

北京外语广播英语教学节目
《英语PK台》推荐美剧学习教材

FRIENDS

每天看一点

《老友记》

轻松学地道口语

900句

看热播美剧 学最经典对白

900句地道口语让你一语惊人

丛书主编 文英
本书主编 江雨



机械工业出版社
CHINA MACHINE PRESS



每天看一点

《老友记》

轻松学地道口语

900句

丛书主编◎文 英
本书主编◎江 雨
参 编◎米 娅 陈 茜 张 姝 杜晓萱 张燕妮
刘 双 孙清莹 巴 宁 牟 莹 王雨辰
韩 芬 关曼宜 段义涛 杨佳君



FRIENDS

HB19.9
2419



机械工业出版社
CHINA MACHINE PRESS

《老友记》拥有广大的收视群体并收获普遍好评，每季的收视均位列全美年度前十，曾创造5300万人的单集收视纪录，其大结局更是吸引了5250万人观看直播。全剧获得黄金时段艾美奖提名62项次，并于2002年赢得“喜剧类最佳剧集”称号。

本书除了向你展现波折而又真实的剧情之外，还通过“整体—重点—再整体”的口语学习方法，不但对句子中的重点用法或句型进行讲解，还“举一反三”地以例句形式诠释，或同类用法，或同义替换句，或拓展例句，让你能通过一个句子学习到更多的实用美语表达，让外国人也惊讶于你的地道口语。

图书在版编目（CIP）数据

每天看一点《老友记》，轻松学地道口语900句/江雨主编. —北京：机械工业出版社，2015.8

（每天看一点美剧，轻松学地道口语900句/文英主编）

ISBN 978-7-111-51260-8

I. ①每… II. ①江… III. ①英语—口语—美国—自学参考资料
IV. ①H319.9

中国版本图书馆CIP数据核字（2015）第195576号

机械工业出版社（北京市百万庄大街22号 邮政编码100037）

策划编辑：张若男 责任编辑：张若男

版式设计：张文贵

北京机工印刷厂印刷（三河市南杨庄国丰装订厂装订）

2015年9月第1版·第1次印刷

169mm×239mm·17.5印张·328千字

标准书号：ISBN 978-7-111-51260-8

定价：35.80元

凡购本书，如有缺页、倒页、脱页，由本社发行部调换

电话服务

网络服务

服务咨询热线：(010) 88361066 机工官网：www.cmpbook.com

读者购书热线：(010) 68326294 机工官博：weibo.com/cmp1952

(010) 88379203 教育服务网：www.cmpedu.com

封面无防伪标均为盗版

金书网：www.golden-book.com

前言

Preface



初入美剧王国的你或许还有一丝迷茫：光看、光听，真的就能学会英语、学好英语了吗？当然能！因为艺术来源于生活，美剧中的情节与我们的生活息息相关，美剧人物所说的台词也是我们在与人交流时真正需要用到的口语。可以说，在欣赏美剧的同时，我们就为自己营造了一个自然的、毫不做作的口语学习环境。

经典美剧除了剧情吸引人之外，人物间的谈话也都十分简短，没有太长或太复杂的句子。词汇也非常简单，台词对白通俗易懂，极为生活化，几乎涵盖了美国青年最常用、最流行的口语表达方式，非常实用。可以说，句中的人物，都是我们学习英语口语的“老师”；而剧中的台词，就是我们的学习“教材”。

市面上利用美剧学口语的书籍琳琅满目，但大多一本书中收集了多部热播美剧。而事实上，每部剧的内容特点不同，欣赏、学习的侧重点也就不同，于是我们精心选取了连续播出 10 年并获得多项大奖的经典老剧《老友记》、连播八季仍持续热播的科学宅男喜剧《生活大爆炸》，以及以迷幻和刺激等独特角度收获超高人气的《吸血鬼日记》和《行尸走肉》共 4 部美剧，单剧成册，用心分析、编写该剧集最适合学习英语口语的内容，以求能帮助你快速地掌握学习技巧、提高学习效率！

