



# Medizin des Herzens

99 Heilungswege  
der Sufis

Wali Ali Meyer  
Bilal Hyde  
Faisal Muqaddam  
Shabda Kahn

  
VERLAG  
HEILBRONN



# Medizin des Herzens

*99 Heilungswege der Sufis*



# Medizin des Herzens

*99 Heilungswege der Sufis*

Wali Ali Meyer  
Bilal Hyde  
Faisal Muqaddam  
Shabda Kahn

  
VERLAG  
HEILBRONN

## **Originalausgabe**

Physicians of the Heart: A Sufi View of the

Ninety-Nine Names of Allah

© 2011 Sufi Ruhaniat International

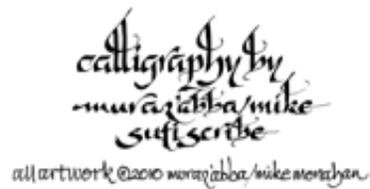
**Wali Ali Meyer, Imam Bilal Hyde, Faisal Muqaddam, Shabda Kahn**

**Medizin des Herzens – 99 Heilungswege der Sufis**

Herausgegeben von der Sufi Ruhaniat International Deutschland e. V.

Übersetzung: Jamila M. Pape

Gestaltung: Hauke Jelaluddin Sturm



Verlag Heilbronn

Postfach 2162, D-71370 Weinstadt

Verkehrsnummer 14894

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

[info@verlag-heilbronn.de](mailto:info@verlag-heilbronn.de)

Alle Rechte vorbehalten

© für die deutsche Ausgabe 2016, Verlag Heilbronn

ISBN 978-3-936246-20-9

Gedruckt in Tschechien

# Inhalt



Danksagungen .....	xi
Wie das Wazifah-Projekt begann.....	xii
Vorwort des Herausgebers .....	xv
Aspekte der arabischen Sprache.....	xvi
Klassische Bezugspunkte .....	xvii
Der grundlegende Aufbau dieses Buchs .....	xviii
Einführung in die deutschsprachige Ausgabe .....	xx
<b>Kapitel 1: Im Namen Allahs beginnen .....</b>	<b>1</b>
<b>Kapitel 2: Unsere psychologische Perspektive .....</b>	<b>13</b>
<b>Kapitel 3: Der Leitfaden zur Aussprache.....</b>	<b>23</b>
<b>Kapitel 4: Der „Sound Code“: Der Schlüssel zum Klang im Herzen der arabischen Sprache .....</b>	<b>29</b>
Ein neuer Ansatz zur Erläuterung des „Sound Code“ .....	30
<b>Kapitel 5: Die 99 Namen Allahs im Überblick erörtert.....</b>	<b>41</b>
Mehr als 99 Namen .....	88
<b>Kapitel 6: Die Geheimnisse der Liebe.....</b>	<b>91</b>
Ya Allah.....	92
Ya Rahman, Ya Rahim.....	94
Ya Barr .....	95
Ya Halim.....	97
Ya Wadud.....	102
Ya Ra'uf.....	105
Die sekundäre narzisstische Wunde .....	108

Die primäre narzisstische Wunde .....	110
Ya Latif .....	113
<b>Kapitel 7: Die entgegengesetzten Qualitäten Allahs.....</b>	<b>119</b>
Ya Mu'izz, Ya Mudhill, Ya Malikal-Mulk.....	120
Weitere psychologische Betrachtungen.....	122
Ya Mumit, Ya Muhyi, Ya Hayy .....	123
Ya Muntaqim, Ya 'Adl, Ya 'Afuw, Ya 'Aziz.....	127
Eine homöopathische Annäherung an unseren Rache-Impuls .....	131
Ya Darr, Ya Nafi' .....	136
Ya Qabid, Ya Basit, Ya Wasi' .....	141
<b>Kapitel 8: Die Familie der Göttlichen Vergebung .....</b>	<b>145</b>
Ya Ghaffar, Ya Ghafur, Ya Tawwab, Ya 'Afuw .....	146
Ya Ghaffar, Ya Ghafur.....	146
Ya Tawwab.....	148
Ya 'Afuw.....	150
Spezifische Anwendungen dieser vier Ausstrahlungen der Göttlichen Vergebung .....	152
Ya 'Aziz, Ya Muntaqim.....	155
<b>Kapitel 9: Modalitäten der Allmacht.....</b>	<b>161</b>
Ya 'Aziz.....	162
Ya Qahhar .....	164
Ya Jabbar.....	166
Ya Qawiyy .....	168
Ya Matin.....	171
Ya Dhal Jalali wal 'Ikram .....	173
Ya Qadir, Ya Muqtadir.....	175
<b>Kapitel 10: Das Erwachen zur grenzenlosen Gegenwart .....</b>	<b>179</b>
Ya Kabir, Ya Mutakabbir, Allahu Akbar.....	180
Ya 'Azim .....	185
Ya Wasi' .....	188
Ya 'Aliyy, Ya Muta'ali .....	191
Ya Waliyy .....	194
<b>Kapitel 11: Die Matrix des Göttlichen Schutzes.....</b>	<b>199</b>
Ya Muhaimin.....	200
Ya Muqit.....	202
Ya Wakil .....	204

Ya Wali .....	205
Ya Raqib .....	207
Ya Mani' .....	208
Ya Hafiz .....	209
Einige psychologische Betrachtungen .....	212
<b>Kapitel 12: Das Geheimnis der Ekstase.....</b>	<b>219</b>
Ya Qabid, Ya Basit, Ya Khafid, Ya Rafi' .....	221
Ya Basit, Ya Qabid, Ya Wasi' .....	222
Ya Khafid, Ya Rafi' .....	224
Ya Wajid .....	225
Ya Ghaniyy, Ya Mughni.....	228
Ya Fattah .....	231
<b>Kapitel 13: Der Bogen von Anstieg und Abstieg .....</b>	<b>233</b>
Ya Muhyi, Ya Mumit, Ya Hayy .....	234
Ya Qabid, Ya Basit, Ya Jami', Ya Quddus .....	235
Ya 'Awwal , Ya Akhir, Ya Mu'akhhir, Ya Muqaddim, Ya Batin, Ya Zahir, Ya Mubdi, Ya Mu'id .....	237
<b>Kapitel 14: Der Schöpfer-Gott.....</b>	<b>243</b>
Ya Khaliq.....	244
Ya Bari' .....	246
Ya Musawwir .....	249
Wie diese Göttlichen Namen auf die Bedingungen des Menschseins angewendet werden können.....	252
<b>Kapitel 15: Zeitlich begrenzte und ewige Aspekte der Göttlichen Natur.....</b>	<b>259</b>
Ya Dahr, Ya Azaliyy, Ya Abadiyy .....	260
Psychologische Auswirkungen .....	264
Ya 'Awwal , Ya Akhir, Ya Batin, Ya Zahir .....	266
Ya Hayy, Ya Qayyum.....	267
Ya Da'im .....	269
Herangehensweisen für die „Heiler des Herzens“ .....	271
Ya Samad, Ya Ahad.....	272
<b>Kapitel 16: Die Namen der Dankbarkeit und die Gaben Gottes.....</b>	<b>277</b>
Ya Hamid, Ya Shakur .....	278
Die drei Hochzeitsgaben: Subhanallah, Alhamdulillah, Allahu Akbar .....	282
Alhamdulillah .....	283

Subhanallah .....	284
Allahu Akbar .....	286
Ya Mu'ti.....	287
<b>Kapitel 17: Die sieben Ebenen des Nafs .....</b>	<b>293</b>
An-nafs ul-'ammaarah .....	294
An-nafs ul-lawwaamah.....	295
An-nafs ul-mulhimah .....	296
An-nafs ul-mutma'innah .....	300
An-nafs ul-raadiyah und An-nafs ul-mardiyah .....	303
An-nafs ul-zakiyyah.....	304
<b>Kapitel 18: Die Schatzkammer der Göttlichen Großzügigkeit.....</b>	<b>309</b>
Ya Karim .....	310
Ya Dhal Jalali wal 'Ikram, Ya Jamil, Ya Sabur .....	314
Ya Mujib.....	317
Ya Majid .....	322
<b>Kapitel 19: Die Familie des Göttlichen Überflusses vervollständigen und als Ganzes kontemplieren .....</b>	<b>327</b>
Ya Wahhab, Ya Razzaq, Ya Fattah .....	330
Ya Wahhab.....	330
Ya Razzaq.....	331
Ya Fattah.....	333
Ya Ghaniyy, Ya Mughni.....	336
Ya Muqsit.....	341
Die zentrale Wirkungsstätte des Göttlichen Reichtums .....	345
<b>Kapitel 20: Im Streben nach Weisheit .....</b>	<b>349</b>
Inneres und äußeres Wissen vervollkommen.....	350
Ya Shahid.....	350
Ya Khabir .....	353
Psychologische Anwendungen von ash-Shahid und al-Khabir .....	356
<b>Kapitel 21: Die falsche Vorstellung vom Selbst sterben lassen und das Wissen um die Einheit wahr werden lassen.....</b>	<b>363</b>
Ya Warith.....	364
Ein psychologischer Blick auf al-Warith .....	368
Ya Ba'ith.....	371
Wann verordnet man Ya Warith, Ya Ba'ith und Ya Haqq .....	375

<b>Kapitel 22: Die Allwissenheit Gottes und das Geheimnis in jedem Herzen .....</b>	<b>379</b>
Ya 'Alim.....	379
Wortstämme von al-'Alim.....	381
Wie al-'Alim im gesamten Qur'an verwendet wird.....	382
Der Wissende um das Geheimnis des Herzens .....	385
Taqwaa .....	385
Betrachtungen für die Lernenden auf dem Pfad.....	388
Ya Muhsi, Ya Hasib, Ya Raqib.....	388
Das Über-Ich als Hürde.....	391
Einige Anwendungsmöglichkeiten in der spirituellen Praxis .....	393
<b>Kapitel 23: Die Grundlage allen Wissens und die Morgendämmerung</b>	
<b>der Weisheit.....</b>	<b>397</b>
Ya Haqq.....	397
Betrachtungen zu al-Haqq in Beziehung zu den Namen des Wissens	
und der Weisheit .....	400
Heilsame Weisheit und unterscheidende Weisheit .....	403
Ya Hakim, Ya Hakam.....	405
<b>Kapitel 24: Die Namen des Leitens und Führens .....</b>	<b>411</b>
Ya Hadi, Ya Rashid, Ya Mulhim .....	411
Ya Hadi.....	426
Ya Mulhim .....	430
Ya Rashid .....	433
<b>Kapitel 25: Ein paar Abschiedsworte für die „Heiler und Heilerinnen des Herzens“ .....</b>	<b>441</b>
Anmerkungen.....	458
Literaturverzeichnis .....	464
Index .....	468
 Anhang:	
Hadith über die Rezitation der Namen.....	474
Alphabetische Liste der 99 Namen .....	475



# Danksagungen



*W*ir möchten einer erweiterten Familie von Freundinnen und Freunden, Kolleginnen und Kollegen gegenüber unsere tiefe Dankbarkeit und Anerkennung zum Ausdruck bringen: Sie hatten an der Vision dieser Arbeit teil und haben dieses 10-Jahres-Projekt durch alle Stadien seiner Entwicklung hindurch unterstützt. Es war wahrlich die Leistung einer Gruppe – und zwar eine bemerkenswert harmonische.

Tawwaba Bloch war die assistierende Herausgeberin, und die Aufgaben, die sie erfüllt hat, sind zu zahlreich, um sie aufzuzählen. Wenn diese Arbeit an einer Universität geschrieben worden wäre, so wären zahlreiche Absolventen mit dem, was sie allein geleistet hat, vollauf beschäftigt gewesen. Sie hat dieses Buch über einen langen Zeitraum in ihrem Herzen bewahrt. Vakil Polevoy hat jedes Gruppengespräch sorgfältig transkribiert. Er hat als freiwilliger Helfer tausende von Seiten einer komplexen Niederschrift angelegt, obendrein mit vielen buchstabengetreuen Übertragungen aus dem Arabischen, und er hat sich nie beklagt.

Auch Halim Dunsky hat als unser professioneller Redakteur hunderte unentgeltliche Stunden eingebracht. Sein Können und seine Intelligenz im Umgang mit diesem Material waren von unschätzbarem Wert. Suria Rebecca McBride wurde unsere leitende Korrekturleserin und brachte große Klarheit und Kompetenz für diese Arbeit mit.

Dr. ‘Abd al-Haqq hat uns dankenswerterweise beraten, als es darum ging, einige Hadithe zu erforschen und deren Authentizität zu bestätigen. Rabbi Zalman Schachter-Shalomi half uns mit einigen Fragen, die sich auf das Judentum und auf die hebräische Sprache bezogen. Eine ganze Reihe von hochgeschätzten Kollegen und Kolleginnen, Freundinnen und Freunden hat jeweils einzelne Kapitel in unterschiedlichen Phasen gelesen, uns Vorschläge dazu gemacht und kritisches Feedback gegeben, von dem wir sehr profitiert haben. Unser Dank gilt Suhrawardi Gebel, Pamela Frydman Baugh, Paula Saffire, Sabura Meyer, Ruhama Veltfort und Mary Flowers. Subhana Ansari und Hilal Sala haben die erforderliche Kommunikation unterstützt, und Tamam Kahn hat an mehreren Gruppengesprächen teilgenommen.

Nuria Stephanie Sabato hat ihre künstlerische Vision beigetragen und einen wunderschönen Buchumschlag für die Originalausgabe gestaltet. Muraq'abba Mike Monahan hat das Design und die Kalligrafien für die Namen Allahs erstellt, die viele Kapitel dieses Buches schmücken. Die schönen Entwürfe der beiden fügen dieser Arbeit ein wichtiges Element hinzu. Wir sind Shafee Howard Ballinger sehr dankbar, der die Website für dieses Buch mit großer Sorgfalt und Kreativität erarbeitet hat; ebenso Shivadam Burke für die Bearbeitung der Sound Files.

Ganz besonders schätzen wir die Kooperation mit Pir Zia Inayat Khan, der die Klängaufnahmen für die 99 Namen erstellt hat. Seine Rezitation gibt die Einflüsse von Urdu und Farsi auf die arabische Aussprache wieder. Wir sind Seemi Ghazi sehr dankbar, die für uns die Namen im klassischen Arabisch des Qu'ran rezitiert hat. Auch unser Mit-Autor Imam Bilal Hyde hat eine Aufnahme in klassischem Arabisch zur Verfügung gestellt, somit können die Namen von weiblicher und ebenso von männlicher Stimme gesprochen angehört werden. Diese Aufnahmen sind zu finden unter [www.PhysiciansOfTheHeart.com](http://www.PhysiciansOfTheHeart.com).

Wir sind zahlreichen Menschen dankbar, die dieses Projekt finanziell unterstützt haben. Ohne ihre Hilfe wäre es nie möglich gewesen. Die schließt ein: Fazl Terry Peay, Barakat Carolynn Bryan, Munir Reynolds, Samira Johnson, Paula Saffire, Jane Delozier, Nancy Bancroft, Vadan Nisenboim, Louise Jacobus, Raja Pritchard, Insu Hyams, Malika Merrill Endres, Yaqin Sandleben, Sherdyl Len Wolff, Hayat Rubardt, Peter Lipa, Ayesha Goodrich, Ali Charles, Walia DeMille, Mudita Sabato, Laura Meltsner, Fadhillah Bradley, Raphael Birney, Michael und Joanna Gest, Jelehla Ziemba, Saladin Pelfrey, Zardusht Chet Van Wert, Jilani Esterly, Raqiba Rose, Madri Irani Wagner, Johara Reynolds, Ramdas Ashton, Wali Perry Pike, Diana Scammel, Azima Forest, Marty Kraft, Basira Beardsworth, Farrunnissa Rosa und Amina Rae Horton.

Mit Dankbarkeit an alle, die uns geholfen haben und mit Dankbarkeit an die Quelle allen Segens,

Wali Ali Meyer  
Bilal Hyde  
Faisal Muqaddam  
Shabda Kahn

# Wie das Wazifah-Projekt begann



**E**s war im Jahr 1969, als ich von meinem Lehrer, Murshid Samuel Lewis, meine erste Wazifa-Rezitationsübung erhielt. Seitdem waren die tägliche Rezitation und Kontemplation von Wazaif Teil meines Lebensrhythmus. Jahrelang habe ich nach Texten gesucht, die diese mehr als tausend Jahre alten Wege der Herzöffnung erleuchten, doch mit den Texten über Wazaif, die in Englisch erhältlich waren, fühlte ich mich nie zufrieden.

Im Februar 2001 wurde ich zum spirituellen Linienhalter (*Pir*) unserer Sufi-Familie, der Sufi Ruhaniat International ernannt – im Segensstrom des großen Sufi-Mystikers Hazrat Inayat Khan und seines Schülers, Murshid Samuel Lewis.

Meiner inneren Führung folgend, habe ich gegen Ende des Jahres 2001 meinen Freund und Kollegen Faisal Muqaddam angesprochen und ihn gefragt, ob er mit mir gemeinsam ein zeitgemäßes und anspruchsvolles Handbuch über die 99 Schönen Namen Gottes, die *sifaat-u-llah*, verfassen wolle. Faisal ist einer der Begründer des Diamant-Weges zum Erwachen, ein arabischer Muttersprachler und ein Mystiker, der tief erfahren darin ist, die Verwundungen, die das Menschsein mit sich bringt, bloßzulegen und zu heilen. Er sagte zu!

Nur kurze Zeit später wurde ich eingeladen, gemeinsam mit einem anderen Freund und Kollegen, Imam Bilal Hyde, beim „Sound and Spirit“-Musikfestival in Bay St. Louis, Mississippi zu lehren und aufzutreten. Imam Bilal ist eine einzigartige Mischung aus einem Lehrer für die arabische Sprache und zugleich für den Koran, außerdem Muslim und Suchender auf dem Sufi-Pfad. Als wir während einer Pause am Strand entlanggingen, teilte ich mit ihm meinen Enthusiasmus über das Wazifa-Projekt. Er fühlte sich sogleich inspiriert, an unserem Projekt teilzuhaben.

Wir drei haben uns Jahr für Jahr zu dreistündigen Sitzungen getroffen. Jede einzelne Sitzung wurde aufgezeichnet und von unserem Sufi-Freund Vakil Cary Polevoy gewissenhaft transkribiert. Ich hatte gehofft, mir die Zeit nehmen zu können, aus diesen Transkriptionen ein lesbares Manuskript zu machen, doch meine Verpflichtungen als *Pir* und meine Unerfahrenheit als Autor haben mich davon abgehalten.

Im Jahr 2005 hat einer meiner ältesten Freunde und Mentoren, Murshid Wali Ali Meyer, ein Büro mit mir geteilt. Er war 1969 Murshid Sams esoterischer Sekretär gewesen und hatte im „Mentorgarten“ mit ihm gelebt. Wali Ali war einer der Menschen, die mich zu meinem Lehrer geführt haben. Während unserer Zeit in diesem gemeinsamen Büro hat Wali Ali, der inzwischen der Leiter der esoterischen Schule der Ruhaniat geworden war, immer mit großem Interesse zugehört, wenn ich etwas über die Entdeckungen in unseren *Wazifa*-Sitzungen mitteilte.

Da ich mit seinen schriftstellerischen Fähigkeiten und mit seinem mystischen Herzen vertraut war, fühlte ich im Jahr 2005 den Impuls, Wali Ali zu unseren fortlaufenden Gesprächen einzuladen und ihn auch zu bitten, unseren Text zu schreiben. Er hat unsere Einladung freudig angenommen; es folgten weitere fünf Jahre des Erörterns, und dieses Handbuch zeigt nun das glänzende Resultat. Wir sind ihm zu großem Dank verpflichtet, da er diese 10 Jahre der Gespräche und des Forschens in so meisterhafter Weise in Schriftsprache gefasst hat.

Mögen die Gefühle, Ideen und Worte auf den folgenden Seiten ihren Weg in eure Herzen und in euren Verstand finden. Mögen die hier vorgeschlagenen Übungen euch helfen, euren Lebenszweck zu entfalten und zu einem Strom von Segen, Glück und Großmut zu werden.

Voller Dankbarkeit  
Pir Shabda Kahn

# Vorwort des Herausgebers



Dieses Buch ist das Produkt eines fortlaufenden spirituellen Gesprächs über die Namen Allahs – eines Gesprächs, das über eine Zeitperiode von mehr als neun Jahren aufgezeichnet und transkribiert wurde. Fast vier Jahre nach dem Beginn dieser Gespräche luden mich Pir Shabda Kahn, Imam Bilal Hyde und Faisal Muqaddam ein, dem Projekt beizutreten. Auch gaben sie mir die Aufgabe, ein Buch daraus zu erstellen.

