



Just Listen to This

每天听点 好英文

李宗阳 孙立 编著

每天听一点，赏美文，快乐学英语！

- 世间真情、人生智慧、自然之美……**多角度**展现英语精彩！
- 原汁原味录音，乐享英文**好声音**！
- 精听泛听结合，打造专属英语力！

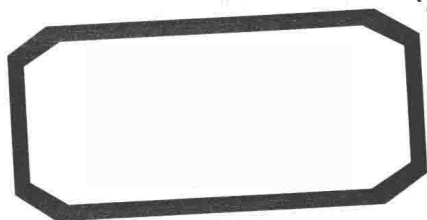
免费下载高清外教录音，100%标准美音边听边练



中国水利水电出版社
www.waterpub.com.cn



分钟英语



每天 听点 好英文

李宗阳 孙立 编著



中国水利水电出版社
www.waterpub.com.cn

内容提要

好文章，好声音，每天听一点，全面提升你的英语战斗力！

掌握“听”的艺术是通向流利口语的必由之路。本书精心挑选100多篇完整英语美文作为听力素材，通过“泛听”锻炼读者对于文章的整体把握能力，培养英语语感；利用“精听”捕捉听力练习中的每一个字，每一个词，达到全篇理解，全盘吸收。秉承“精听为主，泛听为辅”的听力原则，必定能让读者在欣赏美文时一并提高英语听力，完成“质”的飞跃。

本书配有专业外教录音，请登录www.wsbookshow.com或www.no-teacher.com搜索书名关键字下载。

图书在版编目（CIP）数据

每天听点好英文 / 李宗阳，孙立编著. — 北京：
中国水利水电出版社，2016.1

（1分钟英语）

ISBN 978-7-5170-3932-7

I. ①每… II. ①李… ②孙… III. ①英语—听说教学—自学参考资料 IV. ①H319.9

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第314845号

策划编辑：杨庆川 于丽娜 责任编辑：邓建梅 加工编辑：鞠向超 封面设计：潘国文

书 名	1 分钟英语 每天听点好英文
作 者	李宗阳 孙立 编著
出版发行	中国水利水电出版社 (北京市海淀区玉渊潭南路1号D座 100038) 网址: www.waterpub.com.cn E-mail: mchannel@263.net (万水) sales@waterpub.com.cn
经 售	电话: (010) 68367658 (发行部)、82562819 (万水) 北京科水图书销售中心(零售) 电话: (010) 88383994、63202643、68545874 全国各地新华书店和相关出版物销售网点
排 版	北京万水电子信息有限公司
印 刷	北京正合鼎业印刷技术有限公司
规 格	148mm×210mm 32开本 14.5印张 446千字
版 次	2016年1月第1版 2016年1月第1次印刷
印 数	0001—5000册
定 价	36.80元

凡购买我社图书，如有缺页、倒页、脱页的，本社发行部负责调换

版权所有·侵权必究



1 分钟英语

国内首套提供全面英语学习方案的丛书

发音、词汇、听力、口语、阅读、语法 → 想学就学，一学就会

不管你是初中、高中还是大学毕业，都不是真正的问题！

只要你有心，什么年纪、什么阶段都可以开始学习英语！

只要你愿意，什么时间、什么地点都可以开始练习英语！

打开这套书，每天：看一点，听一点，读一点，写一点，

少食多餐，日积月累，你将轻松跨越任何英语学习障碍！

巧用零散时间，学习事半功倍

一般来讲，不管你是在上学，还是在上班，学会利用每日零散时间对学习英语是非常重要的。大部分人或许没有意识到这些琐碎的时间还能做些事，只觉得还没准备做事时间就过去了，尝试一下把这些零散时间充分利用起来，就从前一天背诵过的句子或单词开始练习，日复一日，坚持下去。时间久了，一定会有意想不到的效果。

有学者曾经做过调研：一周集中学习两个小时不如分散到一天学习一刻钟，充分发挥英语学习积极性，这样英语学习效果才会更好。平时零散着听，零散着说，甚至是零散着写，隔几天做个阶段性总结，接触多了，时间长了，也就自然会了。

