Hefepäckchen

(Alle bekommen ein Päckchen RUF-Hefe. Du hältst dein Päckchen hoch.)

Ich habe euch heute etwas mitgebracht.

Klein.
Trocken.
Unscheinbar.

Kein Smartphone.
Keinen Glücksbringer.
Keine Wunderpille.

Sondern: HEFE!

Ja, Hefe!

Und bevor ihr jetzt denkt:
Was kommt als Nächstes?
Eine Predigt über Backpulver?
Eine geistliche Führung durchs Gewürzregal?

Schaut mal auf die Packung!

Da steht: RUF!

Das gefällt mir!

Denn Gott ruft auch.

Nicht immer laut.
Nicht immer spektakulär.

Aber immer wieder:

Hey, du!
Ich meine dich!
Du bist noch nicht fertig!
Da steckt noch was in dir!

Und dann steht da noch etwas auf der Packung.

„GELINGT IMMER!“

Wow!

Wenn das mal einer meinem Leben erklären könnte!

Die Mathearbeit?
Gelingt immer?

Die große Liebe?
Gelingt immer?

Der gute Vorsatz, ab morgen ein besserer Mensch zu sein?

Gelingt … na ja.

Wer hat eigentlich beschlossen, dass im Leben immer alles gelingen muss?

Aber jetzt schaut euch diese Hefe an.

Was macht sie eigentlich?

Erst einmal:

GAR NICHTS!

Sie liegt da.
Im Päckchen.
Still.
Trocken.

Keine Bewegung.
Keine Begeisterung.
Keine Spur von Wachstum.

Und doch steckt Leben in ihr!

Winzig kleine Lebewesen.

Voller Möglichkeiten.

Aber solange sie trocken in ihrer Verpackung bleiben, passiert nichts.

Und manchmal denke ich:

Sind wir Menschen nicht genauso?

Da steckt so viel in uns.

Ideen, die noch keiner gehört hat.
Träume, die noch keiner kennt.
Mut, den wir selbst noch nicht entdeckt haben.

Und trotzdem bleiben wir manchmal stecken.

In unseren Ängsten.
In unseren Zweifeln.
In dem, was andere über uns denken.

Wie Hefe in einer verschlossenen Tüte.

Alles drin. Aber nichts geht auf.

Und dann kommt etwas ganz Einfaches.

WASSER!

Keine Zauberformel.
Kein großes Spektakel.

Wasser.

Die trockene Hefe wird wieder feucht.
Das Leben in ihr wird aktiv.

Da beginnt sich etwas zu regen.

Aber Achtung!

Wasser allein macht noch keinen luftigen Hefeteig.

Denn Hefe braucht mehr!

Sie braucht WÄRME!

Nicht eiskalt.
Nicht kochend heiß.

Angenehm warm.

Denn wenn es zu kalt ist,
kommt sie kaum in die Gänge.

Und wenn es zu heiß wird,
geht sie kaputt.

Interessant, oder?

Selbst Hefe wächst nicht unter jedem Druck!

Und wir?

Wie oft machen wir einander das Leben heiß?

Du musst!
Du sollst!
Du könntest längst!
Warum bist du noch nicht so weit?

Und wundern uns dann,
dass nichts wächst.

Dabei brauchen Menschen genau wie Hefe
ein Klima, in dem Leben möglich wird.

Wärme statt Kälte.

Zutrauen statt Druck.

Menschen, bei denen man spürt:

Hier darf ich sein.
Hier muss ich mich nicht verstellen.
Hier kann ich wachsen.

Aber die Hefe braucht noch etwas!

NAHRUNG!

Im Teig findet sie Zucker, den sie verwerten kann.

Davon lebt sie.
Damit arbeitet sie.

Und da frage ich mich:

Wovon leben eigentlich unsere Träume?

Was nährt unseren Mut?

Sind es die Sprüche:
„Das wird doch sowieso nichts!“?

Die Kommentare:
„Du bist nicht gut genug!“?

Oder sind es diese kleinen Sätze,
die manchmal Großes bewirken?

„Ich glaube an dich!“

„Du schaffst das!“

„Schön, dass es dich gibt!“

Manchmal ist ein gutes Wort
wie Nahrung für eine müde Seele.

Und auf einmal regt sich etwas.

Ein bisschen Hoffnung.
Ein bisschen Vertrauen.
Ein neuer Anfang.

Da geht noch was!

Und dann?

Dann braucht die Hefe etwas,
das wir Menschen besonders ungern hergeben.

ZEIT!

Ja, Zeit!

Du kannst dich vor einen Hefeteig stellen und rufen:

„JETZT WACHS ENDLICH!“

Du kannst ihn anfeuern.

Ihm gut zureden.

Du kannst sogar ein Motivationsseminar für ihn veranstalten!

Der Teig wird trotzdem nicht schneller groß,
nur weil du es eilig hast.

Hefe braucht Zeit.

Man kann Wachstum nicht einfach erzwingen.

Und wie oft vergessen wir das bei uns selbst?

Wir wollen alles sofort.

Sofort Erfolg.
Sofort Antworten.
Sofort wissen, wer wir sind und was aus uns werden soll.

Aber manches Gute braucht seine Zeit.

