

英语文摘 ENGLISH DIGEST

双语美文精品

心境

2005 全年

合订本

遭遇感动 · 收获智慧



世界知识出版社
World Affairs Press

心境

SPA FOR MIND

2005 年 1~12 期合订本

主编 穆媛

世界知识出版社

图书在版编目(CIP)数据

《心境》2005年合订本/英语沙龙杂志社编. —北京:世界知识出版社,2006.3

ISBN 7-5012-2784-5

I. 心... II. 英... III. 英语-语言读物

IV. H319.4

中国版本图书馆CIP数据核字(2006)第011665号

书 名

《心境》2005年合订本

责任编辑

段呈伟

责任出版

苏灵芝

出版发行

世界知识出版社

排 版

北京世知萨隆文化交流中心

印 刷

世界知识印刷厂

社 址

北京市东城区干面胡同51号

网 址

www.es123.com

开本印张

787×1092 1/16 48印张

版次印次

2006年3月第一版 2006年3月第一次印刷

字 数

1080千字

定 价

42.00元

版权声明

版权所有 翻印必究

《心境》2005 年 1 ~ 12 期合订本总目录

OPENING 开卷物语

开始	明道 选	1-1
幸福箴言	寒军 选	2-1
热爱生活	希贤 选	3-1
友谊与爱情	王秀娟 选	4-1
活出个性	希贤 选	5-1
生活的乐趣	明道 选	6-1
美洲鹭、蝙蝠与大黄蜂	张宪宝 译	7-1
生活的道路	文心 选	8-1
人生十“不”	文心 选	9-1
宽恕的力量	文心 选	10-1
成功者的黑夜	思凡 选	11-1
你的小屋起火了吗?	希贤 选	12-1

LIFE 人世间

我的爱妻	思凡 选	1-6
信守承诺	忆玖 译	1-9
渴望得到你的爱	贾庆文 译	1-12
送给玛丽的鲜花	李威 译	1-44
公共汽车上的乘客	李国团 译	2-6
婚纱奇缘	王月霞 译	2-30
女儿的午餐袋	李白菜 译	2-33
果冻心	李荷卿 译	2-44
引路天使	飞象 译	3-4
春情	怀夏 译	3-16
只是一个普通人	王月霞 译	3-25
爸爸的吻	李国团 译	4-14
咸咖啡	高峰 译	4-25
爱之永存	艾准 译	4-43
长途货车司机的临终遗言	肖瑾 译	5-4
鲁比的玫瑰	王月霞 译	5-34
红围巾	罗振雨 译	5-40
聆听爱情	如云 译	6-4
信念的奇迹	李国团 译	6-10
洁白的栀子花	李白菜 选	6-15
爱情不关机	无声 选	7-4
幸福家庭	希贤 选	7-33
“生死恋”	余恩 译	7-43
男人的厨房恐惧症	兰迪 译	7-55
爱心接力	李国团 译	8-4

告诉妈妈我爱她	艾迪 译	8-24
滚轴浪漫曲	兰迪 译	8-26
学会放手	谢琼 译	8-49
无声的爱	点点 译	9-4
难忘的机场晚餐	烟寒 译	9-14
我的猪猪好友阿诺德	希贤 选	9-34
人蟋大战	麦子 译	9-59
悲情罗曼史	点点 译	10-5
初恋	刘伟 译	10-26
超市追忆	罗振雨 译	10-38
与父共舞	无声 选	10-60
母亲最后一次笑	文心 选	11-10
平淡的爱	园园 译	11-25
千里姻缘	艾迪 译	11-61
伤痛的记忆	李国团 译	12-8
圣诞橘子	赵斯或 译	12-34
信任	文文 译	12-51

YOUTH 青青草

离开	李飞燕 译	1-22
土豆能变成小狗吗?	李荷卿 译	1-36
童年往事	博文 译	2-20
情人节快乐	艾迪 选	2-62
蒂米的愿望	李威 译	3-33
风雨过后是彩虹	希贤 选	3-62
浪客母子情	李白菜 译	4-50
十六岁的花季	青闰 选	4-61
离家出走	金华 选	5-9
史蒂夫和放大镜	希贤 选	5-62
噩梦醒来是天明	无声 译	6-34
牵手滚轴	文心 选	6-62
友谊的真义	无声 选	7-20
无言的爱	思凡 选	7-63
年轻一代	无声 译	8-47
爱的倾诉	思凡 选	8-63
不再沉默	盈盈 选	9-57
再见了,我的大学生活	明道 选	9-62
蹦极	盈盈 译	10-54
文身	思凡 选	10-63
有时候	如云 译	11-14
心的缺口	明道 选	11-24
学习礼节的艺术	文曰 译	12-56
情窦初开	思凡 选	12-62

