

Leben.backen – Ein Rezept fürs Leben

Cornelius Küttner

Der Autor arbeitet als Pfarrer in Stellenteilung in der Kirchengemeinde Merklingen. Die anderen 50% investiert er in das „Gartenreich“ mit einer Pfarrstelle für Neue Aufbrüche. (Stand 2024)

Wenn ich mir mein Leben selbst backen könnte, was käme dabei heraus? Anhand des Weges vom Korn zum Brot denken die Konfis über ihr Leben nach. Sie definieren Faktoren, die sie selbst für ein gelingendes Leben als wichtig erachten.

Ziele

Die Konfis erleben bei dem Weg vom Kornmahlen bis hin zum gebackenen Brot eine „Schau“ auf das eigene Leben. Sie bestimmen Faktoren, die sie für ein gelingendes Leben als wichtig erachten.

Didaktische Überlegungen

Theologisch knüpft der Baustein an Sprachbilder an, die Jesus in seinen Reden verwendet: „Ich bin das Brot des Lebens“, „Wenn das Weizenkorn nicht in die Erde fällt“, „vom Sauerteig“ etc. Diese Sprachbilder werden lebensweltlich in die Arbeitsschritte des Brotbackens mit eingeflochten. Ebenso spielen weisheitliche Texte wie „Alles hat seine Zeit“ und „Geduld“ (aus den Paulusbriefen) eine Rolle.

Organisatorisches

Für den Baustein benötigt man eine große Handmühle, einen Ofen und ca. 3,5 Stunden Zeit. (Sollte noch eine Einheit zum Abendmahl angeschlossen werden, sind es 4–5 Stunden). Deswegen eignet sich der Workshop eher für einen Konfi-Tag als für einen regulären Mittwochstermin. Wenn möglich, kann man den Workshop auch mit einem Besuch in der örtlichen Bäckerei verbinden, die Landfrauen mit einbeziehen oder evtl. vorhandene Backhäuschen im Ort nutzen.

Hinweis:

Wenn Sie zur Württembergischen Landeskirche gehören und diesen Baustein mit Ihrer Konfi-Gruppe durchführen möchten, aber nicht die logistischen Möglichkeiten dafür haben, können Sie sich gern an den Autor dieses Bausteins, Pfarrer Cornelius Küttner, wenden. Mit seiner Projektpfarrstelle „Neue Aufbrüche“ hat er in Form von www.gartenreich.org die entsprechenden zeitlichen und logistischen Ressourcen zur Verfügung.

Material

- **M1** – Lebensrezept
- **M2** – Alles hat seine Zeit
- **M3** – Rezept Fladenbrot
- **M4** – Rezept Pizzateig

- Handmühle, Fassungsvermögen mindestens 1 kg Korn
- Backofen
- Getreideähre
- Zutaten für das Brotrezept (vgl. **M3**)
- Bibeln für Konfis

Vorbereitung

- Handmühle ausleihen (möglich bei regionalen Mühlen, Bäckereien oder auch in diversen Bauernmuseen)
- ggf. in einem Backhaus oder einer Bäckerei wegen der Nutzung des Backofens anfragen, alternativ Backofen im Gemeindehaus nutzen
- Getreideähre besorgen (bei örtlichen Bauern nachfragen)
- Zutaten für Fladenbrot besorgen (vgl. **M3**) oder alternativ für Pizzateig (vgl. **M4**, Belag nach Belieben)
- **M1** bis **M3** (oder **M4**) (Arbeitsblätter und Rezept) in der benötigten Anzahl ausdrucken

Einleitung

Die gemeinsam verbrachte Zeit besteht aus Aktions- und Reflexionsphasen. Jedem Arbeitsschritt ist ein Abschnitt auf dem Lebensrezept (**M1**) zugeordnet, der vor der Zuwendung zum nächsten Schritt bedacht werden sollte. Das garantiert, dass die Reflexionsschritte direkt mit dem Tun verknüpft werden können.

Die Aktionsphasen erfordern meistens mehr Zeit, als die Reflexionsphasen in Anspruch nehmen, sodass Zeit zum „Reden“ entsteht. Diese „Leerräume“ sollten bewusst ins Auge gefasst und genutzt werden, sodass man als Pfarrer*in impuls- oder auftraggebend in Aktion tritt.

