

Freudenreiche Geheimnisse mit meditativer Vertiefung

Für das persönliche Gebetsleben und Gebetsgruppen empfohlen.

Erbitte uns, o Maria, eine tiefe Demut und Bereitschaft zu allem, was Gott von uns will.

I. Meditation: Vom Hl. Geist empfangen

1. Den du, o Jungfrau, vom Heiligen Geist empfangen hast.
2. Der durch den Engel dein Jawort erbeten hat.
3. Der auf dein Jawort hin dein Kind geworden ist.
4. Den du als den Gottmenschen in deinem Schoss getragen hast.
5. Der dich zum Voraus vor jedem Makel der Erbsünde bewahrt hat.
6. Der dich zum Voraus durch den Heiligen Geist so gnadenvoll gemacht hat.
7. Der dein ganzes Sein mit Jubel und Anbetung erfüllt hat.
8. Mit Dem du auch uns geheimnisvoll in deinem Schoss getragen hast.
9. Der durch Seine Menschwerdung alle Menschwerdung heiligen wollte.
10. Um Dessentwillen wir dich so innig lieben und verehren.

Durch dieses Geheimnis erlebe uns, o Maria, eine opferfreudige Nächstenliebe.

II. Meditation: Zu Elisabeth getragen

1. Den du, o Jungfrau, zu Elisabeth getragen hast.
2. Dessen Liebe dich zur Tat der Liebe gedrängt hat.
3. Den du anbetend durch Täler und über Hügel getragen hast.
4. In Dessen Liebe dir die ganze Welt verwandelt war.
5. Mit Dem du die Menschen auf dem Weg so innig gesegnet hast.
6. Durch Den du das Haus des Zacharias mit Segen erfüllt hast.
7. Der aus deinem Schoss Seinen Vorläufer geheiligt hat.
8. Der Elisabeth mit so grosser Ehrfurcht auch vor dir erfüllt hat.
9. In Dem dein Geist frohlockend das Lob Seiner Gnade gesungen hat.
10. Der auch uns zur Tat der Nächstenliebe drängen wolle.

Durch dieses Geheimnis erlebe uns, o Maria, Liebe zur Einfachheit.

III. Meditation: In Bethlehem geboren

1. Den du, o Jungfrau, geboren hast.
2. Der dich in Seine freiwillige Armut hineingenommen hat.
3. Der dich gnadenvoll zur Gefährtin Seines schweren Lebens gemacht hat.
4. Der aus dir wie die Sonne aus der Morgenröte hervorgegangen ist.
5. Den du, als deinen Gott und Herrn, in die arme Krippe [1] gelegt hast.
6. Den du im Schauer heiliger Ehrfurcht angebetet hast.
7. Dessen unendliche Liebe dich alle Armut vergessen liess.
8. Den du in inniger Mutterliebe an dein Herz genommen hast.
9. Den du den armen Hirten in die Arme gelegt hast.
10. Den du allen Verlangenden ins Herz hineinbetten mögest.

[1] Futterkrippe für das Vieh. Jesus wird in der heiligen Eucharistie Nahrung für uns Menschen. Wie auch schon Bethlehem «Haus des Brotes» als Hinweis auf Jesus gesehen werden kann.

Durch dieses Geheimnis erlebe uns, o Maria, uns immer für Christus zu entscheiden.

IV. Meditation: Im Tempel aufgeopfert

1. Den du, o Jungfrau, im Tempel aufgeopfert hast.
2. Den du nach dem Willen des Vaters zum Opfer dargebracht hast.
3. Den der Vater zu unserem Heil als Opfer zum Voraus angenommen hat.
4. Der als König und Herrscher von Seinem Tempel Besitz ergriffen hat.
5. In Dem der greise Simeon das Heil der Welt begrüßt hat.
6. Den der heilige Greis als das Licht der Heiden verkündet hat.
7. An Dem sich von nun an das Schicksal aller Menschen entscheiden wird.
8. Der auch dein Schicksal in Mühen und Herrlichkeit sein wird.
9. Den du als Opferlamm in deinen Alltag zurückgetragen hast.
10. Der auch uns den liebenden Opfergeist schenken wolle.

Durch dieses Geheimnis erlebe uns, o Maria, eine innige Vereinigung mit Jesus und die Gnade, in Seiner Liebe immer mehr zuzunehmen.

V. Meditation: Im Tempel gefunden

1. Den du, o Jungfrau, im Tempel wiedergefunden hast.
2. Der ohne dein Wissen im Tempel zurückgeblieben ist.
3. Der jetzt in dem sein musste, was Seines Vaters ist.
4. Dessen Verlust dich in tiefe Angst gestürzt hat.
5. Nach Dem sich dein Mutterherz in Sehnsucht verzehrt hat.
6. Den du in Schmerzen Tag und Nacht gesucht hast.
7. Den du staunend mitten unter den Lehrern gefunden hast.
8. Dem du dein mütterliches Nichtverstehen kundgetan hast.
9. Dessen göttliche Antwort du in deinem Herzen erwogen hast.
10. Der uns helfen wolle, das Liebste zu lassen, wenn Gott es will.

Tipp: Falls du privat betest, halte nach jedem Zehner ein und verspüre dein inneres Nachschwingen, verkoste es in aller Stille. Wenn es nachlässt, fahre weiter.

Quelle: P. Walter Mugglin SJ, 1894-1974, CH-Bad Schönbrunn ZG; Kann kleine sprachliche Anpassungen durch F. Bachmann, Goldau, enthalten.