用爱来迎接今天	文心 选	1-17
超越成败	张宏浩 译	1-20
西点军校的领导之路	李白菜 译	1-50
不关我的事	何春涛 译	2-15
所见即所得	希贤 选	2-28
我考了41分	蔡文琰 译	2-37
坚持不懈,直到成功	希贤 选	2-58
风险与自由	志远 译	3-11
“我能做到!”	如凤 译	3-31
做自己情绪的主人	文心 选	3-50
终点直道	黄婉 译	4-20
福祸相依	李白菜 译	4-46
拒绝失败	魏爱云 译	4-53
生命是害羞的吗?	申屠 译	5-12
创造力十大秘诀	无声 译	5-46
一辈子要做的50件事	谭务凤 译	6-8
永远在变	明达 译	6-28
小小女孩梦	李白菜 译	6-55
青春	霍曙光 选	7-42
幸运的秘诀	卫鸿翎 译	7-44
提升自己的价值	文心 选	7-61
我是天底下最大的奇迹	文心 选	8-7
一个叫斯帕基的男孩	点点 译	8-34
轻轻松松做大决定	志远 译	8-43
成功之道	明道 选	9-7
今天,我开始新的生活	文心 选	9-10
成功箴言	姜沂 译	9-38
弱点还是强项	李国团 译	10-22
我现在就行动	文心 选	10-33
一双袜子	王海强 译	10-44
赞美错误八大原因	小迪 译	11-5
我要笑遍世界	文心 选	11-18
戴尔自述创业历程	李鬼 选	11-40
卡耐基交友之道	小迪 译	12-5
苹果CEO自述:挚爱与得失	园园 译	12-26
我们成功了!	尚夏 译	12-59

INSPIRATION 感而悟

生命中的大石头	忆玖 译	1-4
珍惜今日	钟贵仁 译	1-5
感悟生活	忆玖 译	1-16
三种激情	思凡 选	1-25
艺术之眼	卫青青 译	1-34
轻佻的老姬	张卫族 文	1-35
精神食粮	希贤 选	1-41

相中有缘人	思凡 译	1-56
哨子	阿筱 译	2-4
拥有足够	张梦华 译	2-10
上帝和一个年轻男子	罗克 译	2-12
水仙花法则	忆玖 译	2-16
世界上最遥远的距离	张梦华 选	2-18
别低估微笑的力量	韩如意 选	2-36
爱是什么?	文心 选	2-47
给年轻人的忠告	李飞燕 译	3-10
特别的你	张丽 译	3-12
饮料与人生	孙丕来 译	3-14
爱情物语	金华 选	3-19
贫富的真义	卫青青 译	3-20
拥抱今天	孙淑敏 选	3-21
三颗桃核	陶洁 译	3-28
奥黛丽·赫本的美丽建议	艾迪 选	3-48
地狱与天堂的真正区别	永烨 译	3-52
我们时代的悖论	金华 选	3-58
胡萝卜·鸡蛋·咖啡	吴庆和 译	4-4
孩子带来的启示	钟贵仁 译	4-9
把今天当作生命中的最后一天	文心 选	4-10
美丽的微笑与爱心	孙淑敏 译	4-12
青春的肖像	何慧 译	4-17
金色之窗	钟贵仁 译	4-27
一则爱的故事	张丽 译	4-31
等待清风	希贤 选	4-33
一个不同的视角	朱迪 译	4-38
享受独处	飞象 译	4-39
微笑	任丽 选	4-42
爱不必说	文心 选	4-45
有人在等你	如水 译	5-17
我们在享受快乐吗?	魏爱云 译	5-19
人生态度	希贤 选	5-21
岁月迷宫	万昕蔚 译	5-26
从零开始	张树勇 译	5-33
心动不如行动	赵红帅 译	5-44
飞吻无限	李国团 译	5-51
上帝之爱	金华 选	5-61
时光	金华 选	6-14
帮助他人赢	李国团 译	6-18
梦想世界	张丽 译	6-19
困境中的福祉	魏爱云 译	6-22
有钱的父亲	希贤 选	6-23
假如我知道……	明道 选	6-40
就为了今天	明道 选	6-43
一杯牛奶付清	李国团 译	6-53
饥饿的阿拉伯人	李永健 译	6-54
人生的算术题	张宪宝 选	6-57

