

美丽英文

# BEAUTIFUL ENGLISH

体味生活的酸甜苦辣 回归心灵的宁静港湾

Open the Life Door

世事百转千回，盛年浮光掠影，蓦然回首，才发现得到许多，也错过了许多……生活仍在继续，打开大门，会发现更多精彩。

推开生活之门

杨柳青 编译

 天津教育出版社  
TIANJIN EDUCATION PRESS



②美丽英文②

第三辑



# 推开生活之门

OPEN  
The Life Door

杨柳青 编译

★ 天津教育出版社  
TIANJIN EDUCATION PUBLISHING

图书在版编目(CIP)数据

推开生活之门:英汉对照 / 杨柳青编译. —天津: 天津教育出版社, 2008. 7

(美丽英文. 第3辑)

ISBN 978-7-5309-5317-4

I. 推… II. 杨… III. ①英语-汉语-对照读物 ②散文-作品集-世界 IV. H319. 4: I

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 100015 号

推开生活之门

---

出版人 肖占鹏

---

责任编辑 田 昕

---

装帧设计 晨旭光华

---

作 者 杨柳青 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 北京华戈印务有限公司

版 次 2008 年 10 月第 1 版

印 次 2008 年 10 月第 1 次

规 格 16 开 (720×1000 毫米)

