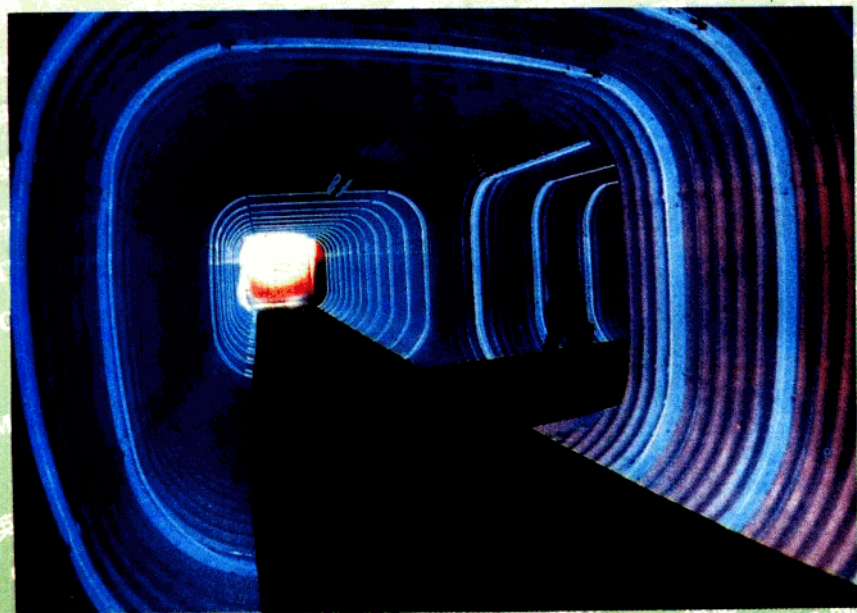


脚踏实地走向成功

——从学会英语和电脑谈起

● 钟道隆 / 著



● 辽宁人民出版社

前 言

1990 年到 1993 年在南京工作期间,我经常给大学生讲话,号召他们珍惜难得的学习机会,刻苦钻研,努力成才。由于我的讲话都是讨论式的,讲话前收集他们感兴趣的话题,讲完以后听取他们的意见,所以受到他们的欢迎,并于 1994 年以中小学生及其家长为对象,在江苏人民广播电台主讲了智力开发系列讲座。1994 年退休回北京以后,经常应邀给一些机关和学校做报告,讲如何才能在学习和工作上取得成功。1995 年应辽宁人民广播电台广播教育部之邀在该台主讲“钟道隆治学方法系列讲座”,本书就是在该讲座讲稿的基础上整理而成的。由于“脚踏实地”是我在英语和电脑学习中取得成功的诸因素中最主要的一个,故以《脚踏实地走向成功》为书名。这里所说的“成功”是广义的,泛指达到预期的工作和学习目的,并不一定非得是惊天动地的伟业。全书分为七章,第一章为“脚踏实地走向成功的实例”,介绍笔者 45 岁学会英语、52 岁学会电脑以及其他一些笔者亲眼见到的平凡人取得成功的例子;第二章为“三信三不迷信”,说明每一个智力正常的普通人都具有成才的潜能,只要下定决心、坚定信心和有坚持不懈的恒心,都能取得成功;第三章是“就地成才”,讨论如何对待环境以及安心平凡和钻研平凡工作的问题;第四章是“学习与总结”,说明成功的关键就在于善于学习与勤于总结;第五章

是“注意锻炼记忆力”，论述记忆力的重要作用和提高记忆力的一般方法；第六章和第七章分别是“努力掌握英语”和“学会使用电脑”，论述在当今条件下掌握英语和电脑这两个通向世界和通向未来的工具的迫切性和重要性，同时简略介绍了笔者提出的英语学习逆向法和学习电脑的方法。

本书是一本提倡脚踏实地学习和工作的书，一本鼓舞人们树立信心的书，一本鼓励在本岗位成才的书。本书不是心理学教科书，也不是一般形式的政治思想读物，所以不可能涉及成功的所有问题。

