

风 辛 亥 革 命 动 能 定 理 电 解 质 有 丝 分 裂
大事年表 时政热点 元素周期表 小滑块 课堂效率 举一反三 温故知新 理解性记忆 自主学习 时间规划
金牌 墨池水怪 韵律操 网校 远端 怪味面 林荫中街 青春 梦想 奋斗 泪水 恰同学少年
长 实名 推荐 艺 体 特 长 生 托 福 雅 思 S A T E - J C V C I
个 手 衰肌 黑暗料理 辣条 取快递 室友 澡堂 外卖 自行车 论文 独立 成长 牵挂 乡愁 单身狗 dog 蛤蛤

我们在林荫中街憧憬了多少日夜的未来与梦想，
我们在世界各地回想起三载春秋的奋斗与执着。

于是，我们在这本书里写下我们的青春：

听四川省理科状元讲他的“林荫故事”，
看美国第一夫人米歇尔在七中曦园与我们切磋太极，
让“超牛理科班”班长带你重回“七里香”盛开的光阴，
请各路学神为你将“学习·生活·成长”——道来。

我们从 七中起飞

钟李隽仁 康维阳 主编
成都七中2014届学生志愿者 编著

Here we set off



四川文艺出版社

本书是一本关于成都七中高中学习生活的经验分享录，全由成都七中2014届学生志愿者倾力编纂而成，历时两年。本书从七中生活、七中人在大学、七中人的学习方法、高考之外的升学路四个方面入手，全面展示了成都七中中学生在校学习、日常生活与成长成人之路的点点滴滴。所选文章丰富多彩，不仅有学习方法与升学之路的归纳，更有对成都七中课外生活的记录与高中生成长心路的总结。本书期盼对所有正在成长的中学生与家长们有所帮助，更愿意给全社会关心成都七中的每一个人提供了解七中生活的窗口。

成都七中2014届学生志愿者

本书的编委会由钟李隽仁（现就读复旦大学）、康维阳（现就读北京大学）组织，成都七中2014届学生志愿者组成。这群刚毕业的高中生里，汇聚了四川省理科状元、美国第一夫人来校翻译、“超牛理科班”班长等优秀人才，但却不仅于此。他们并不想把本书变成一本简单的学习方法分享，更想在书中体现七中文化的多元与厚重。在他们当中，有的因为打太极登上了美国“美联社”年度一百张图片，有的因为拍电影小小年纪就与峨眉电影厂签约，还有的毕业之后在四川音乐学院组织了一场七中人的音乐会。他们并不想以成绩论英雄，更想发掘每一个闪光的自己。他们期待这本书面世社会之后，家长们不要把本书又一次当作“榜样”和“模板”来训导子女，而是让孩子们不仅能够繁重的学习任务之中得到借鉴，更能找到自己真正热爱并能伴随一生的东西。

图书在版编目 (CIP) 数据

我们从七中起飞/钟李隽仁,康维阳主编. —成都: 四川文艺出版社, 2016. 1

ISBN 978-7-5411-4257-4

I. ①我… II. ①钟… ②康… III. ①中学生-学生生活-文集 IV. ①G635. 5-53

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 310085 号

WOMEN CONG QIZHONG QIFEI

我们从七中起飞

钟李隽仁 康维阳 主编
成都七中 2014 届学生志愿者 编著

责任编辑 邓永勤
责任校对 蓝 海
责任印制 唐 茵
封面设计 张 妮
版式设计 张 妮

出版发行 四川文艺出版社 (成都市槐树街 2 号)
网 址 www.scwys.com
电 话 028-86259285 (发行部) 028-86259303 (编辑部)
传 真 028-86259306

邮购地址 成都市槐树街 2 号四川文艺出版社邮购部 610031
排 版 四川胜翔数码印务设计有限公司
印 刷 四川机投印务有限公司
成品尺寸 150 mm×230 mm 1/16
印 张 22.75 字 数 300 千
版 次 2016 年 11 月第一版 印 次 2016 年 11 月第一次印刷
书 号 ISBN 978-7-5411-4257-4
定 价 36.00 元

版权所有·侵权必究。如有质量问题,请与出版社联系更换。028-86259301

编 委 会

主 编

钟李隽仁 康维阳

编 委

陈 宸	罗佩珊	赵煦风	钟怡婷	阳宗原	何文曜	付裕如
韩明哲	熊文博	李文凝	陈禹东	苏 畅	黄诚睿	江昊懋
黄煜傑	彭思皓	龙珂宇	苏晟宇	雷博文	李寒雨	温天昊
魏一萌	黄 铮	陈昱薇	谢嘉欣	陈婧婷		

