

Back dich glücklich

Glück und Entschleunigung – Themen, die in der Luft liegen. Glücksratgeber gibt es zuhauf in den Bestsellerlisten. Und »Glück und Entschleunigung« lautete das Thema des Jahreskonvents der Stuttgarter Pfarrerschaft, in einem Feriendorf auf der Schwäbischen Alb.

Dort wird jede Woche noch in einem Backhaus Brot gebacken. So konnte ich einen Workshop anbieten mit: »Back dich glücklich«. Aus gutem Weizen, Dinkel, Hafer und Roggen einen Teig von Hand kneten, ihn gehen lassen, während wir den großen Stein-Ofen mit Reisig und Buchenholzscheiten ordentlich auf Temperaturen bringen. Ganz schön viel Arbeit.

Dann die Glut flink ausräumen und den heißen, metertiefen Ofen mit einem feuchten Scheuerlappen von aller Asche reinigen. Die Brotlaibe einschießen. Wie die aufgehen! Und wie das duftet! Warten, ausbacken. Das alles ist eine ziemlich gute Übung in Entschleunigung. Wir unterhalten uns währenddessen, auch über ein Wort von Martin Luther.

„Gott“, sagte er einmal, „Gott ist ein glühender Backofen voller Liebe“. Hier im Backhaus verstehen wir auch: Vorsicht, ein glühender Backofen ist nicht ungefährlich! Respekt verlangt er einem ab, auch, weil seine Steine so lang und reichlich Hitze, Wärme und Energie abgeben.

Die Liebe Gottes – das ist das große Thema Martin Luthers und der Reformation: Gott ist ein liebender Gott. Er will die Menschen nicht strafen, er will sie für sich gewinnen. Gottes Liebe müssen wir uns nicht verdienen, so wie wir uns die Anerkennung und den Beifall unserer Mitmenschen verdienen müssen. Gottes Liebe gilt uns vorbehaltlos. Gott ist, so sagt es Luther in seiner Predigt, Gott ist ein glühender Backofen voller Liebe, der von der Erde bis an den Himmel reicht. Ein richtiges Entschleunigungsmotto.

Die Frage Luthers an seine Zuhörer damals und die Frage an Menschen heute lautet: Was machst du aus dieser Gabe Gottes? Wie leben wir? Muss bei uns immer alles durch Leistungsprinzip und Anspruchsdenken im Leben ablaufen? Was packen wir alles immer rein! Da ist von Entschleunigung und Glück kaum eine Spur. Und wir Pfarrerinnen und Pfarrer sind davon keineswegs frei.

Darum war's gut, mal selber so „umständlich“ Brot zu backen. Gott und der Backofen. Aus der großen Fülle seiner Liebe schenkt Gott uns mehr als wir verdienen. Gott und der Backofen. Gegen falschen Stress und Burnout.