

みなさん、こんにちは。「Akari's Heart Read Aloud」へようこそ。

Hi, everyone! Welcome to “Akari's Heart Read Aloud.”

(00:17) にほんご べんきょう 日本語を勉強されていて、まずは にほんご 日本語だけを聞いてみたいという方は、かた このまま聞いてください。

If you're studying Japanese, and if you initially want to listen to only Japanese text, please continue to listen.

りょうほう こうご 両方を交互に聞きたいという方は、ふん びょう 8分24秒まで はやおく 早送りをしてくださるか、チャプターから えら お選びください。 にほんぶん 日本文が先、そして えいぶん 英文があとに続きます。

If you want to listen to Japanese and English texts back-to-back, you can fast-forward the episode to 8 minutes and 24 seconds or choose the section from the chapter. Japanese text will be read first, followed by English text.

英語を勉強されていて、まずは ふん びょう 24分04秒まで はやおく 早送りをしてくださるか、チャプターから えら お選びください。

If you're studying English, and if you initially want to listen to only English text, please skip to 24 minutes and 04 seconds or choose it from the chapter.

りょうほう こうご 両方を交互に聞きたいという方は、ふん びょう 28分10秒まで はやおく 早送りをしてくださるか、チャプターから えら お選びください。 えいぶん 英文が先、そして にほんぶん 日本文があとに続きます。

If you want to listen to English and Japanese texts back-to-back, you can skip to 28 minutes and 10 seconds or choose it from the chapter. English text will be read first, followed by Japanese text.

(23:35) Here is a section for those of you studying English. First, you will hear only English text; then you will listen to English and Japanese back-to-back.

ここからは、英語を勉強されている方のためのセクションです。まずは英文だけを聞いてみてください。そのあとに英文と日本文が交互に流れます。

(24:04 – 28:06) 英文のみ

(24:04 & again 28:10)

Akari is your host, and I am her friend, Alice.

私はホストのあかりです。英語の文を朗読してくださるのは、私の友人であるアリスさんです。

Akari has been keeping a personal journal for years that captures her thoughts and feelings about her daily life on Maui, Hawaii.

私はハワイのマウイ島で暮らしながら、日々感じたこと、思ったことを英語と日本語で綴ってきました。

In this podcast, the journal will be read in both Japanese and English, so if you want to improve your listening skills in either language, this podcast will provide a rich source of learning material. It's like listening to someone's diary.

このポッドキャストでは、それらの書き物を英語と日本語の両方で読みあげます。英語を学んでいる方にも、日本語を学んでいる方にとっても、リスニングの力を伸ばす助けになるかと思えます。誰かの日記を聞くようなものと思っただけならば、分かりやすいかなと思えます。

At the end of each episode, we will explain a couple of vocabulary words and idioms from the episode.

それぞれのエピソードの最後には出てきた単語や慣用語の説明もあります。

You can visit AkariTranslations.com, and you will see both English and Japanese transcripts. Again, that's A-K-A-R-I Translations dot com, or please click the link in the profile of this podcast.

ウェブサイトでは原文が日本語と英語の両方で読めるようになっています。URL は AkariTranslations.com です。Translations は複数形となっており、最後に s が付いておられます。もしくはこのポッドキャストのプロフィールのリンクをクリックしてください。

(03:50 & again 30:41)

Now, let's get into the second episode.

それでは、^{だいにかい}第二回^{はじ}のエピソードの始まりです。

When we hit our pinky toe against a corner of the furniture, we curl up, gasp for breath, and release the pain through the mind and body, right?

^{あし こゆび かぐ かど}足の小指を家具の角などにぶつけたとき、^{からだ まる}体を丸めて^{こきゅう しゅうちゅう}呼吸に集中して、^{いた}じーっと痛みを^{ぶんさん}分散させようとしてますよね。

Well, that's what I did for two weeks in June 2020 because my grandmother passed away.

^{ねん がつ そぼ な}2020年6月に祖母が亡くなったあと、^{しゅうかん}2週間ほど^すそのようにして過ごしておりました。

It was like a solid rock fell from the middle of my heart, leaving a tremendous void. When I moved, the wind blew through the hole, and it hurt. I observed myself going through this human experience called grief.

