

## A szentáldozás kegyelmi hatásai: találkozás és közösség Krisztussal és az egyház tagjaival

Egy 9 éves gyerek kérdezte tőlem: „Én mikor kapok ostyát?” Mire ezt válaszoltam: amíg ezt kérdezed, addig biztosan nem. De ha hiszed, hogy Jézus Krisztus valóságosan jelen van az Oltáriszentségben, és vele akarsz ilyen módon találkozni, akkor igen.

Prohászka Ottokár „A szentáldozás realizmusa” című elmékedésében felhívja a figyelmet a szentáldozás tapasztalati dimenziójára. Ezt írja: Az kell, hogy a valóságban elmélyedjünk, abban meggyökeresedjünk, annak súlyát s lökéseit megérezzük, az intellektuális tartalmakat megéléssé változtassuk. ... Én Krisztust veszem, mikor áldozom, a jelenlétből intimitás lesz, amilyennel nagyobb, mélyebb, édesebb nem lehet.”<sup>1</sup>

Ezt a bensőségességet tudjuk átélni abban a „szent csendben”, mely az áldozást követi. Bekapcsolódunk a kommunióba, a közösségbe, de személyesen is találkozunk Jézus Krisztussal.

Tehát a szentáldozás alapvetően Isten és ember közötti legmélyebb találkozás, egyesülés. Martin Buber fogalmaz így: „Kezdetben volt a kapcsolat.” És ezek a kapcsolatok, a találkozások formálnak minket. Minden találkozás hat ránk. Ezt tekintsük át a szentáldozásban való találkozás dimenziójában.

A KEK azt tanítja, hogy a szentáldozás szorosabban kapcsol össze Krisztussal, Krisztus testének élő tagjává tesz, megújítja a kegyelmeket, amelyeket a keresztségben és a bérmálásban kaptunk és megerősít a bűn elleni küzdelemben. E négy hatáson túl az áldozás utáni könyörgések és az eucharisztikus imák utalnak más kegyelmi hatásokra is, melyekből néhány még említésre kerül.

### 1. Szorosabban kapcsol össze Krisztussal

---

<sup>1</sup> Prohászka Ottokár: Élet kenyere, SZIT, (Budapest 1929), 325-326.

A KEK 1391. pontja szerint „a szentáldozás elmélyíti egyesülésünket Krisztussal. Az Eucharisztia vételének a szentáldozásban a legfőbb gyümölcse a benső egyesülés Jézus Krisztussal.

Erre utalnak Jézus szavai: "Aki eszi az én testemet és issza az én véretem, az bennem marad, én meg őbenne. Ahogy engem az élő Atya küldött és Én az Atya által élek, úgy az is, aki engem eszik, általam fog élni" (Jn 6,56-57). Tehát a Krisztusban való élet alapja az eucharisztikus lakoma.

### 1.1 A Krisztussal való kapcsolat örök

Úrnapján a 2. esti dicséret Magnifikát antifónája így hangzik: "Ó, szentséges lakoma, Krisztust vesszük rajta. Felidézzük szenvedésének emlékét, lelkünket kegyelem tölti el, és a jövődő dicsőség záloga nekünk adatik."<sup>2</sup>

"Amikor az Úr ünnepein a hívők a Fiú testét magukhoz veszik, hirdetik egymásnak az örömhírt: megkaptuk az élet foglalmát; mint amikor az angyal Mária Magdolnának mondta: »Krisztus föltámadott!«. Most is az életet és a föltámadást kapja az, aki magához veszi Krisztust."<sup>3</sup>

Ugyanezt mondja ki Jézus János 6. fejezetében. „Aki hisz bennem, annak örök élete van. <sup>48</sup>Én vagyok az élet kenyere. <sup>49</sup>Atyáitok mannat ettek a pusztában, mégis meghaltak. <sup>50</sup>Ez a mennyből alászállott kenyér, aki ebből eszik, nem hal meg. <sup>51</sup>Én vagyok a mennyből alászállott élő kenyér. Aki e kenyérből eszik, örökké él. A kenyér, amelyet adok, a testem a világ életéért.”

Itt Jézus összekapcsolja a hitet és az ő testét. Mindkettőhöz az örök élet ígéretét fűzi hozzá. „Aki hisz bennem..., aki e kenyérből eszik örökké él”. A kettő szorosan összefügg, hiszen a szentáldozás nem tudja kifejteni kegyelmi hatását a hit nélkül. A szentmisében nem véletlenül mondjuk: *mysterium fidei*... íme hitünk szent titka.

