

## Aschermittwoch

Am Aschermittwoch beginnt die Fastenzeit der Christen. Sie dauert genau 40 Tage- bis zum Ostersonntag. Dem Wesen nach dient die Fastenzeit der Vorbereitung auf das Osterfest. 40 Tage lang zog sich Jesus in die Wüste zurück um alleine zu sein, zu fasten und zu beten, bevor er nach Jerusalem ging. Die Zahl 40, die in der Bibel in verschiedenen Zusammenhängen immer wieder auftaucht, ist eine symbolische Zahl für eine Zeit der Prüfung, der Erwartung, der Vorbereitung und Umkehr.

„Kehre um“, wie es in den Lesungen des Tages heißt, ist eine Aufforderung, das Alte zu verlassen und Neues, Ungewohntes zu wagen. Es ist die Einladung, sich mit sich selbst auseinanderzusetzen, sich selbst besser anzunehmen mit seinen Stärken und Schwächen, seiner Vergangenheit und Zukunft und sich die Frage zu stellen: Was macht mein Leben reich(er), was hält mich ab von der Fülle des Lebens, die Gott den Menschen geschenkt hat? Durch das Fasten, den Verzicht auf etwas, sollen Freiräume hierfür eröffnet werden. Im 10. Jahrhundert war es üblich, dass Menschen, die sich durch ihre Lebenspraxis vom Glauben und von der Gemeinschaft der Glaubenden entfernt hatten, am Aschermittwoch ein Bußhemd anzogen, sich mit Asche bestreuten und die folgenden 40 Tage zur Buße nutzten. Seit dem 11. Jahrhundert ist es üblich, dass alle Gottesdienstmitglieder das Aschekreuz empfangen. Hierzu zeichnet der Priester den Gläubigen im Gottesdienst ein Aschekreuz auf die Stirn. Diese Asche stammt von verbrannten Palmzweigen des Vorjahres. Die Asche soll an die Vergänglichkeit allen irdischen Lebens erinnern, daher spricht der Priester dazu: "Bedenke Mensch, dass du Staub bist und zu Staub zurückkehren wirst.

Ursprünglich gab es in der Fastenzeit nur eine Mahlzeit am Tag, nämlich am Abend, ohne Fleisch und Wein. Der Verzicht war verbunden mit der Unterstützung Armer und Notleidender. Heute ist dieses strenge Fasten nur für den Aschermittwoch und den Karfreitag vorgesehen,

### **Was wir in der Familie tun können:**

Alles hat seine Stunde...

Alles hat seine Stunde. Für jedes Geschehen unter dem Himmel gibt es eine bestimmte Zeit. Eine Zeit zum Weinen, eine Zeit zum Lachen, eine Zeit für die Klage und eine Zeit für den Tanz.

(Koh 3, 1-4 )

### **Zeit zum Nachdenken:**

- Wir sammeln die übrig gebliebenen Luftschlangen der Karnevalsfeiern ein und räumen gründlich auf (Damit Neues Raum haben kann, muss das Alte weichen. Wenn Alltagsballast geräumt wird, werden wir frei um neu zu denken)

- Dann setzen wir uns in der Familie zusammen:

Die übriggebliebenen Luftschlangen werden in eine feuerfeste Schale gelegt und gemeinsam erinnern wir uns an das Gute der letzten Tage. Aber gab es auch etwas, was uns traurig gemacht hat? Vielleicht war trotz der allgemein lustigen Stimmung jemand alleine, vielleicht gab es Streit, vielleicht...

Wir erzählen uns dies gegenseitig. Dann zünden wir die Luftschlangen an als Zeichen dafür, dass dies (Gute und Traurige) nun vorbei ist.

- Die bunten Luftschlangen existieren nun nicht mehr. Wir können gemeinsam überlegen, was wir in Zukunft eventuell ändern können, damit das Traurige nicht mehr wieder vorkommen muss, wie wir selbst Neues entstehen lassen können.

