

另一种生活：走入监狱——采访杨建利博士

另一种生活：走入监狱——采访杨建利博士

李希（美国）

来源：人与人权网

你有三个博士头衔，伯克利大学的数学博士；哈佛大学的政治经济学博士；现在您又多了一个中国政治犯博士。

李：首先，我祝贺您回到美国，与家人团聚。五年的监狱，您受了许多苦，中国的监狱不是那么容易坐的。但是我想，您作为一个成熟的政治家，对回去后可能被捕、坐牢有精神准备，否则不会回去。常人很难想象，中国专制、黑暗是谁都知道的，您贸然回去不是自投罗网吗？您能说说，您当时为什么要回去？您回去后对被捕、坐牢是怎么想的，比如当时您估计他们可能判您多少年，会遭受怎样的审讯和虐待？

杨：当时，国内劳工运动兴起，特别是东北地区。我觉得国内民间维护自己权益的大势要开始兴起，要回去的感觉非常强烈，觉得非回去不可。那股劲头儿就像 1989 年。

李：我记得您是 1989 年，特意由美国赶回中国参加民主运动，并亲身经历了“六四”，由此改变了您一生的道路。

杨：是的。我的理想是推动中国的民主进步，因此我需要回到中国去，并且也一直在等待时机。2000 年前后，我个人的学业、工作、生活已告一段落，那个时期我也写了一些关于非暴力抗争运动的文章。接着，中国劳工运动兴起，尤其东北地区，我觉得这是大趋势，会引起连锁反应。后来事实证明也正是这样，维权运动在全国展开，越来越多的维权律师也介入其中。因此，在那个时候我应该回去，先回去再说，至于怎么回去，回去后会怎样，都是技术层面的问题，是可以承担和解决的。

具体点说，我当时回去有三个目的，这三个目的都是很清晰明确的：

1、我回国入境是非法行为，没护照吗。1989 年后，中国大使馆就拒绝给我的护照延期。我此次回去，就是要以非法形式凸现公民抗命运动。你不让我回去没道理，

我就是要以非法的形式抵抗你。公民以“违法”抵制恶法，同时愿意接受法律的制裁,这就是甘地的“公民不服从运动”。

2、我很关心劳工运动，和各地劳工有许多联系，也和他们讨论一些问题。我有几篇非暴力抗争的文章就是应他们的要求，特别为他们写的。对于中国劳工运动，我需要做一个考察，亲身了解、参与，和劳工们实际结合到一起。

3、通过我个人的行为，鼓励更多的人回去，从事民主运动。海外有许多异议者，被阻止回国；而他们只有回到中国才能更好地发挥作用。我们需要打破中共的封锁，回到自己的国家，从事民主运动。

李：您冒险回国实际是非常理性的，可以说是深思熟虑。

杨：我回去的计划设计得非常周密，由入境到出境，对许多情况都作了设想。比如，用假护照在北京入境，就是反复考虑过的。北京是警备最严密的地方，我揣摩了边检的心理,我把护照一亮，大摆大摇地进去,他们不可能察觉。再比如，我由云南西双版纳出境，如何进入缅甸,谁在那边接应，再如何进入泰国，在那边住哪儿，也作了周密的安排。

我当时判断是：我回去被捕的可能性很小，就是被抓，最多也就是关上两、三年，或者一、二年。我希望自己顺利地进去，顺利地回来，我对此很乐观。实际证明，我的判断、决定和计划是对的，也是成功的。我在大陆，由进境到被抓前，都很顺利，他们一点都没察觉。再如，我被关时期当局有四次要放我，其中一次我连出去的衣服都穿好了，但突然又不行了,这说明他们本来有放我的打算，但发生了意外。

李：那您是怎么被捕的呢？

杨：我被捕是偶然的，是由于一个小差错，如果没有这个小差错，我会非常成功。审问中，他们曾对我说：“我们险些让你成功了。”

我被捕是由于用了一张假身份证，为了住店、旅行方便。对这张身份证，我千叮万嘱咐一定不能出问题，他们说没事。在内地，我用这张身份证很顺利，确实没问题。但出境的时候出了麻烦。因为云南贩毒很是猖獗，所以边检特别严格，警察训练有素。我是在西双版纳出境，在那边检查出这是假身份证，于是我被扣留了。

