Gewohnheiten Jesu | Einfach leben

Datum: 14. Giugno 2026 | **Prediger/in:** Matthias Altwegg
Serie: Einfach. Leise. Gegenwärtig. **| Bibeltext:** 1. Timotheus 6,6–10.17–19

Zusammenfassung
Jesus lebte einfach, weil seine Sicherheit nicht im Besitz, sondern im Vater lag. In einer Kultur des Immer-mehr lädt er dazu ein, Ballast loszulassen und Genügsamkeit zu lernen. Nicht Reichtum ist das Problem, sondern ein Herz, das daran hängt. Wer Gott genug sein lässt, wird frei von der Jagd nach mehr und frei zur Grosszügigkeit. Christliche Einfachheit bedeutet nicht Verzicht, sondern Vertrauen, Freiheit und mehr Raum für Gott.

Als mein Sohn und ich letztes Jahr die ersten fünf Etappen der Jura-Bikeroute absolvierten, mussten wir alles auf dem Rücken tragen. Deshalb prüften wir jeden Gegenstand kritisch. Brauchen wir ihn wirklich? Können wir darauf verzichten? Gibt es etwas, das denselben Zweck erfüllt, aber leichter ist?

Auf den ersten Kilometern machte das kaum einen Unterschied. Doch auf den anstrengenden Wegstrecken wurde jedes Gramm spürbar. Besonders gut erinnere ich mich an den Aufstieg von St-Ursanne nach Saignelégier durch knietiefen Morast. Dort waren wir dankbar für jedes eingesparte Gramm.

Damals wurde mir etwas bewusst: Nicht nur auf einer Velotour, sondern auch im Glaubensleben tragen wir oft mehr mit uns herum, als nötig wäre.

Vorletzten Samstag haben wir den Aussenkeller der seetal chile entrümpelt. Vieles durfte weg. Plötzlich entstand Raum. Man konnte sich wieder frei bewegen. Es machte wieder Freude, den Keller zu betreten.

Für mich hat das etwas Gleichnishaftes. **Jesus lädt uns ein, Ballast loszulassen. Nicht nur Gegenstände, sondern auch Sorgen, Ängste, Verletzungen, falsche Sicherheiten und Gewohnheiten, die unser Herz besetzen.**

Denn wir sind Reisende. «*Denn diese Welt ist nicht unsere Heimat; wir erwarten unsere zukünftige Stadt erst im Himmel*» (Hebräer 13,14 NLB). Wer auf einer Reise ist, sollte nicht mehr tragen als nötig.

Jesus selbst lebte so. Obwohl ihm die ganze Schöpfung gehört, lebte er erstaunlich einfach. Seine Sicherheit lag nicht im Besitz, sondern beim Vater. **Seine Freiheit bestand nicht darin, viel zu haben, sondern darin, genug an Gott zu haben.**

Was können wir von Jesus über die Gewohnheit der Einfachheit lernen?

Warum das Mehr nie genug wird

«*Denn die Liebe zum Geld ist die Wurzel aller möglichen Übel; so sind manche Menschen aus Geldgier vom Glauben abgewichen und haben sich selbst viele Schmerzen zugefügt*» (1Timotheus 6,10 NLB).

Wir leben in einer Kultur des Immer-mehr: mehr Erfolg, mehr Besitz, mehr Leistung, mehr Tempo.

Unsere ganze Wirtschaft funktioniert über Wachstum. Auch unser privates Konsumverhalten steigt ständig.

Als Jugendlicher hatte ich eine Regenjacke, die ich als Skijacke, Regenjacke oder Windstopper beim Velofahren benutzte. Auch meine zwei Jeanshosen dienten für den Alltag ebenso wie für den Wintersport. Heute habe ich für jede Saison und für verschiedene Aktivitäten eigene Kleidung. Dieses Jahr habe ich mir sogar noch eine Wanderhose gekauft, gegen deren Besitz ich mich lange erfolgreich gewehrt hatte.

Vor 130 Jahren gab es in einem Haushalt durchschnittlich etwa 400 Gegenstände. Heute sind es rund 10'000. Diese Dinge müssen angeschafft, gepflegt, versichert, organisiert und irgendwann wieder entsorgt werden. Mehr Besitz bedeutet oft auch mehr Aufwand und mehr Sorgen.

«*Menschen, die reich werden wollen, geraten nur in Versuchung und verstricken sich in so viele dumme und schädliche Wünsche, dass sie letztlich ins Verderben und in ihren eigenen Untergang stürzen*» (1Timotheus 6,9 NLB).

