

2007年度 夏季

自給自足生活の体験学習

レポ ー ト

1. 主旨と目的

谷口ゼミナールでは、2003年度より継続して自給自足生活の体験学習を行なっている。この体験学習では、夏休みの1週間を、甲南大学環境教育野外施設(広野[神戸市西区])において、必要最低限の持ち物で生活することを主旨に実施している。時計や携帯電話を使わず、日の出・日の入りのリズムで生活したり、ガスを使わず、火熾し機を利用する。食事は、5月に植えた有機農法(無農薬)の夏野菜・保存食や、昨年度収穫したもち米を使用する。

前年度は蚊に悩まされたので、今年度は虫除けの効用をもつハーブを植え利用したり、またハーブティとしても飲用できるよう準備した。食環境の充実を目指すと同時に、炭作りなど自然にあるものを道具として加工し、利用できるよう準備した。

現代生活から一歩離れ、自給自足の生活をするなかで、日常生活において、足りないものや余分なものを見つめること——みんなで協力して生活することで共同生活での人と人との関わり合いの大切さを感じ、現代のライフスタイルを見直すことを目的とした。

この体験学習を通じて、持続可能な循環型社会とその生活の原体験を学習する。その意味で、参加者一人ひとりが“持続可能性”について自らのテーマを設定して、本学習体験にのぞむ。

2. 自給自足体験学習の日程及び作業・学習のスケジュール

	日程	天気	作業内容, 食事メニュー
準備日	7月26日	晴天	作業内容: 草引き, 竹きり, 野菜の収穫量の確認, 備品の確認
	8月1日	晴天	家づくり
	8月3日	雨天(台風)	中止
1日目	8月4日	曇りのち晴れ	作業内容: 家・食器・机づくり, タープはり, トイレ掃除, 草刈り
			昼 食: ミントマト, 焼きナス, ピーマン, ししとう, 保存食 夕 食: トマト, 焼きナス, かぼちゃ, 保存食
2日目	8月5日	曇り	作業内容: 養蜂の見学, 草刈り
			朝 食: おにぎり, ナスの塩漬け, 保存食
			昼 食: ごはん, ミントマト, かぼちゃ, 保存食 夕 食: かぼちゃごはん, トマト, 焼きナス, かぼちゃ, おくら, ナスのスープ, 保存食
3日目	8月6日	曇りのち晴れ	作業内容: 自分の設定したテーマに基づいて活動(楽器作りと観察), 草刈り, 炭づくり
			朝 食: ごはん, かぼちゃ, きゅうり, トマト, 保存食
			昼 食: ごはん, きゅうり, 焼きかぼちゃ, 保存食 夕 食: ごはん, トマト, かぼちゃ, 焼きししとう, ピーマン, ナスのスープ, オクラのスープ
4日目	8月7日	曇り	作業内容: 撤収作業 朝 食: ごはん, トマト, ナス, オクラのリゾット, かぼちゃの煮付け, 焼きかぼちゃ, 焼きナス(みそ付), ミントマト, 保存食

