



主编 杨怀烈
副主编 陈启明 张宝文 元文卿

耕读之乡

GENGDUZHIXIANG

普通中学新课程校本教材

TONGWEI

通渭



兰州大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

耕读之乡——通渭/杨怀烈主编. —兰州: 兰州

大学出版社, 2011. 5

ISBN 978-7-311-03675-1

I. ①耕… II. ①杨… III. ①通渭县—概况—中学—
乡土教材 IV. ①G634.591

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 070941 号

责任编辑 钟 静

封面设计 管军伟

书 名 耕读之乡——通渭

主 编 杨怀烈

副 主 编 陈启明 张宝文 元文卿

出版发行 兰州大学出版社 (地址: 兰州市天水南路 222 号 730000)

电 话 0931-8912613 (总编办公室) 0931-8617156 (营销中心)
0931-8914298 (读者服务部)

网 址 <http://www.onbook.com.cn>

电子信箱 press@lzu.edu.cn

印 刷 兰州奥林印刷有限责任公司

开 本 880×1230 1/32

印 张 8.875 (插页 4)

字 数 192 千

版 次 2011 年 5 月第 1 版

印 次 2011 年 5 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-311-03675-1

定 价 13.00 元

(图书若有破损、缺页、掉页可随时与本社联系)

目 录

走进通渭

引 言 / 002

第一课 地域特点 / 003

第一节 地理位置 / 003

第二节 地形、气候 / 003

第三节 地方物产 / 005

第二课 山川览胜 / 011

第一节 陇上神泉 / 011

第二节 鹿鹿山风采 / 014

第三节 毓秀中林 / 016

第四节 南屏秀色 / 019

第三课 文物古迹 / 028

第一节 古长城遗迹 / 028

第二节 县一中木楼 / 030

第三节 榜罗会议遗址 / 032

第四节 红军长征诗碑 / 035

第四课 民俗文化 / 038

第一节 书画 / 038

第二节 庙会 / 041

第三节 社火 / 042

第四节 小曲 / 045

第五节	皮影戏 / 048
第五课	文化名人 / 051
第一节	历史名人 / 051
第二节	当代名人 / 065
第六课	城乡建设 / 072
第一节	城市建设 / 072
第二节	乡镇建设 / 079
第七课	教育体育 / 081
第一节	教育发展 / 081
第二节	体育事业 / 105
第八课	通渭方言 / 110
导 语	/ 110
第一节	语音 / 110
第二节	词语 / 118
第三节	固定词组(含成语) / 129
第四节	俗语 / 133
第五节	农业、气象、时令谚语 / 140
第六节	歇后语 / 141
第七节	方言中保留的古代词语例释 / 143

附录 读经诵典

引 言	/ 154
第一课	《三字经》/ 155
第二课	《弟子规》/ 196
第三课	《论语》(节选) / 212
第四课	《朱子治家格言》/ 274
后 记	/ 281

走进
通渭

引 言

通渭历史悠久。境内马家窑文化、齐家文化遗址广泛分布。秦长城遗址、红军长征榜罗会议纪念馆等文物古迹折射着历史嬗变的厚重与多彩。

通渭地域环境特别。县域处黄土高原腹地,自古以来,由于兵燹不断,垦樵过度,天然植被毁坏殆尽,自然环境不断恶化,矿产资源匮乏,干旱缺水,工农业生产条件较差,人居环境艰苦。这些都让人深切地感受到历史的沉重,生发出现实的焦虑。

通渭文化积淀深厚。严酷特殊的自然条件和曲折艰难的历史进程,磨砺出了通渭人坚忍不拔、自强不息的精神。从古到今,这里涌现出了许多引以为豪的英雄才俊。通渭人崇尚耕读,诗书传家的民风民俗孕育出了别具风姿、丰富多彩的地方文化。特别是书画艺术人才层出不穷,“书画艺术之乡”名传四海,“书画”已成为通渭一道最亮丽的风景。

