

GUOXUEJIAOYUDUBEN

学习实践科学发展观系列活动

国学教育读本

——心得体会汇编

山西省太原第一监狱 编著



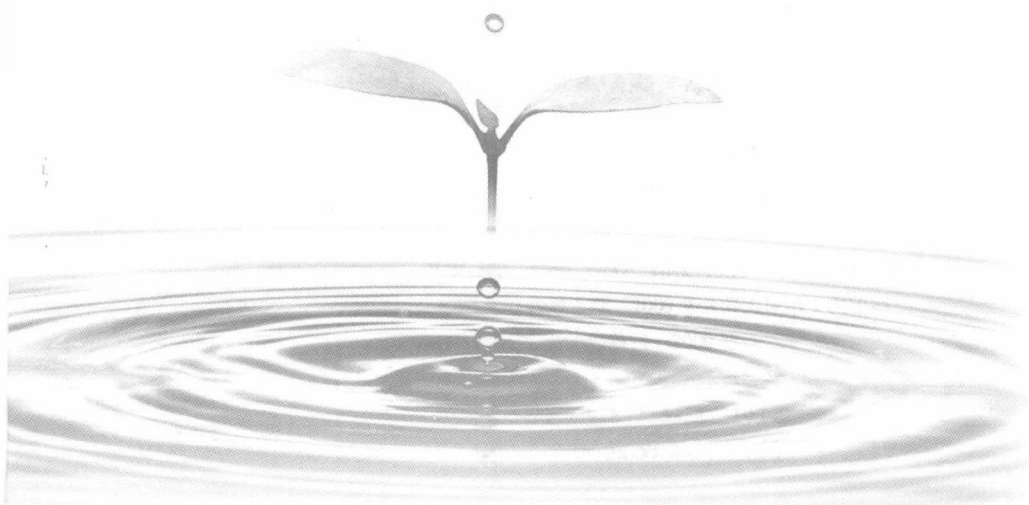
北岳文艺出版社

学习实践科学发展观系列活动

国学教育读本

——心得体会汇编

山西省太原第一监狱 编著



北岳文艺出版社

图书在版编目(CIP)数据

国学教育读本.心得体会汇编 /山西省太原第一监狱编著.
—太原:北岳文艺出版社,2009.3
ISBN 978-7-5378-3193-2

I.国… II.山… III.国学—中国—文集 IV.Z126-53

中国版本图书馆CIP数据核字 (2009) 第 035484 号

国学教育读本

(心得体会汇编)

山西省太原第一监狱 编著

*

山西出版集团·北岳文艺出版社出版发行

太原市并州南路 57 号

www.bywy.com

太原兴庆印刷有限公司印刷

*

开本:880×1230 1/32 印张:13.25 字数:250 千字

2009 年 3 月第 1 版 2009 年 3 月太原第 1 次印刷

印数:1—2000 册

*

ISBN 978-7-5378-3193-2

定价:28.00 元(全二册)

国学教育读本——心得体会汇编

编辑委员会

主 编：石玉泉 焦宁亚 牛太忠

副主 编：贾旭红 刘金锁

编 委：杨劲彪 张福生 王 锦 孟艳华 陈淑芳
 卫月婷 王 慧 李红军 董霄鹏

编 务：祝华平 张月灵 王保平 郑福新 王 赞
 范 慧 赵春梅 王瑞庭 史丽娟 冯春兰
 王志勇 吕金刚 冀 平 李仰厚 池慧文
 曹殿高 任文广 丁建国 张 煜 刘玉萍
 崔晋青 吴书明 姜 丽 董新国

好仁不好学，其蔽也愚；好知不好学，其蔽也荡；
好信不好学，其蔽也贼；好直不好学，其蔽也绞；
好勇不好学，其蔽也乱；好刚不好学，其蔽也狂。

—— 孔 子

【译文】非常仁慈却不喜欢学习，其弊病是容易被别人愚弄；非常聪明却不喜欢学习，其弊病是轻浮不实；非常诚实却不喜欢学习，其弊病是容易被别人利用，反而伤害了自己；非常直率却不喜欢学习，其弊病是说话无遮掩，尖刻伤人；非常勇敢却不喜欢学习，其弊病是鲁莽易闯祸；非常刚强却不喜欢学习，其弊病是狂妄不羁。

