



*In Seinem  
GEISTE  
unterwegs*

## **In der Kraft des Heiligen Geistes**

*Zitate der Gründergeneration und*

*Steyler Gebetsgut*

*zur 100-Jahrfeier*

*der*

*Missionarischen Heilig-Geist-Gemeinschaft*



### **Unsere Gründergeneration:**

Arnold Janssen, Josef Freinademetz, Mutter Maria, Mutter Josefa: In der Kraft des Heiligen Geistes haben sie ihren Alltag in lebendigem Glauben aus dem trinitarischen Geheimnis gelebt, im Lieben, Befreien, Versöhnen, für den anderen Einstehen, in Hoffnung und Vertrauen.

Als kostbaren Schatz haben sie aus ihrer Zeit heraus vielfältige Zitate hinterlassen, die uns auch heute bewegen, weiter am Reich Gottes zu bauen, es zum Leuchten zu bringen.

### **Pater Arnold Janssen (1837 – 1909)**

Geboren in Goch, Niederrhein. Das intensive Gebet in der Familie prägte ihn. Besonders deutlich war die Hinwendung zum dreifaltigen Gott und die Verehrung des Heiligen Geistes. Das Geheimnis der Menschwerdung des Göttlichen Wortes hat ihn ergriffen. Dieses Geheimnis stand im Mittelpunkt seines ganzen Denkens, Betens und Handelns.

### **Aussprüche von Arnold Janssen:**

„Vor dem Lichte des Wortes und dem Geiste der Gnade weiche die Finsternis der Sünde und die Nacht des Unglaubens.“

„Der Herr fordert unseren Glauben heraus, etwas Neues zu verwirklichen, gerade weil so vieles innerhalb der Kirche zusammenbricht.“

„Alles ist möglich in der Gnadenkraft des Heiligen Geistes.“

„Wir leben in einer Zeit, wo vieles zugrunde geht, aber gerade deshalb muss anderes neu entstehen.“

„Wer betet, bindet die Erde an den Himmel.“

„Wenn wir alles tun, was in unseren Kräften steht, dann tut Gott das Übrige.“

„So wird der Glaube lebendig, wenn er durch die Gottes- und Nächstenliebe wirksam wird.“

„Es lebe der heilige dreieinige Gott in unseren Herzen und in den Herzen aller Menschen.“

„Durch die Taufe lebt dieser heilschaffende Geist in unseren Herzen als eine Kraft, die nach außen drängt.“

Und Paulus sagt es so aus: „Die Liebe Christi drängt uns.“

**Mutter Josefa, Hendrina Stenmanns** (1852 – 1903)

Geboren in Issum, Niederrhein. 1884 fand sie den Weg nach Steyl. Hier wird sie zunächst Küchenhilfe im noch jungen Steyler Missionshaus, das Arnold Janssen 1875 begonnen hatte. Erst 1889 ging ihr Wunsch in Erfüllung mit der Gründung der Missionskongregation der Dienerinnen des Heiligen Geistes. Sie erhielt den Ordensnamen Schwester Josefa.

Freude, Frohsinn, Heiterkeit, anderen Freude zu machen, das waren Begabungen von Hendrina Stenmanns, Mutter Josefa, mit denen sie buchstäblich gewuchert hat.

## **Aussprüche von Mutter Josefa:**

„Unter allen Dingen, die wir im Verlaufe eines Tages tun, ist nicht ein einziges, das nicht beitragen könnte, die Ehre Gottes, die Interessen Jesu und das Heil der Seelen zu fördern.“

„Um zu beten, ist es nicht immer notwendig, dass man Worte spricht. Beten heißt, etwas von Gott begehren, mehr mit dem Herzen als mit der Zunge.“

„Vergessen wir nicht, dem guten Gott zu danken für alle Gnaden und Wohltaten; denn das Dankgebet ist das beste Bittgebet.“

„Errichten Sie in Ihrem Herzen einen Tabernakel, wo der heilige dreieinige Gott beständig wohnt.“

