芦花盛后拾洼忙

□ 本报记者 尹 超 摄影 陈 雷

12月10日10时，雾气渐消，走在南大港湿地的小路上，静谧中夹杂着鸟鸣，河面一层薄冰，扔一小块儿土疙瘩，就都碎了。10万亩芦苇浩浩荡荡，初时飞花似雾胜雪，此时冬苇赛金。

前段时间，南大港湿地首届“芦花节”落下帷幕。这场以花为媒的盛会，会四海宾朋，聚湿地人气。

“蒹葭苍苍，白露为霜。”广阔湿地里的芦苇丛，是南大港湿地的“魂”。每至深秋，湿地10万亩芦花总会如约盛开。《诗经》里浪漫悠远的意境，在这里展露无遗。

在这场盛会中，人们赏芦花、观美景、尝美食、品民俗文化，在多样化服务中，近距离感受大洼魅力。现在，南大港湿地拟确定为国家4A级景区，目前正在公示中。

正是候鸟迁徙时，时不时飞起的鸟群，给静谧的湿地增添了无限活力。在这里，环境适宜，食物充足，许多候鸟变成了“留鸟”，常住不走。赏芦花，看群鸟，不知不觉步入湿地深处。

不远处，南大港管理区农业发展公司经理吕发成正带着准备收割芦苇的天津客户查看地形。一上冻，湿地特有的拾洼“运动”——收割芦苇，就要开始了。

芦苇长期不收割，一会影响水质，二会影响新芦苇生长。为了湿地来年开春新绿一片、环境优美，南大港每年都会定期收割芦苇。

吕发成不仅带客户实地查看，还帮忙提供销路：“目前湿地芦苇主要用途是应用在民用建筑上和作燃料。其他还有一些小范围应用，如制成笤帚、工艺画、蒸笼盖等。”

在南大港，冬季拾洼——收割芦苇，每年都会轰轰烈烈。附近很多村民都是拾洼常客。这些拾洼人，平时种地、打工都不耽误。但冬日里，总会有个把月时间，留给大洼。

56岁的刘前力，就是一名老拾洼人，他是南大港一分区小金庄村民，从20岁出头，到年近花甲，有着30多年收割芦苇的经验，从小跟班到承包商。“今年又承包了几千亩芦苇准备收割。”刘前力说。

随着大型机器的推广，人工拾苇已慢慢退出舞台。但去年，因为暖冬，水面冰薄，大型机器进不去，刘前力靠人工仅收割了靠近路边的部分芦苇。“冰面薄，经常一脚就踩进水里，收割时都得穿上高到大腿跟儿的防水靴子。去年有台机器，整个车沉到了水底，打捞费老大劲了。”刘前力说，打捞机器，有时三两个小时，有时半天，有时候两天才能捞上来。

今年，刘前力早早开始准备，购买了5台小型自动割捆机：“看天气，两手准备。上了大冻，就用大型机器；和去年一样，就得人工加小型机器。目前看来，今年天气还是比较理想的。”

轻盈的芦花，随风摇曳，是一幅美景。收割芦苇，却是件苦差事。“拾洼人大部分都是附近村里50岁到60岁的人，年轻人可不愿意干这活儿。”刘前力说。

刘前力还记得，30多年前，收割一天芦苇，能挣20元钱；现在，一天的费用是300元到500元。“人工是贵，但这活儿也确实辛苦。”刘前力说，“用上自动割捆机，差不多可以省一半人工。当然，如果能进去大型收割机，就更好了。”

刘前力承包的6000余亩芦苇地，全部收割完毕，得持续30天左右。

往年，一过元旦，收割芦苇工作就开始了。拾洼人凌晨四五点钟动身，在刺骨的寒风里、硬邦邦的冰面上，摸黑干活儿。别看天儿冷，还不能穿太厚。“穿太厚干活儿不方便，时间长了也会热。”刘前力说。怕冰薄落水，有的拾洼人会穿上防水靴子，鞋底绑上防滑器具。带着割，拉上凌耙，一天的工作就开始了。

“唰唰”声起，冰霜翻飞处，芦苇纷纷倒地。等到天亮，大片芦苇已经倒在冰面上，在阳光照射下，清冷又灿烂。人们打好捆，为了加速运输，用小三轮车拉着凌耙往外运。“运到岸上，卸下来，装车拉走，才算完成收割任务。”刘前力说。

车辆经过时，冰裂声此起彼伏。路遇小裂缝，拾洼人加速冲过，一时险象环生。割、捆、搬、运……不管人还是工具，都在飞速运转。天寒地冻，有人已是满头大汗，脱下棉袄。

待到中午，冰面水汽渐生，不穿防水靴子，脚都能湿了。拾洼工人们坐在芦苇上，拿出自带的干粮，喝着保温壶里的热水，午饭就这么开始了。有时候风大，他们就把芦苇攒成墙挡风。午饭后还要再干上一两个小时。

熏醉金色的芦苇荡，当勤劳的人们奏起拾洼之歌时，也是一番别样风景。

聚热点

精神陪伴更重要

□ 北 思

寒冷冬日，新华区欣怡社区的活动室里却暖意融融，一支“朗读者”志愿者队伍，在为社区独居、空巢、失能及视力残疾的老人读书读报。老人们认真听着，有的还和年轻人讨论热门新闻和国际局势，特别开心。

