

英語 自學王

史上最強英語自學指南

英語脫魯達人

鄭錫懋 著

晨星出版

史上最長的致謝辭



書寫了那麼久，拜託讓我多說兩句啦！

謝謝我的爸爸 鄭宗卿、媽媽 曾麗蓉

你們是我最好的榜樣、最好的後盾

也是我寫這本書最大的動機，我希望讓你們感到光榮

謝謝我的三個妹妹，琦穎、鈺穎、雅尹

何等有幸，能夠成為你們的大哥，並且被你們深深愛著

謝謝火星爺爺，您不僅來上我的首發班

還把課程改良的方向一併傳授給我，您是天使吧？！

謝謝楊斯榕醫師，在百忙之中，還熱心為本書作序

能有您如此愛書之人作序，是我莫大的榮幸和福氣

謝謝安璐教練，用您明析如水的歸納能力

為本書的讀者，規畫了適性學習的全書鳥瞰圖

有你們三位大腕的推薦

這本小書一定能觸及到更多想學好英文的人

謝謝 Karen Fleming，我的良師、我的益友

您不只啟蒙了我的英文，也啟蒙了我的人生

謝謝向上心文教機構的 Study 和 Remy
你們給了我人生中最重要機會和賞識
你們的信任，讓我從工讀生變成老師，扭轉了我的人生

謝謝我歷年來教過、陪伴過的學生們
有你們的教學相長，我才得以成為更好的老師
你們的成長，是補教生涯裡最值得紀念的勳章

謝謝長子仰杉、次子仰言
能夠當一個全職爸爸，陪著你們長大
這真是我這輩子從事過幸福指數最高的工作了
你們笑到忘記自己是誰的笑聲，是我能持續寫作的最大動力

謝謝我的妻子 毓白
願意在我最胖、最窮的時候嫁給我
並且接納我、信任我、支持我、鼓勵我
因為你的愛，讓我也慢慢愛上自己了

最後，謝謝主耶穌，是祢，讓這本小書變得可能
讓我此生一切的幸福，變得可能。

目次

Contents

謝 誌	■ 史上最長的致謝辭	002
推薦序	■ 嗨！Michael， 你的書名是不是取錯了？／火星爺爺	008
推薦序	■ 英語力，是你不斷升級的人生終極武器／楊斯榕	011
推薦序	■ 用「掌握全貌」的科學方法自學英語！／侯安璐	014
作者序	■ 魯蛇與魯夫，其實是同班同學	021
前 言	■ 按圖施工，比較輕鬆	024
序 曲	■ 動機為王：Start with Why	026

1

Part

英語自學的十個關鍵認知

一字記之曰心：Painstaking	032
二條歧異道路：Narrow Listening	037
三句游氏贈言：每天、不停、現在起	044
四種食物為師：談美食、學美語	050
1. 小碗麵，小目標小贏	050
2. 咖哩飯，明天會更好	052
3. 跳跳糖，幽默感為王	054
4. 巧克力，巧妙克阻力	058

五層學習效力：Living 最高級 061

1. 第一層：閱讀的學習效力（Reading） 061
2. 第二層：覆述的學習效力（Repeating） 065
3. 第三層：跟讀的學習效力（Shadowing） 073
4. 第四層：角色扮演的學習效力（Acting） 084
5. 第五層：活出來的學習效力（Living） 095

六天一個循環：第七天休息 106

七項檢視重點：學習計畫與目標設定 110

1. 喜歡能繼續 111
2. 專心於一藝 112
3. 標準看自己 113
4. 拆解連續技 116
5. 取得好工具 116
6. 回饋快又急 118
7. 一頭栽進去 122

八方英雄相助：Organic Learning 128

一、心法篇 128

1. 第一個關鍵行動：我不怕英語了 129
2. 第二個關鍵行動：積極儲蓄聊天資本 131
3. 第三個關鍵行動：隨身攜帶小筆記 131
4. 第四個關鍵行動：成為 Yes Man 136

