

住み込み体験で感じたこと
明治大学体育会合気道部
二年部員 松平 有紗



諸事情により、二泊三日の住み込みに参加すると決めた時、正直な心境としては、不安の一言でした。

道場に住み込むという経験が無く、道場がどのような場所であるのか良くわかっていなかった私にとっては未知の世界だったのです。

しかし稽古漬けの生活だということは容易に想像できたので、不安の反面、楽しみにしていたところもありました。

小平道場の住み込み生活の始まりは、道場の掃除から始まり、稽古が終わると所沢道場へ行って稽古、それが終わったらまた小平道場で稽古という、正に道場を行き来する様な生活でした。

そういった住み込み生活の半分を終えた頃に到来したものは、決して睡眠不足といったものではなく、筋肉痛でした。

普段大学で稽古をほぼ毎日のようにやっているものの、長期休暇に入ると稽古量も激減してしまうので、体がなまっていたようです。

筋肉痛には悩まされましたが、長期休暇でたるんでいた私の体には良い刺激であったと思います。

様々な道場の仕事に追われましたが、稽古をしている時間は抜群に集中力を発揮させ、楽しく過ごすことができました。

私は初段に昇段したばかりだったので、技の基礎を確認・向上することに努め、また、難しい技なども道場の方から丁寧に教えて頂いたり、新しい技に少しでも触れることができたので、充実した三日間でした。

今思うと、私は恵まれた環境で稽古ができていたと感じます。

私が住み込みをしていることを聞いて、生活に不便の無いように色々と気を遣って下さった方々が大勢いらっしゃったのです。

道場の方々に感謝すると共に、この経験を今後活かし、これからも稽古に励んでいきたいと思えます。