Wir waren der Meinung, dass das Buch sich am besten mitteilen würde, wenn es überschaubar geschrieben ist. Als Alternative haben wir erwogen, es als ein aufbereitetes Manuskript anzubieten, in dem die unterschiedlichen Stimmen erkennbar wären. Wir entschieden jedoch, dass das keine wirksame Form sei, wenn es darum ginge, tausende Seiten transkribierten Textes zu integrieren und zu präsentieren.

Um dieses Buch schreiben zu können, musste ich vier klar voneinander unterscheidbare Stimmen zu einer einzigen Stimme verschmelzen. Diese Arbeit war nicht so schwierig, wie man sich das vielleicht vorstellt, denn unter uns Vieren gibt es ein grundlegendes Einvernehmen im Herzen und im inneren Wissen. Das bedeutet selbstverständlich nicht, dass jeder von uns auf jedem Gebiet, das im Text erwähnt wird, ein Experte sei oder dass jeder von uns für das, was ausgedrückt wird, dieselbe Art gewählt hätte, dies auszudrücken.

Imam Bilal Hyde ist – neben anderen Fähigkeiten – ein hervorragender Gelehrter für Arabisch und ein Grammatiker. Sein Verständnis für den Qur'an ist auf vielen Ebenen außerordentlich tief. Sein Wissen über den Qur'an, den Hadith und über die klassischen Werke des Sufismus ist in dieser Erzählung immer gegenwärtig. Faisal Muqaddam ist ein Meister-Psychologe und ein Mystiker mit einer hoch entwickelten Intuition. Er besitzt die Gabe, die innige Verbindung darzulegen, welche die göttlichen Namen mit dem Ringen in der menschlichen Psyche haben und mit deren Bestreben, sich mit der ihr innewohnenden Ganzheit wieder zu verbinden.

Faisal war imstande, in jedem Bereich zu zeigen, wie die Trennung von der göttlichen Quelle durch verschiedene Arten von verletzenden traumatischen Erfahrungen verursacht wird – vor allem in der Kindheit – und diese Erfahrungen mit verschiedenen Namen und Familien von Namen

zu verbinden. Zudem bot Faisal zu unseren Unterredungen oftmals eine visionäre Komponente an, die bei mehreren Gelegenheiten in den Text einbezogen wurde.

Shabda und ich bringen einige Erfahrung als Sufi-Lehrer, die seit mehr als 35 Jahren mit Schülerinnen und Schülern arbeiten, ein. Zudem sind wir imstande, aus einer großen Vielfalt von Erfahrungen in spiritueller Praxis und dem Studium anderer Traditionen als der islamischen zu schöpfen; so können wir aufzeigen, wie die Stadien, Stufen, Übungen und spirituellen Realitäten, die von einer klassischen Sufi-Perspektive aus erörtert werden, in vielen Fällen auch direkt zu den Dharma-Traditionen des Hinduismus und Buddhismus in Beziehung gesetzt werden können.

Überdies bringt Shabda Meisterschaft in der indischen Tradition der spirituellen Musik mit, und ich selbst habe einen humanistischen Hintergrund in Philosophie und Theologie. Daher: Auch wenn nicht jeder von uns jedes Wort in diesem Buch sagen würde, könnte oder wollte, so bestätigen wir doch, dass es unsere vereinte Stimme ist. Fehler und Ungereimtheiten, die zweifelsohne während des ganzen Bemühens auftreten, sollten meinen Unzulänglichkeiten als Herausgeber zugeschrieben werden.

Lasst mich nun ein paar der Vorgehensweisen zusammenfassen, zu denen wir uns im Umgang mit dem Material entschieden haben.

### *Aspekte der arabischen Sprache*

Wir bieten einen Leitfaden zur Aussprache des Arabischen an. Das ist ein Leitfaden zur klassischen arabischen Aussprache, so wie die Sprache zur Zeit des Propheten Muhammed gesprochen wurde. Die Website [www.PhysiciansOfTheHeart.com](http://www.PhysiciansOfTheHeart.com) bietet mehrere Aufnahmen an, in denen man die Namen im klassischen Arabisch rezitiert anhören kann, mit männlicher und weiblicher Stimme und zudem in einer Version, die den Einfluss von Urdu/Farsi zeigt. Modernes Arabisch unterscheidet sich recht stark vom klassischen Arabisch, und verschiedene Länder und Regionen haben die Sprache in unterschiedlicher Weise angepasst.

Wir betonen das klassische Arabisch, da wir uns auf die Wortwurzeln berufen und auf deren Gebrauch im Qur'an als die grundlegende Quelle zum Erforschen ihrer Bedeutungen. Wir haben nicht die Absicht zu behaupten, dies sei die einzige Art und Weise, diese heiligen Namen zu rezitieren – oder die beste Art.

Wenn im Text ein Name Allahs erscheint, der in hingebungsvoller Rezitation gebraucht werden kann, so haben wir ihn in der gebräuchlichen Weise transkribiert, indem wir, dem Leitfaden zur Aussprache jeweils entsprechend, in Klammern die Lautschrift angegeben haben. Sind arabische Wörter oder Sätze in den Textkörper einbezogen – wie etwa in einem Zitat aus dem Qur'an – so haben wir im allgemeinen entschieden, sie phonetisch zu buchstabieren, so wie es uns für unsere Lesenden, von denen die meisten vermutlich nicht wissen, wie man diese Worte erklingen lässt, am nützlichsten erscheint.

Philosophische Begriffe und solche Wörter, die bereits in einer gebräuchlichen Umschreibung einigermaßen bekannt sind – ebenso wie die Namen Allahs – bilden eine Ausnahme von dieser Regel.

Manchmal setzen wir die alternative Schreibweise in Klammern. Manchmal berücksichtigen wir eingeklammert auch die Schreibweise des Wortes in der phonetischen Form, die es auf seiner Reise nach Indien angenommen hat, so zum Beispiel *zīkr* als eine weiter verbreitete Schreibweise des arabischen *dhīkr*.

Wir machen keinen Unterschied zwischen dem 'ayn und dem hamza (Glottisverschluss: Das kurze Verschließen des kleinen Spaltes zwischen den beiden Stimmbändern, was den leichten „Knacklaut“ bei Vokalen am Wortanfang hervorruft). Stattdessen kennzeichnen wir beide mit einem geraden Apostroph. Dem Leser, der Arabisch-Kenntnisse hat, mag es so erscheinen, als brächten wir 'ayns an, wo sie nicht hingehören, wie auch das hamza in der Transkription ausgelassen wird. Wir haben uns die Freiheit genommen, das 'ayn -Zeichen für bestimmte Artikel wegzulassen, so etwa beim „al“ in al-'Azim), da wir meinten, dass es unsere Leser ablenken könnte.

Manchmal beziehen wir uns mit unterschiedlichen Vorsilben auf die göttlichen Namen. Wenn wir beispielsweise Ya Karim schreiben, so ist „Ya“ der Vokativ, der anzeigt, dass wir ausrufen bzw. dass wir die göttliche Qualität anrufen. Da als Teil der Sufi-Praxis die göttlichen Namen traditionell immer wieder wiederholt werden, gebrauchen wir die „Ya“- Form, wenn die Namen jeweils erstmalig vorgestellt werden und darüber hinaus, wann immer diese Form im jeweiligen Zusammenhang naheliegend scheint.

Bei al-Karim gebrauchen wir den bestimmten Artikel „al“, um uns in einer respektvollen Weise auf den göttlichen Namen zu beziehen – in einer Weise, die seine Einzigartigkeit anerkennt. Indem man sich auf al-Karim als „die“ göttliche Großzügigkeit bezieht, unterscheidet man es vom üblichen Sprachgebrauch des Wortes *karim*.

Tatsächlich sind einige der göttlichen Namen in der Alltagssprache in einer Weise gebräuchlich geworden, die sich von ihren ursprünglichen Bedeutungen drastisch unterscheidet. *Wakil* bedeutet zum Beispiel im modernen Arabisch „Anwalt“. Wie auch immer: Indem man den bestimmten Artikel benutzt und al-Wakil daraus macht, bezieht es sich klar auf die göttliche Qualität eines Wesens, das vollkommene Vertrauenswürdigkeit verkörpert.

Die besondere Form, die der bestimmte Artikel annimmt, hängt von dem Wort ab, dem er vorangestellt ist. Folglich werden euch ar-Rahim, as-Sabur, at-Tawwab, an-Nur und andere begegnen und ebenso die gebräuchlicheren al-Quddus, al-Fattah und so weiter.

### *Klassische Bezugspunkte*

Die Rezitation der 99 Namen Allahs ist eine Praxis, die unter Sufis als Erwiderung auf eine historische Überlieferung des Propheten Muhammed aufkam, in der er von den Namen Allahs sprach und von dem großen Nutzen, den man daraus ziehen könne, wenn man sie aufzählt. Im Anhang A (Hadith über die Rezitation der Namen) haben wir einen weithin akzeptierten Hadith aus der Tirmidhi-Sammlung abgedruckt, der im Detail wiedergibt, was der Prophet sagte.

Nahezu alle Gelehrten stimmen darin überein, dass die Zahl 99 lediglich ein Symbol für eine grenzenlose Anzahl ist. Tatsächlich gibt es mehr als 99 Namen, mit denen Allah im Qur'an be-

nannt wird. Wir führen eine erweiterte, jedoch immer noch unvollständige Liste solcher Namen am Ende von Kapitel 5 an.

Die Namen, die in solche Listen einbezogen werden, variieren aufgrund unterschiedlicher Überlieferungen ein wenig, und die Liste der 99, die wir haben, weicht von anderen Listen geringfügig ab. Unsere Abweichungen reflektieren die Namen Gottes, auf die wir uns in diesem Buch zu konzentrieren entschieden haben; wir sind nicht der Auffassung, dass Gelehrte sehr doktrinär sein sollten, wenn es darum geht, was genau auf eine solche Liste aufgenommen werden soll.

Der Qur'an ist eine grundlegende Bezugsquelle für die Bedeutungen der Namen. In einem Sinn ist der Qur'an eine verschlüsselte Version der Namen. Als Teil unserer Erforschung der Bedeutung jedes einzelnen Namens haben wir die verschiedenen Grundformen angeschaut, die jeder Name im Qur'an annimmt: Den Kontext der Geschichten und Lehren im Qur'an, in dem diese Qualitäten angerufen werden, und den Kontext, in dem göttliche Namen jeweils gemeinsam erscheinen.

Unter diesen und anderen Gesichtspunkten haben wir uns darum bemüht, die Bedeutungen der Namen hervorzulocken. Wann immer wir uns auf den Qur'an beziehen, haben wir Kapitel und Vers angeführt. Wir haben nicht für jede Bezugnahme auf den Hadith – die historischen Überlieferungen, was der Prophet gesagt und getan hat – eine Fußnote angebracht. Doch haben wir im Kapitel mit den Literaturangaben mehrere ausgezeichnete Sammlungen aufgeführt, die nahezu alle von uns zitierten Hadithe enthalten.

Im Verlauf des Textes beziehen wir uns auf eine Anzahl klassischer Sufi-Lehrer wie etwa 'ibn 'Arabi, al-Qushayri und Junayd. Anstelle von Seitenangaben verweisen wir die Lesenden auf die ursprünglichen Texte, die in den Literaturangaben zu finden sind, und wir laden dazu ein, die Genauigkeit unserer Erinnerungen durch Erforschen dieser Texte zu bestätigen.

Es war ein wichtiger Teil unseres Prozesses, die Formen zu untersuchen, welche die arabischen Wurzeln der Namen annehmen. Mehrere arabisch-englische Wörterbücher wurden benutzt. Die wichtigsten finden sich in den Literaturhinweisen.

### *Der grundlegende Aufbau dieses Buchs*

Die Untersuchung dieser heiligen Namen hat uns dazu bewogen, sie als Bezugsfamilien oder „Cluster“ zu sehen. Wir glauben, dass diese Art, die Namen zu gruppieren, wesentlich ist – sowohl, um das Verständnis für jeden Namen zu vertiefen, als auch für die geschickte Anwendung der Namen auf die jeweiligen menschlichen Verfassungen. Die Erkenntnis, dass die Namen am besten in Beziehungs-Clustern zu verstehen sind, spiegelt sich stark im Aufbau des Buches.

Die Namen existieren als Potenziale in der Einheit Gottes. Als verborgene Verknüpfungen innerhalb des göttlichen Daseinsbereiches sind sie am besten in Beziehung zueinander zu verstehen. Die Beziehungsgruppierungen, die wir hervorheben, sind Gegensätze, verwandte Worte (d.h. Worte, die dieselbe Wurzel haben), solche, die einander in ihrer Bedeutung ähnlich sind und solche, die einander in ihrer grammatischen Form ähnlich sind.

Wir haben ein größeres Kapitel einbezogen (Kap. 5), das für jeden Namen eine kurze Zusammenfassung bietet, und selbst hier waren uns Querverweise zu anderen göttlichen Namen wichtig. Auch haben wir eine alphabetische Liste der 99 Namen eingefügt, um Einsichtnahme und Überblick zu erleichtern (Anhang B).

Auf die zehn grammatischen Formen in der arabischen Sprache beziehen wir uns als Teil eines „Sound Code“, der uns eine allgemeine Bedeutung für jedes Wort bietet. Diese basiert auf der jeweiligen Struktur eines Wortes aus betonten und unbetonten Vokalen, Doppel-Konsonanten und dergleichen. Es handelt sich um ein grundlegendes Element der arabischen Grammatik, und jedes arabische Lexikon ist in dieser Weise aufgebaut.

Die allgemeinen grammatischen Bedeutungen haben wir insbesondere deshalb auf die göttlichen Namen angewendet, um auf diesem Weg mehr Einsicht in jeden Namen zu gewinnen. Diese Betrachtungsweise hat es nie zuvor für den englischen oder den deutschen Sprachraum gegeben. Kapitel 4 ist also dem „Sound Code“ gewidmet und im Verlauf des ganzen Buches beziehen wir uns in unserer Analyse der Namen immer wieder darauf.

Was unsere Diskussionen um Groß- und Kleinschreibung betrifft, so sind wir nicht zu einem Fazit gekommen. Einige empfanden es als angemessen, viele Worte, die sich auf Gott beziehen, im Englischen groß zu schreiben – wie etwa Göttlich, Essenz, Liebe, Wille und alle Pronomen. Andere meinten, der moderne Gebrauch wäre der einfachste. Was wir in dieser Hinsicht gefunden haben, ist wahrscheinlich ein höchst uneinheitlicher Kompromiss.

Wir verwenden die Worte Gott und Allah durch den ganzen Text hindurch synonym, und wenn nicht gerade die Klangqualität von „Allah“ an einem Punkt von Bedeutung war, so waren wir mit Absicht indifferent, was die Wahl des Wortes betrifft. Auch waren wir in unserem Bestreben, bei einer zwangslosen Sprache zu bleiben, im Allgemeinen flexibel, was den Gebrauch von Pronomen betrifft.

Unser Gruppenprozess war ein für alle Beteiligten vergnügliches Unternehmen. Viele Freunde und Freundinnen haben diese Vision mit ihrer Zeit und ihren Kompetenzen in Transkribieren, Editieren, mit Grafikdesign, forschend und mit vielem anderen in großzügiger Weise unterstützt. An einer anderen Stelle versuchen wir, all jene, die geholfen haben, namentlich anzuerkennen und einige besonders deutlich zu erwähnen, deren Leistung für unseren Erfolg von zentraler Bedeutung war.

Alles wurde getan in, von und durch den Namen Allahs. Und so haben wir auch begonnen: *Bismillah ar-rahman, ar-rahim*. Unser Gebet an den/die/das Eine, das alles Beten erhört, ist, dass diese Liebesgabe von wahren Nutzen für alle Wesen sei und dass alle freudig zum Gott-Bewusstsein erwachen mögen.

Wali Ali Meyer  
San Francisco, California  
August 2010

# *Liebe deutschsprachige Leserinnen und Leser,*

**D**ie neunundneunzig Namen Allahs als spirituelle Praxis sind wahrlich eines der großen Geschenke an die Menschheit, unserer inneren und äußeren Entwicklung gewidmet. Daher haben wir als Autoren-Team es als ein großes Privileg empfunden, Physicians of the Heart (2011) zu schreiben und zu publizieren, ein „Handbuch für Heilerinnen/Heiler und Alchemisten“, das englischsprachigen Praktizierenden bei ihrer inneren Entfaltung und in ihrem äußeren Dienst an der Menschheit helfen soll. Und nun empfinden wir tiefe Dankbarkeit darüber, den deutschsprachigen Lesenden *Medizin des Herzens* zur Verfügung stellen zu können. Das wurde durch unsere Übersetzerin, Wajida Jamila M. Pape ermöglicht, die länger als ein Jahr unermüdlich daran gearbeitet hat. Dank dir, Wajida!

Darüber hinaus gilt unser Dank Andreas Rashid Beurskens und Hauke Jelaluddin Sturm, sie waren die tragende Säule für alles weitere, was benötigt wurde, um dieses Buch zu publizieren.

Es ist unsere tiefe Sehnsucht, dass die folgenden Seiten euch helfen, euer Leben mit mehr Glück, mehr Weisheit und Segen zu leben.

Mit meiner ganzen Liebe,  
Pir Shabda Kahn

## *Einführung in die deutschsprachige Ausgabe und Worte des Dankes*

**N**ach mehr als 14 Arbeitsmonaten, davon 11 Monate als „Übersetzungs-Retreat“ verbracht, liegt nun „Physicians of the Heart“ auf Deutsch vor: Kompendium der Sufi-Weisheit, Arzneimittelbuch der heilsamen Klänge – voller tiefer Einsicht in das menschliche Schicksal und in die menschliche Verfassung und keinesfalls ein „Buch mit sieben Siegeln“; die Lesenden werden sich auf vielen Seiten wiederfinden und verstanden fühlen.

Ein paar grundlegende Worte zur Übersetzung sollen als Orientierungshilfe dienen: Im Bemühen um Originalität habe ich nach Absprache mit den Autoren die durchweg beabsichtigten Wechsel der Sprachebene übernommen: geisteswissenschaftlich präzise, umgangssprachlich, beratend, einführend, poetisch, mystisch ... wie es der jeweilige Inhalt nahelegt.

Die Qur'an-Zitate sind nicht anhand vorliegender deutscher Koran-Ausgaben übersetzt. Das hätte zu Fehlübersetzungen geführt und auch dem Forschungsansatz und der Botschaft des Buchs

widersprochen. Die Autoren haben unmittelbar aus dem Arabischen ins Englische übersetzt, und darauf basieren meine Übertragungen. Die Lautschrift ist selbstverständlich für den deutschsprachigen Raum angepasst worden. Wer die Beispiele in Kapitel 3 (Leitfaden zur Aussprache) überfliegt, wird es damit leicht haben.

Auf ausdrücklichen Wunsch der Autoren werden auch in der deutschen Ausgabe die männliche wie die weibliche Form verwendet. Eine höfliche Erklärung (oder Entschuldigung) ins Vorwort zu schreiben und es dann bei „Allah“ und „Er“ zu lassen, ist die eine Sache; fortwährend daran zu erinnern, dass jeder einzelne der heiligen Namen der, die und das einzig Seiende in der jeweiligen Ausprägung ist, kann zu Umdenken führen und Jahrtausende alte Prägungen und Qualitäten des Erlebens behutsam lockern.

Wer das Englische und das Deutsche im Vergleich liest, wird kleine Textänderungen bemerken: Einfügungen, die helfen sollen, kulturelle Unterschiede im Allgemeinwissen zu überbrücken, damit das Buch durchweg gut lesbar ist, in welchem Kulturraum auch immer es erscheint.

Mein tiefer Dank gilt Pir Shabda Kahn für die Initiative zum englischsprachigen Werk und für seine Unterstützung der deutschen Ausgabe. Eine großzügige Überbrückungshilfe aus dem Verkauf von „Physicians“ in den USA hat mir sehr geholfen, das Übersetzungs-Retreat zu finanzieren.

Mein Sufi-Lehrer, Murshid Wali Ali Meyer hat stellvertretend für die Autoren eine unvorstellbare Anzahl von Fragen beantwortet, sein Beitrag zur inneren Qualität dieser Ausgabe ist von unschätzbarem Wert.