事情可能更糟	艾迪 译	7-6	两只乌鸦	周永启 译注	1-48
哲思	博文 选	7-9	邂逅百分百女孩	村上春树 著	1-61
男孩和树	明道 选	7-10	生命之光	希贤 选	2-22
装爱在心房	张宪宝 选	7-12	论读书	艾迪 选	2-26
放慢生活的节奏	张丽 译	7-14	奇配佳偶	阿筱 译	2-41
知识无价	希贤 选	7-17	嫉妒之园	李白菜 译	2-50
不仅依靠食物	钟贵仁 译	7-28	英诗赏译 巴巴拉·爱莲	周永启 译注	2-56
冒雨跑过去	点点 译	7-47	雨霖铃	思凡 选	2-61
人生的回音	明道 选	8-9	一粒沙	金华 选	3-6
医院的窗口	杨倩 译	8-10	《新月集》选摘	思凡 选	3-7
自由飞翔	兰迪 选	8-18	一杯葡萄酒	李国团 译	3-24
众人	任丽 选	8-23	人是为他人而活	文心 选	3-38
人生是一盘棋	马宁 译	8-28	艾丽斯的假日	志远 译	3-46
无条件的爱	李国团 译	8-39	英诗赏译 白天鹅	周永启 译注	3-49
浪漫越轨	兰迪 译	8-52	匆匆	朱纯深 英译	3-56
快乐十诀	汤建承 译	8-57	玫瑰之约	王丽娟 译	4-6
如果少年能重来	吴庆和 译	9-18	望月怀远	袁小龙 英译	4-19
植根要深	陈文伯 译	9-20	春	穆旦 诗	4-35
被一块砖头砸醒	李国团 译	9-31	精妙雅趣与细腻激情	沈国 译	4-36
爱只是一根线	希贤 选	9-44	英诗赏译 十四行诗第二十九首		
采访上帝	碧清 译	9-47		周永启 译注	4-48
大小天使	李冬 选	9-54	伤逝	志远 译	5-11
把玻璃杯放下	李国团 译	10-4	Laurent原创专栏 单车一族		5-22
清洁女工与海伦·凯勒	园园 译	10-12	单纯如歌的爱	思凡 选	5-24
黑人给白人的一封信	李鬼 选	10-18	英诗赏译 十四行诗第一百一十六首		
珍惜你所拥有的	黄玉珏 译	10-20		周永启 译注	5-38
清洁女工	马宁 译	10-30	欲说还休	Harry J. Huang 英译	5-48
明天可能就太晚了	点点 译	10-36	浮云	金华 选	5-54
青蛙的故事	志清 译	10-42	牛顿定律之生命篇	麦子 译	5-56
善有善报	园园 译	10-52	雨夜蓝调	文心 选	5-58
迎难而上	李白菜 译	11-4	蜉蝣：人类生命的象征	麦子 译	5-59
鹅卵石与钻石	秋暮寒 译	11-6	Laurent原创专栏 西湖游记		6-13
讨人嫌的人	园园 译	11-16	葡萄牙十四行诗第43首	飞白 译	6-24
一个孩子的伟大给予	点点 译	11-28	英诗赏译 致西莉亚	周永启 译注	6-30
发现生活的乐趣	郭慧 译	11-34	裤头	Harry J. Huang 英译	6-37
大学：追梦时光	张丽 译	11-55	爱情不是商品	文心 选	6-42
快乐是一种选择	文曰 译	12-4	自己的房间	林正锦 译	6-48
现代智语	思凡 选	12-12	爱之无奈	艾迪 译	6-59
一生中最好的老师	点点 译	12-13	英诗赏译 一朵红红的玫瑰		
难忘的恶作剧	李国团 译	12-16		周永启 译注	7-18
选择权在你	点点 译	12-40	你们怎能买卖蓝天？	何录江 译	7-24
镜子里的人生哲理	园园 译	12-54	Laurent原创专栏 感受菲律宾		7-26

LITERATURE 诗文苑

天人合一	文心 选	1-30
题辞	杨宪益 戴乃选 译	1-39
杨宪益巧译宝塔诗	刘黎明 文	1-40

风景	Harry J. Huang 英译	7-29
早秋的邂逅	杨振同 译	7-40
残缺的人	飞象 译	7-49
西风颂(第五节)	文心 选	7-51
戴维理发记	徐炜韬 译	8-12
Laurent原创专栏 品味绿茶		8-16

爱的阅读	Harry J. Huang 英译	8-20
这些美好不会消逝	志远 译	8-33
英诗赏译 母亲给儿子	周永启 译注	8-38
保持对美的直觉	明道 选	8-41
生命的追问	杨双菊 译	8-59
我喜欢这种淡淡的感受	孙淑敏 选	9-13
Laurent原创专栏 感谢盖茨先生		9-28
英诗赏译 致——	周永启 译注	9-30
爱情是如何变瞎的?	文文 译	9-40
没有走的路	飞白 译	9-49
麦当劳的礼物	Harry J. Huang 英译	9-50
名家美文 松林一夜	沈园 译	9-55
如果我能使一颗心免于破碎	明道 选	10-9
名家美文《飞鸟集》选摘	郑振铎 译	10-10
英诗赏译 我们不再去漫游		

周永启 译注 10-19

Laurent原创专栏 上海购物琐记 10-24

无需完美 文曰 译 10-31

永远的门 Harry J. Huang 英译 10-48

离别的月台 明道 选 11-21

Laurent原创专栏 比利时——超现实主义的国度 11-22

天使之爱 黄珊 译 11-31

名家美文 漫长的自由之路 金华 选 11-42

英诗赏译 船长啊, 我的船长 周永启 译注 11-44

珍珠情缘 Harry J. Huang 英译 11-46

穿越时空的爱恋 无声 译 11-50

日落与人生 李白菜 译 12-6

英诗赏译 回忆 周永启 译注 12-18

名家美文 拿破仑致约瑟芬 文心 选 12-21

永失我爱 李鬼 选 12-28

天意弄人 明道 选 12-42

Laurent原创专栏 钓钓钓 12-49

爱的哲学 汤建承 选 12-58

ELSEWHERE 在别处

明信片 志远 译 1-8

机场的乐章 飞象 译 1-32

穿孔 大庆 译 1-42

寻访世外高人 张宏浩 译 2-24

单程车票 飞象 译 2-39

天空中的神秘 张丽 译 3-40

不是爱情故事 飞象 译 3-53

信纸 飞象 译 4-16

蓝光 王月霞 译 4-57

洛里相亲记 李白菜 译 5-14

廷塞尔镇的圣诞 飞象 译 5-29

杞人忧天 蔡文琰 译 6-25

雨过天晴	姜兴新 译	6-39
别墅	飞象 译	7-23
给猫洗澡的武术	兰迪 译	7-58
女人三十	阿筱 译	8-29
心碎无痕	飞象 译	8-36
禅境捕手	飞象 译	9-22
一只金丝雀欢乐的咏叹调	飞象 译	9-26
药瘾	飞象 译	10-41
两颗心	小迪 译	10-58
我的吉他是女人	飞象 译	11-9
再遇彼得	胡智音 译	11-52
为放纵的生活划上休止符	晓明 译	12-38
你温暖的外套	飞象 译	12-46

