



I. Wprowadzenie:

„Eucharystia” to termin pochodzący z języka greckiego (εὐχαριστία, *eucharistia*), który oznacza *dziękczynienie* składane Bogu, natomiast „msza” to termin wywodzący się z języka łacińskiego (*missa, ite missa est*) i oznacza po prostu zakończenie, rozesłanie, wyjście z Jezusem w życie. Warto zastanowić się nad tym, jak najowocniej i najlepiej uczestniczyć w Eucharystii? Co należy zrobić, aby godnie przyjąć do swego serca Najświętszy Sakrament?

II. Rozważanie:

Jan Paweł II naucza, że „Kościół otrzymał Eucharystię od Chrystusa, swojego Pana, nie jako jeden z wielu cennych darów, ale jako *dar największy*, ponieważ jest to dar z samego siebie, z własnej osoby w jej świętym człowieczeństwie, jak też dar Jego dzieła zbawienia”. Jak piszą świadkowie w procesie beatyfikacyjnym i kanonizacyjnym, Jan Paweł II „nigdy nie zaniedbywał przygotowań do celebracji mszy świętej.

Warto pamiętać o tym, że msza święta, Eucharystia zaczyna się dużo wcześniej niż o ustalonej godzinie. Trzeba się do niej odpowiednio przygotować, podobnie jak to czynił Jan Paweł II. To przygotowanie zaczyna się już w domu, od decyzji – pójść czy nie iść na mszę świętą. To wszystko zależy przede wszystkim od osobistej wiary.

Praktyczne uwagi na temat przygotowania do niedzielnej mszy świętej dają duszpasterze parafii św. Stanisława Kostki w Poznaniu. Wychodząc na spotkanie towarzyskie czy na rodzinną uroczystość, każdy w jakiś sposób się przygotowuje. Podobnie trzeba przygotować się na niedzielną mszę świętą. Dzień wcześniej powinno się np. przeczytać fragmenty tekstów biblijnych, które będą czytane podczas niedzielnej mszy świętej. Są one zamieszczone w czasopiśmie katolickich, przekazywane przez radio i telewizję oraz dostępne w Internecie. Należy też pamiętać o odpowiednim i godnym stroju.

Bez wątplenia wskazane jest, aby na mszę świętą przyjść do kościoła wcześniej, żeby strząsnąć z siebie balast codzienności i mieć czas na wyciszenie. Jeśli ktoś wejdzie do kościoła, kiedy już trwa msza święta, to prawdopodobnie nie zdoła się wyciszyć, a tym bardziej wsłuchać w teksty czytań liturgicznych. A może być jeszcze gorzej, gdy ktoś z własnej winy spóźnia się na Eucharystię. Gdzie tu miejsce na szacunek do Chrystusa i całej wspólnoty obecnej na Eucharystii?

Przy wejściu do kościoła znajduje się kropielnica – naczynie z wodą święconą (jak wiemy inaczej to wygląda w czasie Covid-19). Wchodzący zanurza rękę w wodzie i czyni znak krzyża. Tym gestem przypomina sobie, że został ochrzczony, czyli oczyszczony z grzechów, oraz stał się dzieckiem Bożym. Święcona woda i znak krzyża przy wejściu do kościoła to także prywatny egzorcyzm, czyli prośba, aby zły duch odszedł od nas i nas nie kusił oraz nie przeszkadzał w spotkaniu ze Zbawicielem. Wykonując znak krzyża wodą święconą, warto modlić się

w sercu: „Panie Jezu, proszę Cię, abys teraz w Twoje imię obmył całe moje życie, abys je oczyścił, bym, wchodząc w Twoją świętą przestrzeń, do miejsca, w którym przebywasz, wszedł też sercem do Twojego Królestwa Niebieskiego”.

Wchodząc do wnętrza świątyni, każdy klęka przed obecnym w tabernakulum Eucharystycznym Chrystusem i trwa przez chwilę w cichej modlitwie. Jan Paweł II zaleca, aby wtedy odmawiać różaniec. Uważał, że trzeba się duchowo nastroić i uświadomić sobie: Eucharystia – za co przychodzę podziękować? Najświętsza Ofiara – jak pragnę złączyć się z Ofiarą Jezusa? Ofiara Przebłagalna – za co pragnę przeprosić? Sakrament miłości – o co chcę prosić Miłość mojej miłości?

Komunia jest zwieńczeniem mszy świętej. Kiedy przyjmuje się Komunię Świętą, udział we mszy świętej staje się pełny. Sam Jezus mówi: „Kto spożywa Moje Ciało i pije Moją Krew, ma życie” (J 6, 54). Każdemu, kto przystępuje do komunii, powinno towarzyszyć przeświadczenie, że przyjęcie ciała Chrystusa zobowiązuje się do dawania świadectwa Jego obecności w codziennym życiu, zawsze i wszędzie.

