フィンランドのことわざの世界へようこそ！

柳澤はるか

日本ことわざ文化学会のみなさん、こんにちは。私は翻訳者として、フィンランド文化にまつわる書籍の翻訳を手がけています。2021 年には、『フィンランドの不思議なことわざ　マッティの言葉の冒険』（カロリーナ・コルホネン著、草思社）という本を出版しました。

本稿では、書籍『フィンランドの不思議なことわざ』に登場することわざをいくつか紹介しつつ、フィンランドの文化や価値観などにも触れていけたらと思います。コロナ禍において、なかなか気軽に海外を旅することができない状況ですから、ことわざを通じて、少しでもフィンランドの風を感じていただけたら幸いです。

私とフィンランドのかかわり

まずそもそも、なぜ私が現在、フィンランドに関する仕事をしているのか……を簡単に説明させてください。実は私は 20 代後半まで、フィンランドとは無縁の人生を歩んでいました。日本の大学を出て（専攻は国語学）、卒業後は映画会社を経て人材教育の会社で働いていました。

発端は、今からおよそ 8 年前。旅行パンフレットで「フィンランドで犬ぞり」という見出しを見つけたのが、きっかけです。妙に惹かれてしまった私は、当時の職場の先輩を誘って、3 月下旬、3 泊 4 日の弾丸フィンランド旅行に出かけました。

そうして訪れたのが、フィンランド北部にあるロヴァニエミという街。サンタクロースのいる場所としても知られ、サンタクロースが常駐している事務所（通称「サンタクロース村」）に行ってみると、「ここから先が北極圏」と書かれた看板が立っていました。北極圏とは、北緯 66 度 33 分以北の地域を指します。滞在中は、最高気温が 0 度前後、最低気温はマイナス 12 度くらいだったと記憶しています。

しかし、なぜか私は「寒かった」という記憶はありません。それ以上に私はただただ、フィンランドの空気が心地良かったのです。自然と街とが美しく調和し、人々は落ち着いていて礼儀正しく、街全体は穏やかで静かな空気に包まれています。ですが、雪の中でウォーキングをする人、自転車に乗る人の姿などからは、厳しい気候の中でもたくましく生きる人々の

凜としたエネルギーを感じました。

滞在中は、念願の犬ぞりに加えて、雪に包まれた森の中を、トナカイのそりに乗って走ることができました。サンタクロースに会い（彼は英語と少しの日本語が話せました）、心地良いサウナでぽかぽかに温まり（それまで抱いていた、「高温で息苦しい」というサウナのイメージが吹き飛びました）、夜には名物料理のトナカイ肉のソテー（ベリーソース添え）をいただきました。あっという間の、たった 3 泊。ですが、日本に帰ってきてみると、私はすっかりフィンランドの虜になっていました。

もっとフィンランドのことを知りたいと思った私は、すぐに都内の語学学校に申し込んでフィンランド語を学び始め、それ以降毎年、仕事の合間を縫ってフィンランドを訪れました。やがて当時の会社を辞めて、ライターとして仕事を始め、その後、翻訳者として、フィンランド文化を日本に紹介する活動をするようになりました。そして現在に至っています。

北極圏の森でトナカイのソリに乗る。神秘的な時間。

＊＊＊

ことわざを通して知るフィンランド

前置きが長くなりました。ここからようやく、フィンランドのことわざをご紹介していきます。私が翻訳を手がけた『フィンランドの不思議なことわざ』には、およそ 100 のことわざと慣用句が収録されており、著者によれば、「なるべくフィンランドらしいものを選んだ」とのこと。この本に収録されたことわざのいくつかを、フィンランドの豆知識を交えながら

ご紹介したいと思います。

フィンランドと聞いて、皆さんはどんなことをイメージするでしょうか。ムーミン、サウナ、シベリウス。ノキアのシンプルなデザインの携帯電話、マリメッコの色鮮やかなテキスタイル……。最近では、女性首相のサンナ・マリンを思い浮かべる方も多いかもしれません。

ちなみに、「サウナ（sauna）」はフィンランド語です。すべてのフィンランド人にとって、サウナは大切な生活必需品。フィンランドの人口は約 500 万人ですが、対してサウナの数は 330 万といわれています。公共のサウナへ行くと、若者から年配者まで、老若男女がリラックスした時間を楽しんでおり、そののどかな雰囲気は、日本の銭湯に似ているなと私は感じます。

