

Exodus 16,2-4.12-15

In jenen Tagen murrte die ganze Gemeinde der Israeliten in der Wüste gegen Mose und Aaron. Die Israeliten sagten zu ihnen: Wären wir doch im Land Ägypten durch die Hand des HERRN gestorben, als wir an den Fleischtöpfen saßen und Brot genug zu essen hatten. Ihr habt uns nur deshalb in diese Wüste geführt, um alle, die hier versammelt sind, an Hunger sterben zu lassen. Da sprach der HERR zu Mose: Ich will euch Brot vom Himmel regnen lassen. Das Volk soll hinausgehen, um seinen täglichen Bedarf zu sammeln. Ich will es prüfen, ob es nach meiner Weisung lebt oder nicht. Ich habe das Murren der Israeliten gehört. Sag ihnen: In der Abenddämmerung werdet ihr Fleisch zu essen haben, am Morgen werdet ihr satt werden von Brot und ihr werdet erkennen, dass ich der HERR, euer Gott, bin. Am Abend kamen die Wachteln und bedeckten das Lager. Am Morgen lag eine Schicht von Tau rings um das Lager. Als sich die Tauschicht gehoben hatte, lag auf dem Wüstenboden etwas Feines, Knuspriges, fein wie Reif, auf der Erde. Als das die Israeliten sahen, sagten sie zueinander: Was ist das? Denn sie wussten nicht, was es war. Da sagte Mose zu ihnen: Das ist das Brot, das der HERR euch zu essen gibt.

Epheser 4,17.20-24

Das also sage ich und beschwöre euch im Herrn: Lebt nicht mehr wie die Heiden in ihrem nichtigen Denken! Ihr habt Christus nicht so kennengelernt. Ihr habt doch von ihm gehört und seid unterrichtet worden, wie es Wahrheit ist in Jesus. Legt den alten Menschen des früheren Lebenswandels ab, der sich in den Begierden des Trugs zugrunde richtet, und lasst euch erneuern durch den Geist in eurem Denken! Zieht den neuen Menschen an, der nach dem Bild Gottes geschaffen ist in wahrer Gerechtigkeit und Heiligkeit!

ዘጸአት 16,2-4.12-15

ኩሎም አኼባ ደቂ እስራኤል ድማ አብቲ በረኻ ንሙሴን አሮንን አጉረምረሙሎም። ደቂ እስራኤል ከአ፤ እቲ አብ ጥቓ ቕራዕ ስጋ ሽፍ ኢልና፡ እንጌራ ኸሳዕ እንጸግብ ክንበልዕ ከሎና፡ ብኢድ እግዚአብሔር አብ ምድሪ ግብጺ እንተ ንመውት፡ መን ምሀበና። ንስኻትኩም ነዚ ኹሉ አኼባ ብጥሜት ክትቀትሉ ናብ በረኻ አውጻእኩምና፡ በልዎም። ሽዑ እግዚአብሔር ንሙሴ በሎ፡ እንሆ፡ አነ ኻብ ሰማይ እንጌራ ኸዝንመልኩም እየ። እቶም ህዝቢ ብሕገይ ዚኹዱ እንተ ኹኑ፡ ወይስ እንተ ዘይኩኑ፡ ምእንቲ ኸፍትኖምሲ፡ እናወጹ ነንመዓልቱ ዜድሊ ይእረዩ። ምጉርምራም ደቂ እስራኤል ሰሚዔ እየ እሞ፡ ምሸት ስጋ ኸትበልዑ ኢኹም፡ ብጊሓት ከአ እንጌራ ኸትጸግቡ ኢኹም። አነ እግዚአብሔር አምላኽኩም ምዃነይ ክትፈልጡ ኢኹም፡ ኢልካ ተዛረቦም። ከነ ከአ፡ ንምሸቱ ብርኒጎታት ተላዒለን ነቲ ሰፈር ከደናኦ። ብጊሓት ድማ አብ ዙርያ እቲ ሰፈር ዛዕዝዓ ወዲቐ ነበረ። እቲ ዛዕዝዓ ምስ ዘፈፈ ኸአ፡ እንሆ፡ አብ ገጽ እቲ በረኻ ገለ ደቂቕ ከቢብ፡ ከም ኣስሓይታ ዝምድቃቐ አብ ምድሪ ነበረ። ደቂ እስራኤል ድማ እዚ ምስ ረአዩ፡ እንታይ ምዃኑ አይፈለጡን እሞ፡ እዚ እንታይ እዩ፤ ኢሎም ንሓድሕዶም ተሓታትቱ። ሙሴ ኸአ፡ እዚ እግዚአብሔር ክትበልዕዎ ዝሀበኩም እንጌራ እዩ።

ኤፌሶን 4,17.20-24

እምበኣርሲ ኸምቲ አህዛብ ብናይ ክንቱ ሓሳቦም ዚመላለስዎ ኸይትመላለሱ፡ እዚ እብል ብጐይታውን እምስክር አሎኹ። ንስኻትኩም ግና ንክርስቶስ ከምዚ ጌርኩም አይተመሃርኩምዎን። እታ ሓቂ አብ የሱስ ከም ዘላ ሰሚዕኩምዎን አብኡ ተምሃርኩምዎን እንተ ኹንኩምሲ፡ ነቲ ቐደም እተመላለስኩምሎ፡ ብትምኒት ስሕተት ዚጠፍኡ አረጊት ሰብ ቀንጢጥኩም፡ በቲ ናይ አእምሮኹም መንፈስ ክትሕደሱ እሞ፡ እቲ ብናይ ሓቂ ጽድቕን ቅድስናን ብመልክዕ አምላኽ እተፈጥረ ሓድሽ ሰብ ልበሱ።

