

瘦身即是減肥。現代人似乎大都不滿意自己的身形，紛紛要瘦身。人們往往喜歡在肥胖的女士背後，稱她們「豬排」，更甚者會以反語「靚女」來讚美她們。

老實說，我反對各位先生女士加入瘦身大軍行列。為甚麼要減肥？哦，因為大腿粗了一點，臀部也太大了，不可以穿一些漂亮的衣服，穿泳衣也不敢呢！這都是合理的理由嗎？不！她們只是看見明星、歌星成為某瘦身品牌的代言人，再加上有一點點不滿意某些部位，於是便藉口瘦身罷了。現代人似乎認為愈瘦愈好，再加上明星、歌星效應，坊間林林總總的減肥產品，朋輩之間的危言聳聽，於是便助長了瘦身的風氣。

可是，肥就一定不好了嗎？不，楊貴妃不就是一個肥胖的大美人嗎？唐玄宗就是因為她而傾國傾城。再看看現代的例子，「肥姐」沈殿霞是位家傳戶曉的人物。她拍過很多廣告、電視劇和電影，是一名出色的藝人，在台上的一舉一動，都風靡不少觀眾，給我們深刻的印象，而且帶給我們不少歡樂。她沒有因為自己胖而自暴自棄啊！

再者，減肥也有不少後遺症。例如會患上厭食症，有些瘦身療程甚至會對身體做成無可補救的影響，你認為這樣對身體有好處嗎？

因此，在大家瘦身之前，請想想付出的代價有多大、多危險吧！

教師回饋：善用中外例子論證要點，文句活潑生動，能恰當透過提問引起讀者思考。（張燕老師）

賞析與思考：你贊成瘦身嗎？瘦是不是等如美？有沒有一些雖然外表不美，但卻值得我們敬佩的人？