

《跟長輩相處時的難忘經歷》

今天看書時，我看到一句：「不知盤中餐，粒粒皆辛苦。」這頓時令我想起外婆多年前教會我的道理。

我吃飯時不是把飯粒弄得滿桌都是，就是剩下很多米飯，非常浪費。外婆每一次看到都不禁皺了皺眉。有一次，我又吃剩了很多米飯，外婆問我：「你吃飽了嗎？」我不解地點了點頭。外婆拉着我的手，帶我到了天台的菜園，說：「你太浪費食物了，我就帶你體會一下做農夫的感覺吧！」

外婆拿起鋤頭教我如何鋤土，我學着外婆的樣子拿起鋤頭，卻發現搬也搬不動，我晦氣地說：「外婆，世界上的食物這麼多，我浪費的那點也不算甚麼吧！」外婆語重心長地說：「你不知道，我童年時期想填飽肚子也是一件困難的事啊！」聽到這句話，我不敢再多言，默默地跟着外婆耕種。黃昏時，金黃的夕陽熱情地抱着我不放，我熱得汗如雨下。這痛苦令我不想再浪費食物了。

後來，我愛上了耕種，一有時間便跟外婆一起耕種，每次接收豐盛碩果時的感覺是多快樂啊！後來，外婆得了抑鬱症，她不再種田了。那個裝着我和外婆快樂回憶的菜園就此荒廢了。

謝謝你，外婆，你教會了我不再浪費食物，「誰知盤中餐，粒粒皆辛苦。」我一定會銘記於心。