二、技法篇 138

1. 第一式：讚美、肯定、嘉許 138

2. 第二式：打開話匣子，嘴巴停不了 159

封閉式問題／開放式問題／心機複合式問題

奶爸常用組合技／江湖救急萬用問句

九病必成良醫：說錯比不說好 87 倍 181

1. 發展口說能力的練習方向 185

聽優質的聲音素材／創造使用英文的機會

2. 奶爸的私家練習法 186

自言自語法／受指導的寫作練習

十招打通雙耳：胸中一口真氣在 201

1. 第一招：母子連心 205

2. 第二招：有氣無力 206

3. 第三招：虛無飄渺 207

4. 第四招：一腳踢開 209

5. 第五招：國士無雙 209

6. 第六招：過河拆橋 210

7. 第七招：點到為止 211

8. 第八招：蓮子去芯 211

9. 第九招：輕而易舉 212

10. 第十招：地靈人傑 213

小結 ■ 為你留張藏寶圖 218

2
Part

英語自學的旅程備忘錄

自學、補習、家教：英語學習者的三岔路口	222
英語自學者的小書架	226
呃，那個……我們終於要談背單字了	237
文法小時候：文法的美麗與哀愁	250
老爸教會我的兩件事	256
勇者之心：語言學習者的心、技、體	259

▲ Bonus Tip 奶爸加碼好料——

聽力素材推薦	042
史嘉琳教授的台大開放課程	072
影片推薦：降低口音的三個建議	083
經典電影獨幕對白	094
目標設定影片推薦：我的夢想	127
除了英語以外的談話藝術	176
一招搞定四種語言	200
幾個不容忽視的小聲音	216
CP 值超高的兩個列表	243
一魚三吃，得字如魚	245

後 記 「把跋」：模組化的個人學習規畫表	261
附錄一 六個字說完一個故事：Six Words Stories	265
附錄二 笑中有機鋒：Sense of Humor	267

嗨！Michael， 你的書名是不是取錯了？

你有算過，你英文學了幾年嗎？很多年。

那麼，在路上遇到老外問路，你能清楚告訴他怎麼走嗎？出國在餐廳點菜，你能流利地點你想吃的，而不是指著菜單上的圖片說 "This and this" 嗎？看好萊塢電影，你能不看字幕，就知道主角在講什麼嗎？

如果不能，那怪了，明明學了多年英文，也很努力，怎麼要派上用場時都用不出來呢？

只有一種可能，就是我們學習英文的方法，錯了。

奶爸 Michael 的「英語自學王」第一班開課，我就去參加。

我的英文還可以，但 Michael 的經歷太特別，他是大一必修英文重修三次的魯蛇，「大六」才開始奮發，後來竟成為補教名師，開兩家補習班，又創辦「英語自學王」課程，為自己的職涯闢出偉大航道。

我非常好奇當中發生什麼事？他怎麼學的？他遇見什麼高

人？吃下什麼惡魔果實，成為一代英文魯夫？

那天課程開始沒多久，我就被 Michael 的一個觀念打到。他說：「英文不是另一種語言（language），英文是另一種聲音（voice）。」

Oh my God！我的小宇宙爆炸了一顆原子彈。

如果是語言，你想的就是單字、句型、文法、時態……，好沈重，好像要你攀登聖母峰，未出門腿先軟。但如果是聲音，你想到的就是聆聽、模仿、唱和……，好像要去 KTV 跟死黨尬嗓，未出門人先 high。小北鼻不就是把「語言」當「聲音」，學會說話的嗎？

沿著這樣的邏輯，Michael 把自學英文的心得，毫無保留分享出來。他教我們怎麼學、怎麼跟讀、怎麼聽。記得當天，他提到太太的一位老外同事對她說：「耐些兒卡。」她一整天搞不懂（我也聽不懂），後來才發現是 "Nice haircut"。

是，當你 know 老外的說話習慣，溝通起來，就不會相隔一道英吉利海峽。

除了實用技法，課堂上最讓我感動的，是 Michael 的故事。他為了學英文當兵狂聽英文（連莒光日英文教學都不放過）；坐火車回家，從第一節車廂走到最後一節，找老外搭訕；看到好的英文句子他狂抄猛記……。

我終於知道，他不是吃了特別的惡魔果實，他是把每個學習的機會都狂吃猛啃，最後變成魯夫。

從魯蛇到魯夫，Michael 摸索出一套自學方法，他以有趣、

熱情、幽默的新世代語言書寫，很實用很好讀。但讀著讀著，你會驚訝地發現它也是一本勵志書。你先是發現它實用，接著被它感動。

你不一定要成為英文補習班老師，但只要你還想學英文，我推薦你讀這本書。除非你大一英文重修四次，不然，這套方法絕對能幫上你。

而且除了書本內容，Michael 還準備 LINE@ 帳號和臉書社團，要協助你學習。我也當講師，知道多數老師會在上課那天把你照顧好；少數老師下課後會照顧你一陣子；而 Michael，似乎打算照顧你一輩子。

