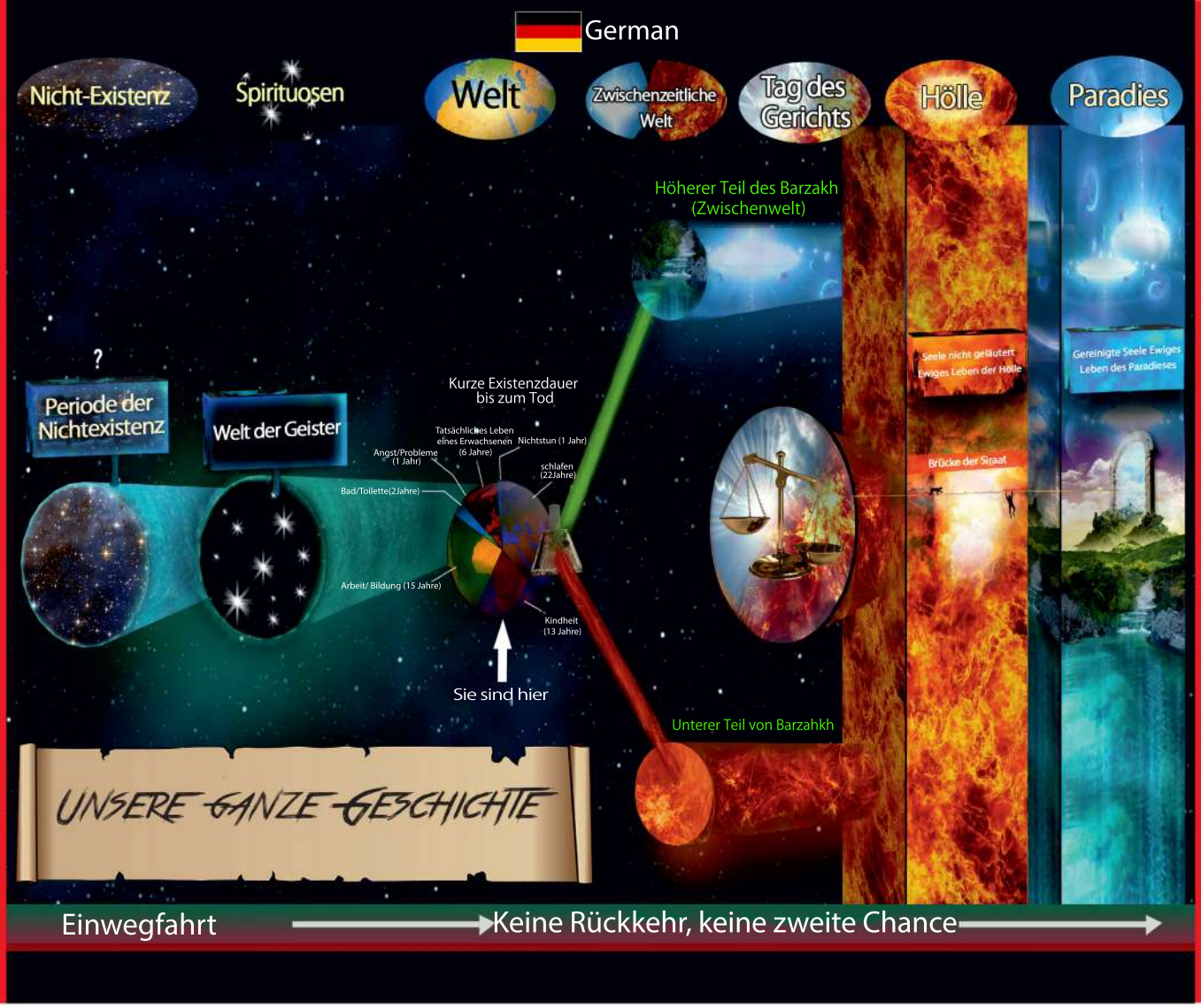
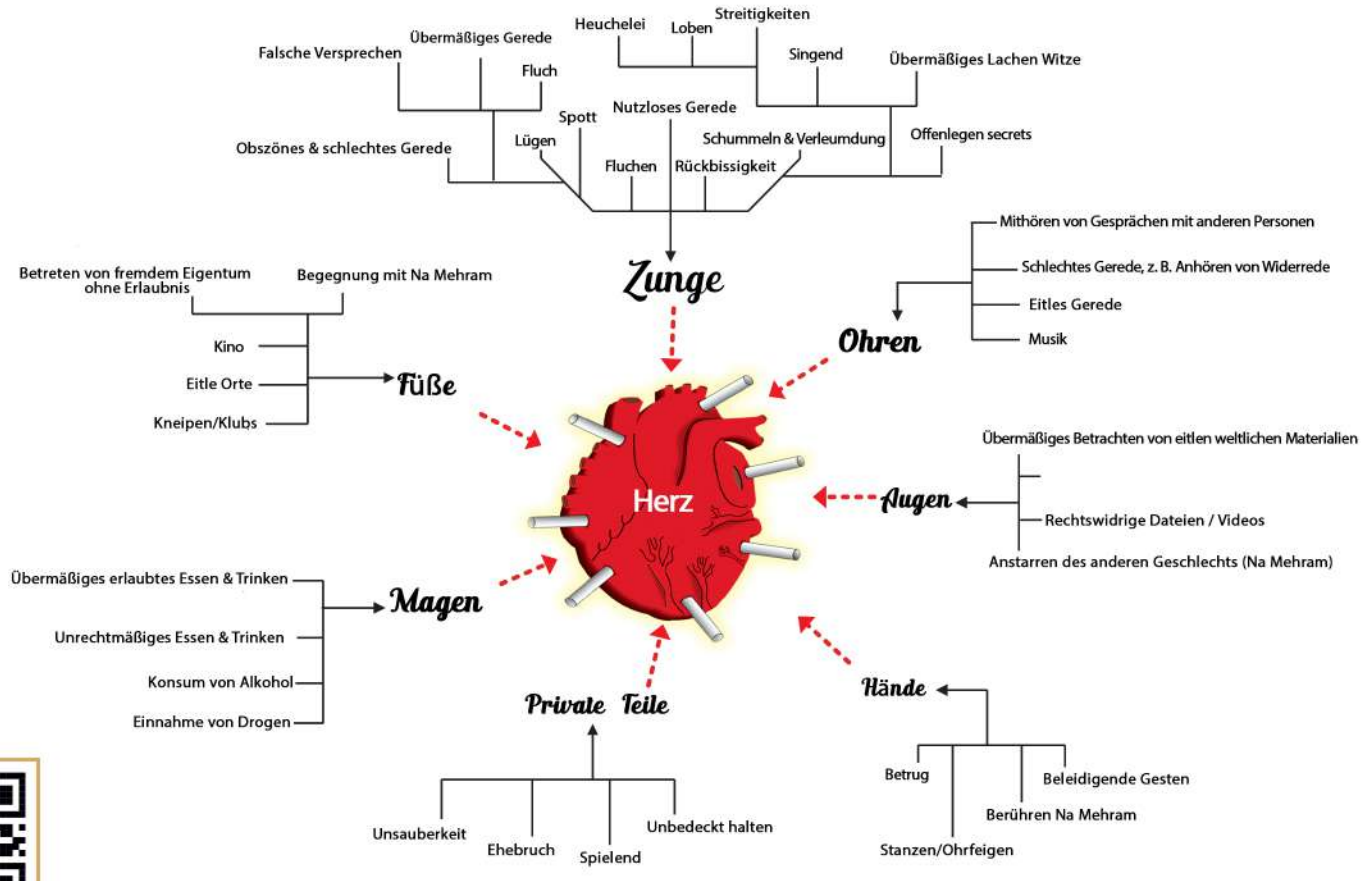



