你好，欢迎来到得到精品课《怎样快速提升英语口语能力》，我是马徐骏。我的职业是英语翻译，同时也是得到App订阅专栏《马徐骏 · 世界名刊速读》的主理人。

我是英语专业出身，有十多年英语培训的经验，是新东方8年的明星教师，专门教授口语和听力，担任过杭州新航道的校长。可以说对英语，尤其是口语学习，我是一个行家里手。

很多人觉得学好英语很难，尤其是口语，投入了很多时间、精力，花了很多钱，就是不敢开口。你可能会自我检讨，这是词汇量不够、没有语言环境、没有天赋……

其实可能是你用错了方法，缺少一个让你建立信心的kindle时刻。 Kindle，就是亚马逊公司出品的阅读器的那个单词，它有点燃和激发的意思。Kindle时刻也就是点亮你潜能的转折点。

我在得到App开设这门精品课，就是为了用最快的速度帮你找到你的kindle时刻。跟着我，你会发现突破口语并不难。

你可能不敢相信，听一个小时就能改善口语？我想向你强调，这门口语课和市面上的口语课至少有两点不同。

1. 这门课立竿见影。 我会把英语口语中常见的错误，和正确的方式都通过示范告诉你。听完这一个多小时，只要你在听课的过程中跟着我练，你就会感受到自己发音地道了，能摆脱你的中式英语发音。

2. 我能让你敢开口。 很多人不敢开口，是因为总觉得自己学得还不够好。其实你有中学的3000个英文词汇，就足够口语表达了。我会告诉你一些小技巧，你就敢开口跟外国人聊下去了。

为什么能有这样的效果呢？因为其实口语比你想象得要容易。你看，孩子都是先学会说话再学会读书、写字的。用对了方法，口语的提升特别快。远比你练笔头功夫要快得多。

你练习阅读、写作，需要一整块时间，找一个安静的环境；而口语可以随时随地练习，上班路上插着耳机就能跟读发音了。

所以，在我看来，口语学习是最容易产生kindle时刻的。你想对自己的英语有突破，应该从口语开始。

除了刚刚说的“见效快”，口语使用频度高，带来的网络效应也大。

口语的使用频度远高于书面语。要体现你英语好，最直接的方法就是展示口语。 你一定有过这样的经历，一个人的英语发音地道，表达流畅，哪怕他的英语成绩和文字功力不高，你还是会觉得他英语好。可以说，口语是你英语的脸面。

而网络效应大的意思是，一个敢用英语和外国人对话的人，一定更大胆、更自信。 它会给你带来很多正反馈，渐渐就会扩大你的交际圈，形成良好的网络效应。

那我这门口语课有哪些内容呢？大部分的口语教程一说语音语调，就会从20个元音音素、28个辅音音素开始讲起，教你记忆各种发音规律。注意，这是一个见效缓慢的过程，脱离了教程之后，可能你还是不能把握英文发音地道的核心。我不教你花大量时间来投入学习，咱们只用一个多小时的时间，做好三件事：

1. 帮你快速抓住地道发音的关键。 我会告诉你，发好元音O，你的英语发音就超过了80%的人；发好了两组辅音，你就处理好了英文发音的细节；抓住了重音和“人”字形的语调，你就能把句子说得更好听。让你立竿见影感受到自己语音语调的变化。

2. 帮你解决口语实战中的问题，也就是说什么和怎么说。 我会告诉你说好口语，你要把握KISS原则，Keep it simple & stupid，用简单的表达说好口语；给你马上就能用的三招，让你“反客为主，主动破冰”，在已有的英语基础上就能顺利地和外国人把天聊下去。

3. 告诉你，如果要从根本上提升口语水平，你要练习听力。 提到听力你不要害怕，我会告诉你三招，首先激活你“听不清”的部分。事实上，大多数你认为的听不懂，都只是听不清。解决了这个问题，你的听力就已经上了一个台阶了。

最后，我还会告诉你日常生活中，可以用什么样的材料和方法进行长期练习。对于练习，最难的是坚持，我教你的方法会让坚持不再困难。

这门课的知识密度其实挺高的。这些方法重在练习，所以我建议你多听几遍，多练习，来达到理想的效果。

最后，我想对你说的是：

We all know the importance of good English, especially good oral English. It’s not just an effective way to communicate. It’s also a shortcut to build your confidence in learning English well. So trust me and have faith in yourself.

意思是说，我们都知道学好英语的重要性，特别是口语，因为口语不只是一个非常有效的交流手段，它也是建立你学好英语信心的一个捷径。所以，相信我，也要对你自己有信心。

和我一起进入正式的学习吧。

1. 发好元音，口音超过80%的人

在试听里我说了，这门精品课我会带你做好三件事。一是地道的发音，二是口语的实战，三是长期的训练。

第一讲，我就来教你怎么让你的发音迅速超过80%的人。

| 英语的发音位置要靠后

语言学家王力曾经这么描述过英语和汉语的区别。他说，“英语是法治的，而汉语是人治的。”这句话的意思是，英语无论是从语法，还是从句子结构上都更有系统感和具体的规则。

放在发音上，这点体现在英语比汉语更强调发音规则和纪律，具体来说，就是英语的发音位置一定要摆准确。

汉语，或者说大部分亚洲国家的语言发音都更加靠近口腔的前部，但英语的发音恰恰是靠近口腔的后部的。举个例子，中国人一般说英语中的“任务列表”，会发成To Do List，但它的正确发音应该是To Do List（正确的发音更饱满立体）。

一比较你就知道，为什么你无论怎么模仿，发音都不像了。其实是因为你没有把握住英文准确的发音位置，也就是靠后。 所以想要说出地道的英语，你首先要克服的其实是一个生理上的问题，就是让你的口腔肌肉去适应英文的发音位置，要靠后，不能靠前。

知道了这点，其实你对英语口语的理解已经上了一个大的台阶了。接下来我就具体教你怎么调整好自己的英语发音。

我先来教你怎么把这个元音“O”给发好，以及怎么把它的发音方式迁移到其他的元音上。练好了这个，你的英语发音就可以超过80%的人了。

| 发好元音要夸张

之所以从元音开始练，是因为发好元音能够迅速帮你找到英语发音的感觉。之前说了，英语发音最大的特点是口腔位置靠后，而元音的发音很能体现这个特点。

发元音总结下来有三个特点：1. 口腔的位置要保持立体；2. 要饱满；3. 发音的时候要有紧绷的感觉。

很多人说起英语来，总感觉味不对，就是因为发元音的时候，口腔形状不够饱满，嘴巴张不开。这就好像在练钢琴的时候，老师会强调，你的手心要饱满，像握个鸡蛋一样，英语发音的口形其实也是一样的。

我先来给你讲一个练习元音发音的基本原则，就两个字：夸张。

在练习的时候，一定要把嘴打开，最好是比书上的音标，或者是一些教程里面告诉你的位置还要再多出30%来。这样可以在帮你练习的时候让口腔充分地拉伸，让你更好地找到饱满的感觉。因为在你实际的应用当中，你的口腔位置其实是会回缩一些的，没有那么夸张 。

| 发好元音O，你的语音超过80%的人

说完了基本原则，下面进入练习的阶段，来练习元音“O”。

英语的元音音素一共有20个，其中5个元音字母A、E、I、O、U最有代表性。在这5个元音里，最重要的就是元音“O”。练习元音“O”有两个好处：

1. 它本身的发音位置在所有元音里面是最饱满的，它最能体现英语发音那种口腔立体紧绷的特点。所以练习它可以帮你迅速地矫正口形。

2. 在练习的时候，“O”的发音方式是最容易产生联想的。你可以想象一下，在发这个音的时候，你的口腔是在画一个圆，这是其他四个元音做不到的。 不夸张地说，发对了这个元音“O”，你的口语可以超过80%的中国人。所以我一直说，“O”是当之无愧的元音之王。

那大部分中国人是怎么发这个音的呢？我给你演示一下，大家发的是O，O（位置很靠前，嘴巴没有张开产生的效果）。那正确的是什么样的呢？你听我发一下，O，O。是要从前向后，在口腔里面绕一圈发出来的音。你可以在发音的时候就想象这个字母“O”的形状，你的口腔从前到后绕了一个完美的圆形，最后发完的时候是双唇闭拢的。