Michael 做這些事，讓我想到摩西。

他知道英文很慘怎麼回事，他知道怎麼把英文練好，他知道英文練好有多美妙，他很想帶大家前往，他想為你撥開紅海。你不覺得，應該給這位有愛的奶爸，一次機會嗎？（你也值得再給自己一次機會把英文學好，不是嗎？）

如果你因為這本書，成為英語自學王，那比照辦理，成為「法語自學王」、「日語自學王」、「西班牙語自學王」，也不是太困難的事。一通百通，繼續比照辦理，又有哪些本事，是你無法學會的呢？

於是當你讀完書，你的體會可能跟我一樣：這哪裡是「英語自學王」，根本就是「人生自學王」。

作家、企業講師、TEDxTaipei 講者

火星爺爺

英語力， 是你不斷升級的人生終極武器

多年前，任職外商投信高階主管的楊姓友人向我介紹三位得深深咀嚼的大咖，一位是林茂昌先生、一位是雨狗、一位是綠角，幾年過去了，我深受其益。

林茂昌先生多本著作及譯作我反覆翻讀多次，尚無緣認識本人。

雨狗大我一開始當他的學生跟著他南北跑，後來和他連袂舉辦講座或課程，他講課受到許多醫界跟商界朋友的喜愛。他不但常常第一時間讀原文簡報書，為學生傳達最先進的簡報觀念，還曾翻譯過一本名為《流星射手》的原文書，他不只認真，而是秀異。

而綠角大鮮為人知的背景是醫師，十幾年前在本業之外耕耘ETF等領域而拔尖。美國各類型財經作品，綠角大往往第一時間就咀嚼、反芻，無償分享。他經常慢跑，身體練好，維持最佳狀態持續閱讀書寫，在我看，他是ETF界的村上春樹。

上述三位有什麼共同點？是不是英文都比一般人好，好到可以讀原文書，好到可以翻譯書。我想你一定認同，他們三位人生不斷升級，正因為英語力是他們的終極武器。

你說你英文忘得糊里糊塗，幾乎零基礎，《空中英語教室》放到長菇，不知如何自處。我跟你保證，你拿著 Michael 這本《英語自學王》紮紮實實練三個月，一定會有綠角大的一成功力，然後，你就能以此基礎繼續前行（我認為再繼續紮實練三個月的人，會持續上升 10%，直到 100%）。

台灣出版界名人郝廣才老師，曾分享寫文章的要訣：「句子有音韻，讀一遍就忘不掉。」郝老師解釋：「因為文字本身是有聲音和外形的。當讀者看到文字的時候，就算嘴巴沒有念出來，腦子依舊是在默念的，所以有音韻的文字自然能夠吸引注意，因為它悅耳、好聽，容易進入人腦，並激發感動。」

Michael 這本書的一大特色，完全就是郝老師所說，很多段落藏著一段押韻的文字，讓我腦中浮現 Netflix 節目《一絲絲覺醒》中，脫口秀主持人馬龍·韋恩順口唸一段 "Rapper's Delight" 歌詞的畫面。歌詞是 "I said a hip, hop, the hippie, the hippie, to the hip hip-hop, and you don't stop the rock it to the bang-bang, boogie say "up jump" the boogie to the rhythm of the boogie, the beat." 很多聽眾邊聽邊打拍子，搖頭晃腦。很羞赧的，我得承認，我讀 Michael 這本書的時候，我就成了搗蒜聽眾，鐵粉迷弟。

Michael 不跟你談快樂學習，你翻開他的書沒多久，他就教你要學會一個字叫 painstaking，他明白地告訴你，想變厲害，得承受很多痛苦，但這些痛苦是值得的。

Michael 教人學英文的十六字箴言：「縮小範圍，重覆聽讀，了然於胸，練到精通。」讓我完全折服，我曾私訊他說，這十六個字套在我個人學習台語跟粵語，也毫無違和。

我十幾歲自學台語時，曾赴敦煌書局，購買社會大學有聲出

版社所錄製，李鴻禧教授演講的錄音帶（那是一場千人演講的現場錄音內容，觀眾的即時反應可以讓你知道哪些是強大共鳴點，那些是笑點）。我把李教授嚴肅的演講內容反覆聽了一百次（當時我只有日常生活對話的基礎），聽到錄音帶的磁帶斷掉，我再跑去敦煌書局買一模一樣的錄音帶，再聽個幾十次，聽到我可以活靈活現的「演出」李鴻禧教授這個角色。

