



YING ZAI
GAOKAO
YUANMENG
BEIDA

北京大学中原发展研究会
《赢在高考 圆梦北大》编委会 编

赢在高考 圆梦北大

中原出版传媒集团
中原传媒股份公司

大象出版社

赢在高考

YING ZAI
GAOKAO
YUANMENG
BEIDA

圆梦北大

北京大学中原发展研究会
《赢在高考 圆梦北大》编委会
编

中原出版传媒集团
中原传媒股份公司

 大象出版社
· 郑州 ·

图书在版编目(CIP)数据

赢在高考 圆梦北大 / 北京大学中原发展研究会
《赢在高考 圆梦北大》编委会编. — 郑州 : 大象出版社,
2018. 5

ISBN 978-7-5347-9682-1

I. ①赢… II. ①北… III. ①高等学校—入学考试—
经验②高中生—学习方法 IV. ①G632.474②G632.46

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2018)第 009408 号

赢在高考 圆梦北大

北京大学中原发展研究会《赢在高考 圆梦北大》编委会 编

出版人 王刘纯

责任编辑 李建平

责任校对 张迎娟 安德华

装帧设计 付锁锁

出版发行 **大象出版社**(郑州市开元路 16 号 邮政编码 450044)

发行科 0371-63863551 总编室 0371-65597936

网 址 www.daxiang.cn

印 刷 辉县市文教印务有限公司

经 销 各地新华书店经销

开 本 787mm×1092mm 1/16

印 张 14.5

字 数 203 千字

版 次 2018 年 5 月第 1 版 2018 年 5 月第 1 次印刷

定 价 38.00 元

若发现印、装质量问题,影响阅读,请与承印厂联系调换。

印厂地址 辉县市产业集聚区城西工业园区

邮政编码 453600

电话 0373-6208218

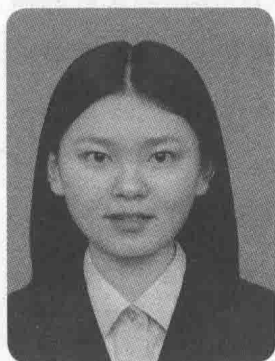
目 录

致如烟三年 / 曹 萌	001
高中那三年 / 曹天恩	006
那些我想对你说的 / 陈 佩	011
忆高中 / 程凯远	018
回首高中 / 董舒月	024
左手伤疤，右手年华 / 冯 巍	030
不经风雨，怎见彩虹 / 付浩天	035
从问题出发 / 高 铭	043
寒窗一展鸿鹄志，燕园折得桂子香 / 郭甲一	049
情系未名，梦圆北大 / 和朕宇	060
走向灯火阑珊处 / 贺佩瑶	070
流光容易把人抛 / 贺依林	075
零星感悟 / 寿鹤君	080
追梦的日子 / 胡 琪	085
我眼中的高中三年 / 霍寅辰	090

如果真正热爱，请永不放弃 / 雷盈辉	095
外语类保送生经验总结 / 李牧翰	101
莫把韶光负 / 卢正琦	108
燕园是我阴差阳错的美丽 / 时海彤	115
高考是一次探险 / 史默然	120
不忘来时路 / 万明远	126
高中生活反思 / 汪乾坤	134
崎岖回忆 / 王 涵	139
以梦为马的征程 / 王敬一	146
坚持自己选择的道路 / 王 昱	152
清风落叶，那年心情 / 王子妍	157
做最好的自己 / 邬浩然	163
此间流年 / 夏鹤明	168
我的高中，我的大学 / 杨泽坤	173
我是薛定谔的猫 / 叶兴国	178
在燕园 / 于蒙蒙	185
亦苦亦乐，不负韶光 / 余青钊	191
坚苦志，行远程 / 羽紫琪	197
记忆的余音 / 袁泽宇	202
破茧成蝶 / 张梦岩	207
光由心生 / 张瑞萱	214
我的高中，一生的财富 / 赵静园	220