3. 自給自足の体験学習を終えて - リフレクション・ジャーナル

4回生 臼井 絵理奈

8月4日台風の影響で、1日遅れで自給自足の体験学習が始まりました。台風が過ぎ去った次の日ということで、雲ひとつ無いとても暑い日でした。電車を降り、駅から体験学習を行なう畑まで歩いていると、汗が噴き出しました。畑に着き、私たちがまずしたことは、これから寝泊りする家を作ること、日陰を作るためにタープをはることに、火を燈すことでした。なにより、火を燈さないことには水を飲むことが出来ないので、火熾し器で必死に火をおこしました。そうして沸かした湯を少し冷ましてようやく水分補給が出来ました。最初一杯はぬるくて、普段の生活であれば口にしないと思いますが、そのときは本当に美味しく、たった一杯の水で生き返ったような気分になりました。その後畑で収穫したミニトマトやナス、持参した保存食で昼食をとりました。保存食というのは、今年度、参加者が多いため保存食をそれぞれが1品、2品持参することになりました。私も、野菜のピクルスを持参しましたが、酢の物が疲れを緩和してくれました。その後も家作りや竹を使用した食器作り、火をたくための薪割いなどに仕事を分担し行ないました。しかし、とても暑く、なかなか作業がはかどりませんでした。家は昨年度よりもかなり広くつくることができ、9人が入っても十分、横になることが出来ました。1日目はまだ不十分で時折屋根にのせた藁が落ちてくることもありましたが、風通しよく、日差しもさえぎり快適な空間でした。日が落ちるとロウソクの光だけが頼りだったので、みんなと会話を楽しみ少し早めに眠りました。時計を持たないため時間が分からないのですが、日が昇ると目が覚め朝食の準備をしました。2日目は、近くの農家の方がミツバチを飼育され、蜂蜜を収穫する所を見学させて頂きました。一面に向日葵が咲き乱れる畑の奥に小さな箱がいくつか置かれていました。箱の中には蜂蜜がたくさん詰まった木の柘のようなものが有り、取り出すとたくさんのミツバチが蜜を守ろうとついてきました。小さなミツバチですが、たった2週間ほどで1つの箱のなかの4つの柘を蜜でいっぱいにするそうです。今回は向日葵の蜜でしたが、春は蓮華の蜜がとれるそうで、向日葵の蜜よりも色が薄く透明なんだそうです。そして、機械に設置し、蜜を絞るとみるみる蜜が落ちました。全てをとってしまわずに、巣を残しておくことで、また巣を再生するそうです。黄金色の蜜はなめると、とても甘くて今までなめたことがない蜂蜜でした。

今回、私は1泊2日しか参加することが出来ませんでした。学んだことは共同生活で協力する事の重要性和、普段の生活がいかに便利で、自然を浪費しているかということを確認しました。今年は猛暑ということで、ニュースでもその影響が毎日のように報道されていますが、温暖化や異常気象の原因についてもっと真剣に考えなくてはいけないと思いました。また、今回2人が体調不良になってしまったので、自身の体調と他の人の体の具合を見極めることが大切だと思いました。真夏なので、あまり無理をせず、水分補給を十分にし、早朝や夕方の時間帯を上手く利用するなどの対策も考えなければいけないと思いました。



4回生 唐津 周平

「自分達の今の生活がどれだけ恵まれているかを改めて実感することができました」——自給自足生活を終えた

後の感想は、おそらくこのようなありふれた言葉を言うのだらうなと私は始める前から終えた後の自分の姿を想像していました。そして、今実際に自給自足生活を終えて、始める前の予想通りに、私は冒頭に書いたことをクーラーの効いた部屋でパソコンを打ちながら、ひしひしと感じています。

しかし、それだけではありません。私の想像を遥かに超えるほどこの3泊4日の「集団生活」は多くの学びがありました。ここで、なぜ私が「集団生活」という言葉を特別な扱いにしたかという、これこそが私にとって何よりの学びだったのです。

まず、自給自足生活は「集団行動」ではなく、「集団生活」だったということから伝えたいと思います。アルバイトやゼミ、部活動など私たちはいろんな場所で「集団行動」をしています。しかし、これらは「集団生活」ではないのです。35を超え、誰もがゆっくり休憩して、陽が沈むまで休みたいと状況でも、ご飯を炊く準備をしなくてはならない、家を補強しなくてはならない、そうしないと生活ができない。そんな、「共に生きる」というニュアンスが「生活」には込められています。ここに「行動」と「生活」の違いがあって、「生きるために活動する」と書いて「生活」という体験、「共に生きる」という体験こそが自給自足生活なのではないでしょうか。

