



青春的軌道

周鋼寰著



内 容 提 要

本书作者周钢寰热爱、理解青少年，有数十年教育青少年及文学创作的丰富经验。本书以花的年华的中学生及青少年为对象，内容切合实际，适合他们脾胃的一本好书，像牛奶一般有益的书籍（也适合中、小学教师阅读）。

本书第一辑“青年的修养”，绝大部分在《湛江日报》发表过。内容丰富多彩，针对青年学生的生活学习、思想动态、爱好追求，有的放矢地引导他们如何树立崇高理想、革命人生观；如何摆脱低级庸俗趣味，培养高尚情操；如何发扬优良传统等等进行循循善诱、劝导启发。第二辑“阅读与写作”，贯彻“二为”文艺方针及江泽民主席“以高尚精神塑造人，以优秀作品鼓舞人”的指示，对如何鉴赏作品，如何在阅读中消化、吸收成为自己的血肉，如何写好记叙文、议论文、日记、小说等各种文体，如何立意、选材、布局、用词等均有涉及，令人读了亲切、具体、自然，获益不浅。

本书形式活泼多样，篇幅短小精悍，文笔深入浅出，简炼、流畅、生动、是迎接香港回归，献给广大青年学生的最珍贵的礼物，又是青少年的良师益友！

作者小照



作者简介

周钢寰，原名周瑞腾，化州市梧村人，1920年生，大学毕业。曾任中共化县县委书记及报社编辑、记者职。现任湛江市五中高级教师、湛江市老干部关心下一代协会副秘书长、广东省文联、湛江市赤坎区作家协会会员、湛江市老游击战士联谊会会员、山东省东方美术研究院教授、国家书画艺术委员、鹤壁市艺术家画廊高级书、画师。中国诗歌开发部特约编辑、《湛江市志》编委。曾出版两本著作、在报刊发表数百篇作品，参加全国文学、书、画大赛，先后五十多次获奖。（包括1—3等奖）曾获“金奖诗人”、“当代书画艺术名人”荣誉称号。作品选入《当代教师诗歌散文选》、《中外分类诗萃》、《中国新诗人千家》（第三卷）《优秀新诗选》、《凡人》、《林砺儒教育思想研究》、《当代书画家作品集》、《跨世纪翰墨艺术家书画库》、《中国国际文学艺术博览》等。传略选入《中国当代书画家大辞典》、《当代书画篆刻家辞典·第二卷》、《中华文学人才名录》（中国文联）《中国当代高级专业技术人才大辞典》、《世界名人录》等十多部大辞典中。历年评为“优秀党员”、“先进老干部”。

文艺应该反映时代
新闻为人民服务

烟窗夜月

臧克家

一九三三年七月
时年八十有九

诗坛泰斗臧克家题词

臧克家小传

臧克家——现代著名老诗人，艾青与他被称为中国诗坛泰斗。1905年生，山东省诸城县人，1934年毕业于国立山东大学中文系。1929年开始发表新诗，受到著名诗人闻一多的帮助与影响，在艺术上力求含蓄、精炼、朴素、真实，受到了古典诗歌与民歌影响很深。1933年出版处女作诗集《烙印》，受到茅盾、老舍等前辈的好评。1934—1936年，他的诗集《罪恶的黑手》、长诗《自己的写照》相继问世，闻名于世。

抗战时期，他奔赴抗战前方，出版了《泥淖集》、《淮上吟》、《我的诗生活》、《泥土的歌》、《十年诗选》、《古树的花朵》（长诗）等诗集，歌颂、鼓舞抗战。

1956年他编选了《中国新诗选》。1957年1月伟大领袖毛泽东召见了臧克家，对诗歌问题作了重要指示。臧克家先后出版了《一颗新星》（1958）、《春风集》（1959）、《凯旋》（1962）、《欢呼集》（1959）、长诗《李大钊》（1959）。另外，还出版了文艺论文、随笔集《在文艺学习的道路上》（1955）、《杂花集》（1958）、《毛主席诗词讲话》（与周振甫合著）1991年重庆出版社编印了他的最新诗作《放歌新岁月》。中学语文课本选入了他的诗歌《有的人》，这是大家所熟知的。

建国后，臧克家曾任中国作家协会书记，《诗刊》主编；曾当选为中国作家协会理事，全国文联委员、全国人大代表，全国政协委员、常委；现任中国作家协会顾问，《诗刊》顾问，中国写作学会会长。1993年我应邀到北京参加文学创作会议时，他给我写了题词，对我及广大读者都有深远的意义。