OBSERVER 大视界

奇异的“大脑增强剂”	艾迪 译	1-53
男人形象的堕落	大庆 译	1-57
年轻女子缘何爱老男	明道 选	2-13
心理测试在美国	李白菜 译	2-53
最后的圆梦	鹿扬 译	3-43
2100年的毁灭与哀愁	阿筱 译	3-59
婚姻的薪水	艾迪 译	4-24
最佳拍档	杨玉英 译	4-54
金发女郎享有更多快乐吗?	志远 译	5-7
2004年度搞笑诺贝尔奖	李白菜 译	5-52
婴儿的大脑是一片空白吗?	麦子 译	6-45
巧言石	王善武 译	6-51
口述实录: 青少年为何吸毒?	金华 选	7-36
模特之死	王海强 译	7-52
谢谢你, 海豚	裴丽强 译	8-45
另类全明星	耿枫 译	8-54
幸福的分居生活	黄珊 译	9-23
拥抱文化的兴起	无声 选	9-46
2005年全球顶级机场休息大厅		
	盈盈 选	10-15
国家神圣象征的动物	小迪 选	10-46
史上最浪漫的7件礼物	王珏 译	11-37
现代版灰姑娘	小迪 选	11-58
亚历克斯的柠檬摊儿	云上 译	12-22
英式婚俗	盈盈 译	12-44

KALEIDOSCOPE 万花筒

摩托车上的恋人	文心 选	1-15
你有没有意识到	明道 译	1-21
英美幽默笑话	竹叶 选	1-24
你们没有退学 没有希望了	飞象 译	1-27

《英语沙龙》杂志和她的系列读物

《英语沙龙》杂志创刊于1994年1月,是一本充满时代气息、内容极为丰富的英语学习刊物。她集知识性、实用性、趣味性于一体,用英汉两种语言对照表达,巧妙地将英语语言知识与当今青年渴望了解的外部世界的种种信息融合在一起,具有增强英语学习兴趣、掌握学习技巧、提高英语水平和扩大知识视野的多重效应。

《英语沙龙》充分考虑到中国人学英语的特殊需要,着意将英语的语言知识与文化内涵有机地结合在一起,在传授语言知识的同时,从多角度向中国读者介绍当今文化、艺术、科技、教育、外交、军事、商务、公关、礼仪、人物等多方面的知识信息。由于她的内容和风格适应了时代的需求,创刊以来深受广大英语学习者的喜爱,发行量连年上升。

如今,已拥有数十万读者的《英语沙龙》杂志,载着广大热心读者的深情厚爱和殷切期盼,走上了一条立体发展的道路:在办好刊物的同时,努力向广大读者奉献《英语沙龙半年合订本》、《英语沙龙全年合订本》、《英语沙龙》系列图书读物、《英语沙龙》音带制品和电子读物。2000年《英语沙龙》改进为有声杂志,同时又利用自身的人才与信息资源的优势创办了“英语沙龙外语培训学校”及其翻译公司。2001年3月《英语文摘》正式创刊。同年英语沙龙创建了自己的网站:www.es123.com。2003年1月,《英语沙龙》派生出以实用为主的《英语沙龙》(实战版);同时推出每月1期的《英语沙龙音带版》(现改名为《时尚英语音带版》)。为了满足中初级英语水平学习者的需求,我们于2004年1月推出了《英语沙龙》(初级版)。2004年9月,英语沙龙进一步推出了以提高听力为目的的《时尚英语——CD版》。2005年1月,我社倾力推出感悟美文双语杂志《英语文摘》(心境版)。

《英语沙龙》(阅读版)侧重英语文化,每月1日出版,64页,定价:4.00元,订阅代号:82-506。《英语沙龙》(实战版)侧重实用英语,每月15日出版,64页,定价:4.00元,订阅代号:82-496。《英语沙龙》(初级版)侧重指导中初级水平读者如何向更高水平迈进,每月15日出版,64页,定价:4.00元,订阅代号:82-966。《英语文摘》侧重于新闻英语的学习,每月1日出版,64页,定价:4.00元,订阅代号:2-716。《英语文摘》(心境版)使心灵遭遇感动,收获智慧,每月15日出版,64页,定价:4.00元,订阅代号80-399。《时尚英语音带版》每月1日出版,60分钟音带配大32开64页杂志,定价:10.00元,订阅代号:2-717。《时尚英语——CD版》每月1日出版,包括一张CD和一本赠送的32开杂志,定价:12.00元,订阅代号:80-281。

每年5~6月和10~11月底为邮局订阅期。读者可到所在地区的邮局订阅上述刊物。各地报刊摊点亦零售当月杂志,英语沙龙杂志社还向订阅不便的读者提供邮购服务,邮购咨询电话:(010)85114887。

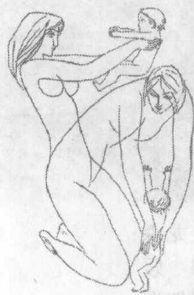
为了满足广大英语学习者的各种需求,《英语沙龙》杂志社还将继续努力推出有益于读者学习英语的各种产品。

为了保护品牌、防止盗版,凡由《英语沙龙》推出的系列产品均印有如右的品牌标志,敬请广大读者注意识别。





开卷 物语



开始

The Beginning

"Where have I come from, where did you pick me up?" the baby asked its mother. She answered half crying, half laughing, and clasping the baby to her breast -- "You were hidden in my heart as its desire, my darling."

