



## **„Ich bin das lebendige Brot, das vom Himmel herabgekommen ist!“**

Hausgottesdienst am 19. Sonntag im Lesejahr B [Joh 6, 41 - 51]

VON URSULA KUTSCH

*Zur Vorbereitung können Sie eine Kerze anzünden, das Gotteslob bereitlegen und vielleicht für jede(n) einen Teller mit einem Stück Brot, Trauben oder ggf. Traubensaft bereitstellen*

**Kreuzzeichen:** *Im Namen des Vaters und des Sohnes und des Heiligen Geistes. Amen.*

### **Einleitung:**

„Brot“ ist ein Schlüsselwort der heutigen biblischen Texte.

Brot ist lebensnotwendig. Ohne Nahrung kann kein Lebewesen existieren.

Wenn Jesus von Brot spricht, meint er jedoch nicht nur die Speise für den Körper. Unter „Brot“ versteht Jesus auch eine unvergängliche Stärkung für die menschliche Seele. Dieses Brot spendet Leben, das ins ewige Leben mündet. „Ich bin das lebendige Brot, das vom Himmel herabgekommen ist. Wer von diesem Brot isst, wird in Ewigkeit leben“, verheißt Jesus nach dem Johannesevangelium.

**Lied:** „Brot, das die Hoffnung nährt...“ (GL 378)

### **Kyrie:**

Herr Jesus Christus, du hast ein Herz für die Menschen. – Herr, erbarme dich.

Du gehst alle Wege des Lebens mit uns. – Christus, erbarme dich.

Auf dich können wir vertrauen. – Herr, erbarme dich.

Barmherziger Gott, befreie uns von allem, was uns von deiner Liebe trennt.

Lass uns immer wieder Wege zu einem erfüllten Leben finden. Amen.

### **Gebet:**

Du Gott des Lebens,

durch deine Schöpfung ernährst du uns mit dem „Brot der Erde“,

in deinem Sohn Jesus Christus hast du uns das „Brot des Himmels“ geschenkt,  
das uns ein „Leben in Fülle“ verheißt, das nie enden wird.

Wir danken dir, dass du es so gut mit uns meinst.

Lass uns von deiner Liebe, die wir immer wieder empfangen,

gerne an andere weitergeben, damit auch sie teilhaben können an deinem „Leben in Fülle“.

Darum bitten wir durch Jesus Christus unseren Bruder und Herrn,  
der mit dir lebt und liebt in Ewigkeit.

### **Einleitung in die Lesung:**

Die Lesung aus dem ersten Buch der Könige erzählt vom Propheten Elija in der Wüste, der an Erschöpfung und Lebensüberdruß leidet, was wir heute wohl als Burn-out oder Depression bezeichnen würden; ein Zustand, den viele Menschen im Laufe ihres Lebens erfahren. Die Stärkung, man könnte fast sagen, die Medizin, die Elija erhält, wird im Königsbuch „Brot, das in glühender Asche gebacken war“ genannt. Ein Engel gibt Elija dieses Brot – und damit neue Kraft. Auch im Alten Testament steht Brot wohl für eine ganzheitliche Nahrung, Stärkung für Leib und Seele.

*Pfarre St. Matthias Wickrath*



**Lesung** aus dem ersten Buch der Könige: (1 Kön 19,4-8)

***In jenen Tagen ging Elíja eine Tagereise weit in die Wüste hinein.  
Dort setzte er sich unter einen Ginsterstrauch und wünschte sich den Tod.  
Er sagte: Nun ist es genug, Herr. Nimm mein Leben; denn ich bin nicht besser als meine Väter.  
Dann legte er sich unter den Ginsterstrauch und schlief ein.  
Doch ein Engel rührte ihn an und sprach: Steh auf und iss!  
Als er um sich blickte, sah er neben seinem Kopf Brot, das in glühender Asche gebacken war,  
und einen Krug mit Wasser. Er aß und trank und legte sich wieder hin.  
Doch der Engel des Herrn kam zum zweiten Mal, rührte ihn an und sprach: Steh auf und iss!  
Sonst ist der Weg zu weit für dich.  
Da stand er auf, aß und trank und wanderte, durch diese Speise gestärkt,  
vierzig Tage und vierzig Nächte bis zum Gottesberg Horeb.***

**Lied:** „Jesus Christ, you are my life...“ (GL 362)

**Evangelium:** (Joh 6, 41 - 51)

Wir hören die „Gute Nachricht“ unseres Glaubens, wie der Evangelist Johannes sie aufgeschrieben hat:

