



lazy planet
文化风

民族的，才是世界的！
让世界了解中国，让中国走向世界！



创想外语◎编著

Talk about China in English

用英语介绍中国

高频100话题



对外交流沟通首选，出国、接待、交流、导游必备！

用英语谈一谈万里长城、故宫、敦煌莫高窟，

用英语聊一聊糖葫芦、饺子、火锅，

用英语秀一秀京剧、相声、中国功夫……

用流利英语畅谈中华文化，让你更有中国范儿！



中国水利水电出版社
www.waterpub.com.cn

中國風

创想外语·编著

用英语介绍中国 高频100话题



中国水利水电出版社
www.waterpub.com.cn

内 容 提 要

民族的，才是世界的。“lazy planet 文化风”丛书旨在让中国了解世界，向世界介绍中国，一览世界各国的民族文化热点。“中国风”系列主要从中国烙印、远去的记忆、自然景观、历史古迹、经典国粹、中华美食、民俗节日、风土人情、瑰丽国宝方面，从必备单词、高频句子到常用话题角度，系统学习用英语介绍中国。学习者既可以促进英语水平的提高，又能从中体味中国文化的魅力。

本书精选了用英语介绍中国必备高频 100 个话题，每个话题分为“必用三句”“通晓古今”“模拟对话”。“必用三句”让你三句话闪述一个话题，“通晓古今”让你了解更多文化细节，“模拟对话”极简地道口语朗朗上口。侃倒老外，海聊中国，学这本就够！

图书在版编目 (C I P) 数据

中国风·用英语介绍中国高频100话题 : lazy planet 文化风 / 创想外语编著. — 北京 : 中国水利水电出版社, 2015. 7

ISBN 978-7-5170-3255-7

I. ①中… II. ①创… III. ①英语—语言读物 IV. ①H319.4

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第131036号

责任编辑：陈艳蕊 刘宗涛 (cyr@waterpub.com.cn)

书 名	lazy planet 文化风
作 者	中国风·用英语介绍中国高频 100 话题 创想外语 编著
出版发行	中国水利水电出版社 (北京市海淀区玉渊潭南路 1 号 D 座 100038) 网址: www.waterpub.com.cn E-mail: sales@waterpub.com.cn 电话: (010) 68367658 (发行部)
经 售	北京科水图书销售中心 (零售) 电话: (010) 88383994、63202643、68545874 全国各地新华书店和相关出版物销售网点
排 版	中国水利水电出版社微机排版中心
印 刷	北京博图彩色印刷有限公司
规 格	145mm×210mm 32 开本 10.75 印张 344 千字
版 次	2015 年 7 月第 1 版 2015 年 7 月第 1 次印刷
印 数	0001—5000 册
定 价	36.00 元

凡购买我社图书，如有缺页、倒页、脱页的，本社发行部负责调换

版权所有·侵权必究

前言

没有文化底蕴，哪来侃侃而谈？没有文化个性，哪能妙趣横生？每一个中国人，在外国人眼里，都是承载中国文化的个体。能用英语跟他们天南地北地聊中国文化，老外肯定为你的深厚文化特质所折服！



今天，全球悄然掀起一股“中国风”热潮。许多“Made in China”的品牌从中国走进世界各地的千家万户。满世界都是中国人的今天，我们已然是“世界公民”；同时，有更多的外国人来到中国，想了解中国，想学中国话，想长期居住在中国。学英语那么多年了，碰见外国人，你只能说一句“Hello!”？与外国人聊天，你只能聊聊 McDonald's, KFC？

其实，老外更喜欢聊聊中国。中国的名胜古迹数不胜数，人类建筑奇迹万里长城，雄伟地下皇宮秦始皇兵马俑，古建筑保存最完整的故宫，山水甲天下的桂林，精致优雅的苏州园林，烟雾飘渺似仙境的黄山，还有许多令人流连忘返的名胜古迹。华夏文明上下五千年，民族传统文化世代传承，儒家文化影响深远，中原文化孕育中华文明，楚湘文化充满田园乡情，燕赵文化尽出豪杰侠士，还有辐射海内外的汉唐文化，绚丽文化多姿多彩。中华传统美食各具特色，有鲁菜、徽菜、粤菜、川菜等八大菜系，有满汉全席、佛跳墙、老北京酸梅汤等宫廷御膳，也有天津“狗不理”、陕西面皮、西藏的酥油茶、四川担担面、重庆火锅等地方菜。北京胡同、上海里弄、货郎舢舨、泥人张彩塑等传统建筑、传统行业和传统工艺，成为我们对往日的追忆。气势磅礴的书法，精美优雅的国画，技艺超群的中国武术，博大精深的中医，这些经典国粹令老外们跃跃欲试。春节逛庙会，端午赛龙舟，中秋吃月饼赏月，重阳节登高望远，这些传统习俗也让老外饶有兴趣。旗袍、龙图腾、十二生肖、中国结，这些中国元素，至臻至美，无以言表；编钟、清明上河图、熊猫、金丝猴，这些瑰丽国宝，旷世之物，举世无双。喜欢与外国朋友交流的你，聊起这些话会立刻提升你的文化品位。