甚至我建议你，在刚开始发这个音的时候，为了找到感觉，可以把你的头跟着发音的过程来移动。微微地向后靠，向下沉，再向前伸。

对比一下，纠正发音的前后的这两个音。不是发音长短不一样，就是因为口腔的位置到位了，声音是从前到后再出来，就出现了那种圆润饱满的感觉了。

会发这个字母了，咱们再代入单词来练习。你会发现，很多时候只是一个词，你口语的感觉立马就不一样了。我这里帮你选了四个单词，都是平时很常见的。

比如说，最常说的表示“不”，或者“拒绝”的单词，no，很多中国人发的都是no，是不是一听就不是那个味儿啊。用我之前说的，圆满、夸张的方式来发，你跟我慢慢地发一下，no，no。体会一下。

好，再来练习两个稍微长一点的单词，一个是道路，road，long road，长长的道路。再来一个单词，绳索，rope。

最后咱们再来看一个发音相对较短的单词，这个单词有两个O，叫solo。就是经常在流行文化里能碰到的那个词，是单人独奏，或者是个人秀的意思。规则是一样的，还是记住要夸张，要圆满， solo。

你可能会说了，你现在跟着我是念会了，但是会不会听完这个课，又找不到感觉了呢？别担心，我给你准备了一句简单好记的句子，把前面讲的几个单词no、road和rope串联在了一起。我来带你念几遍， 记住了这句话，你就能记住咱们这一讲最重要的元音“O”的发音要领了。

Don’t say no to a long road，it can be a rope to a new world. 这句话的意思是，不要拒绝走那些漫长的道路，这也许是带你通往新世界的一条重要的线索。

这个句子可以作为你之后每次练习口语之前的热身，就好像在运动之前你要拉拉腿，抻抻筋一样。每次练习发音之前，不妨你都练习一下这句话。找到那个发音的位置和感觉，再把它迁移到其他的元音发音上。

迁移的时候还是注意那两点，一是嘴巴张开，二是发音靠后。

| 其他元音怎么发

下面快速练习一下怎么把元音O的发音迁移到A、E、I、U四个元音上。我先把这四个元音单独念一下，A、E、I、U。然后再用四个单词来巩固一下，A（ray），E（reed），I（lie），U（unique）。

这里我给你准备了一句句子，把四个元音都放进去了，你来跟我练习一下，能够更好地把握住这四个元音的发音：

The pursuit of perfection，often yields more shame than satisfaction. 意思是，对于完美的追求，经常带来的是羞辱和挫折，而不是快乐和满足。所以学口语是一样的，不用一开始就追求完美，去做比做到完美更重要。

这句话你要念好的话，有两个O和两个A要特别注意。首先来看两个O，一个是often，你不要看这个often好像很短，但是你的嘴巴是一样要张开，张大。另一个是more，还记得讲元音O的时候那个感觉吗？你要把嘴张开，从后向前绕一圈再出来，变成一个圆满的形状，感觉到鼻腔有振动。

再来看两个A，shame和satisfaction，shame的A要发得更长，而且要拖音。而satisfaction前面的A得发得重，要干脆、要短一些。

说了这么多，在元音的发音里，还有一点要特别注意的，就是发音的时候该长的要长，该短的短。因为在英语里面，元音的长短不同就是不一样的单词了。最典型的，也是很多人分不清的两个单词，一个是坏的（bad），还有一个就是床（bed）。

那么在实际的操作里面，怎么准确地区分如何发长短音呢？我教你一个方法， 就是发长音的时候，口腔打开的位置和发音的时长，比短音要扩大和延长50%。 简单来说，就是翻一倍。比如说前面的床是短音，发的是bed，而坏，bad。把握住这两点，可以让你的发音更加准确和地道。

同样，我也给你准备了一句简单的绕口令，以后再遇到发不准的长短音，你可以通过它来找感觉。 Dad says a soft bed is bad for his back.

本讲小结

这一讲我们说了怎么发好元音。你要记住的是两点： 1. 要夸张， 2. 要饱满。

在所有的元音里，你要特别记住的是元音“O”的发音要领。你可以把它作为所有口语练习的热身，帮你快速地找到发音的感觉。

同时，在这一讲里，我还说了三句针对不同元音练习的绕口令，没事的时候你可以反复地念念，加强、巩固自己发音的感觉。

下一讲，我会告诉你掌握两组辅音，可以让你的英文听起来更加的地道。

2. 准确的辅音，是地道的关键

上一讲说了怎么发好元音。如果你能够准确、到位地发好 A/E/I/O/U 这5个元音，你就把握了英语发音的口腔特点，你的发音也就成功了一大半。

不过，还有一些小的因素，也是我们在英文发音的时候容易忽略的。但就是这些小因素会影响听者的感受，比如，发音的部位是在舌尖还是在舌面，声带是不是振动。这些都是由这一讲要说的辅音来体现的。

元音发得好，相当于搭好了英语发音的框架；而辅音发的得好，等于处理好了细节，你口语的地道感立马就上来了。

| 练好两组辅音，摆脱中式发音

英语的辅音一共有28个，我会给你讲两组中国人最典型、最不容易发好的辅音，它们分别是s、z、th；m、n、tion。

先来看第一组辅音：s、z、th。这三个辅音发音的口形很像，但难度是逐渐递增的。其中特别是th，由于发音的时候舌头的位置和中文的习惯非常不一样的，可以说是中国人英语发音的重灾区。

你听起来可能觉得差别不大，但是发不对这三个音，意思上会差得非常多。举个例子，口语里面经常说的一句话“让我想一想”，它的英文叫“Let me think”，“想”这个词咱们都学过，t-h-i-n-k，think。但你可以注意到，绝大部分中国人发的都是sink。 能明显地听到S的发音，这就错了。think是想的意思，而sink指的是船只的沉没，或者是水槽的意思。

你别看这个差别小，外国人是马上就能听得出来的。虽然他知道你说的是什么意思，但是要把英语口语练得更地道，就在这些细小的差别上，你得注意。这就好像一个老外跟你打听路，他说山西路还是陕西路，对了就离地道的中文更近了一步。

那这几个音到底应该怎么发呢？一个个来说。

1. 首先说S，它是一个清辅音。补充一下，辅音分为清辅音和浊辅音，两者的区别主要在于发音的时候声带是不是振动。S这个音的发音要领是，舌尖尽量靠近牙齿，但是不要贴住，让气流从舌尖和牙齿的缝隙里面顺畅地通过，有一点点摩擦的感觉，但是声带是不振动的。

比如说，“慢的”英文叫slow，slow，你应该能明显听到S这个音，slow。

2. 再来说Z，是一个浊辅音。它的发音要领跟S几乎是一模一样的，区别在于发这个音的时候声带要振动。也就是说，发音的时候不但要感受到气流通过，还应该能感受到声带带动上颚有明显的振动感。

比如说动物园，英文叫zoo。你感受一下，发slow的时候，你的上颚是不振动的，但是发zoo的时候你的上颚应该有很明显的振动。如果你发得用力一点，你甚至会觉得上颚有一种麻麻的感觉，这个就对了。

3. 最难发的就要数th这个音了。你要特别注意，发这个音的时候，你的舌尖位置是放在上下牙齿中间，最好是用门牙轻轻把你的舌尖给咬住。这样气流冲出来的时候会有一种明显受到阻碍的感觉，但是声带不振动。还是用咱们刚刚说过的单词think举例，发的时候是think[θɪŋk]。

我再给你个建议，你练习th发音的时候，可以拿一个镜子放在面前，看看是不是能够看到自己的舌尖，哪怕你一开始为了发音准确，舌尖向前伸得多一点都行。

| 用th训练你的“发音纪律”

在s、z、th这三个音里，虽然th是最不好发的，但是，它却是日常口语里使用频率最高的。所以发好这个音它的性价比特别特别的高。

比如说你要感谢别人，那句话叫thank you。你不妨想一下，在听这门课之前，有多少次你是能够准确地把舌尖放在两排牙齿中间再发音的呢？再举几个例子：the、the one、the thing、the throne。

为了让你更好地记住，还是老规矩，我给你一句绕口令，咱们一起来练习一下：

Nothing is worth thousands of deaths. 这句话的意思是“没有什么东西值得牺牲成千上万条人命”。

你看，这里的nothing、worth、thousands、death发的都是th的音。也就是说有四个th的发音，但是你注意，这句话在念的时候，你的舌尖放在牙齿中间的这个动作只需要做三次。因为worth跟后面那个单词thousands其实位置是一样的，所以你的舌尖是应该放在这个位置上不动的，好，那咱们再来练习一下，Nothing is worth thousands of deaths.Nothing is worth thousands of deaths.

