



## Jak odmawiać różaniec?<sup>1</sup>

Odpowiedź na to pytanie powinniśmy zacząć od nauczania się posługiwania różańcem – owym wianuszkiem paciorków, które noszą tę samą nazwę co sama modlitwa. Potem spróbujemy wyjaśnić, na czym polega rozważanie tajemnic różańcowych. Na koniec należy jeszcze wspomnieć o „doskonałym różańcu” – tym, który ludzie zjednoczeni z Bogiem odmawiają życiem.

### Modlitwa ustna

#### Modlitwę różańcową rozpoczynamy od znaku krzyża świętego.

Całujemy krzyżyk i kreślimy nim na sobie znak krzyża mówiąc: „W imię Ojca i Syna, i Ducha Świętego.” Tym krótkim wyznaniem wiary w Trójcę Świętą i zaproszeniem Boga, by był obecny w naszej modlitwie, rozpoczyna się każda rozmowa z Bogiem. Mówimy Bogu, aniołom, ludziom, a także uświadamiamy samym sobie, że to, co teraz będziemy czynić, będziemy czynić w imię Boże.

Następnie na tym samym krzyżyku precyzujemy naszą wiarę. Chyba trudno, by nasza modlitwa była w imię Boga, jeżeli Go nie znamy. Albo źle rozumiemy! Jeżeli nasza modlitwa ma mieć moc Bożą, musi być modlitwą do tego jedyne, prawdziwego Boga. Stąd wypowiadamy słowa Credo. Składamy osobiste wyznanie wiary słowami tzw. Składu Apostolskiego.

Nie trzeba nikomu tłumaczyć, że zarówno znak krzyża świętego, jak i Wyznanie Wiary muszą być modlitwą świadomą. Należy wypowiedzieć swoje Credo jako osobiste – świadomie, „ze zrozumieniem”, jak uczyły kiedyś nauczycielki czytania w szkole.

---

1 Źródło: [Sekretariat Fatimski](#)

Pamiętajmy też o tym, że nasza modlitwa jest darem składanym Bogu i Jego Matce. Nie godzi się dać im byle czego, dlatego musi być jak najpiękniejsza – godna nieba. I stąd ten znak krzyża i pierwszych pięć paciorków, które doprowadzą nas po chwili do wieńca różańcowych tajemnic.

Są one po to, aby otworzyć się na Ducha Świętego, który z naszego wnętrza będzie modlił się i błagał Ojca, i kładł na nasze usta i do naszego serca słowa, których sami nie ośmielamy się mówić. Píše o tym św. Paweł, kiedy poucza młody Kościół o tym, jak się modlić (por. [Rz 8,26](#)).

Aby otworzyć się na Ducha Świętego, mamy do dyspozycji pięć wstępnych paciorków. [Pierwszy, nieco większy, to miejsce, gdzie odmawiamy Modlitwę Pańską](#). Następnie pod naszymi palcami przewijają się [trzy położone blisko siebie paciorki](#). Na nich odmawiamy trzykrotnie [Pozdrowienie Anielskie](#).

Wielu odmawiając te pierwsze "Zdrowaś Maryjo", modli się kolejno o wiarę, nadzieję i miłość. Trzy paciorki odpowiadają trzem cnotom teologalnym, czyli pochodzącym od Boga i ku Bogu bezpośrednio skierowanym. Cnoty te kształtują w nas rzeczywistą postawę modlitwy. Inni, odmawiając swe pierwsze Zdrowaśki, przedstawiają w swym sercu Bogu intencję, w jakiej będą odmawiać różaniec. Może to być prośba, bardziej czy mniej szczegółowa – za siebie, za bliskich, za ojczyznę, Kościół, świat – może też być podziękowanie za łaskę już otrzymaną.

[Na końcu odmawiamy Chwała Ojcu](#). Ta piękna trynitarna akłamacja przypomina, że naszą modlitwą i życiem mamy oddawać cześć Bogu w Trójcy Świętej.

