

# Ritterschaft des Herzens

40 Regeln für ein  
aufrechtes Leben



Hazrat Inayat Khan  
Pir Zia Inayat-Khan

  
VERLAG  
HEILBRONN



Dieses Buch ist Noor Inayat Khan gewidmet





Hazrat Inayat Khan | Pir Zia Inayat-Khan

# RITTERSCHAFT DES HERZENS

40 Regeln für ein aufrechtes Leben

Herausgeber:  
Inayatiyya Deutschland e. V.



Pir Zia Inayat-Khan: Kommentare zu den „Regeln“  
von Pir-o-Murshid Inayat Khan

© Interne Publikation, Der Inayati-Orden Deutschland e. V., 2015

**Hazrat Inayat Khan, Pir Zia Inayat-Khan**  
**Ritterschaft des Herzens**

40 Regeln für ein aufrechtes Leben

Herausgeber: Inayatiyya Deutschland e. V.

Redaktion: Uta Maria Baur, Karuna Roswitha Güssregen, Puran Lehmann

Gestaltung Umschlag: Martina Berge

Satz: Josef Ries

Verlag Heilbronn

Polling

Verkehrsnummer 14894

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

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

ISBN: 978-3-936246-46-9

Alle Rechte vorbehalten, © Verlag Heilbronn, 2021

Gedruckt in Tschechien



---

# INHALT

Vorwort	8
Noor Inayat Khan	10
Einführung	13
Die Regeln im Überblick	22
Eiserne Regeln	26
Kupferne Regeln	64
Silberne Regeln	116
Goldene Regeln	136
Autoren	160
Inayatiyya Deutschland e. V.	164
Weg der Ritterschaft	166
Links und Kontakte	174

---

## VORWORT

Die Bedeutung des ritterlichen Strebens besteht darin, dass wir in unserem Leben in dieser Welt voller Konflikt und Disharmonie den Herausforderungen des Lebens begegnen. Dass wir uns den Widerständen stellen und danach streben, so gut es geht, das uns innewohnende Potenzial von Liebe, Harmonie und Schönheit mehr und mehr zu entfalten.

Das ritterliche Ideal ruft uns dazu auf, die Welt, wo auch immer wir uns befinden, mit wachem Blick zu betrachten; stets zu sehen, wo etwas benötigt wird und in Bescheidenheit dazu beizutragen, die Not zu lindern. Das bedeutet, dass wir, wohin wir auch gehen, nicht mehr von dem Gedanken geleitet sind: was möchte ich, was brauche ich, wie kann ich von der Situation profitieren? Im Gegenteil, jedem Menschen, dem wir begegnen, hören wir zu und versuchen zu verstehen: wie kann ich dienen?

Zu manchen Themen haben wir einen Verhaltenskodex in unserem innersten Herzen und wissen ohne Zögern, was das richtige Verhalten ist. Aber in der Interaktion vergessen wir es. Die intensive Beschäftigung mit Geistiger Ritterschaft, den ritterlichen Grundsätzen hilft uns dabei, unser Ideal des selbstverwirklichten Menschen im Bewusstsein zu halten und es mit Freude im äußeren Leben anzuwenden.

Es gibt vier Gruppen von Regeln, die von dem Religionsgelehrten und Sufi-Mystiker Hazrat Inayat Khan verfasst wurden. Es sind Leitsätze, die uns helfen, ethisches Verhalten zu üben und in

unsere Beziehungen zu allen Wesen Achtsamkeit hineinzubringen. Die Regeln beruhen auf der Tradition der Spirituellen Ritterlichkeit, Futuwwa genannt. Diese ist grundlegend für Menschen, die einer ritterlichen Ethik im beschriebenen Sinn folgen wollen.

Die Regeln erscheinen auf den ersten Blick selbstverständlich und offenkundig, wer aber mit Sorgfalt und wacher Aufmerksamkeit mit ihnen arbeitet, erkennt, dass jede Regel ein ziemlich weites Feld für die Selbsterforschung und Achtsamkeit eröffnet. Wir arbeiten mit diesen Regeln im Geist der Ritterlichkeit, im Geist höflichen und edelmütigen Verhaltens.

Jede Regel beginnt damit, dass wir als Leser bzw. Leserin uns selbst anreden, denn das Regelwerk stammt nicht von einer Autoritätsfigur außerhalb von uns. Es stammt aus unserem eigenen Gewissen, das zu sich selbst spricht und sich neu verpflichtet, die ethischen Grundsätze zu befolgen, die, wie wir wissen, unser eigenes inneres Anliegen sind.

PIR ZIA INAYAT-KHAN

---

## NOOR INAYAT KHAN

**Dieses Buch ist Noor Inayat Khan gewidmet.**

*Wer war die Schriftstellerin, Musikerin und Widerstandskämpferin?*

Noor Inayat Khan wurde am 01. Januar 1914 als ältestes von vier Kindern des indischen Sufi-Mystikers und Religionsgelehrten Hazrat Inayat Khan und seiner amerikanischen Frau Ora Ray Baker in Moskau geboren. Ihr Name bedeutet „Licht der Frauen“.

Von klein auf sog sie die Lehren ihres Vaters in sich auf, die Lehren von Liebe, Harmonie und Schönheit und fühlte sich mit der Quelle östlicher Mystik und universeller Weisheit innig verbunden. Noor war erst 13 Jahre alt, als ihr Vater während einer Indienreise verstarb. Durch den plötzlichen und unerwarteten Tod ihres Ehemannes fiel seine Frau und Mutter der vier Kinder in eine schwere Depression. Noor übernahm trotz ihrer jungen Jahre Verantwortung für ihre Geschwister und hielt die Familie emotional zusammen.

Sie war ein Wesen voller Kreativität, musischer und poetischer Inspiration. Noor Inayat Khan studierte Harfe am Konservatorium, spielte Vina (ein lautenähnliches indisches Saiteninstrument) und schrieb bereits in jungen Jahren Gedichte und Geschichten für Kinder. Sie studierte Kinderpsychologie, gab eine Kinderzeitschrift heraus und ihre Geschichten wurden in der Zeitung „Le Figaro“ veröffentlicht. In ihrem ersten Buch „Twenty Jakata Tales“ interpretierte sie alte indische Fabeln und Gleichnisse neu. Be-

reits hier zeigte sich ihre tiefe Hingabe und Opferbereitschaft zum Wohl ihrer Mitmenschen.

Ihr musikalisches Leben nahm eine radikale Wendung, als Frankreich während des zweiten Weltkrieges von Nazi-Deutschland besetzt wurde.

Die Mitglieder der Familie Khan gingen zurück nach England und engagierten sich dort in unterschiedlichen Funktionen für die Beendigung des Krieges bei gleichzeitiger Wahrung ihrer pazifistischen Grundhaltung.

Noor Inayat Khan wurde vom britischen Geheimdienst als Funkerin ausgebildet. In dieser äußerst gefährlichen Funktion hielt sie als erste weibliche Funkerin unter dem Decknamen Madeleine die Verbindung zwischen dem französischen Widerstand und dem britischen Kriegsministerium. Ihre Nachrichtenübermittlung trug wesentlich zur taktischen Vorbereitung der Invasion der Alliierten bei. Schließlich wurde sie an die Gestapo verraten, gefangen genommen, verhört und gefoltert.

Das zarte Wesen Noor mit dem Herz und dem Mut einer Tiglerin widerstand den grausamen Methoden der Gestapo. Sie gab ihr Wissen nicht preis und hielt in all dem ertragenen Martyrium unerschütterlich an ihren Werten fest. Ihr starker Idealismus ließ sie die Qualen der Isolationshaft, die sie in Ketten gelegt verbringen musste, über ein Jahr durchstehen.

Am 13. September 1944 wurde sie im Konzentrationslager Dachau hingerichtet. Ihr letztes Wort war „Liberté“ – Freiheit.

