拉面哥

[**1.总经验贴** 2](#_Toc204171327)

[**2.主观题经验贴** 7](#_Toc204171328)

[**3.单词经验贴** 13](#_Toc204171329)

[**4.理解力提升专项训练** 29](#_Toc204171330)

[**5.考研英语性价比分析** 35](#_Toc204171331)

[**6.思维与思维导图经验帖——怎样才能选对选项 （非常重要‼️能提升自己的上限）** 44](#_Toc204171332)

[**7.四月份建议** 71](#_Toc204171333)

[**8.五月份建议** 72](#_Toc204171334)

[**9.六月份建议** 75](#_Toc204171335)

[**10.七月份建议** 79](#_Toc204171336)

### **1.总经验贴**

**核心问题与认知突破**

私信过多，没法一一回复，大家要经验贴我就直接发在这里，后台甚至还说想要花钱去买的，这点大可不必，都是考研的兄弟，都不容易，学习已经筋疲力尽，没必要再去燃尽自己，走过同样的路，吃过同样的苦，不管怎么说，我爱你们呀。

**首先:核心就解决一个问题**

**针对一个考试，我们的目的是为了得分**。背单词学语法掌握阅读的逻辑思维这些都是为了让你选对，但是要明确一个前提，也是英语应试考试中该有的意识: **我允许自己不会，我允许自己读不懂**。在平时训练时，一旦陷入精读陷阱只会增大你的学习时长，而得不到分数的提升。考场可不是让你来精读的，精着精着发现给自己精没了，你拿平时练习的方式用在考场，读的时候稍微快了一点速度就读不懂了，这个时候直接g，发现时间不够，得加速读，然后就是无穷尽的一直读下去无穷尽的一直读不懂，但凡一篇文章给你50分钟慢慢读，你小子又会了，但是可能给你这种出手的机会吗，现在能意识到问题了不，你是把自己给骗了，你有实力能读明白文章，但是考场不给你这个机会。

**语言理解的本质误区**

那你肯定会疑惑，你这不是废话吗，不就是多背单词练长难句提升对句子的敏锐度直到读一遍英文就读明白了? **大错特错**，哪怕你可以做到读一遍就可以翻译出来句子，在实战中这没用，因为我们要做的是**对信息的自我理解**，我以一个例子让你看的更明白，有这样一段我以一个例子让你看的更明白，有这样一段话:

*鲨鱼是海洋中的顶级掠食者，拥有强大的嗅觉和敏锐的感知能力。它们种类繁多，从小型礁誉到巨大的鲸鱼，扮演着维持海洋生态平衡的重要角色。然而，过度捕捞和栖息地破坏使许多鲨鱼濒临灭绝，亟需保护。*

你作为一个中国人，你在几秒内已经读完并且理解他的意思了，但是我告诉你“从小型礁鲨到巨大的鲸鱼"这句话是错误的，原文“鲸鱼"是"鲸鲨"，你自己都没有意识到一个错误的地方，你好像理解了大概意思，而**实质是你没有在脑中形成和这句话的同步意识**，说明你以为的阅读，仅限读了，你能说你这话读不懂吗，但是你的大脑并没有和这句话同步。

**核心结论：语言是意识获取**

所以，我想告诉你的是，一句话，哪怕你英语很好，读过后，你知道意思了，但是读了题干又蒙了，一定要明白一个道理: **语言是表达的艺术，简单来讲就是"你说，我懂"**，(记重点)**我们获取的从来不是把英文读成中文那样，而是通过文字获取意识**，读中文尚且做不到这样，何况英文?而造成这种现象的原因就是，考研英语问的不是他是什么，而是他怎么了。所以我们都以为背单词重要，学语法重要，但是一做题就废了，何曾去思考过，要去改掉我们近28年都没有改过的错误的阅读方式，哪怕是一个英文母语者做题，如果只阅读而思维不同步，读完了跟没读还是一样的。

**中文阅读的启示**

从小到大，我们停留在文字表面上的阅读，使得我们对文字意识的理解能力严重缺失，扪心自问高文字意识的理解能力严重缺失，扪心自问高考语文的第一道大题，中文字都认识，读完了文章懵不懵。因此大费周章我想告诉你和别人真正的差距在哪里，也是可能让提升28分甚至更多的就是: **意识**。

**训练方法**

**第一步：中文意识重塑**

**第一步，不选择英文来做阅读的训练，你能先把中文读好，拒绝精读只做泛读，要求以极快的速度瞬间阅览20句以上的话，或一整个大自然段，迅速把书合上，不可以通过默念形式复述**(这点很重要，我们要把内容灌在脑子中而不是口中，口中是得不到理解的)强制大脑生成抽象的图像(如果你脑中生成的是文字就重新来)，图像并非动画图片这类，而是脑中的理解，通俗讲就是那一瞬间"懂了!"的感觉，要求可能过于苛刻，但是可以极其迅速的提升你的大脑对于文字的处理和理解能力，**中间但凡口中有一点默念，需要重新开始选择其他的新的语段再来，**这个过程会非常辛苦甚至于痛苦，我们要用脑子去读，不要再去用嘴了，打开书，将文字好好读一遍，看看脑中图像是否和文字匹配，漏了细节不重要，主要看有没有错误理解，有没有无法把文字转化成抽象图像的语段，比如"经济好转"这四个字，再比如"制裁""联系""创作"这样的词汇，当你可以轻松做到迅速阅读并同步意识的时候，这就代表你获得了一个较好的阅读能力，拥有对于文字较好的理解能力，而经常读书的人他们的大脑对于文字的处理是十分敏捷的，再平心而论，大家有阅读的习惯吗?我们都在玩，谁还读书啊，这太人之常情了。大概这个过程你只需要坚持20天，每天练习1个半小时，来去挽救这20多年都没有形成的阅读习惯，这时你会发现，你再也不是读文章了，而是阅览文章，看到的每一个字都自动从知道意思变成理解意思了。**只有打好阅读的基础，我们现在才可以开始英语部分。这个过程你还可以背背单词，先不用学语法分析长难句，急不得。**

**第二步：英文单句训练**

**第二步，我们要开始上手英文了。**

1. **第一。我们切记不可选择过难或者过简单的句子进行理解性训练，单词以14个字为宜，你可以选择用ai生成一个14个单词组成的句子，生成出来的一瞬间，只读2-3秒，读不完也立刻停止，余光扫到的单词都算数，赶紧闭眼，**有不会的词不要紧用全力去将记忆中的单词强硬的去产生联系，哪怕意思都自己编的，哪怕狗屁不是哪怕一个词都不认识，就一瞬间那一眼，你认为是什么瞎编乱造，管他是啥，给我狠狠整出一个中文说出来(你的大脑里的思考，在这一步可以产生中文字幕或者任何形式对于你的形成认识有帮助的东西都可以)。
2. **然后第二步，去看这个英文，用软件翻译出句子中文释义，把不认识的词找出来记下，然后现在不要去拆分语法结构，第二次重新阅读这句英文，缓慢阅读每个单词，都要读到，**(单词发音不准没事，这步不要求)，**闭上眼睛**，这步要求重新理解意思，且用大脑来进行理解，不可有默念或者其他行为，脑中不可出现中文字幕，把该句话所要表达的意识在大脑中快速抽象，直到形成结果。
3. **然后第三步，做"单词跳跃"，把刚才不会的已经背下来的单词，按文章从左到右出现的顺序，在脑中按这个顺序一个一个跳出来**，可能个别字母记不住，不要求你记，我要求你产生一个模糊的单词形状。然后跳出一个单词，脑中下一个就是这个单词的抽象意识，遗忘就重来，直到可以连贯地跳跃出每个单词，并且切记这步脑中对于单词的抽象意识不可以是中文字幕，否则重新跳。

**在这个过程中，就已经要开始系统性单词的背诵了**，**先背5500考纲单词，已经熟练后有更大的需求，继续扩展你的单词量，可以背背雅思的也可以背背托福的，反正多背多得。每天坚持80-100个，**从你背单词的第一天起，到考研结束的最后一天起，背单词就变成一项风雨无阻的任务，哪怕是国庆这种，也要复习完单词再去玩，**而语法学习与单词学习是并起的**，语法基础全学完，不划算，实战中分析语法成分愚蠢至极，当然基础语法拆分还是要会的，我不推荐对长难句进行过于细致入微的拆分，我只要求各位**训练好对于关键语句中的断句断句断句断句断句断句!**比如-整段话其实都是定语修饰谁等等这些，做专项的长难句语法分析，也一定要按上面的方法进行训练，每个句子做到读完与句子产生同步意识即可，没出现或者生成，那就这个句子-直练习。**每天对于单句的训练，这个需要一直练习。每天对于单句的训练，这个需要持续2个月的练习**，两个月后你会有意想不到的收获。**这是单句训练，且每6天[0-tgvfv c组成的单句。**按三步法走，慢慢来不着急。

**第****三步：文段与真题实战**

之后我们要开始文段的阅读了，成套的与考研难度类似的期刊、报纸、图书均可，**难度需要比考研稍微难一些最好，我们每次阅读，只以自然段的形式进行训练。**记住，切记，现在不要碰真题。我们开始的训练，切记不做精翻，**选择一篇650字的文章，开始计时，只限自己在8分钟内读完，迅速爆发式的扫阅，读不懂没关系，硬看，看不懂的地方不纠结，直接读下一句，需要在16分钟内，要求连读两篇，而且不复盘，不回顾读完就完了。**哪怕一点看不懂也这么做，你一定会质疑，这样不是没啥用么，不对，这就是考场上的感觉，我要你持续记住这种感觉，这么做不是让你读明白。脱离考场氛围谈操作，无意义。

**然后选择正式训练的文章，要求不少于700字，以自然段来训练，这个时候慢一些，**第一步，依旧是迅速阅览该自然段，我要你做到如下几点:

1. **迅速阅览完该自然段，合上书，用中文形式复述该段大意，**遇到长难结构未读懂，遇到不认识的词，无法做中文复述的，瞎编乱造给我把意思编出来。
2. **核对，把该自然段翻译出来，优先着重看有什么漏掉了，有什么是自己胡编乱造的。**这是至关重要的，因为做题中，这就是你答不对的原因，大量的文字内容你没有在大脑同步，大量的错误让你以为是正确的。**我们一定要建立信息之间的关联，把文字转化成有效的意识，去建立对自然段的思维，而非阅读层面的翻译。我要你认清该自然段想表达什么，而非该自然段说了什么。**

第二步，重新阅读：

1. **以该自然段内三句话为一组，遇到but、however等明显转折含义的，以该转折词后三句为一组。阅读完一组，合上书，用大脑复现文本内容，不可默念且不可在脑中生成任何中文字幕，大脑以抽象形式进行脑内表达，回忆该三句内容并且要求建立关联性，不可单独将三句话拆开生成抽象意识，把他们看成一个整体脑内形成思维。**
2. **后面一组同理操作。**然后，**将该内容中生词记住**。现在这步不做长难句分析。**之后将每个自然段进行同样操作，所有自然段训练结束。**
3. **我要你合上书，从头开始，到最后，不可通过中文表达以及脑内生成中文字幕，进行全篇的脑内复盘，**这是极其痛苦的过程，不要求做到精准，我只要你做到，不遗漏每个自然段所总结的思维核心，因为考场忘记还可以回文章看，但是训练是训练，要分开。
4. **最后将文章每个句子的成分进行划分。你再去读这个文章，要求你8分钟内阅览完，你会发现颅内自动生成意识和联系。每天进行一次训练即可，**如果你嫌不够顶多两次的这个训练，**我一天一次。需要坚持3个月。**在此期间，**除了两篇8分钟快速阅览，和一篇阅读理解能力提升专项训练外，需要疯狂扩大你的阅读量，做到每天3500+字风雨无阻，阅读时间一小时为宜**。开始起步困难期会有1个月，坚持下来，你会发现你会有几何级的提升。拥有了一定的阅读素养、单词基础、语法分析、开始碰真题，做真题一定会受挫，因为你还没接触过别人问你问题的大脑思维上，你停留在读懂，但是如何做对，对你来说一片茫然，**记住:所问即所答，文内有依据。通过了长时间的训练和对语言的逐渐敏感，你要相信自己的坚持是有意义的，我做题没有技巧，全是大脑对于文章逻辑理解的第一时间真实意识，我相信客观的文章陈述事实而非胡乱猜测，我尊重文章的主旨思想因为我没有乱填细节，把2005-2024年的真题都做过，每个词都认识，每个成分都会划分，**那么最后25年就能考30分了。(逗你的)(主观题之后出经验贴吧，字打累了，兄弟们一起加油。)

**小补充**

补充:~~有许多人对文本的中“抽象的图像”与要在大脑中生成图片挂钩，错误。~~图像要打引号 ---“图像”，下面我用文字表述的方式，直观让你体验思维与“图像”生成的感觉。如果你的思维需要通过图片来反映，那么直接思维是不连续的，这和默念的停留在口述上的思考没有差别，很容易不过脑，如中国人俩人正常交流，一个人说:漠河的天气零下50度，这句话你难道需要形成图像吗?而仅听懂这个人的话，也并不是过脑的理解，就像呼吸一样，被动式的生理反应，只是这种反应是语言是声音，是身体中的声卡给你的反馈，而同步的感觉，就像是你又收到一句话，漠河的天气零上50度，你会很直观的理解到这个意思不对，因为这句话过脑了，表明这话你听进去了。而什么时候才会有图画，当我们阅读我们从没有见过的事物，我们脑子会自动生图，这个叫想象，比如我说“你家有个大苍蝇爆浆了”，慢慢读一下这个话，大苍蝇 爆浆这个几个字的时候，你脑子里是自带图的，而且这图像模糊且不清晰十分短暂，图像在辅助你理解，如果文字理解需要通过形而上学的图片生成，那还不如默念思考呢。

我举一个例子，同样一句话人与人的理解能力是有多么大的差异，有的人读了不知道讲的什么，有的人却可以瞬间get意思，我问你“画蛇添足为下”什么意思，我不知道你有没有理解，如果你可以瞬间理解说明你的理解能力很强，而如果不明白，**这就是我说的“读了仅限于读了”，大脑的理解能力并没有与文字意识同步，**而有的人却读一遍就明白了，我现在立刻让你体验一下当这种人的感觉,“删繁就简为上，画蛇添足为下”再读一遍“删繁就简为上，画蛇添足为下”，现在明白什么意思了是吧，再看这句话“画蛇添足为下”，“画蛇添足为下”,“画蛇添足为下”是不是和刚才完全两个感觉，而这个过程，就是大脑对于文字处理的效率。

**我们要训练的就是提升理解能力，让脑子在阅读的时候工作，不是让嘴巴变成喇叭，**好比“画蛇添足为下”字认识吧，发音能说出来吧，别人问你说的什么你也能回答“画蛇添足为下”，但是你真懂吗，而考试就像是问问题，画蛇添足为下是什么意思，懂了的人直接答出来了，可是没有没懂的人啥啥都会，可惜说的啥就是不知道，而理解能力强的人是不需要有前面“删繁就简为上”的铺垫的,他们的大脑在阅读的过程中与文字的思维是高度同步的，也就是信息的表述，大脑有足够的能力直接处理掉，而真实的考场就是读了第一次“画蛇添足为下”一直懵逼的那个状态，或许并非是你词汇量语法的问题，理解能力的提升至关重要，而生成的抽象“图像”，到底是什么感觉，并不是你在没有思考到“删繁就简为上”这个语言符号时对“画蛇添足为下”的“图片”生成，而是当你突然看到“删繁就简为上”时瞬间理解“画蛇添足为下”语义时那一刹那的突然明白。

**理解是瞬间过程，不存在缓慢理解，懂就是瞬间懂，而抽象“图像”是思维的钥匙，这把钥匙就是“删繁就简为上”，让大脑在理解、在工作，(可别又误认为，理解一个东西需要通过另外一个东西来辅助了，这又是不直接的思维)，我要你所读即懂，这种抽象可能是任何东西，你有你自己的思维，我有我的思，得个人都不一样谁说的准呢。还记得“画蛇添足为下”吗?我给了你这把钥匙，而别的钥匙需要你自己训练去获得，理解是瞬间的，磨脑子需要过程。**

### **2.主观题经验贴**

对于英语一而言，主观题无非就是作文与翻译，我先谈一下我对大作文写作时的思考。

我们大作文要追求 19的高分吗?后台私信说出想要的目标分数我听到都极其震惊，不!恰恰相反，作文的学习追求上限只会把你学崩，而且盲目追求作文的上限，仅按分值算性价比着实太低，**我们稳稳当当拿个16-17分，这个分数我觉得还是很合理的，对于旱区的同学，我觉得拿15-16分好一些。**读完了我的方法一定要和自己的写作方法做比较，到底我们分差在哪里，你拥不拥有 7-8分的进步空间，再看看如果大作文只拿了10分稍微改变一下策略，结果会不会不一样。(重点)

**我的写作原则:**

1. **句句不离我爱国，话话不离我爱党**
2. **用恰当的高级词汇，适合语境的高级语法结构。(保底要做到语法无错，单词拼写正确)**
3. **刻意提升一个层级进行表达。**

**针对第一句话(主旋律):**

我们对作文的讨论，首先关注的就是跑题问题，**但是考研作文我们急迫需要的解决的是容错，是容错，是容错，而融入一些意识形态的表达，会让给分更加有依据，**因为作文立题的特殊性，文字考试凡涉及到作文，**归根结底都是对素材立意的自我认知表达，**而考试出题者对于素材的选择我不需要过多介绍了吧，尤其近年来真题所表现的趋势更是越来越强调主旋律。我们先有保底思维，到底什么样的主旨不跑题?**通常我们会去训练大量不同题材来面对不同场景的表达，但是哪怕分好类，做好应对**，但我们也必须要尊重一个客观事实，那就是不可能全部准备到位，因为素材是无限的，牵强的去把题干素材套用到你所分门别类的题材库，只会让你在考场上陌生变得更加麻木。所以我在看待任何题材的时候，**第一时间就是思考如何通过图文所示有效信息，尽可能的去表达对祖国的爱意。**我们可以拿出近15年的每一年真题做分析。

* 10年: 文化火锅:表面是思考世界文化大交济的问题，但是谈文化交流，我们就不要去谈文化交流，而是去谈文化自信，正是因为我们伟大祖国拥有的5000年深厚文化内涵，以及我们的政府对于弘扬中华文化所作出的不懈努力，才能让世界文化更好的沟通，也只有靠我们中华文化的包容性和我们伟大的中国政府，才有能力让世界各个文化齐聚在一个餐桌上共享人类文明的优质成果。
* 11年：文明旅游，谈及文明旅游，我们就不要去谈文明旅游，我们去谈我们的伟大政府致力于对生态文明的建设，正是因为我们的伟大祖国对于环境保护意识的广泛普及，才使得我们意识到图文所示的乱丢垃圾的行为是要批判的，也正是因为我们国家对于环境问题的积极处理整治，才使得人民生活质量显著提升，从而让我们更加重视环保问题。
* 12年：乐观心态与危机应对 谈乐观心态与面对危机的态度，我们就不要先去谈乐观心态与面对危机的态度，我们要谈正是我们伟大祖国对于教育的重视，"健康快乐茁壮成长"的育人观念才能深入人心，我们的政府重视对于个人品质的培养，使得我们面对不同局面总保持积极乐观的心态来迎接挑战，而乐观的人会更乐观的生活，以乐观的心态才能更好的建设我们美丽的祖国。
* 23年：团队协作与传统文化的价值谈\*\*\*\*，我们就不先谈\*\*\*\*，正是因为我们伟大祖国致力于对传统文化的保护，才使得传统文化与现代价值观可以得到紧密联系，发扬中华民族优秀传统文化，才能使民族凝聚力转化为团队协作一致向前的动力。
* 24年 公园数量增加与满意调查 谈\*\*\*\*，我们就不要先谈\*\*\*\*，我们先谈正是因为我们伟大政府对于城市绿化和居民生活水平的重视，才使得大量的城市公园被建设起来，充分体现"以人为本"的发展理念，进而提升人民生活的幸福感，伟大的祖国把"人民满意"作为标准答案，让中华民族伟大复兴的脚步势不可挡。
* 25年给图表逐年增加耐用品消费量 谈\*\*\*就不谈\*\*\*，正是因为我们的伟大祖国专心搞经济大力搞发展，才使得人民的消费能力得到显著提高，而家庭必用的耐用电器数量增长，不单强调的是国家工业化水平已经位列世界第一的客观事实，更表明新时代中国消费市场拥有更多潜在的消费动力，只有伟大的党才有能力带领人民走向复兴之路，只有我们的祖国才能让中国人民生活美满幸福安康。

现在来看，如果你以"主旋律"作为切入点，你现在还会为跑题烦恼吗?**大作文的难点不仅在于写出文字上，你想要陈述什么价值观更是至关重要。**而以上例子表达的是看到题目的解题思路，**而必须再认清一个客观事实，有思路，**那哥们你能写出来吗?请问"伟大复兴"能写出来吗?退而求其次"复兴"能写出来吗?再不行，我们再退而求其次次次次之，"伟大”你会不会拼写错啊哥，那么为了避免有想法有思路，自己写不出来的窘境，这时需要整理有关"主旋律"的单词和句法了，**我改变学习策略从放弃背诵大量适配模版简化到专攻主旋律上，优点就是灵活多变，不单一不死板，模版可能--对应不同场景，但主旋律哪哪都适用啊，**“经济结构""发展脉络""城乡一体化建设”"文化认同""高效治理""政f职能""弘扬""推进""人民满意等等等这些直接背了考场上就能用，获取方法及其简单，找个ai告诉他生成主旋律词汇，你想要多少要多少，哪怕就背上个100个，你看看你写作文的时候有没有底气了，因为主旋律单词本身就适应太多情况了，光一个"改革开放”恨不得能把经济发展直接说完了，当然背的更多效果更好，我背的远比100多，比如今年25年冰箱那些词汇，拿主旋律单词表达为:(可持续的家用电器Sustainable home appliances,. sustainable可持续这个词多主旋律啊背了就是赚到)

*以下为你分类列举一些主旋律相关词汇，涵盖政治、经济、文化、社会等多个方面，若数量不够你可以提出具体需求，我再继续为你补充:*

*1.政治领域:*

*democracy(民主)*

*rule of law (法治)*

*governance(治理)*

*people-centered(以人民为中心)*

*justice(公正)*

*freedom(自由)*

*human rights(人权)*

*socialism (社会主义)*

*communism (共产主义)*

*reform and opening-up (改革开放)*

*national governance system(国家治理体系)*

*```````*

而我们有了单词是不够的，如果要写主旋律的句子，**你写的话就要有一个主旋律该有的陈述形式，如何把思路转化为正式句子，**我分享如下的思维框架，但是思维得练的，给你文段你脑海里想不出如何与主旋律挂钩你到考场只会懵，**我上面已经给了6个思维案例，没思路多读一读找找状态和灵感。**

思路:

**"正是因为A，在(推进/弘扬/引导)B时，提出“C策略"，才使得我们在D层面得到切实的(保障/进步/提升)，从E的角度来看，F不仅仅是对于G的(推进/追求)更是对于H所述“I观点”的最好诠释。"**

* A赞扬主体B政府行为C策略
* D主题
* E\*\*\*价值观 (如科学治理价值观/文化保护价值观等)F主题抽象名词
* G主题目标
* H中国名人(必须中国，主旋律背景不写外国人哈)I该人名言(ps:就那么几类，自己找好背下来，说科技就说科学技术是第一生产力，说文化就说孔子"兴于诗、立于礼、成于乐"、说坚持不懈你写"世上无难事，只要肯攀登"等等等，慢慢整理自己的语汇，大家全都一样那没有含金量了)
* 我就拿不好与主旋联系的12年真题来看:正是因为政府在弘扬积极乐观的社会观念时提出要进行"精神文明的建设”，才使得我们在个人品质的层面得到了切实的提升，从社会主义价值观的角度来看，乐观的心态不仅仅是对于人生意义的追求，更是对唐代诗人刘禹锡所写"自古逢秋悲寂寥，我言秋日胜春朝的最好诠释

而写出来就是:*It is precisely because the government put forward the initiative of "spiritual civilization construction “while promoting positive and optimistic social concepts that we have truly achieved improvements in our personal qualities, From the perspective of socialist core values, an optimistic attitude is not only the pursuit of the meaning of life, but also the best interpretation of what the Tang Dynasty poet Liu Yuxi wrote: “Autumn’s griefs, my love beliefs."*

注意:而一些使用名言的语料准备，别写太多字，名人名言不是你说的，这样疑似在凑字数，比如自古逢秋悲寂寥，我言秋日胜春朝。我译为:秋悲，我爱。处理一下，押韵字数工整，最后就是Autumn's griefs，my love beliefs.把字搞少点信达雅的翻译即可。**这些语料的小心思你要自己整理，我建议优先在网上去找近代人物的精辟且一针见血的名言，这这样可以很有力的回应题目，而拿到句子，看看有没有人已经翻译出来了，没有翻译的，那就自己翻译出来然后压缩字数。自己特别喜欢某个句子，但翻译不出来，那就别喜欢。**

