



新悦读之旅
NEW READING JOURNEY



清华北大

不是梦

Days of Chasing Dream

王宏义——主编

清华北大最近两届88位学子倾情相授
学习方法 + 考试技巧

优秀是一种习惯。在追逐梦想的路上，他们比你先行了一步，他们回过头，只为微笑着拉你一把。



中国文联出版社
<http://www.clapnet.cn>

清华北大 不是梦

Days of Chasing Dream

王宏义 主编

图书在版编目 (CIP) 数据

清华北大不是梦 / 王宏义主编. --北京: 中国文联出版社, 2014. 7

(2014. 9重印)

(新悦读之旅丛书)

ISBN 978-7-5059-8881-1

I. ①清… II. ①王… III. ①中学生—学习方法②高等学校—入学考试—经验 IV. ①G632. 46

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第128367号

清华北大不是梦

主 编: 王宏义

出 版 人: 朱 庆

终 审 人: 朱 庆 朱寅年

责任编辑: 陈若伟 黄 月

装帧设计: 陈 曦

复 审 人: 姚莲瑞

责任校对: 傅泉泽

责任印制: 周 欣

出版发行: 中国文联出版社

地 址: 北京市朝阳区农展馆南里10号, 100125

电 话: 010-65389136 (咨询) 65067803 (发行) 65389150 (邮购)

传 真: 010-65933115 (总编室), 010-65033859 (发行部)

