

O Signore Gesù, realmente presente nel Sacramento dell'altare, notte e giorno aspettandoci, pieno di bontà e di amore, chiamando ed accogliendo quanti vengono a visitarti, io credo fermamente in questa tua presenza, ti adoro dall'abisso della mia miseria.  
(*Sant' Alfonso Maria De' Liguori*)

Ogni giorno egli (Gesù) discende dal seno del Sommo Padre nell'altare tra le mani del sacerdote e come apparve ai santi Apostoli nella vera carne, così anche ora si rivela a noi nel sacro pane.  
(*San Francesco d'Assisi*)

Dopo la S. Comunione, trattenetevi almeno un quarto d'ora a fare il ringraziamento. Sarebbe una grave irriverenza se, dopo pochi minuti 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.....  
(*San Giovanni Bosco*)

Accostiamoci al Santissimo Sacramento con grande spirito di fede e di amore: ed una sola comunione credo che basti per lasciarci ricche. E che dire di tante? Sembra che ci accostiamo al Signore unicamente per cerimonia: ecco perché ne caviamo poco frutto. O mondo miserabile che rendi cieco chi guarda te.... per non permettergli di vedere i tesori che potrebbe avere in Dio! (*Santa Teresa d'Avila*)

Nella santa Comunione fui molto in soavità; il mio caro Dio mi dava intelligenza infusa del gaudio che avrà l'anima, quando lo vedremo faccia a faccia.  
(*San Paolo della Croce*)

L'Ora santa davanti all'Eucaristia deve condurre all'ora santa con i poveri. La nostra Eucaristia è incompleta se non conduce al servizio e all'amore dei poveri.  
(*beata Teresa di Calcutta*)

Io devo accostarmi a Te, o Gesù, presente nell'Eucaristia, in qualunque stato io mi trovi, nell'aridità, nel dolore o nella tentazione, basta che io

mi presenti a Te per avere sollievo....Quando cado nella tiepidezza basta che mi rivolga a Te, che nel Tuo Sacramento porti agli uomini un così tenero amore.  
(*Santa Maddalena di Canossa*)

Quando i malati hanno ricevuto la Comunione esortiamoli a contemplare il Signore, a chiederGli perdono e la grazia di non offenderLo più. Il tempo subito dopo la Messa è il più propizio per domandare grazie a Dio. (*San Camillo de' Lellis*)

Come il cibo corporale è necessario per la vita a tal punto che senza di esso non si può vivere,...così il cibo spirituale è necessario per la vita spirituale, in modo che senza di esso la vita spirituale non si può mantenere. (*San Tommaso d'Aquino*)

Nella stretta del dolore e dell'afflizione, nella tristezza dell'animo tribolato, il prostrarci con fede e con amore dinanzi all'Ostia Santa vuol dir essere ristorati e fortificati nel cammino, spesso difficile, della vita. Vorrei che non ci fosse chiesa alcuna in cui, nel pomeriggio verso sera, non accorresse un buon numero di persone a visitare Gesù Sacramentato.  
(*beato Andrea Carlo Ferrari*)

Ricevi Gesù nella S. Comunione e accogli tutto dalle Sue mani, con l'umile disposizione che la Santa Vergine Maria ebbe nel momento dell'Annunciazione: Eccomi, sono la serva del Signore: avvenga di me secondo quello che mi hai detto.  
(*San Massimiliano Maria Kolbe*)

Dobbiamo, anzitutto, amare la Santa Messa, che deve essere il centro della nostra giornata. Se si vive bene la Messa, come è possibile poi, per tutto il resto del giorno, non avere il pensiero in Dio, non aver la voglia di restare alla sua presenza per lavorare come Egli lavorava e amare come Egli amava?  
(*San Josemaria Escrivà de' Balaguer*)  
Ti adoriamo... come ti adorò Santa Elisabetta quando da Maria Santissima fosti portato nella sua casa. Tu allora riempisti quella pia donna di Spirito Santo,

concedendole il dono della profezia, e santificasti il di lei figliuolo Giovanni Battista, ancora rinchiuso nel seno materno. (*San Gaetano Catanoso*)

