

MY SECRET PATH TO
TSINGHUA UNIVERSITY

巧学助我上
清华

郁琉 著

备战高考 全奖留学
一部自我规划 挑战极限的
实用文本

作家出版社



作家出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

巧学助我上清华/于超著. - 北京: 作家出版社, 2012. 1

ISBN 978 - 7 - 5063 - 5947 - 4

I. ①巧… II. ①于… III. ①中学生 - 学习方法 - 高中②高等学校 - 入学考试 - 经验 IV. ①G632.474②G632.46

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 134588 号

巧学助我上清华

作 者: 于 超

责任编辑: 张月寒 秦 悦

装帧设计: 牙 牙

出版发行: 作家出版社

社址: 北京农展馆南里 10 号 邮编: 100125

电话传真: 86 - 10 - 65930756 (出版发行部)

86 - 10 - 65004079 (总编室)

86 - 10 - 65015116 (邮购部)

E-mail: zuoja@zuoja.net.cn

<http://www.haozuoja.com> (作家在线)

印刷: 三河市北燕印装有限公司

成品尺寸: 152 × 230

字数: 200 千

印张: 13.25

印数: 001 - 8000

版次: 2012 年 1 月第 1 版

印次: 2012 年 1 月第 1 次印刷

ISBN 978 - 7 - 5063 - 5947 - 4

定价: 25.00 元

作家版图书, 版权所有, 侵权必究。

作家版图书, 印装错误可随时退换。

序

我争取言简意赅，围绕教育、成长、奋斗的话题，分享我的经历，谈谈什么造就了成绩优异的学生，什么造成了成绩的分层，我怎样克服障碍，最终名列前茅。我提高成绩不靠延长学习时间，而是提高效率、增加睡眠时间；不靠心血来潮的“猛学”，是按计划一步一个脚印地走。我克服了对考试和排名的过度重视，将考试拉到了日常的检测计划中，不计较平时考试的得失。

学习的核心要素是“学习力”和“学习关系”。“学习力”是学习的能力，“学习关系”是学习习惯、学习心态及师一生、生一生关系的总和。你会发现和政治课的内容一样，为了提高“学习力”，先要解放束缚“学习力”的“学习关系”，改善“学习关系”要培养好的高效的学习习惯，克服惰性。我会结合奋斗经历，谈谈如何做到这一点。

整个过程的实质是验证“功夫不负有心人”的真理性：下功夫+有心=不辜负。两个条件只要满足，结果不会令人失望。

冲过了高考，面临的是大学四年。我结合清华四年的学习、生活经历，谈谈如何面临大学突然没有压力的茫然、当代大学生的责任与使命是什么。大学学习最需要的不是成绩的高低，而是对职业、事业、人生的整体规划，知道自己想要什么。大学期间，我对学习兴趣、学习目的、学习计划有了新的认识，第一次知道我为什么成绩好，对中学学习进行了反思。

杜甫说的话很有道理：文章本天成，妙手偶得之。我写得很顺，其实

这本书不是写出来的，是我真正经历的，是客观存在的思想和行动，只不过我今天进行了整理归纳。

写作的感觉很好，往昔的记忆依然清晰。曾经的苦闷、彷徨、坚韧、执著，随着文字流淌。内心深处曾经的我，用文字讲述着一个个真实的故事。有些曾给很多人讲过，有些第一次讲：日记中记录的奋斗往事，脑海里留存的些许印象，今天一并写了下来。

我直面剖析自己，大家看后会对很多想法产生共鸣，这些想法是我在“旁观生活”时，不经意间看到、体会到的，也从中认识了世界，认识了自己。其实，我只是应试教育的缩影，或者说代表，我是一种制度比较正面的产物，是经过自身修正的产物，但还是带着制度的严重烙印，一生都抹不去。

整本书可以看成经验总结、回忆录或者随想录。我希望和大家分享找到的苹果，还有很多我没有找到，或者找到但不全，希望大家建议批评。

感谢所有关心我的人，特别感谢我的父母和老师。

谨以此书献给我一样有着学习困惑、有着或曾经有着清华梦的学子们。祝你们好好学习，天天向上。

郁 疏

目 录 contents

序 / 001

楔子 / 001

第1章 高考：初证“功夫不负有心人”

