

Therapeutic Support Group

David Spiegel

●157

M. D.:医学博士

Psychiatry: 精神医学

Behavioral Sciences: 行動科学

Director:所長

Psychosocial Treatment: 心理社会治療

Laboratory:研究所

Stanford University:スタンフォード大学。米国カリフォルニア州にある名門私立大学。

School of Medicine:医学大学院

landmark: 画期的な業績

study:研究 study on ~ 「についての専門的研究」

effect:効果。effect of X on Y という形に注意。

metastatic: 〈癌(がん)細胞などの〉 転移性の

known for:分詞構文。「~として有名」。Famous は誰もが知っていて「有名」。

work in:~の専門家。~ *in* leather 皮職人である。

coauthor:共著者

Trance:忘我

Clinical:臨床

Uses:使い方

Hypnosis:催眠

commonsensical: 常識的。commonsense の形容詞形。「」

get...out: (内にこもっているものを) 外に出す

in the open:公で

distract:からそらす

unique: (あるものにだけ) 固有な

in dying:死にかけの状態にいる

are going to: (客観的情勢から) ~となる。

cope with:対処する

certainly : (客観的に見て) 確実に

see:であると自然にわかる。

psychologically : 心理的に・心理学上

had a hard time:あとに～ing がきて「なかなか～できなかった」  
physically : 肉体上で  
how it:この節は understanding の目的語。  
prolong : を延長する、長くする  
the answer: 【訳をしっかりと考えて下さい】。冠詞がついているので注意。  
elicit : ～を引き出す・誘い出す (to manage to get a reaction from somebody)  
fight-or-flight : 攻撃・逃避反応。  
and you're :これも if 節のなか。  
chronic : 慢性の  
unmodulate : 自己調整できない。modulate～を調節する。  
discomfort : ちょっとした心の痛み (a slight feeling of pain)。  
handling: handle 〈事〉を処理する

●158

it:=your body.  
whereas : だが一方、別な事実として、  
get to the point:という点に至る。  
don't like the idea of: (～に) 納得していない¶Ralph doesn't like the idea of getting married. It seems to make him nervous. (ラルフは結婚を渋っているの。結婚のことを考えると不安になるみたい)  
it will:これまでこの世でやって来たことをこれからはできないということが、私には悲しい。  
sadden : ～を悲しませる  
I can't do...world: 【訳をしっかりと考えて下さい】  
and that: it will sadden の it (仮主語) の内容。  
care about:を気づかう。  
then: if 節がこの単語の直前で終わっていることを示すマーカーの役割。  
responding:反応している  
in that: that 「あの例の」。あの例のあせったお手上げ状態で  
aroused : あせった that:精神状態が自分の統制下にあること  
impact: 強い影響 (a marked effect or influence)  
resources: 手持ちの (精神的・肉体的) 資産  
be available to: 利用できる  
how the resources...disease : 肉体は病気と闘うためにしなくてはならないことがあるが、それを肉体がするにあたって、肉体はどのように手持ちの資産を利用するのか。  
be going on : (肉体の中で) 進行しつつある。  
summon : に命令する

a different response than it might have given on its own: 肉体が自力でやった場合とは違った反応。than の品詞は関係代名詞、先行詞は response.

on its own:独力で

on X's part : X の側ので

That's a good way to put it: put 「述べる」。「それは非常に的を射た言い方です」。

whether or not : ~かどうか

stressor : ストレス因子 《日本語の「ストレス」に当ることも多い》

self-hypnosis : 自己催眠

all of this:このこと全体。

as : ~として

one highly structured way:非常によく順序（構成）立てられたやり方

inner state : 内的状態

As a part of:の一環として

end: end X with Y 「Yを行ってXをしめくくる」。

a hypnotic state: 催眠状態

focused concentration:焦点の定まった精神集中

so absorbed:so ...that の構文

just:ただたんに

get caught up:はまる、夢中になる。It's very easy to get caught up in the extenuous schedule that we have and not take time to just appreciate where you are. 予定されている厳しいスケジュールにハマって、自分がいる場所をじっくり味わう時間がとれなくなるということにとっても簡単に陥ってしまうからです。

