

一本激活流畅口语的书

Fabulous Fluency

流利英语

高红梅 编著

舌头偷懒 30%

+ 气流节省 40%

= 流利英语 100%



一本激活流畅口语的书

Fabulous Fluency
流利英语

编 著： 高红梅



《疯狂英语》编辑部制作

江西文化音像出版社

《疯狂英语》编辑部敬请读者注意：购买时请认准封面疯狂英语图标和“《疯狂英语》编辑部制作”字样，以防购买假冒本编辑部所制作的产品。

流利英语

一本激活流畅口语的书

- 出品人：徐安祥
监制：邓良平
编者：高红梅
责任编辑：吴秋波
美术编辑：黄国史
音频编辑：蒋胖
审校：卢亮 区小飞 Benjamin Radelet (美)
朗读者：Claire E. Bradley (英)
策划：认真企业
编辑制作：《疯狂英语》编辑部
地址：广州市1913信箱 (510405)
电子信箱：crazyenglish@topenglish.net (编辑部)
service@topenglish.net (读者服务部)
公司网址：www.topenglish.net
读者服务部：020-86569000-311
业务部：020-86569000 转业务部
传真：020-86594143 (编辑部)
020-86590141 (业务部)
出版发行：江西文化音像出版社
版号：ISRC CN-E24-04-304-00/A·J6
定价：磁带版 16.00 元 (1 书+1 磁带)
CD 版 18.00 元 (1 书+1CD)

(凡有装订错误或录音质量问题请寄回读者服务部调换)

本书由作者授权《疯狂英语》编辑部制作并出版，保留所有权利。未经版权持有人事先书面同意，不得以任何方式抄袭、翻制或转载使用本书之任何文字、声音或图片。

前 言

英美人士英语说得流利，不只是因为熟练，更主要的是对句中的单词进行了以流利为目的的简化性技术处理。

流利技术主要包括连读、特殊爆破、同化、溶合等。这些偷懒技术可使句子的发音比孤立地读单词（中国式英语）节省舌的运动30%左右，节省气流40%左右，大幅度降低了说英语的难度。也使语流中的英语单词发生了很大的变化。

如果我们的英语缺少了偷懒技术，便达不到说英语的最高境界——含含糊糊；必听不懂缺胳膊少腿的真正英语；加了30%多杂音的英语也必让听者难懂其意。有了以流利为目的的简化性技术，我们的发音立刻就会流畅非凡；口腔肌肉一经记住这些偷懒技术，便终生难忘。

《流利英语》有五大特色内容：

第一大特色内容：《流利助记词》

一首《流利助记词》，仅二十五句短语，一百五十字，就囊括了所有简化技术与语音流利规则。

第二大特色内容：“流利符号”

“流利符号”用简单的符号将流利发音的技巧准确形象地表现出来，明确了会话中的真实读音与读音方法，使我们无需记忆大量读音规则，就能说真正流利的英语。

第三大特色内容：独特的知识脉络

流利技术虽然有几十项，但是整个知识系统脉络清晰，非常便于应用，很快就能不再顾此失彼。

第四大特色内容：口语化的例句

本书所选的例词与例句，属于常用口语，非常接近生活。帮助我们在学习语音知识的同时，提高了口语水平。

第五大特色内容：强力练习

通常会掌握阅读内容的10%。听到内容的15%，但亲身经历内容的80%。其实发音规则、语法就是口腔习惯性动作。通过强力练习，能正确地分析任何一个英语句子的发音要领，以此做为发音的指导。通过强力练习，能让发音器官形成英语发音习惯的条件反射，拥有纯正的语音。

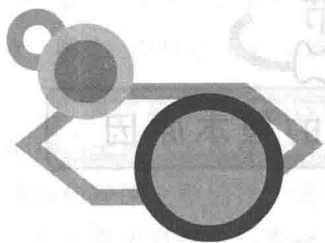
据统计，改正旧习惯的所耗时间是建立其习惯所花费时间的六倍。因此，我们要做的就是尽早尽快地学习掌握准确、流利、生动语音所需具备的一切发音规则，即刻开始说真正的英语。

目 录

第一章 流利英语的奥秘	1
第一节 制约英语语音学习的根本原因	2
第二节 必备的语音知识	4
第三节 流利英语的奥秘	7
第四节 流利助记词	11
第五节 流利标符号	12
第六节 有效练习发音的方法	13
第二章 连读	16
一 意群中, 与元邻	18
二 辅元连, 元元双	19
三 [r]读音, [l]变清	21
四 [u][i]尾, 加[w][j]	23
第三章 特殊爆破	25
一 辅辅连, 莫多音	27
二 爆破半, 同位休	28
三 鼻喷气, 边舌破	30
四 词界前, [t][d]省	32
五 前音虚, 同同长	33
第四章 音的同化	36
一 双唇前, [n]读[m], [t]同[p], [d]同[b]	38
二 软腭前, [n]下[ŋ], [t]同[k], [d]同[g]	41
三 [p]之后, [n]变[m]	44
四 浊清两, 前浊清, [z]变[s], [ð]变[θ], [d]成[t], [v]成[f]	45
五 [s][z]尾, [j][j]头, [s]溶[j], [z]溶[ʒ]	51
六 [t][d][j], 读[tj、dʒ]	53
七 综合音变	54
第五章 音的弱化与省略	56
第一节 弱化分类	57
第二节 虚词弱式	58
第三节 音的省略	65
第六章 词尾的构成及读音规则	67
第七章 辅音连缀读音技巧	71
第一节 技巧之一 清化	72
第二节 技巧之二 提前准备	75
第三节 技巧之三 辅音的送气强度	76
第八章 强力练习	77

