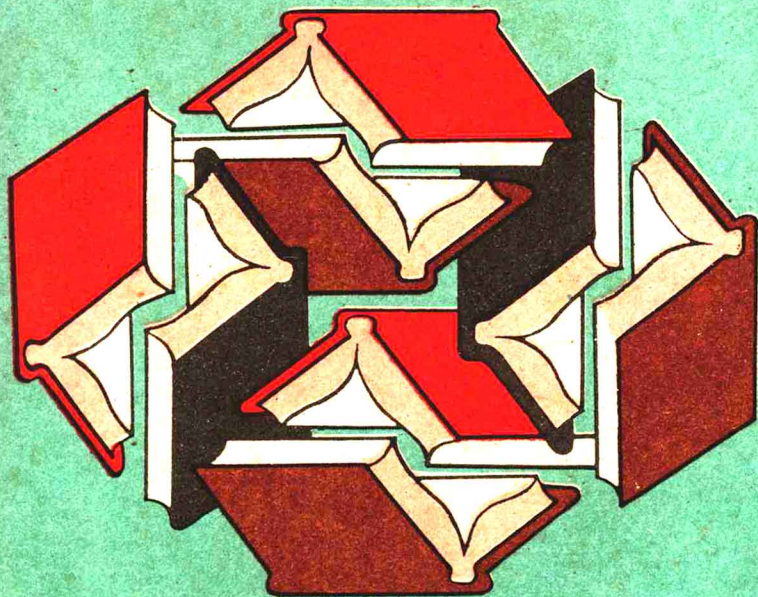




THE ART
OF FAST READING
IN ENGLISH

当代超级英语速读法

● 刘希彦 著



吉林科学技术出版社

当代超级英语速读法

刘希彦 著

吉林科学技术出版社

当代超级英语速读法

刘希彦 著

责任编辑：珂 丽

封面设计：甘 莉

出版 吉林科学技术出版社

787×1092毫米32开本

9 印张

发行 吉林省新华书店

192,000字

1991年1月第1版 1991年1月第1次印刷

印数：1—6000册 定价：3.40元

印刷 长春科技印刷厂

ISBN 7-5384-0562-3/H·9

前 言

快速阅读 (Fast Reading 或 Quick Reading)，或称速度阅读 (Speed Reading)，在世界各地很早就受到了普遍的重视。目前，快速阅读方法已成为不少国家的时髦课。为此，法国成立了研究委员会；英国出版了《快速阅读课》一书。苏联和美国对快速阅读方法更加重视。苏联由一批心理学家、语言学家、生理学家、教育学家组成了快速阅读研究机构，不仅在大、中、小学里开展了快速阅读教育，而且还组织国家和政府的一批要员专门学习了这种方法。在美国，阅读中心及其他形式的研究机构遍及全国的各个州。不仅中学和高等院校普遍开设快速阅读课程，而且还在一些为外国人开办的英语学校教授快速阅读技能。

在这个信息时代，知识激增，国际交往日趋频繁，科技发展日新月异。科技文献、文史资料、报刊、书籍源源不断地出版，浩如烟海。目前全世界的书籍和报刊给人类带来的总信息量是每 3~5 年就增加 1 倍。因此，要想跟上世界科学发展的步伐，在知识的海洋中尽可能地获取所需要的全部信息，现代的读者（包括科技人员、大学生和研究生）就必须具有快速阅读能力和高度理解能力。然而，在我国，由于受传统的语法分析教学法和翻译教学法的影响，许多人在英语学习中养成了一些不良的阅读习惯。在阅读时，一见生词就查字典，对每个句子都要进行没有必要的语法分析，还要

把它译成汉语。在他们看来，如若不能把句子译成汉语，这个句子就没有真正读懂。这种阅读方法严重地影响了阅读速度，使不少人不借助词典就不能进行阅读，更谈不上快速阅读了。

