

Vad är Rosenkransen? Hur ber man den?

Oktober månad är traditionellt tillägnad Jungfru Maria, som Vår Fru av Rosenkransen. Men varför rekommenderas det att be rosenkransen och hur ber man den? Vi svarar på de vanligaste frågorna.

2022-10-02

Sumario

1. Vad är rosenkransen?

2. Hur och när föddes denna andakt?

3. Hur ber man rosenkransen?

4. Varför är det så bra att be rosenkransen?

.....

Du kanske också är intresserad av

• Lathund för att läsa rosenkransen •
Gratis elektronisk bok: "Maria, ett liv bredvid Jesus"

.....

"Kära ungdomar, lär er att be med den heliga rosenkransens enkla och verkningsfulla bön. Kära sjuka, må den heliga jungfrun vara er stöd under prövningar och lidande". Påve Franciskus, Generalaudiens den 3 maj 2017.

"Rosenkransen är den bön som alltid följer med i livet, den är också de enkla och de heligas bön... den är mitt hjärtas bön". Påven Franciskus, introduktion till boken *El Rosario. Oración del corazón* (Rosenkransen. Hjärtats bön), från Shalom-utgåvan.

1. Vad är rosenkransen?

Rosenkransen är en traditionell katolsk bön som syftar till att hedra Jungfru Maria. Den bestod ursprungligen av femton "mysterier" som påminde om stunder (glädjerika, smärtorika och ärorika) i Jesu och Marias liv. År 2002 lade den helige Johannes Paulus II till ljusets mysterier som gör det möjligt att meditera över Jesu offentliga liv.

Radbandet med kulor eller pärlor som används för att läsa denna bön kallas också för "rosenkrans".

”*Alla släkten skall prisa mig salig*”,
förkunnar Jungfru Maria i
Magnificat. Från äldsta tid är den
saliga Jungfrun vördad under titeln
"Guds moder". Under hennes
beskydd tar de troende sin tillflykt i
bön under alla faror och bekymmer.
Denna kult kommer till uttryck i de
liturgiska högtider som ägnas Guds
moder och den marianska bönen,
som exempelvis den heliga
rosenkransen, som med Paulus VI:s
ord är en "sammanfattning av hela
evangeliet". Med andra ord är
rosenkransen en bön som
konkretiserar denna speciella kult
för Vår Fru i kyrkan. Jfr Katolska
kyrkans katekes, 971.

Be med den helige Josemaría

Tänk även på en av de djupast rotade
andakter som finns bland de kristna,
att be den heliga Rosenkransen.
Kyrkan uppmuntrar oss att betrakta
dess mysterier, så att Herrens

beundransvärda föredöme - under hans trettio år i det fördolda, under hans tre år av förkunnelse, och under hans förnedrande lidande och ärorika uppståndelse - inpräglas i vårt huvud och i vår fantasi, tillsammans med Marias glädje, smärta och ära. Guds vänner, nr. 299

Rosenkransen uttalar man inte bara med läpparna, genom att mumla den ena hell dig marian efter den andra. Så ber skenheliga. - För en kristen måste muntlig bön slå rot i hjärtat, så att förståndet kan kontempera vart och ett av mysterierna medan man ber rosenkransen. Plogfåran, nr. 477

Jungfru Maria är - så åkallar Kyrkan henne - fredens Drottning. När det råder oro i din själ, i din familj eller på din arbetsplats, i den samhälleliga samvaron eller mellan nationer, skall du därför inte upphöra att vända dig till henne med den titeln: *Regina pacis, ora pro nobis!* - Du fredens

drottning, bed för oss! Har du åtminstone försökt att göra det när du förlorar ditt lugn ...? Du kommer att bli förvånad över hur omedelbart det verkar. Plogfåran, nr. 874

Den heliga rosenkransen. De glädjerika, smärtorika och ärorika mysterierna i Jungfru Marias liv binder en krans av lovprisningar som oavbrutet upprepas av himlens änglar och helgon ... och av dem som älskar vår Moder här på jorden. — Bruka dagligen denna heliga andakt och sprid den till andra. Smedjan, nr. 621

2. Hur och när uppstod denna andakt?

Rosenkransens ursprung går tillbaka till att Var hälsad Maria uppstod på 800-talet, som en bön för att hedra Maria, Guds moder. Det verkar som om rosenkransen har sitt ursprung i

S:t Benedictus orden och spreds genom dominikanernas verksamhet.

Från det ja som gavs i tro vid Bebådelsen, och som utan tvekan upprätthölls vid korsets fot, har Marias moderskap sedan dess utvidgats till att omfatta hennes Sons bröder och systrar. Det är utifrån Marias enastående samverkan med den helige Ande som kyrkorna har utformat sin bön till Guds heliga moder, genom att inrikta den på Kristus såsom han uppenbarar sig i sina mysterier. I de oräkneliga hymner och antifoner som uttrycker denna bön, avlöser vanligtvis två rörelser varandra: den ena "prisar Herrens storhet" för de "stora ting" han låter ske med "sin ringa tjänarinna" och genom henne med alla människor; den andra anförtror Jesu moder Guds barns böner och lovsånger, eftersom hon nu känner den mänsklighet som i henne har omfamnats av Guds son.