- Als Zeichen für einen Neuanfang können wir die Asche mit Blumenerde vermischen und in kleine Blumentöpfe füllen. Anschließend werden Weizenkörner eingesät. An einem kühlen, geschützten Ort wächst hieraus, wenn es vorsichtig gegossen wird, bis zum Osterfest "Ostergras", was wir für unsere Osternester nutzen können

## Die Fastenzeit

Mit dem Aschermittwoch hat die Fastenzeit begonnen. Fasten wird fast immer einfach mit Verzicht gleichgesetzt. Dabei hat das Fasten nichts damit zu tun, in Sack und Asche herum zu laufen. Fasten bedeutet auch nicht, mit traurigem Gesicht Opfer zu bringen und sich selbst zu quälen, um sich auf diese Weise einen Platz im Himmel zu sichern. Vielmehr wissen wir aus der Bibel, das Jesus gesagt hat: "Wenn du fastest, salbe dein Haar und wasche dein Gesicht." (Mt 6,16-17). Daraus wird vielleicht deutlich, dass mit dem Fasten etwas Positives gemeint ist, etwas, was dem Menschen gut tut. Es ist ein Prozess der inneren Befreiung, der ganz bewussten persönlichen Weiterentwicklung und somit ein Ausdruck der Lebensfreude.

Beim Fasten sollte es nicht einfach automatisch um einen Verzicht auf Essen gehen, sondern vielmehr um das Loslassen einiger Angewohnheiten, damit Gedanken und Energien frei werden, um sich auf etwas Neues konzentrieren zu können. Kurz gesagt: Fasten heißt frei werden von allem, was den Blick auf das Wesentliche unseres Lebens verstellt.

Auch im Kirchenraum spiegelt sich dieser Gedanke der Fastenzeit wieder. Seit dem 11. Jahrhundert wurden Tücher aufgehängt, durch die alle Bilder und Kreuze verhüllt waren. Bis heute wird in vielen Kirchen das zentrale Kreuz im Kirchenraum verhüllt, meist mit dem so genannten Hungertuch. Damit soll deutlich werden: Das Kreuz wie es dort hängt ist "nur" ein Bild. Die Verhüllung ist ein Hinweis auf das schwer in Bildern fassbare, nämlich das Leben - Sterben - und die Auferstehung Jesu Christi, durch die wir selbst vom Tod erlöst sind.

### Übrigens:

Durch die Evangelientexte der sechs Fastensonntage wird uns jedes Jahr der Weg Jesu vor Augen geführt:

1. Fastensonntag: Die Versuchung Jesu. Auch Jesus sah sich in seinem Leben vor "Wegkreuzungen" gestellt, musste verlockenden Versuchungen widerstehen und menschliche Schwächen in den Griff bekommen.
2. Fastensonntag: Die Verklärung Jesu  
Es wird ganz deutlich die Zusage gegeben, dass Jesus tatsächlich der Messias, der Erlöser ist.
3. Fastensonntag: Reinigung und Umkehr
4. Fastensonntag: Heilung, Erlösung und Versöhnung
5. Fastensonntag: Überwindung des Todes und Neuanfang des Lebens
6. Fastensonntag - Palmsonntag - Passionsgeschichte, also die Ereignisse um die Gefangennahme

### Was wir in der Familie tun können:

Ein Ziel der Fastenzeit ist unter anderem auch Solidarität mit den Armen zu zeigen.

- In vielen Kirchengemeinden gibt es Fastenessen - einfaches Essen - durch deren Spendenerlös beispielsweise Misereorhilfsprojekte unterstützt werden. Warum nehmen wir nicht einmal an einem solchen Essen teil?

- Oder wir verzichten an einem Sonntag einmal auf das gute Sonntagsessen oder unser Lieblingsessen und kochen stattdessen etwas, was Familien in anderen Ländern essen würden. So können wir uns viel besser in deren Lage versetzen, als wenn wir nur davon erzählen:

### Sorgenpüppchen

In Mittelamerika ist es Brauch, jeden Abend einer kleinen Sorgenpuppe den Kummer zu erzählen. Diese Puppe wird über Nacht unter das Kopfkissen gelegt. Sie glauben, dass die Püppchen ihnen helfen, am nächsten Tag alle ihre Probleme zu lösen.

Zum Basteln nimmt man eine Holzperle. Ein Pfeifenputzdraht wird durch das Loch gezogen und anschließend zu einem Körper gebogen. Mit Filzstift wird ein Gesicht auf die Perle gemalt. Dann umwickelt man mit bunten Wollfäden den Körper.

Man benötigt einen großen Blumenkasten mit Erde, verschiedene Blumensamen oder Zwiebeln, buntes Papier, Schaschlikspieße, Schere, Klebstoff

Als erstes basteln wir aus dem buntem Papier und den Spießen kleine Fähnchen jedes Familienmitglied bekommt dafür eine eigene Farbe. (Für jeden Tag der Fastenzeit eines.)

