

【慢活人生 農村樂】音符上的土地之歌 吳志寧唱出生命力量

青年回鄉土地關懷

雲林農夫、北成庄蓮花、宜蘭穀東俱樂部

另類旅遊以工換宿

桃園比亞外、埔里紙匠工房、南投小鎮文創、南澳自然田

吳耿禎剪紙光影

喚醒土地美好記憶

農產市集 寶島伴手禮

本土遊樂場，只送朝氣不吹冷氣

好好吃飯 安心蔬食

穿梭古今的貿易港與文化城

台北大稻埕

懷舊香醇城市記憶

巴登、蜂犬

1

土

ム

止

7

Taiwan
Step



編輯室報告

旅行有很多方式，從城市出走
是否會遇見不一樣的感動？

本期主題「慢活人生 農村樂」回歸自然，你可以一邊吃著在地新鮮的有機食材，一邊逛小農市集；也可以在鄉間旅行中，聽返鄉務農的年輕人分享生命的另一種豐收；也可以以工換宿，親自體驗這份人與土地間的情感；也可以透過吳志寧的音樂及吳耿真的剪紙，看見另一種土地生命的詮釋。

此外，吃食在這一期頑皮的藏在各單元裡，從「古城古早味」裡大稻埕的早市到「入境隨俗」裡的夜市，再加上「實在好食記」裡最親民的銅板美食滷肉飯，字裡行間刺激著大家的味蕾。

最後，希望《走台步》的讀者們能上臉書 po 文，分享你的「走台步」經驗。

Taiwan step

編輯室報告

A 咖人物：音符上的土地之歌——吳志寧 02

主題企劃：慢活人生 農村樂

目次

1. 青年回鄉土地關懷——

雲林農夫黃進益、北成庄蓮花、宜蘭穀東俱樂部 04

2. 最潮另類旅遊以工換宿——

桃園比亞外、埔里紙匠工房、南投小鎮文創、南澳自然田 10

3. 藝術家的土地關懷——吳耿真剪紙光影 18

農產市集 寶島伴手禮

1. 逛市集——本土遊樂場，只送朝氣不吹冷氣 19

2. 好好吃飯 安心蔬食 21

實在好食記：家常美食——滷肉飯古早飄香味 23

古城古早味：穿梭古今的貿易港與文化城——台北大稻埕 26

香港人在台灣：簡單（困難）生活節 28

入境隨俗：台灣，愈夜愈美麗！ 30

好書開箱文 31

懷舊香醇城市記憶——巴登咖啡、蜂大咖啡 35

閱讀民宿——台東晃晃二手書店 36

報馬仔

《走台步》第七期期手

總編輯：劉子華 執行編輯：洪于雯 美術設計：霧室

發行：財團法人臺灣經濟文化合作策進會

策劃：一人出版社、南方家園出版社、逗點文創結社、點出版

出版日：2013 年 02 月 01 日

歡迎上 Facebook 搜尋《走台步》雜誌

A 咖人物：

音符上的土地之歌—— 吳志寧唱出生命心力量

文 / 洪于雯

圖 / 風和日麗唱片行 (攝影：顏涵正)



閉上眼睛，腦中縈繞不止溫暖樸實的旋律，是對土地濃烈的情感，對生活細微的體悟，又或是坦率面對生命中一段又一段未知的旅程……。充滿生活敘事與共鳴感強烈的音樂能量，是吳志寧內心最純粹的分享。大學時期，邀請同窗、好友組了獨立樂團 929，透過吳志寧低穩沉柔的嗓音，娓娓訴出他所關心的每一件事情。

Q1：走上音樂創作之路的啟蒙與過程？

志寧：幼時，羅大佑來家裡找父親，想改編詩作〈吾鄉印象〉，收錄在他第三張專輯《家》。離開前，羅大佑丟了《之乎者也》、《未來主人翁》等三張卡帶給我，這是我頭一回接觸台灣流行音樂。高中時，姐姐給我黑名單工作室專輯，我便再去找出相關歌手，陳昇、陳明章、胡德夫等人的專輯。

青春時期的創作，羅大佑與陳昇影響我很深。他們充滿了批判意識、行為態度放蕩不羈，忠於自己且不斷突破，在那個時代敢大聲唱出真心話，很酷。直

到我大學時，某天聽到同學黃玠用直笛吹巴哈，整個驚為天人耶！在那個大家崇尚西洋流行樂、搖滾曲風的年代，黃玠用直笛吹古典樂，不把他騙來和我一起玩樂團，實在太對不起自己。（笑）

Q2：最喜歡的音樂作品？

志寧：最喜歡的作品是〈最想去的地方〉。這首歌有個很悲傷的故事，夢到大學時期的回憶，驚醒後，我拿起吉他不斷彈唱，就這麼成了這首歌的雛形。像是被雷擊般，沒有預先設定，更沒對文字精雕細琢，詞曲狀態都是最直接哼唱。〈混血兒〉一曲，就是我有預設目的的創作，希望寫出朗朗上口的曲子，傳達對流浪動物議題的關注，談領養代替購買這件事。

Q3：從農村到都市，談談你的成長經驗。

志寧：成長過程都待在彰化農村，直到高中升大學那年，和父親爭論選志願，那時成天就想到台北唸書和玩樂團。高中時期超迷戀五月天在角頭唱片發行的哀國歌曲，覺得組樂團根本是我人生最

重要的目標之一。四年大學生活也讓我發現，我其實對動物比植物來得更有興趣。因為想玩團，成績一落千丈，父親便搬到台中與我同住，每天還陪我到大學上課，筆記寫得比我還認真。這樣的生活，維持一整個學期，就連樹木學期末考，父親成績還比我高分。

父母親不反對我玩音樂，但他們並不希望我將來以音樂創作為生。父親最大的夢想，就是在家鄉種出一片森林，這也是他極力建議我念森林系的原因之一。這段爭執的關係，一直到我用父親的詩作〈負荷〉創作出〈甜蜜的負荷〉一曲，才開啟溝通，這是我把父親拉入我的創作世界最重要作品。那時和父親一起跑巡迴，我彈奏音樂，父親念詩；〈全心全意愛你〉是編唱父親詩作中，感觸最深刻也最喜歡的。幾場演下來，父親感動地分享，那些他長年演講不曾遇到過的觀眾反應，音樂與詩作一同發表場合，曲畢，台下盡是尖叫加掌聲。自此，父親才漸放下懸著已久的心。

Q4：分享關注的議題與未來創作計畫。

志寧：今年生日願望「拆掉美麗灣、停建核四廠！」這幾年，看這塊土地被恣意使用，少了對自然的尊重和感恩，貪婪狂妄吞嚥了許多真理。像台東的美麗

灣飯店，這件事最恐怖的，是整個台灣人的思維。我反對的原因，絕非為環保而放棄經濟發展，但真正的溝通，是要把往後產值、CP 值、長遠規劃講出來。東海岸的美是它的自然，土地、藍天、人情溫暖，絕非是一幢比一幢還豪華的飯店。未來創作我傾向寫關鍵價值觀的歌曲，而非單一議題，像是〈全心全意愛你〉，談的是土地。或許我的歌詞會出現「我把天空與海買下來，享受這些美景要付我錢」之類。「老覺得自己還是在體制內作微革命，並不是什麼值得說之事，但我就想持續作下去，用自己喜歡的創作，說出真實的聲音。」

詩人吳晟〈土地從來不屬於〉詩作：「土地，從來不屬於你，不屬於我，不屬於任何人，只是借用，供養生命所需……」明白並傳承了父親對土地的熱愛，明年，吳志寧也會繼續和父親合作，收錄父親的詩，搭配音樂創作，詩路面向廣泛，談土地、談家鄉、一切適合吟唱的詩作，都將是父子倆最新的組合創作。



青年回鄉土地關懷：

從傳統農夫到 農地管理者 ——雲林農夫 黃進益

文 / 唐梅文 圖 / 唐梅文、曾揚富



當媒體不斷報導馬雅預言末日將臨，世界將在 2012 年冬至這一天毀滅，雲林農夫黃進益卻依舊在冬日的農地裡忙著幹活，這個時節正是「土豆」（花生）豐收的時刻。「今年的土豆價格很好，可以過個好年了。」正在田裡採收花生的黃進益開心地笑著說。

黝黑精壯、帶著靦腆笑容的六年級前段生黃進益，出生於雲林縣，這個位於台灣西部北嘉南平原上的鄉鎮，土壤肥沃，水源充足，適合各種作物生長，是台灣農業大縣。昔日雲林地區以農、糖業為主要產業，但近年開發有限，在台灣西部各縣市中經濟程度較為落後，同時面臨人口外流問題。然而黃進益最後卻選擇了回鄉務農，做起了青年農夫。

其實一開始黃進益並沒有想要務農，縱使家中有農地，父親也是農夫，但務農真的很辛苦，不僅要看天吃飯，收入也不高。所以他選擇從事天花板工程，這個工作收入較高，但需要到處跑，生活比較不安定。結婚前夕，他考慮到家

庭生活還是穩定些比較好，於是毅然決然回鄉務農，而他的新婚妻子也從高雄的都會小姐變成鄉下農婦。

雖然回鄉務農的確是使生活比較安定，不必再為工作東奔西跑，但養家活口怎麼辦？根據統計，台灣農人平均年收入是 22-24 萬元，等於月收入不到兩萬元，連勞基法規定的最低基本工資都不到。若扣掉種苗、肥料、農機具、人工等成本，有時農夫的時薪連泡麵都買不起。但既然已決定務農，當時才二十多歲的黃進益思考著該如何能將農業變成不僅可以餬口甚至經濟無虞的行業。