Dessa två rörelser i bönen till Maria har fått ett särskilt uttryck i bönen *Ave Maria*:

Var hälsad Maria, (ordagrant *Gläd dig Maria*): – Bönen inleds med ärkeängeln Gabriels hälsning. Det är Gud själv som genom sin ängels förmedling hälsar Maria. I vår bön vågar vi uppta denna hälsning till Maria och se på henne med den blick som Gud har vänt till sin ödmjuka tjänarinna, och vi gläder oss över den glädje han finner i henne.

Full av nåd, Herren är med dig. Dessa två satser i ängels hälsning belyser varandra ömsesidigt. Maria är full av nåd därför att Herren är med henne. Den nåd, vilken fyller henne till brädden, består i hans närvaro som är all nåds källa.

Välsignad är du bland kvinnor och välsignad är din livsfrukt, Jesus. Efter att ha gjort ängels hälsning till vår gör vi på samma sätt med Elisabets

hälsning. Elisabet blev så den första i den långa raden av generationer som prisar Maria salig: ”Salig hon som trodde...” Maria är ”välsignad bland kvinnor” därför att hon trodde att Herrens ord skulle gå i uppfyllelse.

Heliga Maria, Guds Moder, bed för oss... Tillsammans med Elisabet frågar vi med förundran: ”Hur kan detta hända mig, att min Herres mor kommer till mig?”. Eftersom hon ger oss sin Son Jesus, är Maria Guds Moder och vår Moder. Vi kan anförtro henne alla våra behov och önskemål. Hon ber för oss på samma sätt som hon bad för sig själv: ”Må det ske med mig som du har sagt” (Luk 1:38). Då vi anförtro oss åt hennes förbön, överlämnar vi oss själva tillsammans med henne åt Guds vilja: ”Ske din vilja”.

Bed för oss syndare, nu och i vår dödsstund. När vi bönfäller Maria om att be för oss, erkänner vi att vi är

arma syndare, och vi vänder oss till henne, hon som är ”Barmhärtighetens Moder”, den helt igenom heliga. Vi anbefaller oss åt henne ”nu”, i vårt livs idag. Och vår förtröstan växer, så att vi redan nu kan överlämna ”vår dödsstund” åt henne. Må hon vara närvarande då, liksom hon var det vid sin Sons död på korset, och må hon i den stund då vi går över gränsen, ta emot oss som vår moder, för att föra oss till sin Son Jesus i paradiset.

Jfr. Katolska Kyrkans katekes, nr. 2674-2677

Be med den helige Josemaría

Var mycket hängiven vår Moder. Hon belönar frikostigt de presenter vi erbjuder henne. Om du dessutom varje dag, i en anda av tro och kärlek, ber den heliga rosenkransen, kommer vår Fru att åta sig att föra dig mycket långt på den väg som

leder till hennes Son. Plogfåran, nr. 691

Ett tråkigt sätt att inte be rosenkransen: att skjuta upp den till dagens sista timme. När man skall lägga sig ber man den dåligt - om man nu alls ber den - och utan att betrakta mysterierna. På det sättet blir det svårt att undvika den slentrian som kväver den sanna fromheten, den enda fromheten. Plogfåran, nr. 476

Inse, att för vår moder den heliga Maria kommer vi aldrig att upphöra att vara små, för det är hon som öppnar vägen till himmelriket för oss, det rike som endast skall ges till dem som är som barn. Vi får aldrig avlägsna oss från vår Fru. Hur skall vi ära henne? Genom att umgås och tala med henne, visa henne vår kärlek genom att i vårt hjärta betrakta episoder ur hennes jordeliv, genom att berätta för henne om vår

kamp, om våra framgångar och om våra misslyckanden.

Om vi gör det, kommer vi att upptäcka innebörden i de marianska böner som man alltid har bätt i Kyrkan som om vi läste dem för första gången. Vad är väl *Hell dig Maria* och *Angelus* om inte innerliga lovprisningar av det gudomliga moderskapet? Och genom den heliga Rosenkransen - denna underbara fromhetsövning som jag aldrig kommer att tröttna på att rekommendera alla kristna - betraktar vi med vårt förstånd och med vårt hjärta mysterierna i Marias beundransvärda handlande, som är själva trons grundläggande mysterier. Guds vänner, nr. 290

3. Hur ber man rosenkransen?

Rosenkransen börjar med korstecknet. Därefter tillkännages

vart och ett av de fem mysterier som ska betraktas den dagen.

På måndagar och lördagar betraktas de glädjerika mysterierna, på tisdagar och fredagar de smärtorika mysterierna, på torsdagar ljusets mysterier och på onsdagar och söndagar de ärorika mysterierna.

Varje dekad består av ett Fader Vår, tio Ave Maria och ett Ära vare Fader. När de fem mysterierna har lästs upp läser man Vår Frus Litanía, lovprisnings böner till vår Moder.

