

刘毅英文，成就人生！

台湾英语图书畅销榜 **No.1**

一口气背 中文成语和英文短语

Learn English Through Chinese
Idioms with the One Breath Method

刘毅 主编

背出英文口才！
背出满分作文！
背出考试高分！
背出精彩人生！



会员朗读

 外文出版社
FOREIGN LANGUAGES PRESS

刘毅英文，成就人生

台湾英语图书畅销榜 *No.1*

一口气背 中文和英文 成语和短语

Learn English Through Chinese
Idioms with the One Breath Method

刘毅 主编



外文出版社
FOREIGN LANGUAGES PRESS

图书在版编目 (CIP) 数据

一口气背中文成语和英文短语 / 刘毅主编. — 北京:
外文出版社, 2012

ISBN 978-7-119-07907-3

I. ①一… II. ①刘… III. ①英语-自学参考资料
IV. ①H31

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 192487 号

著作权合同登记图字: 01-2012-5988

原出版者书号 ISBN 978-986-231-137-0

台湾学习出版有限公司授权外文出版社有限责任公司
在中国大陆地区独家出版发行英汉简体字版

责任编辑 李春英

装帧设计 红十月设计室

印刷监制 冯 浩

一口气背中文成语和英文短语

主 编 刘 毅

出版发行 外文出版社有限责任公司

地 址 北京市西城区百万庄大街 24 号 邮政编码 100037

网 址 <http://www.flp.com.cn> 电子邮箱 flp@cipg.org.cn

电 话 008610-68320579(总编室) 008610-68995964/68995883(编辑部)
008610-68995852(发行部) 008610-68996183(投稿电话)

印 刷 北京信彩瑞禾印刷厂

经 销 新华书店 / 外文书店

开 本 880mm×1230mm 1/32

印 张 11.125

字 数 200 千

版 次 2012 年 9 月 第 1 版第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-119-07907-3

定 价 29.80 元

版权所有 侵权必究 如有印装问题本社负责调换 (电话 68995960)

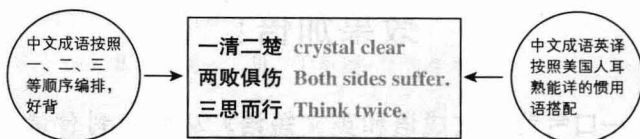
中文成语和英文一起背， 效果加倍！

《一口气背中文成语和英文短语》从构想到付诸实现，失败了很多次，我们再接再厉，终于成功发明这个学英语的新方法。所谓「一口气」，就是要背得快，而不忘记。我们利用中文成语的连贯性编排，一次同时解决你中英文作文、翻译的问题。这也是一本修身养性的书，和朋友一起，中英文出口成章，将会令人敬佩。

有些成语，像「金蝉脱壳」，「壳」有两种发音，书中都有说明；又如「毛手毛脚」，有两种意思，在书中都有注明。英文翻译精挑细选，说出来的英文，一定要让外国人听得懂。

有些成语平常少用，但大陆人常用，也一并收录。如「鸟枪换炮」，在连续剧中常出现。有些中文成语看起来是形容词，如「八面玲珑」，英文说成 a smooth operator，用名词翻译较恰当，这种情况很普遍。如果你看到一个人很用功，你可对他说：You are a good student.（你很用功。）你看到一个人很会管理，可说：You are a good manager.（你很会管理。）有些成语像「杯弓蛇影」，也可以说成「蛇影杯弓」，为了配合记忆，我们选择「蛇影杯弓」，在书中都有明确的交待。

如何背「中文成语英译」



书中对中文成语和英文翻译有详尽的解释, 如不懂中文成语「一清二楚」, 可查阅「背景说明」, 如果不懂英文为什么要用 crystal clear, 书中会告诉你, 它是惯用语, 固定用法, 也告诉你其他同义成语。

本书初稿完成后, 先由潘虹熹老师试背、试教, 效果非常好, 学生越教越多。背《一口气背中文成语和英文短语》的学生, 越背越有兴趣; 教《一口气背中文成语和英文短语》的老师, 受益更大, 能同时提高中英文水平; 小孩子背了这本书, 将会是他一生最快乐的记忆。很多小同学生, 学了英语会话和英语演讲, 中文的语言表达反而受到影响, 往往结结巴巴, 辞不达意, 一上台就不知道说什么。中文和英文一起背, 中英文俱佳, 将来就能够成为世界级的领导人物。

本书由初劲松老师负责编排中文成语, Christian 老师负责所有英文部分, 廖吟伦老师和李冠勋老师负责初稿, 蔡琬莹老师和谢静芳老师负责校订。编者非常幸运, 有这么强的团队, 协助实现我的理想。「一口气英语」系列是学习英语的唯一方法, 因为学了不会忘记, 才能累积。

