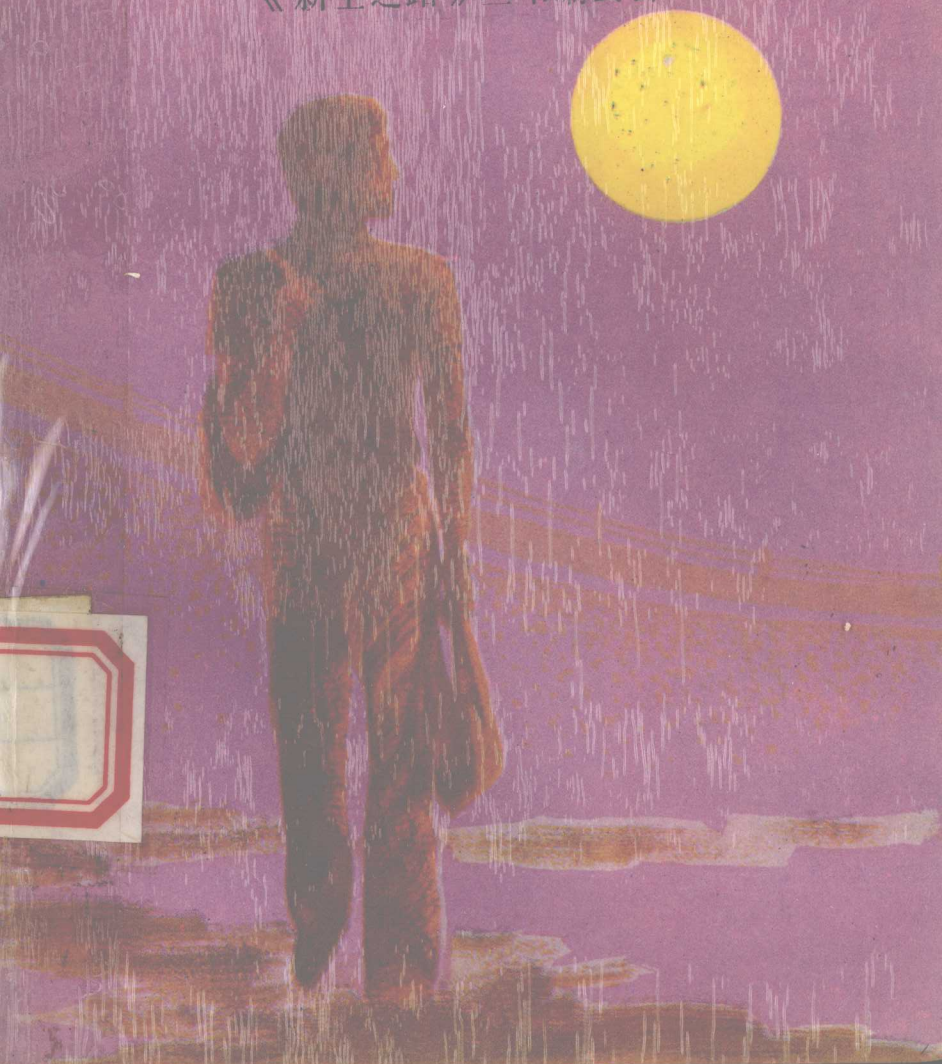


新生之路丛书

回归之路

《新生之路》丛书编委会



回 归 之 路

主 编 郑 群

副主编 汪宗保 郑 明

撰 稿 (以姓氏笔划为序)

伍晓龙 汪宗保 严登山

金 竹 陈邦林 郑 明

郑 群 俞栩彪 贾关良

郭 明 曾祥林

中国政法大学出版社

文字编辑：田 地

责任校对：刘慧群

封面设计：高 明

回 归 之 路

郑 群 汪宗保 郑 明等

中国政法大学出版社

浙江浦江印刷厂印刷

浙江省新华书店发行

开本787×1092 1/32 印张5.5 字数：120千字

1989年7月第一版

1989年7月第一次印刷

ISBN7-5620-0277-0/D229

定价：1.80元

《新生之路》丛书编委会

主 任
副主任
编 委

郑 群
邵文富 黄兴瑞
(以姓氏笔划为序)
王言信 朱培贤 田 地
苏一峰 李连武 李端梧
李爱民 宋沛达 余光法
吴士元 吴煜卿 应朝雄
汪宗保 汪嘉来 陈邦林
邵文富 周祖勇 郑 明
郑 群 郑淳福 胡宝猷
张邦友 张复贤 贺师浩
袁建华 郭金陵 谈德荣
黄兴瑞 章锦夫 曾祥林
楼关法 蒋光 潘达祖
龚英槐

