

2022-11-14 [Arts and Culture] Zen Meditation Brings Alaskan Community Together 词频表

- 1 **the** 23 [ði/ðə] art.这；那 adv.更加（用于比较级，最高级前）
- 2 **in** 16 [ɪn] prep.按照（表示方式）；从事于；在...之内 adv.进入；当选；（服装等）时髦；在屋里 adj.在里面的；时髦的 n.执政者；门路；知情者 n.(In)人名；(中)演(广东话·威妥玛)；(东)殷(用于名字第一节)，因；(日)寅(名)
- 3 **of** 14 [ɒv, əv, v, f] prep.关于；属于；...的；由...组成的
- 4 **and** 11 [ænd, ənd, ən] conj.和，与；就；而且；但是；然后 n.(And)人名；(土、瑞典)安德
- 5 **to** 10 [tu:, tu, 辅音前弱tə, t] adv.向前；（门等）关上 prep.到；向；（表示时间、方向）朝...方向 n.(To)人名；(东)多；(中)脱(普通话·威妥玛)
- 6 **for** 9 [fɔ:, fɔ, fə] prep.为，为了；因为；给；对于；至于；适合于 conj.因为
- 7 **meditation** 8 [ˌmedɪ'teɪʃən] n.冥想；沉思，深思
- 8 **community** 7 [kə'mju:nɪti] n.社区；[生态]群落；共同体；团体
- 9 **is** 7 [ɪz, z, s] v.是（be的三单形式） n.存在
- 10 **said** 7 adj.上述的，该 v.说（say的过去式和过去分词） n.(Said)人名；(西、塞、哈萨克、乌兹、吉尔、塔吉、土库、阿塞、阿拉伯)赛义德
- 11 **or** 6 conj.或，或者；还是；要不然 n.(Or)人名；(中)柯(广东话·威妥玛)；(东)奥；(土、匈、土库、阿塞、瑞典)奥尔
- 12 **that** 6 [ðæt, 弱ðət, ðt] pron.那；那个 adv.那么；那样 conj.因为；以至于 adj.那；那个 n.(That)人名；(德)塔特
- 13 **Alaska** 5 [ə'læskə] n.阿拉斯加州
- 14 **it** 5 [ɪt] pron.[指无生命的东西、动物、植物]它；这；那 pron.指已提到或将提及的事物、活动、经验、抽象观念等 pron.在不分性别或情况不详时指代 pron.作无人称动词的主语，表示天气、时日、距离、状态、温度等等 abbr.信息技术 informationtechnology
- 15 **she** 5 [ʃi:] pron.她（主格）；它（用来指雌性动物或国家、船舶、地球、月亮等） n.女人；雌性动物 n.(She)人名；(中)余(普通话·威妥玛)
- 16 **their** 5 [ðeə, 弱ðə] pron.他们的，她们的；它们的 n.(Their)人名；(英)蒂尔；(芬、瑞典)泰尔
- 17 **with** 5 [wɪð, wɪθ] prep.用；随着；支持；和...在一起 n.(With)人名；(德、芬、丹、瑞典)维特
- 18 **can** 4 vt.将...装入密封罐中保存 aux.能；能够；可以；可能 n.罐头；（用金属或塑料制作的）容器；（马口铁或其他金属制作的）食品罐头
- 19 **group** 4 [gru:p] n.组；团体 adj.群的；团体的 vi.聚合 vt.把...聚集；把...分组
- 20 **has** 4 v.有，吃，得到，从事，允许，雇用，享有（have的第三人称单数）；（亲属关系中）接受；拿；买到
- 21 **have** 4 [hæv, 弱həv, əv, v] vt.有；让；拿；从事；允许 aux.已经 n.(Have)人名；(芬)哈韦；(德)哈弗
- 22 **Members** 4 ['membəz] n.成员；会员；四肢；构件 名词member的复数形式.
- 23 **zazen** 4 英 [zeɪzn] 美 [za:'zen] n.禅宗之打坐
- 24 **anchorage** 3 [ˈæŋkərɪdʒ] n.锚地；下锚；停泊税
- 25 **at** 3 prep.在（表示存在或出现的地点、场所、位置、空间）；以（某种价格、速度等）；向；达；因为；朝；忙于 n.阿特（老挝货币基本单位att）；[化]砷（极不稳定放射性元素）abbr.密封的（airtight）；气温（airtemperature）
- 26 **comment** 3 n.评论；意见；批评；描述 vt.发表评论；发表意见 vi.为...作评语 n.(Comment)人名；(德)科门特；(法)科芒
- 27 **find** 3 vt.查找，找到；发现；认为；感到；获得 vi.裁决 n.发现 n.(Find)人名；(丹)芬
- 28 **more** 3 [mɔ:] adv.更多；此外；更大程度地 adj.更多的；附加的 pron.更多的数量 n.更多 n.(More)人名；(英、法)莫尔；(意、西、以)莫雷
- 29 **than** 3 [ðæn, 弱ðən, ðn] conj.比（用于形容词、副词的比较级之后）；除...外（用于other等之后）；与其...（用于rather等之后）；一...就（用于nosooner等之后） prep.比；超过 n.(Than)人名；(老、东、德)坦；(缅)丹
- 30 **there** 3 [ðeə, 弱ðə, ðr] adv.在那里；在那边；在那点上 int.你瞧 n.那个地方
- 31 **they** 3 [ðeɪ, 弱ðeɪ] pron.他们；它们；她们
- 32 **time** 3 [taɪm] n.时间；时代；次数；节拍；倍数 vt.计时；测定...的时间；安排...的速度 adj.定时的；定期的；分期的 n.(Time)人名；(俄)季梅；(英)泰姆；(罗)蒂梅
- 33 **when** 3 conj.考虑到；既然；当...时；在...时；如果 adv.什么时候，何时；（用于时间的表达方式之后）在那时；其时；当时 pron.那时；什么时候 n.时间，时候；日期；场合
- 34 **years** 3 [jɜ:z] n.很久；年，年度 名词year的复数形式.
- 35 **you** 3 [ju:, 弱ju, jə] pron.你；你们 n.(You)人名；(东)尤；(东南亚国家华语)猷