1.1 我听不懂课 / 003

┌ 1.1.1 别人已经比我强 / 004

├ 1.1.2 别人效率比我高 / 005

├ 1.1.3 别人睡觉比我晚 / 006

└ 1.1.4 老师讲课比我快 / 008

1.2 我的办法 / 009

┌ 1.2.1 综合分析——否定延长学习时间方案 / 009

├ 1.2.2 初试失败——否定心血来潮速胜方案 / 010

├ 1.2.3 逆向思维——否定龟兔赛跑长期方案 / 011

├ 1.2.4 找到突破——放长线，钓大鱼，不计较一城一池的得失 / 013

├ 1.2.5 制订计划——先改变“学习关系”，再发展“学习力” / 018

├ 1.2.6 开始实施——我没有完成作业就睡觉了 / 020

├ 1.2.7 继续推进——第一次考前不复习，平等对待每一张卷子 / 024

├ 1.2.8 发现缺口——假期大家都放松，我坚持 / 028

└ 1.2.9 分开预习——在假期集中预习，填补和别人效率差距 / 030

- 1.2.10 逆境坚持——众人皆睡我独醒 / 036
- 1.2.11 未见希望——前途暗淡信心明 / 040
- 1.2.12 拨云见日——开辟第二战场，大胆走合作学习化道路 / 042
- 1.2.13 放开冲刺——军事化时间安排，不惜透支生命 / 049
- 1.2.14 永不满足——对我的“大惊小怪”是因为不知道我的实力 / 053
- 1.2.15 友谊无价——同桌的鼎力支持 / 059
- 1.2.16 考场心态——上天不会轻易让一个人成功 / 064
- 1.2.17 填报志愿——宁可后悔一年，不后悔一辈子 / 074
- 1.2.18 情感反思——抛弃多彩少年时光考清华值得吗 / 077

第2章 清华：再证“功夫不负有心人”

2.1 达到目标后的茫然 / 081

- 2.1.1 我为什么缺少动力 / 081
- 2.1.2 我为什么没有目标 / 083
- 2.1.3 我为什么要考清华 / 085
- 2.1.4 我为什么考不及格 / 088

2.2 我的尝试 / 090

- 2.2.1 多方咨询——放弃学习第一，恶补人际，高手云集怎么办 / 091
- 2.2.2 自设目标——检验“功夫不负有心人”是否有极限 / 093
- 2.2.3 迅速实现——证明“功夫不负有心人”在清华依然成立 / 095
- 2.2.4 承认失败——人生不能总给自己再来一次的机会 / 098
- 2.2.5 放弃应试——找回曾经纯粹的求知欲，我就想知道这是咋回事儿 / 100
- 2.2.6 课堂兴奋——知识即使不考试也很重要，有知识自然考得好 / 103
- 2.2.7 视野开阔——读万卷书，不如行万里路 / 105
- 2.2.8 多方发展——水立方我就是希望见温总理 / 109

- 2.2.9 坚定理想信念——出国是为了回清华培育最优秀种子 / 114
- 2.2.10 开始实践——通过副校长给物理实验提建议 / 119
- 2.2.11 做我自己——不怕真实的自己造成人际关系紧张 / 121
- 2.2.12 投入集体——培养主人翁意识，在集体奋斗中寻找家的感觉 / 125
- 2.2.13 解决问题——要根据班情制定班级学习方案 / 130
- 2.2.14 抓住机会——在清华多和人交流 / 138

第3章 弱势：三证“功夫不负有心人”

- 3.1 为什么我上体育课总心慌 / 146
 - 3.1.1 我是否忽略了真理可行的条件 / 146
 - 3.1.2 我是否刚好满足了智育的前提 / 147
 - 3.1.3 我是否能够补证明真理的广泛 / 148
- 3.2 我的改进 / 149
 - 3.2.1 直面弱点——我从什么时候起开始说“我体育不行” / 149
 - 3.2.2 系统分析——我是否可以在最薄弱的地方证明真理 / 151
 - 3.2.3 创造条件——找一项从未做过的运动自学验证成功 / 153

第4章 反思：再论“功夫不负有心人”

- 4.1 总结与思考 / 156
 - 4.1.1 人是从什么时候开始分层 / 156
 - 4.1.2 应试教育到底在筛什么人 / 169
 - 4.1.3 高考成功要依靠推迟奖励 / 172
 - 4.1.4 推迟奖励和兴趣成功异同 / 180
 - 4.1.5 当代大学生的责任与使命 / 185

