

我大概真的不是个合格的 CDer，现在想来颇有些后悔没有仔细借鉴 CD 上大神们的经验，不然我的杀鸡之旅或许能够更早的短线收官。

9.14 考完的当晚，用脑过度导致失眠的我认真回顾了一下自己的备考和考试经历，似乎没有什么可以支撑我来大放厥词，写出一篇注定不怎么会有人看的心经。但转念一想，没有经验，可我还有些教训，万一还有和我一样被拖延和焦虑苦苦折磨的同袍战友呢？并没有。但不管怎样，算是给自己的杀鸡之旅一个纪念。

鉴于心路历程注定冗长，先说说技术性的问题，从考试和备考两个方面来说：

一、考试

见：<https://forum.chasedream.com/thread-1305636-1-1.html>，考试的感受也在文档里表述过了。因为本人考试当天换库了，就其他临场问题做一下补充：

（1）面对换库（新题）如何摆正心态？

这个问题对单就这次而言，其实有点无从谈起，但基于二刷还正好考到一篇看过的，就说一下两次的差距。

二刷虽然撞到原题，但是由于之前看的不认真，没有过脑子，考场上看到的时候，只知道“哎呀，这个妹妹【划掉】这篇阅读我见过的”，对于做题却没有半分帮助，反倒慌了神（被懊悔占据了头脑，因为其实是 OG 的 Diagnose Test 的原文），或多或少的还是想拼命回忆，而没有能够专注题目本身。那篇阅读本身其实不难，如果临场解，只要头脑清晰，应该不成问题，我想这大概就是所谓被反噬了。

这次考前知道换库了以后，心里反倒松了一口气。反正进了考场面对新题各凭本事，别人也不比我有优势，专注题目本身就好，调动最大的理解能力，理解多少是多少。这个心态让我无论是看到长阅读、还是短阅读，都没有产生畏惧或者慌乱，而是把整个大脑的活动区域都留给了题目，用来接收全新的信息并当场处理，体会文章的结构和作者的意图，整个过程能够感受到思绪是高度活跃的，没有受到太大的干扰。

总而言之：不是只要看过的题目我就能做对（警惕），更不是只要没看过的题目我就做不对（自信），碰不碰到看过的题目都要保持心态的平和淡定。

面对换库，个人认为最佳的方式是果断抛弃曾经看过的原题，同时丢掉心里的不甘和恐惧，相信自己面对全新的题目也可以游刃有余，抛开杂念，给大脑减负，以求能够高速运转。

而面对看过的题目，保持高度的警惕和新鲜感，尽可能的当新题处理，认真审视题目信息，千万不要背答案，思路仅作参考，在自己头脑清醒的情况下，最好直接解题，然后可以和记忆当中的答案进行比对；当然，在高度紧张、大脑不能灵活处理信息的时候，引导一下有利于尽快进入文章或者题目的思路，个人认为主要起润滑油的作用（让生锈的脑子转起来）。

下面的问题适合初试者参考（老司机可不看）。

（2）带不带吃吃喝喝的？

虽然考试的时候，人高度紧张的情况下会没有食欲，但由于考试全程大脑和肌体消耗都很大，建议还是带上一些高能量的食物（巧克力、小面包等）以防万一，考场不一定提供饮用水，一定自备。

（3）中间的休息时间究竟休不休？

个人建议还是休，两个 **break** 都休也没问题。出来喝点水，吃点东西，洗把脸，最重要的是给自己洗个脑（没事，过去的一部分做的好不好不重要，接下来好好加油！）任何一个部分的分数都可以让你力挽狂澜，同时记得切换模式。楼主把 **IR** 和 **AWA** 放在最后，中间做完 **Verbal** 没有休息，结果做 **IR** 第一题的时候，还在 **Verbal** 的模式里面没调整过来，很简单的一道题反应了很久。

（4）送分学校的选择怎么选？

这个部分其实是个占便宜的机会，填不填梦校都不影响，不用太纠结（反正最后送分的成绩单会涵盖所有你保留了的的成绩），可以慢慢填，过程中利用这个机会适应考场的氛围，平复心情。