- 36 **Zen** 3 [zen] n. 禅; 禅宗; 禅宗信徒 (等于ZenBuddhism) n.(Zen)人名; (意、索、纳米、印尼、英)泽恩
- 37 **zendo** 3 英 ['zɛndəʊ] 美 ['zɛndoʊ] n. 禅宗之沉思室; 默念室
- 38 **about** 2 [ə'baʊt] prep. 关于; 大约 adj. 在附近的; 四处走动的; 在起作用的 adv. 大约; 周围; 到处 n. 大致; 粗枝大叶; 不拘小节的人 n.(About)人名; (法)阿布
- 39 **activity** 2 [æk'tɪvəti] n. 活动; 行动; 活跃
- 40 **andrew** 2 ['ændru:] n. 安德鲁 (男子名)
- 41 **awareness** 2 n. 意识, 认识; 明白, 知道 n. 人群对品牌或产品的认知
- 42 **be** 2 vt. 是; 有, 存在; 做, 成为; 发生 n.(Be)人名; (緬)拜; (日)部(姓); (朝)培; (中非)贝
- 43 **Buddhist** 2 ['bʊdɪst] n. 佛教徒 adj. 佛教的
- 44 **but** 2 [强 bʌt, 弱 bət, bʌt] conj. 但是; 而是; 然而 adv. 仅仅, 只 prep. 除...以外 n.(But)人名; (俄、罗)布特; (越)笔
- 45 **compassion** 2 [kəm'pæʃən] n. 同情; 怜悯
- 46 **daylight** 2 ['deɪlaɪt] n. 白天; 日光; 黎明; 公开
- 47 **English** 2 ['ɪŋɡlɪʃ] adj. 英国人的; 英国的; 英文的 n. 英语; 英国人; 英文; 英格兰人 vt. 把...译成英语
- 48 **even** 2 ['i:vən] adj. [数] 偶数的; 平坦的; 相等的 adv. 甚至; 即使; 还; 实际上 vt. 使平坦; 使相等 vi. 变平; 变得可比较; 成为相等 n.(Even)人名; (法)埃旺; (德)埃文; (英)埃文
- 49 **from** 2 [强 frɒm, 弱 frəm] prep. 来自, 从; 由于; 今后 n.(From)人名; (瑞典、丹、德)弗罗姆
- 50 **haggard** 2 n. 哈格
- 51 **here** 2 [hɪə] adv. 在这里; 此时 int. 嘿! ; 喂! n. 这里 n.(Here)人名; (罗)赫尔施
- 52 **hours** 2 n. 小时 (hour的复数形式) n.(Hours)人名; (法)乌尔
- 53 **how** 2 [haʊ] adv. 如何; 多少; 多么 n. 方法; 方式 conj. 如何 n.(How)人名; (英)豪
- 54 **learning** 2 ['lɜ:nɪŋ] n. 学习; 学问 v. 学习 (learn的现在分词)
- 55 **On** 2 [ɒn, ɔ:n, ɔ:n, n] adv. 向前地; 作用中, 行动中; 继续着 prep. 向, 朝.....; 关于; 在.....之上; 在.....时候 adj. 开着的; 发生着的, 正在进行中 n.(On)人名; (日)温(姓、名); (緬、柬、印)翁
- 56 **person** 2 ['pɜ:sn] n. 人; 身体; 容貌, 外表; 人称 n.(Person)人名; (法、俄、德)佩尔松; (瑞典)佩尔松; (英)珀森
- 57 **population** 2 [ˌpɒpjʊ'leɪʃən] n. 人口; [生物] 种群, [生物] 群体; 全体居民
