



IT'S TIME TO CHANGE
是时候改变了

生活给你呈现新方向时，积极回应吧！

戴安娜·贝瑟 著

张国庆 译



炫彩

生系列

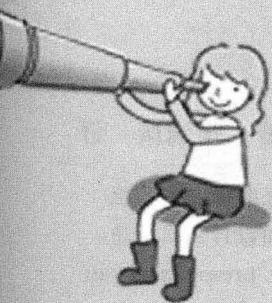
英汉对照

是时候改变了

IT'S TIME TO CHANGE

戴安娜·贝瑟 著

张国庆 译



APCTIME
时代出版

时代出版传媒股份有限公司
安徽科学技术出版社

[皖] 版贸登记号:1209648

图书在版编目(CIP)数据

是时候改变了:英汉对照/(美)贝瑟著;张国庆译.
—合肥:安徽科学技术出版社,2010.6
(炫彩人生系列)
ISBN 978-7-5337-4647-6

I. 是… II. ①贝…②张… III. ①英语-汉语-对照读物②随笔-作品集-美国-现代 IV. H319.4:I

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 068130 号

Copyright © 1997,2000 by Deanna Beisser.

Copyright © 1997,2000 by Blue Mountain Arts, Inc.

Reprinted by permission.

All rights reserved.

是时候改变了:英汉对照 (美)贝瑟 著 张国庆 译

出版人:黄和平 选题策划:张雯 责任编辑:王莉娟
责任校对:高清艳 责任印制:梁东兵 封面设计:武迪
出版发行:时代出版传媒股份有限公司 <http://www.press-mart.com>
安徽科学技术出版社 <http://www.ahstp.net>
(合肥市政务文化新区圣泉路 1118 号出版传媒广场,邮编:230071)
电话:(0551)3533330

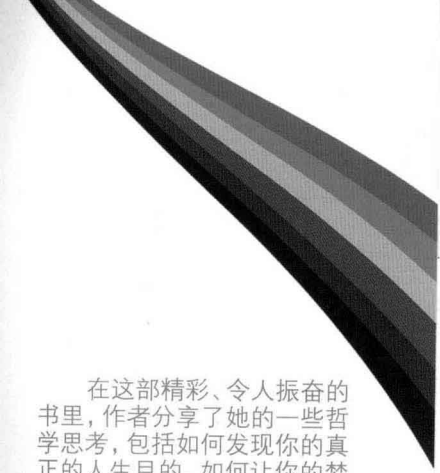
印制:合肥华星印务有限责任公司 电话:(0551)5714687
(如发现印装质量问题,影响阅读,请与印刷厂商联系调换)

开本:880×1230 1/32 印张:4.5 字数:129 千
版次:2010 年 6 月第 1 版 2010 年 6 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5337-4647-6

定价:12.00 元

版权所有,侵权必究



在这部精彩、令人振奋的书里，作者分享了她的一些哲学思考，包括如何发现你的人生目的，如何让你的梦想和希望指引你，如何拥抱改变、抓住机会实现你的人生理想。她强调这样做的重要性，即察觉生活中出现的“唤醒铃声”，将竞争看作是激励自己全力以赴的健康动力，抽出时间独处来思考什么才是你真正重要的东西。

开始走自己一直想走的人生道路，什么时候开始都不算迟。从此时此刻开始，忘掉过去，戒掉一些坏习惯，重新发现生活中的简单快乐，将自己的理想贯穿在日常生活之中。现在该去审视你的生活，回答那个重要的问题了……

严正声明

安徽科学技术出版社已获得美国 Blue Mountain Press 的授权，享有在中国大陆独家出版、发行“炫彩人生”系列双语读物的专有权。任何单位或个人，未经我社书面授权，不得擅自以任何形式使用本套书的任何一部分。否则，我社将依法追究其法律责任。

监督举报电话：0551-3533317

*Everyone's life is a journey
and sometimes
the roads that we travel
are more mysterious and magical
than we ever imagined.*

每个人的生活都是一次旅程
有时
我们所走的路
比我们所想象的
更神秘,更奇妙。

编者的话

在这个变幻无常的世界,我们需要做自己,按照自己的方式活出精彩。试着问自己:

每一天我是否都尽力去做每件事?

