

写给08学子的一封信：考研冲刺“六要六不要” PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/390/2021_2022__E5_86_99_E7_BB_9908_E5_AD_c73_390178.htm 写给2008考研学子的一封信

考研冲刺“六要六不要” 新东方教育科技集团高级副总裁陈向东 亲爱的2008考研学子们：你们好！当研究生入学考试的日子越来越近的时候，许多考生可能会发现自己突然变得紧张、忐忑和不知所措，甚至有些考生的饮食和睡眠都出了问题，我自己当年考研的时候就曾经有过类似的经历和感受。当年在人大读研究生的时候，结识了许多“漂荡”在北京的考研一族朋友，他们忙碌、紧张、疲惫但踌躇满志，为了方便学习和备考，就住在人大小南门附近招待所的地下室里，虽然六个人或者更多的人拥挤在似乎永远没有阳光和新鲜空气的房间里，但很多人的前途和机遇却也由此而改变。失败的原因各有不同，而成功确有规律可循。回想起我自己考研的日子，追忆着和那些考研同行者共处的岁月，重新整理和思考过去的日子里接受过我咨询和帮助的考生的问题和困惑，我总结了考研冲刺阶段成功备考的六大无上心法，希望能够对广大考生朋友们有所帮助。

一、要学会强身和健体，不要透支健康 对即将参考的考生来说，考研是人生的第二次选择。经过或长或短的备考经历，大多数朋友都会有身心疲惫的感觉。随着考研冲刺号角的响起，大家又奋不顾身地继续向前冲，但是谁能够快速胜利到达终点才具有决定性意义，而这在很大程度上取决于我们的身体素质和心理健康。有规律的起居生活、每天坚持的体育锻炼以及积极乐观的心理状态是保持身体和心理健康的关键。换句话说，在冲刺阶

段，一定要想方设法确保自己的身体健康，毕竟身体是革命的本钱；同时，还要高度重视心理健康。参加奥林匹克运动会的运动员们不仅是在较量运动技能与技巧的高低，而且是在比拼心理素质的好坏。如果说考研是一场竞技，那么也同样需要大家强壮的身体和健康的心理做支撑，才能完成这项对很多人都看似不可能完成的任务。所以，我希望同学们在紧张学习的同时，不要忘记锻炼身体，要真正做到“一张一弛，文武之道”，保持良好乐观的心态去克服困难，从而笑迎挑战。

二、要注重方法和技巧，不要漫无目标“四两拨千金”。在考研的冲刺阶段，一定不要盲目地一味向前冲，要充分认识到自己的优势和不足，从而寻求最优的解决方案和应试方略。每个考生都要制定一个适合自己的备考攻略，只有选择适合自己的备考方法，才能真正达到“事半功倍”的效果。首先，无论是政治、英语，还是数学和专业课，考试的成功当然离不开良好的知识的储备。短时间大量知识的储备离不开良好的记忆，而良好的记忆则来源于有效的方法。如果你为了考试而去吃什么补脑的药物或者保健品，倒不如寻找技巧改善自己的记忆方法。研究表明，感官用得越多，记忆能力越强，对于单词的记忆更是如此。通过音、形、意，听觉、视觉和思维的运用，同时运用或实际或荒诞的联想将更有利于记忆效果的巩固。对于数学、政治和专业课的记忆也可以参考记单词的方法，读与写相结合，回忆、联想和运用相结合，多种手段综合运用，逐步提高自己在各方面的知识储备。其次，考研的最后录取是依总分而定的，所以大家在保持强项的同时，一定要突破自己弱项，在保证各科通过的同时再确保总分的优秀。最后，希望大家在复习备考

时注意以下几点：英语要多注意平时的积累，考前要注重阅读和写作的训练；政治一定要研究标准答案的答题格式；学数学千万不能只看书不动笔，否则只会眼高手低；正确看待专业课：其实，专业课也可能是拉分的一块，大多数情况下，专业课也只是比英语稍微容易一点；改善记忆方法，切忌死记硬背。

