

独立三边静

——高中后记

理工附中的正大门进去对着的，是一座建成二十多年的“老楼”。老楼的正大门前挂着的，是一块深蓝底金黄字的牌匾。2021 年夏天，我第一次走进理工，而那最显眼的蓝色牌匾，上面的六个大字，我直到三年后才念清¹。

一、数学

2024 年 6 月 7 号的下午，考场上望着无从下手的选择题：求两条函数图像有几个交点，我大概想到了那本封皮印着雪山和蓝天的必修一课本一秒钟。三年前的夏天，当雪山和蓝天的课本前我闪烁着期待的眼神时，我正手握《五年高考三年模拟》，以往五六年与数学的不愉快回忆势必要在高中这个新的起点一笔勾销。子集，空集，全集；有理数，整数，正数，我把必修一第一章的课后题写的密密麻麻，以为这样就是数学学习的全部。可惜立志要一雪前耻的我忘记了最关键的工作：反思这与数学的“耻”是如何留下的——也即寻找适合自己的学习方法。

带着旧时代里本就迟钝的刀，我在高中数学这个战场上很快原形毕露。课堂常常跟不上黑板上老师的思路，课下对许多题目难以着手。对数，对数函数，辅助角，弧度制。越来越多的概念在老师的演板和课本上掠过，而我却在一次次浅尝辄止的失败和长期积存疑问的打压下逐渐低沉。晚自习将背不会的倍角公式抄满整张 A4 纸、体育课坐在球场上翻看借来的薛金星教辅不时为短暂的理解某一个知识点而兴奋过头，都是那残留的“雪前耻”之志在反抗。现在回想，如果能在高中开始不急着用写的多、学得快证明自己，而是先去仔细的思考每一条概念，在每一道题目肯花时间停留，

¹ (2026.09 注) “石蕴玉而山辉”。虽然有些滑稽，但这里并没有夸张（笑）。

理清不同题型的逻辑，在慢慢固定自己学习方法的过程中坚定志向，后来的学习一定会更有逻辑。

次次的受挫让我难以保持客观冷静的心态，做不出来的题不会是启发改变的光，只是在心中关于“数学”的角落里又描上的一层黑。这一片数学的阴影，高三的我感受的尤为清晰。彼时我的同桌是一位擅长数学的男生，9月份一个夜自习，我空了一轮复习书上的一道又一道题。大片的白引起了右边他的注意，把我的书往那边扯走一个角，他快速的分析着这种指数函数题的思路，挥笔在草稿纸上写下大大的过程。他讲罢，我把书重新摆正，却久久没有动笔开始。不是没有听懂，他随手写下肆意却工整的公式，他轻松又随意的口吻所展现的对数学极大的自信与热情在我心中留下太大的震撼。这夜之后我渐渐注意到学习任何东西时“心态”所扮演的关键作用：同桌从小学开始数学便一直很好，长时间的正反馈鼓励着他在每一道圆锥曲线前专心致志，在每一节数学课上畅所欲言；而我有过太多次的失败，数学的阴影已经难以摆脱甚至难以察觉，那与生俱来的恐惧现身于每一次打开试卷，扰人于每一次写下“解”。

阴影与恐惧或多或少的伴随着我三年的数学学习，但我从不是一个讨厌数学的孩子。六岁那年，妈妈带我去拍照片，那玻璃外壳的相册封底，我在“爱好”这一栏里赫然写着“写数学作业”；小学开始，我在一堂数学课后难掩兴奋，不舍的看着PPT上那些数字，最后取出小本子，开心的抄下记录；高中，当来到我比较擅长的立体几何，一个运动会的自习，我破天荒的把作业的压轴题解开，当前桌数学大佬来看我的证明，除了紧张有错误，我的心中全是快乐。