你肯定疑惑，这不是按照思路给译出来吗，这我也写不出来啊?这就是误区，通常模版完全把空给扣了，你补词，我们没办法完全预判除了填空词外的模版内容是否符合素材要求，如果完全符合，那么基本可以认定准备的模版有太多客套话，也就是低质无效表述充斥全文，而在考场上大多数人是做不到直接用英文写作表达想法的，因为如果你可以做到这一点，你必须要有很好的听力基础和口述能力，听说读写不可分家，而考研英语初试并不要求听力和口述，导致我们这项能力薄弱，但是我们可以做的是:**练习一定范围框架内的英文思维，当你熟悉一个思维框架，你就可以用你熟悉的词汇在这种思维范围内表达出你想说的意思。那么当你准备自己的思维框架，在框架内反复练习语料时，即便开始陌生错误百出，但逐渐的会变得越来越清晰，语法也不会用错，我要你做到形成稳定的语言输出，而稳定下来的东西这就是你的应该写在考场上的东西。**

而**对于第一自然段描图，那模版，必须模版，大大的模版。第一自然段的目的是要精准表达图片内容，不是表达你的观点，越详细越客观越准确才是目标，这种用模版套话简直方便的要死，第一段给分就是看你描图准不准，**这个框架网上一堆，我感觉用谁的都行吧。

**最后一个自然段，总结全文进行归纳，复现主题，并再次赞扬我们伟大祖国。这个赞扬要有一点小心思，主题积极词与祖国紧密联系，而消极词进行批判，反衬伟大祖国的积极政策。**比如有一年真题主题是科技进步所带来的社交冷漠，社交冷漠要批判，而科技进步是积极的，你要意识到是我们的祖国才让我们科技进步，那么你要说，国家大力发展科技让我们的生活节奏变的更快更高效，也势必将我们更紧密的联系在一起。咱们采取拆分策略，压根不探讨科技进步和社交冷漠之间的关系，不要把消极词和积极词联系到一起讨论，如果你认为没总结关联性是属于跑题的行为，**但是我告诉你，最后一段的精髓不在你怎么想，而在你怎么说，已经进行过批判总结就没必要再浪费时间继续讨论，核心思路还是以赞扬为主。**

而现在我要论述**如何超出别人一个层级水平进行文章表达，我只思考两个问题:**

**1.文章深度**

**2.表达方式**

其中文章深度是一个大大的陷阱，在你追求对文章进行深度思考的时候，极其容易因为过度思考导致跑题，这也是今年大多数同学在看到图表胡思乱想的关键原因，**我要做的思考仅限于去想素材所要表述的(客观)内容要与那些(客观)事实相联系，并分析(客观)事实的变化是否可以用现有的理论作出解释。**

比如，今年家用电器的数量的变多(素材客观内容)，那么他可以联系的(客观事实)就是(生活水平的提高)，而对于生活水平的提高，是社会不断发展带来的，这是可以拿理论作出解释的，我在考场写了这样一段话，this cognition matching socialist values enables individuals and the nation to leap from necessity to freedom翻译:这种与社会主义价值观相匹配的认知，使个人和国家从必然向自由飞跃。考研的同学大家对这句话并不陌生，从必然到自由本身就是一个不断发展的进步过程，人民生活水平的提升恰恰是这个过程中最好的印证，那么我们就可以把这样的价值观作为语料进行陈述，这就是深度思考，也就是我想让文章立意上升一个台阶的方式。**即拒绝在垂直方向思考(将素材客观内容直接进行深度解度解析)，而是要重视水平层面的思维拓展(将客观素材与客观事实一一映射，将客观事实与客观理论一映射)。**

**其次表达方式，要分为两种，第一就是书写卷面表达，第二就是文法表达。**

**第一卷面表达很重要，把字写的干干净净，目的是让单词不粘连，给分有依据，追求练习字体过于极端，**但是很抱歉，老师就是喜欢看的清，你这回还真得极端一下了…你会去选择看一坨字吗?不会吧。我的字很差，但是我也会慢慢写，一个一个字母写，我尊重老师辛苦判卷，我更希望给我判卷的老师因为我书写清晰，可以看懂我想表达的内容。

**第二，文章的表达方式一定不要花里胡哨，但一定要有巧思。手法上拒绝拟人、排比夸张、反问，这四件套直接拉黑。**一个160-200字的考研作文，你需要用这么点字写出区分度确实十分困难，**而对于文章结构的设计，三段式总分总是必要的，但是记住，通篇赞扬祖国通篇主旋律，只会让文章乏味，所以论述情节的设定需要掌握节奏，**我把语料分为三个层级-ABC，即主旋律内容为A，深度思考为B，其他语料为C。作头第二自然段，**写作顺序为:C1-C2(对C1渐进)-A1-C3-B1-A2-C4**，我选择去中心化的表述方式，因为仅仅几百字的作文，留给第二自然段的操作空间并不大，而中心表述本身就是第三自然段该去完成的事情。而该节奏依据:是因为我很喜欢卡尔维诺的晶体化表达，对于ccacbac的模型设计，虽然根本无法与大文本的晶体化节奏相比较，由于字数不多甚至都没有晶体化表达的一点影子，但是这个表述节奏上确实提供给我不少帮助。

而对于作文部分，小作文不难放在后面，但翻译部分确实是一个头疼的问题。

**对于翻译，仅记一个思想:表述准确。**

**1.何为表述准确?**

**2.如何做到表述准确?**

**第一，表述准确。有没有歪曲文意?有没有漏掉某些意思?你的翻译要充分尊重文段事实**，信达雅固然可以用，比如"简而言之""曾几何时"。但一大段话，你全信达雅，这可不敢赌你信达雅的内容有没有把采分点给吞了，甚至我室友问我，一大段话他发现可以用两个汉字直接概括，贼信贼达贼雅，不可以这样做。

第二，如何表述。第一个问题就是，我tm都看不懂，翻译不出来，写不了都。别说你了，一大段话找个老外来，给他念完让他用英文拿自己的理解复述一遍，记忆里稍微差点那也讲不出来。**首先明确一点，翻译和读不分家，翻译就是把你理解的意思写出来而已，**上一篇已经提到了如何提升自己的理解能力，这里不再复述，但是真到遇到语法复杂并且无力表述时，分析不了成分了，不要放弃，把会的单词圈出来，看看之间能不能产生联系，能写一点是一点。对于基础相对薄弱的好兄弟们，网上有大量对于语法成分拆解的视频课，面对翻译不出来时如何技巧混分，人家肯定更有经验更加权威，学。

因此对于翻译的学习，**在学阅读的过程中其实也跟着一并就学了，但是往年真题的翻译有一说一出题质量很不错，可以专门拉出来反复练习。**

**而对于小作文**

**切记，模版的是天。**

原因就是，小作文的表达本来就需要有固定格式，就算英语能力再强，听说读写的大神来了，如果连邮件都没写过，格式都不知道、那他也写不了。一共就那么几个当型这没办法，背肥哥们网上一堆，而且比较推存自己去准备一些万能金句，拿来就能用。那你最后会疑惑，写出的内容会不会因为是使用模版的原因而显得太客套好像营养含量不高啊。哥们，这是小作文，就得客套点官方点首白点，难道说要是让你写个邀请信，你难道用拟人的手法告近他你家地址，那他该不会以为你家长机播上了吧，你写个投诉信，你用个长难句置迹半天都没说出诉求，人家先把投诉了。

### **3.单词经验贴**

考研英语单词

什么是绝望?背单词这个还真不算绝望。真绝望是背了十几遍单词平时模拟都能认识，只有在最后的考场上懵住了，努力并没有和结果挂钩，这才是最绝望的。

可是为什么会这样呢?我问你朋友，看标题懵了么?后面俩字是‘单词’看的出来吧，前面俩字是'考研’应该也能看出来吧，因为研研这个字单独拿出来虽然是用小篆写的，但是字形和现代字相似，所以你能快速识别。而考这个字，‘X’这个部首和X下面有一定相似，在加上有'研’这个字的帮助，你也能很快认出这个字是'考’字。但是如果我单拿出来X等这个字，除非你学过书法，你看看现在你还认识么?更何况带X?但是我不给你说这些，你自己看标题其实也能看懂，无非就是考研英语单词’这六个大字，但究竟是什么原因让在你不认不出单字的前提下就知道含义?我想这个现象你可能不会重视，而你从没有想过的这个现象，在我眼里就是开启单词大门的钥匙，下面我做如下论述。

现在，先不提英语单词，我来跟你玩一个简单的游戏

**规则:拉伸当前页面图片，让图片左右两端与你的手机边缘卡齐。**

**第一步**

现在一定先不要翻页，读完规则再翻到第3页，第三页图片中的**每一个**字心里都要**默念跟读**，要求你按顺序**一个一个字慢慢读，**每个字都**不要漏**。{简化理解也就是:第三页跟着念:

**第二步**

第三页的字跟读完直接翻到第四页，**停止默念**，**只看图片**,视线在图片上打个x，重复三次，切下一页也就是第五页。{简化理解也就是:第四页看:

**第三步**

翻开第五页的字盯着看**2秒**，两秒后，闭上眼数5秒，54321，睁开眼前将手机拉远再看图片。简化理解也就是:第五页看完闭眼再眸

**(将规则熟悉后，你才能开始翻页进行操作，因为一定要保障整个过程的操作是连贯，知道规则后现在翻到第三页开始)**

手机屏幕截图

AI 生成的内容可能不正确。

文本

AI 生成的内容可能不正确。

图片包含 图标

AI 生成的内容可能不正确。

好，over

这个过程中，你一定有那一霎那，突然感觉不认识这个字了，或者是感觉到这个字好陌生，如果没有这种感觉，你感觉大脑有些疲惫的时候再来试验就会有，而这个现象很多人其实都知道，叫语义饱和现象。因为大脑神经短时间受到重复刺激导致了疲劳，使得你无法再去识别出有效信息。而你想想看，一个你认识了数十年，甚至说过几万次的字，在一定条件下依然会变得陌生，难道这是背诵问题吗?因此我要告诉你的第一个道理，想要认识字，想要学习单词，最终目的绝不仅仅是背，当你学习单词的时候，如果你的最终目的是要把他背下来，那你是不知道，你的这种做法到底埋下了多大的隐患，最后会给你造成多大的麻烦。从今天起，你看完这个经验贴，把对单词学习的观念就要进一步转变为，**我们学单词的目的是要:认出单词，**

**而'背诵’和'认出’看似是一致，但这就是数十年来你都没有意识到的问题。**我举-个例子，*On the benches, the elderly people are wearing presbyopic glasses and reading newspapers quietly. From time to time，They break into a smile. Such a pleasant scene is filled with the warmth and beauty of life.*这句话很好理解但是同样的话，我改成大写 *ON THEBENCHES, THE ELDERLY PEOPLE ARE WEARING PRESBYOPICGLASSES AND READING NEWSPAPERS OUTETLY. FROM TIMETO TIME, THEY BREAK INTO A SMILE.SUCH A PLEASANTSCENE IS FILLED WITH THE WARMTH AND BEAUTY OF LIFE*

你会明显发现你的阅读速度会比刚才稍慢了一点点，在你知道单词含义知道字母拼写，在同样的条件下我只是改变了字母的**形状**，你的识别速度就变慢了一些，而同样是中文，网上有一个特别好的图片可以作为例子来帮你理解。

文本, 信件

AI 生成的内容可能不正确。

而我用“宋体{正文}”字体来写就是:“该怎么说呢 我的青春好像又回到了那段时间的时候 这几天明明心情特别好，但是今天一想到之前我还是忍不住流泪 心情又不好了 好难过 快手上刷到了一些一些的伤感文案，还是哭了 我该分享给谁呢 我心里想了历遍却没有说出来的~~~~~~~

很明显用不同方式，你的读取速度和识别度都是不同，那个抽象字体你慢慢看也能看懂，但是识别效率明显低于你去读一个正常文字。而这又是为什么?大费周章周章是要告诉你，文字是一种符号语言但具有图像语言的属性，对于不同的语言他的文字属性侧重点是不同的，汉语是由象形文字进化而来，重在意形，你看汉字你会去识别每个偏旁部首然后才认出来吗?而英文单词，虽然也具有图像语言的属性但是这一点相比汉字而言明显弱了一些。而你现在要提出质疑，英语应该是符号语言，不具备图像语言的属性，但我告诉你这一点其实是错误的，任何文字只要他能写出来，他都具备图像性，文字识别的第一个工具是**眼睛**。

而对于盲人来说他们所读的盲文才是相对纯粹的符号语言，需要用手来识别特定位置的凸起凹陷，通过不同的凸起凹陷转化成信息，而这种信息就是文字符号，通过触觉传入大脑进行编码识别最终转化为字意。而如果你去看盲文，那么这个盲文不仅仅是符号与几何的组合，就因为你具备这样一个优势:你能看到。这篇经验贴出的很慢，是因为我在做一个实验，我给一个8岁的小朋友写了-句话:“我想去跑步”。由于我不会盲文，因此我自创了五个盲文字体，每个文字很简单只有四个点，选则 A1快题纸{纸相对较厚，刻字后凸起感强》，我{三凸一凹}，想{两凸两凹》，去們凸》，跑{一凸三凹), 步{四凹}，让他熟悉纸张凸起凹陷的感觉后，我将文字乱序，让他去进行识别，分别为:想跑我去步，布去跑想我，我去布想跑，跑我去想布，去布想我跑，跑去我布想。一共六组，相对应的盲文刻好后，让他闭上眼睛进行识别，看看需要用多久才能读出来。分别用时 33 秒34秒 26 秒秒 31秒 29秒。第二步时隔7天后进行，让他忘记文字规则我让他张开眼去看盲文，把这些凸起和凹陷符号所转化成的文字读出来，分别为:跑我不想去，我跑去布想，想我布跑去，去想我布跑，去我想布跑，布我想跑去。而文字规则要更改，变为;我{两凸两凹:想{两凸两凹}，去{四凹}，跑四凸}，步{一凸三凹》，识别速度:28 秒30 秒 26秒 26秒 34秒 31秒。你可能会惊奇的发现，用眼睛看的识别速度竟然和闭着眼摸出来的速度差不了多少，这非常反直觉，理论上来说都让用眼睛看了，速度应该比闭眼触摸的速度有几何级的提升。而这个结果和我预测却是是一致的，同样的我让小姑家孩子也来一遍结果也是相同的，并没有因为看和闭眼就在识别速度上有过大的差异这到底是为什么?我为了让你看的更明白，我继续做了这样的实验，在再过7天，他已经忘记了“跑我不想去，我跑去布想，想我布跑去，去想我布跑，去我想布跑，布我想跑去”，而这个时候文字规则不变!我{两凸两凹}，想{两凸两凹}，去四凹}，跑{四凸)，步{一凸三凹!我让他亲自动手把每个字刻出来，一共刻 10遍，而这个时候开始再去盲摸，识别“跑我不想去，我跑去布想，想我布跑去，去想我布跑，去我想布跑，布我想跑去”，识别比之前速度快了2倍左右。而睁开眼去看盲文识别速度快了3倍左右。这回睁眼和闭眼的差距拉开了，而这还远远不够，我让他继续熟练规则:我"两凸两凹》，想{两凸两凹}，去{四凹}，跑{四凸}，步{一凸三凹}，在彻底的掌握规则后，最终的测试，盲文识别速度快了4倍，而睁眼睛看盲文识别速度是9倍，已经达到了看到盲文直接能说出字意的程度。而现在我对这个实验进行分析:他在最开始进行文字识别的时候，过程是这样的，第一步先摸心里慢慢数有几个凸起，再去想有几个凸起对应的应该是什么字，即摸-数数量-文字’，而由于对于文字规则的不熟悉或者说不敏感，浪费的时间其实并非去识别凸起数，而是在这一步“数数量-文字”。而在睁开眼去看盲文的实验中，他会看到盲文的字形，在识别中是用眼睛数凹凸数量，可其实由于盲文就四个点，用手摸出凹凸数量和用眼看凹凸数量相比，虽然看会快一些，但并快不了多少，慢在哪里?也是卡在了“数数量-文字”这里，这就是为什么在第一个实验中，睁开眼和盲摸相比，在识别速度上没有数量级飞跃的本质原因。

而后面，为了解决“数数量-文字”的问题，我让他亲手刻，让他自己在这个过程中，对文字规则的掌握更的加熟练，而同样的实验继续，盲摸依旧是'摸-数数量-文字’，可在摸这一步，数出凹凸数量的速度并沒有变化，因为他得有摸这个动作。可当识别到凹凸数后他可以迅速说出是什么文字，也就是“数数量-文字”这里速度加快了。而眼睛看盲文图像与手摸相比，数出凹凸数量的速度更快，识别到数量后“数数量文字”这步和盲摸是一样的，那么速度差距仅仅是比那个方法数数量快了。

而现在我们把刚才两个实验简化，第一个实验，盲摸是“摸{慢)-数数量{慢}-文字”，睁眼看是“看{快}-数数量{慢}-文字”。第二个实验、盲摸是“摸{慢}-数数量{快}-文字”，睁眼看是“看{快}-数数量{快}-文字”。而在第三阶段的实验，我让他继续熟练文字规则，他做到看到盲文直接能说出字意的程度,盲摸变成“摸{慢}-文字”，而睁眼看变成“看{快}-文字”。我们对比一下，速度差在哪里,“摸{慢}-数数量{慢}-文字!和“看{快}-文字”，差在:第一识别方式不同，第二信息转化方式不同现在我请你思考这样的问题，之前说过“在同样的条件下我只是改变了字母的**形状**，你的识别速度就变慢了一些”，再加上刚才的实验过程那么你现在意识到问题了吗?

**想要处理文字识别的问题，两个方向:一个是文字本身，另一个就是你自己。**背单词分两种人，一个是每个字母都背，把单词全背下来的。另一个是看单词，通过次数提升对单词的敏感度，看到单词能认出来就行的。这两个方法都有优势，但劣势你是一句不提啊。想把每一个单词字母都记住的朋友，优势极大这点毫无争议，你付出的努力是有回报的，但是回报可能回错了位置，他回报到你的写作上了，你可以写出想表达的东西，而不会畏惧想表达的词拼不出来，你也并不担忧混淆词的出现，因为你早已牢记于心你把单词默写了无数遍，但是上了考场单词的那种陌生感还是存在。

因为你只有背，**你有好好的在看单词吗?**不要觉得把所有字母都背下来上考场你就无敌，相反应该去好好向第二类朋友学习，“看到单词能认出来就行”的意识再加上“你能把单词拼写出来”的行动，你英语不会差。而现在又回归到一个问题上，**“看到单词能认出来就行”**这既是第二类同学的问题所在，也是对第一类同学刚才那句话的回应，刚好可以一起说了。朋友，你都已经选择不背拼写光看单词的这条路了，你要知道，这其实是以字形来背，你是记单词字母大概长的样子，你对的是词形敏感，但你有一大堆混淆词{principal principle}，{complement compliment}，这些词词形相似却意思不同，语境中每个词虽然都有它自己的意思，当你理解不通顺，你立刻换那个长得差不多的单词，进行释义的替换，看看记忆中的那个能凑上。

就像前面:

熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙照熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙这个东西，其实里面有照字，你看不出来是因为我第二遍没要求你读，而当字形相似时，你以为的刻苦学习单词，变成了笑话，因为这太飘了。{现在记重点:刚才说过两个方向:**一个是文字本身，另一个就是你自己。**我问你:我们能改变文字本身吗?老师出的东西，我们是考场上做题的学生，我们改变不了。当你选择光拿一个 app，光拿一个单词书开始啃的时候，上考场了，这单词你不陌生谁陌生?App给的字体和考试试卷的字体是有差异的，当你习惯一种字体时，切换到另外模式，你的反应会变的迟钝，因为人脑识别的是图像，图像都改了你不慢谁慢?你以为把所有单词字母都背下来你的认词速度就快了?你以为不背拼写就看字形，上考场就不会懵了?因此练习要变，为了消除这个陌生感所造成单词没反应过来的问题，“**App,纸质单词书手写”三位一体。APP 背字形，看到单词能认出来即可，手写难以分辨的混淆词，纸质单词书用来来磨眼睛，熟练度和习惯最终落到纸上。**因为考研可不是电子版读物啊。**而记住，考研英语的真题试卷采用的是 TIMES NEW ROMAN 字体，你选择的读物应该选择和这个字体类似的，单词也尽量和这个贴近，**有一个男生抱着一个单词背了7遍，上考场完犊子了，我回头一看，这朋友拿个Q版字体狂背，那字老萌老可爱了，他说上考场那字他都不认识了，那你不废话么，我刚看他内0 版字我都愣了两秒。

现在还没谈到单词记忆问题，因为基础逻辑和原则一定要先讲，不要努力半天最后却收获了遗憾啊。那么现在，读起来好像还不舒服，因为上面提到**“信息转化方式不同”**以及**“另一个就是你自己”**并没有论述这也是下面的重点。

之前的经验贴提过，语言是表达的艺术，而这种表达分为听说读写、听到别人的表达，说出自己的表达，读取别人的表达文字和写出你自己的表达文字。我以听举例，如何听懂别人说的话，这个过程是“外耳收集声音-中耳传导声音-内耳转化声音-听觉神经传导到神经中枢-神经通路进行整合-听觉中枢进行解码-语言中枢进行理解-多脑区协同”经过这个过程，最终别人声带的震动所传递的声波变成了你可以理解的语义。而对于文字的识别，这个过程是“文字反射的光进入视网膜-视网膜的光在视锥细胞和视感细胞的辅助下将光信号进行转换-视网膜进行神经传导-由丘脑中继投射到大脑的**视觉皮层**-大脑枕叶的初级视觉皮层接受神经冲动，对**文字线条，形状，方向分析**和提取，分解文字的轮廓和结构信息-然后进入视觉联合皮层，将文字的**整体形状，大小，空间位置**解析，**将文字与记忆中的文字模板进行匹配**-将视觉皮层处理后的文字信息传递到大脑的语言中枢，而语言中枢将大脑储存的语义进行**关联**，最终理解文字的含义-多脑区协同，大脑的前额叶皮质和颞叶等参与文字理解过程，结合上下文，背景知识，个人经验等，对文字进行深层含义，情感色彩，逻辑关系等的综合理解，从而完整的看懂文字所表达内容。那么我们可以看到对文字的理解，你以为的单词字母符号其实只是一种图像，视觉接收这个问题，刚才的实验已经详细论述了，如何让你的大脑可以识别到正确的图像。而现在要解决的问题就是:如何让文字在大脑的中枢里进行编码转译。我们可以看到，在听觉和视觉中对语义的转化，都需要语言中枢的参与，也就是电信号在进入语言中枢之前不管你用什么形式进行信息传递，只要你能让他进入韦尼克区{语言中枢》，那么我们就可以对信息进行理解。而通过默念进行识别，也就是心里出现声音，将文字转化为音位层，而这种看似是通过文字转义的信号，其实是听觉，你心里默念的声音进入了语言中枢进行理解。而你要知道听觉信号之所以有时候不过脑，是因为在大脑协同工作时，一边要处理听觉信号，一边要进行视觉信号的处理，神经信号互相竞争，这就导致你可能读取了文字，而含义大脑没有经过处理。而如果没有默念，在识别时，直接通过字体反射的光进入语言中枢来识别，大脑只会深度处理文意。而对于英文单词而言，作为一种符号语言本质特性就是由'音’和'义’组成，识别也通过声音和图像与触觉{盲人}来获取信息，而在阅读识别中，认出单词不仅仅指认出单词的“形”，真正的认出是认出单词的““义”，由单词组成的句子经过多脑区的协同解析最终形成你的理解。而为了让你看明白这点，我不知道你有没有意识到，上述提到给小孩子做盲文的实验所得出的结论其实是错误的，我要让你全过程深刻体验到这种认知偏差，因为小孩子做盲文实验的结果我提到了识别方式的不同，但是这种识别方式的不同是指听觉和触觉识别的不同，而非下文所述:文字字形改变所造成的识别不同，两者是没有关联性的。你之所以没有注意到这点，是因为我用一个大的框架隐藏了这种细微的逻辑，而作为印证，我在里面还藏了一个细节，请看这句话:“当你理解不通顺，你立刻换那个长得差不多的单词，进行释义的替换，看看记忆中的那个能凑上。

就像前面:

熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙照熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙熙

这个东西，其实里面有照字，你看不出来是因为我第二遍没要求你读。”

