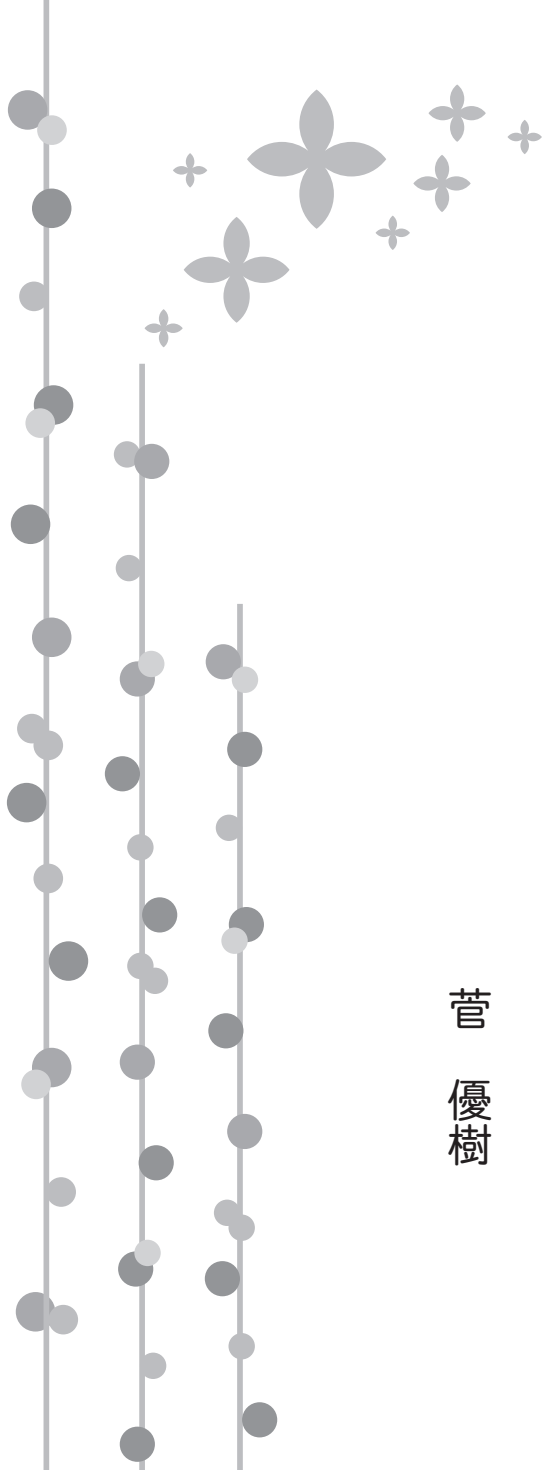


# 住まいは心を映す鏡

菅 優樹



## まえがき

私は夫と四人の子どもがいて六人家族。子どもの成長と共にドウニカ・コウニカ生活しやすいように考えるしかなかったためか、収納や片づけがそこそこ得意なのです。

やらざるを得なかったとも言えますが、私は基本的な整理収納の知識はもちろん、気が利く収納アイデアがふつと湧いて楽しんでお片づけをしていました。アイデアを知識でまとめることは簡単！ 決めてしまえばあとは実行するだけです。

しかしある時、それがうまくいかなくなり我が家は散らかり出しました。今までと同じやり方では通用しなくなつたのです。なぜなのか？ 理由は色々ありました。

「やる気が出ない」「子どもの成長とともに生活スタイルが変わつてきた」「ものが増えた」などすぐに思い当たることもありましたが、どうやらそれだけではないことは、なかなか片づかない我が家が物語っていました。

私は自分が片づけられなくなつた原因を探究し始めました。片づけがノウハウや経験通りにはいかにく、もどかしさを感じていました。また時に、嫌で見えて見ぬふりをしてみたりしたことも……。自分を

責めてしまうと行き詰まってしまうと思い「自分と向き合うこと」を徹底しました。以前はできていたのだから、必ずできると信じて。

その結果、家族とのコミュニケーション、自分の生い立ちや親との関係性が原因であるのではないかと思うようになりました。

また私が出会ったお客様とのことも思い出していました。私の整理収納サービスをご利用いただいたお客様です。お部屋は片づいたのですが、お客様との会話を通して「片づきたい」という気持ち以外に私の中で感じたものがありました。それは「ああ、この方の困りごとの本質は『片づけること』ではないな」ということです。

本書では、自分自身の経験とお客様から感じたことをまとめ、片づかないときの深層心理のパターンを七つの物語にしました。

物語が伝える主なメッセージは、

- ・「住まい・暮らしの不満」は、気づけていない「自分への不満」や「家族への不満」
- ・子離れ、親離れの問題

・ 経済社会が生んだ本来必要のない欲求

・ 効率主義による弊害

・ 子育ての不安

です。

書店の婦人誌コーナーでは「お片づけ」「収納術」の文字が必ず目に入ってきます。みなさん、とても関心があるようです。それらはとても役立つ情報がたくさんありますのでぜひ活用していただきたいのです。

しかし色々な情報を駆使しても住まいが片づかなくて困っていたり、同じことを繰り返して失敗していませんか？『住まいは心を映す鏡』です。困りごとがあるときは、自分の住環境を見回してみてください。何かヒントが隠れていて、気づいていない自分の心の部分を知るチャンスかもしれません。

本書が「片づかない理由」を見つげるきっかけとなり、新しい視点でお片づけを楽しんでいただけたら嬉しく思います。