初めての合宿

大橋　愛莉

私は、三月十、十一日に、初めて合宿に行ってきました。

最初の日の午前中は、雨が降っていたのでミーティングをしました。

その中で心に残っているのは、「七楽の教え」というのと、「師匠の四つの教え」というのです。

七楽の教えというのは、「楽すれば、楽がじゃまして楽ならず。楽せぬ楽がはるか楽々」ということでした。

私は、「楽」と「楽しい」というのは別なのだと思いました。全て、楽な方にいかないで、いろんなことをがんばって最後には、楽しかった。といえるようにがんばりたいと思いました。

師匠の四つの教えというのは、中村文昭という人が師匠に教えてもらった四つのことだそうです。

一つ目の教えは、「0・2秒の返事」

二つ目の教えは、「たのまれ事は、たまされ事」

三つ目の教えは、「できない理由を言うこと。」

四つ目の教えは、「そのうちと言わずに今できることをやる。」でした。

私は、これからこの四つの教えを実行したいと思いました。

雨が上がった午後からは、走り幅跳びのじょ走の練習をしました。

夜のミーティングでも、いろんな話しがありました。

その中で私は、目標と目的の違いについての話が心に残っています。

目的というのは軽いもので、目標は、立てては立て直してのくり返しだけれど、その目標を決めるときに、目的を見失ったらダメだと言われました。

その後、中学生と自分の目標について話し合いをしました。

この他にもいろんな話をしてもらいました。

二日目も、じょ走と、ふみ切り練習を主に

にやりました。

午後からのエバーマットを使っての練習では、着地の体せいや、上に遠くに跳ぶような感かくが良く分かりました。

私は、合宿に出られて良かったと思いました。

今、しん災でいろいろと不便な思いをしている人がたくさんいる中で、私はこうして合宿に参加できて、とても幸せだと思いました。

私の目標は、全国大会に出ることです。それに向けてこれからもがんばって練習をして行きたいと思いました。