

第2課

工作和人生

仕事と人生

1. 本文

xiàn dài rén wèi le shēng cún dōu bì xū gōng zuò rú guǒ nǐ néng zhǎo dào
 现代人为了生存都必须工作。如果你能找到
 yí fèn zì jǐ xǐ huan de gōng zuò nà wú yí shì fēi cháng xìng yùn de rú
 一份自己喜欢的工作，那无疑是非常幸运的。如
 guǒ zhǐ shì wèi le shēng huó ér bù de bu rěn shòu zuò yí fèn zì jǐ bù xǐ
 果只是为了生活而不得不忍受做一份自己不喜
 huan de gōng zuò nà jiù yǒu diǎnr bú xìng le
 欢的工作，那就有点儿不幸了。

yào gōng zuò jiù huì yǒu yā lì jí shǐ shì zuò zì jǐ xǐ huan de gōng
 要工作就会有压力，即使是做自己喜欢的工
 zuò yǒu shí hou yě huì gǎn dào hěn dà de yā lì
 作，有时候也会感到很大的压力。

wǒ shì yí ge diàn shì xīn wén jì mù zhǔ chí rén wǒ de jié mù zuò de
 我是一个电视新闻节目主持人，我的节目做得
 xiāng dāng chéng gōng shōu shì lǜ gāo guān zhòng duì wǒ de píng jià yě hǎo
 相当成功。收视率高，观众对我的评价也好，
 dàn shì wǒ zài gōng zuò zhōng hái shì cháng cháng gǎn dào yā lì bǐ rú zǎo
 但是我在工作中还是常常感到压力。比如：早
 shàng yì zhēng kāi yǎn wǒ jiù huì zhāo jí míng wǎn bō shén me nǎ lǐ yǒu
 上一睁开眼睛我就会着急，明晚播什么？哪里有
 hǎo de xīn wén xiàn suǒ rú hé ān pái cǎi fǎng děng deng shí jiān cháng le
 好的新闻线索？如何安排采访等等。时间长了
 zhè zhǒng yā lì hé máng lù de shēng huó xiāng jié hé hěn róng yì shǐ rén
 这种压力和忙碌的生活相结合，很容易使人
 biàn de jiāo zào bù ān gōng zuò de lè qù yě jiù yuè lái yuè shǎo le
 变得焦躁不安。工作的乐趣也就越来越少了。

jiāo zào hé yā lì duì shēn xīn bú yì suǒ yǐ xiàn zài wǒ zhèng zài xué xí
 焦躁和压力对身心不益，所以现在我正在学习
 zì wǒ tiáo zhěng xīn tài fàng màn jiǎo bù yòng qí tā fāng fǎ lái shū huǎn
 自我调整心态，放慢脚步，用其它方法来舒缓
 gōng zuò yā lì bǐ rú zhōu mò qù kàn kàn diàn yǐng hé jiā rén péng you
 工作压力。比如：周末去看看电影和家人朋友
 yì qǐ chī chī fàn dìng qī fàng cháng jià wài chū lǚ xíng zàn shí lí kāi yā
 一起吃吃饭，定期放长假外出旅行，暂时离开压
 yì de gōng zuò huán jìng děng deng
 抑的工作环境等等。

wǒ xiāng xìn zhǐ yào rén men xuǎn zé yí fèn zì jǐ xǐ huan de gōng zuò
 我相信只要人们选择一份自己喜欢的工作，
 zhǎng wò zuò hǎo gōng zuò de qiào ménr bìng xué huì zì wǒ huǎn jiě yā lì
 掌握做好工作的窍门儿并学会自我缓解压力，
 nà nǐ jiù yí dìng huì xiǎng shòu nǐ de gōng zuò jìn ér xiǎng shòu rén shēng
 那你就一定会享受你的工作进而享受人生。
 zhù dà jiā gōng zuò yú kuài
 祝大家工作愉快！

