



*Collana:* **IL FIGLIO**

- © Editrice Shalom s.r.l. - 11.06.2023 SS. Corpo e Sangue di Cristo
- © Libreria Editrice Vaticana (Testi Sommi Pontefici)
- © 2008 Fondazione di Religione Santi Francesco d'Assisi e Caterina da Siena (Parola di Dio)
- © I dipinti, opera di Luigina Castellana, sono situati nella cappellina dell'Editrice Shalom e rappresentano ciò che realmente succede durante la celebrazione di ogni santa Messa.

**ISBN 978 88 8404 876 9**



**SHALOM**  
editrice

Via Galvani, 1  
60020 Camerata Picena (AN)

**Per ordinare citare il codice 8542:**

**[www.editriceshalom.it](http://www.editriceshalom.it)**  
**[ordina@editriceshalom.it](mailto:ordina@editriceshalom.it)**

**Tel. 071 74 50 440**  
dal lunedì al venerdì dalle 8:00 alle 18:00

**Whatsapp 36 66 06 16 00** (solo messaggi)

**Fax 071 74 50 140**  
in qualsiasi ora del giorno e della notte

# INDICE

Introduzione .....	5
La comunione spirituale.....	9
Alcune testimonianze.....	9
La pratica della comunione spirituale .....	27
Come vivere la comunione spirituale.....	37
<b>Primo passo</b>	
Desiderare di “comunicarsi” .....	38
<b>Secondo passo</b>	
Credere nella presenza di Cristo .....	39
<b>Terzo passo</b>	
Fare la comunione spirituale .....	39
La comunione spirituale sostituisce la Comunione sacramentale?.....	41
Pregchiere per la comunione spirituale.....	47
Ringraziamento dopo la comunione spirituale .....	59





## INTRODUZIONE

L'emergenza coronavirus è terminata, ma ha inciso profondamente sulla vita quotidiana di molte persone e, a causa della sospensione delle celebrazioni liturgiche, l'impatto si è esteso anche alla vita spirituale, specialmente quando non è stato possibile partecipare alla santa Messa e siamo stati involontariamente privati della Comunione eucaristica. È proprio in questo contesto che papa Francesco ci ha sollecitato a riscoprire e ad approfondire «la comunione spirituale all'Eucaristia, una pratica molto raccomandata quando non è possibile ricevere il Sacramento» (*Angelus*, 15 marzo 2020).

Questa lodevole pratica affonda le sue radici nella tradizione della Chiesa ed è stata raccomandata da tanti santi. Tuttavia, nel nostro tempo, anche a motivo della frequente possibilità che abbiamo di ricevere in maniera sacramentale il Signore, l'idea di fare la comunione spirituale non è un'opzione a noi familiare, se non per il richiamo di papa Francesco durante il lockdown dovuto alla pandemia. Per questo motivo attorno alla pratica sono sorti molti interrogativi: cos'è la comunione spirituale? In essa si realizza l'unione con Cristo? Se sì, in che grado? Che valore ha tale comunione? Che differenza c'è tra la Comunione sacramentale e la comunione spirituale?

Cerchiamo, allora, di fare un po' di chiarezza e di vedere cosa comporta questo esercizio di pietà, anche seguendo l'esempio dei santi e la loro testimonianza di forte unione con Cristo. Concluderemo questa breve trattazione con alcune preghiere per aiutare a vivere la comunione spirituale in tutte le circostanze.

La comunione spirituale è un atto con cui ci uniamo a Gesù Eucaristia attraverso la preghiera. È un modo splendido per esprimere il nostro desiderio di essere uniti a lui quando non riusciamo a ricevere la santa Comunione. Non sempre, però, siamo consapevoli di quali tesori rechi con sé questa pratica che è una sorgente speciale e incomparabile di grazie. Scrive san Leonardo da Porto Maurizio: «Per mezzo di essa molte anime arrivarono a grande perfezione». Approfittiamo anche noi di questo grande dono. Specialmente nei momenti di prova o di abbandono, che cosa ci può essere di più prezioso dell'unione con Gesù, realmente presente nel Santissimo Sacramento, mediante la comunione spirituale? Questo santo esercizio può riempirci le giornate di amore, può permetterci di rimanere ininterrottamente alla presenza del Signore, può farci vivere con lui in un abbraccio d'amore, che dipende solo da noi rinnovare spesso fino a non interromperlo più.



# **LA COMUNIONE SPIRITUALE**

## **ALCUNE TESTIMONIANZE**

### **Una premessa**

Per noi, oggi, è scontato poter ricevere la Comunione ogni giorno, eppure non sempre è stato così. Nei duemila anni di storia della Chiesa le norme circa la Comunione dei fedeli hanno visto grandi diversità. Soprattutto, a partire dal Medioevo, una concezione della vita cristiana, di tendenza giansenistica, fissata sulla fondamentale indegnità dell'uomo di fronte all'augusto sacramento, che ha generato una prassi ossessionata dal timore di fare Comunioni sacrileghe, ha fatto sì che la Comunione sacramentale venisse oscurata dall'eccessiva insistenza sulla comunione spirituale. Per la maggior parte dei credenti era rarissimo ricevere la Comunione eucaristica.

Pochissimi, con il permesso del confessore, la ricevevano settimanalmente e in genere solo i sacerdoti la ricevevano ogni giorno.

La situazione raggiunse un punto tale che, nel 1123, il Concilio Lateranense I trovò necessario prescrivere la Confessione e la Comunione come minimo almeno una volta l'anno per tutti i cattolici. Questa norma resta in vigore tutt'oggi nonostante la pratica attuale vari ampiamente.

