

## Magnificat

Meine Seele preist die Größe des Herrn, \* und mein Geist jubelt über Gott, meinen Retter.

Denn auf die Niedrigkeit seiner Magd hat er geschaut. \* Siehe, von nun an preisen mich selig alle Geschlechter.

Denn der Mächtige hat Großes an mir getan, \* und sein Name ist heilig.

Er erbarmt sich von Geschlecht zu Geschlecht \* über alle, die ihn fürchten.

Er vollbringt mit seinem Arm machtvolle Taten: \* Er zerstreut, die im Herzen voll Hochmut sind;

er stürzt die Mächtigen vom Thron \* und erhöht die Niedrigen.

Die Hungernden beschenkt er mit seinen Gaben \* und lässt die Reichen leer ausgehen.

Er nimmt sich seines Knechtes Israel an \* und denkt an sein Erbarmen,

das er unsern Vätern verheißen hat, \* Abraham und seinen Nachkommen auf ewig.

Lukas 1,46-55

## Wie wird der Rosenkranz gebetet?

Es gibt keine Vorschriften für das Rosenkranzgebet; es kann allein oder in Gemeinschaft, in voller Länge oder teilweise (z.B. nur ein Gesätz) gebetet werden. Hier die im deutschen Sprachraum bewährte und von der Kirche empfohlene Gebetsweise:

## Eröffnung des Rosenkranzes

Kreuzzeichen

Glaubensbekenntnis

Vater unser

Gegrüßet seist du Maria wird dreimal gebetet, wobei jedes Mal beim Namen „Jesus“ ein Gebetswunsch eingefügt wird:

Jesus, der in uns den Glauben vermehre  
Jesus, der in uns die Hoffnung stärke  
Jesus, der in uns die Liebe entzünde

Ehre sei dem Vater

(Fatimagebet)



## Viermal Rosenkranz

Es gibt vier „Rosenkränze“: den freudreichen, den lichtreichen, den schmerzhaften und den glorreichen. Jeder besteht aus fünf „Gesätzen“ (Gebetseinheiten). Jedes Gesätz beginnt mit einem Vater unser und mündet in ein Ehre sei dem Vater.

Dazwischen werden zehn Gegrüßet seist du Maria gesprochen. Beim Namen „Jesus“ wird das entsprechende „Geheimnis“ (Betrachtung eines Ereignisses aus dem Leben Jesu und Mariens) eingefügt.

### Die freudreichen Geheimnisse

Jesus, den du, o Jungfrau, vom Heiligen Geist empfangen hast

Jesus, den du, o Jungfrau, zu Elisabeth getragen hast

Jesus, den du, o Jungfrau, (in Betlehem) geboren hast

Jesus, den du, o Jungfrau, im Tempel aufgeopfert hast

Jesus, den du, o Jungfrau, im Tempel (wieder)gefunden hast

Papst Johannes Paul II. hat im „Rosenkranzjahr“ 2002/2003 die folgenden Geheimnisse, die Ereignisse aus dem Leben Jesu von seiner Taufe bis zum Letzten Abendmahl beinhalten, neu in das Rosenkranzgebet eingefügt und den Gläubigen zur Betrachtung empfohlen:

### Die lichtreichen Geheimnisse

Jesus, der von Johannes getauft worden ist

Jesus, der sich bei der Hochzeit zu Kana offenbart hat

Jesus, der uns das Reich Gottes verkündet hat

Jesus, der auf dem Berg verklärt worden ist

Jesus, der uns die Eucharistie geschenkt hat

### Die schmerzhaften Geheimnisse

Jesus, der für uns Blut geschwitzt hat

Jesus, der für uns gegeißelt worden ist

Jesus, der für uns mit Dornen gekrönt worden ist

Jesus, der für uns das schwere Kreuz getragen hat

Jesus, der für uns gekreuzigt worden ist

### Die glorreichen Geheimnisse

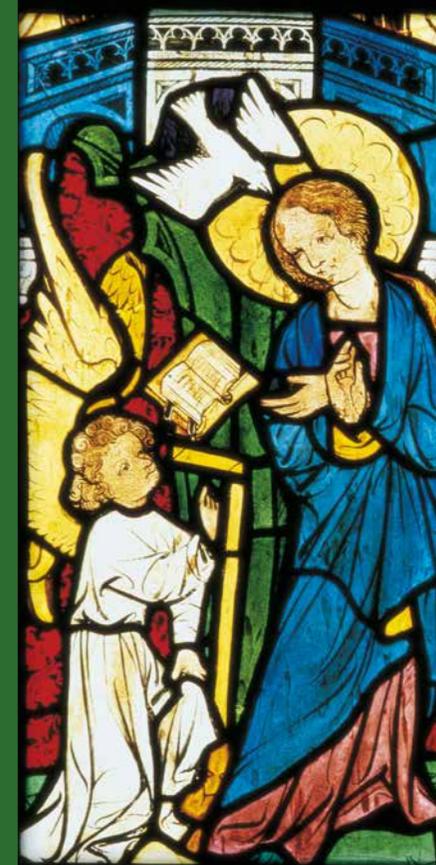
Jesus, der von den Toten auferstanden ist

