

美音

MASTERING AMERICAN ENGLISH PRONUNCIATION

纠音、透析与突破

○ 邱政政 郑咏滢 编著

M7



西安交通大学出版社
XI'AN JIAOTONG UNIVERSITY PRESS

附赠MP3—张

美音纠音、透析与突破

MASTERING AMERICAN ENGLISH PRONUNCIATION

○ 邱政政 郑咏滢 编著



西安交通大学出版社
XI'AN JIAOTONG UNIVERSITY PRESS

图书在版编目(CIP)数据

美音纠音、透析与突破 / 邱政政、郑咏滢著. —西安: 西安交通大学出版社, 2010. 3

ISBN 978-7-5605-3466-4

I. ①美… II. ①邱…②郑… III. ①英语—发音—美国 IV. ①H311

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 035978 号

- | | |
|------|-----------------------------------|
| 书 名 | 美音纠音、透析与突破 |
| 编 著 | 邱政政 郑咏滢 |
| 责任编辑 | 黄科丰 孟月兰 |
| 封面设计 | 王抒音 |
| 出版发行 | 西安交通大学出版社 |
| 地 址 | 西安市兴庆南路 10 号(邮编: 710049) |
| 电 话 | (010)62605588 62605019(发行部) |
| 读者信箱 | bj62605588@163.com |
| 印 刷 | 北京朝阳新艺印刷有限公司 |
| 字 数 | 130 千 |
| 开 本 | 880mm×1230mm 1/32 |
| 印 张 | 5.875 |
| 版 次 | 2010 年 5 月第 1 版 2010 年 5 月第 1 次印刷 |
| 书 号 | ISBN 978-7-5605-3466-4/H·1072 |
| 定 价 | 18.00 元 |

版权所有 侵权必究

如有缺页、倒页、脱页等印装质量问题, 请拨打服务热线: 010-62605166。

新东方
NEW ORIENTAL 图书策划委员会

主任 俞敏洪

委员 (按姓氏笔划为序)

王 强 王文山

包凡一 仲晓红

李 杜 邱政政

沙云龙 汪海涛

陈向东 周成刚

徐小平 窦中川

前言

(最新版)

Without a Very Solid Foundation of Pronunciation,
You Can Not Go Far!

一次跟一个刚从美国出差回来的朋友聊天，无意间聊起美国大片 *Titanic*，等他用美音有板有眼地说到女主人公 Rose 的名字时，我不禁一愣，什么？“肉丝”？多么浪漫的名字竟被读成……，为证明是我听错了，我又紧跟着问了他一句：“那‘马路’(road)美音怎么读？”，朋友不假思索道：“肉的”。Jesus Christ，如此这般，马路岂不成了“肉做的”；大笑之余，我意识到这是个很严肃的问题：一个名牌大学英语专业的毕业生发音都有问题，更何况其他人呢？后来我见人就问 Rose 和 road 的美语读音，其中不乏英语教师、外企白领、中国留学生等，可真正能发对美语[r]这个音的人却寥寥无几。其实[r]这个音在美音中的最大特点就是卷舌，发错这个音的根源在于受到我们的母语——汉语的影响，汉语拼音 r 不卷舌，所以千万不能把两个看似相同的音混为一谈。

很多人认为，英语只要讲得流利，语音准不准无所谓，其实这是英语学习的一大误区。中国的广大英语学习者在英语学习上投入了大量的时间和精力，其目的不外乎是为了在实际生活中的交流和应用。试想，如果在面试的时候，面试者操着一口带有浓郁方言色彩的英语，那么会给考官留下什么样的第一印象呢？毕竟我们判断一个人的英语口语好坏的首要标准还是看他的语音是否纯正。如果我们

的英语说得既不标准，也不悦耳(通常不标准的也不大可能悦耳)，那么一个必然结果就是说的人越说越没信心，听的人越听越没兴趣，最终英语的交际功能就不能顺利实现，所以纯正的语音首先给我们的就是自信心和自豪感。如果我们知道自己说的英语纯正动听，就会更有信心，不会害怕在别人面前说英语，这样英语听说水平自然就会大大提高。反之，越没有信心就越不敢开口说话，最终就成了“哑巴英语”。

