



“十四五” 职业教育国家规划教材

五粮文化育人 学思践悟

审订 郭杰忠
主编 万玉青 雷筱芬



WULIANG WENHUA YUREN
XUE SI JIAN WU



江西高校出版社
JIANGXI UNIVERSITIES AND COLLEGES PRESS

南昌

图书在版编目 (CIP) 数据

五粮文化育人学思践悟 / 万玉青, 雷筱芬主编. --
南昌: 江西高校出版社, 2021.8 (2025.2 重印)
ISBN 978-7-5762-1528-1

I. ①五… II. ①万… ②雷… III. ①高等职业教育—
—思想政治教育—研究—中国 IV. ① G711

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2021) 第 116474 号

策 划 编 辑 易建宏 刘建梅
责 任 编 辑 陈范婷
装 帧 设 计 杨 青
责 任 印 制 李德花

出 版 发 行 江西高校出版社
社 址 江西省南昌市洪都北大道 96 号
邮 政 编 码 330046
总 编 室 电 话 0791-88504319
销 售 电 话 0791-88170528
网 址 www.juacp.com
印 刷 江西千叶彩印有限公司
经 销 全国新华书店
开 本 787 mm × 1092 mm 1/16
印 张 17.25
字 数 194 千字
版 次 2021 年 8 月第 1 版
印 次 2025 年 2 月第 4 次印刷
书 号 ISBN 978-7-5762-1528-1
定 价 43.00 元

赣版权登字 -07-2021-787

版权所有 侵权必究

图书若有印装问题 请随时联系本社印制部 (0791-88513257) 退换

《五粮文化育人学思践悟》编委会

审 订：郭杰忠

主 编：万玉青 雷筱芬

副 主 编：万晓波 何 锐 赵淑华 宋小兵 黄凤芝

王 苏 曾 聪 李运楼 王 佳 赵 敏

编 委：（以姓氏笔画为序）

王晓歌 帅陆军 冯训阳 刘玉珍 李肖瑾

杨 静 宋 斌 张培莹 周倩兰 官小慧

姜 瑜 徐 选 涂宇胜 涂欣红 陶欣桐

谢荣华 翟少波

编审人员：万 颖 阳润红



前 言

中华文明源远流长，粮食作物是文明的根基与源头。粮食文化对中华文化的形成和发展起了重要的推动作用。粮食文化是指在种植、生产、储藏、流通和消费粮食过程中所创造的、与粮食相关的物质文化和精神文化的总和，是中华优秀传统文化和人类最重要的文化成果之一。江西工业贸易职业技术学院（前身为江西省粮食职业学校）缘粮而立，因时而进，因势而新，立足自身粮食文化优势，坚持将粮食文化作为发展根脉，以文载道，以文化人，立德树人。经过多年的探索研究，学院将粮食文化与社会主义核心价值观教育有机结合，形成“五粮文化育人”理念，通过教学育人、实践育人和环境育人三个维度，凝练出“三维协同模式”，并不断推进文化育人工程深入实施。2018年，学院申报的项目《基于立德树人根本任务的“五粮文化育人”理念创新与“三维协同模式”实践》荣获国家级教学成果二等奖。2019年，学院荣获“江西省粮食安全宣传教育基地”称号。2020年，学院荣获“全国粮食安全宣传教育基地”称号。

为深入推进习近平新时代中国特色社会主义思想铸魂育人，加强思想政治教育的针对性和亲和力，学院深化“五粮文化育人”核心理念，深入挖掘和阐发中华优秀传统文化，推动社会主义核心价值观落实落细，构建起国家统编和校本特色相融合的思想政治理论课程体系，



推进习近平新时代中国特色社会主义思想课程群的建设。学院组织编写《五粮文化育人学思践悟》思想政治理论课校本教材，从“探寻历史”到“理论升华”，再到“实践育人”，把五粮文化融入育人之中，是高校育人方式的有益探索。全书共六章，每章由“古语名言”“点击核心”“正文”“人物·故事”“拓展阅读链接”“粮漆画鉴赏”“实践·任务”等七个板块构成。第一章从探寻粮食圣地的历史切入，对中国古今历史上具有重大意义的稻作起源、粮食大生产运动和粮食生产方式变革等方面进行分析解读，帮助学生梳理、认识和了解粮食文化的历史根脉，引导学生把握粮食文化的内涵和特点，树立粮食文化自信，深刻理解“五粮文化育人”理念。第二章至第六章对“五粮文化育人”理念进行解读。“粮缘中的敬与礼”“粮情中的勤与俭”“粮品中的诚与信”“粮安中的责与献”“粮艺中的传与新”具有鲜明的时代价值，是学生成长成才的鲜活养分，旨在教育引导学思践悟守初心，行稳致远担使命。

在共同努力下，编委会成员在2024年对本书进行了一次全面修订。我们将习近平总书记关于中华优秀传统文化的最新讲话、党的二十届三中全会精神等融入教材中，着力推进党的创新理论成果进教材、进课堂、进学生头脑。

如在使用过程中发现任何问题，欢迎各位教师、广大同学向我们提出宝贵意见和建议，帮助我们不断完善和提高本书的质量。如有反馈意见，请发电子邮件至 373457366@qq.com。

《五粮文化育人学思践悟》编委会

2024年8月



目 录

第一章 寻文化根脉 育时代新人 / 1

一、粮人圣地的历史追寻 / 4

- (一) 江西万年仙人洞遗址 / 5
- (二) 浙江上山遗址 / 7
- (三) 浙江河姆渡遗址 / 10
- (四) 浙江罗家角遗址 / 13
- (五) 大生产运动发源地——南泥湾 / 14
- (六) 农村改革的先行者——凤阳小岗村 / 18

二、粮食文化的特点和内涵 / 22

- (一) 粮食文化的特点 / 22
- (二) 粮食文化根魂 / 26
- (三) 粮食文化自信 / 31

三、“五粮文化”的理论创新和时代价值 / 35

- (一) 独特的理论创新：“五粮文化育人”理念 / 35



(二) 鲜明的时代价值：大学生成长成才的鲜活养分 / 38

第二章 粮缘中的敬与礼 / 46

一、遇见粮食之缘 / 49

(一) 粮食起源 / 49

(二) 粮食种类 / 56

二、对粮食的敬与礼 / 60

(一) 对粮之敬 / 61

(二) 与粮之礼 / 67

三、让敬重与礼让成为青春成长的基石 / 76

(一) “粮”心向党 / 77

(二) 与国共进 / 81

第三章 粮情中的勤与俭 / 90

一、体验种粮之艰 / 93

(一) 粮食种植 / 93

(二) 粮食储藏 / 100

二、粮食的希望之路 / 106

(一) 藏粮于地 / 107

(二) 藏粮于技 / 110



三、让勤奋与节俭成为青春向上的支点 / 115

(一) 勤以养志 / 115

(二) 俭以修德 / 122

第四章 粮品中的诚与信 / 131

一、发现粮食之美 / 135

(一) 粮食用途 / 135

(二) 粮食质量检验 / 139

二、粮食的内在品质 / 142

(一) “粮”心好面 / 143

(二) 公平交易 / 152

三、让诚实与守信成为青春搏击的保障 / 157

(一) “人无诚信不立”，做诚实守信的人 / 158

(二) “国无诚信不宁”，做社会主义的合格建设者和可靠接班人 / 160

第五章 粮安中的责与献 / 168

一、体悟粮食之道 / 171

(一) 余粮有道 / 171

(二) 米市寻踪 / 177



二、保障粮食安全 / 180

- (一) 古今中外粮食危机事件 / 181
- (二) 中国粮食安全思想发展历史 / 188

三、让责任与奉献成为青春远航的动力 / 199

- (一) 担责善为，节粮爱粮，勇挑时代重任 / 199
- (二) 讲求奉献，实干进取，引领潮流之先 / 203

第六章 粮艺中的传与新 / 217

一、食蕴千秋中的粮艺探寻 / 221

- (一) 粮食耕种技艺的发展革新 / 221
- (二) 粮食加工技艺的推陈出新 / 225
- (三) 食品加工技艺的传承创新 / 229

二、粮源悠长的技艺传承 / 236

- (一) 舌尖上的粮艺传承 / 237
- (二) 指尖上的粮艺传承 / 242
- (三) 粮食技艺的创新创业 / 245

三、让传承与创新成为青春飞翔的翅膀 / 252

- (一) 传承与创新是中华民族最深沉的民族禀赋 / 252
- (二) 创新是时代的要求 / 255
- (三) 做传承的接班人、创新的生力军 / 258



第一章 寻文化根脉 育时代新人

古语名言

洪范八政 食为政首

“洪范八政，食为政首”源自《汉书·食货志第四》。《尚书·洪范》有“八政”：食、货、祀、司空、司徒、司寇、宾、师。这“八政”是中国古代国家施政的八个重要方面，其中农业更是治国安邦的头等大事。自古以来，我国就是崇尚农业、以粮为本的国家，因此，重农思想和粮食安全观念始终是古代思想文化的重要内容。中国古代关于粮食安全观的论述和实践，既是古人朴素的生存思想和强烈的忧患意识的反映，也是历史经验教训的精辟总结，值得后人借鉴和重视。

2004年以来，中央一号文件持续聚焦“三农”，释放出重农抓粮的强烈信号，坚持开源节流并举，保障国家粮食安全。党的十八大以来，以习近平同志为核心的党中央始终把粮食安全作为治国理政的头等大事，高屋建瓴地提出了新时期国家粮食安全的新战略，形成了一系列具有重要意义的粮食安全理论创新与实践创新，走出了一条中国特色粮食安全之路，为国家长治久安奠定了重要的物质基础，并且为维护世界粮食安全作出了重要贡献。



请你谈谈对“洪范八政，食为政首”的理解，说说你所了解的关于这句话的具体事例。

点击核心

青少年阶段是人生的“拔节孕穗期”，最需要精心引导和栽培。

——2019年3月18日，习近平总书记在“学校思想政治理论课教师座谈会”上的讲话


中华优秀传统文化源远流长、博大精深，是中华文明的智慧结晶，其中蕴含的天下为公、民为邦本、为政以德、革故鼎新、任人唯贤、天人合一、自强不息、厚德载物、讲信修睦、亲仁善邻等，是中国人民在长期生产生活中积累的宇宙观、天下观、社会观、道德观的重要体现，同科学社会主义价值观主张具有高度契合性。

——2022年10月16日，习近平总书记在中国共产党第二十次全国代表大会上作的报告

马克思主义和中华优秀传统文化来源不同，但彼此存在高度的契合性。比如，天下为公、讲信修睦的社会追求与共产主义、社会主义的理想信念相通，民为邦本、为政以德的治理思想与人民至上的政治观念相融，革故鼎新、自强不息的担当与共产党人的革命精神相合。

——2023年6月2日，习近平总书记在“文化传承发展座谈会”上的讲话

习近平总书记在2018年8月召开的全国宣传思想工作会议上



指出，中华优秀传统文化是中华民族的文化根脉，其蕴含的思想观念、人文精神、道德规范，不仅是我们中国人思想和精神的内核，对解决人类问题也有重要价值。要把优秀传统文化的精神标识提炼出来、展示出来，把优秀传统文化中具有当代价值、世界意义的文化精髓提炼出来、展示出来。

中国特色社会主义进入新时代，广大青年是“两个一百年”和中华民族伟大复兴的参与者、贡献者、见证者，保持与党的历史使命同心同向是新时代青年必然的时代选择。传承和弘扬中华优秀传统文化，坚定文化自信是新时代青年肩负的责任和使命。当代青年大学生要不断学习中华优秀传统文化，不断从中华优秀传统文化中汲取丰富营养，积极深入中华民族历久弥新的精神世界，充分继承和弘扬长期以来中华民族形成的积极向上向善的思想文化。习近平总书记在党的二十大报告中指出：“坚守中华文化立场，提炼展示中华文明的精神标识和文化精髓，加快构建中国话语和中国叙事体系，讲好中国故事、传播好中国声音，展现可信、可爱、可敬的中国形象。加强国际传播能力建设，全面提升国际传播效能，形成同我国综合国力和国际地位相匹配的国际话语权。深化文明交流互鉴，推动中华文化更好走向世界。”


2023年10月，习近平总书记对宣传思想工作作出重要指示，强调“要坚持以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，全面贯彻党的二十大精神，聚焦用党的创新理论武装全党、教育人民这个首要政治任务，围绕在新的历史起点上继续推动文化繁荣、建设文化强国、建设中华民族现代文明这一新的文化使命，坚定文化自信，秉持开放包容，坚持守正创新，着力加强党对宣



传思想文化工作的领导，着力建设具有强大凝聚力和引领力的社会主义意识形态，着力培育和践行社会主义核心价值观，着力提升新闻舆论传播力引导力影响力公信力，着力赓续中华文脉、推动中华优秀传统文化创造性转化和创新性发展，着力推动文化事业和文化产业繁荣发展，着力加强国际传播能力建设、促进文明交流互鉴，充分激发全民族文化创新创造活力，不断巩固全党全国各族人民团结奋斗的共同思想基础，不断提升国家文化软实力和中华文化影响力，为全面建设社会主义现代化国家、全面推进中华民族伟大复兴提供坚强思想保证、强大精神力量、有利文化条件”。

一、粮人圣地的历史追寻

树高千丈总有根，水流万里总有源。习近平总书记在庆祝中国共产党成立 95 周年大会上强调，一切向前走，都不能忘记走过的路；走得再远、走到再光辉的未来，也不能忘记走过的过去，不能忘记为什么出发。“从哪儿来、往哪儿去”是一代代共产党人奋斗求索的精神命题，更是化为实际行动的永恒接力。从古至今，吃饭是人类生活的第一件大事，饮食也是人类最基本的追求。早在新石器时代，人类就开始有意识地种植一些农作物。如今，社会主要矛盾发生深刻变化，物质文化生活日渐丰富，人们对盘中食物出自何时、来自何处，也许已不在意。但对于粮食人来说，不忘过去、追根溯源、探寻粮食圣地仍是心中追求。今天，让我们一同去探寻历史上养育亿万人民的稻作起源地和具有典型意义



的改革生产运动发源地。

（一）江西万年仙人洞遗址

万年仙人洞遗址已有 1.4 万多年历史，是新石器时代洞穴遗址，也是世界稻作文化的发源地之一。

1. 万年仙人洞遗址概况

万年仙人洞遗址位于江西省上饶市万年县大源镇境内，地处赣东北石灰岩丘陵地区的一个山间盆地。仙人洞分主洞和支洞。主洞空旷幽深，长 60 米，宽 25 米，高 3 米，可容纳 1000 余人；左右各有支洞，深长莫测。仙人洞是我国首次发现的从旧石器时代向新石器时代过渡的人类活动文化遗迹，其出土的栽培稻和陶器，距今 1 万余年。

仙人洞不仅以它灿烂的古文化闻名遐迩，而且山色旖旎，风景瑰丽，是盘岭旅游区的重要景点之一。仙人洞景色奇绝：数里皆石，玲珑窈窕，千姿百态；绝岭处峰峦秀拔，峻壁横披；遇雨则盈山皆壑，瀑布飞流；石山上多古柏高松，苍翠挺立；洞内深处有径尺小塘，塘水清澈，时有小鱼，捉之不见；洞外左侧有小河轻歌曼舞，婉转流淌，春夏水涨又白浪掀撼，类似水国。

2. 万年仙人洞稻作起源说

江西万年仙人洞稻作起源，多年来一直是国际考古学界和农学界的一个热门话题。稻作起源于何时何处？长期以来一直争论不休。苏联著名遗传学家瓦维洛夫肯定我国是世界上最早、最大的作物起源中心之一，却认为水稻起源于印度。我国自 20 世纪 50 年代以后，考古事业蓬勃发展，各地出土的稻谷标本的年代越来越早，远远超过印度和东南亚国家。特别是浙江河姆渡、江苏草鞋山、湖南彭头山等多处发现了 7000 年以前的稻作遗存，长江中



下游是稻作起源中心的说法逐渐受到全世界的关注。如今，中国是世界稻作起源地，已成为全世界考古专家、学者的共识。


20世纪50年代末，江西万年大源盆地一个被称为仙人洞的溶洞被发现。30年后，这个洞穴遗址出土了目前世界最早的栽培稻植硅石标本，将中国稻作历史提前了近5000年，万年仙人洞由此成为世界稻作起源地之一。

万年仙人洞1万年前的栽培稻植硅石标本的发现，无疑给长江中下游是稻作起源中心的说法提供了极为有力的证据，为证明中国是世界水稻起源地提供了极为有力的科学证据，同时有力地昭示了赣鄱地区是中国乃至世界的稻作起源中心区。被誉为“中国农业考古第一人”的中国农业历史学会前副会长、资深研究员陈文华说，对这个推断的证据还有：在万年附近的东乡，至今还保存着一片野生稻，这是目前世界上分布最北的普通野生稻。陈文华告诉记者，世界上现在有一半以上的人口吃大米，也就是说，仙人洞先民种下水稻的创举养育了世界一半以上的人口。

3. 万年仙人洞遗址产生的影响

万年仙人洞遗址被评为1995年全国十大考古新发现之一、“八五”期间全国十大考古新发现之一和中国20世纪100项考古大发现之一，并于2001年6月又被列为全国重点文物保护单位。该遗址出土的“直口圜底夹砂陶罐”在2008年“奥林匹克之旅——中华民族艺术珍品文化节”期间，被评为首批“中华民族艺术珍品”。

2008年，万年仙人洞遗址获江西省政府批准申报世界文化遗产，同时被联合国教科文组织亚太国际教育与价值教育联合会认



定为“国际传统文化与和谐价值教育实验基地”，还被世界华人华侨总会认定为“国际旅游示范点”和“爱国教育基地”。

万年灿烂的历史文明、厚重的文化底蕴，孕育了“三大文明”“四个第一”“五种精神”。“三大文明”即灿烂的农业文明、远古的工业文明和原始的流通文明。“四个第一”即野稻驯化起于是，烧土成器始于斯，刻符记事源于此，物食易换发于兹。“五种精神”即实事求是、与时俱进的科学精神，敢为人先、打破常规的创新精神，坚忍不拔、锲而不舍的执着精神，艰苦奋斗、自强不息的拼搏精神，团结协作、和衷共济的和谐精神。如今，为大力传承、弘扬稻作文化，万年县始终坚持以稻为媒、借稻扬名、以名聚力、借名兴县。

（二）浙江上山遗址^①

1. 上山遗址概况

上山遗址是长江中下游地区早期的新石器时代遗址。它位于浙江省浦江县黄宅镇渠南村、渠北村和三友村之间，地理位置在钱塘江的一条一级支流——浦阳江上游的河谷地带。浦阳江发源于龙门山与会稽山脉之间，上游形成一个南北短径不足 10 千米的椭圆形盆地，遗址即处在这个盆地的中心位置。遗址周围地势相对平坦，海拔约 50 米，间隔分布一些或连或断、多平整为耕地的小山丘。上山遗址即坐落在一南一北两座相毗邻、相对高度 3 ~ 5 米的小山丘上。2001 年、2004 年、2005—2006 年、2007—2008 年先后对遗址进行了四期发掘，遗址占地面积 2 万多平方米。

^① 杨阳. 20 年, 回望“上山”之路 [EB/OL]. (2020-12-17) [2021-06-17]. http://ex.cssn.cn/zx/bwyc/202012/t20201217_5233630.shtml.



在上山遗址发现了居址、墓葬、环壕等遗迹，出土的文物有约80件陶器，大多数器型为大口盆；此外还出土了大量石球、石磨盘等上山文化代表性器物以及陶器残片若干；早期文化地层中出土了一些红烧土残块，这些红烧土残块内掺杂了大量的炭化稻壳，还出土了极少量的炭化稻米遗存，为在长江中下游和更广阔的地域范围内探索早期新石器时代文化提供了有价值的启示。

上山遗址附近有一处地势略高，叫作“上山”，考古学家在那里发现了几片夹炭陶片，并在陶片表面和胎土中发现了许多稻壳和稻壳的印痕，这就是经人类选择过的早期栽培稻。上山遗址考古还出土了石磨盘和石磨棒组合、通体磨光的石铲和石斧，以及大口盆。这些看上去十分简陋的工具，却是加工、煮食稻谷的重要工具，系统地证明了上山遗址当时已经处于原始稻作农业阶段。上山遗址代表了一种原始的新石器时代文化类型，这种地域文化于2006年11月被命名为“上山文化”。现已发现19处上山文化遗址，它们共同构成迄今所见年代最早的农业定居聚落。义乌桥头遗址和仙居下汤遗址的环壕、中心台地等聚落特征，反映了农业社会结构的初步发展状态。这种定居特征在上山文化初期就已出现。

2. 上山遗址万年稻作史

一粒小小的炭化稻米，是解锁“上山密码”的金钥匙。2005年，第一粒比较完整的炭化稻米在上山遗址中被发现，它存在于夹炭陶片中。上山先民将碾碎的谷壳及稻叶掺和在陶土中，用于制作陶器。最重要的是，上山早期90%以上的夹炭陶，都掺拌了密密麻麻的碎谷壳——这是世界上最早的谷糠，证明稻米已经成为



上山人重要的粮食之一。^①

2020年11月12日—14日，“上山遗址发现20周年学术研讨会”召开。会议认为，稻作起源研究是上山文化的核心内容，在上山遗址发现的包括收割、加工和食用水稻的较为完整的证据链，是迄今发现的世界最早的稻作农业遗存。新的研究表明，在上山文化的分布区域，从大约3万年前开始，就存在野生稻，这为稻作起源研究增添了关键性的一环。上山先民在采集狩猎活动的同时，具备了利用周边自然生长的野生稻资源的条件。与会专家学者们认为，上山文化遗址是世界稻作文化的起源地，是以南方稻作文明和北方粟作文明为基础的中华文明形成过程的重要起点。上山文化万年水稻起源、发展的证据，是对世界农业起源认识的一次重要修订。

研究表明，上山稻米驯化和栽培的特征十分明显。首先，稻壳中保留的部分小穗轴有折断痕迹，不同于野生稻谷粒自然脱落的平整离层。其次，陶片中稻叶、谷壳并存，是“割穗”收获的伴生现象，已然不同于野生稻的“敲打”“摇落”收获法。通过高倍显微镜发现的微痕显示，在上山遗址出土的镰形器、石片石器 etc 器物上，发现禾本科植物的痕迹。考古专家认为，这些石器是水稻收割工具。最后，实验室分析表明，上山文化时期的双峰型植硅体已有27%被判断为驯化稻，扇形植硅体也为同样体现。

浙江省文物考古研究所研究员蒋乐平曾指出，江西万年仙人洞等地也发现了最早的稻，甚至栽培稻。但是，只有上山，从栽

^① 马黎. 跟着上山文化, 起底浙江万年稻作史 [J]. 文化交流, 2020 (12): 30-34.



培稻本身到工具系统，都证实了这里是最早的稻作地。尽管栽培稻在概念上也是驯化的产物，但是上山存在证据链，是可以明确判断的。2020年12月，他带着稻米的证据链去拜访中国工程院院士、“世界杂交水稻之父”袁隆平，并向袁隆平展示证据链的图片。袁隆平看后，十分惊叹，并题词：“万年上山 世界稻源”。

总之，无论是万年仙人洞稻作起源说，还是上山遗址万年稻作史，都有力地证明了长江中下游是稻作农业起源地。但是，也许随着新的考古发掘，中国还会有更早的稻作农业遗存出现，还会为稻作起源增添新的论断和论据。

3. 上山遗址产生的影响

上山遗址是长江下游和东南沿海地区年代较早的新石器时代遗址。2000年以来，陆续发掘出距今约1万年的上山文化遗址19处。上山文化遗址群共同构成了迄今发现的年代最早的农业定居聚落，被考古界称为“远古中华第一村”，标志着一个历史阶段的开端。上山文化是中国农耕村落文化的源头。2006年5月25日，上山遗址被国务院列为第六批全国重点文物保护单位。

（三）浙江河姆渡遗址

1. 河姆渡遗址概况

位于浙江省余姚市的河姆渡遗址是我国长江流域一处极为重要的新石器时代遗址。

1973年，住在余姚姚江岸边的村民在修建水利设施时，无意中发现了史前时代的巨大遗址。后经考古专家甄别鉴定，这一遗址是7000年前的河姆渡原始村落遗址。河姆渡遗址的发现在考古史上的影响非同寻常。史前的东南地区，向来被视为蛮荒边陲之地，



河姆渡遗址的发现，让该地区可与中原相媲美，也破解了中国南方史前时代的一系列不解之谜。随后展开的抢救性发掘，改变了中国学生的历史课本，从此课本中出现了一个全新的名词——河姆渡。河姆渡遗址因此也被列为 20 世纪中国十大考古发现之一。

河姆渡遗址保存完好，文化内涵丰富。发达的耜耕稻作农业、壮观的干栏式建筑、独特的制陶技术共同构成河姆渡文化的鲜明特征，真实地反映了 7000 年前长江流域繁荣的史前文明。

在河姆渡遗址所有的发现中，当以人工栽培的稻谷的发现最为重要。在河姆渡遗址第四文化层上部发现大量稻谷、稻秆、稻叶和谷壳。堆积层相互掺杂，平均厚度在 40 ~ 50 厘米，最厚的 1 米以上。由于堆积层位浸没在水位线以下，与空气隔绝，所以这些水稻遗物在刚出土时颜色鲜黄，外形完好，芒刺清晰，稻秆碧绿挺直。稻粒近椭圆形，与野生稻有明显区别。个别地方还出土有稻谷与茎叶连在一起的稻穗。从稻谷堆积层的厚度和分布的面积推算，稻谷总量当在 120 吨左右。河姆渡遗址中的稻谷堆积之丰厚，保存之完好，不仅堪称中国最丰富的史前稻谷遗存，就是在新石器时代遗址中也是极其罕见的。

2. 河姆渡遗址出土的稻谷是野生稻还是栽培稻

野生稻分为普通野生稻、药用野生稻和疣粒野生稻。栽培稻是由普通野生稻培育而来的。判别河姆渡遗址出土的稻谷是野生稻还是栽培稻，还得从两者的差异说起。从稻粒形状来看，普通野生稻谷谷粒瘦小而细长，药用、疣粒野生稻谷谷粒短圆，而河姆渡遗址出土的稻谷谷粒长而大；从粒重来看，野生稻的粒重均不及栽培稻的一半，而出土的谷粒 1000 粒的质量约为 22 克，已接近现代栽




培稻的质量，粒重远超野生稻。此外，根据禾本科植物花粉个体的大小也能区分野生稻和栽培稻。人工栽培的禾本科植物花粉个体一般要比野生植物花粉个体大一些。河姆渡花粉谱中的禾本科植物花粉个体直径一般都在 30 微米左右，最大的可达 49.48 微米。因此，专家确定河姆渡出土的稻谷就是人工栽培的水稻。

根据考古学家的考证，从北京猿人到河姆渡人都存在采集野生植物的果实、块茎等活动。先民们的采集活动，无非是将植物果实、块茎、河蚌、螺蛳等作为采食对象。对于采集稻谷一类的植物，往往只是摘取其穗，不会连取其根、茎、叶。在河姆渡遗址内发现的稻谷，往往跟稻秆、稻叶等堆积在一起。另外，遗址内还出土了不少用动物肋骨制成的骨镰。这些无疑是河姆渡遗址出土的稻谷为栽培稻的又一证据。^①

在河姆渡遗址发现之前，古印度被视为人工培育水稻技术的源头，因为在印度发现了 4000 年前人工种植水稻的遗迹。但在河姆渡遗址的 6000 年前的地层中，不仅发现了人工种植的稻谷，还发现了耕种用的骨耜（用动物骨骼制作的农具）。这足以证明我国在 6000 年前已经开始人工种植水稻，比古印度早了 2000 年。

这些如今已经炭化变黑的稻谷，还曾漂洋过海在日本等国家展出，引起了当地人们的浓厚兴趣。据研究，日本、朝鲜等国家的稻米，很可能是从长江下游一带经由海上的“稻米之路”传过去的。这些出土于河姆渡遗址的炭化稻谷，农史学家经过多次抽样鉴定，认为是人工栽培水稻，是一个类粳、类籼及中间型等各种

^① 古丽 .7000 年前稻米部落揭秘——河姆渡的稻作文化 [N]. 宁波日报, 2011-05-27 (A12).



