

皆さんは、人より得をしたいと思ひ、嘘をついてしまったことありませんか？

怒りにまかせて人を傷つけてしまったことはありませんか？

行動に移さなくても、心の中でそんなことを考えてしまったことは、誰しも一度ならずあることでしょう。

そんな心を仏教では「三毒」といいます。三毒の毒は、毒薬の毒ですから、とても悪い物として仏教では懺悔の対象としているのです。

懺悔（さんげ）と聞いてもピンとこない方も多いことでしょう。

懺悔（ざんげ）といえは、お分かりになると思います。懺悔（さんげ）とは、一般的に「悔い改める」という意味で使われる、懺悔（ざんげ）と同じ言葉です。仏教的に使うときは懺悔（さんげ）といいます。

我昔所造諸悪業（がしゃくしょぞう しょあくごう）

皆由無始貪瞋痴（かいゆう むし とんじんち）

従身口意之所生（じゅうしんくい し しょしょう）

一切我今皆懺悔（いっさいがこん かいさんげ）

これは、懺悔文（さんげもん げもん）という偈文です。

この偈文の意味するところは・・・

私の悪い行いは、貪り（むさぼ）や怒り（いか）、また、お釈迦さまの智慧（ちえ）を理解しないという三毒のために、身体（からだ）と言葉（ことば）と心（こころ）によって生まれてしまうのです。

一切を私は今、みな懺悔（さんげ）いたします。

「貪り（むさぼ）」によって、人の物を盗んでしまったり、嘘を言ったりしてしまいます。

「怒り（いか）」は、手を出すことによって人に怪我をさせ、また、口から出る言葉によって人を傷つけます。

貪り（むさぼ）や怒り（いか）により多くの悪い行いが生まれます。さらに、貪り（むさぼ）や怒り（いか）の心をもつことそれ自体もすでに悪い行いなのです。

また、お釈迦さまの智慧（ちえ）を理解しないとはどのようなことでしょうか。

お釈迦さまは「縁起（えんぎ）の法則」を説かれました。これは、縁によってすべては関係し

合って成り立っているということです。それを深く^{かん}観じることが、お釈迦さまの智慧です。そして、お釈迦さまが説かれた事は、この智慧の^{おこた}実践を怠ることなく行っていくという事なのです。

もし、自分の中の^{さんどく}三毒に気がいたら、^{さんげもん}懺悔文^{とな}をお唱え下さい。

我昔所造諸悪業（がしゃくしょぞう しょあくごう）

皆由無始貪瞋痴（かいゆう むし とんじんち）

従身口意之所生（じゅうしんくい し しょしょう）

一切我今皆懺悔（いっさいがこん かいさんげ）

貪らず、怒らず、穏やかな心で過ごし、お釈迦さまの説かれた智慧の眼で世の中を^み観ることができたら、とても素晴らしい人生が送れるのではないのでしょうか。