couple: 〈事〉を〔〜と〕同時にする〔with〕 ¶He ~s studying with teaching . 彼は研究したり教えたりしている。

So:ですから。

right now:まさしくいま。

sensations: (痛み・熱さなどの)感じ

in the back : 背中に

aware of: (内面的でなく外からの観察・情報によって) 気づく。私の靴を踏んでいる人にむかって、踏んでいるのに気づいているかどうかをきくときには “Are you aware that you are stepping on my shoes?”となる。なぜなら踏んでいる靴を見ればわかるから。

dissociation: 意識解離

with the chair:イスという道具を使って。

focused on: focus oneself on X 「Xに集中する」

filter out:漉してはじきだす。

learn to:できるようになる。transform: transform X into Y 「XをYに変身させる」

face:立ち向かう

without having:付帯状況。having は使役。

so much to it: react to 「反応する」。so much 「それほどおおきく」。it=problem.

while:その一方で同時に

deal with some issue:問題に対処する (to solve a problem)

some issue:大事な問題。issue が複数形でないので some はこのような意味になる。

concerns:心配させる。

a form of:~のたぐい

## 1. 第二講

black magic:黒魔術、黒呪術

everyday form:日常茶飯のもの

meditation:瞑想

overlap:共通点

mediators : 瞑想する人

would : ~ことでしょう。

and in hypnosis : ところが催眠では。and は対照的な内容を導いて。「ところが,だが,しかし(but)」。¶ He tried to run five miles *and* couldn't. 5マイル走ろうとしたが駄目だった

ceremonial ritual : 儀礼や儀式形式。類義語が並んでいるときはそれぞれを名詞に訳す。

anything : (催眠であれ瞑想であれ) どんなことでも

gets you into a state : ~という状態へと導く

mentally alert : (肉体は活動していないように見えるが) 精神的には覚醒している

while physically relaxed : 分詞構文の変形で、接続詞だけがそのまま残っている。while you're physically relaxed.

elements:構成要素

trancelike : 半睡状態の

to it:it=anything 「それにともなっている」.

▽ 1 5 9

Even though : たとえ~であってもですね。

part of what's happening : 起こっていることの一部。a part of ... と part of ... は, a large part of のように形容詞を伴った場合は a をつけ, 形容詞を伴わないときは通例 a をつけない

right : 「間違っていないですね」。

receptive : (暗示を)よく受け入れる

means: 手段、方法。

heighten: 強める。(make or become more intense)

regulate: 整える。

inner states: →

put aside: (不和・憎しみなどを)無視する。

distracting sounds: 気を散らせるような音

enhance: (能力を)向上させる。

your ability to focus on what you want to at the moment : その場において自分が集中したいことに集中する能力

After focusing: 分詞構文の変形で、接続詞だけがそのまま残っている。

a set period of time: 一定時間

while you're in the hypnotic state : while は「[譲歩] ~だけれども」。

control group : 《医》対照群。この場合には催眠療法を受けたグループとそうでないグループとが対照群。対照群は実験・統計の因果関係が恣意的でないことを示すために使われる。

We had all the women rate their pain: 私たちは被験者の女性全員に自分の抱える痛みを評価してもらっている。

at intervals: の間隔で

rate: 評価する。over : ~の期間にわたって。

control sample : 対照用の標本群

on the ten-point scale : 10段階評価で

be trained in ~ : ~で鍛える。I hear he's a fast runner. / Yes. Apparently he trained in track and field in junior and senior high school. 「彼は足が速いんだってね」「ああ、中学、高校と陸上部できたみたいだよ」

self-hypnosis : 自己催眠

that : 結果を示す

rating : 評点

less than two: 段階が2未満。

go on : [事が]起こる(to happen)

work : 作用する。

way : 方法

filter out : (望んでいないものを) 取り除く

some research: それなりの研究

mild : 軽い直前の with は「~をつかった」。

hypnotized subject : 催眠術にかかっている被験者

the brain does not respond as much to the electric signal as it would if you were simply paying attention to it.: 脳は電気ショックの信号に反応するのですが、信号にただ注意している場合に起こる反応ほど大きくは反応しないのです。

not as much A as B : Bほど多くはないA

simply : 単に～だけ in fact: (前文の内容をさらに強調して) 実際に

hypnotized:催眠をかけられた

the electric shock:電気ショック

really:とても (感情や考えをあらわしているものを修飾しているため)

