

序

许多学生朋友曾经问我，怎样才能学好英语？

这是一个简单的问题，但对每一个正在学习英语的人来讲都是一个最难解决的命题。我们说它简单，是因为学好英语从来只有一个途径，那就是永不放弃的勤奋；说它困难，是因为有太多的学生朋友在学习英语的道路上屡次受挫，迷茫困惑。

回顾我从开始学习英语至今走过的二十多年，在你们的身边，作为一个曾经也在英语求学道路上历经坎坷的大朋友，我想告诉大家一句话：“要相信背诵的力量。”因为背诵使得语言内化为自身的能力。这句话是我一直信奉的学习格言，也是我个人学习经历的最深刻总结。

年轻的学生朋友们肯定要问了，应该选择怎样的背诵书籍呢？让我来告诉大家答案。一本优秀的背诵书籍其成功之处不外乎两个字：适用。它的内容应该包含从适合学生年龄层次和学习程度的英文原版读物中精心选择的美文；包含文字优美、语句流畅的中文译文；包含重点词汇的详细讲解；包含对相关文化背景知识的介绍。同时包含这四部分内容的背诵书籍才能真正称之为适合学生朋友们的书。同学们现在捧在手上的这一本，便可称得上是一本为大家量身定做的“诵读菁华”。

理解是背诵的基础，使用是背诵的目的。同学们在背诵的过程中，可以进一步巩固英语中最基本的词汇、句型、语法。同时可以将原版英文书籍中地道的英文语句融进日常的口语、写作当中，为大家所用。背诵的力量是无穷的，在这无穷的力量之后，相信同学们的英语会有长足的进步。

周成刚

2006年9月26日

前言

中国的英语教师，不可谓不敬业，殚精竭虑，尽心尽责；中国学生学习英语，不可谓不努力，日出而作，日落而未息。然而笔者在多年的新东方教学中依然发现，很多学生往往窥其门而不得入之法：初时雄心壮志，而后却在应试教育的海洋中、在排山倒海的作业中迷失了方向，以“做题”为学习英语的不二法门，考试遭遇“滑铁卢”也只得舔舐伤口后稍做总结，重振精神，再次勇敢地投身到新一轮更加疯狂的题海战中。在考试中虽偶有斩获，然而更多时候却是失意而归，屡战屡败，越挫越萎，终于使本来应该非常快乐的英语学习成为心中挥之不去永远的痛，使本该扬眉吐气成为高考得分强项的英语成了自己学科木桶中最短的一块木板。学子们心痛，身为老师的我们更加心痛……

学好英语的根本，在于好心情与好方法，人们提倡的“兴趣就是最好的老师”就是这个意思。有了好心情、好方法，就有了坚持下去的动力，能够坚持一段时间，自然而然就会出好成绩，有了好成绩，就会有更好的心情……建立起了这样的良性循环，何愁学不好英语！

根据多年的教学实践，我们选出了对于英语学习具有重要帮助的精彩短文或节选，编著成此书。本书选材广泛，不仅有一流的名家范文，举凡童话、寓言、诗歌、演讲、传记等等均在入选范围之内。

谨以此书献给那些“用脑过度终不悔，为E消得人憔悴”、屡败屡战、苦苦跋涉、不屈不挠、和英语进行艰苦卓绝斗争的当代有志学生。

■ 本书使用方法

使用本书，笔者有如下建议：

一、建议读者们由浅入深，循序渐进。对于貌似简单的文章，切勿眼高手低，轻忽怠慢；对于较有难度的文章，也不要妄自菲薄，畏手畏脚。每周背诵2~3篇，定期复习巩固，用6个月的时间熟练掌握，必有成效。

二、本书提供了记忆掌握这些英语美文的多种辅助。对于每一篇课文，建议读者采取以下步骤和方法来学习：

1. 初览全文，猜测大意

千万不能因为有句子或者单词看不懂就立刻翻看字典或者课后注释、翻译。学英语就像滑雪，而这些辅助材料就像教练，总是扶着教练的手往前摸索，永远学不会自己前进！一开始看可能会有些困难，但是经过一段时间的坚持，自己对于英语的感觉自然而然地就会提高了。

