

Komunia duchowa – praktyczne porady

– W obecnej sytuacji, gdy wielu katolików z obawy przed zarażeniem nie przystępuje do Komunii sakramentalnej, duszpasterze powinni zachęcać parafian do korzystania z komunii duchowej. Czym jest „komunia duchowa” i w jaki sposób winniśmy ją przeżywać – wyjaśnia w analizie dla KAI ks. prof. Ireneusz Mroczkowski, profesor nauk teologicznych, specjalista z zakresu teologii moralnej i etyki.

W kontekście przeżywanej zarazy oraz niemożności przystępowania niektórych wiernych do Komunii św. sakramentalnej, powraca dyskusja o komunii duchowej. W obecnej sytuacji, gdy wielu katolików z obawy przed zarażeniem nie przystępuje do Komunii sakramentalnej, duszpasterze powinni zachęcać parafian do korzystania z komunii duchowej. Przy okazji można i trzeba wyjaśnić związek komunii duchowej z sakramentem Eucharystii oraz odróżnić „komunię duchową” od „pragnienia Komunii świętej”.

Związek „komunii duchowej” z Eucharystią

Trzeba zacząć od swoistego paradoksu. Z jednej strony wielu współczesnych publicystów katolickich powtarza, że komunია duchowa jest „starą, wypracowaną w ciągu wieków praktyką duchową, opartą na wierze i miłości”, z drugiej zaś nie ma o niej wzmianki w Katechizmie Kościoła Katolickiego, nie znajdziemy takiego terminu w indeksie rzeczowym dokumentów Soboru Watykańskiego II, ani nie wspomina o niej „Leksykon duchowości katolickiej” [Lublin 2002].

Ci, którzy chcą oprzeć się na nauce soborowej, cytują na ogół zapis „Dekretu o Najświętszym Sakramencie” [1551 r.] Soboru Trydenckiego. Ojcowie tego Soboru mówią w nim o komunii duchowej w kontekście korzystania z Eucharystii. Jest ona wymieniona obok dwu innych sposobów korzystania z tego sakramentu: pierwszy – niegodny, gdy przyjmuje się sakrament w stanie grzechu, drugi – duchowy, czyli przez pragnienie – „żywą wiarą, która działa przez miłość” [Gal 5,6] oraz trzeci – gdy przyjmuje się Najświętszy Sakrament i duchowo i sakramentalnie.

Ojcowie tego Soboru najwyżej cenią trzeci sposób korzystania z Eucharystii, kiedy ludzkie pragnienie, ożywione wiarą i miłością łączy się z sakramentem. Podkreślony przez Sobór Trydencki związek Eucharystii i „pragnienia duchowego” staje się oczywisty we współczesnej teologii sakramentów, korzystającej z chrześcijańskiego ujęcia osoby i symbolu. W tej teologii nie tylko integruje się wszystkie aspekty Eucharystii (ofiara, realna obecność, sakrament), ale podkreśla znaczenie osobowego oddania Bogu przez uczestnika Eucharystii. Duchowo-religijny aspekt przeżywania Eucharystii polega na tym, że – jak podkreśla G. L. Müller – „w konsekrowanych znakach chleba i wina wierzący nawiązuje łączność z człowieczeństwem Jezusa Chrystusa. To z kolei jest realnym symbolem Bosko-ludzkiej komunikacji, sięgającej do wspólnoty Trójjedynego Boga” (Dogmatyka katolicka, Kraków 2015, s.722).

Tu ma swoje źródło „łączność, zjednoczenie, więź, wspólnota” chrześcijanina z Chrystusem, czyli komunია duchowa. Tak ją przeżywali święci, począwszy od Ojców Kościoła (Grzegorz z Nyssy, Jan Chryzostom, św. Augustyn) aż po św. Teresę od Jezusa, św. Alfonsa Liguoriego czy św. Jana Pawła II. Ten ostatni napisał: „W Eucharystii znajduje swój kres wszelkie ludzkie pragnienie, ponieważ tu otrzymujemy Boga i Bóg wchodzi w doskonałe zjednoczenie

z nami. Właśnie dlatego warto pielęgnować w duszy stałe pragnienie Sakramentu Eucharystii. Tak narodziła się praktyka 'komunii duchowej', szczęśliwie zakorzeniona od wieków w Kościele i zalecana przez świętych mistrzów życia duchowego" (Jan Paweł II, Encyklika „Ecclesia de Eucharystia”, nr 34).

Dzisiejsze trudności z rozumieniem komunii duchowej wynikają z racjonalizmu współczesnej kultury oraz deficytu wrażliwości sakramentalnej u wielu wiernych. Duchowość kojarzy się przeciętnemu konsumentowi kultury masowej z czymś ezoterycznym, wewnętrznym, czasami z emocjami, w najlepszym razie z rozumnością i wolnością człowieka. Z drugiej strony nie zawsze potrafimy wytłumaczyć wiernym związek sakramentu z cielesnością człowieka. Nad tym ubolewał Jan Paweł II w słynnych „Katechezach środowych” poświęconych „teologii ciała”. Bo przecież chrześcijanin, który nie przekroczy zbanalizowanego rozumienia duchowości, a w dodatku podejrzliwie traktuje swoją cielesność, nie będzie zdolny do przeżywania komunii duchowej.