pleasant:心地よい

interesting sensation: 好奇心を起こさせる感じ。

exhibit: (感情などを) はっきりと示す

response:反応

it would ordinarily:脳が通常反応するであろう 【訳をしっかりと考えて下さい】

amplifier: 増幅器, アンプ

You have ~:総称の you。こういう場合は、目的語を主語として訳す。同量の信号が CD プレイヤーから流れてきます。【訳をしっかりと考えて下さい】

come in:入ってくる

compact disc player:CD プレイヤー

turn up:音を大きくする

you'll:きっと～となる。

turn down:音を小さくする

gain control:統整を広げる。gain 「(必要なものを) 手に入れる」。

bring in:持ち込む

for it to hurt: 痛みによって自分が痛めつけられるので 【訳をしっかりと考えて下さい。これは難しいので頑張ってください！】

pay attention to:注意を払う

lessen:少なくする、減らす

pain input:痛みによる入力

the attention~images:自分の体や考えやイメージのなかに流れる信号に注意を向ける 【訳をしっかりと考えて下さい】 learn:習得する。

▽160

could : やろうと思えばできるであろう。仮定法

would:～でしょう。仮定法

suspend : 一時中断する。

that critical judgment : 批判的に見て判断する癖

so well : 上手に

Probably : 十中八九

the general population : 一般の人たち

to some degree : それなりの程度に  
to a rather profound extreme:非常に深い程度まで  
very severe pain:もう耐え難いほどの痛み【訳をしっかりと考えて下さい】  
can learn to : できるようになる  
primarily : 何よりもまず  
constant : 規則的に続けて

## 2. 第3講

something like self-hypnosis : 自己催眠のようなこと。「いくぶん～のような」ではない。  
better than I thought I could : 当初できると思っていたよりももっとよく  
--or even death:【death が何と同格かを説明できるように】  
in all this:こういう状況にあって。通例では all this の後に名詞がきて、「そういう厳しい  
(名詞) の状況では」という意味なる。❖ “You shouldn't work so hard in all this heat.” こ  
の暑さの中、そんなにしゃかりきになって働くことないよ。  
appreciation for: [プラスの価値があること]への理解  
exclusively:独占的に～だけ  
technical: 技術を必要とする  
chemotherapy:化学療法  
more strongly than ever:これまで以上にもっと強く  
to face: role is の補語。  
involve:含まれている  
physical treatment : 肉体上の治療【訳をしっかりと考えて下さい】  
the way:直後に how が省略されている。  
mobilize:動員して集める  
a bit of:わずかな～  
goes a long way:役立つ。  
it doesn't have to:である必要はない  
elaborate:手の込んだ  
tremendous:非常に大きな  
skill in:～に長けている  
flaw: (傷となる) 弱点  
could say:いおうと思えばいうことができる。  
psychiatrist:精神科医  
there are not a lot like him: a lot of doctors like him と補って考える。  
be raising hopes: 希望を持たせる  
other people:スピーゲルが担当しない患者たち

benefit from: で恩恵を受ける  
when in fact: ところが実際には～であるのに。  
replicate:複製して生み出す (to produce exact copies of itself)  
the man who makes the program work: プログラムが稼働するようにできる的確な人  
I'm honored: 光栄です。あとに “to get such a nice comment from you”とといった内容が省略されている。  
combination of: combination of the approach and of what the patients do 【of 以下を文法的に説明できるようにして下さい】  
approach:取り組み方  
teachable:教えられうる  
learnable:学びうる  
setting:環境  
caring:配慮  
I help: I show と並立している。  
run : ; を管理運営する  
survival time : 存命期間。survival 「生き延びること、残存」  
health professionals: 健康管理の専門家  
have a corner on: ～を支配している  
market:市場  
be willing to : (何かと引き替えに) やってみる  
unlearn:意図的に忘れる  
at all cost:どんなことがあっても  
don't just do something:何かをしてやることはするな  
stand there: そばにいてあげる。  
open to: ～に心を開いている  
discomfort: 痛みや心配  
take: 必要とする。  
sophistication: (洗練をとまなう) 複雑さ  
psychotherapy : 精神療法  
while : [while 節が主節の前にあると) ～だけれども  
self-help : 自助 (the act of relying on your own efforts and abilities in order to solve your problems, rather than depending on other people for help)  
deal with : 〈問題など〉 に対処する。「～と戦っている」  
needs:[動詞]必要とする。目的語は that の先行詞 support。  
general:誰にでも当てはまる  
latest : 最新の。一番遅いではない。



treatment : 治療  
for this or that : あれに対してはこれ、これに対してはこれ  
it means:越えるということは～ということです。  
tolerate : 文句を言わずに～に耐える  
arise when ...things:  
grieve for : (死者) ～を深く悲しむ  
care about : ～の身に降りかかったことを心配する  
who have died : 【先行詞をしっかり考えて示してください】  
face : 困難ことに立ち向かう  
handle : 対処する  
issues:(緊急の)問題  
focused attention : 他者による集中的な思いやり。  
serious : 本腰を入れたまじめな  
so that : ～するために (目的)