李：这么说您是被当作贩毒嫌疑犯被抓的了？

杨：是这样。开始，我抵赖说不知道这是假身份证，只是为了方便让人办了一张，并声言我是由美国回来教英文。他们看了我的美国护照，入境手续也合法，因此就相信了，对我还挺好，准备让我交点罚金，就放我走。可是，他们在我的笔记本中发现了采访劳工运动的笔记，有近 100 人的采访记录，于是他们起了疑心，报到了省厅，省厅又报到公安部。公安部一查，什么就都清楚了。

对于被捕，我并不是很紧张，因为有准备。回来时，不仅对坐牢有准备，对发生一些意外也有考虑，比如工人运动起来了，政府镇压，在现场如何防备暴力伤害等等。

李：您入狱后，您的家人，特别是您的父母、妻子、儿子受了许多苦，他们承受的不下于您。政治家和一般人有点不一样，就是他们有特殊的承受力。在中国做一个异议者，大概需要有坐牢的准备；但是自己受苦和让家人受苦不同。一般地说，中国的异议者对自己坐牢还能承担，但是牵累家人这一关则很难过，这是他们的软肋，是他们最痛苦的事。您能就此谈谈您的经历和感受吗？以及您如何对待？

杨：这是个痛苦的问题，也是所有良心犯的感情困境，这是个两难，并且无解。作为良心犯，抗争是我们个人的选择；我选择，那么当然我就要承担后果。面对专制权力，一个不同政见者必然会遭受迫害，这是谁都清楚的。但是个人坐牢和牵累家人是两回事。对于一个成熟的政见者，他可以去坐牢，因为这是他个人的选择。但是良心犯的家属却不一定愿意介入政治，而他们却被牵连，担惊受怕，受苦受难，没有了正常的生活。

出狱后，我见了不少坐过牢的同仁，他们都有这个困境，他们最深的痛苦不在自己，而是给家人带来的牵累，父母、妻子、子女等等，他们内心深处为之愧疚。他们的家人不仅直接遭受警方骚扰迫害、失去亲人的痛苦、及生活和经济上的难处，而且还受社会歧视、抬不起头，实在很不幸。我还见到一些同仁，他们很英勇，随时准备去坐牢，他们不担心自己，但是他们为家人忧虑，不知道自己一旦入狱，家人将怎么办。

这个困境没法解决，或者放弃事业，或者让家人受苦。就我的体会，既然不能解决，那我们就尽可能地将困境缩小一点。1、我们平时要多给家人做些解释，让他们理解我们的事业，争取得到他们的支持和认同。当然，这是很难的，就是真理解了，一旦出事也解决不了实际的问题。但是说总比不说好，起码他们精神上不会意外，也会平静和坚强一点。2、再，我们做事情要尽可能地谨慎，设计得要尽可能地周密，缩小代价。同时，同仁、社会要有营救准备，一旦谁入了狱，能马上传出消息，有律师辩护，得到社会乃至国际上的呼吁。外界的营救很重要，我这次回来就想建立一个对国内入良心犯的营救系统。不论谁入了狱，都有人呼吁帮助。3、尽量减少对监狱的恐怖。过分渲染监狱的恐怖，效果不是很好。一般来说，家属最担心的是亲人在监狱受苦，如果他们觉得你在监狱中的处境好一点，不是那么可怕，那么他们的心境也就好一点。

李：你入狱后，我常常看到你的妻子傅湘的消息，她的抗议、呼吁等等，这些年她一直为你的事奔忙。她真不容易！

杨：当然。我走的时候，她帮我收拾了行李。当时她并不情愿我回国，但又认为我做得对。她对我做的事基本还是支持的。她受过教育，很坚强，也很能干。她是加利福尼亚大学的数学博士，在哈佛医学院任职。我入狱后，家里的经济负担就落在了她一个人的头上，她要工作，有自己的事业，还要抚养家庭，教育孩子，特别是孩子正在成长期，有时不听母亲的话，父亲又不在，她是又难又急。并且她还要营救我，我入狱后，这成了她生活的中心，她要跑国会、求见议员，联络各种 NGO，不停地写信，请媒体呼吁，还要抗议中国政府，甚至和全家到大使馆前绝食。

