



# 竞争力英语

## 口语速成

Basic Patterns · Easy English, Easy Talk

### 老友记·情景剧基础句型

—— 轻松学习 ——

- 1 都市男女情景连续剧，生动、精彩
- 2 句型简洁，地道实用
- 3 看故事、听录音，效果最佳

[美] Maggie York • 著    李灵芝 • 译

# 竞争力英语

## 口语速成

Basic Patterns · Easy English, Easy Talk

### 老友记·情景剧基础句型

[美] Maggie York · 著    李灵芝 · 译

广东海燕电子音像出版社

老友记·情景剧基础句型 美上 Maggie York 著 李灵  
芝译。—广州：广东海燕电子音像出版社，2003.9  
(竞争力英语·日语速成丛书)  
ISRC CN-F43-03-0046-0/A·H

本书之中文简体字大陆版  
经由三思堂文化事业有限公司授权独家出版

丛书策划 姜玉玲 萧宿荣

责任编辑 李 耕 贾宇娜

责任技编 颜沛生

出版发行 广东海燕电子音像出版社

(广州市花城大道6号名门大厦豪名阁25楼 邮编：510623)

经 销 广东新华发行集团股份有限公司

印 刷 湛江蓝星南华印务公司

开 本 850毫米×1168毫米 1/32

印 张 5.25

字 数 105千

版 次 2003年10月第1版 2003年10月第1次印刷

版 号 ISRC CN-F43-03-0046-0/A·H

定 价 18.00元(含磁带1盒，书1册)

质量监督电话：020-38299170 购书咨询电话：020-83798202

## 与时代同步 说地道美语

在学校里，我们学会了做英语选择题、听力题、阅读题、作文题、判断题、改错题……也许我们样样都拿过高分。然而，当你真正开口想说的时候，所有的自信都没有了。这样的英语水平，怎么能在日益激烈的竞争时代站稳脚跟并出人头地呢？！

《竞争力英语丛书》就是想致力于教会你学校里学不到的英语！把英语学好，即时增强你的竞争能力！

---用最简单的单词，说最地道的英语！

---用最常见的句型，体验最恰当的用法！

---告你生地道变化，在情境中享受英语的乐趣，于课本外发现真正实用的英语！

原来，说英语可以这样轻松！

本书主要介绍美国时下最常用的英语表达方式。我们请美国的英语教学专家精选了美国人在生活中不可或缺的单词和句型，同时为你精辟讲解词语的意义、使用方法和恰当的语境，教你学习用英文来思考，随着说话的时机、沟通的对象不同，使用各种地道漂亮的美语说法表达自己的思想。本书共八种，每本书有不同的侧重点，你可以成套学习，也可以单独购买。

本书旨在最短的时间内，帮你学会最重要的、每天都用得着、增强你的竞争力的英语！只要你一节一节地看下去，很快就可以融会贯通，举一反三，脱口说英语，不再是问题！

### 本书的最大特色

- 1 由美国英语教学专家撰写，系统、专业、高品质；
- 2 由美国教师录音，发音清晰正确，让你远离发音错误的烦恼；
- 3 不只教传统的单词和会话，还添加了故事性，让你了解时下美国年轻人的想法和流行用语，呈现多元化特点；
- 4 内容趣味十足，形式活泼生动，令你在学习时可以完全放松，在不知不觉中增进英语会话能力。

### 《老友记·情景剧基础句型》介绍

这是一部精彩的都市男女情景连续剧！有喜有悲、有苦有乐，情节生动，令人爱不释手！

用词简单，句型简洁，一看就懂









精华实况会话，基础美语句型的地道应用尽在本书

# CONTENTS

1	A feather in one's cap (自食其力得来的成就)	2
2	Fed up (受够了)	6
3	Finders keepers (谁找到, 谁就可以拥有它)	11
4	Fit as a fiddle (壮得像头牛一样)	15
5	Flake out (累瘫了, 小睡一下)	19
6	Flat out (尽快把事情做好)	22
7	Get away from it all (暂时丢开身边一切琐事)	27
8	Give or take (大概/或会多、或会少)	31
9	Grin and bear it (含笑忍受)	35
10	Hair of the dog (喝酒解宿醉; 以毒攻毒)	39
11	Hang out (闲逛/到外面混一混)	44
11	Heaven knows (天知道)	47
13	High and dry (干着急, 一点办法都没有)	51
14	Holier-than-thou (自命清高)	56
15	Hunt high and low (到处找)	60



