

# 运用经史合参开展戒毒治疗的研究与实践

倪振雄（北京市天堂河强制隔离戒毒所所长）

董浩 陈庆涛（北京市天堂河强制隔离戒毒所）

后现代心理学认为，吸毒行为是一种彻底逃避人类内在情绪感受的心理状态，它能够使人彻底外在化，几乎无法对自己进行任何反省<sup>①</sup>。而目前解决吸毒问题的有效方式是找到一个足够支持性的资源和力量，让戒毒人员能够全身心走在自我戒治的道路中。在戒毒实践中，戒毒人员往往缺乏自省能力，遇到问题时习惯于外归因，不能发现自身的盲点，通常人际关系紧张，很难获得家人的理解和信任，从而长期存在消极情绪和负面想法，往往导致复吸行为的发生。自2017年开始，北京市天堂河强制隔离戒毒所开始探索并实践“经史合参”戒治项目，并于2019年被司法部列为全国司法行政戒毒系统首家“经史合参”试点单位，该项目逐渐在戒毒工作中被推广应用，尤其在缓解戒毒人员不良情绪、激发戒毒动机、修复家庭关系、重塑不良人格等方面发挥了积极作用。

## 一、经史合参概述

（一）源起。“经史合参”来源于中国传统儒家经典“吾日三省吾身”，借助传统文化中的内视内

省精神，将国学经典大道理与个人的过往行为放在一起进行参悟，进一步理解内化国学经典要义，促进国学经典要义与个体自身行为知行合一的研习和修行方法<sup>②</sup>。与课堂讲授、背诵考试等传统国学教育方法不同，经史合参不是单纯地学习国学知识，提高文化素养，而是重在通过抄写经典、研读经典、演绎经典和践行经典等形式，帮助戒毒人员学习、践行中华优秀传统文化中的内视内省精神。“经史合参”方法具有体验式、情景式、浸入式、践行性等特点，在优秀传统文化的习得、践行和传承上，使人不仅学得深、悟得透，而且用得上、行得久，做到入心入脑、知行合一。现代化、操作化、规范化的“经史合参”方法可以克服以往国学教育表象化、形式化、活动化等不足，帮助戒毒人员通过优秀传统文化的学习和熏陶，懂义利、明是非、敬法度、尚道德、讲诚信。经史合参既是一套国学教育的创新方法，也是文化戒治的创新手段。

（二）经史合参的基本做法。经史合参是一种结构化、体验式的学习践行活动。它主要分为“3+30”两大部分。“3”是指3天集中情景式经典

<sup>①</sup>江苏省太湖戒毒所内观戒治项目组：《内观：戒瘾之道——内观疗法在戒毒实践中的理论和运用》，苏州大学出版社2017年版，第50-51页。

<sup>②</sup>袁洪、于涛：《经史合参学习法在文化改造中的实践与思考》，《犯罪与改造研究》，2020年第3期。



学习,也就是在3天时间里通过诵读、抄写、研读和演绎经典等方式组织学习儒家经典《论语》,入乎其内出乎其外地体会古圣先贤的智慧之道,激发学习兴趣;同时通过将自己的行为与经典进行对照参悟找到自身与经典的差距,初步提升自省能力和自我改变的动机。学习活动设主持导引师1名,主要负责活动的开场主持、布置任务、组织分享及结业等环节,同时掌控每个环节的时间、流程、学习进度和标准等是否达到操作要求;学习活动至少分3个小组,每组至少7至8人,每组设1名组长(导引师)、1名副组长(见习导引师),主要是按照主持导引师的要求组织本小组开展各项学习活动,带头学习分享,讲之以身心,积极示范。

