



自然英语学用系列丛书  
Natural English Learning Series

# 自然英语学习法

→ 提高英语学习效率的  
“外暗号”

杜争鸣 / 著

语言学习自然轻松必然高效  
用知识的杠杆撬起外语星球

Natural English Learning  
Why & How Learning English

语言学习自然轻松必然高效用知识的



中国经济出版社  
CHINA ECONOMIC PUBLISHING HOUSE



自然英语学用系列丛书  
Natural English Learning Series

ISBN 7-5017-0443-3

# 自然英语学习法

→ 提高英语学习效率的  
“外暗号”

杜争鸣 / 著

语言学习自然轻松必然高效  
用知识的杠杆撬起外

Natural English Learning  
Why & How



全球

语言学习自然轻松必然高效用知识的



中国经济出版社  
CHINA ECONOMIC PUBLISHING HOUSE

北京

## 图书在版编目 (CIP) 数据

自然英语学习法——提高英语学习效率的“外暗号”/杜争鸣著. - 北京: 中国经济出版社, 2009. 1

(自然英语学用系列丛书)

ISBN 978 - 7 - 5017 - 8537 - 7

I. 自… II. 杜… III. 英语—自学参考资料 IV. H31

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 046921 号

出版发行: 中国经济出版社 (100037·北京市西城区百万庄北街 3 号)

网 址: [www.economyph.com](http://www.economyph.com)

责任编辑: 叶亲忠 (电话: 010-88380089)

电子邮箱: [yeqz@sina.com](mailto:yeqz@sina.com)

责任编辑: 徐子毅 (电话: 010-88361078 13801076540)

电子邮箱: [xzy\\_20042008@yahoo.com.cn](mailto:xzy_20042008@yahoo.com.cn)

责任印制: 石星岳

封面设计: 任燕飞装帧设计工作室

经 销: 各地新华书店

承 印: 北京市昌平新兴胶印厂

开 本: 787mm×980mm 1/16

印张: 13.5 字数: 140 千字

版 次: 2009 年 1 月第 1 版

印次: 2009 年 1 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 978 - 7 - 5017 - 8537 - 7/F · 7528

定价: 25.00 元

---

本书如有缺页、倒页、脱页等质量问题, 由我社发行部门负责调换, 电话: 68330607

版权所有 盗版必究

举报电话: 68359418 68319282

国家版权局反盗版举报中心电话: 12390

服务热线: 68344225 68341878

# 序 一

## 一、自然英语学习方法要义

语言习得研究证实，语言学习者学习语言的历程是一个“自然”过程。语言学习的自然步骤早已“内设”在人的心理中，教学不能决定学习者语言发展的道路，教师只能发现、利用并加速这个过程，而不能根据自己的意志改变它。<sup>①</sup> 自然英语学习方法认为：语言学习最自然、最轻松的方法实际上也正是效率最高的学习方法。虽然外语学习无法重复母语习得的自然过程，但外语学习最高效的方法依然是学习者感到最自然、最轻松的方法。

因此，自然英语学习方法主张，学习英语不能只凭“下苦工夫”死记硬背或机械重复，而应该遵循学习者自身语言发展的自然规律，把知识与语言、学习与运用、兴趣与需要、母语与外语结合起来，在真实的中外跨文化语境中找到自我，说自己的话，走自己的路，利用包括汉语母语在内的全部已有知识排除障碍，

---

<sup>①</sup> 见 Willis, J. & D. Willis. Challenge and Change in Language Teaching. 原文为: Second language acquisition (SLA) research (Ellis 1985, 1994) has established that teaching does not and cannot determine the way the learner's language will develop. The processes by which the learner operates are "natural" processes. Teachers and learners cannot simply "choose" what is to be learned. To a large extent the syllabus is "built in" to the learner.