一方水土养育一方人。作为教育工作者有责任让下一代了解自己家乡的地理风貌、历史人物、气候物产、发展现状,引导学生关注家乡,热爱家乡,思考现实,立志未来。为配合新课改对校本教材开发的要求,我们特组织编写《耕读之乡——通渭》一书,作为选修课本,以期理论与实际相结合,教书与育人相结合,开阔学生视野,拓展学生思维,从而达到素质教育的根本目的。

第一课 地域特点

第一节 地理位置

通渭县位于甘肃省东南部,定西市东南部,华家岭东侧,渭河北岸支流——散渡河(牛谷河)中上游。地处北纬 $30^{\circ}55' \sim 35^{\circ}29'$ 、东经 $104^{\circ}47' \sim 105^{\circ}38'$ 之间。东西长约 78 公里,南北宽约 64 公里,总面积 2908.5 平方公里。东南、南部分别与秦安、甘谷县接壤,西南、西部分别与武山、陇西县相邻,西北、北部、东北分别与定西、会宁和静宁县毗连。通渭县是全省 18 个干旱县、41 个国扶县之一。

县城距省会兰州市 170 公里,公路里程 199 公里;距定西市 70 公里,公路里程 98 公里;东南距秦安县城 56 公里,南距甘谷县城 52 公里,东北距静宁县城 56 公里。

第二节 地形、气候

县城地势西北高、东南低。海拔高度从西北蟾姆山 2521 米降到东南青石峡口 1410 米左右,高差 1121 米。地形以山地为主,山峦起伏,岭梁交错,沟谷纵横,川台错落,地形复杂多样,属较为典型的黄土地形地貌。由于地处黄土高原南部边缘

地带,坡度陡,植被差,雨季集中,水土流失十分严重。

气候属温带大陆性季风气候类型。由于地处西北内陆,受东南季风、蒙新荒漠、青藏高原等气候因素的相互影响,大陆性气候特征十分显著,具有冬寒长、夏热短、春暖短、秋凉早、昼夜温差大等复杂多样的特点。对农业生产而言,光照充足、水热基本同季、昼夜温差大为有利条件;降水不稳定、热量不均衡、干旱、多风、霜冻、雹灾及秋季连阴雨为不利因素。

全县年均气温 $3.0^{\circ}\text{C}\sim 8.0^{\circ}\text{C}$,最热月 7 月平均气温 $14.0^{\circ}\text{C}\sim 22.0^{\circ}\text{C}$,最冷月 1 月平均气温 $-6.0^{\circ}\text{C}\sim -10.0^{\circ}\text{C}$ 。气温水平分布由东南河谷川区向西北高山区递减。东南部的榜罗、常家河、李家店、襄南、碧玉、鸡川、新景、陇川等乡的河谷地带,平均气温 $7.0^{\circ}\text{C}\sim 8.0^{\circ}\text{C}$;西北部的华家岭、牛营大山、鹿鹿山等高山区,平均气温仅 $3.0^{\circ}\text{C}\sim 5.0^{\circ}\text{C}$;其他各地平均气温 $5.0^{\circ}\text{C}\sim 7.0^{\circ}\text{C}$ 。平襄地区年均最高气温 13.6°C ,年均最低气温 1.5°C 。极端最高气温 33.9°C ,出现在 2000 年 7 月 22 日,这是通渭自 1975 年有气象纪录以来的最高值。极端最低气温 -27.1°C ,出现在 1981 年 12 月 18 日。全县大部分地方四季特点为:冬季漫长,春长秋短,夏季初显。年平均降水量仅为 $400\sim 540\text{mm}$,蒸发量远远高于降水量,且年际变化大,极易发生旱涝灾害。降水季节分布很不均匀,全年降水主要集中于 7、8、9 三个月,且常以暴雨形式出现。

县域在历史上本属森林草原地带,自古以来由于兵火不断,加之人们不断垦耕、樵采、放牧,导致境内天然植被毁坏殆尽,森林荡然无存,野生动植物大量灭绝,水土流失严重,农业生产条件极为不利。

