

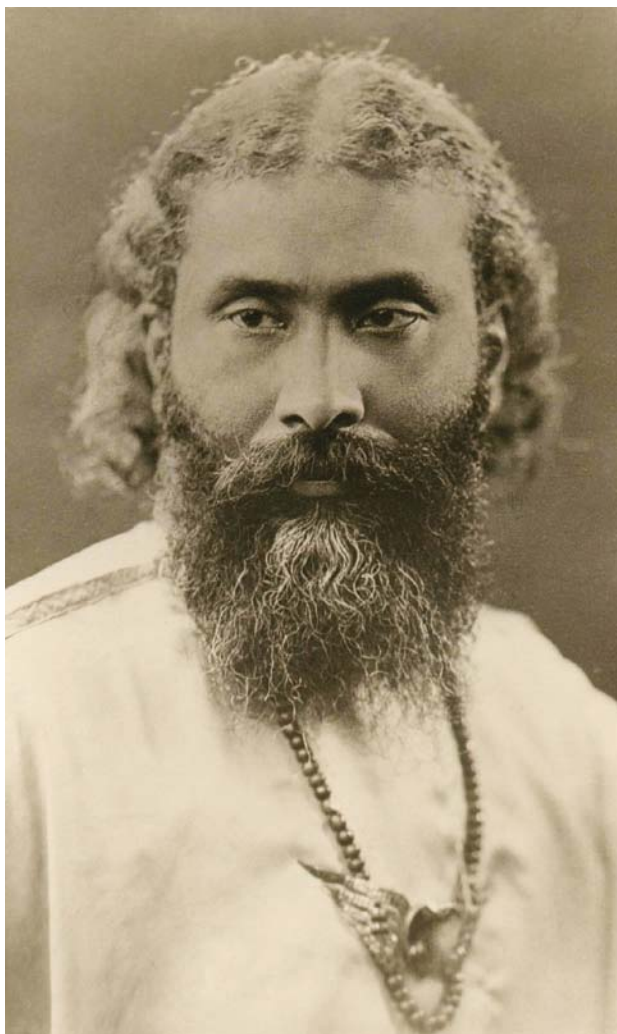
Hazrat Inayat Khan

**GEBET -**  
Atem der Seele



Hazrat Inayat Khan

Gebet - Atem der Seele



Hazrat Inayat Khan (1882-1927)

Hazrat Inayat Khan

*G E B E T -*  
Atem der Seele

Auswahl und Einleitung  
von  
Karima Sen Gupta



Titel der englischen Originalausgabe: „Prayer»  
- aus „Unity of Religious Ideals», Bd. IX der  
Gesamtausgabe „The Sufi Message of Hazrat  
Inayat Khan» und „Gayan» und „Vadan», Barrie &  
Rockliff, London, 1963,  
teilweise zweisprachig, deutsch/englisch  
Übersetzung: Wolfgang Meuthen u. Karima Sen  
Gupta

Die Deutsche Bibliothek - CIP-Einheitsaufnahme

**Inayat Khan <Hazrat>:**

Gebet - Atem der Seele / Hazrat Inayat Khan.  
Auswahl und Einleitung von Karima Sen Gupta. -  
Heilbronn : Verl. Heilbronn, 1999  
ISBN 978-3-936246-02-5

Verlag Heilbronn  
Postfach 2162, D-71370 Weinstadt

Verkehrsnummer 14894  
ISBN 978-3-936246-02-5

2. Aufl. Verlag Heilbronn 2012

Alle Rechte vorbehalten

© The International Headquarters of the Sufi  
Movement

Druck:  
PRESSEL Digitaldruck, D -73630 Remshalden

# **I n h a l t**

Einführung	9
Das Gebet	14
Aphorismen	50
Sufi - Gebete	51
Wörterklärungen	88

## Einführung

Gebet ist das Gespräch des Menschen mit Gott. Es ist die geheimnisvollste und intimste Verbindung, die der Mensch mit dem Herrn des Weltalls aufnimmt. Er redet ihn aus der Herzensnähe mit DU an und sagt ihm alles, was ihn bedrückt, bewegt und beglückt. Er kann sein Gebet improvisieren, und er kann ein uraltes, geheiliges Gebetsritual benutzen, das hundert Generationen vor ihm gebetet haben und das für den Menschen als Gattung Gültigkeit gewonnen hat. Er kann es hinaus schreien, es singen, es flüstern und es nur in Gedanken bewegen. Er kann es mit Gebärden begleiten. Der frühe Christ erhob die Arme zum Gebet, der Katholik und der Orthodoxe bekreuzigen sich, der Protestant faltet die Hände, der Muslim kniet gegen Mekka und neigt sich zur Erde, der Hindu legt die zusammengelegten Hände an die Stirn. Immer ist es die Haltung der Demut, des Grusses, der Ehrfurcht.

