

大碱场记忆

贾同淮

上世纪五六十年代，在武邑、桃城一带流传着“金南宫，银枣强，武邑一片大碱场”的说法。一晃六七十年过去了，而武邑大碱场的痕迹，荡然无存，已全部被人们改造成了稳产高产田。作为武邑县原马回台公社贾史庄村的一员，我却对自己生活过的武邑大碱场记忆犹新。

大碱场，在我的记忆中，是这样的：碱土、碱嘎巴，白茫茫一望无际，不长树木，不长庄稼，连草也很少。即使偶尔有块洼地，长点芦苇芽，长点盐卤菜，或碱蓬棵，都长不大。稍高点地方长点红荆棵。碱场当时被称为兔子不拉屎的地方。因为既没有可食之物，又没有遮挡，兔子不会光顾。这样的碱场地有多大面积？我说不准确。我只知道，从我村边西南方向到李泊庄村，六七里地，全是碱场，一望无际，其间只有两座破砖窑。这两个窑，相距四五里地远。远的是宋家村的，近的是我们村的。从我村边往东到粉张村七八里地，基本上也都是碱场。我村东是106国道，从我村到武邑县城五六十里，公路两侧也都是碱场，看不到庄稼。尤其是葛庄一带，一刮风，碱土刮起飘得像下雪。记得武邑县城向北老远，至少五六里地，也是一眼看不到边的碱场。这都是我上世纪六七十年代去过的地方，亲眼所见。

大概是“一方水土养一方人”吧。在那样的环境下，人们为了生存，利用碱土熬硝，或晒盐，以此换点小钱，用于生计。从我刚记事起，父母亲和哥哥，就在冬天利用碱土熬过硝。那个活儿又脏又累，而且弄不了

多少钱。为了不影响正常时间给生产队出工，全家就挤下工时间到碱场扫碱土，弄到家，起五更睡半夜，用做饭的锅，烧开水煮碱土，边烧火边用棍子搅和。然后把碱土汤放到缸或盆里，待第二天早晨，冷却或泥土沉淀后，在缸或盆的上部周围，会有雪白晶体，这就是硝。父母将这些硝收集起来攒着，卖给熟皮子（皮革厂）的。忙活几个小时，也生产不了几斤，卖个块儿八毛的。用于打煤油，买火柴和食盐。至于晒盐，我家没干过，我只见过在碱场里的晒盐池子。据说也是用碱土水沥、晒，而出的盐，味很苦，不经处理根本没法吃。碱场里还有能用的植物。红苕，荆条可用来编筐，筐用来盛柴、草、菜之类，也用来盛土、粪之类。碱场洼处可野生少量的很小的草、菜，对人、畜、禽有用。芦苇可割回家喂羊、牛，野生的羊家菜，可采回家煮熟充饥，野生秧子菜可沾酱生吃。生长的盐卤菜、碱蓬都咸得够呛，可开水焯后，用手攥干佐餐，不用放盐，就跟咸菜似的。有个叫渠菜羊子（音）的菜，可喂猪、兔。

“武邑县三件宝，红荆、苇子、大红枣。”这是上世纪六十年代，流传很广的话。作为全部盐碱地的武邑县，为什么有三件宝？大概这三样都是强力抗盐碱的。其中枣树抗旱性极强，而且自繁能力很强，只要根部露出来，就发芽生长。所以当时就在枣树林掘小沟，帮助枣树繁育。芦苇是长在水里的，在水里泡着，它往上长，可长到二三米高。它长在旱碱地，贴着地面四处长，叫芦苇

芽，长不大。这三件宝，在武邑到底有多大面积，我说不好。作为童年的我，记忆中，凡去过的十里八村，几乎村村周围都是枣树林。我村周边，除村北外，其它三面都是枣树林。“七月十五枣红圈，八月十五枣落杆”。每年中秋节前，看各村枣树林，也算是当时乡村的美丽风景了。我们村后西北半里多地是张史庄，村后东北半里地是石王史庄。我村与这两村之间，坑坑沟沟较深，为向东通往老盐河的水道，几乎一年四季有水（冰）。所以，年年都是芦苇荡。芦苇草，由生产队收割后卖给东北一带，编炕席用。或组织社员织成炕席，再往东北卖。有句话叫“织席的睡光炕”，我有体会。那个年代，芦苇较贵，高粱杆加工织的席较贱。所以条件好点的农家，铺的多是后者。我家到七十年代中期还没烧炕。当时武邑县城的周围全是芦苇，尤其城壕内，那苇子长得特高，存在时间最长，一直到当时八九十年代还有好多。至于常年存水的坑或沟，都长满芦苇。秋冬季节苇缨子随风飘摇，煞是好看。再说红荆，凡是大碱场都长这东西，就是一些可耕地，地硷上也常见。这种植物抗盐碱特强。它一墩一墩地生长，如有人管理，年数长了，也能长成红荆树。红荆子秋后在顶部开粉花，挺好看的。