《新生之路》丛书顾问

- | | |
|-----|-----------------------------|
| 姚云辉 | 司法部劳改局局长 |
| 王明迪 | 司法部劳改局副局长 |
| 石清河 | 司法部劳改局副局长 |
| 应益强 | 浙江省司法厅副厅长
兼劳改局党委书记 |
| 王鑫宝 | 浙江省劳改局局长 |
| 马品淼 | 华夏研究院法制心理研究所所长
中国政法大学副教授 |
| 王 飞 | 上海市劳改局局长 |
| 顾锦章 | 上海市劳改局党委副书记 |
| 沈锦初 | 司法部劳改局教育处处长 |
| 贾关良 | 浙江省劳改局副局长 |
| 张 坚 | 浙江省劳改局政治处主任 |
| 莫志琪 | 浙江省劳改局教育处处长 |
| 钱明远 | 浙江省劳教处处长 |
| 曹文龙 | 浙江省劳改局办公室主任 |
| 王炎心 | 浙江省第四监狱政委 |

序

历史沉重的一页翻了过去，人生崭新的篇章将从这里开始。

监狱这个曾令你恐惧的地方，如今你已经熟悉甚至深情地称之为新生的摇篮。这里有你忏悔的泪痕，勤奋的汗水，拚搏的身影，追求的足迹。你的反社会性，在这里矫正，你的人性在这里复苏。

你就要重返社会——这个生你养你又是你一度失足犯罪的世界了。

狱中日日盼自由，临近刑满却心忧。这些年你虽然在受惩罚，但身心却是在净化；你暂时失却了自由，但你也远离了世事的骚扰和诱惑。半军事化的监管生活，严格的三课教育，艰苦的劳动改造，健康的改造氛围，监狱为你的改邪归正和重新社会化提供了理想的天地。

“大病”初愈的你，抵抗力还弱，又要回到那海阔天空但却散布着尘埃乃至病菌的空间去，你能不忧愁吗？

如果昔日的哥儿们又来拉你，你拒绝得了吗？

如果生活又一次扑朔迷离，你能理智分析而不重蹈覆辙吗？

如果受害人至今怨恨难消，仍要以牙还牙，你能予以谅解和正确对待吗？

你能象感激引导你走向新生的队长一样，对检举揭

发过你的人表示由衷的感激而不是怀恨在心寻机报复吗？

还有社会的歧视和冷遇、安置就业、恋爱婚姻、家庭事业这一系列问题，你不能不想。你渴望着指点。

犯了罪的人往往把过去称为旧我，把刑满誉为新生，那么，新的生命怎么开始，第二次人生如何冲刺？

这本书体现了政府的关怀，将送你一程又一程，为你传达队长的忠告，生活的辅导，社交的点化，就业的指南，你将听到爱情的交响乐，家庭的协奏曲，你将由一篇篇情理交融、娓娓而谈的文章引导着越过一个个的路障，登上人生的一级级台阶，领略人世的瑰丽风光。

社会是人的社会，人是社会中的人。你从社会上，要回社会中去，这一来一去，你不觉得需要去掉一点什么，增加一点什么吗？你之所以一度被社会唾弃，说明在你的本性中存在一些与社会不相容的成份，你应该从非理性的自我意识中觉醒过来，从夸大的人的自然性、生物性中摆脱出来，从对人生世界的悲观怨恨中解放出来。你需要确立主体意识和自觉的社会使命感，增加心理适应性和承受力。你面对的是充满蓬勃活力和巨大威力的改革时代，经济环境的活跃，民主法制的健全，精神文明的建设，传统观念的变更以及劳改工作的三个延伸，帮教协议的普遍签订，构成了一幅广阔而诱人的图景，成为推动人们积极进取的精神动力。这些年，刑满人员对走向社会后的期望之高，新生人员在社会上通过奋斗取得的成果之大，是以往任何一个年代

