



## Böner i Svårigheter och Sjukdom

Ave **M**aria Publikationer - **G**råbröderna

Lovad vare Jesus Kristus! Nu och i all evighet. Amen!

(den s.k. *katolska hälsningen*)

Lidandet kommer i olika former till de flesta av oss förr eller senare. Herren talar t.o.m. om ett lidande som vi kan kalla för obligatoriskt, för den som vill vara Herrens lärjunge: ”*Om någon vill följa mig, ska han förneka sitt själv och ta sitt kors och följa mig.*” (Matt 16:24).

Att bära sitt kors måste ses som det fullständiga accepterandet av Guds Vilja i våra liv. Det kan inte handla om att söka lidande, utan just ett förhoppningsvis helhjärtat mottagande av det som Gud sänder oss i livet. Det kan vara yttre kroppsliga lidanden och det kan vara inre psykiska andliga svårigheter. Oavsett vad så kan vi vara säkra på att Herren är med oss i lidandet.

Var gång vi firar Långfredagen – Herrens lidandes och döds dag – borde vi vara medvetna om att vi inte kan säga till Gud: ”*Du vet inte vad jag genomlider, vad jag går igenom...*” Herren kan genom sitt lidande och sin död svara oss: ”*Jo, jag vet!*”

Jesus accepterade inte bara bli hatad och föraktad av de allra flesta (man kan undra var alla botade och mättade fanns när man förkastade Jesus? Varför vittnade de inte om Honom och försvarade Honom?), Han ville också uppleva den djupaste ensamheten och övergivenheten när Han utropade på Korset: ”*Min Gud, min Gud varför har Du övergivit mig?*” Enligt evangelisterna Markus och Matteus så avslutade Jesus sitt liv med att recitera Psaltarpsalm 22, som börjar just med dessa ord.

Så vi kan vara lugna i det lidande och de svårigheter som vi måste gå igenom att Herren Jesus vet – Han är med oss i lidandet.

En av de bästa små bönerna jag känner till i svåra situationer, när man till och med inte orkar tänka så mycket eller än mindre be längre böner är den skottbön som S:ta Faustina fick uppmaning av Herren att be: *Jesus, jag litar på Dig!* Den ingår i *Den Gudomliga Barmhärtighetens Krona*.

Ta denna bön till dig och använd den flitigt, även om du inte är riktigt övertygad om att du verkligen litar på Honom. Men det kommer du att få se att du kan...

*Jakob, hur kan du tala så, Israel, hur kan du säga: ”Jag vandrar osedd av Herren, min Gud tar sig inte an min sak.” Har du inte förstått, inte hört? Herren är en evig Gud, Han har skapat hela jorden. Han blir inte trött, Han mattas inte. Ingen pejlar djupet av Hans vishet. Han ger den trötta kraft, den svage får ny styrka. Unga män kan bli trötta och mattas, ynglingar snava och falla, men de som litar till Herren får ny kraft, de får vingar som örnar. De springer utan att bli trötta, vandrar utan att mattas.*

Profeten Jesaja 40:27-31

S:t Franciskus Kloster – Gråbröderna

Salige Carlo Acutis dag, 12 oktober 2024

Pater Joseph Maria Nilsson OFMConv

Ansvarig utgivare Ave Maria Publikationer

---

## Innehållsförteckning

Böner i Livets svåra Stunder

De Sju Andliga Vapnen

Supplicationes

Fredsbön

Medeltida Bön i Oväder

Offerakt av allt Lidande

Offerakt av allt Lidande

Bön om Hjälp

Att finna vägen

I Depression och svåra Stunder

Hjälp mig att komma igenom

Hjälp mig att bära mitt Kors

Mitt Krucifix – Litanian till Vår Korsfäste Frälsare

Bön om Förtröstan

Bön i Frestelsens Stund

Bön i Frestelse mot Hjärtats Renhet

Den Undergörande Novenan till S:t Gabriel om Hjärtats Renhet

Bön om Kyskhetens Nåd

Herre, sänd mig Någon

Sinnesroböner

Bön om Fred för alla

Överlåtelsebön

Förtroendeböner

Bön inför en oviss Framtid

Överlåtelse till Vår Fader i Himmelen

Befrielseböner

Bön för att motverka Satans Verk  
Bön om De Heliga Änglarnas Hjälp  
Bön om Hjälp  
Vår Moder av Gräsöknen  
Jabesbönen  
Mäktig Bön vid Stort Behov av Bönesvar  
Uppenbarad Bön om Beskydd i Jesu Dyrbara Blods Namn  
Beskyddets Rosenkrans  
Jesu och Marias Heliga Hjärtans Beskydds Rosenkrans  
Förtroendets Rosenkrans  
Devotionen till Jesu Dyrbara Blods Offer  
Medeltida Bön till Det Heliga Korset  
Bön om Guds Hjälp mot allt Ont  
Bön i svårigheter och prövningar till Guds Moder  
Böner att be i Sjukdom  
De sjukas Apostolat  
De Sjukas Smörjelse  
Mitt Lidande är en gyllene Nyckel  
Lidandets Trosbekännelse  
Sjukdomstidens Andliga Program  
Välsignelse av Vatten för Sjuka till Den Heliga Jungfruns  
och Aposteln S:t Jakobs Ära  
Välsignelse av Sjuka  
Offerbön i Sjukdom  
Mirakelbönen  
S:ta Faustinas Befrielsebön  
Förbön för en Sjuk  
Bön vid en Döende  
Akt av Tro, Hopp och Kärlek  
Överlåtelse  
Tillbedjan  
Lovprisning  
Tacksägelse  
Akt av Tro  
Akt av Hopp  
Akt av Kärlek  
Anbefallning i Guds Beskydd  
Saliga Jungfru Maria, De Sjukas Räddning  
Memorarebönen till Maria, De Sjukas Räddning  
Bön till Maria, De Sjukas Räddning  
Vigning till Guds Moder i Sjukdom  
Bön till Den Saliga Jungfrun Maria av Lourdes  
Vigning till Marias Smärtfyllda och Obefläckade Hjärta

och S:t Josefs Kyska, Faderliga och Ömma Hjärta i Sjukdom  
Bön till Guds Moder i Sjukdom  
Överlåtelsebön till den Heliga Familjen  
Härskaran vid Korsets Fot **HKF**  
Sjuka och Lidande Medarbetare **LDM**

Dessa texter tillhör

Ave Maria Publikationer – Gråbröderna

Du får gärna kopiera och sprida, men ange källan!  
Gåvor som visar din uppskattning (för vidare spridning)

**Swish 076 555 84 06**

---

## Böner i Livets svåra Stunder

”När du lider, när ditt kors blir allt tyngre och när ditt hjärta blöder, påminn dig då om Mässan. I Mässan arbetar inte Jesus, Han talar inte, men Han offrar sig av kärlek. I livet kan man göra många saker, uttala många ord, men lidandets röst, även om andra inte hör den, där smärtan offras i kärlek, är den starkaste bönen, det är den som öppnar Himmelen. Förena ditt lidande med Kristi lidande: fira din Mässa!”

Ur *Preghiamo, Guida spirituale del giovane francescano*, OFMConv, 1967

*”Inget får skaka dig, inget förskräcka. Allting ska klarna, Gud är densamme. Vänta och vaka, allt ska Du vinna. Den som har Gud kan ingenting sakna. Gud ensam räcker”.*

Kyrkoläraren S:ta Teresa av Jesus (Avila, 1515 - 1582)

*”Jesus är aldrig utan Korset,  
men vårt kors är heller aldrig utan Jesus.”*

S:t Pio av Pietrelcina (1887 - 1968)

### De Sju Andliga Vapnen

”Den som vill bära sitt kors av kärlek till Herren måste ha de rätta vapnen för att kunna utkämpa kampen och då särskilt följande vapen:

- Iver att bli helig,
- Att inte lita på sig själv,
- Förtroende för Gud,
- Alltid ha Kristi lidande i minnet,
- Komma ihåg sin egen dödlighet,
- Påminna sig Guds härlighet och ära,
- Följa Kristi exempel när Han frestades i öknen.”

Clarissan S:ta Katarina av Bologna (1413 - 1463), ett av Skyddshelgonen mot frestelser. Ur hennes skrift *Om de Sju Andliga Vapnen*.

### Supplicationes

Böner om hjälp. Ursprunget är Kyrkans officiella liturgi men bes och sjungs framförallt i Polen i svåra situationer, vid katastrofer, krig och under faste- och botperioder. Ibland ber man eller sjunger den – oftast ledd av lekmän – vid den Sakramentala Tillbedjan.

**Ref.:** Helige Herre Gud, Helige Starke Gud, Helige Odödlige Gud. Förbarma Dig över oss.

Första gången sjungs refrängen två gånger: först av solist eller kör, sedan alla.

**F** Från pest, hungersnöd och krig, förskona oss o Herre. **Ref.** Helige...

**F** Från plötslig oväntad död, förskona oss o Herre. **Ref.**

**F** Vi syndare ropar till Dig o Gud, bönhör oss o Herre. **Ref.**

**F** Led oss till ett liv i bot, bönhör oss o Herre. **Ref.**

**F** Skänk Ditt folk i Din godhet: (sol, regn, bröd, arbete, fred, hälsa), bönhör oss o Herre. **Ref.**

**F** Skydda Ditt folk från allt missbruk av det timliga, bönhör oss o Herre. **Ref.**

**F** Led alla kristna till enhet i en helig tro, bönhör oss o Herre. **Ref.**

**Alla** Jesus förbarma Dig, Jesus bönhör oss,  
o Jesus, Jesus, Jesus, förbarma Dig över oss.

Moder bed för oss. Moder bed för oss.

O Moder, o Guds Moder, bed för oss hos Herren Gud.

### Fredsbön

Salige Benedikt XI (1303 - 1304) Denna bön kan med fördel användas som förbön för de platser i världen där det är oroligheter och strid.

**I** den oro och nöd som krig framkallar, vilket hotar folk och nationer i deras existens, tar vi, Jesus, vår tillflykt till Ditt Heliga Hjärta såsom till vår säkraste fristad.

Till Dig, barmhärtighetens Gud, ber vi innerligen:  
förhindra att detta sker.

Till Dig, fridens Konung, ropar vi outtröttligt:

Ge oss snart den efterlängtrade freden.

Från Ditt Gudomliga Hjärta lät Du över hela världen utstråla den Heliga kärleken, för att alla stridigheter ska försvinna och endast kärlek råda bland människor.

Medan Du vistades på jorden, klappade Ditt Hjärta fullt av ömt medlidande för all mänsklig nöd.

Måtte Ditt Hjärta förbarma sig över oss även nu när vi plågas av hat och blodsutgjutelser.

Förbarma Dig över alla mödrar som lever i oro och ångest för sina söners öde.

Förbarma Dig över alla familjer som är berövade sin försörjare. Förbarma Dig över de olyckliga länder som drabbas av ett så tungt öde.

Inge dem som regerar och alla människor fridens tankar.

Gör slut på all strid som söndrar nationerna.

Låt människor åter mötas i kärlek.

Kom ihåg, att Du med Ditt Blod gjort oss till bröder.

Du lyssnade full av kärlek till Apostelns rop: ”Rädda oss, Herre, för vi går under”, och Du befallde att havets upprörda vågor skulle lugna sig, Var då med oss i även dag.

Lyssna i Din nåd på vår förtröstansfulla bön och skänk åter lugn och frid åt världen som stormen har upprört.

Och Du, Heliga Jungfru, hjälp oss även nu på samma sätt som du alltid hjälpt dina barn när de befann sig i nöd.

Beskydda och rädda oss. Amen.

#### **Medeltida Bön i Oväder**

Påven Innocentius III (1198 - 1216) beordrade publiceringen av följande bön efter ett mirakel utanför Lissabon, Portugal.

Ett manligt kloster, beläget vid havet och ofta drabbat av svåra stormar, blev en dag drabbat av ett så våldsamt oväder att taken föll ihop och dödade flera munkar. När sedan en fruktansvärd snöstorm avlöste stormen beslöt munkarna att lämna klostret för att bege sig till sina medbröder på en annan ort. Innan munkarna ens hann begrava sina döda medbröder knackade det på klosterporten. En präst, klädd som pilgrim, står utanför och vill besöka kyrkan. Munken förklarar att de snart kommer att ge sig iväg men den okände prästen uppmanar dem i stället att stanna kvar och be bönen som han överlämnar till munken. Pilgrimen uppmanade munkarna att bära en kopia på bönen med sig och att sätta upp den i klostret med löftet att om de ber denna bön vid oväder så kommer det inte att skada dem eller byggnaderna. Munken gick till sin prior med bönen. Priorn sa till brodern att bjuda

in prästen till måltiden, men när munken kom tillbaka till porten var prästen försvunnen och inga fotspår fanns att finna i snön. Ingen av de personer som befann sig utanför klostret hade sett någon. Man förmodade då att det var en budbärare från Himmelen. Innocentius III informerades om saken och munkarna eller klostret skadades aldrig mer i något oväder.

Jesus Kristus +, ärans Konung, har kommit i frid.

Gud blev människa och ordet blev kött.

Kristus föddes av Jungfrun.

Kristus led, Kristus korsfästes, Kristus dog,

Kristus uppstod från de döda, Kristus uppsteg till Himmelen.

Kristus segrar, Kristus härskar, Kristus regerar.

Må Kristus beskydda oss + från storm och blix.

Kristus gick igenom allt i frid, och Ordet blev kött.

Kristus är med oss tillsammans med Maria.

Fly ni onda andar för Lejonet från Juda, av Davids stam, har segrat.

Helige Gud, Helige Starke Gud, Helige Odödlige Gud,

förbarma Dig + över oss. Amen.

### **Offerakt av allt Lidande**

Pater Joseph Maria Nilsson OFMConv

Aldrig är en akt av offer så välbehaglig för Gud och effektiv för andras eviga väl som när den görs av kärlek och fullkomlig överlåtelse i lidandets stund.

Allraheligaste Treenighet, Fader, Son och Helige Ande. Min Gud mitt allt. Jag är skapad av Din Gudomliga Barmhärtighet och till Din Barmhärtiga Kärlek ger jag nu tillbaka allt det jag är och vad jag går igenom.

Jag viger till Jesu Heliga Sår och Dyrbara Blod, genom Marias Smärtfyllda och Obefläckade Hjärta, allt lidande, utan undantag, i min själ och allt den smärta som min kropp nu och någonsin har genomlidit.

Min enda intention är att uppfylla det som fattas i Kristi lidande och så samverka i Frälsningsverket.

Om jag någonsin har behållit något smärtsamt för mig själv, så ber jag Dig nu, min Gud, att ta emot mitt offer av alla livets svårigheter, besvikelser, fysiska och psykiska lidanden.

Denna vigning gör jag för att ära och tjäna Dig, min älskade Gud.



Jag ber dig, min kärleksfulla Moder Maria, att du överräcker mitt offer till Gud den Allsmäktige, för Han älskar allt det som du ger Honom och allt som kommer genom ditt Obefläckade Hjärta är fullkomligt och rent.

Jag ber dig om detta i förtroende för den kärlek och förståelse som du har för oss dina barn.

