



像小農一樣， 不斷向大自然學習

(圖·四季耕讀農園提供)

近來，越來越多超市、量販店、網路商店開始販售可追溯履歷的安全農產品，消費者有更多機會接觸不同耕作方式的農產品，大家可能知道有機或友善土地的農產品價格較高，卻不一定瞭解價格是否合理，以及其與食品安全、農業發展，生態環境之間的關聯。

位於花蓮縣壽豐鄉的四季耕讀農園，以種植水稻、花生、玉米等五穀雜糧為主，農地大小約七、八公頃，而新北市的北大特區fun心農場，以及屏東縣長治鄉的心情有機農場，則以種植葉菜水果為主，農地大小約七、八分，皆屬典型的台灣小農。

他們的農產品都通過有機驗證，雖然在大型通路不易看到，但其對農業、對土地的用

心，也累積了一批忠實顧客，建立起另一種消費模式，並讓更多人了解有機農業的多元價值。

七年前，四季耕讀農園的李慶豪、劉慧芸從台北到花蓮定居，因緣際會下接觸到秀明農法，以不用農藥、不施肥，且自家栽種的方式耕作。由於連有機肥都不使用，作物為了得到養分會向下扎根，因而能吸收到深層土壤中的微量元素，讓作物的營養和風味更加分。

心情有機農場是賴家人近兩年在土地耕耘的成果，家中女兒賴惠中從屏東科技大學農園生產系畢業後，曾在驗證公司工作，後來回家和退休父母一起從事有機耕作。他認為，種植過程一旦使用農藥和化學肥料，即使收

成的蔬果沒有檢驗出殘留量，也對空氣、土壤、水源產生影響。有機種植除了吃了安心，更能兼顧生態環境。

北大特區fun心農場的林珠來，早年跟著先生從事慣行農法的耕作，十幾年前開始接觸有機農法並試著栽種，直到品質和產量都達穩定後才開始販售。林大姐分享：當初一頭栽入有機農業，就是希望大家能夠用買得起的價格，吃到健康。市面上有些打著有機蔬菜招牌，卻開價驚人的產品，讓消費者看到就縮手，即使有著愛家人的心意，也只能默默地轉身尋找他們能夠負擔的食材。

在fun心農場，一般葉菜類的零售價是每包250克35元，紅鳳菜、皇宮菜等季節性蔬菜，非盛產期則會調到200克35元，都有三包100元的優惠。他們會到農夫市集擺攤，也接受電話或網路訂購。林珠來認為，這樣的價格調整空間不大，因為有機栽種成本較高，但若是價格再高一些，消費者負更難負擔，也不利有機種植的推廣。



相較於慣行農法，有機農法的損耗率高，除了蟲害影響產量，近來氣候異常，不定時就遇上連日大雨，也增加了種植的難度。慣行農法在大雨前後可使用抗菌藥物防治葉菜根部受損，雨後作物大約能保留七、八成，但有機農法因為用藥限制，只能保留二、三成。

林珠來說，如果遇到大雨、颱風等災害，導致產量不足，他們大多自行吸收虧損，生產過剩時，則會分送給弱勢族群，以此來維持穩定的價格。但是慣行農法原本的售價已經很低，遇到颱風若不提高價格一定賠本，生產過剩、價格崩盤時也要煩惱，因為採收的人工費用太高，農民寧願將作物絞掉做成肥料。

賴惠中分享，因為有機種植比慣行農法的產量少了一半以上，所以他們選擇自己銷售，以維持收益，也為了因應一般家庭的需求，同時種植了各式各樣的作物，蔥、香菜、秋葵、玉米、絲瓜、茄子、草莓、番茄等蔬果都有，造就了豐富多樣的農園風貌。

從一個農業門外漢開始，學習如何播種、收成、加工……廖慶豪原本以為三年時間可以熟悉農事，但一年後就覺得可能需要五年，現在則認為和大自然相處是一輩子的事。他說自己隨時隨地都在面對問題、設法解決，但渡過了就能留下智慧。

一般消費者雖然不用兢兢業業地面對天候變化、市場需求對農業的影響，但若能夠抱著不斷向大自然學習的小農精神，在花錢買健康的想法外，多認識吃下去的食物、多關注農業生態，知道我們的選擇攸關未來環境，就能更堅持和長期地支持有理念的小農、有良心的商家，讓生活朝向友善健康的方向前進。💕