

Komunia duchowa

KS. TOMASZ PODLEWSKI

Choć słowo „komunia” kojarzymy przede wszystkim z sakramentem, to jednak wyraża ono coś więcej niż tylko „spożywanie Ciała Pańskiego”.

Łacińskie *communio* da się przetłumaczyć jako: „zjednoczenie”, „wspólnota”. I właśnie o to chodzi w Komunii Świętej. Nie tylko o spożycie ustami konsekrowanej hostii, ale o zjednoczenie się z Chrystusem. Spożywanie Jego Ciała ma nas doprowadzić do czegoś głębszego. Sam Pan Jezus mówi o tym w słowach: „Kto spożywa moje Ciało (...), trwa we Mnie, a Ja w nim” (J 6, 56). Otóż to: trwanie w Bogu! To ono jest celem przystępowania do Komunii Świętej.

Zatem, pomimo zwyczajowych określeń, warto doprecyzować, że „przyjmuje się” nie tyle „komunię”, ile Ciało Pańskie. A dopiero owo przyjęcie Ciała Chrystusa doprowadza nas do komunii, czyli zjednoczenia z Nim. Zjednoczenie z Jezusem przez spożycie Jego Ciała jest sprawą tak wyjątkową i świętą, że ma w Kościele rangę sakramentu. Co jednak w sytuacji, w której osoba wierząca nie może przystąpić do Komunii sakramentalnej? Czy spożycie konsekrowanej hostii jest jedyną drogą do komunii z Chrystusem? Nie. Choć jest to sposób najbardziej skuteczny, to jednak nie jedyny. W swojej mądrości Kościół daje nam także inne środki złączenia się z Panem. Jednym z nich jest Komunia duchowa, której znaczenie warto przypomnieć w obliczu epidemii, która nawiedziła świat.

Tradycja Kościoła

Czym właściwie jest Komunia duchowa? Czym się różni od Komunii sakramentalnej? I dla kogo jest przeznaczona? W *Katechizmie Kościoła katolickiego* nie ma o niej ani słowa. Dokumenty Soboru Watykańskiego II również o niej milczą. Czyżby zatem była to jakaś nowa forma modlitwy bądź wymysł ostatnich lat? Nic z tych rzeczy. Jest to praktyka obecna w katolickiej duchowości już od stuleci. Jej istotę opisują zarówno dzieła świętych, jak i rozprawy teologów.

Nauczanie o Komunii duchowej stopniowo rozwijało się w Kościele od pierwszych wieków chrześcijaństwa. Już św. Augustyn zachęcał wiernych, by Ciało Pańskie przyjmowali nie tylko ustami, ale przede wszystkim na sposób duchowy. W jednej ze swych homilii z V w. pouczał: „Po co szykujesz zęby i żołądek? Wierz, a wówczas naprawdę spożyłeś”. Nie twierdził on, że sama wiara może zastąpić sakrament, jednak jako jeden z pierwszych tak jasno zaakcentował rolę duchowego zaangażowania.

Św. Bernard w XII w. rozróżniał przyjmowanie Komunii „ustami serca” i „ustami ciała”. Żyjąca w XIV w. św. Katarzyna ze Sieny twierdziła w swych *Dialogach*, że wielkie owoce przynosi duszy nie tylko Komunia sakramentalna, lecz także przyjęta samym tylko pragnieniem. Około stu lat później Tomasz à Kempis w czwartej księdze swojego dzieła pt. *O naśladowaniu Chrystusa* pisał już wprost o Komunii duchowej: „Kto chce, może przyjmować zbawiennie i bez zakazu, co dzień i o każdej godzinie Komunię Świętą duchową”.

Oddajmy teraz głos szesnastowiecznej zakonnicy z Hiszpanii św. Teresie Wielkiej. W swej *Drodze doskonałości* pisała: „Przez Komunię duchową miłość Pana Jezusa dziwnie głęboko wstępuje do serca” (DD 35). Zagrzewała też czytelników słowami: „Tak czyniąc, odniesiecie dla duszy wielki pożytek”.