为自己铺路搭桥，自然而轻松地学习，从而一帆风顺地迅速达到学习目的。

自然英语学习法理论的结晶是：学习外语的自然过程不是听说读写，而是读听说写；阅读既是自然学习外语的主要方式，也是自然运用外语的最广泛的方式。外语学习不是在学习语言的同时学习知识，而是利用知识学习语言；不是排除汉语母语的影响，而是充分发挥母语知识和翻译的作用，在充分理解的基础上通过各种非机械重复和实际运用自然而高效地学好英语。

## 二、自然英语学习法破解的十大“神话”

**第一大神话：学外语非下一番“苦工夫”不可。或曰：学外语没有捷径，不下苦工夫学不好外语，下苦工夫一定能学好外语。**

白话破解要点：人是语言动物，学任何语言都是人类成长、发展的自然过程。虽然母语和外语具有不同的性质，“人不能两次跨进同一条河流”，但是二者都是人类语言，学习都必须遵循客观规律，结合语境，利用一切可以利用的知识和条件，学用结合，从而使学习过程自然而然。外语与母语学习只有具体方法差异，没有总体上的根本不同。无论学习母语还是外语本来都是自然而轻松的过程，不轻松自然，只能说明学习方法不正确，不符合语言学习的内在规律。悬梁刺股般地“下苦工夫”学外语必然是没有利用一切可以利用的条件，通过自然的内容、自然的方法轻松学习，所以最终也难以得到自然的学习效果。

**第二大神话：成人学习语言能力低于儿童。或曰：儿童学习外语更加容易，成人学习外语难度更大。**

白话破解要点：人从幼儿到成人的成长过程是自然发展各种能力的过程，认知能力、学习能力都在自然发展、提高，而不可能是退化。如前所述，幼儿学习母语显得容易只是因为利用了母语学习的一切可利用条件自然学习的结果。成人学习外语有高效速成的，也有困难重重、感到吃力的。速成者最多一年半载可以掌握外语，学习的效率和水平远远高于儿童，原因也是因为利用了外语学习可以利用的一切条件。不少成人学外语效果不佳只是因为方法不正确，没有发现和利用轻松、自然学习的途径而已。儿童在学习外语发音时常常显得比成人容易，这是因为他们还没有受到母语定型发音的影响，而成人学习外语语音感到困难并不是因为他们不会发外语的音，而是因为没有对外语语音与母语语音的差异进行细致比较，容易受到影响而已。实际上，成人有用几个月就学会一种外语的，但是没有一个是幼儿用同样短的时间学会母语。

**第三大神话：外语学习的过程是“听、说、读、写”。或曰：听说领先，读写在后。**

白话破解要点：“听、说、读、写”是人类自然学习母语及其文字的必经之路，与人的生理发育和心理发展相协调，与人的知识的逐渐扩大过程相一致，与学习者生活的母语社会环境相适应；但这个过程与外语学习者的生理发育和心理发展不协调，与人的知识扩大不一致，与学习者生活的社会环境也不适应。因此，“听、说、读、写”不是学习外语及其文字的自然过程和必

经之路。由于外语学习者学习的年龄、环境已经发生了变化，知识水平和思维能力早已超越了成长期的水平，所以在学习外语的过程中套用母语学习的“听、说、读、写”过程犹如让已经会走路的孩子再从爬行开始学习，或者说是刻舟求剑，难有收获。

**第四大神话：学习外语要用外语思考。或曰：母语和翻译影响英语学习，造成不地道的英语表达法。**

白话破解要点：人的思维与母语不可分离，因为人的成长、发展与母语能力发展同步。因此，从一定意义或程度上说，人除了借助形象思维以外也利用母语思维，离开母语就难以思维，学习就会受到影响。在学习的初级阶段，母语对外语的影响有积极的也有消极的，积极影响不小于消极影响。表面上因母语影响而造成的不地道的英语表达法，正是因为没有充分利用母语，没有把母语与外语加以比较，正是因为没有把握母语与外语在语法表层形式以外的本质差异。