<b>16</b>	In for (something) (即将面对某件事)	64
<b>17</b>	Jump down (someone's) throat (堵住某人的嘴巴)	68
<b>18</b>	Keep (one's) cool (息怒/冷静)	73
<b>19</b>	At long last (好不容易才等到最后)	77
<b>20</b>	A likely story (这怎么可能)	81
<b>21</b>	Manna from heaven (天降甘霖)	86
<b>22</b>	More's the pity (非常可惜)	91
<b>23</b>	No skin off my nose (这没什么大不了)	95
<b>24</b>	On the off chance (机会不大)	99
<b>22</b>	Or other (或怎样的)	103
<b>23</b>	Peace of mind (放心)	106
<b>27</b>	Perish the thought (想都别想)	110
<b>22</b>	Rack one's brains (绞尽脑汁)	114
<b>23</b>	Relieve (someone) of (something) (帮助某人卸下了某件事)	118
<b>30</b>	Safe and sound (安然无恙)	122
<b>21</b>	Search me (搜我身呀/我真的不知道)	126

 32	That's that (就这样了)	129
 33	There you are (跟我想的一样发生了)	133
 34	Up — and — coming (事业突飞猛进)	137
 35	A vicious circle (恶性循环)	141
 36	Walk all over (someone) (骑在某人的头上)	145
 37	Want for nothing (一无所求)	148
 38	Weigh up (something) (衡量一下某件事)	152
 39	Whoop it up (玩个痛快)	156

注：本书的音标采用国际音标第十四版。

# Cast of characters

## 人物角色

*These are four friends who work in an international hotel in the city. They are all students at university who work on weekends during the school year and full-time in the summer.*

海伦、克丽欧、弗莱德及乔希彼此是朋友，也同时在内市某国际大饭店打工，在大学上学期间，他们会在周末上班，暑假则全职上班。

**Helen** Clio's roommate, 22 years old, waitress, dating Fred.

海伦 克丽欧的室友，现年 22 岁，担任女服务生，正与弗莱德谈恋爱。

**Clio** Helen's roommate, 21 years old, waitress.  
克丽欧 是海伦的室友，现年 21 岁，女服务生。

**Fred** Helen's boyfriend, 22 years old, chef.  
弗莱德 海伦的男朋友，现年 22 岁，厨师。

**Josh** Fred's best friend, 23 years old, bartender and struggling musician.  
乔希 弗莱德最好的朋友，现年 23 岁，调酒师，也是力争上游的音乐家。





# A feather in one's cap

(自食其力得来的成就)

(The phone rings.)

(电话响起。)



Hello?

喂?

**Fred**

Hi, Helen. It's me, Fred.

海伦吗? 是我, 弗莱德。



**Helen**

Hi, Fred. Beautiful day, isn't it? What's up?

嗨, 弗莱德。天气真好, 对吗? 什么事?

**Fred**

I just got a call from the head chef at work.

我刚才接到饭店主厨打来的电话。

He wants me to be the weekend banquet manager this summer.

他要我暑假去当周末的宴会经理。



**Helen** No kidding? That's a real feather in your cap. Congratulations!

真的？那就是你辛苦拼回来的成就呀。恭喜恭喜！

Will you still be cooking or just doing paperwork?

你是要做菜，还是只做做管理工作？

**Fred** I'll be scheduling, planning menus, budgeting food and labor costs, managing the kitchen side of banqueting.

我要做宴会排期、规划菜单、预估食物及人事支出、管理宴会的厨房。

I'll be coordinating with the floor manager, whoever is responsible for the service.

