

第一章 城市名片

保定市素有“京畿重地”、“首都南大门”之称，

保定高新区是国内惟一的国家级新能源与能源设备产业基地，

保定有全国电力行业的最高学府——华北电力大学，

保定市是中国首批历史文化名城，

保定市是中国优秀旅游城市，

保定市是全国双拥模范城，

保定市被称为戏曲之乡，

保定市被称为游泳之乡，

保定市被称为全国篮球城市，

保定市被称为全国乒乓球重点城市，

保定市是河北省人口第一大城市，总人口近 1100 万。

保定市有“长寿之城”美称，

保定市被誉为“体育之城”，拥有 4 个“国家高水平体育后备人才基地”建有 18 个运动项目训练中心，

保定市有“体育冠军的摇篮”称号，拥有 16 位世界冠军、22 位亚洲冠军、130 多位全国冠军；连续在两届奥运会上获得 5 枚金牌；连续在两届全运会上拿到全省金牌总数的一半，

保定市是 2008 中国特色魅力城市 200 强之一，

保定市是中国内地首个官方宣布加入 WWF 发起的“地球一小时”全球关灯活动的城市，

保定市是三国蜀先主刘备和大将张飞故里，

定州市 2005 年被联合国地名专家组中国分部命名为“千年古县”，

定州文庙是河北省保存最完事的文庙古建筑群，

定州市 2000 年被联合国工发组织确定为国际绿色产业示范区，

涿州号称“天下第一州”，乾隆皇帝题诗曰：“日边冲要无双地，天下繁难第一州。”

涿州是中国优秀旅游城市、全国双拥模范城。

涿州永济桥是中国第一长石拱桥。

涿州卢氏宗祠历史悠久，子孙广布，韩国前总统卢泰愚、卢武炫均曾前往涿州卢氏宗祠认祖，

安国药王庙是全国最大的纪念医学界人士的古建筑群，

雄县被中国矿业联合会命名为“中国温泉之乡”。

保定市曾获得“戏剧之乡” 称号，
保定市曾获得“中国民间音乐之乡” 称号，
保定市曾获得“中国民间特色艺术之乡” 称号，
保定市曾获得“雕刻之乡” 称号。

第二章 保定要览

中文名称： 保定

外文名称： Baoding

地理位置： 河北省中部

面积： 2.21 万平方公里

人口： 近 1100 万，其中市区 100.6 万

气候条件： 属暖温带大陆性季风气候

政区类别： 省辖市

所属地区： 河北省

辖地区：管辖四市 18 县，另设高新技术产业开发区，2009 年又新设白沟·白洋淀温泉城开发区。

政府驻地： 保定市东风西路 1 号

电话区号： 0312

邮政区码： 071000

火车站： 保定站

车牌代码： 冀 F

行政代码： 130600

保定市位于河北省中部，北纬 38° 10′ —40° 00′ ，东经 113° 40′ —116° 20′ 之间。北邻北京市和张家口市，东接廊坊市和沧州市，南与石家庄市和衡水市相连，西部与山西省接壤。地处京、津、石三角腹地，市中心北距北京 140 公里，东距天津 145 公里，西南距河北省会石家庄 125 公里。全国南北大动脉京广铁路，京深、京昆高速和 107 国道纵贯市区，保津、保沧、廊涿高速、京原铁路、112 国道横穿境内。

全市通讯畅达迅捷，移动通讯方面中国移动和中国联通先后在保定建设 3G 网络，成为全国首先开通 3G 网的 10 个城市之一，也成为同时拥有两个 3G 网的 3 个中国城市之一（另

外两个为上海和无锡)；电力充足；生活服务设施齐全，医疗保健机械完善，文化娱乐场所众多。

保定市历史悠久，文化底蕴深厚。多少年来，这片土地滋养出大批的文学家、诗人、作家、表演艺术家、书画家和多种文化工艺人才，曾获得“戏剧之乡”、“中国民间音乐之乡”、“中国民间特色艺术之乡”、“雕刻之乡”等多种称号。这里曾是中国抗战文学的重要发源地。1986年国务院命名的第一批中国历史文化名城，保定名列其中。

