



# *Biblischer Rosenkranz*

## DIE FREUDENREICHEN GEHEIMNISSE

Die Verkündigung

Die Heimsuchung

Die Geburt Jesu

Die Darstellung im Tempel

Die Auffindung im Tempel

# *Biblicher Rosenkranz – Freudenreiche Geheimnisse*

Version 4.0

© 2019 Werk vom Biblischen Rosenkranz (Hg.)

Nähere Infos:

[www.biblicher-rosenkranz.at](http://www.biblicher-rosenkranz.at)

Mit PDF/Audio-Download und Bestellmöglichkeit

Auch auf YouTube

Vervielfältigung erlaubt.

Dies ist ein Non-Profit-Projekt.

Für jede Spende zur Deckung der Druck- und Versandkosten  
sowie zur Förderung des Projektes ein herzliches Vergelt's Gott!

Spendenkonto:

Werk vom Biblischen Rosenkranz

AT16 3473 6000 0171 1357

Bibeltext nach Übersetzung vom Herausgeber.

Projekt wird fortgesetzt.

**Bildnachweis**

Erste Seite: © Sister Mary Grace Thul, O.P.

Letzte Seite: © Sister Mary Grace Thul, O.P.

Zum Geleit .....	5
Glaube, Hoffnung, Liebe.....	12
<i>Das erste freudenreiche Geheimnis</i>	
Die Verkündigung .....	14
Verkündigung – Kein Wort von Gott ist kraftlos.....	16
Verkündigung – Die Tochter Zion .....	18
Verkündigung – Die Macht des Namens Jesu.....	20
Verkündigung – Frucht: Demut .....	22
<i>Das zweite freudenreiche Geheimnis</i>	
Die Heimsuchung.....	24
Heimsuchung – Magnificat .....	26
Heimsuchung – Das Lied der Hanna .....	28
Heimsuchung – Berufung im Mutterleib .....	30
Heimsuchung – Wert des (ungeborenen) Lebens .....	32
Heimsuchung – Die O-Antiphonen .....	34
Visitatio – Magnificat.....	36
<i>Das dritte freudenreiche Geheimnis</i>	
Die Geburt Jesu .....	38
Geburt Jesu – Das Zeichen der Hirten .....	40
Geburt Jesu – Die Anbetung der drei Weisen .....	42
Geburt Jesu – Der Johannesprolog.....	44
Geburt Jesu – Du, Betlehem .....	46
Geburt Jesu – Frucht: Stille.....	48
The Nativity of Jesus.....	50
Geburt Jesu – Vision nach A. K. Emmerick .....	52
<i>Das vierte freudenreiche Geheimnis</i>	
Die Darstellung im Tempel .....	54
Darstellung – Die Prophetin Hanna .....	56

Darstellung – Die Prophezeiung nach Maleachi.....	58
Darstellung – Das Opfer des Herrn.....	60
<i>Das fünfte freudenreiche Geheimnis</i>	
Die Auffindung im Tempel .....	62
Auffindung – Im Haus des Herrn .....	64
Auffindung – Frucht: Weisheit .....	66
Auffindung – Weisheit-Litanei.....	68
Auffindung – Frucht: Freude .....	70
Auffindung – Freude-Litanei .....	72
Anhang zu Anmerkungen.....	74
Gebetsablauf des biblischen Rosenkranzes .....	76
Biblische Andacht – Das Doppelgebot der Liebe .....	80

## Liebe Freunde des Rosenkranzgebetes!

(oder die es vielleicht werden wollen...)

Das *Werk vom Biblischen Rosenkranz* möchte einen bescheidenen Beitrag leisten, um das betrachtende Rosenkranzbeten zu erleichtern und zu vertiefen.

Der Rosenkranz ist das Gebet der westlichen Christenheit schlechthin. Dies bezeugen auch die Stimmen der Heiligen wie des hl. P. Pio: „Dies ist mein Testament und mein Erbe: Liebt und macht, dass man die Jungfrau liebt. Betet und macht, dass man den Rosenkranz betet.“, und des hl. Papstes Johannes Paul II: „Der Rosenkranz ist mein Lieblingsgebet.“

Von seinem Ursprung her ist der Rosenkranz ein betrachtendes Gebet. Mit den mündlichen Gebeten verbindet sich die einhergehende Betrachtung der Heilsgeheimnisse. Dazu treten die Worte der wiederholten Ave Maria in den Hintergrund, während der Betrachtungsstoff meditiert wird. Die äußeren Worte bilden gewissermaßen ein Boot der Sammlung für den Geist, um diesen auf das weite Meer der Betrachtung zu führen. Dies macht die Schönheit und Kunst des Rosenkranzgebetes aus – einfach und herausfordernd zugleich.

Um den Rosenkranz richtig zu verstehen, müssen wir in die psychologische Eigendynamik der Liebe eintreten. Das ist die Wiederholung. Liebe wird nicht müde zu sagen: „Ich liebe dich!“ So wird der liebende Beter nicht müde, Maria zu grüßen mit dem Gruß, der die Welt bewegt hat. Durch

das folgende „Fiat!“ Mariens ist Jesus, der Retter, gekommen. Sie, die Gnadenvolle, die Mittlerin aller Gnaden, möge uns reiche Gnaden erflehen. Sie, die Sehende, möge uns sehend machen! Sie, die Hörende, möge uns hörend machen! Sie, die Glaubende, möge uns glaubend machen!

Beten wir innig, wie der hl. Ludwig Maria Grignion von Montfort aufruft: „Um gut zu beten genügt es nicht, unsere Bitten durch die vorzüglichste aller Gebetsweisen, nämlich den Rosenkranz, vorzubringen, sondern man muss auch große Andacht darauf verwenden, weil Gott mehr auf die *Stimme des Herzens* als auf die Stimme des Mundes hört.“ Und beten wir treu, so die hl. Mutter Teresa: „Haltet am Rosenkranz fest wie eine Kletterpflanze am Baum, denn ohne Unsere Liebe Frau können wir nicht bestehen.“

Die Kraft dieses Gebetes liegt in seiner meditativen Wiederholung der Worte, die die Seele in eine tiefe Ruhe einschwingen lässt. Es ist wohl eine Urerfahrung der Religionsgeschichte, dass im Fluss der beständigen Wiederholung, seinem dahingleitenden Rhythmus und den wiederkehrenden Worten, oftmals von einem Chor gemeinsamer Beter getragen, ein Raum der Tröstung, Befreiung, Sammlung und Ruhe entsteht.

Das Wort ist Macht, Wesen, Gestalt. Spricht der Betende die vertrauten Worte des Rosenkranzes, so entsteht eine ihn bergende und tragende Sprachheimat – er verweilt in der Lebenssphäre Mariens, deren Inhalt Christus war. Die Worte lassen die Gestalt Marias vor den Augen der Seele erstehen und schenken mit ihr den Blick auf die

Geheimnisse des Lebens Jesu, wie sie uns in der Heiligen Schrift überliefert sind.

In Maria hat die Betrachtung Christi ihr unübertreffliches Vorbild. Niemand hat sich mehr als Maria der Betrachtung des Antlitzes Christi hingegeben. Diese Erinnerungen bildeten, in gewisser Weise, den „Rosenkranz“, den sie selbst unaufhörlich in den Tagen ihres irdischen Lebens wiederholte.

Maria legt den Gläubigen nochmals unaufhörlich die „Geheimnisse“ ihres Sohnes vor, mit dem Wunsch, dass sie betrachtet werden, auf dass sie ihre erlösende Kraft ausströmen können. Gerade aus der Erfahrung Marias ist der Rosenkranz ein ausgesprochen kontemplatives Gebet. Wenn es diese Dimension entbehrte, würde ein entstelltes Gebet entstehen, wie der hl. Papst Paul VI. unterstrichen hat: „Ohne Betrachtung ist der Rosenkranz ein Leib ohne Seele, und das Gebet läuft Gefahr, zu einer mechanischen Wiederholung von Formeln zu werden.“

Es ist nicht so sehr das Sprechen vieler Worte, als vielmehr die Inbrunst und Tiefe des Gebetes, die Gott gefällt und sein Herz gewinnt. So ruft uns Jesus auf (vgl. Mt 6,7; Joh 4,24): „Plappert nicht wie die Heiden, betet an im Geist und in der Wahrheit!“ Demnach ist es beim Rosenkranz wichtiger, eine Zeit treu mit Geist und Herz die Wahrheiten des Glaubens zu betrachten, als möglichst viele Gesätzchen zu machen.

Durch das Beten des Rosenkranzes treten wir in das Betrachten Mariens ein. Dieses ist in erster Linie ein Erinnern. Die Bibel ist eine Erzählung von Heilsereignissen, die ihren Höhepunkt in Christus selbst finden. Diese

Ereignisse sind nicht nur ein „Gestern“; zugleich sind sie das „Heute“ der Erlösung. Sich nun in der Haltung des Glaubens und der Liebe daran „erinnern“, heißt, sich der Gnade öffnen, die Christus uns in den Geheimnissen seines Lebens, seines Todes und seiner Auferstehung erworben hat.

Das Gehen durch die Szenen des Rosenkranzes an der Seite Marias bedeutet, sich „in die Schule Mariens“ zu begeben, um Christus zu erfassen und um in die Geheimnisse einzudringen, schließlich um seine Botschaft zu verstehen und ihm ähnlich zu werden – imitatio Christi.

Während des geistlichen Vollzugs des Rosenkranzes, der – in Gemeinschaft mit Maria – auf der unaufhörlichen Betrachtung des Antlitzes Christi gründet, erreicht man dieses anspruchsvolle Ideal des Ähnlichwerdens mit Ihm mittels eines Weges, den wir einen freundschaftlichen Besuch nennen könnten. Dieser versetzt uns ganz natürlich in das Leben Christi und erlaubt uns gleichsam, seine Empfindungen nachzuvollziehen.

Damit dieses fruchtbare Erinnern und Betrachten gelingen kann, muss man den Betrachtungsstoff lebendig vor Augen haben. Deshalb gehören Bibel und Rosenkranz zusammen. Im Rosenkranz erwägen wir mit Maria das Wort Gottes im Herzen (vgl. Lk 2,19). Doch sind wir mit den Worten der Heiligen Schrift genug vertraut, damit dies gelingen kann? Und wie leicht schweifen wir nicht ab? Daher empfiehlt Johannes Paul II., wie verbreitet üblich, dass der Ansage des Rosenkranzgesetzes die Verkündigung eines passenden Bibelabschnittes folgen soll, um der Meditation eine biblische Grundlage und größere Tiefe zu geben.



Die Impulse des biblischen Rosenkranzes können auch sehr fruchtbar auf diese Weise verwendet werden, und ganz oder auszugsweise vor dem Gesätzchen gelesen werden. In seiner eigentümlichen Gebetsweise wird der Betrachtungsstoff – Perle für Perle – auf die zehn Ave Marias aufgeteilt. Dies ist der ursprünglich gewachsenen Form des Rosenkranzes ähnlich, wo mit jedem Ave ein der Bibel entnommener Gedanke verbunden war und wie sie später auch vom großen Rosenkranzapostel, dem hl. LM Grignon von Montfort, empfohlen und verbreitet wurde.

Diese Gebetsweise erleichtert es in die Betrachtung der Geheimnisse zu kommen und darin zu bleiben, da der Geist beständig in kleinen Portionen mit Betrachtungsstoff in Kontakt kommt. Mit jedem Ave werden Worte Gottes mit Hilfe Mariens ins Herz eingepflanzt. Mit Maria das Wort Gottes, Nahrung für unser Leben (vgl. Mt 4,4), Stück für Stück kauen, verdauen und aufnehmen!

