

随着2022年北京冬奥会的临近，其比赛场馆所在地之一的延庆，受到广泛关注。届时延庆辖域内的小海坨山将成为冬奥高山滑雪、雪车和雪橇等项目的比赛场地。

延庆位于北京市西北部，距北京市区70公里，北东南三面环山，因气候独特，冬冷夏凉，素有北京“夏都”之称。远在六七千年前，延庆境内已有人类活动，此地历史悠久，人文景观众多，且听我为您细细道来……

# 寻故溯源话 延庆

□主讲人：户力平 文/图



## “延庆”本称“隆庆”

延庆古称夏阳川，亦称妫川。早在六七千年前，延庆境内已有人类活动。春秋时期曾是山戎族活动地区，春秋晚期和战国初期地属燕国。秦统一全国后始设上谷郡，置上兰县（故城在今延庆张山营）和居庸县（故城在今延庆县城）。西汉时，上谷郡领十五个县，其中夷舆、居庸二县均在今延庆境内。东汉时撤夷舆合为居庸一县。北齐时废居庸并入怀戎县。唐初怀戎属北燕州，贞观北燕州改名妫州（以妫水名之），天宝年间妫州改为妫州郡，今延庆属地始从怀戎县析出，设置为妫川县。

唐末及辽金时，改为缙山县。元至元二十二年（1285年），仁宗李只斤·爱育黎拔力八达（元代第四位皇帝）生于香水园（今延庆沈家营上花园），至大四年（1311年）登基后，于延祐三年（1316年）升缙山县为龙庆州。到了明朝废州设隆镇卫，建文元年（1399年）改隆镇卫为隆庆卫。永乐十二年（1414年）复置隆庆州，直至隆庆元年（1567年）改为延庆州。至清末的300多年间沿用。民国二年（1913年）全国废州改县，始称延庆县，并沿用至2015年，遂设延庆区。

由此可见，“延庆”本称“隆庆”，因何要改称呢？原来是基于封建礼制中的“避讳”。明嘉靖四十五年（1566年），世宗第三子朱载堉登基，成为明代第十二代皇帝，次年改号为“隆庆”。为了避讳“隆”字，遂将“隆庆州”改为“延庆州”。民国时，“延庆州”改称“延庆县”。

## “塞外珠峰”海坨山

据《北京市延庆县地名志》载：海坨山位于延庆县张山营镇北部，与河北省赤城县交界处，属燕山山系，于燕山运动时期开始形成。经过漫长的地壳运动、断裂、抬升，形成陡峭险峻的山峰。山体呈东西走向，横16.9公里，纵28.4公里。有三座高峰：即大海坨、小海坨、三海坨。大海坨海拔2241米，为北京第二高峰。小海坨在大海坨南侧，海拔2198米。三海坨在小海坨南侧，海拔1854米。

海坨山山岩多为花岗岩，侏罗纪的安山岩、火山凝灰岩和角砾岩等。岩石形成年代距今1.3亿年。山中多“V”型峡谷，为河流下切和断裂抬升构成。传说远古时，整个延庆是一片汪洋，海坨山只是一块礁石，经过亿万年石长水落，形成海岛样的高山，故名“海坨山”。如今山崖之上仍有海浪冲击的痕迹，众多的泉流被人们传说为“海眼”。山上植被丰茂，气候随海拔高度变化差异极大。

海坨山“重峦叠嶂，层陵断雾”，每年10月至次年6月，因山前盆地潮湿空气被抬升，山顶气压气温均低，往往一夜北风吹过，天亮时，大海坨已戴上银白色的“雪帽”，而且每年持续“戴”六七个多月之久，在延庆盆地范围内均可看到

“海坨戴雪”的奇观，由此被誉为“塞外珠峰”。每到雨季，“海坨飞雨”又名“吞奇吐秀”则成为另一奇观，在历史曾为“妫川八景”之一。《延庆县志》称：“高耸万仞，上有龙潭，层峦叠嶂，云生雨随。”“若轻风屑雨，则湿霭轻岚，霏微迎目，恍在蓬莱烟雾中。”明初开辟延庆的赵珩有诗赞曰：“忽看绝顶起云阴，化入人间沛泽深。溪涧晓添双白练，田畴秋足万黄金。草堂剩有催诗兴，版筑宁无济世心。自是圣明天意合，不须祈祷效桑林。”

小海坨地处大海坨南侧，山势陡峭、地形复杂、山高林密、降水丰富。借助垂直落差大等地形、气候条件，在其南麓打造国际一流高山滑雪场，已成为北京冬奥会延庆赛区的核心区，届时高山滑雪、雪车和雪橇等比赛项目将在此举行。

## “八达岭”的由来

延庆以八达岭长城而闻名，其地处军都山关沟古道北口，建于明弘治十八年（1505年），是明长城的一个隘口，被称作“玉关天堑”，为居庸关的重要前哨，古有“居庸之险不在关而在八达岭”之说。

