



03 勇 | 气 | 卷

Beautiful English
Enjoy the Loneliness Alone
一个人,也能有好时光

美丽 英文

詹少晶 | 冯铃之 · 编译
ZHANSHAOJING&FENGLINGZHI WORKS

· 升级版 ·
· 大全集 ·

- 800个拓展知识
- 1000篇权威美文
- 2000句经典语录
- 3000个重点词汇

即使一个人,也要勇敢地前行;
即使一路跌跌撞撞,也要寻找那最美的情境;
好好爱自己,享受生活,而后发自内心地微笑。

学英文单词·读精品文章·诵名言佳句

一个人的好时光——

- 站在青春的起点，抬头仰望 | P002
- 镌刻成长的印记，记忆永恒 | P054
- 和自己谈场恋爱，寂寞也美 | P112
- 踏上梦想的舞台，书写精彩 | P162
- 倾听内心的声音，发现幸福 | P230
- 走向最美的旅程，飘逸而行 | P284

【升级版·大全集】



激励卷·旅行卷·**勇气卷**

童年卷·自然卷·书信卷

情感卷·解压卷·名人卷

成长卷·文化卷·名著卷

追梦卷·故事卷·幽默卷

策 划：紫云文心·魁文馆

策划者邮箱：youngbook@tom.com

责任编辑：张桂玲

版式设计：张文艺

封面设计：**浪殿** EastDesign Studio
13660231 40-07670224

美丽英文

一个人，也能有好时光

最好的情景是，爱自己、享受生活、发自内心地微笑



一个人的人生旅途不一定始终是美好的，但是那些挣扎可以让你变得更加坚强，那些改变可以让你变得更有智慧。这里是关于自信、乐观、成长的宣言，这里有篇篇勇敢、美丽、动人的故事……希望本书可以带给你沁入心田的阳光力量，让每一天都变成你最美的拥有。

- **内容经典、主题分明：**强大的作家阵容、精辟的名篇佳作，主题划分清晰明了、章节叙述丝丝入扣。
- **类型全面、学习性强：**涵盖人文风情、旅途见闻、美食渊源、动人邂逅等，在感人美文中共记英文单词、诵名言佳句、读文化背景。
- **形式新颖、享受阅读：**左右开双语对照、双色阅读；每一篇美文，都是一次成长的机会；每一句名言，都是一场意外的相遇。

365天享受阅读，
与你一路成长。

上架建议：畅销·双语读物

ISBN 978-7-5143-1885-2



9 787514 318852 >

定价：26.80元

美丽 英文

Beautiful English
Enjoy the Loneliness Alone
一个人，也能有好时光

詹少晶 | 冯铃之 · 编译
ZHANSHAOJING&FENGLINGZHI WORKS



中国出版集团



现代出版社

图书在版编目(CIP)数据

美丽英文：一个人，也能有好时光：英汉对照 / 詹少晶，冯铃之编译. —北京：现代出版社，2013.11

(美丽英文)

ISBN 978-7-5143-1885-2

I. ①一… II. ①詹… ②冯… III. ①英语—汉语—对照读物
IV. ①H319.4

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第 251535 号

作 者 詹少晶 冯铃之
责任编辑 张桂玲
出版发行 现代出版社
通讯地址 北京市安定门外安华里 504 号
邮政编码 100011
电 话 010-64267325 64245264 (传真)
网 址 www.xdcbs.com
电子邮箱 xiandai@cnpitc.com.cn
印 刷 北京中印联印务有限公司
开 本 889mm × 1194mm 1/32
印 张 11
版 次 2014 年 2 月第 1 版 2014 年 2 月第 1 次印刷
书 号 ISBN 978-7-5143-1885-2
定 价 26.80 元

版权所有，翻印必究；未经许可，不得转载

美丽英文

Enjoy the Loneliness Alone

一个人，也能有好时光



一个人的人生旅途不一定始终是美好的，但是那些挣扎可以让你变得更加坚强，那些改变可以让你变得更有智慧。

未选择的路

The Road Not Taken

© Robert Frost

Two roads diverged in a yellow wood,
And sorry I could not travel both
And be one traveler, long I stood
And looked down one as far as I could
To where it bent in the undergrowth;

Then took the other, as just as fair,
And having perhaps the better claim,
Because it was grassy and wanted wear;
Though as for that the passing there
Had worn them really about the same,

And both that morning equally lay
In leaves no step had trodden black.
Oh, I kept the first for another day!
Yet knowing how way leads on to way,
I doubted if I should ever come back.

美丽语录

I don't regret the things I've done, I regret the things I didn't do when I had the chance.