学英语要善于利用零碎时间，利用每天我们很多浪费的“五分钟”或五个“一分钟”来攻克英语：等公共汽车时，等着上菜时，起床后、睡觉前等等，日常生活中，会有很多个这样的零散时间，等着我们去有效利用。

万水汇“1 分钟英语”系列丛书，就是秉承着“巧用零散时间，快乐学习



英语”的理念，为广大英语爱好者提供了一套完整的英语学习方案。

每天学习一刻钟，轻松提升英语力！

学英语是生活进行式，并非心血来潮的举动！

每天学一点，你将取得惊人的学习效果——

- ◆ 熟练掌握 48 个国际音标的发音技巧，发音标准，语调流畅
- ◆ 熟练掌握 78 条英语自然拼读的黄金法则，见词能读，听音会写
- ◆ 熟练运用 2200 个最高频的基础词汇，认知词汇达到 7000 以上
- ◆ 熟练掌握常用的口语句型 100 个，能够举一反三，融会贯通
- ◆ 在日常生活、出国、旅游和社交中，能够流畅地与老外交流
- ◆ 基本听懂 VOA、BBC、CNN 等英语新闻类节目
- ◆ 不看字幕，基本能看懂各类美剧及英文电影
- ◆ 较为流畅地阅读 China Daily 等英文报刊及中短篇小说
- ◆ 语法功底扎实，能轻松写出 300 词以上的文章或各类应用文
- ◆ 具备一定的口译和笔译基础，能胜任中级水平的翻译工作



关于这本书

好听力是通向流利英语的必由之路

《新概念英语》的作者亚力山大教授认为，学英语要始于听与读，没听到的不能说，没读到的不能写。只记生词，记孤立的句子，做考试题，是学不好英语的。

中国人学英语一向以用眼看和用手写为主。殊不知，真正打开英语速成之门的钥匙是耳朵——一个因为普通而被我们忽视了的超级学习器官。

“听”是学习语言的基础。常言说“十聋九哑”，足见听力对于学习语言是多么重要，也说明“听”是听、说、读、写、译五项基本技能之首。

据美国保罗·兰金（Paul Rankin）教授统计，在人们的日常语言活动中，“听”占45%、“说”占30%、“读”占16%、“写”占9%。

由此可见“听”在语言交流中的重要地位；美国著名成功学大师布莱恩·崔西（Brian Tracy）在其经典著作 *21 Secrets of Self-made Millionaire* 中提到，通过有声材料学习是二十一世纪学习方式的革命，“听”于人类获取信息意义之大可见一斑：“听”是积累词汇、获取口语素材，解决哑巴英语的起跑线，更是获得英语高分的重要保障。

在我国，由于应试教育模式所致，“听力”可以说是广大英语学习者的最大障碍，而且是久攻不克的障碍。无论是小学生、中学生，还是大学生、研究生，人人皆如此。

应试能力和英语的实际技能完全是两回事。现行教育仅仅注重于纸上谈兵，应付考试，造成大多数学习者笔试分数高高挂，而英语口语、听力等需实践练习的基本技巧则显得黯然失色，进一步导致了在用英语进行沟通或表达交流时的一些障碍……



因而，提高英语听力，刻不容缓！

听力训练是英语学习最重要的组成部分之一，是吸收语言素材的重要手段。只有通过大量的听，才能吸收丰富的语言材料，熟悉语言的表达形式。听力差必将直接影响到会话交流。加强听力训练除了可以帮助你练习说英语的本领外，还能改进发音语调，扩大知识面，加深对所学知识的印象，进而锻炼用英语进行思维的能力。

英语听力的训练可以分为“精听”和“泛听”，它们是听力训练的根本。

“精听”是指“精确听力练习”，要求学习者在听力练习中捕捉到每一个词、每一个短语，不能有任何疏漏和不理解之处；而“泛听”则要求学习者在听力训练中以掌握文章的整体意思为目的，只要不影响对整体文章的理解，一个词、一个短语甚至是一个句子听不懂也没关系。