„Jedes gute Wort ist ein Samenkorn für das ewige Leben.“

„Was immer aus Liebe zu Gott geschieht, ist groß, wenn es äußerlich auch noch so gering erscheint.“

„Wenn wir die Liebe haben, dann haben wir genug.“

„Ein betender Mensch findet bei Gott offene Türen.“

„Vertrauen wir auf Gott, er wird alles zum Besten lenken.“

„Suchen wir alles mit Liebe und durch Liebe zu erreichen. Dann wird der Heilige Geist seinen Segen dazugeben.“

„Beten ist das Atemholen der Seele.“

„Leben wir von Stunde zu Stunde, leben wir von Tag zu Tag, und überlassen wir Gott die Zukunft.“

„Solange du lebst, wirst du dich sehnen.“

„Immer heiter, Gott hilft weiter.“

„Unsere Aufgabe ist es, die Herzen aller der Liebe zu öffnen.“

„Liebe gewinnt die Herzen.“

„Glücklich und fröhlich zu sein ist Teil der Heiligkeit und bewahrt den Frieden in deiner Seele.“

### **Mutter Maria, Helena Stollenwerk (1852 – 1900)**

Geboren in Rollesbroich/Simmerath, Eifel. Schon sehr früh hatte sie den Wunsch, Missionsschwester zu werden. Ende Dezember 1882 tritt sie als zweite Magd ins Missionshaus ein, das Arnold Janssen gegründet hatte. Erst 1889 ging ihr Wunsch in Erfüllung mit der Gründung der Missionskongregation der Dienerinnen des Heiligen Geistes. Sie erhielt den Ordensnamen Schwester Maria. Am 8.12.1898 trat sie in die Klausurabteilung über, wo sie den Namen Schwester Maria Virgo bekam.

Ihr Motto: „Gott die Ehre, dem Nächsten der Nutzen, mir selbst die Last.“

## **Aussprüche von Mutter Maria:**

„Ich verlange danach, meine Liebe und mein ganzes Leben dem Dienst der Verbreitung des Evangeliums zu weihen.“

„Bietet doch alles auf, dass die aufrichtige Liebe durch nichts getrübt wird.“

„Sei Licht für die Menschen durch lebendigen Glauben und tätige Liebe, sei Licht für die Welt.“

„Gott allein kann dein Herz ausfüllen.“

„Dem Herrn sei Dank für Alles, für Ruhe und Sturm.“

„Durch Liebe und Güte erreicht man mehr als durch Härte und Strenge.“

„Helft euch gegenseitig, eure Sorgen und Mühen zu tragen.“

„Mein Leben soll ein Leben der Liebe und Dankbarkeit sein.“

„Gott mit dir auf allen Wegen.“

„Gott weiß alles zum Guten, ja, zum Besten zu lenken.“

„Habt nur Mut und Gottvertrauen. Gott lässt sich an Großmut nicht übertreffen. Er hilft und steht bei in allen Lebenslagen.“

„Haben wir stets ein unbegrenztes Vertrauen auf Gott, denn der Heilige Geist wird uns in unseren Ängsten und Nöten helfen, selbst in den schwierigsten Situationen.“

„Wenn wir uns gegenseitig lieben, wird unser Gebet leichter, und wir können unsere Sorgen und Bürden leichter tragen.“

**Pater Josef Freinademetz**, Chinamissionar (1852 – 1908)  
Geboren in Südtirol. Als Priester kam er 1878 nach Steyl und wurde 1879 als Missionar nach China entsandt.

### **Aussprüche von Josef Freinademetz:**

„Die Sprache der Liebe ist die einzige Sprache, die alle Menschen verstehen.“

„Lassen wir Vorurteile aus Liebe zur guten Sache fallen!  
Bringen wir uns gegenseitig volles Vertrauen entgegen.“

„Das Gebet vertreibt Trauer, flößt Trost und Freude ein,  
verbindet mit Gott, gibt den Himmel.“

„Das Gebet ist unsere Stärke, unser Schwert, unser Trost und  
der Schlüssel zum Paradies.“