保定物华天宝，人杰地灵。古壮士荆轲，燕大夫郭隗，汉昭烈帝刘备，宋太祖赵匡胤，地理学家郦道元，数学家祖冲之，戏剧家关汉卿、著名谏臣杨继盛、京剧艺术家盖叫天，东晋名将祖逖等名人志士辈出。

保定教育渊源，人文灿烂，宋有州学，明有府学，清有莲池书院，北洋军阀冯国璋、清末状元刘春霖等一大批清代官员和教育家曾毕业于此。

保定是留法勤工俭学运动发祥地，曾以此培养了蔡和森、赵世炎、周恩来、李维汉、李富春、邓小平、陈毅、聂荣臻、蔡畅、向警予等一大批中国早期革命家。

保定是将军的摇篮，我国近代第一所陆军军官学校就建在保定市东郊，保定军校曾培养出吴佩孚、孙传芳、蒋介石、李济深、叶挺、张治中、傅作义、陈诚、白崇禧等1800多名将军。

保定是一座具有光荣革命传统的城市。这里曾是义和团活动的重要地区，北方辛亥革命的发祥地，河北省第一个共产党支部诞生地，《红旗谱》、《小兵张嘎》、《野火春风斗古城》等都记载着保定昨天的辉煌。这里还是新时期双拥共建模范城的诞生地。

第三章 历史沿革

保定是尧帝的故乡，战国时为中山国地。北魏太和元年（477年）分新城县置清苑县，因清苑河得名，系保定设县之始。五代后唐同光元年（923年）置奉化军（治清苑县），天成三年（928年）升为泰州。元朝设郡，明朝建府，清朝为直隶总督署，此后一直是河北的政治 经济 文化 军事中心。

【秦属上谷郡】秦始皇统一天下之后，分天下为三十六郡，把河北中北部改为上谷郡，保定位于其中。后来保定成了河北的都会，人们就把保定称为上谷。

【北宋始建保州城】宋淳化三年(992)李继宣知保州，筑城关，浚外濠，葺营舍，疏一亩泉河，造船运粮，保州始成都市。因处于宋辽边界，宋、辽多次在这一带发生战争。金代末年，保州城在战乱中成为废墟。

【元代重建保州城】蒙古太祖二十二年(1227)，张柔主持重建保州城池，重新划市井，定民居，建衙署，筑寺庙，造园林，修筑土城墙，疏浚护城河，引一亩泉河水入城，既起到防御作用，又改善了城中水质，并利用水能在城外建水力石磨，奠定了保定城的基础。新建的保州城，成为京师门户，为燕南一大都会。

【明代改建保定城】明惠帝建文四年(1402)，都督孟善加固城墙，以砖石砌城，筑女儿墙堞口 3710 雉。隆庆年间(1567—1572)，张烈文等三任知府将土城逐步改建成砖城，加固并增筑城楼，从战略防御出发，根据当时条件和地利，确定城的形制，城周基本呈方形，唯西城南部向外呈弧形凸出 500 米，整个城池形似足靴，故有“靴城”之称。

【清直隶总督驻地】清雍正八年(1730)，直隶总督唐执玉移直隶总督署至明朝大宁都司故址。

【英法德意四国联军侵占保定】光绪二十六年(1900)七月，八国联军侵占北京。闰八月，英、法、德、意四国联军侵占保定，大肆烧杀抢掠，对文物古迹肆意破坏，并将布政使廷雍、城守尉奎恒、淮军统领王占奎等以“纵拳杀西人、烧洋房”的罪名，梟首示众。《辛丑条约》签订后，侵略军始撤离保定。

