

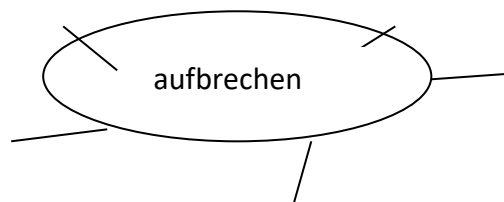
## **„Vorschläge zu Unterrichtseinheiten „Aschermittwoch“**

### **A „Aschermittwoch“**

1. Assoziationsspiel zum Wort „Aschermittwoch“ oder Betrachtung eines Mandalabildes dann im UG Vorwissen aktivieren
2. Text „Aschermittwoch“ lesen (s. Anlage 1)
3. Fragen im UG besprechen
4. Arbeitsauftrag: Gestalte das Mandala farblich so, dass die Buße und Umkehr, aber auch die Hoffnung auf das neue Leben erkennbar sind... Mandala ausmalen / evtl. Meditationsmusik spielen

### **B Fastenzeit – Zeit des Aufbruchs**

1. Assoziationsübung zum Thema „Aufbrechen“



2. „Willst Du?“ oder „Willst du nicht?“ Diese Frage stellt auch Jesus (Beispiel Joh 5,1-9 (Anlage 2)) bei der Heilung des Kranken am Betesda-Teich.
3. Was lähmt mich und hindert mich daran aufzubrechen? Was sind sozusagen meine Krücken?  
Schreibübung
4. Zum Abschluss Gedicht von Bert Brecht (s. Anlage 2)

### **C Fastenzeit – Eine Zeit des „Hinter die Maske Schauens – Wer bin ich wirklich?“**

1. Bildbetrachtung Sieger Köder (Plenum)
2. Einzelarbeit: Meine Masken (Anlage 3), anschl. Austausch mit einem selbst gewählten Partner
3. Text von Max Feigenwinter (Anlage 3)

### **D Fastenzeit – Mit sich eins sein**

1. Geschichte mit der Glaskugel (Anlage 4)
2. Was ist meine Glaskugel? Woraus gewinne ich Kraft um loszulassen, aufzubrechen? Was macht mich frei?
3. Text „Asche und Glut“ zum Aschermittwoch (Anlage 4)

## **E Fastenzeit – Dem Leben auf der Spur**

1. Geschichte vorlesen: Dem Leben auf der Spur (Anlage 5), ergänzende ggf. Bild mit der Raupe
2. Schreibmeditation:
  - Wofür nehme ich mir Zeit?
  - Wer bestimmt meinen Zeiteinsatz?
  - Wofür hätte ich gerne mehr Zeit?
3. Text zum Abschluss:

Fastenzeit

Zeit nehmen um innezuhalten

Zeit nehmen um tief durchzuatmen

Zeit nehmen um achtsam zu werden

Zeit nehmen um Bilanz zu ziehen vor Gott

Zeit nehmen um bewusster zu leben

Zeit nehmen um verzichten zu lernen

Zeit nehmen um zu danken

Zeit nehmen um zu beten

Zeit nehmen um ...

**Es liegt an mir. Ich muss mir Zeit nehmen.**

## **F „Asche auf mein Haupt“**

1. Bild (Anlage 6) beschreiben lassen
2. Zwei „(un-)bekannte“ Sprichwörter „In Sack und Asche gehen“ und „Asche auf mein Haupt“... Anknüpfung an Erfahrungswelt der Schüler/innen: Habt ihr diese Sprichwörter schon einmal gehört? In welchem Zusammenhang? Wie deutet ihr sie?
3. Text (Anlage 7) lesen und erarbeiten
4. Besinnung: In welchen Situationen hättest du sagen können „Asche auf mein Haupt“? Denke einen Moment darüber nach und schreibe, wenn du magst, vielleicht verschlüsselt, die Situation neben das Bild (Anlage 6).
5. Text

Asche auf mein Haupt...

  - ... wenn ich einer Freundin nicht die Wahrheit gesagt habe...
  - ... wenn ich beim Spielen jemand absichtlich wehgetan/verletzt habe...
  - ... wenn ich nur mich und meine Ziele im Auge gehabt habe...
  - ... wenn ich mich egoistisch verhalte...
  - ... wenn ich eine(n) andere(n) Menschen enttäuscht habe...
  - ... wenn ich mein Haustier lieblos behandelt habe...
  - ... wenn ich aus Wut etwas zerstört habe...
  - ... wenn ich jemand gemobbt habe...
  - ... wenn ...