字 数 300 千字


印 张 14

---

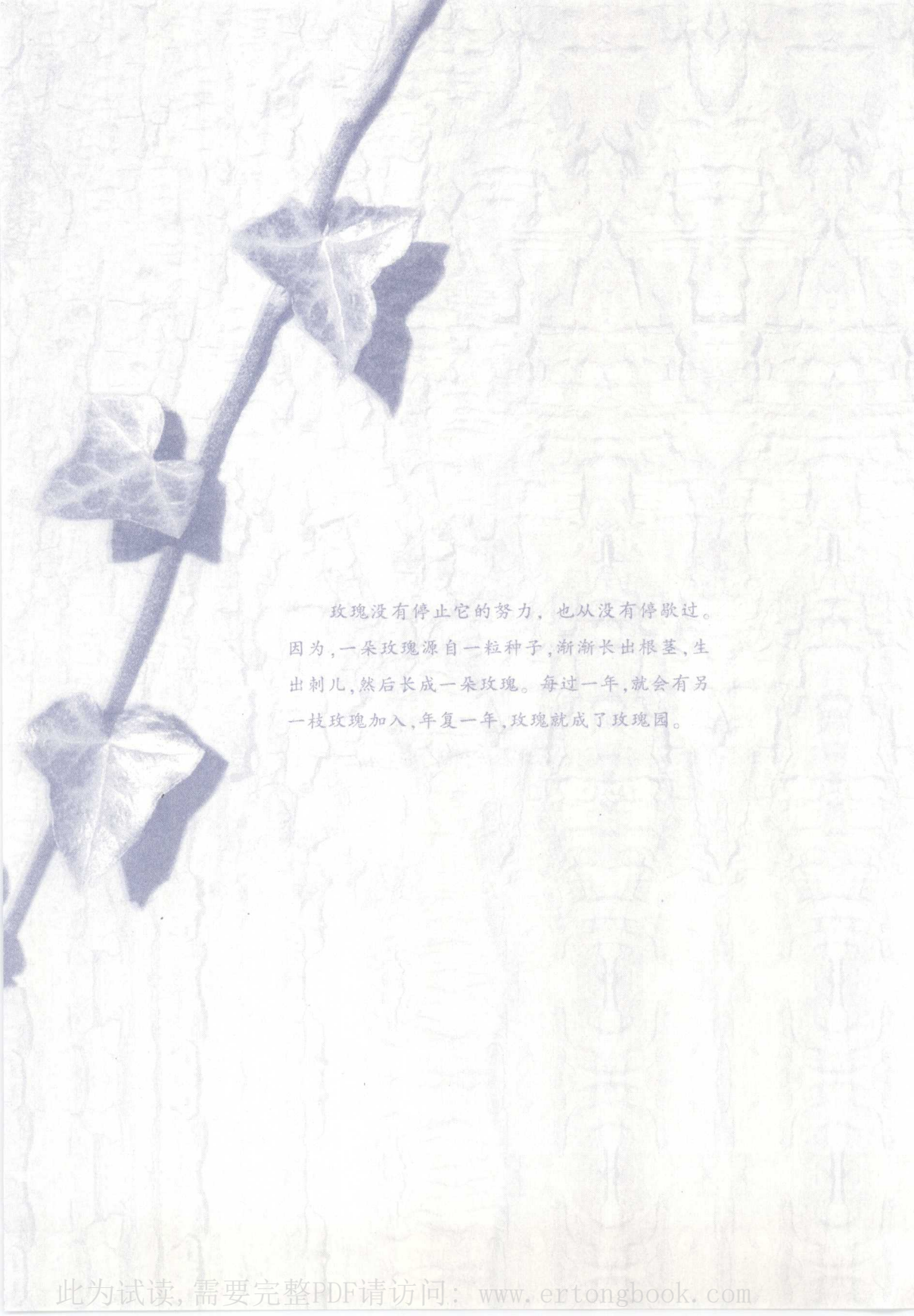
书 号 ISBN 978-7-5309-5317-4

定 价 21.80 元





任何心愿的实现,不论大小,都源于我们心中播撒的种子。那颗种子描绘的是心愿达成时的景象,它也需要我们全身心地来等待这一景象成为事实。生活中的暴风雨只会加强我们的信心,让我们生发新的梦想,改善现有的梦想,或者在必要的时候重新开始。



玫瑰没有停止它的努力，也从没有停歇过。  
因为，一朵玫瑰源自一粒种子，渐渐长出根茎，生  
出刺儿，然后长成一朵玫瑰。每过一年，就会有另  
一枝玫瑰加入，年复一年，玫瑰就成了玫瑰园。



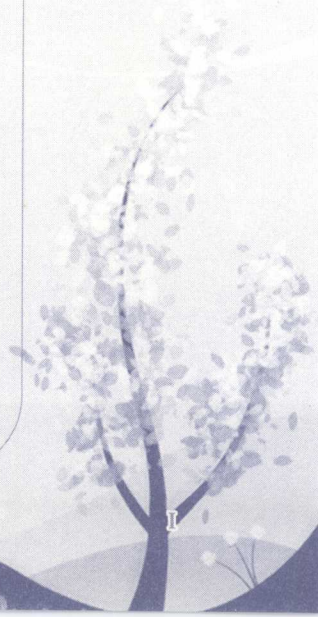
## 第一卷 生活是一场测试

### *Life Is a Test*

生活是一场测试	2
Life Is a Test	3
幸 福	4
Happiness	5
梦想构造生活	6
Dreams Are the Stuff Life Is Made of	8
怎样在书上写批注	10
To Mark a Book	12
怎样找时间	14
How to Find Time	16
交友论	18
On Friendship	20
学会摆脱自负	22
Learning to Get Out of the Way	24
匆忙的蝴蝶	26
A Rushed Butterfly	27
如何找出时间阅读	29
How to Find Time to Read	32
金色的水果	36
Golden Fruit	37
率性而为	39
Follow Your Bliss	40

## 目 录

### Contents



盐一样的智慧	41
Salted Wisdom	42
最后一座山	43
The Last Hill	46
为师之道	49
What Makes a Teacher	50

## 第二卷 你是生命最强音

### *You Can Speak Louder than Anything*

奉献是支付租金	52
Paying the Rent of Service	54
健康	56
Health	58
聚焦快乐	60
Focus on the Joy	62
努力奋斗	64
Make Efforts	65
甜美的九月	66
Sweet September	69
婚姻、爱与自由	72
Marriage, Love and Freedom	74
品味现在	76



# 目 录

## Contents

Relish the Moment	77
你是生命最强音	79
You Can Speak Louder than Anything	80
美妙感觉	82
The Good Feeling	84
生命的过客	86
A Little Piece of Me	87
新年沉思	89
Thoughts for a New Year	90
自由思想与心灵的作用	91
Free Minds and Hearts at Work	93
交友的唯一方式	95
The Only Way to Make a Friend	97
笑吧,老师们,笑吧	99
Laugh, Teacher, Laugh	101

### 第三卷 在黑暗中打个盹

#### *Faced with Dminous Darkness*

一只翅膀和一次极渺茫的成功希望	104
A Wing and a Prayer	106
平和心态	108
To Be a Peaceful Person	109



# 目 录

## Contents

两诫足矣	110
Two Commandments Are Enough	112
在海的边缘	114
At the Edge of the Sea	116
谈读书	118
On Reading	121
玫瑰人生路	125
The Rose	127
时间的价值	129
The Value of Time	130
积极带来的影响	131
Positivity Makes a Difference	132
在黑暗中打个盹	134
Faced with Ominous Darkness	135
第一场雪	137
First Snow	139
真爱的几种含义	141
Some Meanings of Authentic Love	143
洒下种子——期盼收获	145
Sow the Seed—See the Harvest	146
论礼貌与教养	147
A Treatise on Good Manners and Good Breeding	149
出奇制胜	151
Catch up with Your Good	152

