

## From Father's Desk... Del Escritorio del Padre...

For the past few weeks, we've been reflecting on the ritual of receiving Holy Communion—the postures and ways of receiving. In this third part of the three-part look at Holy Communion, we will look at what the Church teaches about how Holy Communion may be distributed and wrap up our survey with some practical observations “from a priest’s perspective.”

In its Instruction *Norms for the Distribution and Reception of Holy Communion under Both Kinds in the Dioceses of the United States of America*, the USCCB (United States Conference of Catholic Bishops)—echoing the teaching of the Council of Trent—reminds us that the Church believes and teaches that:

"Immediately after the consecration, the true body of our Lord and his true blood exist along with his soul and divinity under the form of bread and wine. The body is present under the form of bread and the blood under the form of wine, by virtue of the words [of Christ]." The Church immediately reminds us that *"the same body, however, is under the form of wine and the blood under the form of bread, and the soul under either form, by virtue of the natural link and concomitance by which the parts of Christ the Lord, who has now risen from the dead and will die no more, are mutually united"* (par. 10, emphasis added). In other words, Christ is fully present—Body, Blood, Soul, and Divinity—under each of the sacramental species (bread and wine) in each part and even the smallest particle or drop of each! Even if one were to receive just a tiny particle of the Host or a miniscule drop of the Precious Blood, one would receive the whole Christ, in no more or less “quantity” than a ciborium full of Hosts or a chalice full of the Precious Blood. It is with this understanding and to combat the heresy that Christ was not fully received unless both species were received that the Church discontinued the practice of distributing both species for many centuries prior to the Second Vatican Council. It had been discontinued even long before the Council of Trent! Under this practice, only the priest-celebrant would consume the Precious Blood under the form of wine at Mass.

However, the Bishops point out, “[since] by reason of the sign value, sharing in both eucharistic species reflects more fully the sacred realities that the Liturgy signifies, the Church in her wisdom has made provisions in recent years so that more frequent eucharistic participation from both the sacred host and the chalice of salvation might be made possible for the laity in the Latin Church” (par. 11). In other words, the distribution of Holy Communion under both species is the “ideal” due to its “sign value” of eating and drinking. It is important, then, to keep in mind that although this is the ideal, it does not mean that it must always be done. Sometimes, practicality must prevail: too many communicants to effectively have both species, sanitary reasons, availability or cost of enough sacramental wine for everyone, care that the Blessed Eucharist is not profaned, etc. are all legitimate reasons why the distribution of Holy Communion may take place under one species only. In these cases, the faithful should remember that they are still receiving the WHOLE CHRIST under the species of the Host.

It is important to note that many countries still only distribute Holy Communion under one species. It’s actually up to the diocesan bishop to decide if one or two species will be distributed in his diocese or to “limit” the occasions on which this is done. And then there is the practice of *intinction*: when the minister

distributing Holy Communion dips the Host into the Precious Blood and distributes saying “The Body and Blood of Christ.” The communicant receives on the tongue, as reception on the hand is not possible in these cases. This way of distributing Holy Communion is a legitimate and ancient way (the Eastern Churches still do it), it seems that it was the preferred way the Church instructed (see the 1970 Instruction *Sacramentali Communionem*), and is up to the parish priest to determine if Communion will be distributed this way in his parish. It is important to note that “self-intinction” (the communicant dipping the Host into the chalice himself/herself) is *NOT* permitted. Also, when Communion is distributed this way, even greater care should be taken so that drops of the Precious Blood do not drip on the floor or the clothes of communicants.

So...that sums up the brief treatise on the distribution and reception of Holy Communion. And now for some practical observations and “pointers.” Regardless of how Holy Communion is being distributed and how you choose to receive, please be mindful and observe the following:

- 1) Whether kneeling or standing to receive, make sure you are not more than two feet away from the minister distributing. One need not get in their “personal space” to receive, but one should not make them walk or extend their arm all the way to reach you.
- 2) If you receive on the tongue: kneel/stand still, open your mouth, slightly stick out your tongue, and tilt your head back a little. Keep still and let the minister place the Host on your tongue. Otherwise, you could end up licking the minister’s fingers or—even worse—dropping the Blessed Sacrament.
- 3) If you receive on the hand: make sure you can use both hands, make sure your hands are clean (soiled hands or hands with writing on them are not fitting to receive the Body of the Lord), be still as you receive (it’s not a drive-by), place the hand on which you will receive open and FLAT (palm up with fingers together) at mouth-level with the hand you will use to take the Host to your mouth flat beneath it. When you receive the Sacred Host, step to the side and immediately take the Host to your mouth with the index finger and thumb of the hand you placed beneath the one on which the Host was placed. Do not walk off with the Host. Do not transfer the Host from one hand to the other. Do not make the Sign of the Cross with the Host or kiss it before putting it in your mouth. Simply put: from palm to fingers to mouth. Make sure there are no particles of the Blessed Sacrament left on your hands. Christ is fully present in even the smallest particles—***you are now responsible for Him.***
- 4) If you receive the Precious Blood from the chalice (not a possibility in this Diocese for the time being), take the chalice carefully with both hands, drink just a small sip of the Precious Blood, and hand the chalice back to the minister with both hands. If any of the Precious Blood spills on your clothing, the article(s) of clothing will need to be washed in the proper way (with the water from the washing poured directly into the ground) before being put into the washing machine at home.

These are some observations after 7 years of distributing Holy Communion daily. But the most important rule, however: always be mindful—before, during, and after you receive—of Who you have received and what this Gift entails. We are called, in a particular way to conform our lives to what we celebrate and Who we receive.

Durante las últimas semanas, hemos estado reflexionando sobre el ritual de recibir la Sagrada Comunión: las posturas y formas de recibir. En esta tercera parte de el estudio en tres partes sobre la Sagrada Comunión, veremos lo que la Iglesia enseña sobre cómo se puede distribuir la Sagrada Comunión y concluiremos nuestra encuesta con algunas observaciones prácticas "desde la perspectiva de un sacerdote".

En sus Normas de Instrucción para la Distribución y Recepción de la Sagrada Comunión bajo ambas clases en las diócesis de los Estados Unidos de América, la COCEU (Conferencia de Obispos Católicos de los Estados Unidos)—haciendo eco a las enseñanzas del Concilio de Trento—nos recuerda que la Iglesia cree y enseña que: "Inmediatamente después de la consagración, el verdadero cuerpo de nuestro Señor y su verdadera sangre existe junto con su alma y divinidad bajo la forma de pan y vino. El cuerpo está presente bajo la forma de pan y la sangre bajo la forma de vino, en virtud de las palabras [de Cristo] ". La Iglesia nos recuerda inmediatamente que " *el mismo cuerpo, sin embargo, está bajo la forma de vino y la sangre bajo la forma de pan, y el alma bajo la forma de cualquier forma*, en virtud del vínculo natural y concomitancia por el cual las partes de Cristo el Señor, que ahora ha resucitado de entre los muertos y no morirá más, estamos mutuamente unidos" (párrafo 10, énfasis agregado). En otras palabras, Cristo está completamente presente—Cuerpo, Sangre, Alma y Divinidad—debajo de cada una de las especies sacramentales (pan y vino) en cada parte e incluso en la partícula o gota más pequeña de cada una. Incluso si uno recibiera solo una partícula minúscula de la Hostia o una gota minúscula de la Preciosa Sangre, uno recibiría al Cristo completo, en ni más ni menos "cantidad" que un copón lleno de Hostias o un cáliz lleno de la Preciosa Sangre. Es con este entendimiento y para combatir la herejía que Cristo no es recibido completamente a menos que se recibieran ambas especies que la Iglesia discontinuó la práctica de distribuir ambas especies durante muchos siglos antes del Concilio Vaticano II. ¡Había sido discontinuado incluso mucho antes del Concilio de Trento! Según esta práctica, solo el sacerdote celebrante consumiría la Preciosa Sangre en forma de vino en la Misa.

Sin embargo, señalan los obispos, "[dado que] en razón del valor del signo, la participación en ambas especies eucarísticas refleja más plenamente las realidades sagradas que significa la liturgia, la Iglesia en su sabiduría ha hecho provisiones en los últimos años para que la eucaristía la participación tanto de la hostia sagrada como del cáliz de la salvación podría ser posible para los laicos en la Iglesia latina" (párr. 11). En otras palabras, la distribución de la Sagrada Comunión bajo ambas especies es la "ideal" debido a su "valor de signo" de comer y beber. Es importante, entonces, tener en cuenta que si bien esto es lo ideal, no significa que deba hacerse siempre. A veces, debe prevalecer la practicalidad: demasiados comulgantes para tener efectivamente ambas especies, razones sanitarias, disponibilidad o costo de suficiente vino sacramental para todos, cuidado de que la Santísima Eucaristía no sea profanada, etc., son todas razones legítimas por las que la distribución de la Sagrada Comunión puede ser distribuida bajo una sola especie. En estos casos, los fieles deben recordar que todavía están recibiendo a CRISTO ENTERO bajo la especie de la Hostia.