W braku możliwości uczestnictwa w Eucharystii, komunია duchowa karmi się tęsknotą za nią. Skuteczność komunii duchowej zależy więc od żarliwości tęsknoty. Jeśli jest szczerą i żarliwą, może prowadzić do mistycznego zjednoczenia z Jezusem Eucharystycznym, o czym opowiadają życiorysy świętych, np. Stanisława Kostki. Jeśli jest zmieszana z wątpliwościami, letniością ducha, brakiem modlitwy, owoce jej są mizerne.

Komunia duchowa zakłada trzy akty: akt wiary w realną obecność Jezusa Chrystusa w Eucharystii; akt miłości skierowanej ku Jezusowi oraz akt pragnienia osobistego spotkania z Jezusem. Dobrą ilustracją związku komunii duchowej z Eucharystią są ewangeliczni uczniowie idący do Emaus. Uciekając z Jerozolimy czuli się tak samo zawiedzeni jak i tęsknili za Jezusem. Najważniejszą pamiątkę, która ostatecznie ich ocaliła, nieśli w sercu w postaci przeżytej z Mistrzem ostatniej Wieczery. Rozpoznając Go przy „łamaniu chleba”, mieli szczęście doświadczyć owoców komunii duchowej w bezpośredniej konfrontacji ze Zbawicielem. Można przypuszczać, że po tamtej Eucharystii, najlepiej wiedzieli, czym jest komunია duchowa. Jej owoce zależą od pamięci eucharystycznej oraz tęsknoty do Jezusa z Wieczernika, Golgoty i poranka wielkanocnego.

Tak rozumiana komunია duchowa, poza brakiem możliwości uczestniczenia w Eucharystii, może być pielęgnowana jako jedna z form duchowości eucharystycznej, np. podczas adoracji Najświętszego Sakramentu. Pisał o tym Jan Paweł II w cytowanej wyżej Encyklice: „Pięknie jest zatrzymać się z Nim i jak umiłowany Uczeń oprzeć głowę na Jego piersi (por. J 13,25), poczuć dotknięcie nieskończoną miłością Jego Serca. Jeżeli chrześcijaństwo ma się wyróżniać w naszych czasach przede wszystkim sztuką modlitwy, jak nie odczuwać odnowionej potrzeby dłuższego zatrzymania się przed Chrystusem obecnym w Najświętszym Sakramencie na duchowej rozmowie, na cichej adoracji w postawie pełnej miłości? Ileż to razy, moi drodzy Bracia i Siostry, przeżywałem to doświadczenie i otrzymałem dzięki niemu siłę, pociechę i wsparcie!” („Ecclesia de Eucharystia”, nr 25).

Pragnienie Komunii św.

We współczesnej dyskusji na temat komunii duchowej pojawiła się tendencja, aby komunii duchowej nie warunkować stanem łaski uświęcającej. W konsekwencji z komunii duchowej mogłyby korzystać osoby żyjące np. w związkach niesakramentalnych. Takie stanowisko prezentuje m.in. niemiecki kardynał, Paul J. Josef Cordes, określający komunię duchową, jako dyspozycję serca, której nie da się ostatecznie ocenić prawem. Jeśli prawo kanoniczne

zabrania osobom żyjącym w związkach niesakramentalnych przystępować do Komunii św. sakramentalnej, to nie znaczy, że nie mogą one żywić „pragnienia pełnego zjednoczenia z Chrystusem”, utożsamianym przez Kardynała z komunią duchową.

Innego zdania jest abp Stanisław Gądecki, który w kontekście Synodu Biskupów 2014 – 2015 podkreślił, że z komunii duchowej mogą korzystać osoby będące w stanie łaski, którym prześladowania, brak kapłanów czy fizyczna trudność uniemożliwiają przystąpienie do Komunii św. Arcybiskup odróżnił „serdeczną modlitwę, pełną tęsknoty” osób rozwiedzionych żyjących w nowych związkach od „komunii duchowej”. Ta druga zakłada stan łaski uświęcającej („Wiadomości” KAI 2015, nr 17, s. 9.). Warto zauważyć, że obydwie wyrażenia występują w adhortacji „Sacramentum caritatis” Benedykta XVI: “Nawet wtedy, kiedy nie jest możliwe przystąpienie do sakramentalnej Komunii, uczestnictwo we Mszy św. pozostaje konieczne, ważne, znaczące i owocne. W tej sytuacji dobrze jest żywić pragnienie pełnego zjednoczenia z Chrystusem, za pomocą, na przykład, praktyki komunii duchowej, przypomnianej przez Jana Pawła II i polecanej przez świętych mistrzów życia duchowego.” (Rzym 2007, nr 55).