刘毅

CONTENTS

Unit 1 数字篇 1

1. 「一~九」开头的中文成语英译 4
2. 「一」开头的中文成语英译 9
3. 「二~四」开头的中文成语英译 13
4. 「五~七」开头的中文成语英译 18
5. 「一~九」接龙的中文成语英译 23
6. 「百、千、万」开头的中文成语英译 28



Unit 2 颜色篇 35

7. 「颜色——赤、红」的中文成语英译 38
8. 「颜色——黑」的中文成语英译 43
9. 「颜色——白」的中文成语英译 48
10. 「颜色——金」的中文成语英译 53
11. 「颜色——黄」的中文成语英译 58
12. 「颜色——青」的中文成语英译 63

Unit 3 情绪篇 69

13. 「喜、怒、哀」的中文成语英译 72
14. 「乐、爱、情」的中文成语英译 77
15. 「悲、伤、痛」的中文成语英译 82
16. 「忧、愁、哭」的中文成语英译 87
17. 「惊、狂、骄」的中文成语英译 92
18. 「感、苦、恨」的中文成语英译 97



Unit 4 对比篇 103

19. 「东西南北天地」的中文成语英译 106
20. 「上下前后左右」的中文成语英译 111
21. 「内外出入来去」的中文成语英译 116
22. 「大小长短明暗」的中文成语英译 121
23. 「古今朝暮先后」的中文成语英译 126
24. 「有无是非异同」的中文成语英译 131

Unit 5 器官篇 137

25. 「眼、耳、口」的中文成语英译 140
26. 「眉、毛、骨」的中文成语英译 145
27. 「心、肝、肺」的中文成语英译 150
28. 「胸、腹、胆」的中文成语英译 155
29. 「头、面、手」的中文成语英译 160
30. 「身、体、血」的中文成语英译 165



Unit 6 动物篇 171

31. 「动物——鼠牛虎」的中文成语英译 174
32. 「动物——兔龙蛇」的中文成语英译 179
33. 「动物——马羊猴」的中文成语英译 184
34. 「动物——鸡狗猪」的中文成语英译 189
35. 「动物——飞禽」的中文成语英译 194
36. 「动物——水族」的中文成语英译 199



Unit 7 植物篇 205

37. 「植物——花草木」的中文成语英译 208
38. 「植物——树枝叶」的中文成语英译 213
39. 「植物——松竹梅」的中文成语英译 218
40. 「植物——柳根茅」的中文成语英译 223
41. 「植物——桑麻瓜」的中文成语英译 228
42. 「植物——米果豆」的中文成语英译 233

Unit 8 自然篇 239

43. 「春」开头的中文成语英译 242
44. 「夏、热、汗」的中文成语英译 247
45. 「秋」的中文成语英译 252
46. 「冬、寒、冷」的中文成语英译 257
47. 「风、雨、雪」的中文成语英译 262
48. 「山、海、天」的中文成语英译 267



Unit 9 特殊结构篇 273

49. 「AABB」型的中文成语英译 276
50. 「AABC」型的中文成语英译 281
51. 「ABCA」型的中文成语英译 286
52. 「ABCC」型的中文成语英译 291
53. 「ABAC」型的中文成语英译 296
54. 「ABCB」型的中文成语英译 301

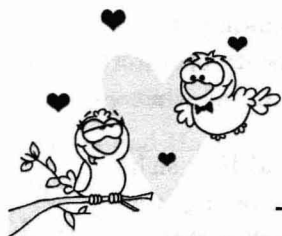
Unit 10 接龙篇 307

55. 「金」开头的接龙中文成语英译 310
56. 「木」开头的接龙中文成语英译 315
57. 「水」开头的接龙中文成语英译 320
58. 「火」开头的接龙中文成语英译 325
59. 「日」开头的接龙中文成语英译 330
60. 「月」开头的接龙中文成语英译 335



