

Thema: Brot, das uns Leben in Fülle schenkt

1. Iß dich gesund

Die richtige Ernährung ist vielen Menschen ein großes Anliegen geworden. Kaum eine Zeitschrift, eine Sendung über Gesundheit, die nicht gute Ratschläge gibt, wie wir uns besser und gesünder ernähren können. Eiweiß- und Kalorientabellen werden veröffentlicht und beim Body-Mass-Index muss man fast ein schlechtes Gewissen bekommen, wenn man sieht, wie groß man eigentlich sein müsste beim derzeitigen Körpergewicht. Krankenkassen werden nicht müde, darüber zu informieren, dass die Deutschen zu fett, zu viel, zu vitaminarm und vor allem zu süß essen. Sie warnen eindringlich davor, dass falsche Ernährung zu Mangelerscheinungen und Krankheiten führen: Angefangen bei dem berüchtigten Skorbut, der den Seeleuten früherer Jahrhunderte wegen Vitamin-C-Mangel die Zähne ausfallen ließ, bis hin zu den modernen Zivilisationskrankheiten unserer Tage. Es ist sicherlich wahr: Man kann sich krank essen.

Die gute Nachricht- offensichtlich kann man sich auch gesund essen. Diätverordnungen, Müslikuren, Vollkornrezepte – das alles steht im Zeitalter des Gesundheitskultes hoch im Kurs.

Und der Traum von einer Wunderspeise oder einem Wundertrank ist zwar uralt, ist aber auch vom modernen Menschen des 21. Jahrhunderts noch nicht ausgeträumt. Vielleicht kann man dann ein paar Jahre länger gesund leben.

So erzählen Märchen vom »Wasser des Lebens«, das den, der davon trinkt, sofort gesund macht. Mythen besingen den Lebensapfel, der Unsterblichkeit verspricht.

Sodann werden in unseren Tagen Geheimrezepte fremder Kulturen hoch gehandelt: Etwa die Knoblauchzwiebel der alten Ägypter, der Kefir kaukasischer Hirten, oder die Ginseng-Wurzel Asiens.

Stellen wir uns einmal vor: Würde hier auf dem Breitenberg (NE: Edelsberg) ein Kraut wachsen, das einem das Leben um 10 Jahre verlängern würde, wäre er vermutlich berühmter als der Mount Everest und man müsste ihn wegen der andrängenden Menschenmassen sperren.

Man sollte also Interesse erwarten, wenn unser Evangelium heute von einer Speise spricht, »die für das ewige Leben bleibt«, von einem Brot, das »der Welt das Leben« gibt. Die Juden damals waren jedenfalls sehr interessiert. Der alte Traum vom Manna in der Wüste wurde wieder wach: Brot, das vom Himmel fällt und alle satt macht; Brot, das nichts kostet, das immer wieder von neuem herabregnet. Die Ernährungsprobleme eines ganzen Volkes wären gelöst. Und noch etwas kam dazu: Auch über Jesus hätten sie dann endlich Klarheit gewonnen. Wer das Manna-Wunder noch einmal vollbringen kann, der ist der Messias - so lehrte die alte Überlieferung. Verständlich, dass sie deshalb Jesus nachfuhren, um nach der Brotvermehrung ein weiteres, ein eindeutiges Zeichen zu sehen.

2. Mehr als Ginseng und Manna

Jesus aber lehnt ab. Er hat mehr zu geben als Brote, die satt machen. Er hat mehr zu geben als Manna und Ginseng. Sich selbst bietet er an: Ich bin das Brot des Lebens. Bei mir findet ihr mehr als vergängliche Speise für vergängliche Menschen. Bei mir findet ihr das Leben selbst. Deshalb wird der, der zu mir kommt, nie mehr hungern, und wer an mich glaubt, den

wird nie mehr dürsten. Wie Brot will ich für euch sein, Brot, nicht für den Magen, sondern Lebensbrot, das alle eure tiefsten Sehnsüchte zu stillen vermag.

Mancher wird an dieser Stelle abwinken, wie es die Juden damals taten. Wörtlich heißt es: Sie murrten! Brot für die Seele? - Nein danke! Ich brauche nur Brot für meinen Leib. Bald haben wir ja den Punkt erreicht, wo sonntags mehr Menschen in die Bäckereien strömen, als zur Kirche kommen – und sich später dann wundern, dass sie leiblich zwar wohl genährt, seelisch aber ausgebrannt und leer sind.

Viele haben aber auch, seit diese Worte von Jesus gesprochen wurden, in diesem Brot ihr wahres Leben gefunden. Seit fast zweitausend Jahren finden Menschen in der Eucharistie Nahrung für jenen Hunger, der auch mit den köstlichsten Speisen nicht zu stillen ist. Deshalb ziehen sie die Hl. Messe jeder Einladung zu einem Gourmet-Essen vor.

Schwestern und Brüder,

wer nach Liebe hungert, wer nach Frieden und Gerechtigkeit schreit, wer auf der Suche ist nach Gott, wer nach dem Sinn seines Lebens fragt, wer nach wahren, erfülltem, unvergänglichem Leben sehnt, dem sagt Jesus: Bei mir findest Du das Brot für deinen Hunger, das Brot für deine Sehnsüchte und deine Fragen. Bei mir und mit mir zusammen wirst du das Leben finden, das nie aufhört - nicht bloß eine kurze Lebensverlängerung um ein paar Jahre.

3. Das Leben auf Jesus umstellen

Noch ein letzter Punkt. Viele haben, als ihnen das Wasser bis zum Halse stand und eine schwere Krankheit sie ereilte, ihre Ernährung umgestellt, ihre Lebensweise radikal geändert. In der Not ist jedes Mittel recht, das Hilfe verspricht, ob Körnerkur, Obst- oder Breuß-Diät. Jesus lädt uns ein, unser Leben auf ihn umzustellen. Wer bereit ist, aus ihm zu leben, dessen Hunger nach einem Leben in Fülle wird leichter gestillt.

Das bestätigen übrigens Forschungen, die in „Psychological Science“ veröffentlicht wurden. Ergebnis: Gläubige Menschen sind weniger materialistisch, stressresistenter und haben eine höhere Selbstzufriedenheit.

Freilich: Jede Kur braucht ihre Zeit. Ein verdorbener Magen wird nicht an einem Tag kuriert und die geschädigte Lunge des Kettenrauchers wird nicht schon nach der ersten nikotinfreien Woche gereinigt sein.

Auch wer sich auf den Weg des Glaubens macht, sein Leben auf Jesus umstellen will, braucht deshalb Geduld und einen langen Atem. Das Brot des Lebens ist kein Partyhäppchen, das man so im Vorbeigehen runterschluckt und uns dann irgendwie auf magische Weise verwandelt. Zeitlebens müssen wir es kauen, dann wird uns der Herr immer mehr prägen können. Ein bekanntes Zitat des Religionskritikers Ludwig Feuerbach lautet: „Der Mensch ist, was er isst.“ Wenn wir immer wieder den Herrn in der Haltung des Glaubens und der Liebe essen, werden wir ihm immer mehr ähnlich werden, immer mehr von seinem Geist durchdrungen sein, dann werden wir von ihm sozusagen „durchblutet“. Wir nehmen unmerklich immer mehr seine Gesinnung an, schauen immer mehr mit seinen Augen in diese Welt, reden immer mit seinen Worten, handeln immer mehr, wie er gehandelt hat – und nur so werden wir auch die Welt um uns ins Positive verwandeln können. Amen.