

河源文脉长

赵佗
史籍里的④



■佗城街道小景。凌丽 摄

龙川县佗城镇,百岁街,在一座敞着大门的屋里,一名老人坐在竹椅上,悠然地望着前面一路之隔的不知建于何年的旧墙。

佗城,这座有着2200多年历史的古城,正在全力发展旅游文化产业。穿梭的游人,与

过着慢生活的居民,成为街上一道和谐的风景。

佗城的古建筑复原,曾得到著名考古专家麦英豪的肯定。他认为,龙川县可按照“岭南第一城”的定位,保护和开发好佗城,让人们了解并记住这座曾经在南越大地上播种中原

文化的千年古城,擦亮赵佗这张响亮的历史文化名片。

2200多年前,年轻的赵佗在任龙川县令的6年时间里,开始推行治理地方的从政方略,积累管理经验,引进中原文化,为后来建立、治理南越国打下了坚实基础。

赵佗龙川启文明

赵佗治理南越,龙川是“试验田”,后被一些史学家称之为“岭南史上第一次大开发”。

古龙川的疆域甚广,但当时的人口稀少,且都为未曾接受中原文化“开化”的土著,治理难度很大。古籍中的南越国史料,可靠的仅见于《史记·南越列传》《汉书·南粤列传》及其他少数列传的简短记述,对于赵佗对龙川进行了怎样的开发,上述史籍并未记载。

赵佗在龙川“下车伊始”,就面对着一个严峻的问题:以坚兵利器平定并留守岭南镇守县治和边关要塞、屯垦戍边的秦军,同“好相攻击”的当地人存在很深的隔阂,冲突时有发生。

在时序更迭和适应地理环境的过程中,古越族人形成了自己的风俗习惯,喜欢吃蛇蚌鱼,断发文身,凿齿拔牙,住干栏房屋,制作小舟在水面行走,用鸡进行卜卦。这些风俗习惯,赵佗并不强作改变,而是因地制宜,入乡随俗,待“华风日兴”后,一些落后的生活习惯,自然而然就转变了。

“赵佗主要活动虽在越都番禺,但在此之前他作为龙川县令,积极采取一系列政治、经济、文化措施,把龙川经营为东江流域一个先进地区并产生深远历史影响,其功不可没。”中山大学地理科学与规

划学院教授、博士生导师司徒尚纪在仔细研究赵佗经略龙川与东江流域早期开发后得出这个结论。

从后人的各种记述和考古发现来看,赵佗在龙川的6年里,采中原文化之精粹,纳四海文明之和风,启岭南文化之发端,采取一系列积极的政治、经济、文化措施,推行“和辑百越”“汉越杂处”方针,设置政区、移民实边、开垦山林、修筑城池、兴办教育、推广中原文化,倡导“以诗礼化其民”。

史籍里是怎么记载赵佗来到之前的岭南经济社会面貌的?“五岭之南,涨海之北,三代以前,是为荒服。秦平天下,开置南海等三郡。秦乱,赵佗据有其地。”(《唐·通典·卷一百八十八·边防四·南蛮下》)

史书的记载,与近年考古发现一致:“……当时广东已发掘的三十多座先秦墓和广西平乐银山岭墓地出土的青铜器及同出陶器,论定这批墓葬的年代大多属战国末到汉初,出土的青铜器呈现出相当复杂的文化关系。随葬器物没有一定规律,没有明显的贫富分化、等级区别,类似中原的那一套‘礼乐制度’尚未出现,推测两广先秦社会可能还没有最后脱离原始社会形态。两广社会要到秦统一岭南,南越政权的建立,才开始进入新的历史时期。”“截至目前,两广地区没有发现过先秦城市遗址,也没有成片的聚落遗址。”(《黄展岳·南越

国考古学研究》,中国社会科学院学部委员专题文集)

那么,这里住着些什么人?“南蛮杂类,与中原人错居,曰蜒,曰獠,曰狸,曰僚,俱无君长,随山洞而居,古先所谓百越是也。”(《隋书·南蛮传序》)

这些人有着怎样的风俗习惯?见诸各种史料的,主要有两个特征,一个是爱剪短头发,在身上做各种文饰:“越人断发文身(《庄子·逍遥游》)。”另一个是好勇斗狠:“其俗断发文身,好相攻讨,浸以微弱。”(《隋书·列传·卷四十七》)“越人之俗好相攻击。”(《隋书·列传卷四十五》)