要特别强调th这个辅音，除了因为这个音是典型的中国人特别难发的一个音之外，还有一个原因是，我想通过这个音来跟你强调一下英语的 “发音纪律” 。

咱们在这门课的一开始就说了，英文的发音跟中文相比，更强调发音的规则和纪律，这个纪律就是我反复提到的发音要到位。 无论发什么单词，不管是元音还是辅音，你的舌头和口腔都应该摆在正确的位置上，这样渐渐就能形成正向的条件反射。

很多人发音不好听，就是因为没有意识到发音是要遵守纪律的。你的舌头会偷懒一次，就一定会偷懒第二次，几句话发下来，整个发音的标准度就完全崩溃了。

而th这个音由于发音的舌头动作非常明确，是训练你英语发音纪律最好的音。 所以我建议你，以后每次看到th就一定要把舌头放在两排牙齿中间，用它来训练你口语发音的纪律，最终变成条件反射。

回顾一下咱们刚刚讲的第一组辅音s、z和th。两个要点：1. 注意这三个辅音的发音区别；2. 特别要注意th发音时候口腔和舌头的位置，用它来训练你口语发音的纪律。

| 中国人特别难发的辅音：tion

接下来，咱们来讲第二组辅音m、n和tion。中国人说话的时候经常会碰到一个问题，就是分不清前鼻音和后鼻音，特别是南方人。在英语里面，也有类似的问题，就是开口音和闭口音，这个是用来练习我们鼻腔振动的感觉的。

举一个中国人都会说的常见的例子，come on。念的时候大部分人的鼻腔是不振动的，所以你的感觉就不对。正确的念法应该是come on，鼻腔是振动的。你掌握了开口音和闭口音，我再来带你发好英语中一个高难度的音就是t-i-o-n，tion。这个音很少有中国人能够把它发得特别漂亮，相信听完这一段之后，你就能发得很地道了。咱们一个个来说。

1. M是一个闭口音，意思是你发音的时候嘴巴一定要闭上。你来听我念一下，感受一下，双唇是闭拢的，气流出来有受到阻碍的感觉。

2. N是一个开口音，发音的时候嘴唇一定要张开。这里有个小技巧，你的舌根微微抬起，舌尖贴住上排的牙齿，另外，你还应该感觉到口腔里面有共鸣的感觉。来跟我发一下。

在这两个辅音里，你要在n这个音上多练习，因为它更能让你训练出鼻腔振动的感觉。下面我选了有代表性的单词，咱们一起练一下：

首先是月亮这个单词，moon，这里面m和n都有，可以通过它同时练习好开口音和闭口音。我建议你，练的时候还是对着镜子，刚开始发这个单词的时候，嘴唇一定是闭起来的，但是发完之后，你的嘴唇一定得是张开的。而且你的口腔里面应该有一种余音绕梁、三日不绝的感觉。这就说明你的鼻腔是有共鸣的，这个发音就对了。

再来说一个单词，正午，noon。这个词跟月亮moon正好能形成一个对比，它从头到尾嘴巴是不闭的。 你发音的时候，嘴巴不但从头到尾不闭，而且发完的时候，舌尖应该回到贴住牙齿的位置，有短暂的离开，但是最后要归位。

我们把它代入另外一个单词，下午，afternoon。怎么样？能不能感觉到舌尖位置的细小变化呢？很多人发这个单词音不准，就是最后缺少了舌尖归位的这么一个动作。这个也是我之前说的要严格遵守的发音纪律。

3. 做好了m和n的练习之后，咱们重点来说说tion。大部分中国人会把这个发音发成熏鱼的“熏”字，原因就在于他的口腔和嘴唇没有打开。在发tion这个音的时候，你还是要把嘴巴张开，有一个向前的力；其次，整个舌头抬起来，尽量靠近上颚。

这里还有个小技巧，就是在发tion这个音的时候，你“嘘”要发得长一点，到了后半段，鼻腔共鸣要明显一点，结尾的时候宁可把嘴巴张得大一点，下沉有力、干净利落。attention，attention，education都是这样。

咱们把m、n和tion这三个音串在一起，用一个单词练习一下。咱们说奥斯卡提名的时候用的那个单词叫做nomination。

为了巩固这组辅音，最后我还是给你准备了一个绕口令，你来跟我一起念一下：

imagine an imaginary magician magnifies your imagination

这句话听上去是不是非常地夸张，但其实它一点都不难。你跟我慢慢地念，练熟了之后，就可以跟我发得一样快，一样好。那这句话的意思是什么呢？就是你想象一下一个想象中的魔术师会放大你的想象力。

本讲小结

这一讲我们讲了两组最典型，也是中国人最不容易发好的辅音，s、z、th和m、n、tion。主要强调的是要遵守英语发音的纪律，特别是在刚开始练习的时候，你必须牢牢地遵守每个音发音时候的口腔位置，它的舌头怎么摆，你得发到位。

同样的，这一讲我也给你准备了一些巩固练习的绕口令。你平时没事的时候多练练，勤加练习，你的发音细节才能更地道。

好，那下一讲我来教你几招，迅速突破英语单词的重音和句子语调的方法。

3. 掌握重音，单词句子有节奏

前面两讲我们讲了元音和辅音的发音，接下来就可以把它们组合起来变成单词和句子了。这一讲，我会教给你几个方法，让你把英语单词和句子说得更地道。

| 找单词中的重音位置

首先来看单词，单词的关键在重音。不少人在学英语的时候都会碰到一个问题，就是看到了一个陌生的单词，不知道该怎么念。尤其是单词长一点，都不知道重音该放在哪里。英语里的重音就像中文里的四声，重音发错了就像中文里的四声读错一样，会直接导致听起来味道不对，也就是我们说的语音语调不好。

比如说“教授”，professor [prəˈfesə]这个单词，如果你重音读错了，放到前面就变成[ˈprəfesə]，这个感觉就不是英语国家的人会说出来的话，差别就在这个重音上。

重音的问题该怎么解决呢？我告诉你，英语是拼音文字，掌握了一些基本的发音规则，照着念，基本不会出错，而且越是长的单词，读音就越规律。下面我就给你讲一个，尤其适合4个音节以上长单词的重音规则：

一般我们念英语单词的规律是从后往前数，多音节的单词重音是在倒数第三个音节上，然后再往前数两个是次重音，换句话说，我们念单词的时候越往后它往往就越重。

这里补充一下，什么是音节。音节就是由我们前两讲说的元音音素和辅音音素构成的。一个音节可以只有一个元音，也可以由一个元音加上一个或多个辅音组成。简单来说，一个单词中有多少元音音素，这个单词中就有多少个音节。

比如impossible这个单词，意思是“不可能的”。它有几个音节呢？你跟着我一起来数一下，就数它里面有几个元音。第一个im，第二个pos，第三个si，第四个ble。所以它一共有im-pos-si-ble四个音节。

讲完了什么是音节之后，我再回来说适用于长单词的重音小窍门。重复一下，规律是，从后往前数，多音节词的重音在倒数第三个音节上，再往前数两个音节是次重音。次重音也就是比重音稍弱一些的。

举个例子，比如“继续”这个单词的名词形式，continuity [ˌkɒntɪˈnju:əti]，你先跟我一起来数一下它的音节，看看它重音的位置。continuity一共有5个音节，分别是con-ti-nu-i-ty。所以它的重音就在从后往前数的第三个音节，也就是-nu-上，次重音就在这个重音音节再往前数的两个音节，也就是第一个音节con的位置上。它的读音发出来是continuity [ˌkɒntɪˈnju:əti]。

这个方法熟练之后，其实速度非常快。你再来跟我试一个单词，是我们之前提到过的impossible这个单词的名词形式，impossibility[ɪmˌpɒsə'bɪlətɪ]。单词非常长，我们先来拆分音节im-pos-si-bi-li-ty，从后往前数第3个音节是重音位置，再往前数两个音节是次重音。所以这个单词的发音是这样的impossibility。

在这里，我给你留一个作业，我们经常说的“祝贺”这个词的动词，congratulate[kənˈgrætʃuleɪt]，你先不要看文稿中的音标，课后试着自己去数一数，看看是否能找到正确的重音位置。

不过，说到congratulate，咱们中国人更熟悉的是这个单词的名词形式congratulation。但是这里你可能会发现一个问题了，就是congratulation的重音不在倒数第三个音节，而在倒数第二个音节上。

这是为什么呢？这里要讲长单词重音发音规则的一个例外，明白了这条例外之后，你以后再看到长单词就彻底不用害怕了。还是用这个congratulation来举例，这个单词的重音在倒数第二个音节，不在倒数第三个音节上，这是因为这个单词的后缀是tion。这个后缀加上之后，单词的重音位置就会改变。具体的规则是，在从后往前的倒数第二个音节上。比如说education，examination。

类似的后缀，常见的你只需要再记一个 –ic 。比如我们很熟悉的一个单词，地理geography[dʒɪ’ɒgrəfɪ]，变成形容词形式geographic之后，念成[,dʒɪə’græfɪk]，那本著名的《国家地理》杂志，英文就是National Geographic。

小结一下，发好长单词的重音你只要记住两条：1. 通常重音是在倒数第三个音节上；2. 如果遇到-tion、-ic这样的后缀，重音在单词的倒数第二个音节上。

| 如何找到句子节奏

说完了单词的重音，咱们再往上扩充，再变长一点，来讲讲英文的句子。

句子怎么说才好听，也是有技巧的。关键在两点：句子的节奏和语调。我先来给你讲句子的节奏。

我们前面说了单词要关注重音，其实，句子也要关注重音。因为句子的节奏就是通过句子中某些单词的重读和弱读来体现的。为什么这么说呢，你想一下中文表达的节奏，就不难理解了。尤其是在中文的朗诵里，这一特点更加明显，想要处理好朗诵的节奏，其实就是处理好哪些词语读的强，哪些词语读的弱，有强有弱，那种律动和节奏自然就有了。

那么英文句子里哪些单词该强调呢？我给你一个诀窍，就是把句子里的名词和关键的动词强调，其他的都弱下去，节奏自然就出来了。我举几个例子，你听听看。

He’s/sure it will be/ fine.

