

跟着美剧快学  
地道口语900句系列



# 跟着 F.R.I.E.N.D.S 老友记 快学地道口语 900句

附赠

原声MP3  
LRC字幕

| 李宁◎编著 |

时下流行美剧 日常经典对白  
原声MP3+LRC字幕的绝佳体验  
900句地道口语引爆你的小宇宙



中国宇航出版社

跟着美剧快学  
地道口语900句系列

跟着

| 李宁◎编著 |

《老友记》

快学地道口语

900句



中国宇航出版社

· 北京 ·

版权所有 侵权必究

图书在版编目(CIP)数据

跟着《老友记》快学地道口语 900 句/李宁编著. --  
北京:中国宇航出版社,2014.1  
(跟着美剧快学地道口语 900 句系列)  
ISBN 978-7-5159-0516-7

I. ①跟… II. ①李… 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(2013)第 254855 号

策划编辑 裴燕娜  
责任编辑 裴燕娜 张芸哲

封面设计 文道思  
责任校对 王雅倩

出版 中国宇航出版社

社址 北京市阜成路 8 号 邮编 100830  
(010)68768548

网址 www.caphbook.com

经销 新华书店

发行部 (010)68371900 (010)88530478(传真)  
(010)68768541 (010)68767294(传真)

零售店 读者服务部 北京宇航文苑  
(010)68371105 (010)62529336

承印 三河市君旺印装厂

版次 2014 年 1 月第 1 版 2014 年 1 月第 1 次印刷

规格 787×960 开本 1/16

印张 18.25 字数 258 千字

书号 ISBN 978-7-5159-0516-7

定价 32.80 元(随书附赠原声 MP3 光盘)

本书如有印装质量问题,可与发行部联系调换

# PREFACE

## 前言



### ◆英语学习中的困惑

说一口流利的英语，顺畅地与外国人交谈，这是很多英语学习者希望做到的事情。然而，在学习英语很多年后，许多人依然觉得说英语是一件很艰难的事情。以高中生为例，很多学生很困惑，他们觉得自己掌握了不少词汇、语法知识，做题也很厉害，可为什么就是不会说英语呢？这是因为，会做题并不代表会用英语。语言是一种交流工具，能够熟练运用这门语言才是最重要的。《跟着美剧快学地道口语900句》系列丛书以最受欢迎的几部美剧为素材，帮助英语学习者在轻松、有趣的情境下学习实用的英语词汇、短语以及语法知识，从而达到熟练运用英语的目的。

### ◆经典美剧《老友记》

《老友记》是最经典的美剧之一。故事围绕6个好朋友的情感、事业与家庭，讲述了老友们共同走过的10年。这是一部关于爱情、友情、亲情的美剧，在10季的剧情里，我们可以看到老友们的精彩经历，包括事业的起伏、婚姻的变故、个人的成长等等。另外，我们还可以从这部剧中了解西方文化，比如西方节日传统和家庭观念等。《老友记》不仅拥有精彩故事情节，剧中人物的性格特点也很吸引人——怪异善良的菲比，固执好强的莫妮卡，搞笑欢乐的钱德勒，美丽动人的瑞秋，顽固较真的罗斯，单纯可爱的乔伊。6位老友并不完美，然而正是他们的不完美与真实使我们爱上他们。《老友记》为我们呈现的是乌托邦式的生活，6个相亲相爱的朋友过着精彩的日子，虽然会有争吵、烦恼、失败，但是友情与爱情永远是解决问题的良药。相信您在学习口语的过程中，也会爱上这6位可爱的朋友。

#### ◆本书内容

《跟着<老友记>快学地道口语900句》共有6章，分别为老友相聚、美丽爱情、欢度佳节、浪漫婚礼、老友和家人、职场风波，每章包含了若干相关主题的场景，讲述了老友们的小故事。每个场景都包含“经典重现”“学习笔记”“佳句脱口秀”“活学活用”和“文化充电站”等学习板块。“经典重现”部分再现了精彩剧情，并在“学习笔记”中列出生词供您学习；“佳句脱口秀”首先为您深入剖析了佳句中的词汇、短语表达和语法知识，然后由“小编教你说”带您渐入佳境，掌握900句英语地道表达；“活学活用”教会您如何使用常用句式；最后的“文化充电站”是与主题相关的文化知识延伸，内容丰富有趣。