三、要关注考纲和真题，不要舍本逐末 考研冲刺准备手边永远不能离开考试大纲和历年真题。学会利用这两件利器，它们将会成为帮助你赢得考研成功的法宝。我自己在考研的冲刺阶段，基本上每天至少有三分之一的时间花费在研究、分析和琢磨考试大纲和历年真题上。这里，也包括研究与分析相关的专业课考试真题，从而预测真实考试场景的题目结构和答题方略。“纸上谈兵”是兵家大忌，更是准备考试的大敌。但“题海战术”也不是上策。面对市面上各种各样的复习资料，究竟哪一种才是最适合考生的呢？毫无疑问，真题对考生来说是最有具价值的备考资料。真题具有极强的指导意义，其科学性、合理性以及难易程度都不是市面上的各种模拟题所能比拟的。然而令人遗憾的是，长久以来很多同学对真题的研究不够和重视程度不够，总是做过一遍后就束之高阁，而后展开题海战术，沉溺于各种模拟题中不能自拔。要知道，真题虽然数量很少，但都是精华，大量做模拟题，虽然也能提高应试能力，但因其针对性不强而有本末倒置之嫌。做真题也要注意方法，要做到做题与总结相结合。我觉得大家对真题的使用应该是多层次的、彻底的、全方位的，例如，做完题目之后一定要对真题进行反复的精读，应该做到能够彻底读懂吃透真题中的每一个印刷符号。原则上讲，一般我们做一套真题可能只用三个小时，但实际

上大家如果真的钻研透彻、彻底吸收一套真题中所有的营养和知识可能需要20个小时，这样才能真正做到融会贯通。做完真题后切忌只对答案，答案的对错比率并不十分重要，关键是要把做错的原因以及从真题中发现的有用的语言点、知识点进行提炼、分类、整理，然后才能对真题进行一个全方位的梳理和吸收。总之，各类考试的历年真题将是各位备考同学的最好复习资料，对真题的自我模拟考试以及对试卷的理性分析将无疑有助于提高各位同学的应试能力。

四、要积极沟通和分享，不要单兵作战 在信息时代，无论做什么事情都不能闭门造车，考研更是这样。学习之余，放松之时，一定要多与共同奋战的“考友”交流复习心得，与要报考的专业的研究生师兄师姐切磋成功之道，请未来的导师指点迷津，对专业课尤其如此。现在差不多是导师们琢磨今年的专业课试卷该怎么出的时候了，所以所报学校的专业的研究生师兄师姐的观点和建议肯定会很有针对性，是专业课取得理想成绩的有力保障。在复习备考之时，如果偶尔碰上一个考了三四年的考研专业户，不要轻视他，那可是个宝贝，多跟他聊聊，你会有很多意外的收获。对有条件的同学来说，最好能有针对性地参加一些冲刺班，尤其是政治和专业课方面的辅导班。有经验的政治课老师能把握今年大致的出题动向，以及时事政治的出题重点。有些学校的老师曾经直言不讳地说，参加他们学校的专业课辅导班，能使学生感觉专业课的分数比较好拿。如果实在没条件(经济或时间上不允许)参加某些重要辅导班的学习，请尽可能请教一下参加这些辅导班的同学，借他们的书、笔记看一下，要是能借到上课的录音那是最好不过的了。总之，在冲刺阶段，千万不要闷着头，