Jest to również nasze pierwsze dziękczynienie za owoce modlitwy, jaką odmawiamy. Po odmówieniu trzech "Zdrowaś Maryjo" dziękujemy Bogu, że już wysłuchuje naszych prośb, że użycza nam wiary, nadziei i miłości, że przyjmuje naszą intencję, w której się modlimy.

Teraz wchodzimy w krąg różańcowy. Symbolizuje go zamknięty szereg paciorków, wianek związany medalikiem. Przesuwamy po nim palce i rozpoczynamy rozważanie pierwszej tajemnicy różańcowej. Wszystkich tajemnic jest dwadzieścia. Podzielone są na cztery części: pięć tajemnic radosnych, pięć tajemnic światła, pięć bolesnych i pięć chwalebnych. Różaniec, który trzymamy w rękach, składa się z pięciu dziesiątek, czyli rozważamy na nim albo tajemnice radosne, albo tajemnice światła, albo tajemnice bolesne, albo chwalebne.

A jeśli chcemy po zakończeniu jednej części natychmiast przejść do drugiej, nie cofając się na naszą „rozbiegówkę”, prześlizgujemy się znowu palcami po medaliku i [rozpoczynamy kolejną dziesiątkę różańca](#).

### **W jaki sposób odmawiamy kolejne dziesiątki różańca?**

Najpierw przypominamy sobie treść danej tajemnicy i odczytujemy związany z nim tekst biblijny. Następnie o ile to tylko możliwe, skupiamy wzrok na ikony danej tajemnicy (na przykład obrazie przedstawiającym dane wydarzenie) i po czym [na dużym paciorku odmawiamy Ojcie nasz](#).

Następuje [dziesięć paciorków do odmówienia dziesięciu "Zdrowaś Maryjo"](#), a na koniec pojawia się duży paciorek, na którym odmawiamy Chwała Ojcu. Na nim też przypominamy sobie treść kolejnej tajemnicy i odmawiamy Ojcie nasz poprzedzające następne dziesięć "Zdrowaś Maryjo".

Po modlitwie Chwała Ojcu, zgodnie z treścią Fatimskiego Przesłania [możemy odmówić następującą modlitwę](#):

"O mój Jezu, przebacz nam nasze grzechy, zachowaj nas od ognia piekielnego, zaprowadź wszystkie dusze do nieba i dopomóż szczególnie tym, którzy najbardziej potrzebują Twojego miłosierdzia".

Tak odmawiamy jedną dziesiątkę za drugą.

### **A co należy zrobić, kiedy modlitwą Chwała Ojcu zakończymy ostatnią dziesiątkę?**

To zależy od osobistej pobożności i od przyjętego zwyczaju. Zwykle bezpośrednio po odmówieniu różańca odmawia się jakąś maryjną modlitwę, na przykład Pod Twoją obronę. Modlitwa, którą zamykamy różaniec, jest też uzależniona od intencji, w jakiej się modliliśmy. Jeżeli modliliśmy się za zmarłych, będzie to Witaj, Królowo. Jeżeli modliliśmy się za papieża, będzie to jakaś modlitwa do Matki Bożej w intencji Ojca Świętego. Jeśli będzie to modlitwa w intencji pokoju na świecie, należałoby odmówić modlitwę za pokój itd.

### **Rozważanie tajemnic**

Różaniec nie jest tylko ustną modlitwą, ale prawdziwym ćwiczeniem się w medytacji. O tym samym pisze Jan Paweł II, wzywając nas do różańca, który nie zna pośpiechu. Ten bowiem jest jadem zdolnym uśmiercić nawet największą łaskę kontemplacji.

### **Tajemnic różańcowych, które mamy kontemplować jest dwadzieścia. Są to kolejno:**

**W części radosnej:** Zwiastowanie Najświętszej Maryi Pannie, Nawiedzenie św. Elżbiety, Narodzenie Pana Jezusa, Ofiarowanie Jezusa w świątyni, Znalezienie Pana Jezusa.

**W części światła:** Chrzest Jezusa w Jordanie, Cud w Kanie Galilejskiej, Nauczanie Jezusa o Królestwie i wezwanie do nawrócenia, Przemienienie na Górze Tabor, Ustanowienie Eucharystii.

