

## Asche und Kreuz



### Zeichen - so widersprüchlich wie das Leben

In Zeiten, wo es nicht angezeigt ist, sich zu nahe zu kommen und das Aschenkreuz auszuteilen, besteht alternativ die Möglichkeit, einem Kreuz aus Asche einen Platz in der Einrichtung zu geben – als Zeichen der Erinnerung, der Klage und des Lebens. Das „Asche-Kreuz“ ist damit länger präsent als das am Aschermittwoch ausgeteilte Aschenkreuz und regt zur Betrachtung und aktiven Gestaltung an.

Die hier vorgestellte Idee ist ein Projekt, das die Fastenzeit begleitet. Es besteht aus *zwei Teilen*, wobei der erste Teil die Aktion zum Verbrennen der Palmzweige und der zweite Teil *verschiedene Impulse (insgesamt 4)* zur Betrachtung des Asche-Kreuzes beschreibt. Die Impulse sind aufeinander aufbauend konzipiert und werden mit einem kleinen Fest an Ostern beendet.

Im Folgenden werden sowohl die Aktion „Verbrennen der Palmzweige“ als auch die einzelnen Impulse als ein Gruppenangebot vorgestellt, wobei einzelne Elemente aus den Angeboten auch in der Einzelbegleitung genutzt werden können.

### Planung und Vorbereitung

Die Beschreibung der Vorbereitungen ist der besseren Übersichtlichkeit wegen in drei Schritte eingeteilt. Hier werden die allgemeinen Vorbereitungen und Besorgungen aufgelistet, die zum Gesamtprojekt gehören. Die die einzelnen Veranstaltungen betreffenden Vorbereitungen finden sich vor der Beschreibung des jeweiligen Verlaufs.

#### 1. das Projekt insgesamt betreffend:

- *Das Projekt besprechen, planen und einen Zeitplan erstellen*
- *die Mitarbeitenden über Termine und Vorhaben informieren und Absprachen treffen*
- *mit der Küche die österlichen Speisen planen*
- *Aushänge vorbereiten*

#### 2. den ersten Teil betreffend: Verbrennen der Palmzweige

- *getrocknete Palmzweige von allen Kreuzen entfernen*  
*bei Nachbarn, Ehrenamtlichen, Mitarbeitenden nach alten Palmzweigen fragen*

- eine Feuerschale besorgen
- Das Verbrennen der Zweige mit dem Hausmeister besprechen und abstimmen
- überlegen, wie die Bewohner\*innen am Verbrennen teilhaben können

3. den zweiten Teil betreffend: Betrachten des Asche-Kreuzes

- einen Raum für die einzelnen Betrachtungen zum Asche-Kreuz auswählen (es sollte möglich sein, das Asche-Kreuz stehen zu lassen)
- einen Platz für das Asche-Kreuz aussuchen
- die Materialien für die einzelnen Impulse besorgen: Pflanztablett (eine geeignete Größe gibt es z. B. bei Ikea: 75x74 cm, Höhe 15cm), Blumenerde, eine große Kerze, Samen wie Kresse oder ähnliches
- evtl. Kopien erstellen (Text Ps 23 und 146 separat auch im Anhang)

## Durchführung

*Der erste Teil:*  
Das Verbrennen der Palmzweige

**vorbereiten:**

- die Palmzweige in einen Korb legen
- Feuerschale bereitstellen
- langes Feuerzeug oder lange Streichhölzer
- Mikrophon- und Lautsprecheranlage
- zur Sicherheit: Kanne mit Wasser

**Eröffnung**

*Die vertrockneten Palmzweige in der Hand halten und zeigen; dazu assoziativ einige Gedanken vortragen:*

... an wie viel verschiedenen Kreuzen sie befestigt waren  
... in welchen Zimmern, an welchen Orten und Häusern sie das Leben der Menschen ein ganzes Jahr lang begleitet haben (hier können Erfahrungen, Erlebnisse des letzten Jahres genannt werden)  
... dass diese Zweige das Jahr hindurch ein stilles Zeichen der Erinnerung an Jesus und seinen Weg waren: dass er seine königliche Würde durch alle Schmerzen, Anfeindungen und Einsamkeit hindurch behalten und bezeugt hat.

