



„Asche auf mein Haupt“: Wenn Schuld zur Ware wird

Description

Gedanken zum [Impuls](#): „Asche auf mein Haupt“, verkündigt von Pfarrer Stefan Buß, veröffentlicht am 18.2.26 von osthessen-news.de

Darum geht es

Buß deutet eine säkularisierte Redewendung und moderne Fastenpraktiken in ein problematisches christliches Schuld-Sühne-Konzept um, das psychologisch destruktive Schuldgeföhle fördert, statt konstruktive Verantwortungsübernahme zu ermöglichen, und verschleiert dabei autoritäre religiöse Strukturen hinter der Sprache moderner Selbstreflexion.

Stadtpfarrer Stefan Büß hat zum Aschermittwoch 2026 einen „Impuls“ veröffentlicht, der sich mit der Redewendung „Asche auf mein Haupt“ und ihrer religiösen Bedeutung befasst. Was zunächst wie eine kulturhistorische Erläuterung erscheint, entpuppt sich bei genauerer Betrachtung als Versuch, eine säkulare Alltagssprache religiös zu deuten und dabei ein problematisches Schuld-Sühne-Konzept zu propagieren, das aus humanistischer und psychologischer Sicht höchst fragwürdig ist.

Die Vereinnahmung der Alltagssprache

Buß beginnt mit der Feststellung, dass „Asche auf mein Haupt“ eine im Alltag weit verbreitete Redewendung sei, die oft auch eher etwas flapsig verwendet werde, wenn sich jemand für eine blöde Bemerkung, für etwas Dummes entschuldigt.

Diese Beschreibung trifft zu: Im säkularen Sprachgebrauch ist die Redewendung eine ironisch-übertriebene Form der Entschuldigung, oft mit selbstironischem Unterton verwendet. Sie drückt aus: „Ja, ich habe einen Fehler gemacht, aber lass uns nicht zu dramatisch werden.“ Die Formulierung hat ihre religiösen Wurzeln längst abgestreift und funktioniert als weltliche Floskel.

Doch BuÃ? nutzt diese sÃ¤kulare Verwendung als Einstieg, um dann die â??eigentlicheâ?? â?? also religiÃ¶se â?? Bedeutung zu erklÃ¤ren. Die implizite Botschaft lautet: Wer diese Redewendung benutzt, aktiviert (bewusst oder unbewusst) ein christliches Bedeutungssystem. Der sÃ¤kulare Sprecher wird zum unwissenden TrÃ¤ger religiÃ¶ser Semantik erklÃ¤rt.

Diese Strategie kennen wir aus vielen religiÃ¶sen Diskursen: AlttÃ¤gliche Begriffe und Praktiken werden als â??eigentlich religiÃ¶sâ?? reklamiert, um zu suggerieren, dass auch sÃ¤kulare Menschen im Grunde von religiÃ¶sen Strukturen durchdrungen sind. Doch eine Redewendung verliert ihre ursprÃ¼ngliche Bedeutung, wenn sie in einen neuen kulturellen Kontext Ã¼berfÃ¼hrt wird. â??Asche auf mein Hauptâ?? ist heute ebenso wenig ein religiÃ¶ses Bekenntnis wie â??Zum Teufel!â?? ein Glaube an Satan ist.

Die historische Dimension: Asche als Ritual der Unterwerfung

BuÃ? erlÃ¤utert die historischen Wurzeln: â??Bereits in der Bibel gibt es Hinweise und im Altertum trugen Menschen, die eine SÃ¼nde begangen hatten, von Aschermittwoch bis zum Osterfest ein BuÃ?gewand und sie wurden mit Asche bestreut.â??

Diese Darstellung ist historisch verkÃ¼rzt und verschleiert die soziale Funktion dieser Praktiken. Die Ã¶ffentliche Aschebestreuung war nicht nur ein â??spirituelles Zeichen der Reueâ??, sondern ein Instrument sozialer Kontrolle und Ã¶ffentlicher DemÃ¼tigung. SÃ¼nder mussten sich vor der Gemeinde erniedrigen, wurden ausgegrenzt und erst nach 40 Tagen Ã¶ffentlicher BuÃ?e wieder in die Gemeinschaft aufgenommen.