**W części bolesnej:** Modlitwa w Ogrójcu, Biczowanie Pana Jezusa, Ukoronowanie cierniem, Droga krzyżowa, Śmierć na krzyżu.

**W części chwalebnej:** Zmartwychwstanie Pana Jezusa, Wniebowstąpienie Pana Jezusa, Zesłanie Ducha Świętego, Wniebowzięcie Matki Bożej, Ukoronowanie Maryi na Królową nieba i ziemi.

**W Kościele panuje zwyczaj przyporządkowania poszczególnych części różańca kolejnym dniom tygodnia. Jest on bardzo przydatny dla tych, którzy odmawiają różaniec codziennie.**

### **W poszczególne dni tygodnia odmawiamy następujące części różańca:**

**Poniedziałek** – tajemnice radosne

**Wtorek** – tajemnice bolesne

**Środa** – tajemnice chwalebne

**Czwartek** – tajemnice światła

**Piątek** – tajemnice bolesne

**Sobota** – tajemnice radosne

**Niedziela** – tajemnice chwalebne

W ramach poszczególnych tajemnic można rozważać fragmenty Pisma św. Można też czytać jakies różańcowe rozmyślanie. Można posłużyć się świętą wyobraźnią i stanąć przy Maryi, by być uczestnikiem kolejnych misteriów. Można patrzeć na różańcowe obrazy. Można w wydarzeniach zbawczych umieścić kogoś bliskiego, dla którego Jezus przyszedł na świat, ofiarował się Ojcu, cierpiał, zmartwychwstał, wstąpił do chwały. Można tylko kochać – cieszyć się razem z Maryją, współczuć, zachwycać chwałą... Tyle jest sposobów rozważania, ile jest sposobów wyrażania miłości.

Pamiętajmy, że naszym przewodnikiem w posługiwaniu się różańcem powinna być tylko miłość. Bez niej różaniec nie będzie darem serca, nie będzie więc modlitwą, która raduje niebo i zmienia ziemię.

### **Odmawianie różańca życiem**

Modląc się różańcem powinniśmy dążyć do tego, aby nasz różaniec był „doskonały”. Co to znaczy? Różaniec doskonały to taki, w którym do dwóch wymienionych wyżej elementów dochodzi jeszcze trzeci, najważniejszy. Modlitwie ustnej (pobożnemu odmawianiu modlitw – element pierwszy) towarzyszy modlitwa myślna (rozważanie tajemnic – element drugi), a ta z kolei przetwarza życie codzienne, czyniąc je modlitwą (element trzeci i najważniejszy). To właśnie ten trzeci element różańca sprawia, że różańcowa modlitwa jest tak skuteczna, że za jej pomocą można wyprosić u Boga wszelkie łaski.

Modlitwa, która jest życiem, to zjednoczenie z Chrystusem wszystkich naszych myśli, słów, czynów, pragnień, cierpień, wszystkiego, co stanowi o naszym istnieniu.

To codzienne życie razem z Jezusem i Maryją.

To nieustanne zanurzenie w tajemnicach zbawienia.

To patrzeć na świat, jak Maryja, oczami Boga, odrzucenie od siebie wszystkich zwierciadełek i luster, w które wpatruje się człowiek myśląc że ogląda prawdziwą rzeczywistość, gdy tymczasem ogląda świat odbity w zwierciadłach zniekształconych przez grzech: przez ludzkie opinie, narzucone sposoby myślenia, fałszywe hierarchie wartości itd.

To doskonały kult, który oddaje się Bogu całym życiem.

Doskonały różaniec to powrót do tego zupełnie pierwszego różańca, tego, który „odmawiała Maryja”. Jego owocem jest doskonałe (na ile to możliwe na tym świecie) zjednoczenie z Bogiem, doskonałe pełnienie Jego woli, doskonałe naśladowanie Matki Najświętszej we wszystkim i kroczenie pewną drogą do Królestwa.

