



## Wie beten Juden und Jüdinnen?

Im Judentum wird mehrmals am Gebet gebetet: Am Morgen, am Nachmittag und am Abend. Zum Gebet wird ein **Gebetsschal** angelegt. Er heißt **Tallit**. An seinen vier Ecken sind lange Fäden befestigt. Sie heißen **Zizit** und haben 613 Knoten. Die 613 Knoten erinnern den Träger an die 613 Gebote der Thora, die Gott gegeben hat.

Beim Gebet genutzt man auch die **Gebetsriemen**. Sie werden im Morgengottesdienst um den linken Arm und die Stirn gewickelt. Die Gebetsriemen heißen **Tefillin**. An ihnen sind kleine schwarze Kapseln befestigt. In den Kapseln befinden sich Texte aus der Thora. Der Gebetsriemen verbindet Kopf, Herz und Hand. Damit wird gezeigt, dass man Gottes Worte und Gebote mit den Gedanken (Kopf) und dem Herzen verstehen soll und mit den Händen nach ihnen handeln soll.

Neben dem Gebetsschal und den Gebetsriemen tragen Juden beim Gebet auch eine **Kippa** (Mehrzahl: Kippot). Das ist eine kleine **Kopfbedeckung**. Sie ist Ausdruck der Ehrfurcht vor Gott. Manche Juden tragen die Kippa auch tagsüber, zum Beispiel beim Essen und wenn sie in der Thora lesen.



Das ist ein Gebetsschal (Tallit).

Das ist ein Gebetsriemen (Tefillin).