## Anlage 1a

### ASCHERMITTWOCH

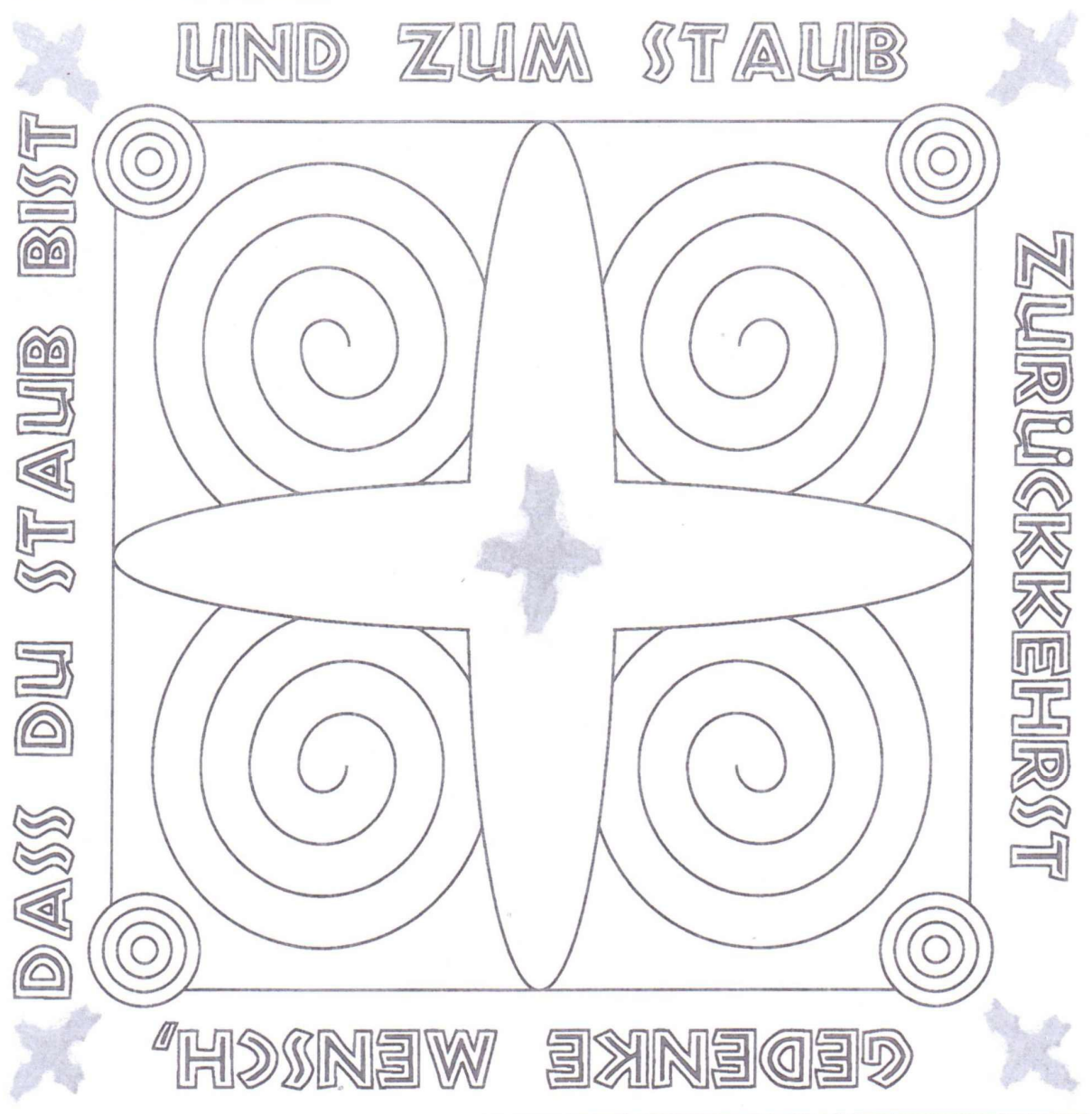


Mit dem Mittwoch nach Fastnacht beginnt die vierzigstägige Fastenzeit. Der Name Aschermittwoch beruht auf einer alten Tradition. Menschen, die eine schwere Sünde begangen hatten, bekannten dies öffentlich und wurden aus der Kirche getrieben. Sie zogen sich zum Zeichen der Buße ein Bußgewand an und überstreuten sich mit Asche. Von diesem Brauch ist übrig geblieben, dass der Priester oder Diakon den Menschen mit Asche ein Kreuz auf die Stirn zeichnet. Die gesegnete Asche stammt aus den verbrannten Palmzweigen bzw. Buchsbaumzweigen vom Palmsonntag des vorausgegangenen Jahres. So soll der Mensch daran erinnert werden, dass er vergänglich ist und umkehren soll. Dabei spricht der Priester oder Diakon den Satz: „Gedenke Mensch, dass du Staub bist und zum Staub zurückkehrst“.

Auf dem Mandala kannst du das Aschenkreuz sehen, das umrahmt wird mit diesem Satz. Die vier Spiralen könnten eine Art Labyrinth darstellen, das den Lebensweg des Menschen andeutet. Wenn du genauer hinschaust, erkennst du einen Schmetterling, der auch ein Symbol für das neue Leben ist.



Gestalte das Mandala farblich so, dass die Buße und Umkehr, aber auch die Vergänglichkeit deutlich werden. Es sollte aber auch die Hoffnung auf das neue Leben erkennbar sein.



## Anlage 2

Joh 5, 1-9

Einige Zeit später war ein Fest der Juden, und Jesus ging hinauf nach Jerusalem. In Jerusalem gibt es beim Schaftor einen Teich, zu dem fünf Säulenhallen gehören; dieser Teich heißt auf hebräisch Betesda. In diesen Hallen lagen viele Kranke, darunter Blinde, Lahme und Verkrüppelte. Dort lag auch ein Mann, der schon 38 Jahre krank war. Als Jesus ihn dort liegen sah und erkannte, dass er schon lange krank war, fragte er ihn: „Willst du gesund werden?