



Mały gest... o nieskończonej głębi

Niewiele pozornie „prostych” pytań odsłania tak wiele o naszej wierze jak to jedno: **czy wolno żuć konsekrowaną Hostię?**

Jedni zadają je nieśmiało, inni z niepokojem, jeszcze inni wręcz z poczuciem winy. I trudno się temu dziwić: mówimy przecież o **Najświętszym Sakramencie Ołtarza**, o Ciele, Krwi, Duszy i Bóstwie naszego Pana Jezusa Chrystusa.

Ten artykuł ma na celu **pouczyć, rozjaśnić sumienie i dać jasne duchowe wskazówki**, bez moralizowania i bez strachu, ale z całą **teologiczną powagą i pełną czci miłością**, jakiej wymaga ten temat. Bo nie chodzi jedynie o to, *jak* przyjmujemy Komunię, lecz o **Kogo przyjmujemy**.

1. Istota zagadnienia: czym naprawdę jest konsekrowana Hostia?

Zanim odpowiemy na pytanie, *czy wolno ją żuć*, musimy odpowiedzieć na coś wcześniejszego:

□ Czym jest konsekrowana Hostia?

Wiara katolicka naucza — i nie jest to ani symboliczne, ani poetyckie, ani metaforyczne — że po konsekracji:

*substancja chleba przestaje istnieć
i zostaje prawdziwie przemieniona w samego Chrystusa.*

Tajemnica ta nosi nazwę **transsubstancjacji**, uroczyscie zdefiniowanej przez Sobór Trydencki.

Chociaż pozostają **postacie zmysłowe** (smak, konsystencja, kształt), to, co przyjmujemy, jest **Chrystusem żywym i uwielbionym**.

Dlatego św. Paweł ostrzega z niezwykłą surowością:



*„Kto spożywa chleb lub pije kielich Pański niegodnie, winny będzie
Ciała i Krwi Pańskiej.”
(1 Kor 11,27)*

2. Co uczynił Jezus podczas Ostatniej Wieczerzy? Kluczowy czasownik w języku greckim

Wchodzimy tu w fascynujący — i mało znany — aspekt oryginalnego tekstu biblijnego.

W Ewangeliach Jezus mówi:

*„Bierzcie i jedzcie.”
(Mt 26,26)*

W języku greckim użyty jest czasownik:

φάγετε (phágete)

Tryb rozkazujący czasownika **φαγεῖν (phageîn)**

Czasownik ten **dosłownie oznacza „jeść”**, a nie „połykać bez żucia”.

Jest to ten sam czasownik, którego używa się wobec jedzenia chleba, ryby czy jakiegokolwiek zwykłego pokarmu.

Ale to nie wszystko.

W mowie o Chlebie Życia (J 6), gdy wielu się gorszy, Jezus nie łagodzi języka, lecz go **zaostrza**:

*„Kto spożywa moje Ciało i pije moją Krew, ma życie wieczne.” (J
6,54)*



Tutaj czasownik się zmienia:

τρῶγω (trógō)

Co oznacza „**żuć, gryźć, przeżuwać**”.

Nie jest to słowo eleganckie. Jest **surowe, cielesne, realistyczne**.

☐ **Jezus świadomie wybiera czasownik, który zakłada żucie.**

To całkowicie obala przekonanie, że żucie Hostii jest samo w sobie brakiem szacunku.

3. A więc... tak czy nie? Jasna odpowiedź teologii katolickiej

Tak, wolno żuć konsekrowaną Hostię.

Nie jest to grzech.

Nie jest to *samo w sobie* brak czci.

Nie czyni Komunii nieważną.

Kościół **nigdy nie nauczał**, że Hostię należy połykać bez żucia.

W rzeczywistości:

- Od pierwszych wieków Komunię przyjmowano tak, jak spożywa się chleb.
- Ojcowie Kościoła nigdy nie zakazali żucia.
- Nie istnieje żaden dokument Magisterium, który by to potępiał.

☐ **Problemem nie jest żucie,**

☐ **lecz wewnętrzna i zewnętrzna postawa, z jaką przystępuje się do Komunii.**

4. Skąd więc przekonanie, że „nie wolno tego robić”?

Tu wchodzimy na teren duszpasterski i duchowy.



