

Weniger Perfektionismus, mehr Gnade

6. August 2023, Hans Wüst, Lukas 15,31, fegluzernsued.ch/predigt

Das Thema der heutigen Predigt ist **Weniger Perfektionismus, mehr Gnade**.

Darum gibt es sicher keine perfekte Predigt.

Kennst du das Gefühl scheinbar ewig an einer Aufgabe zu arbeiten und dabei ständig zu glauben, dass du noch etwas verbessern könntest?

Falls du diese Frage wie ich mit "Ja" beantworten kannst, dann steckt in dir vielleicht wie in mir auch ein kleiner Perfektionist.

Wie weiss ich, dass ich ein Perfektionist bin?

Im Buch „Heilung der Gefühle“ führt David Seamands 3 Symptome von Perfektionismus auf:

1. „Ich sollte eigentlich...“

Denkst du manchmal auch: Ich sollte mehr leisten, oder ich sollte mehr beten und die Bibel lesen? Man steht geistlich wie auf Zehenspitzen, man streckt sich nach Vollkommenheit aus, aber man erreicht sie nicht.

2. Schuldgefühle

Das Gefühl „Ich sollte eigentlich“ erzeugt ein schlechtes Gewissen und Gefühle von Schuld und Scham. Man klagt sich selber an und denkt: Gott ist sicher nicht zufrieden mit mir.

3. Gesetzlichkeit

Schuldgefühle werden oft begleitet von einer Gesetzlichkeit, die Äusserlichkeiten, Gebote und Verbote überbetont. Man hat dauernd Angst zu versagen und nicht zu genügen, und stellt sich selber unter einen grossen Druck.

Was hilft gegen zuviel Perfektionismus?

Mehr Gnade

Was bedeutet Gnade?

Gnade bedeutet nach dem Wörterbuch „eine umsonst gegebene, unverdiente, unverdienbare und nicht rückzahlbare Gunsterweisung.

Gnade ist, was Gott ist und was Gott tut, wenn er uns in seiner Liebe annimmt.

Gottes Gnade brauchen wir nicht nur um Christ zu werden, sondern auch um als Christ zu leben.

Was bedeutet es, aus Gottes Gnade zu leben?

Die Antwort finden wir in Lukas 15 in der bekannten Geschichte vom verlorenen Sohn.

Eigentlich ist es eine Geschichte über 2 Söhne, den jüngeren Sohn, der von zuhause fortging, und den älteren Sohn, der zuhause blieb.

In **Lukas 15,31** sagt der Vater zum älteren Sohn:

Mein Sohn, du bist immer bei mir und dir gehört alles was ich habe.

In diesem kurzen Satz sehen wir, was es bedeutet aus Gottes Gnade zu leben.

Es bedeutet

1. als Gottes Kind leben

Mein Sohn...

Als der verlorene Sohn zum Vater zurückkehrt und seinen Vater um Vergebung bittet, vergibt ihm der Vater und macht aus Freude über die Rückkehr seines Sohnes ein grosses Fest.

Der ältere Bruder, der brav zuhause geblieben ist, kommt von der Arbeit auf dem Feld nach Hause.

Als er erfährt dass sein Vater ein grosses Willkommens- und Versöhnungsfest für seinen zurückgekehrten Bruder macht, wird er wütend und weigert sich daran teilzunehmen.

Der Vater geht zu ihm hinaus und redet ihm gut zu. Der ältere Sohn sagt zum Vater:

Du weisst doch: All die Jahre habe ich wie ein Sklave für dich geschuftet, nie war ich dir ungehorsam. Was habe ich dafür bekommen? Mir hast du nie auch nur einen Ziegenbock gegeben, damit ich mit meinen Freunden feiern konnte.

Aber der da, dein Sohn, hat dein Geld mit Huren durchgebracht; und jetzt wo er nach Hause kommt, schlachtest du gleich das Mastkalb für ihn.

Der ältere Sohn ist moralisch, fleissig, pflichtbewusst und bescheiden.

Er hat ein grosses Verantwortungsbewusstsein.