Hjälp mig att i alla livets omständigheter leva troget denna vigning och med tillförsikt för Guds Barmhärtiga Kärlek alltid hålla fast vid Kristi Kors. För dina heliga smärtors och lidandes skull, var för mig alltid Barmhärtighetens Moder.

Allt för Dig min Gud – nu och i all evighet. Amen.

#### **Offerakt av allt Lidande**

S:ta Afra av Augsburg (+ ca. 302), martyrn och Skyddshelgon för kvinnor som fallit i synd. Dotter till S:ta Hillaria (+ ca. 304) började Afra trots sin fromma uppfostran att leva ett sedeslöst leverne. Hon omvände sig under förföljelserna av de kristna och brändes på bål.

Herre, Allsmäktige Gud, Jesus Kristus, Du kom inte för att kalla de rättfärdiga utan för att kalla syndare till omvändelse.

Ditt löfte är klart och går inte att betvivla.

Du sa i Din godhet, att så snart en syndare omvänder sig från sina onda gärningar vill Du inte mera komma ihåg hans synder.

Ta då emot, som ett tecken på min bot, de lidanden som jag nu går igenom och ska genomlida.

Låt lidandets eld som nu bränner min kropp befria mig från den eviga elden, som förtär både kropp och själ.

Tack, Herre Jesus Kristus.

I Din barmhärtighet har Du utvalt mig till att bli ett offer till Ditt Heliga Namns ära, Du som frambar Dig själv på Korset till ett offer för hela världens frälsning.

Du som var oskyldig led för oss som är skyldiga, Du som var god led för oss som är onda, Du som var utan synd led för oss alla som är syndare.

Till Dig bär jag fram mitt offer, till Dig som är Gud med Fadern och den Helige Anden, som Du lever och råder tillsammans med, nu och alltid och i evigheters evighet. Amen.

#### **Bön om Hjälp**

Jelena Vasilij från Medjugorje säger

att Guds Moder har dikterat denna bön den 22 juli 1985

**O** Gud, vårt hjärta befinner sig i det djupaste mörker; trots detta är det förenat med Ditt Hjärta.

Våra hjärtan slits mellan Dig och Satan; tillåt inte detta!

Och alla de gånger som våra hjärtan är delat mellan det goda och det onda ber vi Dig att upplysa våra hjärtan med Ditt ljus och hela dem. Tillåt inte att det finns två olika slags kärlek i oss, att det finns trohet mot två håll och att det onda försöker bo med det goda i oss: lögnen med uppriktigheten, kärleken med hatet, ärligheten med oärligheten, ödmjukheten med högmodet.

Hjälp oss i stället så att våra hjärtan kan upplyfta sig till Dig som ett barn.

Låt våra hjärtan dras in i friden och fortsätta att alltid längta efter den sanna friden.

Låt Din Heliga Vilja och kärlek alltid finna rum i oss och att vi åtminstone då och då verkligen längtar efter att vara Dina barn. Amen.

#### **Att finna vägen**

S:ta Birgitta (1303 - 1373)

**Herre**, kom snart och lys upp natten.

Såsom en döende längtar, så längtar jag efter Dig.

Säg min själ att intet händer utan att Du tillåter det och att intet som Du tillåter är tröstlöst.

Jesus, Guds Son, Du stod tyst inför dem som dömde Dig. Gör mig tyst, till dess jag fått besinna vad och hur jag skall tala.

Visa mig vägen, och gör mig villig att gå den.

Vådligt är att dröja och farligt att gå vidare, så uppfyll då min längtan och visa mig vägen.

Jag kommer till Dig, så som den sårade kommer till läkaren.

Ge, Herre, mitt hjärta ro. Amen.

#### **I Depression och svåra Stunder**

Thomas à Kempis (1380 - 1471)

Välsignat vare Ditt Namn i evighet, Gud, som har låtit denna prövning och svårighet komma över mig.

Jag kan inte fly ifrån den och måste därför fly till Dig för att be Dig att hjälpa mig och vända allt till gott igen.

Herre, nu är jag i nöd, jag har det svårt och är djupt betryckt. Kärleksrike Fader, vad ska jag säga till Dig?

Min själ är fylld av ångest, rädda mig undan denna stund. - Nej, det är ju för den jag har kommit (Joh. 12:27).

För jag var djupt förnedrad och Du gjorde mig fri.

Herre, jag ber Dig, gör mig fri.

För jag är svag och kan ingenting göra utan Dig och vet inte vart jag ska gå.

Ge mig tålamod, Herre, även denna gång.

Hjälp mig, Du min Gud, så har jag ingenting att frukta, hur betryckt jag än är.

Herre, ske Din Vilja.

För visserligen har jag förtjänat att bli prövad och nedtyngd, och därför måste jag härda ut med tålamod till dess att stormen är över och det blir stilla. Men Din allsmåktiga hand förmår att rädda mig ur prövningen och att lindra min plåga så att jag inte går under. Så har Du gjort förr med mig, barmhärtige Gud.

För det som är svårt för mig, är lätt för Din starka hand. Amen

#### **Hjälp mig att komma igenom**

Thomas à Kempis (1380 - 1471)

Herre, jag vet inte hur jag ska kunna uthärda. Men Du vet det.

Gör sådant som nu verkar omöjligt möjligt för mig genom Din nåd.

Jag orkar lida bara litet, bara det som fort går över.

När motgången varar blir jag slagen till marken.

Herre, säg till min själ att allt kan få en mening.

Du som är min Frälsare och Saliggörare, bevisa mig Din nåd och hjälp mig igenom detta, för ditt Namns skull. Amen.

#### **Hjälp mig att bära mitt Kors**

Ur *Fénelon* av Francois de Salignac de la Mothe (1651 - 1715)

Min Frälsare, Du vill bära alla mina lidanden.

Du inbjuder mig att lägga dem på Dig.

För allt vad jag lider kan jag finna lindring hos Dig.

Så lägger jag då mitt kors till Ditt eget - bär det för mig!

Jag är lika vanmäktig som Du var, när en annan måste bära Ditt Kors.

Jag följer Dig, Herre, till Golgata för att korsfästas där.

Jag vill dö i Dina armar, när Du så vill, men mitt kors trycker mig till marken.

Jag behöver tålamod - var Du själv mitt tålamod, det bönfäller jag Dig enligt Ditt löfte.

Jag kommer till Dig, jag förmår inte mer; det är nog för att be om Ditt medlidande och Din hjälp. Amen.

**Mitt Krucifix – Litania till Vår Korsfäste Frälsare**

Ur *Tutto per Gesù*, Libreria Ed. Ecclesiastica, 1927

Denna bön passar i svåra stunder, då det ser mörkt och hopplöst ut.

Se gärna på krucifixet du bär om halsen eller i fickan när du ber denna bön.

**Jag** bär tecknet på Dig, min Korsfäste Herre, och detta tecken föredrar jag framför allt annat.

När jag är svag, är Du min styrka.

När jag faller, lyfter Du upp mig.

När jag är sårad, helar Du mig.

När jag gråter, är Du min tröst.

När jag lider, är Du min enda hjälp.

När jag är rädd, är Du min styrka.

När jag ropar, är Du svaret.

Du är ljuset som skingrar mörkret.

Du är solen som värmer mig.

Du är födan som när mig.

Du är källan som ger mig svalka.

Du är ljuvligheten som uppfyller mig med glädje.

Du är skönheten som bländar mig.

Du är avskildheten som ger mig ro.

Du är borgen där jag innesluts.

Du är den glödande härden där jag förtärs.

Du är det oändliga hav i vilket jag kan kasta alla mina bekymmer och bördor.

Du är djupet i vilket jag förlorar min självupptagenhet och finner mitt sanna jag.

Jag finner allt i Dig min Korsfäste Frälsare.

Jag vill inte önska mig någon eller något annat.

Jag vill inte söka något annat.

Jag vill inte fråga efter någon annan.

Jag vill inte vänta på någon annan.

Jag vill inte behålla någon annan eller något annat än Dig min Korsfäste Herre.

Du ska hela mig under mitt liv.

Du är min säkerhet och trygghet inför döden och Du ska kröna mig med evigheten, i vilken jag ska stå i evig tacksamhetsskuld till Dig, min Korsfäste Frälsare och Herre. Amen.

### **Bön om Förtröstan**

Kyrkoläraren S:t Franciskus av Sales (1567 - 1622)

Gud, Du är min Gud, jag förtröstar på Dig, Du ska bistå mig!  
Du är min tillflykt och jag ska inte frukta något, för Du är inte bara hos mig, Du är i mig och jag i Dig. Amen.

### **Bön i Frestelsens Stund**

Pater Jean-Pierre De Caussade, SJ (1675 - 1749)

ur *Överlåtelsen åt Guds Försyn*

Min Gud, bevara mig genom Din nåd för all synd!  
Men då det är smärtsamt för egenkärleken och är hälsosamt för mig att låta förnedring vara min stolthet, så välkomnar jag frestelserna av hjärtat. Inte så mycket som utslag av Din rättfärdighet, utan som välsignelser som Din stora barmhärtighet bevisar mig. Då blir min bön: Ha medlidande med mig, Herre, och hjälp mig. Amen.

Be nu om förbön från Skyddshelgonen mot frestelser:

Helige Ärkeängeln Mikael, *bed för mig*

Helige Benediktus,

Heliga Angela av Foligno,

Heliga Katarina av Bologna,

Heliga Katarina av Genova,

Heliga Elisabet av Schonau,

Heliga Helena av Cavalcanti,

Heliga Margareta av Cortona,

Heliga Gemma Galgani.

Alla Änglar och helgon i Himmelen

Amen.

Välsigna nu dig själv med vigvatten och kyss ditt krucifix.

### **Bön i Frestelse mot Hjärtats Renhet**

Ur Oremus 1909

Herre, Himmelske Fader, Du som för Din enfödde Son valt en jungfrulig moder och en jungfrulig fosterfader, Du älskar kyska själar och uppenbarar Dig för dem.

För Din älskade Sons skull ber jag Dig, ge mig ljus och styrka att högakta, älska och mot alla fiender försvara hjärtats renhet, denna Himmelska skatt, som vi bär i bräckliga lerkärl.

Herre Jesus Kristus, Du som sagt: ”Saliga är de renhjärtade”, för den kärlek Du hyser för kyska själar, ber jag Dig, bevara mina sinnen för farliga intryck, min inbillningskraft för skadliga bilder, mitt hjärta för alla onda begär, för att jag ska kunna tjäna Dig med rent hjärta och kysk kropp.

I närvaro av Din jungfruliga Moder Maria, den Helige Josef, Din Helige Ängel och hela det Himmelska Hovet lovar jag Dig att omsorgsfullt vaka över mina sinnen och mitt hjärta.

Jag vill samvetsgrant undvika varje person, varje sällskap, varje sammankomst, varje tillfälle som medför fara för min själ, för vilka samvetets röst och hjärtats oro varnar mig.

Jag vill modigt och ihärdigt strida mot alla frestelser och fientliga angrepp och aldrig göra eller tillåta något, som i det minsta kunde sätta hjärtats renhet i fara.

Välsigna, Herre, dessa mina goda föresatser, och såsom Du gett mig nåden att fatta dem, ge mig även kraft att utföra dem.

Helige Ande, kom, uppfyll mig med helig fruktan för Gud och förtär i mitt hjärta genom Din kärleks eld den onda begärelsens lågor.

Jag är Ditt levande tempel.

Du själv varnar mig att vanhelga detta tempel. För du säger: ”Om någon vanäras Guds Tempel, ska Gud fördärva honom, för Guds tempel är heligt, och det är ni.”

Skapa i mig ett rent hjärta och bevara det fritt från alla okyska begär, så att ingenting finns i mig, som kan misshaga Dig och ådra mig förkastelsens dom. Amen.

**Den Undergörande Novenan till  
S:t Gabriel om Hjärtats Renhet**

S:ta Gemma Galgani (1878 - 1903), mystiker och stigmatiserad lekmanpassionist, var nära förtvivlan över alla frestelser mot kyskheten. Hon hade redan fått bönesvar när hon vänt sig till passionisten, S:t Gabriel av den Smärtfyllda Modern (1838 - 1862) angående sin hälsa. Hon bad denna Novena till S:t Gabriel och behövde aldrig mer känna någon oro inför dessa frestelser.

Många troende ber även denna Novena varje år mellan den 18 - 26 februari inför S:t Gabriels fest den 27:e februari.

S:ta Gabriels grav i Gran Sasso (Abruzzi) är en av Italiens viktigare vallfartsorter. Gammal avlatsbön, Benediktus XV, 25 okt. 1920.

**Helige Gabriel** av den Smärtfyllda Modern, du den upphöjda kärlekens och kyskhetens ängel.

Du är den kristna ungdomens Beskyddare, som genom din innerliga hängivenhet till den Korsfäste Jesus och Hans Allraheligaste Moder, på kort tid uppnådde fullkomligheten.

Be för mig om nåden att kunna bli din efterföljare och efter ett liv tillsammans med dig nära Korset en dag få del av Korsets ovärderliga frukter i Himmelen.

Kärleksfulla helgon, var min förebedjare inför den Gudomliga Barmhärtighetens Tron.

Gud har utvalt dig till redskap för sina välgärningar, därför ber jag dig att be för mig om den nåd jag behöver (nämn din böneintention). Helige Gabriel, vänd dig inte bort från mig utan bönhör mig för den kärlek som du alltid haft för Maria. Amen.

**F** Bed för oss, Helige Gabriel,

**Alla** att vi blir värdiga Kristi löften.

**F** Låt oss bedja. Gud, Du undervisade Din bekännare, den Helige Gabriel, att alltid minnas Din älskade Moders sorger och genom henne krönte Du honom med helighetens och underverkens ära, låt oss på hans förbön och föredöme bli delaktiga i Din Moders sorger, så att vi genom hennes moderliga beskydd uppnår den eviga frälsningen.

Du som lever och råder från evighet till evighet.

**Alla** Amen.

*Fader vår. Var hälsad Maria, Ära vare Fadern.*

### **Bön om Kyskhetens Nåd**

S:t Thomas av Aquino (1225 - 1274)

Älskade Jesus, jag vet att varje fullkomlig gåva och särskilt kyskhetens nåd beror på Din Försyns kraft.

Utan Dig kan en skapad varelse inte göra något.

Därför bönfaller jag Dig att försvara med Din nåd min kropps och min själs kyskhet och renhet.

Om jag någonsin har erfarit något som kan fläcka min kyskhet och renhet ber jag Dig att rena mig från allt.

Herre, Du den Allrahögste, av Din godhet beror allt jag förmår.  
Jag ber Dig att låta mig få ett allt renare hjärta, som med all kraft älskar och tjänar Dig och som blir ett fläckfritt altare för Din Gudomlighet på vilket jag kan offra mig själv varje dag för resten av mitt liv. Amen.