2. 参看【Words & Expressions】，熟悉单词

本书对于单词做了详尽的中英文对照的释义，给出了生动、实用的例句，请读者认真掌握每一个单词的音、形、义。

3. 再览全文，分析句子

分析文中长难句，结合【Notes】与译文部分，掌握文章重点句型。这一步相当重要，请记住：理解永远是记忆的基础，是掌握的前提！

4. 结合本书配套MP3，跟读课文

摆脱“哑巴英语”的重要一步，就是用正确的发音大声朗读课文！高声诵读课文，既是记忆的基础，其本身也不啻是一种莫大的享受。

5. 诵读课文

只要能抽出些许空闲时间，都抓紧诵读文章。此步骤需至少进行 30 遍！

如此，在平时，便可每周学习 2~3 篇课文。建议读者周末不要贪功冒进，还是用来复习平时背诵的课文。每个周末，不仅复习本周新学的文章，最好还能够把所有以前学过的文章全部复习一遍，这样做，看似工作量奇大无比，其实由于同学们年纪轻、记性好，而且对于以前的文章有比较深刻的印象，所以完全是举手之劳。记住一句话：*I'm not a fast walker, but I never walk backwards.*

只要读者抱着踏实、平和的心态，按照笔者所推荐的方法，真正用心去背诵本书，相信在轻松的状态下，用一个学期的时间，英语一定会有根本的进步。

最后用一句教育界经常被引用的经典名言和大家共勉：

这个世上绝不存在基础不好的学生，因为今日之努力就是明日之基础！

笔 者

2006 年 9 月 21 日于新东方总部

目 录

CONTENTS

Changes in People's Diet/ 人们饮食的变化	1
Forests Fires/ 森林火灾	3
My Hometown/ 我的家乡	5
Protection of Environment/ 保护环境	7
The Female Role in Today's China/ 今日中国妇女之角色	9
The Joy of Jogging/ 慢跑的乐趣	11
The Perils of TV Violence/ 电视暴力的危险	14
The World/ 尘世	16
The Internet/ 互联网	18
Travel/ 旅游	21
Two-day Weekends/ 双休日	23
What a Foreign Student Should Do in the U.S.A/ 在美国外国学生应该怎样做	25
A Great Friend/ 伟大的朋友	28
My Father/ 我的父亲	31
My Life/ 我的生活	34
Bill Clinton's Remark at Peking University/ 比尔·克林顿在北京大学的演说	36
Computers Concern You/ 电脑与你相关	39
Hobbies/ 业余爱好	43

Information in the Modern World/ 现代世界的信息	45
Love Your Life/ 热爱你的生活	48
Man/ 人类	52
Is Television a Blessing or a Curse?/ 电视是福还是祸?	56
Night in the Open World/ 露天世界的夜晚	60
On Etiquette/ 论礼仪	64
On the Mobile Office/ 移动的办公室	68
The Old Man and the Sea/ 老人与海	71
Rainbow/ 彩虹	75
Reading Good Books/ 阅读好书	79
Significance of Wildlife Protection/ 保护野生动物的意义	83
The First Snow/ 初雪	89
The Road to Happiness/ 幸福之道	93
The Importance of Scientific Experiments/ 科学实验的重要性	98
Expecting Beijing 2008/ 期盼北京 2008	102
The Little Match Girl/ 卖火柴的小女孩	105
Jane Eyre/ 简·爱	109
Towards the Teaching Profession/ 教书职业论	112

Why Is a Sense of Humor Important?/ 为什么幽默感很重要	117
Gettysburg Address/ 葛底斯堡演说	122
An Important Aspect of College Life/ 大学生活的一个重要方面	127
Appointment in Samarra/ 萨迈拉的约会	131
Born to Win/ 天生赢家	134
Choice of Companions/ 择友	139
Choosing an Occupation/ 选择职业	142
Crossing the Rubicon/ 越过卢比孔河	147
I Have a Dream/ 我有一个梦想	153
Happy Life at a Tavern/ 小客栈的乐趣	159
How to Learn with Success/ 如何学有成效	164
Inaugural Address/ 就职演讲	169
Letter to Mrs. Bixby/ 致比克斯比夫人的信	173
My Shooting Experience/ 我的狩猎经历	177
The Delights of Books/ 书中之趣	181
Truth Is for Everyone/ 真理乃为人人而设	187

Changes in People's Diet • 人们饮食的变化

①In the past five years, great changes have been taking place in people's diet. ②There is a general **trend** of decrease in the consumption of grain, while there is an increase in the **consumption** of some high-energy food, such as milk and meat.