**第五大神话：学外语只有在国外环境中才能真正学好。或曰：不出国很难真正学好外语。**

白话破解要点：语言环境是一个相对的概念，同样的语言环境相对于不同的人来可以有不同的意义。我国外语教育大师、著名翻译家中有不少是在国内学的英语，而在国外英语环境中学习的很多人英语水平并不高。无论任何环境都必须通过人起作用。没有环境也可以创造环境。一个学习者有一个人能与之一起学习、使用英语就是环境，但即使置身于英语国家而不与人交流或无意学习也等于没有环境。另外，作为一个受过基础教育或中等教育的人，有条件读书也是一种语言环境，因为读书也是一种特

殊形式的语言交流。

**第六大神话：英美英语是唯一的学习标准，学到地道的英美英语表达法和语音才算学好英语。**

白话破解要点：随着英语在全世界的传播，英语早已不是英国、美国、加拿大等英语单语国家或民族的内部语言，而是一种国际通用语，实际上带有多种民族、文化特点。以英语为本族语的人数在所有使用英语的人数中只占极少的比例。在庞大的“世界英语”中，英美等国使用的很多表达法只能算作地方或民族特征。在使用英语进行国际交流的人口中，绝大多数人的英语虽然在写作中基本遵循英美英语的语法，但英语口语表达法和语音都常常带有地方特色。因此，当代英语学习的目标是利用英语在国际场合与人们自由交流，而不一定学到“标准”或“地道”的英国英语或美国英语。对于一个中国学习者来说，如果学了英语而不能用英语表达中国的事物、介绍中国的历史和文化就不能说是学好了英语。

**第七大神话：学外语必须首先突破口语。或曰：疯狂朗读，练好口腔肌肉就能学好外语。**

白话破解要点：用嘴巴说话是人与生俱来的自然能力，任何一个正常的人只要学会了外语语音都应该能够说外语。虽然外语口头表达的流利性确实需要反复训练，但是这种训练必须从根本上出发，而不仅仅是训练“口腔肌肉”。人的“口腔肌肉”和口腔本身的结构并无差异，差异不在口腔，而在心理。言为心声，如果心中没有外语，语言思维不习惯外语的模式，“口腔肌肉”再发达也不可能说好外语。外语学习是一个系统，口语能力只是



语言思维能力的外部表现。另外，口语较好也不等于外语整体好，否则任何一个英国美国的文盲都可以做外语教师。

**第八大神话：听不懂也要听，一个词一个词反复听就能听懂。或曰：只要坚持听英语就能学好英语。**

白话破解要点：与口语表达能力一样，用耳朵听话也是人与生俱来的自然能力。正常的人都有听力能力。外语听力的关键不是耳朵能不能接受，而是心理能不能接受。听清声音不等于听懂意思，听懂意思也不一定听懂了语言组织结构本身。如果缺乏外语知识和有关的知识，没有外语阅读理解能力，心里不懂，那么即使听一千遍、一万遍也不可能听懂。用耳朵听只是表面，用心听才是本质。只有能理解、能读懂的东西才最适合外语听力训练，才能让学习者发现外语之音变化的奥秘，学有所得。听不懂而逼迫自己硬听只能是徒劳无益地浪费宝贵的时间和精力，学习的效率更无从谈起。

**第九大神话：学外语首先要背单词，只有扩大词汇量才能学好外语。或曰：不背单词学不好外语。**

白话破解要点：单词虽然是构成句子、表达意义的基本单位，但是用单词造句并不是像用砖块砌墙那样简单垒砌。认识每一个单词而不理解单词与单词之间的关系和组合规则就不一定能理解句子的意义。对词汇的理解和掌握既有广度问题也有深度问题。一般学龄前儿童即使只掌握数百个单词也已经基本上掌握了母语，但很多外语学习者往往背了几千单词还没有掌握外语。这是因为在自然学习母语的过程中，人们遵循自然规律让那些有用的词语选择自己，而不是人为地选择要记住什么单词。自然的语

