



恩波英语
ENBO

李 寄 主编

根据最新《大学英语课程教学要求》要求编写

通过阅读学词汇

- 英美教学专家**TWINNING**、**HOLLAND**力荐的终生受益记忆法
- **2500**个高频词汇在**110**篇美文语境中重复出现**5-10**次

4级篇

首

创

集词汇、阅读、翻译、听力于一书

CET

新题型

最佳词汇记忆方略

新增：词汇预览、单词回放、新题型练习

加赠：词汇索引随身手册 查阅学记两方便



MP3光盘 听力、词汇两不误

Stars' grand wedding

It is the wedding the world has been waiting to see, and CBS magazine has the exclusive details. Pop sensation Christina Aguilera will marry popstar Justin Guarini in an extravagant three-day celebration. From the Japanese-inspired rehearsal dinner at her home and Jordan fell in love in Japan, to their intimate Jewish wedding ceremony in a Napa Valley vineyard in California, USA. Christina's big day was a bride's dream come true. "We celebrate the richness of life and our blessed circumstances," read their personal wedding invitations.

Oxford must change

CITIZENS, one of the world's top universities, is facing a crisis. According to the university's vice-chancellor, Jonathan, Oxford no longer compares only against Cambridge. It finds itself pitted against elite US universities like Yale, Harvard and Stanford for the best teaching talent and students. But the problem is money. Oxford teachers are poorly paid compared to their American counterparts, and the facilities are not as good. Changing the situation will involve raising its

中国出版集团
中国对外翻译出版公司

根据最新《大学英语教学大纲》要求编写

通过阅读学词汇

4 级篇

H313.1
125D

主 编 李 寄

副主编 傅 俭

编 者 居 方 徐 娟

中 国 出 版 集 团
中国对外翻译出版公司

图书在版编目(CIP)数据

通过阅读学词汇·四级篇/李寄主编. —北京:
中国对外翻译出版公司, 2004. 8
ISBN 7-5001-1236-X

I. 通… II. 李… III. 英语—词汇—高等学校—
水平考试 自学参考资料 IV. H313

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2004) 第 035796 号

出版发行/中国对外翻译出版公司

地 址/北京市西城区车公庄大街甲 4 号物华大厦六层

电 话/(010)68359376 68359303 68359101 68357937

邮 编/100044

传 真/(010)68357870

电子邮箱/ctpc@public.bta.net.cn

网 址/http://www.ctpc.com.cn

策划编辑/铁 钧

责任编辑/赵铁伶

责任校对/王 简

封面设计/恩 波

排 版/锦 虹

印 刷/北京通州皇家印刷厂

经 销/新华书店北京发行所

规 格/889×1194 毫米 1/48

印 张/8.5

版 次/2006 年 8 月第一版(第一次修订)

印 次/2006 年 8 月第五次

印 数/26001—34000 册

ISBN 7-5001-1236-X 定价:12.00 元



版权所有 侵权必究
中国对外翻译出版公司

通过阅读学词汇

——最佳词汇记忆方略

(代前言)

学习英语词汇的方法不尽相同。较为常见的方法是买上一本英语词汇手册从头至尾狂背一气。这种方法简便易行,为许多同学采纳。但实践和研究都无可辩驳地表明,这种看似事半功倍的词汇记忆方法死板机械,收效甚微。另外,按字母顺序记忆的单调乏味会挫伤英语学习的兴趣,长此以往甚至会造成对英语学习的心理障碍。

另一种方法就是 通过阅读学习词汇。在轻松阅读的同时,在上下文语境中,“死词”变成了“活词”。错落有致的词汇编排不再枯燥乏味,数以千计的单词也不再令人生畏。通过阅读学习词汇是最佳的词汇学习方略,这是语言教学专家和心理专家的一致忠告。这套《通过阅读学词汇》就是先进的词汇记忆方略的具体体现。

本书特色如下:

