

目次

序文	8
第1章：より良い暮らしの模索	14
第2章：生活設計	27
第2章：石造りの家を建てる	46
第4章：私たちの良質な土壌	84
第5章：健康のための食事	101
第6章：生計を立てる	126
第7章：共同体の中で暮らす	136
第8章：バーモント計画の総括	154
あとがき	167
翻訳者あとがき	169