次に学んだことが、「集団生活」において、他人を思いやる気持ちと自分を見つめることのバランスを上手にとらなければいけないということでした。日陰で座っているだけでも体力を奪われる猛暑の中で、少し体調が悪くなった時に、「みんな頑張ってるから弱音を吐いてはいけない」と思って無理してしまうか、「みんな動いているけどちょっと一休み」と息抜きをするかの状況判断に悩む時が多々ありました。一休みを入れれば「一人だけ楽をして」と疎まれるかもしれないし、無理して動き続けて体調を崩せば結果的にみんなに負担がかかってしまう。自分の体調管理やそのときの感情などのバランスを一人ひとりが上手に取る努力をし、雰囲気づくりやまわりへの気配りができるような視野の広がりを学べました。

みんなで共に生きることが「集団生活」、そこには必ず人を思いやる気持ちや知恵が生まれます。しかし、周りのことを気遣ってしまうあまりに、自分の体調を崩してしまうこともあります。そんな姿を見ると、周りにいる私たちは心配になるし、次第に暗い気持ちになってしまいます。体調を崩した本人ももちろん暗い気持ちになります。このような場面で私が気づいたことは、みんなが元気であることがなにより微笑ましいことだということです。怪我や体調を崩したりすると、みんなの士気が下がってしまいます。誰かを元気にさせるためにはまず自分が元気で生きていること、それが何よりも良いことなのではないかと感じさせてくれた3泊4日の自給自足生活でした。

4回生 川端 康広

昨年度の自給自足の体験学習を全日参加して特に感じたのは、時計がなくても日がある程度登ってきたら目が覚めるし、暗くなる前にきちんと食事をして眠るなど自分の中にきちんと生活リズムというものがあるということ、意外と生活することが大変でその日に必要な食事の用意や片付けをするだけで一日がすぐ終わってしまうということ、暑くてすぐに体力が奪われてすぐに動けなくなるということでした。

今年度も最後は同じような印象を持って終えるのだらうなと漠然と感じていました。しかし終わってみるとたしかに昨年と同様のことも感じましたが、今年は加えて人と人の関わり合いの中で考えさせられることがありました。それは作業を割り当てる際に、参加者それぞれの性格や、体力などによって、自然と集団の中での役割が決まってくることです。その役割は最初は与えられたものであってもだんだんと自分のやりたいことや、性格に合わせて変わっていき、最後には集団全体としてバランスよく動くようになっていました。自然と誰かができないことはできる人がカバーするように役割ができてきたりしました。また、場を盛り上げる人やみんなが忘れているところを上手くカバーする人、一見不満ばかりを並べているように見えてよく考えると今の生活に足りないところを的確についでいる人など作業の役割だけでなく、人間関係においての役割が特に印象的でした。これは去年を経験した上で今年自分が合宿の流れを作るという立場だったから感じたことだと思います。もっと長く合宿をやれば僕の立場も変わっていき、僕の役割も誰か違う人のもになっただろうと思います。全日程参加した人は全部参加するという意識があるのもあってか人間関係の中での自分の役割というものがしっかりできていたように感じました。台風の影響で一日減ってしまい、最初の予定よりもかなりあわただしい日程となってしまいました。短い中でもそういった変化が見れたことがとても興味深いものでした。来年度はより長くすることで関わり合いや、それ以外のところでまだ気づくところがあるのではないのでしょうか。



4回生 鳥居 祐介

今回で2回目の自給自足体験、台風により当初より1日少ない3泊4日の日程となってしまったが、その中で充実した体験ができたと考えています。

この生活体験の中で普段の生活では感じ得ないこと、それは太陽のリズムに合わせて生活するというのだと思います。時計に合わせて行動していれば、確かに沢山の作業をこなすという点において効率的ですが、それは自分だけの世界で動作する場合に限られるのだと思います。空が明るくなってくるのにあわせて起床して草刈り、薪拾いをし、太陽が照りつける時間には日陰で作業をする。環境と体のバイオリズムを適応させることが大事だと改めて体感しました。