中文成语英译笔画索引 341

UNIT 1 数字篇



一见钟情

love at first sight

※ 这个单元 54 个中文成语，全部与「数字」有关，环环相扣，可以一个接一个地背。

Unit 1 数字篇

📖 中英文一起背，背至两分钟以内，终生不忘记。

- | | |
|----------|---|
| 1. 一清二楚 | crystal clear |
| 2. 两败俱伤 | Both sides suffer. |
| 3. 三思而行 | Think twice. |
| 4. 四面八方 | from every side |
| 5. 五光十色 | bright with many colors |
| 6. 六亲不认 | turn one's back on one's flesh and blood |
| 7. 七嘴八舌 | all talking at once |
| 8. 八面玲珑 | a smooth operator |
| 9. 九霄云外 | cast to the winds |
| | |
| 10. 一见钟情 | love at first sight |
| 11. 一拍即合 | hit it off right away |
| 12. 一心一意 | wholeheartedly |
| 13. 一诺千金 | A promise is a promise. |
| 14. 一马当先 | take the lead |
| 15. 一鸣惊人 | set the world on fire |
| 16. 一毛不拔 | very stingy |
| 17. 一贫如洗 | as poor as a church mouse |
| 18. 一刀两断 | make a clean break |
| | |
| 19. 两小无猜 | innocent playmates |
| 20. 两相情愿 | Both parties are willing. |
| 21. 两全其美 | satisfy both sides |
| 22. 三番五次 | again and again |
| 23. 三令五申 | repeated orders and instructions |
| 24. 三五成群 | in threes and fours |
| 25. 四平八稳 | as steady as a rock |
| 26. 四通八达 | be accessible from all directions |
| 27. 四海为家 | feel at home wherever one goes |

28. 五花八门 **all kinds of**
29. 五湖四海 **all corners of the land**
30. 五体投地 **be lost in admiration**
31. 六神无主 **out of one's wits**
32. 六亲无靠 **have nobody to turn to**
33. 六根清净 **free from human desires and passions**
34. 七零八落 **at sixes and sevens**
35. 七手八脚 **too many cooks**
36. 七上八下 **be agitated**
37. 一举两得 **Kill two birds with one stone.**
38. 接二连三 **one after another**
39. 张三李四 **Tom, Dick and Harry**
40. 四分五裂 **fall apart**
41. 五颜六色 **all the colors of the rainbow**
42. 七拼八凑 **scrape together**
43. 九牛一毛 **a drop in the bucket**
44. 十拿九稳 **in the bag**
45. 十全十美 **be all roses**
46. 百折不挠 **Never say die.**
47. 百读不厌 **be worth reading many times**
48. 百年不遇 **once-in-a-century**
49. 千言万语 **a thousand words**
50. 千山万水 **a thousand miles**
51. 千变万化 **ever-changing**
52. 万籁俱寂 **The air is very still.**
53. 万人空巷 **The whole town turns out.**
54. 万象更新 **Everything is fresh again.**

1. 「一~九」开头的中文成语英译

下面成语是以数字排列，每三句话又有关联，很好背。
九个中文和英文成语一起背，背至 20 秒，终生不忘记。

一清二楚

crystal clear

两败俱伤

Both sides suffer.

三思而行

Think twice.

四面八方

from every side

五光十色

bright with many colors

六亲不认

**turn one's back on one's flesh
and blood**

七嘴八舌

all talking at once

八面玲珑

a smooth operator

九霄云外

cast to the winds

【背景说明】

1. 一清二楚 (yī qīng èr chǔ)

表示「很清楚、很明白」(=*perfectly clear*)。相当于英文成语是: **crystal clear**, 成语中的 crystal ['krɪstl] 是「水晶」, 为什么用名词修饰形容词呢? 因为它是惯用语, 固定用法, 字面意思是「像水晶一样清楚」, 也就是「很清楚」。例如: The answer is **crystal clear**. (这答案一清二楚。)

crystal clear

- { =as clear as day
- { =as clear as noon
- { =as plain as day
- { =as plain as the nose on your face
- { =beyond the shadow of a doubt
- { =perfectly clear

字典上写 *as clear as daylight*, 但美国人不习惯用 *daylight*。网络上的字典写 *as plain as the nose in your face*, 美国人则习惯用 *on your face*。

2. 两败俱伤 (liǎng bài jù shāng)

表示「两方都受苦」。例如: **Both sides suffered** in the war. (那场战争, 两败俱伤。)

- { **Both sides suffer.**
 - { =Both sides lose. (两败俱伤。)
 - { a lose-lose situation
 - { =a no-win situation
- (两败俱伤的局面)



相反的是 a win-win situation (双赢的局面)。

6 一口气背中文成语和英文短语

3. 三思而行 (sān sī ér xíng)

也可说成「三思而后行」，相当于英文谚语：**Think twice**. 美国人也常说：Look before you leap. 字面意思是「要跳以前先看一看。」也就是「三思而行。」，等于 **Think twice**. 例如：When it comes to starting your own business, it is wise to **think twice**. (说到自己创业，三思而行是明智的。)

4. 四面八方 (sì miàn bā fāng)

表示「各个方向；到处」，也就是：**from every side**. 例如：He was being attacked **from every side**. (他遭受四面八方的攻击。)

