**UNIT 5**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | 英語 | 日本語 |
| １ | I live in the land of Hollywood. | 私はハリウッドの地に住んでいる |
| You may think | あなたは思うかもしれない |
| people in such a fun-filled place | そんな楽しさでいっぱいの場所にいる人たちは |
| are happier than others. | 他の人たちより幸福だと |
| If so, | もしそうなら |
| you have some mistaken ideas | あなたはどこか間違った考えをもっている |
| about the nature of happiness. | 幸福というものの本質について |
| ２ | Many intelligent people still think | 多くの聡明な人たちがいまだに思っている |
| that happiness is the same as fun. | 幸福は楽しさと同じだと |
| The truth is | 本当は |
| that fun and happiness have little or nothing in common. | 楽しさと幸福はほとんど，あるいはまったく共通点がない |
| Fun is what we experience during an act. | 楽しさは私たちが行為の最中に経験するものだ |
| Happiness is what we experience after an act. | 幸福は私たちが行為の後に経験するものだ |
| It is a deep emotion | それは深い感情なのだ |
| that lasts for a long time. | 長い間続く |
| Going to an amusement park or watching television, | 遊園地に行ったりテレビを観たりすることは |
| for example, | たとえば |
| are fun activities | 楽しい活動だ |
| that help us relax and forget our problems | 私たちがくつろいで，問題を忘れるのに役立つ |
| for a short period. | 短い期間 |
| But they do not bring happiness, | しかし，それらは幸福を運んではこない |
| because their positive effects end | なぜならそれらのプラスの効果は終わるからである |
| when the fun ends. | その楽しみが終わるときに |
| ３ | I have often thought | 私はよく考えている |
| that if Hollywood stars have a role to play, | もしハリウッドスターたちに何か果たすべき役割があるとしたら |
| it is to teach us | それは私たちに教えることだと |
| that happiness has nothing to do with fun. | 幸福が楽しさとまったく関係ないことを |
| These rich, beautiful individuals | こういった裕福で美しい人たちは |
| have constant access to attractive parties, fancy cars, expensive homes, everything that spells “happiness.” | 魅力的なパーティや，贅沢な車，高価な家，「幸福」を意味するすべてのものをいつでも利用できる |
| But such famous people might reveal the unhappiness | しかし，そのような有名人たちは不幸を見せるかもしれない |
| hidden under all their fun: | そのすべての楽しみの下に隠された |
| deep loneliness, | 深い寂しさ |
| broken marriages, | 破綻した結婚生活 |
| troubled children. | 問題を抱えた子供たち |
| Yet people continue to believe | それでも人々は信じ続ける |
| that the next, more attractive party, | 次のもっと魅力的なパーティや |
| more expensive car, | もっと高価な車 |
| or fancier home | あるいはより贅沢な家は |
| will do | やってくれると |
| what all the other parties, cars, and homes have not been able to do. | 他のすべてのパーティや車，そして家ができなかったことを |
| ４ | The way people cling to the belief | 考えに人々が執着することは |
| that a fun-filled, pain-free life is equal to happiness | 楽しさでいっぱいの，苦痛のない人生がすなわち幸福であるという |
| actually decreases their chances | 実は彼らの機会を減らしている |
| of ever attaining real happiness. | いつか本当の幸福を手に入れるという |
| If you think | もしあなたが思っているなら |
| fun and pleasure are the same as happiness, | 楽しさや喜びが幸福と同じものだと |
| then it follows that pain must be the same as unhappiness. | それは苦痛が不幸と同じでなければならないことになる |
| But, | しかし |
| in fact, | 実際は |
| the opposite is true. | その逆が真実なのである |
| Things that lead to happiness | 幸福に通じる物事は |
| involve some pain. | 何らかの苦痛を伴う |
| ５ | As a result, | 結果として |
| many people avoid the very endeavors | 多くの人々はまさにその努力を避ける |
| that are the source of true happiness. | 本当の幸福の源である |
| They fear the pain | 彼らは苦痛を恐れる |
| inevitably brought | 必然的にもたらされる |
| by such things as professional achievement and self-improvement. | 仕事上の成功や自己改革のようなものによって |
| ６ | Consider a boy, | ある少年について考えてみよう |
| for example, | たとえば |