这些年，她着实受了不少苦。一个政治犯的妻子还不同于单亲母亲，她承受的要得多得多。她一直挺着，而我一出狱，她的精神突然就垮了，觉得太累了，厌倦了……

李：这是因为，这些年她的压力太大了，精神甬得紧紧的，盼着、等着，你终于出狱了，她的心理一放松，突然就不行了。

杨：就是。这些年她是靠意志在坚持，她承担得太多了，超出了一个正常女人的担当。出狱后，我在中国“自由”了四个月，有段时间，我们天天通电话，谈得非常多。

李：我希望有机会能采访一下傅湘，让人们对中国政治犯的妻子能有更多的了解。人们有理解才有同情和支持。我知道，你们杨家是个大家庭。除了你的小家庭之外，你的大家庭也为你入狱受了很多苦。比如，您的父亲在您入狱后，就由美国赶回中国，要去救您，而最终死在中国，死前他也没能见到你。

杨：我父亲是个生命力很顽强，很乐观的人。他在 80 岁还在盖房子，在 90 岁还在美国为我修房子，你可以想见他是怎样的人，他一向精神很好。我入狱对他打击很大，他当时已经近 90 岁了，一定要回中国去救我。他也曾在中国做过官，以为他走走关系就能把我弄出来。这哪儿可能啊！

李：您父亲 2005 年底过世，他的死是否和你被捕有关系？

杨：没直接的关系，但是有间接的关系。我入狱让他很着急很伤心，这损伤了他的身体，他回中国也是为了我，否则他可能还会多活几年。他死时 95 岁了，死于中风，走得很平静。他中风后去世前，非常想见我，但是当局没有批准。我的事对我的母亲打击更大些。她是一般的家庭妇女，虽没什么文化，但对很多事情敏感，看法很多，相当部分是对的。我入狱后，她的身体每日愈下，睡不着觉，心脏病、肾病都加重了，提到我，她常常就哭哭啼啼。她也参加了对我的营救，包括在中国大使馆前的绝食抗议。我出狱，她很高兴，精神也好多了，我返回美国后，她还参加了美国国会为我举行的记者会。她说，她为儿子感到光荣。这让我很宽慰。

李：我在网上看到了报道，也看到了老人家和议员握手的照片，她是很慈爱的母亲。

杨：我需要好好照顾她。我曾有许多计划，但是有的不能做，原因之一是考虑到家庭。家庭的确是政治犯的一个很大的问题。为我，连我大陆的哥哥姐姐们都卷入了进来，为营救我，他们全力以赴。特别是我大姐，她对我有特别的感情，我在狱中，她无时不惦念，就怕我在里面挨打受苦，几年下来，她的精神几乎崩溃。

李：我记得胡平曾经写过一篇文章，说希望坐过牢的人把自己的经历写一写，这对以后再坐牢的人会很有帮助。随着中国民主运动的发展，以后坐牢的人会越来越多，因为参加的人会越来越多。这是您第一次坐牢，我想问一下在您刚刚被捕的时候，有没有恐惧感？您是如何对付它的，您当时怎么想？怎样克服心理恐惧？

杨：胡平说的很重要。坐牢也需要经验，如果事先能得到经验，那么我们坐牢就会少失误，也少受些苦。我入狱后就感到，回国前应该找坐过牢的人取取经。我对坐牢有准备，也有不少防范和设想，但临到实际还是缺少经验。

我在云南边境被捕时，开始没什么恐惧，就是挺沮丧，马上就离境了，功亏一篑。我回国是为了鼓励更多的人回去，但我一被抓，大家倒不敢回去了。再，我还有点好奇，你们抓了我，看你们下一步怎么办？我由边境被带到昆明，在云南公安厅，他们对我很客气，没戴手铐。由昆明，他们押我上飞机到北京。一下飞机，四辆黑色轿车等在那儿，当下就给我戴了手铐，然后蒙上眼，押上车。这时我感到了恐怖，因为我不知道要把我带到哪儿，他们要对我怎么样。

车开了好久。之后，我被关到一个九平米的牢房，有两个犯人陪我，因为他们担心我自杀。这段时间，我比较恐惧，不知道会不会从此与外界失去联系。最可怕的，就是与世隔绝，完全在秘密状态，那样他们就可以对你任意所为。