2024年6月7号的下午，我挣扎着填满那道我不会的导数题。当恐惧的阴影消散在最后的夏天许多，考场上，面对着最拿手的立体几何第二问算不出答案，我当然还是会

想起那片雪山蓝天、那座未知名字的椭圆建筑、那张牛皮纸上的笔记以及那金黄光芒下的楼房——高中每一本数学课本的样子。“又怎不遗憾”。

三个月之后，再反思起数学学习，“感受美好，看重逻辑，及时解决，慢慢前进”是我深深的感悟与教训。

二、物理

我很喜欢学习物理。

尽管同作为理科，物理带给我的困扰从不比数学少，三年的物理成绩也只能用“及格”来形容，但“喜欢”还是我想放在开头的情感基调。

正如上一部分所提，我并没有讨厌过数学，而结合了数学的物理便充当了弥补我“数学之殇”的契机。但这并不是我喜欢物理的全部理由。除去主观因素的加持，物理的世界中，那些对现实的描述和预测、那些对规律的寻找和验证，都真正的吸引着我。曾记必修一用地铁停车的例子引出匀变速运动位移和速度的关系，末速度的平方减去初速度的平方等于二倍加速度与位移的乘积；曾记当读到选修一用玻璃杯掉在地毯和地板上的区别来说明冲量与动量、时间的关系时，我的恍然大悟；曾记高二的后半年，我一点点研究着网课时怠惰的交流电，远距离输电损耗的计算公式倒也合理许多。但如今的回忆，仿佛是在看一段天真的爱情故事——我会记得那句“生活在电气时代的我们不应忘记法拉第”，却说不清法拉第的具体贡献；我会盯着核反应旁的插图很久：那是座庞大而复杂的对撞机，幻想下面站的人时自己，却没有理清质子、原子、中子的关系。恰如没把现实阻碍放在眼里的恋爱之人，没有正确学习方法的我最终错过了许多物理本可以带给我的快乐。当选择全错，当第一道大题都写不来，当一节讲受力分析的课没听懂一道题，许多现实的不堪萦绕，我又如何透过阴霾的尘埃找到曾经在我心

里闪闪发光的“Physics”，如何用结果实践我写给她的那句“of course I still love you”。

欣慰的是，比起数学，尽管经历同样坎坷，但物理并未留给我太大的畏惧，只是前期的错误积累导致的后期手足无措的混乱感在游荡。

“理清框架，理顺思路，专心去做，多多提问”，今后的我不会再与物理之美错过。

三、语文

语文一直在我的生活中拥有重要的位置。听说比尔·盖茨十几岁时就编出了一个可以和自己下棋的程序，而我的八九岁一直觉得自己要去写一本书。虽然最后只写出了一篇200多字的蹩脚故事，但不可否认，语文对我有天生的亲和。

但这是一门太丰富的学科了。应试之中，单“有好感”并不足以带来大作用。阅读能力、总结答题格式、分析题目、积累素材、优化字迹，语文的备考包括但远不止以上这些。从结果来看，无论是中考还是高考，语文面前，我都是一个败者。记得高中老师在看我中考成绩时的一句“就是语文有点弱”当时心中的无奈慨叹；记得6月25日凌晨看到语文分数时的失望但理解——两次关键的考试我都输的彻底。“怎么输的呢？”细分这败仗的锅，七分要归因于平日不合理、没条理的学习方式，常常是想到什么做什么，既没有科学的弥补漏洞，也没有把本不多的时间彻底利用——学了就忘；三分则是语文考试作为高考第一场的糟糕心态。

但三年里语文还是实实在在的给予我了太多美好。背诵出来《短歌行》得到老师奖励的学习报，是2021秋；作文没有写完但意外得了班级单科第一名，是2022春；考场撒气的作文被表扬当着大家的面朗读，是2023夏；提出的问题得到老师的认可，是2024夏。畅游于文字世界的美好就更多了：《故都的秋》中的“Golden Days”，《祝福》开头那句“旧历的年底毕竟最像年底”，《春江花月夜》那轮照耀所念之人的明月。林黛

玉的故事没有吸引到我，但被宿管暂时没收的《百年孤独》则有我感兴趣的奥雷利亚诺·布恩迪亚上校。我听到过屈原在江边的哀叹，看到过大雪之夜踏上梁山的林冲那无奈的背影，乘彼垝垣的女孩心中的期待和李商隐的当时已惘然，娜拉出走的结局、雨巷里偶遇女子的画面，我都曾设身处地的理解。