## 第四卷 以积极的思想武装头脑

### *Mental Control through Ceation*

不做有才华的穷人	154
Don't Work for Money	156
问好日	158
Hello Day	160
玩牌游戏	162
A Game of Cards	164
爱	166
Love	168
承受生命之轻	170
Answering Life's Most Difficult Question	172
论丢失	174
On Losing Things	175
集中精神可使你提高记忆力	176
Concentrate So You Will Not Forget	178
吉布斯医生	180
Dr. Gibbs	182
翅膀断了,我心飞翔	184
Broken Wings, Flying Heart	185
论作伪与掩饰	187
Of Simulation and Dissimulation	190





# 目 录

## Contents

情感的作用	193
Effects of Emotion	194
人生的五个球	196
Good Thoughts to Keep in Mind	197
就为了今天	199
Just for Today	200
以积极的思想武装头脑	201
Mental Control through Creation	203
要养成勤俭持家的好习惯	205
Habits of Thrift	208
论招人厌烦的人	211
On Being a Bore	213

# 生活是一场测试

## *Life Is a Test*

当你把生活和生活中的许多挑战当作一场测试，或者一场接一场的测试时，你就会把碰到的每个问题当作一次成长的机会，一个更多地了解生活的机会。无论你是否被诸多问题、责任，甚至无法无法克服的困难所攻击，只要把这一切当作一场测试，你总会有机会赢得胜利。





# 生活是一场测试

佚名

我最喜欢的一张海报上写着：“生活是一场测试，只是一场测试。假如懂得把现实生活当成一场测试，你早就知道自己的方向和目标了。”每当这条富有幽默感的至理名言浮现在脑海中时，它便会提醒我要严肃地对待生命。

当你把生活和生活中的许多挑战当作一场测试，或者一场接一场的测试时，你就会把碰到的每个问题当作一次成长的机会，一个更多地了解生活的机会。无论你是否被诸多的问题、责任，甚至无法克服的困难所攻击，只要把这一切当作一场测试，你总会有机会赢得胜利，也就是说你能够超越这些挑战。相反，如果你每次都把面临的新问题当作一场为了生存而必须取胜的严肃战斗，你就很可能踏上一段坎坷的旅程。只有当一切都顺利的时候，你才会拥有快乐的时光。我们每个人都应该明白，这种事情发生的几率有多小。

作为一场测试，你要看看自己是否能够把这个想法运用到你不得不应付的事情上。或许，父母给了你很大的压力，老板对你要求苛刻。看看你能否把面临的事情，从“一个问题”重新定义为“一场测试”。与其同你的问题进行抗争，倒不如看看你能从中学到什么。问问自己：“这为什么成了我生活中的问题？这意味着什么？如何才能超越它？我能否从不同的角度看待这个问题？我能否把它看成一场测试？”

如果尝试一下这种策略，你会对自己反应的变化感到惊讶。你就会变得更能实事求是地接受这一切。



心灵小语

生活中总会有各种挑战迎接着我们。只要我们把它看成是一场测试，举起手中沉着、冷静、智慧和学问这些武器，就没有什么困难是战胜不了的。

# Life Is a Test

*Anonymous*

One of my favorite posters says, "Life is a test. It is only a test. Had this been a real life you would have been instructed where to go and what to do." Whenever I think of this humorous bit of wisdom, it reminds me not to take my life so seriously.

When you look at life and its many challenges as a test, or series of tests, you begin to see each issue you face as an opportunity to grow, a chance to discover more about life. Whether you are being bombarded with problems, responsibilities, even insurmountable difficulties, when looked at as a test, you always have a chance to succeed, in the sense of rising above that which is challenging you. If on the other hand, you see each new issue you face as a serious battle that must be won in order to survive, you are probably in for a very rocky journey. The only time you are likely to be happy is when everything is working out just right. And we all know how often that happens.

As an experiment, see if you can apply this idea to something you are forced to deal with. Perhaps you have much pressure from your parents or you have a demanding boss. See if you can redefine the issue, you face from being a "problem" to being a test. Rather than struggling with your issue see if there is something you can learn from it. Ask yourself, "Why is this an issue, in my life? What would it mean and what would be involved to rise above it? Could I possibly look at this issue any differently? Can I see it as a test of some kind?"

If you give this strategy a try you may be surprised at your changed responses. It will become far more acceptable to you to accept things as they are.