A hitünk teljességéhez hozzá tartozik a bűnbánat szükségessége, mely nélkül a szentáldozás hatása is egészen más, ahogy Aquinoi Szent Tamás írja „Dicsérd Sion” c. versében Sík Sándor fordításában:

---

<sup>2</sup> Úrnapja, 2. vesperás Magnificat-antifónája: Liturgia Horarum 3. köt. (1973) 502.

<sup>3</sup> Fanqîth: Breviarium iuxta ritum Ecclesiae Antiochenae Syrorum, 1. köt. (Mosul, 1886) 237a-b.

Veszi jó és veszi vétkes,  
Ám gyümölcse vajmi kétes:  
Élet vagy elkárhozás.  
Rossznak átok, üdv a jóknak:  
Lásd, az együtt áldozóknak  
Végük milyen szörnyü más!

Petrus Lombardus hangsúlyozza, hogy a jók, vagyis akik méltó módon járulnak az Eukarisztiához, mind szentségileg, mind lelkileg részesülnek Krisztus testében. Ezzel kapcsolatban Nagy Szent Gergelyre hivatkozik: „Krisztus valóságos teste és vére valóban jelen van a bűnösökben, és azokban, akik méltatlanul veszik azt, de csak valóságukat tekintve, mert megváltó hatásuk hiányzik belőlük”.<sup>4</sup>

## 2. Krisztus testének élő tagjává tesz

A keresztény ember hivatása, hogy nevéhez méltón, krisztusi legyen. Az Egyháznak, mint Krisztus testének tagja, ezt az átalakulást leginkább az eucharisztiában tudja megélni.

Szent Ágoston írja: „Olyan volt, mintha egy hangot hallottam volna a magasból: Én vagyok az erősek tápláléka, növekedj, és egyél belőlem! De nem fogsz engem testi eledelként magaddá alakítani, hanem te alakulsz át, és olyan leszel, mint én”.

Szintén Szent Ágoston említi egyik homíliájában: "Ha ti Krisztus teste és az Ő tagjai vagytok, misztériumotok oda van helyezve az Úr asztalára: a saját misztériumotokat kapjátok. Arra, ami vagytok, Amen-nal válaszoltok, és válaszolván aláírtok. Hallod ugyanis: Krisztus teste; és te válaszolod: Amen. Légy Krisztus tagja, hogy igaz legyen az Amen."<sup>5</sup>

A katolikus egyház tanítja, hogy a titokzatos Test egysége: az Eucharisztia teszi az Egyházat. Akik az Eucharisztiát magukhoz veszik, szorosabban kapcsolódnak Krisztushoz. Emiatt Krisztus valamennyi hívőt egy testbe kapcsol össze: az Egyházba.<sup>6</sup>

---

<sup>4</sup> Petrus Lombardus, Libri Quattuor Sententiarum, Lanfrancot idézi, De corpore et sanguine Domini, c.20, Nagy Szent Gergely, Párbeszéd c. műve alapján (IV,59).

<sup>5</sup> Szent Ágoston: Sermo 272: PL 38, 1247.

<sup>6</sup> KEK 1396.

Az egyház élő tagjának lenni azt is jelenti, hogy Krisztus tetteit kell megvalósítanunk. Az Eucharisztia hálaadás és áldozat is, szeretetből hozott áldozat, aminek a mindennapjainkban is jelen kell lennie: másokért élni, felismerni Krisztust a szenvedőben, és segíteni.

A katekizmus így tanít erről: Az Eucharisztia kötelez a szegények iránt; hogy Krisztus értünk adott testét és véréát igazságban vehessük magunkhoz, Krisztust a legszegényebekben, az Ő testvéreiben kell fölismernünk (Vö. Mt 25, 40)<sup>7</sup>.

Aranyszájú Szent János írja: "Megízlelted az Úr véréát, és még így sem ismered föl a testvéredet; (...) magát az asztalt is meggyalázod, amikor azt, aki ennek részese lett, nem tartod méltónak arra, hogy megoszd vele táplálékodat. (...). Minden bűnödtől megszabadított téged Isten, és ilyen asztalra méltatott: te pedig ettől sem lettél jóságosabb"<sup>8</sup>.

### 3. Megújítja a kegyelmeket, amelyeket a keresztségben és a bérmálásban kaptunk

A szentáldozás az Egyházba testesülést, ami a keresztség által már megvalósult, megújítja, megerősíti és elmélyíti. A keresztségben meghívást kaptunk arra, hogy egy testet alkossunk (Vö. 1Kor 12,13.). Az Eucharisztia beteljesíti ezt a meghívást: "Az áldás kelyhe, amelyet megáldunk, nemde a Krisztus vérében való részesedés? S a kenyér, amelyet megtörünk, nemde a Krisztus testében való részesedés? Mi ugyanis sokan egy kenyér, egy test vagyunk, mivel mindnyájan egy kenyérből részesülünk" (1Kor 10,16-17)<sup>9</sup>.

