



全国曹洞宗青年会の 活動紹介(七十二)

オンライン坐禅会「穩坐」

教化委員長

磯江 いそえ

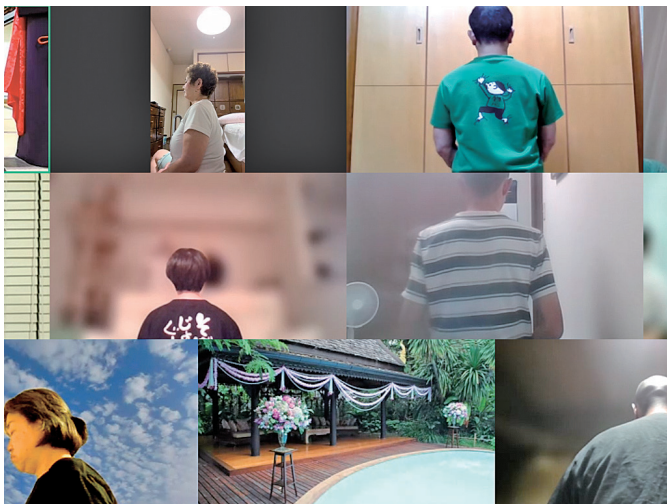
紹元 しょうげん

全曹青では、コロナ禍の影響を大きく受けた第二三期より「おうちで坐禅してみよう」と題しオンライン坐禅会の開催を始めました。外出が制限されストレスが重なる日々の中で、インターネットを通じて在宅で各地の方とつながることができ、心の安らぎを求めて多くの方がたにご参加いただいております。前期、第二五期では五〇周年記念事業の一環として開催し、名称を「穩坐」に変更いたしました。何かと気持ちが悪く落ち込んでしまう日曜日の夜に定期開催



し、新しく始まる一週間に向けて心を穏やかにしていただくことを目的とし、坐禅に初心の方から常連の方まで、年代にかかわらず幅広い層の方にご参加いただきました。この大切な場を現第二六期でも継続開催させていただいております。

オンライン坐禅会の運営にあたっては、参加された方からのご意見も参考に、全曹青内で多くの意見を交わし、より良い形を追究してきました。初めて参加される方にも満足していただける場を作る



ことができるように、配信環境の整備をはじめ坐禅指導、法話などにおいても工夫を重ねております。今期の初回前のリハーサル開催では特に坐禅指導について多くの意見をいただきました。初めて参加される方にはどのような作法が伝わりやすいのか、説明内容だけでなく画面を通して見える姿、話し方など一つひとつを確認いたしました。また法話についても、内容を身近に感じていただき、伝わりやすくするにはどのようなテーマが良いだろうか、と毎回思案しております。そうした中で、ある回では「穩坐」終了後もミーティングルームに残られている方から「今年初盆です。初盆についての法話を聞きたいです」というリクエストをいただき、お話しさせて

いただく機会もありました。

「禅のつどい」運動をはじめとする多くの青年会諸先輩方より受け継いできた教化活動の歩みの中に、現代ならではの試みとしてのオンライン坐禅会「穩坐」があります。坐禅という行をとにもするのはもちろん、法話や場の雰囲気も含め参加される方がたにとって少しでも禅に親しみ、気づきを得ていただける企画となるよう努めてまいります。

毎月最終日曜日二一時より開催しております。一般の方のもとより、僧侶の皆さまのご参加もお待ちしております。



●執筆者プロフィール
磯江紹一元

曹洞宗鳥取県青年会 所属