

Predigt am Sonntag Lätare, 30.03.2025, Erlöserkirchengemeinde Düsseldorf (SELK)

Johannes 6,47-51:

Jesus sprach: 47 Wahrlich, wahrlich, ich sage euch: Wer glaubt, der hat das ewige Leben. 48 Ich bin das Brot des Lebens. 49 Eure Väter haben in der Wüste das Manna gegessen und sind gestorben. 50 Dies ist das Brot, das vom Himmel kommt, damit, wer davon isst, nicht sterbe. 51 Ich bin das lebendige Brot, das vom Himmel gekommen ist. Wer von diesem Brot isst, der wird leben in Ewigkeit. Und das Brot, das ich geben werde, ist mein Fleisch – für das Leben der Welt.

Liebe Gemeinde, mit der letzten Nacht endete der Ramadan, das 30tägige Fasten der Muslime. Bei diesem Fasten geht es immer darum, dass die Hingabe an Gott einen höheren Wert hat als die menschlichen Bedürfnisse. Von Sonnenaufgang bis Sonnenuntergang darf da ja nichts gegessen und auch nichts getrunken werden, auch Rauchen und Sexualverkehr sind während dieser Zeit tabu. Dadurch soll auch die Selbstdisziplin und das Mitgefühl für die Armen gestärkt werden. So ist der Ramadan für einen frommen Muslim schon eine ziemliche Herausforderung.

Entsprechend wird das Ende des Ramadan groß gefeiert – in manchem bei den äußeren Bräuchen vergleichbar mit unserem Weihnachtsfest. Man dankt Allah für das Erreichen der spirituellen Ziele. Das festliche Essen ist dabei auch ein Symbol der Belohnung für die Zeit der Entbehrung und auch für den Lohn, den man dafür nach diesem Leben erwarten darf.

Nun hat das Essen in unserer Gesellschaft ja auch bei Nichtmuslimen teilweise schon eine fast religiöse Bedeutung bekommen. Zwar verspricht man sich vom „richtigen“ Essen nichts für die Zeit nach dem eigenen Ableben, denn für einen immer größeren Teil der Menschen bei uns beschränkt sich ihre Erwartung auf das Leben jetzt und hier. Aber auch für dieses Leben hier spielt die Ernährung eine ganz wesentliche Rolle. Im Grunde geht es für die Menschen beim Essen um Leben und Tod. Wir müssen ja essen, um zu leben, um zu überleben. Ohne Essen würden wir verhungern. Dennoch bringt uns jede Mahlzeit, auch die gesündeste, unserem eigenen Tod näher.

Eben das greift Jesus in den Worten, die wir gerade gehört haben auf. Er stellt uns hier vor Augen, dass es beim Essen tatsächlich um nichts weniger geht als um Leben und Tod. Wenn er sich selbst hier als das „Brot des Lebens“ bezeichnet, vergleicht er sich mit einem Grundnahrungsmittel, mit etwas, das wir unbedingt zum Leben brauchen. Dabei geht es hier um dreierlei Essen: (1.) um Essen, das den Tod verschiebt, (2.) um Essen, das den Tod verdrängt und (3.) um Essen, das den Tod überwindet.

I.

Was wird heute alles geforscht, um herauszubekommen, was eine optimale Ernährung ist. Eine Zeitlang war Fleischverzehr ganz schädlich. Heute lerne ich: Kohlehydrate – also Brot, Nudeln und Kartoffeln – sind ganz schädlich. Beim muslimischen Fastenbrechen heute dürfte Zucker ein ganz großes Problem sein bei den vielen Süßigkeiten und Desserts, die da aufgetischt werden. Auf den Lebensmittel- und Getränkeverpackungen gibt es jetzt zunehmend Warnhinweise zum Gehalt an Zucker, Fetten und auch Kohlehydraten. In den Fernsehprogrammen und in den Buchhandlungen gibt es Ratschläge zuhauf, wie man sich denn nun gesund ernährt, wie man sich so ernähren kann, dass man den Tod im Leben nach hinten verschiebt. Und es gibt einen riesigen Markt für Nahrungsergänzungsmittel, die die Gesundheit fördern und das das Leben verlängern sollen. Doch selbst wenn das stimmen würde, was sie versprechen, bleibt es eben doch dabei: Gegen den Tod ist am Ende kein Kraut gewachsen. Und wenn ich mich bei meiner Nahrungsauswahl ständig von der Sorge treiben lasse, ich könnte etwas Ungesundes essen, dann ist es sogar recht wahrscheinlich, dass diese Angst vor dem Tod mein Leben so stark verkürzt, dass auch alle Kräuter und Pillen dagegen nicht ankommen.