1500年前的北魏，就曾在八达岭一带修筑长城。据《魏书世祖本纪》记载，北魏拓跋氏太平真君七年（446年），在国都平城（今山西大同）以北，修筑长城，名叫“畿上塞围”，东起上谷军都山（今八达岭一带），西至黄河岸。后来到北齐王朝天保六年（555年），又修筑长城，西起大同，经军都山东去，把长城延长到了海边。

八达岭是万里长城最著名的景观之一，气势雄伟，景观壮丽。关于“八达岭”的由来，历来说法不一，“版本”较多。其一，“八大岭”谐音说：因这一带山峦层叠，地势险峻，据说所建的长城在这里要转八道弯，越过八座大的山岭，所以当年兴建这段长城很艰难，建筑材料难以运送到山上，工期迟迟完不成，曾先后有八个监工为修长城而死。最后通过“仙人”的“点化”，采取“修城八法”，即“虎带笼头羊背鞍，燕子衔泥猴搭肩，龟驮石条兔引路，喜鹊搭桥冰铺栈”，才把建筑材料运送到山上，所以人们就把这段长城称为“八大岭长城”，后来地名就谐音成“八达岭长城”。

其二，“八道岭”谐音说：传说明末李自成率起义大军征战到此，因城关易守难攻，起义大军受阻于长城之外，数日不进，李自成不由得心急如焚。这时探马来报，说前方还有八道险关。李自成听罢长叹一声：“这里的八道岭实在是难以越过，看来强攻是不行！”于是命令起义大军改道而去，后来这里被称为“八道岭”，时间一长就被谐音成“八达岭”。

其三，“八斗岭”谐音说：八达岭长

城连绵起伏，将八座陡峭的山峰联系在一起，而每一座山峰都像是一个扣着的大粮斗，不但坡度大，且呈不规则多边形，由东北向西南依次排列，故当地人将这八座山峰称为“八斗岭”。明朝在这里重修长城的时候，一位皇帝来此视察，当得知这里叫“八斗岭”时，觉得名字很俗气，于是赐名，将“八斗岭”谐音成了“八达岭”。

以上几种说法多是传闻，缺少确切的文字记载，难以考证。其实最可信的说法，应是明代蒋一葵在《长安客话·边镇杂记》中的解释：“出居庸关，北往延庆州，西往宣镇，路从此分，故名八达岭，是关山最高者。”

因为八达岭是居庸关的外口，由此往北是延庆、赤城、内蒙古，往西是张家口、怀来、宣化、大同，往东是永宁、四海，往南是昌平、北京等地区，可谓是“路从此分，四通八达”，所以它是古代一条重要的交通要道和防卫前哨，素有“京北第一屏障”之称。

## 延庆有“三宝”

延庆依山傍水，冬冷夏凉的大陆性季风气候和山明水秀的自然环境，孕育出了丰饶的物产，民间有“延庆三宝”之说，即妫河鱼、永宁豆腐、八达岭御酒。

有延庆“母亲河”之称的妫水河盛产鲤鱼，故称“妫鱼”，为野生鱼种，头小身大，红眼赤体，脊宽体肥，肉质鲜嫩，繁殖历史久远，曾有“味极肥美，他地无”之说，尤其是春天的开河鱼，更加鲜美细嫩，曾是延庆一道著名美食。据传明代永乐皇帝北巡路过妫水时，品尝妫鱼后大为赞赏。

永宁镇位于延庆城区东部，其建制始于唐代，明永乐十二年（1414年）设永宁县于团山下，取《书经》“其宁唯永”之意。永宁以豆腐知名，从汉代起就有记载，自明代起塞外就流传着“南京到北京，要吃豆腐到永宁”，清朝时期成为宫廷贡品，曾经有过家家户户做豆腐的历史，其原料选自永宁一带所产黄豆。当

地加工豆腐是用“酸浆”点豆腐，做出的豆腐细嫩柔滑，民谚有“抬在案上是黄的，浑身上下是活的，刀子一拉茬口是细的，抓在手里是绵的，放在口里是细的，煮在锅里是韧的，油炸出来是虚的。”足见永宁豆腐非同一般。至今仍是当地特产，远近闻名。

历史上延庆盛产高粱，特别是从清泉堡经永宁到神树屯（今称新华营）有一条地下水线，水质清香，以其酿酒，酒味清香、甘冽醇厚。远在唐开元年间（713-741年），“妫川之阳曰龙山水谷，黄粱之粟、玉液之醪、丘园之果、仙原之药，为天下之最。”明清之际所酿高粱酒成为地方的四大物产之一。到了清代其酿酒业发展甚速，酒坊林立，酒旗招展，“每岁陆运销京北一带，约十五万斤”。因曾供奉内廷，故有“八达岭御酒”之称。



## 主讲人介绍：

北京史地民俗学会会员。多年业余从事北京文史研究，特别是北京地名、风物、民俗及古村落研究，并在《北京日报》《北京晚报》等报刊发稿千余篇。已出版《光阴里的老北京》《北京地铁站名掌故》《京西海淀说故》《香山传说》等。