

così carnale e terreno, così poco capace di mortificare le tue passioni, così pieno di impulsi verso il piacere, così poco vigile sui tuoi sensi, così spesso impigliato in tante vane fantasie; così incline alle cose di questo mondo, e così negligenza nelle cose dell'anima; così facile a ridere, a perdere il freno di te stesso, e così difficile a pentirti e a provar dolore dei tuoi peccati; così pronto a tutto ciò che è raffinatezza e comodità, e così pigro in ciò che richiede rigore e fervore; così curioso di conoscere novità e vedere cose belle, e così restio ad abbracciare ciò che è umile e disprezzato; così desideroso di possedere, così avaro nel dare, così tenace nel conservare; così leggero nel parlare, così incapace di tacere, così scomposto nei costumi e così inopportuno negli atti; così ingordo nel mangiare, così sordo alla Parola di Dio; così pronto nell'accettare il riposo, e così lento, invece, nel sottometterti alla fatica; così capace di resistere al sonno, quando si tratta di passar tempo in chiacchiere, e così addormentato, invece quando c'è da vigilare in preghiera: così desideroso, allora, di arrivar presto alla fine, così svagato nell'attendervi, così arido nel comunicarti, così facilmente distratto, così di rado pienamente raccolto, così facile all'ira, a offendere il prossimo, a giudicarlo, a rimproverarlo; così contento quando tutto ti va bene, così afflitto per ogni avversità; così facile ai buoni propositi e così incapace di mantenerli. Dopo aver confessato e deplorato con dolore e con grande dispiacere della tua debolezza questi e altri tuoi peccati, fa il proposito fermo di sempre migliorare la tua vita. Poi, con pieno abbandono e volontà perfetta, offri te stesso in onore mio sull'altare del tuo cuore, come olocausto perpetuo, cioè affida il tuo corpo e la tua anima a Me senza rincrescimento, per essere degno di ricevere il sacramento salutare del mio Corpo. Non c'è infatti offerta più giusta, né soddisfazione maggiore, perché siano cancellate le vostre colpe, dell'offerta pura e intera di voi stessi, insieme con l'offerta del Corpo di Cristo, nella Messa e nella Comunione. Se tu farai tutto questo con tutte le tue forze, se ti pentirai sinceramente, ogni volta che t'accosterai a Me per avere perdono e grazia, sappi che io non voglio la morte dell'empio, ma voglio invece che l'empio si converta e viva, e che di tutti i suoi peccati io non serberò alcun ricordo, perché tutti gli saranno rimessi» (tratto da "L'imitazione di Cristo", libro IV, Cap. 7).

Quindici minuti in preghiera per ringraziare della Santa Comunione (Meditazioni dettate da Gesù ad un'anima; tratto da: "Ringraziamento alla Santa Comunione" di padre Paolo Maria Pia Zanetti. Mio Dio e mio tutto. «O anima che mi hai ricevuto, fatta a mia Immagine, voluta come figlia, amata come amica e sposa, sapessi quale desiderio sta continuamente in Me di essere Cibo che ti sfama, Acqua viva che ti

