

武陟颂

新纪元  
锦绣人间  
笃行进取  
欣看武陟  
向前向前  
朝着宏伟目标  
奋力拼搏  
万众一心  
金色年华莫辜负  
“十八大”引领未来  
五星红旗迎风招展

展武陟灿烂  
中原跃然  
辉煌成就尽显  
八区联动  
“一三五七”工程  
绘历史新貌  
鸿篇巨制  
彩笔奋挥  
鼎新革故  
继往开来  
唤醒这古老的草原  
“三化”协调发展

面向未来  
他教我们怎样传承  
他向我们诉说着过去  
数不清说不完  
太多的名人先贤  
太多的传奇故事  
李棠阶、毛树棠、李生芳、刘三阳、孟保千  
蔡茂阶、向秀、山涛、何瑭、宋锦、李瑞澄  
从青龙宫到嘉应观  
从妙乐寺塔到千佛阁  
陶高、石斧、石锄、石镰、青铜剑、  
龙山、仰韶、草亭、邸邻、汤帝陵  
都是一张历史的文化名片  
这里每一处古迹  
渗透着先人的汗水  
这里每一寸土地  
五谷丰登岁岁年年  
四季分明风调雨顺  
我的家乡美丽可爱

龙的后代  
黄河的儿女  
我就是武陟人

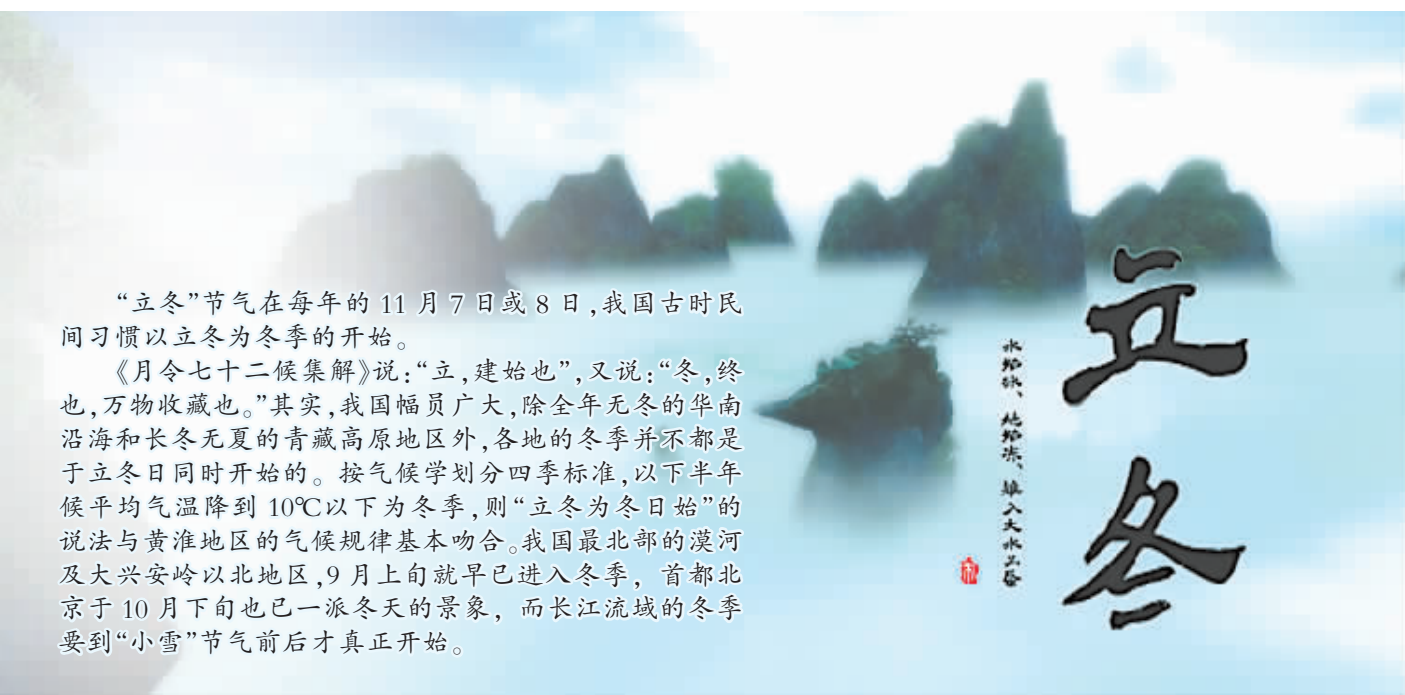
啊  
厚德包容是母亲的襟怀  
勤劳勇敢是母亲的性格  
淳朴善良是母亲的血缘  
黄肤黑发是母亲的脉种

