

HOOFDSTUK 1

Onze favoriete ondeugd

*Of de obsessie met perfectionisme
van de moderne samenleving*

‘Ik ben een perfectionist, dus ik kan mezelf – en anderen – tot waanzin drijven. Tegelijkertijd denk ik dat het een van de redenen is waarom ik succesvol ben.

Omdat ik echt belangrijk vind wat ik doe.’

MICHELLE PFEIFFER

In het verhaal *The Birthmark* van Nathaniel Hawthorne uit 1843 trouwt Aylmer, een briljante wetenschapper, met Georgiana, een onberispelijke jonge vrouw wier volmaaktheid alleen wordt ontsierd door een moedervlekje op haar linkerwang. Het contrast tussen Georgiana’s smetloze huid en deze donkere moedervlek hindert de perfectionist Aylmer en hij kan alleen deze enige imperfectie van zijn vrouw zien. ‘Een bloedrode vlek in de sneeuw.’

Voor Aylmer is Georgiana’s moedervlek haar ‘fatale ondeugd’. Al snel neemt Georgiana zijn afkeer over en gaat ze het verstoorde zelfbeeld dat hij heeft geschapen haten. Ze smeekt Aylmer om met zijn wetenschappelijke talent iets te doen aan haar onvolmaaktheid, ‘wat het risico daarvan ook is’.

Ze maken een plan. Aylmer, een kundige chemicus, zal met een aantal stoffen experimenteren tot hij een geneesmiddel ontdekt. Hij zwoegt dag en nacht, maar het lukt hem niet de volmaakte combinatie te vinden. Als Aylmer op een dag volledig opgaat in zijn reageerbuizen werpt Georgiana een blik in zijn dagboek en ontdekt een hele lijst mislukkingen. ‘Hoewel hij veel had bereikt,’ merkt ze op, ‘waren zijn grootste suc-

cessen bijna altijd mislukkingen vergeleken met het ideaal waarnaar hij streefde.’

Maar dan, opeens: ‘Eureka!’ Aylmer brengt een alchemistisch wonder tot stand, ‘water uit een hemelse fontein’, dat Georgiana haastig opdrinkt voordat ze totaal uitgeput neerstort. Als ze de volgende dag wakker wordt is er geen spoor van haar moedervlek meer te bekennen. Aylmer is dolblij met zijn succes: ‘Je bent perfect!’ zegt hij tegen zijn nu smetteloze vrouw.

Maar Hawthornes verhaal heeft een akelig staartje, want hoewel Aylmers drank Georgiana’s tekortkoming corrigeerde, ging dat ten koste van haar leven. De moedervlek verdwijnt – en kort daarna Georgiana ook.

Niet lang nadat Hawthorne *The Birthmark* schreef, produceerde een andere gothic auteur, Edgar Allan Poe, een even griezelig verhaal over de tragische psychologie van perfectionisme. In Poes novelle *The Oval Portrait* zoekt een gewonde man beschutting in een vervallen landhuis op het Italiaanse schiereiland. Zijn bediende probeert tevergeefs het bloeden van zijn wonden te stelpen. De gewonde man beschouwt zijn situatie als hopeloos, dus verschuilt hij zich in een van de talrijke kamers van het landhuis om te sterven.

Terwijl hij rillend en ijlend op bed ligt, wordt hij betoverd door de talrijke schilderijen aan de muren van de slaapkamer. Naast hem ligt een boekje op het hoofdkussen dat pretendeert deze schilderijen te verklaren. Als hij de kandelaar zo neerzet dat het licht op de bladzijden valt, ontwaart hij het portret van een jonge vrouw in een ovale lijst, weggestopt in een hoekje achter de bedstijl. De man is erdoor gefascineerd. Hij bladert het boek door en vindt de beschrijving van het verhaal achter het schilderij.

De vrouw op het ovale portret was de jonge bruid van een talentvolle maar gestoorde schilder. Ze was ‘een meisje van uitzonderlijke schoonheid’, maar haar echtgenoot was zo geobsedeerd door zijn kunstenaarschap dat hij weinig aandacht voor haar had. Op een dag vroeg de schilder zijn vrouw of hij haar portret mocht schilderen. Ze stemde toe, met de gedachte dat dit eindelijk een kans was om kostbare tijd met haar

echtgenoot door te brengen. Ze ging naar zijn atelier en zat geduldig in het donkere vertrek met zijn hoge plafond terwijl de schilder haar aardse schoonheid vereeuwigde.