Schließlich möchte ich zu jenem inneren Kreis kommen, der mich durch diese Zeit hindurch unterstützt hat: Andreas Seebass als Deutschlehrer hat den Übersetzungsprozess über den gesamten Zeitraum mit Hingabe und Geduld begleitet. Philip Noor Habib Gulliver und Lisa Khaliqa Ohntrup waren während meiner Arbeit am Buch täglich erreichbar und haben mich auf vielen Ebenen unterstützt. Mein Dank geht an Tawwaba Bloch, zutiefst vertraut mit dem Buch, für ihren Enthusiasmus, ihre Liebe und Sachkenntnis. Mit Dr. Petra Knapp, Psychotherapeutin, Autorin und mit dem Sufismus vertraut hat sich aus der gemeinsamen Begeisterung für dieses Buch eine wunderbare Korrekturlese-Brieffreundschaft entwickelt. Während der europäischen Ruhaniat-Sommerschule 2014 haben sich zu meiner Freude viele Teilnehmende mit unterschiedlichen Kompetenzen zu Korrekturlesungen bereiterklärt. Dem verdanke ich wichtige Anregungen und eine wohlthuende Zusammenarbeit.

Zuletzt erwähnt und dennoch unendlich wichtig: Mein persönlicher Freundeskreis auf zwei Kontinenten. Danke für euren kraftvollen Beistand, für alle inspirierenden, unterstützenden, heilsamen Gespräche über diesen langen Zeitraum.

Ich wünsche allen Lesenden jene Augenblicke, die auch ich während meiner Arbeit so sehr genossen habe: lachen, erkannt sein, berührt und mit tiefer Selbsterkenntnis beschenkt werden - Nahrung auf dem Weg für unsere Reise des spirituellen Erwachens zur höchsten Wirklichkeit und wahre Medizin für unsere tiefe, umfassende Heilung.

Wajida Jamila Michaela Pape, Aachen im November 2014

A vertical decorative border on the left side of the page, featuring a dark, marbled background with intricate, light-colored, branching patterns.

Allah

۹۹

# Kapitel 1



## *Im Namen Allahs beginnen*

Die Worte „Allah“ und „Gott“ beziehen sich auf die unaussprechliche Realität, die Essenz aller Dinge. Allah umfasst alles, und seine Existenz hängt von nichts ab. Dieser absolute Zustand wird *dhat* genannt (oft als *zat* transkribiert). Das ist die Essenz aller Namen.

Es ist die Beziehung zwischen der göttlichen Essenz und den göttlichen Attributen, mit der wir uns auseinandersetzen. Die *sifat* oder die Attribute Allahs haben in sich keine unabhängige Existenz. Sie existieren nur als differenzierte Aspekte Allahs. Sie sind weder mit der Essenz identisch, noch sind sie von ihr verschieden.



All die göttlichen Namen, die wir in diesem Buch betrachten werden, sind in diesem einen Namen, Allah, enthalten. Die 99 Namen sind Manifestationen der Qualitäten Allahs, und während du in die Attribute tief hineingehst, wirst du zur Essenz geführt, denn die Attribute sind Manifestationen der Essenz. Durch dieses Instrument kannst du vollkommen zum essenziellen Namen, der einzigartig ist, erwachen.

Ein ähnlicher Prozess ereignet sich, wenn jemand in der Musik die Tonleitern erlernt. Alle Noten der Tonleiter sind Manifestationen der Hauptnote oder des Grundtons. Sänger lernen etwas über den Grundton, indem sie einen Ton singen, der diesem Grundton zugeordnet ist, denn der zugeordnete Ton ist im Grundton vollkommen gegenwärtig.

Das Wort „Allah“ kommt einigen Gelehrten zufolge von der Wurzel *waliha*, und diese Wurzel verbindet die enorm weiten Vorstellungen von totaler Liebe und „leidenschaftlich sein“ – jenseits aller Einschränkungen des Verstandes. Wenn wir diese kombinieren, so kommen wir zu der Wortbedeutung: „Sich wie verrückt verlieben, sich schlichtweg auflösen in irrsinniger Sehnsucht.“

Eine weitere Kostbarkeit offenbart sich, was den Sinngehalt betrifft, wenn wir dem Satz *la 'ilaha 'illa allah* nachgehen. Auf der höchsten Ebene bedeutet *la 'ilaha 'illa allah*: „Es gibt keine Existenz außer Allah“. Die grundlegende Bedeutung des arabischen Wortes für Existenz, *wujud*, ist „eine Reise zur Ekstase“. Die arabischen Worte für „Ekstase“ und „finden“ stammen beide von derselben Wurzel wie „*wujud*“ ab, von dem Klang W-J-D.

Das alles führt uns zu der Bekräftigung: „Nichts existiert außer Allah, deren/dessen Existenz reine Ekstase ist, und Ekstase ist nirgends zu finden außer in der rückhaltlosen Ekstase völliger Sehnsucht und Liebe.“ Auf diese Gedanken verweist die eine Wurzel, *waliha*, und diese Herleitung mag sehr wohl etwas sein, was die meisten Leser in Bezug auf das Wort „Allah“ noch nicht gehört haben. Die Herleitung dieser Wurzel für das Wort Allah ist nicht wirklichkeitsfremd, sie ist in vielen Lexika zu finden (siehe Literaturhinweise für die empfohlenen Wörterbücher arabisch-englisch).

Der Name Allah ist außerdem ein Klang, und als solcher besteht seine tatsächliche Bedeutung darin, die unaussprechliche Essenz hinter all den Namen hervorzurufen und auf diese zu verweisen. Der Klang, den du hervorbringst, wenn du Allah sagst, stellt den größten Namen oder den hundertsten Namen dar, der selbst keinen Klang hat. Das Bestreben, den einen Klang zu finden, den größten aller Namen, erweist sich nicht als allzu wichtig. Was von höchster Bedeutung zu sein scheint, ist, dass wir den Klang „Allah“ und die Klänge all der wunderbaren Namen Allahs sich wiederholend singen, um eine direkte Erfahrung der Essenz, die der größte Name ist, hervorzurufen.

Ein anderes faszinierendes Thema ist die Kombination der Klänge, die in dem Wort „Allah“ gebraucht werden. Es gibt zwei Silben: „Al“ und „lah“. *Al* ist Bejahung. Es ist im Arabischen der bestimmte Artikel. Wenn wir uns beispielsweise auf eine Person als „der geistige Pol“ beziehen, so sagen wir *al-qutb*: der/die *qutb*.

„La“ ist Verneinung, das Wort für „nein“. Wenn du die Klänge für Bejahung und Verneinung zusammen hervorbringst, so verweist dies auf etwas, das jenseits der Ratio ist. „Allah“ bejaht und



verneint gleichermaßen. Es ist wie ein Zen-Koan. Bedenke das Koan des sechsten Patriarchen, Hui Neng: „Denke weder an das Gute, noch an das Böse, sondern sag mir, was dein ursprüngliches Gesicht war, bevor deine Eltern dich gezeugt haben.“

Bejahung und Verneinung können als etwas betrachtet werden, das einander ausschließt. Indem man Bejahung und Verneinung zusammenbringt, kann man einen stillen Punkt erreichen, der beide Teile einschließt und über sie hinausgeht. Dieser stille Punkt ist ein Zugang zum Göttlichen, zu Allah.

Allah (Gott) ist Gegenwart, jenseits aller Bejahung oder Verneinung. Es bezieht das Negative und das Positive ein, die Abwesenheit und die Anwesenheit, die Leere und die Fülle. Allah ist ein grenzenloser Name, der alle positiven und negativen Aspekte gleichermaßen transzendiert und einschließt.

Das direkte Verkoppeln entgegengesetzter Qualitäten innerhalb des Namens Allah inspiriert zu weiterer Nachforschung. Wenn wir dem Beispiel dieses Aufbaus folgen, so finden wir es für unsere Erörterungen erhellend, offenkundig entgegengesetzte göttliche Namen miteinander zu verbinden, und oftmals gebrauchen wir diese Gegensatzpaare in den Übungen, die wir unseren Praktizierenden empfehlen. Gegensätze paarweise zu ordnen, was von Sheikh 'ibn 'Arabi als *ta-zwij* bezeichnet wird, führt zu Integration und Transzendenz.

Eine solche Methode der Paarbildung ist für alle *'ism-ul-jalal* und *'ism-ul-jamal* effektiv – die Namen der Macht und die Namen der Schönheit. Wenn wir auf solche Weise vorgehen, so werden wir oftmals direkt zur transzendenten Wirklichkeit geführt, und wir mögen *'ism-ul-kamal*, jenen Namen der Vollkommenheit, entdecken, der ein bestimmtes Gegensatzpaar transzendiert und enthält.

Der Atemklang des letzten „h“ von Allah ist der Anfang der heiligen Silbe *hu*. *Hu* geht über die positiven wie auch die negativen Elemente – das *al* und das *la* – hinaus. Das Wort „Allahu“ bildet ein Modell, mit dessen Hilfe man jeden einzelnen Namen des Göttlichen betrachten kann. Die Gegensatz-Paare, die in dem Namen Allah enthalten sind, rufen im Verstand eine gewisse Wirkung hervor und führen zu dem stillen Punkt hin, der das *hu* ist. *Hu* wird das „Geheimnis des Geheimnisses“ oder die „Essenz der Essenz“ genannt, weil es innerhalb des Namens Allah unausgesprochen und in verkürzter Form enthalten ist.

Der Buchstabe „H“ ist der erste Buchstabe des Wortes *hu*, und er wird als das Geheimnis des Geheimnisses des Geheimnisses bezeichnet oder als die Essenz der Essenz der Essenz. Auf diese Weise bildet der Name Allah etwas, das man ein unendliches Fortschreiten nennt. Es ist wie ein sich wiederholender Ablauf, der mit drei Pünktchen endet, was darauf hinweist, dass es ewig weitergeht – Essenz der Essenz der Essenz der Essenz ... Mystiker und Mystikerinnen benutzen oftmals begrenzte Redewendungen, um das Grenzenlose anzudeuten.

Die Sufis nennen den Klang „H“ den Atem des grenzenlosen Mitgefühls, mit dem Gott das Universum erschaffen hat. Die Liebe Gottes ist das Geheimnis des *hu*. In einer heiligen Überlieferung (*hadith qudsi*) des Propheten Muhammed – in einer jener Überlieferungen, in denen er in der



Stimme Allahs spricht – heißt es: „Ich sehnte mich danach, mich selbst zu kennen, deshalb erschuf ich die Himmel und die Erde mit meinem Atem unendlichen Mitgefühls.“<sup>1</sup>

In diesem Namen Allah gibt es noch eine weitere überraschende und ungewöhnliche Dimension – eine, die immense Schwierigkeiten vor allem in der westlichen Gesellschaft auflösen könnte. Dieser Name ist, wie auch das Konzept der Buddha-Natur oder der Erleuchtung, begrifflich darauf festgelegt, dass er sich auf das Absolute bezieht. Er wird als das grenzenlose Unendliche beschrieben. Wenn jedoch nur dieser Aspekt betont wird, so kann diese Betrachtungsweise den spirituell Suchenden in seiner Entwicklung aus dem Gleichgewicht bringen.

Wir möchten betonen, dass der Name Allah auch auf das Prinzip der Individuation hinweist. Das Wort „Allah“ hat eine weitere Form: Es ist nicht falsch, wenn man den Klang als *al-'ilah* zum Ausdruck bringt, das bedeutet: der individuierte Gott. Jawohl, man kann es als „Allah“ aussprechen, wie wir es bisher getan haben, doch in der alternativen Form als *al-'ilah* bedeutet es „der Gott“.

Das Wort wird individuiert. Das *ilah* gibt Individuation zu erkennen, und Individuation ist ein wichtiger Aspekt der Göttlichkeit. Die Bedeutung des Wortes *al-'ilah* kann erfasst werden, wenn man in seinem eigenen Gefühl von Selbst integriert ist und dieses als eine göttliche Manifestation erkennt, die vom wahren Selbst nicht getrennt ist. Es ist wichtig zu erkennen, dass das Wort „Allah“ beides enthält – das Kosmische und das Individuelle. Beides ist Teil der inneren Dynamik des Wortes. Die genaue Anwendung hängt davon ab, was jeweils betont wird.

Wie wir gesehen haben, umfasst der Name selbst Verneinung und Bejahung und vieles andere darüber hinaus. Wenn wir also diesen Namen erforschen, spielen wir mit all diesen Dingen. Wir spielen mit dem individuierten Gott, mit der kosmischen Präsenz, mit Verneinung und Bejahung und mit dem, was darüber hinausgeht. All das strömt durch diese Schwingung.

Das Wort Allah ist auch eine Form; es ist eine visuelle Darstellung. Die Buchstaben haben eine Gestalt. Wenn man es schreibt, ergibt sich eine erstaunliche Gestalt. Es gibt eine Übung, die *irfan* oder *ma'rifah* genannt wird; das bedeutet: Verstehen auf der tiefsten Seelenebene. Es ist eine Meditationspraxis mit der Gestalt dieses Namens. Man schreibt den Namen Allah in Buchstaben aus Licht. Es bildet sich eine Einprägung aus Licht im Zentrum des Herzens, so dass der spirituelle Schüler alles – wo auch immer er hinschaut, welchen Klang er hört, was auch immer als Gedanke aufsteigt – als von Allah kommend, zu Allah gehend wahrnimmt. Sowohl in der arabischen als auch in der hebräischen Sprache geht man davon aus, dass die mystische Gestalt, die für jeden Buchstaben ausgewählt wurde, eine innere Bedeutung hat.

Es gibt eine klassische Sufi-Lehre von den fünf Präsenzen, die beschrieben werden können, indem man den Namen Allah als Grundlage verwendet. Diese Lehre basiert auf den Buchstaben des Wortes: *aliph, lam, lam, aliph, ha*. Von *Aliph* sagt man, dass es sich auf *nasut* bezieht. Das ist das Reich des materiellen Universums, wo die Menschheit sich selbst entdeckt. Das erste *lam* bezieht sich auf *malakut*. Wörtlich bedeutet dies „die Engel“, doch sind in diesem Gefilde Himmel und Hölle und alle unsichtbaren spirituellen Welten enthalten. Das zweite *lam* verkörpert *jabarut* – das



Königreich der göttlichen Macht. Das ist tatsächlich der Ort, an dem wir die Manifestation dieser 99 Namen als Namen erkennen.

Das zweite *aliph* bedeutet *lahut*. Das ist die Welt Allahs, sofern wir imstande sind, Allah zu kennen. Es gibt ein Hadith, in dem es heißt: „Ich bin so, wie mein Diener sich vorstellt, dass ich bin.“ Ob wir uns also vorstellen, dass Gott Jesus, Krishna, der Wind oder das Universum sei: Diese jeweilige Formulierung ist einfach, wie wir uns vorstellen, dass Gott sei oder wie wir ihn idealisieren. Das Reich von *lahut* ist die Wirklichkeit Gottes, wie wir Gott kennen. Es ist, wie wir Gott individualisieren, und gemäß dieser heiligen Überlieferung bestätigt Gott, dass er/sie/es in dieser Form ist. *Hahut*, die letzte der fünf Präsenzen, wird durch den Buchstaben *ha* beschrieben, der für den Gott steht, den wir niemals eindeutig kennen können. Es übersteigt den Verstand. Es ist, was Gott für Gott ist: Gottes Selbst-Erkenntnis.

Die Menschheit hat seit vorsemitischer Zeit, lange vor der mohammedanischen Epoche, den Klang des Wortes „Allah“ als einen Namen Gottes gebraucht. Sowohl Juden, als auch Christen im Nahen Osten gebrauchten „Allah“ als einen Namen für den Einen Gott, und das seit Jahrtausenden. Er wird nicht einzig im Islam verwendet. Weitere Namen mit derselben Wurzel wurden verwendet, wie etwa *Allat* und *Allaha*. Selbst das *El* im Hebräischen ist historisch gesehen dasselbe Wort wie Allah. Diese Darstellung ist nicht weiter hergeholt, als würde man sagen, dass es sich bei dem französischen Wort *magnifique* und bei dem englischen *magnificent* tatsächlich um dasselbe Wort handelt.

Wenn wir einfach den Klang des Wortes „Allah“ betrachten, so werden wir feststellen, dass der anfängliche Klang A ein natürlicher Herzschlag ist. Er weitet sich ins Universum, ins Grenzenlose. Der Klang „L“ in Allah ist ein Schimmern oder Prickeln im Herzen, das *wujilat* genannt wird. Der Klang „LLLLL“ in der *dhikr*-Praxis (d.h.: sich durch die Rezitation des Namens an Allah erinnern) hat diese Wirkung auf das Herz. Auf diesen durchdringenden Klang bezieht man sich manchmal als „schimmerndes Wesen“. Dann sagt man wieder „A“, was im Herzen Befreiung bewirkt – die Entspannung des Herzens.

Somit wird das Schimmern ins Herz gebracht und strömt von dort wieder aus. Und schließlich spricht man den Klang „H“ aus, den Anwärter, den Atem-Klang. Es ist der Klang grenzenlosen Mitgefühls und der Anfangsbuchstabe von *hu*, das über alle Qualitäten hinausgeht. Der Buchstabe „h“ (*ha*) ist im Arabischen als ein Kreis dargestellt, und auch diese Form ist ein Symbol für das Unendliche.

Der Klang ist eine universelle Sprache – wie auch immer er in ein vorgegebenes Alphabet transkribiert wird – und dem Mystizismus des Klangs wird in unseren Nachforschungen ein wichtiger Platz eingeräumt werden. Was wir betonen wollen, ist, dass die Göttlichen Namen erschaffen und dass sie immer weiter damit fortfahren, zu erschaffen. Das geschieht jenseits der linguistischen Bedeutungen, die wir ihnen zuschreiben. In diesem Sinn ist heilige Sprache jene Sprache, die sich in Übereinstimmung mit der Klangwirkung entwickelt. Man kann ohne weiteres behaupten, dass die Definitionen zustande kamen, nachdem die Wirkungen der Klänge entdeckt worden waren.



Es ist nur ein Teil der Geschichte, die erzählt werden muss, dass der Qur'an ein verschlüsseltes Buch ist, das die 99 schönen Namen Gottes in Arabisch enthält. Das universelle Wesen jedes göttlichen Attributs kann durch die verschiedenen Ebenen des Klangs aufgezeigt werden, die in jedem Wort zu finden sind. Eine Veranschaulichung hierzu findet sich in dem Hadith, in dem es heißt, manchmal habe der Prophet Muhammed die Offenbarung des Qur'an als Glockenläuten gehört, manchmal als das Summen von Bienen oder als das Singen der menschlichen Stimme.

Die Sufis sagen, dass wir – hätten wir Ohren, um zu hören und hörten wir mit einem offenen Herzen – die tieferen Klänge und die universelle Botschaft, die in jedem arabischen Wort im Qur'an enthalten ist, tatsächlich hören, interpretieren und verstehen könnten. Das geht weit über bestimmte Bedeutungen auf den üblichen denotativen oder konnotativen Ebenen (d.h. Kernbedeutungen und hinzukommende Eigenschaften/Assoziationen) hinaus. Dies ist ein Hinweis darauf, warum der Qur'an der „Ozean der Bedeutungen“ genannt wird, in dem jeder Vers hunderte und tausende Ebenen der Interpretation umfasst.

Als Qur'an oder als die Rezitation werden lediglich die äußeren Ebenen der Wortbedeutungen benannt. Ist jedoch das Herz für die inneren Ebenen der Bedeutungen geöffnet, so wird dies *al-furqaan* genannt – unterscheidende Weisheit. Die tiefsten Bedeutungen nennt man *al-nujmaan*, das heißt: Das Licht eines Sternschnuppen-Schauers. Diese mystischen Erfahrungen werden als ein Lichter-Regen erfahren, der vom Himmel direkt in das menschliche Herz fällt. Es ist dieses mystische Licht der direkten Erfahrung, das jeder Schöne Name auf der tiefsten Ebene übermittelt.

Alle Namen des Absoluten enthalten das essenzielle Licht – ob in Sanskrit, Pali, Hebräisch, Griechisch, Aramäisch, Arabisch oder in einer anderen heiligen Sprache. Das belegt der Qur'an-Vers: „Wir machen keinen Unterschied zwischen den Büchern oder den Propheten, die sie bringen.“<sup>2</sup>

Der Grund dafür, dass zwischen den heiligen Büchern nicht unterschieden wird, ist der, dass sie alle auf dieselbe essenzielle Wirklichkeit verweisen. Und das ist wahr, denn sie kommen alle aus derselben Quelle, die die „wohlverwahrte Tafel“ (*'al-lawh 'al-mahfuudh*) genannt wird.

Dieses Symbol, das auch „Mutter des Buches“ (*'umm-ul-kitab*) genannt wird, verkörpert die universelle Botschaft der Einheit, die jedes heilige Buch auf seiner tiefsten Ebene enthält, und die wahre Herkunft. Ebenso wie alle Kinder einer Mutter von einem Standpunkt aus betrachtet unterschiedlich sind, so „enthält“ jedes Kind, von einem anderen Standpunkt aus gesehen, dieselbe Mutter in seiner eigenen Weise.