She’s/ gone for a/ walk in the park.

I’m/ sorry I’m/ late.

第一句：He’s/ sure it will be/ fine .所谓的强调除了加重语气之外，还有一个办法是停顿，你看sure和fine，你念的时候可以停一下，那这两个词就自然被强调出来了。

第二句：She’s/ gone for a/ walk in the park.你一眼就可以看到在这里面，gone动词，walk动词，park是个名词，这三个关键词，就是你在句子中要强调出来的。还是我们用刚刚方法，加重语气，或者适当停顿，我再念一遍你感受一下。

最后一句，比较常见的就是，你到晚了，不好意思，跟别人道个歉，你可以说"I'm sorry."或者你可以直接说"Sorry, I'm late."你会发现前面这个I'm没有都没有关系，但是sorry和late这两个如果强调出来的话，整个句子的意思就完整了，而且你念出来的话，它的节奏感应该就是轻重、轻重的关系。

你看，当你把句子中的名词和关键动词重读之后，节奏的起伏感自然就出来了。

| 如何把握语调

讲完了句子的节奏，我们要进入这一讲的最后一部分，句子的语调了。有了节奏和语调，你说出的英文句子就地道了。

很多人觉得英语语调很难把握，其实这和我们说中文的习惯是有关系的。中文有四声，也就是四个调，但是英文其实没有那么多语调，要把英文的语调说地道，其实你应该做减法。

你只要记住两个调就可以了，一个是升调，一个是降调。特别是，口语里都是短句，你只要记住基本的升降调，在句子中语调先上去再下来，像一个“人”字形那样，就能解决绝大部分问题了。甚至不夸张的说，使用升降调组成“人”字形结构的语调，在短句交流时使用，你的英文口语能立刻甩一般人三条街。

下面我给你三句句子，你跟着我念一下，甚至你可以读的时候，跟着语调用手在空中画人字形，听听看这个感觉是不是就不一样了。

Nothing is impossible.

你注意我在读这个句子的时候三个单词是有起伏的，起伏的形状是什么？完全就是这个“人”字形，先向上再向下，Nothing is impossible. 就感觉好像你在登山，从山脚往上面走，Nothing上去，is平一点，就是到了山顶，然后马上准备好向下，impossible沉下来，再念一遍，Nothing is impossible.

Make America great again.

特朗普在竞选的时候喊了一句口号，“让美国再次伟大起来”，叫Make America great again. 你看也是用“人”字形的语调，先向上走再往下来，就很有气势。

Yes, we can.

最后，是奥巴马那句特别著名的口号Yes, we can! “是的，我们可以做得到”。你可以很平地把它念出来，没有任何起伏和感情，对不对？你试着用“人”字形组合一下，你看看感觉就不一样了， Yes, we can。

你可能会问了，升调、降调这么处理会不会太简单粗暴呢？放心，升调、降调的方式可以帮你最快地找到基本的口语语感，会比没有升降调的读法提升一个台阶。

训练的时候还是这个原则，要夸张，别怕出错。你看很多老外讲话的时候表情非常的丰富，那是因为英语发音本身就比中文夸张，你把每一步都做到位了，你自然也会口腔打开，面部有丰富的表情，甚至你表达起来还会配上一些手势，这些都会增加你语言的感染力。

最后我给你留个作业：

有个超级英雄叫做美国队长，他有一句很有名的口头禅，每次他不放弃的时候他就说，“还没完呢，我可以坚持一整天”，英文叫"I can do this all day".你可以回去试着用“人”字形的语调说一下这句话，下次在你遇到困难、要鼓励自己坚持下去的时候，你也可以地道地说出"I can do this all day."

好了，以上就是这一讲的主要内容。通过前三讲，我们讲了元音、辅音、单词重音和句子语调的小窍门。发音和语调讲完了，稍加练习，你的口语感觉立马就会不一样。在别人看来，现在你已经拥有了很好的语音语调。

接下来的两讲，我会教你口语实战中的一些技巧和原则，让你在口语沟通中能自如地推进对话。

添加到知识账本

划重点

适用于长单词的重音小窍门：

一般的规律是：从后往前数，多音节词的重音在倒数第三个音节上，再往前数两个音节是次重音。次重音也就是比重音稍弱一些的那个音。如果遇到-tion、-ic这样的后缀，重音在单词的倒数第二个音节上。

把一句话说得有节奏和语调的普适方法：名词和关键动词重读；先升调，后降调。

4. 口语表达要简单

前面的几讲中，我已经带你解决了英语的语音语调问题。这一讲我来给你讲讲口语表达的实战技巧。我给你总结了一个原则，叫KISS原则，keep it simple and stupid。意思是说口语表达越简单越好。

| 不求语法正确

很多人都有这样的经验，总是想在英语口语中表达很多的东西。但越想表达，脑子就越是会乱，越是会说不好。这其实是因为你没有分清英语中口语逻辑和书面语逻辑的不同。

书面语追求意思的完整、句子的漂亮、语法的正确，但是这三点在口语里完全是相反的。口语追求的是快速地传递信息，所以不需要长句和漂亮的句子，相反它必须是短句；同样，口语你不用那么在意语法，语法错了没关系，因为你的目标是让对方听懂，能够交流，甚至口语中经常会出现句子成分的缺失。

比如“Long time no see”就是典型的短句加语法不严谨，但是不影响它在口语里被广泛使用。

其实你想想，我们平时用汉语交流用的词和句子也不会很复杂。书面语里的长篇大论，逻辑转折，换到口语中：一是你自己完全hold不住，二是对方也会被你复杂的表达弄晕。所以，在口语中你不要担心讲的词是不是太傻太简单了，你只要记住我在开头告诉你的KISS原则，表达简单，就能在现有基础上大大提升你的英语口语表达。

下面我通过三个部分来告诉你怎么做到KISS原则，keep it simple and stupid。

| 用词尽量简单

首先第一点，口语里面用词要尽量简单。很多人会把英语口语不好的原因归结为，自己的词汇量不够。其实，根据牛津在线英语词典的统计，英语交流中，用到的70%的单词，也就是最常用的3000个高频词汇，而这3000个高频词汇基本上你在中学里面都学过了。也就是说，只要你有中学里面3000个高频词汇的词汇量，已经足够你在口语里面表达你想说的意思了。

就比如说，你想表达你的心情不好，注意，书面语你可能会想到bad mood，心情这个词叫mood，但是这样的表达在口语里面也是过于复杂了。那你说，是不是unhappy更好一点呢？是，但是还有更好，更简洁的，你可以直接说一个表达叫I am down，这个词就是我们常用的那个介词，向下的，这个词就可以表示你不开心了，心情不好了。

你看，从bad mood到unhappy，到down，这就是典型的KISS原则，keep it simple and stupid。不要怕用简单的词，用好了反而很地道。

如果你还是担心你的词汇量不够的话，我觉得可能是你没有激活你的词汇量。什么意思呢？比如说还是down这个单词吧，咱们冬天的时候不是都要穿羽绒服嘛，你一听到“羽绒服”这三个词头都大了，这怎么说呀？其实非常简单，就是我们刚刚说的这个down嘛。在英语中，down作为名词它有动物的绒毛的意思，所以羽绒服英文就叫做down jacket。

有没有发现，你学过的一些单词看似简单，但是可以在英语里面表达很多你完全不知道的意思？

那你可能会问了，我怎么激活我这3000个单词的不同用法呢？这里我教你一个方法，叫做“每日上新”。你看，咱们中国现在很多的淘宝店每天都会上一点新的货品，其实学习也一样，你得有这样一个意识，就是每天都有一些新的积累。