***In jener Zeit murrten die Juden gegen Jesus,  
weil er gesagt hatte: Ich bin das Brot, das vom Himmel herabgekommen ist.  
Und sie sagten: Ist das nicht Jesus, der Sohn Josefs, dessen Vater und Mutter wir kennen?  
Wie kann er jetzt sagen: Ich bin vom Himmel herabgekommen?  
Jesus sagte zu ihnen: Murr nicht! Niemand kann zu mir kommen, wenn nicht der Vater, der mich gesandt  
hat, ihn zieht; und ich werde ihn auferwecken am Jüngsten Tag.  
Bei den Propheten steht geschrieben: Und alle werden Schüler Gottes sein.  
Jeder, der auf den Vater hört und seine Lehre annimmt, wird zu mir kommen.  
Niemand hat den Vater gesehen außer dem, der von Gott ist; nur er hat den Vater gesehen.  
Amen, amen, ich sage euch: Wer glaubt, hat das ewige Leben.  
Ich bin das Brot des Lebens.  
Eure Väter haben in der Wüste das Manna gegessen und sind gestorben.  
So aber ist es mit dem Brot, das vom Himmel herabkommt:  
Wenn jemand davon isst, wird er nicht sterben.  
Ich bin das lebendige Brot, das vom Himmel herabgekommen ist.  
Wer von diesem Brot isst, wird in Ewigkeit leben.  
Das Brot, das ich geben werde, ist mein Fleisch für das Leben der Welt.***

Die Botschaft des Evangeliums stärke unser Vertrauen in die Kraft der Liebe Gottes!

Wenn der Gottesdienst nicht allein gefeiert wird, würde sich immer auch ein kurzer Austausch mit allen Teilnehmenden über die Bibelstelle und Gedanken dazu anbieten...!

**Lied:** „Meine Hoffnung und meine Freude...“ (GL 365)



### **Fürbitten:**

Gott, in Jesus können wir deine Nähe und Menschenfreundlichkeit „hautnah“ erleben.

Er ist für uns zum „Brot des Lebens“ geworden.

Wir bitten dich:

- Sei denen nahe, die in diesen Wochen Urlaub machen und Erholung suchen.  
Lass sie Kraft tanken und mit neuen Eindrücken zurückkommen. Gott, unser Vater ...
- Erfülle alle Glieder der Kirche mit deinem Geist. Schenke ihnen ein offenes Ohr für Menschen, die Hilfe brauchen, und gib, dass durch ihr Leben und Reden etwas von dir spürbar wird.  
Gott, unser Vater ...
- Hilf allen, die sich für die Bewahrung deiner Schöpfung einsetzen und gegen Umweltzerstörung, Artensterben und Klimaerwärmung kämpfen.  
Lass sie Gehör finden. Gott, unser Vater ...
- Lass unsere Verstorbenen bei dir ein Leben in Fülle finden und tröste alle, die um einen Menschen trauern. Gott, unser Vater ...

Wir danken dir, Gott, dass du ein Herz für uns hast. Höre unsere Bitten, die ausgesprochenen und die, die wir still im Herzen tragen, durch Jesus Christus, unseren Bruder und Herrn. Amen.

### **Vaterunser:**

Jesus war es, der seinen Freundinnen und Freunden gesagt hat:

Gott ist mein *und* euer Vater – zu ihm könnt ihr grenzenlosen Vertrauen haben!

Beten wir das Gebet, das Jesus selbst uns beigebracht hat: ***Vater unser im Himmel...***

### **Bitte um Frieden:**

Herr, wir bitten dich: Lass uns erkennen, was dem Frieden dient,  
und gib uns den Mut und die Kraft dazu, es zu tun.

Denn alle, die Frieden stiften, dürfen sich „deine Kinder“ nennen.

So können wir gewiss sein: Der Friede des Herrn ist mitten unter uns!

### **(Segens)Gebet:**

Gott,

du willst uns mit deiner Liebe „in Fleisch und Blut übergehen“,

du bist für uns zum „Brot des Lebens“ geworden,

ein „Brot“, das selbst ewiges Leben verheißt.

Danke!

So segne und begleite uns der liebende Gott,

der Vater, der Sohn und der Heilige Geist. Amen.

**Schlusslied:** „Bewahre uns Gott.....“ (GL 453)



Predigtgedanken aus den Vorlagen von „Gottesdienst vorbereiten“:

