

Vruchten van de Geest

Paulus spreekt in zijn brief aan de Galaten over de vruchten van de Geest: “Maar de vrucht van de Geest is liefde, vreugde, vrede, geduld, vriendelijkheid, goedheid, trouw, zachtheid, ingetogenheid”. (Galaten 5,22) Van Hemelvaart tot Pinksteren kun je als gezin iedere dag een van de onderstaande gebeden bidden om te vragen om een van de vruchten van de geest. Zet bijv. een mooie tak in het gebedshoekje en hang daar iedere dag de betreffende vrucht aan. Bespreek ook samen wat de betekenis en praktische toepassing van iedere vrucht voor ieder persoonlijk kan zijn.

Openingsgebed:

Heilige Geest, U bent de Bron van het leven. Kom in onze harten en help ons om te groeien in liefde, vreugde, vrede, geduld, vriendelijkheid, goedheid, trouw, zachtmoedigheid en ingetogenheid. Verlicht, zuiver en sterk ons, Zodat wij leven als leerlingen van Jezus. En zodat wij aan de wereld laten zien dat U, God, er voor iedereen bent.

Eerste dag: De vrucht van de liefde

Heilige Geest, U bent de Geest van de liefde. U bent aan ons gegeven zonder voorwaarden. U kunt ons hart vernieuwen. Bevrijd ons zodat we weer lief kunnen zijn voor onszelf en voor de mensen om ons heen. Help ons om niet bang te zijn en op God te vertrouwen. Heilige Geest, leer ons de ware liefde.

Tweede dag: De vrucht van de vreugde

Heilige Geest, U bent de Geest van de vreugde. U kunt ons hart vernieuwen. Bevrijd ons van alle negatieve gedachten en gevoelens. Help ons de hoop te bewaren. Heilige Geest, leer ons de ware vreugde.

Derde dag: De vrucht van de vrede

Heilige Geest, U bent de Geest van vrede. U kunt ons hart vernieuwen. Bevrijd ons van jaloezie. Help ons geen ruzie te maken en vredebrengers te worden. Heilige Geest, leer ons de ware vrede.

Vierde dag: De vrucht van het geduld

Heilige Geest, U bent de Geest van het geduld. U kunt ons hart vernieuwen. Bevrijd ons van alles wat ons hart hebbert wil vastgrijpen. Help ons te vertrouwen dat God ons alles geeft wat we nodig hebben. Heilige Geest, leer ons het ware geduld.

Vijfde dag: De vrucht van de vriendelijkheid

Heilige Geest, U bent de Geest van de vriendelijkheid. U kunt ons hart vernieuwen. Bevrijd ons van alle negatieve gevoelens die we hebben voor de mensen om ons heen. Help ons te zien wat de mensen om ons heen nodig hebben. Heilige Geest, leer ons de ware vriendelijkheid.

Zesde dag: De vrucht van de goedheid

Heilige Geest, U bent de Geest van de goedheid. U kunt ons hart vernieuwen. Bevrijd ons van boosheid. Help ons om in anderen allereerst het goede te zien. Heilige Geest, leer ons de ware goedheid.

Zevende dag: De vrucht van de trouw

Heilige Geest, U bent de Geest van de trouw. U kunt ons hart vernieuwen. Bevrijd ons van ontrouw. Help ons om te doen wat we beloven. Heilige Geest, leer ons de ware trouw.



Achtste dag: De vrucht van de zachtmoedigheid

Heilige Geest, U bent de Geest van de zachtmoedigheid. U kunt ons hart vernieuwen. Bevrijd ons van egoïsme en harde woorden. Help ons naar anderen te luisteren en hen lief te hebben. Heilige Geest, leer ons de ware zachtmoedigheid.

Negende dag: De vrucht van de ingetogenheid

Heilige Geest, U bent de Geest van de goedheid. U kunt ons hart vernieuwen. Bevrijd ons van alle slechte neigingen en van zelfmedelijden. Help ons naar uw zachte stem in ons hart te luisteren. Heilige Geest, leer ons de ware zelfbeheersing.

Slotgebed:**Gebed tot de Heilige Geest**

Kom, Heilige Geest, vervul de harten van uw gelovigen en ontsteek in hen het vuur van Uw liefde. Zend Uw Geest uit en alles zal herschapen worden; en Gij zult het aanzien van de aarde vernieuwen.

God, Gij hebt de harten van de gelovigen door de verlichting van de heilige Geest onderwezen; geef, dat wij door die heilige Geest de ware wijsheid mogen bezitten en ons altijd over zijn vertroosting verblijden. Door Christus onze Heer.

of de eenvoudiger versie:

*Heilige Geest,
die vuur en liefde is, kom in ons hart.
Maak ons vurig en sterk in onze liefde voor God en de mensen.
God, geef ons uw Geest, dan zal alles weer nieuw worden.
Dan zal de wereld er heel anders gaan uitzien:
vrij van het kwaad en vol van het goede.*

*God, geef dat wij door de Heilige Geest
de echte wijsheid mogen ontvangen.
Door Christus onze Heer.
Amen.*

