

每天读点英语美文

*Beautiful English Every Day*

读美文 记单词 悟人生

# 幸福是心中的一份爱

青 闰 宋 娟 编译

幸福是什么？幸福是青春懵懂的那份娇羞，更是执手白头的那份长久；幸福是寒冬中的白雪皑皑，更是三月里的春暖花开。

其实，幸福不是什么，只是我们每个人心中那份永恒的爱。

幸福篇



外文出版社  
FOREIGN LANGUAGES PRESS

每天读点英语美文

Beautiful English Every Day

读美文 记单词 悟人生

# 幸福是心中的一份爱

青、闰 宋 娟 编译

幸福篇

外文出版社  
FOREIGN LANGUAGES PRESS

图书在版编目(CIP)数据

幸福是心中的一份爱(幸福篇):英汉对照/青闰,宋娟编译.—北京:外文出版社,2014

(每天读点英语美文)

ISBN 978-7-119-08933-1

I. ①幸… II. ①青…②宋… III. ①英语—汉语—对照读物②散文集—世界  
IV. ①H319.4:I

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 158545 号

责任编辑:王蕊

装帧设计:天合视觉艺术中心

每天读点英语美文

幸福是心中的一份爱(幸福篇)

编 译:青 闰 宋 娟

出版发行:外文出版社有限责任公司

地 址:北京西城区百万庄大街 24 号 邮政编码:100037

网 址:<http://www.flp.com.cn>

电 话:008610-68320579(总编室)

008610-68995875(编辑部)

008610-68995852(发行部)

008610-68996183(投稿电话)

印 制:三河市华润印刷有限公司

经 销:新华书店 / 外文书店

开 本:640×960mm 1/16

印 张:18

印 数:4000

版 次:2014 年 9 月第 1 版第 1 次印刷

书 号:ISBN 978-7-119-08933-1

定 价:25.00 元

---

版权所有 侵权必究

## 简单的幸福

平凡就是一种幸福，简单就是一种幸福。

一个抱怨得不到幸福眷顾的年轻人千里迢迢地来到一座寺庙里，找到一位老和尚，沮丧地对他说：“像我这样失败的人，生意失败，欠百万多外债，家庭破裂，妻离子散，朋友亲人远去，现在的我也只是苟且活着，这样还有什么意义呢？”

老和尚听着年轻人的叹息和抱怨，什么也没说，只是吩咐徒弟，施主远道而来，应盛上一壶热茶。茶盛来后，老和尚沏上茶，并请年轻人用茶。年轻人端起那冒着丝丝水汽的杯子，嗅着淡淡的茶香细细品起来。满屋飘着阵阵茶香，令人心旷神怡。

年轻人感叹道：“大师，这可是上好好茶啊！”

老和尚嘴角浮出丝丝笑意：“施主，这只是普通的茶叶，只是因为施主长时间没有静下心来，泡一壶清茶而已。茶叶释放了它春雨的清幽，夏阳的炽烈，秋风的醇厚，冬霜的冰冷。我们就是几片清茶，而失意就是一壶沸水，二者相结合，那就是幸福！只要你用心，细心地注意身边的微小事物，改变你心中的幸福观，或许，你就能拥有幸福。”

每个人心中幸福的定义不同，但任何时候，任何地方，只要偶然看到一缕阳光，闻到一丝芬芳，就能在心中漾起快乐涟漪的人是幸福的，幸福就是阳光下那张不加修饰和伪装的笑脸，这时是最幸福的了。

一个离别时的拥抱，虽然有漠然泪下，但也是很幸福的事

情，因为幸福是简单的，平凡的。结交新朋友时的喜悦；伤心落寞时家人朋友的一声安慰；一家人，在落日黄昏中，一起在海边散步；家陷入困境，素未谋面的人帮助你脱离困境；与朋友手牵手欣赏海上的夕阳，一点点回归大海的怀抱，心中暖意油然而生，这就是幸福，平凡而又简单，清新而淡雅。

