

Selbstoptimierung: Pseudo Quatsch.

Ob Freud, ob William James, ob Religionen: Das Selbst ist ein uneinheitlicher Begriff. Vereinfachen wir ihn zum „Selbst-Ich“ („Wirklich“) als eigene Person und Persönlichkeit (die freilich aus diversen Facetten wie Ich, Es und Über-Ich oder auch I, Me, My, Mine, Myself oder anderen Modellen bestehen können), so ist man in seinem Geist-Leib-Seele-Mix einzigartig und bedingt selbstveränderungsfähig.

Warum man sich allerdings dauernd „optimieren“ soll und wer sich anmaßt, nach welchen Kriterien und mit welchen Zielen man dies bewerkstelligen soll, ist meines Erachtens nicht mit guten Gründen ausstattbar.

Lebensgestaltung orientiert sich am eigenen Maßstab, der im optimalen (sic!) Fall einem selbst, der Natur, den Mitmenschen dient und das ist die ganze Kunst (und es IST eine!). Diese beinhaltet, auch mit Grandezza mit Rückschlägen umzugehen, denn wir leben in einer Umwelt (Natur, zu der wir selbst auch gehören), die eine In-Welt ist und die wir nur in sehr engen Grenzen beeinflussen können, meine Damen und Herren „Selbst-Optimierer“!

Da hat niemand etwas zu „optimieren“ und schon gar nicht zu maximieren.