近几年来，我国选派了大批本科生、研究生及进修生赴某些讲英语的国家留学深造，他们大都必须通过某种形式的考试。这些考试，无论是 TOEFL (Test of English as a Foreign Language)，GRE (Graduate Record Examination)，还是 EPT (English Proficiency Test)，VST (Visiting Scholar Test)，词汇和阅读理解都占有相当大的比例。参加测试的人，大都感到难以在限定的时间内快速阅读完试题，全面理解，并对供选择的答案作出正确的判断。凡此种种，其主要原因有三：①词汇量太少；②文化背景知识贫乏；③传统阅读法的严重缺点。在这三大障碍中，对于英语为非本族语的中国人来说，生词和习语是最大障碍，是主要矛盾。正如爱德华·弗赖博士 (EDWARD FRY, Ph.D.) 所讲的那样，“谁要想做一个阅读能手，他就得有很大的词汇量。”

十几年的教学实践，特别是最近几年讲授阅读理解课教学的实践，使我深深体会到，对于那些已获得一定英语基础知识并具有初步阅读能力的人来说，他们的主要问题不是语法，而是词汇和阅读方法。为了解决这两个问题，我经过多年的研究，摸索出一套行之有效的快速记忆单词的方法。这套方法包括以“结构记忆法”为代表的理解记忆和以“强迫、循环记忆法”为代表的机械记忆等数十种方法。采用这套方法记忆英语单词，每小时可记忆 45~55 个单词。应该承认，这样突击记住的单词是容易忘掉的。为了达到牢记的目的，

还必须不断地同遗忘作斗争。

在扩大词汇量的同时，必须改进阅读方法。用计时阅读、默读、扩大视幅、整体阅读、掠读和寻读等方法去克服无休止的语法分析、翻译法阅读、出声阅读、逐字阅读、重复阅读等不良的习惯。

采用这种方法教学，无论是英语专业本科班，还是各类中、高级英语培训班（包括托福班和EPT班），对于迅速扩大词汇量，提高快速阅读的能力，均可收到良好的效果。

本书共分两个部分。第一部分是英语词汇速记，主要介绍了英语词汇速记的各种有效方法。第二部分是快速阅读技巧，主要阐述了英语快速阅读的理论，并介绍了现代读者应具备的快速阅读技巧。

本书主要从理论上和方法上加以阐述和说明，不配有练习。为了做到理论与实践相结合，我们编写了《当代超级英语速读训练教程》，该书将由吉林大学出版社同时出版。本书也可与本人编写的《英语阅读教程》及其他英语阅读教材相配套，供大学英语专业泛读课使用，也可供非英语专业学生阅读课使用，还可供各类中高级英语培训班及具有一定英语基础的人使用。

本书对象为大学生（包括文、理、工、医、师、农、林科学生）、研究生、托福（EPT）及研究生报考者、英语教师（包括中学英语教师）以及具有一定基础的广大英语爱好者。

书中有不当和错漏之处，请广大读者批评指正。

编者

1990年6月

目 录

第一部分 英语词汇速记

引论	(1)
一、理解记忆	(3)
二、机械记忆	(3)
第一章 结构记忆法	(5)
一、派生	(7)
二、合成	(25)
三、转化	(30)
四、缩略	(33)
五、逆生	(37)
六、叠声合成	(38)
第二章 强迫、循环记忆法	(41)
一、强迫、循环记忆法的意义	(41)
二、强迫、循环记忆法的过程	(42)
第三章 循环交叉拼写记忆法	(47)
第四章 直观、形象记忆法	(49)
一、物解记忆	(49)
二、图解记忆	(51)
第五章 无意识的记忆	(54)
第六章 查词典记忆单词的诀窍	(56)
一、加深第一眼的印象, 增强记忆效果	(57)
二、抓住一词多义性, 全面了解词义	(57)
三、掌握生词结构, 扩大记忆范围	(60)
四、查过作记号, 再查有印象	(62)
第七章 归纳记忆	(63)