Dieses bewirkt etwas in uns, denn „lebendig ist das Wort Gottes, kraftvoll und schärfer als jedes zweischneidige Schwert“ (Hebr 4,12). Das Wort Gottes hat transformative, lebensspendende Kraft: „Es kehrt nicht leer zu mir zurück, ohne zu bewirken, was ich will, und auszuführen, wozu ich es ausgesandt habe“ (Jes 55,11), „Ihr seid schon rein kraft des Wortes, das ich zu euch geredet habe“ (Joh 15,3). Einmal mit dieser Weise zu beten vertraut, kann das tägliche Rosenkranzbeten eine großartige Befruchtung erfahren und zu neuer Tiefe und Freude führen.

Leb´ mit Maria vom Wort aus Gottes Mund! Lass dich mitnehmen auf eine Reise, die die Realität berührt, die dein

Leben wirklich und wahrhaft heilt und heiligt. Lass das Wort Gottes lebendig werden, erfahre seine Kraft. Lass dich bergen im Mutterherz Mariens und versenke dich in die darin fließenden Ströme der Betrachtung der göttlichen Geheimnisse: Bete mit Jona im Bauch des Fisches, sieh mit Ezechiel die Toten erstanden, suche mit Maria Magdalena den Heiland. Finde in alledem Jesus: Er ruft dich beim Namen!

„Mein Rosenkranzgebet hat eine wirkliche Vertiefung erfahren. Ich kann die Geheimnisse nun besser und tiefer betrachten, durch den biblischen Rosenkranz. Danke Maria, dass ich ihn entdeckt habe.“ *Johannes*

„Der biblische Rosenkranz ist ein wahrer Türöffner für das Wort Gottes. Er erschließt mir die Fülle der Geheimnisse unseres Herrn Jesus Christus.“ *Michael*

„Ich betete den trostreichen Rosenkranz vor dem ausgesetzten Allerheiligsten und wurde beim Betrachten der Schriftstellen sehr tief berührt und durfte die tröstende Liebe unseres Herrn Jesus ganz stark spüren. Es war eine wunderschöne Erfahrung der Liebe Jesu, die ich mit Worten nicht restlos erklären kann. Danke Jesus!“ *Konrad*

„Ich bin ein Fan vom biblischen Rosenkranz, weil dadurch das Rosenkranzgebet wieder lebendiger wird und als betrachtendes Gebet die Bibeltexte wieder mehr in den Vordergrund nimmt. So kann ich wirklich betrachten, bin mehr dabei und falle nicht so leicht in Tagträume.“ *Alex*

„Das Beten des biblischen Rosenkranzes führt mich in eine besondere Tiefe, die ich so neu entdecken darf. Durch das Betrachten der Bibelverse kann ich mich besser auf das Gebet einlassen und konzentrieren. Meine Gedanken bleiben beim Herrn und schweifen nicht so leicht ab. Das Leben und Wirken Jesu wird konkret verinnerlicht, der Glaube besonders im Alltag gestärkt.“ *Monika*

„Die Betrachtungen des biblischen Rosenkranzes sind eine große Bereicherung für meinen Glauben, weil ich das ganze Leben Jesu vor meinen Augen vorüberziehen sehe.“  
*Diakon Gottfried*

„Der Biblische Rosenkranz ist für mich als ‚Bilddenker‘ eine wunderbare Möglichkeit, noch tiefer in die Geheimnisse, die im Rosenkranz bekannt und gebetet werden, einzudringen. Ich liebe Geschichten und innere Bilder. Wenn nun jedes Geheimnis mit zehn Schriftworten näher verdeutlicht und ‚beleuchtet‘ wird, klingen diese Bilder, die dabei entstehen, noch lange in meinem Geist nach. Man kann einzelne Geheimnisse auch gut zur Gestaltung von Andachten mit einem bestimmten Thema verwenden. Im heurigen Mai haben wir zum Beispiel fünf Maiandachten – jede Woche eine – mit dem Glorreichen Rosenkranz gestaltet. Die Rückmeldungen der Teilnehmer waren sehr positiv. Eine Frau meinte, dass die Worte, die sonst oft unbedacht gemurmelt werden, plötzlich Bedeutung bekommen.“ *Silvia*

Siehe auch: [www.biblischer-rosenkranz.at/zeugnisse](http://www.biblischer-rosenkranz.at/zeugnisse)

## I. Vater unser...

Glaubt an Gott und glaubt an mich! / Ja, Herr, ich glaube. *Joh 14,1; Joh 11,27*

*Gegrüßet seist du, Maria... mit Einfügung<sup>1</sup>:  
Jesus, der uns den Glauben vermehre*

Der Gott der Hoffnung aber erfülle uns, / auf dass wir überreich seien an Hoffnung in der Kraft des Heiligen Geistes. *vgl. Röm 15,13*

*Gegrüßet seist du, Maria... mit Einfügung:  
Jesus, der uns die Hoffnung stärke*

Die Liebe Gottes ist ausgegossen in unsere Herzen / durch den Heiligen Geist. *Röm 5,5*

*Gegrüßet seist du, Maria... mit Einfügung:  
Jesus, der in uns die Liebe entzünde*

*Ehre sei dem Vater...*

---

<sup>1</sup> Als Bitte kann hier (I., II., III.) zusätzlich die jeweilige Einfügung bei den Ave Maria gebetet werden.

## II.

Fürchte dich nicht, glaube nur! / Alles ist möglich dem, der glaubt. *Mk 5,36; 9,23*

Die Hoffnung aber lässt nicht zuschanden werden; / seid fröhlich in der Hoffnung!  
*Röm 5,4.12*

Gott ist Liebe, und wer in der Liebe bleibt, / bleibt in Gott und Gott bleibt in ihm. *1 Joh 4,16*

## III.

Wer zu Gott kommen will, / muss glauben, dass er ist. *Hebr 11,6*

Denn auf Hoffnung hin / wurden wir gerettet.  
*Röm 8,24*

Ihre Glutn sind Feuergluten, gewaltige Flammen. / Auch mächtige Wasser können die Liebe nicht löschen. *Hld 8,6-7*

# Das erste freudenreiche Geheimnis

## Die Verkündigung

### Frucht: Demut / Gottvertrauen

1. Der Engel Gabriel wurde von Gott zu einer Jungfrau gesandt / und der Name der Jungfrau war Maria. *Lk 1,26-27*

2. Sei begrüßt, du Begnadete, / der Herr ist mit dir. *Lk 1,28*

3. Sie aber erschrak bei dem Wort / und dachte darüber nach, was dieser Gruß zu bedeuten habe. *Lk 1,29*

4. Der Engel sprach zu ihr: Fürchte dich nicht, Maria, / denn du hast bei Gott Gnade gefunden!  
*Lk 1,30*

5. Siehe, du wirst empfangen und einen Sohn gebären / und sollst seinen Namen Jesus nennen. *Lk 1,31*

6. Dieser wird groß sein und Sohn des Höchsten genannt werden; / und seines Reiches wird kein Ende sein. *Lk 1,32-33*

7. Maria sprach zu dem Engel: Wie soll das geschehen, / da ich keinen Mann erkenne?  
*Lk 1,34*

8. Heiliger Geist wird über dich kommen, / und Kraft des Höchsten wird dich überschatten.  
*Lk 1,35*

9. Deshalb wird auch das, was geboren wird, heilig genannt werden, / Sohn Gottes. *Lk 1,35*

10. Siehe, ich bin die Magd des Herrn; / mir geschehe nach deinem Wort! *Lk 1,38*

„Maria, meine liebste Mutter, gib mir Dein Herz, so schön, so rein, so unbefleckt, so voll Liebe und Demut.“ *Hl. Mutter Teresa*

Das erste freudensreiche Geheimnis  
Verkündigung – Kein Wort von Gott ist kraftlos

Frucht: Demut / Gottvertrauen

1. Sei begrüßt, du Begnadete, / der Herr ist mit dir. *Lk 1,28*

2. Siehe, du wirst empfangen und einen Sohn gebären / und sollst seinen Namen Jesus nennen. *Lk 1,31*

3. Dieser wird groß sein und Sohn des Höchsten genannt werden; / Gott, der Herr, wird ihm den Thron seines Vaters David geben. *Lk 1,32*

4. Er wird über das Haus Jakob herrschen in Ewigkeit, / und seines Königiums wird kein Ende sein. *Lk 1,33*

5. Maria sprach zu dem Engel: Wie soll das geschehen, / da ich keinen Mann erkenne? *Lk 1,34*



6. Heiliger Geist wird über dich kommen, / und Kraft des Höchsten wird dich überschatten.

*Lk 1,35*

7. Deshalb wird auch das, was geboren wird, heilig genannt werden, / Sohn Gottes. *Lk 1,35*

8. Siehe, auch Elisabet, deine Verwandte, / hat noch in ihrem Alter einen Sohn empfangen,

*Lk 1,36*

9. und dies ist schon der sechste Monat für sie, / die als unfruchtbar galt. *Lk 1,36*

10. Denn kein Wort, das von Gott kommt, / wird kraftlos sein. *Lk 1,37*

(10) Freier übersetzt: Denn für Gott ist nichts unmöglich. Vgl. Jes 55,11: So ist es auch mit dem Wort, das meinen Mund verlässt: Es kehrt nicht leer zu mir zurück, ohne zu bewirken, was ich will, und das zu erreichen, wozu ich es ausgesandt habe.

## Das erste freudenreiche Geheimnis

### Verkündigung – Die Tochter Zion

#### Frucht: Freude / Demut / Gottvertrauen

1. Freu dich, du Gnadenvolle, der Herr ist mit dir. / Juble Tochter Zion! Jauchze, Israel! Freu dich und frohlocke von ganzem Herzen, Tochter Jerusalem! *Lk 1,28; Zef 3,14*

2. Der König Israels, der Herr, ist in deiner Mitte; / du hast kein Unheil mehr zu fürchten. *Zef 3,15b*

3. An jenem Tag wird man zu Jerusalem sagen: / Fürchte dich nicht, Zion! Lass deine Hände nicht sinken! *Zef 3,16*

4. Der Herr, dein Gott, ist in deiner Mitte, / ein Held, der Rettung bringt. *Zef 3,17*

5. Er freut sich und jubelt über dich, er schweigt in seiner Liebe, / er jauchzt über dich mit Jubel wie am Tag des Festes. *Zef 3,17*

6. Ich mache deinem Unglück ein Ende, / dass du seinetwegen nicht mehr Schmach tragen musst. *Zef 3,18*

7. Siehe, in jener Zeit schreite ich ein gegen alle, die dich unterdrücken. / Ich helfe den Hinkenden und sammle die Verstreuten. *Zef 3,19*

8. Ich mache ihnen ihre Schmach zu Ruhm / und Ansehen auf der ganzen Erde. *Zef 3,19*

9. In jener Zeit bringe ich euch heim, / in jener Zeit führe ich euch wieder zusammen. *Zef 3,20*

10. Ja, ich verleihe euch Ansehen und Ruhm bei allen Völkern der Erde, / wenn ich euer Geschick wende. *Zef 3,20*

Höre den Gruß des Engels, betrachte im Nachklang den alttestamentlichen Hintergrund, auf dem sie gesprochen sind und von dem her sie Deutung empfangen. Maria ist die angesprochene Tochter Zion (1) in Person. In ihr erfüllt sich dieses prophetische Wort, auf alle Erwartungen sprengende Weise. Gott wohnt durch sie in der Mitte (2) des Volkes – nicht mehr in einer Bundeslade aus Holz und steinernen Tafeln, sondern im Leib Jesu, der aus Maria genommen ist.

