



文美  
编编：  
张蜜  
鸣羽

# 绿心田 生活汇

回归号  
NO. 1期 2011.7

## 回归康复的旅程

还记得曾经的《绿色生活小月刊》吗？两年时间里，很多朋友经由这页小小的单张开始认识安龙村的农友和他们的蔬菜，从餐桌上这个蔬菜的角落开始照顾家人健康。当大家再次看到这份小月刊的时候，我们和农友已经走过了快5年的历程，在大家渐行渐远的身影里，看得到越来越新稚的笑脸，在关心身体的健康的基础上，大家也越来越多地将自己的生活智慧分享给周围的人。感谢那些大事件的发生，我们才会有机会真正关心到人和周遭的健康状况！感谢能给我们很多生活智慧的义工琦琦，虽然天使去了帮助其它人的路上，但却留下让我们乐于去照顾他人的习惯！正是因为这样，一群关心农友及环境的朋友开始合力营造与人分享身心灵整体健康的平台。反正也是在做自己正在做又喜欢做的事了，为什么不能跟更多人一起分享呢？“绿心田·生活汇”便由此开始，在这个与人分享的平台里：小月刊是其中的一个载体，期待将更多永续生活的内容通过文字的方式互相分享，农友农事、生活智慧、妈妈厨房、自然育儿、好书有感、身心灵整体健康、城市农耕、活动回顾与预告等版块，期待大家来稿一起分享。Blog博客或是未来的网站也会在网络上起着同样的作用。

除此之外，大家还准备农友来分享的农友饭局，农友市集，通过品尝食物的味道、听土品和农友的故事了解更多传统和自然的智慧，当然也会从农友手里买到更多品种的在地食材，价格合理不说，当他们手里接过您留有余温的菜金时，和你的笑脸一起烙在心里的还有对彼此的理解和感恩！

在农友回访计划里，通过走近体验农友的生活，除了了解食物的麻辣中情况，也有机会关注到农友生活的每个角落，感受不同景色与物产，体会不同的传统农耕生活也是大家同样感兴趣的吧！

有了好的食材，接下来的妈妈厨房将互相分享各自在厨房的爱意，妈妈的厨房除了健康还有美味，无论传统或是西式，总能让人体会到妈妈的用心美意！

永续生活工作坊，在这里可能互相分享各种的生活智慧，吃穿住行，生活的每个角落每个当下都能爱护到自己以及环境的健康！

组织团购各地农友自种的健康土品帮助互相解决生活的需求，当农友的网络越来越大的同时，也意味着有越来越多样的品种回应我们的需求，借由您餐桌的消费，也鼓励越来越多的农友有信心在这条路上前行！

食物的能量不仅来自她有没有用农药化肥，耕种的农夫、吃菜的人传递什么样的情感也同样会影响到。即使是农药化肥中出的菜，如果您是用感恩的心去吃，也会带来正向的力量去平衡负面的倾向。蔬菜也不愿意生活在污染的环境里吧！但即使她们无法选择却依然在坚韧的生长，应该赞叹和感谢才是吧，又如何能抱怨蔬菜带给您不健康呢！回归生活的常态，放下抱怨和挑剔，打开心扉，期待您也来分享那些让我们感动和快乐的部分！

让人感动的当然不止我们有福吃到农友用心照顾的食物，农友饭局上各人眼中因品尝到众多美味发出的亮光，和农友一起在树上摘野果的味道，一家人和美美劳作嬉笑的场景，一盘让人回忆起外婆的卍儿粿，一颗让人想念妈妈的杨梅，一瓶打翻童年记忆的水豆豉。。。。。。希望感动常在！

感谢利用业余时间分享和参与协调的这些朋友，在分享中找到更多人生的快乐！如果有相关内容分享请联系她们。

- 陈霞 奉献身心灵整体健康的内容，协调义工团队的整体协作和学习
- 钟原 生活汇后勤支持，提供网络、通讯等支持，承接团购收款事宜
- 顾谦 奉献育儿和身心灵整体健康的内容，主办农友饭局的饭局部分
- 张建阿姨 协调和奉献妈妈厨房的内容，承担生活汇财务管理
- 佳佳 和张建阿姨合力管理生活汇财务部分
- 李之鸿 奉献育儿和心理学部分的内容
- 张鸣 小月刊文编，和张建阿姨协调妈妈厨房的部分，承接影像资料的记录整理
- 翟宇 小月刊美编
- 刘莹 小月刊美编
- 小马 全能型材，哪里需要往哪里搬
- 朱轶 承接团购库房管理部分，贡献创意生活的内容
- 夏路 协调农友饭局和市集中与农友相关的内容，贡献城市农耕自制手工的内容

感谢所有与我们同行的农友，郫县安龙村和园田村的农友们、攀枝花烂坝的农友们、简阳双河村有机稻米合作社的农友们，宏缘乡的贺伯伯一家、绵竹清平的妇女小组、资阳的刘水富、小金为我们种苹果的农友们、还有远在山西汾阳栗家庄的妇女小组、贵州黎平流芳有机稻米合作社、广西爱农友的农友们、甚至那些顶着重重压力返乡种地的新农友们，不仅耕种健康的食物，也教会我们如何与自然相处！

感谢全力支持提供诸多协助的清水荷花素餐厅，文殊院素餐厅，关注农村及环保的公益机构成都市河流研究会、PCD香港社区伙伴，过去现在未来共同协力的热心单位及可爱的工作人员们！

还有看到这里的您，从今天起，从康复自己开始康复大地的旅程！