

珍藏版

Learning is not just testing

新托福 精品词汇 掌用 掌中宝

冉继军 王郅 编著

敲开记忆的大门 给自己一片飞翔的天空

说文解字 **VS** 记忆迷津

同义表达 **VS** 托福考点

经典例句 **VS** 题海战术

活学活用 **VS** 死记硬背

高效自学 **VS** 一知半解



中国水利水电出版社

www.waterpub.com.cn

要 要 容 内

新托福 精品词汇

学用 掌中宝

冉继军 王郅 编著



中国水利水电出版社
www.waterpub.com.cn

内 容 提 要

本书倡导“Learning is not just testing”的乐学理念,在洞悉托福考试思路的前提下,为读者精心设置了许多实用性很强的栏目。“说文解字”引领读者了解托福高频精品词汇的前生后世,高效记忆单词;“同义表达”帮助读者学会科学归纳,举一反三;“经典例句”所萃取的句子,抑或富有时代气息;抑或彰显英语的简洁之美;抑或为读者“即学即用”提供范例,可谓信笔拈来、精彩纷呈。值得一提的是,本书由享誉学界的优秀教师倾心打造,他们深谙“授人以渔”之道,引领读者潜移默化地突破学习的瓶颈,有效地提高托福考试的核心竞争力。

本书对于所有托福考生而言,是活学活用、不可或缺的案头读物;对于广大钟情于探索单词奥秘的发烧友而言,也是一本常读常新、有趣有益的活读本。

图书在版编目(CIP)数据

新托福精品词汇学用掌中宝/冉继军,王郅编著. —北京:
中国水利水电出版社, 2009
ISBN 978-7-5084-6596-8

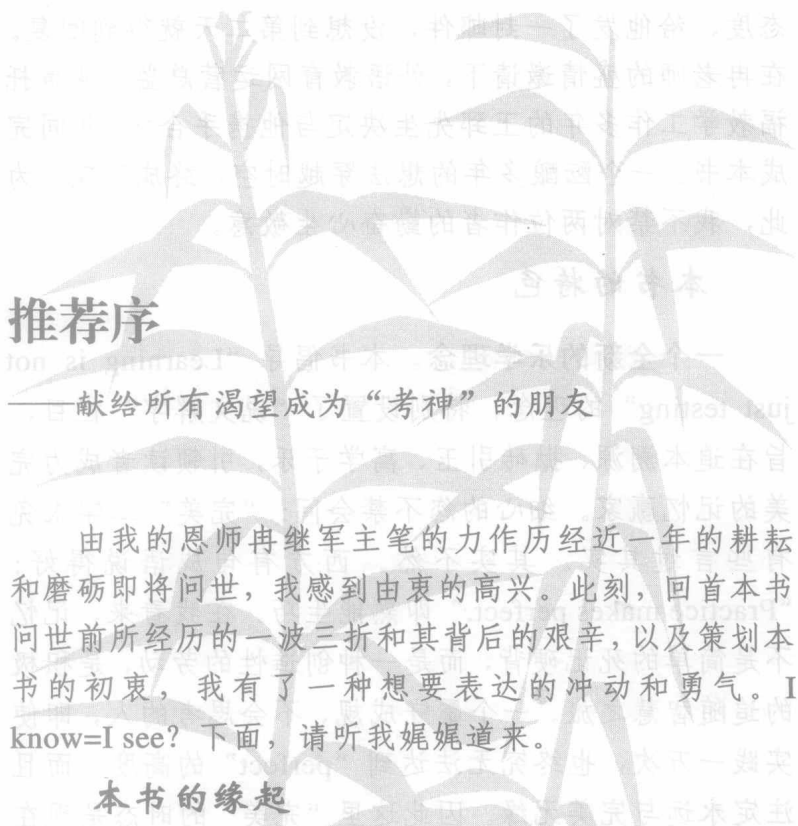
I. 新… II. ①冉… ②王… III. 英语-词汇-高等教育-
自学参考资料 IV. H313

中国版本图书馆CIP数据核字(2009)第103500号

书 名	新托福精品词汇学用掌中宝
作 者	冉继军 王郅 编著
出版发行	中国水利水电出版社 (北京市海淀区玉渊潭南路1号D座 100038) 网址: www.waterpub.com.cn E-mail: sales @ waterpub.com.cn 电话: (010) 68367658 (营销中心)
经 售	北京科水图书销售中心(零售) 电话: (010) 88383994、63202643 全国各地新华书店和相关出版物销售网点
排 版	中国水利水电出版社微机排版中心
印 刷	北京市兴怀印刷厂
规 格	133mm×203mm 32开本 12.25印张 353千字
版 次	2009年6月第1版 2009年6月第1次印刷
印 数	0001—5000册
定 价	26.80元