...

Wir wollen diese Zweige nicht in die Tonne schmeißen, sondern nun ganz bewusst dem Feuer überlassen.

**Aktion:**

Entzünden des Feuers  
und Verbrennen der Palmzweige

*Alle Palmzweige werden in die Feuerschale gelegt und angezündet.*

Wir beobachten, wie das Feuer die Zweige zu Asche verbrennt. ...  
Wir stellen uns vor, dass wir noch mehr dem alles verändernden Feuer  
überlassen können:  
unsere ganze Last,  
unsere Ängste,  
unsere Verluste  
unsere verlorene Energie  
unsere enttäuschten Hoffnungen  
unsere Sorgen um vertraute Menschen  
....  
Alles möge nun in den Flammen untergehen!

Gebet

Lasst uns beten

Noch sehen wir nur die Asche  
noch ist unser Blick gefangen und  
wir stehen ein wenig erschöpft da und betrachten,  
was wir verloren haben und verbrannt daliegt.  
Du unser Gott,  
Wir fragen uns, was wird und wann es wieder wird?  
Deswegen bitten wir dich: Belebe in uns die Hoffnung,  
damit wir uns neu ausrichten  
und uns gegenseitig bestärken  
in unserer Sehnsucht nach einem guten Ende  
und wir wieder Mut schöpfen  
und an die Verheißung des neuen Beginns glauben.  
Amen

Lied

GL 365 Meine Hoffnung und meine Freude (Taizé)

Segen

Am Ende unser kleinen Feier wollen wir uns dem Segen Gottes  
anvertrauen:  
Es segne uns der barmherzige Gott  
Der Vater † und der Sohn und der Heilige Geist. Amen

Ankündigung...

... dass die Asche uns durch die Fastenzeit begleiten wird. Sie wird in Form  
eines Asche-Kreuzes hier in der Einrichtung in .... zu sehen und zu  
betrachten sein. Dazu gibt es verschiedene Termine, die Sie im Wochenplan  
finden. In diesem Kreuz schauen wir auf unser Leben, auf unsere Sorgen,  
unsere Hoffnungen und darauf, was uns trägt und hält.

-----

*Der zweite Teil:*  
**Impulse und Betrachtungen zum Asche-Kreuz**

Erster Impuls

Das Kreuz - mitten im Leben  
(*Wir erinnern uns daran, was uns trägt*)

**vorbereiten:**

- einen Tisch vorbereiten mit einer Schale mit Asche, einem Pflanztablett
- für jede/n einen Beutel mit Blumenerde und einen Teller für etwas Asche
- Psalm 23 ausdrucken (Text im ANHANG)

Begrüßung	In diesem Jahr haben wir bewusst auf den Aschermittwoch und das Verteilen des Aschenkreuzes verzichtet. Wir möchten stattdessen die Asche, die hier aus den verbrannten Palmzweigen des letzten Jahres entstanden ist, miteinander betrachten und es gleich als Kreuz hier sichtbar hinlegen. Aber zuerst schauen wir einfach auf die Asche.
Gespräch	<p><i>Die Schale in die Mitte auf den Tisch stellen und jeder und jedem einen kleinen Teller mit Asche an den Platz stellen</i></p> <p><i>Einladen, die Asche zu betrachten, sich zu erinnern und miteinander zu erzählen, was beim Anblick der Asche alles einfällt</i></p> <p>.....</p> <p><i>Das Gesagte zusammenfassen</i></p>
Gebet	<p>Lasst uns beten</p> <p><b>Ach, Gott,</b> die Asche macht sichtbar: Unser Leben ist zerbrechlich und verletzlich, so bedroht und verwundbar, und immer wieder so gefährdet. Das schmerzt, kränkt und macht oft einfach nur wütend und hilflos und lässt uns zweifeln und fragen, was uns trägt?</p> <p><b>Ach, Gott,</b> wir wissen es gibt keine Garantie, ohne Blessuren davon zu kommen. Es gibt kein Versprechen auf ein Leben ohne Beulen und Schrammen. Ach, Gott, manchmal ist das alles kaum auszuhalten</p> <p><b>Ach, Gott,</b> wo bist du in all dem?</p>

## Instrumentalmusik

### Aktion

Wir wollen die Asche nun miteinander in Form eines Kreuzes auf die Erde streuen, dazu habe ich ein Pflanztablett und für jeden von Ihnen Erde mitgebracht.