大碱场和盐碱地是两个概念。在武邑，除了大碱场，全部耕地基本都是盐碱地，或叫粮田。大碱场虽出名，但总比耕地少。大碱场地，不在地亩册。到底具体有多少，不清楚。但耕地，人均三亩左右。这些耕地，虽然瘠薄，但都是祖祖辈辈生活之依。为了把地养好，人们年年施肥而

且当时都是有机肥。尽管这样，由于盐碱肆虐，粮产很低，有“种一葫芦收半瓢”的说法。记得小时候给生产队拔麦子，社员们调侃“麦杆长得跟兔子毛似的”。那些农作物因盐碱缺苗断垅。亩产才几十斤。大多年份麦收时，全家七八口人，只分一百斤左右小麦，平均一人十几斤。为了全年不断顿，我家麦收后吃三顿白面。也叫全套：一顿饺子，一顿捞面，一顿包子。吃完全套，留下过春节的和平时来客用的麦子，剩下的全换成高粱（1斤麦子换3斤高粱）。然后再掺些野菜蒸成窝头吃。说到麦子，个别村也有收成好的。邻村吕音，人家精耕细作，小麦收成就好。这个村为把小麦产量提高，将人粪晒干，然后用碌轴碾轧细，再用大粪糞，向播种一样埋到麦垅里，使人粪种麦种在一起。如此施肥，当时小麦亩产达到三四百斤。有一年，每个农民分到一百八十斤小麦，一时被传为佳话，真让人羡慕极了。

后来，因为“根治海河”，允许农民开荒种田的辛勤劳动，如今的大碱场，基本上全部变成庄稼地，甚至有的地块比原耕地长得都强。我村西南到李泊庄村由“碱土白茫茫”，变成了庄稼夏秋绿油油。甚至多年的老土道，也被种成了庄稼。原有的耕地，皆盐碱地，现在大都成了“吨田”。

厉害了，我的家乡。

悠悠岁月



新华社记者 陶明 摄

正月里来是新年

健康生活“八件套”！

这届“新老人”有点潮

爱网购、爱健身、爱减肥、爱旅游……近年来，这些本应属于年轻人独有的标签，越来越被一个名为“新老人”的特殊群体所分享。

一份由阿里健康研究院发布近日的《新老人互联网健康消费洞察报告》（以下简称《报告》）显示，这一出生于20世纪六十年代左右、正步入老龄阶段的人群，因其独有的特质，正在成为数字健康领域不可忽视的一波“生力军”。

更瘦更美更时尚

新冠肺炎疫情加速了“新老人”在互联网上拥抱健康生活的脚步。《报告》显示，相较于2019年，2021年购买健康商品和服务的“新老人”增加了近6成，相应的消费金额增加了近9成。

“以前只知道上网看电视剧，2020年疫情发生后，出门不方便，孩子在家教会了我们网购，现在买药什么的都在网上，快递送到家，方便、安全。”57岁的北京海淀居民张光红（化名）说。

值得注意的是，不同于传统老人，很多“新老人”通过购物车传递了对“更美”“更瘦”的诉求。例如，“新老人”购买彩瞳的人数两年来增

加近50%，其中女性占比近7成；购买面膜和的祛疤产品人数分别增加近一倍和两倍以上。此外，在“新老人”网购的药品中，用于减肥的奥利司他位居榜首。

天猫医药健康数据还显示，“新老人”群体最热衷购买的健康“八件套”依次为：智能血压计、制氧机、护腰带、智能血糖仪、口袋呼吸机、医用口罩、医面膜和祛疤产品。

健身旅游两不误

除了对美的追求，“新老人”群体还注重健身。相较于2019年，2021年“新老人”在天猫医药健康上购买乳清蛋白粉和增肌粉的人数增加了55%，购买护具的人数增加了51%。

