

新年登太武山祈福 許虎年平安健康

金門日報

二〇五五一號

KINMEN DAILY NEWS

發行人長：傅仰土

今日一大張售新台幣六元

印刷者：本報印刷廠

4712826389011

平平安安、健健康康。

值此壬寅虎年新春之際

，金門縣政府在農林漁牧

四所推出春節農業展活動

，吸引民衆扶老攜幼結伴

走春，一覽新年各地美景

，或到各寺廟拜拜點燈祈

福之外，爬太武山更是大

家在過年都會去的過年平

動一天，王建路至海印寺

，太武山海印寺建於宋朝，至今約

八百多年的历史，且是地區的宗

教信仰中心，更是宗教百景之一

，堪稱金門第一名刹！太武山除從

玉章路及古道登上上去，亦可從屏東

上山，在中途有「頑石點頭」立於

懸崖邊，並在其石壁有「其介如石

」、「高風亮節」、「人定勝天」

，均是具有歷史意義的藝術石刻和

堅毅的精神表徵。

海印寺在每年新年都會提供點光

明燈、安太歲燈，讓新的一年更美

好，不忘累積行善布施、護持佛法

作爲助緣及增加福報之外，燃燈

功德實不可思議。

另在每年農曆正月初九「天公生

」這一天，來自各地善男信女亦會

登山進香還願和祈福，或是團體舉

辦登山健行活動，屆時將掀起起一

波的登山人潮。此外，海印寺位在

太武山兩座山峰之間的凹地，原名太

武巖寺，古蹟在太武山關旁有一個圓

拱的石門，古題「海山第十二奇」，及

後山的觀音公園。在年頭到年尾，

太武山海印寺除了本地鄉親信衆登

山禮佛勝外，也是許許多多的觀

光遊客必訪的宗教景點之一，且對

於太武山的美景，更需要用心去感

受神聖莊嚴的意境和心靈的豐收。

太武山，強化旅遊合作及互設文藝館

、服務站，進一步提升兩地城市治理能

力與福利，新春之際，期許縣府團隊

再接再厲，開展更多跨縣

市交流，以嘉惠兩地鄉親。

喜神：西
財神：正
日煞：北
日沖：猴19歲

宜裁衣 開市 立券
不宜 祈福 出行

金門縣政府旅台鄉親
北部服務中心
02-29150045
金門縣政府旅台鄉親
中部服務中心
0932-622-137
金門縣政府旅台鄉親
南部服務中心
0919-113-366
台北榮總金門分院
022875-7814
安寧服務專線
0913-862-282(鄭志強)
法務部調查局檢舉專線
0800-007-007
金門縣政府廉政事線
325538
金門縣警察局
325341 - 372218
刑警大隊 325652
反詐騙專線
165、110
交通隊 320870
金門縣消防局 324021
金門第九海巡隊
334261 - 336288
363816
金門縣港務處
332268
金門縣消費者服務中心
電話 1950
部立金門醫院
332546-7
金門縣殘障服務協會
330765
金門縣路燈道路養護
小組免費服務專線
0800-020-120
金門縣殘障專用公車
預約服務專線
0800-811-100
金門縣政府菸酒檢舉
專線 082-322976
勞工行政服務專線
373291
社會福利服務專線
324648
金門縣康復之友協會
334380
金門就業中心專線
311119
本報意見橋服務電話
332374



記者楊水詠／綜合報導
春節一連九天的年假即將於今天
結束，趁著天氣放晴及把握假之
前，闔家或三五好友結伴出遊迎春。
寺前祈福樹掛上許願卡，希望在新
溢著新春歡樂的氣氛。

上、下：值此壬寅虎年新春和年假結束前，太武山玉章路至海印寺沿途可見登山及祈福許願的人群，希望在新

。新年登太武山欣賞沿途各處美景
沿途，都可見到上山健步及祈福許
願的人群，洋溢著新春歡樂的氣氛
。新年登太武山欣賞沿途各處美景
。

(楊水詠攝)

。

共同主持的「金釋至交·好釋過好
交流為例，雙方早在1995年就締結為
「兄弟縣」，甚至將金門往來機場的
主要幹道命名為「桃園路」做紀念，
智慧城市、文藝展覽、資源循環及金
融等酒品，兩縣的縣農會也共同行
動，金門與台灣各縣市的往來更加緊
密。

