

第12課 努力

努力は、かけた時間によって測定できる。この言葉は私のオリジナルです。この考え方にたどり着いたのは38歳の時ですが、その頃から努力することにたいして抵抗感がなくなり、とても生きやすくなりました。

私たちはなぜか、中学、高校生の頃に「努力する姿」を人に見せることをやめてしまいます。試験前のガリ勉や運動会前の徒競走の猛練習などが、人に知られると気恥ずかしくなってしまうのです。

その心境は複雑です。まず結果が出なかったとき「あいつ、あれだけやってダメだった」とバカにされるのを恐れます。結果が出ても「あれだけ準備すれば当然だ」と評価が下がるのを恐れます。他者の評価を気にし始めると、いずれにせよ努力を隠すに越したことはないわけです。

それは社会人になっても同じです。得意技について「よほど努力しているのでしょうね」と褒められても、「たいしたことはしていません」と自分の努力をわざわざ否定してしまったりするわけです。

しかし、この「謙遜して努力を隠す対応」はとても危険です。なぜなら、努力しなくていいことへの言い訳になる一方で、努力を「かっこう悪い」とする無意識のバリアになりかねないためです。

もちろん、努力すれば、すべてがなんとかなるわけではありませんが、努力なしでは何も始まりません。そのためには「努力」という言葉を生活に積極的に取り入れ、そのプロセスを楽しむ仕組みをつくらなければなりません。

そして、努力を客観視するための測定方法が「時間」なのです。

努力をする、しないはあくまで主観ですが、その分量を時間換算する仕組みを取り入れれば、自分がどこまで努力をしたのか、わかりやすく管理できるようになり、堂々と「〇〇については何年間やってきた。」と言えます。

例えば、私はよく「文章を書くのが速い」と言われますが、その場合にこう返すのです。「大学卒業から16年間、独立するまで、文章で顧客にレポートを作る仕事でしたから速くないと困ります」と。

努力を時間で測定すれば、時間が有限だからこそ、何を努力するのか自分で考え、決めなければいけません。そうすれば、結果はあとからついてくる、という気持ちになれる魔法の言葉なのです。

(勝間和代「勝間和代の人生を変えるコトバ」2009年4月11日付朝日新聞による)

新しい言葉

オリジナル[名・形动]	独创，创造，创新；原物，原型，原作，原文
たどり着く[自五]	好容易走到，挣扎，走到
ていこうかん 抵抗感[名]	反感，抵触情绪
べん ガリ勉[名・自サ]	书呆子、死读书
ときょうそう 徒競走[名]	（运动会）赛跑
もうれんしゅう 猛練習[名]	拼命练习
きは 気恥ずかしい[形]	感觉羞耻，害羞，害臊
しんきょう 心境[名]	心境，心情，精神状态
あれだけ[副]	那种程度，那么地
おそ 恐れる[自一]	怕，害怕，恐惧，畏惧；惟恐，担心
いずれにせよ[词组]	反正，总之，不拘怎样，不管怎样
かく 隠す[他五]	掩盖，掩饰，遮盖；隐藏，躲藏；隐瞒
こ 越す[他五]	越过，渡过；（时间）经过；超过；胜过；追上；迁居
とくいわざ 得意技[名]	擅长的技能
よほど[副]	很，相当
わざわざ[副]	特意，故意
ひてい 否定[名・他サ]	否定
けんそん 謙遜[名・自サ・形动]	谦逊，谦虚
たいおう 対応[名・自サ]	对应，相对；应对；调和；响应
いわけ 言い訳[名・他サ]	分辨，辩解，辩白；道歉，赔不是
バリア[名]	栅栏，屏障；障碍，妨碍因素；障碍物
プロセス[名]	经过，过程；方法；程序；工序
どうどう 堂々と[副]	堂堂，仪表堂堂；威风凛凛；无所顾忌，勇往直前

きゃっかんし 客観視[名]	客观地看待
そくてい 測定[名・他サ]	测量，测定
あくまで[副]	彻底，到底；始终
どくりつ 独立[名・自サ]	独立，自立
こきやく 顧客[名]	顾客
ゆうげん 有限[名・形動]	有限
まほう 魔法[名]	魔法

