

Freudenreiche Geheimnisse biblisch vertieft
Diese Geheimnisse vereinen uns mit dem Himmlischen Vater der ganzen Menschheit.

(Vertiefungen in **Blau** sind wie üblich formuliert, jene in **Rot** in Du-Form)

- I. Den du, o Jungfrau, vom Hl. Geist empfangen hast.**
Lk 1,26-38 [Mt 1,1-25]
 - [Vertiefung](#) / [Sprich Jesus direkt an](#)
- II. Den du, o Jungfrau, zu Elisabeth getragen hast.**
Lk 1,39-56
 - Vertiefungen: [Magnifikat](#), [Benediktus](#) / [Magnifikat](#), [Benediktus](#)
- III. Den du, o Jungfrau, geboren hast.**
Lk 2,1-7 [Mt 2,1-12.13-18]
 - [Vertiefung](#) / [Sprich Jesus direkt an](#)
- IV. Den du, o Jungfrau, im Tempel aufgeopfert hast.**
Lk 2,21-35 [36-38]
 - [Vertiefung](#) / [Sprich Jesus direkt an](#)
- V. Den du, o Jungfrau, im Tempel gefunden hast.**
Lk 2, 41-52
 - [Vertiefung](#) / [Sprich Jesus direkt an](#)

I Den Du, o Jungfrau, vom Hl. Geist empfangen hast

Jesus wendet dir Sein Antlitz zu. Num 6,24-26; Sprich IHN direkt an.

- 1. Die heilige Jungfrau ist Deinetwegen vom Engel Begnadete genannt worden. Lk 1,28**
- 2. Der Engel hat Dich als Sohn des Höchsten verkündet. Lk 1,32a**
- 3. Gott, der Herr, wird Dir den Thron Davids geben. Lk 1,32b**
- 4. Du wirst in Ewigkeit über das Haus Jakob herrschen. Lk 1,32c**
- 5. Der Heilige Geist wird Deinetwegen über die heilige Jungfrau kommen. Lk 1,35a**
- 6. Du wirst "Sohn Gottes" genannt werden. Lk 1,35c**
- 7. Dein Name ist heilig. Lk 1,48**
- 8. Du wirst Dein Volk von seinen Sünden erlösen. Mt 1,21**
- 9. Die heilige Jungfrau hat sich als Deine Magd erklärt. Lk 1,38**
- 10. Alle Geschlechter werden von nun an die jungfräuliche Mutter Deinetwegen seligpreisen. Lk 1,48**

Vater der ganzen Menschheit, wir danken Dir, dass Du uns retten willst.

Tipp: Falls du privat betest, halte nach obigem Gebet ein, spüre dein inneres Nachschwingen und verkoste es in aller Stille. Wenn es nachlässt, bete oder singe das „Ehre sei“, bete „o mein Jesus“ und beginne den nächsten Zehner mit dem Vaterunser.

Zusammenstellung der Bibelzitate und deren Ausformulierung als Geheimnis von F. Bachmann, Goldau. Quelle des Schlussgebetes mir unbekannt.

I Den Du, o Jungfrau, vom Hl. Geist empfangen hast

Für das persönliche Gebetsleben und Gebetsgruppen empfohlen.

- 1. Seinetwegen bist Du, o Jungfrau, vom Engel Begnadete genannt worden. Lk 1,28**
- 2. Den der Engel als Sohn des Höchsten verkündet hat. Lk 1,32a**
- 3. Dem Gott, der Herr, den Thron Davids geben wird. Lk 1,32b**
- 4. Der in Ewigkeit über das Haus Jakob herrschen wird. Lk 1,32c**
- 5. Seinetwegen, o Jungfrau, wird der Heilige Geist über dich kommen. Lk 1,35a**
- 6. Der "Sohn Gottes" genannt werden wird. Lk 1,35c**
- 7. Dessen Name heilig ist. Lk 1,48**
- 8. Der Sein Volk von seinen Sünden erlösen wird. Mt 1,21**
- 9. Als Dessen Magd du dich, o Jungfrau, erklärt hast. Lk 1,38**
- 10. Seinetwegen, o jungfräuliche Mutter, werden von nun an alle Geschlechter dich seligpreisen. Lk 1,48**

Vater der ganzen Menschheit, wir danken Dir, dass Du uns retten willst.