Die unter „Didaktische Überlegungen“ angesprochenen Sprachbilder und Bibeltexte wurden nicht alle explizit in das Paper (**M1**) bzw. die Impulse aufgenommen, sondern dienen in der Vorbereitung auf den Baustein als Hintergrundfolie, auf deren Grundlage man mit den Konfis interagiert. Es lohnt sich deshalb, im Vorfeld ein bisschen Zeit zu investieren und diverse Texte zu lesen, um etwas parat zu haben, was man in die Gesprächszeiten während der Arbeitsvorgänge einfließen lassen kann.

1. Schritt: „Getreide als Lebendrohstoff“ – „Etwas zum Verschenken“ (15–20 Min.)

An dem Ort, an dem das Brot gebacken wird (Backstube oder Küche), steht eine große Schüssel mit nicht gemahlenem Korn.

Wichtiger Hinweis: Hände waschen!

Gern kann dieser Schritt als eine Art Reinigungsritual inszeniert und thematisiert werden: Jesus und seine Zeitgenossen haben sich zu bestimmten Anlässen rituell gewaschen. Heute findet man dies auch noch bei Juden, Moslems und Katholiken.

Jede*r Konfi greift einmal in die Schüssel mit Korn und hält es anschließend in den Händen. Betrachten lassen, fühlen lassen, riechen lassen. Entdeckungen teilen.

Impuls I:

Jesus sagt einmal: „Wenn das Weizenkorn nicht in die Erde fällt und stirbt, bleibt es einsam und allein, bringt keine reiche Frucht.“ (Johannes 12,24)

Was könnte er damit meinen?

Die Konfis geben das Korn aus ihren Händen zurück in die Schüssel.

Eine Ähre mit Halm und Blattwerk herumreichen. Aufzeigen, dass die Ähre die Frucht eines einzigen Weizenkorns ist. Gemeinsam staunen.

Impuls II:

Kein Leben, keine Frucht entsteht, ohne dass ich etwas verschenke.

Arbeitsauftrag:

*Notiere auf deinem Arbeitsblatt (**M1**) an der entsprechenden Stelle, was du alles schenken/geben/spenden kannst. (**M1** austeilen.)*

2. Schritt: „Korn mahlen“ – „Alles hat/braucht seine Zeit“ (30–45 Min.)

Mit einer entsprechend großen Handmühle werden die Konfis angeleitet, das Korn zu Brotmehl zu vermahlen. Zeithinweis: 1 kg Mehl erzeugt man in ca. 20 Minuten.

Hinweis:

Bei Gruppengrößen von mehr als 12 Personen sollte eine entsprechende Menge gekauftes Mehl (idealerweise Type 405) dem frisch gemahlene Mehl untergesetzt werden, um nicht zu viel Zeit mit dem Mehlmahlen zu verbringen.

Weil dieser Schritt ein wenig Kondition erfordert, ist es ratsam, dass die Konfis reihum jeweils etwa 1 bis 2 Minuten mahlen.

Impuls:

Wie ihr seht, entsteht Mehl aus frischem Korn nicht von jetzt auf nachher. Es erfordert Zeit. In der Bibel findet sich ein wunderbares Gedicht über die Zeit. Wir lesen das einmal gemeinsam.

(M2 austeilen.)

Arbeitsauftrag:

Notiere auf deinem Arbeitsblatt (M1) an entsprechender Stelle, was in deinem Leben schon alles Zeit eingefordert hat. Lass uns vorher ein paar Beispiele sammeln.

(Mögliche Antworten: Schule, wachsen, Lesen-/Schreibenlernen, Freunde finden/verlieren, Abschied nehmen (ggf. von verstorbenen Familienangehörigen), ein Haus bauen, sich eingewöhnen – Schule, weiterführende Schule, Heimat finden nach Umzug etc.)

3. Schritt: „Teig ansetzen“ – „Geduld“ (ca. 90–120 Min.)

Wichtig: Jetzt den Ofen vorheizen!