### **Herre, sänd mig Någon**

S:ta Teresa av Calcutta (1910 - 1997)

Herre, när jag är hungrig, sänd mig någon som behöver mat,  
när jag är törstig, sänd mig någon som behöver dryck,  
när jag fryser, sänd mig någon jag kan värma,  
när jag är bedrövad, sänd mig någon att trösta,  
när mitt kors känns tungt, låt mig dela bördan av en annans kors,  
när jag är fattig, sänd mig någon som lider brist,  
när jag inte har tid, sänd mig någon som behöver mig,  
när jag är förödmjukad, låt det finnas någon jag kan berömma,  
när jag är nedstämd, sänd mig någon jag kan uppmuntra,  
när jag behöver andras förståelse, sänd mig någon som behöver min,  
när jag behöver bli omhändertagen, sänd mig någon att ta hand om,  
när jag tänker enbart på mig själv, drag mina tankar till en annan.  
Amen.

### **Sinnesrobönen**

Reinhold Niebuhr (1892 - 1971). Hans berömda bön brukar användas av många olika kristna denominationer och grupper bl.a. Anonyma Alkoholister, som har denna bön som en viktig del i sitt program.

Gud, ge mig Din frid att acceptera det jag inte kan förändra.  
Modet att förändra det jag kan; och visdom att känna skillnaden.  
Hjälp mig att leva en dag i sänder, att glädja mig ett ögonblick i sänder.

Att acceptera svårigheterna som vägen till inre frid.

Att acceptera denna syndfulla värld, såsom Kristus gjorde, och inte kräva att den ska vara som jag skulle vilja att den var.

Att lita på att Han kommer att vända allt rätt om jag överlämnar mig åt Hans Vilja.

Hjälp mig att vara så lycklig jag kan i denna värld och att få lyckan med Honom som inte har något slut i den tillkommande världen.  
Amen.

### **Bön om Fred för alla**



Gammal Avlatsbön, Salige Pius IX, 18 maj 1848

En bön som passar utmärkt för freden i världen

**H**erre, ge oss fred i våra dagar, för det finns ingen som försvarar oss, om inte Du vår Gud gör det.

Låt freden komma genom Ditt starka ingripande.

Ge dem som tillhör Dig frid och välgång.

O Gud från vilken kommer alla Heliga önsknningar, rätta råd och goda gärningar, ge Dina tjänare den fred som inte världen kan ge, för att våra hjärtan blir alltmer lydiga Dina Bud och alla människor genom Ditt beskydd lever i större samförstånd.

Om detta ber vi för Din Son Jesu Kristi förtjänsters skull, Han är Fridens Lamm, som tar bort världens synder och ger den sanna freden. Amen.

### **Överlåtelsebön**

S:t Nikolaus av Flüe, (1417 - 1487)

**M**in Herre och min Gud, tag ifrån mig allt, som hindrar mig att komma till Dig.

Min Herre och min Gud, ge mig allt, som hjälper mig att komma Dig allt närmare.

Min Herre och min Gud, tag mig bort ifrån mig själv, och ge mig helt åt Dig.

### **Förtroendebönen**

S:t Claude de la Colombière (1641 – 1682). Jesuithelgonets bön hittades i efterlämnade dokument av hans nutida medbroder Pater Luigi Filosomi, från Il Gesùklostret i Rom. Pater Filosomi själv utgivare av en av de mest spridda bönböckerna i Italien. *Förtroendets Bön* har blivit en av de mer kända bönerna på italienska.

**M**in Herre och min Gud, jag är helt övertygad om att Du har omsorg om alla som litar på Dig och att ingenting saknas dem som förväntar sig allt från Dig. Därför har jag beslutat, för all framtid, att leva utan något som helst bekymmer och att överlåta till Dig alla min oro.

Människor kan ta ifrån mig allt, till och med min ära och heder, sjukdomar må ta ifrån mig styrka och min förmåga att tjäna Dig, genom synd kan jag till och med förlora Din nåd, men jag ska aldrig och återigen aldrig förlora mitt förtroende för Dig, min Gud. Detta förtroende ska jag behålla ända till slutet och den Onde, med all sin makt, kommer aldrig att kunna ta detta förtroende ifrån mig.

Andra är fria att se lyckan i rikedom och göra allt för forma sina liv enligt egna idéer. Må andra förlita sig på sin oskyldighet, sin fromhet, på alla sina goda gärningar, jag själv vill bara ha förtroende för mitt eget förtroende för Dig. För detta förtroende har aldrig har svikit någon.

Det är därför jag är fullkomligt säker på att bli evigt lycklig, för jag har en okuvlig övertygelse om att jag kommer att bli lycklig och för att jag endast har hoppats att få denna lycka från Dig.

Genom min smärtsamma erfarenhet måste jag dessvärre erkänna min svaghet och obeständighet. Jag vet hur mycket frestelser kan bryta ner även de mest grundade dygder. Ändå finns det ingenting, så länge jag behåller mitt förtroende för Dig, som kan skrämma mig. Genom förtroendet för Dig kommer jag att vara skyddad från allt ont och säker på att fortsätta att hoppas och det är ett hopp som aldrig kan brytas ner.

Till slut, min Gud, är jag övertygad i mitt inre att jag aldrig kan ha för mycket förtroende för Dig och att det jag kommer att få från Dig alltid kommer att överstiga det som jag har hoppats på.

Herre, jag hoppas även att Du ska lyfta mig upp ur alla mina svagheter, att Du ger mig styrka i de värsta anfallen, att Du segrar över min svaghet när mina mest fruktade fiender attackerar mig.

Jag har så stort förtroende att Du alltid ska älska mig och att jag själv alltid ska älska Dig. Må detta förtroende för Dig, min Skapare, bli allt starkare till dess jag är hos Dig i all evighet. Amen.

### **Bön inför en oviss Framtid**

Denna bön komponerade Prinsessan Elisabet Filippina Maria Helena, ”Madame Elisabet” (1764 - 1794), syster till Ludvig XVI av Frankrike, under sin fängelsetid i Bastiljen. När revolutionen utbröt 1789 delade hon frivilligt fångenskapen med sin brors familj tills hon avrättades den 10 maj 1794

**Min Gud, vad ska hända mig idag? Jag vet inte.**

Allt jag vet är att ingenting kommer att hända mig som Du inte har förutsett, tillåter och bestämt från all evighet.

Detta är nog för mig att veta, min Gud. Det räcker!

Jag tillber Dina eviga och outgrundliga planer och av kärlek till Dig överlåter jag mig fullständigt åt Din Vilja. Amen.

### **Överlåtelse till Vår Fader i Himmelen**

S:t Charles de Foucauld (1858-1916)

Fader, jag överlämnar mig åt Dig,  
gör med mig vad Du vill.  
Vad Du än gör med mig tackar jag Dig.  
Jag är redo till allt, jag är med på allt.  
Må bara Din Vilja ske med mig och med allt Du skapat; jag önskar  
ingenting annat, min Gud.  
Jag lägger mitt liv i Dina händer,  
jag ger Dig det, min Gud, med all mitt hjärtas kärlek,  
för jag älskar Dig, och det är ett behov för mig att få ge mig, att få  
överlämna mig i Dina Händer utan förbehåll med oändlig förtröstan  
för Du är min Fader. Amen.

Dessa texter tillhör

Ave Maria Publikationer – Gråbröderna

Du får gärna kopiera och sprida, men ange källan!

Gåvor som visar din uppskattning (för vidare spridning)

**Swish 076 555 84 06**

---

### **Befrielseböner**

Den Ondes, Djävulens existens är lika verklig som vår egen. Tyvärr får vi många gånger erfara hans verk och listighet genom att ta ifrån oss den rena glädjen, friden mm. När någon anser sig leva under den Ondes starka inflytande på ett särskilt sätt kallar vi detta för besatthet. Kristus har dock lovat att inte ens dödsrikets kraft ska ha makt över Kyrkan (jfr. Matt 16:18) därför utövar Kyrkan denna sin förmåga att befria från Ondskans välde genom s.k. exorcism. Denna kan endast utföras av en exorcist, som är särskilt utnämnd till detta av Stiftsbiskopen.

I Kyrkans officiella ritual för exorcism, *De exorcismis et supplicationibus quibusdam*, från den 25 november 2001, ger Kyrkan förslag på böner om befrielse från den Ondes inflytande. Detta avsnitt i ritualen kallas för *Böner för särskilda tillfällen*. De passar särskilt att be när man själv eller andra har överträtt Guds Bud, som ju ofta sker med hjälp av den Ondes infiltration. När det är osämja och ofrid i familjen, församlingen, på arbetet mm. Se även Påven Leo XIII:s Befrielsebön, den s.k. *Lilla Exorcismen*.

Hur mycket vi inflytande och makt vi än tillskriver Djävulen, låt oss komma ihåg, Kristus är Konungen, Han och ingen annan!

*”Vi ska förakta Djävulen och inte frukta honom. För S:t Augustinus säger: ’Djävulen är en fruktansvärd gigant för dem som är rädda men ett barn för den som föraktar honom’.”*

S:t Pio av Pietrelcina (1887 - 1968)

### **Bön för att motverka Satans Verk**

En mycket populär bön bland engelskspråkiga katoliker

**O** Gudomlige, Evige Fader, i förening med Din Gudomlige Son och den Helige ande, och genom Marias Obefläckade Hjärta, bönfaller jag Dig att förgöra Din största fiendes krafter – de onda andarnas.

Förpassa dem till Helvetets djupaste mörker och låt dem aldrig mer få frihet att komma därifrån!

Ta Ditt Rike i besittning, det Rike som Du har skapat och som rättmätigt är Ditt.

Himmelske Fader, ge oss Jesu Heliga Hjärtas och Marias Obefläckade Hjärtas Rike.

Jag ber denna bön av kärlek till Dig med alla mina hjärtslag och varje andetag. Amen.

### **Bön om De Heliga Änglarnas Hjäl**

Gammal avlatsbön, S:t Pius X, 10 juli 1907, 15 dec. 1910

**Heliga Ängel** som styrkte vår Herre Jesus Kristus i Örtagården, kom och ge styrka också åt oss. Kom och dröj inte! Amen.

### **Bön om Hjäl**

Enligt Jelena Vasilij från Medjugorje har Guds Moder dikterat denna bön den 22 juli 1985

**O** Gud, vårt hjärta befinner sig i det djupaste mörker; trots detta är det förenat med Ditt Hjärta.

Våra hjärtan slits mellan Dig och Satan; tillåt inte detta!

Och alla de gånger som våra hjärtan är delat mellan det goda och det onda ber vi Dig att upplysa våra hjärtan med Ditt ljus och hela dem.

Tillåt inte att det finns två olika slags kärlek i oss, att det finns trohet mot två håll och att det onda försöker bo med det goda i oss: lögnen med uppriktigheten, kärleken med hatet, ärligheten med oärligheten, ödmjukheten med högmodet.

Hjäl

Låt våra hjärtan dras in i friden och fortsätta att alltid längta efter den sanna friden.

Låt Din Heliga Vilja och kärlek alltid finna rum i oss och att vi åtminstone då och då verkligen längtar efter att vara Dina barn. Amen.

### **Vår Moder av Gräsöknen**

*Our Lady of the Prairies*

Vädjan i Ekonomiska Svårigheter

Devotionen till Guds Moder under titeln *Vår Moder av Gräsöknen* är mycket populär i engelsktalande länder, särskilt i USA, där till och med ett flertal kyrkor bär denna titel. Maria av Gräsöknen talar till oss om att vår Himmelska Mamma inte bara tar sig an våra andliga behov, utan allt som bekymrar oss i livet, som exempelvis dålig ekonomi. Följande bön är en översättning från engelskan med imprimatur från Biskop F.J. Klein, Saskatoon, 16 juli 1959.

Bönen bör bes som novena: nio dagar i följd eller nio gånger samma dag.

Underbara Moder av Gräsöknen, jag vädjar om din hjälp (nämnd böneintention). Låt mig få erfara att Gud Allsmäktig förbarmar sig över mig genom din förbön. Amen.

Moder av Gräsöknen, du kan få den karga marken att ge skörd.

Bed för oss.

### **Jabesbönen**

En bön som blir allt mer populär även bland katoliker just nu är Jabes bön från 1 Krönikeboken 4:10: *"Jabes hade högre anseende än sina bröder. Hans mor gav honom namnet Jabes, 'ty', sade hon, 'jag födde honom med smärta'. Men Jabes åkallade Israels Gud:"*

Välsigna mig och gör mitt område stort.

Låt Din Hand stödja mig och befria mig från olycka och smärta. Amen.

*"Och Gud uppfyllde hans önskan".*

### **Mäktig Bön vid Stort Behov av Bönesvar**

Ur *Jesus, Mary, Joseph Novena Manual*, Father Stedman. My Triple Prayer: *"De mest överväldigande bönesvar har erhållits genom denna bön, som är ett rop om hjälp som i förtroende, direkt och omedelbart vänder sig till Fadern, Sonen, den Helige Anden, Maria och Joseph."*

Evige Fader, för Din kärleks skull till Din Evige Son och den Helige Ande vädjar jag om bönhörelse.

Evige Son, för Din kärleks skull till Din Evige Fader och den Helige Ande vädjar jag om bönhörelse.

Evige Helige Ande, för Din kärleks skull till den Evige Fadern och den Evige Sonen vädjar jag om bönhörelse.

Min korsfäste Jesus, för Din kärleks skull till de evigt tillbedjansvärda Fadern och Helige Ande och för Maria och Josef vädjar jag om bönhörelse.

Maria, min Moder, för din kärleks skull till den evigt tillbedjansvärda Treenigheten och för Jesus och Josef vädjar jag om bönhörelse.

Helige Josef, för din kärleks skull till den evigt tillbedjansvärda Treenigheten och för Jesus och Maria vädjar jag om bönhörelse. Amen.

**Uppenbarad Bön om Beskydd  
i Jesu Dyrbara Blods Namn**

Pater Giovanni Bartolomeo från Passionisternas generalhus Santi Giovanni e Paolo i Rom fick enligt eget vittnesbörd följande bön dikterad för sig under Mässan. Patern kom att tänka på alla straff och prövningar som mänskligheten måste utsättas för på grund av alla synder: krig, hungersnöd, epidemier etc.

Passionisten, som var van vid övernaturliga andliga upplevelser, fick bönen dikterad för sig. Löftet för bönen är, enligt prästen att:

***"De som ber bönen med innerlighet och tro ska bli skonade från det stora lidande som snart ska komma över världen."***

Bönen, som bör bes inför Sakramentet, fick bl.a. kyrkligt godkännande på engelska av Kardinal Patrick Hayes, New York den 5 september 1936.

Jesus, Gudomlige Frälsare, var barmhärtig mot oss och mot hela världen. Amen.

Helige Herre Gud, Helige Starke Gud, Helige Odödlige Gud, förbarma Dig över oss och över hela världen. Amen.

Min Jesus, vi vädjar om förlåtelse och barmhärtighet. Amen.

Inför de faror som ska komma över världen för dess synders skull, överskyl oss med Ditt Dyrbara Blod. Amen.

Evige Fader, visa oss Din Barmhärtighet. Vi vädjar till Dig att Du för Din enfödde Sons Jesu Kristi Dyrbara Blods skull förbarmar Dig över oss. Amen.

Barmhärtige Gud, ta emot offret av Jesu Dyrbara Blod till försoning för oss och beskydda oss från alla faror på den alltid Saliga Jungfrun

Marias, den ärorike Helige Josefs och alla helgons förbön, genom Jesus Kristus, vår Herre. Amen.