多年後我受「彭明敏文教基金會」之邀演講，會後有位女士稱讚我台語講得很好，我回她說我是聽李鴻禧教授的錄音帶自學的，她微笑點頭，後來我才知道她就是李教授的夫人，而當時李教授也在現場。

「縮小範圍，重覆聽讀，了然於胸，練到精通。」Michael 的心血結晶硬是要得，我知道這十六個字是對的，但我沒有 Michael 豐沛的語言教學經驗，所以我無法淬鍊出這十六個字。我最大的幸運就是早一步得以咀嚼這本書，我可以很負責的跟我的朋友們介紹 Michael：「他不是為光作見證，他就是那道光。」

幫 Michael 寫推薦序的過程中，和他通電過多次，我告訴他我的小小心願：我希望他幫台灣的計程車司機也寫一本英文書，一本讓他們讀完可以有自信的跟外國人溝通的書。我希望他們藉著提升自己的英語力，讓自己的服務升級，有能力張羅商務客，有能力幫助自由行的散客，有能力在塞車的時候聽優質的英文廣播，別用寶貴的時間去聽政論節目煽風點火、徒增憂愁。

醫師、台灣菲斯特顧問

楊斯榕

魯蛇與魯夫， 其實是同班同學

大家好，我是英語自學王的召集人 Michael。我不是英文自學王，你們才是，我只是比你們早些出發的先行者。

現在你們拿在手上的這部作品，是一本充滿誠意，也充滿野心的小書。我期盼這本書，能毫無保留地將我的經驗記錄下來，完整地傳遞給下一個英語自學王（沒錯，就是你！），更希望為所有英語學習受挫者，重新點燃夢想。我做不到，你也一定可以。

英文學習的教材成千上萬，為什麼是這本書？為什麼是我？看完我的自我介紹，你應該會有答案。

我是「英語自學王」課程的創辦講師，除了現在全職奶爸的身分，也是教學年資接近十五年的補教老師，兩家補習班的共同創辦人。我曾經到印度邊流浪、邊教書，甚至還因此登上了《常春藤解析英語》的雜誌封面故事。（有圖有真相喔！）

但那些都不重要。對你而言，我最重要的資歷是：**我曾是一個資深英文魯蛇，重度末期的那種。**我的大學聯考，英文只有二十分；大一必修英文，硬是重修了三次。我想在地上寫個慘字。



↑ 我到印度邊流浪、邊教書的過程，甚至登上了《常春藤解析英語》的封面故事。

But，千萬不要小看魯蛇的 power！

壞的老師，只能打打嘴砲；好的老師，帶你回到軌道。

只有成功脫魯的老師，能夠帶你步上偉大的航道！

因為我更知道你的痛點，知道在學習語言的路上，哪裡有噴火龍，哪裡有史前巨鱷。用我的辛酸血淚，帶你避開危險；用我的成功經驗，助你繼續向前。

現在，是語言自學者最幸福的時代，只要你有點搜尋技巧，堪稱一條網路線，千軍萬馬來相見。但是，最光明的年代，可能也是最黑暗的時代。網路資訊爆炸，資源多如茫茫大海，該如何篩選適當優質的素材，以及如何使用素材的心法，便成了自學者的「核心能力」。

在這網路英語自學的大時代，這本小書有兩個功能：一是**通往大祕寶的藏寶圖**，提供你需要的資源與心法；二是**尋寶過程的航海日誌**，用過來人的經驗，為你補充逐夢的燃料，往前探尋更美的風景。

熱血無極限的少年漫畫《海賊王》，有一段這樣的話：「你們知道這片海洋的盡頭，有著世界最珍貴的寶物嗎？前所未有的冒險正等著我們！」

英語學習，也很像《海賊王》這部至今仍在連載、似乎沒完沒了的漫畫，是一場**只有開始、沒有結束的旅程**。我也還在路上，但我可以告訴你，越往前走，景色越是華麗美好。

你不一定要變得很厲害才能開始，但你一定要開始才能變得很厲害。魯蛇是從何時開始脫魯的呢？從他踏上旅程那天，他就變成魯夫了。**只要你願意，你就是下一個英語自學王。**