**„Ich bin das lebendige Brot, das vom Himmel herabgekommen ist.“ Die Worte Jesu sind keine leichte Kost. Damals, in Kafarnaum, waren sie für die Zuhörer des Zimmermanns aus Nazareth schwer verständlich. Auf die Juden in der Synagoge wirkten sie sogar als Provokation. Zumal Jesus im folgenden Satz demjenigen ewiges Leben verheißt, der dieses Brot in sich aufnimmt: „Wer von diesem Brot isst, wird in Ewigkeit leben.“ Leichter verständlich werden die Verse, wenn man sie in ihrem literarischen Kontext betrachtet. Im heutigen Evangelium, das oft als Teil der sogenannten „Brotrede“ bezeichnet wird, vergleicht Jesus das Brot des Alten mit dem des Neuen Testaments: „Eure Väter haben in der Wüste das Manna gegessen und sind gestorben“, erinnert er an die Israeliten, die nach ihrem Auszug aus Ägypten in der Wüste Brot vom Himmel empfangen. Im Gegensatz zur vergänglichen Speise im Alten Testament, spricht Jesus vom Himmelsbrot, das nie vergehen wird. In diesem Vergleich wird klar, dass Jesus nicht von einer irdischen Speise spricht. Das Manna hat die Israeliten in der Wüste zwar gestärkt, jedoch nicht über den Tod hinaus. Vom Brot, das ewiges Leben schenkt, berichtet die Bibel erst im Neuen Testament. Für den Glaubenden ist Jesus selbst dieses Lebensbrot. Der abschließende Vers der heutigen Lesung wird in der Bibelwissenschaft oft als „eucharistischer Abschnitt“ bezeichnet. Er macht deutlich, wie Christus konkret empfangen werden kann: im Abendmahl oder der Eucharistie. „Das Brot, das ich geben werde, ist mein Fleisch, für das Leben der Welt“, sagt Jesus. Wer den Herrn in Brot und Wein in sich aufnimmt, hat Anteil an seinem auferstandenen, ewigen Leben. Indem wir Jesus Raum in uns geben, ihn in uns aufnehmen, dürfen wir Anteil haben an ihm selbst, an seinem göttlichen Wesen. Im Brotbrechen am Altar, in der anschließenden Kommunion wird die Lebenshingabe Jesu für uns versinnbildlicht. Sich selbst, sein göttliches Leben, gab und gibt er uns – auch heute noch.**

**An dem teilhaben zu können, was das Evangelium „ewiges Leben“ nennt, muss sich allerdings nicht auf die Sakramente der Eucharistie oder des Abendmahls beschränken. „Wer von diesem Brot isst“, das muss sich nicht ausschließlich auf den Empfang der Hostie beschränken. Das Wort „Brot“ kann viel mehr bedeuten. Brot ist für Jesus „Symbol für eine viel tiefere Wirklichkeit, diese Wirklichkeit nennt er an anderer Stelle ewiges Leben“, erklärt der 2020 verstorbene Benediktinerpater und Zenmeister Willigis Jäger. „Diese Wirklichkeit Leben verbirgt sich unserem leiblichen Auge“, sagt er. Im Brot soll sie uns aufleuchten. Und so wie sie uns im Brot aufleuchtet, soll sie uns in allem aufleuchten, was existiert. Es gibt nichts, in dem nicht das Göttliche aufleuchtet“, erläutert Jäger in seiner Publikation „Wohin unsere Sehnsucht führt“.**

**Wie wunderbar hell diese Wirklichkeit des Lebens aufleuchten kann, ist oft erst nach Wüstenerfahrungen erlebbar. Durch die Brotspeise des Engels fand Elija nach 40 Tagen in der Wüste, nach Depression und Lebensüberdruß, wieder zu neuem Lebenswillen und war bereit für die große Gotteserfahrung am Berg Horeb. Nachdem Sturm, Erdbeben und Feuer vorübergezogen waren, offenbarte sich Gott dem Propheten in einem sanften, leisen Säuseln. Als Elija es hörte, hüllte er sein Gesicht in den Mantel, trat hinaus und stellte sich an den Eingang der Höhle. Nach dieser Erfahrung der Offenbarung Gottes war Elija wieder gestärkt für neue Aufträge, für neues Leben. Auch Jesus war in 40 Wüstentagen schweren Versuchungen ausgesetzt. Nachdem er allem widerstanden hatte, war er bereit für sein erstes Auftreten in Galiläa und die Berufung der ersten Jünger. Jetzt erst konnte sein großer Auftrag, der über das irdische Leben hinausführte, beginnen.**

**„Müht euch nicht ab für die Speise, die verdirbt, sondern für die Speise, die für das ewige Leben bleibt“, sagt Jesus im ersten Teil der Brotrede. Eigentlich ist es gar nicht so schwer, seine Worte zu verstehen. Jäger schlägt dazu vor, wir sollten das Leben zuerst in uns erkennen, zum Beispiel in der Meditation des Atems oder einer Gebärde. Wenn wir dann Eucharistie feiern, dürfen wir erkennen: „So, wie Gott in diesem Brot ist, ist er in jedem von uns, in jedem Schritt, in jedem Atemzug.“ Die Worte „Müht euch um die Speise, die für das ewige Leben bleibt“, bedeuten in diesem Sinne auch: „Erkennt euer eigenes tiefstes Wesen, erkennt euren göttlichen Urgrund.“ Solches Leben ist voller Gnade. Es kann nie vergehen.**