

影响百万学生的英语学习和感恩教育读本
著名英语教育专家、爱国演说家张雄老师倾情力作

挑战 无极限

张雄
著

你就是下一个奇迹
挑战极限
永不放弃

山西出版传媒集团
山西春秋电子音像出版社

图书在版编目（CIP）数据

挑战无极限/张雄编著.—山西春秋电子音像出版社.

ISBN 978-7-89453-623-5

挑战无极限

责任编辑：郁婷

复审：武斌

终审：严果生

出版者：山西出版传媒集团·山西春秋电子音像出版社

地址：山西省太原市建设南路 58 号

邮编：030012

电话：0351-5250939

书号：ISBN 978-7-89453-623-5

印制：山西省运城市精睿印务有限公司（运城市槐东路）

开本：787mm×1092mm 1/16

印张：20

字数：220 千字

印数：1-3000 册

定价：35.00 元

版次：2012 年 5 月第 1 版

印次：2012 年 5 月第 1 次印刷

（凡发现有缺漏页、残破等质量问题，请与承印厂联系调换）

版权所有侵权必究印装差错负责调换

一定要请你尊重的人在这本书上签名,让爱你的人和你爱的人一起来鼓励和见证你的人
生成长!

记住,为你见证和鼓励的人越多,你的能量和磁场就会越来越大,马上行动!

谨以此书献给天下所有的孩子们!

心怀感恩,挑战极限,永不放弃,你就会拥有更广阔的舞台!

决心书

中国父母是全世界最辛苦、最献身、最可怜的！

一生的操劳、一生的忧虑、一身的病痛！难道这就是我们能带给父母的吗？我们什么时候才能长大？我们什么时候才能报答父母？他们能等到那一天吗？

和父母的付出相比，我们在学校里没有做到全力以赴！

因为没有全力以赴，所以我们没有能力、没有本事去报答他们！

因为我们不懂事、不成熟，反而给他们带来了更多的白发、更深的皱纹、更虚弱的身体！
请反省一下自己吧！

不要再对父母的爱熟视无睹！他们的快乐和健康就是我们最大的责任！

只要我们全力以赴，他们就将终身无悔！父母的要求就这么一点！

我一定要最大限度地利用每一天的每一分钟！

我对我的未来完全负责！

无论我做什么，我都将全力以赴，追求成功！

我的签名：

时间：

见证人：

地点：

前言

2005 年以前，我一直奔走在全国各地，在台上和学生分享学习英语和记忆单词的方法与心得，看到他们因改变而获得成功后绽放的笑脸，一直是我很享受的工作。

对于英语学习，我一直认为只要有适合自己的方法加上大量的行动并坚持下去，自然会有期待中的收获。方法和坚持哪个更重要？我认为应该是不分轻重，各占一半。

后来的一件事情让我改变了这个看法。

一天，我收到一个学生的 e-mail，这是一个高二学生，一个月前听过我的演讲。他向我讲述了这一个月他自己的巨变，他在这次月考中英语取得了 110 分的成绩，这个成绩并没有让我有过多的感觉，150 分的满分，110 充其量只是中上等。但是他接下来的话让我很是吃惊，上次月考他的成绩是 35 分，一度准备放弃英语。那时，我收到过很多学生的来信，也看到过很多学生在成绩上的飞速提升，但是，不可否认，这是我看到过的提升最快的。他告诉我这一个月，他像疯了一样的背单词，大量阅读，比我当时七天闭关更疯狂！（注：我曾经将自己反锁房间内七天，记忆 6500 个单词，后来在演讲中和学生分享自己的这段疯狂之旅，谓之“七天闭关”。）他将最向往的大学写在白纸上贴在了寝室墙上，以此激励自己坚持下去！现在已经将高中所有单词背得滚瓜烂熟，下次月考的目标是 130 分。

这个让人愉快的插曲让我改变了我以往的观点，行动与坚持比方法重要得多！同样的方法在不同人的身上产生的效果之所以截然不同，是因为每个人的行动不一样，而行动不一样的原因是每个人采取的自我激励方式不同，事实上，就我所知，很多人根本就毫无自我激励的概念！

人，是需要被激励的！

说点后话，这个学生 06 年高考英语 142 分，考入了墙上的大学——广州某大学。

这件事后，我开始更多的研究感恩励志及自我激励领域，并从此走上感恩励志教育的道路，因为我发现，一个不懂得自我激励的人，再好的英语学习方法在其身上也不会显现威力。

除过不世出的天才，我们每个人的天分都大同小异，但是每个人的成就却差之千里，很多碌碌无为的人也可以滔滔不绝地说出人生成功之道，很多不被人看好的“许三多”式的人物却最终取得人生的成功，实现了自己的价值。所以，成功无关智商，无关背景，只要你愿意并付出大量的行动，在自己想要放弃的时候给自己最强力的激励，你就一定可以成功！

无论如何，请记住：您可能用几个小时的时间就可以阅读完这本书，但是没有行动的话，它就永远是停留在脑中的文字，不会对你的生活学习带来任何变化！因为，行动远比方法重要得多！