一、按词根归纳	(65)
二、按同义词归纳	(69)
三、按反义词归纳	(73)
四、按同类性质事物归纳	(75)
五、按人物动作归纳	(77)
第八章 联想与搭配	(79)
一、以名词为中心的联想	(80)
二、以动词为中心的联想	(83)
三、以形容词为中心的联想	(85)
四、内心形象联想——一个快速记忆的诀窍	(87)
第九章 对比记忆	(90)
一、反义词的对比	(90)
二、同形异义词的对比	(94)
三、同音异义词的对比	(96)
四、同形异音词的对比	(99)
五、近形词、近音词的对比	(103)
六、英美常用词汇的对比	(106)
第十章 如何同遗忘作斗争	(114)
一、记忆与遗忘的规律	(114)
二、提高单词的复现率	(116)
三、让多种感官参加记忆	(122)
四、运动记忆	(124)
五、情景联想	(126)

第二部分 快速阅读技巧

引论	(129)
一、什么是阅读	(129)
二、阅读的对象	(131)
三、阅读的目的	(132)
四、阅读的方式	(132)

五、快速阅读的必要条件·····	(133)
六、有关快速阅读的一些问题·····	(133)
七、总结·····	(135)
第一章 快速阅读的意义 ·····	(136)
一、从科技发展的新形势，看快速阅读的必要性·····	(136)
二、从几年来的阅读课教学实践，看快速阅读的可 能性·····	(139)
第二章 传统阅读法的弊病 ·····	(147)
一、无休止的语法分析·····	(147)
二、多余的翻译·····	(150)
三、逐字阅读·····	(153)
四、声读、唇读和心读·····	(157)
五、回视·····	(160)
六、过多地依赖词典·····	(165)
七、阻碍阅读速度提高的其他因素·····	(171)
第三章 快速阅读技巧 ·····	(173)
一、快速阅读法的主要特点·····	(175)
二、集中注意力·····	(176)
三、计时阅读·····	(179)
四、默读·····	(182)
第四章 如何发挥视觉作用 ·····	(186)
一、眼睛的运动规律·····	(186)
二、扩大视幅·····	(188)
三、眼睛识别能力的训练·····	(194)
第五章 整体阅读 ·····	(197)
一、预读·····	(197)
二、阅读大意·····	(204)
三、猎取必要事实·····	(211)
第六章 猜测生词词义的诀窍 ·····	(212)

一、根据经验或常识猜测词义	(214)
二、根据定义猜测词义	(215)
三、根据有标志的解释或说明猜测词义	(217)
四、根据无标志的解释或说明猜测词义	(219)
五、根据同位语猜测词义	(219)
六、根据非限定性定语从句的解释或说明猜测词义	(220)
七、根据分词短语的解释或说明猜测词义	(221)
八、根据实例线索猜测词义	(222)
九、根据相似比较猜测词义	(222)
十、根据对照猜测词义	(223)
十一、根据同义词重叠使用猜测词义	(225)
十二、根据并列关系猜测词义	(225)
十三、根据因果关系猜测词义	(226)
十四、根据段落猜测词义	(226)
第七章 掠读和寻读	(228)
一、掠读	(228)
二、寻读	(239)
第八章 初级班快速阅读综合训练	(247)
一、清除阅读中的主要阻碍——生词和习语	(247)
二、计时阅读	(250)
三、讲解课文	(250)
第九章 中、高级班快速阅读综合训练	(252)
一、快速阅读训练的目的	(252)
二、材料的选择	(252)
三、快速阅读训练过程	(253)
第十章 课外阅读	(266)
一、课外阅读的作用	(266)
二、课外阅读读什么	(268)
三、提倡和鼓励课外阅读	(271)

引 论

学习外国语，尤其是学习英语，最使人感到头痛的是单词难记而又易忘。它严重地影响了词汇量的积累，阻碍着阅读速度的提高。

美国的一些研究表明，美国中学毕业生的词汇量平均为47 000个单词，而大学生约知道58 000个单词。师范院校的毕业生最高的估计是250 000个单词。这些数字表明，要想真正精通一门外语，就必须掌握上万个词汇。对于英语为母语的美国人来说，记忆上万个单词，也许并不那么困难，但是对于英语为非母语的中国人来说，那是相当困难的。要想攻克这一难关，只具备刻苦精神是不够的。还要研究一点人脑生理学，研究人脑记忆机理，从而摸索出一套科学的记忆外语单词的规律。