网 址: <http://www.clapnet.cn>

E - mail: clap@clapnet.cn chenrw@clapnet.cn

印 刷: 大厂回族自治县祥凯隆印刷有限公司

装 订: 大厂回族自治县祥凯隆印刷有限公司

法律顾问: 北京市天驰洪范律师事务所徐波律师

本书如有破损、缺页、装订错误, 请与本社联系调换

开 本: 720×1010

1/16

字 数: 246千字

印 张: 26

版 次: 2014年7月第1版

印 次: 2014年9月第2次印刷

书 号: ISBN 978-7-5059-8881-1

定 价: 20.00元

版权所有 翻印必究

〈目录〉

Contents



Chapter 1 / 行百里者半九十

003 千里之行，始于足下

007 为梦想，风雨兼程

010 我在清华等你来

013 对于高三与高考的感想

016 有方法的努力

019 静度冲刺百日，成我雄心壮志

023 我的北大我的梦

026 高中学习的小建议

030 听花开的声音

034 高考那些事

037 笑赢高三

042 高考 123

046 高中学习方法浅谈

049 何谓高考？又为何高考

052 且行且珍惜

057 那个三月，因梦而不同

060 耀眼的青春 绽放的梦想

063 那一百天

066 回首向来萧瑟处，也无风雨也无晴

068 三年高中成就永远的梦

072 我是这样走过高三的

Chapter 2 / 朝决战定输赢

079 五招踏进清华园

085 我的高考

088 下一站，清华



092 拔尖计划进清华

097 你也可以上北大

102 把握成功的金钥匙

106 一个平凡学子的平凡求学路

111 逐个击破，备战高考

115 漫话高考

120 考场即人生

124 当那一天来临

128 回首高考

131 微笑面对高考

Chapter 3 / 一枝独秀不是春

137 所有的明日之花都静候在今日的种子之中

141 语文漫谈

146 以梦为马，轻松前行

149 像雄鹰展翅翱翔在天际

153 高中物理学习方法

156 那些年，我们一起学过的文综

160 高中学习方法总结

164 谈语文学习

167 回忆高考

171 我的「化学人」

174 也谈高考

177 数学：痛苦与快乐

180 文综，我圆梦北大的助推器

184 如何学好高中历史

189 行在路上



192 求学·登山

196 回望高中

200 一问一世界

203 高考四说

206 怎样学习才有效

210 如何学出好成绩

Chapter 4 / 是金子总会发光

217 坚守，迟早会创造一个奇迹

221 冬天过后，木棉花骄傲绽放

224 你凭什么坐在清华

227 梦并不遥远

231 进击吧，少年

235 高考感想

238 我的清华路

242 再迷惘，也请继续

246 走着，人都会学着长大

250 圆梦北大

253 我的风雨清华路

256 我的北大梦及其他

261 找准个人定位，明确自身优势

265 只做铿锵少年郎

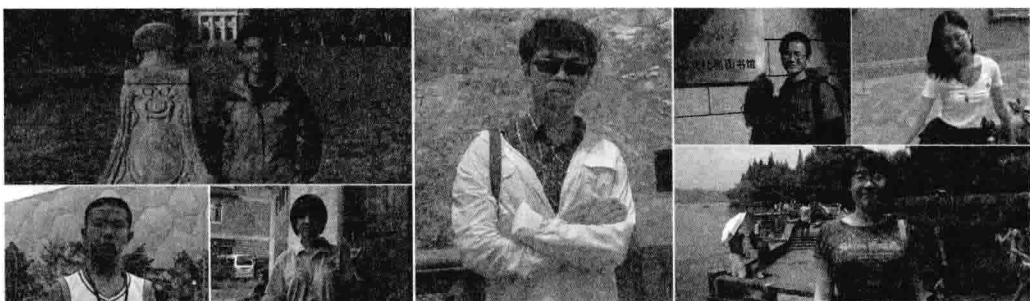
269 拥有一个强大的内心

272 那些岁月，挥尽我半生癫狂

276 是金子总会发光

280 时光纪

284 黄沙百战穿金甲，不到北大终不还



287 那时花开香满园

289 我的复读之路

292 良好的心态助我走进清华

295 这一年沉淀下来的

Chapter 5 / 如果不曾遇见你

301 蝴蝶页

304 我和我的语文老师

308 高中那些事儿

312 学会在集体中寻找温暖与幸福

315 绝版高三

320 是谁给了我飞翔的翅膀

324 一路上，我有你们

327 那一年，那些朋友

330 高考，不仅属于一个人

334 彼此

337 感悟高中走过的日子

341 泪光眠于微笑

345 三年踪迹十年心

348 无悔前行

352 高三，一路有爱

355 怀揣梦想，向前

358 一路走来

< Chapter 1 >

行百里者半九十

—— 考前 100 天的奔跑 ——



高考曾是我心中最神圣的巅峰，我认为要跨越它难于登天，但当我真正走过后，我才发觉这段征途并没有想象中那么艰难，而高考带给我的最大的财富莫过于那全力冲刺的满足和踏实感。为梦想拼搏的满足感填满了我的整颗心，使我没有一丝顾虑和犹豫。正在成长中的你也一样，不管你是临近高考还是仍在半途，相信我，更要相信你自己，高考并不可怕，只要你愿意，那里也能是一片晴空。付出你的真心和努力，我相信你会和我一样，听到梦想花开的声音。

王菲苒

毕业于山西省太原市山西大学附属中学，
在2013年高考中，以理科679分的总成绩
(含保送加分10分)，考入清华大学工业
工程系。其总分名列山西省理科第一名。



千里之行，始于足下

亲爱的学弟学妹们，当你们读到这篇文章时，希望你们能以轻松的心态看下去，这不过是一位学姐要与你们分享的小小人生感悟和一些不得不说的学习加速方法。

分数比名次更重要——不断超越自己

你们一定曾听说过这句话，名次比分数重要。你们可能还会听人这样说：录取的时候并不是看分数，而是录取前一定的名次，即使你考得再好，但是没有考到前几名的话，还是等于白考。这种说法听起来很有道理，但其实仔细想想也不尽然——如果某人高考考了740分，即使题再简单，我也敢保证他一定是状元。

上面只是一个玩笑，我真正的意思是，在学习的过程中，每一次或大或小的考试，其中的分数远比名次更重要。如果说，在百分制的试卷考试中我能得到95分，其中错的是一道我不太会的题，我就会觉得比较满意。因为这次考试既帮助我发现了问题，

而且会的我都做对了，没有失误，这就很不错了。哪怕前面有很多比我分数高的人，也没有关系。

考试的目的在于发现问题，而一系列考试的目的就是不断地在考场上验证这些问题是否得到了解决。希望你们在学习生活中不要太过关注自己的名次，而应该关注你们的分数，不断解决考试中暴露出的问题，才能向着完美迈进。而当你们已经达到一个比较高的水平时，你们会发现一个好的名次是水到渠成的事情，并且，永远不要因为名次已经很靠前，甚至是第一名了，就停下向更高峰迈进的脚步，只要不是满分就还有努力的空间。高中三年并不是一个超越对手的过程，而是在以超越对手的形式超越自己。

也常有人提到竞争与合作的关系，按照这个观点看来，与同学们之间的合作是要远远大于竞争的。在我高中入学时有人告诉我，你们不是和自己的同学比，而是和整个山西省的人比。现在我把这句话送给每一位读者。你们应该培养更加长远的目光，立足于全国甚至全世界。也许你们会问，我们连自己学校以外的进度和水平都不知道，又何谈超越世界？其实，只要做到自己能做的，不仅要最好，而且要更好，超越了自己就有可能超越世界。

