

振宇英语
Zhenglish
To Be No.1

英语 睡前 5 分钟

静心聆听这世上最动人的旋律

主 编 方振宇
副主编 张佳佳

经典旋律



附MP3光盘



北京航空航天大学出版社
BEIHANG UNIVERSITY PRESS

振宇英语
Zhenglish
To Be No.1

英语 睡前5分钟

※ 静心聆听这世上最动人的旋律 ※

主 编 方振宇
副主编 张佳佳

经典旋律



附MP3光盘



北京航空航天大学出版社
BEIHANG UNIVERSITY PRESS

图书在版编目(CIP)数据

英语睡前 5 分钟——经典旋律 / 方振宇主编. -- 北京:
北京航空航天大学出版社, 2011.4

ISBN 978-7-5124-0377-2

I. ①英… II. ①方… III. ①英语-语言读物 IV.
①H319.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第040376号

版权所有, 侵权必究。

英语睡前 5 分钟 经典旋律

主 编 方振宇

副主编 张佳佳

责任编辑 秦 莹

*

北京航空航天大学出版社出版发行

北京市海淀区学院路 37 号 (邮编 100191) <http://www.buaapress.com.cn>

发行部电话: (010)82317024 传真: (010)82328026

读者信箱: bhpress@263.net 邮购电话: (010)82316936

北京市松源印刷有限公司印装 各地书店经销

*

开本: 787×1092 1/32 印张: 6.5 字数: 168 千字

2011 年 4 月第 1 版 2011 年 4 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5124-0377-2 定价: 18.80 元 (含光盘)

编委会

主 编 方振宇

副主编 张佳佳

编 委 于 娜 王 玲 王 雄 孔祥伟 刘 凤
刘德东 孔泉泉 齐艳婷 杜 卉 杜 竞
余良友 宋 虹 吴 枫 李 然 李媛媛
张佳佳 张立萍 杨若东 郑 辉 姚俊义
郭效东 陶好飞 周 燚 董启明

Jennifer Thompson (美) Charles Warner (英)

Vincent Rusconi (加) Carol Cheng (澳)

聆听永不褪色的灵魂之声

一个寂静的夜晚，一束温暖的灯光，打开一段优美的音乐，就这样静静聆听着歌声背后的动人故事，真希望时间就停留在这几秒钟。

有人说，歌声是海绵。在你第一次聆听的时候，便把当时的感受、情景，甚至气味都吸了进去。从此，无论你在什么时候听到它，它都会把吸进去的一切再释放出来。

也有人说，音乐和歌声是反映社会生活最好的形式之一，在给我们心灵熏陶和享受的同时，又让我们看到社会生活最真实的一面。

其实，真正的音乐是一种灵魂的世界。在这个世界里，我们能够找到自己的灵魂需要的力量和感动：我们能听到哆来咪的喘息声；能够看到歌词行走后留下的脚印；也能够感觉到故事背后的那段情感。可以说，聆听音乐是一种享受，享受音乐，如临高山流水，如步天涯云端，如履飘飘悠云，如啜陈香老酒……

《英语睡前5分钟——经典旋律》就是这样一本书，它适合在睡前悠闲的时光中一个人静静地享受。这里精选了41首脍炙人口的英文老歌，并配有插图。共分为四部分：

听！奥斯卡在唱什么歌 你将聆听到从奥斯卡获奖影片中催生出来的经典音乐。曾经让你感动过的故事，印合你记忆中的那段情绪，配合那优美的旋律。这样的旋律在你的记忆里应该会存活得更久远吧！奥斯卡电影，赋予了这些音乐以更加惊世绝色的灵魂。

永远怀念的时代名伶 想要了解女性丰富的内心世界吗？那就来听她们的歌声吧！她们是温柔公主，绚丽

登场，彰显妩媚身姿；她们是邻家闺秀，优雅含情，坦露平凡心事；她们是窈窕淑女，艳抹浓妆，变作时尚丽人；她们是时代名伶，风情百变，领衔视听盛宴。她们用抑扬顿挫写下浑厚激扬的序曲，她们以曼舞欢歌演绎时代风尚的乐章。她们为歌而生，每一次引吭高歌或是浅吟低唱，都蕴含着真挚的情感，给人带去美的享受和快乐。这些天上的精灵，这些世间的名伶！

让人痴迷的磁性声音 谁的磁性声音最能吸引你？

猫王？他那浑厚迷人的声音透出那种很直接的性感和令人窒息的野性，完美地诠释了一首首让世人传唱不朽的经典情歌；他牺牲青春换来永恒的传奇，燃烧生命烙下 20 世纪流行文化的图腾，更让全球的观众至今仍激荡不已。他是独一无二的！