Tipp: Falls du privat betest halte nach obigem Gebet ein, spüre dein inneres Nachschwingen und ver-koste es in aller Stille. Wenn es nachlässt, bete oder singe das „Ehre sei“, bete „o mein Jesus“ und be-ginne den nächsten Zehner mit dem Vaterunser.

Zusammenstellung der Bibelzitate und deren Ausformulierung als Geheimnis von F. Bachmann, Goldau. Quelle des Schlussgebetes mir unbekannt.

II Den Du, o Jungfrau, zu Elisabeth getragen hast (Magnifikat)

Jesus wendet dir Sein Antlitz zu. Num 6,24-26; Sprich IHN direkt an.

**1. Die Seele der jungfräulichen Mutter preist Deine Größe.
Lk 1,46**

2. Ihr Geist jubelt über Dich. Lk 1,47

3. Du hast auf ihre Niedrigkeit geschaut. Lk 1,48a

4. Du hast als Mächtiger Großes an der jungfräulichen Mutter getan. Lk 1,49a

5. Du erbarmst Dich über alle, die Dich fürchten¹. Lk 1,50

**6. Du vollbringst mit Deinem Arm machtvolle Taten.
Lk 1,51a**

**7. Du zerstreust, die im Herzen voll Hochmut sind.
Lk 1,51b**

8. Du stürzest die Mächtigen vom Thron und erhöhst die Niedrigen. Lk 1,52

9. Du beschenkst die Hungernden mit Deinen Gaben und lässt die Reichen leer ausgehen. Lk 1,53

10. Du nimmst Dich Deines Knechtes Israel an und denkst an Dein Erbarmen. Lk 1,54

Vater der ganzen Menschheit, wir danken Dir, dass Du uns in unserem Herzen aufsuchst.

Tipp: Falls du privat betest, halte nach obigem Gebet ein, spüre dein inneres Nachschwingen und verkoste es in aller Stille. Wenn es nachlässt, bete oder singe das „Ehre sei“, bete „o mein Jesus“ und beginne den nächsten Zehner mit dem Vaterunser.

Zusammenstellung der Bibelzitate und deren Ausformulierung als Geheimnis von F. Bachmann, Goldau. Autor des Schlussgebetes mir unbekannt.

¹ Nicht aus Angst vor Strafe, sondern aus Liebe Gott fürchten: Verliebte „fürchten“ dem anderen weh zu tun.

II Den Du, o Jungfrau, zu Elisabeth getragen hast (Benediktus)

Jesus wendet dir Sein Antlitz zu. Num 6,24-26; Sprich IHN direkt an.

- 1. Du besuchst und erlösest Dein Volk. LK 1,68**
- 2. Du wurdest durch den Mund Deiner heiligen Propheten verheißen. LK 1,70**
- 3. Du errettet uns aus der Hand aller, die uns hassen. LK 1,71b**
- 4. Du vollendest an uns das Erbarmen mit den Vätern. LK 1,72a**
- 5. Du denkst an Deinen heiligen Bund. LK 1,72b**
- 6. Du denkst an den Eid, den Du unserem Vater Abraham geschworen hast. LK 1,73**
- 7. Du hast uns geschenkt, dass wir Dir furchtlos dienen. LK 1,74a**
- 8. Du hast uns geschenkt, dass wir Dir vor Deinem Angesicht in Heiligkeit und Gerechtigkeit dienen. LK 1,74b**
- 9. Du bist reich an Erbarmen. LK 1,78**
- 10. Dein strahlendes Licht aus der Höhe leuchtet allen, die im Dunkel des Todes sitzen. LK 1,78f**

Vater der ganzen Menschheit, wir danken dir, dass Du uns in unseren Herzen aufsuchst.