精听的练习要求学习者能够持之以恒，它对学习者真正打好英语听力基础是至关重要的，而且通过精听练习不仅能够提高听力水平，还能够极大地促进词汇和语法的学习，可以说是一举两得。

泛听锻炼的是学习者对英语总体把握的能力，更符合听力考试中的中高级考试的要求。而且对于培养英语语感，泛听的作用要大于精听。因此从严格意义上说，泛听能力是建立在精听基础之上的。

从总体情况来看，精听和泛听训练是相辅相成的，将这两种听力练习方法结合进行是最有效的，但是在实际练习过程中要把握“精听为主，泛听为辅”的原则。只要能够坚持不懈地按照这两种方法进行练习，你的听力水平肯定会取得显著的提高。

好故事，用耳听！

换个方法学英语，真给力！

故事是这个世界上让人们喜爱乃至着迷的事物。书中精选的 100 多篇故事均用词精准简洁，语句流畅优美，将引领你进入趣、情、爱与理的博大世界，使你更加充满信心地去追求梦想。



这里有嘻嘻哈哈的幽默故事，有体会幸福与生活的感悟故事，有帮你战胜挫折的勇气故事，有闪烁着人性光辉的美德故事，有发人深省的智慧故事，也有在成长路上给你动力的哲理故事……本书能为你展现一个美丽的新世界，并使你的英语学习更上层楼。

本书所有的故事都配有原汁原味的英文录音，录音有沉稳，有激昂；有慢速，有快速；有饱含激情，也有悲观失落。不同形式外教声音的汇聚，构成了一个真实鲜活的听说平台，让每个学习者都能百听不厌，听了就上瘾。

本书由李宗阳、孙立编著，参与资料整理和录音剪辑的还有宋德伟、韩笑、胡秀梅、鲍倩、陈海庆、陈丽辉、郭梅、韩秀丽、李慧祯、王娣、王海涛、王悦、徐静、姚微微、殷晓芳、张艳敏、张治中和张静等。



扫描二维码，关注微信订阅号：每天学点英文。每天第一时间，免费获取更多学习资源。



目录

第一季 世间真情

A Brother Like That 哥哥的心愿	2
Because of His Love 因爱之名	5
The Scars of Love 爱的伤疤	9
Her Kindness 爱心	12
Bill's Little Girl 比尔的小女儿	16
A Serious Scar 伤疤	19
Surrounded by Brothers 兄弟情谊	22
Go Fulfill That Dream 去追逐梦想	25
A Good Heart to Lean on 一颗可依赖的心	28



Love Is a Telephone	
爱情是一部电话机	32
For the Love of My Father	
父爱	36
A Boy and the Apple Tree	
小男孩和苹果树	39
A Kind Word	
一句善言	42
Do You Turn off Your Cell Phone?	
你关机了吗?	46
Please Dress Me in Red	
请给我穿红色	49
Mum's Hand	
妈妈的手	53
Love Them Without Measure	
爱无止境	57
Time and Love	
时间和真爱	60
A Test	
考验	64
Changed Lives	
转变	67
You'll Never Regret It	
永不后悔	71
My Name Is Rose	
我叫罗丝	74



Write It on Sand or Write It on the Stone 写在沙上还是刻在石上	78
Buy an Hour of Your Time 买你一小时	81
Four Generations 四代人	85
My Forever Valentine 我永远的情人	88
The True Ways to Love 真爱的方式	92
Friendship 友谊	95
Be My Friend 做我的朋友	98
Friendship and Love 友谊和爱	101
Motherly and Fatherly Love 母爱和父爱	105
I Love You 我爱你	108
Father Forgets 爸爸忘记了	111