言葉の使い方

1. 恐れる

意味A: 怖いと感じる。恐怖心をもつ。こわがる（怕，害怕，恐惧，畏惧。）

○彼は恐れることを知らない。/他不知道害怕；他无所畏惧。

意味B: よくないことが起こるのではないかと心配する。（惟恐，担心。）

○失敗を恐れる。/担心失败。

2. いずれ

意味A: 「どれ・何・どこ・どちら」の意の雅語的表現。（哪个，什么，哪里，哪边儿。）

○いずれが勝つか予測しがたい。/哪一方优胜难以预测。

意味B: どういう経過をたどるにしても、の意。（总之，横竖，好歹，反正，早晚，迟早。）

○いくら隠したっていずれわかることだ。/无论怎么隐瞒，早晚会水落石出的。

※ 「～にしても」「～にしろ」「～にせよ」の形で、幾つかの条件はつくが、どれをとったとしても。どちらにしても。（以“～にしても”“～にしろ”“～にせよ”的形式，表示虽然有若干条件限制，但无论哪个（都一样）。）

○いずれにせよ私は反対だ。/不管怎样，我是反对的。

意味C: あまり遠くない将来において。（不久，最近，改日，过几天。）

○詳しいことはいずれお目にかかって申し上げます。/详情改日面谈。

3. 堂々と

意味A: 規模が大きく、また力強くて、りっぱなさま。（堂堂，仪表堂堂；威风凛凛。）

○堂々と行進する。/威风凛凛地前进。

意味 B: 恐れることがない。(无所顾忌, 勇往直前。)

○自分の意見を堂々と主張する。/光明正大地坚持自己的意见。

文法解説

1. A 一方だ

意味: A という傾向が進むばかりだ。(不断……; 渐渐……)

接続: 動詞辞書形＋一方だ

○携帯電話を使う人の数は増える一方だ。/手机用户的数量在不断增加。

○現代社会では、ストレスはたまる一方だ。/当今社会,(人们的)精神压力越来越大。

※ Aは変化を表す動詞(なる・増える・減る・上がる・下がるなど)。(A部分为表示变化的动词,如“なる・増える・減る・上がる・下がる”等。)

2. A かねない

意味: A (という好ましくない事態を引き起こす) かもしれない・可能性がある。(很可能……)

接続: 動詞ます形＋かねない

○誤解を招きかねない表現だから、これは削除しよう。/这是容易引起误解的说法,删掉吧。

○このまま放っておくと、大問題になりかねない。/这么放任不管,很有可能出大问题。

※ 悪い結果、悪い可能性を予想する場合が多い。(多用于担心出现不好的结果或有那种可能性。)

※ 形は否定形だが、意味は肯定。(形式是否定的,但意思却是肯定的。)

3. A に越したことはない

意味: A に勝るものはない意を表す。A が一番よい。(表示“没有比这更好的、这是最好的”等意思。)

接続: 名詞(である)＋に越したことはない/動詞辞書形＋に越したことはない/形容詞＋に越したことはない/形容動詞語幹(である)＋に越したことはない

○ご協力いただけるなら、それに越したことはない。/如果能够得到您的帮助,那就再好不过了。

○好きな仕事ができるに越したことはない。/没有比从事自己喜欢的工作更好的事情了。

総合練習

問題1 本文を読んだ後で次の1・2・3・4の中から最もよいものを一つ選びなさい。

① 「とても生きやすくなりました」とあるが、それはなぜだと筆者は述べているか。

- 1 38歳になったので、努力しなくてもいいから
- 2 努力したので、達人になったから
- 3 努力することに対しては抵抗感がなくなったから
- 4 努力すれば、時間管理も上手になったから

② 「その心境は複雑です」とあるが、「その心境」の意味に合わないものはどれか。

- 1 結果が出なかったとき、バカにされるのを恐れること
- 2 結果が出ても評価が下がるのを恐れること
- 3 他者の評価を気にし始めると、どうしても努力を隠したいこと
- 4 他者にどう評価されても気持ちよく受け入れること