幸福就是这么简单，简单的让你觉得不可思议，分离之后，再次相聚，我们都会用心去收藏，用爱来理解，两个人之间不可能没有矛盾，不可能一直都是晴空万里，我们要学会包容，只有包容他人的错误，才会让自己更开心。

幸福就像美丽的花朵，我们能在它最美的时刻，感受到它所带给我们的荣耀，花朵能把最灿烂的笑容送给我们，那我们为何不去享受这份美丽，享受这简单的美，也许这也是一种幸福。

幸福是生活中最耀眼的红星，它时刻在我们身边存在，我们只要用心去感受，用爱去经营，它就会一直发光发热。

幸福是简单的，它没有任何杂质，只要你有一颗善良的心，你永远都会感受到它的存在。

无论是亲情、友情、还是爱情，我们都明白，它是人生中最大的财富，没有亲人的关爱，没有爱人的相濡以沫，没有朋友间的情真意切，我们怎么去体会爱的存在，体会这简单的幸福。

幸福其实就在我们身边，简单的幸福，平凡的快乐，拥有感恩的态度，感受幸福的滋味。

# 目 录

## CONTENTS

- 3 *Happiness Is a Love in the Heart*  
幸福是心中的一份爱
- 7 *Follow Your Bliss*  
追逐幸福
- 12 *Where Is Happiness?*  
幸福在哪里?
- 17 *The Door to Happiness*  
幸福之门
- 21 *Magic of Happiness*  
幸福的魔力
- 28 *The List of Happiness*  
幸福的清单
- 33 *My Mother's Letters*  
母亲的来信
- 41 *The Happiest Day of My Life*  
最幸福的日子
- 47 *The Seed of Love*  
爱的种子
- 54 *Where Love Will Land*  
爱的落点
- 62 *Flower on the Cliff*  
悬崖上的鲜花
- 69 *To My Sunshine*  
送给我的阳光
- 79 *The Special Valentine's Day*  
特殊的情人节

85	<i>All My Love</i>
	我所有的爱
95	<i>The Door of Hope</i>
	希望之门
101	<i>My Journey Home</i>
	漫漫回家路
107	<i>The Two Wedding Bands</i>
	特殊的爱链
114	<i>A Great Lesson</i>
	重要的一课
120	<i>We Don't Charge a Tax on Love</i>
	爱不收税
125	<i>An October Sunrise</i>
	十月的日出
130	<i>Roses for Paradise</i>
	天堂玫瑰
136	<i>Love Finds Me</i>
	爱找到了我
147	<i>A Ray of Sunlight</i>
	一缕阳光
154	<i>The Best Birthday Party</i>
	最好的生日晚会
159	<i>Spring Forever</i>
	永恒的春天
165	<i>Mother's Final Gift</i>
	母亲最后的礼物
173	<i>A Small Boy's Mother</i>
	赤子情怀
185	<i>Perfect Night</i>
	完美的夜晚
192	<i>Spring Thaw</i>
	融化的春天
198	<i>The Happy Rhythm</i>
	幸福的旋律
205	<i>Christmas Morning</i>
	圣诞节的早晨
211	<i>The Crystal Spring</i>
	透明的春天
216	<i>Love Notes</i>
	爱的纸条

221	<i>The Happy Life on the Swing</i> 秋千上的幸福人生
228	<i>The Mahogany Piano</i> 桃花心木钢琴
236	<i>Love in Bloom</i> 爱在盛开
243	<i>Mother's Hands</i> 母亲的手
248	<i>The Footprints of Love</i> 爱的脚印
258	<i>Love Is a Thread</i> 爱是一根线
263	<i>The Remembrance of Lilacs</i> 紫丁香的回忆
271	<i>The Magic Potion of Happiness</i> 幸福的魔液