美文欣赏,背句学词。一个单词脱离了实际使用的上下文语境,记牢会用是难以想象的。我们精心挑选了 100 篇美文及 10 课常用“名人名言”,并配上汉语语境,将词汇(左上角加*者为六级单词)置于英汉双语语境中,读者在欣赏优美短文、背诵地道语句(用点线标出)的同时,可以牢牢地记住这些单词并学会如何运用。英汉语境并置是本书最大的特点,也是国内外同类图书中开先河的。

分块(chunking)或定量记忆。我们把 2500 个词汇分成 110 个单元,使看似浩瀚的词海在心理上变少变易,带读者一步一个脚印到达最终目标。

注重重现率,强化记忆。据语言专家研究,一个单词重现 5~10 次学习者方能记牢。编者精心设计,将相当一部

分单词置于不同英语语境中,并在汉语语境中作“单词回放”,增加重现率,以助学习者达到快速记忆和活用的效果,并将短期记忆转化为长期记忆。

重点突破词汇,兼及阅读、翻译。本书所选单词多为四级核心常考词汇。并在词条后给出相应联想词、词组等供扩展记忆。我们还将所选短文译成汉语,并就其中要点、难点作注。所以本书亦是理想的四级阅读、翻译的辅导教材。

与时俱进是千古不易的真理。始自 2005 年,四、六级考试的题型作了较大调整,考试更加侧重词汇、阅读和翻译。我们抓住这一契机,对本书作了全新的修订,使之更贴近英语学习和测试。本书的全新修订版增加了如下版块:

核心词汇预览。我们在每单元的 10 篇美文中精心挑选了近百个关键词,供读者在阅读美文、记忆单词前进行预览。如此安排不仅增加了核心词汇的重视率,而且有效地降低了读者阅读美文的难度,为读者使用本书降低了台阶。

新题型练习。四、六级考试新题型设计的突出特点是通过短文考查学生的词汇、阅读、翻译水平。由此为出发点,我们设计了选词填空、完型填空和中译英三类题型的练习,希望读者在通过阅读学词汇的同时,辅之以通过练习学词汇。

早在 2000 年,我们推出“通过阅读学词汇”这一词汇学习理念时,是忐忑不安、诚惶诚恐的,但读者和业界的反映出乎我们的意料。对此我们甚感欣慰,因为广大读者因之受益是我们最大的追求。

李 寄
于南京大学

目 录

Unit 1

核心词汇预览	1
Lesson 1 Colour and Life	2
色彩与人生	3
Lesson 2 The Technology in the 21st Century	5
21 世纪的科技	6
Lesson 3 Social Support Cushions Stress	8
亲朋好友缓解压力	9
Lesson 4 Manners and Customs	11
举止规范与社会习俗	12
Lesson 5 Greenhouse Problems Arise!	14
温室效应来了!	15
Lesson 6 Friendship	17
友谊	18
Lesson 7 Stress and Relaxation	20
压力与松弛	21
Lesson 8 Radiation in Space	23
太空中的辐射	24
Lesson 9 Can Evidence Be Misleading?	26
事实会误导人们吗?	27
Lesson 10 Music, Part of African Life	29
音乐融入非洲人的生活	30
新题型练习	32

Unit 2

核心词汇预览	33
Lesson 11 Building Upwards, Right or Wrong? ...	34
建造高楼大厦的是与非	35
Lesson 12 Music Prodigies	37
音乐神童	38

Lesson 13	The Artificial Intelligence Rivalling That of Humans	40
	人工智能挑战人的智能	41
Lesson 14	The Inadequacies of the Young—Whose Fault?	43
	谁该为年轻人的缺点负责?	44
Lesson 15	Confrontation with Death	46
	直面死亡	47
Lesson 16	The Children's Acquisition of Language	49
	儿童如何学习语言	50
Lesson 17	Money, the Root of All Evil?	52
	金钱,万恶之源?	53
Lesson 18	Knowledge and Wisdom	55
	知识与智慧	56
Lesson 19	The Balance of Nature	58
	生态平衡	59
Lesson 20	Newspaper and Its Relevance to Life ...	61
	报纸与生活息息相关	62
	新题型练习	64

