

逆 向 法 丛 书

# 踏踏实实学英语

## 慢速英语入门

钟道隆 著



第2版

Step by Step to Success

Guide to Special English

Step by Step to Success

Guide to Special English

Step by Step to Success

Guide to Special English

Step by Step to Success

Guide to Special English

Step by Step to Success

Guide to Special English

Step by Step to Success

Guide to Special English

Step by Step to Success



清华大学出版社

逆 向 法 丛 书

# 踏踏实实学英语

慢速英语入门

第2版

钟道隆 著

清华大学出版社  
北京

## 内 容 提 要

全书由两部分组成。第一部分为“英语学习逆向法”，共6章。依次介绍笔者自学英语的经过，屡攻英语不克的原因，逆向法的主要理念，如何提高英语“听、说、读、写、译”能力，学习慢速英语的方法和步骤以及运用网上资源和电子数码产品学习英语等。第二部分由两个附录组成。附录A为VOA Special English Word Book；附录B为“逆向法助我成功”，收入了20余位成功运用逆向法人士的体会。

本书读者对象为大、中学生与英语爱好者，也可供英语工作者参考。

本书封面贴有清华大学出版社防伪标签，无标签者不得销售。

版权所有，侵权必究。侵权举报电话：010-62782989 13701121933

### 图书在版编目(CIP)数据

踏踏实实学英语：慢速英语入门/钟道隆著.—2版.—北京：清华大学出版社，2009.10

(逆向法丛书)

ISBN 978-7-302-21008-5

I. 踏… II. 钟… III. 英语—自学参考资料 IV. H31

中国版本图书馆CIP数据核字(2009)第165178号

责任编辑：胡永清 洪英

责任校对：赵丽敏

责任印制：杨艳

出版发行：清华大学出版社 地 址：北京清华大学学研大厦A座

<http://www.tup.com.cn> 邮 编：100084

社 总 机：010-62770175 邮 购：010-62786544

投稿与读者服务：010-62776969, c-service@tup.tsinghua.edu.cn

质 量 反 馈：010-62772015, zhiliang@tup.tsinghua.edu.cn

印 装 者：三河市金元印装有限公司

经 销：全国新华书店

开 本：165×230 印 张：24.75 字 数：306千字

版 次：2009年10月第2版 印 次：2009年10月第1次印刷

印 数：1~5000

定 价：35.00元

---

本书如存在文字不清、漏印、缺页、倒页、脱页等印装质量问题，请与清华大学出版社出版部联系调换。联系电话：010-62770177 转 3103 产品编号：034388-01

## 编者的话

他上大学时是优等生；

他工作时是优秀科技工作者；

他 45 岁自学英语口语，一年后成为口语翻译，提出了逆向法，发明了复读机；

他 52 岁自学电脑，20 多年写作与翻译了 60 余本书；

他 57 岁学习和研究记忆法，能背出圆周率 1000 余位；

他退休后是优秀退休干部；

他就是“逆向法丛书”的作者钟道隆教授。

他的成功给了我们许多启示：

(1) 要有强烈的求知欲和良好的学习方法。在校学习期间，要尽快完成由“要我学”到“我要学”以及由“学会”到“会学”的转变。

(2) 知识就是力量，只有刻苦学习才能成为对社会有用的人才。

(3) 掌握英语和电脑是信息化社会的要求，每一个现代人必须主动迎接时代挑战，努力学会英语和电脑。

(4) 只要肯下工夫，什么时候学都不晚。“学习方法千万条，刻苦努力第一条”。他 45 岁和 52 岁时利用业余时间刻苦学习，尚能学会英语和电脑。如果你只有 15 岁、25 岁或 35 岁，只要努力，方法得当，一定可以取得比他更大的成绩！