Jesus, der in den Himmel aufgefahren ist

Jesus, der uns den Heiligen Geist gesandt hat

Jesus, der dich, o Jungfrau, in den Himmel aufgenommen hat

Jesus, der dich, o Jungfrau, im Himmel gekrönt hat



KATHOLISCHE  
KIRCHE STEIERMARK

# Der Rosenkranz



## Schritt für Schritt vertiefen

Immer wieder begleiten mich in meiner persönlichen Gebetszeit oder während so mancher Autofahrt die Lieder der Gebetsgemeinschaft von Taize. Ich fühle mich mit jenem Ort verbunden, in dem während des Jahres zigtausend Jugendliche einkehren, um gleichsam an die Quelle zu gehen und spirituellen Durst zu stillen. Die Lieder, die dabei die Gebete prägen, sind schlicht und einfach: kurze Impulse aus der Heiligen Schrift oder geistliche Worte werden in einfachen Melodien wiederholt und ermöglichen eine Vertiefung, ein sich schrittweise Verwurzeln in Gott.

Eine ähnliche Vertiefung erfahren Menschen in der bewährten und kostbaren katholischen Tradition des Rosenkranzgebetes. Die Wiederholung wesentlicher Geheimnisse des Glaubens, die in Jesus Christus das Heil offenbaren, ermöglicht ein Vertiefen und kann helfen, sich, sein Tagewerk und die jeweilige Lebenssituation in Gott und seinem Geheimnis zu verankern.

Und was dabei ebenso schön ist? Mit vielen Menschen in Gebet und Glauben verbunden zu sein.

*Mag. Johannes Freitag MBA*  
Pastoralamtsleiter der Diözese Graz-Seckau

### Das Rosenkranzgebet

ist ein meditatives Gebet. Es verbindet uns mit Jesus Christus, seinem Leben, seinem Leiden und seiner Herrlichkeit. „Mit Maria betrachten wir das Antlitz Christi.“ (Johannes Paul II.)

Das Wiederholen bestimmter Worte spielt dabei eine wichtige Rolle. Der Wert der Wiederholung liegt nicht in der Anhäufung von Worten – das wäre geistloses „Geplapper“ (Mt 6,7) –, sondern im Rhythmus des Betens, der zur Ruhe kommen lässt und auf die Begegnung mit Gott einstimmt.

Die Einzelgebete werden symbolisch als „Rosen“ gedeutet, die einen „Kranz“ bilden. Auch die (geweihte) Schnur zum Zählen der Gebete wird Rosenkranz genannt.

„Bei Gott allein kommt meine Seele zur Ruhe, von ihm kommt mir Hilfe.“

Psalm 62,2

### Kreuzzeichen

Im Namen des Vaters und des Sohnes und des Heiligen Geistes.

Amen.

### Das Glaubensbekenntnis

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.

### Vater unser

Vater unser im Himmel, geheiligt werde dein Name. Dein Reich komme. Dein Wille geschehe, wie im Himmel so auf Erden. Unser tägliches Brot gib uns heute. Und vergib uns unsere Schuld, wie auch wir vergeben unseren Schuldigern. Und führe uns nicht in Versuchung, sondern erlöse uns von dem Bösen.

(Denn dein ist das Reich und die Kraft und die Herrlichkeit in Ewigkeit.)

Amen.

### Gegrüßet seist du Maria

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.

### Ehre sei dem Vater

Ehre sei dem Vater und dem Sohn und dem Heiligen Geist wie im Anfang, so auch jetzt und allezeit und in Ewigkeit.

Amen.

### Fatimagebet

O mein Jesus, verzeih uns unsere Sünden, bewahre uns vor dem Feuer der Hölle und führe alle Seelen in den Himmel, besonders jene, die am meisten deiner Barmherzigkeit bedürfen.

Viele fügen dieses Gebet nach jedem Rosenkranz-Gesätz ein. Für die letzten Worte ist auch diese Version im Gebrauch: „...besonders jene, die deiner Barmherzigkeit am meisten bedürfen.“

Mit Maria:



AUF CHRISTUS SCHAUEN

**Impressum.** Herausgeber: Pastoralamt der Diözese Graz-Seckau • Redaktion: Mag. Johannes Freitag, Mag. Karl Veitschegger; Alle: 8010 Graz, Bischofplatz 4 • Bildnachweis: Breitenauer Bilderbibel, Verkündigung der Menschwerdung Gottes, Archiv Sonntagsblatt; Porträt Freitag: Foto Freisinger, Armin Russold; Rosenkranz: fotolia • Layout: Pietro/DigiCorner • Druck: Dorrong • Graz 2013