



カチ の 声



第59号
2011.12

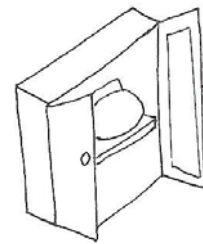
目次

のぞイマ(15)

あなたの知らないことばたち(10)

のぞイマ(15)

断捨離



ゆうこ: 私、週末にね、クローゼットの中をダンシャリしたの。

まき: えー? 本当?

さなえ: 私は、カバンの中をダンシャリしたよ。前はあんなに重たかったのに、ダンシャリしたらとても軽くなってね。何だか心も軽くなったような気がするわ。

ゆうこ: そうそう。私も気持ちがすごくスッキリした! クローゼットをダンシャリしたらね、台所や靴箱、それからお財布の中までダンシャリしたくなったの。私、何だかダンシャリアンになっちゃったみたい。

まき:すごいねー。ダンシャリって難しそうだと思ってたけど、何だか私にもできそう! 早速今日、家に帰ってやってみようっと。

皆さんは今、何かたまってしまっていて整理したいものがありますか。もしあるとしたら、どうやって整理しますか。今日は、日本でブームになっている、新タイプのものの整理の考え方「ダンシャリ: 断捨離」をご紹介します。

【断捨離とは?】

断捨離とは、提唱者のやましたひでこさんが長年習っていたヨガ道場で「断行」「捨行」「離行」という考え方に共鳴し、これらを応用して作った片付け術です。いらないものが入ってくることを断ち、不要なものを捨て、ものに対する執着から離れて、身軽で快適な生活を手にしようというものです。

「断」・・・いらないものが入ってくることを断つ

「捨」・・・家にたまったガラクタを捨てる

「離」・・・ものに対する執着から離れる

しかし、断捨離はただの片付け術ではありません。ものを断捨離して、身の回りをスッキリさせることによって、心の中もスッキリ整理でき、前向きで自信のある自分を得られると言われています。身の回りの変化だけでなく、自分自身の気持ちや考え方にも変化が現れるということですが、「断捨離」が注目を浴びている理由の一つとも言えます。

この新しい考え方は、2010年頃からブームとなり、「断捨離」という言葉は2010年の新語・流行語大賞の候補にもノミネートされ、やましたひでこ著の『新・片付け術 断捨離』は18万部を超えるベストセラーとなりました。今では、断捨離関連の本が続々と出版され、雑誌やテレビ番組でも特集が組まれるなど、多くの人気を集めています。



また、断捨離を実践している人のことを「ダンシャリアン」と呼び、特に女性の間で急増しているようです。

2011年1月に、OZmallが女性781名を対象に行った調査によると、2010年に断捨離

を実行した人は約40%、「やっていないがやりたい」と答えた人は45%と、多くの人が興味を持っていることが分かります。それではなぜ、断捨離がこれほど流行しているのでしょうか。

【断捨離のメリットは?】

断捨離は一見、ただの片付けのように見えますが、実は断捨離によって、「予想外のいいこと」を自然に手に入られるのです。

まず、ものが減ることによって、収納方法をあれこれ考

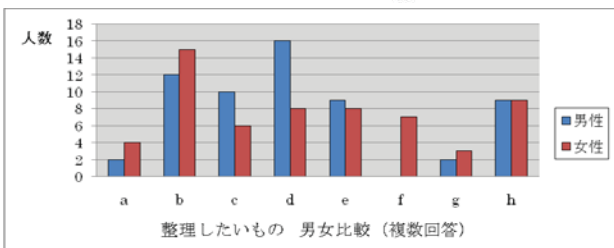
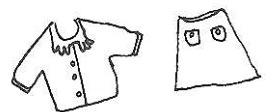
える必要が無くなります。そして、部屋がすっきりすることによって片付けが楽になったり、ものを探す手間が省けたりします。ものが無い空間は、汚れが目立つため、こまめに掃除をするようになって、自然と「きれいな空間」が保てます。

更に、断捨離をするためには、ものを仕分ける作業が必要です。自分に必要なもの、不要なものを厳選していくことにより、「選ぶ力」が養われます。すると、「今の私に必要なもの」だけをしぼり込むことができるようになり、無駄遣いや無駄な労力、無駄な時間を減らすことができます。「こんなにいいことづくしの断捨離なら、今すぐやってみようか!」と思われるかもしれませんが、実はそう簡単にはできるものではないのです。

【男性と女性、整理したいものは同じ?】

今回、身近な人(日本と韓国の30代男女各10名)に、「あなたが今、整理したいと思っているものは何ですか。以下の8つの中から3つ選んでください」という質問をしました。