3天集中学习需要在一个相对封闭的空间内进行,保持安静的学习环境,非组织分享的时间不得相互交流,开关门要轻,其目的是确保安静的环境和不受干扰的心境,以便于时刻觉察自身的思想、情绪和行为,真正要将3天的学习过程作为践行国学经典的体验过程。“30”是指在30天的时间内,通过每天学习并践行经典,用经典给自己照镜子,将学习和践行经典纳入每天的戒治生活,不断进行“学思践悟”,养成日学、日做、日省、日改的生活方式,让经典入脑入心,实现知行合一。原则上参加完3日经史合参学习的戒毒人员方可参加30天学习践行活动。

30天经史合参学习践行包括开班、日常践行和总结等环节。每天要安排固定的时间组织学习,戒毒人员每日书写经史合参作业,主要包括抄写国学经典原文(一般为《论语·学而篇》),阅读参考书籍并找到自己感触最深的语句,根据自己的理解解读原文,最后结合当日或以前发生在自己身上的事件对照经典进行参悟,主要分两方面:一是发生在自己身上的事,可从情绪入手,令自己高兴、愤怒、焦虑、痛苦的事;二是看到的事,别人做的好事或错事(见贤思齐,观过而知仁)。每天民警或

戒毒人员导引师要亲自或组织其他戒毒人员对每名戒毒人员的作业进行回应,进行优秀作业的评比。每周民警导引师至少组织1次集中分享活动,所每月至少组织1次集中分享活动。30天学习践行活动结束后,要开展经史合参学习践行优秀学员、进步学员和优秀戒毒人员导引师的评比。

## 二、经史合参的原理机制

经史合参的原理机制是指导引师通过专业的模块引导戒毒人员对具体的生活事件进行观想和回顾,并对照国学经典反省自身不足和缺陷,找到更多的爱,学会关注当下,转变错误认识,缓解不良情绪,激发戒毒动机,之后经过每日的学、思、践、悟逐渐养成内省的思维方式和习惯,逐步修复成瘾人格特征,最终戒除毒瘾。下面,从经史合参的作用过程具体说明。

(一)营造氛围,实现静能生慧。经史合参是平等而真诚的干预,经史合参导引师不是教授国学知识的老师,而是戒毒人员学习践行的陪伴者、引导者,要深入戒毒人员中间,与他们共同分享经典、演绎经典,“讲之以身心”,积极示范经史合参,处处体现出对他们的尊重和呵护,让他们充分感受到平等、温暖、接纳,真正营造一个放松、无压力、充满爱与支持的环境和氛围。同时,经史合参戒治要提供相对安静的学习环境,而且还设置了静心的环节,以便于戒毒人员回忆、觉察、思考与领悟,也就是常说的“静生智慧”。

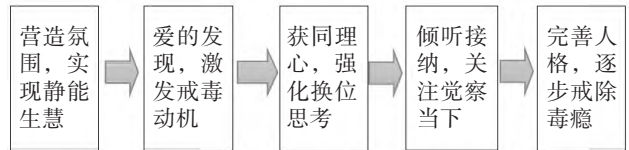
(二)爱的发现,激发戒毒动机。多数戒毒人员由于不良的原生家庭氛围造成他们内心感受不到“爱”,内心没有安全感,容易形成成瘾性人格。主要表现为情感冷漠、没有感恩心,习惯通过成瘾物质获得暂时的快乐。在经史合参的学习中,他们感触最深的往往是“孝悌”,感受到吸毒行为给家人带来了巨大的伤害,但家人依然没有放弃他。“自我牺牲”的包容和原谅才是人类至高无上的“爱”,

找到真正的“爱”是经史合参发挥效果的源泉。通过经史合参学习，戒毒人员往往能发现父母家人给予其更多的“爱”，而自己给对方的却很少，甚至给他们添了许多麻烦，于是内心逐渐有了安全感和幸福感，进一步唤醒了良知，产生强烈的感恩之心，激发出巨大的精神力量来对抗和克服心瘾。