1946 verlieh Frankreich Noor Inayat Khan das Croix de Guerre, die höchste zivile Auszeichnung. Im Jahr 1949 ehrte England sie mit dem George Cross. 2012 wurde am Gordon Square in London ihr zu Ehren ein Denkmal durch Prinzessin Anne enthüllt. Im Konzentrationslager Dachau erinnert eine Gedenktafel an sie. Über ihr Leben gibt es verschiedene Literatur; von ihr selbst, auch ins Deutsche übersetzt, zwei Publikationen. In einer Video-Doku-

mentation über ihr Lebenswerk ließ Oscarpreisträgerin Helen Mirren Noor Inayat Khan ihre Stimme.

Das Leben von Noor Inayat Khan zeigt: Jede menschliche Seele ist göttlichen Ursprungs. Alle Menschen sind heilig und unantastbar und haben ein Recht auf Freiheit. Für dieses Ziel hat sie ihr Leben gegeben und durch ihre Taten gezeigt, woran sie glaubte.

Wir, die wir heute ein Leben in Freiheit führen, verdanken dies Menschen wie ihr, die ihre Komfortzone verließen und bedingungslos für ihre Ideale eintraten.

Die Sorge um das Wohlergehen anderer, dass sie in schwierigsten Umständen ihren Prinzipien treu blieb und ihr unerschütterlicher Glaube an die Freiheit machen Noor Inayat Khan zur Schirmherrin des „Weges der Ritterlichkeit“.

Ihr Bruder, Pir Vilayat Inayat Khan sagte über sie: „Ihr Geist hat viele Frauen inspiriert, die in ihr den Archetypus des weiblichen Ritters verwirklicht sehen. Ihr Geist lebt weiter, wo immer der Ruf nach Freiheit unser tapferes Eintreten dafür fordert.“

Viele Menschen überall auf der Welt ehren sie damals wie heute als Inbegriff spirituellen Rittertums.

Wir alle begegnen in unserem Leben dem Thema Recht, Gerechtigkeit, Freiheit und Wahrheit. Niemand nimmt uns die Arbeit ab, wie wir mit unseren Gefühlen und Gedanken richtig umgehen und angemessen handeln können. In der Berührung mit der geistigen Kraft von Menschen wie Noor Inayat Khan können wir lebendig werden, wachsen, und für die Freiheit der Welt eintreten, wo immer wir dazu aufgefordert sind.

Die Regeln der Ritterschaft sind dazu ein hervorragender Wegweiser.

**40 REGELN  
DER  
RITTERLICHKEIT**

---

**EINFÜHRUNG**

---

# EINFÜHRUNG

Die 40 Regeln der Ritterlichkeit gehen auf eine sehr alte Tradition der Sufis<sup>1</sup> zurück, die bis auf den Propheten Abraham zurückgeführt werden kann.

Nicht nur im christlichen Abendland gab es Ritterorden und eine höfische Kultur, auch z. B. im Alten Orient und in Japan lebten im Mittelalter Menschen nach den Grundsätzen einer ritterlichen Ethik.

Seit Jahrtausenden gibt es universelle ethische Prinzipien. Unter ihnen sind die Tugend der Gerechtigkeit und Fairness, die Tugend der Ausgewogenheit und Mäßigung, die Tugend des Mutes, die Tugend der Weisheit und die Tugend der Großzügigkeit. Wenn wir die Ritterschaft im Mittelalter betrachten, dann sehen wir dort auch Grausamkeit und Engherzigkeit. Auf dem modernen ritterlichen Weg in universeller Ausprägung ist dafür kein Platz mehr. Stattdessen kommen neue Tugenden hinzu: die Tugend der Achtung vor allem Leben und die Tugend des planetaren Bewusstseins, die uns beispielsweise daran erinnern, allen Wesen und allen Menschen zu helfen – ungeachtet ihres Geschlechts, ihrer Hautfarbe, ihrer Nationalität, ihres Einkommens, ihrer sexuellen

---

1 Sufi wird sowohl mit dem griechischen Wort Sophia (Weisheit) als auch mit dem arabischen Wort Saf (Reinheit) in Verbindung gebracht. Das Wort Saf deutet außerdem auf weiße, wollene Gewänder hin, die bestimmte Sufis trugen. Beides steht für reine Weisheit. Sufismus bezeichnet die Weisheit des Herzens, im Gegensatz zur Weisheit des Intellekts.

Präferenzen oder ihrer Glaubensrichtung.

Die hier vorliegenden Regeln wurden von Hazrat Inayat Khan (1882-1927) verfasst, einem Meister der spirituellen Ritterlichkeit, der den Sufi-Weg der spirituellen Freiheit<sup>2</sup> erstmals in die westliche Welt brachte.

Diese 40 ritterlichen Regeln und die dazu verfassten differenzierten Erläuterungen und Kommentare von Pir Zia Inayat-Khan sind Leitsätze, die uns helfen, das eigene Handeln zu reflektieren und unser Verhalten nach wertorientierten Grundsätzen auszurichten. Dies zu üben und in unsere Beziehungen in unserer Umgebung und zu uns selbst zu bringen ist der „Weg der Ritterlichkeit“. Die ritterlichen Regeln sind konkrete Lebenshilfe und unterstützen den Weg der Kultivierung des eigenen Herzens.

Es gibt vier Gruppen der ritterlichen Regeln: je zehn eiserne, kupferne, silberne und goldene Regeln. Gemäß der chemischen Qualitäten der jeweiligen metallischen Elemente werden die Regeln in ihrer Anwendung immer feiner und subtiler.

Jede Regel beginnt mit den Worten „Mein gewissenhaftes Selbst“ (oder auch „mein wahres Selbst/mein bewusstes Selbst“). Wir sprechen damit unser eigenes innewohnendes Selbst an und beziehen uns nicht auf eine Autorität von außen. Die ritterlichen Regeln dienen als Kompass der Selbsterforschung und eigenen Entwicklung. In der Auseinandersetzung mit ihnen begegnen wir uns selbst, unseren Gewohnheiten, Verhaltensmustern, Gedanken, Gefühlen und unseren Anliegen an das Leben. Gleichzeitig sind wir auf die ethischen Grundsätze, denen wir im Leben folgen möchten, ausgerichtet.

---

<sup>2</sup> Die Lehre des Universalen Sufismus nach Hazrat Inayat Khan ist geprägt von interreligiöser Toleranz jenseits religiöser Dogmen.

## **Zum Umgang mit den Regeln der Ritterlichkeit**

Es ist wichtig, die Regeln auch im Gesamten zu betrachten und zu leben, denn sie balancieren sich gegenseitig aus. Es kann sogar sein, dass Sie bei der Beschäftigung damit im Alltag entdecken, dass es scheinbar einen Widerspruch zwischen Regeln gibt.

Es geht hier also nicht darum, eine einzelne Regel „auf die Spitze zu treiben“ und zum Dogma zu erheben, denn damit wird eine dazu ausgleichende Regel missachtet. Ein Beispiel dafür ist folgendes: Die Wahrheit zu sagen entsprechend der 1. Eisernen Regel („Stelle keine falschen Behauptungen auf“) bedarf auch der Rücksichtnahme und Höflichkeit entsprechend der 2. Kupfernen Regel („Sei höflich zu allen“) und der 5. Silbernen Regel („Achte die Gefühle eines jeden Wesens“).

Und bitte, seien Sie gnädig mit sich selbst. Diese Regeln sind keine ehernen Gesetze – ein Regelbruch bleibt „straffrei“. Ganz im Gegenteil kann uns jeder Fehler, jede Handlung, die gegen unsere eigenen tiefsten Überzeugungen verstößt, dazu führen, daraus zu lernen und bewusster und achtsamer uns selbst und unseren Mitmenschen gegenüber zu sein. Übung macht Sie zur Meisterin und zum Meister, sich ehrenhaft und ritterlich zu verhalten.

Damit kann es gelingen, allen Hindernissen und Herausforderungen des Lebens integer, würdevoll und mit einer feinen Lebensart zu begegnen und dabei freundlich, großzügig und ritterlich im Geiste und im Tun zu sein.