语音不仅和信心、兴趣的培养紧密相连，更和听觉能力的培养息息相关。我们在很多情况下听音出问题，很可能是因为听到的某个音和我们印象中这个音不匹配，产生了差距，导致大脑反应不过来。或者是我们虽然知道某个单词的发音，却从来没有尝试把这个音发出来，致使这个单词不能及时让我们的大脑做出反应，换句话说，是熟悉程度不够。再有就是不知道英语的连读缩读的规则，听音的时候如同雾里看花，总是听不真切，结果听力总是停滞不前，无从提高。由此看来，熟悉语音规则能使我们在理论上有所突破(make theoretical breakthrough)，而强化发音练习则让我们的耳朵更加敏感(sensitize our ears)，两者相结合就是提高听力行之有效的方法。所以说，语音绝不像我们想像的那么简单，矫正语音成为我们的当务之急。

可以说，我们中国人作为第二语言学习者来说，学习语言的天分是举世公认的。但令人遗憾的是，由于从小忽略了对语音的学习，摆脱不了汉语拼音的影子(或者说受到母音的负干扰)，而且还有许多客观环境的影响和限制(教材、师资和授课方式的局限)，语音最终过关者寥寥无几。绝大多数人学了十几年，甚至几十年英语，到头来却是基本功不扎实，发音不到位，句子的语调和节奏毫无头绪，一开口便是中国腔十足的英语。不仅口语表达不畅，听力处处受阻，词汇量无法突破，甚至影响到了看似与语音没有直接联系的阅读与写作能力的提高，着实成了全面提高英语能力的拦路虎！

为了满足广大英语学习者“矫正美语发音”的迫切要求，也为了使大家打好坚实的基础，我和美音教学专家 Vera Zheng 批判地继承了中国语音教学的传统模式，创造出一种更为灵活实用的美音训练法——“M7”英语听说教学法，并在大量教学实践的基础上编著了本书——《美音纠音、透析与突破》。本书针对中国学生学习美语语音的难点和误区，本着“语音”和“语调、节奏”双过关的宗旨，兼顾英语表达中的“连读和缩读”，总结出大量适合中国人学习的语音技巧和方法，同时着重培养英语学习者的语感，按照“模仿—自觉—自然”的学习规律，使大家在短期内就能够说出一口接近 Native Speakers 的标准、流利、地道的美式英语。此次再版在忠于原版内容，突出原书优点的前提下，修正了原书中的错误和纰漏，以求精益求精。

本书的再版得益于俞敏洪老师、包凡一老师和仲晓红老师的大力支持，以及无数新东方托福听力班和美语语音速成班学员的热心帮助，在此一并表示深深的谢意！

邱政政

2005 年 8 月

几点说明

I. 美语发音的特点

1. 腹式发音

我们在听美国人说话的时候，一个明显的感受就是他们的音质特别浑厚，听起来共鸣时间很长，甚至带有很浓重的鼻音。其实这就触及美语发音的第一特点——腹式发音(后部发音)。所谓腹式发音，指的是美式发音讲究的腹腔发声习惯，这和我们汉语遵循的胸腔发声习惯大相径庭。正是因为发声方式的差异，中国人说的英语总是缺少那么一丝韵味。比如说我们在发单词 like 的时候，规规矩矩地把辅音和元音发到位就很不错了，可是美国人在发音的时候会不由自主地带上鼻音。具体地说，就是在发元音的时候，我们要注意收小腹，再带动声带振动发音，这样发出的元音听起来才洪亮饱满。如果想练习最纯正地道的美语，一定要养成腹腔发声的习惯，做到用发音器官的后部发音，这是我们要做的第一步。

2. 字面发音

美语发音的第二个特点——字面发音，一般单词怎么拼写就怎么发音，发音更具规则性。这一点完全符合英语语言作为表音文字的特点。比如说，美式英语和英式英语最显著的差异是卷舌音[r]的处理。有些人对此总是拿不准，何时应该卷舌，何时不要卷舌，看起来似乎很复杂。其实这个问题说白了是再简单不过的了：美语中，只要拼写中有字母 r，发音的时候就要卷舌；反之，如果没有字母 r，发音时切忌卷舌。所以，letter, butter 等词需要卷舌，而 idea, China 这些词却千万不能卷舌。再者，英式英语和美式英语在有些单词上

发音的差别大多是由于后者发音更趋于与拼写一致。比如 vase(花瓶), 在英式英语中发成[va:z], 是根据“词末如有不发音的 e 则词中的元音发其字母音”的规则, 这个词在美音中则应发成[veiz]。

