

相约清華園

黃亞輝 王榮 黃學永 · 編

一部改變學子命運的勵志巨著
一部征服名校的高考戰術秘籍
一部感悟學業征途的暖心之作

致遠
樂之



甘肅文化出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

相约清华园 / 黄亚辉, 王荣, 黄学永编. —兰州: 甘肃文化出版社, 2011. 5

ISBN 978-7-5490-0240-5

I. ①相… II. ①黄… ②王… ③黄… III. ①大学生—学习方法②大学生—学生生活
IV. ① G642.46 ② G645.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 098558 号

相约清华园

黄亚辉 王荣 黄学永 编

责任编辑 原彦平

责任校对 韩凤娜

装帧设计 马雪晶

出版发行 甘肃文化出版社

社 址 甘肃省兰州市曹家巷 1 号

邮政编码 730030

电 话 0931—8454870

网 址 <http://www.gswenhua.cn>

经 销 新华书店

印 刷 北京永峥印刷有限责任公司

开 本 787 毫米 × 1092 毫米 1/16

字 数 180 千字

印 张 17.5

版 次 2011 年 6 月第 1 版

印 次 2011 年 6 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-5490-0240-5

定 价 36.00 元

版权所有, 翻印必究, 未经许可, 不得转载!

前言

在与中学生朋友的多次交流中，我体会到他们有很多不解和迷茫，正如我当年一样。作为一个过来人，我有很多话想对他们说。

很多同学说在高中很迷茫，没有任何目标和方向，整日蹉跎岁月。我想告诉这些同学，是时候整理自己的理想，向着目标进发了。生活中有很多痛苦和迷茫是因为看不到方向，看不到远方。试想，当你在一团迷雾或是周围一片漆黑时，你是否会恐慌？所以，最好的方法是给自己一个目标、一盏明灯指引前进的方向。我们要设定一个长远的目标，比如我要考什么样的大学。高中的时候，我曾在自己的床头前写下一句话：我的目标，清华大学。这样一个目标陪伴着我走过了整个高中三年。我不断告诉自己，清华是中国最好的大学，考入清华，我将拥有一个广阔的平台，可以施展自己的抱负，得到全面发展，成为完完全全的人，这难道还不足以让我为之奋斗吗？每次看到它时，心中总是充满着奋斗的力量，一切所谓战胜不了的困难也不再那么可怕了。有了大方向的指引，接下来就是小目标的积累。比如我每天要问问自己，今天的学习任务完成了吗？复习计划做好了吗？薄弱的那块知识点我掌握了吗？这些小目标的积累会让你在最后厚积薄发。这是我想强调的第一点，树立理想，不再蹉跎岁月。

中学生朋友问的最多的第二类问题是：我能考上大学吗？我的基础很差，我的底子很薄，高考还有希望吗？我先不作回答，给大家讲个故事。有个刚升入高中的同学，一开始排在班级后几名，但是他心有不甘，不想就这样下去，想

进步和改变，于是就拼命学习。努力的过程很艰难，他的基础不是很好，很多东西都要从头学起，他很清楚自己的状况，于是从课本最基础的知识学起。为了弥补以前缺失的知识，他每天比身边的同学早起一个小时，晚睡一个小时。这样每天就有两个小时来补习以前的知识，而且不耽误学习新知识。坚持了半年，成绩一跃到了班级中等水平；又坚持了半年，成绩已经稳居班级前几名了。其实这个同学不是别人，就是我。同学们，你们的问题我也问过自己，问过是否还有希望。我想了很久，终于明白希望是自己给的。反复的追问没有任何意义，倒不如把这些时间都放在行动上。我就是想知道自己究竟有多大的潜力，有多大能耐。整日无休止的追问是过，埋头努力也是过，为什么不让自己的生命过的更有意义点儿呢？想通了这些，我就坚定地行动起来。应该没有几个同学比我当时的状况差，我都可以做到，你们还在怀疑什么呢？