Unit 3

	核心词汇预览	65
Lesson 21	The Fridge	66
	冰箱	67
Lesson 22	Uniforms; Cons and Pros	69
	制服:赞成与反对的理由	70
Lesson 23	Clean Up the Sea!	72
	清洁海洋!	73
Lesson 24	Be Merciful to Animals	75
	善待动物	76
Lesson 25	Winners	78
	成功人士	79
Lesson 26	Work, the Causes of Happiness or Unhappiness?	81

	工作：幸福抑或不幸的根源？	82
Lesson 27	Science and Scientists	84
	科学与科学家	85
Lesson 28	The Recycling of Waste	87
	废物的再生利用	88
Lesson 29	Social Status	90
	社会地位	91
Lesson 30	Transplant Surgery	93
	移植外科	94
	新题型练习	96

Unit 4

	核心词汇预览	97
Lesson 31	The United Nations	98
	联合国	99
Lesson 32	Heroes or Savages?	101
	英雄还是野蛮人？	102
Lesson 33	Teaching and Learning	104
	教与学	105
Lesson 34	Cambridge, the University Town	107
	剑桥大学城	108
Lesson 35	Crime	110
	犯罪	111
Lesson 36	The Qualities of a Teacher	113
	教师的品质	114
Lesson 37	How to Be a Winner	116
	成功之道	117
Lesson 38	Time and Social Life	119
	时间与社交	120
Lesson 39	The Olympic Games	122
	奥运会	123
Lesson 40	The Secret Ingredients of Tough People	125
	坚韧不拔者的秘诀	126
	新题型练习	128

Unit 5

核心词汇预览	129
Lesson 41 Insurance	130
保险	131
Lesson 42 Learning to Write	133
学习写作	134
Lesson 43 Project Tiger	136
老虎保护工程	137
Lesson 44 Youth	139
青春	140
Lesson 45 The Benefits of Collecting	142
收藏的好处	143
Lesson 46 Time Spent in a Bookshop	145
在书店里度过的时光	146
Lesson 47 Work and Play	148
工作与娱乐	149
Lesson 48 How to Avoid Foolish Opinions	151
如何避免愚蠢的观点	152
Lesson 49 Cloning	154
克隆	155
Lesson 50 The Aim of a University Education ...	157
大学教育的目的	158
新题型练习	160

Unit 6

核心词汇预览	161
Lesson 51 Tunnelling	162
开凿隧道	163
Lesson 52 A Naturalist Is Born	165
博物学家是天生的	166
Lesson 53 Bringing Up the Children	168
抚养子女	169
Lesson 54 Ensuring Driving Safety	171
保证驾车安全	172
Lesson 55 The Generation Gap	174

	代沟	175
Lesson 56	Chemistry	177
	化学	178
Lesson 57	America, a Country on the Move	180
	美国,崇尚运动的国家	181
Lesson 58	Face and Personality	183
	脸与个性	184
Lesson 59	Remote Infrared Crop Scanning	186
	远程红外线作物扫描	187
Lesson 60	Does Smoking Help to Think?	189
	抽烟有助于思考吗?	190
新题型练习		192

Unit 7

	核心词汇预览	193
Lesson 61	Labor Day	194
	劳动节	195
Lesson 62	Population Growth Rate in Brazil	197
	巴西人口增长率	198
Lesson 63	Writing, a Hard Career	200
	写作——一项艰难的事业	201
Lesson 64	What Is Happiness?	203
	什么是幸福?	204
Lesson 65	Thatching in British Isles	206
	英伦诸岛的茅屋	207
Lesson 66	Optical Illusion and Highway Crashes	209
	视觉幻象与公路车祸	210
Lesson 67	Taste Is Subjective	212
	口味是主观的	213
Lesson 68	Learning to Use a Computer	215
	学会用电脑	216
Lesson 69	The Referees' Errors	218
	裁判的失误	219
Lesson 70	Changing Our Attitude Toward Napping	