Vertrauen.
Freundschaft.
Versöhnung.
Der Mut, neu anzufangen.

Nur weil noch nichts zu sehen ist,
heißt das nicht, dass nichts geschieht!

Und jetzt kommt das eigentlich Verrückte.

Was macht die Hefe,
wenn sie Wasser, Wärme und Nahrung bekommt?

Sie arbeitet!

Sie verarbeitet Zucker.

Dabei entsteht ein Gas.

Kohlendioxid.

Kleine Bläschen bilden sich im Teig.

Er wird lockerer.
Er wird luftiger.

Und plötzlich …

GEHT ER AUF!

Was eben noch ein schwerer Klumpen war,
wird groß.

Was dicht und fest war,
bekommt Luft.

Was zusammengedrückt war,
wird weit.

Und dafür braucht der Teig …

RAUM!

Stellt euch mal vor,
ihr packt einen Hefeteig in eine winzige Dose.

Deckel drauf.
Fest verschlossen.

Und dann ruft ihr:
„So, jetzt entfalte dich mal!“

Wie denn?

Wo denn?

Wohin denn?

Er braucht Platz!

Und genau da sind wir
bei einem Satz aus der Bibel.

Ein Satz, der mir unglaublich gut gefällt:

„Du stellst meine Füße auf weiten Raum.“

Das sagt ein Mensch zu Gott.

Einer, der erlebt hat,
wie eng das Leben werden kann.

Und auf einmal ist da wieder Raum.

Nicht weil jedes Problem verschwunden ist.

Sondern weil Gott neue Möglichkeiten eröffnet.

Weil Gott uns nicht festhalten will
in dem, was uns klein macht.

Gott will nicht,
dass wir unser ganzes Leben
in einer viel zu engen Verpackung verbringen.

Er traut uns Wachstum zu.

Er schenkt uns Raum.

Zum Atmen.
Zum Ausprobieren.
Zum Scheitern.
Zum Wiederaufstehen.
Zum Wachsen.

Und wisst ihr, was ich an der Hefe am allerbesten finde?

Sie geht nicht nur selber auf!

Nein!

Sie bringt den ganzen Teig zum Aufgehen!

Ein winziges bisschen Hefe
kann einen riesigen Unterschied machen.

Und das ist doch eine unglaubliche Lebensaufgabe!

Nicht nur selber groß rauskommen.

Sondern anderen helfen, groß zu werden!

Nicht andere kleinreden.

Sondern ihnen Mut machen.

Nicht ständig den Deckel draufhalten.

Sondern Raum geben!

Denn manchmal braucht ein Mensch
gar keine großen Ratschläge.

Sondern einen, der sagt:

„Ich sehe, was in dir steckt.“

Einen, der Geduld hat.

Einen, der Wärme schenkt.

Einen, der Mut macht.

Einen, der einem zutraut,
über sich hinauszuwachsen.

Sei Hefe!

Ja, richtig gehört!

Sei Hefe!

Bring etwas in Bewegung!

Wo alles festgefahren ist:
Sei der Anfang!

Wo Menschen klein gemacht werden:
Mach ihnen Mut!

Wo einer keine Luft mehr bekommt:
Schenk ihm Raum!

Wo alle sagen:
„Das wird nichts mehr!“

Sei der Mensch, der sagt:

„DA GEHT NOCH WAS!“

(Hefepäckchen hochhalten. Kurze Pause.)

Und jetzt schaut noch einmal
auf dieses kleine Päckchen.

So klein.
So unscheinbar.

Und doch voller Leben.

Da steht:

RUF.

Ich höre darin Gottes Stimme:
Ich rufe dich ins Leben!

Da steht:

GELINGT IMMER.

Nein.
Im Leben gelingt nicht immer alles.

Aber ich muss auch nicht immer gelingen.

Ich darf wachsen.
Ich darf Zeit brauchen.
Ich darf neu anfangen.

Und ich darf darauf vertrauen,
dass Gott mich nicht auf das festlegt,
was gestern schiefgegangen ist.

Denn er sieht nicht nur,
was ich heute bin.

Er sieht auch,
was aus mir noch werden kann.

Und deshalb nehmt eure Hefe mit.

Legt sie zu Hause nicht einfach in die Schublade.

Backt etwas damit!

Gebt ihr Wasser.
Gebt ihr Wärme.
Gebt ihr Nahrung.
Gebt ihr Zeit.

Und dann schaut zu,
was geschieht.

Und wenn der Teig aufgeht,
dann denkt daran:

Auch in dir steckt mehr,
als man von außen sieht!

Du brauchst nicht perfekt zu sein.

Du brauchst Menschen, die dir guttun.
Worte, die dich stärken.
Zeit, in der du wachsen darfst.

Und einen Gott,
der dir Raum schenkt.

Denn Gott hat dich nicht geschaffen,
damit du ewig klein bleibst.

Er stellt deine Füße auf weiten Raum!

Und wenn du das nächste Mal
vor deinem eigenen Leben stehst
und denkst:

„Das wird doch nichts mehr!“

Dann denk an diese kleine Hefe.

Und sag dir:

Ich bin noch nicht fertig.

Gott ist mit mir noch nicht fertig.

DA GEHT NOCH WAS!z