无数同学告诉我，他们知道必须要努力，但是没有恒心和毅力，坚持不下来。有人调查过世界上各行各业的成功者，问他们成功的秘诀。他们的回答基本一致，而且极其简单，就是坚持。当别人为各种理由去开脱自己，找借口放弃时，只要你能坚持住，就意味着你可以进入全世界仅有的10%的成功者之列。当然，你可以为自己找各种理由去放弃，去随波逐流，这样你就永远也品尝不到胜利和成功的滋味。高三一整年，我每天五点钟到学校晨读，当时在黑漆漆的路上不知摔了多少跤。还有一次差点被卡车撞。我完全可以告诉自己晚点去，或者不去。站在学校的走廊灯下晨读，大冬天手冻得几近僵硬。我也可以不这样，躺在舒服的被窝里。但我没有，因为我深深地明白，只要我坚持住，一定会有结果。我的历史、地理和政治都是在这样的无数个早晨中夯实了基础，做到了高考时游刃有余。我们有太多的理由去放弃、不努力、懒惰，而我们只要做到一点就能走向成功，那就是坚持。如果没有当时的坚持，我也许一直还是班上后几名，也不可能今天在清华园里追逐着自己的梦想。坚持不下来的中学生朋友们，想一想，你们是否是在为自己的不努力而找借口呢？

很多中学生告诉我，他们有目标和理想，有坚持，但成绩却总不尽如人意。付出没有得到回报，所以心灰意冷，甚至怀疑自己是否还应该努力。我想告诉你们：在这个世界上，只要努力就会有回报，就会有收获；不努力，成功永远都不会眷顾你。几次考试不如意，不应该沮丧，更不应该去怀疑自己的努力。要庆幸这不是高考，庆幸让我们及时发现了不足，还可以查漏补缺。一个有心人，成绩不如意时，不应该浪费时间去抱怨和不满，而应该总结和发现自己的不足之处。高中时我也一直很努力，但是成绩并不是一直名列前茅。高考前最后一次模拟考试，重点线的分数我都没达到。如果当时就沮丧、抱怨和不满，我的高考一定会失败。相反，我很感激这次的失利，让我清醒了头脑，看到了不足，让我在最后的的时间里明确了下一步复习的方向。某种意义上说，这次的失败反而促进了我高考的发挥。所以，只有努力才能进步，暂时的失败不算什么，要学会从失败中总结不足，以走向更大的成功。

有的同学说自己心态不好，一考试就紧张；平时压力也很大，想到父母的期冀，老师的希望，万一考不上大学怎么办，种种的压力让自己喘不过来气。大家试想：一个身负重物的人和一个轻装上阵的人，哪个走的更快？当然是轻装上阵的人。以上所说的一切外在因素，出发点都是鼓励我们去努力拼搏。但当我们将这些看做是无形的压力时，与他们的初衷就背道而驰了。即使我们通过努力没有成功，他们会责备我们吗？肯定不会，所有爱你的亲人和朋友一定会告诉你没关系，我们可以选择重来或是走别的道路。想到这一点，所有的期冀就不会是你的压力了，而是无限的动力。在高中最后的冲刺阶段，由于成绩还不错，大家都称我“清华生”，因为大家觉得我最有希望冲击清华。当周围的人都这么叫我时，没有一个人比我当时的压力更大。如果我那时就一直想着万一考不上，所有同学都会笑话我，父母和老师一定会很失望，会对不起所有的人，那么我的高考注定会失败。我当时就把这一切看做是鼓励，激励着我向前。即使失败，关心和了解我的人也会告诉我，没关系，我们可以再来一次，不要趴下。想到这些，我真的如释重负，以更平和的

心态去面对一切。好的心态决定高考的正常甚至是超常发挥。所以，大家一定要轻装上阵，以更加平和的心态去面对高考，面对挑战，这样才能使自己走的更远。

以上几点，我总结下来为：树立理想、坚持、面对困难的勇气和平和的心态。这些都是我作为过来人的亲身体会，它们陪着我走过了无数个迷茫和痛苦的日子，让我穿越了地平线，有能力看到了现在的各种美景，让生命的宽度达到了无限。我感激这段奋斗的岁月，感动这段让自己热泪盈眶的日子，感谢这些精神，曾经那样的指引着我去前进和努力。当写下以上的文字时，泪水再次浸湿了我的眼眶，在那样的一段岁月里，我努力过，拥有过，青春无悔，而你们也一样可以做到！加油！

编者

2011年6月

于清华园

序

一口气读完了这本书“清样”的所有文章，被其中跳动着青春活力吸引，深知正是凭着这股劲，他们（也是曾经的我们）实现着自己的理想。这本书是一群清华学子以“过来人”的眼光，给正在高考“十八盘”上不弃不馁的学弟学妹们加油支招。因为是自己经历过，体验过来的，也应该是一种类型的“真知灼见”吧。书中还夹插清华园的风物人情，共同勾勒出心中的愿景，让人心动。主编嘱我也写几句，我却写不出这样有灵气的文字了，才发觉自己已不再年轻，那就以我近半个世纪在清华求学工作的观察，讲一讲清华人最看重的东西，作为本书的补充吧。

