

中五誠 朱偉寧 冠軍

食德是福

「鋤禾日當空，汗滴禾下土。」

農夫是很辛勤地工作，食物是很珍貴的東西。這些道理，大家大都耳熟能詳。琅琅上口的詩句常「警惕」我們要珍惜資源，要有「食德」。而現實總是與期望背道而馳，「人們口裡說不，身體卻很誠實。」大量地浪費食物的現象經常在香港這個發達城市中如連續劇般重複上演。滿載而歸的巨型垃圾車以每天接近一百八十架次——三千公噸的規模浩浩蕩蕩地駛往堆填區。叫人感嘆世風日下，浪費彷彿成為了一種「都市病」。

「食色性也」，追求美食是人之常情，但在物慾過份膨脹的環境中，追求美食便與浪費扯上了關係。因著城市生活質素提升、收入提高，更多人在「食」的過程中要求豪華奢侈的享受。不論是酒樓數千元的「滿漢全席」，或是能嚐盡「珍饈百味」的自助餐，「質」早就不是唯一的號召，而「量」的地位相對也日益

提高。配合講求「體面」、「派頭」的傳統中國文化，豪華盛宴更是大行其道。可是人的肚皮只有一個，觥籌交錯後是數之不盡的剩飯剩菜了。現時食物棄置量約佔全年廚餘的三成，相當於一萬五千輛巴士的容量，數目驚人。若然市民可以多走一步，自發的將剩菜放進自己準備好的食物盒中，或衡量好自己的食量才點菜，便可以大大減少浪費，多點「食德」了。

除了飲食習慣為人詬病，現時的商業模式及個人主義觀念也帶來問題。不論是超級市場貨架上堆積如山的貨品，自助餐吃之不盡的佳餚，還是菜市場中小檔販賣不完的蔬果，都顯示出問題的嚴重性。即使食物因擺放致過期而丟棄，商戶仍堅持儲存大量的存貨，為的只是商業形象，給客人「豐盛」的視覺享受效果罷了。本來珍貴的食物商業化後，便有一文不值之感，丟棄更是「心安理得」，我們亦對大型超市或商店的浪費視而不見。

此外，物慾的膨脹和生活質素的提高使人們消費更加闊綽，隨意的浪費更為普遍。但這

種飲食態度和消費文化真的是單獨一個人的行為嗎？

作家李怡說過「錢是你的，資源卻是大家的。」即使所花的錢是你自己的，但食物與資源卻是大自然的恩賜，哪怕是一滴水，一縷陽光，甚或是一點塵土，浪費了也叫人可惜。試想想，都市風光背後，全球還有約八億九千多萬人正在挨餓，隨意浪費的你良心還過意得去嗎？

食之以德吧！經歷過貧苦的老一輩常說浪費食物是一種「折墮」的行為，而珍惜食物，將地球上寶貴的資源和別人共享，才是真正有「食德」。現時，坊間正有不少環保團體及組織正著力於回收社會大眾浪費的食物，處理後派發給社會較低下的階層，更有意義的運用這些珍貴的資源，紓解他們的生活之憂。這難道不正是有「食德」的意舉嗎？這難道不值得我們支持嗎？

中國傳統觀念強調「吃剩食物總比吃不飽好」，我們是時候身體力行摒棄這種迂腐的想

法了。「誰知盤中飧，粒粒皆辛苦。」小至一粒米也是眾多人以汗水努力的結晶，珍惜農夫辛勤的成果和天賜的資源正是我們每一個人的責任。積少成多，聚沙成塔，只要每人都多珍惜一點，那麼一萬幾千架巴士的容量，就只能成為後世代的都市傳說了！

下次，當你外出用膳時，記得吃多少，才點多少，或將吃不完的食物保存起來。我相信「食德是福」，你跟我都應該更謙卑地珍愛這個地球及所賜予我們的美食，因為可以享用美食的我們，又何嘗不是在享福呢？