Sobór Trydencki również podkreślał wartość Komunii duchowej, a nawiązujący do niego *Katechizm Rzymski* zachęcał, by ci, którzy nie mogą przyjąć Komunii sakramentalnej (także z powodu grzechu, o czym wspomnimy jeszcze w przedostatniej części tego artykułu), uczynili to na sposób duchowy. Zaznaczał jednak, że sakrament przynosi obfitsze owoce. W podobnym tonie wyraził się też francuski biskup św. Franciszek Salezy. W swoim dziele pt. *Filotea* nauczał: „Ten, kto nie może przyjąć Komunii w czasie Mszy Świętej, niech ją przyjmie duchowo gorącym pragnieniem”. Dziewiętnastowieczna zakonnica św. Teresa z Lisieux gorąco polecała praktykę Komunii duchowej nie tylko jako wyraz miłości ku Chrystusowi, lecz także jako przygotowanie się do Komunii sakramentalnej zarówno przed Mszą, jak i podczas niej.

Niemiecki biskup Michael Buchberger w swoim *Leksykonie teologii i Kościoła* z pierwszej połowy XX w. stwierdza, że „Komunia duchowa jest prawdą potwierdzoną w Tradycji Kościoła” i nazywa ją „duchową rzeczywistością wysokiej rangi, która nie powinna być zapomniana”. Sługa Boży papież Pius XII w encyklice *Mediator Dei* z 1947 r. pisze, że „Kościół życzy sobie w szczególności, aby chrześcijanie, zwłaszcza gdy trudno im przyjąć eucharystyczny pokarm, przyjmowali go przynajmniej pragnieniem”. Z kolei amerykańska *Encyklopedia katolicka dla szkół i domów* z 1965 r. zachęca: „Katolicy, którzy z jakiegoś powodu nie mogą przystąpić do Komunii Świętej, mogą to uczynić w duchu przez akt pragnienia. To jest duchowa Komunia Święta”.

Przytoczmy jeszcze nauczanie św. Jana Pawła II zawarte w encyklice *Ecclesia de Eucharistia*: „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”. Na koniec odnieśmy się do refleksji papieża Benedykta XVI ze Światowego Spotkania Rodzin w Mediolanie w 2012 r. Kiedy rozmawiano tam o ograniczeniach w przystępowaniu do Komunii sakramentalnej dla rozwiedzionych osób żyjących w ponownych związkach, papież powiedział, że „nawet bez «cielesnego» przyjmowania sakramentu możemy być zjednoczeni z Chrystusem w Jego Ciele”. Kardynał Paul Cordes (do którego wrócimy jeszcze w artykule) komentował później, że papież wskazał Komunię duchową jako „znak nadziei” dla tych osób oraz wzywał do dalszej refleksji Kościoła nad Komunią duchową. Ta refleksja trwa i rozwija się do dziś.

Zjednoczenie z Jezusem

Jak widać, Komunię duchową praktykowali zarówno ci, którzy mogli przyjmować Ciało Pańskie, jak i osoby, które z różnych przyczyn nie mogły tego czynić. Dla pierwszych była to dodatkowa i bardzo owocna forma modlitwy, a dla drugich – pewnego rodzaju duchowy ratunek, zwłaszcza gdy przeszkodą były nie tylko okoliczności zewnętrzne, lecz także ich grzechy. Niektóre bowiem przeszkody zależą od człowieka, a inne nie. Dostęp do Komunii sakramentalnej mogą nam uniemożliwić zarówno okoliczności zewnętrzne (jak choćby obecny stan ograniczeń epidemicznych, brak kapłanów, choroba, czy inne niezależne od nas sytuacje losowe), jak i wewnętrzne (na przykład brak stanu łaski uświęcającej, czy choćby zbyt młody wiek). Takie przeszkody istnieją w Kościele praktycznie od początku. Dlatego św. Tomasz z Akwinu, doskonale rozumiejąc różne przeciwności w przyjęciu Ciała

Pańskiego, pisał w swojej *Sumie Teologicznej*, że do zbawienia konieczne jest „przynajmniej duchowe spożycie Eucharystii”.

Jak widać, skarb Komunii duchowej jest w Kościele wciąż na nowo odkrywany i ciągle rozwija się teologiczna refleksja na ten temat. Bazując jednak na dotychczasowej teorii i praktyce Komunii duchowej w Kościele, możemy wyłonić kilka najważniejszych kwestii. Nie ulega wątpliwości, że Komunia duchowa jest owocem gorącej miłości Kościoła do Chrystusa. W sensie szerokim dokonuje się przez duchowe pragnienie złączenia z Chrystusem, a w sensie ścisłym: przez pragnienie przyjęcia Komunii sakramentalnej, nawet jeśli fizycznie jest ona dla nas niedostępna. Polega na łączeniu się z Jezusem myślą i sercem. To taka wypełniona łaską komunikacja człowieka z Chrystusem. W każdym takim duchowym akcie Bóg udziela nam wielu łask. I sam to potwierdza!