上善若水。水善利万物而不争，处众人之所恶，故几于道。居善地，心善渊，与善仁，言善信，政善治，事善能，动善时。夫唯不争，故无尤。

—— 老 子

【译文】最善的人好像水一样。水滋润万物而不与万物相争，停留在众人都不喜欢的地方，所以水的德行最接近于“道”。最善的人居住要像水那样择地，心胸要像水那样深沉清澈，待人要像水那样相亲友爱，言语要像水那样真诚可信，为政要像水那样有条有理，处事要像水那样无所不能，行为要像水那样伺机而动，把握时机。最善的人所作所为正因为有不争的美德，所以没有过失，也就没有怨咎。

国学春风暖狱园

这时的并州虽是隆冬季节，却无一丝寒意。当你一脚踏进太原一监时，定会被眼前的热闹场景所震撼。囚子们正在如饥似渴地学着国学：有的正在聚精会神地抄国学经典文章；有的正在慢条斯理地念国学经典段句；有的侃侃而谈，正在畅叙着学习的感想。

国学之春风吹遍狱园，唤醒了迷途的羔羊；国学之甘露哺育囚子，滋润了荒芜的心田。目睹此情此景，你一定会问：这么高雅的东西服刑人员能看懂吗？愿意学吗？在服刑人员中开展这样的活动究竟意义有多大？通过国学教育的学习能否达到使服刑人员忏悔过去，矫正恶习，重塑自我的目的？看了服刑人员的几百篇心得体会后你就能找到答案。

编辑组的同志们亲睹了服刑人员在国学教育活动中从被动学习到主动学习的转变，从概念化的表层触摸到理性化的灵魂忏悔的飞跃。服刑人员犯罪入狱，无论其致罪的原因，过程和后果有何不同，都有一个共同的特征，那就是人生观的失衡，价值观的颠倒，从这个意义上说国学教育有着普遍的指导意义。狱内改造是一个特殊的生存环境，服刑人员的心理状态、行为模式，追求目标都会因此而发生变化，新旧价值观、生活观的碰撞摩擦和角逐几乎每天都在进行。因此，在这个人生的

交叉路口，必须有一个正确的航标引领航程，国学经典作为教育思想和教学指导适时的介入起到了航标的作用。

分析我们征集到的文章，总体上说有这样几个特点：

一是真诚的忏悔。在征文中，有近七成的服刑人员联系自己的犯罪事实，剖析致罪的内因，真诚地反思和忏悔了自己的言行。服刑人员入监以后，90%以上的人追悔莫及，但悔在何处？许多人并未做深入的思考，失去自由、妻离子散、友朋离弃、前程未卜……这些都会引起服刑人员的悔悟，然而这些当前利益的失落而引发的忏悔，仅仅触及了表层，并未触动灵魂深处的“奶酪”。国学教育则不同，它是意识形态的启迪，灵魂深处的革命。如果真正理解了国学思想，切实感悟了国学的魅力，就一定会使自己受到内心的震动。二十八分监区服刑人员胡某捕前系山西煤矿安检局技装处副处长，社会地位和经济收入均属上乘，但在当今的市场经济大潮中却落了水。他在忏悔自己过错时说到：“在人情物欲面前，我被荒唐的自尊和虚荣搞得眼花缭乱，政治学习放松了，生活享受讲究了，人生观价值观扭曲了，一步一步滑向了腐败堕落的深渊。我对不起党的培养和父辈的告诫，我一定会真诚悔罪，重新做人。”

二是由衷的矫正。为什么是由衷的矫正，这是因为许多服刑人员通过国学学习认清了错误，决心痛改前非，这不仅仅是来自法律的威慑和制度的制约，还来自良知的回归和内心的自责。有许多心得体会不约而同地谈到了“择友”问题，特别是一些年轻罪犯，在反思自己犯罪过程时，对过去的交友原则进行了剖析。二十分监区服刑人员王某是二次入狱，他在总结自

己教训时说：“两次入狱，都是因为择友不慎。把两肋插刀当做交友的标准，在同一个地方摔倒了两次，教训非常深刻。通过这次国学学习，使我懂得了朋友对一个人的成长是多么重要。”孔子曰：“益者三友，损者三友。友直，友谅，友多闻，益矣。友便辟，友善柔，友便佞，损矣。”先哲们早在几千年前就揭示了择友规律，对后人的教诲和告诫孜孜不倦。王某动情地写到：“今后，我要用国学思想不断提醒和检验自己，无论在服刑期间还是将来重返社会，都要慎重择友，慎重交友，走好自己的人生路。”

