

# Brot ist mehr !

Im wichtigsten Gebet der Christen, dem Vaterunser, heißt es: „*Unser tägliches Brot gib und heute.*“ – Doch was meinen wir, wenn wir vom täglichen Brot sprechen? Das harte Brot einer Stellensuche mit vielen Bewerbungen und ebenso vielen Absagen. Das harte Brot eines gnadenlosen Leistungs- und Zeitdrucks. Das bittere Brot von Alter, Krankheit und Gebrechen.

Ist damit alles gesagt, was wir mit Brot verbinden? Ist Brot nicht noch viel mehr? Es ist der Inbegriff dessen, was wir zum wahren Leben brauchen. Brot ist Sammelbegriff für viele Seiten des Lebens. Es verbindet und vereint in sich Gegensätze wie Himmel und Erde, Licht und Dunkel. Gott lässt es wachsen auf den Feldern. Es ist Frucht der Erde und der menschlichen Arbeit. Im Brot zeigt sich das Zusammenspiel von Schöpfer und Geschöpf. Brot ist heilig und kostbar. Vielleicht haben Sie als Kind erlebt, dass das Brot immer zuerst gesegnet wird, bevor man es anschneidet. Viele Christen praktizieren diesen Brotsegen gerne. In diesem alten und ehrwürdigen Zeichen liegt viel Wert und Sinn. „*Unser tägliches Brot gib uns heute!*“ Wer diese Bitte andächtig ausspricht, bezeichnet das Brot als Gabe Gottes, die wir jeden Tag neu erbitten und empfangen. Wer so betet und handelt weis, dass Brot nicht nur schwer zu verdienen ist, sondern zuerst geschenkt wird. Darin steckt auch die Erwartung, dass Gott uns die Kraft gibt für das harte Brot des jeweiligen Tages, für das, was es heute zu verkraften gilt.

(P. Weismantel)



## Segensgebete

Gott segne uns dieses Brot

Danke Gott für's täglich' Brot

Ehre sei dem Vater und dem Sohn und dem Heiligen Geist. Wie im Anfang so auch jetzt und in alle Ewigkeit.

Alles Gute kommt von Dir, o Herr. Segne dieses Brot. Wir wollen es in Dankbarkeit genießen.

Gepriesen bist Du Herr unser Gott. Du bist es, der uns das Brot als die Frucht der Erde und der menschlichen Arbeit schenkt .



Impressum:  
Idee, Bilder und Text weitgehend übernommen aus der „Bonner Brotsegen“, Citypastoral der Stadt Bonn.  
Layout überarbeitet durch den Dekanatsrat des Dekanats Rottenbuch.  
Herausgeber: wie oben  
Ergänzt durch die Segensgebete von Pfarradministrator Ralph Regensburger



## Ammertaler Brotsegen



# Brot - ein uraltes Lebensmittel

Seit die Menschen Getreide anbauen, backen sie auch Brot. Die ältesten Zubereitungsarten von Getreide sind der Brei und der Fladen. Als bei den alten Ägyptern vor einigen tausend Jahren bei der Fladenherstellung ein vergorenes Stück Teig wieder verwendet wurde, entdeckten sie eher zufällig die Kunst des Brotbackens: Das Backwerk war nicht verdorben, sondern innen durch viele Poren aufgelockert und damit besonders kaufähig und bekömmlich. Der Sauerteig war geboren.

## Brot und Religion

Bei den Ägyptern lernte das Volk Israel das "moderne" Brot kennen. Die Bibel berichtet sowohl im Alten als auch im Neuen Testament darüber. Beim jüdischen Passahfest wird noch heute ungesäuertes Brot gegessen, das ohne Hefe und ohne Sauerteig gebacken ist. Dieses Brot wird Matzen