過去三年，為進一步深化與台灣

各縣市的交流，縣府團隊更是展開

多面向的合作，上個月，在楊鎮活

動下，透過電商通路台灣好農協助

，因疫情影響外銷的台東鳳梨釋迦

進一步，希望兩縣互惠、好事成真。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

。

網傳超商收包裹染疫 陳時中：在台灣這個問題很小

網傳超商收包裹染疫，中央社記者陳至中、楊淑閔台北5日電】在印度參加「2022亞洲盃女足賽」的台灣代表隊，有7名選手COVID-19檢驗陽性，將安排專機回台。印度比賽也都做嚴謹防疫，為何還是染不住病毒？陳時中說：「防疫沒有靠一兩種方法就絕對不染疫。」在台灣，有特殊足跡和接觸史，染疫可能是人沒必要不要出國。體育署競技運動組長藍坤田今天稍早告訴中央社記者，體育署正密切與中央流行疫情指揮中心、交通部、外交部、航空公司等討論，希望能包括在內的所有選手，在8日前順利。

【中央社記者陳至中、楊淑閔台北5日電】印度參加「2022亞洲盃女足賽」的台灣代表隊，有7名選手COVID-19檢驗陽性，將安排專機回台。印度比賽也都做嚴謹防疫，為何還是染不住病毒？陳時中說：「防疫沒有靠一兩種方法就絕對不染疫。」在台灣，有特殊足跡和接觸史，染疫可能是人沒必要不要出國。體育署競技運動組長藍坤田今天稍早告訴中央社記者，體育署正密切與中央流行疫情指揮中心、交通部、外交部、航空公司等討論，希望能包括在內的所有選手，在8日前順利。

女足7選手印度染疫將專機回台

【中央社記者陳至中、楊淑閔台北5日電】印度比賽近日出現多名COVID-19確診個案，網路盛傳到超商收包裹可能染疫。指揮中心指揮官陳時中今天說：「在台灣這個問題我們認為很小。」

指揮官陳時中認為，在台灣這個問題很小。圖為便利商店內堆滿了待取貨的包裹。



網傳超商收包裹可能染疫。指揮官陳時中認為，在台灣這個問題很小。圖為便利商店內堆滿了待取貨的包裹。

中央流行疫情指揮中心今天下午召開記者會，媒體問及近日印度物流公司出現多起COVID-19（2019冠狀病毒疾病）確診個案，網傳要民眾這段期間，避免到特定超商，也不要去看包裹，擔心物流貨運全台跑，很可能傳播病毒。陳時中表示：「在台灣這個問題我們認為很小」。指揮中心一直在檢驗相關冷凍食品，冷凍食品被懷疑最有可能有病毒，但台灣檢驗這麼久以來，從來沒有驗出過。他說：

「有些地方被驗出比較多，住在那些地方要特別小心了」。

今天記者會，也有媒體問及，板橋人在短短幾小時內，多次被偵測到離開檢疫範圍，不斷被要求視訊，證明自己沒有外出，不堪其擾。

陳時中表示，接受電子圍籬措施的民衆有上萬人，但出現問題的狀況不會對民眾造成不便。

陳時中回應：「這很難預測在何時？」

是系統上出差錯，也會進一步釐清。

台灣大學公共衛生學院教授陳秀熙

日前提醒，下一波疫情發熱點是疫

苗失效時，媒體今天詢問指揮中心是

確定民衆是不是真的有離開；如

果是系統上出差錯，也會進一步釐清。

台灣大學公共衛生學院教授陳秀熙



那通電話

◎李台山

當荷官，卻把祖先留下的田產都輸光了，從此不敢回去面對八十多歲的老姑媽，三年前因為與朋友的財務糾紛被告訴欺，成了通緝犯。為了躲警察不敢找正式的工作，帶著一隻狗東躲西藏，暫時借住在朋友租的公寓頂樓加蓋鐵皮屋裡，不料前陣子朋友也失去工作回南部去了，他一時失去接濟，連買便當的錢都沒有。