请看这句话的错误,“你立即换长得差不多的单词进行释义替换”，而这个意思也就是:一个一个试混淆词的含义直到使得句意通顺，而下面我说“熙”里有“照”，那这跟将混淆词进行释义替换没有任何关联性因为你被文字欺骗了，你看到了“混淆字”这三个字，潜意识里认可了'熙”和“照”为混淆字而忽略了文字要表达的信息。当我说“你看不出来是因为我第二遍没要求你读”的时候，如果大脑对于信息处理是正确的那么你应该能反映过来，这句话说的很奇怪，因为这句话又是一句没有任何关联性的话，“我让没让你读”和“进行释义的替换”没有半点关系，我引导你去在密密麻麻的熙里找照字，而这时大脑中断了语言中枢的解析使得你对文字内容的识别产生了偏误。在第二页纸所提到:我来跟你玩一个简单的游戏。那么现在这个游戏好像才结束，结束了?再想想?在这个游戏中可以知道什么，我来告诉你，就是这句话:**另一个就是你自己**。我做如下论述来解释这几个字:真正的认出单词，何止单词之意，一个单词放在不同的情境下你所理解的意思是不同的,这是因为语言中枢对于纯粹文字进行转译后还会在多脑区深度加工最终形成你的理解，而这种加工我说过是结合上下文，背景知识，个人经验等才得出的结果，那么有正确的理解，必然也会因为深度加工产生错误的理解，而人类无法将语言中枢工作后的结果直接变成文字的纯粹理解，因为我们无法暂停多脑区执行命令，人类是有感情的动物，仅此而已。那么背诵单词就要改变策略，我举一个例子，She gave me a big smile when we met at the door.{我们在门口相遇时，她给了我一个大大的微笑。}这里 smile 让人感到对方的友好和善意，充满温暖。而同样是 smile, He sneered and gave a little smile when hearing the plan.{听到这个计划时，他冷笑了一下，露出了一丝笑容。}此时的“smile 笑容”带着嘲讽、不屑的意味，传递出负面情绪。这是一个动词再来-个名词letter, She received a letter from her pen pal and was filled with excitement to open it.{她收到了笔友的一封信，满心期待地打开它。}在这里，“letter”让人感受到她对笔友来信内容的期待，心情十分兴奋，你要是个正常人你都知道这封信不止是信的含义，更带有一份笔友的善意。而这句话 When he read the letter his mother sent, he missed her so much.{当他读着妈妈寄来的信时,他非常想念她。而此时“letter’承载着他对母亲深深的思念，充满了深情。那么同样的单词，甚至没有一词多意的前提下，包含的韵味是不同的。而如果这是考试，你背的是 letter--信，你想想你会不会炸。而这个问题是英文问题吗?换成中文是不是也一样。而要识别出字的含义，这与你的认知和价值观密不可分{即多脑协同的处理},She gave me a big smile when we meet at the door,如果是一个被害妄想症患者看到这句话，那这个笑可能就变成嘲讽的意思了。那对于考研英语什么样的观念是正确的，我总结了以下的话:符合基本道德与法律规范，具备普遍性和客观性，促进个人与社会的发展，具备逻辑自治与一致性，体现人文关怀或包容精神，符合人类的共同利益和长远利益，对他人自主性的考量，对自然关系的考量等。而这个是我分析总结出来的，这并不是你脑子里的东西，你想让你的脑子拥有一个正确的取向，出去走走，别光看书，多和别人交流聊天，听听海的声音，看看日落的山，交一个善良的朋友，学会倾听别人的想法，自己做一个包容的人，用心去感受这个世界等等都行，想去认出一个单词真正的释义，有些人或许要用一生来诠释，而考研呢，一年时间怎么办?有些词放到句子中就是理解不上去，难道爬个山就懂了?难道看个海就悟了?我在之前的经验帖，开篇说过这样一句话:我允许自己不会，我允许自己读不懂。为什么允许呢，因为有些东西我该不会，我都没去看过莎士比亚的话剧，我怎么能做到仅凭几百字的文章就对于话剧教育进行深刻反思?但是庆幸一点，考研大多数的题目与文字关联性还是比较强的，真实的自己才是上限，**另一个就是你自己**意思就是如此，而非是讨论你是把字母全背了，还是选择看字形来识意。那么通过上述论证，你会发现，我已经解读了“文字反射的光进入视网膜-视网膜的光在视锥细胞和视感细胞的辅助下将光信号进行转换-视网膜进行神经传导-由丘脑中继投射到大脑的**视觉皮层**-大脑枕叶的初级视觉皮层接受神经冲动，对文字线条，形状方向分析和提取，分解文字的轮廓和结构信息-然后进入视觉联合皮层，将文字的**整体形状，大小，空间位置**解析，**将文字与记忆中的文字模板进行匹配”{视觉部分}**以及“多脑区协同,大脑的前额叶皮质和颞叶等参与文字理解过程，结合上下文，背景知识，个人经验等，对文字进行深层含义，情感色彩，逻辑关系等的综合理解，从而完整的看懂文字所表达内容。”{多脑区处理部分》，那中间过程:“而将视觉皮层处理后的文字信息传递到大脑的语言中枢，而语言中枢将大脑储存的语义进行**关联**，最终理解文字的含义”这步还没论述，首先我们先看两个词，语言中枢所转译的是文字“含义”，而多脑区所形成的是“表达”，这两者是不同的，选择出现错误并非含义弄错了，而是信息转译出来的“表达”出现偏误造成判断错误，这一点前文已经说的很清楚了，不再赘述，但是现在你有没有发现，你背单词只是考虑“将视觉皮层处理后的文字信息传递到大脑的语言中枢，而语言中枢将大脑储存的语义进行**关联**，最终理解文字的含义”仅仅是这一步，其他的不管了，现在知道无效背单词什么意思了吧，背的次数再多，努力的让人心痛可结果呢?而对于“语言中枢”之所以放在最后，是因为他是最重要的，我哪怕视觉的陌生导致对文字处理效率出现迟滞，哪怕是多脑处理产生偏差，但起码还能招架，而这个语言中枢转译不了，那么一切为 0。那么对于“**信息转化方式不同**”就是对这个过程的解读。

首先，我们先确定一个基本的观念，文字单词要分两种，一个是阅读单词量，一个是写作单词量。如果同时能做到，那真的更好，非常厉害。但对于考研的大多数朋友而言，这确实有点为难了，写作单词量集中在主观题，在主观题笔记中已经详细论述该去背那些单词，这里不做过多论述。而阅读单词量，首先明白一点，背多少单词?我身边的一个单词绝活哥，单词量软件测出来有 26000多，他背的单词我着实震惊，实在是不常见，个别我中文反正没听过，他是纯个人爱好。而考研单词量可别这么搞，谈别的没用，5500 考纲你应该拿捏吧，有人说 5500 就背 2000 个够用甚至还有 1000 个足矣的，我想问你这样说话良心不会痛么?个人建议合理单词量 5500 再加 1500 词汇,这样 7000的词汇量在考研英语里相对舒适点{好像也不舒适》，这么说吧最低考纲 5500，加 500 个行么，6000个真的不能比这个低了。再低，读文章真的难受的很，6000-7000 当个目标，比这个多肯定更好呗。咱们好说好商量，这里有很多你本来就认识，所以实际比这个少多了，一天 80个，我问你能不能干，80个就，能不能把这事给办了，这可太能了嗷那么有目标后，我们看这样一句话“语言中枢将大脑储存的语义进行**关联**”，你最感兴趣的就是“大脑储存”这四个字，而“**信息转化方式不同**”，会影响你的大脑储存的记忆效率(通俗讲，和背单词的痛苦程度有点关系，这下好理解了吧}，那么之前的儿童对于盲文实验中，我们知道他把单词转化成词义，是通过数凹凸数量，再通过凹凸数量推导出含义。这个记忆方式是通过数字来与意思进行链接。而小朋友在识别:步{一凸三凹:这个字，他总是想不起来一凸三凹}就是步，而第三步骤的实验中，为了让他对“{一凸三凹}就是步”反应更快点，我给他说了这样一句话““人类的**一**大**步**”，这个一和这个布链接上了

之后他摸到一个凸起，瞬间就反应出来是布。而建立关联是借助了另外的语言工具，你是不是感觉这个方法特别好，但是我告诉你，这是背单词最恐怖的误区。一个还好，100个呢?1000个呢?7000个呢?我以最常见的两种方法给你进行解析:

1. 谐音辅助记忆

最经典莫过于 pest，读音{拍死他》，**害虫**就要**拍死他**，你把声音和意思进行了关联，而且很生动，这本来是一个非常好的记忆方式，但是你记住，用谐音来辅助最大的缺点就是一旦单词量上来了，你每背一个单词，都先看看发音是什么，这个过程变成:声音一谐音-联想语义。一个单词要经过许多步的转译才能获得字意，这样效率太低,而更夸张的是，你每背一个单词，你都顺便把谐音方法给背了，这就好比你身上背了个人在跑步，而还有个劣势，有些单词是不好谐音的，你为了和这个单词产生联系，一些联系过于牵强，一旦声音和联想这一步你忘记怎么谐音，那就完了。但是并不是说否定这个方法，使用这个方法，你可别 7000个词全都这么记，十来个单词或者再多一点100个单词你这么搞搞我相当支持，但别学着学着真把自己给骗着了有那种全部谐音记词法的，你全这么记，该忘还是忘记，这玩意吃不住量啊，

1. 图像辅助记忆

那你这个更牛b，你背单词都想不出意思，你确定你能想出图片吗?这个方法是:文字一图像-联想-字意，或者文字-联想-图像一字意英语文字又不是象形文字，如果是汉字，很多确实可以通过字形来进行转化，但英文?你莫非是要抽离几个字母进行想象，还是那个问题量多了这种累不累，能想出来吗?为什么想不出来，因为肉眼对于单词已经是视觉识别了，英语单词还不是象形文字，在这种前提下，文字图像和你所解析的理解字意的图像，没有直接关联性，记忆不连续是中断的，因此你想不出来啊。还是那句话，不否定任何能帮助你记住的方法，英语单词肯定存在一些用图像记忆效率更高的单词，那就该去学习，但是你都这么记，纯没苦硬吃，稍微几个词这么掌握一下就得了。

1. 词根记忆法

那这个更是人才，而这个人才有两层含义,“真神”和“装货”，这一点真别杠，用这方法的人，强的是真强，装的是真装啊。词根真的是底层逻辑了，从单词的来源和历史的演变等等，慢慢去推演形成单词。大神有基础，这么记是一种非常高效的记忆手法，非常好用。因为单词词根的衍生有很强的连续性，有了功底后，拓展单词跟喝水一样，再通过单词与单词衍生，一个单词关联到另一个，可以很轻松的想出其他单词。你刚背单词，你玩这个?刚背单词玩这个的人，还特别愿意给别人讲，讲那东西浮于表面，词根的基础都没打好，导致别人都懵了。简单来说，既然都是用词根了，就这一步“词根-词义”你都可能记不住，你怎么玩这个方法。英语基础中等及中等以上建议使用，基础不好先别着急，词根能激发你对单词的兴趣，但是真背起来，是有挑战性的。

以上三个背诵方法，不知道你现在用的那个，其实语言中枢对信息处理就是把已有的存储信息进行关联，而这个过程简化为一句话:存进去。

**存进去**

1.记忆次数{而且优先级最高}，大家都明白的道理，不强调了

2.方法:推荐**语境记忆**

我举一个例子，我问你一个字“隰”这个字认识吗，师范应该能拿捏,但是如果你想不出来，发音知道吧，发音要不知道，退而求其次，你见过这个字吗?…那你必然见过，因为淇则有岸,隰则有泮。这回总该认出来了吧。而这不是语境，是淇则有岸这四个字导致阅读惯性让你脱口而出下面四个字，这就跟“宫廷玉液酒”奇变偶不变”挖掘机技术哪家强?”一样，上句有，下局随口就来。语言惯性甚至不具有思考的维度，而语境却是**辅助你进行理解的一个工具**。什么是语境?诸如在情景语境中，在医院里，医生对患者说“躺下”，患者能明白这是在检查床上躺下，而不是躺地上。这就是语境。而语境分为几类:语言语境，情景语境，文化语境，认知语境等。而背单词如何通过语境加深记忆，还记得小朋友的盲文测试中，我让他亲手刻字加深记忆的这个行为吗，为什么要让他刻，你思考过没有?加深记忆一共分为:重复记忆，关联性记忆，理解记忆，技巧记忆等等等。关联性记忆多用于新旧体系的搭接，理解性记忆用于背诵学习材料，技巧记忆上述已经提过三个。而对单词记忆最主要的就是重复记忆，重复记忆还可以分为:定期复习和多感官重复记忆。定期复习:根据艾宾浩斯遗忘曲线，记忆需要不断重复巩固。将学习的内容按照一定时间间隔进行系统复习,能有效减少遗忘,app 上的单词背诵现在都带有这个曲线功能。而多感官重复:调动多种感官参与记忆。通过手写，视觉，听觉，触觉等多种感官刺激，加强记忆效果。而如果再简化一下，用一句话形容就:与文字互动。

但背单词又不是盲文，我可没让去刻，我自己用的创作语境法，这个方法分为:1.写日记或者短文 2.编写故事。我自己更喜欢第二个，我来说一下我的方法。

1.拿出背的词，比如今天目标 80个，你可能上午 40 个下午 40个。两种情况，第一个:你是在 app 上背的，你都不知道 app 会给你随机什么词，那就拿张纸，40个词中把不会的单词抄下来，左边英文，右边中文。第二种:你是用单词书或者在文章中背单词，把你不会的单词同样拿张纸抄下来，左边英文，右边中文。

2.拿这些不会的词来进行写作，而写作的话题**，一定一定一定一定一定要是自己最感兴趣的，**比如我**最**喜欢的就是\*\*{保密:，那么我会围绕这个话题把这些陌生词在编辑的时候疯狂的用上。举个例子，如果你比较喜欢美食，今天背出来的生词有:

magnificent(壮丽的;宏伟的;极好的)

migrate(迁徙;迁移;移居)

navigate(导航;指引;航行)

obstacle(障碍;障碍物;阻碍)

perceive(察觉;感知;理解)

primitive(原始的;远古的;简单的)

pursue (追求;追逐;从事)

random(随机的;任意的;随意的)

relevant(相关的;切题的;有意义的

robust(强健的;结实的;强劲的)

scatter(散开;驱散;撒播)

strategy(策略;战略;计谋)

为了追求(pursue)地道美食，我开启旅程。路上虽有障碍(obstacle)但我乐观(optimistic)前行。用导航(navigate)来到小镇，这里有原始 (primitive)做法的菜肴,食材新鲜且强健 (robust)。我随机 (random)走进餐馆，撒播(scatter)欢乐。老板分享烹饪策略(strategy)，感知(perceive)美食魅力,那些相关(relevant)故事,如壮丽(magnificent)史诗，令人难忘

自己编写背出来的生词有时实在太难与自己的爱好有关，就比如“爱情这个词和美食的关系。我告诉你基本上不存在这种情况，语言本来就是随机性非常强的，上述的单词:“迁徙”或者“强健”这些都是我随机抽的单词来给你举例子，这种词都能编写出来，思维稍微发散点，爱情怎么跟美食有关系，那你就写:他爱你，他想带你吃遍天下美食，这种就完了。

但是上面这个话题对我而言并不适合，可以看到这个故事我写的真很水，完全就是一个口水账本，这种编辑是不生动没有体验的，一定要**禁止这种**。你如果选择语境写作的方式来记忆，于你而言，一定一定要把自己带入情境，标准就一个:你自己能感同身受即可，别人看了没有带入感，无所谓。

而对于如何选取自己最感兴趣的话题，记住下面这个原则(**重点来了**}这个话题有没有曾经让你**心理上产生刺激**，包括{激动，悲伤，愉悦等等:，甚至产生**生理性的反应**，包括{流泪，抖动等}，优先选择这种话题。

而我选择的话题是敏感词，难以启齿无法展示，这一点很抱歉。而为什么要选择这种呢?是因为人在受到**情境刺激的时候会加深记忆**，这个过程是:“眼睛、耳朵等感觉器官接收光、声等刺激信号，并将其转化为神经冲动--神经冲动传导，神经冲动沿感觉神经纤维传至大脑相应感觉皮层区域，像视觉冲动传至枕叶视觉皮层，听觉冲动传至颞叶听觉皮层--神经元活动与突触变化，大脑皮层感觉区域的神经元被激活，神经元间通过突触传递信息，反复刺激会使突触发生结构和功能变化，如突触数量增加、突触间隙变窄等，增强神经元间联系,利于信息传递和记忆编码--海马体参与，海马体对信息进行初步处理和编码，将感觉信息整合为有意义的记忆表征，把不同感觉通道信息关联起来，形成关于刺激的完整记忆。--海马体等脑区发生长时程增强 (LTP)现象，持续高频刺激使神经元间突触传递效能持久增强形成稳固神经回路，将短期记忆转化为长期记忆。--蛋白质合成与突触重塑，记忆巩固需合成新蛋白质，为突触结构和功能重塑提供物质基础，使神经元间联系更稳定，记忆信息得以长期存储在大脑神经网络中。”**可以看到刺激会激发你记忆，越深刻的感受让你记忆越深。**而这个是不够的，因为这句话持续高频刺激使神经元间突触传递效能持久增强”，记忆是怎么记下来的?是细胞记，是突触记。如果你试图用什么方法一遍就记住，这是反人类的，我看到一些人说无痛背单词，你可真……， 这是不存在的啊，因为在“蛋白质合成与突触重塑中记忆巩固需合成新蛋白质”，而合成是需要消耗能量的，就会让你感觉到“累”，反人类的事情不要去听，不合理的事情不要去做。

把你所写的东西，自己带入进去，再多**看**，这时在语境的加持下单词记得又牢而且理解的层次又很丰富，岂不一举两得?

**那么现在**

已经解读了这个中间过程，再回顾一下:“而将视觉皮层处理后的文字信息传递到大脑的语言中枢，而语言中枢将大脑储存的语义进行**关联**，最终理解文字的含义”也已经分析完毕。现在，回顾一下全部:

*“文字反射的光进入视网膜-视网膜的光在视锥细胞和视感细胞的辅助下将光信号进行转换-视网膜进行神经传导-由丘脑中继投射到大脑的****视觉皮层****-大脑枕叶的初级视觉皮层接受神经冲动，对文字线条，形状方向分析和提取，分解文字的轮廓和结构信息-然后进入视觉联合皮层，将文字的****整体形状，大小，空间位置****解析，****将文字与记忆中的文字模板进行匹配”{视觉部分}****以及“多脑区协同,大脑的前额叶皮质和颞叶等参与文字理解过程，结合上下文，背景知识，个人经验等，对文字进行深层含义，情感色彩，逻辑关系等的综合理解，从而完整的看懂文字所表达内容。”*

我已经把全过程进行解读，我的方法以及经验毫无保留的给了你，再回过头去看，如果上考场之前，你能明白这篇经验贴说的一些道理，在考场上还会迷茫吗?

而这还不够，如果你读完了这篇帖子，你现在开始直接照着行动了那么我觉得，我分享的东西是失败的。还记得开篇说过:“但究竟是什么原因让在你不认不出单字的前提下就知道含义?

我问你，你真的知道含义吗?

考研英语单词

真的是:考研英语单词???

那这个是什么?

考研英语单词

而开启单词大门的钥匙我现在可以给你了，敢于对未知进行探索与质疑，用理智思考且付诸行动，仅此而已

之前说:那么现在这个游戏好像才结束，结束了?

那么此刻，我跟你玩的这个游戏**算是**结束了吧?

### **4.理解力提升专项训练**

ps:这是我去年做的训练，步骤一步没少、全掏出来了，全流程强度约等于直接阅读40万字级的复杂大文本(自己估算，因为我个人读了 30来万字感觉并没有像这样通过刻意训练效果来的好)，这个训练过程会有痛苦和不适感，如果大脑开始有迟滞、眩晕感，已经无法进行思考则立刻停止训练去休息，一定要保证训练是有意义且高效的，并且建议找一个朋友辅助你计时。我带大家走一遍跟着我的思路走哈，准备一个计时器别忘了，我们开始喽。

(我要你阅读下面16句话，每句2秒左右且要做到读完就读下一句，2秒没读完那不读了直接下一句，不要停留，现在不要计时器。)

第一句话:委员会支持法案。

第二句话:委员会支持污水治理法案。

第三句话:委员会支持社区提出的污水治理法案。

第四句话:委员会支持社区提出的反对污水治理法案。

第五句话:委员会反对社区提出的反对污水治理法案。

第六句话:委员会反对社区没有提出反对污水治理法案。

第七句话:委员会支持社区没有提出支持污水治理法案。

第八句话:联邦政府反对委员会支持社区没有提出支持污水治理法案。

第九句话:联邦政府反对委员会反对社区没有提出支持污水治理法案。

第十句话:联邦政府反对委员会反对社区没有提出反对污水治理法案。

第十一句话:联邦政府反对委员会支持社区没有提出反对污水治理法案。

第十二句话:联邦政府反对委员会支持社区提出反对污水治理法案。

第十三句话:联邦政府支持委员会反对社区提出反对污水治理法案。

第十四句话:法院否决了:联邦政府支持委员会反对社区提出反对污水治理法案。

第十五句话:法院支持:联邦政府反对委员会反对社区没有提出反对污水治理法案。

第十六句话:法院否决了:联邦政府反对委员会支持社区没有提出反对污水治理法案。

(好，读完后，从第1句话到第16句话，重新要读一遍。这一步要记住，阅读速度要 2秒内，全读完节奏会很快，但是标注:从那-句开始是理解上突然卡顿的(即:没有瞬间理解其语段意思)则标星号☆。并且这16句话没读懂的打叉x，星号☆后面的读懂句子画圈●，2秒别忘了哈，开始)

第一句话:委员会支持法案

第二句话:委员会支持污水治理法案、

第三句话:委员会支持社区提出的污水治理法案。

第四句话:委员会支持社区提出的反对污水治理法案

第五句话:委员会反对社区提出的反对污水治理法案

第六句话:委员会反对社区没有提出反对污水治理法案。

第七句话:委员会支持社区没有提出支持污水治理法案。

第八句话:联邦政府反对委员会支持社区没有提出支持污水治理法案。

第九句话:联邦政府反对委员会反对社区没有提出支持污水治理法案。

第十句话:联邦政府反对委员会反对社区没有提出反对污水治理法案

第十一句话:联邦政府反对委员会支持社区没有提出反对污水治理法案。

第十二句话:联邦政府反对委员会支持社区提出反对污水治理法案。

第十三句话:联邦政府支持委员会反对社区提出反对污水治理法案。

第十四句话:法院否决了:联邦政府支持委员会反对社区提出反对污水治理法案。

第十五句话:法院支持:联邦政府反对委员会反对社区没有提出反对污水治理法案

第十六句话:法院否决了:联邦政府反对委员会支持社区没有提出反对污水治理法案。

A:(星号在第1-7句内的人，第三次阅读第11，13句话，每句话时间不可超过2秒)

B:(星号在7句外的没有●的人，第三次阅读第12、14句话，每句话时间不可超过2利)

C:(星号在7句外的且拥有的人，第三次阅读第15、16句话，每句话时间不可超过2秒)

(熟悉一下给你准备的你自己的东西，超时直接读下一句，就读自己的，别人的不用你读，下面的话就2秒别忘了，就2秒别忘了!)