粒型的亚洲栽培稻属杂合群体。此发现填补了中国新石器时代考古学史上“有粳无籼”的空白。

3. 河姆渡遗址产生的影响

河姆渡先民以勤劳的双手和非凡的智慧，创造出光辉灿烂的原始文明，证明了滚滚东流的长江也是中华民族文化的发祥地，长江和黄河一样，都是孕育我们民族的母亲河，都是孕育中华古文明的摇篮。河姆渡遗址博物馆于1995年被国家文物局评为“全国优秀爱国主义教育基地”，1997年被中宣部公布为“全国百家爱国主义教育示范基地”之一。

（四）浙江罗家角遗址

1. 罗家角遗址概况

罗家角遗址发现于1956年，是马家浜文化早期类型的新石器时代古文化遗址。罗家角遗址位于桐乡市石门镇颜井桥村罗家角组，总面积为12万平方米。该遗址的发现和发掘，为太湖流域新石器时代考古研究提供了重要的实物资料。

1979年和1980年对浙江罗家角遗址的发掘，在第三、第四文化层中发现了炭化谷粒遗存，可供鉴定的标本有156粒，其中籼稻101粒，粳稻55粒，稻谷颗粒较河姆渡遗址发现的略小。对罗家角遗址4个文化层出土的陶片进行了植物硅酸体分析，结果从来自第二、第三、第四文化层的5块陶片中检出了稻运动细胞硅酸体，形状解析结果显示：罗家角遗址水稻硅酸体的纵长、横长较小，形状系数较大，是一类小型硅酸体；利用硅酸体4个形状特征参数进行亚种判别的判别值也较小，和现代栽培稻籼亚种的硅酸体更相近。但硅酸体的分布图出现多峰现象，从



硅酸体形状分析结果看，罗家角遗址及其周围的栽培稻可能是一些以籼亚种为主，并混杂粳亚种的多样性群体。在罗家角遗址6个探方中的第三、第四文化层也发现很多稻谷遗存。鉴定其中2个探方出土的稻谷，发现籼稻占64.74%~76.46%，粳稻占23.54%~35.26%，均以籼稻为主，粳稻较少，而且有一些中间过渡类型，说明是一个杂合群体。

罗家角遗址发现的稻谷，在马家浜文化已发现的稻谷遗存中年代最早，较河姆渡遗址发现的稻谷遗存年代还要早300多年。在泰国、印度尼西亚发现的栽培水稻距今不到6000年，在印度发现的栽培水稻距今约4300年，在日本发现的栽培水稻花粉距今约3200年，都比罗家角的水稻遗存晚了许多年。应该说，嘉兴市境是迄今所知我国最早的水稻栽培地之一，也是世界最早的水稻栽培地之一。如今这些已炭化成黑色的稻谷就陈列在桐乡市博物馆的展厅中，这些稻谷的发现使得桐乡被确定为太湖流域最早的水稻栽培区之一。

2. 罗家角遗址产生的影响


1963年3月，罗家角遗址被浙江省人民政府列为省级重点文物保护单位。2001年7月，国务院将罗家角遗址列为第五批全国重点文物保护单位。2018年6月，以罗家角遗址为载体的罗家角考古遗址公园入选浙江省第二批省级考古遗址公园名单。

（五）大生产运动发源地——南泥湾

南泥湾是延安精神的发源地，也是中国农垦事业的发源地。

1. 南泥湾概况

南泥湾位于延安城东南45千米处，流域面积为365平方千米，系丘陵沟壑区，土壤为黄绵土、水稻土，林草覆盖率为83%。



汾川河起源于南泥湾，水源丰富，常流量 $0.7 \text{ m}^3/\text{s}$ 。南泥湾年平均气温 8.1°C ，年降雨量 $530 \sim 600$ 毫米，无霜期 $120 \sim 140$ 天，南泥湾是发展农、林、牧、渔的理想地区。

明清之际，南泥湾人烟稠密，水源充足，土地肥沃，生产和经济都十分繁荣。清代中期，这里回、汉民族聚居，经济繁荣。后来，由于封建统治者挑动民族纠纷，加上连年战乱，以致这里成为杂草丛生、荆棘遍野、人迹稀少、野兽出没的“烂泥湾”。“南泥湾”之名也由此而来。尽管如此荒芜寥落，但这里依旧蕴含着极高的开垦价值和无限的物质资源。

2. 南泥湾大生产运动的历史背景

1937年7月7日，日军悍然发动全面侵华战争，“七七事变”爆发。面对空前严重的民族危机，国共实现了第二次合作，红六军团改编为八路军一二〇师三五九旅。1937年10月，王震被任命为三五九旅旅长兼政委，率领部队开赴抗战前线。1938年，自武汉会战后，全民族抗日战争进入战略相持阶段，日军改变进攻的重点，把我党领导的日益壮大的敌后抗日根据地视为“眼中钉”和“肉中刺”，多次封锁“扫荡”，并企图进攻党中央所在地——陕甘宁边区。与此同时，蒋介石集团掀起反共高潮，不但停发八路军、新四军的粮饷、枪支弹药、衣被等物资，而且对陕甘宁边区进行了政治孤立、经济封锁、军事包围，企图断绝中共与外界的联系。面对国民党的封锁，陕甘宁边区一度出现了根据地面积缩小、八路军和新四军人数减少、物资匮乏等现象。

在严峻的历史关头，党中央、毛泽东及时地提出了“发展经济，保障供给”的总方针和“自己动手”的号召，动员广大军民



开展大生产运动。1939年9月，三五九旅奉命由华北前线调回陕北，驻守绥德、米脂一带。由于国民党的经济封锁，最开始的一段时间，战士几乎到了没有衣穿、没有油吃、没有菜吃的严重地步。面对如此情况，毛泽东指示道：“是饿死呢？解散呢？还是自己动手呢？饿死是没有一个人赞成的，解散也是没有一个人赞成的，还是自己动手吧！这就是我们的回答。”根据毛泽东的提议，一场以“发展经济、保障供给、自力更生、自给自足”为目标的大生产运动拉开了序幕。

3. 三五九旅用汗水和辛劳浇灌出“陕北的好江南”

1940年5月，朱德从前线回延安后，在一次到延安周边地区实地勘察时，发现了南泥湾。因为土地太肥沃，那里的野蒿居然长到一人多高。朱德经过带人对这一地区的土壤、水质、森林资源的勘察，向毛泽东汇报了开垦南泥湾以增产粮食并建议调三五九旅屯垦的打算。毛泽东连声称赞，并补充说，延安的中央机关、军委机关、学校和留守部队都要抽人进去，还可以动员逃难到边区的外地农民也进去，在那里开荒种地，安家落户。

1941年初，王震带领三五九旅战士进驻南泥湾。1941年2月底，毛泽东在与王震谈话时说：“这次调你们三五九旅到南泥湾是守卫延安的南大门，你们不但要随时准备迎击国民党可能发动的军事进攻，还要通过开荒生产，尽快做到生产自给，从根本上打破国民党的经济封锁。”

三五九旅全旅战士们干劲十足，然而现实的困难却实实在在存在。刚到南泥湾的时候，没有房子住，战士们有的临时住在用树枝搭起的草棚，有的住山崖下，有的甚至在野地露营。王震和同志们



逗趣地说道：“诸葛亮的茅庐还不一定能比我们的窝铺舒服哩！”这句话惹得大伙哄堂大笑。为了解决吃住等最基本问题，王震和大伙一起想办法。三五九旅一边开荒，一边抽出部分人突击打窑洞。三五九旅提出了“建造我们的阵地，建造我们的家园”的口号，做到生产与建设两不误。针对粮食不够吃的情况，各部队干部带头，冒着风雪到远离驻地的县城背运粮食。此外，没有菜和肉，战士们拾山货、挖野菜、找树皮、收野鸡蛋，或扛枪打猎、下河摸鱼，战士们充分发挥主观能动性，就地取材，丰富生活。没有农具，王震就和战士一起用弹片打制成耕地的犁、锄头等。

王震作为三五九旅旅长，严格遵守八路军官兵平等的纪律，他和普通战士一样，从早到晚在田里干活，与战士同甘共苦，一起发展生产，战胜困难，夺取胜利。然而种田并不是一件简单容易的事情，不仅要有农业生产经验，而且要熟悉当地水土气候。俗话说得好，“凡事要好，须问三老”。因此，部队特别强调要虚心向当地老农学习。有时还成立“临时训练班”，把老农请到部队当教员，让老农负责培训战士们，丰富战士们的农业生产知识。就这样，南泥湾的大生产运动热火朝天地开展起来。

在如火如荼的大生产运动中，三五九旅战士用歌声唤醒了沉睡的土地，用汗水和辛劳浇灌出万亩良田。经过了2年的努力耕耘，南泥湾终于从昔日的荒山变成了自给自足的山村。据不完全统计，1941年，三五九旅共开荒种地11200亩，收获粮食1200石，打窑洞1000多孔，盖房子600余间，不仅做到粮食、经费自给自足，而且积存了1年的储备粮。从1941年到1945年，三五九旅全军上下辛勤劳动，军民一心，不仅使南泥湾一带的面貌发生了



根本性变化，更主要的是让部队的供给也发生了根本性改变。

广大官兵硬是用自己的双手和汗水，将荒无人烟的南泥湾变成了“平川稻谷香，肥鸭满池塘，到处是庄稼，遍地是牛羊”的“陕北的好江南”。从此，正如毛泽东同志所说的，“边区的军队……吃的菜、肉、油，穿的……差不多一切都可以自己造，自己办。我们用自己动手的方法，达到了丰衣足食的目的”。到1945年，三五九旅除吃用全部自给外，更是成为全军大生产运动的旗帜。王震率领的三五九旅一边战斗，一边生产，既保卫了延安的南大门，保证了党中央的安全，又通过大生产运动保障了党中央后勤生活给养。在1942年10月起召开的西北局高级干部会上表彰了22位生产英雄，毛泽东为王震题词“有创造精神”，并赞誉三五九旅是“发展经济的前锋”。

（六）农村改革的先行者——凤阳小岗村

中国改革开放的总设计师邓小平曾指出：“中国的改革是从农村开始的，农村的改革是从安徽开始的。”^①安徽凤阳小岗村作为我国农村改革的发源地远近闻名。小岗村位于凤阳县东部约28千米的地方，是安徽省历史文化名村。1978年，18户小岗村农民按下红手印，签订“大包干”契约，把1100亩耕地分到了20户人家。中国粮人们富有“敢闯敢试、敢为人先”精神，用自己的智慧和汗水开启了一场伟大的变革。

1. 追忆小岗村之困

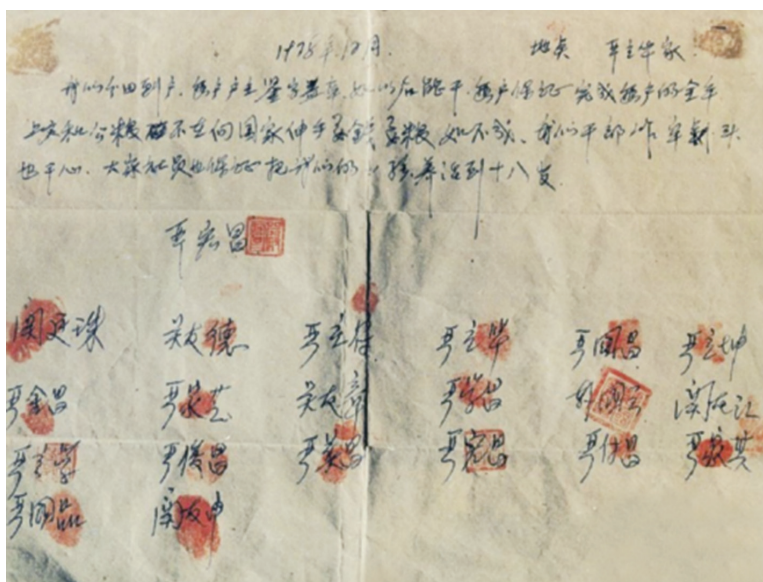
时间回溯到1978年。那时的小岗村是个什么模样呢？“泥巴

^① 人民网. 中国的农村改革因何始于安徽，成于安徽？[EB/OL]. (2007-12-06) [2021-06-11]. <http://cpc.people.com.cn/GB/64162/64172/85037/85039/6619026.html>.

房、泥巴床，泥巴囤里没有粮，一日三餐喝稀汤，正月出门去逃荒。”这是一段“大包干”之前广为流传的凤阳花鼓词，真实反映了那时小岗村民的生活状况。据统计，在1956年至1978年的20多年间，凤阳全县共向国家交售粮食4.8亿多千克，而国家返销凤阳的粮食达6.7亿多千克。凤阳一度成为全国有名的“吃粮靠回销、花钱靠救济、生产靠贷款”的“三靠县”，外出乞讨人员遍及大半个中国。小岗村之困，也正是当时中国的缩影。吃饱肚子，是当时亿万人民最迫切的诉求。

2. “18枚红手印”叩响农村改革大门

穷则思变。1978年11月24日晚，小岗村18户农民来到严立华家的茅草屋，由时任小岗生产队副队长严宏昌主持，大家在昏暗的煤油灯下开了个会。在“不准分田单干”“三级所有、队为基础”的三令五申中，小岗村18户农民决定“瞒上不瞒下”，分田到户。



“大包干”契约



“我们分田单干，每户户主签字盖章，如以后能干，每户保证每户的全年上交和公粮，不再向国家伸手要钱要粮。如不成，我们干部坐牢杀头也甘心，大家社员也保证把我们的小孩养活到十八岁。”^①

大家庄严地举手表决通过决定，并以“托孤”方式立誓为盟，在一张破损、满是褶皱的薄纸上，按下 18 枚红手印。如今，这份“大包干”契约，作为改革开放的珍贵物证，陈列在中国国家博物馆之中，馆藏号为 GB54563。


用严宏昌的话来说，“当年按红手印搞‘大包干’就是想能吃上一顿饱饭”。束缚生产力的生产关系一经变革，很快就唤醒了沉睡的大地。作为“大包干”带头人之一的严宏昌明显感觉到生产队队长比以前好干了。“‘大包干’、‘大包干’，直来直去不拐弯；保证国家的，留足集体的，剩下都是自己的。”一首《“大包干”歌》，唱出了农民对“包干到户”的拥护。实行“大包干”后的第一年，小岗村农民迎来了大丰收，整个生产队粮食总产量为 6.65 万千克，相当于 1955 年至 1970 年粮食产量的总和，一举结束小岗村 20 多年吃国家救济粮的历史，并首次归还国家贷款 800 元。^②

3. “大包干”之火燃遍全国

在小岗村，一本摊开的《邓小平文选》雕塑镌刻着这样一段讲话：“凤阳花鼓中唱的那个凤阳县，绝大多数生产队搞了‘大包

① 人民网. 小岗村：开启农村改革大幕 [EB/OL]. (2018-10-15) [2021-06-11]. <http://cpc.people.com.cn/n1/2018/1015/c419242-30340308.html>.

② 光明网. “大包干”开启农村改革序幕 [EB/OL]. (2021-03-23) [2021-06-11]. <https://m.gmw.cn/baijia/2021-03/23/34707370.html>.



干’，也是一年翻身，改变面貌。有的同志担心，这样搞会不会影响集体经济。我看这种担心是不必要的。”正是这一首肯，让“大包干”之火迅速燃遍全国。全国各地的人们蜂拥到凤阳学习“大包干”，其中也包括习近平派去的3名干部。习近平时任河北正定县委副书记，当时河北省尚未启动“大包干”。但是，习近平看到这是今后农村发展的大方向，便派人到凤阳学习“大包干”经验。此后，在习近平的推动下，正定县委反复讨论研究，决定在经济落后、农民生活水平低、离县城较远的里双店公社做试点，在河北开了先河。^①

1983年中央一号文件指出，联产承包制是在党的领导下我国农民的伟大创造，是马克思主义农业合作化理论在我国实践中的新发展。到1984年底，全国569万个生产队中的99%以上都实行了家庭联产承包责任制（俗称“大包干”），人均粮食拥有量达到400千克，基本解决温饱问题。“包产到户”和“包干到户”责任制迅速在全国广泛推行，人民公社制度随之解体。此后，家庭联产承包责任制不断完善，最终形成农民家庭承包经营制度。

1978年，小岗村的粮人们冲破思想桎梏，立下生死契约，按下18枚红手印，毅然决然地实行“大包干”。正是从那一年起，中国共产党领导亿万人民开启了改革开放这场决定中国前途命运的伟大变革，中国特色社会主义从此开启了宏大的实践征程。如今，按照“两个阶段”“两步走”的战略安排，中国这个有着5000多年文明史的东方大国，至21世纪中叶，将以社会主义现代化强

^① 中国文明网.“小岗红”里读中国 [EB/OL]. (2018-10-15) [2021-06-11].http://www.wenming.cn/wmcz2017/tp/201810/t20181015_4860157.shtml.



国的昂扬姿态屹立于世界民族之林。

无论是“刀耕火种”的江西万年仙人洞遗址、浙江上山遗址、浙江河姆渡遗址和浙江罗家角遗址，还是“精耕细作”的南泥湾大生产运动、小岗村的生产方式变革，都与粮食有关，都是人类在前进的历史进程中为满足自身生存发展需求而不断进行自我探索、自我革新的过程。其中的探索和革新蕴含着中国劳动人民勤劳、勇敢智慧和勇于改进的创造力，蕴含着博大精深的粮食文化内涵。这不仅丰富了中华文明，甚至为整个人类的进步作出了巨大贡献。

二、粮食文化的特点和内涵


中华文化源远流长数千载，树艺五谷约万年。粮食文化是中华文化的重要组成部分，是与粮食种植、收购、储藏、流通和消费有关的文化，是在长期的农耕实践活动中产生和形成的独具粮食特色的物态化、制度化、行为化、心态化等各种文化财富的总和。粮食文化作为人类文化的一部分，是一种源远流长的社会历史现象。粮食文化具有政策性、民本性、开放性、民俗性和规范性等特点。

（一）粮食文化的特点^①

1. 政策性

国以民为本，民以食为天。为政者必须把解决百姓吃饭问题作为施政的第一要务。2000多年前的先秦诸子，他们的一个重要

^① 徐盛惠，陈如将. 粮食文化及其基本特征初探 [J]. 粮食问题研究，2012（4）：30-32.



主张就是关注粮食生产，强国富民。春秋时期管仲认为“谷贵则万物必贱，谷贱则万物必贵”，他是历史上第一个懂得“粮价为百价之基”道理的思想家，也是第一个主张“寓税于价”的政治家。“寓税于价”即国家运用价格政策调控粮食市场价格，提高谷价以奖励粮农生产，用比市场投机价位低的价格打压商人投机牟利，充实政府财政收入。管仲把粮食生产视为富国强兵之道。荀子力主重农抑商，轻徭薄赋。商鞅重农，旨在让秦国在诸侯争霸中立于不败之地。重农贵粟思想的进一步深化，在西汉晁错时达到高峰，他指出粮食对巩固国家政权具有极端重要性。北魏贾思勰关于“五谷者，万民之命，国之重宝”的论述，把粮食提高到治国安民的高度。唐太宗李世民关于“食为人天，农为政本”的思想，极大地推动了当时农业的恢复和发展。明代徐光启把发展农业和粮食生产作为富民强国的根本。直到今天，习近平总书记多次强调“中国人的饭碗任何时候都要牢牢端在自己手上”。因此，粮食不仅为百姓提供最基本的能量来源，更是一个国家经济发展的基础。

2. 民本性


古代传统民本思想在粮食文化中的集中反映有三：一是食色本性。孔子在《礼记》中提出：“饮食男女，人之大欲存焉。”所谓“饮食”，等于民生问题。素有“亚圣”之称的孟子十分赞同孔子的这一观点，认为“甘食悦色”都属人的本能需求。二是命属于食。春秋时期管仲认为，生命属于粮食，得之必生，失之必死，并强调五谷（稻、黍、稷、麦、菽）是黎民百姓的命根子。三是民以食为天。秦末楚汉相争之时，政治家酈食其向刘邦谏言，第



一次提出了“民以食为天”的思想。毛泽东曾说：“吃饭是第一件大事。”习近平总书记在2013年12月23日—24日举行的中央农村工作会议上，指出“我国是个人口众多的大国，解决好吃饭问题始终是治国理政的头等大事”，要求“我们的饭碗应该主要装中国粮”。粮食事关国运民生，粮食安全是国家安全的重要基础。2022年3月6日，习近平总书记在看望参加全国政协十三届五次会议的农业界、社会福利和社会保障界委员并参加联组会时指出，“粮食安全是‘国之大者’”，并强调“在粮食安全这个问题上不能有丝毫麻痹大意”，要始终“紧绷粮食安全这根弦”。这充分体现了中国共产党以人民为中心的发展思想。

3. 开放性

中国粮食文化是一种开放性的文化，它既吸收外来，也面向未来。无论是品种种植，还是储藏、加工技术，都能在我国各地，甚至世界各国传播。在粮食方面，随着汉代“丝绸之路”的开辟，我国与中亚、西亚各国交往范围日益扩大，原产于波斯国及中亚各国的胡豆（又名蚕豆、豌豆、野豌豆等）开始在我国广泛种植。在我国部分地区广泛种植的籼稻，史载在宋真宗时期就由占城（今越南中部）传入中国。明代以后，中国与欧洲、美洲大陆各国交往日益增多，作为中国三大粮食作物的玉米（又名苞谷），于16世纪中期（明代）由美洲大陆传入中国。薯类中的红薯（又名甘薯、番薯等），于16世纪末期经西班牙、菲律宾传入中国；原产于南美洲安第斯山一带的野生马铃薯，在17世纪传入中国。在油脂方面，今天我们种植的芝麻（古称胡麻），在西汉时期从西亚大宛国引入中国；油菜（古称芸苔，又名胡菜），最早种植于“羌、



陇、氐、胡”等少数民族居住区，即今天的宁夏、甘肃、新疆、内蒙古等省（区）；花生（又名落花生），于16世纪由南美洲传入我国，后由中国传入欧洲，被称为“中国坚果”。由此可以看出，我国先民的粮食文化充分体现了海纳百川、兼收并蓄的文化理念。如今杂交水稻技术在全世界推广，粮食作物新品种研发在全国各区域和全世界之间交流。这正如中国工程院院士袁隆平所说，科技进步是解决粮食短缺问题的唯一途径。

4. 民俗性

具有5000多年文明历史的中华民族，也有着极富特色的粮食文化习俗。比如我国阿昌族的“撒种节”、黎族的“割新稻节”、傈僳族的“收获节”、侗族和苗族的“吃新节”、布依族和普米族的“尝新节”、佤佬族的“依饭节”等，无不反映了这些民族预祝、庆贺粮食丰收及对美好生活的憧憬。

5. 规范性

历代政府对粮食收购、储藏、加工都有比较严格的质量和和技术标准。就粮食加工而言，从《诗经》《左传》等经典中可以看出，古代先民把加工出来的大米分为糙米、粳米（较精的米）、粳米（精米）、粳米（秈谷米）等等级。就储藏管理而言，隋唐时期的政府对诸色仓（国家重点粮库）、正仓（州级地方粮库）、调节仓等类做了明确的划分。其中调节仓又进行细分：和籴仓保管政府出钱按市价收购的农民的粮食，义仓保管按田亩和户口等向农民征收的税粮，常平仓保管政府用于“均贵贱”“调丰歉”的粮食。同时推行分仓储备、分仓管理、分仓核算的管理办法，对粮食库存损失损耗和保管费用的管制也做出了明确的法律规定。粮食储



备是保障国家粮食安全的重要物质基础，历来在稳市、备荒、恤农方面具有重要作用。

此外，粮食文化还具有人文性、社会性、历史性等特点。粮食文化除了表层可以探究的特点外，其蕴含的深层次内容更需挖掘和阐释，更值得我们去探究。

（二）粮食文化根魂

泱泱中华，历史悠久，中华民族创造和延续的中华优秀传统文化，是中华民族的和魂。中华优秀传统文化博大精深，学习和掌握其中的各种思想精华，对青年人树立正确的世界观、人生观、价值观很有益处。古人所说的“先天下之忧而忧，后天下之乐而乐”的政治抱负、“位卑未敢忘忧国”“苟利国家生死以，岂因祸福避趋之”的报国情怀、“富贵不能淫，贫贱不能移，威武不能屈”的浩然正气、“人生自古谁无死，留取丹心照汗青”“鞠躬尽瘁，死而后已”的献身精神等，都体现了中华优秀传统文化和民族精神。而在中华优秀传统文化中，粮食文化属于传承时间最悠久、内容最丰厚、生态性最鲜明、民本性最突出、民间基础最广泛的文化形态。

自远古人类猿揖别，我国农耕文化萌芽，并随着历史的变迁，形成了最早的人类农业文化。可以自豪地说，农耕文化和粮食文化是中华民族在世界上较早领悟和表达的文化，其中包含了深刻的民族思考，表达了哲学智慧，取得了实践硕果。应该说，中华5000多年文明是因“农”而生、因“农”而兴的。中华优秀传统文化最深的根应该是伴随着农业发展而逐渐形成和壮大的农耕文化。而粮食文化的根与魂就是农耕文化蕴含的哲学思想与民族精神。

中国粮食文化之“根”——农耕文化。农耕文化来源于自给自



足的自然经济之中，是人们在农耕过程中形成的一种思想、文化、价值取向、社会行为方式。它起源于原始社会，发展于奴隶社会，发达于封建社会。它蕴含着丰富的伦理道德和思想观念，对世代的人们起着教育作用，因此形成了重农、尚农的习俗。农耕文化的显著特征是成功培育和栽培粮食作物。在我国的农耕文化中，种植的农作物主要是谷物，即粮食作物。从农作物发展史看，我国早在几千年前就成功培育和栽培稷、黍、稻、菽等重要粮食作物，国际史学界把这一成就誉为“新石器时代的革命”。

习近平总书记2017年在广西考察时指出，“解决好十几亿人口的吃饭问题，始终是我们党治国理政的头等大事。要以构建现代农业产业体系、生产体系、经营体系为抓手，加强农田水利等农业基础设施建设，严格落实耕地保护制度，加强农业科技创新和推广，夯实粮食安全基础，延伸农业产业链，着力发展高附加值、高品质农产品，提高农业综合素质、效益、竞争力。要扶持新型农业经营主体，培养造就新型农民队伍，把现代特色农业这篇文章做好”。

中国粮食文化之“魂”——传统价值观。农耕文化与粮食文化统称农耕文明。华夏农耕文明是在以农业生产为主要环境和条件下产生的物质文明与精神文明。它既包括生产技术，也包括生产关系，以及由此产生的思想观念、国家制度、生活礼俗等文化形态。华夏农耕文明的本质是顺天应命，勤劳进取。华夏农耕文明集儒家文化及其他各类文化为一体，形成了天人合一、以人为本、家国一体、天下为公、大同世界、和谐向善、诚信包容、尊尊亲亲等独特的文化内涵。



1. 敬畏天地、天人合一的宇宙观


因为教育和认知水平有限，古人往往对诸如洪水、干旱、地震等自然灾害缺乏科学的认识。他们靠天吃饭，靠播种耕地来收获粮食。因此，天地在他们心中占据着崇高的地位，他们便对天地产生了敬畏之情。

对天地的敬畏，最早可以追溯到上古时期。《吕氏春秋》记载了上古葛天氏部族提着牛尾、踏足而跳的八支歌舞的名称：“一曰《载民》，二曰《玄鸟》，三曰《遂草木》，四曰《奋五谷》，五曰《敬天常》，六曰《建帝功》，七曰《依地德》，八曰《总禽兽之极》。”可见，敬畏天地的思想早就形成。到了商周时期，有了“天命玄鸟，降而生商”之说，那时的人认为天人关系是世间各种关系中最核心的关系。继商周之后，各个朝代也都有“敬天命”的说法流传。人在自然面前是渺小、微不足道的，人们往往对自然充满敬畏之情而难生傲慢之心，所以“敬天畏天”是中国古代天人关系的思想主流。正如钱穆先生所说，中国“农村人多知敬，天地山川，一草一木皆所敬。乡村曰桑梓，一桑一梓，植自父祖，与我并生并长。任意斩伐，心有不忍，并亦敬之若神”。

以农耕为生的中华先民尊重自然，敬畏自然，在如何认识人、人与社会、人与自然的关系上，也始终主张“天人合一”，即人类在改造自然、利用自然的时候，只能顺应自然，不能违背客观规律，否则就会破坏生态平衡，引发无法估量的灾难。

2. 崇先敬祖的家国观

中华民族的家国情怀源远流长，它一直是维系中华民族的精神支柱。在农耕时代，农业生产往往以家庭为单位进行，家庭成员在



进行农业生产的过程中难免会产生纠纷和矛盾。为了避免出现家庭混乱的现象，古代先贤在探索伦理道德时效法自然，以血缘为标准，按长幼将家庭关系划分等级，从而保障了社会生产的顺利进行，避免了社会动荡。在此基础上逐渐形成了“父为子纲”“长者为尊”的传统，这也是由中国古代的“孝”“忠”衍生而来的。这样的传统也让农耕文化时期的家庭、宗族更加团结、牢固。

农业文明背景下的家国向来是一体的，也就是我们说的家国同构。国家的内在结构和组成方式，其实是家庭、宗族的放大和延伸。因此，中国人有着强烈的故乡情结和家族意识，无论走到哪里，他们与父母之邦始终是一个整体，从未被割裂开。随着朝代更替，各民族逐渐融合，四海之内皆兄弟的意识逐渐形成，形成了独特的“同胞观念”，这种观念在中国认同度非常高，在某种程度上也印证了农耕文化“家国本位”的特征。

3. 崇文重教的发展观

崇文重教、耕读传家是中华民族的优良传统。这一方面是对儒家文化传统的继承与发扬光大，另一方面也是发展壮大家族的必由之路。重农思想一直贯穿在我国古代的任何一个发展阶段。农民从事生产，知识分子也非常重视农业生产，常常亲自投入农业耕作之中，并且以此为乐，以此为荣，一边农耕一边读书，形成了独特的耕读文化。秦汉时期，不论城市与农村，士人均以读书为荣，以习礼为尊。隋唐以降，科举兴起，世人认为勤耕可保温暖，入仕方能发达，更多的家庭通过不同渠道，让子弟晴耕雨读，走仕途之路。颜之推在《颜氏家训》中说，如果只读书，不了解农业，不参加农业劳动，“治官则不了，营家则不办”。张履



祥在《训子语》中说：“读而废耕，饥寒交至；耕而废读，礼仪遂亡。”可见当时的人们对耕读文化的重视。

中国的耕读文化最早是在士人中间流行，但真正的耕读文化则来自民间。“士人务农”表明当时的知识分子已经充分认识到农业生产的重要性，他们的加入丰富了农耕文化，影响了农村经济的发展和农民对文化的追求。农民长期从事农业生产，常常为衣食住行奔波，精神文化严重匮乏。而士人耕垦则帮助他们明确了精神追求的方向，明白了要巩固基业、实现安居乐业就必须让子女学习文化的道理。这类农民的子夜在学堂学习知识后，既能够进行农业生产，又能够懂诗书，明道理。于是，他们就超越了原本的农民阶层，拥有了一定的文化知识和文化品位。最终，耕读传家的社会风尚得以形成，在农民群体中非常盛行。

中国古代的田园诗就是耕读文化的产物。晋代的陶渊明是典型的田园诗人，代表作有《归去来兮辞》《归园田居》等；宋代的辛弃疾曾在江西农村居住了20多年，自号稼轩居士，也写有很多反映农村生活的诗词，如《清平乐·村居》；南宋“中兴四大诗人”之一的范成大，其代表作《四时田园杂兴》就是他在退居家乡后写的田园诗。

4. 纯朴勤敬的世俗观

勤劳是我国古代农民普遍拥有的优秀品质。为了生存与生活，人们辛勤劳动，日出而作，日落而息，毫无怨言，久而久之就形成了勤劳勇敢、坚忍不拔的优良品格，这是农耕文明时代赋予人们的宝贵精神财富。农耕文明的核心思想体现了从善向善的文明，其本质就是勤劳工作、安安稳稳过日子。农耕文明是道德文明的



一部分，宣扬的是耕读传家、勤劳质朴。

2000多年前的中国，农业十分发达，优秀的农耕文化造就了无数精英，先哲们又以自己的睿智发展并丰富了农耕文化。老子、孔子、墨子等思想家上究天文，下穷地理，广泛探讨人与人、人与社会、人与自然关系的真谛，形成了博大精深的思想体系。他们提出的很多理念，如孝悌忠信、礼义廉耻、仁者爱人、与人为善、天人合一、道法自然、自强不息等，至今仍然深深影响着中国人的生活。中国人看待世界、看待社会、看待人生，有自己独特的价值体系。中国人独特而丰富的精神世界，让中国人具有很强的民族自信心，也培育了以爱国主义为核心的民族精神。可以说，是优秀传统农耕文化哺育了中华民族。而作为农耕文化主干的粮食文化，也同样博大精深，值得我们认真研究、继承与弘扬。

（三）粮食文化自信

党的十八大以来，习近平总书记多次强调了自信的问题。他强调，文化是一个国家、一个民族的灵魂。文化自信，是更基础、更广泛、更深厚的自信，是更基本、更深沉、更持久的力量。坚定文化自信，是事关国运兴衰、事关文化安全、事关民族精神独立性的大问题。在中西方价值理念和文化思想不断交流交融交锋的时代，文化自信能够为价值观自信提供有力的思想支撑并凝聚更多的社会共识，让社会各个阶层对中国特色社会主义的道路、理论、制度和文化的认同。

文化自信可以很“大”，也可以很“小”。大到一个国家的繁荣富强需要文化自信，小到一个地区、一个行业的经济发展同样也需要文化自信。从粮食行业来看，“国以民为本，民以食为天”，




是中华民族几千年传承下来的至理名言。中华民族 5000 多年的农耕文明蕴含着博大精深的粮食文化，使之成为中华优秀传统文化的重要组成部分。^① 粮食文化蕴含的哲学思想和民族精神为我们坚定粮食文化自信提供了充分的理由。

1. 粮食文化蕴含的哲学思想

我国历代各族人民在长期的粮食实践活动中形成的粮食思想观、粮食价值观、粮食审美观和粮食生活观构成了我国的传统粮食文化。粮食文化以粮食观念的形式反映了我国的政治经济和社会文化，也是人们在一定的社会生产力条件下形成的文化智慧和行为习惯，是中华优秀传统文化的重要组成部分。从古至今，粮食文化所释放的精神能量，对国家在粮食生产、储藏、加工、消费、生活等各方面都产生了深远影响，特别是对保障国家粮食安全、实施国家粮食战略起到了认识引领和理论指导的重要作用。

党的二十届三中全会审议通过了《中共中央关于进一步全面深化改革 推进中国式现代化的决定》，并提出：“到二〇二九年中华人民共和国成立八十周年时，完成本决定提出的改革任务。”在全面深化改革、推进中国式现代化的进程中，文化越来越成为民族凝聚力和创造力的重要源泉、综合国力竞争的重要因素和经济社会发展的重要支撑。毛泽东曾经预言：“随着经济建设高潮的到来，不可避免地将要出现一个文化建设的高潮。”正是因为中国共产党带领人民在中华民族传统文化中不断摸索、凝练，才走出这条属于中国的社会主义道路。粮食文化自古强调“谷为民命”“民以食为天”“仓廩实

^① 胡军. 让文化自信成为弘扬粮食文化的动力 [N]. 粮油市场报, 2018-05-05 (B03).