Ieri ho fatto la Comunione e sono così allegro e contento che mi pare di non dover mai più rattristarmi, anche in mezzo alle difficoltà...(*beato Ivan Merz*)

Vale assai più una Messa che lavoro e calcoli di una settimana. Tutto deve provenire da lì: Oh, benedetto colui che sente Messa ogni giorno!  
(*San Giuseppe Benedetto Cottolengo*)

Ogni visita a Cristo Eucaristico e ogni contemplazione della sua presenza sono un ritorno alla nostra vera situazione, al nostro destino finale: rappresentano una pregustazione del possesso celeste, dove il nostro essere abiterà in Dio e il nostro sguardo si fonderà con il suo. (*Santa Maria Domenica Mazzarello*)

Affinché dunque diventiamo tali (un sol corpo con Cristo) comunichiamoci con quella carne: e ciò avviene per mezzo del cibo che egli ci ha donato, volendoci mostrare l'affetto che ha per noi. Egli si mischiò con noi, e il suo corpo si compenetrò con i nostri, affinché fossimo un solo essere. (*San Giovanni Crisostomo*)

Questo sacramento ci trasforma nel Corpo di Cristo, in modo che siamo ossa delle sue ossa, carne della sua carne, membra delle sue membra". *Sant'Alberto Magno*

Gesù Sacramentato è modello di Carità: poiché la gran carità Sua verso di noi Lo indusse ad istituire questo Sacramento e vi sta di continuo a nostro conforto, aiuto, sostegno, sacrificando tutto Se stesso...or che faremo noi ad imitazione Sua? Amare Gesù, amare il prossimo, i poverelli, i tribolati, gli infermi che sono i fratelli speciali di Gesù, amare anche chi ci è avverso.  
(*beato Luigi Braghi*)

Ci vuole Gesù Cristo! Ci vuole Gesù! E Gesù tutti i giorni: e non fuori di noi, ma in noi, e non solo spiritualmente ma sacramentalmente"... Solo così formeremo un solo cuore con i nostri fratelli, i poveri di Gesù. Non basta pensare a dare loro il pane materiale;

prima del pane materiale dobbiamo pensare a dare a loro il pane eterno di vita, che è l'Eucaristia.  
(*san Luigi Orione*)

La devozione all'Eucaristia è la più nobile perché ha per oggetto Dio; è la più salutare perché ci dà l'Autore della grazia; è la più soave perché soave è il Signore... se gli Angeli potessero invidiare, ci invidierebbero la Santa Comunione. (*san Pio X*)

Appressatevi alla Sacra Mensa con le stesse disposizioni che vorreste avere per entrare in cielo. Non bisogna avere meno rispetto per ricevere Gesù Cristo, che per essere ricevuti da Lui  
(*san Giovanni Battista de La Salle*)

Quando ci comunichiamo, tutti noi riceviamo il medesimo Signore Gesù, ma non tutti riceviamo le medesime grazie, né produce in tutti gli stessi effetti. Ciò proviene dalla nostra maggiore o minore disposizione. Per spiegare questo fatto, mi servo un paragone naturale: l'innesto. Quanto più le piante si rassomigliano, tanto meglio è per l'innesto. Così, quanta più somiglianza ci sarà tra chi si comunica e Gesù, tanto migliori saranno i frutti della Santa Comunione. (*Sant'Antonio Maria Claret*)

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. (*Santa Maria Maddalena de' Pazzi*)

Il pane di frumento, che nutre i nostri corpi, non si prepara con tanto lavoro, unicamente per contemplarlo; esso è fatto per essere mangiato. Così il Pane di vita, il Pane degli Angeli, non è offerto soltanto alle nostre adorazioni e ai nostri omaggi, ma ci fu dato come cibo. Andiamo, dunque, a questo cibo per nutrire le anime nostre e fortificarle. (*san Roberto Bellarmino*)

