

🔑 资深口译员带你探索英语学习中你不知道的真相



开悟英语

Eureka! My English!

刘翔◎著

SPM 南方出版传媒

全国优秀出版社 全国百佳图书出版单位 广东教育出版社



扫一扫
发现更多精彩内容



开悟英语

Eureka! My English!

刘翔 著

SPM 南方出版传媒

全国优秀出版社 全国百佳图书出版单位 广东教育出版社

· 广州 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

开悟英语/刘翔著. —广州: 广东教育出版社, 2018. 6
ISBN 978 - 7 - 5548 - 2128 - 2

I. ①开… II. ①刘… III. ①英语—学习方法
IV. ①H319. 3

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2018) 第 003917 号

策划编辑: 张翠君

责任编辑: 黎 雷 朱梦华 刘 霞 程亚兰

责任技编: 佟长缨 刘莉敏

装帧设计: 梁 杰

开悟英语

KAIWU YINGYU

广东教育出版社出版发行

(广州市环市东路472号12-15楼)

邮政编码: 510075

网址: <http://www.gjs.cn>

广东新华发行集团股份有限公司经销

广州市一丰印刷有限公司印刷

(广东省广州市增城区新塘镇民营西一路5号)

890毫米×1240毫米 32开本 11.75印张 282000字

2018年6月第1版 2018年6月第1次印刷

ISBN 978 - 7 - 5548 - 2128 - 2

定价: 48.00元

质量监督电话: 020-87613102 邮箱: gjs-quality@gdpg.com.cn

购书咨询电话: 020-87615809

本书的写作原则：

作者自己没有长期做过、

没有经常做过、

没有真实体会过的，

就不说、

就不写。

写这本书的初衷，源于这样一种萦绕于怀的心念——走过那扇机会大门的人，进门后，他应该在身后把门留着，不要关上，给后面来的人一个同样能进门的机会。作者花了十一年时间来“写”这本书，从2006年开始酝酿，反思自己过往学英语、用英语的历程，观察各种英语学习者的学习经历，同时把在英语教学中的体会与发现持续记录下来，其中一些已先形成文字发表在博客上，以期从博客跟帖评论中，获得从他人角度提出的各种问题与观点反馈。所以，这本书从多个视角来讨论英语学习这个话题，即从自己的、他人的、学生（学员）的角度。

坊间的英语学习书籍，大多只谈具体的方法、考试技巧，很少谈学习的策略与学习者的人性，即心理与行为方面。很多人一谈到英语学不好，往往会说“因为没有好的方法、方法不对、方法不正确”，其实，正如本书所言，中国人学英语的问题，从根本上说，并不真的是不知道方法，现在坊间各种英语学习方法多如牛毛，再怎么歪打正着，多少也能碰上一两个会对你有效果的方法，最后总也能学出个名堂来，借用一句调侃的话：“中国，是世界上人均拥有英语学习方法最多的国家！”而实际情况是——People know what they should do, but they don't do what they know（人们知道应该做什么，但他们并没有去做他们知道的事）。“方法”的说辞暂时被打住之后，此时一定会有人说，英语学不好，是“因为没有坚持下去，缺乏毅力坚持，没有坚持用那些方

法!”好了，这就涉及人本身了，涉及学习者自己的内心。目前，除了“英语+成功学、激励、励志”这样的模式，部分涉及学习者这个“人本身”的一些特质以外，很少有书来认真探讨人的内心在英语学习上到底是如何起作用的。很少在一本谈“如何学英语”的书中来探讨英语学习的“成功者”与“失败者”到底不同在哪里。为什么会形成这样的不同？

对英语学习成功者与失败者学习策略对比分析的研究，这方面的论文则已有不少。根据中国和其他国家的外语教学人士与实践者们的观察、调查，过去四十年的研究发现：成功的学习者在学习过程中，都不约而同地显示了对学习策略的恰当使用；而非成功的学习者都或多或少地显示出没有掌握学习策略，或者对学习策略的不恰当使用。近年的研究得出：与学习者自身心理有关的因素，诸如态度、动机以及外在学习环境，同样也会对第二语言学习者的学习效果产生影响。

