



# **CUORE A CUORE CON GESÙ**

Ringraziamento dopo la  
Comunione eucaristica

SHALOM

© Editrice Shalom s.r.l. - 12.01.2020 Battesimo del Signore  
© 2008 Fondazione di Religione Santi Francesco d'Assisi  
e Caterina da Siena (Parola di Dio)

ISBN **978 88 8404 643 7**



**SHALOM**  
**editrice**

Via Galvani, 1  
60020 Camerata Picena (AN)

**Per ordinare citare il codice 8134:**

**[www.editriceshalom.it](http://www.editriceshalom.it)**  
**[ordina@editriceshalom.it](mailto:ordina@editriceshalom.it)**

**Tel. 071 74 50 440**

dal lunedì al venerdì dalle 8:00 alle 18:00

**Whatsapp 36 66 06 16 00** (solo messaggi)

**Fax 071 74 50 140**

in qualsiasi ora del giorno e della notte

# INDICE

<i>Introduzione</i> .....	4
---------------------------	---

## **TRATTENIMENTO EUCARISTICO CON GESÙ**

dopo la santa Comunione .....	9
-------------------------------	---

## **ALTRE PREGHIERE**

- Anima di Cristo ..... 21
- Preghiera di ringraziamento  
dopo la santa Comunione ..... 22
- Salmo 118 (117)  
*Canto di gioia e di vittoria* ..... 23
- Salmo 138 (137)  
*Rendimento di grazie* ..... 29

## Introduzione

«Dopo la santa Comunione, trattenetevi almeno un quarto d'ora a fare il ringraziamento. Sarebbe una grave irriverenza se, dopo pochi minuti dall'aver ricevuto il Corpo-Sangue-Anima-Divinità di Gesù, uno uscisse di chiesa o stando al suo posto si mettesse a ridere, chiacchierare, guardare di qua e di là per la chiesa...». Così san Giovanni Bosco invitava i fedeli a dedicare un po' di tempo al ringraziamento, dopo aver ricevuto la Comunione, per dimostrare la propria riconoscenza nei confronti di Dio e per poter conversare un po' cuore a cuore con il Signore.

Non dobbiamo dimenticare, infatti, che Gesù, nell'ostia che mangiamo, resta dentro di noi finché sussistono le specie eucaristiche (*Catechismo della Chiesa Cattolica*, n. 1377) e questo ci offre un momento speciale per poter conversare con lui. Tanti santi ci richiamano, con la testimonianza di vita e con l'insegnamento, all'importanza di questa oppor-

tunità e alla necessità di non farsela sfuggire.

Santa Maria Maddalena de' Pazzi diceva che «i minuti che seguono la Comunione sono i più preziosi che noi abbiamo nella vita, i più adatti da parte nostra per trattare con Dio e da parte di Dio per comunicarci il suo amore». La Santa insisteva anche sul valore trinitario della santa Comunione e alle sue novizie una volta disse: «Sorelle, se comprendessimo che, nel tempo in cui durano in noi le specie eucaristiche, Gesù è presente e opera in noi inseparabilmente con il Padre e con lo Spirito Santo, e quindi c'è tutta la Trinità Santissima!».

Questa permanenza di Gesù in noi per mezzo delle specie eucaristiche era molto cara a tanti santi: san Luigi Maria Grignion de Montfort, per esempio, si fermava almeno mezz'ora per il ringraziamento dopo la Comunione e non c'era impegno o preoccupazione che lo distogliesse, perché, diceva: «Non darei quest'ora del ringraziamento neppure per un'ora di Paradiso».

Sant'Ignazio di Loyola e san Luigi Gonza-

ga facevano il ringraziamento stando in ginocchio per almeno due ore.

La liturgia della Messa prevede, dopo la distribuzione della Comunione, un «tempo conveniente» di sacro silenzio, per permettere il ringraziamento e la preghiera personali, ma spesso, purtroppo, questo tempo non viene osservato e ci ritroviamo a uscire dalla Chiesa pochi minuti dopo aver ricevuto le specie eucaristiche, con la testa presa da tutt'altri pensieri e preoccupazioni, che non quelli di ringraziare e adorare il Signore presente in noi.

Un episodio racconta di una nobildonna che andava spesso alla Messa celebrata da san Filippo Neri. Dopo aver ricevuto la Comunione, ella se ne andava senza fare un adeguato ringraziamento. La cosa si verificava spesso. Un giorno, prima di iniziare la celebrazione della Messa, san Filippo disse a due chierichetti: «A un mio cenno seguite con le candele accese una donna che io vi indicherò». Iniziò la Messa e dopo la Comunione la solita nobildonna, ricevuta l'ostia, lasciò la chiesa. San

Filippo fece cenno ai due chierichetti e questi obbedirono all'istante.

I due fanciulli, con due grosse candele accese, seguivano la donna. Questa ovviamente si girò e chiese loro il perché. I fanciulli dissero la verità e la donna, visibilmente innervosita, tornò in chiesa per chiedere spiegazioni al sacerdote. «Come vi siete permesso?», disse a san Filippo; ma questi di rimando: «Signora, mi sono permesso perché stava portando la Santissima Eucaristia in processione per le strade di Roma. Lo sa o non lo sa che ogni qualvolta riceviamo Gesù sacramentato diventiamo per un po' di tempo dei tabernacoli viventi?». La nobildonna capì tutto e non osò replicare.

Impariamo, allora, con l'esempio e l'aiuto dei santi, a fermarci in chiesa, anche a Messa finita, in raccoglimento e preghiera per almeno quindici minuti, il tempo di accogliere Gesù nel nostro cuore, di parlargli e di ringraziarlo per il suo essere con noi sempre, «tutti i giorni fino alla fine del mondo» (Mt 28,20).





# TRATTENIMENTO EUCARISTICO CON GESÙ

## dopo la santa Comunione

---

**Gesù**, tu sei venuto nel mio cuore e io credo che tu sei il Figlio di Dio fatto uomo;  
tu sei il Figlio di Dio, quello che ha creato tutto l'universo;  
sei il Figlio di Maria Vergine, nato a Betlemme, morto in croce e risorto.  
So che tu sei il mio giudice, che dopo la morte dovrai assegnarmi la sorte per tutta l'eternità.

**Gesù mio**, sei nel mio cuore e ti prego di avere misericordia nel giorno del giudizio, quando dovrai darmi la sentenza eterna;  
che tu sia in quel momento il mio Salvatore, non il mio giudice severo.  
Cancella le mie iniquità, affinché nel giorno del giudizio sia tutto purificato.