

## Leseprobe



### **Behüte uns, Maria**

Gebete, Meditaionen, Impulse

144 Seiten, 10,5 x 15,5 cm, Flexcover

**ISBN 9783746243603**

Mehr Informationen finden Sie unter [st-benno.de](http://st-benno.de)

Alle Rechte vorbehalten. Die Verwendung von Text und Bildern, auch auszugsweise, ist ohne schriftliche Zustimmung des Verlags urheberrechtswidrig und strafbar. Dies gilt insbesondere für die Vervielfältigung, Übersetzung oder die Verwendung in elektronischen Systemen.

©St. Benno Verlag GmbH, Leipzig 2015

*Behüte uns,  
Maria*

Gebete

Meditationen

Impulse

**benno**

# Inhalt

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek  
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation  
in der Deutschen Nationalbibliografie;  
detaillierte bibliografische Daten sind im Internet  
unter <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

**Besuchen Sie uns im Internet:**  
[www.st.benno.de](http://www.st.benno.de).

Gern informieren wir Sie unverbindlich und aktuell  
auch in unserem Newsletter zum Verlagsprogramm,  
zu Neuerscheinungen und Aktionen.  
Einfach anmelden unter [www.st-benno.de](http://www.st-benno.de)

ISBN 978-3-7462-4360-3

St. Benno Verlag GmbH, Leipzig  
Zusammenstellung: Volker Bauch, Leipzig  
Umschlaggestaltung: Ulrike Vetter, Leipzig  
Umschlagfoto: © bpk/Skulpturensammlung und Museum für  
Byzantinische Kunst, SMB/Jörg P. Anders  
Gesamtherstellung: Kontext, Lemsal (A)

I.	Gegrüßet seist du – Ave Maria	6
II.	Meine Seele preist die Größe des Herrn – Magnifikat	14
III.	Sei gegrüßet, o Königin – Salve Regina	36
IV.	Jesus, den du, o Jungfrau, vom Heiligen Geist empfangen hast – der Rosenkranz	49
V.	Meine Mutter heißt Maria, sagt Gott – Maria, Mutter des Glaubens	67
VI.	Schenk uns deine Liebe – Maria, Mutter der Liebe und Barmherzigkeit	81
VII.	Schenk uns Worte der Zuversicht – Maria, Mutter der Hoffnung	95
VIII.	Ich sehe dich in Jesus Bildern – Bildmeditationen	105
IX.	Wir hören deinen Gesang – Liedmeditationen	127

---

Gegrüßet seist du, Maria,  
voll der Gnade,  
der Herr ist mit dir.  
Du bist gebenedeit unter den Frauen,  
und gebenedeit ist die Frucht deines Leibes, Jesus.

Heilige Maria, Mutter Gottes,  
bitte für uns Sünder  
jetzt und in der Stunde  
unseres Todes.

Amen.

---

## I. Gegrüßet seist du – Ave Maria



## Der Herr ist mit dir

In jedem Ave-Maria ist auch die Heimsuchung gegenwärtig, die Begegnung Marias und Elisabets. Wir beginnen das Ave-Maria mit dem Gruß des Engels an Maria: „Ave Maria, gratia plena, Dominus tecum.“

Doch gleich nach dem Gruß des Engels folgt der Gruß Elisabets: „Du bist gebenedeit unter den Frauen und gebenedeit ist die Frucht deines Leibes (Jesus).“ Täglich gedenken zahllose Menschen auf der ganzen Welt des heutigen Festgeheimnisses, ob sie daran denken oder nicht. Denn wie viele Ave-Maria werden täglich gebetet! In jedem Ave-Maria sprechen wir Maria mit dem Gruß an, mit dem Elisabet sie begrüßt hat. (...) Betrachten wir diesen Gruß! Betrachten wir diese Szene, die das Evangelium uns heute vor Augen stellt. Beginnen wir mit der ganz natürlichen Ebene, ehe wir das übernatürliche Geheimnis dieser Begegnung meditieren.

Maria und Elisabet begegnen einander. Zwei schwangere Frauen – zwei Frauen, die jede ein Kind unter dem Herzen tragen. Zwei Frauen, Trägerinnen neuen Lebens.