书中所讲述的一些观点，并不是笔者一人闭门造车的产物，而是在不断与大家探讨的过程中逐步形成的，是从笔者耳闻目睹的事例中概括出来的。例如“三信三不迷信”的观点是在与一些学习有困难的同学讨论过程中形成的，“最佳环境论”是在与几位不太安心本职工作的大学毕业生交换意见过程中形成的，“钻研平凡工作才能安心平凡工作”是从一位在平凡的通信维护岗位上做出成绩后，变不安心为安心的人那里直接听来的，如此等等。而且每当有了一些新想法，笔者必先用文字表达出来，请别人看或讲给别人听，征求他们的意见，进行修改和补充，再打印出来，再征求意见，如此多次反复。在此向一切帮助过我的人表示感谢。

笔者毕竟是从事技术工作的，写此类书实属班门弄斧，不当和错误之处诚请读者批评指正。

钟道隆

1995年9月于北京

目 录

第一章 脚踏实地走向成功的实例

一、笔者 45 岁时学会英语	(1)
1. 简要过程	(1)
2. 我是在国内学会英语的	(8)
3. 刚起步时我的水平并不高	(9)
4. 见缝插针	(11)
5. 乐在其中	(17)
6. 收获在英语外	(20)
二、他们怎样学会英语	(22)
1. 百分之百的 CET 通过率	(22)
2. 自学成才的英语副教授	(23)
3. 从不及格到全校第一	(23)
4. 高二学生 CET-6 考试成绩优秀	(25)
5. 其他例子	(25)
三、他怎样由“笨”变聪明	(27)
1. 不动脑子干出两件“笨”事	(27)
2. 一件聪明事	(27)
四、笔者 52 岁学会电脑	(29)
1. 学用经过	(29)
2. 掌握了电脑以后	(30)
五、笔者 55 岁时如何提高记忆力	(32)

1. 两个星期内认识 400 余名教员	(32)
2. 一个月内熟记学院的主要情况	(33)
3. 背出圆周率 1000 余位	(34)
4. 出版《好记性的诀窍》一书	(34)

第二章 三信三不迷信

一、决心	(36)
二、两种做法	(38)
三、三信三不迷信	(39)
(一)信努力,不迷信天才	(39)
1. 人脑有无穷的潜力	(39)
2. 天才与勤奋	(43)
3. 七步成诗才能哪里来	(52)
(二)、信自己的无穷潜力,不迷信他人	(54)
1. 天生我才必有用	(54)
2. 我比别人缺什么	(57)
3. 一事成,百事成	(59)
4. 一步领先,步步领先	(59)
5. 多说“行”,少说“不行”	(60)
(三)信扎扎实实的基本功,不迷信速成	(61)
1. 基本功的重要性	(62)
2. 从基本功入手是捷径	(69)
四、四个比喻	(70)
1. 聚光的凸透镜与集中精力	(70)
2. 高山湖水能发电与开窍	(71)
3. 核链式反应与知识积累	(72)
4. 电脑的硬件与软件	(72)
五、毅力是培养和锻炼出来的	(73)

1. 在克服困难中培养毅力	(73)
2. 在克服急于求成思想的过程中磨练毅力	(75)
3. 有规律的生活有助于培养毅力	(77)
4. 自我激励,增强毅力	(78)

第三章 就地成才

一、如何看待就地的环境	(80)
1. 适应环境	(80)
2. 充分利用环境的有利条件	(85)
3. 改善环境	(89)
4. 正确对待逆境	(90)
5. 逆境胜似顺境	(91)
6. 正确对待风言风语	(93)
7. 正确对待失败和挫折	(95)
二、正确对待机遇	(98)
1. 抓住每一个机遇	(98)
2. 一分准备一分机遇	(99)
三、安心平凡工作	(100)
1. 平凡工作有不平凡的意义	(100)
2. 安心平凡工作的动力从何而来	(101)
3. 干一行钻一行	(105)
4. 大学生走向工作岗位以后	(106)
5. 成就感与自我满足	(112)

第四章 学习与总结

一、学习	(113)
1. 学习与否智愚分	(113)
2. 珍惜各种学习机会	(117)
3. 确定长期、中期和短期学习目标	(119)

