

[美] 姚鸿恩◎著

单词达人

Vocabulary

—— 形象记忆法速背 **四级** 词汇
Rapid Memorization Using the Imagery Method
for the **CET4**

本书作者提供的，正是一种**适合中国人**的记忆单词的方法。

我很乐意将“单词达人”系列推荐给大家。读者不妨一试。

——中国心理学常务理事、华东师范大学心理学系终身教授

杨治良

世界图书出版公司

单词达人

——形象记忆法速背四级词汇

世界图书出版公司

上海·西安·北京·广州

图书在版编目(CIP)数据

单词达人——形象记忆法速背四级词汇 / (美) 姚
鸿恩著. —上海: 上海世界图书出版公司, 2010.2

ISBN 978-7-5100-1139-9

I. 单… II. 姚… III. 英语—词汇—记忆术—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(2009)第176413号

单词达人——形象记忆法速背四级词汇

[美]姚鸿恩 著

上海世界图书出版公司 出版发行

上海市广中路88号

邮政编码 200083

上海市印刷七厂有限公司印刷

如发现印刷质量问题, 请与印刷厂联系

(质检科电话: 021-59110729)

各地新华书店经销

开本: 850×1168 1/32 印张: 9.75 字数: 240 000

2010年2月第1版 2010年2月第1次印刷

ISBN 978-7-5100-1139-9 / H · 954

定价: 18.80元

<http://www.wpcsh.com.cn>

<http://www.wpcsh.com>

Vocabulary Expert

序

记忆是人人都熟知的一个词,并且人人都对它有着切身的体会。然而,要正确地掌握其规律,要知其所以然,即使心理学家也是深感棘手的。

在我们的学习、工作和生活中,无时无刻不在记忆,学习外语就是一项重要的记忆活动。但是怎样才能学习得又快又好?为什么有人学得好,有人学得差?等等。对于这些问题应该如何回答就不太容易了。这需要对它进行研究,其中心理学原理的运用就是一个必不可少的方面。

学英语,免不了要背单词。对于绝大多数的人说,记忆成千上万个单词,绝不是一件轻松的事。很多人半途而废,就是因为过不了词汇这一难关。大家知道,英语单词来源复杂,数量庞大,若是死记硬背,无疑是很枯燥的,而且记忆效果也不显著。以往人们提出用“构词法”、“循环法”等方法来解决记忆单词问题,虽然有一定的效果,但是似乎还应该有更适宜于中国人的方法。

“英语单词形象记忆法”就是这样一种全新的方法。当然,形象记忆方法,并不是现代才有的。公元前古希腊著名演说家马克·图里·西塞罗就曾用固位形象法,将演说的内容按顺序同家里的固定设施联系起来,从而能脱稿演说,滔滔不绝。形象记忆法的主要特点就在于能利用形象的东西进行联想,从而为识记、保持、再认和回忆建立一种内在的联系,使记忆过程不再是枯燥乏味之事,使记忆效果显著提高。

《单词达人——形象记忆法速背四级词汇》一书的作者运用心理学有关记忆的原理和方法,较全面系统地将形象记忆法用于记忆单词,突破了传统单词记忆法的束缚,不是就英语单词本身来记忆英语单词,而是从全新的角度,从中文的形象中



介着手,将英语单词的表音系统转化为(或部分转化为)汉语的表意系统来记忆。这就在极大程度上适应了中国人学英语的心理特点:中国人受母语汉语的影响,习惯于汉语的记忆模式,因此,比较容易接受能产生形象、建立联想的识字方法。本书作者提供的,正是一种适合中国人的记忆单词的方法。作者曾应邀为大学师生、托福考生等开办讲座,经两年多的实践证明,英语单词形象记忆是新颖的、奇特的,不失为一种好的方法。

我很欣赏作者将记忆心理学理论与方法应用于英语单词记忆的尝试。我很乐意地将《单词达人——形象记忆法速背四级词汇》推荐给大家。读者不妨一试。

综上所述,这本书指导思想明确,强调以实用为主,多举实例分析说明,观点是稳妥的,材料是丰富的。我们可以相信,它将在探索外语学习方法的大道上迈开新的步伐。

华东师范大学心理学系

杨治良*

2009年7月

* 杨治良:中国心理学会常务理事、华东师范大学心理学系终身教授。

目 录

开场白·····	1
英语单词形象记忆的科学依据·····	6
英语单词形象记忆的主要类别·····	10
大学英语四级考试词汇记忆秘诀·····	21
四级词汇速记 (A~Z) ·····	26
填字练习·····	233
答案·····	301
后记·····	306

