

1



Acto de fe

Haz una oración personal o alguna tradicional para expresar tu fe en la presencia real del Señor en la Eucaristía.

2



Acto de amor

Di una oración que exprese tu amor y gratitud al Señor. Agradécele también por su infinito amor.

4

pasos para la Comunión Espiritual

3



Expresa tu deseo de recibir al Señor

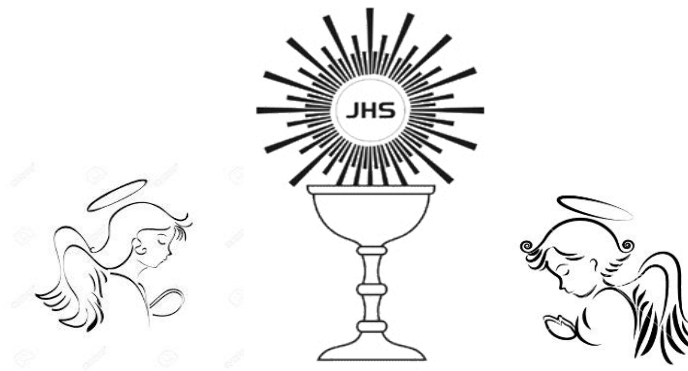
Al no poder recibirlo físicamente, exprésale al Señor tu deseo de recibirlo en tu corazón.

4



Invita a Jesús a entrar a tu corazón

Con un corazón humilde le pedimos que venga a nosotros como si lo estuviésemos recibiendo en el sacramento.



La Comunión Espiritual

Si no puedes hacer la comunión sacramental, puedes comulgar espiritualmente. Para esto, haz ante todo un acto de perfecta contrición. Luego, manifiesta a Dios tu fe y amor y tu deseo de recibirle. Pídele al Señor las gracias y frutos que hubieras recibido si hubieras comulgado sacramentalmente. La siguiente fórmula podrá ayudarte:

Creo Jesús mío que estás realmente presente

En el Santísimo Sacramento del altar.

Te amo con todo mi corazón

y deseo ardientemente recibirte,

mas ya que no puedo hacerlo ahora

Sacramentalmente,

ven al menos espiritualmente a

mi corazón

(una breve pausa para adoración)

Y como si ya te hubiese recibido,

me abrazo y me uno íntimamente a ti,

no permitas Señor que jamás me separe de ti.

Amén.