每一个中国人，在外国人眼里，都是承载中国文化的个体。他们更希望通过聊天，了解中国文化。没有文化底蕴，哪来侃侃而谈？没有文化个性，哪能妙趣横生？本系列丛

书精心挑选关于中国文化的热门话题，献给一直想用流利英语介绍中国的小伙伴们。拿起本书，即可与老外天南地北地任性聊起来！

“中国风”系列分为单词篇、句子篇、话题篇。每本书精心挑选了100个话题，各分为9章：中国烙印、远去的记忆、自然景观、历史古迹、经典国粹、中华美食、民俗与节日、风土人情、瑰丽国宝。

《中国风·用英语介绍中国必备5000单词》每个主题分为“简单词 So Easy!”“高频词 So Useful!”，每部分有6个核心词，每个核心词都下设有“Word 大爆炸”，以发散思维拓展相关词汇。精选的超实用5000词可有效帮你流利介绍中国，词困不是事儿！

《中国风·用英语介绍中国常用2000句》每个主题分为：介绍中国黄金句（新手级），介绍中国铂金句（达人级），介绍中国钻石句（专家级），从一学就会的简单句型，容易掌握的中长句，到相对较难的专家级句子，让你介绍中国文化的句子储备足够用！

《中国风·用英语介绍中国高频100话题》精选了用英语介绍中国必备高频100个话题，每个话题分为“必用三句”“通晓古今”“模拟对话”。“必用三句”让你三句话闲述一个话题，“通晓古今”的介绍让你了解更多文化细节，“模拟对话”极简地道口语朗朗上口。侃倒老外，海聊中国，学这本就够！

本丛书的特点

1. 单词、句子、美文等不同层次的内容，循序渐进地学习！
2. 话题广泛全面，一学就会，对旅行、饮食、生活、娱乐很有用！
3. 大量的词义解释与参考译文，使学习更方便、更有效！
4. 词语精炼，句式严谨，每一篇都是原汁原味的佳作美味！

编委：

李霞 刘涛 唐富杰 古成显 赵锦 任关强 左凤娟 王芳 靳红芬
边静 曾国华 陈丹 崔亚娟 贾振威 李少凯 李宗发 秦晓 孙小红
张兵 张楠 赵创洲 朱鹏飞 刘瑶 覃启征 王笑



目 录

前言

Chapter 01

 中国烙印 / The Impression of China	1
01. 中国概况 / Introductions of China	2
02. 四大发明 / Four Great Inventions of Ancient China	7
03. 儒家文化 / Confucian Culture	12
04. 中原文化 / Zhong Yuan Culture	16
05. 楚湘文化 / Chu-Xiang Culture	21
06. 燕赵文化 / Yan-Zhao Culture	25
07. 大运河文化 / The Grand Canal Culture	29
08. 汉唐文化 / The Culture of Han-Tang Dynasties	33
09. 蒙古西征 / The Western Expedition of Mongolian Empire	37
10. 中国第一个皇帝秦始皇 / The First Emperor of China, Qin Shi Huang	41
11. 中国三圣 / Three Ancient Sages of China: Confucius, Lao-Tzu, Huineng	45
12. 一代伟人毛泽东 / The Greatest Leader of China, Mao Zedong	48

Chapter 02

远去的记忆 / In the Fading Memory 51

01. 皇宫文化 / The Palace Culture 52
02. 胡同文化 / The Hutong Culture 55
03. 上海里弄 / Shanghai Li-Longs 58
04. 帮会与镖局 / The Gangs and Armed Escorts 62
05. 艄公 / Boatman 65
06. 货郎 / Itinerant Pedlar 68
07. 印章篆刻 / Seal Cutting 71
08. 泥人张 / Zhang's Clay Figure 74
09. 屏风 / The Screen 77
10. 算盘 / Abacus 80