自己餓了兩天，看著小黃狗也在低聲哀鳴，身心萬般難受，苦思焦慮下想到找鄉親也許肯幫忙，鼓起勇氣撥個電話到台北市金門同鄉會試試。接電話的聲音是位長者，語氣非常親切，很關心問他有何事？成漢編了一個錢包遺失，無法買機票回金門的理由，而且已經兩天沒吃飯了。王秘書長要了他的地址後，找阿祥理事買了兩個便當趕去看他，只見房間裡除了一張床、一條棉被和幾件衣服，其他什麼也沒有。

接過便當，他先打開給飢腸辘辘的小黃狗吃，然後自己坐在床沿大口大口把飯往嘴裡扒，秘書長和阿祥在一旁看著他吃飯的模樣，有點心酸，後來他向兩位長者坦誠，因為遭通緝沒有工作才會如此落魄。秘

書長當場告誡他要面對法律現實，才能把事情徹底解決，再說同鄉會也不能違法藏匿通緝犯。他聽了之後願意聽從建議，並決定第二天去投案。為了怕他緊張，同鄉會前常務監事張鴻飛特別向中山分局熟人打招呼，請妥善處理，於是很快在次日下午就送進桃園監獄。

入獄前他把小黃狗託給阿祥照顧，兩星期後秘書長和新竹金門同鄉會素寬總幹事去探望他，因為非三等親不得探監，獄方告知除非有立法委員公文才放行。於是趕快央請陳玉珍立委發函給桃園監獄，秘書長和素寬總幹事終於見到瘦了一圈的他。由於獄內飲水不甚乾淨，他向秘書長請求要了六十瓶礦泉水，以解決飲水問題。秘書長叮囑他：「在裡面要守規矩，平安出來；同鄉會先幫你找份工作，才能獨立自主」臨走前再塞給他5,000元，以便出獄後有錢搭車回台北。成漢望著兩位情如父母手足的鄉親離去的背影時，頻頻用手拭擦滿眶的淚水。

兩個月後的某個下午，王秘書長接到他已回到台北的電話，立即聯絡阿祥，找個地方請他吃麵線，幫他

洗除霉運，並且告訴他好消息：會裡的張翰林常務理事要把一個空屋免費暫時給他住。工作方面青年團的阿發理事的公司有安排，還有素寬總幹事也介紹到她弟弟在離島包工程工作，薪水不錯。他決定到烏坵工作，花費少，將來能多點積蓄，不料臨走前被通知，因為烏坵屬軍管區，要有良民身分，他剛出獄，不能上船。

再次的打擊卻讓他成熟了，告訴秘書長他要自己去找工作，不怕吃苦，會挺過來的。聽到這樣的話，慈祥的秘書長很高興的說道：「很好，年輕人站起來了，加油！我們還是會關心你的，也記得保持聯絡」。

一年過後，成漢提著一份禮物登門拜訪秘書長，告訴他這一年來的工作是舖塑膠地磚的師傅，每天工資有2,500元以上，並且有一位很好的某航空公司空姐女友，目前就和她同住，也省下房租。秘書長好奇問他是如何認識，他說是網路上交往一陣子，彼此了解才成為朋友的，他把女友的照片亮出來，並且說兩人相處融洽，非常和諧。聽到這裡，秘書長就像中了樂透一樣驚喜，心中有著萬千祝福，連聲說是好事一樁，同時也告訴他有好的因緣要懂得珍惜。送成漢離開後，王秘書長在門口凝視、沉思良久，才自言道：「這不是神話嗎？」誰能想到，兩年前那一通平凡的服務電話，竟創出了這樣一則小小的傳奇。

（稿費捐金門家扶中心）

媽媽的秘密基地

◎陳落遲

媽媽今年八十二歲，說她年邁，可以，說她力衰，採龍眼爬上爬下，身手矯健，一點都不衰老。唯一不靈光的就只有腦袋，她患了一般人說的「老人痴呆症」。

自從爸爸十二年前因病去世，媽媽就獨自一人在台南鄉下生活，過慣鄉村的悠閒自在，要她到北部來，簡直比登天還難。哥哥和我則在台北工作，除了平時打電話跟媽媽聊聊天，也只能偶爾利用假日回去看看她。幸好左鄰右舍一有空間，就會到家前的龍眼樹下聊天，媽媽有伴，我們也就比較放心。