清华老师最看重的东西有三样。第一就是学生，能集半国英才以育之，这是我们的福分。因此，也就特别珍重这份缘，生怕因为自己的怠惰，耽误了他们，辜负了他们；也就格外努力，凡事都追求卓越，比别人用更多的气力。但也正是由此，经年历久，聚沙成山，成就了清华第二样好东西。为人师，就得为人先。学生太聪明，太努力，“逼”得教员不敢歇步。清华 150 个顶级实验室，子夜十二点以前全部灯火通明。这里不仅有学生，有青年教师，也不乏老先生们的身影。这就是清华，几十位院士，带领着几千名教员，几万名学生，一代又一代，这样干过来。加上清华特殊的经历，不忘国耻，知耻而后勇，国家的事是一定要冲在前面的。就这样，项目来了，仪器设备来了，成果来了，经验来了……久而久之，就垒成了一个高地，一个综合性极强视野开阔的大平台。登上这个高地，就可以看得更远些，更全面些。依托这个平台，就可以组织更大跨度的合作，生长出

更多的真知。

清华的教学是极其认真的，什么好东西都舍得拿出来给学生。教学形式也在不断创新，群策群力，敢为他人先，一切服务于青年的发展成长。举例来说，近年的新生手册上介绍了一门新课“实验室科研探究”，这是清华用自己百年事业的积累为每个学生量身定做的入门课。一百多位老师，包括院士，教授和有经验的研究人员，联合起来，选择自己科学研究中最精彩的片段，提炼案例，用通俗的语言和直观的形式，在实验室现场全方位地展示自己亲历的科研过程，现身说法地与同学们交流讨论，部分项目还在试点开辟进一步深入的途径，用实践的方法打开院系学科交叉融通的主客观障碍，为学生的宽口径发展搭起“脚手架”，添上“催化剂”。学生则从所有单元中跨学科自主选择8各单元计1学分。每个项目观摩后还可提交实践日志与老师交互。本科期间最多可积4学分，跨学科观摩32个科研案例，接触几十位心仪的“牛人”，宛若身处科学研究的“万国博览会”，风光无限，眼界大开，不仅了解了资源，了解了自己，学会自主学习；而且沐浴着人文关怀，熏染着传统和作风；还可以选择各自的兴趣点在后续的创新培养环节中逐渐参与，因材施教，使自己成长起来。虽是规模化培养，却可个性化发展。