從農夫變成農地的管理者

在台灣，務農人口集中在 65 歲以上，年老體衰的老農們自然沒有足夠體力去

應付農作所需的大量勞動力，而且農人們各自所擁有的農地大都不是大面積甚至零碎，所以各自產量有限。此外，農人是看天吃飯的，只要來個大雨、颱風或乾旱，都會使當期的心血付諸流水，影響收入。黃進益看到了這些台灣農業的基本問題，為了提高收入，必須提高產量及另闢財源，他知道不能再以傳統思維與做法去從事農作，一定要轉型。他想他不能只做為自家農地的農夫，而是要成為「農地的管理者」。

以「管理」的思維從事農作後，首先黃進益投資許多金錢在農機具上，現代化的農業機械可以大大解決勞動力不足的問題，各式各樣的農機具，可以幫忙農人從整地、播種、插秧到收成。有了這些好幫手，不僅自家的農地可以使用，他還可以幫其他農人「駛農機」，賺取代工費用。再來要增加產量，就必須先增加農地面積，然而自家農地面積是固定的，於是他向其他無力或無心種植的農人承租農地（一分地（約 300 坪）承租一年僅需 3000 元），最高紀錄他曾一人種植 8、9 甲（一甲地約 30000 坪）農地，自然也就大大提高產量，讓收入增加。



一分耕耘一分收穫

「農夫這個工作是很實在的反映：付出多少，收入多少。雖然下田需要大量勞動、忍受日曬雨淋等許多辛苦，但只要認真努力，還是有美好的未來。」黃進益笑著說。他也建議有心從事農作的年輕人，可以從「精緻農業」著手，只

要能提高作物的經濟價值，收入自然成長，當然也可以生活得很好。雖然台灣農業存在著諸多問題，傳統農業急需轉型，但所幸有愈來愈多年輕的農人帶著新思維與勇氣投身農業，致力讓台灣農業擺脫悲情，走向更幸福的未來。

青年回鄉土地關懷：

農村轉型 帶動社區營造 ——宜蘭北成庄蓮花

文 / 圖 王金啗

「北成庄」位於羅東運動公園旁，為宜蘭縣羅東鎮北成社區日據時期舊名。社區內有著「雷公埤」湧泉池，透過「北成圳」的引水灌溉，成為環境優美、水質優良的農村。然而，隨著現代化的腳步，就如其他地方的農村故事一般，年輕人紛紛前往都市工作，原本的傳統農業式微，社區人口亦日漸老化。

陳俊宏家族於北成社區世代務農，在成長過程中對於農村的沒落相當有感觸，於是自園藝系畢業並服完兵役後，便選擇回到家鄉服務。他首先在農會推廣股任職、參與農委會農事輔導計畫，以專長從事種苗繁殖、有機耕作與農業轉型等，並推動社區營造，希望讓自己成長的社區朝休閒農業的方向發展。在



一次參訪以荷花著名的白河鎮的機會下，有感於北成社區的水質、環境等亦相當適合種植荷花，便在取經後規劃產銷班，開始培植荷花。

離開農會後，陳俊宏繼續與當地農民合作，並整頓自家農地，規劃北成庄



有機體驗農場，初期以溫室、茶藝館為主題，除了北成湧泉與荷花介紹外，亦提供荷花茶品茗與荷花養生餐點，在荷花餐廳小有名氣後，於千禧年後進一步興建荷花主題民宿，體驗農場更擴大為「荷花形象館」。

陳俊宏與產銷班共同開發了許多睡蓮與荷花的產品，包括蓮花茶、醋、飲用水、蓮子蜜餞、麵包、蛋糕等食品。產品開發的過程中，陳俊宏秉持著一股

熱情，並以社區共享的概念進行，如蓮花飲用水看似簡單，當初卻因為種植面積、產量問題而無法獲製造廠技術合作，但他仍積極尋求解決方式，更自己購置原料製作機器，終於找到另一家食品廠，以小量方式合作生產。除了飲用水外，包括蓮花咖啡、蓮花茶等產品，在註冊後則以不收權利金的方式免費提供親友與地方餐廳共同使用。

雖然日前陳俊宏暫停了荷花餐廳，轉以經營北成荷畔渡假民宿，但還是能在民宿中吃到陳太太好手藝的蓮花風味早餐，剛整修完畢的民宿除了觀賞蓮花池，體驗農村野趣外，並有以蓮花為主題的手抄紙、座燈，以及手工書、藝品製作體驗活動。

在陳俊宏協助規劃下，北成庄十多年來已成為宜蘭縣有名的荷花、睡蓮觀賞景點，社區內更有自行車道，每當六至九月，總能騎著單車，悠閒觀賞荷葉搖曳，荷花綻放的丰姿，以及自成一格的生態景觀，接近秋季後更總會有自西伯利亞遷徙的野雁（綠頭鴨）來此過冬，形成另一幅景象。

夏秋二期來到宜蘭，北成庄絕對是作客的好地方，不妨以此為起點，從美麗的荷花池與美味的蓮子餐開啟悠閒的旅途。



青年回鄉土地關懷：

種田做「穀」東——賴青松的有機農耕紀實

文 / 圖 洪于雯

2012 歲末，一群來自台灣各地的小農、手創業者相聚在宜蘭，這塊都市近郊好山好水的蘭陽平原，沃土豐雨暖陽，小農們將自己親手栽育的「孩子們」，株棵收成，製釀成美味的米糠飯糰、醬醃蘿蔔、手工醬油與豆腐乳、山藥麵餅、有機蔬果、有機棉 T 恤……。這是群對土地永續、熱愛溪哥與湧泉者，所組成的「穀東俱樂部」。



2004 年起，「穀東俱樂部」由兩、三百位「穀東」以共同投資的方式，認購經營宜蘭羅東山邊，共計五甲三分的水稻田。田地管理員賴青松，舉凡租地、播種、耕耘、收割、曬穀、碾米、分裝，到把產品依股份比例，郵寄到每位穀東

家裡，全部一手包辦。此外，他還是田間實況轉播員、記帳員兼田間巡禮的解說員，每年插秧、收割與冬至，賴青松便邀約穀東在自家相聚，一起分享成果檢討改進。像是個務農大家庭，每位穀東不一定熟知農事技術，但透過親身參與，了解盤中糧粒粒皆辛苦的過程，許多穀東一得空便攜家帶著往田裡跑，體驗作穡人的辛勞與享受田間風光。



實現心中那畝田 先從 TO DO 作起

俱樂部前身，早在 2003 年宜蘭在地農友們便默默在此孕育。自小熱愛大自然的何金富，中年轉職當起荷鋤戴笠的農夫。最初，何金富邀請幾位專業學者、農友，小團隊從買米人變成種米人，何金富始終堅持自然古法，不灑農藥且費心維持田裡各種生物的生態平

衡。何金富認為，只要找到一塊好地以「委託種植」方式，不時回來看顧，如此才能發揮力量，拯救土地，也才能拯救農夫。這樣共同合作的概念，觸動了當時人在日本求學的賴青松，思考著要成為一個什麼樣的人、什麼樣的國家，是一種「TO BE」的思維，在此之前，要先想的是「TO DO」，實際動手吧！毅然決然離開高薪優渥的法政領域，賴青松回到家鄉投入種田計畫。翌年（2004）便邀請有心的消費者們成立了「穀東俱樂部」。



穀東十年有成「宜蘭小田田」正式加入友善稻作行列

冬至團圓搓湯圓這日，賴青松向在場穀東們介紹了生力軍——「宜蘭小田田」。這群來自政大、世新等大專院校的學子，從認養兩分地向賴青松學習種田開始。談起這段跌跌撞撞的過程，常水量沒控制好導致雜草過盛，得花很多時間除草；看到福壽螺憂心，雨水不足也擔心；颱風過境更是夜不安寢。七、八月收成，和隔壁廟宇借了地方曬穀。大太陽下，要控制曬穀的薄厚度，不停翻動，避免穀粒過熱碎裂而賣相不好，每人一早上工，中暑而歸。



接下來的通路行銷，碾米、包裝、找據點、實際販售，無一不是困難重重。小田田團隊想起這段很多人幫忙的過程，看到這些米如何才能變成桌上的一小碗飯，莫不感動。團員們笑談，種稻過程每餐都把飯吃光，人人都變胖。

一年辛勞耕作時光，不僅未動搖學子們的意志，今年，小田田決定擴大面積，從原來的兩分地增至九分，同時也幫忙地主銷售稻米。團隊一員吳佳玲說明，幾年前地主就有轉種友善稻作的念頭，只是種出來的稻子若透過既有農產運銷制度，無法取得相對合理的售價，加上不灑農藥，雜草和福壽螺的防治，相當挑戰老農體力。今年小田田除了忙於自家田地，同時也會協助地主減輕轉型壓力。

※ 青松米・穀東俱樂部：<http://blog.roodo.com/sioong> ※ 宜蘭小田田：FB 鍵入搜尋「宜蘭小田田」

最潮另類旅遊 以工換宿：

原鄉大地， 看見有機蔬果 ——桃園比亞外

文 / 老華 圖 / Lora、老華

出了隧道，位在北橫公路 35.8 公里處的比亞外，若不是入口處藍綠相間的二十個郵箱以及藍腹鵲鳥雕塑，很容易被忽略。這個傳統的原鄉部落，族人用老祖先留下來的最傳統、最純粹的植種方式，在大地上蘊孕著充滿生機的蔬果。



讓土地復活！

「土地是我們的生命，如果我們破壞了土地，我不知道它會供養你什麼。我們要先對土地好，土地才會回饋給我們。……因為大地上沒有遺留有害物質，到了夏天，你累了，找一棵樹，就可以乘涼，即使直接睡在土地上都沒關係，這才是真正的親土啊！」因場大病，在 20 年前就有覺悟的猶浩長老堅定的說。