**A:**

第十一句话:联邦政府反对委员会支持社区没有提出反对污水治理法案。第十三句话:联邦政府支持委员会反对社区提出反对污水治理法案。

**B:**

第十二句话:联邦政府反对委员会支持社区提出反对污水治理法案。第十四句话:法院否决了:联邦政府支持委员会反对社区提出反对污水治理法案

**C:**

第十五句话:法院支持:联邦政府反对委员会反对社区没有提出反对污水治理法案。第十六句话:法院否决了:联邦政府反对委员会支持社区没有提出反对污水治理法案。

(好，现在拿出计时器，以你刚才你的打又数除2，以此设置倒计时，单位秒。重读你自己的这两句话，倒计时内**没理解**文字表述含义，直接进行下一句话，此时倒计时刷新重来，第二句话在倒计时内依旧没有完成理解，停止阅读，立刻返回第一句话，操作循环往复，读懂一句话了，仅操作者剩余未理解的那句即可，循环次数不可超过25次，超过停止。)ps:在这个过程中的我要你达到的**理解是指彻底的理解**，就好比第一句话:"委员会支持法案"，你所谓理解要像理解这句话一样清晰且通透，问你联邦、法院、委员会、社区之间的任何关系你都无比清晰，问你到底他们谁支持法案?谁反对法案?谁赞同谁?谁反对谁?谁反对谁干了什么事?谁赞成谁干了什么事又被谁反对了?等等等等关系你都要立刻反应出来，不可手写逻辑图等方式进行辅助，否则视为理解无效，重新循环操作。

(现在，开始倒计时)

**A:**

第十一句话:联邦政府反对委员会支持社区没有提出反对污水治理法案。第十三句话:联邦政府支持委员会反对社区提出反对污水治理法案。

**B:**

第十二句话:联邦政府反对委员会支持社区提出反对污水治理法案。第十四句话:法院否决了:联邦政府支持委员会反对社区提出反对污水治理法案

**C:**

第十五句话:法院支持:联邦政府反对委员会反对社区没有提出反对污水治理法案。第十六句话:法院否决了:联邦政府反对委员会支持社区没有提出反对污水治理法案。

(两句都理解了，停止操作;25次用光了也停止操作)

(好，如果你两句话没有都理解，哪怕就只理解一句，现在我给你无穷多的时间，慢慢读慢慢想，一个一个字推敲，你可以画思维逻辑导图等等一系列任何的方式进行充分理解，理解后需验证:当你用4秒内的时间阅读完文字，你的理解是否变的清晰且透彻，如果4秒内依旧不可完成理解那么不可进行下一步。上面已经在 25次循环内完成两句话理解的朋友，需要验证用4秒内的时间阅读文本是否可以完成理解，4秒内完不成理解，则持续阅读，直到可以做到)

**A:**

第十一句话:联邦政府反对委员会支持社区没有提出反对污水治理法案。第十三句话:联邦政府支持委员会反对社区提出反对污水治理法案。

**B:**

第十二句话:联邦政府反对委员会支持社区提出反对污水治理法案。第十四句话:法院否决了:联邦政府支持委员会反对社区提出反对污水治理法案。

**C:**

第十五句话:法院支持:联邦政府反对委员会反对社区没有提出反对污水治理法案。第十六句话:法院否决了:联邦政府反对委员会支持社区没有提出反对污水治理法案。

(好，现在完全懂了是吧，刚才这步我不知道你用了多长的时间了，辛苦了，现在要你休息10分钟。然后回来进行下面步骤，如果不休息大脑会宕机，脑子会出现已经开始不工作的情况，影响训练。)

(休息完了吗?现在我要你再以2秒每句的速度读一遍 16句话，没有理解的话打又x)

第一句话:委员会支持法案

第二句话:委员会支持污水治理法案、

第三句话:委员会支持社区提出的污水治理法案。

第四句话:委员会支持社区提出的反对污水治理法案

第五句话:委员会反对社区提出的反对污水治理法案

第六句话:委员会反对社区没有提出反对污水治理法案。

第七句话:委员会支持社区没有提出支持污水治理法案。

第八句话:联邦政府反对委员会支持社区没有提出支持污水治理法案。

第九句话:联邦政府反对委员会反对社区没有提出支持污水治理法案。

第十句话:联邦政府反对委员会反对社区没有提出反对污水治理法案

第十一句话:联邦政府反对委员会支持社区没有提出反对污水治理法案。

第十二句话:联邦政府反对委员会支持社区提出反对污水治理法案。

第十三句话:联邦政府支持委员会反对社区提出反对污水治理法案。

第十四句话:法院否决了:联邦政府支持委员会反对社区提出反对污水治理法案。

第十五句话:法院支持:联邦政府反对委员会反对社区没有提出反对污水治理法案

第十六句话:法院否决了:联邦政府反对委员会支持社区没有提出反对污水治理法案。

全能读懂的人，停止，下一步。如果有的没读懂，把打又 x 的语段要拿出来，给你无限多的时间，把每个义都读懂，可画思维导图辅助理解，都读懂则停止，下一步)

(好，验证:所有的话如果都可以在2秒读完且理解，做不到则不可开始下面操作，回去练。能做到的现在我要你，以这样的方式读:以心中无默念的形式进行阅览，第1-15句不限时，第16句限制时间4秒。要求:阅览文本时中间但凡有一句不小心默念了，**从第一句重来**，过程十分痛苦，出现不适感需要你立刻停止训练去休息，阅览该句时没有默念但是未理解意思，则不用从第一句重新开始，重新该语句阅览即可，直到可以走完第16句话，然后停止。ps:想要走完这16步，基本原则是一定要强制大脑保持高度的集中，要有控制你的大脑，否则这是不可能做到的任务，我们要开始训练大脑独立处理文本的能力，这个过程是最痛苦的，希望您可以走完)

第一句话:委员会支持法案

第二句话:委员会支持污水治理法案、

第三句话:委员会支持社区提出的污水治理法案。

第四句话:委员会支持社区提出的反对污水治理法案

第五句话:委员会反对社区提出的反对污水治理法案

第六句话:委员会反对社区没有提出反对污水治理法案。

第七句话:委员会支持社区没有提出支持污水治理法案。

第八句话:联邦政府反对委员会支持社区没有提出支持污水治理法案。

第九句话:联邦政府反对委员会反对社区没有提出支持污水治理法案。

第十句话:联邦政府反对委员会反对社区没有提出反对污水治理法案

第十一句话:联邦政府反对委员会支持社区没有提出反对污水治理法案。

第十二句话:联邦政府反对委员会支持社区提出反对污水治理法案。

第十三句话:联邦政府支持委员会反对社区提出反对污水治理法案。

第十四句话:法院否决了:联邦政府支持委员会反对社区提出反对污水治理法案。

第十五句话:法院支持:联邦政府反对委员会反对社区没有提出反对污水治理法案

第十六句话:法院否决了:联邦政府反对委员会支持社区没有提出反对污水治理法案。

(诚恳的客观的确定自己已经完成了第16句话的训练，否则不要进行下面的训练，已经完成的，现在我要这样读:按顺序读取我给的文段，慢慢读，**该段心中可以默念**，但必须做到理解才可再过下一句，绝不可手写思维导图，**不要把法院联邦委员会社区这些词与乱码脑补替换，每句都独立，强制自己在理解时剔除乱码和原词的关联性，只客观的理解该句乱码之间的互相联系)**

第一句话:法院否决了:联邦政府反对委员会支持社区没有提出反对污水治理法案。

第二句话:多否决了:N反对委员会支持社区没有提出反对污水治理法案。

第三句话:法院否决了:联邦政府反对支持b没有提出反对污水治理法案。

第四句话:多否决了:则反对支持b没有提出反对:。

第五句话:8支持:0反对支持b没有提出反对>。

第六句话:goppose:Nsupport型

support h没有提出反对:。

第七句话:I support:g oppose wsupport >没有提出反对h。

第八句话:> support:zsupport wopposeN提出反对h。

(验证:8句话单拿出来，在不限时且可通过默念辅助思考时，、、枣、8、h、则之间你是否可以闭上眼睛理解透其中的相互关联，这个过程是绝望的，在思考时，你会遇到这样的情况:乱码是无声的无含义的，乱码你都无法通过默念进行分析，甚至想着想着突然忘了谁是谁了等等等，我想这种感受和当时在考场上的你感觉是无限逼近的，非常难受，该步训练中中(记忆力、文本推演、逻辑关联是同时在训练的)，大脑在阅览大文本的瞬时处理效率决定你是否可以做到:所读即懂，而这也就是理解能力，我们要做的，就是再也不要有这种感觉了，我们恨这种感觉)

如果上面的步骤，你已经完成，没事可以拿出来反复训练，那么当你背完单词，学完长难句，再加上之前的帖子论述过如何处理大阅读的问题。那么我相信，你答题再也不会是手足无措，能立刻反应过来他问的是什么，你能瞬间get到他问的什么点，作出正确回应，选择出正确答案。问题是无穷的，即便为了应试考试你掌握了无穷多且细致入微分门别类的解题方法，学再多技巧不如**我读懂**。最开始我也尝试了一下拿别人的技巧进行解题，看看到底好不好用，就比如2010年的一篇文章做完了我拿技巧解，对答案正确率虽然还挺好的，但是我更发现，我不拿技巧不还是那样吗，好像大家也是这样…因为归根结底还是读懂了。别人教你组合拳，你熟练掌握先攻下盘把他放倒，然后扣他眼睛挖他鼻屎，万一考场上人家掏把刀呢，而我们不要做这种人，我们开个坦克上考场，他还没掏刀呢一炮给他轰平了。

### **5.考研英语性价比分析**

我们先来算一笔账，100分的试卷如果胆子大一些，客观题全选 A，那么完型将得到 25分，阅读是 10分，新题型2分这就有 14.5分了。翻译每句话就翻译主谓宾，极限一点就翻译三个单词 ，老师看到你写字了，每个给你辛苦分 05，五个也有2.5分,这加一起 17分了。30分的作文全国均分 15-16.5分，进位就是 17分，这加一起已经 34分了，而 34分意味着已经过了工科线。但这是最极端情况下的计算，就比如翻译全国均分其实是4分，你还能再加个1.5分，换算下来总共36分了，你离清华大学工科线也就差个4分，咱们上个清华也不是不行，太行了嗷。但是你别忘记了，这种流氓答法意味着你将拥有接近3个小时来写作文，这种情况也不谈你是模板流还是什么别的流派了，自己英语不太行哐哐哐就背模板再背一些高级词能咋的,你比别人多了两个多小时写作文、哪怕是在京区多拿个4分到5分不过分吧，这英语都已经 40了。对于大多数同学而言，考研英语要是想过线，其实就过个国家线即可，很多专业完全够用了，但是自划线学校的分数基本上要在 50-60分，那么你自己要突破也就是这 10 分-20分，10-20 分是什么意思，甚至都不如你专业课的一道简答或者大题分数多，所以别焦虑，你能行。

我后台是有大量数据反馈的，有的朋友今年考了 30分，甚至20分。那我可以断定这绝壁是上考场好好答题去了，因为如果瞎瘠薄答分数不能这样。

当然上面都是玩笑，不管怎么说英语得好好学，我可没有暗示让你这么搞，你可别真听进去了，到时候一群人这么干，万一考研改规则，这么不算分咋办，嘿嘿好好学哈。那么对于考研英语该如何应对，我从两个角度给你分析：

**第一个:****考研英语成绩在总分之中的性价比构成。  
第二个:****考研英语题型性价比构成与应对策略。**

我做如下论述：

**考研英语成绩在总分之中的性价比构成**

第一，考研总分 500分，每个人对于英语成绩的诉求不同，有些专业进入复试，导师极其看重英语。有些专业，可能真就是过个线，能考多高考多高了，一定要清晰客观的认识自己所学的专业。先对你的学科自己做一个评估，请找自己报考学校往年的复试成绩，把往年的复试录取英语成绩**取平均数和中位数，平均数和中位数哪个数高就保留哪个，**以这个分数作为目标分数就行了，甚至低一小点没事的。英语这科目不太适合用来冲分，原因很简单，150分的卷子和 100 分的卷子哪个分多?这个不用我多说吧。有些朋友听到 25 考研难就已经产生了今年一定要猛攻英语的想法，这太危险了，少看点公众号洗脑比什么都强，不管哪个学科我建议学习还是要理智一些，按正常的节奏走就行，重心还是要回归到 150分的试卷上为宜。而从性价比来谈，英语好保底难突破，每提升 10 分甚至5分都有难度，从总分局面，看英语可能最终突破的就是:要让自己提升 15 分-20 分左右，

那么请看下表（以基础 45 分的同学为例）

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 提升分数 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
| 最低平均用时  单位小时 | 60 | 79.2 | 100.8 | 124.8 | 151.2 | 180 | 199.687 | 219.375 | 262.5 | 309.375 | 360 | 387.1875 | 414.375 | 472.5 | 534.375 | 600 |

这个时间不是瞎编的，我在抖音微博小红书b站搜关键词:2019二战。找到了一些当年参与考试的学长学姐，这些学长学姐还认识当年参加考试的人，给我推了一些，这篇经验贴之所以时间又很漫长，是因为我总共找到 87 位在 2019 年参与二战考试的人，选择 2019 年是因为 2018 年和 2019年考研试卷难度接近，而如果选取 2024和 2025 或者其他年份，由于试卷难度差异较大，试卷难度(公布的试卷总平均分和难度系数)变化很难客观评价学习时长对于分数的作用，即便学的再多分数也可能出现倒退的情况。而基本接近的难度可以得到相对客观的学习耗时，将所用时间和日均学习时间的乘积与分值进行映射，计算平均用时过程:

提升分数计算所用时常:

5分:120分钟\*30天/60=60h

6分:132分钟\*36天/60=79.2h

7分:144分钟\*42天/60=100.8h

8分:156分钟\*48天/60=124.8h

9分:168分钟\*54天/60=151.2h

10分:180分钟\*60天/60=180h

11分:无

12分:195分钟\*67.5 天/60=219.375h

13分:210分钟\*75天/60=262.5h

14分:225分钟\*82.5 天/60=09.375h

15 分:240分钟\*90天/60=360h

16分:无

17分:255分钟\*97.5 天/60=414.375h

18分:270分钟\*105天/60=72.5h

19分:285分钟\*1125天/60=534.3751

20分:300分钟\*120天/60=600h

11 分和 16 分的描述过于模糊没有数值，只能推算，把 10分和 12分加一起取个平均数，16分也是如此。

但是这个计算样本量过于少，而且计算方式不科学，仅仅以每天大概学习多长时间以及有效学习天数，对这两项直接进行计算会有有太多不确定性并没有说服力，而且可以看到提升5分用时仅仅 60h 这不合理，因为分数的提升有边际效应(经济学中的名词，指其他条件不变的情况下，一种要素的供给量连续增加到一定程度后，所产生的作用就会下降，即可变要素的边际效用会发生递减，转化成人话就是对于满足感的衰退，越到后面付出越多得到越少)，这个效应同样可以用在心理学、城市经济发展、城市规划等研究中。而语言学习的过程之所以可以引用，是因为此时的供给量就是学习，而可变要素是分数，当你输入知识到达一个相对饱和的程度时，你想再往上突破，就像经济学中:如果已经达到了最大利润点，再扩大生产，追加收入就有可能小于追加成本，导致亏损。**看似提分，但往上突破所耗费的心力如果用在别的科目上分数可能更多。**虽然学习的总效用是增加的，但是基础薄弱提分越快，而越往上越慢，合理策略应该到自己的量就停手，**博弈是和自己而非别人。**

对考研“英语学习时间——提分成绩模型”做进一步解读，为了尽量不让这篇经验帖写的像个论文导致读起来恶心，大家可以自行去知网搜索如下内容(而且还强调一点如果你想用deepseek 去查文本献，不能用，他给的文献根查不到，还得自己去慢慢看，deepseek 做数据整合和分析能力很强后面会用到他。最后我精挑细选，觉得应该挑这两份给大家去读，因为一些内容可能是让你顿悟的，写的真的不错，很推荐。):

1. 考研英语复习误区及应对  
 2. 克拉申的可理解输入假说的研究

一个是写考研英语复习的误区，一个是写克拉申可理解模型(用于英语教学，了解语言的学习)，这两份很够用。而为了更清晰的展示学习模型，我让 deepseek 给我简洁归纳了如下几点:

1. 时间价值法则定义:

* **定义：**将考试时间视为有限资源，通过计算单位分数的耗时来优化分配。公式为:单位分数时间成本 = 总考试时间(180分钟)÷目标分数。例如，目标 60分时，每分时间成本为 3分钟。
* **应用**:指导考生优先完成高性价比题型(如作文)，避免在低分题型上过度耗时。

1. 克拉申输入假说(i+1理论)

* **核心观点**:语言学习需接受略高于当前水平的输入(i+1)，通过可理解性材料(如真题精读、外刊)促进能力提升。(认可)
* **实证支持**:机构将精读真题作为基础训练，统计显示精读 10年真题可节省 50 小时复习时间。(数据未经我证实，但可参考具有合理性)

1. 刻意练习理论

* **定义**:针对薄弱环节进行重复性、目标明确的专项训练，如阅读逻辑分析或翻译精准度训练。(认可)
* **数据验证**:每 10 小时专项训练可提升 1%-2%正确率。(数据未经我证实，但可参考具有合理性)

1. 边际效应递减模型

**规律**:分数越高，单位提分所需时间显著增加。例如，50→60 分需 300 小时左右，而 60分→65 分需 600 小时以上。  
**瓶****颈突破**:高分段需通过学术写作润色、外刊深度分析等精细化训练突破语言精度瓶颈。(认可)

1. 自我调节学习理论

**核心机制**:通过模拟考试、错题本复盘动态调整学习策略,优化时间分配和心态管理。不认可,写错题本的脑子真有泡,手机拍平板录直接在上面标效率更快)  
**案例**:高分学员追踪显示，错题本使用率超过 80%，每日4小时高效学习结合每周模考可提升信心 20%。(不知道他那里来的数据，提升信心好像说点道理)

1. 时间分配与分数最大化模型

**主题**:基于时间价值法则构建动态规划模型，结合题型分值和个体能力差异优化答题顺序。例如，优先完成作文(30分)以锁定基础分。(认同，完全认同)

1. 语言基础与考试能力的转化研究

**核心发现**:词汇量达到 5500+、高频短语覆盖 50%以上时，阅读得分率提升30%（数据存疑）  
**数据来源**:跨机构 5.000+学员案例显示，词汇量<3500 的考生提分效率仅为高词汇量者的 60%。(数据存疑，机构提供存在宣发可能，真实性不认可，但可以稍微参考)

1. 心理因素对备考效率的影响

**研究**:焦虑水平与学习时长的非线性关系，如适度压力提升专注度，但持续高压导致效率下降 15%-20%。(数据存疑)

**干预策略**:模拟考试中加入心理抗压训练(如限时答题)，可减少临场失误率 10%。(数据存疑)应用:分阶段复习(基础期→强化期→冲刺期)减少信息过载，如基础期专注词汇，强化期专攻阅读逻辑。(认可)

1. 社会认知理论(自我效能感)

实证:通过阶段性目标达成(如每周模考分数提升)增强者生信心，间接提高学习效率 15%-25%。(数据存疑,且不合适模考成绩低能咋了,备考期间就要有一种老子就是吊的气势，别管别人 bb 什么，也别管自己错的多不多，错的多老子也牛逼)

通过上述的内容你看看自己那里可以用的到，一些数据deepseek直接深度思考加联网搜索给的数据，虽然未经我的考证，我标注存疑，但有一定合理性，可以参考一下，去修改自己的学习策略。

而对于考研英语学科学习时长的模型，要参考上述且需要进一步结合计算依据说明，涵盖数据来源、逻辑框架和科学原理：

**一、核心数据来源**

* 1. 教学案例库

汇总\*\*，\*\*等机构(未经授权不可展示机构，数据 deepseek网络搜索)5.000+考研学员数据，统计不同基础学生提分5/10/15 分的平均耗时。

* 1. 语言学习理论

克拉申输入假说:可理解性输入(i+1)效率最高，对应「精读真题+外刊」的 200-300 小时关键期。

刻意练习理论:突破瓶颈需针对性训练(如完型填空逻辑衔接专项)，每 10小时训练提升 1-2%正确率。

**二、分数段划分逻辑**

1. 基础段(0-50 分)

提分核心:词汇量<3,500 → 达到 5,500 高频词

计算依据:

掌握1个新词平均需接触7次(艾宾浩斯遗忘曲线)，背诵2.000 词需 70小时(每天1小时x10周)。  
配套语法(30小时)+真题精读(50小时)，总耗时≈150小时对应 5-8分提升。(语法学习个人感觉30个小时多了，用不了，15 个小时够考研用了)

1. 中阶段(50-70 分)

提分核心:阅读逻辑+写作结构

计算依据:

阅读:精析 100 篇真题(3 小时/篇x100-300 小时)，错误率从40%降至 20%。(数据由 deepseek 提供)

写作:20 篇范文仿写+批改(10小时/篇x20-200小时)，语言从四级水平升级到考研标准。(数据由 deepseek 提供)

总分提升 10-15 分需 500 小时(阅读 60%+写作 40%)

1. 高阶段(70-85+分)

提分核心:语言精度+思维深度

计算依据:

外刊阅读 (《经济学人》500 篇x0.4小时=200 小时)提升长难句解析速度 15%-20%。(数据由 deepseek 提供)

写作润色(每篇修改3轮x30 篇-90 小时)使表达从“正确”进阶到“精准”。(认可)

每5分提升需 300-400 小时(边际效应显著)。

三、关键参数修正因子

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **影响因素** | **时间调整系数** | **说明** |
| **英语基础** | +30% | 四级未过需+20%时间，专八水平可-25% |
| **每日有效学习时长** | +15% | 每天>6小时易疲劳降效,<2小时难以连贯 |
| **方法论科学性** | 士40% | 无总结刷题仅为系统学习的 60% |
| **真题使用深度** | +25% | 精读翻译 10年真题可节省 50 小时 |

四、公式化表达

总耗时(小时)=基准时长 x基础系数 x方法系数 x 真题系数(我建筑学不学数学，数学能力不好，需要别人帮助公式由 deepseek 用大模型进行推演去逼近，由语言学博士认证，并且由统计学硕士和博士以及和数学博士对 deepseek 推演进行判断，而且进行公式极简优化，减去大量复杂的高数计算，最终呈现的是一份您能看得明白的合理的学习模型)

五、注意事项

1. 非线性增长:从 60→70 分可能需 200小时，而 70→75 分可能再需 150 小时(单项瓶颈突破)。
2. 能力固化期:每阶段需留出 20%时间用于错题复盘(如阅读陷阱类型归纳)。
3. 心理阈值:连续学习超过 600 小时需加入 10%放松时间(防效率断崖式下跌)。

综上所述，对于人类学习考研英语，以普通大众的正常视角来看，**最终计算学习模型与结论，直接给您结果:**

**分起点提分路径与学习时长对照表:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **当前分数** | **目标分数** | **所需额外时长(小时)** | **核心学习策略** |
| **40分** | 50分(+10 分) | 120-180小时 | 高频词(2000词)+ 基础语法 + 阅读定位 |
| **50分** | 60分(+10分) | 200-300 小时 | 真题精读(近  5年)+写作框架 + 完型上下文逻辑 |
| **60分** | 70分(+10分) | 350-500小时 | 外刊精读 (30篇)+长难句拆解 + 翻译精准度训练 |
| **70 分** | 80分(+10分) | 600-800 小时 | 学术写作升级(避免模板化)+全题型限时模拟 +深度复盘 |
| **80分** | 85+分(+5 分) | 400-600 小时 | 外刊深度分析+协作语言润色+心理抗压训练 |

**每提1分所用耗时参考**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **分数段** | **每提升1分所用时间(小时)** | **关键瓶颈** |
| **40-50分** | 12-18 小时 | 词汇量不足，阅读定位偏差 |
| **50-60 分** | 20-30 小时 | 长难句理解，写作结构松散 |
| **60-70 分** | 35-50 小时 | 逻辑衔接(完型/新题型)，翻译精准度 |
| **70-80分** | 60-80 小时 | 学术语言表达，阅读速度与精度平衡 |
| **80-85+分** | 80-120 小时 | 思维深度(如作者态度题)，写作原创 |

综上所述，你会看到两个基本数据，一个是当前分数，一个是目标分数(前文所述如何制定目标分数)。而如何知道自己的当前分数，其实特别推荐用 2018年的英语一真题进行检测可惜是真题，现在用了有点小浪费。不过 20 多套呢，用一套来换你知道自己后面该怎么学，我觉得是值当的。我第一次做 2018真题，那个客观扣分了，作文是拿搜单词的软件里面有作文批改功能给我评的分，加一起 20 多好像有，但是软件我记得很深刻，说我写的太捞了，翻译我感觉我翻译的还可以，给自己扣了3分，最后好像能有个 80多，那么 80多我感觉已经够用了，因此英语可以一天学习 2-3个小时，保持一下状态(包括看小猪佩奇逆天版，小猪佩奇碧池版)，抽空把语法全学了巩固巩固，因为我的扣分点集中在完型，后面发现学语法对完型一点帮助没有，艹。

因此，每个人对英语的学习是不同的，你怎么能照搬照抄别人的学习计划呢，感觉跟着高分的过程来自己也行，这样不行啊。甚至按照别人高分的规划来给自己做一个学习策略呢。你想想你要是现在 40分，你要去考一个 70分的学校，根据上图所示你可能要花 1000个小时，而别人 60分的基础比你要少多少时间，而一些要冲击名校的朋友，你甚至要往 70+甚至更高去干，你自己想一想你基础不好，你要需要付出多大的努力才能实现 75+这个分数，而别人基础好，剩下的时间能在专业课上比你多学多少，最后你会发现，你学的比别人多比别人累，但是分就是没他高。因此，英语这科目纯纯陷阱，英语不行，那就要在专业课上把盘翻了，狠狠的骑在他的头上拉屎，因为不是告诉你了吗，**“看似提分，但往上突破所耗费的心力如果用在别的科目上分数可能更多”，“博弈是和自己而非别人”**

那么在这种博弈的游戏里，英语这科我赢麻了，究其根本是因为我知道英语到底每天弄多久，我心里有数，不会不合理就这么简单。而为了让各位朋友也能知道自己怎么整，我根据推算自己的学习时长，来把你们的也一个一个给推算出来了，就在上表之中。根据上表，自己制定计划，自己有自己独特的学习设计这样才合理。你就除一下自己的有效学习天数，你每天英语要花多久，心里不就有数了么，有的朋友1天的英语恨不得于 6-7个小时，你真牛 tm 大逼。不痛苦吗朋友?你自己都不知道怎么控制时长，我把你学习的进步都可视化了，所以别慌了，到那个量了，分自然就上去了，相信自己的努力哈。

而有的朋友说今年 28分,二战想冲北大，我从来不讽刺别人，我尊重任何一个梦想，但你 tm 葛这冲个 der 呢?你 tmb30 分都瘠薄没过,你 tm 还北大上了?啊?说话。一年这太费劲了真 tm 太费劲了嗷。谁能一战 20分，二战你给我考 80+，我把你名字写下来，以后天天拜，你以后就是考研之神。因此对这个目标分要说一下，别太夸张，你自己看看如果复试录取人家都 75+，你现在就 20分 30分，那这种学校咱们报了纯纯是羞辱自己，咱不受那气嗷，好学校多了是，不差那一个。你要 50来分，我还真建议你冲冲，上表有对应冲分要攻克的难点，冲出来 20 来分没问题的，太tm没问题了嗷。

那么，英语的学习时长放在总分中该如何应对，已经说完了再回顾一下:  
第一，**把英语提升看作一场博弈，这场博弈到量即可，把分吃饱了就别再硬吃了，去吃别的科目。**  
第二:**对自己的英语学习心里有谱，知道自己该怎么学，往那个方向努力，这样才能事半功倍啊。**

**考研英语题型性价比构成与应对策略。**

先说能放的，完型我建议别太刚了，我这么说，我到目前为止我完型一次全对都没有，一直错一个错两个运气小差，真的好离谱这个逼题型，25年考场客观题还是错了俩完型其他全对，这题型我没有说法的，而且就10分。(完型别太刚)

阅读50(含新题型)，阅读之前的经验贴提过了不多赘述、主要时长都耗在这里，不再介绍。主要说一下新题型，新题型，什么叫性价比，能得分才有性价比。如果排序题，只能肯定一个，其他的都不确定，**直接给我写一样的**，保4分。排序只有三类人:全对的，对一个的，全错的。如果对了三个，那是你赌对了。但是要赌吗?从赌徒最大胜算的角度去看，我如果是你，我没有进考场就确定自己一定能排对的把握，那么全对是不属于我的，剩下的全错和对一个(还送一个)，你选什么?你会选第二个吧，那么你会去赌稳稳到手的四分，还是去赌自己都确定不了的6分呢?一个道理，为了多加2分,你要有浪费 4分**(-****4)**的风险,只为了变成6分**(+2)**那个合适呢?不用我多说了。但是什么时候要拼，就是你敢肯定答案，你实力和能力到了，你极其肯定以及确定自己没问题，那必须给我狠狠全对。而这篇是性价比文章，对于排序题的学习方法不做赘述，其他新题型相比排序简单，不讨论，因为网上一堆老师，你爱看谁的看谁的，新题型就解决了。