Vocabulary Expert

开场白

对英语，你可能是又爱又恨

爱英语，有的是出自真心。往远点儿说，考出托福、雅思、寄阿姨（GRE）什么的，获几万美元的留学奖学金。你能不爱英语吗？

爱，有的是出自无奈。拿眼前的事来说，你要考英语四级，不爱也得爱。

你一定记得英语学习论坛上套用电影《功夫》经典台词的“四、六级之功夫版”：

“这是一个证书横行的年代，其中又以CET4最令人闻风丧胆。就连街头许多贫困潦倒的乞丐，也为了四级证书而趋之若鹜。”

现今虽然许多高校已经宣布学位证书与四级证书脱钩，但是，很多用人单位的HR（人力资源）还是要问“英语四级还是六级？”**四级是起码的**，即使你应聘的岗位连英文字母都见不到，若没有四级证书，你的求职信和简历瞄一眼就被扔进废纸篓。

但是，要爱上英语、拿下英语，又谈何容易。最恨的可能是背单词了。词汇是砖，那是建造你英语大厦的最基本单位。没有词汇，听力、语法、阅读、写作都是空中楼阁。然而，搭几千块砖并不是一件轻松的活。今天好不容易记住了，才隔了几天，又抛到爪哇岛去了。你说恨不恨！

毛病出在哪里？

英语单词记不住，问题不在你身上。你能进大学，证明你的脑子很好使。问题来自英语本身。



一是英语词汇来源复杂。公元5世纪,盎克鲁-撒克逊人入侵不列颠,将日耳曼词汇溶入古英语词汇。公元11世纪,诺尔曼人征服英国,带来了他们使用的法语和拉丁语。欧洲文艺复兴时期,英国人引进了大量的希腊词和拉丁词。其后随着日不落帝国的兴盛,英语走向世界,同时世界也影响英语,使得它的词源更为复杂。

二是英语与汉语语系不同。汉语是表意文字,英语是表音文字,虽然也有些类似bedroom之类的合成词,但为数不多。符合构词法的单词固然带有表意的成分,但它仍然只能归属表音文字。对于合成词和带构词成分的单词,按照学汉字的思路去理解、去记忆,尚有路可走;但对于其他的单词,按照中国人的思维习惯去记忆就行不通了。

从呱呱落地开始就一直生活在汉语的环境中,要以完全不同的认知语言文字的思维习惯,去掌握来源复杂的英语单词,难怪前前后后忘记。

长期以来,背单词大体沿用几种常用的传统方法。如:构词记忆法、阅读记忆法、分类记忆法、循环记忆法等。它们虽然在不同程度上缩短了畏途,但对大多数人来说,记单词依然令人生畏。于是,一些研究者披荆斩棘,试图闯出新路。各种记忆方法林林总总,相继问世。单词记忆领域再也不是传统的常用方法一统天下了。

神奇的形象记忆法

形象记忆法是独树一帜的英语单词记忆法。

传统记忆法各有所长,但也各有所短。如构词记忆法虽然科学,但可惜的是,大量的单词,尤其是常用、次常用的单词,无法从构词法角度分析;阅读记忆法包含着大量重复阅读已经熟悉的单词的无用功,而有意要掌握的单词在阅读中却未必经常碰到;循环记忆法极费时间、精力,很难长期坚持。

笔者要奉献给读者的是“英语单词形象记忆法”,简称“YAO记忆法”,以区别于其他记忆法。

这是笔者运用心理学、思维科学的研究成果、汲取多位记忆法研究专家的宝贵经验,所设计的一整套全面、系统的英语单词记忆法。其核心内容是形象联想。

这里先举两个例子。onus,意思是责任。形象记忆为:在我们身上有责任。

onus被拆为两部分: on + us,变为两个极简单的熟字,进行形象联想“在我们身上有责任”,onus的中文意思“责任”便牢牢地记住了。

ivy,意思是常青藤。形象记忆为:四季的苗是常青藤。iv形象为罗马字母的“四”,y大写Y形象为一株苗,“四”联想“四季”,四季都生存的苗当然是常青的,如此,ivy“常青藤”便很难忘记。