Die Beziehung des älteren Sohnes zu seinem Vater ist geprägt von **Leistung** und Arbeit. Er will seinem Vater dienen, für ihn arbeiten. Er meint er könne dadurch die Liebe und Anerkennung seines Vaters erhalten. Dabei vergisst er, dass er das Kind seines Vaters ist, und dass er darum von seinem Vater geliebt und angenommen ist und nicht wegen seiner Arbeit für ihn.

Ich hatte früher auch mal die Vorstellung, ich müsste Gott durch gute Taten gnädig stimmen bevor er mir meine Schuld vergibt und mich als sein Kind aufnimmt. Bis ich begriff, dass Gott mir meine Fehler vergibt, weil Jesus die Strafe dafür schon bezahlt hat und ich dieses Geschenk einfach annehmen darf. Nicht nur die Vergebung sondern auch die Gotteskindschaft ist ein Geschenk das wir im Vertrauen einfach annehmen können.

Auch nachdem ich Christ geworden war, hatte ich Phasen wo ich meinte, ich müsste Gottes Anerkennung durch meinen Dienst für ihn verdienen. Und dadurch wurde mein Leben als Christ zu einem grossen Krampf. Die Freude an Gottes Gnade und Liebe ging verloren.

Frage dich: Wie ist meine Beziehung zu Gott? Ist sie durch **Leistungsdenken oder Gottes Gnade geprägt?**

Vertraue ich auf das was ich für Gott getan habe oder auf das was Gott für mich getan hat?

Ich bin froh, dass ich mir immer wieder bewusst machen darf, dass ich nicht durch **meine** Leistung sondern durch die Leistung von Jesus Gottes Kind bin.

Wer Jesus in sein Leben aufgenommen hat, ist nicht Gottes Sklave sondern Gottes Kind.

Durch das was Jesus Christus für dich getan hat, kannst du ein Kind Gottes werden und Gott als deinen gnädigen Vater immer besser kennen lernen.

Das Denken und Handeln des älteren Sohnes ist nicht nur geprägt von einem falschen Leistungsdenken sondern auch durch **Überheblichkeit und Lieblosigkeit** gegen seinen jüngeren Bruder. Er sagt nicht mein Bruder sondern der da, dein Sohn.

Er ist Lichtjahre vom Herzen seines Vaters entfernt: Er ist voller Anklage, Vorwürfe, Bitterkeit dem Vater und dem jüngeren Bruder gegenüber. Sein Herz tickt nicht so wie das Herz des Vaters. Er nimmt Anstoss an seiner Barmherzigkeit. Das bedeutet: auch wenn er sich nicht äusserlich von seinem Vater entfernt hat, so doch innerlich: er kann nicht barmherzig sein wie sein Vater barmherzig ist. Ist der Vater barmherzig, ist er armherzig.

Mein Denken hat sich früher viel um die Frage gedreht: Was darf ich als Christ, was nicht Bis ich merkte dass es Gott mehr auf meine Herzenseinstellung zu ihm als auf äussere Formen darauf ankommt.

Gott sieht mein Herz an, meine Haltung und meine Gedanken.

Wenn ich mein Leben nur auf das Einhalten von Regeln und das Erfüllen von Erwartungen ausrichte, dann vergleiche ich mich immer wieder mit andern.

Und dann werde ich kritisch und lieblos gegen andere die meine Erwartungen nicht erfüllen.

Jemand sagte mal, dass wir wenn wir Christen werden, wir zuerst wie der verlorene Sohn sind, aber nachher in der Gefahr sind wie der ältere Sohn zu werden.

Vielleicht gehen wir immer noch in den Gottesdienst, wir spenden für die Gemeinde, wir setzen uns ein. Aber die Freude ist weg, Beten und Bibellesen wird zu einem Muss. Wir fühlen uns von Gott im Stich gelassen und sind wütend auf ihn, weil er nicht das tut was wir von ihm erwarten.

Geistliche Regeln sind uns wichtiger geworden als eine lebendige Beziehung zu Gott

Vielleicht schämen wir uns darüber und denken dass Gott uns aufgegeben hat.

Das stimmt nicht. Weisst du was der Vater in Luk. 15,31 zum älteren Sohn sagt? 'Mein Sohn'

Er sagt Mein Sohn obwohl ihn der ältere Sohn nicht mehr als Vater anredet.

Der Vater sieht ihn immer noch als seinen geliebten Sohn, genauso wie sein jüngerer Bruder der von zu Hause abhaute und zurückgekehrt ist.