李：您这话让我想到，为什么要有言论、新闻自由。你这段恐惧的心理持续了多长时间？

杨：有一段时间，不是很长。后来一个犯人悄悄告诉我，这是秦城监狱。恐惧消失后，随之而来的是焦灼。家里怎样？孩子怎样？他们将关我多久？长期关押，我的精神会不会出现问题？会不会丧失思考、语言能力？

李：秦城是关大政治犯的地方。中国当代许多大政治犯都曾押在那里。您的案子是当时中国的大政治案了……。

杨：算是大案吧。后来，我见到了律师……

李：您的律师是莫少平吗？他挺有勇气，专为政治犯辩护。在中国，政治案中律师有用吗？

杨：是莫少平，他是很好的律师，我很感谢他。在中国的制度中，我们这样的案子，就审判的结果律师起不了什么作用，司法不独立嘛。但是律师还是很重要，他可以使狱中政治犯和外界保持沟通，将你的处境、要求传达给外界，同时也将外界的消息——有关你案子的公共舆论、呼吁告诉你。政治犯在监狱中，最可怕的是失去外界联络，与世隔绝。再有，律师代表法律，是对不公正审判的监督，律师体现法律程序，他会给法官、检察官带来压力，更重要的是律师会给历史留下见证。因此，在政治案中律师还是重要的，政治犯需要和律师配合好。

李：还有，律师对政治犯的心理也会有所支持。

杨：是的。见到律师，我就踏实了，觉得与外界有了联系，不再孤立，而且无论怎样，他们还要走一个法律程序。于是，我就开始规划我监狱中的生活，想办法以得补失，比如如何读书、锻炼、写作等等。监狱中是时间充分，物质贫乏。因此，坐牢的人常常有无数的计划。

李：你是顽强、乐观的人，继承了你父亲的基因。再，我知道您是基督徒。您的信仰对你克服恐怖有帮助吗？

杨：有帮助，并且很重要。向上帝祷告后，内心就会平静，就会有信心。我的祷告是这样的：“上帝，你知道这一切。这一切都是你的安排。这里有你的美意。你指引我，为我开路……”。人是有限的，也很软弱。我们不能只从人的角度看待所发生的事情，许多事情，从人是看不清楚的。比如，坐牢是对我的惩罚，从人的角度看会觉得很沮丧，但是如果用神的眼光看，这是上帝对我的磨练，有他的美意和安排。这样想，坐牢就不是忍受不了的了，而是上帝给你安排的命运。因此，我们需要依靠神，借助神的眼光和力量。如果我们把自己交给上帝，那我们自己就再没有什么可恐惧和忧虑的了。

李：人在某种环境中，他的心态是很重要的，它决定你怎么对待所处的人和事，同时这也决定别人怎样对待你，还决定你生活的状况。你觉得，一个政治犯应该以什

么心态坐牢呢？

杨：这个问题很重要。我觉得要用平常心，保持你人格的一致，不卑不亢。前几个星期，《北京之春》杂志为我在纽约举办了一个欢迎大会。会上，胡平讲话说“欢迎英雄杨建利归来”，当时我恨不得把头藏起来，想胡平是有智慧的人，怎么说我是英雄呢？我哪里是什么英雄，人都是很软弱的。我确实觉得我不是英雄，只是个常人。

在监狱中，不要陷于英雄情结，千万别模仿电影、小说的英雄人物，那是很害人的。不要扮演什么，你就你，一个普通的人，有你的血肉情感，也有你的信念。你要放平自己的心态，要这样想，我这几年是来监狱过日子的，一天天地过。你要尽量安排好自己的生活，要把小日子要过得好好的，要有所收益。如果你总是想自己是英雄，就会每天陷于紧张状态，那样人是受不了的，时间长了精神会扭曲，甚至崩溃。

李：我听坐过牢的人讲，犯人进了监狱倒踏实了，难挨的是看守所和审讯。审讯是办案件中重要的一环，犯人应对得好坏，有时会决定自己的命运。就你的经验，在审讯中，政治犯应该如何应对，比如什么该说，什么不该说？什么时候应该保持沉默？如何保持？在审讯中，有什么应该注意的和避免的？