- 58 **practices** 2 ['præktɪs] n. 练习; 实行; 习惯; 业务 v. 练习; 实践; 开业; 执业
- 59 **practitioner** 2 n. 开业者, 从业者, 执业医生
- 60 **quiet** 2 adj. 安静的; 安定的; 不动的; 温顺的 n. 安静; 和平 vt. 使平息; 安慰 vi. 平静下来
- 61 **smith** 2 [smɪθ] n. 铁匠; 锻工; 制作者 vt. 锻制 vi. 锻打金属; 当锻工
- 62 **some** 2 adj. 一些; 某个; 大约; 相当多的 pron. 一些; 若干; 其中的一部分; (数量不确切时用) 有些人 adv. 非常; 相当; <美> 稍微
- 63 **state** 2 [steɪt] n. 国家; 州; 情形 vt. 规定; 声明; 陈述 adj. 国家的; 州的; 正式的 n.(State)人名; (罗、瑞典)斯塔特; (英)斯泰特
- 64 **story** 2 ['stɔ:ri] n. 故事; 小说; 新闻报道; 来历; 假话 vt. 用历史故事画装饰 vi. 说谎 n.(Story)人名; (英)斯托里
- 65 **teachings** 2 ['ti:tʃɪŋz] n. 学说; 主义; 教义
- 66 **this** 2 [ðɪs, 弱 ðəs] pron. 这; 这个; 这里 adj. 这; 本; 这个; 今 adv. 这样地; 这么 n.(This)人名; (法)蒂斯
- 67 **very** 2 ['veri] adj. 恰好是, 正是; 甚至; 十足的; 特有的 adv. 非常, 很; 完全 n.(Very)人名; (英)维里
- 68 **was** 2 be的第一和第三人称单数过去式
- 69 **we** 2 [wi: 弱 wi] pron. 我们 (主格); 笔者, 本人 (作者或演讲人使用); 朕, 寡人 n.(We)人名; (緬)韦
- 70 **who** 2 pron. 谁; 什么人
- 71 **women** 2 ['wɪmɪn] n. 女人 (woman的复数)
- 72 **words** 2 [wɜ:dz] n. [计] 字 (word的复数); 话语; 言语 v. 用言语表达 (word的三单形式)
- 73 **your** 2 [jɔ:, jəʊ, 弱 jə] pron. 你的, 你们的
- 74 **account** 1 n. 账户; 解释; 账目, 账单; 理由; 描述 vi. 解释; 导致; 报账 vt. 认为; 把...视为
- 75 **act** 1 n. 行为, 行动; 法案, 法令; 假装; (戏剧, 歌剧等) 一幕 v. 做事, 行动; 假装; 扮演 (戏剧, 电影中的角色); 充当, 起作用; 对...有影响 n.(ACT) 美国大学入学考试, 全称是American College Testing
- 76 **activities** 1 英 [æk'tɪvətɪ] 美 [æk'tɪvətɪ] n. 活动; 活跃 vt. 表演 adj. 厉害
- 77 **adapted** 1 [ə'dæptɪd] adj. 适合的 动词adapt的过去式和过去分词.
- 78 **affect** 1 [ə'fekt, 'æfekt] vt. 影响; 感染; 感动; 假装 vi. 倾向; 喜欢 n. 情感; 引起感情的因素
- 79 **after** 1 [ɑ:ftə, 'æf-] adv. 后来, 以后 prep. 在.....之后 conj. 在.....之后 adj. 以后的

