮亮的；事實是，少許毛髮讓頭皮傷疤更明顯了——好醜！心中有些失落，更後悔的是，朋友的反應不是笑，就是爭相摸頭，以為我也要進去或者要出家了，而那些都是刻板印象，其實是為了「挺朋友」。我希望自己成為一個不被刻板印象影響，也不亂開別人玩笑或斷章取義的人。



文、圖／智 - 林○丞

我的光頭是青春時光最深的印記，我從未想過有一天會失去自由。無法和愛我的家人一起生活，日復一日的作息是一種難受與折磨。在這裡的每一天，我都在努力學習控管衝動的個性，認真思考自己的未來。這顆光頭時時刻刻提醒我三思而後行，同時要有自己的選擇和判斷。光頭的「亮」如同一道光，相信只要自己想清楚，人生必然有轉變。



文、圖／仁班 - 黃○豪

第一下，頭髮就像大雨一樣，一根一根的落下，心情還好，只是有點迷茫。  
第二下，開始思考為何坐在這裡剃頭？  
第三下，回想到了小時候想成為一個有用的人。  
到了最後一下，洗了頭，看了鏡子，才發現自己淪落到連自己都不認識的人。  
剃了這次頭，也許是重生，也許是反省，但對我來說，像是失去了所有。