So hat die Kunst sie dargestellt: Zwei schwangere Frauen begegnen einander, umarmen sich gegenseitig, küssen sich. Es ist ein ganz schlichter, einfacher Vorgang, wie er oft vorkommt. Und doch ist es etwas Wunderbares! Das Geheimnis der Schwangerschaft! Das Wunder eines neuen Menschenlebens! Mich bewegt immer der Gedanke: Wir alle, ohne Ausnahme, wir alle, die vielen Tausend Pilger, die heute in Levoca zusammengekommen sind, waren im Schoß unserer Mütter, wurden von unseren Müttern unter dem Herzen getragen, wurden von ihnen, wie man auf Deutsch sagt, „ausgetragen“, die volle Zeit der Schwangerschaft. Wir alle verdanken unser Leben dem „Ja“ unserer Mütter. Manche haben lange gewartet und gehofft, bis sie ein Kind bekommen konnten, wie Elisabet, die unfruchtbar war. Andere wurden unerwartet Mütter, waren erschrocken, als sie merkten, dass sie schwanger waren. Sie machten sich Sorgen: Wie wird das gehen? Wie werden wir das schaffen? Aber sie sagten dann doch „Ja“ zum Kind, das sie empfangen hatten. Sie vertrauten dann doch auf Gott: Er wird helfen! Seine Gnade wird nicht fehlen! Und so sagten sie „Ja“ zu ihrem Kind und zu ihrer Mutterschaft!

Heute, am Fest der Heimsuchung Mariens, dürfen wir

allen unseren Müttern danken, dass sie zu uns „Ja“ gesagt haben, dass sie uns das Leben geschenkt haben. Elisabet sagt zu Maria: „Selig ist die, die geglaubt hat, dass sich erfüllt, was der Herr ihr sagen ließ.“ Ähnlich dürfen wir heute dankbar zu unseren Müttern sagen: Selig, die geglaubt, die vertraut hat, die „Ja“ gesagt hat zu dem Kind, das sie empfangen hatte. (...) Die Begegnung der beiden heiligen Frauen ist aber auch ein übernatürliches Geheimnis. Maria trägt Christus unter ihrem Herzen. Ihr Kind ist Jesus, der Christus, der Sohn des lebendigen Gottes (vgl. Mt 16,18). Sie bringt das Kind, das der menschengewordene Gott ist, zu ihrer Verwandten Elisabet. Das Kind, das Elisabet erwartet, das schon im 6. Monat ist, bewegt sich kräftig im Schoß Elisabets. Es „hüpft“ vor Freude. Es spürt das Kommen „der Mutter meines Herrn“.

Maria bringt Gott zu uns. Sie wird deshalb die „Bundeslade“ genannt. Denn im Alten Testament war die Bundeslade der Ort der Gegenwart Gottes. Sie enthielt die Tafeln des Gesetzes, das Gott dem Mose gegeben hatte. „Wer bin ich, dass die Lade meines Herrn zu mir kommt?“, fragt König David ganz ergriffen, als die Bundeslade zu ihm gebracht wird (vgl. 2 Sam 6,9). Elisabet fragt ganz ähnlich: „Wer bin ich, dass die Mutter mei-

nes Herrn zu mir kommt?“ (Lk 1,43). Auch wir staunen, mit König David, mit Elisabet: „Wer bin ich, dass die Lade, die Mutter meines Herrn, zu mir kommt?“ Wie habe ich es verdient, dass du, Mutter meines Herrn, zu mir armem Sünder kommst? Seit Maria Christus, den Erlöser, empfangen hat, hört sie nicht auf, zu uns Menschen zu kommen und ihren Sohn Jesus zu uns zu bringen.

Christoph Kardinal Schönborn

## Meerstern, sei begrüßt

Meerstern, sei begrüßt,  
Gottes hohe Mutter,  
allzeit reine Jungfrau,  
selig Tor zum Himmel!

Du nahmst an das Ave  
aus des Engels Munde.  
Wend den Namen Eva,  
bring uns Gottes Frieden.