“想到天涯海之角，许有凭阑凝想的时候”，一次查成语的契机，我把这句解释抄写在了语文课本的第一页。老师说，高考之后我们的生活里不会再有“语文”二字，那在这告别的时刻，就让我再把那红色封皮课本里的温暖感受。

四、英语

如果说数学和物理的学习是踏入未至之境，凭勇气和毅力与复杂的问题作斗争，那么英语的学习则是潜入内心海洋，凭坚韧与智慧制服“自我”这头猛兽。未至之境中挥刀向看得见的难题，而内心海洋里却是一脉暗潮涌动：我赤手空拳，维持着水波的平静。

各种外部和自身的影响，英语是我所有学科中基础最好的学科。这是一件好事，意味着在这门地位 150 分的科目上我可以凭更少的力得到更大的成果。而三年里我也的确获得很多：有更认真完成的英语作业，有远超其他任何课堂从始至终的专注度，有老师的表扬和送给我的笔记本，有幸运的单科班级第一名。在高三最后关头，当模拟考试语文都来“欺负”我时，英语从未“欺骗”我的感情。这无疑帮助我维持着心态，不让最后的自信丢失，让我有理由提醒自己，“我起码还能做好一件事”。

正如足球场上年少成名往往是对当事人的一种挑战，英语上的“成功”在相当长的一段时间里困扰着我。高三上半年的几次联考，我的英语成绩还都不错，身边很多同学找我探讨问题、同桌经常问我单词的意思。时不时间，在同学“吹捧”自己的玩笑中，我

竟把再平常不过的英语考试看的如世界杯决赛一般重要，给自己太多不必要的压力。

当目光不再集中在解决问题，当考场思考的不是我要如何做对而是我选错了怎么办，内心海洋的水波便再也按压不住。虽然后来我摸索出了让自己专注于题目本身的方法，没有让“急功近利”的心绪占据上风，但作为一个从小就不善于接受表扬的人，当英语把我“推到人前”，我还是要花很多精力处理大家的鼓励，平复心中之海。这里最经典的一个例子是高考前的最后一次全市统考。那次我语文漏涂、涂错答题卡，数学第二道大题第一问就写错，总分下来甚至没过一本线。但就是这“烂的不能再烂”的四测，我的英语却成了全年级第一。得知这一切的那天是5月的一个早晨，走廊上同学们向我发来祝贺，那种复杂别扭的心情我恐怕永远不会忘。后来的一个星期里我都不得不花时间整理心态，记得有天中午我一个人站在宿舍阳台一遍遍给自己找一个合理而有力的理由——使我能抛开这一切，以平常心对待英语。

高考第一天的晚上，我正式总结完了高三一年里做过的每一张英语卷子。把拼写、搭配、好句都整理好后，我离开书店回家。栽满梧桐树的路上，天色已黑。彼时我早已摆脱了他人对自己的期待，不会再给自己不必要的压力，内心之海里仍飘荡的水纹是要把这三年的努力画上一个圆满句号的决绝。走过一棵棵树旁，我只轻松的感受着许久以来和英语的种种美好，不安的心魔时时出现，但那个夜里我总有种莫名的自信，觉得这会是 Happy ending.

或许还要对英语说句感谢：作为一门给予我正反馈最多的学科，我在此拥有了一段刻骨铭心且珍贵的经历。那些用简易白纸订成的单词本，整齐而有条理的程度是我现在翻起都会感叹的、那次我最先跑到老师办公室把课文背完、那句我自己推测出的“Old Friends”、那场考着考着就发了烧的试、那本记录了我高三所有联考前对自己的叮嘱的错题本、那一张张实在没时间写却坚持不愿应付的作业、那段我喜欢张嘴念出来的文

章、那些我逐渐掌握精髓的小作文、那手我练满了一张张纸的衡水体、那篇我猜对结局走向的企鹅续写。

2024 年 6 月 8 号下午，考场上的心路历程我现在已经说不出来。只记得有看到语篇填空难度增大时的自嘲，有 D 篇后几段耐心读了几遍才确认弄懂，有小作文动笔前的下定决心——用一个非常规开头，有赶在铃响前写完续写后的摇头：“这字真是丑”。

