

PREGHIERA

per la

COMUNIONE SPIRITUALE



Gesù mio,
io credo che sei realmente presente
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.

Come già venuto,
io ti abbraccio e tutto mi unisco a te;
non permettere che mi abbia mai
a separare da te.



La comunione spirituale è poco conosciuta e poco praticata, eppure è una sorgente speciale e incomparabile di grazie:

«Essa è per se stessa, dice il P. Faber, una delle più grandi potenze della terra».

«Per mezzo di essa, scrive S. Leonardo da Portomaurizio, molte anime arrivarono a gran perfezione».

In che consiste la comunione spirituale?

(..). Questa comunione non si fa esteriormente, come la comunione sacramentale, ma spiritualmente, cioè internamente e mentalmente, senz'alcun atto materiale e corporale: spiritualmente, cioè soprannaturalmente e divinamente.

Si chiama pure comunione interiore, comunione del cuore, comunione invisibile e mistica; perchè ci unisce a Gesù in modo misterioso e nascosto, senz'alcun segno visibile come nella comunione sacramentale. Si chiama finalmente comunione virtuale, perchè ha la virtù di farci partecipare ai frutti dell'Eucaristia.

Che cosa si deve fare per comunicarsi spiritualmente?

Basterà fare degli atti di fede e di amore verso Gesù presente nell'Eucaristia? No. Bisogna formulare espressamente il desiderio di comunicarsi: e perchè questo desiderio sia sincero, bisogna, essere disposto a comunicarsi sacramentalmente, se fosse possibile. Del resto un semplice desiderio, se è vero e profondo, per quanto breve e rapido, basta a costituire la comunione spirituale. Evidentemente quanto più il desiderio sarà prolungato, tanto più la comunione sarà fruttuosa; ma con un semplice slancio del cuore verso Gesù nell'Eucaristia si fa la comunione spirituale, si partecipa alle grazie della comunione sacramentale.

Ecco come questo avviene: Nostro Signore è nell'Eucaristia per noi; il suo desiderio di venire in noi, di essere tutto nostro, di possederci, di vivere in noi, è vivissimo ed Egli non domanda che di poterlo soddisfare.

«Io ardo di desiderio di darmi a te, diceva Gesù alla Ven. Giovanna Maria della Croce, e quanto più mi do, tanto più desidero di darmi nuovamente. Io sono, dopo ciascuna delle tue comunioni, come il pellegrino divorato dalla sete, al quale si dà una goccia d'acqua e dopo è più assetato ancora. Così io desidero continuamente di darmi a te». Gesù rivolge queste medesime parole a ciascuno di voi. Gesù vorrebbe venire ogni giorno nel vostro cuore con la comunione sacramentale, ma non gli basta ancora: vorrebbe venire in voi continuamente. Questo desiderio divino si compie con la comunione spirituale. *«Tutte le volte che tu mi desideri, diceva Gesù a Santa Metilde, tu mi attiri in te. Un desiderio, un sospiro, basta per mettermi in tuo possesso.»*

Nostro Signore spesso rivelò ad anime sante e in maniere diverse, il desiderio ardente che ha di unirsi a noi.

A S. Margherita Maria diceva: *«Il tuo desiderio di ricevermi ha toccato così dolcemente il mio cuore, che se non avessi istituito questo Sacramento, lo avrei fatto in questo momento, per unirmi a te».*

Nostro Signore incaricava Santa Margherita da Cortona di ricordare ad uri religioso le parole di Sant'Agostino: «Credi, e tu avrai mangiato»; cioè, farà un atto di fede e di desiderio verso l'Eucaristia, e tu sarai nutrito da questo alimento divino.

Alla B. Ida da Lovanio, durante una messa in cui essa non aveva potuto comunicarsi, Gesù diceva: *«Chiamami, e io verrò!», - «Venite, o Gesù!»* esclamò tosto la santa, e si sentì riempire di felicità come se realmente si fosse comunicata.