- 4.1.6 班级自治能够达到的效果 / 187
- 4.1.7 大学搞科研需要教师培训 / 191
- 4.1.8 迎奥运感受小学校大教育 / 192
- 立 4.1.9 反思“功夫不负有心人”的意义 / 195

写作感悟 / 202

洛杉矶的天空比想象的蓝，华人比想象的多，楼房比想象的矮；好莱坞大街没有王府井热闹，迪士尼排队的人比不上国内游乐场；大街上行人异常稀少，汽车主动让路，也不阻塞交通；地铁有自动售票机，却无人查票；火车车厢空荡荡，速度慢得惊人：生活和想象的不一样。

课堂的气氛没有想象的活跃，老师抛出的问题和者寥寥。美国同学比想象中在意分数：每逢期末考试，街上就会出现大量穿内衣的学生跑步，声嘶力竭的喊声伴随着零点的钟声，好像蒙受了很大的冤情；讲评试卷，美国同学直言不满，理直气壮的程度让我震惊；图书馆“平日不难找位置，考前爆满”的景象在美国亦然；自习到关门的往往是亚洲同学，考试分数保密，美国同学的分数无从得知，中国同学倒是普遍得A。

我在这边学习生活很愉快，压力比国内小，条件比国内好，每月读博士的奖学金还有小额剩余，终于不用父母支付我的学费生活费了。我打算攒些钱，请他们参加我几年后的博士毕业典礼。他们一生辛劳节俭，为我付出和牺牲了太多。

我感受到了日常学习生活的幸福，学我想学的，做我想做的，关注每一个有意义的细节。考试已经完全从学习的目的和意义中淡出了：我不会考不及格，也不再将高分当作目的，考前甚至考试中都不紧张，对考后的假期也没有期待。心情放松，我的幸福在此刻，不在未来。

有趣的是，在淡然的心态中，我两次考了满分，教授发邮件祝贺我，我却没有激动：身经百战的我早已练成了应试高手，何况相关内容我在清

华学习过，清华的本科基础很牢，考满分未必表明我的学习能力。考试考查知识再现的能力，读博士是锻炼研究能力，我的研究能力还很弱。

我将消息告诉了身边人，“满分”短时间成了午饭的话题，我不回避，也不谦虚，心里怎么想的就怎么说：大学学过分数就高，没学过的那门分数就低，就这么简单。不在意考试，才不背负好成绩的压力、坏成绩的苦恼，才不再做表面潇洒内心在意的人。

不在意，是跨越了在意的阶段，跨越是艰苦的挣扎换取未来的轻松。我曾在求学路那么看重成绩排名，那么拥抱高考，付出了许多艰辛，没有那时的在意，恐怕难有今日的洒脱。

第1章

高考：初证“功夫不负有心人”

1.1 我听不懂课

每个班级都有听不懂课和听得懂课的学生。将各班听得懂课程的学生集中到新班级，原先听懂课的人会听不懂。为什么？很简单，任何班级，老师都不会也不能照顾最慢的同学的进度，总要照顾大多数：你名列前茅，听课当然如鱼得水；你在后面，讲课节奏自然比你的接受能力快。集全国各省精英于清华北大，考试也有倒数第一，上课也有人听不懂。听懂和听不懂课是普遍存在的。分层次教学将学得差不多的学生集中上课，却造成了新的分层。中国学生很多，班级人数多，总有后面的同学，总有人听不懂课。

在小学和初中，我一直是班里佼佼者，从未尝过听不懂课的滋味。那时老师这么表扬我：“你看郁琉，永远那么虚心，无论我讲多么简单的问题都不错眼珠地听，希望没听懂就说话的同学向他学习。”其实听得懂的人不会说话，他会乐在其中，半懂不懂就自我膨胀的人愿意说话炫耀，真正听不懂的人可能开始几节课不说话，但是几年不说不太可能，听不懂的人很难每天傻坐在椅子上。即使在清华，一门很多人听不懂的课，教室里也有嗡嗡声。课堂噪声是教—学关系的反馈，它产生的原因需要关注，解决它要师生双方共同努力。

我在高一第一次听不懂课，准确说是跟不上。感觉老师的进度、作业的进度比我的接受能力快。我习惯听老师慢条斯理地娓娓道来，前因后果说得非常清楚。入学分到了好学生的班级，讲课速度快，难度深，我一时很不适应。上课时很多题目还没有反应过来，其他同学已经和老师互动了，很快进入了下一个题目。