サウナと同じくらいフィンランドの人々の暮らしに結びついているのが、森です。フィンランドは国土の 7 割以上が森に覆われています。ちなみに日本も、国土の約 66%が森林といわれていますから、同じく森林の多い国。しかし、日本では一部の地域を除いて「気軽に森へ行く」という習慣は、あまりないですよね……。一方フィンランドの人にとって森は、とても身近な存在です。たとえ都会の真ん中、首都ヘルシンキの中心部に住んでいても、比較的簡単に森にアクセスすることができます。そして、散歩をしたり、ベリー摘みやキノコ狩りをしたり、または単に自然の中での静かな時間を楽しんだりすることができます。フィンランドでは、「万人の権利」というコンセプトのもと、他人に迷惑をかけたりしない限り、誰でも自由に森に入って楽しむことが許されています。

＊＊＊

森にまつわることわざ

それほど暮らしに結びついている森。『フィンランドの不思議なことわざ』には、森にまつわるようなことわざが多く見受けられました。そのいくつかをご紹介します。

慌てるな、マタスに腰を下ろして考えよ

これは、「大丈夫、きっとなんとかなる」という意味です。「マタス（mätäs）」とは、森などにある、文字通り座ることができそうな、少し盛り上がった場所のこと。……といっても分かりづらいと思うので、次の写真をご覧ください。多くの場合、マタスは、柔らかなコケやふさふさとした低木で覆われています。

「マタス」的な隆起のあるフィンランドの森。

私自身、旅行に行くたびにフィンランドの森を訪れているのですが、森のきれいな空気の中で深呼吸をすると、気持ちが自然と穏やかになり、全身の細胞が浄化されていくかのようです。コケに覆われた岩の上に腰を下ろして、風の音や鳥の声に耳を傾けたりしながら、ゆっくりと時間を過ごしていると、心のモヤがすーっと晴れていく。まさに「大丈夫、なんとかなる」と思えてきます。

森林浴がメンタルヘルスに良い影響を与えることは研究でも示されており、近年は日本でも、「森林セラピー」といって、メンタルヘルスの向上のために森林浴を活用する動きが見られます。

心がざわざわしたら、「マタス」に座って考える。このことわざは、現代を生きる私たちにとっても、大切な人生の知恵を教えてくれているように思います。

ふかふかの森に座ってぼーっとしていると、心が落ち着いて
「大丈夫」な気がしてくる。

雨の中のキノコのよう

これは、「たくさん」という意味。実際、森のキノコは、雨が降ると続々と姿を現すものです（日本の山や森でも同じですね）。上述のように、フィンランドでは自由にキノコを採ることが許されているので、食用キノコの知識がある人は、時期になるとバスケット一杯にキノコを収穫します。私は知識がないので、フィンランドの森へ行くと、キノコの写真をひたすら撮って楽しんでいます。本当にたくさんのキノコに出会えるので、飽きません。

雨……といえば、日本語には「雨後のタケノコ」という慣用句がありますね。意味やモチーフは微妙に違えど、自然界の似たような場面に目を付けている点が、おもしろいなと思います。

フィンランドの森のキノコ。絵本でしか見たことがないような、
真っ赤なキノコに出会うことも。

ベリーの茂みに引っかかる

これは、「ものごとの本質ではない部分にとらわれる」という意味。すぐさま、「枝葉末節にとらわれる」という、似たような意味の日本語が思い起こされます。

ここでベリーが出てくるところがフィンランドならでは。フィンランドの森は、キノコだけでなくベリーの宝庫でもあります。キノコ同様、ベリーも自由に摘むことができるので、人によってはたくさん採って家で冷凍したり、お菓子やジャムを作ったりするそうです。

ふたつのベリーのよう

これは「そっくり」という意味。日本語なら、「瓜二つ」という表現が思い浮かびますね。

筆者が森で収穫したベリー。あまりにたくさん採れるので、
もっと大きな入れ物を持っていけばよかったと後悔。

まるでタールを飲むよう

ここでいうタールとは、木材からつくられる黒褐色の液体、木タールのこと。木タールといわれても、日本ではあまり馴染みがありませんが、フィンランドでは身近なもの。「木タール味」とうたわれているお菓子があったり、石鹸、サウナ用アロマの香りに使われていたりもします。私も旅行中、サウナのシャワールームでタールの香りのシャンプーに遭遇しました。

そんなタールを使ったこの表現は、「気が遠くなるような作業、遅々として進まない、とても骨の折れる作業」といった意味です。

ところで今、私の手元にはフィンランドから取り寄せた 1 冊の本があります。それは、森のまつわることわざや格言のみを集めた本（2018 年発行）。なんと 500 以上ものフレーズが収録されています。どうやら森にまつわることわざは、まだまだ山のようにあるようなのです。ということで、ここに紹介したものは、あくまでほんの一部、とお考えください……。

