

美丽英文
Beautiful English

(第二辑)

终身典藏的美文经典
享用一生的智慧箴言

品读人生

方雪梅 编译

人生如一本厚重的书，
细细品读，
总会碰撞出心灵的火花，
绽放出生命的色彩……

人生是过程，生命是体验，活着是生命的一种形式，创造是对生命的一种诠释。如何在人生的十字路口找对自己的方向，走对自己的路，是摆在每个人面前的一大难题。小文章，大哲理。本书精选了哲学家、文学家、思想家、艺术家们有关人生问题的散文随笔、杂文小品。这些文章既感性，又富哲理，既有成功的欢乐，又有失败的痛苦。真实地展现出人生的一道道风景线，为你揭开成功的面纱。



天津教育出版社
TIANJIN EDUCATION PRESS



美丽英文

第二辑

品读人生
Taste Life of Careful

方雪梅 编译

 天津教育出版社
TIANJIN EDUCATION PRESS



图书在版编目(CIP)数据

品读人生 / 方雪梅编译. —天津: 天津教育出版社, 2007.12

ISBN 978-7-5309-5057-9

I.品… II.方… III.散文-作品集-世界 IV. I16

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 177585 号

品读人生

出版人 肖占鹏

责任编辑 王艳超

装帧设计 飞鸟工作室

作 者 方雪梅 编译

出版发行 天津教育出版社

天津市和平区西康路 35 号

邮政编码 300051

经 销 新华书店

印 刷 北京中印联印务有限公司

版 次 2007 年 12 月第 1 版

印 次 2007 年 12 月第 1 次

规 格 16 开 (720×1000 毫米)

字 数 300 千字

印 张 14

书 号 ISBN 978-7-5309-5057-9

定 价 19.80 元

文学殿堂的瑰宝 人生智慧的结晶

如果你是一名大、中学生，阅读本书可以提高历史和文学素养，开阔视野，陶冶情操。

如果你是一位英语爱好者，阅读本书可以一睹这些杰作的原文风采。

如果你是一位翻译爱好者，阅读本书可以将原文和译文对比推敲，欣赏佳译。

如果你是一名文学爱好者，阅读本书可以从优美的文字中感受自然，体味人生。

责任编辑：王艳超

装帧设计：飞马工作室
装帧设计

美丽英文 Beautiful English

第二辑



感恩的心

本书精选了50余篇有关恩情的小故事，仔细品味其中传达的深深情意，总有一篇文章会触动你的心灵，拨动你心底的情弦，激发你的惻隐之心。让这些犹如明灯的爱情故事，照亮我们前行的道路，开启生命真谛的大门！



感悟父爱 感悟母爱

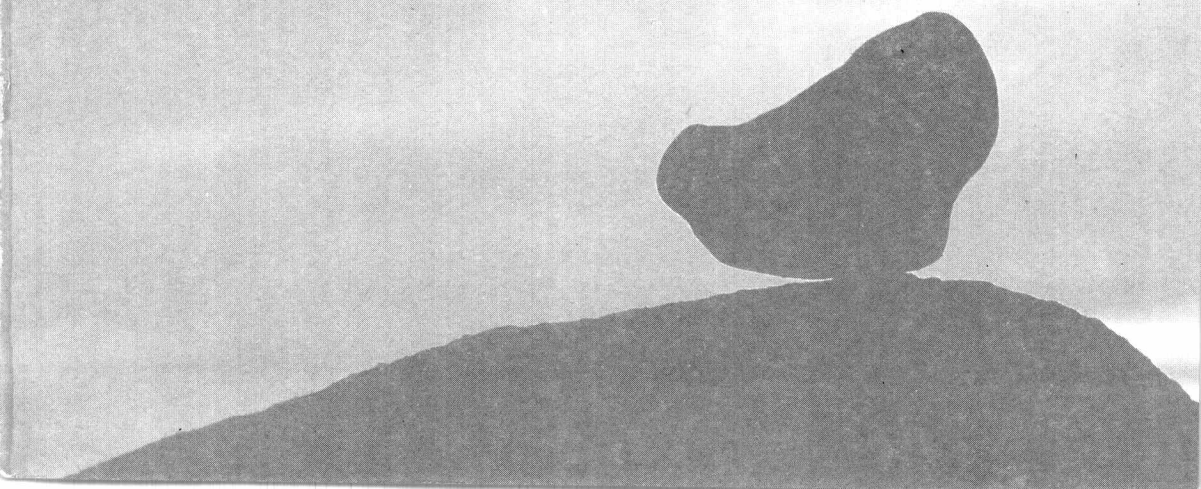
岁月在不经意间从身边划过，在每个匆忙的身影背后，父亲关爱的目光越来越远，母亲熟悉的话语渐渐淡忘，在你身心疲惫的时候，驻足下来，读一读书中的温情故事，你能感受到浓浓的亲情、深深的谢意、还有太多来不及说的话……