Objawiając się bł. Joannie od Krzyża, Chrystus powiedział, że w Komunii duchowej udziela jej prawie tak wielkich łask jak w Komunii sakramentalnej. Natomiast św. Alfons Maria Liguori w jednym ze swych dzieł wspomina o objawieniu, którego doznała pewna włoska zakonnica s. Paula Maresca. Chrystus pokazał jej dwa kielichy, mówiąc: „W złotym kielichu składam twoje Komunie sakramentalne, a w srebrnym – duchowe”. Mimo że jest to jedynie objawienie prywatne, to jednak wyrażona w nim prawda rozpala naszą wiarę. Skoro Komunia duchowa zasługuje na pochwałę samego Chrystusa, to z pewnością zajmuje w Jego Sercu ważne miejsce. Bo choć nie jest sakramentem, to wiąże się z pewnym duchowym wysiłkiem, jaki człowiek podejmuje z miłości do Boga. Jest ogołocona z zewnętrznej formy liturgicznej, dlatego tym bardziej wymaga wewnętrznego skupienia i świadomego wejścia w relację z Bogiem. A Bóg nie pozostaje obojętny na stęsknione za Nim ludzkie serce.

Komunię duchową warto praktykować na przykład w czasie osobistej modlitwy w domu, gdy w tygodniu nie udajemy się na Eucharystię. Dobrze jest też odbywać ją w czasie telewizyjnej, internetowej, czy radiowej transmisji Mszy Świętej. Jest ona również bardzo owocną formą przygotowania się do spożycia Ciała Pańskiego podczas Mszy Świętej, w której uczestniczymy w świątyni. Nieocenioną wartość ma natomiast w przywoływanych wyżej sytuacjach, w których nie mamy możliwości spożycia Ciała Pańskiego. Nawet jeśli nie zawsze możemy przystąpić do Komunii sakramentalnej, to zawsze, w każdej chwili możemy wzmocnić się Komunią duchową.

Warto wspomnieć też, że praktyka Komunii duchowej nie jest obwarowana obostrzeniami dotyczącymi Komunii sakramentalnej. Nie dotyczy jej zatem post eucharystyczny, można ją praktykować częściej niż dwa razy na dobę oraz – co wyjaśnimy poniżej, a co koniecznie warto podkreślić w świetle słów Benedykta XVI i kardynała Cordesa – można ją praktykować także bez łaski uświęcającej i to niezależnie od tego, czy jest to stan chwilowy, czy długotrwały. Osobom niebędącym w stanie łaski uświęcającej nie przyniesie ona co prawda owoców sakramentalnych, jednak – jak wykażą przytoczone poniżej wypowiedzi kościelnych autorytetów – również i dla nich okaże się źródłem duchowego pożytku, gdyż jest to praktyka pobożnościowa dozwolona, a nawet pożądana w każdym przypadku.

Co ze stanem łaski uświęcającej?

Czy Komunię duchową mogą praktykować osoby w grzechu, niebędące w stanie łaski uświęcającej? Refleksja na ten temat trwa w Kościele od lat i do dziś pogłębianą jest przez wielu teologów. Dlaczego? Ponieważ szeroki jest wachlarz doświadczeń określanych przez nas mianem Komunii duchowej. Stanisław Klimaszewski rozróżnia w jednej ze swych

prac Komunię duchową w sensie ścisłym oraz Komunię duchową w sensie szerokim. I słusznie, bo tutaj trzeba naprawdę szerokiego spojrzenia oraz uszanowania owoców namysłu wielu świętych i nauczycieli, a nie prezentowania wyłącznie jednostronnych spojrzeń, bądź słów wyrwanych z kontekstu. Wylanie dziecka z kąpielą nigdy nie jest rozwiązaniem problemu. Zawsze jest natomiast zagrożeniem w dyskusjach zbyt szybkich i pobieżnych. Przecież gdyby odpowiedzi na to pytanie dało się udzielić prosto i ostatecznie, Kościół z pewnością już dawno „związałby na ziemi” tę kwestię. A jednak do dziś wielu pasterzy i teologów zajmuje się tym zagadnieniem. I są to osoby mające w tej sprawie do powiedzenia o wiele więcej niż my. Spróbujmy więc wniknąć w owoce refleksji przynajmniej niektórych z nich.