## **Wie Sie mit den 40 Regeln der Ritterlichkeit arbeiten können**

### **Betrachten der Regeln auf mehreren Ebenen**

Sie können die Regeln zusammen mit oder auch ohne den jeweiligen Kommentar grundsätzlich auf mehreren Ebenen betrachten: Welche Auswirkungen haben diese Grundsätze auf mein individu-

elles Leben – auf meine unmittelbare Umgebung – auf die Gesellschaft – auf die globalisierte Welt?

### **Tagesregel**

Wählen Sie chronologisch oder per Zufallsprinzip täglich oder nach Bedarf eine Regel als Begleiterin für den Tag oder eine längere Zeit. Beobachten Sie, welche Herausforderungen der Tag – bezogen auf die Regel – für Sie bereit hält. Versuchen Sie, der Regel zu folgen und beobachten Sie dabei Ihre alten Verhaltensmuster und Ihre Motivation, sich entsprechend zu verhalten.

### **Auswahl-Regel**

Wählen Sie bewusst eine Regel, mit der Sie in Widerstand gehen. Oder im Gegenteil, wählen Sie eine Regel, von der Sie annehmen, dass Sie diese selbstverständlich leben. Beobachten Sie Ihr Verhalten hinsichtlich dieser Regel im Alltag. Kontemplieren und vertiefen Sie diese Regel, drehen Sie deren Bedeutung z. B. in ihr Gegenteil um und betrachten Sie, welche Bilder, Gefühle, Erinnerungen, Motivationen jeweils in Ihnen aufsteigen. Betrachten Sie die Regel, indem Sie diese auf Ihre Umgebung, die Gesellschaft, die Natur und die globalisierte Welt ausdehnen. Wie verändert sich dadurch Ihre Haltung zu dieser Regel?

### **Gemeinschafts-Regel**

Bringen Sie eine Regel in Ihre Umgebung (Partnerschaft/Familie/Freundeskreis/Arbeitsplatz) und diskutieren Sie mit den Menschen darüber. Welche Konsequenzen hätte die gelebte Regel auf die Individuen, die Gesellschaft, die Natur, die globalisierte Welt? Was motiviert Sie, sich gemäß der Regel zu verhalten? Was hindert Sie daran? Sie können sich zum Beispiel in einem festen Kreis (Familie oder Freundeskreis) einer Regel für eine Woche widmen, diese diskutieren und sich (regelmäßig) über Ihre Erfahrungen damit austauschen.

## **Weg der Ritterlichkeit**

Wenn Sie Gefallen an der Arbeit mit den Regeln gefunden haben, sind Sie eingeladen, den intensiven und spirituellen Weg der Ritterlichkeit zu gehen.

Dieser Weg beginnt mit Ihrem Entschluss, jede der vierzig Regeln über einen Zeitraum von vierzig Tagen zu praktizieren. Die Praxis der zehn eisernen, zehn kupfernen, zehn silbernen und zehn goldenen Regeln dauert also 1.600 Tage, wenn sie ohne Unterbrechung ausgeübt wird (oder entsprechend länger, wenn Sie pausieren). Eine Regel zu praktizieren bedeutet, sie morgens mindestens ein Mal laut auszusprechen, sich mit ihrer Aussage zu beschäftigen und sie im Alltag anzuwenden.

Es besteht die Möglichkeit, auf diesem Weg Unterstützung zu erhalten und sich auszutauschen. Wenn Sie dies möchten oder einfach mehr über den Weg der Ritterlichkeit erfahren möchten, können Sie sich gerne an den „Weg der Ritterlichkeit“ der Inayatiyya Deutschland wenden: [ritterlichkeit@inayatiyya.de](mailto:ritterlichkeit@inayatiyya.de)

Dort erhalten Sie auch Informationen über regionale Gruppen zum Austausch, an denen Sie gerne teilnehmen können; bekommen Einladungen zu Seminaren und haben Ansprechpartner\*innen für alle Anliegen, die auf dem Weg erscheinen mögen. Dies ist selbstverständlich ein freiwilliges Angebot und kostenlos.

Wenn Sie jede der zehn eisernen, kupfernen, silbernen und goldenen Regeln je vierzig Tage lang praktiziert haben, können Sie sich im Rahmen einer besonderen Zeremonie in die Ritterschaft des Herzens, die „Knighthood of Purity“, einweihen lassen – sozusagen den „Ritterschlag“ erhalten, wenn Sie das möchten.

## **Alchemistische Transformation auf dem Weg der Ritterlichkeit**

Im Verlauf der Zeit, in der Sie sich intensiv und chronologisch mit den 40 Regeln beschäftigen, durchlaufen Sie gewissermaßen einen alchemistischen Transformationsprozess (die Transformation von Blei zu Gold), der sich in verschiedenen Phasen der Wandlung voll-

zieht. Dies ist die Metapher für einen Prozess, der die Veredelung der Persönlichkeit zum Ziel hat. Jede einzelne Stufe/Ebene verfeinert und veredelt unser Selbst. Schließlich entsteht ein anderer Blick auf das Leben mit seinen Herausforderungen. Wir erkennen die höhere Ebene unseres wahren Selbst und die Verbundenheit zwischen Himmel und Erde.

Dieser Transformationsprozess kann mithilfe der Alchemie in folgenden sechs Stufen/Ebenen<sup>3</sup> beschrieben werden:

### **1. Stufe**

Der Weg beginnt mit der Erweiterung der eigenen Perspektive aus der Enge der Selbstbezogenheit und einer Gewissensprüfung.

Die Sorge um das Wohlergehen anderer ist von zentraler Bedeutung für die Haltung der Ritterlichkeit. Es gibt ein Gesetz der Wechselseitigkeit, das von einer selbstlosen Haltung gemeinsam mit einem erwachten Sinn für Gerechtigkeit gelebt werden kann. Das Gesetz der Wechselseitigkeit korrigiert die Gewohnheit, unser begrenztes Selbst zu verteidigen. Wir nehmen auch den Standpunkt der anderen ein und berücksichtigen deren Interessen ebenso wie unser Eigeninteresse. Daraus erwacht Gerechtigkeit und wir können andere Menschen mit Fairness behandeln.

### **2. Stufe**

Wir verbinden uns mit dem Gefühl der Ehrfurcht, werden uns unseres inneren Ideals bewusst, richten unsere Aufmerksamkeit auf das Ideal anstatt auf uns selbst und fühlen uns inspiriert.

Wir arbeiten an der Entwicklung unserer Persönlichkeit, indem

---

3 Der alchemistische Transformationsprozess wird meist in 6, 12 oder 75 Stufen beschrieben. Die vier Metall-Gruppen der Regeln selbst sind nicht als Stufen zu verstehen, sondern drücken die subtileren und feineren „Herausforderungen“ der Regeln aus.

wir Gewohnheiten entwickeln, die mehr im Einklang mit unseren inneren Werten und unserem Ideal stehen als das bloße gewohnheitsmäßige Reagieren mit alten Verhaltensmustern.

### **3. Stufe**

Auf der Suche nach der Quelle des höchsten Ideals lassen wir die persönliche Identifikation zurück. Dadurch gelangen wir zur Essenz des wahren Selbst, was mit einem Gefühl der Einheit verbunden sein kann. Dies entspricht in der Alchemie dem Gold, das im Erz verborgen ist.

Dieses Gold ist durch Festhalten an unserem begrenztem Selbstbild verdeckt. Um es zu erkennen, ist es hilfreich, die selbstbezogene persönliche Identifikation zurückzulassen und das eigene göttliche oder höchste Ideal zu verwirklichen. Dadurch wird unser wahres Selbst erweckt – das Gold der Essenz im Kern unseres Seins.

### **4. Stufe**

Es beginnt die Rückreise in den Alltag und das Erkennen der gegenseitigen Beziehung von Himmel und Erde: Der alles durchdringende Geist drückt sich durch die Erde aus und die Erde bezieht ihre Nahrung aus der Quelle im Himmel. Die Verkörperung hat ihren Zweck in der Erfüllung des endlosen kreativen Potenzials der Quelle. Wir kommen zurück in die Welt, um das zu entfalten, was in das wahre Selbst investiert wurde.

### **5. Stufe**

Das Gold ist noch weich und benötigt den Prozess des Glühens und Härtens, um den Belastungen des Alltags standhalten zu können.