{ **from every side**
 = in every corner
 = in all directions
 { = far and near
 = far and wide
 = all over



5. 五光十色 (wǔ guāng shí sè)

表示「色彩众多；色彩缤纷」，英文说成：**bright with many colors**. 例如：The rainbow is **bright with many colors**. (彩虹五光十色。)

{ **bright with many colors**
 = colorful
 = multicolored

6. 六亲不认 (liù qīn bù rèn)

字面意思是「所有亲戚都不认」，指「毫不留情；不讲情义」，英文解释：**turn one's back on one's flesh and blood**，而 **turn one's back on** 的字面意思是「转身背向」，引申为「背弃；不理睬」，**one's flesh and blood** 字面意思是「某人的肉和血」，引申为「血亲；亲戚」。例如：Despite being angry with his father, he couldn't **turn his back on his flesh and blood**. (尽管他对父亲不满，他也无法六亲不认。)

{ **one's flesh and blood** 亲戚
 = **one's relatives**
 = **one's family**



7. 七嘴八舌 (qī zuǐ bā shé)

表示「人多口杂；议论纷纷」，英文为：**all talking at once**，**at once** 的主要意思是「立刻」，在此作「同时」解，等于 **at the same time**。例如：The children got excited and began **all talking at once**. (孩子们很兴奋，开始七嘴八舌。)

{ **all talking at once**
 = all talking on top of one another
 = all talking together

on top of one another 的字面意思是「在彼此的上面」，引申为「一起」。

8 一口气背中文成语和英文短语

8. 八面玲珑 (bā miàn líng lóng)

形容人「处世圆滑，面面俱到」，要做个「八面玲珑的人」，英文说成：**a smooth operator**。【smooth [smuð] adj. 圆滑的 operator [ˈapəˌretə] n. 精明干练的人】例如：Joining the after-school social club taught Jane to be **a smooth operator**. (加入课后社交社团使简学会八面玲珑。)

{ **be a smooth operator**
= be a good mixer
= be all things to all men

mixer [ˈmɪksə] n. 善于交际的人

be all things to all men 在什么样的人当中，就像什么样的人；投其所好，八面玲珑

9. 九霄云外 (jiǔ xiāo yún wài)

形容「又高又远的地方」，中文常说「把…抛到九霄云外」，英文成语就是 **cast ... to the winds** 【cast [kæst] v. 扔】也可写成 **fling ... to the winds** 或 **throw ... to the winds**。【fling [flɪŋ] v. 扔；投掷】例如：Let's **cast caution to the winds** and have a good time tonight. (我们把告诫抛到九霄云外，今晚好好玩一玩吧。) winds 是「风」，可用单数或复数，在此 **cast to the winds** 是惯用语，固定用法。

2. 「一」开头的中文成语英译

下面九个成语开头皆为「一」，每三句话又有关联，如「一见钟情」、「一拍即合」、「一心一意」，都表示喜欢。九个中文和英文成语一起背，背至 20 秒，终生不忘记。

一见钟情

love at first sight

一拍即合

hit it off right away

一心一意

wholeheartedly

一诺千金

A promise is a promise.

一马当先

take the lead

一鸣惊人

set the world on fire

一毛不拔

very stingy

一贫如洗

as poor as a church mouse

一刀两断

make a clean break

【背景说明】

1. 一见钟情 (yī jiàn zhōng qíng)

表示「第一眼便爱上对方」, 英文说成: *love at first sight*, 如: *It's love at first sight.* (这是一见钟情。)【*sight* [saɪt] *n.* 看 *at first sight* 第一眼】也可说成: *fall in love with sb. at first sight*. 例如: *Romeo fell in love with Juliet at first sight.* (罗密欧和朱丽叶一见钟情。)

2. 一拍即合 (yī pāi jí hé)

一打拍子就合乎曲调节奏, 比喻「一下子就能够吻合」, 英文说成: *hit it off right away*, 表示「立刻合得来」, 也就是「一拍即合」。【*hit it off* 合得来; 相处融洽 *right away* 立刻; 马上】例如: *Both of them hit it off right away.* (他们两个一拍即合。)

hit it off right away

= *chime in readily*

chime [tʃaɪm] *v.* 鸣响; 一致

chime in 符合; 一致

readily [ˈredɪli] *adv.* 迅速地

3. 一心一意 (yī xīn yī yì)

也可说成「全心全意」, 相当于英文解释: *wholeheartedly* [ˈholˈhɑːrtɪdli] *adv.* 全心全意地 (= *in a wholehearted way*)。例如: *We wholeheartedly support you.* (我们一心一意支持你。)