目 录

决心书.....	3
前言.....	4
第1章 学习的革命.....	1
一、武器——单词记忆方法.....	2
二、战术.....	16
第2章 梦想的力量.....	19
第3章 态度决定一切.....	34
第4章 目标制定及执行.....	48
一、为什么要制定目标?	48
二、目标不只是一句话.....	48
三、执行.....	49
第5章 珍惜时间立刻行动.....	57
第6章 打破思想的桎梏.....	70
第7章 沉睡的巨人.....	85
一、潜意识与无限潜能.....	85
二、潜意识的六大特征.....	85
三、潜意识是如何形成的.....	86
四、大脑是怎样工作的.....	87
五、如何开发潜意识.....	87
六、如何进行有效的自我暗示.....	88
第8章 将自己激励成超人.....	113
第9章 戒除网瘾.....	121

第1章 学习的革命

多年来，我接触到无数的学生，发现感到自己受到上帝冷落的学生所占的比例远远超出我的想象，很多学生陷入了学习困境，甚至极度压抑，痛苦并迷茫，当然，不排除青春期荷尔蒙作祟的因素。很多学生坚信自己一定呆在上帝的盲区，或者他故意对自己视而不见，或者正躲在墙角的阴暗处，看着自己痛不欲生却偷偷地嘴角挂着笑。

处在花季的孩子不应该受这样的心理折磨，他们应该享受到成长的快乐。

经过我的调研，得出这样的结论：即使是在家长和老师眼中最“无可救药”的学生，他们同样渴望在学习上取得成功，得到别人的认可。但是苦于已经在学习上“负债累累”，没有打好底子，想要重头再来，却因没有很好的方法而困难重重，于是就彻底的放弃。

那么，如何让这些陷入困境的孩子们重新站立起来，取得学业上的成功呢？

我的经验是：帮助他们在所有课程上找到一个突破点，然后全力以赴，在最短的时间内获得最大的改变和收获，彻底打碎他们脑子里对自己在学习能力上的否定。

简而言之，这是一场战争，以前屡战屡败，士气颓废，这时，应该举全力攻敌方一点，全力以赴取得胜利，打破敌人不可战胜的神话，重塑我军将士的信心！

那么，所有的课程中应该选择哪一科作为突破口呢？

我的选择是：英语！而且是其中的单词记忆！

这个选择和我学英语出身有关系，但是“举贤不避亲”，我曾经帮助过很多学生通过单词记忆重塑信心，并最终实现了所有课程全面上升！

缘由在于：

一、陷入学习困境的同学，对英语的恐惧更甚！对英语的所有分支的恐惧中，又以记不住单词为首！

二、打蛇打七寸，我们就选择这个最难的部分，短期内征服它，这样获得的信心和成就感将无与伦比！

三、事实上，词汇量是最容易短时间内突击完成的——只要你掌握适合你的好方法，并坚持下去！

我在本书开始告诉大家的那个小插曲就是最好的佐证。那个高二学生在一个月之内英语成绩有了天翻地覆的变化，正是采取这样的战略。他告诉我，他用我的方法，像疯了一样用十天的时间将高考核心词汇背了个滚瓜烂熟，十天之后，看着因翻阅过多而变了颜色的字典，他的信心空前膨胀——原来英语单词这样不堪一击啊！

所以，如果你想尽快改变学习现状，我希望你可以尝试一下这个办法。

这就像是一场与糟糕的学习现状、自己的惰性及恐惧等一切负面状况的攻坚战，要想赢得这场战争，我们需要两样东西——尖端武器和高超的战术。

这两样东西我愿与所有有志于参加这场战斗的同学们分享！

一、武器——单词记忆方法

很多同学背单词通常是采取最原始的“小和尚念经”法。这个方法饱受英语教育者诟病，它的危害之处有三：1，效率低下；2，催眠自己；3，催眠同桌。故此法害人害己，实为杀人于无形之首选利器！

最好的单词记忆方法，就是让你在最短的时间之内将单词囊入脑中，并形成画面，与大脑中原有素材形成联系。

此方法在我的另一本书《喜游记》中有过介绍，现摘录部分内容如下：

张雄单词速记简介

此方法的核心是以熟代生，编造语境。也就是将完全陌生的单词转化为自己熟悉的东西，并形成语境。以熟代生的技巧如下：

1.拼音。因为英语本身是拼音文字，所以可以用我们最熟悉的拼音直接将英语单词变为汉语句子，每个字母必然可以找到相对应的汉语，如：It 聊 (liao) 天 (tian)，st 可以表示手 (shou) 套 (tao) 及尸 (shi) 体 (ti)，sk 表示舒 (shu) 克 (ke)，mb 表示面 (mian) 包 (bao)，ght 表示桂 (gui) 花 (hua) 糖 (tang) 及鬼 (ghost)，er 儿 (er) 子。单词范例：

danger n.危险——当 (dang) 儿子 (er) 遇到危险 (danger)，你会怎么办？（当然是舍身相救了！）

adult n.成年人——阿 (a) 杜 (du) 喜欢和成年人 (adult) 聊天 (It)。（和小孩有代沟，没有共同语言。）

night n.晚上；夜间——你 (ni) 为什么总是在晚上 (night) 吃桂 (g) 花 (h) 糖 (t)？或我祝你 (ni) 晚上 (night) 撞鬼 (ght)！（最恶毒的诅咒！）