Maar net als Aylmer was de schilder een perfectionist. ‘Hij genoot van zijn werk dat uur na uur, dag na dag voortduurde.’ Vele weken gingen voorbij. De schilder ging zo op in zijn kunst dat hij niet merkte dat zijn vrouw wegwijnde. ‘Hij zag niet dat het spookachtige licht in dat eenzame torenkamertje de gezondheid en de levensvreugde van zijn bruid vernietigde; iedereen behalve hij zag dat ze wegwijnde.’

Niettemin onderwierp ze zich zonder klagen aan het perfectionisme van haar echtgenoot. En de schilder raakte zo gefixeerd op het vastleggen van het evenbeeld van zijn vrouw dat hij uiteindelijk alleen nog maar naar het portret staaarde. ‘Hij zag niet dat de kleur die hij op het doek aanbracht, verdwenen was van de wangen van de vrouw die naast hem zat.’ Opnieuw gingen er weken voorbij. De vrouw van de schilder werd steeds zwakker. Toen bracht hij de laatste penseelstreek aan op zijn meesterwerk en riep uit: ‘Dit is werkelijk het leven zelf!’

Hij wendde zich naar zijn vrouw en zag dat ze overleden was.

Het is niet gemakkelijk om Hawthorne en Poe te lezen in 2023. Hun verhalen komen griezelig dichtbij. Hawthornes Georgiana zou heel goed een van de talrijke mannen en vrouwen kunnen zijn die overleden of verminkt zijn als gevolg van plastische chirurgie, bedoeld om hun lichaam te perfectioneren. Op dezelfde manier vertoont Poes schilder griezelige kenmerken van overspannen bankiers of juristen die dag en nacht werken om een transactie af te sluiten of een contract op te stellen ten koste van hun gezin en vrienden.

Maar ondanks de talrijke parallellen zijn misschien vooral de contrasten met deze verhalen het meest verhelderend. Begin negentiende eeuw [met name de periode na de verkiezing van president Andrew Jackson, president van 1829 tot 1837, *vert.*] vormde in Amerika perfectionisme het onderwerp van populaire griezelverhalen en -films, iets wat bespot werd en absoluut moest worden vermeden. Tegenwoordig denken we heel anders over perfectionisme. Het is nu veel meer een beju-

belde eigenschap, iets om na te streven of te bewonderen, een eigenschap die duidelijk maakt dat we hard werken, dat we ergens helemaal voor gaan.

Natuurlijk zijn we niet zo naïef als Hawthornes Aylmer of Poes schilder. We realiseren ons de negatieve kanten van perfectionisme, gemeten in uren van zwoegen voor betere resultaten, verzwegen persoonlijke offers en een zware zelfopgelegde druk. Maar dat is precies het punt, toch? Perfectionisme is het embleem van zelfopofferend succes in de moderne cultuur, de eremedaille die een totaal andere werkelijkheid verbergt.

Dat is de reden waarom sollicitatiegesprekken meestal onthullend zijn over onze bereidheid perfectionisme te omarmen. In die spannende situatie leren we een heleboel over hoe wij willen worden beoordeeld en over de maskers die we dragen om degene tegenover ons ervan te overtuigen dat wij de perfecte kandidaat zijn.

Het meest onthullende deel van het kruisverhoor is altijd het antwoord op die dodelijke vraag: ‘Wat is uw grootste zwakheid?’ Hoe wij daarop antwoorden onthult steevast wat naar ons idee sociaal aanvaardbare zwakheden zijn – zwakheden die bewijzen dat we geschikt zijn voor de baan, zwakheden waarvan het bezit ons tot een veel betere kandidaat maakt. ‘Mijn grootste zwakheid?’ antwoorden we, terwijl we de indruk proberen te wekken dat we de krochten van ons karakter afspeuren om die te vinden.

‘Ik zou zeggen: mijn perfectionisme.’

Dat is een afgezaagd antwoord. Volgens allerlei onderzoeken noemen mensen die personeel moeten werven en selecteren vaak de uitspraak ‘Ik ben nogal perfectionistisch’, als het meest gebruikte cliché tijdens sollicitaties.¹ Maar als we voorbij dit cliché kijken en ons afvragen waarom we dat doen, blijkt het uiterst nuttig om op die manier onze geschiktheid duidelijk te maken. Tenslotte is ‘gemiddeld’ in een uiterst competitieve economie waarin het recht van de sterkste telt een uitgesproken vies woord. Als we toegeven dat we het prima vinden om gewoon genoeg te doen, geven we met evenveel woorden toe dat we niet de ambitie hebben en niet van plan zijn om onszelf te verbeteren.