I all oro och i alla svårigheter be:

**Jesus, jag litar på Dig!**

Som Herren Jesus undervisade S:ta Faustina med Barmhärtighetens Krona

### **Beskyddets Rosenkrans**

#### *Chaplet of Protection*

I Canada lever en visionär vid namn Joyce (efternamnet hålls hemligt). Jesus bad henne en dag att offentliggöra denna bön om beskydd. Visionären försökte göra sitt bästa trots att hon inte hade tillgång till dator eller annan form av moderna kommunikationsmedel för att sprida budskapet. Under flera veckor undrade hon hur hon skulle kunna uppfylla uppdraget Herren gett henne tills hon mötte John McLarney från Toronto. John tillhörde en rörelse som vill förbereda de troende inför de straff som är resultatet av mänsklighetens allt svårare synder (*Faithful Remnants*).

Budskapet kom till Joyce precis då konflikten i Kosovo upptrappades och bönen blev mycket aktuell. Herren nämnde inte konflikten i Kosovo som orsaken till den uppenbarade bönen, utan ville ge bönen som redskap för att få Guds beskydd.

Joyce sa att Jesus gav specifika löften till dem som bad denna rosenkrans: *"Herren lovade att bönen beskyddar bedjaren från att drabbas av storm, naturkatastrofer av olika slag och militära anfall (=att bedjaren inte blir träffad) och att den även har en stor helande kraft i sig. Bönen hjälper även äktenskap i svårigheter, är helande för de andligt, psykiskt och emotionellt svaga och sjuka. Bönen Jesus gav mig har även större beskyddande kraft än den vi kan förstå just nu."*

**Herren gav oss dessa löften om vi ber bönen:**

*"Jag ska ge dem vad de ber om,*

*Jag ska öppna deras hjärtan,*

*Jag ska beskydda dem,*

*Jag älskar dem alla; jag vill att de erfar min Kärlek.*

*Jag ska ge dem frid, min frid; jag ska öppna deras själar för mig.*

*Ni ska veta att jag verkligen är hos er."*

Be gärna denna rosenkransbön på tisdagar för din familj, kommunitet, församling och för vårt land.

Man använder den vanliga rosenkransen.

**Inled med den Apostoliska Trosbekännelsen samt Fader vår.**

Första *Var hälsad Maria* till Gud Faderns ära.

Andra *Var hälsad Maria* som vädjan om nåd.

Tredje *Var hälsad Maria* som tacksägelse och som förtröstan att du blir bönhörd.

**I stället för den ordinarie Ära vare Fadern ber man:**

**Helige Herre Gud, Helige Starke Gud, Helige Odödlige Gud,  
rädda oss och alla som bor i detta land!**

**Denna bön bes sedan på övriga ensamma kulor.**

**På de fem dekaderna ber man:**

**Jesus Frälsare, barmhärtige Frälsare, skona Ditt folk!**

**Avslutningsbön efter fem dekader:**

**Guds Son, Evige Son, tack för allt Du gjort för oss! Amen.**

**Jesu och Marias Heliga Hjärtans Beskydds Rosenkrans**

Bön under de 72-timmarnas mörker och vid andra katastrofer,

ur **Visioner av de sista dagarna**, Wetlbild-Verlag GmbH, Augsburg, sid. 71

Bes med den vanliga rosenkransen.

*"Under dessa kvalfulla timmar ska människorna om och om igen åkalla Guds Moder, den starka Förebedjaren, för det behagar Gud att uppfylla hennes böner. Så ska ni be:"*

**Inled varje dekad med följande bön:**

**Maria, världsalltets Drottning, Förmedlare mellan Gud och människor, syndarnas Tillflykt, vårt hopp och vår hjälp, visa oss barmhärtighet. / Bed för oss om den sanna friden som världen inte kan ge och rädda oss ifrån undergång. Amen.**

**Varje dekad bes med följande bön:**

**Min Gud, rädda mig i Din Barmhärtighet! /**

**Jesus och Maria, Era Förenade Hjärtan vare vår räddning och frid.**

**Avslutningsbön efter fem dekader till Jesu Heliga Sårs ära:**

**O själ, min själ, rädda mig!**

**Frälsare ta emot mig i Ditt Hjärta och alla som är givna åt mig. Beskydda och bevara dem så att de inte går förlorade.**

**Förbered dem åt Dig genom Ditt och min Moder Marias Obefläckade Hjärta och ge Din välsignelse för de många som är anförtrodda åt mig. Herre var oss arma syndare nådig och barmhärtig. Amen**



*”Mina barn, om ni ber så i dagarna av trångmål, så är ni helt trygga i min Son. Gläd er i Herrens Kärlek, gläd er i Hans nåd och var tacksamma mina barn, var tacksamma! I Faderns och Sonens och den Helige Andes Namn. Amen.”*

Ur ett budskap från Maria.

### **Förtroendets Rosenkrans**

Bes i svårigheter och vid särskilda behov

Bes med den vanliga rosenkransen. Denna rosenkransbön är mycket enkel och uppenbarades för en utvald själ i början på 1900-talet.

I Italien fick den sitt första Kyrkliga godkännande i Vicenza den 29 maj 1940, det var där den spreds mest. I den första tryckta versionen uppgav man att den som bad denna rosenkrans fick 19 900 dagars avlat. Vår Herre gav den utvalda själen följande budskap med anledning av dessa böner:

#### **Löfte:**

*”Kom och ta emot mitt Hjärtas utgjutande kärlek, som vill ge allt i överflöd. Jag vill uppfylla er med min kärleks överflöd. Ni borde göra som den Helige Johannes, som lade sitt huvud för att vila vid mitt Hjärta. Om ni älskar mitt Hjärta på det viset ger ni samtidigt en stor hyllning till mitt Hjärta. Jag ber inte om stora saker. Jag ber bara om er kärlek. Den som har tro förtröstar alltid på mig. Det finns inget lidande, ingen oro, smärta eller sorg som jag inte kan trösta. Det finns ingen glädje, inget hopp, lugn eller glädje som jag inte delar med er...”*

Många ber denna bön inför Sakramentet i kyrkan.

#### **På de ensamma kulorna ber man:**

Älskade Jesus, se hur långt Du har gått i Din kärlek: Du har förberett för mig en Gudomlig Måltid genom att ge Dig själv helt för mig genom Din Heliga Kropp och Ditt Dyrbara Blod.

Vad är det som har fått Dig till detta? Säkerligen är det Ditt kärleksrika Hjärta.

O min Jesu tillbedjansvärda Hjärta, den Gudomliga Kärlekens brinnande härd.

Ta emot min själ i Ditt Allraheligaste Sår för att jag, i denna kärlekens skola, lär mig att älska Gud, vars kärlek Du har gett mig så många tecken på.

På de tio kulorna:

Jesu Heliga Gudomliga Hjärta, / jag förtröstar på Dig.

Avsluta gärna rosenkransen med en vigningsbön till Jesu Heliga Hjärta.

### **Devotionen till Jesu Dyrbara Blods Offer**

Enligt Maureen Sweeney-Kyle (Holy Love Budskapen, Ohio, USA) uppenbarade Herren på påskdagen den 11 april 2004: *"Jag är din Jesus, den människoblivne som är uppstånden från de döda. Halleluja! Jag ger denna devotion till världen till mitt Dyrbara Blods Offer. Devotionen är kort, men kraftfull och består av fem Var hälsad Maria."*

Dagen därpå gav Herren följande löfte till dem som ber dessa böner: *"jag vill uppenbara för dig mina löften till dem som ber fem Hell dig Maria för att värda utgjutandet av mitt Dyrbara Blod:*

*Först och främst är denna devotion ett mäktigt och effektivt beskydd mot Satans anfall.*

*För det andra, avslöjas genom denna devotion Satans snaror, var de än döljer sig.*

*För det tredje, är denna devotion ett sätt att andligen gå på fullkomlighetens väg som för själen allt längre in i Marie och mitt Förenade Hjärtans kammare."*

### **Dessa är de fem meditationerna:**

- Offret av utgjutelsen av mitt Blod när mina förföljare slog mig och när törnekronan genomborrade mitt huvud.

Var hälsad Maria...

- Offret av utgjutelsen av mitt Blod när jag fästes vid Korset.

Var hälsad Maria...

- Offret av utgjutelsen av mitt Blod när mitt Hjärta genomborrades av ett svärd.

Var hälsad Maria...

- Offret av utgjutelsen av mitt Blod i varje Mässa.

Var hälsad Maria...

- Offret av utgjutelsen av mitt Blod i min ständiga närvaro med Kropp, Blod, Själ och Gudom, i varje tabernakel i hela världen.

Var hälsad Maria...

*"Mina kära barn, när ni ber, be då för alla dem som behöver omvändelse och överskyl era böner med min älskade Sons, Jesu, Dyrbara Blod. Satan är stark idag. Han är medveten om den desperata kamp som han är engagerad i att dra själar från Gud. Du*

*måste alltid vara redo och förberedd. Be för alla mina barn som tror att de går på rättfärdighetens väg, men istället är lurade."*

Guds Moders ord den 19 juni 2003

### **Medeltida Bön till Det Heliga Korset**

Brucar i medeltida handskrifter ha följande inledning: *"Den bön som här följer är dikterad av Påven Leo III (795 - 816), som sände den till sin broder Karl Magnus (Karl den store), kung i Frankrike, varvid påven meddelade sin broder, att den som bär med sig den nedskrivna bönen eller hör den läsas för sig eller själv läser den ska under den dagen inte drabbas av något ont, varken till kropp eller själ. Därtill förvärrar han också 1000 års avlat. Den som läser bönen ska med sin hand göra det Heliga Korstecknet varje gång som det Heliga Korset nämns i bönen."*

Antalet korstecken, 16 st., är symboler för Treenigheten, Maria och Josef samt 11 apostlar. Dessa korstecken kan utföras antingen med det s.k. stora korstecknet eller med tummen över hjärtat var gång korset står i bönen.

Vår Herres Jesu Kristi + Kors vare med mig.

Jesu Kristi + Kors beskydde mig.

Jesu Kristi + Kors är det tecken som jag tillber.

Jesu Kristi + Kors är den sanna saligheten.

Jesu Kristi Kors segrar över alla vapen och svärd.

Jesu Kristi + Kors är ett oövervinnerligt tecken.

Jesu Kristi + Kors skyddar mitt liv och min själ.

Jesu Kristi Kors visar mig den rätta vägen till alla dygder.

I det Heliga + Korsets Namn vill jag gå alla mina vägar.

Jesu Kristi + Kors undervisar och lär mig allt gott.

Jesu Kristi + Kors tar ifrån mig allt ont.

Jesu Kristi + Kors tar bort från mig all smärta och bedrövelse.

Jesu Kristi + Kors helar mig och är i dag inför mig och bakom mig, över mig och under mig, så att alla mina ovänner och den onde flyr bort från mig i Jesu Kristi Namn när de ser mig.

Jesus från Nasaret, judarnas Konung, beskydda mig.

Jesus, Du som gick bland Dina apostlar och lärjungar bevara mig.

Herre Jesus Kristus, Du den levande Gudens Son, som blev korsfäst välsigna mig, hjälp mig, trösta mig och led mig in i Ditt eviga Rike och Din salighet.

Gud göm mig. Jesus bevara mig. Gud, vänd bort allt ont från mig.

I Faderns + och Sonens och den Helige Andes Namn. Amen.

Herrens Heliga + Kors ska skina klart i Himmelen.

Gud kommer för att förverkliga sin Dom.

Jesu Kristi vörnadsvärda Kors + beskydda min själ och min kropp från djävulens och alla mina fienders våld och makt och från helvetets alla pinor.

Jesu Kristi Dyrbara Blod bevara min själ och låt min själ få glädjas med Dig för evigt.

Utsläck i mitt hjärta och min kropp alla syndiga begär.

Du den levande Gudens Son beskydda mig vare sig jag sover eller vakar från allt skadligt sällskap och från dödliga synder.

Hjälp mig att göra, tänka och tala det som lovar och ärar Dig.

Bevara min kropp och min själ från mina ovänner. Amen.

*Fader vår. Var hälsad Maria. Ära vare Fadern.*

Dessa texter tillhör

Ave Maria Publikationer – Gråbröderna

Du får gärna kopiera och sprida, men ange källan!

Gåvor som visar din uppskattning (för vidare spridning)

**Swish 076 555 84 06**

---

## Bön om Guds Hjälp mot allt Ont

Den 13 oktober 1884 fick Påven Leo XIII (1873 - 1903) den fasansfulla visionen om det fruktansvärda som Kyrkan skulle genomlida p.g.a. alla inom Kyrkan, från hierarkin till lekmän, som blev "Korsets fiender". Påven skrev följande bön Ärkeängeln Mikael som skulle läsas i alla s.k. Stilla Mässor. År 1934 förkortades den officiella versionen utan förklaringar.

Låt oss varje dag, men särskilt denna dag, vädja om Kyrkans andliga förnyelse enligt Jesu Heliga Hjärta. Be idag även *Kyrkans Moders Rosenkrans* samt böner till Ärkeängeln Mikael.

Den Ondes existens är en verklighet som den Heliga Skriften ofta talar om och som vill störa människans inre och yttre frid samt skilja människor från Gud och från att göra Hans vilja. Den Heliga Kyrkan i sin moderliga vishet avråder alla att uppehålla sig vid Djävulen, även om det är med gott uppsåt att driva bort den Onde (Exorcism).

Endast en katolsk präst som har biskopens särskilda uppdrag att utföra exorcism kan enligt sitt ämbete och sin fullmakt intyga om någon är besatt och sedan utföra exorcism.

Varje troende har dock rätt och skyldighet att vända sig till den Allsmäktige Guden för att be om Guds ständiga beskydd och hjälp mot det onda som även troende människor ofta dras till. I detta sammanhang är det viktigt att påminna om några fundamentala sanningar:

- Kristus har genom sin död och uppståndelse vunnit över den Onde. Du tillhör Kristus genom Dopet och inte Djävulen!
- Om du tror att den Onde har ett obegränsat inflytande över dig, förringar du Kristi frälsningsverk. Och detta strider mot verkligheten.
- Om du lever ditt liv i nådens tillstånd, som innebär att man dagligen kämpar trofast och med förtröstan på Gud mot det onda och orena, då har Satan ingen som helst makt över dig.
- Djävulen, "Lögnens Fader", kan av hat mot Gud överfalla dig med de mest olikartade frestelser. Men kom ihåg att tilliten till Gud, bönen och den andliga vaksamheten är ditt starka försvar, som den Onde inte rör över, om du verkligen tillämpar dem!

Denna bön, som även brukar kallas den *lilla* eller *enkla Exorcismen*, brukar man särskilt rekommendera när det råder oenighet i t.ex. familjen, på arbetsplatsen eller i församlingen, som gottgörelse för människor som hädar eller verkar mot tron, för omvändelse av syndare och för dem som inte tror.

Följande bön brukar också användas som åkallan till den levande Guden för att få Guds gudomliga välsignelse inför viktiga val i livet och som förbön för helgelse i familjen, församlingen och för alla ens kära.