*Jede/r erhält einen Beutel mit Erde.*

*Das Pflanztablett von einem zum anderen reichen, so dass jede/r ihren/seinen Beutel Erde hineinschütten kann.*

*Danach wird aus der Asche gemeinsam ein großes Kreuz gestreut.*

## Meditative Musik

### Betrachtung

#### zu Asche und Kreuz

Schutt und Asche - auch ein Bild für das Leben, wie es so spielt!

Was ist in unserem Leben nicht schon alles abgebrannt, verbrannt –

vielleicht im wörtlichen Sinn,

aber wohl auch im übertragenen Sinne?

Wie oft hatten wir schon das Gefühl, runtergebrannt oder gar ausgebrannt zu sein?

*Einladen zum Erzählen ...*

Auch das kennen wir aus unserem Leben:

Alles war so schön geplant: der Urlaub, die Hochzeitsfeier, der Umzug ...

und dann kommt es so ganz anders

Pläne werden durchkreuzt;

ein Strich wird durch die Rechnung gemacht -

.....

*Einladen zum Erzählen ...*

Nicht selten entsteht der Eindruck: Das Leben ein einziges Kreuz!

„Was für ein Kreuz!!“

„Es ist nicht zum Aushalten!“

und wir fragen uns: „Warum gerade ich oder warum ich gerade nicht?“

*Einladen zum Erzählen ...*

Wie viele von Ihnen haben nicht schon gesagt.

„Da musst du durch!“

Das klingt vielleicht manchmal resignativ,

aber dahinter steckt eine Haltung, die Ja sagt zu dem, was kommt,  
die Ja sagt zu dem Kreuz und es annimmt als etwas,  
das durchgehalten und durchgestanden,  
das durchgetragen und durchlebt werden muss  
in dem Bewusstsein, dass es irgendwann auch wieder gut wird.

*Einladen zum Erzählen ...*

Mascha Kaléko schreibt in ihrem Gedicht „Rezept“

Es ist wahr, was sie sagen:  
Was kommen muss, kommt.  
Geh dem Leid nicht entgegen.  
Und ist es da,  
sieh ihm still ins Gesicht.  
Es ist vergänglich wie Glück.

Abschluss

Lasst uns gemeinsam **Psalm 23** beten

Der HERR ist mein Hirt,  
nichts wird mir fehlen.  
2 Er lässt mich lagern auf grünen Auen  
und führt mich zum Ruheplatz am Wasser.  
3 Meine Lebenskraft bringt er zurück.  
Er führt mich auf Pfaden der Gerechtigkeit, getreu seinem Namen.  
4 Auch wenn ich gehe im finsternen Tal, ich fürchte kein Unheil;  
denn du bist bei mir, dein Stock und dein Stab, sie trösten mich.  
5 Du deckst mir den Tisch vor den Augen meiner Feinde.  
Du hast mein Haupt mit Öl gesalbt, übervoll ist mein Becher.  
6 Ja, Güte und Huld werden mir folgen mein Leben lang  
und heimkehren werde ich ins Haus des HERRN für lange Zeiten.  
Ehre sei dem Vater und dem Sohn und dem Heiligen Geist  
wie im Anfang so auch jetzt und alle Zeit und in Ewigkeit.  
AMEN.

Verabschiedung und Ankündigung des nächsten Termins.

-----

Zweiter Impuls  
Das Kreuz - Grund zur Klage  
(*Wir zünden ein Licht an gegen die Dunkelheiten*)

**vorbereiten:**

- eine Kerze bereitstellen mit Streichhölzern
- Klangschale
- ein Stein für jede/n
- das Pflanztablett so aufstellen, dass es gut zu sehen ist

**Begrüßung**

Es ist schön, dass Sie der Einladung gefolgt sind und wir heute wieder gemeinsam auf unser Kreuz schauen. Heute wollen wir zurückblicken auf das vergangene letzte Jahr. Wir haben erlebt, dass das ganze Leben komplett durchkreuzt wurde und der Menschheit viele Kreuze auferlegt wurden. In solchen Zeiten wurde schon immer die Klage angestimmt, um Worte zu finden für das, was beschäftigt und schmerzt. Das tun wir nun auch mit einem alten Klagelied aus der Bibel.