Nie można ani jednoznacznie, ani tym bardziej ostatecznie stwierdzić, że Komunii duchowej nie mogą praktykować osoby bez łaski uświęcającej. Dlaczego? Bo ten warunek dotyczy sakramentu, a Komunia duchowa, ściśle, nie jest sakramentem. Każdy sakrament ma bowiem swoją materię oraz formę (stronę widzialną i niewidzialną). Tutaj natomiast wszystko odbywa się jedynie na forum wewnętrznym. Dlatego rozróżnienie na osoby będące i niebędące w stanie łaski uświęcającej nie powinno dotyczyć samego praktykowania Komunii duchowej, ale raczej jej skutków dla jednych i drugich. Rozróżniając więc osoby w łasce i bez łaski, słusznie jest pytać nie tyle o możliwość, ile o owoce duchowej Komunii w obu tych przypadkach.

Mimo że Komunia duchowa nie jest sakramentem, może jednak rodzić w duszy sakramentalne skutki. Tomasz à Kempis w cytowanym wcześniej dziele poucza o tym w następujący sposób: „Komu przeszkodzi słuszna przyczyna, a będzie miał dobrą wolę i pobożne pragnienie przyjęcia Komunii Świętej, ten nie zostanie pozbawiony owocu tego sakramentu”. Te „owoce sakramentu” dotyczą jednak osób, które są w stanie łaski uświęcającej i chcą przyjąć Komunię, ale bez własnej winy po prostu nie mają możliwości.

A co z osobami przeżywającymi Komunię duchową bez łaski uświęcającej? Mimo że nie zrodzi w nich skutków zjednoczenia sakramentalnego, to nie znaczy, że nie zjednoczą się z Chrystusem wcale. Ponieważ Bóg jednoczy się z człowiekiem nie tylko sakramentalnie. Choć owo zjednoczenie sakramentalne, jak poucza Kościół, jest najskuteczniejsze, to Bóg dopuszcza do siebie ludzi także na szereg innych sposobów.

Dlatego właśnie Komunię duchową trudno obwarować wymogiem bycia w stanie łaski uświęcającej. Przywołany wcześniej *Katechizm Rzymski* poucza, że sakramentalne zjednoczenie z Bogiem jest „skuteczniejsze” niż wyłącznie duchowe. A skoro „skuteczniejsze”, to oznacza, że istnieje różnica w skutkach. Skutkiem sakramentu jest bowiem najpełniejsze na ziemi zjednoczenie się człowieka z Bogiem. I to właśnie ono zasługuje na ochronę przez wymóg łaski uświęcającej. Skoro natomiast Komunia duchowa owej skuteczności sakramentalnej nie zawsze musi za sobą pociągać, to i warunek łaski uświęcającej nie jest tutaj zawsze zakładany. Mówiąc wprost: osoby bez łaski mogą praktykować Komunię duchową, ale ze skutkiem innym niż osoby w łasce. Zmarły w 1989 r. niemiecki profesor dogmatyki Johann Auer, badając zagadnienie Komunii duchowej, stwierdził, że osoby, które nie mogą otrzymać rozgrzeszenia i przystępować do Komunii sakramentalnej, mogą praktykować Komunię duchową po to, aby owocniej przeżywać Eucharystię. Ks. Grzegorz Bachanek w jednym z artykułów poświęconych Komunii duchowej pisze natomiast, że *Katechizm Rzymski* „ostrzega przed niegodnym przyjęciem sakramentu Eucharystii, zachęcając do Komunii duchowej”. W tym ujęciu, dla osób żyjących

w grzechu, Komunia duchowa jest zatem drogą do owocniejszego przeżywania Eucharystii, w czasie której nie spożywają Ciała Pańskiego.

Komunię duchową trudno jednoznacznie zdefiniować. Dla jednych teologów jest to tzw. Komunia pragnienia, a dla innych – tzw. pragnienie Komunii. Komunia duchowa rozumiana jako „Komunia pragnienia” byłaby zatem Komunią o skutkach sakramentalnych, przyjętą wyłącznie pragnieniem z powodu niezawinionych przeszkód (analogicznie do tzw. Chrztu pragnienia). Natomiast Komunia duchowa jako ogólne „pragnienie Komunii” byłaby z kolei pragnieniem łączności z Chrystusem pomimo niemożliwości przyjęcia sakramentu z powodu grzechu. Obie te duchowe praktyki można tak samo nazwać „Komunią duchową”, pomimo różnych ich skutków dla duszy. Do dziś zresztą w refleksji teologicznej oba te stany zawierają się w kategorii Komunii duchowej.

