

# Predigtserie RELEVANT

Datum: 28.04.2024

Thema: Erste Hilfe für Perfektionisten

Text: Philipper 3,1-17

Predigt: Godi Sagmeister

Chrischona Marthalen  
mitenand, fürenand, Chile für alli si



## Predigtgedanke

In uns Menschen steckt die Sehnsucht nach einer heilen Welt, in der Frieden herrscht, niemand leiden muss, Beziehungen gelingen, Arbeit Freude macht und das Gute siegt. Aus einer solchen Welt wurden wir Menschen vertrieben und eine solche Welt ist uns Christen verheissen (Offenbarung 21). In der Zeitspanne dazwischen schreibt Gott seine Heilsgeschichte. Begonnen hat diese mit seinem Volk, das der Welt sein Heil bringen sollte (Jesaja 49,6). Nachdem Israel an seinem Auftrag gescheitert war, hatte Gott seinen Sohn gesandt, um der Welt sein Heil zu bringen (Apostelgeschichte 4,11-12). Das hat er getan, indem er begonnen hatte, Gottes Reich auf Erden aufzurichten. Denn dort, wo Gottes Reich wächst, werden Beziehungen heil durch Vergebung und Menschen heil durch die Kraft Gottes. Dort wo Gottes Reich auf Erden wächst, wird etwas von Gottes ewigem Reich des Heils in dieser Welt sichtbar und erfahrbar. Danach sehnen wir uns als Christen und dafür setzen wir uns ein, mit Gebet (Matthäus 6,10) und indem wir als Gemeinde unsere Werte leben.

Der Wert, der sich für den Bau an Gottes Reich und seiner heilen Welt am offensichtlichsten anbieten würde, ist Perfektion. Denn Perfekt meint doch heil und gesund, unversehrt und ganz, vollkommen und fehlerlos. Perfektion wäre doch der perfekte Wert, um an einer heilen und perfekten Welt zu arbeiten. So benützen ihn auch viele Menschen in unserer Gesellschaft, um an perfekten Lösungen, der perfekten Arbeit, dem perfekten Auftreten und dem perfekten Leben zu arbeiten. Sie tun es meistens mit guten Absichten. Denn das Ziel, auf das wir zugehen, ist ja ein perfekter Ort. Der Körper, in dem wir die Ewigkeit verbringen werden, wird perfekt sein. Genauso die Beziehungen, die wir führen werden. Der Gott, den wir von Angesicht sehen werden, ist perfekt und heilig. So kann Perfektion an sich nicht schlecht sein, denn sie ist eine göttliche Eigenschaft. Trotzdem kann sie zur Sünde werden, wenn wir sie für uns beanspruchen und durch Perfektionismus Gottes heile Welt verwirklichen wollen. Aber genau dazu verführt Religion.

Religion bringt in uns das Verlangen nach Perfektion hervor. Denn Religion fragt danach, wie man Gott gefallen kann. So liegt der Gedanke nahe, dass man einem Gott, der möchte, dass wir heilig sind (3.Mose 11,45), am besten gefallen kann, wenn man perfekt ist. Darum wollten z.B. die Pharisäer, als besonders religiöse Juden, auch perfekt sein. Dabei haben sie voll Leidenschaft versucht, alle Gebote zu befolgen, die Reinheitsvorschriften einzuhalten und sich von allem Unreinen fernzuhalten. Die Pharisäer arbeiteten daran, die perfekten Israeliten zu sein und Israel zu einem perfekten Ort für Gottes Heil zu machen. Mit ihrem leidenschaftlichen Perfektionismus waren sie der festen Überzeugung, Gott zu gefallen. Bis sie Jesus dem Messias und Bringer von Gottes Heil begegnet waren.