【日据时期】1937 年 9 月 24 日，日军侵占保定。1939 年伪河北省公署由天津迁保定，日军不断推行“治安强化运动”，出动“扫荡”，残酷屠杀抗日军民。日伪还于 1944 年以保定城关及附近村庄成立保定市，并建立伪保定市公署。

【国民党河北省政府迁保定】抗日战争胜利后，1946 年 6 月国民党河北省政府由北平迁保定，10 月军警宪特联合在保定城中进行大搜查、大逮捕，镇压革命活动。1947 年 9 月，在国民党保定绥靖公署担任要职的中共地下工作者谢士炎、丁行等 5 人相继被捕并遭杀害，此案在国民党军政界引起很大震动。10 月，国民党河北省政府开始由保定迁往北平。

【保定市人民政府成立】1948 年 11 月 5 日，中国人民解放军开始围攻保定。11 月 22 日凌晨，驻保国民党军政人员逃往北平。解放军随即入城，行政人员也陆续进城，建立保定市人民政府，为冀中区直辖市。

【河北省会】1949 年 8 月 1 日建河北省，保定为省会，8 月 9 日建立保定专区行政督察专员公署。1958 年 4 月省会迁天津，11 月 29 日，保定专区所属 22 县 1 市分别合并为保定市、定县（现定州市）、阜平、涞源、涿县（现涿州市）、易县、高阳、徐水、安国、唐县 10 县（市）。1960 年 2 月，专、市合并称保定市。1961 年 5 月恢复保定专区建制，市属各县变专区所属，合并的大县陆续撤销。1962 年恢复 22 县 1 市建制。1966 年省会返迁保定，1968 年迁石家庄。

【保定地区】1968 年 8 月 18 日，保定专区改保定地区，建保定地区革命委员会，1978

年改为保定地区行政公署。1983年11月15日，保定市由地区析出，复为省辖市，满城县划归，1986年5月7日增辖清苑县，保定市辖新市区、南市区、北市区、郊区和清苑县、满城县4区2县。1987年撤销郊区。

【地市合并】经国务院批准，1994年12月23日，保定地区和保定市合并，建立新保定市。

第四章 风物民情

保定市地处河北省中部，是一座有2300年历史的文化名城。元明以来，历为京南重镇，畿辅要地，是1986年国务院命名的第一批中国历史文化名城。多少年来，这片土地滋养出大批的文学家、诗人、创作家、表演艺术家、书画家和多种文化工艺人才，曾获得“戏剧之乡”、“中国民间音乐之乡”、“中国民间特色艺术之乡”、“雕刻之乡”等多种称号。

保定老调

老调，又名老调梆子、老生调，从元代时尚小令“河西调”变化而来。“河西调”是流行于燕赵民间的一种小曲，清初曾在白洋淀周围和潞龙河以西的广大农村游行传唱，当时的民间花会也多唱此调。后来，一些艺人在“河西调”的曲调中加“滚唱”开始在舞台上搬演故事，成为老调剧种的雏形。老调剧种的成熟最晚不迟于清初咸丰年间，清末民初为它的鼎盛时期，曾有演出班近20个，除冀中广大农村外，其足迹还到过保定、北京、天津等城市，涌现出了韩大仓、高老寿、肖宽玉等一批老调艺人，剧目如《雕寇》、《临潼山》《忠保国》等100余个。到抗日战争前夕，老调艺术得到了迅速发展，达到了空前繁荣。全国解放后，老调迎来了它的又一个兴盛时期。从1958年至1991年，老调曾先后5次进首都北京演出，《潘杨讼》、《忠烈千秋》两个优秀剧目被拍摄成电影艺术片在全国发行放映。

保定老调的艺术形式，以舞台表演为主。在它在孕育形成的过程中，曾吸收借鉴了清中叶流行于冀中一带的说唱艺术木板大鼓以及由南方流入京城周围一带农村的高腔“大戏”的音乐形式，使唱腔显得雄浑宽厚、粗犷高亢，给人一种深沉凝重、威严雄壮、气势恢宏的感觉。

