

**1 Könige 19,4-8**

In jenen Tagen ging Elija eine Tagereise weit in die Wüste hinein. Dort setzte er sich unter einen Ginsterstrauch und wünschte sich den Tod. Er sagte: Nun ist es genug, HERR. Nimm mein Leben; denn ich bin nicht besser als meine Väter. Dann legte er sich unter den Ginsterstrauch und schlief ein. Doch ein Engel rührte ihn an und sprach: Steh auf und iss! Als er um sich blickte, sah er neben seinem Kopf Brot, das in glühender Asche gebacken war, und einen Krug mit Wasser. Er aß und trank und legte sich wieder hin. Doch der Engel des HERRN kam zum zweiten Mal, rührte ihn an und sprach: Steh auf und iss! Sonst ist der Weg zu weit für dich. Da stand er auf, aß und trank und wanderte, durch diese Speise gestärkt, vierzig Tage und vierzig Nächte bis zum Gottesberg Horeb.

**Epheser 4,30 - 5,2**

Betrübt nicht den Heiligen Geist Gottes, den ihr als Siegel empfangen habt für den Tag der Erlösung! Jede Art von Bitterkeit und Wut und Zorn und Geschrei und Lästerung mit allem Bösen verbannt aus eurer Mitte! Seid gütig zueinander, seid barmherzig, vergebt einander, wie auch Gott euch in Christus vergeben hat. Ahmt Gott nach als seine geliebten Kinder und führt euer Leben in Liebe, wie auch Christus uns geliebt und sich für uns hingegeben hat als Gabe und Opfer, das Gott gefällt!

**1 ይ ነገስት 19,4-8**

ንሱ ግና አብ በረኻ መገዲ መዓልቲ ኸይድ ውዲሉ፡ ናብ ትሕቲ ሓንቲ ኺለዓው መጺኡ ኸፍ በለ፡ ሞት ተመንዩ ድማ፡ ዎ እግዚአብሔር፡ እነሰ ካብ አቦታተይ አይበልጽን እየ እሞ፡ ሕጂ ይአኸለኒ፡ ንነፍሰይ ውሰዳ፡ በለ፡ አብ ትሕቲ ሓንቲ ኺለዓው ከአ በጥ ኢሉ ደቀሰ። እንሆ ድማ፡ መልአኽ ነቐኒቹ፡ ተንስእ እሞ ብላዕ፡ በሎ። እንተ ጠመተ ኸአ፡ እንሆ፡ አብ ርሱን እምኒ እትሰንከተ ቕጫን ሳርማይን አብ ትርአሱ ነበረ። በሊዑን ሰትዩን ድማ መሊሱ በጥ በለ። እቲ መልአኽ እግዚአብሔር ከአ መሊሱ ኻልአይ ሳዕ ነቐኒቹ፡ ነዊሕ መገዲ አሎካ እሞ፡ ተንሲእካስ ብላዕ፡ በሎ። ንሱ ድማ ተንሲኡ በልዔን ሰተየን እሞ፡ ብሓይሊ እቲ ብልዒ እቲ ኸሳዕ ሆሬብ፡ እቲ ኸረን አምላኽ፡ አርብዓ መዓልትን አርብዓ ለይትን ከደ።

**ኤፌሶን 4,30 - 5,2**

ነቲ ንመዓልቲ ምድሓን እተሐተምኩምሉ ናይ አምላኽ መንፈስ ቅዱስ አይተጉህይዎ። ብዘሎ መሪርን ነድርን ኩራን ታዕታዕን ጸርፍን ምስ ኩሎ ኸፍአት ዘበለ ካባካትኩም ይርሐቕ። ግናኽ ከምቲ አምላኽ ብክርስቶስ ይቕረ ዝበለልኩም፡ ንሓድሕድኩም ተላዋህትን ተዳናገጽትን ኔንኩም፡ ይቕረ ተባገሃሉ። ደጊም ከም ፍቁራት ውሉድ ሰዓብቲ አምላኽ ኩኑ። ከምቲ ክርስቶስ ዘፍቀረኩም፡ ነፍሱውን መባእን መስዋእትን ገይሩ ንአምላኽ ንምዑዝ ጩና በጃና ዘሕለፈ፡ ከምኡ ብፍቕሪ ተመላለሱ።