2.谐音。根据单词的发音将其和词义连接在一起。如：

boy n.男孩——男孩 (boy) 是宝 (谐音)。

girl n.女孩——女孩 (girl) 是狗 (谐音)。（很严重的歧视！）

3.单词。用已记忆的熟悉的单词将陌生单词和词义联系在一起。如：

shop n.商店——商店 (shop) 停止 (stop) 营业。

4.固定组合。将单词中频繁出现的字母组合重新命名，如：ment 馒头 (谐音)，eve 笑脸 (形状很像笑眯眯的脸)，ee 眼睛 (形状)，ture 车 (谐音)，tion 蛇 (发音)。单词范例：

nature n.大自然，自然界——那 (na) 辆车 (ture) 冲进大自然 (nature) 的怀抱——掉河里了！

5.字母编码。根据每个字母的发音及形状特征，为其赋予更多的含义，如：c：耳朵、月亮，e：眼睛，f：大刀，g：哥哥、数字9，i：我、蜡烛，k：机关枪，l：来、老、数字1，m：山，o：太阳、鸡蛋，r：小草，u：油，v：山谷，x：剪刀，y：歪脖子，z：数字2。单词范例：

piano n.钢琴——钢琴 (piano) 骗 (pian) 鸡蛋 (o)。

下面从初中各年级中各抽取一单元的单词以作演练。（每单元第一部分为单词情景记忆，

第二部分以搞笑的故事帮助复习记忆。)

七年级上册unit 3

Part 1 情景记忆

sister n.姐、妹——四 (si) 双手套 (st), 儿子 (er) 和姐妹 (sister) 们都有份。

mother n.母亲——father n.父亲——brother n.兄弟——fa mo bro+ther——妈妈 (mother) 负责蒸馍 (mo), 爸爸 (father) 负责惩罚 (fa), 哥哥弟弟 (brother) 负责逼 (b) 小草 (r) 下蛋 (o)。(分工明确! 不过哥哥弟弟的任务是不是重了点? 小草能下蛋吗?)

parent n.父(母)亲——父母 (parent) 怕 (pa) 被人 (ren) 踢 (t)。(谁不怕?)

grand a.隔两代的;(外)祖……;(外)孙——这个工人 (gr) 和 (and) 我爷爷 (grandfather) 很熟。

grandfather[

]n.祖父; 外祖父

grandmother[

]n.祖母; 外祖母

friend n.朋友——朋友 (friend) 手拿大刀 (f) 向日本 (ri) 鹅 (e) 脑袋 (nd) 上砍去。(抗日? 包括日本的鹅?)

those pron. & adj.那些——these pron. & adj.这些——those these——这些 (these) 是鹅 (e), 那些 (those) 是鹅蛋 (o)。

aunt n.伯母, 婶母, 姑母——姑姑 (aunt) 给我一个 (a) 油 (u) 奶糖 (nt)。

son n.儿子——儿子 (son) 是太阳 (sun)。

cousin[正好凑 (cou) 成四个 (si) 尼姑 (n)。(什么乱七八糟的啊!)]n.堂(或表)兄弟(姐妹)——堂兄弟表姐妹 (cousin)

daughter n.女儿——我女儿 (daughter) 怕两个东西: 大 (da) 杯子 (u), 鬼 (ght) 儿子 (er)。

uncle n.叔, 伯, 舅, 姨父——别怕, 昂起头, 抠 (昂抠-谐音) 叔叔 (uncle)。(哪有这样教育孩子的!)

picture n.图画, 照片——痞子 (pi) 用一只耳朵 (c) 在车 (ture) 上画画 (picture)。(用耳朵怎么画?)

dear a.亲爱的——亲爱的 (dear) 大 (d) 耳朵 (ear)!

for[(有时候分数并不能说明什么, 只要尽力就是英雄! 就应该获得掌声!)]prep.为了——为了 (for) 四 (four) 十分, 我拼尽了全力。

photo[李逵用过的?]n.相片——斧头 (音) 的相片 (photo)。(斧头是明星?)

here adv.这里——在这里 (here) 才可以喝 (he) 上热水 (re)。(这里是锅炉房?)