Zeige dich als Mutter,  
denn dich wird erhören,  
der auf sich genommen,  
hier dein Sohn zu werden.

Jungfrau ohnegleichen,  
Gütige vor allen,  
uns, die wir erlöst sind,  
mach auch rein und gütig.

Lös der Schuldner Ketten,  
mach die Blinden sehend,  
allem Übel wehre,  
jeglich Gut erwirke.

Gib ein lautres Leben,  
sicher uns geleite,  
dass wir eins in Freuden  
Jesus mit dir schauen.

Lob sei Gott dem Vater,  
Christ, dem Höchsten, Ehre  
und dem Heiligen Geiste:  
dreifach eine Preisung.  
Amen.

Ambrosius Autpertus

## Maria, Stern der Hoffnung

Mit einem Hymnus aus dem 8./9. Jahrhundert grüßt die Kirche seit mehr als 1000 Jahren Maria, die Mutter des Herrn, als „Meeresstern“: Ave maris stella. Menschliches Leben bedeutet Unterwegssein. Zu welchem Ziel? Wie finden wir die Straße des Lebens? Es erscheint wie eine Fahrt auf dem oft dunklen und stürmischen Meer der Geschichte, in der wir Ausschau halten nach den Gestirnen, die uns den Weg zeigen. Die wahren Sternbilder unseres Lebens sind die Menschen, die recht zu leben wussten. Sie sind Lichter der Hoffnung. Gewiss, Jesus Christus ist das Licht selber, die Sonne, die über allen Dunkelheiten der Geschichte aufgegangen ist. Aber wir brauchen, um zu ihm zu finden, auch die nahen Lichter – die Menschen, die Licht von seinem Licht schenken und so Orientierung bieten auf unserer Fahrt. Und welcher Mensch könnte uns mehr als Maria Stern der Hoffnung sein – sie, die mit ihrem Ja Gott selbst die Tür geöffnet hat in unsere Welt; sie, die zur lebendigen Bundeslade wurde, in der Gott Fleisch annahm, einer von uns geworden ist, unter uns „zeltete“? (vgl. Joh 1,14).

Darum rufen wir zu ihr: Heilige Maria, [...] empfangst das Wort: „Frau, siehe da dein Sohn“ (Joh 19,27). Vom Kreuz her empfangst du eine neue Sendung. Vom Kreuz her wurdest du auf neue Weise Mutter: Mutter für alle, die deinem Sohn Jesus glauben und ihm folgen wollen. [...]

In der Stunde zu Nazareth hatte der Engel zu dir auch gesagt: „Seines Reiches wird kein Ende sein“ (Lk 1,33). War es zu Ende, bevor es begonnen hatte? Nein, beim Kreuz warst du von Jesu eigenem Wort her zur Mutter der Glaubenden geworden. [...]

Das „Reich“ Jesu war anders, als die Menschen es hatten erdenken können. Es begann in jener Stunde, und dieses „Reiches“ wird kein Ende sein. So bleibst du inmitten der Jünger als ihre Mutter, als Mutter der Hoffnung.

Heilige Maria,  
Mutter Gottes, unsere Mutter,  
lehre uns mit dir glauben  
und hoffen und lieben.  
Zeige uns den Weg zu seinem Reich.  
Stern des Meeres,  
leuchte uns und führe uns  
auf unserem Weg!

Papst Benedikt XVI.



---

## Inhaltsverzeichnis

<b>I. GEGRÜSSET SEIST DU – AVE MARIA</b>	6
<i>Christoph Kardinal Schönborn</i> : Der Herr ist mit dir	8
<i>Cyrrill von Alexandrien</i> : Sei begrüßt	12
<i>Franz von Assisi</i> : Heilige Herrin	13
<b>II. MEINE SEELE PREIST DIE GRÖSSE DES HERRN – MAGNIFIKAT</b>	15
<i>Papst Franziskus</i> : Magnifikat	16
<i>Sr. M. Annuntiata Müller</i> : Das „Ja“ Marias	19
<i>Hildegard König</i> : magnificat	22
<i>Romanos Melodos</i> : Verkündigung	23
<i>Frei Betto</i> : Magnifikat	25
<i>Dietrich Bonhoeffer</i> : Dieses Lied der Maria ...	27
<b>III. SEI GEGRÜSSET, O KÖNIGIN – SALVE REGINA</b>	36
<i>Papst Johannes Paul II.</i> : Sei begrüßt, Königin der Welt	38
<i>Susanne Sandherr</i> : Salve Regina – Freude über eine heilsame Unterbrechung	39
<i>Hl. Ephraim</i> : Sei begrüßt	44
<i>Hildegunde Wöller</i> : Königliche Würde	45

