



Comunità L'Arca

99: **PERFEZIONISMO**
di Cher **Caolo** (RSA)

Cos'è un perfezionista? Il perfezionista ha il concetto fisso che il valore è condizionato dalla performance. Ed è un giudice spietato dei fallimenti percepiti, che si sminuisce per ogni piccolo errore. È l'indole di sentire che tutto ciò che non è perfetto non è accettabile. È radicato nel bisogno del controllo e dell'affermazione.

[Matteo 10:39] **"Chi avrà trovato la sua vita, la perderà; ma chi avrà perduto la sua vita per causa mia, la ritroverà."**

Teologicamente, il perfezionismo è la convinzione distruttiva che le persone possono essere uguali a Dio. I perfezionisti credono di dover sapere tutto (*onniscienti*), e perciò se sbagliano si rimproverano. Credono di essere forti in tutto (*onnipotenti*) e quando le cose sono fuori dal loro controllo, s'irritano. Credono di essere ovunque nello stesso tempo (*onnipresenti*), e generalmente senza la fragilità umana, ad esempio portare a termine il lavoro di dieci persone entro un giorno stabilito e deprimersi sul poco che hanno realizzato.

[Isaia 46:9-11] **"Perché io sono Dio e non c'è alcun'altro; sono DIO e nessuno è simile a me, che annuncio la fine fin dal principio, e molto tempo prima le cose non ancora avvenute, che dico: "Il mio piano sussisterà e farò tutto ciò che mi piace", che chiamo dall'est un uccello da preda e da una terra lontana l'uomo che eseguirà il mio disegno. Sì, ho parlato e lo farò avvenire; ne ho formato il disegno e lo eseguirò."**

Come comincia il perfezionismo? Il perfezionismo comincia nell'infanzia, e, come quasi tutto ciò che è psicologico, scaturisce dalle nostre profonde convinzioni. A un certo punto nella nostra infanzia, abbiamo imparato che abbiamo ricevuto maggior apprezzamento e rispetto per ciò che **FACEVAMO** piuttosto che per **CHI** eravamo. Deriva dal cercare di far piacere a un genitore che non era capace di compiacersi psicologicamente.

[Salmo 139:14] **"Io ti celebrerò, perché sono stato fatto in modo stupendo; le tue opere, sono meravigliose, e io lo so molto bene."**

Col passare del tempo, le esperienze rinforzano questo concetto finché, alla fine, si sviluppa una profonda convinzione che non si è degni dell'amore o del rispetto solo **essendo se stessi**; si deve **fare qualcosa**, e meglio lo facciamo, maggior rispetto e amore riceviamo. In questo diventiamo **"Fattori Umani anziché Esseri Umani"**. Nei casi estremi, le persone sviluppano la convinzione che se commettono degli errori oppure falliscono nell'essere migliori di chiunque altro, allora non sono degni affatto di rispetto o amore. Queste persone probabilmente, a un certo punto nelle loro vite, hanno ricevuto **'amore condizionato'**; cioè, soltanto se si raggiungeva lo standard si riceveva la ricompensa e l'accettazione. Questo NON è un amore né cristiano né sano – ci si potrebbe domandare se questo genere di amore non sia affatto amore – dal momento che l'amore condizionato ferisce e ci rende dei mostri.

Essere un perfezionista è una cosa buona e cattiva. Avere degli standard elevati e fare del proprio meglio è una cosa buona, ma ammalarsi di preoccupazioni a causa di un piccolo errore oppure evitando cose che ti piacciono perché non potresti essere il migliore, non è salutare. L'ansia e lo stress che derivano dal perfezionismo possono causare problemi di salute.

[Filippesi 4:6-7] **"Non siate in ansietà per cosa alcuna, ma in ogni cosa le vostre richieste siano rese note a Dio mediante preghiera e supplica, con ringraziamento. E la pace di Dio, che sopravanza ogni intelligenza, custodirà i vostri cuori e le vostre menti in Cristo Gesù."**

[Proverbi 3:6] **"Riconosco in tutte le tue vie, ed egli raddrizzerà i tuoi sentieri."**

Perciò ringraziamo Dio per il Suo Amore guaritore che ci accetta per **QUELLO CHE** siamo – **"Egli ci ama perché ci ama."** Un dono di Grazia, un dono di Vita e Speranza – Noi siamo accettati dal Creatore dell'Universo – Credetelo e RICEVETELO. Amen+