Why are there changes in people's diet? In my opinion, there are two major reasons: on the one hand, nowadays, people have more money to buy the food with better **nutrition**, which is generally much more expensive than grain or vegetables. On the other hand, they now pay attention not only to the quantity but also the quality of their food. They have more knowledge on improving the nutritional value of food.

③From the above we can see that in the past five years, people's living standard has been rising year by year. We can expect that there will be a more **prosperous** future waiting for us.

在过去的五年中，人们的饮食已经发生了很大的变化。在谷类的消费上，已经有了大致减少的趋势，而对一些高能量食品的消费（比如牛奶和肉类）却有了增长的趋势。

为什么在人们的饮食中会有变化呢？依我看，有两个主要原因：一方面，现在，人们有更多的钱去买营养价值更高的食物，这些食物比谷类和蔬菜价钱更贵；另一方面，他们现在不仅重视食物数量，而且重视食物的质量了。他们在提高食物的营养价值上有了更多的知识。

从上面我们可以看出在过去的五年里，人们生活的标准一年比一年高了。我们期待着一个更加繁荣的未来在等待着我们。

【Notes】

1. **have been doing**的意思是“一直……”，强调连贯性。**take place**是“发生”的意思，同义词有occur, happen, turn up。
2. **while**常常用于两个并列或者相反的句子中间，表示“然而，而且，但是”，例如You'd like to play tennis, while I'd rather read. 你想要打网球，但我想看书。
3. **has been rising** 是现在完成进行时，表示一个动作从过去一直持续到现在。**year by year** 是“逐年，每年”的意思。

【Words & Expressions】

1. **trend** *n.* a general tendency or inclination 趋向，倾向
【同义词】tendency, direction
【例】The trend of prices is still upwards. 物价仍有上涨趋势。
2. **consumption** *n.* the act or process of consuming 消耗
【例】The petrol consumption of the big car is very high. 这辆大型汽车耗油量很大。
3. **nutrition** *n.* the process of nourishing or being nourished 营养
【同义词】nourishment
【例】This food provides all the nutrition your dog needs. 本食品含有狗所需要的一切营养。
4. **prosperous** *adj.* having success; flourishing 繁荣的，成功的
【同义词】affluent, flourishing
【例】His business is prosperous. 他的事业兴旺发达。

Forests Fires • 森林火灾

Most forest fires are caused by human carelessness, negligence, or ignorance. ^① Careless smokers are responsible for most of the fires each year. Many of these are started when cigarette butts and matches are thrown from automobiles. Others are caused by hunters, fishermen, or wood workers who are careless with their smoking materials.

Forests fires can also be caused by nature. The most important natural cause of fire is lightning. ^② This accounts for 11 percent of forest fires around the world. According to some studies, in the tropical areas, lightning causes a much higher percentage of fires than it does elsewhere.



大多数的森林火灾是由于人类的粗心、疏忽，或是无知轻视造成的。粗心的烟民要对每年大多数火灾负责任。这些都是由

从机动车中扔出的烟蒂或火柴引起的。其他的则是由那些粗心大意使用燃料的猎人、渔夫，或者伐木工人造成的。

森林火灾也能由自然引起。自然界最主要的引火物质是闪电。世界上11%的森林火灾由闪电引起。据一些研究表明，在热带地区，闪电引起的火灾百分比比其他地方高很多。

Forest fires have already brought about great losses to many nations. Therefore measures must be taken to prevent or control forest fires.

森林火灾已经给很多国家带来了巨大的损失，因此必须要采取措施预防或者控制森林火灾。

【Notes】

1. **be responsible for** 是表示“为……负责”，例如：The bus driver is responsible for the passengers' safety. 公共汽车司机应对乘客的安全负责。
2. **account for** 意为“占，是……的原因”。

【Words & Expressions】

1. **butt** *n.* 香烟头，烟蒂

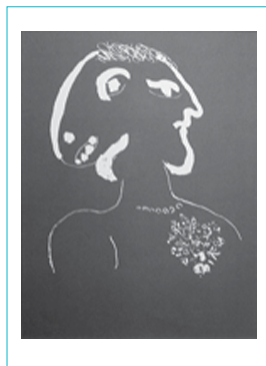
【例】a cigar butt 烟蒂

2. **tropical** *adj.* of, occurring in, or characteristic of the tropics 热带的

【例】a tropical plant 热带植物; tropical climate 热带气候

My Hometown • 我的家乡

My hometown is a small village located in the mountains. It is surrounded by lush hills and woods with a brook running through it. ^① This is where children often frolic. The buildings in the village are old in appearance but peaceful. ^② In the middle is a square, where there is a big tree, under which the elderly often meet to drink tea and chat. ^③ Everyone looks satisfied and happy, which is also true of other villagers. I love my hometown, and I hope it may be as beautiful as ever.