(5) 只有重视基本功，才能事半功倍；急于求成往往欲速不达，事倍功半。

(6) 好的记忆力不是天生的，是可以通过后天努力得到的。普通

人大脑的记忆潜力无穷,扎扎实实地学习一些记忆方法,无穷的记忆潜力一定可以转化为极高的现实记忆力。

为了把钟道隆教授的经验介绍给广大读者,我社特编辑“逆向法丛书”。

愿“逆向法丛书”能为你走向成功助一臂之力。

清华大学出版社

2009年4月

## 第2版前言

本书第1版出版7年多来,随着逆向法的不断推广,笔者对于逆向法的内涵有了新的认识,这一版增加了“逆向法基本理念”一节。互联网和电子数码技术的快速发展,为英语学习提供了丰富的资源和便捷、高效的学习工具。本版新增“互联网时代的英语学习”一章,专门介绍如何运用网上资源和电子数码产品学习英语。许多读者成功实践了逆向法,还总结出了新的体会和经验,丰富和发展了逆向法。笔者收到了读者写的文章300余篇,这些文章源自切身体会,言之有物,具有很强的针对性和可操作性。附录B选编了20余篇读者体会,以“逆向法助我成功”为题,按照“大学”、“中学”、“小学”、“自学”4类排列。

笔者总结出的“逆向法”是在学习 Special English 过程中形成的,本书也以 Special English 为讲解对象,有关 Standard English 的内容则点到为止。读者如对后者有兴趣,可参看笔者的另一著作《听遍全世界》。由于国内慢速英语听力教材很多,语音文档也可从网上免费下载,因此本书不再附听力教材。

笔者真诚地希望能得到读者的批评与帮助。

笔者的通信地址:清华大学出版社转

邮编:100084

E-mail: zdl1934@126.com

钟道隆

2009年5月于清华园

# 第1版前言

2000年初,根据《逆向法巧学英语》一书的内容制作了《踏踏实实学英语》系列讲座,同年7月起在中国教育电视台和部分省市电视台播出。据不完全统计,截至2001年年底,共播出110多轮。与此同时,中央人民广播电台也反复播出了同名讲座。一个讨论如何学英语的普通节目为什么会受到如此热烈的欢迎呢?主要是因为它明确地指出了屡攻英语不克的主要原因是急躁和浮躁,而逆向法则鲜明地提出“逆急躁和浮躁,主张踏踏实实学英语”。有鉴于此,《逆向法巧学英语》一书从第4版起更名为《踏踏实实学英语》。

许多人成功地将逆向法运用于英语教学中,总结出了不少新鲜经验,丰富了逆向法。借本书出版的机会,向他们表示感谢。

笔者是一个学习英语的人,写作本书的目的有两个:首先是笔者学习英语的一份作业,以请教于专业英语工作者;同时又是笔者学习英语的经验总结,正在学习英语的人阅读此书,可以少走弯路,早日走上成功之路。

笔者真诚地希望能得到读者的批评和帮助。

笔者的通信地址:清华大学出版社转

邮编:100084

E-mail: zdl1934@126.com

钟道隆

2002年2月于清华园

# 目 录

<b>第 1 章 我怎样学英语</b> .....	1
1.1 哑巴英语的尴尬 .....	1
1.2 苦学一年慢速英语 .....	2
1. 简要经过 .....	2
2. 第一次当翻译 .....	4
3. 我是在国内学会的 .....	5
1.3 苦学 .....	5
1. 词词皆辛苦 .....	5
2. 见缝插针 .....	6
1.4 巧学 .....	9
1. 充分利用工具 .....	10
2. 一丝不苟 .....	10
3. 处处学、事事学 .....	11
4. 总结 .....	13
1.5 转向常速英语 .....	14
1.6 乐在英语中 .....	15
1. 乐在学习中 .....	15
2. 乐在应用中 .....	16
3. 乐在创造中 .....	18
4. 乐在鼓动中 .....	19





1.7	收获英语外	19
1.1	增强自信和毅力	19
2.1	提高能力	20
3.1	充实生活,有益身心	20
<b>第2章</b>	<b>一定能学会英语</b>	<b>22</b>
2.1	时代的要求	22
2.2	一定能学会英语	23
1.1	不要神秘化	23
2.1	只怪努力不够和方法不当	23
3.1	只有主观努力可操作	23
4.1	智商低不是理由	24
5.1	毅力差不是理由	25
6.1	不要强调环境差	26
7.1	决心大就有时间	27
8.1	不断自我激励	28
2.3	他们怎样学会英语	31
1.1	百分之百的 CET 通过率	31
2.1	自学成才的英语副教授	32
3.1	从不及格到全校第一	32
4.1	老人听力提高比年轻人还快	33
2.4	激动、行动、坚持、深入	33
2.5	一定学得比我好	34
<b>第3章</b>	<b>英语学习逆向法</b>	<b>35</b>
3.1	为什么收效不大	35

