

从衡中走向 清华北大

CONGHENGZHONG ZOUXIANG
QINGHUA BEIDA

◎ 信金焕 主编



河北科学技术出版社

主编简介

信金焕 特级教师、河北省语文学科名师，现任衡水中学课改处主任，曾获全国三八红旗手、全国三八红旗手标兵提名奖、河北省第五届十大女杰、燕赵百名优秀女性、河北省中小学幼儿园骨干教师、衡水市优秀班主任、衡水市学科带头人、衡水市优秀教师等荣誉称号，先后多次在河北省教育厅、河北省教科所组织的大型会议上作经验报告，多次应邀到河南、贵州等地讲学。担任主编正式出版了《花开的声音》《那些花儿》，担任副主编出版了《教师工作手册》一书。



写在前面

XIEZAI QIANMIAN

清华大学、北京大学作为中国当前影响力最大的两所高等学府，是众多高中学子和家长梦想的殿堂。在衡水中学，每年都有一批莘莘学子从放飞梦想，经过不断追求卓越，最终梦想成真。人生如同登山，每登高一步，就能饱览更美的景观。从衡水中学到清华北大，正如登山。那么，衡中学子到底是如何登上这一高峰的呢？《从衡中走向清华北大》一书给了我们最好的回答。

《从衡中走向清华北大》一书收录了近百名从衡水中学升入清华大学、北京大学的学子的亲身体验和感受，分为成长篇、方法篇和心态篇三部分，从不同角度讲述了他们走进清华北大的心得。相信那或平实质朴，或文采飞扬，或饱含深情的文字一定会给怀有“清华北大梦”的高中学子以启迪和引领，并由此更加坚定梦想，更加茁壮成长。

本书在编写过程中，得到了众多升入清华北大的衡水校友的大力支持和配合，在此深表感谢。由于编者水平有限，书中难免有不当之处，敬请批评指正！

编者

成长篇

我执著，我收获·····	纪占明（3）
感悟衡中·····	侯志军（4）
回忆衡中的读书节·····	弓健（6）
道是风雨道是晴·····	张儒源（8）
衡中，我们起飞的地方·····	霍建龙（9）
追忆似水年华·····	杨诺（11）
黄沙百战穿金甲，不破楼兰终不还·····	张洁琳（12）
重温那曾经的岁月·····	樊亚男（14）
我在衡中奋斗的那三年·····	何鑫宇（17）
昨夜飞雪——记我的半截高三经历·····	王龙（19）
怒放生命的家园·····	申大为（26）
最初的梦想·····	王丽雅（28）
一梦三四年·····	王琪（31）
此去经年，应是燕园梦圆·····	王煜珍（34）
珍惜一切，享受拥有·····	冯雅璐（37）
迟到的回忆·····	许哲（39）
那些年，我们一起追过的青春·····	刘一迪（44）



留不住过去	张 辰 (46)
游戏高手	杨玉冰 (48)
追忆我们一起走过的青春	董 慧 (50)
我在衡中的那段日子	郑小艺 (52)
有志者，事竟成	胡延雷 (54)
小草也可以精彩	薛丽伟 (56)
青春，永不褪色	郭 睿 (60)
我在衡中，怦然心动	李思源 (65)
一路走来	陈盛彬 (68)
蜕变在衡中	刘羽飞 (71)
相信“相信”的力量	李 萌 (74)
清华园里忆衡中	李步宇 (78)
青春禁不起虚度	王佳兴 (81)
小时候就在想的事	张植程 (83)
拾掇那点点朝花	张亚伟 (85)
怀念那热血沸腾的生活	沈鹏翼 (88)
炼狱到底炼出了什么	段文思 (90)
在翩跹起舞的日子，飞扬我的青春	周 劼 (93)
那些话，曾给我力量	高嘉敏 (96)
简单成就梦想	李艺超 (98)
青春的温暖回忆	王 倩 (101)
雾里看花	郑云萌 (105)
眼中的衡中	李舒钰 (108)
衡中，我收获成长的地方	李丹琳 (110)
衡中，不仅是一站的风景	韩冬琳 (112)
有梦不觉天涯远	李小雨 (115)



衡中，梦想起飞的地方	赵 琳 (117)
那一年，我十七岁	庞林立 (120)