Tareeqah Muhammadiyah

www.zawiyah.org | ShaykhAhmadDabbagh

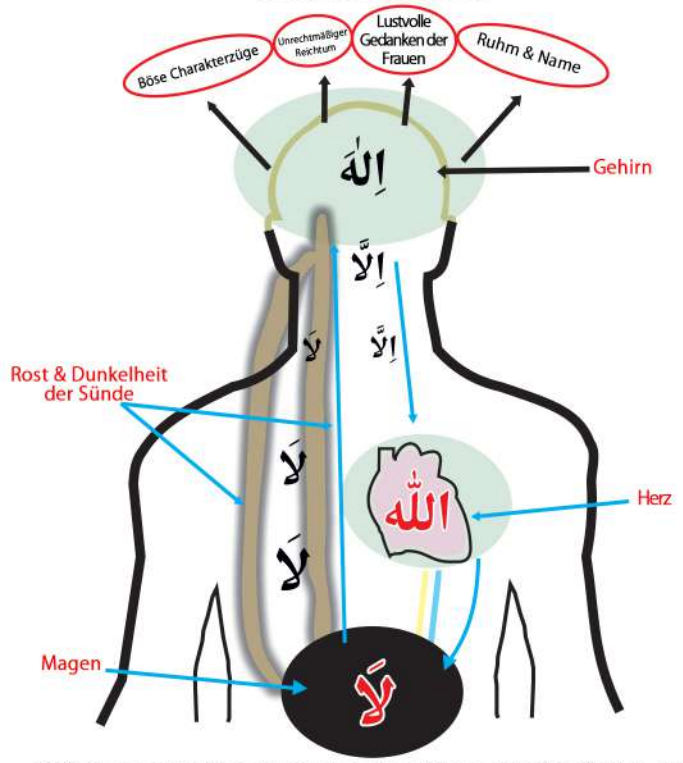
## Sünden in Bezug auf verschiedene Teile des Körpers