- 80 **Alaskan** 1 [ə'læskən] adj.阿拉斯加的; 阿拉斯加州的 n.阿拉斯加人
- 81 **all** 1 [ɔ:l] adj.全部的 adv.全然地; 越发 n.全部 pron.全部 n.(All)人名; (瑞典)阿尔; (英)奥尔
- 82 **American** 1 n.美国人, 美洲人; 美国英语 adj.美国的, 美洲的; 地道美国式的
- 83 **Andres** 1 ['ændreɪs] n.安德烈斯
- 84 **any** 1 ['eni] adj.任何的; 所有的; 丝毫 pron.任何; 任何一个; 若干 adv.稍微; 少许 n.(Any)人名; (法、罗)阿尼
- 85 **are** 1 [强ɑ:, 弱ə] v.是 (be的第二人称单复数现在式) n.公亩 n.(Are)人名; (意、西、芬)阿雷
- 86 **associated** 1 [ə'səʊʃi, eɪtɪd] adj.关联的; 联合的 v.联系 (associate的过去式和过去分词)
- 87 **attention** 1 [ə'tenʃən] n.注意力; 关心; 立正! (口令)
- 88 **away** 1 [ə'veɪ] adv.离去, 离开; 在远处
- 89 **back** 1 n.后面; 背部; 靠背; 足球等的后卫; 书报等的末尾 vt.支持; 后退; 背书; 下赌注 vi.后退; 背靠; 倒退 adv.以前; 向后地; 来回地; 上溯; 回来; 回原处 adj.后面的; 过去的; 拖欠的 n.(Back)人名; (西、英、德、法、瑞典、捷)巴克
- 90 **been** 1 [bi:n] v.是, 有 (be的过去分词) n.(Been)人名; (挪)贝恩
- 91 **begin** 1 [bi'gɪn] vt.开始 vi.开始; 首先 n.(Begin)人名; (以、德)贝京; (英)贝让
- 92 **beginner** 1 [bi'gɪnə] n.初学者; 新手; 创始人
- 93 **bell** 1 [bel] n.铃, 钟; 钟声, 铃声; 钟状物 vt.装钟于, 系铃于 vi.鸣钟; 成钟状鼓起
- 94 **benefit** 1 n.利益, 好处; 救济金 vt.有益于, 对...有益 vi.受益, 得益
- 95 **benefits** 1 ['benɪfɪt] n.利益; 津贴; 义演; 保险金; 借助 vt.有益于; 得益
- 96 **bodies** 1 英 ['bɒdɪ] 美 ['bɑ:di] n.身体; 主体; 正文; 主要部分; 尸体; 躯体; 团体 v.赋...以形体
- 97 **breathe** 1 [bri:ð] vi.呼吸; 低语; 松口气; (风)轻拂 vt.呼吸; 使喘息; 流露; 低声说
- 98 **breaths** 1 n.(一次)呼吸 (breath的名词复数); 气息; 呼吸的空气; 微量
- 99 **Brian** 1 ['braɪən] n.布莱恩 (男子名)
- 100 **brings** 1 [brɪŋz] v.带来; 促使; 引起; 劝诱 (动词bring的第三人称单数形式)
- 101 **Buddhism** 1 ['budɪzəm] n.佛教
- 102 **busy** 1 ['bɪzi] adj.忙碌的; 热闹的; 正被占用的 vt.使忙于 n.(Busy)人名; (匈)布希; (法)比西
- 103 **calls** 1 ['kɔ:lz] n.呼唤; 命令; 电话; 调用 名词call的复数形式.
- 104 **calm** 1 [kɑ:m, kɑ:lm] adj.静的, 平静的; 沉着的 vt.使平静; 使镇定 vi.平静下来; 镇定下来 n.风平浪静 n.(Calm)人名; (法、德)卡尔姆
- 105 **center** 1 ['sentə] n.中心, 中央; 中锋; 中心点 vi.居中, 被置于中心 vt.集中, 使聚集在一点; 定中心 adj.中央的, 位在正中的 n.(Center)人名; (英)森特
- 106 **changing** 1 ['tʃeɪndʒɪŋ] vbl.变更; 换车; 兑换
- 107 **circles** 1 英 ['sɜ:kkl] 美 ['sɜ:rkl] n.圆圈; 圈子; 包厢 v.划圈; 包围; 盘旋; 环绕
- 108 **city** 1 ['sɪti] n.城市, 都市 adj.城市的; 都会的
- 109 **clean** 1 [kli:n] adj.清洁的, 干净的; 清白的 vt.使干净 vi.打扫, 清扫 adv.完全地 n.打扫 n.(Clean)人名; (英)克林
- 110 **collective** 1 [kə'lektɪv] adj.集体的; 共同的; 集合的; 集体主义的 n.集团; 集合体; 集合名词
- 111 **comes** 1 ['kɒmɪs] v.来自; 从...来 (come的三单形式) n.伴引血管; 伴星 n.(Comes)人名; (法)科姆; (德、西、意)科梅斯
- 112 **comments** 1 ['kɒments] n.评论; 意见; 注解; 注释 名词comment的复数形式.
- 113 **concentration** 1 [ˌkɒnsən'treɪʃən] n.浓度; 集中; 浓缩; 专心; 集合
- 114 **concern** 1 vt.涉及, 关系到; 使担心 n.关系; 关心; 关心的事; 忧虑
- 115 **conditions** 1 [kən'dɪʃnz] n.条件; 情况; 付款条件 名词condition的复数形式.
- 116 **connects** 1 [kə'nekt] v.连接; 接通; 联系
- 117 **coronavirus** 1 [kə, rəʊnə'vaɪərəs] n.冠状病毒; 日冕形病毒
- 118 **correctional** 1 [kə'rekʃənəl] adj.矫正的; 修正的
- 119 **could** 1 [强kud, 弱kəd] aux.能够 v.能 (can的过去式)
- 120 **day** 1 [deɪ] n.一天; 时期; 白昼 adv.每天; 经常在白天地 adj.日间的; 逐日的 n.(Day)人名; (英、法、西)戴; (越)岱; (阿拉伯、土)达伊
- 121 **days** 1 [deɪz] adv.每天; 在白天 n.天 (day的复数形式); 时期 n.(Days)人名; (英)戴斯
- 122 **density** 1 ['densəti] n.密度
- 123 **different** 1 ['dɪfərənt] adj.不同的; 个别的, 与众不同的
- 124 **distraction** 1 [dɪs'trækʃən] n.注意力分散; 消遣; 心烦意乱