(1) Der Engel grüßt: „Freu dich“ („Chaire“) und greift damit den Gruß von Zefanja an die Tochter Zion auf, denn für „Juble“ steht im Urtext der Septuaginta dasselbe Wort: „Chaire“. In Maria kommt dieser Gruß ans Ziel. (5) Das Ja Marias zum göttlichen Anruf – ihr Fiat – bringt diesem Festtag Erfüllung, ist dieser.

## Das erste freudenerreiche Geheimnis Verkündigung – Die Macht des Namens Jesu

### Frucht: Demut / Gottvertrauen

1. Siehe, du wirst empfangen und einen Sohn gebären und sollst seinen Namen Jesus nennen. / Denn er wird sein Volk von seinen Sünden erlösen. *Lk 1,31; Mt 1,21*

2. Er war Gott gleich, hielt aber nicht daran fest, Gott gleich zu sein, / sondern er entäußerte sich und wurde wie ein Sklave. *Phil 2,6*

3. Und wurde den Menschen gleich. / Sein Leben war das eines Menschen. *Phil 2,7*

4. Er erniedrigte sich und war gehorsam bis zum Tod, / bis zum Tod am Kreuz. *Phil 2,8*

5. Darum hat ihn Gott über alle erhöht / und ihm den Namen verliehen, der größer ist als alle Namen. *Phil 2,9*

6. Damit alle im Himmel, auf der Erde und unter der Erde ihr Knie beugen / vor dem Namen Jesu *Phil 2,10*

7. und jeder Mund bekennt: Jesus Christus ist der Herr / zur Ehre Gottes, des Vaters. *Phil 2,11*

8. Es ist uns Menschen kein anderer Name unter dem Himmel gegeben, / durch den wir gerettet werden sollen. *Apg 4,12*

9. Und es wird geschehen: Jeder, der den Namen des Herrn anruft, / wird gerettet. *Apg 2,21; Joel 3,5*

10. Alles, um was ihr in meinem Namen bittet, werde ich tun, / damit der Vater im Sohn verherrlicht wird. *Joh 14,13*

Die Szene der Verkündigung soll als Grundlage der Betrachtung bei allen zehn Gegrüßet seist du Maria wachgehalten werden. Man stelle sich vor, wie die Worte über den Namen Jesu über den im Mutterleib Mariens gerade empfangenen Gottessohn geweissagt werden. In diesem Moment beginnt der Weg der Entäußerung und Erhöhung Jesu.

## Das erste freudenreiche Geheimnis

### Verkündigung – Frucht: Demut

1. Sei begrüßt, du Begnadete, / der Herr ist mit dir. *Lk 1,28*

2. Gott tritt den Stolzen entgegen, / den Demütigen aber gibt er Gnade. *1 Petr 5,5*

3. Demütigt euch also unter die mächtige Hand Gottes, / damit er euch erhöhe zur rechten Zeit. *1 Petr 5,6*

4. Denn groß ist die Macht Gottes, / von den Demütigen wird er gerühmt. *Sir 3,20*

5. Seid demütig. / In Demut schätze einer den andern höher ein als sich selbst. *Eph 4,2; Phil 2,3*

6. Strebt nicht hoch hinaus, / sondern bleibt demütig! *Röm 12,16*

7. Sucht Demut! / Das Gebet eines Demütigen durchdringt die Wolken. *Zef 2,3; Sir 35,21*

8. Ich diene dem Herrn in aller Demut / und erfülle den Dienst, der mir übertragen wurde.

*vgl. Apg 20,19.24*

9. Der Lohn für Demut und Furcht des Herrn / ist Reichtum, Ehre und Leben. *Spr 22,4*

10. Preist den Herrn, ihr Demütigen und Frommen. / Denn auf die Niedrigkeit seiner Magd hat er geschaut. *Dan 3,87; Lk 1,48*

Die Demut führt uns durch die Kenntnis, die sie uns von uns selbst gibt, zur richtigen Einschätzung unserer selbst und ruft in uns den Wunsch wach, übersehen und gering geachtet zu werden. – Ohne die Demut gibt es keine gründliche Tugend, mit ihr werden alle Tugenden fester und vollkommener.

Blicke bei allen Ave auf die Demut der Magd, die Gott auserwählt hat das Größte zu empfangen: IHN selbst. Und lasse den Blick auch auf dich schweifen – wo reckt sich bei dir in Verdemütigungen (ein falsches Wort, ein Unrecht, eine zu wenig geachtete Tat...) nicht gleich der Hochmut empor, zischelnd wie eine aufgeschreckte Schlange? Lerne von Maria Demut, dann wirst auch du reichlich Gnaden erlangen.

„Eine morsche Leiter ist der Hochmut und wer sie betritt, wird alsbald herab geschleudert. Der Niedrige hingegen steht allzeit sicher.“ *Evagrius*

Die Demut entleert unsere Seele von Eigenliebe und eitler Ruhmsucht und bereitet so für die Gnade weiteren Raum, den Gott bereitwillig ausfüllt. (2) „Denn zwischen Gnade und Demut besteht enge Verwandtschaft.“ *Hl. Bernhard*

Der Liebe Feindin ist die Selbstsucht. „Nichts ist erhabener als die Liebe, nur die Demütigen üben sie aus.“ *Hl. Augustinus*

Siehe auch Anhang zu Anmerkungen.

## Das zweite freudenreiche Geheimnis

### Die Heimsuchung

#### Frucht: Nächstenliebe / Tapferkeit

1. Maria machte sich in diesen Tagen auf den Weg in das Bergland. / Sie trat in das Haus des Zacharias und begrüßte Elisabet. *Lk 1,39-40*

2. Als Elisabet den Gruß Marias hörte, hüpfte das Kind in ihrem Leib. / Und Elisabet wurde erfüllt mit Heiligem Geist. *Lk 1,41*

3. Und sie rief mit lauter Stimme: Gesegnet bist du unter den Frauen / und gesegnet ist die Frucht deines Leibes. *Lk 1,42*

4. Woher geschieht mir dies, / dass die Mutter meines Herrn zu mir kommt? *Lk 1,43*

5. Denn siehe, als der Klang deines Grußes in mein Ohr drang, / hüpfte das Kind vor Freude in meinem Leib. *Lk 1,44*



6. Selig, die geglaubt hat, dass in Erfüllung gehen wird, / was ihr vom Herrn gesagt worden ist. *Lk 1,45*

7. Maria sprach: Meine Seele preist die Größe des Herrn, / und mein Geist jubelt über Gott, meinen Retter. *Lk 1,46-47*

8. Denn auf die Niedrigkeit seiner Magd hat er geschaut. / Siehe, von nun an preisen mich selig alle Geschlechter. *Lk 1,48*

9. Denn der Mächtige hat Großes an mir getan / und sein Name ist heilig. *Lk 1,49*

10. Und Maria blieb etwa drei Monate bei ihr; / dann kehrte sie in ihr Haus zurück. *Lk 1,56*

## Das zweite freudenreiche Geheimnis

### Heimsuchung – Magnificat

Frucht: Geist des Lobpreises / Nächstenliebe / Tapferkeit

1. Elisabet rief mit lauter Stimme: Gesegnet bist du unter den Frauen / und gesegnet ist die Frucht deines Leibes. *Lk 1,42*

2. Maria sprach: Meine Seele preist die Größe des Herrn, / und mein Geist jubelt über Gott, meinen Retter. *Lk 1,46-47*

3. Denn auf die Niedrigkeit seiner Magd hat er geschaut. / Siehe, von nun an preisen mich selig alle Geschlechter. *Lk 1,48*

4. Denn der Mächtige hat Großes an mir getan / und sein Name ist heilig. *Lk 1,49*

5. Er erbarmt sich von Geschlecht zu Geschlecht / über alle, die ihn fürchten. *Lk 1,50*

6. Er vollbringt mit seinem Arm machtvolle Taten: / Er zerstreut, die im Herzen voll Hochmut sind. *Lk 1,51*

7. Er stürzt die Mächtigen vom Thron / und erhöht die Niedrigen. *Lk 1,52*

8. Die Hungernden beschenkt er mit seinen Gaben / und lässt die Reichen leer ausgehen. *Lk 1,53*

9. Er nimmt sich seines Knechtes Israel an / und denkt an sein Erbarmen, *Lk 1,54*

10. das er unsern Vätern verheißen hat, / Abraham und seinen Nachkommen auf ewig. *Lk 1,55*

(3) Maria prophezeit ihre eigene Seligpreisung. Die Verehrung Mariens entspricht göttlichem Auftrag.

## Das zweite freudenreiche Geheimnis

### Heimsuchung – Das Lied der Hanna

Frucht: Geist des Lobpreises / Nächstenliebe / Tapferkeit

1. Elisabet rief mit lauter Stimme: Gesegnet bist du unter den Frauen. / Maria sprach: Meine Seele preist die Größe des Herrn. *Lk 1,42.46*

2. Mein Herz jubelt über den Herrn, / erhöht ist meine Macht durch den Herrn. *1 Sam 2,1*

3. Weit öffnet sich mein Mund gegen meine Feinde; / denn ich freue mich über deine Hilfe. *1 Sam 2,1*

4. Keiner ist heilig wie der Herr; / denn außer dir ist keiner; keiner ist ein Fels wie unser Gott. *1 Sam 2,2*

5. Der Bogen der Helden wird zerbrochen, / die Wankenden aber gürteten sich mit Kraft. *1 Sam 2,4*

6. Der Herr macht tot und lebendig, / er führt zum Totenreich hinab und führt auch herauf. *1 Sam 2,6*

7. Der Herr macht arm und macht reich, / erniedrigt und er erhöht. *1 Sam 2,7*

8. Den Schwachen hebt er empor aus dem Staub / und erhöht den Armen, der im Schmutz liegt. *1 Sam 2,8*

9. Er behütet die Schritte seiner Frommen, / doch die Frevler verstummen in der Finsternis. *1 Sam 2,9*

10. Der Herr wird richten die Enden der Erde. / Seinem König wird er Kraft verleihen und die Macht seines Gesalbten erhöhen. *1 Sam 2,10*

Lange litt Hanna unter Unfruchtbarkeit, auf ihr inniges Gebet hin wird ihr im Tempel vom Priester Eli die Erhörung ihrer Bitte verheißen. Nach der Geburt ihres Sohnes Samuel kehrt sie in den Tempel zurück und dankt Gott mit diesem Loblied. Samuel wurde ein bedeutender Prophet.

Betrachte das Lied Hannas als Hintergrund der Begegnung der Jungfrau mit Elisabet. Diese Worte füllen den Raum, das Herz Mariens ist davon voll – wie oft hat sie diese selbst gebetet und erwogen. In ihr findet dieses Lied die letzte Vollendung. Aus diesem hat sie, als größte Prophetin, geschöpft, sich die Worte zu eigen gemacht und zum Lobpreis des Magnificat geformt.

