

李阳 **疯狂** 英语
Li Yang **Crazy** English



一个疯狂的方法和精神改变了中国人语言学习的观念与命运!



英语是 这样炼成的

Acquire Your English This Way

李阳 编著

28个英语和人生成功者
的感人故事，

给你提供源源不断的
强大动力!

让你时刻充满
无限的热情和斗志，
向英语发起猛攻!



世界图书出版公司

H319.3
L322:3

英语是这样炼成的

Acquire Your English This Way

李阳 编著



世界图书出版公司

广州·上海·西安·北京

图书在版编目(CIP)数据

英语是这样炼成的 / 李阳编著. —— 广州: 广东世界
图书出版公司, 2004.1.

ISBN 7-5062-6364-5

I. 英… II. 李… III. 英语 — 学习方法 IV. H319.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2003) 第 126407 号

英语是这样炼成的

作 者: 李 阳

出版发行: 广东世界图书出版公司

(广州市新港西路大江冲 25 号 邮编: 510300)

电 话: 020-84451969 84453623

E-mail: pub@gdst.com.cn

经 销: 各地新华书店

印 刷: 广州金羊彩印有限公司

(广州市天河区广汕二路高唐科技园高科路 邮编: 510500)

版 次: 2004 年 1 月第 1 次印刷

开 本: 889 × 1194 1/32

印 张: 5.5

字 数: 140 千

书 号: ISBN 7-5062-6364-5/H·0426

出版社注册号: 粤 014 号

定 价: 16.80 元

如发现因印装质量问题影响阅读, 请与承印厂联系退换

由于本书所选部分文章的作者工作单位和地址不详, 编者一时未能与作者取得联系, 在此敬请谅解! 请作者速与李阳公司联系, 领取稿酬。

联系人: 刘春森 电话: 020-87626630



这本书至关重要，
是保证你英语成功的护身法宝！
你应该将它置于案头，随时翻阅，
随时吸取力量，随时警醒自我！
它将是你的英语和人生成功的超级营养！
我以我20年英语学习的经验向你郑重推荐！

Success is largely a matter of holding
on after others have let go.

成功就在于其他人放弃的时候，
你仍然坚持下去。



从本书获得最大收益的三个忠告：

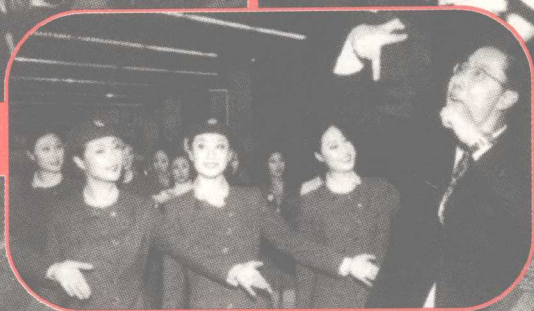
1、一定要反复大声朗读这些故事！读得越多，体会越深，获得的营养越多，受到的激励越大，当然，成长得就越快！

2、要背诵对你启发最大的经典段落！

3、魔鬼在细节中！把你自己设身处地地放在书中名人所处的环境，用心体会成功名人走向成功的细节，并依此制定出自己的行动计划！

People do not lack strength;
they lack will.

人们并不缺少力量，
他们缺少的是意志。



2002年中央电视台春节联欢晚会“英语大家说”高潮迭起，李阳老师和群众演员一起祝愿祖国和人民马到成功！



2002年中央电视台春节联欢晚会

全球瞩目 “英语大家说”

2002年除夕夜,李阳老师应邀参加中央电视台春节联欢晚会,为全球华人唱响了“英语大家说”。来自首都的警察、出租司机、空姐、售货员、大爷大妈、少年儿童共80多人和李阳老师一起同台演出,获得了全球20多亿人的好评。这一节目再一次推动了全球华人学习英语的热潮。“英语是讲出来的”这句李阳疯狂英语的名言也随着这个节目深深地印在人们心中!