（三）获同理心，强化换位思考。中国传统文化经典强调“仁”，化“小我”为“大我”。在经史合参学习践行中，引导戒毒人员懂得与他人相处时应求大同存小异，停止以往以自我为中心讨论问题的态度，改为站在对方的角度去为对方着想，懂得“己所不欲勿施于人”。通过经史合参戒治使戒毒人员能够在与周围人，尤其是父母相处时具有同理心，能够设身处地考虑别人的想法和感受。

（四）倾听接纳，关注觉察当下。成瘾行为的共同特性是阻止人的脆弱感与无助感，帮助人逃离当下，否则就要和自己的焦虑、恐惧、不安、羞愧、无价值感等正面相对。所以，戒除毒瘾要从接纳和倾听开始，接纳吸毒行为深处的内在焦虑、恐惧和羞愧感，带着爱与没有批判的态度来理解成瘾行为，不逃避、不压抑、不合理化。经史合参设置研读经典的环节，要求在规定的时间内对照规定的国学经典进行内省，且要求在对过往经历进行回顾和检视的过程中要关注事实本身，不带情绪，不做评判，这些其实都在引导其关注当下，时刻觉察自己的念头、情绪和行为方式，实现“觉察即疗愈”。

（五）完善人格，逐步戒除毒瘾。通过经史合参日常践行引导戒毒人员运用国学经典给自己“照镜子”，进行每日“内观”练习，养成不断修正“不良心理和行为”的意识和习惯，努力唤醒并提高他们对导致其复吸的情绪、认知和行为的自我觉察能力，斩断引发其复吸的情绪、认知和行为链条，逐步改变其成瘾人格，最终摆脱毒品的束缚。



### 三、经史合参的理论依据

（一）在国学方面。经史合参是根植于中华优秀传统文化，且具有内省和践行特点的修习方法。它强调深入观察自我，与《论语》“吾日三省吾身”特别相似。其思维逻辑与古人所说“行有不得，反求诸己”及阳明心学“致良知”“在事上练”和“知行合一”一脉相承。实施流程与《大学》中的“知、止、定、静、安、虑、得”的思悟过程基本一致。经史合参所追求目标非常符合中华优秀传统文化所倡导的“仁义礼智信”的精神内涵。

（二）在心理学方面。经史合参与国际上公认的行为疗法有异曲同工之处。经史合参通过自我反省的方式，将自己在成长经历中习得的不好行为习惯和不良思维模式，通过具体的生活事实被体验者觉察，潜意识层面习得的不好的行为习惯以及不良思维模式通过内省方法被体验者发现，从而进入体验者意识层面，体验者不会再被这些过去看不见摸不着的行为习惯和思维模式所控制，这就是看见即疗愈。而认知行为疗法对自动化思维、中间信念、核心信念的识别和矫正，也是将来访者日常不易觉察的自动化思维、中间信念、核心信念引发的情绪、躯体反应、行为，呈现出来给来访者觉察到，来访者搞清楚自己是怎样被这些自己不知道的想法和信念伤害的时候，由之前的不觉察进入之后的觉察，疗愈就产生了。通过经史合参会促进戒毒人员逐步养成自我反省的意识，促使其认识到自身存在的问题或痛苦大多是由于自己的不良认知造成的，于是就会消除不良情绪，并产生自我改变的动机，进而不断修正自己的行为。同时，经史合参也非常重视引导戒毒人员个体对人生经历和背后故事进行深入挖掘，这一点与精神分析和叙事疗法的方



法有相似或者相通之处。

(三)在矫正学方面。经史合参是促进戒毒人员再社会化的过程。所谓社会化是指个体在特定的社会文化环境中,学习和掌握知识、技能、语言、规范、价值观等社会行为方式和人格特征,适应社会并积极作用于社会的过程。根据这一理论,吸毒行为大多是因为个体没有经历一个正常的社会化的过程所致。因此,对戒毒人员的戒治就是使他们进行再社会化,以改变原有的自我概念、价值观念及吸毒动机,进而预防复吸。一般重新社会化需要个体通过新的人生经历及感悟内化从而重塑新的价值观念体系。经史合参通过引导戒毒人员不断反省,发现一直以来自己未曾觉察到的问题和真相,逐渐认清自己,自知者明,进而形成正确的认知和价值判断,这实际上也是一种虚拟的重新社会化的过程。如果能够坚持长期熏习,与真实的再社会化具有同等重要的效果。<sup>③</sup>