Im Sufismus, wie auf jedem anderen mystischen Weg, steht das Gebet mit seinen verschiedenen Aspekten im Mittelpunkt der spirituellen Entwicklung. Der Sufi sieht die Wahrheit in allen ihren Formen. Wenn jemand den Sufi bittet, mit ihm zu kommen, um in einer christlichen Kirche zu beten, so ist er dazu bereit. Wenn jemand ihn in die Synagoge mitnehmen möchte, um dort auf jüdische Art zu beten, würde er willig mitkommen; und unter Muslimen würde er Nimaz verrichten,

wie es die Muslime tun. Im Hindutempel sieht er denselben Gott anstelle des Idols, und auch der Tempel Buddhas inspiriert ihn. Doch seine wahre Moschee wird immer in seinem Herzen sein, in dem sein Geliebter lebt.

Der Sufi betrachtet Gott nicht als von sich getrennt. Gott ist nicht nur im ‚Himmel‘. Er ist überall. Er sieht Gott im Sichtbaren wie im Unsichtbaren, er erkennt Ihn im Inneren wie im Äusseren. Darum gibt es nach Ansicht des Sufi keinen Namen, in dem nicht Gottes Name aufleuchtet, und keine Form, die nicht Gott in sich birgt.

Der indische Mystiker und Musiker Pir-o-Murshid Hazrat Inayat Khan war der erste, der die Sufi-Lehren in die westliche Welt brachte. Er wurde am 5. Juli 1882 in Baroda geboren. Musik und Mystik waren väterlicher- wie mütterlicherseits sein Erbe. Er lebte mit seiner ganzen Familie im Haus seines Grossvaters Moula Baksh, das nicht nur ein Treffpunkt berühmter Musiker, sondern auch der Dichter, Philosophen und Mystiker verschiedenster Herkunft war. In dieser Atmosphäre wuchs der junge Inayat auf. Grossen Einfluss hatte sein Grossvater auf seine Erziehung. Er pflegte ihn jeden Morgen zu wecken und den Vormittag mit ihm zu verbringen. Inayat zeigte bereits als Kind ein ungewöhnliches Interesse für Religion. Oft besuchte er Yogis und Derwische, um ihnen still zuzuhören. Er wuchs als Muslim auf und pflegte die vorgeschriebenen Gebete auf dem Dach des Hauses zu verrichten. Eines Abends kam ihm der Gedanke, dass er noch nie eine



Antwort von Gott bekommen habe und nicht wisse, wo Gott sei. Er lief zu seinem Grossvater und sagte: „Ich will nicht mehr beten. Es scheint mir nicht vernünftig, zu einem Gott zu beten, den man nicht kennt.« Moula Baksh lächelte und erklärte ihm: „Die Zeichen Gottes können in der Welt gesehen werden, und die Welt wird in dir selbst gesehen.« Diese Worte berührten Inayat tief und waren der erste Anlass für ihn, Gott überall zu suchen, in der Welt, in seinen Mitmenschen, in sich selbst.

Inayat Khan wurde zu einem der berühmtesten Musikern Indiens und musizierte an den Höfen der Maharajas, bis er in Hyderabad seinem geistigen Lehrer, Murshid Abu Hashim Madani, begegnete und die meiste Zeit bei seinem Meister verbrachte. Vor seinem Tod bestimmte sein Murshid ihn zu seinem Nachfolger und trug ihm auf, in den Westen zu gehen, um dort die Weisheit des Sufismus zu verbreiten, denn dies sei seine Bestimmung.

1910 reiste er mit seinen Brüdern, zu denen sich später auch der jüngste, Moulamia Musharaff Khan, gesellt hatte, zuerst in die USA und später nach England und Frankreich. Nach dem ersten Weltkrieg liess er sich in Suresnes bei Paris nieder. Von hier aus unternahm er zahlreiche Reisen in Europa und Amerika, auf denen er Vorträge hielt, Besucher empfangend und seine Botschaft vermittelte. 1922 veranstaltete er seine erste Sommerschule. Die von ihm gegründete ‚Sufi-Bewegung‘ blühte auf. Es entstand ein umfangreiches Werk an Schriften

aus mitgeschriebenen Vorträgen oder vom ihm selbst diktiert. Die Sommerschule 1926 bildete den Höhepunkt seines Wirkens. Am 13. September, dem Tag seiner Abreise aus Indien im Jahre 1910, verbrachte er den letzten Tag mit seinen Murids und legte in einem feierlichen Akt den Grundstein für einen künftigen Sufi-Tempel, das Universel. Bald darauf kehrte er in seine geliebte Heimat zurück, wo er am 5. Februar 1927 starb.