**Klagepsalm**

(Ps 6, *ausgewählte Verse*)

Herr, ich welke dahin,  
meine Glieder erstarren  
Herr, sei mir gnädig, heile mich!  
Meine Seele ist tief erschrocken.  
Herr, wie lange noch?  
Ich bin erschöpft vom Seufzen  
jede Nacht benetze ich weinend mein Bett,  
ich überschwemme mein Lager mit Tränen.  
Mein Auge ist getrübt vor Kummer,  
ist matt geworden.  
Gehört hat der Herr mein Flehen,  
der Herr nimmt mein Beten an.

**Eröffnung  
zur Klage**

Auch wir haben Grund genug zu klagen. Das wollen und dürfen wir nun tun. Denn es ist gut, die eigene Trauer mit anderen zu teilen, es ist gut und heilsam, die eigene Not auszusprechen und Worte zu finden für das, was belastet und niederdrückt. Indem wir es aussprechen, sind wir schon nicht mehr so allein damit.

Raum geben ... .. und Raum lassen ... .. für die Klage  
*Hier ist es hilfreich, noch einmal in Gedanken durch das vergangene Jahr zu gehen und dabei einige Dinge konkret zu benennen, die sich verändert haben, und zu ermutigen, die eigenen Erfahrungen zu benennen.*

Raum geben ... .. und Raum lassen ... .. für die Klage

*Zwischen den einzelnen Äußerungen kann die Klangschale ein wenig Ruhe schaffen.*

*Als Anregung können auch ganz verschiedene Gruppen von Menschen benannt werden, deren Situation Grund zur Klage gibt.*

Aktion

Ich habe Steine mitgebracht und ich möchte Sie bitten, sich einen Stein auszuwählen, den Sie passend für sich finden und diesen um das Asche-Kreuz abzulegen.

*Mit dem Pflanztablett von einem zum anderen gehen*

Lied

GL 437 Meine engen Grenzen 2.-4. Strophe

Aktion

Wir wollen eine Kerze anzünden und das brennende Licht mitten hinein in unser Kreuz stellen, um uns zu ermutigen:

Wir sind nicht ohnmächtig.  
Wir haben etwas entgegensetzen.

Mitten in der Dunkelheit können wir ein Licht anzünden:  
ein Licht der Liebe, der Hoffnung, der Freude und ein Licht des Friedens.

Sie sind ein Zeichen dafür, dass wir Gott und den Menschen zutrauen,  
dass sie die Verhältnisse verwandeln können,  
Neuanfänge möglich sind und Umwege am Ende zum Ziel führen.

Das sind manchmal nur kleine Lichter, aber  
jedes kleine Licht, angezündet an vielen verschiedenen Orten,  
hat Macht,  
weil es den Glauben und die Hoffnung bezeugt.

Im Refrain des Liedes "Ein Licht in dir geborgen" von Gregor Linßen heißt es:

„So wie die Nacht flieht vor dem Morgen, /  
so zieht die Angst aus dem Sinn, /  
so wächst ein Licht in dir geborgen, /  
die Kraft zu neuem Beginn.“

Vater unser

Segen

Der Herr segne und behüte uns und schenke uns seinen Frieden.  
Dies gewähre uns  
Der Vater und der Sohn und der Heilige Geist. Amen

Verabschiedung und Ankündigung des nächsten Termins.

-----

Dritter Impuls  
Das Kreuz - lässt hoffen  
(Wir erzählen uns Hoffnungsgeschichten)

**vorbereiten:**

- Klangschale
- Samenkörner (Kresse oder ähnliches, was nach kurzer Zeit schon einen „Erfolg“ zeigt)
- und einen Teller für jede/n
- Gießkanne mit Wasser
- Pflanztablett für alle gut sichtbar aufstellen

**Begrüßung**

Herzlich willkommen heute hier!

Unser Kreuz hat sich beim letzten Mal schon verändert, mal sehen wie es sich heute verändert. Beim letzten Mal haben wir mit der Kerze als Zeichen der Hoffnung aufgehört und damit wollen wir heute auch beginnen: Wir zünden die Kerze an.

