

李寄老师

继《名篇佳作 100 篇背诵手册》、
《通过阅读学词汇》后又一倾情奉献！

恩波 大学英语辅导丛书

大学英语四级词汇

编著/李寄

审订/恩波

30
天
全
息
速
记



New! 全息五到

实现词汇智慧记忆

对外翻译出版公司

H313
L183:1

大学英语辅导丛书

大学英语四级词汇

30天全息速记

主编:李 寄

编委:马 寄

李庆国

周齐为

图书在版编目(CIP)数据

大学英语四级词汇 30 天全息速记/李寄编著. —北京:
中国对外翻译出版公司, 2003. 9
ISBN 7-5001-1164-9

I. 大… 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 (2003) 第 082986 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)68002481 68002482

邮 编/100044

传 真/(010)68002480

E-mail: ctpc@public.bta.net.cn

http://www.ctpc.com.cn

策划编辑/铁 钧

责任编辑/冯卓谋

责任校对/朱静亚

封面设计/锦 虹

排 版/锦 虹

印 刷/北京市高岭印刷厂

经 销/新华书店北京发行所

规 格/787×960 毫米 1/36

印 张/13.5

版 次/2003 年 9 月第一版

印 次/2003 年 9 月第一次

印 数/1-8000 册

ISBN 7-5001-1164-9/G·387 定价:14.60 元



版权所有 侵权必究
中国对外翻译出版公司

成年人学习英语词汇,五到并举,全息灌注,并没有什么不同。我们精心制作的《四级词汇30天全息速记手册》(四级卷)就是建构在这一理论基础之上的。在仿效母语语言习得过程的同时,我们还照顾到成年人学习英语词汇的特殊性。因此,这一速成词汇法具有毋庸置疑的科学性和实用性。本书的独到构思和编排主要体现在以下几点:

一、配录磁带。这是保证耳到先行的利器。通过听配套磁带,每个英语单词都可以由耳入心,入脑,这完全符合词汇记忆的规律。这种编排在国内同类词汇记忆手册中并不多见。在每单元结束时,我们配录了一首悦耳的英文歌曲,读者可在愉悦的心境中开始新一单元的学习。

二、以句带词的独到安排。母语语言习得的特征之一是词汇并不是孤独苍白的“裸词”、“死词”,而是嵌于活生生的句子语境之中。我们一反词汇手册、工具书以词带句的令人生厌的庸常安排,先呈献给读者的是一个完整的句子,而后才是单词的常规信息。

三、以词带词的联想记忆。受世界上第一部联想生成表达词典《郎文英语联想活用词典》启示,率先推出让读者耳目一新的“联想词”,涵盖了同义词、反义词、同音词、形近词、同根词等等,这样做让读者开阔视野,举一反三,成串记忆。

四、权威的全真试卷例句。从词典中摘抄例句是编者惯常的偷懒方式。我们利用强大的四级考试语料库,保证了出处的权威性。绝大多数例句摘自过去十年来的全真四级试卷,其中相当一部分出自同类词汇手册未曾涉及的听力、Cloze, Compound Dictation。例句出自全真试题之多,涉及全真试题面之广,前所未有,这也是四级考试前极好的热身训练。为了更好地比较同义项在英汉双语语境中的异同,帮助读者更好地了解学习记忆词汇,对例句我们还附上了汉语译文,英语原词及汉译均套色印刷,极为醒目。

五、30天临阵磨枪式速记。我们将全部四级词汇分成了30块,以便临阵磨枪型读者在30天左右获得奇效。五到全息是速成的保证和前提。需要提醒读者的是,无论耳到、口到、眼

到、手到每次二到四遍为最佳有效数次。这样既可以节省时间,便于速成,又避免粘滞于某个单词过久必然带来的心理厌倦。

六、五次贯通及词汇记忆效能检查。科学研究表明,一个单词需要五次记忆才能转化为长久记忆。因此我们建议读者在30天内五次贯通全书。第一次贯通全书时,正确率可达到20%。以后每贯通一次正确率会依次递增,在第五次贯通全书时,正确率应在80%以上。另外,我们还重新组合,编配五个全真词汇测试,以供读者自我检查巩固。

