

## **Predigt Fronleichnam 2021**

### **„Eucharistie - Lebensmittel oder Nahrungsergänzungsmittel?“**

Liebe Schwestern und Brüder

Mehr als 2 Mrd. Euro geben die Deutschen jedes Jahr aus für sog. Nahrungsergänzungsmittel, für Pillen, Kapseln, Shakes, Dragees, um einen angeblichen Mangel an Vitaminen, Mineralien oder Nährstoffen auszugleichen. Da wird mit einer Kapsel die 6000fache Dosis am täglich notwendigen Bedarf von Vitaminen gedeckt in der Hoffnung, schlank, fit, schön und leistungsstark zu werden oder zu bleiben. Der Markt wächst jedes Jahr um rund 6%. Rund 70% der Deutschen nehmen Nahrungsergänzungsmittel ein und die meisten von ihnen bräuchten es gar nicht. Einmal Halt gemacht an der Obstabteilung des nächsten Supermarktes und man hätte ausreichende Deckung an allem, was der Körper braucht. Mancher Kritiker warnt, dass diese Nahrungsergänzungsmittel gefährlich und schädlich sein könnten. Tatsächlich gibt es in einigen Präparaten Inhaltsstoffe wie Süßungsmittel, Farbstoffe oder Geschmacksverstärker, die in bestimmten Dosen nicht unproblematisch sind. V.a. ist es die Gefahr sich selbst zu täuschen. Nahrungsergänzungsmittel garantieren keine Gesundheit. Sie heilen und lindern nicht, weil sie keine Medikamente sind, sondern eben nur Ergänzung zur normalen Nahrung.

Eine vernünftige und ausgewogene Ernährung würde bei den meisten Menschen nicht nur ausreichen, sondern wäre auch noch besser für die Gesundheit. Der Mensch schafft sich eine Utopie von Gesundheit mit recht zweifelhaften Mitteln. In der Hoffnung, dem Körper etwas Gutes zu tun, schadet der Mensch im schlimmsten Fall seiner Gesundheit.

Neben der körperlichen Gesundheit gibt es auch eine seelische Gesundheit, eine Zufriedenheit mit seinem Leben, das Gefühl, glücklich zu sein. Ist die Eucharistie auch nur eine Art Nahrungsergänzungsmittel? Ein Betrug an der seelischen Gesundheit? Wäre es für den Menschen nicht viel einfacher, sein Glück zu finden ohne die komplizierten Theorien der Religion und unseres Glaubens? Was macht dann den Menschen gesund? Für viele ist die Frage einfach zu beantworten: Das Leben genießen, Spaß zu haben und mitzunehmen, was sich bietet. Wenn ich damit doch schon alles habe, wozu brauche ich dann noch Religion? Ist das nur zusätzlicher Luxus oder sogar eine Gefahr. Es gibt viele Kritiker, die den Religionen unterstellen, dass sie das Leben der Menschen nicht erleichtern, sondern einengen. Gebote, Verbote, die Rede von Sünde und Schuld und moralische Weisungen schaffen einen Druck, der Menschen schwer schädigt, ihnen Komplexe einredet und sie unter einen Erwartungsdruck setzt, der sie psychisch schwer

belastet. Ganz sicher können wir nicht übergehen, dass mit Mitteln der Religion Menschen krank gemacht wurden oder sich selbst in einen Wahn manövriert haben. Da gibt es genügend eindeutige Beweise und Vertreter der Kirche haben da auch Schuld auf sich geladen, weil sie nicht Helfer zum Leben waren, sondern Totengräber der Seele. Das gehört zu unserer Schuldgeschichte.

Aber kann ich wirklich auf den Glauben verzichten und besser leben? Gerade die Eucharistie als Sakrament formuliert ja wie kein anderes Glaubensgeheimnis das Verständnis, dass Gott nichts Außenstehendes oder Aufgesetztes ist, sondern lebensnotwendig. Die Eucharistie ist kein Nahrungsergänzungsmittel, sondern wahres Lebensmittel. Davon reden die biblischen Texte des heutigen Festtages.

Das Markusevangelium führt uns am heutigen Fronleichnamstag in den Abendmahlssaal. Was Jesus hier vollzieht, ist nicht so einfach verständlich. Die Verse gipfeln in den kurzen Formeln „das ist mein Leib“ und „das ist mein Blut.“ Als fromme Juden müssen gerade die letzten Worte auch die Jünger erschreckt haben. Es gab und gibt im Judentum ein strenges Verbot, Blut zu verzehren. Blut ist heilig. Blut ist Leben. Wie kann Jesus die Lebensmittel des Pessachfestes verbinden mit der Deutung auf seinen Leib und sein Blut hin? Die Tradition hat diese Worte nie nur symbolisch verstanden.