我不精通自学，需要老师耐心讲很多遍才能领悟。高中的老师不喜欢重复，也不细致，很多内容需要课后自己做。这对自学能力欠缺的我来说是挑战。

我第一次感觉自己不再是课堂的主人，像看电影一样看着老师和其他同学的精彩互动，第一次体会了局外人看热闹的心理：这个课堂不是我的，我只是旁观者。

1.1.1 别人已经比我强

“大家生来一样”即使是真理，经过十几年的学习，打下的基础也有牢疏之分，更何况强中自有强中手。班级中基础比我牢固、思维比我灵敏的人很多，中考让好学生上了重点高中，等于优势力量的集中培养。很快，我在入校的小考明显落后了，和我在初中年级第一的名次有很大差距。不过，平心而论，当竞争的范围扩大，竞争的选手增多，遇到基础比我好的同学很自然，就像我来到清华后发现很多同学比我强。

中考让我有机会和全市的高材生做同窗，成绩好的学生分到了实验班。第一次的自我介绍就很不一样，有的同学出口成章；有的同学机智幽默；有的同学多才多艺。英语课上，有的同学娴熟地用英语和老师对话；数学课中，有的同学对新讲的定理如数家珍；物理课上，有的同学像是牛顿的老朋友；化学课下，有的同学已经拿着复杂的方程式和老师切磋……

我一上课就有几件事想不明白。他们为什么跟得上老师的思路、做题很快、能到讲台给我们讲？怎么老师话音一落他们就像事先知道答案似的举手回答？一节课我还没听明白，怎么人家已经和老师互动了？

“人外有人，天外有天”。心高气傲的我第一次被挫了锐气，羡慕中略带一丝感伤。同样是中考高分，他怎么读了那么多课外书？她什么时候学的钢琴？他去哪儿悟了那么多理化知识？她如何提高的口语水平？最重要的，我怎么不如他呢？

井底之蛙在外人来看孤芳自赏，它若跳了出来，还真需要适应一段时间。广阔的天空意味着无限的可能，既可能把握了更大的机会，也可能在激烈的竞争中一蹶不振。我初到高中和刚入清华遇到的最大困难都在此：“鸡头”当惯了，突然变成了凤尾，心理有落差。

1.1.2 别人效率比我高

家人曾经告诉我，我不聪明，是笨鸟，飞得慢，要先飞才有希望第一个到达目的地。很多年我都相信这句话，不要小聪明，充分预习，认真听讲，及时复习。

笨鸟先飞的实质是我比别人先起飞。中考后的暑假，我花了一部分精力预习高一的课程，本以为算笨鸟先飞了，可惜，其他同学在假期也没闲着，都提前进入状态，或是自学，或是报班上课。相比之下，我算预习少的。

暑假的先飞没有实质的帮助。开学后，所有人都在飞，经过中考筛选的同窗都是飞行健将，我的速度比别人慢。

我一天每科能做一本练习册，有的同学做两本；小测试卷子我一个小时答完，快的同学半小时就交卷了，成绩还比我高；背古文和英语课文，我要读很多遍才能记住，有的同学读两遍就会背了，我有时怀疑他以前就

很熟悉这些课文；课上老师提问，我还没有思路，已经有人举手回答了，我在没有任何独立思考结果的时候听了别人的想法，无法快速判断对错，就进入下一个问题了。

新班级的课堂进度不会照顾我。我在课堂上专注地听，希望靠全神贯注从老师的口中得到快速的理解，但是我失败了。我眼睛盯着老师，脑子没有跟上。一节课下来，我以前会的还是会，以前不会的，还是没学会。

课堂上的表现深刻地说明我无法短时间内掌握知识，进而导致完成课后作业复习非常困难。试想，在课上老师讲都没有听懂，怎能指望课下一看就独立解决了？预习时的问题课上没解决，回家再看一遍书就会了？这不可能。至少昨晚没懂的东西，不会今天一看就全懂了。我看十几遍也许会懂，即使不懂也照葫芦画瓢知道怎么回事。现实的残酷在于，我疲惫地忙着赶作业，像老牛拉车一样缓慢地前行，连当日事当日毕都实现不了，怎么看额外的十几遍？怎么提前预习明天的内容，做到笨鸟先飞？我今天没有解决的问题是否可以先放下，拿起书本预习明天的，相信明天跟得上老师的思路，开启新的生活。我尝试过课上不错眼珠地盯着老师，强迫自己处于兴奋状态，结果还是越落越多。无论怎么预习，也达不到和其他同学的思路同步。过了很久以后我才知道，所有的情况和那天具体的课上内容没有太大关系。跟不上的根源是我的课堂效率没有别人高。换句话说，我的课堂效率在以前的班级是最高的，在高手如云的高中新班级，我遇到了比我效率高的人，而且很多。