Die Tatsache, dass die „wohlverwahrte Tafel“ in Sanskrit, Hebräisch, Griechisch, Arabisch usw. gelesen wurde, ist ein historischer Zufall. Derartige Lesungen fanden einzig zu dem praktischen Zweck statt, mit Menschen zu kommunizieren, die derselben Zeit und demselben Ort angehörten. Wenn sich auch heilige Texte in mancher Weise voneinander unterscheiden – wie die Töchter einer Mutter – so enthüllt jedes Buch, von einer tieferen Perspektive aus betrachtet, die universelle Botschaft in seiner eigenen besonderen Weise.

Ebenso wie das Neue Testament das Alte Testament aufnimmt, nimmt der Qur'an jene Bücher auf, die ihm vorausgegangen sind. Die Wurzel für Qur'an, Q-R-A, bedeutet „versammeln“ ebenso



wie „rezitieren“. Die wichtigste Aufgabe des Qur'an bestand darin, zu versammeln und zu bestätigen, was vorher geschehen war. Als Ganzes betrachtet, versammelt der Qur'an all die heiligen Zeichen in den Himmeln und auf der Erde. Das Wort für ein Kapitel im Qur'an, *ayat*, bedeutet unter anderem „Zeichen“. Auch in dem Buch, das die Natur selbst ist, haben wir eine Sammlung von Zeichen. Jedes Zeichen ist ein Name Gottes.

Interessanterweise gibt es für jeden arabischen Konsonanten – je nachdem, welches Selbstlaut-Zeichen ihm hinzugefügt wird, sieben verschiedene Möglichkeiten, ihn auszusprechen. Der Qur'an, wie er ursprünglich transkribiert ist, wurde, wie auch die hebräische Torah, ohne jegliche Selbstlaut-Zeichen verfasst. Die Selbstlaut-Zeichen an sich wurden als heilig betrachtet. Später entschied man, um Verwirrung zu vermeiden, die Zeichen in Arabisch voll auszuschreiben. Wir können jedoch die zahllosen Möglichkeiten betrachten, die in dem Buch ohne die Selbstlaut-Zeichen gegenwärtig sind – als einen weiteren Hinweis auf dessen universelle Botschaft.

Der Prophet Muhammed sagt: „Alle Schöpfung, alles was ist, ist im Qur'an enthalten. Und der gesamte Qur'an ist in der Eingangs-Sure, *al-Fatiha*, verdichtet. Die gesamte *al-Fatiha* ist zusammengefasst in *Bismillah ar-Rahman ar-Rahim*.“ Später sagten die Sufis, all dies könnte in dem Punkt unter dem „B“ von *Bismillah* komprimiert werden. Alle spirituellen Traditionen haben eines gemeinsam: Die universelle Einheit des Seins, und das wird durch einen Punkt zum Ausdruck gebracht. Es gibt einen grenzenlosen Kreis, doch innerhalb des Kreises gibt es den Punkt der absoluten Einheit. Er enthält alles. Was auch immer in heiligen Schriften verfasst werden kann und was darüber hinausgeht – all das erhält man, wenn man diese Punkte aufreht.

*Bismillah* kann wörtlich bedeuten: „Ich ersehne den Schutz im Namen Allahs“. Die tiefere Bedeutung würde jedoch besser in den Worten zum Ausdruck gebracht: „Indem ich *bismillah* sage, rufe ich die Gegenwart, die Verwirklichung Allahs an.“ So betrachtet, erweisen sich die 99 Namen als Anrufung oder Invokation. Sie sind eine Invokation der Gegenwart Allahs durch unterschiedliche Namen, als verschiedene Qualitäten und in verschiedenartigen Ausstrahlungen.

Das, was den gesamten Diskurs durchzieht, ist der Klang. Selbst die Wurzel *'ism* bedeutet „Klang“. Wir beginnen im Klang. Dasselbe finden wir im Hebräischen, und zwar in dem Wort *shem*.

Das Wort für „Himmel“ im Hebräischen ist *shemayim*. *Shem* bedeutet „Klang“ oder „Name“. Das, was als Himmel bezeichnet wird, ist der Ort, an dem der Name fließt.

Als Reisende auf dem spirituellen Weg streben wir danach, beides zu erfahren: Die Manifestation Gottes und die Transzendenz Gottes als eine Einheit. Die meisten von uns sind in dem Stadium gefangen, in dem wir die Manifestation des Universums und all seiner Formen als etwas Getrenntes erfahren. Doch die Manifestation ist nicht wirklich getrennt. Sie ist individualisiert, nicht getrennt. Alle Manifestation wird von derselben Wirklichkeit durchdrungen. Das Begrenzte und das Absolute existieren untrennbar.

Auf der Ebene des Absoluten kann man völlige Einheit erfahren. Es dürfte im philosophischen Sinn vollständiger sein, wenn man gleichzeitig bekräftigt, dass sowohl Manifestation als auch Transzendenz tatsächliche Wirklichkeit sind; dass weder Manifestation noch Transzendenz die



tatsächliche Wirklichkeit sind, und dass völlige Einheit die tatsächliche Wirklichkeit ist. Wir können dankbar sein, dass es Realisation gibt – jenseits dieser intellektuellen Formeln. Wenn es darum geht, diese einende Betrachtungsweise zu erlangen, so ist die Natur des Herzens maßgeblich.

Sheikh Junaid lehrt, dass die wundervolle Qualität des Herzens darin besteht, dass es zu „brennen“ imstande ist. Das Herz kann sich dem *nafs* zuwenden und eine Trennung wahrnehmen, und es kann sich zum *ruh* wenden und völlige Einheit sehen. Sowohl *nafs*, als auch *ruh* bedeutet „Seele“. Manchmal werden diese als niederes Selbst (Ego) und höheres Selbst, als tiefere und höhere Seele bezeichnet, doch beide Worte bedeuten Seele.

Das Schöne an der Natur des Herzens ist, dass es die Trennung und die Einheit der Seele gleichzeitig betrachten kann. Es kann beide Aspekte sehen, wie sie gleichzeitig wirksam sind. Das Herz hat die Kapazität, beides gleichzeitig aufzunehmen: Deine Erfahrung, von Gott getrennt zu sein und deine Verbindung mit der Quelle. Aus diesem Grund – seiner annähernd grenzenlosen Kapazität wegen – ist das Herz im Sufismus so wichtig.

Es gibt eine heilige Überlieferung, die Allah bekräftigen lässt: „Himmel und Erde können mich nicht umfassen, aber das Herz meines liebenden Dieners kann es.“ Alles ereignet sich innerhalb der Sphäre des Herzens. Es ist der grenzenlose Herzensraum, in dem die Möglichkeit existiert, das Begrenzte und das Absolute zu integrieren.

Es gibt ein vielzitiertes heiliges Hadith, in dem man die Stimme Allahs sagen hört: „Ich war ein verborgener Schatz und sehnte mich, erkannt zu werden.“ Was könnte das bedeuten, wenn man sagt, dass die alles durchdringende Wirklichkeit verborgen ist?

Eine mögliche Antwort ist, dass der verborgene Schatz das nicht-manifeste Potenzial ist. Nimm zum Beispiel das weiße Licht der Sonne. Wenn man ihr klares Licht durch ein Prisma führt, beginnt es, sich aufzuteilen. Auf diese Weise geschieht es, dass du die äußerste Schönheit und Majestät der Differenzierung zu Gesicht bekommst. Zuvor war das einzige, was man kennen konnte, die reine Essenz, die alle Möglichkeiten in sich trug. Doch Potenzial bleibt einfach Potenzial, wenn es nur als Essenz betrachtet wird. Es hat sich noch nicht in all seine Möglichkeiten differenziert und ist noch nicht dahin gelangt, sich selbst in einer vollständigeren Weise zu kennen.

Wir können sagen, dass all das ein göttliches Liebesspiel ist. Allah hat sich verliebt, um erkannt zu werden. Wenn es heißt, er verliebte sich in die Potenziale, die er/sie/es sich ausgemalt hat, so bedeutet dies, dass er/sie/es sich differenzierte. Die verschiedenen Qualitäten haben sich noch nicht manifestiert, doch die Keime der Manifestation sind schon Gegenstand der göttlichen Liebe geworden.

Heilige Klänge können auf das Universum wirken, indem sie das gesamte universelle Feld aktivieren. Das Absolute ist wie ein klarer Raum, wie klare Leuchtkraft. Nimm zum Beispiel ein Glas klaren Wassers. Wenn du einen Tropfen Kirsch-Konzentrat hineingibst, so wird es rot, wenn du einen Tropfen Minze nimmst, so wird es grün. Wenn du einen bestimmten Klang hineingibst, so schwingt das ganze Wirkungsfeld des Absoluten mit und offenbart dadurch die Abstufungen der wahren Bedeutung eines jeden Göttlichen Namens.



Die *sifat*, die Göttlichen Qualitäten sind Heilverordnungen von Klängen, und sie stehen in einem historischen Zusammenhang. Wie wir aus verschiedenen Hadithen nachvollziehen können, wurden sie in der Zeit des Propheten Muhammed in diese 99 Namen gegliedert. Was wissen wir über ihre Geschichte vor jener Zeit? Vereinfacht ausgedrückt, wurden all diese speziellen Kräfte, wie etwa die Kräfte, die in ar-Rahman, ar-Rahim und anderen Namen verkörpert sind, als Gottheiten betrachtet, die voneinander unabhängig sind und für sich selbst stehen. Das ist Polytheismus. Polytheismus kann als unverfälschte Mannigfaltigkeit gesehen werden. Es ist die Vorstellung von einer Mannigfaltigkeit ohne eine alles durchdringende Einheit.

Die Veränderung, die der Prophet Muhammed brachte und die als Wiederbelebung der alten abrahamitischen Tradition, der Tradition der *hanifah* gesehen wurde, war es, die Vorstellung eines unverfälschten, vereinigten Bewusstseins zu erneuern. Dies zu verstehen bedeutet: Man sieht, dass die Göttlichen Namen keine voneinander unabhängigen Existenzen sind. Sie sind, wie 'ibn 'Arabi sagt, Wechselbeziehungen oder *nisab*. Sie beschreiben Wechselbeziehungen innerhalb der Einheit der Existenz. Folgerichtig sind die Göttlichen Namen allesamt Türen zu einer einzigen Wesenheit – zu Allah.

Die Namen beschwören Beziehungen herauf, die die Gegenwart Gottes enthüllen. Sie beschreiben beispielsweise die Beziehung des/der Liebenden mit der/dem Geliebten. Dies ist eine Beziehung zwischen zwei individualisierten Aspekten eines einzigen Ganzen; es ist nicht eine Beziehung zwischen zwei Dingen, die grundsätzlich oder ihrem Wesen nach voneinander getrennt sind. Demnach war die große Veränderung, die von Muhammed herbeigeführt wurde, die Rückkehr zur grundlegenden Einheit.

Im Vajrayana-Buddhismus geschieht etwas Ähnliches: Im tibetischen Buddhismus gibt es mannigfaltige Gottheiten (*vidam*). Wenn jedoch tibetische Buddhisten die spirituelle Übung einer dieser Gottheiten praktizieren, so gibt es ganz zum Schluss eine Phase, die unerlässlich ist und in der die Verkörperungen der Gottheiten als unwirklich oder substanzlos erkannt werden. Die Praktizierenden lösen und klären die Gottheiten in das hinein, was *dharmakaya* genannt wird oder was die Sufis Allah nennen. Alles löst sich in das Formlose auf, genau so, wie die Göttlichen Namen sich alle in Allah auflösen. Vom Standpunkt der alles durchdringenden Wirklichkeit aus betrachtet, sind die tibetischen Gottheiten letztendlich unwirklich/substanzlos. Dies erscheint uns einfach als ein anderer Weg, um zur selben Wahrheit zu gelangen.

Das wollen wir nun in persönlichen Worten beschreiben: Du bist anderen als so-und-so bekannt, und wir könnten sagen, dass dieser Name für deine Essenz steht. Dann jedoch beschreiben wir dich genauer – als Mutter, Ehefrau, Mathematikerin usw. Diese Namen sind nicht verschiedene Dinge, die dir beigelegt werden; sie sind deine Attribute. Sie beschreiben unterschiedliche Verknüpfungen deiner Existenz. In der gleichen Weise stellen die heiligen Namen zahllose, höchst facettenreiche Verknüpfungen dar, die Allah im Universum hat.

Wir sagen, es gäbe 99 Namen, was als „hundert minus eins“ tatsächlich ein Code für Unendlichkeit ist. Einhundert ist eine Zahl, die Vervollständigung zum Ausdruck bringt. Neunundneun-



zig weist in einer begrenzten Weise auf einen grenzenlosen Strom hin; daher braucht es uns nicht zu überraschen, dass es mehr als 99 Namen gibt, die als Namen Gottes anerkannt sind. Zudem sagen die meisten Mystiker und die Sufis, alle Namen seien Namen Allahs. Es geht nur darum, dass die ganz bestimmten göttlichen Namen, die im Qur'an verschlüsselt sind, in dieser Tradition hervorgehoben wurden, um durch Aufzählen auf das Grenzenlose zu verweisen.

Historisch betrachtet sind die Namen Allahs immer als Heilmittel für ein Dasein in Krankheit und Trennung, in Gewohnheiten und Verwirrung angewendet worden. Auch wurden sie – historisch gesehen – als eine Hilfe angerufen, um das Bewusstsein für das Göttliche zu erwecken. Über die Jahrhunderte hinweg waren die Namen ein spirituelles Arzneimittelbuch, das von Menschen genutzt wurde, die wahre Heilerinnen und Heiler des Herzens waren. Viele Sufis haben gesagt, dass die Namen Heilung für jegliche Krankheit seien.

Es gibt einige schöne Überlieferungen des Propheten Muhammed, in denen als Übung empfohlen wird, die ganze Liste zu rezitieren. Es heißt, dass – wer auch immer die Namen einzeln benennt – indem sie oder er die ganze Gruppe von Namen singt, großen Nutzen daraus ziehen wird. Es gibt einige wenige Varianten der Namen, selbst auf diesen Listen. Wir haben die weitestgehend akzeptierte Darstellung abgedruckt, wie der Prophet von der Rezitation aller Namen spricht (siehe Anhang).

Das Wunderbare an der gesamten Liste der 99 Namen ist, dass wir, während wir natürlich jeden einzelnen Namen anrufen können, diesen niemals von Allah trennen können. Wir müssen uns fortwährend daran erinnern, dass die Göttlichen Namen, wie Sheikh 'ibn 'Arabi es beschreibt, ein Geflecht ineinandergreifender Beziehungen mit dem Göttlichen sind und dass sie niemals voneinander isolierte Wesenheiten sein können.

Im Göttlichen Arzneimittelbuch der Namen kann jeder Name als ein Heilmittel für einen Zustand oder für eine ganze Reihe von Beschwerden angewendet werden. Wie auch immer – wir verordnen im Allgemeinen die Invokation eines Paares von Göttlichen Namen, die eine innige Beziehung miteinander haben. Für einen Heiler des Herzens ist es beispielsweise wichtig zu wissen, dass ein Name, will man seine Wirkung verstärken, möglichst zusammen mit einem Namen gesungen werden sollte, der dessen Gegenteil zum Ausdruck bringt. Es ist außerdem wichtig, dass wir uns merken, dass Namen mit einander ähnlichen göttlichen Qualitäten in einem systematischen Wachstumsprozess oftmals zusammenwirken.

Die Bezeichnung für die spirituelle Praxis der Anrufung der Göttlichen Namen als Gebet ist *Wazifa*. Unsere gesamte, über Jahre gehende Konversation, die wir das „Wazifah-Projekt“ nannten, hat begonnen, als wir uns einig waren, dass das in englischer Sprache verfügbare Material unzureichend ist. Eine der Beschränkungen in dem, was zum Thema erhältlich war, ist, dass es kaum je Beziehungen zwischen den Namen aufzeigte.

Aus unserer Sicht ist es ziemlich dumm, in manchen Fällen sogar ein bisschen unverantwortlich, sich lediglich die 99 Namen mit einer Seite pro Name vorzunehmen. Die Namen laden dazu ein, gruppiert zu werden. Tatsächlich kann es in einigen Fällen spirituell gefährlich sein, nur einen



Namen eines Gegensatzpaares zu rezitieren, denn auf der Ebene der menschlichen Psychologie ist die Zielvorstellung einer Arbeit mit den 99 Namen das Hineinwachsen in eine integrierte Ganzheit.

Einfachheitshalber haben wir ein Kapitel eingefügt (Kapitel 5), in welchem wir kurze Zusammenfassungen jedes Namens mit Querverweisen anbieten. Im Hauptteil dieser Arbeit behandeln wir die göttlichen Namen als Teile von Familien oder Clustern (Gruppen). Wenn man die Tiefen der Bedeutung dieser Göttlichen Qualitäten erforscht, so ist es sehr hilfreich, sie in Beziehungsgruppen zu betrachten. Tatsächlich kommen alle Göttlichen Namen in verschiedenen Clustern von Bedeutungen vor.

Wenn man in Betracht zieht, was *Omnipräsenz* in der Theologie bedeutet, so heißt dies, kurz zusammengefasst: eine grenzenlose Gegenwart. Das in Worte zu fassen ist nicht einfach. Doch indem wir all die Göttlichen Namen, welche die Eigenschaft der Allgegenwärtigkeit haben, gemeinsam in einem Cluster gruppieren, finden wir eine neue Art und Weise, zu einem Verständnis dieser Göttlichen Qualität zu gelangen. Wir können dabei zu Einsicht nicht nur in die Natur dieses Göttlichen Clusters und in eine vollständigere Bedeutung von Allgegenwart gelangen; indem wir jeden Namen in Beziehung zu einem Familien-Cluster betrachten, werden die spezifischen Bedeutungen außerdem klarer differenziert. In diesem Buch verwenden wir durchweg die Vorgehensweise des In-Beziehung-Setzens.

Es gibt verschiedene Arten, die alle von Bedeutung sind, wie die 99 Namen in einer ihrer Natur gemäßen Beziehung zueinander betrachtet werden können. Wir gruppieren die 99 Namen nach

1. Bedeutungen (ähnlich oder entgegengesetzt)
2. Wurzeln (Artverwandschaft)
3. Kontext und Häufigkeit, mit der sie im Qur'an gemeinsam erscheinen und
4. allgemeiner Bedeutung der jeweiligen Form, die durch den Sound Code festgelegt wird, der in die grammatische Struktur der arabischen Sprache eingebettet ist.

Diese Beziehungs-Familien der Göttlichen Namen treiben uns voran – einem vollständigeren Verstehen entgegen. Aus ihnen ergibt sich eine wunderschöne Entdeckungsreise, und wir laden euch aufrichtig ein, euch dieser anzuschließen. *Bismillah ar-rahman ar-rahim*.

A vertical decorative border on the left side of the page, featuring a dark background with intricate, light-colored floral or geometric patterns.

Bismillah  
ar-rahman  
ar-rahim

## Kapitel 2



### *Unsere psychologische Perspektive*

**D**ie heiligen Namen Allahs bieten uns, sobald ihr inneres Potenzial einmal erkannt worden ist, ein Heilmittel für jede einzelne menschliche Unzulänglichkeit. Sie sind in der Tat der Schlüssel, um unser gesamtes menschliches Dilemma zu überwinden. In diesem Buch konzentrieren wir uns durchgehend darauf, spezifische Anwendungen der Namen als göttliche Heilmittel darzustellen. Wenn jene, die wir „Heilerinnen und Heiler des Herzens“ nennen, sie mit Weisheit anwenden, so bieten die Namen ein umfassendes Angebot geeigneter Werkzeuge zur psychologischen Heilung. Wo Lernende Wegbegleitung suchen, da werden die Namen zu einem Gefäß für heilsame Weisheit.



Jeder vollständige psychologische Ansatz sollte einen klaren Pfad beschreiben, auf dem das menschliche Wesen erfolgreiche Integration erreichen kann; er sollte sich zudem mit dem typischerweise verletzten und entfremdeten Zustand unserer Ego-Strukturen befassen. Menschliche Wesen identifizieren sich in jeder Schicht der Psyche mit einem Konzept von „Selbst“, das sie selbst konstruiert haben. Diese falsche Vorstellung von „Selbst“ gruppiert und ballt sich um ein intensives Gefühl des Verletzt-Seins herum – um einen Eindruck herum, der im Ego abgespeichert ist.