读者或许会觉察到:如此记忆单词似乎是一种“怪路子”。是的,如果说常用的传统方法属于正统方法的话,那么,形象记忆法所提供的,正是一种反传统的记忆**战略和战术**,一条“非正统”的记忆捷径。相对于传统、正统的英语单词记忆模式,它是新奇的,甚至是怪诞的。如果你已用过传统、正统的方法,但收效不大,那么,不妨试一试形象记忆法吧。

你就是单词达人

1985年至1988年,笔者在华东师范大学就读社会科学情报专业研究生。从小学生到研究生,其间共学习了十来年英语,深知背单词之艰苦。于是开始研究单词形象记忆法,试图为在英语词海中摇橹的人们提供一艘全新的快艇。1988年夏,我的英语单词形象记忆法已具雏形,一些大学、学会和外语进修学院先后邀我授课。1992年,在我赴美留学时,上海社会科学院出版社出版了我的《英语单词形象记忆法》。出版后反响热烈,读者戏称为“形象记忆武林秘决”。

翻看本书,你会发现似曾相识的句子和段落。这是因为自《英语单词形象记忆法》出版后,互联网上涌现了铺天盖地的网页,有评价、有转贴、有翻版,甚或抄袭。转贴最多的是创办“图忆世界”的高云博士的原创推荐文章。他写道:

如果你能找到姚鸿恩著的《英语单词形象记忆法》一书,一定要好好研读它。我私下认为,这是一本最好的记忆法+单词的书籍。

《英语单词形象记忆法》现已绝版,很难找到。“踏破铁鞋无觅处,得来全不费工夫”,你手头的这本书,是上海世界图书出版公司特地为**大学英语四级考生量身定做的**。它保留了绝版本的精髓,并有所发展,收词范围为四级考试词汇。拥有这本秘笈,你会发现自己突然功夫了得,化身为单词达人。

三点重要说明

通常作者总是对自己的创作有点“敝帚自珍”。不过,笔者脑子还算清楚:我的单词形象记忆法固然是好东西,但我还是要向读者说明以下三点。

其一,形象记忆法不排斥其他记忆法。

形象记忆法虽然有其独特优势,但它并不排斥其他记忆法。比如,用于机械记忆的循环记忆法便可同形象记忆法结合起来,从而更大地提高记忆效率。任何一种记忆法都需要复习,形象记忆法也不例外,它与循环记忆法结合,能减少复习次数,减除枯燥乏味感。又如,本书结合形象也运用构词法知识,因为四级考试要求学生“具有按照基本构词法识别生词的能力”。

其二,形象记忆法要求适应其特殊的思路。

和其他记忆法比较,形象记忆法思路是奇特的。有的读者可能会问:添加形象中介来记忆岂不是比直接记忆繁琐吗?直接记忆固然不繁琐,但收效甚微,否则也不会有那么多的单词记忆方法出笼了。应该看到,添加形象中介,识记时固然多拐了一个弯,然而回忆时也就多了一条追寻记忆痕迹的通道。犹如进森林一路砍树枝般,好像麻烦许多,但是走出森林时就有迹可循不会迷路了。读者一定要打破固有的思维方式,适应形象记忆法的思路。若非浅尝辄止,必有丰硕收获。

其三,提高英语水平要求全面地提高。

形象记忆法虽然可帮助越过令人头痛的背单词难关,但它还只是使你掌握单词的中文意思,至于单词的英语意思(如同义词、英语解释等),还有待于进一步掌握。而且,更为重要的是,英语听、说、读、写是相辅相成的,因此,读者在突破词汇关的同时,要全面提高,不获全胜,决不收兵。

本章后面,笔者将从代码形象记忆法、熟字形象记忆法、谐音形象记忆法、串联形象记忆法和综合形象记忆法五个方面介绍形象记忆法。本书的主体部分是四级考试词汇的具体记忆方法,为各个单词提供记忆秘诀。