2. 新しい単語

MP3 CD トラック 043

- | | | | |
|---------|--|---------|---|
| 1. 生存 | shēng cún | [名詞・動詞] | 生存(する) |
| △ | yóu yú hǎi yāng wū rǎn yú lèi de
shēng cún huán jìng zāo dào pò huài | | 海洋の汚染で、魚類の生存環境が破壊された。 |
| 2. 如果 | rú guǒ | [連詞] | もし…ならば |
| △ | rú guǒ méi yǒu qián jiù wú fǎ shēng
cún | | お金がなければ生きていけない。 |
| 3. 能找到 | néng zhǎo dào | [動詞] | 見つけれられる |
| | zhǎo bu dào | [否定形] | 見つけれられない |
| △ | yǐ qián dà xué bì yè yǐ hòu jiù
néng zhǎo dào gōng zuò xiàn zài yǒu
hěn duō rén shuò shì bì yè yǐ hòu
yě zhǎo bu dào gōng zuò | | 昔は大学を卒業したら、すぐ仕事が見つかったが、今は大学院(修士課程)を卒業しても、多くの人が見つけれられない。 |
| 4. 一份 | yí fèn | [量詞] | 仕事やプレゼントを数える数量詞 |
| △ | guò shēng rì de shí hou tā shōu
dào le yí fèn shēng rì lǐ wù | | 誕生日に、彼は誕生日プレゼントを1つもらった。 |
| △ | tā zhǎo dào le yí fèn hǎo gōng zuò | | 彼はいい仕事を見つけました。 |
| 5. 无疑是… | wú yí shì | [副詞] | …に違いない、きっと |

23. 播 (放) [動詞] 音楽や番組を流す
 △ 12月百貨店内都播放
 圣诞乐曲。
 yuè bǎi huò diàn nèi dōu bō fàng
 shèng dàn yuè qǔ
24. 线索 [名詞] 手がかり、糸口
 △ 发现了新线索。
 fā xiàn le xīn xiàn suǒ
25. 如何 [副詞] どのように、いかに、「怎么样」の
 文章用語
 △ 结果如何无人知晓。
 jié guǒ rú hé wú rén zhī xiǎo
26. 安排 [動詞] 段取りをする、手配する
 △ 请帮我安排一个单间。
 qǐng bāng wǒ ān pái yí ge dān jiān
27. 采访 [動詞] 取材する、インタビューをする
 cǎi fǎng
28. 时间长了 [短文] 時間が長くなったら
 △ 时间长了就习惯了。
 shí jiān cháng le jiù xí guàn le
29. 忙碌 [形容詞] 忙しい
 △ 每天忙忙碌碌。
 měi tiān máng máng lù lù
30. 结合 [名詞・動詞] 結合(する)、一緒になる
 jié hé
31. 使人 [前置詞] 人を…させる
 △ 相声使人开心。
 xiàng shēng shǐ rén kāi xīn
32. 焦躁不安 [四字成語] いら立って不安を感じる
 jiāo zào bù ān
 烦躁不安 [四字成語] いら立って不安を感じる
 fán zào bù ān
 △ 大海啸后没有亲人的消息他觉
 得烦躁不安。
 dà hǎi xiào hòu méi yǒu qīn rén de xiāo xī tā jué
 de fán zào bù ān
33. 调整心态 [動目フレーズ] 気持ちと考え方を変える、精神状
 態を整える
 tiáo zhěng xīn tài
34. 放慢脚步 [動目フレーズ] 歩くスピードを落とす
 fàng màn jiǎo bù
35. 舒缓 [動詞] 和らげる、穏やかにさせる、緩や
 かな
 △ 练习瑜伽可以舒缓焦躁的情绪。
 liàn xí yú jiā kě yǐ shū huǎn jiāo zào de qíng xù
36. 看看 [動詞] ちょっと見る
 △ 让我看看。
 ràng wǒ kàn kan
 △ 吃吃饭。
 chī chī fàn
37. 定期 [副詞] 定期的に
 △ 人们应该定期体检。
 rén men yīng gāi dìng qī tǐ jiǎn
38. 放假 [動詞] 休みになる
 △ 给自己放一个长假。
 gěi zì jǐ fàng yí ge cháng jià
39. 暂时 [副詞] しばらく、一時的に
 △ 暂时不要。
 zàn shí bú yào
40. 离开 [動詞] 離れる
 △ 他离开家乡已经一年了。
 tā lí kāi jiā xiāng yǐ jīng yì nián le
41. 压抑 [動詞・形容詞] 抑えつける、重苦しい
 △ 医院的的气氛很压抑。
 yī yuàn de qì fēn hěn yā yì
42. 选择 [動詞・名詞] 選ぶ、選択(する)
 xuǎn zé
43. 掌握 [動詞] 把握(する)、マスターする
 zhǎng wò