Diese Praxis spiegelt ein autoritÃ¤res religiÃ¶ses System wider, in dem die Kirche definierte, was SÃ¼nde ist, wer schuldig ist und unter welchen Bedingungen Vergebung gewÃ¤hrt wird. Die â??seelische Reinigungâ??, von der BuÃ? spricht, war faktisch eine institutionell erzwungene Unterwerfung unter kirchliche AutoritÃ¤t.

BuÃ? erwÃ¤hnt auch, dass â??bereits im Altertumâ?? Menschen sich â??zu traurigen AnlÃ¤ssen Asche auf Kopf oder Gewandâ?? streuten. Das ist korrekt â?? diese Praxis existierte in vielen antiken Kulturen als Ausdruck von Trauer und Verlust. Doch die christliche Tradition hat diese Geste umfunktioniert: Aus einem Zeichen der Trauer wurde ein Zeichen der Schuld. Aus persÃ¶nlichem Leid wurde institutionalisierte SÃ¼hne.

Die Fastenzeit, die BuÃ? als â??Zeit der Selbstreflexionâ?? darstellt, war historisch eine Zeit der kÃ¶rperlichen und psychischen Kasteiung, in der Menschen durch Verzicht, BuÃ?e und SelbstgeiÃ?lung ihre UnwÃ¼rdigkeit vor Gott demonstrieren sollten.

Das problematische Schuld-SÃ¼hne-Konzept

Der zentrale theologische Kern von BuÃ?â?? Text liegt in der Gleichsetzung von Fehler und Schuld, von Reue und BuÃ?e. Er schreibt: â??Dass sich Menschen ganz bewusst mit dem auseinandersetzen, was falsch gelaufen, wo sie schuldig geworden sind.â??

Aus humanistischer Sicht ist diese Gleichsetzung hochproblematisch. Fehler zu machen ist menschlich, unvermeidbar und oft sogar produktiv – wir lernen aus Fehlern, korrigieren unsere Handlungen, entwickeln uns weiter. Doch das christliche Schuld-Sühne-Konzept verwandelt Fehler in moralische Verfehlungen, die einer Reinigung, einer Buße, einer Sühne bedürfen.

Die Metapher, die Buße verwendet, ist aufschlussreich: ausgebranntes Holz hinterlässt nur noch Asche. Hier gibt es keinen Funken Feuer mehr. Nur noch verbrannte Reste. Diese Bildsprache suggeriert totale Zerstörung, irreversiblen Schaden, vollständige Auslöschung: Eine Freundschaft, die zerbricht, ein Vertrauen, das zerstört wird. Dass nur noch Asche zurückbleibt.

Diese Dramatisierung ist psychologisch destruktiv. Sie überhöhlt menschliche Fehler zu existenziellen Katastrophen. Ein unbedachtes Wort, eine unüberlegte Handlung wird zum Verbrennungsrockstand, zur Asche, zum unwiderruflichen Ende. Diese Rhetorik schürt Schuldgefühle und Versagensängste, statt konstruktive Fehlerkultur zu fördern.

Aus psychologischer Sicht ist es wichtig, zwischen **Schuld** und **Verantwortung** zu unterscheiden. Verantwortung bedeutet: Ich erkenne, dass mein Handeln Konsequenzen hatte, die anderen geschadet haben. Ich übernehme die Verantwortung dafür und versuche, den Schaden zu beheben oder zu mildern. Schuld hingegen ist eine moralische Kategorie, die mit Unwürdigkeit, Versagen und dem Bedürfnis nach Sühne verbunden ist.

Das christliche Schuld-Sühne-Konzept fördert nicht konstruktive Verantwortungsübernahme, sondern pathologische Schuldgefühle. Menschen werden nicht ermutigt, aus Fehlern zu lernen und bessere Entscheidungen zu treffen, sondern sie sollen Buße tun, sich reinigen, sich unterwerfen unter ein moralisches System, das ihre Unwürdigkeit zum Ausgangspunkt macht.

Die Psychologisierung durch religiöse Deutung

Besonders problematisch ist Buße. Versuch, die Fastenzeit als Instrument der Selbstreflexion zu präsentieren: Die Fastenzeit [?] ist eine Zeit, in der sich der Menschen [sic!] fragen kann, was ihm eigentlich im Leben wichtig ist. Wo er bei sich selbst kären kann, wo er Asche auf sein Haupt legt und wo er anders und neu werden kann.