看看本系列丛书为你打造的几大亮点：

- 剧集精彩回放

我们将精彩剧情归类成了友情、爱情、亲情等几大与生活息息相关的主题，让读者能够有针对性地练习口语。而每个主题中精选出的精彩

片段，均按“时间—地点—人物—事件”简要列出剧情介绍，帮助看过该美剧的你回顾经典。即使没看过也能了解故事背景，扫清学习障碍。精心对译的汉语对白能让你一扫看英文字幕时的紧张心情，更好地理解对白内容。

- 美语句子脱口秀

我们从片段中选取了最实用、最地道的口语句子，并对句子的惯用或特殊用法给出通俗易懂的解析。“美语教你说”有拓展例句、同类用法，还有同义替换句，让你不仅清楚哪句对白最地道、实用，还能知道怎么熟练使用。

- 巧学句型，举一反三

学口语自然要学精髓，句型便是口语最精华的部分。此版块虽小，却能起到核心作用。读者通过例句多角度练习句型，能真正掌握从美剧中学到的表达，并灵活运用于实际工作和生活。

本系列图书能教你如何“请”美剧中的角色当你的外教、教你说地道美语！让看美剧、学英语成为让你欲罢不能的学习体验！

编者

目录

Contents

Preface 前言

Chapter 1 六个人的友情世界 001

Scene 01 互相鼓励，互相扶持 / 002

Scene 02 这就是女人的世界 / 007

Scene 03 朋友之间无法隐藏的秘密 / 013

Scene 04 超越爱情的男女友情 / 019

Scene 05 朋友也免不了争吵 / 025

Scene 06 调侃挖苦是友谊中的调剂品 / 031

Scene 07 昔日友情再现 / 037

Scene 08 动情的分别时刻 / 042

Chapter 2 爱情是永恒的主题 049

- Scene 09* 纠缠十年的爱恋 / 050
- Scene 10* 最登对的夫妻 / 056
- Scene 11* Joey 是恋爱高手 / 062
- Scene 12* Ross 如何变成了“离婚狂” / 068
- Scene 13* 调皮小姐 Phoebe 的爱情观 / 074
- Scene 14* 令人痛心的分手经历 / 080
- Scene 15* 办场婚礼不容易 / 086

Chapter 3 生活中的众多趣事 093

- Scene 16* 欢庆节日，花样百出 / 094
- Scene 17* 旅行轶事 / 100
- Scene 18* 意外情况层出不穷 / 106
- Scene 19* 千万别和莫妮卡玩游戏 / 112
- Scene 20* 尽情享受美食 / 118
- Scene 21* 和宠物的故事 / 124
- Scene 22* 他们都是“购物狂” / 129
- Scene 23* 医院里也趣事多 / 135

Chapter 4 血浓于水的亲情 141

- Scene 24* 要强的 Geller 一家 / 142
- Scene 25* Rachel 的土豪家庭 / 148
- Scene 26* Phoebe 和她的神秘家庭 / 153
- Scene 27* Joey 有个大家庭 / 159
- Scene 28* 影响 Chandler 一生的家庭阴影 / 165

Chapter 5 职场风云迭起 171

- Scene 29* 千金小姐变成打工妹 / 172
- Scene 30* 学究气的古生物学家 / 177
- Scene 31* 按摩师也会唱歌作曲 / 182
- Scene 32* 美食王国舍她其谁 / 187
- Scene 33* 演艺之路有喜也有悲 / 193
- Scene 34* 从数据分析师到广告部门主管 / 199

Chapter 6 学习“老友精神” 205

Scene 35 像瑞秋一样独立 / 206

Scene 36 像罗斯一样深情 / 212

Scene 37 像钱德勒一样蠢萌 / 218

Scene 38 像莫妮卡一样努力 / 224

Scene 39 像乔伊一样仗义 / 229

Scene 40 像菲比一样善良 / 235

Chapter 7 大牌客串齐聚首 241

Scene 41 “大牌男朋友” / 242

Scene 42 瑞秋的两个奇葩妹妹 / 248

Scene 43 仇恨不是空穴来风 / 253

Scene 44 疯狂的影迷 / 259

Scene 45 明星扮“明星” / 265

若遇淋雨，则如醉如

01

Chapter

六个人的友情世界



- Chandler:** Y'know, if you listen closely, you can hear a thousand **retailers scream**.
- Monica:** Welcome to the real world!^⑤ It sucks. You're gonna love it!
- 钱德勒：知道吗，如果你们仔细听，你们会听到上千的商家在尖叫。
- 莫妮卡：欢迎来到现实的世界。这里糟透了，但你会喜欢的！



