Schmerzhafte Geheimnisse mit meditativen Vertiefungen

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

Durch dieses Geheimnis erflehe uns, o Maria, eine tiefe Reue über unsere Sünden.

I. Meditation: Für uns Blut geschwitzt

1. Du hast für uns Blut geschwitzt.
2. Du hast für uns die Todesangst durchleiden wollen.
3. Der Ekel über unsere Sünden hat Dich gequält.
4. Deine Seelennot lässt so viele Sünder gleichgültig.
5. Unsere Gleichgültigkeit für das Heil der Seelen hat Dich so namenlos traurig gemacht.
6. Du hast Dich in äusserster Verlassenheit dem Willen des Vaters übergeben.
7. Du hast bei den schlafenden Aposteln umsonst Trost gesucht.
8. Du hast Dir unter Blutschweiss das Ja zum Kreuz abgerungen.
9. Du bist in königlicher Freiheit dem Opfertod für uns entgegengegangen.
10. Bitte, stärke auch uns zur Hingabe an Gottes Vaterwillen.

Durch dieses Geheimnis erflehe uns, o Maria, die Kunst der rechten Askese.

II. Meditation: Für uns gegeißelt worden

1. Du bist für uns gegeißelt worden.
2. Du bist schuldlos zur Züchtigung ausgeliefert worden.
3. Du hast Dich wie ein Lamm zur Schlachtbank führen lassen.
4. Sie haben Dich mit Geißeln wund geschlagen.
5. Sie haben Deinen heiligen Leib mit Bleiruten aufgepflügt.
6. Du hast Deine Blöße mit dem Mantel Deines Blutes bedecken lassen.
7. Du hast Deinen Mund nicht aufgetan, als Du für uns littest.
8. Du wolltest uns durch dieses Leiden vor den Schmerzen der Hölle bewahren.
9. Du hast als reines Lamm für uns zur Sühne gelitten.
10. Führe uns bitte durch Dein Leiden zu liebender Busse.

Durch dieses Geheimnis erflehe uns, o Maria, ein gesundes, christliches Verhältnis zu dieser Welt und bewahre uns vor Eitelkeit und Selbstgefälligkeit.

III. Meditation: Für uns mit Dornen gekrönt

1. Du bist für uns mit Dornen gekrönt worden.
2. Sie haben Dir einen roten Fetzen als Königsmantel umgehängt.
3. Sie haben Dir ein Rohr als Zepter in die Hände gegeben.
4. Dein heiliges Haupt ist von einer Dornenkrone zerstochen worden.
5. Die Sünder haben mit Dir ein grausames Spiel getrieben.
6. Sie haben Dir ins hochheilige Antlitz geschlagen.
7. Sie haben Dir ins hochheilige Antlitz gespien.
8. Du bist für uns durch Dein heiliges Dulden unendlich verehrungswürdig geworden.
9. Alle Knie sollen sich vor Deinem ewigen Königtum beugen. [1]
10. Führe uns bitte durch Deine Erniedrigung zur Demut.

[1] verehr Sein ewiges Königtum mit gebeugtem Knie.

Durch dieses Geheimnis erflehe uns, o Maria, Geduld [2] in Leiden und Widerwärtigkeiten.

IV. Meditation: Für uns das Kreuz getragen

1. Du hast für uns das schwere Kreuz getragen.
2. Du bist unschuldig zum Verbrechertod verurteilt worden.
3. Du hast das Holz der Schmach auf Deine wunden Schultern genommen.
4. Du hast auf dem Kreuz unsere Sünden nach Golgota getragen.
5. Du bist unter der Last dreimal zusammengebrochen.
6. Du bist in unendlicher Treue immer wieder aufgestanden.
7. Du bist dem Helfer Simon von Zyrene zur Gnade geworden.
8. Du hast in Deiner Todesschwäche die weinenden Frauen zur Busse ermahnt.
9. Du mahnst uns in Liebe unser Kreuz Dir nachzutragen.
10. Stärke uns bitte durch Deine Todesschwäche.

