

Unser tägliches Brot gib uns heute

Was uns satt macht an Leib und Seele

Predigt Regionalbischof Michael Grabow über Joh. 6, 47 – 51 (OP V), gehalten am 10. März 2013 in Neu-Ulm St. Andreas

Text: Johannes 6,47-51

Wahrlich, wahrlich, ich sage euch: Wer glaubt, der hat das ewige Leben. Ich bin das Brot des Lebens.

Eure Väter haben in der Wüste das Manna gegessen und sind gestorben.

Dies ist das Brot, das vom Himmel kommt, damit, wer davon isst, nicht sterbe. Ich bin das lebendige Brot, das vom Himmel gekommen ist. Wer von diesem Brot isst, der wird leben in Ewigkeit. Und dieses Brot ist mein Leib, den ich geben werde für das Leben der Welt.

Liebe Gemeinde,

Brot ist ein ganz besonderes Nahrungsmittel. Es gibt nichts schöneres, als, den Duft frischen Brotes in der Nase, in eine gebutterte Brotscheibe zu beißen.

Früher war Brot für viele Menschen das wichtigste Grundnahrungsmittel überhaupt. Heute gehen wir mit Brot sehr viel nachlässiger um. Der Pro-Kopf-Verbrauch an Brot ist in Deutschland immer mehr zurückgegangen (88,2 kg/Jahr). Und wer am Pausenende in den Schulen in den Abfalleimer schaut, findet jede Menge weggeworfene Pausenbrote.

Wir haben in Deutschland so viele wunderbare Brotsorten: hell, dunkel, süß, gewürzt, mit Kümmel, Sonnenblumenkernen oder Mohn bestreut. Es ist so leckeres Brot.

Und trotzdem ist für viele Menschen, jedenfalls in Deutschland, Brot längst kein Grundnahrungsmittel mehr, dessen sie täglich bedürfen. Für viele ist es einfach nur ein Nahrungsmittel neben vielen anderen.

Und jetzt also eine Fastenpredigt über unser täglich Brot ...

Keine Sorge, ich werde Sie nicht bitten, sich auf Wasser und Brot zu beschränken. Obwohl man an der Geschichte von Elijah sehen kann, dass ein Krug Wasser und ein Fladen Brot einem sterbensmüden Menschen so viel Kraft geben kann, dass er wieder aufsteht und sich auf den Weg macht - interessanterweise nicht in die nächste Stadt, sondern in die Einsamkeit zu seiner großen Gotteserfahrung. Wasser und Brot macht nicht nur satt, sondern können neue Lebenskraft schenken

Angesichts der Lebensmittelskandale der letzten Zeit könnte man sich ohnehin schon überlegen, ob es nicht gesünder wäre, sich auf Brot und Wasser zu beschränken. Denn was kann man denn heute überhaupt noch getrost auf den Teller legen und mit ungetrübtem Appetit essen?

16 große Lebensmittelskandale haben wir in den letzten 20 Jahre miterleben müssen, die vielen kleinen gar nicht mitgezählt. Und ihre Häufigkeit hat rapide zugenommen.

Von 1992 bis 2002 waren es vier Skandale, seit 2002 zwölf, davon allein drei in den letzten vier Wochen. Und gestern in der Zeitung der neueste, vierte Skandal: 110 Kisten italienischer Salat, der mit Rattengift verseucht ist: 5 Kisten sind schon verkauft, der Rest konnte sichergestellt werden.

Man schiebt uns Verbrauchern den schwarzen Peter zu, weil wir gern billig kaufen und nicht genug auf Qualität achten. Das ist sicher nicht falsch. Denn unsere Haltung „Geiz ist geil“ hat in der Konsequenz zu dem bösen Satz geführt: „Geiz ist Gaul“.

Wir müssen tatsächlich unser Verbraucherverhalten ändern. Wir können nicht erwarten, für 69 ct. pro 100 g ein qualitativ hochwertiges Schnitzel von glücklichen Schweinen zu erwerben. Und unsere Bequemlichkeit, Fertiglasagne für 1,79 € auf den Tisch zu stellen, statt selbst zu kochen, führt dazu, nicht mehr wirklich zu wissen, was wir da eigentlich essen.

Und doch greift die Schuldzuweisung an uns Verbraucher zu kurz. Denn es gehört eine erhebliche Menge krimineller Energie dazu, wie vor einigen Jahren Ekelfleisch als Frischware zu verkaufen und dabei die Gesundheit unzähliger Menschen zu gefährden. Und es ist vorsätzliche Täuschung, Pferd für Rind zu verkaufen oder Käfigeier als Bioware. Und wenn es aus Geldgier geschieht, ist es auch Betrug.