心态比分数更重要——及时调整情绪

我从初一开始接触信息竞赛，整整学习了五年，从初三开始连续三次进入山西省队，拿到了三枚国家铜牌。我可能是拿铜牌最多的人了，因为像我这种情况的外省选手，第一次拿到铜牌，第二次往往就能拿到金牌了。但是最后一次仍然收获铜牌的我心态很好。难道我不想得到更好的成绩吗？这是不可能的。竞赛前，我每天都在不断刷题不断总结，经常是半夜做题到两点，第二天还要回班上课。假期时，我们几个搞竞赛的人远赴长沙参加培训。尽管长沙炎热如火炉，可当时的我只有不断学习知识的充实感和兴奋感。既然付出了努力，我也很想收获好的成绩。但是，结果就是那样。我还曾参加北大举办的信息学子夏令营，最后前21名都被直接签约，而我恰好是第22名。

当我回想过去的经历时，我常会觉得自己一路是顺风顺水。但在我回顾自己的学习生活，写下这篇谈学习经验的文章时，我发现其实我的生活中也不乏坎坷，用别人的话说，也经常被命运捉弄。我之所以说这些，是想说，很多时候那些所谓的天大困难，都不过是你们人生中的小小节点，甚至连你们现在的成功和骄傲等你以后回顾的时候，也会觉得是那么的不值一提。

我们的路都在远方。

经历一些坎坷和失败能激发更多的能力，磨砺你们的意志品质。我觉得有一点品质很重要，那就是一定要学会换个角度思考，学会及时调整自己的情绪。当时在竞赛中我没有取得理想的成绩，一开始也很难过，但我随即想到：“如果签约了我就得学计算机了，一个女孩子学这个太辛苦了呀。不行不行，幸亏没考好。”虽然有点阿Q精神的味道，但在当时，全靠它我的心态才迅速调整了过来，乐观地迎接下一段征程。

目标比收获更重要——别忘了最初的梦想

心理学上有一个著名的效应——过度理由效应。每个人都力图使自己和别人的行为看起来合理，因而总是为行为寻找原因。一旦找到让自己信服的原因，人们就很少再继续找下去，而且，在寻找原因时，人们总是先找那些显而易见的外在原因。如果外部原因足以对行为作出解释时，人们一般就不再去寻找内部的原因了。这就是社会心理学上所说的“过度理由效应”。这是什么意思呢？下面我们来看一个非常有趣的故事。

一位老人在一个小乡村里休养，但附近却住着一些十分顽皮的孩子，他们天天互相追逐打闹，喧哗的吵闹声使老人无法好好休息。在屡禁不止的情况下，老人想出了一个办法：他把孩子们都叫到一起，告诉他们谁叫的声音越大，谁得到的报酬就越多，每次都根据孩子们吵闹的情况给予不同的奖励。到孩子们已经习惯于得到奖励的时候，老人开始逐渐减少所给的奖励，最后无论孩子们怎么吵，老人一分钱也不给。结果，孩子们认为受到的待遇越来越不公正，都纷纷抗议，“不给钱了谁还给你叫”，此后就再也不到老人所住的房子附近大声吵闹了。

今年高考后我到清华大学参加一个夏令营，见到了一位上一届我们学校的学姐。她现在在清华大学经济与金融专业就读。她原来是学习数学竞赛的，进了省队，在全国赛上拿了铜牌，然而清华北大都不收铜牌的学生。她当时很失落，而且学到最后对数学已经失去了热情，于是选专业时她决定要离数学越远越好。这个心理学效应就是她告诉我的。她进入清华大学就读了一年后，发现自己其实还是很喜欢数学，于是准备下学期修一个数学的双学位。她说，我起初学数学完全是出于兴趣，后来发现它可能给我带来保送的机会和好的成绩，最后却因为没有收获到理想成绩而感到失落，误以为自己没有兴趣了。她的话犹如醍醐灌顶，将我惊醒。我也由于类似的原因在选志愿时直接划掉了和计算机相关的所有专业，结果可选专业基本局限在文科。我忘了自己学习编程是因为感兴趣。幸好当时还没开始填报志愿，最终我选了与计算机、数学都相关的工业工程专业。