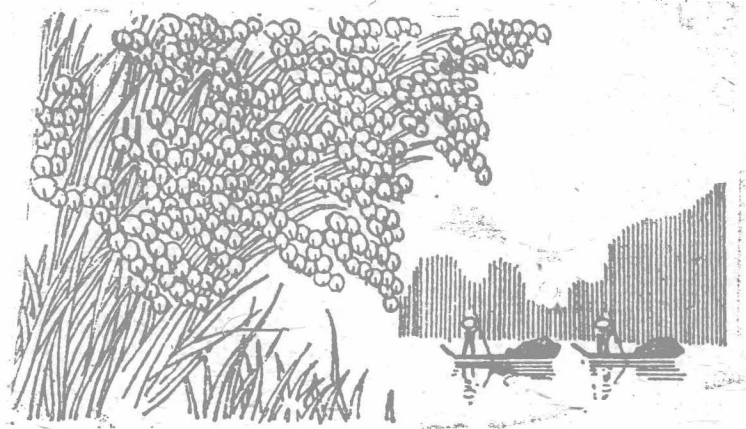
都无法相比的。我可以毫不费力地开列出一张刑满新生后在社会上成为能人、名人乃至劳动模范、共产党员的人员的长长名单。是大墙生活给了他们跌倒爬起、重写人生鸿篇巨制的勇气和才干，也是改革的年代需要和造就了这样一批特殊的人物。

然而，改革又是一把双刃剑，新旧体制的转换，社会结构的调整，利益关系的变化，价值观念的冲突，造成了人们思想心理和情绪上的动荡和失衡。改革的负效应和商品经济发展的两重性，使社会生活中出现了一些丑恶现象、诈骗行为和腐化因素。对这些你也许因为有了过去的沉痛教训而产生了免疫力，也许因为潜在的劣性未净而获得滋生的温床。因此，新生前夕你不要一味沉浸在怯懦和幻想之中，要切实地作好自我预测和设计。这本书或许对你不无补益。

形式上的刑满只需办好手续跨出铁门即可实现，本质上的新生却需用你在社会上的长期表现才能证实。愿你以健全、成熟的社会心态踏上那充满希望却不平坦的回归之路。

王 明 迪

1989年6月30日



最先朝气蓬勃地投入新生活的人，他们的命运是令人羡慕的。

——马克思

人生最有趣味的事情，就是送旧迎新，因为人类最高的欲求是在时时创造新生活。

——李大钊

目 录

1. 新人畅想曲..... (1)
2. 做好充分的心理准备..... (4)
3. 期望值不要太高..... (9)
4. 多想想队长的临别赠言..... (13)
5. 让我做一次深呼吸..... (18)
6. 排遣不良情绪 重新拥抱生活..... (21)
7. 克服自卑 自强不息..... (27)
8. 莫将双眼盯在“伤口”上..... (35)
9. 要有“小九九” 莫打如意算盘..... (39)
10. 出狱以后社交谈..... (43)
11. 一件必须注意的事..... (47)
12. 家 温暖的回归..... (53)
13. 归去吧 田园将芜..... (56)
14. 家庭生活是一门艺术..... (59)
15. 你大胆地去爱吧..... (63)
16. 拂去人为的阴影..... (68)
17. 愿爱情使你高尚..... (74)
18. 花好自有蜂蝶来..... (80)
19. 幸福不会从天降..... (86)
20. 来自劳务市场的思索..... (93)
21. 并非拒之门外..... (98)

22. 问路在何方.....	(102)
23. 从伍元钱发家想到的.....	(107)
24. 八仙过海 各显技能.....	(110)
25. 认识自己 超越旧我.....	(115)
26. 制怒与人生.....	(119)
27. 健康的情绪与美满的生活.....	(128)
28. 人际关系面面观.....	(136)
29. 学点待人接物的艺术.....	(144)
30. 海阔凭鱼跃 天高任鸟飞.....	(150)
31. 追求人生的高层次.....	(156)

