



07.03. | Nicht perfekt

Neulich bin ich gefragt worden, was ich eigentlich faste. Die Frage war nicht fromm gemeint, eher kritisch. Ich habe kurz überlegt und dann „Perfektionismus“ gesagt und gelächelt. Nicht, weil ich glaube, das gut zu können. Sondern weil ich weiß, wie oft er mir im Weg steht.

Perfektionismus kennt oft nur zwei Zustände: ganz oder gar nicht. Entweder alles geben oder lieber gar nicht anfangen. Das klingt nach hohen Ansprüchen, führt aber oft dazu, dass Dinge liegen bleiben, dass Wege nicht begonnen werden.

Eigentlich weiß ich: Fertig ist oft besser als perfekt. Auch wenn ich mir das nicht immer glaube. Zu oft messe ich mich an Maßstäben, die kaum zu halten sind. Und wenn ich dann trotzdem Fehler mache, bin ich enttäuscht von mir. Weil ich denke, ich müsste es doch besser können. Und manchmal, an besonders schlechten Tagen, messe ich auch andere daran.

In solchen Momenten tut mir der Gedanke gut, dass Gott mich kennt. Nicht nur das, was ich zeige. Auch meinen Anspruch an mich. Mein Ringen. Mein Hin- und Herschwanken zwischen Überforderung und Rückzug. Er weiß, wie schnell ich ins andere Extrem kippe, wenn ich an mir scheitere.

Und er ist bereit, mich aufzufangen. Nicht erst, wenn etwas gelungen ist. Nicht erst, wenn ich mich sortiert habe. Sondern genau dann, wenn ich stolpere. Wenn ich zu viel will. Oder zu wenig schaffe. Wenn ich hart werde mit mir – oder mit anderen. Gott kennt mich. Und Gott definiert mich nicht über meine Leistung.

Vielleicht heißt Fasten in dieser Zeit, den eigenen Perfektionismus ein Stück loszulassen. Die Dinge ein bisschen mehr passieren zu lassen. Anzufangen, auch wenn manches unfertig bleibt. Und darauf zu vertrauen, dass ich dabei nicht falle. Dass mich jemand mit liebenden Augen sieht und auf mich wartet, bis ich da ankomme, wo ich hingehöre.

Karola Hackenbracht, Köln