En wij denken dat werkgevers geen genoeg nemen met minder dan perfectie.

Wij denken evenmin dat de maatschappij genoeg neemt met minder dan perfectie. Anders dan in de tijd van Hawthorne en Poe is perfectionisme in de moderne wereld een noodzakelijk kwaad, een prijzenswaardige zwakte, onze favoriete ondeugd. Doordat we in deze cultuur leven zijn we zo omringd door de absurditeiten ervan dat we ze zelden als zodanig herkennen. Maar laten we eens nauwkeuriger kijken. Hawthornes Aylmer en Poes schilder zijn ijzingswekkende voorbeelden van hoe levens worden verwoest door het streven naar de hoogste graad van perfectie. In dit boek zullen we ontdekken wat perfectionisme werkelijk is, of het ons inderdaad helpt, waarom perfectionisme misschien meer voorkomt dan ooit tevoren, en wat we aan dat alles kunnen doen.

Laten we daarom eerst en vooral ons verstand gaan gebruiken, want dan zien we dat het verheerlijken van perfectionisme volstrekt irrationeel is. Per definitie is perfectie een onbereikbaar ideaal. We kunnen het niet meten, het is vaak subjectief en het zal voor stervelingen zoals wij altijd onbereikbaar blijven. ‘Pure volmaaktheid bestaat uitsluitend in rouwadvertenties en grafredes,’ zei de correctiepsycholoog Asher Pacht bij wijze van grap.² Het is een drogreden; een waandenkbeeld. En omdat perfectie altijd onbereikbaar is, omdat het najagen ervan een hopeloze zaak is, moet de prijs voor wie het toch probeert wel heel hoog zijn.

Waarom hebben we dan toch het gevoel dat streven naar perfectie de enige weg is naar succes? En is dat gevoel terecht?

Om die vragen te beantwoorden wil ik terug naar 17 januari 2013. Een geschokte Lance Armstrong zit in een leren oorfauteuil, en kijkt een grote, ouderwetse bibliotheek in. Hij heeft zijn benen over elkaar geslagen, hij ademt moeizaam, zijn handen bewegen nerveus van zijn schoot naar zijn gezicht. Het lijkt bijna alsof hij tot in zijn merg voelt dat dit een van de meest bekeken interviews in de geschiedenis van de Amerikaanse televisie zal worden.

De interviewer, Oprah Winfrey, is een meester in haar vak. Anders dan de meeste interviewers kijkt ze hem niet recht aan. In plaats daarvan

zit ze in een zorgvuldig gekozen hoek ten opzichte van Armstrong zodat hij zijn hoofd moet draaien om haar aan te kijken. Na een paar directe vragen richt Winfrey zich volledig op de bekentenis die alle voorpagina's zal halen. Ze pauzeert gedurende een dramatische seconde, kijkt op van haar aantekeningen, richt haar blik op Armstrong en nodigt hem kalm uit toe te geven dat zijn zeven titels van de Tour de France werden oververd met behulp van prestatieverhogende drugs.

'Ja,' bevestigt Armstrong. Hij had overvloedig gebruikgemaakt van doping.

Vervolgens verzoekt Winfrey Armstrong zich nader te verklaren. En dan gebeurt er iets opmerkelijks. Zijn gedrag verandert volledig. Hij gaat rechtop zitten, met opgericht hoofd. Op deze kans had Armstrong gewacht. Terwijl hij Winfrey indringend aankijkt zegt hij nadrukkelijk dat hij 'het niet deed om in het voordeel te zijn'. Doping effende volgens hem eenvoudig het speelveld. 'Het was de cultuur,' zegt hij uitdagend tegen Winfrey, 'het was een tijd van felle competitie; we waren allemaal volwassen mannen, we maakten allemaal onze eigen keus.'

Armstrong koos voor dopinggebruik omdat alle anderen dat ook deden.