disseta. Oh, se tu conoscessi il dono di Dio e chi è Colui che hai ricevuto, e con quale amore è venuto in te, il tuo cuore si sentirebbe consumare d'amore! Pensa: SONO IO IL TUO DIO, L'ONNIPOTENTE, L'INFINITO, LA MAESTA ALTISSIMA dinanzi alla quale le schiere angeliche si coprono il volto, vedendo la loro indegnità di guardarmi, SONO IO L'AMORE INCREATO CHE MAI AVRÀ FINE, eppure, Io brucio dal desiderio di consumarmi in te, perché tu sia un altro Me stesso. Ah, quale amore ti porto! Pensa che mi sono fatto uomo uguale a te, per salvarti, per rivelarti la mia Vita Divina, quella che Io vivo presso il Padre: vita di amore, di luce sempiterna. Pensa che mi sono fatto uomo come te, per soffrire come te, anzi per prendere le tue sofferenze, i tuoi dolori, le tue debolezze, tutto il fardello dei tuoi peccati, perché tu avessi la gioia, la vita di Grazia che è vita immortale. Medita sulla mia amorosa Passione e pensa come non ho esitato ad essere tutto lacerato nel corpo, tutto devastato e consumato nell'anima, con lo Spirito immerso nelle tenebre più fitte e orrende, tanto da arrivare a dire: DIO MIO, DIO MIO, PERCHÉ MI HAI ABBANDONATO? Era la morte più orrenda, la più ignominiosa, che mai avrà l'eguale. Tutto questo Io l'ho affrontato per te, perché il tuo spirito godesse della mia Luce che illumina per l'eternità; perché la tua anima fosse ricolma di tutti i miei tesori di sapienza e di scienza; DEL DONO PER ECCELLENZA CHE È LO SPIRITO SANTO, IL CONSOLATORE; perché il tuo corpo, divenuto così, tempio di questa Luce Beatissima, POTESSE RISORGERE ALLA FINE DEI TEMPI. Dimmi, vi può essere Amore più grande di questo? No, non ve ne è, te lo dico Io, IL TUO DIO. E' per questo che ti dico: Adagiati nel mio Cuore Eucaristico, che hai or ora ricevuto (l'Ostia Santa) e riposati nel mio amore, NON ANDARTENE SUBITO, TI PREGO, IO IL TUO DIO, TI CHIEDO L'ELEMOSINA DI UN QUARTO D'ORA, se proprio non puoi darmi di più, ma non per guadagno, bensì per il solo amore infuocato che ti porto e che voglio imprimere anche nel tuo cuore. Perciò ti dico: Amami, con tutto il cuore, con tutta la tua mente; solo così sarà un amore totale, adeguato al mio che mi ha portato a consumarmi per te! CONSUMMATUM EST!

#### ADORIAMO

O anima diletta, o mia amata amica, mia sposa, amami adorandomi, cioè prostrandoti il tuo corpo (se ti è possibile), ma soprattutto la tua anima e tutto il tuo essere, dinanzi alla MAESTÀ DIVINA, ALLA MIA UMANTITÀ ONNIPOTENTE, delle quali i Cieli e la Terra sono pieni di gloria. Riconosci con amore umile che IO SONO IL TUO DIO E IL TUO TUTTO, che sono il Sole Divino che ti riscalda, il Pane del Cielo che ti sfama, il Vino Celestiale che ti disseta, l'Energia

Divina che ti vivifica. Riconosci che tutto sei ed hai da me, e che senza di me nulla esiste intorno a te e di te. Sapessi come mi attrae, con forza potente, il tuo riconoscermi e riconoscerti. Diventi come una calamita potente a cui non posso, nel modo più assoluto, rifiutare la mia Amicizia e il mio Amore Sponsale. Ti dico quindi: Credi in me e adorami, spera in me e amami per consolarmi per tutti coloro che non credono, non sperano, non adorano e non mi amano!

#### RINGRAZIAMO

Amami, amami, amami di un amore di ringraziamento! Eucarestia significa: "Rendimento di grazie". SONO IO IL VERO RENDIMENTO DI GRAZIE che mi faccio Cibo tuo, perché tu ricevendomi, sappia ringraziare con me, per me ed in me il Padre, per ogni dono perfetto che hai ricevuto. Io venendo in te ti comunico il mio Santo Spirito che è anche lo Spirito del Padre, il quale è Fuoco Divoratore, che continuamente fa salire al trono dell'Altissimo l'incenso della tua preghiera, come evaporazione della tua anima consumata dal fuoco divino che ti fa bollire del suo Amore soprannaturale. Ringraziami per il dono della vita naturale che hai ricevuto; tu non esistevi, e Io, con un atto del mio Amore Onnipotente, ti ho dato l'essere e la vita attraverso i tuoi genitori, creandoti direttamente l'anima. I tuoi occhi si sono aperti come un incanto alla luce del creato e han visto le meraviglie che Io, Parola Onnipotente, ho fatto e plasmato, e nel quale ho lasciato impressa l'impronta della mia Bellezza, del mio Ordine e della mia Vita. Amami ancora di più, con amore d'intenso ringraziamento, perché ti ho generato ad una vita senza fine, che non vedrà mai il suo tramonto, ma che, se vissuta nella mia legge di amore, vedrà in eterno ciò che occhio mai non vide, udrà ciò che orecchio mai udì, gusterà ciò che cuore mai gustò: vedrà, udrà, gusterà Me, faccia a faccia, ineffabile Dio, Luce sempiterna, inaccessibile. Fonte inesauribile di ogni brama umana che sempre soddisfa e mai appaga. Ringraziami di essere morto per darti la vita, di essermi immerso nelle acque per purificarle e santificarle, rendendole acque rigeneratrici che nel Battesimo ti danno il pegno della gloria futura, rendendoti figlio di Dio, erede e re del Regno dei Cieli. Ringraziami di essermi fatto Pane Celeste per sfamare la tua brama di vita eterna, Vino che disseti il tuo anelito d'amore infinito. Ringraziami, ancora, d'aver infuso in tutti i Sacramenti delle forze onnipotenti, tanto da divinizzare i tuoi atti umani. I Sacramenti infatti sono la mia vita divino-umana in mezzo a voi e in voi, poiché non ho voluto lasciarvi orfani, ma voglio stare con voi fino alla consumazione dei tempi. Medita quindi su tutte le grazie che ti somministro istante per istante per poterti far crescere nella vita naturale, ma soprattutto in quella soprannaturale che è lo scopo di

