



# „Ich bin das Brot des Lebens, wer zu mir kommt, wird nie mehr hungern.“

## Über den Unterschied von Völlegefühl und Befriedigung

Predigtgedanken zum 18. Sonntag im Jk, LJ B, 5. August 2012

**Joh 6,35**

Alternativvorschlag zur Lesung:

Jes 55,1-3: Warum bezahlt ihr mit Geld, was euch nicht nährt?

**Autorin:** Mag.<sup>a</sup> Dorothea Schwarzbauer-Haupt

### **Besinnung:**

Ich bin das Brot des Lebens, sagt Jesus. Wer zu mir kommt, wird nie mehr hungern. Dieser Satz ist eine Provokation angesichts von Hungerkatastrophen und Suppenküchen in den Krisengebieten der Erde und bei uns. Es stimmt, dass niemand davon satt wird, wenn er sich in die Kirche setzt und stundenlang betet. Aber dieser Satz ist nicht wörtlich gemeint, er will uns darauf aufmerksam machen, dass es verschiedene Arten von Hunger gibt und Jesus sich darum kümmert, wie wir wirklich zu dem kommen, was unser Leben erfüllt und unsere Bedürfnisse stillt.

Jesus, du willst uns das geben, was im Leben und Sterben Bestand hat. Wir aber nehmen uns oft zu wenig Zeit für dich. Herr, erbarme dich unser

Jesus, du willst, dass wir an dich glauben. Wir aber glauben oft lieber kurzfristigen Heilsversprechen aus der Werbung oder den Medien. Christus, erbarme dich unser.

Jesus, du hast gesagt: „Ich bin das Brot des Lebens“. Wir aber empfinden die Einladung zur Eucharistiefeier zu kommen, manchmal als lästige Pflicht. Herr, erbarme dich unser.

## **Predigt**

Der heutige Evangelientext ist ein Beispiel für das, was die Bibelwissenschaft das „johanneische Missverständnis“ nennt.

Jesus und die Leute reden lange und gründlich aneinander vorbei. Jesus redet über sich und seine Sendung, von der er überzeugt ist, dass sie den tiefsten Hunger der Menschen nach Leben und Glück zu stillen vermag, während die Menschen über Brot und Manna, jenes sagenhafte Brot aus der Zeit der Wüstenwanderung, debattieren.

Der Glaube an Jesus und die Nachfolge, zu der er die Menschen ruft, bewahren zwar den Körper nicht vor dem Verhungern oder Verdursten, das wissen wir aus Erfahrung. Dieser Glaube kann aber sehr wohl dazu beitragen, dass die lebenswichtigen Güter der Erde so zugänglich gemacht und verteilt werden, dass niemand mehr stirbt, weil er oder sie kein Brot oder sauberes Wasser hat, das zeigt die Geschichte des Christentums.

Die Aussage des Textes zielt allerdings auf eine tiefere Frage ab. Was nährt und trägt menschliches Leben in einem ganzheitlichen Sinn? Dass diese Frage wichtig ist, zeigen zum Beispiel die vielen Suizide in Österreich. Ihre Zahl ist höher als die der Verkehrstoten. Kaum einer dieser Menschen hatte nicht genug zu essen oder zu trinken und doch erschien ihnen ihr Leben so unerträglich, dass sie es beendet haben.

Was nährt uns Menschen wirklich und gibt der Welt das Leben?

Zunächst kann man sicher sagen, dass uns die Stillung unserer wirklichen Bedürfnisse nährt und am Leben hält.

Da aber beginnen schon die Schwierigkeiten, weil sehr viele Menschen nicht mehr wissen und spüren, was ihre wirklichen Bedürfnisse sind. Von allen Seiten werden Bedürfnisse benannt und geweckt: durch Werbung, Trends, Slogans wie: must do, must have und so weiter. Viele Menschen verwenden den Großteil ihrer Zeit und

ihres Geldes dafür, diese Bedürfnisse zu sättigen, sogar bis zum Überdruß – und sie bleiben trotzdem leer und hungrig.

Das Stillen eines Babys ist ein gutes Beispiel dafür, was es heißt Bedürfnisse zu stillen. Ein Säugling, der sich satt getrunken hat, liegt befriedigt und entspannt in den Armen der Mutter und genießt das Gefühl der Geborgenheit. Er ist wunschlos glücklich.

Wenn wir diese Stimmung in unserem Leben wieder erfahren, ist es uns gelungen unsere wirklichen Bedürfnisse zu stillen, mit den Worten der heutigen Bibelstelle gesagt, das Brot des Lebens zu essen.

Um aber die eigenen Bedürfnisse zu erkennen, zu spüren wonach wir uns im Tiefsten sehnen, müssen wir in uns gehen und uns statt nach außen, nach innen wenden. Nur wer in sich hinein horcht kann wahrnehmen, was ihn oder sie wirklich nährt und glücklich und zufrieden macht.

Ein anderer Aspekt ist unsere zunehmende Unfähigkeit zu genießen und dadurch Befriedigung zu erfahren.