涿州皮影

皮影艺术，俗称“皮影戏”，在中国已有一千多年历史，它是集造型艺术和表演艺术于一体，由艺人操纵用牛皮或驴皮雕刻的人物、道具，通过灯光照射，投幕在银幕上进行表演

鹰爪翻子拳的主要内容是鹰爪行拳和鹰爪翻子连拳，而连拳又是其最基本的代表。器械套路有六合枪、梅花枪、杆子、齐眉棍、关羽刀、六合刀、梅花刀、八仙剑、青锋剑、杨氏八母梨花枪、黑鹞子枪、三步枪和各种器械对练等。

此拳术的主要技法有：抓、打、擒、拿、翻、崩、挤、靠和高挑、低压、翻崩、滚砸、蹿跳、搂抱、勾挂、撑趟、抽撤、连环腿等。主要手法有一号、二拿、三降、四守和粘衣号脉、分筋错骨、点穴闭气。在使用技法时讲究阴阳，里外，上下，软硬，长短，快慢，真假，虚实等八个方面。但要求以攻为主，攻防相配；以刚为主，刚柔相济。同时要求，手要快，眼要明，身要灵，步要轻，引对手，打拳心，出入有门，进退有法。

在技击时，战术上注意“借彼之力，顺彼之势，制彼八害，战彼四虚”；“彼势过我不急，闪展腾挪找间隙，乘隙强击留余地，变化多端方倒彼”。要取胜对方，必须具备一胆、二力、三转、四志、五眼、六合。

此拳术的特点风格，出手有拳掌打，回手用鹰爪抓，双拳密如雨，脆快一挂鞭。特点是快、翻、变、连、抓 5 字。在劲法上讲究阴、阳、刚、柔、弹、寸、脆等七个劲。七力混合，才能应用，七力变化才能得心应手。

鹰爪翻子拳，早年在保定地区盛行。雄县国隐东、董宪周、刘士俊，安新县李树园、李耕耘等都是清代晚期的翻子名家，名扬京城，威震京南。近代流行于河北、北京、湖南、湖北、广东、广西、四川等地，东南亚及欧、美诸国亦有传统。

2008 年 6 月，鹰爪翻子拳被列入国家级第二批非物质文化遗产保护项目名录；陈正耀被公布为第一批省级非物质文化遗产保护项目代表性传承人。

第五章 旅游景点

概述

保定旅游资源得天独厚。保定市兼有平原、湖泊、湿地、丘陵、山地、亚高山草甸各种自然环境，是中国优秀旅游城市，有国家 AAAAA 级景区 1 处、国家 AAAA 级景区 6 处、世界地质公园 2 处、国家重点风景名胜区 1 处、国家地质公园 3 处、国家森林公园 4 处。

境内群山西峙，沃野东坦，植被繁茂，山明水秀。既有避暑的凉城，又有泛舟的湖泊。野三坡世外桃源，神奇俊美；白洋淀苇绿荷红，胜似江南；白石山、大茂山巍峨耸立，云蒸霞蔚；天桥瀑布、龙门天关飞流直下，气象万千；西胜沟峡谷龙潭、峰回路转，北岳庙历览千年，风采依然；万倾桃园“乱花渐欲迷人眼”，空中草原“浅草才能没马蹄”；紫荆关畿南第一天险，古栈道地下长城世间奇！红色文化丰厚。

以舍利子 200 粒贮以金瓶银阁，葬于地宫，复建塔于上。当时易属金辖，并非大辽之地，但碑刻铭额为“大辽易州重修圣塔记”，刻石用南宋纪元，可见当地人民自然不忘故国。元代张柔始建保定府、莲花池之后，他基于荆轲的知名度在荆轲的衣冠冢前建石像生，在山上栽植松柏，解放初还保留几棵。明万历六年（公元 1578 年）又重建，并改圣塔寺为院，塔旁树明万历十四年（公元 1586 年）丙戌五月，御史熊文熙题：“古义士荆轲里”碑一统，清康熙六年（公元六十年即公元 1721 年）再复并碑一统，1986 年易县人民政府进行了维修。