第三节 地方物产

一、花岗岩

在黄土厚重、矿产资源相对贫乏的通渭,花岗岩石是唯一能大量开发利用的矿物。有史以来,花岗岩是通渭人民生活用品和建筑装饰的重要材料。据 1990 版《通渭县志》载,境内已查明的花岗岩分布范围约 60 平方公里。产自锦屏山的细晶二长花岗岩,色泽鲜艳,花纹美观,结构均匀,质地坚硬,块度大,其开发历史悠久。寺子川乡魏家石沟、平襄镇罗家峡、碧玉乡朱家峡的石英闪长岩,也质地坚硬,负荷量大,均可开发利用。在古代,人们对花岗岩的利用比较普遍。其制品主要有三类:日常生活用品、农业生产工具、建筑工具及其材料。日常生活用品如茶窝儿(姜窝儿,小型石臼,用于捣蒜、药、调料等)、茶锤儿(小型石杵)、吊马桩等。农业生产工具如石窝(大型石臼,用于舂粮食)、石磨(有大小两种)、碾子、碌碡、地磙等,这些工具一般形体较大,多为集体所有。建筑工具有石夯、础子(分平、圆两种,平础用来打塄子,圆础用来打地基、墙)。建筑材料有石条、柱脚石(柱顶石),另外有未加工的不规则石块(用来砌墙基)。这些花岗岩制品遍布境内,大多制作粗糙,形制上数千年变化不大。除此之外,还有少数制作较为精细的石狮子、石旗杆、石猴、石狗、石碑等,这些东西不是一般人家所能拥有的,多数销往外地,甚至“远销陕、宁、青、新”(1990 版《通渭县志》)等地,这也说明通渭花岗岩质地的优良。

20 世纪六七十年代以后，随着社会经济的快速发展，花岗岩的开发利用发生了根本性的变化。工具上，风钻、大小型切割机、磨光机、吊机、装载机等的使用日趋增多。花岗岩制品业由以前以实用品为主，逐渐向而今的普通建筑、园林景点、健身场地等的装饰装潢领域发展。其产品以花纹自然朴素、质地细腻、无放射性而远销上海、广州等地，深得消费者青睐。

二、红豆草

红豆草是豆科红豆草属的一种多年生草本植物，原产于今俄罗斯。该草根系发达，秆茎粗壮，枝繁叶茂，草质柔软，气味芳香，含有粗蛋白约 20%、粗



脂肪 2%、纤维素 19%、无氮浸出物 50%、矿物质 2%；其草籽儿含营养成分接近或超过上述元素比例。红豆草不论茎叶还是子实都是饲养各类家禽的好饲料。红豆草一年开两次花，花期长达 90 天左右，花大色红，并有芳香味，是净化空气、美化环境的理想花卉。

1979 年，甘肃省草原工作队畜牧专家王素香来通渭搞“中部农业种草养畜中间试验”课题，从甘肃农业大学购回红豆草籽儿 800 斤，开始在陇阳公社申家山生产队种植。经过数年的精心培育，红豆草在申家山扎根落户，并连年喜获丰收。

1983 年，红豆草在全县种植已初具规模，并引起了周边地区及媒体的高度重视。同年 8 月 25 日，《人民日报》记者冯纪新同志通过实际考察之后，写下了长篇报道《申家山是怎样战胜干旱的？》，发表于《人民日报》。9 月 18 日，《人民日报》以《走申家

山的路》发表社论。社论评价说：“申家山是甘肃省通渭县一个有代表性的穷山村，这里地处黄土丘陵沟壑区，因长期铲草开荒，单一抓粮，植被破坏，水土流失严重，处于恶性循环之中。挫折教育了人们，从 1979 年起，他们下决心从种草开始改变穷山区，抓了四年就初见成效，农牧业都大得其利，生产上初步摆脱了被动，开始迈上良性循环的道路，生活上初步摆脱了贫困。”