You were in the dolls of my childhood's games; and when with clay I made the image of my god every morning, I made and unmade you then. You were enshrined with our household deity, in his worship I worshipped you. In all my hopes and my loves, in my life, in the life of my mother you have lived. In the lap of the deathless Spirit who rules our home you have been nursed for ages.

When in girlhood my heart was opening its petals, you hovered as a fragrance about it. Your tender softness bloomed in my youthful limbs, like a glow in the sky before the sunrise. Heaven's first darling, twin-born with the morning light, you have floated down the stream of the world's life and at last you have stranded on my heart.

As I gaze on your face, mystery overwhelms me; you who belong to all have become mine. For fear of losing you I hold you tight to my breast. What magic has snared the world's treasure in these slender arms of mine? 

"我是从哪里来的，你在哪里把我捡起来的?" 孩子问他的妈妈。她把孩子紧紧地搂在胸前，似哭似笑地答道："你曾被我心愿藏在我的心里，我的宝贝。"

你曾藏在我孩童时玩的泥娃娃身上；每天早晨我用粘土塑造我的神像，那时我反复地将你塑造又捏碎。你曾和我们家的守护神一同受祀奉，我崇拜家神时也就崇拜了你。你一直活在我所有的希望和爱里，在我的生命里，在我母亲的生命里。在支配着我们家庭的不朽神灵的膝上，你已经被抚育了好几代了。

当我在少女时代时，我的心如花瓣儿盛开，你就像一股花香缠绕不去。你娇嫩的温柔，在我青春的肢体上绽放，像日出之前划过天空的一道曙光。天堂里的第一宠儿与晨曦一并降临，你沿着世界生命的溪流顺流而下，终于停泊在我的心头。

当我凝视你的脸时，神秘之感震撼着我，原属于一切的你，竟成了我的。害怕失去你，我把你紧紧地拥在胸前。是什么魔力把这世界的宝贝引到我这纤弱的臂弯中来的呢？ 

(明道 摘自 *The Most Beautiful Proses in the World*/ by Tagore/ 徐翰林 译)



社长：吴龙森

总编辑：穆媛

总发行人：刘振海

顾问(按姓氏笔划排序)

尹宏毅 任小萍 杨匡汉 陈文伯

陈永国 陈树培 张卫族 章晓英

裘克安 薄冰

编辑部主任：段呈伟

助理编辑：王大庆 张丽

内文排版：郭臻 美术编辑：卢萃

封面设计：勾建山

主管：中华人民共和国外交部

主办：世界知识出版社

《英语文摘》半月刊

出版：英语文摘编辑部

地址：北京东城干面胡同51号

邮政编码：100010

印刷：世界知识印刷厂

国内总发行：北京市邮政局

订购处：全国各地邮局

国内统一刊号：CN 11-4617/H

国际标准刊号：ISSN 1009-9611

编辑部电话：65228771

发行部电话/传真：65129295/65265906

广告业务电话/传真：65265952

邮购部电话：85114887

本刊网址：www.es123.com

本刊电子邮箱：ed2@salonshow.com

本刊声明

鉴于《心境》所选文章及图片多源自外报、外刊及因特网，由于无法与原作者取得联系，进而支付稿酬；因而，我们遵循《中华人民共和国著作权法》，将稿酬寄至北京市海淀区知春路23号量子银座1405室北京版权保护中心。敬请原作者直接联系领取。

英语沙龙杂志社

2005年1月

OPENING 开卷物语

- 1 开始/明道 选 适合背诵

LIFE 人世間

- 6 我的爱妻/思凡 选
9 信守承诺/忆玫 译
12 渴望得到你的爱/贾庆文 译
44 送给玛丽的鲜花/李威 译

SUCCESS 天行健

- 17 用爱来迎接今天/文心 选 适合背诵
20 超越成败/张宏浩 译
50 西点军校的领导之路/李白菜 译

INSPIRATION 感而悟

- 4 生命中的大石头/忆玫 译
5 珍惜今日/钟贵仁 译 适合背诵
16 感悟生活/忆玫 译
25 三种激情/思凡 选 适合背诵
34 艺术之眼/卫青青 译
35 轻佻的老姬/张卫族 文
41 精神食粮/希贤 选 适合背诵
56 相中有缘人/思凡 译

缘 起

我们的时代是一个“艳阳天”，有着五彩缤纷的热烈，也有着躁动不安的喧嚣。有些人选择在忙碌中忘却自己，有些人寻求无止境的快乐，但更多的心灵仍在呼唤那古老的享受：在一杯淡茶中品味独处，在一篇妙文中撷取感动和智慧，在感悟中寻求人生更高的境界、更从容的心境……

