

# **Perfektionismus beim ethisch korrekten Einkaufen**

**Beitrag von „Miss Jones“ vom 2. November 2018 20:01**

Bewusst zu leben und auch zu wählen, was zB man wieso kauft, ist schon sinnvoll, aber wenn es zu derart mMn krankhafter, gezwungener Selektion führt eben der Lebensqualität abträglich, und von daher in dem Maße nicht gut.

Meine eigenen Beispiele:

- Ich verwende Stoff/Jutetaschen und vermeide generell Plastik, wo es möglich ist (ich befürworte zB Tetrapaks oder Glasbehälter - wobei wir in Deutschland ohnehin Recyclingweltmeister sind, insofern sind auch Kunststoffe nicht generell "schlecht").
- Ich kaufe zB keine Eier aus der Legebatterie, und achte bei Herkunft von Fleisch/Fisch auf artgerechte Haltung und Zucht.
- Bei entsprechender Gelegenheit nutze ich auch den Kauf direkt beim Erzeuger, und nutze verstärkt regionale und saisonale Produkte - aber nicht als Zwang. Wenn ich gerade Lust auf etwas habe, was so gar keine Saison hat, dann habe ich da eben Lust drauf.
- "Spenden" tu ich zB überhaupt nicht. Zumdest kein Geld - kommt mMn nie da an, wo es soll. Wenn ich "helfe", dann direkt, zB indem ich Lebensmittel ins Foodsharing gebe, wenn ich merke, ich bekomme sie nicht allein verbraucht ehe sie schlecht werden.
- Wenn ich von irgendwelchen Herstellern/Konzernen Dinge erfahre, die mir nicht gefallen (und die Quelle glaubhaft ist), kann ich durchaus auch "mit den Füßen abstimmen", denn wenn das genug tun, kann das auch etwas bewirken. Am meisten bringt es dann, auch andere darüber zu informieren, damit so ein Lawineneffekt auch ankommt.

...aber das ist es dann auch. Wenn alles nur noch krampfig und gezwungen ist, tut man sich selbst nicht gut, und irgendwann kommt ein Kollaps. Und das muss nicht sein.