

當收到這一封電子郵件時，就很想參加這次的導讀會，而且這次的導讀是由張瑞興老師主持，在二技進修的時候就上過張老師的課，所以更有參加的動力。最近食安風暴激烈的衝擊台灣，讓大家覺得食物的取得竟然是那麼的困難又不安全，社會關了一扇門，這個導讀會卻開了另一扇窗，也許我們都太依賴現在的市場，遺忘了我們也可以自己來耕種，取得我們一部分需要的食物，這個導讀會讓我們獲益匪淺！

這本書的作者 Kristin Kimball 真的讓我非常的佩服，因為她能夠放棄記者的工作，嫁給一位農夫--她的先生馬克，不要說在農場工作，單單是我們自己去想想，我們多久沒有離開都市叢林到野外叢林？我們多久沒有赤足踏上青青草地？我們多久沒有聞到泥土的芬芳？這本書的一個重要主軸就是有關於吃，書中提到「他們種植的有機本土食物，有越來越多人想吃」「我吃了兩份肉腸，從此結束了我的素食生活。」「對食物的喜好，也是他最終選擇耕作的部分原因。」「食物是表達愛的方式」，因為食物造就了他們的愛情！因為食物讓他們對未來有一份憧憬！因為食物讓作者的家人改變了觀念！甚至因為食物結束了作者吃了十三年的素食。然而，農場的工作不是那麼的愜意，每天有做不完得工作，每天都要與泥土為伍，但是他們真的做到了，雖然累、髒，但是每天的晚餐卻是金錢買不到的享受，來自自己農場安全的食味，新鮮的食物，只要簡單的料理，卻可以征服你的味蕾，而且這一餐是帶有「愛」的一餐，先生把他的愛，放在食物裡面，讓再怎麼累又髒的作者，寧願放棄一切，離開都市，離開父母，與她的先生馬克共創未來！

一件事情的成功，不是那麼地容易，天時、地利、人和樣樣不可缺。時代的變遷，許多人都喜歡吃有機的食物，恰巧馬克堅持使用有機栽培來種植各種蔬菜、水果與養殖動物，符合了時代的要求，這是天時；創業之初「愛瑟農場」的主人恰巧要出售農場，農場有足足五百畝的農地，可供種植多樣的蔬果並養殖動物，又提供他們免費的使用一年農場土地、設備和住家，這是地利；CSA 社區支持型農業讓會員事先付錢，農人可以預知收入，並且在生長季初期就可以取得充裕的資金，恰巧居民改變了購物模式，接受有機產品的觀念，使他們順利地招募當地的會員，獲得相當的訂單，這是人和；加上馬克對農場的專業知識，馬克與作者兩人的勤奮努力，以及農場多樣化的生產各種肉類、蛋類、牛奶、乳製品、穀物、麵粉、數十種蔬菜、水果以及糖類……等等，這樣讓他們成功地建立農場，建立他們的家！

似乎這本書離我們好遠，但是作者告訴我們：「泥土加水，加陽光，加汗水，等於食物。不需要工廠，沒有肯多機械，不使用有毒物或化學肥料。……我覺得他媽的安全。世界上任何事情都有可能發生，……，石油可能乾涸，但至少在這裡，我們還可以吃東西。」也許我們沒有一塊地，但是我們心中有一畝田，

因為你想獲得安全、有機的食物，這就是動力，我們學校的蔡教官，他有一塊地，我們可以與他一起種植有機蔬菜；如果您住透天樓房，別忘了您家樓房的頂樓，現在市場有專門在銷售種植蔬菜的箱子，一個星期加一次水；還有許多社區在頂樓做魚菜共生系統，用水耕的方式來種植各種蔬果，用飼料養魚，魚的排泄物來養大蔬果；在您家門前也可以放花盆、保麗龍箱子，就可以來種菜了！要記得喔！

「泥土加水，加陽光，加汗水，等於食物。」有機食物離你不遠，即使您沒有土地，只要心中有一畝田，再也沒有比吃到安全的食物更快樂了！