那怎么做到呢？利用每天的碎片时间就行了。比如说你平时走在路上，或者坐着休息的时候，你无论看见身边的什么东西，你可以问一下自己，知不知道它的英文是什么。

比如说吧，咱们喝矿泉水的时候，你拿起一个矿泉水瓶子，你说，“哦，我知道瓶子叫bottle”。

你可以再问自己，瓶盖叫什么？这个问题，也许你会愣一下了，好像还真不知道。没关系，大部分中国人都答不出来，但是我跟你保证，绝大部分中国人学英语的时候很早就碰到过这个单词了。瓶盖的英文叫cap，也就是我们学过的帽子的那个词。你看，是不是非常的简单，但是又很实用呢？

再举个例子吧，我们家里面用洗发水，有些人会用一款叫做海飞丝的洗发水。那这个“海飞丝”怎样说呢？你可以注意一下，瓶子上面印着这三个单词，叫heads and shoulders。head是脑袋，shoulder是肩膀。那海飞丝这款洗发水它推销的是它去屑能力强，所以它的英文的意思就是，在头上和肩膀上都看不到头皮屑。怎么样，heads and shoulders是不是很形象呢？

其实说这些是想提醒你，现在在我们的生活中，英文出现的比例是非常高的，几乎可以说是随处可见的。就比如说应急出口怎么说？它就写在商场的墙上。你看到的广告牌，家里面随便拿起的电器、说明书，上面都是可以学到英文单词的。

甚至就连你平时放空的时候，你也可以想想，放空这个词的英文我知道吗？很简单，叫space out。space是空间、宇宙的意思，out就是出去。所以我说我神游物外了，我放空了，英文就叫space out。

用这种“每日上新”的方式，很快你的词汇量就会被全面地激活，而且你激活的这些单词一定是你日常口语中用得着的。

给你留个作业，你回去之后，看看身边有没有什么你已经习以为常，天天见，但其实你并不知道它的英文怎么说的东西，欢迎你找到这样东西的英文之后在文稿里面的留言区告诉我。

| 活用肯定和否定词汇

好，说完了用词简单，以及怎么去激活这些单词之后，咱们来讲这节课的第二部分，我来跟你说说怎么在具体的场景里面使用这些激活的单词。同样，还是使用KISS原则。

举个例子，口语中最常出现的两种表达，其实是对事物的肯定或者否定。但是说到肯定和否定，大部分中国人能想到的就是Yes和No。其实还是有很多简单的表达的，今天我就给你一些你一听肯定都知道，我会说10个肯定词，还有10几个否定词。

表达肯定的除了yes之外，还有right／ nice／ correct／ exactly／ absolutely／ perfect／ awesome／ wicked／ brilliant／ fantastic。

表示否定的，除了no之外，还有I doubt it / of course not / can’t be / no way / never / hardly / better not / Not likely / Forget it/ not a chance / not for me / awful和 terrible。

这些单词具体怎么使用呢？我来给你挑几个说一下。先来说肯定的，一般咱们在口语里面碰到数字的时候，你用exactly就会比yes更地道。比如说有人问你：Do we have a meeting at 10 tomorrow？我们明天早上10点钟是约了碰头会吗？你就可以说exactly。exactly在牵扯到任何的数字、时间的时候，你都可以用，它表示特别精确，非常准确的意思。

而如果对方说了一个你同意的观点，或者告诉了你一个好消息，我们除了可以用great来回应，还可以用语气更加强烈的perfect来回应。比如说有人跟你说，We all pass the exam！ 我们都通过考试了！这时候你就可以来一句，Perfect！表达强烈的喜悦之情。

而如果有人问你对于某件事物的看法，就比如说新上的电影怎么样啊，好看不？他可能会说，How is the movie？你可以用awesome来回答。awesome这个词表示棒呆了，特别好看。你甚至还可以用wicked，这个表达中国人是不太常用的，它其实更地道，它来源于witch（女巫），意思是就好像被施了魔法一样的迷人。

就类似于咱们中国人说的“帅呆了”“棒呆了”的意思。比如说你觉得这本书特别好，这套衣服穿起来特别的有型，你都可以说wicked。

我们来重复一下，遇到数字、时间，表示肯定，你可以用exactly；遇到好消息或者是观点的时候你可以用perfect来回答；而遇到对人或者事物的评论表示肯定，你可以用awesome或者wicked。

如果我们要表示否定和反对的时候，用什么样的词来代替no比较好呢？咱们还是拿刚刚的场景来举例。

当我们面对观点或者消息的时候，你要表达我很怀疑，或者不同意的时候，你可以来一句，I doubt it。有人问你，这部电影怎么样？How is the movie？如果你觉得很烂，你可以说awful或者terrible，我的天哪，糟透了，这是部烂片。

这些词其实都在你初高中学过的3000个高频词汇里面。但是如果你一旦使用它们来代替Yes或者No，你口语的表达立刻就上了一个台阶。

| 积累口语素材

那你可能会问了，我去哪积累这些简单又地道的用法呢？这里我教你一个方法，就是用好电影和美剧作为材料。

其实你从小到大见过的英语材料一点都不少，阅读理解、完形填空，甚至是选择题的材料，但是它们对于口语其实是没有太大帮助的，因为它们都是书面语，不是口语。我们之前说过，书面语和口语的逻辑是不一样的，这也是为什么你学了这么多年的英文却说不出来的原因，因为你没有积累适合“说”的材料。

那为什么说美剧和电影是好的口语材料呢？首先是因为，它们都是音频的，你可以听，也可以模仿。其次，它们本来就是对话，所以是天然适合作为口语的练习材料的。

但是我要提醒你一点，这些对话咱们也要区别对待，你要尽量选择那些跟生活场景比较贴近的美剧，也就是都市化的剧集。这就是为什么我不推荐类似像《星际迷航》这种电影，因为它的未来感太强了，离你的生活太远了；另外，我也不推荐像《越狱》这种犯罪类型的美剧，因为它里面使用的口语不那么高级。

所以，这就是为什么像《老友记》（Friends）这样的美剧作为口语材料是非常经典，一直到现在还被人学的原因了，因为它同时满足了对话多和足够生活化这两个条件。不过，如果你觉得《老友记》有点太老了，那我再给你推荐一个离你比较近的，叫《Modern Family》（摩登家庭），你同样可以在里面积累很多的日常口语素材。

在看这些美剧的时候，我再给你一个建议，你不妨特别注意一段对话是怎么开始，以及它是怎么结束的，因为电视剧基本都是靠对话来驱动情节的，尤其是在结束的时候，你经常可以看到很多用词精妙，但是用法简单却让人印象深刻的口语词汇。

举个例子，美剧《绝命毒师》有一部衍生剧叫《风骚律师》（Better call Saul）。这里面有个情节，就是当事人面对警察的时候他不想报案了，但是警察想继续调查，于是在一番争执之后，当事人说了一句话叫case closed！这个表达在书面语里面表示结案了，但是在口语里面可以表达的意思是这事不用谈了，咱们不聊了，没什么好多说的了。不但意思简洁到位，而且还使用了一个双关。

所以，你在跟别人聊天的时候，完全可以借鉴这样的表达。比如说别人问你这个事你是怎么想的，你说上次咱们已经说完了，我已经把我的想法说清楚了，没什么好聊的了，你就可以直接来一句：Case closed。

| 放弃翻译思维

在这一讲的最后，我还要给你一个KISS原则，简单化的秘籍——你要在口语里面放弃翻译思维。我们在说口语的时候，可能跟我们小学的英语的习惯是有关系的，我们总是会强调语法的正确性，所以你经常会在想表达一个意思的时候，先在脑子里面想一遍它的句型是什么，这个就是做了一层“翻译”的工作，会大大降低你口语表达的效率。

怎么放弃翻译思维呢？咱们来看几个例子。

比如说，你要去买饭或者买咖啡的时候，是堂吃还是外卖，这句话用英文你会想到什么呢？你可能先在脑子里面过的是“堂吃”的英文是什么，“外卖”的英文又是什么。英语程度比较好的，你可能会想到一个句子，叫“Do you want to eat in the restaurant or eat back home？”这就是典型的翻译思维。

放弃翻译思维的一个方式就是用简单的词汇“表意”，“堂吃还是外卖”就是你是在店里吃还是带走，我一说你可能会想到，那我应该用“eat here or take away”，很好，这已经很简单了。但在口语里面，它还可以更简单，正确的口语表达叫“here or to go”——这是不是已经看不到翻译痕迹？这个就是地道的KISS原则在口语里面的体现。

