

Schmerzhafte Geheimnisse mit meditativen Vertiefungen

Für das persönliche Gebetsleben und Gebetsgruppen empfohlen.

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

I. Meditation: Für uns Blut geschwitzt

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

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

II. Meditation: Für uns gezeißelt worden

1. Der für uns ist gezeißelt worden.
2. Der, schuldlos befunden, zur Züchtigung ausgeliefert worden ist.
3. Der Sich wie ein Lamm zur Schlachtbank hat führen lassen.
4. Den sie mit Geißeln wund geschlagen haben.
5. Dessen heiligen Leib sie mit Bleiruten aufgepflügt haben.
6. Der Seine Blöße mit dem Mantel Seines Blutes hat bedecken lassen.
7. Der Seinen Mund nicht aufgetan hat, da er für uns litt.
8. Der uns durch dieses Leiden vor den Schmerzen der Hölle bewahren wollte.
9. Der als reines Lamm für uns zur Sühne gelitten hat.
10. Der uns durch Sein Leiden zu liebender Busse führen wolle.

Durch dieses Geheimnis erlebe 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. Der für uns ist mit Dornen gekrönt worden.
2. Dem ein roter Fetzen als Königsmantel umgehängt worden ist.
3. Dem sie ein Rohr als Zepter in die Hände gegeben haben.
4. Dessen heiliges Haupt von einer Dornenkrone zerstoichen worden ist.
5. Mit Dem die Sünder ein grausames Spiel getrieben haben.
6. Dem sie ins hochheilige Antlitz geschlagen haben.
7. Dem sie ins hochheilige Antlitz gespien haben.
8. Der uns durch Sein heiliges Dulden unendlich verehrungswürdig geworden ist.
9. Vor Dessen ewigem Königtum sich alle Knie beugen sollen.[1]
10. Der uns durch Seine Erniedrigung zur Demut führen wolle.

[1] verehere Sein ewiges Königtum mit gebeugtem Knie.

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

IV. Meditation: Für uns das Kreuz getragen

1. Der für uns das schwere Kreuz getragen hat.
2. Der unschuldig zum Verbrechertod verurteilt worden ist.
3. Der das Holz der Schmach auf Seine wunden Schultern genommen hat.
4. Der auf dem Kreuz unsere Sünden nach Golgota getragen hat.
5. Der unter der Last dreimal zusammengebrochen ist.
6. Der in unendlicher Treue immer wieder aufgestanden ist.
7. Der dem Helfer Simon von Zyrene zur Gnade geworden ist.
8. Der in Seiner Todesschwäche die weinenden Frauen zur Busse ermahnt hat.
9. Der uns in Liebe mahnt unser Kreuz Ihm nachzutragen.
10. Der uns durch Seine Todesschwäche stärken wolle.

[2] In your patience posseses ye your soul: „In der Geduld besitzt ihr eure Seele“ Lk 21,19

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

V. Meditation: Für uns gekreuzigt worden

1. Der für uns ist gekreuzigt worden.
2. Der für unsere Gaumenlust mit Essig und Galle getränkt worden ist.
3. Der, Seiner Kleider beraubt, für unsere Schamlosigkeit hat büßen wollen.
4. Der vor deinen Augen, o Schmerzensreiche, ans Kreuzholz angenagelt worden ist.
5. Der vor deinen Augen, o Schmerzensreiche, am Kreuz hoch aufgerichtet worden ist.
6. Der in Seiner Qual den Peinigern so barmherzig Verzeihung erbeten hat.
7. Der dem reumütigen Schächer das Paradies verheissen hat.
8. Der auch die Qual der Gottverlassenheit für uns hat erleiden wollen.
9. Der in Seiner Liebe dich, o Schmerzensreiche, uns zur Mutter gegeben hat.
10. Der durch Seinen Opfertod so gnädig unsere Erlösung erwirkt hat.

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.