片段二：

第一季

第6集

时间：00:17:32—00:18:33**地点：**莫妮卡和瑞秋公寓**人物：**老友六人**事件：**乔伊被导演炒鱿鱼了，另外五位老友很贴心地安慰他、鼓励他。

- Joey:** I got fired.^⑥ Yeah, they said I acted too much with it. I told everybody about this! Now everybody's gonna go to the **theatre**, expecting to see me, and...
- Rachel:** Oh, Joey, you know what, no one is gonna be able to tell.^⑦
- Joey:** My mom will.
- Chandler:** Something so sweet and... **disturbing** about that.
- Joey:** Y'know, I've done nothing but crappy plays for six years.^⑧ And I finally get my shot, and I **blow** it!
- Monica:** Maybe this wasn't your shot.
- Ross:** Yeah, I mean, I think when it's your shot, y'know, you—you know it's your shot. Did it... feel like your shot?^⑨
- Joey:** Hard to tell; I was **naked**.
- Phoebe:** No, I **don't think**^⑩ this was your shot. I mean, I don't even think you just get one shot.^⑩ I really believe big things are gonna happen for you, I do! You've gotta just keep thinking
- 乔伊：我被开除了。没错，他们说我太投入了。我到处宣扬了这件事，现在大家都期待着到戏院看我演出，然后……
- 瑞秋：哦，乔伊，你猜怎么着，没人会认得出来的。
- 乔伊：我妈就认得出来。
- 钱德勒：真是令人感动又……令人不安。
- 乔伊：你知道吗，六年来，我除了演些烂角色以外，真是一事无成。如今机会终于来了，我竟然把它搞砸了。
- 莫妮卡：或许这不是你的机会。
- 罗斯：是啊，我是说，我认为机会该来的时候，你就会知道，它来了。你感觉……这是你的机会吗？
- 乔伊：很难分辨，我当时全身赤裸着。
- 菲比：我认为这次并非是你的机会。我的意思是，我甚至觉得你的机会不止一个。我真的相信，大好机会就将降临到你身上，真的！你必须

词汇记一记

theatre ['θi:tə:ɔ:] n. 剧院**blow** [bləʊ] v. 因无能而坏事**disturbing** [dɪ'stɜ:bɪŋ] adj. 烦扰的**naked** ['neɪkɪd] adj. 裸露的

about the day that some kid is gonna run up to his friends and go "I got the part! I got the part! I'm gonna be Joey Tribbiani's ass!"

坚持信念，想着将来会有个小伙子跑到朋友面前说：“我被录取了，我要演电影了！我要演乔伊的屁股！”

美语句子 脱口秀

1 All right. 好的。

“All right.” 的口语用法有很多种，既可以用来问候某人或回答别人的问候，也可以用来征求对方意见或请求对方允许，还可以用来询问听话者是否听懂或弄明白等。

拓展例句 All right, no kidding. 好吧，不开玩笑了。

同义替换 OK. 好了。

美语教你说

2 ... you ready? 你准备好了吗？

ready 是口语中使用的一个高频词，基本意思为“准备好的”，它的用法非常多，口语中经常使用“Are you ready?”“You ready?”“Ready?”这三种表达来询问“准备好了吗？”之意。

同类用法 We should get going. **Are you ready?**

我们该走了，你准备好了吗？

拓展例句 Is the dinner **ready**? 晚饭准备好了吗？

美语教你说

3 You ready to jump out the airplane without your parachute?

你准备好不用降落伞跳下飞机吗？

jump out 是一个固定搭配，表示“跳出”之意，注意其后面要直接跟地点名词。除了做动词之外，jump 还可以做名词之用，例如：from the jump 表示“从一开始”的意思。

同类用法 **Jump off** the deep end.

从水深的那一端跳下去；仓促行事。

拓展例句 They won't **jump out** because they are too short.