“ Der Kranke antwortete ihm: „Herr, ich habe keinen Menschen, der mich, sobald das Wasser aufwallt, in den Teich trägt. Während ich mich hinschleppe, steigt schon ein anderer vor mir hinein.“ Da sagte Jesus zu ihm: „Steh auf, nimm deine Bahre und geh!“ Sofort wurde der Mann gesund, nahm seine Bahre und ging.

Sieben Jahre wollt kein Schritt mir glücken.

als ich zu dem größten Arzte kam,

fragte er: Wozu die Krücken?

Und ich sagte: Ich bin lahm.

Sagte er: Das ist kein Wunder.

Sei so freundlich zu probieren!

Was dich lähmt, ist dieser Plunder.

Geh, fall, kriech auf allen Vieren!

Lachend wir ein Ungeheuer

nahm er mir die schönen Krücken,

brach sie durch auf meinem Rücken,

warf sie lachend in das Feuer.

Nun, ich bin kuriert: ich gehe.

Mich kurierte ein Gelächter.

Nur zuweilen, wenn ich Hölzer sehe,

gehe ich für Stunden etwas schlechter.

Bert Brecht



Anlage 3a



### **Anlage 3b**

Ich verstecke mich hinter eine Maske, weil...

Ich meine so leben zu müssen, die andere mich haben wollen, weil ...

Es fällt mir schwer, mich zu ändern, weil ...

Meine Masken, die ich immer wieder aufsetze, heißen ...

Was steckt in mir, was könnte mir helfen, meine Masken zu lüften?.....

### **Anlage 3c**

Lerne, „ich“ zu sagen,  
selbst zu sehen,  
selbst zu hören,  
selbst zu gehen,  
selbst zu entscheiden,  
selbst zu verantworten.

Lerne, „nein“ zu sagen,  
wenn du  
eingeengt,  
besetzt,  
verwaltet,  
normiert,  
deiner Möglichkeiten beraubt wirst.

Lerne, „ja“ zu sagen,  
ja zu deinen Möglichkeiten,  
ja zu deinen Schwächen,  
ja zu dem, was unvermeidlich,  
ja zu dir,  
wie Gott dich gedacht hat.