## Das zweite freudenreiche Geheimnis Heimsuchung – Berufung im Mutterleib

Frucht: Bewusstsein meiner Berufung in Christus /  
Heilung von Wunden im Mutterleib

1. Der Engel sprach zu Zacharias: Deine Frau Elisabeth wird dir einen Sohn gebären. / Er wird groß sein vor dem Herrn. *Lk 1,13.15*

2. Schon vom Mutterleib an / wird er vom Heiligen Geist erfüllt sein. *Lk 1,15*

3. Als Elisabeth den Gruß Marias hörte, / hüpfte das Kind in ihrem Leib. *Lk 1,41*

4. Merkt auf, ihr Völker! / Der Herr hat mich schon im Mutterleib berufen. *Jes 49,1*

5. Als ich noch im Schoß meiner Mutter war, / hat er meinen Namen genannt. *Jes 49,1*

6. Noch ehe ich dich im Mutterleib formte, / habe ich dich auserwählt. *Jer 1,5*

7. Noch ehe du aus dem Mutterschoß hervorkamst, / habe ich dich geheiligt. *Jer 1,5*

8. Zum Propheten habe ich dich bestimmt. / Fürchte dich nicht; denn ich bin mit dir. *Jer 1,5.8*

9. Wohin ich dich auch sende, dahin sollst du gehen, / und was ich dir auftrage, das sollst du verkünden. *Jer 1,7*

10. Und du, Kind, wirst Prophet des Höchsten heißen; / denn du wirst dem Herrn vorangehen und ihm den Weg bereiten. *Lk 1,76*

Die Berufungen der Propheten des Alten Bundes, wie Jesaja und Jeremia, können gewissermaßen als Vorbilder für die Berufung des größten aller alttestamentlichen Propheten betrachtet werden: Johannes der Täufer.

Blick auf die Begegnung der heiligen Frauen (3), Johannes wird bereits im Mutterleib Elisabets vom Herrn geheiligt und berufen – das Kind hüpfte.

## Das zweite freudenreiche Geheimnis

### Heimsuchung – Wert des (ungeborenen) Lebens

Frucht: Nächstenliebe (für die Kinder im Mutterleib) / Tapferkeit im Einsatz für das Leben / Erkenntnis der Heiligkeit des (ungeborenen) Lebens / Heilung von Wunden im Mutterleib

1. Der Engel sprach zu Zacharias: Schon vom Mutterleib an wird er vom Heiligen Geist erfüllt sein. / Und das Kind hüpfte in ihrem Leib.  
*Lk 1,15.41*

2. Vom Mutterleib an bist du mein Gott, / dir gilt mein Lobpreis allezeit. *Ps 22,11; Ps 71,6*

3. Als ich noch im Schoß meiner Mutter war, hast du meinen Namen genannt, / sahen mich bereits deine Augen. *vgl. Jes 49,1; Ps 139,16*

4. Du selbst hast mich gewoben im Schoß meiner Mutter. / Ich preise dich, dass ich so staunenswert und wunderbar gestaltet bin.  
*Ps 139,13-14*

5. Wunderbar sind deine Werke. / Denn nach dem Bild Gottes hast du den Menschen gemacht. *Ps 139,14; vgl. Gen 9,6*



6. Bei dir, o Herr, habe ich mich geborgen, /  
lass mich niemals zuschanden werden! *Ps 71,1*

7. So spricht der Herr, dein Erlöser, der dich  
von Mutterleib an geformt hat: / Eine Zukunft  
will ich dir geben. *Jes 44,24; vgl. Jer 29,11*

8. Du sollst leben / und viele werden sich über  
deine Geburt freuen. *vgl. Ps 72,15; vgl. Lk 1,14*

9. Seht, welche Liebe uns der Vater geschenkt  
hat: / Wir heißen Kinder Gottes und wir sind es.  
*1 Joh 3,1*

10. Das Kind wuchs heran / und wurde stark im  
Geist. *Lk 1,80*

Sieh, wie sich die Vorhersage des Engels (1) bei der Begegnung  
Elisabets mit Maria erfüllt. Wie wunderbar gestaltet ist Johannes, von  
Anbeginn gemacht nach dem Bild Gottes und beim Namen gerufen. Er  
steht für den Wert aller Kinder im Mutterleib.

Der Fürbittwert dieses Gesätzchens möge aufgeopfert werden für die  
Kinder im Mutterleib und die werdenden Eltern. Dies ist unabhängig  
von der Frucht der Betrachtung, die immer durch den  
Betrachtungsvorgang den Beter selbst bessert (siehe Auswahl bei  
„Frucht“).

Gott ist das Leben heilig, wie die Schrift lehrt: „Du sollst nicht töten!“  
(Ex 20,13) und „Für das Leben des Menschen fordere ich Rechenschaft  
von jedem, der es seinem Bruder nimmt“ (Gen 9,5).

„Rettet das ungeborene Kind, erkennt die Gegenwart Jesu in ihm!“  
*Mutter Teresa*

## Das zweite freudenreiche Geheimnis

### Heimsuchung – Die O-Antiphonen

#### Frucht: Gottessehnsucht / Nächstenliebe

1. Als Elisabet den Gruß Marias hörte, hüpfte das Kind in ihrem Leib. / Und Elisabet wurde erfüllt mit Heiligem Geist. *Lk 1,41*

2. Und sie rief mit lauter Stimme: Gesegnet bist du unter den Frauen / und gesegnet ist die Frucht deines Leibes. *Lk 1,42*

3. O Weisheit, hervorgegangen aus dem Munde des Höchsten – die Welt umspannst du von einem Ende zum andern, in Kraft und Milde ordnest du alles: o komm und offenbare uns den Weg der Weisheit und Einsicht. *Weish 7,22ff; Spr 8,22*

4. O Adonai, Herr und Führer des Hauses Israel – im flammenden Dornbusch bist du dem Mose erschienen und hast ihm auf dem Berg das Gesetz gegeben: o komm und befreie uns mit deinem starken Arm! *Ex 6,2.6*

5. O Spross aus Isais Wurzel, gesetzt zum Zeichen für die Völker – vor dir verstummen die Herrscher der Erde, dich flehen an die Völker: o komm und errette

uns, erhebe dich, säume nicht länger!  
*Jes 11,10; vgl. Röm 15,12*

6. O Schlüssel Davids, Zepter des Hauses Israel – du öffnest, und niemand kann schließen, du schließt, und keine Macht vermag zu öffnen: o komm und öffne den Kerker der Finsternis und die Fessel des Todes!  
*Jes 22,22; vgl. Offb 3,7*

7. O Morgenstern, Glanz des unversehrten Lichtes, der Gerechtigkeit strahlende Sonne: o komm und erleuchte, die da sitzen in Finsternis und im Schatten des Todes! *Mal 3,20; vgl. Lk 1,78*

8. O König aller Völker, ihre Erwartung und Sehnsucht; Schlussstein, der den Bau zusammenhält: o komm und errette den Menschen, den du aus Erde gebildet! *Hag 2,8; Jes 33,22; vgl. Apg 4,11*

9. O Immanuel, unser König und Lehrer, du Hoffnung und Heiland der Völker: o komm, eile und schaffe uns Hilfe, du unser Herr und unser Gott! *Jes 7,14*

10. Selig, die geglaubt hat, dass in Erfüllung gehen wird, / was ihr vom Herrn gesagt worden ist. *Lk 1,45*

In der Liturgie von 17.-23. Dezember gebetet, sollte die Betrachtung der O-Antiphonen der Advents- und Weihnachtszeit vorbehalten sein. Sie verkünden die alttestamentliche Sehnsucht nach dem Messias. Man stelle sich vor, wie Elisabet mit diesen Huldigungen das Jesuskind im Leib Mariens begrüßt.

## Secundum Mysterium Gaudiosum

### Visitatio – Magnificat

Frucht: Geist des Lobpreises / Nächstenliebe / Tapferkeit

Pater noster...

1. Elisabet exclamávit voce magna: Benedícta tu inter mulieres, / et benedíctus fructus ventris tui. *Lk 1,42* Ave Maria...

2. Et ait Maria: Magníficat ánima mea Dóminum, / et exsultávit spíritus meus in Deo salutári meo. *Lk 1,46-47* Ave Maria...

3. Quia respéxit humilitátem ancíllæ suæ, / ecce enim ex hoc beátam me dicent omnes generatiónes. *Lk 1,48* Ave Maria...

4. Quia fecit mihi magna, qui potens est: / et sanctum nomen eius. *Lk 1,49* Ave Maria...

5. Et misericordia eius a progénie in progénies / timéntibus eum. *Lk 1,50* Ave Maria...

6. Fecit poténtiam in brachio suo, / dispérsit  
supérbos mente cordis sui. *Lk 1,51* Ave Maria...

7. Depósuit potentes de sede, / et exaltávit  
húmiles. *Lk 1,52* Ave Maria...

8. Esuriéntes implévit bonis, / et dívites dimísit  
inánes. *Lk 1,53* Ave Maria...

9. Suscépit Israel, púerum suum, / recordátus  
misericórdiæ suæ. *Lk 1,54* Ave Maria...

10. Sicut locútus est ad patres nostros, /  
Abraham et sémini eius in sæcula. *Lk 1,55*  
Ave Maria...

Gloria Patri, et Fílio, et Spirítui Sancto. / Sicut erat  
in princípío, et nunc, et semper et in sáecula  
saeculórum. Amen.

## Das dritte freudenreiche Geheimnis

### Die Geburt Jesu

Frucht: Liebe zur Armut / Tugend der Mäßigung / Demut / Sanftmut

1. Als sie in Betlehem waren, geschah es, / dass sich die Tage erfüllten, da sie gebären sollte. *Lk 2,6*

2. Und sie gebar ihren Sohn, den Erstgeborenen, / und wickelte ihn in Windeln. *Lk 2,7*

3. Und sie legte ihn in eine Krippe, / weil in der Herberge kein Platz für sie war. *Lk 2,7*

4. In derselben Gegend waren Hirten auf freiem Felde. / Da trat ein Engel des Herrn zu ihnen und die Herrlichkeit des Herrn umstrahlte sie. *Lk 2,8-9*

5. Fürchtet euch nicht! Denn siehe, ich verkünde euch eine große Freude, / die dem ganzen Volk zuteilwerden soll: *Lk 2,10*

6. Heute wurde euch in der Stadt Davids ein Retter geboren, / er ist der Messias, der Herr.

*Lk 2,11*

7. Plötzlich war mit dem Engel eine große Schar des himmlischen Heeres, / das Gott lobte:

*Lk 2,13*

8. Ehre sei Gott in der Höhe / und Friede auf Erden den Menschen, die guten Willens sind.

*Lk 2,14*

9. Die Hirten eilten hin und fanden Maria und Josef / und das Kind, das in der Krippe lag. *Lk 2,16*

10. Sie rühmten Gott und priesen ihn / für alles, was sie gehört und gesehen hatten. *Lk 2,20*

(6) Messias (hebräisch) oder Christus (griechisch): der Gesalbte. Er trägt die Würde der Königssalbung.

(8) „die guten Willens sind“, auch „seiner Gnade“ oder „seines Wohlgefallens“.

## Das dritte freudenreiche Geheimnis Geburt Jesu – Das Zeichen der Hirten

Frucht: Liebe zur Armut / Demut / Gehorsam /  
Hingabe

1. Heute wurde euch in der Stadt Davids ein Retter geboren, / er ist der Messias, der Herr.  
*Lk 2,11*

2. Und dies soll euch das Zeichen sein: / Ihr werdet ein Kind finden, in Windeln gewickelt und in einer Krippe liegend. *Lk 2,12*

3. Plötzlich war mit dem Engel eine große Schar des himmlischen Heeres, / das Gott lobte:  
*Lk 2,13*

4. Und es geschah, als die Engel von ihnen in den Himmel zurückgekehrt waren, / sagten die Hirten zueinander: *Lk 2,15*

5. Lasst uns nach Betlehem gehen, / um das Ereignis zu sehen, das uns der Herr kundgetan hat! *Lk 2,15*



6. Die Hirten eilten hin und fanden Maria und Josef / und das Kind, das in der Krippe lag. *Lk 2,16*

7. Als sie es sahen, erzählten sie von dem Wort, / das ihnen über dieses Kind gesagt worden war. *Lk 2,17*

8. Und alle, die es hörten, wunderten sich / über das, was ihnen von den Hirten erzählt wurde. *Lk 2,18*

9. Maria aber bewahrte alle diese Worte / und erwog sie in ihrem Herzen. *Lk 2,19*

10. Die Hirten kehrten zurück, priesen und lobten Gott / für alles, was sie gehört und gesehen hatten, so wie es ihnen gesagt worden war. *Lk 2,20*

(9) Sie ist die Quelle für die einzigartigen Berichte über die Kindheit Jesu, welche der Evangelist Lukas überliefert hat.

