

Zeitschrift: Mariastein : Monatsblätter zur Vertiefung der Beziehungen zwischen Pilgern und Heiligtum
Herausgeber: Benediktiner von Mariastein
Band: 41 (1963)
Heft: 1

Artikel: Die sieben heiligen Zufluchten
Autor: Haas, Hieronymus
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-1032029>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 14.01.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Die sieben heiligen Zufluchten

Unter den Frömmigkeitsformen der frühen Barockzeit finden wir auch die Verehrung der sieben heiligen Zufluchten. Der Mensch des Barocks liebte eine Gesamtschau in religiösen Dingen, flüchtete sich aber auch gerne ins Detail. Darum sind die Äusserungen des Kultes und der Frömmigkeit im Spätmittelalter und der aufgehenden Barockzeit überaus reich und mannigfaltig. Unter dem Titel «Sieben heilige Zufluchten» wollte man eine gewisse Gesamtschau des religiösen Lebens und Kultes zusammenfassen. Man liebte vor allem die geheiligte Siebenzahl. Ein besonderer Förderer war der hochgebildete Freiherr Johannes von Leyden, der im Jahre 1688 in Affing bei Wien eine Kirche zu Ehren der sieben heiligen Zufluchten erbauen liess. Es erschienen zahlreiche Gebetszettel, Andachtsbildchen, Kupferstiche mit Darstellungen und Anrufungen der heiligen sieben Zufluchten. Ein Pater aus der Gesellschaft Jesu gab das vielgelesene Gebetbuch «Heilwürckende Andacht zu den sieben heiligen Zufluchten» heraus (München 1689). Es erstanden viele Kapellen und Altäre, so in Bayern, Tirol und Süddeutschland. Bekannt ist der volkstümliche Gebetsreim:

«In all euren Nöthen und leidigen Suchten,
Werden euch erretten die sieben Zufluchten.»

Das Zeitalter der Aufklärung und der tötende Hauch des Rationalismus liessen das religiöse Leben in weiten Kreisen verflachen. So ist es begreiflich, dass man für solche Andachtsformen einer glaubensfrohen Zeit nicht viel übrig hatte.

Die Andacht und Verehrung der sieben heiligen Zufluchten ist grundgelegt im heiligen Messopfer. Das ist die Heimat aller Zufluchten, und nur von der heiligen Messe her werden uns die sieben heiligen Zufluchten verständlich. Die erste heilige Zuflucht ist für den gefallen Menschen die *heiligste Dreifaltigkeit*. Vater — Sohn — Heiliger Geist! Der Vater hat uns erschaffen, der Sohn hat uns erlöst, der Heilige Geist hat uns geheiligt, lehrte uns der Katechismus in den Tagen der Kindheit und zeigte uns die Beziehungen auf, die uns Menschen mit den göttlichen Personen in besonderer Weise verbinden. Im Mittelalter verehrte man in allen Volkskreisen die allerheiligste Dreifaltigkeit. Die heilige Hildegard von Bingen empfiehlt in ihren medizinischen Büchern, man möge beim Geniessen einer jeglichen Arznei die drei allerhöchsten Namen anrufen.

Durch den unerforschlichen Ratschluss der heiligsten Dreifaltigkeit ist Gott Mensch geworden und in unsere Zeitlichkeit eingetreten in Jesus Christus.

Was aber an Jesus Christus sichtbar war in seinem Leben, das ist nun sichtbar geworden in den Sakramenten. Der siebenfache Strom der heiligen Sakramente aber ergoss sich aus seinem heiligen Kreuzestod. Deshalb steht als zweite heilige Zuflucht vor uns: das *heilige Kreuz Jesu Christi*. In diesem Zeichen hat Gott die Sünde, den Tod und den Teufel überwunden — in diesem heilbringenden Zeichen sind wir erlöst. Deshalb ergreift der gläubige Mensch das heilige Kreuz als siegreiche Waffe gegen den bösen Feind. Wir wissen, wie der heilige Benedikt im Kreuzeszeichen so viele Wunder vollbracht hatte, als es darum ging, in Monte Cassino das grosse Mutterkloster aller abendländischen Mönche zu erbauen. Wenn wir meinen, unüberwindliche Schwierigkeiten im religiösen Leben zu haben, beherzigen wir das Wort des heiligen Vaters Benedikt: «Bezeichne dein Herz»! — mit dem heiligen Kreuz! Noch gilt jenes bedeutsame Wort, das Kaiser Konstantin im Kampfe gegen seine Widersacher vernahm: «In hoc signo vinces» — «In diesem Zeichen wirst du siegen!» Deshalb betet die Kirche ohne Unterlass: «Sei gegrüsst, heiliges Kreuz, einzige Hoffnung!»

