

<b>Zeitschrift:</b>	Mariastein : Monatsblätter zur Vertiefung der Beziehungen zwischen Pilgern und Heiligtum
<b>Herausgeber:</b>	Benediktiner von Mariastein
<b>Band:</b>	76 (1999)
<b>Heft:</b>	7
<b>Artikel:</b>	Die 7 Schmerzen und die 7 Freuden Mariens : Betrachtung zum Fest der Sieben Schmerzen Mariens (15. September)
<b>Autor:</b>	Russi, Armin
<b>DOI:</b>	<a href="https://doi.org/10.5169/seals-1031021">https://doi.org/10.5169/seals-1031021</a>

### **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:** 13.01.2026

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

# Die 7 Schmerzen und die 7 Freuden Mariens

Betrachtung zum Fest der Sieben Schmerzen Mariens (15. September)

P. Armin Russi

Wenn man vom Parkplatz auf den Mariastein Kirchenvorplatz kommt, stehen auf beiden Seiten je 7 Säulen mit je zwei kurzen Texten darauf. Links sind darauf die sieben Gaben des Heiligen Geistes in deutscher und lateinischer Sprache eingemeisselt. Rechts stehen die sieben Schmerzen und die sieben Freuden Mariens darauf. Diese Säulen führen hin zu den Heiligtümern in Mariastein. Es gibt da ja nicht nur die Basilika mit ihren Seiten-Kapellen, sondern auch die Schmerzenskapelle, bevor man die 59 Stufen zur Gnadenkapelle hinuntersteigt. In der Sieben-Schmerzenskapelle wird das Bild der schmerhaften Gottesmutter verehrt und in der Gnadenkapelle die Mutter vom Trost. In Schmerzen gewachsen und gereift, ist Maria zur Mutter vom Trost geworden. Weil viele Besucher von Mariastein diesen Weg vielleicht nicht mehr selber gehen können, wollen wir anhand der sieben Schmerzen und Freuden Marias wie an einem Geländer ihren Lebens- und Leidensweg betrachten und so ihren Weg mit unserem eigenen Weg und dem Weg vieler anderer Menschen in Beziehung setzen.

## 1. Schmerz: Simeon weissagt ihr: «Deine Seele wird ein Schwert durchdringen!»

Wir alle machen im Leben immer wieder die Erfahrung, dass uns eine Botschaft wie ein

Schwert ins Herz dringt: Die Diagnose einer unheilbaren Krankheit, der plötzliche Tod eines geliebten Menschen, ein hartes Wort, das uns wie ein Blitzschlag trifft, die Nachricht von einer gescheiterten Ehe im Familien- oder Freundeskreis. Gerade in solchen Situationen wird Maria, die selber Schweres und Leidvolles durchmachen musste, für uns zur Mutter vom Trost.

## 2. Schmerz: Die Flucht nach Ägypten

Gerade in der heutigen Zeit sehen wir tagtäglich, was es heißt, auf der Flucht zu sein. Menschen werden vertrieben und müssen einen Weg gehen, den sie sich nicht selber ausgesucht haben. Unsägliches Leid geschieht da. Im Vergleich mit solchen Tragödien sind doch unsere Wege, auf die wir oft ungewollt geschickt werden, klein. Und doch spüren auch wir viel Schweres in unserem Leben. Auch Maria wurde auf solche Wege geschickt.

## 3. Schmerz: Die Eltern suchen den 12-jährigen Jesus im Tempel

Die ganze Hilflosigkeit der Eltern Jesu kommt auch in unserem Leben zum Ausdruck. Das Ringen und Fragen von Eltern, wenn ihre Kinder sich lösen und eigene Wege gehen, der Schmerz des Loslösens, wenn Menschen sich von uns abwenden, die Ungewissheit, wenn jemand vermisst wird. Situationen, die es in unserem Leben tagtäglich gibt. Auch Maria blieben sie nicht erspart.

## 4. Schmerz: Der Weg nach Golgota

Auch wir müssen immer wieder Wege gehen, auf denen es uns wind und weh ist. Wenn wir bei einer Beerdigung dem Sarg eines geliebten



*Pietà im Kloster Mariastein, 18. Jahrhundert.*

Menschen folgen, wenn wir jemanden um Verzeihung bitten müssen, wenn ein folgeschwerer Gang uns fast den Atem und den Mut nimmt. Maria ist mit uns auf diesem Weg.