Chapter 03

自然景观 / The Natural Landscapes 83

01. 珠穆朗玛峰 / Mount Qomolangma 84
02. 黄山 / Mount Huangshan 88
03. 青海湖 / Qinghai Lake 92
04. 五台山 / Mount Wutai 95
05. 九寨沟 / Jiuzhaigou 99
06. 张家界国家森林公园 / Zhangjiajie National Forest Park 102
07. 三峡 / The Three Gorges 105
08. 泰山 / Mount Tai 108
09. 桂林山水 / The Landscape of Guilin 111
10. 黄果树瀑布 / Huangguoshu Waterfall 114
11. 呼伦贝尔草原 / Hulunbuir Grassland 117
12. 雅鲁藏布江大峡谷 / Yarlung Tsangpo Grand Canyon 120

Chapter 04

历史古迹 / Historical Sites 123

01. 万里长城 / The Great Wall 124

02. 天坛 / The Temple of Heaven	127
03. 少林寺 / Shaolin Temple	131
04. 秦始皇兵马俑 / The Terra-cotta Warriors and Horses	135
05. 颐和园 / Summer Palace	138
06. 敦煌莫高窟 / Dunhuang Mogao Caves	141
07. 平遥古城 / The Ancient City of Pingyao	145
08. 承德避暑山庄 / Chengde Mountain Resort	148
09. 布达拉宫 / The Potala Palace	151
10. 洛阳龙门石窟 / The Longmen Grottoes in Luoyang	154

Chapter 05

经典国粹 / The Classic Quintessence of Chinese Culture

01. 书法 / The Beauty of Calligraphy	158
02. 功夫 / The Soul of Kungfu	161
03. 瓷器 / A Long History of Porcelain	164
04. 中国戏曲 / Chinese Operas	167
05. 中医 / Chinese Traditional Medicine	170
06. 相声 / Xiangsheng, a Typical Art in China	173
07. 民乐 / Chinese Folk Music	176
08. 丝绸 / The Luxurious and Mysterious Silk	179
09. 国画 / Chinese Painting	182
10. 舞狮子 / Lion Dance	185
11. 围棋 / Weiqi	188
12. 苏州园林 / Suzhou Classical Gardens	191

Chapter 06

中华美食 / Chinese Cuisine

01. 筷子文化 / Chopsticks Culture	196
02. 八大菜系 / Chinese Eight Cuisines	199
03. 北京烤鸭 / Beijing Roast Duck	202
04. 凉皮 / Liangpi	205

05. 面条 / Chinese Noodles	208
06. 包子 / Baozi	211
07. 饺子 / Dumplings	214
08. 豆花 / Douhua	217
09. 火锅 / Hot Pot	220
10. 糖葫芦 / Sugar-coated Haws on a Stick	223
11. 年糕 / Niangao, New Year's Rice Cake	226
12. 汤圆 / Tangyuan, Rice Glue Balls	229

Chapter 07

民俗与节日 / Chinese Traditions and Festivals ... 233

01. 婚丧嫁娶 / Wedding and Funeral	234
02. 庙会 / Temple Fair	237
03. 祭祀 / Worship Rituals	240
04. 剪纸 / Chinese Paper Cutting	243
05. 石刻 / Stone Carving	246
06. 春节 / The Spring Festival	249
07. 元宵节 / The Lantern Festival	252
08. 清明节 / Tomb-sweeping Day	255
09. 端午节 / The Dragon Boat Festival	258
10. 七夕节 / The Qixi Festival	261
11. 中秋节 / Mid-Autumn Day	264
12. 重阳节 / The Double Ninth Festival	267

Chapter 08

风土人情 / Folk Cultures and Customs 271

01. 家庭观念 / Strong Family Relationship	272
02. 茶道 / Tea Culture	275
03. 宾客宴请之礼 / Dining Etiquette	278
04. 礼尚往来 / Gifts in Chinese Culture	281
05. 旗袍 / Cheongsam	284

06. 风筝 / Kites	287
07. 集市 / The Country Fairs	290
08. 吉利数字 / Lucky Numbers	293
09. 龙的图腾 / Chinese Dragon Totem	296
10. 十二生肖 / Chinese Zodiac Signs	299
11. 中国结 / Chinese Knot	302
12. 阴阳 / Yin and Yang	305