新 人 畅 想 曲

刑期将满，你就要新生了。

新生，这两个牵动人心的字眼，闪烁着多么耀眼的光彩。

对于刑释人员来讲，走向新岸，回归社会，是带着理智的微笑迎接新的生活，迈着坚定的步伐走向未来。

刑期将满，你辗转反侧，彻夜难眠，思绪万千，喜忧半掺。想到就要离开这劳动、学习和生活多年的改造场所、新生摇篮与“特殊学校”时，怎能不热泪盈眶，展望今后前途，还有自己朝思暮想的家……又怎能不万分激动。

你将穿戴得整整齐齐、干干净净地回到妻子身边，怀抱着久未亲近过的孩子，诚恳地向她道声辛苦，感谢她在你服刑改造的岁月里，支撑起了这个温暖的家，给了你重新生活的勇气。她含辛茹苦操持家务，哺育子女，还一往情深地等待着那曾给她带来许多耻辱和困苦的丈夫。

你还将用自己劳动汗水换来的钱，精心地为年事已高的父母亲买上一包可口的点心，深情地叫一声“爸爸”“妈妈”，把那盖有印章的“三证”作为最好的见面礼交给他们，让他们重新认识“新生”的你。

你会向当地政府和原单位的领导汇报，请求他们原谅你以前的过失和所走过的弯路；你向他们保证，过去

的旧你已死去，新生的你属于现在。

你还会抽空去拜访那些以前曾教育帮助和关怀过你的同事与伙伴们，~~说~~已懂得“良药苦口利于病，忠言逆耳利于行”，请日后尽量多“敲打”着点，你将从心底里感激。

其实，你最关心和常思考着的是回去后的路究竟该怎么走？你知道，刑满了不等于改造的终结，新生了并不意味着终生具有“免疫”力。但是，你是一个经过劳改机关这座“大熔炉”造就的新人，你亲身体验了违法犯罪必受惩罚，这严峻的教训你将终生铭记。认真地回顾自己所走过的路，有教训，有遗憾，更有经验和收获……

科学地总结人生，可以从正反两方面认识自我，把握自我，这样就能按照正常的人生轨迹运行，你没有任何理由沉湎于对昨天的叹息，而应振作精神，刻意进取，向往明天，把握今天。

你首先得有生活的勇气和信念，勇气可以抵御命运的打击，信念可催人奋发上进，曲折和坎坷可以磨炼做人的意志。要奋斗、要拼搏，人生恰似逆水行舟，丝毫不能松懈。否则，就会功亏一篑，以往的教训须时刻牢记。

人们也许对刑释者抱有种种偏见或歧视。这并不奇怪，重要的是你如何正确对待。要用自己的实际行动来消除人们的错误看法，只要在工作中竭尽全力去努力，并取得成绩，那么这些偏见和歧视也就会冰消雪融了。要坚信路是自己走出来的。

当今社会，正迈着前所未有的雄健步伐，行进在改革开放的大道上。祖国的大好形势，为每一个刑释者创造了良好的新生条件。是强者是能人，到处都有用武之地。要勇敢地、坚定地投身到这热火朝天的现实生活中去，科学地发挥你的一技之长，走守法勤劳致富的路，重新创造美好的新生活。

要重新建立良好的人际关系，交往中有形形色色的人，要切记“近朱者赤，近墨者黑”的道理，不能再让理智成为感情的俘虏，你为此曾付出过沉重的代价。是帮助你前进，教导你正直地做人，还是拉你下水重蹈覆辙，你须细心分辨，再三思量。学法、懂法、用法，应成为你重新生活的座右铭。

你一定要在重新生活的大道上奋勇追求，立志进取。追求与进取，永远伴随着刻苦的奋斗。

奋斗，好似人生的“根”，只有深深扎“根”于现实生活的人，才能收获生活的累累硕果；奋斗，好似通向成功的桥梁，一直延伸向理想的远方。

我们祝愿成为新人的你，坚定地沿着脚下这条崭新的路，永远向前迈进。

做好充分的心理准备

未来是美好的，这是历史发展的规律。作为一个将要回归社会的人来说，怎样才能实现美好的未来呢？归心似箭，思绪万千，这是可以理解的。但历史的经验值得注意：刑满了并不等于改造的终结；新生了，并不意味着绝对的自由。最关键的是两条：一条是对回归社会，要有充分的心理准备，绝不是一厢情愿，自由了就可以为所欲为；另一条，在行动上要迈好每一步，当前就要消除自己错误的心理状态，认真对自己走过的路来一番总结，有什么收获，有什么经验，有什么教训，有什么隐患……科学的总结可以从正反两方面认识自我，认识了自己，才能按正常的人生轨迹运行。