### 3. 第4講

institution:機関  
people out there:巷の人たち  
are ~going to think:と思いがちです。  
select group of people: 一握りの恵まれて選ばれた人たち  
access to this:グループに参加する手段  
the case: 真相、事実  
perspective:観点  
implementation:実行。ここでは診療の実施。  
ridiculously:ばかばかしいほど  
inexpensive:費用がかからない  
virtually:実質的には  
professional salary:専門職としての給与  
that's it:それで万事 OK だ  
compare X to Y: A と B を比較する。比較するという意味では with が通例。to のあとの the cost of を補う。  
surgical procedure:外科処置  
trivial:とるにたらない  
get ourselves back in balance : 元に戻ってバランスをとる。元とは that 以下

で説明される。

help: help 人+原形不定詞の形。主語は helping から another まで。

deal with:対処する

a support group of one kind or another:あれやこれやのサポートグループ

be considered A:Aだとみなされる

routine:決まってする

just like : ちょうど~のように

just like all the other aspects of health care:サポートグループによる治療も、それ以外の治療と同様に。Aspects=諸相

assure:自信を持って言う

far:はるか

that=support groups are ~ today をさす。

have X in common: X を共通にもつ

inevitable:避けられない

encounter: 交戦

as a result of ~::~~の結果として

it : 仮主語、to get 以下をさす。

get: get 人 to 不定詞 : 説得して~させる。Get 以下のことには話者の努力が伴う。

them=a group of ~ cancer

open up : 打ち解ける

actually:→実際に

it's not as difficult as you might think:思っていらっしゃるほど難しくない

provide X for Y: Yに必要なXを与える。単に足りない物を補充する supply とはちがう。

desperately:必死になって

struck: ~に驚いた。~を実感した。

that: fact の内容が that 以下で同格的に説明されることを指示している。

focus:→焦点

issue:問題

come to~::~~になる

care about~::~~を配慮する

deeply:強く

go in for~:医療の処置を受ける

major:大きな

surgical procedure:外科処置、つまり手術。

she'd=she had。過去完了なので、外科手術を受ける前にその女性と会っていた。

just a few weeks before : グループで出会ったのがほんの数週間前なのに。手術を受ける日

より数週間前ではない。

see her in the hospital : お見舞に行く

the patient returned to our group:手術を受けた女性が退院してサポートグループに戻ってきた。

who'd = who had

meant more...than... : よりももっと重大であった。

go through : (困難を) 経験する

that' s = that は関係代名詞

it's : it は仮主語で to get 以下が受ける。

get people to : get は使役

make happen : make 使役動詞。

stuff : 事柄

sign : 徴候

for someone : look for の for

look like:この場合には like 以下は節がきている。

but : is feeling but (is) not quite able to 「感じてはいるが、必ずしも～できない」。

set up: it=the atmosphere。そういう環境を整える。

concerns:心配な関心事

go on:起こる

tempting:誘惑する

go into: ~に立ち入って話をする

so-and-so:だれそれさん

or whatever:何かそのようなもの

emotions:上述の泣きたくなるような気持ちなど。

drain:流れ出てその場から消える。

in many cases : 多くの場合

haven't had psychotherapy: (催眠術による) 精神療法の経験をしたことがない

grieve:悲嘆にくれる

isolated:孤立した

express:言葉に出して話す

at first : 最初のうちは

usual : 例によって

reticence : 気が進まないこと

bring O together : (一か所に)集める

Like what? : 例えばどんなことですか?