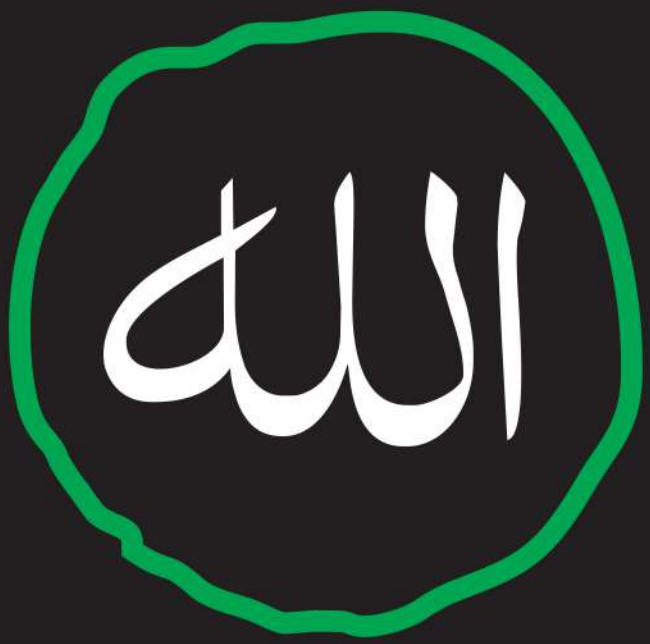
# Dhikr-Diagramm

لَا اِلٰهَ اِلَّا اللّٰه

'La ilaha il Allah'




Der Suchende sollte sich vorstellen, dass all das weltliche Material, Reichtum, Frauen, Ruhm und Name im Magen sind. Sein Kopf sollte auf den Magen zeigen. Er sollte sich vorstellen, dass er all diese Dinge in seinen Geist/Kopf atmet und "La" sagen und seinen Kopf heben, bis er waagerecht ist. Er sollte dann "Ilaha" sagen und sich vorstellen, dass all diese Dinge zu seinem Herrn aufsteigen. Er sollte sich vorstellen, dass er alles für seinen Herrn aufgibt. Er sollte sich vorstellen, dass Allahs Name und das Licht von Allahs Namen über ihm sind. Er sollte dann "IllAllah" sagen und dieses Licht in Richtung seines Herzens und dann zurück in seinen Bauch richten. Das Dhikr sollte in dieser Angelegenheit wiederholt werden.




Bevor Sie Ihre Muraqabah beginnen, etablieren Sie die Gegenwart Allahs in Ihrem Geist und Ihrem Herzen:

❶Allah ist mit mir ❷ Allah sieht mich ❸ Allah hört mich

Nun rekonstruieren Sie Folgendes

❶ Jetzt rezitieren بسم الله الرحمن الرحيم ❷ أستغفر الله Zeiten 3
❸ Sharif Durood Zeiten 3 ❹ لا حول ولا قوة إلا بالله Zeiten 3

Schließen Sie nun Ihre Augen und stellen Sie sich vor, dass der Name Allahs hell am Himmel steht. Das Licht breitet sich überall aus und es berührt auch Ihren Kopf. Durch deinen Kopf dringt das Licht in deinen Körper ein und wenn es dein Herz erreicht, beginnt dein Herz "Allah Allah" zu rezitieren. Stellen Sie sich vor, alles in den Universen macht auch Dhikr von Allah.

Denken Sie während der Muraqabah an 7 Dinge und präsentieren Sie sie in der Gegenwart Allahs:

❶Präsenz Allahs ❷7 Große Sünden ❸7 Segnungen ❹7 Bedürfnisse
❺7 Schwierigkeiten ❻ Suche Führung ❼ Vertrauen auf Allah

Vertrauen auf Allah

Überlassen Sie alles Allah und lassen Sie es von Ihrem Verstand und Ihrem Herzen los und rezitieren Sie den Durood und öffnen Sie dann sanft Ihre Augen

## Aufrichtigkeit (Ikhlas)

Kreuzen Sie jeden Tag an, wenn die Bedingung erfüllt ist, wenn Sie jedoch die Bedingung(en) verletzen, dann stoppen Sie und beginnen Sie von vorne und schreiben Sie die Disziplinarregeln in die Spalte "Regel(n) verletzt".

| Versuch | Ebene(n) | Startdatum | Anzahl von Tagen | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | Regel (n) verletzt |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | |
| 1 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 3 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 4 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

### Ebene 1

Bei allen wichtigen guten Taten, z.B. den 5 täglichen Gebeten und dem Dhikr, sollte man sie zum Wohlgefallen Allahs tun und um Erlösung und Belohnung im Jenseits zu erlangen. Man sollte seine Absicht am Anfang, in der Mitte und am Ende überprüfen und auffrischen.

## Zunge

| Versuch | Ebene(n) | Startdatum | Anzahl von Tagen | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | Regel (n) verletzt |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | |
| 1 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 3 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 4 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

Siehe Herzdiagramm für Sünden der Zunge

## Gebet

| Versuch | Ebene(n) | Startdatum | Anzahl von Tagen | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | Regel (n) verletzt |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | |
| 1 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 3 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 4 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

Vorbereitungsstufe. Nachdenken und den Glauben auffrischen, dass Allah, der Herr der Welten, mit mir ist, mich beobachtet und meiner Rezitation & Dhikr in jeder Gebetshaltung mindestens einmal zuhört.