#### **5. Schmerz: Die Kreuzigung Jesu**

Die Liebe ist gekreuzigt. Auch diese Erfahrung gehört zum Leben. Man wird missverstanden, falsch und ungerecht be- oder verurteilt. Jemand tritt unsere Liebe, die wir schenken, mit Füßen. Ein Mensch, dem wir vertrauten, verrät uns. Aber auch körperliche und seelische Schmerzen, Schuld und Verzweiflung können Kreuzigung bedeuten. Maria steht mit uns unter dem Kreuz.

#### **6. Schmerz: Die Abnahme Jesu vom Kreuz**

Im Alter und in Krankheit heißt es immer wieder: Aufgeben, auch wenn es weh tut. Liebgewordene Orte, Menschen, Aufgaben, Dinge. Das alles ist wie ein bisschen sterben

im kleinen. Maria hat den abgenommenen Leichnam ihres Sohnes in ihren Armen gehalten.

#### **7. Schmerz: Jesus wird ins Grab gelegt**

Auch wir müssen immer wieder Abschied nehmen von lieben Menschen: Eltern, Geschwistern, Lebenspartnern, Verwandten, Freunden. Das gehört zum Leben, und es ist gut und richtig, wenn wir unsere Trauer nicht verstecken oder unterdrücken. Maria trauert mit uns am Grab von geliebten Menschen.

In all diesen Schmerzen, die der Mutter Jesu nicht erspart blieben, können wir uns selber wiederfinden.

Unser Bild wäre aber falsch und einseitig, würden wir nur das Dunkle im Leben Mariens – und in unserem eigenen Leben – sehen. Deshalb stehen auf den Säulen auf dem Klosterplatz auch die sieben Freuden Mariens. Deshalb folgt auf die Kapelle der Schmerzensmutter mit den sieben Schwertern im Herzen die Gnadenkapelle mit der lächelnden Madonna, der Mutter vom Trost.

#### **1. Freude: Die Verkündigung des Engels**

Sicher dürfen auch wir in unserem Leben immer wieder in frohen Ereignissen und überraschenden Botschaften Freude und Glück erleben und so das Wirken Gottes in unserem Leben erfahren, uns darüber freuen, auch wenn wir vieles vielleicht nicht ganz begreifen, ganz so wie Maria.

#### **2. Freude: Der Besuch bei Elisabet**

Vielen guten Menschen dürfen wir im Alltag begegnen. Aus solchen Begegnungen können wir Kraft für unseren Alltag schöpfen und Liebe erfahren. Freuen wir uns darüber, wie Maria und Elisabet.

#### **3. Freude: Die Geburt Jesu**

Wir sind selber durch unsere eigene Geburt als Kinder Gottes angenommen. Dieses kostbare Geschenk dürfen wir an uns und an anderen stets neu erleben. Vor allem die Freude über ein neugeborenes Kind lässt uns immer wieder staunen über das Wunder des Lebens. Genau so hat sich Maria gefreut.

#### **4. Freude: Die Anbetung der Weisen**

Es ist für unser Leben sehr wichtig, dass auch wir immer wieder Anerkennung und Dankbarkeit für unsere Dienste erfahren. Wir sind aber auch aufgerufen, den Dienst und die Arbeit anderer Menschen anzuerkennen. Und wenn wir im Leben zu wenig Anerkennung und Liebe empfangen haben, wird Gott es einst in Fülle tun, denn er ist ein grosszügiger Gott. Vergessen wir deshalb niemals, *dem* Dank zu sagen und ihn anzubeten, der der Geber alles Guten ist. Genauso wie Maria es getan hat.

#### **5. Freude: Die Wiederauffindung Jesu**

Oft müssen wir lange auf etwas warten, manchmal geben wir sogar die Hoffnung schon auf. Und plötzlich erfüllt sich etwas, nimmt etwas eine ganz unerwartete Wende. Sicher durften und dürfen wir auch heute noch solche Überraschungen erleben, auch wenn sie manchmal ganz klein sind. Nach Sorgen, Dunkel und Angst kommt die grosse Befreiung. Wie Maria wollen wir Gott dafür loben.

#### **6. Freude: Die Auferstehung Jesu**

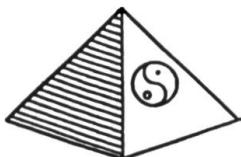
Trotz aller Sorgen des Lebens, trotz Tod und Krankheit dürfen wir die Gewissheit haben, dass Gott ein Gott des Lebens ist. Er hat Jesus auferweckt, er wird auch uns ewiges Leben schenken. Unser Leben endet nicht im Nichts, sondern in Gottes Reich des Lichtes und des Friedens. Diese Gewissheit dürfen wir mit Maria, der Mutter Jesu, teilen.