„Das Gebet und die Freude machen eine wahre Tugend  
möglich.“

„Wer nicht brennt, kann nicht entzünden.“

„Unser Motto – hör es und schreib es in dein Gedächtnis, in  
dein Herz und in deine Hände, um es niemals zu vergessen:  
Unser Motto ist Liebe.“

„Eine Gesellschaft ohne Freude ist eine kranke Gesellschaft.“

„Das Gebetsleben lässt sich in folgende Worte zusammen-  
fassen: Denken wie Jesus, urteilen wie Jesus, lieben wie Jesus,  
handeln wie Jesus.“



„Das Gebet ist der Stab auf unserem Pilgerweg, die Quelle lebensspendenden Wassers, die Speise, die unsere Seele stärkt.“

„Wie der Baum die Erde braucht, um Saft und Nahrung zu finden, so braucht die Seele das Gebet.“

„Zum Beten braucht man nicht mehr Zeit als um nicht zu beten.“

„Auch wenn ich einem anderen nicht viel geben kann, nütze ich jede Gelegenheit, etwas für ihn zu tun, das ihn glücklich macht.“

## **Aus dem Steyler Gebetsgut:**

### **Viertelstundengebet**

Gott, Du ewige Wahrheit, wir glauben an Dich.

Gott, unsere Stärke und unser Heil, wir hoffen auf Dich.

Gott, unendliche Güte, wir lieben Dich aus ganzem Herzen.

Du hast Dein Wort gesandt als Retter der Welt, lass uns alle eins sein in Ihm.

Sende uns den Geist Deines Sohnes, dass wir Deinen Namen verherrlichen. Amen.

**Vor dem Lichte** des Wortes und dem Geiste der Gnade weiche die Finsternis der Sünde und die Nacht des Unglaubens, und das Herz Jesu lebe in den Herzen der Menschen. Amen.

### **Gott Heiliger Geist,**

Du bereitest mit göttlicher Weisheit alles von fern her vor, kommst zu gelegener Zeit, und durch die Macht Deiner Gnade beugst Du das Verhärtete, erwärmst das Erkalte, reinigst und heiligst das Sündenbefleckte: Gieße aus über uns den Geist der Liebe und des Gebetes und vereinige uns alle in Dir, damit wir durch Dich zu einer immer engeren Vereinigung mit dem Vater und dem Sohne geführt werden. Amen.

## **Pfingsthymnus „Veni, Creator“**

Komm, Heiliger Geist, der Leben schafft,  
erfülle uns mit deiner Kraft,  
Dein Schöpferwort rief uns zum Sein:  
nun hauch uns Gottes Odem ein.

Komm, Tröster, der die Herzen lenkt,  
du Beistand, den der Vater schenkt;  
aus dir strömt Leben, Licht und Glut,  
du gibst uns Schwachen Kraft und Mut.

Dich sendet Gottes Allmacht aus  
im Feuer und in Sturmes Braus;  
du öffnest uns den stummen Mund  
und machst der Welt die Wahrheit kund.

Entflamme Sinne und Gemüt,  
dass Liebe unser Herz durchglüht  
und unser schwaches Fleisch und Blut  
in deiner Kraft das Gute tut.

Die Macht des Bösen banne weit,  
schenk deinen Frieden allezeit.  
Erhalte uns auf rechter Bahn,  
dass Unheil uns nicht schaden kann.

Lass gläubig uns den Vater sehn,  
sein Ebenbild, den Sohn, verstehn  
und dir vertrauen, der uns durchdringt  
und uns das Leben Gottes bringt.

Den Vater auf dem ewigen Thron  
und seinen auferstandenen Sohn,  
dich, Odem Gottes, Heiliger Geist,  
auf ewig Erd und Himmel preist. Amen.

(Hrabanus Maurus, gest. 856)

## **Komm, Heiliger Geist,**

erfülle die Herzen deiner Gläubigen, und entzünde in ihnen  
das Feuer deiner Liebe.

Sendest du deinen Geist aus, so werden sie alle erschaffen,  
und du erneuerst das Antlitz der Erde.

Gott, du hast die Herzen deiner Gläubigen durch die  
Erleuchtung des Heiligen Geistes gelehrt.