1985 年，申家山牧草种植再创新高，达 759 亩，其中红豆草 612 亩，占总耕地面积的 47.6%，户均达到 28 亩，全生产队草畜收入 14.6 万元，人均 854 元，比 1982 年人均 86 元增加近 10 倍。1979 年至 1987 年，在“种草种树，发展畜牧，改造山河，治穷致富”的政策推动下，牧草种植取得了突破性进展，牧草留床面积最高时达 80 万亩，其中红豆草留床面积达 32 万亩。由此，通渭一度成为全国的红豆草种植中心，成为全省牧草种植面积最大的县。向新疆、宁夏、内蒙古、青海等 24 个省、自治区提供红豆草籽儿近万吨。

近年来，随着国家退耕还林还草政策的贯彻落实，红豆草种植以前所未有的速度发展，其成绩得到中国特色之乡推荐及宣传活动委员组首先肯定。2003 年 7 月通渭县被命名为“中国红豆草之乡”。如今 20 多年过去了，申家山人民的生活已经今非昔比，由申家山传播至全县的红豆草也异常茂盛葱茏。在通渭人民脱贫致富、生态环境日益好转的道路上，红豆草功不可没。

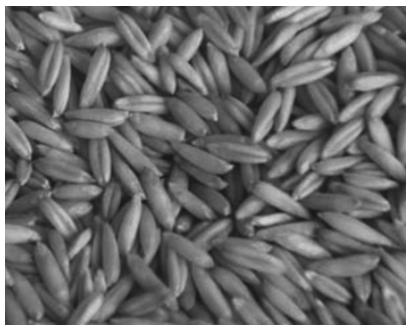
三、小杂粮

小杂粮是小宗粮豆作物的俗称，相对于小麦、水稻、玉米等大宗粮食作物而言，泛指生育期短、种植面积小、种植地区和种植方法特殊、有特殊用途的多种粮豆，其特点是小、少、

杂、特。1983年,全县各种杂粮播种面积53.6万亩,总产量5592.3万市斤。小杂粮品种主要有荞麦(有甜荞、苦荞)、莜麦、糜子、谷子、高粱、黄豆、蚕豆、豌豆、箭舌豌豆、回回豆等。小杂粮具有耐旱、耐瘠薄、生长期短、种植地域性强等特点,通渭小杂粮更因其地理、气候等因素而营养丰富,长期的改良栽培,形成了许多品质优良的品种。

豆类,全县普遍种植。可直接炒食,也可生成豆芽菜。不论其面食还是副食制品都是宴席上的佳肴。20世纪80年代至今,盛行于全国的省名优产品“飞天粉丝”,其原料淀粉,就是用豌豆所制。

莜麦,春播夏收,全县普遍种植。莜麦是营养丰富的禾谷类作物,含有人体必需的8种氨基酸,其成分也较平衡,富含微量元素硒,糖分少,蛋白多,是糖尿病患者较好的食品。又因其脂肪中含有较多的亚油酸,是老年人常用的疗效食品。长期食用,可以使人齿洁发黑。



荞麦,分为甜荞和苦荞。甜荞,伏天播种,生长期为60天左右,以东南诸方暖湿区种植为主,是一种重要的蜜源植物,富含葡萄糖。其面粉是通渭小吃——荞圈的主要原料。苦荞,在《本草纲目》、

《食疗本草》等典籍中以其具有保健、食疗等特殊的功效被记载。其茎、叶、实都含有人体所需的多种微量元素。苦荞面有明显的降血脂效果,对控制糖尿病十分有效,是高脂肪和糖尿病患者的食疗佳品。

由于杂粮营养丰富,耐饥抗寒,是通渭人生活的主要粮食,有的在经济困难时期更是救命粮,正如俗话说“家有冷字不算穷,没有洋芋活不成”。在长期制作、食用小杂粮的过程中,也逐渐形成了较有特色的地方名吃,如荞面搅团、豆面馓饭、谷面“礻礻”、小米稀饭、莜麦熟面、荞麦油圈、荞麦凉粉、马营大豆、杂面发糕等。