Wiadomo, że warunkiem niezbędnym do godziwego przyjęcia Komunii Świętej jest stan łaski uświęcającej, zachowanie postu eucharystycznego i wzbudzenie sobie właściwej intencji. Kodeks prawa kanonicznego podaje: „Przystępujący do Najświętszej Eucharystii powinien przynajmniej na godzinę przed przyjęciem Komunii świętej powstrzymać się od jakiegokolwiek pokarmu i napoju, z wyjątkiem tylko wody i lekarstwa”. Przychodząc na Eucharystię, każdy z nas przynosi w tym właśnie poście swoje radości i smutki, pragnienia i nadzieje, które chce złożyć Bogu jako miłą dla niego ofiarę. Post ten jest także czasem łaski, w którym człowiek dobrowolnie rezygnuje z przyjemności tego świata, by móc być bliżej Boga.

Komunię należy przyjmować w pozycji stojącej lub klęczącej. Często zewnętrzne okoliczności celebrowanej mszy świętej lub stan zdrowia mają decydujący wpływ na postawę podczas przyjmowania Komunii Świętej. Z pewnością sposób jej przyjmowania nie może być powodem do rodzenia się antagonizmów, a nawet zgorszenia pobożnych wiernych. Niemniej jednak przy pozycji stojącej należy wykonać gest szacunku wobec Chrystusa Eucharystycznego poprzez przyklęknięcie przed przyjęciem Ciała Chrystusa.

Do Komunii Świętej można przystępować dwukrotnie w ciągu dnia pod warunkiem, że drugi raz ma miejsce podczas mszy świętej, na której jest się obecnym od samego początku.

Słowo „Amen”, które wypowiadają wierni jako odpowiedź na „Ciało Chrystusa” oznacza wiarę w realną i rzeczywistą obecność Jezusa w białym chlebie, który poprzez konsekrację staje się prawdziwym Ciałem Chrystusa.

Po przyjęciu Komunii Świętej zalecane jest zarówno osobiste, jak i wspólnotowe dziękczynienie. Cisza jest sposobnością do wyrażenia Bogu wdzięczności za dar jego Boskiego chleba. Owa wdzięczność może również wyrażać się poprzez piękno pieśni o tematyce dziękczynnej oraz psalmów i hymnów wielbiących Boga.

Po komunii świętej następuje modlitwa własna kapłana. Modlitwa ta w zwięzły sposób wyraża podziękowanie Panu Bogu za wszelkie łaski otrzymane podczas mszy świętej, a zarazem jest prośbą, aby otrzymane łaski zaowocowały w sercach wszystkich zebranych. Nie jest to modlitwa samego kapłana, gdyż wierni na jej treść odpowiadają słowem „Amen”, co oznacza przyjęcie jej jako własnej modlitwy.

Kongregacja Sakramentów w instrukcji *Eucharisticum mysterium* podkreśla, że o zjednoczenie z Chrystusem wierny winien się starać nie tylko w czasie samego eucharystycznego obrzędu, ale powinien starać się przedłużać to zjednoczenie na dalsze chrześcijańskie życie. Trwanie w tym dziękczynieniu będzie łatwiejsze, jeśli się zacznie podczas mszy świętej, ale będzie kontynuowane przez jakiś czas na modlitwie, również po skończonej mszy świętej.

Jest rzeczą oczywistą, że nic nie zastąpi udziału we mszy świętej ani fizycznego przyjęcia Komunii Świętej. Zdarzają się jednak sytuacje, kiedy ktoś fizycznie nie jest w stanie przystąpić do komunii sakramentalnej, jak to miało miejsce np. podczas pandemii koronawirusa. W takiej właśnie sytuacji zawsze można się wzmocnić duchową komunią. Zaleca się ją szczególnie tym, którzy nie mogą uczestniczyć w mszy świętej (zwłaszcza niedzielnej). Należy pamiętać, że duchową komunią mogą przyjmować również wszyscy inni, także wówczas, gdy danego dnia uczestniczyli już lub zamierzają uczestniczyć w Eucharystii. Duchową komunią można praktykować kilka razy w ciągu jednego dnia. Właściwie „idealnie” byłoby trwać w niej nieustannie, a przynajmniej możliwie jak najczęściej.

Czym jest duchowa komunia? Jest ona duchowym i modlitewnym aktem, którego celem jest osiągnięcie takiego zjednoczenia z Jezusem (czy może lepiej: wejście w takie zjednoczenie), jakie daje przyjmowanie Go w sakramencie Jego ciała i krwi, ale poza sakramentalną przestrzenią.

