

# La Santa Comunione nella Chiesa Ortodossa

Istruzioni e chiarimenti

La Santa Comunione è il mistero più santo e sublime del culto cristiano: accostandosi al calice eucaristico, i fedeli comunicano al Corpo e al Sangue del Signore Gesù Cristo, e vengono resi partecipi dello Spirito Santo.

Nella Chiesa Ortodossa, la Santa Comunione è circondata da grande riverenza e rispetto, ma talvolta si fa sentire la necessità di una informazione chiara e lineare sulle norme e gli usi che regolano la ricezione di questo sacramento.

Le note che seguono hanno lo scopo di chiarire questi punti, a beneficio sia dei non ortodossi che assistono al rito eucaristico (o Divina Liturgia) della Chiesa Ortodossa, sia degli ortodossi che desiderano approfondire la propria tradizione.

## **Professione di Fede**

Il requisito fondamentale per ricevere la Santa Comunione (che spesso viene dato tanto per scontato da non essere neppure nominato) è quello della fede. Uno può accostarsi al Santo Calice solo se professa la fede ortodossa (o, per la comunione dei bambini, se la professa un genitore o un padrino o tutore).

La stessa ricezione della Comunione, infatti, è di per sé una professione di fede; il comunicante testimonia con il suo atto che nella chiesa che gli offre il Corpo e il Sangue di Cristo è presente la pienezza della fede apostolica. In un senso più profondo, colui che riceve i santi Misteri nella Chiesa Ortodossa denuncia la propria appartenenza a tale Chiesa, impegnandosi a professarne la fede, e a seguirne le norme e la disciplina.

Per questa ragione, ai non ortodossi non è solitamente concesso di ricevere la Comunione. È pur vero che, in casi eccezionali di una certa gravità, a cristiani non ortodossi, interamente tagliati fuori dai ministri di culto della propria Chiesa, viene concesso con permesso speciale il privilegio di accostarsi alla Comunione ortodossa, pur senza diventare di fatto membri della Chiesa Ortodossa. Bisogna ricordare, però, che tale privilegio è di norma riservato al Vescovo del luogo, e che un singolo prete non ha l'autorità di stabilire eccezioni.

## **Confessione dei peccati**

Poiché la singola professione di fede non implica sempre che tale fede venga vissuta in modo ideale, la Chiesa offre, per ritrovare l'equilibrio e l'orientamento della propria vita spirituale, il sacramento della Confessione. La tradizione stabilisce la confessione dei peccati, e la conseguente assoluzione sacramentale, come uno dei requisiti alla ricezione

della Santa Comunione.

Poiché la Confessione è un rimedio ai mali specifici di ogni singola anima, non esistono regole generalizzate sulla frequenza della confessione. È sufficiente dire che, per coloro che si comunicano con frequenza (per esempio ogni domenica), non è necessario far precedere ogni comunione da una confessione completa. È bene, in ogni caso, attenersi alle indicazioni del proprio padre spirituale.

È invalso oggi l'uso, dove il tempo dei confessori è limitato, di far precedere la comunione da un'assoluzione sacramentale, che può essere individuale o collettiva. Questo tipo di assoluzione preliminare non è comunque un sostituto della confessione completa dei peccati (soprattutto nel caso di chi abbia colpe gravi sulla coscienza). Dato che si tratta di un sacramento, anche questa assoluzione resta riservata, così come la Comunione, a coloro che professano la fede ortodossa.

### **Preghiera**

È richiesta a ogni partecipante, per quanto possibile, una preparazione di preghiera. Tipicamente, questa preparazione si effettua partecipando alla funzione della Grande Veglia (o quanto meno al Vespro) la sera precedente alla Divina Liturgia. Laddove

questo non sia possibile, chi desidera comunicarsi può supplire con adeguate preghiere preparatorie (per il testo di queste preghiere, che sono obbligatorie per i membri del clero, potete rivolgervi alla vostra parrocchia).

Per favorire un clima di raccoglimento, a chi si accosta alla Santa Comunione è richiesto di astenersi, alla sera precedente, da attività mondane e dispersive (come la danza) o, nel caso di sposi, da rapporti coniugali (questo non per disprezzo verso la sessualità, ma per un senso di priorità del nutrimento dello spirito).

La Santa Comunione si conclude con preghiere di ringraziamento, che dovrebbero essere recitate da un lettore dopo la conclusione della Divina Liturgia.

### **Digiuno**

Nella Chiesa Ortodossa chi desidera ricevere la Santa Comunione non deve mangiare o bere nulla dal momento del risveglio al mattino. Questa regola vale anche nei rari casi di Liturgie vespertine, ma in tali casi è di solito tollerato un digiuno di sei ore.

Il digiuno eucaristico non include le medicine o altre sostanze amministrate a scopo terapeutico, ma include il fumo e altre sostanze assunte a scopo ricreativo.

Non sono infrequenti, nel mondo ortodosso, casi di fedeli particolarmente devoti, che prima di comunicarsi osservano anche uno o più giorni di digiuno totale: queste sono forme di devozione personale (talora legate a usi locali), del tutto rispettabili, ma che non vanno generalizzate: l'unico requisito di tempo comune a tutta la Chiesa Ortodossa è quello del digiuno completo fin dal risveglio al mattino della Comunione.

È sempre buona cosa, comunque, informarsi (v. sotto, "Usi locali") se nella parrocchia dove

ci si comunica vige qualche particolare regime di digiuno, se non altro per evitare equivoci.

In casi di necessità particolari, è possibile ottenere dal sacerdote una dispensa dal digiuno.

## **L'Antidoro**

Alla conclusione della Divina Liturgia, ai partecipanti viene distribuito l'antidoro, un pezzo del pane dell'offerta eucaristica, che è stato benedetto durante il rito della Presentazione dei doni, ma non consacrato. Dato il suo nome (anti-doro, ovvero "al posto del dono"), esso viene consumato da coloro che, per diverse ragioni, non hanno ricevuto la Santa Comunione.

La distribuzione dell'antidoro non è regolata ovunque dalle stesse tradizioni (alcuni sostengono che l'antidoro, così come la Santa Comunione, andrebbe consumato a digiuno; gli ortodossi più rigoristi talvolta escludono dall'antidoro i non ortodossi).

In assenza di indicazioni contrarie, comunque, tutti coloro che hanno partecipato alla Divina Liturgia sono invitati a ricevere l'antidoro, e, se lo desiderano, a portarne a casa per consumarlo con i propri cari, come segno di fraternità cristiana.

## **Usi locali**

Vi sono particolari, nell'amministrazione della Santa Comunione, legati a tradizioni locali, che possono variare da una chiesa ortodossa a un'altra. Per fare un esempio, nelle chiese ortodosse romene vi è l'uso, legato simbolicamente alla professione dei voti battesimali, di presentarsi alla comunione reggendo una candela accesa; nelle chiese di tradizione slava, invece, è uso accostarsi alla comunione con le mani incrociate sul petto, nel gesto che simbolizza il ministero degli angeli; in alcune chiese, una volta ricevuta la Comunione, si usa baciare la base del calice, talora la coppa del calice, o la mano del sacerdote, e così via.

Di fronte a usi non conosciuti, il miglior consiglio è quello di adeguarsi alle modalità della chiesa nella quale ci si trova, chiedendo eventualmente informazioni e spiegazioni.