作者基于对自己、对众多各类英语学习者的长期独立观察、对比、分析和总结，还有最近十年对人性（心理学）研究得到的启发，发现：英语“学出来了的人”与“没学出来的人”，他们在心理、心态、学习方式、方法与行为习惯上，各有一套明显不同的模式。通过观察与交谈，判读出学习者在英语学习中的特定心智与行为模式，作者一般就能相当有把握地预知，这个人是否能把英语学出来！

当然，对于那些“学不出来的人”，作者绝不会当下就把这种判读告诉他们，否则，反而会形成一种“自我应验的预言”（self-fulfilling prophecy），而这正违背了本书所揭示出来的“学习成功者”的心理预期模式。这种判读的价值和意义在于，及时提

醒学习者（或者学习者自我提醒），指出其问题所在，告诫他们哪些模式是要避免的，并建议一些可采纳的、有效的、更容易获得成就感的做法，而且是可持续推进的学习模式。

英语学习的“成功者们”，之所以能把英语学到了自己的目标水平，能拿出来很好使用，正是因为有大大小小的“成就感”，在不断推动着他们前进，如果没有这些“成就感”在持续作用，他们同样也会没法“坚持下去”。成就感的获得，与学习者的想法观念、心理情绪、与外部环境的互动、采用的学习方法等因素高度相关，即必须同时关注“策略+方法”。

本书上编部分“开悟英语”讨论英语学习成功的策略（策略≠方法！）、外语学习“开悟”现象、“开悟”路线图、中国人的观念误区、学英语的动力来源、心理与行为等，侧重英语学习者的“人的问题”。下编部分“英语——从开悟到优秀”谈英语学习的“技术问题”，即侧重在具体方法、技巧、做法、操作等。

作者希望能把自己从青少年时代以来，在英语学习与使用上的诸多心得，尽可能地在一本书中，较透彻、全面地传递出去。有些地方会以不同的话语重复同一个要点，希望用这种重复，让读者能把书中各处的观点，交错立体地串联起来，一个观念如果是重要的，它一般就不会只在一个地方有用，就不会孤立地只出现一次。当然，要想把这二三十年来的心得，在一本书中都说完、说全，也只是一种奢望而已。抛出一些“砖”，期望引出更多的好“玉”，才是一种比较现实的最终希望。

作者个人的英语学习故事和亲身经历是书中各种观念的最初来源，这些仍旧历历在目的“flashback（闪回）”比较多，不过，本书基本上也只选取了作者从学生时期到进入外企前这一时间段

的一些印象深刻的经历与故事，为了节省篇幅，其他一些学英语及用英语的经历、故事、评论、感悟等，尤其是关于口译与笔译的部分，就没有放到书里来了，感兴趣的读者可到作者博客上去参阅——新浪博客“刘翔 Philip”。

刘翔

2018年1月26日

——写于广州颐和山庄

刘翔

本书作者是一个长期生活在中文环境下的英语使用者。他既非英语专业出身，更非学院派专家学者；既不是考试通，也没有出国留学过，甚至大学未毕业。他23岁进外企，以专职口译、笔译“出道”职场，是一个有近30年经历的实战英语使用者，同时，又是一名在国内几大英语培训机构，有10多年丰富教学经验的优秀讲师。

虽常年生活在中国，但他把英语作为工作语言，与中文并行；英语对他不仅仅是一种工具，而更多的是他的一种生活方式。

高中一年级时，因同学一次偶然的促成和帮助，在英语的期中考试之前，预先获得了试卷，因这次作弊而“有幸”得了第一名，却“不幸”被迫要在三个半月后的期末考试中保持同等水平，在严峻的外部压力之下，他奋起努力学习英语，结果英语“开悟”，从此改变了自己的“英语人生”……