25 年前，在拉拉山神木群被開發的

同時，比亞外也跟著種植水蜜桃，前 5 年，大夥大量噴灑農藥，但在那 5 年裡，猶浩長老連續中毒三次，第 6 年，生一場大病，住院一個半月，與死神擦身而過。20 天後清醒，他知道是農藥造成的傷害。他不斷地反省：想到農藥毒害的不只是自己，還有他的孩子和所有食用者。最可怕的是除草劑。泰雅族習慣跪伏在地上工作、除草、摘菜，可是一旦地上灑了除草劑，跟土壤一碰觸，會有很多病變。而除草劑一旦用上，10 年後才能消除，並且再長上草。

20 年前，猶浩長老徹底捨棄有毒農藥及除草劑。第 1 年，快一千棵的果樹，實際收成僅一成，其餘都給東方果蠅和葉蛾吃了。最嚴重的是某年連續三個颱風過境，七月份正值水蜜桃採收的季節，那時，他望著打落地上的滿地水蜜桃，只能苦笑視為最好的有機肥料。

直到有一年，水蜜桃採收前二個星期，夜裡，他帶著頭燈去果園巡視，看看夜間才出來活動的夜蛾是怎麼吃水蜜桃的。腳才剛踏進，就有一群夜蛾撲了

上來，他驚訝得揮手驅趕，那個晚上捉了 100 多隻。後來想到夜蛾撲火的本性，他將滅蚊燈懸掛，底下放個大桶子，裡頭注入二分之一的水，隔天，上千隻的夜蛾淹死在桶底。而他用一些水果製作的黏液與保特瓶做了誘蠅燈，讓東方果實蠅趴在那飛不走了。2010 年是最豐收的一年，約有九成，另外一成就成了鳥類及台灣獼猴的食物。

整個部落 10 年前開始捨棄化肥，一起做有機栽種，草跟果樹一起生長，除草之後，直接將草鋪地上做堆肥，非常貼近自然。現今比亞外的有機班蔬菜與水果，已通過慈心審核，拿到轉型期的有機認證。

深入原鄉 享受有機蔬果

在山中雲霧繚繞間，剛忙完播種農事的小素望著灰濛濛的天，喃喃地說：「雨若大了，剛播的種就白忙活了。」來這裡以工換宿三星期，因為生病想換個環境，在網站「背包客棧」遇見比亞外。起初一天工作 6 小時，上午 3 小時，下午 3 小時，其餘時間可以休息。下了田，農場主人會帶著做，很快就上手了。這裡最特別的是沒有雜貨店，非常安靜，沒有什麼娛樂消遣，還是個無菸部落。

從去年五月至今已超過 20 人以工換宿。除了農事，也有專業的換宿，比如：翻譯換宿、廚藝換宿、美工設計等等。翻譯換宿的工作是翻譯部落的簡介；廚藝換宿是教導部落婦女在接待遊客時，如何視客人數量備菜、擺盤等等；美工設計換宿是協助完成解說手冊。

比亞外一年四季的面貌都不同，蔬果也不同。3、4 月的枇杷、5 月的五月桃、6、7 月份的水蜜桃，10、11 月的甜柿。主軸是有機蔬菜，但也會搭配當季野菜，像山蘇、過貓、龍葵等十數種，來這，就要盡量享受在地的食材。



・（上圖）部落年輕人阿忠自製黏蠅誘捕害蟲；（下圖）為水蜜桃套袋也是以工換宿的農事之一。

最潮另類旅遊 以工換宿：

從傳承手工造紙技藝 到社區改造 ——埔里 紙匠工房

文 / 唐梅文 圖 / 唐梅文、曾揚富



埔里因水質純淨，是台灣造紙大本營，昔日在此曾有過近七十家造紙廠的繁盛榮景。隨著時代演進，造紙業面臨許多難題而迅速沒落，如今埔里的造紙廠僅存不到十家，而從前在埔里鄉間隨處可見的長煙囪、大水塔的鐵皮手工造紙廠大多已荒廢。



重現埔里宣紙村榮景

沒有人知道台灣埔里有一座宣紙村，因為它不曾存在於任何文獻中，80年

前日本人引進改良自中國的手工紙製造技術，就在這個小村落開始有了台灣第一批向日本老師傅學習紙藝的紙匠，從此開啟了山城小鎮的造紙傳奇。這座宣紙村的名字叫「恆吉城」，見證了埔里紙業的興衰起落。

「紙匠工房」的創辦人林政立是埔里的第三代年輕紙匠，林家早期就是埔里宣紙村內的造紙工房，從小耳濡目染，非常熱愛手工紙藝，繼承家業後，為了推廣古法造紙術的環保意義及手工抄紙的技術，成立了紙匠工房，並加入不分區國際光點計畫，期望透過手工抄紙教學及體驗 DIY，讓台灣民眾及國際遊客瞭解紙藝之源流及文化。

「要學造紙，先要會種樹。其實手工造紙是極具環保意義的，這是一個良性的循環，可以永續經營。」林政立指著恆吉城社區裡的構樹園說道。為了推廣手工造紙，林政立在社區內設立了標本園，種植構樹以供手工造紙使用。他期望想要完整體驗造紙過程的朋友，能從

種下構樹苗開始，這當中所傳承引介的不只是造紙技術，還有紙匠們對於植物及環境的關懷與敬重態度。

從傳承手工造紙技藝到社區改造

除了傳承台灣造紙經驗及文化，林政立希望透過紙藝從事社區改造，並與周邊傳統產業結盟。「宣紙村旁就是木器村，再過去是筊白筍村。它們都曾有過繁華盛景，如今卻沒落荒廢了。我希望透過造紙文化帶人們走入社區，並串聯傳統工藝，以木匠、紙匠文化開發見學旅遊的新場域，重新讓這些社區活絡起來，而傳統工藝也可以推廣、傳遞出去。」林政立說道。因結盟互惠、分享資源的想法，在不分區國際光點的埔里，看到更多有趣的傳統工藝及產業，除了手工造紙，人們還可去拜訪木器村的「敲敲木工房」，或到桃米生態村看紙教堂。

前進台北國際書展

七位匠人、八種技藝的夢之屋

今年台北國際書展邀請「324 版畫工作坊」負責人楊忠銘於「青年創意館」，以「夢之屋計畫——尋回散佚的匠人」



為主題，對新時代提出警醒與省思，林政立的「紙匠工房」即受邀參展。此展將以劇場感的展演方式，邀集八種傳統技藝、七位台灣手作匠人來到書展現場，帶來他們平常所使用的器械和工具，在為期六天的臨時工作場域——夢之屋，一間由廢棄物件所搭設的破屋裡，展現工匠們的驚豔手藝。當中除了林政立的手工造紙術，還有版畫雕版、活版排版、凸版印刷、手工裝禱製本、摺紙、剪紙和即將失傳的竹筆製作等。這些匠人不僅在現場展示技藝，還將日日進行「夢之學徒工作坊」，以套裝行程的方式徵集學徒，參與者將體驗數種不同的紙藝幻術。

※ 2013 台北國際書展 夢之屋計畫 <http://324pstw.blogspot.tw/p/blog-page.html>

※ 埔里 紙匠工房 <http://www.gifttaiwan.com/Group/Info/GroupId/33cea3496e506f776572>

最潮另類旅遊 以工換宿：

小鎮上的茶香 與竹文化 ——南投鹿谷 & 竹山

文 / 黃維克 圖 / 黃維克、小鎮文創



搭車來到南投竹山，彷彿穿越漫漫長廊，屋舍落置處處有韻味。街上的招牌與店家輕易地喚起孩童年代的記憶。或許正是因為那股美好的往日情懷，越來越多年輕人在外地求學工作後，選擇回鄉，重新投入家族產業，利用自己的專長，創發新的產銷模式，為傳統產業注入新活水。何培鈞就是這樣的例子。因為偶然造訪山上一座閒置多年的殘破古厝，對於舊時代文化的沒落不捨，激發了他想要整修這座古宅的動力。就在他與表哥古孟偉兩人努力下，沒有大刀闊斧改建，取而代之的是一磚一瓦修繕，老宅的格局得以保留古韻，這就是台灣目前被喻為最美的民宿之一「天空的院子」。

讓更多人參與夢想

完成夢想後，培鈞並沒有停下腳步。許多青年回鄉創業，常固守於原有的產業，單打獨鬥的經營模式在歷經兩三年的磨耗後而顯得疲軟。在成功打響了天

空的院子古宅民宿後，培鈞沒有答應跨國企業的邀約，反而在鎮上成立了「小



鎮文創」公司，想要重新挽救宛若灘死水的小鎮經濟。源自於打工換宿的構想，小鎮文創廣募有創意以及一技之長的年輕人，來到此地打工甚至「微創業」。不同於以往的打工換宿，更包含所謂的專長換工，文字、設計、影像到生產甚至行銷，利用這樣的模式，廣納許多新血，在創發與重建小鎮的同時，更可以體認社會價值，成為弭平城鄉差距的永續模式。

整合地方文化特色，讓小鎮動起來

這過程中堅持百分之百當地製造，

除了活絡地方經濟，更是一種地方特色的宣傳。與鎮上的打鐵行、米店和棉被店合作，透過新型態的整合行銷，幫老店推出新產品。透過伴手禮的套裝，把小鎮的古風味給散播出去。除了幫助地方經濟復甦，文化教育與交流也沒忽略。小鎮文創更舉辦課程，邀請書法、製竹、茶道等師傅開課，讓前來遊賞的人們不只是帶走實質的紀念品，更分享了許多無形的涵養與認知。

目前已規劃的課程如茶藝之旅，走訪茶園從採茶到製茶甚至品茶，體認茶道之精髓；竹藝品工坊，賞遊竹林聽取竹文化，更欣賞竹工藝之精美，也沒漏掉竹筍成為桌上佳餚的機會。而即將完工的學堂是小鎮文創另一個開始，整個小鎮經濟復甦的計畫藍圖，於焉成型。鹿谷與竹山的小鎮文化，就在一群年輕人的努力下，繁衍出新的枝蒂。從一開始就不只是想要開一間賺錢的民宿，培鈞想做的，也就是讓故鄉南投等地的文化與觀光重新活絡，更宏大的夢想，等著其它鄉鎮的年輕人來參與他們的模式與計畫，真正拉近台灣的城鄉差距，讓這塊土地美好的過往都能延續。



