

迷途新生

当我埋下一颗“毒种子”……

因为好奇我跨过了那条底线

时间定格在2010年5月1日，我永远都不会忘记这一天，因为就是这一天，我吸上了人生中的第一口冰毒，种下了我人生中的恶果，改变了我的人生，使自己跌入万劫不复的深渊。

那时候我在一家外资企业上班，闲暇时喜欢和朋友一起喝酒、打打牌。一天，我的同事约我去他家打牌。打牌的时候，他和另两个朋友拿出一个瓶子和塑料管，然后又拿了一些像冰糖一样的晶体状东西，当着我的面开始吸食起来。后来我才知道，那个瓶子和塑料管是他们自制的“冰壶”，那些冰糖一样的东西就是冰毒。当时，看着他们很享受的样子，我有些好奇。朋友告诉我，“这是好东西，你有权也不一定买得到。”

一开始我还有点警惕心，问朋友这是不是毒品？朋友却告诉我，这个东西和别的毒品不一样，不会上瘾，吸食之后能振奋精神。朋友的劝说加上自己的好奇心，我便吸上了第一口冰毒。从此，我的人生开始了翻天覆地的变化。

毒品会彻底改变一个人的性格，改变一个人的意志，改变一个人的一生。为什么会走上吸毒这条道路，与其说是交友不慎，不如说是自己是非不分，在明知不对的情况下，依然明知故犯。这其实跟我平时自由散漫，认为做任何事情都无所谓有很大关系，再加上自己经不起新鲜事物的诱惑，俗话说：好奇害死猫。最终导致了我走上了吸毒这条不归路。

世上有很多东西是不能碰触的，一旦跨过那条道德和法律的底线，等待自己的终将是毁灭。

我和家庭都因毒品而改变

在我染上毒瘾之前，我算得上是一个比较开朗的人，对人、对事都有较好的处理能力。在父母眼中，我是一个孝顺的儿子，在妻子眼里，我是一个优秀的丈夫，在女儿心里，我是一个负责任的父亲。但这一切都随着我染上毒品而彻底改变了。

毒品使我变得麻木、脾气暴躁、自私自利，让我一次次迷失人性。在染上毒瘾之前，我有份比较稳定的工作，每个月都能固定给家里带来收入，但当我染上毒品之后，一切都随之改变，无论是精神上还是经济上，对家人都带来了不可磨灭的伤害。父母每天为我担惊受怕，妻子每日为我提心吊胆。而我

□讲述者：社区戒毒康复人员 小飞
整理：上海市崇明区新村乡禁毒社工 王俊

人生百味，酸甜苦辣。人生的路有很多条，而每个人都应该学会走自己的路，不但要会走路，而且要懂得如何选择走正确的路。俗话说：种瓜得瓜种豆得豆。小飞就用他自己的故事阐述了这个道理。

当小飞埋下吸毒这个恶种，最后结出的“果”毁了自己，祸及家庭……



整日却浑浑噩噩，浑然不知。每个月的收入都不够我购买毒品的开支，不但自己的工资不够用，还到处借钱，甚至于借高利贷。

为了能筹到毒资，我不惜找一切借口要钱，甚至变卖家里值钱的东西。全家人都被我搞得苦不堪言。每次毒瘾发作，父母对我苦口婆心，妻子对我好言相劝，都根本不能回我对毒品的留恋。以至于父母都要和我脱离关系，妻子起了和我离婚的念头，女儿也与我形同陌路。那时候我差不多已经被家庭所抛弃，和社会也已经脱离，成了一只人人喊打的过街老鼠。

被强制隔离戒毒曾想一了百了

2016年1月1日，是我一生之中最难忘的日子。我由于吸毒被公安机关强制隔离戒毒。当我踏进戒毒所的那刻起，内心就不由开始恐惧、彷徨、不安，并且迷茫。我不知道该如何面对这样的生活。我从未有过这样的经历，所有的日常生活都被带上“强制”

二字，规定的时间起床，规定的时间吃饭，规定的时间劳动，规定的时间睡觉……一切都不能随心所欲。

人生最大的悲伤莫过于失去亲人，人生最大的痛苦莫过于失去自由。一开始的那段日子里，我真的无法适应，整天自暴自弃，甚至于想一死了之。后来经过戒毒所管教民警的耐心疏导、细心沟通，我的心情才慢慢地平静下来，放下思想的包袱，逐渐适应了戒毒所的日常生活，并开始正确地面对毒品。

戒毒所每隔一段时间就给我们进行禁毒教育，通过这一系列的言传身教，我开始看清毒品带来的伤害，也了解到吸毒是违法行为。以前由于无知，我以为吸自己用钱买的毒品，伤害我自己的身体，和别人没有关系。现在才知道，吸毒是扰乱社会稳定、危害社会健康的不良行为，是要受到法律严惩的。

戒毒所的专业心理指导老师也帮我们重新树立正确的人生观、价值观、世界观，让我们真正发自内心地远离毒品。知耻而后勇，只有当自己真切明白所犯的错误时，才会用

心去领悟，用心去反省。同时，在戒毒所中，我也掌握了一些劳动技能，学习到了很多生活的技巧，这为我以后回归社会，立足社会打下良好的基础。

事物都有两面性，两年的强制隔离戒毒生活固然是痛苦的，与亲人分离、脱离社会、失去自由，都是人生中永远无法抹去的伤痛。但从另一方面来讲，我通过这两年的时光，改掉了自己的不良习惯，树立了正确的人生价值，领悟到了人生的真谛，这未尝不是一件幸事。