#### ◆本书特色

《跟着<老友记>快学地道口语900句》的特点在于学习性、趣味性和实用性。适用于英语初学者、有一定英语基础的学习者、美剧爱好者或者出国留学前需要学习实用口语的读者。语言的学习和语境密不可分，读者在使用这本书时，要结合具体语境。读者应结合选段中的句子以及书中给出的例句，在完成句型学习后，可以通过造句来巩固学习。另外，本书中的选段或者有趣，或者温馨，或者感人，包括了老友之间的点滴趣事、小小争吵、职场趣事，也有温馨感人的婚礼，相信您会非常喜欢这些选段。

本书选择的词汇和句型是日常生活中使用频率最高的。同时，随书附赠原声MP3光盘及LRC字幕，既能让您体会到最原汁原味的英语口语，又可以提升您的听力水平。本书的宗旨就是有效地帮助您在生活中正确地运用英语，从而练就一口地道口语。

编者

2013年9月

# CONTENTS

## 目录



### Chapter I 老友相聚

- |          |       |      |
|----------|-------|------|
| Scene 01 | 瑞秋的到来 | / 2  |
| Scene 02 | 温馨谈话  | / 8  |
| Scene 03 | 幽默打趣  | / 14 |
| Scene 04 | 老友争吵  | / 20 |
| Scene 05 | 哥们儿情谊 | / 26 |
| Scene 06 | 感动时刻  | / 31 |

### Chapter II 美丽爱情

- |          |             |       |
|----------|-------------|-------|
| Scene 07 | 瑞秋和罗斯的爱情    | / 38  |
| Scene 08 | 罗斯的挽留       | / 43  |
| Scene 09 | 瑞秋的表白       | / 48  |
| Scene 10 | 瑞秋和罗斯的分分合合  | / 53  |
| Scene 11 | 莫妮卡和理查德的忘年恋 | / 59  |
| Scene 12 | 钱德勒不懂爱情     | / 65  |
| Scene 13 | 钱德勒和莫妮卡的爱情  | / 70  |
| Scene 14 | 幸福的婚后生活     | / 76  |
| Scene 15 | 冈瑟的深深暗恋     | / 82  |
| Scene 16 | 超越爱情的友情     | / 88  |
| Scene 17 | 菲比和戴维有缘无分   | / 93  |
| Scene 18 | 菲比和麦克的金玉良缘  | / 99  |
| Scene 19 | 艰难的分手       | / 105 |



## Chapter III 欢度佳节

- |          |          |       |
|----------|----------|-------|
| Scene 20 | 新年趣事     | / 112 |
| Scene 21 | 特殊的圣诞节   | / 118 |
| Scene 22 | 菲比的圣诞募捐  | / 124 |
| Scene 23 | 寻找圣诞礼物   | / 130 |
| Scene 24 | 圣诞节和光明节  | / 136 |
| Scene 25 | 瑞秋的感恩节礼物 | / 142 |
| Scene 26 | 感恩节回忆    | / 148 |
| Scene 27 | 莫妮卡的精致瓷盘 | / 154 |
| Scene 28 | 情人节火灾    | / 160 |
| Scene 29 | 万圣节掰手腕   | / 166 |



## Chapter IV 浪漫婚礼

- |          |             |       |
|----------|-------------|-------|
| Scene 30 | 罗斯和埃米莉的伦敦婚礼 | / 172 |
| Scene 31 | 钱德勒精心准备的求婚  | / 178 |
| Scene 32 | 莫妮卡筹备婚礼     | / 184 |
| Scene 33 | 钱德勒和莫妮卡的婚礼  | / 190 |
| Scene 34 | 麦克的三次求婚     | / 196 |
| Scene 35 | 美丽的雪中婚礼     | / 201 |





