

零起点
英语字帖

最简单 最明了 最实用 最快捷

英语基础学习畅销品牌

零起点

漂亮英文 **圆体** 书写速成

提高

英思特英语学习教研组 编

优美诗歌

强化书写，陶冶情操

名篇佳段



中国宇航出版社

零起点

漂亮英文 **圆体** 书写速成

提高

英思特英语学习教研组 编



中国对外翻译出版公司

· 北京 ·

版权所有 侵权必究

图书在版编目(CIP)数据

零起点漂亮英文圆体书写速成. 提高 / 英思特英语学习教研组编. --北京: 中国宇航出版社, 2014. 7

ISBN 978-7-5159-0687-4

I. ①零… II. ①英… III. ①英文—书法 IV.

①J293

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 108696 号

策划编辑 裴燕娜 张芸哲

责任编辑 裴燕娜

装帧设计 文道思

出版 中国宇航出版社

社址 北京市阜成路 8 号
(010)68768548

邮编 100830

网址 www.caphbook.com

经销 新华书店

发行部 (010)68371900
(010)68768541

(010)88530478(传真)
(010)68767294(传真)

零售店 读者服务部
(010)68371105

北京宇航文苑
(010)62529336

承印 北京天顺鸿彩印有限公司

版次 2014 年 7 月第 1 版

2014 年 7 月第 1 次印刷

规格 787 × 1092

开本 1/16

印张 5.25

字数 66 千字

书号 ISBN 978-7-5159-0687-4

定价 12.80 元

本书如有印装质量问题,可与发行部联系调换

致读者

在英语学习中，由于常常重视听、说、读等能力的训练，而忽略书写技能的训练，导致了很多英语学习者其他方面的水平日益提高，书写水平却每况愈下，毫无美感可言；更有甚者，因卷面书写潦草不清而失分。很多教学专家认为，在学习语言之初就应该培养良好的书写习惯，掌握正确的书写方法，所以“写一手好字”已不再是选择性需求，而是必备的基础技能。

基于以上原因，我们为广大零起点英语书写学习群体编写了这样一套字帖，共9本。在编写时，根据学习群体的分布特点我们精心选取了使用非常广泛的3种字体，即简洁的手写印刷体、流畅的斜体和优雅的圆体。其中，手写印刷体适合学龄前儿童及小学生群体练习使用，而斜体和圆体则适合中学生和成人群体练习使用。而且3种字体都分别配有基础入门分册、进阶分册、提高分册，目的就是为了让读者按照由易到难的学习方法，系统有效地逐步掌握3种字体的书写方法。书中没有长篇累牍的抽象理论，而是用最简单直接的语言阐明要点，然后辅助大量练习，让读者用最短的时间、最高效的方法写出一手漂亮潇洒的英文。值得一提的是，本套字帖采用直接描红法和临帖法，使书写更具真实感，便于掌握笔法笔意，从而学到优美字体的精髓。

圆体提高分册的内容着重于长篇段落的书写练习，本书内容分为两个部分。第一部分是优美诗歌，第二部分是名篇佳段，让读者在提高圆体书写能力的同时，净化心灵，陶冶情操，提升文学修养。同时，对于生词和诗歌与名篇的作者也给出了相应的注解与介绍，有利于读者进行深入学习。

写出一手好字，并非一日之功。读者在练习时切忌心浮气躁，急于求成，应该一笔一划认真学习，打好基础，先写好，再写快。愿本书能为广大读者提高英文书写水平助一臂之力，相信您一定可以成为人人称赞的“书法家”。

编者

目 录

优美诗歌	1
成功的内涵	1
论变化	3
硕果和玫瑰	4
时间的价值	5
今天是新的一天	7
没有走过的路	9
梦想	11
假如生活欺骗了你	12
生活	13
西风颂（节选）	14
四轮马车	16
当时光已逝	19
失败的意义	20
世界上最远的距离（节选）	23
如果你是我眼里的一滴泪	27
当你老了	28
你可害怕寒风凛冽	30
名篇佳段	31
诚实	31
人生是一盘棋	33
远大前程（节选）	36
有作为的人	38
给年轻朋友的一封信	40
生命的意义	43
热爱生活	46
给一位青年的忠告	48
论不朽	51
你对命运公平吗	55
假如给我三天光明（节选）	59
以书为伴（节选）	65
我为何而生	70
青春	75
我的心灵和你一样丰富（节选）	78

优美诗歌



请描一描

What Is Success

成功的内涵

(拉尔夫·沃尔多·爱默生)

What is success?

成功是什么?