三是可喜的进步。通过国学学习，服刑人员在思想认识上，言谈举止上取得进步的例子不胜枚举。这种进步并不是简单地表现为做一两件好事，说一两句文明用语。心得体会中体现的进步是许多服刑人员把国学思想同自己平日生活的各个方面紧密结合，真正树立了“从小事做起，从身边做起，从现在做起”的理念。《老子》说：“天下之大作于细。”所谓合抱之木，生于毫末就是这个道理，无论是干大事业，还是改大错误也都是这种因果关系。《弟子规》告诫我们：“事虽小，勿擅为。”意思是说，无论多么小的事情，都要认真去做。我们在监狱教育改造工作中就更应该提倡这种脚踏实地、埋头苦干的精神。二十八分监区服刑人员曹某在心得体会中追忆了自己过去贪大求洋、疏于小节而导致犯罪的经历，深刻认识到认真对待每一件小事，滴水穿石、积少成多的道理，并努力付诸实践。作为一个业余文学爱好者，入监两年来，以每月平均五十篇的数量向省内各报投稿，持之以恒，从未间断，被评为

2008 年度省监狱报优秀报道员。他说：“自己现在这样做，是对过去的告别和反叛，我就是要用小中求大，少中求多的方法磨炼意志，陶冶性格。”

四是有益的警示。通过自己的体会，诉说沉痛的教训，给他人以启迪和警示，这也是国学教育活动的目的之一。从本书选登的征文中可以看出，许多服刑人员用自己亲身经历和灵魂感悟来现身说法，警示他人。四监区服刑人员崔某捕前是国家公务员，处级干部，因职务犯罪锒铛入狱。在国学学习活动中，他先后写了十余篇心得文章，围绕犯罪原因抽丝剥茧，层层思考，反复剖析，在自己的思想认识得到飞跃的同时，也使他人得到了警示。这样的收获更值得倡导，因为它已突破了犯罪个案的框架，可以使服刑人员得到整体性的提高。

现在，我们回到本文的开头，对于您所提出的各种疑问，定会从我们所遴选的事例和佐证中找到答案。而且，通读以下来自服刑人员多方面的心得体会，对国学教育的重要性的认识也一定会进一步得到印证。

编 者

目 录

忏悔篇

淳淳的教诲 隐隐的悔意	宋汉锋 (3)
忠善孝贤 做人之本	宋汉锋 (5)
大起大落最伤人 脚踏实地才是真	杨万明 (7)
船到江心补漏晚 噩梦醒来悔未迟	刘绪明 (9)
悔恨人生辞旧路 告别昨天吐新生	于金龙 (13)
往者不可谏 来者犹可追	于金龙 (15)
真诚悔过须三步 重塑自我靠三心	张天罡 (18)
手捧《弟子规》 泪眼悔昨天	史海东 (21)
力行圣贤教诲 日日改过自新	于晓勇 (24)
交友如影 成败相随	马文杰 (26)
德不孤 必有邻	陈保安 (28)
得饶人处且饶人 相逢一笑泯恩仇	陈有先 (30)
淡定自我 重新做人	王玉海 (33)
抵御诱惑 摒弃恶习	葛满存 (36)
轻小隙 重感恩	侯永文 (38)
交友不慎酿苦酒 告别昨天迎未来	郭建军 (40)
正视挫折 树立希望	薛金书 (43)

远离一切邪恶 坚守真心自我	李志光 (45)
曾经的“误” 如今的“悟”	李惠旭 (47)

矫正篇

平静如水 淡雅如兰	陈宝红 (53)
“春雨”知时节 润物细无声	王渊博 (55)
学国学 矫习性	陈二红 (57)
日积月累 完善自身	杨万明 (60)
摒弃私欲 探索“道”路	刘廷勇 (63)
经常反省 才能进步	刘 磊 (65)
慎重择友 从善如流	赵永春 (68)
走出逆境 从头再来	原子农 (70)
知耻后勇 痛改前非	原子农 (73)
求古寻论 散虑逍遥	范未伟 (75)
面对逆境 正视自己	邵进民 (77)
与其怨天尤人 不如反躬自省	邵进民 (80)
厚厚的国学 浓浓的犊情	于立宗 (83)
振奋精神 走出阴影	王玉海 (88)
扪心自问 静心思过	刘晋江 (91)
摆脱羁绊 迎接明天	彭朝军 (94)
善于学习 不断进步	杨建军 (96)
孝是做人之本 爱是行事之根	刘忆峰 (98)
小节不拘铸大错 细微不谨毁终生	石砚江 (100)
牢记教训 找回善良	李志光 (102)
千里之行 始于足下	刘志红 (104)