李阳:语言是讲出来的(伴唱:叽叽喳喳、叽叽喳喳)
歌曲是唱出来的(伴唱:咪咪咪咪、吗吗吗吗)
恋爱是谈出来的(伴唱:腻腻歪歪、腻腻歪歪)
英语是说出来的(伴唱:叽里呱啦、叽里呱啦)
本事是练出来的(众唱:Follow me follow me 跟我学、跟我学)
成绩是拼出来的(众唱:No.one No.one 第一、第一)
日子是过出来的(众唱:Hello good Morning 早安)
过大年送大家一句吉利话(众唱:马到成功 马 Horse 成功 Success)

合唱:说说说,说句马到成功,说句英语祝大家(马到成功)
说说说,说句马到成功,说句英语愿祖国(马到成功)

李阳:大爷大妈说:(How are you How are you 你好吗 你好吗)
小朋友们说:(I speak English 我会说英语)
空姐空嫂亲切地说:(Welcome to China 欢迎你到中国来)
小夫小妻说:(I love you 我爱你)
的哥的姐说:(What's your name 你叫什么名字)
民警同志说:(Can I help you 我能帮你吗)
酒店里服务员温柔地说:(Please come in 请进)
我们大家都在说:(中国 China 世界 world 中国走向世界 China goes to the world)

合唱:说说说,我们大声地说,让 ABCD 走进我们今天的生活,用那语言为你我架起一座桥,让我们不用翻译心灵的诉说;说说说,我们尽情地地说,说出来才能感受交流的快乐,用来自中国的声音告诉世界,开放的中国正朝气蓬勃

李阳:游泳是游出来的(伴唱:哗啦啦、哗啦啦)
汽车是开出来的(伴唱:嘀嘀嗒嗒、嘀嘀嗒嗒)
道路是走出来的(伴唱:噼里啪啦、噼里啪啦)
太多的好事是我们努力得来的

奥运是争出来的(Beijing, China 北京, 中国)
足球是踢出来的(Go! Go! China Football 加油, 中国足球)
WTO 是谈出来的(Cool Cool Very good 真棒)
新的一年祝祖国、祝大家(众唱:马到成功 马 Horse 成功 Success horse success)

大爷大妈:想对老人说什么:(李阳:Father Mother Happy new year 爸爸妈妈,新年好)
小朋友:想对小朋友说什么:(李阳:Study hard Study hard 努力学习,努力学习)
空姐空嫂:表达感谢怎么说:(李阳:Thank you Thank you 谢谢,谢谢)
新婚夫妇:表达歉意怎么说:(李阳:I'm sorry I'm sorry 对不起,对不起)
的哥的姐:想叫出租车怎么说:(李阳:Hello, Taxi, Taxi 嗨,出租车)
售货员:想买东西你怎么说:(李阳:How much How much 多少钱,多少钱)
民警:遇到麻烦你跟我来:(李阳:Let's go Let's go 请跟我来)
众 人:我们大家都在说:(中国 China 世界 World 中国走向世界 China goes to the world)

合唱:说说说,我们大声地说,让 ABCD 走进我们今天的生活,用那语言为你我架起一座桥,让我们不用翻译心灵的诉说;说说说,我们尽情地地说,说出来才能感受交流的快乐,用来自中国的声音告诉世界,开放的中国正朝气蓬勃



序言一

榜样的力量是无穷的

征服英语的道路困难重重，众多的拦路恶魔只是让少数具有非凡意志的人成功通过。没有语言环境、惰性、工作生活忙碌、学习方法不当等等，这些都让征服英语者的梦想不断地被击碎！