## Chapter V 老友和家人

- |          |             |       |
|----------|-------------|-------|
| Scene 36 | 菲比与弟弟相识     | / 208 |
| Scene 37 | 菲比和她的外甥外甥女们 | / 213 |
| Scene 38 | 菲比的双胞胎姐姐    | / 219 |
| Scene 39 | 瑞秋的妹妹吉尔     | / 225 |
| Scene 40 | 瑞秋的妹妹埃米     | / 231 |
| Scene 41 | 可爱的宝宝们      | / 236 |
| Scene 42 | 钱德勒的奇葩爸妈    | / 242 |
| Scene 43 | 爸妈偏爱罗斯      | / 248 |

## Chapter VI 职场风波

- |          |         |       |
|----------|---------|-------|
| Scene 44 | 瑞秋与时尚界  | / 256 |
| Scene 45 | 莫妮卡的厨师梦 | / 261 |
| Scene 46 | 钱德勒换工作  | / 267 |
| Scene 47 | 大学教授罗斯  | / 273 |
| Scene 48 | 菲比与音乐   | / 279 |







# Chapter I

## 老友相聚





Scene 01

# 瑞秋的到来



经典  
重现

片段一 第一季, 第1集

原声  
音频

场景描述: 瑞秋从婚礼上逃走, 身穿湿透了的婚纱来到咖啡馆找莫妮卡。在那里, 还见到了莫妮卡的哥哥罗斯以及菲比、乔伊、钱德勒。

◆ M=Monica R=Rachel

M: Rachel?

R: Oh, God, Monica! Thank God! I just went to your building and you weren't there and a guy with a big hammer said you are here and you are.

M: Everybody, this is Rachel, another Lincoln High survivor.<sup>①</sup> This is everybody, Chandler and Phoebe, and Joey. Remember my brother, Ross?

R: Sure! Hi!

M: So you want to tell us now, or are we waiting for four wet bridesmaids?<sup>②</sup>

R: Oh God. Well, it started about a half hour before the wedding. I was in the room where we were keeping all the presents.<sup>③</sup> And I was looking at this gravy boat, this really gorgeous Limoges gravy boat. And all of a sudden, I realized I was more turned on by this gravy

◆ 莫=莫妮卡 瑞=瑞秋

莫: 瑞秋?

瑞: 噢, 天哪, 莫妮卡! 谢天谢地! 我刚刚去了你的住处, 你却不在。一个拿着大锤子的人说你在这里, 你果然在这里。

莫: 各位, 这是瑞秋, 另一个林肯肯高中的幸存者。这就是各位啦, 这是钱德勒和菲比, 还有乔伊。还记得我哥哥罗斯吧?

瑞: 当然记得, 嗨!

莫: 你是想现在告诉我们发生了什么事, 还是一起等待4位湿漉漉的伴娘?

瑞: 哦, 天哪。好吧, 事情发生在婚礼前的半个小时。我在我们放礼物的房间里, 看着一个船形肉卤盘, 一个非常漂亮的利摩日船形肉卤盘。我突然意识到我对这个船形

boat than Barry.<sup>4</sup> I got freaked out and that's why it hit me: how much Barry looks like Mr. Potato Head. I always knew he looked familiar, but... Anyway, I had to get out of there and I started wondering "why am I doing this" and "who am I doing it for". So anyway, I just didn't know where to go and I know you and I have kind of drifted apart,<sup>5</sup> but you are the only person I knew who lived here in the city.

**M:** Who wasn't invited to the wedding.

**R:** I kind of hope that wouldn't be an issue.<sup>6</sup>

肉卤盘比对巴利更兴奋。我吓坏了，然后我就想到：巴利看起来多像薯头先生啊。我一直知道他很眼熟，但是……不管怎样，我必须离开那里，我开始想“我为什么要这么做”“我这样做是为了谁”。所以不管怎样，我不知道该去哪里，我知道我们已经有些疏远了，但是在这个城市里我只知道你住在这里。