最潮另類旅遊 以工換宿：

好米傳教士的 有機之夢 ——南澳自然田

文 / 唐梅文 圖 / 阿江、唐梅文、曾揚富



一走進南澳自然田的換工客棧，馬上就能感受到來自五湖四海朋友們的親切與活力，在這裡人們不分彼此，一起吃一起睡一起到田裡耕作，沒有過多的物欲，只追求一個共同的理念——真正有機的生活，友善我們的島。

有機之夢

南澳自然田創辦人阿江，這位出生台中農村，長大後到台北讀書，畢業後在竹科 IC 公司工作的中年男子，四十來歲決定自請退休。他感嘆大半生所親身經歷的台灣奇蹟，竟也是台灣環境生



態崩頹的感傷過程，某個機緣他接觸了秀明自然農法，之後那深藏已久的農人 DNA 又甦醒了過來。於是，他提起唐吉軻德的矛，眺望著清淨台灣土地的大夢，挑戰這個幾乎是不可能的任務。他和妻子一同回到了妻子的故鄉泰雅族保留地宜蘭南澳，以自然農場為基地，夥同仕聰、昭中兩位勇士，以在地永續自然農法，進行一場「量產清淨食物，量產清淨土地」的夢想行動。

契作代耕——一個真正慈悲的好交易

南澳自然田所倡導的「契作代耕」是種重新建構農人、土地及契作業主的新制度。這個制度是透過定價預購，把「食物消費者」轉變為「作物的主人」，農人則成為契作業主的代耕伙伴。在這樣的契作代耕架構中，食物的主人委託農夫，以友善農耕的方式代為耕作照護，讓作物主人能夠取得安全健康的食物，而農人得到高於一般市價（但非有機價格，而是希望能提供契作戶，低於

有機價格的食材為目標）的預購金後，有了收入保障，自然不再使用農藥化肥，立即守護土地。這對土地、農人、消費者來說都是最大的慈悲。



三種親近土地、親近作物的方式

因為契作代耕的實踐，南澳自然田一下子暴增許多到田裡參訪的朋友，造成了耕種上的困擾。於是阿江想，讓南澳自然田發展出一種由農場、契作戶與換工志工共同參與的農耕方式。

為了要接待更多的換工之友，遂建立一套簡單友善、自助的設施和文化。目前參與過南澳自然田換工假期的志工達六千多人（2010~2012 年），其中還有許多來自國外的朋友。之後為因應團體及家庭親子訪客的需求，以及配合不分區國際光點計畫，再推出以向大自然學習為主題的「見學小旅行」和結合旅行與小額契作代耕的「種田小旅行」。南澳自然田期望以親近土地、親近作物的平民活動，讓人們重新找回人與土地的有感連結。

人文唯有實踐才有真正價值

為了實現「有機之島」的大夢，阿江從不放棄任何一個推廣自然作物的機會，而被戲稱為「好米傳教士」。他不僅到處去演講，宣導理念，也計畫出書，讓更多人知道有機之島並非夢想。這個現代農夫帶領了一群志工以創新、具有社會企業氣質的「契作代耕」、「換工假期」之農場經營方式，不僅企圖改變台灣人消費食物的習慣，也期望人們更親近土地與作物，讓現代人重新找回生活與自然的和諧。而這一場「吃好米，改變我們的島」的寧靜革命，正等著你我一起加入。

※ 南澳自然田 <https://sites.google.com/site/nanaozirantian/>

藝術家的土地關懷：

剪紙光影 喚醒土地美好記憶

文 / 黃維克 圖 / 吳耿禎



洋葱田裡的農夫，四季的瓜果，田埂上的苦瓜，豐收的虱目魚，剪紙藝術家吳耿禎剪出一幅幅生動的農村景象，讓一本老農業刊物吸引住年輕人的目光。

他對鄉村的記憶緣自於鄉下務農的外公，他還記得外公種的哈密瓜一剖開，空氣中彌漫的那股香甜味。但後來，無可避免的，為了促進地方經濟效益，許多鄉下的農田在歷經災損、休耕後搖身一變成為工廠，為了縮小城鄉差距，農村付出了不少代價。身為藝術家，他想將這童年美好的農村記憶，透過剪紙而重生。

以剪紙藝術為人熟知的他，這幾年，不但陸續發表個展也進行許多有趣的實驗活動，這才讓大眾了解到，除了剪紙，吳耿禎也持續關注許多社會現象，進行相關藝術創作，像是《藝術家生存工作表》幫人剪髮等，希望透過藝術，喚起大眾對於土地的關注以及對於這座島嶼的美好記憶。他有一系列的作品，剪紙人偶的輪廓線條內，是許多齒輪、零件

的交疊，剪紙古趣的線條內，充斥著現代玩味。工業和科技所帶來的陰影，宛若一層鮮明的刺青，深深烙在人偶的身上。

對於剪紙這項傳統的技藝，他自言一開始的前五年，像是在摸索，所剪出的圖像造型也都較為抽象。在流浪者計畫之後，他真正造訪了許多剪紙文化的重鎮，更體驗到傳統剪紙文化中，許多圖像各有其象徵的東方符號，於是現在的創作中除了更具體的圖像，更有許多傳統融合後所創新的元素。

去年九月，吳耿禎進入中央美院唸研究所後，大大改變了原先對台灣藝術發展的看法。原本，他以為台灣地方小，跟國際接軌不深，但他的同學卻覺得大陸雖然這幾年經濟起飛，造就了不少藝術家，但卻讓藝術向市場靠攏，也因為競爭激烈，一窩蜂藝術家盲目地湧向某個目標；反觀台灣，那些往日的土地情懷，仍在我們這代人的文化底蘊中，讓我們的藝術創作更豐富，更具生命力。

農產市集 寶島伴手禮：

逛市集—— 本土遊樂場， 只送朝氣不吹冷氣

文 / 沈岱樺 圖 / 沈岱樺、廖翊笙、柯亞、
微風市集、花蓮好事集



今天不談企業化連鎖經營附有冷氣的超級市場(sorry,city'super)，改介紹一座又一座散落島嶼的小農市集(farmers market)，這是近幾年來台灣出現的市場聚落，市集賣當季當令的蔬菜水果，通常還有農家媽媽手工的豆腐乳、醃菜，或是堅持傳統製法的麥芽糖、板豆腐。小農市集顧名思義就是栽種者在你眼前，任你發問，也有人稱之農學市集、友善市集等，無不希望拉近人與食物的距離。出發前記得拎起最大的購物袋，這些朝氣十足的小農市集絕對會讓你收穫滿滿！



248 農學市集

市集發起人楊儒門可算是台北市常態性舉辦農民市集的先驅，在寸土寸金的台北市中心召集了符合無毒生產、安全食用、友善環境理念的小農於每週五、六與消費者相見。目前正展開熱血計畫——「城市梯田 & 在地餐桌」，在 101 大樓附近種田，歡迎巡田打氣，感受平地而起的生命！

● 哪裡逛 | 台北市大安區忠孝東路四段 248 巷內，第三個路口右手邊
每週五 14:00-20:00，每週六 10:00-17:00 <http://www.248.com.tw>



彎腰農夫市集

彎腰市集有校園歌手的清新，正如他們一開始是從台大校園被消費者認識。從一年一度的彎腰生活節到 2011 年 9 月開始思考如何做長遠經營的獨立市集，主辦者清楚知道市集作為一個聚合的平台，除了展現綠色消費所能使出的力量外，也透過市集場域讓青年參與其中，讓市集活力起來！

● 哪裡逛 | 目前是寶藏巖(台北市中正區汀州路三段 230 巷 14 弄 2 號)，
政大企企中心(台北市大安區金華街 187 號)兩地輪流
每月第三個週日 10:00-17:00 (歡迎上網查詢) <http://bowtoland.blogspot.tw>



合模農學市集

在台中大肚山下，有一群農友、志工與消費者透過彼此互助的方式，在「合作、簡樸」的生活實踐中，自在生活著。推手陳孟凱致力推動「社群支持型農業」，更透過「星期二沙龍」主題活動讓社群五感悅動，說不完的合模互動與感動都值得前來體驗！

● 哪裡逛 | 台中市西屯區西平南巷 6-6 號(福林路底)
每月第二個週六 9:00-14:00 <http://www.hopemarket.net/home>



微風市集

堅持社區照顧的微風市集是南台灣的一陣春風，每週末總有絡繹不絕的人潮聞風而來。曬著南陽透著南風的友善食材是南土寶藏，市集不定期會安排講座或農事體驗讓消費者更貼近土地，進一步體悟冬食蘿蔔夏啖瓜的時令節奏。

● 哪裡逛 | 每週固定有三場 <http://blog.breezemarket.com.tw>

1. 鳳山婦幼館：高雄市鳳山區光復路二段 120 號，每週六 8:00-12:00
2. 新客家文化園區：高雄市三民區同盟二路 217 號，每週六 8:00-12:00
3. 蓮池潭物產館：高雄市左營區翠華路 1435 號，每週日 8:00-17:00



花蓮好事集

花蓮好事集聚集了後山一群好人，好人在便有好事發生。市集不僅提供環境友善的產品，也期望成為產地體驗與農場生態旅遊的平台，閉著眼想像太平洋的風吹拂著，好事發生的那一刻正等著你加入。

● 哪裡逛 | 花蓮市鐵道文化園區二館（福建街與福町街交叉口）
每週六 9:00-13:00 <http://hualienfm.blogspot.tw>

同場加映

以上市集情報如果看得心癢癢，卻苦於無法立即飛往台灣，請記住以下這個連結，<http://www.newsmarket.com.tw/shop>，指名「上下游 News&Market」，透過網路還是可以瀏覽寶島農事。最後一張王牌：<http://agsafe.coa.gov.tw/market.php>，本土遊樂場全部公開於此，玩法可延續在港逛農墟的方式，當然入境隨俗學句「都蝦」（國：謝謝）更有台灣味道。