the difficulty some of the women have talking with their husbands about how scared they are : the difficulty (that) some of the women have (when they) talk...となる。That は関係代名詞で、ここでは which は使えない。

scared : おびえた

They'll tell : ~だと口に出すだろう。Will は未来について言及しているのではない。

you know : あのねえ

frightened about : ~におびえている

this physical exam that I have : 私が受診することになっている検査

come up : すぐにやって来る。Coming は exam を修飾している。このような場合に、"my physical exam that is coming up"と日本語にひかれて書いたり話したりしてしまうが、physical exam は癌患者なら誰もが受診する種類のものであって、私独自にオーダーメイドされた physical exam ではないから、my exam とはいえない。

make yourself sad : 落ち込ませる。

let the cancer get worse : 癌がもっとひどくなる。

takes it as a message that : that 以下の意味だと受けとめる。

Then:ところがそこで

another woman in the room:サポートグループの仲間として部屋にいる別な女性

my husband was the same way: **【訳に気をつけて下さい】**

one day : ある日に

you're going to hear:聞く羽目になる

whether you like it or not: 泣いても笑っても

ought to: ~するのがふさわしい。ought は owe 「~を負う」の過去形で、社会通念や道徳を「背負って」考えると、「~するのがふさわしい」が本来の意味。

get away with : とがめを受けずにうまくやってのける。

“your” … “our” :他人事ではなく自分事

take the risk of : 危険を承知でやる

make sure : ~となるように手を打つ

get responded to : (自分の言ったことに対する) 反応を受ける。To 以下には “what they'retalking” を補う。主語+get+過去分詞は、主語が、予期しなかった過去分詞の内容を被ることをあらわす。

get responded to when: get responded to the time when と考える。

do : (強調)まさしく話している。

bone scan : 骨スキャン (X線検査ではわかりにくい全身の骨の状態を写真撮影で調べる検査)。

must have felt : 感じたにちがいない

handle : 対処する。  
responding in that way : そのように応答すること。すでにやった反応なので、不定詞ではなく動名詞を使う。  
do ...for : ~にとって役立つ。  
normalize: ~を標準と比較して、当たり前とする。  
the reaction : 感じ方。すでに述べた患者の感じ方。  
would: することでしょう。  
handle:(問題などに)対処する fine : 上手に  
I'm being silly: be 動詞の現在進行形。「私は今たまたまどうかしている」。  
procedure: 治療。  
tough: 不運な、不幸な  
it remind: it は仮主語。“remind 人 that ~”で「人に~ということを感じさせる」  
trot along: 止まらずにどんどん先へ急ぎ足で歩く。  
here I am: ~の私がここにいる。  
miserable: 惨めな。I を修飾する。  
find out: (努力の末に)気がつく  
demon: 悪霊、悪夢  
as well: ~もまた。as well as I am.  
seeing that becomes a way of not feeling so removed from the course of human life :  
seeing that (そういうことが分かること) が becomes の主語。【訳に気をつけて下さい】  
becomes a way of ...ing: ~しがちとなる。  
not...so: それほど~ではない  
removed from: ~から(距離・関係が)離れた  
strategy: 手法  
making this happen: [ 使役]これを起こさせる  
improvise: (手持ちの可能な材料から) ~を即席に作る  
draw: draw X into Y: X を Y へと引き寄せる  
theme: 話題  
share: 共有する  
parallel: 類似した  
X rather than Y: Y というよりむしろ X  
an isolated individual problem: 孤立した個人的な問題、つまり「ある個人に単独の問題」。  
deny: (間違っていることとして) 打ち消す  
get fix: 治してもらおう。gently: 穏やかに、優しく  
challenge: 問いたです  
denial: 打ち消し

issue:病気にかかわる問題

come up:話題に上る

they: 本来であるなら she だが、こういうタイプの女性をひっくるめて they といっている。

bring up:(問題などを)持ち出す

struggle with:~と闘う、~に取り組む

internally:内面的に、精神的に

part of me : 私の一部分。つまり心のどこかで。

I have to : 直後に deal with it を補う。

there's no point talking about this: 「このことについて話をしてもしかたがない」。

some hook: (相手が食いついてくる) 針。「それなりのきっかけ」。

Well, look : でも、ねえ

this may: this はこれから相手に言うこと。

may seem : この二つの単語によって、話者の推量を強め、that 以下の内容を相手に柔らかく伝え、相手を説得しようとしている。

it's been on your mind : it has been. 「ここにひっかかっていた」。on の「圧力」がよくあらわれている。

for the last week : この前の週のあいだ

you've had trouble : ~に悩んでいた。

your way of telling yourself : ~を自分に言い聞かせるやり方。

you've got to do something about it : 「このことについてなんとかしなくてはいけない」。have got to=have to