^{こころ なか かっこ}心の中に^{いわ お}確固としてあった岩が^{くどう}落ち、そこに^{うご}空洞が^{あな}できました。^{あな}動くとき、その穴に^{かぜ}風が^ふ吹き込み^こ痛みを^{いた}伴う^{ともな}のでした。^{かな}悲しみながらも、「^{いた}悼む」という、この^よ世に^う生まれ^あてきたからこそ^{あじ}味わえる^{かんじょう}感情を^{けいけん}経験している^{じぶん}自分を^{かんさつ}観察しました。

(25:50 & again 32:22)

I wanted to be happy for her because she had lived a full life, and I knew that she was everywhere now, and I can "see" her anytime. But sadness is sadness, and it has to be experienced and processed.

^{じんせい まつと}人生を^{そぼ}全うした祖母のためにも^い祖母の^い人生を^{いま}祝ったかったですし、^{いま}今祖母は^いどこに^いてもいて、^あいつでも「^あ会える」^あことは^あ分かっていた^あいました。しかし^あ悲しみは^あ悲しみであり、^{あじ}味わう^あしかありませんでした。

Though as sad as I was, I was grateful for the experience because it pushed an envelope for me. Perhaps, it will make me better at relating to others who've lost their loved ones. Perhaps, it will add a new color to my "life's palette" and further layer my "painting."

^{いた}悼みながらも、その^{けいけん}経験に^{かんしゃ}感謝しました。これから^{さき}先、^{だれ}誰かの^{たいせつ}大切な^{かた}方が^な亡くなったとき、^{すこ}もう少し^{じょうず}上手に^よ寄り^そ添うことができるようになる^{おも}かもしれないと思^{おも}いました。ま

た、人生経験というパレットにも新たな色が加わって、新しい絵が描けるようになるかもしれないとも思いました。

(26:27 & again 33:53)

I knew she would go someday as she was 96 years old.

祖母は生前96歳だったので、近い将来逝く日が来ることは分かっていました。

In January 2020, when I saw her in Japan, I felt that the "candle" inside her was getting shorter and dimmer. I had a slight notion that it might be the last time I would see her, so I hugged her, and I told her, "Grandma, thank you for passing your life onto me. Thank you for loving me." I've done this for the past ten years each time I've left Japan, but I did it again with all sincerity.

2020年1月、日本で祖母と過ごしたとき、祖母の中にある「ろうそく」が短くなって、その灯りが小さくなっているのを感じました。これが最後になるかもしれないと思い、祖母の小さい体に腕を回し、「おばあちゃん、あかりに命を繋げてくれてありがとう。あかりはおばあちゃんのこと大好きよ。」と伝えました。10年ほど前からやっていたことでしたが、そのときも心を込めて伝えました。

So, I thought I had prepared myself for the finality, but when my dad told me, my mind froze for a second, and it took me some time to grasp what it meant.

ですから、できるだけ心の準備はしていたつもりでしたが、父から連絡をもらったとき、一瞬間と心が固まってしまい、その「意味」を咀嚼して飲み込むのに時間がかかりました。

(27:21 & again 36:04)

She went while she was cleaning onions she'd harvested. She was doing something she loved until the very end while she lived remotely - by herself - on Japanese mountain. She was truly my role model and hero.

祖母は自分の畑で採れた玉ねぎをきれいにしている最中に逝ったようです。日本の田舎の山の中に一人で暮らしながら、最後まで自分の好きなことをしていたのです。そんな祖母はまさに私の師範であり、ヒーローでした。

Last year, I allowed myself to take time to come to terms with her death.

昨年、私はゆっくりと祖母の死を受け入れました。

Now, when I cry, it's not due to the sadness of not being able to hug her in the three-dimensional form. It is due to an overwhelming appreciation for her - the life she has passed on to me and the love she's poured over me.

今涙を流すときは、悲しみからではありません。それよりも、祖母が私につないでくれた命や私に注いでくれた愛に対し、感謝の気持ちが溢れ涙となって現れます。

I hope to live up to her love.

ああ、どうか祖母が注いでくれた愛に見合えるよう生きていけますように。

(37:54)

Until the next one, please listen to this one several times. The more you listen, the better your listening skills will be. Also, please try reading the texts with us. This will improve your speaking skills. Again, the transcripts are available at AkariTranslations.com.

