

PFARREI  
LIEBFRAUEN **DU**<sup>®</sup>

**IMPULSE & GOTTESDIENSTE FÜR  
ERWACHSENE**

Aschermittwoch, 17. Februar 2021

Katholisch. Mittendr. in.

## Aschermittwoch, 17. Februar

### Beginn der Fastenzeit und der österlichen Bußzeit

Zu Beginn dieser Zeit sind Sie eingeladen, auf die 40 Tage als Ganzes zu schauen.

Zuerst auf Ihre persönlichen Erfahrungen... Dann werden über die beiden bekannten Zugänge noch Weitere dargestellt, aus deren Geist Sie die kommenden Wochen für sich gestalten können. Am Ende steht eine Andacht für diesen Tag und Impulse für die zweite Wochenhälfte.

### Ihr persönlicher Rückblick:

- Wie habe ich in meiner Kindheit die Fastenzeit kennengelernt? Was war schön oder wertvoll – und was eher nicht?
- Wie habe ich es als Erwachsener mit der Fastenzeit, Fasten, Fastenaktionen, "40 Tage ohne", Heilfasten, Besinnungszeit... gehalten? Was erinnere ich positiv oder wirksam – was als fragwürdig oder leer?
- Wie stehe ich heute zu der Zeit vor Ostern? Lebe ich noch Riten, besonderes Verhalten/Besinnung/Verzicht? Und welche Bedeutung haben diese für mein Leben?

### Verschiedene Zugänge zu dieser Zeit von der kirchlichen Benennung her:

- **"Fastenzeit": Fasten** bedeutet vom Begriff her, als Vorbereitung auf das große Osterfest, auf etwas zu **verzichten**: Habe ich positive/negative Erfahrungen damit, zu fasten bzw. bewusst auf etwas zu verzichten? Wie weit ist anschließend alles wieder wie vorher – oder änderte sich etwas?
- **"Bußzeit"**: Unter dieser Überschrift konzentrieren bzw. besinnen sich Christ\*innen auf die eigene Schuld, das eigene Versagen... Vor Gott, den anderen und auch bzgl. sich selbst... Um an Ostern die Vergebung, Erlösung und die Liebe Gottes zu feiern, die größer ist als alle Schuld...  
Dazu passen: "Asche auf mein Haupt", Bußandacht, Beichte, Sakrament der Versöhnung...
- Kenne ich solche Buß- bzw. Besinnungszeiten auf die Defizite meines gelebten Lebens? Wie ging es mir mit diesem selbstkritischen Blick auf mein Leben – in der Perspektive auf die verheißene Vergebung und den Neuanfang an Ostern?

### Vier weitere mögliche Leitgedanken:

Wenn am Aschermittwoch den Menschen das Aschenkreuz auf die Stirn gezeichnet wird, kann dem Einzelnen dazu verschiedene Botschaften auf den Kopf zugesagt werden.

Vier dieser Botschaften können weitere rote Fäden für Ihre Gestaltung der Zeit auf Ostern hin sein:

#### **"Kehr um – und glaub an das Evangelium"**

„Kehr um!...“: **Die eine Möglichkeit ist, auf etwas zu verzichten** (s. o.). Eine Alternative dazu: sich auf ein neues Ziel zu konzentrieren („Kehr um!“). Für mich zu klären, wo ich in meinem Leben auf ungunstigen Wegen unterwegs bin – und welche für mich persönlich denn besser und Sinn-voller sein könnten!?! Das **p o s i t i v e** lebens-gewinn-versprechende Ziel vor Augen und dadurch evtl. noch mehr motiviert. Mehr "Ausrichtung auf ein positives Ziel" als "Verzicht auf...!?!"

## "und glaub an das Evangelium!"

Konzentration weniger auf das, was ich falsch gemacht habe, als mehr auf das, was mir verheißen ist: die Botschaft von Gottes unkaputtbarer Liebe! Weniger Konzentration auf mich und was was ich getan habe – und mehr darauf, was G o t t tut: mir offensiv seine Liebe zu schenken... Ähnlich wie im Gleichnis vom barmherzigen Vater: der Vater interessiert sich nicht für die Schuld seines Sohnes, sondern feiert mit ihm, dass er wieder heimgekehrt ist.

## "Staub bist Du und zum Staub kehrst Du zurück! Gott aber wird Dich auferwecken!"

"Staub bist Du und zum Staub kehrst Du zurück!" Mein Leben ist vergänglich... So schnell kann mein Leben vorbei sein... – und dadurch ist der heutige Tag so wertvoll und wichtig... Wie sehr will ich mein Leben zwischen meinen Fingern zerrinnen lassen – wie sehr es noch bewusster und sinnvoller gestalten?

## "Gott aber wird Dich auferwecken!"

Woran glaube ich eigentlich? Glaube ich, dass mein Leben in Gottes Händen steht und nach meinem Tod weitergehen wird? Dass Gott mich so sehr liebt, dass er mich im Tod nicht loslässt?

