

Aschermittwochsgottesdienst 2026 – Loslassen lernen

Song: [Deine Schuld](#) – Ärzte Strophe 1+2 (Gl 269 Du Sonne der Gerechtigkeit Strophe 1+2)

Begrüßung und liturg. Eröffnung (Vorstellung der Ausführenden)

Hinführung

„Es ist nicht deine Schuld, dass die Welt ist wie sie ist, es ist nur deine Schuld, wenn sie so bleibt.“

- Textzeile aus dem Song, die inspirierend für Godi war
- Es geht um mich und meine (Mit)Verantwortung
- Und dabei wollen wir das Fass „Welt“ nicht aufmachen, sondern bei uns „im Kleinen“ anfangen und daher folgende Fragen an euch

Gemeinsame Aktion mit Handzeichen im Kirchenraum:

- Habe ich Schuld? Mitschuld? Was ist mein „Beitrag zum Ganzen“? (Präsentation) Schwarz/Weiß (Ja/Nein) spontan melden
 - Was würdet ihr sagen, wer ist Schuld? (Bild der zerstrittenen Kinder zeigen)
 - Zwei Kinder (Geschwister?) die Rücken an Rücken sitzen
 - Was ist vorgefallen?
 - Vielleicht: Er hat sie geschlagen. Wer ist Schuld?
 - Oder: Sie hat ihn so lange provoziert, bis er sie geschlagen hat? Wer ist Schuld?
 - Eigentlich haben beide einen Anteil daran. Ich sollte nicht provozieren (keine Machtspielchen); ich sollte mich aber auch nicht mit Fäusten zur Wehr setzen.
 - Die Fragerunde von eben macht deutlich: Die Einschätzung von Schuld ist nicht immer offensichtlich. Es braucht den Blick dahinter und selten ist es schwarz oder weiß.

Song: [Streiten](#) – Montez (Gl 271 O Herr, aus tiefster Klage 1-3)

Impuls 02

- Vielleicht hätte den beiden Kindern von eben auf dem Bild folgender alter Spruch und was er bedeutet, geholfen:
- „Asche auf mein Haupt“
 - Was bedeutet er/woher kommt er?
 - Sich sichtbar „dreckig machen“ als Zeichen für ein Fehlverhalten.
 - Verantwortung übernehmen zu dem stehen, was man falsch gemacht hat
 - Unangenehm und mit Scham verbunden
 - Braucht Mut und es ist einfacher die Schuld von sich zu weisen und beim Anderen oder dem System zu suchen
 - Verantwortung übernehmen, sich offen und darin auch verletzlich zeigen
 - Wir beobachten: schneller Hang zur Rechtfertigung/ Schuldumkehr (der andere war es?) usw.
 - Dabei stellt sich immer auch die Frage:
Welchen Anteil habe ich daran?
 - Davon handelt der folgende Bibeltext (zum Mitlesen auf der Leinwand)

Bibeltext Mt 7,1-5 (Übersetzung aus: Das Buch)

Der blinde Fleck

1 Fällt kein abschätziges Urteil über andere, damit auch ihr nicht vorschnell abgeurteilt werdet!

2 Denn mit dem Maßstab, den ihr an andere anlegt, werdet ihr auch gemessen werden. Und die Erwartungen, die ihr anderen gegenüber habt, werden auch an euch gestellt!

3 Warum starrst du auf den winzigen Splitter im Auge deines Mitmenschen und nimmst gleichzeitig das dicke Brett nicht wahr, das dir den Blick auf die Wirklichkeit und auf dich selbst vollkommen verstellt?

4 Oder wie kannst du zu deinem Bruder sagen: Komm her, ich ziehe dir deinen Splitter aus dem Auge! – wenn du gleichzeitig ein dickes Brett mit dir herumschleppst, das dir den Blick versperrt?

5 Damit täuschst du dich selbst und versuchst die anderen zu täuschen. Deshalb: Schau erst einmal der ungeschminkten Wahrheit über dich selbst ins Auge! Dann wirst du auch deinem Mitmenschen helfen können, seinen blinden Fleck zu überwinden.

- Die Worte Jesu übersetze ich für mich so:
 - Du kannst beim Anderen Gründe suchen, aber du bist auch immer daran beteiligt, hast Mitverantwortung
 - Stell dich deiner Verantwortung und sei ehrlich mit dir selbst (egal welchen Anteil du hast, es ist immer ein Anteil)
 - So kann Veränderung gelingen. Sie beginnt bei dir und du kannst nicht dein Gegenüber verändern
 - Und Jesus sagt: So kann Gutes werden, so kannst du (als Mensch) wachsen und das Miteinander besser gelingen und noch tiefer und wertvoller werden

Video-Aktion (alternativ eigenes Statement)

Fehler, die ich bereut habe, es benannt habe und wie ich damit umgegangen bin und was sich daraus entwickelt hat...