tutto il tuo vivere. Ah, se tu conoscessi veramente tutti i doni che ti faccio, non cesseresti mai di ringraziarmi per la gratitudine che sentiresti dentro il cuore! Come è diversa, invece, la tua risposta per tutte le grazie che Io ti dono nell'eccesso della mia Divina Misericordia e con tutta la delicatezza del mio Divin Cuore! Tu, infatti, per ignoranza, che nella maggior parte dei casi è colpevole, per indifferenza, per noncuranza, o addirittura, per soddisfare le tue passioni perverse e vizi, sciupi, calpesti e distruggi ogni mio dono, profanando, così, il tuo corpo e la tua anima, che dovrebbero essere TEMPIO DELLO SPIRITO SANTO, e invece diventano rifugio e godimento dello spirito immondo, di Satana, che fu fin dall'inizio apostata, omicida, perversione, odio, impudicizia, calunnia, malvagità!

### RIPARIAMO

Amami quindi con amore di riparazione ed espiazione: per fermare la mia Giustizia che tende a punirti per i tuoi peccati e mutarla invece in Santa Misericordia, in Amore Paterno, il quale Amore desidera purificare i figli per renderli sempre più immagine del suo Unigenito, che è pieno di Grazia e Verità. Amami, amami, amami e amami: non lo dirò mai abbastanza! Amami con amore di riparazione e di espiazione per consolarmi dei tanti sacrilegi, oltraggi e indifferenze che oggi ricevo da tanti peccatori incalliti nella malvagità, ma soprattutto dai cristiani che mi stanno intorno di più, i religiosi e religiose e, quel che più mi addolora, da molti sacerdoti che dovrebbero essere il mio rifugio di consolazione, il mio i gaudio, e invece... sono coloro che mi dilaniano l'Anima, mi trafiggono il Cuore, mi straziano le membra. Posso ben dire ancora: L'ANIMA MIA E' TRISTE FINO A MORIRE! Quell'ora nell'orto, in cui provai più che la morte, si protrae ancora, anzi, è diventata più che attuale... Io mi sento solo e abbandonato, rigettato dagli uomini... come se fossi abominio, un lebbroso, un pazzo! SI, LO CONFESSO, SONO PAZZO, MA PAZZO D'AMORE! Ripara quindi i tuoi misfatti, quelli dei tuoi fratelli: umilia il tuo orgoglio; mortifica le tue passioni perverse, accetta le croci che ogni giorno vengono ad appesantire le tue spalle, per amore mio; così facendo, sarai in Me e il mio Amore sarà in te. Sì... se tu farai questo, Io, ecco, ti apro la fonte di tutti i miei Divini Tesori, il santuario del Dio Vivente, il mio Sacratissimo Cuore che ti arricchirà di ogni dono eterno e ti farà fonte di Acqua Viva, per la salvezza di molti fratelli e per tua maggior gloria!