3. 强弱分明

美语发音的第三个特点——强弱分明, 这就是美语中重读和弱读的问题。我们讲汉语的时候, 可能每个词都可以有重音, 所以听起来铿锵有力, 可是在讲美语的时候, 这种习惯就得改一改了。美语的节奏是由重读和弱读交替而产生的(the alternation of stressed and unstressed syllables), 所以我们如果要想让自己的话说出来有节奏感, 就必须重读该重读的音节, 弱读该弱读的地方, 这就是强弱分明的原则。单词的重音也要注意, 我们首先不能随便移动单词的重音, 其次要弱读没有重音的音节, 最忌把每个音节都读得一样重。比如有一个词 industry(工业), 重音落在第一个音节上, 可是我们习惯上会重读第二个音节, 这是错误的习惯, 必须纠正。其实重读和弱读是相互的关系, 有前者的存在才有后者, 有后者才更突出前者。所以要做到强弱分明, 最重要的是注意弱读, 只要弱读做好了, 重读自然而然就体现出来了。

当然, 美语发音的特点不是三言两语可以讲清楚的, 有兴趣的话, 各位读者完全可以自己总结一下美语发音还有哪些值得我们注意的地方, 或者对以上三点提出更适合个人情况的说法。学习的过程也是不断总结探研的过程, 通过总结, 我们就可以把自身的优势和弱点(strengths and weakpoints)看得更透彻!

II. 本书采用的音标体系

本教材采用的是美式 KK 音标。由于广大英语学习者刚开始接触的都是英式的国际音标, 我们在 KK 音标之后会注出其对应的国际音标, 如果没有特别注明的话, 就表示该音素在美音和英音中没有区别。

所有想讲一口漂亮的美式英语的学习者要注意一点, 音标只是

用来标记每一个词或字母的读音的书面符号，虽然不同的音标体系有不同的标记形式，但是对应音标指向的音素(phoneme)都是相同的。音素是音的最小单位，具有区别词义的作用，或者可以把同一个词的一种语法形式和另一种形式区别开来。还要注意的，单独的音素放到单词的具体环境之中会产生细微的变化，比如说 milk(牛奶)，元音[ɪ]由于受到其后辅音[l]的影响，听起来更趋向[ə]。所以说，我们不仅要注意纠正单个音素的发音，更不能忽视具体单词的发音，毕竟我们口头交流的时候并不能只靠音素，而要靠完整的词句。

美语音标、英语音标 元音对照表

由于本书着重讲解美式英语的发音，故采用的是国际通用的美式 KK 音标。该音标在元音的表示方法上与我们平时熟知的国际音标(英式英语采用)略有不同，区别详见下表。

美语音素	英语音素	例词	美语音标	英语音标
i	i:	tea	/ti/	/ti:/
ɪ	i	bit	/bɪt/	/bit/
ɛ	e	get	/get/	/get/
æ	æ	fat	/fæt/	/fæt/
ə	ə	panda	/'pændə/	/'pændə/
ʌ	ə	cup	/kəp/	/kʌp/
ə	ə:	bird	/bɑ:d/	/bɜ:d/
ɜ	ə	letter	/'letɜ:/	/'letə/
ɑ	ɔ	hot	/hət/	/hɒt/
ɔ	ɔ:	talk	/tɔk/	/tɔ:k/
ʊ	u	foot	/fut/	/fut/
u	u:	boot	/but/	/bu:t/
e	ei	face	/fes/	/feis/
o	əu	low	/lo/	/ləu/

美语音素	英语音素	例词	美语音标	英语音标
aɪ	aɪ	m <u>y</u>	/maɪ/	/maɪ/
aʊ	aʊ	c <u>ow</u>	/kaʊ/	/kaʊ/
ɔɪ	ɔɪ	t <u>oy</u>	/tɔɪ/	/tɔɪ/
iə	iə	id <u>ea</u>	/aɪ'diə/	/aɪ'diə/
ɪr	iə	h <u>ear</u>	/hɪr/	/hiə/
ɛr	ɛə	f <u>air</u>	/fɛr/	/fɛə/
ʊr	uə	p <u>oor</u>	/pʊr/	/puə/

“M7”英语听说教学法

——Mastering American English Pronunciation

《美音纠音、透析与突破》的理论依据：“M7”英语听说教学法。

该法是我在多年的第二语言学习和教学(汉语、英语)的过程中逐步摸索出来的经验总结。因为它是由7个以字母“M”打头的英语单词串联起来构成的“七步法则”，故称作“M7”。希望该法能够帮助国人迅速克服所谓的“Chinese Accent”，说出一口真正标准地道、甚至连美国人都会刮目相看的 American Accent.