Max Feigenwinter



## Geschichte von der Glaskugel

Ein Kind war im Traum unterwegs. Seltsame Landschaften glitten vorüber. Manchmal schien die Gegend vertrauter, dann wieder völlig fremd, sodass das Kind bald von dem Gedanken geängstigt wurde, es könnte sich verirrt haben. Als es schließlich verwirrt stehen blieb, weil es nicht mehr wusste, welche Richtung es einschlagen sollte, begegnete ihm plötzlich ein uralter Mann. Aus seinem jugendlichen Gesicht, das in merkwürdigem Gegensatz zu seinem Alter stand, blickten zwei kluge, freundliche Augen. Er fragte: „Warum hast du solche Angst? Was bedrückt dich?“ Das Kind erzählte ihm von seiner Not und fragte ihn, ob er ihm helfen könne, den rechten Weg zu finden. „Um dir den rechten Weg zeigen zu können“, antwortete der Mann, „musst du mir etwas mehr von dir erzählen; dazu muss ich dich auch besser kennen lernen. Sage mir also, was du bisher schon getan hast.“

Wie von selbst ergab es sich, dass das Kind anfang, aus seinem Leben zu erzählen. Von seinem Bemühen, alles richtig zu machen; von seinem Eifer bei der Arbeit und von seiner großen Verzweiflung darüber, dass trotz alledem die Fehlschläge und Enttäuschungen immer zahlreicher würden. „Ich habe keine Zeit mit unnützem Spielen verloren“, sagte es, „und ich habe so manchen Nachmittag einsam über meinen Schularbeiten gesessen, während sich die Kameraden beim Baden oder Ballspielen vergnügten.“ „Schön“, brummte der Alte, „schön, und sonst? Hast du sonst nichts getan?“ Das Kind zögerte, denn es fiel ihm nicht leicht, davon zu erzählen, dass es hin und wieder der Versuchung erlegen war, mit einer wunderschönen Glaskugel zu spielen, die das Licht einfing und – in tausend und abertausend bunte Strahlen gebrochen – wieder zurückwarf. Endlich begann es stockend davon zu reden und sagte schließlich: „Immer, wenn ich diese Kugel in der Hand hielt und beim Spiel in das funkelnde Licht blickte, dann vergaß ich mich selbst, dann fühlte ich mich endlich leicht.“ „Nun sage mir“, bekam es zur Antwort, „von allen Dingen, die du bisher getan hast, wobei empfandest du am meisten Freude?“ Beim Spielen mit der Glaskugel, schoss es ihm durch den Kopf. Ganz beschämt berichtete es dem Alten darüber und hielt die Augen gesenkt, denn es wagte aus Angst vor seinem Urteil nicht, ihn anzublicken. Der aber meinte: „Das waren deine besten Augenblicke. Was es auch sein mag: Ob es die Wolken am Himmel sind oder die Wellen im See, die bunten Steine am Fluss oder der Schmetterling, die über die Blumenwiese gaukelt – immer, wenn du dich ihnen so zuwendest wie deiner Glaskugel und dich selbst darüber ganz vergisst, wirst du völlig eins mit dir. Dann bist du auf dem rechten Weg.“

## Asche und Glut

Der Aschermittwoch erinnert uns daran, dass wir Staub sind, indem wir mit Asche bekreuzigt werden. Dieser (katholische) Ritus zu Beginn der Fastenzeit stammt aus der frühen Bußpraxis der Kirche. Asche ist ein Reinigungsmittel. Einmal war sie heiße Glut, ein Zeichen für Leben, Liebe und Leidenschaft, jetzt ist sie nur noch Asche. Asche im Ritus des Aschenkreuzes macht mir deutlich, dass mein Leben keinen dauerhaften Bestand hat und dass ich nicht aus mir selbst lebe. Mein Dasein bedarf einer grundlegenden Verankerung. Ich brauche einen tragenden Sinn für mein Leben.

In der Symbolik des Aschermittwochs begegnet mir das Kreuz, es spricht vom Ende, doch es ist auch, wie der Ritus, Zeichen der Befreiung: im Zeichen des Kreuzes aufbrechen, 40 Tage Fastenzeit neu gestalten, damit neu die innere Glut entfacht wird, meine Sinnmöglichkeiten des Lebens ausschöpfen und die befreiende Dimension der Botschaft des Jesus von Nazareth leben. Aber auch eine Chance, das Kreuz am Ende der Fastenzeit neu zu verstehen.