Jetzt nehmen wir Entschlossenheit und Meisterschaft an, um das zu überwinden, was uns zurückhält, indem wir diese Kraft auf eine Erkenntnis der inneren Essenz gründen.

In dieser Phase käme für diejenigen, die sich dafür entscheiden, das Gelöbnis der Ritterin und des Ritters, ihrem bzw. seinem höchsten Ideal zu dienen und andere zu fördern und zu beschützen (in der Zeremonie des „Ritterschlags“).

## **6. Stufe**

Wir widmen uns dem eigenen Ideal und das eigene Ideal ist lebendig und arbeitet durch das eigene Selbst. Es ist ein Geben und Nehmen, die Vergeistigung der Materie und die Materialisierung des Geistes.

Wir betreten die Welt wieder, indem wir unseren Teil dazu beitragen, aber nicht zu dieser, sondern zu einer höheren Welt gehören. Wir arbeiten für eine „höhere Sache“ – dem eigenen Ideal.

Das Wirken der Ritterin und des Ritters ist das äußere Tun, um das Ideal, das der Seele innewohnt, – das wahre Selbst – zu entdecken und danach zu leben. Die Arbeit mit den Regeln ist ein Prozess, durch den wir unser einzigartiges Ideal erkennen und zum Leben erwecken.

Und wie jede Reise beginnt auch dieser Weg mit dem ersten Schritt.

---

# EISERNE REGELN

## Mein gewissenhaftes Selbst:

1. Stelle keine falschen Behauptungen auf. 28
2. Sprich nicht schlecht über andere in deren Abwesenheit. 31
3. Ziehe keinen Vorteil aus der Unwissenheit anderer. 34
4. Prahle nicht mit deinen guten Taten. 38
5. Beanspruche nicht, was anderen gehört. 42
6. Mache anderen keinen Vorwurf,  
denn dadurch bestärkst du sie in ihren Fehlern. 47
7. Schone dich nicht bei den Aufgaben,  
die du zu meistern hast. 53
8. Erweise deine Dienste getreu all denen, die sie benötigen. 56
9. Ziehe keinen Gewinn daraus,  
andere in Schwierigkeiten zu bringen. 59
10. Schade niemandem,  
um dir selbst einen Vorteil zu verschaffen. 59

---

# KUPFERNE REGELN

## Mein gewissenhaftes Selbst:

1. Deine Verantwortung sei dir heilig. 66
2. Sei höflich zu allen. 71
3. Tue nichts, was dir ein schlechtes Gewissen  
oder Schuldgefühle bereitet. 74
4. Hilf bereitwillig denen, die in Not sind. 82
5. Schau nicht auf diejenigen herab, die zu dir aufsehen. 85
6. Beurteile andere nicht nach deinem eigenen Maßstab. 89
7. Sei nicht böswillig (nicht einmal) gegen  
deinen ärgsten Feind. 96
8. Verleite niemanden dazu, Unrecht zu tun. 109
9. Sei gegen niemanden voreingenommen. 111
10. Erweise dich in all deinen Handlungen  
als vertrauenswürdig. 111

---

## SILBERNE REGELN

### Mein gewissenhaftes Selbst:

1. Halte die Pflicht für ebenso heilig wie die Religion. 116
2. Sei bei jeder Gelegenheit taktvoll. 117
3. Räume anderen Menschen in deiner Wertschätzung ihren angemessenen Platz ein. 119
4. Sei für niemanden mehr, als von dir erwartet wird. 121
5. Achte die Gefühle eines jeden Wesens. 123
6. Fordere niemanden heraus, der dir nicht ebenbürtig ist. 125
7. Stelle deine Großzügigkeit nicht zur Schau. 126
8. Bitte nicht diejenigen um einen Gefallen, die ihn dir nicht erfüllen werden. 128
9. Begegne deinen Unzulänglichkeiten mit dem Schwert der Selbstachtung. 130
10. Lass nicht zu, dass du dich im Missgeschick gedemütigt fühlst. 133

---

# GOLDENE REGELN

## Mein gewissenhaftes Selbst:

1. Bleibe deinen Grundsätzen in Glück und Unglück treu. 136
2. Bleibe in den Prüfungen und Versuchungen des Lebens fest im Glauben. 138
3. Hüte die Geheimnisse deiner Freundinnen und Freunde als das heiligste dir anvertraute Gut. 141
4. Übe Beständigkeit in der Liebe. 143
5. Brich nie dein Ehrenwort, was immer auch geschieht. 144
6. Begegne der Welt in allen Lebenslagen mit einem Lächeln. 145
7. Wenn du etwas besitzt, denke an diejenigen, die es nicht haben. 147
8. Halte deine Ehre um jeden Preis aufrecht. 149
9. Halte dein Ideal unter allen Umständen hoch. 152
10. Vernachlässige diejenigen nicht, die auf dich angewiesen sind. 154

- 
1. Stelle keine falschen Behauptungen auf.
  2. Sprich nicht schlecht über andere in deren Abwesenheit.
  3. Ziehe keinen Vorteil aus der Unwissenheit anderer.
  4. Prahle nicht mit deinen guten Taten.
  5. Beanspruche nicht, was anderen gehört.
  6. Mache anderen keinen Vorwurf, denn dadurch bestärkst du sie in ihren Fehlern.
  7. Schone dich nicht bei den Aufgaben, die du zu meistern hast.
  8. Erweise deine Dienste getreu all denen, die sie benötigen.
  9. Ziehe keinen Gewinn daraus, andere in Schwierigkeiten zu bringen.
  10. Schade niemandem, um dir selbst einen Vorteil zu verschaffen.

# EISERNE REGELN



---

## EISERNE REGEL 1

**Mein gewissenhaftes Selbst,  
stelle keine falschen Behauptungen auf.**

Die erste der Eisernen Regeln lautet: „*Mein gewissenhaftes Selbst, stelle keine falschen Behauptungen auf.*“ Das klingt zunächst sehr einfach. Niemand von uns hält sich gerne für jemanden, der falsche Behauptungen aufstellt, und wahrscheinlich tun wir es absichtlich auch nicht. Aber wenn wir diese Regel auf all das anwenden wollten, was wir sagen, so würden wir, glaube ich, sehr viel bewusster auf unsere Worte achten, und wir würden feststellen, dass es Schattierungen von Wahrhaftigkeit in unserem Reden gibt. Es gibt Dinge, die wir sagen, hinter denen unser voller Wille steht. In solchen Augenblicken sind wir ganz transparent, und das verleiht unserer Rede große Kraft. In anderen Dingen, die wir sagen, besteht hingegen keine Transparenz, sondern genau das Gegenteil, nämlich Undurchsichtigkeit. Wir vernebeln unsere Worte, um ein bestimmtes Ziel zu erreichen.

Doch selbst wenn wir das angestrebte Ziel tatsächlich erreichen, ist die Befriedigung, die wir daraus ziehen, in keiner Weise zu vergleichen mit der Reinheit unseres inneren Zustands, die wir dadurch verlieren, und mit der Freude und dem Frieden, die sich als natürliche Folge der Reinheit einstellen.