“M7”流程图

1) Maintain(保持自信与冷静)→ 2) Make(形象性漫画重现)→ 3) Model(融入式参照模仿)→ 4) Multiply(横竖向发散扩展)→ 5) Mine(美音规律要诀挖掘)→ 6) Memorize(背诵记忆至脱口而出)→ 7) Miracle(创造美音奇迹)

“M7”梯形图



具体解析如下:

第一步:

要想彻底完美自身语音,从而与老外进行零误区交流,首先要 Maintain your composure and your confidence,就是说在练习语音时要保持充分的自信、敢于开口纠音。千万不要因为基础相对薄弱就畏手畏脚。正如 adidas 的标语: Nothing is impossible! 这种优秀的心理素质对于练习语音相当关键。

第二步:

在具体学习元音、辅音、语气、语调与节奏的过程中,要学会根据我们对唇形与舌位的入微剖析 Make pictures and images,也就是说,把抽象的发音要诀转变成形象的舌位图反应于脑海之中。只有这样,才能使我们辨清语音之间的细微差别,从而真正体会到“登泰山而小天下”的神奇感受。

注意:凡本书中涉及发音要诀的地方,均以 **Make** 作为标志。

第三步:

准确把握了语音、语调与节奏的发音要诀后,我们相应列举出大量适用于该规则的语料实例,即高频单词和特色句式等,读者要学会 Model them all。也就是说认真模仿和跟读这些语料,不能放过任何细节。

另外,跟读时还需注意两大原则。其一是“简单原则”,即看似越简单无味的语料,越值得我们认真模仿。这跟在学写汉字时,笔划越少的字越难写好,需要加倍练习是一个道理。其二则是“精准原则”,即模仿要达到惟妙惟肖,精益求精的地步。只有这样,我们的语音水平才能接近于 Native Speakers,说起英语来,才能底气十足。

当然,模仿和跟读是个枯燥、漫长的过程。众所周知,“靡不有初,鲜克有终。”很多同学都难以坚持到最后,但不要忘记:冰冻三尺,非一日之寒。“持恒”让我们永不言败。

注意：凡本书中涉及该方法的地方，均以 **Model** 作为标志。

第四步：

在模仿、跟读的基础上，Multiply the principles in key sentences and long passages。即将发音要诀的运用从独立的单词扩展到互联的句型和语篇中，从而进一步加深对发音要诀的认知和运用。

注意：凡本书中涉及该方法的地方，均以 **Multiply** 作为标志。

第五步：

在扩展的基础之上，要学会 Mine(挖掘) the slight difference between American Accents and British Accents，即努力挖掘美音与英音之间的细微差别。从而走出“不英不美，不中不洋”的发音误区，真正掌握一口标准纯正的美式语音。

注意：凡本书中涉及该方法的地方，均以 **Mine** 作为标志。

第六步：

Memorize them all。即认真背诵之前模仿、扩展和挖掘的所有语料和原理，包括重要词汇、典型句型、精选语篇和绕口令等，达到脱口而出的境界。久而久之，我们的语音不仅得到彻底的改观，而且还培养了良好的口语语感，何乐而不为呢？

当然背诵是份“苦差事”，但“欲穷大地三千里，须上高峰八百盘。”如果说“M7”的前五步是“消化过程”，那么这第六步就是“吸收过程”。所以我们始终都要铭记：吃得苦中苦，方为人上人。

第七步：

相信如果你们坚实地走过以上六步，就会不经意地发现：果然你们的语音、语调会有迅猛的发展和突破。Just like a Miracle!（像奇迹一般！）

“M7”英语听说教学法的七大步骤可以说是环环相扣，相辅相成。

只有步步为营，稳扎稳打，方可获取成功。

当然，It's easy said than done. 但要记住“不积跬步，无以至千里；不积小流，无以成江海。”为了达到看似“遥不可及”的美式语音、语调之至高境界，就让我们从现在开始 M7 “齐步走”吧！

I bet you can master American English pronunciation with the help of my “M7”, so just do it!

— 目 录 —

几点说明	I
美语音标、英语音标元音对照表	IV
“M7”英语听说教学法	VI
 Chapter One Vowels 元音	1
Unit 1 Front Vowels 前元音	2
Unit 2 Central Vowels 中元音	10
Unit 3 Back Vowels 后元音	15
Unit 4 Diphthongs 双元音	23
Unit 5 Conclusion of Vowels 元音总结	33
 Chapter Two Consonants 辅音	37
Unit 6 Plosives 爆破音	40
Unit 7 Fricatives 摩擦音	47
Unit 8 Lateral 舌侧音	60
Unit 9 Nasals 鼻腔音	63
Unit 10 Affricates 破擦音	68
Unit 11 Semi-Vowels 半元音	73
Unit 12 Consonant Clusters 辅音连缀	77
Unit 13 The “t” Sound in American English 美语中 t 的发音 ...	80
Unit 14 Some Special Endings 特殊词尾的发音	85