第二季 智慧人生

An Unforgettable Day

难忘的一天 116

Two Truths to Live By
两条人生的真理 119

The Saint Next Door Could Be You
下一扇伟大的门可能由你开启 122

I'm the Fire Goddess of the Volcano
我是火山的火女神 125

Reuben's Mission
鲁本的使命 128

Companionship of Books
与书为友 132

A Little at A Time
循序渐进 135

Success Is Easy, But So Is Neglect
成功容易，但疏忽也容易 139

Never Give UP
永不放弃 142

The Hard Work Paid off
天道酬勤 146

If I Were a Boy Again
假如我又回到童年 149

College: A Transition Point in My Life
大学：我生命中的转折点 152

Les Brown's DJ Dream
莱斯·布朗的DJ梦 155



If you Fail, start all over again 失败了从头再来	159
How to Be True to Yourself 怎样做个表里如一的人	162
What I Have Lived For 我为什么而活	165
Developing Your Sense of Willpower 改善你的意志力	168
If I Rest, I Rust 如果我休息，我就会生锈	172
A Kind-hearted Teacher 一位慈祥的老师	176
Suppose Someone Gave You a Pen 假如有人送你一支笔	179
The Giving Tree 给予树	182
Love Grows in Heart 爱在心里成长	185
Forgiving Others 原谅别人	187
Change Your Bad Habits to Good(I) 改掉坏毛病，养成好习惯 (I)	190
Change Your Bad Habits to Good(II) 改掉坏毛病，养成好习惯 (II)	194
A Pair of Socks 一双袜子	197



The Wholeness of Life	
完整的人生	200
Five Balls of Life	
生命中的五个球	203
The Medal of Life	
生活的奖牌	206
I'll Always Be There for You!	
我永远都会在你的身边!	209
Be a Man	
做个顶天立地的人	212
Rules of Credibility	
诚信的规则	215

第三季 破茧成蝶

Flying Like a Kite	
像风筝一样飞翔	219
Joy in the Journey	
旅途中的快乐	222
Attitude Is Everything	
态度决定一切	226
Calamity	
灾难	229
Dell's Story	
戴尔的故事	232
Storms Always Give Way to the Sun	



阳光总在风雨后	236
The Window	
窗户	239
Benefits from Occasional Stress	
从偶尔的压力中受益	243
Genius	
天才	246
Weakness or Strength	
弱点还是强项	250
We Never Told Him He Couldn't Do It	
我们从不说他做不到	253
There Are No Such Setbacks That We Could Not Overcome	
人生没有过不去的坎	257
Relish the Moment	
拥抱此刻的阳光	260
Catch the Star That Holds Your Destiny	
抓住生命中的那颗星	264
If the Dream Is Big Enough	
如果梦想足够远大	267
Shining Light in Dark Corners	
光芒照亮黑暗角落	270
Big Rocks	
人生的大石头	273
The Birth of Wiffle	
洞洞球的诞生	277



Smile to Life	
笑对人生	281
The Road to Success	
成功之路	284
Failure Is a Good Thing	
失败是件好事	288
Feed Your Mind	
别让你的脑子挨饿	292
Don't Quit, Keep Playing	
别停下，继续弹	295
Old Shoes, Happy Life	
旧鞋子也有温暖	298
Sleeping Through the Storm	
未雨绸缪	302
The Shadowland of Dreams	
美梦难圆	305
The Answer Is Right There Above You	
希望就在前方	308
Dark Clouds Always in the Past	
乌云总会过去	311
Great Expectations	
最高期望值	314
The Gold in the Orchard	
果园里的金子	318
Draw a Leaf for Life	
为生命画一片叶	321



Twenty Dollars
20 美元 324

Mirror, Mirror-What do I See?
镜子，镜子，告诉我 327

第四季 自然之趣

Making a Date in the Evening
相约黄昏后 332

The Love of Beauty
自然之爱 335

Do Animals Think?
动物也会思考吗? 339

The Remembrance of Lilacs
紫丁香的回忆 342

Butterfly's Wings
蝴蝶的翅膀 346

A Winter to Remember
难忘的冬天 349

Freedom Parrot
呼唤自由的鹦鹉 353

The Rainbow
彩虹的故事 356

The Fairy Lilies
百合花仙的故事 360