凡购买我社图书,如有缺页、倒页、脱页的,本社营销中心负责调换

版权所有·侵权必究



推荐序

——献给所有渴望成为“考神”的朋友

由我的恩师冉继军主笔的力作历经近一年的耕耘和磨砺即将问世，我感到由衷的高兴。此刻，回首本书问世前所经历的一波三折和其背后的艰辛，以及策划本书的初衷，我有了一种想要表达的冲动和勇气。I know=I see? 下面，请听我娓娓道来。

本书的缘起

2006年，我正在北京外国语大学网络教育学院读书，期末对老师授课进行评估时，同学们私下一交流，对冉继军老师的亲和力、敬业精神和广博学识赞赏不已。于是，他自然成为同学们心目中的明星教师。从那一刻起，我就在心里暗下决心，有朝一日一定要把北外名师推出去，让更多的人分享他们的智慧。时光飞逝如

电。2008年4月，当我得知冉老师正在加州大学伯克利分校（U.C Berkeley）做访问学者时，抱着试试看的态度，给他发了一封邮件，没想到第二天就得到回复。在冉老师的盛情邀请下，外语教育网运营总监、从事托福教学工作多年的王郅先生决定与他携手合作，共同完成本书。一个酝酿多年的想法穿越时空，终成事实。为此，我不禁对两位作者的勤奋心生敬意。

本书的特色

一个全新的乐学理念。本书倡导“Learning is not just testing”的理念，特别设置了“说文解字”栏目，旨在追本溯源、抛砖引玉、寓学于乐，引领读者成为完美的记忆赢家。细心的您不禁会问：“完美”二字未免有些言过其实。其实不然。西方有句成语说得好：“Practice makes perfect.”即熟能生巧。在我看来，记忆不是简单的死记硬背，而是一种创造性的劳动，是积极的追随智慧之旅。一个墨守成规、不会思考的人，即使实践一万次，也终究无法达到“perfect”的高度，而且注定永远与完美无缘。因此这里“完美”的时态是现在进行时。这其中饱含着对求知的深层思考和对读者的真诚祝福。我坚信，所有志存高远、勤勉好学的读者，只有从本书中的“说文解字”入手，追本溯源，具备“长于思考、敏于想象”的能力，不断探索单词的奥秘，才能逐步从“孜孜以求、博闻强识”的必然王国走向“大智大慧、活学活用”的自由王国。

零距离的精神会餐。教育家孔子（Confucius）曾云：工欲善其事，必先利其器（A craftsman who wishes to practice his craft well must first sharpen his tools.）。这句话告诉我们学习方法的重要性。先进的方法是激活思维的秘密武器，是开启成功大门的金钥匙。为了让读者能在一种快乐的氛围中不知不觉地走进“托福单词的殿堂”，书中特别设置了“说文解字”、“同义表达”、“经典例句”等诸多实用性很强的栏目。“说文解字”便于读者通过典故和故事或词根、词缀来记忆单词；“同义表达”帮助读者学会科学归纳，举一反三，在考试中从容应试；“经典例句”所萃取的句子，抑或富有时代气息、抑或彰显英语的简洁之美；抑或为读者“即学即用”提供范例……真是信笔拈来、精彩纷呈。值得一提的是，书中的每个栏目既相对独立，又紧密联系、融为一体，同时兼具字典工具查找的功能；每个字母下的“单词表”便于读者“自查自测、高效自学”。建议读者能“不用扬鞭自奋蹄”，反刍似地研读每个栏目，自我诊断，自我修炼，超越小我，从而实现质的飞跃。

优秀教师心血的结晶。本书不是作者一时的妙手偶得，而是他们长期潜心实践的产物。作者治学态度严谨，在繁忙的工作之余，放弃了所有的休息时间，全身心地投入到艰辛的写作中，堪称“不辞劳苦、不舍昼夜、倾心打造”。因为作者与时俱进、洞悉托福考试的思路和记忆单词的规律；加之深谙“授人鱼不如授之以渔（Give a man a fish, and you'll feed him for a day. Give him a

religion, and he'll starve to death while praying for a fish.)”之道，所以有助于引领读者走出“题海战术和盲目蛮学”的误区，潜移默化地突破学习的瓶颈，扎实有效地掌握英语技能，扩大词汇量。我由衷地希望读者学会和身边这位博学的老师进行智能对话，查纳雅言，潜心总结，不断探究单词的记忆规律，使本书成为活化的词汇学习读本。