他们跳不出去，是因为太矮了。

美语教你说

4 Come on, I can't do this! 算了，我做不到！

口语中，come on 既可以表示鼓励、请求的意思，也可以用来表示不耐烦、责备的意思，要根据不同的场景体会 come on 的不同意思和所表达的情感。

拓展例句 **Come on.** Don't be shy. 来吧，别害羞。

Come on. It's getting dark now. 快点儿吧，天都快黑了。

美语教你说

5 **Welcome to the real world!** 欢迎来到现实的世界。

在口语中，welcome to... 表示“欢迎，欢迎来到……”，是生活中常用的表达方式，通常用来表达对初次见面的人以及来到一个新地方的人的欢迎。

拓展例句 **Welcome to Beijing.** 欢迎你们到北京来。

同类用法 **You are welcome to** use my car. 欢迎你借用我的车。

美语教你说

6 **I got fired.** 我被开除了。

fire 作为动词较多地表示“放火烧；点燃；放（枪、炮等）”，但在美国口语中则表示为“解雇；解聘；开除”，并且多指被断然地突然解雇。

同义替换 I got sacked/the sack. 我被炒鱿鱼了。

I got a pink slip. 我被开除了。

美语教你说

7 **You know what, no one is gonna be able to tell.**

你猜怎么着，没人会认得出来的。

You know what... 是大多数美国人的口头禅，类似于中文的“哎，你知道吗？”，相当于一个发语词，表示要说明自己的某种观点，而这种观点有可能会和对方的已知概念冲突，或者是对方不知道的某个事情。有点儿加强语气或自问自答的感觉，一般只用在一句话的开头。

拓展例句 **You know what,** I'm gonna uh, play the field just a little more. 你知道吗，我想再多观察一阵子！

同类用法 **You know,** she'll just blab all the secrets.
你要知道，她会泄露所有秘密的。

美语教你说

8 **Y'know, I've done nothing but crappy plays for six years.**

你知道吗，六年来，我除了演些烂角色以外，真是一事无成。

nothing but 在英语里是个常见词组，它的基本含义是“只是，仅仅”，后面既可以接名词和名词词组，也可以接动词原形和动词不定式，还可以接动名词结构。

拓展例句 I want **nothing but** to speak to you all these days.

这些天来我只想和你说说话。

She enjoyed **nothing but** being thought highly of by others.

她只喜欢受人奉承。

美语教你说

9 Did it... feel like your shot? 你感觉……这是你的机会吗?

feel like 是口语中的高频用法，可以表达“感觉像，摸起来像，想做”等多种含义，它的后面可以接名词、代词、动名词，还可以接句子。

拓展例句 Do you **feel like** a rest? 你想休息一下吗?

同义替换 Do you think it's your chance? 你觉得这是你的机会吗?

英语教你说

10 I mean, I don't even think you just get on shot.

我的意思是，我甚至觉得你的机会不止一个。

I mean... 这个结构常常在口语中出现，意思是“我是说，我的意思是”，主要就是做插入语使用，没有特别的意义。

同义替换 What I **want** to say is that I don't even think you only get on shot. 我想说的是，我甚至觉得你的机会不会只有一个。

My point is I don't even think you just get on shot.

我的意思是，我甚至觉得你的机会不会只有一个。

英语教你说

洋腔洋调学一学: I **don't think**... 我认为(觉得)……不……

举一反三练一练: I **don't think** it's perfect. 我认为这并不完美。

I **didn't think** you wanted to help me.

我觉得你根本就不想帮我。

自己来试一试吧: _____ 我认为我们根本不必过于担心。

答案: I don't think it's necessary for us to worry too much.

巧学句型
举一反三



三个女人一台戏，更何况这三个女人个个貌美如花，个个能言善辩，个个“身怀绝技”。她们会一起哭，一起笑，一起吵，一起闹。她们会在情人节一起“烧掉过去”，也会在有人心情不好时彼此使出浑身解数轻言劝慰。一起感受一下这几位好姐妹的世界吧！



片段一：

第一季
第 14 集

时间：00:05:14—00:06:14

地点：莫妮卡公寓

人物：瑞秋，莫妮卡，菲比

事件：莫妮卡、瑞秋、菲比三人准备举行仪式告别坏男人。

Rachel: How did we end up with these jerks?^①
We're good people!