- 125 **distractions** 1 n. 分心的事物; 娱乐; 消遣 distraction的复数
- 126 **down** 1 [daʊn] adv. 向下, 下去; 在下面 adj. 向下的 n. 软毛, 绒毛; [地质] 开阔的高地 prep. 沿着, 往下 vt. 打倒, 击败 vi. 下降; 下去 n. (Down) 人名; (英) 唐
- 127 **during** 1 [dʒuərɪŋ] prep. 在...的时候, 在...的期间 n. (During) 人名; (法) 迪兰; (瑞典、利比) 杜林
- 128 **each** 1 [i:tʃ] adj. 每; 各自的 adv. 每个; 各自 pron. 每个; 各自
- 129 **easier** 1 [英 ['i:ziə] 美 ['i:zr]] adj. 更简单; 容易些 (easy的比较级形式); 较早的
- 130 **effect** 1 [ɪ'fekt] n. 影响; 效果; 作用 vt. 产生; 达到目的
- 131 **end** 1 [end] n. 结束; 目标; 尽头; 末端; 死亡 vi. 结束, 终止; 终结 vt. 结束, 终止; 终结 n. (End) 人名; (英、德) 恩德
- 132 **every** 1 [evri] adj. 每一的, 每个的; 每隔...的 n. (Every) 人名; (英) 埃夫里
- 133 **everyday** 1 [evrɪdeɪ] adj. 每天的, 日常的 n. 平时; 寻常日子
- 134 **experience** 1 [ɪk'spiəriəns] n. 经验; 经历; 体验 vt. 经验; 经历; 体验
- 135 **feeling** 1 [fi:lɪŋ] n. 感觉, 触觉; 感情, 情绪; 同情 adj. 有感觉的; 有同情心的; 富于感情的 v. 感觉; 认为 (feel的现在分词); 触摸
- 136 **feet** 1 [fi:t, fi:t] n. 脚 (foot的复数形式); 尺; 韵脚
- 137 **focused** 1 英 ['fəʊkəst] 美 ['fəʊkəst] adj. 聚焦的; 集中的 动词focus的过去式和过去分词.
- 138 **followers** 1 英 ['fɔ:ləʊəz] 美 ['fɔ:ləʊəz] n. 追随者 名词follower的复数形式.
- 139 **founded** 1 [faʊnd] v. 建立; 创立; 创办; 熔铸; 找到, 发现 (动词find的过去式和过去分词)
- 140 **gathered** 1 [gæθəd] adj. 聚集的; 集合的 动词gather的过去式和过去分词形式.
- 141 **gives** 1 [gɪv] v. 给; 赠予; 送; 捐助; 提供; 供给; 举行; 弯曲 n. 弹性
- 142 **hall** 1 n. 过道, 门厅, 走廊; 会堂; 食堂; 学生宿舍; 大厅, 前厅; 娱乐中心, 会所 n. (土) 哈勒 (人名); (德、波、丹、芬、瑞典) 哈尔 (人名); (英) 霍尔 (人名); (法) 阿尔 (人名)
- 143 **he** 1 [hi:, 弱 hi:, i:, i] n. 男孩, 男人; 它 (雄性动物) pron. 他 n. (He) 人名; (日) 户 (姓); (朝) 海; (柬) 赫
- 144 **hear** 1 [hiə] vt. 听到, 听; 听说; 审理 vi. 听; 听见
- 145 **heard** 1 [həd] v. 听到 (hear的过去式和过去分词); 闻知 n. (Heard) 人名; (英) 赫德
- 146 **help** 1 [help] vt. 帮助; 促进; 治疗; 补救 n. 帮助; 补救办法; 帮忙者; 有益的东西 vi. 帮助; 有用; 招待 n. (Help) 人名; (芬) 海尔普
- 147 **helped** 1 [help] v. 帮助; 有助于; 促进; 擅自拿取; (不) 能防止或避免某事物 n. 帮助; 援助; 帮手; 佣人; 仆人 int. 救命!
- 148 **helpful** 1 ['helpfʊl] adj. 有帮助的; 有益的
- 149 **helps** 1 ['helps] v. 帮助; 有助于; 促进 (动词help的第三人称单数形式)
- 150 **henao** 1 埃纳奥
- 151 **Hiland** 1 n. 希兰
- 152 **himself** 1 [hɪm'self] pron. 他自己; 他亲自, 他本人
- 153 **idea** 1 [ai'diə, 'ai'diə] n. 想法; 主意; 概念
- 154 **important** 1 [ɪm'pɔ:tənt] adj. 重要的, 重大的; 有地位的; 有权力的
- 155 **informally** 1 [ɪn'fɔ:məli] adv. 非正式地; 不拘礼节地
- 156 **inside** 1 [ɪn'saɪd, 'ɪn-] n. 里面; 内部; 内情; 内脏 adj. 里面的; 内部的; 秘密的 adv. 在里面 prep. 少于; 在...之内
- 157 **interferes** 1 英 [ɪn'tə'fɪə(r)] 美 [ɪn'tər'fɪr] vi. 干涉; 妨碍
- 158 **interrupts** 1 [ɪn'tə'rʌpt] v. 打断; 打扰; 中断; 阻碍 n. [计算机] 中断
- 159 **jana** 1 雅拿河是前苏联制造的电缆船
- 160 **Judith** 1 ['dʒu:dɪθ] n. 朱迪思 (女子名)
- 161 **kilometer** 1 ['kɪləmi:tə] n. [计量] 公里; [计量] 千米 (等于kilometre)
- 162 **kinds** 1 [kændz] n. 种类 名词kind的复数形式.
- 163 **knowledge** 1 ['nɒlɪdʒ] n. 知识, 学问; 知道, 认识; 学科 n. (Knowledge) 人名; (南非) 诺利奇
- 164 **leads** 1 ['ledz] n. 引线 名词lead的复数形式.
- 165 **less** 1 [les] adv. 较少地; 较小地; 更小地 adj. 较少的; 较小的 prep. 减去 n. 较少; 较小 n. (Less) 人名; (德、意、匈、芬) 莱斯
- 166 **life** 1 [laɪf] n. 生活, 生存; 寿命
- 167 **like** 1 [laɪk] vt. 喜欢; 想; 愿意 vi. 喜欢; 希望 prep. 像; 如同 adj. 同样的; 相似的 n. 爱好; 同样的人或物 adv. 可能 conj. 好像
- 168 **lowest** 1 ['ləʊɪst] adj. 最低的; 最小的 (low的最高级); 最底下的
- 169 **Luis** 1 ['luɪs] n. 路易斯 (人名)

