

 CEB  
长喜英语



每天早上一刻钟  
听读美文100篇

王长喜  
主编

第二版

# 美丽英文

读在大学 读在早晨

# 晨读

中国和平音像电子出版社

# CET-4

王长喜  
主编

# 美丽英文

CET-4

晨读

中国和平音像电子出版社

# 《晨读——美丽英文 CET-4》

责任编辑:郝 鸣

---

中国和平音像电子出版社出版发行  
保定华泰印刷有限公司印刷 各地新华书店经销  
103 × 185 毫米 32 开本 11.625 印张 176 千字  
2010 年 8 月第 2 版 2010 年 8 月第 1 次印刷  
ISBN 978-7-88735-255-2  
ISRC CN-M37-09-0013-0/A · G4  
定价:12.80 元(含 MP3 光盘)



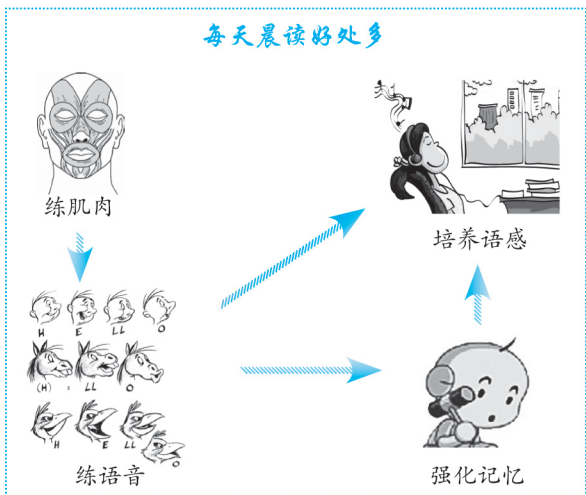
# 前言

每天早上一刻钟 听读美文 100 篇

一群啼鸟噪晨风，诸生齐放好喉咙。

晨读，每天早上一刻钟，用清新怡人的美文唤醒惺忪的大脑，用抑扬流畅的朗读迎来愉悦的黎明。一天的好心情，从此时开始，一天的好时光，在此时把握。

## 每天晨读好处多



只需一份坚持，只需一个习惯，每天听读结合，边听边读，数天过去，你会发现，不知不觉间，自己的欣赏水平已经大大提高，自己的语言感觉已经产生飞跃，曾经颇为头痛的听力已可陶醉其中，曾经颇觉仰止的妙语也能脱口而出。

