

寂しい生活

# 寂しい生活

稲垣 えみ子



もしや、これが「今を生きる」  
ということではないだろうか

**アフロのイナガキさん、  
『魂の退社』、その後の物語**

東洋経済新報社

発売日: 2017年6月16日

出版: 東洋経済新報社

著者: 稲垣 えみ子

ページ: 226

PDF

アフロの自由人・稲垣えみ子が語りかけるように描く、『魂の退社』に続く第2弾！

会社を辞め、大切なものと別れ、一人ぼっち……。  
それがどーした！

『魂の退社』は「退社」をメインにした内容だったが、今回の『寂しい生活』は「退社」以降、あらゆるしがらみと別れを告げた著者の日々の生活、日々の思いを歳時記的につづったもの。

アフロのイナガキさんの『魂の退社』その後の物語。

電気代は月150円、洋服は10着、質素な食事、最大の娯楽は2日に1度の銭湯……。そんな著者がいかにして家電製品たちと縁を切ってきたか。寒い冬、熱い夏をどうやって過ごしているか。

自然や季節を体感する暮らし、ものを捨てた後のスペースにこれまで気づけなかったいろいろなものが入り込んできて感じる豊かな気持ち、そういった著者にしか実感できない自由と充実感をシンプルな言葉でつづった稲垣哲学。

孤独を感じている人、チャレンジしたいけれど一歩踏み出せずにいる人、他人の評価に振り回されている人、何かわからないけれどももやもやと不安を抱えている人……。そういう今を生きるすべての人の背中をやさしく押してくれる、すがすがしい1冊。

#### 【主な内容】

はじめに

- 1 それは原発事故から始まった（アナザーワールドへ）
- 2 捨てること＝資源発掘？（掃除機、電子レンジ……）
- 3 嫌いなものが好きになる（暑さ、寒さとの全面对決）
- 4 冷蔵庫をなくすという革命（たいしたことない自分に気づく）
  - コラム その1 「干す」という無限の世界
  - コラム その2 時代劇に学ぶ
- 5 所有という貧しさ（果てしなき戦いの果てに）
- 6 で、家電とは何だったのか（まさかの結論）

<https://rapidgator.net/file/74c7e8b1e852293e65ed0eeeb507dbea/75kXInjcS.pdf.rar.html>