- 170 **make** 1 ['meɪk] vt.使得; 进行; 布置, 准备, 整理; 制造; 认为; 形成; 安排; 引起; 构成 vi.开始; 前进; 增大; 被制造 n.制造; 构造; 性情 n.(Make)人名; (塞、南非)马克
- 171 **many** 1 ['meni] pron.许多; 许多人 adj.许多的 n.(Many)人名; (法)马尼
- 172 **meals** 1 ['mi:lz] n. 伙食 名词meal的复数形式.
- 173 **meeting** 1 ['mi:tiŋ] n.会议; 会见; 集会; 汇合点 v.会面; 会合 (meet的ing形式)
- 174 **member** 1 ['membə] n.成员; 会员; 议员
- 175 **minutes** 1 ['mɪnɪts] n. 分钟; 会议记录 名词minute的复数形式.
- 176 **most** 1 [məʊst] adv.最; 非常, 极其; 最多; 几乎 adj.大部分的, 多数的; 最多的 n.大部分, 大多数 n.(Most)人名; (德、俄、法、芬、捷、英)莫斯特
- 177 **mountain** 1 ['maʊntɪn, 'maʊntən] n.山; 山脉 n.(Mountain)人名; (英)芒廷
- 178 **neighborhood** 1 n.附近; 街坊; 接近; 街区
- 179 **new** 1 [nju:, nu:] adj.新的, 新鲜的; 更新的; 初见的 adv.新近 n.(New)人名; (英)纽
- 180 **not** 1 adv.表示否定, 不 n.“非”(计算机中逻辑运算的一种)
- 181 **noted** 1 ['nəʊtɪd] adj.著名的; 显著的; 附有乐谱的 v.注意; 记下 (note的过去式和过去分词)
- 182 **now** 1 [naʊ] adv.现在; 如今; 立刻 adj.现在的 n.现在; 目前 conj.由于; 既然
- 183 **object** 1 ['ɒbdʒɪkt, -dʒɛkt, əb'dʒɛkt] n.目标; 物体; 客体; 宾语 vt.提出...作为反对的理由 vi.反对; 拒绝
- 184 **one** 1 [wʌn] pron.一个人; 任何人 adj.一的; 唯一的 n.一 num.一; 一个 n.(One)人名; (老)温
- 185 **opportunity** 1 [ˌɒpə'tju:nɪti] n.时机, 机会
- 186 **organized** 1 [ˌɔ:ɡənəɪzɪd] adj.有组织的; 安排有秩序的; 做事有条理的 v.组织 (organize的过去分词)
- 187 **other** 1 [ʌðə] adj.其他的, 另外的 pron.另外一个
- 188 **others** 1 pron.其他人
- 189 **our** 1 [aʊə, ɑ:] pron.我们的
- 190 **out** 1 [aʊt] adv.出现; 在外; 出局; 出声地; 不流行地 adj.外面的; 出局的; 下台的 n.出局 prep.向; 离去 vi.出来; 暴露 vt.使熄灭; 驱逐
- 191 **outdoor** 1 [ˌaʊtɔ:] adj.户外的; 露天的; 野外的 (等于out-of-door)
- 192 **own** 1 [əʊn] vt.拥有; 承认 vi.承认 adj.自己的; 特有的 n.自己的 n.(Own)人名; (阿拉伯)奥恩
- 193 **pandemic** 1 adj. (疾病等) (全国、全球i) 流行的; 普遍的 n.流行性疾病
- 194 **particular** 1 [pə'tɪkjələ] adj.特别的; 详细的; 独有的; 挑剔的 n.详细说明; 个别项目
- 195 **pass** 1 [pɑ:s, pæs] n.及格; 经过; 护照; 途径; 传球 vi.经过; 传递; 变化; 终止 vt.通过; 经过; 传递 n.(Pass)人名; (英、法、德、俄)帕斯
- 196 **people** 1 ['pi:pl] n.人; 人类; 民族; 公民 vt.居住于; 使住满人
- 197 **per** 1 [pɛr, pə] prep.每; 经; 按照; 每一 n.(Per)人名; (德、挪、丹、瑞典)佩尔
- 198 **place** 1 [pleɪs] n.地方; 住所; 座位 vt.放置; 任命; 寄予 vi.名列前茅; 取得名次 n.(Place)人名; (罗)普拉切; (法)普拉斯; (英)普莱斯
- 199 **policy** 1 ['pɒlɪsi] n.政策, 方针; 保险单
- 200 **populous** 1 ['pɒpjələs] adj.人口稠密的; 人口多的
- 201 **positive** 1 ['pɒzətɪv, -zɪ] adj.积极的; [数]正的, [医][化学]阳性的; 确定的, 肯定的; 实际的, 真实的; 绝对的 n.正数; [摄]正片
- 202 **practice** 1 ['præktɪs] n.实践; 练习; 惯例 vi.练习; 实习; 实行 vt.练习; 实习; 实行
- 203 **practitioners** 1 从业人员
- 204 **press** 1 [pres] vt.压; 按; 逼迫; 紧抱 vi.压; 逼; 重压 n.压; 按; 新闻; 出版社; [印刷]印刷机 n.(Press)人名; (英、德、俄、西、瑞典)普雷斯
- 205 **prison** 1 ['prɪzən] n.监狱; 监禁; 拘留所 vt.监禁, 关押 n.(Prison)人名; (德)普里松
- 206 **prisoners** 1 服刑人员
- 207 **program** 1 ['praʊgræm, -græm] n.程序; 计划; 大纲 vt.用程序指令; 为...制订计划; 为...安排节目 vi.编程序; 安排节目; 设计电脑程式
- 208 **regularly** 1 ['regjələli] adv.定期地; 有规律地; 整齐地; 匀称地
- 209 **replies** 1 [rɪ'plai] v. 回答; 答复; 回应 n. 回答; 答复
- 210 **restarted** 1 英 [rɪ'stɑ:t] 美 [rɪ'stɑ:rt] v. 重新启动, 重新开始 n. 重新开始; 返聘
- 211 **return** 1 [rɪ'tɜ:n] vt.返回; 报答 vi.返回; 报答 n.返回; 归还; 回球 adj.报答的; 回程的; 返回的
- 212 **rings** 1 [rɪŋz] n. 吊环 名词ring的复数形式.