Wie für die Sufis aller Zeiten und Länder war auch für Hazrat Inayat Khan das Gebet, - die Zwiesprache mit Gott - von allergrösster Bedeutung. Aus der Tiefe seines Herzens schrieb er für seine Anhänger Gebete, die sie einerseits in ihrem täglichen Leben begleiten sollen, sie vor allem aber etwas von dem Geheimnis der mystischen Beziehung zum Gott in ihrem Innern, zum göttlichen Geliebten ahnen lassen sollen. Einzelne der in diesem Buch enthaltenen Gebete werden unseren Lesern bekannt sein. Darüber hinaus enthält es auch wenig bekannte oder bisher nicht veröffentlichte Gebete für verschiedene Situationen im Leben. Seine subtile Sprache macht es dem Übersetzer nicht einfach, nicht nur seine Worte zu übersetzen, sondern vor allem auch den inneren Sinn zu übertragen. Dies trifft besonders für die Gebete zu. Vielfach wurde darum der Wunsch geäußert, diese Gebete in einer zweisprachigen Ausgabe zu bringen, besonders von Menschen, die zwar die englische Sprache verstehen, aber sich bei manchen Ausdrucksweisen doch nicht so ganz sicher sind. Jüngere Leser sind meistens auch mit der alten

englischen Anrede für Gott ‚Thou = Du‘ und ‚Thy = Dein‘ und den entsprechenden ungewohnten Verbformen vertraut. Ihnen und allen, die eine Vertiefung in den Sinn oder eine Unterstützung zum Auswendiglernen suchen, ist dieses kleine Buch gewidmet.

Karima Sen Gupta

## Das Gebet

### 1

Es gibt verschiedene Aspekte des Gebets. Der erste ist: Gott Dank zu sagen für die unzähligen Wohltaten, die uns Tag und Nacht und in jedem Augenblick unseres Lebens erwiesen werden. Meist sind wir uns ihrer gar nicht bewusst.

Eine zweite Form des Gebets besteht darin, dass ein Mensch seine Fehler vor dem grenzenlos vollkommenen Wesen ausbreitet und um Seine Vergebung bittet. Auf diese Weise wird sich der Mensch seiner Kleinheit und Begrenztheit bewusst, und vor seinem Gott wird er sich dann demütig fühlen. Indem sich ein Mensch vor Gott demütigt, verliert er nichts von seiner Würde. Gott allein hat das Recht, vollständige Demut zu verlangen.

Die Demut hat noch eine andere Seite: obwohl sie den Menschen in seiner Selbstgefälligkeit kränkt, kann sie eine Freude hervorrufen, die ein stolzer Mensch niemals erfahren kann. Gerade die Demut hat einen besonderen Einfluss auf unsere Gefühle; es ist so, als ob die Tore des göttlichen Heiligtums im Herzen des Menschen weit geöffnet würden. Wer einen Freund um Vergebung bittet, kann eine Freude empfinden, die dem Freund vorenthalten bleibt. Nicht der Stolz, sondern die Demut macht in einer besonderen Weise froh; das sollte nie vergessen werden. Von einem Fürsten von Udhaipur wird folgende Geschichte erzählt: als er den Tod seiner Mutter betrauerte,

war er lange Zeit vom Schmerz völlig überwältigt. Seine Minister und seine Freunde versuchten ihn durch den Hinweis auf sein glückliches Leben, seine Macht und seinen Einfluss zu trösten, aber er entgegnete: „Ihr habt recht. Aber eins betrübt mich dennoch sehr: alle Menschen müssen sich vor mir verbeugen, jeder muss mir Platz machen, mich grüssen, mir gehorchen. Früher aber gab es auch für mich einen Menschen, vor dem ich mich demütig verneigen konnte, wenn ich in meinen Palast kam. Es war meine Mutter, vor der ich mich verneigen konnte, und ich kann euch nicht beschreiben, wie froh es mich jedes Mal machte.»

Die verschiedenen Gewohnheiten und Sitten der einzelnen Völker haben dazu geführt, dass es viele verschiedene äussere Formen der Demutsbezeugung gibt. Wir finden alle nur denkbaren Verhaltensweisen, in denen Menschen ihren Respekt vor den Eltern, vor den Lehrern und vor den Meistern zum Ausdruck bringen. Aber bei sorgfältiger Prüfung und Erforschung des Lebens zeigt es sich, dass es letztlich Gott allein ist, dem alle diese Formen der Ehrerbietung erwiesen werden. Alle Religionen haben den verschiedenen Völkern je nach ihrem Bedürfnis genau diese Lehre verkündet.