坚持不懈 才有成效	杨志华 (107)
欲之身 先从德	贾江萍 (109)
找准人生目标 重新扬帆启航	曹雪江 (111)
学会忍让 净化内心	梁俊 (115)

进步篇

改造需要学习 学习也是改造	董五生 (119)
修身养性 行为宝典	冯文光 (121)
君子上达 小人下达	杨鹏 (124)
静思明事理 诚朴贯人生	刘立伟 (126)
付出爱心 收获快乐	陈二红 (129)
瑞雪兆丰年 “国学”谱新生	王渊博 (132)
良药苦口 惠及终生	刘绪明 (135)
路要让一分 味须减三分	崔福云 (138)
己所不欲 勿施于人	崔福云 (141)
苦中求乐 乐中求进	马峰 (144)
无诚则无德 无信事难成	于金龙 (146)
既来之 则安之	马永生 (148)
只有珍惜今天 才能畅想未来	吕珍贵 (151)
淡泊名利 知足常乐	把世文 (153)
一个篱笆三个桩 一个好汉三个帮	郝俊虎 (156)
久旱逢甘霖 他乡遇故知	孙补堂 (159)
人心似铁 官法如炉	刘国强 (162)
反躬自省明事理 荡涤尘埃净心灵	石有才 (165)
私欲无止境 切勿刻意行	于晓勇 (167)

堂堂正正做人 清清白白做事	史海东 (169)
付出心血 才有收获	李志宏 (171)
投之以桃 报之以李	刘金龙 (173)
知退一步 须让三分	樊成文 (175)
慎重交友 走好人生	王 辉 (178)
勇于认罪 诚求进步	葛满存 (180)
正视人生缺憾 再扬生活风帆	陈有先 (182)
战胜自我 迎接新生	原子农 (185)
挑战自我 走向成熟	王 震 (188)
积土成山 风雨兴焉	王小斌 (190)
金无足赤 人无完人	马 伟 (192)
前事不忘 后事之师	邹福林 (195)
转变思想 主动改造	陶 伟 (198)
认识错误 拯救自己	白维明 (201)
知人者智 自知者明	薛金书 (204)
战胜自我 超越自我	单利亚 (206)
玉不琢不成器 人不学不知义	王学礼 (209)
感受和谐 回归人性	刘 剑 (212)
快乐生活 轻松改造	刘保平 (215)
用心学 做好人	曹雪江 (217)
学而不思则罔 思而不学则殆	宋 磊 (219)
病从口入 祸从口出	王志飞 (221)
国学镜照污垢 国学灯明新路	冯文海 (223)
不断反省自己 努力改恶从善	蔚 祥 (226)
道德铸就人生 小节决定成败	韩泽明 (228)

漫步国学	感悟人生	葛建明 (230)
志存高远	始于平凡	栗华胜 (233)
言而有信	行而有实	谭卫东 (235)
积善成德	快乐一生	张海桥 (237)

警示篇

亡羊补牢	犹为未晚	刘金林 (241)
自暴自弃无前途	自信自强有作为	夏令 (243)
拒绝诱惑	认真服刑	刘少纯 (246)
将错就错铸大错	认罪悔罪做新人	郑荣生 (249)
欲生于无禁	邪生于无度	白维明 (252)

忏悔篇

谆谆的教诲 隐隐的悔意

翻开《弟子规》，开篇即是真、善、美，中华民族自古以来就是一个惩恶扬善的伟大民族，我在学习“国学”的过程中，最大的感触就是做人要善良。

记得年轻时的我，也曾有过对善的追求，向往过上幸福的生活。孝敬父母，应该说这个愿望是纯真而善良的，正如《三字经》中所言“人之初，性本善。”我走到今天，正是因为自己失去了善的本性，对物欲的追求日益膨胀所造成的。

面对现实，我幡然醒悟，我以贪婪方式获得的“财富”并不是父母所期望的，当初，我失去了善的本性，忘却了美的根本含义，将一时的“幸福”建立在别人的痛苦之上。活生生的现实又一次需要我做出抉择，是恢复善良的本性，还是继续做迷途的羔羊。通过学习《弟子规》，我深刻理解了古人的训导，明白了“善”对于人生的意义！

在政府的关怀、挽救和鼓励下，我决心认罪悔罪，重新做人，这不正是体现了一种善的人性吗？面对警官们善意的教导，亲人们期待的眼神，作为一名服刑