Bönen ska bes i nådens tillstånd, d.v.s. man får inte ha några dödssynder på sitt samvete.

Vid + gör man korstecknet utan att säga något.

"Var nyktra och vaksamma. Er fiende djävulen går omkring såsom ett rytande lejon och söker efter någon att uppsluka. Håll stånd mot honom, orubbliga i tron."

1 Petrus Brev 5.8-9a

**I Faderns + och Sonens och den Helige Andes Namn. Amen.**

**På knä:**

**Helige Ärkeängel Mikael**, du de Himmelska Härskarornas ärorike Furste, beskydda oss i striden mot mörkrets alla krafter och mot deras andliga ondska.

Kom till vår hjälp, vi som är skapade till Guds avbild och friköpta från djävulens slaveri. Kyrkan vördar dig, Helige Ärkeängel Mikael, som sin Beskyddare och Försvare, och åt dig har Herren anförtrott de själar som en gång ska få del i det Himmelska Riket.

Be därför fridens Gud att hålla Satan på plats under våra fötter, så att han inte kan fortsätta att hålla människor som slavar och förstöra Kyrkan.

Bär fram våra böner tillsammans med din bön, till den Allsmäktige, så att Guds Gudomliga Barmhärtighet snart kommer över oss och att du snart kan fångsla draken, den gamle ormen, Satan, och när han är fångslad, kasta ner honom i avgrunden, där han inte mer ska kunna förföra själarna. Amen.

**I Jesu Kristi**, vår Guds och Herres Namn och på den Obefläckade Jungfrun Marias, Guds Moders, den Helige Ärkeängeln Mikael, de Heliga Apostlarna Petrus och Paulus och alla helgons förbön, tar vi med förtröstan del i striden mot den Ondes anfall och försåt.

**Psalm 68 (läses stående):**

Gud står upp, Hans fiender skingras,  
och de som hatar Honom flyr för Hans Ansikte.  
Som rök fördrivs, så fördrivs de av Dig,  
som vaxet smälter för eld förgås de gudlösa för Guds Ansikte.

Se, Herrens Kors! Fly undan ni fientliga krafter.  
Lejonet från Juda stam har vunnit, Han som är Davids ättling.  
Låt alltid Din barmhärtighet vara över oss,  
såsom vi har hoppats på Dig.

Vi befäller dig att försvinna, du orena ande, djävulska kraft, fientliga intrång från helvetet, med alla dina härar, bundsförvanter och djävulska sammanslagningar, i vår Herres Jesu + Kristi Namn och kraft: försvinn från Guds Kyrka, och lämna ifred själarna, som är återlösta med det Gudomliga Lammets Blod. + du ondskefulla orm, låt bli att lura människosläktet från och med denna stund och upphör med att förfölja Guds Kyrka, och att störa och mala sönder, som säd, Guds utvalda.

Detta befäller dig, den Allsmäktige Guden,  
som du i ditt övermod tror dig vara lik.

Detta befäller dig Gud Fadern +,  
detta befäller dig Gud Sonen +,  
detta befäller dig Gud den Helige Ande +.

Detta befäller dig Kristus, Guds eviga Ord, som har blivit kött +, och  
som för människans frälsning skull, som fallit på grund av din avund,  
har ödmjukat sig och blivit lydig ända till döden.

Han grundade sin Kyrka på den fasta klippan Petrus och lovade att  
helvetets krafter inte skulle kunna övervinna Henne och att Han skulle  
vara med sin Kyrka ända till tidens slut.

Detta befäller dig det Heliga Korsets + tecken och kraften av vår  
kristna tros Mysterier.

Detta befäller dig Guds upphöjda Moder, Jungfrun Maria + som redan  
från sin Obefläckade Avlelse och genom sin ödmjukhet har trampat  
ner ditt högmodiga huvud.

Detta befäller dig de Heliga Apostlafurstarna Petrus och Paulus + och  
de övriga Apostlarnas tro.

Detta befäller dig martyrernas blod och alla helgons mäktiga förbön.  
Därför, du ondskefulla odjur, och hela ditt djävulska följe, befäller vi  
dig i Guds + den Levandes, i Guds + den Sannes, i Guds + den Helige  
Andes Namn: För Guds skull, Han som så har älskat världen, att Han  
har offrat sin enfödde Son för dess frälsning, så att de som tror på  
Honom inte ska gå förlorade utan ha evigt liv.

Upphör med att lura mänskligheten och ösa över den fördörelsens  
gift.

Sluta upp med att skada Kyrkan och förhindra Hennes frihet.

Försvinn Satan, du all lögnns uppfinnare och läromästare, du fiende till  
människans frälsning. Lämna din plats åt Kristus, över vilken ingen  
kraft kan vinna.

Lämna din plats åt Kyrkan, En, Helig, Katolsk och Apostolisk, som  
Kristus har återlöst åt sig med sitt Dyrbara Blod +.

Ödmjuka dig under Guds mäktiga hand, darra och fly undan för den  
åkallan som vi gör av det Heliga och fruktade Namnet Jesus +, för  
vilket helvetet darrar.

Ty i Hans Namn är Himmelens makter, krafter och andeväsen  
underkastade och Keruber och Serafer sjunger utan uppehåll:

**På knä:**

”Helig, Helig, Helig är Herren, universums Gud”.

Herre, lyssna till vår bön, och låt vårt rop komma inför Dig.

Himmelens Gud,

jordens Gud,

Änglarnas Gud,

Ärkeänglarnas Gud,

Patriarkernas Gud,

Profeternas Gud,

Apostlarnas Gud,

Martyrernas Gud,

Bekännarnas Gud,

Jungfrurnas Gud,

Du som har makten att ge liv efter döden och vila efter arbetet.

Eftersom det inte finns någon annan gud förutom Dig, Du Evige Skapare av allt synligt och osynligt, och vars Rike inte har något slut; ödmjukt ber vi Ditt ärorika Majestät att befria oss från all ofrihet, band, försåt och inblandning av andarna från helvetet, och att bevara oss i Din nåd. Genom Jesus Kristus vår Herre. Amen

**Bön i svårigheter och prövningar till Guds Moder**

S:ta Bernadette Soubirous (1844 – 1879)

**O** Maria, det var i djupet av sorg och prövningar som du blev min Moder. Jag är därför skyldig dig min fullständiga tillit.

När jag prövas av världen, och när jag utsätts för frestelse och förtvivlan i själen vill jag komma och gömma mig i ditt Hjärta, min goda Moder, och be att du inte låter mig gå under, att du vill ge mig nåden att vara ödmjuk och tillitsfull i mina prövningar när jag följer ditt exempel och lider med kärlek.

Ett barn som ger sig till Maria kommer aldrig att dö; min goda Moder, ha förbarmande med mig; jag ger mig själv helt till dig, så att du kan ge mig till din Son, som jag vill älska med hela mitt hjärta.

Min goda Moder, ge mig ett hjärta som brinner för Jesus. Amen.

Dessa texter tillhör

Ave Maria Publikationer – Gråbröderna

Du får gärna kopiera och sprida, men ange källan!

Gåvor som visar din uppskattning (för vidare spridning)

**Swish 076 555 84 06**

---



## Böner att be i Sjukdom

### De sjukas Apostolat

Med Guds nåd kan en kristen förvandla sitt lidande och sin övergivenhet till en seger med Jesus Kristus, korsfäst och uppstånden, och därmed till en daglig offergåva för påven, biskoparna, prästerna, för alla människor, levande och döda.

Påven ber årligen vid Pingsthelgen alla sjuka i världen om dessa offergåvor, medveten om att den hjälp som världen behöver, kommer från Himmelen endast i Korsets tecken.

Se till att Du under Din sjukdom har ett litet krucifix tillhands och bed ibland till Kristus på Korset:

Min Jesus, barmhärtighet. - Guds Lamm som borttager världens synder, förbarma Dig över oss. - Vi tillber Dig, Herre, Jesus Kristus, och prisa Dig, ty genom Ditt Heliga Kors har Du återlöst världen. Gudomlige Frälsare, förbarma Dig över oss och fräls de arma själarna i Skärselden.

Kortast och bäst ber Du, när Du med tro och förtröstan uttalar de Heliga Namnen JESUS, MARIA, JOSEF. Vänj Dig vid det. Det skall vara Din bön i svår sjukdom och i Din sista stund.

I allvarlig sjukdom, som kan leda till döden glöm inte att i god tid tillkalla en präst för mottagande av Sakramenten. Räkna med att dina anhöriga eller din omgivning **inte** vågar kalla en präst för att inte oroa dig.

Ha gärna en väl synlig lapp i din plånbok med information om att du är katolik och att du i nödfall vill att man kallar på en katolsk präst. Om du har möjlighet, säg gärna själv att du vill att en katolsk präst skall tillkallas.

### De Sjukas Smörjelse

De Sjukas Smörjelse kan ges flera gånger under en allvarlig sjukdom. Som anhörig ska man inte vänta med att be prästen komma för att ge Sakramentet. Ibland får prästen förfrågan om det går att ge de Sjukas Smörjelse till någon som precis har avlidit. Detta är omöjligt. Samtliga Sakrament kan endast ges till fysiskt levande personer. Benämningen ”*Den Sista Smörjelsen*”, som man ibland kan få höra, är felaktig och används inte av Kyrkan. Som troende kan man få ta emot De Sjukas

Smörjelse flera gånger under sin levnad, exempelvis om man råkat ut för någon allvarlig olycka eller lider av långvarig sjukdom.

### **Mitt Lidande är en gyllene Nyckel**

*Il mio penare è una chiavina d'oro* är en liten meditation skriven av Jesuitpater Giovanni Bigazzi en månad före sin död i halstumör (1938) för sin vän Dominikanpatern Gasperini när han fick veta att denne fått skelettcancer. Många sjuka har fått styrka genom dessa enkla ord.

Mitt lidande är en gyllene nyckel, liten,  
men den öppnar för mig en stor skatt.  
Det är Korset, men det är Jesu Kors:  
när jag omfamnar det, känner jag det inte längre.  
Jag har inte räknat smärtans och lidandets dagar,  
för jag vet att Jesus har skrivit ner dem i sitt Hjärta.  
Jag lever stund för stund,  
och då försvinner dagen som om det bara vore en timme.  
Man har sagt mig att när man kommer att se det från den andra sidan,  
då kommer livet bara att verka som ett ögonblick.  
Livet här går förbi, denna förfest, döden dör  
och Paradiset är det enda som består.  
Det återstår bara att fälla några bittra tårar,  
sedan är det bara segersången som återstår.

### **Lidandets Trosbekännelse**

Nedskriven av en mycket svårt sårad soldat under Andra Världskriget

Min Gud, jag tror att lidandet,  
om det uthärdas med tålamod och kärlek:  
Renar och helgar.  
Är den största gottgörelsen för synder.  
Är det som förenar oss mest med Jesus Kristus  
och mest får oss att likna Honom.  
Är mer förtjänstfullt än alla andra gärningar.  
Är det effektivaste medlet för att omvända syndarna  
och att rädda själar.  
Är ett tecken på Guds förkärlek.  
Är ett tecken på min eviga predestination.  
Kommer att bli belönat utan proportioner i Himmelen.  
Jag tror att Gud är nära den som lider för Hans kärlek.

Jag tror att Gud av evighet har förberett och övervägt graden av vårt lidande och samtidigt den nåd som behövs för att kunna uthärda smärtan med förtjänst.

Jag tror att vi inte kommer att glädja oss i Himmelen åt något så mycket som det lidande som vi har uthärdat med tålmod.

### **Sjukdomstidens Andliga Program**

Ur *Catholic Devotions*, New York, 1963.

Att användas av den sjuke eller att be med den sjuke

**H**erre min Skapare och Gud,

med tacksamhet tar jag emot denna sjukdom ur Dina händer.

Jag ber ständigt om Din nåd, Gud,

att jag snart blir lika redo att dö som att tillfriskna.

Herre, i Din Sons efterföljd vill jag vara tålmodig i mitt lidande.

Jag förlåter alla dem som har gjort mig orätt under mitt liv.

Jag ber om förlåtelse för alla de gånger jag genom ord och handlingar har gjort mina medmänniskor orätt.

Jag ångrar av hela mitt hjärta allt det i mitt liv som har sårat och förolämpat Dig, min Gud och mitt högsta goda.

Jag tror allt det som Du, min Gud, har uppenbarat som sanning genom Din Heliga Kyrka.

Jag hoppas på Din förlåtelse för alla mina synder och det eviga livet i Ditt Himmelska Rike.

Jag älskar Dig, min Herre och Gud, över allting och av hela mitt hjärta.

Jag önskar att få all den avlat som är möjlig.

I detta ögonblick och särskilt i min dödsstund vill jag säga Dig, älskade Gud, att jag uppriktigt ångrar alla mina synder, att jag längtar efter Din fulla avlösning och om min sjukdom blir allt mer allvarlig, och om det är möjligt, att få ta emot de Sjukas Smörjelse och den Heliga Vägkoden samt att överlåta min kropp och själ som arv till Kristus, min Frälsare. Amen.

### **Välsignelse av Vatten för Sjuka till Den Heliga Jungfruns och Aposteln S:t Jakobs Ära**

Seden att välsigna särskilt vatten (m.a.o. vigvatten) för den sjuke kommer från berättelsen i Joh. 5.

Denna form av välsignelse av vigvatten för sjuka fick sitt godkännande av Urban VIII år 1628.

Anledningen till att Aposteln Jakob har fått sin plats i denna välsignelse är att det är just Aposteln Jakob som talar om att prästerna ska tillkallas till en sjukbädd för förbön och de Sjukas Smörjelse (Jak 5:14-15).

**P/D** Vår hjälp + är i Herrens Namn

**Alla** Hans som har skapat himmel och jord.

**P/D** Herren vare med er.

**Alla** Och med din ande.

**P/D** Låt oss bedja. Gud, genom Din Himmelska barmhärtighet drar Du människan ut ur hennes mörker.

Genom Din godhet rörde ängeln vid vattnet i den helande källan för att de sjuka där skulle finna Din helande kraft.

Välsigna + detta vatten, så att vi på den Heliga Jungfrun Marias och den Helige Aposteln Jakobs förbön kan få hälsa och kraft i sjukdom till kropp och själ.

Låt Dopets helande kraft, som vi tagit emot, förnyas i oss så att vår själs vita klädnad återigen får sin skönhet återställd på det att vi kan finna nåd inför Dig.

Om detta ber vi genom Jesus Kristus, vår Herre.

**Alla** Amen.

Vigvattnet används sedan av den sjuke genom att dricka det. En liten skål eller dylikt ställs vid sjuksängen där en del av vigvattnet finns så att den sjuke ofta kan göra korstecknet med det.

Besökande tar också det helgade vattnet vid sjukbädden, gör själv korstecknet och bestänker den sjuke med det.

#### **Välsignelse av Sjuka**

**P/D** Låt Ditt Ansikte lysa, o Herre, över Din tjänare/tjänarinna och hjälp honom/henne för Din barmhärtighets skull.

Låt hans/hennes hopp till Dig inte komma på skam, då vi nu höjer vår bön till Dig.

Mitt hjärta hoppas på Herren, och jag ska få hjälp

Och mitt hjärta ska åter leva upp,

och jag ska prisa Honom av hela min själ.