長河圖史天際如夢

。歷代中爭戰幾

，由誰誰誰誰

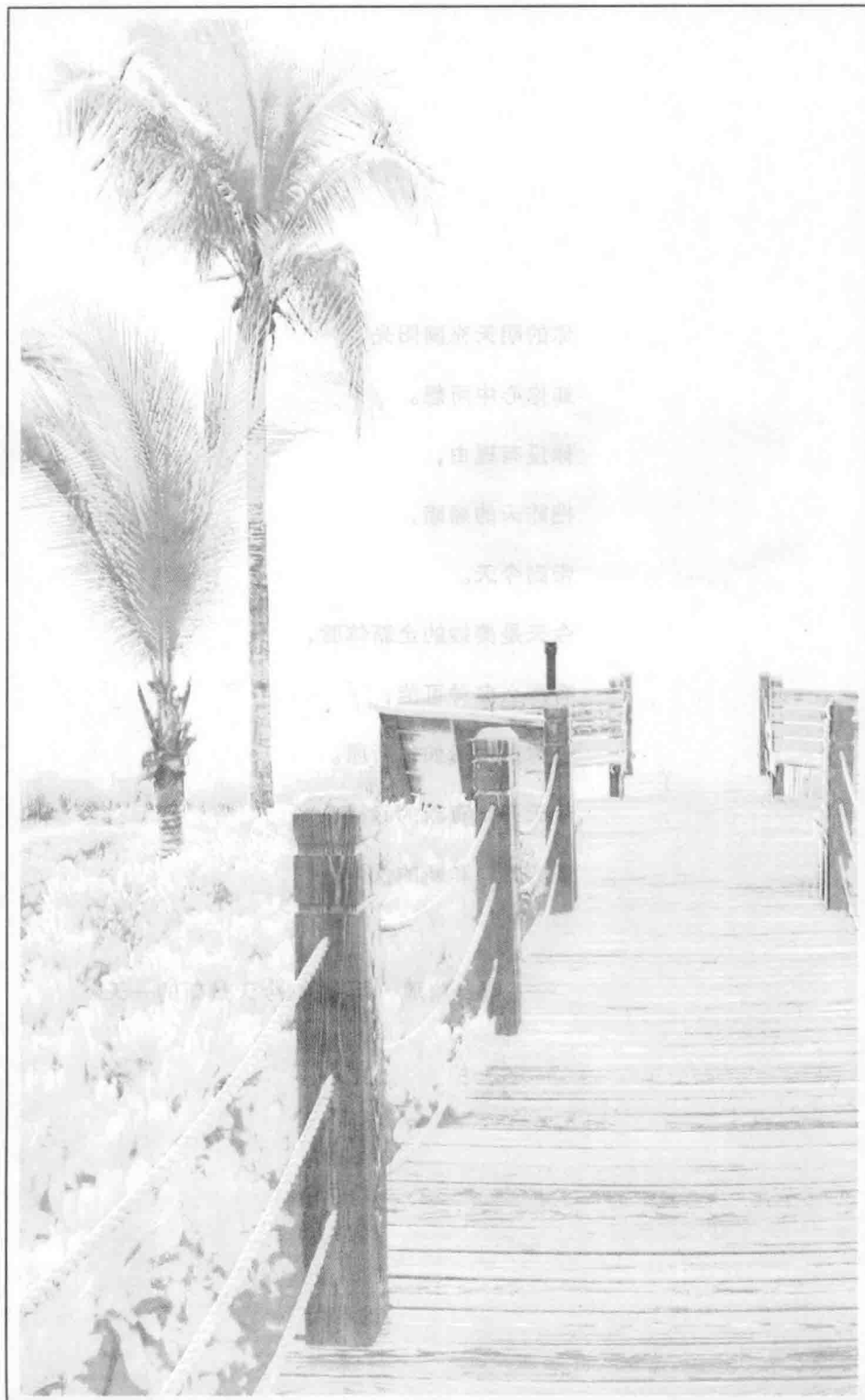
，誰誰誰誰誰

，天下皆奇

，誰於誰生誰對誰是天下

誰正無事誰

誰



你的明天充满阳光，  
如你心中所想。  
你没有理由，  
把昨天的黑暗，  
带到今天。  
今天是美妙的全新体验，  
有那么多种可能，  
使你的生活如你所愿。  
今天开始有新的幸福，  
新的方向和新的伙伴。