而知礼节”“粮安天下”“储粮备荒”“足食强兵”“惜粮节粮”“俭以养德”。到今天，习近平总书记强调，“我国有14亿多人口，粮食安全必须靠我们自己保证，中国人的饭碗应该主要装中国粮”。粮食文化，必须在继承中发展。历史是从昨天走到今天，再走向明天，不忘本来才能开辟未来，善于继承才能更好发展。要从中华优秀传统文化中汲取丰富营养，深入中华民族历久弥新的精神世界，把粮食文化中蕴含的核心价值观挖掘出来，并充分继承和弘扬，融通社会主义核心价值观，增强粮食文化本身的魅力，从而推动中华优秀传统文化创造性转化和创新性发展。

2. 粮食文化蕴含的民族精神

在纪念孔子诞辰2565周年国际学术研讨会暨国际儒学联合会第五届会员大会开幕会上，习近平总书记指出：“文明特别是思想文化是一个国家、一个民族的灵魂。无论哪一个国家、哪一个民族，如果不珍惜自己的思想文化，丢掉了思想文化这个灵魂，这个国家、这个民族是立不起来的。”回顾中国近代史，自鸦片战争以来，中华民族的文化自信心备受摧残，民族虚无、历史虚无和文化虚无的思潮在部分国人中间滋生蔓延，其突出的特征就是盲目推崇西方文化，持“西方中心主义”的信条。新中国成立后，民族精神得到前所未有的重塑。改革开放后，西方资本主义的侵蚀，助长了个人主义和拜金主义，中华传统文化中的“天下为公”“义薄云天”被一部分人遗忘，出现了“唯利是图”“见利忘义”的现象。粮食文化蕴含着中华民族“宁流千滴汗，不坏一粒粮”的敬业精神、“爱粮节粮、杜绝浪费”的节俭精神、“为耕者谋利、为食者造福”的奉献精神 and “天下粮人是一家”的大局精




神。这些精神是我们中华民族永立世界民族之林的强大精神武器，有着强大的生命力、吸引力和感召力。

坚定粮食文化自信，必须在发展中创新。创新是粮食文化活力的标志和灵魂。当前，我国已开启全面建设社会主义现代化国家新征程，只有不断地对粮食文化蕴含的中华民族精神进行提炼、培育与创新，才能更好地继承和弘扬中华民族精神，推动中国式现代化行稳致远。

3. 粮食文化蕴含的核心理念

历史和现实都表明，大国崛起不仅体现在经济增长上，文化繁荣亦是其表现之一。习近平总书记在主持中共中央政治局 2013 年第十二次集体学习时强调，提高国家文化软实力，关系“两个一百年”奋斗目标和中华民族伟大复兴中国梦的实现。中华民族文化博大精深，源远流长，是我国文化软实力的首要资源和重要基础。要提高我国文化软实力，就必须全面认识中国传统文化，充分发掘中国传统文化的优势，取其精华，去其糟粕，使其与时代特征相适应，与现代文明相融合。社会主义核心价值观深深植根于中华优秀传统文化之中，是全民共同的价值目标、价值取向和价值追求。我国粮食文化的核心价值理念充分体现了粮食文化的基本性质、发展方向、主要目的和综合功能。粮食文化的核心价值理念是粮食文化软实力的灵魂，只有培育和践行粮食文化核心价值理念，才能不断提升我国的粮食文化软实力。

坚定粮食文化自信，必须在创新中弘扬。弘扬粮食文化，不仅有利于粮食行业内的文化培养，更有利于将粮食行业的优良传统和美德传播至社会各界，形成全社会关注粮食文化、支持粮食行



业发展的良好氛围，为保障国家粮食安全奠定坚实基础，为促进粮食产业经济发展提供不竭动力。

粮食文化是中华优秀传统文化的重要组成部分，蕴含着优秀的文化基因。中华优秀传统文化在经过中国共产党的自觉传承和发展后，中国共产党不但赋予了它们新的生命，还为破解世界文明冲突提供了成功经验。从“和而不同”到处理国际关系的“和平共处五项原则”；从“道法自然、天人合一”到生态文明建设，再提升至经济、政治、文化、社会、生态五大建设并列；从倡导“礼义廉耻”的伦理观，到倡导国家、社会、个人共建的社会主义核心价值观；从“天下为公”“世界大同”的思想，到中国共产党人在党的最高纲领中确立的共产主义最高理想；从以民为本的思想到以人民为中心的导向：无不是中华优秀传统文化中优秀基因最有力的现代表达。粮食文化也一样，需要不断挖掘、创新、阐释和弘扬其中蕴含的哲理、精神和核心价值观，让其彰显出行业文化独特的生命力和时代价值。


三、“五粮文化”的理论创新和时代价值

（一）独特的理论创新：“五粮文化育人”理念

党的二十届三中全会提出，“中国式现代化是物质文明和精神文明相协调的现代化。必须增强文化自信，发展社会主义先进文化，弘扬革命文化，传承中华优秀传统文化，加快适应信息技术迅猛发展新形势，培育形成规模宏大的优秀文化人才队伍，激发全民族文化创新创造活力”。2013年，习近平总书记在山东考察



时强调，一个国家、一个民族的强盛，总是以文化兴盛为支撑的，中华民族伟大复兴需要以中华文化发展繁荣为条件。对历史文化特别是先人传承下来的道德规范，要坚持古为今用、推陈出新，有鉴别地加以对待，有扬弃地予以继承。党的十八大以来，习近平总书记多次强调对于文化发展与传承不能数典忘祖，将具有民族性的文化和精神作为国家发展的根本力量。党的二十届三中全会通过的《中共中央关于进一步全面深化改革 推进中国式现代化的决定》指出，“推动理想信念教育常态化制度化。完善培育和践行社会主义核心价值观制度机制。改进创新文明培育、文明实践、文明创建工作机制”。党的二十大报告指出，全面建设社会主义现代化国家，必须坚持中国特色社会主义文化发展道路，增强文化自信，围绕举旗帜、聚民心、育新人、兴文化、展形象建设社会主义文化强国，发展面向现代化、面向世界、面向未来的，民族的科学的大众的社会主义文化，激发全民族文化创新创造活力，增强实现中华民族伟大复兴的精神力量。《中共中央关于进一步全面深化改革 推进中国式现代化的决定》指出，“推动理想信念教育常态化制度化。完善培育和践行社会主义核心价值观制度机制。改进创新文明培育、文明实践、文明创建工作机制”。为落实落细社会主义核心价值观，凝练粮食文化中的思想精髓，树立行业院校师生的精神标识，江西工业贸易职业技术学院自2012年1月开始，对粮食文化开展研究，挖掘行业院校文化特色，凝练升华粮食文化。2013年11月，学院形成“五粮文化育人”的理念，通过教学育人、实践育人、环境育人三个维度凝练出“三维协同模式”，提出实施纲要。2014年1月，学院成立文化育人工作领导



小组和实施办公室，全面推进文化育人系统工程。通过4年多的实践，学院有力地证明并完善了“五粮文化育人”理念，使文化育人更加具象化、系统化和多样化，取得了系列成果，显著提升了立德树人、文化育人效果，对行业院校文化育人起到了示范引领作用。

“五粮文化育人”理念由五大育人目标、五项教育主题、粮食文化五大内涵和粮食文化五大核心价值理念组成，是指以粮食文化为载体，施以合适的教育方法，可满足知、情、意、行等素养形成全过程培养的需要，使受教育者成长为社会需要的身心健康的人才，能促进立德树人目标全面实现的教育思想。

五大育人目标——坚定理想信念、明确历史使命、树立担当意识、明达做人道理、具备职业素养。

五项教育主题——理想信念、民族精神、社会责任、做人修养、新时代青年。

粮食文化五大内涵——爱国爱粮、保障安全是粮食文化必须坚守的根本，以人为本、服务民生是粮食文化必须坚持的长远方向，诚信至上、和谐务实是粮食文化必须弘扬的崇高品格，传承创新、奋斗进取是粮食文化必须永葆的人文精神，俭朴为荣、节约粮油是粮食文化必须倡导的民族美德。

粮食文化五大核心价值理念——粮缘中的敬与礼、粮情中的勤与俭、粮品中的诚与信、粮安中的责与献、粮艺中的传与新。

——粮缘中的敬与礼，即在人类与粮结缘的认知实践中，珍惜与粮相识相爱的情缘，善待亲缘，教育引导学生在敬重粮食、敬畏自然、爱国敬业、以礼待人。粮缘中的敬与礼，是“五粮文化育



人”理念的根本宗旨，是公民道德的精神内核。

——粮情中的勤与俭，即在人类与粮偕行的成长实践中，认知粮食生长生产的情状，情系家国，教育引导学生在勤学苦练、躬耕乐道、勤以精业、俭朴为荣。粮情中的勤与俭，是“五粮文化育人”理念的基本要求，是公民道德的优良品质。

——粮品中的诚与信，即在人类依粮而兴的发展实践中，培育粮食求真求实的品质，诚实守信，教育引导学生在诚信至上、和谐务实、品质为先、守信如恒。粮品中的诚与信，是“五粮文化育人”理念的关键内容，是公民道德的必备标准。

——粮安中的责与献，即人类在向粮图强的奋斗实践中，铸牢粮食储备流通的安全，匹夫有责，教育引导学生在恪守尽责、敢于担当、保障安全、乐于奉献。粮安中的责与献，是“五粮文化育人”理念的突出特征，是公民道德的鲜明标识。

——粮艺中的传与新，即在人类与粮共荣的传承实践中，创新粮食育种耕作的技艺，赅续基因，教育引导学生在传承创新、精益求精、播种希望、奋斗进取。粮艺中的传与新，是“五粮文化育人”理念的重要任务，是公民道德的价值追求。

“五粮文化育人”理念被应用于日常的教学实践中，具有鲜明的时代价值，对大学生的行为规范、价值引导、精神激励、品格养成和传承创新等有着重要作用，能教育和引导大学生健康成长，使其真正成为中国特色社会主义合格建设者和接班人。

（二）鲜明的时代价值：大学生成长成才的鲜活养分

“五谷者，万民之命，国之重宝。”对我们这样一个有14亿多人口的大国，手中有粮，心中不慌，任何时候都是真理。中国



是世界上八个发明粮食生产的区域之一，有着1万多年的粮食发展历史，形成了悠久灿烂的粮食文化。农业文明时期，粮丰国盛，饷足兵强；粮荒民变，断粮兵败。改革发展时期，自端饭碗，强化科技，健康吃好，安居乐业。进入新时代，习近平总书记指出，要牢记历史，在吃饭问题上不能得健忘症，不能好了伤疤忘了疼。深入实施种业振兴行动，用中国种子保障中国粮食安全。一粒种子可以改变一个世界，一项技术能够创造一个奇迹。习近平总书记还强调，这设备那设备，这条件那条件，没有良种难以实现农业现代化！要从培育好种子做起，加强良种技术攻关，靠中国种子来保障中国粮食安全。粮食文化是中华文化重要组成部分，是中国人民，特别是粮食人共同追求的精神食粮，我们要传承创新粮食文化，以社会主义核心价值观为引领，形成具有学院特色的、具有强大的育人铸魂功能的五粮文化理论。

“五粮文化育人”理念是立足于中国传统粮食文化和社会主义核心价值观的，对落实立德树人根本任务、厚植青年学生的爱国爱校情怀具有重要意义。立德树人，以德为先，“敬与礼”“勤与俭”“诚与信”“责与献”“传与新”这些粮食文化中的丰富内涵，也正是培养青年大学生正确思想政治观念和正确价值观的重要内容。人类与粮食共生共行，正是因为爱粮惜粮、勤劳俭朴、粮安国稳等价值的引领，提高了人类对大自然的认知，促进了社会发展变化，涵养了人自身的进步。我们应以习近平新时代中国特色社会主义思想为指引，深入挖掘“五粮文化”的优秀传统、发展历程和时代价值，使粮食文化在新时代有创新性发展。我们开发和运用“五粮文化”资源，将其融入大学生思想政治教育中，植入社会主义核心价值观的宣传



教育中，使大学生能够主动体会、感知、内化、践行“五粮文化”，让“五粮文化”成为大学生成长成才的鲜活养分，成为培养中国特色社会主义建设者和接班人的理论之需和实践之需。

2023年，习近平总书记在江西考察时指出：“要坚持农业农村优先发展，加快农业农村现代化建设步伐，牢牢守住粮食安全底线，推进农业产业化，推动农村一二三产业融合发展，全面推进乡村振兴。”教育和引导新时代大学生学习和弘扬“五粮文化”，要在传承与创新并举、理论与实践并行的过程中，让大学生进一步深入认识“中国人要把饭碗端在自己手里，而且要装自己的粮食”“做到粮食生产稳字当头”“手中有粮、心中不慌在任何时候都是真理”“牢牢抓住粮食这个核心竞争力，不断调整优化农业结构，深入推进优质粮食工程”等重大理论问题，同时了解中华优秀传统文化是中华民族几千年发展的文化精髓。我们要学习“五粮文化”，从中汲取丰富营养。我们还要认识到价值观就是一种“德”，有一个国家、一个民族的大德，也有个人的品德和修养，青年处于价值观形成和确立的关键时期，价值观的养成非常重要，要坚持“苟日新，日日新，又日新”的精神，努力把社会主义核心价值观和“五粮文化育人”理念变成日常的行为准则。

“立志而圣则圣矣，立志而贤则贤矣。”新时代大学生学习和践行“五粮文化”，要唤醒心中的主人翁意识，以实现中华民族伟大复兴为己任，坚定共产主义远大理想，树立中国特色社会主义共同理想，不断增强中国特色社会主义道路自信、理论自信、制度自信、文化自信，积极践行社会主义核心价值观，不断培养爱国敬业、以礼待人、勤学苦练、诚实守信、乐于奉献、传承创新



的精神；要珍惜韶华，不负青春，努力学习掌握科学知识，提高内在素质，锤炼过硬本领，使自己的思维视野、思想观念、认识水平跟上越来越快的时代发展步伐，努力成长为能够担当民族复兴大任的时代新人。

人物·故事

赵 过

赵过，西汉时著名的农业技术革新家。他曾担任搜粟都尉，在关中地区推行“代田法”耕作新技术，并发明了耦犁和三脚耧两种先进工具。

西汉初期，关中地区社会稳定，人口增加，但是耕作技术不能适应生产发展的要求。于是，赵过在总结实践经验的基础上，推行了“代田法”。这种耕作法，是把土地整理成畎（沟）垄的形式，每年畎垄相间，轮换种植，把以前整块地的休耕改为一块土地上的局部休耕，既充分利用土地，又可以使地力得到恢复。具体做法是把一亩（合今五分二厘）地分为三畎三垄，畎的深度和宽度均为一尺，垄宽一尺，畎垄相间布置。将种子种在畎内，待苗长出后，把垄上的土壅入畎中，培在苗的根部。这样反复几次，到盛暑时垄消畎平，禾苗壮实。下一年，畎垄位置更换，循环往复。

赵过先在小块田里做了试验，证明每亩可增产一斛以上，比旧的耕种法有显著增产效果。此后，他又改进耕犁。赵过发明的耦犁由犁稍（犁柄）、犁辕、犁底（犁床）、犁箭等部件构成。使用耦犁开沟培垄速度快，质量好。所谓“耦”，意指两牛合具拉犁。



这种工具在当时传播到全国很多地方。

赵过还发明了一种播种机具叫三脚耒。这种耒能同时播种三行，比原来一脚耒的效率高很多，一天能播种一顷地。根据中国历史博物馆的三脚耒复原模型可知它的构造是这样的：下面三个小的铁铧是开沟用的，称为耒脚，其后部中空。两耒脚间的距离正好是一垄，三根木制的空心圆耒脚，下端插入耒铧，上端与籽粒槽相通，籽粒槽下部前面由一个长方形的开口和耒斗相通。耒斗的后部下方有一个开口，装有一块活动闸板，用一木楔子管紧，以调节籽粒流出的多少。为防止种子在开口处阻塞，在耒柄的一个支柱上悬挂一根竹签，竹签前端伸入耒斗下部系牢，中间缚一铁块。耒的两边有两个辕，相距可容一头牛。使用这种耒，一次可完成开沟、下种、覆盖三道工序。这种耒一直沿用了2000多年，直到现代，关中平原仍可见到这种耒。

汉武帝很重视赵过的发明，下令大力推广。后来，“边城、河东、弘农、三辅、太常民皆便代田”。赵过改进耕作方法，改革耕种机具，对我国农业的发展起到了重要的促进作用。

拓展阅读链接

1. 文章《江西工业贸易职业技术学院：打造粮食文化品牌探索特色职业教育》

介绍江西工业贸易职业技术学院开展粮食文化研究，提炼“五粮文化育人”理念并运用于立德树人全过程。

（《人民日报》2018年11月2日刊发）

2. 文章《一粒种子的初心与梦想》

详细介绍江西工业贸易职业技术学院深入开展粮食文化的研究与传承，专门成立粮食文化产业研究发展中心，充分挖掘粮食文化的精神内涵，将行业特色文化与社会主义核心价值观融会贯通，形成了一个全新的育人理念和实践模式——“五粮文化育人”理念和“三维协同模式”，并将其运用于立德树人全过程，取得了显著成效。

（《中国教育报》2018年5月31日刊发）

粮漆画鉴赏



《粮园》



《青山醉景》



《秋声》

实践·任务

| | |
|------|--|
| 任务名称 | 走进中国传统文化 |
| 任务目的 | 引导学生搜集中国传统文化的相关资料，包括诗词、乐曲、赋、国画、书法、对联、民俗以及学院特色粮食文化等，提升学生资料整理能力、信息处理能力、语言表述能力等综合能力，引导学生深入汲取中华优秀传统文化精髓，激发学生对中华优秀传统文化的热爱，帮助学生树立文化自信。 |



续表

| | | | | | | | |
|------|--|----|----|----|----|----|----|
| 任务描述 | <p>1. 组织学生搜集中华优秀传统文化的相关资料。</p> <p>2. 组织学生以不同的形式展示中华优秀传统文化。</p> | | | | | | |
| 任务实施 | <p>1. 选取中华优秀传统文化中的某一方面，教师提前布置任务，学生以小组为单位课后搜集资料。</p> <p>2. 结合专业特点，采取某一种形式，比如绘画、演讲、3D（三维）演示和 PPT（幻灯片）等，对中华优秀传统文化进行展示。</p> <p>3. 学生以小组为单位进行集中展示，各小组自主推荐最优秀的作品在全班展示。</p> <p>4. 教师组织评选并将学生任务完成情况纳入课程考核范畴。</p> | | | | | | |
| 任务评价 | 自我评价 | | | | | | 评分 |
| | 组内互评 | 学号 | 姓名 | 评分 | 学号 | 姓名 | 评分 |
| | | 1号 | | | 4号 | | |
| | | 2号 | | | 5号 | | |
| | | | | 6号 | | | |
| | 3号 | | | 6号 | | | |
| | 小组互评 | 组号 | 评分 | | 组号 | 评分 | |
| | | 1组 | | | 4组 | | |
| 2组 | | | | 5组 | | | |
| 3组 | | | | 6组 | | | |
| 教师评价 | | | | | | 评分 | |
| 成果转化 | <p>教师组织学生将实践任务成果进行分类整理，以宣传报道或集中展示的形式予以转化；组织各班学生开展交叉学习，扩大教育覆盖面，推动中华优秀传统文化深入人心。</p> | | | | | | |



参考文献

- [1] 李建成. 中国粮食文化概说 [M]. 北京: 中国农业出版社, 2011.
- [2] 邱小云. 红色文化十讲 [M]. 南昌: 江西高校出版社, 2018.
- [3] 李运楼. 粮食通识教育读本 [M]. 南昌: 江西人民出版社, 2014.
- [4] 李文锋. 漫谈粮食文化 [J]. 中国粮食经济, 2016 (2) 67-68.
- [5] 雷云峰. 陕甘宁边区史 [M]. 西安: 西安地图出版社, 1993.
- [6] 《中国共产党编年史》编委会. 中国共产党编年史 [M]. 太原: 山西人民出版社, 2002.
- [7] 姚远. 陕西科技史人物传略 [M]. 西安: 陕西科学技术出版社, 1991.




第二章 粮缘中的敬与礼

古语名言

仓廩实而知礼节 衣食足而知荣辱

《史记·管晏列传》：“仓廩实而知礼节，衣食足而知荣辱，上服度则六亲固。四维不张，国乃灭亡。下令如流水之原，令顺民心。”这段话的意思是：仓库储备充实了，百姓才懂得礼节；衣食丰足了，百姓才能分辨荣辱；国君的作为合乎法度了，六亲才会得以稳固。不提倡礼义廉耻，国家就会灭亡。国家下达政令就像流水的源头，要顺着百姓的心意流下。从个人层面上讲，马斯洛的需求层次理论将人的需求划分为五个层次，由低到高依次是：生理需要、安全需要、归属和爱的需要、尊重需要、自我实现需要。只有在较低层次的需求得到满足之后，较高层次的需求才会有足够的动力驱动行为。物质生活是精神生活的基础，只有物质生活得到保障，人才有余力谈精神生活。

福建人民出版社出版的习近平同志首部个人著作《摆脱贫困》谈道：“我们切不可物质上脱贫了，精神上却愚昧了。我们需要的是‘仓廩实而知礼节’‘衣食足而知荣辱’。”“知礼节”是一个人道德素养的具体体现。热爱祖国、崇尚科学、诚实信用、遵纪守法



等都是我们应有的道德准则，让中华民族的传统美德和社会主义核心价值观牢牢扎根于我们心中。只有“知礼节”才能修身立业，才能让自己的知识和力量服务于社会和国家。

同学们，你们了解粮食的起源吗？与粮食有关的中国传统礼仪有哪些呢？

点击核心

在延安时期形成和发扬的光荣传统和优良作风，培育形成的以坚定正确的政治方向、解放思想实事求是的思想路线、全心全意为人民服务的根本宗旨、自力更生艰苦奋斗的创业精神为主要内容的延安精神，是党的宝贵精神财富，要代代传承下去。

全党同志要大力弘扬自力更生、艰苦奋斗精神，无论我们将来物质生活多么丰富，自力更生、艰苦奋斗的精神一定不能丢，脚踏实地、苦干实干，集中精力办好自己的事情，把国家和民族发展放在自己力量的基点上。

——2022年10月27日，习近平总书记带领中共中央政治局常委瞻仰延安革命纪念地时的重要讲话

中华优秀传统文化是我们党创新理论的“根”，我们推进马克思主义中国化时代化的根本途径是“两个结合”。我们要坚定文化自信，增强做中国人的自信心和自豪感。


——2022年10月28日，习近平总书记在河南省安阳市考察时的重要讲话



“为政必先究风俗”，中国自古就有重视风俗礼仪的传统。不同的民族和地区的风俗礼仪具体活动有所不同，但是对粮食的认知和理解却相去无几。“农，天下之大业也。”历朝历代，粮食问题都是事关国运民生的头等大事。“春雨惊春清谷天，夏满芒夏暑相连。秋处露秋寒霜降，冬雪雪冬小大寒。”这顺应农时、尊重自然的二十四节气，世世代代指引着人们在农业耕种上取得重大的收获。长期以来，在人类与粮结缘的认知实践中，粮食与祭祀、礼俗、节庆、信仰等文化仪式息息相关，逐渐形成了“对粮之敬”“与粮之礼”的农耕文明和风俗礼节。

2018年9月23日是秋分日，中国迎来了首个中国农民丰收节。习近平总书记指出，设立中国农民丰收节，是党中央研究决定的，进一步彰显了“三农”工作重中之重的基础地位，是一件影响深远的大事。春种秋收，春华秋实，辛勤耕耘一年，金秋时节硕果累累。亿万农民共庆丰年，分享喜悦，举办中国农民丰收节正当其时。中国是农耕文明源远流长的农业大国。千百年来，中国农民的奋斗顶天立地，中国农民的创造惊天动地，是他们让中国人把饭碗牢牢地端在了自己的手中。在新时代，节气时令“摇身一变”，成了具有鲜活现代感的重要节日。这样一个具有鲜明的文化符号和时代标记的节日，是传统文化和现代文明的有机融合，激励我们重视农业，致敬农民，礼赞丰收。

粮缘中的敬与礼，即在人类与粮结缘的认知实践中，珍惜与粮相识相爱的情缘，善待亲缘，教育引导学生在敬重粮食、敬畏自然、爱国敬业、以礼待人。粮缘中的敬与礼，是“五粮文化育人”理念的根本宗旨，是公民道德的精神内核。



心中有敬礼自现，心中有礼规自成。新时代青年要将对天地自然的敬畏、对国家的敬重、对父母长辈的敬爱、对工作的敬业铭记于心，做到修身养性，让“敬”和“礼”成为成长的基石，为“拔节孕穗”“开花灌浆”“结籽收获”打下坚实的基础。

一、遇见粮食之缘

（一）粮食起源

1 万年前最早将种子埋在土中、看到这粒种子带来收获而继续在下一年重复这一举动的先民，并没有意识到这一切为后世带来了什么，但正是这不经意的举动为人类的后世做了铺垫。今天，人们也许已不在意一日三餐的盘中米、面等食品来自何时、出自何处，那么就让考古发现和历史文献为我们揭开这段悠长的历史记忆。

1. 农业的起源^①

中国古代农业起源是一个漫长的社会经济演变过程。中国古代农业起始于 1 万年前人类耕作行为的出现，完成于距今 5000 年前的农业经济社会的建立。这是一个长达数千年之久的过渡时期，在此期间，采集狩猎在人类生活中的比重日渐降低，农业生产的比重日渐增强，最终农业生产取代采集狩猎活动，成为人类经济生活的主体。^②

① 韩茂莉. 世界农业起源地的地理基础与中国的贡献 [J]. 历史地理研究, 2019, 39 (1): 114-124.

② 赵志军. 南稻北粟: 中国农业起源 [N]. 中国社会科学报, 2019-06-14 (4).



20 世纪中期，通过卫星遥感技术得知，世界农业用地约占世界陆地总面积（不包括南极洲）的 64.7%，这就是说，地球上没有比农业面积更大的产业了。然而，农业并非从来就拥有这样的规模，大量考古与遗传学研究成果告诉我们：农业起源中心只有三处，即西亚和北非地区、中国，以及自墨西哥至南美洲安第斯山区。尽管世界三大农业起源地互不衔接，相距遥远，但是这三块土地上的人们几乎不约而同地着手驯化农作物。其中，西亚和北非地区的人们将野生小麦、大麦、扁豆、豌豆、葡萄、橄榄等成功地驯化为农作物，中国黄河和长江中下游地区的人们则驯化了谷子、黍子、大豆、水稻等，墨西哥至南美洲安第斯山区的人们则驯化了玉米、甘薯、马铃薯、花生、烟草、辣椒等。

农业开启了文明的大门，不仅引导人类步入文明的殿堂，也成就了四大文明古国的辉煌，无论是古巴比伦、古埃及、古印度，还是中国，孕育文明的土壤都是农业。

2. 我国人民与稻、粟、黍、菽的先期之缘

在距今 1 万年前，生活在中国北方和南方的古代先民同时开始耕种某些特定植物，北方是粟和黍两种小米，南方是水稻。

水稻是世界上主要的粮食作物之一，堪称当代五谷之首。中国是世界水稻产量最多的国家，也是世界栽培水稻的起源中心。20 世纪 20 年代，水稻专家丁颖利用中国古代文献记载提出中国是世界水稻起源地的观点。20 世纪 50 年代，考古人员在湖北京山屈家岭、重庆巫山大溪发现了水稻遗址。此后 20 多年间，中国各地陆续发现水稻遗址达 90 处，其中长江中下游地区近 70 处，还发现了距今 7000 年前的浙江河姆渡遗址、浙江罗家角遗址。20 世纪



80年代，发现了湖北宜昌城背溪遗址和湖南澧县彭头山遗址，且两处遗址均有稻谷遗存。20世纪90年代，在湖南常德市澧县发现城头山遗址，距离城头山遗址1000米处，还发现距今约8000年的人工栽培稻；距离城头山遗址10多千米处，则发现了距今8000年的大量稻田实物标本，其中40%有人工栽培痕迹，同时有水坑和水沟等原始灌溉系统，这是现存灌溉设施完备的世界最早的水稻田。在江西万年县发现仙人洞、吊桶环遗址，遗址有1.2万年前野生稻植硅石和1万年前栽培稻植硅石。2004年在湖南道县玉蟾岩遗址发现距今1.4万年前的人工栽培稻，这是目前所知世界最早的稻谷遗存。水稻在长江中下游与钱塘江流域完成驯化，逐渐北上南下传入中国各地，又从中国传到境外，向东渡海至日本列岛与朝鲜半岛，向南传入东南亚、南亚等地。从史籍记载上看，“稻”字，最初见于金文。《诗经》有“十月获稻”“浸彼稻田”等不少关于“稻”的诗句。

中国是世界上目前可证实的最早出现人工栽培粟、黍的国家。古人将谷子称为粟或稷，最初粟之称通行于民间，稷之称则用于庙堂，加工后的谷子即为小米。黍子即黍，加工后为黄米。据考古发掘资料显示，黍的遗址广泛分布于华北、西北地区的许多新石器时代的窖穴、房屋和墓葬中。1972年，在河北武安磁山文化遗址中发现了最古老的人工栽培的粟、黍，遗址中的粮食距今8700年前，这是中国北方年代最早的粮窖。磁山文化遗址是中国北方仅有的距今1万多年的农作物驯化地，以此为中心，其他与粟、黍相关的遗址年代，由早及晚具有鲜明的圈层特征。陕西、山东一带构成圈层的年代距今6000年前，继续向西、向北，甘



肃、青海、辽宁一带又形成距今 4000 年前的圈层，由此向四周扩展，则是黑龙江、内蒙古东部等地构成的距今 3000 年左右的圈层。从文献资料可知，商代甲骨文中的“禾”字是粟植株的象形描述，“粟”字是禾结籽实的象形描述。稷和黍分布地区相同，生长习性相似，所以古籍中“黍稷”往往连称，《尚书·盘庚》有“不服田亩，越其罔有黍稷”之言。当然，中国文化史上亦有一个极具代表性的词——“社稷”。古时称“社”为地神，称“稷”为谷神，故将二者结合在一起称为“社稷”，即成了国家的代名词。

我国是世界公认的大豆原产地，各国栽培的大豆都是从中国传播出去的。菽、荏菽或戎菽，即大豆，早在新石器时代就已有栽培，距今有 4000 多年的历史。大豆的栽培起源于中国北方，但是在具体地点上说法不一，大致有东北、西北、黄河中下游三种观点。西周至春秋战国时期，大豆主要分布在河南、河北和山西等中原地区。《史记·周本纪》有“麻菽美”一说。大豆大约在公元前 2 世纪由我国传入朝鲜，而后又自朝鲜传至日本，于 1740 年传入法国，又于 1790 年传入英国。1873 年，中国大豆在奥地利维也纳举行的万国博览会上展出后，又被奥地利、匈牙利、美国、俄国等引种，由此，大豆已成为一种世界性的重要粮食。^①

3. 异域高粱、小麦、玉米、甘薯、马铃薯传入中国

自古以来，我国与世界其他地区就有经济文化的交流。原产于我国的水稻、大豆等粮食作物不断传播到世界其他地区，成了世界广泛种植的粮食作物。同时，原产于世界其他地区的粮食作

^① 李运楼. 粮食通识教育读本 [M]. 南昌: 江西人民出版社, 2014: 10-11.



物也不断传入我国，主要有高粱、小麦、大麦、玉米、甘薯、马铃薯，极大丰富了我国的粮食种类。我国与世界其他地区粮食种类互通有无的过程，就是一幅不同文明交流、互鉴、整合的宏伟画卷。

高粱，又称蜀黍、蜀秫、荻粱、稻黍、芦稷等。从高粱的原名——蜀黍来看，其传入中国后最早在云南、四川一带种植。西晋张华所著《博物志》有曰：“地三年种蜀黍，其后七年多蛇。”唐代始有高粱之称，唐代陆德明的《尔雅释文》有“按蜀黍，一名高粱，一名蜀秫。以种来自蜀，形类黍，故有诸名”之说。《本草纲目》记载：“蜀黍北地种之，以备粮缺，余及牛马，盖栽培已有四千九百年。”据考古发现，高粱在西周时已广为栽培，在汉代已成为我国北方的一大粮食作物。

麦在古代是小麦和大麦的通称。小麦起源于亚洲西部外高加索及其附近地区，我国栽培小麦已有4000多年的历史。考古发掘表明，迄今为止，我国最早的麦作遗存都在西北地区发现。在新疆孔雀河古墓沟新石器时代遗址墓地中出土的炭化小麦，距今4000年以上。湖南长沙马王堆汉墓出土了汉代的麦粒。甘肃敦煌马圈湾汉代烽燧遗址出土了汉代的大麦、小麦和青稞。据文献记载，麦在古代称“来”。商代甲骨文中已有的“来”字是对小麦植株最直观的描述。甲骨文辞谓：“翌辛丑有告麦。”在《诗经》中，“来”字和“麦”字并用，还有“来”（小麦）和“牟”（大麦）之分。汉代，由于面食的发明，麦作迅速发展。^①小麦由西亚传入中

^① 李运楼. 粮食通识教育读本 [M]. 南昌: 江西人民出版社, 2014: 11.




