

## 山田应该做什么运动？

山田是我来中国以后认识的朋友，我们很谈得来。不过，我们俩最大的区别就是：我对各种运动都很感兴趣，可是他从来也不运动。

山田自从来到中国以后，体重不断增加。不但体形难看了，而且动作也越来越笨了。为了减肥，他又节食，又吃药，可是都毫无作用，体重一点儿都没降。他白天吃不下饭，晚上睡不着觉，很发愁。一天，他跑到我的宿舍来，让我给他出个主意。

我帮他分析了一下发胖的原因，就是因为平时吃得太多，睡觉太多，运动太少。我建议他订一个运动计划，赶快去锻炼身体。每天至少锻炼半个小时，保证减肥能成功。他很高兴，连忙问我做什么运动好。我向他推荐了游泳、跑步、打篮球、打网球等几个比较容易的运动，可是想不到这些运动他都接受不了。

他的理由很多，似乎也很充分。比如说，他觉得游泳太危险，可能会淹死；打网球不错，可是网球拍买不起；打篮球得去约很多人，太麻烦；跑步也不行，北京的空气污染挺厉害的，如果大口地呼吸不干净空气，得了病怎么办呢？最后，我建议他散步，又轻松又不花钱。可是他说现在天气太冷了，老在外面走，可能会感冒，还是等天气暖和了再说吧。

谈得来 tán de lái

区别 qū bié

不过

可是

不但...而且...

体重 tǐ zhòng

增加 zēng jiā

体形 tǐ xíng

动作 dòng zuò

为了...

减肥 jiǎn féi

The radical “meat/flesh/肉/月”

节食 jié shí

吃药 chī yào

毫无 háo wú

作用 zuò yòng

降 jiàng

发愁 fā chóu

原因 yuán yīn

建议 jiàn yì

计划 jì huà

推荐 tuī jiàn

接受 jiē shòu

理由 lǐ yóu

污染 wū rǎn

呼吸 hū xī

散步 sàn bù

感冒 gǎn mào

暖和 nuǎn huó

要帮山田找到一个他喜欢的运动不是一件容易的事，我只能看着他越来越胖，**恐怕**有一天他会走不动路，弯不下腰了。我真为他**担心**。

两个多月过去了，有一天我在跑步的时候突然**发现**了山田，他**正在**跟一个中国老师学**武术**呢！他**瘦**了一些，最大的**变化**就是**精神**特别好。他告诉我，一个中国朋友给他介绍了一位武术老师。他**正**跟这个老师学习**太极拳**呢。他觉得武术**不但**对减肥很**有效**，**而且**也很有用。现在山田又对自己**恢复**了**信心**。

担心 dān xīn

发现 fā xiàn

武术 wǔ shù

瘦 shòu

变化 biàn huà

精神 jīng shén

太极拳 tài jí quán

有效 yǒu xiào

恢复 huī fù

## Radicals and Characters

The radical “meat / flesh” and the character “肝 - liver”



The radical “moon” (Note that this radical is similar to the “meat / flesh” radical especially in 小篆 style)



The radical “sickness” and the character “病 - sickness”