擅长着一件事大概会是一件危险的事情，因为你要不断学习守护好内心之海的平稳，与自己制造出的敌人斗争。但在赤手空拳的尝试三年后，我还是庆幸与英语的相遇。

五、足球

自从小学时开始踢球，足球便深刻的参与改变着我的生活。没有足球我就不会是现在的样子，这并不是一句夸张的话。高中之后，我不再是一名“合格”的球迷：欧冠决赛的双方直到最后我才知道，谁淘汰了谁、谁逆转了谁我一概不知。三年来，唯有 22 年的冬天，一段网课居家的日子，我好好当过一个多月的足球球迷。穿插着电磁感应、等差数列，我见证着沙特的爆冷，墨西哥那夜开场的艰难，澳大利亚终场前丢掉的单刀也质疑着——“我就说劳塔罗一拿球就有事儿”。荷兰那场前，我拿出 2016 年的一份报纸，对着上面的梅西说“无论最后的结局如何，永远爱你”。而法国那夜，世界杯冠军，直到现在都美好到不真实的五个字。

卡塔尔的梦圆在后来的学习中一直激励着我，但回忆起高中足球之旅，我还是最先想起和朋友们一起踢球的样子。遇到一群同样热爱运动的朋友，我们是操场上踢球的唯一女生；我们一起参加运动会中的足球接力，仅次于有女足参加的班级得到第三名；我们在下雪天不愿离去，每节体育课后的自由活动一定是我们分组一决高下的时间；我们互相不小心踢坏了对方的保温杯，几副眼镜也在拼抢中坏掉。夏天的阳光让草皮很

是烫脚，朋友的脚趾常常因为射门伤到，每次结束回去我的脸都会红半节课，毕业前夕和男生的 PK 都是我们败下阵来。但我们总是很开心。

是啊，足球还是这么好。

六、宿舍、食堂

宿舍和食堂，住校生活的标志。高中起始，我对“不能每天回家”这个设定很是不适应。不安的感觉持续影响着我高一的前半年，学习上的稀里糊涂也与心态上的失衡有关——不安感使我难以静下心来勇敢的向自我剖析。

但随着时间推移，住校生活带给了我丰富的回忆。有熄灯后舍友偷偷唱的歌、有每天中午我尝试猜舍友吃的泡面、有一周不扫一次管一周的值日、有宿管阿姨帮我们打的热水、有早起去抢的水管、有分享的果冻、棒棒糖、有考试日中午越对越失望的答案。至于食堂，高一因为每天早上总在同一个窗口买同样的饭，师傅一见我来就按“6.5元”；高二时中午最喜欢一碗汤面条，把面递出来时阿姨总有一句“孩子小心啊”；高三又特意晚些去吃饭，等人散去，我刚好可以不排队吃到那碗豆芽放太多的拌面。皮蛋极少的皮蛋瘦肉粥正和我意、吃撑时就只要掉渣饼加鸡蛋、饭团里肉松和海苔的味道是冬天、9块钱的米饭配三个菜我吃了半年直至讨厌、周练之夜悲伤的吃着香香的豆腐汤泡饼丝、麦多馅儿饼里鸡汁海带是我心中的最佳。

七、自修室

自修室，存在于宿舍楼的顶层，用于熄灯后的学习，高三之后，也用于中午的学习。

作为一天中写下最后一笔的场所，夜晚小小的自修室见证了我很多的尝试。开始那半个多小时多用于额外练习，到了高三，这半个多小时是我赶作业的最后机会。有时带

来的数学题要小声请教身边坐在一起的朋友；有时带来的英语金考卷难度颇高，阅读写完已是 11 点；有时盯着语文阅读就出了神；有时坚持要把化学错题本写完；有时发现这物理卷子一点不会，只好翻出另一项作业去写。而高三才开始的中午自修室，作为一天中间的片段，则更多拥有我挣扎的样子。23 年秋天，晴朗的日子里，12 点多正有阳光照在自修室的阳台，那时我正把两个凳子摆起来，站着写英语一轮复习书，也是这时，我学会了在这里午睡；23 年冬天，阴天里，我怎么也说服不了自己放弃在“不用活页本作为错题本”这无意义的问题上纠结；24 年年初，雪天里，我在唯一一间开了门的屋里告诫自己这个春节不能再浪费时间了；24 年春，我常常在自修室里迷糊的睡着，湘豫联考的考后反思就这样搁置；24 年夏，我最后一次走进那间门牌号是 718 的自修室，收拾好留下的书籍和午睡的抱枕，下午的起床铃响起，我戴上眼镜后关门离开²。