1. 陷入怪圈 .....	35
2. 急躁浮躁 .....	38
3. 基本功不扎实 .....	38
4. 得不到指导和鼓励 .....	40
3.2 逆向法的提出和演变 .....	40
1. 逆向法的提出 .....	41
2. 逆向法的演变 .....	42
3.3 逆向法基本理念 .....	42
1. 逆急躁浮躁 .....	42
2. 逆凭空的强化和提高 .....	45
3. 逆纯应试教学 .....	46
4. 逆学习中的苦恼 .....	46
5. 其他 .....	47
3.4 逆向法的基本要求 .....	50
3.5 三个注重 .....	51
1. 注重精神和思想 .....	51
2. 注重方法 .....	52
3. 注重工具 .....	52
3.6 逆向法的优点 .....	52
1. 调动学习者的积极性 .....	52
2. 引人入胜 .....	53
3. 提高学习能力 .....	53
4. 全面提高英语水平 .....	54
3.7 灵活运用逆向法 .....	57
1. 刻苦努力第一条 .....	57
2. 结合自己情况 .....	58



3. 吸取其他方法的优点 .....	58
3.8 逆向法与英语教学 .....	58
1. 不轻言“突破”，不狂称“革命” .....	58
2. 助手、朋友、导师 .....	59
3. 上学为主 .....	60
4. 认真听课 .....	61
5. 边学边用 .....	62
6. 不要停步 .....	63
<b>第4章 从慢速英语入手 .....</b>	<b>64</b>
4.1 慢速英语简介 .....	64
1. 慢速英语的由来 .....	64
2. 慢速英语的三个特点 .....	66
3. 慢速英语的节目安排 .....	67
4. 慢速英语值得学 .....	69
4.2 要具备扎实的初中英语知识 .....	70
4.3 听写慢速英语 .....	74
1. 熟悉 VOA Special English Word Book .....	74
2. 先听录音，后听广播 .....	74
3. 时时自检学习效果 .....	75
4.4 学习慢速英语的三个阶段 .....	75
1. 起步阶段 .....	76
2. 巩固阶段 .....	77
3. 深化阶段 .....	77
4.5 物质准备和教材 .....	78
4.6 学习方法和进度 .....	79



1. 搞清起步时的水平 .....	79
2. 看答案 .....	79
3. 不看脚本 .....	80
4. 进度 .....	81
5. 慢些,慢些,再慢些 .....	81
4.7 借鉴两篇听写记录 .....	82
1. 听写记录 .....	83
2. 差错分析 .....	87
3. 一点启示——基本功一定要扎实 .....	92
4. 不要讳疾忌医 .....	93
<b>第5章 逆向法与“听、说、读、写” .....</b>	<b>94</b>
5.1 防止单打一 .....	94
5.2 基本功是关键 .....	95
1. 基本功不扎实的种种表现 .....	96
2. 会、熟、化 .....	100
3. “化”了以后的威力 .....	104
4. 基本功与高级技巧 .....	106
5.3 应试技巧与实际能力 .....	108
1. 最好学与最难学 .....	108
2. 一步跟不上,步步跟不上 .....	109
3. 什么时候努力都来得及 .....	111
4. 实际能力管一辈子 .....	112
5. 应试技巧只管一阵子 .....	112
6. 考61分不如考59分 .....	113
7. 80分才算及格 .....	113

8. 改革听力教学方法 .....	114
5.4 如何应试 .....	115
1. 沉住气 .....	115
2. 工夫下在平时 .....	115
3. 力争首战必胜 .....	116
4. 不要做过多的模拟题 .....	116
5.5 与听力有关的几个问题 .....	116
1. “听”比“阅读”难 .....	116
2. 能听懂汉语就可能听懂英语 .....	119
3. 听不懂应该高兴 .....	120
5.6 为什么听不懂 .....	120
1. 听懂英语的动态过程 .....	120
2. 语言知识不足 .....	123
3. 词汇量不够 .....	126
4. 词到用时方恨少 .....	128
5. 不放过专有名词 .....	129
6. 注意查找和积累新词 .....	132
7. 背景知识不足 .....	132
8. 背景知识不是听力差的借口 .....	133
5.7 五法并举提高听力 .....	136
5.8 “听”和“写” .....	136
1. 还听力的本来面目 .....	136
2. “听”和“写” .....	138
3. 一定要写 .....	139
4. 要有专用记录本 .....	140
5. 为什么写不对 .....	140