4. “昨天”、“今天”和“明天”	(123)
5. “朝闻道，夕死可矣”	(125)
6. 何以解忧，唯有学习	(126)
7. 学习中的苦乐转换	(127)
二、注意学习方法	(129)
1. 两种学习方法	(129)
2. 刻苦钻研基本概念	(130)
3. 经常复习基本概念	(134)
4. 扩大学习范围	(135)
三、向无字书本学习	(135)
1. 在实际工作中学习	(135)
2. 向群众学习	(137)
四、思考与总结	(140)
1. 多想出智慧	(140)
2. 要勤动笔写总结	(142)

第五章 注意锻炼记忆力

一、好记忆力的重要性	(144)
二、提高记忆力的一般方法	(148)
(一) 树立起增强记忆力的信心	(148)
1. 把脑子的巨大记忆潜力转化为现实记忆力	(148)
2. 要有能记住的信心和一定要记住的决心	(148)
3. 不断用脑子有益于身心健康	(149)
(二) 增强记忆力的一般方法	(150)
1. 学习书本知识，努力实践	(150)
2. 勤学苦练，多记多背，熟能生巧	(151)
3. 浓厚的兴趣和好奇心促进记忆	(152)
4. 集中注意力才能提高记忆力	(153)
5. 没有明确的目标和压力，潜在的记忆力发挥不出来	(154)

6. 找出记忆对象的规律有助于记忆	(155)
7. “联系记忆”记得快、记得牢	(156)
8. 与被记忆信息的属性挂钩才能记得准	(157)
9. 辨异记忆记得准	(158)
10. 口诀和顺口溜有助于记忆	(159)
11. 把抽象内容形象化有助于记忆	(159)
12. 多个官能并用记忆深刻	(159)
13. 注意归纳和总结	(161)
14. 注意机械记忆能力的培养	(162)
15. 不要盲目追求快速记忆和过目不忘	(163)
三、一个记忆实例	(165)
1. 把主要数据“粗化”后用“挂钩法”记忆	(165)
2. 从部分电话号码入手,记住其他电话号码	(166)
四、背记圆周率有助于提高记忆力	(170)
1. 笔者的实践	(171)
2. 圆周率 π 的数值	(172)
3. 用“谐音法”记住一百位	(173)
4. 记忆圆周率 π 的作用	(174)
五、充分发挥“烂”笔头的作用	(175)

第六章 努力学会英语

一、英语的用途	(178)
1. 英语水平是文化水平的一个标志	(178)
2. 在国内也需要外语	(180)
3. 不搞尖端科技的人也需要外语	(182)
4. 不从事科研工作的人也需要外语	(184)
5. 中国文化走向世界需要外语	(187)
6. 外语的其他用途	(188)
二、为什么英语水平总是提不高	(189)

1. 基本功不扎实	(189)
2. 学习进度太快	(192)
3. 缺少客观的考核和检验办法	(193)
4. 缺少帮助和鼓励	(193)
三、用“逆向法”学习英语效果好	(194)
1. 什么是“逆向法”	(194)
2. “逆向法”的具体做法——听、写、说、背、想	(199)
3. “逆向法”的优点	(203)
4. 结合自己情况运用“逆向法”	(210)
四、有关记忆英语生词的几个问题	(212)
1. 从语音入手效果好	(212)
2. 在不断反复中记忆单词	(214)
3. “越记越好记,越记越会记”	(216)
4. 联系记忆与辨异比较	(217)
5. 记忆生词的一些小技巧	(221)
五、你一定能学会英语	(227)

第七章 学会使用电脑

1. 使用电脑的意义	(228)
2. 电脑的功用	(230)
3. 大家都来用电脑写作	(236)
4. 克服思想障碍,积极学用电脑	(247)
5. 三种使用方式	(250)
6. 学用电脑的步骤	(252)
7. 学哪种汉字输入方案	(255)
8. 随时向内行请教	(255)
9. 什么时候开始学用都不晚	(258)

第一章

脚踏实地走向成功的实例

本书所说的一些观点,都是笔者从耳闻目睹和亲身经历的事例中概括出来的,为了叙述方便起见,本章先介绍几个踏踏实实取得成功的实例。

一、笔者 45 岁时学会英语

1. 简要过程

我上中学时没有学过音标,基本上是跟着教师念,对不对不得而知。有时会闹出笑话,例如 dining-room 中的第一个 i,不发 [i],而发 [ai],但是教师读成 [i],我们也就跟着读错了,后来才纠正过来。上大学以后改学俄语,大学毕业以后又自学过一些英语,能阅读有关的专业书籍。但是从来没有学过“听”和“说”,基本上是“哑巴英语”。