有的人的一生被一本好书所改变，有的人的一生被一篇好文章所改变。一篇优秀的文章如同一位良师益友，教给我们生存的智慧、人生的真谛，引导我们走向成熟和幸福。一个感人的故事湿润我们的眼眶，涤荡我们的心灵；一篇优美的散文让我们如饮甘醴、如闻妙乐；更因了某种机缘，一句智者之语令我们如醍醐灌顶，猛然顿悟，于是不管明天阴晴风雨，都动摇不了我们幸福的心境……

《心境》正是在这样的构想中诞生，满足读者们对感人感悟美文的巨大需求。同时，散文和故事最贴近我们的生活和心灵，是学习英语最合适的阅读材料。读者可以在一种兴致盎然的心境中轻松地品味人生美文，获得知识与智慧的双丰收！我们的成长离不开读者朋友的支持，愿可爱的读者们与我们一同成长，一同分享成功的人生、成功的心境……



CONTENTS

YOUTH 青青草

- 22 离开/李飞燕 译
36 土豆能变成小狗吗?/李荷卿 译

LITERATURE 诗文苑

- 30 天人合一/文心 选 适合背诵
39 题辞/杨宪益 戴乃迭 译 适合背诵
40 杨宪益巧译宝塔诗/刘黎明 文
48 两只乌鸦/周永启 译注
61 邂逅百分百女孩/村上春树 著

ELSEWHERE 在别处

- 8 明信片/志远 译
32 机场的乐章/飞象 译 适合背诵
42 穿孔/大庆 译

OBSERVER 大视界

- 53 奇异的“大脑增强剂”/艾迪 译
57 男人形象的堕落/大庆 译

KALEIDOSCOPE 万花筒

- 15 摩托车上的恋人/文心 选
21 你有没有意识到/明道 译
24 英美幽默笑话/竹叶 选
27 你们没有退学 没有希望了/飞象 译
64 Puzzle World/任丽 选



A philosophy professor stood before his class and had some items in front of him. When class began, wordlessly he picked up a large empty mayonnaise¹ jar and proceeded to fill it with rocks right to the top, rocks about 2 inches in diameter. He then asked the students if the jar was full. They agreed that it was. So the professor then picked up a box of pebbles² and poured them into the jar. He shook the jar lightly. The pebbles, of course, rolled into the open areas between the rocks. The students laughed.

The Most Important Things in Your Life



生命中的大石头

He asked his students again if the jar was full. They agreed that yes, it was. The professor then picked up a box of sand and poured it into the jar. Of course, the sand filled up everything else.

"Now," said the professor. "I want you to recognize that this is your life. The rocks are the important things -- your family, your partner, your health, your children -- anything that is so important to you that if it were lost, you would be nearly destroyed. The pebbles are the other things in life that matter, but on a smaller

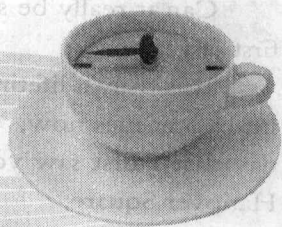
scale. The pebbles represent³ things like your job, house, or car. The sand is everything else, the small stuff.

If you put the sand or the pebbles into the jar first, there is no room for the rocks. The same goes for⁴ your life. If you spend all your energy and time on the small stuff, material things, you will never have room for the things that are truly most important. 🍷

一位哲学教授面对全班学生站着，面前摆着一些东西。开始上课时，他一句话没说，而是拿起一个大的蛋黄酱空坛子，不断往里塞入石块，一直塞到坛口，每块石块直径约

有 2 英寸。然后他才开口问学生，坛子是不是满了。学生说是满了。教授又拿起一盒卵石倒入坛里。他轻轻晃了晃坛子。卵石当然滚到了石块之间的缝隙中了。学生们笑了。他又问▶

珍惜今日 Twenty-Four Hours



I am rich. I have twenty-four hours to spend. Like golden coins, they shine for me. Let me not waste them; neither let me feverishly spend them in hectic, nerve-shattering activity. I would take thought before using them. Let me spend a good portion of them for my daily work and for some form of creativity. Let me save some for friendliness and helpfulness to others. Let me spend at least one hour a day in looking up for guidance, with some moments for quiet enjoyment of the wonderful worlds of nature, books, art and music. A little I must save for fun, and then a number of the coins for a well-earned rest.

And if, at the day's close, I find that some have been spent other than the way I had planned, let me not fret or despair. When I wake up tomorrow, my purse will be filled with twenty-four more coins, all shining and new! And I shall be twenty-four hours older and wiser than today. ☕

我很富有,我有24个小时供我使用。这就像我有24枚金币为我放射光芒。我不会浪费这些时光,也不会狂热地把这些大好时光花在追求兴奋与刺激的活动。在花费这些时光前,我会仔细考虑考虑。我会把大部分时光用在日常工作和某种形式的创新活动上;我还会保留一些时间用于交友和助人为乐上;让我每天至少用一个小时来寻求指引,其中包括用一些时间来安静地享受自然、书籍、艺术与音乐的神奇世界。此外,我还要留一点时间来寻求欢乐,还要留几枚金币换取必要的休息。

要是到一天结束时,我发现有一些时间,没有按既定计划利用,但愿我不至于感到烦躁与失望。因为第二天醒来时,我的钱包中又装满了24枚金币,都是闪闪发亮全新的!并且我还长大了24小时,而且比头一天更聪明了。☕

