

減塑魔人進化史

圖、文／鄭凱心〈臺中分會親子一團，自然名：開心果〉

生活減塑久了，周遭朋友很多也都知道我有這個癖好。不少人會覺得減塑是一件難執行的事情。其實，有起頭就會是成功的一半了！我認為凡事可以從簡單開始做起，先從一個月一次開始，且只從一樣事情開始，再來進階到「每天」「一樣事情」，接下來，你就會像被催眠般地習慣減塑，當你發現自己會開始計較使用塑膠袋，看到一次性垃圾不順眼…時，恭喜你！你已經魔化成功了！只差是大魔人還是小魔人而已。

以下是下酒菜家族魔化過程

2016年第一年參加荒野親子團，9月親子團都會與荒野分會共同淨灘，那天回家，我們家一家之主 - 杏仁，就開始被魔化了。那天，他拿了兩個大袋子，在海邊蹲下來將身邊的垃圾撿一圈，回過神後，兩個大袋子都已經裝滿了，連自己都驚訝到，從此之後也成為減塑的信徒。

而那晚，他就帶著4個「玻璃」保鮮盒去夜

市買他喜歡的二師兄滷味，回來後，驕傲的說：「當我把保鮮盒拿給老闆，並且說裝這裡面，不用塑膠袋的時候，大家都在看我。讓我有種"尊爵不凡"的感覺。」

這時，我終於知道，我兒子恥度會如此高，是遺傳誰了。接下來，每次要買便當，就會看到杏仁準備很重的玻璃保鮮盒去買，久而久之，我也被他感動了，於是我也開始跟著做！

有一次荒野親子團要自備糧食，並說最後小隊要秤重，看哪個小隊的垃圾最少？那次，是我大躍進的改變，心裡想著要比賽秤重，有比賽當然要認真！打破以往會買外面有包裝的麵包，當天一大早起床自製便當，因為自製的便當不會有任何的垃圾，就是為了中午秤重不要害小隊輸掉。經過那次自備糧食的比賽後，我發現其實一天不製造垃圾，好像也沒有很難。

既然平常都做不太到，那試試看一個月「假掰」吧！團集會那天要扮演一個超愛地球環保人



▲ 2016年淨灘臺中合照 - 中一團 - 茶米 - 許育禎

士，要扮演就要認真裝！之後，只要是團集會，早上也拿著保鮮盒去早餐店裝三明治、蛋餅，甚至飯糰都裝過！我給自己的目標是：從一個月固定一次開始、開始練習用手直接拿三明治吃及用碗吃飯糰。

雖然這個時候，我還是每天都去全家買一杯外帶咖啡，一天一個紙杯，一個紙杯蓋，一根吸管！

但到了2017年的九月，家裡的減塑小魔人-杏仁，默默地在公司團購2個冰霸杯，默默地放在桌上說：「以後帶這個去買咖啡！」於是下酒菜家族又開啟了另一個新里程！每天早上都要很麻煩的拿一個超大冰霸杯出門，在外面要一直拿著一個冰霸杯，說實在真的會覺得很多此一舉！後來杏仁用毛線手編了一個杯子袋，方便很多，至少杯子可以肩背著，不用一直手拿。

當「每天」手拿冰霸杯已經成為習慣後，似乎背包固定有一個空的便當盒，一個空的購物袋，出門想一下需不需要帶保鮮盒？有時候忘記帶保鮮盒就店內吃，看到想吃的小吃沒帶便當盒就不要買了，當減肥。之前覺得很麻煩的事，就像溫水煮青蛙一般，慢慢的就習慣了，就熟了，這就代表魔化成功了！



▲ 2019 淨灘不只撿更要減 slogan

最後想跟大家分享的一件事情是，今年九月二十一日是我們家第4次淨灘，一家之主-減塑魔人杏仁又有了新創舉，現在我們連去看電影都自備杯子、鍋子及保鮮盒去電影院。我不敢相信還有鍋子，還好這個鍋子很可愛！杏仁說請叫我大魔王。💕



▲ 看電影買吃的鍋子