我深深理解这个痛苦的过程。因为我就是从这个过程中过来的！

为了战胜自我，我专门建立了一个榜样的宝库，储藏着我心目中的英雄。我把他们分门别类地保存起来。我发现，这些名人也有和我同样的懒惰，同样的迷茫，也有因为不得法而走了弯路，浪费好多时间和精力。但是，他们没有放弃，没有沉沦，更没有自暴自弃，而是积极地寻找出路，并坚持了下去。于是，他们就成为了伟人，成为了别人学习的榜样！

我能走到今天，多亏了众多榜样的日夜相伴，让我从懦弱、懒惰的泥潭中一次又一次地奋起。这些故事，经常激励着我，使我获得力量——获得精神的力量，获得学习方法的指引！我也由此一次次地战胜了自己，获得一次次的新生！因为每一个名人的成长故事，都是关于学习、成长和成功的完整案例！

数亿中国人，都怀着征服英语的决心和梦想，走上了攻克英语的道路，然而，懦弱、惰性等人性弱点的折磨，学习方法的困惑，使许多人半途而废，无功而返，留下了终身遗憾！

今天，我将我榜样的宝库向你开放，和你一起分享这些超级营养。

榜样提供了强大的精神力量！

榜样提供了成功的捷径！

我是成千上万人的榜样，成千上万人也是我的榜样！

通过读这些精彩绝伦的故事，希望你能获得启发，获得力量，获得前行的动力！从而，你也能成为千千万万人的榜样！



序言二

炼——获得技能的惟一出路

英语学习是技能，这已经成为了人们的共识！而技能，都是在血汗中诞生的！都是在枯燥的重复中诞生的！

说到学英语，中国人很少谈锤炼英语的方法，都是在谈学法，即如何学英语的学习方法。李阳疯狂英语是第一家倡导如何“锤炼英语和人生”的学习方法。在英语的学习上，尤其需要多多强调一个“炼”字！着重强调锤炼英语的方法！

“一”、“三”、“五”是炼就英语真功夫的重要武器，是你英语成功的必由之路！我的三次英语和人生的巨大超越，都是刻苦“锤炼”的结果！每苦“炼”一次，人生就前进一次！

我之所以能够走向成功，就是因为我能够将 99% 的精力投入到苦“炼”上，只花 1% 的时间学习知识！只有把嘴巴“炼”到疼，才能叫真正的学习英语！疯狂英语强调的就是一个“炼”字！

大声读一遍，胜过眼睛看十遍！

学游泳，你看再多的录象带，不下水，也不会顶用，因为游泳是游出来的，不是看出来的！同样道理，老师的课无论再怎么上得精彩，再怎么上得生动，唾沫星子乱飞，再引经据典，再才华横溢，学生照样不会说英语！因为英语不是学出来的，而是“炼”出来的！

本书编选了 28 位名人的故事，他们的成功，无一例外都是刻苦“锤炼”的结果！有心的读者就会发现，从这些故事中，你几乎可以获得你所需要的任何关于英语和人生成功的信息！

要想“炼就”英语真功夫，获得更多的关于精神与方法的养料，请参看与本书同时出版的《我疯狂所以我成功》一书。

主 编 李 阳

总 监 制 曾 翼

副 主 编 刘春森

责任编辑 陆 辉

设计排版 吴金保

封面设计 俞孝军

项目管理 符勋波

摄 影 曾 翼

贾建伟



目 录

我相信，每个人来到这个世界上，
都是为了做一番与众不同、独一无二的事情！
I believe everyone is born into the world to
do something unique and something distinctive.