每天我的预定目标是否完成?

我的家人和我一样幸福吗?

我够幸福吗?

我的人生够精彩吗?

.....

有很多问题,每个人的答案都不尽相同,需要我們自己去思考、去探求、去追寻。“炫彩人生”系列会给我们启发性的回答——

如果对现实不满,干吗不去试着寻找时机,《是时候改变了》;

和梦想并行的总是“毅力”和“勇气”,一定要《坚信自己,紧追梦想》;

一旦有了自信,保持积极的态度面对人生,《我很美丽》就不再是一句空话;

人生如果没有爱情,估计就是缺憾了,因为《你+我=爱》;

生命的给予是个奇妙的过程,让我们把感激献《给敬爱的母亲》;

千万别忘了,生命中还有《真正的朋友》,让我们受益一生;

生活中碰到不如意的事情,不要在意,要学会《积极心态,七日速成》的诀窍;

不管前途充满什么样的挑战和困难,都要学会欣赏《生活的艺术》,营造我们自己的五彩人生!

这套“炫彩人生”系列,从众多著名诗人的作品中选取优美的诗句和睿智的箴言,教会我们掌握自己的命运,感谢身边爱着我们的人,为自己的生活开创美好的未来……带着丰富的寓意,用朴实却不失美丽的语言构筑无韵短诗,配上准确到位且保留原文韵味的翻译,整套书向我们呈现出不一样的色彩——绚丽,夺目,让我们感同身受。

没有刁钻生僻的冷词,也没有长篇大论的说教,但这套书却拥有非凡的说服力和感召力,适合我们背诵记忆,以便应用于自己的英语听、说、读、写各个方面。

《是时候改变了》是“炫彩人生”系列中的一本,保持了整个系列的独特风格。它围绕人生究竟该不该做出改变,又该如何改变等话题,收录了各种激励人心的语句、诗歌、名言等,鼓励人们要始终保持去改变的勇气、决心和信心,用最平实优美的语言激励那些想要突破自我的读者们。

本书由武汉大学张国庆老师翻译。另外,在此特别感谢为本书的出版作出努力和贡献的朋友们。

编 者

序

生活是连续不断积累变化的过程。可悲的抑或奇怪的是，不管你从哪个角度看，随着岁月的流逝，人们一般都倾向于减少体验改变和挑战的可能性。当我们变得比年轻时候更睿智时，我们大多数人往往会漠视上天赋予我们的探索生命无穷奥秘的神奇机会。安全感和墨守成规似乎给我们带来舒适和满足。更具讽刺意味的是，往往在年老的时候，我们才更有能力去应对改变，去享受改变所带来的种种体验。

生活是每一个曾经生活过的人的连续不断的积累。它是任何时刻所有事物的相互作用。所有生命有机体彼此间存在一种关系和意义……我们共同生存在这个世界上，每个人都有自己特有的才能奉献给世界。了解到我们每个人都有某种有价值的东西来和生活分享是非常重要的，它使我们的生活不断改变，日新月异。

这本书中的每一诗行，我都是带着愉悦的心情来写的，其中有一些是我发自内心的情感体验，很多是我所挚爱的人的情感体验。我希望你也同样喜欢它们。

Dedication

To the One Who Changed My Life

*In a world full of changes
where the change of seasons
dances with the changing times
there is one thing
that will never
CHANGE...*

I LOVE YOU

献给

改变了我生活的那个人

在充满变化的世界里
季节的变换
伴随着时代的变化而舞蹈
有一样东西
将永远不会
改变……

我爱你

目 录

Anything is Possible	2
一切皆有可能	
It's Never too Late to Make a Change	4
什么时候做出改变都不太迟	
Special People	8
特别的人	
Be a Dreamer	10
心怀梦想	
Life is a Lesson We learn Day After Day	12
生活是日积月累的教训	
Take Time to Think About What Truly Makes You Happy	16
花时间想想真正让你幸福的是什么	
Lifeline	20
生命线	
Let Your Life Be a Wonderful Adventure!	22
让生活成为精彩的历险!	
Allow Your Own Inner Light to Guide You	26
让内心的光芒照亮你的路途	

