

文圖／簡根元

我所認識的 白棘

白棘葉每片都有2根刺保護

白棘是鼠李科，銅錢樹屬的落葉灌木，最高可長到5~6米，枝幹布滿棘刺，每一片葉子有兩根棘刺保護著，可說是一種很特殊的植物，根據神農《本草經》記載，白棘在台灣已有數百年的歷史，早期先人在池塘邊、果樹旁、門口前、地界邊都有栽種，作為一種防護，故有「鐵籬笆」之稱。

客家人稱之為「馬甲頭」，南部人稱之為「烏刺仔」或「刺仔」，閩南人稱為「馬甲子」，民間通稱「牛港刺」，是民間青草店、國術館常用的一种植物（中藥店、中醫診所很少使用），主要在改善跌打損傷、勞傷、撞傷、風濕、關節痛、消腫、止痛等，使用方法也很傳統，先將樹木砍下，剝成碎片、曬乾，然後熬煮2~3小時，將汁倒入鍋內，加入數塊豬尾冬骨或排骨去燉煮，拿來當食補用，也有人用浸酒方式，睡前喝一小杯，可促進血液的循環，改善手腳麻痺的情況。

在網路上，看到有人解答白棘的問題，顯然與事實是有出入的。

1. 白棘有野生的嗎？答案是沒有。

說明：白棘整棵都是刺，鳥類站不上樹枝，就無法啄食種子，再來，白棘的種子是硬的，又有邊刺，鳥類不可能去吃它。有人說他撿取的是野生的，其實都是先人以前所種植的，因為很難處理，所以棄置不要，讓你才有機會得到它。

2. 多久會開花？網路答3年，答案是第2年。

3. 花期是幾月？所有書籍的敘述都是6-8月，答案是3月便開始開花了。

4. 白棘是插枝的？答案不是。

說明：白棘是用種子發芽的，白棘若是用插枝的，水分充足時不會凋零、枯萎，但不會

發根，生長緩慢。

13年前，我在一個偶然的機會裡接觸到白棘，尋覓之下，得知大妹在新竹內湖山上有許多的白棘，都種在果樹旁或池塘邊，是先人種下，作為籬笆之用，現在果樹的收成不好，也就荒廢了，洽詢之後，她答應由我們處理。馬上擇一日，全家大小，上山去掘白棘。採此樹木一定要有體力與耐力，而且要不怕痛、不怕熱、不怕蚊蟲叮咬的忍功，才有辦法完成的。

白棘拿回來之後，先將樹幹洗淨，然後由父親剝成碎片，放在庭院前曬乾備用。父親先有痔瘡、骨刺、頭長惡瘡，診所及醫院也看



白棘樹高可達5~6米



曬乾的白棘樹片



白棘開花結果



白棘實生苗木

了些日子，始終未有改善，每次理頭髮總是鮮血直流，刀子弄破了頭上的惡瘡，理髮小姐也很無奈，嘮叨唸了父親，怎麼不去看醫生，父親回說：「看了也沒有用，就是治不好。」

我們將曬乾的白棘拿來熬煮與燉煮，數月之後，父親頭上的惡瘡沒有了，痔瘡也不流血了，骨刺也不會酸痛了。全家驚喜萬分，單單白棘一種植物，就有如此驚人的功效。接著理髮小姐也服用了，她的症狀是站了超過30分鐘，雙腳會酸麻、無力，現在也不會了，心中萬分感謝。接著父親便告訴了親朋好友，大家都來拿白棘回去服用，酸痛都有明顯改善了。

栽種白棘也是一種運氣，使用了白棘，已知它有此功效，心想若是能自行繁殖，不是很好嗎？父親原先使用了插枝法，結果不成功。在一次砍樹時，見到地上都是小樹苗，便拔了回家，自行栽種，結果日漸長大，第二年便開花結果，之後用果實去培育，長成小苗後，分送親朋好友，目前白棘也都長得滿高大了。如果可以推廣，一定可以減輕許多人的酸痛，讓更多人受惠。

目前桃園、蘆竹一帶，有零星栽培，頭份、新竹地區，則有較大面積栽種。 ☎
洽詢電話：(03)220-4400

一本超實用傳播正確觀念的脊骨保健書

代售新書



體態決定你的健康

作者：黃如玉
定價：280元

讓你由內而外，輕鬆活出自信、美麗與健康。
良好的體態是身心平衡的第一步。
本書用最簡單淺顯的說明，
讓大家對脊骨神經醫學的原理、手法
與應用有最直接的了解。
同時書中還提供簡單易做的日常保養秘訣，
讓你避免各種惱人的疼痛和疾病。



豐年社

10648 台北市溫州街14號
郵撥帳號：00059300財團法人豐年社
(郵購另加掛號郵資60元)
電話：(02) 23628148分機30或31
傳真：(02) 83695591