Hier sind wir als Verbraucher sicher gefragt. Denn unser Verhalten hat Einfluss auf die Lebensmittelindustrie. Wenn wir nur auf den Preis schauen, wird auch möglichst billig produziert – mit den bekannten Folgen der Massentierhaltung und immer neuer Skandale. Wenn wir auf Qualität achten und bereit sind, dafür zu zahlen, werden die Erzeuger unterstützt, die auf Qualität und tiergerechte Haltung achten.

Hier ist aber auch die Politik gefragt. Und es reicht nicht aus, den x-ten Aktionsplan zu verkünden, wenn er nur als Placebo eingesetzt wird und nicht auch in die Tat umgesetzt wird.

Selbst beim Brot wissen wir oft nicht mehr, was da alles drin ist. Gerade beim industriell gefertigten Brot sorgen unzählige Zusätze für Frische und Aussehen: Stabilisatoren, Farbstoffe, Geschmacksverstärker, Frischhaltungsmittel, Enzyme, mit einem Wort: chemisches Doping für Weltmeisterbrötchen.

Nur wenige Bäcker backen heute noch natürlich – mit selbstgeführtem Sauerteig und selbst zusammengestellten Gewürzen. Und dieses natürliche Brot ist es, was wir uns eigentlich wünschen. Solch echtes Brot ist ein Himmelsgeschenk, das uns gesund satt macht.

So wie Jesus in unserem Predigttext von Brot als einem Himmelsgeschenk redet, das uns satt macht an Leib **und** Seele. Brot, das das uns erst wirkliches Leben schenkt.

Und unser Hunger nach Leben, nach erfülltem Leben ist ja oft so groß. Wir wollen so viel in unserem Leben erreichen: Anerkennung, Erfolg, Freunde, Spaß, schöne Erlebnisse. Und wir wollen spüren, dass wir gebraucht werden.

Mancher stürzt sich dazu in berufliche Aktivitäten. Er versucht, immer mehr zu leisten, um sein Leben bestmöglich auszunutzen und sich etwas leisten zu können. Und vielleicht auch, sich erwählt, auserwählt und bestätigt zu fühlen.

Für andere beginnt des Leben erst nach Feierabend: bei Sport, Vergnügen, einem guten Essen und Geselligkeit.

Es gibt so viele Möglichkeiten, dem Leben nachzujagen. Und trotzdem machen viele Menschen irgendwann die Erfahrung, dass sich das Leben nicht so leicht erobern lässt, dass auch der Erfolg schal bleibt und Misserfolg und Enttäuschungen sich nicht verhindern lassen.

Oft ist es wahrscheinlich nur eine leichte Unruhe, die von Zeit zu Zeit auftaucht und einem sagt, dass doch nicht alles so ganz in Ordnung ist. Aber viele Menschen quälen sich auch ganz offen mit der Frage ab, wie sinnvoll ihr Leben eigentlich ist. Sie spüren eine Leere, die sie nicht auffüllen können. Sie versuchen, ihren Lebenshunger zu stillen – und sie werden dabei nicht satt.

Die von mir sehr geschätzte Theologin Dorothee Sölle bezeichnet das als „nicht gelebtes Leben“. Ja sie geht noch weiter und nennt es Entfremdung vom Leben, ja sogar Tod. Sie schreibt:

„Der Mensch lebt nicht vom Brot allein, er stirbt sogar am Brot allein, einen allgegenwärtigen, schrecklichen Tod; den Tod am Brot allein, den Tod der Verstümmelung, den Tod des Ersticken, den Tod aller Beziehungen. Er stirbt den Tod, bei dem wir noch eine Weile weitervegetieren können, weil die Maschine noch läuft; er stirbt den furchtbaren Tod der Beziehungslosigkeit: wir atmen noch, wie konsumieren weiter, wir erledigen, wir produzieren, wir reden noch vor uns hin und leben doch nicht.“

... und leben doch nicht! Dorothee Sölle bezeichnet also gerade unseren Versuch, das Leben zu erobern, es aus eigener Kraft zu meistern, als vergeblich. Wir erobern das Leben so eben nicht – ganz im Gegenteil. Wir jagen dem Leben nach – und es läuft uns davon.

Erfülltes Leben besteht eben nicht darin, möglichst viel zu tun und zu leisten. Erfülltes Leben besteht auch nicht darin, möglichst viel erleben zu wollen. Ein Leben, das auf eine möglichst dichte Folge von Events und spektakuläre Erfahrungen ausgerichtet ist, wird zum Junk-Food: schal, geschmacksarm und leer.