Und heute erzählen wir uns Geschichten von der Hoffnung, und zwar solche Geschichten, wo sich gerade aus dem Kreuz etwas Gutes und sogar Schönes ergeben hat und so dass am Ende gesagt werden kann: Wie gut, dass es so gekommen ist!

Dazu habe ich Ihnen eine Geschichte mitgebracht, die ich Ihnen vorlesen möchte, eine Geschichte, die man sich in Nordafrika erzählt.

**Erzählung**

Durch eine Oase ging ein finsterer Mann, Ben Sadok. Er war so gallig in seinem Charakter, dass er nichts Gesundes und Schönes sehen konnte, ohne es zu verderben.

Am Rande der Oase stand ein junger Palmbaum im besten Wachstum. Der stach dem finsteren Mann in die Augen. Da nahm er einen schweren Stein und legte ihn der jungen Palme mitten in die Krone.

Mit einem bösen Lachen ging er nach dieser "Heldentat" weiter. Die junge Palme schüttelte sich und bog sich und versuchte, die Last abzuschütteln. Vergebens. Zu fest saß der Stein in ihrer Krone.

Da krallte sich der junge Baum tiefer in den Boden und stemmte sich gegen die steinerne Last. Er senkte seine Wurzeln so tief, dass sie die verborgene Wasserader der Oase erreichten. Dann stemmte er den Stein so hoch, dass die Krone über jeden Schatten hinausreichte.

Wasser aus der Tiefe und Sonnenglut machten aus dem jungen Baum eine königliche Palme.

Nach Jahren kam Ben Sadok wieder, um sich an dem Krüppelbaum zu freuen, den er glaubte, verdorben zu haben. Er suchte vergebens. Da senkte die stolzeste Palme ihre Krone, zeigte den Stein und sagte: "Ben Sadok, ich muss dir danken. Deine Last hat mich stark gemacht".

## Einladung zum Erzählen

Sicher können Sie auch solche Geschichten aus der Natur oder Ihrem Leben erzählen, wo sich aus einer Schwierigkeit, aus Schmerzen, aus durchkreuztem Leben etwas Schönes entwickelt hat.

*Es ist hilfreich, auch Geschichten aus dem eigenen Leben oder dem Umfeld präsent zu haben, die erzählt werden können, weil dies die Erinnerung der Teilnehmer/innen beflügelt.*

*Auch die Klangschale kann hier wieder so eingesetzt werden, dass sie zwischen den einzelnen Beiträgen ein wenig Ruhe schafft.*

Erzählen ... .. zuhören ... .. ermutigen ... .. und unterstützen

## Lied

GL 405 Nun danket alle Gott, 1.-3. Strophe

## Psalm

Ps 146 (ausgewählte Verse)  
Lobe den Herrn, meine Seele.  
Ich will den Herrn loben in meinem Leben,  
meinem Gott singen und spielen, solange ich da bin.  
Selig, wer den Gott Jakobs als Hilfe hat,  
wer seine Hoffnung auf den Herrn, seinen Gott, setzt.  
Er hält die Treue auf ewig.  
Recht schafft er den Unterdrückten,  
Brot gibt er den Hungernden.  
Der Herr öffnet die Augen der Blinden.  
Der Herr richtet auf die Gebeugten.  
Der Herr beschützt die Fremden,  
er hilft auf den Waisen und Witwen.  
Der Herr ist König auf ewig.  
Ehre sei dem Vater und dem Sohn und dem Heiligen Geist  
wie im Anfang so auch jetzt und alle Zeit und in Ewigkeit.  
AMEN.

## Aktion Säen

Wir wollen als Zeichen unseres Vertrauens Samenkörner auf das Kreuz legen. Ich habe für jeden von Ihnen Samen (auf einem Teller) mitgebracht, diese können wir nun gemeinsam in die Kreuzform legen.

*Das Pflanztablett von einem zum anderen reichen, damit jede/r seinen Samen auf die Kreuzform legen kann.*

*Danach wird alles ein wenig angedrückt und vorsichtig mit Wasser beträufelt.*

## Verabschiedung und Einladung

zu einem letzten Treffen mit österlichen Speisen und Liedern an Ostern oder in der Woche nach Ostern.

