

A. 在上次的节目中，我们就英语单词 head 学习和了解了几个常见的英语短语和表达，希望观众朋友们觉得这些内容有趣而又有用。

V. 我们首先学习的是 above one's head 这一短语和表达，了解了它的字面意思以及引申含义。

A. 字面意思很简单，就是“在某人头上”、“在某人头顶上方”。

V. 而引申含义有两个，一个是“迫在眉睫的”，另一个是“太高深而超出某人理解力”。

A. 我们还提到，短语 above one's head 也可以说成 over one's head，意思是一样的。

V. 随后我们还学习了两个比较有趣的短语表达，一个是 have a good head on one's shoulders，意思是“有头脑、聪明、有见识”。

A. 另一个是 have an old head on young shoulders，意思是“年轻而识广、少年老成”。

V. 今天我们来继续学习与 head 有关的一些常见常用表达，首先来看的一个短语是：keep a cool head.

A. keep a cool head，字面意思就是：保持冷静的头脑，也就是在紧急、危机时刻和关头要保持镇静。

V. 谈到“保持冷静”，很多人会立即想到 keep calm，这是没错的，不过英语中还有一些表达方式。

A. 这里学习的 keep a cool head 就是其中一种，我们再来了解还有哪些表达方式。

V. 例如，我们还可以说：keep one's head，意思和 keep a cool head 是一样的。

A. 一个是 keep a cool head，中间没有表示人称的代词，但有一个不定冠词 a，而另一个是有人称代词 one's，是 keep one's head。

V. 我们还是举个例子看一下，例句是：No matter what happens, you must keep a cool head.

A. 无论发生什么事，你都必须保持冷静。这里使用的是 keep a cool head，按刚才所说，这里也可以说成：

V. No matter what happens, you must keep your head.，短语就换成了 keep your head.

A. 既然有保持冷静，那相对就有“失去冷静”，这里的动词是不是 lose 呢？

V. 我们先不急着想了解这一点，关于“保持冷静”，英语中还有一种表达方式，许多人可能不一定知道，这一表达就是 keep one's cool。

A. 这个表达很有意思，其中使用的也是前面出现过的单词 cool，不过这里 cool 应该是用作名词。

V. 是的，单词 cool 最常用作形容词，意思是“冷静的、凉爽的”，用作名词时意思是“冷静、镇定”。

A. 这么说，刚才举个那个例句也可以使用 keep one's cool 来表达了？

V. 是的，所以也可以说成：No matter what happens, you must keep your cool.

A. 我们来总结一下表示“保持冷静、保持镇静”的几种说法，首先是最简单的 keep calm。

V. 其次我们可以说：keep a cool head，或者把其中的 cool 和 head 单独使用，变成 keep one's cool 或者 keep one's head，意思都是一样的。

A. 这真的很有意思，一个短语表达可以有不同形式的拆分和组合，都可以用来表示同样的意思，观众朋友们可以注意掌握和运用。

V. 说完了“保持冷静、保持镇静”几种表达，我们来看一下“失去冷静”该如何表达，Abby 你说的没错，动词是使用 lose。

A. 那我们就来看看上面的短语表达用 lose 来替换后的情况，首先是 lose a cool head，不过这么说听起来不太对。

V. 是的，英语中没有人说 lose a cool head，不过下面两个短语就可以用 lose 来替换了。

A. 也就是说，“保持冷静、保持镇静”可以说：lose one's head 或者 lose one's cool。

V. 没错，我们也不妨举个例句来看一下：He lost his head after hearing these comments.

A. 听到这些评论后他失去了镇定，也就是失控的意思，当然在不同情况下意思也可以稍有不同，可以表示：发脾气、惊慌失措等等。

V. 同样，这个例句也可以说成：He lost his cool after hearing these comments.，意思是一模一样的。

A. 好的，下次再要表达“保持冷静”以及“失去镇定”这些意思的时候，希望观众朋友们学会使用今天学习的一些表达。

V. 我们接下来要学习的短语表达是口语中非常常见和常用的：off the top of one's head。

A. off the top of one's head，从字面理解，意思是：从某人的头顶处，这究竟是什么意思呢？我们一起来看一下。

V. off the top of one's head 是人们经常使用的一个习惯用语，意思是：立即想到的、不加思索的、凭记忆或凭推测的、没有经过仔细计算的等等。

A. 如果硬要与字面意思联系上的话，我们可以这么理解：在某人头顶上的、在某人脑袋上的，那应该就是指脑海中第一个浮现出来的。

V. 不错的理解，Abby，既然是脑海中第一个浮现出现的，很多时候是不加思索、不加考虑的。

A. 既然这个口语中常见常用的习惯用语有这么多不同但相近的意思，我们不妨一一举例给大家讲解好吗？

V. 好的，不过由于时间关系，我们要将这一内容作为 Question to you 留给电视机前的观众朋友们了。

A. 观众朋友们在节目结束之后，可以事先自己查些资料，看看 off the top of one's head 这一短语如何使用在日常表达中，我们在下次节目中再来一起学习和了解。