In diesem Zusammenhang könnte man auf das Kapitel über „Das Ehrenwort“ aus Hazrat Inayat Khans Buch „Die Kunst der Persönlichkeit“ verweisen. Hier sind einige Glanzlichter aus die-

sem Kapitel: *„Was ist das Wort? Das Wort ist der eigene Ausdruck, der Ausdruck der Seele. Derjenige, auf dessen Wort man sich verlassen kann, ist zuverlässig. Kein Reichtum dieser Welt kann mit dem Ehrenwort verglichen werden, das man gibt. Die Person, die sagt, was sie meint, stellt mit dieser Tugend ihre Spiritualität unter Beweis. Für einen wahrhaftigen Menschen ist der Bruch seines einmal gegebenen Wortes schlimmer als der Tod, denn es bedeutet für ihn einen Rückschritt anstatt einen Fortschritt in seiner Entwicklung.“*

Inayat Khan nimmt Bezug auf die Geschichte von Harish Chandra<sup>1</sup>, der große Opfer auf sich nahm, um sein einmal gegebenes Ehrenwort zu halten. Daraufhin stellte man ihm die Frage: „Was geschieht, wenn Sie sich in folgender Situation befinden: Sie haben, ohne es recht zu bedenken, Ihr Ehrenwort gegeben und müssen nun, um Ihr Ehrenwort zu halten, etwas tun, was im Lichte der gegenwärtigen Situation eher schädlich als vorteilhaft ist? Ist es in einem solchen Fall nicht zu extrem, auf diesem Grundsatz zu beharren?“ Er antwortete sehr taktvoll, finde ich, dass kein Grundsatz bis ins Extrem geführt und verabsolutiert werden sollte. In allem besteht die Gefahr der Übertreibung. Wenn man jedoch die Tendenz entwickelt, dem eigenen Ehrenwort untreu zu werden, weil die Situation sich verändert hat, dann kann als Folge davon die Wahrscheinlichkeit wachsen, unüberlegte Versprechungen zu machen. Denn man geht ja davon aus, sich später zu erlauben, von dem Versprechen abzuweichen. Je fester wir daher zur Einhaltung unseres Ehrenwortes stehen, desto zuverlässiger werden wir uns bemühen, unsere Versprechen einzulösen.

Wer sein Leben erforscht, erkennt vielleicht, dass es relativ wenige Gelegenheiten gibt, etwas förmlich zu unterschreiben, ein ausdrückliches Versprechen oder ein Gelübde oder eine Erklärung abzugeben. Sehr oft aber verpflichtet man sich beiläufig in einem

---

<sup>1</sup> Harish Chandra war ein König in der indischen Mythologie, der niemals log und nie sein Wort brach.

lockeren Gespräch; man übernimmt Verantwortung für etwas; man nimmt sich etwas für die Zukunft vor: Ich werde das tun, ich werde dort sein. Häufig tun wir das mit dem unausgesprochenen Vorbehalt, dass sich letzten Endes die Umstände wandeln und wir uns dann das Recht nehmen können, unseren Sinn zu ändern. In dem Maß jedoch, wie wir das tun, verliert unser Wort die heilige Kraft, die es zum Beispiel im Gelöbnis eines Ritters besitzen kann.

Der Grund, warum man von seinem Versprechen abweicht, liegt immer darin, dass man hofft, dadurch irgendeinen Vorteil zu gewinnen. Manchmal liegt der Nutzen sehr greifbar und ungeheuer verführerisch auf der Hand. Wenn man jedoch später auf sein Leben zurückschaut und sich noch einmal die Augenblicke vergegenwärtigt, in denen man sein Wort gegeben und es dann wegen des einen oder anderen verführerischen Nutzens nicht eingehalten hat, wird einem klar, dass der daraus gezogene Gewinn in keiner Weise das Gefühl des Verlustes, das man jetzt spürt, aufwiegen kann – des Verlustes an Integrität. Aber wir brauchen nicht in der Schuld der Vergangenheit zu versinken. Wir müssen unsere Fehler nur bereuen, sie wiedergutmachen, eine Lehre daraus ziehen und weitermachen, mit mehr Weisheit und ehrlicher Hingabe an den eigentlichen Sinn unseres Lebens. Heute ist ein neuer Tag, neue Wahlmöglichkeiten liegen vor uns, und wir haben gelernt, unser Ehrenwort wohlbedacht zu geben und es gewissenhaft einzuhalten.

---

## EISERNE REGEL 2

### **Mein gewissenhaftes Selbst, sprich nicht schlecht über andere in deren Abwesenheit.**

Die zweite Regel lautet: „*Sprich nicht schlecht über andere in deren Abwesenheit.*“ Dieser Ausspruch hat, wie alle weisen Worte, mehrere Bedeutungsebenen. Wörtlich genommen besagt er: Sprich nicht lieblos über Menschen, die in diesem Gespräch nicht anwesend sind. Auf einer tieferen Ebene könnte man sagen, schlecht über Menschen in ihrer Abwesenheit zu sprechen, bedeutet, sich in Werturteilen über sie zu äußern, während man selbst nicht für sie präsent ist. In diesem Fall würde präsent sein heißen, in bewusstem Kontakt mit der Seele dieser Menschen zu stehen. Sich locker über die Merkmale und Eigenschaften einer Person auszulassen, ohne wirklich innerlich bei ihr zu sein, ohne Berührung mit ihrer Seele, das ist ein Fehler.

Aber in einem eher wörtlichen Sinn fordert die Regel auf, nicht über Menschen zu sprechen, wenn sie nicht zugegen sind, außer man lobt sie. Ich denke, die Situation, auf die sich diese Regel bezieht, ist uns allen aus eigener Erfahrung bekannt. In den sozialen Zusammenhängen, in denen wir leben, sprechen die Leute üblicherweise eher über andere in ihrer Abwesenheit als in ihrer Gegenwart.

Diese Art von Tratsch und Klatsch wirkt ansteckend. Selbst wenn wir von Natur aus gar nicht zu Klatsch neigen, finden wir uns auf einmal in Gespräche verwickelt, deren Atmosphäre locke-

rer Kritik wie eine berauschende Droge einen starken Einfluss auf uns ausübt. In diesem Moment setzt sich das Gefühl durch, dass es erlaubt ist, so zu reden. Wenn dann aber das Gespräch vorbei ist, kommt uns plötzlich der Gedanke: Was habe ich da nur gesagt?

Denn was wurde schließlich dadurch gewonnen? Gar nichts! Die Teilnahme am Sezieren von Irrtümern, Fehlern und schlechten Eigenschaften anderer Leute erweist sich selten, wenn überhaupt jemals, hilfreich, um einen positiven Wandel in ihnen herbeizuführen. Im Gegenteil, fast immer ist das Umgekehrte der Fall. Je mehr man die Fehler und ungunstigen Eigenschaften anderer hervorhebt, desto mehr werden sie in der betreffenden Person verstärkt. Zudem sind unsere Egos in einem außerordentlichen Grad auf Gegenseitigkeit hin konstruiert.

Das Ego existiert nicht in der Isolation. Es wird nicht autonom in der Psyche eines Individuums gebildet. Vielmehr ist das Ego ein Konstrukt, dessen psychische Inhalte sich im Gefüge einer Gesellschaft in wechselseitigen Beziehungen entwickeln, in der Projektion von Eindrücken als Resultat der Erwartungen und Wertungen anderer Leute. Unser Selbstbild ist abhängig von dem Bild, das sich andere von uns machen, und umgekehrt. Wenn wir einen anderen Menschen negativ bewerten, haben wir vielleicht die Vorstellung, dass wir die wahre Natur dieses Menschen enthüllen, tatsächlich aber verhüllen wir sie. Wir wickeln diesen Menschen in Schleier der Dunkelheit ein und verdecken damit das Licht seiner Seele.

Vom mystischen Standpunkt aus gesehen ist die physische Anwesenheit oder Abwesenheit einer Person ein belangloser Sachverhalt. Wir sind alle miteinander verbunden jenseits von Zeit und Raum. Nichts bleibt ungehört. Jedes Wort, sogar jeder Gedanke, schallt durch das ganze Universum und kommt als Widerhall zurück. Nichts bleibt verborgen, und jede Vibration übt eine Wirkung aus.

Hazrat Inayat Khan sagt: *„Man muss daran denken, dass die Neigung eines Menschen zum Tratsch ein Zeichen dafür ist, dass es ihm*

*oder ihr an Charakteradel fehlt. Es ist so natürlich und doch ein großer Charakterfehler, der Neigung zum Gerede über andere zu erliegen. Erstens zeugt es von großer Schwäche, wenn man Bemerkungen über jemanden hinter dessen Rücken macht; zweitens steht es dem entgegen, was man als Offenheit und Ehrlichkeit bezeichnen könnte. Außerdem ist dieses Urteilen über andere unangemessen, wenn man sich auf die Lehre Christi bezieht, die besagt: Urteilt nicht, damit ihr nicht verurteilt werdet.“*

„Urteilt nicht, damit ihr nicht verurteilt werdet.“ Das ist der beste Prüfstein: dasselbe Kriterium auf andere anzuwenden, das man auf sich selbst anwendet; andere so zu behandeln, wie man selbst sich wünscht, behandelt zu werden. Fragen Sie sich: Wie würde ich mich fühlen, wenn die Person in meiner Abwesenheit so von mir sprechen würde, wie ich von ihr spreche? Wenn Sie sich dabei wohl fühlen, dann ist das, was Sie sagen, wahrscheinlich in Ordnung. Ebenso kann man sich fragen, ob man in gleicher Weise reden würde, wenn die betreffende Person anwesend wäre. Wenn ja, dann ist das Gesagte vermutlich ebenfalls fair.

