**Notizen zu Demut im Gebet**

Das Gebet ist die wichtigste Säule im Islam, und Khuschu im Gebet wird von der Scharia (dem Gesetz Allahs) gefordert. Als Iblis (Teufel), der Feind Allahs, schwor, den Sohn Adams irrezuführen und zu verleiten, indem er sagte:

**„Dann will ich über sie von vorne und von hinten kommen, von rechts und von links, und Du wirst die Mehrzahl von ihnen nicht dankbar finden." [Sura 7:17],** wurde es zu einem seiner kennzeichnenden Fallen, die Leute mit allen möglichen Mitteln vom Gebet fernzuhalten, ihnen während des Gebetes einzuflüstern, so dass sie keine Freude am Gottesdienst empfinden und dadurch den Lohn für das Gebet nicht erlangen. Da Khuschu die erste Sache sein wird, die von der Erde verschwinden wird, wir leben ja in der Endzeit, treffen die Worte von Hudthayfa, Allahs Wohlgefallen auf ihm, insbesondere auf uns zu:

 *„Die erste Sache, die ihr von eurer Religion verlieren werdet, ist Khuschu, und die letzte Sache, die ihr verlieren werdet, ist das Gebet. Ihr werdet die Moscheen betreten und niemanden finden, der Khuschu hat, sobald eine Person nichts Gutes vom Gebet erfährt.“1*

Jeder kennt seinen Status zu Khuschu! Und viele klagen darüber.

**Was ist Khuschu?**

Khuschu bedeutet Ruhe, Stille, Gelassenheit, Bescheidenheit und Demut.

Was eine Person dazu bringt Khuschu zu haben, ist die Furcht vor Allah und das Gefühl, dass Allah s.t. immer und alles sieht. Khuschu bedeutet, dass das Herz vor Allah s.t. voller Demut und Unterwerfung steht.

**Wo ist der Ort des Khuschu? (Bsp. Herz ist König)**

Der Ort des Khuschu ist das Herz und seine Wirkungen übertragen sich auf den Körper. Die verschiedenen Körperteile folgen dem Herzen. Das Herz ist wie ein König und die Körperteile wie Truppen, die den Befehlen des Königs gehorchen und da hingehen, wohin sei befohlen werden. Wenn der König seines Amtes enthoben wird, so sind seine Untertaten verloren. So ähnlich geschieht es, wenn das Herz nicht richtig und korrekt Gottesdienst macht.

Hudthayfa, Allahs Wohlgefallen auf ihm, sagte gewöhnlich: „Hütet euch vor dem **Khuschu der Heuchler**.“ Er wurde gefragt: „Was ist der Khuschu der Heuchler?“ Er sagte: „Wenn der Körper Khuschu zeigt, obwohl er in seinem Herzen kein Khuschu hat.“

**Khuschu ist Plicht!**

***„Und sucht Hilfe in der Geduld und im Gebet; dies ist wahrlich schwer, außer für die Demütigen...“ [Sura 2:45]***

Verurteilung derjenigen, welche nicht khashi’un sind. (Verurteilung erfolgt erst dann, wenn etwas, was Pflicht ist, nicht gemacht wird oder etwas Verbotenes begangen wird.

Ein anderer Beweis dafür, dass Khuschu Pflicht ist, ist die Tatsache, dass der **Prophet (r) diejenigen gewarnt hat, die kein Khuschu haben**, wie denjenigen, der seinen Blick während des Gebetes zum Himmel erhebt, weil diese Handlung der Demut im Gebet widerspricht.

**Khuschu, aber wie?**

*Die Mittel, mit denen man Khuschu entwickeln kann:*

1. VORBEREITUNG
* **Durch den Wudu**

Beginn: "Bismillah"

Ende der Waschung: „Aschhadu an laa ilaaha ill-Allaah uahdahu laa scharika lah ua asch-hadu anna Muhammadan ‘abduhu ua rasuluhu".

(Ich bezeuge, dass es keinen anbetungswürdigen Gott gibt, außer Allah allein, der ohne Partner ist, und ich bezeuge, dass Muhammad Sein Diener und Gesandter ist)“.

Und: „Allaahumma j’alni min at-Tauaabina ua j’alni min al-Mutatahhirin.

