

高邮市民文明行为10条

- 1.公共场所讲修养,不吸烟、不排队、不抢座、不大声喧哗、不说粗脏话。
- 2.安全出行讲法则,不闯红灯、不逆向行驶、不抢道、不随意变道、不乱停乱放、不占用盲道。
- 3.净化环境卫生,不随地吐痰、不乱扔烟头、不乱丢垃圾。
- 4.文明用餐讲节俭,不剩饭剩菜、不铺张浪费、不劝酒酗酒。
- 5.商铺经营讲规范,不乱设摊点、不出店经营、不出售伪劣商品、不随意张贴广告。
- 6.爱护公物讲自觉,不私自占用、不污损破坏。
- 7.爱我家园讲规矩,不乱搭乱建、不乱挂乱晒、不占用公共楼道和消防通道、不在禁放区内燃放烟花爆竹、不噪音扰民、不无绳遛狗、不让宠物随地粪便。
- 8.保护绿化讲责任,不毁绿种菜、不践踏花草、不毁坏树木。
- 9.理性上网讲道德,不信谣、不传谣、不造谣、不诋毁中伤他人。
- 10.观光旅游讲风尚,不乱涂乱画、不乱扔杂物、不损坏文物。



今日高邮APP

在线投稿: <http://tg.gytoday.cn> 新闻热线: 84683100 QQ: 486720458

详情请浏览“今日高邮”网站 <https://www.gytoday.cn>

神居山传说

神居山又名天山,与新疆天山同名。山坐落在高邮湖西送桥镇。山不高,海拔49.5米。正所谓山不在高,有仙则名。神居山曾因“神”而被称为“淮南众山之母”“淮南第一山”。

神居山踞苏皖两省四县(市)结合部。山是1200万年前爆发的火山熔岩形成。这里的传说很多,始终笼罩着神秘的色彩。

传说一是尧的出生地。《史记·五帝本纪索隐》对尧的出生地有明确记载,他引皇甫谧的文字:尧初生时,其母在三阿之南,居于伊长孺之家,故从母所居为姓也。

据相关学者考证,高邮有三阿之地。天山是火山熔岩,属赤壤。于是学者推断我国古代三皇五帝之一的帝尧出生于此。这样看,神居山就很有些历史悠久了。

又传说,这里是东晋“淝水之战”的古战场。“淝水之战”是公元383年东晋和前秦之间发生在淝水(今安徽省寿县的东南方)的一场战争。战争的结局是东晋以区区八万军队大胜八十余万(实则仅二十多万)的前秦军,留下了中国历史上著名的以少胜多的战例。神居山一带曾经是著名的“淝水大战”古战场的一部分,著名军事家谢安与其弟谢石、侄谢玄在这里大败前秦苻坚的大将彭超。雍正《高邮州志》载:“三阿,晋谢玄破苻坚将彭超于此。”这一带至今还留有军营、操兵坝等与军事密切相关的地名。

又传说,这里曾是古人凿井炼丹之处,且有两个故事。一是东晋宰相谢安的事。谢安因受排挤,免于宰相,贬为广陵(今扬州)太守。谢安因之心灰意冷,一心炼丹修道,就选中了这座山。他掘井取水,遍采药草,辛苦几年,竟没炼成丹药。

他情绪格外低落,忧郁成疾,回家不久就病死了。另一个故事说,南齐时,有个叫亘公的名士无意仕进,效法谢安来山上修炼丹药。他心无旁骛,矢志炼丹,经九九八十一个月,丹竟成了。他吞丹之后羽化而升仙界,故此山得名神居山。神仙飞天了,他们所用过的井还在,对弈的棋盘还在,被后人称为“仙人井”“仙人棋”,这为传说增添了许多可信度。

民间还传说,这里曾是宋代杨门女将穆桂英的出生地。山脚下还有穆桂英的遛山沟、拴马桩、操兵坝、上马台等遗存。

还传说,这里有个白果精的故事。从前,扬州城里有个杨大人,膝下三女,其中三小姐最漂亮。正值二八,肤白如雪,面若桃花。杨大人娇宠万分。三小姐整日藏在闺阁楼上绣红作画,大门不出,二门不迈。一天夜里,三小姐闺房中来了一白面书生。他头戴白纶巾,身穿白大褂,一副仙风道骨。见了三小姐,稽首施礼,通报了姓名,并表明仰慕小姐日久。今日一会,乃三生有幸。小姐闻言,忙施礼让座,奉上香茶。书生谢过,说道:吾乃居高邮湖西神山上,倾慕小姐多年。一爱天姿貌美,二爱才华文章。万望小姐垂爱,结成鸾凤之缘。小姐一听面红耳赤,羞得低下头来。又一想,我在深闺,从未见过这等美貌温和男子,这莫不是天赐姻缘?再则,男大当婚,女大当嫁,天之常理。今何不顺势推舟,结为百年之好?于是,半推半就,同眠共枕。夜四更鼓响,书生披衣下床,一稽首,道一声告辞,便无踪影。第二天白天一过,夜幕降临,书生准时又至。二人如鱼如水,缱绻缠绵,依依不舍。如此一而再,再而三,三小姐感到身体有些异样,就悄悄告诉母亲。母亲闻



神居山上的银杏树

言,吃惊不小,急急地向夫君杨大人报告。杨大人一听,跺脚叫苦,除把小女痛骂一顿之外,立即请来道行高深之老道指点。老道说,定是遇上了妖精,当用法驱离。说完让杨大人附耳低语。杨大人听了连连点头。然后千叮咛,万嘱咐,让女儿如此这般,抓紧做好。是夜,白面书生又至,小姐用父母为她事先准备好的绣花针红丝线,穿在了书生的白大褂边缘。说时迟那时快,白面书生倏忽不见了。第二天大早,杨大人备鞍跨马,率一众人丁直奔湖西天山而来,走到白果树前一看,果真在白果树的腰上挂着那根红丝线。杨大人当即

吩咐家人挥斧砍树。三小姐一听,泪如雨下,她紧紧抱住白果树,坚决不让砍,说:你们实在要砍就砍我吧!砍我吧!杨大人夫妇欲拖女儿,可怎么拖也拖不动。三小姐抱着大白果树,已与大树融为了一体了。

几百年过去了,神居山上的白果树依然挺立,风吹不动,雨打不动,冰霜不动,雷劈不动。白果树枝干向上,老枝遒劲,像一把剑直指苍穹。远处看,一个二八女子紧紧抱着大白果树,难分难舍,融成了一体。且这白果树上结的白果为无心白果,人们都说这白果心已全给了三姑娘。

图文来源于《史话高邮》

健康生活

饮科 食学



- ← 油脂类 25克
- ← 奶类及奶制品 100克
豆类及豆制品 50克
- ← 畜禽肉类 50-100克
鱼虾类 50克
蛋类 25-50克
- ← 蔬菜类 400-500克
水果类 100-200克
- ← 谷类 300-500克



规律作息

书香 社会



锻炼身体