Jeder Name Gottes und jedes Beziehungs-Cluster (oder jede Familie göttlicher Namen) bietet eine einzigartige Gelegenheit für psychologisches und spirituelles Wachstum. Da unsere psychologische Perspektive in die Diskussion der jeweiligen Namen und der Cluster von Namen in diesem Buch durchweg integriert ist, wollen wir diese Perspektive zu Beginn kurz zusammenfassen. Unsere Behandlung des Themas ist hier eher allgemein gehalten; nach und nach wird man aus den folgenden Kapiteln eine vollständigere Sichtweise gewinnen – und zwar dann, wenn man sieht, wie dies jeweils in die Erörterung bestimmter menschlicher Verfassungen hineinspielt.

In der Darstellung des Prozesses vom spirituellen Erwachen sollte die menschliche Notwendigkeit, Individuation zu erlangen, nicht außer Acht gelassen werden. Allzu oft betonen spirituelle Lehrer und Lehrerinnen ausschließlich das Ziel, mit dem Absoluten oder mit der kosmischen Realität zu verschmelzen. Ein solcher Ansatz ist unvollständig und für den Lernenden verwirrend. Wie wir im ersten Kapitel betont haben, sollte der Name Allah sowohl als kosmische, wie auch als individualisierte Realität gesehen werden.

Einige der Hadithe des Propheten Muhammed berichten davon, wie er beobachtete, dass Gott auf dem kosmischen Thron oder Herzensthron besonders schöne Formen annahm: Gott nimmt als Wesen, das einen Individuationsprozess durchlaufen hat, eine begrenzte Form an, die dennoch Vollkommenheit verkörpert. Das ist nicht das kosmische Selbst; es ist das Selbst, das den Prozess der Individuation durchlaufen hat, bzw. das individuiert ist.

*Al-lah* ist das kosmische Selbst. *Al-'ilah* ist das Selbst, das den Prozess der Individuation durchlaufen hat. Dieses ist im Herzen verkörpert. Es ist gewissermaßen ein Strahl der unendlichen Sonne. Diese beiden Formen des Selbst können im philosophischen Sinn als persönlicher und unpersönlicher Gott beschrieben werden. In der Übermittlung spiritueller Lehren in den Westen ist der Aspekt der göttlichen Individuation oftmals zu kurz gekommen.

Wir würden sogar so weit gehen zu behaupten, dass dieser wichtige Aspekt der göttlichen Natur übergangen worden ist. Gott als ein Wesen zu betrachten, das einen Individuationsprozess durchlaufen hat – das ist das Leitmotiv, das die Schale des Egos aufbrechen kann. Wenn die Lernenden einen Weg finden können, sich mit dieser Ausprägung der Individuation zu verbinden, so kann der kosmische Wert von genau diesem Ort des Lichts hinzukommen.

Ironischerweise leiden westliche Menschen oftmals unter einem Mangel an Individualität, obwohl viele von ihnen meinen, dass sie hart an ihrem Individuationsprozess arbeiten. Was geschieht, ist, dass die Menschen dazu neigen, isoliert zu sein und den Zustand der Isolation mit



dem Prozess der Individuation verwechseln. Diese falsche Vorstellung wird im Helden des Westernfilms idealisiert, der allein dem Abendrot entgegengeht. Individualität ist unerlässlich, doch wenn du dich in deinem konstruierten Gefühl von „Selbst“ isolierst, so wirst du dich infolgedessen getrennt und verunsichert fühlen. Ob im Osten oder im Westen – solche Trennung in den Beziehungen führt zu Leiden.

Wenn Lehrer ihre Schüler und Schülerinnen auffordern, sich an der Dimension der Individuation vorbei direkt dem Absoluten zuzuwenden, dann führt das oft zu einem großen Durcheinander. Die Lernenden versuchen einen Sprung in die Richtung, die der Lehrer vorgibt und haben dabei vielleicht sogar eine Erfahrung des Absoluten; sie sind jedoch anschließend noch verwirrter, weil *Al-'ilah* nicht verstanden worden ist.

Hazrat Inayat Khan betonte den Aspekt der Individuation, indem er in der weithin bekannten Sufi-Invokation sagt, wir sollten uns so ausrichten, dass wir „vereint mit all den erleuchteten Seelen“ sind, die „den Meister, den Geist der Führung verkörpern“. Damit wird ein wichtiges Prinzip anerkannt. Reisende auf dem spirituellen Pfad bestätigen, indem sie sich so ausrichten, dass es nur einen Geist der Führung gibt und viele individuelle Figuren – die erleuchteten Seelen – die da sind, damit wir mit ihnen eins werden können.

Daher werden wir ermutigt, die Realität Gottes als Abraham, als Christus, als Buddha, als Muhammed und andere kennenzulernen. Eine solche Lehre ehrt die göttliche Individuation und ruft sie wach. Wenn jemand sagt: „Jesus ist Gott“ oder „Buddha ist die letztendliche Wahrheit“, so ruft er nach dieser göttlichen Individuation. Wir sollten über diesen Punkt nicht einfach hinweggehen. Es gibt eine Entwicklung. Man sollte sich durch den Prozess der Individuation hindurchbewegen, und das wird es letztlich sein, was ein vollständiges Eins-Werden mit dem universellen kosmischen Absoluten ermöglicht.

Nachdem wir zunächst das Prinzip der Individuation betont haben, wie es in Beziehung zu unserer Suche nach Ganzheit als menschliche Wesen steht, wenden wir unsere Aufmerksamkeit nun der Struktur des menschlichen Egos zu. Die gesamte Egostruktur besteht aus vielen Schichten. In jeder dieser Schichten erscheint das Ego als getrennte und isolierte Realität, und mit dieser Realität hat sich jede und jeder von uns selbst identifiziert – aufgrund dessen, was wir in unserer irdischen Erfahrung vermisst haben und weil wir in unseren Beziehungen verletzt worden sind.

Wir werden einige Aspekte der Ego-Struktur erforschen, indem wir die Wunden untersuchen, unter denen das Ego leidet und auch, indem wir einige sehr zentrale Probleme des Selbstwertes betrachten. So wie wir es sehen, erträgt das Ego hauptsächlich zwei Wunden. Das Ego richtet es wegen der quälenden Empfindlichkeit dieser tiefen Wunden mit großer Entschiedenheit so ein, dass es diese Wunden davor schützt, berührt und dadurch aktiviert zu werden. Die Art und Weise, wie du deine Wunden davor schützt, durch die Erfahrungen deines Lebens berührt zu werden, erschafft und reflektiert deine spezifischen Persönlichkeitsstrukturen.

Es gibt eine bedeutende Wunde der Demütigung, der Scham. Diese wird von deiner gesamten Beziehung mit der Menschheit im Allgemeinen und von deiner Beziehung mit deiner eigenen



Familie im Besonderen verursacht. Kinder fühlen sich oftmals als Versager, weil ihre Eltern etwas Bestimmtes von ihnen gebraucht haben, das sie als Kind nicht haben leisten können.

Ein Kind fühlt sich, wenn es sich diesem Versagen gegenüberstellt, sehr unwürdig und beschämt. Der Vorgang deiner Selbstidentifikation mit diesem Zustand der Beschämung und Isolation beruht auf der Intensität deiner Verwundung. Dieser Vorgang ist ein defensiver Akt. Es isoliert dich allerdings, wenn du dich mit der von dir selbst wahrgenommenen Unzulänglichkeit identifizierst. Wenn du dein Gefühl von „Selbst“ in dieser Weise formst, so trennst du dich von der Freude ab, die eine fortwährende Beziehung zur göttlichen Quelle mit sich bringt – eine Beziehung, die das angeborene Recht jeder Seele ist.

Die zweite Wunde, die tiefste Schicht der Verwundung, wird als Verletzung erfahren, die durch deine Beziehung zu Gott verursacht ist. Es gibt ein tiefgreifendes Gefühl, dass selbst Gott dich aufgegeben hat. An diesem Punkt hast du das Gefühl, fallengelassen worden zu sein, weil du darin versagt hast, deine göttliche Bestimmung zu erfüllen. Du fragst: „Warum hast du mich verlassen?“ Und das Ego gibt seine Antwort darauf: „Etwas kann mit mir nicht stimmen, dass ich mich so sehr im Stich gelassen fühle.“

Menschliche Wesen fühlen sich sowohl durch das Irdische wie auch durch das Himmlische beschämt. Auf der Ebene der weltlichen Beziehungen nennen wir dies das „Familien-Defizit“. Irgendetwas fehlt in eurer häuslichen Gemeinschaft; du hättest es in Ordnung bringen sollen, doch du hast es nicht getan. Mama ist immer noch unglücklich. Papa ist immer noch unglücklich. Kinder glauben, dass sie das, was die Familie wirklich braucht, manifestieren sollten: Sie sollten die liebevollste, die stärkste oder die intelligenteste Person sein. Sie meinen, dass sie das sein sollten, was erforderlich ist, um das Loch zu füllen – was auch immer das sei. Da das eine unerfüllbare Aufgabe ist, empfinden sie Scham.

Sie fühlen sich nicht wert, glücklich zu sein, da sie dieses Defizit in der Familie nicht geheilt haben. Das Ego – oder das einfache Gefühl von „Selbst“ – identifiziert sich im narzisstischen Sinn mit einem machtvollen Gefühl von Defizit und indem es das tut, trennt es sich von der größeren Wirklichkeit. Es trennt sich von der Quelle. Das nennen wir den sekundären Narzissmus.

Der primäre Narzissmus bringt eine wesentlich tiefere Kränkung mit sich: „Ich habe das Göttliche verfehlt.“ Es gibt eine Empfindung, man habe die Bestimmung seiner Seele nicht erfüllt; man habe das, von dem Gott gewollt hätte, dass man es tut, nicht erfüllt. Jede Seele kommt mit einer Bestimmung in die Existenz, die mit dem Kosmos und mit dem großen Sein verbunden ist. Oftmals haben Kinder das Gefühl, dass ihnen nicht erlaubt worden sei, der Bestimmung zu entsprechen, mit der sie auf die Welt gekommen sind. Ihre Umgebung machte es erforderlich, dass sie ihr eigenes Ziel aufgaben, um Mama oder Papa glücklich zu machen.

Infolgedessen haben Kinder das Gefühl, es sei ihnen nie erlaubt gewesen, die Absicht Gottes zu erfüllen und dadurch seien sie nun unfähig, sie zu erfüllen. Sie fühlen sich gleichzeitig ungerecht behandelt und unzulänglich. Sie empfinden, dass man ihnen nicht dabei hilft, das zu erfüllen, wofür ihre Seele hergekommen ist. Vielleicht ist ihre Seele gekommen, um etwas über Mitgefühl zu lernen, doch werden sie in ein Umfeld gestellt, das sie zu Grausamkeit verleitet. Folglich



tragen menschliche Wesen diese Wunde immer weiter mit sich herum und haben das Gefühl, Gott verfehlt zu haben.

Das Ego ist zwischen zwei wesentlichen Hindernissen gefangen. Ein Hindernis ist der Versuch, das „Familien-Defizit“ zu füllen; das führt zu einem Gefühl des Versagens. Das andere Hindernis ist der Versuch, die göttliche Bestimmung zu erfüllen, doch da das Ego versucht, dieses Ziel von einem Ort grundlegender Isolation aus zu erreichen, führt auch dieses Bestreben zu einem Gefühl des Versagens. Da du den Wunsch Gottes nicht erfüllen kannst und auch nicht den Wunsch der Familie, fühlst du dich immer wie ein Versager; du fühlst dich immer unzulänglich, und du bleibst in narzisstischer Weise selbst-identifiziert als der oder die „Geringste unter den Geringen“.

Wenn du einmal in dieser Identifikation steckengeblieben bist, so ist das sehr schmerzhaft. Diese Identifikation loszulassen, sich aus ihrem Griff zu befreien, kann allerdings für dich erst recht einen Albtraum einleiten: Solange du dich mit der Unzulänglichkeit, die du wahrnimmst, identifizierst, fühlst du den Schmerz nicht voll und ganz; er ist gedämpft. Wenn du dich von dieser Identifikation löst, trifft dich der Schmerz in massiver Weise, denn die schützende Schicht deiner Abwehr ist zerbrochen. Dann fühlst du die Scham, die Demütigung. Du empfindest, alle seien besser als du; du seist geringer als alle anderen.

Die tiefste narzisstische Wunde in der Ego-Struktur ist das Gefühl von Versagen und Wertlosigkeit und Scham. Eine solch tiefe Wunde kann letztendlich nur durch Gott-Erkenntnis geheilt werden. Nur durch die gütige Berührung des alles mitfühlenden und alles liebenden Wesens Gottes kann es Heilung geben für deine Entfremdung von der göttlichen Quelle und für deine Scham darüber, dass du in der niedrigeren Identität, in dieser tiefsten Schicht des Narzissmus, steckengeblieben bist.

Etwas Wundervolles ereignet sich, wenn du dich dieser tiefsten Wunde nährst und gleichzeitig den Mut findest, dich nicht gegen die intensiven Gefühle zur Wehr zu setzen, die wachgerüttelt werden, wenn du an diese Wunde herankommst. Dann erscheint die Gnade mit einer heilsamen Berührung der Liebe und der göttlichen Freigebigkeit. Dann fühlt die Ebene des Egos, die das innere Kind umfasst, dass sie oder er immer geliebt ist. Du erfährst, wie du fortwährend von Gott erschaffen wirst. Du wirst wertgeschätzt.

Nun gibt es eine tiefgreifende Empfindung, wie kostbar deine Seele ist, genau hier, in dieser Verkörperung. Es ist ein individuelles Licht der Ermächtigung. Es ist das Licht des Selbstwertes oder des inneren Wertes. Der göttliche Name al-'Aziz bringt solchen wahren Wert zum Ausdruck. Es kommt als Heilungsthema in Kapitel acht (Göttliche Vergebung) und auch an anderen Stellen im Buch vor. Al-'Aziz ist der wahre Wert und die wahre Stärke, die direkt von Gott kommen und keinen Vermittler brauchen. Wahre Stärke kommt aus deinem Gefühl von innerem Wert. Wenn du kein Gefühl für Selbstwert hast, so kannst du dich nicht stark fühlen.

Wenn du dich voller Wert und Bedeutung fühlst, weil du dein Selbst als identisch mit der ewigen Wirklichkeit der Seele erkannt hast, so stellt sich Stärke ein, spontan und von innen kommend. Das ist etwas, das wir schätzen sollten, und es wird uns die Stärke geben, zu sein: Stärke und



Würde, um die göttliche Qualität im Inneren zu beschützen und im Leben ganz und gar zu ehren. Wenn du die Ego-Abwehr aufgibst, so wirst du imstande sein zu erkennen, dass du persönlich nicht die Macht hast, das zu tun, was nötig ist, um die Wunde des Von-Gott-getrennt-Seins zu heilen. Das Morgenrot dieses lichtvollen Selbstwertes erscheint dann, wenn du die Heilung wahrhaft in Gottes Hände übergibst.

Die Psychologen beobachten, dass es einen primären Narzissmus gibt, doch sie wissen nicht genau, wodurch dieser verursacht wird. Das ist so, weil die Psychologen nicht wissen, was im Mutterleib geschieht, und hierin liegt die Antwort. Wir sollten nicht vergessen, dass alle Seelen aus ihrem Ursprung im göttlichen Schoß der Liebe, *rahm*, hervorgehen. Wenn eine Seele in die Inkarnation eintritt, dann wird das irdische Gefilde als eine Art Trennung von der göttlichen Quelle erfahren. Der buddhistische Lehrer Chogyam Trungpa beschrieb die Geburt als eine Art umgekehrtes *Samadhi* – als das genaue Gegenteil der Erfahrung, mit dem Einen zu verschmelzen.

Da die Seele nun ihre Verbindung zum Göttlichen als beeinträchtigt erfährt, ist das Eintreten in die irdischen Gefilde wie ein Eintreten in Getrenntsein. Diese Trennung kann in einem einzigen Moment geschehen, in sehr subtiler Weise, doch sie besteht. Wir können ohne weiteres sagen, dass jede Sünde oder jeder Irrtum aus diesem Getrenntsein vom Göttlichen entsteht. In diesem Sinn entsteht Sünde tatsächlich mit der Geburt.

Menschliche Wesen entwickeln primären Narzissmus aus der Erfahrung des Getrenntseins von Gott. Ist das Ego erst einmal in narzisstischer Weise mit Begrenzung identifiziert, so hält es hartnäckig an dieser begrenzten Identität im Herzen fest. Und dabei bleibt es – welchen Bereich auch immer man aufsucht. Wenn dieses Ego in die Dimension des All-Sehenden eintritt, so ist die Identität, die sich zeigt: „Ich bin blind“, und wenn sie in den Bereich der Macht kommt, so ist die Identität, die dem Ego zu Bewusstsein kommt: „Ich bin schwach“.

Aufgrund dieser narzisstischen Identität ist es sehr wichtig, dass Heilerinnen und Heiler des Herzens den negativen Aspekt verstehen, der sich dann zeigt, wenn jemand an die göttlichen Qualitäten herangeführt wird – sollten sie die göttlichen Namen als Hilfsmittel für psychische Heilung nutzen wollen. Der göttliche Name muss bewusst in die jeweiligen verwundeten Orte in den einzelnen Schichten des Egos hineingeholt werden, so dass schließlich jedes menschliche Wesen das hartnäckige Gefühl von Abspaltung und Getrenntsein überwinden kann.

Jede und jeder von uns mag tausend blinde Flecken haben, doch es gibt einen primären blinden Fleck: Dieser hat mit einem tiefsitzenden Gefühl zu tun, dass es etwas Grundlegendes gibt, das dir fehlt. Wenn deine Seele in die Inkarnation kommt, dann ist sie voller göttlicher Qualitäten. Aufgrund dessen, was in der Familie fehlt, werden einer oder mehrere Aspekte blockiert. Diese können sein: Intelligenz, Kreativität, Mitgefühl, Frieden oder etwas anderes. Solche Blockierungen entstehen, bevor das Ego sich entwickelt; die Verbindung mit diesen Qualitäten geht im Mutterleib und in den ersten Stadien der Inkarnation verloren.

Das Ego hat keine Erkenntnis darüber, welche diese fehlenden Qualitäten im Einzelnen sein mögen. Das Einzige, was das Ego weiß, ist, dass es etwas Grundlegendes vermisst. Es weiß weder,



was fehlt, noch, wie es zu bekommen ist. Im Laufe der Zeit und mit Hilfe des göttlichen Mitgefühls wirst du vielleicht feststellen, dass du diesen blinden Flecken hast, und wenn du die Notwendigkeit anerkennt und indem du dich auf die Reise machst – selbst durch Schmerz und Angst hindurch – kannst du zurückkehren. Das aufrichtige Verlangen, den Weg zurück zur Quelle von allem zu finden, entwickelt sich. Der Schmerz des Getrenntseins erschafft das Verlangen. Und da es erforderlich ist, anzuerkennen, dass du nicht wirklich weißt, was du brauchst, bringt es dich zu wirklicher Demut.

Selbsthingabe ist wichtig. Innere Ganzheit verlangt von jedem und jeder von uns, dass wir für die großherzige Manifestation liebenden Mitgefühls Raum schaffen. Auch das menschliche Leiden dient dem Ziel des Ganzwerdens. Es ist ein Weg, zurückzukehren und ein Mittel, zu erkennen, dass es etwas gibt, das außerhalb deines unmittelbaren Handlungsspielraums liegt. Wenn du weißt, dass es jenseits deiner Fähigkeit zu wissen etwas gibt, so befähigt dich das, das Göttliche hineinzubringen. Anderenfalls würdest du in der grandiosen Sichtweise deines Ego-Selbst festsitzen bleiben und die Gott-Realität praktisch vergessen.

Genauer gesagt, wäre die Rückerinnerung des Selbst oder die Erinnerung an Gott der *dhikr* (*zikr*). Da die Seele in ihrer Essenz eine Aktivität Gottes ist, würde die Erinnerung an Gott mit dem *dhikr* in ihr wachgerufen. Die gröbere Ego-Ebene hat jedoch keinen Zugang zu dieser Art von Erinnerung, denn auf der Ebene der Isolation, mit der wir uns selbst identifiziert haben, haben wir die Verbindung mit der Quelle verloren.

Es gibt ein Mysterium, was die Erinnerung betrifft – jenes *dhikr*, das die Rückbesinnung des Selbst ist. Man verbindet sich mit dem gesamten Prozess des beständigen Werdens. Es gibt eine berühmte Überlieferung, in der Allah sagt: „Ich war ein verborgener Schatz; ich wünschte mir, erkannt zu werden.“ Der großartige, liebevolle Wunsch Allahs, erkannt zu werden, bringt etwas Neues hervor. Das ist die manifeste Wirklichkeit. Die Vollkommenheit, die sich in der individuellen Seele manifestiert, war schon immer da. Sie war gewissermaßen reine, potenzielle Energie. Was „Inkarnation“ ausmacht, ist die Möglichkeit für eine neue Form, die ständig aus der Quelle hervorfließen kann.