（5）Pace 怎么控？

这个 CD 上应该有更成熟的方法，我个人经验是一题再难不超过 3 分钟，做到一半 (21/41) 的时候尽可能留出 38 min 左右，适度舍弃（在有判断的基础上大胆猜），要相信一题并不会让你一蹶不振。pace 平时控好，尽量形成感觉，考场上不要过分关注时间，分散精力且容易造成紧张，感觉是所有技巧内化以后的高级产物。

二、备考

1. 一战：

稀里糊涂（640, Q50, V24, IR7）

实际复习时间：未知（太零碎）

备考资料：Manhattan, Verbal+Quant 全册，少量 OG 的练习（以数学为主）

不知道这会不会是你们看到的最奇葩的复习状况，算是给大家一个安慰吧，看，还有我这么傻的家伙。

虽然无厘头，但是还是有收获：Manhattan 系列虽然很啰嗦，也很费时，但是用作第一波打基础还是有比较好的效果的（前提是有充足的时间），因为知识点全面，而且切中高频考点；缺点也很明显，讲的太浅，实操性不强，知识体系不太适合实战。身边很多小伙伴嘲笑我，居然还花时间看了 Manhattan 的 Quant，但是我个人觉得收获不小，get 到不少很适合 GMAT 题目的解题方法，尤其是我除了 Manhattan 和数学词汇以外，没有看其他任何的数学资料，但足以 handle Prep 和 OG 上绝大部分的数学题，三次考试分别拿到了 50、51、51 的成绩。个人感觉 GMAT 的数学离大学数学有点遥远，更接近初中数学，所以很多知识点已经完全

淡忘（比如质因数分解.....），数学底子薄弱的同学可以选择看一下，当时基本一天一本（连看书带做题和记笔记），也费不了多少时间，当然有更好的 Quant 总结性资料更好。

主要谈一下教训：

复习的方向和重点完全拎不清（Verbal 因为看了很久，始终找不到感觉就干脆弃疗，连语法笔记都看不下去）。

高估了自己的能力，主次不分：当时楼主一边上着课，一边做了一份巨事儿无比的实习，券商研究所的远程，24 小时随时待命的那种，完全拿不出成块的时间复习，节奏经常被打乱，所以建议大家在没有拿到可用的成绩之前谨慎选择实习，合理规划时间。

2. 二战

一知半解（700, Q51, V32）

实际复习时间：3 周

复习资料：

SC: Prep 语法笔记 2007, OG, SC 练习题

CR: 狒狒逻辑 135

RC: 小安阅读法（其实只看了例题）

AWA: 七宗罪+范文（不到 5 篇）

二战依旧很迷茫，复习仍旧走马观花，走哪算哪，不成体系，作为一个拖延癌晚期，制定的计划在第一周没有能够实施的时候就光荣作废了。后来看到 CD 很多大神每天学习十几个小时，感觉自己非常无地自容，二战的时候还在实习，而且工作强度有增无减，最后在考前两个星期果断选择辞职，专心开始复习，但仍旧沉浸在日常的自我厌弃当中。

这次选择的资料不多，实在拿不出手，但是有一点做的还算 OK，就是过了一遍的资料通通吃透，然后举一反三，基本 Prep 笔记看到一半的时候，SC 的正确率已经能够稳定在 85-90% 了，CR 正确率也较以前有了很大的提高。

SC

对于句子结构一定要吃透，不能停留在选项的层面，把正确句子和错误的进行比对，关键要体会两者在表意上为什么会产生不同，尤其是修饰、比较等，为什么介词位置的变化会造成歧义？为什么修饰语的修饰对象发生了变化？如何正确把握句子的本意？最佳状态是能够达到一种意会，除了有明显标志词的考点，其他的很多题目都要从语意的角度来考察，考场上往往没有那么多时间和清醒的头脑来仔细思考，就需要平时多锻炼这种意识，最终哪怕不知道语法点，也能够凭感觉选出让你觉得“最舒服”“最顺口”的句子