改革开放以来,特别是20世纪90年代以后,通渭人的生活水平有了很大提高,膳食结构有了很大改变,逐渐以白面、大米为主食,但通渭人始终对杂粮情有独钟。

随着健康需要和膳食结构的改善,小杂粮及杂粮制品的需求数量越来越大,名优产品更是供不应求。现已开发研制的小杂粮加工产品有“飞天”粉丝、纯豆淀粉、荞麦、精米、黄小米、燕麦片、苦荞茶等。2007年,乐百味食品有限责任公司与甘肃省农业大学、甘肃农业职业技术学院及定西小杂粮工程技术研究中心,共同合作研制开发的科研成果——苦荞茶,为国内首家批量生产。该产品含有人体所需矿物质、维生素等12种营养成分,其中对人体起保健食疗作用的黄酮(芦丁)含量最为丰富。苦荞茶产品已占领西北五省市场,并在北京、上海、武汉等城市销售,深受消费者青睐,成为通渭的一张名片。

四、粉丝

粉丝是用淀粉做成的传统食品。相传战国时期的孙臆为适应军旅作战的需要,发明了粉丝。粉丝以豆类做成的最好。

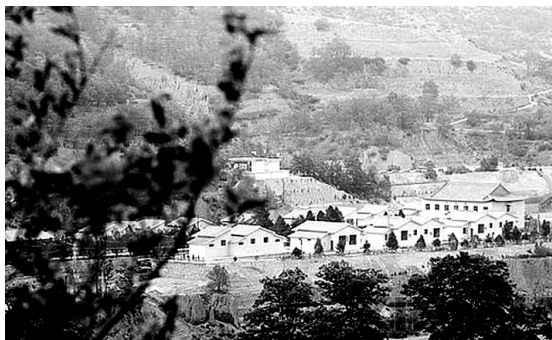
通渭盛产豌豆、扁豆,早年间,豆类只是被磨成面,做成馓饭、搅团、懒疙瘩(地方饭食)。豌豆淀粉没有被开发利用,通渭人只是使用洋芋淀粉制成粉条。

1985年4月,通渭县成立了粉丝筹建小组,豌豆的开发利用被提上了日程。1986年8月,第一束粉丝生产出来了,通渭人给粉丝取了一个充满诗意的商标品牌名字——“飞天”。短短几年,“飞天”豌豆粉丝畅销县内外,通渭人走亲访友,一定要买几包粉丝作为礼品送人。到1998年,县粉丝厂形成了两条千吨粉丝生产线。“飞天”粉丝先后多次获得甘肃省和行业协会的奖励,是1994年甘肃省评出的首批名牌产品。之所以获得这样的殊荣,缘于“飞天”粉丝优良的品质。“飞天”粉丝丝条细匀,洁白透亮,富有韧性,口感爽滑,久煮不糊,富含营养,是涮烫、素炒、热烹、凉拌、配菜的佳品。“飞天”粉丝,推动了通渭地方工业的发展。

第二课 山川览胜

第一节 陇上神泉

有“陇上神泉”之美誉的通渭温泉位于县城西南8公里处,即今平襄镇温泉村。



关于通渭温泉,当地民间有一个传说:药王孙思邈来此采药,为民治病,可疾疫蔓延,用火熬汤药已于事不济,便将药料倾倒入泉中,瞬间泉水翻滚,热气弥漫。病人只要在泉水中洗浴,待汗出则病愈,从此通渭温泉便号称“陇上神泉”了。神泉“浴可医治百病,饮可提神美容”,闻名遐迩,常有数百里之人,专程而来,疗治顽疾。

历代文人仕宦有过不少对温泉的记述,且将“温泉冬涨”列为“通渭八景”之一,大加题咏。

明代曾任河南开封知府的通渭籍人士王瓚有诗：“万壑琼瑶早雪天，灵泉汨汨泛青烟。路人莫讶色如涨，谁煮金鹅不记年。”诗中的“泛青烟”、“色如涨”，是指温泉在冬日亚寒之时，泉水向地面四处漫溢，热气向空中袅袅蒸腾，幻若仙境的奇妙景象。“煮金鹅”，“金鹅”即“金乌”，是太阳的别称。这里指关于温泉的另一个神话传说：远古时代，天有十日，终日灼烤。尧王忧之，命羿射日。羿射落九日，埋于九州，地上便有了温泉，通渭温泉便是其中之一。