Den Schlüssel für das Verständnis finden wir in der Lesung aus dem Buch Exodus. Am Sinai schließt Gott mit dem Volk seinen Bund und verkündet ihm durch Mose seine zehn Worte als Wegweiser für ein Leben in der Freiheit. Das Volk bekennt sich zu Gott. Der Bund ist mehr als ein Vertrag, er ist die Zusicherung der erfahrbaren Gegenwart Gottes in seinem Volk und die Bekundung des Volkes, Gott nicht zu vergessen. Zeichen dafür ist der Moment, in dem Mose das Volk und den Altar Gottes mit Blut, dem Zeichen des Lebens und der Heiligkeit, besprengt. Sie bilden also eine Lebensgemeinschaft. Gott lebt in seinem Volk und das Volk kann nur leben, wenn es Gottes Worte nicht vergisst. Im Markusevangelium deutet Jesus sich als das Blut des Bundes. Es geht nicht um eine naturalistische Auffassung, wie sie römische Autoren satirisch karikierten, indem sie Christen als Menschenfresser darstellten, wohl aber um eine reale Verbindung zwischen Gott und dem Mensch.

Die Eucharistie wird zum Lebensmittel. In der Tradition der Kirchen kennen wir das Beispiel von Menschen, die sich wirklich nur von der Eucharistie ernährt haben, wie z.B. Katharina von Siena oder Klaus von Flue. Das kann natürlich nicht der Maßstab für alle sein. Sie zeigen aber exemplarisch, dass Leib und Blut Jesu wirklich eine Speise und ein Trank sind, wie es Jesus in der Brotrede im Johannes-evangelium formuliert (Joh 6). Wer Eucharistie feiert, erinnert sich nicht nur an ein historisches Ereignis, von dem Markus, Matthäus, Lukas und Paulus uns berichten,

sondern nimmt ein Lebensmittel zu sich, das ihn heilen und nähren kann. Letztlich können wir das natürlich nur im Glauben annehmen. Der Verstand wird hier scheitern. Es ist das „Geheimnis des Glaubens“ und nicht nur ein Geheimnis unter vielen. Und wir bekennen es, indem wir in diesem Moment in die Knie gehen, weil wir es nur staunend anbeten können. (vgl. Kard. Schönborn Katechese 2003/04)

„Das ist mein Leib. Das ist mein Blut. Das bin ich selbst.“ Jesus gibt sich mit seiner ganzen Existenz und wird so zum Spender des Lebens. Das ist ein hoher Anspruch, den der Glaube an uns stellt.

Lebe ich wirklich aus der Eucharistie? Ist sie das Lebensmittel schlechthin für mich? Ich will einmal unterstellen, dass viele da jetzt ins Grübeln kommen. Natürlich lebt der Mensch, lebe ich, nicht nur von dem, was aus dem Kühlschrank kommt. Lebensnotwendig sind für mich Erfahrungen wie Liebe, Akzeptanz, Wertschätzung, Freiheit und Hoffnung auf Zukunft. Aber werden diese Grundnahrungsmittel mir nicht von anderen Menschen zuteil: von meinem Partner, meiner Partnerin, meinen Eltern, Kindern, Freundinnen und Freunden, Wegbegleiter, Ratgebern und Kameraden? Ohne Zweifel diese Menschen sind so notwendig wie das tägliche Brot. Sie sind keine Ergänzungsmittel, sie sind die Vitamine, die ich auf natürlichen Weg bekommen kann. Was aber ist mit der Begegnung mit Jesus Christus im Brot der Eucharistie? Ist das nur ein frommer Überbau meiner Sehnsucht nach Heil und Glück?

Ich kann mir vorstellen, dass viele Menschen die meiste Zeit gar nicht das Bedürfnis haben, Gott in ihrem Leben einen Platz einzuräumen, solange alles gut geht. Sie denken nicht daran. Aber unser Leben ist kein ruhiger Fluss. Wir kommen irgendwann in unsichere Gewässer, Lebensveränderungen oder Schicksalsschläge, die mich mein ganzes Leben hinterfragen lassen. Da ist es gut Menschen zu haben, die einem zur Seite stehen und auf die man sich verlassen kann, aber letztlich sind sie auch Menschen, denen das gleiche Schicksal widerfahren kann. Keiner von uns findet den letzten Sinn seines Daseins in sich selbst. Das verbindet uns. Wir brauchen einen tieferen Grund, der uns hält, wenn alles ins Trudeln gerät.