(钟贵仁 摘译自 Esther York Buckholder)

学生坛子是不是满了。他们说是的,满了。教授又拿起一盒沙子倒入坛中。不用说,沙子把坛子内剩下的空隙都填满了。

“现在,”教授说。“我要你们意识到这就是你们的生活。石块就是你生命中重要的东西——你们的家庭、你们的伴侣、你们的健康、你们的孩子——它们重要到一旦你们失去它们,你们的生活将近乎毁灭。卵石是生活中

其他要紧的东西,但只是属于次要。卵石代表你们的工作、房子或汽车之类的东西。沙子是何其他无关紧要的东西。

如果你先把沙子或卵石放入坛中,那就没有石块的空间。此道理也适用于你的生活。如果你把全部精力和时间投入到小事情中去或物质化的东西中去,你就永远无法给那些真正最重要的东西留有空间。☕

(忆玫 选译)

【超纲】1. mayonnaise[ˌmeɪəˈneɪz] n. 蛋黄酱(用蛋黄、橄榄油、柠檬汁或醋等调制的一种调味汁)

【6级】2. pebble[ˈpebl] n. 卵石,小圆石,小漂砾

【4级】3. represent[ˌreprɪˈzent] vt. 代表,表示,象征

4. go for 适用于

Can it really be sixty-two years ago that I first saw you?

It is truly a lifetime, I know. But as I gaze into your eyes now, it seems like only yesterday that I first saw you, in that small cafe in Hanover Square.

From the moment I saw you smile, as you opened the door for that young mother and her newborn baby, I knew that I wanted to share the rest of my life with you.

I still think of how foolish I must have looked, as I gazed at you, that first time. I re-

我的爱妻

62年前,我们一见倾心;62年来,我们相濡以沫;今日,你却香消玉殒,独赴黄泉。没有你,人生不再有意义,我现在惟一的期盼便是早日与你相聚。

My Darling Wife

member watching you intently, as you took off your hat and loosely shook your short dark hair with your fingers. I felt myself becoming immersed¹ in your every detail, as you placed your hat on the table and cupped your hands around the hot cup of tea, gently blowing the steam away with your pouted² lips.

From that moment, everything seemed to make perfect sense³ to me. The people in the cafe and the busy street outside all disappeared into a hazy⁴ blur⁵. All I could see was you. ▶

[6级] 1. immerse [i'mɜ:s] vt. 使沉浸在,使专心于,使深陷于

[超纲] 2. pouted ['paʊtɪd] a. 撅起的

3. make sense 有意义

[超纲] 4. hazy ['heɪzi] a. 模糊的,不明确的,迷惑的

[6级] 5. blur [blɜ:(r)] n. 模糊,模糊的东西

我们初次相遇,难道真的是62年前吗?

我知道,这是真正的一世情缘。此刻望着你的眼睛,当年的邂逅犹如昨天,在汉诺威广场的那间小咖啡馆。

初次见到你的微笑,你正为一位年轻的母亲和她的小宝宝开门。从此,我就明白我只愿与你执手携老,共度今生。



我仍然不时想起,第一次相遇时自己那样地盯着你,一定显得很傻。我记得,当你摘下小帽,用手指松了松短短的黑发时,我目不转睛地凝视着你。当你把帽子放在桌前,双手捧起暖暖的茶杯,微撅樱唇轻轻吹走飘腾的热气,我感到自己完全沉浸在你的一举一动间。

从那一刻起,对我来说,一切似乎都显明了意义。咖啡馆里的男女老少和外面街道的熙熙攘攘忽然都模糊了起来,我眼里能看到的只有你。▶

All through my life I have relived that very first day. Many, many times I have sat and thought about that the first day, and how for a few fleeting moments I am there, feeling again what is like to know true love for the very first time. It pleases me that I can still have those feelings now after all those years, and I know I will always have them to comfort me.

Not even as I shook and trembled uncontrollably in the trenches, did I forget your face. I would sit huddled⁶ into the wet mud, terrified, as the hails of bullets and mortars⁷ crashed down around me. I would clutch my rifle tightly to my heart, and think again of that very first day we met. I would cry out in fear, as the noise of war beat down⁸ around me. But, as I thought of you and saw you smiling back at me, everything around me would be become silent, and I would be with you again for a few precious moments, far from the death and destruction. It would not be until I opened my eyes once again, that I would see and hear the carnage of the war around me.

I cannot tell you how strong my love for you was back then, when I returned to you on leave in the September, feeling battered⁹, bruised¹⁰ and fragile. We held each other so tight I thought we would burst. I asked you to marry me the very same day and I whooped¹¹ with joy when you looked deep into my eyes and said "yes" to being my bride.

I'm looking at our wedding photo now, the one on our dressing table, next to your jewellery box. I think of how young and innocent we were back then. I remember being on the church steps grinning like a Cheshire cat¹², when you said how dashing and handsome I looked in my uniform. The photo is old and faded now, but when I look at it, I only see the bright vibrant¹³ colors of our youth.