001 / ▶ 林荫故事

林荫街的日子 / 封 凡……003

2014 我的高三时代 / 叶 子……007

林荫光华 / 钟李隽仁……016

记我与 2014 届 8 班的优秀同学 / 朱紫熹……022

当好运降临 / 陈艳玲……030

风吹过的路依然远 / 周文景……034

选择与坚持 / 黄志鹏……038

信仰的力量 / 刘定鸿……043

致美丽的你们 / 罗佩珊……048

高中的宽度 / 马鸿浩……052

年 年 / 谢嘉欣……057

高三那年 / 余宏忠……060

韶华如烟,细品香醪 / 赵煦风……065

我的高三 / 刘 路……068

我那平平凡凡的高中 / 种 建……072

纵是千阙歌 / 陈治宇……076

高三——我的成长 / 宁志禹……081

你的样子 / 张凝果……088

崎岖也是一种快乐 / 陈 铭……095

时光剪影 / 高鉴钰……100

105 / ► 踽踽他年

清华生活 / 雷博文……107

交错的时光 / 彭 伟……110

这就是你想要的大学 / 龙珂宇……114

“你一看就是成都七中的”

——从成都七中到南洋理工大学 / 温天昊……119

你好! 这是来自 Houston 的问候 / 向惠迪……123

将之未之 / 田苗秀……129

我在英国的这一年 / 刘梦雨……136

新奇迹 / 毛开怡……140

初入燕园 / 徐立鼎……144

学工成疾 / 彭思皓……148

这里的生活不会让你失望 / 陈昱薇……152

写在故事结束的后来 / 蒲元舒……155

最终才是海风渐起 / 黄筱伊……158

165 / ► 学海何作舟

地大物博，理藏于中

——高中地理学习浅谈 / 冯 艺……167

高考和学习的一些想法 / 曾执天……175

一个和正文毫无关系的题目 / 杨冰佳·····	183
你们可以看一下的经验 / 王昱力·····	188
浅谈我们的高三 / 易子立·····	192
如果你不是最优秀 / 朱宸骁·····	196
高三是一场战役 / 熊文博·····	201
没那么可怕 / 李寒雨·····	206
我知道,你可能会跳过我的文章 / 韩明哲·····	212
行走过高三 / 程诗雨·····	219
不要再为懈怠找借口 / 巫梦洁·····	226
杂草丛中乱弹琴 / 龚敏瑞·····	230
怎样考好高考数学 / 莫祥博·····	237
高考文科学习的一些技巧 / 秦 滢·····	241
杂谈语文与英语学习技巧 / 钟怡婷·····	250
语文那些事	
——浅谈高中语文学习方法 / 王一乔·····	255
物理学习中的状态与过程思想 / 程海粟·····	262
浅谈理综的学习方法与应试技巧 / 王 轲·····	269

275 / ► 独辟书山径

北大自招之路——从面试到面试 / 何致远·····	277
我曾经跨过山和大海 / 阳宗原·····	283
自己走的路	
——一个“坏学生”的自我修养 / 陈 巴·····	289
数学竞赛经验 / 刘钧昀·····	294
关于物理竞赛学习的经验 / 袁 子·····	301

二三事杂谈 / 钟皓曦……303

生生不息的七里香

——某生科狗的自我修养 / 李 承……306

关于自主招生的经验 / 肖昌明……313

艺术特长生并非捷径 / 彭思佳……315

岁月如歌，辗转天涯

——一个艺术特长生的高三生活 / 黄煜傑……318

边度邀歌 / 徐婉婷……323

让我走远吧走远吧 / 彭依嘉……329

Why we study abroad? / 洪天泽……335

致亲爱的学弟学妹们 / 琺 朝……338

把握节奏，奋力拼搏

——出国留学考试心得 / 刘少聪……343

美国名校哪家强？

——That's bullshit! / 罗富元……348

最后的话 / 康维阳……350

写在后面 / 钟李隽仁……352

林荫故事

七中生活的点点滴滴



在刚刚跨进成都七中的校门时，我们永远无法预测接下来三年的故事将被怎样地编织。三年的按部就班。在某个静谧的夜晚，银河浪起，吞吐我们成谜的心事：看惯了东西南北的风月，才恍然发现，我们已将最美好的时光都耽搁在了曦园的晨光下、墨池的水影中。