Monica: I don't know. Maybe we're some kinda magnets.

Phoebe: I know I am. That's why I can't wear a digital watch.^②

Monica: There's more beer, right?

Phoebe: Oh! You know my friend Abby who shaves her head? She said that if you want to break the bad boyfriend cycle, you can do like a cleansing ritual.

Rachel: Pheebs, this woman is voluntarily bald.

Phoebe: Yeah. So, we can do it tomorrow night, you guys. It's Valentine's Day. It's perfect.

Monica: OK, well, what kind of ritual?

Phoebe: OK. We can, um, we can burn the stuff they gave us.

瑞秋：我们怎么会和这些浑蛋在一起？我们可是良家妇女！

莫妮卡：不知道，或许我们有某种吸引力吧。

菲比：我知道我有，所以我不能戴电子表。

莫妮卡：还有啤酒吧？

菲比：哦！记得我那剃光头的朋友艾比吗？她说想要停止与恶男交往的恶性循环，可以举行一个清理仪式。

瑞秋：菲比，她是个大光头。

菲比：对。那么我们明晚可以试试看，明天情人节，是绝佳的时刻。

莫妮卡：好啊，那是什么仪式？

菲比：很好。我们可以，啊，我们可以烧掉前男友们送的东西。

词汇一记

magnet ['mægnət] *n.* 磁铁，磁力

voluntarily [ˌvɒləntərɪli] *adv.* 自愿地

ritual ['rɪtʃuəl] *n.* 仪式

bald [bɔld] *adj.* 秃的



Rachel: Or?

Phoebe: Or... or we can chant and dance around naked, you know, with sticks. ③

Monica: Burning's good. ④

Rachel: Burning's good. Yeah, I got stuff to burn.

瑞秋：或者是？

菲比：或是……或是唱歌，拿着权杖裸体跳舞。

莫妮卡：还是烧东西好。

瑞秋：烧东西好，是啊，我有东西可以烧。



片段二：
第四季
第22集

时间： 00:18:18—00:19:46

地点： 莫妮卡和瑞秋公寓

人物： 菲比，瑞秋，莫妮卡

事件： 菲比不舍得把即将生下的孩子送走，莫妮卡和瑞秋费尽心思安慰她。

Phoebe: I don't know, it's just, I guess I know it's going to be over soon.

Rachel: Well, isn't that a good thing? You said you were sick of this. ⑤

Phoebe: I know. It's just usually when you're done with the pregnant thing, then you get to do the mom thing. ⑥ I'm gonna be y'know, sitting around in my **leather** pants, drinking **Tequila**.

Monica: Some moms do that.

Phoebe: Okay, that's even sadder. Look, I know, I know what I got myself into. ⑦ It's just that **now that** ⑧ they're in me it's like, it's like I know them y'know. I mean—I mean, it's just not gonna be easy when these little babies have to go away.

Monica: Aw, sweetie, but it's not like you're not gonna have anything. You're gonna have **nieces** and **nephews**, and some ways that's even better.

Phoebe: Yeah, okay.

菲比：（坐在沙发上，心情很低落）我不知道，我只是觉得一切都要结束了。

瑞秋：那不是好事吗？你说过，怀孕的过程让你很难受。

菲比：我知道，只是通常当你怀孕结束了之后，你会做妈妈该做的事。但我只会穿着皮裤坐在一边，喝着龙舌兰酒。

莫妮卡：有的妈妈也会那样啊。

菲比：好吧，那更可悲。你看，其实我一直都知道会走到现在这一步，只是现在他们在我身体里面，就像我已经和他们熟悉了一样。我的意思是，我的意思是，让他们离开我，真的不是一件容易的事情。

莫妮卡：我知道，亲爱的，但那不代表你什么也没有啊。你会有侄女和侄子，那更好啊！

菲比：嗯，好吧。

词汇记一记

leather ['leðə] *adj.* 皮的，皮革制的

niece [ni:s] *n.* 侄女

Tequila [tə'ki:lə] *n.* 龙舌兰酒

nephew ['nefju] *n.* 外甥