**莫:** 还没被邀请参加婚礼。

**瑞:** 我只是希望这不会成为我们之间的问题。

## 学习笔记

hammer ['hæmə] *n.* 锤子，榔头，木槌

survivor [sə'vaivə] *n.* 幸存者，生还者

gravy boat 酱油壶，上调味汁用的船形盘

gorgeous ['gɔ:dʒəs] *adj.* 华丽的，极好的，漂亮的



### 片段二 第一季，第1集



原声  
音频

场景描述：瑞秋和莫妮卡住在了一起，大家都劝瑞秋找一份工作，开始独立生活。瑞秋外出后归来。

◆ Ra=Rachel Ro=Ross C=Chandler M=Monica

**Ra:** Guess what?

**Ro:** You got a job?

**Ra:** Are you kidding?<sup>7</sup> I'm trained for nothing! I was laughed out of twelve interviews today.<sup>8</sup>

◆ 瑞=瑞秋 罗=罗斯 钱=钱德勒  
莫=莫妮卡

**瑞:** 你们猜发生了什么事?

**罗:** 你找到工作了?

**瑞:** 你在开玩笑吗? 我什么都不会! 我今天在12个面试里被

C: And yet you're surprisingly upbeat.

Ra: You would be too if you found John and David boots on sale, fifty percent off!<sup>9</sup>

C: Oh, how well you know me.

Ra: They're my new 'I don't need a job, I don't need my parents, I've got great boots' boots!

M: How did you pay for them?<sup>10</sup>

Ra: Uh, credit card.

M: And who pays for that?

Ra: Um... my father.

人嘲笑。

钱: 尽管如此, 你居然还是很高兴。

瑞: 如果你发现JD牌的靴子在打5折, 你也会很高兴的!

钱: 噢, 你好了解我啊。

瑞: 这就是我的新靴子, 我不需要工作, 不需要爸妈, 我有超级棒的靴子。

莫: 你怎么付的钱?

瑞: 哦, 信用卡。

莫: 那谁来付信用卡的钱?

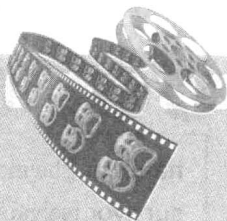
瑞: 呃……我爸爸。

## 学习笔记

interview [ˈɪntəvju:] *n.* 采访, 面试

upbeat [ˈʌpbi:t] *adj.* 积极乐观的, 高兴的

credit card 信用卡



## 佳句脱口秀

1. **Everybody, this is Rachel, another Lincoln High survivor.** 朋友们, 这是瑞秋, 另一个林肯高中的幸存者。

这句话可以用于向大家介绍自己的朋友或家人, 通常以everybody或者guys等开头。另外, 该句中的 survivor 是一种夸张的用法, 用来暗示高中生活很无聊或者很艰难。

小编教你说

- ◆ Everybody, this is Susan, my best friend. 各位, 这是我最好的朋友苏珊。
- ◆ Guys, this is Tom, your new classmate. 同学们, 这是汤姆, 你们的新同学。

2. ...or are we waiting for four wet bridesmaids? 还是一起等待4位湿漉漉的伴娘?

短语 wait for 的意思是“等待”，在口语中较为常用。

小编教你说

- ◆ No matter where you go, I will be waiting for you at home.  
无论你去哪里，我都会在家里等你。
- ◆ He is waiting for the school bus. 他正在等校车。

3. I was in the room where we were keeping all the presents. 我在我们放礼物的房间里。

此句中，where引导的是定语从句，用来修饰先行词 room。where 可作为关系副词，放在表示地点的词语之后，起到修饰作用，翻译时，我们将定语从句放到先行词前面。

小编教你说

- ◆ This is the place where I once lived. 这是我曾经住过的地方。
- ◆ This is the building where my father works. 这是我爸爸工作的大楼。

4. And all of a sudden, I realized I was more turned on by this gravy boat than Barry. 我突然意识到我对这个船形肉卤盘比对巴利更兴奋。

turn on 意为“打开（收音机、电视、灯、煤气等）”，也有“使感兴趣，使兴奋”的意思。

小编教你说

- ◆ Can you turn on the radio? 你能打开收音机吗?
- ◆ She was turned on by the handsome man. 她对那个帅哥很有兴趣。

