

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





读者对象  
 美剧迷  
 想突破口语的学习伙伴  
 对美剧文化感兴趣的读者

## 北京外语广播英语教学节目 《英语PK台》推荐美剧学习教材

播出频率: AM774

网络收听: [www.am774.com](http://www.am774.com)

播出时段: 首播14:00 重播22:00

微信公众号: [goingforgold774](https://www.gotweibo.com/goingforgold774)

新浪微博: @京晶am774@英语PK台



机械工业出版社微信公众号



外语分社服务号

上架指导 英语学习 / 美剧

ISBN 978-7-111-51260-8

ISBN 978-7-111-51260-8



9 787111 512608 >

定价: 35.80元

# 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

刘 双

韩 芬

陈 茜

孙清莹

关曼宜

张 姝

巴 宁

段义涛

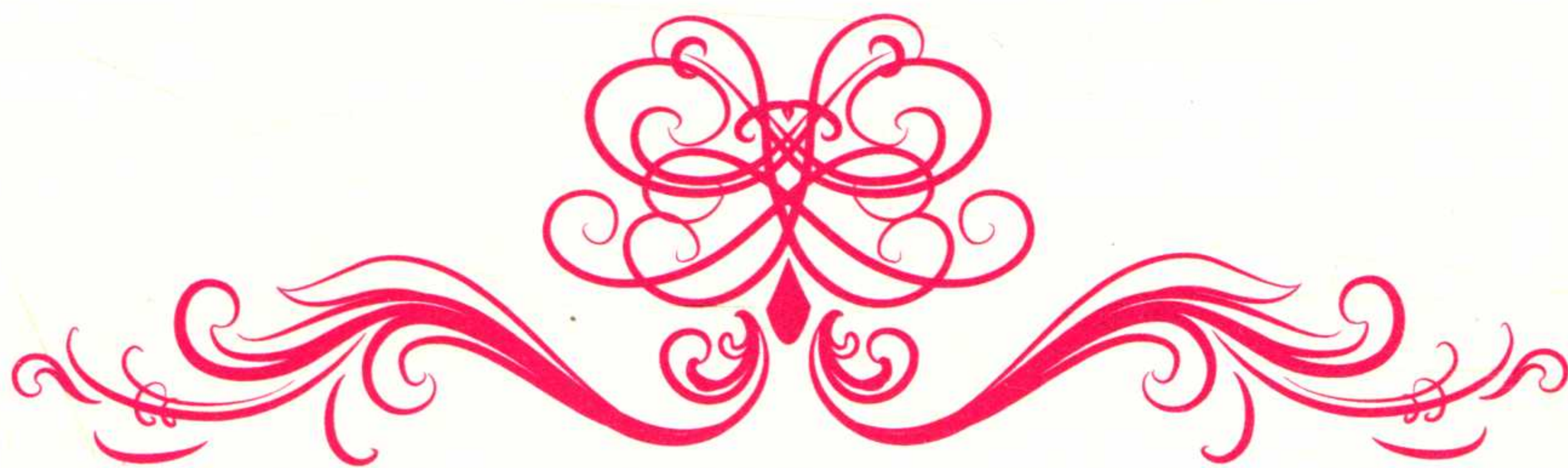
杜晓萱

牟 莹

杨佳君

张燕妮

王雨辰



## FRIENDS



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 5 300 万人的单集收视纪录，其大结局更是吸引了 5 250 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](http://www.cmpbook.com)

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

(010) 88379203 教育服务网：[www.cmpedu.com](http://www.cmpedu.com)

封面无防伪标均为盗版

金书网：[www.golden-book.com](http://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美语口语的内容，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简明易懂的解析。“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

**01**

**Chapter**

**六个人的友情世界**

## Scene 01

# 互相鼓励，互相扶持

### 精彩导言

有一种圈子，他们平时或许总是互相嘲讽互相打趣，但一方有难时，对方绝对义不容辞，这就是“哥们儿”；有一种圈子，她们平时或许总会因为特别小的事情吵得不可开交，但有人伤心时，另一方绝对陪伴左右，这就是“闺蜜”。在友情的世界里，就是要互爱互助。