genannt. Die Nomaden aßen es einst auf ihren Wanderungen durch die Wüste. Auch die Juden führten es als Wegzehrung bei ihrem Auszug aus Ägypten mit. Im Alten Testament spielt Brot auch eine kultische Rolle: Der Bauer bringt Brot auf dem Altar des Herrn als Opfer dar, es ist Ausdruck des Dankes für die von Gott geschenkte Ernte. Darüber hinaus hat Brot in der Bibel oft symbolische Bedeutung. So sagt Jesus seinen Jüngern: *"Ich bin das Brot des Lebens. Keiner der zu mir kommt, wird jemals wieder Hunger leiden, und niemand, der an mich glaubt, wird jemals wieder Durst haben."* (Johannesevangelium Kapitel 6, Vers 35). Brot ist das Lebensmittel schlechthin. In der katholischen Heiligen Messe spricht der Priester bei der Gabenbereitung: *„Gepriesen bist du, Herr unser Gott, Schöpfer der Welt. Du schenkst uns das Brot, die*



*Frucht der Erde und der menschlichen Arbeit. Wir bringen dieses Brot vor dein Angesicht, damit es uns das Brot des Lebens werde.“*

## Brot und Brauchtum

Auch wenn heute nicht selten industriell hergestelltes Brot zu einer preiswerten und jederzeit verfügbaren Ware geworden ist, hat sich noch vieles von der grundsätzlichen Faszination dieses „Lebensmittels“ erhalten. Bis vor Jahrzehnten waren sich die Menschen noch sehr bewusst, dass das Brot eine heilige Speise ist, der man mit großer Ehrfurcht entgegentreten muss: *"Wo man das Brot ehrt, Gott die Not kehrt"*. Gerade in ländlichen

Regionen hat sich im Brauchtum und im Volksglauben der Symbolcharakter des Brotes als Zeichen für Lebenskraft erhalten. Bereits bei der Aussaat beginnt die Bitte um Gottes Segen für das tägliche Brot. Hier wird immer noch manches Gebet gesprochen. Die Eifelautorin Sophie Lange berichtet von den Bittprozessionen drei Tage vor

Christi Himmelfahrt, auf denen viele Gläubigen Gottes Wohlwollen für die junge Saat erleben. *"Der uns die Früchte der Erde geben und erhalten wolle"* betet die Gemeinde dann im Rosenkranz. Dieser Gang durch die sprießenden Felder geht auf vorchristliche Traditionen zurück, bei denen man allerdings nicht so gesittet wie heute einher schritt. Man sang, tanzte und machte hohe Sprünge, um den Wuchs des Getreides zu beeinflussen. Um den göttlichen Schutz für das Lebensbrot zu erleben, macht die Hausfrau immer wieder das Kreuzzeichen, sowohl in den Teig als auch beim Anschneiden des Brotes. **"Gott segne uns dieses Brot"**, sagt sie dabei.



## Sein Brot segnen

Dazu braucht es nicht viel. Vielleicht machen Sie es sich zur Angewohnheit, bevor Sie ein neues Brot anschneiden oder eine Verpackung zum ersten Mal öffnen, kurz innezuhalten und mit dem Daumen oder dem Brotmesser ein kleines Kreuz über das Brot zu zeichnen. Bereits mit dieser kleinen Geste erreichen Sie ein Mehrfaches:

- † Sie unterbrechen den Alltag für einen kurzen Augenblick. Sie halten sich ihre Mühe vor Augen, die nötig ist, sich und ihre Familie zu ernähren
- † Sie denken daran, dass es für einen großen Teil der Menschheit nicht selbstverständlich ist, das täglich Lebensnotwendige zu erhalten
- † Sie üben sich in Achtsamkeit, die sich auch auf andere Lebensbereiche auswirken kann
- † Sie werden vielleicht Dankbarkeit verspüren

Gelegentlich bietet es sich an, alleine, mit der Familie oder mit Freunden auch ausdrücklich um den Segen zu bitten.

- † Vielleicht sagen Sie einfach laut, was ihnen angesichts des frischen Brotes durch den Kopf geht und bitten die Anwesenden, es auch zu tun.
- † Vielleicht lesen Sie ein Segensgebet vor.
- † Vielleicht bitten Sie auch einfach um einige Augenblicke des Schweigens.

Peinlich? Muss es nicht sein. Probieren Sie es aus.