A keresztségben megkaptuk az istengyermekség lelkét, az Egyház tagjai lettünk, meghaltunk a bűnnek és betöltött a Szentlélek. A bérmálásban megkaptuk a Szentlélek ajándékainak a teljességét.

Ugyanakkor, ezek a kegyelmek gyümölcstelenek lehetnek, ha nem tudatosodik bennünk minden nap ez a hatalmas ajándék, amit kaptunk. A Szentlélek bennünk él, és az isteni életet szítja bennünk a szentáldozás is. Talán ide is vonatkozik Jézus szava: „Nélkülem semmit sem tehettek.” (Jn 15,5).

Amikor a pap egy csepp vizet tesz a borba, ezt imádkozza: „A bor és a víz titka által részesüljünk annak istenségében, aki kegyesen részese lett

---

<sup>7</sup> KEK 1397

<sup>8</sup> Aranyszájú Szent János: In epistulam in 1Cor 27,4. Homilia. 27, 5: PG 61, 230.

<sup>9</sup> KEK 1396

emberségünknek.” Mivel a kegyelem Isten élete bennünk, így a szentáldozás is megújítja ezt az isteni életet, hiszen a valóságos Istent vesszük magunkhoz.

A lelki életben is szükségünk van erőforrásra, hiszen tapasztalatból tudjuk, hogy szeretetünk véges. Kell utánpótlás a földi zarándokutunkon. Erről tanít a KEK 1392. pontja: „Amit az anyagi táplálék eredményez a testi életben, azt valósítja meg a szentáldozás csodálatos módon lelki életünkben. A föltámadott Krisztus - - "a Szentlélek által élő és éltető"<sup>10</sup>-- testével való kommunió megőrzi, növeli és megújítja a keresztségben kapott kegyelmi életet. A keresztyén élet e növekedése igényli, hogy az eucharisztikus kommunióval, zarándokságunk kenyérével táplálkozzék egészen halálunk órájáig, amikor 'útravalóul' kapjuk”.

Az Úr imájában hét kérés hangzik el. Látszólag egy felsorolás egyikeként hangzik el a mindennapi kenyér a többi között. Fontos ez a mindennapi betevőre vonatkoztatva, de ennél fontosabb az Élet Kenyere. A héber retorikában ismétléssel, párhuzamos szerkesztéssel fejezik ki valaminek a fontosságát. Egy adott szövegnek a kulcsa pedig nagyon sokszor a szöveg közepén található. A Miatyánkban a hét kérés közül éppen a középső az, amely a mindennapi kenyérre vonatkozik. Jézus tanításában is központi az Élet Kenyere, az Ő testének vétele, melynek méltó körülményeit teremti meg a többi kérés: az Atya tiszteletének, akaratának és országának megvalósulása, a bűnbocsánat, a megbocsátás, a kísértésektől való védelem és végül a gonosztól való megszabadulás.

Az isteni élet eledele az Oltáriszentség, ami életben tartja bennünk a kapott kegyelmeket.

Tóth Tihamér, az 1938-ban megjelent „Üdvözlégy Oltáriszentség” című beszédgyűjteményében olvashatjuk: „Hogy ember lehess, kell enned kenyeret; hogy keresztyén lehess, kell enned ezt a természetfölötti kenyeret. A földi kenyér ad erőt a földi élethez, a természetfölötti kenyér erőt a lelki élethez”<sup>11</sup>.

És hozzáteszi: „És miért a bort választotta? Azért, mert a bor jelenti az emberek szemében az életkedvet és örömet; az Eucharisztia bora tehát jelentse a kedvet, lendületet, az örömet a lelki élethez”<sup>12</sup>.

---

<sup>10</sup> II. Vatikáni Zsinat: [Presbyterorum ordinis](#) határozat, 5.

<sup>11</sup> Dr. Tóth Tihamér, Üdvözlégy Oltáriszentség, SZIT (Budapest 1938), 69.

<sup>12</sup> Ibid.

Vianney Szent János fogalmaz így: „Nem áldozni annyi, mint szomjan halni a forrás mellett”.

#### 4. Megerősít a bűn elleni küzdelemben.

Ez a negyedik pont szorosan kapcsolódik az előzőhöz, hiszen a bűn az, ami elválaszt minket Istentől, aki maga a Szeretet (vö. 1Jn 4,16) ezért éppen tőle kapunk segítséget a bűn elleni küzdelemben.