从本质上来说,为英语单词编制形象中介是一种“创作”,因而它没有固定的模式。同一个单词,可从不同的角度,用不同的方法为其编制形象中介。

本书所提供的形象记忆秘诀仅是笔者的创作思路。当然,笔者期望读者能够领会它们,并从中获得切实的益处。

将苦恼化为乐趣

英语词汇对于英语学习者来说,是一种新的知识。任何一种新知识都会给人带来新鲜感,激发人的好奇心。而当学习者发现一种新知识的掌握比预期艰难得多,就会产生焦虑感、挫折感,就会烦恼,从而丧失信心。

初学英语者,当他饶有兴趣初涉英语词汇的海滩,拾得少许单词的贝壳时,并未意识到记忆单词的艰难性。而当向着纵深处走去时,越来越多的人感到步履维艰,纷纷打了退堂鼓。几乎任何一套英语教材,都是第一册销量疯狂,最后一册仓库积灰。

毫无疑问,英语词汇之障碍难以逾越;而要真正掌握英语,英语词汇之障碍又必须逾越。

于是,大凡有志于英语学习者不得不发扬“愚公移山”精神,面对词汇的大山,今天挖几锹,明天抬几筐,每日挖山不止。多少年来,背单词这条漫漫长路上,只有少数意志极其坚强者才能抵达胜利的目的地。

如果不是为了那张四级考试成绩单,很多大学生可能已经选择放弃了。然而,“人在江湖,身不由己”,你还得考四级。怎么办?

当代著名的心理学家皮亚杰说过:“所有智力方面的工作都依赖于兴趣。”打电脑游戏也有难度,但你乐此不疲,因为整个过程充满探索,充满乐趣。如果你不是“have to”背单词,而是“interested in”背单词,那么,它就成了发现新鲜事物的过程,是一种探索,是一种乐趣,不再是累活,不再是苦恼。你就会充满自信,充满成就感。你会发现,你的词汇量迅猛增长,你的非凡的记忆力会让还在苦海中挣扎的同学大流口水。

Vocabulary Expert

英语单词形象记忆的科学依据

一种方法只要有效,就必然有它内在的规律性的东西。形象记忆法的显赫功效当然不会出自偶然。那么,它的科学依据何在呢?

符合“联想是记忆的基础”的规律

何谓联想?联想是头脑中从一事物想到另一事物的心理活动。巴甫洛夫认为:记忆要依靠联想,而联想则是新旧知识建立联系的产物。美国当代最著名的记忆法专家哈利·罗莱因也指出,记忆的基本法则是将新的信息联想于已知事物。

联想是记忆的基础。形象记忆法充分地利用联想,而且是利用单词本身的字母组合进行联想,这就最大限度地避免了机械识记,从而充分地利用意义识记。艾宾浩斯经实验发现:识记12个无意义音节,平均需复习16.5次;识记36个无意义音节需复习54次;而识记含有480个音节的六节诗,只需复习约8次便能背诵!意义记忆显然比机械记忆效率高得多。

对于中国人来说,英语单词的符号形式与中文意思的对应关系是一种机械规定。比如:onus规定为“责任”,而不是“图书”、“干净”等等其他意思。传统的记忆方法便是强制性地 will onus 与“责任”一起捆绑后投入脑海。识记时,面对干巴巴的字母符号的组合,味同嚼蜡;回忆时,搜索中文意思,它往往已逃之夭夭。而假若利用联想的话,情形顿时改观。“在我们身上有责任”利用旧知识(on,在……上;us,我们),联想到新知识(onus即“责任”),便轻而易举地牢记了这个单词。

形象记忆法彻底打破了语言学词素理论框架的枷锁。词素,是构成单词的最小的有意义的单位。例如,onus,只有一个词素,即onus,按词素理论,已是最小单

位,不可再分。然而,形象记忆法偏偏将其分割成on和us,这样,就变成了两个词素,也就是造就了两个有意义的单位,从而创造了意义联想的有利条件。形象记忆法的革命性的实质,就是增加和改变单词的原有词素,“没有条件创造条件”,使得任何单词都能通过意义联想来高效地帮助记忆。

形象记忆法赋予或强化英语单词符号形式与中文意思之间的联想,人为地、有意地强调意义识记,这样便可利用单词本身的符号形式通过联想进行回忆。如同19世纪末的美国心理学家威廉·詹姆士所说,“一件在脑子里的事实,与其他多种事物发生联想,就容易回忆。所联想的其他事物,犹如一个一个的钩钩,能把记忆着的事实钩钩出来。”形象记忆法的联想中介,便是这种神奇的钩钩。

