

A comunhão espiritual que São Josemaria rezava

O historiador José Luis González Gullón fala sobre a comunhão espiritual que São Josemaria costumava recitar e que nos pode ajudar também nos dias em que muitas pessoas não podem receber a Eucaristia.

18/05/2020

José Luis González Gullón é historiador e trabalha no Instituto

Histórico São Josemaria Escrivá. É o autor, entre outros livros, de “DYA. La Academia y Residencia en la historia del Opus Dei (1933-1939)” e de “Escondidos: El Opus Dei en la zona republicana durante la Guerra Civil española (1936-1939)”.

Neste artigo comenta a origem da oração que São Josemaria recitou como comunhão espiritual e dá alguns conselhos para viver essa prática cristã, especialmente durante os dias em que não é possível receber a Comunhão.

A Missa torna presente o sacrifício da Cruz. No momento da consagração, o pão e o vinho convertem-se no Corpo e Sangue de Jesus Cristo, que Se oferece por nós. Depois, aproximamo-nos para comungar e, como nos ensina o Catecismo da

Igreja, produz-se “a união íntima com Cristo Jesus”.

Às vezes queremos receber Jesus Cristo, mas não podemos porque não chegou o momento da Missa ou porque é impossível participarmos. Rezamos então uma comunhão espiritual, uma oração que manifesta o desejo ardente de receber o Senhor.

Existem muitas fórmulas de comunhão espiritual. Também se pode fazer com o coração, sem palavras determinadas.

Nós, os que participamos das atividades apostólicas do Opus Dei, aprendemos uma oração concreta de São Josemaria. Tem um pouco de história. Remonta ao ano de 1912. Naquela época, Josemaria Escrivá era um menino de dez anos que ia receber a primeira Comunhão no colégio dos Escolápios de Barbastro. Juntamente com os seus pais, um

escolápio, Pe. Manuel Laborda, preparou-o para a Comunhão. Para aumentar o entusiasmo de receber Jesus pela primeira vez, o Pe. Laborda – a quem as crianças chamavam carinhosamente Pe. Manolé – ensinou ao pequeno Josemaria uma comunhão espiritual recitada pelos Escolápios durante séculos.

Na véspera da Primeira Comunhão, os pais de Josemaria chamaram o barbeiro para fazer-lhe um penteado; mas, ao puxar uma madeixa de cabelo com a pinça em brasa, para fazer um cacho, causou-lhe uma queimadura na cabeça. O menino aguentou sem se queixar, para que não repreendessem o barbeiro e não causar desgosto. Mais tarde, a mãe descobriu a cicatriz da queimadura. São Josemaria tirou um ensinamento desse episódio. Dizia que o Senhor nos abençoa com a Cruz, também nos dias de festa. E, ao

mesmo tempo, dá-nos a Sua graça para levar as contrariedades com elegância.

Chegou o dia 23 de abril de 1912 e o pequeno Josemaria recebeu a Primeira Comunhão. Sempre recordou que, além de pedir pelos pais e irmãos, pediu a Jesus Cristo a graça de nunca O perder com um pecado grave. Anos depois, num aniversário da Primeira Comunhão, disse: “Hoje é uma grande festa para mim porque [Jesus] quis vir tornar-Se dono do meu coração”.

Os dias desta quarentena passam. Não podemos ir às igrejas e templos para receber o Senhor na Eucaristia. Vemos na televisão e na internet a Santa Missa celebrada pelo Papa, pelos bispos, pelos sacerdotes sem assistência de fiéis. Outras vezes, lemos os textos da Missa devagar, percebendo a grandeza do Santo Sacrifício, em que Deus Se torna

presente e Se oferece por nós. E, quando chega o momento da comunhão, rezamos uma comunhão espiritual com toda a alma.

E não apenas quando rezamos ou vemos a Missa nas telas. Também ao longo do dia, às vezes temos o pensamento e o desejo de estar mais perto de Jesus, de recebê-Lo sacramentalmente.

Acontece-nos o que aconteceu a São Josemaria em 1936, quando eclodiu a Guerra Civil Espanhola. Nos primeiros dias da guerra, estava escondido na casa da mãe e não podia celebrar o Santo Sacrifício. Então, pegava um missal e lia devagar as orações da Missa do dia. Quando chegava o momento de comungar, recitava uma comunhão espiritual.

Com o passar do tempo, o desejo de receber o Senhor aumenta em nós. Agora, oferecemos-Lhe a dor de que

este desejo não possa se realizar. Ao mesmo tempo, vivemos em paz porque somos filhos de Deus e o Senhor está presente na nossa alma em graça.

Temos esperança de que a vida normal voltará. Voltaremos a nos aproximar da comunhão de novo, e teremos esta união sacramental com o Senhor. Esse dia será emocionante. Fazendo um jogo de palavras, vamos nos preparar para uma “segunda Primeira Comunhão”. E quando chegar a hora, diremos ao Senhor: “Que alegria receber Você novamente, meu Jesus, unir-me intimamente ao Seu coração!”

Agora temos que santificar o presente, cheio de vida em família, trabalho em casa e oração. E dizemos ao Senhor, mais uma vez, as palavras da comunhão espiritual que São Josemaria nos ensinou, nas quais brilha a recordação e a intercessão

de Santa Maria: “Eu quisera, Senhor, receber-Vos com aquela pureza, humildade e devoção com que Vos recebeu Vossa Santíssima Mãe; com o espírito e o fervor dos santos”.

pdf | Documento gerado
automaticamente de [https://
opusdei.org/pt-br/article/comunhao-
espiritual-sao-josemaria/](https://opusdei.org/pt-br/article/comunhao-espiritual-sao-josemaria/) (05/02/2026)