[2] Lutherbibel 2017: Geduld aber habt ihr nötig, auf dass ihr den Willen Gottes tut und das Verheissene empfangt. (Hebr 10,36.39) / Schlachter 2000: Gewinnt eure Seelen durch euer standhaftes Ausharren! (Mt 24,13 ; Röm 5,3; Jak 1,12) / In your patience possesses ye your soul. Lk 21,19

Durch dieses Geheimnis erflehe uns, o Maria, wahre Bekehrung und die Gnade der Beharrlichkeit.

V. Meditation: Für uns gekreuzigt worden

1. Du bist für uns gekreuzigt worden.
2. Du bist für unsere Gaumenlust mit Essig und Galle getränkt worden.
3. Du hast, Deiner Kleider beraubt, für unsere Schamlosigkeit büßen wollen.
4. Du bist vor den Augen der schmerzensreichen Mutter ans Kreuzholz angenagelt worden.
5. Du bist vor den Augen der schmerzensreichen Mutter am Kreuz hoch aufgerichtet worden.
6. Du hast in Deiner Qual den Peinigern so barmherzig Verzeihung erbeten.
7. Du hast dem reumütigen Schächer das Paradies verheissen.
8. Du hast auch die Qual der Gottverlassenheit für uns erleiden wollen.
9. Du hast in Deiner Liebe Deine schmerzensreiche Mutter uns zur Mutter gegeben.
10. Du hast durch Deinen Opfertod so gnädig unsere Erlösung erwirkt.

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 enthalten.

Schmerzhafte Geheimnisse mit meditativen Vertiefungen

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

Durch dieses Geheimnis erflehe uns, o Maria, eine tiefe Reue über unsere Sünden.

I. Meditation: Für uns Blut geschwitzt

1. Du hast für uns Blut geschwitzt.
2. Du hast für uns die Todesangst durchleiden wollen.
3. Der Ekel über unsere Sünden hat Dich gequält.
4. Deine Seelennot lässt so viele Sünder gleichgültig.
5. Unsere Gleichgültigkeit für das Heil der Seelen hat Dich so namenlos traurig gemacht.
6. Du hast Dich in äusserster Verlassenheit dem Willen des Vaters übergeben.
7. Du hast bei den schlafenden Aposteln umsonst Trost gesucht.
8. Du hast Dir unter Blutschweiss das Ja zum Kreuz abgerungen.
9. Du bist in königlicher Freiheit dem Opfertod für uns entgegengegangen.
10. Bitte, stärke auch uns zur Hingabe an Gottes Vaterwillen.

Durch dieses Geheimnis erflehe uns, o Maria, die Kunst der rechten Askese.

II. Meditation: Für uns gegeißelt worden

1. Du bist für uns gegeißelt worden.
2. Du bist schuldlos zur Züchtigung ausgeliefert worden.
3. Du hast Dich wie ein Lamm zur Schlachtbank führen lassen.
4. Sie haben Dich mit Geißeln wund geschlagen.
5. Sie haben Deinen heiligen Leib mit Bleiruten aufgepflügt.
6. Du hast Deine Blöße mit dem Mantel Deines Blutes bedecken lassen.
7. Du hast Deinen Mund nicht aufgetan, als Du für uns littest.
8. Du wolltest uns durch dieses Leiden vor den Schmerzen der Hölle bewahren.
9. Du hast als reines Lamm für uns zur Sühne gelitten.
10. Führe uns bitte durch Dein Leiden zu liebender Busse.

Durch dieses Geheimnis erflehe uns, o Maria, ein gesundes, christliches Verhältnis zu dieser Welt und bewahre uns vor Eitelkeit und Selbstgefälligkeit.

III. Meditation: Für uns mit Dornen gekrönt

1. Du bist für uns mit Dornen gekrönt worden.
2. Sie haben Dir einen roten Fetzen als Königsmantel umgehängt.
3. Sie haben Dir ein Rohr als Zepter in die Hände gegeben.
4. Dein heiliges Haupt ist von einer Dornenkrone zerstochen worden.
5. Die Sünder haben mit Dir ein grausames Spiel getrieben.
6. Sie haben Dir ins hochheilige Antlitz geschlagen.
7. Sie haben Dir ins hochheilige Antlitz gespien.
8. Du bist für uns durch Dein heiliges Dulden unendlich verehrungswürdig geworden.
9. Alle Knie sollen sich vor Deinem ewigen Königtum beugen. [1]
10. Führe uns bitte durch Deine Erniedrigung zur Demut.