E, dopo una comunione spirituale di cui gustava tutte le delizie, Santa Caterina da Siena si sentiva dire da Gesù: *«In qualunque luogo, in qualunque maniera mi piaccia, io posso, voglio e so soddisfare meravigliosamente i santi ardori di un'anima che mi desideri».*

Questo desiderio di Gesù, di unirsi a noi, è infinito e onnipotente: non conosce altro

ostacolo che la nostra libertà . Gesù ha moltiplicato i miracoli per venirsi a chiudere nell'ostia, per potersi dare a noi. Che cosa gli costa il fare un miracolo di più e il darsi direttamente a noi senza l'intermediario del Sacramento? Non è forse padrone di se stesso, di tutte le sue grazie, della sua divinità ? E se, chiamato da poche parole, discende dal cielo nell'ostia, fra le mani del sacerdote, non scenderà direttamente nel nostro cuore, se vi è chiamato dall'ardore dei nostri desideri?

O meraviglioso potere dell'anima umana! O potenza di un desiderio sincero, ispirato dall'amore! Potere che permette a ciascuno di voi di fare per sé, in qualche maniera, ciò che il sacerdote fa per tutti i fedeli!

Agar fuggendo nel deserto e vedendo che il suo bambino sarebbe morto di sete, alzò al cielo un grido straziante e tosto scaturì una sorgente d'acqua fresca per salvare la madre e il figlio. Gridate dunque verso Dio il vostro desiderio e Dio vi risponderà facendo scaturire dal suo seno, per santificarvi, una sorgente di vita eterna!

Un povero selvaggio non ha un sacerdote che lo battezzì, ma fa salire a Dio il grido del suo desiderio, ed eccolo battezzato!

Un povero peccatore si volge a Dio; dalla sua confusione volge i suoi sguardi alla Bontà infinita; esso ha sete di amore e di perdono, ed eccolo perdonato! Voi non potete accostarvi alla santa mensa, sia che già vi siate comunicati il mattino, sia che qualche ostacolo ve l'impedisca. Gettate su l'ostia del Tabernacolo degli sguardi di desiderio, manifestate la vostra fame e la vostra sete a Gesù. Ditegli: o Gesù, venite, io muoio senza di voi! - Gesù verrà e voi vi sarete comunicati.

Durante la messa, il sacerdote prende l'ostia fra le mani; si raccoglie, s'inchina e pronunzia poche parole. Tosto il cielo si apre, Gesù discende alla voce del suo amico che lo chiama: eccolo fra le mani del sacerdote!

O anime pie, raccoglietevi profondamente, concepite nel vostro cuore un desiderio ardente. Tocco e spinto da questo desiderio, Gesù discende alla sua sposa diletta: eccolo nel vostro cuore!

O bontà ineffabile, o larghezza infinita, o munificenza senza limiti, o amore incomprendibile! Dio non è più il sovrano Padrone e la creatura non è più serva: la creatura diventa il padrone sovrano di Dio e Dio si fa Il servo più docile e più premuroso della creatura! «Non sono venuto tra voi, diceva Gesù, per essere servito, ma per servire.» la comunione spirituale è una vera onnipotenza data alla creatura sul Creatore, all'anima pia, su Gesù! Il P. Faber ha ragione: «La comunione spirituale è una delle più grandi potenze della terra! (1)»

Come si potranno dunque esprimere i frutti innumerevoli che la comunione spirituale ci reca?

Si può riassumere tutto dicendo che è una comunione, cioè una partecipazione all'Eucaristia e alle grazie della comunione sacramentale. Il Concilio di Trento, parlando dell'uso del sacramento ammirabile dell'Eucaristia, dice espressamente che «molti la ricevono spiritualmente e sono quelli che mangiando con il desiderio questo pane celeste che a loro è offerto, gustano il frutto e l'utilità di questo sacramento.» Dunque, secondo il Concilio di Trento e secondo tutta la teologia, la comunione spirituale è un mangiare spiritualmente del corpo di Nostro Signor Gesù Cristo. Per conseguenza, tutto ciò che abbiamo detto degli effetti della comunione sacramentale, si ripete qui, benchè in modo diverso e in un grado inferiore (2).