FABULOUS FLUENCY

流利英语



第一章

流利英语

的奥秘



第一节

制约英语语音学习的根本原因

一 语音问题困扰非本族英语学习者

统计资料表明，中国英语教师发音准确率只有百分之五。英语教师应是发音最好的一个群体，统计结果尚且如此，学生及其它人群的语音水平就可想而知了。这么低的准确率，说明存在一些巨大的非人为因素，导致绝大多数人学不好发音。

语音错误多表现为以本族语音替代外语近似音。在外语学习初期，本族语音习惯确实帮助我们捕捉陌生的语音，但也使我们的语音似是而非。这严重地影响了发音，进而阻碍听力的提高。此种状况必须立刻加以更正，否则随着学习的继续，错误将被一遍遍地巩固成习惯，乃至成为终生的缺憾。

二 制约英语语音学习的根本原因

经过长期的研究，作者确定致使多数人发音不准确的根本原因是：

1 听觉具有欺骗性。

如果我们认定消防车发出的声音是“着——啦——着——啦”，会越听越象；此时，如模仿消防车的声音，肯定是“着——啦

—着—啦”；如我们认定它发出的声音是“灭—啦—灭—啦”，同样会越听越象的，这就是听觉的欺骗性。

听觉所具有的欺骗性是造成发音有误的原凶。此现象的产生是由大脑的工作程序决定的，大脑总是将新知识自动纳入已建好的程序之中运作。因此，当我们听外语的时候，头脑会自动在本族语音库中积极寻找相近的音，并将其等同起来，所以我们不由自主地用本族语音替代了外语的近似音。实际上，英语与汉语的音素完全相同者甚少，英语与汉语的音节、语调相差更甚。

听觉的欺骗性，不但导致发音有误，还使我们对有异的发音不能自我觉察，当然改进就更无从说起了。

2

语音知识表述得太多太繁琐，即难记又难用。

学习过英语的人都接触过一定的语音知识，但能够全部记住并熟练应用的人不多。那一幅幅彼此相近的发音图，确实让我们困惑；那一条条发音规则，确实让我们难以准确应用。可见，要掌握语音知识，就必须探求轻松高效的学习方法。

3

语音的标示不足以完整地反映语句的发音要领。

每一个独立的单词读音，与其在语句中的读音有很大区别，而目前没有完整的语流标注方法，这也是中国式英语产生的一个原因。如果将语句读音标示完整，全面地反映语句的真实读音、发音方式、节奏、语调等，就不必记住那一条条发音规则了。

第二节

必备的语音知识

1

立志说真正的英语

有许多人认为多听多模仿标准英语，便可获得良好的语音，这不尽然。中国人模仿普通话的机会可谓很多，但自古就有“少小离家老大回，乡音无改鬓毛衰”之说。可见，听觉具有的欺骗性，单纯模仿不能获得标准语音。

还有人认为不怕出丑地多说，便可以获得良好语音，亦不尽然。如果一个人不知道裤子裂开了，他可以在大街上坦然行走；如果一个人明知露怯，就万难有胆量走在人前了。可见，强迫自己出丑有违基本人性，正常人是很难做得到的。

要语音纯正，只有一个办法就是扎扎实实地学好语音知识，并在其指导下疯狂摹仿、操练英语。如果能够肯定自己的语言准确、流利、生动，自然拥有说英语的胆量。

我们必须立志从现在开始说真正的英语，停止辛辛苦苦地练习带了许多错误的英语。只有这样我们才能有信心、有底气地说英语，别人才能听懂我们的英语。

2

必备的语音知识

英语语音的好坏最终体现在语流中，漂亮的语流必须是准确的、流利的、生动的。

准确 需要单词的读音正确，包括元音、辅音、单词重音。

流利 需要具备连读、同化、弱读、特殊爆破、省音等技巧。

生动 需要丰富的语调知识及停顿、节奏技术。

我们的目标是轻松地学会准确、流利、生动地读出遇到的每一句话。

3

最具英语特色的内容

了解最能体现英语特色的内容，集中精力将这些内容练好，就具备了漂亮语音的主要条件。

最带英语特色的音标有：

[i]、[e]、[æ]、[ʌ]、[u]、[ɔ]、[aʊ]、[ai]、[əʊ]、[θ]、[ð]、
[r]、[tr]、[dr]、[l]

