

Franz Bachmann

Meditativ gebeteter Rosenkranz



Solidarität Libanon-Schweiz
seit 1988

Die Meditationen dieses Rosenkranzes sind eine kleine Auswahl aus der über viele Jahren entstandene Webseite „Bete-Rosenkranz.ch“, für die Franz Bachmann, Mitglied von Solidarität Libanon-Schweiz SLS, verantwortlich ist. Im Verlaufe der Jahre sind die Texte so gereift, dass sie meditativ gebetet werden können. Eine kleine Auswahl davon wurden 2024 von ihm auf ausdrücklichen Wunsch von Nabih Yammine, Gründer von SLS, für diese Broschüre zusammengestellt. Sofern nicht anders angegeben, ist er der Autor aller vorgestellten Texte. Bei den erwähnten externen Quellen waren teilweise kleine Anpassungen für eine ungestörte Meditation der 10 vertieften Geheimnisse innerhalb des Ave-Marias im dazu gehörenden Rosenkranz unerlässlich. Das Ganze wurde von Pater Nikodem Rööslı OFM Cap, Seelsorger der SLS, geprüft und validiert.

Alle Fotos wurden von Nabih Yammine aufgenommen, die meisten davon im Libanon.

© Solidarität Libanon-Schweiz

Huebboden 2

6371 Oberdorf

Schweiz

info@solisu.ch

www.solisu.ch

Vertrieb:

Parvis-Verlag

Route de l'Eglise 71

1648 Hauteville

Schweiz

Tel. 0041 26 915 93 93

buchhandlung@parvis.ch

www.parvis.ch

Alle Rechte vorbehalten. Vervielfältigung, Übersetzung
und Bearbeitung nur mit Genehmigung

Gedruckt in der EU

ISBN 978-288022-942-9

Gewohnter Aufbau des Rosenkranzes

1. Kreuzzeichen

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

2. Apostolisches Glaubensbekenntnis

Ich glaube an Gott, den Vater, den Allmächtigen, den Schöpfer des Himmels und der Erde, und an Jesus Christus, seinen eingeborenen Sohn, unseren Herrn, empfangen durch den Heiligen Geist, geboren von der Jungfrau Maria, gelitten unter Pontius Pilatus, gekreuzigt, gestorben und begraben, hinabgestiegen in die Unterwelt, 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, die Gemeinschaft der Heiligen, die Vergebung der Sünden, die Auferstehung der Toten und das ewige Leben. Amen.

3. Ehre sei ...

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

4. Vater unser

Vater unser, der du bist 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. Amen.

5. Um Glauben, Hoffnung und Liebe bitten mit drei „Ave-Maria“

Gegrüßt 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 ...

<i>Gebet in der Gruppe, als Relativsatz formuliert, wie alle Geheimnisse</i>	<i>Vorschlag für ein ausführlicheres privates Gebet rund um die drei Tugenden</i>
1. Der in uns den wahren Glauben vermehren möge. 2. Der in uns die christliche Hoffnung stärken möge. 3. Der in uns die göttliche Liebe entzünde möge.	1. Der uns den wahren Glauben schenke, der Berge versetzen könnte. 2. Der in uns die christliche Hoffnung unerschütterlich und fruchtbringend mache. 3. Der in uns die ewige heilige Liebe entzünde.

... Heilige Maria, Mutter Gottes, bitte für uns arme Sünder, jetzt und in der Stunde unseres Todes. Amen.

→ Wenn die drei Ave-Maria um Glauben, Hoffnung und Liebe gebetet worden sind, fahren wir mit dem Rosenkranz fort. (6).

6. Ehre sei / O mein Jesus

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

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

Gebet des Engels, Fatima, 1916

7. Fünf Zehner, die mit dem Vaterunser beginnen

Vaterunser

Vater unser, der du bist 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. Amen

- Die Eingangsbitte, je nach Rosenkranz zu Beginn jedes Zehners oder als Eingangsmeditation, wie in dieser Broschüre vorgeschlagen.
- 10 Ave-Maria mit den Vertiefungen des Geheimnisses, wie es der jeweilige Rosenkranz anbietet.

Ehre sei / O mein Jesus

- weiter bei 7, bis der gesamte Rosenkranz meditiert wurde.