18 岁的前一天我曾用铅笔在这里写下“今天是我 17 岁的最后一天”，就像 15 岁刚入高中时的我在这里一张桌子上小小的写下“BUAA”一样，对未来充满期待。

八、老师³

从走入理工到离开，我走进过二十多位老师的课堂。

这其中，有接触时间最长的乔老师：有一位物理老师作为班主任是我的幸运，有一位能把知识讲解的生动明白的老师更是幸运。高一一堂关于重力加速度的物理课，乔老师拿来扎了小洞的矿泉水瓶，踮起脚尖从高处放下，让我们亲眼看到了完全失重，那堂课结束，黑板周围不还不时滴着水，我于是对物理更加感兴趣；这其中，有充满学

² (2026.09 注) 有删减。

³ (2026.09 注) 章节名有改动。

问和智慧的管老师：从《乡土中国》到种红薯的关键，从巴萨的传控足球到自己备考时熬夜翻墙的奋斗故事，从选择题的斟酌技巧到未来社会生活的叮嘱。端午节就讲讲为什么这天不说“快乐”而说“安康”，春天下大雪就讲讲河南历史上的那些大雪。每节课，你从不会只听到课本上的知识，管先生的渊博见识总会带你去了解这个世界的丰富。正如老师自己曾说道的关于自己课堂的风格“我不希望只教会你们书本知识，生活和社会、价值观与品行在我看来同样重要”；这其中，有严厉却贴心的高老师：记得第一次听老师讲课，那快速的进度和丰富的笔记补充让我倍感紧张，现在想来，正是高一高二这样的训练才让最后一年的我在英语上轻松许多。高三时我常常对听写不重视，后来在老师的生动的强调下，我才终于开始在听写时也认真写字，“没时间不是你不认真的理由”这张便签从此一直贴在我的一轮书封皮。去年冬天时老师给我们送来许多株芦荟，我们各自栽种到自己的盆里，到今年夏天，每一株都长的很大了；这其中，有为我们“操碎了心”的鲁老师：开始我一直觉得不善言辞的他大概是一个只会给我们讲三角函数的老师，直到后来他在课上给我们讲他的求学经历，讲他的同学们，当他说出“双曲线永远不会与其渐近线相交”，并郑重的告诉我们“但你们还有远方”，我才知道老师是如此的可爱有趣；这其中，有对我们亲和温柔、讲解实用清晰的凌老师：记忆中，老师课后在听我们描述问题时总是面带微笑，在解答疑惑时语气总是朴实恳切，没有任何距离感。课上，除了碳酸氢钠、酚醛树脂，老师还和我们分享过自己高中背书的经验、去地下室踩着砖头取实验药品的经历、上公开课用了一瓶分解了的过氧化氢导致火苗怎么也不复燃的尴尬。老师在没有闹钟的学生时代每晚睡前重复告诉自己“要早起”，第二天就真的会按时醒来的故事我可能永远不会忘记。有几次我课下向老师提出某道题的质疑，老师会用惊讶的语气鼓励我说“对对对，你说的很对，我没有想到，下节课记得提醒我讲”。有时老师还因为知道我不太爱发言，在解答完我