Diese Formulierung klingt nach moderner Psychologie, nach Achtsamkeit, nach persönlicher Entwicklung. Doch sie verschleiert, dass die religiöse Fastenzeit auf einem fundamental anderen Menschenbild basiert als humanistische Psychologie.

Humanistische Psychologie geht davon aus, dass Menschen grundsätzlich fähig sind zu Wachstum, zu Selbstaktualisierung, zu konstruktivem Handeln. Fehler sind Lernchancen, nicht moralische Verfehlungen. Selbstreflexion dient der Entwicklung eigener Potenziale, nicht der Aufdeckung von Schuld.

Die christliche Anthropologie hingegen sieht den Menschen als grundlegend sündhaft, als bedürftig der Erlösung, als unfähig, aus eigener Kraft gut zu werden. Die Fastenzeit ist keine neutrale Zeit der Selbstreflexion, sondern eine institutionell gerahmte Periode der Buße, in der Menschen ihre Sündhaftigkeit anerkennen und sich der göttlichen Gnade (genauer: denen, die mit der Vermarktung dieser angeblichen Gnade ihr Geld verdienen) unterwerfen sollen.

Wenn Buß schreibt, man kann in der Fastenzeit bei sich selbst klären, wo er Asche auf sein Haupt lädt??, klingt das nach Autonomie und Selbstbestimmung. Doch die Metapher der Asche ist eindeutig negativ konnotiert: Asche bedeutet Zerstörung, Schuld, Buße. Die ??Klärung?? besteht also nicht darin, eigene Werte zu entwickeln, sondern Schuld zu identifizieren und zu bekennen.

Diese Vermischung von psychologischer Sprache und religiösem Schuld-Sühne-Konzept ist manipulativ. Sie suggeriert, dass Selbstreflexion notwendigerweise zur Erkenntnis von Schuld führt ?? und dass diese Schuld einer religiösen Reinigung bedarf.

Die säkulare Fastenzeit: Verzicht ohne Schuld

Interessanterweise hat sich die Fastenzeit in den letzten Jahrzehnten säkularisiert. Viele Menschen verzichten in dieser Zeit auf Alkohol, Zucker, Social Media oder andere Konsumgüter ?? nicht aus religiösen Gründen, sondern aus gesundheitlichen, ökologischen oder selbstdisziplinären Motiven. Die Fastenzeit wird zur ??Detox-Phase??, zum ??Digital Detox??, zur bewussten Auszeit.

Diese säkulare Fastenpraxis funktioniert ohne Schuld, ohne Sühne, ohne religiöse Deutung. Sie basiert auf dem Wunsch nach Veränderung, nach bewussterem Konsum, nach mehr Selbstkontrolle ?? nicht auf der Überzeugung, sündhaft zu sein und Buße tun zu müssen.

Doch genau diese säkulare Praxis versucht Buß religiös zu re-interpretieren. Die Frage ??was ihm eigentlich im Leben wichtig ist?? wird umgedeutet in die Frage ??wo er Asche auf sein Haupt lädt???. Der Wunsch nach Veränderung wird zur Schuldanerkennung. Die autonome Entscheidung zum Verzicht wird zur Buße.

Diese Umdeutung ist nicht harmlos. Sie schleust religiöse Schuldmechanismen in säkulare Praktiken ein und versucht, Menschen, die sich Angst von religiösen Strukturen emanzipiert haben, erneut in ein christliches Deutungssystem einzubinden.

Die Alternative: Verantwortung ohne Schuld

Aus humanistischer Sicht brauchen wir keine religiöse Fastenzeit, keine Asche auf dem Haupt, keine Buße. Was wir brauchen, ist eine Kultur der **konstruktiven Verantwortungsübernahme**.

Das bedeutet:

- **Fehler als Lernchancen begreifen**, nicht als moralische Verfehlungen
- **Verantwortung übernehmen** für die Konsequenzen unseres Handelns, ohne uns in pathologischen Schuldgefühlen zu verlieren
- **Wiedergutmachung leisten**, wo wir anderen geschadet haben ?? nicht durch symbolische Buße, sondern durch konkrete Handlungen
- **Selbstreflexion praktizieren**, um eigene Werte zu klären und bessere Entscheidungen zu treffen ?? nicht um Schuld zu identifizieren

- **Verzicht** Ä¼ben, wo er unserem Wohlbefinden oder dem Gemeinwohl dient â?? nicht als SÄ¼hne, sondern als bewusste Lebensgestaltung

Diese Haltung erfordert keine religiÄ¶se Legitimation. Sie basiert auf Empathie, auf rationalem Nachdenken Ä¼ber Konsequenzen, auf dem Wunsch, ein gutes Leben zu fÄ¼hren und anderen nicht zu schaden.

