책 이름: 나는 단순하게 살기로 했다

이 책을 읽게 된 계기: 책 제목에 끌려 도서관에서 대출받아서 읽게 되었다. 굉장히 머리아프고, 모든게 정신사나워 질 때 대처할 수 있는 방법이 있을 것 같아 술술 읽게 되었다.

내용: 이 책의 큰 주제는 바로 ‘미니멀라이프’다. 저자는 일본에서 굉장히 유명한 사람이었다. 내게 가진 물건들을 정말로 좋아하냐고 묻는다면 ‘그렇습니다’라고 답할 수 있는 물건이 몇 개나 될까? 분명 당시에는 필요하다고 생각했고, 멋지고 예쁘다고 생각했는데 왜 지금와서 이 물건이 이렇게 거추장스럽고, 난 왜 새로운 물건이 필요하다고 생각하는걸까? 그 답은 바로 ‘감정소비’다. 정말 필요해서 구매하는 물건은 몇 안된다. 반면 필요는 없지만 언젠가는 필요할 것 같아서, 지금 너무 예뻐보이니까 등의 감정에 따라 물건을 사고 있던 것이었다. 이 책은 많은 지혜를 나눠준다. 단순하게 살면 보이는 것에 집중하며, 왜 단순하고 미니멀하게 살아야하는지 친절하게 설명해준다.

그래서 이 책의 가르침에 따라 내 방의 많은 쓰레기들을 처분했다. 예전부터 버리겠다고 생각만 했던 물건부터 선물받았지만 1년 동안 한 번도 건들여보지 않은 물건, 사놓았지만 몇 년 째 같은 자리에 먼지가 쌓여가는 물건까지 많은 물건을 처분했다. 당근 마켓에도 올리고 재활용하는 날에 버리기도 하는 등 다양한 방법으로 내 방의 짐짝들 처분에 성공했다. 물건 몇 개 버렸다고 방은 횔씬 보기가 좋아졌고 효율적으로 바뀌었다. 이 방의 주인이 드디어 물건들이 아닌 내가 된 것 같았다. 물리적인 공간뿐만 아니라 나 스스로도 굉장히 여유로워졌다. 집에 들어올 때마다 “오늘은 진짜 청소해야지,,”라는 생각이 항상 들었는데 마음속에 있는 큰 짐이 사라진 느낌이 든다. 쾌적하고 깨끗한 내 공간을 볼 때마다 굉장히 기분이 좋고 평온한 감정이 들었다. 물론 아직도 처분해야할 물건들이 너무 많다. 그 물건들까지 정리를 마치면 내 마음이 더 평온해질 수 있을 것 이라고 생각한다. 이 책은 모든 사람들에게 한 번씩 다 읽어보라고 추천해주고 싶다. 단순하는 사는게 정말 중요하다는 교훈을 가르쳐준 좋은 책이었다.