[1] verehr Sein ewiges Königtum mit gebeugtem Knie.

Durch dieses Geheimnis erflehe uns, o Maria, Geduld [2] in Leiden und Widerwärtigkeiten.

IV. Meditation: Für uns das Kreuz getragen

1. Du hast für uns das schwere Kreuz getragen.
2. Du bist unschuldig zum Verbrechertod verurteilt worden.
3. Du hast das Holz der Schmach auf Deine wunden Schultern genommen.
4. Du hast auf dem Kreuz unsere Sünden nach Golgota getragen.
5. Du bist unter der Last dreimal zusammengebrochen.
6. Du bist in unendlicher Treue immer wieder aufgestanden.
7. Du bist dem Helfer Simon von Zyrene zur Gnade geworden.
8. Du hast in Deiner Todesschwäche die weinenden Frauen zur Busse ermahnt.
9. Du mahnst uns in Liebe unser Kreuz Dir nachzutragen.
10. Stärke uns bitte durch Deine Todesschwäche.

[2] Lutherbibel 2017: Geduld aber habt ihr nötig, auf dass ihr den Willen Gottes tut und das Verheissene empfangt. (Hebr 10,36.39) / Schlachter 2000: Gewinnt eure Seelen durch euer standhaftes Ausharren! (Mt 24,13 ; Röm 5,3; Jak 1,12) / In your patience possesses ye your soul. Lk 21,19

Durch dieses Geheimnis erflehe uns, o Maria, wahre Bekehrung und die Gnade der Beharrlichkeit.

V. Meditation: Für uns gekreuzigt worden

1. Du bist für uns gekreuzigt worden.
2. Du bist für unsere Gaumenlust mit Essig und Galle getränkt worden.
3. Du hast, Deiner Kleider beraubt, für unsere Schamlosigkeit büßen wollen.
4. Du bist vor den Augen der schmerzensreichen Mutter ans Kreuzholz angenagelt worden.
5. Du bist vor den Augen der schmerzensreichen Mutter am Kreuz hoch aufgerichtet worden.
6. Du hast in Deiner Qual den Peinigern so barmherzig Verzeihung erbeten.
7. Du hast dem reumütigen Schächer das Paradies verheissen.
8. Du hast auch die Qual der Gottverlassenheit für uns erleiden wollen.
9. Du hast in Deiner Liebe Deine schmerzensreiche Mutter uns zur Mutter gegeben.
10. Du hast durch Deinen Opfertod so gnädig unsere Erlösung erwirkt.

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 enthalten.

Schmerzhafte Geheimnisse mit meditativen Vertiefungen

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

Durch dieses Geheimnis erflehe uns, o Maria, eine tiefe Reue über unsere Sünden.

I. Meditation: Für uns Blut geschwitzt

1. Du hast für uns Blut geschwitzt.
2. Du hast für uns die Todesangst durchleiden wollen.
3. Der Ekel über unsere Sünden hat Dich gequält.
4. Deine Seelennot lässt so viele Sünder gleichgültig.
5. Unsere Gleichgültigkeit für das Heil der Seelen hat Dich so namenlos traurig gemacht.
6. Du hast Dich in äusserster Verlassenheit dem Willen des Vaters übergeben.
7. Du hast bei den schlafenden Aposteln umsonst Trost gesucht.
8. Du hast Dir unter Blutschweiss das Ja zum Kreuz abgerungen.
9. Du bist in königlicher Freiheit dem Opfertod für uns entgegengegangen.
10. Bitte, stärke auch uns zur Hingabe an Gottes Vaterwillen.

Durch dieses Geheimnis erflehe uns, o Maria, die Kunst der rechten Askese.

