



Einfachheit | Kleider machen Leute

Datum: 6. Settembre 2026 | **Prediger/in:** Cédric Brügger

Serie: Einfach. Leise. Gegenwärtig. | **Bibeltext:** Lukas 12,22-31; 1. Mose 3,7-10 & 21

Zusammenfassung

Kleidung zeigt etwas von unserem Inneren und davon, wo wir unseren Wert und unsere Identität suchen. Wir versuchen oft, Unsicherheit und Scham selbst zu bedecken. Gott lädt uns ein, unseren Wert nicht über unser Äusseres zu definieren, sondern unsere Identität von ihm zu empfangen. Einfachheit bedeutet: Ich muss durch meine Kleidung nicht beweisen, wer ich bin.

Heute kommen wir zur zweiten Predigt über die Einfachheit. Es geht nicht um Einfachheit als solche, sondern sie soll eine Hilfe sein, mit unserem ganzen Leben Gott zu ehren. Es ist der Ausdruck der inneren Realität, die sich dann aussen in der Einfachheit zeigt. Letzten Sonntag predigte ich über das Herz und die Sprache. Im Kern der Einfachheit geht es um die Frage der Identität. Wer bin ich? Auch heute geht es darum. Es geht um unsere Kleidung und was diese mit uns macht!

Als ich noch am Daten war, fragte ich immer jemanden, wie ich aussehe, bevor ich aus dem Haus ging. Ich gab mir extrem viel Mühe. Ich wollte beeindrucken, dazu war mein äusseres Erscheinungsbild für mich sehr wichtig. Bis heute überlege ich mir jeweils immer sehr viel, was ich anziehe. Geht es dir auch so? Weisst du was? Andere merken dies gar nicht, weil sie selbst so beschäftigt sind mit sich!

Was Kleidung mit uns macht

In der Textlesung hörten wir vom Sorgenmachen. Dabei verbindet Jesus unsere Sorge um das Leben mit der Sorge um Kleidung. *«Können all eure Sorgen euer Leben auch nur um einen einzigen Augenblick verlängern? Natürlich nicht! Und wenn euer Sorgen schon in so geringen Dingen nichts bewirkt, was nützt es da, sich um grössere Dinge zu sorgen? Seht doch die Lilien, wie sie wachsen. Sie arbeiten nicht und nähen sich keine Kleider, und doch war Salomo in all seiner Pracht nicht so schön gekleidet wie eine von ihnen»* (Lukas 12,25-27 NLB). Die Angst, die Jesus anspricht, ist eine tiefere Angst. Nämlich, wie wir in unserem Körper wahrgenommen werden. Also nicht bloss: Wie überlebe ich? Sondern auch: Wie wirke ich! Hierbei gibt es eine gesunde und ungesunde Form!

Doch was liegt denn dahinter? Was ist diese tiefere Angst? Wir tauchen dazu in den Garten Eden ein. Adam und Eva assen vom Baum, der ihnen die Erkenntnis von Gut und Böse eröffnete. *«In diesem Augenblick wurden den beiden die Augen geöffnet und sie bemerkten auf einmal, dass sie nackt waren. Deshalb flochten sie Feigenblätter zusammen und machten sich Lendenschurze. Als es am Abend kühl wurde, hörten sie Gott, den HERRN, im Garten umhergehen. Da versteckten sie sich zwischen den Bäumen. Gott, der HERR, rief nach Adam: ‚Wo bist du?‘ Dieser antwortete: ‚Als ich deine Schritte im Garten hörte, habe ich mich versteckt. Ich hatte Angst, weil ich nackt bin.‘»* (1. Mose 3,7-10 NLB). Dies ist die erste Erwähnung von Angst! Und sie hatten diese, weil sie nackt waren! Adam und Eva wurden sich bewusst, wie weit sie von dem Weg waren, was Gott sich wünscht (ihrer Sünde), und schämten sich. Kleidung ist die Antwort der Menschen auf die Sünde. Sie machen aus Angst Kleidung. Wir Menschen leben mit Scham, dem Gefühl, schlecht zu sein und nicht liebenswürdig, und der Angst,



dass andere dies entdecken können. Scham ist ein unangenehmes, tiefes Gefühl der Verlegenheit oder Blossstellung, oftmals mit dem Gefühl der Unzulänglichkeit. Die Schlange, welche die beiden verführt, zweifelt Gottes Liebe an. Kleidung gibt uns das Gefühl, jemand zu sein! Bildlich gesprochen, aber auch in der Wirkung. *«In diesem Augenblick wurden den beiden die Augen geöffnet und sie bemerkten auf einmal, dass sie nackt waren. Deshalb flochten sie Feigenblätter zusammen und machten sich Lendenschurze»* (1. Mose 3,7 NLB). Sie machen sich selbst Kleidung aus Feigenblättern. Sie retten sich mit ihren eigenen Mitteln. Die Menschen versuchen, ihre Scham selbst zu bedecken.