# 幸福

佚名

西方有一句广为流传的谚语：“如果你想要几个小时的幸福，那就去喝酒；如果你想要三年的幸福，那就去结婚；如果你想要一生的幸福，那去做园艺工作。”据说这句谚语源于古老的中国。人们对于最后一种选择是这样解释的：“园艺工作不仅实用，而且有助于让你与自然合为一体，从而改善你的健康状况，每天给你带来全新的快乐。”

我曾读过美国一所大学发表的一篇研究报告，它是这样定义“幸福”的：让人觉得舒适、心情畅快。具体说来，一个人对自己的生活感到有意义、满意和舒适的积极状态就是幸福。幸福不是短暂的，而应该是一种持续的状态。

许多人认为，最大的幸福莫过于处于空闲的状态。然而，一项调查显示，有大量空闲时间的人是感受不到幸福的，忙于工作的人才能享受到幸福，尤其是那些几乎没有闲暇时间的、在工作中忙碌的人们。获得并不是幸福，对所追求事物的渴望才是幸福。对于已经拥有的东西，人们常常不懂得珍惜，却渴望那些无法得到的东西。有些男人就是如此，他们不肯静下心来对待陪伴在身旁的女人，却痴迷于无数个梦中情人的幻想中。

幸福是一种对已经拥有事物和渴望拥有事物的平衡游戏，也就是梦想和实现梦想的可能性。一项研究表明：幸福的人是既能够树立高远的目标，又不会忘记实际情况的人；幸福的人是认为自己的能力和潜能富有挑战性的人；幸福的人是因自己的成就和社会的认可而感到自豪的人。幸福的人是自尊、自信的人，他认可自己，并且热爱自由。幸福的人善于社交，并且能够从与其他人进行的广泛交流中得到乐趣；幸福的人热心助人，并且愿意接受别人的帮助。幸福的人能够承受痛苦和挫折，并且善于从日常琐事中得到乐趣。幸福的人是拥有爱心、并富于热情的人。



# Happiness

*Anonymous*

A proverb allegedly from ancient China was widely spread in the West: "If you want to be happy for a few hours, go to get drunk; If you want the happiness to last three years, get married; if you want a lifetime happiness, take up gardening." The reason for the last option is this: Gardening is not only useful, it helps you to identify yourself with nature, and thus brings you new joy each day besides improving your health.

A research of a US university that I've read gives a definition of happiness as what makes a person feel comfortably pleased. To put it specifically, happiness is an active state of mind where one thinks one's life is meaningful, satisfactory and comfortable. This should be something lasting rather than transitory.

Lots of people regard it the happiest to be at leisure. But according to a study, it is not a person with plenty of leisure but one at work that feels happy, especially those busy with work having little time for leisure. Happiness does not spell gains one is after but a desire to harvest what one is seeking for. People often do not cherish what they already have but yearn for what they cannot get. That is somewhat like a man indulging in fond dreams of numerous lovers while reluctant to settle down with the woman beside him.

Happiness is a game balancing between two ends—what one has and what one wishes for, i. e. one's dream and the possibility to realize it. The study comes to this conclusion: A happy man is one who aims high but never forgets his actual situation: one who meets challenges that tap his ability and potentiality; one who is proud of his achievements and the recognition given to him. He has self-respect and self-confidence; treasures his own identity and loves freedom. He is sociable and enjoys widerange communication with others; he is helpful and ready to accept assistance. He knows he is able to endure sufferings and frustrations he is sensible enough to get fun from daily chores. He is a man capable of love and passion.





# 梦想构造生活

卡洛·卡洛

我相信自己是一个幸运的人。

我的一生生活平稳，毫无波澜。我从未经历过经济或情感危机，但我拥有的一切并不是依靠溺爱、遗产或特权，而是通过自身努力工作得来的。

生活中的我从不滥走极端，始终认为工人就应当工作，商人就应当获利，艺术家就应当获取报酬。

正因如此，我讨价还价的能力没有丝毫长进，所以我从不试图过分吹嘘自己。尽管我知道自己的酬劳少于实际应得的，但我仍会继续工作。我发现，这样一来，我从未因害怕失业而做出任何违背原则的事。

的确，像我这种在精神、身体、情感与经济上都如此幸运的人，少不了很多人曾给予的帮助。有些帮助是刻意的，但大多数则是偶然为之，尽管如此，我依然认为必须报答他们。这并不是说我为同胞们奉献出了自己的一生，我也不是那样的人。但我觉得应该尽自己所能去帮助他人，就像别人帮助我一样。

我认为，现在所说的这些正是我信仰中的一部分。即使很难，但为了自身利益，每个人都应将生活的信仰缩减至 600 字，并将其与他所享有的东西作比较——不比拥有的房产、金钱和物品，而是比爱、健康、幸福与欢笑。

我不相信，今生的生活方式会在来世遭到报应。生活与奖赏……生活与惩罚——对我而言，是同一回事。这就是我的信仰，与之紧紧相连的，是我坚信上帝创造并操纵着这个世界，使“任何人都不是独立的孤岛……”某一个人的欺诈会破坏所有人的正直。无论何处的道德沦丧了，都会使整个社会的道德变质。我认为，只有诚实与道德才拥有真正的精神价值。

我相信，永远不应嘲笑对构建拥有诚实与道德的社会的期望。最理想化的梦想