Es importante notar que muchos países todavía distribuyen la Sagrada Comunión bajo una especie. De hecho, depende del obispo diocesano decidir si una o dos especies se distribuirán en su diócesis o "limitar" las ocasiones en las que

esto se hace. Y luego está la práctica de la intinción: cuando el ministro que distribuye la Sagrada Comunión sumerge la Hostia en la Preciosa Sangre y distribuye diciendo "El Cuerpo y la Sangre de Cristo". El comulgante recibe en la lengua, ya que la recepción en la mano no es posible en estos casos. Esta forma de distribuir la Sagrada Comunión es una forma legítima y antigua (las Iglesias orientales todavía lo hacen), parece que fue la forma preferida de la Iglesia instruida (ver Instrucción *Sacramentali Communione* de 1970), y corresponde al párroco determinar si la Comunión se distribuirá de esta manera en su parroquia. Es importante notar que la "auto-intinción" (el comulgante sumergiendo la Hostia en el cáliz por sí mismo) NO está permitida. Además, cuando la Comunión se distribuye de esta manera, se debe tener aún más cuidado para que las gotas de la Preciosa Sangre no goteen en el piso o en la ropa de los comulgantes.

Esto resume el breve tratado sobre la distribución y recepción de la Sagrada Comunión. Y ahora, algunas observaciones prácticas y "sugerencias". Independientemente de cómo se distribuya la Sagrada Comunión y cómo elija recibirla, tenga en cuenta y observe lo siguiente:

- 1) Ya sea de rodillas o de pie para recibir, asegúrese de no estar a más de dos pies de distancia del ministro que distribuye. Uno no necesita entrar en su "espacio personal" para recibir, pero no debe hacerlos caminar o extender su brazo hasta el final para alcanzarlo.
- 2) Si recibe en la lengua: arrodílese/quédese quieto, abra la boca, saque ligeramente la lengua e incline un poco la cabeza hacia atrás. Quédese quieto y deje que el ministro coloque la Hostia en su lengua. De lo contrario, podría terminar lamiendo los dedos del ministro o, peor aún, dejando caer el Santísimo Sacramento.
- 3) Si recibe en la mano: asegúrese de poder usar ambas manos, asegúrese de que sus manos estén limpias (las manos sucias o las manos con escritura no son adecuadas para recibir el Cuerpo del Señor), quédese quieto mientras recibe (no es un drive-by), coloque la mano en la que recibirá abierta y PLANA (palma hacia arriba con los dedos juntos) al nivel de la boca con la mano que usará para llevar la Hostia a su boca plana debajo de ella. Cuando reciba la Hostia Sagrada, párese a un lado e inmediatamente lleve la Hostia a su boca con el dedo índice y el pulgar de la mano que colocó debajo de la que se colocó la Hostia. No se vayas con la Hostia. No transfiera la Hostia de una mano a la otra. No haga la Señal de la Cruz con la Hostia ni la bese antes de llevársela a la boca. En pocas palabras: de la palma, a los dedos, a la boca. Asegúrese de que no queden partículas del Santísimo Sacramento en sus manos. Cristo está plenamente presente incluso en las partículas más pequeñas: ***ahora eres responsable de Él.***

4) Si recibe la Preciosa Sangre del cáliz (no es una posibilidad en esta Diócesis por el momento), tome el cáliz con cuidado con ambas manos, beba solo un pequeño sorbo de la Preciosa Sangre y devuelva el cáliz al ministro, con ambas manos. Si algo de la Preciosa Sangre se derrama sobre su ropa, la(s) prenda(s) de ropa deberá lavarse de la manera adecuada (con el agua del lavado vertida directamente en la tierra) antes de ponerla en la lavadora en casa.

Estas son algunas observaciones después de 7 años de distribuir la Sagrada Comunión diariamente. Pero la regla más importante, sin embargo: siempre esté atento—antes, durante y después de recibir—a Quién ha recibido y lo que implica esto.