言学习是在使用中首先牢固掌握了那些最根本的单词，即决定英语为英语，汉语为汉语的单词，所以可以运用自如；而很多人在错误观念和流行神话的误导下，没有按照自然规律在运用中轻松学习，背了很多外语单词仍然不能与人正常交流。

**第十大神话：学外语要利用国外原版英语教材和本族语教师。或曰：国外英语国家教材和教师优于国内教材和教师。**

白话破解要点：国外原版教材绝大多数人不是按照中国人需要编写的，而且编者一般也不了解中国人的语言思维习惯及其与英语思维习惯的差异。不能从英语与汉语、英语与汉语文化的比较角度把握中国人学习语言的特殊困难。由于脱离中国语境及中外跨文化交流语境，不进行语言比较和参照，在外国人编写的教材中很难找到我们中国人常用的词语和表达法的英文。比如，在初、中级教材中找不到诸如“您吃了吗？”“包子”、“饺子”、“您慢走！”“不用客气！”“同志们辛苦了！”等日常词和用语的对应表达法；在高级教材中找不到“一国两制”、“海峡两岸”、“民主集中制”、“全国人民政治协商会议”等词语。由于盲目崇拜国外教材，很多英语本科专业学生在四年毕业后甚至连自己是“三好学生”都不知道应该如何表达。这样脱离语境的学习从根本上说违背了语言学习的自然规律。根据同样的道理，国外操英语本族语的教师也往往由于不了解中国学生的实际情况而无法对症下药，不能解决中国学生学习中实际存在的问题。

## 序 二

本书是“自然英语学用系列丛书”之一，虽然不是丛书中最早出版的一本，却是作者最早考虑、写作准备时间最长的一本，对整个丛书的编写思想和策略具有指导性意义。作为一本全面系统介绍外语自然学习法的专著，本书参考了一定的理论研究文献，具有一定的学术性，但语言上深入浅出，平白易懂，读者对象面广，包括语言教育学家和外语教师、广大中外语言学习者和研究者、大中学生、外语自学者和成人继续教育学员。本书旨在解释、说明外语学习的主观客观条件，影响外语学习效果的社会文化语境及知识在语言学习中的作用，并在此基础上为广大学习者指出一条“自然之路”和“轻松之途”。本书以有理有据的简明的逻辑论述和实例为基础，系统介绍了外语作为一种特殊自然语言不同于人工语言、第一语言、第二语言的特殊之处，英语的世界化特征与跨文化特征以及由此推论出的英语“自然学习法”。

本书作者所倡导的自然学习法，就是学习者根据自己的生理、发展心理、知识基础和文化社会背景感到最自然、最轻松的语言学习法。根据这种学习法，语言学习的过程及学习项目的难度顺序并不完全以语言结构、词汇本身的难度而确定，而是主要以所学语言在学习者知识结构与语言环境结构中的地位而确定

的。这种学习法理论，与美国著名语言教育家 Stephen Crashen 针对美国移民家庭儿童英语教育所提出的所谓“the Natural Approach”有根本的不同，因为我们的自然法其面向的学习者主要是将英语作为外国语而不是作为狭义的第二语言学习的范围更加广大的社会群体。在本书的撰写过程中，作者参考了国外近年来有关语言学和语言教育学研究的大量成果，对外语学习的接受过程进行了多方位的深入分析和思考，并结合中国外语教育的现实情况，逐一剖析了外语教育界长期流行的某些“神话”，诸如“听说读写，听说领先”的神话，“学英语就要导入英美文化”的神话，“学习外语要用外语思维”的神话，“成人学习语言能力低于儿童”的神话，等等。与此同时，本书也用一定篇幅有针对性地回答了广大苦学外语而效果不佳的学习者常常百思而不得其解的问题，如“为什么词汇总是记不住？”“为什么听说能力总是落后于阅读能力？”“为什么会有高分低能和高能低分的现象？”“如何对付外语考试？”“为什么自己能说出的有时也听不懂？”“为什么在国外几年也学不好外语？”等等。

