

# **Sich gut auf die Kommunion vorbereiten**

Anlässlich des hundertsten Jahrestages der Erstkommunion des hl. Josefmaria am 23. April 2012 riet der Prälat des Opus Dei, "den einen oder anderen Aspekt der eucharistischen Frömmigkeit unseres heiligen Gründers tiefer zu verstehen und so unseren eigenen Umgang mit Jesus im Altarssakrament liebevoller zu gestalten".

18.04.2012

Am 23. April ist der Jahrestag der Erstkommunion des hl. Josefmaria. Dieser Tag ist für seine Töchter und Söhne im Opus Dei ein Anlass, mit noch mehr Andacht an der heiligen Messe teilzunehmen und die Kommunion zu empfangen.

Es ist unmöglich, alle Ratschläge aufzuzählen, die unser geliebter Vater uns gegeben hat, damit wir jeden Tag mehr Nutzen aus dem Empfang des Herrn in der Eucharistie ziehen. Wer von uns das Glück hatte, aus der Nähe mitzuerleben, wie er sich auf das Messopfer vorbereitete, wie er es feierte, wie er die Kommunion empfing und dafür dankte, findet keine Worte, um die Liebe zu beschreiben, die ihn in diesen Augenblicken erfüllte, ohne dass er

irgendwie Aufsehen erregt hätte. Ich werde mich daher auf einige Pinselstriche beschränken, die uns helfen können, den einen oder anderen Aspekt der eucharistischen Frömmigkeit unseres heiligen Gründers tiefer zu verstehen und so unseren eigenen Umgang mit Jesus im Altarssakrament liebevoller zu gestalten.

## **Helft mir, Dank zu sagen**

Am 23. April 1963 sagte er zu uns: "Für mich ist heute ein großer Festtag. Und er bat uns, mit ihm Gott für die Güte zu danken, dass er kommen wollte, um der Herr meines Herzens zu sein." Er war Papst Pius X. sehr dankbar, der in den ersten Jahren des 20. Jahrhunderts neue Richtlinien hinsichtlich der Erstkommunion erlassen hatte, wobei er die Minimalforderungen festsetzte, die erforderlich sind, um

die Kinder zum Tisch des Herrn zuzulassen.

Nie hat er vergessen, dass er mit zehn Jahren den Herrn zum ersten Mal empfangen hatte. "In jener Zeit war es trotz der Anordnungen von Pius X. äußerst ungewöhnlich, in diesem Alter zur Erstkommunion zu gehen, erzählte er manchmal. Jetzt ist es ganz normal, sie sogar noch früher zu machen. Ein alter Piaristenpater, ein einfacher, guter und frommer Mann bereitete mich vor. Er brachte mir das Gebet der Geistigen Kommunion bei."

## **Wir werden "vergöttlicht"**

Jene erste Begegnung mit Jesus in der hl. Kommunion hat sein Leben tief geprägt. Jedes Jahr bereitete er sich aufs neue mit viel Zeit auf diesen wunderbaren Tag vor. Bei vielen Gelegenheiten kehrte er in dankbarer Erinnerungen zu jenen Momenten zurück, um staunend die

Güte Gottes zu betrachten, der seinen Geschöpfen so nahe sein möchte.

Aber nicht erst als älterer Mensch verhielt er sich so, obwohl es natürlich ist, dass er mit dem Vergehen der Jahre, in denen er so viele Male diese Gunsterweise Gottes erwogen hatte, seine Dankbarkeit mit wachsender Zärtlichkeit zum Ausdruck brachte. Häufig hat er über etwas gesprochen, das uns nicht unbeeindruckt lässt, wenn wir bedenken, dass ihm diese Überlegungen in jungen Jahren in den Sinn kamen. "Schon als kleines Kind – so sagte er – habe ich vollkommen begriffen, warum es die Eucharistie gibt. Sie entspricht einfach dem allgemein menschlichen Empfinden, dass wir für immer bei dem bleiben wollen, den wir lieben. Genau das empfindet eine Mutter für ihr Kind, wenn sie sagt: Am liebsten würde ich dich aufessen. Ich würde

dich essen, das bedeutet, dich in mich verwandeln."

