

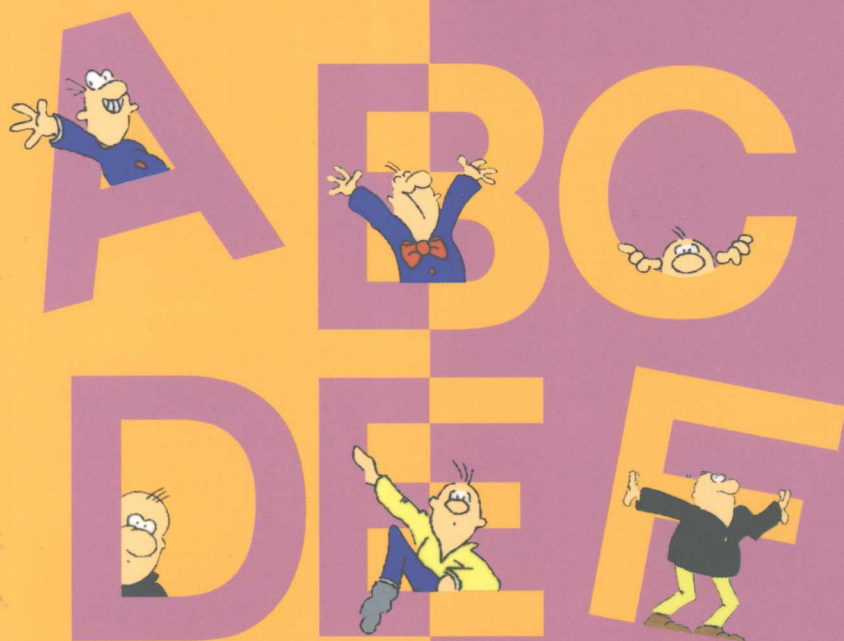
◎ 陈文龙 编著

◎ Monda 审定

几十口气英语

笨蛋笨法

学外语



世界知识出版社

《笨蛋笨蛋》
《笨蛋笨蛋》

几十口气学得 笨蛋笨法

学外语

A B C
D E F

◎ 学外语 笨法

笨蛋笨法学外语

——几十口气英语

Mastering English in Dozens of Breaths

陈文龙 编著

Monda 审定

用右脑记忆的东西，
一辈子也难以忘记。
从某种意义上来说，
学英语就几十口气。
几十口气说几十段，
口语自然不成问题。
你的听力也能上去，
因为说得那么流利。
你的语法一定会好，
每个句型都很精辟。
几十段有几百单词，
反映生活社会天地。
通过举一反三方法，
几千单词必定牢记。

世界出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

笨蛋笨法学外语——几十口气英语/陈文龙编著.

—北京:世界知识出版社, 2007.1

ISBN 978 - 7 - 5012 - 3066 - 2

I. 笨... II. 陈... III. 英语—自学参考资料

IV. H31

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 140028 号

责任编辑 刘 岩
文字编辑 王 瑜
责任出版 赵 玥
责任校对 张 琨
封面设计 小 月

书 名 笨蛋笨法学外语——几十口气英语
Bendan Benfa Xuewaiyu ——Jishikouqi Yingyu
作 者 陈文龙 编著

出版发行 世界知识出版社
地址邮编 北京市东城区干面胡同 51 号 (100010)
网 址 www.wap1934.com
印 刷 世界知识印刷厂
经 销 新华书店
开本印张 880 × 1230 毫米 1/32 6¼ 印张
字 数 200 千字
版次印次 2007 年 1 月第一版 2007 年 1 月第一次印刷
印 数 1—5000 册
定 价 15.00 元 (含光盘)

版权所有 翻印必究



快乐快速学英语

国人的英语教学确实要好好反思了。

一位网友说：“从2004、2005年对全球考生雅思考试成绩进行的统计看，中国考生平均成绩明显低于全球总平均成绩，口语考试成绩在全世界倒数第一。如果问一个学生哪门课程花得时间最多，他（她）会说：英语。如果问一个学生哪门课程最难学，他（她）会说：英语。英语是国人学习阶段耗时最多的学科，没有任何别的学科像英语这样，从小学一直学到博士研究生，以后考职称还要学，还要考。我们学了一辈子、考了一辈子的英语，能不能把英语用起来呢？据说某大学和德国有个合作项目，一次德国的一个考察团来到这所大学，该大学找了几个博士生和这几个德国人座谈，据说在整个座谈过程中这几个博士生除了“*How do you do?*”和“*Goodbye*”外，就说了个“*Yes*”和“*No*”，根本无法与对方沟通。”