Ons gedrag wordt beïnvloed door het gedrag van anderen. We denken graag dat we vrije vogels zijn, volstrekt unieke individuen, en zeker heel verschillend van de meeste mensen in onze omgeving. Maar in feite zijn we helemaal niet zo uniek. Precies zoals Armstrong aan Winfrey beschreef is het ons diepste instinct om ons als schapen te gedragen. Het allerlaatste wat we willen is gemedend, veroordeeld of uitgestoten worden door de kudde. Dus stemmen we, bewust of anderszins, iedere dag zorgvuldig ons gedrag af om binnen de grenzen van het sociaal aanvaardbare of 'normale' te blijven.

In plaats van een goddelijke individualiteit is het in werkelijkheid de sociale wind die de windvaan van wat we doorgaans denken, voelen en doen beweegt. Tijdens werk of studie, de zorg voor onze kinderen, of het plaatsen van berichten op sociale media, vooral als we angstig zijn of twijfelen – en in deze tijd hebben we deze gevoelens vaak – zijn we geneigd om met de massa mee te gaan. We doen dat zelfs wanneer kudde-

gedrag aantoonbaar ongezond is, zoals in het geval van Armstrong. Als iedereen perfect lijkt, gaan we al snel denken dat perfectie de enige manier is om succesvol te zijn.

Het is moeilijk om aan deze cultuur te ontsnappen. Uit recent onderzoek blijkt dat iedereen tot op zekere hoogte een hekel heeft aan imperfectie, hetzij met betrekking tot werk, schoolcijfers, uiterlijk, ouder-schap, sport of manier van leven. Het verschil is 'puur kwantitatief'³, om de psychoanalyticus Karen Horney te citeren. Sommigen van ons kunnen er minder goed tegen, anderen iets beter; de meesten zitten daar ergens tussenin. En dat middengebied van het perfectionismespectrum – het gemiddelde – neemt snel toe. Hoe snel zullen we verderop zien. Maar laten we het voorlopig hebben over de onderliggende reden voor dit collectief streven naar perfectie en ons afvragen of we ons daar zorgen over moeten maken.

Ik ben hoogleraar aan een universiteit en een van de weinige mensen in de wereld die onderzoek doen naar perfectionisme. In de loop der jaren heb ik mij beziggehouden met allerlei problemen zoals het identificeren van de specifieke kenmerken van perfectionisme, onderzoek naar de correlaties tussen perfectionisme en andere verschijnselen, en de vraag waarom dit hét kenmerk van onze tijd lijkt te zijn. Al die tijd heb ik geluisterd naar een groot aantal klinisch psychologen, docenten, managers, ouders en jongeren die volwassen worden in deze moderne wereld. De visie van mensen uit de praktijk is dat perfectionisme in veel opzichten de nieuwe tijdgeest is.

Dit werd voor mij bevestigd in 2018, toen ik per e-mail een uitnodiging kreeg van een vrouw genaamd Sheryl. Ze had contact met mij opgenomen namens TED en ze wilde weten of ik zou willen spreken op hun aanstaande conferentie in Palm Springs, Californië. Perfectionisme, zo zei Sheryl me, was een onderwerp waarvoor onder TED-leden zeer veel belangstelling bestond. 'Onze mensen zien perfectionisme in hun eigen leven, in het leven van hun kinderen, en in het leven van collega's op het werk,' zei ze. Ze wilde dat ik op de conferentie duidelijk zou maken wat perfectionisme was, wat het met ons doet en waarom

het zo wijdverbreid lijkt. ‘Dat wil ik graag,’ zei ik tegen haar. Dus die maand zat ik met speechschrijvers van TED rond de tafel om een lezing van twaalf minuten te schrijven met de titel *Onze gevaarlijke obsessie met perfectie*.

Ik ben trots op mezelf dat ik het er bij die TED-lezing goed heb afgebracht, maar de titel bevalt me niet meer. Die is veel te persoonlijk. Hij legt de verantwoordelijkheid bij ons, bij onze obsessie met perfectie. Het schrijven van dit boek – in de ban van die moeilijke kunst van het formuleren van gedachten in fraaie zinnestelsels, en die vervolgens om te vormen tot een helder en leesbaar verhaal voor anderen – is verhelderend geweest. Daardoor heb ik lacunes in mijn denken ontdekt waarvan ik het bestaan niet wist en ben ik dingen gaan zien in de onderzoeksgegevens en in mijn omgeving, die ik op een of andere manier over het hoofd had gezien of gewoon niet kon zien.