封 凡

成都七中 2014 届 13 班
北京大学化学与分子工程学院
2014 年四川省高考理科状元
全国化学奥林匹克竞赛一等奖

林荫街的日子

开始的开始 我们都是孩子
最后的最后 渴望变成天使
歌谣的歌谣 唱着童话的影子
孩子的孩子 将要飞往哪儿去

还是一个平常的忙碌夜晚，偶然听到室友放的这首歌，简单柔美的曲调中总有一种难以言表的伤感，一问才知，这是一首毕业歌曲，叫作《北京东路的日子》，那么，不如这篇小文就叫作《林荫街的日子》吧。

燕园缓步，咀嚼着在刚刚结束的沙龙里教授语重心长的话语，路过博雅塔下，路过未名湖畔，路过静谧的燕南园，路过北国的初寒。“你们并没有赶上最好的北大。但其实一切都是轮回，下一次是多久，谁也不知道。”也是这一瞬间忽然忆起那时的每天，穿过校门两旁的紫荆，穿过馥郁的七里香，穿过曦园浓荫里的蛙鸣，穿过南国的新暖。也不知，我们是否赶上了最好的七中？

最好的时光，总源自最好的人。最好的北大属于蔡元培、李大钊和胡适；最好的七中，也许属于那些在学校里悬挂着的照片上的院士们。看着高中的挚友们走上不同的道路，有的在啃着艰深晦涩的英文学术文献，有的在彻夜不眠地完成着设计制图，有的在实验室里创造着可能的奇迹，有的在星光下洋溢出多彩的词句，我相信，至少是期许，下一个轮回也许并不遥远。

每个人，也在经历着小的轮回。燕园的歌声让我回想起“你有多大能耐，七中给你多大舞台”的霸气，傍晚播放的歌让我追忆起曦园午后的音乐。也许这就是“自其不变者而观之”吧。

学业和绩点，本科生科研，出国托福考试，经济双学位……今天也是迷茫和困惑，就像那时一样。那么多出路：高考、竞赛、自招，放弃哪一个也舍不得。还记得当时的日子，每天的作业之后，翻出蓝皮《无机化学》或是那本《基础有机化学》，一页一页慢慢啃着，或是借来一本自招数学书，不自量力地刷几道题，然后在晚自习结束铃响时败下阵来。已经记不得当时是否有压力，只记得13班教室每一个位子都让我觉得舒适而安稳。因为有目标，因为知道要为每件事情做一些准备，知道未来充满希望。

稳妥之后，是冲刺的汗和泪。当我走上竞赛的路之后，就没有机会回头。假期减免的作业并不能带来多余的空闲，而更多的时候是看见整个学校里只剩下我们二十几个人，仍然全天上课。记得那个年底，沿江哥发在QQ空间的年终总结里写道“白天一整天的课，晚上下了自习，寝室几个人一起去买一袋泡凤爪吃，那段日子，现在想起来真是美好。”这便是回忆吧——那是最辛苦的日子，却也是最美好的日子。

其实也是竞赛，让我懂得了总有比自己更厉害的人，也许是之前有更多的付出，也许真的是天赋。这时抱怨没有任何作用，为了追赶他们，唯一的方法就是付出时间和精力。

高三前的那个暑假，带着零诊的一塌糊涂，我也总算彻底扔下了

高考，放手搏化学竞赛。看着剩下的模拟题渐渐变薄，窝在空调房间里不出门的想法也就被渐渐淡忘。生活的点缀无非是某天周老突然给我们放一晚上假时，独自去看一场电影，或是晚上下课之后约何秋翰踢一会儿球。而现在，我也不能想象我是怎样度过一个完全没有假期的季节的——从8月中旬到12月初，一天也没有休息过。也许真是这样，每一个痛苦煎熬的现在，在涅槃之后都会变成美好的回忆。

每条路都是残酷的。还记得那时我们的“午饭四人组”：我、刘沿江、姜仲禹和刘世钊，每天中午都去外面的餐馆里“土豪”。十月份的省队选拔之后，冒菜馆子的老板娘问我和刘沿江：“还有两个娃儿咋个没来喃？”我的心里瞬间溢出伤感和遗憾——我们是踩着其他人过来的，要为他们祈祷，为了对得起他们，必须把这条路走好。

随后便是在长沙的魔鬼级别实验培训，然后是川大给四川队的培训，一直到北京冬令营的赛场见证了我们理论考试的惊喜和实验考试的落魄。清楚地记得那天，未名湖的冰在初升的阳光里渐融，而我却不能预料一年后我站在同样的湖畔时会经历什么。