在本书编写过程中,赵宝彬、马彬、马昌顺、王志录老师协助做了大量工作,谨此致谢。

编 者

2003年8月于南京大学

目 录

CONTENTS

第一单元

2	第 1 天
20	第 2 天
38	第 3 天
52	第 4 天
66	第 5 天
80	第 6 天
96	第 7 天
114	第 8 天
☆	浏览词汇
★	成果自测 1

第二单元

第 9 天	138
第 10 天	154
第 11 天	170
第 12 天	184
第 13 天	198
浏览词汇	☆
成果自测 2	★

第三单元

214 第 14 天

230 第 15 天

242 第 16 天

264 第 17 天

☆ 浏览词汇

★ 成果自测 3

第四单元

第 18 天 282

第 19 天 300

第 20 天 316

第 21 天 328

第 22 天 340

第 23 天 354

浏览词汇 ☆

成果自测 4 ★

第五单元

374 第 24 天

388 第 25 天

404 第 26 天

420 第 27 天

432 第 28 天

444 第 29 天

456 第 30 天

☆ 浏览词汇

★ 成果自测 5

第一单元

静寂之声

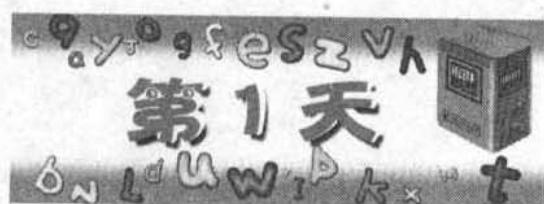
黑夜，你好，我的老朋友
我又来和你攀谈。

沉睡时分，幻影潜入，
播下了种子，
扎根在我的心灵。

静寂之声中，
幻影与我同在。

The Sound of Silence

Hello darkness, my old friend
I've come to talk with you again
Because a vision softly creeping
Left its seeds while I was sleeping
And the vision that was planted in my brain
Still remains
Within the sound of silence

**【全真题】**

2002年1月, Reading Comprehension, Passage One

They see a day in the not-too-distance future when all autos will be abandoned and allowed to rust. 译文 他们预见不久的将来总有一天,所有的汽车终将会弃置,让其生锈。

【全真题】

2002年6月, Vocabulary and Structure

He soon received promotion, for his superiors realized that he was a man of considerable ability. 译文 他很快就得到了提升,因为他的上司认为他是个具有相当能力的人。

【模拟题】

Vocabulary and Structure

"All aboard!" Shouted the conductor, and everyone rushed for the train. 译文 "请各位上车!" 列车员叫道,人们都向火车奔去。

【全真题】

2003年1月, Reading Comprehension, Passage Two

He or she can be sure that promotions often follow or accompany an assignment abroad. 译文 他(她)能确信,分派到海外常常紧跟或伴随着升迁。

【全真题】

1996年1月, Vocabulary and Structure

The manager needs an assistant that he can count on to take care of problems in his absence. 译文 经理需要一个他能够依靠的助手在他不在的时候处理问题。

【全真题】

2002年6月, Reading Comprehension, Passage Two

Most episodes of absent-mindedness-forgetting where you left something or wondering why you just entered a room—are caused by a simple lack of attention. 译文 许多心不在焉的佚事——记不得把东西丢在哪里啦,你刚进屋子又不知道为什么进来啦——都起因于很简单的缺乏注意。



