

So betet man den Rosenkranz

(Der bezeichnet jeweils den Punkt, wo beim gemeinschaftlichen Beten, das üblicherweise in zwei Gruppen durchgeführt wird, die jeweils andere Gruppe das Gebet übernimmt, und die erste Gruppe verstummt):*

1. Im Namen des Vater und des Sohnes und des Heiligen Geistes, Amen.

2. *Ich glaube an Gott, den Vater, den Allmächtigen, den Schöpfer des Himmels und der Erde,

und an Jesus Christus, seinen eingeborenen Sohn, unsern Herrn, empfangen durch den Heiligen Geist, geboren von der Jungfrau Maria, gelitten unter Pontius Pilatus, gekreuzigt, gestorben und begraben, hinabgestiegen in das Reich des Todes, am dritten Tage auferstanden von den Toten, aufgefahren in den Himmel, er sitzt zur Rechten Gottes, des allmächtigen Vaters, von dort wird er kommen, zu richten die Lebenden und die Toten.

*Ich glaube an den Heiligen Geist, die heilige katholische Kirche, Gemeinschaft der Heiligen, Vergebung der Sünden, Auferstehung der Toten und das Ewige Leben, Amen.

3. *Vater unser im Himmel, geheiligt werde Dein Name, Dein Reich komme, Dein Wille geschehe, wie im Himmel so auch auf Erden.

*Unser tägliches Brot gib uns heute, und vergib uns unsere Schuld, so wie auch wir vergeben unseren Schuldigern. Und führe uns nicht in Versuchung, sondern erlöse uns von dem Bösen.

4. *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.

Dieses Mariengebet wird dreimal wiederholt, und nach dem Wort "Jesus" wird eingeschoben:

4a: ...der in uns den Glauben vermehre!

4b: ...der in uns die Hoffnung stärke!

4c: ...der in uns die Liebe entzünde!

5. *Ehre sei dem Vater und dem Sohn und dem Heiligen Geist

***wie im Anfang so auch jetzt und allezeit, und in Ewigkeit, Amen.**

6. (*)Vater unser... (Wechsel * wie bei Punkt 3!)

Dieser () gilt, wenn man diesen Punkt 7 zum ersten Mal passiert, noch nicht, er gilt erst ab dem Beten des zweiten Gesätzes, und von da an regelmäßig. Beim ersten Mal wird er nicht beachtet, was bedeutet, daß die Gruppe 1, die die drei Bitten um Glaube, Hoffnung und Liebe ausgesprochen hat, auch die zehn Wiederholungen des ersten Gesätzes spricht.*

7. *Gegrüßet seist Du... (wie Punkt 4!)

Dieses Mal spricht man das Mariengebet zehn Mal, und fügt hinter dem Wort "Jesus" stets denselben Gedanken ein, der entweder ein selbst entworfener, oder aber einer von den unten folgenden "Gesätzen" sein kann. Hierbei verwendet man den Gebetsring oder die Schnur, um die Zehnzahl nicht zu verpassen wie oben beschrieben. Das Wort "benedeien", das uns heute fremd geworden ist, geht auf das lateinische bene und dicere zurück, bedeutet also "gutsagen, gutheißen", im weiteren Sinne auch "segnen, loben". Es ist das früher durchaus gebräuchliche Gegenstück zum Fluchwort "vermaledeit", das uns noch eher geläufig ist, und das "schlecht sagen, schlecht heißen, verfluchen" bedeutet.

8. Gehe zurück zu Punkt 5...

9. Abschließend kann das sogenannte Fatima-Gebet angefügt werden (von beiden Gruppen gesprochen), das jedoch nicht zum offiziellen Rosenkranz gebet gehört:

****Oh mein Jesus, verzeih uns unsere Sünden, bewahre uns vor dem Feuer der Hölle, führe alle Seelen in den Himmel, besonders jene, die Deiner Barmherzigkeit am meisten bedürfen!**

Die Gesätze des Rosenkranzes:

Der Freudenreiche Rosenkranz:

...den Du, oh Jungfrau, vom Heiligen Geist empfangen hast.

...den Du, oh Jungfrau, zu Elisabeth getragen hast.

...den Du, oh Jungfrau, zu Bethlehem geboren hast.

...den Du, oh Jungfrau, im Tempel aufgeopfert hast.

...den Du, oh Jungfrau, im Tempel wiedergefunden hast.

Der Lichtreiche Rosenkranz:

...Jesus, der von Johannes getauft worden ist.

...Jesus, der sich bei der Hochzeit von Kanaa geoffenbart hat.

...Jesus, der uns das Reich Gottes verkündet hat.

...Jesus, der auf dem Berg verklärt worden ist.

...Jesus, der uns die Eucharistie geschenkt hat.

Der Schmerzhaft Rosenkranz:

...der für uns Blut geschwitzt hat.

...der für uns geißelt worden ist.

...der für uns mit Dornen gekrönt worden ist.

...der für uns das schwere Kreuz getragen hat.

...der für uns gekreuzigt worden ist.

Der Glorreiche Rosenkranz:

...der von den Toten auferstanden ist.

...der in den Himmel aufgefahren ist.

...der uns den Heiligen Geist gesendet hat.

...der Dich, oh Jungfrau, in den Himmel aufgenommen hat.

...der Dich, oh Jungfrau, im Himmel gekrönt hat.

Wie viele Gesätze des Rosenkranzes man meditiert, bleibt einem selbst überlassen, in der Kirche wird üblicherweise eine der vier Fünfergruppen komplettiert, weshalb auch die Gebetsschnüre zumeist aus fünf Zehnergruppen aufgebaut sind, und einen Anhang aus 1 - 3 - 1 Perlen haben, der den Anfang (Punkte 3 bis 5, oder 3 bis 7 - je nach Anschauung) darstellt. Für den Anfänger dürften ein oder maximal zwei Gesätze - also 10 bzw. 20 "Gegrüßet seist Du" mit den dazugehörigen Zwischengebeten "Ehre sei", "Oh mein Jesus" und "Vater unser" durchaus die Grenze der konzentrationsmäßigen Belastbarkeit sein, und es macht keinen Sinn, über diese Grenze hinauszugehen. Sie erweitert sich mit der Übung ohnehin.

Wenn die *, **, und (*) für die Wechsel zwischen den Gruppen zunächst etwas verwirrend erscheinen: man braucht nur einmal an einer Rosenkranzrunde teilzunehmen, um die regelmäßigen Wechsel kennen zu lernen.