---

## IV. JESUS, DEN DU, O JUNGFRAU, VOM HEILIGEN GEIST

<b>EMPFANGEN HAST – DER ROSENKRANZ</b>	49
<i>Bischof Dr. Reinhard Lettmann</i> : Von Gott geschenkt	52
<i>Papst Franziskus</i> : Maria – Frau des Handelns	56
<i>Tobias Zimmermann SJ/Martin Löwenstein SJ</i> : Was uns der Rosenkranz bedeutet	62

## V. MEINE MUTTER HEISST MARIA, SAGT GOTT –

<b>MARIA, MUTTER DES GLAUBENS</b>	67
<i>Michel Quoist</i> : Meine Mutter	68
<i>Sr. Philippa Rath OSB</i> : Leben empfangen	69
<i>Papst Franziskus</i> : Maria als Vorbild des Glaubens	70
<i>Paul Weismantel</i> : Von Maria lernen	75
<i>Papst Franziskus</i> : Selig, die ihr geglaubt habt (Lk 1,45)	78

## VI. SCHENK UNS DEINE LIEBE – MARIA, MUTTER

<b>DER LIEBE UND BARMHERZIGKEIT</b>	81
<i>Jacopone da Todi</i> : Mutter der Schmerzen	82
<i>Papst Franziskus</i> : Mutter Gottes	86
<i>Alexander Holzbach SAC</i> : Milde und sanft	88
<i>Vera Novelli</i> : Mutter der kleinen Wünsche	90

## VII. SCHENK UNS WORTE DER ZUVERSICHT – MARIA,

<b>MUTTER DER HOFFNUNG</b>	95
<i>Birgit Maier</i> : Maria – zarte Begegnung	96

---

<i>Manfred Hösl</i> : Maria – ein Star?	98
<i>Papst Franziskus</i> : Betet für mich	102
<i>Paul Weismantel</i> : Mariens Lobpreis	104
<b>VIII. ICH SEHE DICH IN TAUSEND BILDERN – BILDMEDITATIONEN</b>	105
<i>Novalis</i> : Ich sehe dich in tausend Bildern	106
<i>Manfred Wussow</i> : Unverhoffter Besuch	107
<i>Unbekannt</i> : Maria – das Kunstwerk Gottes	116
<i>Papst Franziskus</i> : Marias Glaube löst den Knoten der Sünde	119
<i>Benedikta Hintersberger</i> : Gebet zur Knotenlöserin	125
<b>IX. WIR HÖREN DEINEN GESANG – LIEDMEDITATIONEN</b>	127
<i>Cordula Wöhler</i> : Segne du, Maria	128
<i>Joachim Kardinal Meisner</i> : Mein liebstes Kirchenlied	129
<i>Hildegunde Wöller</i> : Sehnsucht erhebt: Sagt an, wer ist doch diese	131
<i>Ambrósius Aupertus</i> : Meerstern, sei begrüßt	136
<i>Papst Benedikt XVI</i> : Maria, Stern der Hoffnung	138