而翻译，在主观题经验贴已经提过，翻译题根本不用去刻意练，你在阅读过程中的联系，已经把翻译包括了，具体可见主观题经验贴对翻译的解读。

作文，同见主观题经验贴。如何性价比高效的去拿分，到底背诵那些写作单词量都有陈述，全文万字不做赘述。

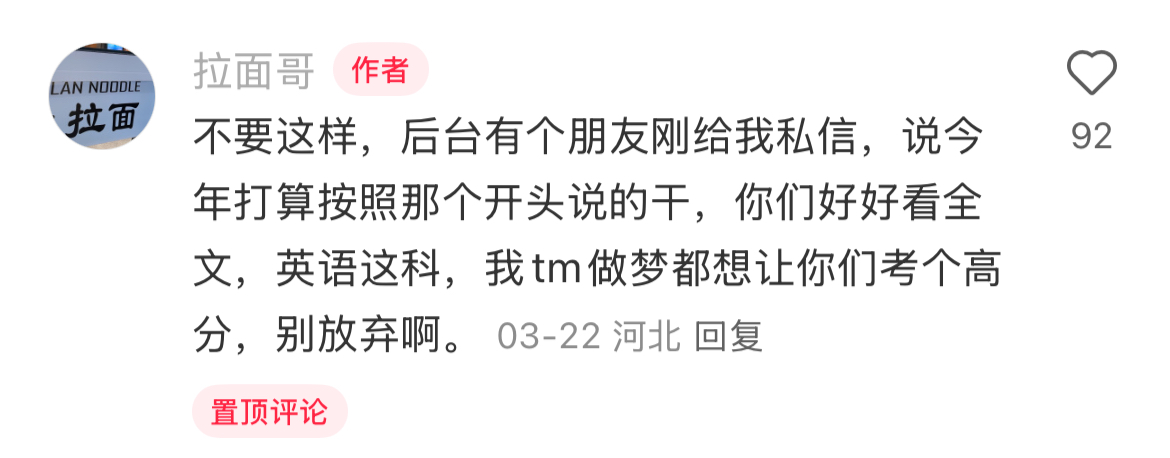
那么下面，把这两个问题解答后，实际操作上你总会遇到这样的问题:学完一些科目，天已经很晚了，有很多事情没有做压给了第二天，最后就是死循环，这种恐怖是在于自己眼睁睁看着自己死，但就是无能为力最后大厦崩塌。但别慌考研这种情况太正常了吧，又不是谁天天都能完成规划的，能 365 天每天都完成目标量，你赶快开个账号直播，让大家围观一下你，我把你名字写下来天天拜一遍，以后你就是考研之神嗷。因此计划和目标不要做的太长远了，也别限制自己太死了，慢慢的会变强的。

其他人可以不用看了，Ps：医学可以留步。

我最近叫了后台的一些医学生给我发了一些你们要学的东西，我确实感觉量有点过于大了，同为五年制的建筑学，几本书加一起没有你们那个内科多，确实辛苦了，所以这个英语你们要比别人提前一点时间去学，现在能开始就开始，给专业课抢时间，因为确实没办法，而且如果是这种量级，那个课本我觉得现在就得开始刷了，别的专业像我们 2-3个月能复习完一轮或者2轮，我感觉这个对你们来说不现实，这种量我甚至觉得不是人类可以用一年来攻克的,确实不好考，辛苦了。

附一些杂七杂八的推演过程(我看不懂，这个我一点看不懂了)。

（具体公式见拉面哥经验帖，momo转换不动了～～～）  
 拉面哥私货：  
 文本

AI 生成的内容可能不正确。

### **6.思维与思维导图经验帖——怎样才能选对选项 （非常重要‼️能提升自己的上限）**

这篇经验贴很重要，重要到他决定了我的上限能到哪里，希望也对你能有一些帮助。现在我请你去思考一个问题，基础教育的主科分别为:语文数学英语。那么你是否曾经想过:为什么会是这三门科目呢?甚至其中两门都是语言。秦始皇做的最伟大的事情不是统一了六国，而是统一了文字。而如果明白这个问题，很多事情其实都会解决，我做如下论述:

要是又回到初中亦或是高中，要论哪门我觉得最没用，我会毫无疑问的选择语文。原因很简单，我觉得学语文浪费时间，我是中国人我觉得没必要学这个，我听得懂中国话，也能写的出来中国字，学这个干鸡毛啊?语言的底层无非就是你提供给我 A.我理解 A’就结束了，如果你说 A 我理解成 B,那我去好好学。但是不会这样啊，就比如你说:“要不要吃一个苹果”，我回复:要吃”。这个过程中，“要不要吃一个苹果”就是 A，你的意思就是“你在问我这苹果我吃不吃”而已这个就是 A’我明白意思了，那这个语文我学你妈啊，不用学。但是你要葛我旁边一顿“啊吧吧吧吧吧吧吧吧啊吧啊啊吧啊啊啊”，那这个我还真回不上来，我不知道你在啊吧啊吧啥呢，但语文考试都是正常中国话中国字我看一个正常人写的东西就行，那我岂不无敌?而英语也是，我又用不到，也就是为了拿成绩去考一个学校而已。而成绩也没有吓到我，就算不咋学，机械性的背一背古诗词，分数依旧说的过去，这就让我更加肯定学语文真是一点用没有，这种认知再加上成绩给我的反馈，

我只能得出这样的结论:语文这科不学也罢。而更致命的是我学的是理科，理科更注重的是理性思维，使得自己甚至于父母都认为:其他理科的科目成绩要是不错，如果语文差这情有可原。这个思想在中国根深蒂固，一些家长甚至拿语文成绩不好跟亲戚大赞自己孩子就是学理科的料，满口都是自己孩子语文这不行那不行，其实恨不得别人赶紧捧上那么一句:你孩子以后必成大器，这学理科太有天赋了吧。而形成这种认知，归根结底是因为把语文当成一个纯粹的感性学科了并且把语文的学习仅仅视为学习说话，学习所谓说好中国话而已。你认为所谓的语文好，是说话有没有引经据典，就比如这人一口开就知道他学富五车，然后还看看他写作有没有文采等等等，语文好那么这人就文艺的很，以后会说话会察言观色情商也高等等等类似这些。但是这其实是错误的，为了让你明白，我问你一个问题:你有没有发现同样的话同样的知识，有的人学起来就是很快，理解起来也很容易、而有的人就是学不会弄不懂，没有老师拆分详解自己得不到知识。这是为什么呢?直观上讲，人类获取知识是一个实践过程，而这个过程中离不开的一点就是**判断和推理**。

什么是判断和推理?这个过程是怎么来的?是问问题，你去选择并且选对么?不不不，不是这样。这个过程是视觉听觉以及其他感官(压力温度疼痛味觉嗅觉等等)对信息先进行收集，然后将收集信息进行整合，而信息整合又分为“多模态信息融合”(例如，当我们看到一只正在叫的狗时，视觉皮层提供狗的外观信息，听觉皮层提供狗叫声的信息，联合皮层将这些信息整合在-起，让我们形成对这只狗的整体感知)以及“记忆和知识结合”(例如当看到一个科学术语时，大脑会从记忆中检索关于该术语的定义、相关理论和实例等知识，帮助理解其含义)，然后进入模式识别，而这又分为“特征提取与匹配”(例如，在识别字母“A”时，大脑会提取其独特的形状特征，如两条斜线和一条横线的组合，然后与记忆中“A”的模式进行比对，在单词经验贴已经详细论述过不再赘述)以及“神经网络学习”(大脑中的神经元通过不断的学习和训练，形成特定的神经网络来识别不同的模式。例如，通过反复观看各种动物的图片，大脑会逐渐形成能够准确识别不同动物的神经网络，当再次看到类似的动物图像时，能够快速识别)，之后才是决策制定，而这又分为“前额叶皮层的作用”(综合考虑各种因素，如目标、价值观、风险评估等。例如，在决定是否投资某个项目时，前额叶皮层会权衡潜在的收益与风险，结合个人的财务目标和风险承受能力做出决策)以及“权衡与选择”(大脑会对不同的选项进行评估和权衡，根据其对实现目标的重要性和可行性进行排序，最终选择最优的选项。这个过程涉及到对各种信息的量化和比较，虽然不一定是有意识的精确计算，但大脑会基于经验和学习进行近似的评估)，最终受到“情感和动机影响”(杏仁核等脑区参与情感的产生和调节，情感会影响信息的处理和决策。例如，处于恐惧情绪时，大脑会更关注潜在的威胁信息，对环境中的事物做出更具警惕性的判断;而在愉悦情绪下，可能会对事物有更积极的看法。)得到了判断和推理结果。而结果又是什么？

这就是你的**认识**，你可以看到，在这个过程中涉及到了“感性认识”以及“理性认识”，如果没明白，用最简单的话再说，感性认识就是外部事物直接作用到感官所获得的认识，而理性认识就是你光看了一眼你认识不了，光听了一下你听不明白，需要进一步更深层次的解析才能获取的认识。那么你可以看到，获得认识的过程两者都要参与，不存在所谓有感性没理性或者有理性没感性。因为你是人，你的身体结构，不允许你做出这种事情。如果一个人被一发导弹 bi 一下子炸麻了，身体的器官都瘫痪就只留个脑子能维持生命体征，听也听不到，味觉也没有等等，那么这个人就获取不了认识，他能做到的只是一些低级的神经反应。那么现在来看的话，我们好像更清晰了一些，但不够，你有没有发现，这个过程中归根结底是:A→A’。A 就是事物，它可以是一个香蕉，可以是一段文字，可以是 everything。而 A’就是得到的认识，从 A 到 A的过程经历了上文所说的很多复杂步骤，但是用一句话来概括，就是我把 A 转化成了 A’，而你好好看看这是什么?再好好看看这 tm 是什么!这就是语言的底层啊。

但是还不够，请看再来看这句话“情感和动机影响”，这句话又是什么?这句话就是这句:“你认为所谓的语文好是说话有没有引经据典，就比如这人一口开就知道他学富五车，然后还看看他写作有没有文采等等等，语文好那么这人就文艺，以后会说话会察言观色情商也高等等等类似这些。”而也就是语文学习你所认为的感性部分，那么你会发现，你其实被这一点蒙蔽了，因此误认为语文的学习是一个感性认知的过程，真正的语文是什么?其实语文的学习并非单纯的把中国话学好、把中国的文字学好、把中国的名著感悟好，语文甚至说语言真正的用处他是是一个**思维的工具,**再更清楚一点说学习语文练的是**大脑获取认识、转化信息、理解世界的效率等 (也就是大脑的能力)，而并非你觉得一个人聪明单纯是他数学好理科好。**

只有有了大脑的能力，才能开启数学的逻辑推演，才能开能开启你对政治、道德、艺术、哲学、意识形态的认识，而有了数学才能开启物理化学生物的大门，以至于衍生到大学的计算机生物工程医学等等等。有了政治、道德、艺术、哲学、意识形态的认识才能让你在法律社会学等等专业大放异彩。但是你肯定有疑惑，并且不认同，你会觉得大脑的能力应该单纯的指对于事物(具体或抽象事物)的理解、演算、认知、控制、创造等能力，这不是数学能力吗?数学好语文不一定好，两者不是相悖的么，数学好才是大脑的能力强。但我告诉你这不对，是因为你没有弄清什么是“能力”什么是“算力”，两者是不同的。

举一个例子，上文所述:但是你要葛我旁边一顿“啊吧吧吧吧吧吧吧吧啊吧啊啊吧啊啊啊”，那这个我还真回不上来，我不知道你在啊吧啊吧啥呢。”那如果我告诉你，“啊吧吧吧吧吧吧吧吧啊吧啊啊吧啊啊啊”的意思指“我爱你”，你服么。你肯定不服，但是这句话我给我爷看了一会儿，意思很快就出来了，你看不懂不代表别人看不懂。推演啊代表长 吧代表短’看不懂，反过来'啊代表短 吧代表长’首字出现字意，啊代表短 吧代长，则吧吧代表更长，那么改一下吧代表中，吧吧代表长’确定啊与吧的模式。然后推演划分，老爷子具有熟练度瞬间拆解完毕: 啊吧吧吧 吧吧吧吧吧/啊吧 啊啊/吧啊 啊啊。对应（见原博主经验帖）， 出结果“我爱你”，结束。

那么你可以看到在这个过程中，对你而言，啊吧啊吧是乱码，是不可理解的。而我爷能看懂，他也得需要有两个能力，第一个他得认出来啊吧啊吧是个摩斯电码，第二个他得具备对于摩斯电码的推导分析能力。而什么是大脑能力，你连啊吧啊吧是个摩斯电码你都看不出来，后面的推理是不存在的，但是能说你比不过老爷子么，你肯定比 80岁大爷脑子更好用，但为什么会这样?是因为老爷子对这种连续的字母和乱码敏感，他以前每天都是这些玩意，会第一时间想到是不是得用摩斯码来看。第二对于推理，无非是复现从前的一些简单技巧，在加上像看“口乞饣反口马?”一样，将乱码重组装，最后结果就有了。如果我再给你个大啊吧，你这个时候就知道这玩意是摩斯码了，如果我再让你去网上去找找摩斯码的对应图表，你算的估计会更快。

而这个推演过程算的越快，只能说明大脑的算力越高，但能不能意识到“啊吧”是个摩斯码，这是大脑的综合能力，和算力是无关的。这种能力包括**大脑获取认识、转化信息、理解世界的效率。**而在这里，把“啊吧啊吧”的乱码转化为认识到这是个摩斯码，看似是推理能力，其本质是转化信息的能力，比推理能力的优先级别更高，认识到和不认识到是两回事。那么现在，有没有再次发现一个问题?如果这个“啊吧啊吧”是一个物体又会怎样?那么如果“啊吧啊吧”是考研的高数课程又会怎么样?同样的话同样的知识，有的人学起来就是很快，理解起来也很容易，而有的人就是学不会弄不懂，没有老师拆分详解自己得不到知识现在明白原因了吗?但是现在细思极恐的是，如果“同样的话同样的知识”，我们把它视作一道阅读理解题，这个阅读题是全新的大家都没有接触过，那么势必依旧会出现两种人，一个是理解不了的人，一个是能理解的人。而这通俗来讲就变成，做得对和做不对的人。

现在知道语文有多重要了吧，看似是学说话，实则是练脑子。而大脑的能力，将决定你是一个什么样的人，以后你会做出什么样的决策你能走到哪里。最本质的东西让你清楚后，我们才能进行下面更细致的解读，我们现在知道 A→A’的过程以及 A→A’究竟是什么(A→A’就是广义语言)，那么当考研英语阅读是 A，怎么去得到 A’呢?上文留着一会儿有用，我们继续。

现在我要给你写三道题，节选内容分别是小学语文题，初中语文题,高中语文题。

**小学语文题:**

红红的太阳落山了，它收起余晖，只剩下一个柔和、鲜艳的火球，颜色金黄透亮，就是再高的画家也难以描绘。太阳身影消失了，只剩下一片神奇的、美丽的云，令人想到仙境，想到梦幻的世界。我出神地望着，眼睛朦胧起来了，天空仿佛出现了一条龙，金色的龙。它上游下窜，吞云吐雾，喷出鲜艳美丽的水花，随着云彩的移动，飞龙仿佛进入一片原始森林，看不见了。森林里一棵枝繁叶茂的大树上，飞起一只洁白如玉、顶冠赤色的仙鹤。鹤背上，坐着一个头顶光亮、胡子洁白的老头儿，拄着打拐杖，这不是动画片《哪吒闹海》里的哪吒的师傅太乙真人吗?那么哪吒呢?他在哪里?哦，看到了!这不，一个坚实强健、系着红兜兜的小男孩，正张开双手，向他师傅飘去。我从幻境中看到了一个又一个好看的故事，一幅又一幅如画的美景。当我回到现实中来时，晚霞已经消失。

1.“我”在幻境里看到了哪些东西?

2.判断下列说法是否正确，对打“”，错打“x”。

“飞龙仿佛进入一片原始森林。"这句话运用了比喻的修辞手法。()

答案 1.龙 2.x

**初中语文题:**

巷子口有一株老栀子树，不知活了多少年。树干粗粝，枝叶却茂盛，每年六月，总开出几十朵白花，香气能飘满整条巷子。陈阿婆就住在树下的小院里。每天清晨，她都会挎着竹篮，踮脚摘下几朵半开的栀子用清水养在搪瓷碗里，摆在巷子口的石墩上。碗边压一张纸条:“喜欢就拿，不用钱。”放学时，总有几个孩子偷偷把花别在衣襟上。隔壁的王婶路过，也会挑一朵插在发间。陈阿婆坐在门边的小凳上缝补衣服，眼睛弯成月牙，却从不说破是谁拿的花。今年栀子花开时，陈阿婆病了。可石墩上的搪瓷碗依然每天盛着新摘的花，只是纸条多了歪歪扭扭的一行字:阿婆说，要香香的。

1.陈阿婆摆放栀子花时有哪些细节?这些细节体现了她怎样的性格?

2.赏析“"眼睛弯成月牙，却从不说破是谁拿的花”的表达效果。

3.文章结尾新增的纸条内容“阿婆说，要香香的”有什么深意?

答案:1.①用搪瓷碗清水养花;(2)压纸条写明“不用钱”。体现她细心、无私、乐于分享的品质。2.运用神态描写和动作描写，生动表现了陈阿婆对他人取花的默许与欣慰，突出其善良含蓄的特点。3.①表明阿婆的善意感染了他人(邻居或孩子主动接替);②"香香的”既指花香，也象征美好品德的传递;③暗示爱心的延续不会中断。

**高中语文题:(2024 高考甲卷)**

“偷梁换柱”多指以假代真，用欺骗的手段改变事物的性质，然而在古建筑工程领梁换柱”却属于一种科学实用的修缮加固方法。梁是薇面形状一般为长方形的木料，且木料的长度尺寸远大于徵而尺寸。梁为水平放置，两的底部有支撑构件。梁主要用于承担建筑上部构件及屋顶的全部重量，并把这些重量向下传给支撑构件。柱为梁的支律构件。柱子截而形扶一般为圆形，长度尺寸远大于截面直径。柱子为竖向放置，主要用于承担上部梁传来的重量，并向下传递给下部的梁或直接传至地面。梁与柱采用样卵形式连接，形成稳固的大木结构体系。位于屋架内的若干梁在竖向被层层往上“构"上下梁之间由短柱支撑，底部的梁由立于地面的立柱支撑。梁、柱均为中国木结构古建筑的核心受力、传力构件，缺一不可。

对于古建筑而言，立于地面的立柱，或因长期承受上部结构传来的重量而产生开裂残损，或国柱底部位长期受到地面潮气影响而出现糟朽残损，这导致木柱强度下降，无法正常支撑梁。此时可采用“偷梁换柱”的加因方法。“偷梁换柱”实际就是“托梁换柱"其基本做法为:首先将“假柱【即临时的竖向支撑构件)安装在梁底部、原柱(原有立衽)旁边:再抽去原柱，使梁传来的重量暂时由“假柱”承担;然后安装新柱，新柱的材料、尺寸及安装位置与原有立柱相问;最后将“假柱”移去。

完善的“偷梁换柱”加图方法具有科学性，其原理主要包括三个方面:其一，从梁的角度而言，它是水平受力构件，并把外力向下传给立柱。梁只有保持水平稳定状态，才能保证整个大未结构的稳定。在加国古建筑的过程中，梁始终受到支托，因而能一直保持水平稳定状态。其二，从柱的角度而言，它是豋向支撑构件，并最终把上部构件的重量传给地基。只有立柱具有充足的承载力，且与梁有可靠连接时，才能有效承担梁传来的作用力。加困过程中，技术人员虽然将原柱抽去，但是预先将“假柱”设置于原柱附近。让“假柱”代替原柱发挥支撑作用，因而换柱过程对结构整体的稳定基本无影响。换柱完成后，新柱与原柱有着同样的材料、尺寸，且与梁有着相同的可靠连接方式，它完全能够代替原柱发挥支撑作用。其三，从梁、杜整体结构角度而言，“偷梁换柱”方法对整体结构干扰小，且能达到良好的加固效果:原柱被新柱原住替换，新柱不仅有很好的支撑作用，而且与梁仍有可靠连接:假柱”仅用于加困过程的临时支撑，且在原柱撒去后新柱安装前，能够与梁临时姐成稳定的结构体系。因此，在“偷梁换柱”过程中，梁、柱结构整体始终处于稳定状态。

中国古建筑大木构架剖面示意图

(摘编自周乾《故宫建筑细探》

4.下列对原文相关内容的理解和分析，不正确的一项分

A,“偷梁换柱”这一成语在现今的使用中多含有贬义的色彩，但在古建筑工程领域，它是指一种修缮加固的科学方法，完全没有贬义。

B.中国古建筑大木构架剖面示意图展示了几种不同位置、不同尺寸的柱，这些柱子中，立于地面的立柱比较容易发生糟朽残损的情况

C.结合图文可以发现，屋顶的重量由上层柱承担，然后传给梁，再由梁传递给其下的短柱，依次向下传递，最终由底部的文柱传至地而。

D."偷梁换柱”的加固方法包括托梁、抽柱、换柱等步骤，在每一个步骤中梁一直会得到很好的支撑，从而始终能够保持水平稳定状态。

5.请根据原文内容，在下面文段的横线处补写出恰当的词语

工程实例:故宫太和殿是我国最大的木构大殿，明清两代帝王即位或节日庆典都在此带2004年，技术人员在对太和殿进行勘查时，发现有一根立柱下部三分之一的位置出现了严重糟朽，于是采取了“偷梁换柱”的方法对该立柱进行加固。具体过程如下:先使用“假柱”托住原柱上部的紧"柱”为完好的木料，被安装在① 附近，用于临时支撑果。再把柱子底部糟朽部分抽去，以便用② 代替。原柱糟朽部分去摔后，制余的部分做成巴掌形，与新柱搭接。新柱与被抽去的糟朽部分同材料、同形状、同尺寸，且顶部亦做成巴掌榫形状。最后再把③拆除，即完成了原有立柱的加固。

6.清代的古籍中有另一种“偷梁换柱"的记载;当某根立柱损坏需要更换时，为节省工料，工匠只是在原柱旁边设一根新柱，再撤去原柱。为什么题“工程实例”中，太和殿修缮没有采用这种更简便的加固方式呢?请简要分析。(6分)

**答案:**

1. C

2.原柱 新柱假柱

3.首先，太和殿作为紫禁城的重要建筑之一，具有极高的历史、文化和艺术价值。  
为了保护其完整性和原始状态，可能会更倾向于采用更加谨慎、保守的修缮方式，以最大程度地保留原有结构和构件。使用新柱与撤去原柱的方式可能会导致结构不稳定，增加了风险,尤其是对于这样一座历史悠久的古建筑来说，安全是至关重要的。为了确保修缮过程中的安全性和稳定性，可能会选择更加可靠和持久的加固方式。修复古建筑需要专业的技术和经验,而简单地撒去原柱可能会对整体结构产生影响，需要更多的专业技术来确保修缮过程的有效性和可行性。采用更传统的修缮方式可能更符合太和殿的历史特点和修缮标准。因此，应该从这些方面加以考虑。

我们来看看，这些题发生了什么变化。简要概括:小学题问什么答什么，甚至可以抄。初中题问什么，答自己的理解。高中题，问什么要答自己的见解。

那么你可以看到，题的难度明显增加，而增加到哪里了，这个问题你想过没有?

