

CD
Book

极速唤醒右脑训练让你数百倍提高学习效率

超右脑 英语学习法

右脑记忆力是左脑的100万倍，运用右脑学习法，普通人4天可以记住1000个单词，半年到一年就能具备熟练的英语听说能力。

针对传统英语学习的弊端，国际著名右脑开发专家七田真博士开发出一套全新的极速唤醒右脑训练体系，让你在不知不觉中进入右脑工作状态，学会自由操控右脑，数百倍提高学习效率，最大限度发挥右脑能力。

附赠极速唤醒右脑训练
CD一张

国际著名右脑开发专家七田真博士让你学会自由操控右脑

Smiling 016

超右脑 英语学习法

[日]七田真/著
李菁菁/译 黄步红/图

南海出版公司
2003·海口

图书在版编目(CIP)数据

超右脑英语学习法/[日]七田真著;李菁菁译. —海口:南海出版公司,
2003.3

ISBN 7-5442-1938-0

I.超… II.①七… ②李… III.英语—学习方法 IV.H319.3

中国版本图书馆CIP数据核字(2003)第006787号

著作权合同登记号 图字:30-2002-115

七田式 超右脑英语勉強法

Copyright © 2002 by 七田真

Simplified Chinese translation Copyright © 2003 by Nanhai Publishing Corporation

(南海出版公司) arranged with KK LONG SELLERS,Tokyo through Japan UNI

Agency,Inc.,Tokyo and BARDON-Chinese Media Agency

ALL RIGHTS RESERVED

CHAO YOUNAO YINGYU XUEXI FA

超右脑英语学习法

作 者	[日]七田真
译 者	李菁菁
责任编辑	陈明俊 陈云梅
策划编辑	陈明俊 季晟康
封面设计	严 冬
出版发行	南海出版公司 电话(0898)65350227
社 址	海口市蓝天路友利园大厦B座3楼 邮编 570203
经 销	新华书店
印 刷	北京迪鑫印刷厂
开 本	890 × 1240 毫米 1/32
印 张	7.25
字 数	130 千
版 次	2003 年 3 月第 1 版 2003 年 3 月第 1 次印刷
书 号	ISBN 7-5442-1938-0
定 价	20.00 元 (含 CD 一张)

南海版图书 版权所有 盗版必究

著者简介

七田真

教育学博士，国际著名右脑开发专家，40多年来致力于倡导和实践右脑教育的研究、开发和推广。目前日本有400多所学校采用七田式教学法。他的教育理论还远播美国、东南亚以及韩国等地，在国际上产生了广泛影响。

因其在右脑教育领域的卓越贡献，日本政府特别授予他“社会文化功劳奖”，世界学术文化审议会向他颁发了国际学术奖，世界知识产权登记协会还向他颁发了世界和平功劳骑士勋章。

他著述颇丰，主要有《七田式超右脑记忆法》、《波动速读法》、《智能和创造科学》、《超右脑革命》、《全脑时代》、

《右脑生活的秘密》、《奇妙的七田式右脑学习法》、《右脑全开发教育》等。

译者简介

李菁菁

生于天津，本科毕业于北京大学外国语学院日语系，现为北京大学日本语言文化专业硕士研究生，主要译著有《超右脑英语学习法》、《神奇的六种脑力》等。

责任编辑：陈明俊 陈云梅
策划编辑：陈明俊 季晟康
封面设计：新经典工作室·严冬

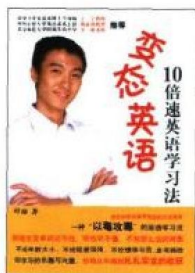


**大懒猫英语：
世界上最简单的英语书**
定价：20.00元

一边和肥肥的大懒猫玩耍着，一边快快乐乐地就学到了英语，真是一本不可思议的好书！再见吧，为了应付考试的英语！再见吧，语法测试！这才称得上是真正的英语！

本书中的学习方法，最简单、最有用，但不知为什么，却一直没有人告诉我们，学会运用这一方法，英语尽在你的掌握之中！

日本2002年畅销书排行榜第一名，3个月狂销150万册！



**变态英语：
10倍速英语学习法**
定价：25.00元（含CD一张）

变态的语言要用变态的方法来学，本书提供的是一种“以毒攻毒”的英语学习法，将彻底改变单词记不住、听也听不懂、不知怎么说的局面。

不论年龄大小，不论程度深浅，不论想学与否，本书将给你学习的兴趣与乐趣，你将从中得到扎扎实实的收获。



我5岁，我的英文比你行
定价：20.00元

他，学英文才一年多，能听说读写三四千个单词。

他，自己写下书中的英文对话。

他，和妈妈自创美语生活家园。

他，虽然才5岁，但他真的可以告诉你为什么他的英文比你行！

目 录

第一章 说不好英语是因为耳朵被锁上了/1

- 听力不好是说不好英语的最大原因/3
- 对外语紧锁大门的耳朵/4
- 英语是高频率语言/6
- 人们刚出生时都有一副完美的耳朵/8
- 胎儿把母亲的说话声当成身体的回音来听/9
- 学习语言始于正确听音/11
- 通过体内振动音学习新语言/13
- 语言不是用眼睛、而是用耳朵来学的/14