## Andacht

*Eine Kerze und ein Kreuz auf den Tisch legen.*

*Mich hinstellen, leise die Kerze anzünden und ein Kreuzzeichen machen.*

*Das folgende Lied hören, oder die Zeilen im Wechsel lesen.*

**Lied:** Ich steh vor Dir mit leeren Händen, Herr (*Gotteslob 422*)

1. Ich steh vor dir mit leeren Händen, Gott; fremd wie dein Name sind mir deine Wege. Seit Menschen leben, rufen sie nach Gott; mein Los ist Tod, hast du nicht andern Segen? Bist du der Gott, der Zukunft mir verheißt? Ich möchte glauben, komm mir doch entgegen.	2. Von Zweifeln ist mein Leben übermannt, mein Unvermögen hält mich ganz gefangen. Hast du mit Namen mich in deine Hand, in dein Erbarmen fest mich eingeschrieben? Nimmst du mich auf in dein gelobtes Land? Werd ich dich noch mit neuen Augen sehen?	3. Sprich du das Wort, das tröstet und befreit und das mich führt in deinen großen Frieden. Schließ auf das Land, das keine Grenzen kennt, und lass mich unter deinen Kindern leben. Sei du mein täglich Brot, so wahr du lebst. Du bist mein Atem, wenn ich zu dir bete.
--	--	--

*Text: "Ik sta voor U", Huub Osterhuis, 1966;  
Übersetzung: Lothar Zenetti, 1973;  
Melodie: Bernhard Huijbers, 1964  
Zu Hören unter: <https://kurzelinks.de/mdjh>*



**Evangelium:**

*Mich hinsetzen und das Evangelium (vor-)lesen.*

Aus dem heiligen Evangelium nach Johannes.

Nachdem Johannes ausgeliefert worden war, ging Jesus nach Galiläa; er verkündete das Evangelium Gottes und sprach: Die Zeit ist erfüllt, das Reich Gottes ist nahe. Kehrt um und glaubt an das Evangelium!

*Mk 1, 14-15, Einheitsübersetzung der Heiligen Schrift, Stuttgart 2016*

**Impuls:**

*Sich über die folgenden Anregungen austauschen oder diese aufschreiben.*

- An welche wichtigen Fastenzeiterfahrungen erinnere ich mich?
- Welcher der sechs vorgestellten Zugänge (Fasten, Buße, Umkehr, Einlassen auf Jesu frohe Botschaft, Bewusstmachen des Vergehens meiner Lebenszeit, Auseinandersetzung mit meinem Glauben) spricht mich aktuell am meisten an, tut mir gut, motiviert mich? Und wodurch?

*In Ruhe, mit Blick auf die Kerze und bei leiser Musik über den ausgewählten Weg, meine persönlichen Fastenzeitüberschrift nachdenken.*

*Vertrauenslied hören oder (abwechselnd) lesen.*

**Lied:** Mein Hirt ist Gott, der Herr (*Gotteslob 421*)

1. Mein Hirt ist Gott, der Herr,  
er will mich immer weiden,  
darum ich nimmermehr  
kann Not und Mangel leiden;  
er wird auf grüner Au,  
so wie ich ihm vertrau,  
mir Rast und Nahrung geben  
und wird mich immerdar  
an Wassern, still und klar,  
erfrischen und beleben.

2. Er wird die Seele mein  
mit seiner Kraft erquicken,  
wird durch den Namen sein  
auf rechte Bahn mich schicken,  
und wenn aus blinder Wahl  
ich auch im finstern Tal  
weitab mich sollt verlieren,  
so fürcht ich dennoch nicht;  
ich weiß mit Zuversicht, Du, Herr,  
du wirst mich führen.

3. Du wirst zur rechten Zeit  
den Hirtenstab erheben  
der allzeit ist bereit,  
dem Herzen Trost zu geben.  
Dazu ist wunderbar  
ein Tisch mir immerdar  
von dir, o Herr, bereitet,  
der mir die Kräfte schenkt,  
wann mich der Feind bedrängt,  
und mich zum Siege leitet.

4. Du hast mein Haupt getränkt,  
gesalbt mit Freudenöle,  
den Kelch mir eingeschenkt,  
hoch voll zur Lust der Seele.  
Gott, Deine Gütigkeit  
wird durch des Lebens Zeit  
mich immer treu begleiten,  
dass ich im Hause Dein  
fest möge wohnhaft sein,  
zu ewiglichen Zeiten.



Text: nach Caspar Uhlenberg 1582, nach Psalm 23  
Melodie: Johannes Hatzfeld, nach Caspar Uhlenberg 1582  
Zu Hören unter: <https://kurzelinks.de/iy4l>

**Gebet:** Vaterunser

**Abschluss:** Kreuzzeichen – als Zeichen des Segens

### Impulse für die Woche

- Möchte ich mich für eine Überschrift dieser Fastenzeit entscheiden? – Wenn Ja, welche?
- Wie möchte ich meinen Alltag unter dieser Überschrift ausgestalten?
- Möchte ich evtl. ein persönliches (Seelsorge-)gespräch suchen, in dem ich über die Altlasten meines bisherigen oder die Ausrichtung meines künftigen Lebens sprechen möchte?
- Meiner Endlichkeit bewusst, überlege ich, was ich in meinem Leben noch erledigen oder erleben möchte. Was hat eine zu hohe Priorität und kostet mich zu viel Kraft und Zeit?
- Worauf möchte ich mich mehr konzentrieren, dem mehr Bedeutung, Zeit und Aufmerksamkeit schenken?
- Möchte ich Wege suchen, über meinen Glauben nachzudenken, ihn zu vertiefen?
- Täglich das Vaterunser beten – z. B. verbunden damit, diese Zeit vor Ostern in besonderer Nähe mit Gott zu leben...



© Foto von Ahna Ziegler auf Unsplash

© Bild auf der Titelseite: Foto von Kyle Cottrell auf Unsplash

© Gestaltung dieses Gottesdienstes: Pastor Matthias Fuchs