CR

二刷的时候完全没有用任何一种套路，全靠自己的硬逻辑。虽然方法不当，但是最大的收获是锻炼了逻辑思维能力，自己总结了一些常见的逻辑错误类型，跟每道题都死磕到底，尤其是争议题，多看几种分析方式，最后形成自己的思路，自己多想，多想明白几题。建议不要仅仅在脑海中构建逻辑链，最好能够手写或者在文档中打出来，因为在大脑中进行思维模拟极易遗漏很多的细节和关键点，很多时候你以为自己想通了，理解了，但是当你着手在文档当中梳理自己的思路时，就会发现自己的想法存在一些问题，甚至有时候根本讲不通，白纸黑字的方式能够逼迫自己补全一些被省略的、被默认的点 and 桥梁，其实说不定恰巧就是一个 *gratuitous assumption*。

这样做一段时间，其实哪怕不看套路，无形中也对于“偷换概念”“反向因果”“他因”“同义替换”“无关比较”等概念形成了自己的理解，而且往往比套路来的更为深刻，甚至每个选项应该如何调整能够成为答案也都可以有所领悟，套路有套路的优势，但是在没有套路的情况下，对于很多问题能够想的更多一步，更深一层，是因为“A 与 B 在 XX 方面的不同并不能造成结果的差异”或“题目中将 AB 看做整体，并不关注 AB 间的内部差异”才排除 AB 比较的选项，而不是“因为题目里没比较，答案中有比较就一般不选”（当然，后者做题更快，但是平时加强思维训练也很有帮助）。

RC

小安阅读法对我的作用不大，可能并没有 *get* 到点，但有一点基本把握住了，生词不是阻碍，全部用 A、B 代替都可以，但是文章脉络和结构一定要能够明辨，上一句和下一句是承还是转，我的经验就是“常想文，不忘中心”。阅读和写作的顺序基本是一致的，所以作者铺陈展开过程中最重要的关系还是后段与前段的关系，所以在阅读后段的时候常想上文（往往是上一段的中心句和末句就足够），能够极大的帮助理清段落间关系，理解作者的行文思路和态度的转变。不忘中心是指在阅读长段落的时候，一定紧扣文段的中心句，辨别段落内部层次，总分式篇章要时刻把第一段也就是全文的中心句默记心中。阅读基本无练习，全靠临场，但是二刷状态不佳，阅读基本扑街，还是建议大家看看各种阅读法，作用因人而异，可以参考“金字塔”逻辑法，把阅读时的解构意识默化到生活日常阅读当中，多训练意识很重。

总结起来，二战感觉自己意识训练到了，但是缺了临场应试的技巧和方法，最后 *Verbal* 的成绩虽然有受到状态的影响，但是也印证了，套路虽然不是万能的，但是不靠套路、一味死磕也是不行的。室友嘲笑我“谁给你的勇气嫌弃人家的套路，梁静茹吗”！其实我想说，套路之所以成为套路，是因为它作为一种方法给许多人带来了成功，是前人的智慧，是巨人的肩膀，但决不能够依赖套路，盲信套路，尤其是不能因为有套路就形成思维上的懒惰，成功的套路永远只会是自己的套路，而要把别人的方法内化成为自己的，需要与自己的思维模式等等相结合，不然永远都是：看别人讲题，头头是道，清晰明了，自己一看题就摸不着头脑。不得不承认二战时期的思考为第三轮备考时很快的适应逻辑套路奠定了不错的基础，会觉得，嗯，是这个道理，我之前也是这么想的，内化起来还算得心应手。

3. 三战

(760, Q51, V41)

实际复习时间：2 周

复习资料：

SC: Prep 语法笔记 2008（比 07 版更为全面、内容更为丰富，时间不够看这版或 12 就 OK）
+Ron 大神的语法笔记（某宝购买的）

CR: Helr 的逻辑方法+逻辑笔记 2008，CR 网课（基础篇）

RC: 小安阅读法附加阅读精读 3 篇+练习（一共 10 篇左右）

AWA: 看了看范文

三战我直接放飞自我了，抽空回了趟家，呆了一个月（出门旅游一周），天天沉迷于炸厨房，达成了无数类似于刷刷、走亲访友、旅游这类的成就，当然考试前三天回到学校备考的时候就开始了“少壮不努力，老大徒伤悲”的焦灼。