△ ^{zhǎng wò yī mén jì néng hěn zhòng yào} 掌握一门技能很重要。 スキルを身につけることは、とても大切です。

44. ^{qiào mén er} 窍门儿 [名詞] コツ

45. ^{huǎn jiě} 缓解 [動詞] 和らげる

△ ^{huǎn jiě yā lì} 缓解压力。 プレッシャーを和らげる。

46. ^{jìn ér} 进而 [連詞] さらに

3. 訳文

現代人は生きるために必ず働かなければならない。もしあなたが自分の好きな仕事を見つけられれば、疑いもなくそれはとても幸運である。もしただ生活のためだけに自分の好きではない仕事を、耐え忍んでやらざるを得ないのなら、それは少し不幸なことである。

仕事にはプレッシャーがつきものである。たとえ自分の好きな仕事をしていても、時には大きなプレッシャーを感じるだろう。

私はテレビのニュース番組のキャスターである。私の番組はかなり成功しており、視聴率は高く、私への視聴者の評価もとてもよい。しかし私は仕事において常々プレッシャーを感じている。例えば、朝、目を覚ました瞬間から焦りを感じる。明日の夜は何を放送しよう？ どこにニュースの良い糸口があるだろうか？ インタビューの手配をどうしよう？ などなど。それが続くうちに、この種のプレッシャーと忙しい生活があいまって、私はいら立ちや不安を覚えやすくなった。仕事の喜びもだんだん薄れてきた。

いら立ちとプレッシャーは心身によくない。だから今、私は自分で自身の精神を整え、仕事のペースをスローダウンし、別の手段を使って仕事のプレッシャーを和らげることを学んでいる。例えば、週末には映画を見に行ったり、家族や友人たちと食事をしたり、定期的に長期の休みをとって外国へ旅行に行ったりして一時的に重苦しい仕事環境を離れるなどである。

人々は自分の好きな仕事を選び、仕事を上手にこなすコツをつかみ、かつ、自分でプレッシャーを和らげることを会得しさえすれば、必ず仕事をエンジョイできる、さらには人生をエンジョイできると信じている。

皆さまが楽しく働けることを願っています！

4. 文型と慣用句

1. 如果
假如 述V1目1 就 述V2目2 /もしV1目1するなら、V2目2もする

△ ^{rú guǒ dà jiā dōu qù wǒ jiù qù} 如果大家都去，我就去。 /もし皆さんが行くなら、私も行きます。

△ ^{rú guǒ guì gōng sī néng mǎn zú wǒ men de xū qiú liàng wǒ men jiù jiē shòu guì gōng sī de jià gé} 如果贵公司能满足我们的需求，我们就接受贵公司的价格。

/もし貴社が当方の需要量を満たしてくれるなら、貴社の価格も受け入れます。

△ ^{jiǎ rú tōng bu guo kǎo shì wǒ jiù bù néng bì yè} 假如通过考试，我就不能毕业。

/もし試験にパスしなかったら、私は卒業できません。

解釈1 「如果」の後には仮説条件文が来ます。「就」の後には結果文が来ます。「就」を述語動詞の前に置いて、その結果を強調します。「如果」の後の主語と「就」の前の主語は同じである場合もあるし、違う場合もあります。