Part 2 喜游记

(正文) 武林高手——唐僧

悟空三人加入取经团队后，劣性不改。上课时看 picture，下课打闹，三天一小错，七天一大错，且经常不服唐僧管教，让唐僧头疼得很。经过慎重的考虑，唐僧终于决定使出他的绝招。

这天晚饭后，he 将三人叫到房间，自己坐在床边，喝了口水，清了清嗓子，板着脸说道：这几天你们的表现很不好。你们是不是以为我拿你们没辙？我既然能当你们的师父，肯定有几把刷子。不妨实话告诉你们，我出生在武林世家。Grandfather 当年和洪七公是拜把子 brother, grandmother 是黄蓉的 aunt。我的 parent 也很了不起，father 是郭靖的 brother, mother 是小龙女的 sister。Uncle 曾使一招“海底捞月”打得欧阳锋满地找牙。他的 son 也就是我的 cousin 是丐帮的第十二代掌门，daughter 也就是我的 cousin 是峨眉派的二当家，她和灭绝师太是好 friend。我家里有他们练功的 photo，不信的话可以去瞧瞧，我没带到 here。Thanks for 他们的教诲，让我也有了一身的好功夫，只是我深藏不露而已。你们 these 人哪天要是把我惹毛了，我也会使“海底捞月”的。你们的 those 什么三十六变、七十二变，我根本不放在眼里。

悟空三人听得心里发毛，浑身打颤，心想：以后可得小心了，别像欧阳锋一样也被“海底捞月”了。

(原文)

悟空三人加入取经团队后，劣性不改。上课时看图画，下课打闹，三天一小错，七天一大错，且经常不服唐僧管教，让唐僧头疼得很。经过慎重的考虑，唐僧终于决定使出他的绝招。

这天晚饭后，他将三人叫到房间，自己坐在床边，喝了口水，清了清嗓子，板着脸说道：这几天你们的表现很不好。你们是不是以为我拿你们没辙？我既然能当你们的师父，肯定有几把刷子。不妨实话告诉你们，我出生在武林世家。爷爷当年和洪七公是拜把子兄弟，奶奶是黄蓉的姑姑。我的父母也很了不起，老爸是郭靖的兄弟，老妈是小龙女的姐妹。叔叔曾使一招“海底捞月”打得欧阳锋满地找牙。他儿子也就是我的表兄是丐帮的第十二代掌门，女儿也就是我的表姐是峨眉派的二当家，她和灭绝师太是好朋友。我家里有他们练功的照片，不信的话可以去瞧瞧，我没带到这里。感谢他们的教诲，让我也有了一身的好功夫，只是我深藏不露而已。你们这些人哪天要是把我惹毛了，我也会使“海底捞月”的。你们的那些什么三十六变、七十二变，我根本不放在眼里。

悟空三人听得心里发毛，浑身打颤，心想：以后可得小心了，别像欧阳锋一样也被“海底捞月”了。

七年级下册unit 2

Part 1 情景记忆

post n. 邮件；邮递——邮递 (post) 员戴着破 (po) 手套 (st)。(金融危机，发不了工资！)

office n. 办公室；事务所——我在办公室 (office) 吃完鸡蛋 (o) 后拿着两把刀 (ff) 切冰块 (ice)。

library n. 图书馆——李 (li) 波 (b) 在图书馆 (library) 惹 (ra-re) 火了人妖 (ry)，被

狂殴。(人妖是泰拳高手?)

restaurant n. 餐馆, 饭店——休息 (rest) 时间我们的 (aur-our) 蚂蚁 (ant) 通常会去饭店 (restaurant) 大吃一顿放松身体。

bank n. 银行——半 (ban) 克 (k) 黄金存银行 (bank)。

street n. 街道——尸体 (st) 热 (re) 情拉着外星人 (et) 去逛街。(僵尸!?)

pay v. 付钱; 支付——付款 (pay) 赔 (谐音) 偿。

park n. 公园——帕克 (谐音) 逛公园 (park)。(帕克是 NBA 马刺队的主力后卫)

avenue n. 林荫道; 大街——一个 (a) 忘了 (ve) 路的奴隶 (nu) 眨巴着眼睛 (e) 傻乎乎的站在大街 (avenue) 上。

center n. 中心; 中央——厕所 (ce) 有颗奶糖 (nt), 儿子 (er) 站在中央 (center)。(顺口溜)

bridge n. 桥——不 (b) 去日本 (ri) 的大 (d) 哥 (ge) 站在桥 (bridge) 头。(为什么不去呢? 不敢过桥!)

mail n. 邮件——妈妈 (ma) 给我 (i) 发了一 (l) 封邮件 (mail), 说: 儿子, 咱们搬家了, 搬到了三百里以外的地方。具体什么地方? 我不告诉你, 你猜猜?(这哪能猜得着啊?)

there adv. 在那里——在那里 (there), 他 (t) 才能喝 (he) 上热 (re) 水。

near prep. 附近——你 (n) 的耳朵 (ear) 就在附近 (near), 肯定没跑远。(耳朵长腿了?)

across prep. 横过; 在……对面——(a) 只耳朵 (c) 横穿 (across) 马路后, 在对面热死 (ross, 谐音) 了。

between prep. 介于 (两者或多者) 之间——介于背和腿 (背腿, 谐音) 之间 (between)。(您说的是屁股?)

front n. 前面; 前边——芙蓉 (fr) 姐姐在 (on) 前面的 (front) 梯子 (t) 上。(又在摆 pose?)

