

中二禮 黃慧雯 亞軍

惜食

近年，越來越多人浪費食物，情況越來越嚴重，很多人點了食物吃不完又丟了，導致廚餘增加，我曾看過一個有關浪費食物的故事。從前有兩姐妹，她們都非常挑食，她們的媽媽辛苦煮的飯菜，她們不喜歡的不吃，在餐廳點完的東西也是如此！經常東挑西撿自己喜歡的食物，不喜歡的食物就碰也不碰。她們不僅把不喜歡吃的食物偷偷丟掉，白飯也常常吃不完，讓媽媽十分傷腦筋。

有一天，姐姐發高燒病情嚴重，搶救不治而病死了，妹妹傷心地哭了幾天。一天晚上，妹妹做了一個夢，夢中看見了姐姐，姐姐在一個潮濕陰暗充滿臭味的地方。她看見姐姐在吃一些剩飯剩菜。妹妹感到很噁心，但也心疼姐姐，問：「姐姐，你為甚麼在吃這麼噁心的東西？」「因為我之前挑食，又浪費食物，所以我要吃光自己之前剩下的飯菜才能轉生。」姐姐邊哭邊說。接著，用手一指，說「那邊有

四桶是你的……」 「不要！不要！」 妹妹從夢中嚇得大哭起來，剎那間便醒了。從此之後，妹妹不再挑食了，媽媽每次煮的菜，她每次都吃得乾乾淨淨，再不浪費食物和挑食了。

我們要珍惜食物，不可胡亂浪費食物，否則，便成了故事中的姐姐，這時候，就後悔莫及了。要知足常樂，夠了就好，不要貪得無厭地點太多食物，但又吃不完，結果又會變成廚餘了。「粒粒皆辛苦」如果全世界都明白這道理，相信一定會減少很多的廚餘。農夫辛辛苦苦種的每一顆米都是得來不易，我們要更加珍惜和吃光食物。