A Katekizmus azt tanítja, hogy „a szentáldozás elválaszt bennünket a bűntől. Krisztus teste, melyet a szentáldozásban magunkhoz veszünk, értünk "adatott", és a vér, amelyet iszunk, "sokakért kiontatott a bűnök bocsánatára". Ezért az Eucharisztia nem tud Krisztussal egyesíteni anélkül, hogy ne tisztítana meg az elkövetett bűnöktől és ne óvna meg a jövő bűnöktől<sup>13</sup>.

Szent Ambrus fogalmaz így: "*Valahányszor magunkhoz vesszük, az Úr halálát hirdetjük. (Vö. 1Kor 11,26) Ha a halálát, akkor a bűnök bocsánatát hirdetjük. Ha valahányszor kiontatik a vér, a bűnök bocsánatára ontatik ki, akkor mindig úgy kell fogadnom, hogy mindig megbocsátja a bűneimet. Nekem, aki mindig vétkezem, mindig szükségem van az orvosságra.*"<sup>14</sup>

A katekizmus így folytatja: Amint a testi táplálék az elhasznált erő pótlására szolgál, úgy az Eucharisztia erősíti a szeretetet, mely a mindennapi életben természete szerint gyengül; és ez a fölelevenített szeretet eltörli a bocsánatos bűnöket.<sup>15</sup> A Trienti Zsinat így fogalmaz: „Amikor Krisztus nekünk ajándékozza önmagát, újra életre kelti szeretetünket, és képessé tesz arra, hogy a teremtmények iránti rendetlen ragaszkodásainkat megszakítsuk és benne meggyökerezzünk”<sup>16</sup>.

A teremtmények iránti rendetlen ragaszkodásaink a bűnök, amiktől elfordulva Istennek készítünk helyet. A rossz a jó hiánya. Ugyanígy minél inkább Istenhez fordulunk, annál inkább kiszorul a bűn az életünkből, mert a szeretet tölt be.

A szentáldozás a halálos bűnöktől is megőriz. Ezt a katekizmus 1395. pontja így magyarázza: Az Eucharisztia e szeretet által, melyet föllobbant bennünk, megőriz minket a halálos bűnöktől. Minél inkább részesedünk Krisztus életében

---

<sup>13</sup> KEK 1393.

<sup>14</sup> Szent Ambrus: De Sacramentis 4, 28: CSEL 73, 57--58. (PL 16, 446).

<sup>15</sup> Vö. Trienti Zsinat, 13. sessio: Decretum de ss. Eucharistia, 2: DS 1638.

<sup>16</sup> KEK 1394.

és minél inkább elmélyedünk barátságában, annál nehezebb lesz halálos bűnnel megszakítani a kapcsolatot Vele.

Tudjuk, hogy a halálos bűnök megbocsátására a bűnbocsánat szentsége van rendelve és nem az Eucharisztia. Ugyanakkor a minél gyakoribb szentáldozás növeli bennünk a Krisztus iránti szeretetet. Ez azt eredményezi, hogy nem akarjuk bűnnel megbántani.

A Katekizmus így fogalmaz: Az Eucharisztia azok szentsége, akik teljes közösségben vannak az Egyházzal<sup>17</sup>.

Krisztus testének és vérének vétele növeli az áldozó egyesülését az Úrral, megbocsátja bocsánatos bűneit és megőrzi a súlyos bűnöktől. Mivel az áldozó és Krisztus között a szeretet kötelékei erősödnek, e szentség vétele erősíti az Egyház, Krisztus titokzatos testének egységét<sup>18</sup>.

A Trentói zsinat is kimondja, hogy a súlyos bűnöket meg kell gyónni, de amint látni fogjuk, elismerte azt is, hogy az Eucharisztia eltörli a „mindennapi” bűnöket (DS 1661). Nagy bátorítás ez azok számára, akik nem mernek gyónás nélkül áldozni, bár súlyos bűnük nincs<sup>19</sup>.

## 5. A szentáldozás által betölt a Szentlélek

A szentmisében az epiklézissel a miséző pap vagy püspök a Szentlelket hívja, hogy általa változzon át a kenyér és a bor Krisztus testévé és vérévé. A Szentlélek cselekszik a pap szavai által. A Szentlélek által lesz jelen Jézus Krisztus.

Amikor magunkhoz vesszük az Oltáriszentséget, betölti szívünket a Szentlélek. Erre utal a III. eucharisztikus ima: (Istenünk) Add, hogy mi, akik az ő testét és véréét magunkhoz vesszük, Szentlelkével eltelve egy test és egy lélek legyünk Krisztusban.

---

<sup>17</sup> Ibid.

<sup>18</sup> Ibid 1416

<sup>19</sup> Dolhai Lajos, A szentáldozás bűnbocsátó hatása, in. Vigilia 2002/3.  
<https://vigilia.hu/regihonlap/2002/3/dolhai.html>