### 片段一： 第一季 第1集

**时间：** 00:24:20—00:25:09

**地点：** 莫妮卡和瑞秋公寓

**人物：** 老友六人

**事件：** 众友人鼓励瑞秋将信用卡剪掉，让她开始过不依赖父母的新生活。

**Monica:** All right,<sup>①</sup> you ready?<sup>②</sup>

**Rachel:** No. No, no, I'm not ready! How can I be ready? "Hey, Rach! You ready to jump out the airplane without your parachute?"<sup>③</sup> Come on, I can't do this!<sup>④</sup>

**Monica:** You can, I know you can!

**Rachel:** I don't think so.

**Ross:** Come on, you made coffee! You can do anything! C'mon, cut. Cut, cut, cut,...

**All:** Cut, cut, cut, cut, cut, cut, cut...

**Rachel:** Y'know what? I think we can just leave it at that. It's kinda like a **symbolic gesture** ...

**Monica:** Rachel! That was a library card!

**All:** Cut, cut, cut, cut, cut, cut, cut...

**莫妮卡：** 好的，准备好了吗？

**瑞秋：** 不。不，不，我没准备好！我怎么会准备好呢？“嗨，瑞秋！你准备好不用降落伞跳下飞机吗？”算了，我不行！

**莫妮卡：** 你能行的，我知道你能行！

**瑞秋：** 我不觉得。

**罗斯：** 来吧，你会泡咖啡！你就什么都可以！来嘛，剪吧。剪，剪，剪……

**众人：** 剪，剪，剪，剪，剪，剪，剪……

**瑞秋：** 你们知道吗？我认为我们可以把它就这么放着。就好像某种象征性的符号……

**莫妮卡：** 瑞秋！那是借书卡！

**众人：** 剪，剪，剪，剪，剪，剪，剪……

### 词汇记一记

**symbolic** [sɪmˈbɔːlɪk] *adj.* 象征性的

**retailer** [ˈriːtɪlə] *n.* 零售商

**gesture** [ˈdʒɛstʃə] *n.* 姿态

**scream** [skriːm] *v.* 尖叫



**Chandler:** Y'know, if you listen closely, you can hear a thousand **retailers scream**.

**Monica:** Welcome to the real world!<sup>⑤</sup> 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.<sup>⑥</sup> 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.<sup>⑦</sup>

**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.<sup>⑧</sup> 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?<sup>⑨</sup>

**Joey:** Hard to tell; I was **naked**.

**Phoebe:** No, **I don't think**<sup>⑩</sup> this was your shot. I mean, I don't even think you just get one shot.<sup>⑩</sup> 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] n. 剧院

**blow** [blou] v. 因无能而坏事

**disturbing** [dɪ'stɜ:bɪŋ] adj. 烦扰的

**naked** ['neɪd] 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?

美语教你说

**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。

美语教你说

巧学句型  
举一反三

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.



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?<sup>①</sup>  
We're good people!

**瑞秋：** 我们怎么会和这些浑蛋在一起？我们可是良家妇女！

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

**莫妮卡：** 不知道，或许我们有某种吸引力吧。

**Phoebe:** I know I am. That's why I can't wear a digital watch.<sup>②</sup>

**菲比：** 我知道我有，所以我不能戴电子表。

**Monica:** There's more beer, right?

**莫妮卡：** 还有啤酒吧？

**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**.

**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。

**Rachel:** Phoebes, this woman is **voluntarily bald**.

**瑞秋：** 菲比，她是个大光头。

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

**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。

**Monica:** OK, well, what kind of ritual?

**莫妮卡：** 好啊，那是什么仪式？

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

**菲比：** 很好。我们可以，啊，我们可以烧掉前男友们送的东西。

**词汇记一记**

**magnet** ['mægnət] *n.* 磁铁，磁力

**voluntarily** [ˌvɔ:lən'terəli] *adv.* 自愿地

**ritual** ['ritʃuəl] *n.* 仪式

**bald** [bɔld] *adj.* 秃的