这只是在清华学习的一个花絮……

在这本书里，同学们用得最多的一句话是“不经风雨，怎见彩虹”。我想补充的是，彩虹之外，还有更加广阔的天空。

卢达溶

2011年6月

（卢达溶：清华大学基础工业训练中心、经济管理学院教授，国家级精品课课程主持人，清华大学工程教育研究中心学术委员会委员，清华大学文化素质教育课程建设委员会委员）

目录 | Contents

前 言

序

第一篇：少年辛苦终身事，莫向光阴惰寸功

为梦想插上翅膀

决胜滑铁卢

从黄冈中学走向清华园

长缨在手，只待缚苍龙

写在后高考时代

面向未来，只争朝夕

在大四，回望高中

三种素质的考验

直面高考，迎风翱翔

第二篇：会当凌绝顶，一览众山小

年华，风华，献清华

抬头望天，低头行路

清华之路，青春绽放

走进清华园

做最真最优秀的自己

我的清华路

酸甜苦辣忆高考

梦圆清华

凌绝顶览众山小

第三篇：不是一番寒彻骨，怎得梅花扑鼻香

永不言弃

花季雨季的梦，值得一生去追寻

爸，请原谅儿子的固执

快乐成长，启航人生

快马加鞭未下鞍

脚踏泥泞，心想彩虹

泪光中闪动的梦想

如今之紫草，未花时采

音 缘

音乐开启我的奋斗之路

爱拼才会赢

第四篇：它山之石，可以攻玉

风雨之后见彩虹

有目标，才能走得更远

名校的大门虚掩着

文科学习方法漫谈

仰望星空，脚踏实地

高中语言学习方法

成功 = 心理 + 技巧

过个有规划的高中

后 记

第一篇

少年辛苦终身事，莫向光阴惰寸功

为梦想插上翅膀

决胜滑铁卢

从黄冈中学走向清华园

长缨在手，只待缚苍龙

写在后高考时代

面向未来，只争朝夕

在大四，回望高中

三种素质的考验

直面高考，迎风翱翔



自强不息 厚德载物——清华大学校训解释：来源于《周易》的两句话，一句是“天行健，君子以自强不息”（乾卦）；一句是“地势坤，君子以厚德载物”（坤卦）。民国时期，梁启超在清华大学任教时，曾给当时的清华学子作了《论君子》的演讲，他在演讲中希望清华学子们都能继承中华传统美德，并引用了《易经》上的“自强不息”“厚德载物”等话语来激励清华学子。此后，清华人便把“自强不息，厚德载物”八个字写进了清华校规，后来又逐渐演变成为清华校训。“天行健，君子以自强不息”“地势坤，君子以厚德载物”两句意谓：天（即自然）的运动刚强劲健，相应于此，君子处世，应像天一样，自我力求进步，刚毅坚卓，发愤图强，永不停息；大地的气势厚实和顺，君子应增厚美德，容载万物。译为：君子应该像天宇一样运行不息，即使颠沛流离，也不屈不挠；如果你是君子，接物度量要像大地一样，没有任何东西不能承载。

要正确地看待自己情绪的波动，并及时地调整好状态。同时对于自己一定要有一个清晰的认识和一个正确的定位，明白自己的现状是怎样，以及自己的能力又怎样，自己想要的是什么，然后给自己定一个“跳一跳，够得着”的目标。

为梦想插上翅膀

| 常龙杰

时光如流水，总是在不经意间就从我们的指间流过。来到清华园已将近两年，往昔之事渐行渐远，但是每当回忆起高三那段不平凡的岁月时，我的脸上总会溢满笑容，毕竟那段岁月对于我是刻骨铭心的。现在我就分别从学习方法、心态调整、大学定位和大学展望四个角度介绍，希望能给高考冲刺的你些许启发，为你梦想的实现插上翅膀。

千淘万漉虽辛苦，吹尽狂沙始到金

首先给大家介绍一下我的学习方法。之所以将这两句诗作为标题，是因为我觉得学习就是淘金的过程，虽然过程辛苦繁琐单调，但是结果总是让人欣喜的。

我觉得语文是个马拉松式的复习，每天都要进行，我的建议是分板块。在语音、字词、成语这个板块复习时，要给自己定好计划，考虑好每天看多少，保证到考前能看至少五次。第一次是普遍撒网的方式，标注出自己不会的；接下来的两次就是重点捉鱼，主攻不会的或者生疏的；第四次再从头到尾看一遍，看看有没有以前会但是现在遗忘了的；最后一次就综合把握了。在阅读和鉴赏板块，建议做题，但不是泛泛地做，而是在做题的过程中寻找答题的套路。我的做题步骤就是先自己做，一定要写上去，哪怕只写思路也行，然后对照答案，揣摩所给答案的思路，并总结回答这类题的技巧。作文板块，我认为最必要的事情是形成自己的写作风格。我的风格是思路清晰的六段式：第一段简单分析命题，一针见血地指出命题的要点，并提出自己的观点；紧接三段对自己的观点从不同角度进行阐述，阐述时是以“观点+例子+分析”模式组织，这样既可以使论证有力，又不会太空泛乏味；接着的一段宕开一笔，扩展论述的内容，展示

第一篇

思维的宽度；最后一段就画龙点睛式地收尾并升华主题。虽然看着有些刻板，但是这正体现写作的一种标准化和清晰化的水平。将一种观点以一种清晰有力的方式展现给考官，也是一种能力。而且这种写法最大的好处就是非常保险，只要不跑题，就绝对不会出大问题，如果再能融入自己深刻独到的思想或者是展示一下斐然的文采，得一个高分是没有问题的。