Papież Benedykt XVI w adhortacji *Sacramentum Caritatis* pisze tak: „Nawet wtedy, kiedy nie jest możliwe przystąpienie do sakramentalnej Komunii, uczestnictwo we Mszy Świętej pozostaje konieczne, ważne, znaczące i owocne. W tej sytuacji dobrze jest żywić pragnienie pełnego zjednoczenia z Chrystusem, za pomocą, na przykład, praktyki Komunii duchowej” (SC 55). Jego zachęta do Komunii duchowej wprost dotyczy wiernych, którzy uczestniczą w Eucharystii, ale nie mogą przystępować do Komunii. Opublikowane na łamach „Przewodnika Katolickiego” (nr 45/2014) refleksje kardynała Paula Cordesa (przetłumaczone na język polski przez ks. Adama Kalbarczyka) i jego polemika z kardynałem Walterem Kasperem również są w naszym rozważaniu bardzo pomocne. Kardynał Cordes wspomina tam następujące słowa kardynała Kaspera z 2014 r.: „Kto nie jest dopuszczony do Komunii sakramentalnej, nie jest godny także Komunii duchowej”, po czym komentuje je dosłownie tak: „Tu się jednak myli teolog Kasper”. Kardynał Cordes zauważa bowiem, że Komunia duchowa jest jedną z „form chrześcijańskiej pobożności”. A skoro jest to praktyka pobożnościowa, a nie sakramentalna, to jeśli tylko wypływa z miłości do Boga, wówczas „nie może być nigdy niegodna”. Na koniec kardynał Paul Cordes odnosi się do kwestii związków niesakramentalnych, zauważając, że „świadczenia wielu takich par pokazują, iż Komunia duchowa jest dla nich istotną pomocą duchową, a nie jedynie jakąś teoretyczną spekulacją”.

W 2016 r. ks. Adam Błyszcz, pisząc o Komunii duchowej, stwierdził, że „sprowadza się ona do trzech aktów wiernego: aktu wiary w realną obecność Jezusa Chrystusa w Eucharystii; aktu miłości skierowanej właśnie ku Jezusowi oraz aktu pragnienia, aby Jezus zechciał wejść w życie, w historię wiernego”. Podobnie jak kardynał Cordes, ks. Błyszcz nie zrównuje jej z sakramentem, ponieważ opiera się ona jedynie na wewnętrznych aktach.

W tym miejscu warto zauważyć jeszcze jedną istotną sprawę. Tym bardziej, że jest coraz częściej wspominana przez współczesnych teologów. Gdy Komunię sakramentalną przyjmuje się bez łaski uświęcającej, wówczas następuje tzw. świętokradztwo. Natomiast Komunia duchowa praktykowana przez ludzi bez stanu łaski uświęcającej co prawda nie zrodzi w nich owoców sakramentalnych, ale jednocześnie nie obarczy ich grzechem świętokradztwa, bo jest dla nich po prostu modlitwą wyrażającą pragnienie serca. Jest to kwestia wpisująca się w linię argumentacyjną kardynała Cordesa, który Komunię duchową dla osób żyjących w grzechu nazywa „istotną pomocą duchową”. Chcąc podejść do tego zagadnienia uczciwie i możliwie najszerzej, trudno pominąć ten argument. Rzeczywiście, spożycie Ciała Pańskiego przez osobę bez stanu łaski uświęcającej powoduje świętokradztwo, jednak ciężko jest uznać za świętokradztwo jej szczerą modlitwę. Bo czy duchowa tęsknota za Bogiem może rodzić kolejny grzech? Czy może być świętokradztwem to, że się tęskni za Jezusem? Żadną miarą. Komunia duchowa rozumiana jako tęsknota za Bogiem ma dla osób bez łaski uświęcającej

wartość modlitwy. Tym bardziej, że często jest przez nich łączona z aktem żalu za błędy oraz ze skruchą wobec prawdy, że na ten moment nie potrafią tak szybko wyprostować swojej skomplikowanej sytuacji. Dlatego praktykowanie takiej „formy chrześcijańskiej pobożności” nie tylko nie jest świętokradztwem, ale rozbudzając pragnienie jedności z Bogiem, może ostatecznie doprowadzić człowieka do pełnego nawrócenia.