6. 自我改错进步快 .....	140
7. 听写结果对吗 .....	141
5.9 “说”与“背” .....	142
5.10 “想” .....	143
1. 与“听、写、说、背”结合的“想” .....	143
2. “想”其他内容 .....	144
5.11 逐词逐句抠才能真正提高听力 .....	144
1. 一切以水平为转移 .....	144
2. 水平低只得逐词逐句抠 .....	145
3. 逐词逐句抠进步快 .....	146
4. 不逐词逐句抠会产生假象 .....	147
5. 力求词词对 .....	147
6. 精听与泛听 .....	148
7. 用英语也要逐词逐句抠 .....	148
5.12 熟练程度决定反应速度 .....	149
1. 什么是语感 .....	149
2. 不熟练时反应必然慢 .....	149
3. 不以主观意志为转移 .....	150
4. 逐步加快反应速度 .....	151
5. 把汉语与英语知识融为一体 .....	153
5.13 抓关键词和听大意 .....	154
1. 水平高定能抓关键听大意 .....	155
2. 无他,惟熟尔 .....	155
3. 不同水平不同心态 .....	156
5.14 怎样猜词 .....	157
1. 集困惑与愉快于一身 .....	157

2.	从语音入手 .....	159
3.	从语法知识入手 .....	161
4.	从内容含义入手 .....	162
5.	从词语常用搭配关系入手 .....	163
6.	逆向猜 .....	163
7.	其他途径 .....	164
8.	先放一放 .....	165
5.15	如何对待干扰声和丢词漏词 .....	165
1.	乐于听有干扰声的录音 .....	165
2.	越听越像,越听越是 .....	166
3.	逐步提高补漏的能力 .....	166
5.16	如何提高说的能力 .....	166
1.	不要有过高的奢望 .....	166
2.	不要悲观 .....	168
3.	关键是肯学与会学 .....	169
4.	不打无准备之仗 .....	171
5.	几个实例 .....	172
6.	学而时习之 .....	175
5.17	如何提高阅读能力 .....	176
1.	阅读能力高低是隐性的 .....	177
2.	基本功是关键 .....	177
3.	逐词逐句抠 .....	178
4.	切忌不懂不看 .....	180
5.	反复推敲 .....	181
6.	把问题标出来 .....	182
7.	不要惧怕专业名词 .....	182

8. 精读一本书 .....	183
9. 逐词逐句翻译几篇文章 .....	183
10. 对照原文 .....	184
11. 如何读报 .....	186
12. 背景知识 .....	187
13. 快速阅读 .....	188
14. 扩大词汇量 .....	188
5.18 如何提高写作能力 .....	190
1. 熟读熟背课文 .....	190
2. 多写多练 .....	190
5.19 勤查词典 .....	190
1. 查词典是逆向法的重要一环 .....	190
2. 写在纸上以后再查 .....	191
3. 一边读一边查 .....	192
4. 选取最贴切的解释 .....	192
5. 尽量用英英词典 .....	194
6. 准备两个生词本 .....	194
7. 自己编词典 .....	194
8. 使用最新词典 .....	195
9. 新名词和组合词 .....	196
5.20 花这么多时间值得吗 .....	196
5.21 这或许是捷径 .....	198
<b>第 6 章 互联网时代的英语学习 .....</b>	<b>201</b>
6.1 充分利用网上资源 .....	201
6.2 复读机 .....	204





1. 磁带式复读机 .....	204
2. MP3 播放器 .....	204
3. PC 复读机 .....	205
6.3 上网收听或收看 .....	205
1. 网播 .....	205
2. 收听 .....	207
3. 收视 .....	207
4. 下载 .....	207
6.4 各种工具的综合应用 .....	207
6.5 电子词典和在线词典 .....	208
1. 电子词典 .....	208
2. 在线词典 .....	209
6.6 多媒体交互软件 .....	210
<b>附录 A VOA Special English Word Book .....</b>	<b>211</b>
<b>附录 B 逆向法助我成功 .....</b>	<b>304</b>
B.1 大学 .....	304
1. 会汉语就能学会英语 .....	304
2. 用逆向法准备 EPT、TOEFL 考试 .....	306
3. 逆向法使我脱颖而出 .....	310
4. 逆向法帮我实现“三级跳” .....	312