Jeden Abend trifft sich die Familie im Wohnzimmer. Einer darf einen Samen oder eine Zwiebel in die Erde setzen. Die Blume soll für einen Menschen stehen, an den wir an diesem Tag besonders denken möchten. Dazu sprechen wir ein Gebet für diesen Menschen. Dann darf der Pflanzende sein Fähnchen dazu setzen, welches vorher auf der einen Seite mit dem Namen der Blume, auf der anderen mit dem Namen des Menschen, für die sie steht, beschriftet wurde.

Am Ostersonntag wird der Blumenkasten dann zum Teil des Gartens oder Balkons, später können die Blumen vielleicht sogar richtig eingepflanzt werden. So können uns die Blumen bis weit in den Sommer hinein an die Menschen erinnern, für die wir sie gepflanzt haben.

### **Brauchtum**

Am 4. Fastensonntag (Laetare: Freue dich), der in einigen Gegenden als erster Frühlingstag galt, wird an vielen Orten mit Spielen und Umzügen der Winter "ausgetrieben".

### **Die Fastenzeit**

Mit dem Aschermittwoch hat die Fastenzeit begonnen. Rasten wird fast immer einfach mit Verzicht gleichgesetzt. Dabei hat das Fasten nichts damit zu tun, in Sack und Asche herum zu laufen. Rasten bedeutet auch nicht, mit traurigem Gesicht Opfer zu bringen und sich selbst zu quälen um sich auf diese Weise einen Platz im Himmel zu sichern, Vielmehr wissen wir aus der Bibel, dass Jesus gesagt hat: "Wenn du fastest, salbe dein Haar und wasche dein Gesicht." (Mt 6,16-17). Daraus wird vielleicht deutlich, dass mit dem Fasten etwas Positives gemeint ist, etwas, was dem Menschen guttut. Es ist ein Prozess der inneren Befreiung, der ganz bewussten persönlichen Weiterentwicklung und somit ein Ausdruck der Lebensfreude.

Beim Fasten sollte es nicht einfach automatisch um einen Verzicht auf Essen gehen, sondern vielmehr um das Loslassen einiger Angewohnheiten, damit Gedanken und Energien frei werden, sich auf etwas Neues konzentrieren zu können. Kurz gesagt: Fasten heißt frei werden von allem, was den Blick auf das Wesentliche unseres Lebens verstellt.

Auch im Kirchenraum spiegelt sich dieser Gedanke der Fastenzeit wider. Seit dem 11. Jahrhundert wurden Tücher aufgehängt, durch die alle Bilder und Kreuze verhüllt waren. Bis heute wird in vielen Kirchen das zentrale Kreuz im Kirchenraum verhüllt, meist mit dem so genannten Hungertuch. Damit soll deutlich werden: Das Kreuz wie es dort hängt ist "nur" ein Bild. Die Verhüllung ist ein Hinweis auf das schwer in Bildern fassbare, nämlich das Leben - Sterben - und die Auferstehung Jesu Christi, durch die wir selbst vom Tod erlöst sind.

### **Übrigens:**

Durch die Evangelientexte der sechs Fastensonntage wird uns jedes

Jahr der Weg Jesu vor Augen geführt: Fastensonntag: Die Versuchung Jesu

Auch Jesus sah sich in seinem Leben vor "Wegkreuzungen" gestellt, musste verlockenden Versuchungen

widerstehen und menschliche Schwächen in den Griff bekommen. Fastensonntag: Die Verklärung Jesu

Es wird ganz deutlich die Zusage gegeben, dass Jesus tatsächlich der Messias, der Erlöser ist.

Fastensonntag: Reinigung und Umkehr Fastensonntag: Heilung, Erlösung und Versöhnung Fastensonntag:

Überwindung des Todes und Neuanfang des Lebens Fastensonntag: Palmsonntag - Passionsgeschichte,

also die Ereignisse um die Gefangennahme

### **Was wir in der Familie tun können:**

Ein Ziel der Fastenzeit ist unter anderem auch Solidarität mit den Armen zu zeigen.

- In vielen Kirchengemeinden gibt es Fastenessen - einfaches Essen - durch deren Spendenerlös beispielsweise Misereorhilfsprojekte unterstützt werden. Warum nehmen wir nicht einmal an einem solchen Essen teil?