想把对父亲的遗憾补偿给母亲

2017年12月31日，是我解除强制隔离戒毒的解教日。刚从戒毒所出来的时候，我有点迷茫、无助和忐忑，担心家人不接纳，害怕不能融入社会。但当我看到全家人都来接我的那一瞬间，我心中不安的悸动便平静下来。亲人没有抛弃我，我从家人殷切的目光中，感受到了家庭的温暖、亲人的关爱。他们用一颗包容的心，重新接纳了我，希望我能改过自新，重新做人。那一刻起，我内心深处立下誓言：我一定要戒毒，与过去的我一刀两断，堂堂正正做人，脚踏实地走路。不再辜负家人的期望，要善待家人。

在我解教不到一个月的时间，父亲因病去世了，这是我一直无法释怀的一件事。我没能能在老人患病期间尽孝，没有做到一个儿子应尽的义务，我非常后悔。但我想，我还有母亲，我要把对父亲的愧疚全身心地投入到母亲的身上，让她在有生之年不再痛苦，不再为我担惊受怕，不带一点点遗憾。要让我父亲的在天之灵能感受到我的悔改之心。

做人要感恩，要知恩图报。这些年来，我的妻子也默默地为我付出很多，一直给我鼓励，给我生活的信心，始终对我不离不弃，让我重拾了生活的勇气。我很感谢她，更不能让她失望。

决心和信心始终还是要建立在戒断毒瘾的基础上。所以，我回归社会后，一直参加社区戒毒康复教育。在社区及社工的帮助下，定期参加社区戒毒计划，并且时常与帮教社工老师沟通，实时交流自己的动态和变化，时刻勉励自己，督促自己，告诫自己。

戒治路，尚漫长；树信心，存远志。虽然戒毒的道路是一条不寻常之路，但我想只要我坚定信念，从主观思想上认识到毒品的危害性，并且从内心深处抵制毒品，加上社会及家人的帮助，一定能戒毒康复。我也希望通过我的经历让大家看到毒品的危害，为了自己也为了家人，坚决远离毒品。

禁毒动态

禁毒科普教育馆：

聆听外滩建筑背后的禁毒史



□记者 徐荔 通讯员 吉卉

本报讯 位于黄浦江畔的外滩是上海重要的地标，这里矗立着风格迥异的各式建筑，它们见证了上海禁毒的历史风云。

日前，上海市禁毒科普教育馆通过《聆听外滩建筑背后的禁毒史》直播活动，向网友介绍上海本土的禁毒历史，也通过历史中的一个小故事，警醒大家毒品其实很近，毒品对人类造成的伤害无可挽回，提示大家要珍惜生命，坚定不移地抵制毒品侵害。

嘉定马陆镇：

禁毒科普教育馆开馆

□记者 徐荔 通讯员 胡海萍

本报讯 日前，嘉定新城（马陆镇）举办了“2020年嘉定新城（马陆镇）禁毒科普教育馆揭牌仪式”活动，同时嘉定区2020年“禁毒我来说”项目也一并启动。

据介绍，新挂牌的禁毒科普教育馆以日常生活场景为主线，设立了“KTV”“药店”“物流快递站”等7大展厅，运用互联网、人工智能等技术手段，提供实践性、互动性的教育内容以及现代化、新颖的体验环境，不断更新宣传形式和内容，切实提升禁毒科普教育馆的吸引力和时效性，固化禁毒宣传预防教育成效，为市民提供“沉浸式”的禁毒知识学习体验。

当天，“禁毒我来说”项目也同时启动。项目负责人介绍，该项目的总体目标旨在培养一支“禁毒解说员”志愿服务团队，届时将结合项目中的组员招募、同伴辅导员培训、专题活动等板块开展一系列的活动。此外，还计划通过志愿服务团队开展“禁毒知识讲解”“同伴现身说法”“禁毒游戏连连看”等形式进行禁毒宣传。

闵行七宝镇：

禁毒宣传送到家门口

□记者 徐荔 通讯员 许强

本报讯 6月30日，闵行区七宝镇禁毒办以镇“社区大调研”活动为契机，协调所有综治办工作人员和禁毒社工，走进部分居民区开展“禁毒入户宣传”活动。

活动中，工作人员礼貌地向居民表达来意，认真收集居民意见，并向每户居民发放了禁毒手册。工作人员以手册上的涉案案例为切入点，着重讲解毒品的种类、危害及防毒技巧，并号召大家对家人，尤其是青少年开展禁毒宣传，为了家庭幸福，远离毒品。居民们纷纷表示不会接触毒品，并在家庭中做好防毒宣传，让全家人远离毒品危害。

活动共入户宣传550余户，发放禁毒宣传资料1000余份，在如实记录居民建议和意见的同时，也增强了居民的识毒、防毒意识和能力。镇禁毒办还向全镇各居村委发放了禁毒宣传材料，各居村委也按禁毒办要求，纷纷开展了禁毒入户宣传，进一步提高了禁毒知识知晓率。

浦东新区拘留所：

发挥禁毒教育阵地作用

□记者 徐荔 通讯员 欧尧

本报讯 为营造所内禁毒氛围，倡导“健康生活、绿色无毒”禁毒理念，在今年国际禁毒宣传月期间，浦东新区拘留所发挥禁毒教育阵地作用，利用所内扬帆电视台对被拘留人员开展国际禁毒日教育活动，被拘留人员通过收看禁毒教育片，了解毒品的危害性，提高识毒、防毒、拒毒的意识。在管教民警的感和帮助下，被拘留人员在禁毒承诺书上签名，以实际行动抵制毒品。



被拘留人员签署禁毒承诺书