8. Vorschlag für das Schlussgebet

Gott, dein eingeborener Sohn, hat uns durch sein Leben, seinen Tod und seine Auferstehung die Schätze des ewigen Heils erworben. Wir verehren diese Geheimnisse im heiligen Rosenkranz der seligen Jungfrau Maria. Lass uns nachzuahmen, was sie enthalten, und erlangen, was sie verheißen! Darum bitten wir durch ihn, Christus, unseren Herrn. Amen.

Heiligstes Herz Jesu, erbarme dich unser
Unbeflecktes Herz Mariens, bitte für uns.
Heiliger Josef, bitte für uns

Heiliger Johannes der Evangelist, bitte für uns
Heiliger Ludwig Maria von Montfort, bitte für uns
Heiliger Bruder Klaus, bitte für uns
Heiliger Charbel, bitte für uns.
Im Namen des Vaters ... Amen.

- In dieser Broschüre fehlt der Aufbau, wenn Gläubige besonders für die Ungeborenen beten möchten, um Abtreibungen zu verhindern. Dazu bringe ich den Hinweis auf
<https://www.parvis.ch/de/rosenkraenze-devotionalien/rosenkranz-der-ungeborenen-5-gesaetze>
→ Dort sind auch die wenigen Zusatzgebete zur obigen Anleitung vermerkt
– inkl. der Bezugsmöglichkeit des speziellen, schönen Rosenkranzes.

Vorschläge für andere private Gebete

Intensives Gebet an unsere himmlische Königin, damit sie uns ihre in Fülle gelebten Tugenden vermittelt.

Heilige Maria vom Sieg.

Geliebte Tochter des himmlischen Vaters, gib mir deinen starken Glauben.
Demütige Mutter des himmlischen Sohnes, gib mir deine fruchtbare Hoffnung.

Heilige Braut des Heiligen Geistes, schenke mir deine reine und zärtliche Liebe. Möge dies alles so geschehen, wie Gott es will, nämlich:

- Zur größeren Ehre Gottes des Vaters, unseres zärtlichen Schöpfers, der mit Liebe unsere Erlösung ersinnt.
- Zur größeren Ehre Gottes des gehorsamen Sohnes, der als erlösendes Wort Mensch werden konnte - dank des Jaworts der heiligen Jungfrau.
- Zur größeren Ehre Gottes des Heiligen Geistes, der uns als Atem Gottes wie ein heiliges Feuer begleitet und uns im Feuersturm der Liebe in die ewige Heimat führen will.

Amen.

Von einem unbeholfenen und begriffstutzigen Sodalen Mariens

Gebet um Vergebung

Gott, ich glaube an dich, ich bete dich an, ich hoffe auf dich und ich liebe dich. Ich bitte dich um Vergebung für diejenigen, die nicht an dich glauben, dich nicht anbeten, nicht auf dich hoffen und dich nicht lieben. Amen.

Gebet des Engels, Fatima, Herbst 1916

Gebet um Erlösung

Heiligste Dreifaltigkeit, Vater, Sohn und Heiliger Geist, ich bete Dich in tiefster Ehrfurcht an und bringe Dir den kostbaren Leib und das Blut, die Seele und die Gottheit Jesu Christi dar, die in allen Tabernakeln der Welt gegenwärtig sind, als Sühne für alle Beleidigungen, Sakrilegien und Ungerechtigkeiten, mit denen er selbst beleidigt wird. Durch die unendlichen Verdienste Seines Heiligsten Herzens und des Unbefleckten Herzens Mariens bitte ich dich, die armen Sünder zu bekehren. Amen.

Gebet des Engels, Fatima, Herbst 1916

Erläuterungen und praktische Hinweise

Die vorliegenden Rosenkranzmeditationen können sowohl privat als auch in Gebetsgruppen betrachtet werden.

Die Meditationen (in 10 Anrufungen je Geheimnis) sind wie folgt in das Ave-Maria einzufügen:

Gegrüßt 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,
... das meditierte Geheimnis gemäß Rosenkranz einfügen ...
Heilige Maria, Mutter Gottes,
bitte für uns Sünder,
jetzt und in der Stunde unseres Todes.
Amen.

Wenn man privat betet, empfiehlt es sich, nach jedem Zehner inne zu halten und eine Zeit der Stille einzulegen, um das innere Nachschwingen zu spüren. Wenn dieses nachlässt, fahre mit dem Gebet weiter.

Die **lichtreichen Geheimnisse** wurden 2002, im Jahr des Rosenkranzes, vom Hl. Papst Johannes Paul II eingeführt, wodurch sich die Anzahl der Geheimnisse des Rosenkranzes von fünfzehn auf zwanzig erhöhte. Er empfiehlt, sie donnerstags zu beten.