- Oder wir verzichten an einem Sonntag einmal auf das gute Sonntagsessen oder unser Lieblingsessen und kochen stattdessen etwas, was Familien in anderen Ländern essen würden. So können wir uns viel besser in deren Lage versetzen, als wenn wir nur davon erzählen:

### **Sorgenpüppchen**

In Mittelamerika ist es Brauch, jeden Abend einer kleinen Sorgenpuppe den Kummer zu erzählen. Diese Puppe wird über Nacht unter das Kopfkissen gelegt. Sie glauben, dass die Püppchen ihnen helfen, am nächsten Tag alle ihre Probleme zu lösen.

Zum Basteln nimmt man eine Holzperle. Ein Pfeifenputzerdraht wird durch das Loch gezogen und anschließend zu einem Körper gebogen. Mit Filzstift wird ein Gesicht auf die Perle gemalt. Dann umwickelt man mit bunten Wollfäden den Körper.

Man benötigt einen großen Blumenkasten mit Erde, verschiedene Blumensamen oder -zwiebeln, buntes Papier, Schaschlikspieße, Schere, Klebstoff

Als erstes basteln wir aus dem bunten Papier und den Spießen kleine Fähnchen jedes Familienmitglied bekommt dafür eine eigene Farbe. (Für jeden Tag der Fastenzeit eines.)

Jeden Abend trifft sich die Familie im Wohnzimmer. Einer darf einen Samen oder eine Zwiebel in die Erde setzen. Die Blume soll für einen Menschen stehen, an den wir an diesem Tag besonders denken möchten. Dazu sprechen wir ein Gebet für diesen Menschen. Dann darf der Pflanzende sein Fähnchen dazu setzen, welches vorher auf der einen Seite mit dem Namen der Blume, auf der anderen mit dem Namen des Menschen, für die sie steht, beschriftet wurde.

Am Ostersonntag wird der Blumenkasten dann zum Teil des Gartens oder Balkons, später können die Blumen vielleicht sogar richtig eingepflanzt werden. So können uns die Blumen bis weit in den Sommer hinein an die Menschen erinnern, für die wir sie gepflanzt haben.

### **Brauchtum**

Am 4. Fastensonntag (Laetare: Freue dich), der in einigen Gegenden als erster Frühlingstag galt, wird an vielen Orten mit Spielen und Umzügen der Winter "ausgetrieben".

## Die Karwoche

Mit dem Palmsonntag beginnt die Karwoche, auch Stille Woche, Heilige Woche, oder Große Woche genannt. Das Wort "Kar" kommt vom altdeutschen Wort "Kara" und bedeutet Klage, Sorge, Kummer, Trauer. Die Kartage - von Donnerstagabend bis Samstagabend bilden den Höhepunkt der Vorbereitung auf Ostern.

In dieser Woche feiert die Kirche das Leiden und Sterben Jesu Christi.

Es ist eine sehr intensive, sehr kompakte Zeit. Wir möchten Sie einladen, sich mit Jesus auf den Weg zu machen und diese Woche Schritt für Schritt mitzugehen.

### Palmsonntag

Als sie in die Nähe Jerusalem kamen, schickte er zwei seiner Jünger voraus, damit sie einen Esel für ihn ausleihen konnte. Die Jünger fanden einen jungen Esel, brachten ihn zu Jesus und legten ihre Kleider auf das Tier und er setzte sich darauf. Viele Menschen jubelten, sie legten ihre Kleider auf die Straße, rissen Zweige von den Büschen und streuten sie auf den Weg. Die Menschen, die vor ihm her gingen und ihm folgten riefen: Hosanna, gesegnet sei er, der kommt im Namen des Herrn. Gesegnet sei das Reich unseres Vater David, dass nun kommen wird. Hosanna in der Höhe. Und so zog Jesus in Jerusalem ein.

Mit dem Palmsonntag beginnt die Karwoche. Er ist zugleich Erhöhung und Erniedrigung Jesu. Neben dem begeisterten Empfang, den die Menschen Jesus bereiteten und ihm die Ehren eines Königs zu teil werden ließen, wird an diesem Tag Ausblick auf das kommende Leid gehalten. In nur einer Woche wurden aus den lauten Jubelrufen und Siegeszeichen die Rufe "Ans Kreuz mit ihm", eine Dornenkrone und das Kreuz. Das Gedächtnis des Einzuges in Jerusalem und das des Leidens (=Passion) fügen sich in einer Feier zusammen.