晨读，不知不觉、潜移默化间，让你的语感和听力脱胎换骨。

《晨读—美丽英文》——“长喜英语”送给广大学子的一份精美早餐，共两册，分别适合四级水平、六级水平听读，本册适合四级水平。

**精选美文，原汁原味** 100篇英语美文，均选自最新英美时文报刊，语言地道，写法活泼，多出自名家之手，让您真正领略、欣赏原汁原味的英语语境。

**话题丰富，陶冶修养** 100篇英语美文，话题丰富，涉及校园、情感、风尚、励志、百科、经典六大方面，让您全方位陶冶自己的人文修养与审美情趣。

**重音标注，意群划分** 100篇英语美文，每篇文章句中需要重读的单词前用“|”符号标示，不同意群之间用“|”符号标示。这些符号，连同句中的各种标点一起，使学习者听音时熟轻重缓急，朗读时知抑扬顿挫，错落有节。

**图文并茂，全文翻译** 100篇英语美文，每篇文章均配上了贴切的图片，活泼自然，令人赏心悦目，同时，每篇文章均给出了中文译文，加深您的理解。

**好句佳句，赏析临摹** 100篇英语美文，每篇文章中均用彩线画出比较好的句子，在文后专门讲解、赏析，并学着仿写、临摹。

**每日口语，天天积累** 100篇英语美文，每篇文章后均给出一则口语小对话，让您在每天晨读美文后，轻松一下，掌握一个地道的口语用法。

**朗读录音，听读结合** 100篇英语美文，每篇文章均做了由专业外教声情并茂朗读的录音，让您边听边读，听读结合，更好地提高自己的发音和听力。朗读放在一张MP3光盘中，随书赠送。

窗外，缕缕阳光已经洒满美丽的校园，让我们迎着初升的太阳走出宿舍，走向校园，翻开清爽的一页，呼吸一下新鲜的空气，开始晨读吧！



# 目 录

## 校 园 篇

- |    |   |    |
|----|---|----|
| 1  | Advice that Can Help You Succeed on Campus .....                | 2  |
|    | 大学生活成功之建议   |    |
| 2  | How Should One Read a Book? .....                               | 6  |
|    | 应该如何读书?   |    |
| 3  | Don't Let Happiness Run Away from Us .....                      | 10 |
|    | 别让快乐远离我们  |    |
| 4  | Secrets of Top Students .....                                   | 14 |
|    | 尖子生的秘诀  |    |
| 5  | Learning to Keep You Cool During Tests .....                    | 17 |
|    | 学会考试时保持冷静   |    |
| 6  | Some Advice on Learning English .....                           | 21 |
|    | 关于学习英语的一些建议   |    |
| 7  | An Awareness of Self .....                                      | 24 |
|    | 认识自我  |    |
| 8  | An Important Aspect of College Life .....                       | 27 |
|    | 大学生活的一个重要方面   |    |
| 9  | Cheating .....  | 30 |
|    | 作弊  |    |
| 10 | Fall from University Grace .....                                | 33 |
|    | 大学生生活中的迷失   |    |
| 11 | Study for Yourself .....  | 36 |
|    | 学习是自己的责任  |    |
| 12 | Do Students Have the Right to Fall in Love in College?<br>..... | 39 |
|    | 大学生有权利谈恋爱吗?   |    |
| 13 | How to Make Friends with Foreigners .....                       | 42 |
|    | 怎样和外国人交朋友   |    |

14	Student Rags .....	46
	学生破衣节	
15	If I Were a Boy Again .....	50
	假如我再回到童年	

## 情感篇

16	Three Types of Parents .....	55
	三种类型的父母	
17	Altogether Autumn .....	59
	分享秋日	
18	For the Love of Mother .....	63
	献给母亲的爱	
19	Our Family Creed .....	67
	家庭的信条	
20	How the Americans View Friendship .....	71
	美国人的友谊观	
21	A Glass of Milk .....	74
	一杯牛奶	
22	A Brother like that .....	78
	兄弟情谊	
23	Some Meanings of Authentic Love .....	82
	真爱的几点内涵	
24	Happiness Will Come Again .....	86
	快乐会重来	
25	Love Without Measure .....	89
	爱无止境	
26	When Love Beckons to you .....	92
	爱的召唤	
27	The Teacher Who Has a Deep Impact on My Life ....	96
	影响我一生的一位老师	
28	Every Day Is a Gift .....	99
	每天都是一份礼物	
29	A Humble Gift .....	103

一份薄礼

- 30 Be the First One to Act Loving or Reaching out ..... 107  
主动友善，率先和好
- 31 Maxis's Recipe for Happiness ..... 110  
马克西的幸福秘诀
- 32 Trust ..... 113  
信任
- 33 A Lesson Learned at Midnight ..... 117  
午夜一课

### 风 尚 篇

- 34 Experiencing Scotland ..... 122  
感受苏格兰
- 35 Elysee Palace ..... 127  
爱丽舍宫
- 36 Friendship and Social Contact in France ..... 130  
法国人的友谊与社交
- 37 The Coast Vineyards ..... 133  
海滨葡萄园
- 38 The Legendary Land—Montana ..... 136  
充满传奇的地域——蒙大拿州
- 39 Culture of Panama ..... 140  
巴拿马文化
- 40 Thanksgiving and the Story Behind It ..... 144  
感恩节和它的故事
- 41 What Are You Doing on New Year's Eve? ..... 148  
新年前夜你在做什么？
- 42 The Americans Living in the Suburban Houses ..... 152  
住在市郊的美国人
- 43 Teddy Bear Anniversary ..... 156  
泰迪熊百年纪念活动
- 44 Barbie's Fate ..... 160  
芭比娃娃的命运