Die dritte Weise zu beten, besteht darin, mit Gott über unsere Schwierigkeiten und Nöte zu sprechen und Ihn um das zu bitten, was wir brauchen oder wünschen. Wem sonst ausser Gott können wir so viel Vertrauen entgegen bringen? Natürlich haben wir Verwandte und Freunde, die uns lieben und die uns

helfen möchten. Aber auch sie sind nur Menschen, die denselben Schwierigkeiten und Begrenzungen ausgesetzt sind. Von Menschen kann uns nur bis zu einem gewissen Grade Hilfe kommen, und je mehr man die menschliche Natur erforscht, desto mehr fühlt man sich geneigt, seine Sorgen und Probleme und Leiden nur noch Gott vorzutragen.

Der vierte Aspekt des Betens entspricht dem Ruf des Liebenden nach dem Geliebten. Zweifellos ist dies eine höhere Form des Gebets. Umso beten zu können, muss man die gewöhnlichen Ebenen des menschlichen Lebens transzendieren. Es ist schon nicht einfach für uns Menschen, jemanden zu lieben, den wir mit unseren Augen sehen; viel schwerer ist es für uns, Gott zu lieben, den wir noch nie erblickt haben. Unseren Mitmenschen lieben, das ist gut vorstellbar. Aber es ist nicht jedermanns Sache, seine Liebe auf das Formlose, auf das Gottesideal zu richten und sich in dieser Schule der Liebe weiter zu entfalten. Aber in dieser Liebe gibt es keine Enttäuschung, und nur die Gottesliebe kann die tiefe Sehnsucht der menschlichen Seele stillen. Alle anderen Formen der Liebe sind letztlich nur Stufen, die zu dieser Liebe zu Gott führen sollen. Wie kann man aber diese Liebe jemanden erklären, der sie niemals erfahren hat? Gott ist das vollkommene Ideal, Seine Liebe die vollkommene Liebe. Da ist die Liebe zum Lebensgefährten, zu den Eltern, zu den Freunden, zu den Kindern, - in der Liebe zu Gott finden wir das alles vereint, und sie führt deshalb zur vollkommenen Freude. Die Gottesliebe ist lebendig

und endet nie; denn sie ist die Liebe zum wahren Geliebten.

Der fünfte Aspekt des Betens ist die wachsende Annäherung an Gott durch immer tiefere Einsichten. Das ist auch die wahre Bedeutung des englischen Wortes „at-onement“, was eine vollständige Vereinigung ausdrückt. Es ist eigentlich nichts, was wir hinzu lernen müssten, weil es zu unserer Natur gehört, dass unsere Seele sich zu Gott hingezogen fühlt, so wie in der Elektrizität der negative Pol vom positiven angezogen wird. Das heisst aber auch, dass das Glücklichein des Menschen letztlich von seiner Nähe zu Gott abhängt. Auch diese Lehre ist uns in der Form des Gebets gegeben worden.

Diese fünf Aspekte des Gebets bilden die Grundlage für alle Formen der religiösen Verehrung. Die Religionen aller Zeiten und Völker haben das Gebet als wesentlichen Bestandteil der religiösen Praxis gelehrt. Der Mensch in seiner kindischen Natur hat immer wieder mit seinen Mitmenschen gestritten, wenn diese nicht genauso beteten wie er. Man hat sich an die äussere Form des Gebets gehalten und diese dazu benutzt, die eigene Eitelkeit zu befriedigen. Aus Empörung über diese Zustände haben deshalb viele das Beten überhaupt aufgegeben. Viele Menschen haben heutzutage den Zugang zum Gebet verloren. Aber das Gebet aufzugeben, ist keine wirklich befriedigende Lösung; denn es gibt keinen echten Ersatz für das Gebet.

Die chaotischen Verhältnisse in unserer Zeit lassen sich auf das Fehlen einer religiösen Orientierung

## *I n v o c a t i o n*

*Towards the One  
the perfection of  
love, harmony and beauty  
the Only being*

*United  
with all the illuminated souls  
who form the embodiment of the  
Master*

*the Spirit of Guidance*

## *A n r u f u n g*

Dem Einen entgegen,  
der Vollkommenheit der  
Liebe, Harmonie und Schönheit,  
der einzig Seiende,

Vereint  
mit all den erleuchteten Seelen,  
die den Meister verkörpern,

den Geist der Führung.