Z przytoczonych wyżej słów wnioskujemy, że osobom będącym w stanie łaski uświęcającej Komunia duchowa może przynosić owoce sakramentu, a dla niebędących w tym stanie pozostaje duchową praktyką owocującą w duszy na sposób Bogu wiadomy. Bo choć nie sprowadza na nich skutków sakramentu, to jest owocna z samej racji bycia modlitwą i głęboką praktyką pobożnościową. Poza tym realizuje w sobie wspomniane przez ks. Błyszczka akty: wiary, miłości i pragnienia.

Rozwój teologicznych refleksji dotyczących Komunii duchowej warto śledzić na bieżąco i przyglądać się w tym względzie praktyce duszpasterskiej. Tym bardziej, że obecny czas epidemii stawia przed nią niecodzienne wymagania.

Jak w praktyce przyjąć Komunię duchową?

Wiele dzieł świętych autorów oraz współczesnych teologów poleca rozpocząć Komunię duchową od skupienia i uświadomienia sobie, co ma się dokonać. Cytowany wcześniej Pius XII zachęcał, by Komunię duchową przyjmować „w taki sposób, by wzbudziwszy żywą wiarę, i z sercem pokornym oraz całkowicie ufnym wobec woli Boskiego Odkupiciela, zjednoczyć się z Nim najpłomienniejszym jak tylko można uczuciem miłości”. Żywa wiara, pokorne serce, całkowita ufność i płomienne uczucie – oto są rady Piusa XII.

Tomasz à Kempis dodaje w tym kontekście, że Komunia duchowa „niewidzialnie wzmacnia duszę, gdy się rozważa wcielenie i mękę Chrystusa oraz rozpala ku Niemu miłością”. Św. Alfons Liguori w traktacie pt. *Prawdziwa oblubienica Chrystusowa* poleca: „Uczyń wtedy akt wiary w obecność Jezusa w sakramencie, którego teraz nie możesz przyjąć; akt miłości i żalu za swoje grzechy; akt pragnienia, zapraszając Go do twej duszy. Na koniec dziękuj Mu, jak gdybyś rzeczywiście Go przyjęła”. Te wskazania wyrażają rady chyba większości nauczycieli życia duchowego.

Polecane tu „wzbudzenie pragnienia”, czy „wyrażenie miłości” łatwiej dokonać przy użyciu prostych słów modlitwy. Mogą to być gotowe formuły zawarte w wielu modlitewnikach, jak choćby znane modlitwy: „Wierzę, o słodki Jezu (...)”, czy też: „Panie, skoro nie mogę Cię teraz przyjąć sakramentalnie (...)”. Na pewno warto też korzystać ze słów aktu Komunii duchowej, jakie 19 marca tego roku zaproponował wiernym sam papież Franciszek (przytaczamy je na końcu artykułu). Gdy Komunię duchową odbywa się poza świątynią, najlepiej przeżyć ją w odosobnionym miejscu. Taka samotność pomoże w skupieniu i zachowaniu intymności spotkania z Bogiem.

Należy ufnie otworzyć serce na Boga i przyjąć pokorną postawę Bożego dziecka. Kiedy już odpowiednio nastroimy duszę, poprosimy Jezusa, aby przyszedł do naszego serca. Możemy trwać przez chwilę w ciszy. Na koniec dziękujemy Panu za dar duchowego zjednoczenia, a przyjętą w ten sposób Komunię duchową powtarzamy w ciągu dnia wielokrotnie. To szczególne spotkanie z Panem zakończmy słowami znanej od wieków *Nowenny do św. Rity*: „Panie, oby każde uderzenie mojego serca stało się duchową Komunią”.

Akt Komunii duchowej

Klękam u Twoich stóp, o mój Jezu, i ofiarowuję Tobie skruchę mego serca, które pogrąża się w nicości i Twojej świętej obecności. Uwielbiam Ciebie w Sakramencie Twej miłości, pragnę Cię przyjąć w ubogim mieszkaniu mego serca. W oczekiwaniu na szczęście Komunii sakramentalnej pragnę Cię przyjąć w Duchu. Przyjdź do mnie, o mój Jezu, abym przyszedł do Ciebie. Niech Twoja miłość rozpali całą moją istotę na życie i na śmierć. Wierzę w Ciebie, ufam Tobie, kocham Ciebie. Niech się tak stanie.

Franciszek, 19 marca 2020 r.