**spring** [sprɪŋ] v. 突然出现，涌现

**screen** [skrin] v. 检查; 筛选; to test or examine for the presence of disease or infection

**let loose**放松

**altercation** [͵ɔltɚˋkeʃən] n. 争论；争吵

**abdomen** [ˋæbdəmən] n. 腹部

**in denial**拒绝接受现实；拒绝承认出了问题

**denial** [dɪˋnaɪəl] n. 拒绝承认

**dietitian** [͵daɪəˋtɪʃən] n. 营养专家

**mind-blowing** [ˋmaɪnd͵bloɪŋ] adj. 給人印象極深刻的

**adaptive** [əˋdæptɪv] adj. 有适应能力的

**motivate** [ˋmotə͵vet] v. 刺激；激发

**leverage** [ˋlɛvərɪdʒ] n. 杠杆作用；手段；力量；影响力

**PTSD** : Post-Traumatic Stress Disorder

**glitter** [ˋglɪtɚ] v. 闪闪发光，闪烁；光彩夺目

**instill** [ɪnˋstɪl] n. 徐徐滴入[（+into）]；逐渐灌输

**push past**从…旁边硬挤过去

**adversity** [ədˋvɝsətɪ] v. 逆境；厄运

**bounty** [ˋbaʊntɪ] n. 奖金；赏金

**chip in**捐助, 共同出钱