(四)在教育学方面。经史合参能够使学习人入脑入心,充分发挥戒毒人员主观能动性。在经史合参中,导引师除负责指导戒毒人员按照规定的流程和要求去学习外,其扮演的主要角色是戒毒人员学习的引导者、陪伴者和示范者。在这种情况下,如果戒毒人员不认真思悟,没有真正入脑入心,就难以完成治疗。在经史合参中,一般不灌输、不强化,充分发挥戒毒人员的主观能动性,真正依靠他们自身的反省和领悟,所有的收获都是戒毒人员自己省悟出来的。

#### 四、经史合参实操关键

一是明确反省对象,即反观自己。戒毒人员最容易用反省的镜子照别人,也就是喜欢用自己认为的标准来评价别人。这一点是经史合参导引师必须要关注的重点,离开这一点就不是真正的经史合参。所以实操过程中需要不断提醒戒毒人员:通过

学习实践,你内视了什么样的自己?

二是结合事实。即经史合参结合的过往经历是事实而非情感,反省事实注重事实真相而非注重是非对错及价值判断和情感,接受事实而非抗拒,接受自己而非逃避,接受事实真相,从而起到疗愈的效果。

三是忌说教。经史合参导引师不是传授文化知识的教师,而是要讲之以身心对照经典进行反省示范,并积极引导戒毒人员进行内省反思。

把握这三大关键点,经史合参导引就能沿着正确方向前行。

#### 五、经史合参实证研究与实践探索

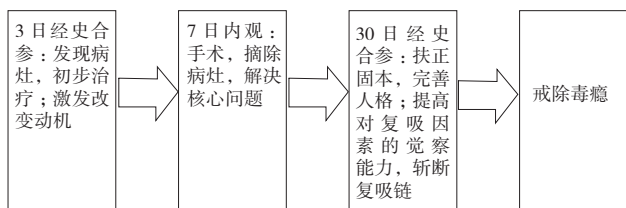
戒毒人员经史合参的研究和实践遵循国际上通行的循证戒治的理念,遵循“研发—孵化—复制—推广”的研究探索思路。近年来,北京市天堂河强制隔离戒毒所通过项目研发、实证研究与效果检验,初步研究制定了一整套符合中国戒毒工作实际的科学、有效的经史合参操作规范和技术标准体系。

(一)以“合”为主线,完善内省戒治综合施治机制。在戒治实践中,笔者发现戒毒人员在7日内观和3天经史合参情景式学习所经历和体验的过程,可以比喻成外科手术,是除“病灶”的过程。同时,这种戒治过程所带来的内在深处的改变及获得的内在力量,可以推广到日常生活中,让戒毒人员受益良多。在具体操作中,7日内观产生的效果及对戒毒人员的心理撞击相对于3日经史合参情景式学习来说要显著许多,但因为7日内观需要把体验者完全隔离到一个小的空间内,戒毒人员刚开始时往往存在疑惑、接受程度低,而且7日内观需要提供较大人力和物力资源,推广的范围受客观环境的限制。3日经史合参情景式学习尽管没有7日内观的效果明显,但是戒毒人员能产生较强的学习兴趣,接受程度高,尤其是能够产生较强的自我改变