简单生活

这是一部简单生活的指南，编者希望通过每一篇文章，每一段文字，每一个字眼，把简单生活的真谛传递给读者。化繁为简，简单就是美，简单就是福。生活简单才能拥有更多的自由，才不会被生活所奴役。过简单生活，虽然放弃了很多，但你会因舍而得，得到的是健康、快乐与自由。

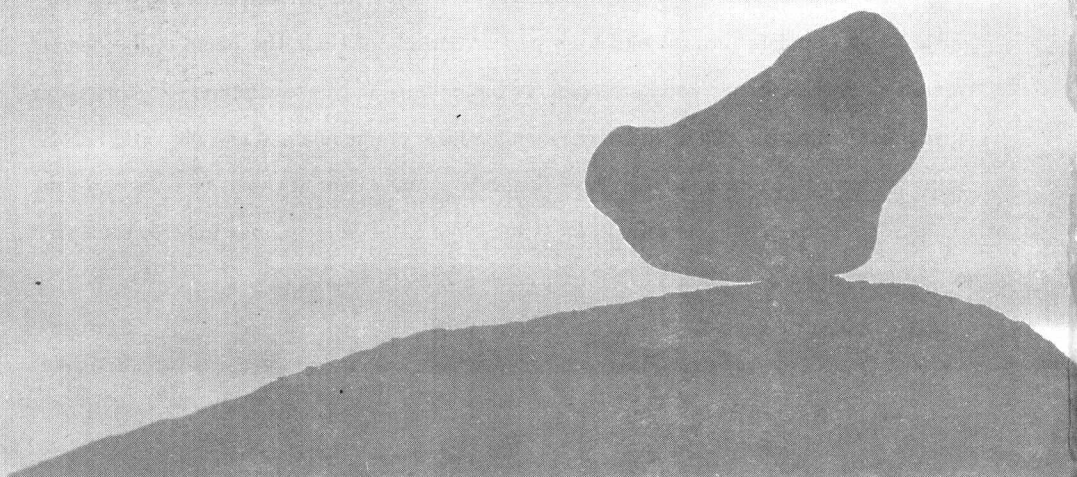
无法控制的激情令人躁动不安,无法抑制的无限悲伤令人起伏不定,焦虑和猜疑令人屡受挫折。在心灵的世界中游刃有余,唯有聪明的人,唯有掌控并净化了思想的人才能做到。



乐观向上地生活，因为那些不曾得到的一切依然召唤着我们朝生命的
巅峰前进，到伟大灵魂生活、呼吸、存在的地方去。生活就应该满怀热情。



一个快乐的人也会成为一位杰出有用的人。他不会束缚自己的思想,也不会片面地看待人和事。他明白这世上有太多痛苦,但生活不能被这些痛苦所掌控。他看到每个地方的人们都满怀喜悦……

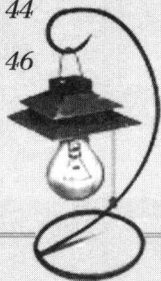


第一卷 探索生命的奥秘

Seeking for the Arcanum in Life

让心中充满阳光	[美]奥里森·马登	2
The Sunshine-Man	Orison Marden	4
思考与性格	[英]詹姆斯·艾伦	6
Thought and Character	James Allen	8
痛苦是错误思想的结果	[英]詹姆斯·艾伦	10
Effect of Wrong Thought Is Suffering	James Allen	13
平 静	[英]詹姆斯·艾伦	16
Serenity	James Allen	18
世界源于你的思想	[英]詹姆斯·艾伦	20
The World a Reflex of Mental States	James Allen	23
心灵的阳光	[美]奥里森·马登	26
Moral Sunshine	Orison Marden	28
心中充满希望	[美]查尔斯·汉尼尔	30
Full of Desires	Charles F. Haanel	33
欢笑的价值	[美]奥里森·马登	36
What Vanderbilt Paid for Twelve Laughs	Orison Marden	39
积极向上	[美]奥里森·马登	42
Live Upward	Orison Marden	44
知识与美德	[英]约翰·亨利·纽曼	46