Låt oss bedja. Allsmäktige, Evige Gud, Du som är evigt liv för dem som tro på Dig, hör vår bön för Din sjuke tjänare/tjänarinna, för vilken vi ber om Din barmhärtighet, på det att han/hon efter sitt tillfrisknande må upphöja sin tacksägelse till Dig i Din Kyrka, genom Kristus, vår Herre.

**Alla** Amen.

**P./D** Herren vare med er.

**Alla** Och med din ande.

Prästen eller diakonen vänder sig nu till den sjuke och om möjligt bestänker honom eller henne med vigvatten under det han säger:

**P./D** Välsigne dig och oss alla den Allsmäktig Gud, Fadern + Sonen och den Helige Ande.

**Alla** Amen.

**P./D** Låt oss prisa Herren.

**Alla** Gud vi tackar Dig.

Avsluta gärna med att be *Herrens Bön, Var hälsad Maria, Ära vare Fadern.*

### **Offerbön i Sjukdom**

Pater Joseph Maria Nilsson OFMConv

Allt för Dig Herre!

Låt mitt deltagande i Ditt lidande bli till gottgörelse för allt som har sårat och förolämpat Ditt Gudomliga Majestät.

Ta emot offret av min sjukdom även för syndarnas omvändelse och för befrielsen av själarna i Skärselden.

Jag accepterar allt Herre, jag tar emot allt som Du vill att jag ska gå igenom.

Detta offer, o Herre, för Dig, älskade Jesus, välsigna + mig. Amen.

### **Mirakelbönen**

*The Miracle Prayer* har blivit en av de mest kända och älskade bönerna på engelska i vår tid. Ursprunget är okänt.

Pater Peter Mary Rookey O.S.M. blev en av de mest ivriga förespråkarna för denna bön efter att ha blivit botad från sin blindhet. Servitfäderna (Marias Tjänares Orden) sprider bönen med följande inledning: *”Be troget denna bön, vad du än känner. När du kommer till den nivå av bön då du menar varje ord du uttalar och ber bönen av hela ditt hjärta, så kommer du att erfara den andliga nåd som du får ta emot. Du kommer att erfara Jesus, och Han ska förvandla ditt liv på ett alldeles särskilt sätt. Du ska få se!”*

Den bedjande föreslås be bönen med ett krucifix i handen.

**Herre** Jesus, jag kommer inför Dig så som jag är.

Jag ångrar alla mina synder och är berövad över att ha förolämpat, sårat och svikit Dig.

Jag ber Dig, förlåt mig. I Ditt Heliga Namn förlåter jag alla dem som gjort något ont mot mig.

Jag tar avstånd från Satan, alla onda andar och alla deras gärningar.

Jag överlåter mig helt och fullt till Dig, Herre Jesus, nu och för alltid.

Jag ber Dig, Jesus, kom in i mitt liv.

Jag erkänner Dig som min Herre, Gud och Frälsare.

Hela mig, förvandla mig, styrk mig till kropp, själ och ande.

Kom, Herre Jesus, rena och överskyl mig med Ditt Dyrbara Blod och uppfyll mig med Din Helige Ande.

Jag älskar Dig, Herre Jesus.

Jag prisar Dig, Jesus.

Jag tackar Dig, Jesus.

Jag vill följa Dig varje dag för resten av mitt liv. Amen.

Maria, min Moder, Fredens Drottning, Helige Josef, min andlige fader, Helige Peregrinus, du skyddshelgon mot tumörer, alla ni änglar och helgon, jag vädjar till er: bed för mig. Amen.

#### **S:ta Faustinas Befrielsebön**

Ur S:ta Faustina Kowalskas (1905 - 1938) dagbok från den 14 april 1937: *"Jag kände mig så dålig att jag knappt kunde resa mig ur sängen för att delta i den Heliga Mässan. Jag kände mig mycket sämre än när jag var under behandling... Efter att ha tagit emot den Heliga Kommunionen – jag själv vet inte varför, eller bättre, vad det var som fick mig till denna bön – men jag började be på detta sätt:"*

Jesus, må Ditt rena och friska Blod cirkulera i min sjuka kropp, och Din rena och friska Kropp förvandla min sjuka kropp och må ett friskt och starkt liv pulsera i mig, om det är Din Heliga Vilja. Amen.

#### **Förbön för en Sjuk**

Enligt Jelena Vasilj uppenbarade sig Guds Moder den 22 juni 1985 i Medjugorje och förmedlade från Jesus följande bön för de sjuka. *"Kära barn, den vackraste bönen för en sjuk som ni kan be är denna!"* Enligt Jelena har Guds Moder sagt att Jesus själv rekommenderar denna bön att ofta bes under sjukdomstiden.

**Min Gud, denne sjuke som är inför Din närvaro, kommer nu med sin önskan om det som han/hon anser vara viktigast just nu.**

Du, Gud, låt dessa ord komma in i N.'s själ: *"Det är viktigt att själen är frisk!"*

Herre, låt Din Vilja ske i allt med N. Om Du vill att N. ska bli frisk, låt hälsan då komma tillbaka.

Men om Din Vilja är en annan, ge då N. kraft att bära korset även i fortsättningen.

Jag ber även för oss som ber för N.; rena våra hjärtan så att vi blir värdiga att förmedla Din heliga barmhärtighet.

Beskydda N. och lindra lidandet.

Ske Din Heliga Vilja i N.'s liv.

Låt Ditt Heliga Namn uppenbaras genom N. Hjälp N. att bära sitt kors med mod och trofasthet. Amen.

Ära vare Fadern...

Den främsta bönen att be vid en dödsbädd är *Barmhärtighetens Krona* Vid uppenbarelsen till S:ta Faustina den 14 september 1935 gav Herren bl.a. följande stora löfte:

*"Skriv, att när man ber denna Barmhärtighetens Rosenkransbön vid en dödsbädd, så kommer jag själv att ställa mig mellan den döende och Faderns Rättvisa. Jag kommer då inte att vara Domaren, utan Frälsaren. Min oändliga Barmhärtighet kommer att omfamna den döendes själ till minne av mitt eget lidande".*

#### **Bön vid en Döende**

Ge gärna krucifixet att kyssa. Gör sakta och försiktigt korstecknet med vigvatten på den döendes panna och över bröstet. Om möjligt, håll gärna ett tänt ljus (helst ett välsignat ljus) i handen vid sängen medan du läser bönerna (symbolen för att den döende väntar på sin själs Brudgum med trons och vakandets lampa tänd).

#### **Akt av Tro, Hopp och Kärlek**

Ur Oremus 1909

Dessa böner behöver man inte be vid samma tillfälle. Be gärna en av dessa böner lite då och då. Låt innehållet i bönen bli utgångspunkten för din meditation och inre bön.

#### **Överlåtelse**

Herre, jag tar emot denna sjukdom från Din hand och accepterar fullkomligt Din Heliga Vilja, vare sig min sjukdom leder till tillfrisknande eller till död.

Ske inte min vilja utan Din. Ja, ske Din Vilja, såsom i Himmelen så ock på jorden.

Herre, jag tar emot sjukdomens alla smärtor och obehag som en botgöring för allt det som har misshagat Dig i mitt liv.

Du är rättvis, Gud, och Dina domar är rättfärdiga.

Jag offerar Dig mitt lidande i detta livet, så att Du skonar mig i evigheten.

Jag förenar mitt lidande med min Frälsares lidanden, så att det genom Hans bittra pina och död må helgas och bli mig till förtjänst. Amen.

#### **Tillbedjan**

Jag tillber Dig, min Gud och mitt allt som mitt första ursprung och mitt yttersta mål.

Jag vill ge Dig all den tillbedjan som jag förmår.

Därför underkastar jag Dig mitt förstånd, min vilja, min själs alla krafter. Amen.

#### **Lovprisning**

Herre, jag lovar och prisar Dig i sjukdomens dagar lika väl som i hälsans; allt som är i mig, prisar Ditt Heliga Namn.

Jag förenar min röst med Kyrkans i Himmelen och på jorden för att prisa Dig i tid och evighet.

Du allena är Helig, Härskarornas Herre. Amen.

#### **Tacksägelse**

Av hjärtat tackar jag Dig, Herre, för all Din barmhärtighet och välsignelse som Du har gett mig genom Din Son Jesus Kristus. Särskilt tackar jag Dig för att Du från evighet har tänkt på mig och älskat mig, och för att Du har frälst mig genom Din Sons dyrbara Blod. Låt detta Blod inte vara utgjutet förgäves för mig! Amen.

#### **Akt av Tro**

Herre, jag tror på alla de Himmelska Sanningar som Du uppenbarat, och vilka Din Heliga Kyrka tror och lär.

Du är den eviga Sanningen som inte misstar sig och inte bedrar oss och Du har lovat att sända Din Kyrka Sanningens Ande för att leda Henne in i hela sanningen.

Jag tror på Dig, Allsmäktige Fader, Himmels och jordens Skapare, som skall döma de goda och de onda.

Jag tror på Din enfödde Son, vår Herre Jesus Kristus, som genom sin död på Korset har frälst mig.

Jag tror på den Helige Ande, Sanningens och Tröstens Ande, som genom de Heliga Sakramenten har helgat mig.

Jag tror på den Heliga Katolska Kyrkan, syndernas förlåtelse, köttets uppståndelse och ett evigt liv.

I denna tro vill jag leva och dö. Herre, styrk min tro. Amen.



### **Akt av Hopp**

**Min** Gud, jag sätter allt mitt hopp och all min förtröstan på Dig; ty Du är oändlig Gud, Barmhärtig och Trofast i Dina löften.

Genom Jesus Kristus, min Frälsare, genom Hans bittra lidande och död, hoppas jag att av Din barmhärtighet få nåd och förlåtelse för alla mina synder och brister.

På Dig, Herre har jag hoppats; till Dig sätter jag all min förtröstan; låt mig inte komma på skam.

Jesus, tag emot mig i Dina armar i denna min sjukdom.

Göm mig i Dina Sår och två min själ i Ditt Heliga Blod. Amen.

### **Akt av Kärlek**

**Jag** älskar Dig, min Gud, av all min själ och av alla mina krafter, mer än mig själv, mer än allt som är dyrbart för mitt hjärta, mer än allt som är i Himmelen och på jorden; ty Du är oändligt god och fullkomlig och värd att älskas över allting. Åtminstone önskar jag att jag kunde älska Dig så.

Kom och tag hela min själ i besittning och lär mig att älska Dig alltmer.

Jag längtar efter Ditt Rike, Herre, då Du skall härska över mitt och allas hjärtan och då den fullkomliga glädjen skall triumfera.

Av kärlek till Dig, Herre, älskar jag min nästa såsom mig själv.

Alla människor är ju Dina barn och skapade för Himmelens Rike.

Jag önskar dem alla allt gott och Din rikaste välsignelse.

Av hjärtat förlåter jag alla som förolämpat eller gjort mig ont; själv ber jag alla om förlåtelse, vilka jag på något sätt förolämpat. Amen.

### **Anbefallning i Guds Beskydd**

**Jag** anbefaller min själ åt Gud, min Herre, som skapat den, åt Jesus Kristus, min Frälsare, som återlöst den med sitt Blod, åt den Helige Ande som helgat den i Dopets Heliga Sakrament.

I Dina Händer, Herre, anbefaller jag min ande.

Heliga Maria, Guds Moder, Helige Josef, bed för mig och försvara mig mot fienden och mot misströstan i denna prövningens stund.

Bed för mig nu och i min dödsstund. Amen.

Dessa texter tillhör

Ave Maria Publikationer – Gråbröderna

Du får gärna kopiera och sprida, men ange källan!

Gåvor som visar din uppskattning (för vidare spridning)

## Saliga Jungfru Maria, De Sjukas Räddning

De Sjukas Räddning är en av de mest älskade titlarna som ges Guds Moder. Många är de kyrkor och altaren som är vigda till Maria, de Sjukas Räddning.

Den mest kända nådebilden av *Maria, De Sjukas Räddning* finner man i Santa Maria Maddalena kyrkan i Rom (nära Pantheon). Ett av de mest kända sanktuarier i världen med denna titel är *Our Lady of Health*, Vailankanni, i Indien.

Vår Fru av Lourdes, som firas den **11 februari**, är naturligtvis också förknippad med de sjuka.

Helige Johannes Paulus II instiftade på Vår Fru av Lourdes dag den 13 maj 1992 *De Sjukas Dag* eller *De Sjukas Världsböndag*.

Den 'sjukdom' vi ber Maria befria eller beskydda oss ifrån är inte bara fysisk sjukdom, utan all ohälsa till kropp och själ som på något sätt hindrar vår glädje i Herren.

Kamillianerna (i vars kyrka nådebilden vördas) är festen den **16 november** – *Madonna della Salute* (Hälsans Moder)

### Memorarebönen till Maria, De Sjukas Räddning

Påminn dig, milda Jungfru Maria, du de sjukas och de lidandes räddning, att det aldrig någonsin har blivit hört, att någon som tagit sin tillflykt till dig och anropat din hjälp har blivit övergiven. Med allt mitt förtroende kommer jag därför, arma syndare, till dig, min Moder, du jungfrurnas Jungfru och Räddningen för alla lidande (nämn din böneintention).

Överge mig inte i min nöd, utan bönhör mig och hjälp mig, du Ordets Moder, Maria.

Var hälsad Maria, full av nåd; Herren är med dig; välsignad är du bland kvinnor, och välsignad är din Livsfrukt, Jesus.

Heliga Maria, Guds Moder, bed för oss syndare, nu och i vår dödsstund. Amen.

### Bön till Maria, De Sjukas Räddning

Efter en bön av S:t Johannes Paulus II (1978 - 2005)

11 februari 2001

**O** Jungfru Maria, du de sjukas Räddning, som har ledsagat Jesus på vägen till korsfästelsen. Du stod vid Korset när din Son dog och

deltog på det innerligaste i Hans smärtor. Ta emot våra lidanden och förena dem med Kristi lidanden, för att alla de troendes lidanden i hela världen bär frukt av helighet och nåd för Kyrkan och hela världen.

Ömma Moder, med förtroende vänder vi oss till dig. Be för oss till din Gudomlige Son att vi snart kan återfå hälsa till kropp och själ och åter få tjäna Guds Rike med vår bön och vårt arbete.

Bli kvar vid vår sida i prövningens stund och hjälp oss att med dig uttala vårt dagliga ja och amen till Guds Vilja.

Hjälp oss att likt Aposteln Paulus förstå att Gud använder alla lidanden i våra liv för det som är större: människors frälsning.

Lär oss tacksamhet för att Gud låter oss få vara med och uppfylla med våra lidanden det som fattas i Hans älskade Sons lidanden.

Obefläckade Jungfru, med dig som ledstjärna, genom alla smärtor och mänskliga hinder, hoppas vi i våra nuvarande svårigheter få del av Guds oändliga barmhärtighet och frid och sedan nå fram till det eviga skådandet av Kristus den Uppståndnes Anlete. Amen.

Maria, du de sjukas Räddning,

Bed för oss att vi blir värdiga Kristi löften.