引言	/ 1
第一部 李阳：一个成功的传奇	/ 3
第二部 疯狂学子的感激	/ 12
第一节：初尝成功的喜悦	/ 14
1. 刘永军：从零开始，铸就真正实力	/ 14
2. 殷明勇：从自考生、“神经病”到 “稀有动物”、口语教师	/ 18
第二节：疯狂超越，迈向巅峰	/ 24
1. 赵永路：最大的满足和快乐	/ 24
2. 刘红生：税务官的人生飞跃	/ 26
第三部 名人，也都是这样炼出来的	/ 33
第一节：外国名人	/ 35
1. 威廉·莎士比亚： 大文豪的秘密武器——背诵	/ 35
2. 弗洛伊德和他的梦呓教学法	/ 37
3. 田中角荣：把字典一页一页地背下来	/ 39
特别奉献：俄国总统普京，女王面前 展现完美英语	/ 41
第二节：中国当代名人	/ 44



1. 俞敏洪的疯狂故事	44
2. 李嘉诚与学英语	51
3. 赖世雄：把自己想象成新生儿，一切 从头开始牙牙学语	57
4. 钟道隆将军和他的“逆向法”	61
5. 龙永图：外语“铁嘴”是怎样练出来的	64
6. 李相崇教授学英语	69
7. 邓亚萍的外语梦	71
8. 周润发补英文	81
9. 王跃：我学外语的诀窍	85
第三节：中国现代名人	90
1. 忆毛泽东学英文	90
2. 马寅初和外国语	96
3. 辜鸿铭：困而学之，笑傲西文	102
4. 鲁迅的学习方法	111
5. 冯玉祥将军：8个月攻克英文	114
第四部 他山之石，可以攻玉	116
第一节：成功的原理都是一样的	118
1. 魔鬼教练	118
2. 比尔·盖茨成为世界首富的秘诀	127
3. 史玉柱的疯狂故事	132
4. 柳大华：狂背棋谱，从磨难走向 辉煌的一代棋王	142
第二节：成功感悟	148
1. 自古成功靠强迫	148
2. 每天都是转折点	150
附录：李阳疯狂英语大事记	153
后记	157



引言

疯狂速成，创造奇迹

我的一个韩国朋友，没有一点中文基础，当他决定要来中国发展的时候，才开始下决心攻克中文，结果，仅用了短短6个月的时间，就把中文彻底征服了！中文在全世界普遍被认为是最难学、最难掌握的语言，但是，一个外国人，从一句中文也不会说，到拥有一口流利的中文，仅仅用了短短6个月的时间！有谁能说这不是人间奇迹呢？

其实，他的做法非常的独特，也非常的简单：他把自己关在房间里，四个角各放一个大喇叭，他就坐在正中间，把音量开到最大，一天十几个小时跟着录音带狂听狂背，一本汉语书从头背到了尾，就这样，他成功了！他也由此成为了韩国政界的宠儿，成为韩国各大跨国公司争相邀请的对象！而这一切，就是因为那6个月脱胎换骨的疯狂洗礼！

我以前一直弄不明白一个道理：为什么农村的孩子，参考资料那么少，除了课本，几乎什么书也没有，但他们的考试成绩却那么高。重点大学大都是这些来自贫困山区的孩子，一般城里的孩子远远比不过他们。直到现在，我才明白过来，这些农村孩子的成功绝招就是疯狂的操练，疯狂的背诵！每天早上，不到5点他们就起床，开始一天的朗读和背诵，直到6点半学校的起床铃响。他们的老师是这样要求他们的：“读英语，在冬天应读出汗来！”这些农村的孩子，就是通过这样的训练，将课本上的每个字句都能背下来，正是这种不放过任何盲点的完全背诵法，胜过了生活富裕的、有很多参考书的同学，从而获得了他们高考乃至



人生的成功!

在语言的学习上，很多人不相信速成!

语言作为文化，确实是不可能速成的，它的学习几乎是终身的。但是，语言作为一门技能，不仅可以速成，而且有许多现成的实例。

我们这本书，记录了古今中外23位包括我在内的名人，他们的职业不同，年龄不同，惟一的共同点，就是在语言的学习上都是卓有成效的名家，他们的名字，说起来都是那样如雷贯耳。他们大多由原来的不会说，在极短的时间内，获得了质的飞跃。如：

世界著名乒乓球健将邓亚萍，没有一点英文基础，从ABC26个字母学起，用了不到3年的时间，练就了一口流利的英语，在国际交流的场合，游刃有余，挥洒自如；

身处战争年代，没有一点英语基础，并且年过六旬的冯玉祥将军，仅仅用了8个月的时间，就能够用英语发表演讲；

我本人是在兰州大学烈士亭，通过4个月的疯狂，实现了我人生质的飞跃；

北京新东方学校创始人俞敏洪是两个半月；

.....

