

跟著阿嬤過有機人生

我有個「活到老，學到老」的阿嬤，她的活力一點都不輸年輕人。她白天當志工，晚上在社區大學進修，假日也參與環保酵素 DIY 活動。有次學到如何在家製作有機肥料，阿嬤如法炮製，不但減少家中垃圾，菜園的蔬菜也長得很茂盛，真是一舉兩得。這讓阿嬤覺得很有成就感，盡自己一份小小的心力就可以減少地球垃圾，何樂而不為呢？她不只身體力行，還時常灌輸我們愛地球的觀念，也自此開啟了我家有機生活的一扇窗。

阿嬤喜歡拈花惹草，花園裡經過她綠手指的扦插和分株，有著各式各樣的花朵爭奇鬥豔，最重要的是不用花費半毛錢。多年前阿嬤種了兩棵小葉欖仁，如今已像兩支綠色大傘挺立在院子裡，我們在樹蔭下聊天，寫功課，享受清風拂面，蟬鳴鳥叫，即使夏季電費調漲，我們也不必擔心。阿嬤很聰明，時常動腦筋如何廢物利用，因此她上網找資料，學會製作環保清潔劑。將水、果皮、糖，依 1：3：10 的比例裝入寶特瓶，待 3 個月發酵後就可使用，它的用處可不少呢！可以去油汙、殺菌、防霉、防蟲、除臭……等，多到數不清。如此一來，不但兼顧環保，家中還省了一筆開銷。不僅如此，我兩兄弟幼時的尿布，都是阿嬤自己裁縫棉質的舊衣做成的，用過立刻清洗、曬乾，吃東西用的圍兜兜以及學走路時的開檔褲，都來自阿嬤的巧手，我實在太佩服她了。

阿嬤的有機生活對全家人都產生了影響。媽媽洗碗時，使用的是阿嬤用果皮酵素做成的清潔劑；上班時則和我一起騎腳踏車到學校，這樣一來，不但達到瘦身效果，還減少空氣汙染。爸爸則利用廢棄的木材搭建車庫、調整作息時間，早睡早起。阿嬤從小就告誡我，人要愛物惜物，雖然她說不出：「一粥一飯，當思

來處不易；半絲半縷，恆念物力維艱。」這一類的話，但這番道理她很早就懂。當我玩具壞了，阿嬤總是敲一敲，打一打，說：「還能用嘛！」當我亂丟垃圾時，她會板起臉說：「垃圾還可回收再利用，不要浪費資源。」全家外出時，她會檢查電器插頭是否拔掉，並且隨身攜帶環保筷、環保袋。耳濡目染之後，我不再暴殄天物，因為珍惜資源的觀念已深入我心中。在家中，我會隨手關燈，沖馬桶時，用的是剩下來的洗澡水，也不喝同學間流行的珍奶，因為在學校飲水機有乾淨的溫水。因為全家跟著阿嬤節能減碳，無形中省下了一筆日常開銷，這都要感謝我的阿嬤。

阿嬤在三年前罹患家族遺傳的肺癌之後，更注重環保和養生，我從阿嬤那裡學到不少東西，我看到她樸實無華的生活態度，阿嬤總是愛惜每一樣東西，我自出生到現在都是阿嬤照顧生活起居，吃的、穿的、用的都是阿嬤打理，但她教我更多生活中的道理。親身實踐 - 「簡單就好，沒有也很好」的人生哲學。例如夏天醃漬涼拌可口的木瓜絲、清炒自種的地瓜葉，我現在臉上長滿青春痘，阿嬤用絲瓜露幫我抗痘，這些都是來自大自然賜予的有機植物。阿嬤教我「東西夠用就好」，即使是「取之不盡，用之不竭」的陽光、水，阿嬤都會巧妙的利用它們，讓我們家變得更美好。

我跟著阿嬤過有機生活，感受到大地蘊育萬物，大自然供給我們日常所需，所以我們要好好珍惜這片土地，就像阿嬤常說的「一粒米，百粒汗」常懷感恩之心，愛物惜物，與大自然共存。阿嬤在罹癌之後，不但沒有改變她的生活態度，反而更積極投入志工活動，在地方法院、就業服務站、醫院、教會都可以聽到她親切開朗的笑聲。跟著阿嬤生活，讓我明白：人要知足惜福，雖然我有一張重度聽障手冊，但還能欣賞春天的百花；享受夏天的涼風；觀看秋天的明月；凝視冬

天的白雪，這是一件多麼幸福的事啊！未來我也將追隨阿嬤的腳步，閒暇時當志工幫助別人、愛物惜物，過一個有機的人生！