③ 「自分の努力をわざわざ否定してしまったりする」のはなぜだと筆者は述べているか。

- 1 努力していると感じるのは自分の主観であり、他の人には理解できないから
- 2 自分の努力の結果に対し、他人にいろいろ言われたり思われたりしたくないから
- 3 他の人に比べると自分の努力は不十分で、もっと努力が必要だと思っているから
- 4 自分の努力している姿を見せると、他人から謙虚な人だと思ってもらえないから

④ 筆者は「努力」についてどのように述べているか。

- 1 努力は主観的なものなので、どこまで努力するか自分で決めればよい。
- 2 社会人になったら、努力している姿は他人にあまり見せないほうがよい。
- 3 よい結果を出すためには他人に自分の努力している姿を見せることが大切だ。
- 4 何をどれだけ努力したかを確認しながら、努力自体を楽しむことが大切だ。

問題2 ()に入れるのに最もよいものを1・2・3・4から一つ選びなさい。

① 合格かどうか () にしてもお知らせします。

- 1 だれ 2 いくら 3 いずれ 4 なに

- ② むだなお金を使わないよう（ ）。
- 1 働いた 2 努めた 3 務めた 4 勤めた
- ③ その会社のホームページに（ ）した。
- 1 スタート 2 アレンジ 3 プロセス 4 アクセス
- ④ （ ）意識に、爪をかんでしまう。
- 1 不 2 無 3 未 4 非
- ⑤ 彼は（ ）沈着冷静である。
- 1 いかにか 2 あくまでも 3 だいたい 4 たまたま

問題3 （ ）に入れるのに最もよいものを1・2・3・4から一つ選びなさい。

- ① 最近の子供はテレビゲームばかりしているようだが、必ずしも外で遊ばない（ ）。
- 1 わけではない 2 わけだろう 3 わけになる 4 わけであった
- ② 田中選手は前大会に続いて、今大会でも優勝を果たした。彼の今後の活躍に周囲の期待は高まる（ ）。
- 1 中心だ 2 事情だ 3 原因だ 4 一方だ
- ③ 彼女なら失礼なことを言い（ ）。
- 1 かねる 2 かねない 3 かかわらない 4 かかわる
- ④ 踏切事故のために、2時間（ ）、電車がストップしました。
- 1 につき 2 につれ 3 にわたり 4 にともない
- ⑤ 残業が続いて体を壊したときに、自分の人生は（ ）と思って、転職を決めた。
- 1 このままならいいのではないか 2 このままがいいのではないか
- 3 このままよりいいのだろうか 4 このままでいいのだろうか

問題4 次の文章を読んで①から⑤の中に入る最もよいものを、1・2・3・4から一つ選びなさい。

頭でも手足でも、使わないでいると、①。それと同じで、生活のなかから書くという習慣がなくなると、文章がうまく書けなくなる。

書こうとしても、②思うように書けないとなると、ものを積極的に書く気にならず、書くという作業から、ますます遠ざかっていく。そして、ますます書くことが③になっていく。

学校での勉強の大部分は先生の話を聞くことであり、本や参考書を読むことだ。書くということは、レポートや試験の答案ということになるが、試験には○×をつければいいものも多くて、書くという訓練からは、ほど遠い。

ケイタイで、メールのやりとりで夢中になっている若者も多く見かけるが、その内容は、まとまった文章を書くという④。

このように、現代の諸条件は、人々が文章を苦手とするようにできているから、これを意識的に克服する努力が、⑤必要だ。

そのためには、努力して、書く機会を、少しでも増やすしかない。

(安藤喜久雄『わかりやすい論文レポートの書き方』による)

- | | | | | |
|---|--------------|--------------|--------|----------|
| ① | 1 だんだん進化していく | 2 だんだん退化していく | | |
| | 3 だんだん上手になる | 4 だんだん派手になる | | |
| ② | 1 なかなか | 2 とても | 3 あまり | 4 たいへん |
| ③ | 1 得意 | 2 上手 | 3 普通 | 4 苦手 |
| ④ | 1 わけだ | 2 わけではない | 3 ものだ | 4 ものではない |
| ⑤ | 1 どのように | 2 なんで | 3 どうして | 4 どうしても |