众所周知，“考而不死是为神”。可爱的读者，如果你想成为一个托福赢家，就要耐得住寂寞、忍得住煎熬，努力变“背单词的探索苦旅”为“修炼内功的快乐体验”。只要这样，才能达到“一览众山小”的至高境界。

“长风破浪会有时，直挂云帆济沧海。”至此，愿读者朋友在心灵的世界里和我结个书缘，更愿书中的智言慧语，使您在治学之路上也能花香满径、好梦成真。

徐正虹 (Teresa Xu)

2009年4月

致读者

打开新托福考试的三个问号

1. 你懂新托福考试吗?

新托福考试 (The TOEFL Institutional Testing Program), 作为一种英语评估工具, 现已被越来越多的美国知名大学所承认并作为获取该校奖学金的重要参考。它从基于纸介质 (paper-based) 到基于计算机 (computer-based) 再过渡到目前的基于互联网 (internet-based), 充分体现了ETS (Educational Testing Service) 考试理念的深刻变化, 以往传统的分项考试经过整合, 变成一种集成化的考试, 对词汇的要求也相应提高。

2. 什么是精品高频词汇?

具体而言, 托福对单词的要求可以从单词的广度、

精度和深度三个方面来体现。首先，托福考试的单词从绝对数量上看，基本上和六级水平差不多，在 5500~6000 词之间，这是单词的广度。学好新托福词汇，归根结底，是要在有限的时间里，快速提高单词的运用能力和驾驭能力。只有这样，才能把最有用的单词和知识转化成对付考试的子弹。为了实现这一终极目标，并弘扬创新精神，笔者使用词频统计软件，综合了已有的真题和机经词汇，从中萃取了这些经过千锤百炼的词汇，我们称之为托福精品高频词汇。如果读者在最有限的时间里，潜心钻研并掌握它们，就能从容应战。

3. 新托福精品词汇缘何点亮读者的眼睛？

英文中有一句含义深刻的话：Half knowledge is dangerous（一知半解是危险的）。目前，托福考试作为一种很严谨的语言测试手段，其自身最基本的原则是考查考生的同义替换能力。英语专业的本科生精读课四年培养也只围绕一个目标——paraphrase，即同义解释。阅读理解的正确答案是对命题句的同义替换；听力也是如此。写作和口语则强调的是表达同样概念是用同义词来体现自己的词汇资源，并较好地解决语义连贯的问题。由此可见，追求深度理解词汇是托福考试成功的必经之路。而本书中词汇所设置的“同义表达”，恰恰帮助读者有效地攻克这一难关。试想，如果读者能在“将同义表达研究透”的前提下，将词性转换琢磨透、把经典例句理解透，全面提高听说读写四项能力，你还会惧怕考试吗？

成为托福单词赢家的三要素

1. 做一个积极而快乐的学习者 (To be an active and happy learner)

我相信，凡是做过学生的人，都曾饱尝背单词之苦。因此，“如何开启单词的记忆宝箱”成了我们必须解决的问题。走笔至此，回首自己坎坷的求学之路，不禁让我想起国学大师王国维在《人间词话》中的精辟妙语：“古今之成大事业、大学问者，必经过三种境界：‘昨夜西风凋碧树。独上高楼，望尽天涯路’。此第一境也。‘衣带渐宽终不悔，为伊消得人憔悴。’此第二境也。‘众里寻他千百度，蓦然回首，那人却在灯火阑珊处’。此第三境也。”如果说，我在南京国际关系学院读英文本科时，经历的是治学的第一个境界的话，那么我学会了如何从死记硬背单词到活学活用它们。通过摸索，逐渐领悟用同义词替换——use proper words in proper places，通过认识单词的家族来化解记忆之苦，变苦学为乐学，从而完善了自己的记忆规律。在北京外国语大学读研究生这段时间，可以称得上是治学的第二个境界。北外“Learning by doing”的教学理念深深地影响着我，让我学会在课堂上和老师积极地切磋技艺、交流思想。在这种潜移默化的“修炼”过程中，我开始深入地研读单词的词根、词缀，探索单词的奥秘；细心品味英文句子的简洁之美；潜心总结英文单词给句子注入活力之道。通过大量阅读英美报刊文章和经典名著，以及