abandon→amuse

abandon [ə'bændən] v. 1. 离弃, 丢弃 2. 遗弃, 抛弃	【联想】 <u>quit</u> [kwit] v. 1. 停止, 放弃 2. 离开, 辞职 (职) <u>discard</u> [dis'kɑ:d] v. 丢弃, 抛弃
ability [ə'biliti] n. 1. 能力, 本领 2. 才能, 才智	【联想】 <u>capacity</u> [kə'pæsiti] n. 1. 容量, 容积 2. 才能, 能力 <u>faculty</u> ['fækəlti] n. 1. 能力, 技能 2. 系, 学科, 学院 3. 全体教员 <u>talent</u> ['tælənt] n. 1. 才能, 天资 2. 人才
aboard [ə'bɔ:d] adv. 在船(飞机、车)上, 上船(飞机、车) ● prep. 在(船、飞机、车)上, 上(船、飞机、车)	【联想】 <u>embark</u> [im'bɑ:k] v. (使...) 上船(或飞机等) <u>abroad</u> [ə'brɔ:d] adv. 1. 到国外, 在国外 2. 到处
abroad [ə'brɔ:d] adv. 1. 到国外, 在国外 2. 到处	【联想】 <u>overseas</u> ['əuvə'si:z] adj. 外国的, 海外的 ●adv. 在海外 <u>aboard</u> [ə'bɔ:d] adv. 在船(飞机、车)上, 上船(飞机、车) ●prep. 在(船、飞机、车)上, 上(船、飞机、车)
absence ['æbsəns] n. 1. (from) 缺席, 不在场 2. 缺乏, 没有	【联想】 <u>absent</u> ['æbsənt] adj. 1. (from) 缺席, 不在场 2. 漫不经心的 <u>presence</u> ['prezəns] n. 1. 出席, 到场, 存在 2. 仪表, 仪态
absent ['æbsənt] adj. 1. (from) 缺席, 不在场 2. 漫不经心的	【联想】 <u>absence</u> ['æbsəns] n. 1. 缺席, 不在场 2. 缺乏, 没有 <u>presence</u> ['prezəns] n. 1. 出席, 到场, 存在 2. 仪表, 仪态



【全真题】

2002 年 1 月, Vocabulary and Structure

He is quite sure that it's absolutely impossible for him to fulfil the task within two days. 译文 他很肯定在两天之内让他完成这个任务是绝对不可能的。

【全真题】

1996 年 1 月, Vocabulary and Structure

She was so absorbed in her job that she didn't hear anybody knocking at the door. 译文 她全神贯注于工作, 没有听到有人敲门。

【模拟题】

Vocabulary and Structure

Please write an abstract of this scientific article. 译文 请写一份这篇科学论文的摘要。

【全真题】

2003 年 1 月, Reading Comprehension, Passage One

Madonna and Michael Jackson are famous, but who would claim that their fans find life more abundant? 译文 Madonna 和 Michael Jackson 尽人皆知, 但是谁能宣称对他们着迷的人会发现人生更丰富多彩呢?

【全真题】

1996 年 6 月, Vocabulary and Structure

It has been revealed that some government leaders abuse their authority and position to get illegal profits for themselves. 译文 据披露, 一些政府领导人滥用他们的权力和地位为自己谋取非法利益。

【全真题】

1998 年 6 月, Reading Comprehension, Passage Four

Likewise, I don't hear people in the academy saying. "Let's go backward. Let's go back to the good old days." 译文 同样, 我没听到学术界人士说: "咱们向后转吧。咱们回到过去的好时光吧。"

【模拟题】

Vocabulary and Structure

The new car has good acceleration. 译文 这辆新汽车加速性能良好。

【全真题】

2002 年 1 月, Cloze

He didn't even have a Korean accent and I felt like I had been betrayed. 译文 他连一点韩国口音也没有, 我感到我被蒙骗了。