Jesus sagt seinen Zuhörern: „*Eure Väter haben in der Wüste das Manna gegessen und sind gestorben*“ (v. 49). Damit erinnert er sie an die Zeit, nachdem Gott sein Volk aus der Sklaverei in Ägypten befreit hatte. Auf dem anschließenden Weg durch die Wüste zu dem Land, das Gott ihnen versprochen hatte, wären sie ohne Gottes Hilfe verhungert. Darum hatte der sie mit diesem besonderen „Brot vom Himmel“, dem Manna, versorgt. Und was könnte es für eine gesündere Nahrung geben als die, die Gott selbst damals seinem Volk schenkte. Doch selbst diese besondere Speise konnte nicht verhindern, dass die, die sie aßen, früher oder später eben doch starben.

Vielleicht, liebe Gemeinde, können wir mit unserem Essen unseren Tod hier und da ein bisschen nach hinten schieben. Doch den Tod besiegen, ihn beseitigen, das können wir nicht, ganz gleich, was wir für Nahrung oder für Pillen zu uns nehmen mögen. Wir essen uns mit jeder Mahlzeit unserem Tod entgegen – das gilt für die angeblich gesündeste Ernährung genauso wie für die Dinge, vor deren – zumindest übermäßigen – Verzehr wir immer gewarnt werden. Denn gegen den Tod ist am Ende kein Kraut gewachsen. Ob ich auf gesundes Essen achte oder nicht – sterben wird jeder von uns.

II.

Angesichts dieser Perspektive legt sich eine andere Haltung sehr viel näher, die uns in der Bibel ebenfalls sehr drastisch vor Augen gestellt wird: „*Lasst uns essen und trinken, denn morgen sind wir tot.*“¹ Ja, man kann auch essen, um den Tod schlicht und einfach im Leben zu verdrängen.

„*Lasst uns essen und trinken, denn morgen sind wir tot*“ – so direkt würden es heutzutage vermutlich nicht viele formulieren. Doch eben so verhalten sich in Wirklichkeit doch in unserem Land, in unserer Stadt, in unserer Umgebung unzählige Menschen. Essen und Trinken dienen für sie nicht bloß der Nahrungsaufnahme oder der Lebenserhaltung, sondern sie werden geradezu zelebriert, werden für viele zu einem wesentlichen Lebensinhalt. Die Fernsehsender präsentieren uns fast jeden Tag Sendungen wie „Das perfekte Dinner“, „Land und lecker“, „Der Vorkoster“, „Das große Promibacken“ oder „Grenzenlos glücklich“. Und wir kennen vielleicht auch Menschen, die nach ihrem Urlaub vor allem davon erzählen, was sie auf ihrer Reise alles gegessen und getrunken haben. Auch bei der Freizeitgestaltung spielt das Essen für manche eine wesentliche Rolle. Der Brunch am Sonntagmorgen kann da wahrhaftig zum Gottesdienstersatz werden. Schließlich suggeriert uns die Werbung ja, dass wir im schönen Essen geradezu die Erfüllung unseres Lebens finden können – Genuss, Gemeinschaft, Glück.

Nun ist gegen ein gutes, leckeres Essen durchaus nichts einzuwenden. Doch wie leer ist ein Leben, dessen Inhalt ganz wesentlich im Essen, in der Nahrungsaufnahme besteht. Wie leer ist ein Leben, das nur um den eigenen Genuss und den eigenen Bauch kreist. Wie leer ist ein Leben, in dem das Essen den Menschen davon abhält, tiefer über sein Leben und dessen Sinn nachzudenken. „*Lasst uns essen und trinken, denn morgen sind wir tot*“ – das ist genauso egoistisch, verantwortungslos und zukunftsvergessen wie die Devise „nach uns die Sintflut“. Doch gerade um unsere Zukunft geht es Jesus, um unsere ewige Zukunft in der Gemeinschaft mit Gott.

III.

Darum spricht er hier schließlich von einem ganz anderen Essen, einem Essen, das den Tod nicht bloß ein bisschen nach hinten schiebt in unserem Leben, das den Tod auch nicht verdrängt, sondern das ihn in der Tat überwindet. „*Brot des Lebens*“ verspricht Jesus hier seinen Zuhörern, Brot, das vom Himmel kommt, damit, wer davon isst, nicht sterbe. Sich selbst bezeichnet er als dieses Brot. Wer dieses Brot zu sich nimmt, der empfängt damit nicht nur Nahrung für seinen Leib und für dieses Leben. Der wird gesättigt mit dem, wovon der „innere Mensch“ lebt.