最带英语特色的语音知识：

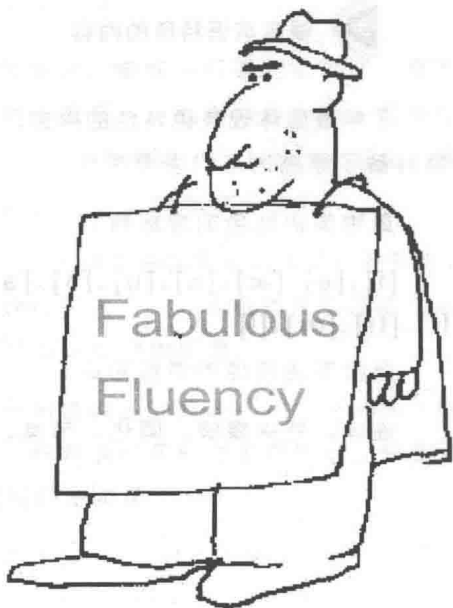
连读、特殊爆破、同化、节奏、语调。

4

轻松高效的学习

经过多年的研究，作者大胆揭示了制约非本族英语学习者发音的根本原因，努力从根本上解决困扰英语学习者的发音难题，在英语语音学习上取得多项重大发现与创造。如“象形音标”、“音标模拟手势”、“直观口腔发音图”、“流利助记词”、“流利符号”、“语流标注”等等，使语音学习变得轻松而高效。

所有成果汇集此系列三册丛书——《准确英语》、《流利英语》、《生动英语》。这三册书的内容是相辅相承、缺一不可的。



第三节

流利英语的奥秘

一 英语语音简化技术

英美人士讲英语时的流利不仅是嘴快熟练，更主要的是对句中单词进行以流利为目的的简化性技术处理，这是语言经过几千年进化的结果，是由口腔生理结构决定的。

英语语音简化技术主要有五个方面：

1

减少单词间的停顿

在连贯的讲话或朗读中，停顿仅出现在句末或意群的末尾。在同一意群中的多个词读起来象一个大单词，词与词之间自然平滑过渡没有停顿。例如：

前一个词以辅音结尾，后一词的以元音开始，辅音与元音连读，于是两个音就变成了一个音。

前一个单词以元音结尾，后一个单词以元音开始，两个元音连读，象一个双元音。

两个辅音相邻，前面的音轻轻地一带而过。

2

减少送气量

英语中只有重读音节在发音时所用气力较强，其余的音都

[t、d、n]在双唇音前变成相应的双唇音。

[t、d、n]在软腭音前变成相应的软腭音。

这两个同化过程，两个音变成发音部位相同的音，舌的运动减少了一半。

4 减少音

在连贯的语句中有些音被省略掉。例如：

一个单词中三个辅音相邻，中间的音就会省去。

与重读音节相邻的非重读音节中的[i、ə]可省去。

虚词弱式中的短元音被省去。

词界上的[t、d]省去。

5 减少发音的难度

英语中难发的音常常转变成容易发的音。例如：

常用虚词弱式的元音变为最易发音的[ə]。

6 停顿

停顿也是一个降低发音难度的技巧，将一个长句分解为若干短片段，一组一组地发音就简单多了。

7 节奏

节奏是英语的特色，这也是一个语音简化的结果。节奏的产生是因为长长的句子只保留了少数几个重音，其余的音都轻

轻地一带而过，这就产生了节奏。

英美人士说英语的流利不只是因为嘴快熟练，主要是对句中的单词进行了以流利为目的的简化性技术处理。这些偷懒技术可使句子的发音比孤立地读单词（中国式英语）舌的运动节省30%左右，气流节省40%左右，从而使说英语的难度大幅度地降低。如果我们的英语缺少了这些偷懒技术，便达不到说英语的最高境界——含含糊糊；也必听不懂缺胳膊少腿的真正英语，加了30%杂音的英语也必让听者难懂其意。

10 有了以流利为目的的简化性技术，我们的发音立刻就会流畅非凡。口腔一旦记住偷懒后的英语就不会忘记。如果犯错是因为口腔做了多余的劳作引起的，那犯错误的机率就大大地减少了。

本书具体讲解的就是流利发音技术。



第四节

流利助记词

学过英语语音知识的人很多，但是能准确应用的人不多，常常顾此失彼。本书特编了一首《流利助记词》，帮助学习语音知识。仅二十五句短语，一百五十个字便囊括了所有流利技术，且知识脉络清晰，易于应用。

— 流利助记词

意群中，与元邻，
辅元连，元元双，
[r]读音，[l]变清，
[u] [i]尾，加[w] [j]。

辅辅连，莫多音，
爆破半，同位休，
鼻喷气，边舌破，
词界前，[d][t]没，
前音虚，同同长。

虚词弱，元音[ə]
长变短，多变少。
非语重，单词轻，
邻重节，[ə][i]省，
三辅连，中间掉。

双唇前，[n]读[m]，

[t]同[p]，[d]同[b]；

软腭前，[n]下[ŋ]，

[t]同[k]，[d]同[g]；

[p]之后，[n]变[m]。

浊清两，前浊清，

[z]变[s]，[ð]变[θ]，

[d]成[t]，[v]成[f]。

[s][z]尾，[j][i]头，

[s]溶[j]，[z]溶[j]，

[t][d][j]，读[t]、dʒ]。