今回の生活の中で前回とは異なる点は、まず食事面であったと考えています。特に去年は育てる事のできなかつたカボチャが無事育ったことは食事のバラエティに広がりを与えました。最初は野菜を焼いていたものが、煮物になり、最終的にはカボチャのポタージュやリゾットを作るまでに調理の幅が広がっていったので、食事の時間がとても楽しみでした。

また毎回の課題となっていた蚊への対応策としてレモンガラスの防虫スプレーは、実際かなりの効果があったように感じました。結果ゼミ生は衛生的に作業し続けることができたので、次回以降自給自足をする場合の良い前例となるのではないのでしょうか。

自給自足生活2日目において蜂を飼育している農家を訪ねてハチミツ採取の体験をさせていただきましたが、これは私にとっては非常に貴重な体験となりました、というのも農家の人にとっての蜂の飼育は単にハチミツの採取だけの目的ではなく、野菜の受粉の成功率を上げるという目的も含まれていたからです。

野菜を育てる上で必要なものは栄養のある土と水という意識は私にはありましたが、それは野菜の受粉に虫を利用することで、限られた農地の中で生物の循環を意識的に上手く作り出しているのです。これはまさに環境学を学ぶ私たちにとって重要な考え方となるでしょう。

今年は例年よりも猛暑となりました。広野においてもその影響はあったと思います。しかしそのような状況下においても健康に生活ができたことは、参加者同士がそれぞれのバイオリズムを理解した上での協力があったからだだと思います。環境について重要なことを学ぶ一方で、このような団体での協力の必要性も改めて感じさせられた4日間でした。

4回生 八木 朋美

昨年は自給自足に一泊二日という短い期間の参加をして、本当の意味での共同生活ができなかったと反省し、今年の自給自足は全日程参加しようと決めました。しかし、四泊五日の日程の初日が台風で中止になり、三泊四日となりました。前もって骨組みだけ建てていた家が台風で倒れていないか心配でしたが、少し歪んでいただけで倒れておらず、嬉しく思いました。

今年は食事を充実させようと思い、事前に広野で採れる野菜を使ったレシピを調べ、自給自足中に活用しました。かぼちゃが実り、食事がより豊かになりました。かぼちゃを煮たり、焼いたり、また、ご飯と一緒に炊いてかぼちゃご飯にしたり、かぼちゃを裏漉してスープを作ったり、種を炒って食べたり、思いついたことはすべて実行しました。かぼちゃの調理法の幅広さに驚きました。また、このかぼちゃは初日に収穫しほぼ毎食食べていたのですが、最後の食事ですべて食べることができました。普段の生活でかぼちゃを丸ごと調理する機会もないので、量の感覚がつかめず、どのくらいの量をどのように配分するかという基本的なことができずしてしまいました。結果的にすべて使い切ることができましたが、自

分には限られた食材を上手く配分する感覚がないということを実感しました。これは保存食にも同じことが言えます。今年は参加人数が多く食料が不足する可能性があったので、参加者全員で保存食を持ち寄ったのですが、その量が多くて、余ってしまうものもありました。しかし、この自給自足生活中の後半は食事作りを担当していたので、段々のご飯の量の加減や材料の使い方が把握できるようになりました。また、参加者の中に茄子が苦手な人がいて、そのまま焼いて出すと、どうしても食べてくれなかったのですが、トマトとオクラと茄子を煮込んでスープを作ると、「この茄子はおいしい」と言って食べてくれました。こんな風に食事を作って、「おいしい」と言われることが何度もあり、その度に嬉しくて、さらに色々なアイデアが浮かびました。自分が努力すると周りの人たちが喜んでくれ、そのおかげで自分も周りの人たちもまたがんばれる、というサイクルができていたように思います。