Bertie Higgins（贝特·希金斯）——他有着诗人般的才情，演唱着一首首热带生活和爱情的歌曲，最受人喜爱的，应该就是那首《卡萨布兰卡》了，一曲传世经典，充满着怀旧、追忆、思念的复杂的情绪，情感真挚，曲调优美，唱出了许多无奈离别的人的心声。

Sting（斯汀）——你有想象过杀人的现场也能像艺术品一样的独特和唯美么？在吕克·贝松导演的电影《这个杀手不太冷》里就能呈现这种景象，而斯汀的这首 Shape of My Heart（心的形状）更是功德无量。歌词微妙出彩，咏叹了杀手莱昂将杀人比成了一出纸牌游戏，黑桃，梅花，方块什么都在手心握着，唯独只差那一张红心…聆听如此优美的旋律，你是否会潸然泪下？

那些你不能忘记的乐队 哪个乐队名字至今还能让你耳熟能详？The Beatles（披头士乐队）？The Eagles（老鹰乐队）？Europe（欧洲合唱团）？还是 The Corrs

(可儿家族)? …这些, 不管是谁的声音, 在这本书中, 你都能找到。

而对于每首歌曲的内容, 本书也细分为以下结构:

背景介绍:介绍歌曲的创作者, 创作背景, 所获奖项及其影响。

品味歌词:英汉互译, 歌词意蕴动人、韵味十足, 让你从容跟唱。

单词释义:让你在聆听优美旋律的同时, 轻轻松松学单词。

歌手档案:介绍歌手的基本信息及其影响和成就。

歌曲赏析:专业的赏析带你进入一个全新的灵魂世界, 从内心深处去感受歌声背后的故事。

同时, 本书的每首歌曲都配有 MP3, 读者可以边听边唱。

我们的心情就像天气一样变幻无常, 可能开心, 可能悲伤, 可能沮丧, 可能兴奋…但无论什么样的心情, 这些都是我们成长岁月中的点点滴滴, 都值得我们用心去好好感受。

请你每天在睡前抽出 5 分钟, 深深呼吸, 好好感受一下自己的心情, 静静地聆听一下这世上最动人的旋律, 享受一下灵魂的美丽瞬间。这短暂的 5 分钟, 也将是改变灵魂深度和厚度的 5 分钟。在我们慷慨留下的只属于我们自己的 5 分钟里, 我们一定会在片刻间沉醉在那优美的旋律中, 忘了白天的喧嚣、尘世的浮躁和生活的重压。

方振宇
于北京千鹤园

目录

听！奥斯卡在唱什么歌

- Day 1** Scarborough Fair 斯卡博罗集市《毕业生》插曲
——Paul Simon (保罗·西蒙) 2
- Day 2** I Just Called to Say I Love You 电话诉衷情《红衣女郎》主题曲
——Stevie Wonder (史蒂威·旺德) 7
- Day 3** Take My Breath Away 带走我的呼吸《壮志凌云》主题曲
——Berlin (柏林乐队) 11
- Day 4** I Will Always Love You 我会永远爱你《保镖》主题曲
——Whitney Houston (惠特尼·休斯顿) 15
- Day 5** Against All Odds 无论多困难《似是故人来》插曲
——Phil Collins (菲尔·柯林斯) 20
- Day 6** Don' t Cry for Me Argentina 阿根廷别为我哭泣
——Madonna (麦当娜) 25
- Day 7** Right Here Waiting 此情可待
——Richard Marx (理查德·马克斯) 30
- Day 8** How Do I Live 我怎么活《空中监狱》主题曲
——Trisha Yearwood (特丽莎·耶尔伍德) 35