Die Gefahr religiÄ¶ser Schuldrhetorik

Die christliche Schuldrhetorik, die BuÃ? propagiert, ist nicht nur Ä¼berflÄ¼ssig, sie ist auch gefÄ¤hrlich. Psychologische Forschung zeigt, dass Ä¼bermÄ¤ige SchuldgefÄ¼hle zu Depressionen, AngststÄ¶rungen und einem gestÄ¶rten SelbstwertgefÄ¼hl fÄ¼hren kÃ¶nnen. Menschen, die in einem Umfeld aufwachsen, in dem Fehler als SÄ¼nden gedeutet werden, entwickeln hÃ¤ufig ein negatives Selbstbild und haben Schwierigkeiten, sich selbst zu akzeptieren.

Die religiÄ¶se Logik â??Du bist schuldig, aber Gott vergibt dirâ?? mag auf den ersten Blick trÄ¶stlich erscheinen. Doch sie basiert auf einer zwar rein fiktiven, aber trotzdem nicht minder destruktiven PrÄ¤missen: dass du grundlegend fehlerhaft, sÄ¼ndhaft, unwÄ¼rdig bist â?? und nur durch externe Gnade (Gottes, der Kirche, des Rituals) Wert erhÄ¤ltst.

Humanistische Psychologie hingegen geht davon aus, dass Menschen intrinsischen Wert besitzen â?? nicht trotz ihrer Fehler, sondern inklusive ihrer Fehler. Wir mÄ¼ssen uns nicht â??reinigenâ??, um wertvoll zu sein. Wir sind wertvoll, weil wir Menschen sind.

Fazit: Asche braucht kein Haupt

Stefan BuÃ?â?? â??Impulsâ?? ist der Versuch, eine sÄ¤kulare Redewendung und eine sÄ¤kularisierte Fastenpraxis religiÄ¶s zu re-interpretieren. Dabei propagiert er ein Schuld-SÄ¼hne-Konzept, das aus psychologischer Sicht problematisch und aus humanistischer Sicht Ä¼berflÄ¼ssig ist.

Menschen brauchen keine Asche auf dem Haupt, um Verantwortung zu Ä¼bernehmen. Sie brauchen keine BuÃ?e, um aus Fehlern zu lernen. Sie brauchen keine religiÄ¶se Fastenzeit, um zu reflektieren, was ihnen wichtig ist.

Was sie brauchen, ist eine Kultur, die Fehler als Teil des Menschseins akzeptiert, die konstruktive VerantwortungsÄ¼bernahme fÄ¶rdert und die es Menschen ermÄ¶glicht, ohne pathologische SchuldgefÄ¼hle zu leben.

Die Redewendung â??Asche auf mein Hauptâ?? mag historisch christliche Wurzeln haben. Aber im sÄ¤kularen Sprachgebrauch hat sie ihre religiÄ¶se Bedeutung IÄ¶ngst verloren â?? und das ist gut so. Denn eine Gesellschaft, die Fehler ohne religiÄ¶se Schuldrhetorik verarbeiten kann, ist reifer, gesÄ¼nder und humaner als eine, die Menschen zur BuÃ?e zwingt.

â??Asche auf mein Hauptâ?? Nein, danke. Lieber eine aufrechte Haltung, kritische Selbstreflexion und die Bereitschaft, Verantwortung zu Ä¼bernehmen â?? ohne religiÄ¶se DemÄ¼tigung, ohne institutionelle Unterwerfung, ohne Schuldgeist.

KI

- [Weitere Beiträge auf AWQ.DE zum Thema Aschermittwoch!](#)



..einfach mal 40 Tage lang versuchen, die eigene Weltanschauung wiedermal (oder zum ersten Mal?) mit der irdischen natürlichen Wirklichkeit abzugleichen!

Category

1. Impulse

Tags

1. Asche auf mein Haupt
2. Aschermittwoch
3. buße
4. fehler
5. Glaubensfasten
6. schuld
7. selbstreflexion
8. verantwortung

Date Created

19.02.2026