behind prep. 在……之后——他是在元旦之后 (behind) 被害的 (谐音)。

neighborhood n. 附近, 邻居——那 (n) 八个 (eigh-eight) 伯伯 (bor-bo) 就在附近 (neighborhood) 打老虎 (hood-hu)。(注意: 这个单词中的拼音码都是近似的)

straight adv. 直接地; 径直地——直直 (straight) 往前走, 尸体 (st) 就在右边 (raight-right)。

just adv. 直接地——警察过去以后直接 (just) 拘留 (ju) 尸体 (st)。(凶手呢?)

turn v. 转弯——兔子 (tu) 让你 (rn) 转弯 (turn) 你就转弯啊?(兔子是老大?)

left adv. & n. 向左; 左边——right adv. & n. 向右; 右边——弥勒佛 (le) 开着福特车 (ft) 向左 (left) 拐了, 为什么不走右边啊? 八个 (eight) 流氓在在右边 (right) 等他。(神仙也怕流氓?)

down ad v. 向下, 在下面——“当” (谐音) 的一声, 杯子掉下去 (down) 了。(没落地就碎了?)

open adj. 开的; 营业中的——营业中的 (open) 戏剧 (opera)。

market[ˈmɑ:kɪt]n. 市场: 市集——妈妈 (ma) 坐在热 (r) 炕 (k) 上, 手扶着额头 (et),

想若明天去市场 (market) 上该买点什么。

clean[kli:n]a. 清洁的: 干净的——除(c)了(le)俺(an)的房间, 没有一间是干净的(clean)。

quiet['kwaɪət]adj. 宁静的——在宁静的(quiet)乐曲(qu)下, 我(i)双手扶着额头(et)进入梦乡。

dirty['de:ti]adj. 脱脏的——弟弟(di)绕(r)太(t)原(y)跑了一圈, 浑身肮脏(dirty)不堪。

house[haus]n. 住宅: 房子——猴(hou)子羞涩(se)地躺在房间(house)里。

welcome['welkəm]int. 欢迎——他欢迎(welcome)我们(we)老(l)来(come)。(很实在的主人)。

garden[ga:dn]n. 花园, 菜园: 公园——嘎嘎叫的(谐音)花园(garden)。

district['dɪstrɪkt]n. 地区, 区域——弟弟(di)把尸体(st)扔进日(ri)本某个地区(district)的池(c)塘(t), 毁尸火迹。

enjoy[in'deɪtʃ]v. 享受: 欣赏, 喜爱——享受(enjoy)鹰爪(谐音, 爪读作zhao)功。

walk[wɔ:k]n. 散步——散步(walk)时, 看见一人, 惊呼: 哇(wa)! 李(l)逵(k)!

through[θru:]prep. 穿过: 通过——通过(through)考试的桃花(th)可以吃肉(rou)炒桂(g)花(h)。

beginning[bi'gɪnɪŋ]n. 开始——开始(beginning)是(be)哥哥(g)在里面(in)拧(ning)他的胳膊, 后来他拧哥哥的胳膊, (混战!)

tour[tʊə]n. 旅行; 游历——我总是很投(ton)入(r)的旅行(tour)。

visit['vɪzɪt]v. 参观; 游览——山谷(v)是(is)它(it)的游览(visit)胜地。

place[pleɪs]n. 地方; 地点——就在这个地方(place), 婆婆(p)拉(la)我去厕(ce)所。

arrive v. 到达; 抵达——drive v. 驾驶; 开车——我们开车(drive)到达(arrive)河(river)边。

way n. 路; 路线——为(谐音)什么要走这条路(way)?

take v. 乘车; 搭车——一乘车(take), 他(ta)就口渴(ke)。

airport n. 飞机场——air n. 空气+port n. 港, 港口

hope v. 希望; 盼望; 期待——希望(hope)他能找到回家(home)的路。

hungry adj. 饥饿的——昏(hun)倒的哥哥(g)被饥饿的(hungry)人妖(ry)吃了。(饥不择食!)

taxi n. 出租汽车——他(ta)喜(xi)欢坐出租车(taxi)。(钱多烧的慌!)

pass v. 通过——怕死(音)了, 我还以为考试没通过(pass)呢!

Part 2 喜游记

(正文)

给观音姐姐的一封信

唐僧师徒四人取得真经, 荣归故里。唐太宗设宴款待, 为四人洗尘。饭后安排入住长安

市最高档的五星级酒店——长安大酒店，放假两个月。转眼间一个月过去了，唐僧无聊之极，思来想去，无事解闷，倒不如给以前的老领导观音菩萨写一封信，于是端坐桌前，摊开信纸，写出以下内容：

Dear 观音 sister:

偶们回来已经有一个 month 了。回来时如来原本答应用他的 airport 送偶们，因为长安没有 airport，所以让偶们自己回。偶们都已经是神仙了，本来可以飞回来的。但是天气不太好，到处都在下雪，白茫茫的什么也看不见，担心飞到半空迷路，所以八戒提议打一辆 taxi。