国以来，逐步替代了中国北方本土起源的粟和黍两种小米，成为中国北方旱作农业的主体农作物，由此形成了数千年以来中国农业“南稻北麦”的生产格局。^①

玉米起源于墨西哥和秘鲁。据文献记载，大约在明朝嘉靖年间传入中国，距今有 500 多年的历史。玉米传入中国的途径大致有三条：第一条途径，先从北欧传至南亚，再由南亚引种到我国的西南地区；第二条途径，先从西班牙传至西亚，再由西亚经中亚引种到我国西北地区；第三条途径，先从欧洲传到东南亚，尔后经海路引种到中国东南沿海地区。玉米进入中国，每传入一地便得一名，因而有玉蜀黍、番麦、西天麦、玉麦、玉黍、苞谷、包芦、棒子等俗名。从文献资料可知，成书于 1476 年的《滇南本草》将“玉麦须”作为一味中药材，这是“玉麦”的最早记载。1560 年，《平凉府志》对玉米进行了详细描述：“番麦，一曰西天麦，苗叶如蜀秫而肥短，未有穗如稻而非实。实如塔，如桐子大，生节间，花垂红绒在塔末，长五六寸，三月种，八月收。”从其描述的形态可知番麦就是玉米。玉米是一种生长迅速又高产的粮食作物。20 世纪 30 年代，玉米在全国农作物中的产量仅次于水稻、小麦、粟，居于第四位；20 世纪 50 年代起，玉米超过了粟，成为主要的粮食作物。

甘薯，又名红薯、番薯、山芋、朱薯、红苕、地瓜等。甘薯也发源于美洲，是古印第安人发现、培育的。明朝万历年间，甘薯从东南亚的越南、菲律宾传入中国广东、福建沿海一带，距今已

^① 赵志军. 中国农业起源概述 [J]. 遗产与保护研究, 2019, 4(1): 1-7.



有 400 多年的历史。据广东东莞《凤冈陈氏族谱》记载，陈益于 1582 年从越南带薯种回东莞。1608 年，徐光启把甘薯从福建引种到上海，他在《农政全书》中说，甘薯“闽广人赖以救饥，其利甚大”，并详细介绍了甘薯的栽培、窖藏和保存种薯的方法，以及甘薯防灾救饥、高产益人的优点，还作《甘薯赋》进行赞美。甘薯是一种高产作物，在明代只有今广东、福建、浙江和江苏四省种植。在清代初期，大多省份都先后引种了甘薯。清朝嘉庆年间，无论是南方还是北方，甘薯多是穷人的主食，形成了“红薯半年粮”的粮食格局。

马铃薯，俗称洋芋、土豆、洋山芋、山药蛋、荷兰薯等。马铃薯发源于南美洲安第斯山区的秘鲁，传入中国已有 400 多年的历史。大约在明末清初，马铃薯由欧美传教士带到山西、陕西栽种，后逐步引种到华北和东北地区。华南地区马铃薯则是由荷兰商人从南洋传入，故有荷兰薯和爪哇薯之称。1700 年，福建《松溪县志》记载：“马铃薯，叶依树生，掘取之，形有大小，略如铃子，色黑而圆，味苦甘。”到了 18 世纪，马铃薯才由福建慢慢传到长江流域。马铃薯环境适应性强，产量高，营养丰富，是理想的抗灾备荒作物。19 世纪前半期，在一些高山区，特别是四川盆地边缘和汉水流域，马铃薯已成为重要作物。19 世纪晚期至 20 世纪前期，马铃薯在甘肃、内蒙古和东北普遍种植。^①

当人类由食物采集者变为食物生产者之后，一个焕然一新的世界也就展现在了他们眼前。粮食让人类的生命延续，代表着天地

① 李建成. 中国粮食文化概说 [M]. 北京: 中国农业出版社, 2011: 42.



馈赠之厚意。粮食不仅是碳水化合物，还是天地之能量、天地之精华的象征。人与自然是人类社会最基本的关系。马克思主义认为，人靠自然界生活。人类在同自然的互动中生产、生活、发展。中华文明强调要把天地人统一起来，按照大自然规律活动，取之有时，用之有度。我国古代是一个以农耕经济为主的社会，农业生产和粮食生产是国家财政收入的主要来源，有了农业和粮食的发展，才能保证国泰民安。习近平总书记指出：“自然是生命之母，人与自然是生命共同体，人类必须敬畏自然、尊重自然、顺应自然、保护自然。”保护自然就是保护人类，建设生态文明就是造福人类。^①

（二）粮食种类

随着人们对大自然开发利用程度的不断提高，粮食的品种也不断发展和变化。

1. 世界粮食种类

粮食在广义上是指食物（food）。英文“food”译为中文，即食物，是指可吃的干物质。它和供饮用的含营养成分的液体——饮料，是一个相对的名词。英国1982年出版的《简明牛津字典》对“food”的解释是：维持肌体生长、代谢和生命过程以及供给能量所必需的物质，它基本上由蛋白质、碳水化合物和脂肪构成。此外，还含有一些肌体所必不可少的矿物质、维生素和辅助物质，它是固体形态的营养物质。联合国粮食及农业组织每年出版的《生产年鉴》所列出的粮食产品目录有八大类106种。这八大类主

^① 中共中央宣传部. 习近平新时代中国特色社会主义思想学习纲要[M]. 北京: 人民出版社, 2019: 167.



要为：谷物类，块根和块茎作物类，豆类，油料、油果和油仁作物类，蔬菜和瓜类，糖料作物类，水果和浆果类，家畜、家禽和畜产品类。

粮食在狭义上是指谷物（grain）。英文“grain”译为中文，即谷物。《韦伯斯特新 20 世纪词典》对其的注释是：“特指谷物植物生产的，如小麦、稻谷、玉米、黑麦。”《粮农组织生产年鉴（1998 年第 52 卷）》所列的谷物产品目录有小麦、稻谷、粗粮（包括大麦、玉米、黑麦、燕麦、小米、高粱）等。正如“Food and Agriculture Organization of the United Nations”译成中文应为“联合国食物及农业组织”，但是人们长期译成“联合国粮食及农业组织”。因此，把“food”和“grain”都译成“粮食”，也就约定俗成了。^①

2. 中国粮食种类

（1）根据收获的季节，分为夏粮、早稻和秋粮

夏粮，指夏季收获的粮食，主要有小麦、大麦、蚕豆、豌豆等。小麦是夏粮中的主要品种。

早稻，指收获季节较早的籼稻。

秋粮，指除夏粮、早稻以外的其他粮食。

（2）根据主要经济用途，分为原粮、成品粮

原粮，又称自然粮，是指收割、打场和脱粒后，未经碾磨加工和不需要加工就能食用的粮食，如小麦、稻谷、大豆、高粱、玉米、绿豆、大麦、蚕豆等。在计算原粮总数时，对已加工为成品

^① 肖春阳. 中外粮食、粮食安全概念比较 [J]. 黑龙江粮食, 2009 (2): 40-43.




粮的粮食，要按规定的折合率折算为原粮。在统计全社会粮食生产时，采用原粮指标。

成品粮，指原粮经过加工后的成品，如面粉、大米、小米、玉米面等。但是，有些原粮不经过加工也可直接制作成食物，既算原粮，也算成品粮。在统计成品粮时，要按规定的折合率折算为成品粮。中国供应给城镇居民的口粮，供应给饮食业、食品业的粮食，都是按成品粮统计的。

（3）根据粮食流通体制改革和国家宏观调控的要求，通常可分为四大主要品种和杂粮

关于四大主要品种，这种分类虽没有明文规定，但已约定俗成，是指小麦、稻谷、玉米和大豆。四大主要品种的产量占全国粮食总产量的90%以上。从2004年起，国家虽已全面实行粮食购销市场化，但仍然要在充分发挥市场机制的基础上实行宏观调控，稳定粮食市场和价格，确保国家粮食安全。国家宏观调控的粮食只有四大主要品种。

2024年，我国小麦产量约为1.4亿吨，占粮食总产量的20%左右。小麦主要用于磨制小麦粉，是我国人民的主要食粮和食品工业的主要原粮。小麦按品质分，可分为白色和红色硬质小麦、白色和红色软质小麦、混合硬质小麦（也称硬质和软质花麦）等。按栽培季节分，可分为冬小麦和春小麦两种。冬小麦，秋季播种，次年夏季收获，生产于河北、山东、河南等省。冬小麦磨制的小麦粉，是制作面包、馒头、面条、水饺等主食的优等原料。春小麦，春季播种，当年秋季收获，主要产于东北、内蒙古、西北等地，是加工中、高筋小麦粉的良好原料。



2024年，我国稻谷产量约为2.08亿吨，占粮食总产量的30%左右。稻谷经加工去壳后称为大米。根据气候和土质条件的不同，稻谷分为单季稻、双季稻和第三季稻，近些年已很少种植第三季稻。按粒形分，稻谷分为细长形的籼稻谷和椭圆形的粳稻谷。按米质黏性分，稻谷分为糯性稻和非糯性稻。按生育期和收获期分，稻谷分为早稻、中稻和晚稻。

2024年，我国玉米产量约为2.95亿吨，占粮食总产量的42%左右。当前，玉米主要用于饲料加工，用于饲料加工的玉米占玉米总消费量的70%以上。玉米作为工业原料，可用来生产淀粉、葡萄糖、糠醛、酒精、丙酮、丁醇等。玉米按播种期分为：春玉米，春播秋收；夏玉米，夏播秋收；秋玉米，立秋前后播种，霜前收获。玉米根据粒色分为黄玉米、白玉米、糯玉米和杂玉米。玉米按粒质分为软质、硬质和半硬质。

2024年，我国大豆产量约为0.21亿吨，占粮食总产量的3%左右。自1995年起，大豆进口规模越来越大。2024年，大豆进口量约为1.05亿吨。进口的大豆主要用于压榨（豆油）、蛋白加工以及作为饲料用在生猪养殖，蛋鸡、肉鸡养殖等方面。大豆蛋白含有17种氨基酸，其中人体必需的8种氨基酸含量丰富。同时，大豆中的微量元素、维生素含量均高于其他粮食。大豆经济价值高，用途广，是生产食用植物油、粮食和副食制品的主要原料。大豆主要产于黑龙江、吉林、河南、山东等省。按皮色和粒形，大豆可分为黄大豆、青大豆、黑大豆、其他色大豆、饲料豆。

杂粮是小宗粮豆的统称，现阶段是指除小麦、稻谷、玉米、大豆以外的粮食和豆类。其主要品种包括高粱、谷子、薯类、大麦、




荞麦、燕麦、绿豆、小豆、蚕豆、芸豆等上百个品种。我国的杂粮多数生长在高原、干旱、高寒地区，主要分布在中西部和东北部的老少边贫地区。杂粮是我国传统出口商品，在国际市场上具有明显的价格优势和资源优势，出口量居世界前列。在正常情况下，出口1吨杂粮的经济价值，相当于出口2.75吨大宗粮食的经济价值。^①

二、对粮食的敬与礼

世界粮食品种丰富，孕育出多元的粮食文化，粮食文化的多元性使粮食文化更加丰富多彩。自古以来，中国就是食礼之国、礼仪之邦，懂礼、习礼、守礼、重礼的历史源远流长。因此，“人无礼则不生，事无礼则不成，国无礼则不宁”，成为我国古代社会道德规范，成为中华民族优秀传统文化。习近平总书记在十八届中共中央政治局第十三次集体学习时指出：“礼仪是宣示价值观、教化人民的有效方式，要有计划地建立和规范一些礼仪制度，如升国旗仪式、成人仪式、入党入团入队仪式等，利用重大纪念日、民族传统节日等契机，组织开展形式多样的纪念庆典活动，传播主流价值，增强人们的认同感和归属感。一些重大礼仪活动要上升到国家层面，以发挥其社会教化作用。这就是‘道之以德，齐之以礼，有耻且格’。”礼仪素质是每个公民应该具备的素质，应该成为公民教育的重要内容，融入家庭、学校和社会教育。通过

^① 韦胜强，李红梅. 粮食营销 [M]. 北京：北京理工大学出版社，2016：5.



家庭教育，从娃娃抓起，形成礼仪习惯；通过学校教育，学习公民礼仪，掌握做人规则；通过社会教育，学习职业礼仪，掌握从业规则。通过各个环节的礼仪教育，使每个公民学习和掌握做人的规范和做事的守则。^①

“民为国基，谷为民命。”习近平总书记强调，“手中有粮、心中不慌在任何时候都是真理”。粮食有生命，吃饭不只是为了填饱肚子，还是生命与生命的相遇，人们咀嚼粮食也是咀嚼时光。人与粮食同行，有辛苦，有温暖，有感恩，更有敬畏。

我国有许多活动与粮食有关，如社稷祭祀礼、世界粮食日、粮油展交会等。各民族也有各种与粮食有关的活动，如汉族的腊八节、佤族的播种节、朝鲜族的五谷祭、白族的栽秧会、拉祜族的新米节、傈僳族的新米节等。自20世纪90年代始，国家粮食局、中国粮食行业协会等首倡兴办了全国性粮油展交会，并且逐渐形成了一套固定的运行模式。

（一）对粮之敬

我国是一个农业大国，各种民间传统节日和祭祀活动大多与农业生产中的田耕、播种、生长和收成有密切关系。传统农耕文明赋予人们粮食和生命，人们对土地的依恋与执迷，并使人们产生了对作物种子的崇拜之情以及对粮食的敬畏。自古以来，各朝代不管是王公贵族还是黎民百姓，都十分重视粮食，对粮食的生产、收获、储存、流通等都抱有敬畏之心。许多文献和诗词都有体现先民对粮食的敬畏，如：“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。”“一粥一饭，

^① 蒋璟萍. 礼仪文化与社会主义核心价值观 [N]. 光明日报, 2014-09-24 (13).



当思来之不易；半丝半缕，恒念物力维艰。”

1. 农耕文化与粮食敬畏

中国的农耕历程恰如一首厚重磅礴的诗歌从远古吟咏而来。早在先秦时期，中国民间流传的《击壤歌》有云：“日出而作，日入而息，凿井而饮，耕田而食。”歌词描述了乡村人们过着无忧无虑的生活，歌颂太平盛世的情景。为了收获更多的粮食，华夏祖先历经千百年的实践，根据气候和物候变化，创造出二十四节气以掌握农事季节。2016年11月30日，二十四节气被正式列入联合国教科文组织人类非物质文化遗产代表作名录。

根据粮食的生长规律，农耕文化也衍生出很多粮食民俗，以表达感恩先贤之情，祈求五谷丰登。

（1）春耕播种

在农历二月初二，古代流传这一天是龙抬头的日子。龙头节，又名春耕节、农事节，是中国民间传统节日。有关这一节日来历的说法颇多。其中一个传说流传甚广：最早起源于伏羲氏时代，伏羲“重农桑，务耕田”，每年农历二月初二，“皇娘送饭，御驾亲耕”。到周武王时，每年农历二月初二举行盛大仪式，号召文武百官都要亲耕。自唐代开始，在农历二月初二，皇帝要率百官出宫到田里耕地、松土，象征性地参加劳动。

在我国北方民间流传着这样一个神话故事：武则天当上皇帝这件事惹恼了玉皇大帝，于是玉皇大帝传谕四海龙王，3年内不得在人间降雨。不久，司管天河的龙王听见民间百姓的哭声，看见人饿死的惨景，担心人们生路断绝，便违抗玉帝的旨意，为人间降了一次雨。玉皇大帝得知后，把龙王打下凡间，压在一座大



山下，山上立碑：“龙王降雨犯天规，当受人间千秋罪。要想重登凌霄阁，除非金豆开花时。”人们为了拯救龙王，到处找开花的金豆。到次年农历二月初二，人们在翻晒玉米种子时，想到这玉米就像金豆，炒一炒开了花不就是金豆开花吗？于是家家户户爆玉米花，并在院子里设案焚香，供上开了花的“金豆”。龙王抬头一看，知道百姓在救他，便大声向玉帝喊道：“金豆开花了，快放我出去！”玉帝一看人间家家户户院里“金豆”开花，只好传谕诏龙王回天庭，继续给人间兴云布雨。从此，民间形成习惯，每到农历二月初二这一天，就爆玉米花吃。这种“天上人间，融为一体”的民间故事，是古代劳动人民智慧的结晶。这也从另一个角度反映出古代农业受天气制约的现实，以及耕者渴望风调雨顺、五谷丰登的美好愿望。

农历二月初二这一天不仅仅劝耕，也劝读。过去读书人要行四个礼：开笔礼、进阶礼、感恩礼和状元礼。“开笔”就是要开始写文章，之所以把开笔礼定在农历二月初二这一天，有望子成龙的意思，也有读书趁早的意思。开笔礼是极为隆重的典礼。在典礼当天，学童们要早早来到学堂，由启蒙教师讲授人生最基本、最简单的道理，并赠以文房四宝，然后学童们参拜孔子像，便可入学读书。开笔礼最根本的意义就在于劝导学童读书要趁早、要勤奋，一年之计在于春。

（2）驱虫助苗

“六月六，看谷秀。”农历六月已异常炎热，庄稼长势正旺，已是吐须秀麦穗之时，农家要观察长势，以卜丰歉。农历六月初六，又是民间的虫王节。农历六月天，易闹虫灾。为了祈求人畜



平安，生产丰收，在农历六月初六还有不少祭祀活动。例如居住在辽宁省岫岩、凤城一带的满族过去在农历六月初六这天，一户出一人到虫王庙朝拜，杀猪祭祀，求虫王爷免灾，保证地里的收成好。如今没有了虫王节祭祀活动，但家家要在这一天晾晒衣物，以防虫蛀。辽宁盖州有八腊庙会，是一种驱虫、祈雨的活动。山东民间在农历六月初六祭东岳大帝神，举行东岳庙会。

六月间百虫滋生，尤其是蝗虫等，对农业是莫大威胁。在古代，蝗虫是最大的农业灾害之一，人们积极捕蝗，如利用火烧、以网捕捉、用土掩埋、众人围扑等方法，尽力消灭蝗虫。在西南少数民族地区，人们普遍过火把节，其实与用火防灾有关。至今当地人在过火把节时，还举着火把到田间、地角游行，目的是驱逐虫灾。

（3）丰收填仓

填仓节，是我国民间一个象征新年五谷丰登的节日。所谓“填仓”，意思是填满谷仓。填仓节，因“填”与“天”谐音，亦称为天仓节。民间有“老天仓”与“小天仓”之分，农历正月二十日为小天仓，正月二十五日为老天仓。相传很久以前，中国北方遇到连年旱灾，赤地千里，颗粒无收。但皇家不管黎民百姓的死活，照样征收皇粮。连年饥荒，饿殍遍地，尤其到了年关，穷人更是走投无路，冻饿死者不计其数。看守粮仓的仓官目睹这一惨景，于心不忍，便毅然打开皇仓，救济灾民。他知道，这样做是触犯了王法的，皇帝绝不会饶恕他。于是，他在百姓把粮食运走以后，就一把火把皇仓烧了，自己也投身火海。这一天正好是农历正月二十五日，后人为了纪念这位放粮救灾民的仓官，每



到这一天黎明，家家户户都在自己的院子里或打谷场上，用筛过的灶灰，撒出一个个大小不等的粮囤形状，并在里面放一些五谷杂粮，以示对仓官的怀念，也祈盼新年有好收成。填仓节的习俗就这样世代流传下来。^①现在，农历正月二十五日的填仓节，有的地方还用谷面或软米面捏成仓官爷、谷囤、粮仓及各种家畜家禽形状的灯若干盏，还有的地方则设立仓官神位，众往致祭，燃放花火，以此祈求风调雨顺、五谷丰登。

2. 尊崇自然之天人合一

无论是茹毛饮血的蛮荒年代，还是刀耕火种的农耕时代，又或是现代化时代，人们从未摆脱对粮食的依赖，粮食短缺和饥饿仍困扰着人们。在我国传统文化中，人应该遵循自然规律办事，尊崇自然法则，与自然界和谐相处，从而衍生出“天人合一”的自然观，即指人在获取自然界的食物原料来维持自身所需物质的同时，还应适应自然，适应环境。^②我国传统节日的饮食文化，首先是顺应天时，根据季节的不同以及自身对食物的需要，选择不同的食材进行制作，如重阳节时利用时令菊花制作菊花酒，冬至时食用饺子以御寒；其次是因地制宜，不同地区气候物产各异、风土人情不同，如西北地区居民喜食牛羊肉，沿海地区居民喜食海鲜，南甜北咸等，“一方水土养育一方人”即是这个道理。

大自然是人类获得物质、能量和各种可利用资源的唯一源泉。没有大自然的恩赐，人类的生命旋即终止。虽然人类目前看似处于食物链的顶端，但整个食物链的任何一个环节出现断裂都会对

① 李建成. 中国粮食文化概说 [M]. 北京: 中国农业出版社, 2011: 130.

② 季鸿昆. “天人合一”——论健康 [J]. 饮食文化研究, 2005 (1): 9-15.



人类生存和发展产生重要影响。中国传统文化把天视为人类之父，把地视为人类之母，把万物视为人类的同胞。我们应慎终追远，常怀感恩之心。


（1）敬畏生命和生态环境

生命是天地万物中唯有生物才拥有的，每一个生命都有存在的价值。人类是宇宙生命的一部分，与其他生物血肉相连，而其他生物又需要有人类加以呵护。王阳明讲“万物一体之仁”，认为具有观天地之生生之德并加以效仿能力的人，要把有知觉的动物、无知觉的植物，甚至无生命的砖石瓦砾都看作自己身体和心灵的一部分。当它们受到伤害时，我们要有怜悯、同情之心，尽力保护它们。这也就是孟子所要求的“亲亲而仁民，仁民而爱物”。

早在春秋时期，孔子就教导学生要成为君子就要“畏天命”，而把“不知天命而不畏”的人斥之为小人。朱熹认为，“君子之心，常存敬畏”。王永彬有言：“立身之道何穷，只得一敬字，便事事皆整。”民间的说法更具有直接的教化意义：“举头三尺有青天。人可欺，天不可欺。”这都说明，人的敬畏之心并不是自然而然地形成的，需要社会教化，需要个人修养。^①

习近平总书记明确指出，我们既要绿水青山，也要金山银山。宁要绿水青山，不要金山银山，而且绿水青山就是金山银山。古今中外，人与自然和谐的关系印证着良好的生态环境对人类社会生存发展的影响，人与自然是相互依存、相互联系的整体。保护自然环境就是保护人类，要像保护眼睛一样保护生态环境；只有

^① 江畅.心存敬畏行有所止 [N].光明日报, 2020-03-02 (15).



青山常在、清水长流，我们才有可持续发展的“绿色银行”，最终协同推进人民富裕、国家富强、中国美丽。大学生作为社会主义事业建设者和接班人，更要加强自身修养，在“尊重自然、顺应自然和保护自然”上下功夫，牢记“自然是生命之母，人与自然是生命共同体”，对生态的敬畏应内化于心、外化于行。

（2）尊敬职业

“天行健，君子以自强不息。”万物生生不息，人的生存和发展也应当效法自然。人应当发挥自身的能动性和创造性，不断拓展事业，建功立业。“民生在勤，勤则不匮。”自古以来，我国的劳动人民为了生计，辛勤劳动，不惜汗水，形成了自强不息、积极进取、忠于职守的敬业传统。“执事敬”“事思敬”“修己以敬”“敬其事而后其食”。爱岗敬业精神是新时代青年需要具备的道德品质。对待国家，要有责任感、担当感，要尊敬；对待职业，要热爱、勤勉，要敬业；对待他人，要谦卑、感恩，要虔敬。

（二）与粮之礼

《礼记·乐记》曰：“礼者，天地之序也。”古人甚至认为礼是人类区别于动物的标志，是文明与野蛮的区别。礼是中国人一切习俗行为的准则。大学生作为中华传统美德的传承者，同样也是时代新规范的实践者，大学生的礼仪素养很大程度上代表着中国社会的精神风貌。立德树人，“德”字为先，前提是德行完善。良好的礼仪素养是德行完善最重要的外在表现。中共中央、国务院颁布的《关于进一步加强和改进大学生思想政治教育的意见》等文件也已将“明礼诚信”纳为大学生基本道德规范的重要内容之一，这充分说明礼仪素养的培育对当代大学生的重要性。



2012—2018年，央视推出了三季美食纪录片《舌尖上的中国》，点燃了海内外观众的热情，深化了人们对美食的认知与情感，为异乡人寻回了家乡风味与儿时记忆。每一位中华儿女对家国情怀的思念，就在这舌尖上的品味中，扎根进我们的心中。纪录片中一项项精细的美食制作，体现着中华民族劳动者的勤劳与智慧，在传承中华饮食文明的同时，也让观众看到了中华礼仪之邦的魅力和中华文化的博大。

粮食在祭祀文化中扮演着重要角色。先民们敬天敬神，起初就是要表达对赐予食物的感谢和对未来丰收的愿望。随着人们对粮食的认知不断加深，对食物的要求不断提高，与粮食有关的祭祀礼节、节庆风俗、饮食习惯、民俗风味等日益丰富，形成了缤纷灿烂的粮食文化，大有可观。

1. 传统节日与粮食情结

中国传统文化以儒家文化为核心，强调“礼”的重要性。《礼记·曲礼》云：“太上贵德，其次务施报。礼尚往来，往而不来，非礼也；来而不往，亦非礼也。”节日期间走亲访友、看望前辈等，都少不了以食物相馈赠，如元宵节送汤圆，清明节送青团，重阳节送花糕等。尤其是过年，同宗拜祖，晚辈拜长辈，朋友互访，也少不了相互馈赠面糕、点心及各类食品。你来我往，年复一年，循环不已。这一方面是亲戚、朋友相互增加感情的纽带，另一方面也是“礼尚往来”的需要。现代生活节奏快，人们普遍感觉压力大，人际关系疏远。而在闲逸的节日假期，人们走访亲戚、朋友聚会，亲情、友情被重塑，焦虑、紧绷的心情在品尝美食中得到释放，从而回归平适的心境。



古往今来，中华传统节庆都有其特定的风俗习惯和活动内容，都离不开粮食的相伴。人们在节日团聚的时候，除了利用五谷杂粮来制作食品祭天地之神，希望来年风调雨顺，也不忘将制作好的食物供奉给祖先，以表达对祖先的孝思与怀念，同时也为家人准备好应节食物。如除夕要吃团圆饭，端午要吃粽子，中秋要吃月饼，腊八节要喝腊八粥。这里介绍几款应节美食。

（1）春节年糕

年糕谐音“年高”，方块状的黄、白年糕，象征着黄金、白银，有着新年发财的寓意。年糕的口味因地而异，北方的年糕以甜为主，或蒸或炸，南方的年糕则或甜或咸。例如苏州及宁波的年糕，以粳米制作，味道清淡。甜味的年糕以糯米粉加白糖、猪油、玫瑰、桂花、薄荷等配料制作而成，做工精细，可以直接蒸食或是沾上蛋清油炸。除了蒸、炸以外，年糕还可以切片炒或是煮汤。

关于春节吃年糕的由来，还有一个神话故事。传说远古时期有一个怪兽叫“年”，一年四季生活在深山老林，靠捕捉其他兽类充饥。严冬季节，因兽类大多冬眠，“年”无野兽可食，饥饿难耐，就下山伤害人，抓人充当食物，人们不堪其苦。后来有个叫“高氏族”的聪明部落，每到严冬，在“年”快要下山觅食时，就事先用粮食做成大量条块状食物放在门外，人则躲在家里。“年”下山后找不到人，饥不择食，便用人们制作的条块状食物果腹，吃饱后再回到山上。人们看“年”走了，都纷纷走出家门，相互祝贺，庆幸躲过了“年”这一关，又能平平安安准备春耕了。年复一年，这种躲避“年”伤害的方法传了下来。因为条块状食物是



高氏所制，目的是喂“年”渡关，于是人们就把“年”与“高”连在一起，称作“年糕”（谐音）。大年初一吃年糕，就是取其“年年高”之意。

（2）元宵节汤圆


吃汤圆是中国人的传统习俗，在江南尤为盛行。汤圆起源于宋代，最早叫“浮元子”，生意人还美其名曰“元宝”。汤圆以白糖、玫瑰、芝麻、豆沙、黄桂、核桃仁、果仁、枣泥等为馅，用糯米粉包成圆形，可荤可素，风味各异，做法有汤煮、油炸、蒸。汤圆象征合家团圆，吃汤圆寓意新的一年合家幸福、团团圆圆，是正月十五元宵节必备美食。

（3）端午节粽子

从晋代开始，粽子成为端午节的应节食品。晋代周处《风土记》记载：“仲夏端午谓五月五日也，俗重此日也，与夏至同……先此二节一日，又以菰叶裹黏米，杂以粟，以淳浓灰汁煮之令熟……”千百年来，粽子成为最受人们欢迎的端午节美食。

端午节吃粽子的习俗，相传与爱国诗人、楚国大夫屈原有关。公元前 278 年，屈原面临亡国之痛，于农历五月初五悲愤地怀抱大石跳入汨罗江。为了不让鱼虾咬他的躯体，人们纷纷用竹筒装米投入江中。之后，为了表示对屈原的崇敬和怀念，每到这一天，人们便用竹筒装米投江祭奠，这就是我国最早的粽子——筒粽的由来。

在端午节的早晨，家家吃粽子纪念屈原。一般是前一天把粽子包好，夜间煮熟，早晨食用。现在制作的粽子主要用生长在河塘边的嫩芦苇叶包裹，也有用竹叶的，这些叶子统称粽叶；粽子



的传统形状为三角粽，一般根据内瓢命名，包糯米的叫米粽，糯米中掺小豆的叫小豆粽，糯米中掺红枣的叫枣粽。枣粽谐音“早中”，寓意“必中”，学子们吃上几个枣粽，讨个吉利。

（4）中秋节月饼

月饼是久负盛名的汉族传统小吃，深受中国人民喜爱。月饼多为圆形，又是合家分吃，象征着团圆和睦，是中秋节的必食之品。据说中秋节吃月饼的习俗始于唐代；北宋时在宫廷流行，也流传到民间，当时月饼俗称“小饼”或“月团”；发展至明代成为全民共同的饮食习俗。时至今日，月饼品种日益繁多，风味因地而异。其中，广式、京式、滇式、苏式等月饼为我国南北各地人们所喜食。

2. 尊长敬老与餐饮礼仪

《礼记·礼运》曰：“夫礼之初，始诸饮食。”礼制是从饮食开始的。儒家学派三大宗师——孔子、孟子、荀子曾对食礼加以规范，将其拓展成人与人之间的伦理关系，“以礼定分”，消患除灾。他们的学生还对先师的理论加以阐述、充实，最后形成《周礼》《仪礼》《礼记》三部经典著作。由于强调“人无礼则不生，事无礼则不成，国无礼则不宁”，食礼与其他的礼一样，成为古代社会的道德规范，成为中华优秀传统文化之一。

餐饮文化是中华民族几千年来智慧结晶，也是中华民族传统文化的象征。尊长敬老是我国的传统美德，在餐桌礼仪上表现得更为淋漓尽致。曹雪芹在《红楼梦》第七十五回中写贾母在凸碧山庄开设中秋赏月家宴时，就特意用圆桌来摆酒：凡桌椅形式皆是圆的，特取团圆之意。上席居中为贾母，左垂首贾赦、贾珍、