Mit keiner anderen Gruppe von Menschen hatte Jesus so heftige Auseinandersetzungen, wie mit den Pharisäern (Matthäus 23,13ff). Denn sie machten Israel mit ihrem Perfektionismus zu einem gnadenlosen Ort. Diese Wirkung haben Perfektionisten auch heute noch auf ihr Umfeld. Denn sie kennen keine Gnade, nicht mit sich, nicht mit den anderen, nicht mit den Umständen und nicht einmal mit Gott. Denn Perfektion kennt nur Fehlerlosigkeit, unüberbietbare Leistung, unübertroffene Ausdauer und exzellente Genialität. Aber das ist eine Überforderung! Denn in einer gefallenen Welt gibt es keine perfekte Arbeit, keine perfekten Menschen und kein perfektes Leben. Wer trotzdem mit dieser Erwartung lebt, überfordert sich und andere. Diese Überforderung führt dann zu einem Schwarz Weiss Denken, das unzufrieden macht, Dankbarkeit verunmöglicht und allen

die Freude am Leben vermiest. Denn es gibt nur Alles oder Nichts, Perfekt oder Ausschuss, Sieg oder Niederlage, Triumph oder Schande. Dieses Denken endet oft in Selbstanklage und Selbstvorwürfen. Bei anderen führt es dazu, dass sie andere für ihr Versagen verantwortlich machen oder sich in ihre eigene Welt zurückziehen und so tun, wie wenn alles perfekt wäre. Bei den Pharisäern war das der Fall. Denn sie wollten perfekt sein, konnten es aber nur vortäuschen. Diese Täuschung hat es ihnen aber ermöglicht, in ihrem Schwarz Weiss Denken zu verharren, mit ihrer Gesetzlichkeit sich selbst zu beruhigen, Menschen für ihren Perfektionismus zu benutzen und dabei weiter an ihrer Welt der Perfektion zu arbeiten. Aber Gott wollte eine solche Welt nicht und hat ihnen in Jesus eine Antwort auf ihren Perfektionismus gegeben: Gnade. Diese Antwort hat Jesus ihnen und der Welt durch seinen stellvertretenden Tod am Kreuz gegeben. Am Kreuz hat Jesus uns Menschen befreit, vom Fluch des Gesetzes, der Gesetzlichkeit und des Perfektionismus (Galater 3,13).

Am Kreuz hat uns Jesus befreit vom Fluch des Gesetzes und des Perfektionismus. Das hatte der perfekte Israelit Paulus begriffen. Darum kämpfte er so leidenschaftlich wie Jesus gegen religiöse Perfektionisten, die durch das Einhalten von Geboten, Perfektion erreichen wollten. In Philipper 3,1-13 warnt Paulus eindringlich davor wieder unter die Knechtschaft des Gesetzes zu geraten. Er schreibt davon, dass auch er früher Gott durch Perfektion gefallen wollte und es ihm gar nicht so schlecht gelungen war. Denn er war der perfekte Israelit und an Leidenschaft für Gottes Sache nicht zu überbieten. Aber seit er Jesus begegnet war, hatte Perfektion für ihn ihren Wert verloren. Was ihm vorher wertvoll war, war ihm jetzt wertlos und wie Dreck geworden. Denn er hatte mit Jesus etwas Neues gewonnen, das ihm wichtiger ist als seine Geschichte als Jude, sein Leistungsausweis als Pharisäer und seine Perfektion als Israelit. Er hatte in Jesus Gnade gefunden.

Gnade ist die Antwort von Jesus für Menschen, die durch Perfektion eine heile Welt erschaffen wollen. Gnade sagt allen, die unter Perfektionismus leiden: Es ist gut, auch wenn es nicht perfekt ist. Weil Jesus für deine Sündhaftigkeit, deine Unvollkommenheit, deine schwierigen Charaktereigenschaften und deine Unfähigkeit vor Gott zu genügen, gestorben ist, kann er sagen: Es ist gut, auch wenn es nicht perfekt ist. Es ist gut, auch wenn du nicht der perfekte Nachfolger, der perfekte Ehepartner, der perfekte Vater, die perfekte Mutter, der perfekte Freund bist. Mit dieser Zusage kannst du zu dir selbst sagen: Es ist gut, auch wenn ich meine Erwartungen an mich selbst nicht immer erfüllen kann, meine Ziele nicht vollumfänglich erreicht habe, noch nicht bin, wie ich sein möchte, mich Gott noch an vielen Punkten verändern muss. Denn Jesus hat mich erlöst und befreit von dem Druck, perfekt sein zu müssen.

