

中四禮 關皓霖 季軍

惜食

我們經常都會聽到「愛惜食物」、「節約食物」、「杜絕浪費」等等的字詞，「惜食」這兩字與我們息息相關。「民以食為天」，食物是生命之源，它哺育了我們一代又一代人。

「惜食」就是我們每個人應盡的責任及義務。然而在日常生活中，浪費食物的情況隨處可見，好像婚宴、大壽、團年等大時大節，會在酒樓產生大量廚餘。面對中國十三億這龐大的人口數量，每一粒米都與我們的生存有着千絲萬縷的關係，不要小看每一粒地米的力量，它對我們的生命有很重要的意義，它能夠滿足人飢餓的慾望，也能被人一粒一粒地浪費。

「惜食」是生活幸福的基石。愛惜食物，節約食物是我們每人應該養成的好習慣，養成這好習慣後，久而久之，便能節省很多食物，有助改善浪費食物的問題了。有一句阿拉伯的諺語：「勞動是幸福的左手，節約是幸福的右手」。不愛惜食物，即是不愛惜土地。進而，

這代表不愛惜我們生存的唯一空間——地球。那

麼浪費食物既是對自己做成迫害，又是對他人

造成迫害，更是對環境造成迫害。

食物短缺的問題在於哪些原因呢？其實原

因在於人口不斷增長而土地資源卻有限，加上

耕地呈逐年下降的趨勢及天災人禍，令中國的

糧食生產度有限。這問題無法躲避，需要我們

去愛惜，去節約，改善這嚴重又急切的問題。

「日省一把米，月節一斤糧」。凡事都要

堅持，節約從點滴做起。「惜食」也是一種對

農民的尊敬，這種美德就像清泉，永遠清澈見

底卻永遠執着；就好比寶石，在樸素背景的襯

托下閃閃發光。我們應以愛惜食物為榮，以浪

費食物為恥，盡好我們應盡的責任及義務。讓

我們一起努力，從今做起，我們要對浪費說聲

「不！」一起協力做好這種美德。愛惜食物，

從我做起！