5. So anyway, I just didn't know where to go and I know you and I have kind of drifted apart... 所以不管怎样，我不知道该去哪里，我知道我们已经有些疏远了……

此句中，anyway用于口头中，表示“不管怎样，无论如何”，多用来开始一个新的话题；“kind of”用于口语中，表示“稍微，有点”；drift apart是指“漂移，疏远，各奔东西”。

小编教你说

- ◆ Anyway, I'm kind of bored with this job. 不管怎样，我对这份工作感到厌烦。
- ◆ Lucy and I started to drift apart after graduation.  
毕业后，露西和我开始疏远了。

6. I kind of hope that wouldn't be an issue. 我希望这不会成为我们之间的问题。

此句中，“hope”表示“希望”，后面加宾语从句，表示一种意愿或愿望。

小编教你说

- ◆ I hope you can come to my birthday party.  
我希望你能来参加我的生日派对。
- ◆ I hope I can pass my final exams. 我希望能通过期末考试。

### 7. Are you kidding? 你在开玩笑吗?

kid当动词讲，意思是“开玩笑”，“be kidding”常常用于口语中，表示“不要信以为真，只是开玩笑”。

小编教你说

- ◆ Just relax. I'm just kidding. 别紧张，我只是在开玩笑。
- ◆ I'm not kidding, Jessica. There is a cow in your house.  
杰西卡，我没有开玩笑，你家有头母牛。

### 8. I was laughed out of twelve interviews today. 我今天在12个面试里被人嘲笑。

laugh表示“大笑”，be laughed是指“被人嘲笑”。此句中的out of表示“由于，来自”，瑞秋什么都不会，因此会在面试中被嘲笑。

小编教你说

- ◆ He is always laughed by other students. 他常常被其他同学嘲笑。
- ◆ I said those things out of envy. 我说那些话是出自嫉妒。

### 9. You would be too if you found John and David boots on sale, fifty percent off! 如果你发现JD牌的靴子在打5折，你也会很高兴的!

if可以引导条件状语从句，表示“如果，假如”。需要注意的是，若主句使用一般将来时，从句则使用一般现在时；若主句使用过去将来时，从句则使用一般过去时。

小编教你说

- ◆ We will go to the park if it doesn't rain tomorrow.  
明天如果不下雨，我们就去公园。
- ◆ I would be very happy if you could come with me.  
你要能跟我一起去，我就太高兴了。

### 10. How did you pay for them? 你怎么付的钱?

pay for表示“赔偿，为……付钱”，也有“因……受罚”的意思。

小编教你说

- ◆ I will not pay for the window because I didn't break it.  
我不会赔这扇窗户的，因为不是我打坏的。
- ◆ You have to pay for the wrong doing. 你得为你做错的事情受罚。



## 活学活用

**轻松输入:** Guess... 猜猜……

Guess what just happened? 猜猜刚才发生了什么事?

Guess what I found? 猜猜我找到了什么?

**轻松输出:** \_\_\_\_\_ 猜猜谁要来?

**答案:** Guess who is coming?




## 文化充电站

“薯头先生”(Mr. Potato Head)是美国家喻户晓的玩偶和卡通人物,长相滑稽可爱,深受美国孩子们和大人的喜爱。“薯头先生”是1952年美国热播动画片的主人公,如今已经成为美国经典的玩具形象之一。起初,“薯头先生”是被人用金属刺画上不同表情的马铃薯,现在金属已经被换成了塑胶。电影《玩具总动员》中也出现了“薯头先生”一家,中国人也通过这部电影熟悉了经典的玩具形象。在《玩具总动员》第三部中,“薯头先生”的五官被插在了一根香肠上,他的太太“薯头太太”(Mrs. Potato Head)高兴地说:“亲爱的,你的身材真棒”,相信这个搞笑的镜头一定给观众们留下了深刻的印象。