Enligt traditioner på olika platser läggs till denna grundstruktur för rosenkransbön några bönesuckar och böner som uttrycker rikedomen i den folkliga fromheten. **Här har du en lathund för att läsa den.**

Be med den helige Josemaría

”Obefläckade Jungfru, jag vet mycket väl att jag är en eländig stackare som

varje dag begår fler synder ...”.

Härom dagen sade du till mig att du talade så med vår Fru.

Jag rådde dig bestämt att be den heliga rosenkransen, en välsignad upprepning av Hell dig Maria som renar dina upprepade synder.

Plogfåran, nr. 475

Du skjuter alltid upp rosenkransen till senare och sedan slutar det med att du inte ber den alls för att du är för trött. — Om du inte har någon annan tid, så be den på gatan utan att någon märker det. Dessutom kommer det att hjälpa dig att minnas att du är i Guds närvaro. Plogfåran, nr. 478

Vad de övernaturliga dygderna skulle växa i oss, om vi lyckades umgås med Maria, vår moder, på riktigt! Låt oss försöka att under dagens lopp upprepa - med hjärtat, ord behövs inte — små böner, bönesuckar. Den kristna fromheten

har förenat många sådana
flammande lovprisningar i litanian
som åtföljer den heliga
Rosenkransen. Men var och en är fri
att utöka dem, att vända sig till
henne med nya lovord och säga
henne det som vi - på grund av en
helig blygsel som hon förstår och
uppskattar — inte vågar säga med
hög röst. Guds vänner, nr 293

4. Varför är det så bra att be rosenkransen?

Jungfru Marias rosenkrans är en bön
som rekommenderas av den katolska
kyrkans läroämbete; i sin enkelhet
har den i sig djupet av hela
evangeliets budskap, man kan säga
att den är en sammanfattning av
evangeliet. Dessutom uppmuntrade
Jungfru Maria själv, när hon
uppenbarade sig på jorden, till att be
denna bön. Den 13 maj 1917, i sitt
första uppenbarelse i Fatima, sade
Maria: "Be rosenkransen varje dag

för världens fred och krigets slut", och i sitt sista uppenbarelse där kallade Guds moder sig själv som "Rosenkransens Fru".

Kyrkan tror att Guds heliga moder fortsätter att utöva sitt moderliga uppdrag i himlen, så det är naturligt att kristna vänder sig till henne för att be för sina behov och att anförtro henne sina bekymmer.

Många påvar har lagt stor vikt vid denna bön: Leo XIII promulgerade encyklikan *Supremi Apostolatus Officio*, ett dokument med stort värde, det första av hans många uttalanden om denna bön, där han föreslog rosenkransen som ett effektivt andligt vapen mot det onda som drabbade samhället. Johannes Paulus II skrev ett brev den 16 oktober 2002 med titeln *Rosarium Virginis Mariae*, där han uppmanade till ett rosenkransår och kommenterade skönheten i denna

bön, som hjälper till att "betrakta Kristus med Maria".

Be med den helige Josemaría

Den heliga rosenkransen är ett mäktigt vapen. Använd det med förtröstan och du kommer att förundras över resultatet. vägen, nr. 558

Rosenkransen är särskilt effektiv för dem som har intellektuella arbeten eller som studerar. Det som verkar vara ett enformigt sätt att vända sig till vår Fru, som barn till sin mor, förstör nämligen varje antydning till fåfänga eller högmod. Plogfåran, nr. 474

Jag råder dig avslutningsvis att, om du inte redan har gjort det, personligen erfara Marias moderskärlek. Det räcker inte med att veta att hon är moder, att anse henne vara det och tala om henne i sådana ordalag. Hon är din moder

och du är hennes son; hon älskar dig som om du vore hennes enda barn i denna värld. Umgås med henne därefter: berätta för henne om allt det som händer dig, hedra henne, älska henne. Ingen kommer att göra det i ditt ställe, så väl som du, om inte du gör det.

Jag försäkrar dig om att du, om du ger dig ut på denna väg, omedelbart kommer att möta all Kristi kärlek: och du kommer att finna dig försatt i Gud Faders, Gud Sons och Gud helige Andes ousägliga liv. Du kommer att vinna styrka för att fullt ut göra Guds vilja, du kommer att fyllas av önskningar att tjäna alla människor. Du kommer att bli en sådan kristen som du ibland drömmer om att vara: full av gärningar av kärlek till nästan och av rättvisa, glad och stark, förstående gentemot andra och krävande gentemot dig själv.

Detta, och ingenting annat, är styrkan i vår tro. Låt oss vända oss till den heliga Maria, så kommer hon att ledsaga oss och hjälpa oss att ständigt gå med raska steg längs vår väg. Guds vänner, nr. 293

.....

pdf | Dokument automatiskt skapad från <https://opusdei.org/sv-se/article/vad-ar-rosenkransen-hur-ber-man-den/>
(2026-04-07)