对于人脑的记忆过程，吕柱、麻林涛先生曾在他们合写的论文《研究人脑，科学地教记外语单词》中作过这样的阐述：

“记忆就是大脑对外界信息的贮存。而这种贮存了的信息痕迹再现就叫回忆。那么，人是怎样进行记忆的呢？”

“人脑是由140亿神经元组成的。神经元，即神经细胞，是人脑的基本组成单位，也是产生记忆的地方。神经元能产生出电流，因此人脑里存有微型电路。外界信息使人的感觉器官产生兴奋，兴奋传到神经元就要出现电位差，这时

的电位差称做动作电位，也叫峰电位。峰电位一旦产生，外界信息就变成了电信息，沿神经细胞膜传播，这就是神经纤维的传导功能。对于哺乳动物和人来说，这种电信息只能传输到神经元的轴突末端，如再继续把这种神经信息传到其他神经元，就必须通过轴突末端的突触释放出化学物质（称为神经递质）。神经细胞之间的联系就是通过这种化学物质来完成的。因此，记忆和学习的过程，就是外界信息变成电信息，在人脑里再把电信息变成化学信息，从而引起有关神经元内的一些大分子发生结构变化。这个过程就是形成新突触或激活濒死的老突触过程。要构成新突触，则需合成蛋白质和核糖核酸（RNA）分子，新的信息就存在由蛋白质和RNA分子按次序构成的神经元中。这样，人脑很象一台极其庞大复杂的电子计算机。每个神经元相当于计算机的开关元件。它有1 000~10 000个突触，每个突触又能象计算机开关元件那样应答‘是’或‘否’的各类问题。人脑应答问题的最大信息量可达100多亿位。由此看出，人脑的记忆容量是无限的。”

根据吕柱、麻林涛二位先生提供的理论，人脑的记忆容量是无限的。但是如何开发人脑的记忆能力呢？首先，教师应该懂得记忆单词的心理过程和神经活动过程，以便在记忆单词的过程中更好地调动学生的自觉性和积极性。而学生则应该下苦功记忆单词。当然只靠下苦功是不够的，还应该懂得一点心理学和教育学，从而为自己摸索出一套科学的记忆单词的方法。

单词的记忆方式大体上可分为两种：机械记忆和理解记忆。

一、理解记忆

理解记忆是在理解的基础上进行记忆。根据结构记忆单词是典型的理解记忆，是一种科学地扩大词汇量的方法。其主要记忆对象是：派生词、合成词、转化词、缩略词、逆生词、叠声词。

二、机械记忆

机械记忆主要是利用事物的外部非本质的个别联系来记忆。它的基本条件就是重复。机械记忆在外语学习中有着重大意义。可以说，没有机械记忆就不能进行外语学习。机械记忆的主要对象是：

1. 自由词根（简单词）

在各类语素中，自由词根是唯一的自由形式。自由词根充当的词叫做“简单词”。就数量而言，简单词在英语词汇中占少数。据统计，在名词中简单词占18%，在形容词中简单词占12%。但是，简单词在英语词汇中有着举足轻重的地位。简单词与缀词广泛结合，构成为数众多的派生词；简单词还可以相互结合，构成丰富多彩的合成词。由此可见，简单词是英语词汇的基本组成部分，是机械记忆的主要对象。

2. 粘着词根

粘着词根绝大多数源自希腊语或拉丁语。很多粘着词根只是固定在希腊语、拉丁语的借词中，不能把它们游离出来构成新词。但是，英语中也有不少构词能力很强的粘着词根。它们或彼此结合，或加上缀词，或与自由词根结合构成新词。

如：tele-，-phone，-gram，-scope 等。英语中这种有构词能力的粘着词根叫做“组合形式”（Combining Form）。组合形式的语义比较稳定，不含有感情色彩，没有引伸寓意，这些特点使它们成为构成科学技术、学术文化所需要的专门术语的好素材。学习工、农、医、文、史、哲的学生，无不为又长又难读、难记的专门术语感到头痛。如果熟记了常用的组合形式，并了解它们构词的基本方法（见第一章），那么就可以举一反三，收到事半功倍的学习效果。