Leben gewinnt seinen Sinn erst in der Beziehung zu anderen Menschen und in der Beziehung zu Gott. Erst in echten und tiefen Beziehungen zu anderen Menschen können wir die Nähe und Geborgenheit finden, aber auch das ehrliche Gegenüber, die aus unserem bruchstückhaften Leben ein Ganzes machen können. Erst in einer echten Beziehung zu Gott können wir unseren Lebenshunger stillen und satt werden – aus dem Brot des Alltags wird Brot des Lebens.

Wie das gehen kann, wie wir lernen können, solche Beziehungen zu leben, das zeigt uns Christus, wenn er sagt: *"Ich bin das lebendige Brot, das vom Himmel gekommen ist. Wer von diesem Brot isst, der wird leben in Ewigkeit. Und dieses Brot ist mein Leib, den ich geben werde für das Leben der Welt."*

In diesem Wort steckt so unendlich viel. Ich möchte nur zwei Dinge herausgreifen:

1. Jesus verweist uns mit seinem „Ich bin“ auf sich selbst – auf sein eigenes Leben. Er hat sich seinen Mitmenschen zugewandt und geöffnet. Er hat sich denen zugewandt, die mit ihrem eigenen Leben nicht mehr fertig geworden sind. Er hat denen die Augen geöffnet, die für ihr eigenes Leben blind geworden waren.

Und er hat ihnen von der Liebe Gottes zu uns Menschen nicht nur erzählt. Er hat sie ihnen vorgelebt und ihnen so eine vertrauensvolle Beziehung zu Gott vor Augen stellt.

Christus hat uns gezeigt, wie echtes Leben aussehen kann. Und er hat uns Mut gemacht, dieses echte Leben auszuprobieren und ins eigene Leben zu übertragen. Das ist der genaue Gegensatz zu dem, was Dorothee Sölle das „*nicht gelebte Leben*“ nennt.

Denn Christus verspricht uns dieses Leben nicht erst für nach dem Tod. Er verspricht es uns auch schon für heute, für jetzt, für unser Leben in dieser Welt. Wer auf das Leben Christi sieht, wer ihm ganz vertraut, dem bringt Christus dieses Leben – ein Leben, das er selber ist: Lebensbrot.

2. Nicht zufällig klingt in dem Wort vom Lebensbrot das Abendmahl an. Und auch wenn wir heute nicht miteinander Abendmahl feiern, will ich kurz darauf eingehen.

Jesus benutzt mit diesem Wort „Brot“ ja ein sehr sinnhaftes Zeichen. Er weiß, dass kein Mensch von Worten allein leben kann.

Wir Menschen sind ja sinnhafte Wesen. Wir sehen unsere Welt. Wir riechen den Duft der Blumen. Wir schmecken das Brot, wir spüren, dass unsere Haut berührt wird.

Deshalb brauchen wir auch etwas, wodurch wir Gemeinschaft spüren können. Jesus schenkt uns seine Gemeinschaft so, dass wir sie mit unseren Sinnen spüren können.

Wir riechen den Wein und trinken ihn. Wir sehen das Brot und schmecken es. Was ich gegessen und getrunken habe, das habe ich ganz in mich aufgenommen.

So nehme ich beim Abendmahl die lebensspendende Gemeinschaft Christi ganz in mich auf. Und ich erlebe die Gemeinschaft mit den anderen Gottesdienstbesuchern. Wir stehen gemeinsam um den Tisch des Herrn, nicht als Einzelne.

Christus sagt: Ich gebe mich als Brot. Ich gebe mich im Brot für das Leben der Welt. Sinnhafter können wir das gar nicht erfahren als im Abendmahl, dieses: Ich selbst gebe mich für das Leben der Welt. Ich selbst gebe mich für Euch. Es gibt eben Wirklichkeiten, die nur dem Erleben zugänglich sind, und nicht der Vernunft.

Jesus lässt uns an seiner Art des Lebens teilnehmen. Er lässt uns an der Liebe Gottes teilnehmen – Anteil nehmen. Er schafft in uns ein neues, vertrauensvolleres und hoffnungsvolleres Leben. Wenige Verse vor unserem Predigttext sagt er: *"Ich bin das Brot des Lebens. Wer zu mir kommt, den wird nicht hungern; und wer an mich glaubt, den wird nimmermehr dürsten."*

Brot ist ein starkes Bild für das Leben und für den Glauben. Brot isst man, um satt zu werden. Glauben lebt man, um Gott zu finden – und so den Sinn für sein Leben.

Allerdings isst man Brot heute oft nicht mehr nur, um satt zu werden. Man isst, um zu genießen und verliert dabei das Sättigungsgefühl aus dem Blick. Deshalb braucht es auch immer neue Brotsorten, um den Gaumen zu kitzeln und Lust auf mehr zu machen. Kein Wunder, dass wir immer dicker werden, weil wir gar nicht mehr spüren, wann wir satt sind. Es geht, wie bei allem Konsum, immer nur um das „Mehr, mehr und noch mehr“.