为求与英语有“亲密接触”，用英语谈恋爱，用英语吵架，到用英语帮助自己，克服了在国际交往与工作环境中的“惴惴不安”；用英语作商业谈判、演讲，做报告；用英语与国际同事进行跨国协作、玩办公室政治，驰骋中国市场，奋斗至美国、德国驻华外企管理高层；细微到为迫使自己习惯用英语，自20多年前，就将自己的电脑系统也全部换成纯英文环境——国际化，从

细节做起。

在外语学习上，尤推崇“短期内全身心投入、高标准要求”策略，促成学习者在短期内达成对外语的“开悟”。

12年欧美外企工作经历，任职从翻译、业务主管、美方总经理助理，到德国企业驻华代表处代表、首席代表。尽管职务早已不再是专业翻译，但经常要亲自上场为中外双方做翻译沟通，口译成了工作中的分内之事。

21年间，以职业或非职业、更多是以自由职业翻译的身份，为各类国际会议口译计1000场次以上。频繁参加国内外各种商务谈判、企业—政府沟通与专业技术讲座交流活动，并任现场口译、首席翻译、交传、同传，积累了丰富的口译实战经验。

7年口译培训首席讲师，主讲上海口译中高级证书考试、人事部三级口译证书考试等课程。

最近十多年，为探寻自身人性、人生诸多“为什么”，全身心地学习并实践东西方心理学、心灵学。目前，专注于以积极心理学（Positive Psychology）为主的后现代心理学+东西方心灵内省的学习与实践，推动当今国际上方兴未艾的积极心理学运动在中国的发展。

【上编/开悟英语】

第一部分 学英语，一定要开悟！

- 第1章 英语“开悟”现象 /2
- 第2章 “开悟了”，是种什么状态？ /5
- 第3章 谁“开悟”了？ /8
- 附录1 英语洞察与感悟状况自测表 /14

第二部分 策略正确，才能突破！

- 第1章 短期要开悟，长期再积累 /18
- 第2章 要开悟，如何做？ /22
- 第3章 如何从发音与基础口语开悟？ /24
- 第4章 如何从语法开悟？ /26
 - 我的英语故事：语法，让我“开悟”英语 /27
- 第5章 不建议从“背单词”开悟 /35
- 第6章 “开悟”不可控，可控的是自己的努力 /37
- 第7章 开悟、考试，一箭双雕！ /41
- 第8章 短期不容易，长期很划算 /45
- 第9章 英语好的人，许多都是“自学”出来的 /47

第10章 发音、语法不好，英语永不翻身 /49

第11章 做一个“翻身”决定：

用6个月，给你的英语“大洗牌”！ /54

第三部分 中国人学英语的误区

第1章 “我学了10年英语，可还是不会！” /58

第2章 别老是当英语的“学生” /60

第3章 你有“语言天赋”吗？ /62

第4章 英语学习“成功者” vs “失败者” /67

第5章 急躁、浮躁、烦躁 /78

第6章 要学英语，别再找方法了！ /80

第7章 喜欢英语、讨厌英语，老师能带来什么影响？ /82

第8章 哪些人更倾向于放弃英语？ /87

第四部分 英语到底有什么用？

第1章 “学了英语没啥用，没地儿使！” /90

第2章 别把英语只当作工具，当成一种生活方式 /94

第3章 英语好，会增强你的“国际自信” /97

第4章 探寻生命的意义，英语帮了我的大忙 /100

第5章 要学好英语的N个理由 /104

附录2 学英语杂念破除一览表 /106

【下编/英语——从开悟到优秀】

第一部分 发音

- 第1章 发音，你的口语面子 /110
- 第2章 发音不过关，英语难翻身 /113
- 第3章 中国人容易忽略的重要发音细节 /116
- 第4章 光凭感觉来模仿是不够的！——“简谱法” /120
- 第5章 一定要听自己的录音！ /124
- 第6章 如何“听顺”英式发音？ /127

