

# Predigt am 20. Sonntag im Jahreskreis (B)

(Joh 6, 51-58)

von Pfr. Dr. André Golob

---

Wie die meisten wissen, habe ich in Münster studiert. Manchmal, wenn ich Freunde in der Gegend besuche, unternehme ich einen Trip durch die Innenstadt. Ich liebe diese Stadt. An jeder Ecke lauern Erinnerungen. In dieser Kneipe hat man mit Freunde angestoßen auf die erste gelungene Juraklausur, dort hat man häufig mit Freunden gegessen und die Abgabe von theologischen Hausarbeiten gefeiert. Essen und Trinken ist in Westfalen was Bedeutendes. Wenn man den Prinzipalmarkt herunter schlendert, kommt man an eine der großen Bäckereien vorbei, eine der größten der Westfalenmetropole - Tollkötter heißt sie. Der Duft von frischem Brot steigt einem von weitem in die Nase, der Duft von vielen, vielen Sorten Brot, weit über 200 - einfach köstlich. Der Blick durch die Fensterscheibe gleicht einem Blick in einen orientalischen Bazar – Brot im Überfluss, jeden Tag auf's neue angefüllt. Jeder Geschmack findet seine Sorte.

Heutzutage steht einem so viel Brot zu Verfügung, dass häufig Pausenbrote im Müll landen, Kinder Brotreste einfach liegenlassen oder wegwerfen - vielleicht auch weil wir Erwachsenen es ihnen vor machen. Vielleicht aber auch, weil eine Milchschnitte oder die Lila Pause doch attraktiver sind oder cooler. Was ist denn schon eine Scheibe Brot. Manche Kinder wissen kaum noch, wie Brot hergestellt wird. Man findet es halt im Supermarkt gegenüber den Nudeln. Dass es aus Mehl gebacken wird und wo das Mehl herkommt, kann uns nur der Erklär-Bär aus dem Kinderkanal sagen.

Der Überfluss, in dem wir leben, kann uns blenden. Trotz dieser Fülle leben viele Menschen in einer großen Ferne zu den Grundnahrungsmitteln. Ein junger Mensch, in der Betonwüste von Berlin-Hohenschönhausen aufgewachsen, hat natürlich noch nie live eine Kuh gesehen, geschweige denn ein Weizenfeld, das sich im Winde wiegt. Statt Felder stehen dort McDonalds Filialen und werben mit Riesenschildern für den neuen Doppelwoppel mit Cola und Pommes. Amerikanisches *fast food* - hastig heruntergeschlungen - kein Wunder, dass wir kaum noch Ehrfurcht vor unserem

Essen, vor allem den Grundnahrungsmitteln haben. Doch den ehrfürchtigen Umgang mit der Nahrung, dem Brot sind wir unserem Schöpfer schuldig.

Mein Vater erzählte mir einmal von einem Onkel, der aus dem Krieg wiederkam. Vollkommen ausgehungert machte er sich über ein Brot her und pickte danach mit einem angefeuchteten Finger jeden noch so kleinen Krümel auf und führte ihn zu seinem Mund. Nach Jahren der Entbehrung war jeder noch so kleine Krümel unendlich wertvoll und köstlich.

Diejenigen unter uns, die ihr Brot nicht gedankenlos essen, die es vielleicht noch selbst backen, machen wohl am Ehesten Erfahrung mit der Lebenskraft, die, für uns alle unverzichtbar, im Brot steckt. Mit dem Brot verbindet sich nicht nur die Erfahrung der Sicherung des Daseins für jeden einzelnen, sondern auch solche Grunderfahrungen wie die der Gemeinschaft, des Teilens, der Sorge füreinander. Nicht umsonst nennt sich eines der beiden großen evangelischen Hilfswerke „Brot für die Welt“.

