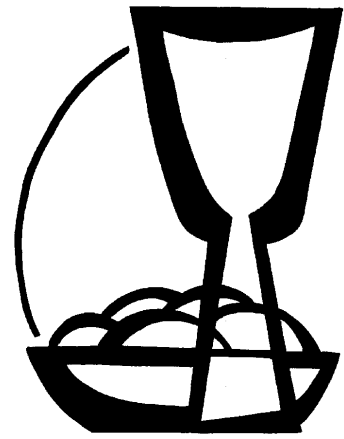


8. Die Nahrung



Jedes Leben braucht Nahrung. Eine kleine Amsel schaut sich nach Körnern, Samen und Würmern um. Eine Rose entnimmt mit ihren Wurzeln dem Boden die für sie so wichtigen Nährstoffe. Schafe grasen genüßlich eine Weide ab. Auch wir Menschen brauchen Nahrung und zwar in Regelmäßigkeit und Ausgewogenheit. Nur wenige Tage ohne Wasser genügen, um einen Menschen in Todesgefahr zu bringen, nur ein, zwei vielleicht drei Wochen ohne Nahrung führen zum sicheren Tod. Ohne Nahrung kein Leben. Ohne regelmäßiger und ausgeglichener Nahrung kein *gesundes* Leben. Es genügt auch nicht Nahrung nur zu sich zu nehmen, sie gehört gekaut und verdaut, damit der Körper aus ihr Kraft schöpfen kann.

Ganz genauso ist es auch mit dem Leben, das in der Taufe geschenkt wird. Dieses neue Leben ist – wie wir uns bereits anschauten - auch auf Entfaltung hin angelegt und braucht genauso gute Nahrung und gesunde Nahrung. Ohne Nahrung verhungert dieses neue Leben und trocknet ein, bis zu dem Zeitpunkt, wo ein neuer Anfang gesetzt wird, wo es wieder Nahrung bekommt.

Was ist diese Nahrung für das neue Leben in uns? Wir sahen schon, dass dieses Leben von Jesus Christus aus Gnade geschenkt ist, es ist von Ihm genommen. Also weiß Er auch am besten, welche Nahrung für dieses neue Leben am Besten ist. Deshalb *gibt Er sich selbst zur Speise*. Er selber ist für uns das Brot des Lebens, der Kelch des Heiles. In Seinem Leib und durch Sein Blut, das wir in der Messe empfangen dürfen, schenkt Er sich uns selbst, damit wir in der Seele stark und liebend werden können so wie Er.

Alles im Leben Jesu dürfen wir auch als Gleichnis verstehen für die unsichtbaren Dinge und Vorgänge. Er verwendet Gleichnisse aus der sichtbaren Welt, damit wir unsichtbare Geschehnisse in der Seele besser verstehen und begreifen können. Das **Brot** ist unser wichtigstes Nahrungsmittel, wir essen es jeden Tag. Einfaches Brot ist aus Weizen gemacht und im Weizenkorn findet sich eine ausgewogene Zusammensetzung von Eiweiß, Fett, Kohlehydraten, Vitaminen und Mineralstoffen. Zurecht ist es das Grundnahrungsmittel Nummer 1. Der **Wein** ist ein vergorenes Getränk und im Gegensatz zu Wasser ist es ein Getränk, das bei Festen verwendet wird, es ist Zeichen der Freude. Der Wein geht über das Lebensnotwendige hinaus, er deutet darauf hin, dass unser Leben mehr ist als bloß „Überleben“.

Der **Leib Christi** in der Gestalt des Brotes ist *das Grundnahrungsmittel* für uns Christen. In diesem schlichten Zeichen des Brotes schenkt uns Jesus sich selbst und somit alle wichtigen „Aufbaustoffe“ für das innere Leben, damit wir die Grundlagen eines geprüften Lebens schneller erreichen können. Diese Lebensgrundlagen werden in der Kirche die „Tugenden“ genannt: Freundlichkeit, Höflichkeit, Sauberkeit, Pünktlichkeit, Ordentlichkeit, ... und weiters die christlichen Tugenden wie Geduld, Demütigkeit, Sanftmütigkeit ... Diese Tugenden sind das innere Rückgrat des menschlichen Lebens, sie sind Voraussetzung für Zufriedenheit und die Basis für ein friedliches und gemeinschaftliches Miteinander. Jesus ist ein Meister in diesen Tugenden, so kann Er jedem einzelnen von uns helfen: Er stärkt uns jedesmal, wenn wir Seinen Leib in der Messe empfangen, Er stärkt uns für die neue Woche, damit wir in den Tugenden wachsen und den Frieden leben können. Doch so wie Brot und Wasser noch kein Fest ausmachen, so machen die Tugenden noch kein wirklich schönes Miteinander aus. Menschen, die nur die Tugenden leben, sind allzuleicht hart, du kennst vielleicht das Wort vom „Tugendbold“, der anderen oft zu verstehen gibt, dass sie Fehler machen und seine Tugendstärke zur Schau stellt Das **Blut Christi** (in der Gestalt des Weines) stärkt uns, damit auch unsere Motivationen und unser inneren Haltungen neu werden. Das bedeutet, dass wir von unserem egozentrischen und