60	Not Being Grateful Without Missing .....	221
	失去后才懂得珍惜	
61	Clear Your Mental Space .....	225
	清理心灵的空间	
62	Positive Thinking Is Infectious .....	228
	积极思考是富有感染力的	
63	If I Rest, I Rust .....	232
	如果我休息，我就会生锈	
64	Learn to Make Full Use of Time .....	236
	学会充分利用时间	
65	Facing the Enemies Within .....	240
	直面内在的敌人	
66	Another Door .....	243
	另一扇门	
67	Life Is to Be Whole .....	246
	人生在于完整	
68	Feeling of Youth .....	250
	青春的感觉	

## 百 科 篇

69	Elections .....	255
	选举	
70	Great and Mean Art .....	259
	伟大艺术与平庸艺术	
71	Do Animals Think? .....	263
	动物会思考吗？	
72	In 2,000 Years, Will the World Remember Disney or Plato? .....	267
	两千年后，世人会记得迪斯尼还是柏拉图？	
73	Are You a Good Tipper? .....	271
	你知道怎么给小费吗？	
74	Getting Real About Gas Prices .....	275
	解读石油价格	

75	Remember, a Name Is for Life .....	279
	记住，名字是为生活而起的	
76	The Definition of a Gentleman .....	283
	绅士的含义	
77	Old People in Society .....	287
	社会中的老年人	
78	The Political System of Britain (1) .....	290
	英国的政体（1）	
79	The Political System of Britain (2) .....	294
	英国的政体（2）	
80	The Human Volunteer .....	298
	愿意接受实验的志愿者	
81	Basketball and Football .....	301
	篮球和足球	
82	Look After Your Voice .....	304
	保护你的嗓子	
83	Fitness .....	307
	健身	

### 经典篇

84	Coco Chanel .....	312
	可可·香奈尔	
85	Benjamin Franklin .....	315
	本杰明·富兰克林	
86	Mini-Biography for Audrey Hepburn .....	318
	奥黛丽·赫本小传	
87	Charles Chaplin's Story .....	322
	查尔斯·卓别林的故事	
88	Jane Eyre .....	326
	《简·爱》	
89	Adventures of Huckleberry Finn .....	329
	《哈克贝里·费恩历险记》	

90	The Scarlet Letter .....	332
	《红字》	
91	Solitude .....	336
	独处	
92	Of Innovations .....	340
	谈革新	
93	Hours in the Sun .....	344
	阳光下的时光	
94	Love Your Life .....	348
	热爱生活	
95	Good Bye and Good Luck .....	351
	再见，好运！	
96	One World .....	355
	一个世界	
97	I Have Nothing to Offer but Blood, Toil, Tears and Sweat .....	359
	我所能奉献的惟有热血、辛劳、泪水和汗水	
98	Forrest Gump .....	362
	《阿甘正传》	
99	Summary of “Casablanca” .....	365
	《卡萨布兰卡》故事梗概	
100	The Sun Also Rises .....	368
	《太阳照常升起》	



晨读

校园篇

# 校 园 篇



## 1 Advice that Can Help You Succeed on Campus



The letter has finally arrived welcoming you as a member of the class. ① You're about to become a college freshman.

Half of a college education has to come from the student. But how? College counselors, faculty advisers and one very successful student offer the following tips on how to get the most out of your college education.

**Involvement.** The most successful students are those actively involved in their education, interacting with classmates and faculty and participating in activities. You become part of the college community, developing support groups that you can turn to for help. Get involved, but not overcommitted. In the first term, focus on adjusting to the academic demand.

**Time Management.** “Man is first a social animal, then a rational one.” says a professor at Purdue University. So you may find it hard to say “No” each time your roommate wants to see a movie when you need to read *Paradise Lost*.

College is known for its distractions. In those first months, you'll meet people whose values and priorities are different from yours. The newness of the situation and the range of decisions you'll face could leave you confused.



'Think about|what you want from 'college|and from 'friends. 'Study after breakfast, between classes, whatever works best for you. 'Don't cut off all social contacts. They're as 'vital to surviving in college|as 'reading. Study 'Hegel first, then catch a late movie.

**Study Methods.** Would you take a 'trip|by 'stopping for 'directions at 'every station|instead of reading a 'map? Of course 'not. Studying in 'college|demands more 'reading and 'thinking, less 'memorization|than in high school. 'Survey the material first |to get a sense of it: formulate some 'questions. Jot down 'key ideas, tell yourself the 'essence of what you've read|and 'review it. ② Does it make 'sense? Were your questions 'answered?