更好的身体是为了更好享受生活。此前有研究机构调查显示，“有钱有闲”的“新老人”群体已成为旅游市场的“主力军”。

便携轻巧、甚至可以装进口袋的健康设备，能让“新老人”来一场“说走就走的旅行”。相较于疫情前，2021年购买口袋呼吸机的人数增加了92%，购买洗鼻器的人数增加了59%，购买胰岛素笔的人数增加了74%。

投资健康更“舍得”

相较于传统老人的节俭，“新老人”群体在照顾自己健康上更舍得消费。2021年，“新老人”购买花胶的金额同比疫情前的2019年同比增长295%；购买复合维生素同比增长164%，购买人参同比增长106%。

阿里健康研究院同时发现，通过天猫为自己预订体检套餐的“新老人”人数亦大幅增加。

在关爱自己的同时，已经“互联网自由”的“新老人”们也更加关注家人健康。譬如，相比2019年，“新老人”2021年在天猫医药健康上购买的儿童维生素金额同比增长198%，他们购买的中青年体检套餐也大幅增加。

一个有趣的现象是，“新老人”群体2021年购买叶酸的金额同比两年前增加了193%。而叶酸往往被认为是备孕的必需品。

“我结婚后不久，就收到过我妈妈网购来的叶酸，虽然是夹在一堆维生素里，也让我不得怀疑她的‘小心机’。”90后女生小姜（化名）说。

（高尚、徐晓凤）

一位75岁老人给孩子的压岁钱

栗淑兰

我婶子名叫谷秀贞，今年75岁，她勤劳，节俭，对生活充满热情。春节期间她把家摆置得像个花园，还养了各种鱼，寒冷的冬天，她的家被妆点成了春天。老太太思路独特，今年过年给孩子们每人一份压岁礼物，就是一套自己亲手做的手工艺品。这一套包括：每家两双宝贝鞋，两个围裙，两套小孩衣服，两个宝贝枕套，两个宝贝肚兜。

为准备这些礼物，婶子从半年前就开始做准备，用心制作这一大盒子礼物。春节我去看她时，她拿出她亲手制作的这些“工艺品”，我之所以称作工艺品，是因为我从来没见过这么多的自制作品，小鞋是几个月的孩子穿的，每一双袖珍鞋上都绣着绿色的小青蛙，小巧玲珑，十分精致，创意新颖，十分可爱。

一会儿我婶子又抱着一个箱子，里面整整齐齐摆满了一色红的作品——小枕头套、小肚兜。又是一大摞。你以为这就完了吗？不，还有新作品！一打浅绿色的幼儿绒上衣，衣服上绣着小老虎，这些，就是虎年送给所有孙辈的新年礼物。婶子脸上洋溢着满足的笑容，

她说自己有线缝机，锁边机，还能使用，就愿意做些手工活。可就是年龄大了眼睛不好使，做活需要戴眼镜。

我看着婶子把她的作品摆满了一个大沙发，一个大茶几，这些手工品十分惊艳，看得我心花怒放，没想到老人这么有耐心，巧手还聪明。这些东西现在买也不一定买得到啊，我不禁对婶子肃然起敬，佩服这个热爱生活的老人。婶子是个生活之中的有心人，有的创意她都是随手拿来。她告诉我，去年中秋节，儿子送来了月饼，她一眼就看见月饼盒子上有一朵花，挺好看，很快就把这朵花绣在了围裙上。一朵花，涉及那么多颜色，婶子就让孩子帮她买来五颜六色的绣花线，然后按照盒子上的花，一针一线复制粘贴到围裙上，这么多围裙，可是千针万线啊！

婶子是我们中国最典型的传统女性，虽然已届老年，仍然保留对生活的热爱，把日子经营得有滋有味，于平静中出彩彩。今年是虎年，婶子说她希望自己的子孙在新的一个年里个个成才，平平安安，生龙活虎，虎虎生威。