## Anlage 5

### E Fastenzeit – Dem Leben auf der Spur

1. Geschichte vorlesen: Dem Leben auf der Spur (Anlage 5a), ergänzende ggf. Bild mit der Raupe (Anlage 5b)
2. Schreibmeditation:
  - Wofür nehme ich mir Zeit?
  - Wer bestimmt meinen Zeiteinsatz?
  - Wofür hätte ich gerne mehr Zeit?

#### 3. Text zum Abschluss:

Fastenzeit

Zeit nehmen um innezuhalten

Zeit nehmen um tief durchzuatmen

Zeit nehmen um achtsam zu werden

Zeit nehmen um Bilanz zu ziehen vor Gott

Zeit nehmen um bewusster zu leben

Zeit nehmen um verzichten zu lernen

Zeit nehmen um zu danken

Zeit nehmen um zu beten

Zeit nehmen um ...

**Es liegt an mir. Ich muss mir Zeit nehmen.**

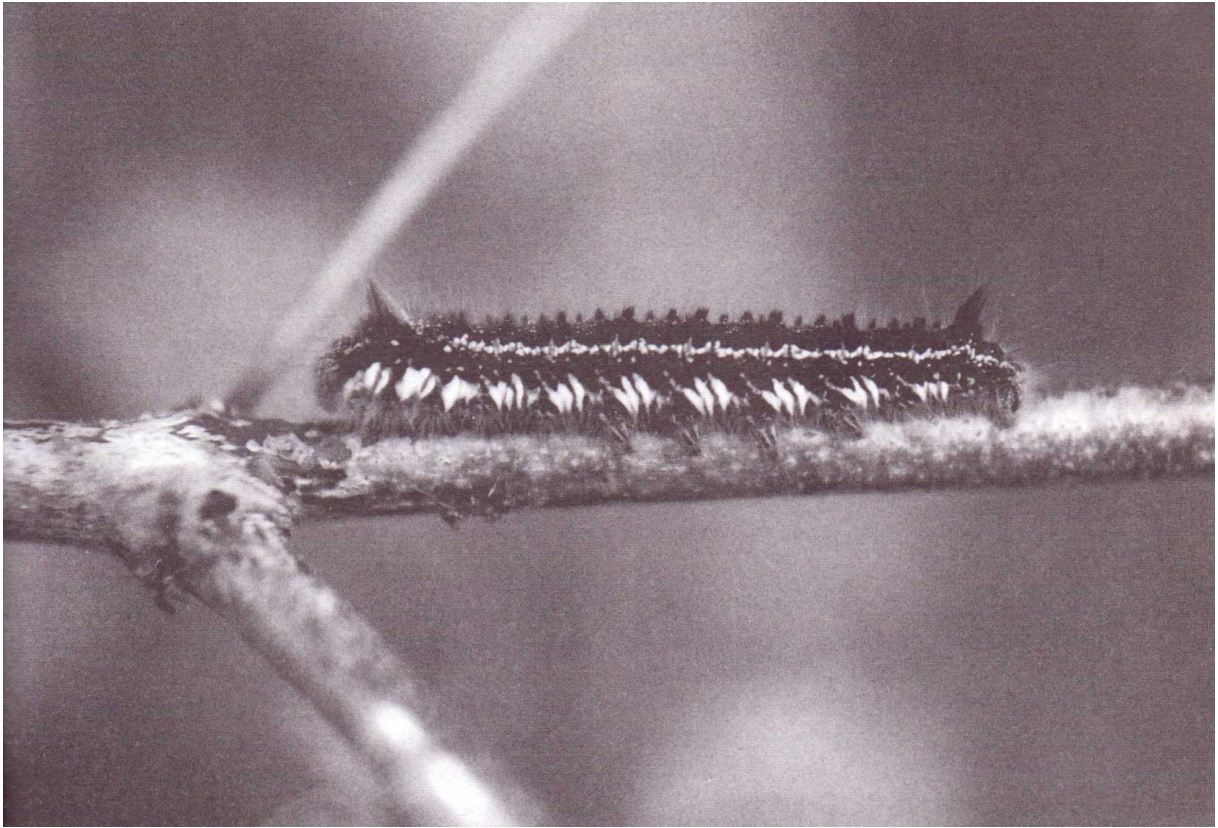


## Dem Leben auf der Spur

*Ein Spaziergänger ging durch einen Wald und begegnete einem Waldarbeiter, der hastig und mühselig damit beschäftigt war, einen bereits gefällten Baumstamm in kleinere Teile zu zersägen. Der Spaziergänger trat näher heran, um zu sehen, warum der Holzfäller sich so abmühte und sagte dann: »Entschuldigen Sie, aber mir ist da was aufgefallen: Ihre Säge ist ja total stumpf! Wollen Sie diese nicht einmal schärfen?« Darauf stöhnt der Waldarbeiter: »Dafür habe ich keine Zeit – ich muss sägen!«*