1.1.3 别人睡觉比我晚

衡量高中生刻苦程度最常用的方法是看晚上几点睡觉、一天睡几个小时。老师、家长、同学都倾向于认为，睡觉越晚的学生，学得越刻苦。即

使你成绩不理想，只要晚睡早起，大家多半会说“这孩子很刻苦，就是没找对方法”，或是说“这孩子用功，就是脑瓜不行”。这些评价都肯定了一个前提：睡得晚表明刻苦。很长时间我也这么认为。一个人晚上不看电视，不玩游戏，只学习，睡得很晚，除了刻苦还能说明什么呢？即使他没看懂知识，却一直试图看懂，不就是刻苦吗？

于是，班级中悄然有一种风气，相互比谁睡得晚。互相有竞争的同学，特别想知道别人什么时候睡觉，生怕比别人少学了一个小时。大家关注的硬性指标是“你每天晚上学到几点”。回答大概是10点，11点，或者12点。大部分人的回答比实际睡觉时间早一点，同时又会非常巧妙地回问一句“那你呢”。

用睡觉时间分析用功程度很快就有了相反的效果：既然早睡觉代表不刻苦，早睡觉成绩还优秀，这人一定聪明。脑子不聪明，凭什么少付出却多收获呢？收获和努力不成正比，只好将多收获的部分归结为先天，认为天生聪慧注定今日成果。到了后来，大家不以刻苦为荣，会以成绩好睡觉早为牛。

我每天22：30睡觉，第二天6：10起床，保证7小时40分钟的睡眠。我问同学：你什么时候睡觉？

回答大多是：“我11点就睡了，太早了吧？郁琉肯定比我睡得晚吧？”

或者说：“我每天不一定，有时候11点半，有时候12点，看心情。不过我肯定没有你学得刻苦。”

我就很惭愧，大家认为11点和11点半睡觉也是比较早的，实际的失眠时间会更晚。我说：“我10点半就睡觉了。”大家不屑地说：“谁信呢，别骗人了！”

这下糟糕了，别人普遍睡得比我晚。睡得晚就能完成更多内容。我很怀疑，那么晚睡第二天不困吗？这样下去身体能行吗？新闻上说，高中生大多不能满足7小时睡眠。既然是中国的普遍情况，应该也没什么。具体到我，我可以将睡眠时间向后推迟一点，但不能推迟很多，不然身体吃不

消，第二天上课会犯困，得不偿失。

同学基础比我好，效率比我高，睡得比我晚。效率 $\times$ 时间=工作总量，人家每天工作总量比我大！换句话说，我不仅已经在后面，每天也都落在后面，而且会越落越远。

1.1.4 老师讲课比我快

之前那些不是最严重的。最要命的是老师的讲课速度超过我的接受速度，严重影响听课效果。同学的基础好，自学能力强，老师提基本概念问题常常一呼百应，停留很短时间就继续往下讲。结果出现这样的状况：基本概念还没怎么讲就过去了，我的基础没打牢就跟着拔高，就听不懂了。文理科的很多知识具有连贯性，前面的概念定理单词语法掌握得不扎实，很难理解后续内容。英语老师用英语在课堂和大家对话，我忙着想每个单词的意思；数学老师让我去黑板做题，我很为难，连简单的都没弄懂，站了半天，也写不了一个等式。久而久之我就会被甩下去了。还不如只听完基础知识，深刻理解，有时间再琢磨拔高内容。

理解有不同的层次，自学的理解只能算是整体的理解，很多细节说不清楚，背后很多深刻的道理挖掘不出来。上课直接在大部分同学预习的基础上跳过基础概念的讲解不算节省时间。课上最关键的是基本概念的深入理解，深刻记忆，第一遍学习很重要。自己看书和老师讲解的最大区别在于思路是否连贯。老师循循善诱，将零散的知识串线，前因后果说得清楚。自学的效果总没有老师穿的线牢固。何况，高中阶段主要是打基础，不搞奥赛的话，掌握基础最重要。

本来先讲基础，由基础加深拔高。这也是实验班有时并不适合我的原因，讲课实在太快了。我理解速度很慢，我的朋友教我，教三四遍我才能