就在黄河边  
这就是我的家

啊  
隋帝定名武陟县  
秦皇彰功置武德  
夏桀挥刀记覃怀  
大禹一耒划九州

人类摇篮  
这就是龙的故乡

啊  
地气风脉是你的灵泉  
古老厚重是你的资格  
人类祖先  
孕育了龙的传人  
在这广袤的黄土地上  
创造了华夏大平原  
滔滔黄河数亿年



“立冬”节气在每年的11月7日或8日，我国古时民间习惯以立冬为冬季的开始。

《月令七十二候集解》说：“立，建始也”，又说：“冬，终也，万物收藏也。”其实，我国幅员广大，除全年无冬的华南沿海和长冬无夏的青藏高原地区外，各地的冬季并不都是于立冬日同时开始的。按气候学划分四季标准，以下半年候平均气温降到10℃以下为冬季，则“立冬为冬日始”的说法与黄淮海地区的气候规律基本吻合。我国最北部的漠河及大兴安岭以北地区，9月上旬就已进入冬季，首都北京于10月下旬也已一派冬天的景象，而长江流域的冬季要到“小雪”节气前后才真正开始。

由来

我国古代将立冬分为三候：“一候水始冰；二候地始冻；三候雉入大水圉”。此节气水已经结成冰；土地也开始冻结；“雉入大水圉”中的雉即指野鸡一类的大鸟，蜃为大蛤，立冬后，野鸡一类的大鸟便不多见了，而海边却可以看到外壳与野鸡的线条及颜色相似的大蛤。所以古人认为雉到立冬后便变成大蛤了。

对“立冬”的理解，我们还不能仅仅停留在冬天开始的意思上。追根溯源，古人对“立”的理解与现代人一样，是建立、开始的意思。但“冬”字就不那么简单了，在古籍《月令七十二候集解》中对“冬”的解释是：“冬，终也，万物收藏也”，意思是说秋季作物全部收晒完毕，收藏入库，动物也已藏起来准备冬眠。完整地说，立冬是表示冬季开始，万物收藏，规避寒冷的意思。

养生

立冬以后，天气转寒，如何增强对寒冷的抵御能力？不外乎使体内产热增加，散热减少，其方法与衣食住行无不相关。调整饮食增加热量是其中的方法之一。寒冷的环境，适当进食高热量食品，能促进糖、脂肪、蛋白质的分解代谢。冬季饮食调养，宜用滋阴潜阳、热量较高的膳食，也要多吃新鲜蔬菜水果以避免维生素和矿物质缺乏。碳水化合物、脂肪都是产生热能的营养素，食物中的碳水化合物主要来自粮食和薯类，谷类食物不能减少，成年人日需400-500克。冬要温补：少食生冷，但也不宜躁热，有的放矢地食用一些滋阴潜阳，热量较高的膳食为宜，同时也要多吃新鲜蔬菜，以避免维生素的缺乏，如：牛羊肉、乌鸡、鲫鱼，多饮豆浆、牛奶，多吃萝卜、青菜、豆腐、木耳等。

习俗

立冬与立春、立夏、立秋合称四立，在古代社会中是个重要的节日，这一天皇帝会率文武百官到京城的北郊设坛祭祀。在现在，人们在立冬之日，也要庆祝一下。

吃饺子：立冬节气，有秋收冬藏的含义，我国过去是个农耕社会，劳动了一年的人们，利用立冬这一天要休息一下，顺便犒赏一家人一年来的辛苦。有句谚语“立冬补冬，补嘴空”就是最好的比喻。在我国南方，立冬人们爱吃些鸡鸭鱼肉，在台湾立冬这一天，街头的“羊肉炉”、“姜母鸭”等冬令进补餐厅高朋满座。许多家庭还会炖麻油鸡、四物鸡来补充能量。

冬泳：有意思的是，庆祝立冬的方式现在也有了创新，在哈尔滨，立冬之日，黑龙江省冬泳协会的健儿横渡松花江，以这种方式迎接冬天的到来。

贺冬：贺冬亦称“拜冬”，在汉代即有此俗。

冬学：冬天夜里最长，而且又是农闲季节，在这个季节办“冬学”是最好的时间。



黄金非宝，书画为宝

慕事皆空，善不空

——县委老干部局提供

书画苑



美在武陟

菊花开了

金秋时节，菊花盛开，一片片、一席席的菊花，构成了花的海洋。来自周边县市的骑手、摄影爱好者们，齐聚大封镇老崔庄村菊花基地，分享收获的喜悦。

本报记者 张文斌 摄

民间文学

三代帝王师李棠阶——之窗外偷学

李棠阶，清河内(温县)南宝丰村人，字树南，号文同，又号强斋。道光进士，同治年间，官至礼部尚书，军机大臣，潜以理学，融贯诸儒，曾任过咸丰、同治、光绪三代帝王的老师，人称三代帝王师。