<sup>③</sup>周勇:《内省矫正的理论基础与实践价值》,《犯罪与改造研究》,2018年第8期。

的动机,接下来再安排其参加7日内观治疗,基本就能欣然接受。所以,笔者把参加3日经史合参情景式学习体验作为接受7日内观疗法的前置条件。

日常内观和经史合参30天践行都是集中内省戒治的深化,是在巩固内省戒治成果。此处可将其比喻为手术后的康复过程,帮助其形成内省思维方式,提高对引发复吸因素的觉察能力,不断完善人格特征的过程,可以说是“扶正固本”的过程。但是30天经史合参日常学习践行相对日常内观而言,与国人的文化链接更紧密,相对更有抓手,更易于体验者坚持练习。所以,实践中将经史合参30天践行作为深化内省戒治的主要手段,并将内观疗法的三个核心问题也纳入经史合参30天学习督导过程中,实现了内观疗法和经史合参两大戒治技术的有机融合,建立了3日经史合参情景式学习+7日内观+经史合参30天践行+N的内省戒治工作体系。



(二)以“润”为导向,完善导引师培养使用机制。立足于营造润物无声的正性能量氛围,坚持“民警+戒毒人员”双主体培养工作思路,发挥戒毒人员和民警导引师两支队伍作用,定期组织民警和戒毒人员开展7日内观和经史合参的学习践行活动,培养经史合参导引师。定期邀请国内专家开展经史合参督导培训,总结项目推进过程中遇到的问题和困难,不断丰富和完善项目操作技术和手段。通过学习和督导培训活动,在建立“专家督导—民警导引师—戒毒人员助理导引师”三级经史合参导引师梯队方面进行了有益探索。累计培养了60余名民警经史合参导引师,举办了4期内观体验活动,34期经史合参学习践行活动,先后共有500余名戒毒人员接受了经史合参戒治,基本涵盖了不同年龄段、

不同文化程度、不同类型的戒毒人员。通过后续跟踪研究反馈,90%以上的人员取得了较为明显的戒治效果,积累了一批成功案例。同时,充分发挥戒毒人员导引师内观中心的作用,定期组织戒毒人员经史合参导引师参加内观治疗,巩固强化经史合参学习效果,提高导引能力和水平。注重同伴教育,将参与内观治疗的戒毒人员导引师充实到各个戒治集体,由其组织戒毒人员开展经史合参学习践行。同时,也通过其示范践行无形中影响其他戒毒人员,逐步让每个戒治集体都成为一个“微型的内观中心”。

(三)以“融”为目标,完善每日学习践行机制。将经史合参的学习践行内容融入每日戒毒生活,制订详细的学习计划,规定三餐前要诵读国学经典,上午至少半小时的抄写国学经典时间、至少半小时研读国学经典时间;组织开展“每日一问”活动,下午至少1小时的书写经史合参作业时间,进行集中内省,引导戒毒人员从引发自己情绪反应最大的事件入手,对照经典检视自我,不断引导戒毒人员践行经典、反思自我、完善人格。研发并录制了《经史合参引导语》,组织戒毒人员睡前收听,让反省的精神入心、入脑、入行。

(四)以“说”为载体,完善每日班会分享机制。结合戒毒所“每日一善”“晨思晚悟”“日省日新”等特色活动,各经史合参矫治功能区充分利用晚上就寝前“每日班会”进行分享,加强经史合参矫治功能区建设,组织戒毒人员针对学习践行经典的情况,围绕个人当日的发现、收获和反思进行分享,不断激发动机,提升自我反省意识和情绪的觉察能力。民警定期以参与者的身份参加戒毒人员的经史合参分享会,注重“讲之以身心”,发挥榜样示范作用,与戒毒人员共同学习、共同提高。

(五)以“评”为抓手,完善正向激励机制。每日由民警组织戒毒人员导引师开展经史合参优秀作业评比活动,对优秀作业及时进行公示。每月结合

戒毒人员经史合参作业完成情况、现实表现及参与经史合参的践行情况,开展经史合参进步学员、优秀学员和优秀戒毒人员导引师的评比,进行正向激励。

(六)以“情”为主线,完善家庭关系修复机制。组织戒毒人员开展“给亲人的一封信、一个暖心电话、一次家风家训征集传承、一份生日祝福、一次家属课堂”五个“一”活动,增强戒毒人员与家庭的联结,让戒毒人员充分表达参加经史合参的所思所想,进一步深化亲情、家风、感恩教育。同时让家属看到戒毒人员的积极转变,进一步修复家庭支持系统。

