

He was 11 years old and went fishing every chance he got from the dock at his family's cabin on an island in the middle of a New Hampshire lake. □ On the day before the bass season opened, he and his father went fishing early in the evening. They caught sunfish and perch, but none of the boys' size. The boys waited on in silence. The moon rose over the water and caused silver ripples in the sunset. The silver ripples as the moon rose over the lake. When his pole didn't have a fish on it, he knew he was out of luck. He had never worked so hard in his life. He was very gingerly lifting the exhausted fish from the water. It was the largest one he had ever seen, but it was a bass. □ The boy and his father looked at the handsome fish, gills playing back and forth in the moonlight. The father lit a pipe and the boy held his breath for the next hours before the season opened.

英语角色阅读系列
OUR MIRACLE WORLD SERIES

主编 李健儿

阅读

族

MIRACLES: BEYOND CAREERS

展现角色平凡的精彩

创造生活非凡的价值

倪淦英 编译

上海科学技术出版社

英语角色阅读系列

Our Miracle World Series

主编 李健儿

上班族阅读

Miracles: Beyond Careers

倪淦英 编译

上海科学技术出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

上班族阅读 / 李健儿, 倪淦英编译. —上海: 上海科学技术出版社, 2006. 9

(英语角色阅读系列)

ISBN 7-5323-8444-6

I. 上... II. ①李... ②倪... III. 英语—语言读物
IV. H319. 4

中国版本图书馆CIP数据核字 (2006) 第032947号

上海世纪出版股份有限公司
上海科学技术出版社 出版、发行

(上海钦州南路71号 邮政编码 200235)

新华书店上海发行所经销

上海市印刷十厂有限公司印刷

开本 787×1092 1/32 印张 7

字数: 80 000

2006年9月第1版

2006年9月第1次印刷

定价: 12.80元

本书如有缺页、错装或坏损等严重质量问题,
请向工厂联系调换

 前 言

四五年前，我有幸陪同上海外国语大学一位著名的语言学大家去浙江讲学。他已年届古稀，但身体很好，与年轻人一起登山，尽管速度慢些，但所到达的高度却毫不逊色。他记忆力惊人，两三小时的讲座不用片言只语的提纲，折扇一摇，娓娓道来：讲述语言学的理论与应用，构思严谨，引经据典，深入浅出，让人觉得如同在听说书一般，兴趣盎然。来回的列车上，车厢的空调开得很足，与车外的盛夏酷暑形成强烈反差，我生怕老先生休息时着凉，但事实证明我纯属多虑。我不由好奇地跟这位大家请教健身之道：问是否锻炼，答曰从不刻意锻炼；问是否打太极拳，答曰太极拳太慢没兴趣；问是否常走路去学校，答曰都骑自行车。我不由啧啧称奇，难解要领。直到近日，我与几位博士生朋友闲聊，听说老先生仍然身体很好，而他告诉学生说，他身体好的秘诀是：读书！

读书能增长知识，陶冶情操。把读书当作一种乐趣，感受其中的愉悦，无疑有益于身心健康。但说读书有强身健体的妙用，如此高深的境界，或许是老先生独特的感悟吧。

在此，笔者无意去考证“读书强身健体论”的科学性和可操作性，只想借此事例说明一种感受：读书之乐趣，不言自明；读书之妙处，难以尽数。

培根“论读书”的一翻宏论，可谓千古绝唱：将读

书所包含的哲理和精妙之处，用他那生花的妙笔，生动形象地展示给了世人。或许，培根大师在写那篇宏论时肯定意想不到，几百年后，古老的东方大国居然有那么多人对他的祖国语言如此“痴迷”。英语读物在当今的中国图书市场铺天盖地，令人目不暇接，就算请大师帮忙选择读什么书，恐怕也会身陷迷宫，难以决断。不过，我想大师毕竟是大师，他一定很快就能认定：读什么书，人们各有各的兴趣，各有各的需求。因此，选择读什么书，首要的决定因素是自己的兴趣和实际需要，而兴趣和需要又跟每人所充当的社会角色密切相关。