再来说个例子，中文里面有句话叫“打碎了牙往肚子里面咽”，这句话让你用英文怎么说呢？你脑子里面可能现在蹦出来的单词是什么？break/teeth/swallow这样的单词，这还是在翻译。“打碎了牙往肚子里面咽”的英文可以简单到你难以置信的程度，它叫eat one’s pain，吃下某人的痛苦，非常简单。

总结一下，这节课咱们主要讲了口语表达的KISS原则，Keep it simple and stupid，尽量使用简单的方式来传达你的意思。我们讲了怎么去激活你已有的3000个词汇量，还说了“每日上新”的方法可以帮你积累地道的表达素材。最后我们说了，要放弃翻译思维。

下一讲，我要跟你说的是，怎么在现有的口语水平上积极主动地推动对话的进行。

添加到知识账本

划重点

口语表达的几个要点：

不求语法正确；激活你的词汇量；活用肯定和否定词汇；看美剧积累日常口语素材；放弃翻译思维，用简单词汇“表意”。

版权归得到App所有，未经许可不得转载

5. 主动破冰，让对话进行

这讲我来讲一讲，怎么在你现有的英语水平的基础上，顺畅地和外国人把天给聊下去。

其实口语里面，最头疼的就是跟人对话了，因为这是实战。 一是你不知道跟人聊什么；二是你越不知道跟人聊什么，就越容易出现聊不下去、冷场的尴尬局面。

而且很多人在讲口语的时候是不自信的，也不敢开口，因为你不知道对方会跟你聊什么。所以遇到的话题、涉及的词汇量，可能完全是在你的知识领域之外的。

那么这一讲，我就要来给你讲一个，口语实战中最重要的战术。注意，没有之一，是最重要的，这个战术叫 反客为主，主动破冰 。这个意思是说，在对话的过程中， 你应该抢先提出问题，主导谈话 。

一般咱们在跟老外用英语对话的时候，基本都是等着对方发问，自己被动回应。但其实越是在自己英语还不够好的情况下，你越是应该反过来主动出击，夺得对话的主动权。

这么做有两个好处： 首先是能够把话题引导到你熟悉的领域，把控话题的走向；其次是能够让对方多说话，这样你就能少说了，还可以再从对方提供的信息里面摘取那些你听得懂的，想讲的东西来反过来追问他，让对话继续下去。

其实到这里，如果你听懂了我说的，那么你首先就已经把口语的整个策略调过来了，化被动为主动。

| 三招让你和外国人聊起来

那么你会问了，怎么做才能做到“反客为主，主动破冰”呢？这里我教你三招。

1. 表达兴趣和赞美；

2. 提出问题，给出观点和看法；

3. 转移话题。

下面的内容请你认真看好，学会了这三招，你会极大地提高实战的对话能力，会让你周围的人对你的英语刮目相看的。

第一招是表达兴趣和赞美。

怎么开始和别人的对话呢？其实是有技巧的，我给你个建议，你可以从对方的穿衣打扮，他身上的某个物件，或者他的体貌特征入手。

举个例子，比如对方手里拿着个照相机，这就是一个很好的破冰机会。你可以说：Wow，your camera looks great（你这个照相机看起来真棒）。谁都喜欢听到赞美，他一定会回应说：Yeah，thanks，I used for many years（是啊，谢谢，我这个相机用了很多年了）。

注意，这个时候你的机会又来了，接着跟他聊：That's really cool，are you a photographer？这句话的意思是：真棒，你是一位摄影师吗？你发现没有，这样的话，你就已经从一个物件转移到了这个人的身份，从他的相机聊到了他的职业，话题不就打开了吗？

那你可能问了，我可以用什么样的句型来表达赞美呢？

这里我给你一些简单又好用的套句，还是以我们刚刚说的这个camera为例，我们刚刚说的是：Your camera looks great。注意，这个camera你就可以替换成something，也就是：Something looks great。

类似的句型还有三句，比如说：Wow，I really like something；I  just love your something；It  is really cool，或者great something。

你看这几句的句型里面，什么东西都可以把它填充到这个something里面，他的衣服也好，他的鞋子也好，他背的包也好，或者就是他的一个发型都可以。

我给你的建议是，你挑选的夸奖对象越具体，你们的天就越容易聊得下去。

在对话进行的过程中，表达兴趣和赞美还可以用一些小词就可以直接完成了。那我来给你示范一下。

比如说表达兴趣你可以说：I see. Really? Did you? Then What happened? How is it? 那这几句的意思就是：啊，是这样啊，真的吗？是吗？那后面发生了什么呢？然后呢？

表达赞美，你可以说：Wow! / Amazing! / Great! That’s really cool! 这几句的意思基本上都是相同的，就是“真厉害，棒呆了”。这时候你要特别注意你的语气，你要真正表达出兴趣来，让对方能够有兴致把这个话题聊下去。

说完了第一招，表达兴趣和赞美。 咱们来说第二招，提出问题，给出观点。

完成了对话的开启之后，在聊天的过程里，你可以通过提问和给出观点来推动对话的进行。你不要担心提问或者给出观点这件事情很难，我先给你几个万用句型垫底。

提出问题你可以说：What’s something like there? 你注意，中间的这个something是可以替换的。比如说你可以问：What's the food like there? （那边的东西好不好啊）。What’s  the movie like? （这个电影怎么样）。你甚至还可以说：What’s  the weather like? 这一句很熟吧，天气怎么样。

你要问人的话，依然可以使用这个句型。比如说你想说，这哥们人怎么样，你可以说：What's the man like? 或者What's he like? What's she like?

那怎么具体在对话中运用呢？还是以咱们刚刚举的那个例子，你碰到了一个摄影师，你从他的照相机入手，问到了他的工作。那接下来，你可以用这样的方式推进对话了：What’s  the job like? （你这份工作怎么样啊）。

你看，是不是万用句型，就在对话的空白处填上了一个关键的东西，就是job。你又把话题从他的职业转化到他对这个职业的感受了。接下去，他就会跟你谈工作了，那这个时候就轮到你给出观点了，比如说：I think that’s a great job too。我觉得这份工作特别好。

给出观点这件事其实没有你想得那么复杂。那么在对话中怎么给出观点呢？很简单，观点无非就是肯定和否定两种。

这个时候，你就可以结合上一节课我给你讲的10个表达肯定的词和10个表达否定的词来用。

比如我们可以说：Something is fantastic / perfect / nice。这个是表达正向的观点，你同意。那我们要表达否定呢？你可以说：Something is terrible / awful，这个就是糟糕的，不好的。而这个something我们可以替换成book / film / lecture。甚至你还可以替换成人，He is terrible / He is fantastic，都可以，这个就是你的观点。

如果你忘了有哪些词可以表达肯定和否定，建议打开文稿复习一下上一讲的内容。

给出观点有什么好处呢？如果你赞同，我们就等于在一件事情上面达成了共识，这个天就能自然聊下去了。

你如果不同意呢，你可以很好地引导对方说出他的观点和理由，同样的，这个聊天依然可以进行下去。那怎么表达你不同意呢？我再给你一句委婉地表达不认同的句型，你也一定学过，I’m afraid……比如说你可以说：I’m afraid I can’t take your side。这句话的意思是，哎呀，恐怕这件事情我不能站在你这边，或者这个观点我不支持你的意见。

在说完了怎么开启对话，怎么推动对话这两招之后，咱们来说最后一招，转移话题。

你还记得这讲的一开始我跟你说，“反客为主，主动破冰”的关键，是要把对话控制在你熟悉的范围之内。所以你如果觉得对话超出了你的知识储备，或者说你的词汇量已经达不到，没有办法继续的时候，有一个好的方法就是，用一些句型把对话引导回你熟悉的领域。现在我就给你一些这样的句型。

比如说你可以说：I feel like doing something（我想要做什么）/ I heard  something（我听说什么什么）/ I've heard so much 或者 I've heard a lot about something / somebody，这句话的意思是我听说了很多关于什么什么或者某人的事。

那这里我们举完整的例子，你就明白了。

比如说I feel like driking a cola，这句话的意思是我现在想喝一杯可乐。I heard he is coming，我听说他是要过来了。或者 I heard so much about your company（哇，你这个公司很有名，我听说过）。