"Nur die Liebe Christi zu jedem Menschen, die größer ist als die Liebe aller Väter und Mütter zu ihren Kindern, erweist sich kraftvoll als die von allen liebenden Menschen angestrebte Art und Weise, den Wunsch nach endgültiger Vereinigung in höchstem Maß zu verwirklichen. Gott hat dasselbe auch zu uns gesagt: Nimm und iss mich! Menschlicher kann er nicht sein. Aber nicht wir vermenschlichen Gott, wenn wir ihn empfangen, sondern er vergöttlicht uns, er erhebt und erhöht uns. Christus tut, was für uns unmöglich ist: Er gibt unserem Leben, unserem Tun, unseren Opfern eine übernatürliche Dimension, so dass wir Gott ähnlich werden. Ich könnte noch vieles darüber sagen, denn hier findet sich die Erklärung für mein ganzes Leben."

## **Nicht die Gesunden brauchen den Arzt, sondern die Kranken**

Meine Töchter und Söhne, bereiten wir uns so gut wie möglich auf den Empfang der Kommunion vor.

Immer wird alles, was wir tun, wenig sein, aber das darf nicht im geringsten einen bitteren Nachgeschmack in unserer Seele hinterlassen. Natürlich sind wir nicht würdig, den Herrn in unserer Seele und in unserem Leib aufzunehmen, aber er selbst hat gesagt, dass nicht die Gesunden, sondern die Kranken eines Arztes bedürfen. Mit seinem häufigen, möglichst täglichen Kommen macht er uns nach und nach seiner Liebe würdig. "Wenn wir daher im Stand der Gnade und wirklich in Gott verliebt sind, dann brauchen wir uns hinsichtlich unserer Vorbereitung auf die Kommunion keine Sorgen zu machen. Denn insofern wir arbeiten und uns in diesem Krieg für Frieden

und Gerechtigkeit in der Welt einsetzen, bereiten wir uns wunderbar vor."

## **Man kann nur geben, was man hat**

Zu Jahresbeginn hatte ich Euch vorgeschlagen, wenn ihr wollt, häufig das Stoßgebet zu sagen, das unser Vater aus dem Evangelium, aus dem Mund des Apostels Thomas, genommen hatte und täglich in der Messe innerlich formulierte:

*Dominus meus et Deus meus*, Mein Herr und mein Gott! Dieser wunderbare Akt des Glaubens an die Realpräsenz Christi unter den sakramentalen Gestalten erstaunt uns, kann uns aber auch anregen, uns besser auf die Kommunion vorzubereiten. Es ist wichtig, den Herrn sehr zu lieben, sehr fromm zu sein, ihn auf dem Altar und im Tabernakel so gut wie möglich zu behandeln, ihn auch für die zu lieben, die ihn nicht lieben, und ihm



Sühne zu leisten für die, die ihn beleidigen. "Gott unser Herr möchte, dass ihr ihm jeden Morgen, wenn ihr ihn empfangt, sagt: Herr, ich glaube, dass du es bist, ich glaube, dass du unter den sakramentalen Gestalten wahrhaft verborgen bist. Ich bete dich an, ich liebe dich! Und wenn ihr einen Besuch bei ihm in der Kapelle macht, dann sagt es ihm noch einmal: Herr, ich glaube, dass du wirklich hier zugegen bist. Ich bete dich an, ich liebe dich! So zeigt man Christus, dass man ihn liebt. Und auf diese Weise werden wir ihn jeden Tag inniger lieben.

Und dann haltet eure Liebe den Tag über wach. Betrachtet und verwirklicht folgenden Gedanken: Ich werde alles gut zu Ende bringen aus Liebe zu Christus im Tabernakel. Liebt den Herrn im Sakrament und versucht, diese Liebe in vielen Seelen zu entzünden. Nur wenn ihr diese Sorge im Herzen tragt, könnt ihr sie

anderen vermitteln, denn ihr könnt nur weitergeben, was ihr selbst lebt, was ihr habt, was ihr seid."

**Quelle:** Bischof Javier Echevarría,  
Brief, 1. April 2012

---

pdf | automatisch generiertes  
Dokument von <https://opusdei.org/de-ch/article/sich-gut-auf-die-kommunion-vorbereiten/> (12.01.2026)