## **Il Concilio di Trento**

Il Concilio di Trento (1545-1563), nel *Decreto sul sacramento dell'Eucaristia*, e in seguito il *Catechismo tridentino* (1567) menzionarono e affermarono la comunione spirituale.

Il Concilio ne parlò per ben due volte. La prima quando, richiamandosi agli insegnamenti dei Padri, spiegò così la triplice distinzione nella ricezione della santa Comunione:

«Quanto al retto e sapiente uso [dell’Eucaristia], i nostri padri distinsero tre modi di ricevere questo santo sacramento. Dissero, infatti, che alcuni lo ricevono solo sacramentalmente, come i peccatori. Altri solo spiritualmente, quelli, cioè che desiderando di mangiare quel pane celeste, loro proposto, con fede viva, “che opera per mezzo della carità” (Gal 5,6), ne traggono frutto e utilità. Altri lo ricevono sacramentalmente e spiritualmente insieme, e sono coloro che si esaminano e si preparano prima, in modo da accostarsi a questa divina mensa “rivestiti dell’abito nuziale” (Mt 22,11-13)» (Sessione XIII, capitolo VIII).

Secondo il Concilio la comunione spirituale è un mangiare spiritualmente del corpo di Cristo. Per conseguenza si ricevono gli effetti della Comunione sacramentale, come vedremo meglio in seguito, benché in modo diverso e in grado inferiore.

Il Concilio si soffermò una seconda volta sulla comunione spirituale quando, parlando

delle Messe nelle quali solo il sacerdote si comunicava, invitava i fedeli presenti a ricevere non solo spiritualmente, ma anche sacramentalmente l'Eucaristia: «Desidererebbe certo, il sacrosanto sinodo, che in ogni Messa i fedeli che sono presenti si comunicassero non solo con l'affetto del cuore, ma anche col ricevere sacramentalmente l'Eucaristia, perché potesse derivarne ad essi un frutto più abbondante di questo santissimo sacrificio. E tuttavia, se ciò non sempre avviene, non per questo essa condanna come private e illecite quelle Messe, nelle quali solo il sacerdote si comunica sacramentalmente, ma le approva e quindi le raccomanda, dovendo ritenersi anche quelle, Messe veramente comuni, sia perché il popolo in esse si comunica spiritualmente, sia perché vengono celebrate dal pubblico ministro della chiesa, non solo per sé, ma anche per tutti i fedeli, che appartengono al corpo di Cristo» (Sessione XXII, capitolo VI).

Il Codice di Diritto Canonico del 1917

riprodusse lo stesso pensiero: «Si esortino i fedeli alla frequente anche quotidiana Comunione secondo le prescrizioni apostoliche in modo che chi assiste alla Messa partecipi e con l'affetto e col fatto alla Comunione» (Canone 863).

Questo ci dice che ogni Comunione sacramentale deve al contempo essere spirituale, deve cioè essere accompagnata da un vivo desiderio di ricevere Gesù nel proprio cuore.

Anche dopo il Concilio di Trento, per molto tempo la prassi fu che i fedeli si potessero comunicare solo con la frequenza concessa dal confessore, decisa in base al grado di perfezione da questi riscontrato nel penitente. Di questa consuetudine si trova traccia in molti scritti o biografie di santi.

Santa Teresa di Gesù Bambino, vissuta alla fine del 1800, soffriva moltissimo per non poter ricevere la Comunione ogni giorno; il cappellano del convento di Lisieux le concesse la Comunione quotidiana solo durante un periodo di malattia.

## I SOMMI PONTEFICI

San Pio X inserì il tema della comunione spirituale nel *Catechismo* che porta il suo nome, precisamente nel capitolo V, dove si tratta del santo sacrificio della Messa, e il numero 668 recita così: «Che cosa è la comunione spirituale? La comunione spirituale è un gran desiderio di unirsi sacramentalmente a Gesù Cristo dicendo, per esempio: Signore mio Gesù Cristo, io desidero con tutto il cuore di unirmi a Voi adesso e per tutta l'eternità; e facendo i medesimi atti che si fanno avanti, e dopo la Comunione sacramentale».

È interessante notare che san Pio X, papa dal 1903 al 1914, fu un forte sostenitore della santa Comunione e incoraggiò tutti i fedeli a ricevere l'Eucaristia con la massima frequenza possibile.

Papa Pio XII nell'Enciclica sulla liturgia *Mediator Dei* raccomandò: «La Chiesa desidera che i cristiani, specialmente quando non possono facilmente ricevere di fatto il Cibo

Eucaristico, lo ricevano con il desiderio, in modo che con viva fede, con animo riverentemente umile e confidente nella volontà del Redentore Divino, con l'amore più ardente si uniscano a Lui».

San Giovanni Paolo II nell'enciclica *Ecclesia de Eucharistia*, scrisse: «L'Eucaristia appare dunque come culmine di tutti i Sacramenti [...]. Proprio per questo è opportuno *coltivare nell'animo il costante desiderio del Sacramento eucaristico*. È nata di qui la pratica della “comunione spirituale”, felicemente invalsa da secoli nella Chiesa e raccomandata da Santi maestri di vita spirituale. Santa Teresa di Gesù scriveva: “Quando non vi comunicate e non partecipate alla Messa, potete comunicarvi spiritualmente, la qual cosa è assai vantaggiosa... Così in voi si imprime molto dell'amore di nostro Signore”» (n. 34). Più avanti, parlando poi della Beata Vergine Maria, Giovanni Paolo II definì la preparazione di Maria al Calvario come una “comunione spirituale”: «Preparandosi gior-