挑伴手——入寶島，怎能空手回？

圖 / 不二味、好食光、美好花生 提供

本文介紹的小農市集總能買到農家手製的好物，帶回港澳送禮，手感溫暖倍上。若買得不夠，最後再獻上幾款真材實料的嚴選，都是食品製作者味自慢的代表作：

1. 不二味南棗核桃糕、天然旺來甘、飲茶佐食最搭 <http://terroir-taiwan.blogspot.tw>
2. 好食光果醬，建議可加入凍檸茶，好味 <http://goodjam8.blogspot.tw>
3. 美好花生九號花生、花生醬，三文治的好朋友 <http://goodeatss.wordpress.com>



好好吃飯 安心蔬食

文 / 江盈佳、沈嘉悅、邱怡瑄、
老華、陳夏民、潘家欣



Mensa 慢食堂

「慢食堂」力圖抵抗的是時代的速度，店內擺設、料理，彷彿長者溫厚叮囑：慢些、慢些，用你的舌頭、身心好好體察萬事萬物；當食物碰觸舌尖時，能夠感受食材原初的滋味，舒緩過去那被味精麻痺的味覺；像是疲憊的工作中獲得短暫假期，急促腳步在走進原野時停頓下來，五感俱張。拋開雜念，緩緩感知在味覺發生的一切，是來自土地最深的擁抱。

● 地址：新竹市食品路 91 號 2 F | 電話：+886-3-5752391



櫻之田野養生野菜鍋

選擇理想的食物，如同選擇理想的生活方式。踏入「櫻之田野」，能選擇比肉類更罕見的多種有機野菜，每日從花蓮出發、新鮮直達台北。點一客九品蓮花鍋，遵循少鹽、少油、少肉多菜的養生要領，懷抱溫暖的心，看蓮花慢慢綻放。品一口湯，喝進去的不仅是食物，更是一種美好生活的嚮往。

● 地址：台北市松山區光復北路 107 號 | 電話：+886-2-27489274

● 地址：花蓮縣吉安鄉福興七街 8 號 | 電話：+886-3-8540366



辣滷哇蔬菜森林

● 地址：台北市萬華區昆明街 137 號 | 電話：+886-2-23717762



Saladay

圖 / Saladay

Saladay 餐廳的室內植物牆，總令人聯想到綠野仙蹤的場景：鮮嫩多層次的綠色在眼前開展，莫名的療癒感油然而生。這個全新概念的生活品牌，透過嚴選的沙拉與融合世界風格的食物，提供都會人士簡單卻細膩的樂活感受，同時傳遞 Green / Fashion / Joyful 的生活風格。

● 地址：台北市松山區南京東路四段 168 號 | 電話：+886-2-25783286



小滿食堂

離鄉遊子的深夜食堂，簡單，質樸，當季食材呼應著古城的節氣流轉。回家圍著大圓桌吃飯，筷子湯匙自己拿，思念沒有菜單。熱呼呼的三色飯糰散發母親手捏的溫度，鮮虱目魚肚蒸酸瓜與冬令紅燒菱角嫩骨，再來半盅蘿蔔排骨湯，一碗來自花蓮米厝的現輾白米飯，不知不覺已見底。正是「物至於此，小得盈滿」的巷仔內風華，恬淡自在。

● 地址：台南市中西區國華街 3 段 47 號 | 電話：+886-6-2201088



花蓮米厝

年輕的藍先生身在台南市中，心卻在花蓮富里那片綠油油的稻田裡。夫妻兩地奔波，只為一番捨不得：新米的甘甜清新，是台灣厝仔代代相傳的情感依賴。「花蓮米厝」堅持三天內白米現輾現寄，讓土地熱呼呼的祝福，準時上桌。假如不幸被高雄 139 號米的彈牙徹底擄獲，請千萬別錯過噴香米果和奶油米蛋糕，食之腹飽心暖，能忘榮辱。

● 地址：台南市中西區正德街 29 巷 1 號 | 電話：+886-6-2363112



河童食堂

圖 / 河童姐姐 Trina Hsu

「因為快世界末日，想作對地球友善的事。所以在去年 8 月開了河童食堂。」每日提供一道「不定時更換」的菜色、幾種輕食組合及各式健康飲品。本身是哈日族的店主河童姐姐，受到日本自然農法、糙米（玄米）的飲食習慣、Vegan 餐飲（完全不使用任何「動物性食材」製作）的影響，希望透過飲食、活動、手作、展演及購買的方式以體現友善地球、健康生活的態度。並用實際的消費行為，支持「以自然農法」或「有機」耕種的農民。她強調，河童食堂可不只是餐廳喔。

● 台北市松山區八德路四段 245 巷 52 弄 16 號 1 樓 | 電話：0910-035-955



原鄉大地 純粹感動 文、圖 / 老華

「桃園比亞外」狩獵步道，全程2公里，在步道口會有一個祈福儀式，認識山林生態及泰雅陷阱的智慧。這裡是比亞外的傳統獵境，現在一年只有2次狩獵，一次是8月份感恩祭，另一次是12月配合教會的耶誕節，在祭典的前一個月，部落老人會帶著年輕人到狩獵場狩獵。



「台北大稻埕」是指現今台北橋到北門，東從淡水河到現今雙連站一帶。歷經東西文化洗禮，現大稻埕沉穩自適，更富人文風貌。圖為民樂街的「泰境」，專門收集台灣各地懷舊雜貨，小店家別具時代氣味。

實在好食記：
家常美食——
滷肉飯古早飄香味

文 / 圖 王金瞄

滷肉飯（或寫為魯肉飯）是台灣最親民的銅板美食，不論城市或鄉下，到處都能找到滷肉飯，這更是台灣人生活中不可或缺的日常美味。滷肉飯的起源據說來自生活艱困的時代，主婦們偶而會跟肉攤老闆索取剩餘的零碎肉塊回家，切碎混炒後滷成一小鍋，當作白飯的配料。實際上滷肉飯的確就是這麼簡單：白飯加上香濃的滷汁與碎肉，然而巧妙之處就在於每家的滷汁與滷肉配方不同，雖然一開始的滷肉飯都是豬肉，但現在有些店家則是牛、豬肉混雜，甚至細選特殊部位的肉以精製出最好的口感。

而以外觀來看，從滷肉的肥瘦比例到肉塊大小還可再細分為「肉燥飯」、「滷肉飯」，但實際上台灣各地對於「肥瘦比例到肉塊大小」的標準有些出入，如肥肉較多的滷肉飯到了南部可能只以肉燥飯稱之，而南部的滷肉飯肉塊大小則有時會讓北部人大喊：「這根本是焢（爌）肉飯吧！」（焢肉飯或爌肉飯通常的定義則為橡皮擦大小至肉排大小的滷肉）

但不論是肉燥飯、滷肉飯或焢肉飯，他們共同的美味就在於肥瘦適宜的肉汁、滷汁與白飯的結合，除了肉之外，常見的佐料有紅蔥頭、香菇、滷製過程中則會加入冰糖、米酒等調味料。當然，每一家厲害的滷肉飯店家還有什麼特殊配方就是商業機密了。



· 老賽的陳年滷汁常是名店必備的美味要點。

那麼，該怎麼形容滷肉飯的口感呢？我覺得吃到好吃的滷肉飯就如一口吃進愛情一般，自己的舌頭立刻融化在軟玉溫香的濃郁擁抱之中，再吃一口隨著店家不同從醃蘿蔔、小黃瓜到筍絲等各式各樣的脆感配菜，咀嚼的混合口感更像熱戀期間不時產生的新鮮樂趣，不只滿足了味蕾，更飽足了胃，若說拉麵是日

本的療癒系食物，滷肉飯對於台灣人應該也有著同等地位吧！尤其這樣的口味竟是每天垂手可得的，難怪他在台灣小吃排行裡是永遠的長青樹了。甚至若要舉辦遠在他鄉生活、工作的遊子最懷念的台灣小吃，滷肉飯絕對會是票選的第一名，更別提偶有耳聞海外求學的男（女）孩用一碗自己費心滷製的滷肉飯騙到擄獲了思鄉女（男）孩的芳心的浪漫故事了。

當然，除了主角滷肉飯外，賣滷肉飯的店家通常會搭配筍乾、白菜、大腸、豆干、滷蛋等各式各樣滷味小吃，更有各種小菜與湯品選擇，「吃滷肉飯」實際上指的不只是滷肉飯本身，而是到巷口店家吃著家常小菜、享受平民美食的代名詞。



• 油豆腐

若要詳列台灣有名的滷肉飯店家，可能需要一整本專書，因此本期只能盡量介紹，然而以滷肉飯的普遍性，幾乎只要在門口看到滷肉飯三個字就不需猶豫了，因此即使不是知名店家，只要大膽走進去，保證你也能享受到這濃郁無比的療癒系美味！