#### **Vigning till Guds Moder i Sjukdom**

Gammal avlatsbön, Pius XII, 1957

Maria, du milda och ljuva Jungfru, vars själ genomborrades av lidandets svärd. Se till oss sjuka, som står vid din sida vid Jesu Kors. Vi är utvalda av Guds outgrundliga försyn och nåd att bära lidandet och vi vill uppfylla med våra sjukdomar och lidanden det som fattas i Kristi lidande, till gagn för Hans Kropp som är Kyrkan.

Vi viger åt dig våra personer och vår sjukdom, för att du ska lägga våra liv och smärtor på din Gudomlige Sons Korsaltare.

Låt oss få bli ödmjuka hostior av offer för våra bröders och systrars andliga väl.

Du Smärtfyllda Moder, ta emot denna vår vigning och bekräfta det stora hoppet i våra hjärtan att, då vi nu deltar i Kristi lidanden, vi också ska få del av Hans tröst nu och i det eviga livet. Amen.

#### **Bön till Den Saliga Jungfrun Maria av Lourdes**

Heliga Guds Moder Maria, du som visade dig för S:ta Bernadette Soubirous i Lourdes i Frankrike och samtidigt lät henne förstå att du har så stor moderlig kärlek till oss alla, hjälp oss med din förbön att älska Gud och vår nästa så som Gud vill:

Var hälsad Maria...

Heliga Guds Moder Maria, bed för alla som är sjuka i sin själ,  
sjuka av synden och av att inte tro och lita på Gud:

Var hälsad Maria...

Heliga Guds Moder Maria, bed för alla som är kroppsligen sjuka,  
att de litar på Guds kärlek och accepterar allt lidande med tro  
och hopp:

Var hälsad Maria...

Vi ber dig, Heliga Jungfru av Lourdes, att du inte överger någon av  
våra nära och kära som är sjuk, ja, att du är med alla sjuka människor i  
hela världen. Och när vi själva blir sjuka: var vid vår sida och hjälp  
oss att lita på Jesus i alla livets omständigheter.

Med Barnet du på armen bär,  
välsigna oss o Moder kär.

I Faderns + och Sonens och den Helige Andes Namn. Amen.

**Vigning till Marias Smärtfyllda och Obefläckade Hjärta  
och S:t Josefs Kyska, Faderliga och Ömma Hjärta i Sjukdom**

Pater Joseph Maria Nilsson OFMConv

Marias Smärtfyllda och Obefläckade Hjärta och Josefs Kyska,  
Faderliga och Ömma Hjärta till er viger jag mig och mitt lidande.

Det är genom er som mitt offer kan renas och bli välbehagligt inför  
Gud.

Min bön är att allt det som jag går igenom nu och kommer att gå  
igenom blir ett uppfyllande av det som fattas i vår Herres Jesu Kristi  
lidande.

Hjälp mig med er rena kärlek att inte dra tillbaka något av det jag kan  
offra genom klagan eller bitterhet.

Jag önskar att denna min sjukdoms offer ska bäras fram till den Evige  
Fadern genom er, för då kommer det att tas emot som en dyrbar skatt,  
för min och själarnas räddning och till Guds större ära.

Marias Smärtfyllda och Obefläckade Hjärta, överge mig aldrig!

Josefs Kyska, Faderliga och Ömma Hjärta, var min styrka!

Helige Ärkeängeln Mikael, kämpa för mig!

Helige Skyddsängel, inspirera mig till att troget offra varje ögonblick!

Fader Allsmäktig, ta emot allt genom Marias och Josefs förmedling  
och välsigna + mig.

Jesus Kristus, min Herre och Gud, förlåt mig allt som har förolämpat och sårat Dig i mitt liv. Jag ber om Din + välsignelse.

Helige Ande, Hjälparen och Tröstaren, rena och helga + mig och mitt lidande så att det blir ett välbehagligt offer.

*Åra vare Fadern.*

### **Bön till Guds Moder i Sjukdom**

**Barmhärtighetens Moder, Heliga Guds Moder Maria.** Du kallas av Kyrkan de kristnas Hjälpare, de bedrövades Tröstarinna, de sjukas Räddning; jag ber för alla dem som är i nöd och behov och ropar om din förbön, låt dem finna tröst och hjälp hos dig; vänd dina barmhärtiga ögon till mig.

Kom ihåg att din döende Son anbefallt mig åt dig, för att du skulle vara min Moder och jag ditt barn.

Visa mig därför i min sjukdom ditt moderliga Hjärta och tag emot mig som ditt barn efter din gudomliga Sons Vilja.

Påminn dig, att det aldrig blivit hört att någon som tagit sin tillflykt till dig, har blivit övergiven. Amen.

### **Överlåtelsebön till den Heliga Familjen**

Jesus, Maria och Josef: Jag ger Er mitt hjärta och min själ.

Jesus, Maria och Josef: Hjälpa mig i min sista strid.

Jesus, Maria och Josef: Må min själ få lämna denna värld i frid.

Dessa texter tillhör

**Ave Maria Publikationer – Gråbröderna**

Du får gärna kopiera och sprida, men ange källan!

Gåvor som visar din uppskattning (för vidare spridning)

**Swish 076 555 84 06**

---

### **Härskaran vid Korsets Fot**

Att gå i spetsen för Militia Immaculatae – Marias Härskara (MI)

*Vid Jesu Kors stod hans mor och hennes syster, Maria som var gift med Klopas och Maria från Magdala. När Jesus såg sin mor och bredvid henne den lärjunge som han älskade sade han till sin mor: "Kvinna, där är din son." Sedan sade han till lärjungen: "Där är din mor." Från den stunden hade hon sitt hem hos lärjungen.*

(Joh 19:25-27)

**Vilka är härskaran vid Korsets fot?**

Härskaran vid Korsets fot (HKF) är en uppsökande verksamhet inom *Militia Immaculatae* (MI) Marianska rörelse, som består av katoliker som drabbats av lidandets kors - fysiskt, andligt eller känslomässigt.

Som MI medlemmar, HKF medlemmar vigda till Guds Moder Maria, liksom Maria vid sin Sons Kors, deltar de också i "återlösandets lidande" (även kallat *offer* eller *gottgörande lidande*). Detta innebär att de erbjuder några av sina dagliga böner till Jesus genom Maria, som tar emot dessa gåvor som ger nåd att omvända hjärtan och rädda själar, att gottgöra för andras synder, och i slutändan för att åstadkomma Jesu Heliga Hjärtas Kungadöme.

HKF medlemmarna erbjuder speciellt sina svårigheter för att lyckas som MI-medlemmar. De blir därmed en speciell kärngrupp eller spets inom rörelsen. Fastän de inte ofta aktivt kan evangelisera på grund av svaghet, genererar ändå HKF medlemmarna otaliga nådegåvor när de förenar sina lidanden med Kristus. Genom förbön av Maria, erbjuder de allt till Fadern som en "lovsång av offer."

Naturligtvis, är HKF-medlemmarna kanske den mest viktiga medlemmen i MI - ett andligt kraftverk.

#### **Vad är MI?**

*Militia Immaculatae* (MI, även kallad på svenska för *Marias Härskara*) är en världsomspännande evangelisationsrörelse som grundades av S:t Maximilian Maria Kolbe som uppmuntrar till total vigning till Jungfru Maria som ett medel för andlig förnyelse för individer och samhälle.

MI bildades den 16 oktober 1917, runt ett bord på Gråbrödernas (Conventualfranciskanernas) seminarium i Rom. S:t Maximilian Kolbe samlade sex likasinnade unga bröder framför en staty av Jungfru Maria och utarbetade en stadga som skulle fastställa ett av de mest inflytelserika Marianska apostolatet någonsin. Stadgan fungerar fortfarande som en plan för andliga framsteg för MI medlemmar idag.

Från dess blygsamma start har MI spridit sig över hela världen och är idag närvarande på fem kontinenter och fyrtiosex länder. Officiellt medlemskap närmar sig nu fyra miljoner medlemmar. Den 16 oktober 1997 erkände Påvliga rådet för lekmän *Militia Immaculatae* att vara en internationell sammanslutning av de troende med Påvliga rättigheter, vars uppdrag, liksom den Katolska Kyrkan, är universell.

MI rörelsen är öppen för katoliker. Bönen anses som den viktigaste tjänsten för världens omvändelse och helgelse och spridningen av evangeliet, men alla riktiga medel och metoder är av lika värde. Medlemmar av Militia Immaculatae fördjupar sig också i apostoliska initiativ i hela samhället, antingen individuellt eller i grupp, för att fördjupa kunskapen om evangeliet och vår katolska tron i sig och i andra.

Genom att ansluta sig till MI, blir medlemmarna villiga instrument eller redskap för Jungfru Maria, den förebådade Kvinnan i första Moseboken 3:15, och deltar i Marias moderliga uppdrag. Hon leder dem till personlig helgelse, omvändelse av Kyrkans motståndare och slutligen till den universella regeringstiden av Jesu Heliga Hjärta.

#### **Vad är den totala vigningen till Maria?**

Vigningen innebär att avsätta något eller någon för Guds tjänst. Andra ord som används i stället för vigning är "tilldelning" eller "anbefallning". Alla kristna är vigda åt Gud genom dopet. Kyrkan har alltid förespråkat att viga den troende åt Jesus Kristus genom Jungfru Maria, den perfekta modellen av lärjungaskap. Det började vid Korsets fot när den älskade lärjungen Aposteln Johannes fick förtroendet av Herren Jesus att ta Maria till sitt hem.

En av de mest kända förespråkare för Mariansk vigning är S:t Louis-Marie Grignon de Montfort (†1716). Mariansk vigning är inte en ålderdomlig andlighet utan är en levande och aktiv åtgärd för att främja tron som ett Guds folk. Moderna förespråkare inkluderar S:t Johannes Paulus II, som rekommenderade en "akt av överlåtelse" till Maria (hans påvliga motto var en entusiastiskt *Totus Tuus* - "Helt Din"). År 1992 fastslog han att S:t Maximilian Maria Kolbe, genom att dö för en annan människa och genom att "viga sitt liv till den Obefläckade Jungfrun," blivit en "profet och ett tecken för den nya tiden, en kärlekens civilisation." Här stödde sig Johannes Paulus tydligt på det Kolbeanska exemplet av vigningen till Maria som en viktig del av den "nya evangelisationen" för det tredje kristna millenniet och med S:t Maximilian som primär förmedlare.

Den Marianska vigningen i MI är en formell handling av självutgivande som inte stannar vid Maria, utan är styrd av Kristus.

Det är verkligen en vigning till Jesus. MI:s motto är: *"Att leda varje individ med Maria till Jesu Heliga Hjärta."*

### **Återlösande lidandets teologi**

Offer och lidande är ett rikt uttryck för kristen tro, formad av Kristus själv. Det är ett svar på den gamla frågan: *"Varför tillåter Gud mänskligt lidande?"*

Kyrkan har alltid lärt att fysisk smärta, psykisk ohälsa, även mindre obehag, inte är meningslöst utan är tänkta att bli till värdefull användning. Såsom Jesus använde sitt lidandes ångest och ångesten på Golgata för att utföra vår frälsning, så har våra lidanden övernaturliga värden när de förenas med lidandet på Korset. Genom att villigt acceptera vår kamp och ge dem till Gud som ett "brännoffer" för andras intentioner, samarbetar vi med Kristus och blir verkliga deltagarna i Frälsningsmysteriet.

"Om kraften i det frälsande lidandet, säger aposteln Paulus: 'Vad som ännu fattas i Kristi lidanden, det lider jag i mitt eget kött, för hans kropp, som är Kyrkan.' (Kol 1:24). [...] Så att dela Kristi lidande är, samtidigt, att lida för Guds rike." (Jfr påven Johannes Paulus II, *Salvifici Doloris*, 1, 21)

### **Modeller av gottgörande lidande - Jungfru Maria - "Mater Dolorosa"**

Den Obefläckade Jungfrun är en speciell modell av gottgörande lidande. Stående vid Korset i stor inre nöd, genomborrades hennes själ "av ett svärd" (jfr Luk 2:35), erbjöd hon alla till Fadern i ett tyst: "Ske din vilja." Hon uppmanar oss och stärker oss, att göra densamma genom vår MI vigning som HKF-medlemmar.

### **Sankt Maximilian Maria Kolbe - "Kärlekens Martyr"**

S:t Maximilian är också en modell av gottgörande lidande.

Född som Rajmund Kolbe i Polen år 1894, anslöt han sig till Conventualfranciskanerna (Gråbröderna) 1910. Som seminarist i Rom 1917 grundade han den andliga rörelsen Militia Immaculatae – MI efter att ha bevittnat en profan frimurare demonstration mot Katolska Kyrkan på själva Petersplatsen.

Trots det lidande som orsakades av lungsjukdom (tuberkulos) grundade Pater Maximilian 1927 den första "Obefläckades Stad" (Niepokalanów) nära Warszawa - en Gråbrödernas kommunitet



hängiven att leva i vigning till den Obefläckade Jungfrun genom bön, askes och massmedial evangelisation. Han använde de mest moderna tryckmetoder för att producera en dagstidning, en tidskrift med en månatlig upplaga på en miljon, och otaliga andligt uppbyggande bönböcker och skrifter. År 1930 startade han en annan Stad (Gård) för den Obefläckade Jungfrun (Mugenzai no Sono) i Nagasaki, Japan och hade planer på att sprida MI i hela världen. I mitten av 1930-talet, var Niepokalanów i Polen det största katolska klostret i världen, med över 700 bröder.

Trots alla dessa aktiviteter framhävde P. Kolbe det inre andliga livet och värdet av gottgörande lidande: *”Herren Gud vill ha offer, och därför sänder Han oss många kors. Vi är ofta övertygade om att vi bara arbetar för den Obefläckade Jungfrun, men i själva verket är vi också ofta kopplade till vår egen känsla - och egenkärlek i arbetet, som förorenar den ursprungliga intentionen. Bara när själen ligger ner på sin sjukbädd, renas den verkligen inifrån. Därför anser jag sjukhus och sjuksängen som den mest effektiva platsen.”*

(Konferens, 13 mars 1938).

1941, greps Pater Maximilian av Gestapo och fängslades och fördes till Auschwitz dödsläger som fånge nummer 16670. Där han ”avstod från allt” för evangeliet (Fil 2:7). Han delade sin magra matranson och vattnet med sina medfångar och samtidigt såg han till deras andliga behov. Han framhärdade i välgörenhet mot sina nazistiska tillfångatagare även om de behandlade honom som katolsk präst med speciell brutalitet.

Efter det att en fånge rymt valde kommandanten tio män för att dö av svält. Pater Maximilian erbjöd sig att ta över platsen för en annan fånge – en familjefar (Franciszek Gajowniczek). Pater Kolbe levde fortfarande efter två veckor i svältbunkern, han injicerades med en dödlig dos av kربولsyra den 14 augusti 1941. Pater Kolbes liv och död har gjort honom till ett ”tecken och en profet i den nya eran, en kärlekens civilisation” (Johannes Paulus II).

