学生部は、下記の内容で夏季セミナーを実施しました♪

男性･女性とも参加者の皆さんは、自らの力の限界まで各プログラムにチャレンジし、くたくたになりながらも、最後には達成感に溢れ、輝いてさえ見えました。

～マウンテンバイクでの峠越えや小川谷での沢登りなど、丹沢の豊かな自然の中で、自分自身を見つめた時間～

期日：２００５年９月17日（土）～19日（月） ２泊３日
場所：神奈川県西丹沢
主催：中央大学学生部
協力：日本アウトワード・バウンド協会（ＯＢＳ）
プログラム：
17日（土）：仲間づくりのためのレクリエーションゲーム・マウンテンバイク25ｋｍ
18日（日）：沢登り
19日（月）：丹沢湖一周10ｋｍマラソン

この度、参加者の古賀君に感想を寄せてもらったので、ご紹介します。

学生部夏季セミナーに参加して

法学部２年　古賀　祐輝

僕が夏季セミナーに参加したのは、自分を極限まで追い詰めるなんて理由ではありませんでした。マウンテンバイクで自然の中を走るのは気持ちいいだろうし、沢登りっていうのもなんだかおもしろそうだと感じたからです。

初日の集合した時に、インストラクターの方が「チャレンジ」と言っていたのも、あまりよくその真意を理解していませんでした。この「チャレンジ」というのが「自分への挑戦」のような意味なのだと理解するのにそれほど時間はかかりませんでした。何キロも上り坂が続くマウンテンバイクは、途中で足が動かなくなり、押していくのもやっとという状態でした。息がぜいぜいしてしまうくらいきつかったです。本当に苦しかったのは２日目の沢登りでした。むしろ、滝登りです。ものすごい勢いで流れている滝の中を自分の力で登っていきます。もちろん、その滝の「本流」をゆかなければいけません。この本流をあがることは困難を極めました。自分では本流をあがっているつもりでも、実は自然と本流をよけているのです。滝の中に飛び込んでいくため、滝にのまれると息ができなくなります。人生で初めて自分の生と死について、一瞬頭をよぎりました。インストラクターの方はいっさい助けてくれません。ただ下からみているだけです。苦しくなるとどうしても助けを求めてインストラクターの方をみてしまいます。それでも絶対に手は貸してくれません。その時にもう自分でやり遂げるしかないのだと心から思いました。自分が滝登りを開始する前に滝の下で待機しているときの恐怖感は忘れられません。震え上がるくらい怖かったです。初めて味わう恐怖でした。

自分の普段の生活にこの体験をフィードバックして考えてみると、どれだけ普段の生活が甘く楽であったかを痛感します。むしろ、自らそ

のような生活にしていたのだと思います。朝きちんとした時間に起きないとか、やるべきことをやらずにその瞬間に自分が楽しいと思えることをやってしまう。つまり、逃げていたのだと思います。本当にやるべき最低限のことだけをこなして、あとは何もやりません。これでは自分の成長は望めないと知りました。自分の命は自分で守らないといけないし、自分の責任は自分でとらないとなりません。今回の経験で、自分の甘さを痛感し、今後は自分を変えていこうと心から思えるようになりました。また自分に少し度胸がついたようにも感じます。もう恐怖の滝登りをする機会はないと思いますが、自分を変えられるいい経験になりました。

（注）インストラクターは、安易な手助けをせず、参加者が自己の最大限の力を発揮するまで見守り続け、同時に安全確保に万全を尽しています。