| who likes video games. | テレビゲームが好きな |
| Playing video games | テレビゲームをすることは |
| is one of his favorite means | 彼のお気に入りの手段の１つである |
| of killing time at home. | 家で時間をつぶす |
| While being absorbed in doing it, | それをすることに没頭している間 |
| he feels relaxed | 彼は気が休まっていて |
| and forgets everything troublesome | 面倒なことをすべて忘れる |
| in his daily life. | 日常生活の |
| When the time of playing video games is over, | そのテレビゲームをする時間が終わるとき |
| however, | しかしながら |
| his fun is over as well. | 彼の楽しみも終わる |
| Afterwards, | その後 |
| he feels empty. | 彼は空しく感じる |
| Why? | なぜか？ |
| It is because | なぜならそれは |
| he does it only for fun; | 彼がそれをただ楽しみのためだけにするからだ |
| it requires no effort, | それは何の努力も必要なく |
| and it does not contribute | そしてそれは貢献しない |
| in any real way | どんな現実的な点から見ても |
| to happiness itself. | 幸福そのものには |
| ７ | On the other hand, | 他方で |
| consider another boy, | 別の少年について考えてみよう |
| who likes movies. | 映画が好きな |
| Though he wants to enjoy Italian movies, | 彼はイタリア映画を楽しみたいのだが |
| his poor knowledge of Italian | イタリア語に関する知識のなさによって |
| prevents him from doing it. | 彼はそれをすることができない |
| One day, | ある日 |
| this boy makes up his mind | この少年は決心をする |
| to catch successfully | うまく聞き取ることを |
| what actors and actresses are saying in Italian | 俳優や女優がイタリア語で言っていることを |
| without the help of English subtitles. | 英語の字幕の助けなしに |
| In order to fulfill his desire, | 彼の願望を実現するために |
| he spends a lot of his time and energy studying Italian. | 彼は多くの自分の時間とエネルギーをイタリア語の勉強に費やす |
| After years of effort, | 何年もの努力の末 |
| the time has come | そのときがやってきた |
| when he is able to understand | 彼が理解することができる |
| not only all the lines in an Italian movie | イタリア映画のすべての台詞だけでなく |
| but also a great deal more about another culture. | 別の文化に関する大変多くのことをも |
| This very moment brings him a sense of fulfillment, | まさにこの瞬間は彼に達成感をもたらし |
| and he feels happy | 彼は幸福だと感じる |
| from the bottom of his heart. | 心の底から |
| In other words, | 言い換えれば |
| it is not until he makes every effort for years | 何年もの間あらゆる努力を払って初めて |
| that he realizes | 彼ははっきり理解する |
| what true happiness is like. | 本当の幸福がどのようなものかを |
| ８ | Understanding and accepting | 理解し受け入れることは |
| that true happiness has nothing to do with fun | 本当の幸福は楽しさとは関係ないということを |
| can be one of the biggest life-changing discoveries | 人生を変えるほどの最大の発見の１つかもしれない |
| we make. | 私たちが行う |
| First, | 第一に |
| we will be free from time: | 私たちは時間から自由になるだろう |
| Now we can devote more hours | 今や私たちはより多くの時間をあてることができる |
| to activities that can genuinely increase our happiness. | 純粋に私たちの幸福を増やし得る活動に |
| Secondly, | 第二に |
| we will be free from money: | 私たちはお金から自由になるだろう |
| Buying that new car or those fancy clothes | あの新しい車や贅沢な服を買うことが |
| that will do nothing to increase our happiness | 私たちの幸福を増やすことに何も貢献しない |
| now seems pointless. | もはや意味のないことに思える |
| And thirdly, | 第三に |
| we will be free from envy: | 私たちは嫉妬から自由になるだろう |
| We now understand | 私たちはもうわかっている |
| that all those rich and attractive people | あのすべての裕福で魅力的な人たちが |
| may actually not be happy at all. | 実際は全然幸福ではないかもしれないということを |
| The moment we understand | 私たちは理解するやいなや |
| that fun does not bring happiness, | 楽しさは幸福をもたらさないということを |
| we begin to lead our lives differently. | 私たちは違う生活を送り始める |
| The effect can be, quite literally, life-changing. | その効果は，まったく文字通り，人生を変えるほどのものだ |