Wenn wir es geschafft haben, nicht mehr schlecht über andere zu reden, dann wird uns mehr Energie zur Verfügung stehen, die wir für eine edlere Beschäftigung einsetzen können, die uns zudem viel mehr befriedigt, nämlich Gutes über andere zu sagen.

---

## HAZRAT INAYAT-KHAN



Hazrat Inayat Khan wurde 1882 in Baroda, Indien, geboren. Schon als Kind erhielt er eine Ausbildung in klassischer hindustanischer Musik und wurde schon in jungen Jahren Musikprofessor. Auf ausgedehnten Reisen durch den indischen Subkontinent gewann er große Anerkennung am Hofe der Maharajas und bekam vom Nizam von Hyderabad den Titel Tansen-uz-Zaman verliehen.

In Hyderabad wurde Hazrat Inayat Khan Schüler von Sayyid Abu Hashim Madani, der ihn in die Traditionen der Chishti-, Suhrawardi-, Qadiri- und Naqshbandi-Abstammungslinien des Sufismus einführte und ihm schließlich seinen Segen erteilte für den Auftrag, „in die Welt hinaus zu reisen“.

Im Jahre 1910 begab er sich per Schiff in die Vereinigten Staaten von Amerika, begleitet von seinem Bruder Maheboob Khan und seinem Vetter Mohammed Ali Khan. Im Laufe der anschließenden sechzehn Jahre unternahm er weite Reisen durch die Vereinigten Staaten und Europa, wo er lehrte und den ersten Sufi-Orden im Westen gründete.

In London heiratete Hazrat Inayat Khan Ora Ray Baker. Sie hatten vier Kinder, die während des Ersten Weltkriegs in London und danach in Suresnes, Frankreich, aufwuchsen, wo um ihr Wohnhaus mit dem Namen Fazal Manzil herum eine kleine Sufi-Siedlung entstand.

Die Türen des Sufi-Ordens<sup>1</sup> standen offen für Menschen jeglichen Glaubens. Hazrat Inayat Khans Vorträge und spirituelle Anleitungen sprachen stärker die eigene Erfahrung seiner Zuhörer und Zuhörerinnen an als ihre religiösen Überzeugungen. Sie beleuchteten vor allem zwei miteinander verbundene Themen: die Gegenwart Gottes in der Tiefe der menschlichen Seele und die Vernetzung aller Menschen. Zahlreiche Bücher wurden sowohl während seiner Lebenszeit als auch posthum aus seinen Lehrreden zusammengestellt.

Im September 1926 nahm Hazrat Inayat Khan Abschied von seiner Familie und seinen Anhängern und Anhängerinnen und kehrte nach Indien zurück. Am 5. Februar 1927 starb er und wurde in New Delhi begraben.

---

<sup>1</sup> Heute unter dem Namen „Inayatiyya Deutschland e. V.“

---

## PIR ZIA INAYAT-KHAN



Pir Zia Inayat-Khan ist ein Gelehrter und Lehrer des Universalen Sufismus in der Tradition seines Großvaters Hazrat Inayat Khan. Er erhielt seinen Bachelor-Abschluss (Hons) in Persischer Literatur von der London School of Oriental and

African Studies; an der Duke University in Durham, North Carolina, machte er seinen Master of Arts und promovierte in Religionswissenschaften.

Pir Zia Inayat-Khan ist Präsident von "The Inayatiyya" und Gründer der Suluk Academy, einer Schule für kontemplative Studien in den USA und in Europa.

Zusammen mit Shaik al-Mashaik Mahmood Khan leitet er den Ritterorden der Reinheit.

Er lebt mit seiner Frau und zwei Kindern in Richmond, USA.

Autor von „Ritterliche Tugenden im Alten Orient“.

### Weitere Informationen

über den Autor unter [www.Pirzia.org](http://www.Pirzia.org)

über Inayatiyya unter [www.inayatiorder.org](http://www.inayatiorder.org)

über die Ritterschaft der Reinheit unter [www.knighthoodofpurity.org](http://www.knighthoodofpurity.org)

---

# RITTERLICHE TUGENDEN IM ALTEN ORIENT

## Edelmut, Tapferkeit und mystische Suche



„Königin Belacane stirbt. Mit letzter Kraft verfasst sie ein Vermächtnis, das ihren neugeborenen Sohn Feirefiz auf dem Pfad seines Lebens begleiten soll. Ihre Ratschläge beruhen auf den Richtlinien von futuwwa, einer Sufi-Tradition der mystischen Ritterschaft, die bis auf den Propheten Abraham zurückgeht.“

Sind Tugenden wie Edelmut, Maßhalten, Tapferkeit und Ehre – der Verhaltenskodex für Ritter in der arabischen wie in der christlichen Welt – auch heute noch erstrebenswerte Ziele? Darüber nachzudenken ist in einer Zeit, in der der Verlust ethischer Werte und Ideale beklagt werden, eine lohnende Herausforderung!

*„Ritterliche Tugenden im Alten Orient ist eine geniale Darstellung der Sufi-Lehren, in kunstvoller Weise zum Ausdruck gebracht durch eine Gestalt aus dem tiefstnigsten der mittelalterlichen Ritterromane rund um den Gral. Eine überraschende und inspirierende Leseerfahrung!“*

CARL W. ERNST, Autor von How to Read the Qur'an

Hrsg. Der Inayati-Orden Deutschland e. V.

Pir Zia Inayat-Khan 2016 | 184 Seiten | gebunden | ISBN 978-3-936246-25-4

Dieses Buch ist als Ebook u. PDF-Book über die Homepage des Verlages erhältlich: [www.verlag-heilbronn.de](http://www.verlag-heilbronn.de)

---

## INAYATIYYA DEUTSCHLAND E. V.

Die Inayatiyya Deutschland e. V.<sup>1</sup> (ehemals Sufi-Orden Deutschland e. V.) ist eine weltweite Schule für persönliches Wachstum. Ihre Lehre der spirituellen Freiheit wird vertieft durch ein philosophisches Verständnis des Lebens. Die Inayatiyya erforscht und betont das Gemeinsame aller Religionen und lehrt eine Religiosität des Herzens, die der Verständigung und gegenseitigen Wertschätzung der verschiedenen Religionen und Weltanschauungen dient.

Als gemeinnützige Organisation widmet sie sich der Verbreitung der Lehre von Hazrat Inayat Khan, dem indischen Musiker und Sufilehrer, der im Jahr 1910 als erster den Sufismus in die westliche Welt brachte. Seine universale Botschaft beinhaltet das Wissen von der göttlichen Einheit aller Völker, aller Religionen und allen Daseins.

Diese von ihm begründete Weisheitslehre von Liebe, Harmonie, Schönheit und spiritueller Freiheit wurde von Pir Vilayat Inayat

---

<sup>1</sup> Inaya ist ein arabisches Wort und bedeutet liebende Güte oder Anmut (auch Gnade). In spirituellem Kontext meint es die Gnade, die der allbarmherzige Gott Seiner Schöpfung erweist. Es ist auch der Name des geistigen Urhebers der Inayatiyya, Hazrat Inayat Khan, seines Nachfolgers Pir Vilayat Inayat Khan und des heutigen Präsidenten Pir Zia Inayat-Khan

Khan weiterentwickelt und seit 2004 von Pir Zia Inayat-Khan und vielen Schülerinnen und Schülern in die Welt getragen. Sie bildet die geistige Grundlage zur Persönlichkeitsentwicklung der einzelnen Mitglieder der Gemeinschaft und ist Inspiration für vielseitige Aktivitäten der international vernetzten Organisation.