博闻强识各种新鲜单词，将“学、思、用”以一贯之、完美结合，为写出地道的好文章打下了坚实的基础。在北京大学传播系攻读博士和在美国加州大学伯克利分校做访问学者的经历，让我不仅感受到未名湖的壮美，而且学会将北大“兼容并包、思想自由”的文化遗产如何活用到学习知识的“兼收并蓄、博采众长”上。更令我感到欣幸的是，访问美国名校让我对英美文化的了解变得更加立体和深入，“说文解字”成了钻研学问的必修课。此时，在遵循艾宾浩斯遗忘曲线——“先快后慢”的遗忘规律的同时，我更加注重迁移东尼·博赞先生（国际著名的思维记忆专家）的思维导图记忆法。读者朋友，当你不仅可以站在巨人的肩膀上学习，而且能够和巨人对话自己的感悟时，你会惊异地发现，自己已从探索单词智慧的文化旅人，变成一个不断发现自己潜能的英雄，那种快乐是难以言表的。简言之，走进托福词汇殿堂的英语学习者，就要像希腊德尔菲的阿波罗神庙中的那句箴言一样：γνώθι σεαυτόν（认识你自己）。对我们而言，最重要的是要学会总结。在学完一部分单词之后，一定要定期检查自己的记忆效果，将易错易混的单词归纳，建立备忘档案，反复记忆，不断发现和完善自己的不足之处，从而实现从量变到质变的飞跃。

2. 医治想象力贫血的良方（Enlighten your imagination）

要想在托福词汇的殿堂里探索单词的奥秘，就必须学会发现你自己（discover yourself），并激发你的

想象力。在我看来，“说文解字”对单词进行了最好的诠释和解读。通过了解词源，你可以知道每个单词的前世今生，让你有一种探究历史的乐趣。更重要的是，这部分介绍了英语中生命力十分顽强的词根和词缀，这些词根、词缀是演化生成无数单词的本源，就像多米诺骨牌一样，成为突破词汇的制胜法宝。有趣有益的单词故事，常读常新的单词渊源，不仅再现了单词本身的美，也成就了无数想挖掘单词本身之美的梦想家。读者朋友，作为一个身体力行的探索者，我愿意把自己的感悟心得与您分享。比如，一看到 heel 这个单词，我马上会想到 Achilles' heel 指的是阿喀琉斯之踵，也就是致命缺点的意思，它背后说的是希腊神话中的伟大勇士阿喀琉斯的传奇，而且这个短语可以在写作当中直接给你增加印象分。如果用这个短语而不是用 fatal/vital weakness，阅卷老师会认为你学到的是真正的英美文化。另外，本书中设置了“经典例句”，这些例句大多选自托福文章以及经典名著，配以地道的翻译，可以帮助大家积累丰富的句型素材，以便从容应考。值得一提的是，在例句的选择上，我们注重活用英文的并列句和复合句，也注重使用倒装句和省略句，并适时地添加了一些比较新鲜的时事类句式，为读者备考口语和写作助力。所有这些鲜活的思想都有助于激活思维，是医治想象力贫血的良方。

3. 成为一个聪明而理性的时间机器 (To be a smart and logical time machine)

马上就要上考场了，怎样超越自己 (transcend yourself) 呢？合理地安排时间是很重要的。目前，新托福的考试基本上是每月有 1~3 次考试机会，对于广大考生而言，必须拟订一个切实可行的备考计划。笔者认为，一般在考前两个月可以开始集中力量背单词，同时不忘进行“听、说、读、写”能力的单项训练。到考前一个月的时候，开始进入第二遍强化精读单词阶段。要经常“自查自测”，并着手开始做单项的套题，使自己能适应考试的题型。等到还有两周左右的时间就可以放弃背单词，集中力量做几套模拟题并进行认真分析，同时调整自己的生物钟，为备考做好充分的准备。为了让读者能以最平和的心态投入单词的学习中，我们在每个字母表的后面特别添加了“赢家锦囊”栏目，引领读者分享先贤的智慧，鼓舞斗志，从容应考。

读者朋友，我由衷地希望：这本富于创意、充满智慧、浸透着作者心血和汗水的好书能够成为您的掌中宝；同时我们有理由相信：凭借作者的智慧和你们的不懈努力，必将铸就明日的辉煌！May you succeed!