贾琏、贾蓉，右垂首贾政、宝玉、贾环、贾兰，团团围坐。一张圆桌，团团围坐，长幼有序，尊卑有别。

（1）传统餐饮礼仪

中华传统礼仪在餐饮上尤其讲究一个“礼”字。在座次方面，“尚左尊东”“面朝大门为尊”。一般是长辈上座，小辈坐中间，父母辈下座。在就餐方面，要长辈先动筷子，晚辈才能开始吃。在用餐方面，坐姿要端正，双肘不能撑在桌子上，也不能一手托腮等。

汉族传统的古代宴饮礼仪一般的程序是：主人折柬相邀，临时迎客于门外。宾客到时，互致问候，引入客厅小坐，敬以茶点。客齐后，导客入席，以左为上，视为首席，相对首座为二座，首座之下为三座，二座之下为四座。客人坐定，由主人敬酒让菜，客人以礼相谢。席间斟酒上菜也有一定的讲究：应先敬长者和主宾，最后才是主人。宴饮结束，引客人入客厅小坐，上茶，直到辞别。这种传统宴饮礼仪在我国大部分地区保留完整。清代西餐传入，一些西餐用餐礼仪也被引进。如分菜、上汤等方式也因合理卫生的食法被引入中餐礼仪。

主人安排筵席时，菜肴的摆放也有讲究：带骨肉放在净肉左边，饭食放在用餐者左方，肉羹则放在用餐者右方；脍炙等肉食放在稍远处，调味品则放在靠近用餐者面前的位置；酒浆也要放在近旁，葱末之类可放远一点；如有肉脯之类，还要注意摆放的方向，左右不能颠倒。待客宴饮，并不是将酒肴按序摆满就可以了，主人还要引导、陪伴客人，主客必须共同进餐。老幼尊卑共席时，要让尊长坐上席，看到尊长爱吃且想多吃的菜肴，要把菜肴移至尊长面前；如果同席的尊长未动筷子，陪客不能抢先动筷；



看到尊长放下碗筷，陪客不论吃饱与否，都要停止进食。

另外，在餐桌上要严格遵守餐饮礼仪。在同别人一起进食时，不能吃得过饱，要注意谦让；吃饭时不可大口大口地吃，这样有争饱之嫌；咀嚼时不要让舌头在口中发出响声，否则主人会觉得客人对他准备的饭菜不满意；吃菜时不要啃骨头，这样容易发出不好听的声响，使人有不雅不敬的感觉；自己吃过的食物，不要再放回去，应当接着吃完；不要因喜欢吃某一菜肴便一味独取，或者争着去吃，这样有贪吃之嫌；进食时不要随意、不加掩饰地剔牙齿；等等。

（2）当代餐饮礼仪

当代中国人或多或少都继承了中国传统食礼。我们的不少餐饮礼仪，都植根于《礼记》，植根于古老的饮食传统。但是，在世界多元文化不断交融的今天，当代餐饮礼仪在继承和发扬传统优秀餐饮礼仪的同时，也在不断适应当代人们的生活。

入座礼仪。在中国的餐饮礼仪中，座次非常重要。主座是指距离门口最远的正中央位置，是邀请人的座位。主座的对面坐的是邀请人的助理，主宾和副主宾分别坐在邀请人的右侧和左侧，位居第三位、第四位的客人分别坐在助理的右侧和左侧。让邀请人和客人面对而坐，或让客人坐在主座上才算失礼。主人先请客人入座上席，再请长者入座客人旁，长者坐定后，大家依次入座。客人入座时，要从椅子左边进入，坐下以后要坐端正身子，不要低头，使餐桌与身体的距离保持在10～20厘米。客人入座后不要动筷子，也不要弄出声响，更不要随意起身走动，如果有事情，要和主人打招呼后再行事。用餐前，要向主人表示其安排周到、



热情邀请，要赞赏主人或掌勺者手艺高超等。

进餐礼仪。客人入席后，不要立即动手取食，而应待主人举杯示意后再开始，不能喧宾夺主。用餐要注意文明礼貌。夹菜时，应等菜肴转到面前时，再动筷子，一次夹菜不宜过多；夹菜后，应细嚼慢咽地进餐；就餐时不要挑食，或只盯住喜欢的菜吃，或是急忙把喜欢的菜堆在自己的盘子里；用餐的动作要文雅，夹菜时不要碰到邻座，不要把盘里的菜拨到桌上，不要把汤打翻；骨头和鱼刺不要吐在桌上，可用餐巾掩口，用筷子取出放在碟子里；掉在桌上的菜，不要再吃；在进餐过程中不要玩弄碗筷，或用筷子指别人；用牙签剔牙时，应用手或餐巾掩住嘴；尽量不要让餐具发出声响，或发出不必要的声音，如喝汤时发出咕噜咕噜声，吃菜时发出吧唧声。用餐结束后，可用餐巾纸或服务人员送来的小毛巾擦擦嘴。

按中华民族的习俗，菜是一道一道往上端的，如果同桌有长辈或客人，每上一道新菜时，都要请他们先动筷子；若要给长辈或客人布菜，最好用公筷，也可以把离长辈或客人远的菜肴送到他们面前，以表示对他们的尊敬和重视。自己手上有餐具，或者别人正在用餐时，都不能向别人敬酒；别人为你倒酒时，应用手扶着酒杯。敬酒时一定要站起来，双手举杯，右手握杯，左手垫杯底，让自己的杯子低于对方。可以多人敬一人，绝不可一人敬多人，除非是长辈。酒桌上敬酒的一般顺序是主人敬主宾、陪客敬主宾、主宾回敬、陪客互敬。如果没有特殊人物在场，敬酒最好按顺时针顺序，不要厚此薄彼。作为客人绝不能喧宾夺主地敬酒，那是不礼貌的行为。进餐时，不要只低着头吃饭，不顾周围，也



不要狼吞虎咽地大吃一顿，更不要贪杯。

餐后礼仪。用餐结束后，要轻轻放下碗筷，用餐巾纸或餐巾擦嘴，注意动作的优雅。如果自己先吃完，要与主人或其他客人打个招呼，再离开座位，如说“大家慢用”或“大家请慢慢吃”等。不要一推饭碗，什么话也不说，离桌而去，这是不礼貌的行为。在用完后，应有礼貌地离座，并帮助主人做些力所能及的收拾工作。总之，与客人、长辈等一起进餐时，要使他们感到气氛和谐、轻松、愉快。作家林清玄在一篇有关食物的文章中说道：“人总是选着自己的喜好，这喜好往往与自己的性格和本质十分接近，所以从一个人的食物可以看出他的人格。”其实，不仅是从吃的内容，从吃的态度，即餐桌上的行为，也可以看出一个人的人格，这种人格就是教养。

我国有 56 个民族，各少数民族也有独具特色的餐饮礼仪，下面主要讲述彝族和藏族的餐饮礼仪。

彝族餐饮礼仪。彝族在用餐时讲究男女有别、长幼有序，长辈坐上席，客人坐上席或上方，晚辈只能坐下方；招待客人时，好酒好菜都要请客人或长辈先享用。吃饭时，大家围坐成一圈或坐成一排，每个人右手握马勺，左手拿肉，以“先汤后饭再肉”的方式用餐。客人在吃饭时，切勿将饭菜汤撒在地上，需丢弃的骨头千万不能丢在他人面前，这是主人或用餐者特别忌讳的。长者或主客放下马勺或离席前，晚辈要静坐等候。子女离席时，须向父母行礼致谢。饭毕，主客还需一起聊会儿天。彝族人招待客人有“先宾后主再邻居”的风俗，到彝族人家做客，应等主人吃完饭后方能离开。




藏族餐饮礼仪。平时，家人和邻里和睦相处，尊老爱幼，诚信待人。家中酿了好酒，头道酒“羌批”敬献天地后，首先由老人品尝。每年收获新粮食，尝新也是老人们的“专利”。日常家庭就餐，主妇在掌勺分发食物时，先为长者盛好食物，然后全家围聚火塘旁进餐，其乐融融。藏族人十分好客，待客热情周到，若有宾朋登门，定会倾其所有，拿出好酒、好茶、好菜盛情款待。

餐饮礼仪是人们在餐饮活动中应当遵循的社会规范，是饮膳宴筵方面的社会规范与典章制度，是餐饮活动中的文明教养与交际准则，是赴宴人和东道主仪表、风度、神态、气质的生动体现。然而随着智能数字产品的发展，作为家人团聚沟通感情的家宴，却因手机而失去了原本的意义。许多人有类似经历，在和亲友吃饭聚会时，大家不是在发红包、抢红包，就是在拍照片、拍视频上传至网络，或者还有一些人默默坐在角落里，所有注意力都集中在手机上，对聚会内容漠不关心，成为传说中的“低头族”。这些现象在年轻人身上体现得尤为明显。对绝大多数“低头族”而言，也许冷落他人并非本意，但这样的无心之举却给身边的亲友带来极大的伤害。如果人们在各个场合都只关注手机，不但会使人际关系退化，还容易引发情感危机。因而，放下手机，应该成为餐桌上的新礼仪。

三、让敬重与礼让成为青春成长的基石

“不学礼，无以立。”礼之于个人，之于社会，都具有基础性意义。“礼”的精神内核是“敬”，“德”的外在表现是“礼”。作



为粮食院校的学生，要充分认识到中华粮食文化的价值，提炼和挖掘粮食文化的精髓，自觉弘扬敬畏自然、敬重粮食、爱国敬业、以礼待人的传统美德，以青春之我，奋进新时代，谱写新篇章。

(一)“粮”心向党

青年是标志时代的最灵敏的晴雨表，青年最富有朝气、富有梦想，最易接受新思想、传播新思想。100多年前，“五四运动”如一声惊雷唤醒了广大青年谋求民族复兴的顽强斗志，开启了百年青春心向党的光辉历史。

1. 救亡图存：用青春之信念追寻黎明曙光

在红军长征的艰苦环境中，一个看似普通的长约84厘米、宽约22厘米的干粮袋，却饱含着浓浓的战友情、鱼水情，铭刻着一段闪光的红色记忆。松潘草地远望似一片灰绿色海洋，人烟荒芜，鸟兽绝迹，茫茫无限。粮食就是生命，红军在过草地时缺粮，不得不靠挖野菜、啃树皮、嚼草根来充饥，在这样的艰苦环境下，随时面临着饥饿和死亡的威胁。即使这样，红军也毫不犹豫地把粮食分给战友和老百姓。当时红三十二军军长罗炳辉号召战士们，党领导的红军队伍要团结友爱，宁肯自己挨饿也要节省粮食帮助兄弟部队。红军刘文章讲过一个长征的动人故事：红军战士谢益先在过草地时，看到一个饿得面黄肌瘦的妇女和两个啼哭不止的孩子，暗中将自己的口粮送给了他们，而他却像往常一样抢着干活，只是每次吃饭时却悄悄去找野菜吃。母子三人安全地走出了草地，而谢益先却再也听不到他们感谢的话语。红军战士用他的干粮和生命践行着为党、为国、为人民的使命。

伟大的事业需要信念和锤炼。在震撼世界的红军长征中，红军



将领平均年龄将近 30 岁，指挥员平均年龄不到 25 岁，士兵的平均年龄不足 20 岁。就是这样一支年轻队伍，却在 2 年的时间里，谱写了惊天动地的革命史诗。近百年来，一代代青年主动接受马克思主义、传播马克思主义。回顾历史，在血与火的考验中，无数青年坚持追求民族独立、人民解放的信念，坚定听党话、跟党走步伐，百折不挠，奋不顾身，奏响了一曲曲青春壮歌！

2. 艰苦创业：把青春之热血奉献给新中国

20 世纪 50 年代，随着国家的发展，人们对粮食等农产品的需求量大大增加，如何向土地要更多粮、让更多人吃饱饭、快速发展农业成为国家建设中的重要问题。中国青年从来就不缺乏激情和奉献精神。1955 年 8 月，杨华等 5 名北京青年向组织递交了组建北京青年志愿垦荒队的倡议书，引起强烈反响。就这样，一支选拔了 60 人的北京青年志愿垦荒队向黑龙江省萝北县进军。在荒草甸子中，百里无人烟，冬天零下 40℃，夏天蚊虫叮咬，没有水井，没有蔬菜。在这样艰苦的条件下，青年们践行着他们的誓言，经过 1 年的努力，垦荒 300 亩，生产粮豆 140 吨，上交国家 70 吨。此后，全国各地组织 14 批青年志愿垦荒队陆续到达萝北县。从此，北大荒变成了北大仓。

“南有共青城，北有共青场。”在江西鄱阳湖畔，上海青年志愿垦荒队的到来，让当年的沟岭滩涂发生了巨大的变化。短短 1 年时间，上海青年志愿垦荒队开垦了 1700 多亩荒地。从共青社到共青垦殖场，到共青开发区，再到共青城，这座经国务院批准同意、民政部批复的江西省设立的城市，是青年志愿垦荒队“坚韧不拔、艰苦创业、崇尚科学、开拓奋进”精神的见证。



社会主义初建时期的青年一代，是理想闪光的一代，是乐于奉献的一代，是敬业实干的一代。他们面对国民经济的困难和帝国主义的封锁，依然紧密团结在党中央周围，迎难而上，凝心聚力，致力于改变新中国一穷二白的落后面貌。这种凝心聚力的敬业精神，正是当代青年建设新时代所要汲取的精神食粮，让青春在为党、为国、为民的奉献中焕发出一道道绚丽光彩！

3. 解放思想：以青春之奋勇争当改革先锋

在中国农业博物馆，有一尊三足青铜圆鼎——告别田赋鼎，这座鼎由农民王三妮自发铸造，记录了中国农业发展史上的一件大事——2006年1月1日起，取消农业税。2004年3月，国务院宣布逐步减免农业税。2006年1月1日起，《农业税条例》正式被废止。“皇粮国税”不用交了，而且国家还给粮食直补款，这在以前是从来没有过的。王三妮算了一笔账，他家中7口人，14亩地，以前每年要交农业税费532元，免税后，不仅不用交钱了，政府还给补贴216元。于是，他铸鼎刻铭，鼎上朴实的铭文诉说着亿万农民对党的“三农”政策的拥护和感激。改革开放之后，从凭票吃粮到1993年开放粮油价格，粮票逐渐退出历史舞台；从小岗村村民秘签契约，保证完成每户的全年上交公粮，到2006年农村取消了交公粮；从粮票走进收藏馆，到农业税退出历史舞台，农村种田有补贴，“有到无”背后是“无到有”。献礼改革开放40周年纪录片《此间的奋斗》，讲述了改革开放以来的5位时代楷模：紧抓恢复高考机遇，致力国家发展的“50后”院士；下海勇砸铁饭碗，实现产业报国的“60后”企业家；见证中国互联网崛起的“70后”创业者；矢志深蓝终圆海军梦的“80后”海



军舰长；把兴趣做成了事业，领军“中国智造”，登上世界舞台的“90后”博士生。年代环境不同、成长背景有别、工作领域各异的他们，却有着何其相似的敬业精神和奋斗精神。


改革开放，焕发了各行各业人们的奋斗激情，催动了青年的干事创业劲头。乘着改革开放的春风，一代代青年把握时代脉搏，紧跟党的步伐，发扬“开拓创新、勇于担当，开放包容、兼容并蓄”的精神品格，^①激流勇进，乘势而上，书写了激情昂扬的奋斗史，成为改革开放历史的生动缩影。

4. 牢记使命：以青春之担当建功新时代

“春争日，夏争时。”“三夏”大忙时节，在乡村的田地里，机械化的“金戈铁马”立体作业展雄风，旧时代的“耨锄犁镰”已经成为人们的记忆，“面朝黄土背朝天”的农民形象渐渐远去。现如今，“互联网+农业”“大数据+农业”的运用逐渐普及，北斗导航农机、无人机植保、智能灌溉等硬核科技装备给粮食生产带来了巨大变革，农业供给侧结构性改革正在不断深化。农民种粮更有幸福感，国家粮食也更有保障。走出一条中国特色农业现代化道路，关键在科技、在人才，需要更多的青春力量投身现代农业，投身新时代中国特色社会主义伟大事业。

习近平总书记在党的二十大报告中指出：“青年强，则国家强。当代中国青年生逢其时，施展才干的舞台无比广阔，实现梦想的前景无比光明。”青年树立什么样的人生理想，选择什么样的奋斗方向，对于走好一生的路至关重要。历史已经充分表明，广

^① 胡文本. 弘扬伟大改革开放精神 [N]. 浙江日报, 2019-03-05 (10).



大青年只有在中国共产党领导下，用党的科学理论武装头脑、指导行动，才能把个人奋斗融入中华民族伟大复兴的中国梦中，才能最大限度地实现人生价值。以青春之担当领航民族之振兴，新时代的青年要练就过硬本领，在不断积累的过程中进行实践创新、理论创新和技术创新，以实现国家富强和民族复兴为己任，用创新、创造推动国家在各个领域走在前列。

（二）与国共进

“冠者，礼之始也。”冠礼，是中国传统文化礼仪——汉族男性的成年礼。行冠礼者，从此将由家庭中的“孺子”转变为正式步入社会的成年人，这种转变意味着要从依赖逐渐走向自立，自觉承担起对家庭、社会和国家的责任，迈向自己的人生新阶段。作为国家的希望、民族的未来，青年人如何完成角色的转变，承担起责任与使命？习近平总书记在谈对青年人才的培养时指出：“这好比小麦的灌浆期，这个时候阳光水分跟不上，就会耽误一季的庄稼。”

1. 与祖国共成长，要深扎其根

“道之以德，齐之以礼，有耻且格。”在5000多年的历史长河中，中华民族创造了灿烂的文化，中国是文明古国、礼仪之邦。礼仪教化在凝聚社会团结、强化集体力量和规范社会秩序中起着非常重要的作用。新时代中国青年既拥有广阔发展空间，也担负着伟大时代使命，要做到“得其大者可以兼其小”。

一是要以礼涵养爱国主义情怀。青年应主动参与“与信仰对话”“我和国旗合个影”“我为核心价值观代言”“奋斗的青春最美丽”等一系列活动。青年在深扎其根、“扣好人生第一粒扣子”的过程中，要带动身边人厚植爱国主义情怀，要在建设强国梦的道



路上施展抱负、竞展风采，要树立强烈的主人翁意识和责任感，以时不我待、只争朝夕的精神投身新时代。

二是要以礼提高个人道德修养。“德者，本也。”道德之于个人、之于社会，都具有基础性意义，做人做事第一位的就是崇德修身。深扎其根，要“明大德、守公德、严私德”。“明大德”，新时代中国青年要扛起实现中华民族伟大复兴的担当，要在大是大非面前旗帜鲜明，在各种诱惑面前立场坚定，在风浪考验面前无所畏惧，在民族复兴的伟大事业中交出完美的青春答卷。“守公德”，新时代中国青年要积极投身于新时代中国特色社会主义的伟大实践中去。处在社会关系中的青年，对“我是谁、为了谁、依靠谁”的拷问一刻也不能忘。“大道之行也，天下为公”，青年要自觉遵守社会公德、职业道德、家庭美德，要遵守社会规范、承担社会责任，在与人民群众共命运中实现人生价值。“严私德”，新时代中国青年要自觉践行社会主义核心价值观。习近平总书记在2014年5月4日北京大学师生座谈会上指出：“核心价值观，其实就是一种德，既是个人的德，也是一种大德，就是国家的德、社会的德。国无德不兴，人无德不立。”青年要塑造良好的道德品质、保持积极的人生态度、培养健康的生活情趣，自强不息，止于至善，以礼待人，感恩党和国家，感恩人民和师长。

2. 与祖国共奋进，要强壮其枝

青年阶段是苦练本领、增长才干的黄金时期。习近平总书记曾以自己年轻时在农村插队的亲身经历，激励广大青年求真学问，练真本领，他说：“我到农村插队后，给自己定了一个座右铭，先从修身开始。一物不知，深以为耻，便求知若渴。上山放羊，我揣着书，



把羊拴到山坡上，就开始看书。锄地到田头，开始休息一会儿时，我就拿出新华字典记一个字的多种含义，一点一滴积累。我并不觉得农村7年时光被荒废了，很多知识的基础是那时候打下来的。现在条件这么好，大家更要把学习、把自身的本领搞好。”

紧抓青春韶华，下一番苦功夫，练好“内功”，才能走好人生之路。一是要系统地学。要掌握扎实的专业知识，“人材之成出于学”，知识是每个人成才的法宝。随着信息化水平的不断提高，获取知识的方式变得快捷，但也存在知识快餐化、信息碎片化的问题，要谨防“乱花渐欲迷人眼”的盲听盲从，在全面、系统、深入学习中充实知识储备，筑牢事业根基，担当起时代赋予的使命。二是要创新地学。青年时代是思维最活跃的阶段，最易从学习中发现问题和解决问题，在创新上大有可为。要勤于学习、敏于求知，使自己的思想观念、认识水平、思维视野紧跟时代发展的变化，立志追求人无我有、人有我优、技高一筹的境界，学到真本领。三是要联系实际地学。理论学习必须结合新时代的躬身实践，真本领是要能解决实际问题的。学习要以问题为导向，求真务实，学以致用，真正解决人民群众面临的、国家发展需要破解的大问题、真问题。

3. 与祖国共命运，要丰硕其实

习近平总书记在党的二十大报告中指出：“广大青年要坚定不移听党话、跟党走，怀抱梦想又脚踏实地，敢想敢为又善作善成，立志做有理想、敢担当、能吃苦、肯奋斗的新时代好青年，让青春在全面建设社会主义现代化国家的火热实践中绽放绚丽之花。”作为新时代的青年学生，我们要坚决听党话、跟党走，努力掌握科学文化知识和专业技能，提高人文素养，在学习中增长知识才



干，练就过硬本领，以真才实学服务人民，以创新创造贡献国家。

习近平总书记给大学生村官张广秀复信：“希望你 and 所有大学生村官热爱基层、扎根基层，增长见识、增长才干，促农村发展，让农民受益，让青春无悔。”习近平总书记给“郭明义爱心团队”回信：“希望你们努力践行社会主义核心价值观，积极向上向善，从‘赠人玫瑰、手有余香’中感受善的力量，以实际行动书写新时代的雷锋故事，为实现中国梦有一分热发一分光。”习近平总书记给复旦大学《共产党宣言》展示馆党员志愿服务队全体队员回信：“希望广大党员特别是青年党员认真学习马克思主义理论，结合学习党史、新中国史、改革开放史、社会主义发展史，在学思践悟中坚定理想信念，在奋发有为中践行初心使命，努力为实现‘两个一百年’奋斗目标、实现中华民族伟大复兴的中国梦贡献智慧和力量。”习近平总书记给中国农业大学科技小院的学生回信：“党的二十大对建设农业强国作出部署，希望同学们志存高远、脚踏实地，把课堂学习和乡村实践紧密结合起来，厚植爱农情怀，练就兴农本领，在乡村振兴的大舞台上建功立业，为加快推进农业农村现代化、全面建设社会主义现代化国家贡献青春力量。”

优秀的青年遍布神州大地，青春的榜样扎根在各行各业。他们坚定理想信念，勤学上进，爱岗敬业，孝老爱亲，彰显着向上向善的青年风采。时代的责任赋予青年，时代的光荣属于青年。在这筑梦圆梦的新时代，更加充满活力、更加坚强有力、更加有所作为的青年一代正阔步走来。

五谷的来历

相传远古时代有个叫稷的青年人。他望着面黄肌瘦的父老兄弟，心里非常难受。他想把满山遍野的东西都尝一遍，看什么能吃，好为大伙儿寻找些食物。无论是树上结的，还是地上长的，他都要放在嘴里尝一尝，品一品。就这样，他给大伙儿找到了水果和蔬菜。但是这些东西都是应时而生，不易贮藏，难当主粮。于是，稷下定决心，要走遍天下，尝尽所有的草木果籽，为大伙儿找些能做主粮的粮种。

当时的首领是女娲，稷把他的打算对女娲说了。女娲听了稷的打算，非常高兴，当即把她束发的红头绳解下来送给稷，让稷当作鞭子去鞭打草木，开路找粮种，还让她的五个儿子（稻、黍、麦、菽、麻）给稷做侍从。临行时，女娲拿出五个颜色不同的袋子，把白袋子给了稻，把黄袋子给了黍，把红袋子给了麦，把绿袋子给了菽，把黑袋子给了麻。女娲对他们说：“稷立志要走遍天下为大伙儿寻找粮种，你们跟着他去找吧！”稷领着稻、黍、麦、菽、麻出发了。他举着红绳鞭在前面开路，稻、黍、麦、菽、麻身背五色袋子在后边跟着。稷不管见到什么草籽，都要摘下来放在嘴里嚼一嚼，品一品。特别是那些长得饱满的草籽，他嚼得更碎，品得更细。遇到觉得好吃的草籽，稷就让稻、黍、麦、菽、麻去采集，按颜色和品种分别装在五个袋子里。

他们周游四方，选采草籽，慢慢把五个袋子都装满了。这天，




他们正走着，忽然看见一座险山上有一种高秆红穗的东西，他们想采集，但山太陡，上不去。几个人一商量，便砍倒树木，搭架而上。他们站在山顶上，四下瞭望，只见天地无边，群山起伏，连绵不断。俯视山下，只见有五条山谷，山泉涌流，土肥草绿，真是山清水秀的好地方。稷望了望那五条山谷，又望了望那五个装满各种草籽的袋子，对稻、黍、麦、菽、麻说：“要使人们永远不挨饿，单靠采集野粮是不行的，必须学会耕种。你们跟着我走了这么多路，知道了什么草籽可当粮食。现在这里有五条山谷，土肥水足，你们每人选一条山谷，把你们袋子里的种子种下，精心管理，细心观察，摸索出种庄稼的经验。然后大家都照着那样种植，这样我们才永远不会挨饿。”稷说完，稻、黍、麦、菽、麻各选了一条山谷，在临水的地方砍草开荒，撒种子，干了起来。

稷为了兼顾各条山谷的庄稼，就住在山顶上，他也开了一片荒，把那高秆红穗的东西的种子种下。他一面管理自己种的庄稼，一面指导稻、黍、麦、菽、麻的耕作。就这样，他们在山上住了3年，摸准了各种作物生长的习性，总结出了一套耕作经验，然后教人耕种。因为这些粮食是在五条山谷里种成的，所以人们就把粮食总称为五谷。

拓展阅读链接

1. 纪录片《2019 寻年味》第三站：天地“粮”心，海南澄迈富硒红米

纪录片《2019 寻年味》第三站——海南澄迈，一同探寻这块



土地的前世今生，还原一个关于“粮”心的故事。用一份自然之礼，重建人与人、人与食物、人与自然、城市与乡间的美好关系。

2. 纪录片《中国粮的奇迹》第三集：丰盈餐桌

70年光阴似箭，中国人从物资短缺到衣食无忧，从解决温饱迈向全面小康。今天的中国，不仅是世界最大的粮食生产国，也是世界最大的肉类、水产品、禽蛋、蔬菜和水果生产国。从吃不饱到吃得好，人们的口腹之欲得到充分满足，带来的幸福感和获得感，让全世界信服：中国人民一定能，中国一定行。

3. 文章《开国将军甘祖昌为何坚决要求回乡当农民？》

甘祖昌晚年回到故乡莲花县，把荒山开垦出来，扩大耕地面积，为建设社会主义新农村做出巨大贡献。作为从农民到将军，又从将军到农民的典型代表，他能上能下，能官能民，奉献一生，清贫一生。从中，我们不仅看到一位老红军鞠躬尽瘁、无私奉献的高大形象，同时感受到他始终把党和人民利益放在首位的炽热情怀。

（来源：共产党员网）

粮漆画鉴赏



《井冈积翠》



《巍巍井冈》



《晨曲》



实践·任务

| | | | | | | | | |
|------|--|----|----|----|----|----|----|--|
| 任务名称 | 搜集并讲述粮食的故事 | | | | | | | |
| 任务目的 | 引导学生讲述粮食的故事，提升学生的语言表达能力、文字写作能力，丰富学生的粮食文化知识，激发学生对粮食的敬畏之心、对种粮人的感恩之情和为党和国家奋斗之志。 | | | | | | | |
| 任务描述 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 组织学生搜集有关粮食的故事，或者写下自己与粮食有关的故事。 2. 组织学生以讲故事的形式认识粮食文化，增强对粮食的情感。 | | | | | | | |
| 任务实施 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 提前布置搜集有关粮食的故事，或者写下自己与粮食有关的故事的任务。 2. 课内以小组为单位，进行讲故事比赛。 3. 教师根据故事内容和现场演讲情况进行评分，并将学生的完成情况纳入课程考核范畴。 | | | | | | | |
| 任务评价 | 自我评价 | | | | | | 评分 | |
| | 组内互评 | 学号 | 姓名 | 评分 | 学号 | 姓名 | 评分 | |
| | | 1号 | | | 4号 | | | |
| | | 2号 | | | 5号 | | | |
| | 小组互评 | 3号 | | | 6号 | | | |
| | | 组号 | 评分 | | 组号 | 评分 | | |
| | | 1组 | | | 4组 | | | |
| | | 2组 | | | 5组 | | | |
| 教师评价 | 3组 | | | 6组 | | | | |
| | 教师评价 | | | | | | 评分 | |
| 成果转化 | 教师组织各班讲故事第一名获得者进行决赛，可推荐获奖者为学院粮食故事宣讲大使，将粮食故事推向每一位“工贸人”。 | | | | | | | |



参考文献

- [1] 李建成. 中国粮食文化概说 [M]. 北京: 中国农业出版社, 2011.
- [2] 李运楼. 粮食通识教育读本 [M]. 南昌: 江西人民出版社, 2014.
- [3] 韦胜强, 李红梅. 粮食营销 [M]. 北京: 北京理工大学出版社, 2016.
- [4] 宋晓文. 德行天下: 中华优秀传统文化辅学读本 [M]. 南昌: 江西人民出版社, 2017.
- [5] 邱小云. 红色文化十讲 [M]. 南昌: 江西高校出版社, 2018.