この生活を送る中で、常にみんなと一緒にいて、話をして、段々とみんなのことを分かっていけたのではないかと思います。三泊四日というのはちょうどみんなのことが分かり始める期間なのではないかと思いました。これよりさらに伸びると人間関係の限界がきて、心の余裕がなくなってしまうのかもしれませんが、今回はその限界には達しませんでした。この三泊四日の中で参加者との人間関係を上手く築くことはできたように思います。

3回生 大西 智彦

2007年度の自給自足の体験は8月3日から7日まで実施されたが、8月3日は悪天候になり翌日に順延となったので4日が初日となった。そのため、すべての作業が一からはじめる状態であったのでかなり大変だった。まず、夜眠るために家を作る必要があったのと料理や水分補給のために火元を準備する必要があった。この二つがないとこれからの活動がほとんど成り立たなくなるので早急に行く必要があった。

私は主に火元を起こしたり薪を集めたりするほうに参加することになった。しかし、前日の雨で地面はもちろんのこと薪も湿ってしまっており、火を起こすだけでも2、3時間は要したように思う。また、すべての薪が火を起こしたり火を燃やし続けたりするのに適したものではないのでその選別も必要だったことを実感した。

火起こしができても、火種を薪へと移してそれを大きい火にするだけでも非常に手間取ってしまい、初日の昼食は結局火を使わずに食べられるミニトマトや事前に準備しておいた保存食で凌がなければならなかった。しかし、ミニトマトや保存食少量でも一回の食事くらいは十分持つことを知った。

午後からは引き続き家を作る作業と火種の確保。家のほうは竹で骨組みを作り、昨年取れた米の残り部分で藁葺き形式で屋根を作る方式で作業を進めたが、途中で屋根の重みに竹が耐え切れなくなりそうな状態に一時陥ったため、補強などの作業も行って夕方ころには6～7割が完成した。

しかし一方の火のほうはなかなか大きい火が確保できなかった。薪だけでは追いつかなかったので枯れた竹を集めて一時的でしかないものの火を大きくしてそれを維持し、なんとかその日の夕食分と水(敷地内に引いてある水道から薬缶に入れて沸騰させたのをまた冷ましたもの)を確保することができた。けれどもまた翌日には当然ながら火は消えてしまっているので、火を食事や湯を沸かすときに使うのにどれだけ効率よく起こし、できるだけ長時間維持するかが当面の問題だろうと私は感じた。

今回の自給自足は甲南大学の環境野外施設から少し離れた位置にある畑で行ったが、すぐ裏に山があるとはいえ直射日光が当たる所で実施した頃もちょうど真夏に当たる時期だったので、暑さは普段過ごしているときよりもさらに暑く感じられた。というのも、常に火を維持しておくために長時間燃やし続けたために外気温がさらに上昇していたからではないだろうと思う。実際、その日に体感温度を実施した学生で予測してみたところでもだいたい35程度ではないかとみんな言っていたし、温度計が示す温度も37を指していたので、相当暑かったのではないと思う。

その日の夜は作りかけではあったが眠れる状態ではあった家に男子学生、あらかじめ用意しておいたテントに女子学生が寝ることになった。結局何時に就寝したかは時計がないためわからないが、少し寝づらかったので普段寝ている時間よりかえって遅くなったのではないと思う。

逆に、翌朝は日の出前に目が覚めてしまった。日の出とともに起きて日の入りとともに眠るというのも今回のひとつの指針であったと思うが、意識なくとも体が日の出近くなると目覚めるのには驚きを覚えた。

しかし二日目になると前日の暑さからくる水分不足のためか熱中症に近い症状を起こしてしまい、午前中はご近所の農家を伺っていると体験する予定があったが家の中で横になっていることしかできず、結局その日の午後に予定よりかなり早くに帰宅することになってしまった。

今回は体調不良でこれからというときに参加できなかったのが残念だった。実施の期日がもう少し涼しくなってくるころであったり、水分補給をもっと確実にできていればこのような事態は避けることもできたのではないかと思う。それでも今まで体験したことのないことを実体験することができた。