Il primo effetto della comunione spirituale è dunque di accrescere la nostra unione con l'umanità e con la divinità del Verbo incarnato. Questo è il suo effetto principale, il suo frutto essenziale: tutte le altre grazie che vi si ricevono, derivano da queste. Eccole in riassunto: Il fervore è rianimato. «La comunione spirituale, dice il b. Curato d'Ars, fa su l'anima come un colpo di soffietto sul fuoco coperto di cenere e prossimo a spegnersi.

Quando sentiamo che l'amor di Dio si raffredda, corriamo presto alla comunione spirituale» Povero cuore! perde così facilmente il suo calore e si ricopre di ceneri così presto! La comunione spirituale rianima il focolare e fa sprigionare la fiamma del fervore. In mezzo alle prove del nostro pellegrinaggio quaggiù, continuamente c'invade la tristezza, e il nostro cuore si riempie di fitte nebbie. La comunione spirituale dissipa la caligine, come il sole del mattino; esso riconduce la gioia nel cuore, rende all'anima la pace. Essa conserva pure il raccoglimento: è il mezzo più efficace per premunirsi contro la dissipazione, la leggerezza e tutte le divagazioni della mente e della fantasia. Essa ci abitua a tenere i nostri sguardi fissi su Gesù, a conservare con lui una dolce e costante intimità, a vivere con lui in una continua unione di cuore.

Essa ci distacca da tutto ciò che è puramente sensibile e terrestre; ci fa sdegnare le vanità che passano, i piaceri del mondo che durano poco. «Essa è il pane del cuore, dice S. Agostino, essa è la guarigione del cuore» Essa separa il nostro cuore da tutto ciò che è impuro e imperfetto; lo trasforma e lo unisce strettamente al cuore di Gesù.

Essa rende le nostre relazioni con Gesù più tenere e più familiari. Essa ci dà per lui una devozione più ardente e più profonda; essa ci fa meglio gustare la soavità e la dolcezza della sua presenza. «Quando faccio il segno di croce, scrive sant'Angela di Foligno, portando la mano al cuore e dicendo ... e del Figlio, provo un vivo amore e una gran dolcezza, perchè sento che Gesù è là.» La comunione spirituale mette Gesù là, nell'interno del nostro cuore, in una residenza permanente e incantevole.

La comunione spirituale ha pure un'efficacia meravigliosa per cancellare i peccati veniali e per rimettere le pene dovute al peccato. Le anime pie che la praticano sovente e bene, saranno esenti dalle fiamme del purgatorio. Gesù le trasporterà direttamente dalla terra al cielo, come l'anima di Giovanna d'Arco, che fu vista, al momento delle sua morte, salire direttamente in Paradiso, sotto forma di bianca colomba. La comunione spirituale darà in cielo alle anime che l'avranno fatta bene, una gloria sorprendente. Nostro Signore diceva a Santa Geltrude che ogni qualvolta uno guardasse con devozione l'ostia Santa, aumenterebbe la sua felicità eterna e si preparerebbe per il cielo tante delizie diverse a misura che avrebbe moltiplicato quaggiù quegli sguardi d'amore e di desiderio verso l'Eucaristia. Le anime che si saranno comunicate spesso spiritualmente, splenderanno in cielo di una luce particolare e gusteranno delle gioie speciali, più dolci e più deliziose, che gli altri non conosceranno.

La comunione spirituale, aumentando ogni giorno i nostri desideri di ricevere Gesù, ci spinge alla Comunione sacramentale, c'impedisce di tralasciarla per colpa nostra, la rende più frequente, ci dispone a riceverla meglio e a trarne più frutti. La comunione spirituale è, al dire di tutti i Santi, la migliore preparazione alla comunione sacramentale.