- 紙袋(デパートや店でもらうショッピングバッグ)
- 衣類
- レシート・お店のポイントカード
- パソコンのファイルやメール
- 本・雑誌
- 試供品・サンプル
- カタログ・チラシ・DM
- 食品類



男性で一番多かったものは(d)「パソコンのファイルやメール」で、次が(b)「衣類」だったのに対し、女性では(b)「衣類」で、続いて(h)「食品類」でした。男女に共通して上位に(b)「衣類」がランクインしていましたが、特に女性の方が衣類を整理したい願望が強いことが分かりました。逆に、女性より男性の方がパソコンの内部を整理したいと思う人が多いことが分かりました。(f)「試供品・サンプル」の項目に男性の回答がなかったのは、この項目が化粧品に関連していたためだと考えられます。

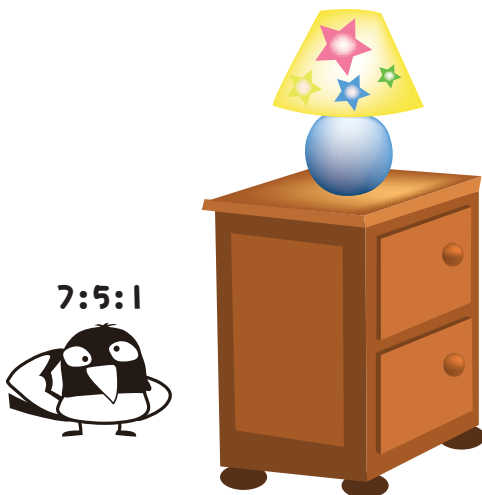
以上の結果から、整理したいものの優先順位はいつも接しているもの、自分の身近にあるかどうかで決められるようだと言えそうです。みなさんはどうでしょうか。整理したいと思うものは、すぐに断捨離できそうですか。

【断捨離を邪魔する4つの言い訳とは?】

整理したいもの、捨てたいものがあるのに、なかなか手がつけられない、始められない。そんなあなたの断捨離を阻む原因は何でしょう?

● 言い訳 その1 「もったいないから…」

せっかく高いお金を払って買ったのに…まだあまり使っていないのに…このまま捨ててしまうなんてもったいない! という気持ちから、捨てることができません。



● 言い訳 その2 「いつか使うかもしれないから…」

今は使わないけど後々必要になるかも…と、いつか使う時が来るかもしれないと思い、捨てることを断念してしまいます。

● 言い訳 その3 「思い出のものだから…」

誰かにプレゼントしてもらったもの、自分が思い切って買ったもの、手作りのものなど、「思い出」が詰まったものはなかなか捨てることができず、つい残して貯めてしまいます。

● 言い訳 その4 「面倒だから…」

断捨離をしようと思ったものの、どこから始めていいのか、何を捨てればいいのか考えているうちに面倒になり、ついあきらめがちになってしまいます。

【断捨離のコツとは?】

ものを手放すということは言葉で言うほど簡単ではないようです。では、断捨離をするためには、何をどうやって始めたらいいのでしょうか。ここに、やましたひでこさんから学ぶ、「断捨離のコツ」を3つ挙げたいと思います。

(1) 「かける時間」と「片付ける場所」を決める。

いきなり高いハードルを設定するのではなく、最初は短い時間で終わりそうなところから始めるのがコツ。今日は半日、または30分と無理のない程度に時間を設定し、簡単なものや自分のものから始めることです。例えば、財布の中にあるレシートや、使わないポイントカードを捨てるだけでも違いが見えてきます。

(2) 「今」・「自分」・「使うもの」に限定する。

ものを捨てる時、「使えるか、使えないか」ではなく、「使うか、使わないか」という基準で考えます。更に、その時間軸を「今」に設定し、「今、自分が使うものなのか」と考えることで、分別がしやすくなります。

(3) 7:5:1の法則を守ろう。

ものを減らす目安として「7:5:1の法則」という総量規制を設けます。

まず、タンスやクローゼットなどの「見えない収納」には7割のものを収め、残りのスペースはものの通り道として空けて置きます。そして、ガラスの扉付きの棚などの「見える収納」に5割のものを入れ、最後にインテリアを飾る棚などの「見せる収納」は1割にとどめ、必要最低限のものを厳選して飾ります。