Eine solche Rückerinnerung der Seele ist mehr als „sich an etwas erinnern“. „Sich erinnern“ suggeriert, dass man dahin zurückkehrt, wo man gewesen ist. Doch ist die Art der Erinnerung, von der hier die Rede ist, nichts Statisches: Sie ist nicht wie zwei Zugabschnitte, die miteinander verbunden werden. *Dhikr* ist ein fruchtbarer Prozess. Wer sich an Allah erinnert, ist permanent in einer fließenden Verbindung mit der göttlichen Kraft. Unser Bestreben ist es, in eben dieser verbindenden Weise mit den göttlichen Namen Allahs zu arbeiten.

Die Rezitation der heiligen Namen kann ein großartiges Hilfsmittel sein, um heilsame Weisheit in deinem Leben zu manifestieren. Am besten werden die Namen jeden Tag für eine gewisse Zeit laut rezitiert – mit einem hingebungsvollen Empfinden der Anrufung der Quelle aller Vollkommenheit. Während du dies praktizierst, vertraust du darauf, dass Gott in genau dieser Klangschiwingung anwesend ist. Die Qualität Gottes, die hervorgerufen wird, bewegt sich in dir und durch dich hindurch.

Indem du den Klängen lauschst, die du beim Rezitieren der Namen hervorbringst, bringst du nach und nach den Klang deiner Stimme in Harmonie mit deren Essenz. Oftmals wird deine Her-



ausforderung darin bestehen, die Verteidigung abzubauen, die du um einen verletzten Ort herum aufgebaut hast, so dass eine bestimmte Qualität Gottes dich erreichen kann. Es ist wichtig, den Klang im Körper zu fühlen. Das ist dein Handwerkszeug, um deinen eigenen Widerstand gegen eine bestimmte Qualität und ebenso deine eigene tiefgehende Resonanz mit ihr wahrzunehmen.

Das Selbst wieder ins Bewusstsein zu rufen – durch Rückverbindung mit der letztendlichen Quelle in der Gott-Realität – das ist der Gipfelpunkt des Individuationsprozesses. Du begreifst, wie sehr du in der Fixierung des Egos festgefahren warst, doch nun erkennst du, dass dein wirkliches Leben ständig in Bewegung ist und diese Fixierung löst sich. Das Ego gibt schließlich sein unbeugbares Festhalten an der Vorstellung von sich selbst als isoliert und unzulänglich auf und gelangt in ein kontinuierliches Strömen mit dem Sein.

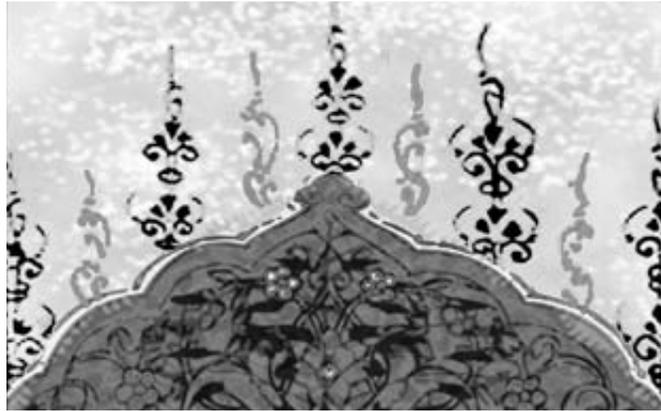
Auf diese Weise transformiert sich das Ego in ein Ebenbild Gottes. Es ist nicht länger ein Gebilde der Eltern. Die Seele erkennt, dass sie die innere Wirklichkeit im Kern des Ego-Selbst ist und dass sie nach dem Bild Gottes und ihm/ihr ähnlich erschaffen wurde. Sie ist unsterblich und angefüllt mit göttlichen Qualitäten. Eine solche Verbindung (oder beständige Erinnerung) bringt eine gesunde Fähigkeit zu fließen hervor – das angestrebte Ziel des psychischen Prozesses.



A vertical decorative border on the left side of the page, featuring a dark, marbled pattern with intricate, light-colored, swirling designs.

La' ilaha  
'illallah

## Kapitel 3



### *Der Leitfaden zur Aussprache*

Jeder arabische Vokal und jeder Konsonant hat einen einzigartigen Klang. Das ist bei englischen oder deutschen Buchstaben nicht der Fall. Wenn es daher im Deutschen keine Entsprechung zu einem arabischen Konsonanten gibt, so haben wir das durch einen Punkt unterhalb des jeweiligen Buchstaben angezeigt, der dem Arabischen klanglich am nächsten kommt. Ein Beispiel: Rahim wird dargestellt ra-ḤIEM. Da, wo ein Klang aus zwei Konsonanten besteht, haben wir unterhalb eine Linie hinzugefügt. Beispiel: Mudhill wird dargestellt als mu-DHILL.



Der Glottisschlag (im Arabischen *hamza*: Ein Verschluss- oder Knacklaut, der Wort- bzw. Silbengrenzen signalisiert) ist ein Vokalklang, für den es im Englischen oder Deutschen keine Entsprechung gibt; ebenso das ‘*ayn*, das sich vom englischen und deutschen „a“ unterscheidet. Wir haben beide durch ein gerades Apostroph gekennzeichnet. Erscheint das Zeichen am Ende eines der 99 Namen (mit Ausnahme von al-Bari‘), dann ist es ein ‘*ayn* und sollte wie ein verschlucktes oder gedämpftes „a“ klingen.

Diese besonderen arabischen Laute können nur auf direkte Weise durch Hören und Üben erlernt werden; daher bieten wir die Homepage als Möglichkeit an, die Aussprache dieser Namen zu hören: [www.PhysiciansOfTheHeart.com](http://www.PhysiciansOfTheHeart.com). Die Namen werden im klassischen Arabisch rezitiert – einmal von einer männlichen, einmal von einer weiblichen Stimme, und eine weitere Version der Namen wird so rezitiert, dass sie die Einflüsse von Urdu und Farsi wiedergibt.

Zwischen den einzelnen Silben jedes Wortes befindet sich ein Trennstrich.  
Die betonten Silben sind jene, die in Großbuchstaben dargestellt sind.

Hier sind alle arabischen Vokale aufgelistet, die wir annähernd in lateinischen Buchstaben darstellen können:

Langes „a“	aa	wie in „Waage“
Kurzes „a“	a	wie in „kalt“
Langes „ie“	ie	wie in „Liebe“
Kurzes „i“	i	wie in „bitten“
Langes „u“	u	wie in „Buch“ (Doppel-„u“ kommt in der deutschen Sprache nicht vor, wird aber später in der Lautschrift gelegentlich verwendet, obwohl das deutschsprachige Klangbeispiel hier nur ein „u“ hat)
Kurzes „u“	u	wie in „Futter“

Doppellaute aus zwei verschiedenen Vokalen (Diphthong) werden wie folgt wiedergegeben:

au	wie in „bauen“
ai	wie in „Mai“

Der Klang der nun folgenden miteinander kombinierten Konsonanten wird wie folgt wiedergegeben:

<u>Sh</u>	wie in im englischen „should“ (deutsches „sch“)
<u>th</u>	wie im englischen „think“
<u>dh</u>	wie im englischen „this“

Ergänzungen für den deutschen Sprachraum:

„zz“ im arabischen Wort (Beispiel: Ya Mu’izz) s wie in „leise“



„s“ am Wortanfang (Ya Samad; Ya Sabur)	ss	wie in “lassen”
„j“ im arabischen Wort (Beispiel: Ya Mujib)	j	wie im englischen „jam“
„a“ im arabischen Wort (Beispiel: Ya Qawiyy)	o	wie im deutschen „offen“

Durch das gesamte Buch hindurch haben wir Passagen aus dem Qur'an und andere arabische Sätze übertragen und dabei die phonetische (lautliche) Darstellungsart verwendet, die auf diesem Leitfaden zur Aussprache beruht. Von dieser Regel haben wir ein paar Ausnahmen gemacht. Die Namen selbst und gewisse sehr bekannte philosophische Begriffe werden in der gewohnten Weise übertragen.

Wenn in der arabischen Sprache Konsonanten verdoppelt werden, so werden sie kräftig verdoppelt! Zwischen den Silben gibt es eine Pause, und jeder Konsonant erhält eine deutliche Betonung.

Beispiel:

Die „b“s in al-Jabbar sollen klingen wie „Raubbau“.

Die „y“ in al-Quayyum wie in „variieren“ mit einer darauffolgenden „i-j-Verbindung“ wie in „Elias“.

Das Doppel-„f“ in al-Ghaffar klingt wie „Lauffeuer“.

Was die Aussprache betrifft, so werden im Allgemeinen lange Vokale zu betonten Silben und kurze Vokale zu unbetonten Silben; Beispiel: yaa BAA-siṭ und yaa ba-ṢIER.

Hier folgt eine Liste der 99 Namen mit den jeweiligen phonetischen Schreibweisen (lautliche Darstellungen) wie weiter oben beschrieben.

**Ya Allah** (yaa 'al-LAAH)

- |  |  |
|--|--|
| 1. <b>Ya Rahman</b> (yaa raḥ-MAAN)     | 9. <b>Ya Jabbar</b> (yaa jab-BAAR)           |
| 2. <b>Ya Rahim</b> (ra-ḤIEM)           | 10. <b>Ya Mutakabbir</b> (yaa mu-ta-KAB-bir) |
| 3. <b>Ya Malik</b> (yaa MA-lik)        | 11. <b>Ya Khaliq</b> (yaa KHAA-lik)          |
| 4. <b>Ya Quddus</b> (yaa ḳud-DUUS)     | 12. <b>Ya Bari'</b> (yaa BAA-ri')            |
| 5. <b>Ya Salam</b> (yaa sa-LAAM)       | 13. <b>Ya Musawwir</b> (yaa mu-ṢAUW-wir)     |
| 6. <b>Ya Mu'min</b> (yaa MU'-min)      | 14. <b>Ya Ghaffar</b> (yaa ḡhaf-FAAR)        |
| 7. <b>Ya Muhaimin</b> (yaa mu-HAI-min) | 15. <b>Ya Qahhar</b> (yaa ḳah-HAAR)          |
| 8. <b>Ya 'Aziz</b> (yaa 'a-SIES)       | 16. <b>Ya Wahhab</b> (yaa wah-HAAB)          |



17. **Ya Razzaq** (yaa ras-SAAQ)
18. **Ya Fattah** (yaa fat-TAAH)
19. **Ya 'Alim** (yaa 'a-LIEM)
20. **Ya Qabid** (yaa QAA-biḍ)
21. **Ya Basit** (yaa BAA-sit)
22. **Ya Khafid** (yaa KHAA-fid)
23. **Ya Rafi'** (yaa RAA-fi')
24. **Ya Mu'izz** (yaa mu-'IS)
25. **Ya Mudhill** (yaa mu-DHILL)
26. **Ya Sami'** (yaa sa-MIE')
27. **Ya Basir** (yaa ba-ŞIER)
28. **Ya Hakam** (yaa HA-kam)
29. **Ya 'Adl** (yaa 'ADL)
30. **Ya Latif** (yaa la-ṬIEF)
31. **Ya Khabir** (yaa kḥa-BIER)
32. **Ya Halim** (yaa ḥa-LIEM)
33. **Ya 'Azim** (yaa 'a-DḤIEM)
34. **Ya Ghafur** (yaa ḡḥa-FUUR)
35. **Ya Shakur** (yaa ṣḥa-KUUR)
36. **Ya 'Aliyy** (yaa 'A-liyy)
37. **Ya Kabir** (yaa ka-BIER)
38. **Ya Hafiz** (yaa ḥa-FIEḌH)
39. **Ya Muqit** (yaa mu-ḶIET)
40. **Ya Hasib** (yaa ḥa-SIEB)
41. **Ya Jalil** (yaa ja-LIEL)
42. **Ya Karim** (yaa ka-RIEM)
43. **Ya Raqib** (yaa ra-ḶIEB)
44. **Ya Mujib** (yaa mu-JIEB)
45. **Ya Wasi'** (yaa WAA-si')
46. **Ya Hakim** (yaa ḥa-KIEM)
47. **Ya Wadud** (yaa wa-DUUD)
48. **Ya Majid** (yaa ma-JIED)
49. **Ya Ba'ith** (yaa BAA-'ith)
50. **Ya Shahid** (yaa ṣḥa-HIED)
51. **Ya Haqq** (yaa ḤAḶḶ)
52. **Ya Wakil** (yaa wa-KIEL)
53. **Ya Qawiyy** (yaa QO-wiyy)
54. **Ya Matin** (yaa ma-TIEN)
55. **Ya Waliyy** (yaa WA-liyy)
56. **Ya Hamid** (yaa ḥa-MIED)
57. **Ya Muhsi** (yaa MUḤ-şie)
58. **Ya Mubdi'** (yaa mub-die')



59. **Ya Mu'id** (yaa mu-'IED)
60. **Ya Muhyi** (yaa MUḤ-yie)
61. **Ya Mumit** (yaa mu-MIET)
62. **Ya Hayy** (yaa ḤAIYY)
63. **Ya Qayyum** (yaa ḵaiy-YUUM)
64. **Ya Wajid** (yaa WAA-jid)
65. **Ya Wahid** (yaa WAA-ḥid)
66. **Ya Ahad** (yaa A-ḥad)
67. **Ya Samad** (yaa ṢA-mad)
68. **Ya Qadir** (yaa ḶAA-dir)
69. **Ya Muqtadir** (yaa muk-TA-dir)
70. **Ya Muqaddim** (yaa mu-ḶAD-dim)
71. **Ya Mu'akhkhir** (yaa mu-'AKḤ-ḵhir)
72. **Ya 'Awwal** (yaa OW-wal)
73. **Ya Akhir** (yaa AA-ḵhir)
74. **Ya Zahir** (yaa ḌHAA-hir)
75. **Ya Batin** (yaa BAA-ṭin)
76. **Ya Wali** (yaa WAA-lie)
77. **Ya Muta'ali** (yaa mu-ta-'AA-lie)
78. **Ya Barr** (yaa BARR)
79. **Ya Tawwab** (yaa tauw-WAAB)
80. **Ya Muntaqim** (yaa mun-TA-ḵim)
81. **Ya 'Afuw** (yaa 'A-fuuww)
82. **Ya Ra'uf** (yaa ra-'UUF)
83. **Ya Malikal-Mulk** (yaa MAA-li-kal-MULK)
84. **Ya Dhal Jalali wal 'Ikram**  
(yaa ḌHAL ja-LAA-li WAL 'ik-RAAM)
85. **Ya Muqsit** (yaa MUḶ-sit)
86. **Ya Jami'** (yaa JAA-mi')
87. **Ya Ghaniyy** (yaa ḠHA-niyy)
88. **Ya Mughni** (yaa mugḥ-NIE)
89. **Ya Mani'** (yaa MAA-ni')
90. **Ya Mu'ti** (yaa mu-'ṬIE)
91. **Ya Darr** (yaa DAARR)
92. **Ya Nafi'** (yaa NAA-fi')
93. **Ya Nur** (yaa NUUR)
94. **Ya Hadi** (yaa haa-DIE)
95. **Ya Badi'** (yaa ba-DIE')
96. **Ya Baqi** (yaa baa-ḶIE)
97. **Ya Warith** (yaa WAA-rith)
98. **Ya Rashid** (yaa ra-SḤIED)
99. **Ya Sabur** (yaa ṣa-BUUR)

ar-rahman ar-rahim al-malik al-quddus as-salam  
al-mu'min al-muhaimin al-aziz al-jabbar al-muta-  
kabbir al-khaliq al-bari' al-musawwir al-ghaffar  
al-zahhar al-wahhab al-razzaq al-fattah al-'alim  
al-qabid al-basit al-khafid ar-rafi' al-mu'izz al-mudhill  
as-sami' al-basir al-hakam al-'adl al-latif al-khabir  
al-halim al-'azim al-ghafur ash-shakur al-'alim al-  
kabir al-hafiz al-muzit al-hasib al-jalil al-karim  
ar-ra'ib al-mujib al-wasil al-hakim al-wadud al-ma-  
jid al-baligh ash-shahid al-haq al-wakil al-qadim  
al-matin al-walim al-hamid al-mubdi' al-  
mu'id al-muhyi al-mumit al-hayy al-qayyum al-wajid  
al-majid al-wahid al-ahad as-samad al-qadir al-muq-  
tadir al-muqaddim al-muakhhir al-awwal al-akhir  
az-zahir al-batin al-wali al-muta'ali al-harr at-tawwab  
al-muntaqim al-ghafur ar-ra'uf malikal-mulk Thal jalali  
wal ikram al-muqsit al-jami' al-ghaniyy al-mughni  
al-mani' ad-darr an-nafi an-nur al-hadi al-hadi' al-  
baki al-warith ar-rashid as-sabur

## Kapitel 5



### *Die 99 Namen Allahs im Überblick erörtert*

**E**s sind mehr als 99 Namen Allahs, die als solche im Qur'an und in verschiedenen Hadithen verschlüsselt sind. Am Ende dieser Zusammenfassungen bieten wir eine erweiterte Liste an; auch diese ist unvollständig, enthält jedoch die zusätzlichen Namen Allahs, die in unterschiedlichen Kapiteln des Buchs erwähnt sind.

Die hier folgenden zusammenfassenden Artikel bieten eine der möglichen Zusammenstellungen der 99 Namen an. Diese Auswahl der 99 Namen unterscheidet sich geringfügig von anderen Listen. In dieser Auswahl spiegelt sich vor allem wider, worauf wir uns in diesem Buch konzentrieren.



Es soll auch zum Ausdruck bringen, dass wir meinen, man sollte nicht zu sehr auf eine Vorstellung fixiert sein, was in eine Liste der 99 Namen einbezogen und was davon ausgenommen sein sollte: Im allgemeinen stimmt man darin überein, dass die Zahl 99 symbolisch für eine unbegrenzte Anzahl steht.

Die Praxis der Rezitation der 99 Namen beruht auf historischen Überlieferungen über das Leben des Propheten Muhammed. Wir haben das weitestgehend anerkannte Hadith zu diesem Thema im Anhang A beigelegt.

## Ya Allah (yaa 'al-LAAH)

يَا اللَّهُ

Allah ist der Name der Essenz. Alle Namen Allahs – oder der göttlichen Manifestationen – sind nichts außer Allah. Selbst Nicht-Manifestation ist Allah. Für eine vollständigere Betrachtung dieses Namens, der von zentraler Bedeutung ist: siehe Kapitel 1.

## 1. Ya Rahman (yaa rah-MAAN)

يَا رَحْمَانُ

Ar-Rahman ist unendliche Liebe. Es ist die grenzenlose, bedingungslose Wirklichkeit der Liebe. Dies ist der Name, von dem es im Qur'an heißt, er sei in das Herz Allahs eingraviert.<sup>4</sup> Mit anderen Worten: Die Essenz Gottes enthält notwendigerweise diese Qualität der Liebe. Ar-Rahman kann man sich als das innere Selbst Gottes vorstellen – ein grenzenloses Gefäß, unbeschreiblich mitfühlend, gütig und zärtlich. Es ist die Sonne liebenden Mitgefühls, die endlos scheint. Ar-Rahman enthält all die anderen göttlichen Namen; es ist die Quelle von allem; es ist das Tor, das sich zu allen göttlichen Qualitäten hin öffnet – und ein inneres Geheimnis in jeder von ihnen.

Die grundlegende Bedeutung geht auf das Wort *rahm*, „Schoß“ zurück. Menschliche Wesen fühlen diese Qualität naturgemäß in Beziehung zu Schwangerschaft. Allah bietet den menschlichen Wesen einen Schoß, um hineingeboren zu werden und um durch diesen die Erkenntnis der Liebe zu haben, die absolute Grundlage von allem, was existiert. Die Anrufung von Ya Rahman ist das Heilmittel für all jene, die sich von Gott getrennt fühlen und für jene, die von einer Wunde des Selbsthasses gezeichnet sind. Siehe hierzu Ya Rahim (2), den Klang, mit dem es jeweils im Wechsel wiederholt wird.

## 2. Ya Rahim (yaa ra-ḤIEM)

يَا رَحِيمُ

Ar-Rahim ist die Verkörperung von liebender Gnade, und der Klang bringt die zärtliche Berührung göttlicher Gnade mit sich. Nichts außer ar-Rahim besitzt diese Gnade, die sich verströmt und alle Wesen und alle Dinge ausnahmslos erreicht. Es ist die alles durchdringende, grenzenlose Gegenwart, die sich in einer unermesslichen Anzahl von begrenzten Dingen manifestiert.