Tipp: Falls du privat betest, halte nach obigem Gebet ein, spüre dein inneres Nachschwingen und verkoste es in aller Stille. Wenn es nachlässt, bete oder singe das „Ehre sei“ und gehe zum nächsten Zehner.

Zusammenstellung der Bibelzitate und deren Ausformulierung als Geheimnis von F. Bachmann, Goldau. Ursprung des Schlussgebetes mir unbekannt.

II Den Du, o Jungfrau, zu Elisabeth getragen hast. (Magnifikat)

Für das persönliche Gebetsleben und Gebetsgruppen empfohlen.

- 1. Dessen Größe, o jungfräuliche Mutter, deine Seele preist. LK 1,46**
- 2. Über Den dein Geist jubelt. LK 1,47**
- 3. Der auf deine Niedrigkeit geschaut hat. LK 1,48a**
- 4. Der als Mächtiger Großes an dir, o jungfräuliche Mutter, getan hat. LK 1,49a**
- 5. Der sich über alle erbarmt, die Ihn fürchten¹. LK 1,50**
- 6. Der mit Seinem Arm machtvolle Taten vollbringt. LK 1,51a**
- 7. Der zerstreut, die im Herzen voll Hochmut sind. LK 1,51b**
- 8. Der die Mächtigen vom Thron stürzt und die Niedrigen erhöht. LK 1,52**
- 9. Der die Hungernden mit Seinen Gaben beschenkt und die Reichen leer ausgehen lässt. LK 1,53**
- 10. Der sich Seines Knechtes Israel annimmt und an Sein Erbarmen denkt. LK 1,54**

Vater der ganzen Menschheit, wir danken dir, dass Du uns in unseren Herzen aufsuchst.

Tipp: Falls du privat betest, halte nach obigem Gebet ein, spüre dein inneres Nachschwingen und verkoste es in aller Stille. Wenn es nachlässt, bete oder singe das „Ehre sei“ und gehe zum nächsten Zehner.

Zusammenstellung der Bibelzitate und deren Ausformulierung als Geheimnis von F. Bachmann, Goldau. Ursprung des Schlussgebetes mir unbekannt.

¹ Nicht aus Angst vor Strafe, sondern aus Liebe Gott fürchten: Verliebte „fürchten“ dem anderen weh zu tun.

II Den Du, o Jungfrau, zu Elisabeth getragen hast (Benediktus)

Für das persönliche Gebetsleben und Gebetsgruppen empfohlen.

- 1. Der Sein Volk besucht und erlöst. LK 1,68**
- 2. Der durch den Mund Seiner heiligen Propheten verheißen wurde. LK 1,70**
- 3. Der uns aus der Hand aller errettet, die uns hassen. LK 1,71b**
- 4. Der an uns das Erbarmen mit den Vätern vollendet. LK 1,72a**
- 5. Der an Seinen heiligen Bund denkt. LK 1,72b**
- 6. Der an den Eid denkt, den Er unserem Vater Abraham geschworen hat. LK 1,73**
- 7. Er hat uns geschenkt, dass wir Ihm furchtlos dienen. LK 1,74a**
- 8. Er hat uns geschenkt, dass wir Ihm vor Seinem Angesicht in Heiligkeit und Gerechtigkeit dienen. LK 1,74b**
- 9. Der reich an Erbarmen ist. LK 1,78**
- 10. Dessen strahlendes Licht aus der Höhe allen leuchtet, die im Dunkel des Todes sitzen. LK 1,78f**

Vater der ganzen Menschheit, wir danken dir, dass Du uns in unseren Herzen aufsuchst.

Tipp: Falls du privat betest, halte nach obigem Gebet ein, spüre dein inneres Nachschwingen und verkoste es in aller Stille. Wenn es nachlässt, bete oder singe das „Ehre sei“ und gehe zum nächsten Zehner.

Zusammenstellung der Bibelzitate und deren Ausformulierung als Geheimnis von F. Bachmann, Goldau. Ursprung des Schlussgebetes mir unbekannt.

