

# Die Früchte des Heiligen Geistes

Quelle: Gemeinschaft der Seligpreisungen



## 1. Die Sanftmut

Befähigt unseren Willen, die Unannehmlichkeiten mit Sanftheit und ohne sich aufzuregen zu ertragen, das heißt auch, ohne sich Ungeduld oder Zorn anmerken zu lassen, und ohne das geringste Anzeichen von Heftigkeit nach außen zuzulassen. „Liebe ereifert sich nicht“.

## 2. Wohlwollen und Mitleiden

Wenn Gott Mitleid mit uns hat, dann ist das ein Ausfließen, ein Überfließen seiner Liebe auf unser Elend. Unendlich mitfühlend zu sein, ist charakteristisch für die ewige Liebe. Wer mitleidet, hat ein barmherziges Herz. Das Herz Gottes ist ein Vaterherz mit unendlichem Fassungsvermögen. Er liebt alles was er geschaffen hat. In seiner Liebe sieht er alle Bedürfnisse seiner Geschöpfe. Das Erbarmen ist die Tugend des mitfühlenden Herzens, das das Übel nachfühlt, das die anderen niederdrückt, und mit den Leidenden leidet.

## 3. Die Bescheidenheit

Ist eine übernatürliche Veranlagung der Seele, die sie dazu drängt, in allen Dingen das richtige Maß zu halten, und die sie in gleicher Weise davor bewahrt, in Extreme zu verfallen.

## 4. Die Keuschheit

Die vollkommene keusche Seele wacht mit der größten Sorgfalt darüber, das Herz von jeder Gefühlsregung freizuhalten, die sie, und sei es noch so geringfügig, vom einzigen Gegenstand ihrer Liebe, Jesus, ablenken könnte.

## 5. Die Liebe

Sie ist die erste Frucht des Heiligen Geistes in unseren Seelen. Es ist eine unermessliche Liebe, ein unendliches Zartgefühl für den Vater, den Sohn und den Heiligen Geist; eine Liebe die nicht immer zu spüren ist, aber lebhaft ersehnt wird. Einander mit reiner und heiliger Liebe lieben, sich über das Gute im Nächsten freuen, traurig sein über alles Böse, über die Sünde und die Unvollkommenheit, die daran hindern, dem Vater die Ehre und die Liebe zu geben, die ihm gebührt. Nehmen wir es jedes Mal ernst wenn wir beten: „Heiliger Geist, erfülle die Herzen deiner Gläubigen.“ Dann kann sich nichts mehr seinem sanften Einfluss entziehen. Das Feuer sagt niemals: „Genug.“ Der Geist ist Liebe. Er kann sich nicht mit einem Teil unseres Herzens zufrieden geben.

## 6. Die Freude

Gott möchte die Freude in den Herzen seiner Kinder herrschen sehen. Er hat uns nicht für die Traurigkeit, sondern für die Freude erschaffen. „Freut euch im Herrn zu jeder Zeit! Noch einmal sage: Freut euch!“ (Phil 4,4) Freude im Gebet, denn unser Herz soll sich an Gott freuen; in der Arbeit, denn unsere Arbeit soll die Freude dessen sein, der Freude und Jubel ist. Herr, gewähre uns eine dauerhafte und ewige Freude.

## 7. Die Langmut

In freudiger Hoffnung warten können auf die Stunde Gottes, in der er seine Pläne der Barmherzigkeit und der Heiligkeit in unseren Seelen verwirklicht, ohne sich darüber zu beunruhigen, immer noch so arm und elend zu sein. Sicher und gewiss sein, dass Gott treu ist und uns in unserer Sehnsucht nach Heiligkeit erhören wird.



## 8. Die Treue

Der Herr ist dem Bund treu, den er geschlossen hat. Seine Treue hängt von der unsrigen nicht ab, aber unsere Treue beruht auf der Seinigen. Jedes christliche Leben ist eine Gemeinschaft mit Christus, ein Umgang mit ihm, ein Überfließen seiner Kraft in unserer Schwachheit. Würde er uns nicht stützen, würden wir jedes Mal fallen.

## 9. Die Geduld

Ist eine übernatürliche Tugend die uns befähigt, mit Gelassenheit, aus Liebe zu Gott und in Einheit mit Jesus, unseren Herrn, die körperlichen und geistigen Leiden zu ertragen. Sich von der Geduld erfassen lassen, die Jesus auf Erden hatte, mit ihm, in ihm, für den Vater, durch den Hl. Geist.



## 10. Die Milde

Völlig dem Handeln der Gabe der Frömmigkeit hingegeben, gestattet sie sich in keiner Weise, den Nächsten zu verurteilen, und bedeckt alle Schwächen, die sie an ihm wahrnimmt, mit dem Mantel der Nachsicht. „Die Liebe rechnet das Böse nicht an.“

## 11. Der Friede

Unaussprechlich und unerschütterlich ist die Hingabe unseres ganzen Wesens an den Hl. Geist. Sie lässt uns in Gott ruhen in einem grenzenlosen Vertrauen zu ihm, in welchen inneren oder äußeren Prüfungen wir auch stecken, und bringt uns den Frieden.

## 12. Die Güte

Ist eine übernatürliche Veranlagung des Willens, die uns drängt, auf jede Art und Weise das Gute für den anderen zu wollen.