第二章 使用右脑的快速大量记忆机能和

自动处理信息机能/17

- 左脑是低速意识处理计算机/19
- 左脑的工作方式是从局部到整体的累积式、右脑是从整体到局部的并列式/20
- 不要用左脑学习外语/22
- 通过模仿学说英语——“Come Come 英语”/23
- 左脑和右脑的记忆能力是 1:100 万/28

- 最大限度发挥右脑的能力,练习速视、速听、速读/30
- 每天花 30 分钟背 250 个单词、4 天记住 1000 个单词的中学生们/31
- 学习语言的高手都靠背诵/33
- 大量朗读和泛读能够打开深层记忆回路/37
- 用“七田式”(不求记忆或理解,大量听磁带、大声说)学韩语/38
- 进入右脑意识状态的公式:冥想、呼吸、想像/41
- 来自中学英语老师的报告——右脑学习法提高了平均成绩/45

第三章 创造奇迹的关键在听觉区/49

- 开启右脑大门的钥匙是听觉刺激/51
- 引发“无意识的力量”——音乐、朗读和背诵/52
- 重复信息能够经由浅层记忆回路到达海马中的深层记忆回路/55
- 突然开启的超记忆回路/56
- 耳朵和振动音是能力开发最重要的工具/59
- 学习舍里曼,每天朗读,掌握 18 国语言/60
- 大脑的奇迹——一眼记住 100 个单词/63
- 右脑学习器的听觉刺激促进右脑活性化/64

第四章 提高听力的想像学习法/73

- 想像力是万能的/75
- 右脑中存在心灵感应通道和想像通道/78
- 右脑能够将语言变成图像、图像变成语言/80

- 6岁通过英语三级,每天阅读 *Japanese Times* 和科学英语绘本/81
- 学习之前的三部曲:冥想、深呼吸、想像/83
- 一边听英语,一边体会气氛和临场感/86
- 罗兹诺克博士的语言学习法:心情放松不断地听,一个月学会外语/87

第五章 七田式英语学习法的 7 条原则/89

- 第一,下定决心的原则/91
- 第二,听的原则/92
- 第三,想像的原则/94
- 第四,朗读和背诵的原则/97
- 第五,改善听觉的原则/99
- 第六,快速看、听、读的学习原则/101
- 第七,深层听觉(用无意识状态的大脑学习)原则/104

第六章 右脑英语革命/109

- 只学习对自己有用的部分,不需正式的翻译/111
- 自己每天朗读或背诵 30 分钟,学会说英语/112
- 捂着耳朵练习发音,英语的节奏就能渗入你的身体里/113
- 轻松大量记忆——用两倍或 4 倍的速度听/114
- 练习发音的技巧:快听、快看/116
- “快速视听特别课程”——4 天时间记住 1000 个单词! /118
- “冥想——呼吸——想像”:让右脑工作起来! /121

- 把日语翻译还原成英语,检查自己是否真正记住了单词/122
- 开发右脑记忆力的教材——《完美英语》/123

第七章 培养英语天才的方法/125

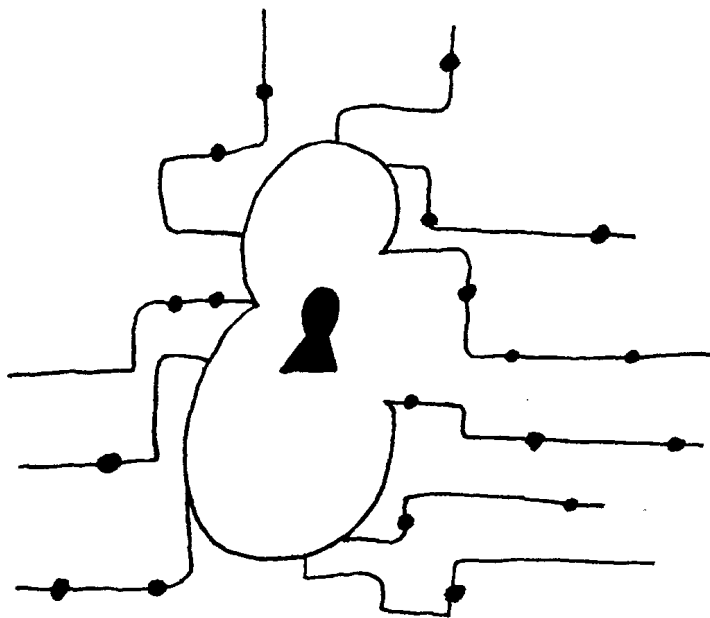
- 使用错误学习方法的人比使用正确方法的人更多/127
- 学习要像婴儿一样反复地练/128
- 优秀的教学方法/131
- 背诵再背诵/132
- 改善记忆的背诵学习法/136
- 专门练习背诵的泛读学习的效果/140
- 背诵初中一、二、三年级的课本/141
- 佛经中有教人打开超记忆回路的方法/143
- 我的英语学习体验/146
- 转学后,成绩最差的我/147
- 一个月复习初中英语/150
- 每天背 70 个单词/151
- “快速、大声、重复”学习法——一个月记下 2000 个单词! /152
- 捂着耳朵朗读的方法使我的发音全班最好/157
- 右脑虽不追求理解或记忆,却能够让你理解和记忆/160
- 记忆中心学习法/162
- 同时式的英语教材远比重复式教材好/165
- 问题和答案/166