3. 缀词

缀词在英语中起着非常重要的作用。尽管前缀和后缀的数量很少，使用的场合却特别多，并且往往有多义性，或同义性。对于缀词只能机械地死记硬背，无规律可循。

总地说来，理解记忆是记忆、巩固英语单词的有效手段，是一条科学的捷径，但不是唯一的方法，也不能单独存在。要进行理解记忆，必须具备两个先决条件，一是要熟记几千个“简单词”（即自由词根），二是要掌握成百个缀词。对于这些“简单词”、缀词只能死记硬背。因此，我们可以得出这样一条结论：理解记忆是建立在机械记忆的基础之上，没有机械记忆，就没有理解记忆。

理解记忆和机械记忆这两种记忆方式又充分体现在下列各记忆方法之中。

第一章 结构记忆法

根据单词的结构记忆单词是典型的理解记忆，也是记忆、巩固、扩大词汇量最迅速、最有效、最方便的途径。

当你翻开英语词典，或者打开英语教科书的生词和习语部分，仔细观察，你就会发现，这些单词中的绝大部分是派生词、合成词。英语的派生词和合成词之多在词典上表现尤为突出。大约80%的单词是由单词加前、后缀或由两个或两个以上单词构成的。例如 continue (继续) 加上前缀和后缀就可构成下列20个单词：

discontinue	不继续；中断
continuous	连续的；连续的
continuously	继续地；连续地
continuousness	继续；连续
discontinuous	间断的；不连续的
noncontinuous	不连续的；间断的
continuation	继续；连续
discontinuation	停止；中断；中止
continuity	继续(性)；连续(性)
discontinuity	不连续(性)；间断
continuance	继续；连续；持续
discontinuance	不连续；中断；停止
continuant	[语音]连续音的

continual	连续的；不断的
continually	连续地；不断地
continuative	继续的；连续的
continuator	继续者；继承者
continued	继续的；连续的；不断的
continuing	继续的；连续的；不断的
continuum	〔哲〕连续

在 continue 一词的前面或后面分别加上前缀或后缀，构成了上述20个新的单词，而这些新单词又和 continue 一词在意义上有着密切的关系。又如 eye(眼睛)一词，可以和名词，形容词或动词组合，构成下列几十个新单词：

green-eyed	碧眼的
bird's-eye	鸟瞰的，俯视的
cat-eyed	黑暗中能看见东西的
cock-eyed	斜眼的；斗鸡眼的
dove-eyed	两眼温柔无邪的
eagle-eyed	眼力敏锐的；目光炯炯的
bloody-eyed	目露杀气的；凶眼的
open-eyed	睁着眼睛的；留神的；惊讶的
quick-eyed	眼快的；眼睛尖的
sharp-eyed	眼尖的；目光敏锐的
shut-eye	睡眠；昏厥
round-eyed	眼睛睁得圆圆的
weak-eyed	视力差的
wild-eyed	目光凶野的；狂暴的
bright-eyed	眼睛晶莹的
clear-eyed	目光锐利的；能辨明是非的

hollow-eyed	眼睛凹陷的
moon-eyed	患月光盲的；圆睁着双眼的
cross-eye	内斜眼；斗鸡眼
eye-lash	眼睫毛
eye-lid	眼睑
eye-catcher	引人注目的事物
eye-catching	引人注目的
eye-opener	使人惊奇的事物；很有启发的事物
eye-reach	视野；视界
eye-span	视幅
eyeshade	眼罩
eyewash	洗眼剂；眼药水
eyelet	小孔；孔眼；针眼
eyesight	视力；视觉

这些词是由 eye 加上另一个词构成，它们的意义大都可以从字面上一目了然。

采用结构记忆，读者可以根据一个熟悉的单词或者只记熟一个单词，就可以迅速地认识并记住一大串单词。这样，读者只要学会几千个基本词汇，学会前缀，后缀，再懂得一点构词法，那么就on能够迅速地扩大词汇量。

英语单词的构成大体上可分为派生、合成、转化、缩略、逆生和叠声合成等六种形式。

一、派生 (Derivation)

派生词是由词根加前、后缀构成的。

1. 词根。从词汇学的角度讲，词根分为两类：一类叫