---

## Quellenverzeichnis

- Alle Texte von Papst Johannes Paul II., Papst Benedikt XVI. und Papst Franziskus: © Libreria Editrice Vaticana, Città del Vaticano  
 Frei Betto, Magnifikat, aus: Horst Goldstein (Hrsg.), Tage zwischen Tod und Auferstehung. Geistliches Jahrbuch aus Lateinamerika © Patmos Verlag der Schwabenverlag AG, Ostfildern 1984, www.verlagsgruppe-patmos.de
- Dietrich Bonhoeffer, Dieses Lied der Maria ist das älteste Adventslied. Predigt über Lukas 1,46-55 am 17. Dezember 1933 (London), aus: Dietrich Bonhoeffer, London 1933-1935 © 1994, Gütersloher Verlagshaus, Gütersloh, in der Verlagsgruppe Random House GmbH
- Benedikta Hinterberger OP, Gebet zur Knotenlöserin. Aus: Benedikta Hintersberger/ Andrea Kett/ Hildegund Keul/ Aurelia Spendel (Hrsg.), Du bist der Atem meines Lebens © Patmos Verlag der Schwabenverlag AG, Ostfildern 2012, www.verlagsgruppe-patmos.de
- Manfred Hösl SJ, Maria – ein Star? © Alle Rechte beim Autor  
 Alexander Holzbach SAC, Milde und sanft © Alle Rechte beim Autor
- Hildegard König, magnificat. Aus: Benedikta Hintersberger/ Andrea Kett/ Hildegund Keul/ Aurelia Spendel (Hrsg.), Du bist der Atem meines Lebens © Patmos Verlag der Schwabenverlag AG, Ostfildern 2012, www.verlagsgruppe-patmos.de
- Bischof Dr. Reinhard Lettmann, Von Gott geschenkt, aus: Bischof Dr. Reinhard Lettmann, Vorstellung des Apostolischen Schreibens über den Rosenkranz 2002 © Bistum Münster
- Birgit Maier, Maria © Alle Rechte bei der Autorin; Mariengebete aus: www.junges-schoenstatt.de
- Joachim Kardinal Meisner, Mein liebstes Kirchenlied, aus: Ave Maria, St. Benno Verlag, Leipzig 2014 © Alle Rechte beim Autor

---

Schwester Maria Annuntiata Müller oCist, Das „Ja“ Marias – Ein persönliches Zeugnis von Sr. M. Annuntiata © Schwester Maria Annuntiata Müller oCist, Verkündigung des Herrn, Zisterziensernnenabtei Oberschönenfeld, [www.bistum-freiburg.de](http://www.bistum-freiburg.de)

Vera Novelli, Mutter der kleinen Wünsche © Alle Rechte bei der Autorin

Michel Quoist, Michel Quoist, Herr, da bin ich. Gebete, Verlag Styria, Graz 1997; französische Originalrechte: © Michel Quoist, „Ma plus belle invention, c'est ma Mère“, in: Prières © Les Editions de l'Atelier/Editions Ouvrières, Paris, 2003

Sr. Philippa Rath OSB, Leben empfangen © Sr. Philippa Rath OSB, Impulse zu Maria, Benediktinerinnenabtei St. Hildegard Rüdesheim-Eibingen, [www.abtei-st-hildegard.de](http://www.abtei-st-hildegard.de)

Susanne Sandherr, Salve Regina-Freude über eine heilsame Unterbrechung © Alle Rechte bei der Autorin

Christoph Kardinal Schönborn, Der Herr ist mit dir © Alle Rechte beim Autor

Unbekannt, Maria – das Kunstwerk Gottes © Karl Leisner Jugend Paul Weismantel, Mariens Lobpreis/Von Maria lernen © weis-texte Verlag, [www.paul-weismantel.de](http://www.paul-weismantel.de)

Hildegunde Wöller, Königliche Würde/Sehnsucht erhebt. Sagt an, wer ist doch diese, aus: Hildegunde Wöller, Maria. Mit dem Herzen hören, Claudius Verlag 2007 © Bernhard Wöller

Manfred Wussow, Unverhoffter Besuch © Alle Rechte beim Autor Tobias Zimmermann SJ/Martin Löwenstein SJ, Was uns der Rosenkranz bedeutet © Alle Rechte bei den Autoren

Wir danken allen Inhabern von Text- und Bildrechten für die Abdruckerlaubnis. Der Verlag hat sich bemüht, alle Rechteinhaber in Erfahrung zu bringen. Für zusätzliche Hinweise sind wir dankbar.