III Den Du, o Jungfrau, in Bethlehem¹ geboren hast

Jesus wendet dir Sein Antlitz zu. Num 6,24-26; Sprich IHN direkt an.

- 1. Deine jungfräuliche Mutter hat für Dich keinen Platz in der Herberge gefunden. Lk 2,7a**
- 2. Deine jungfräuliche Mutter hat Dich in Windeln gewickelt. Lk 2,7b**
- 3. Deine jungfräuliche Mutter hat Dich in eine Futterkrippe² gelegt. Lk 2,7c**
- 4. Der Engel hat Dich den Hirten als Retter und Messias verkündet. Lk 2,11**
- 5. Die Hirten sind geeilt, um Dich zu besuchen. Lk 2,16**
- 6. Die Weisen haben nach Dir in Jerusalem gefragt. Mt 2,1-2**
- 7. Die Sterndeuter haben Deinen Stern gesehen. Mt 2,2a**
- 8. Die Weisen sind gekommen, um Dir zu huldigen. Mt 2,2b**
- 9. Die Weisen sind in Bethlehem vor Dir niedergefallen und haben Dich angebetet.³ Mt 2,11a**
- 10. Die Weisen haben Dir Gold, Weihrauch und Myrrhe⁴ geschenkt. Mt 2,11b**

Vater der ganzen Menschheit, wir bitten Dich, lass Deinen Sohn Jesus in uns geboren werden, damit er im Stall unseres Herzens lebt. Verwandle uns in Deine Kinder.

Tipp: Falls du privat betest, halte nach obigem Gebet ein, spüre dein inneres Nachschwingen und verkoste es in aller Stille. Wenn es nachlässt, bete oder singe das „Ehre sei“, bete „o mein Jesus“ und beginne den nächsten Zehner mit dem Vaterunser.

Zusammenstellung der Bibelzitate und deren Ausformulierung als Geheimnis von F. Bachmann, Goldau. Ursprung des Schlussgebetes mir unbekannt.

¹ Bethlehem heißt „Haus des Brotes“. Ist dieser Name nicht schon Hinweis auf Jesus?

² Futterkrippe für das Vieh. Jesus wird in der heiligen Eucharistie Nahrung für uns Menschen.

³ Die drei Weisen stehen für die Nichtjuden aller Zeiten. Mit ihnen huldigen alle Völker Jesus. Geselle dich zu den Weisen und beuge die Knie.

⁴ Gold dem König, Weihrauch dem Sohn Gottes und Myrrhe fürs Kreuz.

III Den Du, o Jungfrau, in Bethlehem geboren hast

Für das persönliche Gebetsleben und Gebetsgruppen empfohlen.

- 1. Für Den du, o jungfräuliche Mutter, keinen Platz in der Herberge gefunden hast. Lk 2,7a**
- 2. Den du, o Jungfrau, in Windeln gewickelt hast. Lk 2,7b**
- 3. Den du, o Jungfrau, in eine Futterkrippe¹ gelegt hast. Lk 2,7c**
- 4. Den der Engel den Hirten als Retter und Messias verkündet hat. Lk 2,11**
- 5. Den zu besuchen die Hirten sich beeilt haben. Lk 2,16**
- 6. Nach Dem die Weisen in Jerusalem gefragt haben. Mt 2,1-2**
- 7. Dessen Stern die Sterndeuter gesehen haben. Mt 2,2a**
- 8. Dem zu huldigen die Weisen gekommen sind. Mt 2,2b**
- 9. Vor Dem die Weisen in Bethlehem niedergefallen sind und Ihn angebetet haben.² Mt 2,11a**
- 10. Dem die Weisen Gold, Weihrauch und Myrrhe³ geschenkt haben. Mt 2,11b**

Vater der ganzen Menschheit, wir bitten Dich, lass Deinen Sohn Jesus in uns geboren werden, damit Er im Stall unseres Herzens lebt. Verwandle uns in Deine Kinder.