這樣平順的日子一直維持著，只不過三年前打電話給媽媽，她多了很多抱怨。

「隔壁阿卿嫂在背後說我壞話，從以前她就一直欺負我！」

「放在倉庫的肥料常被偷，不知道哪個人幹的？真夭壽！」

「有人拿走我們家鋤頭、掃刀，害我都找不到。」

諸如此類，一開始大家都不以為意，反而信以為真，盡對媽媽說些寬慰話，現在認真回想，其實這些都是她「老人痴呆症」的徵兆。

直到去年農曆年，事態嚴重了！

每年農曆年，年夜菜有大嫂和老婆的幫忙，媽媽根本不用操心，但有一件事就非得媽媽親力親為不可，那就是蒸年糕。媽媽蒸的紅豆年糕是年節家中主要甜品，顆粒飽滿的紅豆，配上獨特的香蕉油味，甜蜜中帶著香氣，大

家都讚不絕口，那種對食材的比例拿捏，幾十年功力，只能意會，不能言傳，是大嫂和老婆學不來的。然而這次年糕卻在我驚呼中失敗了，因為我目睹媽媽把心安油當成香蕉油撒入米漿中，後來即便撈起保心安油，大灶水蒸，依舊糊掉，不能成形。原來，媽媽整個蒸年糕的工序都弄錯了。

蒸年糕失敗是媽媽失智的鐵證，嚇得我們心都醒了。醫生判定媽媽患了阿茲海默症，還好只是初期症狀，目前藥物雖然很難治癒，但可以控制惡化的速度。原本想申請外傭照料媽媽，但媽媽堅持自己沒病，拗著性子反對，我只好提前退休，回南部陪伴媽媽。

鄉下步調是悠閒慢活的，寧靜到可以聽見空氣流動的聲音，但鄉下生活卻是早起的，我總在睡夢中被鄰居吆喝叫醒。他們天亮就來邀媽媽晨運，散步到村外。

「你們先走啦！我還沒燒香呢！」媽媽對著鄰居們說。
「回來再燒就好啦！」

「不行啦！哪有人這樣子的？你們先走，我燒完香馬上就追上！」媽媽很堅持。

原本以為這只是一天的事，誰知道媽媽像不知變通的呆瓜一樣，天天重複同樣的話。

除了執著，媽媽的病還有個明顯現象，就是「跳針」式的說話。乾弟弟和媽媽感情不錯，他結婚的時候，媽媽送他一條黃金坦克鍊，婚後逢年過節，乾弟弟也總

不忘來探視媽媽。

「你才生一個太少了，可以再生一個了呀！你看這女娃那麼漂亮，多像她媽媽！」

媽媽很熱情的招呼著。我們大家相視而笑，趕緊閒話家常，轉移話題，因為乾弟弟已經失婚，今天一同前來的是他新女友。但不到三分鐘，媽媽又製造了尷尬氣氛。

「你才生一個太少了，可以再生一個了呀！你看這女娃那麼漂亮，多像她媽媽！」

一場不到三十分鐘的聊天，媽媽跳針不下十次，幸好乾弟弟明瞭，不以為意，倒是他新女友不再一同前來了。

我就沒有乾弟弟的雅量，早餐的事就對媽媽發過脾氣。

之前，爸爸重病在身時，媽媽就發願早齋。鄉下最便利的方法，就是餐車來，買個素食菜包果腹了事。可是餐車來時不來，所以陪伴她後，我乾脆買冷凍菜包，每早放入電鍋蒸煮。

「今天我們要吃什麼？不然等餐車來再買好了！」

起先，我都好聲好氣向她說，電鍋已經蒸好菜包。但經過好幾個月了，她早餐還是要問，就惹得我好幾次情緒上來，對她吼叫「我每天蒸菜包給你吃，難道你都不知道？」。

早餐的事無解，卻讓我體悟到有些事不管花多少時間，費了多少

口舌都是沒用的。媽媽心裡彷彿有座祕密基地，暗地執行著她的意志，任誰也阻擋不了。她要說的話，一定會說；她要做的事，一定會做。

家裡有塊山坡地，種植果樹，雖然不大，卻是爸媽養活我們一家的地方。有一天，我帶著媽媽到那裡活動筋骨。沿途媽媽就像導覽員，如數家珍的介紹這塊是誰家的地，那塊又是誰家的坡，來到自己果園，不僅訴說著和爸爸工作時的點點滴滴，更回到和爸爸一起為家努力的幹勁，拿起柴刀就往裡鑽，摧枯拉朽，不多一會兒工夫，整理出一園子殘枝敗葉。這是我第一次體會到，原來媽媽也有沒病的時候。