我要和大堂经理，也就是那个负责这项服务的人配合。

**Helen** That is so cool, Fred. You must be really proud of yourself.

真的很酷啊，弗莱德。你一定很替自己高兴。

Except you know what this means, don't you?

不过，你知道这意味着什么，对吗？

**Fred** What?

什么呀？

You'll be working every weekend this summer.

这意味着今年暑假，你每个周末都要上班喽。

We'll miss you at our parties, beach picnics, concerts in the park...

我们在聚会、在沙滩野餐、在公园听音乐会的时候，都会想起你的。

**Fred** Oh, yeah. I didn't think about that.

噢，对了，我都没想到这一点呢。

Oh well, the money's good and it'll be an interesting job.

不过嘛，我的薪水还不错，而且会是一份很有意思的工作。

Better than just slicing and cooking vegetables all summer.

比整个夏天切菜煮菜好多了。



## 重点提示

份出自个人努力而达成的成就。我找不到这句话的出处，也许是因为猎人捕到鸟之后，都会拔一根羽毛下来，插在自己的帽子上吧。我觉得这种解释还蛮合逻辑的。

## Key Words

Congratulations!

恭喜!

paperwork [ˈpeɪpəwɜ:k]

文书; 作

coordinate [kəuˈɔ:dɪnɪt]

协调; 调节



## 2

## Fed up

(受够了)

I'm kind of fed up with working at the hotel.

我有点受够了饭店的工作。

I think I might look for something else this summer.

我想我可能会在暑假找另一份工作。

**Fred** Really? I thought you liked working there.

真的？我还以为你喜欢在那里上班呢。

**Helen** It's ok, but it's not what I want for my career.

是还好，可是它却不是我想发展的事业。

I'd like to work for an organization that is trying to save the world, or at least makes a positive difference in people's lives.



我想替试图拯救世界的机构工作，或者说，它至少是想积极改变人们的生活。

**Working at the hotel is so frivolous. I mean, does it really matter what we do there?**

在饭店工作好像很微不足道，我的意思是，我们在那里做过什么事，又有什么大不了呢？

**Fred You're right, of course.**

当然，你是对的。

**However, people still want to eat out so I take pride in giving them the best dining experience I can.**

但是，人们还是想在外面吃饭，如果我尽自己的能力，提供他们最好的餐饮经验，我会感到很荣幸。

**Sorry, Fred, I don't think that you are doing a bad thing working in the hotel.**

对不起呀，弗莱德，我不认为你在饭店工作有什么不好。

I mean, if people can arrive feeling grumpy but leave feeling full and satisfied, their happy vibes radiate out to others. It's a good thing.

我的意思是，如果客人来吃饭的时候心情不好，但是吃完饭之后，吃得又饱，又感到满意，他们的快乐，也会感染其他人的，这是件好事

**Fred** I think so.

我也这么认为。

I just want to help those who can't help themselves, or reach out to people and let them know of services available that can help them to improve their condition.

我只想帮助那些无法帮助自己，或接触人群的人，让他们知道有那些服务可以帮助他们、改善他们的生活状况。

**Fred** So what kind of work do you want to do?

你想做哪一类型的工作？

Work for Greenpeace?

绿色和平组织吗？

I don't know. I think I'll get onto the internet and find out what kind of social groups there are in America, find out who is hiring and then apply for some jobs.

不晓得。我想我会上网去看看美国有些什么社会团体，有没有哪个想雇人，然后再试着去申请些工作。

## 重点提示

"Fed up" 的意思是肚子充满了食物。在此例了中，海伦是“受够了（也就是塞满了）”一些让她生气的状况。也许是你老板每天都在骚扰你，所以你决定要辞职，或者是你的承包商常常送错货，所以你要把他换掉。这是一个得体而有力的说法。



## Key Words

at least	至少
frivolous [ˈfrɪvələs]	微不足道
grumpy [ˈgrʌmpi]	心情不好
vibes [ˈvaɪbz]	气氛
radiate [ˈreɪdiət]	散发：放射
improve [ɪmˈpruːv]	改善