Weiterlesen gern bei: [www.inayatiyya.de](http://www.inayatiyya.de)

---

## WEG DER RITTERSCHAFT

### Die Historie

Als Hazrat Inayat Khan, auch ein Meister der spirituellen Ritterschaft, am 13. September 1926 in Paris den Grundstein für einen Tempel legte, der alle Religionen ehrt, legte er auch den Samen für die „Knighthood of Purity“, den Weg der Ritterlichkeit, indem er vier Ritter\*innen und acht Herold\*innen ernannte.

Eine konkrete Struktur erhielt dieser ritterliche Weg erst viele Jahrzehnte später am 13. September 2010 durch Pir Zia Inayat-Khan und Shaikh al-Mashaik Mahmood Khan. Im Jahr 2016 wurde die „Knighthood of Purity“ dann als eigener Bereich in der Inayatiyya-Gemeinschaft begründet. Schirmherrin des Weges der Ritterlichkeit ist Noor un-Nisa Inayat Khan, die Tochter von Hazrat Inayat Khan. Sie unterstützte während des 2. Weltkrieges als englische Agentin die Résistance, wurde gefangen genommen und am 13. September 1944 in Dachau ermordet. Sie gab ihr Leben für das Ideal der Freiheit, ihr letztes Wort war „Liberté.“

Ritterlichkeit als Weg ist sehr viel älter. Es gibt universelle ethische Prinzipien, die bereits seit Jahrtausenden von Menschen kultiviert wurden, die heute kultiviert werden und die auch in Jahrhunderten und Jahrtausenden noch Gegenstand der Kultivierung sein werden. Unter ihnen sind die Tugend der Gerechtigkeit und Fairness, die Tugend der Ausgewogenheit

und Mäßigung, die Tugend des Mutes, die Tugend der Weisheit und die Tugend der Großzügigkeit.

Wenn wir die Ritterschaft im Mittelalter z. B. in Europa, im Nahen Osten und in Japan betrachten, dann sehen wir dort auch Grausamkeit und Engherzigkeit. Auf dem modernen ritterlichen Weg in universeller Ausprägung ist dafür kein Platz mehr. Stattdessen kommen neue Tugenden hinzu: die Tugend der Achtung vor allem Leben und die Tugend des planetaren Bewusstseins, die uns beispielsweise daran erinnern, allen Wesen und allen Menschen zu helfen – ungeachtet ihres Geschlechts, ihrer Hautfarbe, ihrer Nationalität, ihres Einkommens, ihrer sexuellen Präferenzen oder ihrer Glaubensrichtung.

Die „Knighthood of Purity“, der Weg der Ritterlichkeit, ist offen für alle Menschen, die durch Hazrat Inayat Khan bzw. die von ihm begründete universelle Ritterlichkeit inspiriert sind.

# Die Goldene Mitte

## Reihe mit Kostproben aus den Schriften von Dichtern, Weisen und Mystikern

1. Die Goldenen Verse des Pythagoras
2. Der Sonnengesang des Ech-en-aton
3. Die Bergpredigt Jesu
4. Die Tafeln der Wahrheit des Moin-ud-Din Chishti
5. Matthias Claudius, An meinen Sohn Johannes
6. Gottfried Ephraim Lessing, Die Parabel von den drei Ringen
7. Renate F. von Scholtz, Im Geiste der Einheit
8. Konfuzius, Der Weg des Himmels und der Erde
9. „Vater unser!“ - Kleines ökumenisches Gebetsbrevier
10. Hazrat Inayat Khan, Erleuchtete Worte
11. „Du bist unsere Zuflucht“ – Gebete aus der Ökumene
12. „Vom Herzen gehen die Dinge aus...“ –  
Aus dem Buddhismus
13. Zarathustra
14. Toleranz und Religionsfreiheit
15. Anandamayi Ma, Leben der Hingabe
16. Johann Wolfgang von Goethe, Wie alles sich zum Ganzen webt
17. Teresa von Avila, Der Du bist in den Himmeln
18. Bayezid Bastami, Licht über Licht
19. Die Gottesliebe in der Bhagavadgita
20. Schalom – Weisheit des Judentums
21. Rabindranath Tagore, Die Seele unserer Seele
22. Marc Aurel, In freier Harmonie mit dem Schicksal
23. Emanuel Swedenborg, Bürger zweier Welten
24. Jenseits von allem, was ist
25. Aus dem Koran
26. Franz von Assisi, Bruder aller Menschen und aller Kreatur
27. Laotse, Vom Sinn des Lebens
28. Seneca, Aus den Briefen an Lucilius
29. Hazrat Inayat Khan, Sufi-Geschichten
30. Meister Eckhart, „Gott allein ist“
31. Ida Ehre, „Ich glaube an das Gute im Menschen“
32. Rabia – Heilige der Gottesliebe
33. Zeit – Augenblick und Ewigkeit

Centennial Edition

# Hazrat Inayat Khan

13-bändige Jubiläumsausgabe



## Band 1 – Das innere Leben

*Die Bücher der Sufi-Lehren sind ein kostbarer Schatz.*

Der erste Band beinhaltet folgende 4 Bücher:

***Das innere Leben***

***Die Seele – woher und wohin***

***Der Sinn des Lebens***

***Der Weg der Erleuchtung***

Verlag Heilbronn 2018 | 477 S. | ISBN 978-3-936246-34-6



## Band 2 – Die Mystik des Klangs

*Wer das Geheimnis des Klangs kennt,  
kennt das gesamte Universum.*

Der zweite Band beinhaltet folgende 4 Bücher:

***Die Mystik des Klangs • Musik***

***Die Macht des Wortes***

***Die Sprache des Kosmos***

Verlag Heilbronn 2019 | 323 S. | ISBN 978-3-936246-39-1



## Band 3 – Die Kunst der Persönlichkeit

*Persönlichkeit ist die Weiterentwicklung der Individualität.*

Der dritte Band beinhaltet folgende 6 Bücher:

***Die Entwicklung des Charakters***

***Die Kunst der Persönlichkeit • Ethik***

***Bewusstsein und Persönlichkeit***

***Kunst, Künstlerinnen und Künstler***

***Die Kunst der Musik***

Verlag Heilbronn 2020 | ISBN 978-3-936246-44-5

## Band 4 – Heilung und die Welt des Geistes

• ***Gesundheit • Heilung • Mentale Reinigung • Die Welt des Geistes***

Band 4 erscheint voraussichtlich im Dezember 2021 | ISBN 978-3-936246-47-7

Es ist geplant, jährlich einen der 13 Bände herauszubringen.

Weitere und aktuelle Informationen finden Sie unter: [www.verlag-heilbronn.de](http://www.verlag-heilbronn.de)

# Hazrat Inayat Khan

Bücher für Menschen auf dem inneren Weg



## Heilung aus der Tiefe der Seele

*Mystik und geistige Heilung*

In diesem Buch geht es vor allem darum, innerlich zur Ruhe zu kommen, das wahre Selbst in uns von falschen Identifikationen zu lösen und zu befreien, um es dann zu verwirklichen. Das wahre Selbst ist frei von jeglichen Krankheiten und Traumata, da es immer heil und göttlich ist. .



## 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*

Ursprünglich waren die Gathas für die Innere Schule der Sufi-Bewegung bestimmt.

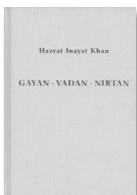
Sie enthalten Anleitungen zu sieben verschiedenen Themen: Aberglaube, Bräuche und Volksglaube; Einsicht; Symbolik; Atem; Kultivierung des Herzens; Alltagsleben und Metaphysik.



## Meisterschaft

*Spirituelle Verwirklichung in dieser Welt*

Viele Leserinnen und Leser halten das Buch „Meisterschaft“ von Hazrat Inayat Khan für eines der hilfreichsten Werke seiner Lehren. Erfolgreich zu sein in weltlichen Angelegenheiten wird in diesem Band nicht als ein Hindernis auf dem spirituellen Pfad betrachtet.