このように、ものの収納に規制をかけることによって、今の自分に必要なものを「選ぶ力」が自然と身に付きます。

【モノのあり方も時代とともに変化する?】

昔は戦争の影響もあり、食べるもの、着るものなど、色々なものが不足していたため、ものを一つひとつ最後まで、大切に扱っていました。「贅沢^{ぜいたく}は敵だ」「『足りぬ、足りぬ』は、工夫が足りぬ」という標語^{とな}が唱えられていたように、戦時中はものを粗末^{そまつ}にすること、ものを捨てることは非難^{ひなん}されていました。ところが、現代では無料でティッシュやフリーペーパーが配られたり、弁当を買えばサービスでお箸^{はし}やスプーンが入っていたり、景品^{せっけん}で石鹸やタオルなどがもらえたりと身の回りにいろいろなものが溢れ^{あふ}、それらを上手に片付けていくことが求められる時代になりました。

モノは使ってこそ、

モノは、今この時、必要とされるところへ、

モノはあるべきところにあって美しい

これは、やましたひでこさんが提唱する、断捨離の基本となる「人とモノとの関係」の定義^{ていぎ}です。モノは使ってこそ価値があり、使わなければ意味をなしません。自分にとって本当に大切なモノ、必要なモノは何なのかを考え、モノに対する見方や考え方を見直しながら、この機会に一度、断捨離にチャレンジしてみてもいいのではないでしょうか。

【出典】

OZmall「話題の『断捨離』、あなたは得意？」

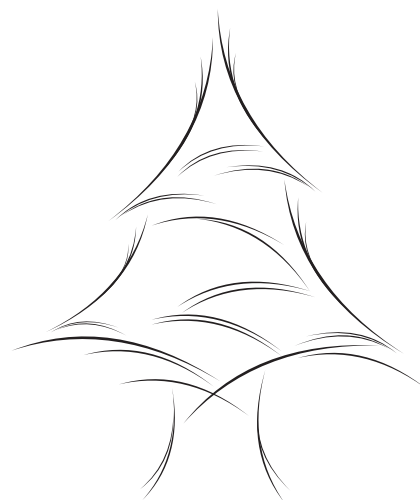
<http://www.ozmall.co.jp/ol/house/honne/vol5/>(2011年11月2日現在)

やましたひでこ(2011)『不思議なくらい心がスーッと断捨離』三笠書房

【写真出典】

<http://poploghiromikov.posterous.com/04>

日本語教師 さこだあきこ 迫田亜希子





あなたの知らないことばたす〜(10)〜 ―「私」は「わたし」の話―



皆さまこんにちは。秋もすっかり深まってきました。スポーツの秋、食欲の秋、皆さまはどんな秋をお過ごしでしょうか。国際交流基金が開発した日本語学習サイトの一つに「マンガ・アニメの日本語^{*1)}」というサイトがあります。ここで読書の秋を楽しんでみてはいかがでしょうか。

● ^{やくわりご}役割語の話

さて、このサイトでは少年、少女、不良少年、お嬢様^{じょう}、老人^{しゅじん}、執事^{しつし}、侍、大阪人、という8人のキャラクターが登場します。

ここでクイズです。以下はこの8人のせりふなのですが、どれが誰のせりふかわかりますか？

クイズ

1. おお、さようでござったか
2. おほほほほ、ちょっとよろしいかしら
3. ふおっふおっふおっ。ご苦労じやった
4. へへ。ぼく、父さんみたいになりたいな
5. ぎやはは、なにゆうとんねん
6. よお、久しぶりだな
7. おかえりなさいませ。ご主人様
8. きゃ〜、やっだ〜 かつわいい〜

このシリーズの(4)で、NHK大河ドラマの「竜馬伝^{りょうまでん}」には余^よ、拙者^{せつしや}、あっしなど一人称代名詞が15語以上は使われているという話をしました。その際に「竜馬伝」は歴史時代劇で、身分によって違う言葉で「わたし」を表現しますし、同じ武士でも将軍^{しょうぐん}か、上流^{じょうりゅう}の武士か、それとも下^{した}っ端^ぱかで使う言葉が違うから、

という説明をしました。

でも実は身分差がなくなった現在でも日本人はキャラクターによって違うことばを使います。いえ、実際に使っていないのかもしれませんが。でもこのキャラクターはこういう話し方をするだろうという、いわば固定化した共通イメージが日本人にはあります。ですから上のクイズも日本語母語話者にとっては非常に簡単なもので、そうでない方にとっては、どこでどう区別したらいいのかさえ分らなかったのではないかと思います。

このように、特定の人物像を想像させる、特徴ある話し方を、大阪大学大学院文学研究科の金水敏教授^{とくちよう きんすいさとし}は「役割語^{やくわりご}」と呼んでいます。役割語とは、金水教授^{ていしやう がいねん}が提唱^{ていしやう}した概念で、「話者の年齢・性別・職業・階層・時代などを示す、特定の言葉遣い」のことです。