Der Rosenkranz der **trostreichen Geheimnisse** wurde 1975 im deutschen Gebets- und Gesangsbuch „Gotteslob“ eingeführt und ist eine Ergänzung zu den drei klassischen Rosenkränzen der katholischen Kirche. Er ist vor allem in Deutschland und der Ostschweiz beliebt. Als möglicher Tag für das Beten wird der Sonntag empfohlen.

Vorschlag für die Verteilung aller Rosenkränze in dieser Broschüre auf die Wochentage in der liturgischen Zeit des Jahreszyklus (also ohne Ostern, Passion und Weihnachtszeit)

Wochentag	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag	
Rosenkranz	Freudenreich	Schmerzreich	Glorreich	Lichtreich	Schmerzreich	Freudenreich	Glorreich	Trostreich

Freudenreiche Geheimnisse mit meditativer Vertiefung

**Erbitte uns, o Maria, eine tiefe Demut und Bereitschaft zu allem,
was Gott von uns will.**

I. Meditation: Vom Hl. Geist empfangen

1. den du, o Jungfrau, vom Heiligen Geist empfangen hast.
2. der durch den Engel dein Jawort erbeten hat.
3. der auf dein Jawort hin dein Kind geworden ist.
4. den du als den Gottmenschen in deinem Schoß getragen hast.
5. der dich zum Voraus vor jedem Makel der Erbsünde bewahrt hat.
6. der dich zum Voraus durch den Heiligen Geist so gnadenvoll gemacht hat.
7. der dein ganzes Sein mit Jubel und Anbetung erfüllt hat.
8. mit Dem du auch uns geheimnisvoll in deinem Schoß getragen hast.
9. der durch Seine Menschwerdung alle Menschwerdung heiligen wollte.
10. um Dessen willen wir dich so innig lieben und verehren.

Durch dieses Geheimnis erlebe uns, o Maria, eine opferfreudige Nächstenliebe.

II. Meditation: Zu Elisabeth getragen

1. den du, o Jungfrau, zu Elisabeth getragen hast.
2. dessen Liebe dich zur Tat der Liebe gedrängt hat.
3. den du anbetend durch Täler und über Hügel getragen hast.
4. in Dessen Liebe dir die ganze Welt verwandelt war.
5. mit Dem du die Menschen auf dem Weg so innig gesegnet hast.
6. durch Den du das Haus des Zacharias mit Segen erfüllt hast.
7. der aus deinem Schoß Seinen Vorläufer geheiligt hat.

8. der Elisabeth mit so grosser Ehrfurcht auch vor dir erfüllt hat.
9. in Dem dein Geist frohlockend das Lob Seiner Gnade gesungen hat.
10. der auch uns zur Tat der Nächstenliebe drängen wolle.

Durch dieses Geheimnis erlebe uns, o Maria, Liebe zur Einfachheit.

III. Meditation: In Bethlehem geboren

1. den du, o Jungfrau, geboren hast.
2. der dich in Seine freiwillige Armut hineingenommen hat.
3. der dich gnadenvoll zur Gefährtin Seines schweren Lebens gemacht hat.
4. der aus dir wie die Sonne aus der Morgenröte hervorgegangen ist.
5. den du, als deinen Gott und Herrn, in die arme Krippe gelegt hast.
6. den du im Schauer heiliger Ehrfurcht angebetet hast.
7. dessen unendliche Liebe dich alle Armut vergessen ließ.
8. den du in inniger Mutterliebe an dein Herz genommen hast.
9. den du den armen Hirten in die Arme gelegt hast.
10. den du allen Verlangenden ins Herz hineinbetten mögest.

Durch dieses Geheimnis erlebe uns, o Maria, uns immer für Christus zu entscheiden.

IV. Meditation: Im Tempel aufgeopfert

1. den du, o Jungfrau, im Tempel aufgeopfert hast.
2. den du nach dem Willen des Vaters zum Opfer dargebracht hast.
3. den der Vater zu unserem Heil als Opfer zum Voraus angenommen hat.
4. der als König und Herrscher von Seinem Tempel Besitz ergriffen hat.
5. in Dem der greise Simeon das Heil der Welt begrüßt hat.
6. den der heilige Greis als das Licht der Heiden verkündet hat.
7. an Dem sich von nun an das Schicksal aller Menschen entscheiden wird.
8. der auch dein Schicksal in Mühen und Herrlichkeit sein wird.

