

大悲心陀羅尼

全文・読み方・唱え方

「なむからたんのー、とらやーやー」で始まる
観世音菩薩の大いなる慈悲を表す陀羅尼

本PDFは、日本の曹洞宗系の経本や禅宗寺院で親しまれる読み方を、ひらがなで確認しやすくまとめた学習用資料です。寺院や経本により、音・長音・区切り・表記が異なる場合があります。法要では、その寺院の経本と僧侶の読誦に従ってください。

このPDFの内容

- 大悲心陀羅尼の全文（ひらがな・区切り付き）
- 全文の大意（逐語訳ではありません）
- 自宅で唱える6ステップ
- 回数・読み間違い・音源選びの注意

大悲心陀羅尼の全文

読み方の一例です。「のー／のう」「そもこー／そわか」などの違いがあります。最初から暗記せず、経本を見ながら一遍ずつ丁寧に唱えて構いません。

1	なむからたんのー とらやーやー
2	なむおりやー ぼりよきーちー しふらーやー
3	ふじさとぼーやー もこさとぼーやー
4	もーこーきゃーるにきゃーやー
5	えんさーはらはーえい しゅーたんのー とんしゃー
6	なむしきりー といもーおりやー
7	ぼりよきーちーしふらー りんとーぼー
8	なーむーのーらーきんじー
9	きーりーもーこーほーとー しゃーみーさーぼー
10	おーとー じょーしゅーべん おーしゅーいん
11	さーぼーさとー のーもーぼーぎゃー
12	もーはーてーちょー とーじーとーえん
13	おーぼーりよーきー るーぎゃーちー きゃーらーちー
14	いーきり もーこー ふじさーとー
15	さーぼーさーぼー もーらーもーらー

大悲心陀羅尼の全文（続き）

16	もーきーもーきー りーとーいん
17	くーりょーくーりょー けーもー
18	とーりょーとーりょー ほーじゃーやーちい
19	もーこーほーじゃーやーちい
20	とーらーとーらー ちりにー しふらーやー
21	しゃーろーしゃーろー
22	もーもーはーもーらー ほーちーりー
23	いーきーいーきー しーのーしーのー
24	おらさんふらしゃーりー
25	はーざーはーざん ふらしゃーやー
26	くーりょーくーりょー もーらーくーりょーくーりょー
27	きーりー しゃーろーしゃーろー
28	しーりーしーりー すーりょーすーりょー
29	ふじやーふじやー ふどやーふどやー
30	みーちりやー のらきんじー

大悲心陀羅尼の全文（続き）

31	ちりしゅにのー ほやもの そもこー
32	しどやーそもこー もこしどやー そもこー
33	しどゆーきーしふらーやー そもこー
34	のらきんじー そもこー
35	もーらーのーらー そもこー
36	しらすーおもぎゃーやー そもこー
37	そぼもこしどやー そもこー
38	しゃきらー おしどーやー そもこー
39	ほどもぎゃしどやー そもこー
40	のらきんじー はーぎゃらやー そもこー
41	もーほりしんぎゃらやー そもこー
42	なむからたんのー とらやーやー
43	なむおりやー ぼりよきーちー しふらーやー そもこー
44	してどー もどらー ほどやー そーもーこー

全文の大意

以下は経文を一語ずつ対応させた直訳ではありません。大悲心陀羅尼の中心的な祈りを、現代語でまとめた全体の大意です。

- 1 仏と、その教えと、教えを受け継ぐ人々に帰依します。
- 2 大いなる慈悲を持つ、聖なる観自在菩薩に帰依します。
- 3 恐れや苦しみの中にあるすべての人を守り、導く観自在菩薩を念じます。
- 4 智慧の光を持ち、世間の迷いを超えた尊い方よ。私たちの貪り、怒り、無知による心の汚れを取り除き、清らかな道へ導いてください。
- 5 すべての人が苦しみから離れ、慈悲と智慧を育み、目覚めへの道を歩めますように。
- 6 観自在菩薩の慈悲の行いが成就し、私たちもその慈悲を日々の行動に表せますように。

理解するときの3つのポイント

冒頭：三宝と観自在菩薩への帰依

お願いを並べる前に、自分の心を仏の教えと慈悲へ向けます。

中盤：慈悲への呼びかけと三毒の浄化

貪り・怒り・無知に気づき、人を傷つける前に慈悲の方向へ選び直す実践と捉えます。

後半：「そもこー」と成就の祈り

物質的な願いの保証ではなく、慈悲の教えを善い行いとして成就させたいという祈りです。

自宅で唱える6ステップ

1	信頼できる経本を用意 曹洞宗など、自分が学ぶ宗派の経本を用意します。
2	静かで安全な場所を選ぶ テレビや通知を止め、歩行中や運転中は唱えません。
3	合掌して帰依と慈悲を念じる 仏法僧と観世音菩薩への帰依を心に置きます。
4	経本を見ながら一遍唱える 無理のない声量で、読みを丁寧に追います。
5	自他の安穩を願って回向 唱え終わったら、自分と周囲の人の安穩を願います。
6	慈悲を具体的な行動へ移す 親切、謝罪、支援など、できる一つの行動へつなげます。

最初は一遍からで大丈夫です。回数よりも、生活や睡眠を削らず、慈悲の心を忘れず丁寧に続けることを大切にしましょう。

唱えるときの注意

何回唱えればよい？

在家の日常読誦にすべて共通する絶対的な回数はありません。初心者は一遍から始めて構いません。三遍、七遍、二十一遍、百八遍などを達成すれば、願いが必ずかなうという意味ではありません。

読み間違えると罰が当たる？

誠実に学ぶ中で一音読み違えたことで、罰が当たったり霊を呼んだりすると恐れる必要はありません。気づいたときに経本や僧侶の読誦を確認し、少しずつ直しましょう。

宗派不明の音源だけで練習しない

再生回数の多さは正確さの保証ではありません。学びたい宗派の寺院・僧侶・関連団体が公開している音源か確認し、経本と一緒に練習します。

法要では寺院の案内を優先

持参したPDFと寺院の経本で表記や区切りが違う場合は、その場で配布された経本と僧侶の案内を優先してください。

大悲心陀羅尼の功德は仏教上の信仰に基づくものです。病気・災害・法律・金銭・心身の問題について、医療、防災、行政、法律相談などの現実的な対応に代わるものではありません。

大悲心陀羅尼は、声に出すことだけで完結する祈りではありません。観世音菩薩の慈悲を念じ、日々の小さな親切や行動へ移すことを大切にしましょう。