

目指せ My English

(1) 日々の努力

- ・ 毎日努力すれば毎日上達します。
Daily effort brings daily improvement.
- ・ 日々のちょっとした努力が驚くほどの効果を生むのです。
A little effort every day will do wonders.
- ・ 努力しなければ何も得られません。
Nothing comes without effort.

(2) 空き時間

- ・ 空き時間があるときは必ず練習しましょう。
Whenever you have spare time, be sure to spend it practicing.
- ・ 英語力をアップさせるために、空き時間を活用しましょう。
Take advantage of your spare time to improve your English skills.
- ・ 空き時間をもっとうまく活用したらどうですか？
Why don't you put your free time to better use ?

(3) 言い訳

- ・ もう言い訳はいりません。練習すればいいのです。
No more excuses. Just practice.
- ・ 言い訳をしていたら、何もできません。
Excuses will get you nowhere.
- ・ 忙しさを練習しない言い訳にははいけません。
Don't use your busy schedule as an excuse not to practice.

(4) テキスト

- ・ いつでもテキストを持ち歩くようにしましょう。
Keep your textbook with you all the time.
- ・ テキストを持っていれば、空き時間が無駄になることはありません。
Spare time will never go to waste as long as you have your textbook with you.
- ・ 時間があるときはいつでも、テキストを開いて練習しましょう。
Whenever you have time, open your textbook and practice.

(5) 集中

- ・ 練習するときには集中しましょう。
Give your practice your full attention.
- ・ 集中力が今のあなたには必要なのです。
Concentration is what you need now.
- ・ 1 分間の集中練習は思っている以上に効果があるのです。
One minute of intensive practice is more effective than you think.

焦らず、悩まず、諦めず

<3つの「ず」>

(1)焦らず

少し練習したくらいで、すぐに結果が出ると思っ**て**はいけません。焦ってもいい結果は出ません。練習すれば間違いなくあなたの英語は上達します。焦らず、じっくり腰を据えて、こつこつ地味な努力を続けましょう。

(2)悩まず

この方法でいいのかなと悩む。しかし、悩むくらいなら練習しろ、いや、悩みながらでも練習しろ、と私は言いたいのです。練習の仕方がわからない、と悩んでいるのなら、まず、手元にある英語のテキストに載っている英文を毎日音読して覚えましょう。それでも続け**れば**英語力はつきます。悩んでいるだけでは、何も解決しないのです。

(3)諦めず

せっかく始めた練習を途中で投げ出すのが一番よくありません。短時間でもいいのです。とにかく毎日続けましょう。継続は力なり。これまでに何度も耳にした言葉だと思います。途中で投げ出さず**に**、練習を続け**れば**、きっとあなたの英語は上達します。忘れないでください。練習は決してあなたを裏切らないのです。

この「3つのず」を心に留め、さあ、今日も英語のトレーニングをしましょう！もし気持ちが萎えそうになったら、「焦らず、悩まず、諦めず」と何度か唱えてください。またやる気が出てくるはず**です**。英語トレーナーとして私も応援しています。

P.234 ~ 235

(コメント)

「練習、練習、また練習」が、英語を自分のものにすると私も確信します。まずは、圭南先生が命を懸けて執筆中のNHKラジオ「徹底トレーニング英会話」のテキストを「音読練習」してみま**しょう**。

(林 明夫)

- 2008年7月2日 -