方法篇

刻苦努力，力结硕果	祖治平 (127)
我的人生，我做主	武 丹 (128)
我的学习三部曲	郑宇鹏 (130)
运筹人生路	支蕴倩 (131)
人间正道是沧桑	赵大伟 (132)
我永远相信我能成功	赵宁宇 (134)
勇于追求，不畏失败	李彦君 (136)
自信生来有傲骨，不向人前矮三分	赵 骥 (138)
心常用，信长足	郑雨薇 (139)
“想要”和“得到”	闫 宁 (140)
天行健，君子以自强不息	张 越 (142)
黑暗中也有生存的希望	常国婧 (144)
生命不息，奋斗不止	安刘攀 (145)
花儿的成长	张 超 (146)
衡中，梦开始的地方	郑晓莹 (148)
吹尽狂沙始到金	弓 璇 (151)
不想当将军的士兵不是好士兵	张 彤 (152)
衡中忆	刘长佳 (154)
从这里走向北大——写给复读的学弟学妹们	刘一璇 (156)



精益求精，走向辉煌	段 然 (160)
刻苦努力，以法辅之	李鹏飞 (162)
带着梦想起航	段小寒 (164)
衡中奥赛行	孙巍峰 (167)
沉潜只为飞跃	赵晨佳 (168)
在这一片净土中成长	闫嘉钰 (172)
混乱与秩序	路 畅 (175)
成功路上的几朵小花	孙子腾 (177)
成功法宝	董宇喆 (183)
找准自己的方法	邢康宁 (186)
学习方法和学习动力	王昭雨 (189)
高中学习攻略概述	王志涛 (191)
那些年我们一起流的汗水	高雅娴 (193)
我是如何来到北大的	李则达 (196)
在衡中的怀抱中成长	李 响 (200)

心 态 篇

心态决定一切	周建强 (207)
衡中——梦想起飞的地方	郭 婧 (208)
衡中，我的母校	徐雅端 (209)
腾飞的翅膀	郑腾飞 (211)
有梦想就会有奇迹	李 青 (213)
机会只留给有准备的人	勾文慧 (215)
青春无悔	刘 静 (216)



学习心得	迟方静 (218)
时间管理与心态调节	高 媛 (219)
纵是苦涩也芬芳	刘 宇 (221)
明确目标, 坚持不懈	耿孟林 (224)
没有卓越, 只有超越	颖 哲 (226)
端正心态, 找对方法	潘寅旭 (228)
为从未放弃而感动, 为全力以赴而鼓掌	尚智伟 (232)
感悟成长五部曲	樊婷婷 (235)
追求卓越, 自强不息	吕鹤松 (238)
累, 并快乐着	尤 倩 (240)
从夏末到秋至	马秋朔 (243)



成长篇

CHENGZHANGPIAN





我执著，我收获……

215 班 纪占明

2004 年被清华大学录取。以 706 分的高分勇夺衡水市理科状元，
名列河北省理科第二名，现就职于中信产业基金。

寒窗十二年，我在沉沉浮浮中变得从容，从跌倒爬起中学得睿智。于是在十二年后，我的人生之树，结出了累累硕果。我愿将我的这些收获同大家一起分享。

用执著打造每一天

初中时老师对我说：“你不是最聪明的学生，但你是最有毅力的人。”是的，我承认自己是用“执著的每一天”创造奇迹的。从入学开始一直到高考结束，我都踏实勤奋地默默地走着我的路，因为我相信，执著是一个人的性格，即使他不会令我收获高考，也会令我收获人生。这就好比走铁索桥，当好多人在桥链摇晃不定选择退下的时候，我却选择“走好每一步”，我不扶栏杆，也不图迅速，我就盯着桥的那端，踩稳脚下的每一步，于是我成功了。回首看看，成功就是如此简单。

把思想叫醒

一个成功的人一定是一个有思想的人。我想成为成功的人，于是我试图把自己的思想叫醒。要想叫醒思想，我的高三老师郗会锁说过：“要懂得爱，爱自己，爱他人，爱父母，爱祖国。”孙文胜老师说过：“要学会思考，要有‘心’。”我对他们的话体会很深。郗老师精心准备的每一堂班会都对我教益很大，我心中萌发了更强烈的爱国思想，这些都使我更坚定了自己的理想：成为一名对祖国有用的人才，真正能为祖国明天的腾飞贡献自己的一份力量。我开始真正地思考，我学会了整理思路、锤炼语言、总结技巧、开阔视野。从此，我的能力得到了极大提高。