Aggiungete inoltre che la comunione spirituale si può offrire secondo l'intenzione del prossimo, sia in favore dei vivi, sia in favore dei defunti. La beata Margherita Maria raccomandava la comunione spirituale in suffragio delle anime del Purgatorio, «Voi solleverete assai quelle povere anime afflitte, essa diceva, offrendo per esse delle comunioni spirituali, per riparare al cattivo uso da esse fatto delle comunioni sacramentali.»

Finalmente dovete sapere che tutti questi benefici e tutte queste grazie che derivano dalla comunione spirituale, si ricevono ogni volta nella misura delle vostre disposizioni, cioè secondo il valore del vostro desiderio. Più è intenso il vostro desiderio di comunicarvi, più è puro e prolungato, e più voi parteciperete dei frutti dell'Eucaristia e di tutti i favori che abbiamo enumerato; tutto questo con nessun altro limite che l'ardore, l'estensione e la vivezza dei vostri desideri.

I santi sono unanimi nell'esaltare le meraviglie della comunione spirituale. Arrivano a dire come la Ven. Giovanna Maria della Croce, «che Dio, con questo mezzo, ci colma spesso delle medesime grazie della comunione sacramentale»; e, con santa Geltrude e col P.

Rodriguez, «qualche volta di grazie ancora più grandi» ; poichè, nota quest'ultimo, «benchè la comunione sacramentale sia, per se stessa, di una maggiore efficacia, tuttavia il fervore del desiderio può compensare la differenza».

spirituale

**Quale altro incoraggiamento più prezioso si può dare alla comunione spirituale?
E come spingervi di più a praticarla frequentemente?**

Quando dunque la farete? - La farete sempre durante la Messa, quando vi assistete senza potervi comunicare sacramentalmente. «Bisogna, dice il Rodriguez, divorare con gli occhi dell'anima quel divino alimento. Bisogna aprire la bocca dell'anima con un ardente desiderio di ricevere questa manna celeste, e di gustarne lungamente la dolcezza entro il cuore».

Voi farete la comunione spirituale, secondo il consiglio di S. Alfonso, al principio e alla fine delle vostre visite al SS. Sacramento. Che bella maniera d'impiegare quel tempo prezioso! Gesù è realmente là , a pochi passi da voi, ardente di desiderio di venire in voi. Ardete dello stesso desiderio per lui, e verrà ad unirsi a voi in una dolce intimità . Voi uscirete dalla chiesa infiammati di amore! Voi farete la comunione spirituale il mattino appena svegliati. «*Svegliandoti, diceva Gesù a santa Metilde, devi sospirare a me con tutto il cuore! Desiderami con un sospiro di amore e io verrò in te, opererò in te e soffrirò in te tutti i tuoi patimenti*».

Voi vi comunicherete spiritualmente, dopo la preghiera, dopo la meditazione, dopo la lettura spirituale, prima e dopo la recita del rosario e la sera prima di addormentarvi. Potete fare la comunione spirituale dieci volte, venti volte al giorno, quante volte volete, poichè bastano pochi istanti, brevi giaculatorie rivolte a Gesù nell'Eucaristia, per scongiurarlo di venire in voi. Qui non importa il tempo; importa l'ardore e la veemenza del desiderio, la fame e la sete dell'anima, lo slancio del cuore!

NOTE

1. Non bisognerà tuttavia eguagliare la comunione spirituale alla comunione sacramentale, nè molto meno privarsi di questa sotto pretesto che ci si supplisce con quella.

2. Nostro Signore mostrava ogni giorno alla pia Paola Maresca un ciborio d'oro contenente le sue comunioni sacramentali e un ciborio d'argento contenente le sue comunioni spirituali, indicandole cosà il valore delle une e delle altre.

Testo tratto da: Mons. De Guiberghes, La Santa Comunione, Faenza: Libreria Editrice Salesiana, 1914, pp. 171-182.