suggest : 提案する

they : 患者たち。

a more direct fashion : もっと直接的なやり方

rather reluctant : 「いくぶん気が進まない」。rather は「かなり」ではなく、もっと程度が弱い。

making it not real : 病気を現実の物とさせない

somehow : ともかく

it isn't really happening : 目下、現在のところ、実際に起こっていない。

as she talked : 自分で話しているうちに

came out : 〈ニュース・真実などが〉 明るみに出る。it は仮主語 with:...といっしょに

telling~ to:人などが人に...しなさいと命じる

discuss :人が~を人と話し合う

let ...down:下げる。

barrier:障壁

what was going on:自分の身に起こっていること  
when she did :did は前文の talk~ going on までの内容  
not harder: 【訳に気をつけてください】  
openly:=frankly:率直に  
allow ~to~:人が...するのにまかせる  
have to:...しなければならない  
tear down:すっかり引き裂く

※▽167

respector of:...を尊重する人  
quite:非常に  
willing to do:快く...する  
directly:率直に  
I don't see it this way:そんな風には病気のことは考えない。  
sound like:...のように思われる。like の後は節がきている。  
so-and-so:だれそれ  
disagree: (意見が) 合わない  
make people do anything: 【訳に気をつけてください】 make O V:使役。Oに~させる。  
a push in a direction : 【訳に気をつけてください】 push:推薦  
what really helps in the group: 【訳に気をつけてください】  
the only one saying : 【訳に気をつけてください】  
handle:扱う、対処する  
turn to: 【訳に気をつけてください】「~に取り掛かる」ではありません。  
so much closer to:so= [強調]((略式))とても、非常に。比較の観念を含まない。「とても親密である」  
knowing:わかっているの。  
go through:<困難を>経験する  
immediate:直截的  
preach at: [~めがけて] 説諭する  
a kind of O:<人・物・事>のようなもの、一種の...、いわば...  
How do you know: (相互理解や配慮があると) どうやってわかるのですか。know は話し手がOを事実・真実として確信していることを強調する。  
that: 名詞節を導く接続詞。関係代名詞ではない。  
going on:go on(なにかが進行しつつある)。現在分詞だが going on をひとつの名詞のように考えてもよい。  
figure out:考え付く

roll:(事が)進む、順調に行く

a number of:(漠然とした)いくつかの

issues : 問題点

S can manage O: 〈人が〉〈(扱いにくい)人・物・事〉をうまく取り扱う

not quite:必ずしも...というわけではない。

them: =issues を受ける。

\* I can't quite manage them all 「(訳)私は必ずしも問題点をことごとくうまく取り扱っているわけではない」。

more or less:多かれ少なかれ。およそ(=proximately)

distributed:分配される。

room:グループの人たちが会う部屋

evenly:均等に、平等に。「話は一人の人に偏らないようにグループ内の人たちに均等に配分されている」。

give a monologue:長話をする。monologue:長話、会話の独占

chime (in) [with]: (～の点で) 共鳴し合い議論に加わる。

flat:単調な

stiff:不自然な

empty:空虚な、むなしい

a kind of: 〈人・物・事〉のようなもの

palpable:明白な、簡単にわかる(⇔impalpable)

just:まさしく

intimate:親密な、懇意な

in which:「親密な風に」の説明。whichの先行詞はa way。

S seem to do:Sは...するように思われる

That caring:そのたぐいの配慮

grow:成長していく。

over time:長い時を経ると

as:...するにつれて

develop a history:～という履歴を展開していく。\* share と develop の主語は people

one another:お互いに

in the beginning:最初のうちは

somewhat:いくぶん《rather が主観的な語であるのに対し、somewhat は客観的な語》

formal:堅苦しい

can be:～になりうる

overrepresent:誇大に表現する 《over=too much :exhausting to



tolerate)》

so-and-so else:ほかの誰それさん

take me out for a walk:私を散歩に連れ出す 《take O M で(人が)OをMに連れて行く》

than I know what to do with: 私はどう対応してよいかわかる以上に。親切に手をさしのべてくれることの数が多すぎて困っているということ。

and so on:...など

present: 《S present oneself as O で》 ...のように見せる(as though:~であるかのように=as if)

had it in hand : (=take O in hand)癌という problem の起こっている状況 (=it)を掌握した(in hand=支配下にした)

really:嘘ではなくホントに。

admit: (事実として認めたくないことを) 認める

help dealing with: help [in] ~ing 「~するための力添え」。例 Old people may need help decorating their homes.