To laugh often and love much;

笑口常开, 爱心永在;

To win the respect of intelligent people

赢得智者的尊重,

And the affection of children;

孩子们的爱戴;

To earn the approbation of honest critics

博得真诚的认可,

And endure the betrayal of false friends;

容忍损友的背叛;

To appreciate beauty;

欣赏美好的东西,

To find the best in others;

发现别人的可爱。

To give oneself;

学会无私地奉献,

To leave the world a little better;

给世界增添光彩;

Whether by a healthy child,

要么培育出健康的孩子，

A garden patch,

要么留下一片花园，

Or a redeemed social condition;

抑或是改善社会条件；

To have played and laughed with

尽情娱乐，笑得畅快，把欢乐的歌唱起来；

enthusiasm and sung with exultation;

To know even one life has breathed

甚至知道一个生命活得自在，

easier,

Because you have lived...

因为你的一路走来……

This is to have succeeded.

这就是成功的内涵。

拉尔夫·沃尔多·爱默生(1803~1882)，美国思想家，诗人。1836年出版处女作《论自然》。爱默生是确立美国文化精神的代表人物。美国前总统林肯称他为“美国的孔子”“美国文明之父”。在《书籍》一文中，爱默生为读者提供了三点可借鉴的原则：“第一，决不阅读任何写出来不到一年的书；第二，不是名著不读；第三，只读你喜欢的书。”

On Changes

论变化

(艾琳·邓莱普)

Change is the only absolute in the world,

变化是世界上唯一绝对的东西，

The only thing that you can depend on.

是唯一你能相信的事情。

Nothing stays the same.

没有什么能一成不变。

Tomorrow will come,

明天将来临，

Bringing with it new beginnings

它会带来新的开始，

And sometimes unexpected endings.

并且有时还会带来意想不到的结局。

You can hold on to the past

你可以抓住过去，

And get left in the dust;

蒙受遗弃；

Or, you can choose to jump on the

或者，你可以选择跃上生命之车，

ride of life

And live a new adventure with

凭借坚持不懈和广阔的胸怀进行一次新的冒险。

perseverance and an open mind.

Results and Roses

硕果和玫瑰

(埃德加·阿尔贝特·格斯特)

The man who wants a garden fair,

要想有个美丽花园，

Or small or very big,

面积大小姑且不管，

With flowers growing here and there,

只要园中长满鲜花，

Must bend his back and dig.

就必须把汗水挥洒。

The things are mighty few on earth,

这样的事还真是少见，

That wishes can attain.

有愿望就能实现。

Whatever we want of any worth,

只要想要的东西有价值，

We've got to work to gain.

就得靠努力去创造。

It matters not what goal you seek,

目标是什么并不重要，



Its secret here reposes:

秘诀终归只有一条：

You've got to dig from week to week,

日复一日不怕劳累，

To get results or roses.

才能收获硕果或者玫瑰。

The Value of Time

时间的价值

(凯瑟琳·桑)

To realize the value of one year:

要想知道一年的价值，

Ask a student who has failed a final

就去问期末考试不及格的学生。

exam.

To realize the value of one month:

要想知道一个月的价值，

Ask a mother who has given birth to a

就去问生那早产儿的母亲。

premature baby.

To realize the value of one week:

要想知道一周的价值，

Ask an editor of a weekly newspaper.

就去问问周报的编辑。

To realize the value of one hour:

要想知道一小时的价值，

Ask the lovers who are waiting to meet.

就去问等待相会的恋人。

To realize the value of one minute:

要想知道一分钟的价值，

Ask a person who has missed the train,

那就去问问误了火车、汽车或飞机的人。

bus or plane.

To realize the value of one second:

要想知道一秒钟的价值，

Ask a person who has survived an

就去问大难不死的人。

accident.

To realize the value of one millisecond:

要想知道一毫秒的价值，

Ask the person who has won a silver

就去问问奥运会获得银牌的人。

medal in the Olympics.



Time waits for no one.

时间不等人，

Treasure every moment you have.

你拥有的每一分每一秒都要珍惜。

Today Is a New Day

今天是新的一天

(唐那·莱文)

Your tomorrows are as bright

你的明天充满阳光，

as you want to make them.

如你心中所想。

There is no reason to carry

你没有理由，

the darkness of the past

把昨天的黑暗，

with you into today.

带到今天。

Today is a wonderful new experience,

今天是美妙的全新体验，

full of every possibility to make

有那么多种可能，

your life exactly what you want it to be.

使你的生活如你所愿。

Today is the beginning of new happiness,

今天开始有新的幸福，

new directions and new relationships.