这样的事例太多太多了，相比较传统教学的10年、20年马拉松式的学习，最终学出来的还是不会说、不会听的聋哑英语而言，这些名人的学习历程，能不能叫做速成呢？

理论是枯燥的，故事却是活生生的、有血有肉的！今天，我们把他们的故事，他们的学习经历，不加任何修饰地呈现在读者面前，我们也不做过多的评论，相信读者自己就会得出令你信服的答案！

第一部

李 阳

一个成功的传奇



The best preparation for tomorrow is doing your best today.

对明天最好的准备就是今天做到最好。



对于教英语和学英语的中国人来说，李阳是一个具有传奇色彩的英雄式人物：不是外语专业的学生，2000年5月以前也没有跨出过国门，仅仅凭着自学掌握了英语，并独创了疯狂英语学习法。他的一口令美国人都钦佩的标准美式英文，征服了千千万万的英语学习者。

多年来，李阳用现身说法的实际经验，超人般的精神和意志，进城市、下乡村，其讲学遍及中华大地，全国近3千万人聆听过他的精彩讲学。他被日本、韩国邀请前往讲学，成为30多个国家100余家著名媒体追踪采访的热点人物，日本最大的电视台NHK向一亿多日本人现场直播了他的疯狂英语。由西安电影制片厂摄制，张元执导的《疯狂英语》大型记录片获得多项国际大奖！他是最具有梦想家气质的全国十大新锐人物；他是2002年韩日世界杯足球赛形象大使，是第一位在韩国以外获得该荣誉的人士；他是众多大学的名誉教授……

疯狂英语的诞生

然而，李阳并非生来就是英语天才。小时候，他只是个普通的孩子，他害羞、内向，不敢见陌生人，不敢接电话，不敢去看电影，甚至做理疗时仪器漏电灼伤了脸也不敢出声……直到上大学以后，这种状况也还没有多少改变。

在大学里，李阳特别害怕英语，他有曾经连续3个学期英文都不及格的记录。第3次考了58分，按常规是应该给及格的，但他坐第一排，上





课老是睡觉，老师为了惩罚他，故意不给他及格，并在假期里专门让他从新疆跑到兰州补考。

他也去过英语角，自己也认为英语讲得特别难听。常犯错误，别人经常当着他的面就指出，这句话错了，那句话也没说对，他就觉得特别羞耻，感觉到英语没有希望了。经常下决心要改变现状，但多次被惰性所打败。一次次的奋起，一次次的失败，消磨了他的斗志，使他变得更加迷茫、痛苦，不知所终……

大学二年级即将结束的时候，李阳已是 13 门功课不及格，他觉得很丢人，他反复告诉自己，必须从灰色的生活中突围出来！他选择了英语作为突破口，发誓要通过 4 个月之后举行的国家英语四级考试。

这时的李阳，也像别人一样开始大量做题。很偶然的一次，李阳发现，在大声朗读英语时，注意力会变得很集中，于是他就天天跑到校园的空旷处去大喊英语。十几天后，李阳来到英语角，别人很奇怪地说：“李阳，你的英语听上去好多了。”一语惊醒梦中人！李阳想：这样大喊大叫也许是学英语的好方法。

为了防止自己半途而废，李阳约了班里学习最刻苦的一个同学每天中午一起去喊英语，在兰州大学烈士亭，李阳和他的同学顶着凛冽的寒风坚持喊英语。日子一天天过去了，冬天走了，春天来了；从冰天雪地到