六十多名的成绩让我不得不与竞赛，与国家集训队缘尽，于是我又回到13班教室，过着和大家一样的林荫街的日子。高三，其实并没有想象的那么辛苦，每天为了几个科目付出脑力，然后，在空闲的时间做着自己喜欢的事情。我不会忘记那个属于13班的加特林足球队——四分之一决赛里曾永鑫的制胜点球和王一尘的神奇扑救；半决赛里王昱力的远射，周九思的头球，黄诚睿的绝杀；还有决赛里我打进扳平的任意球后挥拳的庆祝。那是属于我们的简单的疯狂，属于一个集体和一种热情，错失冠军不说明我们是失败者，只说明我们还需要时间来变得更强。

伴随着高三的，还有那个充满了回（jie）忆（cao）的318寝室，总有李承、佳明和猴子陪着一起疯一起浪，直到身处燕园和清华园的我们发现再也回不到过去，再也等不到这个轮回的开始。

那个狂热的夏天，那个属于“题霸”“题神”“题祖”“题母”，甚至“苦题老祖”的季节，那段被高考打上烙印的青春——只有经历过，才有完整的人生。我的剧情，是以年级 180 名为起点的日子，然后是永远只能得一半分数的语文阅读题和不超过 47 分的作文，连续三次大考加起来错 11 道的英语完形和阅读，还有从来对不了的化学选择题第一题。那段时间忙碌而充实，最幸福的事莫过于醒来知道这一天应该做什么，然后坦然地去面对。语文英语做不好就加练，如果烦躁了就拿自己擅长科目的难题来换换心情，困了就到教室后面柜子上站着整理资料，累了就听着歌发会儿呆。其实，毕竟有一本线的降分，我偷懒的时间相对很多，但是看到身边的人一直都奋笔疾书，也发自内心希望他们都能得到配得上自己努力的成绩，而明天，我们能迎来由我们创造的，轮回里最好的七中。

七中和北大都是这样吧，自由而不放纵，自己的想法可以飞翔。只要你肯去做一件事，一定不会无果。燕园的日子，还只是开始，林荫街的日子，却留下深深的印记。有时，很希望自己突然惊醒，发现自己还在高一的自习课上，只是做了好长好长的一个梦，然后伸个懒腰，嗅到仍旧馥郁的七里香，听到仍旧聒噪的蛙鸣。

而现在，只听到歌声还在回响：

当某天 再唱着
这首歌 会在哪一个角落
当某天 再踏进
这校园 会是哪片落叶
掉进回忆的流年

最后，允许我留下偶然得到的一句话——

The universe is transformation; life is opinion.

叶 子

成都七中 2014 届 13 班
清华大学经济管理学院
清华大学学生会公共事业部副部长
共青团成都七中委员会副书记
时任成都七中学生电视台台长
全国中学生物理竞赛二等奖
四川省优秀学生干部

2014 我的高三时代

高三来临，让黑白覆盖你全部的绚烂

2013 年夏季。

北京大学地质博物馆。

一切都起源于那头鱼龙。

我站在巨大的鱼龙化石面前，圆形的骨骼历经时间淘洗于斑驳碳层间清晰可见，那是指爪变回鳍的痕迹。从单细胞到多细胞，从厌氧到需氧，从水生到陆生。生物进化的势态似亘古不变的封印早已根植于脑海，直到我看到这头鱼龙。是什么力量让陆生生物萌发了对海洋的渴望？也许正如安热洛·达里戈所言——为寻找生命的起源。

这种震撼是无声的，翻天覆地的。

很多人喜欢去百度百科搜我小时候的故事，把我定位为演艺圈中的女孩。上高一时我翘了学校电视台的活动去上物理竞赛，结果被老师抓回来狠狠地问 “你要发挥自己的特长，不去电视台工作，

成都七中要你来干吗？”

我就是想证明学校要我来是干什么的。

我不是只会穿着戏服演绎他人的风花雪月，我可以很专注很拼命地去学习，去让学校记住我，以骄人的成绩。一心向着自己目标前进的人，全世界都会给他让路。鱼龙可以把指爪变回鳍，我知道从此没有什么不可以。

高三，我活生生地把自己变成了一个书呆子。丢掉校团委副书记、学生电视台台长的头衔，丢掉校内外各种艺术类奖项的光环，把自己反锁在题海里。高三一整年，我没看过一场电影，没下载过一首新歌，没打过手机游戏，没吃过火锅，没有周末的休息。家里的墙壁贴满了单词，啃着馒头还可以背几个。早上先翻起来背单词，灌一杯咖啡飙车去学校。每一科笔记密密麻麻彩色标记，辅导书成摞叠起，每天的书包满满当当。在老师和自己身上安装磁铁的正负极，没事就吸过去问问题。我专注在自己教室的小角落，叫我就是吃饭，否则别叫我。家里多了几个垫子，在学校坐久了浑身不舒服，在家就可以跪着学。我妈咪常说我一定会考好的，因为我给书本跪了那么久。生物老师跟我们讲，高三的前半段水深火热，后半段会春暖花开。我不知道什么算是水深火热，但把古人的十年寒窗压缩进一年去悬梁刺股未必不可。