第三章 粮情中的勤与俭

古语名言

黄金本无种 出自勤俭家


“黄金本无种，出自勤俭家。”这句话的意思是，黄金是没有种子可以种植的，只能靠勤俭持家才可获得。

中华民族自古以来就有勤劳俭朴的传统美德，历史上因俭而兴、因奢而废的例子不胜枚举。曾经，“节约”二字被打上了过时的烙印，被认为是以前生产力水平低下的时代产物。有人认为，在物质生活日益丰富，以中国式现代化全面推进强国建设、民族复兴伟业的今天，倡导勤俭节约已不合时宜。

对于这种观点，你是怎样看待的？请谈谈你的看法。

点击核心

不论我们国家发展到什么水平，不论人民生活改善到什么地步，艰苦奋斗、勤俭节约的思想永远不能丢。艰苦奋斗、勤俭节约，不仅是我们一路走来、发展壮大的重要保证，也是我们继往开来、再创辉煌的重要保证。



——2019年3月5日，习近平总书记在参加十三届全国人大二次会议内蒙古代表团审议时发表的讲话

餐饮浪费现象，触目惊心、令人痛心！“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。”尽管我国粮食生产连年丰收，对粮食安全还是始终要有危机意识，今年全球新冠肺炎疫情所带来的影响更是给我们敲响了警钟。要加强立法，强化监管，采取有效措施，建立长效机制，坚决制止餐饮浪费行为。要进一步加强宣传教育，切实培养节约习惯，在全社会营造浪费可耻、节约为荣的氛围。

——2020年8月11日，习近平总书记对制止餐饮浪费行为作出的重要指示

要深入推进公民道德建设、志愿服务建设、诚信社会建设、网络文明建设，不断提高人民道德水准和文明素养。要提倡艰苦奋斗、勤俭节约，坚决反对铺张浪费，在全社会营造浪费可耻、节约光荣的浓厚氛围。

——2020年9月22日，习近平总书记在教育文化卫生体育领域专家代表座谈会上的讲话

节俭朴素，力戒奢靡，是我们党的传家宝。现在，我们生活条件好了，但艰苦奋斗的精神一点都不能少，必须坚持以俭修身、以俭兴业，坚持厉行节约、勤俭办一切事情。年轻干部要时刻警醒自己，培育积极健康的生活情趣，坚决抵制享乐主义、奢靡之风，永葆共产党人清正廉洁的政治本色。

——2021年3月1日，习近平总书记在2021年春季学期中央党校（国家行政学院）中青年干部培训班开班式上的讲话



古人云：“俭，德之共也；侈，恶之大也。”勤俭节约是中华民族优良传统。小到一个人、一个家庭，大到一个国家、整个人类社会，要想生存，要想发展，都离不开勤俭节约。诸葛亮把“静以修身，俭以养德”作为“修身”之道，朱用纯将“一粥一饭，当思来之不易；半丝半缕，恒念物力维艰”当作“齐家”的训言，毛泽东以“厉行节约，勤俭建国”为“治国”的经验。可见，“修身、齐家、治国”均离不开勤俭节约。从古至今，中国人民披荆斩棘，逢山开路，遇水架桥，为食能果腹不懈努力，走出了我们自己的粮食之路。

艰苦奋斗、勤俭节约是中华民族的传统美德，也是我们党的优良传统和作风。从革命年代“红米饭南瓜汤”的乐观无畏，到建设时期“勤俭是个传家宝，千日打柴不能一日烧”的生动号召，艰苦奋斗、勤俭节约作为强大的精神力量，始终激励着我们党顽强进取，百折不挠，走向胜利，成就伟业。今天，当历史的指针拨向新时代，牢记习近平总书记的嘱托，擦亮艰苦奋斗、勤俭节约这个“传家宝”，对于党和国家事业的发展有着重大而深远的意义。

粮情中的勤与俭，是江西工业贸易职业技术学院提炼的“五粮文化育人”理念的基本要求，是公民道德的优良品质。学院教育引导学生勤学苦练，躬耕乐道，勤以精业，俭朴为荣。新时代是奋斗者的时代，奋斗是艰辛的，是幸福的。作为新时代的大学生，要发扬勤俭节约的优良传统，锻炼吃苦耐劳、坚韧顽强的精神，自强不息，艰苦奋斗，以实际行动为社会发展节约资源，为国家粮食安全贡献自己的一份力量。



一、体验种粮之艰

“锄禾日当午，汗滴禾下土。谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。”《悯农》(其二)这首诗阐述了农民种植的艰辛和劳动果实的来之不易，告诫我们要尊重劳动与创造，珍惜粮食，珍惜今天的生活，懂得感恩。古代自然条件恶劣，物质资源匮乏，勤劳的中华儿女辛勤劳动，自强不息，以最基础的种植技能和最传统的农具向土地“要粮食”，面朝黄土背朝天，日出而作，日落而息，只为在收获的季节五谷丰登。

(一) 粮食种植

人类在采集、狩猎阶段，几乎完全依赖自然而生存。或栖身洞穴，或构木为巢，生吞活剥，茹毛饮血，是当时人类的原始生存状态。随着文明的进步，为了获得更稳定的食物来源，人类开始从依赖野生植物到尝试粮食种植。从偶然发现曾经吃过的植物籽粒掉落在地上，能生长且结出果实，于是开始采集、储藏一部分种子，到后来逢时或择时刀耕火种，从而开启了粮食的种植。最初的粮食种植涉及多种植物，《尚书·舜典》记载：“帝曰：‘弃，黎民阻饥，汝后稷，播时百谷。’”通过对粮食作物的反复观察和积极探索，从“百谷”到“五谷”，人们开始固定种植粮食作物。

我国粮食种植历史悠久，是世界上最早种植水稻和粟的国家。据考古发掘发现，大约在距今1万年前的新石器时代，人类由食物采集者变成食物生产者，在我国的黄河流域和长江流域分别出现了原始农业和原始畜牧业，中华民族的祖先开始了粮食种植活



动，中华民族的粮食文化随即萌发。

在原始社会，中国的粮食品种主要有粟、黍、稻、菽（大豆）、大麦、小麦、薏苡等。北方以种植粟、黍粮食品种为主，南方以种植水稻为主。

夏、商、西周时期，中国的粮食品种有黍、稷、稻、小麦、大麦、菽、麻等七种，主要的粮食品种是黍和稷。在《诗经·小雅》中，农作物的排列顺序是：黍、稷、稻。当时人们很迷信自然，称“社”为地神，称“稷”为谷神，故将二者结合在一起称为“社稷”。因而“社稷”就成了国家的代名词。

春秋战国时期，随着铁制农具的出现和灌溉的发展，人们才有条件种植对水土要求较高的菽和粟。虽然粮食的品种变化不大，但是粮食的结构发生了很大变化：菽（大豆）的地位上升，并和粟一起成为主要的粮食作物。这在中国农业发展史上是一个历史性的变化。

秦汉时期粮食结构有所变化，主要粮食品种有粟、稻、小麦、大麦、大黍、粱、大豆。隋唐五代时期，主要粮食品种有：稻、粟、麦。宋元时期，稻、麦两熟制逐步形成，双季稻得到推广。明代以后，水稻种植得到更好的发展，因此有“湖广熟，天下足”的说法。同时，玉米、甘薯、土豆从国外引进，更加丰富了粮食品种。当时主要的粮食品种有水稻、小麦、谷子、玉米、豆类。

1. 我国古代人民种植粮食的艰辛

中国自古以来以农业为基础，悠久的农耕历史犹如一部农业百科全书，传承至今，让祖祖辈辈的中国人感受到了民族的情怀。粮食是关系国计民生的重要物资。在结识粮食到探索粮食种植的



历史进程中，勤劳的中国人民与粮偕行，养成了勤以养身、俭以修德的良好品质，孕育了百折不挠、自强不息的斗争精神，谱写了刻苦钻研、勇往直前的奋进历史。

我国古代的粮食种植主要经历了荒耕—刀耕火种—铁犁牛耕的演变。新石器时代的粮食种植，主要依靠的工具为石器农具，种植方法也十分简单：在居住地附近采集、播撒野生种子，基本不照料。待作物发芽生长起来后，拔掉周围的草，并将之作为肥料来养护作物。这种不烧不耕的种植方法，是最原始的耕作方式，被称为荒耕。荒耕的产量和效率极其低。相传炎帝神农氏为了更便于种植五谷，发明了刀耕火种的种植办法，制作了农具耒耜。通过火焚林莽、草地，使土地的开垦、耕种变得较之前容易，且能进行较大面积的耕种。同时，焚烧后的草木灰烬经过雨水的浇灌直接成为肥料，大火消灭了土壤中的病虫害从而有利于农作物生长。农业进入耜耕阶段，劳动生产率大大提高了。商周时期，出现了青铜农具，青铜农具比木石工具坚硬、锋利，但由于比较贵，在农业生产中只是少量使用。春秋时期，小件铁农具问世。战国时期，铁农具使用范围扩大。铁器时代到来，在生产生活的过程中，铁器代替了石器。同一时间，牛耕初步推广。此后，铁犁牛耕逐步成为中国传统农业的主要耕作方式并流传至今，我国偏远地方依旧在使用这种耕作方式。

无论是刀耕火种时期还是铁犁牛耕时期，粮食的种植都是十分艰辛的。好在铁犁牛耕时期，技术与工具的改进使得粮食产量得以增长。传承至今的二十四节气，也与农耕息息相关。谷雨前后，是春耕幕布全面拉开的时节，全国各地陆续进入适播期。在粮食




作物经历翻土、播种、施肥等程序后，还得持续做好喷药、拔草、治虫等系列工作。有句俗语：“稻成熟，要过八十八道手。”水稻从播种到成熟收获，在时间和人力上都要有很大的付出，这个过程也十分漫长、艰辛，要经历选种、育苗、栽种、除草、施肥、杀虫、收割、脱粒、碾粒、扬粒、晾晒等过程。正所谓“一粒米，千滴汗，粒粒粮食汗珠换”，每一粒米都凝聚着广大农民的汗水和心血，也承载着辛勤付出后的收获之喜。

2. 新民主主义革命时期农民种植粮食的艰苦

随着鸦片战争的爆发，中国进入了积贫积弱的半殖民地半封建社会。中国共产党带领广大人民群众在反帝反封建反官僚主义的道路上负重前行，在艰难困苦的局面中扶持并进，因志同行，百折不屈，开拓进取。

革命战争年代，粮食往往关系着革命根据地的发展壮大和革命队伍的生死存亡。在井冈山革命根据地建立后，中国共产党领导的湘赣边区政府广泛开展土地革命，采取各种政策措施大力发展粮食种植，制定颁布《井冈山土地法》，将土地分给普通群众，并鼓励群众自耕用地，形成了一种军民融合的粮食种植环境。当时农业经济落后，粮食产量有限，为保障群众的生活和保证红军给养，苏区政府组织了青年开荒队、妇女开荒队、红军战士及政府工作人员开荒队，竭尽全力开垦现有荒地。南泥湾原是一片荆棘丛生的荒野，但土质肥沃，可耕面积较大，适合大规模垦荒生产。1941年初，八路军三五九旅奉命开进南泥湾地区。在生活条件极为艰苦且资金十分困难的情况下，战士们自己动手建窑洞、搭帐篷、挖野菜、制农具，逐步解决了吃住和生产资料问题。为掌握



当地耕作技术，他们派出人员向边区劳动英雄学习撒种、施肥、留苗等粮食种植技术。

中国人民经历过很多磨难，在崎岖的道路上，凝聚民族力量；在中国共产党的领导下，用卓越的智慧、勤劳的双手，让希望的种子在曲折中茁壮成长。

3. 新中国成立以来农民种植粮食的苦与乐

新中国成立以来，经过不断发展，我国粮食种植进入了机械化、现代化的历史新阶段。新中国成立后，我国粮食生产经历了几个发展阶段。

从新中国成立到 1977 年。这一时期，在党中央的政策引导和全力号召下，劳动人民为恢复和发展国民经济，解决温饱问题奋发图强，励精图治。我国粮食种植面积从开始的 16.5 亿亩扩大到 1977 年的 18.1 亿亩；总产量先后跃上 1500 亿千克、2000 亿千克、2500 亿千克三个台阶；粮食单产从 69 千克提高到 157 千克，增长了 1.28 倍。我国农业物资装备和科技水平逐步提高；有效灌溉面积由 1952 年的 2.99 亿亩扩大到 1977 年的 6.75 亿亩，增长了 1.26 倍；杂交水稻等新品种培育取得重大突破。现代化生产要素投入增加，化肥施用量（折纯）由 7.8 万吨增加到 648 万吨，增长了 82 倍。但由于这一时期我国人口增长快，粮食人均占有量仅从 209 千克提高到 298 千克，仍然处于较低水平，温饱问题仍未得到根本解决。

在这一时期，诞生了以“艰苦奋斗、勇于开拓、顾全大局、无私奉献”为核心的北大荒精神。20 世纪 50 年代初，北大荒第一代拓荒者用青春与汗水、鲜血和生命，在东北三江平原的亘古荒




原上发起了“向地球开战，向荒原要粮”的伟大壮举。几代拓荒人承受了难以想象的艰难困苦，战天斗地，百折不挠，把激情、青春和汗水贡献给了祖国边陲那曾经荒芜凄凉的土地，垦荒英雄们把生命融入了这片荒原，用勤劳和智慧征服了这片桀骜不驯的黑土地，实现了从北大荒到北大仓的历史性巨变。

改革开放 40 多年高起点波动发展阶段又可以分为 1978—2012 年和 2012 年至今这两个阶段。

1978—2012 年，我国粮食总产量在 3000 亿千克起点基础上，先后跨上 3500 亿千克、4000 亿千克、4500 亿千克、5000 亿千克和 6000 亿千克五个台阶，实现了粮食供求基本平衡，满足了人民日益增长的消费需求，为经济社会发展和深化改革奠定了物质基础。取得这一巨大成就，得益于家庭联产承包责任制，这一制度极大地调动了农民的生产积极性，解放和发展了农村生产力。在种植粮食的过程中，充分利用现代机械种植与收割，大大降低了人力成本，提高了劳动效率。

2012 年至今，党的十八大以来，习近平总书记对做好“三农”工作提出了一系列新理念新思想新战略，科学回答了新时代“三农”工作的重大理论和实践问题，形成了习近平新时代中国特色社会主义思想的重要组成部分，是指导我国农业农村发展取得历史性成就、发生历史性变革的科学理论，也是实施乡村振兴战略、做好新时代“三农”工作的行动指南。^① 习近平总书记指出，我国农业

^① 韩长赋. 用习近平总书记“三农”思想指导乡村振兴 [EB/OL]. (2018-03-28) [2021-06-11]. <http://theory.people.com.cn/n1/2018/0328/c40531-29892998.html>.



农村发展已进入新的历史阶段，农业的主要矛盾由总量不足转变为结构性矛盾，矛盾的主要方面在供给侧。他在安徽小岗村农村改革座谈会上强调，要以构建现代农业产业体系、生产体系、经营体系为抓手，加快推进农业现代化。因此，“现代农业”“智慧农业”“新型职业农民”“智慧仓储”等开始进入大众视野。比如，北大荒集团农业全程无人作业于2019年首站试验成功，正式开启“无人作业时代”，这代表着我国现代化大农业数字化、智能化的发展方向，“机器换人”进入全新阶段。

现代科技在农业上的应用还有溯源系统。广东省皇图生态农业发展股份有限公司充分利用现代云技术，其溯源系统从种子的挑选、培育开始，到发芽、浇水、施肥、收割、运送、上餐桌，全程都有据（视频）可查，还能通过手机查看基地作物生长、人工管理实时情况，让蔬果在“眼皮子底下”成长。

现代农业与数字化、智能化技术相结合，催生出了智慧农业的各种新业态，这不只是技术层面的进步，更是农业生产方式的变革。试想不久的将来，广袤的中国大地上，成千上万台由北斗导航系统指引的农机具，以整齐队列自动化地完成从种到收的全过程，那时候的农民可以真正告别“面朝黄土背朝天”，粮食种植将成为生活之乐。

“晨兴理荒秽，带月荷锄归。”劳动人民不分日夜、不辞辛苦的奋斗精神，在新时代的今天，依旧闪闪发光。现在，“智慧农业”“新农夫”“新型职业农民”这些词语已经不再新鲜。部分农民已经完成了角色转换，告别了“面朝黄土背朝天”的传统耕作方式，转变为现代农业的“操盘手”。但是，艰苦奋斗的精神一刻也



不能丢掉。正如习近平总书记所强调的：“每一代人有每一代人的长征路，每一代人都要走好自己的长征路。”作为青年大学生，要走好人生的长征路，艰苦奋斗的品质尤其不可缺。

（二）粮食储藏


粮食储备是保证再生产和粮食流通的必要条件，是现代化建设的重要基础。列宁曾强调，真正的经济基础是粮食的储备。储藏好粮食，使粮食不受虫、霉、鼠、雀危害，不受药剂污染，做好“推陈储新”工作，才能保障人民身体健康。

1. 寻粮储之源

俗话说：“民以食为天。”粮食储藏问题关系到国家安危、社会和谐和民心稳定。我国粮食储藏的历史非常悠久。当人类从靠采集、狩猎为生的社会过渡到农业社会后，粮食就逐渐成为人类的主要食物。到了新石器时代，粮食逐步有了积余，于是人类开始了粮食的储藏。在我国境内发现的很多新石器时期的文化遗址中，都有储藏的粮食。在黄河流域的仰韶文化遗址中，考古工作者发现有早期的炭化粟粒等遗存，其储粮的窑穴以黄土和草拌泥涂抹，窑底平坦，容积较大，周壁光滑，有的窑穴还经火烘烤防止返潮。

战国时期，中国开始出现房屋式粮仓。如在江西界埠发现4座面积均达600平方米左右的战国时期粮仓遗迹。粮仓是屋顶盖瓦的长方形土木结构建筑，长61.5米，宽11米，仓内有4条平行的纵沟，纵沟之间又有很多小横沟相连，以便于通风干燥。在粮仓内发现大量的炭化米粒，经鉴定，这些米粒应为粳米。

自周代开始，历代王朝不仅重视中央仓储的建设，也开始重



视在地方兴仓储粮，储粮制度渐趋成熟，仓储规模不断扩大。据《秦律十八种·仓律》记载，秦国境内“万石一积”的粮仓分布各地，“栎阳二万石一积，咸阳十万一积”。

在汉代，统治者重视仓储经营，建立起从中央到地方的各级仓储体系。有按行政建置设置的粮仓，如中央粮仓、郡（国）粮仓、县级粮仓；有按军事建置设置的粮仓，如都尉一级设仓、侯官一级设仓、侯长一级设仓；还有各地农官下属的粮仓，据《汉书·食货志》记载：“水衡、少府、太仆、大农各置农官。”甘肃敦煌汉代大方盘城遗址，是我国至今保存规模较大的古代粮仓遗址。粮仓在地基高且干燥之处，仓墙用黏土建造而成。从遗址看，是大小相等的3个仓，向南各开一个门，南北墙壁上下均有三角形小孔，交错排列，为通风所用。该粮仓是重要的军需粮库，直至魏晋时期仍在使用。

隋唐时期，广置仓储。如隋朝时，置黎阳仓、河阳仓、常平仓、广通仓等；唐代时，置河阴仓、柏崖仓、集津仓、盐仓。隋王朝在洛阳修建了大型的含嘉仓，作为当时的中央储备粮仓。含嘉仓历经隋、唐、北宋三个朝代，沿用500多年，是我国著名的大型官仓。

清代光绪年间，东阁大学士闫敬铭倡议修建民办粮仓——丰图义仓。该仓房建造于1882年至1885年，历时4年竣工。该仓占地面积20余亩，位于陕西省大荔县，是至今保存最完好的近代粮仓遗址，是中国历史上使用时间最长的粮仓之一，也是我国目前为止仍在使用的近代粮仓。

新中国成立后，国家高度重视粮食储备工作。20世纪50年



代，我国开始建造多种形式的地上粮仓，包括引进建设了一批“苏式仓”。20世纪60年代，我国开始建造现代地下仓。在黄土高原地区，主要利用有利的地质与地形，较大规模地建造土体地下仓。土体地下仓建在土层厚、土质坚硬、地形结构稳定的地区；按照形状可分为窑洞形仓、喇叭形仓、椭圆形仓；仓壁用砖石裱砌，可以利用地形高差实现进出粮作业，粮食出入仓可进行自流作业，仓顶进粮，仓底出粮。在沿海地区，主要建造岩体地下仓，利用地下天然的低温环境来储存南方地区由于炎热潮湿而容易生虫霉变的粮食。地下仓具有结构牢固、隐蔽性好、不占耕地、仓温较低、干燥密闭、储粮稳定性好、可延长粮食保鲜期、便于日常管理等优点，但存在施工麻烦、受地理位置限制、投资较大、储粮困难等缺点。20世纪80年代，我国开始重点建设地上房式仓及筒式仓。钢筋混凝土筒仓、钢板筒仓、浅圆仓在西方使用普遍，被视为现代化仓型，这些仓型目前我国是待普及阶段，也是今后粮仓发展的方向。

2. 奠粮储之基

长久以来，我国对粮食储藏工作非常重视。自20世纪90年代初期，我国就建立了粮食储备体系。由于粮食储藏工作的持续发展，大量新装备、新技术在粮食储藏中得到快速应用和发展，让粮食储藏的技术水平有了极大程度的提高，对提高粮食储藏的质量和降低粮食的损失起到了重要作用。我国的粮食储藏工作主要由国家、地方、企业和农户来完成。在经济快速发展的背景下，人们的环保意识逐渐增强，储粮技术也得到快速提高，群众对储粮有了科学的认识，进而让粮食储藏管理和技术开始向科学化、



集约化和现代化的方向发展。我国发布了《粮油储藏技术规范》，此规范的实施对我国粮食储藏事业的发展起到了良好的作用。

粮食储藏技术的水平持续提高，之前的技术规范已不能适应目前粮食储藏技术发展的需要。近年来，我国对之前的技术规范进行重新修订，同时针对缺少的内容进行编写，对粮食储藏规范化和精细化管理方面的标准更是开展了严肃的规范和编制，进而让我国的粮食储藏工作进入了规范化轨道，这对我国粮食储藏事业的发展起到了很大的促进作用。

3. 学粮储之艺

粮食是关系国计民生的必需品，国家建设、人民生活都离不开粮食。粮食储藏对粮食的及时收购、按时调运、准备加工、保证供应，都有着重要的作用。因此，做好粮食储藏工作具有重要的意义。

稻谷的储藏方法：稻谷的保管需要特别注意，稻谷的品种、水分、杂质、晾晒、通风等各方面因素都会影响稻谷储藏质量。水分大、杂质多、不完善粒多的稻谷，容易发热霉变，不耐久藏。因而在储藏时，要按品种对稻谷进行分类；要尽量减少杂质含量；要控制稻谷的水分，粳稻谷的安全水分标准在 14% 以下，籼稻谷的安全水分标准在 13% 以下；要做烘干、通风、晾晒工作。新收获的稻谷，水分含量较大，要避免堆积，应沿地面摊开。秋天天气开始变凉，粮堆内外温差大，更应加强通风，及时翻动。

小麦的储藏方法：小麦的储藏要特别注意水分和温度。小麦有吸湿性强、后熟期长、较耐高温、易受虫害、耐贮性好等特点，因而在入库时要分品种、分级入库，做到种类、好次、干湿、新




陈、有虫无虫“五分开”，避免影响品质。在储藏过程中，要控制好水分含量、空气温度、湿度，以及做好储粮害虫检查、粮堆结露检查、发热霉变检查等工作。现下比较流行的储藏方法有常规储藏、热密闭储藏、冷密闭储藏等。

玉米的储藏方法：玉米安全储藏的关键是提高入库质量，降低籽粒的水分。由于各地的气温、湿度有较大差异，所以玉米的储藏应因地制宜，采用相应的储藏措施。玉米的储藏方法有果穗储藏和脱粒储藏。果穗储藏是一种比较成熟的储藏手法，籽粒埋藏在果穗内，对防止虫霉侵害有一定作用。同时，由于玉米果穗堆内孔隙度大，通风条件好，又值低温季节，因此高水分玉米果穗尽管呼吸强度很大，但也能保持热能代谢平衡。堆温变化较小，在长期通风条件下，得以逐步干燥。当水分降到 14.5% ~ 15% 时，玉米即可脱粒转入粒藏。脱粒储藏要按水分含量等级区分入仓，对于水分含量高的玉米，要先进行烘干再入仓。采用密闭储藏时，南方地区充分晾晒后，再入仓即可；北方地区可进行烘干降低水分，也可采用低温冷冻密闭储藏。

高粱的储藏方法：新收获的高粱，具有水分大、杂质多的特点，要做到区分水分、等级入仓，必须及时晾晒不符合安全储藏标准的高粱。高粱适合低温储藏，要经过干燥除杂、寒冬降温等程序，再进行密闭仓储，这样一般可以安全度夏。

大豆的储藏方法：储藏大豆的关键在于干燥和低温。降低大豆的含水量，是大豆安全储藏的重中之重。在干燥方面，要充分晒干豆荚再脱粒，大豆脱粒后要及时进行晾晒。大豆要长期贮藏，水分不能超过 12%。在通风方面，由于新入仓的大豆籽粒间水分



不均匀，加上大豆的后熟作用，堆内湿热容易积聚，引起发热霉烂。因此在大豆入仓后3~4周，必须适时通风，散热散湿，保证大豆的储藏安全。

4. 体粮储之艰

粮食储藏与国家安全密切联系在一起，特别是自然灾害频发、粮食产量下降时期。好的粮食储藏手段可以帮助国家从容应对粮食危机。粮食储藏对通风、室温、防水等方面的要求十分高，这些对古代人民更是巨大的考验。“失之毫厘，差之千里”，因仓储不当导致粮食变质的情况也时常发生。

中华民族自古以来就是一个崇尚勤俭节约的民族，从餐饮文化到穿衣住行各方面，无不在倡导勤俭节约之风。明太祖朱元璋的故乡安徽凤阳，还流传着一首关于“四菜一汤”的歌谣：“皇帝请客，四菜一汤，萝卜韭菜，着实甜香；小葱豆腐，意义深长，一清二白，贪官心慌。”相传朱元璋在给皇后过生日时，只用红萝卜、韭菜、青菜两碗和小葱豆腐汤宴请众官员，并且约法三章：今后不论谁摆宴席，只许四菜一汤，谁若违反，严惩不贷。朱元璋作为一名农民皇帝，清醒地认识到了粮食对一个国家长远发展的重要性，以身作则，提倡俭朴之风。

作为青年大学生，要深切体会粮食的来之不易，深刻明白粮食储藏面临的风险。在人生成长路程中，青年大学生要提高自我修养，把课堂学习和乡村实践紧密结合起来，厚植爱农情怀，树立节俭意识，培养节约习惯，为全面建设社会主义现代化国家贡献青春力量。




二、粮食的希望之路

从史前文明至今，中国的粮食种植与储藏经历了成千上万年的发展与衍变，在这漫长而艰辛的过程中，中国人不仅形成了勤俭节约、艰苦奋斗的优良传统，也明白了粮食生产是安天下、稳民心的战略产业。经验告诉我们：“‘稻’是生存之道、发展之道，一米一饭关系国家安危、人民幸福。‘粮’来自良田、良技，千里沃土藏着食粮，藏着丰收和希望。我们不但要向土地要粮，还要向科技要粮。”

自党的十八大以来，以习近平同志为核心的党中央高度重视粮食安全，并以“时刻不松弦”的高度警惕性和常抓不懈的姿态，对中国粮食安全进行战略谋划和实践部署。“十三五”规划建议提出：“坚持最严格的耕地保护制度，坚守耕地红线，实施藏粮于地、藏粮于技战略，提高粮食产能，确保谷物基本自给、口粮绝对安全。”从粮食生产、收获、储藏、加工、包装、运输、消费等各个环节入手，推动构建稳定、可持续发展的粮食供应保障系统，促进粮食减损增效，保障国家粮食安全。

从国家粮食安全形势来看，党的十八大以来，我国粮食产能稳步提升。我国粮食生产实现“二十连丰”，至2023年，我国粮食总产量达到1.39万亿斤，且连续9年稳定在1.3万亿斤以上。但随着工业化和城镇化进程加快，人口增加，人民生活水平提高，我国的粮食缺口在不断加大。耕地减少、水资源短缺、自然灾害、气候变化等对粮食生产的约束日益突出，粮食供需将长期处于



“紧平衡”状态。有关专家预计，我国人口在 2030 年将达到 15 亿左右，为满足新增人口，需多生产 1000 亿千克粮食。这主要有两方面的原因：一是粮食需求量将在未来大幅增加，二是我国粮食在加工、运输、储藏、消费等多个环节损耗严重。粮食专家指出，我国农户储粮装具大多材质简陋、保管技术水平低，鼠咬、虫食和霉变等多有发生，粮食损失率高达约 8%。面对粮食种植与粮食储藏的巨大挑战，实施藏粮于地、藏粮于技战略有助于实现新时代我国粮食安全的可持续发展，切实保障我国粮食安全。

（一）藏粮于地

藏粮于地，是指通过提高耕地质量和土地生产力，实现粮食生产稳产高产。一旦出现粮食紧缺，也可以很快恢复生产能力。它要求在土地开发过程中，尽可能地避免破坏耕地或永久性占用耕地。而在粮食相对充足的情况下，则可以利用部分土地种植经济作物或从事其他经营，迅速增加农民收入。

自古以来，耕地就是粮食生产的“命根子”，是粮食生产的主要载体。“皮之不存，毛将焉附？”没有耕地，就没有口粮。耕地红线是粮食安全的大坝，保护耕地就是保护粮食生产。只有先保证了耕地的面积与数量，才能再谈如何利用耕地，提高粮食产量。2006 年，十届全国人大四次会议上通过的《中华人民共和国国民经济和社会发展第十一个五年规划纲要》明确提出，18 亿亩耕地是未来五年一个具有法律效力的约束性指标，是不可逾越的一道红线。2022 年，党中央、国务院批准印发的《全国国土空间规划纲要（2021—2035 年）》明确，全国耕地保护任务目标为 18.65 亿亩，保持到 2035 年不变。同年，“牢牢守住 18 亿亩耕地红线”



出现在党的二十大报告里，“确保中国人的饭碗牢牢端在自己手中”在中国式现代化进程中的分量越来越重。

在人类历史发展演变中，土地资源始终是一个重要而关键的核心问题。土地是人类生产、生活的最基本要素，既为人类提供了活动的空间，又可供人类进行物质再生产，自然也包括粮食生产。地为粮之源，粮为民之天，民为国之本，重源方能固本，本固而后邦宁。因此，土地问题是治国安邦的头等大事，古往今来，莫不如此。我国国土面积有 960 万平方千米，幅员辽阔。同时，我国又是一个人口大国，人口占世界总人口的 20%，然而耕地面积仅占世界现有耕地面积的 7% 左右，人均耕地面积更是排在世界 126 位以后。稀缺的耕地数量，庞大的人口基数，意味着我们必须向有限的土地索取更多的粮食产出。在此背景下，注重以耕地产能保护和提升为核心的藏粮于地战略就成为历史发展的必然选择。

我国长期以来习惯于采取藏粮于仓、藏粮于民、以丰补歉的策略。耕地占补不平衡，耕地总体质量下降，致使粮食生产能力不足，只能尽可能扩大粮食播种面积和提高单产，利用丰年的节余弥补歉年的不足。这就带来了高额的仓储费用，形成了财政的巨大负担，同时影响了其他作物的发展和农民收入的增加，特别是不能保证我国的粮食安全。如果连续几年歉收，就会给粮食的供应带来更大压力。而藏粮于地战略则适时调节了这种问题，在粮食供过于求时，采取轮作休耕使一部分土地减少粮食生产数量；在粮食紧缺时，又迅速将这些土地用于生产粮食，通过耕地的增加或减少来维持粮食供求的大体平衡。实行土地休耕，虽然土地不生产粮食，但土地的粮食生产能力还在，并且土地休耕后还可



提高地力，实际上就等于把粮食生产能力储存在土地中。

藏粮于地战略的实质，就是想方设法保护与提升耕地产能。这主要由两方面决定：一是保数量，坚守耕地面积红线不动摇。要守住耕地面积红线，必须继续实行最严格的耕地保护政策，划定好永久基本农田，各农业管理机构应该严格执行耕地保护政策，把耕地保护政策落到实处，切实有效地保护耕地面积不减少。二是抓质量，落实耕地产能提升不松懈。抓好土地保护治理，确保土地资源可持续利用。通过平整土地、水肥利用、土壤调理等土地整治措施，改善耕地土壤条件；着力加强和完善田间道路、农田灌溉、育苗工厂、灾害防治等基础设施建设，减少粮食生产环节的损失与浪费；以加强土壤污染防治及用地养地结合的方式，不断提高耕地产能。



江西省吉安市泰和县上模乡田西村高标准农田示范区



（二）藏粮于技

中国特色社会主义进入新时代，中国社会主要矛盾已经转化为人民日益增长的美好生活需要和不平衡不充分的发展之间的矛盾。新形势下，我国农业的主要矛盾也由总量不足转变为结构性矛盾，主要表现为阶段性的供过于求和供给不足并存。因此，推进农业供给侧结构性改革，提高农业综合效益和竞争力，是当前和今后一个时期我国农业政策改革和完善的主要方向。

2024年中央一号文件提出，强化农业科技支撑，优化农业科技创新战略布局，支持重大创新平台建设。农业出路在现代化，农业现代化关键在科技进步。要想提高我国农业综合生产能力，必须要持续提高我国农业科技水平。传统农业生产方式已难以适应新形势下的发展要求，粮食生产必须更加依靠农业科技创新来促进发展。当前，我国的农业发展需要依靠更多农业科技创新突破资源环境约束，实现持续稳定发展。农业科技创新已成为破解当前粮食发展困境、提高粮食综合生产能力最关键也是最根本的出路，藏粮于技战略的实施势在必行。

藏粮于技，顾名思义，就是通过科技创新解决当前农业生产中的难题，让科技力量为内涵式现代农业发展之路提供良好支撑，就是要坚持科技兴农，农业机械化与农业信息化齐头并进。当前，我国农业已进入高质量发展阶段。习近平总书记指出：“发展新质生产力是推动高质量发展的内在要求和重要着力点。”以发展新质生产力为重要着力点推动农业高质量发展，推动农业生产力不断进步，从生产力的构成要素着眼，培育适应新质生产力发展的农业生产资料和农业劳动者。