冉继军

E-mail: ranjijun@yahoo.com.cn

2009 年 4 月于北京大学畅春新园

目 录

推荐序

致读者

A	(1~16)	N	(169~184)
B	(17~32)	O	(185~194)
C	(33~66)	P	(195~226)
D	(67~86)	Q	(227~230)
E	(87~100)	R	(231~254)
F	(101~112)	S	(255~310)
G	(113~116)	T	(311~330)
H	(117~124)	U	(331~340)
I	(125~144)	V	(341~350)
J	(145~148)	W	(351~362)
K	(149~152)	X	(363~364)
L	(153~160)	Y	(365~368)
M	(161~168)	Z	(369~372)

后记 / 373

A

abate; abbreviate; abide; ability; ablaze; abnormal; abolish;
 aboriginal; abortion; abound; absent; absolute; absorb;
 abstract; abuse; academic; accelerate; access; accidental;
 acclaim; accommodate; accompany; acid; administration;
 adventure; aesthetic; alternative; appetite; alien (29)

贏
家
錦
囊

The sleep of a laboring man is sweet. (*the Bible*)

劳动者的睡眠是香甜的。(《圣经》)



A

abate [ə'beit] *vt.* 使（数量、程度等）减少，减轻，除去，缓和，打折扣；*vi.* （数量、程度等）减少，减轻，失效，缓和，（法令等）被废除

【说文解字】该词源于法语，本意是 beat down 减少的意思，后来意义固定为“减缓，打折扣”。它属于以 a 开头的超高频词汇之一，在 GRE (Graduate Record Examination) 考试中多次出现。

【词性转换】**abatement** *n.* 减轻；**unabated** *adj.* 不衰的；**abatable** *adj.* 可减少的

【同义表达】decrease, decline, slump, subside, diminish, lessen

【经典例句】It is widely agreed that legacies are liable to be abated entirely or in proportion, upon a deficiency of assets.

人们普遍认为，遗产会因为财产的不足而彻底或部分地贬值。

abbreviate [ə'brɪ:vieɪt] *v.* 缩写，缩短，简化，简写成，缩写为

【说文解字】在去掉前缀“ab”之后，我们发现 breviate 这个词本身就是“缩写，缩略”的意思。换句话说，在前面加上 ab 之后，原词的意思并未发生太大变化。在托福考试中，我们经常可以发现一些以 a 开头的单词，后面跟一个辅音字母，然后放到一个本身已经有意义的单词前面，这个新生成的单词和原单词意思并没有发生太大的变化，比如：affirm=af+firm；acknowledge=ac+knowledge。

【词性转换】**abbreviation** *n.* 缩写，缩写词

【同义表达】shorten, cut

【经典例句】The United States of America is commonly abbreviated to U.S.A..

美利坚合众国常被缩略为 U.S.A.。

abide [ə'baɪd] *vi.* 坚持，遵守；*vt.* 忍受，容忍



【词性转换】abiding *adj.* 持久的

【常用词组】abide by 遵守

【同义表达】enduring, permanent, follow, comply with, observe, endure, put up with, bear, tolerate

【经典例句】Please rest assured that we will abide by our promise.
请放心，我们一定遵守诺言。

ability [ə'bilɪti] *n.* 能力，才干

【词性转换】able *adj.* 能干的，有能力的；enable *vt.* 使……能够

【词义辨析】ability, capacity, faculty, talent, skill, competence, aptitude 这些名词都表示某人具备取得进步或成功的素质。ability 是指智力或体力上具有做某事的能力；capacity 指天赋的，如生长、发展或成功的潜力；faculty 指内在的力量或能力；talent 强调天生的才能，尤其是在艺术方面；skill 强调由经验而获得或发展的能力；competence 指能做到使人满意但并不一定特别出众的能力；aptitude 暗指内在的学习、理解和表演的才能。在托福写作中，对于词汇进行评分的一个重要依据是：在同一篇文章中表达同样的含义时，考生能否使用一组同义表达来体现文章的连贯性，如果能恰到好处地将这些词运用到写作中，能提高文章的含金量，从而获得高分。

【同义表达】capacity, skill

【经典例句】This is a task well beyond your ability, so just leave it there.

这完全是超出你的能力范围之外的任务，所以你就顺其自然吧。

ablaze [ə'bleɪz] *adj.* 着火的，激动的，闪耀的；*adv.* 着火地，激动地，闪耀地

【说文解字】在英文中，许多动词在前面加上前缀 a 之后可以转化为形容词或副词。比如 board 加上 a 就成了副词 aboard。在