Um Genießen zu können, braucht es Zeit. Genuss besteht nicht darin, immer mehr anzusammeln oder zu konsumieren. Genuss stellt sich ein, wenn das, was wir tun oder haben, uns wirklich entspricht und unsere Bedürfnisse stillt. Das Essen schnell in sich hineinzustopfen oder drei Paar Schuhe zu kaufen, geht schnell, führt aber nicht zum Genuss.

Mein Mann und ich haben uns angewöhnt, nach einem guten Essen noch einige Minuten bewusst am Tisch sitzen zu bleiben und den Geschmack von Speisen und Getränken und das Sättigungsgefühl zu genießen. Das erzeugt Dankbarkeit und Befriedigung.

Welche Bilder fallen **Ihnen** zum Wort Befriedigung ein? Katze oder Hund, die entspannt oder eingerollt in der Sonne liegen? Eine wiederkäuende Kuh auf der grünen Wiese? Im Wort Befriedigung steckt das Wort Frieden. Und um im Frieden zu sein, oder dort hin zu kommen, braucht es Zeit und Ruhe. Auch Genuss führt zum Frieden.

Durch den Stress und die Hektik unserer Zeit können viele Menschen nicht mehr genießen und fühlen sich auch deshalb oft leer oder ungesättigt und angespannt.

Auch das Grundbedürfnis nach Lob und Anerkennung, das jeder Mensch hat, zu stillen, fällt vielen Menschen schwer.

Obwohl der Hunger nach dieser Form von Zuwendung oft riesengroß ist, wehren solche Personen ermutigende Worte, anerkennendes Lob oder aufmerksame Zuwendung immer wieder ab. Es ist sehr frustrierend einen Menschen zu loben, der sich ständig mit relativierenden Worten und Abwertungen dem Annehmen von Wertschätzung entzieht. So jemand ist wie die Menschen, die mit Jesus diskutieren und ständig Zeichen fordern, statt ihm gläubig zu vertrauen.

Letztendlich gibt uns dieses Evangelium im Dschungel der echten und geweckten Bedürfnisse und im Hinblick auf die Schwierigkeit, nährendes von verderblichem Brot unterscheiden zu können, einen ganz klaren Rat:

Jesus sagt: Wer zu mir kommt, wird nicht mehr hungern und Durst haben, denn ich bin das Brot des Lebens.

Das heißt, dass wir im Glauben, in der Nähe zu Jesus, zu uns selber finden können. In der Verbindung mit Gott werden wir unsere wahren Bedürfnisse erkennen können und dann dort nach ihrer Stillung suchen, wo sie wirklich zu finden ist. Dieser Rat, in die Tiefe zu gehen und in der Nähe Jesu zu leben, holt uns aus der Oberflächlichkeit und Hektik unseres Lebens heraus und kann uns Frieden und Geborgenheit bringen.

Aber im Tiefsten wird unser Hunger nach Leben durch den Glauben an die Auferstehung und das ewige Leben gestillt. Diesen Glauben und diese Verheißung hat Jesus in unsere Welt gebracht. Dieses ewige, göttliche Leben ist jetzt schon in uns. Es ist das Brot vom Himmel, das Gott uns schenkt, wie Jesus sagt. Dieses Leben kann nicht verderben, wie Brot oder wie unser körperliches Leben, das einmal zu Ende gehen wird. Dieses Leben trägt uns durch den Tod hindurch in den unvergänglichen Frieden Gottes.

**Fürbitten:**

GL: Gott des Lebens, der Glaube an dich ist wie Brot, das nicht verdirbt. Wir bitten dich:

+ für alle die arbeiten, damit wir Brot essen können, dass sie die Wichtigkeit ihres Tuns spüren können.

+ für alle die hungern auf der Welt, dass wir unsere Mitverantwortung für ihr Wohlergehen erkennen.

+ für alle die sich leer, ausgelaugt und lebenshungrig fühlen, dass sie nicht falschen Versprechungen und Versuchungen nachlaufen.

+ für jene die in Werbung und Wirtschaft Bedürfnisse wecken und steuern, zeige ihnen, dass sie große Verantwortung haben.

+ für alle die Lob und Anerkennung nicht annehmen können, gib ihnen den Mut ihre guten Seiten und Leistungen wahr zu nehmen.

+ für alle, die sich das Leben genommen haben und all unsere Verstorbenen, sättige ihren Hunger nach Leben durch deine erlösende Liebe.

GL: Gott wir trauen und vertrauen dir mit Jesus unserem Freund und Bruder. Amen

**Lieder:** Brot, das die Hoffnung nährt, Lob 23  
Zieh den Kreis nicht zu klein, Lob 335  
Frieden wünsch ich dir, Lob 89

Das Weizenkorn muss sterben, GL 620

---

Anfragen und Rückmeldungen richten Sie bitte an:  
Sozialreferat der Diözese Linz, Kapuzinerstr. 84, 4020 Linz, Tel. 0732/7610-3251  
e-mail: [sozialreferat@dioezese-linz.at](mailto:sozialreferat@dioezese-linz.at)  
[Weitere Sozialpredigten unter: www.dioezese-linz.at/sozialpredigten](http://www.dioezese-linz.at/sozialpredigten)