.....	221
改变对打盹的看法	222
新题型练习	224

Unit 8

核心词汇预览	225
Lesson 71 Taste and Consumers	226
品味与消费者	227
Lesson 72 On Shyness	229
论羞怯	230
Lesson 73 Participation in Classroom	232
课堂参与	233
Lesson 74 Wearing Seat-Belts	235
系安全带	236
Lesson 75 Thinking Prevents the Brain from Shrinking	238
思考防止脑衰	239
Lesson 76 Computers and Thinking	241
计算机与思考	242
Lesson 77 Oceanography	244
海洋学	245
Lesson 78 Campus Life	247
校园生活	248
Lesson 79 The Energy Cycle	250
体力周期	251
Lesson 80 Disadvantages in Streaming Pupils	253
分班的弊端	254
新题型练习	256

Unit 9

核心词汇预览	257
Lesson 81 The Importance of Spelling	258
拼写的重要性	259
Lesson 82 The EEC's Solar Energy Programme	261
欧共体的太阳能计划	262

Lesson 83	The Artificial Heart	264
	人工心脏.....	265
Lesson 84	The Railroad and the Westward Movement	267
	铁路与西进.....	268
Lesson 85	Asian-Americans	270
	亚裔美国人.....	271
Lesson 86	Science—a Way of Thinking	273
	科学——一种思维方式.....	274
Lesson 87	Nursing	276
	护士工作.....	277
Lesson 88	New Findings in Babies' Learning	279
	婴儿学习的新发现.....	280
Lesson 89	Learning to Complain	282
	学会抱怨.....	283
Lesson 90	The Evolutionary Theory of Sleep	285
	睡眠的进化论.....	286
	新题型练习.....	288

Unit 10

	核心词汇预览.....	289
Lesson 91	The Shift from the Role of Husband to That of Father	290
	从丈夫向父亲角色的转换.....	291
Lesson 92	Reading: Conversation between the Reader and the Text	293
	阅读: 读者与文章的交流.....	294
Lesson 93	The Los Angeles Earthquake	296
	洛杉矶大地震.....	297
Lesson 94	The Appeal of Advertising	299
	广告的吸引力.....	300
Lesson 95	The Competition of Personal Computers	302
	个人电脑的竞争.....	303
Lesson 96	The Nuclear Power Plant	305



	核电站	306
Lesson 97	The Physical Science and the Social Science	308
	自然科学与社会科学	309
Lesson 98	A Preface of a Grammar Book	311
	语法书的前言	312
Lesson 99	Wheels for Animals?	314
	动物长轮子?	315
Lesson 100	Petroleum	317
	石油	318
新题型练习		320

Unit 11

Lesson 101	Law 哲理	321
Lesson 102	Life 人生	326
Lesson 103	Morality 道德	331
Lesson 104	Time 时光	336
Lesson 105	Learning 求知	338
Lesson 106	Success and Failure 成功与失败	343
Lesson 107	Friendship and Love 友谊与爱情	346
Lesson 108	Politics and Law 政治与法治	349
Lesson 109	Economy and Wealth 经济与财富	354
Lesson 110	Wit 谐趣	357
四级核心词汇导学		361