Leonardo Boff hat seine Grunderfahrungen mit Brot folgendermaßen zu Papier gebracht, ich zitiere:“ Dann und wann wird bei uns zu Hause Brot gebacken. In einer großen Stadt mit zig Bäckereien und dazu noch in einer Etagenwohnung ist das immerhin bemerkenswert. Da gibt sich jemand dem Luxus hin, Brot zu backen. Das wäre doch wohl wirklich nicht nötig! Aber das Brot ist ja auch nicht dazu bestimmt nur den Hunger zu stillen ... Jedes Mal, wenn Papa auf Reisen war, erwartet Mama ihn mit einem großen Backofen voll Brot. Und wenn er zurückkam, freute er sich - wie wir Kinder - über das frische Brot, das wir mit Käse oder italienischer Salami aßen. Dazu gab es ein gutes Glas Wein. Niemand freute sich mehr als er über dieses einfache Dasein und über die großzügige Genügsamkeit dieser ursprünglichen Nahrungsmittel der Menschheit. Wenn jetzt das Brot in einer Etagenwohnung gebacken und unter die Geschwister verteilt wird, dann soll damit diese Geste von früher in Erinnerung gerufen werden.“

Brotteilen als Sakrament, als Erinnerung an damals, Erinnerung an den Vater und die Familie. Brot ist da mehr als nur Nahrungsaufnahme. Brot wird da nicht nur mit dem Mund gegessen - nein - Brot ist da etwas fürs Herz, für die Seele. Die Zusammengehörigkeit der Familie, die gegenseitige Freude, das Einander-Mitteilen

und Aneinander-Anteilhaben, das alles wird im Brot gegenwärtige Wirklichkeit. Die Erinnerung daran, verbindet uns sogar mit jenen, die uns in den Tod vorausgegangen sind und die wir schmerzlich vermissen. Auch seelische Nahrung, die im Brot ihren Ausdruck findet, brauchen wir notwendig für unser Dasein. Für uns Christen hat solches Brot seine letzte Wurzel in Jesus Christus und damit in Gott. So wie wir das Brot brauchen, brauchen wir seine Zuneigung und Nähe.

„Wenn ihr das Fleisch des Menschensohnes nicht esst und sein Blut nicht trinkt, habt ihr das Leben nicht in euch.“ Diese Worte haben dazu beigetragen, dass man im alten Rom die Christen tatsächlich für eine Sekte hielt, die Menschenopfer praktizieren und kannibalistische Orgien feiern.

Doch die Begriffe *Fleisch* und *Blut* sollen bei Johannes einfach die Tragweite der Eucharistie unterstreichen. Ohne Fleisch und Blut ist eine menschliche Existenz unmöglich, beide sind konstitutiv für unser Leben. Ohne Fleisch und Blut sind wir Leichname - blutleer, skelettiert. Wie wir das Grundnahrungsmittel Brot für unsere irdische Existenz benötigen, so geht es uns mit Christus. Ohne ihn ist unser Leben sinn- und gehaltlos.

Am Anfang des Johannesevangeliums heißt es von Gott: „Kai ho logos sarx egeneto“ – und das Wort wurde Fleisch. Es ist ein Hinweis auf die Menschlichkeit Gottes, der sich in Jesus Christus uns gleich machte.

Die Erfahrung, dass wir das Grundnahrungsmittel Brot zur Sicherung unserer Existenz benötigen, wird durch die Erzählung von Leonardo Boff transparent für die Erfahrung mit Jesus Christus, die wir in der Eucharistie machen. Wie in der Familie das Backen und Austeilen des Brotes uns die tiefe und innige Beziehung zwischen Eltern und Kindern vergegenwärtigt, so führt uns der Empfang der eucharistischen Gaben immer wieder unsere Lebensgemeinschaft mit Jesus Christus vor Augen. Mit ihm und in seinem Geiste gelingt es uns, unser Leben zu meistern, in einer kalten und bedrohlichen Welt Zuversicht und Hoffnung zu bewahren.

Deshalb sollte auch niemand den anderen vom Empfang der eucharistischen Gaben abhalten. Und ich möchte noch einmal betonen, wie schön es für mich war, dass man

auch mir als Alt-Katholik beim Abschiedsgottesdienst von Pfarrer Heindl Brot und Wein gereicht hat.

