

1° **La Comunión espiritual**, que prolonga y asegura la eficacia de la Comunión sacramental, consiste esencialmente en un acto de ardiente deseo de recibir la Sagrada Eucaristía, y un amoroso abrazo al Señor, como si realmente se lo hubiese recibido en el Sacramento. Esta práctica piadosísima, bendecida y fomentada por la Iglesia, que tiene la gran ventaja de poderse repetir innumerables veces al día, es de gran eficacia santificadora, tanto en el acto de deseo como en el acto de amor que se hacen en ella.

a) *El deseo de recibir a Jesús nutre al alma, pues aunque no nos da la presencia corporal de Nuestro Señor en la Eucaristía, nos confiere toda la gracia del sacramento eucarístico.*

b) *El acto de amor a Jesús aumenta nuestra unión con El, pues el amor es una mutua unión de afectos y voluntades, y colma los deseos ardientes del Corazón de Jesús, que ansía entrar en nuestro corazón para dirigir todos nuestros actos, infundir en nosotros sus pensamientos y hacernos vivir por sus intereses.*

2° **La visita al Santísimo Sacramento**, que es otra excelente forma de culto eucarístico, consiste en pasar unos instantes a los pies del Maestro, presente en el Sagrario, dejando expansionar libremente el corazón en fervoroso coloquio con Jesús, con gran amor al divino Sacramentado y con la confianza y sencillez de un hijo hacia su Padre amantísimo. Esta práctica:

a) *Es un deber del alma para consigo misma: pues en este valle de lágrimas, nuestra INTELIGENCIA necesita muchas veces luces y consejo, nuestro CORAZÓN necesita apoyo y una amistad sincera y profunda, y nuestra VOLUNTAD necesita energía para cumplir con su deber y renunciar a los placeres de esta vida. Todo ello lo concede bondadosamente el Corazón de Jesús a quienes saben recurrir con confianza al trono de gracia que es el Sagrario.*

b) *Es un deber del alma para con Nuestro Señor: • DEBER DE GRATITUD, por haberse quedado entre nosotros y haber multiplicado para ello los milagros hasta lo inaudito, aun sabiendo de antemano la indiferencia y los ultrajes de que sería objeto; • DEBER DE AMISTAD, pues Jesús se quedó en el Sagrario para ser el Amigo que nunca falla, y las leyes más elementales de la amistad exigen que lo visitemos a menudo, que no lo dejemos solitario, y que satisfagamos el deseo que tiene de amarnos y de ser amado; • DEBER DE REPARACIÓN, por la frialdad de muchos cristianos hacia este Sacramento de Amor, el olvido de que es objeto en el Sagrario, y las innumerables profanaciones y sacrilegios con que lo ultrajan las almas impías vendidas a Satanás.*

c) *Es un deber del alma para con nuestro Padre celestial: pues Jesús está en el Sagrario para servir de Mediador entre Dios y los hombres, y su Padre eterno le encomendó quedarse allí hasta el fin de los siglos, para reparar con su humilde obediencia el honor divino que el orgullo de las criaturas le arrebató, para ofrecer a su Padre en nuestro nombre los homenajes de gratitud y de adoración que le debemos, para recibir y presentar allí a su Padre nuestras peticiones, y para ofrecernos de parte de su Padre el perdón de nuestros pecados.*

## Los Sacramentos y la Vida Interior

### La Eucaristía como Sacramento

La Eucaristía reviste el doble aspecto de *Sacrificio* y de *Sacramento*, ya que, como enseña el Catecismo Romano, Cristo Nuestro Señor la instituyó por dos causas: • la primera, para dejar a su Iglesia *un sacrificio perpetuo*, por cuya virtud se expían nuestros pecados y se obtenga el perdón de Dios; • y la segunda, para que sea *alimento divino* de nuestras almas, con el cual podamos defender, conservar y desarrollar la vida sobrenatural.