### CHIEDIAMO

Ricerca, quindi, in questi momenti di unione così intima, con desiderio e brama grande, un aumento continuo e forte della vita di fede, per vedere e operare in tutte le cose come vede e

opera Dio. Un continuo aumento di speranza, affinché essa ti spinga a compiere grandi cose per il Regno di Dio, sicuro che nulla andrà perduto, anzi, il tutto renderà sempre più grande il tuo tesoro nei Cieli. Chiedi un continuo aumento di carità, la virtù per eccellenza: Dio stesso infatti è Carità, e, chi fa e sta nella Carità, sta in Dio. O mia amata amica, non dimenticarti di chiedermi sempre un aumento del mio Santo Spirito, di questa Luce Beatissima che, diradando le tenebre del peccato e dell'errore, ti genera continuamente alle verità eterne, riversando nella tua anima, i suoi Sette Santi Doni! Dono di sapienza per gustare Dio; dono dell'intelletto per vederlo nel creato e per mezzo della fede; dono del consiglio per seguirlo; dono della fermezza per essergli fedele; dono della scienza per conoscerlo; dono della pietà per adorarlo; dono del timore che ti fa fuggire il peccato per non perdere la sua Amicizia. Chiedimi ancora il santo dono della perseveranza fino alla fine, perché solo chi persevera fino alla fine, solo questi sarà salvato! Prega, poi, per la Santa Chiesa che ti è Madre, avendoti generato in unione al mio dolore e che ti somministra continuamente le mie Grazie. Prega per il mio Vicario, il Santo Padre: amalo più che puoi, perché chi lo ama e fa qualcosa per lui è come se lo facesse a Me. Prega per il tuo Vescovo e la tua diocesi, per il tuo Parroco e la tua parrocchia. Ricorda che è tuo dovere, e per il tuo bene, pregare per queste intenzioni, perché questa è la tua famiglia nella Chiesa. Prega per i tuoi familiari, parenti, amici e quanti ti stanno a cuore. Proponi, infine, di ricordarti spesso di Me durante la giornata e di fare, di tanto in tanto la Comunione Spirituale, tanto a Me gradita e, se ti è possibile, passando dinanzi ad una Chiesa, vieni a visitarmi: mi consolerai grandemente facendo questo! Perché oggi rimango quasi abbandonato e dimenticato da tutti. ORA TI LASCIO ANDARE ... SOLO TI CHIEDO: PORTAMI CONTINUAMENTE NEL TUO CUORE, E SAPPÍ CHE IO SONO CONTINUAMENTE IN TE E CON TE FINO A QUANDO TU NON MI CACCERAI CON IL PECCATO MORTALE!!  
TI BENEDICO: VAI NELLA MIA PACE!».

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



## PREPARAZIONE ALLA SANTA COMUNIONE

### Preghiera di San Tommaso d'Aquino

«Dio onnipotente ed eterno, ecco che mi accosto al sacramento dell'unigenito Figlio tuo, Signor nostro Gesù Cristo: mi accosto come l'infermo al medico che gli ridona la vita, come l'immondo alla fonte della misericordia, come il cieco alla luce dello splendore eterno, come il povero e il bisognoso al Signore del cielo e della terra. Prego dunque la tua grande ed immensa generosità perché ti degni di curare il mio male, di lavare le mie macchie, di arricchire la mia povertà, di vestire la mia nudità, affinché riceva il pane degli Angeli, il Re dei re, il Signore dei signori con tanta riverenza e umiltà, con tanta contrizione e devozione, con tanta purezza e fede, con tanti propositi e buone intenzioni, quanto occorre alla salute dell'anima mia. Dammi, ti prego, di ricevere non solo il sacramento del Corpo e del Sangue del Signore, ma anche la grazia e la virtù del sacramento. O mitissimo Dio, concedimi di ricevere il Corpo dell'unigenito Figlio tuo, Signore nostro Gesù Cristo, che nacque dalla Vergine Maria, in modo che meriti di essere incorporato al suo mistico Corpo, e di essere annoverato fra le membra di Lui. O amantissimo Padre, concedimi di contemplare finalmente a viso aperto per l'eternità, il diletto Figlio tuo, che intendo ricevere ora nel mio terrestre cammino, sotto i veli del mistero, Colui che vive e regna con Te in unione con lo Spirito Santo, per tutti i secoli dei secoli. Amen». (...) Così risponde Gesù: «Esamina attentamente la tua coscienza e purificala fin dove t'è possibile, con una sincera contrizione e un'umile confessione: così che nessun peso rimanga a opprimerla e a turbarla col rimorso, impedendoti di salire l'altare di Dio con anima del tutto libera. Prova dolore di tutti i tuoi peccati, in generale, ma soprattutto delle tue mancanze d'ogni giorno. Rattristati e pentiti di essere ancora