Deswegen ist die Eucharistie nicht magisch zu verstehen. Der Priester zaubert nicht Jesus in die Hostie hinein. Der Empfang der Eucharistie braucht Vorbereitung und Bewusstwerdung. Direkt vor dem Empfang der Kommunion beten wir: „Herr, ich bin nicht würdig, dass du eingehst unter mein Dach, aber sprich nur ein Wort, so wird meine Seele gesund.“ Wir machen uns die Worte des heidnischen Hauptmannes zu eigen, der weiß, dass das Betreten seines Hauses den Rabbi Jesus unrein machen wird. Wenn wir diese Worte sprechen, dann machen wir uns bewusst, wie überwältigend eigentlich dieser kurze Moment eines alltäglichen Vorgangs der Nahrungsaufnahme eines Stückchen Brots für uns sein soll. Wir

haben so viele Ideale und bleiben doch ständig weit hinter unseren Ansprüchen an uns selbst zurück. In der Eucharistie aber müssen wir uns nicht verstellen, weil wir sie uns verdienen oder erschleichen müssten. Obwohl wir schwach und oft unfähig zum Guten sind, werden wir aufs engste verbunden mit dem allmächtigen Gott in der Gestalt einer kleinen Hostie. Wir könnten ja mitunter verzweifeln an unserer Unzulänglichkeit. Natürlich ist es nicht die Materie, die uns ernährt, aber die Erfahrung des Bundes vermittelt uns Leben. Uns wird Vergebung zuteil und die Sicherheit, dass wir bestehen können mit aller Unzulänglichkeit, die zu unserem Leben gehört. Die Wunde unserer Begrenztheit wird für einen Augenblick zumindest geheilt.

Von der Heiligen Katharina von Siena erzählt man sich, dass sie einmal vor dem Empfang der Kommunion bei Beten sich bewusst wurde, dass sie wirklich nicht würdig ist, dass der Herr in ihr Herz eingeht. In diesem Augenblick, so die Legende, habe sie die Stimme Jesu gehört, der ihr sagte: „Aber ich bin würdig, dass du in mich eingehst“. Der Empfang der Kommunion habe Katharina daraufhin so innigst in Christus eintauchen lassen, wie ein Fisch im Wasser. Wie gut und lebensnotwendig ist die Erfahrung, dass wir nicht unwürdig und unfähig sind, das Gute zu tun und zu erleben. Nur davon wird unsere Lebenshoffnung genährt. So ist die Eucharistie also Lebensmittel, das den Schmerz über mein Versagen lindert und die Wunde der menschlichen Begrenztheit heilt. In ihr wird in unseren Alltag übersetzt, was Jesus über sich sagt: „Nicht die Gesunden brauchen den Arzt sondern die Kranken.“

Natürlich ist Gott nicht nur der Fels in der Brandung, aber ich glaube, dass er in den Stürmen am intensivsten erfahrbar ist. Dazu brauche ich aber Praxis in der Begegnung mit ihm. Der Glaube ist kein Zauberstab, den ich raushole, wenn ich nicht mehr weiter weiß. Wer Glaube so versteht, kann nur enttäuscht werden. Es ist wie beim Arzt: Wer ihn als den Handwerker versteht, der meinen körperlichen Schaden repariert, und nicht als Begleiter auf einem Weg der inneren und äußeren Gesundung, der wird nur wenig Erfolg haben.

Der Glaube ist nicht die 6000-fache Dosis an Glück, Sinn und Hoffnung, die ich mir einwerfen kann, wenn ich traurig, niedergeschlagen und verzweifelt bin. Dann wäre er ein Droge, die mich blind macht und betrügt. Der Glaube ist der lange Atem und die Ausdauer des Geistes auf dem wechselvollen Weg des Lebens. Sein Lebensmittel ist die Eucharistie. Sie stärkt uns im alltäglichen Empfang und gibt uns die Sicherheit, dass auch wir mit unserem ganzen Leben in Jesus eingehen und so eintauchen können in den ewigen Bund Gottes mit uns Menschen. Amen.

*Sven Johannsen, Pfarrer Lohr a. Main*