

□ 张燕

那是一个被阳光轻柔拥抱的午后，我携着一株含苞的风信子，第一次踏入了蕾芝（化名）的家门。风信子，寓意着“剪断过往，涅槃重生”，而蕾芝，正在努力挣脱过往枷锁、迎接新生……

斩断过去，从“心”出发

年逾五十的蕾芝，婚姻破裂，无儿无女，弟弟早逝，母亲年迈，继父疏离。过去的20年里，她的生活曾几度摇摆毒品编织的黑暗深渊。2005年，一次偶然，她踏入了海洛因的魔窟，从此，人生轨迹偏离。历经多次戒毒与复吸，她仿佛被无形的锁链紧紧束缚，无法逃脱。直到2023年，命运的转机将她引领至金山区吕巷镇的社区康复中心，一扇通往新生的门扉悄然为她敞开。

首次交谈，蕾芝的话语中充满了“病耻感”。她害怕，害怕别人知晓她的过往，害怕被贴上“吸毒者”的标签。她觉得在这个全新的环境里，可以斩断与过去的丝丝关联，也可以隐藏自己的自卑与不安。在她那双黯淡的眼眸深处，我捕捉到了难掩的渴望——对戒毒的渴望，对融入社会的渴望，对正常生活的渴望。

于是，我决定从她的内心出发，引导她正视自己的戒毒动机。沉默许久后，她轻声吐露：“我不想再伤害我的母亲，她只有我了。”声音虽微弱，却透露出坚定的决心。

接纳自我，破茧而出

一个静谧的午后，我与蕾芝一同填写工作量表。她握着笔，手指轻颤，每一题都如同锋利的刀刃，切割着她内心的伤痛。我轻声安慰：“蕾芝，你不是孤军奋战。我们都在努力，而你，已经迈出了最勇敢的一步。”

我们开始深入剖析她的身心状态。她告诉我，吸毒曾让她自卑至极，甚至不敢踏出家门。我鼓励她：

“你的身体正在恢复，你的心灵也在逐渐强大。你已经做得很好了。”

当被问及自己的优势时，蕾芝愣住了，似乎从未思考过这个问题。我提醒她：“比如你的坚韧，你对母亲的爱，这些都是你的力量。”她沉默片刻，嘴角勾起一抹微笑：“也许，你说得对。”

从那以后，蕾芝开始主动与我分享她的感受。她不再逃避过去，而是从中汲取力量。她学会了用深呼吸缓解压力，用运动和娱乐转移注意力。她告诉我：“我发现，只要我开始，我可以克服很多我以为的困难。”

社区融入，重拾希望

社区的剪纸课上，蕾芝显得有些拘谨。她坐在角落，看着其他居民熟练地剪出各种图案，心中既羡慕又害怕。我走到她身边，轻声鼓励：“试试看，没有看起来那么难。”她犹豫片刻，终于拿起工具剪，小心翼翼地开始了她的创作。红色的剪纸在掌心发烫，歪扭的兔耳还隐约粘着碎纸屑，她将完成的剪纸举向窗边，轮廓在光晕里游动，笑容却在嘴角慢慢漾开。

自那以后，蕾芝仿佛变了一个人。她积极参加社区活动，加入了互助活动小组，与其他组员分享心声。她还积极申请加入“牵手同伴”，渴望从自渡者变成渡人者。她说：“原来我也可以为别人做些什么。”

蕾芝逐渐熟悉了社区的每一个角落，从医院到菜场，从派出所到社区活动中心。她不再害怕出门，也不再感到陌生。她开始主动与其他居民打招呼，甚至还会和三五邻居在节日小聚或交换美食。她会和我分

每个挣扎的灵魂都蕴藏惊人生命力

享：“我发现，在这里的生活很简单，邻居也都很热心友好，我们偶尔会在一起小聚。”

启航新程，拥抱新生

日渐开朗的蕾芝开始更加主动关

心母亲，经常打电话问候，见面时会主动下厨为母亲准备饭菜。母亲感受到了她的变化，每次去看她时，都会带去亲手做的点心。蕾芝还主动修复了与原弟媳和侄子的关系，她说：“我们也是血脉相连的家人。”

温暖的周末午后，社区的公园里，蕾芝带着母亲和侄子漫步在阳光下。她的脸上洋溢着轻松与愉悦，仿佛找到了久违的归属感。

几个月后，蕾芝的变化让我深感欣慰。她积极对待每次检测，各项指标一切正常，她不再被毒品所困扰，而是用健康的生活方式充实着自己的生活。她的家庭关系变得更加和谐，与母亲的关系更加亲密，与原弟媳及侄子的关系也恢复了往日的温馨。在社区里，她结交了一群志同道合的朋友，他们相互鼓励、互相陪伴，一起打造健康丰富的退休生活。

