

氣候暖化、空氣污染、資源貧乏……這些環境問題，我們時常都聽到，很多人選擇不予理會，抱着「事不關己」的心態。然而，這些問題真與我們無關？我們吃的、喝的都可能已受污染，影響着我們的健康。都市人是否應該回歸自然，重新了解環境對人類生命的重要性，尋找兩者共融的相處方式？



綠田園基金於1988年成立，提倡有機耕種和綠色生活，從而讓城市人了解環境保育對人類的重要性。其農場位於粉嶺鶴藪村，佔地約二十萬平方呎，提供農地予租用戶自耕，讓人們能在大都會享受田野之樂。此外，綠田園基金也提供不同活動，讓參加者親身接觸大自然。「綠色之旅」即是其一。參加者能在同一天內，嘗試多項農場活動，如田務實習、焗麵包、製作再造紙等，領略綠色生活的意義。

強化身心 走進 綠色之旅



放下身段 下田勞動

綠色之旅的田務實習讓參加者親身體驗有機耕種的滋味，參加者由導師帶領下學習如何務農，開始時要先鬆鬆泥土，再清除雜草，翻土、用耙掃平泥土，才能夠開始播種。導師會教導和解釋每一個步驟的重要性，綠田園基金資深導師馮鏡釗（釗哥）表示：「農藥、化學肥料、植物生長調節劑等東西，有機耕種一概不會使用，因為這些物質會對天然環境造成損害。有機耕種是以尊重環境的方法去生產、處理及加工肥料，所以每個耕種的步驟更要做好，農作物才能健康茁壯成長。」

有機耕種是一門高深學問，涉及物理、化學和生物的知識，每一個步驟都有其意義和作用，必須親身嘗試才有深刻體會。釗哥認為：「很多人不了解農務，只知道要鬆鬆泥土、除草等，但從不知道原因。其實鬆鬆泥土是為了給予種子更多空氣和水分成長，除草也是為了將養分留給農作物。現在很多人對食物的來源也不清楚，只知道在超市、街市買到糧食蔬果，卻不知道耕種的實際情況。當他們親身嘗過耕田，便會明白『粒粒皆辛苦』的道理。」

1. 畦田的空隙用作排水，避免農作物被雨水浸壞。
2. 位於鶴藪的綠田園農場，讓城市人能夠接觸綠色生活。
3. 現在耕作已不需借牛力，昔日農夫的得力助手，今天只充當釗哥講解耕種的教材。
4. 釗哥擔任綠田園導師，盡力把環保訊息宣傳開去。（資料圖片）
5. 年輕參加者對傳統耕作感興趣，同時卻又怕辛苦。（資料圖片）

除了田務實習外，綠色之旅可讓參加者嘗試焗製麵包，製作過程並不困難，但活動背後卻希望帶出一些訊息，釗哥解釋：「我們採用有機的小麥粉、麥皮，加上原蔗糖、海鹽製作麵包，全都是天然材料。一個粉糰平均要搓半個小時，待酵母菌發酵一小時後拿去焗，麵包製作過程才算完成。」坊間店舖售賣的麵包，大多用了非天然的色素和材料，有時更為了節省成本和時間而採用非天然酵母或防腐劑，對健康帶來潛在危機。

自製麵包 考驗恆心

綠色之旅的參加者，包括小朋友、老人家，而當中以學生佔大多數，釗哥表示只要認真參與，任何人都能完成每個活動，但過往有些參加者卻不夠積極。「耕田要曬太陽，又熱又辛苦，而且會弄得滿身污泥，有些年輕人嫌太辛苦不願下田。我只有鼓勵他們或者幫他們多做一點工夫，盡力讓他們嘗試，即使只做一兩個步驟也是好的。」

釗哥自2001年退休後，即開始在綠田園基金擔任導師，他解釋道：「以前我家經營農場，近三十年來都是採用非有機的方法，後來才知道以前的耕作方法一直在破壞地球。現在擔任綠田園導師，希望更多人了解環保的重要，不論年齡，我都會盡力教導，希望把環保訊息像種子般散播開去，讓更多人一同保育地球。」

興趣小資料

綠田園基金

活動：綠色之旅

地址：新界粉嶺鶴藪村18號

費用：每人98元，學生/長者每人88元

電話：2674 1190

網頁：www.producegreen.org.hk/index.asp

查詢：info@producegreen.org.hk