Embracing Change	30
拥抱改变	
Wake-Up Call	34
电话闹铃	
It's Up to You!	40
一切由你	
Your Happiness Depends on One Person...You!	44
你的幸福你做主!	
Promise Yourself Only the Best	48
只给自己许下最好的承诺	
Time is on Your Side	50
时间就在你身边	
Competition is an Opportunity for Us to Give Our Best ...	52
竞争是我们充分展示自己的机会	
A Way of Life	54
一种生活方式	
Words to Remember Every Day	56
每天都要记住的话	
Not Every Dream Comes True, But the Pursuit Can Still Lead Us to Happiness	58
不是每一个梦想都能成为现实,但追求梦想依然可以带来幸福	

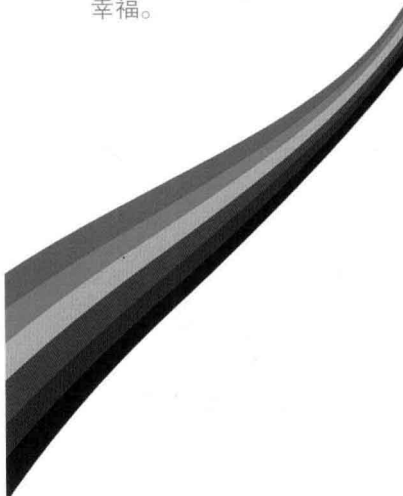
It's Important to Always Keep Changing	62
重要的是要永不停息地改变着	
Today	64
今天	
It's Okay to Be Lonely...for a Little While	66
偶尔的孤独没有什么关系.....	
All Things Come in Time.....	68
一切终有收获.....	
Nature is Our Best Teacher	72
自然是我们最好的老师	
Be Who You Are	76
保持你的本色	
Breaking Old Habits	78
告别旧习惯	
A Motto for Living Life to Its Fullest	82
完美生活的座右铭	
Isn't It Time to Feel Good About Yourself?	84
自信正当时	
We Each Have the Power to Choose	88
我们每人都有选择的能力	

When you're True to Yourself, Life is Everything You Want It to Be	90
忠实自己,你就会心想事成	
Great Achievers	100
伟大的成就者	
You Must Let It Go	106
你必须让它过去	
The Gift of Time	110
时间的礼物	
Let Your Spirit Guide You	112
让你的精神指引着你	
Is It Time to Make a Change?	114
是时候改变了?	
Feel the Power Within You	116
感受你内在的力量	
You Can Be Anything You Dream Of	120
你可以梦想成真	
Allow Each Day to Sing Its Own Unique Song for You ...	122
让每一天为你唱一首与众不同的歌	
Keep Believing in Yourself	126
永远相信自己	

作者简介

对于戴安娜·贝瑟来说，生活确实是一段等待发生的经历。她自称热爱自然，是生活的观察者，她从亲身经历中了解到抽出时间来了解自己的重要性——什么让你幸福，你相信什么是重要的，你最想追求什么样的人生目标。现在，她在这本书中分享了她的发现，这将会改变任何阅读它的人的生活。

从她记事的时候开始，戴安娜·贝瑟就一直将自己的一些想法记录在纸片上。很多年以来，她的作品一直收录在一些文集中，因此出书也是顺理成章的事情。作者将自己的创作成功归功于多年来她家人的支持和朋友的理解，并在生活中积极寻找改变，体验生活的幸福。



*When the songs of your heart
start singing,
you should gratefully listen...
for the harmony is
that which will bring you
happiness
and the melody is
the voice of your true spirit.*

当你内心的歌
开始吟唱，
你应该怀着感激之情去聆听……
因为那和谐悦耳的声音
将带给你
幸福，
那旋律是
你真实心灵发出的声音





Anything is Possible

Life holds no promises
as to what will come your way.
You must search for your own ideals
and work toward reaching them.
Life makes no guarantees
as to what you'll have.
It just gives you time to make choices
and to take chances
and to discover whatever secrets
might come your way.
If you are willing to take
the opportunities you are given
and utilize the abilities you have,
you will constantly fill your life
with special moments
and unforgettable times.

No one knows the mysteries of life
or its ultimate meaning,
but for those who are willing
to believe in their dreams
and in themselves,
life is a precious gift
in which anything is possible.