

# Wenn der Leib Christi krankmacht

„Wer von diesem Brot isst, wird in Ewigkeit leben.“ So lesen wir bei Johannes. Manche Menschen bekommen allerdings schon beim Lesen Bauchschmerzen. Als Gemeindereferentin habe ich viel mit Kindern zu tun und sehe, dass Nahrungsmittelunverträglichkeiten zunehmen. Als selbst Betroffene bin ich sehr daran interessiert, individuelle Lösungen zu finden, denn nach meiner Zöliakiediagnose musste ich anderthalb Jahre auf die Teilnahme am Tisch des Herrn verzichten. Das war hart.

Laut der Deutschen Zöliakie-Gesellschaft ist etwa einer von Hundert Deutschen an einer Glutenunverträglichkeit erkrankt. Nicht alle aber haben die typischen Symptome und wissen daher oft nichts von ihrer Krankheit. Für Zöliakiepatienten mit ihren speziellen Problemen wird aber in der katholischen Kirche Rücksicht genommen, damit sie ein Teil der Eucharistischen Gemeinschaft sein können. Dazu ist vom Deutschen Liturgischen Institut vor einigen Jahren eine Handreichung erschienen, die an alle Gemeinden im Bistum Berlin verschickt wurde: ... *und esset alle davon? Zum Umgang mit der Kommunion bei Gluten-Unverträglichkeit.* (Foto?)

Ganz einfach ist das allerdings nicht. Die Inhaltsstoffe einer Hostie sind durch das Kirchenrecht genau vorgegeben: „Das Brot muss aus reinem Weizenmehl bereitet und noch frisch sein, so dass keine Gefahr der Verderbnis besteht.“ (CIC Can. 924 §2) Hostienbäckereien müssen sich an diese Regel halten, denn nur dann können sie für die Feier der Eucharistie die sogenannte *gültige Materie* herstellen. Das bedeutet aber auch, dass Hostien zwangsläufig immer Gluten enthalten müssen, was regelmäßig durch die Medien geht und dann häufig für Verwirrung und Unsicherheit sorgt. Die Gläserne Hostienbäckerei in Kevelar hat dazu ein informatives Video veröffentlicht:

<https://youtu.be/kzDj9B8iJd4>

Nicht nur dort gibt es inzwischen glutenarme Hostien mit einem Glutenanteil unter 20ppm, die nach dem Lebensmittelcodex der Europäischen Union als "glutenfrei" gekennzeichnet werden. Da diese Hostien jedoch schneller verderben und ich nicht erwarte, dass sich alle in Gottesdienst und Sakristei Tätigen mit der Materie auskennen, halte ich einen kleinen Vorrat in einer luftdicht abgeschlossenen Dose zu Hause und bringe mir jeweils eine Hostie in meiner eigenen Pyxis mit. Aber auch dann muss ich oft noch vieles erklären und ab und zu Fragen beantworten, denn Kreuzkontamination ist für uns *Zölis* ein großes Thema und muss unbedingt vermieden werden.

- Wenn die Pyxis zur Wandlung geöffnet auf das Korporale gestellt wird, muss der Zelebrant aufpassen, dass keine Krümel hineinfallen.
- In meiner Gemeinde komme ich mit den Gottesdienstbeauftragten zum Agnus Dei zum Altar. In fremden Kirchen muss ich vorher absprechen, wann und wo ich am besten kommuniziere. (In den USA gibt es oft eine Gottesdienstbeauftragte, die nach dem Empfang der Mundkommunion an einem gesonderten Ort, z. B. bei der Maria, glutenfreie Kommunion austeil.)
- Am besten nehme ich mir die konsekrierte Hostie selbst aus der Pyxis. Ich kann sie aber auch von jemandem gereicht bekommen, der (noch) keine glutenhaltige Hostie berührt hat (s.o.).
- Kelchkommunion ist uns leider nicht möglich, da das Frumentum beim Agnus Dei von der glutenhaltigen Hostie abgebrochen und in den Kelch gegeben wird.
- Und die Antwort auf unser aller Lieblingsfrage: Ja, auch ein kleines bisschen Gluten kann schon schädlich sein.