那么下面说的话就及其重要了，文章当中的句子，书面要想表达思想和意思，他的**文字其实是一种叠加状态，**共叠 10 个层:

1.语义层 2.逻辑层 3.主旨层 4.语法层 5.情感层 6.语境层 7.修辞层 8.互动层 9.风格层 10.认知层。

就比如语境层，文本内容为:“甲方:安装完了吗?乙方:完了完了。那么此时，你的理解就是安装已经完事了。那么换一个角度思考，如果这不是文本内容，而是一场真实的对话，甲方给乙方打电话询问进度，恰恰此时，大风把安装的东西都吹落了，乙方在跟甲方打电话的过程中，眼瞅着安装的东西坏了，那么此时乙方说完了完了，意思就是完蛋了。而这个时候，甲方听到乙方说完了，遂把电话挂断，甲方以为乙方施工完毕，并上门看进度，发现进度是 0。甲方说受到了欺骗,并且拿出证据，手机把电话沟通过程转化成文字，文字显示:安装完了吗?完了完了。那么你可以看到，单纯的文字，其实并不能很好表达意思，我们把口语话的认知和书面认知混在一起，这是错误的。而这就是为什么，说的话你能听懂，而字的意思有时候你看不明白，你以为仅仅是语气问题吗?或者仅仅是语境问题么?并非这样，文字想要表达内涵，需要的不仅仅是文字本身，而是1.语义层 2.逻辑层3.主旨层4.语法层 5.情感层6.语境层7.修辞层8.互动层9.风格层 10.认知层。这 10个层次的叠加，只是以文字为载体而已。最终表现的就是文字本身，亦或是文字上没有表面的**言外之意。**

把剩余9个我同样也写一下:

1.语义层(词汇替换)

2.逻辑层(跨段推理)

3.主旨层(作者立场)

4.语法层(语法差异暗示叙述视角的转化)

5.情感层(如“这个方案简直完美!”字面褒义，但结合情感分析可能贬义)

6.语境层(背景关联，刚说过)

7.修辞层(诸如“时间就是金钱”(隐喻)，通过类比强调时间的珍贵性)

8.互动层(判断句子的功能，如提问命令建议反驳)

9.风格层(识别文字风格，如正式/口语化/学术/通俗)

10.认知层(读者理解,分析句子对读者认知负荷的影响，如信息密度、歧义性)。

而这些状态的叠加，最终才能形成一段书面文字的精准意思。而几乎所有的阅读理解题，都是从这些角度来入手的，这是为什么?因为我给你炸出来的 10个维度，将他们叠合在一起，这个时候**人对文字**就会产生**清晰的**意识。你做不对题很大程度上是因为自己的路走错了，错在哪里想明白了吗?错在你不知道这个事情:**文字能够表达意识，但文字不能生产要表达的意识，文字本身也没有意识，意识是人类才具有的东西。文字只有在人类赋予其意义，并通过阅读、书写等行为进行运用和解读时，才能在人类的意识活动中发挥作用，但其自身只是一种无生命、无意识的工具。**而**文字能表达意识，**也只是文字在表达**人所要表达**的意识，因此我们读的本质永远不是字，我们读的永远是人。而这就是你读不明白的根源所在，你在文字中搜索“言外之意”，这本身就是错误的，因为这种“言外之意”是作者饱含的深意不是文字饱含的深意，文字只是作者用来表达思维的工具而已。但是如何通过这个工具,来看看作者到底要 tm 要干什么?你目前的维度是这样:作者通过使用文字这个工具表达他的意识，而你的想法是通过他的工具(文字)来理解他的意识。而你的这个手法和策略不太行，这个操作手法容易掩饰本质问题导致你读不穿，会被文字蒙蔽。如果将文字P炸开变成文字本身所附带的叠加状态 PIP2P3P4PSP6..， 把句意的解析变成 P1+P2+P3+P4+P5+P6+..-P→P’比如“饭很好吃，我狼吞虎咽。那么这句话炸开之后,就变成:

语义层:饭(对象)、很好吃(评价);我(主体)、狼吞虎咽(行为描述)。

逻辑层:因为饭很好吃，所以我狼吞虎咽、

主旨层:表达主体对食物的喜爱，由好吃二字表现、

语法层:简单句，主谓宾结构，无复杂语法现象，叙述重点未变视角

未变。

情感层:正面情感，对食物的满意和享受。

语境层:日常用餐场景，描述一次愉快的用餐经历。

修辞层:狼吞虎咽比喻，体现进食的急切和迅速。

互动层:陈述句，无互动功能。

风格层:口语化，通俗易懂。

认知层:读者无需过多思考即可理解，认知负荷低，信息密度低

现在，将这 10个状态叠合在一起，你会发现如果我只给你这 10个状态，我不给你“饭很好吃，我狼吞虎咽。这句话，依旧是可以看到人所要表达的意识核心。而这是为什么?这是因为这 10个状态所对应的就是**人脑产生意识的所需要的脑区，(而这个我又重新确定了一下，该版本为我之前的备忘录内容，目前的科研无修正，因此沿用):**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 语义层 | 颞叶(颞上回)、角回(顶下小叶)、默认模式网络(颞顶联合区) | 颞上回负责词汇语义存储与提取;角回整合多模态信息(如视觉-语义转换);默认模式网络支持语义整合与深层意义联结。 |
| 逻辑层 | 外侧前额叶皮层(DLPFC)、腹内侧前额叶(vmPFC) | DLPFC负责显性逻辑推理(如因果链分析);vmPFC 参与直觉性因果关联判断。 |
| 主旨层 | 内侧前额叶(mPFC)、后扣带回皮层（PCC） | mPFC整合跨层次信息形成整体主旨;PCC 维持主题连贯性并抑制无关信息。 |
| 语法层 | 左侧颞叶前部、布洛卡区（BA44/45） | 左侧颞叶前部解析句法结构(如主谓宾关系);布洛卡区生成符合语法的表达形式。 |
| 情感层 | 杏仁核、伏隔核 (NAcc)、腹侧被盖区（VTA） | 杏仁核评估情感效价 (积极/消极);伏隔核产生奖赏体验 (通过 VTA多巴胺投射) |
| 语境层 | 海马体、颞叶后部、前颞叶 | 海马体提取情景记忆;颞叶后部构建当前场景;前题叶激活相关语义框架(如"用餐"概念网络) |
| 修辞层 | 右颞叶、背外侧前额叶(DLPFC) | 右颧叶支持隐噙映射(如"狼吞虎咽"→急切状态);DLPFC 解决字面义与隐喻义的认知冲突。 |
| 互动层 | 颞上沟(STS)、额下回后部 | STS 解码社交意图;镜像神经元系统理解互动行为;布洛卡区规划回应策略。 |
| 风格层 | 右侧前额叶、右侧额下回（BA47） | 右侧前额叶识别语言风格特征(如口语化程度) BA47 调控语体转换(正式<——>非正式)。 |
| 认知层 | 顶下小叶(角回)、前扣带回(ACC)、枕-颞通路 | 角回整合跨模态信息;ACC 分配注意资源;枕-颞通路实现文字——>概念转换。 |

那么你看完图表，如果我将这 10个状态叠合在一起，他又变成了什么东西了?这就是人产生的意识的机器。而对于意识从上文你可以看到他就是客观世界的主观映像而已，文字符号反射的光能产生意识吗?光可以产生意识吗?不能啊，现在明白了吗。我们看到的**“****是人，不是字。”**

那么如果有了这个认知，你会发现一个惊奇的现象，我们将人通过文字所表达的意识拆解了出来，我们可以通过文字这个工具，去“**获得**一个人“大脑里所要表达的意识”，意识的内容是客观的，形式上是主观的，思维作为一种意识活动，是对物质的派生和反映而已。这并非是来讨论意识是否是可以进行拆解，而是讨论如何正确的 get 别人认知当中的意识。那么回过头来看一看 25 年英语一真题:

奥汉隆说，她最惊讶的是"目标组学生的写作中体现出了明显的情感素养"，他们"在写作中更有韧性，更有希望”。她补充道“对情感的理解非常明显，这一点可能与排练室的过程有关。在排练室里，你习惯于尝试用自己的方式来想象。他们能够自如地描述不同的情绪状态，而戏剧中的部分工作就是让自己站在不同的立场上。"她说:这项由保罗·哈姆林基金会资助的研究显示了将艺术嵌入教育的重要性。

根据奥汉隆的说法，什么可以促进儿童的情感素养?  
[A]以富有想象力的方式写作  
[B]与文学人物产生共鸣  
[C]从大自然中汲取灵感  
[D]专注于现实生活中的情况

脑区判断详解:

1. 语义层
   1. 关键词:"情感素养""想象""不同立场"
   2. 神经机制:颞上回提取"情感""想象"等抽象概念，角回整合戏剧实践与情感表达的语义关联
   3. 分析:选项[A][B]均涉及抽象概念加工，但需进一步结合逻辑层判断
2. 逻辑层
   1. 因果链:排练室过程(角色扮演)一 想象实践 一 情感状态描述能力提升 一 情感素养发展
   2. 前额叶背外侧:建立"戏剧训练一情感表达"的显性因果关系
   3. 结论:核心机制是通过立场的转换练习(对应选项[B]的共鸣基础)
3. 主旨层
   1. 内侧前额叶整合:将"戏剧训练""立场转换""情感表达"等要素统一为"艺术教育有效性"的主旨
   2. 排除干扰:后扣带回抑制[D]选项"现实生活"的干扰(研究强调想象性实践)
4. 语法层
   1. 句法焦点:原文关键句"让自己站在不同的立场上"(介词结构强调立场转换)
   2. 左侧颧叶前部:解析语法结构，指向立场转换行为
5. 情感层
   1. 杏仁核-伏隔核系统:角色扮演激活情绪记忆(海马体参与)，伏嗝核产生对文本情感共鸣的奖赏体验
   2. 关键证据:学生能"自如描述不同情绪"即情感层解析得结果为“感同身受”
6. 语境层
   1. 海马体-前颞叶协同:排练室作为特殊记忆场景(海马体编码)，激活"戏剧-情感"的语义框架(前颞叶)
   2. 排除选项[C]:语境中无自然相关要素
7. 修辞层
   1. 右颞叶隐喻加工:"站在不同立场"本质是具身隐喻，右颞叶实现"物理位置一心理立场"的映射
   2. DLPFC 作用:抑制字面义(物理站立)，强化隐喻义(心理共鸣)
8. 互动层
   1. 镜像神经元系统:额下回后部镜像神经元解析得结果在角色扮演中模拟他人情感状态
   2. 颞上沟解码:理解文学人物的社交意图，解析得结果共鸣
9. 风格层
   1. 右侧前额叶监测:区分"日常语言"与"艺术化表达”，确保情感描述符合戏剧语境风格
   2. 排除选项[A]:研究强调通过戏剧训练提升写作能力，而非单纯写作方式
10. 认知层
    1. 前扣带回调控:分配注意力资源:专注虚构情境(非现实生活，故排除[D])
    2. 顶下小叶整合:将角色扮演经验转化为情感表达能力

大脑解码：

正确答案:[B]与文学人物产生共鸣神经机制证据链: 镜像系统(共鸣基础)一右颞叶(隐喻理解)→伏隔核(文本情感捕捉)一前额叶(立场转换逻辑)

排除其他选项:

[A]仅涉及表达形式，未触及共鸣本质;[C][D]与文中"戏剧训练""想象"的神经机制无直接关联

而这个过程，就是大脑对于“作者这个人”意识的正确解析，将这些层次叠加最终得到了你的选项,而这个过程每个人的速度是不同的，是因为大脑的处理效率有差异，而有的人做错，是因为大脑没有解析到““作者这个人”所表达的认知和意识。而这个就是**大脑的能力，大脑获取认识、转化信息、理解世界的效率。**而大脑的能力要比你想象的厉害的多，他不是像上文那样分出好几个层，一层一层来解码，脑区的工作是协同的，速度基本上是瞬时的，他瞬间的去完成这些工作最后得到了结果，只是和他人相比更快还是更慢仅此而已。而没有解析出来难道是自己大脑的某一个区域没有工作吗?不是这样，别害怕没工作的话你人都死了你还在这看经验贴?但是确实是哪里出现了问题，这个问题在于每个人在进行处理的时候脑区的活跃度是不同的，就好比在修辞层中，如果解码得不到“感同身受”这个信息，那么就会产生偏误，你现在肯定想问这该如何应对?是自己智商不吗?并非，你记住，当你选择考研究生这条路时，你就已经代表这个星球上人类的最高智慧，中国人是地球上最聪明的人，是因为我们的语言是这个星球上层次最丰富、思想最深刻、情感表达最细腻的语言，我们说的每一句话都是在调动我们的大脑进行工作，甚至小到用筷子我们锻炼了大脑的协调性，大到一句话引用一个成语都是波澜壮阔的某段历史中国人拥有最强的大脑能力，你才是这个世界上最聪明的人。

我们要探讨的并非是如何去补脑子，而是探讨如何提升自己的脑子，让本来就很厉害的自己更厉害而已。但是提升?提升到哪里?你记住，人脑的上限极高，高到爱因斯坦也才把大脑开发了一点点，因此对于考研英语，我们要有一个衡量标准，这个标准就是**题的难度**。

而上文所述，小学题问什么答什么，甚至可以抄。初中题问什么，答自己的理解。高中题，问什么要答自己的见解。而考研英语是什么难度，记住考研英语近似于高考语文的下限。他处在初中和高中之间。具体来讲，考研英语=高中语文的思维强度+大学语文的文本复杂程度。而诸如 24年全国甲卷的高考语文阅读题，考的还是和建筑学相关的知识，需要学生根据文本来给出分析，而考研阅读不会让你对文本来答自己的见解，因为都是选择题，谈见解反思这些主要集中在作文上。

那么评判题难不难看什么?生词多就是难?长难句读不懂就是难?并非，真难是问题难以及选项难，““文章难题简单”和“文章简单题难”相比，文章简单题难才是真恶心，更难的就是“文章也难题也难”。而什么叫难题?请看，小学题要是想解开，那么他思考的维度非常单一，而初中题又往上加了几个维度，到了高中思考的维度就更丰富了。因此判断问题的难度，是要看问题需要穿透几层才可求解，诸如考研英语如果需要穿透三个维度:语义层、逻辑层、主旨层。那么势必要比穿透四个维度的正确率高一些，如果叠合了更多维度，那么也会更难，因此所谓看穿，是指同样的文本你可以穿透多少层级，你看能到那一步。我们的追求当然是把穿透文本当成目标，因为这通俗来讲就叫:**读懂了，**读懂文章的优先级之所以很高，是因为在读懂面前，一切花里胡哨的技巧，就比如寻找定位句等等这些都将不值一提。定位句你可以找到，但找到定位句，定位句要干什么你看不透，这跟找不到没有任何区别。而考研英语的问题，一般不会同时穿透三个维度来求解，而现在你会问?大脑在运作中不是 10 个维度同时进行么，怎么就变成3个了?记住，维度是全面的但维度也有侧重，就好比刚才说到“每个人在进行处理的时候脑区的活跃度是不同的”，你在思考不同问题的时候不同脑区参与的程度是不一样的，就好比你做数学题前额叶、顶叶、颞叶、枕叶相对活跃，其他安静了一些。你读文本，布洛卡、威尔尼克、角回、枕叶变的更活跃。而选择问题，去做判断，这 10个维度其中几个脑区相对活跃起来，那问题就解开了，但是该他工作了他开始摸鱼，不该他工作他又出来当跳梁小丑，这就让你在选择的时候选不出来，简而言之“懵了”。就比如刚才莎士比亚的真题，10个维度里你光情感层、修辞层、认知层这三个脑区活跃起来，答案也已经出来了。如果他们摸鱼，是什么结果?

[A]以富有想象力的方式写作

[B]与文学人物产生共鸣

[C]从大自然中汲取灵感

[D]专注于现实生活中的情况

结果就是，你是看不出来这些选项和原文之间有什么关系的，好似那个都可以说的通，最后就是强行解释然后瞎选一个听天由命。现在明白自己为什么选不对了吧，那么如何让自己的脑子正确的运行，如何让他该干什么就干什么?这就是要训练的东西，而训练的载体我们要靠思维导图帮助以及其他手段来**提升大脑的能力。**

现在我们再来回顾刚才讲了什么,我深度给你剖析的其实只有一点，就是“思维问题”，再具体一点就是面对考研英语，你所要解决的思维问题。

至此你还会有疑惑，一会儿讲的能力提升，难道自己几个月就可以出效果吗?自己并没有那么多时间和精力去练脑子。那我告诉你，如果需要好几年才能出效果，我都不会给你写这个经验贴，一些细节纠正，一些大方向的方法纠正每天不会花多少时间，争取每个月每个阶段都有小进步，就是日积月累，保持住即可。

那么继续，下面这样，我给你 20秒的时间，你就去给我思考一个问题如过你马上就要噶了，你会想到什么?开始，20秒，把自己当成 20秒后就噶了。gogogogogogo，开始想。

123456~~~~~~~~~~~~~181920

好，over。

在这个过程中，我只给了你 20秒的时间去想，大家想的东西，肯定什么都有，那我问你，你会想到儿时动画梦工场的小鹿姐姐吗?你会想到上初中时你经常去的那家餐馆吗?你会想到家里摆的某个老物件吗?应该都没有，我也没有。因为 20秒的时间他不一定对你有意义，但一定是印象深刻的。再说明白一些，你刚刚想起的东西，一定比我说的这三个更重要。那么现在告诉你一个道理,**记忆是有优先级的**。而如果记忆拥有优先级，那势必又会产生一个新问题:如何确保那些对我们至关重要、能够影响我们决策和行为的记忆被优先保留下来?你有没有想过如果这“20秒”变成一篇你需要 15分钟读完的阅读文章，那你在读完之后，你的脑海里又会剩下什么样的信息，你能保证你所捕捉到的信息是有效的、是重要的吗?那么同样的道理，你没有捕捉到的信息，会不会就变成了束缚大脑进行思考的枷锁?

那么，**有效的捕捉信息**对你而言是两个手法，  
一个是在阅读的过程中进行重点的圈画，  
一个是做思维导图。

我多次强调，任何的手法脱离了实战，那就失去了他的意义。首先读文章的时候进行圈画，虽然好用，但是你有没有想过，你在平时圈圈画画都能圈出重点，如果就在考场上你没圈出来，会有什么后果?你怎么能保证在考场上一下子也能圈出重点呢?一张卷子圈的全是重点，那跟没进行圈画是一样的。反而会让你的思维过载，不纯粹，你因为你关注的重点优先变成了画圈的内容，一旦画的多，你是无法短时间捕捉如此大量信息并做出反应的，而圈外的东西很容易忽视，如果那个东西就是解题的重点呢?然后就是思维导图，你竟然敢在考场上画思维导图，你疯了啊大哥?思维导图用在你复盘的时候可以，咱们考场上讲究的就是快准狠，你可以画出最细腻的导图，但考场上还能这么干么?把这模式弄考场去这还用想么?肯定崩啊，这就是为什么一些平时模拟的高手，在考场上碎掉的原因。

因此要分成两个部分进行说明，一个是**平时进行训练的模式**，一个是**考场模式** 。

**先说**:圈画重点，在考场上圈画重点这个不变，因为快，但是要限制自己的圈画次数，要进行精准圈画。而为了训练能圈到重点，防止漏圈。平时训练，要提升自己的**语言组织能力**以及**语言表达效率**。在大文本内，想要大海捞针一样去捕捉信息，你必须要掌握语言的提炼能力，包括但不限于:

1.用最少的字精准概括全文

2.用最少的字精准概括每段

3.用最少的字复现语句内涵

4.能用多种方式表达一个意思

5.能用多种方式解释别人的问题

其中，123 还有助于锻炼逻辑推演，而且你要记住，**用最少的字**，明白吗，简而言之叫**精辟**，你能说出来精辟的话，那么你也同时具备了对有效信息的识别能力。

**操作上**(按顺序来):

**1****.**对于题干，能用多种方式表达一个意思，比如问题是:“第三自然段中，阿拉巴马州的议员为什么偷走红裤衩?”，那么你要做的就是给我写出来:“阿巴洲裤衩大盗，why? baby why? looking my大eyes?”裤衩危机席卷大阿巴洲，恶魔议员居心何在?，等等等，追求个数不追求最少字数，用你自己的话来重新构建题干所问，但要求就一个:通俗易懂。你能懂就行。有这个能力，你可以纯粹的知道问题问的是什么，在考场上回原文找，更干脆利落。

**2.**对于问题 ABCD 四个选项，要用最少的字复现语句内涵，如

[A]以富有想象力的方式写作|  
[B]与文学人物产生共鸣  
[C]从大自然中汲取灵感  
[D]专注于现实生活中的情况

那么你要做的就是，

[A]以富有想象力的方式写作(创想写作)  
[B]与文学人物产生共鸣(共鸣人物)  
[C]从大自然中汲取灵感(自然取灵感)  
[D]专注于现实生活中的情况(聚焦现实)

要做到:**重新提炼，自我总结，语义精准  
3.**用最少的字精准概括每段  
**P1**:女朋友要过生日，我打算买一个礼物送她，可我实在不知道该买啥。我们在一起这么久，她都没有收过我的礼物，给她不是买显卡就是买超帅的大AJ，她都不要，那没办法我只能自己收下了。那这次得好好整，女孩子不都喜欢护肤品吗，拿给她买一个吧。

**P2**:生日那天到了，我捂着她的眼睛，让她慢慢猜是什么惊喜，她猜了航模电竟椅高达，她猜半天也没猜中，我直接把礼物放到她的手上，她睁开眼的那一瞬间，真的快哭惨了，她问我为什么是舒肤佳，我告诉她，这香皂搓脸可tm 老带劲了，这就是我和前女友的故事。

那么 P1在文段旁边写:为该死的女朋友挑礼物P2写:送礼物感动坏了（别质疑了就是感动坏了，嘿嘿嘿）

注意，一定是用**最少**的字，要凝练。

4.用最少的字精准概括全文  
注意并**非让你写标题**，标题虽然是全文核心主旨，但是标题具有艺术性，甚至需要吸引眼球，我要你做的是对文章纯粹的概括，一句话总结。  
5.能用多种方式解释别人的问题

先自己给自己讲，将正确的选项进行**自我陈述，论证，分析**，并以不少于两种方式给自己说清楚，如果有余力，当你能把题给别人用多种方式讲明白更好。

**其次:**思维导图，**平时训练的思维导图，**要求训练过程由繁入简。

**第一阶段**:乱画期9天

复盘的时候要求:**见字即画，边读边画。**不要去管画的乱不乱，可能线都连飞了，画成一坨，你就干连硬连，这个阶段，要求只有一个，尽可能的将文本所包含的内容一顿 tm 连，可以多，但不可以少。

我先模仿你们的习惯给你画一个，如图:

图示, 示意图

AI 生成的内容可能不正确。

(泡泡图)

而这个图是什么?就是一坨 shit，但是不要在乎，不可能捋关系一开始就很清晰的，要慢慢来。

第一:从后台给我发的上千个思维导图来看，百分之 80 以上都是一个圈连好几个箭头这种，画着画着自己就乱了。

第二:这跟把文章抄下来没区别，但是你要注意我画的思维导图，小分支是带有我自己解读的，而不是完全的抄文章。

BUT这个阶段，就这样，越详细越好，逻辑清不清晰不是开始要解决的，就以泡泡图的形式来连线即可。

**第二阶段:**整合期，为期 18天。

要求不以泡泡图的形式进行逻辑关联，更改思维框架模式，并培养出自己的风格。

如图:

图示

AI 生成的内容可能不正确。

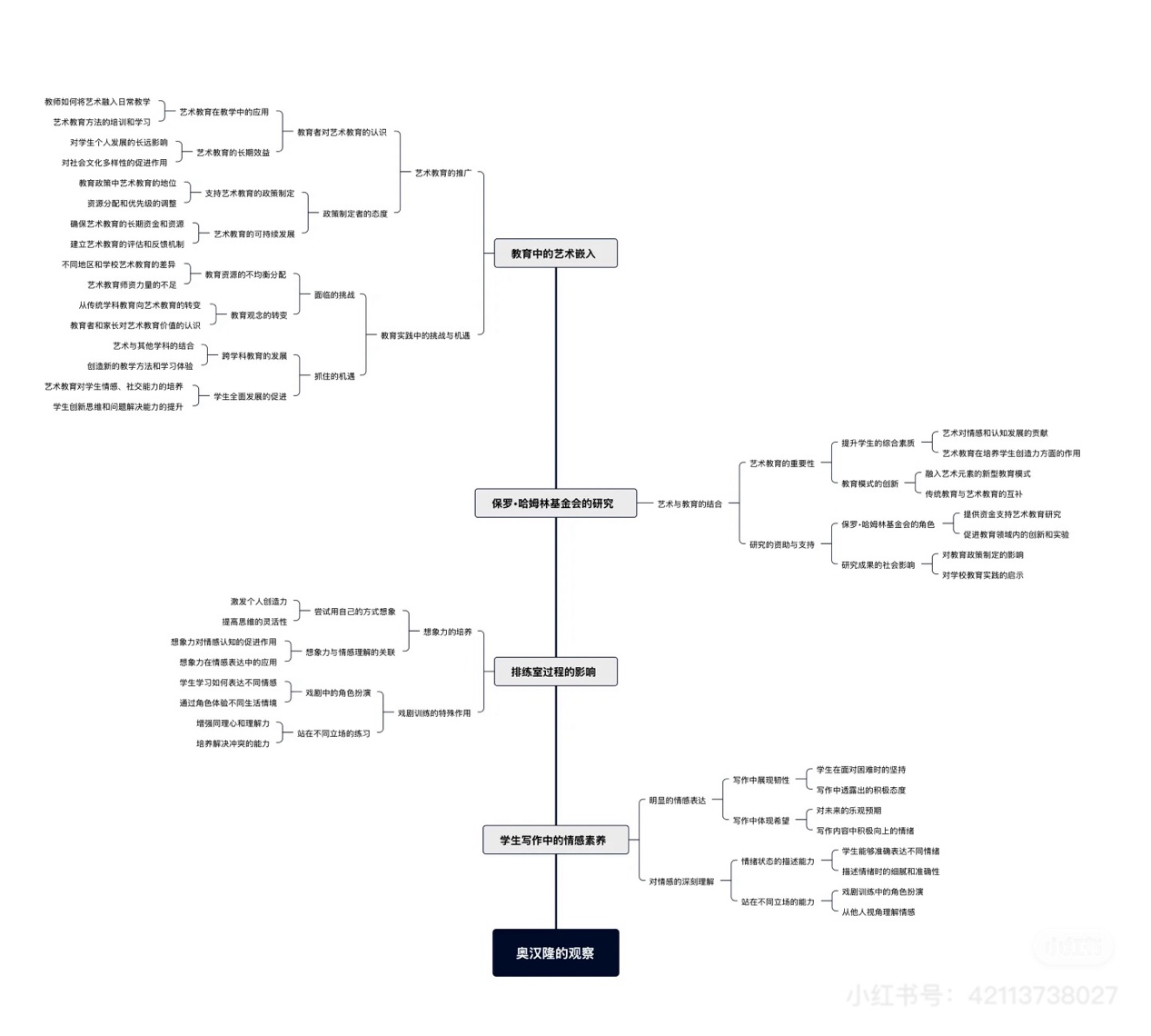
**开始**先习惯树状思维(从整体到局部，从大到小)

其中

1.依旧越详细越好，可以有废话

2.但**分类**要清晰，比如文本内容:什么人?什么事?干什么?为什么?怎么做?原因是?结果是?等等等(总而言之，练习分类，其他不需要你过多关注)