egoistischen Verhalten zu einem Leben im gemeinschaftlichen, versöhnenden Miteinander geführt werden. Das Blut pulsiert durch den ganzen Leib, so soll die Liebe unser ganzes Leben erfassen und es fruchtbar machen. Das Blut Christi hilft uns zu dieser *inneren Haltung*, hilft uns, in der *Motivation* so zu werden, wie Jesus Christus war, es macht unser Herz Seinem Herzen ähnlich. Er hat vergeben, wenn andere anklagten, Er hat sich der Ausgestoßenen erbarmt, er nahm alle Menschen an und auf, egal ob arm oder reich, egal ob krank oder gesund, ob Jude oder „Ausländer“ ... Dazu stärkt Er uns bei der Kommunion. Es ist Lehre der Kirche, dass wir durch den Leib Christi auch Sein Blut empfangen, besser verständlich ist es natürlich, wenn die Gläubigen unter beiden Gestalten (Leib und Blut) die Kommunion empfangen können, wie in manchen Pfarren und auch bei uns in der Gemeinschaft üblich. So stärkt uns Jesus mit Seinem Blut, damit auch wir immer mehr lernen, wie Er alle Menschen anzunehmen, so wie sie eben sind, ihnen zu vergeben und unser Leben füreinander einzusetzen. Nahrung gehört gekaut und verdaut, sonst wird sie nicht wirksam. So ist es auch mit der Kommunion. Es genügt nicht, sie einfach zu schlucken. Das *Kauen* der Kommunion geschieht, wenn wir uns Woche für Woche einen Vorsatz nehmen, in welchem wir uns bemühen: in einer Tugend und im Vergeben, ... dazuzulernen. Jesus wirkt nicht wie ein „Zauberer“, immer ist unsere Mitwirkung verlangt, denn Er achtet unseren freien Willen und kommt diesem zu Hilfe. Wenn wir uns nun einen Vorsatz nehmen und uns darin bemühen (Morgen- und Abendgebet sind eine Hilfe, den Vorsatz nicht zu vergessen, ich schreibe mir meine Vorsätze auch Woche für Woche auf), dann kommt uns der Herr mit Seiner Kraft zu Hilfe, Seine Kraft bläst dann gleichsam in das gehisste Segel unseres guten Willens und wir kommen voran ...

Ohne Nahrung kein Leben, ohne Messe kein lebendiges Christsein. Wiewohl in so manchen Pfarren die Sonntagsmesse nicht gerade einem Fest gleicht, was sehr schmerzlich ist, so ist es dennoch immer Jesus selber, der sich uns zur Speise gibt und sich uns schenkt. Und Er gibt sich uns nicht nur zur Speise, sondern Er schenkt uns auch Frieden und Freude, als Lohn für unser Bemühen in der vergangenen Woche. Man kann es immer wieder spüren, innen drin, dass

großer Friede und zuweilen auch Freude im Herzen ist. Dieser Friede ist kostbarer als alle Schätze der Welt, er ist da in guten und in schweren Stunden und er macht das Leben erst lebenswert. Es bedarf schließlich auch einiger Übung und auch immer wieder der Anleitung eines Erfahrenen, um bewusst und fruchtbar mit der Messe umgehen zu lernen!

Das Festmahl ist bereitet, Jesus selbst lädt uns ein, Er selbst ist die Festspeise ...

Bibelstellen: Joh 6, 48-55 und Lk 22, 14-20

Aus dem Katechismus der Kath. Kirche:
KKK 1392, 1394 evtl. auch 1324, 1382