Manche kennen vielleicht die „Bedürfnispyramide“ des amerikanischen Psychologen Abraham Maslow. Das ist ein sozialpsychologisches Modell, das auf vereinfachende Weise

¹ Jes. 22,13; 1.Kor. 15,32

menschliche Bedürfnisse beschreibt und in eine Hierarchie, eine Stufenfolge bringt. An der Basis seiner Pyramide stehen Grundbedürfnisse wie Essen und Trinken, Schlafen und ein Dach über dem Kopf. Dann gibt es soziale Bedürfnisse wie Anerkennung und Gemeinschaft. An der Spitze stehen bei ihm die Bedürfnisse nach Selbstverwirklichung und schließlich nach Transzendenz. Auch wenn dieses Modell heute nicht unumstritten ist, ist doch allen klar, dass wir mehr zum Leben brauchen als Nahrung und Obdach. In unserer Gesellschaft gibt es Menschen, denen es materiell an nichts fehlt, die aber seelisch verwahrlosen. Denn ihnen fehlt, was der von mir so bezeichnete „innere Mensch“ zum Leben braucht: Liebe, einen Sinn des Lebens, Hoffnung und Zuversicht.

Jesus Christus spricht hier vom ewigen Leben. Damit meint er ein Leben, das nicht gekennzeichnet ist von der Furcht vor Ablehnung und Bedeutungslosigkeit, vor Sinnlosigkeit und Vergeblichkeit, vor der Vergänglichkeit und dem Sterben. Es ist ein Leben, das charakterisiert ist dadurch, dass ich angenommen und geliebt bin, ohne dass ich zuvor etwas dafür leisten muss, dadurch, dass ich nicht perfekt sein muss, sondern Fehler machen darf, dadurch, dass ich einen Sinn und ein Ziel für mein Leben habe, dass ich Vertrauen, Hoffnung und Zuversicht habe auch über meine eigenen Grenzen und Möglichkeiten und über meinen Tod hinaus. Dieses Leben schenkt er mir, wenn ich ihn mir einverleibe, wenn ich sein Fleisch und Blut esse und trinke.

Ich weiß, das klingt sehr drastisch. Schon bei seinen ersten Hörern hat das nicht nur Irritation, sondern auch Widerspruch und Ablehnung ausgelöst. Manche haben das als Kannibalismus missverstanden. Wenn Jesus hier sagt: „*Das Brot, das ich geben werde, ist mein Fleisch – für das Leben der Welt*“ (V. 51), dann deutet er damit zum einen seine Lebenshingabe für uns am Kreuz an. Zum anderen verweist er damit auf das Heilige Abendmahl. In diesem Mahl gibt er uns Anteil an seiner Lebenshingabe für uns, an der bedingungslosen und grenzenlosen Liebe, mit der er für uns da ist, an der Überwindung von Schuld und Versagen, von Bedeutungs- und Sinnlosigkeit. In diesem Mahl schenkt er uns Anteil an seinem Leben, das den Tod schon hinter sich hat. Im Essen und Trinken erfahren wir Versöhnung mit Gott und Gemeinschaft mit ihm.

Es gibt im Deutschen eine Redensart, die lautet: „*Ich habe dich zum fressen gern!*“ An dieser Redensart wird deutlich, dass das Essen ein Akt der Aneignung, der Teilgabe und der Gemeinschaft ist. Wenn Jesus Christus sagt: „*Ich bin das Brot des Lebens*“, bringt er zum Ausdruck, dass er ganz mit uns verbunden sein möchte, leiblich, seelisch, mit Verstand und Gefühl. Essen ist ein Akt der Aneignung. Und wie wir virtuell nicht satt werden würden, wenn uns die Nahrung nur medial am Bildschirm präsentiert würde, so wird unser „innerer Mensch“ nicht gestärkt, wenn wir Jesus Christus nicht leibhaftig im Abendmahl in uns aufnehmen.

So, liebe Gemeinde, ist das Heilige Abendmahl schon so etwas wie der Vorgeschmack auf das ewige Leben, eine Kraftquelle zum Leben und zum Sterben. Es ist das Essen, das den Tod überwindet. Dabei ist es keine Belohnung für das, was wir an Verzicht und Opfer geleistet hätten. Es ist ein Essen, das er für uns bereitet hat durch seinen Tod und seine Auferstehung, ein Essen, zu dem er uns einlädt – auf seine Kosten –, ein Leben, das uns den Himmel öffnet. Heute steht es wieder hier für uns bereit. Darum nehmt seine Einladung wahr und empfangt das „*Brot des Lebens*“. Und dann „*schmecket und sehet, wie freundlich der Herr ist*“. Amen.

© Pfr. Gerhard Triebe

CoSi 447 (Brot des Lebens, Jesus)

Bibeltexte: © Lutherbibel, revidiert 2017 | © 2016 Deutsche Bibelgesellschaft, Stuttgart