——摘自唐那·莱文的《今天是新的一天》



## Happiness Is a Love in the Heart 幸福是心中的一份爱

The little bird pursued happiness no longer because it had seen the truth: happiness is not in the distance but in your own heart.

小鸟不再去远方寻找幸福，因为它已经开始懂得，幸福不在远方，而在自己心里。

A bird went to look for its happiness in the distance.

It flew and flew when it suddenly saw a little **wilting**<sup>1</sup> flower, whose face was full of smile. Not knowing why, the bird asked the little flower, "You're going to die. Why are you still so happy?"

"Because my dream will come true," said the little flower.

"What kind of dream do you have?"

"To bear **luscious**<sup>2</sup> fruit."

Then the little bird saw it: happiness is a hope in the heart.

The little bird kept flying; it flew and flew when it suddenly

saw a lame duck, which was singing a song. Not knowing why, it asked the duck, "The fate treats you so unfairly. Why are you still so happy with yourself?"

"Because I saw a little duck fall," said the duck.

"So are you happy because you saw it trip over itself?"

"No, I'm happy because I help it stand up again."

Then the little bird saw it: happiness is a love in the heart.

The bird kept flying; it flew and flew when it suddenly saw a spider climbing up a slippery wall. The spider fell off the wall midway, but it kept climbing again and fell off again. This didn't discourage the spider; it kept climbing over and over again. Not knowing why, the little bird asked the spider, "You failed again and again, why don't you have pain but happiness on your face?"

"As long as I keep making my efforts, there is still hope to climb up it. Because of this, I'm so delighted," said the spider.

The little bird saw it: happiness is a faith in the heart.

So the little bird **pursued**<sup>3</sup> happiness no longer because it had seen the truth: happiness is not in the distance but in your own heart.

一只小鸟去远方寻找幸福。

它飞啊飞,突然看到一朵快要枯萎的小花,但小花笑容满面。小鸟不解何故,便问小花:"你快要死了,为什么你还这样开心?"

"因为我的梦想就要实现了,"小花说。

"什么梦想?"

"长出甜美的果实。"

小鸟明白了:幸福是心中的一个希望。

小鸟向前飞;它飞啊飞,突然看到一只瘸腿鸭。鸭子正哼着歌儿。小鸟不解何故,便问鸭子:"命运对你这样不公,为什么你

还这样开心？”

“因为我看到一只小鸭摔倒了，”鸭子说。

“你是见到小鸭摔倒而开心吗？”

“不是。我开心是因为我帮小鸭站了起来。”

小鸟明白了：幸福是心中的一份爱。

小鸟继续向前飞；它飞啊飞，突然看到一只蜘蛛正在爬一面滑溜溜的墙。蜘蛛中途摔了下来，但它又向上爬，爬到中途又摔了下来，但蜘蛛一点也不泄气，继续向上爬。小鸟不解何故，便问蜘蛛：“你一次次失败，为什么你的脸上没有痛苦而是快乐呢？”

“只要我不断努力，总有希望爬上去。正因为这样，我非常开心，”蜘蛛说。

小鸟明白了：幸福是心中的一种信念。

于是，小鸟不再去远方寻找幸福，因为它已经开始懂得，幸福不在远方，而在自己心里。

## 热身互动

1. wilting /'wiltɪŋ/ *adj.* 枯萎的
2. luscious /'lʌʃəs/ *adj.* 甘美的; 芬芳的
3. pursue /pə'sjuː/ *vt.* 追求

## 译笔生辉

It flew and flew when it suddenly saw a little wilting flower, whose face was full of smile. Not knowing why, the bird asked the little flower, "You're going to die. Why are you still so happy?"