漸漸的你會發現，對於新近的事，媽媽極易健忘，嚴重到三分鐘前吃過的東西都會忘記；但對於陳年往事，尤其家人的事，她卻意外清楚。媽媽心中那座祕密基地，是以愛為圓心，以時間為半徑所畫出來的堡壘，越靠近圓心，越牢不可破；離圓心越遠，越容易忘卻。

想通了這一點，就不難理解媽媽每早問我吃什麼？跳針似的鼓勵乾弟弟多生個孩子；一到與爸爸胼手胝足的山坡地就生龍活虎。原來在愛的國度，媽媽沒有病，她一直守護著心愛的家人。

如今，再聽到每天的問候語「今天我們要吃什麼？不然等餐車來再買好了！」我內心只是充滿感激！

肉板（客家鹹年糕）

◎伊蓮小姐

農曆過年是東方國家最重要的節日，除了是異鄉游子回家團聚的日子，更是親人間的吃吃喝喝歡樂時光。當然年節食物糕點也不少，雖然年節氣氛越來越淡薄，但是每個家庭或多或少還是會準備的。

重頭戲是「年糕」；關於年糕由來有一些：最古老的傳說是遠古的怪獸稱為「年」，住在深山裡，會吃動物充飢，甚至下山傷害百姓，後來有人想到製作糧食糕點，讓「年」可以裹腹不會傷害人類，於是年糕成為趕走年獸的食物。之後人們會在臘月後，開始用糯米製品做成年糕，取其吉祥含意就是：「年年步步高升」。

小時候家裡很少出現年糕，因為媽咪照顧我們四個孩子，加上是家中老公，因為不擅長製作，曾經見媽咪大費周章烹調，卻發現整個成品不完美，久而久之，我反而是回舅媽或是阿姨家看見，於是年前年糕製作的忙碌過程，我家不常見到，因為早期農業社會，準備起這些年節糕點可是個大工程，從買米、浸泡、到研磨、放到蒸籠中蒸熟，真的讓婆婆媽頭頭疼。

自從多年前被大陸東北親人找到，我還多認識了屬於東北的年糕：東北粘豆包、黃米紅豆年糕等……讓在南方出生的我覺得稀奇。當然我媽咪傳統的客家年糕中有道肉板（客家鹹年糕），這個是小時候吃過會接受的年糕，因為糯米中加入了肉末，讓整個年糕飄了肉香味，在親戚家吃到，覺得好吃。年糕口味因地區性而異，加上多半做成甜口味，於是肉板（客家鹹年糕）是我記憶中的客家味。

因為想念親戚家的肉板（客家鹹年糕），於是找製作方法，現代人很幸運，只需要買好磨好的糯米粉，即可複製出快速版的糕點。將糯米粉加水和成米漿，將炒好的肉末餡料和米漿混合均勻，電鍋外鍋加一杯半水蒸熟，之後出鍋放涼，即可享受速成版的肉板（客家鹹年糕）。蒸好後倒在盤子上放涼，還挺成功的，切片後放進平底鍋裡煎一煎，兩面煎金黃酥脆即可。

我這半個客家血統的大嬸婆，複製出來的肉板（客家鹹年糕），讓媽咪很喜歡，因為媽咪本身都沒製作過，直誇我很有慧根，進而了解了客家的傳統，因為「板」是客家主要米食之一，更是過年祭祖、團聚家人凝聚力的糕點，不管是吃甜的年糕、或是肉板（客家鹹年糕），都是象徵著新年發財，來年步步高升。