用这些句型，我们可以很自然流畅地把话题转移到其他的事情上面，比如吃喝，比如某人的消息，比如聊他的公司。

还有一个问题就是，转移到你熟悉的话题领域，你首先得有熟悉的话题。这个时候，我就建议你可以在平时多准备几个在任何场合和任何人都可以聊的，不会出错的百搭话题，也就是准备一些素材和语料，这样你随时拿起来就能用了。这里我也帮你准备了一些。

| 准备你的百搭话题

不过，首先我要告诉你的是，哪些话题你在跟老外聊天的时候是不要聊的，分两类。

第一类敏感话题，比如说聊政治，聊婚恋问题，聊信仰问题，收入，还有性取向问题，这些话题容易引起争执。

另一类是比较无趣的话题，说白了也就是传统上咱们碰到老外会说的一些话题，比如说你觉得中国菜怎么样啊，你喜不喜欢中国文化啊。

其实你换位思考一下，老外对于这些话题已经被问得太多，肯定都已经问烦了。这类话题里面，你既抓不到对方的兴趣点，同时他也会觉得跟你聊天又要回答一遍已经说了无数次的问题，很无趣。

好，说完了不要聊的话题，那我们可以跟老外聊什么呢？ 我给你三类不会出错的话题，分别是聊音乐，聊电影，还有聊新闻。 这些话题既让老外觉得安全，也会让你们容易产生共鸣。

举个例子，以音乐为例， 你跟老外聊什么音乐类型都不如跟他聊Rock&Roll，也就是摇滚乐 。

因为在过去的半个世纪里面，西方世界是深受摇滚乐文化影响的，哪怕是Rock&Roll这个类型现在已经在走下坡路了，但是它的余晖依然照耀到了现在的硅谷，硅谷那种创新、不羁、突破常规的文化其实就是来源于摇滚乐的。

说到摇滚乐，不得不提的一个歌手就是Bob Dylan。他可是美国或者说西方世界国民级的歌手，去年他还得了诺贝尔文学奖。

你可以说：Bob Dylan is a musician。如果musician（音乐家）这个词太难，你可以直接说：Bob Dylan is a singer（他是一个歌手），这个简单了吧。你还可以接着说：He was awarded the Nobel Prize for literature. He wrote many great songs，my favorite is......这两句的意思是，鲍勃·迪伦很厉害，他得了诺贝尔文学奖，他写过很多很棒的歌，你看我最喜欢的是......

注意，接下来你可以具体地说出几首歌的歌名。我说两首给你听，都不难。比如说“Blowing in the Wind” / “Like a Rolling Stone” / “The Times They Are A-Changin’ ”。

那为什么要具体地说出这些细节呢？是因为我们在跟别人聊的时候，怎么让对方觉得你真的了解他们的文化，你懂他呢？就是你应该展现出细节来。在说到Bob Dylan的时候，这几首歌并不难，但是你能说出具体的歌名，会让他印象深刻，传达一种“你真的懂”的感觉。这个需要你在平时做个有心人了。

小结一下，我这里刚刚给你讲了口语实战中“反客为主，主动破冰”的招，是表达赞美，提出问题和给出观点，以及转移话题。

| 重复对方的关键词

在这一讲的最后，我还想给你一个小技巧， 就是当你觉得没话可说的时候，或者说你没听清对方说的是什么意思的时候，有一个小的技巧就是，你可以重复对方说的话里面的关键词，或者就是重复你刚刚没听懂的那个词 。

什么意思呢？我来给你演示一下：比如说，对方说：I’m going to America next week（我下周要去美国了）。这话怎么接啊？你可以重复一下这里面的关键词，America，这样对话就能继续下去了。

再比如说，有人跟你说，我昨天去看了个电影，这个电影叫《敦刻尔克》。可能大部分人都不知道敦刻尔克的英文叫什么，所以你第一次听到这句话可能会晕的。他说：I saw Dunkirk yesterday。你压根儿就不知道什么是Dunkirk，怎么办呢？

这个也很正常，因为口语里面也经常会出现一些生词，专有名词，你没听到过。但你不用什么都懂，你如果只是想把对话进行下去，你就重复这个词。

还是刚刚那句话，对方说：I saw Dunkirk yesterday。你可以直接问：Oh，Dunkirk? 那对方可能就会给你解释了：It’s a new film（这是一部新的电影）。那接下来你就可以用我之前教你的那招，How is it? （这个片怎么样啊）。你看是不是又圆回来了呀。

本讲小结

总结一下，这一讲我给你讲了怎么在口语实战中 “反客为主、主导谈话” 的理念，这一条可以帮你在口语里面取得非常大的进步，能够顺畅地把对话进行下去。

我们一共说了三招，我还给你补充了一个特别好用的小诀窍， 重复对方谈话中的关键词 ，或者你听不懂的那个词。

到这里为止，咱们已经把语音、语调、口语实战的方法都讲的差不多了，这些技巧是想给你一个快速入门的方法。

现在，你已经激活了自己口语的存量，有了实用的武器，你的英语口语在基础没有变的情况下，已经上了一个台阶了。但是如果你想要更上一层楼，或者说学得更扎实，那还是需要你付出更多的努力和训练的。

 下一讲咱们就来讲一下提高口语的长期训练方法。

6. 听力才是口语的基础

通过前面的几讲，我们已经把口语中使用的技巧，从发音到语调，再到用词和谈话的方法都已经说完了。现在你已经具备了跟外国人进行对话的能力了。但是就像我前面说的，这是建立在你现有水平的基础上的，那如果我们要把自己的口语更上一层楼的话，你还是需要长期的训练的。

这一讲我来教你， 长期口语的训练方法 。

可能跟你一般的直觉不一样，我们每次说起练口语，你的第一反应就是我要找个人跟他说。 其实练好口语最关键的应该是练听力。

为什么呢？你不妨回想一下你是怎么开始学的中文，你就知道语言究竟应该怎么学了。

你看，在小的时候，没有任何人教过你中文、英文，或者阿拉伯语，你就是听着周围人说话，开始模仿，听得越多，你模仿得就越像。这是因为你听到了什么，决定了你会对什么样的发音有感觉。

所以，要说出一口流利地道的英语，你其实应该练的是多听。咱们在说任何一门语言的时候，你发现没有，一定是按照“听、说、读、写”这样的顺序，这是因为这就是语言本身发展的基本规律。

在这里面，听和读是input，也就是输入技巧，而说和写是output，也就是输出技巧。从输入转化为输出，有一个大致的比例，是10:1。也就是说你听了10分钟的内容能说1分钟。你读了10篇文章，大致能写出一篇短文章来。

所以根据10:1的规律，你一定要把听力的基础打牢了，才能在说上面有所提高和突破。

知道了听力对于口语的重要性，我们应该怎么练好听力呢？

首先要解决一个大问题，一说到听力，大家的第一反应就是，我不是不想练啊，但是我的听力不好，我听不懂啊。

这里要纠正一下，其实大部分时候，你不是听不懂，而是听不清。

听不懂和听不清这两件事情是有本质区别的，所谓听不懂是指这些词写出来你也不认识，比如说我给你写的是德语、拉丁语、希伯来语，这个才叫听不懂。

所谓的听不清是说，写出来这个单词你是认识的，但是你听到的时候，你不知道它原来是这么发音的，这个叫听不清。不习惯它的表达和发音方式。

| 三招让你听明白

那么怎么解决听不清的问题呢？我给你三个步骤： 首先，你应该放下心理负担；其次，咱们要抓取名词和关键动词；最后，可以通过联系上下文的语境来解决这个问题。 咱们一个个来说。

首先，你为什么要放下心理负担，抛弃心理上的畏惧呢？这是因为很多人在面对英语听力的时候，第一感觉就是，有无数的单词和句子在往外蹦，越想抓住就越抓不住，心里这个着急呀。

其实口语里面的确是会有大量的冗余信息的，它们是不需要你去抓取和理解的。你听不清是因为你想听的太多了，所以提高听力的第一步，就是你要放松，不要想着每个单词都听到，事实上你也不需要听到。反而就像那句话说的，Less is more。

第二步，你要知道你需要重点听什么，也就是说你应该抓住句子的核心要点。这一点，其实在第三讲里面咱们已经说过了，你不妨回忆一下。具体来说，就是你要认真地去听清句子里面的名词和关键性的动词。

这里咱们举个例子，我先给你听一段音频，它的前情提要是这样的：一个小孩跟父母在餐馆里面等了好久，结果菜都没有上来，这个小朋友着急了，把餐厅的经理叫出来训了他一顿。我们来听一下这段录音。

What’s your name?

John.

John, why exactly have I been waiting an hour for food in an empty restaurant?

Well, we had a slight problem with the......