請容許我在本書中，一律選擇用「**你**」，而非「您」，因為我想將大家視為夥伴，而不是花錢買書的顧客。既是夥伴，咱們就別說場面話，海賊一點吧！

我親愛的夥伴啊！這是一本在奶瓶與尿布的狹縫中，熬夜、早起奮力寫成的小書，雖然我的能力和知識都有限，但我真的可以無愧地說：「**我把自己都放進這本書了。**」

盼望這本「史上最歡樂」的英語自學指南，能幫助你在自學的路上，少走點冤枉路，多增加點樂趣。雖然我不是巨人的肩膀，但請踩著我的身體，跨過第一條小河，往大海的方向去吧！

你的自學夥伴

Michael 鄭錫懋

按圖施工，比較輕鬆

親愛的學習夥伴，我是奶爸麥克。若是你已經翻到這一頁，表示你的學習之旅，即將開始了。這本書，該怎麼讀？該怎麼用呢？請聽奶爸說明。

首先，是**閱讀速度**上的建議。這本書的寫作風格，非常口語化。我期待做到的是，你彷彿感覺我就在你的身邊，像個朋友一樣，熱切地想把經驗和你分享。所以，請不要用速讀的方式，這樣讀不出人情味來。**濃縮知識很苦，慢慢讀才會回甘。**

再來，我期待這是一本活的書，因此安排了許多影音連結與搜尋關鍵字，書中提供的 QR Code，都是嚴選的素材，這些挑選過的學習資源，可以省下你找路與迷路的時間，集中火力在優質學習標的上，請務必多加使用。

第三，本書章節的編排，在第一部分，刻意地由一排到十，除了是文青魂的堅持，也是建議的閱讀順序；第二部分，則是學習路上的小叮嚀，可不依章節跳著讀。

最後，邀請你拿出手機，用 LINE 掃描下頁的 QR Code，將「奶爸的行動英語教室」帳號加為好友，你就會接軌我所整理的網路資源。想要查找資源，只要在對話框中輸入數字 0，就會出

現目錄，再按需求輸入對應數字即可。（現在馬上試試看吧！）我仍然是個英語持續學習者，因此這個目錄，和 LINE@ 帳號內提供的嚴選內容，也會隨著我的進步，或者遇見更好的替代資源，而有所增減、更趨完善，盼望能陪著大家共同成長。

奶爸更期待，我們有機會在教室內相見。相信透過「英語自學王」工作坊，一天的學習與練習，你將**更有效率地掌握自學竅門**，順便感染奶爸爆棚的學習熱情。

學會英文，改變了我的人生，讓我贏回人生選擇權，遇見好機會，活出更好的自己。我相信，學會英文，你的人生，一定會比我的更精彩，且讓我伴你一程吧！出發！用你意志昂揚的姿態。

請用 LINE 加我為好友喔！



奶爸的行動英語教室

動機為王

Start with Why

「如果你要教孩子建造一艘帆船，不要教他們造船的方法，只要述說壯闊華麗的航海故事，有朝一日，他們就能造出史上最棒的船。」《小王子》作者安東尼·聖修伯里如此說。

奶爸則這樣說：「為什麼要去做，永遠比該如何做，重要一百倍。」"Why is always much more important than how." 因為，**環境可以創造，技巧能夠學習，動機卻無法外求。**

在我的教學生涯中，親眼所見的語言習得成功者，往往不是方法比較好的人，而是動機比較強大的人。這一個 why，決定了你**願意付出的代價**，也決定了你**能走多遠**。因此，在擬定自學計畫前，最重要的一個問題便是：「我為什麼要學英文？」（剩下的 how，這本書，以及無數本學習方法著作，都能提供給你方向。）

無論你在幾歲時，英文開始崩壞（比方我從國三開始，英文就沒有好過），這一次，是什麼樣的**動機**（motivation），或者說目的、出發點、願景、初心，使你決定要重拾書本，跟英文玩真的呢？

我在「英語自學王」的工作坊中，遭遇過形形色色的學員，

其中有幾個學員的動機，令我留下了深刻的印象。

有個阿嬤級的學員，她學習英文的動機是：「我的孫子們在美國當小留學生，我希望能**以身作則**，讓他們覺得阿嬤也很認真。」

有說著一口漂亮台語的老媽媽，她異國戀情修成正果的女兒，即將嫁到美國了，外國親家邀請她和先生，到美國參加婚禮，並且好好招待他們。她學習動機是：「趁去美國前，多學幾句感謝和稱讚的英語，咱台灣人千萬**袂當失禮**。」（正港台語氣口）