*El mismo Jesús, que en la Misa se entrega por nosotros como Víctima a su Padre, quiere darse a nosotros en comunión. Por este motivo la recepción de la Sagrada Eucaristía no es sólo el modo más excelente de unimos al sacrificio de Jesús, sino que al mismo tiempo es el medio más augusto de alimentar la vida sobrenatural de nuestras almas. Por contener al Autor mismo de la gracia, la Sagrada Comunión produce en nosotros los más sublimes efectos de santificación y de identificación con Jesucristo.*

#### 1° Naturaleza de la Eucaristía como Sacramento.

La Sagrada Eucaristía es el *sacramento en el que, por la admirable conversión de toda la sustancia del pan en el Cuerpo de Cristo, y de toda la sustancia del vino en su preciosísima Sangre, se contiene verdadera, real y sustancialmente el Cuerpo, la Sangre, el Alma y la Divinidad del mismo Jesucristo Nuestro Señor, bajo las especies del pan y del vino, para nuestro alimento espiritual*. En efecto, la doctrina católica nos enseña que:

1° *Por la Consagración el pan y el vino se convierten en el Cuerpo y Sangre de Jesucristo; quedan únicamente los accidentes o apariencias de aquellos elementos. Esta conversión se llama aptísimamente TRANSUSTANCIACIÓN.*

2° *En la Sagrada Eucaristía está Cristo todo entero, vivo y glorioso, con su Cuerpo, Sangre, Alma y Divinidad, tanto en cada una de las dos especies como en cada una de las partículas de cada especie; y en ella permanece mientras no se corrompan las especies sacramentales.*

3° *Jesucristo quiso comunicarnos en este sacramento su Cuerpo y su Sangre bajo las especies de pan y vino, esto es, bajo la forma de un alimento completo, para demostrar que El es el Pan de vida que alimenta a las almas con la vida eterna: «Yo soy el pan vivo que ha bajado del cielo. El que coma de este pan, tendrá la vida eterna; y*

*el pan que Yo daré es mi propia carne para la vida y salvación del mundo... Porque mi carne es la verdadera comida, y mi sangre es la verdadera bebida» (Jn. 6 48-51).*

## 2º Efectos de la Sagrada Comunión.

La Sagrada Comunión aumenta la gracia santificante al conferirnos su gracia sacramental propia, que es a la vez *cibativa* y *unitiva*; de modo que dos son sus principales efectos: alimentar al alma y unirnos con Dios.

### 1º La Sagrada Comunión alimenta nuestras almas.

La gracia sacramental de la Eucaristía es ante todo *cibativa* o *nutritiva*: pues se nos da a modo de alimento divino que desarrolla en nuestras almas la Vida Interior. Santo Tomás advierte hermosamente que la Eucaristía produce en nuestras almas efectos análogos a los que produce en el cuerpo el alimento material, a saber, sustentar, restaurar, aumentar y deleitar. Y así:

*a) Sustenta y mantiene nuestra vida sobrenatural, impidiendo que desfallezca o perezca por falta del debido alimento.*

*b) Restaura las fuerzas espirituales perdidas por nuestras negligencias e infidelidades, o por el mismo esfuerzo del combate espiritual: • perdonando los pecados veniales; • preservando de los pecados futuros; • y debilitando la concupiscencia que arrastra al pecado, pues robustece las fuerzas del alma contra las malas inclinaciones y nos preserva de los asaltos del demonio, al aplicarnos los efectos de la Pasión de Cristo, por la que el demonio fue vencido.*

*c) Aumenta nuestra vida de la gracia, especialmente: • acrecentando el fervor de la caridad, que hace a la voluntad más pronta en la práctica de todas las virtudes; • y siendo para el alma una prenda de la resurrección gloriosa: «El que come mi carne y bebe mi sangre, tiene la vida eterna, y Yo lo resucitaré en el último día» (Jn. 6 54).*

*d) Deleita al alma, proporcionándole una alegría y consuelo espirituales que la encienden en el amor de Dios y en los deseos de su santo servicio.*

### 2º La Sagrada Comunión nos une con Dios.

La gracia sacramental de la Sagrada Eucaristía es también *unitiva*: pues su fin es unirnos íntimamente con Jesucristo, con la Santísima Trinidad y con los demás miembros del Cuerpo Místico de Cristo.