さて、クイズの答えは、以下の通りです。

答え

- | | |
|---------|--------------------|
| 1=侍。 | おお、さようでござったか |
| 2=お嬢様。 | おほほほほ、ちょっとよろしいかしら |
| 3=老人。 | ふおっふおっふおっ。ご苦労じやった |
| 4=少年。 | へへ。ぼく、父さんみたいになりたいな |
| 5=大阪人。 | ぎやはは、なにゆうとんねん |
| 6=不良少年。 | よお、久しぶりだな |
| 7=執事。 | おかえりなさいませ。ご主人様 |
| 8=少女。 | きゃ〜、やっだ〜 かつわいい〜 |

日本語学習者の方、納得^{なっとく}できました？ なんだか答えを言われても納得^{なっとく}できないという方の方が多いのではないかと思います。侍や執事に会ったことがある方は多くないと思いますが、知り合いの老人や少年はそんな話し方はしないよ、と思った方が多いのではないのでしょうか。そうなんです。実はそこが「役割語」の不思議なところで、金水教授によると「まあ！ 楽しみですこと！ 私、うれしくてよ」と書く、ほとんどの日本語母語話者は、お嬢様をイメージするのですが、実際にそんな話し方をするお嬢様はいない、ということなのです。つまり「役割語」は実際にそういう位相^{いそう}の人がそういう言葉を使って話している、だから日本語母語話者はみんなわかる、というものではなくて、漫画や、アニメ、おとぎ話、ドラマ、小説などといった作品を通して、子供時代から刷り込まれている、いわばステレオタイプ^すなのです。

金水教授によると、一方で役割語は、一瞬^{いっしゅん}で話し手の性質・特徴を表現してしまうという点でとても便利であり、うまく使われればとてもおもしろいものですが、安易^{あんい}な使用は、時として表現者の意図^{いと}した、あるいは意図しない偏見・差別意識を伝えてしまう場合もあるわけです。

村上春樹の表記法

さて、教育科学技術部による韓国345大学図書館の貸出状況によると、今年上半年期(1～6月)に最も貸出数が多かったのは、村上春樹の「1Q84」だったそうです。52の大学で貸出第1位になったとか。ソウル日本文化センターの文化情報室でも、ずっと順番待ちの状態が続いていました。それはともかく、「1Q84」には主人公^{しゅじんこう}のほかにも「ふかえり」「タマル」といった個性的な脇役^{わきやく}が登場します。ふかえりが初めて登場するシーンで、ふかえりは「天吾」に「あなたのこと知っている」「スウガクをおしえている」「ニカイきいたことがある」と言います。「スウガク」も「カイ」もかたかな表記で、「おしえている」「きいた」はひらがな表記です。そのあと天吾は、＜彼女の話し方にはいくつ

かの特徴^{しゅうしよく}があった。修飾^{しゅうし}をそぎ落としたセンテンス、アクセントの慢性的な不足、限定されたボキャブラリー。小松が言うように、たしかに一風^{いっふう}変わっている。＞

一風変わった話し方をする少女を表現するために、村上はかたかな、ひらがなをうまく使い分けています。ふかえりが「スウガクがすき」と質問すると、天吾は「数学が好きなのか？」と変換して理解するわけです。タマルもそうです。スキンヘッド^{ようじんぼう}に両耳のピアス。空手の高位有段者でプロの用心棒。しかし普段は穏やかで冷静で、知的な人物。そういった人物像を描くために村上が用意したタマルの第一声は、「こんにちば」とあいさつした「青豆」に対して、「渋谷のホテルで男が一人死んだらしい」でした。コードバンの靴の輝きを点検しながら、です。見事な登場の仕方ですね。

今回は、実は日本語学習の大きな障害とも言える？ 役割語と、文学者が登場人物のキャラクターを表現させる技法^{ぎほう}を見てみました。

秋の夜長^{よなが}、ゆっくりと読書をお楽しみください。

と、ここまで書いて気が付いたのですが、この文章が「カチの声」に載るのは12月。ソウルは晩秋^{ばんしゅう}どころか真冬^{まふゆ}でしょうか。

寒い冬、ゆっくりと読書をお楽しみください。

参考

- * 1) マンガ・アニメの日本語
<http://www.anime-manga.jp/>
- * 2) 役割語の不思議な世界 大阪大学 金水敏
<http://www.let.osaka-u.ac.jp/~kinsui/ronbun/nightessay.html>
- * 3) 聯合ニュース 2011年9月18日

ソウル日本文化センター日本語教育アドバイザー  小西広明

ご意見・ご感想

『カチの声』をご覧いただき、ありがとうございました。よろしければ『カチの声』に関するご意見、ご感想をお寄せください。皆様からのメールをお待ちしております。

あて先: webmaster@jpf.or.kr