我的家乡是一个位于群山之中的小村庄。村庄的周围有青翠的小山和树林，一条小溪从中穿过。这是孩子们经常嬉戏的地方。村里的建筑看起来很古老，但是却很安宁。中间是一个广场，那里有一棵大树，在那里老人们经常在一起喝茶聊天。每个人看上去都很满足和幸福，其他村民也是这样。我热爱我的家乡，而且我希望它能够永远这样美丽。

【Notes】

1. **where children often frolic** 是表语从句。
2. 句中有两个从句结构: **where there is a big tree**是修饰**square**的定语从句; **under which...**是 **a big tree**的定语从句。
3. **which**引导非限制性定语从句, 修饰“**Everyone looks satisfied and happy**”整句话。

【Words & Expressions】

1. **lush** *adj.* having many plants 葱翠的
2. **brook** *n.* 小河, 溪流
3. **frolic** *v.* to behave playfully; romp 嬉闹

【同义词】**caper, frisk, play**

【例】**The young lambs were frolicking in the field.** 小羊羔在田里耍欢。

Protection of Environment • 保护环境

Environmental protection has become a very serious problem. The population of the world is increasing so rapidly that the planet has become too crowded. The overuse of our natural resources has influenced ecological balance. Moreover, the smoke and harmful chemicals from factories have polluted our environment. ① If this trend continues, human life on the earth will be threatened.

Great progress has been made in environmental protection. Governments of many countries have promulgated laws to protect the environment. Many factories have made great efforts to deal with various kinds of pollution.

Still more measures should be taken to solve this problem. People should be further educated to realize the importance of environmental protection. We should use modern methods to control population growth and we should learn to recycle our

环境保护已经成为了一个非常严重的问题。世界人口激增,这个星球已经变得十分拥挤。我们对自然资源的过度使用已经影响了生态的平衡。更糟的是,工厂排出的烟和有害化学物质已经污染了我们的环境。如果这种趋势继续下去,地球上的人类生命将会受到威胁。

人类在环境保护上已经取得了巨大的进展。许多国家的政府已经公布了法律保护环境。许多工厂已经做出很大的努力去解决各种各样的污染问题。

要解决这个问题还要采取更多的措施。应该进一步加强对人们的教育,使他们能够认识到环境保护的重要性。我们应该用现代的方式控制人口增长,而且我们也要学会回收利用我们的自然资源。如果是这

natural resources. ② If this is so, we are sure that in the future we will have a better and cleaner planet. 样,我们可以肯定,将来我们会有一个更加美好、干净的星球。

【Notes】

1. **If** 引导的条件状语或假设状语从句中,常常用“一般现在时”表示对将来的假设。例如: If you ask him, he will help you. 如果你向他求助,他会帮助你。
2. **If this is so**, 意思是“如果是这样,”指代前一句中所说的情况。

【Words & Expressions】

promulgate v. to put a law into effect 颁布; 公布



The Female Role in Today's China

• 今日中国妇女的角色

The role of women in today's China has changed a lot. ^① Women are regarded as “half of the sky”—that is, they are as equally important as men.

Since more women began to work, thousands of them have obtained great achievements as farmers, workers, scientists and leaders. Therefore, their social position has greatly improved.

Women have become more equal to men. ^② Besides the same opportunity of employment, for example, they also have the right to vote and the right to get equal pay for equal work. ^③ Even in a family, husband and wife are more equal when it comes to housework. With the improvement of their roles, women will lead a happier life.

在当今的中国，妇女的角色已经发生了很大的变化。妇女被认为是“半边天”，也就是说，她们和男人一样重要。

由于更多的妇女开始工作，成千上万的妇女作为农民、工人、科学家和领导已经取得了巨大成就，因此，她们的社会地位已经大大提高了。

妇女已经变得越来越和男人平等。例如，除了相同的就业机会外，她们还有选举权，享受同工同酬。甚至在家庭里，丈夫和妻子在做家务时也更平等。随着妇女角色的不断进步，她们的生活将会更幸福。