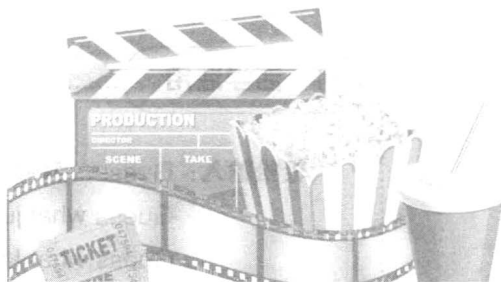
**Note:**





Scene 02

## 温馨谈话



经典  
重现

片段一 第一季, 第4集

原声  
音频

场景描述: 瑞秋开始了独立生活, 她在咖啡馆找到了一份服务员的工作。有一天, 她在咖啡馆遇到了以前的朋友们, 她们的生活都有了新的发展, 因此瑞秋心情很低落, 她觉得自己要独立生活是个错误的选择。

◆ M=Monica R=Rachel P=Phoebe

**M:** You should feel great about yourself!<sup>①</sup> You're doing this amazing independence thing!

**R:** Monica, what is so amazing? I gave up, like everything, and for what?

**P:** You are just like Jack.

**R:** Jack from downstairs?

**P:** No, *Jack and the Beanstalk*.

**M:** Ah, the other Jack.

**P:** Yeah, right! See, he gave up something, but then he got those magic beans.<sup>②</sup> And then he woke up, and there was this, this big plant outside his window, full of possibilities and stuff. And he lived in a village, and you live in the Village.

**R:** Okay, but Phoebes, Phoebes, Jack gave up a cow. I gave up an orthodontist. Okay, I know, I know I didn't love him...

◆ 莫=莫妮卡 瑞=瑞秋 菲=菲比

**莫:** 你应该为自己感到自豪! 你正在经历了了不起的自立!

**瑞:** 莫妮卡, 有什么了不起的? 我似乎放弃了一切, 是为了什么?

**菲:** 你就像杰克一样。

**瑞:** 楼下的杰克?

**菲:** 不是, 是《杰克和魔豆》。

**莫:** 啊, 是另一个杰克。

**菲:** 是的, 对! 你看, 他放弃了一些东西, 但是之后他得到了那些魔豆。他起床后发现, 在他窗外有一棵如此大的树, 充满了各种可能性和东西。他住在一个村庄, 你住在这个村庄。

**瑞:** 好吧, 但是菲比, 杰克放弃了一头牛, 我放弃了一个整牙医生。好吧, 我知道, 我知道我并不爱他……



P: Oh, see, Jack did love the cow.<sup>③</sup>

菲: 哦, 瞧, 杰克确实爱那头牛。

## 学习笔记

independence [ˌɪndrɪ'pendəns] *n.* 独立, 自立

beanstalk ['biːnstɔːk] *n.* 豆茎

possibility [ˌpɒsə'bɪləti] *n.* 可能性, 可能的事情

orthodontist [ˌɔːθə'dɒntɪst] *n.* 牙齿矫正医师



### 片段二 第一季, 第6集



场景描述: 乔伊得到一个角色, 担任一个著名男演员的臀部替身。然而, 由于乔伊在表演时过分投入这个“角色”, 他被导演开除了。乔伊非常沮丧。

◆ J=Joey Ra=Rachel C=Chandler  
M=Monica Ro=Ross P=Phoebe

J: I got fired.<sup>④</sup>

All: Oh!

J: 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...<sup>⑤</sup>

Ra: Joey, you know what?<sup>⑥</sup> No one is gonna be able to tell.

J: My mom will.

C: Something so sweet and disturbing about that.

J: You know, I've done nothing but crappy plays for six years.<sup>⑦</sup> And I finally get my shot, and I blow it!<sup>⑧</sup>

◆ 乔=乔伊 瑞=瑞秋 钱=钱德勒  
莫=莫妮卡 罗=罗斯 菲=菲比

乔: 我被开除了。

全: 啊!

乔: 是啊, 他们说 I 过分投入这个角色。我已经把这件事告诉所有人了! 如今每个人都会去剧院, 想要看到我, 但是……

瑞: 乔伊, 你知道吗? 没有人会认出来的。

乔: 我妈妈会认出来的。

钱: 这可真温馨, 却又让人觉得不舒服。

乔: 你知道的, 6年来, 我除了演了些烂角色外一事无成, 如今我终于得到机会, 我却搞砸了!