2. 只是为了…
而
才 … /ただ…のために…する(なら)…である

△ ^{zhǐ shì wèi le zhuàn qián ér gōng zuò rén shēng jiù tài wú liáo le} 只是为了赚钱而工作，人生就太无聊了。

/ただお金を稼ぐために働くなら、人生はあまりに味気ない。

△ ^{wǒ zhǐ shì wèi le ràng fù mǔ gāo xìng cái gēn tā jié hūn} 我只是为了让父母高兴才跟她结婚。

/私は、ただ両親を喜ばせるために彼女と結婚しました。

解釈2 「只是为了」の後には動目フレーズが置かれ、而/才の後の動作行為を行う唯一の目的/原因を述べます。

A. píng jǐng xiān sheng tīng shuō zuì jìn nǐ xiǎng huàn yí fèn gōng zuò,
zhǎo dào xīn de gōng zuò le ma
平井先生，听说最近你想换一份工作，
找到新的工作了吗？

B. hái méi yǒu zuì jìn jīng jì bù jǐng qì, bú tài róng yì zhǎo dào
mǎn yì de gōng zuò
还没有，最近经济不景气，不太容易找到
满意的工作。

A. shì bu shì nǐ yāo qiú tài gāo le
是不是你要求太高了？

B. bú shì shì gōng sī chū jià tài dī, hái bù rú wǒ yuán lái de xīn
shuǐ duō
不是，是公司出价太低，还不如我原来的薪
水多。

A. nà nǐ jiù zài yuán lái de gōng sī gàn ba
那你就在原来的公司干吧！

B. yuán lái de gōng sī yǒu hěn duō wèn tí, bǐ rú gōng zuò liàng tài
dà yòu yào cháng cháng jiā bān hé chū chāi, lèi dé wǒ chuǎn bú
guò qì lái, wǒ dān xīn zì jǐ de shēn tǐ huì kuā diào
原来的公司有很多问题，比如：工作量太
大又要常常加班和出差，累得我喘不
过气来，我担心自己的身体会垮掉。

A. nà dí què hěn yán zhòng, nǐ yǒu mei you qù rén cái gōng sī dēng
jì hái yǒu yě kě yǐ zhǎo zhao liè tóu gōng sī
那的确很严重。你有没有去人才公司登
记？还有也可以找找猎头公司。

B. liè tóu gōng sī shì lái liè wǒ, bú shì wǒ zhǎo tā men
猎头公司是来猎我，不是我找他们。

A. shuō de yě shì, nà bǎ nǐ de yāo qiú gào sù wǒ, wǒ shàng wǎng
bāng nǐ chá cha
说的也是。那把你的要求告诉我，我上网
帮你查查。

B. nà tài xiè xiè nǐ le, bài tuō le
那太谢谢你了。拜托了。

A. wǒ jìn lì ér wéi
我尽力而为。

A. 平井さん、最近転職を望んでいるようですが、新しい仕事は見つかりましたか？

B. まだだよ。最近是不景气だから、満足できる仕事を見つけるのも簡単ではないね。

A. 求める条件が良すぎるのでは？

B. いや。会社の提示額が低すぎるんだよ、元の給料にも及ばないんだ。

A. では元の会社で働けばいいでしょう！

B. 今の会社は問題が多いんだ。例えば、仕事量がとても多い上、しょっちゅう残業や出張をしなければならぬ。もう疲れてクタクタだから、体を壊さないか心配だよ。

A. それは確かにひどいですね。人材バンクに登録していないのですか？ 他にもヘッドハンティング会社を訪ねてみる手もありますよ。

B. ヘッドハンティング会社は向こうから訪ねて来るもので、自分から訪ねるものではないね。

A. それもそうですね。ではあなたの条件を教えてください、私がネットで検索してみましょう。

B. それはありがたいね。よろしく頼むよ。

A. ベストを尽くしますよ。



A. 齐先生, 听说你们全家去日本东京度假了。

玩得怎么样?

