

Complete Lesson Transcript – Lesson 398 [Simplified]

Kirin: 上网学中文第三百九十八课.

大家好，我是杨老师.

Raphael: 大家好，我是赖老师.

Adam: And hello, I'm Adam.

Kirin: 欢迎加入我们的中文学习课程.

Raphael: 在今天的课程，我们会用问问题跟回答的方式来复习我们前几课学过的单字. 这样的练习能让你们知道如何把学过的单字使用在真实的生活. 在我们开始之前，先让我们听今天会在课程中出现的生字.

Kirin: 营养.

Adam: Nutrition or nourishment.

Kirin: 脾气.

Adam: Temperament, disposition or temper.

Kirin: 年纪.

Adam: Age.

Kirin: 唠叨.

Adam: To be talkative or constantly nagging.

Kirin: 安慰.

Adam: To comfort or console.

Raphael: 现在请听第一个单字跟问题.

Kirin: 尽量.

Raphael: 想要有健康的身体，应该尽量做哪些活动？

Kirin: 其实每个人都知道，想要有健康的身体，应该要多运动跟多吃有营养的食物。不过现在有不少人身体不好，不是因为不运动或是营养不够的关系，是因为有很多人生活压力太大的关系反而把身体弄坏了。

Raphael: 没错。有的学生因为考试的压力太大，晚上睡不好，脾气也变得更差。所以现在的人想要有健康的身体，就应该尽量减少自己的压力，尽量做一些能让自己觉得轻松的活动，让自己的心情变得更愉快，身体自然就会健康了。

Kirin: 对啊。还有因为以前大部分的人赚的钱不够多，很难买得起比较有营养的食物，甚至生病了也没办法去医院看医生。

Raphael: 不过，现在不一样了。虽然经济发展越来越进步，但是反而失去了更多钱也买不到的健康。而且，因为工作上常常要跟别人一起竞争，压力变得更大。尤其是脾气不好的人，常常生气，就更容易影响到自己的健康了。

Kirin: 所以我们要学习不管外面的环境如何改变，都要保持心情愉快才行，不能让自己的脾气越来越差，身体也才不会越来越不好。

Raphael: 没错，你说的很有道理。所以要尽量往好的方面想，就不会给自己太大的压力了。接下来，请听第二个单字跟问题。

Kirin: 能力。

Raphael: 学中文的听，说，读，写这四个能力，你觉得哪个比较难？

Kirin: 我想学每个语言都会有同样的问题。不过我认为听比说容易，读比写容易。可是因为中文有五种声调，所以说的部分对我来说也特别难。除了声调以外，由于中文有很多声音相同的字，所以我在写句子的时候也常常写错字。

Raphael: 我知道在说中文的时候，有些声调对外国人来说很难发音，再怎么练习，听起来都还是有点奇怪。我觉得这应该是习惯的问题，因为我们从小时候就一直讲自己的母语啊！

Kirin: 那你的意思是说，年纪越小的人，中文就学得越快吗？如果是这样的话，那我现在才开始学，是不是太慢了啊！

Raphael: 并不会，一点也不会太慢. 其实要是你很了解自己在听，说，读，写这四个能力里面，哪个部分表现得比较不好，容易犯错误，只要以后多注意一下就可以了.

Kirin: 那我知道了，我会更努力学习的.

Raphael: 嗯，加油！请继续听第三个单字跟问题.

Kirin: 放心.

Raphael: 你一个人在外面念书，不跟父母一起住，他们会放心你吗？

Kirin: 我刚开始一个人到外面念书的时候，我的父母非常不放心我，总是给我打电话. 有的时候，我还会觉得我妈妈太唠叨了，让我真受不了. 不过我慢慢地了解他们的想法，也常常跟他们分享我的学校生活. 后来我开始打工，学习把自己照顾好，变得更独立. 他们对我就放心多了，也更相信我.

Raphael: 虽然父母有时候很唠叨，但仔细听他们讲的内容，不是要你多注意自己的身体，就是要你好好念书，通常都是一些日常生活上的事情. 所以父母会唠叨都是为了自己的孩子好.

Kirin: 嗯，后来我终于发现这是他们爱我的一种表现. 可能是因为我从来没离开过家里，什么事都要自己处理，父母才会担心我在外面过得好不好.

Raphael: 我也这么觉得. 尤其要让别人放心之前，自己就要做到让对方信任. 当你开始会跟父母分享自己的心情的时候，我相信他们一定觉得你真的长大了，这样父母就能比较放心了. 再来，请听第四个单字跟问题.

Kirin: 失败.

Raphael: 要是你的朋友因为失败变得很难过，你应该怎么安慰他？

Kirin: 我想我会告诉他，人不应该害怕失败，因为失败的经验会让我们更了解自己的. 失败并不代表永远不会成功，因为我们永远有新的机会，而且我们的经验会越来越多，做事的能力也会越来越好. 只要我们愿意努力，一定会有成功的一天.

Raphael: 我知道当别人很难过的时候，会很需要安慰. 因为听到安慰的话，不好的想法就会消失. 另外，我也觉得应该趁年轻的时候多试试，不管是成功或是失败的经验，都是一种很好的体验. 而且，失败的经验反而让人更难忘呢！

Kirin: 我记得我爸爸曾经告诉我，就算你很努力地做一件事情却没有结果，也不算浪费时间，因为在这个过程中，你会找到一套自己才知道的方法。

Raphael: 很好，你爸爸说的一点也没错。最后，请听第五个单字跟问题。

Kirin: 话题。

Raphael: 请你谈一谈男生喜欢谈什么话题，女生喜欢谈什么话题？

Kirin: 对大部分的男生来说，他们喜欢谈的话题应该是运动，汽车，最新的电子产品这一种的话题。女生就喜欢谈跟衣服，旅行有关系的话题，像最近哪家百货公司有折扣啊。

Raphael: 对啊，像我姐姐最喜欢趁百货公司有折扣的时候跟朋友一起去逛。如果找不到人陪她去逛，才会考虑找男朋友陪她。但我看她男朋友好像一点兴趣也没有，可能到了百货公司就直接去电子产品去那边了吧。

Kirin: 嗯，我可以想像那样的情况。因为每次跟我男朋友聊到女生喜欢的话题的时候，他好像也觉得无聊，甚至马上就想睡觉了。除了运动，汽车，电子产品以外，我还真不知道能聊什么。

Raphael: 没关系，或许他只是不知道该讲什么而已。下次你们可以试试看讨论其他的话题，比如说电影，音乐，美食等等，我想会比较有趣。

Kirin: 好啊，我也很喜欢这些话题。

Raphael: 希望这样的练习能让你们更清楚这些单字的用法。你们也可以跟朋友互相练习这些问题，增加更多说中文的机会。我们的会员可以上网到我们的网站 chineselearnonline.com 这个地方作更多的练习。

Kirin: 我们下次再见。