Jesus Christus hat es aber mit dem einmaligen Kreuzesopfer von Kalvaria nicht bewenden lassen. In seiner unendlichen Erlöserliebe lässt er dieses heilige Kreuzesopfer unaufhörlich auf unblutige Weise erneuern, und gab uns damit eine dritte heilige Zuflucht im *allerheiligsten Altarsakrament*. Hier hat uns die göttliche Liebe ein bleibendes Denkmal geschenkt. Gott bleibt bei uns! «Ich bin das lebendige Brot, das vom Himmel herabgekommen ist. Wer von diesem Brote isst, wird leben in Ewigkeit!» Die heilige Eucharistie ist *die* grosse Kraftquelle unseres übernatürlichen Lebens geworden. Hier wird das Erlösungsoffer unseres Herrn einem jeden von uns persönlich zugewendet.

Als hilfesuschende, gebrechliche Menschen wenden wir uns gerne an die Mutter unseres Herrn, die unter dem Kreuze stand. Maria wurde durch die Überschattung des Heiligen Geistes lebendiger Tabernakel und lebendiger Opferaltar. *Maria ist die vierte heilige Zuflucht* — die heilige Jungfrau und Mutter. Maria hat uns Jesus gebracht und damit alle Huld und Gnade über die Menschen ausgegossen. Als Mittlerin des Heiles vermag sie uns alle Gnaden und Kraftquellen zu erschliessen, die ihr göttlicher Sohn der sündigen Menschheit durch seinen Kreuzestod erworben hat. Maria ist zugleich der einzige Mensch, der immer und überall Gott gefallen hat. So ist die liebe Gottesmutter unsere allerliebste Zuflucht geworden. Die ungezählten Wallfahrtsorte auf dem ganzen Erdenrund sprechen nicht bloss eine beredte, sondern eine geradezu jubelnde Sprache von der machtvollen Hilfe, die wir Erdenkinder immer und allzeit von der liebsten Gottesmutter erfahren dürfen.

Gott hat seine unbefleckte Mutter über alle Menschen und Engel erhoben. Darum leuchten im Gefolge der hehren Himmelskönigin als fünfte heilige Zuflucht *die heiligen Engel*. Die seligen Geister haben zu Beginn der Wertschöpfung die grosse Prüfung bestanden und sind Gott in Demut

gefolgt. Deshalb sind die heiligen Engel die grossen Schutzgeister der Menschen geworden. Das ganze Alte und Neue Testament kann uns in herrlichen Berichten Zeugnis geben vom beständigen Einwirken der Engel Gottes auf die Erdenbewohner. Denken wir an die grandiosen Schilderungen über den Kampf des heiligen Michael mit dem rebellischen Luzifer, an die anmutige Geschichte des Tobias mit dem erhabenen Erzengel Raphael und an das unerhörte Geheimnis des Gottesboten Gabriel zu Nazareth! Ein Engel gab dem heiligen Josef Weisung und Auftrag im Namen Gottes, um Jesus und Maria nach Ägypten zu bringen und wieder ins palästinensische Heimatland. Der heilige Petrus wurde durch einen Engel aus dem Kerker des Herodes befreit, Paulus und Silas durften dasselbe erfahren. Der heilige Benedikt ermuntert uns, mit den heiligen Engeln zu wetteifern im Gotteslob und betont, dass Engel es sind, die unsere guten Werke ständig vor Gott tragen und einst bei Gericht unsere guten Zeugen sein werden für jedes gute Werk, das wir vollbringen durften. (Wie anderseits die bösen und gefallenen Engel unsere Ankläger sein werden vor Gottes Richterstuhl.) Grüßen wir so oft wie möglich unsern Schutzgeist, grüssen wir auch die Engel unserer Pfarrei und vor allem die heiligen Tabernakelwächter, die unaufhörlich Gott die Ehre geben!

Als sechste heilige Zuflucht sind *die Heiligen Gottes zu nennen*. Sie sind Menschen wie wir, aus dem Fleische Adams gebildet, der Sünde unterworfen, haben aber den grossen Kampf bestanden gegen die alte Schlange und den Verführer von Anbeginn. Da stehen sie vor uns, die ehrwürdigen Patriarchen und Propheten, die heiligen Apostel und Blutzeugen Christi, die Bekenner und Jungfrauen, die Büsser und Mönche, eine Schar, die niemand zählen kann, aus allen Völkern, Stämmen, Geschlechtern und Sprachen, sie folgen dem Lamme und preisen seinen heiligsten Namen. Ihr Beispiel und ihre Fürsprache ermutigen uns im täglichen Streite mit unserer gefallenen Natur und den Mächten der Finsternis. Wir sollten oft und gerne die lieben Heiligen verehren! Auch unsere heiligen Namenspatrone, und die unserer Mitmenschen und Vorgesetzten. Welch treffliche Helfer können sie uns sein im Umgang mit schwierigen Menschen!