作为自然学习法的倡导者，本书作者坚信：

人都有能力自然轻松地学好任何一种语言，但是要自然轻松地学好一种语言就必须有明确的目的和真实的社会文化语境，必须依靠学习者已有知识结构的全面支持，将语言运用与学习密切结合。否则，即使下苦工夫也可能徒劳无益。

母语习得证明：语言学习最自然、最轻松的方法实际上也正是效率最高的学习方法。虽然外语学习无法重复母语习得的自然过程，但外语学习最高效的方法依然是学习者感到自然、轻松的

方法。

外语学习的自然过程与母语习得的自然过程有所不同，它是  
以“读”为核心的“读听说写”，而不是以“听”为核心的“听  
说读写”。要高效地学好外语就必须充分利用包括汉语母语在内  
的一切已有知识，在真实的社会交际语境中找到自己的位置，满  
足自己的实际需要，表达自己真实思想和感情，从而使外语学  
习成为人生历程上的一个自然过程。

作者提出的自然英语的口号是：

走自己的路，说自己的话，自然轻松地学习自然英语。

## 前 言

如何学习外语？学习外语与学习母语有什么不同的途径？什么是最轻松而且高效的外语学习方法？这是本书要回答的根本问题。自 20 世纪 90 年代初，本书作者即开始结合英语使用实践与教学体会对这种问题进行思索，至今在本书中所形成的主要思想观点实际上最初发源于作者对自己作为一名英语教师和业余翻译者的教学与翻译实践的反思。

本书所阐述的自然语言教学法思想实际上经历了以下三个发展阶段：

第一个阶段：萌芽期，即对外语学习——尤其是外语学习中阅读难度问题的研究与思考。那是在 1992 年前后，当时作者在原西安西北纺织学院教授大学英语阅读课，深刻体会到学生英语课的沉重负担和所面临的重重障碍。学生使用的大学英语教材既有厚厚的一本本的阅读教程，又有与教学内容与阅读教材没有什么关系的听力教程、写作教程。而英语作为大学公共课课时却很有限，在课堂上教师为了赶时间也只能匆匆忙忙地泛泛讲解，不可能深入分析、举一反三。学生学习英语完全是被迫、无奈地应付，阅读教材阅读量很大，而且全部选自国外出版材料，课文中处处会有学生不熟悉的国外专有名词，如人名、地名、历史事件

等。学生读了一篇又一篇，囫圇吞枣，理解多少自己也不清楚，而且根本没有时间复习读过的课文。为了应付考试，学生不得不学习，但他们中相当一部分人在心理上对英语早已形成了一种厌倦情绪，实际上根本没有信心真正学好、掌握英语。于是，我在1994年发表的一篇题为“大学外语阅读难度问题初探”的文章中首先针对当时的阅读教材进行了分析、讨论，其中提出的主要观点是，阅读过程中的阅读难度取决于多种具体因素及相互关系；读者对阅读材料的熟悉程度和对语言本身的熟悉程度相互补充，与阅读难度成反比；阅读的时间、速度要求及强制性强度相互牵制，与阅读难度成正比。控制阅读难度在于调节这种比例关系，使材料、目的、方法相适应。同时，我还根据这个观点指出了当时教材中存在的一些突出问题，即教材从课文选择上忽视语言形式与信息内容的区别与互补关系，片面强调信息量的重要，把理解信息与掌握语言结构形式混为一谈，时间阶段意识和精泛读划分意识淡漠，忽视语言学习中的必要重复、巩固所需要的时间，用语言知识取代语言技能。

