

Quando il sacerdote inizia a distribuire la Santa Comunione, chi intende accostarsi si dispone in silenzio in fila verso i ministri incaricati. Se ci fossero anziani o persone con disabilità, si faranno volentieri passare avanti. Non c'è fretta: andiamo con calma per metterci ai primi posti della fila.

# Come ricevere l'Eucaristia

"Beati gli invitati alla Cena del Signore!"  
(Ap 19,9)

L'Eucaristia è un dono grande! Accostiamoci con rispetto, silenzio e un cuore pronto ad accogliere Gesù!



## 1 Mi preparo con il cuore

Mi accosto all'Eucaristia in stato di grazia, cioè senza peccato mortale. È importante aver ricevuto prima il Sacramento della Confessione.



## 2 Penso a chi sto per ricevere

Rinnovo in me un atteggiamento di accoglimento e di preghiera, ricordando che sto per ricevere Gesù, realmente presente nell'Eucaristia.



## 3 Assumo la postura giusta

Per fare la Comunione è necessario essere a digiuno da almeno un'ora. Anche caramelle e chewing-gum interrompono questo digiuno. Solo i farmaci necessari possono essere assunti, se davvero indispensabili.



## Come si riceve l'Ostia

Chi riceve l'Ostia in bocca, si avvicina al sacerdote, il quale dice "Il Corpo di Cristo". Il fedele risponde "Amen" e apre la bocca per ricevere l'Ostia consacrata.

Chi riceve l'Ostia sulla mano, stende la mano sinistra sopra la destra, alle parole "Il Corpo di Cristo" risponde "Amen", poi prende con delicatezza l'Ostia e la porta alla bocca, davanti al sacerdote.

In entrambi i casi si evitano segni di croce o altre gestualità non previste.



## Dopo la Comunione



Terminata la Comunione, si resta in silenzio in atteggiamento di preghiera, ringraziando il Signore. È un momento prezioso per parlare con Gesù nel cuore. Usciti dalla chiesa, è bello condividere con la famiglia e gli amici la gioia dell'incontro con Lui.

## Ricorda!

- ✓ Mi preparo con la Confessione
- ✓ Osservo il digiuno eucaristico
- ✓ Mantengo un atteggiamento rispettoso e raccolto
- ✓ Rispondo "Amen"
- ✓ Dopo la Comunione ringrazio il Signore

L'Eucaristia ci unisce a Gesù e ci dona la forza di essere testimoni del suo amore dove viviamo ogni giorno.

Il tuo impegno cristiano non finisce in chiesa, ma continua in famiglia, nel lavoro, a scuola, nei luoghi della vita quotidiana, dando buona testimonianza della tua fede.



Con Gesù ogni giorno è più bello!