社工的话>>>

坚守与希望

蕾芝主动加入“牵手同伴”的那天，是我收到的最珍贵的职业礼物——见证自渡者意愿成为摆渡人的奇迹。这让我重新审视社工角色的本质：我们不是拯救者，而是生命重组的见证者和协作者。

蕾芝的蜕变历程，让我领略到，每个挣扎的灵魂都蕴藏着惊人的生命力。戒毒是一场漫长而艰辛的旅程，它不仅仅是生理上的脱毒，更是心理和社会层面的重生。真正有效的康复不是将服务对象“填满”，而是唤醒他们内心被毒品尘封的美好。

每一个像蕾芝这样的灵魂都渴望被救赎、被理解。他们的改变并非一蹴而就，而是需要持续的支持与引导。

我坚信，蕾芝的故事将激励更多像她一样的人勇敢地迈出第一步，让他们明白：无论经历过怎样的黑暗与痛苦，只要愿意改变、愿意努力，未来就一定充满希望与光明。

正如那株风信子，虽然曾经历风雨的摧残与折磨，但只要给予它足够的关爱与呵护，它终将在阳光下绽放出最绚烂的光彩。

（作者为金山区吕巷镇禁毒社工）

禁毒动态

2025年全国青少年禁毒知识竞赛 上海赛区选拔赛顺利举办

□ 通讯员 薛黎荣 记者 徐荔

本报讯 近日，由上海市禁毒办、市教委指导，普陀区委政法委、区教育局承办的2025年全国青少年禁毒知识竞赛上海赛区选拔赛在半马苏河驿站·长风湾党群服务中心举办。来自曹杨二中、江宁学校、桃浦中学、曹杨职校等四所学校的17名学生分为初中组、中职组、高中组三大组别同台竞技。

此次选拔赛旨在进一步强化青少年识毒防毒拒毒意识，巩固校园毒品预防教育成果，同时选拔优秀选手代表上海出战全国青少年禁毒知识竞赛。比赛题目涵盖我国禁毒工作方针政策、禁毒法律法规、禁毒

历史沿革、毒品危害科普、戒毒康复治疗、毒品预防教育等六大知识模块。

全国青少年禁毒知识竞赛作为教育部认可的全国性竞赛活动，自2016年起已连续举办九年，2025年赛事紧密结合国家禁毒办、教育部“五个一”毒品预防教育活动，面向初中、中职、高中学生开展。

市委政法委毒品预防处处长董立武出席活动并指出，要以参加全国青少年知识竞赛为契机，普及禁毒知识，将禁毒常识转化为宣传能量，带动身边人共筑禁毒防线；拓宽学习视野，通过备战参与更多社会实践，推动学习半径向外延伸；提升综合能力，在国家级比赛中锻炼心理素质和临场应变能力，收获宝贵经验。

所校携手开发禁毒课程 学生在“庭审”中学禁毒知识

□ 记者 徐荔

本报讯 “我不知道这是毒品啊，他们说是提神草药，怎么会……”日前，在上海政法学院附属青浦崧淀中学，一场特殊的“庭审”正在进行。这正是由青东戒毒所“青蓝”禁毒法治讲师团联合该校共同开发的“沉浸式”禁毒小课堂——禁毒模拟法庭。

据介绍，“禁毒模拟法庭”实践教学通过以案释法、情景再现，让学生们“沉浸式”体验庭审的全过程，“近距离”感受法律的威严与公正，增强学生们的禁毒意识和法治意识，引导学生们敬畏法律，明确边界，坚守底线。

此次模拟法庭审理的案件以一名高中生轻信毒贩谎言而走上违法犯罪道路的真实案例为蓝本，由讲师团民警和学生扮演审判长、公诉人、辩护人、被告人等角色。在青浦区人民法院工作人员的悉心指导下，剧本从案例选取到流程讲解，严格按照庭审规则程序，高度还原真实庭审场景，使课本上的法律知识和禁毒知识“活”起来。

“庭审”结束后，讲师团民警代表还对学生们的表现进行了细致点评，特别结合相关案件，提醒同学们坚决做到“不参与、不纵容任何涉毒活动”，警惕以“互助”“尝鲜”“潮流”等为名的涉毒陷阱，更须牢记“法律不会为无知免责，人生更没有后悔药”。