In unseren Breitengraden werden diese Palmzweige ersetzt durch Buchsbaum, in manchen Gegenden auch durch Immergrün, Wachholder, Tannen oder Stechpalmen, manchmal auch Zweige mit Knospen. Nach dem Gottesdienst nimmt man den geweihten "Palm" mit nach Hause und steckt die einzelnen Zweige hinter die Kreuze im Haus. Der Palm, der in der Kirche bleibt wird im kommenden Jahr an Aschermittwoch verbrannt und mit der gesegneten Asche werden die Aschekreuze gezeichnet.

### Was wir in der Familie tun können:

- Wir schmücken einen mit Buchsbaum einen Palmstock oder nehmen Buchsbaum mit zur Kirche, der dort geweiht wird.
- Wir schenken den geweihten Palmstock dem Paten oder legen ihn auf den Grab einen lieben Verstorbenen.

### Gründonnerstag

Der Name des Gründonnerstages ist nicht von der Farbe "Grün" abgeleitet, sondern von "greinen", das heißt weinen, trauern. An diesem Tag wurden früher die öffentlichen Sünder, die an Aschermittwoch aus der Gemeinschaft ausgeschlossen wurden aus ihrer Bußzeit entlassen. Es wurde Versöhnung gefeiert und gemeinsam konnte die Gemeinde das Osterfest begehen. Daher stammt vermutlich auch der Name des Tages: Es war der Tag der Büßer - der Greinenden (= die Weinenden).

Mit dem Gründonnerstag beginnt das österliche Triduum, die heiligen drei Tage. Sie bilden eine Einheit, die sich auch in der fortlaufenden Liturgie wieder spiegelt. Die Texte und Symbolhandlungen verweisen auf das Geschehen vor 2000 Jahren hin. Am Ende der Abendmahlsfeier am Gründonnerstag wird das Brot - das Zeichen der Gegenwart Gottes -- entfernt, in dem es aus dem Tabernakel genommen und an einen anderen Aufbewahrungsort gebracht wird, wo es bis zur Osternacht bleibt. Auch der Altarschmuck wird entfernt und nach dem Gloria verstummt die Orgel - bis zum Gloria in der Osternacht.

Die biblischen Texte an Gründonnerstag sind die Fußwaschung Jesu an seine Jünger und das letzte Abendmahl.

## **Das Leiden und Sterben Jesu Karfreitag**

Der Tag steht mit seiner Stille, mit Fasten, Trauergesängen, schweigenden Glocken und schweigender Orgel ganz im Zeichen der Trauer. Es wird des Leidens und Sterbens Jesu gedacht.

In der evangelischen Kirche gilt dieser Tag als der höchste Feiertag. In vielen Gemeinden gibt es an diesem Tage Kreuzwegandachten, die in 14 Stationen den Weg Jesu in Erinnerung rufen. Nach dem jüdischen Kalender ist Jesus am 15. Nissan mittags zur neunten Stunde am Kreuz auf dem Kalvarienberg gestorben. Daher versammelt sich die Gemeinde am Nachmittag - in der Regel um 15.00 Uhr, der Todesstunde Jesu - zu einem Wortgottesdienst in der Kirche. Die Leidensgeschichte und die Verehrung des Kreuzes sind die Mitte des Gottesdienstes.

### **Was wir in der Familie tun können:**

- Wir beten gemeinsam mit anderen in der Gemeinde den Kreuzweg
- Wir suchen gemeinsam in der Umgebung nach Kreuzen (Wegkreuzen)
- Wir legen ein "Hasengärtchen" oder Osternest an
- Wir bemalen für das Osterfest hartgekochte oder ausgeblasene Eier.

In einigen Regionen ist es üblich, an Karfreitag "Hasengärtchen" anzulegen. Dazu wird Moos oder Rasen in Körbchen gelegt oder in kleine Mulden im Garten, dann mit Blumen geschmückt oder Steinen umrandet. Hiermit zeigen Kinder ihre Hoffnung auf Ostern. Am Tage des Todes Jesu versinken sie nicht in Trauer, sondern hoffen darauf, dass an Ostern bunte Ostereier, Symbole des Lebens, darin liegen.

## **Karsamstag**

Die Kirche und der Altar bleiben leer. Karsamstag ist der große Ruhetag zwischen Tod und Auferstehung.