Besitz verspricht Sicherheit, Status und Glück. Doch Wünsche vermehren sich oft schneller als Besitz. Kaum ist ein Ziel erreicht, wartet schon das nächste. So lebt unsere Kultur vom «Noch mehr»: neuer, grösser, schneller, moderner.

Dabei ist nicht der Reichtum das Problem. **Die Bibel verurteilt Besitz nicht. Gefährlich wird es dort, wo unser Herz beginnt, sich an Besitz zu klammern und von ihm Sicherheit und Identität zu erwarten.**

Schweres Reisegepäck strengt an. Das gilt auf einer Velotour genauso wie im Leben.

Das Geheimnis der Genügsamkeit

«*Wahrer Glaube und die Fähigkeit, mit wenigem zufrieden zu sein, sind tatsächlich ein grosser Reichtum. Schliesslich haben wir bei unserer Geburt nichts in die Welt mitgebracht und wir können auch nichts mitnehmen, wenn wir sterben. Deshalb wollen wir zufrieden sein, solange wir nur genug Nahrung und Kleidung haben*» (1Timotheus 6,6-8 NLB).

«*[…] lass mich weder arm noch reich werden, sondern gib mir gerade so viel, wie ich brauche. Denn wenn ich reich werde, könnte ich dich verleugnen und sagen: 'Wer ist der HERR?' Und wenn ich zu arm bin, könnte ich stehlen und so den heiligen Namen Gottes in den Schmutz ziehen*» (Sprüche 30,8f NLB).

Beide Texte beschreiben dieselbe geistliche Haltung. **Weder Reichtum noch Armut sind das eigentliche Ziel. Das Ziel ist ein Herz, das Gott vertraut**. Der Schreiber der Sprüche bittet um das rechte Mass. Er weiss, dass sowohl Überfluss als auch Mangel geistliche Gefahren bergen können. Darum bittet er um das, was er wirklich braucht.

Genügsamkeit bedeutet nicht, wenig zu besitzen. **Genügsamkeit bedeutet, dass Gott genug ist.** Diese Erkenntnis finden wir immer wieder in der Geschichte der Kirche.

Franz von Assisi wurde als Sohn eines wohlhabenden Tuchhändlers geboren. Nach seiner Bekehrung erkannte er, wie stark Besitz sein Herz gefangen hielt. Der entscheidende Punkt ist nicht seine Armut an sich, sondern seine Erkenntnis: **Was ich besitze, darf nicht besitzen, wer ich bin. Franz wollte weniger haben, um freier für Gott und für Menschen zu werden.**

Die Puritaner des 16. und 17. Jahrhunderts gingen einen anderen Weg. Viele von ihnen waren

erfolgreiche Kaufleute oder Unternehmer. Doch auch sie fragten: Brauche ich das wirklich? Dient dieser Besitz Gott? Macht mich dieser Luxus dankbarer oder abhängiger? **Der Puritaner Richard Baxter schrieb sinngemäss, dass Christen die Welt nutzen sollen, ohne ihr Herz an sie zu hängen.** Für die Puritaner galt: fleissig arbeiten, verantwortlich wirtschaften, grosszügig geben und bescheiden leben.

Jesus Christus, der Sohn Gottes und Erbe der ganzen Schöpfung, lebte diese Haltung in vollkommener Weise. Einmal entgegnete er einem Schriftgelehrten, der ihm nachfolgen wollte: «*Füchse haben ihren Bau, und Vögel haben ihre Nester, aber der Menschensohn hat keinen Ort, wo er sich hinlegen kann*» (Matthäus 8,20 NLB).

Jesus lebte nicht aus dem Mangel, sondern aus dem Vertrauen. Seine Sicherheit lag nicht in dem, was er besass, sondern in seinem Vater. Deshalb konnte er einfach leben.

Paulus spricht nicht von Mangeldenken, sondern von Freiheit: weniger besitzen müssen, weniger beweisen müssen, weniger sorgen müssen.

Einfachheit bedeutet dankbar, bewusst und zufrieden zu leben. Denn Besitz ist ein hervorragender Diener, aber ein schlechter Herr.

Reich sein auf Gottes Weise

Das Ziel christlicher Einfachheit ist nicht Verzicht. Das Ziel christlicher Einfachheit ist Liebe.