-----

Vierter Impuls  
Das Kreuz - grünt  
(Wir freuen uns am neuen Leben)

**vorbereiten:**

- den Tisch mit weißen Tischdecken, Osterlamm und Ostereiern schmücken
- das Pflanztablett für alle sichtbar aufstellen
- Oster- und Frühlingslieder auswählen

**Begrüßung** Heute wollen wir unser kleines Projekt abschließen und gemeinsam feiern, dass neues Leben sichtbar wird und .....

**Gedicht** In einem Gedicht von Emanuel Geibel heißt es dazu:

Wach auf, das Alte ist vergangen,  
Wach auf, du froh verjüngte Welt!

Wacht auf im Frühlingsglanz der Sonnen

...

Ihr Veilchen in den Waldesgründen;  
ihr Primeln weiß, ihr Blüten rot,  
ihr sollt es alle mitverkünden:  
Die Lieb ist stärker als der Tod.  
Wacht auf! Die Welt ist neugeboren.  
Hier ist ein Wunder, nehmt es an!

Ihr sollt euch all des Heiles freuen,  
das über euch ergossen ward!  
Es ist ein inniges Erneuen  
im Bild des Frühlings offenbart.  
Was dürr war grünt im Wehn der Lüfte,  
jung wird das Alte fern und nah,  
Der Odem Gottes sprengt die Gräfte -  
Wacht auf! Der Ostertag ist da.

**Lied** GL 329 Das ist der Tag, den Gott gemacht, 1.,2.,4.,5. Strophe

**Danach:** gemeinsames Kaffeetrinken

**zum Abschluss** können noch einige Lieder gemeinsam gesungen oder angehört werden.  
Das Beisammensein kann beendet werden mit dem Wunsch, die Botschaft des Engels: „Jesus lebt!“ nicht zu vergessen und sein Wort: „Friede sei mit euch!“ nicht aus dem Herzen verdrängen zu lassen.  
„Der Friede sei mit uns allen - Halleluja!“

Erzbistum Köln - Fachbereich Altenheimseelsorge - Dorothea Polaczek - Febr. 2021

Foto S. 1: ein aus Asche geformtes Kreuz. Amplitudy / Pixabay.com  
Layout: PD

**Ps 146** (ausgewählte Verse)

Lobe den Herrn, meine Seele.  
Ich will den Herrn loben in meinem Leben,  
meinem Gott singen und spielen, solange ich da bin.  
Selig, wer den Gott Jakobs als Hilfe hat,  
wer seine Hoffnung auf den Herrn, seinen Gott, setzt.  
Er hält die Treue auf ewig.  
Recht schafft er den Unterdrückten,  
Brot gibt er den Hungernden.  
Der Herr öffnet die Augen der Blinden.  
Der Herr richtet auf die Gebeugten.  
Der Herr beschützt die Fremden,  
er hilft auf den Waisen und Witwen.  
Der Herr ist König auf ewig.  
Ehre sei dem Vater und dem Sohn und dem Heiligen Geist  
wie im Anfang so auch jetzt und alle Zeit und in Ewigkeit.  
AMEN

---

**Ps 23**

Der HERR ist mein Hirt,  
nichts wird mir fehlen.  
2 Er lässt mich lagern auf grünen Auen  
und führt mich zum Ruheplatz am Wasser.  
3 Meine Lebenskraft bringt er zurück.  
Er führt mich auf Pfaden der Gerechtigkeit, getreu seinem Namen.  
4 Auch wenn ich gehe im finsternen Tal, ich fürchte kein Unheil;  
denn du bist bei mir, dein Stock und dein Stab, sie trösten mich.  
5 Du deckst mir den Tisch vor den Augen meiner Feinde.  
Du hast mein Haupt mit Öl gesalbt, übertoll ist mein Becher.  
6 Ja, Güte und Huld werden mir folgen mein Leben lang  
und heimkehren werde ich ins Haus des HERRN für lange Zeiten.  
Ehre sei dem Vater und dem Sohn und dem Heiligen Geist  
wie im Anfang so auch jetzt und alle Zeit und in Ewigkeit.  
AMEN.