清康熙初年任通渭知县的河北籍人士顾竞成有诗：“和气氤氲沸焰沦，不容霜雪近游人。涧边绿草迎风舞，别是人间一洞春。”顾是清官，务实爱民。灾荒之年，曾不计生死，上陈巡抚，更上奏康熙皇帝，免征各种税赋合计白银四万多两。且赈济贫困，招徕流散，拯民于水火之中。诗中用比喻手法，委婉地表达了对生活在这片土地上的人民的关切——“不容霜雪近游人”；寄寓了对一方土地的深情——“别是人间一洞春”。直到清道光年间浙江绍兴人士屠旭初来通渭任知县，有感于“天不生此水于通都大邑，与天下名泉共济其美，而生此水于寒谷今隅，几湮没而弗彰”的现状，特拿出俸禄，构垣立亭，分男女之浴，并为之树碑撰文，从此温泉在自然神秀中便添构了几分人文气象。

同时供职于通渭的浙江山阴人氏陈士钦游赏浴玩过温泉之后，乘兴建议知县顾竞成建构亭阁，以壮其景。面对当时捐税苛杂、匪患频仍、民不聊生的社会状况，顾不禁叹息：“通邑不可有事”，“故予之不为亭于是泉者，非忍使名泉隐没于深山穷谷之中，盖诚恐葺亭于上，将天下之闻名而乐游者，应接不暇。而通邑僻壤，且为轮蹄交集之区，是以一泉之微，而为吾民累也。故余宁使名泉隐而不彰，而不必以铺张扬厉者，贻一邑

之患”。恐因扬一泉之名招来扰民之患,先贤之用心可谓良苦。

据地质勘查表明,通渭温泉在地下 200 米深处,水温高达 113℃,流出地面的温度是 51℃~54℃。它不但水温高,而且压力大,水量多,日涌出量约 4000 吨。水质清澈透明,无色无味,含有多种化学成分及放射性元素氡。经技术鉴定,是颇为理想且少见的复合型富矿质医疗高热矿泉。不仅可洗浴治疗皮肤病、关节炎等常见病,而且对动脉硬化、脑溢血后遗症、半身不遂、小儿风湿、妇科疾病和神经系统疾病等均有明显疗效,如果再辅之以药浴,疗效更佳。对通渭温泉的医疗功效,人们很早就已认识到。在《通渭县志》中有相关记载:“四季皆温暖,可以熟鸡蛋……疥癣风瘫,腰腿疼痛,多年残疾,入泉久浴,汗出病愈,立起沉痾。”“唯有源泉混混,天然成泽,视若沸汤……屡药之不效者,来此朝夕被濯,无不回春。”

对温泉的真正开发利用是在新中国成立以后,20 世纪五六十年代陆续修建了洗浴间。为充分利用温泉资源,发挥温泉水祛病健体之功效,兴建了以治疗皮肤病为主的温泉医院。1978 年 6 月,时任兰州军区政委的肖华来通渭视察,指示要把通往温泉的公路修铺好;路两旁要植树造林,绿化山坡;要输通电路,方便群众。改革开放以来,县政府组织人力物力,新修了温泉公路,新建了设备较好的洗浴间,不断改善洗浴条件。进入 20 世纪 90 年代,县政府加大了对温泉的开发力度,除了对外宣传提高了通渭温泉的知名度外,还着眼于长远,在温泉的硬件建设和环境改造与美化上做了很大努力。修建了不同档次的洗浴间,可满足不同层次的消费需求。在温泉下游建起了几座鱼塘,利用温泉特有的水热条件投放了热带鱼苗,供游客垂钓。修建了高大巍峨的温泉山门——“正阳门”和玲珑的亭阁。组织