偶们 walk 到路旁，正准备打 taxi，八戒发现 next to 路有一个 garden。进去一看，center 站着一个人，原来是白骨精。但是这次她没有想吃偶，她已经改邪归正了。偶们聊了很多以前的事，都感慨万千。她对偶们的到来表示 welcome，并带着偶们 visit 了她的 garden，偶们 through 一条 avenue，到了后面发现 there 有一个 park，很 quiet，没有一点声音，而且很 clean，没有垃圾，塑料袋等 dirty 东西，真是一个好 place，偶们都 have fun。八戒说他有点 hungry，于是小白拿出肉包子招待偶们，偶说如果是人肉包子，偶们就不吃了，她说 in front of 她的 house 有一个 supermarket，从那里买的。于是偶们 begin enjoy 美餐，吃的净光溜溜。

吃完后和小白道别，偶们准备 take a taxi 出发，发现门口有一个 restaurant。悟空说小白太小气了，有 restaurant 不带偶们来，just 拿几个包子就把偶们打发了。车来了以后，却发现没钱，只好先去 bank 取钱。在 street 的 right 有一个 bank，偶们 pass street，取好钱，然后 take a taxi 就回来了。偶坐在车前面，他们三个 behind 偶。八戒在 left，悟空在 right，怕他俩又打架，沙僧 between 他俩。

这样，偶们的 tour 就开始了。经过红孩儿的 district 时，偶的心扑通扑通的乱跳，不过想起你已经把他收服了就不害怕了。Taxi 在 pass 一座 bridge 时因为 turn 太快，把八戒的鼻子撞了个包，当时就不像猪鼻子，而像大象鼻子了。本来两个礼拜就到了，因为 way 不好结果走了一个月才 arrive 长安。

好了，不说了，悟空又在打八戒了，偶去看看。别人都说偶啰嗦，偶没感觉。你觉得呢？

再补充一句：本来准备用 pay phone 给你打电话，但是昨天悟空翻跟斗时把它撞坏了。只好写 mail 了，很多字都忘了，偶专门去 library 借了本 dictionary。我待会就去 post office 给你发 mail，if 收到了，hope 你给偶打个电话或发个短信，偶的号码……算了，先不告诉你，你猜猜？

yours

小唐

(原文)

亲爱的观音姐姐：

偶们回来已经有一个月了。回来时如来原本答应用他的私人飞机送偶们，因为长安没有机场，所以让偶们自己回。偶们都已经是神仙了，本来可以飞回来的。但是天气不太好，到处都在下雪，白茫茫的什么也看不见，担心飞到半空迷路，所以八戒提议打一辆出租车。

偶们走到路旁，正准备打车，八戒发现路边有一个菜园，进去一看，中间站着一个人，

原来是白骨精。但是这次她没有想吃偶，她已经改邪归正了。偶们聊了很多以前的事，都感慨万千。她对偶们的到来表示欢迎，并带着偶们参观了她的菜园，偶们穿过一条林荫道，到了后面发现那儿有一个花园，很安静，没有一点声音，而且很干净，没有垃圾，塑料袋等脏东西，真是一个好地方，偶们都玩得很开心。八戒说他有点饿，于是小白拿出肉包子招待偶们，偶说如果是人肉包子，偶们就不吃了，她说在她家前面有一个超市，从那里买的。于是偶们开始享用美餐，吃的净光溜溜。

吃完后和小白道别，偶们准备打车出发，发现门口有一个饭店。悟空说小白太小气了，有饭店不带偶们来，只拿几个包子就把偶们打发了。车来了以后，却发现没钱，只好先去银行取钱。在大路的右边有一个银行，偶们穿过马路，取好钱，然后打车就回来了。偶坐在车前面，他们三个坐在偶后面。八戒在左边，悟空在右，怕他俩又打架，沙僧坐在他俩中间。

这样，偶们的旅程就开始了。经过红孩儿的地盘时，偶的心扑通扑通的乱跳，不过想起你已经把他收服了就不害怕了。车在过一座桥时因为转弯太快，把八戒的鼻子撞了个包，当时就不像猪鼻子，而像大象鼻子了。本来两个礼拜就到了，因为路不好结果走了一个月才到长安。

好了，不说了，悟空又在打八戒了，偶去看看。别人都说偶啰嗦，偶没感觉。你觉得呢？

再补充一句：本来准备用投币电话给你打电话，但是昨天悟空翻跟斗时把它撞坏了。只好写信了，很多字都忘了，偶专门去图书馆借了本字典。偶待会就去邮局给你发信，如果收到了，希望你给偶打个电话或发个短信，偶的号码……算了，先不告诉你，你猜猜？