Święci mistrzowie życia duchowego interpretowali komunie duchową w kontekście łaski uświęcającej. Należy więc „komunie duchową” odróżnić od „pragnienia zjednoczenia z Chrystusem”, które żywią osoby nie mogące uczestniczyć w komunii sakramentalnej. Niezależnie jednak od tradycyjnego rozumienia komunii duchowej, przyszedł czas, aby „pragnieniu zjednoczenia z Chrystusem”, które odczuwają osoby żyjące w związkach niesakramentalnych poświęcić więcej uwagi. Zachęca nas do tego papież Franciszek, a inspiruje teologia Miłosierdzia Bożego i społeczne struktury grzechu, reflektowane przez społeczną naukę Kościoła. Bóg dotyka łaską żalu także ludzi, którzy nie potrafią zniszczyć struktur zła w sobie i wokół siebie. Nawet jeśli wtedy nie jest możliwe rozgrzeszenie sakramentalne, to nie wolno lekceważyć głębi duchowej tęsknoty duchowej, tak samo jak nie wolno pomniejszać owoców oczyszczenia sakramentalnego.

Komunia duchowa w czasie zarazy

Z duszpasterskiego punktu widzenia istotne jest, aby katolicy w czasie zarazy odnowili w sobie potrzebę komunii duchowej. Jest to proces duchowy, który zachodzi między pełnym niepokojem człowiekiem i Bogiem Miłosiernym. Okoliczności, jakie stwarza stan pandemii, wraz z niemożliwością przyjmowania Komunii św. sakramentalnej, powinny pobudzić „tęsknotę eucharystyczną” u naszych wiernych. Można to też nazwać postem eucharystycznym, który powinien oczyszczać przejawy rutyny, powierzchowności czy – nie daj Boże – świętokradzkiego sposobu przystępowania do Komunii św.

Komunia duchowa przeżywana w czasie zarazy powinna w miarę możliwości łączyć się z adoracją Najświętszego Sakramentu. Przytoczone wyżej świadectwo Jana Pawła II podpowiada, gdzie w czasie niepewności i lęku szukać ukojenia, nadziei i chrześcijańskiego męstwa bycia. Skutkiem komunii duchowej przeżywanej na adoracji może być doświadczenie nieskończonej miłości Serca Jezusa. „Litania do Serca Pana Jezusa i Akt ofiarowania Sercu Jezusowemu”, odmawiane zwykle w pierwsze piątki miesiąca, mogą stać się modlitwami pobudzającymi żarliwość komunii duchowej.

Praktycznie najczęstszą podczas obecnej zarazy okazją do przeżywania komunii duchowej jest uczestnictwo we Mszy św. transmitowanej przez radio, telewizję czy Internet. Można też łączyć się duchowo ze Mszą św. odprawianą o określonej godzinie w kościele parafialnym.

Telewizja i radio umożliwiają nie tylko słuchanie Słowa Bożego i homilii, ale i egzystencjalne przeżywanie całej liturgii. Komunia duchowa jest tu wkomponowana w całość przeżycia Mszy św. Do transmisji religijnej należy przygotować się wewnątrz i zewnątrz, czyli zadbać o wyłączenie telefonu, porządek w pokoju, nie mówiąc o znakach religijnych. Przed Mszą św. można odmówić jedną z ulubionych modlitw przed Komunią, a w chwili jej rozdawania w kościele. upokorzyć się przed Panem Jezusem, wyznać Mu miłość i przyjąć do duszy.

Kiedy chcemy przyjąć komunię duchową niezależnie od transmisji radiowej czy telewizyjnej, trzeba to uczynić w miejscu odosobnionym, na przykład w pokoju, gdzie aktualnie nikogo nie ma. Pomaga to w skupieniu i zapewnia intymność spotkania z Jezusem. Jeśli dysponujemy czasem, można komunię duchową włączyć w domowe nabożeństwo eucharystyczne z aktem żalu, wyznaniem wiary w obecność Jezusa w Najświętszym Sakramencie. Modlitwa „Ojciec nasz” ułatwia przyjęcie postawy dziecka Bożego i otwiera serce dla Jezusa Chrystusa. Słowa, którymi zapraszamy Pana, powinny być proste, szczere, żarliwe.

Podobnymi słowami i z otwartym sercem można przyjmować Jezusa w komunii duchowej dowolną ilość razy, w dowolnym czasie i w dowolnym miejscu, zwłaszcza w czasach zarazy. Słuszną przyczyną może być zarówno zagrożenie własnego życia i zdrowia, widok cierpiących osób, jak i prośba o solidarność społeczną czy wrażliwość charytatywną katolików. Z owoców komunii duchowej skorzystać mogą wszyscy. Św. Franciszek Salezy ujął to z właściwą sobie precyzją: „dwa są rodzaje ludzi, którzy powinni często komunikować: doskonali, aby stać się jeszcze doskonalszymi, i niedoskonali, aby stać się doskonałymi; mocni, żeby nie osłabnąć, słabi, by się stać mocnymi”.

Ks. Ireneusz Mroczkowski, profesor nauk teologicznych, specjalista z zakresu teologii moralnej i etyki.