第八章 跟着 CD 来学习——快速视、听、读例文集/173

- 反复听 CD,练习朗读和背诵/175
- 学习方法/175
- 单词记忆(初级篇)/177
- 英文快速学习(原速·双倍速·4倍速)CD Track 01/179
- 单词默写表/183
- 日本和日本人(原速·双倍速)CD Track 02/187
- “Konichiwa”的意思(原速·双倍速)CD Track 03/190
- “Sayonara”的意思(原速·双倍速)CD Track 04/191
- 日本的宗教(原速·双倍速)CD Track 05/192
- 日本的婚礼(原速·双倍速)CD Track 06/194
- 日本的父亲(原速·双倍速)CD Track 07/196
- 日本的母亲(原速·双倍速)CD Track 08/198
- 虐待儿童(原速·双倍速)CD Track 09/200
- 日本的体育运动(原速·双倍速)CD Track 10/202
- 歌舞伎(原速·双倍速)CD Track 11/203
- 日本料理(原速·双倍速)CD Track 12/206
- 插花和茶道(原速·双倍速)CD Track 13/212
- 我有一个梦想(原速·双倍速·4倍速)CD Track 14/215
- 附录/220

第一章

说不好英语是因为
耳朵被锁上了



语言的学习其实是一个听觉问题

人们听力“五音不全”是因为没有抓住英语的节奏。



听力不好是说不好英语的最大原因

最近,我常常在报纸上读到一些消息,说是 40% 的公司招聘都要求应聘者能够说英语,不会说英语的中年人面临着巨大的挑战等等。毫不夸张地说,今后如果你不会说英语就没法在一流大公司谋得重要职位。

但是,许多人的英语很差,为什么会这样呢?有一种普遍的观点认为,人们这么不善于学习英语是由于他们性格内向、害怕犯语法错误,所以很少开口说英语造成的。但是,这个性格上的因素是真正的原因吗?我认为不是。最大的原因是英语听力不好,所以人们说不好英语。《速听英语》(松本道弘著)一书指出,人们不会说英语是因为听的能力不够。松本道弘先生就人们英语听力差的问题在书中这样写道:“美国举办 TOEFL 考试的机构 ETS 于 1981 年 3 月所做的英语水平调查表明,亚洲各国英语水平最差,日本留学申请者的总分在 106 个国家中位居第 85 位,这在号称水平最差的亚洲各国中也排在最后一位。韩国和中国考生的成绩仅稍好一点儿。真是让人没法说了。”他得出的结论是:人们听力“五音不全”就是因为



不能抱着做学问的态度来学语言。



没有抓住英语的节奏。

现在看来，这已经是 17 年前的老话了，但是在这 17 年间，人们的英语水平却是一点儿也没有进步。为什么呢？因为人们没有理解“语言的学习其实是一个听觉问题”这个道理。