W omawianych w tym miejscu podstawach modlitwy różańcowej możemy pozwolić sobie zaledwie na jedną konkretną wskazówkę, którą zresztą przekazała nam sama Matka Najświętsza. Jeśli chcemy, by nasz różaniec stawał się doskonały, musimy przede wszystkim wstąpić na podstawową drogę chrześcijańskiego życia: musimy wypełnić naszą codzienność modlitwą, postem i ofiarą. Ten wątek Matka Najświętsza podkreślała nieustannie w swych fatimskich objawieniach. Jesteśmy wezwani do współofiarowania się z Chrystusem za zbawienie świata. Mamy naśladować swoim życiem Chrystusa i Jego Matkę w ich wielkiej modlitwie i ofierze.

Kiedy w 1946 r. zapytano s. Łucję, co Matka Boża miała na myśli mówiąc o ofierze, wizjonerka podjęła wątek doskonałego różańca, odpowiedziała: „Przez ofiarę Matka Najświętsza rozumiała

wierne wypełnianie swoich obowiązków...” I dodała, że codziennej ofierze powinna towarzyszyć codzienna modlitwa różańcowa: „Różaniec jest bardzo ważny, musimy go bowiem odmawiać, jeśli chcemy być wierni codziennym obowiązkom...” Siostra Łucja jest przekonana, że bez modlitwy różańcowej nie sposób zjednoczyć się z Bogiem w tajemnicach swego życia i nadać codziennym obowiązkom wymiar zbawczej ofiary. Bez różańca nie sposób uczynić życia modlitwą.

O tej „różańcowej drodze” pisał Leon XIII: „Przez pobożne odmawianie różańca tajemnice życia, śmierci i zmartwychwstania Jezusa mogą stać się częścią naszego codziennego życia. A kiedy centralne tajemnice wiary staną się częścią naszej codzienności, wtedy nic już nie będzie w stanie oderwać nas od Boga i zepchnąć z drogi świętości”.

**To dlatego różaniec otwiera nam niebo.**

## Różaniec Święty po łacinie

### MYSTERIA SACRATISSIMI ROSARII

#### SIGNUM SANCTAE CRUCIS

In nomine Patris, et Filii, et Spiritus Sancti. Amen

#### SYMBOLUM APOSTOLORUM

Credo in Deum Patrem omnipotentem, Creatorem caeli et terrae. Et in Iesum Christum, Filium eius unicum, Dominum nostrum, qui conceptus est de Spiritu Sancto, natus ex Maria Virgine, passus sub Pontio Pilato, crucifixus, mortuus, et sepultus, descendit ad infernos, tertia die resurrexit a mortuis, ascendit ad caelos, sedet ad dexteram Dei Patris omnipotentis, inde venturus est iudicare vivos et mortuos. Credo in Spiritum Sanctum, sanctam Ecclesiam catholicam, sanctorum communionem, remissionem peccatorum, carnis resurrectionem et vitam aeternam. Amen.

#### ORATIO DOMINICA

Pater noster, qui es in caelis, sanctificetur nomen tuum, adveniat regnum tuum, fiat voluntas tua sicut in caelo et in terra. Panem nostrum quotidianum da nobis hodie; et dimitte nobis debita nostra, sicut et nos dimittimus debitoribus nostris, et ne nos inducas in tentationem, sed libera nos a malo. Amen.

#### SALUTATIO ANGELICA

Ave, Maria, gratia plena, Dominus tecum; benedicta tu in mulieribus, et benedictus fructus ventris tui, Iesus. Sancta Maria, mater Dei, ora pro nobis peccatoribus, nunc et in hora mortis nostrae. Amen.

#### DOXOLOGIA IN HONOREM SANCTISSIMAE TRINITATIS

Gloria Patri, et Filio, et Spiritui Sancto, sicut erat in principio et nunc et semper et in saecula saeculorum. Amen.

#### ORATIO FATIMAE

Domine Iesu, dimitte nobis debita nostra, salva nos ab igne inferiori, perduc in caelum omnes animas, praesertim eas, quae misericordiae tuae maxime indigent.