absolute ['æbsəljʊ:t] <i>adj.</i> 绝对的, 完全的	【联想】 <u>thorough</u> ['θʌrə] <i>adj.</i> 彻底的, 完全的; 精心的 <u>sheer</u> [ʃiə] <i>adj.</i> 1. 纯粹的, 十足的, 全然的 2. 陡峭的, 险峻的 <u>utter</u> ['ʌtə] <i>v.</i> 说, 发出(声音) ● <i>adj.</i> 彻底的, 完全的
absorb [əb'sɔ:b] <i>v.</i> 1. 吸收 2. 吸引...的注意, 使全神贯注 3. 把...并入, 同化	【联想】 <u>incorporate</u> [in'kɒpəreit] <i>v.</i> 1. 包含, 加上, 吸收 2. 把...合并, 使并入 <u>digest</u> [dai'dʒest; di'dʒest] <i>v.</i> 1. 消化 2. 吸收, 领悟 ● <i>n.</i> 文摘
abstract ['æbstrækt] <i>adj.</i> 抽象的 ● <i>n.</i> 摘要, 提要 ● <i>v.</i> 提(抽)取	【联想】 <u>summary</u> ['sʌməri] <i>n.</i> 摘要, 概要 <u>sketch</u> [sketʃ] <i>n.</i> 1. 素描, 速写 2. 梗概, 大意
abundant [ə'bʌndənt] <i>adj.</i> 丰富的, 充分的, 充裕的	【联想】 <u>abundance</u> [ə'bʌndəns] <i>n.</i> 丰富, 充裕 <u>adequate</u> ['ædikwit] <i>adj.</i> 足够的, 充分的 <u>sufficient</u> [sə'fɪʃənt] <i>adj.</i> 足够的, 充分的
abuse [ə'bju:s] <i>n.</i> 1. 滥用, 妄用 2. 虐待, 伤害 ● <i>v.</i> 1. 滥用, 妄用 2. 虐待, 伤害 3. 辱骂, 毁谤	【联想】 <u>maltreat</u> [mæl'tri:t] <i>v.</i> 虐待 <u>exploit</u> [iks'plɔit] <i>v.</i> 剥削
academy [ə'kædəmi] <i>n.</i> 1. 研究院, 学会 2. 学院	【联想】 <u>academic</u> [,ækə'demik] <i>adj.</i> 1. 学院的 2. 学术的 <u>scholar</u> ['skɒlə] <i>n.</i> 学者 <u>learned</u> ['lə:nid] <i>adj.</i> 博学的, 有学问的
accelerate [æk'seləreit] <i>v.</i> 加速, 促进	【联想】 <u>acceleration</u> [æk'selə'reiʃən] <i>n.</i> 加速 <u>hasten</u> ['heisən] <i>v.</i> 催促, 加速, 加紧
accent ['æksənt] <i>n.</i> 1. 腔调, 口音 2. 重音(符号)	【联想】 <u>stress</u> [stres] <i>n.</i> 重音 <u>tone</u> [təʊn] <i>n.</i> 腔调, 语气 <u>dialect</u> ['daɪəlekt] <i>n.</i> 方言, 土语

**【全真题】**

2001年6月, Reading Comprehension, Passage Four

And it took several years to gain general acceptance. **译文** 要得到普遍认可要花上数年。

【全真题】

2002年1月, Vocabulary and Structure

There is no access to the house from the main road. **译文** 从大路没有到这座房屋的通路。

【全真题】

1995年1月, Reading Comprehension, Passage One

It can be concluded from the passage that we should not base our conclusions on accidental evidence. **译文** 从这篇短文可以得出结论, 我们不应该依据偶然的证据得出我们的结论。

【全真题】

1998年1月, Vocabulary and Structure

Having decided to rent a flat, we set about contacting all the accommodation agencies in the city. **译文** 在决定租房子后, 我们随即着手同城里所有的房屋中介所联系。

【全真题】

2003年1月, Reading Comprehension, Passage Two

He or she can be sure that promotions often follow or accompany an assignment abroad. **译文** 他(她)能确信, 分派到海外常常紧跟或伴随着升迁。

【全真题】

1996年1月, Reading Comprehension, Passage Two

One can only teach people to use this or that program and generally that is easily accomplished. **译文** 一个人只能教别人使用这种或那种程序, 一般来说这很容易做到。

【模拟题】

Vocabulary and Structure

My information does not accord with what this report states. **译文** 我所了解的情况与这个报告所讲的不一致。

【全真题】

2000年1月, Vocabulary and Structure

I'd take into account his reputation with other farmers and business people in the community, and then make a decision about whether or not to approve a loan. **译文** 我会把他在该地区其他农民和商人中的声誉考虑在内, 然后决定是否同意贷款。