致如烟三年

曹 萌



曹萌，女

北京大学新闻与传播学院 2016 级本科生

2016 年毕业于河南省上蔡县第一高级中学

通过国家专项计划考入北京大学

执笔此文，秋天已经到了。晚上跑步的时候，经过那片土地。6 月份的时候，那里还是微微泛黄尚未成熟的麦子，而现在，比我高的玉米散发着令人莫名心安的甜香味道。抬起头，看见落日把天空的一角渲染成令人心醉的奇妙颜色，和曾经晚饭后趴在教室门前的栏杆上看到的一样，让人感动。

感动不变，可是有些东西却再也找不回来了。找不回，晚自习抬起酸疼的脖子就能看见的大红横幅；找不回，早上宣暂时眼神里略带疲惫的坚毅；找不回，早操时用沙哑的喉咙喊出的十六字口号；找不回，这个有太多故事却又好像很安静的夏天；找不回，我的笑泪三年……

三年前，心里念念不忘“北京大学”四个字，在蝉鸣不已的炎热夏日坐在高中的教室里，期待的全是三年后的夏天，恨不得把高中三年缩成一小杯清水，一饮而尽。可是，推开高中的那扇门，这旅途就不容我拒绝，

变得越来越曲折和丰富。太多故事慢慢展开，太多人走进我的生命，在我的灵魂之河里轻轻放下一块块鹅卵石。三年像水一样流过，那些圆润的石头却留在了河底。

那些色彩斑斓的石头，是她们和他们，是那些陪我笑、陪我哭，陪我沮丧、陪我奋斗的好同学、好朋友。对于她们与他们，我想“有生之年遇见你竟花光我所有运气”这句话足以表达我的想法。高一时，刚进入高中，新鲜感冲淡了对未来的使命感。这时，我遇见了我高一的同桌，做数学题超级快的神经大条的善解我意的同桌。那些互相催促彼此写作业的日子，那些商量买什么资料好的日子，那些在对方午睡时小心翼翼不敢发出太大声响的日子，我们彼此相伴着度过了最开始的那段不知所措的时光，慢慢找到努力的方向。她就像一阵风，呼啸着穿过我的胸膛，卷走我晦涩的小心思，留下的是满满的感动和力量。高二的同桌，教会了我很多东西，比如如何在喧嚣中保持内心的宁静，比如如何在谷底找寻希望，比如如何在平淡的生活里不放弃追逐梦想的热情和执着。那些坐在一起写作业的日子，安安静静，却有着奋斗的汗水围绕的异样光彩。高三的同桌，陪着我走过了那一段最曲折的路。我的成绩一度垮得厉害，心态也曾经起伏不定。那些灰暗的日子里，是她用大大的眼睛看着我，告诉我我还是优秀的，而北大，还是我可以实现的梦想。那些她给的力量，是我高三一整年的温暖底色。

那些圆润质朴的石头，是我的老师们。十几年来，我第一次碰到陪伴了我整整三年的老师。我的善解人意的班主任兼语文老师，给我们带来了新意频出的语文课，还有不急不躁的唠叨、耐心细致的叮咛和无微不至的关怀。班主任的最大特点是经常找人谈话。这样的谈话，会发生在一个太阳刚刚升起的清晨，会发生在一个刚刚知道成绩失望到极点的晚上，会发生在我们需要倾诉的时候。谈话结束，心里就像放下了一块大大的石头。关于我的直率的充满活力的数学老师，让我难忘的是那些永远高分贝的数学课，那些流传不绝的关于他的段子，那些直截了当的批评。难以忘记这样的情景：午后阳光正好，数学老师在讲台上讲得尽兴，手在黑板上重重敲打着重点，