Chapter 09

瑰丽国宝 / The Amazing Art Work and National Treasures	309
01. 后母戊鼎 / Ding Dedicated to His Mother Amyl	310
02. 编钟 / Chime-Bells	313
03. 《清明上河图》 / <i>Riverside Scene at Qingming Festival</i>	316
04. 大熊猫 / Giant Panda	319
05. 麋鹿 / Milu (deer)	322
06. 金丝猴 / Golden Monkey	325
07. 银杏 / Ginkgo	328
08. 冬虫夏草 / Caterpillar Fungus	331

Chapter 01

中国烙印

The Impression of China

01. 中国概况

Introductions of China



中国是东方文明古国，自古以来，世界影响力引人注目。中国位于亚洲东部，太平洋西岸。中国省级行政区划为 23 个省，5 个自治区，4 个直辖市，2 个特别行政区。

用英语介绍中国，必用三句

1 The People's Republic of China is one of socialist states openly endorsing communism. 中华人民共和国是社会主义国家之一。

◇ socialist ['səʊʃəlɪst] *adj.* 社会主义的

2 Covering 9.6 million square kilometers, China is the world's third-largest country. 中国领土面积约 960 万平方千米，是世界第三大面积的国家。

◇ million ['mɪljən] *adj.* 百万的

3 China is the world's most populous country. 在世界上，中国是人口最多的国家。

◇ populous ['pɒpjələs] *adj.* 人口众多的

用英语介绍中国，通晓古今

Territory 领土

Covering approximately (大约) 9.6 million square kilometers, China



is the world's third-largest by total area. China's landscape is vast and diverse, ranging from forest steppes and the Gobi and Taklamakan deserts (塔克拉玛干沙漠) in the arid north to subtropical forests in the wetter south. The Himalaya (喜马拉雅山), Karakoram, Pamir and Tian Shan mountain ranges separate China from South and Central Asia. The Yangtze and Yellow Rivers, the third- and sixth-longest in the world, run from the Tibetan Plateau to the densely populated eastern seaboard. China's coastline along the Pacific Ocean is 18,000 kilometres long, and is bounded by the Bohai, Yellow, East and South China Seas.

◇ **阅读参考:** 中国, 官方全称为中华人民共和国, 是一个位于东亚地区的主权国家。中国是世界上人口最多的国家, 人口达到 13.5 亿。中华人民共和国的首都位于北京。中国领土面积约 960 万平方千米, 国家陆地面积在世界上排名第三。中国地形地貌多种多样, 干旱的北方地区有森林草原、戈壁沙漠、塔克拉玛干沙漠, 潮湿的南方地区有亚热带雨林。长江和黄河, 分别是世界排名第三、第六的河流, 发源于青藏高原, 流入东部海域。中国在太平洋沿岸的海岸线长达 18000 千米, 包括渤海、黄海、东海和南海海域。

Climate 气候

China's climate is mainly dominated by dry seasons and wet monsoons, which lead to pronounced temperature differences between winter and summer. In the winter, northern winds coming from high-latitude areas are cold and dry; in summer, southern winds from coastal areas at lower latitudes are warm and moist. The climate in China differs from region to region because of the country's highly complex topography.

◇ **阅读参考:** 中国的气候主要分为干旱季节和雨季, 冬季干旱, 夏季多雨。在冬季, 北部地区吹来的高纬度季风干冷; 在夏季, 南部海域吹来的低纬度季风温暖潮湿。由于复杂的地貌, 中国各地区的气候各不相同。



Plants and Animals 动植物

China is home to at least 551 species of mammals (哺乳动物), 1,221 species of birds, 424 species of reptiles and 333 species of amphibians (两栖动物). China has over 32,000 species of vascular plants, and is home to a variety of forest types. Cold coniferous forests predominate (占大多数) in the north of the country, supporting animal species such as moose and Asian black bear, along with over 120 bird species. Tropical and seasonal rainforests, though confined to Yunnan and Hainan Island, contain a quarter of all the animal and plant species found in China. China has over 10,000 recorded species of fungi (真菌), and of them, nearly 6,000 are higher fungi.