也有不同意见，认为中国的英语教育不落后，理由是中国学生的托福成绩排名第四，排在中国前面的三个国家是菲律宾，印度和斯里兰卡。由于历史原因，英语在这些国家中是第二语言。这样，就亚洲的ESL国家而言，中国实际上是第一名。

但是，比较一致的意见是：国人的英语教学确实存在“低效”和“厌学”问题。

那么，国人到底应该怎样学英语呢？
我的回答只有八个字：死记活用，乐学速学。
具体说来要做到以下几条：

一、要有好的思维方法，即综合思维的方法。综合就是创造，综合出奇迹。举世闻名的阿波罗计划中没有一项新发明的技术，都是





笨蛋笨法学外语——几十口气英语

现成的技术,关键在于综合。学英语不要从小学学到高中三年级时才总结全部语法,而是初中一年级就使用综合思维的方法,把语法学完,把英语“房子”盖好。不要学一篇长文章之后才学一条语法,而是学一段短诗或者短歌之后就掌握一条语法。早日学完语法就早日有独立学习的能力。自学中不懂的单词可以查字典,不懂语法就很难自学。

综合体现在学英语须耳目口手并到,耳闻、目见、口讲、手抄,缺一不可,“四到”中以口到为主要。

综合还体现在学英语要学语音、语法、口语和写作,碉堡要从几方面去突破。

二、要让学生“死记”值得记的东西。什么是值得死记的东西呢?

1. 短的。短容易记。
2. 有名的。有名的东西值得我们记。
3. 美的、有趣的、有哲理的。这些东西才能吸引我们去记。
4. 眼熟耳熟的。眼熟耳熟的东西才能记一辈子。

“死记”多少东西呢?至少几十段,有量变才有质变。能记几百段更好,但也不能太多,太多就成了书的奴隶,没有创造性。

可惜我们的学生被引到应付考试,成了书的奴隶,没有创造性。另一方面,许多人连最眼熟耳熟的名歌、美诗也不会吟唱。许多人厌学。

三、要用右脑记忆,达到用一口气流利地说一段英语,用几十口气流利地说几十段英语。一个初一学生花大概 40 个课时就能高高兴兴地、流利地吟十几首诗,唱十几首歌,讲几个有哲理的短故事,作一个自我介绍,早日有独立学习的能力。从某种意义上说,学好英语只要几十口气。几十段东西包含语音、核心语法和核心单词。凡是学不好英语的学生都不能背几十段值得背的东西,有的人连一篇短文章也背不出来。他们学了几年十几年,天天“烧水”只烧到 80℃ 到 90℃,不烧开。

右脑记忆的东西是“烧开的东西”,不用大脑,脱口而出,一辈



子也难忘记。“难开口”根本不是问题；“难听懂”也不是问题，脱口而出的东西也能听得懂。

四、爱好音乐，爱好唱歌吟诗。月亮和星星在一起，鸟儿和树林在一起。欲要轻松学好外语，语言和韵文、音乐在一起。诗、歌、童谣、押韵的东西最好记。科学家研究发现，大脑波长中有一种频率叫 α 状态，音乐是将大脑调到 α 波频的最有效的手段，它使我们头脑放松，处于一种最佳的学习状态，高高兴兴，自然而然地学到东西。我能唱能背上百首英文诗和歌，语法、语音和上千个核心单词都在其中，一辈子也不会忘记。我学过法语，但从离开学校至今 40 年从未在工作中使用。去年夏天，我在剧场遇到一群法国人，能很快与他们聊聊天，《月光下》、《小船》、《马赛曲》、《国际歌》等歌曲很快从我的记忆中苏醒。

许多人爱好唱歌吟诗，学外语成为易事。北京四中有位学生，在第一届全国高中学生演讲比赛中夺魁，她的秘诀也是喜欢唱歌。

五、要让学生大胆上台表演。在国内，说英语不是常常可以找到对象，你不可在商店、银行、餐馆或者公共汽车上喊英语；真的喊，别人真要把你当疯子。这就是为什么在夏令营苦练一个月，背了几千句，不久就忘了的原因。