“封涌泉”可濡养全身

中医认为，当阳气上升，阴气下降，可形成“上阴下阳”的阴阳相交之象。这犹如晴朗的天空一样，天上风轻云淡，地面绿树成荫。其实，人亦如此。当处于上阴下阳、元阳充足的状态，人就自然充满，充满活力。那如何才能达到上述的养生效果呢？这个时候，我们就需要从刺激涌泉穴入手了。

涌泉穴是肾经的发源地

《黄帝内经》提到：“肾出于涌泉，涌泉者足心也。”意思是说，肾经的气就像泉水一样来自于脚底，能灌溉全身各处。涌泉穴是肾经的第一个穴位，也可以说是肾经的发源地。自古就有“睡前搓脚心百次可延年益寿”的说法，刺激涌泉穴就好比是打开生命的源泉，让生命之水灌溉全身。

涌泉穴在脚掌的前三分之一处，更简单地讲，就是五个脚趾用力弯曲时的凹陷处，相当于足部肾上腺反射区的位置。

刺激涌泉穴的一大功效是引导气血下行，也就是把气血引到脚上。如果肾气不足，气就不能往下行，气往上走的话，就会产生高血压、鼻出血、头目胀痛、哮喘等气血上逆的症状。在日常生活中，刺激涌泉穴最常用的方法就是艾灸。适当艾灸涌泉穴能发挥引火归源的作用，有助增强人体的肾气。

“封穴”讲究几种手法

然而，灸法是讲究“入穴”的，即用阳气——艾的能量，来舒经活血、祛瘀散寒，使能量顺

着穴位进入体内。所以，灸法是通过毛孔的打开、穴位的开阖、经络的疏通，把阳气的能量穿透进身体里。艾灸涌泉穴时，除了要掌握好灸量，还要注意意念灸完一定要“封穴”。

所谓“封穴”，实际是指通过按摩点穴的方法，刺激局部以调整人体阴阳，从而对身体产生积极影响。如拍、锤、点、按、捏等都是“封穴”的手法，有的人可能只使用其中某一种方法即可，有的人可能需要配合使用多种方法。

推涌泉：如果老年人平时经常怕冷、手脚冰凉，说明身体肾阳不足以温煦四肢，可通过推擦涌泉穴的方法温补肾阳。

按涌泉：如果老年人患有高血压，平时经常出现头胀、头晕、头痛等症状，这是因为身体处于肝肾阴虚状态，可通过按揉涌泉穴的方法引火下行。

擦涌泉：如果老年人睡眠质量欠佳，经常失眠、多梦、易醒，甚至出现五心烦热（即心胸和两手心、两脚心发热），这是典型的肾虚虚症状，可通过摩擦涌泉穴的方法交通肾气。

拍涌泉：足少阴肾经循行路线经过喉咙和舌部，又因肾开窍于耳，所以按揉涌泉可治疗咽喉肿痛、舌干、失音、耳聋耳鸣等头面部疾病。

老人在灸完涌泉穴后，可辨证使用以上方法“封穴”，将元气封存在内体吸收。“封穴”在一定程度上，决定了艾灸的最终疗效。

（吉文）



追梦“老男孩”和他的农民工俱乐部

日前，河北电机股份有限公司的生产车间内一派欢歌笑语，往日机器轰鸣的车间被临时改造为演出舞台，李俊岐（左一）带着一群来自石家庄市栾城区楼底农民工俱乐部的“演员”，为春节期间坚守岗位工人们送上一场精彩的慰问演出。

今年72岁的李俊岐是石家庄市栾城区楼底村民，他酷爱文艺，作词谱曲、弹奏演唱样样在行。为更好地丰富大家业余文化生活，他和村里的文艺爱好者们于2011年11月成立了楼底农民工俱乐部，不光是附近村镇，还有很多石家庄市里和外县区的爱好者大老远跑过来加入俱乐部。表演队、战鼓队、民乐队、曲艺队，俱乐部成员分工明确，所有节目都是自己创作、编排、演出。李俊岐说：“我一直坚持文艺梦想，有朋友叫我‘老戏骨’，也可以称呼我追梦‘老男孩’。”

新华社记者 骆学峰 摄

欢

迎

订

阅

衡水晚报

《衡水日报》
530元/年
《衡水晚报》
180元/年

河西站电话：

2034450

开发区站电话：

13323185505

河东站电话：

18803288788