In ogni Messa, la Chiesa rivive il più grande mistero della nostra fede: l'Eucaristia. Sull'altare, il pane e il vino diventano il Corpo e il Sangue di Cristo, rendendo presente lo stesso sacrificio del Calvario. Ma molti cattolici si chiedono: **dobbiamo ricevere la Comunione sotto entrambe le specie, pane e vino, oppure è sufficiente ricevere solo il pane consacrato?**

Questa domanda è stata dibattuta nel corso della storia e ancora oggi suscita dubbi. In questo articolo esploreremo l'origine e la pratica della Comunione sotto le due specie, il suo significato e l'insegnamento attuale della Chiesa su questo tema.

# Origine Biblica: Gesù Istituisce l'Eucaristia

Il fondamento dell'Eucaristia si trova nell'Ultima Cena, quando Cristo prese il pane e il vino e pronunciò le parole che hanno segnato la fede dei cristiani per duemila anni:

> ***«Prendete e mangiate, questo è il mio Corpo (…). Bevetene tutti, perché questo è il mio Sangue, il Sangue dell'alleanza, versato per molti in remissione dei peccati.»*** *(Mt 26,26-28)*

Gesù ha donato il suo Corpo e il suo Sangue come nutrimento per la salvezza del mondo. In quel momento, ha istituito il sacrificio eucaristico e ha dato ai suoi discepoli l'ordine di ripetere questo gesto in sua memoria.

Fin dai primi secoli, la Chiesa ha compreso che ricevere la Comunione sotto entrambe le specie manifesta pienamente il segno del banchetto eucaristico. Tuttavia, ha anche riconosciuto che ricevere una sola specie comunica già pienamente Cristo.

# La Storia della Pratica della Comunione

## I Primi Secoli: Ricevere il Pane e il Vino

Nei primi tempi del cristianesimo, la Comunione sotto le due specie era la norma. Durante le celebrazioni, i fedeli ricevevano il Corpo di Cristo sulle mani e bevevano da un calice comune.

Ma questa pratica si è evoluta nel tempo. Già nel V secolo, per motivi pratici e per rispetto dell'Eucaristia, alcune comunità hanno iniziato a distribuire la Comunione solo sotto la specie

del pane.

### Il Medioevo: Una Soluzione Pastorale

Dal XIII secolo, la Chiesa d'Occidente ha generalizzato la Comunione sotto la sola specie del pane. Questo avvenne per diversi motivi:

1. **Evitare il rischio di profanazione.** Durante le grandi assemblee, era difficile distribuire il vino senza il pericolo di rovesciarlo.
2. **Facilità logistica.** Con la crescita della Chiesa, amministrare il calice a tutti diventava complicato.
3. **Sviluppo della dottrina eucaristica.** La Chiesa ha riaffermato che Cristo è pienamente presente in ogni specie.

Fu il **Concilio di Trento (XVI secolo)** a definire solennemente questa dottrina, insegnando che **Cristo è totalmente presente sia nel pane che nel vino e che ricevere entrambe le specie non è necessario per una Comunione completa.**

> ***«Chi riceve una sola specie non manca di nessuna grazia necessaria alla salvezza.»*** *(Concilio di Trento, Sessione XXI, Cap. 3)*

Da allora, la Comunione sotto una sola specie è diventata la norma nella Chiesa latina, anche se i sacerdoti hanno sempre continuato a comunicarsi sotto entrambe le specie, poiché la consacrazione richiede entrambi gli elementi.

## Si Può Ricevere la Comunione sotto le Due Specie Oggi?

Con il **Concilio Vaticano II**, la Chiesa ha autorizzato la Comunione sotto le due specie in alcune circostanze. L'attuale **Codice di Diritto Canonico** lo conferma:

> ***«I fedeli ricevono la Comunione sacramentale sotto la sola specie del pane o, dove è permesso dal diritto, sotto***

> ***entrambe le specie.»*** *(CIC, can. 925)*

Oggi, la Comunione sotto le due specie può essere distribuita in alcune occasioni particolari, come:

- **Messe speciali:** Matrimoni, ordinazioni sacerdotali, prime comunioni, messe solenni parrocchiali.
- **Piccole comunità:** Dove è possibile distribuire il calice senza rischio di profanazione.
- **Gruppi ristretti di fedeli:** Come nei monasteri o in particolari celebrazioni liturgiche.

Tuttavia, questa pratica rimane **eccezionale**. Nella maggior parte delle parrocchie, la Comunione viene distribuita solo sotto la specie del pane.

## È Necessario Ricevere anche il Vino Consacrato?

**No, non è necessario.** La Chiesa insegna che **Cristo è pienamente presente in ciascuna delle due specie.** Questo significa che chi riceve solo il pane consacrato riceve **il Corpo, il Sangue, l'Anima e la Divinità di Cristo.**

In realtà, ci sono diversi motivi per cui il calice non viene sempre offerto ai fedeli:

- **Rischio di rovesciamento e profanazione.**
- **Questioni igieniche.** (Dopo la pandemia, molte diocesi hanno sospeso l'uso del calice comune.)
- **Difficoltà logistica.** (Nelle grandi assemblee, distribuire il calice a tutti sarebbe complicato.)

Per queste ragioni, anche se **ricevere la Comunione sotto le due specie è un segno più completo**, la Chiesa insegna che **non è obbligatorio** e che ricevere solo il pane non priva di alcuna grazia.

## Conclusione: L'Eucaristia, Pienezza della Nostra Unione con Cristo

La Comunione sotto le due specie era la pratica abituale nella Chiesa primitiva ed è ancora oggi un'opzione valida. Tuttavia, la Chiesa ha chiaramente insegnato che ricevere solo il pane consacrato costituisce già una piena ricezione di Cristo.

L’aspetto più importante **non è il modo in cui riceviamo la Comunione, ma la disposizione del nostro cuore.** Come diceva **Sant’Agostino**:

> *«Sii ciò che ricevi e diventa ciò che mangi.»*

Ogni volta che ci avviciniamo all’Eucaristia, riceviamo Cristo stesso, ci uniamo al suo sacrificio e diventiamo una cosa sola con Lui. **Questo è il vero miracolo della Comunione.**

Quindi, la prossima volta che riceverai la Santa Comunione, ricordati: **che sia sotto una o due specie, l’importante è che Cristo stesso viene a te.**

## Cosa ne pensi di questo argomento? Hai mai ricevuto la Comunione sotto le due specie? Condividi la tua esperienza e approfondiamo insieme questo meraviglioso mistero della fede.