＊＊＊

フィンランド人の価値観にまつわることわざ

さて今度は、フィンランド人の価値観をよく表しているなと感じたことわざをご紹介します。

幸せな者は、その幸せを隠しなさい

これは、「ひけらかしてはいけない、控えめであれ」という意味。フィンランドの人は、しかるべき場面ではしっかりと主張するけれど、基本的に控えめで謙虚だ、という印象を私は持っています。日本の人も、どちらかというと、この「ひけらかすことなく、つつましく」という態度には親和性が高いのではないでしょうか。

実際、フィンランドと日本、両方の国の人から「日本人とフィンランド人は似ている」という声を何度も聞きました。私自身も、そう感じたことがあります。謙虚で控えめな態度もそうですし、ほかにも、礼儀正しさや、時間や約束を守る態度などが似ていると感じます。(長時間労働の日本人、対して、無駄な残業はせず数週間の夏休みをとるフィンランド人など、異なる点も多いのですが……。)

＊＊＊

見習いたい「強い心」

最後に、「こんな心意気を見習いたい！」と思ったことわざをご紹介します。

「前へ！」と、雪の中でおばあちゃんは言った

これは、「困難な状況でもあきらめてはいけない」という意味。私はこのことわざが、極寒の厳しい気候の中でもたくましく生きるフィンランドの人の生き様を象徴しているように感じます。

また、「おばあちゃん」が出てくるところも、好きなポイントです。フィンランドの女性たちはたくましい、というのが私の印象で、これまでさまざまな場面で、フィンランドの女性たちに感銘を受けたり、勇気づけられたりしてきました。フィンランドは、世界的に見て男女平等が進んでいる国でもあります。世界経済フォーラムが発表した「ジェンダーギャップ指数 2021」では、フィンランドはアイスランドに続いて、世界で 2 番目に男女平等な国とされています（日本は 120 位)。

雪に埋もれても前へ進もうとする強靭な精神を、私も見習いたい。そう思ったことわざです。

火の中でじっと横たわってはいけない

似たような意味で、今度は雪ではなく火が出てくる、こんなことわざも。こちらも、「あきらめるな、厳しいときこそチャンス」といった意味です。実はこの、「苦しい状況でもあきらめない」強さを表すフィンランド語に、「シス (sisu)」という言葉があります。「シス」は、逆境を乗り越える粘り強さや、あきらめない強い気持ち、勇気などを意味します。

私はこのことわざが、フィンランド人の「シス」と深く結びついているような気がしてなりません。厳しい状況でもあきらめず、逆境を乗り越える強さを大切にする価値観が、ことわざに表れているような気がします。

氷点下の中、ノルディックウォーキングをする人。

＊＊＊

おわりに

以上、大変駆け足ではありますが、『フィンランドの不思議なことわざ』の中から、フィンランド色の強そうなものを選んで、ご紹介しました。これらはほんのごく一部。興味を持った方は、ぜひ書籍のほうで、フィンランドのことわざの世界をさらに楽しんでいただければ幸いです。ここに紹介したもの以外にも、フィンランドの食べ物や森の動物（ウサギ、カケスなど)、おばあちゃんが登場するものなど、ユニークなことわざが収録されています。

不安定なこの時代。心が折れそうになる状況は誰しもあると思います。そんなとき、「雪の中でも前へ！」や「火の中で横たわるな」といったことわざを思い出すと、ちょっと勇気が

湧くかもしれません。あるいは心が疲れたときは、「マタス」に座って考えれば、「なんとかなる」という気持ちになれるかも。

ちなみに、フィンランド人の友人に「森に行くとき、マタスに座ってる？」と尋ねたところ、「座ることもあるけど、マタスはコケで湿っているときがあるから、岩や切り株に座るほうが好きかな～」とのこと。なるほど。……いやいやマタスも岩も切り株も、そんなもの身近にないよ！　という都会暮らしの人は、たとえばお気に入りの公園のベンチなど、自分にとっての「マタス」的スポットを見つけてみてはいかがでしょうか。ピンチに陥りそうなとき、もしよろしければここで紹介したフィンランドのことわざの知恵を、ちょっと思い出してみてください。

最後までお読みいただきありがとうございました。
それでは、「もいもい！（Moimoi!)」（フィンランド語で、「さようなら」。）

ヘルシンキの中心部、エスプラナーディ公園でくつろぐ人々（8 月）。
冬が長くて厳しい分、夏には太陽の光を存分に楽しんでいる。
こんなふうに自然の中で安らぐ時間を大切にするのも、
フィンランド人の強さの秘訣のように思う。

＊文中の写真はすべて筆者が撮影。
＊文中で紹介したことわざは、すべて筆者の訳書『フィンランドの不思議なことわざ』（草思社）からの引用ですが、「マタス」の部分は、書籍では便宜上「茂み」と訳し、訳注で補足説明を加えています。