第二部分 口语

- 第1章 朗读！朗读！不朗读，说不出！ /132
- 第2章 造句、造句、造句
——Play with your English! /137
- 第3章 不会说？绕着走！
试试“少儿英语”又何妨？ /145
- 第4章 你还在说一口“少儿英语”吗？ /152
- 第5章 学会“口水话”，流利不卡壳 /155
- 第6章 用用用，到处用，用出来，才是硬道理！ /158
- 第7章 如何把模仿记诵过的文章“自然”说出来？ /162
我的英语故事：英语角“厚黑学” /168
我的英语故事：试试用英语谈恋爱吧！ /173
- 第8章 凡是奇怪的东西，都是好“东东”！ /176

- 第9章 学校不教的口语
——为 Chinglish 挑错，发现意外的地道表达法 / 179
- 第10章 讲英语时，要随时监控自己 / 184
- 第11章 你有没有用英语做过梦？ / 186
- 第12章 老外怕“被英语角” / 187
- 第13章 英语到达优秀才真管用！ / 190

第三部分 语法

- 第1章 语法不过关，英语别想翻身！ / 194
- 第2章 学语法，不能只靠“感觉、语感” / 197
- 第3章 锁定一本书、求教一个老师 / 201
- 第4章 语法术语，一定要搞明白！ / 203
- 第5章 像学数学那样学语法 / 209
- 第6章 按英语的原样学英语
—— Learn English AS it is! / 211
- 第7章 语法，许多都是有道理可说的 / 216
- 第8章 如何练就语感？——“内化”语法 / 224

第四部分 单词

- 第1章 到底是谁在背单词？ / 230
- 第2章 “记了忘、忘了记”真的是个问题吗？ / 235
- 第3章 如何记单词，如何“乐记”？ / 237
- 第4章 一个单词有那么多意思，怎么记呀？ / 243
- 第5章 练习——找单词的核心、基本图像 / 247

第五部分 听力

- 第1章 小心听力上的自我感觉良好 /254
 我的英语故事：“你不太懂我说的！” /257
- 第2章 真正听懂，其乐无穷！ /260
- 第3章 “听懂了！” 大脑里都发生了什么？ /263
- 第4章 彻底听懂的分步解决方案 /265
- 第5章 彻底听懂的最关键一步——“水晶透亮” /269
- 第6章 关于“水晶透亮法”的更多解答 /274
- 第7章 中国人听力的特殊难点 /278
- 第8章 如何淡化“脑中字幕”、淡化内心“强迫翻译”？ /283
 我的英语故事：专注、专注、再专注，突破听力！ /286

第六部分 写作与阅读

- 第1章 写作不好，语法烂是首因！ /292
- 第2章 如何更顺利、长期地阅读原版英文书籍？ /295

第七部分 浸泡在英语的水里

——Being in the water of English

- 第1章 如何看电影，学英语？
 ——English through Movie /300
 我的英语故事：千部电影人生 /307
- 第2章 听，我的“移动教室——Mobile Classroom” /312

- 第3章 如何用国外大学原版课程视频，
既学英语又学课程？ /315
- 第4章 英语演讲——参赛，就要为拿奖！ /319
- 第5章 精学一篇文章，怎样才算“彻底掌握”？ /321
- 第6章 中高级英语学习者电脑上必备的4个词典 /322

第八部分 向优秀迈进——口译

- 第1章 “我不当翻译，也有必要学点翻译吗？” /324
- 第2章 用口译、笔译，逼着你的英语再提升！ /327
- 第3章 如何自学口译——从口语到口译 /331
- 第4章 口译工作现场一瞥 /336
- 第5章 口译，如何听懂各国口音？ /342
- 第6章 把英语说“飞”起来——effortlessly！ /344

【总结编】

- 一、如何获得并保持学英语的动力？ /348
- 二、综合十大做法，练就优秀口语 /353
- 三、最常用80句英语“口水话” /355

致谢 /359

【上编 / 开悟英语】

第一部分 学英语，一定要开悟！

英语能开悟的人，肯定都是专门学英语的吧！

真相 1：英语很优秀、能把英语很好地用到实战中的人，既有英语专业的人，也有许多并非英语专业出身的人。

真相 2：你的英语是否开悟，与你是否读英语专业没有必然关系，只和你是否曾经有过一段时间，真真正正、实实在在，不留下任何疑问死角、认真用心学习英语有关系！