飞起的粉笔灰在光线里描绘出数学的神奇。同样难以忘记的还有那些做不完的数学卷子，那些突然迸发的奇妙思路，那些在课堂上和同学们一起探究的愉悦。在很多人眼里枯燥的数学，就这么被老师变得充满趣味。我的教学方法独特的英语老师，引导我们重视课外阅读，让我们背整篇整篇的完形填空，高三后期却开始不讲课让我们按照自己的习惯去复习。他经常说的两个字是“放手”，但他的放手不是一放了之，而是恰当地引导和鼓励。还有我美丽文艺的、课讲得透彻无比的物理老师，给我们的是贯穿着她的微笑的课堂和少而精的物理作业。高三一年，很多人在物理老师面前哭过——物理老师总是给人一种很安心的感觉，而哭完，她总是用柔软的话语去安慰我们。也许，人只有在信任的人面前，才可以无所顾忌地哭泣吧。我的不厌其烦的化学老师，下课后经常被询问问题的同学围得里三层外三层，而他从不会嫌我们问的问题太傻，总是耐心地引导，有时还会给我们搬出大学的课本来分析。还有我的敬业的生物老师——我们学校生物老师人数不够，生物老师一个人要教四个班——经常用沙哑的喉咙给我们讲课。是这些可爱的老师，我们的大朋友，陪伴我们度过了令人难忘的三年。

三年里，学习之路上荆棘存在，风雨也不曾缺席。高一的化学，因为我没有理解基本原理而学得一塌糊涂；高二的数学，导数和解析几何有时让我坐在座位上一两个小时苦苦思索还不得其解；高三的竞赛和自招培训，让本来专注高考的我乱了阵脚……

生活中有太多的不完美，但是，并没有太多遗憾。因为，那都是我用心走出的路。在高中的学习中，我觉得有五点是非常重要的，也是我体会最深的。

第一，要有一个明确的目标。从踏进高中大门的那一刻起，“北大”这两个字就悄悄地住进了我心里。有了明确的目标，才有了源源不断的动力。这个目标要足够明确，明确到面对枯燥的知识还能保持兴趣，明确到面对一些来自外界的干扰还能守住自我，明确到成绩跌到谷底还要相信自己能考上梦想的大学。曾经有人问过我上课为什么这么精力充沛，面对持

久的学习为什么不厌倦，我说，因为热爱。而这份热爱，源自对目标的坚定，对未来的清醒认识。既然选择了远方，那么就应该坚定地走下去，不能因为路途的崎岖不平而中途易辙。请相信，念念不忘，必有回响。

第二，要相信天道酬勤。勤奋，是太容易又太困难的事情。太容易，因为每个人都可以选择去做；太困难，因为太多人选择给自己找借口不去做。我们的未来，终究要靠我们自己的努力去争取。人生是公平的，你付出多少，自然会收获多少，哪怕当时的回报可能与付出不成正比，但在不久的将来，一切都将是值得的。高二那年是我最勤奋的一年。那一年，没有心态的大起大落，没有竞赛、自招的干扰，有的是每一堂课专注的眼神，有的是每一次作业的冥思苦想，有的是吃饭路上的小跑，有的是被安排得精确到秒的时间。而那一年，也是我成绩提高最快的一年，化学的弱势就在那一年被慢慢补了上来。高一忽高忽低的成绩，也在那一年慢慢稳定。

第三，要保持专注。一直觉得，用“千山鸟飞绝，万径人踪灭。孤舟蓑笠翁，独钓寒江雪”来形容绝对专注的状态再合适不过了。当我们学习的时候，要尽量让自己找到那种聚精会神的状态。学习时，就老老实实在地学习，专注到世界只剩下我们自己和面前的书本。要像那位渔翁一样，在冰天雪地里守住自己的钓鱼竿和那片宁静的湖。只有专注，我们的学习效率才会高，才能在有限的时间里做更多更有意义的事情。有了专注，我们的勤奋才能不是自欺欺人的空耗时间而没有进步。

第四，要注意劳逸结合。高中的学习和积累是一个漫长的过程，就像是一场马拉松，我们要把眼光放得长远一点，不能在一开始就拼了命地不顾后果地冲上前去，那样是极不明智的。在学习累了的时候，我们不妨放下手里的作业，抛弃低效率的无意义的学习，练练字，看看书，写写随笔，在校园里散散步，放松一下紧绷的神经，或者跑跑步，打打篮球，锻炼一下疲惫的身躯。暂时的休息并不是偷懒，而是为接下来的旅程和挑战积蓄能量。学习，应当在一种舒服的状态下进行，当我们身心俱疲时，又怎么能走得更远呢？