(七)以“固”为手段,完善项目操作机制。为了不断固化内省戒治实践经验,让更多的民警和戒毒人员加入内省戒治的队伍中来,在2018年年初编撰完成《内视观想学习法操作手册》的基础上,2019年、2020年和2021年又根据经史合参项目实际需要,结合探索推行三年来的实践经验,编撰了三个版本的《经史合参·内视践行·学习法》学员手册,对3天经史合参集中情景式学习的过程、标准进行了细化,极大提高了戒毒人员的学习效率。之后,为满足民警组织开展内省戒治的需要,组织编写了《经史合参》《内观疗法》民警操作手册,重点对经史合参和内观的工作流程、标准、教学督导等进行了规范,为民警开展内省戒治提供了强有力的参考。

## 六、经史合参的作用效果

从经史合参的实证研究和实践探索来看,经史合参对于戒毒人员具有以下几方面的独特作用和显著效果。

(一)经史合参能使戒毒人员减少心理阻抗,打开心扉。在经史合参学习的过程中,戒毒人员是学习的主体,民警或戒毒人员导引师与戒毒人员是

平等的关系,是一同学习的同伴,只是在有些时候提供一些引导,很少对其做价值评判。同时,民警或戒毒人员导引师积极讲之以身心,积极暴露自己参加经史合参学习后的自省和感悟。这会引导戒毒人员积极主动地学习和思考,其所有收获并非是民警讲道理式的灌输,而是其自身真实思悟的结果。这种基于个体生命经历的反省而产生的全新认知改变不会引起戒毒人员内心的反感。许多戒毒人员接受经史合参一段时间后,防御心理大大降低,逐渐对民警打开心扉。例如,经史合参每日作业建议戒毒人员从一日生活中的喜怒哀乐等情绪事件入手,对照经典检视自己的思想、言语和行为,民警和其他戒毒同伴能够给予积极的回应,激发了他们表达的意愿,有些话、有些想法或有些情绪,戒毒人员可以通过作业的形式表达出来。经史合参给戒毒人员和民警之间搭建了一座沟通的桥梁,为开展下一步的戒毒治疗打下了坚实的基础。

(二)经史合参能使戒毒人员学会换位思考,改变以自我为中心的思维模式。人的自我保护本能在于不易看清自身的问题,也不愿承认自身的错误,习惯于将自己的不幸遭遇进行外归因,这种思维模式在戒毒人员中表现特别突出。许多戒毒人员总感觉命运不公,认为自己的不幸遭遇完全是家庭或社会的问题。凡事爱走极端,与别人发生矛盾或存在利益冲突,全是别人的问题,从来不在乎他人的感受。《论语》中的“吾日三省吾身”“人不知而不愠,不亦君子乎”“不患人之不己知,患不知人也”等都在注重引导他们躬亲自省、看清事实、换位思考,逐渐形成相对客观的认知思维模式。许多戒毒人员参加经史合参戒治后,能主动反省自己的问题,能设身处地站在对方的角度看待和思考问题<sup>④</sup>。如戒毒人员邓某参加经史合参学习后,流着眼泪向来所探访的父亲忏悔:“我对不起妈妈,