Wenn Jesus dir sagt, dass es gut ist, auch wenn es noch nicht perfekt ist, dann kannst du das auch zu deinen Mitmenschen und in anderen Bereichen des Lebens sagen. Es ist gut, auch wenn meine Mitmenschen nicht perfekt sind. Es ist gut, auch wenn die Umstände, die Arbeit, meine Gesundheit, usw. nicht perfekt sind. Denn Jesus hat mich befreit vom Druck, dass ich perfekt sein muss, meine Mitmenschen perfekt sein müssen und das Leben perfekt sein muss. Diese Freiheit beflügelt. Sie beflügelt, weil sie von überhöhten Ansprüchen an sich selbst befreit, von übertriebenen Erwartungen an seine Mitmenschen frei macht und vor utopischen Ansichten über das Leben bewahrt. Wenn es gut ist, auch wenn es nicht perfekt ist, dann können Beziehungen heil werden, ist der Weg frei zur Vergebung und Versöhnung, werden Beziehungen entlastet und der Perfektionismus muss nicht mehr länger verhindern, dass die Gnade ihre Wirkung entfalten kann. Denn der Perfektionismus ist der grösste Feind der Gnade. Darum hatte Jesus seine härtesten Kämpfe mit den Pharisäern, die gnadenlose Perfektionisten waren. Aus diesem Grund hatte auch Paulus die Philipper so eindringlich davor gewarnt, wieder in die Mühle der Gesetzlichkeit und des Perfektionismus zu geraten. Denn er hatte erkannt, dass Jesus uns durch sein vollkommenes Opfer befreit hat, vom Anspruch perfekt, vollkommen und heilig zu sein. So ist für uns Christen heilig zu sein, kein Anspruch, dem wir genügen müssen, sondern ein Zuspruch, in den wir hineinwachsen dürfen (1.Thessalonicher 5,23).

## Anregungen für die Kleingruppe und das persönliche Studium

- Wie ist deine Vorstellung von einer heilen Welt?
- Wie glaubst du war das Leben im Paradies? War alles heil und perfekt?
- Wie stellst du dir Gottes heile Welt in der Ewigkeit vor? Auf was freust du dich? Nach was sehnst du dich?
- Was löst der Wunsch nach einer heilen Welt in dir aus?
- Was zeichnet für dich Perfektion aus?
- In welchen Situationen oder Bereichen wünschst du dir Perfektion?
- Wie erlebst du Perfektionisten? Wie erleben andere dich?
- Leidest du unter dem Perfektionismus von anderen oder dir selbst?
- Was hat es für praktische Auswirkungen?
- Wo ist die Grenze zwischen Perfektionismus und gesundem Engagement?
- Kennst du Schwarz Weiss Denken, das seine Wurzel im Perfektionismus hat?
- Wo bist du versucht, Perfektion vorzutäuschen?
- Was hat vorgetäuschte Perfektion für Folgen?
- Wie wirkt Gnade auf Perfektion?
- Was löst der Satz « Es ist gut, auch wenn es nicht perfekt ist» in dir aus?
- Wen solltest du entlasten, indem du ihm zugestehst, dass er nicht perfekt sein muss?
- In welchem Lebensbereich könnte Befreiung geschehen, wenn es nicht perfekt sein muss?
- Wie stehen Gnade und Heiligung zueinander?



**ECHT**

authentisch, ehrlich, wahr



**WERTSCHÄTZEND**

weitherzig, liebevoll, ermutigend



**LERNBEREIT**

demütig, jüngerschaftlich, zuhörend



**BEFLÜGELT**

inspiriert, versöhnt, befreit



**WIRKSAM**

überströmend, gemeinsam, dienend