

# La Comunione Spirituale

La Comunione Spirituale è la pratica di unirsi a Gesù, presente nell'Eucarestia, non ricevendolo sacramentalmente ma per un *vivo desiderio* che nasce dalla fede ed è animato dall'amore per Lui.

Alla base della scelta di fare la Comunione spirituale c'è l'**impossibilità - materiale o morale - da parte del fedele di ricevere la Comunione sacramentale**. La Comunione spirituale può essere fatta ogni volta che il fedele lo voglia e in *qualsiasi momento* della giornata o luogo.

La Comunione spirituale è fra le *pratiche ascetiche* più fruttuose, diffuse ed antiche, come testimoniato da molti santi e da esperienze mistiche. Fra i *santi* più noti legati alla pratica della Comunione spirituale si annoverano Tommaso d'Aquino, Alfonso Maria de' Liguori, Caterina da Siena, Margherita Maria Alacoque, Francesco di Sales.

Per la Comunione Spirituale non si richiede la Confessione, ma è tuttavia utile un sincero atto di contrizione e il desiderio di accostarsi alla Comunione Sacramentale quando sarà possibile.

## Celebrazione

---

- Segno della Croce
- *breve esame di coscienza*
- Atto di dolore o Confiteor

**Gesù mio, credo che Tu sei nel Santissimo Sacramento. Ti amo sopra ogni cosa e Ti desidero nell'anima mia. Poiché ora non posso riceverti sacramentalmente, vieni almeno spiritualmente nel mio cuore.**

*[breve pausa in cui unirsi a Gesù]*

**Come già venuto, io Ti abbraccio e tutto mi unisco a Te; non permettere che io mi abbia mai a separare da Te**

(S. Alfonso M. de Liguori)

## Altra formula

Ai tuoi piedi, o mio Gesù, mi prostro e ti offro il pentimento del mio cuore contrito che si abissa nel suo nulla e nella Tua santa presenza. Ti adoro nel Sacramento del Tuo amore, desidero riceverti nella povera dimora che ti offre il mio cuore. In attesa della felicità della comunione sacramentale, voglio possederti in spirito. Vieni a me, o mio Gesù, che io venga da Te. Possa il Tuo amore infiammare tutto il mio essere, per la vita e per la morte. Credo in Te, spero in Te, Ti amo. Così sia.

(card. Merry del Val)

---

## Atto di Affidamento alla Vergine Maria di Papa Francesco

*Maria, tu risplendi sempre nel nostro cammino  
come segno di salvezza e di speranza.*

*Noi ci affidiamo a te, Salute dei malati,  
che presso la croce sei stata associata al dolore di Gesù,  
mantenendo ferma la tua fede.*

*Tu, Salvezza del nostro popolo, sai di che cosa abbiamo bisogno  
e siamo certi che provvederai perché, come a Cana di Galilea,  
possa tornare la gioia e la festa dopo questo momento di prova.  
Aiutaci, Madre del Divino Amore,  
a conformarci al volere del Padre e a fare ciò che ci dirà Gesù,  
che ha preso su di sé le nostre sofferenze e si è caricato dei  
nostri dolori per condurci, attraverso la croce, alla gioia della  
risurrezione.*

*Sotto la Tua protezione cerchiamo rifugio, Santa Madre di Dio.  
Non disprezzare le suppliche di noi che siamo nella prova,  
e liberaci da ogni pericolo, o Vergine gloriosa e benedetta.  
Amen.*