<sup>④</sup>周勇:《内省矫正:一种攻心治本教育改造罪犯的新方法》,《中国司法》,2018年第4期。

我不能因一点小事就跟妈妈10年不说话”。

(三) 经史合参帮助戒毒人员调整消极心态, 变得积极向上。由于受毒品的长期控制, 戒毒人员普遍存在焦虑、抑郁、怨恨等负性情绪。经史合参的学习实践, 一方面通过让戒毒人员“吾日三省吾身”, 提升其觉察能力, 让其从日常生活的点滴小事上觉察到父母、民警和身边人对自己的关心和爱, 体会价值感和幸福感。另一方面通过不断对照经典反省自己促使戒毒人员逐步看清自身的问题, 敢于面对自身的痛苦和创伤, 学会接纳自己的不幸, 而不再是逃避和掩饰。引导其将生命的重心关注当下的戒毒生活, 不念过往, 不畏将来。经史合参也给戒毒人员提供了一个有效表达自己情绪的途径。许多戒毒人员参加经史合参学习后, 焦虑、怨恨、悲观的负性情绪得到有效缓解, 变得积极向上。

(四) 经史合参能帮助戒毒人员唤醒良知, 激发戒毒动机。长期吸毒使戒毒人员逐步陷入孤立状态, 通常情况下, 他们与家人联系较少, 沟通不深入, 特别是长期反复吸毒, 致使其很难获得家人的理解和信任。久而久之, 让其产生了家人不关心他、不信任他等负面认知, 亲情观念也变得越来越淡漠。这样的家庭关系让戒毒人员缺失了重要的情感支持, 也缺少了积极戒毒的动力, 增加了对其开展戒毒治疗的难度。经史合参促进戒毒人员觉察到亲人为自己做了许多, 而自己给家人造成了更大的伤害, 逐渐唤醒他们内心的良知, 让他们深刻领悟孝悌是做人的根本, 激发了其为家人进行戒毒的动机并积极主动去修复与家人的关系。戒毒人员刘某说: “我不知道经史合参学习践行与戒毒有啥关系, 但通过学习和践行, 帮助别人学习, 感觉自己心中能时刻装着亲人, 觉得心里没有装毒品的地方了, 有了战胜毒品的信心和动力了!”

在经史合参戒治前后通过采用应对方式问卷、焦虑和抑郁自评量表、戒毒准备和迫切性量表、心

理健康测查表等多个较为成熟的心理量表进行测量, 结果显示, 经过经史合参戒治, 戒毒人员遇事能够换位思考, 人际行为模式、社会态度趋于良性改变, 焦虑和抑郁等负性情绪明显改善, 戒毒动机明显增强, 不良人格得到重塑。

### 七、经史合参的评价与展望

经史合参得到戒毒人员及其家属、戒毒民警的充分认可。几乎每一名参加经史合参戒治的戒毒人员都感到受益匪浅, 表示能够真正看清自己, 内心充满了爱和力量, 彻底动摇了继续吸毒的想法。戒毒人员家属普遍感觉戒毒人员接受经史合参戒治后转变较大, 表达出对戒毒所的感激和钦佩之情。基层民警发现戒毒人员经过经史合参戒治后因琐事争吵的现象越来越少, 互助互爱的氛围异常浓厚, 认为经史合参实现了管理和戒治工作的有机融合, 是戒毒治疗上的一件“利器”。经过对参与经史合参戒治且保持操守的已解戒人员进行回访, 他们表示, 经史合参与自己的生活紧密相连, 对自己帮助非常大, 解除后继续坚持每天内省的习惯, 而且, 所学的经史合参内容对自己在孩子教育方面也起到很大作用, 维护了家庭的和谐稳定。他们多数人还愿意作为经史合参志愿者回所帮助更多的戒毒人员。

总之, 经史合参在调整不良认知、缓解不良情绪、激发戒毒动机等方面效果明显, 同时还能有效提升对引发复吸的情绪、想法和行为的觉察能力, 逐步改变戒毒人员的成瘾人格, 在戒毒治疗中发挥了积极作用。经史合参作为自主开发的戒治技术, 来源于中华优秀传统文化, 根植于中国人的内心, 较易于戒毒人员吸收接受, 是一剂抑制心瘾的良药。可以预见, 随着戒毒工作的不断推进和发展, 经史合参必将在戒毒人员教育矫治工作中发挥更大作用。■

(责任编辑: 张文静)