Hier sind zwei Optionen:

[Sich Fehler eingestehen gehört dazu. Streiten mag doch keiner, oder? !\[\]\(cbe80b694ebd74fcfe136a095b608235_img.jpg\) !\[\]\(27df6be88af07602ea392719b144fe7f_img.jpg\) Sorry sagen #StehtDir](#)

[FEHLER ZUGEBEN??? - YouTube](#)

Song: [Zwischen meinen Zeilen](#) – Lea (Gl 277 Aus tiefer Not schrei ich zu dir 1+2)

Impuls 03

- Theologie: Wachstum & Bußverständnis – Umkehr
 - Ich sammle den „Dreck“ nicht in mir an und trage ihn wie das schwere Brett vorm Kopf mit mir herum und pflege den Groll in mir
 - Das Übernehmen von Verantwortung, das Einsehen eines Fehlers ist mehr als ein „dreckig machen“ sondern kann etwas in Bewegung setzen, entlasten und der Nährboden für Veränderung, Versöhnung und Wachstum sein
- Ich habe immer die Chance auf einen Neuanfang/Umkehr/Wachstum
 - Keine Schuld ist so groß, dass Gottes Liebe nicht größer wäre
 - Keine Asche ist so schwarz/tot, dass daraus nichts Neues erwachsen kann...
- Bedeutung Aschekreuz
 - Ich bin mehr als meine Fehler, Wachsen aus den Fehlern (Asche als Dünger)
 - Ich behalte den Dreck nicht für mich, sondern ich werde ihn „entsorgen“
 - Das Aschekreuz ist Koordinate/Ausrichtung für mein Leben
- Übertrag zum Song „Loslassen lernen“:
 - Das klingt alles gut, aber ist gar nicht so einfach

- Es ist ein mühsamer Weg, der sich lohnen kann

Song: [Loslassen lernen](#) – Bosse (GL 268 Erbarme dich, erbarme dich mein Herr 1+3)

Es steckt viel in diesem Song, was wir uns auch für die Fastenzeit vornehmen können:

- Wachsen aus der Asche/den Fehlern / Verantwortung statt Rechtfertigung / 7 Wochen Verantwortung

Segnung der Asche & Vaterunser

Wir wollen diese Asche nun segnen, bevor sie als Zeichen für „7 Wochen Verantwortung“, für innere Umkehr und Wachstum verteilt wird.

So beten wir:

Du Gott der Umkehr,
wir stehen heute, am Aschemittwoch, an der Tür zur Fastenzeit.
Sieben Wochen liegen vor uns, in denen wir ehrlich auf uns schauen wollen.
Sieben Wochen, in denen wir Verantwortung übernehmen wollen.

Du Gott des Wachstums,
Du siehst uns mit liebevollen Augen an.
Siehst auf unser Versöhnen und Streiten,
unser Verantwortung-übernehmen und unser Fliehen,
unser Klein-Sein und unser Wachstum.

Du Gott, der uns immer wieder neu ausrichten will,
segne diese Asche als Zeichen der Umkehr und Verantwortung,
als Zeichen dafür dass du an uns glaubst und uns traust,
Veränderung zu beginnen.

Dies geschehe in deinem Namen:
Im Namen des Vaters, des... + (Asche segnen)

Schlussworte (Vorstellung der Aschekreuz-Verteilenden)

Segen

Bevor jetzt das Aschekreuz verteilt wird, segne uns und alle Menschen, an die wir in dieser Feier gedacht haben, der dreifaltige Gott

Der Vater, der Sohn... +

Verteilung des Aschekreuzes

Spruch: Lass los und übernimm deine Verantwortung, im Namen des ... +

Dabei Song: [Zerbrochen und wunderschön](#) – Albert Frey (Gl 767 Sag ja zu mir 1+3)

& anschließend instrumentales Outro



Einfache Sprache:

Die Bedeutung von *Schuld* in einfachen Sätzen erklärt:

"Schuld" hat zwei Hauptbedeutungen im Deutschen:

Es kann erstens **Verantwortung für etwas Negatives** bedeuten, also dass jemand etwas Falsches getan hat.

Zweitens kann es auch **finanzielle Verpflichtung** bedeuten, also dass man jemandem Geld schuldet.

Quelle: [Schuld einfach erklärt](#) ★ [Synonyme](#) ★ [Beispiele](#)