这究竟是中原人以文化优越目光对“荒服”的歧视,还是客观描述的考古发现分析,“青铜武器成为男性墓的主要随葬品,反映了两广先秦越人血族复仇、好相攻击的落后意识和剽悍性格,造成一部分男人脱离生产,从事掠夺,灭人家口,破坏或延缓社会发展的结局。”

生长在燕赵之地的赵佗,久沐中原文明,在他看来,古龙川一定如同一张白纸,需要进行各种规划,同时还要使中原文明之风遍吹岭南。

营建龙川城后,赵佗开始带领古龙川人民以及随他而来的兵马,一同开发、建设古龙川,开始了岭南地区“汉化”的进程。

告别刀耕火种

用具,计有铤、镬、锄、镰、斧、凿、炉、剑戟、矛、匕刀等,数量颇多且种类丰富,其形式特征与中原基本相同,专家认为,由此可见赵佗对百越之地进行了颇多的技术引进,诸多史料和考古都显示赵佗对南越的生产发展有很大的促进作用。

2008年2月,在龙川县建县2222年“客家古邑·人文龙川”理论研讨会上,时为南越王宫博物馆筹建处副主任的陈伟汉郑重地提到了龙川县出土的17件与赵佗直接相关的南越国陶器。“这批陶器,正是赵佗在龙川6年的时代物证。”陈伟汉断定。

岭南最早的古井

的。《易·井》:“改邑不改井。”唐初经学家孔颖达解释道:“古者穿地取水,以瓶引汲,谓之井。”显然,有井就有人,有人的活动,就有热闹的生活,佗城亦是。当年,越王井曾给予赵佗和他的人马、佗城百姓以生命的滋养,使他们有了足够的精力去发展生产、传播文明。此后,这口井一直为佗城百姓提供甘泉。

龙川籍翰林学士韦昌明很喜欢这井里的水,他赞叹道:“泉源出自嵒山,泉极清冽,味甘而香”“虽当亢旱,万人汲之不竭”。越王井深11.3

米,直径1.2米,井沿用弧形红砂岩石块围成,下部用青砖砌就。

赵佗去了广州后也打过一口井,该井在广州越秀区应元路广东科学馆后院内,又名九眼井,传为赵佗所凿,南汉主曾独占此井,更名为玉龙泉,广州人也在传说,赵佗是饮了这井的井水,才活到100多岁的。

越王井一度荒废,长期被附近居民的柴草所掩盖,甚至差点被填埋。近年来佗城镇党委政府对越王井加大了保护力度,现已成为佗城打卡必到景点。

乘龙川而跨据南越

练。任器慧眼独钟,在秦亡之际,让赵佗临危受命,最终成为南越国主,使岭南在战乱年代获得难能可贵的和平,继续发展。

南越国史专家黄森章表示,“在

我市开展“大爱救心”义诊活动



○本报讯 记者 周慧荷 昨日,市民政局联合省慈善总会、省青少年发展基金会、中国人民解放军南部战区总医院开展“大爱救心”义诊活动,现场参加义诊的先心病儿童共有40人,其中符合手术救助的有8人。

当天下午,专家医疗组为40名贫困家庭18岁以下疑似先天性心脏病患者及近年在南部战区总医院接受手术救治的先心病儿童进行免费筛查、复查。同时,现场向8户筛查出适宜进行手术的患者家庭发放了项目救助申

请书,并安排他们近期到南部战区总医院进行治疗,省慈善总会、省青少年发展基金会将根据患者家庭困难的实际情况,分别给予医疗费用资助。“义诊活动把专家服务送到家门口,既便利又贴心,极大地减轻了患者家庭的经济负担。”受助患者家属曾女士说。

据介绍,我市“大爱救心”义诊活动自2007年起至今已持续开展16年,对我市贫困家庭18周岁以下先天性心脏病患者实施医疗救助。目前,全市已有1038名贫困家庭先心病患儿成功接受救治,占全省总救助数的1/4,已逐渐成为解决困难群众看病难、看病贵问题的重要平台之一。



■专家为先天性心脏病儿童进行免费筛查、复查。 周慧荷 摄

市妇幼保健院开展健康科普志愿服务活动 倡导科学健康生活方式



○本报讯 记者 许竞楠 通讯员 黄君燕 近日,由市妇幼保健院举办的健康科普志愿服务活动走进河源客家文化公园,组织党员志愿者为市民普及卫生健康知识,传播健康生活理念,提升全民健康素养。

