

# Den hellige kommunion

Den hellige kommunion kaldes også for *Alterets sakramente* eller *eukaristi*.

Højdepunktet i hver eneste messe er *Alterets sakramente*, hvor Kristus selv forvandler brød og vin til Kristi legeme og blod. Det gør Han igennem præsten.

*Ydre tegn* på sakramentet er brød og vin.

Den *indre nåde* er, at vi bliver forenet med Jesus, når vi modtager det forvandlede brød.



# Hvor kommer Alterets sakramente fra?

Jesus spiste påskemåltid med sine disciple den sidste aften, før Han blev korsfæstet.

*"Han tog et brød, takkede og brød det, gav dem det og sagde: "Dette er mit legeme, som gives for jer. Gør dette til ihukommelse af mig!" Ligeså tog han bægeret efter måltidet og sagde: "Dette bæger er den nye pagt ved mit blod, som udgydes for jer" (Luk 22, 19-20).*

Sådan lærte Jesus os selv, at vi skal huske Ham ved at gøre det samme, som Han gjorde. Vi tror, at Jesus virkelig forvandlede brødet til sit legeme og vinen til sit blod.



I den hellige messe forvandler præsten vand og vin til Jesu legeme og blod, når han siger de samme ord og løfter brødet og vinen op.

# Forvandlingen er noget, vi må tro på



Kirken lærer os, at når Jesus sagde, at brødet blev til Hans legeme og vinen til Hans blod, så er sker det virkelig.

Vi kan ikke se det, for brødet ser stadig ud som brød og vinen ser ud som vin.

Vi kan heller ikke smage det.

Og vi kan slet ikke forstå det. Ingen kan forstå, at det virkelig sker. Vi kan kun tro det.

# Brød og vin – eller kun brød?

Det er faktisk endnu mere mystisk, for præsten både spiser brødet og drikker vinen.

Når menigheden modtager den hellige kommunion, får vi også nogle gange både brød og vin. Nogle gange får vi kun brødet, som kaldes en "hostie".

Kirken lærer os, at ligesom man ikke kan skille et menneske ad i kød og blod, kan man det heller ikke med Jesus. I det forvandlede brød er hele Jesus til stede, både legeme og blod.

Så selv om vi kun får brødet – ja selv om vi kun får et lille stykke af en hostie – modtager vi alligevel det hele: Jesu legeme og blod.



# Forberedelse til at modtage den hellige kommunion



Hvordan forbereder du dig på at modtage den hellige kommunion?

Det helligste øjeblik i messen er forvandlingen af brød og vin og modtagelsen af den hellige kommunion.

Det er meget stort, at vi kan modtage Jesus, så Han bliver en del af os, når vi spiser hostien. Derfor bør vi forberede os på det.

Hjemmefra forbereder vi os ved ikke at spise eller drikke andet end vand den sidste time, før vi modtager kommunionen. Der skal ikke være andet i vores mave, når vi spiser hostien.

Har man begået en alvorlig synd, bør man ikke modtage kommunionen, før man har skriftet sin synd og fået tilgivelse.

# Forberedelse under den hellige messe

Vi skal også bede Gud om tilgivelse for mindre synder, før vi modtager den hellige kommunion. Dem bør vi

Derfor indledes messen med bønnen: "Jeg bekender" og går videre med "Herre forbarm dig" (det betyder: Herre, kom og hjælp mig).

Derpå hører vi læsninger fra Bibelen og prædiken, så vi kan lære om Gud, og vi beder trosbekendelsen, så vi bliver mindet om, hvad vi tror på.

På den måde har vi forberedt os på, at præsten begynder bønnerne før forvandlingen.



Tænk du over dét, vi beder om, når du beder med på de bønner, som vi siger højt alle sammen?

# Den helligste del af messen

Når menigheden sammen med præsten synger "Hellig, hellig, hellig er Herren", er vi nået til den helligste del af messen.

På det tidspunkt knæler vi ned, indtil forvandlingen er sket. Vi knæler for at vise vores respekt for det hellige, der sker på altret.

Før vi modtager kommunionen er det vigtigt at ønske hinanden fred, for vi er sammen om noget meget helligt.

Desuden skal vi sammen bede Fader vor, den bøn Jesus har lært os.



Den sidste bøn, vi beder, før vi modtager kommunionen er "Herre, jeg er ikke værdig til, at du kommer ind under mit tag", dvs. at jeg spiser dit legeme. Vi tænker på, at den hellige kommunion er Guds gave til os, som vi aldrig kan gøre os fortjent til.

# Efter kommunionen

Hver gang vi kommer ind i kirken, ved vi, at Jesus er til stede i tabernaklet. Derfor lyser den røde lampe ved tabernaklet, og derfor knæler vi, når vi går forbi.



Husker du at takke Gud efter kommunionen?

Efter kommunionen knæler vi og takker Gud for den.

Vi kan bede Jesus om at være med os, når vi går hjem.

Præsten drikker det sidste af vinen, som er Kristi blod, og skyller kalken af, som vinen har været i. Læg mærke til, hvor omhyggelig præsten er med det, fordi det er Jesus selv.

De hostier, der ikke er blevet delt ud, bliver gemt i tabernaklet, for de er stadig Jesu legeme, og derfor kan man ikke bare spise dem eller smide dem ud.



# Hvor ofte bør vi modtage den hellige kommunion?



Hver gang vi deltager i den hellige messe kan vi modtage kommunionen.

Vi bør modtage kommunionen mindst en gang om året, og særlig til påske.

Det er godt for os at modtage Jesus i kommunionen, for når vi spiser Hans legeme, er Han i os ganske nær med sin kærlighed til os. Det hjælper os til at følge Jesus også i tiden efter kommunionen og holde Hans bud.

**Dette oplæg om Den hellige kommunion er udarbejdet til brug for katekese af firmander.**

**Indholdet i oplægget er inspireret af præsentationen af dette sakramente på Den katolske Kirkes officielle danske hjemmeside, katolsk.dk samt Den Katolske Kirkes Katekismus og sprogligt tilpasset firmander.**

**Oplægget er udarbejdet af Birgit Bidstrup Jørgensen  
Har du spørgsmål eller kommentarer til materialet, er du velkommen til at kontakte mig på [birgitbidstrupjoergensen@gmail.com](mailto:birgitbidstrupjoergensen@gmail.com)**