给心灵架起一道彩虹

自信是人生的一道彩虹，他让生命总有绚烂可言，总有明媚可赏。自信，不是相信自己一定会成为什么样的人，而是从相信自己能把会做的题做对开



始，直到相信自己能走对走好人生的绝大部分，没有太多的遗憾。随着我的自信的逐步确立，最终成就了我的一个重要人生阶段。举一个例子说，高三上半学期是我的“黑色岁月”，成绩全面下滑，情绪也随之出现了波动，一度由高二期末的年级第一下滑到年级第六十二名，这对我来说无疑是个沉重的打击。高三下半学期一开学，郝老师就找我谈话。在老师的帮助下，我分析了自己失利的原因，于是重新调整心态，改进学习方法。我把“北大”在自己的方向标上暂且抹去（不是我不向往北大了，而是它给我的压力太大了），而是贴上了一句适合我的话：“普通没有期望值。”这句话很神，它马上让我焦躁不安的心绪平静下来，让自信与微笑又回到了我的身边。从此我做着不普通的“我”，接受着自己的普通，接受着自己的缺点、错误，并努力去完善自己，快乐学习，快乐考试，慢慢地我的心中现出一道绚烂的彩虹。

在团结中吸取力量

我与同学们互帮互助，共同营造了一种团结一心、奋发向上的学习氛围，在这种氛围中，我成长着，并焕发着无穷无尽的活力。我全力以赴，朝着我的目标和理想勇敢前进。



感悟衡中

220 班 侯志军

2005 年考取北京大学

身处衡中，总是在品味衡中带给我的一点一滴，一颦一笑。尽管现在的我已经踏入了燕园，但是我依然眷恋着衡中这片热土，这个令人魂牵梦萦的家园，这个令人心驰神往的地方。

初入衡中，我是带着一种对衡中的神秘感来观察那一草一木、一砖一瓦的。仿佛衡中的寸寸空气都有一种神圣的味道，我呼吸着，憧憬着……

衡中真的很美，却又很朴实。当她那光艳的外表令世人惊叹时，她却又用朴实的灵魂来感染人们的心灵。那或许是一种素质的氛围——将那种对知识的渴求和对性格的完善植入每个衡中学子的心中，深深地扎根，茁壮地成



长，直至每个衡中学子踏出衡中大门时，他们的眼中蓄满的是离别衡中的不舍与留恋的泪，他们的心中却永远根植着衡中的魂，那便是素质教育！

许多参观过衡中的人总会觉得衡中严格，在衡中的每个学子都感觉到衡中的苦。许多人戏称衡中是“地狱”，原因是衡中的学生是如此的拼命。然而，学生的拼命是“自找”的，而非被动的，或许这就是素质教育带给衡中每个学子的上进心吧。因为我们知道，衡中教给我们的，不仅仅是知识，更重要的是培养我们的一种责任感和坚韧的性格。因为我们肩负着自己的未来、家人的希望、社会的和谐的责任。衡中或许是当今社会的一个培养接班人的家园，因为在这儿，我们明确了要适应竞争、积极竞争。

更因为在这里，我们陶冶了性情、理解了责任。衡中以她独有的魅力，感染着每一个深深为她所吸引的人。她以母亲的胸怀接纳了你、爱护着你；她又以母亲的责任教育着你、磨砺着你。不为别的，只是因为，凡是她的孩子，个个都要有能够独立飞翔的翅膀！

当那丰富多彩的课余活动陶冶着我们的性情时，当那建设“诚信校园”的口号激励着我们的行动时，我们成长着，我们改变着。我们不仅要以优异的成绩回报母校，更要以坚强的人格融入社会。无论我们走到哪里，我们的脊梁上始终刻着“衡中人”这三个字，那是我们的自豪、骄傲，更是对我们的鞭策，当我想起晨星寥寥时，我们整齐的步伐、嘹亮的口号惊醒了大地，惊醒了曙光，也惊醒了我们倦怠一夜的灵魂，就让我们更加信心百倍地投入到新的一天中。

在高中时，我和同学们常常聚在一起，讨论衡中到底带给我们什么。或许是身在衡中，反而更不易真切地感受她吧，我们仅仅得出一些肤浅的认识，认为她给予我们以知识，给予我们以信心，给予我们以毅力。并且，也曾闻得一些抱怨衡中的声音，有的同学甚至觉得：衡中像围城，在外面的人想冲进去，在里面的人却想冲出来。可是，当高考过后，再次回首之时，却总是心存无限的眷恋，仿佛儿女即将远行，要离开母亲的呵护。我们如此惜别，我们又如此坚定，有了衡中给我们的东西，够了！走在人生的征途上，慢慢发现衡中是人生路的一部分，怎么也抹不掉的。当我们走在这段人生路时，我们或许在经历荆棘，可我们却明白，荆棘终会开花，我们信奉美丽；我们或许也在搏斗风浪，可我们却憧憬，波浪总会平息，我们信奉坚强。真的，衡中留给我们太多太多的记忆，留给我们太多太多的财富。作为一个衡中人，