这一段音频我相信你刚开始听到可能是蒙的，这段音频的意思是说，小朋友在质问他：你叫什么名字？那个人说：我叫John。小朋友说：John，我问你，为什么我需要在一间空无一人的餐厅等一个小时都不上菜呢？然后经理就跟他解释：我们这里有一点小问题。

其实刚刚那几句就是这个意思。如果你没听明白，也不要着急，想一下我刚刚跟你说的那两步，不要想着都听到，而要抓取关键的名词和动词。

这样我把中间最长的这一句再来给你念一下，你试着抓取关键信息。这句叫John, why exactly have I been waiting an hour for food in an empty restaurant? 你应该抓取到了这三个词，wait、food、empty restaurant，这三个词抓住了，其实这句话的意思你就明白了。

这句话里面，waiting an hour（我等了一个小时），等什么呢？等 food，在什么地方等？在一个restaurant，而且是一个 empty restaurant（空无一人的餐厅）。所以连起来就是：为什么我要在一个空空的餐厅里面等上一个小时，还没东西吃。

同样是一句话，你只要抓取了这30%的关键内容，剩下的70%你不听都没问题。掌握了这个诀窍，可以大大提高你听力的精准度。

假如你说，我通过抓取关键词，好像还是听不明白这句话，怎么办呢？别急，还有第三步，就是你可以联系上下文的语境进行猜测。

注意，这里的猜不是乱猜，咱们还是拿刚刚那段材料做一个练习，现在我把它再往下多放一些，你试试看用刚才的方法放下心理负担，挑关键性的名词和动词再联系上下文做一个全篇的理解，看你能不能搞清楚这段对话在说什么。

Come on John, I order the chicken an hour ago and I can only presume you are waiting for the eggs to hatch, yes?

How much money you are losing every week?

Two grand.

Two grand! Can you afford to lose two grand every week?

No.

怎么样，这回听明白了吗？这段是说小朋友跟经理发生争执，问他说：我为什么等了半天都不上菜呢？你看，我一个小时之前就已经点了鸡了，你这么慢，那你这样的话，你是要亏钱的，你每个礼拜亏多少钱？经理跟他说：每个礼拜亏2000。这一段基本就是这个意思了。

所谓通过上下文的语境来理解的意思就是，咱们不用逐字逐句地搞明白，还是拿咱们刚刚一开头听到的来举例，比如说他问：What’s your name? 你这一句没听清都没关系，因为接下来那个人回答John，OK，John是一个名字，对不对？你就知道小男孩儿是在问他的名字。

那在接下来的部分，小孩说了这么一句话，I order the chicken an hour ago and I can only presume you are waiting for the eggs to hatch. 这一句你没听明白，你可能连eggs是什么都没反应过来，也没有关系，因为不影响你对整篇的理解。

我们接着再往下听的话，你会听到这样一句关键的话，How much money you are losing every week? 你应该能听到，money和losing这个词，所以意思就是你亏多少钱。

我们全篇来理解，其实说的就是小朋友问这个经理叫什么名字，OK，你叫John是不是？我对你们餐厅的服务不满意，你是不是亏钱？

相信听到这里，你对听力应该有了一个新的理解，听力里面会有大量的冗余信息，但我们只要抓重点，就可以把握住整段的核心意思。

我们还是回顾一下刚刚我们讲的三个步骤：首先，放下心理负担；其次，抓取名词和关键性动词；最后，联系上下文的语境来理解整段的意思。这么看起来，是不是也没有那么难。

那讲完了如何解决听不清这个问题的三个步骤之后，我还要告诉你，对于听不清的语段你需要多次反复地听。

这里有个小的技巧，就是你把一段材料切分到10到15秒这样的长度，听个三四遍。 第一遍你是什么都不用管的，只是听。第二遍，建议你先看一下材料，把不认识的单词都查一遍，再听。这样到第三、第四遍的时候，你就会觉得新世界的大门向你敞开了。

| 适合日常练习的名人演讲

听到这里，你可能又会产生一个新的问题了，我们平时用什么样的训练材料来练习最好呢？

注意，这门课说的听力训练主要是为了提升口语的，所以接下来我给你推荐的材料是特别考虑了它们在口语中的适用性的。 你应该去听演讲，因为一般的演讲都是口语化表达的。

当然不是所有的演讲都适合拿来训练听力，提升口语的。比如说一些文学性特别强的，经典的名人名篇的演讲，比如说像丘吉尔、林肯的演讲，他们作为朗读的范本是很好的，但是并不适合用于日常的口语表达。

有两种演讲是很优秀的口语材料，一种是名人在发布会上或者是大学毕业典礼上的演讲，而第二种是TED论坛的演讲。

听名人的发布会和大学演讲有两个好处，一个是他们会在里面讲故事，这个是你平时可以用的，你跟别人聊八卦的时候你就可以说，I tell you a story。这个就是模仿名人演讲的句式，我告诉你一件事。二是演讲里面会有很多的金句，很有哲理的话，你在口语里面也能用，而且用上那么一两句就可以给人留下很深刻的印象。

给你举个例子，乔布斯最有名的演讲是他在斯坦福大学毕业典礼上面的演说，在这段的一开始他就说了：

I never graduated from college. Truth be told, this is the closest I’ve ever gotten to a college graduation. Today I want to tell you three stories from my life. That’s it. No big deal. Just three stories.

这段话的意思是，我其实从来就没有从大学毕业过。说实话，这是我离大学毕业最近的一刻。今天，我只讲三个故事，咱们不讲大道理，只讲三个故事就好。

你看，这个 truth be told 叫说实话，你在跟别人谈话的时候，想让别人对你接下来说的话引起重视，你就可以加这个 truth be told。而这个 no big deal 就是没什么了不起的，我们可以把它翻译成不讲大道理，是你不想增加别人的心理负担，咱们可以把这个谈话用一个轻松的氛围继续的时候，你就可以用这个词。这些都是你在生活中跟你聊天的时候完全可以使用的，特别简单，但是非常好用。

关于演讲的金句，这段演讲里乔布斯就说出了那句特别著名的 stay hungry stay foolish（求知若饥，虚心若愚）。

再来举个例子吧，哈利·波特的作者J·K·罗琳，她在哈佛大学的毕业典礼上面讲过这么一段话：

As is a tale, so is life: not how long it is, but how good it is, is what matters.

这句话的意思是：生活就像故事一样：不在乎长短，而在于质量，这才是最重要的。

你看，这句话里面的用词都极其的简单，但是既有哲理，又让人印象很深刻。Something is what matters 就是你在生活中也可以使用的很好的口语素材。比如说，你要跟别人强调完成工作才是最重要的，你就可以说：Finish your job is what matters。

像这样优秀的口语素材其实在我的专栏《马徐骏·世界名刊速读》里面，每天都会给你补充一句来自世界知名刊物上面的金句，写得非常漂亮。不但用词很新，同时结构既适合放在你的文字表达里面，也可以丰富你口语的素材。

在说完了名人的公开演讲之后，我推荐你听的第二种演讲就是TED演讲，它比名人演讲是要难一些的。因为TED论坛覆盖的话题非常的广，演讲者也可能来自不同的国家和地区，有些人的英文不太标准，会有各种口音，但是我仍然建议你应该去听一下。

一个是因为你能从里面获得不同话题的谈资；另一个就是你在生活中遇到说英语的情况，不一定就是英国人或者美国人，你也会遇到各种不同的口音的，TED演讲可以训练你熟悉不同的口音。

| 英音 Vs. 美音，你该练哪个

讲到英语的口音，在这门课的最后，我要给你一些建议，是关于到底应该练习英音还是美音。因为我被很多人问过，是练英音好还是美音好，它们到底有什么差别呢？

简单来说，美音的口腔位置是略扁的，鼻音也更重，卷舌更明显。而英音的口腔位置，辅音发音更加的干净利落，你要把舌头捋直放平了。 举个例子，像“世界”这个词。我放在一起发一下，你体会一下。

所以，如果你是男生，我特别建议你考虑练习英音，因为英音听起来更加的庄重。而美音的流动性和节奏感会更强，比较俏皮，适合女生练习。

不过，无论是选择英音还是美音，它是没有好坏之分的，只取决于你想创造什么样的口语感觉，你想跟别人更亲近一点，显得更亲切一点的，那美音就更合适；你想要更严肃，尤其是在一些正式场合或者工作环境里面交流更多的话，英音就更合适。

这就是为什么好莱坞作为一个美国的电影发行地 ，在牵扯到很多政治、古装的影视剧的时候一定是要说英音的演员。

 讲到这里，我已经把我在英语口语上面这些年所学和教学时候所积累的方法和技巧倾囊相授了。

当然，你听我讲完了全部的课程，还是需要时间去消化的。英语口语就像任何我们学过的技巧是一样的，它都需要时间来练习，让它成长。在这个过程里面，也许你还会遇到一些阻碍，但是没有关系，还记得我第一节课里面跟你说的吗？Trust me and have faith in yourself. 要相信你自己。

最后，祝你在口语上取得突破和好成绩。