9. den du als Opferlamm in deinen Alltag zurückgetragen hast.
10. der auch uns den liebenden Opfergeist schenken wolle.

Durch dieses Geheimnis erlebe uns, o Maria, eine innige Vereinigung mit Jesus und die Gnade, in Seiner Liebe immer mehr zuzunehmen.

V. Meditation: Im Tempel gefunden

1. den du, o Jungfrau, im Tempel wiedergefunden hast.
2. der ohne dein Wissen im Tempel zurückgeblieben ist.
3. der jetzt in dem sein musste, was Seines Vaters ist.
4. dessen Verlust dich in tiefe Angst gestürzt hat.
5. nach Dem sich dein Mutterherz in Sehnsucht verzehrt hat.
6. den du in Schmerzen Tag und Nacht gesucht hast.
7. den du staunend mitten unter den Lehrern gefunden hast.
8. dem du dein mütterliches Nichtverstehen kundgetan hast.
9. dessen göttliche Antwort du in deinem Herzen erwogen hast.
10. der uns helfen wolle, das Liebste zu lassen, wenn Gott es will.

Quelle: P. Walter Mugglin SJ, 1894-1974, Bad Schönbrunn, Schweiz.

Glorreiche Geheimnisse mit mediativer Vertiefung

Durch dieses Geheimnis erflehe uns, o Maria, lebendigen Glauben und Mut zum Zeugnis.

I. Meditation: Von den Toten auferstanden

1. der von den Toten auferstanden ist.
2. dessen siegreiche Seele göttlich beseligt worden ist.
3. dessen Seele in Gottes Kraft vom Heiligsten Leib Besitz ergriffen hat.
4. der wunderbar verklärt aus dem Grab erstanden ist.
5. der dich, o jungfräuliche Mutter, wunderbar getröstet hat.
6. der alles Leid der Seinen in Siegesfreude verwandelt hat.
7. der auch uns zu neuem Leben ruft und stärken will.
8. der unsere Niederlagen in Sieg verwandeln will.
9. der allein die Auferstehung und das Leben ist.
10. der uns den Sieg verleihe über Sünde, Not und Tod.

Durch dieses Geheimnis erflehe uns, o Maria, eine große Sehnsucht nach endzeitlicher Vollendung und Vereinigung mit Jesus.

II. Meditation: In den Himmel aufgefahren

1. der in den Himmel aufgefahren ist.
2. der, auferstanden, den Seinen vielfach erschienen ist.
3. der die Seinen im Glauben wunderbar gefestigt hat.
4. der die Apostel zum Zeugnis in die Welt hinaus gesandt hat.
5. der vor den Augen der Seinen in den Himmel aufgefahren ist.
6. der als Herr der Herrlichkeit zum Vater heimgekehrt ist.
7. der nun glorreich zur Rechten des Vaters thront.

8. der uns im Himmel eine Wohnung bereitet hat.
9. in Dem wir den einzigen Mittler beim Vater haben.
10. der uns zu froher Erwartung Seiner Wiederkunft aufgerichtet hat.

Durch dieses Geheimnis erlebe uns, o Maria, die Gnaden des Heiligen Geistes und einen großen Gebetseifer.

III. Meditation: Den Heiligen Geist ausgesandt

1. der uns den Heiligen Geist gesandt hat.
2. der die Seinen, in Gemeinschaft mit dir, o Mutter der Kirche, um die Kraft aus der Höhe hat beten lassen.
3. der den Heiligen Geist in Gestalt feuriger Zungen über sie hat kommen lassen.
4. der durch den Heiligen Geist ihren Verstand erleuchtet hat.
5. der durch den Heiligen Geist ihre Herzen entflammt hat.
6. der durch den Heiligen Geist ihrem Zeugnis Macht verliehen hat.
7. der sie durch den Heiligen Geist zu neuen Menschen umgeschaffen hat.
8. der den Heiligen Geist Seiner Kirche als belebende Seele eingehaucht hat.
9. der Seine Kirche durch den Heiligen Geist wunderbar lenkt und heiligt.
10. der auch uns mit der Kraft und Liebe des Heiligen Geistes ausrüsten wolle.

Durch dieses Geheimnis erlebe uns, o Maria, einen glückseligen Tod.