Perfectionisme is geen persoonlijke obsessie, het is absoluut een culturele obsessie. Zodra we oud genoeg zijn om de wereld om ons heen te interpreteren gaan we de alomtegenwoordigheid ervan opmerken op onze televisie- en filmschermen, reclameborden, computers en smartphones. Het zit in de taal die onze ouders gebruiken, de vorm waarin ons het nieuws wordt voorgeschoteld, de dingen die onze politici zeggen, de manier waarop onze economie werkt, en de structuur van onze maatschappelijke en civiele instituties. We stralen perfectie uit omdat onze wereld perfectie uitstraalt.

Mijn vlucht naar de TED-conferentie in Palm Springs vertrok van de glimmende nieuwe Terminal 2 van Heathrow Airport. Terminal 2 is de Queen’s Terminal, genoemd naar koningin Elizabeth II. Zij opende in 1955 het oorspronkelijke Queen’s Building op Heathrow, dat in 2009 werd afgebroken om plaats te maken voor de nieuwe internationale gateway die drie miljoen Engelse ponden kostte.

De Queen’s Terminal is een adembenemend staaltje commerciële architectuur. Volgens Rowan Moore, journalist bij de *Guardian*, heeft de centrale wachtruimte ervan het ‘formaat van de overdekte markt in Covent Garden’. En de visie op de beleving van de passagiers is navenant.

Het is een ‘grote sociale ontmoetingsruimte’, zegt de architect Louis Vidal, ‘zoals een plein of een kathedraal’. Lopend door de Queen’s Terminal krijg je een idee van dit romanticisme. Vanaf de bovenkant van de gaanderij die langs de hele omtrek van het gebouw loopt strekt zich een reusachtig oppervlak uit, regelmatig onderbroken door vloeiende, gebogen lijnen, rechte hoeken, kleurige reclameborden en glazen wanden van vloer tot plafond.

In deze superstructuur zijn de grenzen tussen schijn en werkelijkheid vervaagd. Reclame is de voornaamste boosdoener. Zelfs naar moderne maatstaven zijn de reclames op Queen’s Terminal een bijzonder eigenaardige vorm van commercieel kunstenaarschap. ‘Wees besmetting te slim af’, is de oproep van IBM aan de verlichte passagier die dit waarschijnlijk zal lezen als hij midden in een pandemie gaat vliegen. Microsoft vertelt ons hoe hun cloud ‘chaos kan veranderen in precisiewerk’, terwijl HSBC ons vriendelijk verzekert dat ‘klimaatverandering geen grenzen kent’.

Maar het opvallendste aspect van de marketing in de Queen’s Terminal is misschien wel de lifestyle branding. Een reclamebord toont een man in pak, tot in de puntjes verzorgd, die zich onversaagd van de ene bestemming naar de andere begeeft met behulp van een uiterst handige app voor het delen van een auto. Een andere reclame laat een breed glimlachende zakenvrouw zien met een dure koffer die opgewekt wordt begroet door een personeelslid van een uiterst behulpzame vliegmaatschappij. Dit zijn geen op zichzelf staande voorbeelden. Van de reclameborden tot de modewinkels van topmerken tot het bijna té gastronomische, trendy Perfectionist’s Café vormt de terminal een microkosmos van wat wij verheerlijken: opgeklopte, onbereikbare idealen van een perfect leven en een perfecte levensstijl.

Maar zittend in het Perfectionist’s Café kon ik niet anders dan nadenken over het bizarre karakter van het ideaalbeeld waarvan hier de lof gezongen werd. Bezien in het schrille licht van wat er in de echte wereld gaande is, tovert dit gebouw ons een hyperfunctioneel luilekkerland voor dat volslagen onherkenbaar is. De onberispelijke, in pak gestoken man die vanaf het elektronische reclamebord stralend naar mij kijkt ziet

er niet uit alsof hij heeft moeten hollen om in te checken omdat de parkeerplaats zich op dertig minuten loopafstand van de terminal bevindt. De glimlach op het gezicht van de zakenvrouw is bijna irritant als je je slalomend langs de veiligheidscontrole hebt moeten wurmen en vervolgens ziet dat je vlucht vertraagd is.