摩天岭

摩天岭位于河北省易县蔡家峪乡境内，地处太行山脉北端东麓，距首都北京 115 公里，古城保定 150 公里。主峰摩天岭海拔 1813 米，因女娲补天巡游至此，发现峰顶白桦刺破蓝天而得名，是保定第二高峰。境内山势雄伟，群峰叠翠，沟壑纵横，潭碧溪清，野趣浓郁，惬意清凉，亿万年大自然的神奇造化之功，孕育了一处令人神往的天然旅游休闲佳境，享有“京南绿色明珠”、“清凉仙谷”之美誉。2007 年经河北省林业厅批准为省级森林公园。

摩天岭省级森林公园，前接“畿南第一雄关”紫荆关，后倚涞源白石山，左望苍茫太行雄风，右眺辽阔华北平原。总面积 6812 公顷。

摩天岭省级森林公园野生动物种类繁多，有野猪、狍子、獾、野兔、松鼠、狐狸、七彩山鸡、野鹌鹑、鹰、雕、马尾雀、白褐鸡等 144 种。

摩天岭省级森林公园水资源丰富，河道支流汇入清源河，再汇入拒马河，属大清河水系。

摩天岭省级森林公园气候宜人，属温带半湿润季风气候。

公园内负离子含量高，旅游旺季主要景点每立方米负离子含量为 0.48 万个，是揽胜、寻幽、避暑、休闲的最佳境地。

摩天岭省级森林公园独特的山体风貌、良好的生态，孕育了优美的自然风光，造就了摩天岭林海、白龙潭、青龙潭自然生态水景观三大资源，含 28 处独特景点。

第六章 保定美食

保定饮食文化源远流长，积淀丰富，历史悠久。保定菜肴是冀菜的重要渊源，从境内出土的谷物工具、熟食陶器，还有商代的爵，中山国当时的羊羹等，都印证了保定饮食的历史。由于地处广袤的冀中平原，物产丰富，特产居多，山珍水产不乏有之。自元明清以来，保定一直是京畿之地，深受京菜和宫廷菜的影响，再加上地方官府的来来往往，使得各地的菜肴

食用豆腐。相传清朝在易州（今易县）修建了西陵后，帝王公侯赴陵祭祀，尝及此品，如获珍奇，遂封为宫廷御膳。高碑店的豆腐丝曾作为一道名贵菜肴，在清代宫廷里供帝王公侯食用。长时间来，高碑店的豆腐丝被过往客商品尝食用，并带到全国各地。据查，现在仍从事豆腐丝加工的贾、王两家人，已是第7代。

第七章 名校风采

华北电力大学

华北电力大学是教育部直属的国家“211工程”重点建设高校，是教育部与由国家电网公司等七家特大型电力企业集团组成的校理事会共同建设的全国重点大学。学校创建于1958年，原名北京电力学院，1969年迁至河北，后更名为华北电力学院。1978年经国务院批准为全国重点大学。1995年5月，经原国家教委批准，华北电力学院和北京动力经济学院合并组建华北电力大学。学校校本部设在北京，分设保定校区，两地实行一体化管理。

学校专业设置比较齐全，教学、科研条件比较完备，博士、硕士与本科教育层次兼备，并与高等成人教育协调发展。已基本形成了以工为主，工、理、文、经、管、法等相结合的并具有鲜明特色的学科专业布局。目前，学校有2个国家级重点学科、15个省部级重点学科、2个教育部重点实验室、6个省部级重点实验室，1个国家火力发电工程技术研究中心，1个生物质发电成套设备国家工程实验室，1个国家级实验教学示范中心、1个教育部电力节能工程研究中心和1个北京市能源发展研究基地（文科）；设有4个博士后科研流动站、20个博士点专业（其中，电气工程、动力工程及工程热物理、管理科学与工程具有一级学科博士学位授予权）、52个硕士点专业、54个本科专业、4个二学士学位专业，有MBA和工程硕士专业学位授予权。