杨：我在秦城关了八个月，之后转到看守所。我经历了一百多次审讯，有些经验，也有些教训。

首先，要消除对审讯的恐惧。一般地说，中国目前的审讯中，他们对政治犯不大敢施用刑罚。政治犯不同于刑事犯，他们大多有法律知识，并且也有外界关注。但是，如果警方在审问中施刑虐待，那就要抓住不放，不要怕他们，要坚持抗议、上告，这只有好处。

再，在审讯中要保持沉默。法律规定，人有沉默权。什么都不说，零口供，只管让他们照掌握的证据去判。共产党的政策向来是坦白从严，招供只有坏处而无好处。再，要尽量少说话，言多语失，你说话越多疏漏越多，他们会将你的无意中的疏漏当作犯罪的证据。还有，如果你什么都不说，会缩短案子审理的时间，否则就会延长。他们会抓住你说的话，去研究调查，于是案子的审理就会被拖延。而对于政治

犯，案子审理和在看守所的时间越短越好。

我的教训之一就是和审讯人员聊天太多了。审讯人员问不出口供，就会和你闲聊，他们什么都聊。其实，你没必要和他们聊天，徐文立也说审讯中他闲聊太多了。再，他们收集到一摞我写的文章，要我签字。我认为是我写的，因此就签了，实际不应该签。我承认文章是我写的，那么他们就反复研究这些文章，找出其中的问题，去核实调查，这样就拖延了案子的审理时间，而且他们用这些为你定罪。

审讯中，还有几个问题要注意。在审讯中，他们会有意摧毁你的心理，而且会做得很巧妙。比如，他们会说“你这辈子就呆在这里了。”“你至少判十年。想想，十年后你还能干什么？是搞政治啊，还是研究经济？那时，什么都轮不到你了。”再，他们会利用你的亲情心，打击你。比如，他们会说，现在你的父母、孩子有些麻烦，他们的情况我们不便告诉你。还有，他们以种种方式摧毁你的政治信念。比如，他们会说，你以为你如何啊？看看你们那些搞民运的人，你入了狱，他们幸灾乐祸，他们把那些骂我的文章，印出来给我看。当然，他们还会以种种手段，对你进行诱供。在审讯中，对这些都要加以警惕。

李：政治犯在狱中，每天和警察、监狱看守或干部打交道，而他们通常对犯人很恶劣，常常进行虐待。您谈谈政治犯如何与他们相处？如何对待监狱中的酷刑和虐待？

杨：首先，要清楚我们反对的是中国的专制制度，我们需要将专制制度和其中的一般工作人员相区别。公安也好，审讯员也好，监狱的看守和干部也好，要理解他们。他们也是人，他们有他们的困境。他们做的，未必就是他们想做的。一般地说，他们不一定非和你个人过不去，他们吃这碗饭，得交差。要理解这点，因此不要和他们个人较劲儿。对他们不卑不亢，不怕他们，但也要避免不必要的冲突，你有你的一定之规就是了。如果和他们个人较劲儿，就容易结私怨，那就会给自己增加许多麻烦，你在监狱的日子就会更难过。

当然，你有底线有原则，这不能退让。比如，他们施刑虐待，那就要强硬，要抓住不放，上告到底。警察、看守也不都恶劣，也有的挺善良。我接触过一个看守，就很有同情心，善待犯人，特别是对法轮功，因此他很受大家尊重。当然，也有很坏的警察、看守，他们随便侮辱、虐待犯人，对他们不能软弱，要抗争。比如，二监有个很坏的警察，总是虐待犯人，我就联合狱友共同对付他，最后迫使他收敛。

监狱毕竟是特殊的地方，中国监狱更不说，侵犯人权的事情比比皆是，一天二十四小时不断。对于监狱中的虐待、侵犯人权，我们不能事事都管，没这可能，否则我们每天就都处于战争状态。但这并不是说我们要对监狱中的非法虐待无动于衷，民主就是要维护人权，我们走到哪，就要把人权的工作做到哪。但是，我们要看得准，要抓住大事要事，而且它是你能做的，占理，能有成效。比如，我在看守所期间，犯人们每天要“坐板”，上午两小时，下午两小时……