我不为做过的事而懊悔。我只是遗憾，有些事，有机会却没有去做。

黄色的树林里分出两条路
可惜我无法同时走过
独自旅行，我久久伫立于路口
我向着一路极目望去
直到它消失在丛林深处

可我选择了另外一条路
它荒草丛生，寂静悠远
显得更美丽诱人
虽然这两条路上
都很少留下旅人的足迹

那天清晨，落叶飘满地
但两条路上都未见脚印
噢！另一条路，改日再见
我深知道路绵延无尽头
恐怕我难以重返

I shall be telling this with a sigh
Somewhere ages and ages hence:
Two roads diverged in a wood, and I—
I took the one less traveled by,
And that has made all the difference.

我想我会在多年以后
一边叹息，一边回忆
树林里分出两条路——
我选了人迹罕至的那条
从此有了不同的人生

目录 | CONTENTS



Chapter 1

From the Beginning of Youth

站在青春的起点，抬头仰望

The Beginning / 002

Man's Youth / 004

Youth / 008

Growing in the Middle Ground / 014

The Fork in the Road / 018

The Uncertainty Principle / 022

Life as Chopsticks / 026

We'e Just Beginning / 032

The Two Roads / 034

On the Feeling of Immortality in Youth / 038

Always Changing / 042



Chapter 2

Footprint of Our Adnascent Years

镌刻成长的印记，记忆永恒

Flying Youth / 050

A Lesson of Life / 054

- 起点 / 002
- 青春物语 / 004
- 年轻人 / 008
- 在探索中成长 / 014
- 面对人生的十字路口 / 018
- 生活的不确定性 / 022
- 人生如筷 / 026
- 从零开始 / 032
- 两条路 / 034
- 有感于青春常在 / 038
- 人生处处是转角 / 042
-
- 转眼青春的散场 / 050
- 生活的一课 / 054

- The Boy Under the Tree / 058
- Brush Past the Death / 064
- Growing Roots / 070
- Let the Candle Relight / 074
- Sometimes Happiness Requires Nail Holes in Life / 078
- My Motivation / 084
- An Encounter / 088
- Left Behind / 094
- Good Memories—the Gift That Keeps on Giving / 100



Fall in Love With Yourself

和自己谈场恋爱，寂寞也美

- To Love Oneself Is the Beginning / 106
- The Gift of Possibility / 110
- Think About This / 114
- The 10 Essential Habits of Positive People / 118
- How to Love Yourself, Even if No One Else Does / 126
- 10 Ways to Cheer Up / 132
- Yoga for Lowering Stress / 136
- How to Fall in Love With Yourself / 142
- How to Stay Young / 146
- Relax, Smile, and Create / 150
- Loneliness / 154

- 树下的男孩 / 058
- 与死神擦肩而过 / 064
- 成长的树根 / 070
- 别让蜡烛熄灭 / 074
- 记忆留痕 / 078
- 我的动力 / 084
- 一次难忘的邂逅 / 088
- 遗留在时光背后的思念 / 094
- 美好的记忆——永恒的礼物 / 100
-
- 爱自己是一场毕生浪漫的开始 / 106
- 送给自己的圣诞礼物 / 110
- 十五句最暖心的话 / 114
- 乐观人群的十个好习惯 / 118
- 怎样爱自己，即使没人爱 / 126
- 郁闷时让自己振作的十种方法 / 132
- 开心玩瑜伽，减压好方法 / 136
- 和自己谈场恋爱 / 142
- 让青春常驻 / 146
- 放松，微笑，创造 / 150
- 寂寞也美 / 154



Chapter 4

Come On the Stage of Dreams

踏上梦想的舞台，书写精彩

- The Shoe Tacks / 160
- Everybody Has a Dream / 164
- Youth and Age / 170
- Make a Plan and Make It Work / 174
- A Time to Awake / 178
- Make It Come True / 182
- Young People Should Have Ideals / 186
- I Will Persist Until I Succeed / 190
- It's Never Too Late for Success / 196
- From Dreamers to Doers / 204
- Advice to Youth / 210



Chapter 5

Listen to Your Inner Voice

倾听内心的声音，发现幸福

- A Morning Wish / 218
- The Trees Outside My Window / 220
- The Mirror / 224
- Growth That Starts From Thinking / 228
- What I Have Lived for / 232
- The Instant Beauty / 236

- 鞋钉 / 160
- 每个人都有梦想 / 164
- 年轻与年老 / 170
- 让计划动起来 / 174
- 觉醒时分 / 178
- 梦想照进现实 / 182
- 年轻人应该有理想 / 186
- 坚持不懈，勇往直前 / 190
- 成功之路，永不言迟 / 196
- 与其做梦，不如行动 / 204
- 马克·吐温致青年人的忠告 / 210
-
- 清晨许愿 / 218
- 窗外的风景 / 220
- 镜子的人生哲理 / 224
- 在思考中成长 / 228
- 我为什么而活 / 232
- 瞬间之美 / 236