我们也许有这样的经历:路遇老同学,一时竟想不起名字,回到家偶然接触某一信息,比如听天气预报说有雷雨,顿时想起那老同学叫“俞雷”。“雷雨”成了回忆“俞雷”的钩钩。

可见,所谓“忘记”,往往实际上并没有真正忘记。用传统方法背单词,大多数单词并没有从脑海中失踪,所谓“背不出”只是缺乏钩钩将其一一钓出罢了。因此,掌握形象记忆法的钩钩,捕捉单词的效率自然大幅度提高。

符合心理学“形象易于记忆”的规律

心理学认为:人的头脑中所保持的关于客观事物的印迹所表现出来的形象是表象,而表象在记忆中占有重要地位,过去感知过的事物在回忆时多数是以表象的形式出现的。表象是记忆的主要形式。

表象的第一特征便是形象性,形象易于记忆,形象记忆的效率必然超过机械记忆的效率。

人们对客观事物的认识是从感知开始的。作为个体的人,从小到老,每天接触最多的是形象。形象思维对于任何人来说,都是无师自通的。前苏联库勃拉诺夫说,“人的智力的发展是从形象思维开始的”。利用形象进行记忆,是开发人的智力的一条新途径。

例如,前面列举的单词ivy乍看是没有什么形象的,但把iv看作罗马数字“四”,

联想“四季”，把y看作“苗”(Y)，ivy就变得形象了，再也不是3个干巴巴的字母，而是似乎伸手可触的“四季的苗”，这样，“常青藤”的意思自然而然地浮现脑海，不易忘却。

顺便说一下，得名于美式足球赛事的常青藤联盟，英文 IVY LEAGUE，指美国东北部8所顶尖私立高等院校，1954年正式成立。据说，常青藤联盟起初只有哈佛、耶鲁、哥伦比亚和普林斯顿4所大学，罗马数字4为“IV”，加上一个词尾Y，就成了“IVY”。后来才扩展到8所院校。

人们总觉得小孩比大人记忆力强。小孩在某些方面显得记性好，这主要是儿童的形象记忆占优势的结果。一个抽象的数字，比如9983，小孩会有意无意地与“舅舅爬山”联想。机械记忆变成形象记忆，它不仅不会增加记忆负担，反而会使大脑进入轻松、兴奋的状态，大大改善记忆效果。

随着年龄的增加，这种形象记忆的优势却因家长、老师的干涉或自我否定而逐渐消失。小孩初学英语时，很容易将单词谐音为某一中文词语，如：hotel，旅馆，小孩会将它谐音为“猴腿儿”。而这种谐音几乎遭到所有英语老师的反对。于是，背单词就老老实实在地背单词，不敢借用形象搞“歪门斜道”，只得耗费大量的时间、精力去与单词作长期的、乏味的拼搏。

人的经历、知识越丰富，联想能力就越强，因而形象记忆能力也应随之增强。而一旦充分利用形象记忆的优势，开发右半脑的潜力，你就会发现自己竟然具有如此惊人的记忆力。

符合中国人学英语的特点

中国人学英语存在两个先天的缺陷，其一是受汉字表意系统的影响，其二是缺乏充分的语言环境。

汉字，虽然有表音成分，但基本属于表意系统。典型的例子如：休，人靠着树木休息。中国人已经习惯于从表意的角度去理解、记忆汉字。而英文则基本上是表音文字，整个英语词汇是一个表音系统。

仍以ivy为例，它只是代表“常青藤”的读音[aivi]，除此之外没有任何表意成



分。这就苦了中国人,只得死记硬背: i-v-y, 常青藤, i-v-y, 常青藤……

语言环境是学好一门语言的重要条件。英美人记单词比我们省事得多,因为他们整天看到的、听到的全是英语。中国人学英语,除了外语专业的学生外,通常都缺乏足够的语言环境,无怪乎总是记不住,总是学不好。

