

- Leer y comentar el texto completo de San Pablo a los Gálatas (Gál 5, 13-25), en el que describe cuáles son las obras de la carne y cuáles los frutos de quien camina según el Espíritu Santo.
- Considerando la frase de Jesús "por sus frutos los conoceréis", ¿qué consecuencias crees que tienen los frutos del Espíritu Santo en la vida de un cristiano que ha sido, o va a ser, fortalecido en la fe con el sacramento de la Confirmación?



Los frutos son consecuencia de nuestra unión permanente con Dios. En la medida en que acogemos la gracia del Espíritu Santo y sus dones, nuestra vida se transforma, vivimos de una forma nueva, adquirimos facilidad para practicar las virtudes y cumplir sus actos buenos. Ya no sientes la dificultad que sentías cuando empezabas a practicar algo bueno. Se hace con gusto lo que antes se hacía con sacrificio. Por todo esto, cuanto más llena de Dios está una persona, más santa; y cuanto más santa, más feliz es.

ORACIÓN

**Señor, haz de mi un instrumento de tu paz;
donde haya odio, yo ponga amor;
donde haya ofensa, yo ponga perdón;
donde haya discordia, yo ponga unión;
donde haya error, yo ponga verdad;
donde haya duda, yo ponga fe;
donde haya desesperación, yo ponga esperanza;
donde haya tinieblas, yo ponga luz;
donde haya tristeza, yo ponga alegría.**

**Señor, que no busque tanto ser consolado, como consolar;
ser comprendido, como comprender;
ser amado, como amar.**

**Porque es olvidándose de sí,
como se encuentra uno a sí mismo;
es perdonando, como somos perdonados;
es dando, como se recibe;
es muriendo, como se resucita a la Vida. AMÉN.**

Los frutos del Espíritu Santo

Nos dice Dios en la Biblia, por medio del apóstol san Pablo, que "el fruto del Espíritu es: amor, alegría, paz, paciencia, afabilidad, bondad, lealtad, modestia, dominio de sí" (Gál 5, 22-23).

A estos nueve frutos, la Tradición de la Iglesia, basándose en la Sagrada Escritura, ha añadido otros tres: longanimidad, mansedumbre y castidad.



En cierta ocasión, Jesús, hablando sobre la rectitud de nuestra conducta, dijo estas palabras: «*Por sus frutos los conoceréis. ¿Acaso se cosechan uvas de las zarzas o higos de los cardos? Así, todo árbol sano da frutos buenos; pero el árbol dañado da frutos malos. Un árbol sano no puede dar frutos malos, ni un árbol dañado dar frutos buenos*» (Mt 7, 16-18).



Cada árbol da frutos según su propia especie: un naranjo nunca dará peras. Cuando tomamos de un árbol una buena naranja, decimos: "este es un buen naranjo". De la misma manera, cuando vemos frutos de buenas obras en un cristiano, decimos: "aquí tenemos una persona cristiana de verdad".

Por los frutos que damos sabemos si nos estamos dejando conducir o no por el Espíritu Santo, si hemos dejado entrar realmente a Dios en nuestra vida y correspondemos a su amor.

Los frutos del Espíritu Santo son los actos buenos de virtud que podemos realizar como consecuencia de la nueva vida que Dios comunica a nuestra alma en gracia.

Dios Espíritu Santo, con su gracia, con sus inspiraciones y luces, con sus siete dones, es el guía principal de nuestra vida que nos conduce hacia el bien, la felicidad y la santidad. El Espíritu Santo es quien nos da luz para ver un determinado acto bueno a realizar, y nos impulsa, además, a realizarlo.

El cristiano que deja a Dios ser el guía de su vida y no pone obstáculos, es capaz de realizar obras virtuosas:

- con gran facilidad (casi sin esfuerzo)
- con gozo y agrado permanente
- que nos asemejan a Jesucristo
- que glorifican a Dios
- que dan testimonio cristiano

1. Caridad (Amor)

Cuando te dejas guiar por Dios Espíritu Santo... el amor a Dios y a los demás fluye en tu vida como algo natural. Tu unión con Dios te lleva a desear agradarle, a acercarte más a Él, a poner amor en todo lo que realizas, a tratar con generosidad y cariño a las personas que te rodean. Este fruto del amor es el principal, y se manifiesta de distintas formas en todos los demás frutos.