(O Allah, mach mich zu jenen, die bereuen und zujenen, die sich selber reinigen)“

* **Durch das Benutzen von Siwak**

Prophet (r) sagte: „Reinigt eure Münder für den Qur’an.“

* **Durch das Tragen der besten und saubersten Kleidung**

**„O Kinder Adams, habt eine gepflegte Erscheinung an jeder Gebetsstätte...“ [Sura 7:31].**

Allah verdient es am meisten, dass man sich für Ihn schön macht.

Saubere und gut riechende Kleidung ist auch bequemer und beruhigender im Gegensatz zu Kleidungsarten mit denen man schläft oder arbeitet;

Ebenfalls ist es wichtig, die **'Aurah korrekt zu bedecken**, den **Ort zu säubern**, wo wir beten wollen, sich rechtzeitig bereit zu machen und auf das Gebet zu warten, die **Reihen gerade** und solide zu halten, ohne dass Lücken vorhanden sind, weil die Schayatin durch die Lücken in den Reihen gehen.

* **Durch das Wiederholen der Worte des Adhan**
* **Durch das Aufsagen des Duaa nach dem Adahan**

„Allahummah Rabba hadhihi’-da’uati’- taammah ua’-salaati’l-qaa’imah, aati Muhammadan il-uasilata ua’l-fadilah, uab’ath-hu’l-maqaam al-mahmud alladhi ua’adtah (O Allah, Herr dieses vollkommenen Rufes und des Gebetes, welches darzubringen ist; erteile Muhammad das Privileg (der Fürsprache) und ebenso Ansehen, und lass ihn zu jener gepriesenen Position wiederauferstehen, die Du versprochen hast)“

* **Durch das Lesen von Dua zwischen Adhan und Iqama**
1. ANGEMESSENES TEMPO IM GEBET
* **Jedes Köperteil sollte nach jeder Gebetshaltung zur Ruhe kommen**

Der Prophet (r) bewegte sich während des Gebetes mit einem angemessenen Tempo, indem er **jedem Knochen die Möglichkeit gab, zur Ruhe** zu gelangen.

Er befahl jenen, das Gebet richtig zu vollziehen, die dies nicht taten. Er sagte: „Keiner von euch hat richtig gebetet, bis er dies so tut.“

„Der Prophet sagte: ‚Der **schlimmste Dieb** ist derjenige, der von seinem Gebet stiehlt.’ Er sagte: ‚O Gesandter Allahs, wie kann jemand von seinem Gebet stehlen?’ Er sagte: ‚Indem er Ruku’ und Sujud nicht richtig vollzieht.’“

* **Mit einem langsamen rhythmischen Ton lesen und bei der Rezitation die Stimme verschönern**

Dieses langsame und angemessene Tempo der Rezitation ist **förderlicher für das Nachsinnen** und für Khuschu als ein eiliges und hastiges Lesen. Ein anderes Mittel der Hilfe, um Khuschu zu erlangen.

Die Verschönerung der Stimme mit der **Furcht vor Allah.**

* **Sich während des Gebets an dem Tod erinnern**

„Wenn du zum Gebet aufstehst, bete so, als wäre es dein letztes.“ – man soll also so beten, als würde man denken, dass man keine weiteren Gebete mehr beten kann. Die Person, die betet, wird ohne Zweifel irgendwann sterben. Es gibt manche Gebete, die gewiss ihre Letzten sein werden, daher lasst sie Khuschu im Gebet haben, denn sie weiß nicht, welches Gebet ihr Letztes sein wird.

* **Das Nachdenken über die Verse und deren Bedeutungen**

„Ubayd ibn Umayr und Ich traten zu Aischa, Allahs Wohlgefallen auf ihr, und Ibn Umayr sagte zu ihr: ‚Erzähle uns über die am erstaunlichste Sache, die du am Propheten (r) gesehen hast.’ Sie weinte und sagte: ‚Er stand eines Nachts auf und sagte: ‚O Aischa, lass mich gehen, um meinen Herrn anzubeten.’ Ich sagte: ‚Bei Allah, ich liebe es, dir nahe zu sein, und ich liebe das, was dich glücklich macht.’ Somit stand er auf und reinigte sich, danach stand er auf und betete. Er weinte solange, bis sein Schoß nass wurde. Danach weinte er solange weiter, bis der Boden nass wurde. Bilal kam, um ihm zu sagen, dass es Zeit war für das Gebet. Als er ihn weinend sah, sagte er: **‚O Gesandter Allahs, du weinst, obwohl Allah alle deinen vergangenen und zukünftigen Sünden vergeben hat?’ Er sagte: „Soll ich nicht ein dankbarer Diener sein?** Heute Nacht wurden mir einige Verse offenbart; wehe demjenigen, der sie liest und nicht darüber nachdenkt, was in ihnen ist: **‚Wahrlich, in der Schöpfung der Himmel und der Erde und in dem Wechsel der Nacht und des Tages, liegen wahre Zeichen für die Verständigen...’ [Sura 3:190]“**