大來小館 | 台北滷肉飯節冠軍，以精緻台菜為主，常有觀光客搭計程車只為了來吃一碗滷肉飯。滷肉飯口味細緻，韭黃炒蝦乾與滷豬腳則為各部落客心中非嚐不可的推薦菜。

地址：台北市永康街7巷2號 | 電話：02-23567899 | 營業時間：11:30-14:30、17:00-21:30

司機聚樂部 | 顧名思義，這家店是計程車司機們最愛光顧的小吃店，主要營業時間為晚餐至宵夜，滷肉飯以濃郁口感著稱，滷豆腐與滷白菜味道十足。

地址：台北市南京東路五段399-2號 | 電話：02-27493971 | 營業時間：11:30-14:00（僅週一至週五）17:30-04:00（隔週日公休）

矮仔財滷肉飯 | 台灣《商周》雜誌評鑑全台最強滷肉飯，位於北投市場二樓，假日永遠大排長龍，即使平日也要早點光臨以免賣完，赤肉湯與滷蹄膀皆是人氣選擇。

地址：台北市北投區新市街30號（北投市場2F第436號攤） | 電話：02-28985562 | 營業時間：07:00-14:00（週一公休）

龍緣古早味魯肉飯（原龍鳳號） | 台北老圓環老店，採瘦中帶肥絞肉的北部作法，搭配醃蘿蔔，淡淡的甜香味與香料味是口味特色，招牌菜還有雞捲與腳筋肉羹。

地址：台北市大同區重慶北路二段17號 | 電話：02-25581365 | 營業時間：10:00-22:00

三元號 | 同為台北老圓環老店，也是北部作法，但肥肉較多，油蔥酥香味與甜度則比較明顯，招牌菜則還有魚翅肉羹與松茸烏蛋湯。

地址：台北市大同區重慶北路二段9號 | 電話：02-25589685 | 營業時間：09:00-22:00

松香爌肉飯 | 台中人氣超高的宵夜排隊騎樓攤位，有滷肉飯與爌肉飯兩種選擇，爌肉飯為一大塊肉塊。除此之外還有許多口味道地的台式滷味與湯品，隔間肉湯料多實在，去油解膩。

地址：台中市西區美村路一段167號 | 電話：0923691936 | 營業時間：21:00-06:40

元林滷肉飯 | 以古早味著稱，入選台中十大小吃，除了滷肉外還灑上肉鬆，並搭配蘿蔔乾，吃來滿滿懷舊感，滷豬腳與虱目魚肚也是推薦菜色。

地址：台中市崇德路三段687號 | 電話：04-24228146 | 營業時間：04:00-13:00

山河滷肉飯 | 位於台中第二市場內，標準的「市場美食」，滷肉飯即是爌肉飯，可挑選肥肉瘦肉，若要吃「滷肉飯」則要點肉燥飯，保證同樣大口滿足！搭配味增湯，是最奢侈的早餐。

地址：台中市區三民路二段（第二市場內） | 電話：04-22206995 | 營業時間：05:00-14:30

阿龍香腸熟肉 | 供應各樣肉品、香腸、花枝的八十年老店，肉燥飯肥瘦適宜，一口就是膠質與香味的饗宴，價格更親民到無以復加，是台南在地人推薦美味。

地址：台南市中西區保安路34號 | 電話：0924099139 | 營業時間：09:00-21:00

阿和肉燥飯 | 位於台南東門圓環，屬肥肉較多的滷肉飯，搭配切碎的香菜，除了滷肉飯外，有多種魚料理如魚肚湯、魚皮湯可選擇，魚皮湯為生魚皮，口味相當特別。

地址：台南市中西區府前路一段12號 | 電話：06-2202619 | 營業時間：06:40-15:30（不定時公休）

一碗飯一碗湯（瀨南街雞肉飯） | 位於高雄市瀨南街尾的四代相傳神祕老店，沒有店面、只有人龍，老鍋的滷肉飯與香菇雞腳湯是口耳相傳的絕品美味，若找不到店面只要問其他店家「瀨南街雞肉飯」即可，但仍可能因為店家放假撲空喔！

地址：高雄市瀨南街243號 | 電話：07-5217338 | 營業時間：07:50-14:00（周六日休息）

南豐滷肉飯 | 肥瘦各半的肉燥飯搭配酸菜，口感不會過重，也可加上滷獅子頭、蒸蛋、滷白菜、滷魚肚都是人氣不墜的配菜小點。

地址：高雄市苓雅區自強三路139號 | 電話：07-3312289 | 營業時間：08:00-24:00

廖記肉羹 | 位於羅東夜市內，除了必點的肉羹、肉捲、羊肉湯外，滷肉飯也是一絕，口味清爽的滷肉摻雜清甜的豆皮，值得一試！

地址：宜蘭縣羅東鎮中山路三段213號 | 電話：03-9563186 | 營業時間：07:00-22:00

阿水伯魯肉飯 | 位於產米名鄉台東的滷肉飯店，採南部作法，搭配酸菜，飯香、肉香味十足，滷豬皮與虱目魚湯也是超人氣選擇。

地址：台東縣台東市正氣路174號 | 電話：089-323510 | 營業時間：08:00-01:00

古城古早味：

穿梭古今的貿易港 與文化城—— 台北大稻埕

文 / 圖 褚尉婷



如果你來到大稻埕，你會訝異它與你所認識的台北如此不同，相較於喧譁的東區，大稻埕呈現一種傳統的自適與生命力：親切的店家吆喝、各式各樣的南北雜貨，到了新年期間街道更是水洩不通，很多外國觀光客還專門來霞海城隍廟求姻緣。但這幾年大稻埕在政府與民間的推動下似乎有了不同的可能，如專門引進土耳其藝術的「萬菓藝廊」、富有文藝歷史氣息「爐鍋咖啡」進駐，為大稻埕呈現新舊交錯的風采。

大稻埕是指現今台北橋到北門，東從淡水河到現今雙連站一帶的區域，因一大片曬穀廣場而得名，在清領時期因發生武裝械鬥開始有移民移入此地，後來



· 大稻埕現今仍保有完整的日治時期的巴洛克建築。

又因艋舺港口淤積，商業中心因此移往大稻埕成為貿易重鎮，是台灣北部茶葉、布料和中藥的集散地。大稻埕就像是一個接收新舊思想衝擊的大熔爐，日治時期台灣幾個重要的文化活動，包括蔣渭水、林獻堂組成的台灣文化協會、台灣民報等都以富庶的大稻埕作為基地，推動民主運動，也成為新潮流文化的必爭之地，台灣第一家現代化西餐廳「波麗路餐廳」與第一家咖啡店「維特」都位於大稻埕；寫出〈望春風〉的音樂家鄧雨賢與李臨秋也在此從事創作。

在經過東西方不同的文化洗禮後，現在的大稻埕雖不像彼時引領風騷，但呈現的是種洗鍊之後的沉穩自適，有更豐富的人文風貌。在大稻埕的早晨，一定要嘗嘗台式早餐，迪化街永樂市場旁有間米粉湯配上炸蚵仔，米粉湯鮮甜讓人回味再三；隔壁的清粥小菜，是美食家舒國治推薦大稻埕必吃早餐。小吃攤旁可見一棟顯目的「屈臣氏大藥局」，目前被打造成複合型態建築，希望將

大稻埕打造成具有藝文氣息的大藝埕，裡頭有家特別的「1920 獨立書店」，主人希望以 20 年代承先啟後的重要性開始，挑選特殊的文學創作讓大家認識，每年還會舉辦特別的 20 年代遊行，化身復古人物穿越時空；書店隔壁是由三個年輕女生開的小店「印花樂」，主打台灣特別的花布文創商品，買來當伴手禮很適合。往北走，來到位於歸綏街「旅行，時光」青年旅館，藏身於賣乾貨中藥店二樓，舒服復古的空間像旅人們的秘密基地，樓下的青草味不時還會飄上來，旅館特別的是提供在地導覽，帶住客認識廟宇、市集的故事和老屋的歷史。旅館對面



· 昔日的傳統老屋化身為複合文創場域——小藝埕。



五十年老屋改建的「旅行，時光」，有著濃濃的台灣家鄉味。民樂街的「秦境」專門收集台灣各地懷舊雜貨，據說奈良美智也來過這裡，但「秦境」最特別的其實是學識豐富的老闆，走進這裡，老闆總會熱情的介紹每個物件的緣由、蒐集的過程，這家店的特點就在於每個分享的意義和老闆對器物的熱情，讓小小的店家富具時代的氣味。曾有法國的朋友來這，回想起巴黎瑪黑區，有點復古又帶點時尚感的氛圍，都有著豐富的文化內涵讓人流連再三。



香港人在台灣：
**簡單(困難)
生活節**

文 / 圖 紅眼

依筆者看來，港、台新一代的文藝青年在行為模式上大至相若，只因為台灣人口稍多於香港，按比例計算，文青之中較為質樸可愛的一群，在人肉節籃裡用力搖晃殘餘下來的，——連骨子裡也很文青的，也自然是比香港的多一點。本屆簡單生活節，便是一個文青之節，走進場內便即發現這個名為簡單生活節的嘉年華式音樂會一點都不簡單，天時不利濕雨連場，初到會場筆者還以為這裡是野外求生體驗營，完全考驗閣下文青指數。

個人印象中的簡單生活節應該是植根於一個陽光明媚的下午，浸沒在結他的弦音漩渦揮耍著熱汗、青春激情和一杯研磨咖啡，或有年少的情侶相擁在路邊，時而輕吻彼此額角。然而，騎車到華山會場途中，瓜皮帽前那一片被雨水敲打得滿目瘡痍的擋風罩告訴了

我，——少年啊，沒那麼簡單。日照短縮的情況在雨天來得特別嚴重，下午的台北上空灰朦朧一片，還沒走入會場，細冷又黏人的雨已經夾道囂喧。現場畫面不太像是一個文藝音樂會，反而像是文藝青年們與黑風冷雨的搏鬥，他們渾身污水髒泥，展露一份無視惡劣天氣的熱情。極目掠見一眾文青身披螢光黃色的便利雨衣，握著大大小小的雨傘，甚是隨意又很一致地聚結於舞台階前，隨著搖滾樂在雨聲之間飛蕩，眾人腳邊的泥濘亦同時激烈的濺起。會場有一半以上都設在草地，亮麗的白球鞋無一倖免，只要一個不慎便連腳帶鞋陷入泥水坑，以致少女們驚惶的尖叫起落不絕，有人早有準備穿著塑膠鞋套、防雨褲，全副武裝上陣，看演唱會有如打仗；有人甚至置生死於度外乾脆脫掉鞋子赤足踏行，任由泥漿在腳指縫間彈跳。而故