Und das gleiche Phänomen gibt es auch bei der Gottsuche, bei der Spiritualität. Mancher sucht Spiritualität um des religiösen Erlebnisses willen, nicht um Gottes willen.

Unsere Gottesdienste werden vielleicht vorübergehend voller, wenn wir jeden Sonntag einen neuen Event erfinden. Aber sie werden zum Junk Food, zum religiösen Hamburger. Auf Dauer werden sie leerer, weil wir das gar nicht durchhalten, weil wir kurzatmig werden und allzu schnell an die Grenzen unserer Phantasie stoßen. Und auch, weil wir uns übersättigen, anstatt wirklich satt zu werden.

Glaubensleben braucht „Nährwert“ wie Schwarzbrot und nicht nur Erlebnis und Genuss wie Torte. Wir brauchen für unsere Spiritualität Schwarzbrot. Wir brauchen in unserem Glauben Grundnahrungsmittel, nicht Junk Food, der schnelle religiöse Gefühle erzeugt, aber unsere Sehnsucht nach Sinn und erfülltem Leben nicht stillt.

Die Passionszeit ist eine gute Gelegenheit für eine solche Schwarzbrot-Spiritualität. Süßigkeiten zu fasten, ist gut. Alkohol zu fasten, ist gut. Aber es schadet auch nicht, einmal seine abendlichen Sehgewohnheiten beim Fernsehen zu überprüfen.

Der Verzicht auf Süßigkeiten und Alkohol tun dem Körper gut. Fernsehhygiene reinigt den Geist und macht die Seele frei. Diesen Freiraum für die Seele kann ich nutzen für ein gutes Buch, für das Nachdenken über meine Lebensziele, auch für einen Abschnitt aus der Bibel, für die täglichen Losungen oder vier Wochen „Exerzitien im Alltag.“

Genau das meint auch Jesu Wort „ich bin das lebendige Brot“ – ich führe zum ewigen Leben, zu einem Leben, das Bestand hat, sogar über den Tod hinaus.

Ich habe meine Predigt mit einem Blick auf die aktuellen Lebensmittelskandale begonnen. Durch sie ist uns die Selbstverständlichkeit des Essens in Verruf geraten und verlorengegangen. Durch diese hoffentlich heilsame Verunsicherung besinnen sich viele auf das, was für sie wirklich gut ist.

Wie wäre es, wenn das nicht nur für das „körperliche Brot“ gälte, sondern auch für das seelische Brot: uns nach dem auszustrecken, was gut tut und als geistliches Grundnahrungsmittel unseren Hunger nach echtem Leben stillt.

Mit einem Gedicht von Lothar Zenetti möchte ich schließen. Es heißt:

„Ein Mensch wie Brot“:¹

*Er lehrte uns die Bedeutung und Würde
des einfachen unansehnlichen Lebens;
unten am Boden,
unter den armen Leuten
säte er ein seine unbezwingbare Hoffnung.
Er kam nicht zu richten, sondern aufzurichten,
woran ein Mensch nur immer leiden mag.
er kam ihn zu heilen.*

*Wo er war, begannen Menschen freier zu atmen,
Blinden gingen die Augen auf,
Gedemütigte wagten, es zum Himmel aufzuschauen
und Gott ihren Vater zu nennen.
sie wurden wieder Kinder – neugeboren.*

*Er rief sie alle ins Leben.
Er stand dafür ein,
dass keiner umsonst gelebt,
keiner vergebens gerufen hat,
dass keiner verschwindet namenlos
im Nirgends und Nie,
dass der Letzte noch
heimkehren kann als Sohn.*

*Er wurde eine gute Nachricht:
im ganzen Land ein Gebet,
ein Weg, den man gehen
und ein Licht, das man in Händen halten kann
gegen das Dunkel.*

*Ein Mensch wie Brot,
das wie Hoffnung schmeckt:
bitter und süß.
Ein Wort, das sich verschenkt,
das sich dahingibt, wehrlos,
in den tausendstimmigen Tod,
an dem wir alle sterben.*

*Ein Wort, dem kein Tod gewachsen ist -
das aufersteht und ins Leben ruft;
unwiderstehlich:
„wahrhaftig dieser war Gottes Sohn“*

Soweit das Gedicht von Lothar Zenetti.

Und der Friede Gottes, der all unser Fühlen und Denken übersteigt, der bewahre unsere Herzen und Sinne in Christus Jesus, Amen

¹ Lothar Zenetti, *Auf seiner Spur*, Matthias-Grünwald-Verlag, 2000