* **Bittgebete sprechen während dem Gebet**
* **Die Kenntnis darüber haben, das Allah s.t. auf die Gebete antwortet**

Der Prophet (r) sagte: „Allah, der Gepriesene und Erhabene, sagte: ‚Ich habe das Gebet zwischen Mir und Meinem Diener geteilt, **in zwei Hälften**, und Mein Diener soll bekommen, wofür er bittet.’ ‚Ich habe das Gebet zwischen Mir und

Meinem Diener geteilt, in zwei Hälften, und Mein Diener soll bekommen, wofür er bittet.’

*Wenn der Diener ‚Alles Lob gebührt Allah, dem Herrn der Welten’ sagt, sagt Allah ‚Mein Diener hat Mich gelobt’. Wenn der Diener‚ dem Allerbarmer, dem Barmherzigen’ sagt, sagt Allah‚ Mein Diener hat Mich gepriesen’. Wenn der Diener‚ dem Herrscher am Tage des Gerichts’ sagt, sagt Allah ‚Mein Diener hat Mich gerühmt’. Wenn der Diener ‚Dir (allein) dienen wir, und Dich (allein) bitten wir um Hilfe’ sagt, sagt Allah ‚Dies ist zwischen Mir und Meinem Diener, und Mein Diener soll bekommen, wofür er bittet’. Wenn der Diener ‚Führe uns den geraden Weg, den Weg derer, denen Du Gnade erwiesen hast, nicht (den Weg) derer, die (Deinen) Zorn erregt haben, und nicht (den Weg) der Irregehenden’ sagt, sagt Allah ‚All dies ist für Meinen Diener, und Mein Diener soll bekommen, wofür er bittet.’“*

1. EINHALTEN VON BESTIMMTEN VERHALTENSREGELN IM GEBET
* **Beten vor einer Barriere (Sutra)**

Sutra unser Blickfeld reduziert, vor dem Satan schützt und dafür sorgt, dass Leute nicht vor einem vorbei gehen können, da dies ablenkt und den Lohn für das Gebet verringert.

* **Den Blick auf den Ort der Niederwerfung richten**
* **Bewegung des Zeigfingers**

Wenn eine Person zum Taschahud sitzt, sollte er auf sein Finger schauen, welcher nach vorne zeigt, während man ihn bewegt, so wie dies vom Propheten (r) berichtet wird „...zeigte mit dem Zeigefinger in Richtung Qibla und blickte ihn an (d.h. seinen Finger die

ganze Zeit an).“

Daher ist es klar, dass die Sunna derart ist, dass man **seine Augen nicht verschließt**, außer es ist notwendig, um etwas zu vermeiden, das nachteilig auf unser Khuschu wirkt.

Der Prophet (r) sagte: „Er ist gegen den Teufel wahrlich stärker als Eisen“, d.h. das Zeigen mit dem Zeigefinger während des Taschahud ist für den Schaitan schmerzhafter, als dass er mit einem Eisenstab geschlagen wird, weil diese Handlung den Diener an die Einheit Allahs erinnert und dazu anmahnt, darin aufrichtig zu sein, nur Ihn allein anzubeten. Genau dies ist das, was der Schaitan am meisten hasst; wir suchen Zuflucht vor ihm bei Allah.“

* **Variieren der Suren, Versen, Adhkar und Dua, die man im Gebet liest**
* **Bei Allah s.t. Zuflucht suchen vor dem Schaitan**
1. VERMEIDEN VON ABLENKUNGEN/STÖRUNGEN DIE SICH NACHTEILIG AUSWIRKEN
* **Nicht mit Kleidungsstücken beten, die Dekorationen, Schriften, leuchtende Farben oder Bilder haben, die einen vom Gebet ablenken können.**
* **Nicht beten wenn man auf Toilette gehen muss**
* **Nicht beten, wenn man sich müde fühlt**
* **Nicht während des Gebets umherschauen**
* **Den Blick nicht zum Himmel erheben**
* **Versuchen während dem Gebet nicht zu gähnen**
* **Nicht beten, wenn das Essen bereit steht**