1979 年第一次随团去法国和德国参观。当时我能阅读自己熟悉的专业书刊,算是代表团中英语水平比较高的。但一到外国,除了一般的问候话语以外几乎都听不懂,说不了,所以根本听不懂技术讲解。即使对于熟悉的有关专业的书面材料,如果是用大写字母写成的话,一时也还反应不

过来,需要在脑子中翻译成小写才看得懂。代表团团长还不时地鼓励我“胆子大一些”。其实哪里是什么胆子大小的问题,听不懂,说不了,看不懂,哪里来的胆子?在这种情况下,深感英语十分重要,回国以后下决心学听、学说。

学听、学说英语的最好方法是生活在英语环境中,天天听英语,说英语。但是我没有这样的条件。没有条件可以创造条件,在半导体收录机如此普及的今天,听英语录音就是一个切实可行的办法。我当时学习的劲头很大,先后学习过 The Man Who Escaped(逃跑的人)、English for Today—Book Four: The Changing Technology(今日英语—第四册:日新月异的科技)、《英语 900 句》等书和录音带。学的时候对着书看,似乎没有什么不明白的地方。但一年左右下来,花的功夫不少,收获却不大,英语水平(听、说和快速阅读能力等)并没有什么明显的提高,好像碰到了个很不容易逾越的壁垒。在这种情况下,我很苦闷和彷徨:进一步学习提高吧,好像困难重重,难以取得什么突破性的进展;但是放下不学吧,工作中确实需要,而且我当时单身一人在沈阳,业余时间没有什么事可做,所以还是想学英语。但是怎么学呢?请教一位专职英语翻译,他说:“我们在外语学院专门学了好几年,也不是都能听懂,你已经 45 岁了,恐怕困难更多。”听了他的这番话,使我认识到学习英语的艰巨性,打消了急于求成的思想,树立了长期作战的思想。一天,我突然回想起我听懂京戏唱词的过程:40 年代末从南方到了北京以后,觉得京戏很好听,可是听不懂,不知道哼哼呀呀唱的什么。60 年代初我与一位京戏迷住在一起,他有很多京戏唱片。我问他怎样才能听懂京戏?他说京戏是很程式化的,只要一字一字地听懂几出戏就好办

了。此后只要一放唱片,他就一句一句地告诉我唱的是什麼词。就这样,我慢慢地听懂了几出戏,此后再去听别的果然也能听懂了。我不是也可以用这种方法去学习英语吗?但是从哪里起步呢?我的听力很差,语速稍快一点的英语根本听不懂,只能去听专门为初学英语者设计的“慢速英语”。说干就干,当晚就开始一词一词、一句一句听写“慢速英语”。这一天是1980年1月31日,是很值得我回忆的,因为从此我就走上了踏踏实实地自学英语的成功之路,而且从未中断过。在刚开始听写的时候,虽然我已经认得不少词,但由于不会念,听到了也不知道是什麼词,很难继续学下去。如何解决这个问题?我果断地停止了听写录音带,改为跟学辽宁人民广播电台的“初级广播英语”,从最基础的英语发音学起,足足学了5个月,把自己的基础英语知识比较彻底地重新加固了一下。真是“磨刀不误砍柴工”,此后再去听原来的录音就觉得不是很困难了。现在回想起来,这一步是很值得的,如果没有这5个月的退却,就不可能有我今天的英语水平。

听写慢速英语,经历了起步、巩固和提高3个阶段,用了一年半左右的时间,英语水平有了一定的提高,可以完成技术讲解中的口译任务。到此我并没有停步,而是继续听写各种各样题材的Standard English,尤其是利用车祸后卧床不起的3个月时间进行系统的听写,听力得到了明显的提高。

对于水平比较高的人来说,“慢速英语”实在是太容易了,正如有的书的作者所说的“只要每天听上5分钟,就可以听懂”,或者认为“只要会1500个最基本的英语单词就可以听懂”。其实并没有这么简单,这就是所谓的“会者不