是人生的軌道。書是教育的啟
蒙。青少年年的如書。具有深遠
歷史意義和現實意義。有
着堅強的生命力。可以超越時
空而存在。

周鋼震師長“青春的軌道”書名啟誌賀

凌世祥 敬題

一九九七年五月



凌世祥简介

凌世祥，1940年生，吴川市人，曾任随军记者。现任吴川市政协文史委员会副主任，市政协文史提案科科长（正局级）兼《吴川文史》主编等职。现是中华诗词学会中国近现代史学会会员，吴川市书法家协会副主席、吴川诗社副社长。先后在《人民日报》、《人民文学》、《文汇报》等报刊发表作品1780多篇，其中在美、日、英等国发表作品657篇（首）。159篇作品选入中、外选集出版，45篇作品在国内外参赛获奖。十多年先后主编出版《吴川英烈传》、《吴川历代名人录》、《吴川历代名人诗选》、《吴川民间文学精选》（与人合编）等。先后在香港等地出版个人诗文集，《南海涛声》、《岭南人家》、《故乡短笛》、《古陵惊梦》、《江南曲》、《诗歌创作谈》、《世祥诗词集》、《世祥诗歌集》、《世祥文集》等。1986年被评为广东省文化系统先进工作者，1989年获广东省第三届鲁迅文学奖，连续四届获湛江市文学艺术奖励基金会奖，连续五年获吴川诗社特别奖。传略选入《中国当代艺术界名人录》、《当代民间名人大辞典》、《中国当代诗词家名录》、《中国当代文化艺术人才传略》、《中国当代文艺家辞典》、《中华当代诗人大辞典》等15种名家大辞典。

目 录

《青春的轨道》序.....	黄明德 (1)
序 言.....	李寰英 (3)

(甲) 第一辑 青年的修养

让学生乐学趣学.....	(5)
端正学习态度.....	(6)
让学生养成独立工作能力.....	(7)
纯朴自然是真美.....	(8)
交友要选择.....	(9)
读文学名著的好处.....	(10)
读历史, 知国情	
——国情教育之一.....	(11)
毋忘国耻, 兴我中华	
——国情教育之二.....	(12)
要用辩证观点看问题	
——国情教育之三.....	(14)
不可盲目赶时髦.....	(16)
同学们应学习“美学”.....	(17)
从爱国影片中吸取营养.....	(18)
读《中国精神》, 做高尚人!	(19)

提倡“吃苦耐劳”	(21)
大力发展“素质教育”	(22)
也谈“追星热”	(23)
中学生心态一斑	(24)
年青教师不安心工作探源	(26)
同学们应鉴赏“高雅文艺”	(27)
切勿伤害学生的自尊心	(28)
勇当移风易俗的先锋	(29)
艰苦奋斗作风不能丢	(30)
与青年学生谈读书	(31)
要热爱、理解学生	(33)
成绩差、赶不上，怎么办？	(33)
香港回归，洗雪百年国耻！	(34)
考试作弊，自己吃亏！	(36)
同学们，暑假旅游去！ ——怎样过有意义的暑假之一	(37)
爱读书，会读书 ——怎样过有意义的暑假之二	(38)
社会是一本活书 ——怎样过有意义的暑假之三	(40)
数理化如何贯彻爱国主义教育？	(41)
健康第一	(42)
学生“出走”的反思	(43)
科学家的献身精神	(44)
一年之计在于春 ——与同学们谈学期的设想	(45)

要纠正“重理轻文”的偏向·····	(46)
从尊师谈到教师的职责·····	(47)
读书的苦与乐·····	(49)
读书要有选择·····	(50)
减轻小学生超负荷的作业·····	(51)
发挥学校图书馆的作用·····	(51)
活雷锋盘石·····	(52)
我国古代科技的杰出成就·····	(53)
怎样才算有道德?·····	(56)
要重视应用文写作·····	(57)
从沈阳“六少女出走”说起·····	(58)
家教重方法·····	(59)
学校应加强劳动教育·····	(60)
克服“心理脆弱”·····	(61)
要对学生进行性知识教育·····	(62)
关键是加强德育工作·····	(63)
要重视爱国主义教育·····	(64)
寄语中学年青教师·····	(65)
要精读《新三字经》·····	(67)
教师要加强“家访”·····	(68)
不要丢掉传统美德·····	(69)
学生要自觉抵制吸毒·····	(70)
“大学生的困惑”小议·····	(71)
师德是关键·····	(72)
中学生不可进舞厅·····	(73)
要重视校园文化建设·····	(74)

