

Im Herzen mit dem Herrn verbunden – die „geistige“ oder „geistliche“ Kommunion

Die Eucharistie feiern, die Kommunion empfangen, im Sakrament, im heiligen Zeichen des Brotes dem Herrn begegnen – all das ist damit verbunden, selber dabei zu sein, mit Leib und Seele.

All das ist jetzt nicht möglich, weil uns die Kontaktbeschränkungen dazu zwingen. Nun wird der Gedanke der „geistigen“ oder „geistlichen“ Kommunion wieder neu entdeckt, den die Theologie des Mittelalters entwickelt hatte. Wer zum Beispiel wegen Krankheit keine Messe besuchen und die Kommunion nicht empfangen kann, für den gilt der Wunsch nach dem Empfang als gleichbedeutend mit dem Empfang selber, das „votum sacramenti“ bringt die gleichen „Früchte“ wie das Sakrament selbst.

Dabei ist aus heutiger Sicht vielleicht zu bedenken, dass wir durch den Glauben natürlich schon Gemeinschaft (Kommunion) mit dem Herrn Jesus haben. Heilige Zeichen dafür sind an erster Stelle die Taufe und die Eucharistie: Zeichen für eine innige Gemeinschaft, die wir von Tag zu Tag, von Stunde zu Stunde im Herzen lebendig halten und vertiefen können.

Dazu bedarf es keiner besonderen äußeren Form. Aber äußere Formen helfen natürlich immer beim inneren Vollzug. Hier einige Ideen:

Ein Kreuzzeichen machen und kurz innehalten – zum Beispiel beim Läuten der Glocken zur Wandlung – in unseren Kirchen täglich gegen 9:15 Uhr (am Gründonnerstag natürlich am Abend, dann schweigen die Glocken bis zur Osternacht)

Ein schlichtes „**Amen**“ oder „**Amen, ich glaube**“ sprechen – zum Beispiel bei der Übertragung einer Eucharistiefeier während des Kommunionempfangs.

Vor dem Tabernakel niederknien und einen Augenblick in der Kirche verweilen, dabei im Herzen die Worte wiederholen, mit denen Jesus beim letzten Abendmahl den Jüngern seine Gegenwart zugesagt hat: „**Das ist mein Leib für euch**“ (1 Kor 11,24) – oder die Worte am Ende des Matthäusevangeliums: „**Seid gewiss: Ich bin bei euch alle Tage bis zum Ende der Welt**“ (Mt 28,20)

Ein Vater unser sprechen und sich dabei bewusst machen, dass wir diese Worte immer mit dem Herrn sprechen, in inniger Gemeinschaft (Kommunion) des Betens

„**Amen, komm Herr Jesus!**“ (Offb 22,20) – sich mit diesen Worten, die ganz am Ende der Heiligen Schrift stehen, im Herzen mit dem Herrn verbinden – und ihn bitten, dass er kommt: in unsere Herzen, in unser Leben, in unsere Welt.

Weitere Vorschläge für Gebete finden sich hier:

<http://k-tv.org/geistige-kommunion>

https://www.bistum-regensburg.de/fileadmin/redakteur/PDF/200319_Gebete_zur_geistigen_Kommunion.pdf

<https://www.ewtn.de/gebete>

<https://www.horeb.org/beten/gebete/>

Informationen auch hier:

<https://www.bistum-passau.de/artikel/geistliche-kommunion>

<https://www.katholisch.de/artikel/24941-andacht-im-extremfall-die-geistige-kommunion>

Uli Hofmann, Pastoralreferent