B. 我们上个周末刚回来, 玩儿得太开心了。

A. 你们去了多长时间? 都去哪儿了?

B. 我们去了一个星期。先去了千叶县的迪斯尼乐园和迪斯尼海, 后来又去了北海道。

A. 迪斯尼乐园我知道, 北海道有什么好玩儿的? 听说那儿零下二十多度, 冷得要命。

B. 虽然很冷但是在那儿我们看冰雕, 泡温泉、吃海鲜还有滑雪, 体会到了完全不同的乐趣。

A. 是这样啊! 那我也恨不得现在就出去玩儿玩儿。

齐さん、ご一家で日本の東京へバカンスに行ったそうですが、どうでしたか?

先週末に戻ってきたばかりだけど、とても楽しかったよ。

どれくらい行ったんですか? 行ったのはどのあたり?

期間は1週間。まずは東京のディズニーランドとディズニーシーへ行って、その後北海道へ行ったんだ。

ディズニーランドは知ってますが、北海道は何が楽しめるんですか? あそこは零下20数度で、ものすごく寒いそうだけど。

とても寒いけれど、氷の彫刻を見たり、温泉につかったり、シーフードを食べたり、スキーもできるから全く違う楽しみを体験できたよ。

そうなんです。私も今すぐ遊びに行けたらいいのになあ。

経済の発展や社会状況の変化に伴って、中国では新しい職業が次々に生まれています。また新しいライフスタイルをエンジョイする人たちも増えています。これら新たに出現した職業やライフスタイルに関する名称は、海外にいる中国人も説明を聞かないと分からないほど斬新で面白いものです。

新しく生まれた言葉から中国の社会生活の変化や発展の様子を感じていただくために、以下に新しい職業名等をいくつか紹介します。

- ① 拇指创作手 / 親指を使って携帯電話用の画像・音声などを作るクリエイター
- ② 短信写手 / 携帯電話のショートメッセージ用の挨拶文などを作るクリエイター
- ③ 彩信画手 / 携帯電話用のカラー画像などを作るクリエイター
- ④ 铃声乐手 / 携帯電話用の着信音などを作るクリエイター
- ⑤ 保姆司机 / 代行ドライバー(車の持ち主が運転できない時などに、代わって運転をする)
- ⑥ 私人形象顾问 / パーソナルスタイリスト
- ⑦ 私人健身顾问 / パーソナルトレーニングアドバイザー、ジムトレーナー
- ⑧ 私人理财顾问 / 個人向け財務管理・投資アドバイザー
- ⑨ 形象代言人 / イメージキャラクター(企業やその商品のイメージを社会に浸透させるために、CM他、様々な活動を行う)

- ⑩ 企业发言人 / 企業のスポークスマン
- ⑪ 黑客 / ハッカー
- ⑫ 人才分析师 / 人材コンサルタント
- ⑬ 心理干预师 / セラピスト
- ⑭ 护工 / 看護ヘルパー
- ⑮ 钟点女佣 = 小时工 / パートタイムのメイド
- ⑯ 月嫂 / 産後1カ月間のお手伝いさん。(中国では産婦は、出産後の1カ月間何もせずに、横になって静養に専念する習慣があります。きちんと静養しないと、健康を損ない、体中が痛くなり、病気になります。産後1カ月間にかかった病気を「月子病」と言います。その「月子病」は一生治らない恐れがあります。ですから中国人の家庭では、産後1カ月間、産婦や生まれたばかりの赤ちゃんの世話を専門の「月嫂」に任せるか、他の家族メンバーにヘルプをしてもらうかです。「月嫂」の1カ月の給料は大学生の初任給の何倍もあります。)