它飞啊飞,突然看到一朵快要枯萎的小花,但小花笑容满面。小鸟不解何故,便问小花:“你快要死了,为什么你还这样开心?”

## 妙语连珠

Knowledge is pearl, and practice is the only way to get it.

知识是珍宝,实践是得到它的唯一途径。

Knowledge is the wings to the paradise.

知识是到达天堂的翅膀。

Knowledge is like the spring underground—the deeper you dig, the clearer the water is.

知识好像地下的泉水,掘得越深,水就越清。

Knowledge is the garland on the head.

知识是头上的花环。

Knowledge is the bright candlelight, illuminating the road of life; the coming realize the significance of life in the light while the dying is the burnt-out candle which lights for others.

知识是明亮的烛光,照亮人生之路,来者从亮光中认识了人生的意义,去者是燃尽的蜡烛,照亮了别人。



## Follow Your Bliss 追逐幸福

He sings so that the whole bus can hear! All day long he drives and sings.

他唱歌是要让整个公共汽车上的乘客都能听到! 他开一整天车就唱一整天的歌。

Author Joseph Campbell often talked about “following your bliss.” I heard of a bus driver in Chicago who does just that. He sings while he drives. That’s right... sings! And I don’t mean he sings softly to himself, either. He sings so that the whole bus can hear! All day long he drives and sings.

He was once interviewed on Chicago television. He said that he is not actually a bus driver. “I’m a professional singer,” he asserted<sup>1</sup>. “I only drive the bus to get a captive audience<sup>2</sup> every single day.”

His “bliss” is not driving a bus, though that may be a source of enjoyment for some people. His bliss is singing. And

the supervisors<sup>3</sup> at the Chicago Transit Authority<sup>4</sup> are perfectly happy about the whole arrangement. You see, people line up to ride his bus. They even let other busses pass by so they can ride with the “singing bus driver.” They love it!

Here is a man who believes he knows why he was put here on earth. For him, it is to make people happy. And the more he sings, the more people he makes happy!

He has found a way to align<sup>5</sup> his purpose in living with his occupation<sup>6</sup>. By following his bliss, he is actually living the kind of life he believes he was meant to live.

Not everybody can identify<sup>7</sup> a purpose in life. But when you do, and when you pursue it, you will be living the kind of life you feel you were meant to live. And what's more, you will be happy.

作家约瑟夫·坎贝尔经常谈到“追逐你的幸福”。我听说芝加哥的一个公共汽车司机就是这样做的。他一边开车一边唱歌。没错……就是唱歌！我也不是说他轻轻地哼唱给自己听。他唱歌是要让整个公共汽车上的乘客都能听到！他开一整天车就唱一整天的歌。

他曾接受过芝加哥电视台的采访。他说他不是一个真正的公共汽车司机。“我是一名专业歌手，”他宣称。“我每天开车只是为了吸引更多的观众。”

他的“幸福”不是开车，尽管开车可能是一些人快乐的源泉。他的幸福就是歌唱。而且芝加哥高速运输管理局的那些监督员非常满意这个安排。你看，人们总是排队坐他的车，其他公共汽车来了也不坐，他们愿意乘坐“唱歌的司机”开的车。他们就喜欢这样！

他就是这样一个人，他认为自己明白为什么来到这个世界上。在他看来，那就是让别人感到快乐。他唱的越多，他就会使更多的人得到快乐！

他已经找到了一种使他人生的意义与他的职业密切合作的

方法。通过这种追逐幸福的方法,他确实过上了他认为自己想过的那种生活。

并不是每个人都能确定生活的目标。但当你确定生活目标,当你去追求时,你就会过上自己感觉想过的那种生活。更重要的是,你会感到幸福。