SC

方法参考二刷，不过这次因为先前语法已经有了不错的基础，所以面对熟悉的知识点都是略看或者跳过，节奏快了很多；剩余的时间看了 Ron 大神的笔记，是在某宝买的别人整理的版本，基本还是以查漏补缺为主。辅助做了一部分 GWD 的 SC，保持手感。

CR

在家的时间研究了 Helr 的逻辑题方法，感觉这个方法比较暴力，如果接受的好能够很好的加快 CR 的解题速度，同时真正理解 GMAT 的逻辑题出题思路，但是需要比较早接触这个方法，内化需要的时间比较长。我运用这个方法解题 CR 的正确率非常高，但是牺牲了解题速度，如果熟练度能够提升起来，真正习惯了这个思维模式，应该会成为 CR 解题的一大利器；因为时间紧迫，我用 Helr 的方法解题速度始终不理想，就转用其他的套路，花考前三天时间看完网课，把两种方法各取所长整理了一份逻辑笔记，内化、消化。

RC

还是坚持自己的方法，训练的时候正确率非常低，一度非常丧气，索性放弃了阅读的练习，现在想想觉得还是多练习会比较有帮助。阅读我一方面依靠的是自己的底子，另一方面三刷时候加强的 CR 训练对于阅读的提升非常有帮助，GMAT 的阅读更多的像是一篇扩充版的 CR，在练习 CR 的过程中锻炼的阅读速度，判断文段前后逻辑链的能力只要延伸到阅读当中，然后考试正常发挥应该就不成问题。

IR 和 AWA 一直裸考，因为其他部分的问题多多，大家还是要合理分配时间，根据自己的优劣势，对症下药。

4. 有关心态

前两次考试时间久远，基本都不记得，只有一个印象，就是基本感受不到大脑的运转，全程没有清晰的思考。二刷出来 **700**，整个人都异常泄气，因为担心状态会成为自己克服不了的心魔，幸而这次考试顺利实现突破。

归结起来心态上的一点心得：

（1）放平心态，遇事无论难易，从容应对（平时弱化对于题目难度的判断，因为考场上做不做得出来，做不做得对和题目难度实际上没半点关系，不会因为你判断这题是难题还是简单题而发生改变，难度也无法由自己选择，这种判断只会干扰你的心态，管他难易，尽你所能去做对就行了）。

（2）针对拖延症患者，可以适当弱化复习计划，采取获得型的复习方法，尽可能的缓解焦虑（每天不定死目标，每晚总结当日收获，及时反刍，寻求获得感），不要陷入到懊悔的情绪当中。如果有这种苗头，可以采取一些比较积极的休息方式，转换思维，refresh 一下自己的头脑，也不用有负罪感，权当是为接下来的学习蓄力，疲劳战绝对不是长久之计。

这里说一下个人比较推荐的休息方法：

运动类：慢跑、瑜伽、游泳……（亲身试验过，效果都不错，运动完再回来看书，会觉得充满能量）

阅读类：推荐无关的书籍或者电影，最好是慢节奏的（个人选择一些美食纪录片或者小清新电影或者散文，把思绪投入到一个新的领域可以舒缓高度紧绷的神经）

其他：时间充足的话，短期的旅游、外出等等都是非常不错的选择

以上所有的一切都远比你怀着一颗懊悔不已的心，逼着自己看根本已经看不进去的题目来的有效率，只有找到适合自己的节奏，让自己感受到舒服，才能避免因为逃避而选择拖延。

（3）允许自己错题、放弃题，这点只适用于 **Verbal**。在前两次考试的时候，我总是很担心自己遇到不会做的题怎么办，虽然知道从战略上讲应该放弃，但是很担心这一题不会做、放弃了，下一题如果还是不会怎么办，事实证明与其让挫败感和慌乱扰乱做题时的心绪，不如洒脱一点放下，因为这样能够换取后面的题目更大的正确率。