



零碎时间 读英文

睡前时间

主编 王 艳



小开本，大智慧！
小身材，大容量！

不要占用你的大块时间！

充分利用你的**零碎时间**。

无论你是**英语零基础**，还是**英语高手**，
无论你是大朋友，还是小朋友，
本书皆能帮你实现流畅英语的梦想！



大连理工大学出版社
DALIAN UNIVERSITY OF TECHNOLOGY PRESS

零碎时间 读英文

睡前时间



主 编 王 艳
副主编 陈 杨 杨涵清



大连理工大学出版社
DALIAN UNIVERSITY OF TECHNOLOGY PRESS

图书在版编目 (CIP) 数据

零碎时间读英文. 睡前时间 / 王艳主编. — 大连:
大连理工大学出版社, 2015.1

ISBN 978-7-5611-9588-8

I. ①零… II. ①王… III. ①英语—自学参考资料
IV. ①H31

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 245354 号

大连理工大学出版社出版

地址: 大连市软件园路 80 号 邮政编码: 116023

发行: 0411-84708842 邮购: 0411-84703636 传真: 0411-84701466

E-mail: dutp@dutp.cn

URL: <http://www.dutp.cn>

大连住友彩色印刷有限公司印刷

大连理工大学出版社发行

幅面尺寸: 100mm × 138mm

印张: 5

字数: 200 千字

印数: 1~6000

2015 年 1 月第 1 版

2015 年 1 月第 1 次印刷

责任编辑: 高 颖

责任校对: 杨晓慧

装帧设计: 对岸书影

ISBN 978-7-5611-9588-8

定价: 15.50 元

目录

Contents

1	我们才刚刚开始	8
2	幸福快乐就好	12
3	走向成功的捷径	18
4	信念就像一粒种子	22
5	小溪的旅程	26
6	善心可依	32
7	跑出人生的低谷	38
8	漫步阳光	46
9	爱只是一根线	54
10	充满微笑的世界	62
11	快乐的日子使人睿智	66
12	幸福的秘密	70
13	微笑的力量	74
14	三座钟的故事	78
15	爱是生命最好的养料	82

16	盲人跳伞	88
17	应对逆境	92
18	一枚硬币也能让你成功	98
19	天无绝人之路	102
20	你是我的生命	106
21	伟大的一课	110
22	论失败	114
23	妈妈的爱无价	120
24	苏茜的创可贴	124
25	随梦成长	130
26	地球是否为你而动?	134
27	麦田里的百合	140
28	活着的真正意义	144
29	走在铺满钻石的土地上	148
30	人生的“腊兰”	154

目录
Contents

31	天才与凡人	160
32	爱没有重量	166
33	谁是胜者？	170
34	上帝的指示	176
35	敞开封闭的心扉	184
36	说“我爱你”	190
37	咸味咖啡	196
38	执着的农夫	204
39	种子	208
40	为妈妈演奏	212
41	爱无止境	220
42	捞金币	226
43	扫进阳光	232
44	世上最美好的事物	236
45	爱因斯坦的镜子	240

46	一件幸运的事	246
47	跨越肤色的友谊	250
48	生命中的美好	256
49	铅笔的寓言	262
50	生命的波纹	268
51	翅膀断了心飞翔	272
52	别样的出租车	278
53	爷爷的饭桌	282
54	礼物	288
55	谁值得帮助	294
56	忘忧树	298
57	完整的人生	302
58	自由飞翔	306
59	身边的朋友	310
60	雨中搭车	314



谨以此书献给那些深爱家人与朋友，有追求、有梦想，对生活有激情，对英语学习有热情的读者朋友们。

我们很多人都想在目前的英语水平上有所进步，但只有很少的人能真正行动起来，能坚持学习的人则更少。其中一个借口被用得最多，“我没有时间来学习”。在大多数人眼中，只有像在学生时代一样，有整天或一大段的空闲时间才能学习。但大家需要注意的是，古往今来，一切有成就的人都是善于利用零碎时间的。著名的海军上将纳尔逊曾说过一句令全世界懒汉瞠目结舌的话：“我的成就归功于一点：我一生中从未浪费过一分钟。”

在我们的日常生活中，有许多零星的、片段的时间，这些时间没在意的话就会悄悄流逝，但如果能充分利用，使之充分为我们的学习、工作服务，便能使我们的学习、工作事半功倍。我们可以尝试一下列出自己的零碎时间清单：