Warum? Weil er ihn so fest liebt, dass er sogar sein Leben für ihn geben würde.

Jesus hat dich so fest geliebt, dass er sein Leben für dich gegeben hat.

Meinst du er würde dich einfach so schnell vergessen und aufgeben?
Jesus liebt dich so wie du bist. Er möchte dir Freude und Freiheit als Kind Gottes schenken.
Er möchte dir helfen als Gottes Kind zu leben.

Aus Gottes Gnade leben bedeutet nicht nur als Gottes Kind zu leben, sondern auch

2. in Gottes Gegenwart leben ...du bist immer bei mir...

Der ältere Sohn lebt im Haus seines Vaters, aber er hat vergessen was das bedeutet.
Er könnte jederzeit mit seinem Vater reden, wenn er möchte.
Aber als er von der Arbeit auf dem Feld zurückkommt, und den Lärm hört, fragt er nicht den Vater was da los ist, sondern einen seiner Diener.
Als Sohn hat er Zutritt zu seinem Vater, aber er hat das Gespräch mit ihm vernachlässigt.
Darum hat er auch ein falsches Bild über seinen Vater bekommen und sich mehr als Sklave statt als Sohn verhalten.
Als Kinder Gottes haben wir jederzeit 24 Stunden am Tag Zutritt zu unserem Vater im Himmel.
Wenn wir zum Arzt wollen, müssen wir zuerst einen Termin abmachen, aber wenn wir zu unserem himmlischen Vater wollen, müssen wir keinen Termin mit ihm abmachen. Durch den Heiligen Geist den uns Gott als Zeichen der Gotteskindschaft geschenkt hat, sind wir immer online mit Gott.
Gott wartet darauf dass wir zu ihm kommen und mit ihm reden und ihm unser Herz ausschütten.
Aber wie oft tun wir das?
Schnell am Morgen ein Stossgebet und dann ab an die Arbeit oder in die Schule?
Wenn wir uns bewusst sind, dass Gott immer und überall bei uns ist, dann können wir auch bei der Arbeit oder in der Schule oder unterwegs unsere Gedanken auf ihn richten und mit ihm Gemeinschaft haben.
Gott will nicht zuerst unseren Dienst, unser Opfer oder unser Verzicht, sondern er möchte eine Vertrauensbeziehung zu uns in der wir ihm unser Herz öffnen und ihn in unsere Nöte hineinlassen.

Wir möchten so viel **Sicherheit** wie möglich in unserem Leben und darum **alles im Griff** behalten.
Wir möchten unser Leben, unseren Partner, unsere Kinder, Arbeitsstelle und Umstände im Griff haben.
Aber das ist unmöglich. Nur Gott hat alles im Griff. Gott kennt keine Panik, er wird nicht wie wir überrascht von persönlichen und politischen Krisen.
Gott ist unsere Zuflucht, wenn wir die Kontrolle über Menschen und Umstände in unserem Leben verlieren.
Die grösste Ursache für unsere Sorgen ist dass wir die Kontrolle über unser Leben selber behalten wollen.
Gott hat unsere Welt in seiner Hand, nicht wir.
Wenn wir ihm die Kontrolle über unser Leben anvertrauen, dann müssen wir uns keine unnötigen Sorgen mehr machen, weil er für uns sorgt.
Darum sagt Petrus in
1. Petrus 5,7: Alle eure Sorgen werfet auf Gott, denn er sorgt für euch.

Viele Menschen sagen sie hätten **keine Zeit zum Beten**.
Wenn sie jede Sorge zu einem Gebet machen würden, hätten sie schon viel Zeit im Gebet verbracht und erst noch die Zeit gewonnen, die sie sonst mit sorgen verbracht hätten.
Jede kleinste Sorge ist gross genug um sie Gott zu sagen.
Wenn sie gross genug ist um sich darüber zu sorgen so ist sie auch gross genug um sie Jesus zu sagen.
Gott kümmert sich jedes Detail in unserem Leben. Er kennt sogar die Anzahl Haare auf unserem Kopf und das nicht nur bei denen die nur noch wenige Haare auf dem Kopf haben.
Darum lebe in der Gegenwart Gottes indem du jede Sorge in deinem Leben zu einem Gebet machst.

