

## Optimieren

Seit einigen Monaten verbringe ich regelmässig Zeit im Actifit. Dort treffe ich auf Schülerinnen und Schüler, diverse nähere oder andere Bekannte. So auch auf die Teenagertochter einer langjährigen Freundin. Beim nächsten Gespräch erwähnte ich die Begegnung und die Mutter meinte: «Ach ja, bei uns in der Familie sind alle am Optimieren».

Ich schmunzelte. Was für ein treffender Ausdruck, «ich bin am Optimieren.»

Er trifft die Situation von vielen Leuten heute. Wir sind ausgestattet mit einem gesunden, kräftigen Körper, den wir regelmässig bewegen, dem wir die passende Ernährung zukommen lassen, den wir in schlichte, bequeme und gute Kleidung hüllen und entwerfen bzw. verfolgen den Lebensplan, der zur Familie, Gesellschaft, zum Bildungsstand und ... was auch immer ... passt.



Gegen Sport und Bewegung ist absolut nichts einzuwenden, sie tun Körper und Geist gut. Es ist nachlässig, dies nicht zu tun: «Mens sana in corpore sano.»

«Der Mensch ist, was er isst», eine Binsenwahrheit und von jedem Standpunkt aus absolut korrekt. Unsere Nahrung wird zu einem Teil von uns. Durch das, was wir konsumieren und auch einkaufen, reihen wir uns bewusst und verantwortungsvoll in die Gesellschaft ein.

Kleidung wird heute im absoluten Überfluss produziert. Es entspricht unserem kritischen Denken, darauf zu achten, woher die Kleidung stammt, unter welchen Umständen sie produziert wurde und gute Kleidung, wenn wir sie nicht mehr benötigen, weiterzugeben.

Das ist alles gut, richtig, auf dem besten Weg zum Optimum. Und doch irritiert etwas.

Denn das Gute darf nicht ein zuviel des Guten werden, sonst ent-



Pfarrerin Eveline Saoud

wickelt es sich zu Druck, Unterdrückung, Zwang; zum rigiden und sub-optimalen Zustand. Und sub-optimal, das heisst im Klartext ja einfach: grauenhaft, schlecht.

Das Gleichgewicht zwischen optimal und suboptimal erreichen wir oft durchs Gegenteil vom Optimieren: durchs Entspannen, durch Freiheiten, Abkoppeln, ... Und in dem Sinn breche ich Sport ab, wenn ich genug habe, geniesse den Schoggikuchen mit Schlagrahm, bestelle noch einen Drink und trage Kleidungsstücke, die nicht passen. Einfach weil es passt, nicht optimal unterwegs zu sein, so wie alle anderen.

*Pfrn. Eveline Saoud*