从劳动者方面来看，随着信息技术、生物技术与农业生产的深度融合，掌握“新农具”、会干“新农活”的适应新质生产力发展的农业劳动者正成为推动农业现代化最活跃、最能动的因素。他们颠覆了过去“面朝黄土背朝天”的传统农民印象，是发展农业新质生产力不可或缺的农业劳动者。

从生产资料方面来看，在农业生产中，需要通过应用物联网、大数据、人工智能、卫星遥感等新技术，提升土地的标准化、规模化水平，大力推进土地综合整治，建设高标准农田；需要通过合成生物学、人工智能、基因编辑、干细胞育种等颠覆性技术，推动我国种业实现高质量发展；需要通过无人机、农业机械、现代设施农业等新型农业劳动工具，提高农业智能化水平；需要按照绿色低碳要求，运用生物制造等前沿技术，发展生物饲料、生物肥药、农业疫苗、可降解农膜等新农资，替代对生态环境、食品安全影响较大的传统饲料、化肥、农药、农膜等。

“新”劳动者、“新”生产资料及其优化组合的跃升，不仅能够大幅提高农作物单位面积的产量、提高农业全要素的生产率，还能够催生农业发展的新产业、新模式、新动能，为农业高质量发展提供强劲推动力和支撑力。近年来，我国农业科技创新步伐明显加快，成果转化推广应用不断加强。农民在田地里面朝黄土背朝天、挥汗如雨、辛苦劳作的场景已经很难看到，取而代之的是从育秧、插秧、田间管理再到收割全流程的现代化农业，实现了从“汗滴禾下土”到“无接触式农业生产”的转变。人造卫星、地理位置服务、新一代互联网技术给粮食生产插上翅膀。依托北斗导航系统，工作人员只需要提前设计好收割机作业的路线，调试好设备，坐在家里就可以指



挥机械作业。在发展智能农业的同时，还要依靠现代科技积极应对疫情、病虫及气象灾害，减少粮食生产环节中的损耗。



江西省吉水县井冈柚稻产业综合体全自动智能工厂化育秧中心

粮食安全问题必须坚持藏粮于地、藏粮于技，说到底就是要以新质生产力抓住“土地”和“种子”这两个最为关键的基石基础因素。一方面，要落实好永久基本农田保护制度，守住耕地红线，提升耕地质量。另一方面，要加强技术攻关，在种子安全上花大力气、下实功夫，加快培育农作物新品种，加强种质资源保护利用，保证种子储备“储得足、管得好、调得出、用得上、能丰产”。当然，粮食安全不仅要靠增产，也要狠抓节粮减损。据统计，仅生产后环节，我国一年损耗的粮食就超过 350 亿千克，接近我国粮食总产量的 6%，相当于产粮大省吉林省一年的粮食产量。粮食损耗已成为影响我国粮食安全的重要因素之一。

目前，我国粮食损失浪费较大的环节主要有四个：一是粮食储



存。据农业农村部统计，每年我国粮食因储存不当损失高达 250 亿千克。主要是因为全国粮食企业有近 900 亿千克仓容的仓库属危仓老库，储粮条件差、损失大；农户储粮设备简陋，抵御虫害、鼠害及预防气候变化能力差。二是物流运输。我国粮食物流运输方式较为落后，跨省散粮运输比例约为 25%，大多采用包粮运输方式，粮食抛洒、遗留损耗大。三是过度加工。人们存在消费误区，购买大米时，不仅要求口味，还要求卖相。因此，市场上大多数大米都会进行抛光，甚至多次抛光。这样不仅会损失营养素，还会降低出品率，而且副产物综合利用率也很低。每年加工环节造成的粮食损失达 75 亿千克以上。四是消费环节浪费普遍。中国人每年在餐桌上浪费的粮食价值高达 2000 亿元，被倒掉的食物相当于 2 亿多人一年的口粮。

粮食损失浪费令人痛心，如不坚决遏制这种现象，不仅会加剧国内粮食供需矛盾，也会与全球资源供需形势格格不入。新形势下，要保障国家粮食安全，“把中国人的饭碗牢牢端在自己手中”，在大力发展粮食生产的同时，我国粮食储藏事业也在稳步发展。一批自主开发、先进实用的粮食储藏专用新技术、新装备，得到了全面的推广和产业化应用，大大提升了我国粮食储藏技术水平。1998 年以来，以粮情测控、机械通风、环流熏蒸、谷物冷却为代表的四项新技术的广泛应用，大大提高了粮食储藏技术管理水平。随着信息化技术的不断发展，我国的粮食储藏开始由“无害虫、无变质、无鼠雀、无事故”的安全储粮阶段向“绿色、生态、智能、高效”的生态储粮阶段转型发展。2010 年以来，我国粮情测控技术已在全国绝大部分粮库推广应用，告别了过去人工手动测温的历史，提高了监测的效率和准确度。在中央储备粮哈尔滨直



属库，粮仓的整个仓房分为5层，每层有104个电子检温测温点，一共有520个测温点，能监控整个仓房每个位置的粮温。立体的电子测温网络就像在粮仓体内装上了几百个温度计，而这些测温点的数据会实时传送到系统里，管理员可以通过电脑和手机远程进行监控。此外，借助电子束辐照技术，选取合理的辐照剂量对抵抗粮食贮藏中的虫害、细菌等具有明显的防治效用，可以取得对防控难题的动态化处理效果，进而为粮食储藏及物流运输提供便利。高科技、智能化的储藏技术为保障国家粮食安全提供了重要科技支撑。

从种植到加工，从流通到储存，藏粮于地、藏粮于技战略都致力于实现新时代我国粮食安全的可持续发展。其实现了我国粮食工作由“数量思维”时代向“产能思维”时代的转变，也实现了由“粮食怎么存”向“粮食哪里来”的转变，把粮食产能真正存储于优质的耕地和新型农业科技中，走出了一条中国特色的粮食希望之路。

党的二十大报告指出，全方位夯实粮食安全根基，牢牢守住18亿亩耕地红线，逐步把永久基本农田全部建成高标准农田，强化农业科技和装备支撑，确保中国人的饭碗牢牢端在自己手中。保障粮食和重要农产品稳定安全供给是建设农业强国的头等大事，是确保中国人的饭碗牢牢端在自己手中的“国之大者”。做好粮食安全工作就要在抓好耕地保护和良种培育上共同发力，狠抓节粮减损。既要做到思想教育和实际行动统一，也要发挥道德约束和法律监管的共同作用，一以贯之，持续发力，以新质生产力保障粮食和重要农产品稳定安全供给。



三、让勤奋与节俭成为青春向上的支点

“历览前贤国与家，成由勤俭破由奢。”勤俭影响着国家的兴衰成败。回顾历史，展望未来，在新的伟大历史时期，全面建成社会主义现代化强国、实现第二个百年奋斗目标，以中国式现代化全面推进中华民族伟大复兴成为时代最强音。有梦想，有奋斗，才会有希望。因此，每一个中国人都应当艰苦奋斗，勠力同心，砥砺前行，再创辉煌。作为粮食院校的学生，更需要坚定理想信念、厚植爱国情怀、加强品德修养，在实际学习生活中勤学苦练、躬耕乐道、勤以精业、俭朴为荣，让勤奋与节俭成为青春向上的支点，在实现人生理想的道路上勇往直前，不辜负党的期望、人民的期待、民族的重托。

（一）勤以养志

“功崇惟志，业广惟勤”“一勤天下无难事”，习近平总书记经常引用古诗词来阐释志向和勤奋在实现理想和抱负过程中的价值，以此激励青年要牢记“空谈误国，实干兴邦”，志存高远，脚踏实地，埋头苦干，奋勇前进，充分展现自己的抱负和激情，用勤劳的双手成就属于自己的精彩人生。

1. 体种粮之艰，树劳动之美

粮食作物在耕地、施肥、播种、治虫、收获、储存、流通、消费等方面，无不体现着粮人的勤劳与艰辛。他们依靠辛勤劳动、吃苦耐劳、勤俭节约的精神与自然做斗争，努力改造自然，探究谷物种植，实现自给自足，繁衍生息，创造延续 5000 多年的悠



久文明。“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”“一粒米，千滴汗，粒粒粮食汗珠换”，粮人深知粮食需求的满足要靠艰辛的劳动才能取得，所以他们更懂得尊重劳动、勤俭节约的重要意义。自古以来，长辈们在饭桌上会时常叮嘱晚辈要将米饭吃干净，即使是一粒米也不要浪费，体味粮食种植之艰。只有历经劳动的艰辛，才能真正尊重劳动；只有真正尊重劳动，才能珍惜物质财富，做到勤俭节约。时代在变迁，社会在变化，中国特色社会主义进入新时代，粮食种植大力推广，农业技术日新月异，农业生产成绩喜人，人民生活水平大幅提升，今天倡导勤勉劳动、崇尚节约，绝不是让人们再去过苦行僧式的生活，而是让人们坚持劳动的政治本色，保持以勤奋和节俭为核心的人生追求和精神面貌。正如 2024 年“五一”国际劳动节到来之际，习近平总书记强调：“劳动谱写时代华章，奋斗创造美好未来。”“中华民族是勤于劳动、善于创造的民族。正是因为劳动创造，我们拥有了历史的辉煌；也正是因为劳动创造，我们拥有了今天的成就。”

在西部农村的 7 年知青岁月中，习近平投身农村劳动的经历，使他形成了热爱劳动、尊重劳动、为人民服务的劳动观。初到梁家河大队的习近平，年仅 15 岁，对农村劳动尚无深切体会，更谈不上劳动技巧。但是他没有退缩，而是克服重重困难和挫折，积极融入农村劳动生产。据梁家河村民王宪平回忆：“比如打坝……近平也没有手套，他直接用手抓住夯石的绳子，再用全身力气往下砸黄土，一天的工夫，他的手掌上磨的全都是水泡，第二天再干活，水泡就磨破了，开始流血。但是不管多累多苦，近平能一直拼命干，从来不‘撒尖儿’（延川方言，本意是‘耍奸儿’，即



偷奸耍滑、偷懒)。”经过基建队的农业劳动技能培训,习近平逐渐掌握了劳动技能,过了“劳动关”,成了拿10个工分的农村健壮劳动力。当汗水洒落在黄土地上,习近平深感农民劳动的艰辛与不易,更看到了劳动对物质财富创造的重大意义。“他每天辛辛苦苦的,带领大家劳动,他下的力气最多……他本来可以不主张打这个坝,多一事不如少一事,打坝他还要带头劳动,受这大苦,图的是啥?还不是为了咱村多打粮食,吃饱肚子吗?将来咱打的粮食吃不完,还可以存起来,不就过上好日子了吗?”^①在劳动的过程中,习近平突破了劳动认知的局限,发展农村劳动生产实践,提高劳动生产效率。“工欲善其事,必先利其器”,习近平带头创立了铁业社,“铁业社可以制造和修理割草的镰刀,挖土的铁锹,锄地的锄头,砍柴的镢头,解决社员劳动工具的需求”。^②此外,他还建立沼气池,在蔬菜地旁边打水井,教文化知识,农民不再盲目种地。在习近平的带领下,梁家河老百姓的日子越过越好,走向了富裕的道路,成为周边村子羡慕的对象。

青年一代有理想、有本领、有担当,国家就有前途,民族就有希望。广大青年生逢其时,也重任在肩,唯有在务实的劳动中才能彰显青春魅力,建功筑梦,不负韶华。“任何一名劳动者,要想在百舸争流、千帆竞发的洪流中勇立潮头,在不进则退、不强则弱的竞争中赢得优势,在报效祖国、服务人民的人生中有所作为,

① 邱然,黄珊,陈思.“近平是靠自己踏踏实实干出来的”——习近平的七年知青岁月[N].学习时报,2016-11-28(A3).

② 《习近平的七年知青岁月》选载(二)苦干实干:“近平是靠自己踏踏实实干出来的”[N].学习时报,2017-08-18(A3).




就要孜孜不倦学习、勤勉奋发干事。”^① 广大青年要在具体劳动实践中学习，练就劳动的本领，创造最大化的劳动价值；同时要坚定理想信念，辛勤耕耘，大胆创新，敢为人先，在劳动中绽放青春光彩，在劳动中留下最美的青春记忆，在劳动中为中国梦的实现贡献青春之力。正如习近平总书记在党的二十大报告中指出，当代中国青年生逢其时，施展才干的舞台无比广阔，实现梦想的前景无比光明。广大青年要坚定不移听党话、跟党走，怀抱梦想又脚踏实地，敢想敢为又善作善成，立志做有理想、敢担当、能吃苦、肯奋斗的新时代好青年，让青春在全面建设社会主义现代化国家的火热实践中绽放绚丽之花。

2. 守默默耕耘之心，筑无悔奋斗之梦

“昼出耘田夜绩麻，村庄儿女各当家。”“乡村四月闲人少，才了蚕桑又插田。”默默耕耘、辛勤劳作的品质与粮人是密不可分的。粮食种植是一个复杂而烦琐、漫长而煎熬的过程，从开始播种到成熟收获，在时间和人力上都有很大的付出，其中凝结着粮人的汗水和心血。若是遇到种子腐坏、气候异常、耕地不足、技术短缺、土地污染等问题，对粮人来说，更是巨大的考验和挑战。但是，他们始终能够保持较好的精神面貌和劳作心态，攻克一切难关，让一粒粒种子落地生根、开花结果，收获一堆堆稻谷，呈现在中国人的餐桌上，满足中国人的味蕾，使中国人端牢自己的饭碗。这一切皆源自粮人的默默耕耘、执着坚守与努力奋斗。正

^① 新华社·习近平在庆祝“五一”国际劳动节暨表彰全国劳动模范和先进工作者大会上的讲话 [EB/OL]. (2015-04-28) [2021-06-28]. http://www.gov.cn/xinwen/2015-04/28/content_2854574.htm.



如习近平总书记在第十三届全国人民代表大会第一次会议上所说：“中国人民自古就明白，世界上没有坐享其成的好事，要幸福就要奋斗。今天，中国人民拥有的一切，凝聚着中国人的聪明才智，浸透着中国人的辛勤汗水，蕴涵着中国人的巨大牺牲。”

青年最富有朝气和梦想，中国的未来属于年轻一代。皖南事变之后，因急需加强延安及边区南部边陲的防卫力量，同时也要实现部队生产、生活自给自足，从根本上粉碎国民党的经济封锁，党和国家对粮食等农产品的需求大大增加。如何向土地要更多粮，解决部队的给养问题、人民的吃饭问题，成为抗战时期党和国家面临的一个重要问题。青年是一支重要的生力军，满怀激情，努力奋斗。1941年部队刚到南泥湾时，正值寒冬腊月，天寒地冻，还下着大雪，战士们在夜间露宿，寒风刺骨，衣单被薄，难以抵御严寒，无法入眠。同时，部队生产生活条件十分恶劣，没有粮食和蔬菜，水质污染，饮用水稀缺，就连生产工具、种子和牲畜的获取也都极为困难。在这样的艰苦条件下，青年战士们并没有退缩，生产热情也不减，反倒是越挫越勇，艰苦奋斗，砥砺前行。经过半年的努力，战士们收获谷物（谷糜、玉黍等）505石8斗，秋菜（白菜、萝卜、洋芋等）445651千克，夏菜61500千克，割马草2万千克。^①战士们兴奋地高呼：“我们自给自足了！”南泥湾也从过去的荒无人烟发展成如今的良田万顷。今天的南泥湾，是陕北的好江南，是青年战士们“艰苦奋斗、自力更生、顽强拼搏、奋勇争先”精神的见证。

^① 刘红曼. 南泥湾大生产研究 [D]. 延安: 延安大学, 2015: 15-17.



青年的奋斗同国家、民族的发展息息相关。正如习近平总书记在2024年五四青年节寄语新时代青年时强调：“广大青年要继承和发扬五四精神，坚定不移听党话、跟党走，争做有理想、敢担当、能吃苦、肯奋斗的新时代好青年，在推进强国建设、民族复兴伟业中展现青春作为、彰显青春风采、贡献青春力量，奋力书写为中国式现代化挺膺担当的青春篇章。”以此激励青年要砥砺奋进，成为担当民族复兴大任、为国家未来接力奋斗的有为青年。每一代青年都有自己的际遇和机缘，时代选择青年，那么，广大青年就要以奋斗精神铸就青春底色，以奋斗之志激扬青春梦想，大胆尝试，勇往直前，乘风破浪，顽强拼搏，以青春之我、奋斗之我，为民族复兴铺路架桥，为祖国建设添砖加瓦。

3. 享辛勤收获之悦，拓追求幸福之路

“春种一粒粟，秋收万颗子。”“稻花香里说丰年，听取蛙声一片。”在收获的季节，田野山林、江河湖泊奉献出最丰厚的礼物给忙碌一年的粮人，使他们满心欢喜，享受自己的劳动成果。在欢喜之际，粮人以各种形式庆祝丰收，如谷神节、摆手节、祭山会、土地会、烤鱼节、那达慕等节日。这些节日不仅仅寄托着粮人在新年祈求美好生活的愿景，更是对过往一年自己的辛勤劳作的肯定，以此犒劳自己、鼓舞自己、鞭策自己接续奋斗，创造更多的财富，过上幸福的日子。因为，粮人深知收获的喜悦源自自己的辛勤耕耘、默默劳作，倘若没有劳动，一切都将化为乌有，更无幸福可谈。正如习近平总书记所说，“幸福是奋斗出来的”“实干才能梦想成真”。粮人在辛勤耕耘的过程中，可以创造更多的财富，从而获得幸福、体验幸福和感悟幸福，他们是最懂得幸福、最享



受幸福的人。

新时代是奋斗者的时代，是青年建功立业、追求幸福的时代。中国青年秉承着“我奋斗，我幸福”的理念勇敢追梦，奋发有为，争做书写平凡而不平庸人生的时代新人。“90后”女孩沈燕芬是第十四届全国人大代表，也是一名年轻的农机手。她称自己是开拖拉机到人民大会堂的新农人。自从辞去深圳光鲜亮丽的白领工作，返回家乡广州市增城区石滩镇，接过父亲的石乡农机合作社，她便开启了乡土逐梦之路。她刚开始学习开农机，不到2小时就腰酸背痛。但是她骨子里有一股不服输的劲头，没过几个月就熟练掌握了拖拉机、收割机、插秧机、无人机等各类大中型农业机械的使用，和妹妹两人成为广州市增城区首批持证上岗的女农机手。当面对传统的农机作业效率低下，急需推动农业现代化转型的挑战时，她引入了精量穴旱直播机、植保无人飞机等最新设备，并培养了一批年轻的农机手团队，合作社实现了水稻种植全程机械化。沈燕芬长期待在田间地头，通过跟农机手们交流，敏锐地发现了农业发展中的痛点，即老一辈农机手缺乏有效的合作联动力，难以拧成一股绳。她表示，一个行业要走得远，行业的凝聚力很重要，当时就有了让大家联动起来的想法。2021年，在广州市增城区农业农村局的支持指引下，她带领石乡农机合作社成功联动周边村镇的多家农机合作社，成立广州首家农机联合社——广州增城星级农机专业合作联合社，开展全流程的农业生产托管，为农户提供种植指导、农机调度、物资采购和销售等服务。在3年时间里，沈燕芬团队盘活了3000余亩低效利用土地，带动周边4个村庄村民年增收超120万元。联合社年度作业服务田地面积超10万亩，农户超4000户。她赢得




了乡亲们的赞誉和信任，为乡村振兴贡献巾帼力量。返乡4年，沈燕芬沉下心，脚踏实地埋头干，收获了2022年“广东省农村乡土专家”“广东省十大最美农机合作社理事长”、2023年“广东省五一劳动奖章”“第二十五届广东青年五四奖章”“广州市最美科技工作者”“广州市三八红旗手”等众多荣誉。“我理想中的乡村是一片世外桃源、鸟语花香、稻米丰收……”如今沈燕芬正一步一个脚印地朝心中的美丽乡村大步走去！^①

当代青年是同新时代共同前进的一代，在奋斗中成为“精神上最为富足的人，也是最懂得幸福、最享受幸福的人”。广大青年要树立主体意识，建构正确的幸福观，坚信一切美好幸福生活都是奋斗出来的，撸起袖子加油干，切勿主观臆想、好高骛远、不劳而获、贪图享乐。“幸福不是毛毛雨，幸福不是免费午餐，幸福不会从天而降。人世间的一切成就、一切幸福都源于劳动和创造。”创造更加美好的幸福生活，需要广大青年坚定理想，掌握知识，提升能力，磨炼意志，立足本职工作，踏实苦干，通过自己的不懈奋斗实现有价值的幸福人生。

（二）俭以修德

“克勤于邦，克俭于家。”“足国之道，节用裕民，而善臧其余。”俭之于社会、个人都具有重要的意义。从社会发展的角度看，需要节约粮食，预防灾荒，裕民强国。从个人消费的角度看，应把节约粮食作为一种美德，使节俭成为人们在粮食活动中应坚

^① 杨朝露. 致敬了不起的她 | “90后新农人”沈燕芬：开拖拉机的女生也可以很酷 [N/OL]. 广州日报新花城, 2024-03-06[2024-09-24]. <https://huacheng.gz-cmc.com/pages/2024/03/06/SF116414019c137292bde64121a2706d.html>.



守的态度和应遵守的道德规范。青年是国家的希望、民族的未来。要引导青年扣好人生的第一粒扣子，落实立德树人根本任务，就要引导青年弘扬中华民族优良美德，培养高尚的道德情操，树立节俭意识，形成正确的金钱观和消费观，做到“静以修身，俭以养德。非淡泊无以明志，非宁静无以致远”。

1. 树立节俭意识，秉持正确的金钱观

党的二十大报告指出，党的十八大召开至今已经 10 年了，这 10 年来，党和国家事业取得历史性成就、发生历史性变革，推动我国迈上全面建设社会主义现代化国家新征程。国内生产总值从 54 万亿元增长到 114 万亿元，我国经济总量占世界经济的比重达 18.5%，提高 7.2 个百分点，稳居世界第二位；人均国内生产总值从 39800 元增加到 81000 元；谷物总产量稳居世界首位，14 亿多人的粮食安全、能源安全得到有效保障；坚持精准扶贫、尽锐出战，打赢了人类历史上规模最大的脱贫攻坚战，全国 832 个贫困县全部摘帽，近 1 亿农村贫困人口实现脱贫，960 多万贫困人口实现易地搬迁，历史性地解决了绝对贫困问题，为全球减贫事业作出了重大贡献；居民人均可支配收入从 16500 元增加到 35100 元；城镇新增就业年均 1300 万人以上；建成世界上规模最大的教育体系、社会保障体系、医疗卫生体系，教育普及水平实现历史性跨越，基本养老保险覆盖 10.4 亿人，基本医疗保险参保率稳定在 95%。中国真正实现了从站起来、富起来到强起来的历史性飞跃。中国实现从站起来、富起来到强起来的伟大飞跃。中国正逐步走向世界的舞台中央，发出属于自己的最强音，为世界发展做出更大贡献，引领世界潮流。青年的价值取向决定了未来整个社




会的价值取向，要让青年扣好人生的第一粒扣子，需要通过中国优秀传统文化和社会主义核心价值观，引导青年形成正确的世界观、人生观、价值观，树立正确的金钱观，以青春之力，助推民族复兴。

榜样的力量直指人心，教人向上向善，造福于人民。王泽霖，河南农业大学教授，毕生勤俭不舍粒米，近亿身家全部捐出，他的“两个极端”的金钱观震撼人心。在河南农业大学的35年来，他取得了多项禽疫防疫科研成果，被誉为“给中国鸡宝宝撑起了国产保护伞”。他的科研成果成了“摇钱树”，尽管科研收入较高，但他个人生活却非常俭朴，几十块钱也要较真。这一切皆因他将钱花在了他所坚持的刀刃——科研和公益上。在赚到第一个400万元的时候，他用这些钱为学校盖了2座实验楼，购买了当时较为先进的仪器设备。2008年汶川地震后，出差回来的他径直来到学院，捐出身上仅有的2000元，回到家后又立即让爱人设法筹措20万元捐给学校。2019年，他又一次找到学校，坚持要将毕生科研转化所得结余8208万元全部捐给学校，希望用来建设高水平的生物安全防护三级实验室，即业界俗称的P3实验室。他干了一辈子，取得了很多科学家无法企及的成就，收获了很多无法企及的财富，但他只是挥一挥衣袖，毫不犹豫地“裸捐”。

榜样遍布祖国大地，榜样的力量激励着青年奋发向上。广大青年要摒弃拜金主义、享乐主义的价值取向，对金钱取之有道，不做金钱的奴隶，以正确的金钱观、义利观书写无悔青春。

2. 崇尚节俭美德，建构正确的消费观

崇尚节俭是中华民族的传统美德。古有孔子、墨子、荀子等思



想家和文人墨客提倡节俭、反对奢侈浪费，以保障国家有序和谐发展，维护平民百姓的权益和生活，提高个人的思想境界。今有党和国家高度重视节俭的精神品质，要求各级党政机关要厉行节约、反对奢侈浪费，弘扬艰苦奋斗的优良作风，并发起各种各样的反对浪费、厉行节俭的活动，使节俭受到了全社会的关注。正如习近平总书记所说：“餐饮浪费现象，触目惊心、令人痛心！‘谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。’尽管我国粮食生产连年丰收，对粮食安全还是始终要有危机意识，今年全球新冠肺炎疫情所带来的影响更是给我们敲响了警钟。”处在物质极为丰富的新时代，面对社会的深刻变化、市场经济的逐利性、社会生活的丰富多彩和社会思潮的多元化，青年处在价值观形成和确立的关键时期，更需要加以引导，扣好人生第一粒扣子，通过树立节俭意识，明确节俭的真正意义，培养节俭美德，建构正确的消费观，以青春之我，担青春之责，铸造新的辉煌。

“历史烛照时代，榜样传承精神。”以榜样为旗帜，崇德向善，见贤思齐，德行天下。徐特立，勤俭节约，甘于清贫。1937年，当时已经在延安陕甘宁边区担任教育厅厅长的徐特立，仍然住在一间简陋的屋子里。那间屋子，不仅是他办公、接待他人的地方，也是他睡觉、休息的场所。环顾他的那间屋子，一张大炕就要占去屋子的一半，剩余的地方既要放办公桌，又要放和他合住的警卫人员的东西。然而，就是在这样的条件下，徐特立仍然安之若素，全然没有怨言。那时，边区机关工作人员都在大食堂吃饭。他官至厅长，却同其他工作人员一样，吃大伙房里做的土豆、白菜、豆芽等。他就是这样一个甘于清贫、把勤俭当美德的人。他



曾说：“简朴的生活能锻炼一个人坚强的意志，也能陶冶人的情操。”^①

榜样的力量，始于感动，在于带动，成于行动。青年要传榜样之魂，练就前进之魂；要发扬艰苦奋斗、勤俭节约的优良传统美德，建构正确的消费观，制定合理的消费计划，养成良好的消费习惯；端正消费心态，把握消费欲望；提高网贷风险防范意识，抵制不良消费观侵蚀；摒弃盲目消费、奢侈消费、超前消费；培育适度消费观，树立独立自主消费观，倡导绿色和谐消费观，以青春之我，修青春之德，创青春之业。

人物·故事

季文子的节俭观

季文子出身于三世为相的家庭，是春秋时期鲁国的贵族、著名的外交家，为官 30 多年。他一生俭朴，以节俭为立身的根本，并且要求家人也过俭朴的生活。他穿衣只求朴素整洁，除了朝服以外没有几件像样的衣服；每次外出所乘坐的车马也极其简陋。见他如此节俭，鲁卿孟献子的儿子仲孙它劝季文子说：“您身为上卿，位高权重，但听说您在家里不准妻妾穿丝绸衣服，也不用粮食喂马。您自己也不注重容貌服饰，这样不是显得太寒酸，让别国的人笑话您吗？这样做也有损我们国家的体面，人家会说鲁国的上卿过的是一种什么样的日子啊。您为什么不改变一下这种生

^① 徐特立. 勤俭节约，甘于清贫 [EB/OL]. (2019-12-19) [2021-06-19]. <https://www.qlwb.com.cn/detail/11115713>.



活方式呢？这于己于国都有好处，何乐而不为呢？”

季文子听后淡然一笑，对仲孙它严肃地说：“我也希望把家里布置得豪华典雅，但是看看我们国家的百姓，还有许多人吃着粗糙且难以下咽的食物，穿着破旧不堪的衣服。想到这些，我怎能忍心去为自己添置家产呢？平民百姓都粗茶敝衣，而我则装扮妻妾，精粮养马，这哪里还有为官之德？况且，一个国家的强大与光荣，是通过臣民的高洁品行表现出来的，而不是以他们是否拥有美艳的妻妾和良骥骏马来评定的。既如此，我又怎能接受你的建议呢？”

这一番话说得仲孙它满脸羞愧之色，同时也使他内心对季文子更加敬重。此后，他也效仿季文子，以俭朴为荣，妻妾只穿用普通布料做成的衣服，家里的马匹也只是用谷糠、杂草来喂养。

拓展阅读链接

1. 纪录片《中国粮的奇迹》第一集：活力土地
2. 纪录片《中国粮的奇迹》第二集：科技之力
3. 纪录片《大国工匠》第六集：大技贵精
4. 纪录片《大国工匠》第八集：大任担当
5. 中共中央办公厅、国务院办公厅印发《关于厉行节约反对食品浪费的意见》（中办发〔2014〕22号）



粮漆画鉴赏



《林木乐章》



《粮道》



《九色鹿》

实践·任务

| | |
|------|---|
| 任务名称 | 搜集并讲述中国粮票的故事 |
| 任务目的 | 引导学生搜集中国粮票及与粮票相关的故事等，提升学生搜集整理能力、信息处理能力、语言表达能力等综合能力；引导学生深入理解我国的粮票知识，发扬勤俭节约、艰苦奋斗的优良品质。 |
| 任务描述 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 组织学生搜集中国粮票及粮票相关的故事。 2. 组织学生讲述中国粮票的故事。 |
| 任务实施 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 选取粮票的某一个知识点，教师提前布置任务，组织学生以小组为单位在课后搜集资料。 2. 结合专业特点，采取某一种形式，比如演讲、3D 演示和 PPT 等形式进行展示或讲解。 3. 以小组为单位进行集中展示，各小组自主推荐最优秀的作品予以展示。 4. 教师组织评选并将学生任务完成情况纳入课程考核范畴。 |



续表

| | | | | | | | |
|------|------|--|----|----|----|----|----|
| 任务评价 | 自我评价 | | | | | | 评分 |
| | 组内互评 | 学号 | 姓名 | 评分 | 学号 | 姓名 | 评分 |
| | | 1号 | | | 4号 | | |
| | | 2号 | | | 5号 | | |
| | | 3号 | | | 6号 | | |
| | 小组互评 | 组号 | 评分 | | 组号 | 评分 | |
| | | 1组 | | | 4组 | | |
| | | 2组 | | | 5组 | | |
| | | 3组 | | | 6组 | | |
| | 教师评价 | | | | | | 评分 |
| | 成果转化 | <p>教师组织学生将实践任务成果进行分类整理，以宣传报道或集中展示的形式予以转化；组织各班开展交叉学习，扩大教育覆盖面。</p> | | | | | |

参考文献

- [1] 张雨辰. 我国粮食的种植历史分析[J]. 农家参谋, 2018(3): 43.
- [2] 王舒. 中国粮食储藏史[J]. 饮食保健, 2015, 2(15): 180-181.
- [3] 张政立. 简析粮食作物的储藏方法[J]. 南方农机, 2018,



49 (7): 98-103.

[4] 人民网. 藏粮于地、藏粮于技战略——习近平与“十三五”十四大战略 [EB/OL]. (2015-11-22) [2021-06-11]. <http://politics.people.com.cn/n/2015/1122/c1001-27842000.htm>].



