

「唉！又是番茄！」當我不願意吃蔬菜的時候，就會想起當剩菜回收義工的體驗。這個體驗令我對社會問題有所啟發，感到有些慚愧。

在某一天的晚上七時，我、媽媽和「糧友行動」的哥哥姐姐在石硤尾邨參加街市剩食回收的義工體驗。當我第一次接觸義工體驗的時候，我滿臉疑惑，心想：石硤尾邨是甚麼地方？義工要做甚麼？

有一位哥哥見到我滿臉疑惑，他就介紹回收剩菜的過程。接着，跟義工姨姨一起到街市收集剩菜。然後，挑選還可食用的剩菜，再平均分配入不同的籃子，準備派給長者。我忙得大汗淋漓，我的心都熱燙燙的，對服務別人充滿熱誠。那天，我們共回收了六十多公斤的蔬菜。輪候的公公婆婆都一個一個高高兴兴地接過蔬菜，心滿意足地離開。

隊伍的最後有一名和我年紀相若的女孩子，她低着頭接過蔬菜後，就如一枝箭般離開。我看着每一張笑臉和每一聲道謝，我感到十分欣慰。看着那小女孩，我心想：她為甚麼要跟公公婆婆一起輪候剩菜？我問了義工哥哥，他說那小女孩家境貧窮，要幫爸爸媽媽拿剩菜。我聽完哥哥的話，就覺得那小女孩真懂事。

媽媽常常說「施比受更有福」，經過這次義工體驗，我終於明白了幫助他人的喜悅。我也更認識貧窮和浪費的問題，為自己常常挑吃而感到慚愧。我期盼可以參加更多不同的義工活動，貢獻社會。