甚至還有教會的師母，正在進行一打四的在家教育（我的天啊！到底怎麼辦到的？我一打二就歪腰了也），她想要學習更有效率的語言自學法，並且帶回家用在孩子身上，動機強大無比！

那奶爸自己呢？當時又是為了什麼動機決心脫魯，以至於真能突破重圍呢？因為，我有個**很巨大的 why**。

首先，是我的數學不夠好。蛤？這是什麼鬼理由？

我是認真的，請聽我細細說來。

我不只是英文魯蛇，我是魯一整組的，我的數學更是小嫩嫩。大一英文重修三次算什麼？我的大一微積分，硬是修了六次！六次！六次！我為了這一個科目，大學延畢，讀了六年才畢業。

延畢的那兩年，為了減輕家計負擔，我開始在補習班打工，擔任班導師，負責改考卷、管秩序、輔導學生、清掃環境。偶然的機會下，我獲得了試教的機會，老闆問我：「你讀商學院的，數學應該不錯吧？有個國小班，要不要試教看看？」由於我的一切學科，都是在國二才開始掉漆，因此我想了兩秒，就答應了。

（跟掃廁所、改考卷、扛貨相比，教學感覺更有未來性嘛！）

我有相聲社的表演經驗當底子，再加上知道數學不好是什麼樣的心情（當時，我正重修著微積分，誰能比我更懂 $>\sim<$ ），很快的我就成為一個小有舞台魅力，並且能幫助學生進步的老師。

我的補教人生，終於稍稍站穩腳步，下午獨立教國小數學班，晚上當班導師，順便跟著師傅，學習如何教國中數學。不過，我的教學生涯在第二年，就遇上撞牆期了。

那座高山，是我當班導師時，帶到的資優女學生。那年她國三，開始學三角形的幾何證明（就是什麼內心、重心、外心、傷心的那段）。為了要輔導這班的學生，我回家常常要自己惡補數學，很多題目都是我要想破頭才能解。而這個天生神力的孩子，往往能在課前小考時，只花十秒，而且不用計算過程，就把答案解出來了。（後來，她也的確一路優秀下去，如今已經台大法律系畢業了。）

我非常感謝她，讓我在職業生涯的初期，就體認到，如果我要繼續教數學，我一定會是個很平庸的老師，我完全沒有她的直覺和天分。可是，我真的很享受教書這件事，如果我要以此為業，我勢必需要改變教學的科目。

另外一個，我決定不再教數學的原因，是到了國二上學期，乘法公式、因式分解進來後，一個班級的學生，基本上就被分成兩群：真的聽得懂的，以及假裝聽得懂的。（親愛的，你是屬於那一群呢？）

純數學的領域，真的需要些聰慧和天分，我又不是一個夠好的數學老師，能夠把裝懂的變成聽懂的。我無法忍受自己站在台

上，卻無法救民於水火的無奈。這些孩子臉上掙扎的表情，成了我決心轉換教學科目的關鍵觸發點。

不教數學，那教什麼呢？我最強的科目其實是國文，大學聯考將近九十分，但是鄉下地方沒有市場，怎麼辦？「不然來教英文好了！」這個天外飛來一筆的想法，竟成了職涯最重要的決定。

人家學英文是為了**求職**，我學英文是為了**求生**，動機是不是巨大許多？這個巨大的 why，就帶領著我，開始了一段上班教數學，下班自學英文的精實歲月。

我給自己一年的期限，因為我只剩下一年，大六再不畢業，就要被勒令退學了。而且，畢業後馬上面臨服兵役的問題，無論如何，我就只剩這一年了。

這一年，我幾乎是把自己泡在英文裡了。看的電影是英文，讀的文章是英文，聽的歌曲是英文，連休閒娛樂，都是跟補習班的外國同事，一起到燒烤店喝啤酒、學英文。酒量、單字量、體脂肪含量，都在這一年裡，頭也不回地同步增長。

這一年裡，我做對了幾件事，使得我成功習得了第二語言，方法都完整地記錄在本書中，你可以照著建議，循序練習。但是，更重要的，是那個驅動我、驅動你的**動機**。

在本書的開頭，我也試著和你分享一個壯闊華麗的航海故事，為的是點燃你內在的渴望，讓你看見可能性，盼望你**找到屬於你自己的動機**，然後揚帆遠航。

我花了一年學成，改變了人生的航道。

希望你也給自己一年，為夢想出征吧！