*a) La Eucaristía nos une íntimamente con Nuestro Señor Jesucristo: pues para eso se entrega a nosotros todo entero, en este Sacramento, bajo la forma de alimento, a fin de transformarnos totalmente en El. Según la afirmación de San Agustín, «manjar soy de fuertes: crece y me comerás; mas no me transformarás tú en ti, como en el manjar de tu cuerpo, sino que Yo te transformaré en Mí». Esta unión es tan íntima que Jesucristo no duda en compararla con la unión existente entre El y su Padre celestial: «Así como Yo vivo por mi Padre, así también quien me come vivirá por Mí» (Jn. 6 57); es una mutua penetración o transusión de vidas: «Quien come mi carne y bebe mi sangre, en Mí mora y Yo en él» (Jn. 6 56); es Jesús que vive en nosotros y nos comunica su propia vida: «Vivo, no yo, sino que es Cristo quien vive en mí» (Gal. 2 20).*

*b) La Eucaristía nos une íntimamente con cada una de las tres divinas Personas: pues en ella recibimos el Cuerpo, la Sangre, el Alma y la Divinidad de Nuestro Señor Jesucristo; ahora bien, en virtud de la circuminsección, o mutua inhesión de las divinas Personas entre sí, el Verbo no viene solo a nuestra alma, sino que viene con el Padre y con el Espíritu Santo: «Si alguno me ama, mi Padre lo amará, y vendremos a él, y haremos en él nuestra morada» (Jn. 14 23). De esta manera la Comunión pasa a ser realmente un cielo anticipado.*

*c) La Eucaristía nos une íntimamente con todos los miembros vivos del Cuerpo Místico de Cristo, como lo afirma San Pablo: «El cáliz de bendición que bendecimos, ¿no es la comunión de la sangre de Cristo? Y el pan que partimos, ¿no es la comunión del cuerpo de Cristo? Porque el pan es uno, somos muchos un solo cuerpo, pues todos participamos de ese único pan» (I Cor. 10 16-17). La misma palabra «comunión» sugiere esta idea: es la común unión de los miembros vivos del Cuerpo Místico de Cristo con su divina Cabeza, y la de cada uno de ellos entre sí. La Eucaristía es así el gran signo de la unidad de la Iglesia.*

## 3º Disposiciones para sacar provecho de la Comunión.

«Los Sacramentos de la Nueva Ley, al mismo tiempo que actúan *ex opere operato*, producen mayor efecto cuanto más perfectas sean las condiciones en que se los recibe... Por eso, procúrese que una buena preparación preceda a la Sagrada Comunión, y que le siga una fervorosa acción de gracias, según la posibilidad y condiciones de cada uno» (San Pío X).

*1º La buena preparación a la Comunión se hace a base: • de humildad sincera, basada por una parte en el sentimiento de la grandeza y santidad de Nuestro Señor, y por otra en el de nuestra indignidad e indigencia; • de fe viva en la presencia de Nuestro Señor Jesucristo en el Sacramento y en los maravillosos efectos de este celestial alimento: transformación en Jesucristo, comunión a sus misterios y a sus méritos, aplicación al alma de los abundantes frutos de la Redención; • de confianza ilimitada en la bondad del Señor, que viene al alma para colmarla de sus gracias y para convertirse en su Padre, Esposo, Pastor, Médico y Amigo; • y de ardientes actos de caridad y de deseo de unirse a Jesucristo y de entregarse por completo a sus divinas voluntades.*

*2º A su vez la acción de gracias se hará fervorosa y provechosamente: • adorando a Jesucristo en nuestro interior, en una actitud de donación completa de nosotros mismos y de coloquio afectuoso y filial con El: • renovando especialmente los actos de las virtudes teologales, que nos unen directamente con el Dios que acabamos de recibir: fe, esperanza y caridad; • y pidiendo aquellas gracias más necesarias para nosotros, para las personas por las que tenemos obligación de rezar, y por los grandes intereses de la Iglesia: el Sumo Pontífice, los Obispos, sacerdotes y almas consagradas, la conversión de los pecadores y la salvación de las almas.*

## 4º Otras prácticas de piedad eucarística.

Entre las manifestaciones de piedad eucarística, el uso de los cristianos fervorosos de todos los tiempos ha consagrado especialmente dos: la *Comunión espiritual* y la *Visita al Santísimo Sacramento*.