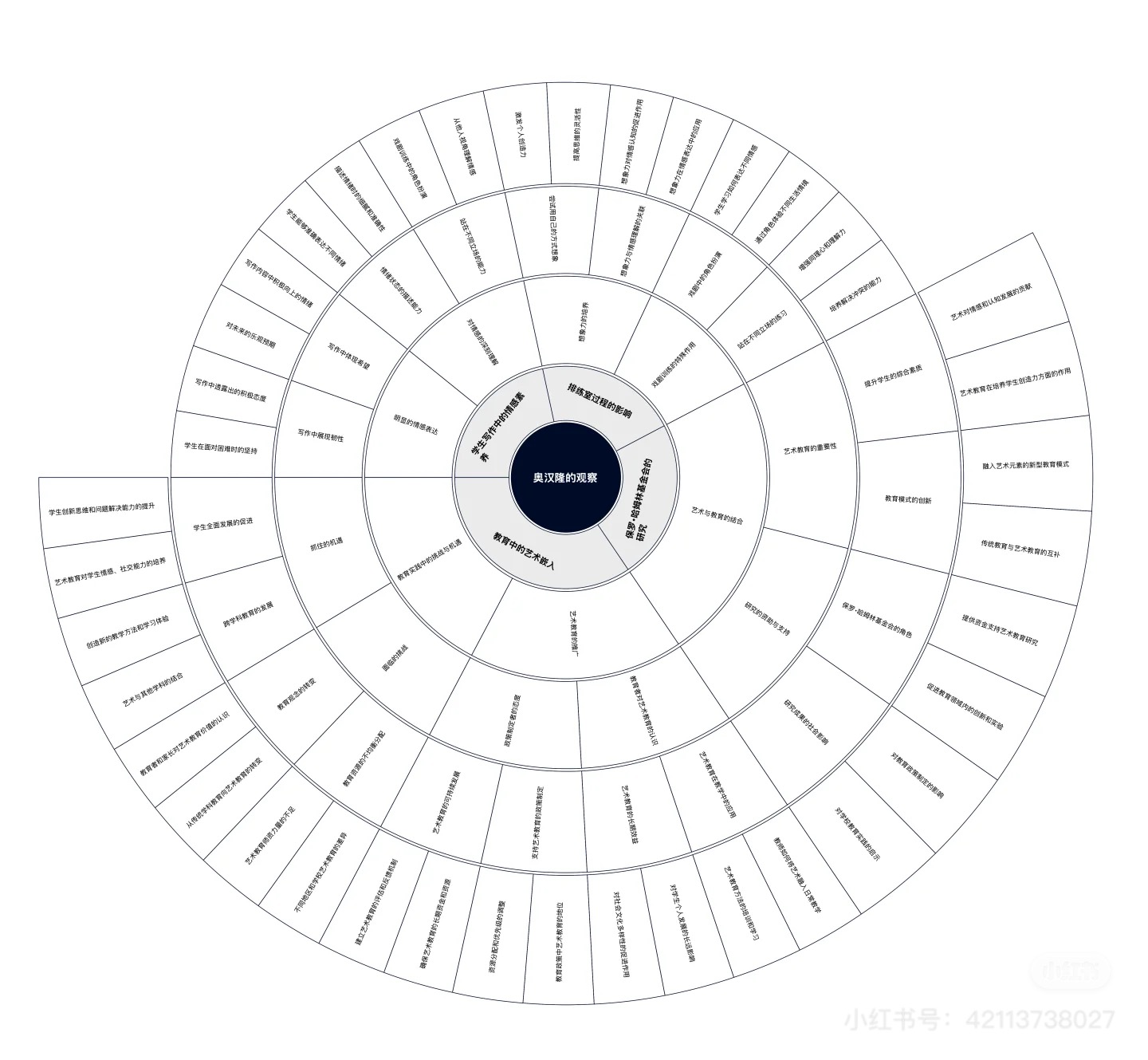
**习惯后**，继续改变模式:**变成线性思维(注意该线性思维不以因果关系为主，这不是该阶段要做的事情，要以文本陈述顺序做为线性导向)**如图:



但注意:不要用表格以及逻辑环等，你还不熟练，而且复杂紊乱，不直观，我看有部分朋友喜欢用图表来列，改掉这个习惯，如下图都不要用:

表格不行(不直观)

交并集不要(逻辑容易乱)

(饼图不要,不直观且复杂)

且要继续注意:清晰排列，核心的内容，要不你就都放左边，要不都你就都放右边，别东一块西一块，细节内容可以随意，**主干不要乱画**

如图:

(狗 shi -号)

图示

AI 生成的内容可能不正确。

(狗 shi 二号)

图形用户界面

AI 生成的内容可能不正确。

(狗 shi 三号)图示

AI 生成的内容可能不正确。

别小看格式，思维导图本身就是一种格式，要干脆直接清爽干练。一切都为了:**方便看逻辑，清晰知文本**

**第三阶段**:逻辑期，为期 15天

要求:将文本线性思维转变成逻辑线性思维。

1.提炼文章内的核心矛盾,以**矛盾**入手,包括注意:逻辑矛盾、事实矛盾、情感态度矛盾、观念矛盾等，尤其注意**价值矛盾**。

如:

“奥汉降说，她最惊讶的是“目标组学生的写作中体现出了明显的情感素养”，他们“在写作中更有韧性，更有希望”。她补充道:“对情感的理解非常明显，这一点可能与排练室的过程有关。在排练室里，你习惯于尝试用自己的方式来想象。他们能够自如地描述不同的情绪状态而戏剧中的部分工作就是让自己站在不同的立场上。”她说:这项由保罗·哈姆林基金会资助的研究显示了将艺术嵌入教育的重要性。”

矛盾点在于:传统教育中写作的规范性与戏剧教育中写作的情感性和创造性之间的对立。

2.**以矛盾为主干，**舍弃与矛盾无关的论述内容，进行简化，要求以因果来论，“谁是因，谁是果”要在导图中展现，尤其注意矛盾中的**现象与本质。**

如图:

**日程表

AI 生成的内容可能不正确。**

**第四阶段**:综合期，为期 20天

要求:逻辑线性思维变成逻辑网图思维

1.带入视角，你只从文章的字面角度去看问题，以为上帝视角无敌.作为一个旁观者其实很难去入局文本，你的视角要带入矛盾核心，读文本带有批判思维而非肯定思维，要公平客观的去看待不同的矛盾点.**且矛盾点无优劣之分，文章是文章，你只是在做题。**

2.围绕文章核心，将矛盾与对象一一映射，将原因与结果--映射(记住，区分因果有 A 才有 B，则 A 为因，B 为果)，其他的逻辑关系不老虑(其实都涵括在矛盾内)，一定将推演结果进行比对。

3.简洁干练，目的只有一个:**逻辑清晰**，你的思维导图可以解决问题，是一个可以用的思维导图。

如图:

图示

AI 生成的内容可能不正确。

2021 年 text4我手写的文段复盘

由于上文要求让你练“最少字原则”，你的提炼和概括能力肯定比别人要强，而这个优势在进行分析亦或是做思维导图的时候就体现出来了而思维导图中的“最少字原则”，切不可“形而上学”，思维导图要的是**明白**，哪怕多写上了一些字，只要你能懂，那就可以，但字别过分多。

我们接着看莎士比亚这个思维图:

(这是一份 2025.textl 的全篇思维图)

1.根据文本选择鱼骨图，上面为矛盾，下面为因果分析(因为文章核心矛盾很明显，传统教学 VS 戏剧化教学之后都是论述，鱼骨图的刺可以用来研判，结果上下分层很清晰对于本篇很适合，因此推荐鱼骨图对该篇进行复盘)，文本提炼:争议点、关键发现、效果差异、方法差异。(文本每段核心说什么你提炼什么，别乱搞，上面最少字原则练过)

**2.精确打击:问什么写什么，需要什么分析什么。**

**图示

AI 生成的内容可能不正确。**

3.有了这张图，再回去看看刚才选错的东西，你的感受一定是不一样的。

那么上述是训练时思维导图(复盘用)的注意事项，下面是**实战中的思维导图:**

实战中思维导图，不叫思维导图，我更偏向叫**证据链**，**“****所问即所答.文内有依据。”**实战中要求:只有四个字**“一剑封喉”**

而这个一剑封喉是指思维上的一剑封喉(而思维问题在上文已经很详细的论述了)，**切记不要在考试中手写，**根本没那个时间，还记得刚才的摩斯码吗，摩斯码的第一步是什么?**是你要先能看出来这是个摩斯码，而这才是一剑封喉。**

我们的思维追求的永远是 A→A’的过程，实战中记住以下三句话:

1. 穿透语句层级、看到本质现象。
2. 思维不跳脱，大脑调用模式要与语言表达效率匹配
3. 语言的边界就是思维的边界，不多想不多问。
4. **穿透语句层级，看到本质现象。**

10个层级，在你读第一次的时候，如果没读懂，一定是这 10个层级有一层或者某些层没穿透，导致懵逼的状态发生，形成不了通路大脑宕机了，这 10个层级包括:语义层、逻辑层、主旨层、语法层、情感层语境层、修辞层、互动层、风格层和认知层。宕机不怕，怎么重启且还能保证速度，我要你特意就去看四个层级:**语义层，逻辑层、主旨层、情感层。**一共就五个题，思考这四个维度用不了多久，如果这四个维度解不了，根本不要纠结，直接去看下一个题，如果再往别的层级去穿透，时间上性价比不好，道理已经在阅读训练第 32期的解析中深度论述过了，不再赘述，题再难一般情况不会超过三个维度，这种算很极端了，

**2.思维不跳脱，大脑调用模式要与语言表达效率匹配**

你所谓的读懂了，核心本质其实是大脑处理信息的速度和表达效率同步，已经在最开始的经验贴详细论述过了““同步”就是思维不跳脱，如果忘了，回去看经验贴(不会删，哪里忘了回来看就行)，并且现在附注，抽象图像是什么，在评论区解答过，我怕你看到不到，放在这里：  
**小补充**

补充:~~有许多人对文本的中“抽象的图像”与要在大脑中生成图片挂钩，错误。~~图像要打引号 ---“图像”，下面我用文字表述的方式，直观让你体验思维与“图像”生成的感觉。如果你的思维需要通过图片来反映，那么直接思维是不连续的，这和默念的停留在口述上的思考没有差别，很容易不过脑，如中国人俩人正常交流，一个人说:漠河的天气零下50度，这句话你难道需要形成图像吗?而仅听懂这个人的话，也并不是过脑的理解，就像呼吸一样，被动式的生理反应，只是这种反应是语言是声音，是身体中的声卡给你的反馈，而同步的感觉，就像是你又收到一句话，漠河的天气零上50度，你会很直观的理解到这个意思不对，因为这句话过脑了，表明这话你听进去了。而什么时候才会有图画，当我们阅读我们从没有见过的事物，我们脑子会自动生图，这个叫想象，比如我说“你家有个大苍蝇爆浆了”，慢慢读一下这个话，大苍蝇 爆浆这个几个字的时候，你脑子里是自带图的，而且这图像模糊且不清晰十分短暂，图像在辅助你理解，如果文字理解需要通过形而上学的图片生成，那还不如默念思考呢。

我举一个例子，同样一句话人与人的理解能力是有多么大的差异，有的人读了不知道讲的什么，有的人却可以瞬间get意思，我问你“画蛇添足为下”什么意思，我不知道你有没有理解，如果你可以瞬间理解说明你的理解能力很强，而如果不明白，**这就是我说的“读了仅限于读了”，大脑的理解能力并没有与文字意识同步，**而有的人却读一遍就明白了，我现在立刻让你体验一下当这种人的感觉,“删繁就简为上，画蛇添足为下”再读一遍“删繁就简为上，画蛇添足为下”，现在明白什么意思了是吧，再看这句话“画蛇添足为下”，“画蛇添足为下”,“画蛇添足为下”是不是和刚才完全两个感觉，而这个过程，就是大脑对于文字处理的效率。

**我们要训练的就是提升理解能力，让脑子在阅读的时候工作，不是让嘴巴变成喇叭，**好比“画蛇添足为下”字认识吧，发音能说出来吧，别人问你说的什么你也能回答“画蛇添足为下”，但是你真懂吗，而考试就像是问问题，画蛇添足为下是什么意思，懂了的人直接答出来了，可是没有没懂的人啥啥都会，可惜说的啥就是不知道，而理解能力强的人是不需要有前面“删繁就简为上”的铺垫的,他们的大脑在阅读的过程中与文字的思维是高度同步的，也就是信息的表述，大脑有足够的能力直接处理掉，而真实的考场就是读了第一次“画蛇添足为下”一直懵逼的那个状态，或许并非是你词汇量语法的问题，理解能力的提升至关重要，而生成的抽象“图像”，到底是什么感觉，并不是你在没有思考到“删繁就简为上”这个语言符号时对“画蛇添足为下”的“图片”生成，而是当你突然看到“删繁就简为上”时瞬间理解“画蛇添足为下”语义时那一刹那的突然明白。

**理解是瞬间过程，不存在缓慢理解，懂就是瞬间懂，而抽象“图像”是思维的钥匙，这把钥匙就是“删繁就简为上”，让大脑在理解、在工作，(可别又误认为，理解一个东西需要通过另外一个东西来辅助了，这又是不直接的思维)，我要你所读即懂，这种抽象可能是任何东西，你有你自己的思维，我有我的思，得个人都不一样谁说的准呢。还记得“画蛇添足为下”吗?我给了你这把钥匙，而别的钥匙需要你自己训练去获得，理解是瞬间的，磨脑子需要过程。**

**3.语言的边界就是思维的边界，不多想不多问。**

你的知识存储构建会影响到你的决策，不多想与文章无关的东西，不多问题干没有指示的内容,训练的方法在第27期解析后详细论述过了不做赘述，每期解析我都会一个一个字慢慢教你，那个题有的朋友做刚做到 10 来期，没关系，东西都在，什么时候都可以看。

如果本篇经验贴你能读完了，理解力训练你做完了，单词知道怎么搞了等等等，这些其实花不了多少时间，最后你一定会惊奇的发现，读文章再也不是那种迷茫，我给你保住下限，而上限你会自己不断的突破，不单是英语学习，我的方法偏向底层，主要用来培养能力，面对考研英语我相信你能脱颖而出，但千万不要着急，就比如我的阅读文章，更偏向培养你的基础素质，从文章简单题简单，变成文章难题简单，再变成文章难题难，开始不会让你受挫，每一篇难度都在慢慢加越往后做错的越多并非你在下降，而是我故意出的很难。我不会在像前面一样，在选项中去出片面或者绝对的说法，而且我会故意去找文章中你容易被误导的方向，任何事情都要循序渐进，一步一步来，就像单词经验贴的最后一句话，如果你读的仔细，你应该会发现最后-个标点是问号，而现在我要告诉你这个问号是什么。有一个人在评论区有这样的留言:“看到结尾是不是还有个隐藏含义，不认识或者认识错的字也能“看”懂就是因为知道主题，比如这个帖子是讲考研单词的如果标题只有一个英、考、词字，另外几个字是模糊的，也能大致猜出是什么，所以读文章是知道文章的核心概念去预判+联想，然后读文章去实际修正，仅个人理解。

文本

AI 生成的内容可能不正确。

只有她说对了，但这是现象并非本质，我想要告诉你的是:这两个字“修正”。成事在人，只有你自己能去鞭策自己往正确的方向走，人生是一道选择题，在最开始的经验贴我开篇说过这样的话:我允许自己不会。而上文我又说过:矛盾点无优劣之分，文章是文章，你只是在做题。那么你现在看看，把这些全部加在一起，又是什么道理呢?考研英语的下限是因为他只是一道题而已!这只是一场考试，还记得开头主科的语数英吧，语文和数学我说的很清楚，但是为什么会有英语?其实这才是上限，因为我想告诉你:学英语是为了有那么一天，你可以站在世界最高的地方，说中文。

### **7.四月份建议**

**一. 教训**

1. 手写了一堆英语笔记，现在我自己证实无用，浪费时间费力不讨好，后期很少去看。❌
2. 4月份做真题，我出于好奇心在四月份做了三套真题，等于完全浪费掉了宝贵的资料，你们要忍住，手别欠❌
3. 4月份瞎背单词，卡住了。我记得很清晰背magma, stamen, electrolyte, aphasia ,singularity这六个词就是老忘，为了记住它们，导致新词没学，进度延迟，新单词的摄取很重要。❌

**二. 推荐**

1. 英语学习任何课程，顶多截屏标记。  
   原则:看则看，不会则搜。知识容易获取根本不需要你去记录，但推荐写备忘录如:速找主谓:看\*\*老师\*\*课第几节第几分。”“排序题思路分析看\*\*月\*\*日\*\*平台\*\*博主\*\*帖子”“阅读逻辑细节推理看…”  
   诸如此类，不会你就回去翻去，没必要记复杂笔记，笔记写了反正也是看的，不如回去再看原视频原文透彻呢，华而不实的东西考研少用，咱们要抢时间，把这招学好嗷。  
   (but，记什么有用，在旁边标注自己的理解这个好(简化记录即可)，这个才有用。)✅
2. 四月不做真题，先提素质。起码单词过完一轮5500再开始也行啊，别着急。✅
3. 改策略，把背单词从先复习旧词再背新词改成:先背新词再复习旧词。看似没区别，但是这个小细节会推进你的进度，不会造成卡壳，旧词和新词本质没区别。**因为都得是靠次数多刷才记住，不要因为卡在旧词上，导致新词输入为0，这样你会发现自己的单词老是卡在旧词上，词量很难起来而且也痛苦，只要你能稳步推进背单词这个事情，剩下的就交给次数了，卡住也是大忌。✅**

### **8.五月份建议**

一、**有关真题**

**(1)真题是什么风格?**

我系统性开真题也就是五六月份，但个人真的建议，开真题六月份为宜，因为那个时候单词相对牢固，做真题的吸收效率会高一些，如果因为单词陌生导致做错，那题有点浪费了，也许题目是需要你依靠逻辑思辨来选择的，你因为单词没有认识题目的逻辑问题你没有练到，有点可惜了，虽然也有猜词题，那也是基于对文章该会的词的推到而言。当然什么时候开，没有特别清晰的时间界定，甚至7月份开我都觉得没问题。

对于真题的感觉：

其一，真题在10年是一个分水岭，统称把真题分成两个部分，即10年前，和10年后。10年前的真题，错就错吧，因为我也做错过题，但我不认为我菜，我到现在都觉得我没有选错，优中选优的题，各有各的看法吧，把10年之前当成阅读的补充就得了。

其二，10-20年的题，我高度认可，答案和我想的完全一致，不会出现争议，放心去做，逻辑上很连贯，文章质量高而且选项也刁钻，题做起来带劲的很。20-25年，我记忆很深，有一年有关水石图书馆的题，其中有一道题我很纠结，怎么又出现10年前的感觉了呢?虽然选对了，但我不认为我选对，因为另外有一个选项如果要是答案同样可以说服我，所以蒙对的题不算对。并且我看了市面上的所有解析，没有任何一个解读能让我服的，因此出这种选项就是烂题。25年也是，出了个什么玩意啊?题干问的不好也就算了，选项给的也不刁钻，单纯模糊选项的界定，并没有太多逻辑梳理，25年简洁来说就是在玩文字游戏，毫无趣味性可言，真的很难。

总结:20年-25年真题风格稍微变化，他更像是在考察你的学习能力，给你一个未知的领域，看看自学完文章有没有学会，这个难考察的不仅是英语层面的东西。而靠近10年的真题也有难度，他的难点在于推敲能力，文字就像是麻将，你得去胡牌。那么我们再来总结一下:10年之前，技巧性中。10-20，技巧解题模式化，思路公式化，拿技巧解题正确率不会太低。21-24去技巧化趋势暗显，开始强调文章的纯粹性理解能力。25，极其标准的去技巧试卷，拼素养与基础。这就是大概真题的一个整体感觉。

**(2)真题怎么开?**

如果时间宝贵打算只做真题的朋友，我给你一个建议，按如下年份顺序来做:

**16-12-17-14-11-20-23-18-19-10-22-15-13-21-24-25**

分为四块:

(1)16-12-17-14

(2)20-23-18-19

(3)22-15-13-21

(4)24-25

(5)11年和10年做分割，24 25年做模拟

这么做是科学的，从简单到难一点一点抬升，而且并不是很丝滑的再给你加难度，需要考虑到现实难度的随机性，就比如 16 17 12 14 其实难度系数是按照这个顺序去递加的，但我让你 16和 12组合在一起，17和14组合在一起，这样会还原真题难度的一个随机性，不会过度的太丝滑，但整体来看“16-17-12-14”简单于后面“20-23-18-19”，而“20-23-18-19”又会比“22-15-13-21”简单，而整个大阶段进行分割，再加入11和10两个难年份可以将阶段性的真题，再通过难题分阶段去小检测一下自己，而最后，剩余的2425年做收尾来做模拟考试，去感受近几年的出题风格，这样的设置很科学，让你的真题学习效率几倍的提升。但是如果时间充裕，可以去做一下我每日发的阅读都是免费的，主要是基本功的培养，帮你打一个好的素质。对于外刊要不要读其实一直以来争议很大，有不读外刊依旧可以高分的，有读外刊分数也很低的。

面，对于这种问题思考绝对一针见血，到底怎么学其实就一个标准————即“有用原则”。没有用的事情，面也没有时间去做，但是你发现一个bug没有，都在去思考要不要读外刊，但是没有人讨论，要不要读带题的外刊。读外刊我个人感觉用处太局限了，因为验证不了你读没读懂，那种读是翻译，还不如一天找点英语句子拿出来练练呢，而面给你的是带题的外刊，你读完了读没读懂，一下子就能测出来。读外刊高分的选手，那外刊读了是有用的，因为能有帮助。而一些朋友读外刊就是没用，那是因为都没读明白，读了也白读啊，在题中慢慢磨脑子，全期80期加解析一共将近百万字级，你是个猪来，脑子都磨出来了，但如果还是想直接开真题，切记切记一定要把真题吃透，尤其是错题，真题绝对不是遍数就是真理的，这和单词完全不一样，真题绝对是你做明白了，就可以不用去三刷四刷，甚至一次做明白二刷都可以不用干，因为真题宝贵在，就是那第一次做，效果是最好的。

**二、诸如“时间够不够”等问题**

(1)基本上都在问，干\*\*事，来不来的及时间够不够，干那个事，来不来的及，时间够不够。面只能说，这个我回答不了我朋友考前三个月还在问时间够不够呢，有的人三月份就在问时间够不够，家家都有难念的经，面不想骗你，我感觉如果考前一个月，你要是问我怎么学英语，我真不知道怎么干，顶多给你英语模版背背，能混到点分是点分了。这个想法别有，不靠谱，如果真有大神带0基础学生一个月考60分，那考研界老师应该只存在他一个人，所以这种事情别信。❌

**(2)擦亮眼睛**

基本公式一:**“制造焦虑+时间可能来不及+和其他人进度对比+卖课”**❌

基本公式二:**“产生对立+强调优势+诋毁他人+私人授课”**❌

基本公式三:**“制造人设+免费咨询+咨询暗藏玄机诱导你想要获取其他信息+其他信息需要付费进群。**”❌

基本公式四:**“包过班+签协议”**❌

这种一律都不看、一律都不报，真正好的老师，根本不需要自吹自擂，都是靠口碑相传的，明白了吧，保护钱包擦亮眼睛。

**(3)报课**

1.**选择自己喜欢的老师**，我个人觉得不用过多埋怨老师的讲课风格，可能有些老师讲课他就是喜欢b话多，他就是喜欢黄段子，他上课就是喜欢批评学生，但是他讲的确实好不就完了吗，记住你是来学会知识的。✅

2.**看口碑选择老师**，我个人认为市面上口碑好的老师，你要是选择去跟课，是完全可以跟的，原因是:他确实有用，明白了吗?为什么看口碑?一定是同学们久经考验过，才有的口碑啊，不然口碑从哪里来的?如果不选择报课，自学能力强一些的同学，我建议你跟着“地铺 seek”老师好好学(这条不是广告，要不然我会打全名)，地铺老师好在你数学题不会，你可以问他，你法律问题不会，你也可以问，你建筑画图问题不会，你还可以问，地铺老师啥都会。✅

**(4)健康**

1.五月是一个容易感冒的季节，注意防范。

2.感情问题不要太多，如果男/女朋友天天搞的你心烦意乱，你该去考虑是不是得找一个时间好好谈谈，考研中互相体谅的爱，难能可贵也最见真情。如果没有谈恋爱，不用去犹豫考研和恋爱的冲突，从而导致你放弃爱情，人生不是赶着去死，有个合适的该谈就谈了，这些问题都不需要后台再去私信了，统一回复。

3.吃饭要开始探索“保底餐”了，保底餐是什么?就是未来你不知道要去吃什么在墨迹犹豫的时候，可以无脑果断去的地方，保底餐要做到:

* 干净卫生，饮食营养健康✅
* 近✅
* 安静,无吸烟，不是老大爷天天喝酒的地方✅
* 和老板没怎么说过话，只是去吃饭，考研最好不要去回答别人的问题，少说点话，出于礼貌的交流，考研中少点吧，真的很累。✅

### **9.六月份建议**

**关键词：**

**开真题时间？**

**真题注意事项？**

**真题要做到什么程度？**

**真题思维？**

6月份注意一些事情，有一些话要说：

**1.真题**

后台问我最多的一句话就是“现在还来得及吗”，我很诧异，因为私信聊天跟我说看到别人五月份甚至四月份都在做真题，现在自己一篇都没开始，是不是晚了?那么面可以负责任的告诉你，**真题开不开完全取决于自己的节奏**，你七月份开都完全可以，谁家要求的考研真题必须得有一个开题的时间节点限制呢?这种说法完全没有任何逻辑，放屁一样，不必理会。**那么开真题其实要求真的不高，稍微背背单词想开就开了，其实就这。**

但是我建议，我真诚的建议，**开之前把基本的高频词和中频词你给拿捏了再去开，**考研的单词其实高频和中频单词掌握了，读文章都可以去读了，并没有想的那么夸张，但是读起来肯定还是难受，因为你单词量就在那摆着呢，多掌握单词，做题肯定是顺的。因此**你专业课要是量太大，你现在的思路是想做真题的过程中顺便把单词也补了，你就背了一点词就去直接干真题去了，****要是你是想这么干，****我还是建议高中频拿捏再去搞哈。****如果时间完全可以，这也是面最推荐的，就是背好了5500单词，其实就可以开真题了。**有些人说考研5500单词完全没必要都背下来因为这太浪费时间了，那么面可以告诉你，这种人要不就是拿捏住了人类的惰性去营销卖课，要不就是博取流量收割利益，当你做阅读发现没背的单词就是 5500的考纲词的时候，估计那时候你想的就是把骗你的那个人拽出来呼他嘴巴子....你要有一定的分辨能力哈，都说了考纲词要去背，现在6月份干嘛不去背呢?这不是纯纯在坑人呢么?那有了单词量，自己把单词都刷过一遍了，该练的能力也有一些了，有的朋友还是不打算开，你猜她说什么?她跟我说不敢开，怕浪费真题或是怕做错题，好好好，那你就这样呗，你把题都攒着，等明年过年了，你把题包成红包发给弟弟妹妹，你可得把题留好了，当成嫁妆也行，你可千万别做，题这么宝贵你做了多亏啊。我可真是\*了，你们看看这是人话吗?