李：什么是“坐板”？

杨：就是让犯人直身坐在凳子上，面对墙，不许转头，更不许说话，一动不动。如果动一动就要惩罚你，而且有的看守就此找麻烦，收拾犯人。我清楚这是体罚，决定抵制。一天，我找到副所长，对他说“明天我不再坐板了，你们爱怎么办就怎么办。”他问：“为什么？”我说：“联合国‘反酷刑’协议规定，让犯人保持一个姿势45分钟不变，就是体罚。中国是联合国‘反酷刑’签署国。‘坐板’是体罚，你们虐待犯人，违反法律。”他很吃惊，说“我们商量商量。”之后，看守所就取消了“坐板”，把它改为学习。对于监狱重大侵犯人权事例，你要抓住一、两件，迫使他们解决。

李：在监狱中，软弱了不行，但事事硬抗也不行。在监狱中，这是实际斗争，不仅是道义问题，需要有理有利有节，要讲究效果和可能。

杨：中国监狱很黑暗，我们不可能完全改变，能做的很有限，但我们能做一点是一点。

李：你在监狱中，遭受到没有刑罚和虐待？政治犯遭到刑罚和虐待，应该怎样办？

杨：我在监狱中遭过打，也蹲过小号。我由秦城监狱转到看守所，刚到那里，下面的警察不知道我的案子。监狱规定不能冲冷水澡，但他们宣布狱规的时候，由于广播喇叭坏了，我没有听到。所以，到看守所第二天，我冲了冷水澡。警察很生气，让我坐在椅子上反省。我坐在那就开始祷告。看守见我嘴里嘟嘟囔囔，认为我是不服，就喝斥让我住嘴，但我继续祷告，并严正告诉他们：“我有信仰的自由，有祷告的权利”。到了晚上，来了四个警察，他们说你们刚来就抗上，非收拾你不可，他

们要给我来个下马威。他们将我带到审问间，扭住我的胳膊，把我按倒地上，施加警棍。事后，我郑重地告诉当局，这是施刑，是违法的，我要告你们。我记下了几个警察的警号，将事情告诉了律师，并表示要起诉，也要律师和我的家人对外公布我在监狱遭受虐待。开始，我的家人还不想将此事公开，担心他们报复，我在里面会受更大的苦。但我坚持，一定要公开。看守所见我非常强硬，怕把事情闹大，就一再向我道歉，表示以后不会再发生此类事情。以后，在那里也的确再没发生类似的事。

政治犯在监狱遭到刑罚和虐待，就要坚持上告，一告到底，并且要对外公布。在此，政治犯本人和家属都不能软弱。

李：您说的对外公布，就是媒体报道。外界呼吁对政治犯很重要，要有公共。乃至国际的舆论监督和压力，才能改善政治犯的处境，否则对政治犯的迫害就会成为黑箱作业，想怎样就怎样。但是，许多政治犯的家人、亲友不愿把消息公布出来，特别是向海外，他们担心遭到报复，加重罪名，当事人会在狱中受更多的苦。您对这个怎么看？

杨：我的家人也曾有这样想法，很自然。但这是错误的，要改变这种想法。而且狱方也常常吓唬政治犯的家人说：“事情闹大了就会加重犯人的罪过，他在监狱中的处境会更糟糕”等等。他们是说反话。他们担心虐待的消息捅出去，舆论会谴责，上级也可能会处罚他们，所以他们会阻止政治犯的家属与外界联系，发出声音。因此，家属不能软弱，一旦发生刑罚和虐待，一是找律师上告，不依不饶；再是要公开，消息传播得越广越好，有海外报道比没海外报道要好。只要有舆论就有压力，有压力就有效果。即使是一般刑事犯家属在外面“闹”，也会有压力有效果。对于监狱中的刑罚和虐待，一定要抗争，抓住他们违法，一争到底。

监狱的警察、看守、干部常常虐待犯人，但是他们对政治犯还是有所顾忌。他们也有软肋，监狱作为执法单位，如果他们搞刑罚虐待，受害者紧抓不放，上告上访，诉诸海内外，那么迫于舆论压力，上级单位就很可能追究，他们会将肇事者当为替罪羊，或处罚或降职，甚至法办，以平息舆论。我们要抓住他们的这个弱点，充分利用舆论，形成压力，让他们不敢对政治犯轻易下手。