英语和语文有相似之处，就是必须夯实词汇的基础。单词要每天看，建议提高翻看单词的频率，尽量缩减每次翻看的时间，即要做到“快而多”。语法一共就那么多，要做到烂熟于心，并灵活运用，同时每次复习完语法后都要集中做配套的语法练习题，达到强化巩固的效果。剩下的就是做题，英语是可以集中突破的，题海战术很有必要。也是建议先分板块，完形填空、阅读理解可以先集中突破，然后每周再做一定的套题。做完的题目一定要去分析，对的为什么对，错的为什么错，只有在这种不断的总结中，才会有真正的提高。作文一定要写，可以让同学帮忙审查纰漏，审完后将修正后的文章工工整整地誊写在一个笔记本上，同类话题可以集中写在一起，漂亮的句子或者词汇可以标注起来，以备最后复习时翻看，这样可以节省不少力气。

数学的复习先要明确自己处在什么水平上，如果基础较差，我建议你规规矩矩地把课本看一遍，把书上的例题认认真真地做两遍，然后再考虑其它。如果基础较好，就勇敢地做套题吧。我有一个考上北京大学的同学，虽然她的基础很好，但一考数学就非常紧张。老师给她的建议是，从高考前三个月开始做套题，每天一套，一周五套，剩下的两天整理错题，复习巩固。坚持了一个半月后，她发现情况完全变了，紧张感基本消除，而且在最后几次模拟考试时基本上都是满分，最终的高考成绩是145分。可见集中突破确实很有效果。对于很多人都讨论的错题本，我的做法是把所有的数学试卷订在一起，错误地方重点圈出，解题思路写在旁边，时常翻看。

文科综合的三门，我认为历史和政治比较相似，地理则自成一派。在历史和政治的复习上，我坚持“看书—做题—整理—思考”的复习模式。书是每天都要看的，重点段落要烂熟于心。有关历史事件的背景、原因、意义类的段落是复习的重点。从近年来考题的情况看，书上原题基本不会再出现，而更多考查的是对课本内容的理解，以及是否会灵活应用。所以死记硬背的学习模式很难适用，但这并不是说可以忽视记忆学习法，如果没有扎实的基础知识储备，又拿什么作为理解的依据呢？政治教材编写思路很清晰，分经济、哲学、政治三大板块，可以先把每个板块的

理论内容理解后熟记于心，再通过做题尝试如何将所学的理论运用于题目分析，寻找答题的套路。自然地理相对抽象，更像是在做数学计算题，所以一定要在理解的基础上做题。人文地理则和政治、历史的复习方法很相似，但是如何学会将课本的分析方法运用到考试中去则是需要不断思考的问题。归结起来，文科综合这三科要做到三点：基本知识点要熟练掌握；题目要尽可能地多做；整理归纳做题套路。而在做文科综合试卷时，一定要把时间分配好，平时训练时就要注意这一点，免得真正考试时手忙脚乱。

在学习方法上，还是那句话，适合的才是最好的，别人的方法可以借鉴，但不能照搬，所以我们一定要有自己的主见，做适当取舍。

心平气和，水到渠成

心态问题也是一个常谈的话题，高考毕竟像一场没有硝烟的战争，千军万马过独木桥，所以任何一个参与者面对成与败都不可能波澜不惊、无动于衷。因此，紧张、焦躁、郁闷乃至情绪低落都很正常。可能有些学长学姐在介绍他们当初高考奋斗的辉煌史时，是一副清风朗月、淡定自若的样子，但我要告诉你们的是，任何一个人不经过一段纠结和韬养，是不可能达到理想目标的，他们展示的只是辉煌的一面而淡化了灰暗的一面。所以，明确的目标有两个价值，一个是指引方向，当你迷茫的时候，你知道道路通往何方；另一个是当自己安于现状时，会有所鞭策，而看到别人的成绩时，又不会徒增伤感。

可能越到最后，大家的紧迫感会越强，会越来越多地忙碌于自己的事而忽略周围的其它。同学之间的交流会越来越少，这个时候千万不要封闭自己。要尽可能地争取和同学的交流，一方面可以在学习上相互探讨，共同进步，另一方面还可以在感情上相互诉说，当你把满腹的心事倾诉出来的时候，会感到一种如释重负的轻松。还有老师，一个老师可能要负责很多学生、很多事，所以要为自己争取和老师交流的机会，他们大都经验丰富，并且会以长者的关怀为你指路。

锻炼身体也是必须的，我认为最好的方式莫过于跑步。跑步一方面会使全身都运动起来，使身体各个部位都得到全面的放松，另一方面还可以缓解紧张的情绪，为更好地学习储备精力。这也是心态调整方法之一。

学习方法找对了，心态也调整好了，那么取得好成绩、实现自己的理想就是水到渠成、自然而然的事情。