Unser Versuch

Wie unser Bezug zur Kleidung eben nicht sein soll, sagt Jesus im Text der Lesung, aber auch Paulus hier: *«Überall, wo ihr euch versammelt, möchte ich nun, dass die Männer, wenn sie beten, ihre Hände rein zu Gott erheben. Sie sollen nicht von Zorn und Streit beschmutzt sein. Und ich möchte, dass die Frauen in ihrer Erscheinung Zurückhaltung üben, indem sie sich anständig kleiden und nicht durch ihre Frisur oder durch Gold, Perlen oder kostbare Kleider die Aufmerksamkeit auf sich lenken. Denn Frauen, die Gott ehren wollen, sollen dadurch anziehend wirken, dass sie Gutes tun»* (1. Timotheus 2,8-10 NLB). Dieser Text wurde oftmals missbraucht zur Unterdrückung. Er zeigt uns aber vielmehr ein Leben, wie es Gott Freude macht! Dabei geht es im Kern darum, dass unser Äusseres das Innere widerspiegelt – sei es in der Begegnung mit Gott oder untereinander. Teure Kleidung und Schmuck können ein Indiz sein, dass unser Herz am Besitz hängt. Zorn und Streit zeigen, dass Frieden, Langmut und Vergebung fehlen. Ich möchte hier den Fokus auf die Kleider legen und sagen, liebe Männer, dies gilt auch für uns! Wenn uns diese Stelle etwas zeigt, dann das: Kleidung ist wichtig!

Ein anderer Text spricht dies auch an: *«Macht euch keine Sorgen um äussere Schönheit, die auf modischen Frisuren, teurem Schmuck oder schönen Kleidern beruht. Eure Schönheit soll von innen kommen – das ist die unvergängliche Schönheit eines freundlichen und stillen Herzens, das Gott so sehr schätzt»* (1. Petrus 3,3-4 NLB). Auch hier sind wieder Frauen angesprochen und es klingt wieder nach einer Einschränkung. Wie gesagt, beschäftigen wir uns mit dem Thema der Einfachheit. Es geht darum zu schauen, weshalb wir so handeln, wie wir dies tun!

Petrus sagt uns: Mit der Kleidung nicht auf die Wirkung bei anderen aus sein! Dies ist unsere tiefere Angst! Das Problem dahinter ist: Wenn ich darauf angewiesen bin, dass Menschen meine Schönheit sehen, dann heisst dies, dass ich mir meiner Schönheit nicht bewusst bin! Wenn ich durch einen gewissen Stil das Gefühl habe, dazuzugehören, bin ich mir meiner Zugehörigkeit nicht bewusst! Wenn ich teure Kleidung tragen muss, um mich wertvoll zu fühlen, dann bin ich mir meines Wertes nicht bewusst. Petrus sagt, die Schönheit kommt von innen! Daher sind Jesusnachfolger eingeladen, ihre Aufmerksamkeit und Energie in die innere Schönheit zu investieren.

Ich sage nicht, kleide dich nur noch in Sack und Asche, es ist egal, wie du aussiehst. Es geht darum, was deine Kleidung mit dir macht und was du damit ausdrückst! Kleidung kommuniziert! Und gleich wie die Sprache macht sie dies auch immer! Jesus, Petrus und Paulus laden uns ein, einen Weg zu gehen, um frei von Angst und Scham zu werden. Wir Menschen sind versucht, unser wahres Ich zu verdecken oder überzubetonen. Kleidung spielt hier eine wichtige Rolle. Wir brauchen sie, um verschiedene Dinge auszudrücken: unsere Gleichgültigkeit, die Wichtigkeit eines Anlasses, uns selbst schön zu finden, unsere Abgrenzung, Provokation oder Zugehörigkeit. Eine andere Art, unserer Nacktheit zu begegnen, ist, indem wir extrem in unseren Körper investieren, um von Schwachstellen abzulenken. *«Es gibt viele, deren äusserer Leib reich gekleidet ist, doch deren Seele in Lumpen geht, während andere, deren Kleider zerschlissen und abgetragen sind, von innen her nur*



Herrlichkeit ausstrahlen» (Frederick Brotherton Meyer).

Gottes Antwort

Im Grunde stehen wir alle nackt da vor Gott. Vor kurzem fragte mein ältester Sohn: «Mami, gömer denn füdliblutt zu Gott?» Wisst ihr was? Wir sind es schon jetzt. Die Nacktheit vor Gott bedarf einer «Sühnung». Sühnung meint eine Handlung, durch die Wiedergutmachung geschieht. Dies versuchen wir Menschen ständig, indem wir gute Dinge tun, indem wir gute, anständige Menschen sind, und dadurch wollen wir Gott gefallen. Doch dies ist alles nur Schein und lenkt von unserer Nacktheit ab! Die ist aber unter den Kleidern da!