专注于你的理想,那么它们就会变成现实。





那些克服障碍,劣势和挫折的人才能获得最大的成功。

Knowledge and Virtue

渴望中诞生希望

Faith Consist in Desire

书籍与成功

Books and Success

J. H. Newman 47

[美]查尔斯·汉尼尔 48

Charles F. Haanel 50

[美]奥里森·马登 52

Orison Marden 54

第二卷 扼住命运的咽喉

Fasten the Key Point of Fortune

克服困难

The Conquest of Obstacles

用快乐装点生活

Taking Your Fun Every Day as You Do Your Work

探寻未知的美好

Finding What You Do Not Seek

开辟幸福人生

Methods of Economy

万事开头难

How Did He Begin?

人尽其才

Out of Place

[美]奥里森·马登 58

Orison Marden 60

[美]奥里森·马登 63

Orison Marden 65

[美]奥里森·马登 67

Orison Marden 69

[英]塞缪尔·斯迈尔斯 71

Samuel Smiles 73

[美]奥里森·马登 75

Orison Marden 77

[美]奥里森·马登 79

Orison Marden 81

抓住机遇

Seize Your Opportunity

集中精力就能成功

To Be Great, Concentrate

让注意力为你的人生定位

Concentration Finds the Way

从不幸的经历中汲取教训

The Lesson of Evil

理 想

Ideals

真理是为一切人而设的

Truth Is for Everyone

[美]奥里森·马登 83

Orison Marden 85

[美]奥里森·马登 87

Orison Marden 89

[美]塞隆·Q.迪蒙 91

Theron Q. Dumont 93

[英]詹姆斯·艾伦 95

James Allen 98

[美]塞隆·Q.迪蒙 102

Theron Q. Dumont 104

[印度]罗宾德拉纳德·泰戈尔 106

Rabindranath Tagore 107

第三卷 机会就在你身边

Opportunity Is Right at Your Door

自 由

Freedom

论青春常在之感

On the Feeling of Immortality in Youth

面对人生的十字路口

The Fork in the Road

[美]沃尔特·惠特曼 110

Walter Whitman 111

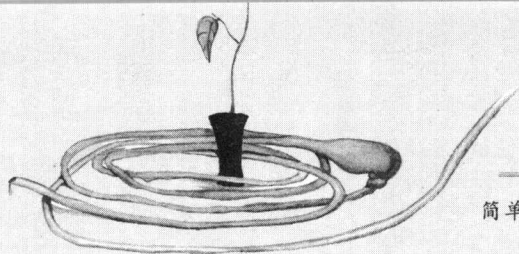
[英]威廉·赫兹里特 112

William Hazlitt 114

[美]佛罗伦萨·斯高伏尔·西恩 116

Florence scovel Shinn 117

灵感是人的一生中最重要的一种能量。



简单的存在就是一件美好的事。

圆	[美]拉尔夫·沃尔多·爱默生	118
Circles	Ralph Waldo Emerson	121
论入睡	[英]约翰·博因顿·普里斯特利	124
On Getting off to Sleep	John Boynton Priestley	127
思想的“守门人”	[美]佛罗伦萨·斯高伏尔·西恩	130
The Watchman at the Gate	Florence Scovel Shinn	132
如果我休息,我就生锈	[美]奥里森·马登	133
If I Rest, I Rust	Orison Marden	134
论 懒 散	[英]塞缪尔·约翰逊	135
On Idleness	Samuel Johnson	137
论人间荣誉之虚渺	[英]丹尼尔·笛福	140
On the Instability of Human Glory	Daniel Defoe	141
三种激情	[英]贝特朗·罗素	142
Three Passions	Bertrand Russell	143
个性的表现	[英]安诺德·贝奈特	144
Expressing One's Individuality	Arnold Bennet	146
论礼貌与教养	[英]乔纳森·斯威夫特	148
A Treatise on Good Manners and Good Breeding	Jonathan Swift	150
论 门	[美]C.D.莫利	152
On Doors	C. D. Morley	154
生活的意义	[奥地利]阿尔弗雷德·阿德勒	157
The Meaning of Life	Alfred Adler	159