自然英语学习法思想形成的第二个阶段就是在“大学外语阅读难度问题初探”这篇文章的基础上进一步思考文化问题。在这篇文章中我虽然还没有明确提出英语学习与中国文化、环境和中国学生知识基础的关系问题，但是由于外语学习材料中包含的信息无法回避文化问题，所以文中所提出的信息理解与语言结构学习的互补关系问题实际上已经使我感觉到，语言信息中决定阅读理解难度的一个非常重要的方面就是文化信息。对于中国学生学外语来说，这个问题首先关系到外语学习材料（教材）究竟应该

不应该包含中国学生所熟悉的中国文化信息。对此，我的看法十分明确：既然不能把学习语言结构和了解外国文化混为一谈，那么为了首先学习英语语言本身，就应该利用中国学生所熟悉的中国文化背景，从而降低学习的难度。而且，我同时也感觉到，这个问题并不简单，因为外语学习当然要有一个标准，就英语而言，人们自然应该尽量遵循英美语言标准，而利用学生熟悉的中国文化信息学习外语会不会降低这个标准呢？利用中国人编写的教材会不会影响英语的“纯正性”呢？带着这样的问题，我开始了对中国英语问题和英语学习中翻译的作用进行了思考。我开始感觉到，中国外语教师实际上无法避免中国文化对外语学习的影响，因为文化也包括意识文化和语言文化，即中国人有自己独特的思维模式和语言习惯，这些都必然在外语的学习与使用中有所反映。尽管不少人主张学习外语应该不要翻译，用外语思维，从而摆脱汉语对外语的影响，但是我还是感觉到这很难行得通。从1995年到1998年，通过大量阅读应用语言学方面国外书刊与深入思考，我先后在国内学术杂志上发表了“外语教学与翻译刍议”、“‘一国两制’原译切不可轻率改动”、“中国英语问题及其他”、“世界英语语境与中国英语中的语言与文化”四篇文章，其中都涉及到了一个核心问题，即中国文化语境与外语学习、使用的关系问题。于是，我的自然英语学习法理念逐渐开始形成，其中的核心思想就是外语学习必须考虑学习者学习的社会生活语境，他们的民族文化身份标识和感情因素，考虑他们已有的知识基础，必须联系母语、母语文化语境，利用翻译来学习，并且深信只有这样学习才能自然、轻松、高效地学好外语。



第三个阶段是酝酿、整合、联系阶段。由于1999年赴北大学习，后来又生病休养，接下来又忙于翻译教学与研究工作，所以这本原来可以更早动笔写作的书就一直延误到了今天。然而，这也是一个漫长的思考期，我从翻译实践与英汉对比研究、教学中获得了不少新的启发，并逐渐把翻译对比意识溶入到了自然英语学习法的体系中，并开始明确地认识到：利用翻译与利用知识是一脉相承的统一关系，利用翻译不仅包括学生自己在学习过程中有意识地进行翻译，而且也包括充分利用已经有人直接或间接翻译过的教学材料，利用从翻译中得到的信息支持语言本身的学习。母语翻译是自然英语学习法的一个基本组成部分，而且也是使学习过程更加自然、轻松的途径。学习中充分利用现有条件不是懒惰，而是提高学习效率，因为学习过程不是，而且也不应该是自我测试。与此同时，我也对英语作为自然语言的特性及其与母语学习的关系作了进一步的深入思考，更全面地认识了早在1994年就已经提出的外语学习不能重复母语习得“听、说、读、写”自然顺序的道理。我理解到，利用已有的知识信息——包括从翻译那里得到的知识和信息学习外语，表面上是一种重复，但是这种重复只限于知识信息方面，并不是简单、机械的重复，在重复、巩固知识的基础上学习新的语言又不是重复，而是利用条件加快学习进度。这样一来，我的自然英语学习理念中就形成了“非机械重复”这个关键的概念。我把这个概念进而与“读、听、说、写”四个方面的关系联系起来，认为这四者之间的“非机械重复”可以更大地提高外语学习的效率。

就在这十年多时间的思考过程中，我也十分注意国内外传统