形象记忆法针对中国人学英语的两个先天缺陷,通过形象中介将英语表音文字转换为表意文字,巧妙地将两个先天缺陷转化为两个有利因素。

在形象记忆法中,ivy不再仅仅是一个表音符号,而是一个表意符号,iv—4, y—苗,尽管这个表意符号并不等于“常青藤”,但是它已经能够与“常青藤”作联想,而这种形象联想,对于习惯表意系统的中国人来说,是驾轻就熟的。

同时,由于形象中介是用汉字表达的,因此,在汉语的汪洋大海中,无论在地铁还是在餐厅,我们都能随时随地从形象中介或汉语意思追寻相应的英语单词。比如:看见“常青藤”想到它的形象中介是“四季的苗”,从而回忆出ivy;或者由“四季”、“苗”,想起ivy的中文意思是“常青藤”。借助形象,用汉语回忆英语单词,这就大大弥补了身在中国学外语的环境缺憾。

形象记忆法通过形象中介将英语表音文字转换为表意文字,这不仅是一种战术,更是一种战略。正是这种反传统、非“正宗”的战略,突破了单词记忆的固有模式,使高效率的记忆单词成为可能。

Vocabulary Expert

英语单词形象记忆的主要类别

代码形象记忆法

代码形象记忆法是将字母活化成形象代码,以建立联想的记忆法。

对于中国人来说,英文字母只是一个个表音符号。传统的记忆方法仅仅强调从声音角度去记忆单词,但由于绝大多数英语学习者缺乏足够的语音环境,因而也就难以通过声音大量地记忆单词。

代码形象大胆革新之处在于,将表音的字母活化为具有形象、具有意义的符号,借助这种人为赋予的意义进行联想,从而牢固地记住一些单凭声音很难记住的单词。例如:awry 歪,斜。

假若不单从声音记,而且也从词形记,将a看作苹果, w看作山, r看作树, y看作苗, awry 词形的意义便一目了然:苹果山树苗,而后联想它的中文意义:歪、斜,联想记忆:“苹果山树苗歪斜了”,以后看到awry便自然反映出“苹果山树苗”,同时脑海中出现“苹果山树苗歪斜了”的形象,很快地回忆出awry的中文意思为“歪,斜”。

上述例子代码形象是从形状上赋予意义,即“形若”。也可从声音上赋予意义,即“声若”。“声若”又可分两种:

其一,从汉语拼音角度,取谐音或首字母。我们称之为“汉语声若”。

c 看作瓷,或翠,即 cui之首字母。

h 看作河,或花,即 hua之首字母。

ch 可以形象成翠花(cui hua的首字母)。

其二,从英语发音角度,取谐音或首字母。我们称之为“英语声若”。

b 看作“蜜蜂”,取其谐音,即 bee (蜜蜂)。

d 看作“鹿”,取 deer (鹿)之首字母。

随着互联网的普及,声若方法已被广泛运用。如果你是网虫,一定不会不知道下面这些代码:PMP=拍马屁、PLMM=漂亮美眉、GF=女友、BF=男友、CU=再见。

除了形若和声若方法以外,字母活化还可以通过缩写词、化学符号等等其他多种方法实现。如:st=街道(street)、au=金(化学元素符号Au)、v=5(罗马数字)。

字母一旦活化为形象代码,便提供了联想的中介,在识记与回忆含有代码形象的单词时,形象代码便成了破译单词中文意思的密码。

熟字形象记忆法

熟字形象记忆法是利用已知单词记忆新单词的联想记忆法。分“合成法”和“相似法”。

合成法

英语单词中有一些类似中文组合的合成词,例如:

notebook, 笔记本: note (笔记) + book (书本)

earring, 耳环: ear (耳朵) + ring (环)

keyboard, 键盘: key (键) + board (板)

watchdog, 看门狗: watch (看) + dog (狗)

这一类合成词基本上由两个单词构成,构成后的新单词基本为两个单词的合成意义,因而很容易望文生义。

英语单词中还有一些合成词,却难以望文生义,因为它们并不直接反映构成它的单词的意义,而是有所引申、有所转义,在记忆时,思路须略加转弯。也有一些单词仅仅是因为巧合而看似“合成词”,自然也难以对其意义“一目了然”。例如:

catwalk, 狭窄的过道: cat (猫) + walk (走)

kidnap, 绑架: kid (小孩, 小山羊) + nap (小睡)