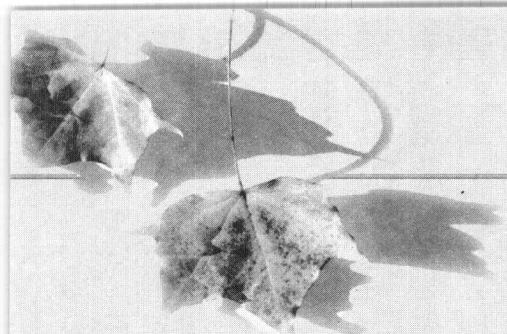
第四卷 透过细节看世界

Seeing the World through Details

写作的乐趣	[英]温斯顿·李安纳德·史宾塞·丘吉尔	162
The Joys of Writing	Winston Leonard Spencer Churchill	165
书 友	[英]塞缪尔·斯迈尔斯	169
Companionship of Books	Samuel Smiles	171
何谓伟大的艺术	[英]约翰·罗斯金	173
A Definition of Greatness in Art	John Ruskin	175
论真理	[英]弗兰西斯·培根	177
On Truth	Francis Bacon	178
论死亡	[英]弗兰西斯·培根	180
On Death	Francis Bacon	182
论结婚与独身	[英]弗兰西斯·培根	184
Of Marriage and Single Life	Francis Bacon	186
论友谊	[英]弗兰西斯·培根	188
Of Friendship	Francis Bacon	190
论 美	[英] 弗兰西斯·培根	193
Of Beauty	Francis Bacon	194
论学习	[英] 弗兰西斯·培根	195
Of Studies	Francis Bacon	196
随 想	[英]约翰·博因顿·普里斯特利	198
Random Thoughts	John Boynton Priestley	200

如果我休息,我就生锈。





朋友即为另一个自己。

工作和娱乐	[英]温斯顿·伦纳塞·斯宾塞·丘吉尔	202
Work and Pleasure	Winston Leonard Spencer Churchill	203
论奢华	[英]奥里弗·哥尔德史密斯	204
On Luxury	Oliver Goldsmith	206
扫帚把上的沉思	[英]乔纳森·斯威夫特	208
A Meditation upon a Broomstick	Jonathan Swift	210
天人合一	[美]拉尔夫·沃尔多·爱默生	212
Nature and Man in One	Ralph Waldo Emerson	213

探索生命的奥秘

Seeking for the Meaning in Life

如果你看到的是疾病，它们就会显现为疾病；如果你看到的是完美，它们必然会显现出完美。『我完整、完美、坚强、强大、充满爱心、和谐并快乐』，这样肯定的说法会让你的状态趋于和谐。原因就是，这样的肯定与真实保持严格的一致，当真实出现，任何形式的错误与不和谐都必将烟消云散。

...ckering with their fa-
...was looking to mine
...ance. He knew more
...ie than anyone, even
...at times. He traveled
...k and so he'd be
...Most people assumed
...a distant relationship
...he was not home
...ten. But we thrived
...his situation because
...ed every night by
...and he made his sup-
...own when he couldn't
...ent. My first true love
...om a party and broke
...rt. He offered little
...ion and this made the
...e called from a par-
...most of my friends
...ckering with their fa-
...was looking to mine
...ance. He knew more
...ie than anyone, even
...at times. He traveled
...rk and so he'd be
...Most people assumed
...a distant relationship
...he was not home
...ten. But we thrived
...his situation because
...ed every night by
...and he made his sup-
...own when he couldn't
...ent. My first true love
...om a party and broke
...rt. He offered little
...ion and this made the
...e called from a party-
...ion and this made the





