因感動設置「有機農產品專櫃（區）」

愛，從「左營無毒的家」再出發

◎李　華

20 年前，蘇翊甄開始自我療癒成為雷久南博士的擁護者，生機飲食的推廣者，同時是有機產業的支持者、啟蒙者及推廣者，一路顛簸。一份對家人的愛成就了自然園，找對路再苦也要堅持，所有委屈化成支撐蘇翊甄找出圓融因應的動力。

調整飲食，引發「家庭飲食革命」

蘇翊甄初嫁入厝，與公婆、伯叔姑嫂同住，負責三餐，廚藝不易下嚥。樹德學藝，樣樣過油，油亮酥口，又鹽又糖，道道味足，食欲大增，家中成人 70 公斤起跳。種種因素令蘇翊甄不快樂，常感疲憊，若無午睡，不能準備晚餐。她說：「自己提早老化，31、32 歲被醫生警告將邁入更年期。因為肥胖，新陳代謝、內分泌出現問題，嚴重骨鬆，大魚大肉引發腸胃炎，身體毛病層出不窮，中、西醫沒有停過。雙胞胎一個嚴重氣喘、一個嚴重過敏，每月都發作。」

為身體找方法的蘇翊甄讀到雷久南博士的健康觀念，才知飲食出了問題，改為少油少鹽烹調，漸獲改善。隨後接觸師姊教導的實作，她結合雷博士的觀念和師姊的實作，替家人做餐、為孩子做便當。她說：「孩子的便當被同學取笑，『好像在吃大便，黑黑髒髒的。』」被嘲笑的孩子回來反應，『媽媽，可不可以不要帶便當？』」她發現求好心切，超之過及，雖然健康，但未掌握蔬食料理的精髓。

飲食改變之初，引發「家庭飲食革命」。家人吃幾口或到外用餐，於是恢復原來烹飪，必備生菜。這些慘痛經驗恰好成為蘇翊甄經營有機店分享顧客的寶貴經驗，希望顧客為家人調整飲食時要善巧開始，讓家人慢慢體會蔬食的好，感受健康，願意

協助顧客善巧影響家人飲食

接受，才能獲得認同。

蘇母胃癌末期，蘇翊甄引導去高鹽、去油炸轉為蔬食，健康至今多年。兄弟深受影響，四哥隨她經營生機早餐。蘇翊甄仍有心中的痛「幫得了別人，卻幫不了自己的哥哥」，三哥酗酒肝癌過世，此事成為敦促她在有機產業積極服務有需要顧客的動力。多位夫家親戚因癌離世，婆婆體會出媳婦的用心。

從自身經驗深刻體會現代人飲食引發身體疾病，蘇翊甄成立自然園。從生機到有機產業 20 年，四處與人分享健康飲食概念，每年舉辦大型講習活動，提供豐富餐飲，培養出忠實擁護者常來店裡光顧，卻非臨近居民。最初 7 年經營自然園，加入無毒體系 13 年。原自宅經營，夫家變故而遷店，堅持健康飲食的理念及家人持續享用的可能，持續經營，三次遷移，2011 年 10 月遷至現址。搬遷過程得知農委會推動輔導賣場設置「有機農產品專櫃（區）」計畫，讓蘇翊甄感到「被正名的喜悅」，報名上課，參加輔導，設置專櫃（區）一年，店因遷址處於起步階段，業績努力中。

真心誠意，充分被顧客信任

無毒體系每年八月舉辦週年慶，顧客主動替蘇翊甄拼業績，先繳三、五萬，需要產品時再來取；也有顧客老遠跑來買個高麗菜是為了諮詢身體狀況，聽聽她可能提供的飲食調整方案。蘇翊甄感恩說：「提出的任何建議，顧客都接受，常買一堆產品回家。」對於顧客的信任，她說：「顧客提出任何與身體有關的問題，自己若無法解答，一定替顧客詢問專家或找資料。」她舉例，有位膀胱癌開刀十多年的顧客，腿痛醫療多年無效，擔心轉移，前來諮詢，告知腎經或有問題，請她去看腎臟科。經過檢查，得知腎臟縮小，聽取建議，每天泡腳、運動、腿部拉筋，疼痛日漸舒緩。蘇翊甄就是這樣呵護顧客，真心誠意相待，不以謀利出發。

打烊後，蘇翊甄的自我充實才開始。20 年來從養生、飲食、病理、中醫無不認真學習。常受邀到機關團體、公司學校、有機店分享健康飲食。她前往岡山無毒的家教學，該店老闆曾是自己罹癌的顧客，經過調理，身體狀況穩定而開店，蘇翊甄義不容辭、情義相挺。

因為感動，積極支持「有機農產品專櫃（區）」

什麼因緣下，蘇翊甄加入「有機農產品專櫃（區）」行列？遇到台灣有機食農遊藝推廣教育協會名譽理事長李美雲，蘇翊甄深被打動。她說：「投入有機產業這麼久，看到美雲姊對有機產業的熱忱，無私的付出，非常感動，決定全力支持。」為了表達對美雲姊及志工朋友的敬佩，在同行的介紹及輔導員的引介，參加 2011 台南「有機農產品專櫃（區）」行銷推廣課程。從中了解有機的規範，相當認同農委會所做，理所當然投入設置「有機農產品專櫃（區）」。

設置專櫃（區）對經營有實質幫助嗎？蘇翊甄說：「顧客走入有機店，常認為店內的產品都是有機的；要不然就是詢問產品是不是有機的？為了避免讓顧客覺得被騙，需花些時間解釋有機或不是有機的成因。」當專櫃（區）清楚展示有機產品，且是經過政府驗證及背書的，讓有機變得簡單有力，解釋起來容易，她說明同時強調：「重要的是，政府相關單位還會定期或不定期抽驗，對店家及顧客都是保障。專櫃（區）可以讓顧客明白什麼是有機？是有法規範及管理的。」她舉例，有的顧客在市場跟阿婆買自種的菜，就說是有機的，來到店裡看到菜價嚇到說：「價錢怎麼差這麼多？！」

期待「全民健康的台灣」

聽蘇翊甄述說經營有機歷程，談到夫家多位親戚癌症、娘家三位罹癌，不禁訝然，豈料她說：「一個常來店裡的顧客有兄弟姊妹五人，三姊妹罹癌，弟弟因癌去世，只有大哥逃過癌症的眷顧。」媒體報導過四人之中有一人罹癌，縱使媒體知道台灣罹癌及慢性病人口眾多，三不五時仍要打壓有機產業。對於食用 20 年天然、有機、生機飲食的蘇翊甄說：「自己體會最深刻，食用生機、有機飲食多年，家人不再動不動氣喘、過敏或生病，自己早發代謝症候群也消失。」蘇翊甄表示，即使媒體報導不一定正確，卻是督促從事有機的我們做好每個環節。她期望有更多的消費者、供應者及經銷商明白「有機農產品專櫃（區）」設置的意義，對有機產業的發展會有很大的助益；更期望農委會大力推廣，減少台灣罹癌、慢性病的人口，全民健康，減少健保支出，而是運用於更有效益的防範教育。■