Day 9 No Matter What 无所谓《摘星奇缘》主题曲
——Boyzone (男孩地带) 40

Day 10 May It Be 衷心祈祷《魔戒》主题曲
——Enya Brennan (恩雅) 45

Day 11 There You'll Be 有你相依《珍珠港》主题曲
——Faith Hill (菲丝·希尔) 50

永远怀念的时代名伶

Day 12 What's Love Got to Do With It? 与爱何干
——Tina Turner (蒂娜·特纳) 56

Day 13 Killing Me Softly with His Song 轻歌销魂
——Roberta Flack (罗伯塔·法拉克) 62

Day 14 Amazing Grace 奇异恩典
——Judy Collins (茱蒂·柯琳丝) 68

Day 15 Donna, Donna 多娜, 多娜
——Joan Baez (琼·贝兹) 73

Day 16 Evergreen 万年常青
——Barbra Streisand (芭芭拉·史翠珊) 77

Day 17 The Voice Inside My Heart 内心的声音
——Patti Labelle (帕蒂·拉贝尔) 81

Day 18 The Rose 玫瑰
——Bette Midler (贝蒂·蜜德勒) 87

Day 19 Loving You 爱上你
——Minnie Riperton (蜜妮·莱普顿) 90

Day 20 Because You Loved Me 因为你爱我
——Celine Dion (席琳·迪翁) 94

Day 21 Hero 英雄
——Mariah Carey (玛丽亚·凯莉) 100

让人痴迷的磁性声音

Day 22 Love Me Tender 温柔地爱我
——Elvis Presley [埃尔维斯·普莱斯(猫王)] 106

Day 23 Blowing in the Wind 随风飘荡
——Bob Dylan (鲍勃·迪伦) 110

Day 24 Take Me Home, Country Roads 乡村路带我回家
——John Denver (约翰·丹佛) 114

Day 25 Casablanca 卡萨布兰卡
——Bertie Higgins (贝特·希金斯) 119

Day 26 Just the Way You Are 就是你现在的样子
——Billy Joel (比利·乔) 123

Day 27 All by Myself 独自一人
——Eric Carmen (艾瑞克·卡门) 127

Day 28 Shape of My Heart 心的形状
——Sting (斯汀) 132

Day 29 Just When I Need You Most 在我最需要你的时候
——Randy VanWarmer (兰迪·范沃玛) 137

Day 30 Billie Jean 比莉·琼
——Michael Jackson (迈克尔·杰克逊) 141

- Day 31 When Can I See You 当我可以看到你
——Babyface (娃娃脸) 147

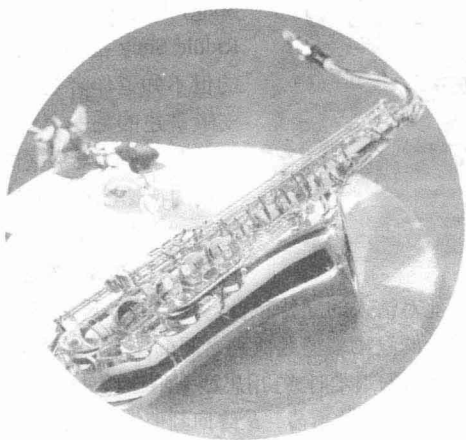
那些你不能忘记的乐队

- Day 32 Let It Be 一切顺其自然
——The Beatles (披头士乐队) 152
- Day 33 As Tears Go By 潸然泪下
——Rolling Stones (滚石乐队) 157
- Day 34 Hotel California 加州旅馆
——The Eagles (老鹰乐队) 160
- Day 35 Dream On 持续的梦幻
——Aerosmith (空中铁匠) 166
- Day 36 Carrie 凯莉
——Europe (欧洲合唱团) 170
- Day 37 Everybody Hurts 每个人都受了伤
——R.E.M. 174
- Day 38 Creep 懦夫
——Radiohead (电台司令乐队) 178
- Day 39 Dreams 幻想
——The Corrs (可儿家族合唱团) 183
- Day 40 Say My Name 叫我的名字
——Destiny's Child (真命天女) 188
- Day 41 Nocturne 夜曲
——Secret Garden (神秘园) 194



听！

奥斯卡
在唱什么歌
英语睡前5分钟
经典旋律



听！奥斯卡在唱什么歌

Day 1

Scarborough Fair

斯卡博罗集市 / 《毕业生》插曲

——Paul Simon (保罗·西蒙)

背景介绍



Scarborough Fair 据说原是一首古老的苏格兰民间谜歌(Riddle Song, 大约作于十三世纪)。所谓 Riddle Song 指那些民间广为流传的但不知道作者是谁的歌曲。这支歌讲述的是一个年轻的骑士对于一个女子的爱慕之情, 基于那个年代的特殊性不能表达, 骑士便借了在那个时代象征爱情的四种植物茺荑、鼠尾草、迷迭香和百里香

来歌唱他对情人的期待和自己具有的品质, 希望他的心上人能够用爱的温柔来消融他们之间的误会和痛苦, 用毅力来度过他们分离的艰难时光, 用忠诚来陪伴孤独的日子, 用勇气去挑战那些不可能的事情并最终回到他的身旁。

美国 60 年代最受大学生欢迎的电影, 1968 年奥斯卡获奖片《毕业生》(达斯汀·霍夫曼主演, 其成名作) 中的主题曲就是这首歌, 也正是因为这部电影, 这首歌也广为大家所熟知。

Are you going to Scarborough Fair
Parsley, sage, rosemary and thyme
Remember me to one who lives there

She once was a true love of mine

您去过斯卡布罗集市吗？

芜荑，鼠尾草，迷迭香和百里香

代我向那儿的一位姑娘问好

她曾经是我的爱人。



Tell her to make me a cambric shirt
(Oh the side of a hill in the deep forest green)

