

You Raise Me Up

When I am down and, oh my soul, so weary
When troubles come and my heart burdened be
Then, I am still and wait here in the silence
Until you come and sit a while with me

気持ちが沈み
心が疲れたら
困難に見舞われ
重荷を背負ったら
静寂の中で待つ
君が隣に来て
座ってくれるまで

どうしようもないほどに
落ち込んでいるとき
誰も分かってくれないと、
感じる苦しみと闘っているとき
ただ静かに
じっと 自分のことと語り合う
そう、あなたがそっと
となりに寄り添ってくれるまで

You raise me up, so I can stand on mountains
You raise me up, to walk on stormy seas (stormy seas)
I am strong, (strong...)
when I am on your shoulders

You raise me up...to more than I can be.

君が支えてくれるから
高い山も登れる
君が支えてくれるから
荒れ狂う海も歩ける
(荒れ狂う海も...)
僕は強くなれる
(強くなれる...)
君を信じていれば
今以上の自分になれる

あなたがいてくれるから
苦しみも乗り越えられる
あなたがいてくれるから
荒波も超えていける
私だって 本当は強くなれる
あなたがいてくれれば
だからどんなときも
あなたとともに 生きたい

You raise me up, so I can stand on mountains
You raise me up, to walk on stormy seas (stormy seas)
I am strong, (strong...)
when I am on your shoulders

You raise me up...to more than I can be.

君が支えてくれるから
高い山も登れる
君が支えてくれるから
荒れ狂う海も歩ける
(荒れ狂う海も...)
僕は強くなれる
(強くなれる...)
君を信じていれば
今以上の自分になれる

あなたと一緒にだから
どんな苦しみだって乗り越えられる
あなたと一緒にだから
どんな大きな波も超えていける
私は きっと強くなれる
あなたが支えてくれれば
だから明日も あなたとともに 生きたい

You raise me up, so I can stand on mountains
You raise me up, to walk on stormy seas (stormy seas)
I am strong, (strong...)

when I am on your shoulders

You raise me up...to more than I can be.

君が支えてくれるから
高い山も登れる
君が支えてくれるから
荒れ狂う海も歩ける
(荒れ狂う海も...)
僕は強くなれる
(強くなれる...)
君を信じていれば
今以上の自分になれる

あなたがいてくれるから
苦しみですら生甲斐を感じる
あなたと一緒にだから
私のいのちの理由を感じる
一生懸命に生きたい
あなたの支えとともに
あなたとともに
もっと強い私になれるように

You raise me up, so I can stand on mountains
You raise me up, to walk on stormy seas (stormy seas)
I am strong, (strong...)
when I am on your shoulders

You raise me up...to more than I can be.

あなたは 私の夢に 翼をくれる人
あなたは 私のことを
しっかりと支えてくれる人
一生懸命に生きたい
あなたの支えとともに
あなたとともに
もっと強い私になれるように

You raise me up
To more than I can be.
君が支えてくれるから
今以上の自分になれる

私のいのち
あなたとともに
大切に生きていきたい

④「ユー・レイズ・ミー・アップ」(You Raise Me Up)は、アイルランド/ノルウェーのミュージシャン、シークレット・ガーデンの楽曲。2002年のアルバム『Once in a Red Moon』に収録されている。