飯鍋上的保鮮膜

◎Penny

「店裡要拜拜，妳回家簡單煮幾樣飯菜，其餘再用買的……」遇到拜拜時，媽媽總會這樣叮嚀我。

那天，由於店裡要拜拜的緣故，我和往常一樣，簡單的煮幾樣飯菜，駕輕就熟將飯煮好後便往自家的水果店送去。

不過，我的內心總會不滿的想問，為什麼都叫我去煮，不能都用買的嗎？但想想，有拜有保佑，也就認真的把東西準備好。

「匡啷……」一個鐵飯鍋，就這樣毫無預警的從我機車上掉下來，而後面剛好一輛公車已慢慢向我掉的那個鐵飯鍋方向開過來，那時，我快速的走到鐵飯鍋前面，以迅雷不及掩耳的速度將鐵飯鍋拿起來，再度放上我的機車，趕快逃離尷尬現場。

或許是鐵飯鍋掉到地上的聲音太大，當下卻引來一位小姐出來探頭觀看，她一定感到奇怪，為何外面突然會有一個巨大聲響，而那時我早已將鐵飯鍋放好，然後冷靜地將機車慢慢騎走，彷彿什麼事都沒發生過一樣。

照理來說，那個鐵飯鍋掉在地上時，裡面的白飯會全部掉出來，但為什麼那麼幸運幾乎都沒髒掉，其實那個「救飯恩人」就是透明的保鮮膜。

在出門前，我不放心的將鐵飯鍋包上一層保鮮膜，因為怕運送過程中會有灰塵掉入飯中，沒想到這個不經意的小動作，卻救了整鍋飯，不然的話，拿到我媽那邊時，她的臉應該會像川劇一樣，直接變臉給我看。

看到保鮮膜，讓我聯想到透明膠帶，也想起之前去五金行買的櫃子，那個是需組裝的櫃子，不過，它的外包裝其實也很大，由於我騎的是機車，運送過程並不方便，原本以為店員會拿繩子來幫我綑，但令我意想不到的是，她拿的是透明膠帶，三兩下輕輕鬆鬆地將東西一圈又一圈的黏好固定好，就這樣顛覆了我對膠帶的看法，沒想到膠帶反而比繩子更好用，而且過程中還穩穩的不會掉下來，真的是小兵立奇功。

後來，我慢慢發現保鮮膜和膠帶的好處，那些看似不重要的生活用品，卻在我最需要的時候，幫了我很大的忙，這也讓我發現，不要去忽視平常看起來不起眼的人事物，因為他們可能會是我們在最需要幫忙時，卻是意想不到的救命恩人。



剪紙 ◎張貴春

期許自己每年學一樣新手藝，活化自己腦子也讓自己多元接觸，過年前我選擇了從未接觸過的剪紙手藝。

學剪紙第一步要先學搓紙釘，日曆裁剪成的長三角形以大拇指與食指搓成細長狀，要穿過紙張的微小洞口。別小看這搓紙釘的小動作，搓的我燒腦又忙亂。腦袋想的和手指做的是兩條平行線，完全沒有交集。只好弱弱的求救於老師，老師一出手軟嫩的小紙張立刻堅挺如釘子，再看看我手裡歪七扭八的紙釘。每次學習新事物一開始總是哀哀叫，像瞎子摸象卻也越學越開心。

剪紙是中國最古老的民間藝術之一，早期民間婦女用色紙剪成各種花草、動物或是人物故事貼在窗戶上叫「窗花」，門楣上叫「門簽」，作為裝飾。年節貼在窗戶增添喜氣。

看著手中的小幅作品慢慢地剪逐步完成，我的臉上終於有了笑容。尤其是鏤空的線條完全沒斷



線，真該給自己一個讚。這隻快樂的小鳥就在我眼花茫然中快樂高歌。

天色一黑我為了測試當天剪紙的成品，翻箱倒櫃竟然找出陳年蠟燭，這支蠟燭應該也有20多年了。記憶隨著剪紙投射出的微弱燭光讓我想起，這白色微黃的蠟燭應該是我婚前從澎湖老家一直帶在身邊，而老家早已不在，婚後的伴侶也已不在，家裡有溫暖燭光陪著我，沒有寂寞只有寂靜。

剪紙要先捨去才會呈現美麗的圖案，人生何嘗不是要有捨才會有空間流動，2022我告訴自己我捨去爬山時間投入居家陪伴這區塊，是時候了。照亮自己同時我那微弱的光也照亮他人。

