

ANgeDACHT

Ent-Lastung

Kennen Sie das, wenn die Wogen über Ihnen zusammenschlagen?
Wenn man es niemanden recht machen kann, am wenigsten sich selbst?
Wenn gut nicht gut genug ist? Wenn alles perfekt sein muss?

Dabei steht von Perfektion gar nichts in der Bibel. Ganz am Anfang in der Schöpfungserzählung da heißt es: „Und Gott sah an alles, was er gemacht hatte, und siehe, es war sehr gut“ (1. Mose 1 31)

Mir gefällt der Spruch „When too perfect, lieber Gott böse“ Wenn wir alles perfekt machen wollen oder selber gar perfekt sein möchten, überfordern wir uns und andere heillos. Jemand hat mal gesagt „Wenn zu wenig perfekt, lieber Gott auch böse“. Nein, das glaube ich nicht. Wenn zu wenig perfekt Chef oder Kunden böse. Zu Recht, Qualität ist wichtig. Aber Perfektion, kann auch zur wertlosen Last werden.

Luther sagt es so: „Bete als ob alles Arbeiten nichts hilft und arbeite, als ob alles Beten nichts hilft“ Es braucht wie so oft im Leben also Beides, das Machen und das Ruhen, das Wirtschaften und das Hinsetzen, das Streben etwas richtig gut zu machen und die Weisheit das sehr gut schon mehr als gut ist.

In einem Andachtsbuch habe ich diese Gebote gegen Stress gefunden:

1. Du sollst nicht versuchen, es jedem recht zu machen
2. Du sollst dir genügend Zeit für deine Freunde, deine Familie und für dich selbst nehmen.
3. Du sollst regelmäßig abschalten und nichts tun.
4. Du sollst ab und zu langweilig, unelegant und unattraktiv aussehen dürfen.
5. Du sollst aufhören, dich selbst zum ärgsten Feind zu haben
6. Du musst nicht mit allem alleine fertig werden.

Und weil das gar nicht so einfach ist, bitten wir:

Gott, schenke uns Gelassenheit in turbulenten Zeiten. Wir möchten darauf vertrauen, dass du bei uns bist in den Krisen und Stürmen unseres Lebens. Hilf uns, nicht den Kopf zu verlieren und uns nicht in blinden Aktionismus zu stürzen. Hilf uns, unsere Kräfte richtig einzuschätzen. Und falls doch die Wellen über uns zusammenschlagen, dann sei du bei uns und bringe uns ans trockene Ufer. Mit dir Gott, werden wir nicht untergehen.

Amen

Wochenspruch: Christus spricht: Ich bin der gute Hirte. Meine Schafe hören meine Stimme, und ich kenne sie und sie folgen mir; und ich gebe ihnen das ewige Leben. (Joh 10,11a.27–28a)

Wochenpsalm: Psalm 23 - EG 711

Wochenlied: EG 274 - Der Herr ist mein getreuer Hirt

Download: [ANgedACHT 2024-16](#)

Zu Beginn der Woche grüßt Sie herzlich

Anette Schmidt
Referentin Personalentwicklung