此致
敬礼

小唐

八年级上册unit 7

Part 1 情景记忆

shake vt.摇，使震动 n.奶昔——杀（sha）掉客（ke）人做奶昔（shake）。（人肉奶昔？）

blender n.搅拌机——不（b）借给（lend）儿子（er）果汁机（blender），因为借出一个，坏一个。（儿子是果汁机终结者？）

cut v.切；割——用刀切开（cut）杯子（cup n.；小茶杯；杯子；奖杯）。

peel v.剥（皮），削（皮）——削（peel）苹果皮（谐音）。

pour v.倾倒；灌；浇——婆婆（p）把我们（our）的饭倒（pour）进了厕所，然后撒开腿就跑（谐音）了。（忒坏了！）

yogurt n.酸奶——有（yo-you）一姑（gu）娘，喝肉汤（rt）时总喜欢加点酸奶（yogurt）。

ingredient n.材料；原料；成分——厨房里（in）工人（gr）用鹅（e）弟弟（di）养的小蚂蚁（ent）作原料（ingredient），炒了一盘菜：蚂蚁上树。

watermelon n.西瓜——水（water）汪汪的大西瓜（watermelon）是我（me）给恐龙（lon-long）准备的。

teaspoon n.茶匙——tea 茶+spoon 匙

amount n.总额; 总数; 数量——一个(a)参谋(mou)算不出奶糖(nt)的总数(amount)。(这参谋够菜的!)

instruction n.命令; 用法说明——房间里(in)的尸体(st)上蠕(ru)动着一条只有一只耳朵(c)的蛇(tion), 我命令(instruction)它走开, 但是没用。

finally adv.最后地; 最终——最终(finally)我们身体都好(fine)了。

mix v.混合; 搅和——大米(mi)西(x)瓜混合(mix)在一起更好吃。

popcorn n.爆米花——pop流行的+corn n.玉米(最流行的玉米当属爆米花。)

popper n.爆米花机——pop流行的+er名词后缀, ……人。爆米花机就是流行的制造者。

boil v.煮沸; 烹煮——煮(boil)汤时不(b)放油(oil)。(这不废话吗?)

salt n.盐——盐(salt)撒(sa)了他都不知道, 聊天(It)太入神了。

add vt.加; 添加; 附加——再加(add)一个(a)弟弟(dd)。

sandwich n.三明治——沙子(sand)在哪个(wich-which)三明治(sandwich)里, 快找出来。

bread n.面包——光吃面包(bread)不(b)读书(read)。(传说中的饭桶?)

butter n.黄油; 奶油——巴特尔(谐音)爱吃黄油(butter)。(巴特尔是我国篮球运动员。)

relish n.调味品; 作料——热(re)力(li)四射(sh)的调味品(relish)。(辣椒?)

lettuce n.莴苣; 生菜——让(let)兔(tu)子去厕(ce)所吃生菜(lettuce)。

turkey n.火鸡; 火鸡肉——兔(tu)子坐在热炕(rk)上恶意(ey)挖苦火鸡(turkey)。

slice n.薄片; 切片——跑了四(s)里(li)路去上厕(ce)所, 只为了能在那里偷偷的吃薯片(slice)。(够执着!)

super a.极好的, 超级的——苏(su)婆婆(per)做得饭超级(super)好吃。(supermarket n.超级市场)

top n.顶; 首位; 上部——兔(to-tu)子爬(p)到了山顶(top)。

recipe n.食谱; 烹饪法——热(re)爱吃(ci-chi)饭的婆婆(pe-po)每天钻研食谱(recipe)。

check v.检查——快去检查(check)一下汽车(che)是不是开进了仓库(ck)。

duck n.鸭子——鸭子(duck)肚(du)子像仓库(ck)。

sauce n.酱油; 调味汁——我把三(sau-san)瓶酱油(sauce)都倒进了厕(ce)所。(过期了?)

pancake n.薄煎饼; 烙饼——pan n.平底锅, 盘子(拼音正好是盘)+cake n.饼, 糕, 蛋糕

roll v.卷; 裹——用饼子把肉(谐音)卷(roll)起来。(肉夹馍?)

part 2 喜游记

(正文)

神仙超级无敌怕怕奶昔八宝三明治

观音菩萨奉玉皇大帝之命到玉帝电视台筹办一档针对中老年妇女神仙的电视节目《我爱

厨房》，教神仙家属做饭，以解决最近神仙普遍营养不良的问题。现在万事俱备，只欠东风——主持人。

谁当主持人好呢？哪个神仙会做饭呢？观音菩萨想来想去，只有猪八戒！虽然丑了点，但他的好吃天下闻名，好吃的人一般好做饭。于是她拿起手机给八戒打了个电话，让他速来电视台报到。

