

言葉として「さんげ」と聞くと、まず何が思い浮かびますか？ では、「ざんげ」と聞けばどうでしょう。思い浮かぶのは、キリスト教でいうところの「ざんげ」、「罪を告白し悔い改めること」ではないでしょうか。

仏教では、キリスト教でいう「懺悔」と書いて「さんげ」と読みます。

元々は、インドの古い言葉で「許しを請う」という意味の「クシャマ」といい、中国で「クシャマ」を音で表した、懺摩の「懺」という字に、意味を表している「悔」という字を組み合わせて、「懺悔（さんげ）」という言葉ができたそうです。それが日本に伝わり、「犯した自らの罪を認めた人は、諸々の仏様の前で告白して許しを請い、その罪の恐れから解放される」という仏教の一つの形になったと言われて

います。曹洞宗に『修証義』というお経があります。その第二章の題名は、懺悔して罪を滅する「懺悔滅罪」（さんげめつざい）といい、懺悔を行う具体的な言葉が書かれています。訳しますと、

「私が昔から行ってきた、大小さまざまなあやまちは、貪りや怒り、愚かさによるものです。それは、「体で行ったこと」・「口で話したこと」・「心で思ったこと」の三つの行為に代表されます。私は今、それらをすべて懺悔します。」

この言葉を唱えると、すべての罪が無くなる、と『修証義』に書いてあるわけではありません。自らの体や口や心での行いを自覚し、貪りや怒り・愚かさ

に気付

き、仏様の前で告白し、これからも自らの行いを仏様の教えに照らしながら仏道修行に励む、という誓いの言葉にしたいのです。

その誓いの具体的な内容は、基本的な「戒」を守ることです。その戒とは、習慣とするべきもので、例えば「命を大切にし、生き物を殺さない。」「言葉を大切にし、嘘をつかない」などです。戒には罰則がありませんが、守れないから、守らなくても良いというのでは困ります。

普段の何気ないことでも、自らが仏道修行をしているという思いが大切です。そして「戒」を守れなかったと自覚するならば、そこで「懺悔」をし、反省をして、終わりなき仏道修行を続けて行くことを、自らのよろこびとしたいものです。