高三上学期运动会，学校年级方阵要我作为班级代表去跳啦啦操，我想也没想就拒绝了，结果被全队点名批评。班主任老师很没面子，怎么看我都不爽。但这又怎样呢？我知道这一年，学校电视荧幕上不会再有我的身影，各种大型场合我也不再会是光鲜亮丽的代表，高一刚进校的学弟学妹甚至不会知道成都七中有叶子这个人。我知道自己会遇见大大小小的挫折，会遇见各种各样的诱惑，这都无所谓，因为我知道自己想要什么。我买了一个小本子记下各种鼓励自己的话 “问题不是现在有多少人知道你，而是十年后，还有没

有人会记得你呢。”

但有些事情不是自己想做就可以做得到的，比如把成绩提上去。理综合卷的确不大适应，英语是还未来得及翻身的咸鱼，数学老师经常说“叶子这回又没对哦。”我每晚在操场跑一千米，一边跑一边哭一边想：我这样做值得吗？如果最后失败了会怎么样呢？这样又觉得自己很傻，担心有什么用呢，于是回家加班加点地学。现在回想起来，高三就是这么个经历：也许你终究被证明成不了学霸，你会困会偷懒，会上课开小差，会怎么努力都赶不上某些人。但请你不要放弃，因为在这个过程中，你会越来越了解自己，越来越认可自己。

疯狂自招，总有一个时刻你要豁出命去

2013 年 12 月至 2014 年 2 月，捷报频传。

“叶子的成绩坐火箭直线上升。”

“你已经通过清华大学自主招生‘拔尖计划’初审，可继续通过笔试面试获取高考降分。”

“你通过层层选拔被推荐为四川省优秀学生，获 10 分高考加分。”

几个月的努力似乎有成效了。班主任把好消息用红色字体打在了 PPT 上放映给全班家长看，学校张榜公示贴在教学楼主干道上。在那些大家都拼命换取分数的日子里，10 分真的是足够有吸引力的可怕数字。这是上天对我的眷顾吗？

上天说你错了。

一个月后教育局公布名单，省优生里没有我的名字，全校哗然。这是近十年成都七中唯一一次落了榜。学校推荐上去的人，落了榜！学校的公示竟还没撕，一时间流言乍起“若不是推她，成都七中就

不会落榜!”我就是这样向学校证明自己的吗?证明自己的一败涂地。表面的不在乎止不住内心的崩塌,在那段近乎惨淡的日子里,我每晚坐在操场让眼泪止不住地流。看着一圈一圈跑过的同学,每个人都在追随自己内心的梦想。生活还要继续,高考还没来临,自招还要不要努力。小本子上有俞敏洪的话 “生命是往前走的,我们要走一辈子。坚持下去不是因为我很坚强,而是因为我别无选择。”用乐观吓倒每一个人,是时候再战一场了。我写下: “有人拿走属于你的东西是因为你还不够强大,要把自己变得足够强大,去改变这个世界的规则。”审视一下自己手中的砝码,自招是最后的机会。但自招的题难不说,高三学生因为自招耽误高考,最后惨败的例子比比皆是。有经验的老师都劝说放弃。赢,会很辉煌;但败,就会败得很惨。一个人可以由此得生也可以由此得死的时代是伟大的,我想高三是这样的时代。

我想不想上清华?

想。

还有别的路吗,凭高考?

单靠高考可能性为 0.1%, 所以, 没有了。

如果搞得不好可能是二本, 可能是复读, 也许连出川的梦都圆不了, 我愿意承担后果吗?

我……我, 我愿意。

就这样, 在老师暗中反对, 多数同学去碰运气的情况下, 我上下学走过公示处, 让那张写有我名字的纸张给我无形地抽打, 然后带着这份耻辱, 带着破釜沉舟的勇气, 开始了我的自招路。

你尝试过把《古文观止》拆成一页一页地全文翻译吗? 那真是一个快疯掉的过程。有时看着与原文大相径庭的理解, 嘟囔着中国文学还能再博大精深一点吗? 早读时把这些书页翻出来, 想象自己站在故宫的太和殿中央高声朗读。全班同学是我的听众, 只是这些