

Er kommt nicht von Gott

# Wie man den inneren Kritiker zum Schweigen bringt



Asiatische Frau hebt den Zeigefinger an die Lippen

Quelle: Envato / Farknot

Der Perfektionismus ist eine Bürde, die Leitende ebenso betreffen kann wie «Normalos». Doch dieser stammt in keiner Weise von Gott – im Gegenteil.

Gott hat uns einst aus Erde geformt und erschaffen. Er macht sich keine Illusionen über irgendjemanden von uns. Und auch andere Menschen sind selber nicht mehr (aber auch nicht weniger) als «einfach nur» Menschen. Nicht wenigen der «anderen» ist dies bewusst – warum also erwarten wir von uns selbst Perfektionismus?

Die grössten und drängendsten Nörgler sehen wir oftmals dann, wenn wir in den Spiegel schauen.

Als Christen haben wir durch Jesus Christus einen unvergleichlichen Schatz. Durch uns beginnen Menschen womöglich, nach Jesus zu fragen oder sich sogar für den Weg mit ihm zu entscheiden. Oder sie verpassen die Ewigkeit mit Gott. Das reicht aus, um uns nachts wach zu halten.

## Perfektionismus im Nacken

Die Eisläuferin Dorothy Hamill kämpfte die meiste Zeit ihres Lebens mit Depressionen. Mit 13 Jahren gewann sie ihre erste nationale Meisterschaft und mit 17 ihren ersten internationalen Titel. Doch ihrer Mutter war nichts gut genug. Mutters Unfähigkeit, die Leistung ihrer Tochter zu loben oder an ihrem Glück teilzuhaben, verwässerte Dorothy Hamills Freude über den Gewinn des olympischen Goldes 1976.

Zahlreiche überdurchschnittliche Sportler in unserer Welt können ähnliche Geschichten erzählen.

Für uns Christen besteht das Problem des Perfektionismus manchmal in unserem Innern. Wie oft sagen wir uns: «Du hättest es besser machen können.» Oder: «Das hättest du anders sagen müssen.» Die Liste ist endlos.

## Wer ist der Ankläger?

Die Liste ist endlos. In der Disziplin, uns selbst anzuklagen, sind viele von uns längst Meister. Wir zweifeln an uns selbst und führen Autopsien bei allem durch, was wir tun. Doch letztlich ist Satan, der Durcheinanderbringer, gerne darauf aus, uns konstant Zweifel einzuträufeln.

Es gibt ein Heilmittel gegen die eigenen Perfektionismus-Anklagen. Die Bibel nennt das Heilmittel an zahlreichen Stellen. Stellvertretend seien hier zwei Verse genannt:

- «Bleibt fest mit mir verbunden, und ich werde ebenso mit euch verbunden bleiben! Denn eine Rebe kann nicht aus sich selbst heraus Früchte tragen, sondern nur, wenn sie am Weinstock hängt. Ebenso werdet auch ihr nur Frucht bringen, wenn ihr mit mir verbunden bleibt.» ([Johannes Kapitel 15, Vers 4](#))

- «Wir bilden uns nicht ein, diesen Auftrag aus eigener Kraft erfüllen zu können; nein, Gott hat uns dazu fähig gemacht.» ([2. Korinther Kapitel 3, Vers 5](#))

## Am richtigen Ort suchen

Es ist sinnvoll, nicht auf sich selbst zu schauen, sondern einfach ganz Gott und seiner Zusage zu vertrauen, die auf blosser Verbundenheit mit ihm gründet. Man muss nicht warten, bis etwas oder man selbst «vollkommen» ist, bevor man Gott dienen kann. Man braucht kein Sklave von Zahlen oder scheinbarem Erfolg zu werden. Dies ganz nach [Lukas Kapitel 10, Vers 20](#), wo steht: «Doch freut euch nicht so sehr, dass euch die bösen Geister gehorchen müssen; freut euch vielmehr darüber, dass eure Namen im Himmel aufgeschrieben sind!»

Zum Thema:

[Bobby Conway: Einmal Zweifel und zurück](#)

[Klartext mit «Dee-1»: Christlicher Rapper kritisiert gewalttätige Rap-Texte](#)

[Martin Benz: «Wenn der Glaube nicht mehr passt»](#)

Datum: 21.11.2023

Autor: Joe McKeever / Daniel Gerber

Quelle: Outreach Magazine / Übersetzt und bearbeitet von Livenet

Tags

[Leben als Christ](#)

[Beziehungen](#)