I remember being so over-enjoyed, when a ▶

一生中, 那第一天的情景一直在我的记忆里重现。多少次我坐下来, 追忆那天的点滴, 不断回味那些飞逝的瞬间, 重新体会一见钟情的真爱。令我宽慰的是, 岁月的流逝并没有带走那些感觉, 我知道它们会永远伴随我, 抚慰我的一生。

即使当我在战壕中不由自主地颤抖, 我也不曾忘记你的容颜。我蜷缩在稀泥中, 心惊胆战, 身边是枪林弹雨。我把步枪紧紧地攥在胸前, 再次想起了我们初识的那一天。身旁战火呼啸, 我恐惧得大声呼叫。但是, 一想起你, 仿佛见到你在向我回笑, 我周围的一切似乎沉寂下来, 在这珍贵的瞬间, 我觉得再次与你相聚, 暂时远离了毁灭和死亡。直到我再睁开眼, 周围才又回到了血与火的生死战场。

9月休假回到你身边, 我伤痕累累的心如此脆弱, 言语无法向你表达战火纷飞时我对你的爱有多深。我们只能紧紧拥抱着在一起, 仿佛要把对方挤碎。也就在那天, 面对我的求婚, 你深深凝望着我的眼睛, 答应做我的新娘, 而我欢喜得大喊大叫。

我现在正看着我们的结婚照片, 一直放在梳妆台上的那张, 就在你的首饰盒旁。我想起那时候, 我们多么年轻, 多么纯真。我记得我站在教堂的台阶上, 咧嘴傻笑像只柴郡猫, 你说我穿着制服多么威武、多么英俊。照片已经旧得泛黄了, 但我看到的, 却只有当年青春靓丽的风采。

一年后, 你轻轻地把我的手放到你的腹前, 对着我的耳朵悄悄 ▶

[6级] 6. huddle ['hʌdl] *vt.* 使蜷缩, 使缩成一团

[8级] 7. mortar ['mɔ:tə(r)] *n.* 迫击炮

8. beat down (太阳等) 强烈地照射下来, 文中借指声音

[6级] 9. batter ['bæte(r)] *vt.* 重创, 连续打击

[6级] 10. bruise [bru:z] *vt.* 挫伤, 伤害(感情等)

[7级] 11. whoop [hu:p] *vi.* (激动或欢乐地) 高喊, 高叫

[超纲] 12. Cheshire cat 咧嘴而笑的柴郡猫(源出《艾丽丝漫游奇境记》)

[4级] 13. vibrant ['vʌbrənt] *a.* (光线) 明亮的, (色彩) 鲜明的

year later, you gently held my hand to your waist and whispered in my ear that we were going to be a family.

I know both our children love you dearly; they are outside the door now, waiting.

Do you remember how I panicked¹⁴ like a mad man when Jonathon was born? I can still picture you laughing and smiling at me now, as I clumsily¹⁵ held him for the very first time in my arms. I watched as your laughter faded¹⁶ into tears, as I stared at¹⁷ him and cried my own tears of joy.

Sarah and Tom arrived this morning with little Tessie. Can you remember how we both hugged each other tightly when we saw our tiny granddaughter for the first time?

I know you are tired, my dear, and I must let you go. But I love you so much and it hurts to do so.

I must go now, my darling. Our children are waiting outside. They want to say goodbye to you.

I am sad that you had to leave me, but please don't worry. I am content¹⁸, knowing I will be with you soon. I know it won't be long before we meet again in that small cafe in Hanover Square.

透露这个让我欣喜若狂的好消息：我们就快有宝宝啦。

我知道我们两个孩子都深深地爱着你，他们现在就在门外等候。

你还记得乔纳森出生的时候我那手足无措的慌张样子吗？当我第一次笨拙地把他抱在怀里，我还记得你笑话我的样子。我看着他，我们都情不自禁地迸出了开心的泪花。

今天早晨萨拉和汤姆带着小泰西也赶到了。你还记得吗？第一次看到我们的小孙女，我俩高兴得紧紧拥抱。

我明白，亲爱的，你累了，我应该让你离开。但我是如此地爱你，不忍心放手。

亲爱的，我该走了。孩子们都等在外面，他们要和你道别。

这分离扯碎了我的心，但是请别担心。知道我们相聚之日近在咫尺，我心里暖洋洋的。我知道很快我们就能在汉诺威广场的那间小咖啡馆里重逢的。

(思凡 选摘/王惟震 图)

14. panic[ˈpænik] (-icked; -icking) *vi.* 感到惊慌; 惊慌失措

15. clumsy[ˈklʌmzi] *a.* 手脚不灵活的, 笨拙的; clumsily *ad.*

16. fade[feɪd] *vi.* (声音等) 变微弱; (光等) 变暗淡; 逐渐消失

17. stare[steə(r)] *vi.* (常与 at 搭配) 凝视, 注视, 目不转睛地看

18. content[kənˈtent] *a.* 满意的; 满足的

The Postcard 明信片



这是一篇小说，正所谓：麻雀虽小，五脏俱全。

Dean read the words:

"It's over. Goodbye."

It was a harsh way to end a relationship. Would it change anything if he didn't post it? No. She would still find out eventually. With a sigh, he pushed the card through the letterbox. Being a postman was tough sometimes.

迪安读着下面的文字：

"我们结束了。再见。"

这么终止一段感情，有点太残酷了。如果他不把明信片寄出去，事情会有所不同吗？不会的。她最终还是会察觉的。他叹了一口气，将卡片塞进了邮箱。有时候，邮递员也不好当啊。

(by Sally Quilford / 志远 选译)