次のエピソードまでの間、このポッドキャストを何度か聞いてみてください。聞き込むことによって、リスニングの力が伸びていきます。また、スピーキングの力も伸ばしたいという方は是非、私たちと一緒に読んでみてください。テキストはウェブサイトにあります。

(38:41)

Today's English Vocabulary/Idioms

- **grief** – you probably know the word “sad” or “sadness.” Grief is a type of sadness, but it's deep. We mainly use “grief” to describe the sadness we feel when someone important to us dies. We all go through grief. Do you know anyone who's been through grief recently?

みなさんも悲しいという意味の「sad」（形容詞）と悲しさという意味の「sadness」（名詞）はご存知かと思います。グリーフは悲しさを表す言葉の一つです。大切な人が亡くなったときに感じるような深い悲しみを表すときに使いま

す。私たちが生きている以上避けられない感情ですが、みなさんはどのようにそのような深い悲しみと向き合いますか。

(40:00)

- **“come to terms”** – this means to gradually accept a situation that is not necessarily in your favor. The word “term” has many meanings; it can be a word, a fixed period of time, or conditions. The image is that you are slowly approaching a situation that you can’t control or change and become okay with it. We all come to terms with things. Can you think of an example from your life?

これは必ずしも望ましくない環境や条件を、渋々受け入れるという意味です。

「term」という言葉には色々な意味があります。「言葉」という意味のほか、「ある決まった一定の期間」という意味もありますし、契約書などに記載される「条件」という意味もあります。イメージとしては、自分ではコントロールできない状況を少しずつ受け入れながら近づいていくといったものです。日本語では「折り合いをつける」が似た表現かと思います。みなさんは、最近どのようなことと「come to terms with」しなくてははいけませんでしたか。

(41:36)

ご質問やコメントなどございましたら、サイトのコンタクトフォームにてご記入ください。それではまた次回お会いできますことを楽しみにしています。

Please let me know if you have any questions or comments through the contact form at AkariTranslations.com. That's A-K-A-R-I Translations.com. See you next time!

(日本語を学ばれている方用のレッスンも参考までに聞いてみたい方は、18分36秒まで巻き戻しをするか、チャプターからお選びください。)

今回の日本語レッスン：

- **悼む** この悼むという漢字は原稿を見ていただければ分かりやすいかと思いますが、りっしんべんという部首があります。りっしんべんは心という漢字からできて

います。つまり、心で感じることを表す漢字には、よくりっしんべんが付いています。悼むは誰か大切な人やペットが亡くなって悲しいときに使う動詞です。

この悼むという言葉の同音異義語に「痛む」があります。漢字が違うのがわかりますか。こちらの漢字の部首はやまいだれです。やまいだれは病気の人が横になっている様子を表しており、身体的に辛い状態を表す漢字によく見られます。ですので、こちらの漢字は主に体のどこかが痛いときに使います。「いたい」はイ形容詞です。「いたむ」は五段動詞です。

(20:02)

Itamu – If you look at the transcript, you will see the kanji. But those of you who are listening to this podcast episode while doing something else, this kanji has a radical named “Risshinben.” Risshinben is made from the kanji, heart (心), so it is often used in kanji that describe emotions that you feel with your heart. Therefore, 悼む is used to describe the pain you feel in your heart when someone or something dear to you dies. It means to grieve or mourn.

There is a homophone – 痛む (itamu). This kanji has a radical called “Yamaidare.” Yamaidare shows a person lying down from being sick. It is often used to describe physical pain or struggle. You probably know 痛い (itai), which is an i-adjective. Itamu is a go-dan (5-step) verb.

(21:20)

- **分散 (ぶんさん) する** このように二つの漢字が一つになったものを熟語と言います。熟すとは、果物が甘くなって食べられるようになるということです。語にはことばという意味があります。つまり、ことばが熟して、もっと味わい深くなったということです。分散するという熟語を見てみましょう。最初の漢字は分けるという意味です。二つ目の漢字は散らすという意味です。分けて散らすわけですから、一つであったものが別れて散り散りになっている様子を表しています。

Bunsan-suru – When two kanji are put together or compounded, the word is called jukugo. The first kanji – jyukusu- means to ripen. The second kanji –

go – means words, so jukugo means ripened words! Together, they are more colorful and flavorful. Now, let’s look at this word 分散する. The first kanji means to divide, and the second kanji means to scatter or to sprinkle. So, you can see that this word describes something being divided and scattered all over the place.