Anfragen für Informationen über die von Hazrat Inayat Khan gegründete Internationale Sufi-Bewegung und Internationaler Sufi-Orden können an folgende Adressen geschickt werden:

**The General Secretariat of the Sufi Movement**  
International Sufi Movement

Geschäftsstelle: [ihq@sufimovement.org](mailto:ihq@sufimovement.org)

[www.sufimovement.org](http://www.sufimovement.org)

**Sufi Orden Deutschland e.V.**  
Geschäftsstelle [sekretariat@sufiorden.de](mailto:sekretariat@sufiorden.de)

[www.sufiorden.de](http://www.sufiorden.de)

**Sufi Orden Schweiz**

[www.sufismus.ch](http://www.sufismus.ch)

**Sufi Orden Österreich**

[www.sufiorden.at](http://www.sufiorden.at)

Verlag Heilbronn  
Postfach 2162, D-71370 Weinstadt  
[info@verlag-heilbronn.de](mailto:info@verlag-heilbronn.de)

[www.verlag-heilbronn.de](http://www.verlag-heilbronn.de)

# *Hazrat Inayat Khan*

Die Seele hat keine Geburt und keinen  
Tod, keinen Anfang und kein Ende

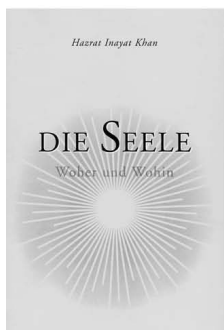


## **Die Gathas**

Weisheit der Sufis

Lehren für seine Schüler von  
Hazrat Inayat Khan.

Sie enthalten Anleitungen zu sieben verschiedenen Themen: Aberglaube, Bräuche und Volksglaube; Einsicht; Symbolik; Atem; Kultivierung des Herzens; Alltagsleben und Metaphysik.



## **Die Seele - Woher und Wohin**

Die Reise der Seele

Hazrat Inayat Khan beschreibt den Weg der Seele, die sich als ein Lichtstrahl aus der Einheit Gottes löst, sich ein Gewand aus Gedanken und Gefühlen zulegt und dann einen physischen Körper, um den Zweck der Schöpfung zu erfüllen, alles mit göttlichem Bewusstsein zu durchdringen.

# *Hazrat Inayat Khan*

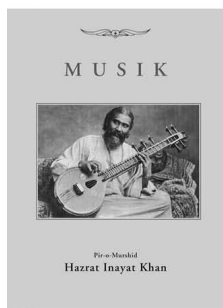
Aus Musik wurde das  
Universum erschaffen, ...



## **Musik und kosmische Harmonie**

Aus mystischer Sicht

Sie lieben Musik? Dann haben Sie das wahrscheinlich schon erlebt: Wer Musik liebt, kann die erhabensten geistigen Ebenen des Menschseins erreichen. Durch Musik wird die Harmonie mit dem Selbst und dem Unendlichen wieder hergestellt. Musik nährt die Seele und den Geist.



## **Musik**

Aus mystischer Sicht

„Alle Formen der Natur, z.B. die Blumen, sind vollkommen in Form und Farbe; die Planeten, die Sterne und die Erde vermitteln uns die Vorstellung von Harmonie, von Musik. Die ganze Natur atmet... und das Zeichen des Lebens, das diese lebende Schönheit gibt, ist Musik.“

---

Wie für die Sufis aller Zeiten und Länder war auch für Hazrat Inayat Khan (1882 – 1927), dem grossen indischen Sufi-Meister und Musiker, das Gebet – die Zweisprache mit Gott – von allergrösster Bedeutung. Aus der Tiefe seines Herzens schrieb er für seine Anhänger, aber nicht nur für seine Anhänger, sondern für alle Menschen, die sich von seinen Worten angesprochen fühlen, Gebete, die sie einerseits in ihrem täglichen Leben begleiten sollen, sie vor allem aber etwas von dem Geheimnis der mystischen Beziehung zum Gott in ihrem Innern, zum göttlichen Geliebten ahnen lassen sollen. Einzelne der in diesem Buch enthaltenen Gebete werden unseren Lesern bekannt sein. Darüber hinaus enthält es auch wenig bekannte oder bisher nicht veröffentlichte Gebete für verschiedene Situationen im Leben und eine längere Darlegung über die verschiedenen Aspekte des Gebets. Vielfach wurde von Lesern und Anhängern Hazrat Inayat Khans der Wunsch geäussert, diese Gebete in einer zweisprachigen Ausgabe herauszubringen, um sich dadurch in seine Gedanken noch mehr vertiefen zu können.

Verlag Heilbronn  
Postfach 2161 · D-71370 Weinstadt

ISBN 978-3-936246-02-5