学校牢固树立以学生为本的教育理念，根据社会经济发展对人才的多样化和多层次化需求，积极推进学生的综合素质教育和创新人才培养模式改革，在各专业中增加了新技术、新成果课程，在主干专业方面构建了以“四模块”（基本实验教学模块、校内实践教学模块、仿真教学模块、校外工程实践教学模块）为框架的实验与工程实践教学体系，努力培养学生的创新精神，有效提高了学生创新实践能力，人才培养质量稳步提高，学生因“作风扎实、动手能力强、有较强的创新精神”博得电力企业及其它用人单位的广泛赞誉，近三年来毕业生就业率一直稳定在97%以上，在国际大学生数学建模竞赛、全国大学生英语竞赛、电子设计大赛中共获80余项奖励。

学校与美、日、欧等国家和地区的40余所大学建立了合作关系，举办了EMBA、“1+1”

办学规模

保定市美术中学是河北省唯一一所具有美术特色的全日制中学，是全国规模最大、质量最高、声誉最好的美术中学。学校设有初中部、高中部。主要为中央美术学院、中国美术学院、天津美术学院、广州美术学院、西安美术学院、湖北美术学院、四川美术学院、鲁迅美术学院、中央戏剧学院、北京服装学院、北京电影学院、上海戏剧学院、南京艺术学院、景德镇陶瓷学院以及清华大学、中国人民大学、南开大学、中央民族大学、北京师范大学等全国八大美院、著名艺术院校、重点大学美术院(系)输送优质生源。学校装备了设备一流的微机室、语音室、多媒体教室、阅览室、作品展览厅、报告厅，以及独具特色的雕塑室、劳技室和国画画室、油画画室、版画画室等。为了营造良好的校园文化氛围学校建立了广播站、校园电视台和校园网。

学校荣誉

2003 年被河北省教育厅命名为“河北省示范性高中（省重点高中）”。《人民日报》、《中国教育报》、《中国青年报》、《经济日报》、《河北日报》、《燕赵都市报》、《保定日报》、《保定晚报》、《莲池周刊》、保定电视台、保定电台等多家新闻媒体都曾多次对该校进行专题报道，并掀起了“美中现象”及“美术中学成功的育人模式”等社会性课题研究和探讨。骄人的成绩，让美术中学驰名燕赵，蜚声全国。许多国内的名牌美院和重点大学纷纷来到美术中学建立生源基地。

第八章 保定名人

卢植

卢植，字子干（121—192）东汉涿郡涿县（今河北省涿州市）人。身長八尺二寸。年轻时与郑玄师从马融，通古今学，为当时大儒。马融是明德皇后的亲戚，家中富裕，马融平素骄傲，讲课时，有美女在堂前轻歌曼舞；卢植始终专心听讲，数年如一日，从不斜视偷看。时人谓：“卢植名著海内，学为儒宗，士之楷模，国之桢干也”。

灵帝时征为博士，与蔡邕等在东观补续《汉纪》。后来发生“黄巾之乱”，卢植奉命镇压，拒敌于广宗一带，未见胜负，汉灵帝遣宦官左丰诣军观势，左丰是十常侍的人马，权倾朝野。有人劝卢植花钱贿赂左丰，卢植不肯，曰：“军粮尚缺，安有余钱奉承天使？”。左丰恨之，言卢植畏敌不进，灵帝大怒，用囚车押回卢植，差点处死，皇甫嵩表奏卢植有功无罪，朝廷复卢植原官。改派东中郎将董卓接替。后来卢植遂隐居于上。蜀汉昭烈帝刘备和有着白马将军之称的公孙瓒都出自卢植之门下。