的问题后告诉我“你看书很仔细呢！”。这些老师给予的勉励，现在都让我很是触动；这其中，有我问问题最多的张老师：选修一里关于神经冲动、人体免疫的章节，初学时简直就是一场奇妙的冒险，令人好奇后面的讲解。第一个向张老师提出的问题，是“突触”是否不止一个，老师那天用“办公室”的例子向我解释。这种举生活常见例子是张老师常用的解答方式。而老师另一个习惯则是每次解答后的鼓励“嗯，能在课本上发现问题，仔细研究课本，很好！”“对，有问题就及时提出”“嗯写得挺好错的不多继续努力！”。“老师的鼓励使我倍增信心”，后来，我在一次给老师教师节的祝语中写道；这其中，有和我们因踢球结识的潘老师：他鼓励我们敢于去参与进攻，告诉我们不要随意伸脚抢断，带我们去买冰糕，在高考前一天让我们放心去考，讲述自己曾经的经历以提醒我们“保持好这个运动的习惯、做好人生的选择”。

三年理工的生活，我慢慢的成长。“石蕴玉而山辉”——重新读懂那牌匾上的大字时我才明白，我们前进的每一步都汇聚着老师们的奉献。

九、挚友

吕同学是我在理工结交的第一个朋友。事实上，在开学第一天我就直觉的认为我们会成为朋友。三年来，我们共享了很多个夜里回宿舍的时光，有雨天的趁伞，有雪天的踩脚印，有春天樱花开时的停留，有故意绕的远路。她向我说说自己打不开 PPT 的尴尬，我吐槽吐槽被圆锥曲线秒杀时的落差。我主动提出给她讲一道关于春分太阳照射时间的物理题，虽然最后还是她给我讲明白的；她向我解释这里的扩增为什么只能用这段基因。如果没有吕同学，除了中午食堂不会再有人帮我占位置、打汤，我还将错过一段珍贵的友谊。

我的同桌们。有高一时的韩同学、马同学，高二时的杨同学，高三时的张同学。杨同

学与我坐同桌很久，期间他向我讲过很多道物理题，有时讲完，他还会开玩笑的拍拍我的肩膀说“加油 xx”，“xx”正是我大名的后两个字。杨同学热爱看书，高二的许多个晚自习，他抱着厚厚的《史记》度过其中一半的时间，直到被老师抓到。有几个自习，他偷偷听着 MP3 里的晚间广播，时不时抬头对我说“今天是世界预防骨质疏松日”。张同学，也是我上文提到过的那位擅长数学的男生。三年里，他可能是对我影响最深的一位同学。除了数学题前他总告诉我“你一定不能怕它”，提醒我在每次考试前心怀信心，他做事给人带来的“明白感”也让我反思很多：早读困，那老师一走就开始打盹；没有笔袋只有一个笔筒，笔筒里同样作用的笔不会有两根；讨论到关键时拿抽一张纸就可以写公式，需要他人帮忙时就直接表达；桌面不堆书本，桌兜里整齐松散。从他身上，我看到自信果断的魅力，发现理科和诗歌其实可以一起喜欢。

球友们。该拿什么庆幸这份相遇。和你们踢球的时间里，我从开始把足球只理解为胜负，常常弄的不愉快，到后来不再刻意去记比分，为每个精彩进球高兴。行政楼前传球、操场看台下比赛、食堂门口学配合，太多太多美好。

舍友们。每次回到宿舍，听着大家的吐槽和玩笑，吃着大家给的卤蛋、鸭爪，很多不开心好像真的消减很多。有时我们互相研究对方的牙有几颗、有时大家讲讲自己赶作文的成功或失败经历。大家知道我总会在离开宿舍时吃一口鸡内金脆饼，还会好奇个子小小的我坐在床上是不是脚真的碰不住地，“这取决我坐的位置离墙的远近”。

由衷感谢上述朋友和三年来各位朋友的帮助，你们的包容和鼓励对我不可或缺。

十、家人

住校生活让我们不常见面，但时间上的短暂不代表感情上的改变。我永远感激你们的爱并将永远爱你们。

最后

“独立三边静，轻生一剑知”出自唐代诗人刘长卿的《送李中丞之襄州》，原句表达了对过去的追忆和如今的慨叹。将其用作这篇后记的标题，除了因为它是我三年积累本在高考前的最后一句摘抄，还因为它恰好表达了我在回忆起这三年高中时的态度：少壮时独立功勋三边平静，为国轻生只有随身佩剑知道。

当三年时光远离、安静，那些努力、那些收获，我清楚明白。

2025.09.17 于兰州