ወ. ዮሐንስ 6, 41-51

ኸው ድማ፡ እቲ ኻብ ሰማይ ዝወረደ እንጌራ ኣነ እየ፡ ስለ ዝበለ፡ ኣይሁድ ብዛዕባኡ ኣጉረምረሙ እዮ። እዝስ እቲ ኣቦኡን ኣዲኡን ንሕና እንፈልጦም የሱስ ወዲ ዮሴፍ ደይኩነን፡ ከመይ ኢሉ ደኣ፡ ካብ ሰማይ ወረድኩ፡ ይብል ኣሎ፡ ይብሉ ነበሩ። የሱስ መሊሱ በሎም፡ ንኣድሕድኩም ኣይተጉረምርሙ። እቲ ዝለኣኸኒ ኣቦይ ዝሰሐቦ እንተ ዘይከወይኑ፡ ናባይ ኪመጽእ ዚኽእል የልቦን። ኣነ ድማ በታ ዳሕረይቲ መዓልቲ ከተንሲኦ እየ። ኣብ ነብያትውን፡ ከሎም ካብ ኣምላኽ ምሁራት ኪኹኑ እዮም፡ ዚብል ጹሑፍ ኣሎ። እቲ ኻብ ኣቦይ ዝሰምዔን እተማህረን ዘበለ ኸኣ ናባይ ይመጽእ። ብጀካ እቲ ኻብ ኣምላኽ ዝኹነ፡ ነቦ ዝረኣዮ የልቦን፡ ንሱ እዩ ነቦ ዝረኣዮ። እቲ ብኣይ ዚእምን ናይ ዘለኣለም ህይወት ከም ዘላቶ፡ ብሓቂ፡ ብሓቂ እብለኩም ኣሎኹ። እንጌራ ህይወት ኣነ እየ። ኣቦታትኩም ኣብ በረኻ ማና በልዑ እዮ ሞቱ። ካብኡ ዚበልዕ ዘበለ ምእንቲ ኸይመውት፡ ካብ ሰማይ ዝወረደ እንጌራ እዚ እዩ። እቲ ኻብ ሰማይ ዝወረደ እንጌራ ህይወት ኣነ እየ። ካብዚ እንጌራ እዚ ዝበልዔ ዘበለ ንዘለኣለም ኪነበር እዩ። እዚ ኣነ ምእንቲ ህይወት ዓለም ዝህቦ እንጌራ ኸኣ ስጋይ እዩ።

Johannes 6,41-51

In jener Zeit murrten die Juden gegen Jesus, weil er gesagt hatte: Ich bin das Brot, das vom Himmel herabgekommen ist. Und sie sagten: Ist das nicht Jesus, der Sohn Josefs, dessen Vater und Mutter wir kennen? Wie kann er jetzt sagen: Ich bin vom Himmel herabgekommen? Jesus sagte zu ihnen: Murr nicht! Niemand kann zu mir kommen, wenn nicht der Vater, der mich gesandt hat, ihn zieht; und ich werde ihn auferwecken am Jüngsten Tag. Bei den Propheten steht geschrieben: Und alle werden Schüler Gottes sein. Jeder, der auf den Vater hört und seine Lehre annimmt, wird zu mir kommen. Niemand hat den Vater gesehen außer dem, der von Gott ist; nur er hat den Vater gesehen. Amen, amen, ich sage euch: Wer glaubt, hat das ewige Leben. Ich bin das Brot des Lebens. Eure Väter haben in der Wüste das Manna gegessen und sind gestorben. So aber ist es mit dem Brot, das vom Himmel herabkommt: Wenn jemand davon isst, wird er nicht sterben. Ich bin das lebendige Brot, das vom Himmel herabgekommen ist. Wer von diesem Brot isst, wird in Ewigkeit leben. Das Brot, das ich geben werde, ist mein Fleisch für das Leben der Welt.