孤立地自己看，要时刻与外界沟通，留意一切对自己有用的信息。

五、要关注时事和动态，不要顾此失彼 因为英语和政治是所有考生的必考科目，所以时事动态将是所有考生不得不关注的重要内容。国内外重大政治事件、热点新闻以及主流媒体的报道都将会是考试的要点。所以在12月31日之前，每天可以用一定的时间阅读中英文报刊、杂志和网络新闻，收听收看海内外新闻报道都是非常有用的，也是非常必要的。在此，我推荐考生能抽空看一下《人民日报》、《半月谈》和《参考消息》。有条件上网的同学可以浏览下面的几个网站：China Daily(www.chinadaily.com.cn)、Financial Times(www.ft.com)、Times(www.the-times.co.uk)、the New York Times (www.nytimes.com)、BBC(www.bbc.co.uk)等。专业课的准备要关注并阅读最新半年的一些重要的期刊杂志，上面的论文和信息可能会对提高专业课程成绩有所裨益。另外，研究生是社会的高级知识分子，现在社会对高级知识分子的要求除了有专业技能，还要有广泛的社会责任感和全球意识。所以，考生在准备考研的同时要锻炼自己这种关注和思考的习惯，这将不仅有助于你取得考试的成功，也能够提高你的素养以及对事物的敏锐度。

六、要坚持坚持再坚持，不要半途而废 随着考试的临近，有些考生可能会感觉压力日渐增大：觉得自己不足的地方太多，比自己优秀的人太多，需要做的事情太多，而时间又过于紧迫……一切的一切好像都超出了自己的设想和自己的承受能力，于是部分同学可能会产生临阵脱逃的想法，甚至会做出放弃考试的“懦夫”决定。我们知道，有一些屡败屡战的往届生，他们在备考中可能付出了更多，屡战屡败还在坚持，本身就已经非常接近成功

了。实际上，很多时候我们往往可能是在离最后的成功只有半步之遥的时候放弃了。所以，绝不能轻言放弃，应该坚持不懈，直到成功。坚持还是放弃完全是一种心态的问题。无论存在多大的困难，也不管自己有多大的差距和不足，我们都应该对自己充满信心，只要多付出一点努力，我们就离成功更近了一步。失去了信心，等待我们的就只有失败，就像《笑傲江湖》中提到的被困在山洞中的某位使斧的武林高手一样：他已经找到了一条可以出去的路，并为此付出了艰辛的努力，用斧子开辟出了一条出去的通道，但却在即将成功的时候放弃了，最后死在洞中。试想，如果他不放弃自己的选择，再多抡一下斧子，他的命运将会完全不同！我们也一样，做任何事情，只要是对的，选择了就不要放弃。坚持不一定会成功，但放弃必然会失败。奋斗吧，亲爱的考研朋友们，勇士们，坚持坚持再坚持，成功就在眼前！前段时间受俞敏洪老师的委托，我带领新东方校长高管团队到美国的哈佛大学、耶鲁大学和西点军校等学校考察学习。秋天的大学校园里，树叶已经开始飘落，但校园里随处可见的深深浅浅、红红黄黄的颜色里透露出丰盈的讯息，诱人陷入对世界的思考和向往。灿烂的阳光伴着或躺或靠或坐在绿草地上埋头读书的学生，让人流连忘返。前美联储主席艾伦格林斯潘在退休后刚刚写了一本书，书的名字是The Age of Turbulence。大家都知道，Turbulence在这里的意思是state of confusion and lack of order，也就是指“混乱的状态”或者是“缺少秩序”。格林斯潘的一生似乎极富传奇色彩，受到人们的尊重并且经常成为世界媒体关注的焦点。但出乎我们意料的是，他在退休之后展示其个人思想财产的著作的名字居然与“动荡、

动乱、混乱和浑浊”相关。很多时候，我们在考研路上会感觉处于人生“混乱、无助、紧张或者痛苦”的阶段，而正是因为经历这样的阶段，我们才被赋予了无限的机会；恰恰因为我们拥有的这些机会，才能够让我们在“混乱、无助、紧张或者痛苦”中历练并见证我们的成熟或稚嫩；正是因为这或成熟或稚嫩的一段经历，才会让我们的人生更加充满华彩。祝福大家！真心祝愿大家考研成功！陈向东 2007年11月15日 100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问 www.100test.com