Voi mi opponete tutte quelle ragioni che invece mi convincono di più a ricevere la Santa Comunione ogni giorno. La mia dissipazione è grande, e con Gesù io

imparo a raccogliermi. Le occasioni di offendere Dio sono frequenti, e io prendo ogni giorno forza da Lui per fuggirle. Ho bisogno di lumi e di prudenza per sbrigare affari molto difficili, e ogni giorno posso consultare Gesù nella Santa Comunione: Egli è il mio grande Maestro. (*San Tommaso Moro*)

Beati coloro che oggi ti hanno ricevuto nel Sacramento, Gesù. Fortunate le mura della Chiesa che custodiscono il mio Gesù. Beati i Sacerdoti che sono sempre vicini a Gesù amabilissimo.  
(*santa Maria Francesca delle Cinque Piaghe*)

Nel corso del giorno, quando non ti è permesso di fare altro, chiama Gesù, anche in mezzo a tutte le tue occupazioni, con gemito rassegnato dell'anima, ed egli verrà e resterà sempre unito con l'anima mediante la sua grazia e il suo santo amore. Volà con lo spirito dinanzi al Tabernacolo, quando non ci puoi andare col corpo, e là sfoga le ardenti brame ed abbraccia il Diletto delle anime meglio che se ti fosse dato di riceverlo sacramentalmente... Se gli uomini comprendessero il valore della Santa Messa, ad ogni Messa ci vorrebbero i carabinieri per tenere in ordine le folle di gente nelle Chiese». (*san Pio da Pietrelcina*)

Ogni campanile - diceva - ci richiama a una Chiesa, nella quale c'è un Tabernacolo, si celebra la Messa, sta Gesù. (*beato Luigi Guanella*)

Le Messe sono perpetuamente celebrate su l'uno o l'altro punto del globo; io mi unisco a tutte queste Messe, soprattutto durante le notti che trascorro talvolta senza prendere sonno. (*santa Bernardetta*)

Tutti i passi che uno fa per recarsi ad ascoltare la Santa Messa sono da un Angelo numerati, e sarà concesso da Dio un sommo premio in questa vita e nell'eternità.  
(*Sant'Agostino d'Ippona*)

Tratto da : <http://www.piccolifigliidellaluce.it>

# I SANTI E L'EUCARISTIA

L'Eucaristia è istituita perché diventiamo fratelli; viene celebrata perché da estranei e indifferenti gli uni gli altri, diventiamo uniti, uguali ed amici; è data perché, da massa apatica e fra sé divisa, se non avversaria, diventiamo un popolo che ha un cuore solo e un'anima sola. (*Giovanni Paolo II*)

Signore Gesù... Possa io per mezzo del mio annientamento diventare lo sgabello del vostro trono eucaristico. La Santa Eucaristia è Gesù passato, presente e futuro. (*San Pier Giuliano Eymard*)

Una sola comunione ben fatta è capace di farci sentire santi e perfetti. (*San Francesco di Sales*)

Per i nove mesi che la Santa Vergine ti portò nel suo seno, non eri più vicino a Lei che a me quando vieni sulla mia lingua nella Comunione!  
(*beato C. de Foucauld*)

Pensando alla prima comunione: "...quel giorno non era più uno sguardo, ma una fusione: non erano più due, Teresa era scomparsa come la goccia d'acqua nell'oceano" ed ancora davanti al Tabernacolo: "Oh, Gesù, lasciami dire, nell'eccesso della mia riconoscenza, lasciami dire che il tuo amore arriva fino alla follia". (*Santa Teresa del Bambino Gesù*)

Oh, che avviene in me? Non lo so che avvenga, so che la terra mi sparisce, so che sono felice...so che dimentico tutto, non penso più a nulla" ...poi si esprime così: "Figurando un'accademia di Paradiso si deve imparare ad amare soltanto. La scuola è nel Tabernacolo, il Maestro è Gesù, la dottrina da impararsi sono la Sua Carne e il Suo Sangue"  
(*Santa Gemma Galgani*)