as much as they said they did:対処しているとかつていったほどに。

bravado:虚勢

chief:最も重要な 例 : the chief reason

resource:手段・方法

call on: 《力などに》 訴える ; 行使する

absolutely:まったくその通り。「まったくその通りの人がいます」。

with:~のために(原因)

heart attack:心臓発作

get down on the floor : 【訳に気をつけてください】。主語は some men.

push-ups:腕立て伏せ

#### 4. ▽168

recently:= not long ago

complex:複雑な(made of many different things or parts that are connected)

going on:現在分詞で things を修飾。このように現在分詞が単独の場合、名詞を後ろから修飾する場合がある。【説明が必要です！】

frighten:突然こわくなる (to make suddenly feel afraid)

no doubt: (主観的に判断して) 間違いなく

There:there はここでは死後の世界。I go there と文法的にはつながる。

but:=only

the grace of God:神が下す恩寵。

There, but for the ~ of God, go I [we]. ((ことわざ))運が悪ければ私[私たち]も不幸な目にあっていたらろう; まったく運がよかった。直訳すれば、「神の恩寵のおかげで、私はそこに行く」。

upsetting: 〈人・事が〉〈人〉の心を乱す(to make someone feel unhappy or worried)

miss:〜がいなくて寂しい(to feel sad because you can no longer see sb or do sth that you like:)

unfinished:関係が切れていない。

sort of:いくらか

value:大切にす

it:デビーから得たもの

force: ...を押して前に進む[進める]

reorder:整理する

priorities:重要なこと

to say:it forced them to say となる。

it can happen: (起こるに違いない) 死がいつ起こるのか。can は話し手の推量で、日本語に訳すと it will happen との違いが出てこない。

while I can:できるうちに。

the group as a group:グループ全体として

much more:より一層

began to become:変わり始めた

coherent unit:まとまった集団

common history:共通の履歴

grieved:深く悲しむ

loss:死

it was :彼女の死は〜であった。

right away:今すぐ

deserved to:〜する価値がある

come to:結局〜ということになる

understood commitment:暗黙の(相互)かかわりあい。commit: to give someone your love or support in a serious and permanent way

Ironically:皮肉なことに。used when talking about a situation in which the opposite of what you

expected happens or is true 例 Ironically, his cold got better on the last day of his holiday.

reassuring:(人を) 安心させる

grieving losses : 死を悲しむこと。loss=死

mourn:(死や不幸などを) 悲しむ

we knew and cared about : we の前に whom を補う。

it's:仮主語で that 以下をさす。

when our times comes:我々に死が訪れる時

slip away:いつの間にか過ぎ去る。この意味では主語は物や時間が普通だが、ここでは「私たち」とはいつでも、死の時と死が念頭にある。

but that:that when 以下の内容と対比となるはずだが、実際には not slip away unnoticed の内容を詳しく述べている。

That's : 内容は grieved and cared about and missed ということ。

anxious:(まだ起こっていない事に対して) 不安な

as we think about:~するとき

that the world:fantasy の具体的内容。that は同格の節を導いている。

roll on just fine : うまく回って進んでいく。

throw a flower : 献花する

and then : そしてそれから後では

the prospect of dying: prospect 「将来一度かぎり起こること」 [singular]a particular event which will probably or definitely happen in the future - used especially when you want to talk about how you feel about it. 例 The prospect of marriage terrified Alice

seeing that : ~ということがわかってみると。

cherish: (望み・感情・考えなど) を (大切に) 心に抱く

the people we care about : 私たちが配慮している人たち

makes dying frightening : 「死んでいくことを身を震わせることにする」。主語は seeing。

than it otherwise would be:そうでないはずの場合よりも

bring the patient's family in : グループのなかに患者の家族を入れる

when you can : 可能な場合には

hard on them : 家族にとって無情な。hard: 〈人・態度・罰などが〉 [...に] 厳しい, 無情な [on]