李棠阶虽为温县人，但是他与武陟关系甚密。一、他家南宝丰村在温县与武陟交界处，舅家是武陟县孟门村的，第三夫人娘家是武陟县南湖村的，女儿嫁在了武陟县黄鼠村；二、他青少年时绝大部分时间是在武陟县南湖村，拜名师任若海为师；三、考取进士后，虽在京做了官，但常辞官回乡在武陟县木柴店教书，桃李满武陟。因而，武陟百姓都很熟悉他，关于他的传说故事自然也就很多。

李棠阶从小失去了父亲，和母亲相依为命，靠捡煤核和母亲纺线度日。他见别人家的孩子上学了，心里很眼气，也想上学，因交不起学费，就悄悄地来到窗外偷学。他很聪明，老师讲了一遍，他不但都能记住，而且也能举一反三，进行讲解和运用。

一天，临走时给学生布置了两道作文题。大部分学生都埋下头沙沙地写起了作文，唯有个胖子好似老虎吃天，无处下口，急得抓耳挠腮，汗流满面，半天没写出一个字来。李棠阶在窗外看了，忍不住笑出了声。胖子发觉了，不由恼羞成怒，出门揪住了李棠阶的耳朵说：“你笑我，得给我做出两篇文章，若做不出来非砸扁你不可！”李棠阶年幼小个，哪里是他的对手，只得替他做两篇文章。做罢之后，又去捡煤核了。

先生回来后，胖子把两篇文章交给了先生。先生一看，文字珠玑，文如泉涌，不禁大惊，把胖子叫来盘问，方知是窗外偷学的捡煤核的李改(李棠阶乳名)做的。

先生认为李棠阶有天才，就找到李棠阶的母亲说：“改很有天才，让他上学吧！”母亲为难地说：“俺交不起学费！”先生说：“我对他免费。”李母又说：“俺没钱买煤，全凭他捡煤核烧，他若上了学，俺烧啥？”先生说：“我每年给你家送两车煤。”

李母被这位好心的先生感动了，第二天就叫李棠阶去上学了。(来源《龙源传说》)



四个北古与南古、南古岗

在武陟县大虹桥乡南部和北郭乡西部有原北古、李北古、赵北古、陈北古和南古、南古岗六个村。提起它们的来历，还得从盘古开天辟地说起。相传，在很早很早以前，天地还没有分开，整个宇宙像个大鸡蛋，有个叫盘古的人就睡在这个大鸡蛋中。

突然有一天，盘古醒了。他睁开眼睛一看，周围是黑暗一团，什么也看不见。他心里一急，抓起一把大斧乱劈乱砍起来。只听见山崩地裂一声巨响，大鸡蛋从中间裂开了缝。这道缝越裂越大。上一半上升成了天，下一半下沉成了地。

有了天和地，盘古就盖了房屋，耕地、打猎，过起了无拘无束自由自在的生活。于是，大地上有了第一村，因而得名盘古村。后来，盘古的子孙繁衍增多，逐渐向村南远处开荒种地。为了生产、生活方便，就在那里头修房、盖屋住下来，形成村庄。

因为在南边的就叫南盘古村，原来的盘古村因在北边就叫北盘古村。慢慢地人们嫌这村名太长，叫起来不方便，就简化去了那个盘字，分别叫北古村和南古村。后来，北古村又形成了三片，按姓称赵北古、李北古(原来的北古)、陈北古；继之又派生出个原北古；而南古也形成了三片，分别叫老南古、东南古、西南古，现统称南古；而西南古又改称马南古，划入西阳召村管辖。

南古村姓杜的人又在南古北二三里建了个坟，后来又搬那里居住成村，因在山上所以称南古岗。

(摘自《武陟县地名传说》)



副刊征稿启事

当前，在县委、县政府的正确领导下，“八区”建设扎实推进，全县上下形成了抓发展、谋跨越的共识，经济社会发展呈现出好的趋势、好的态势、好的气势，这种大好局面为广大写作爱好者施展才华提供了广阔空间。

为更好的服务广大读者，进一步提高报纸的可读性，本报副刊版向广大读者征集反映我县发展成就、风土人情、历史文化等的散文、随笔、小说、诗歌、摄影、书画作品等，欢迎广大读者不吝赐稿。

副刊版面的发展，离不开广大读者的大力支持，我们期待您的精彩之作。

投稿邮箱: jrzwfk@126.com  
纸质稿件寄送地址: 武陟县新闻办公室  
电话: 0391-7277771