**咱们学这个英语，真题的优先级是最高的，可以说考研英语的学习甚至都是围绕真题来去延展的。**真题恐惧不敢去做?我这么给你说，这有什么害怕的呢?谁做题不错啊?我问你，就那怕一篇错五个能咋的?20道题就对五六个能咋的?做真题错了才好呢，错了就是赚了，全都对你慌不慌?全都对的那些人，他上考场前也得嘀咕，自己平时做的都还不错，考场上到底能啥样啊?是不是这样?而你要是错的多，**你要知道，慢慢的磨合，慢慢的做对，你对的越来越多，这种成长你自己能体会到，反而你是更有自信的啊，**做真题克服掉这个恐惧心理，也别说什么所有的恐惧都是来源于实力不足这种话了，这种话纯pua到你了，都 2025年了，别质疑自己老老实实把题写了比什么都强。

那知道一个大概的情况后，现在聊一聊真题中的**注意事项**以及真**题要做到什么程度?**

**第一，记住做真题别搞太花的，要做就诚心去做，一天一篇真题阅读这个我是反对的，你要开哪一年的，你就给我老老实实一口气做四篇，而且别手欠做完一篇立马去对答案了，我是很不推荐读一篇，然后看解析吃透一篇的，你得换成读四篇拿几天时间吃透四篇，你得这样去干。**为啥啊?这我还用多说吗?连着读四篇的感觉和读一篇的感觉能一样吗?可能读到第四篇自己都不想读了，但你会说读不下去再硬读这题不是浪费了吗?你可拉倒吧。要的就是这种感觉呢。

**做真题就是一个“练”字，要练的有意义，**哪怕第二天复盘可能某一篇文章都忘了，那你就再读遍原文，连读四篇是一个基本的要求，而且听好，给我听好，**真题最开始不要去限时，**明白吗?不要去限时，再说一遍不要去限时，**四年的真题给你无限多的时间去读去做，要进入一个真题的感觉，前四套时间并不重要，**但是，再给我记住，**做够四套之后，一定一定要限制时间了，**一定一定别忘了，不管哪一篇，面推荐的时间是在**17-20分钟一篇**，稍微多出个2-3分钟也能接受，但是一篇你别因为某些选项磨磨叽叽一下子犹豫了半个多小时，这可完全不行。

而且给我死死记好，**做真题，先看题干再读文章，再说一遍，先看题干再读文章，读题干你可以迅速了解这个文章是大概说了个什么方面，一定要去这么干，事半功倍的做法啊，而且再给我死死记住一点。**比如读t2读不进去，题做了一半，你有点恶心了，你想着放一放，空了几道题直接读下一篇t3，你想回过头再来做t2，千万别这么搞，读一篇就把这一篇结束掉，你回过头再来看，那思路乱七八糟，甚至还得重新读一遍，那个时候除了难受恶心，你整个人都是乱掉的，浪费大量时间费力不讨好。

而且还得再再给我记住，**前面你可以专项去做，拆成阅读、作文、完型啥的，你可以不一口气把整张卷子都做完，但是，死死记住，留六套卷子，六套卷卡死时间3个小时(包括作文)，要完完整整卡时间去做，**大多数人是留三套或者五套，面建议多去留一套再，六套，甚至我都想让你所有的都卡三个小时来搞，但这不现实，**因为有作文，作文需要拿出一些时间来准备，不但是语料积累还是专门练卡写作时间，这些都是需要下功夫的。**因此**前面拆开去做专项练习，后面再去完完整整的做卷子才是一个现实的方案，**有些人觉得甚至不需要练真题卡3小时，竟然声称基础差的搞专项就完了，容易影响心态，那如果把心态当饭吃那我不知道说什么好，你觉得没必要卡时间那是你的事情，自己觉得卡时间好那就卡，觉得没必要那也只是个建议。

而现在，对真题有一个粗略的了解后，我们来谈一谈，**什么是真题?以及什么是真题思维?做到什么程度?**

有的人做真题，那真是做的有点过分了，让你吃透，你恨不得标点符号你都分析一下(夸张了有点)，不过确实有极端分子出现，那卷子标的花里胡哨都快看不清了吧朋友，那真题吃透，你对吃透是有一些理解偏误的:你会的东西你还来来回回标，来来回回看，有什么意义呢?

* 首先，**真题里不会的单词你给弄出来**，这个能做到吧?
* 然后**错的题每个选项，怎么错的**?
* **解析说的为什么对**?
* **自己当时怎么想的**?**自己因为那些信息被误导**?这些是不是得研究明白?
* **对的题，自己是二选一懵对的还是怎么个情况**?**自己为什么懵对了**?**自己做对了，那自己的理解是正确的，还是误打误撞自己某种程度的错误想法瞎猫碰上死耗子还对了?是不是得给自己看明白了**?
* **除了文章和题干，自己是否能用一句话简洁的去总结某个自然段?自己是否能读出性质?**例如，文章写“传单随处可见”，你是否能读出这个传单是“易得性”，亦或是“否决某个法案”能否读出矛盾背后的本质?

总结起来，吃透一篇文章，

1**.先解决自己不会的内容，包括不会的单词、不理解的语段、没理解上去的逻辑关系等。**

2**.再解决思维问题，尤其是摆脱掉上帝视角的思维、**在遇到困难情况的时候，你作为一个考生，在考场上手足无措，用这样一篇文章去想:你该如何应对?就好比某些单词或者俗语不认识影响到了阅读，你该如何利用起其他语句来综合理解，大概推测某些语句要表达的内涵，再比如，逻辑乱七八糟了，你该如何快刀斩乱麻的梳理文段，不借答案的辅助，好好思考下一次是否能靠自己来去理顺文章。这些是你要去干的，这些，足够了，而不要干什么?**不要虚伪的去做分析**，自己明明其实懂了还来来回回看，自己非要爽那么一下，自己可以不必要做的工作，比如某段都读明白了，你竟然去拆分你读懂内容的语法成分，这就是没有啥效率浪费时间了，不会什么就去学什么，什么对你有用就去练什么。

**那明白这些，真题思维又是什么?**

有的人可能是说命题人思维，但我想说这个其实就和上帝视角没什么区别，你去推测命题人思维，你做了好几道题，感觉好像你get到命题人的思路了，但这都是你想你猜，你推测，最终变成你的一种感知你的一种理解，最终变成你的一种技巧。这太可怕了，题是人出的，出题的人在变，出题人和出题人之间都存在一些差异，命题人思维是什么东西?命题人也是改好文章，那文章去出题，哪里有价值出哪里，就好比那里可以考察一下细节题，那就出一下呗，哪里适合出猜词题那就弄一下呗，没你想的那么离谱，**因此真题思维其实不存在，你只需要老老实实把文章读明白，选项让你干什么你就干什么就完了，这就是真题，纯粹的理解你把答案选出来就完了，**哪有那么离谱啊，**真题之所以是真题，是因为他考察的就是你读完文章分析和研判的能力，**以选择题的形式来出，读对了那就对了呗，别太紧张了朋友，**你做题去想出题人视角，你怎么能保证自己想的就是和出题人一致呢?**是不是这个道理，**少想一些没用的，回归到你该做的事情就完了，**而真题是什么?真题就是一份卷子只是他是最终教育部用来考试的材料而已，真题也有出的有问题有歧义的时候，这就是真题，也不要想太多，**把****它当成你刻苦学习日积月累的一个检测练习就好了**，**不要因为真题错的多，就和最终的考试瞎联系，又开始胡思乱想，还是那句话，这没意义。**

**2.其他**

1)有些朋友5月份开了政治，面之前提过政治不要那么早去开，7月份开就得了，更有甚者，单词没咋背，政治学的热火朝天现在，我是真的不知道是在逗我，还是有什么其他说法，别这样朋友，政治是有实事的，后面肖老都会总结，你自己千巴在那啃效率有点低。

2)真题买谁家的后台总是问我这个，我是真不方便说，但是面可以告诉你，市面上卖的最好的，销量最高的那个你买就完了，一搜就能出来包好用的，什么真题不建议买，1.印刷无法还原考场的，字体甚至排版都不是舒服的别买 2.解析不透彻，尤其是站在上帝视角的

3)要开始特意的去调整作息了，6月份作息要调过来了起码，睡眠不稳定真的很烦，而且有的人开始可能组团报班要出去学习，给我记好，要是不在学校是在外面学习，你直接大大方方问:朋友你打呼噜吗?大胆的问，别觉得不礼貌，别到时候住一起了，晚上睡不着，那是真的搞心态，有什么顶级调作息的方法，评论区也可以交流。

补充：有些朋友我最近发现，她已经不是一天四篇的问题了，她一天做了六篇甚至更多，我就很好奇为什么会这样，她给我的回复是自己错的多，不服气，总想下一篇能对起来，就一直赌气，一直好奇，一天做一大堆，面想说，这个行为不好，一时的忍不住和冲动，这对自己帮助不大，冷静一下吧，各位朋友也要控制好自己啊。

### **10.七月份建议**

**关键词：**

**如何开始进入一个学习状态？**

**如何复盘？**

首先，到了七月要正式开始进入考研模式了，有些朋友前六个月还没有开始学习那么从现在开始，七月求你开始学习吧为时不晚，别留遗憾，想去学就冲一手六个月时间对于很多专业而言时间够。

那么，直到现在都没有开始学习，问题出在哪里?其实就是没有进入一个学习状态，万事开头难，难不在于你的专业多烧脑，难更不在于你背不下来。难就在于那第一步，你没有勇气坐到桌子上翻开书开始读第一个字。也许是今天可能睡过头了，原本设计开始学习的计划表被打破，这打乱了你的节奏，因此你不想今天学习，你有学习上的时间强迫症，想明天开始按照计划执行。第二天，你喜欢的剧要播了，没忍住不小心看上头了，一天又过去了。诸如此类等等等，当你习惯了安逸，你会有无数的理由和想法说服自己不去学习，其实你已经不习惯去学习了，高中时期那种机械式的坐在桌上的感觉，已经刻在了你的基因里，你讨厌甚至畏惧这种状态，问题可能出在这里，但还不是问题的本质。

因此，面今天要教会你的第一件事情，是如何开始学习。这难道也要人教吗?当然，而且这是一件很重要的事情。不要以为自己万事都准备好了，自己打开书就能开始学了，你一定会质疑，不就是这样吗?但其实如果没有进入学习的状态，你学习的感觉和别人是不一样的，你会有这样的感受:你学的时候会感觉很飘，一会儿学这个一会儿学那个，看不到进度看不到进步，慢慢的会慌乱，最后就是摆烂又不学了。这种感受会常伴你身，总而言之你学的不踏实，原因就是没有进入到一个学习的状态，但对于那种进入状态的朋友而言，其实学习的过程是沉浸式的，反而是一种奇怪的享受，因为对于进入状态的朋友而言，他们获得的第一种感觉是满足感，满足有两个方面，一个是获得了知识，但更主要的是在内心认可了自己的方向，他在人生的剧本中完美的演绎了考研的故事，只要慢慢的往前走剩下的交给时间就好了，进入状态的学习不会让你胡思乱想，你能稳定的输入，去享受这个过程。那么过渡到一个学习状态，第一步，我觉得是最难的:是先把你这个人搬到桌子前坐住。这步实在太难了，太费劲了。是不是觉得挺离谱的，但其实很多朋友做这步已经非常困难了，因为你们要知道，不是所有的人都可以享受到好的学习环境，不是所有的人都可以安静的坐在桌子前享受知识的洗礼，人生就是这么不公平，你坐在桌前也许父母是全力支持你考研，给你足够的资金你可以在考研的时候大干一番，你只需要考虑学习就行了。可是，事情是这样的吗?绝对不是，考研更多的人是有束缚的有牵绊的，可能来自生活、家庭、学校等等不同方面，他们需要走过的考研路是我们无法想象的艰辛，她可能是一位失去父母的姐姐，他可能是拿不出任何钱报班的家里的顶梁柱，能坐在桌子前内心平静的去学习，其实是一种奢求。但没有人会去在意你怎么了，考研的分数是冷冰冰的，只看结果。

面先教你一个字，叫“静”。按我说的你去试一试，我详细的说一说:你打算考研的第一天，那一天不要学习，第一步，找一个桌子，简单吧。第二步，找一个椅子，简单吧。第三步，把桌子上面所有的东西都清空，包括桌斗东西，让你的桌子干干净净什么都没有，这也简单吧。第四步，在椅子上，你的视线范围内不要有表。第五步，这里开始有说法了，怎么坐?拿出手机看一眼时间，放在兜里。开始:干坐着。坐到你坐不住，什么叫坐不住?就是出现你不想待在椅子上的感觉了，在你坐椅子的过程中，不可以心里念数字计时，你什么都不可以想，你的脑子要完全一片空白，不要去试图想起什么事情消磨时间，要纯粹的单纯的坐在椅子上，眼睛更不可以闭上，也不要去观察周围的东西来消磨时间，只有生理上的眨眼，总之，你要明白我的意思:只有生命体征的坐着。坐不住了，拿出手机看看，有没有坐够1小时，就这。一掏手机发现没坐够，重新来，直到你能坐满一个小时，哪怕坐了59分钟你都给我重新来，而且上不封顶明白吗?再说一遍上不封顶，如果你坐一个半小时甚至俩小时，这都算成了。当坐够了一小时，且脑子没有想任何东西，我们开始下一步，拿出一张纯白纸，拿出一支新黑笔(保证墨量足够)，看一眼时间，把手机放兜里，在白纸上画圈，圈儿可大可小，可以好多线重叠在一起，不管你怎么画，就保证一点:当你落笔的一瞬间，画到你画不下去的最后一霎那你都不要抬笔，抬了笔，就重新换一根笔换一张纸重新来，而且运笔速度要保持稳定，别画画就画急眼了，甚至画着画着玩起来了，画出各种造型自己解起闷儿了，这都不行，画的过程脑子别想事情，你做的事情就是埋头专心画乱线，随心所欲的画，要画够一个小时，画不进去画吐了，一掏手机发现才过 30分钟，那你就重新来，画到纸破了，一掏手机时间还没到，那就给我重新来，直到你不抬笔，脑子里没有想任何事情画到自己尽力，一掏手机一个小时够了，彻底结束。再强调一遍，坐椅子和画线时间都上不封顶，但都要满足时间够一个小时。这一定是一次让你难忘的人生经历，面保证，当你按照我的要求做完之后，你再去翻开课本翻开书，你会有不同的感受，你会静下来，一辈子就做这一次就好了，这种经历是多少钱都买不来的，他比你全力跑四百米时最后100m体能崩溃的记忆还要生动，你的坚韧、坚持、不放弃会让你平静的去面对未来考研路上的困难，完整的做过之后，我也相信你会进入一个好的学习状态，因为好的学习状态不是指环境，而是你克服掉自己心中的燥乱，不会浪费你太多时间，我坚信这会对你终身受益。

那么，如何开始学习我说完了，今天还要说一说，如何复盘。朋友们，记住，你都要复盘了，复盘是为让你学懂，东西不白学，不然还复盘干什么?因此，其实复盘效率的优先级可能得稍微往后些，别太看重复盘的效率亦或是复盘的时间成本花一定时间复盘好知识，比堆量更有意义，堆量那是背单词时你要刷次数，复盘还是扎扎实实为好。别怕自己的复盘的慢，慢说明学的多，学的多复盘才有其价值。那复盘复什么?阅读的复盘我觉得不分顺序，只谈方面。第一对阅读内容的复盘，朋友们首先要明白一点，什么叫阅读的难度，文章生词多叫难?并非如此，但凡考过研，亦或是考过25年英语，都应该明白一个道理，难指文章的深度，问题的深度，一篇纯英的相对论，选项问你1+1等于几的问题，难么?举一个例子英专的同学也在抱怨考研的真题，常常说自己是英专生但是考研题错麻了，但其实，问题可能是这样，就算把文章完全变成中文给英专生做，你错的还是那些题，所以现在明白了吗?这不是英语问题，就像之前经验题提到的内容，这其实是语文问题，考研阅读我再强调一遍，他只是披着英语皮的语文题，用英文的文章但是选项和问题还是没有摆脱中式思维，这就是老外做考研阅读也很难全对的根本原因，问的问题一看就是只有中文人才能问出的东西，因为老外在理解信息的时候倾向分解细节，中国人更喜欢从整体到局部，再比如归因方式，老外理解因果更倾向个人主导，而中国人更倾向于归因情境，如果常看美剧亦或是身边有点外国朋友，这种感受会更加直观，考研英语题就是这样你看市面解析不会觉得思维方式过于奇怪，因为中国人就是中国人，(ps:如果市面上可以再出纯英的解析我觉得会更好，疯狂艾特主流出书机构)，那么理解难度是什么意思了，现在要解决，复盘的时候如何吃透深度，好比复盘圈画不会的生词，什么梳理文章结构，这些老生常谈的内容不浪费大家时间去讲了，随便找个学长学姐老师啥的讲的都没啥问题，面说的深度是什么?是这段文字，这个煞笔读他写出来到底要集拔干啥0.0?这是什么感觉呢?就好比中文歇后语一样讨厌说了跟放屁一样，人家告诉完你突然恍然大悟了。简单一点的，文章写:竹篮打水，你得理解到意思是:一场空。这都知道是吧，那我换个不常见的，文章写:擀面杖吹火，你要读出来意思是:一窍不通。我们来换一下，如果这是英文呢?如果这是英语的文章呢?如果又是一篇充满逻辑关系的英语文章呢?道理是一样的，就是这种感觉，一给你说就明白，不给你说八辈子读不出来，真有深度的感觉就是这样，没读透。也就是他到底要集拔干啥你没反应过来。为了让你复盘的时候，解决这个深度问题，面举一个生动的例子:有一台电脑，如果不装声卡，那视频的声音你听不到。那么我们学习的过程就好比是给你的脑子里把东西给装上，就像英语听力的学习，其实就是在给你的大脑下载英语的声卡，那阅读的装机我们是装载什么东西呢?其实英语的学习应该是从听力开始学习是最合理的，而听力有一个问题，人是无法听懂自己连阅读都看不懂的内容的，也就是阅读的上限会决定你听力理解的上限，这些都归结本质:理解力，给脑子这个机器升级NLP。我们要给脑子装这个理解力这个东西，之前的经验贴也提过了。

现在教大家复盘实操，特别简单就几步，别嫌多。第一步:翻译全文，这翻译大有讲究，全文翻译这是最基础的，但是在这个基础上，面要求你进行第二步即:大白话翻译，什么叫大白话翻译?

面自己写了这样一段英文:

The morning sunlight filters through the sheer curtains, casting a warm glow over the old oak desk. A half-empty cup of coffee, now cold, sits beside a stack of dog-eared books. On the pages, faded notes dance alongside underlined passages, remnants of countless late-night readings. Outside the window, sparrows chirp and flit from branch to branch, their movements a lively contrast to the stillness within the room. It's a moment frozen in time, a quiet interlude before the day's chaos sweeps in.

翻译出来:晨光透过薄纱窗帘洒入，在老旧的橡木书桌上投下一片温暖的光晕。一杯喝了一半的咖啡如今已凉静静放在一叠边角磨圆的书本旁。书页上，褪色的笔记与划了下划线的段落交织在一起，留存着无数个深夜阅读的痕迹，窗外，麻雀叽叽喳喳，在枝头间跳跃翻飞，它们活泼的身影与室内的静谧形成了鲜明对比。这是被时光定格的瞬间，是一日喧嚣席卷而来前的片刻宁静。

over。那看看这是啥破b玩意?故弄玄虚，读起来乱七八糟，他要干集拔啥?面的自话翻译会这么样说:这句话就是就是作者在描述一个让人感觉舒服、放松的早晨画面，让你想象那种慢节奏的生活氛围。这就完事了，这句话要干的就集拔是这个事情。白到不能再白，语言是要让你理解意思的，考研不是考你翻译硕士，自己能懂明白的才有用，先学会说人话，转译成自己能理解的东西这是第一步。

第二步，题干翻译，题干翻译要准确，考研英语题干一题一问，很纯粹，即:一道题就问一个点一个方面，这个方面的特点可能是综合文本内容，亦或是对于语句微环境的把握，但归根结底:问你这个问题就是这个问题你正面回应。题干考研英语并不复杂，目的性很强，复盘题干，就弄明白一件事情即可:题干要让我干什么。这里大有讲究，你把题干当成任务，你要完成任务因为阅读是选择题，但你完成任务的主动性被剥夺，主动性在选项中，不在你手里，那面的复盘要求你做这样的事情，读完题干，不要看选项，直接基于这个题干去写出你的答案，英语表达不好，你拿中文写出来也可以的，把题变成问答题，你先写。

第三步，叫对比，拿着你写出来的东西和选项做对比，但绝壁会有差异，存在这样几种情况，第一自己写的内容和某个选项意思方向一致，第二自己写的内容有理有据但选项压根儿没有，第三自己写的内容完全离谱和所有选项的方向都是背离的。那么，我想你会觉得如果是第一种情况，你会果断在复盘的时候选择和自己所写大概一致的选项，但这纯没用，因为你该如何界定你写的东西是正确的?

所以第四步，叫找，找什么?找依据，找什么依据?给我记住，找反驳依据，不是去找可以肯定你所写内容的依据，我们要把复盘搞好，时间会慢，如果是考场那么正确的直接选就好了，但这是复盘别搞混，考场该怎么做在阅读训练中已经多次强调了字数过多不再赘述，那么在这个过程中，你会直接训练理解能力，是拿自己的理解在去调整在去修正，慢慢的能力就上去了，但这还不够。因为第二种第三种情况还没有提。

那么第五步，是修，修什么?修方向，即:把自己调整到考研的思维上。好比一句话:一个唱片网站上就能下载到。如果你没考过研，那么你打死你都想不到这句话体现的是这个唱片的可得性(Availability)，表现的是他的易得，而不是那个一大堆别的理解。修的是这个，修多了，你就会发现，很多问题以性质入手会一下子轻松很多，等等等等慢慢积累，是条狗你都修过来了。而这样的复盘，磨合的就是理解能力，围绕理解能力的复盘非常的见效果，但是过程会稍微辛苦一点，可学习不就是这样吗，学会苦中作乐吧。以上说的是对于阅读的复盘。那第二个复盘也需要，是对自我的复盘，考虑如下几点:1.自己该不该错2.自己当时在思考的时候，请用笔复现出当时脑海里的逻辑链条和思考内容(不论对错，当时怎么想的你就写出来)，与复盘内容进行深入对比 3.这篇阅读我学到了什么东西，12345清清楚楚的列出来。这三项，一项都不要少，养成习惯，第一项，去审视自己。第二项，去分析自己。第三项，去延续能力。过程枯燥，但有意义，而且很有意义也是很出效果。

面七月的经验题就写到这里，我的手已经很累了，但面觉得值得，还是那句话，生命的历程是一场体验，不管你觉得过程是甜还是苦，我们都处于存在的状态，只是社会赋予了不同的角色，我们拿到了不同的剧本，那就去好好的去演绎自己的生活，前几天看到一句话，尼采说过:对待生命不妨大胆一点，因为我们终将失去。那么请问现在还有什么理由去犹豫要不要去学习呢?没有人为你安排道路，那就去解放自己，自由是你有权利可以去选择自己想要成为一个什么样的人，既然选择考研这个剧本，把一切交给自己。读完了这些话，我想你总该会有些触动吧。学习累是因为实现梦想的过程是艰辛的，这个过程其实是丰富人生的体验并非是剥夺当下的生命，焦虑让你学不下去，那么其实你离觉醒已经不远了，人总在痛苦中成长，当你对“痛苦”有了新的解读，他便不再是敌人，世界本无意义，但要靠你赋予亲爱的朋友们，我祝你成功。