## Das dritte freudenreiche Geheimnis

### Geburt Jesu – Die Anbetung der drei Weisen

Frucht: Geist der wahren Anbetung / Hingabe

1. Als Jesus zu Betlehem in Judäa geboren war, / siehe, da kamen Sterndeuter aus dem Osten nach Jerusalem. *Mt 2,1*

2. Wo ist der neugeborene König der Juden? / Wir haben seinen Stern aufgehen sehen und sind gekommen, um ihn anzubeten. *Mt 2,2*

3. Und siehe, der Stern, den sie hatten aufgehen sehen, zog vor ihnen her / bis zu dem Ort, wo das Kind war. *Mt 2,9*

4. Sie traten in das Haus und sahen das Kind mit Maria, seiner Mutter, / fielen nieder und huldigten ihm. *Mt 2,11*

5. Dann öffneten sie ihre Schätze und brachten ihm Geschenke dar: / Gold, Weihrauch und Myrrhe. *Mt 2,11*

6. Seht, gekommen ist der Herrscher, der Herr. / In seiner Hand ist die Macht und das Reich. *vgl. Mal 3,1; 1 Chr 19,12*

7. Den Redlichen erstrahlt im Finstern ein Licht: / der gnädige, barmherzige und gerechte Herr. *vgl. Jes 9,1*

8. Brecht in Jubel aus und jauchzt, / all ihr Trümmer Jerusalems! *Jes 52,9*

9. Denn der Herr tröstet sein Volk, / er erlöst Jerusalem. *Jes 52,9*

10. Der Herr hat seinen heiligen Arm entblößt vor den Augen aller Völker. / Alle Enden der Erde sehen das Heil unseres Gottes. *Jes 52,10*

Mit Jerusalem (8+9) dürfen auch wir uns mit unserem Taufnamen angesprochen wissen. Gott gebe, dass durch ein Leben in Glauben und Anbetung die Taufgnade sich immer weiter entfalte. Damit der Akt der Anbetung echt ist, muss er unser ganzes Wesen erfassen: den Leib, indem er eine ehrfürchtige Haltung vor Gott einnimmt und die Seele, indem sie sich Gott in Liebe hingibt. Richten wir unsere Anbetung immer wieder entschieden aus auf Gott. Wenden wir uns ab, beugen wir nicht die Knie, vor den Götzen (wie der Welt oder des Egos).

## Das dritte freudenreiche Geheimnis

### Geburt Jesu – Der Johannesprolog

Frucht: Loslösung von der Welt / Demut / Liebe zur Armut / Gabe des Dienens

1. Im Anfang war das Wort und das Wort war bei Gott / und Gott war das Wort. *Joh 1,1*

2. Alles ist durch dasselbe geworden. / In ihm war Leben und das Leben war das Licht der Menschen. *Joh 1,3-4*

3. Und das Licht scheint in der Finsternis / und die Finsternis hat es nicht ergriffen. *Joh 1,5*

4. Das wahre Licht, das jeden Menschen erleuchtet, / kam in die Welt. *Joh 1,9*

5. Allen aber, die ihn aufnahmen, gab er Macht, Kinder Gottes zu werden, / denen, die an seinen Namen glauben, *Joh 1,12*

6. die nicht aus dem Blut, nicht aus dem Willen des Fleisches, nicht aus dem Willen des Mannes, / sondern aus Gott geboren sind. *Joh 1,13*

7. Und das Wort ist Fleisch geworden und hat unter uns gewohnt / und wir haben seine Herrlichkeit geschaut, *Joh 1,14*

8. die Herrlichkeit des Eingeborenen vom Vater, / voll Gnade und Wahrheit. *Joh 1,14*

9. Aus seiner Fülle haben wir alle empfangen, / Gnade um Gnade. *Joh 1,16*

10. Niemand hat Gott je gesehen. Der Eingeborene, der Gott ist und in des Vaters Schoß ruht, / er hat Kunde gebracht. *Joh 1,18*

Der Apostel Johannes bezeugt das Geheimnis der Menschwerdung. Verbinde in der Betrachtung seine tiefsinnigen Gedanken mit dem Kind im Stall zu Betlehem. In Christus verbinden sich die göttliche und menschliche Natur zu einer Einheit: unvermischt, unveränderlich, ungetrennt und unteilbar, wobei nirgends wegen der Einung der Unterschied der Naturen aufgehoben ist, vielmehr die Eigentümlichkeit jeder der beiden Naturen gewahrt bleibt und sich in einer Person und einer Hypostase vereinigt (Konzil von Chalcedon). (1) Wort ist die Bezeichnung der zweiten göttlichen Person, gleichen Wesens wie der Vater. (7) Fleisch bezeichnet die menschliche Natur, angenommen aus der Jungfrau Maria in der Zeit. (8) Eingeborene: griech. monogenes; einziggeboren; einzig in seiner Art.

## Das dritte freudenreiche Geheimnis

### Geburt Jesu – Du, Betlehem

Frucht: Liebe zur Armut / Tugend der Mäßigung / Demut / Sanftmut

1. Sagt nicht die Schrift: Der Christus kommt aus dem Geschlecht Davids / und aus dem Dorf Betlehem, wo David war? *Joh 7,42*

2. So zog auch Josef nach Judäa in die Stadt Davids, die Betlehem heißt; / denn er war aus dem Haus und Geschlecht Davids. *Lk 2,4*

3. Er wollte sich eintragen lassen / mit Maria, seiner Verlobten, die schwanger war. *Lk 2,5*

4. Als sie in Betlehem waren, geschah es, / dass sich die Tage erfüllten, da sie gebären sollte. *Lk 2,6*

5. Du, Betlehem, bist keineswegs die geringste unter den Fürsten von Juda. / Denn aus dir wird ein Fürst hervorgehen, der mein Volk Israel weiden wird. *Mt 2,6; vgl. Mi 5,1*

6. Seine Ursprünge liegen in ferner Vorzeit, / in den Tagen der Ewigkeit. *Mi 5,1*

7. Darum gibt er sie preis, / bis zu der Zeit, da die Gebärende geboren hat. *Mi 5,2*

8. Er wird auftreten und seine Herde weiden in der Kraft des Herrn, / in der Hoheit des Namens des Herrn, seines Gottes. *Mi 5,3*

9. Sie werden in Sicherheit wohnen; / denn nun wird er groß sein bis an die Grenzen der Erde. *Mi 5,3*

10. Heute wurde euch in der Stadt Davids ein Retter geboren. / Er wird der Friede sein. *Lk 2,11; Mi 5,4*

Bethlehem bedeutet im Hebräischen „Haus des Brotes“. Christus, das lebendige Brot vom Himmel für das Leben der Welt, wird dort geboren und in eine Futterkrippe gelegt – er, der seinen Leib hingibt zur Speise für das ewige Leben.

(5) *Mi 5,1*: Aber du, Bethlehem-Efrata, bist zwar klein unter den Sippen Judas, aus dir wird mir einer hervorgehen, der über Israel herrschen soll. (7) Darum: weil das Haus David in Armut und Dunkelheit sein wird, wird Gott sie von den Feinden bedrücken lassen, bis der Herrscher geboren wird. (7) Die Gebärende: die Mutter des Messias. Micha denkt hier an die in *Jes 7,14* prophezeite Jungfrau.

## Das dritte freudenreiche Geheimnis

### Geburt Jesu – Frucht: Stille

1. Als tiefes Schweigen das All umfing / und die Nacht in ihrem Lauf bis zur Mitte vorgerückt war, *Weis 18,14*

2. da sprang dein allmächtiges Wort vom Himmel herab, / vom königlichen Thron. *Weis 18,15*

3. Alle Welt schweige in der Gegenwart des Herrn. / Denn er hat sich aufgemacht aus seiner heiligen Wohnung. *Sach 2,17*

4. Seid still und erkennt, dass ich Gott bin! / Erhaben über die Völker, erhaben auf Erden! *Ps 46,11*

5. Schweigt still, damit ich euch Weisheit lehre! / Im Stillsein liegt eure Kraft. *vgl. Ijob 33,33; Jes 30,15*

6. Setzt eure Ehre darein, still zu leben. / Dir ist Schweigen Lobgesang, Gott. *1 Thess 4,11; Ps 65,2*



7. Euer Schmuck sei nicht der äußerliche, /  
sondern der verborgene Mensch des Herzens  
*1 Petr 3,3-4*

8. im unvergänglichen Schmuck des sanften  
und stillen Geistes, / der vor Gott sehr köstlich  
ist. *1 Petr 3,4*

9. Fürwahr, meine Seele ist still und ruhig  
geworden; / wie ein kleines Kind bei der Mutter  
ist meine Seele still in mir. *Ps 131,2*

10. Schweigt vor Gott, dem Herrn! / Denn der  
Tag des Herrn ist nahe. *Zef 1,7*

Verweile im Stall zu Betlehem, höre und spüre die Stille der Heiligen Nacht. Erwäge den Wert der Stille und frage dich, welchen Raum diese in deinem Leben und Herzen hat? Das Wort (2), das selbst Gott ist (vgl. Joh 1,1) verlässt die Herrlichkeit des Himmels (3), um im Stall, ganz still und unbemerkt, in die Welt einzutreten. Die großen Dinge wachsen und ereignen sich in der Stille.

Hl. Mutter Teresa: „Die Frucht der Stille ist das Gebet. Die Frucht des Gebets ist der Glaube. Die Frucht des Glaubens ist die Liebe. Die Frucht der Liebe ist das Dienen. Die Frucht des Dienens ist der Friede.“

„Gott ist der Freund der Stille. Je mehr wir im stillen Gebet bleiben, desto mehr können wir in unserem aktiven Leben geben.“

## The Third Joyful Mystery

### The Nativity of Jesus

Fruit: Love for Poverty / Humility

1. And so it was, that, while they were in Bethlehem, / the days were accomplished that she should be delivered. *Lk 2:6*

2. And she gave birth to her firstborn son, / and wrapped him in swaddling clothes, *Lk 2:7*

3. and laid him in a manger; / because there was no place for them in the inn. *Lk 2:7*

4. And there were in the same country shepherds abiding in the field. / And the angel of the Lord came upon them, and the glory of the Lord shone around them. *Lk 2:8-9*

5. Fear not: for, behold, I bring you good news of great joy, / which shall be to all people: *Lk 2:10*

6. To you is born this day in the city of David a Saviour, / who is the Messiah, the Lord. *Lk 2:11*

7. And suddenly there was with the angel a multitude of the heavenly host / praising God:  
*Lk 2:13*

8. Glory to God in the highest, / and on earth peace to people of good will! *Lk 2:14*

9. The shepherds came with haste / and found Mary and Joseph, and the child lying in a manger. *Lk 2:16*

10. They glorified and praised God / for all the things that they had heard and seen. *Lk 2:20*

(6) Messiah (Hebrew) or Christ (Greek): the anointed. He carries the dignity of the royal anointing.

## Das dritte freudenreiche Geheimnis Geburt Jesu – Vision nach A. K. Emmerick

Frucht: Liebe zur Armut / Demut / Hingabe

1. Gegen Abend führte Josef Maria wieder zur Höhle. Auf dem Wege sagte sie ihm, in dieser Nacht um die zwölfte Stunde werde Christus geboren.