- 213 **rise** 1 [raɪz, raɪs] vi.上升; 增强; 起立; 高耸 vt.使...飞起; 使...浮上水面 n.上升; 高地; 增加; 出现
- 214 **room** 1 n.房间; 空间; 余地; 机会; 房间里所有的人 vt.为...提供住处; 租房, 合住; 投宿, 住宿; 留...住宿 vi.居住; 住宿 n. (英)鲁姆(人名); (俄)罗姆(人名)
- 215 **schumaker** 1 n. 休梅克
- 216 **seasons** 1 ['si:znz] n. 季节 名词season的复数形式.
- 217 **see** 1 vt.看见; 理解; 领会; 觉察; 拜访 vi.看; 看见; 领会 n.(See)人名; (英)西伊; (东)塞; (德)泽
- 218 **sense** 1 n.感觉, 功能; 观念; 道理; 理智 vt.感觉到; 检测 n.森斯(人名)
- 219 **seven** 1 ['sevn] num.七个, 七 n.七个, 七 adj.七的; 七个的 n.(Seven)人名; (土库、阿塞)谢文; (土)塞文
- 220 **several** 1 ['sevrəl] adj.几个的; 各自的 pron.几个; 数个
- 221 **share** 1 [ʃeə] vt.分享, 分担; 分配 vi.共享; 分担 n.份额; 股份 n.(Share)人名; (阿拉伯)沙雷
- 222 **short** 1 [ʃɔ:t] adj.短的; 不足的; 矮的, 低的 n.短; 缺乏; 短路; 短裤 adv.不足; 突然; 唐突地 n.(Short)人名; (英)肖特
- 223 **simple** 1 ['sɪmpl] adj.简单的; 单纯的; 天真的 n.笨蛋; 愚蠢的行为; 出身低微者 n.(Simple)人名; (法)桑普勒
- 224 **since** 1 [sɪns] conj.因为; 由于; 既然; 自...以来; 自...以后 prep.自...以来; 自...以后 adv.后来
- 225 **sit** 1 [sɪt] vi.坐; 位于 vt.使就座 n.(Sit)人名; (东南亚国家华语)硕; (罗)西特
- 226 **site** 1 [saɪt] n.地点; 位置; 场所 vt.设置; 为...选址
- 227 **sitting** 1 ['sɪtɪŋ] n.入席, 就坐; 开庭; 孵卵; 坐着的一段时间 adj.坐着的; 孵卵中的; 在任期中的 v.坐; 坐落 (sit的ing形式) n. (Sitting)人名; (英)西廷
- 228 **situation** 1 [ˌsɪtʃu'eɪʃən, -tʃu-] n.情况; 形势; 处境; 位置
- 229 **slowly** 1 ['sləʊli] adv.缓慢地, 慢慢地
- 230 **slows** 1 英[sləʊ]美[sloo] adj. 慢的 adv. 慢慢地 v. 放慢; 减速
- 231 **snow** 1 [snaʊ] n.雪, 积雪; 下雪 vi.降雪 vt.使纷纷落下; 使变白 n.(Snow)人名; (英)斯诺
- 232 **something** 1 ['sʌmθɪŋ] pron.某事; 某物 n.重要的人; 值得重视的事 adv.非常; 有点; 大约 adj.大约; 有点象
- 233 **sounds** 1 ['saʊndz] n. 声音, 响声 (名词sound的复数形式) v. 听起来; 感觉起来; 发出声音; 发音 (动词sound的第三人称单数形式)
- 234 **spending** 1 ['spendɪŋ] n. 经费(开销)
- 235 **square** 1 [skweə] adj.平方的; 正方形的; 直角的; 正直的 vt.使成方形; 与...一致 vi.一致; 成方形 n.平方; 广场; 正方形 adv.成直角地
- 236 **starts** 1 [s'tɑ:ts] v. 开始; 启动; 开创 (start的第三人称单数形式) n. 开始; 开创 (名词start的复数形式)
- 237 **stay** 1 [steɪ] vi.停留; 坚持; 暂住; 停下 vt.坚持; 暂住; 抑制 n.逗留; 停止; 支柱
- 238 **stopped** 1 [stɒpt] v.停止; 停下来 (stop的过去式和过去分词) adj.停止的; 停顿的
- 239 **summer** 1 ['sʌmə] n.夏季; 全盛时期 vi.避暑; 过夏天 adj.夏季的 n.(Summer)人名; (德)祖默; (英)萨默
- 240 **sympathy** 1 ['sɪmpəθi] n.同情; 慰问; 赞同
- 241 **system** 1 ['sɪstəm] n.制度, 体制; 系统; 方法
- 242 **take** 1 vt.拿, 取; 采取; 接受(礼物等); 买, 花费; 耗费(时间等) vi.拿; 获得 n.捕获量; 看法; 利益, 盈余; (入场券的)售得金额
- 243 **talks** 1 ['tɔ:ks] 会谈
- 244 **taught** 1 [tɔ:t] v.教授 (teach的过去分词)
- 245 **temporarily** 1 ['tempərəriili, temp'reɪ-] adv.临时地, 临时
- 246 **them** 1 [ðem, 弱ðəm, ðm] pron.他们; 它们; 她们 n.(Them)人名; (老)探
- 247 **thought** 1 [θɔ:t] n.思想; 思考; 想法; 关心 v.想, 思考; 认为 (think的过去式和过去分词)
- 248 **thoughts** 1 ['θɔ:ts] n. 思维 名词thought的复数形式.
- 249 **together** 1 [tə'geðə] adv.一起; 同时; 相互; 连续地; 总共 adj.新潮的; 情绪稳定的, 做事有效率的
- 250 **treasurer** 1 ['treʒərə, 'treɪ-] n.会计; 司库; 财务主管; 出纳员
- 251 **unity** 1 ['ju:nɪti] n.团结; 一致; 联合; 个体 n.(Unity)人名; (英)尤妮蒂
- 252 **until** 1 [ˌʌntɪl] conj.在...以前; 直到...时 prep.在...以前; 到...为止
- 253 **up** 1 [ʌp] adv.起来; 上涨; 向上 prep.在...之上; 向...的较高处 adj.涨的; 起床的; 向上的 n.上升; 繁荣
- 254 **us** 1 pron.我们
- 255 **use** 1 [ju:z] n.使用; 用途; 发挥 vt.利用; 耗费 vi.使用, 运用 n.(Use)人名; (德)乌泽
- 256 **visited** 1 v.拜访, 访问 (visit的过去式)