难,难者不会”。我刚开始听写时,不但一条新闻听不到底,连一句话也听不到底。不知道一句话里有多少个词,每个词都是什么音,由什么字母拼写而成。所以只得一边听一边把听懂了的词写出来,听写不出来就先空着,用红铅笔标出来。这样,10 分钟的国际新闻,花十几个小时都不一定能听写出来。

有的人认为我之所以能坚持下来,是因为对英语有特殊的兴趣。现在我对英语确实有特殊的浓厚兴趣,深深感到学习英语是一种享受,即使退休以后也仍然要学习几个小时英语。但在刚开始学习的时候却完全相反,感到学习英语是一种沉重的负担,当时的苦闷是难以形容的:一个人坐在室内,面对收录机,一连几个小时,翻来覆去地进带倒带,十几遍也不一定听得懂一个词一句话,实在是枯燥极了,有时真想把收录机砸了,不听了。但一想到“水滴石穿”、“只要功夫深,铁杵磨成针”和“锲而不舍,金石可镂”等古训,才又重新鼓起学习劲头,坚持了下来。现在回想起来,如果当时知难而退,半途而废的话,是不可能取得成功的。

随着时间的推移,我的英语水平也逐步提高了。我在自学英语过程中经常向一位翻译请教。刚开始,有了听不懂的,只要打电话把听不懂的词的前面和后面的词告诉他,他能立即告诉我中间应该是什么词。一听果然不错,我心中实在是佩服极了,觉得“人家大学英语本科毕业的就不一样,就是行”,心中暗暗地想,要是我能达到他这样的水平该有多好;过了一段时间,大约十个月后,我再听不懂,他电话里就回答不了了,必须拿录音带去听才行,但仍然是听上一、两遍就立即能告诉我应该是什么词。后来我再继

续听 Standard English ,有了问题去问时,他就不是立即能回答了,要与我一起讨论,一起猜了。又如在我完成了起步阶段的学习任务以后正好到北京参加一次技术交流,来的人就是原来我们去国外访问时给我们讲解的人,但是这一次我基本上能听懂他们的讲解。休息时我问他们,是不是因为到了中国,才故意把讲话的速度放慢了?他们笑着回答说:“我们一直是用同一个语速讲的,只不过是你的听力提高了,觉得我们讲得慢了。”从这些经历中我看到了自己的进步。

由于英语水平的提高,技术讲座中翻译译得对不对我也能作出判断了。有时翻译与我的理解不一致,在场的外籍华人一般情况下都说我的理解对。(当然这里起主要作用的是我懂专业,其实专业翻译们的英语水平比我高多了。)这种情况重复多了,中国电子设备系统工程公司总经理 1982 年初访问德国前提出让我当翻译。这是我万万没有想到的,我回答说干不了。但他坚持说我干得了,并给了我很多鼓励。于是我进行了详细的准备,拟定了一些情景对话:如一到海关,可能问什么,怎么回答,参观时可能会有什么问题,怎么翻译等等,并且把准备好的稿子对着录音机念,再放出来给自己听,看像不像。尽管进行了这样准备,一到国外,实际对话时完全不是那么一回事,不是听不懂就是说不了,困难极了。当时我手里随时拿着一个本子,有听不懂的,说不了的就立即记下来,晚上回到旅馆,再累也要查词典,看会话手册,一定要把白天不明白的地方搞懂了以后才休息。这件事情对我是一个转折,大大地增加了我的自信心,确信自己是能学会英语的。能承担口译任务以后,我仍然一点也不放松自学,每天仍坚持学习英语,以

做到“曲不离口”、“常学常新”。有时别人问我：“你已经会说会听了，就行了，为什么还花这么多时间学英语？”我只有回答说：“我喜欢英语。”这也是真的，比方说春节的时候，家里别的人看春节电视节目一直到半夜一、两点，我就一直学习英语到半夜一、两点。

与学其他知识一样，自学英语必须要有一丝不苟和精益求精的学习精神，碰到问题要打破沙锅问到底，不达目的决不休止，只要搞不懂就一直要挂在心上，一有机会就要学要问。对于学到的东西决不要满足于一知半解，而要深入钻研，把边边角角的有关知识都搞清楚。只有这样才会如同小学生学语文一样，每天都能学到新的词，掌握的英语知识才会越来越多，水平才会越来越高。下面举几个典型的例子。