站在读者的角度，设身处地地去揣摩不同社会角色的阅读兴趣和需求，让他们在阅读中感受各自的快乐和收获，是编译这套“英语角色阅读丛书”的基本出发点。而这一选题所包含的智慧之光，是上海科学技术出版社的编辑周勇剑先生发出的。从开始策划到项目完成，历时两年多，编译者一直努力争取把书稿尽量做得好一些。勇剑先生尽管不是外语专业出身，但从策划到选材，到翻译，到定稿，提出了许多令人叹服的专业性意见，表现出了很高的业务水平。

本套丛书首批共有四册，即《男生阅读》、《女生阅读》、《上班族阅读》和《父母阅读》。编者确定的选材标准是：(1)明确定位，突出主体，以角色兴趣和需求为主导；(2)体裁多样，主题积极，在“情感”和“理性”方面有明显亮点；(3)篇幅适中，难易适度，适合中高级程度的读者阅读；(4)每册书按照各自的内涵和特

点，分为四个板块。此外，书中还提供了一些精选的时尚、实用的生活小贴士，为阅读解乏，给生活添彩。

各分册编译者根据这些标准选材、翻译、注释，并添加小贴士。丛书主编承担选文审定和译文审订工作。

《男生阅读》的第一部分突出师生之情、父子之情、兄弟之情等，追忆悠悠往事；第二部分抒发内心情感、忧愁烦闷，激发读者的共鸣；第三部分讲述先贤轶事、成功之道，意在汲取前人经验教训，以图自我完善；第四部分重在陶冶情操，升华灵魂，领悟真善美之至高境界。这些选文或令人潸然泪下、长叹不已，或让人满腔热情、意气风发，或引人低头沉思、发人深省。

女孩，上帝的宠儿：窈窕身姿，浅笑低吟，无不令人神往。《女生阅读》四个部分展现了一个多彩、美丽、多情和魅力无穷的女性世界：“青葱岁月，心路历程”娓娓道出女孩成长的内心感受，告诉你每个女性都有其迷人的魅力，而缺乏的或许是我们发现美的眼睛；“开拓奋进，不让须眉”让你领略成功女性独特的美和智慧，因为自强也是一种美丽；“千千情结，万般滋味”展示了女性悱恻缠绵的友情、爱情和亲情，让女性的宽广胸怀显露无遗；而最后的“点滴感悟，且品且悟”，则带你体验因经历而成熟的女性风采，让你感受到心灵和哲思的馨香。

《上班族阅读》第一部分“行家指路，点石成金”讲述面试时的薪水谈判、办公室人际关系处理等实用技巧；第二部分“职场进退，应对自如”用叙述性故事来

解析工作中的进退得失，学会“能上能下”、“适时跳槽”等，以应对工作环境的实际遭遇；第三部分“苦乐甘甜，工作真谛”以经典散文为主，阐述工作的意义和价值，引人深思；第四部分“超越职业，感悟生命”以哲理性故事为主，突出积极乐观、坚持不懈、自信自强的态度是职业成功、生活圆满的关键，给读者以启迪和鼓舞。

《父母阅读》分为“夫妻和美，引龙添凤”、“怜爱呵护，训导有方”、“聪慧伶俐，学海冲浪”和“家和业兴，智慧人生”四个部分。从初为父母的角色转变、舐犊之情，到感受抚育甘苦、童幼趣事，到子女教育、性格培养，到和满幸福、其乐融融的家庭生活，书中绘制了一幅年轻父母所关心的问题的全景美图。

其实，面对生活，只要我们用心、努力，每个人都能以自己平凡的角色为之添色加彩，并创造出美妙的奇迹。

最后，就让我们坐定凝神，翻开属于你自己的阅读世界，从中体验收获、感受快乐吧！当然，要是还能像上海外国语大学那位语言学大家一样，领悟到强身健体之功效，那自然再好不过。而且如果真能如此，那“书中自有黄金屋、书中自有颜如玉”的古训，从此得加上一句“书中自有健身房”了，岂不美哉？！

