

無肉生活 世界更美好

文／吳宜芳

二〇一九年全臺灣掀起了一股蔬食風潮，也在這一年裡誕生了「無肉市集」，目的在推廣一種全植物性飲食的生活和信念。

「無肉市集」創辦人張芷睿女士於九月十九日下午視訊演講分享，團隊在一年半的時間走訪了全臺灣八個城市，辦了十二場的市集，從微型場三千多人的參與，到大型場每場四萬多人，希望透過無肉的飲食生活喚醒每個人對動物的愛和同理心。

張芷睿說，當初辦市集的動機很簡單，就是為了自己的孩子。以前生活的環境，隨手而摘的蔬果擦一擦就可以往嘴巴塞，現在的生長環境，要擔心有沒有噴灑農藥，水質是否遭受污染，小時候的環境和現在落差是非常大的。因此，她決定要透過這樣的市集，讓更多人看見還能有什樣的選擇，可以讓世界變得更好。

無肉市集的起點，二〇一九年從臺中開始，市集裡的每一個品牌廠商都是從臺灣每個角落篩選出來的，第一場活動營造一個親子樂園的概念，透過好玩的活動，讓每一個人看見，素食超乎自己想像的美味，但這場活動卻留下了滿滿的垃圾，也種下了另一個想法，張芷睿決定要邀集所有的廠商，一起做一場沒有垃圾的市集。



無肉市集帶動了蔬食及環保風潮，全植物飲食型態一點都不難，生活輕鬆有趣又健康。攝影／（上）羅明道，（下）廖文聰

二〇一九年十二月，無肉市集在新竹的將軍村舉辦了第一場「零垃圾」市集，每個來到現場的民眾手上帶了各種的環保餐盒。之後，無肉市集和理念相合、推廣純素的稻禾集團合作，在高雄車水馬龍的地方舉辦市集，讓更多人看見，純植物飲食，生活一樣可以很精彩，就在於自己要怎樣去創造。

二〇二〇年八月，在新北板橋舉辦了有史以來最大的一場市集，超過一百家的廠商參與，超過四萬人來訪，寫下

了臺灣最大蔬食無痕市集的紀錄。二〇二一年二月，集結了全臺灣的三十九家品牌，跑到七、八百公里外的花蓮跟慈濟大學合作，廠商花了許多的資源，要租車、住宿，完全沒有賺到任何的錢，賺到無價的愛。無肉市集也到華碩這樣的大型企業推素，開啟了員工對於素食新的想像，讓大家對素食的感受變得很有趣。張芷睿女士說，一次又一次的活動，讓更多人體會素食對地球的友善，生命更美好的感受。例如，有一個合作品牌的夥伴本來是葷食者，加入無肉市集幾個月後，不只自己本身轉為素食，將品牌也改成素食，還帶著這樣的信念去參加鐵人三項，用行動證明素食對身體的益處。

「我們每一個人都有影響力，現在決定吃什麼，將決定土地的未來！」張

芷睿女士告訴所有人醫會成員：「我真心的希望，醫療人員比我們更有影響力可以影響更多人，選擇植物性的生活，如果有這樣的機會，我們也希望透過一加一無限大的力量，讓每一個人透過這股力量，去傳遞一種更好的飲食生活，讓人人更健康，疾病愈來愈少，讓病毒真正的遠離大家，希望我們可以共同努力。」



攝影／薛崑城



攝影／羅明道