

PROCEDIMIENTO PARA LA RECEPCION DE LA SAGRADA COMUNIÓN

Después de celebrar Corpus Christi, es apropiado recordarnos acerca del procedimiento correcto de recibir la Eucaristía. En la Sagrada Comunión recibimos el Cuerpo y la Sangre de Nuestro Señor Jesucristo. Cristo está presente Cuerpo, Sangre, Alma y Divinidad en la Eucaristía bajo la apariencia de pan y vino. Es una Presencia Real no simbólica. Para poder recibir este gran don, tenemos que hacerlo dignamente:

1. **Estar libre de pecado mortal** - Para poder recibir la Sagrada Comunión dignamente, *no* podemos estar en estado de pecado mortal. Si hemos cometido un pecado mortal entonces deberemos de confesarnos en el Sacramento de la Penitencia (Confesión) antes de recibir la Comunión. Debemos de estar en comunión con la Iglesia. Por ejemplo, si somos casados tenemos que haber recibido el Sacramento de Matrimonio en la Iglesia.
2. **Preparación** - Debemos de prepararnos espiritualmente durante la Misa para el momento en cual recibimos a Nuestro Señor en la Sagrada Comunión. Esto se hace por medio de escuchar atentamente a las lecturas, responder a las oraciones y participar en la Misa.
3. **Ayuna** - Debemos de ayunar de toda comida y bebida (con la excepción solamente de agua o medicina) a lo menos por una hora antes de recibir la Sagrada Comunión.
4. **Reverencia** – Tenemos la opción de recibir de pie o de rodillas. Si desea recibir de rodillas entonces puede proceder al comulgatorio. La Comunión se distribuirá allí domingos y días festivos por el sacerdote asistente. En la Misa diaria, se distribuirá allí después que las otras líneas han terminado. Si de pie, se hace una reverencia (inclinarse profundamente) o una genuflexión antes de recibir. La reverencia se debe de hacer cuando la persona en frente de nosotros está recibiendo la Comunión. En esta manera cuando es nuestro turno estamos de pie con cara levantada para poder recibir la Santa Hostia cuando se presenta. Si de rodillas, no se necesita otra reverencia.

5. **Dos opciones** - Podemos recibir la Comunión en la lengua o en las manos.
 - a.) **Lengua:** Esta es la forma tradicional y preferida. Si recibimos en la lengua, debemos de abrir la boca suficientemente para que el sacerdote o ministro pueda poner la Hostia sobre la lengua. La lengua se debe de extender un poco para recibir la Hostia.
 - b.) **Las manos:** Si recibimos en las manos, debemos de poner la palma abierta de una mano sobre la otra (en forma de un trono). Después de recibir la Hostia, inmediatamente ponemos la Hostia en nuestra boca con la otra mano. Nunca se debe de “agarrar” la Hostia de las manos del sacerdote caminar con la Hostia en nuestras manos. La Hostia se tiene que poner en la boca inmediatamente que se recibe mientras está en frente del sacerdote o ministro. Nuestras manos siempre deben de estar bien limpias y libres de todo objeto. Si hay algún partícuo se consume.
6. **Respuesta** - La respuesta cuando el sacerdote o ministro dice: "El Cuerpo de Cristo" es "Amén." No se hace ninguna otra respuesta.
7. **Acción de Gracias** - Cuando regresemos a nuestro asiento después de recibir la Sagrada Comunión, debemos de arrodillarnos (o sentarnos) y orar una Acción de Gracias agradeciéndole al Señor por este gran don de su Cuerpo y Sangre.