Wir kennen alle Leonardo Boffs Buch vom „Sakrament der Zigarettenkippe“. Die letzte Zigarette, die der Vater kurz vor seinem Tod noch rauchte, in eine goldene Schachtel eingebettet. Diese Schatulle ist nichts anderes als ein Tabernakel. Die Wahl des goldenen Materials, die spezielle liebevolle Auswahl, all das drückt die Liebe zum Vater aus. Es ist nichts anderes als ein Rufen: „Vater, ich liebe dich, ich vermisse dich, ich brauch dich doch so sehr.“ Wenn schon eine schlichte, stinkende Zigarettenkippe so viel bedeuten kann an Liebe und Zuneigung, Zuversicht und Hoffnung auf ein Wiedersehen im Himmel, um wieviel gewaltiger ist das Stück Brot, in dem Christus sich uns reicht. Ist es da nicht verständlich, dass in katholischen Kirchen die Tabernakel so kunstvoll und prächtig ausgestattet sind - nicht um Reichtum und Macht von Kirche zu symbolisieren, sondern um zu zeigen, wie groß die Liebe zu Gott ist. Es ist wie mit der Zigarettenkippe in der goldene Schatulle.

Fast bei jeder Erstkommunionvorbereitung haben wir gemeinsam ein Brot gebacken und es war jedes Mal ein Erlebnis, wie aus einem Klumpen Teig ein stattliches Brot entsteht. Man schaut durch die Glasscheibe des Backofens und sieht, wie es aufgeht und Farbe bekommt und der köstliche Duft sich im ganzen Haus verteilt. Es ist, als würde man einem Schöpfungsakt beiwohnen - ein erhabenes Gefühl. Und es macht einen als Bäcker oder Bäckerin auch etwas stolz. Ich möchte Euch dazu einladen, ein Brot zu backen - vielleicht mit der Familie, den Kindern oder Enkelkindern, oder auch allein. Man braucht nicht viel dazu und ich habe Euch dazu zwei Rezepte ausgedruckt. Eines ist ein deftiges Weißbrot mit Speck und Zwiebeln, das andere ein Vollkornbrot, das - kaum zu glauben - in einer Stunde fertig ist und hervorragend schmeckt. Versucht es mal und wenn Ihr es brecht, dann sprecht den Segen darüber, bevor Ihr es tun. Erinnert Euch an gemeinsames Feiern und Essen mit guten Freunden, an Geborgenheit und Glück im Kreise lieber Menschen, und vielleicht denkt Ihr auch an den Mann aus Nazareth, wie er mit seinen Jüngern das Brot brach. Und ein guter Tropfen Wein gehört natürlich auch dazu.

Amen

# Vollkorndinkelbrot

## Zutaten:

400 gr.	Dinkelvollkornmehl
100 gr.	Weizenmehl
2 TL	Salz
2 EL	Brotgewürz
1 EL	Fenchelsamen
1 EL	Kümmelsamen
3 EL	Apfelessig
1 Päckchen	Trockenhefe
500 ml	lauwarmes Wasser
2 Hände	Nüsse und Kerne nach Wahl



## Zubereitung

- Hefe in einem Teil des Wassers auflösen
- Alle Zutaten gut miteinander verrühren
- Man kann eine Tasse grob gehackte Walnüsse, Sonnenblumenkerne, Haselnüsse und Kürbiskerne mit in den Teig einrühren
- Mit Kürbiskernen, Sonnenblumenkernen, Kümmel und Fenchel bestreuen
- Teig in eine ausgefettete geben und in das kalte Backrohr geben. Bei 200 Grad Umluft eine Stunde backen
- Nach dem Auskühlen in Frischhaltefolie wickeln und kühl lagern (hält sich locker eine Woche!)

# Speck-Zwiebel-Weizenbrot

## Zutaten:

700 gr.	Weizenmehl
ca. 200 ml	Wasser
ca. 100 ml	warme Milch
2 TL	Salz
1 TL	Zucker
1 Würfel	frische Hefe
1 Packung	Gelderländer Speck gewürfelt oder in dünnen Streifen
1 dicke	Zwiebel (in dünne Streifen geschnitten)
1 EL	Olivenöl
1	Eigelb
1 EL	Sesam oder Schwarzkümmel



## Zubereitung

- Hefe bröseln und in der Milch verrühren
- Mehl, Milch, Wasser, Salz, Zucker und Olivenöl zu einem Teig vermischen
- den Teig eine Stunde an einem warmen Ort oder eine halbe Stunde bei 50 Grad im Backofen gehen lassen
- den Teig mit der geschnittenen Zwiebel und dem Speck kräftig durchkneten und danach einen Laib formen.
- den Laibrücken mit einigen Messerschnitten einritzen, mit dem Eigelb einpinseln und mit Sesam oder Schwarzkümmel bestreuen.
- bei 200 Grad im vorgeheizten Backrohr 50 Minuten backen.