首先要消除刑满前几种错误的心理状态。

第一急躁的心理

你们在严格的管制和监规纪律的约束下，加上紧张的劳动、学习和生活，时刻都想早一天摆脱这种境遇而获得自由，那怕早一个小时也好，有的还掰着手指头算日子；有的说“十年好过，几个月难熬”，犹如热锅上的蚂蚁，坐立不安，内心平衡常常被打破，甚至会出现情绪上的紊乱状态。这样既不利改造成果的巩固，又极易影响自己的身体健康，而且急躁会把事情办坏。

第二忧虑的心理

刑满前，除了出现急躁心理以外，还有忧虑的心理，忧心重重难以解脱。一是耽心回归社会受歧视，无脸见人，不知见了亲友说什么？怎么说？怎样相处？二是耽心娶不到妻子，成不了家；三是害怕今后的生活出路，有无职业，能否干好？四是耽心回到社会后当地拒绝，亲人不要。五是耽心回去后“哥们姐们”引诱拉拢等等。是的，要真正适应社会，服务社会，是会遇到许多困难的，对一个新生者来说就更难了，往往要比常人付出更多的心血和代价。鲁迅先生认为“世上本无所谓穷途”要人们不忧愁，莫绝望，勇敢地“跨进去，在刺丛里姑且走”坚信“前面还有道路在”，并鼓励人们清醒地看到：“世上并没有为奋斗者而开辟的活路”，要这样去理解和认识人生之路。实践表明，对真诚悔改，与旧我决裂的强者来说，希望，犹如通向光明之路的层层阶梯。

第三是无所谓的心理

有些身无牵挂的单身汉，表现出对刑满后的重新社会化，持无所谓的态度。他们往往胸无大志，只求“当一天和尚，撞一天钟”地混日子。

臧克家在纪念鲁迅的诗中说：“有的人死了，他还活着；有的人活着，他已经死了”。这就是生与死的辩证法。生活中不乏活着的死人；有的人把人生的意义与吃喝等同起来；有的人信奉“人为财死，鸟为食亡”。其核心就是向他人、向社会索取。爱因斯坦将这种人称之为“猪栏的理想”。这种人尽管肉体还在蠕动，可灵魂则早已死去了。

第四伪装积极准备再犯的心理

具有这种心理的人，主要是少数坚持犯罪本质和恶习很深尚未得到真正改造的人。其内心错误地认为劳改几年吃了大亏，决心“监内损失，监外补”，但又怕政府对其加刑和强制留场，因而他表面上一反常态，对干警和劳积分子，嬉皮笑脸，百般讨好，伪装积极，企图混出监狱，继续犯罪。

然而，时间是公正的，历史是无情的。人民的眼睛是雪亮的。对多数能悔改，彻底与旧我决裂、立功自赎者是给予宽恕和谅解的。对极少数死不悔改者则坚决从重从快给予严惩。其可悲不仅如此，而在脑袋搬了家还不知是怎么回事，也有当死神临头方才醒悟，也留恋人生，但毕竟迟了。值得一提的倒是他们给后人留下了一些发人深省的教益。如罪犯张某，刑满后因犯盗窃杀人罪被镇压，临刑时说：“千错万错是我错，愿一切犯过罪错的人们，赶快真诚的悔改，不要欺骗再犯，否则我的今天，就是你们的明天”。这对活着的屡教不改者确实是一副清醒剂。

其次要树立健康的心理状态

第一要加强心理防护功能，培养自我调节能力。就是说在刑满前要对回归社会，争做合格的守法公民，既要有认真的、充分的心理准备，又要有周密的可行的计划。所谓准备和计划，主要在这两件事上。一个是如何顺利地结束监内生活，胜利地完成改造任务；另一个是如何适应社会，服务社会，做一个堂堂正正的中国人，这是最要紧的。