



## En comunión Con Él (IV): Recibir a Jesús

### Descripción

En la comunión recibimos al mismo Jesucristo, el Hijo de Santa María siempre Virgen. El que nació de sus entrañas. Y que trabajó calladamente en Nazaret, después de nacer pobre en Belén. El que predicó, el que padeció la pasión y la muerte en la Cruz. El que resucitó y subió a los cielos.

Cuentan de un catequista que preparaba a unos niños para recibir al Señor por vez primera. Les contaba que donde habitó un personaje ilustre, para que no se borre la memoria del acontecimiento, se coloca una placa con una inscripción: “Aquí vivió Cervantes”; “En esta casa se alojó el Papa X.”; “En este hotel se hospedó el emperador Z.”. Sobre el pecho del cristiano que ha recibido la Santa Comunión podría escribirse: “Aquí se hospedó Jesucristo”.

Puedes escuchar una meditación sobre la Comunión, puedes hacer [click aquí](#)

### En toda la enseñanza de la Iglesia

Benedicto XVI nos recuerda que la Eucaristía es **la fuente y cumbre de la vida de la Iglesia, y que los frutos de la Santa Comunión se ven en la vida de fe, esperanza y caridad de los santos y bienaventurados**. Estos testimonios nos enseñan que el crecimiento en la vida cristiana necesita el alimento de la Comunión eucarística, que es el pan para nuestro peregrinaje hasta el momento de la muerte.

Por su parte, el papa Francisco ha repetido varias veces que la **Eucaristía es un encuentro con Jesús, donde nos transformamos más plenamente en Él cada vez que la recibimos**. Nos invita a permitirnos ser cambiados por lo que recibimos en la Eucaristía y a convertirnos cada vez más en Jesús.

La Eucaristía no es algo que podamos guardarlo para nosotros mismos, sino que debe ser compartida con los demás. El mundo necesita del amor de Dios y encontrarse con Cristo; la Eucaristía es la fuente y cumbre no solo de la vida de la Iglesia, sino también de su misión. Después de recibir el Cuerpo y la [Sangre de Cristo](#), somos enviados a proclamar la Buena Nueva para la salvación del

mundo.



## Prepararse bien para recibirle

Solo quien alberga un amor escaso, piensa que ya ama mucho. Debemos constantemente buscar las maneras de mejorar nuestra comunión sacramental. Los padres de la Iglesia se reconocían por un amor impresionante a la Eucaristía.

Recordemos que la mejor preparación para la comunión no consiste en recitar fórmulas, que puede ser que se digan con distracción o por costumbre, sino en el fiel cumplimiento de nuestros deberes; aceptando y ofreciendo al Señor las penas y las contrariedades que nos ocurren, con intención de que sirvan esos actos nuestros, como preparación a la comunión.

San Josemaría Escrivá hablaba mucho sobre la importancia de la preparación próxima y remota para la comunión sacramental en su enseñanza espiritual.

---

Él enfatizaba la necesidad de acercarse a la Eucaristía con un corazón limpio y una disposición adecuada, reconociendo la gran gracia que es recibir el Cuerpo y la Sangre de Cristo.

## **Preparación Remota**

La preparación remota se refiere a la disposición general y continua que uno debe tener en su vida diaria para recibir la comunión de manera fructífera. Cultivar una vida de virtud y oración, manteniendo una relación cercana con Dios en todo momento.

La preparación remota tiene que ver con cómo vivimos nuestra vida cristiana diaria, e incluye: el hábito de la oración y lectura de las Sagradas Escrituras; el cumplir con fidelidad y amor los deberes y responsabilidades de nuestro estado de vida, el arrepentimiento diario de nuestros pecados y la participación frecuente en el sacramento de la Penitencia.

Puede ayudar especialmente decirle que le queremos recibir, repitiendo Comuniones Espirituales,

Recibir a Jesús en la comunión

Image not found or type unknown

## **Preparación Próxima**

La preparación próxima o inmediata está estrechamente relacionada con nuestra forma de acercarnos y participar en la liturgia Eucarística. En este sentido, es fundamental subrayar en primer lugar la actitud de recogimiento y oración previa a la Misa. Esto implica el esfuerzo por llegar puntualmente, permitiéndonos así disponer nuestras mentes y corazones para la Liturgia que nos convoca.

---

Un elemento relevante es el ayuno Eucarístico, que consiste en abstenerse de consumir alimentos y bebidas (excepto agua y medicamentos) durante al menos una hora antes de recibir la sagrada Comunión.

