



樂活

Roberto

今天晚上，心裡覺得難受。

下課後，在路上看到一個瞎眼的老伯伯，穿着單薄的衣服，蹲在路邊吹笛子。路過的行人可能看他幾眼，但多數還是選擇無動於衷地繼續走，我看後，一陣難過油然而生。早幾天才遇到一個身體瘦弱的老婆婆，獨自推着很重放滿紙皮的手推車，現在又遇到這老伯伯，不禁讓我反思，作為年青一代，我們可以如何幫助他們？

每次看到他們，除了給予一點金錢上的幫助，也不知道可以做些甚麼？心裏不知道為何充滿罪惡感，我無法想像他們的生活。當自己在溫暖的地方飽餐，有時還會倒掉可能足夠他們吃飽的隔夜菜，想起這些生活艱難的老人，我不知道自己一直以來給予的施捨，到底是出自真心，還是只想減輕罪惡感。

在這物質豐富的社會，毫無道理的浪費每天都在發生。用自己賺的金錢獲取想要的東西，即使浪費掉也純屬個人行為，是這樣嗎？

我想起了讀過的一本書，提到有關“樂活”（LOHAS）的概念，這概念最早出現於《文化創造：5000萬人如何改變世界》一書中（The Cultural Creatives: How 50 million people are changing the world），LOHAS 是 Lifestyle of Health and Sustainability 的縮寫，即健康和可持續的生活方式，“樂活族”提倡“在做消費決策時，應考慮到自己與家人的健康和環境責任”，也就是鼓勵人們過健康和簡單節約的生活，以令地球的資源可以分給更多的人享用。

世界上有很多弱勢和需要幫助的人，我們作為有能力的一群，除了施予所擁有的，也應過着節約的生活，讓其他有需要的人和弱勢群體可以分配到更多社會的資源，幫助他們的生活得到改善，從而提升整個社會的生活質素。

我終究明白了自己為何會有罪惡感。分享是美德，也令人快樂，從今天起，我也要成為一個“樂活”的人。