接到观音菩萨的电话，八戒欣喜若狂：我的神啊！你终于给我当明星的机会了！我的明星梦就要实现了！

（八戒的第一次直播）电视机前的观众朋友们，大家好！这里是《我爱厨房》，我是主持人猪八戒。很多人说你长得这么丑，胖乎乎的像个足球，也敢上电视？我虽然很丑，可是我很温柔，而且球形也是一种身材啊！今天我教大家做道菜：神仙 super 无敌怕怕 milk shake 八宝 sandwich！Ingredient: watermelon、yogurt、玉米、butter、lettuce、turkey、duck、green onion、pancake、bread。做法：先将各种 ingredient 洗干净，然后把 watermelon（不需 peel 皮）、turkey、duck、green onion cut up, mix up, add 入一 cup 酸奶、一 teaspoon salt 和一碗 sauce 等 relish。Turn on blender 电源，将 ingredient 全部倒入 blender，搅拌五分钟。搅拌的同时，将玉米 boil 熟，扔进 popper 里将其做成 popcorn，这一过程一定要注意安全，小心爆炸。将 bread cut 成 slice 状，在 bread slice 上抹上 butter，放入 popcorn 和几片 lettuce，再加入些许 blender 里的搅拌物，用 pancake 把 bread slice roll 起来，这样神仙 super 无敌怕怕 milk shake 八宝 sandwich 就大功告成。Finally 别忘了 check 一下电源关了没有。这道菜看似复杂，其实做法很简单，不需看任何 recipe 的任何 instruction。这么丰盛 top 的大餐所需的费用 amount 不会超过一两银子。

好了，我爱美食！我爱厨房！我是八戒！明天凌晨三点，不见不散！

（原文）

观音菩萨奉玉皇大帝之命到玉帝电视台筹办一档针对中老年妇女神仙的电视节目《我爱厨房》，教神仙家属做饭，以解决最近神仙普遍营养不良的问题。现在万事俱备，只欠东风——主持人。

谁当主持人好呢？哪个神仙会做饭呢？观音菩萨想来想去，只有猪八戒！虽然丑了点，但他的好吃天下闻名，好吃的人一般好做饭。于是她拿起手机给八戒打了个电话，让他速来电视台报到。

接到观音菩萨的电话，八戒欣喜若狂：我的神啊！你终于给我当明星的机会了！我的明星梦就要实现了！

（八戒的第一次直播）电视机前的观众朋友们，大家好！这里是《我爱厨房》，我是主持人猪八戒。很多人说你长得这么丑，胖乎乎得像个足球，也敢上电视？我虽然很丑，可是我很温柔，而且球形也是一种身材啊！今天我教大家做道菜：神仙超级无敌怕怕奶昔八宝三明治！原料：西瓜、酸奶、玉米、黄油、生菜、火鸡、鸭子、葱、烙饼、面包。做法：先将各种原料洗干净，然后把西瓜（不需削皮）、火鸡、鸭子、葱切碎，混合在一起，加入一小茶杯酸奶、一茶匙食盐和一碗酱油等调味品。打开果汁机电源，将原料全部倒入果汁机，搅

拌五分钟。搅拌的同时，将玉米煮熟，扔进爆米花机里将其做成爆米花，这一过程一定要注意安全，小心爆炸。将面包切成片状，在面包片上抹上黄油，放入爆米花和几片生菜，再加入些许果汁机里的搅拌物，用烙饼把面包片卷起来，这样神仙超级无敌怕怕奶昔八宝三明治就大功告成。最后别忘了检查一下电源关了没有。这道菜看似复杂，其实做法很简单，不需看任何食谱的任何用法说明。这么丰盛顶级的大餐所需的费用总额不会超过一两银子。

好了，我爱美食！我爱厨房！我是八戒！明天凌晨三点，不见不散！

八年级下册unit 10

Part 1 情景记忆

noon n.中午，正午——afternoon n.下午——after……之后+noon 正午

sandy n.含沙的；多沙的——三（san）部电影（dy）含沙（sandy）量都很大。（全是在沙滩上拍的？）

bookstore n.书店——book 书+store 商店

cross v.穿过；横穿——超人（cr）的驴（oss-ass）横穿（cross）马路。（主人是超人就了不起了？）

elevator n.电梯——一张脸谱（ele）掉进了山谷（v），一（a）只兔（to-tu）子在草（r）丛中捡到，于是戴上脸谱装成人样进城坐电梯（elevator）。（人模兔样！）

low adj.低的——10（lo）间低（low）屋（w）子。

slow a.慢的；迟钝的——下雪（snow）天，人们行动都变得缓慢（slow）。（走得快了会摔跤的！）

fan n.扇子；迷；狂热者——复数为 fans，俗称“粉丝”。

note n.短信；笔记——我手机里没有（no）特（te）别的短信（note）。

baby n.婴儿；小孩——我给了小孩（baby）八（ba）百（b）元（y）压岁钱。（大款？不过给小孩的压岁钱不宜过多！）

traffic n.交通——突然（tr），一（a）双大刀（ff）冲进交通（traffic）繁忙的大街，抢劫了IC（ic）卡。（亡命歹徒！）

least a.最少的 ad.最少——little 少许；一点（原形）——less 更少的（比较级）——least 最少的（最高级）

Review of units 6-10

review v.复习；回顾——re-前缀，再一次+view 看（复习就是一遍又一遍的看。）

Additional Material

Subtitle n.（电影或电视上的）字幕——电视上出现了一下字幕（Subtitle）：酥（su）饼（b）被剃（ti）头（t）了（le），变成了月饼。

web page 网页

web n.网——我们（we）不（b）上网（web）。

page n.页；页码——怕（pa）哥哥（ge）翻页（page）。（这一页我还没看完呢！）