Die grundlegende Bedeutung kommt, ebenso wie die von Ya Rahman, von dem arabischen Wort für Schoß, *rahm*. Dieses Wort transportiert ein inneres Gefühl, das in natürlicher Weise mit der Kindheit verbunden ist. Ar-Rahim bringt aktiv göttliche Liebe in die menschlichen Beziehungen hinein. Es befähigt jedes einzelne Wesen, liebende Gnade vollständig zu manifestieren. Die Rezitation ist ein Gegenmittel für die, die sich von Gott verlassen fühlen und die die Erfahrung brauchen, dass die heilende Aktivität der göttlichen Liebe tief in sie hineinreicht. Siehe hierzu Ya Rahman (1), den Klang, mit dem es jeweils im Wechsel wiederholt wird.

### 3. **Ya Malik** (yaa MA-lik)

يَا مَلِكُ

Die Eigenschaft von al-Malik ist es, alles im Universum in den Händen des einen und einzigen Wesens zu halten. Es ist eine alles umfassende und machtvolle Umarmung. Das Wort für Engel, *malak*, steht in einer engen Beziehung zu diesem Namen. Engel sind aus Licht erschaffen, und sie sind in den Händen Allahs gehalten. Das Licht von al-Malik hält die Essenz von jedem Einzelnen und von jedem Ding. Die Essenz von allem und jedem, das ist, verlässt diese machtvolle Umarmung niemals und kehrt auch niemals zu ihr zurück, denn sie ist ständig in ihr verwurzelt. Ya Malik wird, obwohl es als das Halten der Essenz von Allem in der inneren Welt erfahren wird, zusammen mit Ya Malikal-Mulk (83) wiederholt, mit der majestätischen Kraft, die alle äußeren Formen hält.

Wenn man diese beiden Namen miteinander kombiniert wiederholt, so führt dies zu einem balancierten Vertrauen in Himmel und Erde. Die Anrufung von Ya Malik, Ya Malikal-Mulk ist ein Gegenmittel für alle, die sich verlassen fühlen und die das Gefühl haben, nirgends hinzugehören. Ein Mensch, der in dieser Verfassung ist, verneint ständig die Wirklichkeit der inneren Herrschaft oder leugnet ständig die Realität der äußeren Herrschaft. Das Rezitieren dieser beiden zusammenhängenden Namen als ein Paar ist außerdem nützlich für jene, die sich nicht das Recht einräumen, Dinge zu besitzen und die sich vor der Grobheit der materiellen Ebene fürchten. Siehe Ya Malikal-Mulk (83); siehe außerdem Kapitel 7: Die entgegengesetzten Qualitäten Allahs.

### 4. **Ya Quddus** (yaa kud-DUUS)

يَا قُدُّوسُ

Al-Quddus ist der/die/das stetig Reinigende. Es verlangt, dass wir das verabschieden, an das wir uns klammern, damit wir innige Verbindung erfahren können. Al-Quddus ermöglicht dem spirituell Reisenden, das niedrigere Selbst zu transformieren und sich auf seinem Weg dem Einen entgegen nicht unterkriegen zu lassen. Al-Quddus ist eine Kraft, die uns ständig von unseren Verstandeskonzepten und deren Abspaltungen reinigt. Es erfrischt ständig unsere Erfahrung der Welt, durch innere Vertrautheit und durch Vereinigung mit dem Absoluten.



Eine Variante der Wurzel dieses Namens bedeutet: Nach Hause zurückkehren in sein Dorf. Al-Quddus reinigt immer weiter – beständig und gleichzeitig distanziert – in der Weise, dass man das Flüchtige hinter sich lässt, um ganz in das Ewige einzutreten. Das, was sich immerzu auf Allah zubewegt, das ist al-Quddus. Die Vereinigung, die al-Quddus gewährt, ist von solcher Art, dass man fortwährend zur ewigen Wirklichkeit wird. Siehe auch Kapitel 12: Das Geheimnis der Ekstase, und Kapitel 13: Der Bogen von Anstieg und Abstieg.

## 5. **Ya Salam** (yaa sa-LAAM)

يَا سَلَامُ

As-Salam ist der Friede selbst. Solch ein Friede ist nicht das Resultat von etwas, und es ist nichts, von dem man sagen kann, es manifestiere sich. Es gibt keinen Frieden außer dem Frieden, der in as-Salam zu finden ist. In einem anderen Sinn ist as-Salam der/die/das, was friedvoll ist. Es ist das *maqam* oder der spirituelle Grundzustand von völligem Frieden, in dem dieser vollendete Frieden in jeder friedvollen Handlung verkörpert wird. Diese göttliche Qualität wird als Gruß empfohlen, wenn man mit andern zusammentrifft und ihre Rezitation ist ein Mittel gegen Disharmonie in unseren Beziehungen. Eine Form der Wurzel von Ya Salam bedeutet: sicher sein, unversehrt sein.

Der Friede in as-Salam ist weder ein lebloser Ort noch sollte er schlicht als Ende von Feindseligkeiten oder nur als eine Art von Stillstand gesehen werden. Es ist die göttliche Energie, die uns den Frieden selbst gewährt, und es ist das wundersame Wort, *qawl*, das Gott zu unseren Seelen spricht. Ya Salam kann als Gebet des Segens für jene, die gegangen sind, wiederholt werden. Es bringt denen, die vielleicht trauern und auch den Seelen, die gegangen sind, das Wissen, dass sie im Tod nicht verlassen sind. Siehe auch Kapitel 16, 18 und 19 über die Ausdrucksformen der göttlichen Fülle.

## 6. **Ya Mu'min** (yaa MU'-min)

يَا مُؤْمِنُ

Al-Mu'min ist der-/die-/dasjenige, welches uns einen wirklichen Glauben und ein Vertrauen anbietet, das frei von Furcht, List und Täuschung ist. Den Wurzeln entnehmen wir, dass al-Mu'min eine göttliche Gabe ist, die uns erlaubt, in unseren Herzen Schutz, Vertrauen und Sicherheit zu fühlen. Das ermöglicht menschlichen Wesen, Vertrauen in Gott allein zu haben und sich nicht von nebensächlichen Ursachen einnehmen zu lassen – oder von dem, was oberflächlich betrachtet als Ursache bestimmter Situationen erscheint.

Die Anrufung von Ya Mu'min ist ein Mittel gegen Scheinheiligkeit. Es ist ein Heilmittel für jene, die nur ein Lippenbekenntnis für ihren Glauben ablegen oder die auf Allah vertrauen, wobei es ihnen jedoch an Herzensfülle mangelt. Es kann auch ein Mittel gegen Fanatismus sein, gegen das, was manchmal blinder Glaube genannt wird. Es hat gemeinsame Wurzeln mit al-Muhaimin (7) und kann in der Rezitation mit diesem kombiniert werden.



## 7. Ya Muhaimin (yaa mu-HAI-min)

يَا مُهَيْمِينَ

Al-Muhaimin ist die göttliche Qualität, welche die Essenz einer Sache davor bewahrt, von den Wechselfällen des Lebens korrumpiert zu werden. Das Ewige in jeder Sache – die Reinheit dessen, was sie in Wahrheit ist – wird davor bewahrt, dass irgendeine weltliche Ursache ihm Leid zufügen kann. Dies ist ein Attribut, das benutzt wird, um den Qur'an zu beschreiben.<sup>5</sup> Al-Muhaimin bestätigt, dass Übersetzung und Ergänzung die Essenz des Qur'an nicht geringer werden lassen. Allgemeiner gesagt: Was vergänglich ist, wird verschwinden und hatte daher nie wirklich eine Existenz. *Baqa*, das Ewige, ist, war und wird immer sein.

Folglich ist al-Muhaimin mit al-Baqi (96) verbunden: die ewige Essenz, die bleibt. Die Essenz einer jeden Sache, *malakut*, ist in den Händen Gottes gehalten. Al-Muhaimin beschreibt die unveränderliche Qualität, mit der alle 99 Namen Gottes in der Welt wirksam sind. Eine vollständige Art und Weise, das Beschützende dieser heiligen Qualität anzurufen, wäre die Rezitation von Ya Baqi, Ya Malik, Ya Muhaimin. Siehe auch Ya Baqi (96) und Ya Malik (3). Siehe ebenso Ya Hafiz (38), Ya Muqit (39), Ya Wakil (52), Ya Wali (76) und Ya Mani' (89) sowie Kapitel 11: Göttlicher Schutz.

## 8. Ya 'Aziz (yaa 'a-SIES)

يَا عَزِيزُ

Al-'Aziz ist eine Art der göttlichen Stärke oder Kraft, die jenseits von Lob oder Tadel ist. Es ist jene Stärke, die in natürlicher Weise aus dem essenziellen, wesenhaften Wert hervor fließt. Die Kraft von al-'Aziz ist lieblich, und tatsächlich trägt sie eine innere Bedeutung von Süße in sich. Es bedeutet außerdem „kostbar“ und „selten“ – wie in der Vogelwelt ein Adler-Junges.

Die Stärke in al-'Aziz ist die Macht Gottes: Der wahre Wert, die höchste Würde und Stärke, die sich, direkt von Gott kommend, manifestiert, ohne Mittelsperson. Sie kann im unbeschreiblich kostbaren Wert der menschlichen Seele kontempliert werden. Die Anrufung von Ya 'Aziz führt zu Freiheit ohne Beschränkungen und ist ein Heilmittel für unsere Erfahrung, machtlos zu sein und durch Beschränkungen – seien sie real oder eingebildet – unter starkem Zwang zu stehen.

Die Wiederholung von Ya 'Aziz ist auch ein Heilmittel für die weit verbreitete menschliche Erfahrung, sich unterschätzt und wertlos zu fühlen. Al-'Aziz ist die Vermählung von Stärke und Selbstwert. Siehe Ya Mu'izz (24), mit dem es oftmals kombiniert wiederholt wird. Siehe außerdem Ya Jabbar (9), Ya Qawiyy (53), Ya Matin (54), Ya Qadir (68), Ya Muqtadir (69) und Ya Dhal Jalali wal 'Ikram (84). Siehe auch Kapitel 7: Die entgegengesetzten Qualitäten Allahs, und Kapitel 9: Allmacht.



rahman, rahim  
Allah  
wadud, halim  
barr, latif  
rauf

## Kapitel 6



### *Die Geheimnisse der Liebe*

**D**a alle göttlichen Qualitäten in einem Akt der Liebe aus dem grenzenlosen Herzen Allahs hervorgegangen sind, wäre es keine Übertreibung, wenn man behauptet, dass die ganze Sammlung der göttlichen Namen zur „Liebe-Familie“ gehört.

Die Namen, die in diesem Kapitel angeboten werden, sind ausgewählt worden, weil sie göttliche Liebe besonders deutlich herausstellen und weil sie die Mannigfaltigkeit der göttlichen Liebe in besonderer Weise offenbaren. Indem diese in einem Cluster gruppiert werden, können wir Stufen oder Schichten ihres Sinngehaltes aufdecken, und das vertieft unsere spirituelle Suche.



## Ya Allah

(yaa 'al-LAAH)

Im modernen Arabisch hat der Gebrauch von einigen der ursprünglichen Bedeutungen von Liebe, die in den göttlichen Namen enthalten sind, nachgelassen und sie sind dadurch verlorengegangen oder aus dem Blickfeld geraten. Das Wort „Allah“ ist ein Beispiel dafür, wie Bedeutungen verlorengegangen sind. Es basiert auf dem Verb *waliha*, das bedeutet: leidenschaftlich lieben, wie wahnsinnig lieben. Da Allah der Name der Essenz ist, sind alle anderen Namen in diesem einen Wort enthalten.

Die Vorstellung von „wahnsinniger Liebe“, die auf einer linguistischen Herleitung beruht, ist ein guter Ausgangspunkt für unsere Erörterung. Mit Leidenschaft aus dem Verstandesdenken herauszugehen, vor Liebe verrückt werden, sich danach sehnen, sich verzehren, machtlos werden in der Liebe zu jemandem, unsere Selbstkontrolle verlieren – das sind Schlüssel, mit denen wir beginnen, die Art der Liebe zu verstehen, die durch die Anrufung Allahs angeregt wird.

In vielen Hadithen sagt man uns, wir sollten „Allah“ wiederholen, bis andere sagen, wir seien *majnun* oder völlig besetzt von der Liebe. Weil die Wortwurzel von Allah „leidenschaftliche Liebe“ ist, ist es äußerst wichtig zu erkennen, dass alle göttlichen Namen Aspekte dieser Liebe sind.

Wir haben gesehen, dass das Wort „Allah“ ja und nein kombiniert, *al* und *lah*. Im letzten Klang „H“ des *lah* gibt es ein Geheimnis, das ist das *hu*. Und *hu* ist beides: umfassend und transzendent. *Allahu* verweist auf die Essenz und betont das innere Geheimnis von Liebe und Ekstase. (Diese geheime Ekstase wird in Kapitel 12: „Das Geheimnis der Ekstase“ ausführlicher besprochen.) Für unsere Absicht hier wollen wir uns einfach auf Allah als ersten Namen der „Liebe-Familie“ konzentrieren. Allah ist der erste Name der Liebe.

*La 'illaha 'illa allah* erscheint im Qur'an dreimal, und *la 'illaha 'illala hu* erscheint dreißigmal. Es ist fast so, als gäbe es da eine Absicht, das Geheimnis von *hu* zu verraten. *La 'illaha 'illala hu* kann als letzte Stufe aller denkbaren Formulierungen dieses Satzes betrachtet werden. Sie bringt äußerste Freiheit zum Ausdruck. Das Wort *hu* heißt nicht „dich“ oder „mich“. Es sagt nicht „ich“. Es hat kein Geschlecht. Es sagt: „hoooooooooooooooooooo.“

Der Klang *hu* bricht mit allen Kategorien von Trennung und Einheit. Es ist einfach *hu*. Und vergiss nicht, dass es als unausgesprochenes Geheimnis, als Essenz der Essenz im Namen Allah enthalten ist. Wenn du Allah aussprichst, dann sagst du *hu*, ohne es verbal zu sagen. Darum ist er einer der geheimen Namen, und das Geheimnis ist Liebe! Das ist von höchster Bedeutung. Die gesamte Sufi-Tradition ist in diesem einen Wort enthalten.

Im Qur'an lesen wir: *Shahi da-llahu 'anna-hu laa 'ilaaha 'illaa hu*.<sup>20</sup> Die Passage trotz jeder konventionellen Übersetzung. Hier bezeugt Allah *'anna-hu*: Es gibt keinen Allah außer *hu*. Im Wesentlichen ist das die Lehre, die Moses am brennenden Dornbusch empfangen hat. In dem Zitat weiter oben sieht es so aus, als gäbe es ein Subjekt und ein Objekt, doch tatsächlich dreht sich die



Bedeutung im Kreis. Eigentlich ist *hu* ein Pronomen, jedoch weder männlich, noch weiblich. *Hu* enthält alles.

Dieses Geheimnis der alles umfassenden göttlichen Realität wird in der Liebesgeschichte von Layla und Majnun metaphorisch zum Ausdruck gebracht. Majnun verfolgt sein Leben lang seine verrückte, leidenschaftliche Liebe (*waliha*) zu Layla und wird in diesem Prozess mehr und mehr von der Geliebten angezogen. Sein Zustand macht eine vernünftige Entwicklung des Umwerbens unmöglich, und sie müssen beide eine Schwierigkeit nach der anderen ertragen.

Layla bedeutet wörtlich „Nacht“. Das kann als die Schönheit gedeutet werden, die es mit sich bringt, wenn man in Bezug auf das „Selbst“ leer von Gedanken ist. In einem Teil der Geschichte stimmen Laylas Eltern der Hochzeit zu, unter der Bedingung, dass Majnun sich normal verhält. Er sitzt auf dem Podium und wartet auf das Hochzeitsfest, und er hat Layla seit Jahren nicht gesehen. Zufällig geht Laylas Hund der Hochzeitsprozession voraus. Er ist derart entzückt, diesen Hund zu sehen, Laylas Hund, dass er vom Podium herunterspringt und anfängt, die Pfoten des Hundes zu küssen. Natürlich wird die Hochzeit abgesagt.

Nach vielen Jahren des Sich-Abmühens begegnen Layla und Majnun einander noch einmal in der Sahara. Sie sagt: „Ich werde zu dir zurückkehren, doch muss ich gerade jetzt zu meinen Eltern gehen.“ Und er schwindet fast dahin; er wird zu Nichts. Er lehnt sich an einen Baum und verschmilzt schließlich mit diesem Baum. Nach vielen Monaten kehrt Layla schließlich zurück und trifft dort einen Holzfäller. Sie fragt: „Hast du meinen Majnun gesehen?“

Der Holzfäller antwortet: „Nein, doch würde ich diesem Baum nicht zu nahe kommen. Dort spukt es. Als ich ihn fällen wollte, rief er aus: „Layla!“ Also geht sie zu dem Baum und sieht Majnun, der mit dem Baum verschmolzen ist. Sie sagt: „Majnun, Majnun, ich bin gekommen. Hier ist Layla. Ich bin da.“ Er antwortet: „Nein, ich bin Layla.“ „Komm zur Vernunft, ich bin Layla.“ „Wenn du Layla bist, dann bin ich nicht.“ Und er stirbt. Indem er sein getrenntes Gefühl von Selbst auf diese Weise aufgibt, bildet der Vorgang seines Sterbens das vollständige Verschmelzen des Liebenden und der Geliebten ab.

In früheren Zeiten kannten alle die Bedeutung von *waliha* hinter dem Wort Allah, doch ging diese mit dem ständigen Gebrauch des Wortes verloren. Mit der Zeit haben die meisten Menschen Allah mehr und mehr als eine Art Vaterfigur oder Gesetzgeber betrachtet, wobei sie oftmals die Art, wie ihre Väter mit ihnen umgegangen sind, auf ihre Vorstellung von Gottheit projiziert haben.

Um die innerste Bedeutung von Liebe lebendig zu erhalten, begannen die Sufis das Wort *hu* zu gebrauchen. Vom Mittelalter an sagten sie *‘ishq*, was ebenso die Qualität der nicht-rationalen, alles umfassenden, überwältigenden Liebe übermittelt. Der wichtige Gesichtspunkt ist, dass, selbst wenn die Menschen es aus den Augen verloren haben, diese besondere Bedeutung der Liebe, dieses *waliha*, im ursprünglichen Wort „Allah“ enthalten ist.



### *Ya Rahman, Ya Rahim*

(yaa raḥ-MAAN, yaa ra-ḤIEM)

Die ersten beiden Namen Allahs auf der Liste der 99 Namen sind ar-Rahman und ar-Rahim. Auch sie bedeuten Liebe – die göttliche Liebe, welche die essenzielle Qualität im Inneren von Mitgefühl und Gnade ist, wie diese Attribute üblicherweise übersetzt werden. Daher wird mit der Wendung *Bismillah ar-Rahman ar-Rahim* dreimal die Liebe angerufen.

Als einfache Übersetzung für ar-Rahman und ar-Rahim empfehlen wir „mitfühlende Liebe“ und „barmherzige Liebe“. Ein solches Mitgefühl geht mit der Empfindung einher, sich auf segensreiche Weise strahlend wie die Sonne mit allen Wesen zu verbinden. Die Barmherzigkeit stellt ihre liebevolle Verbindung zu allen Wesen in der reflektierenden Weise des Mondes her. In der Art und Weise, wie wir im deutschsprachigen Raum Barmherzigkeit und Gnade im Allgemeinen verstehen, mag es an Gefühlstiefe fehlen – an Tiefe in der Liebe, die das wohltätige Wirken umgibt, das diese Qualitäten zum Ausdruck bringen.

Ar-Rahman und ar-Rahim stammen beide von derselben Wurzel, von *rahm* (R-H-M) ab, das bedeutet: Schoß der Liebe. Zu den Varianten dieser Wurzel gehören *rahim*, das bedeutet: Schoß, und *rahma*, das bedeutet: Liebe. Rahim unterscheidet sich im Klang von dem göttlichen Namen ar-Rahim (ra-ḤIEM). Diese Metapher für den Schoß der Liebe ermöglicht uns, beides zu fühlen, ar-Rahman und ar-Rahim. Denke darüber nach, in welcher Weise die Liebe der Mutter zum Fötus im Mutterleib mitfühlend und barmherzig ist. Sie ist umfassend, nährend und bedingungslos.

Geburt und Tod stehen beide in Beziehung zum zentralen Begriff von *rahm*. Das Wort *marhum* bedeutet: „Jemand, für den Gott Barmherzigkeit hatte“, so wird es für die Toten gesprochen. *Rahmatu-llah 'alayh* bedeutet: „Möge Gott Erbarmen mit ihm/ihr haben“ – ein anderes Gebet für die Toten.