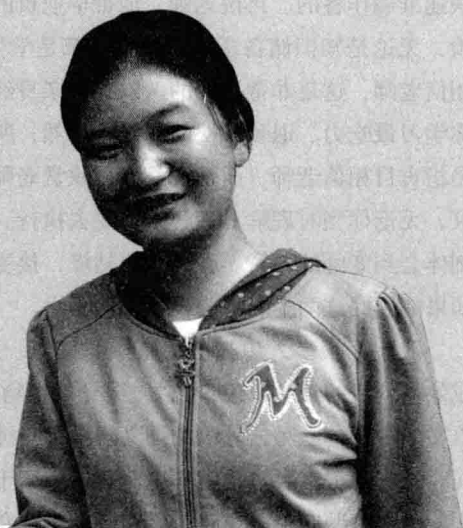
我之所以讲这个故事，是为了告诉大家，别忘了自己最初的梦想。学习生活中

真的会遇到很多困难，也可能面临很多诱惑。亲爱的学弟学妹们，有谁在学习的时候从没有感受到快乐，谁从不曾因为对未知的好奇和兴趣而钻研？我相信每一个人都曾感受到这种幸福。那么，别忘了它。学习不是为了好的成绩，不是为了他人羡慕的眼光，我们学习从来都是为了自己。

三年逐梦的日子，有汗水有血泪，更有值得珍视的友谊和师恩。最后我想说，大家千万不要照搬听到或读到的经验。可能有人告诉你们学习的环境要足够安静，但如果你们就是听音乐的时候效率高，那么你们完全可以听着音乐做题。今天你们读到的经验都已属于过去，你们一定会找到适合自己的学习方法，也必将开拓属于你们自己的天地！

张凯丽

毕业于河南省周口市太康县第一高级中学，在2013年高考中，以理科626分的总成绩，考入北京大学医学部。



为梦想，风雨兼程

又一次写下“为梦想，风雨兼程”这几个字，眼底竟有些湿润。那些为高考备战的日子，就像亲手酿制的一杯烈酒，所有辛辣，都在时间的窖藏中，转化为浓浓的香醇。

虽然已经进入北大，但我也不得不承认2013年的高考成绩并不理想。不过吧，结合平常考试的成功经验以及高考失利后的反思，我还是有一些东西想要分享给大家的。

在平常的学习中，以我的经验来说，最重要的两个资源是课本和老师。有句话叫“万变不离其宗”，高考题再怎么新颖，基本知识也都是课本上的，往年的很多高考题都能在课本上找到原型。所以一定要重视课本，尤其是生物，读熟了课本很多填空是不用花太多精力去思考的。那些看着很陌生的术语，很无厘头的答案，往往是课本上的原话。用新课标卷的考生，理综考试有一道物理史题，也是需要熟悉课本才能

快速准确作答的。再说老师，能带毕业班的老师，少说都有数年甚至数十年的教学经验，无论是知识储备还是应试技巧都是学生无法相比的。我们要做的就是接受老师，相信老师，这是非常重要的。以我的亲身经历来说，当你排斥一个老师的时候，就是你学习最吃力、退步最快的时候。当然，所谓的相信并不是说老师就不会犯错，更不是指盲目相信老师，而是说要懂得欣赏老师，认可老师的能力。但对于老师给出的建议，无论你是否理解，都要去执行。即使当前你不能理解，但在日后你必能深刻体会到老师的用意。看课本很枯燥，接受一个自己不太喜欢的老师也并非易事，但如果能用好这两个资源，裨益必然不小。

我想，很多人想知道的是学习技巧，这也是为了让我学习少一些盲目，多一些成效。就我的经验来说，语文、外语、生物是偏文科的科目，记忆和刷题就比较重要。语文的古诗词默写，外语的词义辨析都是纯记忆题型，而生物在强调课本的重要性的同时，它的记忆要求也就不言而喻了。至于刷题，则是为了保持语感和积累知识、方法。语文答题有很多套路，就拿诗歌鉴赏和文本阅读来说吧，什么样的问题要什么样的答案，不是老师展示一下，自己听听就会的。这可以说是一个复杂的系统，自己做了，再去揣摩高考题的答案，真正领会了，才能少写废话，多得分。生物也大体如此，多做题才能不“跑偏”，才能切题。英语稍有不同，重要的是语感。有一段时间，我的英语成绩明显下滑，于是我痛定思痛，给自己制定了每天的英语任务，坚持了一段时间之后我的成绩也就基本稳定在135分以上，效果挺明显的。数学和物理可以说是纯理科的科目，记忆要求较低，而总结则显得尤为重要。高考题的题型都很固定，每种题型又都有最常规的解题方法，这就需要我们在做够一定的题目之后反思、总结，找出解题规律，做到会一道题，会一类题。化学则是介于文理之间，记忆和总结自然要兼而有之啦。