2. Die Nacht lag dunkel und trüb über Betlehem; nur im Hirtental begann sich ein glänzender Lichtnebel zu bilden.

3. Josef versorgte alles. Als er nochmal nach der Heiligen Jungfrau hinblickte, sah er sie von Flammen umgeben, so wie Moses Gott im brennenden Dornbusch gesehen hatte.

4. Es kam die Mitternacht heran, Maria kniete in einem weiten Gewande, das Angesicht gegen Morgen gewendet, auf ihrem Ruheteppich.

5. Die Welt versank vor ihrem Bewusstsein. Eine Bahn von Licht öffnete sich über Maria bis in die höchsten Himmel mit steigendem Glanze. (In

dieser Lichtbahn war eine wunderbare Bewegung von Glorien, von himmlischen Geisterchören.)

6. Sie empfand eine innere Leere und eine große Sehnsucht nach einem unendlichen Heil, das sie sonst in sich hatte.

7. Jetzt sah sie in einem Glanze ihr neugeborenes, hilfloses Kindlein vor sich auf der Erde liegen.

8. Sie nahm das Kindlein von der Decke auf, hüllte es mit dem Tuch ein und hielt es in den Armen. (Um sie her beteten Engel, auf dem Angesicht liegend, das Kind an.)

9. Es mochte eine Stunde nach der Geburt gewesen sein, als Maria Josef rief. Sie geleitete ihn zum Kind und legte es ihm in die Arme. Laut lobten und priesen sie Gott unter Freudentränen und sangen heilige Psalmen.

10. Vor ihnen auf der Decke lag eingewickelt der neugeborene Jesus, schön und strahlend wie ein Blitz.

Anna Katharina Emmerick (+1824) war eine stigmatisierte Leidensmystikerin, der große Visionen zuteilwurden. 2004 seliggesprochen.

## Das vierte freudenreiche Geheimnis

### Die Darstellung im Tempel

Frucht: Opfergeist / Tugend der Gerechtigkeit / Gehorsam / Reinheit

1. Sie brachten ihn nach Jerusalem hinauf, um ihn dem Herrn darzustellen / wie geschrieben steht im Gesetz des Herrn. *Lk 2,22-23*

2. Und siehe, es war in Jerusalem ein Mann namens Simeon, / er war gerecht und gottesfürchtig. *Lk 2,25*

3. Ihm war vom Heiligen Geist geoffenbart worden, er werde den Tod nicht schauen, / bevor er den Messias des Herrn gesehen habe. *Lk 2,26*

4. Als die Eltern das Kind hereinbrachten, / nahm er es in seine Arme, und pries Gott: *Lk 2,27-28*

5. Nun lässt du, Herr, deinen Knecht, / wie du gesagt hast, in Frieden scheiden. *Lk 2,29*

6. Denn meine Augen haben das Heil gesehen, / das du vor allen Völkern bereitet hast. *Lk 2,30-31*

7. Ein Licht, das die Heiden erleuchtet / und Herrlichkeit für dein Volk Israel. *Lk 2,32*

8. Und er sagte zu Maria, seiner Mutter: Siehe, dieser ist bestimmt zum Falle und zum Aufstehen vieler in Israel / und zu einem Zeichen, dem widersprochen wird. *Lk 2,34*

9. Auch deine eigene Seele wird ein Schwert durchdringen, / auf dass die Gedanken aus vielen Herzen offenbar werden. *Lk 2,35*

10. Und sie kehrten nach Nazaret zurück. Das Kind aber wuchs heran und erstarkte, erfüllt von Weisheit, / und die Gnade Gottes war auf ihm. *Lk 2,39-40*

Nach dem Gesetz des Mose soll in Erinnerung an die Befreiung der Israeliten aus der Sklaverei in Ägypten jede männliche Erstgeburt dem Herrn geweiht sein. Getreu bringen Maria und Josef das Jesuskind in den Tempel, um dies zu erfüllen.

## Das vierte freudenreiche Geheimnis

### Darstellung – Die Prophetin Hanna

Frucht: Opfergeist / Tugend der Gerechtigkeit / Gehorsam / Reinheit / Lobpreis

1. Sie brachten das Kind nach Jerusalem hinauf, / um es dem Herrn darzustellen, *Lk 2,22*

2. wie im Gesetz des Herrn geschrieben steht: / Jede männliche Erstgeburt soll dem Herrn heilig genannt werden. *Lk 2,23*

3. Und siehe, es war in Jerusalem ein Mann namens Simeon, / er war gerecht und gottesfürchtig. *Lk 2,25*

4. Als die Eltern das Kind hereinbrachten, / nahm er es in seine Arme, und pries Gott. *Lk 2,27-28*

5. Sein Vater und seine Mutter wunderten sich über das, / was über Jesus gesagt wurde. *Lk 2,33*

6. Damals lebte auch Hanna, eine Prophetin. / Sie war schon hochbetagt und hielt sich ständig im Tempel auf. *Lk 2,36-37*



7. Und sie diene Gott Tag und Nacht / mit Fasten und Beten. *Lk 2,37*

8. Zu derselben Stunde trat sie hinzu, / und pries Gott. *Lk 2,38*

9. Sie sprach über das Kind zu allen, / die auf die Erlösung Jerusalems warteten. *Lk 2,38*

10. Nachdem seine Eltern alles nach dem Gesetz des Herrn erfüllt hatten, / kehrten sie nach Galiläa in ihre Stadt Nazaret zurück. *Lk 2,39*

## Das vierte freudenreiche Geheimnis

### Darstellung – Die Prophezeiung nach Maleachi

Frucht: Opfergeist / Tugend der Gerechtigkeit / Gehorsam / Reinheit

1. Sie brachten ihn nach Jerusalem hinauf, um ihn dem Herrn darzustellen / wie geschrieben steht im Gesetz des Herrn. *Lk 2,22-23*

2. Ihr Tore, hebt eure Häupter, hebt euch, ihr uralten Pforten; / denn es kommt der König der Herrlichkeit. *Ps 24,7*

3. Wer ist der König der Herrlichkeit? / Der Herr, stark und gewaltig, der Herr, mächtig im Kampf. *Ps 24,8*

4. Dann kommt plötzlich zu seinem Tempel der Herr, den ihr sucht, / und der Bote des Bundes, nach dem ihr verlangt. *Mal 3,1*

5. Siehe, er kommt!, / spricht der Herr der Heerscharen. *Mal 3,1*

6. Doch wer erträgt den Tag seines Kommens? / Wer kann bestehen bei seinem Erscheinen? *Mal 3,2*

7. Er setzt sich, um das Silber zu schmelzen und zu reinigen. / Wie Gold und Silber läutert er sie. *Mal 3,3*

8. Dann werden sie dem Herrn Opfer darbringen in Gerechtigkeit. / Und dem Herrn wird das Opfer Judas und Jerusalems angenehm sein. *Mal 3,3-4*

9. Wir haben dein Heil empfangen, o Gott, / inmitten deines Tempels. *vgl. Ps 48,10*

10. Ein Licht, das die Heiden erleuchtet / und Herrlichkeit für dein Volk Israel. *Lk 2,32*

In der Schwachheit des Kindes erfüllt sich die verborgene Ankunft der göttlichen Macht. Den gottsuchenden Seelen, Simeon und Hanna, bereitet durch Fasten und Gebet, eröffnet der Geist die Dramatik der langersehnten Stunde (Lk 2,22-40).

(4) Bote oder Engel: Hier eine geheimnisvolle Bezeichnung Jahwes selbst. Erfüllt sich in Christus (Mt 11,10), dem göttlichen Vermittler des verheißenen Bundes.

## Das vierte freudenreiche Geheimnis Darstellung – Das Opfer des Herrn

### Frucht: Opfergeist / Gehorsam

1. Sie brachten ihn nach Jerusalem hinauf, um ihn dem Herrn darzustellen / wie geschrieben steht im Gesetz des Herrn. *Lk 2,22-23*

2. Deinen Willen zu tun, mein Gott, ist meine Freude / und dein Gesetz ist tief in meinem Innern. *Ps 40,9*

3. Meine Speise ist es, den Willen dessen zu tun, der mich gesandt hat, / und sein Werk zu vollenden. *Joh 4,34*

4. Darum spricht Christus bei seinem Eintritt in die Welt: / Opfer und Opfergabe hast du nicht gewollt, einen Leib aber hast du mir bereitet. *Hebr 10,5*

5. Da sagte ich: Siehe, ich komme – so steht es über mich in der Schriftrolle –, / um deinen Willen, Gott, zu tun. *Hebr 10,7*

6. In diesem Willen sind wir durch das Opfer des Leibes Jesu Christi geheiligt – / ein für alle Mal. *Hebr 10,10*

7. Denn durch ein einziges Opfer hat er die, die geheiligt werden, / für immer zur Vollendung geführt. *Hebr 10,14*

8. Dies ist der Bund, / den ich nach diesen Tagen mit ihnen schließen werde – spricht der Herr: *Hebr 10,16*

9. Ich lege meine Gesetze in ihr Herz / und schreibe sie in ihr Denken hinein. *Hebr 10,16*

10. Der Herr gebe uns allen ein Herz, das ihn fürchtet / und seinem Willen mutig und bereitwillig folgt. *vgl. 2 Mak 1,3*

Das ganze Leben Jesu ist eine Opfergabe und läuft auf die Hinopferung am Kreuz hinaus, wo der neue Bund geschlossen wird. Das Opfer besteht in der Hingabe des Willens. (1) Die göttliche Natur Christi erlebt diesen Moment bewusst, erwäge wie in dem göttlichen Kind die Opfergesinnung lebendig ist. Strebe nach der Gesinnung Jesu, dann wird auch dein Leben fruchtbar.

(2) Gesetz, oder Weisung: Lehrt den Weg zum Segen und Leben.

„Wahre Heiligkeit besteht darin, den Willen Gottes lächelnd zu tun.“  
*Hl. Mutter Teresa*

## Das fünfte freudenreiche Geheimnis

### Die Auffindung im Tempel

Frucht: Gabe der Weisheit / Loslösung / Streben nach Gottes Willen / Suche nach Gott in allen Dingen / Andacht in Kirche und beim Gebet / Freude, Jesus zu finden / Wahre Bekehrung

1. Als Jesus zwölf Jahre alt geworden war, zogen sie wieder hinauf, / wie es dem Festbrauch entsprach. *Lk 2,42*

2. Während sie heimkehrten blieb der Knabe in Jerusalem, / ohne dass seine Eltern es merkten. *Lk 2,43*

3. Sie kehrten nach Jerusalem zurück und suchten ihn. / Nach drei Tagen geschah es, da fanden sie ihn im Tempel. *Lk 2,45-46*

4. Er saß mitten unter den Lehrern, / hörte ihnen zu und stellte Fragen. *Lk 2,46*

5. Alle, die ihn hörten, staunten / über seine Einsicht und seine Antworten. *Lk 2,47*

6. Kind, warum hast du uns das getan? / Siehe, dein Vater und ich haben dich mit Schmerzen gesucht! *Lk 2,48*

7. Warum habt ihr mich gesucht? / Wusstet ihr nicht, dass ich in dem sein muss, was meines Vaters ist? *Lk 2,49*

8. Doch sie verstanden nicht das Wort, / das er zu ihnen sprach. *Lk 2,50*

9. Und er zog mit ihnen hinab, kam nach Nazaret / und war ihnen untertan. *Lk 2,51*

10. Und Jesus nahm zu an Weisheit und Alter und Gnade / bei Gott und den Menschen. *Lk 2,52*

## Das fünfte freudensreiche Geheimnis

### Auffindung – Im Haus des Herrn

Frucht: Loslösung / Streben nach Gottes Willen / Suche nach Gott in allen Dingen / Andacht in Kirche und beim Gebet / Freude, Jesus zu finden / Wahre Bekehrung