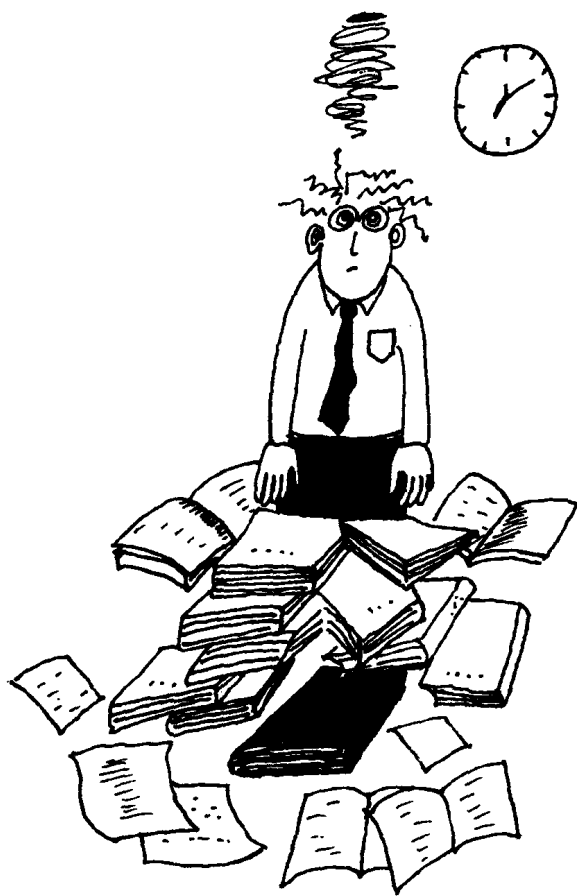
对外语紧锁大门的耳朵

语言不是用眼睛而是用耳朵来学的东西。你要明白：是否能够说某种语言是一个和听觉有关的问题。如果你抱着做学问的态度来学语言，你就不能真正地掌握语言。因为它是一个纯粹的听觉系统上的问题。

各国语言在说话的时候会产生不同的音域频率。我们耳朵的结构让它不能接受其他语言的频率，所以耳朵对于其他语言是紧锁着的。不能听也就不会说——听觉系统就是这么回事。如果你不能理解到这一点，你就没法学外语。

怎样才能够打开平时紧锁起来的耳朵，让它变得对其他语言敏锐起来呢？声音信号在被正确解读之前是不会同化到谈话中去的，所以我们要让我们的大脑工作起来，

第一章 说不好英语是因为耳朵被锁上了



许多人的英语很差



学习语言就是要为自己打造出一副新的耳朵。



让它对听到的词语进行吸收、解码并再现。完整地听取声音信号是语言学习中最重要的一环，也是基础。这一点大家在学校的英语学习中是很难体会到的，所以很多人往往学了 10 年英语却还是听不懂、不会说。

正确听懂语言就容易再现语言。要想说好外语，就必须要去体会讲这种语言的人们的听觉世界，并争取在最短的时间内了解他们的语言、声音、语法和心理。要理解语言就一定要把感知装置动员起来，感知装置就是听觉器官及与它相连的所有神经组织。

学习语言就是要为自己打造出一副新的耳朵。学语言是耳朵的问题，我们不需要用眼睛来看教材，因为它没有让我们用上耳朵。语言的学习和知识(左脑)没关系，我们其实不用看着铅字，重要的是要能够听准。只有能够听准、听对，才能够开始学习语言。

英语是高频率语言

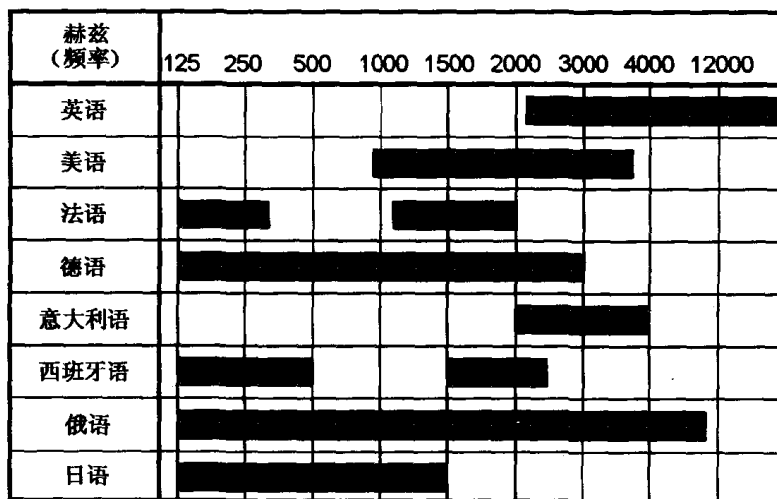
人们在学习外语时往往忘记了耳朵的重要性。世界各国语言都具有不同的声音频率，因此说话时产生的振动

第一章 说不好英语是因为耳朵被锁上了

不要只是默默地练习听。



图1 世界各民族语言的频率



英语的声波^①带在 2000 赫兹^②以上，西班牙语、法语和日语都属于相对较低的音域。

引自：村濑邦子《最有效的外语学习法》(日本实业出版社)

① 声波：能引起听觉的机械波。频率在 20 ~ 20000 赫兹之间，一般在空气中传播，也可在液体或固体中传播。

② 赫兹：频率单位，一秒钟振动一次是一赫兹。这个单位名称是为纪念德国物理学家赫兹 (Heinrich Rodulf Hertz) 而定的。