

## Comuniones espirituales

Rebeca Reynaud

La comunión espiritual consiste en un deseo intenso de que Jesucristo venga a nuestro corazón. La comunión espiritual es una forma de comulgar, manifestándole al Señor los deseos que tenemos de recibirle bien. ***¡Qué fuente de gracias es la Comunión espiritual! -Practícala frecuentemente y tendrás más presencia de Dios y más unión con El en las obras*** (Camino, n. 540).

Para explicar la importancia de las comuniones espirituales, un profesor explicaba que Dios guarda en un copón de oro las comuniones sacramentales, y en un copón de plata, las espirituales.

Hay muchas fórmulas de hacer la comunión espiritual, y cada uno se puede inventar la suya, pero pongamos dos como ejemplos. "Yo quisiera Señor, recibiros, con aquella pureza, humildad y devoción con que os recibió vuestra Santísima Madre, con el espíritu y fervor de los santos". O bien: "Jesús mío: creo firmemente que estas en el Santísimo Sacramento del altar. Te adoro sobre todas las cosas. Te amo con todo mi corazón. **Deseo que vengas a mí, pero ya que no puedo recibirte ahora sacramentalmente, te pido que vengas espiritualmente a mí.** Ven, Señor, Jesús. Padre Eterno: te ofrezco la Sangre preciosísima de Jesucristo en expiación de mis pecados y por las necesidades de la Santa Iglesia y la conversión de los pecadores. Amén.

Hay personas que no deben de comulgar por sus circunstancias personales, pero necesitan el alimento de la Eucaristía. A esas personas se les recomienda que hagan varias Comuniones espirituales pues es un modo de fortalecer su alma. Dios quiere que lo recibamos al menos espiritualmente, y que se pongan los medios para recibirlo en la Eucaristía, en su momento.

La Comunión espiritual expresa con mil matices nuestra fe y nuestro amor, la esperanza y el desagravio por las veces en que quizá hemos recibido al Señor con frialdad o negligencia, por los que comulgan sacrílegamente, por cuantos ignoran u olvidan a Cristo en el Sacramento del Altar. También es otra forma de estar más cerca de nuestro Señor, cuando no podemos comulgar o porque no estamos confesados.

Algunos padres de familia son cuestionados por sus hijos, quienes les preguntan: "¿Por qué no comulgas?". Si es porque no están casados, ellos deben de pedir luces al Señor para saber explicar a sus hijos la razón, deben decirles claramente el motivo, y quizás agregar que eso es una cuestión entre ellos y Dios, que ellos como niños no deben juzgar ni insistir.

Muchos autores recomiendan pedirle perdón a Nuestro Señor por las ofensas que le hemos hecho; luego, decirle que necesitamos su visita porque somos débiles.

Pedimos que se digne traernos sus ayudas y gracias espirituales y venir a fortalecernos en nuestras luchas.

La consideración del inmenso amor de Jesucristo en la Eucaristía ha ayudado siempre a las almas de vida interior a prepararse lo mejor posible para la recepción de este sacramento, y a dar luego gracias por la Comunión. Es propio de un alma enamorada, vivir el trabajo y todo cuanto hace, con el corazón puesto en el Señor. Cuanto más se acerca el momento de comulgar, más vivo ha de ser el deseo de recibirlo. La comunión se puede preparar con comuniones espirituales y con actos

de fe, esperanza y caridad, pero sobre todo, expresando los deseos de que el Señor venga a nuestra casa, a nuestra alma.

Benedicto XVI dice, en *La Luz del mundo*: En la eucaristía Cristo está realmente presente, es el punto que pivota toda renovación. Sólo a partir de su espíritu son posibles las revoluciones espirituales. No es sólo el acontecimiento de un día, sino de la historia universal en su conjunto, como fuerza decisiva de la que después pueden provenir cambios.

San Josemaría Escrivá de Balaguer experimentó una fe viva. Escribió: *Desde pequeño he comprendido perfectamente el porqué de la Eucaristía: es un sentimiento que todos tenemos; querer quedarnos para siempre con quien amamos. Es el sentimiento de la madre por su hijo: te comería a besos, le dice. Te comería: te transformaría en mi propio ser. El Señor nos ha dicho eso también: ¡toma, cómemelo! Más humano no puede ser. Pero no humanizamos nosotros a Dios Nuestro Señor cuando lo recibimos: es Él quiere nos diviniza, nos ensalza, nos levanta. Jesucristo hace lo que a nosotros nos es imposible: sobrenaturaliza nuestras vidas, nuestras acciones, nuestros sacrificios. Quedamos endiosados. Me sobran razones: aquí está la explicación de mi vivir.*

*Ardientemente he deseado comer esta pascua con vosotros, antes de mi Pasión (Luc. XXII, 15).* Con estas palabras, la noche de la Última Cena, el Señor manifestó a los Apóstoles el amor extremado que le llevaba a instituir el Sacramento de la Eucaristía, en el que -bajo las especies del pan y del vino- quiso ofrecerse El mismo, con su Cuerpo, con su Sangre, con su Alma y con su Divinidad, como alimento para nuestras almas.

*Vive de tal manera que puedas recibirlo cada día,* exhortaba San Agustín (*Sermo 4, 1*). Pensando sobre todo en quienes comulgan con frecuencia, incluso cotidianamente, el Magisterio insiste en extremar las disposiciones del alma: recta intención y devoción sincera (San Pío X, Decr. *Sacra Tridentina Synodus, 20-XII-1905*). Ciertamente, la Comunión no es un premio a la virtud, sino alimento para el cristiano que aún camina por la tierra; y por eso mismo, nuestra Madre la Iglesia exhorta a recibirla frecuentemente. Pero no debemos permitir que la rutina o la vanidad desnaturalicen la participación en la Sagrada Eucaristía, privándonos de gran parte de sus frutos.

El primero y el último pensamiento de cada jornada, que procuramos dirigir al Señor, muchas veces se referirá de modo explícito a la Eucaristía: un pensamiento de amor, de gratitud, de contrición, que puede repetirse también durante la noche, cuando el sueño se interrumpe.

**La acción de gracias:** Es lógico que, cuanto más delicadas sean nuestras disposiciones, más indignos nos sintamos de recibir tanto bien. *El Señor está siempre en el Sagrario. Parece que no nos oye, pero nos escucha amorosamente, con el cariño de un padre y de una madre, escondiendo su Divinidad y su Humanidad. Es un Señor que habla cuando quiere, cuando menos se espera, y dice cosas concretas. Después calla, porque desea la respuesta de nuestra fe y de nuestra lealtad (San Josemaría E).*

El cariño a Jesús Sacramentado nos hará **encontrar modos personalísimos** de darle gracias, aunque nos encontremos áridos. Santa María, que siempre *nos enseña a tratar a Jesús, a reconocerle y a encontrarle en las diversas circunstancias*

*del día (Es Cristo que pasa, n. 94.),* será la mejor Maestra de piedad para recibir a Jesús Sacramentado.