

## Guidance on Spiritual Communion and Coronavirus

### راهنمای شام خداوند معنوی و ویروس کرونا

The term 'Spiritual Communion' has been used historically to describe the means of grace by which a person, prevented for some serious reason from sharing in a celebration of the Eucharist, nonetheless shares in the communion of Jesus Christ. The form of prayer below offers Christians an opportunity to give thanks for their communion with him, particularly at times when they would ordinarily be present at the Eucharist.

اصطلاح "شام خداوند معنوی" از لحاظ تاریخی، زمانی استفاده شد تا تعریف فیضی که برای شخصی که به دلایل جدی توانایی مشارکت در مراسم شام خداوند را ندارد، ولی میتواند با عیسی مسیح مشارکت کند، تشریح نماید. ترکیب دعاهای زیر بطوری است که مسیحیان میتوانند شکرگزار مشارکت خود با عیسی باشند، مخصوصاً اگر زمانی می‌بود که آنها قادر به حضور در شام خداوند بودند.

The Book of Common Prayer instructs us that if we offer ourselves in penitence and faith, giving thanks for the redemption won by Christ crucified, we may truly 'eat and drink the Body and Blood of our Saviour Christ', although we cannot receive the sacrament physically in ourselves. Making a Spiritual Communion is particularly fitting for those who cannot receive the sacrament at the great feasts of the Church, and it fulfils the duty of receiving Holy Communion 'regularly, and especially at the festivals of Christmas, Easter and Whitsun or Pentecost' (Canon B 15).

کتاب دعاهای همگانی (the Book of Common Prayer) به ما می‌آموزاند که اگر ما خود را همراه توبه و ایمان تقدیم کنیم، سپاسگزار رهایی که توسط عیسی مصلوب بدست آمده، باشیم، شاید که ما حقیقتاً "از خون مسیح نجات دهنده می‌نوشیم و از بدن او می‌خوریم"، هرچند قادر به دریافت فیزیکی نان و شراب نیستیم. انجام شام خداوند معنوی بویژه برای کسانی که نمیتوانند نان و شراب را در مراسم بزرگ مسیح دریافت کنند، مناسب دارد و تکلیف "دریافت منظم شام خداوند، بخصوص در اعیاد کریسمس، قیام، گلریزان (Whitsun) و پنطیکاست" (قانون 15 بی) را برآورده میکند.

The Church of which we are members is not defined by the walls of a building but by the Body of Christ of which we are members. In making our communion spiritually, we are joining with Christians everywhere to be nourished by the one who tells us, 'I am the Bread of Life'.

کلیسایی که ما عضو آن هستیم با دیوارهای یک ساختمان تعریف نشده بلکه با بدن مسیح که ما اعضای آنیم. با انجام شام خداوند معنوی، ما به تمامی مسیحیانی می‌پیوندیم که از کسی تغذیه میشوند که میفرماید "من نان حیات هستم".

In making a Spiritual Communion, you may wish to pray all or part of the following, as you are able.

در انجام شام خداوند معنوی، تا جایی که برایتان امکان دارد، شما می‌توانید تمامی و یا قسمتی از دعاهای زیر را بخوانید.

## An act of Spiritual Communion

### انجام شام خداوند معنوی

*You may wish to find a space for prayer in front of a cross, a candle, or a special place. You might choose to make your Spiritual Communion at a particular time of day, or after viewing a live streamed service.*

*شما شاید بخواهید مکانی را در مقابل صلیب، یک شمع و یا یک جایگاه مخصوص، پیدا کنید. شما میتوانید که شام خداوند معنوی خود را در زمانی مخصوص از روز انجام دهید و یا بعد از مشاهده مراسم زنده از راه دور.*

Reflect on the day and on your relationships.

What good things have come from God today?

Where have I fallen short?

What might I do tomorrow?

به روزی که داشتید و روابطتان فکر کنید  
چه چیزهای نکویی از طرف خدا داشتید؟  
در چه چیزهایی کم کاری داشتیم؟  
چه کاری را شاید فردا انجام دهیم؟

You may wish to say or pray

Lord, have mercy.

Christ, have mercy.

Lord, have mercy.

شاید بخواهید که دعای زیر را بخوانید و یا تکرار کنید  
خدایا، رحم فرما  
مسیحا، رحم فرما  
خدایا، رحم فرما

## Reading the Bible

### خواندن کلام خدا

*Read the following words from Scripture. If you have access to today's readings for Holy Communion, you may wish to read and reflect on them.*

آیات زیر را از کلام خدا بخوانید. اگر به آیاتی که برای شام خداوند امروز پیشنهاد شده، دسترسی دارید، شاید بخواهید که آنها را مطالعه کرده و در آنها تأمل کنید.

Jesus said, 'I am the bread of life. Whoever comes to me will never be hungry, and whoever believes in me will never be thirsty.'

John 6.35

'عیسی به آنها گفت: «نان حیات من هستم. هر که نزد من آید، هرگز گرسنه نشود، و هر که به من ایمان آورد هرگز تشنه نگردد».

یوحنا 6: 35

## Prayer

### دعا

Pray for the needs of the world, for your local community, and for those close to you. End with the Lord's

برای نیازهای دنیا، برای جامعهٔ محلی خود، و برای دوستان و آشنایانتان دعا کنید.  
با دعای ربانی، دعای خود را به پایان برسانید

Our Father...

ای پدر ما که ...