// Don't be ~ on the child . 子供にきびしくするな

someone : 家族の誰か。  
do have : do は強調  
spouse : 配偶者  
come in: グループの所のやってきて  
their side of it : 病気についての自分たちの側の話。例 their side of the story: 自分たちの側からの話。  
actually : 実際に  
put it : 述べていた。  
at first : 初めは(「しかし後にそうではなかった」意を含み、 but 節, then, later などが続く)  
part of what she was: デビー全体の一部分は  
that:=cancer  
were a little shaken: 少しぎくりとした  
denial : 否定。ガンにたいして否定的評価をすること。  
puncture : 台無しにする。 [transitive] to suddenly destroy someone's hopes or beliefs  
come to do : ~するようになる  
S feel that: that は名詞節を導く接続詞。  
to be really close to : と本当に身近な関係にあるためには。  
allow themselves to feel : 感じるに任せる  
come with O : ~にともなっておこる  
  
knowing what ...do: ガンとはなんであり、ガンによって何が起こりうるのかがわかること。

▽

put off: 遅らせる  
that discussion with ~: ~との深い話し合い。 that は about 以下のようなという意味。  
what this mean: ガンにはどんな意味があるのか  
terrible: 恐ろしい (very unpleasant: making you feel very unhappy, upset or frightened)  
dying alone: 孤独のうちに死ぬこと  
to allow the cancer to interfere with the caring you have for one another : (グループ内で) お互いに配慮しあってきたことがガンによって終わってしまうがままになること。  
interefere with: ~を妨げる  
tragic: 悲惨な  
common: よく起こる

distressingly:痛ましくも

one in nine: 9人に一人

at some point in their life:人生においてある時に

a 747 full of women:ジャンボジェット機がいっぱいになるほどの数の女性

▽ 1 7 0

die of:～で死ぬ

every third day: 3日ごとに

metastatic : →転移性のある

treatable : →治療可能な

the earlier～the more : the 比較級+the 比較級。

odds : 確率

that it may never do so:ガンが体の他の箇所に転移しえない。odds の具体的内容の説明。

live to die of : 生きて、結果として ～で死ぬ。

once:ひとたび

which : 直前の内容を受ける関係代名詞。

what we call...:～とよんでいるもの。shift・・・方向を変える

then:その場合には

shifts:方向が変わる

but when:not X but Y の形。「いつ死ぬかかということ」

have to live: 習慣を示す have to。通常生きるものなのではないでしょうか。

return: 〈病気などが〉再発する

survival time cancer:生きられる時間

▽women get breast cancer every day in the United States. And a 747 full of women die of breast cancer every third day.

MOYERS: What's the difference between breast cancer and metastatic breast cancer?

SPIEGEL : Breast cancer is a very treatable illness, and the earlier it's caught, the more treatable it is.

If the cancer has not spread to other parts of the body; the odds are quite good that it may never do

so, and the women will live to die of something else. But once the cancer has spread to some other part of the body which is what we call metastatic breast cancer, then the problem shifts, and the question is not whether one will die of the cancer, but when.

MOYERS : How long do these women with metastatic breast cancer have to live?

SPIEGEL : After the cancer has returned, the average survival time is two years, although some people survive a long time, even with metastatic breast cancer.

MOYERS : So when you work with these women you know you re not going to save them.

SPIEGEL : Yes, that's clear. But what I find very rewarding is getting to know them and trying to help them live as richly as they can with the time they have, because the issue that we deal with in the groups and the issue in all of our lives is really quality, not quantity. It's how you live your life, and how fully you use your own resources, and do what you want to do in the world, and make and cherish relationships that are important. Some people do that in two months, and some people never do it in a lifetime. I find it a privilege to help these women live the lives they have as fully as possible.

MOYERS : If the findings of your study are replicated, what do you think it means for medicine?

SPIEGEL : It will be very exciting, because if they're replicated, what it means is that we have to change the definition of what health care is. We have to add to the surgical and medical interventions-which we're doing with increasing skill-a standard component of treatment that involves helping the person who has the disease deal with it and feel supported through it. It means that health care is more than just physical intervention. It's support from a caring physician and health care team and some kind of group intervention to help people who are seriously ill learn how to cope with it as fully as possible. That would be a wonderful change in the direction of health care and a cost-effective addition to helping people live better and perhaps live longer.

if other : 自分以外の人も病気にかかっているから。

there's no point : ～する意味はない

hook :

Well, look : ねえ、ほら。

this : 病気にかかっていること

you've had trouble : ～してずっと大変だった。