第五，要保持乐观积极的心态。高中三年，难免有磕磕绊绊、跌跌撞撞，我们要有的是跌倒了再微笑着爬起来的坚强。有什么不开心的呢？太阳还在头顶散发光芒；没有太阳的时候，还有月亮和星星照亮黑暗；没有月亮和星星的时候，还有天空安静地守候大地。我们要享受学习的过程，用心去感受知识的魅力；要有明确的目标，但不要患得患失；要有不服输的倔强，但又要有面对失败的坦然。得之当然，失之坦然，把一切当作一次不可复制的珍贵体验。

我还记得，午后斜斜地打在题目上的阳光；我还记得，清晨楼顶振翅高飞的白鸽；我还记得，一次次热血沸腾的宣誓；我还记得，一次次失去又重来的倔强；我还记得，五四成人礼上的大蛋糕；我还记得，高考前誓师大会上漫天飞舞的红色礼花；我还记得，考完最后一场英语走出考场时放晴的天空……三年的故事太多，就让它们慢慢地沉淀在心底柔软的角落。我始终相信，过去是通往未来的路。

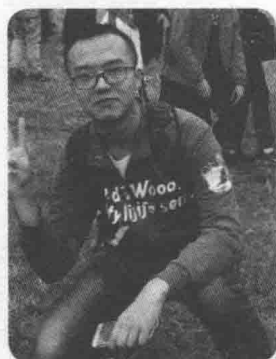
北大，我来了。

作者寄语

功不唐捐。

高中那三年

曹天恩



曹天恩，男

北京大学光华管理学院 2016 级本科生

毕业于河南省鹤壁市高中

2016 年高考总分 694 分，河南省理科第 13 名

时光匆匆而逝，高中生活就这样与我挥手告别。高一时的情景仿佛还历历在目，曾经认为漫长难熬的时光其实也不过如此。回想起来，只要找准方法、保持心态，北大的校门一定也会为你敞开。

一、高一

刚刚经过中招的洗礼，我迈入了高中的大门。当时，我的入校成绩排名仅为全校三百名左右，开学第一次月考也只是考了全校二百多名。但是我并没有因此丧失信心，因为三年的时光足以彻底改变一个人，更不用说只是学习成绩的提高了。根据我现在的经验来看，很多人的中考成绩与高考成绩千差万别。以我为例，中考全市三百名，高考全市第三名。也有同

学中考成绩名列前茅，但高考时却饮恨败北。所以请大家切记，不要因为中考没考好而垂头丧气，也不要因为中考成绩优异而得意忘形。

刚进入高中时，有很多同学在预科班中预习了部分知识，而没有参加预科班的我确实感觉到和他们有些差距。但是老师是一定会把所有应该讲到的知识点都讲到的，所以只要上课认真听讲，下课加强练习，这些差距就会消失得无影无踪。所以，一定要保持信心，不懈努力。

高一的时候，一定要有远大的目标，不能因为前两次考试就丧失了自己对理想大学的渴望，觉得我一定上不了某某大学了。高中生活才刚刚开始，一定不能产生负面情绪。要相信自己的实力，坚定自己的理想。而如果没有明确自己理想的大学，那就要尽快确定自己的目标。有了理想的推动，高中的学习才会更有动力，也更容易取得好成绩，否则只能像没头苍蝇一样到处乱撞，随波逐流，最终泯然众人矣。

高一的课程总体来说并不太难，只要用心去学，我相信是一定可以学会的。在高一的学习中，我认为学习知识倒在其次，最重要的是养成良好的学习习惯，找到最适合自己的学习方法。每个人最适合的学习方法不一定相同，但一年的时间，如果你努力探索和思考，就一定能够发现最适合自己的那种。有了这些铺垫，你后两年的学习会十分顺利。而高一如果只是盲目地刷题，不思考不总结，那么高中的学习会让你感到十分疲惫，也难以考取理想的大学。学习习惯与学习方法没有对错之分，只有是否适合自己的区别。