Das ausgemahlene Vollkornmehl wird nun zu einem Teig für Fladenbrote (M3) verarbeitet. Weil der Teig nach dem Ansetzen ca. 60–90 Minuten ruhen sollte, wird die anschließende Zeit genutzt, um sich in der Gruppe mit dem Thema Geduld auseinanderzusetzen. Ebenso bietet es sich an, sofern möglich, diese Zeit für eine kleine Bäckereiführung, eine Kirchturbesteigung oder Ähnliches zu verwenden.

Arbeitsauftrag:

Verarbeitet nun das Mehl wie in der Anleitung vorgegeben zu einem Teig für Fladenbrot.

Hinweis:

Hier ist sicherlich Hilfestellung erforderlich.

Nach dem Ansetzen des Teigs Impuls:

Nun können wir für den Teig zunächst nichts mehr tun. Er muss ruhen und „gehen“.

Die nachfolgenden Fragen können im Plenum oder in Kleingruppen – sofern Mitarbeitende vorhanden sind – bearbeitet werden:

- *Kennst du das, wenn man im Leben gerade nichts zu tun hat?*
- *Wie steht es bei dir mit Langeweile?*
- *Was machst du, wenn du Langeweile hast?*
- *Was ist Geduld?*
- *Was ist der Unterschied zwischen Langeweile und Geduld?*

Arbeitsauftrag:

Notiere dir nun auf deinem Arbeitsblatt an der passenden Stelle, wo in deinem Leben Geduld gefragt ist.

4. Schritt: „Brot backen“ – „Das Feuer“ (ca. 20 Min.)

Die Konfis formen ihren je eigenen Fladenbrot-Laib (größerer Laib: ca. 200 g Teig, kleinerer Laib: ca. 100 g Teig).

Arbeitsauftrag:

Formt nun aus dem Teig eure Brotfladen und lasst sie anschließend noch einmal etwas ruhen (etwa 15 Minuten).

Hinweis:

Statt einfacher Fladenbrote können auch Pizzafladen gebacken werden (s. Rezept **M4**). Der Teig kann nach Belieben belegt werden.

Impuls:

Kein Brot ohne Hitze, kein Leben ohne Energie. Wir alle werden angetrieben von einer Kraft, die uns leben lässt. Wir schauen uns einmal an, was deine Lebensenergie ausmacht. Woraus schöpfst du Kraft?

Antworten gerne im Plenum oder in einer Kleingruppe sammeln.

Arbeitsauftrag:

Auf deinem Arbeitsblatt findest du ein Feld mit „Energie“. Notiere dir bitte all die Dinge, woraus du Kraft schöpfst – nicht: was dich Kraft kostet!

Möglicher Impuls:

Jesus als Mensch benötigte auch „Krafträume“, Zeiten in denen er auftanken konnte. Was meint ihr, was hat ihm „Energie“ gegeben?

Antworten/Ideen sammeln. Gemeinsam Mt 14,23 lesen und reflektieren.

5. Schritt: „Essen“ – „Vom Genießen“ (Zeitbedarf variabel)

Als „Lohn“ für die (harte) Arbeit steht an dieser Stelle das gemeinsame Genießen. Gern kann an dieser Stelle die rituelle Einbettung in das Heilige Abendmahl erfolgen.

Impuls:

Wir brauchen in unserem Leben Zeiträume, in denen wir (am besten in Gemeinschaft) genießen. Widmen wir uns also ein letztes Mal dem Arbeitsblatt (M1).

Arbeitsauftrag:

Fülle nun das letzte Feld des „Lebensrezeptes“ aus mit Dingen, die du (in Gemeinschaft) genießt oder genießen möchtest.

Möglicher Impuls:

Christinnen und Christen sind seit der ersten Stunde zusammengekommen, um in Gemeinschaft zu essen und Gott zu loben. Daraus sind unsere Gottesdienstformen entstanden, die ihr heute kennt und zu denen wir euch einladen. Jeder Gottesdienst ist eine Möglichkeit, in Gemeinschaft zu genießen:

- eine besondere Zeit für mich
- ein Raum, um Hoffnung zu schöpfen, Trost zu finden, Ermutigung zu hören
- Musik & Lieder
- das Heilige Abendmahl
- ...

Entweder folgt eine Überleitung zur gemeinsamen Abendmahlsfeier im Anschluss oder eine Einladung zum nächsten (Abendmahls-)Gottesdienst.