Unit 1 (Lesson 1~Lesson 10 核心词汇预览)

favo(u)rite	特别喜爱的	vary	变化
probable	很可能的	account	账(户)
tend	倾向	economic	经济的
preference	偏爱	intelligence	智力
influence	影响	factor	因素
mood	情绪	prime	首要的
relax	放松	argument	争论
establish	建立	belief	信仰
authority	权威	involve	包含
extraordinary	不平常的	rely	依靠
recommend	推荐	tolerate	容忍
initiative	主动性	stress	压力
complain	抱怨	signal	信号
transfer	转移	harm	伤害
possibility	可能性	affect	影响
relationship	关系	commit	犯(错误)
consist	组成	likely	可能的
system	系统	essential	必不可少的
cope	处理	environment	环境
range	范围	expose	暴露
presence	出席	explore	勘探
define	定义	decrease	减少
engage	参加	effective	有效的
ensure	确保	spacecraft	航天器
resolve	解决	impress	给...以印象
assume	假定	evidence	证据
indicate	表明	convince	使确信
offend	冒犯	neglect	忽视
attitude	态度	crash	碰撞
avoid	避免	tendency	趋势
exceed	超过	cautious	谨慎的
decade	十年	conclusion	结论
extreme	极度的	talent	才能
atmosphere	大气	consume	消耗
calculate	计算	distinguish	区分
estimate	估计	recognize	认出
predict	预言	capable	有能力的
trend	趋势	surround	包围

Lesson 1

Colour and Life

What is your favourite colour? Do you like yellow, orange, red? If you do, you must be an optimist, a leader, an active person who enjoys life, people^① and excitement. Do you prefer greys and blues^②? Then you are probably quiet, shy, and you would rather follow than lead. You tend to be a pessimist. At least, this is what psychologists tell us, and they should know, because they have been seriously studying the meaning of colour preference, as well as the effect that colours have on human beings. They tell us, among other facts^③, that we do not choose our favourite colour as we grow up—we are born with our preference. If you happen to love brown, you did so, as soon as you opened your eyes, or as soon as you could see clearly.

Colours do influence our moods—there is no doubt about it. A yellow room makes most people feel more cheerful and more relaxed than a dark green one; and a red dress brings warmth and cheer to the saddest winter day. On the other hand, black is depressing. A black bridge over the Thames River, near London, used to be the scene of more suicides than any other bridge in the area—until it was repainted green. The number of suicide attempts immediately fell sharply^④; perhaps it would have fallen even more if the bridge had been done in pink or baby blue.

Light and bright colours make people not only happier but more active. It is established^⑤ that factory workers work better, harder, and have fewer accidents when their machines are painted orange rather than black or grey.

色彩与人生

你最喜欢(favourite)什么色彩? 你喜欢黄色、橙色和红色吗? 倘若如此,你准是一个乐观的人,一个领导者,一个享受人生、乐于交往、容易激动、积极向上的人。你偏爱灰、蓝色系列吗? 那么,你很可能缄默、羞怯,你宁愿被人领导而不愿领导别人。你有悲观者的倾向(tend)。至少,这是心理学家告诉我们的——心理学家应该是这方面的专家,因为他们一直在认认真真地研究色彩偏爱(preference)的意义以及各种色彩对人的不同影响。他们告诉我们许多东西,其中之一是我们并不是在成长过程中挑选自己偏爱的色彩——我们的这种偏爱与生俱来。假设你碰巧喜欢褐色,当初你一睁眼看到这个世界,或至少当你看清这个世界的时候,你就喜欢上褐色了。

色彩的确影响(influence)我们的情绪(mood)——这一点毫无疑问。大多数人在一个黄色的房间里比在一个深绿色的房间里更感到愉悦(cheerful)松弛(relaxed);一件红衣服在最凄冷的冬日也能给人带来温暖(warmth)和振奋。而黑色却使人压抑(depressing)。伦敦附近泰晤士河上曾有一座黑色的桥,在这座桥上自杀的人数比这一地区任何一座桥都多。后来人们将它漆成绿色,企图自杀的人数立刻骤减;倘若将这座桥漆成粉红色或浅蓝色,下降幅度或许会更大。

轻松明快的色调不仅使人更加愉悦也更积极向上。事实证明(established),如果把工厂里的机器油漆成橘黄色而不是黑色或灰色,工人就会干得更勤奋、更出色,事故也会更少。

