

「不要為自己積攢財寶在地上，地上有蟲子咬、能鏽壞，也有賊挖窟窿來偷。只要積攢財寶在天上，天上沒有蟲子咬、不能鏽壞，也沒有賊挖窟窿來偷。因為你的財寶在那裡，你的心也在那裡。」
(馬太福音六19-21)

Refuse 堅拒

最近收看資訊節目，許多時候是訪問香港一些囤積狂的實況，對鄰居所做成的精神困擾、蟲鼠肆虐、病菌傳播、物多而絆倒、火災危機等困境，原來區區皆有(包括美孚)。好地地一間人住的屋，為什麼會變成垃圾收容站？筆者也曾試過幫助一些家庭或獨居人士整理及執拾囤積物充滿的家居，有些是物品多得再沒有能力清理，有些是不覺得囤積是問題，反倒當是寶，是安全感的來源。雖然不太理解他們的所想，但在愛人如己的追求下，我也竭力保守自己的心，不被物品充斥家居，物質虛榮居於心裏。

Reduce 減量

「斷捨離」的概念源自日本，¹ 收納師成了一項專業技能。簡約(simplicity)在物質豐裕、財富掛帥的香港，是談何容易？將已擁有的減產，將未擁有的減量，是一個實際的開始。看過一位日籍的專業整理師，² 到訪美國大屋的囤積物家庭，首先她要屋主將同一類物件，例如屋中衣物或書籍，全部一次過取出來疊起，疊出來竟如一座山那麼高，足以令屋主清楚看見囤積的嚴重性，讓他只選出有實際用途及令他愉悅的才保留，一件一件地執拾後往往有七至八成是去了垃圾房，最後用「各從其類」的方式擺放好，「斷捨離」才真正發揮果效，也期盼一兩個月後也不會故態復萌。

Reuse / Recycle 重用 再生

「施比受更為有福」(徒廿 35)，信徒更應學習資源共享，延續物品的第二生命。當你檢視家裏的東西，有重覆或不合用的，可以選擇送去回收，或贈送予合用的人。記得以往在神學院住宿，我們在每層宿舍均有一個共享物資的角落，我們一班「慳妹」平日也會留意同學的需要，暗中將同學所需物品放在這裏，讓同學自由取用，往往找到驚喜，一面說「執到寶」、「係愛呀」，一面感謝耶穌；或者將二手但完好的物品傳承給下屆學妹，真是慳了不少購買日用必需品的金錢，又能彼此分享。

¹ 「斷絕不需要的東西；捨去多餘的事物；脫離對物品的執着」，被選為 2010 年度日本的流行語。
<https://zh.wikipedia.org/zh-hk/%E6%96%AD%E8%88%8D%E7%A6%BB>

² 近藤麻理惠，整理師。

Re-organize 重整

執拾家居或辦公室，除了發現許多久違了的物品之外，有些物品是極具記念價值的，這些通常是我們與其他人的情感連結有關的，例如：發黃的照片、餽送的禮物、旅行的明信片、協同的手作等等，這些就是讓我們記得與那人在那些年的那段回憶，所以物品是媒介，讓我們更珍惜這些愛的關係和情感連結。關係是需要付出並用時間去建立，是更值得我們投放更多的心機時日去經營。因此斷捨離無謂的物品，心靈就能騰出更多空間，去積存朋輩友誼、家人親情、肢體情誼，而這些愛與被愛的關係是人最基本的需要。即使有生離死別，深信在主裏，我們的關係仍以不同的方式存至永永遠遠。

Refresh 清新

「然而敬虔加上知足的心便是大利了，因為我們沒有帶甚麼到世上來，也不能帶甚麼去，只要有衣有食，就當知足。」（提前六6-8）

要達至生命簡約清空，筆者認為最重要的是心態。經過兩年多狹縫中的疫情，香港人經歷外圍經濟下滑的負面影響，要再次學會「慳家」，而筆者更學會的是「知足」。其實人更需要是心靈的滿足和踏實，外在的物質往往是錦上添花。當思想到，再多的地上財寶有一天也不是屬於你的，現在要經營的是有衣有食的生活，求聖靈管理我們的生命，並帶著空間及休憩，專注在最重要的人、事、物上。

現在是時候，回家收拾一下，讓你的家清新一番，讓你的生命專注敬虔一點。