晨起时间：10分钟

上厕所时间：10分钟

坐公交：15分钟（一天可能3、4次）

排队：10分钟

课间休息：10分钟（大约4、5次）

睡前时间：10分钟

这样，一天我们丢掉了约150分钟的时间，这是个惊人的数字。如果珍惜这些零碎的时间，把它们合理地安排到自己的学习中，积少成多，就会有一个令人惊喜的收获。我们要知道我们每天学习的时间决定着我们的未来的成就。我们每天花在学习上的时间越长，我们就离成功更近一步。有效地利用零散的时间可以帮助我们早日达到目标。

时间如海绵里的水，挤挤总会有的，关注我们这套“零碎时间读英文”系列丛书，它会让你充分利用好零碎时间，用零碎时间来学习英语，达到学习、消磨时间一举两得的效果。全书文章短小精悍，便携的开本也可以满足你任何场合的需要。

那么，现在就请翻开本书，做我们自己真正的时间管理者吧！

编者

2014年8月

目录 Contents

1	我们才刚刚开始	8
2	幸福快乐就好	12
3	走向成功的捷径	18
4	信念就像一粒种子	22
5	小溪的旅程	26
6	善心可依	32
7	跑出人生的低谷	38
8	漫步阳光	46
9	爱只是一根线	54
10	充满微笑的世界	62
11	快乐的日子使人睿智	66
12	幸福的秘密	70
13	微笑的力量	74
14	三座钟的故事	78
15	爱是生命最好的养料	82

16	盲人跳伞	88
17	应对逆境	92
18	一枚硬币也能让你成功	98
19	天无绝人之路	102
20	你是我的生命	106
21	伟大的一课	110
22	论失败	114
23	妈妈的爱无价	120
24	苏茜的创可贴	124
25	随梦成长	130
26	地球是否为你而动?	134
27	麦田里的百合	140
28	活着的真正意义	144
29	走在铺满钻石的土地上	148
30	人生的“腊兰”	154

目录
Contents

31	天才与凡人	160
32	爱没有重量	166
33	谁是胜者？	170
34	上帝的指示	176
35	敞开封闭的心扉	184
36	说“我爱你”	190
37	咸味咖啡	196
38	执着的农夫	204
39	种子	208
40	为妈妈演奏	212
41	爱无止境	220
42	捞金币	226
43	扫进阳光	232
44	世上最美好的事物	236
45	爱因斯坦的镜子	240

46	一件幸运的事	246
47	跨越肤色的友谊	250
48	生命中的美好	256
49	铅笔的寓言	262
50	生命的波纹	268
51	翅膀断了心飞翔	272
52	别样的出租车	278
53	爷爷的饭桌	282
54	礼物	288
55	谁值得帮助	294
56	忘忧树	298
57	完整的人生	302
58	自由飞翔	306
59	身边的朋友	310
60	雨中搭车	314

1 We're just beginning

‘We are reading the first verse of the first chapter of a book whose pages are infinite...’

I do not know who wrote those words, but I have always liked them as a reminder that the future can be anything we want to make it. We can take the mysterious, hazy future and carve out of it anything that we can imagine, just as a sculptor carves a statue from a shapeless stone.

We are all in the position of the farmer. If we plant a good seed, we reap a good harvest. If our seed is poor and full of weeds, we reap a useless crop. If we plant nothing at all, we harvest nothing at all.

I want the future to be better than the past. I don't want it contaminated by the mistakes and errors with which history is filled. We should all

我们才刚刚开始

“我们正在读一本书的第一章第一行，这本书有无数页……”

我不知道这句话是谁写的，可我一直很喜欢它，它提醒我们未来掌握在自己手中。我们可以把神秘的不可预知的未来塑造成我们理想中的模样，犹如雕刻家把一块无形的石头刻成雕像。

我们每个人都是农夫。撒下良种便会有好的收成。撒下劣种或里面掺满草籽，便不会有好的收成。不去耕耘则颗粒无收。

我希望未来比过去更美好，希望在未来不会重复过去的错误与过失。我们都应放眼未来，因为那里有我们余下的岁月。

过去已成定局，我们无法改写。而未来就在眼前且充满生机，它靠我们用行动去勾画。无论在家庭中还是在工作上，只要我们意识到这一点，每一天都有一片新

be concerned about the future because that is where we will spend the remainder of our lives.

The past is gone and static. Nothing we can do will change it. The future is before us and dynamic. Everything we do will affect it. Each day brings new frontiers to in our homes and our business, as long as we are aware of this point. We are just at the beginning of the progress in every field of human endeavor.

