

Dauerlauf

Mittwoch, 01. Juli

„Einen kleinen Cappuccino zum Mitnehmen, bitte!“ Ach Mist, jetzt hab ich schon wieder meinen To-Go-Becher vergessen. Naja, der eine Einweg-Becher macht den Kohl jetzt auch nicht fett.

„Mit Kuhmilch oder Milchalternative?“ – „normal, bitte.“ Verdammt, sie denkt jetzt sicher, mir ist die Umwelt und das Tierwohl egal. Dabei konsumiere ich doch fast nur Hafermilch, aber im Kaffee schmeckt mir das einfach nicht. Ich mach' meine Hafermilch doch sogar selbst, damit ich keine Verpackung habe. Ich sollte mich echt an den Geschmack von Hafermilch im Kaffee gewöhnen.

Sie sagt mir den Preis, ich leg das Geld auf den Tresen und schmeiße die 20cent Wechselgeld in die Hundekasse. Alles automatisiert, alles wie immer.

Auf meinen Kaffee streue ich etwas Zimt und ärgere mich im nächsten Moment, weil Zimt aus Asien kommt. Hoher CO2-Verbrauch und eventuell Unterstützung eines totalitären Systems – super, Eva!

Aber Zimt im Kaffee schmeckt so gut.

Im nächsten Schritt beruhige ich mein Gewissen wieder, weil ich keinen Plastikdeckel nutze. Das ist sowieso unnötig. Der Kaffee kann trotzdem rausschwappen, trinken kann ich genauso gut vom Becherrand und wenn ich Deckel und Becher vor dem Wegschmeißen nicht trenne, könnte es beides nicht recycelt werden.

Immerhin ein kleiner Schritt für heute.

Donnerstag, 02. Juli

Das lauwarne Wasser fließt über meinen Körper und aus der kleinen Box tönt meine Lieblingsband – über Spotify. Na super, ich hab' nicht drangedacht, dass ich die Alben auch lokal auf dem Handy habe. Das Streaming zieht wieder richtig viel Energie. Genauso, wie die ganzen Filme und Serien, die ich gucke. Ich hatte mir eigentlich irgendwann vorgenommen, nur noch in 720p Videos zu gucken. Das ist zwar immer noch recht viel, aber mindert den Energieverbrauch zumindest ein bisschen. Aber das habe ich auch nicht geschafft.

Genauso, wie ich schon lange nicht mehr mein E-Mail-Postfach inklusive Papierkorb geleert habe. Dadurch, dass die Mails auf einem externen Server gespeichert sind, kostet auch das wieder Energie. Ich sollte das echt mal wieder machen!

Ich nehm' meinen Duschbrocken und das feste Shampoo und seife mich ein. Das funktioniert echt wunderbar und ich hab' das Gefühl, meinen Haaren tut dieses feste Natur-Shampoo sowieso besser!

Wenn ich jetzt noch `ne feste Spülung hätte, die gut passt... Ich hatte mal eine, aber irgendwie war das auch nicht das Wahre. Also wieder zurück zur Plastikflasche.

Innerlich verdrehe ich die Augen, als ich die Haarspülung von der Naturkosmetik-Eigenmarke in die Hand nehme.

CUT

Manchmal frage ich mich echt, wie man auf alles achten soll, damit man ökologisch, fair, regional, aber dennoch glücklich Leben kann?!

Kauf deine Klamotten nur noch Second-Hand und wenn es neu sein muss, dann zumindest fair. Aber nicht nur die Preise und Arbeitsbedingungen, sondern auch der Lieferweg und die Stoffe sind wichtig.

Iss kein Fleisch, Fisch, Eier, Milch und Honig – egal in welchen Mengen, oder ist es ok, wenn in einem Kaffee Milch ist, weil es mir anders nicht schmeckt?

Ich bin noch nie geflogen, aber Zugfahrten sind immer noch zu teuer, sodass ich in den Urlaub und die Heimat mit dem Auto fahre. Ich würde gern mehr Zug fahren, aber ich kann es mir nicht leisten.

Ich versuche über Too Good To Go Lebensmittel vor der Tonne zu retten, aber wenn ich dann von 10 Brötchen eins wegwerfen muss, weil ich es nicht gegessen habe, ist das dann immer noch besser oder genauso schlecht?

Nachhaltigkeit ist wichtig und ich beschäftige mich und investiere gern, aber wo kann ich sagen, ja das ist jetzt auch mal in Ordnung, es „falsch“ zu machen?

Kommt es nicht eher darauf an, dass viele Leute kleine Schritte gehen, als dass wenige im Dauerlauf sich selbst vergessen und nicht mehr auf ihre Lebensfreude achten?