一次听到 Khmer Rouge，其中 Rouge 一词听不懂。两年后一次听一篇有关美国妇女化妆的文章，其中提到 rouge(口红)，这才恍然大悟，原来是“红色高棉”，存在两年左右的问题终于有了答案。

condition 一词与医学有关的解释一般只作“条件和状态”讲，但在形容有的人有心脏病时用 heart condition，觉得解释成“心脏条件和状态”都不太通顺。三年多以后从一本新出版的 Longman 词典中，才知道这个词可以直接作“病”解。

听有关菲律宾反对党领袖阿基诺被刺的消息时，不断地听到 tar mac 一词，根据发音找不着，后来问了一个美国人，才知道是“柏油碎石路”，是从 tar macadam 一词简化而来的。

又如一次录下了 The peace talks between Iran and Iraq

went into square one. 这样一句话, 根据上下文的意思推测出是两伊和谈没有取得什么进展的意思, 但是手头的词典上没有 square one 这个词组, 无法确实得知是否听写对了。因此见人就问, 后来拿着录音给一个从加拿大回来的博士听, 他肯定了我听写的是对的。我并没有到此为止, 到处找词典, 最后终于在 The Penguin Dictionary of English Idioms 上找到了如下有关 Back to Square one 的解释:

Back to square one - back to the very beginning of some task or enterprise as a result of a setback. The allusion is to the game of Ludo when a player is sent to square one if he lands on the wrong square.

这样, 对于这个词的来历就知道了。知道了就有用, China Daily 1990 年 7 月 7 日有一个标题是这样写的:

Back to square one on talks over Northern Ireland

我比较注意总结学习经验, 每隔一段时间要回忆一下有什么经验教训和体会。我采用的学习方法没有有形的课本, 一开始只有声音, 只有边听边写才能搞清楚录音说的是什么, 等到全部录音都听写出来了, 才有一个有形的课本, 与通常的从有形的课本入手的“正向”方法不同, 是“逆向”进行的, 故名“逆向法”。把经验和体会写出来就是已经出版发行的《慢速英语入门》、《科技英语听力自学要诀》、《英语学习逆向法》、《听力过关技巧》和《英语新闻广播常用词语选编》等五本书以及发表在上海外语学院《外语电化教学》等杂志上的《我是怎样通过听写 VOA Special English 自学英语的?》和《掌握英语基础知识是提高听写能力的关键》等多篇文章。

以上就是我自学英语取得成功的简要过程。

2. 我是在国内学会英语的

有的人认为我学会英语是因为经常出国,其实我是学会了英语才出国的,不是出国以后才学会英语的。当然,在国外,有很好的学习英语的客观条件和学好英语的可能性。但把可能性转换成现实性,充分利用有利条件,还是要通过自己的努力。不少人一次一次地出国,但就是没有学会英语,我第二次出国就当翻译了。其实就我本人学到英语知识的多少来说,有时在国内每天学的英语知识比在国外还多,因为在国外,有不少事务性的工作要做,尤其是作为翻译出去,事务性工作就更多,没有更多的时间坐下来学习英语。而在国内,一天下来学上五、六个小时,可以学习不少英语知识。一位同事以前认为我是通过出国才学会英语的,后来他和我一起去荷兰,看到我在国外也是每天坚持听录音,才说:“原来你是这样学会英语的。”

有的人只看到我现在的英语水平比较高这个结果,不了解这个结果是通过怎样的艰苦努力才达到的。于是很容易认为我聪明,记忆力特别好,所以学会了英语。其实记忆力不是天生的,而是后天锻炼得到的一种能力。关于我是怎样通过刻苦努力才学会英语的,我可以举出三个人的话来说明这一点。一位是我在沈阳工作时的领导,看到我废寝忘食日复一日地苦学英语,对我说:“像你这样学,是要感动上帝的。”另一位是中国电子设备系统工程公司的一位工作人员,她每天上班路过我办公室时总是看到我在听写,很有感触地说“我没有见过一个像你这样用功学英语的人。”最后一位就是我的妻子,看见我一有空就学英语,录音机哇啦哇啦地响个不停,说:“你怎么这么笨,学了这么长的