高一还要面临科目选择的问题。我认为具体选什么科目还是要看自己的兴趣和能力，要选择自己最得心应手的科目，这样才能充分发挥自己的优势，保持长久的学习兴趣。

二、高二

高二一般就要学习高中知识中较难的部分了，所以这时候的学习一定要抓紧，不能有丝毫的懈怠。因为此时一旦有了知识上的漏洞，那就只能

到高三复习时弥补了。但众所周知，高三的学习十分紧张，复习时不一定能完全补上漏洞，而留给自己的空闲时间又不多，所以有可能直到高考，这方面的知识还存在漏洞，这恐怕会成为一个很大的问题。

高二时有一个现象可能会比较频繁地出现，那就是成绩波动。这时不要恐慌，因为这是非常正常的现象，只要保持平和的心态，过一段时间成绩就会自然而然地恢复。但如果因为几次的考试失利就开始怀疑自己，改变自己前一年养成的适合自己的学习习惯，那就可能会造成严重的后果，甚至也许再也恢复不到原来的成绩了。但是这也并非就要一成不变，如果真的是很长时间成绩低迷的话，那么学习方法该改变还是要改变的。此外，在成绩低迷的时期，一定要多找老师或者同学聊聊天，否则自己的情绪极易低落，这是不利于学习的，并且聊天的内容也不要局限于当前学习中面临的困境，可以聊一些轻松有趣的事，让自己的情绪和状态好起来。

我认为，高二一年是最适合提升自己薄弱学科的一年。经过之前一年的学习，应该已经对自己哪个学科较为薄弱非常清楚了。这时候就一定要对这块短板进行弥补，否则高三是很难有那么多空闲时间的。我的英语就是在高二从120分提高到了140分。而就具体提升的方法而言，每个学科每个人都会有不同，可以多和老师以及在这个学科上成绩比较优异的同学沟通。关于成绩提升，还有一个颠扑不破的真理，那就是多做题。虽然题海战术不一定适用于每个人，但是多做一些题对于成绩提升是一定有帮助的。

对于知识中较难的部分，有些题目不会做很正常，实际上随着时间的推移，很多难题会迎刃而解。有些题即使不会做，也不会对总成绩造成太大的影响。例如即使数学压轴题最后一问不会做，其他的分数全部拿到手也是140多分。很多时候考差了不是因为难的题没有做出来，而是因为简单的题错得多。这又涉及一个老生常谈的问题——粗心。记得我们数学老师说过，粗心不是马虎大意，而是练得太少，对此我深有体会。如果某段时间数学题做得少了，那么下次考试中做题速度会变得很慢，粗心的错误也会增多，反之，则一般会保持一个非常不错的分数。所以熟能生巧，粗心大意不是

犯低级错误的借口。

如果不是竞赛生和坚定要走自招道路的同学，那么目标就是高考，就不要盲目崇拜难题。高考全国卷的难度都不是很大，没有特别难的题目。如果投入太多的精力在难题上，不仅耗费时间，而且还不一定对高考有什么帮助。做题时更不能跳过一些简单题，因为多训练简单题不仅能提升自己做题的速度，而且能多见识其中设计巧妙的陷阱，这样能避免在高考中犯错。

三、高三

高三的生活还是忙碌、单调、重复的，但没有想象中的苦与累，也完全没有所谓地狱般的感觉，同学们也没有每天除了学习就是学习。高三还是要参加一些娱乐活动来放松自己，放松紧张的神经，从而提高自己的学习效率。

高三的确是最为重要的一年，之前成绩不好的同学可能在高三迎来飞跃，成绩优异的同学也可能在这一年跌入低谷。但无论如何都不要在这一年中放弃，毕竟已经坚持了十一年，难道连这最后的一年也撑不下去吗？可能你会感觉自己的成绩始终没有起色，但是还有一年的时间，难道还有不努力的理由吗？有那么多同学在这一年中取得了难以想象的提高，难道你就做不到吗？就算要放弃，先认真想想自己有没有把一切都做到了完美；就算成绩没有显著的提高，在高考成绩出来之前，一切也都有改变的可能。上天不会辜负坚持努力的人！