Parsley, sage, rosemary and thyme
(Tracing of sparrow on the snow crested brown)

Without no seams nor needle work
(Blankets and bedclothes the child of the mountain)

Then she'll be true love of mine
(Sleeps unaware of the clarion call)

叫她替我做件麻布衣衫

(绿林深处山岗旁)

芜荑，鼠尾草，迷迭香和百里香

(在白雪封顶的褐色山上追逐雀儿)

上面不用缝口，也不用针线

(大山是山之子的地毯和床单)

她就会是我真正的爱人。

(熟睡中不觉号角声声呼唤)



Tell her to find me an acre of land
(On the side of a hill a sprinkling of leaves)

Parsley, sage, rosemary and thyme
(Washes the grave with silvery tears)

听！奥斯卡在唱什么歌

Between the salt water and the sea strand

(A soldier cleans and publishes a gun)

Then shall be a true love of mine

叫她替我找一块地

(从小山旁几片小草叶上)

芫荽, 鼠尾草, 迷迭香和百里香

(滴下的银色泪珠冲刷着坟茔)

就在咸水和大海之间

(士兵擦拭着他的枪)

她就会是我真正的爱人。

■ ■ ■ ■ ■

Tell her to reap it with a sickle of leather

(War bells blazing in scarlet battalion)

Parsley, sage, rosemary and thyme

(Generals order their soldiers to kill)

And gather it all in a bunch of heather

(And to fight for a cause they've long ago forgotten)

Then she'll be a true love of mine

叫她用一把皮镰收割

(战火轰隆, 猩红的枪弹在狂呼)

芫荽, 鼠尾草, 迷迭香和百里香

(将军们命令麾下的士兵杀戮)

将收割的石楠扎成一束

(为一个早已遗忘的理由而战)

她就会是我真正的爱人。



1. rosemary ['rəʊzmeri] *n.* 迷迭香
2. cambric ['keimbrik] *n.* 细亚麻布或棉布
3. sparrow ['spærəʊ] *n.* 麻雀
4. crested ['krestid] *adj.* 有顶饰的, 有冠毛的
5. seam [si:m] *n.* 缝, 接缝
6. bedclothes ['bedkləʊðz] *n.* 铺盖, 床单被褥类
7. strand [strænd] *n.* 海滨, 海滩
8. sickle ['sɪkl] *n.* 镰刀
9. scarlet ['skɑ:lɪt] *adj.* 绯红色的, 猩红的
10. battalion [bə'tæliən] *n.* (军队) 营; 营部

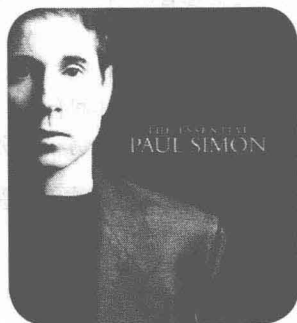
听！奥斯卡在唱什么歌

保罗·西蒙

Paul Simon

国籍：美国

出生日期：1941 年 10 月 13 日



专辑

1966 年 *The Sound of Silence*

1975 年 *Still Crazy After All These Years*

1980 年 *One-Trick Pony*

经历简介

Paul Simon (保罗·西蒙), 1941 年 10 月 13 日生于美国新泽西州的纽瓦克, 从小崇拜歌星普莱斯利, 十几岁时开始学

习唱歌和弹吉他,16岁时与中学同窗好友 Art Garfunkel (阿特·加芬克尔)组成男声二重唱,开始了早期的演唱生涯。后来西蒙进入大学学习法律,1964年从法学院退学只身赴英国学习文学。

西蒙常被冠以作曲家、歌唱家和吉他手的美誉,实际上再



加上诗人也不过分。早年与加芬克尔的二重唱以及后来个人演唱的作品,绝大多数出自于他的笔下,歌词每首都是一篇优美的诗歌。他的歌曲旋律优美迷人,大部分作品都被改编为轻

音乐。他的音乐创作风格多种多样,他感触敏锐,思想深刻,更惊人的是他每首歌曲的词与音乐的配合都是那么和谐,效果出奇地完美。

保罗·西蒙是当今美国歌坛少有的常青树,从1957年出道至今已经50多年,其间有多少歌手兴盛衰败,而他凭借自己的卓越天才和实力至今仍然是歌坛上的耀眼巨星。

歌曲赏析

那一声声的“你去斯卡布罗集市吗?那遍布芜荑,鼠尾草,迷迭香和百里香的小山坡,代我向那儿的一位姑娘问好,她曾经是我的爱人,叫她为我做件麻布衣衫……”让人听之泣下。由西蒙沙哑的声音演绎出来,别具男性动人的魅力。歌作者保罗·西蒙是六七十年代青年的偶像。