真得感到很幸福。

高考或许是一个驿站。只是走过之后，却不能再回来了。当我们于高考结束后再来到衡中时，我们内心的最大渴望便是再次聆听老师们的句句箴言，再在月光下的草坪上席地而坐，体会一下“以天为盖，以地为庐”的徜徉心境。或许，在课堂中，在星光下，在草坪上，正是我们与衡中在进行心与心的交流吧。尽管高考之后，无法再次重温，但人生中有如是经历，便一生无憾了。

衡中是个家庭，同学们都是兄弟姐妹。我们学会了彼此相亲相善、互帮互助。哪个同学生病了，那么他身旁的同学便会无微不至地照顾；而老师则更是关怀入微，让同学们充分享受到离家求学时，家庭之外的“亲情”。衡中，让我们明白，社会是温暖的，人与人之间是真诚的。

衡中，已然在风雨中走了六十一年，然而，岁月的流逝，并未使她活力衰退；风雨的剥蚀，也并未让她满面皱纹。衡中，却是在岁月流逝中更加健壮，在风雨剥蚀中愈加坚强。她哺育出的学子，肩负着“衡中人”的使命，发挥着她“素质教育”的美丽，在人生路上，描绘着一程又一程的美丽风景！



回忆衡中的读书节

227班 弓 健

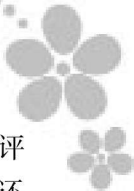
2005年考取北京大学

衡水中学，以其居高不下的升学率，连创新高的重点大学录取人数，享誉中华大地。与此同时，衡中的素质教育也为人称道。它注重发掘学生自身的潜力，举办了丰富多彩的课外活动，以促进学生的全面发展。在此谨采撷一二，以飨读者。

一年一度的读书节活动使我感触颇深，也许是自己从小喜欢读书，手不释卷的缘故。首先是旧书拍卖活动，各班在特定时间、特定地点将同学们挑选出的图书摆成摊，等候问津。同学们为一本书讨价还价，或是几个同学为争一本中意的书而面红耳赤，最后却一笑化之的情形随处可见。这样的活动提高了我们的交际能力，还增进了同学们之间的友谊。

读书节的重头戏，莫过于层层选拔又精彩无限的“读好书，立大志”演





讲比赛。先是各班海选，最优秀者方可进入复赛；年级评比，即兴演讲，评委（级部老师与学生会的成员）评分，名列前茅者才能进入最后的角逐。还要经过一系列的修改讲稿、排练才能正式登台。

2003年，我鼓起勇气参加了演讲比赛，并有幸代表我们227班参加了年级复赛。面对从各班脱颖而出的17位志同道合者，心里还真有点七上八下：三分钟即兴演讲，如何展示出真我的风采，令评委心服口服……我思考着，逐渐平稳着心情。

轮到我出场了，我深吸一口气，微笑着向评委们问好，本来略略紧张的气氛变得轻松愉快起来。演讲从一个故事开始，最后以毛泽东的“孩儿立志出乡关，学不成名誓不还。埋骨何须桑梓地，人生何处不青山”作结。讲完，我看到了评委微笑的表情，心想这下没问题了。

当我接到参加最后比赛的通知时，便开始着手准备讲稿。此时，老师和同学无私地伸出了援助之手。写文章最有文采的赵飞同学自告奋勇地接过了这一重任。脱稿后反复修改，许多同学都提出了宝贵意见，又请语文老师指正，多次删改后终于定稿。在这一过程中，班级浓浓的友谊温暖了我的心，安抚着我的心绪。即使比赛不成功，却也实现了组织者的初衷——增进友谊，增强凝聚力。

在无数次修改与排练之后，我如愿以偿地登上了礼堂的舞台。站在话筒前，我听到了来自我们227班的掌声与欢呼，一股暖流霎时注入了心田，莫名的勇气使我开口了：“滚滚的历史波涛，淘尽多少英雄豪杰……”无意中瞟了一眼台下，那些熟悉的面孔都在向我微笑。我信心十足地讲了下去：“……读史取正，读易取变，读骚取幽，读庄取达，读汉文取坚，最有味的还是这卷中岁月……”掌声响起来了，来自我们团结的227班。尽管这次演讲比赛我才得到了三等奖，但我不仅锻炼了胆量与口才，我们的友谊也锤炼得牢不可破。

读书节的活动是丰富多彩的。短短一月内，同学们借阅了无数好书，无数优秀的作品深入人心。在茶余饭后的讨论中，我们对文学的理解更加深刻，灵魂也为之升华。旧书拍卖活动与读书演讲活动，更是素质教育的集中体现。在这些活动中，同学们的素质得到了全方位的提高，进而提高了学习成绩。寓学于乐，何乐而不为？