李：中国的政治犯和刑事犯关在一起，狱方也常常有意让刑事犯监视政治犯。您认为政治犯在监狱中，应该如何与刑事犯相处？

杨：一般地说刑事犯比较同情政治犯，也尊重他们。刑事犯虽然犯了罪，但是他们大多受到不公正的待遇，有的就是因为在社会受到不公正待遇而走上犯罪的道路。他们是中国司法制度的受害者，多是被重判。政治犯反对中国现制度，刑事犯同情政治犯是自然的。而且，对于有文化的人，刑事犯也比较尊重。

首先，你不要歧视他们，别把他们视为罪犯，要尊重他们的人格，不居傲、不不清高，与他们平等相待。这样你就很容易和他们相处。大多刑事犯没受过什么教育，身上有许多毛病，比如粗俗、野蛮，对这些你要宽容，别嫌弃。再，监狱中物质贫乏，在食品、日用品上多和他们一起享用，他们会觉得你是自己人。还有，你自己需要品行端正，刑事犯有不少恶习，但并不是不懂好坏，如果我们做得好，他们会尊重。我们对他们要有同情心，为他们做点事，在他们遇到困难的时候能帮助他们。比如帮助他们联系看病；受了看守欺负，为他们说句话。那次由于我的抗争，看守所取消了“坐板”，自此那里的犯人们对我就很尊重。

李：我听说，你在监狱为犯人们作了许多事情，比如教授数学、逻辑、英语、为犯人解决纠纷，很受犯人和监狱管理人员的欢迎。

杨：我先是给犯人开逻辑课，自己编的教材。因为我看到他们讲不清楚自己的案子，不能为自己辩护。以后，我根据犯人们的不同兴趣、文化程度，开了英语、经济学，数学、书法等课程。我还带了一个篮球队，教他们打篮球。

刑事犯大多没什么文化，加上受社会歧视，他们常常变得内心扭曲，比如在一起比赛犯罪，如何盗窃、行凶，以此为荣。他们被排斥在正常生活之外，因此也就发展人性中不好的东西，如果有另一种环境，他们就会看到人还可以有另一种生活，发扬人性中善良、好的一面。我给犯人们开课，是希望通过教育他们改变自己的生活。有一阵子，妻子来信说儿子不听话，教育不好。为此我很着急，也很难过。于是一位狱友就劝我：“别着急，你会把儿子教育好的。你看，你把我们这些成年人都改变了，何况是孩子。”这是几年监狱中，最让我感动的一句话。也有的狱友说：“你看着吧，看我们出狱后会怎样做。”

李：人性都是善恶两面，关键是如何鼓励人性中好的东西，并给以环境和条件。最

后一个问题，我想请您谈谈：监狱很是摧残人的身体和精神。在监狱中，政治犯如何保护自己，保护自己的健康，也保护好自己的心理？您有什么经验？

杨：前面已经提到，首先要放平心态，跳出英雄、烈士情结。要想到这是一种生活，既来之则安之，你要安排好它，尽量让它正常，丰富、有意义，保持乐观的心态。我在监狱学会了吉它，边弹边唱，我还写了一百几十首诗，读了不少书，想了不少事。我是基督徒，坚持读《圣经》，每天早晚两次祷告，甚至还传教。

李：宗教信仰，对保护人的精神、心理健康很重要。

杨：太重要了，这是我能保持健康和乐观的原因。政治犯入狱是为了出来继续做事的，因此一定要保护好自己的身心健康。在监狱，一是要有乐观的心态，精神好，身体才会好；二是尽量保证营养，监狱的伙食比较差，但是犯人可以买些食品。注意，买食品要买营养价值高的。比如，有的犯人总是买方便面，但方便面对身体不好，而我就用买方便面的钱买奶粉。三是要坚持锻炼，每天要有些运动，因地制宜，比如做俯卧撑、仰卧起坐。四是有病一定要去看，坚持要求治疗。监狱是草菅人命的地方，有病你不坚持要求治疗，他们是不会管的。

李：杨先生，非常感谢您！感谢您接受我们的采访，您的这些经验对以后再坐牢的中国不同政见者将很有帮助。人们都说你有三个博士头衔，一个是伯克利大学的数学博士；一个是哈佛大学的政治经济学博士；现在您又多了一个就是中国监狱的政治犯博士。能同时有这三个博士头衔的人不是很多，这是您独有的经历和荣誉。的确，神有他的美意，你将在中国民主运动中起到更重要的作用。我祝贺您！

杨：谢谢你！

2007年10月初 于纽约