活动中,党员志愿者通过设点摆摊向市民宣传普及孕期健康、疫苗接种、两癌筛查等方面的健康卫生知识,积极引导市民树立健康生活理念,倡导文明、科学、健康生活方式。同时,他们还还为市民提供免费测量血压、健康咨询等便民服务。据悉,本次活动共发放孕期保健、“两癌”筛查、健康教育等宣传资料200多份。



■志愿者向市民宣传普及卫生健康知识 许竞楠 摄

广东霸王花集团与交通银行河源分行开展银企党建结对共建

○本报讯 记者 邹力 前日,广东霸王花集团党委与交通银行河源分行党委联合开展2022年“缅怀革命先烈 赓续红色血脉”党建共建主题党日活动。

当天,参加活动人员到紫金县苏区革命旧址群,通过观看历史文物、图片和碑文,重温那段波澜壮阔的艰苦斗争岁月,弘扬革命精神,缅怀先烈功绩。随后,以“焚登读书会”形

式开展党建知识培训。通过活动,进一步深化银企合作,探索党建工作新思路,促进党建工作与业务深度融合。

据了解,广东霸王花集团党委在2020年与交通银行河源分行党委建立党建共建关系。双方在党建与业务上保持良好的、常态化的交流与沟通机制,全面提升双方业务合作深度与党建工作水平。

河源科普栏目



河源市科学技术协会

锻炼能抵消熬夜的伤害吗?

熬夜伤身,健身有利健康。那么,在熬夜或者加夜班后,通过运动来消除疲劳,这是一种“劳逸结合”的好方法吗?“熬夜加班+锻炼”这种组合,不但不能给身体带来健康,反而会增加身体负担,带来意想不到的健康损害。

有研究表明,经常熬夜会导致人体免疫力下降、脸色暗淡以及视力下降、肠胃功能紊乱、健忘失眠等熬夜综合征,威胁我们的身心健康。长期熬夜,还容易出现肥胖、生病、内分泌紊乱状况,各种痘痘不断。

通过长期运动来控制体重、提高自身免疫力,这个思路本身是可行有效的,但是不能在熬夜后立刻进行大强度的运动。如果身体状态不好还强行运动,会带来较大的负担。这是因为,熬夜后心血管系统已经有些超负荷运转,心脏跳动的节律发生紊乱,这时再进行大强度的运动,会进一步刺激心跳加速和血压升高,很容易因心脏或血管超负荷运转而诱

发各类心血管疾病,即便没有心脏病史或有隐性心脏病的人群,也会因为负担过重,增加心肌梗死等心血管疾病的风险。同时,熬夜后精神处于深度心理疲劳阶段,外部表现为注意力不集中、思维效率低下,若此时再进行大强度的运动,容易导致动作不规范,会增大各类运动损伤发生的可能性。

熬夜之后,到底该怎么锻炼?要强调的是,能不熬夜就别熬夜,非要熬夜不可的话,最好的恢复方式是好好睡一觉,让身体恢复到比较好的状态后,再进行运动。如果非得运动,建议作出相应的调整,在锻炼时减小运动的强度和运动量。比如选择各类拉伸运动或低强度的慢跑、游泳等有氧运动,并且运动过程中一定要严格控制运动强度。(彭冲)



扫一扫了解更多详情

开发古龙川

■本报记者 凌丽

赵佗做了许多开拓性工作,使古龙川成为南越国的一个先进地区,并带动整个东江流域的开发。

在发展龙川经济方面,赵佗先是“垦辟定规制”。(《越王井记》)

秦朝前,越人刀耕火种,生产力水平低。平定岭南后,引进中原先进生产技术,尤其是铁器工具的使用,使开垦荒地、兴修水利、深耕细作得到推行。赵佗,无疑是这些先进技术推广的发起者和组织者。

考古发现,在两广地区的广州、平乐和贵县等地的南越国时期墓葬中,有许多铁制的生产工具和其他



■越王井 晓铭 摄

北魏郦道元《水经注》卷三十七说:“泚水又迤博罗县,西界龙川,左思所谓目龙川而带桐者也。赵佗乘此县而跨据南越矣。”在龙川令任上,赵佗得到了相当程度的政治历