教师要热爱“差等生”	(75)
学校应恢复“劳动课”	(76)
学生应追求高文化品味	(77)
学好中国地理的秘诀	(78)
文学社、勤耕耘，硕果丰	(79)
以史鉴今，以史育人	(81)
价值观取向的多元性	(83)
真情感化、挽救失足青年！	(85)
“留堂”影响学生健康！	(87)
只识张学友，不知张学良	(88)
学校教育必须综合治理	(89)
学生必须坚决戒烟	(91)
体罚学生要不得！	(92)
学习冯贵洲同学的闯劲	(93)
小议“认命”	(95)
学习毛泽东青少年的革命实践	(96)
充分运用爱国教育基地进行爱国主义教育	(100)
高风亮节的熊大仁教授	(102)
雷锋的生平	(104)
同学们应怎样学雷锋？	(106)

(乙) 第二辑 阅读与写作

漫谈怎样读书？	(108)
快速读书法	(110)
读书与人生	(111)

郭沫若独特的读写方法	(113)
巴金的读书、写作经验	(115)
博览约取，穷本溯源	(116)
生活真实与艺术真实	
——推荐王朝闻《审美谈》	(117)
中国历史朝代记忆法	(119)
试论中学语文的美学价值	(120)
鲁迅的旧诗欣赏	(124)
文眼、诗眼和词眼	(125)
作家的职责	(127)
站得高，才看得远	
——谈谈作文主题的提炼	(129)
抱住一角写	
——创作经验漫谈之一	(130)
作品贵有新意新味	
——创作经验漫谈之二	(132)
记叙文要写出景物特点	(135)
散文中的“托物言志”	
——抒情散文写作谈之一	(136)
散文中的“借景抒情”	
——抒情散文写作谈之二	(138)
怎样写观察日记？	(140)
文章结构要严密	(141)
文章说理要透彻	(143)
论证的几种方法	(144)
文章开头的几种方法	(146)

文章结尾的几种方式	(147)
谈微型小说创作	(148)
怎样用词才能准确?	(150)
写文章概念要明确	(151)
谈“白描”手法	(153)
成语构法十三种	(154)
杨朔“炼字”传神	(155)

附 录

丹心热血育新花	
——与老诗人臧克家交往点滴	(167)
深受学生敬爱的老教师	
——记周钢寰关心青少年成长的事迹	
.....温才荣	(159)
高级教师周钢寰访问记	林进兴 (160)
后 记	(162)

《青春的轨道》序

黄明德

周钢寰同志是湛江市第五中学的高级教师，广东省文联会员，湛江市赤坎区作家协会会员，湛江市老干部关心下一代协会副秘书长，湛江市老游击战士联谊会会员。他从事教学及写作数十年，经验丰富。

他热爱中国共产党，热爱社会主义社会。深深地认识到青少年是国家的希望；是将来各个领域里人物的接班人，正是承前启后的重要分子。所以他把青少年作为自己工作的对象，至感责任重大，经常研究如何做好青少年工作。

在教学期间，数十年如一日，周钢寰同志深刻了解到自己的工作实施到学生身上是好还是坏，无不关系到国家的命运和前途。因此，对待工作，都做到如临深履薄的态度。他首先以德育为引导，从而牵带学生的全面教育。学生在学校、在家庭以及在社会上所处的环境，要求自己先作详细的了解，然后施放自己的教法，使革命传统、爱国主义、社会主义的教育都融贯进具体的思想情况与存在问题的掌握上，从而解决之。

由于他经常作课外的调查工作，接受青少年人的邀请，作课外的讲座，深赢得了各学校和社会的赞扬。

周钢寰同志，不但是位优秀的教师，也是位聪敏的作家。于是他将自己教学的收获，都写进入了这本《青春的轨道》一书里面了。

书中的第一辑《青少年的修养》诸文，多数先后在《湛江日报》上发表过。每篇都是有的放矢，对症下药的。他彻悟“热爱”是沁入学生心灵的细雨；“信任”是打开学生心灵的锁匙；“疏导”是通向学生心灵的桥梁。三者均立足于调动学生自我教育的主动性和积极性。

书中第二辑《阅读与写作》诸篇，大多数已发表于《湛江日报》、《羊城晚报》、《荔乡》、《凌霄》及《沿海新闻报》上。他根据自己多年的实践经验，将阅读与写作、读法与写法打成一片，深入浅出地分别描述，这对青少年人的鉴赏及写作能力的提高，很有帮助。

周钢寰同志这本《青春的轨道》，总的说来，不独是一本中学生的好书，也是一本中学教师的好书。他对青少年人如何树立正确的人生观、价值观以及如何从事阅读和写作都有很切实的启示和帮助。希望青少年学生，和做青少年教育工作的老师、干部，都读它、运用它。发挥这本书的应有作用。

（注：黄明德同志是原中共广东省委委员，湛江地委副书记。湛江地区行政公署专员。湛江市老干部关心下一代协会名誉会长，湛江市老游击战士联谊会名誉会长。）