当然，编译这种类型的读物，我们也是一种尝试，谬误之处，还请方家不吝赐教。

编者

于上海外国语大学

2006年6月

目 录

行家指路 点石成金

-
- 2 Job First-timers *Irene Krechowicka*
职场新人 艾琳·克雷赫欧维卡
- 8 Four Minutes That Get You Hired
四分钟顺利过关 佚名
- 20 Making the Most of Your First 60 Days at Work
Cheryl Dahle
充分利用入职 60 天 谢丽尔·黛尔
- 28 The Salary Tango *Elizabeth Krieger*
薪水“探戈” 伊丽莎白·克里格
- 36 Know Your Friends and Foes in the Office
Calvin Bruce
认清办公室里的朋友和敌人 加尔文·布鲁斯
- 44 Jobless: The First 72 Hours *Hope Dlugozima*
失业：最初 72 小时 霍普·德卢格施玛
- 50 New Economy Dressing for Success
着装新概念 佚名
- 58 The Road to Success *Andrew Carnegie*
成功之道 安德鲁·卡内基
- 职场进退 应对自如
-
- 66 Should You Return to a Former Employer?
Eileen Gunn

- 你该吃回头草吗? 艾琳·冈恩
- 76 Knowing When to Move On *Daniel J. Bauer*
适时跳槽 丹尼尔·J. 鲍尔
- 84 Learning to Live with Less *Peter Ling*
学会能上能下 彼得·凌
- 92 Would You Like to Work at Home?
Harriet Webster
你想在家上班吗? 哈里特·韦伯斯特
- 102 Escaping the Daily Grind for Life as a House
Father *Rick Greenberg*
脱离辛苦职场, 做个全职爸爸
里克·格林布格
- 114 Room for the Future
未来大有可为 佚名
- 苦乐酸甜 工作真谛
- 122 Why People Work
工作的理由 佚名
- 130 Work, Labour, and Play *Wystan Hugh Auden*
工作、劳动及娱乐 威斯坦·休·奥登
- 136 The Value of Time *Robert William Service*
时间的价值 罗伯特·威廉·塞维斯
- 142 The Cult of Busyness *Barbara Ehrenreich*
崇拜忙碌 芭芭拉·埃伦赖希
- 152 The Tomorrow Trap *Sue Shellenbarger*
明天的陷阱 苏·希伦贝格尔

- 162 Simplicity Regained *Sarah Scott*

重获简单生活 莎拉·斯科特

超越职业 感悟生命

- 174 Dealing with Adversity

应对困境 佚名

- 178 Choose Optimism *Rich DeVos*

选择乐观 理查·狄维士

- 186 Don't Die on Third *W. J. Cameron*

别输在第三垒 W. J. 卡梅伦

- 194 Trading Up *Meg Whitman*

引领成功 梅格·惠特曼

- 202 One's Life Attitude Is Important *Peter Ling*

生活态度至关重要 彼得·凌

- 210 Life Is to Be Whole

生命需要完整 佚名

行家指路

点石成金

Finding what does and doesn't suit you eliminates possibilities and brings you closer to finding the perfect match.

Job First-timers¹

Irene Krechowiecka

Make a move in the right direction. Get the right job first time _____

As with any new or unfamiliar activity, getting a job for the first time or after a long break can be a daunting² prospect. It certainly gets better with practice, but is rarely an activity that comes easily or naturally to most people. Don't be surprised if you feel vulnerable and exposed — you are up for scrutiny³ and possible rejection. But, as with any difficult situation, once you identify the risks and problems you can minimise them.

Filling in the blanks _____

The initial stumbling block⁴ for first-timers is having no track record⁵. Faced with a blank application form, the spaces for experience can look very large when you've nothing to put into them.

If you have the choice, apply using a CV and covering letter⁶. You can do more justice to yourself⁷

找到什么适合自己，什么不适合自己，排除一些可能，让自己更容易找到最合适的工作。

职场新人

艾琳·克雷赫欧维卡

沿着正确的方向前进，初入职场找对第一份工作和任何新的或不熟悉的活动一样，第一次找工作或工作长时间中断后再次求职都让人觉得前途渺茫。多试几次，情况当然会好转，但对大多数人而言，这并非一件轻而易举或水到渠成的事。若你觉得老是碰壁或遭拒也不用惊慌——你要准备好接受别人的审查和可能的拒绝。但是，无论情形怎样艰难，一旦弄清了存在的风险和问题，你就能将其影响降到最低。

填补空白

职场新人的第一块绊脚石就是没有工作经历记录。面对一张空的申请表，如果你没什么内容可填，工作经验一栏的空白会显得格外大。

- | | | |
|------------|-------------------|---------|
| 1 第一次做……的人 | 2. 使人畏缩的 | 3. 详细审查 |
| 4 绊脚石，障碍物 | 5 记录，成绩记录 | |
| 6 附信 | 7 (使) 充分看到优点，发挥能力 | |

at this stage by concentrating on transferable skills and demonstrating how they can be applied to the job you're targeting.