◇ **阅读参考:** 中国拥有至少 551 种哺乳动物, 1221 种鸟类, 424 种爬行动物, 333 种两栖动物。中国有超过 32,000 种维管植物, 各种森林类型。寒带针叶林遍布北方地区, 为麋鹿、黑熊、各种鸟类提供栖息地。热带和季风雨林, 限于云南和海南地区, 拥有四分之一的全国动植物品种。中国有超过 10,000 种真菌, 其中, 近 6000 种真菌是高级品种。

Ethnic Groups 民族

China officially recognizes 56 distinct ethnic groups, the largest of which are the Han Chinese, who constitute about 91.51% of the total population. The Han Chinese – the world's largest single ethnic group – outnumber other ethnic groups in every provincial-level division except Tibet and Xinjiang. Ethnic minorities account for about 8.49% of the population of China, according to the 2010 census. The 2010 census recorded a total of 593,832 foreign citizens living in China. The largest such groups were from South Korea, the United States and Japan.

◇ **阅读参考:** 中国有 56 个民族。汉族人口最多, 占总人口 91.51%。汉族, 作为世界人口最多的民族, 除了西藏和新疆, 在各省级行政区的人口中大部



分比重。根据 2010 人口普查, 少数民族占全国人口的 8.49%。2010 人口普查显示在中国的外国人口达 593,832 人, 主要包括韩国人、美国人和日本人。

Economy 经济

Now, China had the largest and most complex (复杂的) economy in the world for most of the past two thousand years, during which it has seen cycles of prosperity and decline. Since the introduction of economic reforms (改革) in 1978, China has become one of the world's fastest-growing major economies. As of 2013, it is the world's second-largest economy by both nominal total GDP and purchasing power parity (PPP), and is also the world's largest exporter and importer of goods. China is also a member of numerous formal and informal multilateral (多国的) organizations, including the WTO, APEC, BRICS, and so on. China is a regional power within Asia and has been characterized as a potential superpower by a number of commentators (评论家).

◇ **阅读参考:**现在, 中国已成为世界最大和最复杂的经济体——经过 2000 多年的整个全球经济繁荣衰败的循环见证。自从 1978 年改革开放以来, 中国成为全球经济增长最快的国家之一。2013 年, 中国的国民生产总值 (GDP) 和购买力评价位居世界第二, 也是全球最大的进出口国。中国也加入多个正式或非正式的国际组织, 包括世界贸易组织、亚太经济合作组织、金砖四国等等。中国成为亚洲区域强国, 同时, 也被许多评论家认为拥有强大潜力的超级大国。

用英语介绍中国, 模拟对话

A: Look, this is a map of China.

B: Yeah. This map shows the geographical features of China.

A: 看, 这是一张中国地图。

B: 对, 从这张地图看出中国的地理特征。

A: Hey, don't you think the terrain and topography of China is very interesting?



B: Yes. There are three staircases of its terrain.

A: 嘿，你不觉得中国的地形和地貌非常有趣吗？

B: 是的，中国的地形有三级阶梯。

A: So how many ethnic groups are there in China?

B: Well, China has 56 ethnic groups, and the Han Chinese is the largest one.

A: 中国有多少个民族？

B: 嗯，中国有 56 个民族，汉族人口最多。

词汇注释

🌀 geographical feature 地理特征

🌀 staircase ['steɪkɪs] *n.* 梯状；楼梯

🌀 feature ['fi:tʃə(r)] *n.* 特征，特性

🌀 topography [tə'pɒgrəfi] *n.* 地形，地貌

🌀 geographical [ˌdʒi:ə'græfɪkl] *adj.*

地理的，地理学的



02. 四大发明

Four Great Inventions of Ancient China

四大发明是中国古代科技创举，包括造纸术、指南针、火药、印刷术。这些伟大的发明曾经影响并造福于全世界，推动了人类历史的前进。



用英语介绍中国，必用三句

1 Papermaking, printing, gunpowder, and compass have altered the face and state of the world. 造纸术、印刷术、火药和指南改变了整个世界面貌。

◇ compass [ˈkʌmpəs] *n.* 罗盘，指南针

2 The concept of Four Great Inventions originated with European Scholars and later adopted by the Chinese. 四大发明的概念是由欧洲学者提出的，然后被中国人接纳。

◇ concept [ˈkɒnsept] *n.* 概念，观点

3 The Four Great Inventions are celebrated in Chinese culture for their significance. 四大发明因其历史上的重大意义而在中国文化中备受歌颂。

◇ significance [sɪɡˈnɪfɪkəns] *n.* 意义，重要性