Tipp: Falls du privat betest, halte nach obigem Gebet ein, spüre dein inneres Nachschwingen und verkoste es in aller Stille. Wenn es nachlässt, bete oder singe das „Ehre sei“, bete „o mein Jesus“ und beginne den nächsten Zehner mit dem Vaterunser.

Zusammstellung der Bibelzitate und deren Ausformulierung als Geheimnis von F. Bachmann, Goldau. Ursprung des Schlussgebetes mir unbekannt.

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.

² Die drei Weisen stehen für die Nichtjuden aller Zeiten. Mit ihnen huldigen alle Völker Jesus. Geselle dich zu den Weisen und beuge die Knie.

³ Gold dem König, Weihrauch dem Sohn Gottes und Myrrhe fürs Kreuz.

IV Den Du, o Jungfrau, im Tempel aufgeopfert hast

Für das persönliche Gebetsleben und Gebetsgruppen empfohlen.

- 1. Der als Erstgeborener Gott gehörte. Lk 2,23**
- 2. Der als "Messias des Herrn" das Reich Gottes errichten wird. Lk 2,26**
- 3. Den Simeon in die Arme genommen und Gott gelobt hat. Lk 2,28**
- 4. Den Simeon das Heil aller Völker genannt hat. Lk 2,30**
- 5. Den Simeon ein Licht zur Offenbarung für die Heiden genannt hat. Lk 2,32**
- 6. Der dazu bestimmt ist, dass in Israel viele durch Ihn zu Fall kommen und viele aufgerichtet werden. Lk 2,34a**
- 7. Der ein Zeichen sein wird, dem widersprochen wird. Lk 2,34b**
- 8. Seinetwegen, o Jungfrau, wird deine Seele ein Schwert durchdringen. Lk 2,35a**
- 9. Durch Den die Gedanken vieler Menschen offenbar werden. Lk 2,35b**
- 10. Der unsere Schritte auf den Weg des Friedens lenkt. Lk 1,79**

Vater der ganzen Menschheit, lass auch uns zu göttlichem Leben geboren werden und weihe uns Dir.

Tipp: Falls du privat betest, halte nach obigem Gebet ein, spüre dein inneres Nachschwingen und verkoste es in aller Stille. Wenn es nachlässt, bete oder singe das „Ehre sei“, bete „o mein Jesus“ und beginne den nächsten Zehner mit dem Vaterunser.

Zusammstellung der Bibelzitate und deren Ausformulierung als Geheimnis von F. Bachmann, Goldau. Autor des Schlussgebetes mir unbekannt.

IV Den Du, o Jungfrau, im Tempel aufgefopfert hast

Jesus wendet dir Sein Antlitz zu. Num 6,24-26; Sprich IHN direkt an.

- 1. Du hast als Erstgeborener Gott gehört. Lk 2,23**
- 2. Du wirst als "Messias des Herrn" das Reich Gottes errichten. Lk 2,26**
- 3. Simeon hat Dich in die Arme genommen und Gott gelobt. Lk 2,28**
- 4. Simeon hat Dich das Heil aller Völker genannt. Lk 2,30**
- 5. Simeon hat Dich ein Licht zur Offenbarung für die Heiden genannt. Lk 2,32**
- 6. Du bist dazu bestimmt, dass in Israel viele durch Dich zu Fall kommen und viele aufgerichtet werden. Lk 2,34a**
- 7. Du wirst ein Zeichen sein, dem widersprochen wird. Lk 2,34b**
- 8. Ein Schwert wird Deinetwegen die Seele Deiner jungfräulichen Mutter durchdringen. Lk 2,35a**
- 9. Die Gedanken vieler Menschen werden durch Dich offenbar. Lk 2,35b**
- 10. Du lenkst unsere Schritte auf den Weg des Friedens. Lk 1,79**

Vater der ganzen Menschheit, lass auch uns zu göttlichem Leben geboren werden und weihe uns Dir.

Tipp: Falls du privat betest, halte nach obigem Gebet ein, spüre dein inneres Nachschwingen und verkoste es in aller Stille. Wenn es nachlässt, bete oder singe das „Ehre sei“, bete „o mein Jesus“ und beginne den nächsten Zehner mit dem Vaterunser.

