



14.08.2019 von Anni Lindner Geistliches Leben

## Sieben Wochen nackt einkaufen

Haben Sie schon einmal darüber nachgedacht, wie es wäre, sieben Wochen lang nackt einzukaufen? Ich habe es in diesem Jahr tatsächlich getan. Von Anfang Februar bis Ende März habe ich meine Einkäufe unverpackt erledigt. Natürlich rede ich von den Waren, die unverpackt in meinen Einkaufskorb wanderten.

Der Umverpackungswahnsinn bereitet mir seit Langem Bauchschmerzen. So ziemlich alle Lebensmittel schlummern in Hüllen aus Plastik – was zugegebenermaßen praktisch ist, die Umwelt aber extrem belastet. Unmengen von Plastikverpackungen schwimmen in den Meeren, Mikroplastik steckt in Lebensmitteln und Kosmetik. Zwar gibt es Recyclingmöglichkeiten, aber werden diese optimal genutzt? Trennen Sie konsequent Ihren Müll? Und wie viel Abfall wird tatsächlich wiederverwertet?

### Sieben Wochen ohne: So war's

Für die Fastenzeit in diesem Jahr hatte ich mir vorgenommen, plastikfrei einzukaufen. Es war – für mich als Einzelperson – gar nicht so schwer. Obst und Gemüse finden sich, mit etwas Suchaufwand, lose im Discounter oder auf dem Wochenmarkt. Backwaren bietet der Bäcker unverpackt an: Um sicher zu sein, dass der rohe Teig nicht in Plastik geschlummert hat, sollte man aber auch nicht zur Billig-Bäckerei-Kette gehen. Milchprodukte gibt es in Gläsern und Flaschen.

Herausfordernd wird es allerdings beim Thema Fleisch, Wurst und Käse. Hier ist alles mindestens in Frischhaltefolie gehüllt, sogar an der Frischetheke. Fleisch scheint generell eingeschweißt zu werden. Der Nachschub des hübsch unverpackt in der Kühlung wartenden Fleisches wird aus Plastikhüllen gezogen – selbst auf dem Wochenmarkt habe ich das beobachtet. Auch Nudeln und Reis finden sich – zumindest in den normalen Läden in meiner Umgebung – fast ausschließlich in Plastiktüten. Und sogar die Schokolade hält, unter ihrer vermeintlich umweltfreundlicheren Papierhülle, oft Plastik bereit. Und das, obwohl einige Schokoriegel problemlos in einem dünn beschichteten Papierchen überleben – möglich ist es also.



## Mein Fazit

Fazit meiner sieben nackten Wochen war: Es ist möglich, weitgehend plastikfrei einzukaufen. Und es fühlt sich sehr gut an!

Es war nicht wirklich teurer, weil ich automatisch weniger und ausgewählter eingekauft habe. Ich habe mich in diesen sieben Wochen viel gesünder ernährt. Da ich kaum Fertigprodukte kaufen konnte, habe ich weniger Zucker und künstliche Zusatzstoffe zu mir genommen. Auch die meisten Süßigkeiten stecken in Plastik, weshalb ich auch auf diese verzichtet habe. Nebenbei wurde ich quasi zum Vegetarier – auch das habe ich eher positiv empfunden. Es ist ein positiver Nebeneffekt des Plastikverzichtes, dass man vieles regional, saisonal und tierfreundlich kauft.

Mein Augenmerk ist nun geschärft, und ich versuche über die Fastenzeit hinaus Plastik zu meiden. Einige Menschen in meiner Nähe haben sich schon anstecken lassen, und ich wünsche mir von Herzen, dass wir Christen in diesem Bereich unsere Verantwortung für die Schöpfung wahrnehmen.

## Kleinvieh macht auch Mist

Vielleicht denken Sie jetzt: „Das bisschen Plastik, das ich verbrauche, macht doch keinen Unterschied. Da müssen ganz andere Leute die Welt retten!“ Wenn aber 2,26 Milliarden Christen weltweit – oder zumindest 47,89 Millionen in Deutschland – diesen kleinen Schritt aus Respekt gegenüber dem Schöpfer tun, dann wirkt sich das mit Sicherheit auf Umwelt und Wirtschaft aus.

Haben Sie nicht auch Lust, ein bisschen an dem gedankenlosen Verpackungsverhalten zu rütteln? Weitere Erlebnisse, Ideen und Informationen finden Sie auf meinem Blog [unverhofftgluecklich.blogspot.de](http://unverhofftgluecklich.blogspot.de). Kommentare und Vorschläge, wie Sie die Plastikwelt verändern, sind willkommen!



**Kapitänin Anni Lindner  
leitet gemeinsam mit ihrem Mann Matthias  
das **Korps Berlin-Südwest.****



Dieser Text ist ein Auszug aus der Ausgabe 7/2018 des Heilsarmee-Magazins.