Gib, dass wir in diesem Geist erkennen, was recht ist,  
und allezeit seinen Trost und seine Hilfe erfahren.

Darum bitten wir durch Christus, unseren Herrn.

Amen.

## **Pfingstsequenz „Veni, Sancte Spiritus“**

Komm Heiliger Geist  
Sende von Gott her  
Den Lichtstrahl deines Feuers.

Komm Vater der Armen  
Komm Spender der Gaben  
Komm Licht der Herzen.

Bester Tröster  
Du unser Freund  
Spürbare Hilfe.

Du Ruhe in der Unruhe  
Du Maß in der Leidenschaft  
Du Ermutigung in Mutlosigkeit.

Unendliches Glück  
Vollende im Innersten  
Die Dir vertrauen.

Ohne Dein Wirken  
Ist es nichts mit dem Menschen  
Ist nichts ungefährlich.

Kläre das Undurchsichtige  
Mache fruchtbar die Wüste  
Heile die Wunden.

Beuge das Unbeugsame  
Bewege das Herzlose  
Führe das vom Weg Abgekommene.

Gib den Deinen  
Die auf Dich hoffen  
Die Fülle Deiner Gaben.

Segne unser Tun  
Gib im Sterben das Heil  
Gib Freude ohne Ende. Amen!

(Übertragung der Pfingstsequenz von Theo Schmidkonz SJ)

**Atme in mir**, Heiliger Geist, dass ich Heiliges denke!

Treibe mich, Heiliger Geist, dass ich Heiliges tue!

Locke mich, Heiliger Geist, dass ich Heiliges liebe!

Stärke mich, Heiliger Geist, dass ich Heiliges hüte.

Hüte mich, Heiliger Geist, dass ich das Heilige nie mehr  
verliere!

(Augustinus)

## **Das Gebet der Missionarischen Heilig-Geist-Gemeinschaft**

Herr, unser Gott, durch Taufe und Firmung lebst der Geist Christi in mir, der auf geheimnisvolle Weise die Kirche führt, heiligt und eint.

In ihm hast du mich berufen und gestärkt, vor der Welt Zeugnis zu geben von Jesus Christus, von seiner Liebe, seinem Tod und seiner Auferstehung. Du hast mich mitverantwortlich gemacht für Kirche und Welt.

Lass uns in der Missionarischen Heilig-Geist-Gemeinschaft diese Verantwortung sehen und einander annehmen mit unseren besonderen Gaben, damit wir zum Segen werden füreinander und für die ganze Welt.

Mache mich zu einem lebendigen Glied der Kirche, dass ich in ihr dich verherrliche durch Christus im Heiligen Geist. Hilf mir, mich vom Geist Christi führen zu lassen, um den Anruf der Stunde zu verstehen. Gib mir den Mut und die Kraft, in seinem Geist darauf zu antworten und anderen so zu dienen, wie Jesus es getan hat, der mit dir lebt und herrscht in der Einheit des Heiligen Geistes von Ewigkeit zu Ewigkeit.  
Amen.

**Heiliger Geist,**  
Geist der Freiheit,  
bewahre uns davor,  
uns in Nebensächlichkeiten zu verlieren,  
und schenke uns Gespür für Wesentliches.

Befreie uns von dem Bedürfnis,  
uns abzusichern, hin zum Mut,  
für Dich Ungewohntes zu wagen.

Durchdringe und überwinde unsere Vorurteile,  
unsere falschen Rücksichten und die Blockaden,  
die Leben und Wachstum hemmen.

Lass Offenheit und innere Freiheit  
für Dich und füreinander wachsen,  
damit wir immer mehr zu Instrumenten  
Deines befreienden Wirkens in der heutigen Welt werden.  
Amen.

(Internationale Versammlung der MHGG)

Herausgeber:  
Zentralteam MHGG  
Missionarische Heilig-Geist-Gemeinschaft e.V  
Postfach 2308, 41310 Nettetal

Nur für den privaten Gebrauch: §§46 Abs. 1,53 UrhG