Na przestrzeni wieków, aby **podkreślić cześć**, rozwinęły się bardzo staranne praktyki pobożnościowe:

- Coraz mniejsze Hostie
- Komunia na język
- Unikanie najmniejszych nawet okruchów
- Bezwzględna cisza

Wszystko to wypływa z **głębokiej miłości do Najświętszego Sakramentu**, a nie z obowiązku dogmatycznego.

Jednak wydarzyło się coś istotnego:

▣ **Praktykę pobożną pomyłono z obowiązkiem moralnym.**

W ten sposób wielu wiernych dorastało w przekonaniu:

▮ *„Jeśli żuję, okazuję brak szacunku.”*

To nieprawda.

Brakiem czci byłoby natomiast:

- Przyjmowanie Komunii w roztargnieniu
- Przyjmowanie jej bez wiary w rzeczywistą obecność
- Przyjmowanie jej w stanie grzechu ciężkiego
- Przyjmowanie jej tak, jakby się brało po prostu „coś”

5. Kluczowa prawda, o której mało kto wie

Święty Tomasz z Akwinu wyjaśnia rzecz zasadniczą:

▣ **Chrystus jest obecny tak długo, jak trwają postacie sakramentalne.**

Gdy Hostia przestaje mieć postać chleba (po strawieniu), **ustaje obecność sakramentalna**, choć skutek duchowy pozostaje.



Oznacza to coś bardzo ważnego:

- ☐ Żucie **nie „rani” Chrystusa**
- ☐ Nie „łamię” Go
- ☐ Nie „niszczy” Go

Chrystus uwielbiony **nie cierpi**, nie jest kruchy i nie podlega procesom fizycznym ciała śmiertelnego.

6. Rzetelny przewodnik praktyczny: jak dziś przyjmować Komunię z czcią

Dochodzi tu do najważniejszej części: **zastosowania duszpasterskiego**.

1. Przed Komunią

- Rzetelny rachunek sumienia
- Spowiedź w przypadku grzechu ciężkiego
- Post eucharystyczny (co najmniej jedna godzina)
- Wewnętrzny akt wiary:
„Panie, nie jestem godzien...”

2. W momencie Komunii

- Na język lub na rękę (tam, gdzie jest to dozwolone)
- Z skupieniem
- Bez pośpiechu
- Bez automatycznych gestów

3. Żuć czy nie żuć?

- **Można żuć delikatnie**, bez przesady
- Unikać gwałtownych lub niedbałych ruchów
- Czynić to ze świadomością, **Kogo się przyjmuje**

Spokojny gest zewnętrzny wychowuje serce.



4. Po Komunii

To wielki, a często zapomniany moment.

▣ **Minuty po Komunii są czystym złotem.**

Święty Jan Paweł II mówił:

„To najbardziej intymny moment zjednoczenia z Chrystusem w całej Mszy.”

Cisza.

Dziękczynienie.

Wewnętrzna adoracja.

7. Prawdziwym zgorszeniem nie jest żucie... lecz zapomnienie, Kogo przyjmujemy

W naszym współczesnym kontekście — szybkim, hałaśliwym, powierzchownym — problemem nie jest to, czy Hostia jest żuta, czy nie.

Prawdziwy dramat polega na tym, że:

- Przyjmuje się Komunię bez wiary
- Przyjmuje się ją bez spowiedzi
- Przyjmuje się ją bez miłości
- Przyjmuje się ją jak automatyczne prawo

Jezus nie powiedział:

„Bierzcie i spożywajcie symbol.”



Powiedział:

„*To jest Ciało moje.*”

(*Τοῦτό ἐστιν τὸ σῶμά μου – Toutó estin to sōmá mou*)

8. Na zakończenie: zaproszenie duchowe

Gdy następnym razem będziesz przyjmować Komunię, pamiętaj o tym:

Nie „robisz czegoś”.

Przyjmujesz Kogoś.

Możesz żuć Hostię.

Ale czyń to jak ten, kto przyjmuje:

- swojego Króla,
- swojego Boga,
- swojego Zbawiciela,
- Przyjaciela, który staje się Chlebem.

Bo ostatecznie **to nie usta mają być delikatne,**
lecz **serce ma płonąć wiarą.**

„*Kto spożywa ten Chleb, będzie żył na wieki.*”

(*J 6,58*)