Durch Jesus vollkommen werden

Nicht perfekt, aber vollkommen

Durch Jesus vollkommen sein
Quelle: envato/ Image-Source
Jesus verlangt von den Menschen, die ihm nachfolgen, vollkommen zu sein. Das klingt unerreichbar, ist es aber nicht. Wie das sein kann und warum das nichts mit Perfektionismus zu tun hat, erklärt Theologin und Coach Cornelia Schmid.

Stell dir vor, du wachst morgen früh auf und bist perfekt. Alles, was du tust, wie du redest und handelst, ist ab diesem Moment perfekt. Und das Beste daran: Du weisst es. Was würde sich ändern?

Viele Menschen würden aus deinem Leben verschwinden. Das klingt überraschend, oder? Doch genau das erleben unzählige Influencer in der glänzenden (Schein-)Welt der sozialen Medien. Je makelloser und perfekter ihr Leben wirkt, desto mehr Follower wenden sich ab. Trotzdem erliegen immer noch zu viele dem Reiz des schönen Scheins. Sie verfolgen das perfekt inszenierte

Leben anderer – fasziniert, aber genauso oft auch bedrückt. Denn je strahlender die Bilder der Perfekten, desto dunkler erscheint das eigene unperfekte Leben mit seinen Fehlern und Regentagen. Beim Blick auf die Hochglanzfotos der anderen fühle ich mich nur noch durchschnittlich. Wer bin ich schon? Eine Mutter, die heute ihren Kindern nicht gerecht geworden ist. Ein Mensch mit Begrenzungen, Schwächen und Fehlern – weit entfernt von perfekt.

Vollkommen

Laut Duden bedeutet «perfekt»: «so gut, dass nicht das Geringste daran auszusetzen ist». Dabei geht es um das, was ich tue – nicht darum, wer ich bin. Und jetzt kommt's: Gott, der Schöpfer von Himmel und Erde geht noch einen Schritt weiter. Er selbst ist vollkommen und spricht uns zu, dass auch wir vollkommen sein sollen (Matthäus Kapitel 5, Vers 48). Was für ein Gott, der uns ein solches Geschenk macht! Aber versteh Gott richtig: Er erwartet nicht, dass du dich in deinem Streben nach Perfektion verlierst oder daran zerbrichst. Sein Geschenk der Vollkommenheit bezieht sich nicht auf das, was du tust, sondern auf das, was du bist.

Unser menschliches Streben nach Perfektion bringt selten Ruhe. Vielmehr hetzt es uns durchs Leben, immer mit dem Gefühl, nicht genug zu sein. Doch Gott lädt uns ein, all das loszulassen und bei ihm Vollkommenheit unseres Seins zu finden, die uns wirklich zur Ruhe kommen lässt.

Übertrieben

Perfektionismus ist laut Duden ein «übertriebenes Streben nach Perfektion». Dabei ist das Wörtchen «übertrieben» wichtig. Perfektion per se ist nicht das Problem. In jedem von uns steckt die Sehnsucht nach Perfektion. Die Bibel sagt uns, dass Gott «die Ewigkeit in die Herzen der Menschen gelegt» hat (Prediger Kapitel 3, Vers 11). Ewigkeit ist der Ort, an dem Gott wohnt – der Ort vollkommener Schönheit. Die Sehnsucht nach Ewigkeit, Perfektion und Schönheit liegt in jedem von uns. Doch Perfektion wird problematisch, wenn unser Selbstwert davon abhängt und Angst vor Gesichtsverlust das Leben bestimmt. Sie wird dann zum Mittel, um Liebe und Anerkennung zu gewinnen, was häufig Beziehungen belastet. Perfektionisten vergleichen sich ständig, fixieren sich auf Negatives und jagen einem unerreichbaren Ideal hinterher. Das führt oft zu Verweigerung oder Überforderung. Studien zeigen, dass übertriebener Perfektionismus das Risiko für Zwangsstörungen, Essstörungen und Depressionen

deutlich erhöht.