Was nun aber, wenn jemand gar kein Gluten verträgt oder gar eine Weizenallergie hat? In den Hostienbäckereien gibt es dafür Oblaten aus Kartoffelstärke, die allerdings nach dem Kirchenrecht der katholischen Kirche nicht gültig sind. Trotzdem ist der gültige Kommunionempfang bei diesen

Menschen nicht unmöglich, denn auch diese Sonderfälle berücksichtigt das Kirchenrecht. Im Konzil von Trient wurde die reale Gegenwart Christi in beiderlei Gestalt, also im Brot und Wein, festgehalten. Die Kongregation für Glaubenslehre hat sich bereits 2003 ausführlich mit Personen beschäftigt, die "aus schwerwiegenden Gründen kein normales Brot" zu sich nehmen können. Sie erlaubt Gläubigen, die an Zöliakie leiden und deshalb nicht "unter der Gestalt des Brotes, auch nicht des Brotes mit wenig Gluten" kommunizieren können, die Kommunion unter der Gestalt des Weines zu empfangen. Dafür muss jedoch ein zweiter Kelch ohne Frumentum konsekriert werden.

Bei Kindern und alkoholkranken Menschen kann anstatt des Weines auch Traubensaft verwendet werden. Allerdings muss dieser gewisse Vorgaben erfüllen. Seine Gärung darf z. B. nicht durch Vorgangsweisen unterbrochen worden sein, die dessen Natur verändern, wie etwa Einfrieren. Auch müssen sich der Priester oder die Gläubigen dazu vorher an das Ordinariat wenden, denn nur dort kann eine Dispens vom normalen Kommunionempfang in Form von Brot erteilt werden. Wenn die Situation andauert, was ja bei einer Allergie oder Unverträglichkeit der Fall ist, kann die Erlaubnis des Empfangs durch Wein oder Traubensaft auch ständig gewährt werden.

Sollte keine dieser Lösungen passen, bleibt die geistige Kommunion. Sie ist das von lebendigen Glauben an Christi Gegenwart im Allerheiligsten Sakrament und von der Liebe beseelte Verlangen nach sakramentaler Vereinigung mit Christus und wird seit Jahrhunderten von vor allem jenen Gläubigen praktiziert, die aus verschiedenen Gründen an der Teilnahme der sakramentalen Kommunion gehindert werden. Allerdings setzt sie eine gewisse geistige Reife voraus und ist daher für Kinder nicht geeignet. Praktisch kann sie z. B. dadurch erfahren werden, dass der/die Gläubige den sakramentalen Kelch eine gewisse Zeit im Gebet in den Händen hält.

Für katholische Christen ist die Eucharistie Quelle und Höhepunkt des Glaubens. Wie stark unser Glaubensleben beeinträchtigt ist, wenn wir dieses österliche Geheimnis nicht teilen können, habe ich am eigenen Leib erfahren. Deshalb halte ich es äußerst wichtig, die Kommunion allergie- und unverträglichkeitsgeplagten Katholiken auf eine Weise zugänglich zu machen, die im Einklang mit dem Vatikan steht.

Für Nachfragen stehe ich gern zur Verfügung.

Daniela Charest  
Gemeindereferentin Spandau Nord/Falkensee

Quellen und weiterführende Literatur:

<https://www.katholisch.de/artikel/13610-der-glutenfreie-leib-christi>

<https://www.katholisch.at/standpunkt/freilinger/hostien>

<https://www.catholicnewsagency.com/news/gluten-and-communion-whats-a-celiac-to-do-72220>

[http://www.kathpedia.com/index.php?title=Geistige\\_Kommunion](http://www.kathpedia.com/index.php?title=Geistige_Kommunion)