新的方向和新的伙伴。

Today is the day to remind yourself

今天你要提醒自己，

that you possess the power

你有足够的能力和力量，

and strength you need

to bring contentment, love and joy into

把满意、爱情和欢乐带进你的生活。

your life.

Today is the day to understand yourself

今天你要了解自己，

and to give yourself the love

给自己足够的爱心和耐心。

and the patience that you need.

Today is the day to move forward

今天你会勇往直前，

towards your bright tomorrow.

奔向那灿烂的明天。

The Road Not Taken

没有走过的路

(罗伯特·弗罗斯特)

Two roads diverged in a yellow wood,

金色的树林路分两条，

And sorry I could not travel both

遗憾不能两条都到。

And be one traveler, long I stood

孤独的我长久伫立，

And looked down one as far as I could

极目眺望其中一条，

To where it bent in the undergrowth;

直到它在灌丛中淹没掉。

Then took the other, as just as fair,

然后我公平地选择了另外一条，

And having perhaps the better claim,

或许理由更加充分，

Because it was grassy and wanted wear;

因为它草深需要有人上去走走。

Though as for that the passing there

说到有多少人从上面走过，

Had worn them really about the same.

两条路磨损得还真是差不多。

And both that morning equally lay

而且那天早晨两条路都静静地躺着，

In leaves no step had trodden black.

覆盖在上面的树叶都没有被踩黑，

Oh, I kept the first for another day!

噢，我把第一条路留给了下一次！

Yet knowing how way leads on to way,

但我知道前方的路变幻莫测，

I doubted if I should ever come back.

我怀疑我是否应该回来。

I shall be telling this with a sigh

多年以后在某个地方，

Somewhere ages and ages hence:

我将叹息着讲述这件事：

Two roads diverged in a wood, and I

树林里路分两条，而我——

I took the one less traveled by,

选择了行人较少的那条，

And that has made all the difference.

就这样一切便发生了改变。

罗伯特·弗罗斯特（1874~1963）是20世纪最受欢迎的美国诗人之一。他曾当过新英格兰的鞋匠、教师和农场主。他的诗歌从农村生活中汲取题材，与19世纪的诗人有很多共同之处，相比之下，却较少具有现代派气息。他曾赢得4次普利策奖和许多其他的奖励及荣誉，被称为美国文学中的桂冠诗人。

Dreams

梦想

(兰斯顿·休斯)

Hold fast to dreams

紧紧抓住梦想，

For if dreams die

因为一旦梦想消亡，

Life is a broken winged bird

生活就像折断翅膀的小鸟，

That cannot fly.

无法自由翱翔。

Hold fast to dreams

紧紧抓住梦想，

For when dreams go

因为一旦梦想离开，

Life is a barren field

生活就会变成贫瘠荒芜的土地，

Frozen with snow.

只有冰雪覆盖。

兰斯顿·休斯 (Langston Hughes) 在美国文坛，尤其是黑人文学方面，是一个举足轻重的人物。他写过多种体裁的文学作品，而以诗歌闻名，被称为“哈莱姆的桂冠诗人”。休斯成名后没有离开哈莱姆黑人聚居区，他的创作始终描写黑人（尤其是下层劳动人民）的生活。他的诗歌中有爵士乐的韵律和节奏，格调清新，热情奔放，用以表达对种族歧视的抗议，对美国与非洲黑人诗歌的发展产生了积极而深远的影响。

If by Life You Were Deceived

假如生活欺骗了你

(普希金)

If by life you were deceived,

假如生活欺骗了你，

Don't be dismal, don't be wild!

不要悲伤，不要生气！

In the day of grief, be mild:

忧郁的日子里需要镇静：

Merry days will come, believe.

相信吧，快乐的日子即将来临。

Heart is living in tomorrow;

心儿永远向往着未来；

Present is dejected here:

眼前的事情虽令人悲戚：

In a moment, passes sorrow;

但一切将会在瞬间消逝；

That which passes will be dear.

而那过去了的就会成为亲切的回忆。

亚历山大·谢尔盖耶维奇·普希金，是俄国著名的文学家、伟大的诗人、小说家，及现代俄国文学的创始人。19世纪俄国浪漫主义文学主要代表，同时也是现实主义文学的奠基人，现代标准俄语的创始人。普希金被称为“俄国文学之父”“俄国诗歌的太阳”。

dismal [ˈdɪzməɪl] adj. 阴沉的，忧郁的

dejected [dɪˈdʒektɪd] adj. 沮丧的