2. Alegría (Gozo espiritual)

Cuando te dejas guiar por Dios Espíritu Santo... tu corazón se llena de gozo, porque la alegría es consecuencia del amor, de saberte amado por Dios, de poseerlo, de darte a los demás sin esperar nada a cambio. El cristiano vive así con gozo el seguimiento de Jesús, aún en medio de las pruebas.



3. Paz

Cuando te dejas guiar por Dios Espíritu Santo... tienes la paz interior que el mundo no te puede dar. Es la paz de vivir como hijo de Dios, sabiendo que estás en sus manos, sin temor a nada, porque descansas confiadamente en Él. Este orden y bienestar interior te lleva a propagarlo a los demás, sembrando paz a tu alrededor.

4. Paciencia

Cuando te dejas guiar por Dios Espíritu Santo... sabes superar con calma los momentos de preocupación, ira, enfado o desaliento; relativizas los sucesos negativos encontrando la respuesta adecuada; no pierdes la paz ante el sufrimiento, los defectos ajenos, las calumnias... ni ante los propios fracasos espirituales. "La paciencia todo lo alcanza; quien a Dios tiene nada le falta...".

5. Longanimidad (Perseverancia)

Cuando te dejas guiar por Dios Espíritu Santo... te mantienes fiel a Él, pase lo que pase, con buen ánimo frente a las adversidades, sin quejas ni amarguras, con la certeza de que con constancia alcanzarás las metas que te propones, aunque tardes en alcanzarlas.



6. Bondad

Cuando te dejas guiar por Dios Espíritu Santo... tu inclinación para hacer el bien es casi natural, sabiendo mirar a los demás con dulzura, y siendo solidario con todos, sin distinción alguna: amigos y enemigos, parientes o desconocidos, vecinos o lejanos. El alma se siente amada por Dios y esto le impide tener celos y envidias, y ve en los demás a hijos de Dios, a los que Él quiere.

7. Benignidad (Afabilidad)

Cuando te dejas guiar por Dios Espíritu Santo... crecen tus sentimientos de acogida, comprensión y amabilidad con todos; sabes disculpar y tratar a los demás con gusto, ternura y suavidad, sin agresividad, con una disposición constante hacia la indulgencia y la afabilidad. Este fruto se manifiesta en multitud de obras de misericordia, corporales y espirituales.



8. Mansedumbre

Cuando te dejas guiar por Dios Espíritu Santo... tu mente y tu corazón están serenos, con disponibilidad para aceptar la voluntad de Dios; te mantienes tranquilo en el trato con las personas, respetando sus opiniones, sin dejarte llevar por resentimientos ni arrebatos de ira, de cólera o mal genio.

9. Fidelidad (Lealtad)

Cuando te dejas guiar por Dios Espíritu Santo... cumples tus deberes, aun los más pequeños, con sentido de responsabilidad, con justicia y caridad; asumes y trabajas conforme a los compromisos que has adquirido ante Dios y con las demás personas; te mantienes en la fe, esperas en el Señor, crees en Él. Por ser una persona fiel, los demás pueden depositar en ti su confianza.

10. Modestia

Cuando te dejas guiar por Dios Espíritu Santo... sabes comportarte de modo equilibrado y justo en cada situación, apreciando los talentos que posees sin exagerarlos ni empequeñecerlos, porque sabes que son un regalo de Dios para ponerlos al servicio de los demás. La modestia refleja sencillez, y se expresa en las acciones externas: en el cuidado del pudor, en tu modo de hablar y de vestir, de tratar a la gente y de comportarte socialmente.

11. Dominio de sí (Templanza)

Cuando te dejas guiar por Dios Espíritu Santo... tienes fuerza interior para poner freno a tus malas inclinaciones y para moderar tus afectos desordenados. La templanza es equilibrio y se pone de manifiesto en el comer y en el beber, en el uso del dinero y de las cosas, en el control de los sentidos, etc.



12. Castidad

Cuando te dejas guiar por Dios Espíritu Santo... vives la sexualidad respetando su sentido y finalidad, ordenando el deseo sexual al servicio del verdadero amor y la fecundidad. Tu cuerpo y el de los demás, no es rebajado a instrumento de placer egoísta; lo respetas porque es templo del Espíritu Santo. La castidad te lleva a ser limpio en la mirada, en el pensamiento y en las acciones.