Además, nos preparamos mejor reconociendo nuestras faltas y pidiendo perdón a Dios, ya que esto ayuda a purificar el corazón antes de recibir la Eucaristía. Será fundamental agradecer a Dios por la oportunidad de recibir su Cuerpo y Sangre refleja un corazón agradecido y humilde. No olvidemos ofrecer la comunión por intenciones particulares, propias y de otros: muestra una actitud de caridad y preocupación por los demás.

### ¿Y si estoy con el corazón frío?

Algunas veces nos puede pasar que al comulgar no tenemos esa predisposición del corazón. San Alfonso María Liguori hacía énfasis: *habrá quien diga: por eso, precisamente, no comulgo más a menudo; porque me veo frío en el amor (...). Y, ¿por qué te ves frío quieres alejarte del fuego?. Precisamente porque sientes helado tu corazón, debes acercarte más a menudo a este Sacramento, siempre que alimentes sincero deseo de amor a Jesucristo*

*Acércate a la Comunión, también sugiere san Buenaventura, aun cuando te sientas tibio, fiándolo todo de la misericordia divina, porque cuanto más enfermo se halla uno, tanta mayor necesidad tiene de médico.*

Y no tiene que ver los sentimientos que tenemos, sino la disposición con que nos acercamos. Nuestras mejores comuniones no son aquellas en las cuales nos parece experimentar un gran sentimiento de ternura hacia Jesús en su Santa Eucaristía, sino **aquellas en las cuales nos acercamos a Él con mayor humildad, contrición y confianza.**



## Jesús quiere que comulguemos

El Señor nos dirige una invitación urgente a recibirle en el sacramento de la Eucaristía: «*En verdad, en verdad os digo: si no coméis la carne del Hijo del hombre, y no bebéis su sangre, no tendréis vida en vosotros*» (Jn 6,53).

Dice Santo Tomás de Aquino que no existe verdaderamente nada más útil para nuestra salvación que este sacramento en que se purifican los pecados; aumentan las virtudes y se encuentra la abundancia de todos los carismas espirituales. Se ofrece en la Iglesia en provecho de todos, vivos y muertos, porque fue instituido para la salvación de todos los hombres.

Como esta meditación explica, recibir la Eucaristía, nos ayuda en la lucha diaria por no perder la Gracia, ser humildes para pedir perdón y seguir adelante con la mirada puesta en la meta [click aquí](#)

## ¿Quiénes no deberían comulgar?

San Pablo nos advierte que **aquel que come el pan o bebe la copa del Señor indignamente será culpable del cuerpo y la sangre del Señor**. Por lo tanto, una persona debe examinarse a sí misma y luego comer el pan y beber la copa. **Porque aquel que come y bebe sin discernir el cuerpo, come y bebe su propia condenación** (1 Corintios 11:27-29).

Hay varias razones por las cuales alguien no debe comulgar, o recibir, la Sagrada Comunión, según la enseñanza de la Iglesia Católica.

- **Estado de pecado mortal:** La Iglesia enseña que aquellos que se encuentran en estado de pecado mortal no deben recibir [la Sagrada Comunión](#) sin haber buscado el Sacramento de la Reconciliación y haber recibido la absolución. Al recibir la Comunión en estado de pecado

mortal, no se recibe la gracia que el sacramento transmite y se comete el pecado de sacrilegio al no mostrar la reverencia debida al Cuerpo y la Sangre sagrados de Cristo.

- **Persistencia en pecado:** Aquellos que perseveran en pecado grave manifiesto, no deben ser admitidos a la Sagrada Comunión. Este es el caso de los divorciados que se han vuelto a casar, o de los que viven con sus novios sin casarse.



## Unas palabras finales

Las personas que no pueden comulgar porque están físicamente lejos o se encuentran en situación irregular (divorciados vueltos a casar, etc.) pueden recurrir a la Comunión espiritual, que es poco conocida y practicada.

Sin embargo, es un manantial especial e incomparable de gracias. Por medio de ella muchas almas llegaron a gran perfección. Esta antigua devoción anima a los fieles a desear ardientemente recibir al Señor en el Santísimo Sacramento y expresarlo en una frase.

Puedes repetir esta comunión espiritual muchas veces al día diciendo: «Yo quisiera, Señor, recibirlos con aquella pureza, humildad y devoción con que os recibió vuestra Santísima Madre; con el espíritu y fervor de los Santos. Amén».