3回生 中出 慎佑

初日に4日間過ごすための家を作りました。竹を切り麻紐で縛り骨組みし、その組んだ竹に藁を被せました。藁を竹に被せる際に、交互に編みながら頑丈になるように出来るようになりました。藁は、軽くて風通しも良く屋根にするのに都合がいいように思いました。しかし、日中がとても暑かったこともあり、屋根をすべて覆うには2日かかってしまいました。夕方になり、川端さんが火を起こして水を沸かしてくれ、お湯を飲みました。朝から何も飲んでいなかったため、とても喉が渇いていたので胃にお湯が滲み込みました。本当に体が水分を欲しているのが分かり、またその状態の時は喉が大きくゴクゴクと音を立てることを、知りました。後々ですが、体から水分が出なくなる時が来たら、水を飲むようにしました。すると、体からまた汗が出るようになります。人間の体温調節と水分の使われ方が分かったように感じました。1日目の夜は、屋根が完全に隠れていないことと家の側面にも何も覆うものがなかったため、蚊に苦しむことになりました。寝ていると耳元で蚊の羽音が絶えず聞こえ、蚊に刺されないようにジャージの上着を顔にかけて眠りましたが、膝など生地の薄い部分を刺され、ろくに寝ることが出来ませんでした。次の日は、家を完成させることが出来、その日の夜は疲れていたこともあり、眠れました。夜は、色々な虫の音が聞こえ、とても賑やかだったことが印象に残りました。食事は、焼きナスが美味しく、川端さんの炊くもち米も香りが豊かで、想像していたよりも食事は楽しいものでした。ただ、火を起こしたり枯れ木を捨ったりするのがとても大変で、ガスは本当に便利なものだと思います。昼間の暑くなる時間帯は、蚊も減りますが炎天下の活動は出来ず、日常よりも一日の気温の変化に敏感になったように思いました。3日目には、楽器作りを行い、川端さんと八木さんと笛を作ったり、私は使い終わったギター弦を持ってきていたので、弦楽器に挑戦しました。竹が思ったよりも柔らかくうまく楽器にすることは出来ませんでした。どうしたら面白い音が出るかと考えながら作ったので、とても楽しめました。この日は、畑の雑草を刈りましたが1mにも伸びた草を抜くのは大変な作業で、苦しみました。大量の汗を流しているのに風呂に入っていないため、何となく気持ち悪くなってきたのもこの日でした。日中に、レモングラスの乾燥させた葉を煮込んで、ハーブティーを作りました。暖かいハーブティーの香りで口の中がとても爽快で、美味しかったです。次の日の早朝、まだ気温が高くない時に草刈をしようということになり、最終日は早朝から草を刈りました。草刈後の朝食と、広野校舎でのお風呂が最高に気持ちよかったです。

広野の自給自足から帰り、2～3日で体調が変化していることに気がつきました。それは、朝7時になると勝手に目覚めるということです。気がつかないうちに日の出にあわせて4日間朝起きていたので、今まで辛かった朝に爽快な目覚めを覚えていました。1週間もするとその体質もまた薄れてしまいましたが、日の出日の入りのリズムで生活することは、体の疲労感も軽減されることを身をもって知りました。この自給自足をして本当によかったと思った瞬間は、朝楽に目覚めるようになったことです。携帯電話も時計もなしで生活するのはなかなか出来ない体験だと思いますし、良い夏の思い出になりました。



ハーブを利用した虫除スプレー



竹炭をつくり,料理の際に利用



竹細工・クラフト

3回生 宮元 梨菜

今回の自給自足生活は、一泊二日という短い期間ではあったが、参加することができた。そしてこの体験を通して私は、非常に大切なことを学んだような気がする。

私がこの生活において強く感じたことは、火を熾すことが非常に難しいということである。火を熾さなければ水を飲むことはできないし、ご飯を炊くこともできない。考えてみればごく当たり前のことなのだが、普段からガスや電気の便利さに慣れてしまっている私たちにとって、その有難さに気付くことのできる瞬間というのはやはり、それらがなくなった時なのだと改めて感じた。