Jak przyjmuje się duchową komunie? Zasadniczo duchowa komunia polega na wzbudzeniu w swoim sercu gorącego pragnienia zjednoczenia z Jezusem. Duchowa komunie jest wewnętrznym działaniem Chrystusa w Duchu Świętym. Ważnym elementem komunii duchowej jest silne i gorące pragnienie Eucharystii płynące z żywej wiary, ożywione miłością do Boga i bliźniego. Aktowi duchowej komunii można nadać formę swoistą „liturgii”: wzbudzić akt żalu (zakończony choćby „spowiedzią powszechną” lub „Panie, zmiłuj się”), przeczytać fragment Ewangelii (na przykład ten przypadający na dany dzień), pomodlić się Modlitwą Pańską, odmówić „Baranku Boży” i następnie w największym możliwym skupieniu zaprosić Jezusa do swojego serca. Ale duchowa komunie może być nieraz aktem bardzo krótkim, „szybkim”, a niemniej intensywnym, gdy w obliczu trudności, niebezpieczeństwa chcę jeszcze ściślej zjednoczyć się ze Zbawicielem.

Jakie są warunki przyjmowania duchowej komunii? Jeśli ktoś trwa w grzechu ciężkim (tzn. nie jest w stanie łaski uświęcającej), to ten fakt uniemożliwia mu zjednoczenie się z Bogiem, czy to w komunii sakramentalnej, czy przez jakikolwiek inny akt. Ciężki grzech stanowi tu realną i

obiektywną przeszkodę dla takiego pełnego zjednoczenia. Warto więc rozróżnić między (możliwie pełną) duchową komunie a tęsknotą za zjednoczeniem z Jezusem w Eucharystii (komunie duchowej zawsze jest aktem tęsknoty za Eucharystią). Jeśli ktoś jest (tymczasowo, przez dłuższy czas lub stale) w stanie uniemożliwiającym mu przyjmowanie komunii sakramentalnej, to niejako „analogicznie” uniemożliwia mu to pełną duchową komunie. Wówczas lepiej byłoby uczciwie powiedzieć Jezusowi: „Tęsknię za Tobą! Chciałbym móc przyjąć Cię w Eucharystii! Mam w sobie wielki, straszny głód przyjmowania Cię w Twoim Ciele i Krwi! Pomóż mi Panie i spraw, aby przyszedł taki moment, w którym to będzie tylko możliwe”.

III. Wnioski i postulaty pastoralne:

❖ Należy podjąć starania, aby przeżywanie Eucharystii, nie było tylko zewnętrzną praktyką, pozbawioną duchowego i wewnętrznego przygotowania.

❖ Należy ze wszelkich miar zabiegać o to, aby należycie przeżywać tajemnice mszy świętej. Trzeba po prostu wiedzieć i rozumieć, co się naprawdę dzieje na ołtarzu, jaką część mszy w danej chwili odprawia kapłan.

❖ Warto także zainteresować się tym, jak na przestrzeni dziejów na różne sposoby podejmowano próby przedstawienia w sztuce i poezji tajemnicy mszy świętej. Znamienne jest to, że z powodu jej harmonii, dramaturgii i piękna zachwyty nią wyrażali nawet niekatolicy. Mszę nazywano „słońcem cywilizacji łacińskiej”, „bijącym sercem całego życia i działalności katolickiej”, „klejnotem chrześcijaństwa, niebiańską perłą”, czy „najcenniejszym skarbem Kościoła”. Znany francuski teolog Paul Claudel pisał, że „to była najgłębsza i najwspanialsza poezja, najbardziej wzniosłe dzieło, jakie kiedykolwiek człowiek mógł spełnić. Nie mogłem nasycić się widokiem dramatu mszy świętej”.

❖ Uczestnicząc w liturgii mszy świętej, wierni winni mieć świadomość, że czczą Boga całą swoją istotą, nie tylko duszą, ale i ciałem. Stąd we mszy świętej występują poszczególne symbole i obrzędy oraz gesty, np. przyklęknięcie, pochylanie głowy i ciała, składanie lub podnoszenie rąk, postawa stojąca, angażowanie się w śpiewy i w odpowiedzi. Jakże często biorący udział we mszy świętej zajmują postawę niemych obserwatorów. Warto w katechezach parafialnych przybliżyć głęboką symbolikę rytu mszy świętej oraz wyjaśnić znaczenie części i modlitw liturgicznych, by owocnie przez dobre przygotowanie i dziękczynienie owocnie korzystać z daru Eucharystii.

❖ Każda msza święta kończy się tak, jak się zaczyna, czyli znakiem krzyża. Po końcowym błogosławieństwie można iść w pokój do domu, ponieważ spotkaliśmy się z Chrystusem w Eucharystii i jesteśmy odnowieni, aby kontynuować swoją codzienną misję, którą Bóg nam powierzył. Msza święta ma więc ściśle związek z codziennym życiem. Nie jest oderwaną od codzienności celebracją.

Króluj nam Chryste! - ks. Roman