Pater Maximilian helgonförklarades av Johannes Paulus II som en ”kärlekens martyr” 10 oktober 1982 och anses vara skyddshelgon för journalister, familjer, fångar, pro-life rörelsen, narkomaner och för de som lider av ätstörningar. Han hade drömt om att starta en Härskara

vid Korsets Fot, men hans tidiga död fördröjde uppfyllandet av den drömmen till efter hans helgonförklaring.

### **Hur började HKF?**

HKF grundades den 31 maj 1983 vilket tidigare förutspåts i S:t Maximilians skrifter. På den Saliga Jungfrun Maria besök fest bestämde sig sexton åldriga och sjuka gråbröder, alla MI medlemmar, att använda sina lidanden och uppmuntra andra att göra det samma i Marias tjänst.

Det var ju en bra idé och bröderna frågade sig: *"Varför inte skörda denna enorma gottgörande potential inom hela MI?"* Således en andlig "spets" bildades: individer som inte längre var isolerade eller frustrerade i sjukdom eller ålderdom, utan som arbetar i solidaritet för hela världens omvändelse. Den allra första "Riddaren" vid Korsets fot var Pater Simeon Kaczmarek OFMConv. Sängliggande i två år med cancer, erbjöd han sin smärta och sina böner för HKF:s mål medan den fortfarande höll på att organiseras.

### **Varför ska jag gå med i MI och dess Härskara vid Korsets fot?**

Vigningen av dig till Maria genom S:t Maximilians ideal kommer att vara en av de viktigaste dagarna i ditt liv. Du kommer att placera dig själv under skyddsmanteln i Marias vård som den obefläckade avlelsen, Kyrkans Moder och de bedrövades tröst.

Genom den totala vigningen samarbetar du med Maria i arbetet med att bygga upp och förnya Kyrkan i det tredje millenniet. Hon kommer att upplysa dig, styra din vilja, välsigna dina ansträngningar och be för dig på ett speciellt sätt inför vår himmelske Fader.

Du kommer att delta i MI:s gudsvigda kommuniteters förbön, som dagligen ber för MI rörelsen och helgelsen av dess medlemmar. Du kommer också att få stöd som kommer från att vara en del av denna internationella rörelse av andlig förnyelse, inklusive tillgång till MI konferenser och material, samt online-resurser.

### **Är jag redo?**

Andemeningen i MI är att leva i ständig omvändelse. Inte alla som registrerar sig som medlemmar förstår i början kraften av denna vigning helt och fullt. Men när vi lever i en villighetens anda och i ödmjukhet, kommer den Obefläckade Jungfrun att höja upp våra

naturliga gåvor och inspirera oss till helighet och givande tjänst inom Kyrkan.

Som Jesus sade till dem som skulle följa honom: *”ännu större gärningar än dessa ska ni utföra”* (jfr Joh 14:12).

### **Hur blir jag en HKF?**

- Om du redan är MI medlem:

Du kan ansluta dig till HKF genom att registrera dig på MI Nationella Centrum. Bara genom att recitera HKF:s vignings bön, sedan fylla i registreringsformuläret och skicka det till MI Sverige (adress följer nedan).

- Om du inte är medlem i MI:

Du kan ansluta sig till HKF med din inskrivning i MI Läs följande avsnitt om att gå med i MI.

### **Hur gör jag för att få bli MI-medlem?**

1. Välj den dag som du vill att ditt namn registreras i det officiella MI-registret, företrädesvis en av Guds Moders Maria festdag. Välj från listan över datum här nedan eller välj din egen speciella festdag.

Marianska festdagar:

1 januari - Guds Heliga Moder Marias högtid

11 februari – Jungfru Maria av Lourdes

25 mars – Jungfru Marias Bebådelsedag

13 maj - Jungfru Maria av Fatima

31 maj - Jungfru Marias besök

27 juni - Jungfru Maria av Ständiga Hjälpen

16 juli - Jungfru Maria av berget Karmel

2 augusti - Jungfru Maria, Änglarnas Drottning från Portziuncola

15 augusti - Jungfru Marias upptagning till himlen

22 augusti - Jungfru Maria Drottningen

8 september - Jungfru Marias födelse

15 september - Jungfru Marias smärtor

8 oktober - Jungfru Maria av Rosenkransen

21 november - Jungfru Maria tempelgång

27 november - Jungfru Maria av Mirakulösa medaljen

8 december - Jungfru Marias obefläckade avlelse

12 december - Jungfru Maria av Guadalupe

2. Fyll sedan i formuläret och skicka in till MI Sverige i Jönköping.

MI (Marias Härskara) Sverige  
Kyrklig Assistent - Pater Joseph Maria Nilsson OFMConv  
Sankt Franciskus kloster - Gråbröderna  
Klostergatan 70 B  
553 35 Jönköping  
e-post: [joseph.nilsson@gmail.com](mailto:joseph.nilsson@gmail.com)

3. Förbered dig för invigningsdagen genom daglig Mässan om möjligt, Rosenkransen, andlig läsning och Försoningens sakrament (bikt) på eller före dagen för din anmälan.

4. På dagen för din anmälan, recitera officiellt vigningsakten. Ta avstånd från all synd och om möjligt delta i Mässan (Plenaravlat , dvs. fullkomlig avlat ges av Kyrkan under de vanliga förhållanden: bikt, kommunion, och bön för den Helige Faderns intentioner måste ingå. Det kan vara bra att göra det på dagen för registreringen eller inom de följande åtta dagarna.) På så sätt kommer du att göra ett försök att undanröja alla hinder för Vår Fru för att göra dig till sin egen genom den Helige Ande.

4. Slutligen be Guds Moder Maria och S:t Maximilian att visa dig hur du bäst kan tjäna Herren från och med nu.

#### **Bär det mirakulösa medaljen**

Den mirakulösa medaljen har sitt ursprung i uppenbarelser av Jungfru Maria i klosterkapellet i Rue du Bac i Paris, 1830 för S:ta Catherine Labouré som visade den unga ordenssystemen och det framtida helgonet utformningen av en medalj som fungerar som en mini-katekes om Kyrkans lära om Jungfru Maria.

I en syn, stod Maria på en jordglob med strålande ljus strömmande från hennes juvelprydda fingrar. ”*Se symbolen för nåd till alla dem som ber om den*” - sa Maria, som visar sig själv som Förmedlare av alla nådegåvor. På medaljens kant kan man läsa: ”*O Maria, avlad utan synd, bed för oss som tar vår tillflykt till dig,*” vilket symboliserar hennes obefläckade avlelse. Visionen visar på medaljens andra sida bokstaven "M" sammanflätad med ett kors över Jesu och Marias Heliga Hjärtan. Denna bild representerade Maria som Medåterlösare, ett unikt deltagande i Jesu ”frälsande återlösnings mysterium”.

Miljontals medaljer har delats ut och otaliga nådegåvor har getts ”*till dem som bär den runt halsen*” som Jungfrun lovat S:ta Catherine. Den mirakulösa omvändelsen av agnostikern Alphonse Ratisbonne genom denna medalj är känd.

S:t Maximilian bar den och gav den till alla MI-medlemmar. Han kallade det mirakulösa medaljen ”*en kula*” som den trogna soldaten träffar fienden, som är ond, med och därmed räddar själar.

#### **Härskaran vid Korsets Fots Vigningsbön**

**O** Obefläckade Jungfru, himmelens och jordens Drottning, de sjukas hälsa och vår mest kärleksfulla Moder, Gud har velat anförtro förmedlingen av all nåd till dig.

Du stod vid Korsets fot, förenad med den lidande Jesus, och så blev du för hela Kyrkan en modell av medlidande.

Jag N., en ångerfull syndare, kastar mig ner vid dina fötter, ödmjukt bönfaller jag dig att ta emot mig med allt som jag är och har och göra det till din egendom.

Ta mig, alla mina krafter till själ och kropp, mina dagliga lidanden och kors, hela mitt liv, min död och evighet, vad som mest behagar dig.

Om det behagar dig, använd allt som jag är och har utan reservation helt för att åstadkomma vad som sades om dig: ”Hon ska trampa på ditt huvud” och ”Du ensam har förstört alla irrläror i hela världen.”

Genom mina böner och lidanden, låt mig vara ett lämpligt redskap i dina obefläckade och barmhärtiga händer för att införa och öka din ära på det allra högsta sätt i många avoga och likgiltiga själar, och därmed bidra till att så långt som möjligt utbreda det välsignade Jesu Allraheligaste Hjärtas Rike.

För din nåd kan omvandla och ge tillväxt i helighet, eftersom det är genom dina händer alla nådegåvor kommer till oss från Jesu Allraheligaste Hjärta.

**V.** Låt mig prisa dig, o Heliga Jungfru.

**R.** Ge mig styrka mot dina fiender.

#### **HKF:s förnyelses dagliga Vigningsbön**

**O**befläckade Jungfru, Kyrkans Moder, jag förnyar min vigning till dig som en ”Härskara vid Korsets fot.”

Jag önskar att ära och upphöja Herren med dig denna dag på ett speciellt sätt genom att överlåta åt dig mina lidanden.

Förenad med dig i tro vid foten av Kristi Kors, kan jag bli ett osjälviskt redskap för spridningen av Militia Immaculatae rörelse och Kyrkans tillväxt. Amen.

O Maria avlad utan synd, be för oss som tar vår tillflykt till dig, och för dem som underlåter att göra det, särskilt för den Heliga Kyrkans alla fiender och för alla dem som anbefaller åt ditt beskydd. Amen.

---

## Sjuka och Lidande Medarbetare

+LDM

”Jag behöver själar som era... att be och lida för arbetet”

S:ta Teresa av Calcutta

Historien om

De Sjuka och Lidande Medarbetarnas Rörelse

Det var år 1946, som två heliga kvinnor med samma ”kallelse” möttes i Indien för att ta hand om de fattigaste av de fattiga: S:ta Moder Teresa av Calcutta och Jacqueline de Decker från Belgien.

Jacquelines avsikt var att ansluta sig till Moder Teresas nya kongregation, men under hennes tid i Indien avslöjades allvarliga hälsoproblem i ryggraden. När det blev uppenbart att hon inte skulle kunna utföra arbetet som en Kärlekens Missionär, inbjöd Moder Teresa henne att bli ”andligen knuten till vårt Samfund”. Hon bad Jacqueline att be för henne och att offra smärtan och sjukdomstillståndet för det oerhörda arbete som Moder Teresa höll på att starta i Calcuttas slum och sa: *”I verkligheten kan du göra mycket mer medan du är på din smärtas bädd, än jag som springer med mina fötter... men du och jag tillsammans kan göra allt i Honom som stärker oss”*.

På detta sätt etablerades den första Sjuka och Lidande Medarbetar–Länken.

Moder Teresa trodde så mycket på bönen kraft hos sjuka personer att hon fick två till för sig själv. Sedan fick Jacqueline ordna Sjuka och Lidande Medarbetare för alla hennes systrar. Hon kallade dem bönen ’kraftkälla’.

Jacqueline de Decker blev den Internationella Länken för de Sjuka och Lidande Medarbetarna fram till 1993 då sjukdomen hindrade

henne från att fortsätta arbetet. Hon är för närvarande i ett sjukhem i Belgien och Syster Anand från Essen, Tyskland, har gjort arbetet sedan dess.

### **Bönen är i fokus**

Moder Teresa säger oss, att förbindelsen mellan de Sjuka och Lidande Medarbetarna och deras systrar huvudsakligen är andlig. Den Sjuka och Lidande Medarbetaren offrar sin smärta, sjukdom och sitt lidande för den syster som arbetar med de fattiga och släcker Jesu törst efter själar. I gengäld, ber systemen för hennes Sjuka och Lidande Medarbetare regelbundet. Detta fortsätter även sedan man har "gått hem" till Jesus.

Du kommer inte att veta hur mycket dina böner och ditt lidande har hjälpt din syster i detta liv. Emellertid, många systrar bekräftar det oerhörda stödet från deras Sjuka och Lidande Medarbetare, med sådana kommentarer som: *"Jag kan känna dina böner... Jag finner att jag kan göra saker, som jag aldrig trodde, att jag kunde göra"*.

Du kommer också att bli innesluten i den dagliga Bönegemenskapen hos Kärlekens Missionärer runt hela världen. Vid varje Tillbedjan tänds tio ljus runt monstransen, vart och ett representerande en gren av Moder Teresas kongregation. Du kommer att bli innesluten i den för Medarbetarna. Syster Nirmala, Moder Teresas efterträdare, förklarar: *"Ditt ljus brinner klart vid vår tillbedjan"*. En person må lida mycket av en osynlig sjukdom och kan bli en Sjuk och Lidande Medarbetare, om de förstår ställföreträdande lidande och bön.

### **Vad man kan vänta sig**

Idealet är att du skriva en gång om året, om möjligt.

Systemen kommer att tillåtas att skriva till dig en gång om året, vanligtvis vid jul eller påsk. Du kan skriva oftare om du önskar, men du kan inte vänta dig svar mer än en gång per år.

I somliga fall, hör de Sjuka och Lidande Medarbetarna aldrig ifrån sina systrar. Brev når ibland inte fram till sin bestämmelseort. Detta blir ytterligare ett offer som den Sjuka och Lidande Medarbetaren måste offra upp. Den Sjuka och Lidande Medarbetaren kommer att välsignas ännu mer genom att inte ens ha denna lilla tillfredsställelse av att höra ifrån sin syster. Men i de flesta fall, värdesätter de Sjuka och Lidande Medarbetarna med glädje breven från sina systrar, eftersom de vanligen är andligen är upplyftande och uppmuntrande för

dem i deras sjukdom. Om det inte är möjligt med brevskrivande på grund av fysiska tillkortakommanden, är det ändå mycket viktigt, att den Sjuka och Lidande medarbetaren ber för systemen.

De Sjuka och Lidande Medarbetarna är inte tillåtna att sända gåvor eller pengar till sina systrar. Emellertid, att låta en Mässa eller Novena firas för sin syster vore lämpligt och mycket uppskattat. Systrarna förflyttas eller blir utbytta från den ena platsen till den andra ganska ofta, och du kanske förlorar kontakten med henne. Om detta händer, kan du skriva till din lokala 'länk' eller den internationella 'länken' för att få hennes adress. Vi behöver också bli informerade om ditt tillstånd eller ifall din adress förändras, så att din syster inte förlorar kontakten med dig. Det är därför vi ber om namn på en kontaktperson.

Du kommer också att få nyhetsbrev till Medarbetarna skrivna av Syster Nirmala, vid jul och påsk, som sänds ut av det Regionala Huset närmast dig. Detta är den andra orsaken för behovet av din aktuella adress.

Den Sjuka och Lidande Medarbetare Gemenskapen är inte endast den för 'bönekamrater', den är mer än detta. Den Sjuka och Lidande Medarbetaren blir en förespråkare för M.C. systemen genom att offra den dagliga smärtan och lidandet som de upplever.

Märk väl, den sjuka personen är inte systemen, som en del felaktigt tror!

Om du tror, att du är kallad att bli en del i detta arbete, och villig att göra "någonting vackert för Gud", kontakta då din lokala 'länk' i Skandinavien:

För information kontakta Barmhärtighetens missionärer

(Moder Teresas systrar) i Fisksätra

Tel 08 -717 86 34

[mcsistersstockholm@gmail.com](mailto:mcsistersstockholm@gmail.com)