257 **VOA** 1 英 [ˌvi:əʊ'eɪ] 美 [oo] abbr. 美国之音 (=Voice of America).

258 **walk** 1 [wɔ:k] n. 步行, 走; 散步 vt. 散步; 走过 vi. 走, 步行; 散步 n.(Walk)人名; (德、葡)瓦尔克; (英)沃克

259 **want** 1 [wɒnt, wɔ:nt] vt. 需要; 希望; 应该; 缺少 n. 需要; 缺乏; 贫困; 必需品 vi. 需要; 缺少

260 **water** 1 n. 水; 海水; 雨水; 海域, 大片的水 vt. 使湿; 供以水; 给...浇水 vi. 加水; 流泪; 流口水 n.(Water)人名; (英)沃特

261 **wherever** 1 [hweə'eveə] adv. 无论什么地方; 究竟在哪里 conj. 无论在哪里; 无论什么情况下

262 **while** 1 [hwaɪl] conj. 虽然; 然而; 当.....的时候 n. 一会儿; 一段时间 vt. 消磨; 轻松地度过

263 **winter** 1 ['wɪntə] n. 冬季; 年岁; 萧条期 vi. 过冬 adj. 冬天的; 越冬的 n.(Winter)人名; (英、德、匈、罗、捷、西、芬、瑞典、法)温特

264 **works** 1 n. 工厂; 修建; 机器部件; 全套物品

265 **world** 1 n. 世界; 领域; 世俗; 全人类; 物质生活

266 **wrote** 1 [rəʊt] v. 写 (write的过去式)

267 **yoga** 1 ['jəʊgə] n. 瑜伽 (意为“结合”, 指修行); 瑜伽术; 联想可360°翻转的平板电脑

VOA慢速英语精听网 www.voase.cn