让心中充满阳光

[美] 奥里森·马登

美国作家詹姆斯·巴克海姆曾这样回忆一个人：“有一个老人十分有趣，每天早晨，他都会乘 8 点 30 分的火车去小镇。我不知道他叫什么，可我是镇上最了解他的人。只要老人进入你的视线，他就会向你传达快乐。老人总是一幅笑意融融的样子，我几乎没有听过他说话，可一旦开口，他的语气肯定十分和蔼、谦逊、慈祥。路过的人都会向老人点头打招呼，甚至陌生人也是一样；老人也向所有人点头回敬，但从未显现出丝毫的做作或不敬之意。在阳光灿烂的日子，他那令人欢快的问候声会使天气愈加明媚；换作是雨天的话，他提到天气时的乐观语气则如同彩虹一样美丽。”

美国医学家惠普尔说：“有些与生俱来的亲切感本身就是一种财富。”有一些人，不管身在何处，阳光都会跟随着他们的步履；这里的阳光意味着对穷人的怜悯、对痛苦者的同情、对不幸者的帮助以及对所有人的仁慈。

每个人都喜欢阳光乐观的人：他的笑脸就是万能的护照，所有的大门都为他开启；他能送走骄傲与妒忌，因为他赋予每一个人好心情；所有家庭像喜欢阳光一样喜欢他。

在自己的回忆录里，英国作家卡莱尔曾关注过苏格兰宗教改革运动领袖爱德华·欧文乐观向上的性格：“他十分沉静、乐观、亲切。他的心灵仿佛镜子一般平滑、清亮，他真心地爱他人，也被他人所爱；欧文的话语在我的耳中就是满怀希望和幸福感的聲音。”

对于废奴先驱威廉·威尔伯福斯，英国著名诗人骚塞曾这样表达自己的敬佩之情：“除了他，我从未见过其他任何人享受精神上永恒的平静和快乐。”

在佛兰德斯期间，英国作家戈德史密斯遇到了一个他所见过的最快乐的人。虽



然日夜不息地埋头干活,他却总是欢歌笑语不断。这个阳光向上的人却是一个奴隶,而且身体残废、面貌丑陋,还戴着镣铐。他很好地解释了那句令我们深省的话——假如看不到光明的一面,就去驱除阴暗的一面吧!

在一次花展上,一个苍白、瘦弱的小女孩儿夺得了第一名。她的家在伦敦东区一个拥挤、阴暗的庭院里;评委问她如何能在这样一个阴暗、缺少光照的地方,培育出如此美丽的花。小女孩的答案是:庭院内只有一缕阳光,每天早上只要太阳出来,她就让花接触这缕阳光,然后随着光线的改变,不断地挪动花盆,这样,花就一整天都在阳光的照射下。

“水、空气和阳光,是最有益于健康的三种能量,而且可以任意索取,触手可及。”沃尔特·惠特曼说,“十二年前,我打算去坎登等待死亡。意想不到的事情发生了,因为每天在乡村里散步,在阳光里沐浴,与鸟儿和松鼠为伴,在水中与鱼儿嬉戏,这一切让我精神焕发。大自然又让我重新拥有了健康。”

“从我照顾病人的所有经验来看,”弗洛伦斯·南丁格尔说,“有人说除了对新鲜空气的需要,病人最需要的是灯光,这种观点是不正确的。在一个密闭的房间里,阴暗对病人伤害最大;他们需要的不只是灯光,更重要的是直接晒太阳。”

太阳促使万物生长,同时也展现着最令人快乐的影响,人们才得以精神焕发、心情愉悦。假如一个人心中拥有阳光,他就会踏上幸福之路:在压力重重时也乐意向前看;就算有片刻沮丧,也不会丧失丝毫的精神力量或希望;不管自己现状如何,都因所拥有的一切而骄傲;就算衣衫褴褛,也感激不已;不但自己快乐,也把快乐传递给他人。



世上有两种人,他们拥有着同样的健康、财富和生活上的享受。然而,一种人快乐,另一种人却烦恼。快乐也是一天,不快乐也是一天,那何不快乐地度过每天呢?只要我们心中充满阳光,快乐就会围绕在我们身边;而你会也犹如温暖的阳光,把快乐播洒给每个人。