

先日、NHK で断捨離についての放映あり！再考してみました。

小生も断捨離に注力して久しく、まずは**断**。体力に合わせて諸団体の役員退任、参加も自重。

次に**捨**。大物の廃棄（ゴルフ用具 2 セット～でも未だ 1 セット保有、登山道具も未だ 1 式、全集本は全て廃棄）、腰痛をおして庭木の整理（樹木は高さ 2～3 m 以下、直径 8 cm以下の低木は思い切った伐採と剪定）等をして来たが、肝心の書類、フォト、電子データは常に 3 S している積りでも、不要物を廃棄するのには困窮しております。

そうこうする中で「捨てない生き方」五木寛之著が大反響を巻き起こし、雑誌 PRESIDENT も特集した。“縁（ヒト）もモノも捨てない、孤独を癒す技術”⇒「**捨てる**」をやめれば、**人生が輝きはじめる～と**。即ち、思い出の品と暮らし続ける～色、形、素材、手触り・・・陶器の金継ぎ、洋服のお直し、家具の修復・・・と。小宅も使用頻度が高い居間の食卓椅子セットは新規購入を止めて張り替え。投げ釣り用具一式は廃棄しましたが、軽量カーボン製の竿は器用な方のお蔭で鎌と繋いで長手鎌に改良し緑の保全活動にリサイクルしました。

ヨーロッパの**物**を大事にする良い慣習が終にコロナ、SDG s と共に日本にも上陸ですね。小生も先般、『私の百低名山』シリーズを投稿したが～～これは“**物を通じて回想を楽しむ**”、“**記録を通じて記憶を大切に呼び起こす**”⇒他人から見ればガラクタでも孤独な私たちの友である～と。今、国内/海外旅行記録、USA 駐在時のフォト記録を整理中ですが後者はポジプリントのみで苦労しています。

掛り付けでお世話になっている若い鍼灸治療師からも勧められ、捨てられないと言う罪悪感・ストレスから解放され、最近腹の調子が少し良くなって来たようです。

と言う訳ですが～

脳細胞の減少に合わせて現役時の書類、旅行・ハイキング関係のパンフ類は何とかしたいと～奮闘中
です。

以上