说了这么多，好像一直都跟“为梦想，风雨兼程”的主题无关，为了切题，接下来我要谈谈自己的高三。毫不避讳地说，我高三上了两年，很多感受是在两年的对比中愈发地深刻。首先是时间安排。我是一个比较喜欢规律化的人，每天从早自习到教室，一直到晚上睡觉前的每个时间段，我都有详细的计划。而说到休息，我的第二个高三是基本没有假期的。尤其是第二学期，我在校整整四个月没回家。那段日子，想想我都佩服自己。也许累过，但是这样的生活是充实的，是无悔的。再者是练习和错题本。和第一年相比，复读的这一年，练习确实做得多了，做过的资料和试卷擦起来估计真的比我都高。但是对于错题，我写得并不多。在我看来，错题本不能简单地记录错题，这样毫无意义。记录错题是为了不再出错，所以我比较赞同物理老师谭鸿

成的看法，一道题只有你真正学会，在遇到这一类题都不会出错的时候，才有记录的价值。这也就是说，错题本不必很厚，但知识一定是丰富的。

至于“风雨”，确切地说是心态的浮动和调整。也许是我第一年上高三的时候太过懒散了，所以才又经历了一个刻骨铭心的高四。第一年考的是华中科技大学，选择复读压力还是蛮大的。我缓解压力的办法就是降低目标。我常常告诉自己，不是所有人回来都是为了北大清华的，明年能上中科大，你就不枉又一年的付出，就算再差一点，中山大学也是握在手心里的啊。很多时候，压力正是来自太高的期望。这样一想，心头的压抑渐渐少了，学习效率也就高了。接下来我说一下心情的调整。很多同学喜欢在心情糟糕的时候写日记。我个人并不看好这种方法。我曾经也很喜欢把心情记录在日记里，可后来我发现这种方式不是太好。因为日记方便多次翻看，而那些不快的记忆也就会因此一次次被提起，不利于我们淡忘烦恼。我喜欢找人倾诉。我想很多人不太喜欢找老师或者家长，那就不妨找一个自己比较信赖的同学或朋友，当然，自己比较佩服的学长学姐也是一个不错的选择。在高考前两个月的时候，我曾出现过一些问题。那时考试很频繁，我的成绩也基本稳定在学校前五名。但是不知道为什么，总感觉成绩不是自己的，内心很是慌乱。和班主任聊天时，他总是说只要成绩不出问题就没问题，别瞎想。当时真的觉得很无助，我就给在清华的一位同学打了电话。听完我的诉苦，他也表示很无语。但当我把心中的不安全感说出，顿时轻松也清醒了很多。有些话说出来，就伴随着呼出的空气消失了，憋在心里，只会越积越重，越积越痛。

每个人心中，都有一个关于清华北大的梦，而行走在高三，我们都更希望清华北大不是梦。我们要做的不是等待，不是抱怨，而是用努力和拼搏让梦想照进现实。

为梦想，风雨兼程。第一次写下这句话，是看了聚美优品的广告，为陈欧的逐梦道路而感叹。后来我把这句话留给了自己，为心中的梦想，加油！在这里，我把这句话送给所有为高考奋斗的学子，为心中的梦想奋勇向前吧，风雨挡不住信念的脚步，云霓遮不了梦想的光芒！



郭政豪

毕业于山西省太原市山西大学附属中学，在2013年高考中，以理科630分的总成绩（含数学联赛加分10分，自主招生加分20分），考入清华大学水利水电工程系。

我在清华等你来

每个人的心中都有一个名校梦。如果你很勤奋，觉得自己已经使出了浑身解数，可是成绩却并没有起色，那说明你的学习方法可能有问题。以下是我个人总结的一些经验，希望对你能有所帮助，让你在通向成功的路上事半功倍。

首先介绍一下各科的学习经验与技巧。

语文是一门重积累的学科。大多数理科生将时间与精力放在了刷数学和理综题上，却忽视了语文的学习，他们觉得在语文上付出再多也很难见回报。其实，这种看法是不对的。在大家的数学和理综水平差不多的情况下，语文对你的总成绩起到了至关重要的作用。我们班有个同学，每次语文都考得很好，能够和别人拉开很大的差距，而有几个同学虽然数学和理综不错，却因为不怎么学语文，使得总体成绩总是上不去，实在令人惋惜。勤学如春起之苗，不见其增，日有所长；辍学如磨刀之石，不见其损，