而在运河区隆华社区，志愿者则走进了空巢老人家里，帮助老人搞完卫生后，又给老人读起了报纸，有的还教老人用智能手机，给他们看好玩的视频。老人们说，更喜欢这样的志愿服务。

对于不少独居、空巢老人来说，他们不愁吃、不愁穿，但是精神空虚，内心孤独，一些老人不擅长甚至不想与外界交流。这样的老人在心理上存在不同程度的焦虑、不安、失落和抑郁等情绪。与肉体上的病痛相比，精神空虚成为他们更大的痛楚。

不禁想起一则新闻，浙江宁波一位老人，孤单无依，隔壁邻居30年来，不仅在生活上照顾老人，精神上也给予诸多关怀，经常邀老人到家中，一起围坐在饭桌前，其乐融融，一幅儿孙绕膝的情景。老人去世后，法院将老人部分遗产判给了邻居，这其中也包含着一种精神的感恩。

在老龄化社会日趋来临的今天，越来越多的老人过上了空巢和独居的生活。令人欣慰的是，也有越来越多的志愿者走近老人、帮助老人，给予他们精神的陪伴。

希望更多的社区志愿者来关爱空巢老人，不仅给予物质上的帮助，也能提供精神服务，让老人感受来自社会的温暖。

说城事

那些藏在老城区的手艺活儿

□ 本报记者 赵宝梅 摄影报道

一盘煎面肠令人垂涎欲滴，一幅布贴画巧夺天工，小小面塑栩栩如生，段段相声令人捧腹大笑……这些经典又值得揣摩的手艺和绝活儿，竟是藏在沧州老城区的非物质文化遗产。近日，新华区又有15项区级非物质文化遗产通过专家鉴定，众多老手艺重新进入了人们视野。

在新华区洁净餐馆里，一口火热的炭烧铸铁锅，倒上秘制汤油，铺上一层自制的面肠，再铺上一层红肠、鸡蛋，轻轻翻炒，出锅时撒上冬菜和韭黄，丰富饱满的味道弥散开来，一天的疲惫就在一盘煎面肠中烟消云散。这就是姜氏煎面肠。从餐馆营业初期到现在，26年来，一直延续传统配置法和制作工艺，满足了无数沧州人的味蕾。

锔盆儿、锔碗儿、锔大缸，一个破碎的瓷器，在匠人的金刚钻下，修补裂痕，重返完整，这就是人们说的“没有金刚钻，别揽瓷器活儿”，即指的是锔瓷。多年活跃在民间的敬记锔瓷，在老沧州人的心中分量很重，也成为一项面临绝迹、需要保护的手艺。

一勺一铲，把糖放在炉子上用文火熬制，熬到可以牵丝时，舀了糖汁，在石板上飞快地来回浇注，画出造型。这就是张氏糖画，经过几代人的传承和精心研究创新，形成了独有的艺术风格，现如今，这门手艺传到张英英手中，画出的糖画既美味又赏心悦目，深受大众喜爱。

……

不仅这些，在新华区，人间巧艺蔡氏贴布画、天工合一寿山石雕、幽默诙谐马氏相声、爱洋洋手工艺等非物质文化遗产，都是沧州传统而又受人喜爱的项目。新华区在多个微信公众号上开设非遗网上展厅，将这些手艺或技艺进行展出，深受网友喜爱。

非物质文化遗产，是指以各种非物质形态存在的传统文化表现形式，他们是千百年来人类智慧的结晶，与人们生活息息相关，并且世代传承。截至目前，新华区共有省级非物质文化遗产2项、市级非物质文化遗产12项、区级非物质文化遗产15项，涵盖武术、传统技艺、传统戏剧等多个类别，为老城区乃至沧州人提供了丰富的文化生活。

烟火

网络心理咨询不靠谱

□ 本报记者 尹 超

生活失利压力大，职场不顺信心受挫，家庭不和焦头烂额……面对各种心理压力，不少人找网上“专家”进行解压。

在市区一家金融公司担任销售部经理的张晓林，最近脾气很差，常因一些小事就与同事或家人争吵，不仅工作受到影响，与同事朋友的关系也变得紧张起来。他在一家网站的心理门诊进行咨询，并接受了心理测试与治疗，但并未见效。后来在家人劝导下，去了医院心理门诊接受治疗。

近来，网络上心理健康咨询需求量大增，但服务质量却参差不齐。一些提供心理咨询与治疗的付费内容，大多为舒缓情绪方法和“心灵鸡汤”，有买家留言，效果并不好，有的“专家”并没有专业资质……

对此，我市心理咨询师季红说：“因工作、生活压力大，产生心理问题，可以先找朋友倾诉，适当降低职场期望值，把远期的目标细化为小目标，心情就会轻松许多。”

她还建议，要学会与他人合理沟通，留意生活减压的小细节，做一些让自己享受的事情，身体和心情的愉悦会缓解焦虑的情绪。“多拥抱身边的人和事，少依赖网络。”季红说，心理问题可大可小，网络上各种平台鱼龙混杂，心理出现问题，还应找有资质的心理咨询师和正规平台进行咨询、治疗。