Erinnert euch daran, dass wir vor der Geburt alle in diesem *rahma* sind. Das *rahma* reicht von Schoß zu Schoß. Lege dich in der Art und Weise einer Sufi-Meditation hin und stell dir dich selbst im Grab vor, während du den irdischen Zyklus des Reisens fühlst – von einem Schoß der Liebe zu einem Schoß der Liebe. Murshid Samuel Lewis aus San Francisco hat seine Schüler/-innen oft angeschrien: „*Allah is your lover, not your jailer!*“ („Allah ist euer Liebhaber, nicht euer Gefängniswärter!“). Wir wissen jetzt, dass er damit einfach gesagt hat: „Allah ist Allah.“

Allah ist diese Barmherzigkeit und dieses Mitgefühl, welche die unendliche Liebe des *rahma* verkörpert. Ar-Rahman wird das Tor zu all den anderen Namen und auch das innere Selbst Gottes genannt. Es bringt die im Herzen Allahs wohnende Liebe zum Ausdruck, die dort sein muss, damit Allah Allah sein kann.

Ar-Rahim bringt zum Ausdruck, wie intensiv diese grenzenlose barmherzige Liebe in jedes Wesen und in jedes Ding hineinströmt, ohne Ausnahme. Das Kapitel im Qur'an, das Maria (Mariam) gewidmet ist, veranschaulicht diese Qualität in vollkommener Weise. Der Sinnzusammenhang hier ist die Schwangerschaft, und die Seele Jesu ist der göttliche Geist.



Ar-Rahman hat eine maskuline, solare Qualität, und ar-Rahim hat eine feminine, lunare Qualität. Gemeinsam zeigen sie die Einheit oder die heilige Gemeinschaft des Männlichen und des Weiblichen. Wenn du sie in deiner spirituellen Praxis zusammenbringst, so führt dich dies zur transzendenten und dennoch allumfassenden Liebe oder zu *rahma*. Das bringt *rahma* hinein in die Organe, welche die Schöpfung immer weiter fortsetzen können. Die Schöpfung ist ihrem Wesen nach heilig. Die Rezitation von Ya Rahman, Ya Rahim bringt heilsame Energie hervor – nicht nur für das Herz, sondern auch für die Fortpflanzungsorgane.

Die Qualitäten von ar-Rahman und ar-Rahim sprechen die tiefste Wunde in der menschlichen Psyche an – eine Wunde, die sich so lange zurückliegend gebildet hat wie deine eigene Erfahrung im Schoß zurückreicht – lange, bevor das Ego sich entwickelt hat. Die Wunde wird durch eine Erfahrung der Trennung von Gott erzeugt. In diesem verwundeten Bewusstsein identifizierst du dich mit einer Unzulänglichkeit, die dir das Gefühl gibt, nicht liebenswert zu sein. Solche narzisstische Selbst-Identifikation führt zu einer Verteidigungshaltung, zu Selbsthass, Scham, Ablehnung und zu einem tiefen Gefühl, von Gott verlassen zu sein.

Wenn du schließlich deinen Weg gefunden hast, bis auf den tiefsten Grund dieses inneren Lochs oder dieser von dir wahrgenommenen Unzulänglichkeit, dann gibt es nichts, was du tatsächlich tun kannst. Jeder Schritt, den du unternimmst, ruft ein Gefühl der Entfremdung hervor, ein Gefühl des Verletztseins und der Missachtung. Nur die Gnade, die vom Eingreifen der tiefen, liebenden Barmherzigkeit und des liebenden Mitgefühls des *rahma* herrührt, kann diese primäre Wunde heilen und dir ermöglichen, vollständig mit der Quelle verbunden zu werden. Dieser Prozess wird im Abschnitt über Ya Ra'uf später in diesem Kapitel ausführlicher besprochen.

Die Qualität von *rahma* ist äußerst zärtlich und behutsam und ruft daher die Verteidigungen, die das Ego üblicherweise mobilisiert, um den empfindlichsten wunden Punkt zu bewachen, nicht hervor. Folglich ist es ein Heilmittel für alle, Ya Rahman, Ya Rahim aufrichtig anzurufen. Das wird den Boden bereiten für die Heilung unseres grundlegenden Eindrucks von der Unzulänglichkeit unserer selbst und wir können uns reich und in unendlicher Liebe fließend fühlen.

Die Essenz von ar-Rahman und ar-Rahim zu begreifen und zu bejahen führt ebenso zu Selbstheilung wie zur Heilung unserer Beziehungen mit anderen und mit der Welt. Wenn wir Ya Rahman anrufen, so ermöglicht uns das, Wesen zu sein, die den Individuationsprozess durchlaufen haben und göttliche Liebe verkörpern; Ya Rahim anzurufen, befähigt uns, diese göttliche Liebe in all unsere menschlichen Beziehungen hineinzubringen.

### *Ya Barr*

(yaa BARR)

Al-Barr ist vollkommene, bedingungslose Liebe. Es ist wie die reine Liebe einer Mutter für ihr Kind. Al-Barr kann mit Synonymen wie: barmherzig, mitfühlend, sehr liebevoll oder gut be-



schrieben werden. Wenn wir es aber als „gut“ sein auffassen, so sollten wir „gut“ in der von Platon geprägten Weise verstehen: so wie eine Sonne, die alles einschließend und in ihrer Essenz vollkommen ist.

Solche Güte umfasst das, was üblicherweise in Gegensätzen von gut und böse betrachtet wird. Die griechische Entsprechung ist *agape*. Die vollkommen barmherzige Liebe Gottes, die wie der Mutterschoß ist, das ist die Bedeutung von ar-Rahman, und es ist auch die Bedeutung von al-Barr. Mit dem Namen al-Barr verbundene Bedeutungen sind: Liebenswürdigkeit gegenüber Eltern und Menschen, die uns nahestehen, Freundlichkeit im Umgang mit Fremden und ein Erwägen der Umstände, die einen Menschen so geformt haben, wie er ist. Al-Barr geht in seiner Bedeutung sowohl nach innen als auch nach außen. Eine Unterscheidung von Sonne und Mond gibt es hier nicht.

Die Wurzel des Wortes al-Barr erscheint in dem Wort *birrah*, das bedeutet: Eine erste Frucht von einer Pflanze, die süße Beeren hervorbringt. *Burrah* bedeutet: durch und durch süß, innerlich wie äußerlich. Das ist vollkommene Liebe. Eine Variante der Wurzel von al-Barr, *barra fi qawlihi*, bedeutet: zu seinem Wort stehen – wahrhaftig, umsichtig, gesund und aufrichtig; wenn du sagst, dass du etwas tun wirst, dann tust du es. Deine innere Verfassung und deine äußere Erscheinung stehen nie im Widerspruch zueinander. 'Ibn 'Arabi bezeichnet dies als einen der höchsten Zustände der Heiligen. Vollkommene Liebe ist ein übergangsloses Ganzes.

Wenn man das auf das Leben in der Welt anwendet, so nennt man jene, die in dieser Weise leben, *muhsin*, Menschen in einem vollendeten Zustand der Realisation. Sie werden auch *siddiq* oder *'abrar* genannt, Menschen von vollkommener Liebe, wahre Sufis. In einer bedeutenden mündlichen Überlieferung über den Propheten Muhammed sagt dieser, dass, was für den frommen Gläubigen eine gute Tat ist, für den *'abrar* ein Makel wäre. Wenn man die Vollkommenheit, die in diesem heiligen Namen verkörpert ist, noch einmal anders betrachtet, so wäre das *burra al-'amal*, fehlerfreies Handeln. Das heißt, frei zu sein von Irrtümern und makellos – und vor allem ist uns geboten, anderen zu essen zu geben und herzlich in unserem Reden zu sein.

Die letzte mit al-Barr verbundene Bedeutung hat mit dem Ort zu tun. Sie manifestiert sich im *birr*, das heißt: im Verstand, im Herzen und in der Seele. Jemand ist gelassen in all diesen Aspekten seines Wesens. Mit dieser Gelassenheit oder mit diesem Gleichmut ist man imstande, das, was als Segen oder Nicht-Segen wahrgenommen wird, ohne Reaktion zu empfangen. Wenn wir *birr* „gut“ nennen, dann meinen wir damit, dass es jede Art von Güte ist. Im Wörterbuch finden wir ein Synonym für al-Barr, das ist *'altaf*, subtile Liebe, wie in al-Latif.

Es gibt ein Hadith, das absichtlich mit der Vieldeutigkeit in diesem Wort spielt, denn *birr* (Verstand, Herz und Seele) bedeutet auch „Güte“, und *barr* meint auch die Trockenheit der Erde. Die Überlieferung besagt, dass du, wenn du kein Wasser finden kannst, um deine Waschungen zu vollziehen, dich mit dem Staub der Erde waschen sollst, denn sie (die Erde) ist *barr* für dich.

Al-Barr kann durch all diese Variationen hindurch als Beispiel für eine vollkommene Qualität gesehen werden – eine Qualität, die *kamal* ist. Das, was im Eröffnungskapitel des Qur'an üblicher-



weise als „der rechte Pfad“ übersetzt wird, *sirat-al mustaqim*<sup>21</sup>, könnte ebenso gut als „Pfad der Balance“ übersetzt werden. Er führt Harmonie herbei. Das Geheimnis ist Vollkommenheit (*sirr*) oder Vollständigkeit (*birr*). Diese *kamal*-Qualität balanciert die Extreme von Macht (*jalal*) und Schönheit (*jamal*) aus.

Das Herz ist die Schatzkammer für alle göttlichen Namen. Es ist das vollkommene Gefäß, erschaffen in der Essenz aller menschlichen Wesen in Gottes Schöpfung aus dem Urbild der Menschheit, Adam. Das hat mit al-Barr zu tun. Nicht einen Augenblick lang dominiert oder überwiegt ein Name gegenüber den anderen. Das ist vollkommene Balance.

Das, was die Vollständigkeit der Namen in der Manifestation ermöglicht, ist al-Barr oder Vollendung. Das vollendete menschliche Wesen, *al-'insaan kaamil*, kann daher als der vollendete Spiegel aller Namen angesehen werden. Tatsächlich stammt das eigentliche Wort für „menschliches Wesen“, *al-'insaan* von *'uns* ab, das bedeutet: Innigkeit. Daher ist die wirkliche Essenz des menschlichen Wesens Innigkeit mit oder Nähe zu Allah. Die Anrufung von Ya Barr ist ein allgemeines Stärkungsmittel, das der Menschheit hilft, zu dieser Innigkeit zu erwachen.

### *Ya Halim*

(yaa ḥa-LIEM)

Al-Halim ist zärtliche Liebe. Der Sound Code in der arabischen Sprache lässt uns wissen, dass Gott zärtliche Liebe überall und ohne Ausnahme manifestiert. Es gibt keinen Ort, wo wir diese nicht finden könnten. Diese Qualität von al-Halim ist in der Gesamtheit der Existenz manifest.

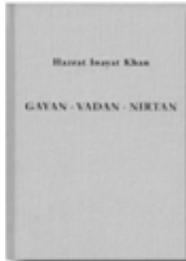
Wir möchten unsere Untersuchung mit einigen der physischen Bedeutungen des Wortes beginnen. Das tun wir, indem wir verschiedene Formen, welche die Wortwurzel annimmt, untersuchen, die recht konkret sind. Eine solche physische Bedeutung kann man in dem Wort *halama* finden, das bedeutet: die Pubertät erreichen. *Halama* heißt: etwas wie eine Tierhaut mit Wasser füllen. Die Verbindung zwischen Pubertät und dem Füllen einer Haut besteht darin, große Brüste mit zarten Brustwarzen zu entwickeln. Diese Zartheit ist physisch, und wir können sagen, dass es, wenn diese Art der nährenden Liebe heranreift, Zartheit mit sich bringt.

Zartheit ist ein physisches Gefühl, doch es ist auch ein emotionales Gefühl. Al-Halim ist auf diese Weise zart. Es ist sanft, mild und behutsam. Die Verbindung zwischen einem jungen Mädchen und dieser Zartheit liegt in der Schüchternheit, im Zurückgezogen-Sein und in der Verträumtheit. Wie kann man so darüber reden? Wir führen die Metapher eines jungen Mädchens für Gott an: zurückgezogen, schüchtern und verträumt.

Es gibt Formen der Wortwurzel von al-Halim (H-L-M), die Kategorien in der Traumdeutung sind: *hulm* und *'ahlam*. Diese Begriffe beziehen sich auf den Traum einer sexuellen Fantasie, und, im Fall von Männern, tatsächlich auf einen nassen Traum. Daher verweist der Name al-Halim auf eine Qualität, die in gewisser Weise schüchtern und zurückgezogen sein mag, die aber auch akti-

# Hazrat Inayat Khan

Bücher für Menschen auf dem inneren Pfad



## **Gayan - Vadan - Nirtan**

Die Essenz der Sufibotschaft

Man kann sagen, dass die Aphorismen in „Gayan - Vadan - Nirtan“ die Essenz der Sufi-Botschaft von Hazrat Inayat Khan darstellen. 'Gayan' bedeutet die 'Musik des Schweigens', 'Vadan' heißt die 'göttliche Symphonie', und 'Nirtan' ist der 'Tanz der Seele'.



## **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.



## **Die Gathas - Weisheit der Sufis**

Lehren für seine Schülerinnen und Schüler

In der Geschichte der Menschheit wurden von jeher spirituelle Wahrheiten in Geschichten verkleidet erzählt. Für den, der nur das äußere Geschehen aufnimmt, sind sie eine vergnügliche Unterhaltung - für denjenigen, der die hintergründige Bedeutung erkennt, sind sie eine Weisung für den inneren Pfad.

# Hazrat Inayat Khan

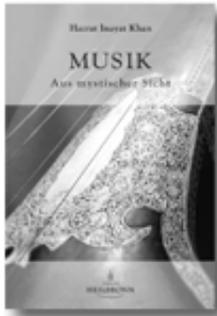
Aus Musik wurde das Universum erschaffen, ...



## 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.“



## Die Schatzkammer des Königs

Sufigeschichten

In der Geschichte der Menschheit wurden von jeher spirituelle Wahrheiten in Geschichten verkleidet erzählt. Für den, der nur das äußere Geschehen aufnimmt, sind sie eine vergnügliche Unterhaltung - für denjenigen, der die hintergründige Bedeutung erkennt, sind sie eine Weisung für den inneren Pfad.

# *Pir Vilayat Inayat Khan*

Bücher für Menschen auf dem inneren Pfad



## **Alchemistische Weisheit**

300 Weisheitskarten mit Begleitheft

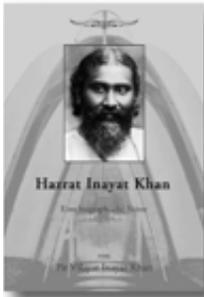
Die Weisheiten dieser Aphorismen basieren auf dem Retreatprozess des Sufielehrers Pir Vilayat Inayat Khan. Vorbild dafür ist der historische alchemistische Prozess, bei dem Blei in Gold verwandelt wird. Hier ist es aber das menschliche Herz, das, befreit von seinen Schlacken, das göttliche Leuchten widerspiegelt.



## **Musik und Meditation**

von Pir Vilayat Inayat Khan  
und Aeolia Christa Muckenheim

Die Begegnung mit Pir Vilayat Inayat Khan verwandelt das Leben der professionellen Musikerin Aeolia Christa Muckenheim. Ein Praxisbeispiel über die heilende und transformierende Kraft von Musik und Meditation.



## **Hazrat Inayat Khan**

Eine biographische Skizze

Pir Vilayat war zehn Jahre alt als sein Vater diese Erde verließ. Aber aus seinen Worten spürt man heute noch die Gegenwart und die Ausstrahlung dieses Wesens, des großen indischen Mystikers und Musikers Hazrat Inayat Khan. Er lässt uns teilnehmen an seinem Lebensweg, der ganz im Zeichen der Botschaft von Liebe, Harmonie und Schönheit ist.

# Universaler Sufismus

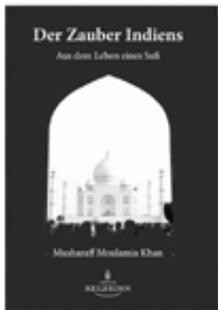
Ein interreligiöser Weg zu spirituellem Wachstum



## Universaler Sufismus

Die Sufi-Botschaft von Hazrat Inayat Khan

Eine inspirierende Reise durch die innere Weisheit des Universalen Sufismus. Sufismus bedeutet mehr als bloße Worte und Ideen - er ist eine Lebensweise, eine Einstellung dem Leben gegenüber. Seine Wurzeln reichen tief hinab in den reichen spirituellen Boden des alten Ägyptens. Dieses tiegründige spirituelle Buch ist eine Untersuchung der Lehren von Hazrat Inayat Khan.



## Der Zauber Indiens

Aus dem Leben eines Sufi

Die Zeitzeugnisse des jüngsten Bruders von Hazrat Inayat Khan offenbaren ein tiefes Verständnis in die Weltsicht der Sufis. Wir tauchen ein in die natürliche Inspiration des familiären und sozialen Leben Indiens. Mubaref Khan beleuchtet am Beispiel der Familie Khan in der deutschsprachigen Literatur noch Unbekanntes aus dem Leben des großen indischen Sufi-Mystikers Inayat Khan.



## Das Heilige Buch der Natur

Spirituelle Ökologie aus der Sicht des Universalen Sufismus

Die Natur, das sind wir! Die Rolle des Menschen in der Schöpfung wird sich wandeln. Noch lange nicht haben wir das Ziel erreicht, wofür wir gedacht sind. Wir werden lernen, die Natur als Ausdruck von uns und uns selbst als Ausdruck der Natur wertzuschätzen. Firos Holterman ten Hove erörtert aus unterschiedlichen Blickwinkeln, wie der Sufi-Meister die Natur erlebt und begriffen hat.

Informationen über die auf Hazrat Inayat Khan zurückgehenden  
Sufi-Organisationen erhalten Sie unter:

**Der Inayati Orden Deutschland**  
[www.inayatiorden.de](http://www.inayatiorden.de)

**Inayati Orden Österreich**  
[www.inayatiorden.at](http://www.inayatiorden.at)

**Sufi Orden Schweiz**  
[www.sufismus.ch](http://www.sufismus.ch)

**Sufi-Bewegung Deutschland**  
[www.sufi-bewegung.de](http://www.sufi-bewegung.de)

**Sufi Movement International**  
[www.sufimovement.org](http://www.sufimovement.org)

**Tänze des Universellen Friedens**  
[www.friedenstaenze.de](http://www.friedenstaenze.de)

**Sufi Ruhaniat Deutschland**  
[www.ruhaniat.de](http://www.ruhaniat.de)

**Sufi Ruhaniat Europa**  
[www.sufiruhaniat.eu](http://www.sufiruhaniat.eu)

**Hope Projekt Schweiz**  
[www.hope-project.ch](http://www.hope-project.ch)

**Hope Project**  
[www.hope-project.de](http://www.hope-project.de)



Postfach 2162, D-71370 Weinstadt  
[www.verlag-heilbronn.de](http://www.verlag-heilbronn.de) • [info@verlag-heilbronn.de](mailto:info@verlag-heilbronn.de)



*„Es ist nicht einfach, die wirkliche Essenz des Sufismus zu erfassen – des Pfades von Liebe, Mitgefühl und Dienen. Allen wahren Suchenden auf dem Weg empfehle ich die „Medizin des Herzens“ – ganz sicher innerhalb des Bestands von Büchern, die solche Qualität bieten können, eine Bereicherung von unschätzbarem Wert: Es wird allen, die sich tief damit auseinandersetzen, eine großartige Unterstützung sein.“*

*– Reshad Feild*

*„Dieses erstaunliche Buch ist nichts Geringeres als eine mystische Straßenkarte, die in die Wirklichkeit des einzig Seienden führt – hin zu dem Einen, aus dem alle 99 schönen Namen entspringen und auf das sie alle verweisen. Die Zusammenarbeit dieser Gelehrten und Praktizierenden hat ein wahrhaft profundes Werk von tiefem psychologischen Wert und spiritueller Einsicht hervorgebracht, das der gesamten Gemeinschaft der „Jerusalem-Trilogie“ (Juden, Christen und Muslimen) in den kommenden Generationen dienen sollte.“*

*– Rabbi Zalman Schachter-Shalomi*

*„Was steckt in einem Namen? Dieses Buch hat die Antwort: Indem sie die semantischen, psychologischen und spirituellen Dimensionen der Namen Gottes im Qur'an beleuchten, zeigen die Autoren auf, dass die Namen wesentlich mehr sind als theologische Abstraktionen. Sie sind Worte der Kraft, unübertreffliche Heilmittel für das leidende menschliche Herz.*

*– Pir Zia Inayat Khan*



Sufi Ruhaniat Deutschland

ISBN 978-3-936246-20-9