Aus Gottes Gnade leben bedeutet nicht nur als Gottes Kind und in Gottes Gegenwart zu leben, sondern auch

3. aus Gottes Reichtum leben **...dir gehört alles, was ich habe.**

Der ältere Sohn lebte wie ein Sklave obwohl er viel reicher war als ihm bewusst war. Alles was der Vater hatte, gehörte auch ihm. Trotzdem getraute er sich nicht mal seinen Vater um einen Ziegenbock zu bitten.

Bist du dir bewusst wie viel Gott dir aus seinem Reichtum geschenkt hat?

Sogar dein eigenes Leben ist dir von Gott geschenkt worden. Ohne Gottes Gnade wärest du heute nicht auf dieser Erde. Die Luft die du atmest ist ein Geschenk Gottes. Deine Fähigkeit zu denken, fühlen, hören, sehen, reden und schmecken hat Gott dir aus seinem Reichtum geschenkt. Deine Familie und Freunde sind ein Geschenk Gottes.

Nichts was du hast, hast du verdient, es ist alles Gnade.

Vielleicht denkst du jetzt: Aber ich verdiene meinen Lebensunterhalt selber.

Wer hat dir die körperliche, geistige und seelische Kraft gegeben um zu arbeiten?

Vielleicht bist du nicht zufrieden mit dem was Gott dir gegeben hat.

Du bist nicht zufrieden mit deinem Gesicht, deiner Nase oder deinen Beinen.

Du bist nicht zufrieden mit deinem Partner, deinen Kindern, deinen Eltern, deiner Arbeit etc.

Ich möchte dir etwas dazu sagen: Auf dieser Welt ist nichts perfekt.

Es gibt keine perfekte Ehe weil es keine perfekten Menschen gibt. Du hast keinen perfekten Partner und dein Partner hat in dir auch keinen perfekten Partner.

Wieso denkst du dann dass zwei unvollkommene Menschen eine perfekte Ehe haben können?

Wir müssen lernen in einer unvollkommenen Welt mit unvollkommenen Menschen und Umständen zu leben.

Die Werbung gaukelt uns immer wieder vor dass es einen perfekten Körper, eine perfekte Rasur, ein perfektes Auto, oder perfekte Ferien gibt.

Aber das ist eine Lüge, die uns dazu verführt, das zu kaufen was uns die Werbung anpreist.

Paulus hat gelernt, täglich aus Gottes Gnade zu leben.

Wie hat Paulus das gelernt?

Als er wegen seiner Schwachheit unzufrieden ist und zu Gott um Befreiung von seiner Schwachheit betet, sagt Gott zu ihm in

2. Korinther 12,9: Meine Gnade ist alles was du brauchst.

Das bedeutet aber nicht, dass Paulus sich fallen lässt und auf der faulen Haut liegt.

Denn Gott sagt zu ihm in 2. Kor. 12,9 nicht nur Meine Gnade ist alles was du brauchst, sondern auch **Meine Kraft ist in den Schwachen mächtig.**

Gott stellt Paulus seine Kraft zur Verfügung.

Und Paulus lebt aus dieser Kraft, aus diesem Reichtum und aus dieser Gnade die Gott ihm zu Verfügung stellt.

Auch du kannst aus der Kraft, dem Reichtum und der Gnade die Gott dir zur Verfügung stellt leben.

Denn Gott sagt zu dir:

Mein Kind, du bist immer bei mir und dir gehört alles was ich habe.

Darum fange heute an, zum ersten Mal oder wieder neu **aus Gottes Gnade zu leben:**

Lebe als Gottes Kind:

Danke Gott, dass er dich liebt, dass du durch das was Jesus für dich getan hat, sein Kind bist.

Lebe in Gottes Gegenwart:

Danke Gott, dass er 24 Stunden am Tag für dich zur Verfügung steht und für dich sorgt.

Lebe aus Gottes Reichtum:

Danke Gott für alles, was er dir als sein Kind zur Verfügung stellt.

Buchtipp: Christsein ohne Krampf – wie Gott falschen Druck von uns nimmt, Lawrence J. Crabb

Fragen oder Anregungen zur Predigt per Mail an hanswuest.chjp@gmail.com