Is de koffie in het Perfectionist's Café perfect? Hij is niet eens warm. Uiteindelijk wordt het nummer van je gate afgeroepen, en natuurlijk ligt die helemaal aan het andere uiteinde van de terminal: eerst met de lift naar beneden en dan twee kilometer lopen onder de taxibaan door. Wanneer je bij de gate komt, ontdek je dat er geen zitplaatsen zijn maar je ziet wel een rij mopperende passagiers op weg naar de aviobrug. Doodmoe en snakkend naar een stevige borrel vind je eindelijk een zitplaats en je begint je af te vragen of deze bijeenkomst niet online had kunnen plaatsvinden.

Ho, denk hier even goed over na. Is het niet onthutsend hoezeer het ideaalbeeld van dit gebouw afwijkt van de werkelijkheid? De ambitieuze slogans, de perfecte beeldvorming, de glans van een trans-Atlantische vlucht – alles wijst op een reusachtige cultuurkloof – niet alleen hier maar in de cultuur in het algemeen. Huizen, vakanties, auto's, fitnessprogramma's, schoonheidsproducten, diëten, opvoedingsadviezen, levenscoaches, tips om je productiviteit te verhogen – noem het allemaal maar op; we leven in een hologram van onbereikbare perfectie met de verplichting om voortdurend ons leven en onze levensstijl bij te werken, op zoek naar een volmaakt nirwana dat gewoon niet bestaat.

Wij zijn maar mensen. En diep vanbinnen weten we beter dan we willen toegeven, dat mensen feilbare, onvolmaakte en beperkte wezens zijn. Hoe meer deze holografische cultuur ieder gevoel voor realiteit geweld aandoet en ons dwingt tegen onze diepmenselijke onvolkomenheid en het langzame tempo van moeder natuur te vechten, hoe meer ons perfectionisme ons zal dwingen een hersenschim na te jagen – en ons hulpeloos maken omdat onze gezondheid en ons geluk achteruit hollen. We zullen verderop in het boek het effect van perfectionisme op deze zaken bespreken. Voorlopig keren we terug naar de Queen's Terminal zodat ik iets kan vertellen over mijn eigen worsteling met onze favoriete ondeugd.

Terwijl ik in het Perfectionist's Café geduldig zit te wachten tot mijn vlucht wordt omgeroepen, probeer ik mijn zenuwen te bedwingen door op mijn laptop de populairste TED-lezingen door te nemen. Ik moet er in de aanloop naar mijn eigen lezing honderden hebben bekeken, op zoek naar de geheime formule. De beste sprekers leken een rotsvast zelfvertrouwen uit te stralen, alsof het houden van een lezing een tweede natuur was zoals eten of drinken. Ik ben veel minder zeker van mezelf. Hoe moet het als ik het podium niet op durf? Of als ik mijn tekst vergeet? Wat moet ik doen als ik in paniek raak en ga hyperventileren voor het oog van al die mensen?

Perfectionisten zoals ik zijn geneigd hun angst te bezweren door te gaan malen. We veronderstellen dat het overdenken van alle mogelijke scenario's de beste methode is om de zaken onder controle te houden, en vergeten daarbij dat het piekeren zelf een belemmerende vorm van angst is. Ik heb nooit een lezing compleet laten mislukken door te veel piekeren – maar het heeft evenmin geleid tot betere resultaten. Op mijn negenentwintigste, en tegen iedere verwachting in vloog ik hier nu naar Californië als een van de veel gehypte opinieleiders van TED. Op die grote rode sprekersstip moest ik eruitzien als iemand die de entreprijs van vijfduizend dollar waard was.

Een van mijn grote problemen is dat ik niet in staat ben om te genieten van succes. Ik doe het liever af als geluk of toeval dan dat ik applaus aanvaard waarvan ik diep vanbinnen denk dat ik het niet verdien. Dat negatieve zelfbeeld – of die onzekerheid – is misschien wel het schadelijkste aspect van perfectionisme. Want als we altijd streven naar meer succes en doodsbang zijn om te falen, kan zelfs een hoog prestatieniveau een volstrekt leeg gevoel geven. Erger dan leeg, eigenlijk, omdat perfectionisme het pad van onze dromen ontmaskert als een doodlopende weg. Voor de perfectionist is succes een stip aan de horizon die we najagen tot we volkomen uitgeput zijn, terwijl het antwoord op de onderliggende vraag – 'Ben ik wel goed genoeg?' – altijd voorbij die horizon ligt.

En net als die horizon wijkt het antwoord terug als we dichterbij komen.

Het is een kwelling te moeten leven met het constante gevoel tekort te