Wie wertvoll und segensreich ist es, *die Reliquien* der lieben Heiligen zu verehren. Die heilige Birgitta von Schweden besass ein kleines Reliquienkästchen, in dem viele Reliquien von Heiligen eingeschlossen waren. Dieses Kästlein wurde eines Tages von den Dienern in einen Nebenraum gebracht und in einem Kasten verstaut und vergessen. Nun geschah es, dass die heilige Birgitta in einer übernatürlichen Schau plötzlich dieses Kästchen sah, von einem glänzenden Licht umhüllt, und eine Stimme rief ihr zu: «Siehe, der Schatz Gottes, den man im Himmel ehrt, wird auf Erden verachtet. Lass uns darum nach andern Orten ziehen!» Nach diesem Ereignis liess Birgitta sogleich das Kästlein holen und auf einen Altar stellen. Seien wir doch innig dankbar, wenn wir heilige Überreste von Freunden Gottes in unserm Hause oder auf unsern Altären beherbergen dürfen. Die Ehre, die wir den Heiligen erweisen, steigt zum Throne Gottes auf — denn jeder Heilige verherrlicht Gott und offenbart etwas von der unermesslichen Herrlichkeit Gottes!



Als letzte heilige Zuflucht nennen wir die lieben *Armen Seelen*: Die Seelen unserer lieben Verstorbenen, die in ihrem Leben Christus dem Herrn gefolgt sind, aber in ihren Werken noch nicht jene Vollkommenheit erreicht haben, dass sie vor Gott bestehen konnten und daher am Ort der Reinigung zurückgehalten werden. Seit frühester Zeit rufen gläubige Christen die Armen Seelen in all ihren Anliegen um Hilfe an. Denn die Armen Seelen stehen in der Liebe Gottes und sehnen sich unsäglich nach der Anschauung des Allerhöchsten. Ihr Verlangen und ihre Sehnsucht ist ihre Kraft und zugleich ihre Qual. Die tägliche Erfahrung weist uns immer wieder auf die wirksame Hilfe hin, welche auf die Fürsprache der lieben Verstorbenen uns zuteil werden kann. Andererseits brauchen die Armen Seelen im Jenseits Wohnungen. Denn ihre himmlische Wohnung ist noch nicht vollendet. Durch unsere guten Werke, Gebete, Almosen, Ablässe und ähnliche fromme Übungen, können wir ihnen gleichsam «Bausteine» liefern für ihre jenseitigen Wohnungen. Durch heilige Psalmen und Lieder, die wir in heiliger Gottesliebe singen, können wir ihnen Licht spenden und ihr dunkles Reich erhellen. Sie leben ja «in der Nacht, in der niemand wirken kann.» Durch Almosen, die wir in ihrem Namen spenden, können wir ihnen helfen, alte Schulden abzutragen, denn «bis der letzte Heller bezahlt ist», geht niemand ins Reich des ewigen Lichtes ein. Das fromme Mittelalter liebte auch die bekannten «Armen-seelenlichtlein» — man liess Kerzen und Öl durch den Priester segnen und weihen und gab so heilige Lichtspenden für alle jene Seelen, die nicht mehr wirken können.

Die Andacht zu den sieben heiligen Zufluchten führt uns in die heilige Welt christlichen Glaubens und Betens. Vor allem im heiligen Messopfer offenbart sich uns die heilige Siebenzahl der Zufluchten. Im Opfer der heiligen *Eucharistie* bringen wir der allerheiligsten *Dreifaltigkeit* den höchsten Lobpreis dar — jedes *Kreuz* erinnert uns an die Erlösungstat Christi. Dass *Maria* hier gleichsam die goldene Mitte einzunehmen hat, ergibt sich aus der Tatsache, dass nur durch das Jawort Mariens das Erlösungswerk Jesu auf Erden möglich wurde. Im Gefolge der hehren Himmelskönigin erscheint das strahlende Heer der *Engel* und *Heiligen Gottes* und das sehnsüchtige Reich der *leidenden Kirche* im Fegfeuer. Wer in diesem Sinne diese schöne und erbauliche Andacht unserer Altvordern pflegt, wird ganz gewiss reiche Gnade erfahren. P. Hieronymus Haas

Herzlich danken Redaktion und Expedition allen treuen Abonnenten, die ihren Jahresbeitrag so prompt entrichteten, sowie allen edlen Förderern und Stiftern von Geschenk-Abonnements. An alle übrigen ergeht der freundliche Appell, Postcheck und Werbekarte recht bald noch auszufüllen.
