

BBC Learning English

Q and A of the Week 你问我答

Tense or intense?

“紧张”用英语怎么说?



- 关于台词的备注:
请注意这不是广播节目的逐字稿件。本文稿可能没有体现录制、编辑过程中对节目做出的改变。
- 请注意: 中文文字内容只提供简体版

Helen: 大家好, 欢迎再次收听 BBC 英语教学的《你问我答》节目。我是 Helen。今天的问题来自 Bruce Chen。他问:

Question

What's the difference among nervous, tense, intense and strained?

Helen: Bruce 想让我们解答几个单词之间的区别。这几个单词分别是 nervous, tense, intense 还有 strained。初看这几个词都带有紧张的意思, 但具体的含义和用法还是有些不一样的。我们一个一个来看看吧。

第一个词是 nervous。这个词我自己经常用, 一碰到让我精神紧张的情况我就会说 I am so nervous。比如: 我特别怕打针了, 一到医院我就特别害怕, 特别紧张 I am really scared of injections, I get very nervous going to hospitals。让我们听听什么事情会让人觉得 nervous。

Examples

I am nervous of speaking in public. It's really stressful.
在公众面前讲话 *speaking in public* 会让人觉得紧张。

Last week, I was feeling pretty nervous when I went on my first date.
第一次约会 *first date* 让他紧张。

I stayed at a country house on my own once and that made me quite nervous.
自己一个人在乡村的一个大房子里住着, 难怪会觉得有些害怕紧张。

Helen: 接下来我们看看 tense 这个词。它可以用来形容神经紧绷着的样子。比如 John is looking tense, John 看着挺紧张的。它也可以用来描绘一个形势, 比如两国关系比较紧张 - Relations between the two neighbouring states were tense。还有如果你的肌肉感觉很紧, 特别酸、特别紧。那么你可以说 My muscles are very tense and they are getting really stiff。我的肌肉很紧, 都僵住了。

另一个词 intense 虽然仅仅是在 tense 前面加了 in, 可是意思和用法是不一样的。当我们听到 intense 的时候, 更多的会想到的解释是热情的, 或者是强烈的, 激烈的。比如说, The fire is so intense 意思是火烧得很大、很厉害。The red in this painting is very intense 这幅画中的红色特别鲜艳。我们也可以形容一个人对什么事情有很强烈的感情或意见, David is an intense young man, he is passionate

about his research in aviation, 意思是说 David 是一个很有激情的年轻人, 他对自己在航空方面的研究非常热爱。

我还记得参加了一次减肥班, 有一个特别严格的教练, 不停得让我们运动, 都要累死了, I was so tired after these very intense training sessions.

最后一个词是 **strained**, 这个词的意思也有紧张, 不自然的意思。比如 **There was an awkward and strained silence in the room** 在房间里出现了令人尴尬的沉默。**Strained** 也能表达两者之间的关系紧张, 比如: **The relationship between Ruth and her daughter is quite strained, they hardly talk to each other.** Ruth 和她的女儿关系不好, 她们几乎不讲话。

朋友们可能会问到底什么时候用哪个词呢? 这和你想说什么很重要。

如果涉及到我自己对什么事情感到紧张, 我会说 **I'm nervous about something.** 要是我想说某人平时是个容易紧张的人, 那我也会用 **nervous** 或者 **tense** 来形容他。

如果是要形容两人或两国关系紧张, 那 **tense** 和 **strained** 比较适合。如果说事情发展到了很激烈的情况, 那你就可以用 **intense**。**Intense** 这个词也能形容一个人的性格和对事情的态度。

Helen:

好了希望我们解答了 Bruce 同学的提问。大家有机会请和我们联系, 我们的邮箱是 questions.chinaelt@bbc.co.uk 我们下次节目再会。