① enjoy people 在此意为“乐于与人交往”。

② greys and blues 指“灰蓝色系列”。

③ 本句汉译作了变通处理。

④ 汉语的断句作了处理,将前句的后半部分与本句合并为一句。

⑤ established 在此意为“确指”,本句亦可改为: It is an established fact that...。

favo(u)rite /'feivərit/ I *adj.*

特别喜爱的 II *n.* 特别喜爱的人(或物) || **favo(u)rable**

/'feivərəbl/ *adj.* 1. 称赞的, 赞同的 2. 有利的, 顺利的

optimist /'optimist/ *n.* 乐观者, 乐观主义者 || **optimistic**

/'opti'mistik/ *adj.* 乐观主义的

leader /'li:də/ *n.* 领袖, 领导者 || **leadership** /'li:dəʃip/ *n.* 领导, 领导层

leading /'li:diŋ/ *adj.* 重要的, 首位的

excitement /ik'saitmənt/ *n.* 1. 刺激, 激动, 兴奋 2. 令人兴奋的事, 刺激的因素

probably /'prɒbəbli/ *adv.* 很可能, 大概 || **presumably**

/pri'zju:məbli/ *adv.* 大概, 可能, 据推测

tend /tend/ I *vi.* 1. 易于, 往往会 2. 趋向, 倾向 II *vt.* 照管, 护理

pessimist /'pesimist/ *n.* 悲观者, 悲观主义者; 厌世者 || **pessimistic**

/'pesi'mistik/ *adj.* 悲观主义的

psychologist /sai'kɒlədʒist/ *n.* 心理学者; 心理学家

preference /'prefərəns/ *n.* 1. (for, to) 喜爱, 偏爱, 优先(权) 2. 偏爱的事物(或人)

influence /'inflʊəns/ I *n.* 1. 影响, 影响力 2. 产生影响的人(或事物) 3. 势力, 权势 II *vt.* 影响

mood /mu:d/ *n.* 1. 心情, 情绪

2. (动词的)语气 || be in the mood to do sth. (或 for sth.) 有意做某事

cheerful /'tʃiəfʊl/ *adj.* 1. 欢乐的, 高兴的 2. 使人感到愉快的

relax /ri'læks/ *v.* 1. 放松, (使) 松弛 2. 放宽, 缓和

warmth /wɔ:mθ/ *n.* 1. 温暖, 温和 2. 热烈, 热情, 热心 ||

chill /tʃil/ I *vt.* 使变冷, 使感到冷 II *n.* 1. 寒冷, 寒气 2. 风寒, 寒战

depress /di'pres/ *vt.* 1. 使沮丧, 使消沉 2. 使不景气, 削弱 3. 按下, 压下

scene /si:n/ *n.* 1. (戏剧的)一场, (电影、电视的)一个镜头, (小说等的)一节 2. (戏剧、事件等发生的)地点, 背景, 现场 3. 景色, 景象 4. 舞台 ||

scenery /'si:nəri/ *n.* 1. 风景, 景色 2. 舞台布景

sight-seeing /'sait,si:ŋ/ *n.* 观光, 游览

resort /ri'zɔ:t/ I *n.* 胜地, 常去之处 II *v.* 求助, 诉诸

suicide /'sju:saɪd/ *n.* 1. 自杀 2. 自取灭亡

pink /piŋk/ I *adj.* 粉红色的, 桃红色的 II *n.* 粉红色, 桃红色 ||

purple /'pɜ:pl/ I *adj.* 紫色的 II *n.* 紫色

establish /is'tæblɪʃ/ *vt.* 1. 建立, 创办, 设立 2. 确定, 确立, 证实 || **establishment**

/is'tæblɪʃmənt/ *n.* 1. 建立, 确立, 确定 2. 企业, 机构 3. 当权人物