



人生がときめく 片付けの魔法



siroisirokuma

ときめきたくなかった、ころ

「私に影響を与えた一冊」――どうする？ 硬派に太宰治でもあげるか？
と、かっこつけるつもりだったが、やめた。

私に影響をうけた一冊として、真っ先に思いついたのは、
2011年に出版され、いまもバカ売れ中の、この一冊。
近藤麻理恵著『人生がときめく片付けの魔法』。

なあんだ。ごく最近の本である。
しかも、皆様におなじみすぎて、かっこつけようにも、つかない。
でも、いいじゃない。最近、生き方がひとつ変わったのだから。

私の心は、偏屈だ。
この本は人生を「ときめかせる」ものだが、
私の心は「ときめくもんか」と意地をはって生きてきた。
片付けしなくても、べつに、死ぬわけじゃない。
片付けしても、お金が、もらえるわけじゃない。
と怠惰な人生を送ってきた。

しかし偏屈な心はいつか行き詰る。
大人になると、みずからはった意地で首が締まってくる。
気づきはじめてのだ。「先人の言うことは、どうやら正しい」と。

早く寝て、早く起きる。
玄関は掃く。笑顔であいさつ。
運動をする。質素な食事をする。

これらは、ただのお説教じゃなかった。
ストレスだらけの毎日で、いつのまにか自分は
いらぬものをたくさん身につけて疲れていたことに気づく。
シンプルなことが一番むずかしい。
じいちゃんも、ばあちゃんも、そのまた先祖、
サムライ、縄文人、おしゃかさま、今までごめん。
あなたたちは正しかった。心の環境衛生法を教えてくれていた。

私は、生き方にかんする、いろんな本を読んだ。

どうマインドをととのえて生きていくか。
自分の行いの、なにが、ストレスを生むのか。

その中で「モノの持ち方、片付け方」にかんする本もいくつか読んだ。
部屋をよく片付けるようになる私。
しかし、少しずつ進めるというやり方なので、
つねに、燃えるごみ、燃えないごみ、資源ごみの
三種類の袋が部屋にあるという、「万年片付け床」と化していた。
慢性片付け途中の状態、死ぬまでに終わらないかもと思った。

そんなときついに決定打に出会った。
『人生がときめく片付けの魔法』。
よくある断捨離の本かとおもっていたが、ちがった。衝撃だった。
ときめきという感情的アプローチを用いながら、
その片付け法は非常に論理的である。

著書・通称こんまりによれば、片付けは「祭り」だという。
祭り――すなわち、台風のように一気に来て、一気に去っていく、そんな片付け。
コツコツやるのはむずかしいし、途中でなまけてリバウンドしてしまう。
そんな片付けにおさらばして、気合いを入れてがっとう短期間で取りかかる。

家にある服という服をすべて集め床に置き、
ひとつひとつ必ず手にとり、必要か不要か判断。本も全部本棚から出す。
一見骨を折る作業だが、やってみると、よくはかどる。

そしてこの本のもっとも特徴的な主張は、「ときめき」である。
もちろん、ときめくもの＝「残すもの」であるが、
「捨てるもの」にも愛情を欠かさない。

ふつう、ものを捨てていくときは、
「なぜこんなの買ったんだ！あ～嫌！とっとと捨てよう」と、しかめ面だったり、
片づけに慣れ、好きになっていくと
「こんなところに邪魔者発見！こら！うひひ、捨ててやるぞ～」と勝ち誇った気分になる。
捨てるものに対して、悪い感情を出してしまうのだ。

片づけ天使・こんまりはそうではない。
ときめかないもの、いらぬものに関しては、

「買ったときにときめきをくれて、ありがとう」「いままで支えてくれて、ありがとう」と感謝して手放すのだ。

そのモノたちが去っていくことで「これからのときめき生活に、貢献してくれてありがとう」という気持ちを持つのだ。

これは単に片付けだけに用いる考え方ではない。

人生に応用できるのだ。

嫌だ、苦手だと感じている人に対して

「いつも愛想わるいけど、でも仕事はがんばってくれてありがとう」と思ったり、よく知らない人間にも

「どこかで、誰かのためにがんばってくれてありがとう」と思ってみる。

その中に自分は介在しない。

でも、情けは人のためならず。シンプルな感謝は心を穏やかにする。

だから、人生がときめくのだ。

片づけをしていると、そう思えてくる。

部屋をきれいにしなさい。感謝をしなさい。

先人のこれらの教えというのは、こういう気持ちを知るための教えかもしれない。

それを知った本だった。