acceptance [ək'septəns] <i>n.</i> 1. 接受, 验收 2. 承认, 认可	【联想】 <u>acceptable</u> [ək'septəbl] <i>adj.</i> 可接受的 <u>acknowledge</u> [ək'nɒlɪdʒ] <i>v.</i> 1. 承认 2. 致谢 <u>recognition</u> [ˌrekəg'nɪʃən] <i>n.</i> 1. 认出, 辨认 2. 承认
access ['ækses] <i>n.</i> 1. 接近, 进入 2. 入口, 通路 3. 接近(或进入)的方法	【联想】 <u>entrance</u> ['entrəns] <i>n.</i> 1. 入口, 门口 2. 进入 3. 入学, 入会 <u>entry</u> ['entri] <i>n.</i> 1. 进入, 入口 2. 通道 <u>passage</u> ['pæsidʒ] <i>n.</i> 1. 通过 2. 通路, 走廊 3. 段落, 节
accidental [ˌæksɪ'dentəl] <i>adj.</i> 偶然的, 意外的	【联想】 <u>incidental</u> [ˌɪnsɪ'dentəl] <i>adj.</i> 偶然发生的 <u>unexpected</u> [ˌʌnɪk'spektɪd] <i>adj.</i> 意外的, 想不到的 <u>deliberate</u> [dɪ'libərɪt] <i>adj.</i> 深思熟虑的, 故意的
accommodation [əˌkɒmə'deɪʃən] <i>n.</i> 1. 住宿, 留宿 2. 膳宿供应	【联想】 <u>accommodate</u> [əˌkɒmədeɪt] <i>v.</i> 1. 留宿, 收容 2. 供应, 供给 <u>lodging</u> ['lɒdʒɪŋ] <i>n.</i> 住宿, 寄宿 2. 住房, 住所
accompany [ə'kʌmpəni] <i>v.</i> 1. 陪同, 伴随 2. 为...伴奏	【联想】 <u>go along with</u> 伴随 <u>go hand in hand with</u> 伴随
accomplish [ə'kɒmplɪʃ] <i>v.</i> 达到(目的), 完成(任务), 实现(计划、诺言等)	【联想】 <u>accomplishment</u> [ə'kɒmplɪʃmənt] <i>n.</i> 1. 成就, 成绩 2. 造诣, 技能 <u>fulfil</u> ['fulfɪl] <i>v.</i> 完成, 履行 <u>execute</u> ['eksɪkjʊt] <i>v.</i> 实施, 执行
accord [ə'kɔ:d] <i>n.</i> 1. 一致, 符合 2. 谅解, 协议 <i>v.</i> 1. (with) 使一致 2. 给予, 授予	【联想】 <u>accordance</u> [ə'kɔ:dəns] <i>n.</i> 一致, 和谐 <u>accordingly</u> [ə'kɔ:dɪŋli] <i>adv.</i> 因此, 从而, 相应地, 照着(办)
account [ə'kaunt] <i>n.</i> 1. 记述, 报告 2. 帐, 帐户 3. 解释, 说明 <i>v.</i> 1. 说明...的原因, 是...的原因 2. (在数量、比例方面) 占	【联想】 <u>accountant</u> [ə'kauntənt] <i>n.</i> 会计人员, 会计师 <u>take into account</u> 考虑 <u>account for</u> 说明(原因等)



【全真题】

2002 年 1 月, Vocabulary and Structure

Accumulated energy under the earth must be released in one form or another, for example, an earthquake. ➡ 地球表面以下积聚的能量必须以这种或那种形式释放出来, 比如地震。

【全真题】

2002 年 1 月, Vocabulary and Structure

The statistical figures in that report are not accurate. You should not refer to them. ➡ 那份报告统计数字不准确。你不要引用这些数据。

【全真题】

1997 年 6 月, Vocabulary and Structure

The soldier was accused of running away when the enemy attacked. ➡ 这个士兵被指控为在敌军进攻时临阵脱逃。

【全真题】

2000 年 6 月, Reading Comprehension, Passage Three

People are accustomed to think that a man in uniform suggests quality work. ➡ 人们习惯于认为一个穿制服的人就会干好工作。

【全真题】

1998 年 6 月, Reading Comprehension, Passage Three

They fear the pain inevitably brought by such things as marriage, raising children, professional achievement, religious commitment. ➡ 他们惧怕诸如结婚、生儿育女、职业成就、宗教信仰等必然带来的痛苦。

【模拟题】

Vocabulary and Structure

This is a fact even our enemies have to acknowledge. ➡ 这是事实, 即使我们的敌人也不得不承认。

【全真题】

2002 年 1 月, Vocabulary and Structure

The author of the report is well acquainted with the problems in the hospital because he has been working there for many years. ➡ 这份报告的作者非常熟悉这家医院的问题, 因为他在那儿工作了好多年。

