

# La comunione spirituale: quando non si può fare la comunione

Cosa possiamo fare quando non possiamo accedere alla comunione sacramentale? Molti santi della Chiesa, tra cui san Josemaría consigliavano la pratica della comunione spirituale per manifestare a Dio il nostro desiderio di unirci a lui.

21/04/2020

Quando non possiamo ricevere la comunione eucaristica perché siamo costretti a casa, non abbiamo rispettato il digiuno previsto o siamo in situazione di peccato grave, la Chiesa ci invita a cercare comunque l'unione con Dio con il cuore, esprimendo il nostro desiderio attraverso la preghiera.

## **La comunione spirituale di san Josemaría**

Esistono molte forme di comunione spirituale e san Josemaría Escrivá ne amava molto una in particolare che aveva imparato da un religioso scolopio. La preghiera recita così:

"Vorrei, Signore, riceverti con la purezza, l'umiltà e la devozione con cui Ti ricevette la tua Santissima Madre, con lo spirito e il fervore dei Santi."

Cliccando qui puoi leggere la storia completa della comunione spirituale di san Josemaría Escrivá.

## **La comunione spirituale di papa Francesco**

Anche papa Francesco, in un'omelia a Santa Marta, ci ha invitati a recitare, la comunione spirituale, quando non possiamo fare la comunione. Ecco il testo della comunione spirituale di papa Francesco:

“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”.

## Il senso della comunione spirituale

Non sappiamo per quanto tempo non potremo fare la Comunione, ma recitare con sincerità la comunione spirituale, anche più volte nel corso della giornata, può manifestare a Dio il nostro desiderio di stare con Lui e renderci presente quanto Lui desideri stare con noi. Diceva il santo Curato D'Ars: «una comunione spirituale agisce nell'anima come un soffio di vento su una brace che è sul punto di spegnersi. Ogni volta che senti che il tuo amore per Dio si sta raffreddando, fa' rapidamente una comunione spirituale» (san Giovanni Maria Vianney, *Sermones*).

In questo periodo di quarantena possiamo continuare a coltivare la nostra vita interiore, riscoprendo il valore di una conversione che viene dal cuore. In questo possiamo

sempre guardare all'esempio dei santi: ad esempio si racconta che, in una delle visioni di Santa Faustina Kowalska, Gesù le abbia confidato che se recitiamo la comunione spirituale varie volte al giorno, in un solo mese vedremo i nostri cuori completamente cambiati.

---

pdf | documento generato automaticamente da <https://opusdei.org/it-ch/article/la-comunione-spirituale-quando-non-si-puo-fare-la-comunione/> (03/02/2026)