Das kann es nicht sein, was Jesus meint, wenn er uns in Matthäus Kapitel 5, Vers 48 auffordert: «Ihr sollt aber vollkommen sein, so wie euer Vater im Himmel vollkommen ist.» Das griechische Wort für «vollkommen» ist dasselbe Wort, das Jesus als letztes Wort am Kreuz hinausschreit: teleios – «vollendet». In der griechischen Übersetzung des Alten Testamentes steht teleios vor allem für «unversehrt», «ungeteilt», «vollständig», «ganz und ohne Fehler». Das Adjektiv teleios wird oft in Verbindung mit dem Wort kardia = «Herz» verwendet. Es beschreibt ein Herz, das ungeteilt auf Gott ausgerichtet ist und ihm gehorsam folgt. Teleios ist jemand, dessen Herz Gott gehört. Aber kein Mensch auf dieser Welt kann den Massstab Gottes erreichen. Die Lösung, um vollkommen zu werden, ist nicht eigene und perfekte Leistung. Die Lösung ist unser Erlöser.

Unperfekt

Das Streben nach dem perfekten Leben findet sein Ende, wenn wir unser Leben in die Hände eines vollkommenen Gottes legen. Perfektionisten tragen oft einen tiefen Schmerz in sich – das Gefühl, nie genug zu sein. «Ich schaffe es nicht, meinen hohen Ansprüchen gerecht zu werden. Ich genüge weder mir selbst noch den Erwartungen anderer. Ich bin ein Versager.» Solche Gedanken bringen Schuldgefühle, Versagensängste und quälende Selbstvorwürfe mit sich. Dabei steckt dahinter oft der Wunsch, alles richtig zu machen – doch immer wieder scheitern wir. Am Ende kreisen die Gedanken nur noch um das eigene, unperfekte Leben.

Der Ausweg aus diesem Hamsterrad besteht nicht in mehr Leistung oder einem noch höheren Anspruch. Der wahre Schlüssel ist der Blick zu Jesus: Er hat vor 2'000 Jahren am Kreuz die Schuld der gesamten Menschheit getragen – auch deine. In ihm findest du Annahme, Vergebung und eine Freiheit, die dein Herz zur Ruhe bringt. Durch diesen Opfertod von Jesus am Kreuz ist es möglich, ein vollkommenes, ungeteiltes Herz zu bekommen. Von Jesus heisst es in der Bibel: «Durch dieses eine Opfer hat er alle, die er heiligt, für immer vollkommen gemacht» (Hebräer Kapitel 10, Vers 14). Wer sich entscheidet, Jesus in sein Leben einzubeziehen, erhält dadurch das Geschenk von Gottes Vollkommenheit. Gott sieht in uns nicht mehr unser Versagen oder unsere Fehler, die nach wie vor geschehen. Stattdessen sieht er Jesus – seinen Sohn, der für unsere Unvollkommenheit gestorben ist. Für Gott ist klar: Du bist vollkommen. Rein. Heilig. Das bedeutet, dass du ganz und gar zu ihm gehörst. Niemals wird er dich bestrafen, weil du nicht perfekt bist.

Was bedeutet das praktisch für mein Leben? Ich muss anderen Menschen und mir selbst kein perfektes Leben mehr vorspielen. Und ich muss auch keine Angst haben, dass andere merken, dass ich nicht perfekt handle oder rede. Denn mit Jesus als Zentrum meines Lebens geht es nicht mehr um das, was ich tue, sondern um das, was ich durch Jesus sein kann: vollkommen.

Interessiert an mehr solcher Impulse von FamilyNext? Gönne dir oder Freunden jetzt einen günstigen Jahresabogutschein des Magazins hier.

Zum Thema:
Den Glauben entdecken
Kein christlicher Perfektionismus: 10 perfekte Gründe für Unvollkommenheit
Er kommt nicht von Gott: Wie man den inneren Kritiker zum Schweigen bringt

Datum: 27.04.2025
Autor: Cornelia Schmid
Quelle: Magazin FamilyNext 03/2025, SCM Bundes-Verlag

Tags
Leben als Christ
Glaube