«*Sag allen, die in dieser gegenwärtigen Welt reich sind, sie sollen nicht stolz sein und nicht auf ihr Geld vertrauen, das bald vergehen wird. Stattdessen sollen sie ihr Vertrauen auf den lebendigen Gott setzen, der uns alles reichlich gibt, was wir brauchen, damit wir uns daran freuen und es geniessen können. Fordere sie auf, ihr Geld zu nutzen, um Gutes zu tun. Sie sollen reich an guten Taten sein, die Bedürftigen grosszügig unterstützen und immer bereit sein, mit anderen zu teilen, was Gott ihnen gegeben hat. Auf diese Weise legen sie mit ihrem Besitz ein gutes Fundament für die Zukunft, um das wahre Leben zu ergreifen*» (1Timotheus 6,17-19 NLB).

Paulus fordert die Reichen nicht dazu auf, alles wegzugeben. Er fordert sie dazu auf, ihren Besitz als Werkzeug Gottes einzusetzen. **Einfachheit führt deshalb zu Grosszügigkeit, zu Zeit für Menschen, zu Vertrauen auf Gott und zu offenen Händen**.

Das Christentum endet nicht im Minimalismus. Das Ziel ist nicht, möglichst wenig zu besitzen, sondern möglichst frei für Gott zu werden. Die entscheidende Frage lautet nicht: «*Wie viel darf ich haben?*», sondern: «*Was besitzt eigentlich mein Herz?*»

Christliche Einfachheit ist nicht Verlust von Leben, sondern Befreiung von Ballast. Wer genug an Christus hat, muss nicht alles besitzen. Wenn Christus unser grösster Schatz wird, verliert vieles andere seine übertriebene Bedeutung.

Etwas vom Schönsten an der Guten Nachricht ist, dass Jesus uns definiert und uns einen unermesslichen Wert gibt. Wir sind teuer erkauft. Es hat Jesus sein Leben gekostet. Wer diese neue Identität versteht, gewinnt eine tiefe Freiheit im Umgang mit Besitz und Status.

Drei praktische Ideen, um einen Lebensstil der Genügsamkeit einzuüben:

- Auf einen unnötigen Kauf verzichten.
- Etwas bewusst verschenken.

- Jeden Tag Gott für das danken, was bereits da ist.

Das sind kleine Schritte. **Doch christliche Einfachheit beginnt oft genau dort: nicht mit einem radikalen Umbruch, sondern mit einem veränderten Herzen und vielen kleinen Entscheidungen.**

Auf unserer Velotour war jedes Gramm weniger eine Erleichterung. Im Glaubensleben ist es ähnlich. Vielleicht lädt Jesus heute jemanden ein, einen unnötigen Besitz loszulassen. Vielleicht eine Sorge. Vielleicht eine Verletzung. Vielleicht den Druck, immer mehr haben, leisten oder darstellen zu müssen.

Christliche Einfachheit beginnt nicht im Keller, nicht im Kleiderschrank und nicht auf dem Bankkonto. Sie beginnt im Herzen. Sie beginnt dort, wo Christus unser grösster Schatz wird. **Wer genug an Christus hat, muss nicht alles andere besitzen. Wer seine Identität in Christus gefunden hat, muss seinen Wert nicht durch Besitz beweisen. Wer von Christus gehalten wird, darf mit leichtem Reisegepäck unterwegs sein.**

Denn das Ziel christlicher Einfachheit ist nicht Verzicht, sondern Freiheit. Nicht Mangel, sondern Vertrauen. Nicht weniger Leben, sondern mehr Raum für Gott.

Mögliche Fragen für die Kleingruppe

Bibeltext lesen: Timotheus 6,6–10.17–19

1. **Wo erlebst du in deinem Alltag den Druck des «Immer-mehr» am stärksten?** In welchen Bereichen fällt es dir schwer, mit dem zufrieden zu sein, was du bereits hast?
2. **Welchen «Ballast» trägst du momentan mit dir herum?** Denk dabei nicht nur an Besitz, sondern auch an Sorgen, Verpflichtungen, Erwartungen oder Verletzungen.
3. **Was bedeutet für dich persönlich der Satz: «Genügsamkeit bedeutet, dass Gott genug ist»?** Wo fordert dich dieser Gedanke heraus und wo ermutigt er dich?
4. **Jesus lebte nicht aus dem Mangel, sondern aus dem Vertrauen.** In welchem Bereich deines Lebens möchte Gott dich vielleicht einladen, ihm mehr zu vertrauen, statt auf eigene Sicherheiten zu setzen?
5. **Welchen konkreten Schritt könntest du in der kommenden Woche gehen, um einen einfacheren und freieren Lebensstil einzuüben?** Zum Beispiel: auf einen unnötigen Kauf verzichten, etwas verschenken, Zeit für Menschen investieren oder Gott bewusst für das danken, was bereits da ist.