**The Major 'Choice.** It is quite 'appropriate|to view college as a 'broadening experience, a 'preparation for life. Indeed, many college students|do not select their 'ultimate career path|until 'after they graduate. So take occupational courses|if you 'like, but don't feel 'compelled|to mold your major to the market. [383 words]

## 译韵袅袅

## 大学生生活成功之建议

欢迎你成为新生的录取通知书终于到了，<sup>①</sup>你将成为大一新生了。

大学教育有一半要靠学生自己。但怎样做到这点呢？一些高校辅导员、指导教师以及一名极为成功的学生，就如何充分利用大学教育提出了以下建议：

**积极参与。**最成功的学生是那些积极参与自己所受教育的学生，他们与同学和教师交流，参加各项活动。你成为学校集体的一分子，培养可以向之寻求帮助的朋友圈。参与，但不过分投入。在第一学期，最重要的是要调整自我，适应学业的要求。

**时间安排。**美国普渡大学的一位教授说：“人首先是一种社会性动物，然后才是有理性的人。”因此每次室友邀你看电影的时候，你会发现很难拒绝，虽然你需要读《失乐园》。

大学素以各种娱乐消遣闻名。在最初几个月，你会遇到很多人，他们的价值观以及优先考虑的事会与你的不同。新的环境和你将要做出抉择的诸多事情会令你不知所措。

考虑你想从学校和朋友那儿得到些什么。在早饭后、课间或者在任何对你来说最有效率的时间学习。不要把社会交往全断绝了。在大学里,社交与读书一样重要。你可以先看会儿黑格尔哲学,然后再赶去看晚场电影。

**学习方法。**你去旅行会不会不看地图而在每一站都停下来问路呢?当然不会。大学学习要求比中学学习有更多的阅读和思考,但背记较少。首先要浏览材料以了解大概,提出一些问题。读完后记下主要的观点,自述你所读内容的要旨并加以审视:<sup>②</sup>讲得有道理吗?你提出的问题解决了吗?

**专业选择。**把大学生涯看作拓宽经验的机会及生活的准备期是十分恰当的。实际上,许多大学生直到毕业后才开始选择最终的职业道路。所以如果你乐意,你可以学习职业课程,但不要强迫自己为适应劳动力市场需求而选择专业。

### 词汇露珠

■overcommitted [ˌəʊvəkə'mɪtɪd]	a. 过于投入的;过分受约束的
▶distracton [di'strækʃən]	n. 娱乐;分心的事物
▶priority [praɪ'ɔːrɪti]	n. 优先权;首要考虑的事
■Hegel [ˈheɪɡl]	n. 黑格尔哲学
▶survey [sə'veɪ]	v. 概观,纵览
■formulate [ˈfɔːmjuleɪt]	v. 明确表达;简洁陈述
■jot [dʒɔt]	v. 匆匆记下
▶compel [kəm'pel]	v. 强迫,迫使
■mold [məʊld]	v. 适合于...,形成;塑造

说明:前加“▶”的词汇表示四级词汇,前加“■”的词汇表示超纲词汇,全书同。

### 佳句如风

①【赏析】the letter 在本文中指“录取通知书”。在英语中,一个单词有多个含义,这时需要根据句子,甚至是文章的语境来判断,该单词具体表达什么含义。

【临摹】Several years later, word came that Napoleon himself was coming to inspect them. 几年以后,他们听说拿破仑要亲

自来视察他们。( word 代替 information, news )

②【赏析】句中的 jot sth. down 指匆匆记下,通常表示记下简短的笔记。

【临摹】I'll just jot down their phone number before I forget it. 我得把他们的电话号码赶快记下来,免得一会儿忘了。



A: How did you enjoy college?

你大学生活过得怎么样?

B: It was great! I worked my way through college, so I was quite busy, but I still managed to meet heaps of interesting people, and make a bit of extra money on the side.

很精彩! 我自己工作挣钱上学,所以很忙,然而我可以接触到很多有意思的人,而且还有少许额外的收入。