II. Meditation: Für uns gegeißelt worden

1. Du bist für uns gegeißelt worden.
2. Du bist schuldlos zur Züchtigung ausgeliefert worden.
3. Du hast Dich wie ein Lamm zur Schlachtbank führen lassen.
4. Sie haben Dich mit Geißeln wund geschlagen.
5. Sie haben Deinen heiligen Leib mit Bleiruten aufgepflügt.
6. Du hast Deine Blöße mit dem Mantel Deines Blutes bedecken lassen.
7. Du hast Deinen Mund nicht aufgetan, als Du für uns littest.
8. Du wolltest uns durch dieses Leiden vor den Schmerzen der Hölle bewahren.
9. Du hast als reines Lamm für uns zur Sühne gelitten.
10. Führe uns bitte durch Dein Leiden zu liebender Busse.

Durch dieses Geheimnis erflehe uns, o Maria, ein gesundes, christliches Verhältnis zu dieser Welt und bewahre uns vor Eitelkeit und Selbstgefälligkeit.

III. Meditation: Für uns mit Dornen gekrönt

1. Du bist für uns mit Dornen gekrönt worden.
2. Sie haben Dir einen roten Fetzen als Königsmantel umgehängt.
3. Sie haben Dir ein Rohr als Zepter in die Hände gegeben.
4. Dein heiliges Haupt ist von einer Dornenkrone zerstochen worden.
5. Die Sünder haben mit Dir ein grausames Spiel getrieben.
6. Sie haben Dir ins hochheilige Antlitz geschlagen.
7. Sie haben Dir ins hochheilige Antlitz gespien.
8. Du bist für uns durch Dein heiliges Dulden unendlich verehrungswürdig geworden.
9. Alle Knie sollen sich vor Deinem ewigen Königtum beugen. [1]
10. Führe uns bitte durch Deine Erniedrigung zur Demut.

[1] verehr Sein ewiges Königtum mit gebeugtem Knie.

Durch dieses Geheimnis erflehe uns, o Maria, Geduld [2] in Leiden und Widerwärtigkeiten.

IV. Meditation: Für uns das Kreuz getragen

1. Du hast für uns das schwere Kreuz getragen.
2. Du bist unschuldig zum Verbrechertod verurteilt worden.
3. Du hast das Holz der Schmach auf Deine wunden Schultern genommen.
4. Du hast auf dem Kreuz unsere Sünden nach Golgota getragen.
5. Du bist unter der Last dreimal zusammengebrochen.
6. Du bist in unendlicher Treue immer wieder aufgestanden.
7. Du bist dem Helfer Simon von Zyrene zur Gnade geworden.
8. Du hast in Deiner Todesschwäche die weinenden Frauen zur Busse ermahnt.
9. Du mahnst uns in Liebe unser Kreuz Dir nachzutragen.
10. Stärke uns bitte durch Deine Todesschwäche.

[2] Lutherbibel 2017: Geduld aber habt ihr nötig, auf dass ihr den Willen Gottes tut und das Verheissene empfangt. (Hebr 10,36.39) / Schlachter 2000: Gewinnt eure Seelen durch euer standhaftes Ausharren! (Mt 24,13 ; Röm 5,3; Jak 1,12) / In your patience possesses ye your soul. Lk 21,19

Durch dieses Geheimnis erflehe uns, o Maria, wahre Bekehrung und die Gnade der Beharrlichkeit.

V. Meditation: Für uns gekreuzigt worden

1. Du bist für uns gekreuzigt worden.
2. Du bist für unsere Gaumenlust mit Essig und Galle getränkt worden.
3. Du hast, Deiner Kleider beraubt, für unsere Schamlosigkeit büßen wollen.
4. Du bist vor den Augen der schmerzensreichen Mutter ans Kreuzholz angenagelt worden.
5. Du bist vor den Augen der schmerzensreichen Mutter am Kreuz hoch aufgerichtet worden.
6. Du hast in Deiner Qual den Peinigern so barmherzig Verzeihung erbeten.
7. Du hast dem reumütigen Schächer das Paradies verheissen.
8. Du hast auch die Qual der Gottverlassenheit für uns erleiden wollen.
9. Du hast in Deiner Liebe Deine schmerzensreiche Mutter uns zur Mutter gegeben.
10. Du hast durch Deinen Opfertod so gnädig unsere Erlösung erwirkt.

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 enthalten.