

断捨離

最近、「断捨離」という言葉がはやっているようですね。

「断」も「捨」も「離」も、共に不要なモノを断ち、捨てるということで、それによって身軽な生き方をしようという考え方です。

10年ほど前、金沢の主婦が提唱し、ブログで広まったといわれています。不要なモノを持たない、捨てるというのは、整理術の基本ですが、「断捨離」というのは、整理術というより、モノへの執着から離れた生き方そのものといった方が良くかもしれません。

私はどちらかといえば、要らないモノは捨てる主義ではありますが、それでも人生60年以上も過ごしていると、実に沢山のモノに囲まれて生活していることに改めて気付かされます。

家内からは「読みもしない本を、良くそんなにツンドクね！」と半分皮肉を込めていわれていますが、確かに読もうと思って買ったものの埃を被ったままの本もあり、更にはパンフレットやら資料の類、記念の置物などなど、最もひんしゆくをにかけているのは、使う当てのない空き箱といった具合で、狭い部屋をますます狭く使っています。

モノを捨てられない病気もあるそうですが、だいたい自覚症状がないのが普通ですから、始末に負えません。

何故使いもしない、不要なモノが捨てられないのでしょうか。

それは、いずれ使うこともあるという、当てにならない思い込みもありますが、何ととっても、それぞれに思い出が一杯詰まっているからだと思います。

ですから、モノを捨てるということは、それにまつわる思い出までも捨ててしまうような感じに囚われてしまいます。まあ、それが執着心というものですが。

でも、考えてみれば、捨てるに捨てられない執着心でがんじがらめに縛られている今の自分を考えれば、モノに執着せず、軽快に生きる生き方を知ることが、とても大切なことだと思っています。

だいたい、私が死んだ後、私の部屋の本やがらくたを整理しなければならない家族にしてみれば、大変な迷惑でしょうから。そのことは自覚しています。

シンプル・イズ・ビューティフルですね。

まずは、身近なところから始めましょうか。さて、最初に何から手を付けましょう……。

えーい面倒だ！その「捨てなけりゃ」という執着心とも、暫くの間はおさらばしよう。（塾頭 吉田 洋一）