



ウムラ・ドゥアーカード

JOURNEY INTO ISLAM

journeyintoislam.com

タルビヤ

لَبَّيْكَ اللَّهُمَّ لَبَّيْكَ، لَبَّيْكَ لَا شَرِيكَ لَكَ لَبَّيْكَ، إِنَّ الْحَمْدَ
وَالنِّعْمَةَ لَكَ وَالْمُلْكَ، لَا شَرِيكَ لَكَ

*Labbayka llāhumma labbayk, labbayka lā sharīka laka labbayk, inna l-ḥamda wa-
n-ni'mata laka wa-l-mulk, lā sharīka lak*

ここにあり、アッラーよ、ここにあり。ここにあり、あなたに並ぶ者はなし、ここにあり。
称賛と恩恵と王権はあなたのもの。あなたに並ぶ者はなし。

2・ハラームへの入場

モスクに入るとき

اللَّهُمَّ افْتَحْ لِي أَبْوَابَ رَحْمَتِكَ

Allāhumma-ftaḥ lī abwāba raḥmatik

アッラーよ、あなたの慈悲の扉を私に開いてください。

右足から入りなさい。

3・タワーの開始

黒石にて

الله أكبر

Allāhu akbar

アッラーフ・アクバル(アッラーは至大なり)。

各周回の始めに黒石に向かうか、あるいは指し示し、タクピール(「アッラーフ・アクバル」の唱和)を唱えなさい。

4・タワーフの最中

イエメンの角と黒石の間

رَبَّنَا آتِنَا فِي الدُّنْيَا حَسَنَةً وَفِي الْآخِرَةِ حَسَنَةً وَقِنَا عَذَابَ النَّارِ

Rabbanā ātinā fi-d-dunyā ḥasanah wa fi-l-ākhirati ḥasanah wa qinā 'adhāba-n-nār

我らが主よ、私たちに現世において善きものと、来世において善きものをお授け下さい。そして、私たちを業火の懲罰からお守り下さい。

5・タワーフの後

マカーム・イブラーヒームでの二ラクア

وَاتَّخِذُوا مِنْ مَّقَامِ إِبْرَاهِيمَ مُصَلًّى

Wa-ttakhidhū mim-maqāmi Ibrāhīma muṣallā

イブラーヒームの立ち所を礼拝の場とせよ。

預言者ﷺは、このラクア（礼拝の一単位）でアル＝カフィルーンとアル＝イフラスを詠まれました。

6・ザムザム

ザムザムを飲む

مَاءُ زَمْزَمَ لِمَا شَرِبَ لَهُ

Mā'u zamzama limā shuriba lah

ザムザムの水は、それを飲む目的のためにある。

飲み、必要なものをアッラーに求めなさい。

7・サアイの開始

サファーに近づいて

إِنَّ الصَّفَا وَالْمَرْوَةَ مِنْ شَعَائِرِ اللَّهِ — أَبْدَأُ بِمَا بَدَأَ اللَّهُ بِهِ

Inna-ṣ-ṣafā wa-l-marwata min sha'ā'iri-llāh — abda'u bimā bada'a-llāhu bih

まことに、サファーとマルワはアッラーの定めし儀礼のうちにある。——私は、アッラーが始められたことから始める。

二つの丘のズィクル

لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ، لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ، لَا
إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ، أَنْجَزَ وَعْدَهُ، وَنَصَرَ عَبْدَهُ، وَهَزَمَ الْأَحْزَابَ وَحْدَهُ

*Lā ilāha illa-llāhu waḥdahu lā sharīka lah, lahu-l-mulku wa lahu-l-ḥamdu wa huwa
'alā kulli shay'in qadīr. Lā ilāha illa-llāhu waḥdah, anjaza wa'dah, wa naṣara
'abdah, wa hazama-l-aḥzāba waḥdah*

アッラーのほか神はなし、唯一で並ぶ者なし。王権と称賛はかれのもの、全能。アッラーのほか神はなし、唯一——約束を果たし、しもべを助け、一人で連合軍を破られた。

キブラに向け三回。合間は自分の言葉で。

自分の言葉で

タワーフやサアイに定まったドウアーはありません。クルアーンを読誦し、ズィクルを行い、あるいはどの言語であれ、自分自身と他者のために求めるものを唱えなさい。

剃る、または短くする

اللَّهُمَّ ارْحَمْ الْمُحَلِّقِينَ

Allāhumma-rḥami-l-muḥalliqīn

アッラーよ、頭を剃る者たちに慈悲をお与えください。——預言者ﷺは、剃った者のために三回、短くした者のために一回、こう祈られました。男性は剃るか短くし、女性は指先ほどの長さを切ります。

これらのカードのすべてのドゥアーは、クルアーンまたは格付けされたハディースを典拠としています。

典拠一覧: journeyintoislam.com/pocket-guides/umrah-dua-cards

自由に印刷・共有いただけます