我认为，在高三这一年的学习中，对于成绩比较优异的同学来说，就没有必要完全紧跟老师的步伐了，可以有一些自己的安排和计划。毕竟老师要照顾大多数同学，而你如果在某个学科的学习中比较得心应手，就可以减少自己在这门学科上投入的时间。但这部分节省下来的时间可不是用来玩手机或者看课外书的，而是用来弥补自己的薄弱学科的。不过千万要保证自己的优势学科始终保持优势，切忌拆东墙补西墙，不然很容易得不

偿失，不仅没能补上弱势学科，反而还丧失了原来的优势。

高三这一年中心态的保持是极为重要的。因为这一年不会再学习新的知识，所以理论上来说不会有成绩大幅度退步的现象，但实际上却有不少人成绩退步了，这大多就是因为心态不好。无论何时何地何事都不要放弃自信与希望，相信自己，努力拼搏，定能拥有一段无怨无悔的青春。

对我来说，高中这三年也许确实有些疲惫与沉闷，但并没有黑暗和痛苦。三年走过，发现努力还是有所回报的，三年的日子也是眨眼间就消逝了。最后送给所有学弟学妹们一句话：在高考这片战场上，对于我们已经结束，而对于你们才刚刚开始，保持斗志，坚持战斗，你们一定会走到最后。

作者寄语

除了我们自己，没有什么能否定我们。

那些我想对你说的

陈 佩



陈佩，女

北京大学新闻与传播学院 2016 级本科生

毕业于河南省光山县第二高级中学

2016 年高考河南省文科第 35 名

你曾看过的最难忘的风景是什么？

或许是在某个落日的街头看到的天上的绚烂云彩，或许是在某个阳光明媚的午后看到的透过树叶细碎地洒在地上的光斑，或许是细雨后漫山遍野的清新绿色，又或许是某些很难描述的深深刻印在心中的景色。

若问现在的我，我会毫不犹豫地说是：未名湖。

一、未名时光

在我人生所历经的十八载中，风景阅过无数，却不曾见过有如未名湖这般的神奇之景。未名湖之神奇，绝不仅在于它为人所称道的独特的画面之美，亦不仅在于它深厚的历史底蕴，更不仅在于它是北大的代名词，只

有当你真正来到它的身边，你才会懂得它的神奇之处，可谓妙极而不可轻言。

初入燕园，我对北大其实了解甚少，所知的也不过是人所皆知的博雅塔、未名湖、蔡元培、毛泽东，学术开放、思想自由之类。而当我在短短的三个月中真正地融入了北大后，我才真真切切地感受到北大之所以为北大的一切理由。你能想象到的一所优秀大学应有的特征，北大可以说无一不具。图书馆、教室里自习的安静氛围，泊星地、最美时光里讨论的激烈进行，百周年纪念讲堂里演奏会的动人音乐，未名湖、博雅塔风光的秀丽动人，“百团大战”中社团活动的精彩呈现，教授大师们讲课时的深刻见解……这些都是你应该选择北大的理由。

而我，正是在这样的选择下和为此选择付出的努力中走进了北大，走近了那片让我魂牵梦萦的湖。

我曾每日都去未名湖，看太阳升起落下，看湖畔的叶绿叶黄，看湖面的金鱼和小鸭。每一刻的心情和感触都不一样，每一刻都是最美的风景。偶尔会路遇轻声读书的奋斗青年，偶尔会路遇一些成双成对的情侣……扛着自己的相机，拍下这些看似平凡却不平凡的点点滴滴，未名时光，便仿佛不曾流逝。

如若你来，我会等你。

在末名湖畔，等着披荆斩棘、泣血流汗、寒窗苦读十二载的你，不辜负所有的岁月，和你看尽未名湖上的风云变幻，和你看遍碧波粼粼下的金色摇曳，和你共度未名的美好时光。

二、心路历程

衣带渐宽终不悔，为伊消得人憔悴。

从有记忆以来，考上北大、清华就是我的梦想。而我，也确实确实为这个梦想奋斗了十二年的时光。当然大家莫不如此，寒窗苦读十二年，只为金榜题名那一刻。然而，这个到底是你自己的梦想，还是身边人为你准