



呂光洋
中華民國自然生態保育協會理事

吃到飽?!

近年來每到五、六月國內外較具規模的飯店或餐廳就會開始忙碌起來，為的是準備一年一度的「錢潮」。暑假期間國內外的各式遊行團在到達目的地之後的餐飲安排有七、八成是以吃到飽或隨你吃到高興(all you can eat 或 buffet)的方式。旅行社一方面是為了省事及省時，另一方面是旅客可以選擇自己喜歡的食物盡量飽食到心滿意足。旅行社要是在行程中沒有安排海鮮 buffet 的行程，那客人是會抱怨的。至於在國內方面呢？五、六月正是各級學校應屆畢業生舉行謝師宴的旺季，再者學生們為慶祝期末考結束慰勞自己而去大吃一頓。什麼樣的餐廳會是學生們的首選呢？排名首位的就是「可吃到飽」各式餐廳。

在台北的公館商圈、西門町、華納威秀影城附近……，都有不少打著只要付299、399、……999元等就可以吃飽的招牌，甚至還有一人付款兩人享受的優待呢！這些廣告實在是夠引誘人。因此類似的火鍋店、涮涮鍋、日式餐廳、牛排館、泰式飲食、甚至於提供甜點的專門店在主要幹道或巷弄間都可見到。以現在生活水準來看，花個399元還不到400元，偶爾奢侈一下是還可以接受的行為。如果經常吃那就有很多可以思考的空間。

學生們在飽食續攤的聊天的話題，幾乎都是集中在自誇自己剛剛的餐會上吃了多少隻雞腿、多少隻龍蝦、多少塊牛排或羊排以及吃了多少份的甜點和冰淇淋。曾有一位學生就一次吃15塊牛排的記錄，其他食物還不算呢！這位

海鮮常是桌上的主角之一

學生的體重的確不輕。本來一個人一餐吃1片牛排或2隻蝦及一些副食就足夠一天代謝所需的熱量。人性本貪，所以人人到上述餐廳用餐時，就抱著不吃白不吃的心理；況且在已付錢的情況下，所以就大吃特吃。那種吃相有如自己很遺憾沒有長有如松鼠及猴子的頰囊或塘鵝的袋狀下頷，可將餐廳提供的牛肉及海鮮盡量往口中塞。這一餐下來，可能就超過一星期所需的熱量。如果對照新聞上的衣索比亞的難民或饑餓30活動照片上的饑民，此地 all you can eat 的一餐就不知可以養活他們多少人？在這類餐會之後，大多數的學生都是撐著很不舒服的肚子回家，有些甚至還要上醫院呢！


事實上人的好吃及貪得無厭是有其演化上的原因。早期人類在非洲草原上演化出來時，我們的老祖宗日常的生活是面臨著無數的天敵，因此他們也只能偷偷的撿食那些被其他掠食動物吃剩下的屍體，或草食動物吃剩下的植物種子、果實或嫩芽。就因為時時要看其他動物的臉色才有得吃，因此一有機會時就盡量多吃。同時也不知何時才能再吃到下一餐，故能吃就盡量多吃以備萬一。早期人類的貪吃是有其時空背景的，且即使多吃對自然環境也不會造成衝擊，因為一切都合乎自然運行及生態的法則；萬物永續沒有任何問題，現代人類也因而還有資源可享用。然而時空不一樣了！一方面人口太多，為了養活過剩的人口，所以我們要將森林改變為耕地或牧場，有不少物種就因缺乏適當棲息環境無法永續生存而滅絕。同樣

的情況也發生在海域。漁船愈建愈大，航程愈遠，捕魚技術愈科學化，甚至於衛星導航及聲納探測都被派上用場。有一段時間漁獲是會增加，但到達某個關鍵期漁獲就會開始下降，榮景就一去不復返！台灣捕烏魚的歷史就是一個很好的例子。在小時候每到冬至前後，漁民所盼望的就是寒流的來臨，天氣愈冷帶來的烏魚愈多，漁港時時可見滿載而歸的漁船。現在即使寒流再冷，捕到的烏魚即使再多也完全無法跟以前相比。這問題的關鍵就是當初從上到下完全沒有適可而止的永續經營觀念。近三、四年來政府在南部及東部為推展觀光而分別舉辦黑鮪魚及翻車魚季，政府官員紛紛在電視機面前示吃這兩種魚的料理，甚至是 all you can eat！資料顯示漁民捕捉到這兩種魚的體型是愈來愈小。這種以吃為主來推動觀光的榮景可以永存永續嗎？答案是很明顯的。

牛羊在牧場上緊湊取暖

暑假期間有不少人會到紐西蘭去旅遊，當旅客離開奧克蘭往郊區去觀光時，放眼公路的兩旁儘是一望無垠的青青牧場地，想看看紐西蘭原生的森林植被及動物，對一般觀光客而言已是不容易的一件事。要是西歐各國、日本、韓國及我們等少進口一些紐西蘭的牛肉，那紐西蘭也就不必要那麼多的牧場。在Buffet時如果少吃一片牛排或羊排，那進口牛羊的數量就可以減少一些。肥胖的人口數也可減少一些。

就在6月，筆者有一對去國多年的大學同學從美國達拉斯回台省親。不能免俗的，我們就趁機舉行了一個小型同學會。為了交通的方便，我們就選擇了設備及食物品質都不錯的公務人員訓練中心的餐廳為聚會場所。在用餐時我巧遇到一位在中央級機關服務的朋友也在用餐，他說正在上面參加一公務人員訓練班，所以這幾天都在此用餐。當時用餐的客人有三分之一以上是參加訓練的學員，每個人都在享用 Buffet，個個的臉上都顯露出愉悅的臉色。我那對去國多年的同學在看到我和朋友打招呼及說明之後，他們顯露出不可置信的臉色，問到國內公務人員在受訓時的吃住都這麼好？你們是不是在訓練公務人員 All you can eat and take as many as you can? 在座的同學有人提到，報紙上還報導有些培訓班還在鴻禧山莊或春天酒店舉行。我們當然不敢再進一步對那兩位同學解釋，唯有趕忙澄清說，永續發展及永續資源是目前政府施政的重大政策。我沒有問我那位友人，當時參加的受訓是否和永續有關？

唯有永續的資源才能達到永續發展。吃到飽的餐館確實可以提供給令顧客較滿意的服務，雖然貪吃飽食是人的天性，但因時空已不一樣，人必須調適自己的行為才能適應和我們老祖宗所處完全不同的環境。不少科學家指出，人類目前所使用的資源是向我們的子孫借貸的，如果超貸過度的話，在我們的晚年及我們的子孫就不知要向誰借貸了！ All you can eat now. What will be the next? Well, you will have nothing to eat! 

牧場是紐西蘭公路兩旁的主要景觀；冬季的紐西蘭牧場，卻仍可見青翠植被。