Zusammenstellung der Bibelzitate und deren Ausformulierung als Geheimnis von F. Bachmann, Goldau. Quelle des Schlussgebetes mir unbekannt.

V Den Du, o Jungfrau, im Tempel gefunden hast

Jesus wendet dir Sein Antlitz zu. Num 6,24-26; Sprich IHN direkt an.

- 1. Du bist in Jerusalem zurückgeblieben, ohne dass Deine Eltern es merkten. Lk 2,43**
- 2. Sie haben Dich unter Verwandten und Bekannten gesucht. Lk 2,44**
- 3. Sie sind Deinetwegen nach Jerusalem zurückgekehrt und haben Dich dort gesucht. Lk 2,45**
- 4. Sie haben Dich nach drei Tagen im Tempel gefunden. Lk 2,46a**
- 5. Du bist unter den Lehrern gesessen, hast ihnen zugehört und Fragen gestellt. Lk 2,46b**
- 6. Über Dein Verständnis und Deine Antworten haben alle gestaunt. Lk 2,47**
- 7. Deine Eltern waren bei Deinem Anblick sehr betroffen. Lk 2,48**
- 8. Du musst in dem sein, was Deinem Vater gehört. Lk 2,49**
- 9. Du bist nach Nazareth zurückgekehrt und warst Deinen Eltern gehorsam. Lk 2,51a**
- 10. Deine jungfräuliche Mutter hat Deine Worte im Herzen bewahrt. Lk 2,51b**

Vater der ganzen Menschheit, richte uns ganz auf Gott aus und schenke uns Hunger und Durst nach Dir.

Tipp: Falls du privat betest, halte nach diesem Zehner ein und verspüre dein inneres Nachschwingen, verkoste es in aller Stille. Wenn es nachlässt, bete oder singe das „Ehre sei“, bete „o mein Jesus“ und beginne den nächsten Zehner mit dem Vaterunser.

Zusammenstellung der Bibelzitate und deren Ausformulierung als Geheimnis von F. Bachmann, Goldau. Quelle des Schlussgebetes mir unbekannt.

V Den Du, o Jungfrau, im Tempel gefunden hast

Für das persönliche Gebetsleben und Gebetsgruppen empfohlen.

- 1. Der in Jerusalem zurückgeblieben ist, ohne dass Seine Eltern es merkten. Lk 2,43**
- 2. Den sie unter Verwandten und Bekannten gesucht haben. Lk 2,44**
- 3. Seinetwegen sind sie nach Jerusalem zurückgekehrt und haben Ihn dort gesucht. Lk 2,45**
- 4. Den sie nach drei Tagen im Tempel gefunden haben. Lk 2,46a**
- 5. Der unter den Lehrern gesessen ist, ihnen zugehört und Fragen gestellt hat. Lk 2,46b**
- 6. Über Dessen Verständnis und Antworten alle gestaunt haben. Lk 2,47**
- 7. Bei Dessen Anblick waren Seine Eltern sehr betroffen. Lk 2,48**
- 8. Der in dem sein muss, was Seinem Vater gehört. Lk 2,49**
- 9. Der nach Nazareth zurückgekehrt ist und Seinen Eltern gehorsam war. Lk 2,51a**
- 10. Dessen Worte hast du, o jungfräuliche Mutter, im Herzen bewahrt. Lk 2,51b**

Vater der ganzen Menschheit, richte uns ganz auf Gott aus und schenke uns Hunger und Durst nach Dir.

Tipp: Falls du privat betest, halte nach obigem Gebet ein, spüre dein inneres Nachschwingen und verkoste es in aller Stille. Wenn es nachlässt, bete oder singe das „Ehre sei“, und bete „o mein Jesus“.

Zusammenstellung der Bibelzitate und deren Ausformulierung als Geheimnis von F. Bachmann, Goldau. Quelle des Schlussgebetes mir unbekannt.