そして私がもう一つ強く感じたことは、時間の大切さである。私たち現代人は日々時間に追われ、毎日を忙しく過ごしている。その原因としてはやはり、時計の存在が大きいように思われる。しかし一方で、携帯電話やテレビ、インターネットなど、それらに無駄な時間を費やしていることもまた、事実であると思う。時計や携帯電話など、文明の機器を使わない広野での生活は、時間の流れがとてもゆったりしていると感じたし、何より夜が非常に長く感じた。私たち現代人にとって、携帯電話やインターネットのない生活は、もはや考えられないように思う。そしてそれらをどのくらい生活の中に取り入れるかは、個人の自由である。しかし、それらが自分にとって本当に必要なものなのかをじっくりと見極めた上で、時間というものを有効に、そして大切に使いしていきたいと思った。

この自給自足の体験は、現代のライフスタイルを見直し、実生活にも無駄をなくすということが目標であったが、自分自身と向き合うこともまた、目標としているのではないかと感じた。集団生活の中において、新たな自分の一面を知ることができたように思う。色々なことを学べた今回の自給自足生活は、私にとって非常に貴重な体験となったように思う。

3回生 森 彩香

今回初めて自給自足合宿を体験し、貴重な体験をいっぱいできたと思う。まず、本当に喉が渴いていたからお湯でもおいしいということである。私たちは夏であれば冷たいお茶や水を好むだろうし、ぬるい飲み物はあまり飲みたくないと思う人も多いだろう。

この合宿では、水をそのまま飲むのは危ないということで、一度沸騰させてから飲むことになっているが、氷などもないので、お湯に近い状態だったのだが、すごくおいしく感じた。また、2日目にはハチを育てている農家に見学しに行ったのだが、そこでも色々なことを教わった。テレビで見ると間近でみるのは全然違った。怖いぐらいにハチがいっぱいいて、あまり近づけなかったが、ハチの種類(西洋ミツバチと日本ミツバチ)や、蜜は花によって色が多少変わってくるという話も聞いて初めて知ったことだった。

また、夜が涼しいと感じたのも久しぶりだったように思う。今までクーラーがついているところでほとんど生活していたので、そこから出ると暑いと思うが、ずっとクーラーのない生活をする、昼に比べて夜はいかに過ごしやすいかを体感することができた。

薪のくべ方もコツをつかめたような気がしたし、レモングラスでつくったハーブティーは香りがよく、味も良かった。料理も日を追う毎に完成度が高くなっていき、野菜のトマトスープや野菜のリゾットらしきようなものもできた。

今回このような体験をして思ったのは、この合宿は我慢比べではなく、自分と向き合うことが一番の目的ではないのだろうかと思った。友達の良い面や悪い面も同時に見、自分自身においてもこれまでとは違った面に気付くきっかけとなった。ただ、日にちが少し足りなかったのではないかと、という点も反省点としてあがった。もう少し一緒に過ごすことで、限界近くの状態になることで本音が出し合えたかもしれない。一人ひとりのペースがあり、ペースが合わないだけでもしんどくなるし、自分が一人になりたいときもなれないのは辛かった。でもそういうことを経験しておくことで、忍耐や相手を思いやる気持ちも生まれるのではないかと気付かされた。今みたいに何でも揃っている世の中で、あえてこういう生活をするのは実施前には想像がつかなかったが、私の中でこの合宿に参加して得たものは大きいように思う。ただ、ずっとあのような生活を送るのは厳しいと思った。環境を維持する為にライフスタイルの見直しをしなければいけないが、一方で物が溢れている現代社会において欲望を制限することは並大抵のことではないと実感したし、どの程度で見直しを進めていくかについても考えていかないといけないということも実感した。