事正是這樣發生的：某女生在田馥甄悲傷的歌聲前滑倒，剛好在旁邊打算來聽陳昇的陌生少年想要伸手扶起伊人，卻沒想到腳下的草不爭氣，兩個屁股都一起跌在濕冷的土坡上。然後，彼此在傻笑之際赫然曉得對方都很喜歡來自香港的 at17。——噢？

在演出名單上發現 at17 的盧凱彤將現身簡單（困難）生活節的時候，身為香港人而且慎追高中年代的隨身聽都總會有幾首 at17 在播放清單的筆者，眼下的確不再是 17 歲的少年，實在不禁由衷的感慨。這些年離開香港，遇到最多的都是台灣的朋友和大陸的交換生，對於後者，我們通常都會聊到香港的演員。這個年頭，邵氏不再，香港的電視工業迅速沒落，較有號召力的演員都紛紛到內地發展，有時候我在香港以為他們已經退出銀幕，料不到其實他們搖身

一變已成大陸一線演員，說起來都隱隱覺得香港觀眾昔日那段美好的時光已成歷史。然而，跟台灣的朋友聊天談到這個年頭同樣光芒黯淡的香港樂壇，以及那無法被娛樂即食的音樂人，卻又總有幸說，他們可以轉移到台灣發展。最近台灣友人推薦一部本土電影《騷人》，雖然筆者並不熟悉導演陳映蓉，但片頭展開眼睛隨即亮了起來，電影音樂一欄雄糾糾地寫著 Soler，可能有些人因為他們是老外而不曉得這隊二人組合來自香港，甚至不記得香港樂壇有過他們的出現。此處不留人，自有留人處，原來他們降落在台灣展開了新的生活。作為 at17 和 Soler 粉絲，感謝有台灣。

入境隨俗：

台灣，愈夜 愈美麗！

文 / 圖 朱偉屏（阿 SIR）《台灣有嘍！
——七天內，帶大陸客人愛上台灣》作者

相信不少來過台灣旅遊的朋友都會說：「到了台灣，千萬別忘了撥出時間體驗當地特有的『夜生活』哦！」

哈！大家可別想岔了，這裡指的可是充滿人情味和美食小吃的「逛夜市」啊！台灣由北到南，從城市到鄉鎮，每到一處絕對少不了大大小小的廟宇和夜市——走廟求的是心靈寄託，逛夜市則為了滿足口腹之慾。除此之外，兩者其實最初都還兼具聯絡居民感情和提供休閒活動的功能。

早年先民遠渡重洋來台，平日墾荒生活清苦，生意人便挑著各式冷、熱小吃來到田邊或山邊供應開墾者食用；收工後大伙閒著沒事，於是廟口活動便成了眾人閒暇之餘生活重心，而當人潮慢慢聚集時，自然少不了出現跟「吃」有關的市集了。

由於台灣人的飲食習慣比較接近廣東、福建一帶，加上受日本飲食文化影響，因此口味普遍較為清淡，甚至愈往南走口味愈偏甜，而料理方式又常帶點溼黏芡芡。這對於重鹹、重辣的朋友來

說，或許一下子不太能適應。不過旅遊不就是一種體驗嗎？只要開放心胸，把每一次際遇當作難得緣分，自然會覺得凡事都新鮮有趣。

品嚐台灣夜市小吃，點餐時建議採取「多樣少量」原則，譬如幾位朋友各點一樣，然後大家共同分享。只不過這些份量看似不多的小吃很容易有飽足感，卻也很快又讓人餓到不行。夜市攤販習慣使用免洗餐具，不開發票，也不收信用卡，記得熟食現吃最好，外帶涼掉口感就差多了。

基隆廟口的天婦羅、台北士林夜市的大餅包小餅、台中逢甲夜市大腸包小腸、嘉義雞肉飯、台南担仔麵、高雄六合夜市木瓜牛奶，還有大小夜市少不了的蚵仔煎、大腸麵線、滷肉飯、臭豆腐、炸雞排、鹹酥雞、肉圓、珍珠奶茶、紅豆餅、愛玉冰……，都是深受各地遊客喜愛的道地台灣美食。

流口水了嗎？別忘了，充滿懷舊人情味的台灣夜市，正張開雙臂歡迎各位的光臨呢！

好書開箱文：

與柯蕾特的相遇

文 / 陳虹君

我們奔跑，跑向無需思索的幻影，
跑向不留任何遺憾、悔恨甚至記憶的幻影。



2008 年秋天開始，我經常受邀到一位導演朋友家作客，料理的空檔，聽著他抱怨因軋戲太多無法為自己的下一部電影專心作導演功課……

原來，兩年前這位導演朋友已經在籌劃、佈局新作，劇本也因為各種人世際遇更動過無數次。不變的是，他想重現秀場風華。很老派地，他依舊憧憬在法國俗文化中頗具地位、而今凋零不復見的巡演式歌舞秀，更著迷那些「夜間工作」的人們與其生活狀態。

一天，他唸了一段話：「……我們奔跑，朝快速求生的幻影奔跑，朝熱情的幻影奔跑，朝工作的幻影奔跑，跑向無需思索的幻影，跑向不留任何遺憾、悔恨甚至記憶的幻影。」這就是他一直想要在新作劇本裡保留的情緒啊！

而我，就這樣，與柯蕾特相遇了。透過文字，先進入了二十世紀初的歌舞秀場世界。她的文字令人著迷。她的語言清麗新穎，是描述感官世界的能手。又善於捕捉人物內心的瞬時變化，細膩描繪大自然中的聲、色、味道。《秀場後台》這本一百多頁的小書便是柯蕾特結

束第一段婚姻之後，為了有足夠的經濟來源保障她想要的生活，到秀場演出默劇與舞蹈的巡演筆記。她利用排練的空檔、飯間等待的時候或是火車旅途間，在撕下來的報紙、餐巾或是不知名的報紙上書寫，寫下秀場藝人們的汗水、疲勞、吃不飽、爭寵與妒忌……這些隨筆當時都發表在巴黎《晨報》的一個名為「一千零一個早晨」專欄裡的「秀場系列」中。她一個月給報社供稿兩次。最後於 1913 年出版成冊。

時序轉入 2010 年，電影終於殺青。再次聽到柯蕾特的名字，是某天晚上，法語國際廣播頻道傳來柯蕾特的童年故居即將遭到拍賣的消息。接著，文學界、影視界深具名望的人們積極發表捍衛故居的講話，動員籌款，斡旋文化部出手買下云云……

導演新作為他贏得了第六十三屆坎城影展最佳導演。同時我也浩浩蕩蕩展開翻譯，引介柯蕾特秀場時期隨筆的工作。柯蕾特的故居在眾人的聲援下，獲得復興保存，將於 2013 年底正式以作家文學館的面貌對外開幕！

從彼岸到此岸 生態藝術與環境治理的跨界之聲

文 / 鄭鈺琳



生態藝術是什麼？
藝術的力量可以有多大？

這些年，節氣的倒轉、突如其來的風災土石、逐年退縮的海岸線，人們都在說，全球暖化和氣候變遷成為可以切身感受到的真實。在專家學者埋首鑽研、政客們冗長爭辯，試圖提出解方的當口，兼具藝術創作者與研究者等多重身份的周靈芝，問了這麼一個大問題：「全球氣候急劇變化的今日，藝術究竟可以如何回應環境生態的課題？」從《生態永續的藝術想像和實踐》中，我們看見一個行動者從問題到解答的旅程。

隨著書頁地翻動，我們彷彿跟著靈芝的腳步，重遊一趟英國生態藝術的經典事例，從她與各個創作者的對話間，讀到她赴英取經的反思，進而照見自身與當下。水、人與社區、行動，乍看之下是三個截然無關的主題，但卻因氣候變遷而相互牽引著，作用在承載各式生命的土地上。英國過去 20 年來結合了反省與深度思考的生態藝術行動，一次次地為修補人與環境的關係勾勒出一條可能的出口。

生態藝術是什麼？藝術的力量可以有多大？生態藝術將人視為環境的一分子，

尋找自然環境與人類生存之間的平衡；藝術，正是追求演化最佳方式的持續性過程。書中引介了哈里森夫婦和大衛黑利的「溫室英國」計劃、Platform 生態藝術團體的系列創作等 7 個案例，說明生態藝術可以是一件具體的作品，或是一段共同創作的過程，更能夠是針對環境變遷的公共計劃，可以觸動人心、引起共鳴，甚至改變城市的風貌，以及人類面對環境的態度和日復一日的細微選擇。

相應的藝術行動經驗，也在台灣的土地上發酵。樹梅坑溪環境藝術行動、寶藏巖生態農園、布袋鹽田濕地復育等大小計劃，藉由跨界合作的夥伴關係，激盪出創意的花火，一波波湧動著。這些藝術計劃以具體行動介入生態系統與社區城市治理等公共領域，尋找地球暖化後的新生活方式。

從地球彼端回到台灣，靈芝更想問的，或許是這個問題：「當海面上升時，身處台灣的我們是否也能優雅的撤退？」站在極端氣候威脅的崖頂，靈芝以藝術之姿，提醒了我們彼此的責任，並提供了一條打造方舟的線索。

她用詩句拍電影 （評吳俞萱詩集《交換愛人的肋骨》）

文 / 翁文嫻（詩人、學者）



洗襪子的時候，儘不呼吸。
想你的時候，儘不梳頭。

吳俞萱的詩句每每見到畫面，她不會說話只能將畫面營造，像一個營建商建造一棟棟房子，我們住進去自己感受是些什麼。詩句可以暫與日常事務相隔開，不受現況規限而去得很遠，將內在鏟得夠深。這樣的方式非常不「後現代」，大違日前詩壇傾向，有若回到三十年前「現代主義」詩人的內在追尋。不過，她不再用扭曲怪異的變形句法，是借電影鏡頭搬動讀者去到她眼淚流濕的地方，復活的時光不知是真實生活或是意識經歷的畫面？總之我們與她一起，去到這一座座營造的空間，一名年輕人用詩去感知「這時代的貧困」、「痛苦、死亡和愛情本質的無蔽」（海德格《林中路》）。