没有条件喊英语，但可以表演。英语老师的英语是表演出来的，他们天天在讲台上表演，所以比学生的英语好；大山的汉语是表演出来的，如果他不学相声和小品，经常上台，汉语很难学得这么好；有位大学教授让学生表演莎士比亚的戏，一个人一个角色。戏表演好了，克服了自卑，提高了自信，英语口语也上去了。

一个人就可以随时表演。你在班会上可露一手“功夫”，一口气讲一个笑话；庆祝会上来一段相声，唱《我的祖国》；与老外在一起时聊唐诗三百首；与小朋友在一起时唱《雪绒花》、《哆一咪一咪》；与父母在晚间散步时唱《小星星》；睡觉前对父母说《请睡觉吧》；朋友生日时可送一段诗《好上加好》；为了鼓励自己和他人，唱一首歌《再试试看！》你天天都有表演机会，几千单词能记一辈子。

中国绝大多数老人不懂英语，但喜欢音乐，喜欢《夕阳红》、《映



笨蛋笨法学外语——几十口气英语

山红》、《浏阳河》。我几次在公园里对老年人唱《夕阳红》、《映山红》、《浏阳河》，获得阵阵掌声。老人们不把我当疯子，而是请我留下来教他们唱英文歌。

你能把几十首诗、歌、故事表演出来，自然就快快乐乐地快地地学好了英文。快乐地学才能快学 (Study English happily and quickly)；快学才能有成就感，才能有快乐。

六、要让学生“活用”，学会举一反三，几百个核心单词变成几千个单词。学完这本书，你不但能表演几十首诗、歌和故事，还能举一反三，学到几千个单词。

七、要善于学语法。我把所有的英语语法浓缩成一个“四”字，变成一个公式。语法很简单，学好语法只需掌握几十个“四”。在这本书里，我们将学到主要的一些“四”。

口不再难开，听不再难懂，单词不再难记，语法不再难学，学英语自然就有信心。有了信心就有了动力，就能学好英语。

八、模仿原则。英语口语很棒的人谈到秘诀时，总是说“外国人怎么说，我就怎么说”。真可谓一语道破天机！本书有录音。反复听，跟着练，你的口语一定棒。

九、学无止境。学完几千个单词和基本语法，有了独立学习的能力后，还要继续学。现在是信息时代，新闻、新词、新发明、新观点天天出现。不读报读书听录音看电视，就难以与时俱进。我特别建议你每一个星期读一份报纸，每一个月读一本杂志，既学到知识，又学到语言。可先读《21 世纪报》初中版和《英语沙龙》初级版。

书的附录中有九篇文章，供你进一步学习。

这几篇文章对于那些对英语没有兴趣但对某门专业有兴趣的学生也会有所帮助。有人喜欢做电台主持人，有人想打一手好球，有人探讨长寿之道，有人对历史有着浓厚的兴趣。读懂其中一篇至几篇，英语水平自然就提高了。这种方法叫做 LSP (Language for special Purposes) 法，意思是专用外语学习法。根据 LSP 学习法自己去选择读物，想读什么就读什么。



高高悬挂。知悉“翻译”以既输出，而英语自初学 0# 水平，笨蛋
。点一树群羊而英，点一浪树群而主谓情态大翻。学跟兴兴

陈文龙老师简历

笨鸟后飞:小学降级。1957 年 17 岁从江西萍乡第一初中毕业时
几门功课不及格，还有严重的口吃病，没有资格上高中。

人生多味:1959 年意外从农村考入对外经济贸易大学，幸遇良
师。1964 年毕业后，先在对外经济贸易部，后在中国化工进出口总公
司工作。1966 年文化大革命开始成为“反革命”，劳改 10 年。在劳
改末期年近四十时自学英语和日语。英语改变人生。平反后不久即
参加英语“托福”考试，获得比较理想的成绩。以后去美国办农场，
去巴基斯坦担任商务领事，还在大学教英语，1987 年被评为“全国
优秀讲师”，走进人民大会堂与胡耀邦同志合影；同年还被对外经济
贸易部评为“高级国际商务师”。