1. Nach drei Tagen geschah es, da fanden sie ihn im Tempel. / Wusstet ihr nicht, dass ich in dem sein muss, was meines Vaters ist? *Lk 2,45.49*

2. Wenn mich auch Vater und Mutter verlassen, / der Herr nimmt mich auf. *Ps 27,10*

3. Der Herr ist mein Licht und mein Heil: / Vor wem sollte ich mich fürchten? *Ps 27,1*

4. Mag ein Heer mich belagern: Mein Herz wird nicht verzagen. / Mag Krieg gegen mich toben: Ich bleibe dennoch voll Zuversicht. *Ps 27,3*

5. Eines habe ich vom Herrn erfragt, dieses erbitte ich: / im Haus des Herrn zu wohnen alle Tage meines Lebens; *Ps 27,4*



6. die Freundlichkeit des Herrn zu schauen /  
und nachzusinnen in seinem Tempel. *Ps 27,4*

7. Denn er birgt mich in seiner Hütte am Tag  
des Unheils; / er beschirmt mich im Versteck  
seines Zeltes. *Ps 27,5*

8. So will ich Opfer darbringen in seinem Zelt,  
Opfer mit Jubel, / dem Herrn will ich singen und  
spielen. *Ps 27,6*

9. Mein Herz denkt an dich: Suchet mein  
Angesicht! / Dein Angesicht, Herr, will ich  
suchen. *Ps 27,8*

10. Ich aber bin gewiss, zu schauen / die Güte  
des Herrn im Land der Lebenden. *Ps 27,13*

Ob sich der Jesusknabe denn nicht fürchte so allein, und warum hat er seinen Eltern das angetan? Er ist sich seiner göttlichen Herkunft und Sendung bewusst (1). Der Knabe hat diese Zuversicht (2). Jesus war ganz durchdrungen vom Gebet der Psalmen. Er ist ihr eigentlicher Beter, seine Stimme erklingt in ihnen, bereits Jahrhunderte im Voraus erzählen sie das Schicksal des Messias. Der Tempel ist der Ort göttlicher Gegenwart, heiliger Boden wie beim brennenden Dornbusch. Das Heiligtum des Leibes Jesu ist der wahre Tempel, in seinem Herzen wird er immer eins sein mit dem Vater. Dieser Tempel des Neuen Bundes ist der Kirche anvertraut im Allerheiligsten Sakrament.

## Das fünfte freudenreiche Geheimnis

### Auffindung – Frucht: Weisheit

1. Nach drei Tagen geschah es, da fanden sie ihn im Tempel. / Er saß mitten unter den Lehrern. *Lk 2,45-46*

2. Alle, die ihn hörten, staunten / über seine Einsicht und seine Antworten. *Lk 2,47*

3. Der Geist des Herrn ruht auf ihm: / der Geist der Weisheit und des Verstandes, der Geist des Rates und der Stärke, der Geist der Erkenntnis und der Furcht des Herrn. *Jes 11,2*

4. Alle Weisheit stammt vom Herrn. / Strahlend und unvergänglich ist die Weisheit. *Sir 1,1; Weis 6,12*

5. Quelle der Weisheit ist Gottes Wort in den Höhen / und ihre Wege sind ewige Gebote. *Sir 1,5*

6. In eine Seele, die Böses sinnt, kehrt die Weisheit nicht ein, / noch wohnt sie in einem Leib, der Sklave der Sünde ist. *Weis 1,4*

7. Begehrst du nach Weisheit, / so halte die Gebote. *Sir 1,26*

8. Weisheit erwerben – wie viel besser als Gold! / Denn Gott liebt nur den, der mit der Weisheit zusammenwohnt. *Spr 16,16; Weis 7,28*

9. Ich betete und es wurde mir Einsicht verliehen; / ich flehte und der Geist der Weisheit kam über mich. *Weis 7,7*

10. Die Furcht des Herrn ist Anfang der Weisheit. / Selig der Mensch, der Weisheit gefunden. *Ps 111,10; Spr 3,13*

Die Gabe der Weisheit macht die Tugend der Liebe vollkommen. Ihren Sitz hat sie im Verstand und im Willen. Sie erfreut als Lichtstrahl die Augen der Seele, um die Dinge recht zu unterscheiden und alles nach dem Willen Gottes auszurichten und erwärmt als Wärmestrahle das Herz und entzündet es mit Liebe.

Betrachte wie aus dem Mund des Jesusknaben, der menschengewordenen Weisheit, Worte voll Weisheit ausströmen. Sie sind an die Zuhörer – an dich – gerichtet. Achte bei allen Betrachtungspunkten im Ort des Tempels zu verweilen, vergiss nicht, auch die Anwendung aufs eigene Leben zu bedenken. Das Flehen um den Geist (9) richte vertrauensvoll an den Jesusknaben und seine Mutter.

(3) Die Tradition kennt als siebte Gabe noch die Frömmigkeit (abgeleitet von der Gottesfurcht). (5) Dieses Wort ist im ewigen Wort wesenhaft herabgestiegen in den Tempel. (10) Anfang, wörtlich auch Haupt, ist immer gegenwärtig: Die Weisheit lehrt, dass alles Sein, alle Gedanken, Worte und Werke stets von der Ehrfurcht vor Gott durchdrungen sein sollen.

## Das fünfte freudensreiche Geheimnis

### Auffindung – Weisheit-Litanei

#### Frucht: Weisheit

1. Der Geist des Herrn ruht auf ihm: / der Geist der Weisheit und des Verstandes, der Geist des Rates und der Stärke, der Geist der Erkenntnis und der Furcht des Herrn. *Jes 11,2*

2. Alle Weisheit stammt vom Herrn. / Strahlend und unvergänglich ist die Weisheit. *Sir 1,1; Weis 6,12*

3. Quelle der Weisheit ist Gottes Wort in den Höhen. / Strahlend und unvergänglich ist die Weisheit. *Sir 1,5*

4. In eine Seele, die Böses sinnt, kehrt die Weisheit nicht ein. / Strahlend und unvergänglich ist die Weisheit. *Weis 1,4*

5. Begehrt du nach Weisheit, so halte die Gebote. / Strahlend und unvergänglich ist die Weisheit. *Sir 1,26*

6. Denn Gott liebt nur den, der mit der Weisheit zusammenwohnt. / Strahlend und unvergänglich ist die Weisheit. *Weis 7,28*

7. Weisheit erwerben – wie viel besser als Gold! / Strahlend und unvergänglich ist die Weisheit. *Spr 16,16*

8. Ich flehte und der Geist der Weisheit kam über mich. / Strahlend und unvergänglich ist die Weisheit. *Weis 7,7*

9. Die Furcht des Herrn ist Anfang der Weisheit. / Strahlend und unvergänglich ist die Weisheit. *Ps 111,10*

10. Selig der Mensch, der Weisheit gefunden. / Strahlend und unvergänglich ist die Weisheit. *Spr 3,13*

Achte darauf, beim Betrachten der Weisheit stets im Tempel und dem Geschehen der Auffindung Jesu zu bleiben. Sieh, wie die göttliche Weisheit im Jesusknaben aufstrahlt (1), zum großen Erstaunen aller. Und wie dieser Geist der Weisheit alle Umstehenden erfüllt, die offenen Herzens sind, auch diese strahlend werden – sei einer von ihnen, sieh wie auch du strahlst.

An Stelle von „Strahlend und unvergänglich ist die Weisheit.“ können auch andere passende Halbverse treten, z.B.: „Der Geist des Herrn kam über mich.“ oder „Selig, der Mensch, der Weisheit gefunden.“ oder „Die Furcht des Herrn ist Anfang der Weisheit.“

## Das fünfte freudenreiche Geheimnis

### Auffindung – Frucht: Freude

1. Nach drei Tagen geschah es, da fanden sie ihn im Tempel. / Ihr Kummer verwandelte sich in Freude und ihre Trauer in Glück. *Lk 2,46; Est 9,22*

2. Ich freute mich, als sie zu mir sagten: / Zum Haus des Herrn wollen wir gehen. *Ps 122,1*

3. So will ich kommen zu Gottes Altar, zum Gott meiner Freude und meines Jubels. / Dankt dem Vater mit Freude! *Ps 43,4; Kol 1,12*

4. Du lässt mich den Weg des Lebens erkennen. / Freude in Fülle vor deinem Angesicht, Wonnen in deiner Rechten für alle Zeit. *Ps 16,11*

5. Die vom Herrn Befreiten kehren zurück / und kommen zum Zion mit Frohlocken. *Jes 35,10*

6. Ewige Freude ist auf ihren Häuptern, / Jubel und Freude stellen sich ein, Kummer und Seufzen entfliehen. *Jes 35,10*

7. Freut euch am Herrn und jauchzt, ihr Gerechten, / jubelt alle, ihr Menschen mit redlichem Herzen! *Ps 32,11*

8. Dient dem Herrn mit Freude! Kommt vor sein Angesicht mit Jubel! / Denn eine ewige Gabe mit Freude ist sein Lohn! *Ps 100,2; Sir 2,9*

9. Macht euch keine Sorgen; / denn die Freude am Herrn ist eure Stärke. *Neh 8,10*

10. Freut euch im Herrn zu jeder Zeit! / Noch einmal sage ich: Freut euch! *Phil 4,4*

Sei im Tempel, nimm die Freude auf vom Herrn – bei „Herr“ kannst du an den Vater oder auch Jesus denken. (1) Betrachte wie sich die Sorge um das Jesuskind in Freude wandelt, als Maria und Josef ihn im Tempel erblicken. (2) Der Jesusknabe kam voll Freude bei der jährlichen Wallfahrt der Heiligen Familie anlässlich des Osterfestes zum Tempel nach Jerusalem, (3) zum Dank ins Haus des Herrn, seines Vaters. Kommst du gern und treu in die Kirche, den Tempel des neuen Bundes? (4) Alle, die aufrichtig suchen, werden den Weg des Lebens erkennen. (5) Die Getauften sind die Befreiten, lebe stets in diesem Bewusstsein der Kindschaft. Befreit sind wir durch das Blut des Herrn von Sünde, Tod und Teufel. Meide die Sünde, sie raubt dir mit der Gnade auch die Freude. Zion, der Gottesberg in Jerusalem, steht auch für die ewige Vollendung im Himmelreich. (7) Nur das redliche und bußfertige Herz kann die geistliche Freude empfangen. Diese ist tief und beständig, besteht mit dem Kreuz gemeinsam, im Gegensatz zum schnell verrinnenden irdischen Spaß.

