

Spiritual Communion

It is not necessary to be able physically to attend Mass or to receive Holy Communion in order to receive the infinite graces of receiving Jesus into your heart and soul. There is the honored practice of Spiritual Communion. I recommend this video to you about Spiritual Communion: <https://youtu.be/xLQrAd8RUps>

One thing about Spiritual Communion that is unlike -- and in some sense better than -- receiving physically, is that you can make many Spiritual Communions in a day!

Here is one formula for Spiritual Communion that you can use, but others are just as good:

I wish, my Lord, to receive you with the purity, humility, and devotion with which your Most Holy Mother received you, with the spirit and fervor of the saints.

Comunión espiritual

No es necesario poder asistir físicamente a Misa o recibir la Sagrada Comunión para recibir las gracias infinitas de recibir a Jesús en su corazón y alma. Existe la práctica honrada de la comunión espiritual. Les recomiendo este video sobre la comunión espiritual: <https://youtu.be/xLQrAd8RUps>

Una cosa sobre la Comunión Espiritual que es diferente, y en cierto sentido mejor que, recibir físicamente, ¡es que puedes hacer muchas Comuniones Espirituales en un día!

Aquí hay una fórmula para la Comunión Espiritual que puedes usar, pero otras son igual de buenas:

Deseo, mi Señor, recibirte con la pureza, la humildad y la devoción con que tu Santísima Madre te recibió, con el espíritu y el fervor de los santos.