*Quelle unbekannt*

Anlage 5b



## Anlage 6





## Anlage 7

### „Asche auf mein Haupt“

"Asche auf mein Haupt" ist eine auch im Alltag weit verbreitete Redewendung. Doch was steckt eigentlich dahinter? Hier wird es dir verraten...

#### "Asche auf mein Haupt": Beispiel

Die Eheleute Julia und Markus sind heute beide beruflich bis spät abends eingespannt. Daher rufen sie bereits am Nachmittag ihre 14-jährige Tochter Maren an und bitten sie, heute noch kurz beim Supermarkt vorbeizuschauen. Schließlich wollen sie morgen früh zusammen frühstücken und benötigen noch etwas Aufstrich.

Als Julia und Markus gegen halb 11 zu Hause ankommen, läuft ihnen Maren schon entgegen: "Ich habe überhaupt nicht mehr daran gedacht einzukaufen, da ich den ganzen Tag mit dem neuen Smartphone beschäftigt war. Asche auf mein Haupt."

#### "Asche auf mein Haupt": Bedeutung

Wer die Redewendung "Asche auf mein Haupt" verwendet, der hat zwar etwas angestellt, räumt jedoch durch die Aussage auch seinen Fehler bzw. seine Reue ein. Man könnte die Aussage somit auch übersetzen mit: "Es tut mir leid, es war meine Schuld".

Die Tradition, sich für eigenes Fehlversagen Asche auf das Haupt zu streuen, gibt es übrigens noch heute am Aschermittwoch. Jeder Christ bekommt ein Kreuz aus geweihter Asche auf die Stirn gemalt. **In diesem, von Corona geprägten Jahr, wird ein wenig Asche, wie vor Jahrhunderten üblich, um Hygiene- und Abstandsregeln besser einhalten zu können, in den Gottesdiensten tatsächlich auf den Kopf der Gottesdienstbesucher gestreut.** Die Asche gilt als Zeichen der Buße und soll einen Neuanfang und eine Reinigung symbolisieren.

Zudem war es zumindest früher so üblich, dass Menschen, die sich einer Sünde schuldig machten, von Aschermittwoch bis Ostern (Gründonnerstag) in Bußkleidern herumliefen, um für ihre Taten gerade zu stehen.

#### "Asche auf mein Haupt": Herkunft

Bereits im Altertum gab es die Tradition, sich zu traurigen Anlässen Asche auf Kopf oder Gewand zu streuen. Dadurch sollte der eigenen Trauer Ausdruck verliehen werden. Manchmal wird die Redewendung jedoch auch ironisch verwendet.

"Asche auf mein Haupt" gehört zu den biblischen Sprüchen. Die Kinder des König David, Amnon und seine Schwester Tamar, geben der Redewendung in einer sehr scheußlichen Situation Ausdruck. Als Amnon nämlich seine eigene Schwester vergewaltigte, warf Tamar Asche auf ihr eigenes Haupt und zerriss ihr Kleid. Zudem legte sie ihre Hand auf das Haupt und ging laut schreiend davon (aus 2. Samuel 13, 19). Dieses Beispiel zeigt das aus heutiger Sicht unvorstellbare und grausame Frauenbild, das zur damaligen Zeit akzeptiert war. Eine Vergewaltigung innerhalb der Familie wurde als Bagatelle heruntergespielt und letztlich gab sich die Schwester selber die Schuld.

Einer der späteren Propheten, Daniel, verbreitete zudem einen ähnlichen Brauch: "Und ich kehrte mich zu Gott, dem Herrn, um zu beten und zu flehen unter Fasten und in Sack und Asche." (Daniel 9, 3) Dieser Brauch hat sich jedoch nicht weit verbreitet und ist heute nahezu unbekannt.

#### Synonym für diese Redewendung:

In Sack und Asche gehen

