

29.01.2026 | 21:58 Uhr

**Abendsegen | rbb 88.8**

Ein Beitrag von

**Benedikt Zimmermann**

# Lebensfreude

## Perfektion loslassen – Lebensfreude finden im Echten.

„Wenn Sie nach Perfektion suchen, werden Sie nie zufrieden sein.“ Dieser Satz von Leo Tolstoi begleitet mich schon seit längerer Zeit. Ich ertappe mich selbst immer wieder dabei, dass ich versuche, alles perfekt hinzubekommen. Doch ich glaube inzwischen, und das ist das Ergebnis vieler persönlicher Erfahrungen, dass die Perfektion oftmals wahre Freude verhindert. Und sollte es nicht vielmehr um diese Lebensfreude gehen, als um Perfektion? Ich hoffe es sehr, denn für mich bedeutet Lebensfreude, das Schöne im Alltag zu erkennen und zu genießen – unabhängig von Umständen oder Erwartungen. Sie zeigt sich in einem Lächeln, in einem Moment der Dankbarkeit oder in der Begeisterung für etwas, das das Herz berührt. Wer Lebensfreude empfindet, strahlt sie aus und steckt andere damit an. Sie entsteht dort, wo Wertschätzung, Neugier und Liebe zum Leben zusammenkommen – nicht im Perfekten, sondern im Echten.

Lieber Hörerinnen und Hörer, ich wünsche Ihnen eine gute Nacht und einen Tag voller Lebensfreude.