„Freude ist das Zeichen der Einheit mit Gott und der Gegenwart Gottes. Freude ist die normale Konsequenz eines von Liebe brennenden Herzens.“

*Hl. Mutter Teresa*

## Das fünfte freudenreiche Geheimnis

### Auffindung – Freude-Litanei

Frucht: Freude, Jesus zu finden

1. Ich freute mich, als man zu mir sagte: / Zum Haus des Herrn wollen wir gehen. *Ps 122,1*

2. So will ich kommen zu Gottes Altar, zum Gott meiner Freude und meines Jubels. / Denn die Freude am Herrn ist meine Stärke. *Ps 43,4; vgl. Neh 8,10*

3. Die vom Herrn Befreiten kehren zurück und kommen zum Zion mit Frohlocken. / Denn die Freude am Herrn ist ihre Stärke. *Jes 35,10*

4. Jubel und Freude stellen sich ein, Kummer und Seufzen entfliehen. / Denn die Freude am Herrn ist ihre Stärke. *Jes 35,10*

5. Freut euch am Herrn und jauchzt, ihr Gerechten. / Denn die Freude am Herrn ist eure Stärke. *Ps 32,11*



6. Jubelt alle, ihr Menschen mit redlichem Herzen! / Denn die Freude am Herrn ist eure Stärke. *Ps 32,11*

7. Dient dem Herrn mit Freude! Kommt vor sein Angesicht mit Jubel! / Denn die Freude am Herrn ist eure Stärke. *Ps 100,2*

8. Macht euch keine Sorgen; / denn die Freude am Herrn ist eure Stärke. *Neh 8,10*

9. Freut euch im Herrn zu jeder Zeit! / Denn die Freude am Herrn ist eure Stärke. *Phil 4,4*

10. Noch einmal sage ich: Freut euch! / Denn die Freude am Herrn ist eure Stärke. *Phil 4,4*

Achte darauf, beim Betrachten der Freude stets im Tempel und dem Geschehen der Auffindung Jesu zu bleiben. Sieh, wie die Freude, eine Frucht des Heiligen Geistes, den Jesusknaben erfüllt, als er im Tempel ist, nahe bei seinem Vater, dem Ort seiner besonderen Gegenwart. Spüre, wie diese Freude, Ausfluss göttlichen Lebens, auch dich erfüllt. An Stelle von „Denn die Freude am Herrn ist eure Stärke.“ können auch andere passende Halbverse treten, z.B.: „Freut euch im Herrn zu jeder Zeit!“ oder „Dankt dem Vater mit Freude!“.

### ***Zu Geheimnis: Verkündigung – Frucht: Demut***

Die Demut hat eine doppelte Grundlage: Die Wahrheit und die Gerechtigkeit. Die Wahrheit, durch die wir uns selbst als das erkennen, was wir sind. Die Gerechtigkeit, die uns geneigt macht, uns dieser Erkenntnis entsprechend zu behandeln.

Wie man bei der Betrachtung eines Gemäldes dem Künstler, der es malte, und nicht der Leinwand Bewunderung zollt, so soll auch bei der Erkenntnis der Gaben und Gnaden Gottes in uns Gott allein bewundert werden.

Zweifache Grundlage der Demut: Da wir aus uns selbst ein Nichts sind, sollen wir es lieben, vergessen zu werden und unbeachtet zu bleiben. Als Sünder verdienen wir alle Verachtung und alle Verdemütigungen.

Der Glaube befestigt uns in der Demut, da er uns über Gottes unendliche Vollkommenheit und unser Nichts erleuchtet. Ähnlich die Hoffnung. Der Hochmütige vertraut auf sich selbst und ruft kaum den göttlichen Beistand an. Der Demütige hingegen setzt alle Hoffnung auf Gott, weil er sich selbst misstraut.

Gott weiß, die demütige Seele gefällt sich nicht selbst in den ihr verliehenen Gnaden oder bildet sich nichts darauf ein. Im Gegenteil, sie gibt Gott allein alle Ehre. (10)

(3) „Willst du dich erheben? Beginne, dich zu erniedrigen. Lege zuerst die Grundmauern der Demut. Je höher das Gebäude sich erheben soll, desto tiefer muss das Fundament sein.“ *Hl. Augustinus*

Gedanken des großen Wüstenvaters Evagrius Pontikos:

Wie aber der, welcher auf Spinnenweben tritt, hindurch fällt und in die Tiefe stürzt, so kommt zu Fall, wer auf seine eigene Kraft vertraut. (2)

Ein hochmütiger Mensch ist ein wurzelloser Baum, und dem Angriff des Windes hält er nicht stand.

Was reckst du den Nacken, der schon bald verfault? Nichts Gutes hast du, das du nicht von Gott empfangen. Was zierst du dich mit Gottes Gnade, als sei es dein eigener Besitz? Bekenne den, der dich erhöht hat, damit du sicher in der Höhe bleibst.

Eine mauerbewährte Stadt, das ist ein bescheidener Sinn, und wer in ihr wohnt ist sicher vor Beraubung. (8)

Ein kostbarer Stein sticht hervor durch eine goldene Fassung, und durch viele Tugenden wird die Erniedrigung des Mannes verherrlicht.

Eine chronische Vergiftung wird durch den Kauter geheilt und der Habitus des Hochmutes durch Unehre und Kummer.

Zitiert nach: EVAGRIOS PONTIKOS, Über die acht Gedanken (übers. v. Gabriel Bunge), in: Weisungen der Väter, Band 3, Beuron 2007.

## Gebetsablauf des biblischen Rosenkranzes

Bei jedem der fünf Geheimnisse wähle man eines aus den verschiedenen Zehnerreihen aus. Zuerst wird das Vaterunser gebetet. Vor jedem Ave Maria wird das jeweilige biblische Zitat gelesen. Die Ave Maria folgen *ohne Einfügung*. Währenddessen lasse man die Worte der biblischen Betrachtung im Geist nachschwingen, stelle sich die Szene lebendig vor, und denke über ihre Bedeutung nach. So folgt Perle für Perle.

Bei mehreren Personen empfiehlt sich ein Vorbeter für die Schriftstellen, und die Gruppe betet anschließend das Gegrüßet seist du Maria im Wechsel.

Auch besteht die Möglichkeit, den ganzen biblischen Rosenkranz als Wechselgebet zu beten. Jedes biblische Zitat ist zweiteilig. Der erste Teil bis zum Trennstrich „/“ kann z.B. vom Vorbeter gelesen werden und der zweite Teil von der Gruppe, wie beim Engel des Herrn üblich.

Als alternative Gebetsvarianten können alle zehn Betrachtungspunkte (oder ein Teil) bereits vor dem Gesätzchen gelesen werden, und anschließend folgen (nach einem Moment der Stille) die zehn Ave ohne Bibelverse und Einfügungen. Oder eine Schriftstelle wird zur Vertiefung mehrmals gebetet, dafür entfallen andere. Tipp: Die Geheimnisse mit Post-it markieren.

Vor jedem Gesätzchen sollte um *eine* Frucht der Betrachtung gebeten werden (bei jedem Gesätzchen finden sich Vorschläge). Die Frucht der Betrachtung, meist eine bestimmte Tugend, richtet sich immer konkret auf die eigene Umkehr und das geistliche Wachstum. Die erbetene Frucht und ihre Wirkungen mögen in die Erwägungen des Betrachtungsstoffes einfließen. Daneben kann noch eine Absicht erweckt werden, für wen/welches Anliegen man die Muttergottes durch das Gesätzchen oder den Rosenkranz bitten möchte.

Bei manchen Gesätzchen ist bei der Auswahl der Schriftstellen ein Betrachtungsschwerpunkt eingeflossen, z.B. beim ersten freudenreichen Geheimnis: „Verkündigung – Die Macht des Namens Jesu“. Ist dieser Schwerpunkt zugleich die erbetene Frucht, so wird dies angegeben, z.B. beim ersten glorreichen Geheimnis: „Die Auferstehung – Frucht: Glaube“. Der Ort bzw. der Gedanke an das Geheimnis, wie die Szene der Verkündigung oder das leere Grab, der Auferstandene etc., soll als Grundlage der Betrachtung bei allen zehn Ave Maria stets als Hintergrund wachgehalten werden. Die Schriftstellen sollen nicht isoliert betrachtet werden, sondern im Geist *mit dem zugrundeliegenden Geheimnis verbunden* bleiben.

### *Vor dem Gesätzchen*

Wir opfern dir auf, Herr Jesus Christus, dieses Gesätzchen zu Ehren deiner Menschwerdung (Dornenkrönung, Auferstehung etc.) und bitten dich durch dieses Geheimnis und die Fürsprache deiner heiligsten Mutter um eine tiefe Demut (Verachtung der Welt, Glauben etc.).

### *Nach dem Gesätzchen*

Die Gnaden des Geheimnisses der Menschwerdung (Dornenkrönung, Auferstehung etc.) mögen in unsere Seelen herabsteigen und sie wahrhaft demütig (weltverachtend, gläubig etc.) machen.

### Auswahl von Früchten

*Gaben des Geistes:* Weisheit, Verstand, Rat, Stärke, Erkenntnis, Frömmigkeit, Gottesfurcht

*Früchte des Geistes:* Liebe, Freude, Friede, Geduld, Freundlichkeit, Güte, Langmut, Sanftmut, Treue, Bescheidenheit (Demut), Enthaltbarkeit (Askese), Keuschheit

*Charismen:* Gabe des Dienens, Gabe des Gebetes, Glaubenskraft, Gabe der Prophetie,

Unterscheidung der Geister, Zungenrede, Gabe der Heilung, Gabe des Tröstens und Ermahnens

*Heilung und Befreiung:* Wunden, Abhängigkeiten, Ängste; von Hauptsünden – Stolz, Habsucht, Neid, Zorn, Unkeuschheit, Unmäßigkeit, Überdruß

### Empfehlenswerte Gebete zum Rosenkranz

Ich vereinige mich mit allen Heiligen im Himmel, mit allen Gerechten auf Erden, ich vereinige mich mit dir, o mein Jesus, um deine heilige Mutter und dich in ihr und durch sie würdig zu loben.

Ich widersage allen Zerstreungen, die mir während dieses Rosenkranzes kommen könnten.

Lasset uns beten. – Gott, dein eingeborener Sohn hat uns durch sein Leben, seinen Tod und seine Auferstehung die Schätze des ewigen Heiles erworben. Wir verehren diese Geheimnisse im heiligen Rosenkranz der seligen Jungfrau Maria. Lass uns nachahmen, was sie enthalten, und erlangen, was sie verheißen. Darum bitten wir durch ihn, Christus, unseren Herrn. A Amen.

Du sollst den Herrn, deinen Gott, lieben mit deinem ganzen Herzen / und mit deiner ganzen Seele. *Mt 22,37; Mk 12,30 (Gegrüßet seist du, Maria...)*

Und mit deinem ganzen Denken / und mit deiner ganzen Kraft.

*Mt 22,37; Mk 12,30 (Gegrüßet seist du, Maria...)*

Du sollst deinen Nächsten lieben / wie dich selbst. *Mt 22,39 (Gegrüßet seist du, Maria...)*

Alles also, was ihr wollt, dass euch die Menschen tun, / so tut auch ihr ihnen!

*Mt 7,12 (Gegrüßet seist du, Maria...)*

(Ein neues Gebot gebe ich euch:)  
Liebt einander! / Wie ich euch geliebt habe, so sollt auch ihr einander lieben.

*Joh 13,34 (Gegrüßet seist du, Maria...)*

V Jesus, sanft und demütig von Herzen.

A Bilde unser Herz nach Deinem Herzen.



Lasset uns beten. Herr, du Feuer ewiger Liebe, entzünde unser Herz mit deiner Glut, damit wir dich über alles lieben und aus Liebe zu dir auch unsere Brüder. Darum bitten wir durch Christus, unseren Herrn. A Amen. *Stundenbuch*

*oder*

Lasset uns beten. O Gott, der Du denen, die Dich lieben, alles zum Nutzen gereichen lässt, gib unseren Herzen die Gesinnung unverbrüchlicher Liebe zu Dir, damit keinerlei Versuchung die Sehnsucht, die Du in uns geweckt hast, zu verderben möge. Durch Christus, unseren Herrn. A Amen. *Missale 1962*

*oder*

Lasset uns beten. O Gott, jedes Herz liegt vor Dir offen, jedes Wollen spricht laut zu Dir, und kein Geheimnis ist Dir verborgen; läutere durch die Eingießung des Heiligen Geistes die Gedanken unseres Herzens, auf dass wir die Gnade erlangen, Dich vollkommen zu lieben und gebührend zu loben. Durch Christus, unseren Herrn. A Amen. *Missale 1962*