【全真题】

1998 年 6 月, Reading Comprehension, Passage Two

There is some set of definite skills that, once acquired, enable one to use a computer. ➡ 有一套固定的技巧, 一旦学到手, 就可以让一个人会使用电脑。



accumulate [ə'kju:mjuleit] v. 堆积, 积累, 积聚	【联想】 <u>gather</u> ['gæðə] v. 聚集, 聚拢 <u>assemble</u> [ə'sembl] v. 集合, 装配 <u>collect</u> [kə'lekt] v. 收集, 聚集
accurate ['ækjurit] adj. 精确的, 准确的	【联想】 <u>accuracy</u> ['ækjurəsi] n. 准确, 精确度 <u>precise</u> [pri'sais] adj. 精确的, 准确的 <u>precision</u> [pri'sizən] n. 精确, 精密度
accuse [ə'kju:z] v. 指控, 控告, 指责	【联想】 <u>sue</u> [sju:; su:] v. 控告, 起诉 <u>suit</u> [sju:t; su:t] n. 诉讼
accustomed [ə'kʌstəmd] adj. 1. (to) 习惯于... 的, 适应了 2. 通常 的, 惯常的	【联想】 <u>accustom</u> [ə'kʌstəm] v. 使习惯 <u>customary</u> ['kʌstəməri] adj. 习惯上的, 惯 常的 <u>habitual</u> [hə'bitjuəl] adj. 习惯的
achievement [ə'tʃi:vmənt] n. 1. 成就, 成绩 2. 达 到, 完成, 实现	【联想】 <u>accomplishment</u> [-ə'kɒmplɪʃmənt] n. 1. 成 就, 成绩 2. 造诣, 技能 <u>fulfillment</u> ['fulfɪlmənt] n. 实现, 履行
acknowledge [ək'nɒlɪdʒ] v. 1. 承认 2. 致谢	【联想】 <u>recognize/recognise</u> ['rekəɡnaɪz] v. 1. 认 出, 识别 2. 承认 <u>confess</u> [kən'fes] v. 供认, 承认, 坦白, 忏悔
acquaint [ə'kweɪnt] v. (sb. with) 使认识, 使了解	【联想】 <u>acquaintance</u> [ə'kweɪntəns] n. 熟人, 相识 <u>inform</u> [in'fɔ:m] v. 通知, 告诉, 报告 <u>enlighten</u> [in'laɪtən] v. 启发, 启蒙, 教导
acquire [ə'kwaɪə] v. 1. 取得, 获得 2. 学 到	【联想】 <u>acquisition</u> [,ækwi'zɪʃən] n. 获得, 获得物 <u>attain</u> [ə'teɪn] v. 达到, 获得 <u>obtain</u> [əb'teɪn] v. 获得, 得到 <u>acre</u> ['eɪkə] n. 英亩

**【全真题】**

1997 年 1 月, Reading Comprehension, Passage One

This means that we fit our actions to those of other people based on a constant mental process of appraisal and interpretation. 译文

这就是说我们大脑中不断地进行评估、识别,然后对其他人的行为作出相应的反应。

【全真题】

2002 年 6 月, Listening Comprehension

The scientists concluded that solar wind activity must follow the same cycle. 译文 科学家得出结论说,太阳风活动的周期肯定相同。

【模拟题】

Vocabulary and Structure

What is severe acute respiratory syndrome? 译文 什么是严重急性性呼吸系统综合症(SARS)?

【全真题】

2001 年 1 月, Vocabulary and Structure

I suggest he should adapt himself to his new conditions. 译文 我坚持要求他应该适应新的环境。

【全真题】

2002 年 6 月, Listening Comprehension

In addition, non-readers are more likely to live in rural areas and have less contact with neighbours and friends. 译文 而且,非读者较有可能住在乡村地区,跟邻里和朋友较少联系。

【全真题】

1995 年 1 月, Reading Comprehension, Passage Two

The lines between the performing nucleus and the additional performer, active spectators, and passive spectators may be difficult to draw. 译文 正在表演的核心演员和加入进来的表演者,主动的观众和被动的观众之间的界线难以划分。

【全真题】

2001 年 1 月, Reading Comprehension, Passage Four

Without adequate markets to absorb materials collected for recycling, throwaways actually depress prices for used materials. 译文 没有足够的市场来消化回收再生利用的材料,丢弃物实际上压低了旧物的价格。

【全真题】

1997 年 1 月, Reading Comprehension, Passage One

But apart from minor adjustments, we tend to be limited to what the stores have on their racks. 译文 但除去次要的改动外,我们往往只能从货架上的衣服中作出选择。