#### **7. Freude: Die Aufnahme Marias in den Himmel**

Über all unserem Tun, über all unserem Leiden, über all unserem Sorgen und Mühen steht die Gewissheit, dass wir erlöste Menschen sind. Auch wenn uns das nicht die alltäglichen kleinen und grossen Sorgen, unsere Krankheit und die Beschwerden des Alters wegnimmt, wissen wir doch, dass eine ewige, gute Zukunft auf uns wartet, wie auf Maria.

Wie in jedem Leben gab es in Marias Leben Leid und Freude. Deshalb ist sie uns nahe und versteht uns. Ihr, sowie auch anderen Menschen, die von Gott zu etwas ganz Aussergewöhnlichem auserwählt und mit besonderer Gnade beschenkt wurden, wurden von Gott auch aussergewöhnliche Prüfungen auferlegt. Für diese Tatsache gibt es ein sehr schönes hebräisches Sprichwort: *Schönheit und Glanz dieser Welt wurden von Gott in zehn gleiche Teile aufgeteilt. Neun Teile gab er der Stadt JERUSALEM und einen Teil der restlichen Welt. Leid und Trauer dieser Welt wurden von Gott in zehn gleiche Teile aufgeteilt. Neun Teile gab er JERUSALEM, nur einen Teil den übrigen Völkern.*

Nehmen wir die Haltung Marias als Vorbild für unser Leben mit seinen Sorgen und Nöten, mit seinen Freuden und Erfolgen. Und vertrauen wir ebenso auf die Worte Jesu in den Abschiedsreden des Johannesevangeliums: «Vater, für sie bitte ich; für alle, die du mir gegeben hast; denn sie sind dein» (Joh 17, 9).



#### **REFLEXZONENTHERAPIE**

Praxis: Regina Meyer  
Blauenstrasse 28, 4153 Reinach  
Tel. 061 711 43 50 / 079 356 22 64

- Chin. Massage/Akupressur
- spez. Rücken-Nackenmassage
- Fussreflexzonenmassage
- Mitosan-Therapie (Bioresonanz)
- Bachblüten, Baumessenzen etc.

Mitglied Naturärztevereinigung  
kassenzulässig

## «Nimm und lies!»

### Eine Hinführung zum Umgang mit der Bibel

Viele stehen etwas hilflos dem dicken Buch unserer Heiligen Schrift gegenüber. Muss man die Bibel von vorne bis hinten durchlesen? Muss man da alles wörtlich nehmen? Soll man das Alte Testament nicht lieber weglassen? Hat Jesus das wirklich so gemeint? Wie kann man als Anfänger den Sinn der Schrift verstehen? Der Nachmittag ist für interessierte Anfänger bestimmt, die gerne eine kleine Hilfe und kurze Einführung in den praktischen Umgang mit der Heiligen Schrift wünschen. Falls Sie eine Bibel besitzen, bringen Sie diese bitte mit!

Leitung und weitere Auskunft: P. Leonhard Sexauer, Mariastein (Tel. 061/735 11 11)

Termin: Samstag, 21. August 1999

15.00 Uhr Non (Nachmittagsgebet)

15.30 Uhr Treffpunkt an der Klosterpforte

18.00 Uhr Möglichkeit zur Teilnahme am Abendgebet der Mönche

Postauto: Flüh ab 14.30 Uhr und 15.12 Uhr

Mariastein ab 18.04 Uhr (nach Flüh) und 19.00 Uhr (nach Ettingen)

Unkostenbeitrag: Fr. 10.–

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

## Segnungsgottesdienste in Mariastein

### *Kerzenegnung*

In einer kleinen Segnungsfeier werden alle Kerzen gesegnet, die die Pilger mitgebracht haben, um sie dann zu Hause zu entzünden oder zu verschenken.

Termine: Sonntag, 12. September 1999, 16.00 Uhr

Sonntag, 28. November 1999, 16.00 Uhr

Ort: Josefskapelle

### *Kindersegnung*

Den Kindern hat sich Jesus in ganz besonderer Weise zugewandt, das bezeugen die Evangelien. Deshalb sind Sie herzlich eingeladen, Ihre Kinder zu diesem kleinen Segnungsgottesdienst mitzubringen. Die Kinder werden dann im Gebet ausdrücklich der Fürsorge Gottes anvertraut und empfangen einen besonderen Segen.

Termine: Sonntag, 29. August, 16.00 Uhr

Sonntag, 5. Dezember, 16.00 Uhr

Ort: Josefskapelle