

declutter

～物を減らしてすっきりさせる、片付ける～

家で過ごす時間が長くなると、普段できなかったことに時間を割くようになりますね。先日英国人の友人から We started tidying up our home. (家の片付けを始めた) というメールが入ってきました。どうやら近藤麻理恵さんの片付けメソッド (KonMari Method) に刺激を受けたようです。

シンプルな生活を送る (live a simple life) という考え方は昔からありましたが、最近では必要最低限のもので暮らそうというミニマリスト (minimalist) も増えてきているようですね。

There's no better time to declutter my home.

家の物をすっきりさせるにはこれ以上いいタイミングはありません。

declutter は「物を減らしてすっきりさせる、片付ける」という動詞。declutter は、clutter (物を散らかす、ごちゃごちゃにする) に、否定を表す接頭辞 de-がついたもの。throw away も「捨てる」ですが、declutter には捨てた後のすっきり感が加わります。

そして KonMari method の大ブレイクに伴って、いわゆる「断捨離(だんしゃり)する」というような意味で使われるようになりました。例えば Declutter your belongings together. なら、「あなたの持ち物をまとめて断捨離しなさい」となります。

I'm too sentimental to declutter items for which I have emotional attachment.

愛着のあるものをバツサリ捨てるには感傷的になりすぎてしまいます。

sentimental (感傷的な、感情に影響されやすい) は、冷静になれない、簡単に割り切れない心理を表します。emotional attachment は「(情緒的な)愛着、思い入れ」。It's a constant battle. (絶え間ない戦い→葛藤がある) でしょうか。この気持ち、よくわかります。

declutter はよく home, room, belongingsなどを目的語としますが、life (人生、生活)

Declutter your life and focus your energy on the things you enjoy.

人生の無駄を排除し、情熱を楽しいことに集中させることです。

との相性もいい動詞です。declutter life は、人生を片付ける→あれこれ手を出さずに大切なことに集中する、というニュアンス。ほかにも、declutter objectives/tasks (目的/課題を絞り込む) とか、declutter mind (交錯した感情を整理する) といった組み合わせでも使えます。

単語・熟語チェック

sentimental 感傷的な

emotional 情緒的な

attachment 愛着

energy 情熱、エネルギー