Zondag 7 juni 2026 – Sacramentsdag

Inleiding
Wij vieren vandaag het feest van Sacramentsdag, Onze zuiderburen en oosterburen hebben dit afgelopen donderdag al gevierd. In Nederland viert de kerk dit vandaag. Het feest herinnert ons aan het Laatste Avondmaal en dat Jezus zichzelf gaf in brood en wijn. Johannes vertelt het op zijn heel eigen, mystieke wijze. Niet gemakkelijk vandaag, maar de moeite waard om het te proberen. Want de mens heeft twee soorten behoeftes: lichamelijke, zoals eten en drinken, geld, en geestelijke, zoals schoonheid van de natuur, muziek, vriendschap, geloof, trouw. We gaan proberen die vandaag een beetje bij elkaar te brengen in de tekst die Johannes ons aanreikt.

Evangelie: Joh. 6, 51-58 Evangelie uit Bijbel in gewone taal:
Ik ben het hemelse brood dat leven geeft. Iedereen die van dat brood eet, zal eeuwig leven! Het brood dat ik zal uitdelen, is mijn lichaam. Ik zal sterven om de mensen het leven te geven.' De Joden begonnen een felle discussie met elkaar. Ze riepen: 'Hoe kan hij nu zijn lichaam aan ons te eten geven!'
Toen zei Jezus tegen hen: 'voorwaar, Ik zeg jullie: Jullie moeten mijn lichaam eten en mijn bloed drinken. Anders kunnen jullie het eeuwige leven niet krijgen. Wie mijn lichaam eet en mijn bloed drinkt, die krijgt het eeuwige leven en Ik zal hem doen opstaan op de laatste dag. Mijn lichaam en mijn bloed geven eeuwige leven. Mijn dood brengt redding. Wie mijn lichaam eet en mijn bloed drinkt, blijft in Mij en Ik in hem. Zoals de Vader die leeft, Mij gezonden heeft en Ik leef door de Vader, zo zal ook degene die Mij eet, leven door Mij. Dit is het Brood, dat uit de hemel is neergedaald. Het is niet zoals bij de vaderen. die gegeten hebben en gestorven zijn: wie dit Brood eet, zal leven in eeuwigheid."

Overweging
Een moeilijk verhaal, wat de evangelist Johannes ons vandaag vertelt. Hij speelt met woorden en geeft daaraan een diepe betekenis, die niet zo eenvoudig in te voelen is. Het is een verhaal dat geen praktische wijsheid wil vertellen, maar 'een heel diepe wijsheid, misschien wel een wijsheid voor de ziel'. Laat ik daarom beginnen met een verhaal van Fréderic Lenoir:

> *Een groep Australische Aboriginals liep op een dag door een dorre streek, samen met een etnoloog. Deze noteerde zorgvuldig hun doen en laten en merkte op dat de groep, die uit mannen en vrouwen bestond, af en toe korte of langere tijd stilstond. Niet om wat te eten, niet om iets te bekijken en ook niet om te zitten of uit te rusten. Ze bleven alleen stilstaan. Na een paar keer vroeg de etnoloog waarom ze dat deden.*
> *"Gewoon", zeiden ze, "we wachten op onze zielen". De wetenschapper vroeg om verdere uitleg. Zo leerde hij dat de zielen onderweg af en toe bleven stilstaan om iets wat het lichaam ontging te bekijken, te voelen of te beluisteren. Daarom stonden de zielen soms een uur stil, terwijl de lichamen verder liepen. Dan moesten ze op ze wachten.*

Een bijzonder verhaal, vind ik dit en voor mijn gevoel komt het ook dicht bij de manier van vertellen van de evangelist Johannes. Hij wil iets duidelijk maken van die woorden van Jezus, wat bijna niet in woorden te vatten is. Wij zijn misschien ook wel geneigd om, net als de Joden toen, zijn woorden letterlijk te nemen. Daarom reageerden zij ook zo fel Veel Joden keerden Jezus toen ook de rug toe; hij ging te ver.

Maar Jezus deed een beroep op hun hart, hun ziel, die luistert en ziet op een andere manier, met andere ogen en oren: als je iets tot je ziel kunt laten doordringen, dan wordt het een deel van je, kun je het ‘verinnerlijken’. Frederic Lenoir schrijft verder:

> *Onze zielen hebben behoeften die niet zichtbaar zijn voor de ogen van het lichaam. Ze voeden zich met schoonheid van de wereld, met een paar noten muziek en met een zonnestraal op de sneeuw. Ze voeden zich met kennis en wetenschap. Ze voeden zich met liefdevolle relaties, met belangeloze contacten. Ze voeden zich met eerlijk delen, rechtvaardigheid en broederschap. Daarom moet de mens de twee spirituele organen die hij bezit (hart en hoofd) erkennen, voeden, gebruiken en laten groeien.*

Daarom mogen ook wij de woorden van Jezus vooral met ons hart begrijpen. Eten, drinken, vlees, bloed, lichaam: het verwijst naar de betekenis die Jezus voor mij, voor u kan hebben. Want zijn woorden geven leven en wie ze in zich opneemt wil zich voeden, wil zich laven aan Jezus. Jezus als het levende brood is Jezus die leven geeft, ten volle, voor iedereen.
Als wij de hostie uitdelen, zeggen we meestal: ‘lichaam van Christus’, of ‘voedsel voor onderweg’, hetgeen de ontvanger vaak beantwoordt met ‘amen’. Amen, dat wil zeggen: ja, daar ben het mee eens, daar sta ik achter.
Dat vind ik een mooi beeld: het brood, de hostie, kan door mij heen werken; kan mij kracht geven en inspireren om dat ideaal van Jezus mee helpen te verwezenlijken, om goed te doen gewoon in mijn eigen plek, met mijn eigen mogelijkheden en talenten. In het klein om samen met anderen iets te bewerken. Het is ook een vorm van verbondenheid met anderen, met al die mensen die op andere plekken dit brood eten en voor hetzelfde ideaal gaan. Samen in de voetstappen van Jezus dankzij dat ene stukje brood… Moge het zo zijn. Amen.