ወ. ዮሐንስ 6,24-35

ሽዑ እቶም ዝህቢ፡ የሱስ ኩነ ወይ ደቀ መዛሙርቱ ኣብኡ ዘይምህላዎም ርእዮም፡ ንሳቶም ድማ ናብተን ጃለቡ ኣትዮም ንየሱስ እናደለይዎ ናብ ቅፍርናሆም መጹ። ኣብ ስግር ባሕሪ ምስ ረኸብዎ ኸኣ፡ ርቢ፡ መኣዝ ናብዚ መጻእካ፡ በልዎ። የሱስ ድማ፡ እትደልዩኒ ዘሎኹምሲ እንጌራ ስለ ዝበላዕኩምን ዝጸገብኩምን ኢኹም እምበር፡ ተኣምራት ስለ ዝርኤኹም ከም ዘይኩንኩም፡ ብሓቂ ብሓቂ እብለኩም ኣሎኹ። ወዲ ሰብ፡ ንእኡ ኣቦ፡ ንሱ ኸኣ ኣምላኽ፡ ሐቲምዎ እዩ እዋ፡ ነቲ ንሱ ዚህበኩም ንዘለኣለም ህይወት ዚነገር ብልዒ እምበር፡ ነዚ ሓላፊ ብልዒ ኣይትግበሩ፣ ኢሉ መለሰሎም። ስለዚ ንሳቶም፡ ግብሪ ኣምላክ ክንገብርሲ እንታይ ንግበር፡ በልዎ። የሱስ ከኣ፡ ግብሪ ኣምላኽ ቦቲ ንሱ ዝለኣኹ ክትኣምኑ እዩ፡ በሎም። ስለዚ፡ ርኢና ክንኣምነካስ እንታይ ትእምርቲ እዋ ትገብር፤ እንታይከ ትገብር ኣሎኻ፤ ኣቦታትና፡ ከምቲ ኺበልዑ ኻብ ሰማይ እንጌራ ሃቦም፡ ዚብል እተጻሕፈ፡ ኣብ በረኻ ማና በልዑ፡ በልዎ። ሽዑ የሱስ፡ እቲ ኻብ ሰማይ ዚወርድ ንዓለምውን ህይወት ዚህብ ናይ ኣምላኽ እንጌራ እዩ እዋ፡ ነቲ እንጌራ ሓቂ ኻብ ሰማይ ዚህበኩም ኣቦይ እዩ እምበር፡ ነቲ እንጌራ እቲ ኻብ ሰማይ ዝሃበኩምሲ ሙሴ ኸም ዘይኩነ፡ ብሓቂ፡ ብሓቂ እብለኩም ኣሎኹ፡ በሎም። ሽዑ ንሳቶም፡ ጎይታይ፡ እቲ እንጌራ እቲኽ ኩሉ ሳዕ ሃበና፡ በልዎ። የሱስ በሎም፡ እንጌራ ህይወት ኣነ እየ። ናባይ ዚመጽእ ኣይጠምን፡ ብኣይ ዚኣምን ከቶ ኣይጸምእን እዩ።

Johannes 6,24-35

In jener Zeit, als die Leute sahen, dass weder Jesus noch seine Jünger am Ufer des Sees von Galiläa waren, stiegen sie in die Boote, fuhren nach Kafarnaum und suchten Jesus. Als sie ihn am anderen Ufer des Sees fanden, fragten sie ihn: Rabbi, wann bist du hierhergekommen? Jesus antwortete ihnen: Amen, amen, ich sage euch: Ihr sucht mich nicht, weil ihr Zeichen gesehen habt, sondern weil ihr von den Broten gegessen habt und satt geworden seid. Müht euch nicht ab für die Speise, die verdirbt, sondern für die Speise, die für das ewige Leben bleibt und die der Menschensohn euch geben wird! Denn ihn hat Gott, der Vater, mit seinem Siegel beglaubigt. Da fragten sie ihn: Was müssen wir tun, um die Werke Gottes zu vollbringen? Jesus antwortete ihnen: Das ist das Werk Gottes, dass ihr an den glaubt, den er gesandt hat. Sie sagten zu ihm: Welches Zeichen tust du denn, damit wir es sehen und dir glauben? Was für ein Werk tust du? Unsere Väter haben das Manna in der Wüste gegessen, wie es in der Schrift heißt: Brot vom Himmel gab er ihnen zu essen. Jesus sagte zu ihnen: Amen, amen, ich sage euch: Nicht Mose hat euch das Brot vom Himmel gegeben, sondern mein Vater gibt euch das wahre Brot vom Himmel. Denn das Brot, das Gott gibt, kommt vom Himmel herab und gibt der Welt das Leben. Da baten sie ihn: Herr, gib uns immer dieses Brot! Jesus antwortete ihnen: Ich bin das Brot des Lebens; wer zu mir kommt, wird nie mehr hungern, und wer an mich glaubt, wird nie mehr Durst haben.