If you have to use a conventional form there's nothing to stop you using the space differently. Write a note in the experience sections explaining that this is an application for your first job, directing the reader to additional information you have enclosed that demonstrates your suitability for the post. It will show that you approach problems creatively.

Believing in yourself _____

Lack of self-confidence afflicts⁸ newcomers to the world of work and those returning after a break. It's easy to feel at a disadvantage⁹ when some of the terms used mean nothing to you or if you're worried that you haven't kept up with the latest technologies.

From the outside it can look as if everyone knows what they're doing and that what they're involved in is complicated and difficult to master. Once you get into an organisation you soon realise it's staffed by ordinary people doing things that are easy to learn.

Many employers are open to the idea of a period of work shadowing¹⁰. They understand the difficulties faced by those trying to enter or re-enter the labor market and are willing to help. A brief, unpaid period in the work environment you're trying to enter could do a lot for your confidence. There's nothing to lose by asking, and it's a good way of building new networks.

If things go wrong... _____

若能自己选择，你可采用履历表附申请信的形式。在这个阶段，你可集中阐述一些实用技能，并说明如何将其运用到目标工作中，从而更有策略地体现你的优势。

若你必须使用常规申请表，也并不意味着你必须得按部就班地填写。可以在工作经验一栏中注明是第一次求职，引导看表人关注你所附的表明你适合该职位的其他信息。这也表现了你会创造性地处理问题的能力。

相信自己

缺乏自信往往使职场新人和那些重返职场者内心沮丧。当对别人使用的一些术语不知所云，或担心自己没跟上最新的技术时，人们很容易感到处于劣势。

在外人看来，似乎每个人都了解自己所做的事，而且他们从事的工作看似复杂难懂。但是，一旦进入一家单位，你很快就会意识到里面的员工也不过是普通的人做着容易学会的事。

很多单位都实施让新员工有一段工作见习期的理念。他们明白试图进入或重返劳动力市场的那些人的难处，也愿意给予帮助。在你想从事的行业内进行短期无报酬的工作，对树立你的信心大有益处。主动提出免酬试用，你不会损失什么，而且这还是一个建立新的人际关系网的好方法。

- 8 使痛苦，折磨 9. 处于劣势，处于不利地位
10 跟着学习

If your first job is not your ideal, see it as a training ground for better things to come. Just being in work makes you more confident about looking for other jobs. However, don't make the mistake of taking the first thing that comes along just to prove that someone wants you. If this experience is a bad one the negative effects can cause ripples for a long time.

Jobs that don't work out should be treated as a valuable learning experience. The early phases of a career are an experimental stage in your life. You can't know whether a job that involves shift work, lots of travel or mainly working on your own is right for you until you've tried it. Finding what does and doesn't suit you eliminates possibilities and brings you closer to finding the perfect match.

小贴士

怎样找到工作和生活的意义

集中精力，爱你所做的事。专家给您以下建议：

(1) 目标明确 (Be purposeful)。经常提醒自己树立的目标，并把它付诸实践。

(2) 做力所能及的事 (Be response-able)。只关注在你控制范围内的事。

(3) 专注于手头的事 (Be there)。对做的事，在做的时候要专心致志。

(4) 善于观察 (Be the observer)。不要被琐事羁

如果入错了行……

如果第一份工作不是你的理想，就把它当作是更好发展的练兵场。只要在工作就能使你更有信心寻找其他工作。不过，千万别犯这样的错——只是为了证明有人愿聘用你就接受最初的工作机会。如果第一份工作是糟糕的经历，它的负面影响在很长一段时间内都会带来涟漪。

进展不顺的工作也应看成珍贵的学习经历。职业发展的初期是人生中的试验阶段。如果没有尝试过，你就不可能知道需要轮班、经常出差或主要靠个人完成的工作是否适合自己。找到什么适合自己，什么不适合自己，排除一些可能，让自己更容易找到最合适的工作。

小贴士

(续前页)

绊，要保持客观的头脑。

(5) 接受该接受的 (Be accepting)。无论你自己或他人是怎样的人，学着接受。

(6) 做你自己 (Be yourself)。尽量和别人分享你真实的想法。