*Give thanks for the saving death and resurrection of Jesus and ask him to be with you now.*

برای ایمانداران مرده و رستاخیز عیسی تشکر کنید و از او بخواهید که با شما باشد

Thanks be to you, Lord Jesus Christ,  
for all the benefits you have given me,  
for all the pains and insults you have borne for me.  
Since I cannot now receive you sacramentally,  
I ask you to come spiritually into my heart.  
O most merciful redeemer, friend and brother,  
may I know you more clearly,  
love you more dearly,  
and follow you more nearly, day by day. Amen.

عیسی مسیح خداوند بر تو سپاس باد  
برای تمامی احسانهایی که در حق من کرده‌ای  
برای تمامی دردها و توهینهایی که تو به خاطر من تحمل کردی.  
اگرچه اکنون من قادر به دریافت فیزیکی تو نیستم،  
از تو می‌خواهم که بصورت روحانی در قلب من ورود کنی.  
مهربانترین نجات دهنده، دوست و برادر،  
باشد که تو را به وضوح درک کنم،  
با تمامی وجود دوستت داشته باشم  
و هر روزه هرچه نزدیکتر دنباله رو تو باشم، آمین

*After the Prayer of St Richard of Chichester you might then add one or more of the following prayers:*

بعد از دعای رچارد چیچستر مقدس، شاید شما بخواهد یک و یا چند عدد از دعاها را بخوانید:

Lord Jesus Christ, you said to your disciples,

‘I am with you always’.

Be with me today, as I offer myself to you.

Hear my prayers for others and for myself,

and keep me in your care. Amen.

خداوند عیسی مسیح، تو به شاگردانت فرمودی

"من همیشه با شما هستم"

امروز با من باش، همچنان که من خود را به تو تقدیم می‌کنم

دعاها را برای دیگران و خود، بشنو،

و از من محافظت فرما. آمین

O God,

help me to trust you,

help me to know that you are with me,

help me to believe that nothing can separate me from your love

revealed in Jesus Christ our Lord. Amen.

ای خداوند،

به من یاری فرما که به تو اعتماد کنم،

به من یاری فرما که بدانم تو با منی،

به من یاری فرما که ایمان داشته باشم که هیچ چیز نمی‌تواند من را از محبتی جدا سازد  
که در عیسی مسیح خداوندمان آشکار شده است. آمین

Lord, in these days of mercy,  
make us quiet and prayerful;  
in these days of challenge,  
make us stronger in you;  
in these days of emptiness,  
take possession of us;  
in these days of waiting,  
open our hearts to the mystery of your cross.

*Angela Ashwin*

خدایا، در این روزهای رحمت  
ما را ساکت و دعاخوان گردان؛  
در این روزهای چالش  
ما را در خود، قوی گردان؛  
در این روزهای پوچی  
ما را متعلق به خود گردان؛  
در این روزهای انتظار  
قلبهای ما را بر روی راز صلیب گشوده گردان.

Almighty God, Father of all mercies,  
we your unworthy servants give you most humble and hearty thanks  
for all your goodness and loving kindness.  
We bless you for our creation, preservation,  
and all the blessings of this life;  
but above all for your immeasurable love  
in the redemption of the world by our Lord Jesus Christ,  
for the means of grace, and for the hope of glory.  
And give us, we pray, such a sense of all your mercies  
that our hearts may be unfeignedly thankful,

and that we show forth your praise,  
not only with our lips but in our lives,  
by giving up ourselves to your service,  
and by walking before you in holiness and  
righteousness all our days;  
through Jesus Christ our Lord,  
to whom, with you and the Holy Spirit,  
be all honour and glory,  
for ever and ever. Amen.

خدای قادر مطلق، پدر تمامی رحمتها،  
ما، خادمین بی‌مقدار تو،  
با فروتنی و تمامی قلب از تو سپاس گزاریم  
برای تمامی خوبی و عشق پر محبتت.  
تو را برای آفرینش، محافظت و تمامی برکاتی که در این حیات به ما دادی، متبارک می‌گوییم؛  
ولی بالاتر از همه، برای محبت بی‌اندازه‌ات در نجات عالم  
توسط خداوندمان عیسی مسیح،  
برای راههای فیضت و امید جلال.  
و دعا میکنیم که به ما درک رحمت‌های خود را عطا فرمایی  
تا باشد که قلوب ما حقیقتاً سپاسگزارت باشند،  
و باشد که ستایش تو را نشان دهیم،  
تنها با لبهای خود بلکه با زندگی‌هایمان،  
با تقدیم خود برای خدمت تو،  
و توسط قدم زدن در تقدس و پارسایی هر روزه، در مقابل تو؛  
بواسطه خداوندمان عیسی مسیح،  
کسی که با تو و روح‌القدس،  
تمامی احترام و جلال باد  
تا ابدآباد. آمین

*Conclude with the following:*

با مطلب زیر به پایان میرسانیم

The Lord bless us, and preserve us from all evil,  
and keep us in eternal life. Amen.

خداوند ما را برکت دهد و از شریر محافظت گرداند،  
و در زندگی ابدی نگاهمان دارد. آمین

**English Text Source:**

<https://www.churchofengland.org/sites/default/files/2020-03/Guidance%20on%20Spiritual%20Communion%20and%20Coronavirus.pdf>

<https://www.churchofengland.org/more/media-centre/coronavirus-covid-19-guidance-churches>

**Translated by:**

Rev Mohammad Eghtedarian (unofficial translation)

(09/04/20)