## Gayan Vadan Nirtan

*Die Essenz der Sufibotschaft*

Die Aphorismen in „Gayan Vadan Nirtan“ stellen die Essenz der Sufi-Botschaft von Hazrat Inayat Khan dar.

‘Gayan’ bedeutet die ‘Musik des Schweigens’, ‘Vadan’ heißt die ‘göttliche Symphonie’, und ‘Nirtan’ ist der ‘Tanz der Seele’.

# Hazrat Inayat Khan

Aus Musik wurde das Universum erschaffen



## 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.“



## Musik und kosmische Harmonie

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.



## Das innere Leben

*Den Sinn des Lebens verwirklichen*

„Die genaue Bedeutung des inneren Lebens besteht darin, dass wir nicht nur in unserem Körper leben, sondern auch in unserem Herzen und unserer Seele.“ HAZRAT INAYAT KHAN

Taschenbuchreihe Mystische Texte Band 1



## Gebet – Atem der Seele

Das Gebet ist die unmittelbarste Kommunikation des Menschen mit Gott. Es ist die geheimnisvollste und innerste Verbindung zwischen uns Menschen und dem schöpferischen Universum. Mit den hier vorgestellten interreligiösen Gebeten ist das Buch ein täglicher spiritueller Begleiter.

Taschenbuchreihe Mystische Texte Band 2



## Die Sprache des Kosmos

*Das ganze Weltall spricht zu uns*

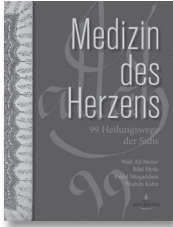
Dieses Buch ist ein Kompass, der aufzeigt, wie wir mit Denken, Vernunft, Wille und Inspiration unsere Intuition schulen und das eigene Herz kultivieren können.

Taschenbuchreihe Mystische Texte Band 3

# Spiritualität • Mystik

Bücher für Menschen auf dem inneren Weg

VERLAG  
HEILBRONN



## Medizin des Herzens

99 Heilungswege der Sufis  
Wali Ali Meyer, Bilal Hyde, Faisal Muquaddam, Shabda Kahn

Das Buch führt in das Herz des Mysteriums der 99 Namen Gottes. Es ist ein Weg, um das Wesen der Grenzenlosigkeit Gottes zu verstehen und das göttliche Potential in jeder Seele zu entdecken. Ein Standardwerk.



## Sufibuch des Lebens

99 Meditationen der Liebe | von Neil-Douglas-Klotz

Die 99 schönsten Namen Gottes stehen für 99 Wege zu innerer Klärung, Harmonie und Verbundenheit mit dem Universum. Die zeitlose Weisheit der Sufis hilft uns, diese Qualitäten im täglichen Leben umzusetzen und das Herz für die Liebe zu öffnen.

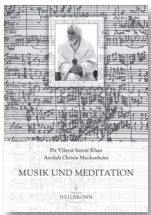


## 365 Tage Sufi-Weisheit

Ein spiritueller Begleiter für jeden Tag

Die Schale des Saki von Hazrat Inayat Khan  
Mit Kommentaren von Samuel L. Lewis

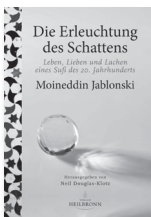
Dieses Buch hat eine besondere Bedeutung für unsere Zeit. Die Worte sind Quellen der Kraft und der Besinnung, geben Impulse, nähren die innere Erkenntnis und öffnen das Herz für die Welt.



## 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.



## Die Erleuchtung des Schattens

von Moineddin Jablonski

„Ein Buch mit einer feinen Botschaft, die ernsthaft Suchende herausfordern und anregen wird, unabhängig von ethnischem oder religiösem Hintergrund.“ Muneera Haeri  
Es bietet einen einzigartigen Einblick in das Leben eines erleuchteten Mystikers, der im Westen geboren wurde.

# Universaler Sufismus

Ein interreligiöser Weg zu spirituellem Wachstum



## Ritterliche Tugenden im Alten Orient

*Edelmut, Tapferkeit und mystische Suche*

von Pir Zia Inayat-Khan

„Ritterliche Tugenden im Alten Orient ist eine geniale Darstellung der Sufi-Lehren, in kunstvoller Weise zum Ausdruck gebracht durch eine Gestalt aus dem tiefstinnigsten der mittelalterlichen Ritterromane rund um den Gral. Eine lohnende Leseerfahrung!“

CARL W. ERNST



## König Akbar und seine Tochter

*Geschichten aus einer Welt von Noor Inayat Khan*

Nacherzählungen großer europäischer Epen wechseln sich ab mit Parabeln, Fabeln und Anekdoten aus allen Himmelsrichtungen. Noor Inayat Khan fügt dieser poetischen Welterzählung auch ihre eigene Stimme, mit eigenen Geschichten und Gedichten hinzu. Kunst- und liebevoll illustriert von Natsuyo Koizumi



## Universaler Sufismus

von Hendrikus J. Witteveen

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. Dieses tiefgründige spirituelle Buch ist eine Untersuchung der Lehren von Hazrat Inayat Khan.

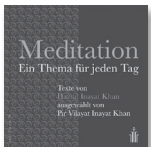


Firos Holterman ten Hove

**Das Heilige Buch der Natur – Spirituelle Ökologie**

**Die Seele der Blumen – Heilende Blüten-Essenzen**

**Die Seele der Steine – Heilende Mineral-Elixire**



## EDITION KALIM – Geschenkbücher

**Meditation – Ein Thema für jeden Tag**

von Hazrat Inayat Khan und Pir Vilayat Inayat Khan

- **Bird Language**  
von Pir Zia Inayat-Khan
- **Der Sinn des Lebens**  
von Hazrat Inayat Khan
- **Gebet – Atem der Seele**  
von Hazrat Inayat Khan
- **Dem Einen entgegen**  
von Wim van der Zwan

Weitere Informationen erhalten Sie über folgende Links:

**Inayatiyya Deutschland e. V.**  
[www.inayatiyya.de](http://www.inayatiyya.de)

**Inayatiorden Österreich**  
[www.sufiorden.at](http://www.sufiorden.at)

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

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

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

**Sufi Ruhaniat International**  
[www.ruhaniat.org](http://www.ruhaniat.org)

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

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

**Abrahamic Reunion e. V.**  
[www.abrahamicreunion.org](http://www.abrahamicreunion.org)

**Musik für Frieden und Völkerverständigung e. V.**  
[www.music-for-peace.net](http://www.music-for-peace.net)

**Förderverein Sufi-Saint-School**  
[www.sufi-saint-school-ev.de](http://www.sufi-saint-school-ev.de)

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

**Buch und Mysatik e. V.**  
[www.buchundmystik.de](http://www.buchundmystik.de)



**Verlag Heilbronn**

[www.verlag-heilbronn.de](http://www.verlag-heilbronn.de) • [info@verlag-heilbronn.de](mailto:info@verlag-heilbronn.de)



# Kompass für eine Ethik der Achtsamkeit

Die 40 Regeln der Ritterlichkeit sind wie ein Blick in den Spiegel, der hilft, ethisches Verhalten zu üben und in unsere Beziehungen zu allen Wesen und zu sich selbst Achtsamkeit zu bringen.

Wir alle können nach einer modernen ritterlichen Ethik handeln: Gerechtigkeit, Fairness, Ausgewogenheit, Maßhalten, Mut, Weisheit und Großzügigkeit. Diese Werte schließen heute auch die Achtung gegenüber allem Leben und ein planetares Bewusstsein ein.

**Wer mit Sorgfalt und wacher Aufmerksamkeit mit den 40 Regeln arbeitet, schult diese scheinbar selbstverständlichen Prinzipien und findet dabei noch ein weites Feld für Selbsterforschung und persönliche Entwicklung.**

Herausgeber:  
Inayatiya Deutschland e. V.

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

ISBN 978-3-936246-46-9



  
VERLAG  
HEILBRONN