从一个小小的读书节活动，我们看到了整个衡中的素质教育，看到了以





人为本的教育理念，看到了衡中学子追求卓越的精神。作为一名从衡中走出的学子，我想说：衡中的素质教育的的确确不仅提高了升学率，也全面提高了学生的个人素质。要想成才，非来衡中不可。



道是风雨道是晴

229 班 张儒源

2005 年高考获衡水市理科状元，考取清华大学。

三年的衡中生活紧张而又充实，它给了我挥洒汗水、顽强拼搏的机会，从而让我收获了成功的喜悦。感谢衡中，感谢衡中的老师们。无论在学习上，还是生活上，衡中都给予了我细致入微的关心和教导，她传授给了我知识，更教会了我做人的道理，让我从一个懵懂无知的少年一步步踏入了理想的殿堂。如今我即将怀着一颗虔诚的心离她而去，作为她永远的孩子，无论何时，我都不会忘记我是一个衡中人，无论何地，衡中永远是我魂牵梦萦的地方。

“回首向来萧瑟处，也无风雨也无晴”。这也许是苏轼在历尽官场艰辛的释然。我走过了高三，走过那无声的战火与硝烟，心情却不能这样平静，所以改用了上句来形容我现在的心情：“回首向来烽火处，道是风雨道是晴。”

高三是一个过程，是一个火凤凰在重生前涅槃的过程，是一代枭雄在成功前卧薪尝胆的过程。甘于寂寞，淡然成败是高三最好的写照。年轻的我们有的是活力，有的是激情，却缺少了几分生命的沉淀和对人生的忍耐。匆匆岁月走来，我们一路欢歌笑语，一路披荆斩棘，幼稚的英雄幻想像一个茧把我们越束越牢，于是坚毅的脸上多了几分患得患失，激情的背后添了几丝焦虑不安。在当今的校园里，成绩是衡量人的一把尺子，但并不是唯一的尺子。有时候努力与能力和成绩并不一定成正比，失败又何尝不是成功的一块垫脚石，如此败又何惧？其实失败只是更走近成功的一步，而当你走过了所有通向失败的路，只剩下一路，那就是成功的路。曹操逢败必笑不是没有道理，找到失败的原因又“焉知非福”呢？拿破仑曾说：“英雄不是永不失败而是在失败后屡仆屡起。”因此，要成功首先要经得起失败的冲击，在困难面前做个勇者。其次要让自己的心更干净些，离功利更远些，心态更平静些，这样



才能在失败面前不失为一个智者。

当然我了解在重压下的心情，其实宁静早已离我们太远太远，说平静说不在乎无非是痴人说梦。我经历过那山雨欲来风满楼的日子，感受过那黑云压城城欲摧的心境，回头望去才知道，高三最大的痛苦不是拼上命来的不懈奋斗，而是在自己设下的不安的沼泽中苦苦挣扎并一度成为一个溺水者。其实人生在世有好多事情是不可控制的，但他一定可以控制自己，这已足够。我们只要向着自己的目标全力冲刺，无论成败，无论最后是否有鲜花和掌声，我们最起码可以在回首往事时说一声问心无愧。泰戈尔有诗：天空不曾留下飞鸟的痕迹，但它已经飞过。人生不过也是这样一个过程，只要我们做过，拼搏过，哪怕不曾留下任何痕迹，我们也已经完成了一段人生历程的创造。

太多的担心是一种羁绊，羁绊了自己的双脚和未来。真正勇敢而有自信的人是不会害怕失败的，因为他们不会为还未到来的事情而苦恼，也不会为已经过去的事情而哭泣不止，他们只会全力以赴去做好现在的事，无论多苦都从不轻言放弃。他们没有时间为自己设想一些不测，只是去努力的做了，也许一路走来无人喝彩，但他们最起码没有被自己吓倒，于是他们是最简单快乐的也是最成功的。高三的学习已经够苦了，我们没有必要再为自己虚幻一些负担，加重自己肩上的担子，不是吗？要相信，只要我们无悔地付出过，我们就是伟大的人生缔造者。

人生之路漫远悠长却稍纵即逝，能够把握现在，保持简单的心去做不简单的事，此生足矣。



衡中，我们起飞的地方

249 班 霍建龙

2006 年考取北京大学

离开母校已经 6 年了，曾经的陌生与新鲜已荡然无存，取而代之的是亲切与怀念，而这种亲切与怀念更是与日俱增。

忘不了这里优美的校园环境。大而整洁是总体印象，干净的地面上不见尘土与纸屑，每一个衡中人都尽力维护着这校园。美丽的校园有假山，有亭