記得她在自己策劃的柏格曼影展所寫的序文，說著：「愛需要長途跋涉」，我完全為這樣的體驗感動。但是透過她拼貼的字與句子，在漫長的疲勞與掏空狀態，我們才更能認出自己。她每一次交出的鏡頭，文字相錯的遠近度剛好舒服。「洗襪子的時候，儘不呼吸。想你的時候，儘不梳頭」；「窗外

有溪，像吻，比記憶流得慢，卻暗得比我還清晰」（〈你笑得毀滅像海〉）；「水裡來了一個女人 / 立在小舟上抽菸 / 日出的灰燼 / 沒有身世和名字 / 霧裡 / 她只穿了一件暗紅連身裙 / 裙子上開出一朵黑色的花 / 洋流來的時候 / 會挾帶魚群穿越」（〈水上——金基德《漂流欲室》〉）——這些句子有律動的均衡感，產生聲音效果，所有的悲哀於是被遺忘，我們只在這些不知古不知今的畫面裡，一剎那凝神。

※ 節錄版本，全文詳見逗點文創落格
commabooks.blogspot.com

《變形的俄羅斯娃娃》序

文 / 黃勁輝

專業人士不代表純白無垢，學歷愈高，接觸到的往往是社會愈底層的世界。



《變形的俄羅斯娃娃》主要收錄香港社會貧富矛盾日益尖銳，我身邊接觸較多專業人士，他們往往是夾心階層，跟貧窮有一定差距，跟富貴則有很大一段距離，繳交稅額往往最多，又常常遭受誤解。

專業人士，往往要通過高學歷考取嚴謹的工作牌照或資格，可以在社會換取不低的工資與待遇。有趣的是，專業人士不代表純白無垢，學歷愈高，接觸到的往往是社會愈底層的世界。專業心理學家接觸的是人類內心最瘋狂的世界，專業律師接觸最多的是罪犯和黑社會，專業醫生接觸的是死亡、最隱閉的器官和最惡毒的細菌，專業教師接觸的是未成熟的、最反叛的青年，他們所追求的專業精神，構成了一個一個比荒誕虛構小說更富爭議性的、血淋淋的現實個案。他們的精神狀態沒有多少人關心，愈專業，愈乖張悖謬，愈偏離常態。

平日生活我不經不覺採訪、搜集了不少專業人士的真實個案，電影《奪命金》是適逢這段期間創作的劇本，那是一個

我構思中的小說藍本，關於當時銀行新興的專業，負責推銷各類高危險資產產品的客戶經理，因緣際會發展為何韻詩飾演的角色和銀行線故事。本書亦是這段時期的創作，〈變形的俄羅斯娃娃〉寫女編輯、〈毋忘貓〉寫女醫生、〈只需 5% 的愛〉寫心理學家與其太太（銀行分店經理）、〈天氣小姐〉寫電腦技師古怪脾性的女友等。驀然回首，才驚覺當時寫了不少女性為主的專業人士故事。其他故事亦有〈磁浮高速飛行時〉談專業人士的中年危機，〈迷失屯門〉談一位慣於中環城市生活的金融經紀首次踏足偏遠屯門帶來的震撼和反思。而〈愚人中學〉是一個有血有淚的中學教師生涯個案。多年前已構思，超過五年，在不直接影響當事人的前提下，2012 年我再執筆，依然感受到故事的能量未因為時間流逝而減弱。

現今社會愈趨複雜，小說具有更大的存在意義和價值。文字構築的世界，比新聞更真實，比電影更貼近理性，是貼近靈魂的呼喚。本書故事大多為真實個案，情節基本上已很豐富。

品一口美好：

懷舊香醇城市記憶 ——巴登咖啡、 蜂大咖啡

文 / 圖 Liugi

近年來大街小巷中大大小小的咖啡店，已讓咖啡深入台灣民眾的生活，日前台北甚至還被《今日美國報》選為全球十大咖啡城市之一。藍山、巴西、曼特寧都已是本地咖啡愛好者耳熟能詳的產地，嗜飲者甚至開始如紅酒般品味各咖啡莊園的風味差異。

放眼望去一片舶來的咖啡香中，產自本地，專屬於台灣的獨特味道的巴登，或許就是一個值得記下的名字。日據時期，日人就曾在台灣種植咖啡，供應日本消費者。不過隨著日人離台，台灣咖啡產業也荒廢了一陣子。從小就在咖啡豆香中成長的張萊恩，懷著對咖啡獨特的情感，於 1984 年在雲林縣古坑鄉的荒山蔓草間闢建了巴登莊園，開始培育他的台灣咖啡夢。數年艱辛嘗試後，終於培育出香醇的台灣咖啡，並開啟了巴登咖啡橫跨全省的版圖。若沒有時間走訪雲林古坑鄉的咖啡莊園，親自體會咖啡豆種植、摘取、日曬、烘焙的過程，而只想伴著台灣咖啡香度過一個悠閒的下午，那位在台北天母的巴登咖啡旗艦

店將是不錯的選擇。

而在西門町屹立超過半世紀的蜂大咖啡即是台北咖啡歷史最好的見證。站在不大的店面前，一眼就可瞧見蜂大最引以為傲的立業之本：自家烘焙的各式咖啡豆，及搭配咖啡的各式台灣古早味小點，包括綠豆糕、花生糕等一般咖啡店不會見到的點心，一嚐之下才讓人驚覺跟咖啡竟是如此的搭調。香醇的咖啡搭配濃郁的點心，正是如此迷人的味道讓蜂大五十多年來持續吸引故舊新知絡繹不絕。若想更進一步品味時光的氣息，則務必要走進乍見窄小的店中，會發現其中驚喜不斷。店面雖小，從桌椅到擺設，從牆上的銅板雕刻畫，到堆疊成落的咖啡杯壺與器皿，每一樣東西無不充滿歷史的痕跡，彷彿可見一段段人與人的故事隨著一杯杯的咖啡流過，五〇年代的風華歷歷在目。



巴登咖啡 BARDEN

地址：台北市士林區天母東路
69 巷 11 之 4 號
電話：+886-2-28734024
服務時間：08:00-23:00



蜂大咖啡 FONGDA

地址：台北市萬華區成都路 42 號
電話：+886-2-23719577
服務時間：08:00-22:00

閱讀民宿：

舊書香與背包客的相遇—— 台東晃晃二手書店

文 / 洪于雯 圖 / 晃晃二手書店

「夢想有間書屋，盡情閱讀。南來北往的背包客好友們，在這棟老房子裡，為我帶來不同的視野，是書的分享，也是人生美好經驗的交換。」位在台東的「晃晃二手書店」也是背包客棧和小小咖啡館，店主人素素說開店過程其實是無心插柳卻有意想不到迴響。

從事網站規劃設計的素素和先生 HOPE，透過網路的工作型態，讓兩人決定換個地方生活，落腳台東的因緣其實跟 HOPE 以前在此當兵有關，因為喜歡而輾轉來到東部生活，看好一間 35 年透天厝位於舊鐵道邊的安靜巷弄，在一樓經營書店，二樓空間接待到台東的旅人們，以招待好友的心情為住宿空間營造出家的感覺。

因為愛閱讀也愛旅行「總覺得，台東沒有二手書店實在很可惜，就從我開始吧，期許台東的小型社區書店越來越多……」素素單純的想開小小一間就好，傻傻的從二個書櫃開始了她的二手書店夢想，另一方面要解決台東二手書源的困窘，於是用「以書換宿」、「以工換宿」活動，只要是店主喜歡的書或者是提供專長才藝（需先 Email 聯繫討論），就可以換取免費住宿或折扣，吸引不少背包客光臨。也因為這樣有趣的「交換」制度，二手書店總是充滿意外的驚喜，小空間裡來自各方的旅人，帶來不同的分享。

在台東生活八年多的素素也觀察到東部朋友的工作多元且多樣性，有人白天教英文晚上賣披薩，也有人是廚師也教衝浪和畫畫，甚至有人自己做麵包自己賣，也抽空幫忙清理水塔刷油漆還有木工及鑄鐵，最後成立了工作室……，只要夢想沒忘，人的潛力無窮連自己都意想不到，但最重要的是大部份這些朋友都做著自己開心且喜歡的事情，生活變得更有品質。

透過「以工換宿、專長換宿、以書換宿」，讓晃晃這個小小空間擁有許多有趣的故事與互動，可以在這裡天馬行空談著夢想，因為有一群更傻的人已走在你前面，想出有趣的 Idea 因為它有可能會實現，想要在這裡讀什麼書？這裡隨時都是讀書分享會。另外，店主也愛貓，將收入的一成用來照顧社區街貓和 TNR，是個對動物友善的店家，大家看到貓咪在書店附近走動時別忘打聲招呼唷。

晃晃二手書店 & 素素的家 | 地址：950 台東市新生路 503 巷 8 號（近開封街）
電話：+886-914-073-170（住宿需預約 089catbooks@gmail.com）
書店 OPEN DAY：五六日一 14:00-19:00（二三四公休日，但可預約參觀）

報
馬
區

next!

記得台灣的哪些劇碼？

從雲門《薪傳》到《如果沒有你》，
從表坊《暗戀桃花源》到《寶島一村》，
新世代的台南人劇團、
莎妹劇團、羈舞劇場……

透過豐富的肢體語言、音樂與對白，
呈現台灣多元的表演藝術文化，
下期請跟著我們走進劇場看戲！

※ 封面照片：風和日麗唱片行 顏涵正 / 攝影

歩台7
Taiwan
Step

免費贈送