IV. Meditation: In den Himmel aufgenommen

1. der dich, o Jungfrau, in den Himmel aufgenommen hat.
2. der dich mit Sehnsucht nach dem Himmel erfüllt hat.
3. der unsichtbar an deinem Sterbelager gestanden ist.
4. der dich in letzter Liebeshingabe vollendet hat.

5. der den Leib, der Ihn getragen, die Verwesung nicht hat schauen lassen.
6. der dich mit Leib und Seele zur Gefährtin Seiner Glorie gemacht hat.
7. der dich über alle Engel und Heiligen erhoben hat.
8. der dich, auserlesenstes Geschöpf Seiner Liebe, ins dreifaltige Licht Seiner Herrlichkeit aufgenommen hat.
9. der dich als Erste zur endgültigen Vollendung der Kinder Gottes geführt hat.
10. der auch uns durch deine Fürbitte einen seligen Heimgang verleihen wolle.

Durch dieses Geheimnis erlebe uns, o Maria, eine große Liebe zu deinem Sohn und zu dir, unserer Königin.

V. Meditation: Im Himmel gekrönt

1. der dich, o Jungfrau, im Himmel gekrönt hat.
2. der dir den ersten Platz in Seinem ewigen Reich angewiesen hat.
3. der dich zur Königin aller Heiligen und Engel gekrönt hat.
4. der dich als Mutter der Erlösten auch zu ihrer milden Herrscherin gemacht hat.
5. der dich zur Schatzmeisterin aller himmlischen Gnaden bestimmt hat.
6. der dich zur Mittlerin bei Ihm, dem einzigen Mittler, auserkoren hat.
7. der deiner Fürbitte so große Macht verliehen hat.
8. der dich auf Erden durch so große Wunder verherrlicht hat.
9. der den Herzen der Seinen eine so große Liebe zu dir eingeflößt hat.
10. der uns einmal Seine und deine Herrlichkeit im Himmel schauen lassen wolle.

Tipp: Zum Schluss wird empfohlen, eine Meditation zum Ave-Maria und die Trinität zu machen. (S. 95)

Quelle: P. Walter Mugglin SJ, 1894-1974, Bad Schönbrunn (Schweiz).

Inhaltsverzeichnis

Gewohnter Aufbau des Rosenkranzes	5
Vorschläge für andere private Gebete	8
Erläuterungen und praktische Hinweise	9

FREUDENREICHE GEHEIMNISSE

Freudenreiche Geheimnisse mit meditativer Vertiefung	11
Diese freudreichen biblisch vertieften Geheimnisse vereinen uns mit dem Vater der ganzen Menschheit.....	15
Freudenreiche Geheimnisse mit betrachtender Vertiefung	19
Freudenreiche Geheimnisse mit betrachtender Vertiefung	23

LICHTREICHE GEHEIMNISSE

Lichtreiche Geheimnisse mit meditativer Vertiefung.....	27
Lichtreiche Geheimnisse mit biblischer Vertiefung	31
Lichtreiche Geheimnisse mit betrachtender Vertiefung.....	35
Lichtreiche Geheimnisse mit betrachtender Vertiefung.....	39

SCHMERZHAFTE GEHEIMNISSE

Schmerzhaftes Geheimnisse mit meditativer Vertiefung	43
Diese schmerzhaften biblisch vertieften Geheimnisse vereinen uns mit dem Fleisch gewordenen Wort.	47
Schmerzhaftes Geheimnisse mit betrachtender Vertiefung	51
Schmerzhaftes Geheimnisse mit betrachtender Vertiefung	55

GLORREICHE GEHEIMNISSE

Glorreiche Geheimnisse mit mediativer Vertiefung	59
Diese glorreichen biblisch vertieften Geheimnisse stellen uns den Heiligen Geist vor Augen, der uns durch Sein Wirken zu neuen Gottesgeschöpfen machen will	63

Glorreiche Geheimnisse mit betrachtender Vertiefung.....	67
Glorreiche Geheimnisse mit betrachtender Vertiefung.....	71

TROSTREICHE GEHEIMNISSE

Trostreiche Geheimnisse mit meditativer Vertiefung	75
Trostreiche Geheimnisse mit meditativen Vertiefungen	79
Trostreiche Geheimnisse mit betrachtender Vertiefung.....	83
Trostreiche Geheimnisse mit betrachtender Vertiefung.....	87
Kleine Krone zur Hochheiligen Dreifaltigkeit	91
Meditation zum Ave-Maria und die Trinität	95
Meditativer Blick auf die Trinität.....	97
Rosenkranz der Liebe, in Form eines großen Psalters	99