Nur Gott kann unsere Unzulänglichkeit im Innersten zudecken – und er macht es! *«Und Gott, der HERR, machte Adam und seiner Frau Kleidung aus Tierfellen und zog sie ihnen an» (1. Mose 3,21 NLB).* Kleidung ist ein Geschenk Gottes, um unseren Körper/Sünde/Scham mit Schönheit von Gott selbst zu bedecken. Schlussendlich errettet uns gerade Gottes Liebe, welche Eva und die Schlange angezweifelt haben!

Wenn wir erkennen, dass Gott uns versorgt, so wie wir sind (nackt vor ihm), nur dann können wir frei von Scham, Sünde und Angst werden. Die Rettung durch Gott geschieht durch Blutvergiessen. Damals im Garten Eden wurde Blut vergossen, um Adam und Eva zuzudecken. Jesus Christus vergoss sein Blut und deckte damit unsere Scham und Schuld vor Gott zu. Daher müssen wir uns nicht anziehen, um von etwas abzulenken. Sondern es gilt, Jesus Christus anzuziehen. *«Legt das alles ab, und zieht ein neues Gewand an: Jesus Christus, den Herrn. [...]» (Römer 13,14 NGÜ).* Ein Jesusnachfolger tut Dinge, weil er bekleidet ist. Ein religiöser Mensch tut Dinge, um sich zu bekleiden.

Wie schaffen wir einen gesunden Umgang mit Kleidung? Hier liess ich mich von einer Predigt inspirieren.

Erstens: weg von Mode hin zu Stil. Mode wechselt dauernd – in gewissen Läden gibt es bis zu 24 Kollektionen pro Jahr. Dies kostet einiges an Geld und Zeit, um up to date zu bleiben – man kommt aber schlussendlich nie nach. Daher gilt es, einen eigenen Stil zu entwickeln, dieser kann über die Jahre hinweg gleichbleiben.

Zweitens: weg vom Überfluss hin zu einer Limite. Wir leben in einer Überflussgesellschaft. Daher gilt es, sich eine Limite zu setzen. Nicht zwingend finanziell, denn Fast Fashion macht Kleidung sehr günstig. In der Regel denken wir, dass wir es im Griff haben. Doch Statistiken, die in der Regel nur die anderen betreffen, sagen, dass wir 1/3 aller Kleider nie bis maximal fünfmal tragen und ein Kleidungsstück im Durchschnitt 7–10-mal getragen wird. Limiten können uns das Gefühl geben, etwas zu verpassen. Sie geben uns die Möglichkeit, Freude an kleinen Dingen oder Dingen, die wir bereits haben, zu entdecken. Um ein Limit einzuhalten, hilft ein Budget.

Drittens: Es gilt, ein idealistisches Bild hinter sich zu lassen und der Realität ins Auge zu schauen. Ich werde morgen 35! Ich muss nicht aussehen wie jemand Anfang 20! Der Realität ins Auge zu sehen, kann heissen, die Kleider passend zu kaufen, nicht eine Nummer zu klein! Es geht darum, sich selbst anzunehmen. Ja, es gilt, auf seinen Körper zu achten. Doch der beste Weg zur Besserung ist, sich einzugestehen, dass da ein Problem ist! Und unser Problem ist, dass wir oft einem Ideal unterliegen und es schlussendlich nicht in Freiheit, sondern in eine Unterdrückung führt!



Mögliche Fragen für die Kleingruppe

Bibeltext lesen: Lukas 12,22-31; 1. Mose 3,7-10 & 21

1. Was macht Kleidung mit dir? Wie stark beeinflusst es dich, wie du aussiehst und wie andere dich wahrnehmen?
2. Wo bist du versucht, deinen Wert oder deine Identität über dein Äusseres zu suchen? Was möchtest du durch Kleidung, Stil, Körper oder Auftreten vielleicht vermitteln?
3. Adam und Eva versuchen, ihre Scham selbst zu bedecken. Wo kennen wir dieses Muster aus unserem eigenen Leben? Was tun wir, um Unsicherheit, Scham oder das Gefühl der Unzulänglichkeit zu verbergen?
4. Petrus spricht von einer Schönheit, die «von innen» kommt. Was bedeutet das konkret für dich? Welche innere Schönheit möchtest du in deinem Leben stärker wachsen sehen?
5. «Ein Jesunachfolger tut Dinge, weil er bekleidet ist. Ein religiöser Mensch tut Dinge, um sich zu bekleiden.» Was löst dieser Satz bei dir aus? Wo handelst du vielleicht noch, um dir selbst oder anderen etwas zu beweisen?
6. Gott kleidet Adam und Eva. Was bedeutet es für dich, dass Gott unsere Scham nicht einfach blosstellt, sondern selbst bedeckt? Was verändert sich, wenn du deinen Wert von ihm empfängst?
7. Was könnte ein konkreter Schritt in Richtung «Einfachheit» bei deiner Kleidung sein? Zum Beispiel: weniger kaufen, einen eigenen Stil entwickeln, ein Budget setzen, bewusster einkaufen oder dich weniger über dein Äusseres definieren.