老有小为:退休后五年来创造四步英语教学法，先后在北京十
所大学和清华附中、北师大试验中学讲课或讲演，还去京外几所中
学和大学讲演。几年来写了几本书，一年一本。

他的四步英语教学法变苦为乐，化难为易，方法独特，效果显著。
你能 5 分钟内说一段流利的英语，10 分钟内掌握一条语法，早日有
独立学习外语的能力，口吃者还能逐步克服结巴。

他说，什么叫英语素质教育？英语素质教育就是让学生早日有
独立学习的能力。

信奉格言: The most important thing in life is to have a beau-
tiful dream and good ways to realize it. (人生最重要的是要有美
梦，并有好的方法去实现它。)

作者“伊妹儿”:dragon 0902@sina.com



No.	文章	词和句	语法
10	New Year 新年	年, 月, 日, 周	同义 may
11	Good Morning 早上好	(学)人 (学)意 疑问	同义 can
12	Are You Sleeping? 你还在睡吗?	同义 can	同义 can
13	Friendship 友谊	同义 can	同义 can
14	It's Time for School 上学时间	各种学校	同义 can
15	Don't Be Late Again 别再迟到了	英语课堂	同义 can
16	In the Park 在公园	英语活动	同义 can

No.	文章	词和句	语法	P
基本功				
1	The Song of ABC ABC 之歌	现在、过去和将来缩写词	宾语从句	1
2	What Is It? 它是谁?	身体	48 个音标 发音规则	5
3	Self-Introduction 自我介绍	学科 谈学习	核心语法	13
4	It Can Be Done 能干好	有关学习的格言	动词 can	18
童谣				
5	Looking for Friends 找朋友	朋友 友谊格言	现在分词	22
6	The Big Cock 大公鸡	家禽 颜色	动词 look	26
7	A One Cent Coin 一分钱	货币	一般过去时和过去完成时	28
8	Eating Candies 吃糖果	糖果	动词 have	29
9	Please Go to Bed 请睡觉吧	家人 时刻分	一般将来时	32



笨蛋笨法学外语——几十口气英语

No.	文章	词和句	语法	P
诗				
10	New Year 新年	年、季、月、周	动词 may	36
11	Good Morning 早上好	人(学校) 问候,致意	省略句	39
12	Are You Sleeping? 你还在睡吗?	时间格言	专有名词	44
13	Friendship 友谊	语言	一般过去时	47
14	It's Time for School 上学时间到	各种学校	It 句(时间)	49
15	Don't Be Late Again 别再迟到了	课堂英语	基数词 简单句	51
16	In the Park 在公园	文娱活动 音乐	量词	55
17	A New Market 新市场	水果 蔬菜 价格	用定冠词的常用 短语 用不定冠词的常 用短语	58
18	Eat Breakfast as a King 早饭吃好	吃喝	四种动词	61
19	In Our School Clinic 在学校 诊所	看病	限定动词受四 种限定	64
20	Where Are You Going, My Little Cat? 小猫去哪里?	地点	现在完成时	69
21	I Go to School on Foot 步行上学	桥和路	一般现在时	72
22	What Is a Difficulty? 什么是困难?	抽象名词	名词的转化	76
23	What's on Your Head? 你的头上有什么?	房内外部分 家具	常用介词	78
24	How Many Birds Are There on the Tree? 树上有几只鸟?	鸟	加减乘除	87



No.	文章	词和句	语法	P
25	Sympathy For the Peasants 悯农	农作物	It 句	89
26	My Thatched Hut Is Wrecked by the Autumn Wind 茅屋为秋风所破歌	房屋 居住	倒装句 虚拟语气	92
27	Fishermen on the River 江上渔者	江河	动词 see	98
28	A Poem Written in the Southern Suburb 题都城南庄	爱情名言 约会	进行时	99
29	Life 人生	生活	表语从句	103
30	Little Things 小小事情	洲 洋 海	动词 make	105
歌				
31	Let's Do Our Morning Exercises 大家来做广播操	运动 奥运会	动词不定式 四种非谓语动词	109
32	Happiness Isn't Drizzle 幸福不是毛毛雨	节假日	表示时间的短语	113
33	National Anthem 国歌	历史	定语从句	116
34	Do—Re—Mi 哆—唻—咪	谈音乐	动词 begin	118
35	Morning Comes Early 清晨	一天	四种祈使句	121
36	Try, Try Again 再试试看	成功格言	八种状语从句 条件状语从句	124
37	The More We Get Together 我们在一起	幸福格言	比较状语从句	128
38	Moon River 月亮河	有关梦想的格言	地点状语从句	131
谜语				
39	A Funny English Word 有趣的英语单词	英雄	四种存在句	135
40	Who Am I? 我是谁?	上下左右	四种疑问句	138
41	What Is It? 它是啥?	强和弱	感叹句	141



No.	文章	词和句	语法	P
故事				
42	Selling Shoes 卖鞋	衣帽鞋	动词 get	143
43	Playing the Lute to a Cow 对牛弹琴	弱势群体	形容词四级	146
44	How to Move a Cow 赶牛妙方	目标方法名言	动词 will	149
45	How to Be Always Happy 常乐之道	幸福格言	动词 be	151

附录 1: 时文选读 9 篇

1. Learn to Help Yourself 自立坚强的洪战辉	154
2. Li Yong, a TV "King" in China 中国电视“大腕”李咏	156
3. A Literature Icon 文学泰斗巴金	158
4. Glorious Life of Hu Yaobang Marked 纪念胡耀邦同志光辉的一生	160
5. Chen Suhou — from Dignitary to Farmer 高级官员陈粟厚退休当农民	163
6. Yao Had 30, 16 Rebounds as Rockets Beat Warriors 篮球巨星姚明	166
7. Getting Richer, but Not Happier 有钱不一定幸福	168
8. "World's Oldest Person" 128th Birthday 世界长寿冠军	169
9. President Hu's List of Do's and Don'ts for China 胡主席提出八荣八耻	170



附录2: 歌8首

Let's Do Morning Exercises 大家来做广播操	172
Happiness Isn't Drizzle 幸福不是毛毛雨	174
National Anthem 国歌	176
Do—Re—Mi 哆—唻—咪	178
Morning Comes Early 清晨	181
Try, Try Again 再试试看	182
The More We Get Together 我们在一起	184
Moon River 月亮河	185



It is half past ten now. 现在是十点半。
She hurried past me. 她匆匆从我身边走过。



In the near future 在不久的将来
In (the) future 将来
learn from past failures to avoid future ones 从前车之鉴

基本功

百个单词。
一首歌，再学几十个单词，就可以见到字母，记一堂课学到上
又能将单词变事，将大词变小事，记一堂课学到上
记一堂课学到上，记一堂课学到上，记一堂课学到上



1. The ABC Song ABC之歌

A B C D E F G,

A B C D E F G,

H I J K L M N,

H I J K L M N,

O P Q, R S T,

O P Q, R S T,

U V W X Y Z.

U V W X Y Z.

Now you see

你瞧，

I can say my A B C.

现在我能说 ABC。

Classified Words and Sentences 分类词句

now, past and future 现在、过去和将来

now 现在

right now = at once 马上；立即

just now = a moment ago 刚才

now and then 有时；不时地

from now on 从今以后

past 过去

Don't forget the past. 不要忘记过去。



It is half past ten now. 现在是十点半。

She hurried past me. 她匆忙地从我身边走过。

future 将来

In (the) future 将来

In the near future 在不久的将来

learn from past failures to avoid future ones 惩前毖后

记得有位学者说过，善于学习的人能将厚书变薄，深入浅出；又能将薄书变厚，博大精深。学习的捷径是精简。学生唱会 ABC 这首歌，再学几十个缩写词，就可以见到字母可念，花一堂课学到上百个单词。

Abbreviations 缩写词

ABC American Broadcasting Corporation 美国广播公司

A. D. after the birth of Jesus Christ 公元

AIDS Acquired Immune Deficiency Syndrome 艾滋病

a. m. before noon 上午

APEC Asia-Pacific Economic Co-operation 亚太经济合作组织

BBC British Broadcasting Corporation 英国广播公司

B. C. before the birth of Jesus Christ 公元前

CCTV China Central Television 中国中央电视台

CET College English Test 大学英语考试

CPC Communist Party of China 中国共产党

EQ emotional quotient 情商

F. Fahrenheit 华氏

gm gram 克

GMT Greenwich Mean Time 格林尼治时间

HIV human immune deficiency virus 人类免疫缺陷病毒

HQ Headquarters 总部，司令部

ISS International Space Station 国际太空站