第四章 粮品中的诚与信

古语名言

豆腐多了一包水 空话多了无人信

俗语有云：“豆腐多了一包水，空话多了无人信。”意思是：如果在制作豆腐的过程中多加了一包水，豆腐就会因为水分含量过大变得软绵松散，质量低劣，一碰就有可能碎；而在人际交往过程中如果空话、大话说多了，给人留下不讲诚信的不良印象，就会失去别人对自己的信任。诚然，在制作豆腐的过程中多加水能增加豆腐的重量，短期能增加经济效益，但严重影响了豆腐的质量，久而久之，就会失去消费者的青睐。为人处世也是同样的道理，空话、大话虽然能欺骗别人一时，但不可能欺骗别人一世，说空话、大话的人终将自食恶果。所以不管是在工作中还是生活中，我们都应该摒弃不讲诚信的“注水”行为，秉持“种瓜得瓜，种豆得豆”“豆田年年调，豆子年年好”的脚踏实地、诚实守信的理念，不弄虚作假，这才是打造过硬品质、形象的良策，也是营造良好发展环境的秘诀。

中国传统文化源远流长，历数千年而弥新，其关键在于核心价值对传统文化乃至整个中华民族精神的形塑。“诚”无疑是至关重



要的价值观之一。《中庸》有言：“诚者，天之道也；诚之者，人之道也。”在现代社会，“诚”所蕴含的传统价值得到了升华，与现代生活相结合，“诚信”拥有了丰富的现代价值，成为社会主义核心价值观的重要内容。党的二十大报告强调，提高全社会文明程度，要“推动明大德、守公德、严私德，提高人民道德水准和文明素养”，要“实施公民道德建设工程，弘扬中华传统美德”，要“弘扬诚信文化，健全诚信建设长效机制”，这体现了诚信不仅是人与人相处的重要准则，也是维护整个社会文明交往的重要标志，更是社会主义核心价值观所倡导的重要内容。

广大青年作为走在新时代前列的奋进者、开拓者、奉献者，应当深刻领悟诚实守信的重要意义和科学内涵，自觉践行诚实守信的处世原则，努力成为培育和弘扬社会主义核心价值观最积极、最活跃、最充分的青年先进代表。

根据上述内容，请你谈一谈当代大学生要从哪些方面树立良好的诚信意识。

点击核心

各类企业都要把守法诚信作为安身立命之本。

——2016年3月4日，习近平总书记在参加全国政协十二届四次会议民建、工商联界委员联组会时的重要讲话

民以食为天，加强食品安全工作，关系我国13亿多人的身体健康和生命安全，必须抓得紧而又紧。这些年，党和政府下了很大气力抓食品安全，食品安全形势不断好转，但存在的问题仍然不少，



老百姓仍然有很多期待，必须再接再厉，把工作做细做实，确保人民群众“舌尖上的安全”。

——2017年1月3日，习近平总书记对食品安全工作作出重要指示

企业家要做诚信守法的表率，带动全社会道德素质和文明程度提升。

——2020年7月21日，习近平总书记在企业家座谈会上的讲话。
要加强诚信建设，倡导遵纪守法、诚实守信的社会风尚。

——2022年4月10日至13日，习近平总书记在海南考察时的讲话

大国尤其要作出表率，带头讲平等、讲合作、讲诚信、讲法治，展现大国的样子。

——2022年4月21日，习近平主席在博鳌亚洲论坛2022年年会开幕式上的主旨演讲

要培育文明健康、向上向善的诚信文化，教育引导资本主体践行社会主义核心价值观，讲信用信义、重社会责任，走人间正道。

——2022年4月29日，习近平总书记在中共中央政治局第三十八次集体学习时的讲话

弘扬敦亲睦邻、守望相助、诚信重礼的乡风民风。

——2022年12月23日，习近平总书记在中央农村工作会议上的讲话

悠悠万事，吃饭为大。2013年12月10日，习近平总书记在中央经济工作会议上讲话时强调：“要坚持数量质量并重，在保障



数量供给的同时，更加注重农产品质量和食品安全，注重生产源头治理和产销全程监管。”2019年9月18日，习近平总书记在河南考察时强调：“牢牢抓住粮食这个核心竞争力，不断调整优化农业结构，深入推进优质粮食工程。”习近平总书记始终把人民福祉放在首位。


粮食是人类生存发展最基本的生活资料，但“苏丹红”“地沟油”“可燃面条”“毒奶粉”等事件却层出不穷。食品安全问题与现代社会诚信的缺失密切相关。

党的十八大以来，习近平总书记在国内外多个重要场合强调诚信的重要性。2021年10月30日，习近平主席在二十国集团领导人第十六次峰会第一阶段会议上讲话时指出，中国古人说：“诚信者，天下之结也。”就是说诚信是结交天下的根本。像这样的思想和理念，不论过去还是现在，都有其鲜明的民族特色，都有其永不褪色的时代价值。

“一分耕耘，一分收获”，从春耕到秋收，粮食生产者寒耕热耘，脚踏实地，才能有盈车嘉穗！从种植到消费，企业诚信经营，求真务实，才能有真材实料！这是一种融入血液的责任和意识。

粮品中的诚与信，是江西工业贸易职业技术学院总结、提炼的“五粮文化育人”理念的关键内容，是在人类依粮而兴的发展实践中培育粮食所需的求真求实的品质，以此教育、引导学生诚信至上、和谐务实、品质为先、守信如恒。

在中华优秀传统文化的熏陶和社会主义核心价值观的指引下，如今社会的各行各业都对诚信有着基本的要求。小到个人，大到国家，诚信的重要性不言而喻。青年兴则国家兴，青年强则国家强。作为



新时代的大学生，肩负着实现中华民族伟大复兴的时代重任，我们要始终坚持以诚立身，使社会主义核心价值观成为自己的基本遵循，身体力行，锤炼品格，做有理想、有追求、有担当、有作为、有品质、有修养的当代大学生，为实现中国梦贡献自己的一份力量。

一、发现粮食之美

粮食是孕育、催生人类文明的内在动力，是文明进步的宝贵结晶，其不可替代的特殊属性，与国家命运浮沉、民族前途兴衰以及人类的生存发展休戚与共、息息相关。粮食为人类文明在跌宕起伏的道路中不断注入强劲的活力，对社会发展产生深刻而直接的巨大影响。粮食和粮食文化所释放的能量，对我国人民在粮食生产、储藏、加工、消费、生活等方面影响深远，激发了中华文化的影响力、凝聚力和创造力。从“刀耕火种”到“精耕细作”，在粮食生产方式的变革过程中铸造了中华民族艰苦奋斗和锐意创新的品格；从“南米北面”到“酿酒制醋”，在粮食消费的多元化格局中彰显了中华民族的饮食之道和民族智慧；“洪范八政，食为政首”“王者以民为天，而民以食为天”“为耕者谋利，为食者造福”，在一脉相承的粮食价值体系中培育了中华民族朴素的民本思想。粮食之美，可见一斑。

（一）粮食用途

在原始社会，人类“茹草饮水”“茹毛饮血”，其实是没有粮食概念的表现，也谈不上粮食消费，更谈不上区分粮食的用途。人类在懂得使用火后，粮食消费才跨入了“饮食”时代。随着原始农业的发展和饮食的需要，特别是新石器时代早期陶制食器的出



现，人类才有了真正意义上的“饮食之道”。随着粮食消费的多元化，粮食的用途也逐渐清晰化，主要可分为食用粮、酿酒粮、饲料粮和种子粮。

1. 食用粮——“吃”的粮食

粮食最主要的功能是满足人类的基本需求。据研究数据显示，目前，世界上每人每天平均摄入的热量中有45%直接来自水稻、小麦和玉米这三种主要粮食作物，其余热量大都来自肉、蛋、奶等动物性食物。水稻、小麦和玉米作为人类的三大主食来源，其营养是任何其他食物都无法替代的。“食”，在古时指粮食。对百姓来说，粮食就是安身立命的根本。先秦时期，先民的主食是稷、黍、稻、麦、菽这五谷。战国时期，石转磨被发明，人们将谷物磨碎，制成面食，出现了传承至今的馒头、面条，馒头、面条也成为中华民族的主食之一。汉代以后，粮食品种不断丰富，荞麦、高粱在人们的饮食中逐渐增多。到了明代及清代前期，玉米、甘薯、马铃薯传入中国，更加丰富了人们的食源。

黄帝时期，陶制器具出现，用陶釜、甑、鼎之类的饮具，把稻米、粟米蒸制成米饭，加水煮成米粥。战国时期，石转磨出现，把麦加工成面粉，“饼”食出现，这在粮食消费史上具有重要意义。古代“饼”有蒸饼、汤饼之分。蒸饼也称笼饼，蒸制而成的食物，即今天的馒头。汉代时期，麦的推广种植，石转磨的普遍应用，使面食成为主食之一。宋代时期，“面条”之名则已普遍使用。1906年，我国第一家生产罐头食品的泰丰罐头食品公司在上海创立。20世纪80年代初，我国引进方便面生产技术，方便面熟制盒装、沸水泡食的特性，大大方便了人们的生活。



2. 酿酒粮——“饮”的粮食

酒的酿造，在人类粮食用途开发过程和粮食消费史上具有重大意义。河南孟津小潘沟遗址和洛阳矧李遗址，出土了鬻、爵、杯等酒器，说明夏朝时期酿酒与饮酒已相当普遍。在商代，整个社会都弥漫着嗜酒之风。考古资料表明，在商代居住遗址中，发现一座酿酒作坊，坊内出土了大量盛器、饮器、陶漏斗和酿酒酵母等。周代吸取殷商灭亡的教训，初期曾一度竭力禁酒，但是随着周代粮食生产水平的提高，酒的消费量有增无减。秦汉时期随着社会生产力和人们生活水平的提高，酒业生产的规模扩大，酿酒的粮食消费量增大。唐代粮食生产的发展，加之唐代前期近 200 年间不收酒税，使酒的生产量大增，社会上饮酒成风。唐诗中多有与酒相关的内容，杜甫有“闻道云安曲米春，才倾一盞即醺人”之句；李白自称“酒中仙”，写下了“兰陵美酒郁金香，玉碗盛来琥珀光。但使主人能醉客，不知何处是他乡”的优美诗篇。宋代酿酒技术达到了一个新的阶段。四川泸州大曲、贵州茅台酒坊分别在顺治年间、康熙年间得以创立。到了现代，我国的酿酒业更是得到了空前的发展，酿酒业成为现代工业的一个重要组成部分，酒厂规模不断扩大，酿造技术更加先进，酒的种类繁多，有白酒、黄酒、红酒、啤酒等。

3. 饲料粮——“喂”的粮食

粮食作为饲料用于喂养牲畜古已有之。在我国，农业和畜牧业一直是紧密结合在一起的，养殖役畜是农业耕种的需要，养殖肉畜、家禽则是人们肉食的需要。在旧石器时代末期、新石器时代初期，原始农业、原始畜牧业和原始手工业出现，人们除种植谷




物外，还饲养家畜。粮食消费除满足自身口粮外有了剩余，随即用于养殖。在河南洛阳殷墟出土的甲骨卜辞中，有“刍、牧、牢、廛”等反映畜禽养殖的文字。周代有“考牧”制度。到了中国封建社会，随着社会生产力的发展，人们驯养畜力作为征战和交通运输的工具，“兵马未动，粮草先行”；随着人口的增多，肉食的消费量增加，畜牧业也成为一个大产业，出现了规模养殖，对饲料的需求更大。新中国成立后，随着我国居民食物消费结构的变化和对畜牧产品需求的提高，我国畜牧养殖业发展较快，饲料工业也相应得到较快发展，饲料用粮逐渐增多。

4. 种子粮——“种”的粮食

粮食的种植是从选育种子开始的，种子是粮食再生产的前提。粮食的种子是粮食消费的一个重要方面，种用标准在于满足农业生产的必须要求。粮食的种子用途及育种技术历来深受重视。20世纪60年代后，我国在育种科研领域不断取得重大成果。进入21世纪，以分子育种、转基因育种技术为核心的生物育种产业已成为国际科技竞争乃至经济竞争的重点。由我国著名杂交水稻育种科学家袁隆平研发的超级杂交稻亩产屡创新高，为缓解世界粮食危机做出了重大贡献。令人惊喜的还有近年来研制的在盐碱地试种的海水稻也取得积极进展。

粮食和我们的生活有着千丝万缕的联系，无论是食用粮、酿酒粮、饲料粮还是种子粮都会直接或间接出现在我们的餐桌之上，所以粮食用途历来都是公众在粮食安全领域重点关注的方向。在保障粮食安全方面，要求从事粮食生产、加工、储藏、检验、贸易等各环节的人员都应秉持高度的社会责任感，诚实守信地做好



自己的本职工作，不容许有一丝弄虚作假的行为。从事粮食种子选育、销售的从业人员，应诚信研究，诚信经营，精心选育优质种粮，如实剔除不合格的种子，杜绝不合格的种子流入市场，如若不然，轻则导致歉收减产，重则可能颗粒无收；从事粮食检验的从业人员，要忠于职守，诚实守信，检验时要认真负责，严格按照标准方法进行操作，如实记录数据，不允许伪造、篡改结果，如果检验数据失真，轻则影响定质定价，重则埋下重大粮食安全隐患。粮食行业从业人员恪守诚实守信的优良品德对稳定国家粮食安全大局的重要性不言而喻。

（二）粮食质量检验

粮食是人类赖以生存和繁衍的物质基础，是关系到国计民生和社会稳定的重要战略物资。粮食质量检验工作是粮食工作的重要组成部分，其在粮食及其制品的生产、加工、流通过程中起着“眼睛”的作用。它有利于发现粮食及其制品存在的质量隐患和问题，确保人民群众吃上安全、放心的食品；有利于提升质量管理水平，加强质量控制，提高经济效益；有利于粮食资源达到最佳使用效果和最佳品质特性，发挥最大的效能。

1. 粮食质量检验的目的

按照粮食的流通情况，分为收购、销售、调运、储存、加工五个环节，在不同的业务环节，实施检验的目的是不同的。

粮食收购、销售、调运时实施检验，其目的是为粮食的定等、定价提供依据，以贯彻优质优价的价格政策。

各级储备库在粮食轮入时实施质量检验，其目的是判定粮食是否符合储备粮食的入库质量标准，检查粮食新陈程度及储存品质



指标是否适宜，同时为粮食分类储存提供科学依据。粮食储存时定期的粮食质量检验分析（如中央储备粮每年3月和9月的质量检查），其目的是探索粮食储存指标的变化规律，指导科学储粮，为“推陈出新，适时轮换”提供科学依据。不定期的粮情检验，其目的是探查局部粮情异常的原因。粮食轮出时的质量检验，是检验粮食的综合品质，同时还要对储存期间曾经使用过的熏蒸剂残留进行检验，看其是否符合相应的卫生标准，是否能投放市场。

加工企业的进货检验，是验证所购原料与采购合同、原料技术标准及加工工艺要求是否相符合，做出接收或拒收的处理意见，防止不合格原粮进厂。加工过程的工序检验，是检查关键工序质量控制点的确立是否准确、有效和在制品的质量是否符合相关工艺的质量要求，确保资源的合理利用，防止不合格的半成品流入下道工序，确保生产出的成品达到规定的质量标准。加工企业的出厂检验是检验各批次的产品的品种、规格、质量、标识等项目是否符合相关标准和技术要求，防止不合格产品流入市场。

受质量技术监督部门、工商行政管理部门或其他政府机构的委托而实施的品质测报（包含工艺品质、储藏品质、加工品质、食用品质、卫生品质），其目的是对各地所生产的主要粮食种类进行检验，调查其品质状况，按规定进行统计、汇总、上报，为政府机构实施产品质量监督和宏观调控提供决策依据，为制定和修订粮食质量标准和粮食卫生标准提供科学依据，以指导农业生产、育种、种植等方面的结构调整及粮食贸易工作。

2. 粮食质量检验的方法

根据检验的目的、内容和所应用的技术，粮食质量检验的方法



主要分为感官分析法、物理检验法和化学检验法。

感官分析法是利用人的视觉、嗅觉、味觉、触觉、听觉对粮食及其制品的感官质量特性（如色泽、风味、质构、硬度等）进行检验的方法。如通过观察粮食的色泽、气味、质地初步判定粮食是否霉变、变质；通过触摸、咀嚼粮食颗粒初步判定粮食水分含量。

物理检验法是指通过物理方法进行的，反映粮食及其制品的商品外观、物理特性和工艺品质特性的检验。常见的粮食物理检验项目有水分含量、容重、杂质含量、不完善粒、灰分等。如水分含量是储藏、加工工艺和技术参数选择的重要参数指标，也是粮食在商业环节中以质论价的依据。在粮食的收购、销售、调拨中，水分含量是质量标准中一项重要的限制性项目，凡高于或低于标准规定的水分指标，要进行扣量、扣价或升价处理。水分含量的准确检验对于粮食的安全储藏意义尤为重要，一般禾谷类粮食的临界水分为 13% ~ 15%，如果长时间高于临界水分，粮食容易出现生虫、霉变等现象，严重影响粮食品质。物理检验方法相对来说简便易行、快速，同时设备简单，容易普及，在现行质量标准中的应用既能较好地贯彻依质论价的政策，又有利于广大基层单位采用和广大粮食生产者接受。

化学检验法是依据待测物质的化学性质或其本身化学组成成分特性，通过化学分析技术或仪器分析技术，完成样品中营养物质（如蛋白质、淀粉、脂肪、维生素、微量元素等）、有害物质（如真菌毒素、农药残留、重金属元素等）和添加物质（添加剂等）的分析检验。这类方法准确度较高，对评价粮食及其产品的品质、指导生产有重要意义。如黄曲霉毒素、玉米赤霉烯酮、呕吐毒素



(主要是部分真菌)是在粮食种植、储藏、加工、储运等过程中产生的一类次级代谢产物,具有强毒性、致突变性或致癌性,常见于小麦、稻谷、玉米、花生、高粱等粮食及其制品中。我国关于食品中真菌毒素限量有着严格的规定,故准确测定粮食中真菌毒素的含量,对采取合适的处理措施尤为重要,对保护我们的生命健康安全也起着举足轻重的作用。


3. 粮食质量检验的要求

粮食质量检验工作是一项政策性强、技术强、设计范围广的工作,涉及国家、企业、农民、消费者方方面面的利益。粮食质量检验人员必须严格贯彻执行国家质量标准和有关规定,每一个步骤都应严格按规程操作,工作程序按质量管理体系文件运行,确保检验数据的真实、可靠、准确、公正,这是粮食质量检验工作中的基本遵循和要求。检验人员要忠于职守、诚实守信,检验时要认真操作,做好原始记录,要如实填写检验凭证并对检验结果负责。

纵观人类依粮而兴、向粮图强的发展实践过程,培育粮食,需秉持求真求实的品质,诚实守信,一分耕耘,一分收获。广大青年学生应从粮品中学习诚与信,努力践行诚信至上、和谐务实、品质为先、守信如恒的处世原则。

二、粮食的内在品质

如今,人们的饮食观念已经越来越注重“吃得营养健康,吃得绿色有机”,所以,人们在选购粮食时也越来越看重粮食的品质、品牌。但食品安全问题却层出不穷,农产品掺假、陈米加工当新



米卖、使用增白剂等不诚信的行为，使消费者产生了“不信任”心理，造成交易双方出现了一道“诚信门槛”。

我国经济已由高速增长阶段转向高质量发展阶段，诚信缺失对整个国民经济发展影响不利。民无信不立，国无信不强，近年来，政府高度重视推进社会信用体系建设，将诚信建设提到了新的高度。2019年，财政部、国家粮食和物资储备局联合发布《关于深入实施“优质粮食工程”的意见》，明确指出将进一步加大“优质粮食工程”实施力度，筑牢粮食产业高质量发展的基础载体，引导绿色优质粮油产品消费，促进“优粮优产”“优粮优购”“优粮优储”“优粮优加”“优粮优销”，加快建设粮食产业强国。我国粮食产业逐渐走上高质量发展道路，绿色化、优质化、特色化、品牌化发展趋势显现。实施优质粮食工程也是建设诚信粮食工程。粮食品质有优劣之分，要保证人人都能吃到优质粮、放心粮，不仅需要消费者有一双“能辨真假”的眼睛，更需要全社会的共同努力。

（一）“粮”心好面

1. 优质大米的选购

大米是稻谷经清理、砻谷、碾米、成品整理等工序后制成的成品。大米是种子类食物，营养很丰富，是人们的日常主食之一。根据现代营养学分析，大米含有蛋白质，脂肪，维生素 B₁、维生素 A、维生素 E 及多种矿物质等营养成分。

（1）辨别籼米、粳米和糯米

根据《大米》(GB/T 1354—2018)规定，按原料稻谷类型，大米分为籼米、粳米、籼糯米、粳糯米四类。其中，籼米就是人们通常所说的南方米，米粒一般呈长椭圆形或细长形；粳米就是市场



上常见的东北米，米粒一般呈椭圆形或圆形。各类大米按加工精度来定等分级，而加工精度则指大米背沟和粒面留皮程度。我国大米质量是根据加工精度、碎米与其中小碎米、不完善粒、杂质最大限量为定等指标。大米按其加工精度等指标分为一级、二级、三级和四级，加工精度越高，大米越白，但营养价值越低。

① 籼米

籼米，是指用籼型非糯性稻谷制成的米。米粒粒形呈细长形或长椭圆形，长度在7毫米以上，蒸煮后出饭率高，黏性较小，米质较脆，加工时易破碎，横断面呈扁圆形，颜色为白色透明的较多，也有半透明和不透明的。根据稻谷收获季节，分为早籼米和晚籼米。早籼米米粒宽厚而较短，呈粉白色，腹白大，粉质多，质地脆弱易碎，黏性小于晚籼米，质量较差。晚籼米米粒细长而稍扁平，组织细密，颜色一般为透明或半透明，腹白较小，硬质较多，油性较大，质量较好。



籼 米

在国际市场上，按籼米米粒的长度分为长粒米和中粒米。长粒米粒形细长，长与宽之比一般大于3，颜色一般为蜡白色透明或半



透明，性脆，油性大，煮后软韧有劲而不黏，食味细腻可口，是籼米中质量最优者。中国广东省生产的“齐眉”“丝苗”和美国生产的“蓝冠”等均属于长粒米。

中粒米粒形长圆，较之长粒米稍肥厚，长宽比在2~3之间，颜色一般为半透明，腹白多，粉质较多，煮后松散，食味较粗糙。质量不如长粒米，湖南、湖北、广东、广西、江西、四川等省、自治区所产的大米多属于中粒米。美国生产的“齐奈斯”也属于中粒米。

泰国大米标准根据大米的长度分为特长型（7毫米以上）、长型（6.6~7毫米）、中型（6.2~6.6毫米）和短型（6.2毫米以下）四种。

②粳米

粳米，是指用粳型非糯性稻谷制成的米。米粒一般呈椭圆形或圆形。米粒丰满肥厚，横断面近于圆形，长与宽之比小于2，颜色为蜡白透明或半透明，质地硬而有韧性。煮后黏性、油性均大，柔软可口，但出饭率低。



粳 米

粳米根据其收获季节，分为早粳米和晚粳米。早粳米呈半透



明状，腹白较大，硬质粒少，米质较差。晚粳米呈白色或蜡白色，腹白小，硬质粒多，品质优。

③糯米

糯米，又称江米，颜色为乳白色，不透明，煮后透明，黏性大，胀性小，一般不做主食，多用于制作糕点、粽子、元宵等，以及做酿酒的原料。




糯 米

糯米也有籼粳之分。籼糯米粒形一般为长椭圆形或细长形，颜色为乳白不透明或半透明，黏性大；粳糯米一般为椭圆形，颜色为乳白不透明或半透明，黏性大，米质优于籼糯米。

上述三种大米中，籼米的贸易量最大。东南亚、非洲和拉丁美洲以消费籼米为主，其中长粒米最受欢迎。日本、朝鲜等国人民喜食粳米。欧洲地区，籼米、粳米两种大米均受欢迎。

（2）大米的营养价值

大米是稻谷的加工产品，是稻谷经脱壳、去掉糠粉得到的胚乳部分。大米是人体能量的重要来源，100克大米的主要营养成分含量包括：热量334～351千卡，蛋白质7.2%～9.5%，脂肪



0.3% ~ 1%，碳水化合物 75.1% ~ 78.3%，不溶性纤维 0.2% ~ 0.8%，钙 3 ~ 24 毫克，磷 80 ~ 192 毫克，钾 58 ~ 171 毫克，铁 0.4 ~ 2.8 毫克，锰 0.77 ~ 1.84 毫克，维生素 B₁ 0.08 ~ 0.33 毫克，维生素 B₂ 0.03 ~ 0.1 毫克，烟酸 1.1 ~ 5.2 毫克，维生素 E 0.22 ~ 1.01 毫克，以及植物化学元素等。谷物膳食纤维对结肠癌有预防作用，还可以平衡血糖，使餐后血糖不会快速升高，它的作用是蔬菜和水果纤维不能替代的。维生素 E 对抗衰老、预防心血管疾病也有一定的效果。

不同等级的大米由于加工精度的不同，在膳食纤维、微量元素、维生素和植物营养素含量方面也有所不同。大米加工精度越高，碾米越过度，大米的营养价值越低。比如特等米，虽然其外观比较光亮，米饭的口感也好，但稻谷所含的膳食纤维、微量元素、维生素、植物化学元素会有所损失，大米营养价值会有所下降。

（3）大米的选购

一是“看”，即看外观和色泽。正常大米大小均匀、丰满光滑，色泽正常，有光泽。其中，新米色泽呈透明玉色，未熟米粒可见青色（俗称青腰）。同时，新米“米眼睛”（胚芽部）的颜色呈乳白色或者淡黄色，陈米则颜色较深或呈咖啡色。

二是“捻”，即捻摸，用手感知大米的光滑度和糠粉含量。选购时，先用手抓一把大米，放开后，观察手中粘有糠粉情况，合格的大米糠粉很少；再用手捻摸感知大米的光滑程度，正常抛光的米，摸起来有玻璃珠般圆滑的感觉，陈米摸起来很糙，用矿物油抛光的大米则又腻又油（油腻感），用油严重者，使用热水浸泡



时，水面即可见浮油斑点。当然，也有一些陈化大米经过上油抛光处理后可达到真假难辨的程度，须借助化学手段予以鉴别。

三是“闻”，即闻大米的气味。选购时，用手抓或捧起一把大米，闻一闻气味是否正常。正常大米有股清香味，无异味。新米则有股浓淡相宜的清香味；陈谷新轧的米清香味较少，而存放一年以上的陈米，只有米糠味，没有清香味。如有发霉的气味则可能是陈米或因仓储不当而变质的米，不宜食用。另外，如香味过于浓重或有其他异味，则可能加入了非法添加剂，务必慎重选购。

四是“尝”，即品尝大米的硬度与味道。取几粒大米放入口中细嚼，正常大米微甜，无异味。新米含水量较高，口感较松散，齿间留香；陈米则含水量较低，口感较硬。大米米粒硬度是由蛋白质的含量决定的。通常，米的硬度越强，其蛋白质含量越高，透明度也越好。此外，一般新米比陈米硬，水分低的米比水分高的米硬，晚籼（粳）米比早籼（粳）米硬。

2. 优质面粉的选购

我们常说的“面粉”，通常指小麦面粉，是一种由小麦磨成的粉末成品，是人们最常见的食品原料之一。

面粉的原料小麦麦粒主要由三部分组成：麦麸包裹在外，约占粒重的18%~25%；麦粒赖以发芽的麦胚只占粒重的1%~2%；胚乳约占粒重的80%。胚乳与麦麸之间还有糊粉层粘连。麦粒经过制粉工艺加工，使麦麸、麦胚和胚乳分离并将胚乳磨细制成人们食用的面粉。



面 粉

面粉不同于全麦粉，因为全麦粉是由整粒麦子碾磨而成，并且不筛除麸皮。全麦粉含丰富的维生素 B₁、维生素 B₂、维生素 B₆ 及烟酸，营养价值很高。由于麸皮的含量多，100% 全麦粉做出来的面包一般体积较小，组织也较粗，因此使用全麦粉时往往会加入一些高筋面粉来改善面包的口感。

（1）面粉的分类

按照不同的标准，面粉可以分为不同类别。小麦面粉种类较多，包括各种等级的通用小麦面粉、高筋面粉、低筋面粉、专用小麦面粉等。目前，人们主要依据蛋白质或面筋质含量和质量的不同，对小麦面粉进行分类，一般分为三类：高筋面粉、中筋面粉和低筋面粉。然而对不同面食食品来讲，除了蛋白质或面筋质的含量和质量这一关键因素之外，还有诸多其他因素。因此，人们将小麦面粉进一步细分，指标细化，相应缩小每一类或每一种小麦面粉的适用范围，使其使用更为便捷。目前，人们习惯上将这种针对小麦面粉的不同用途以及不同面食食品的加工性能和品




质要求而专门组织生产的小麦面粉称为专用小麦面粉。专用小麦面粉在按用途分类的同时，也按加工精度分为特制一等、特制二等、标准、普通等不同等级。目前市场上出售的有特制面粉、标准面粉等。

（2）面粉的营养价值

小麦面粉不仅能提供人体活动所需的能量，还含有人体所需的丰富蛋白质、脂肪、矿物质、维生素、植物化学元素等成分，其中，蛋白质含量在10%~13%，略高于稻米。不同等级的小麦面粉（100克）主要营养成分含量包括：热量344~350千卡，蛋白质10.3~11.2克，碳水化合物71.5~74.6克，膳食纤维0.6~2.1克，钙27~31毫克，磷114~188毫克，钾124~190毫克，镁32~50毫克，铁2.7~3.5毫克，硒5.36~6.88毫克，锌0.96~3.5毫克，烟酸2毫克，维生素E 0.73~1.8毫克以及维生素B₁、维生素B₂、胡萝卜素等。特制面粉提供的能量高于普通面粉及麸皮，但由于其在加工制粉过程中去除了大部分的麸皮和胚芽成分，使其所含的蛋白质、膳食纤维、矿物质、微量元素、维生素等营养元素远低于普通面粉及麸皮。

（3）优质面粉的选购

一是“看”，即查看面粉的颜色及标识信息。小麦中含有微量的胡萝卜素，所以面粉正常颜色应呈乳白色或者略发黄的颜色。添加了增白剂后，发生氧化反应，面粉就变成雪白或纯白色了，有时色泽越白，说明增白剂使用量越大。如高筋面粉一般颜色较深；中筋面粉颜色乳白，介于高、低筋面粉之间，粉质半松散；低筋面粉颜色较白。又如符合标准的特制面粉色泽白净，粉质细



洁；标准面粉色泽为乳白色或微黄本色；质量差的面粉色泽稍微深一些。此外，在购买面粉时，尽量到一些信誉好的商场，选择一些优质品牌，并认真查看产品外包装上的标注信息，如QS标识、厂名、厂址、生产日期、保质期、质量等级、产品标准号等，选购信息齐全的带绿色食品标志的面粉。

二是“闻”，即闻面粉的气味。优质面粉有股淡淡的麦香，气味清香且略带甜香气；凡有酸、臭、霉等异杂气味的，均为质量差的面粉。而使用增白剂的面粉，会破坏小麦原有的香气，甚至会带有少许化学药品的气味。同时由于面粉是粉状的，吸味和吸潮能力都很强，如果受潮后重新烘干，会带一些霉味。

三是“捻”，即用手捻搓面粉。一般而言，优质面粉手感稍微发涩，而掺加了滑石粉、石灰粉等物质的面粉，手感发滑。如高筋面粉本身较有活性且光滑，手抓不易成团状；中筋面粉粉质半松散；低筋面粉用手抓则易成团。

民以食为天，食以安为先，安以质为本，质以诚为根。诚信塑品质，品质出品牌。作为最大的国有农粮企业——中粮集团有限公司，从最初的粮油食品贸易公司发展成为中国领先的农产品、食品领域多元化产品和服务供应商，为人们提供营养健康的食品，为民众的富足和社会的繁荣稳定做贡献。诚信是中粮发展的基石，更是中粮集团工作人员的道德规范。中粮一直致力于用诚信赢得农户的信赖，在“诚信生态”建设中实现共赢发展。中粮我买网与中国检验认证集团联手，合力打造面向消费者的我买网可追溯平台。消费者只要用手机扫码登录追溯平台，就可以了解每批次产品原料产地、加工工厂、产品检测、仓储物流信息等。信息的



透明化，更是诚信的重要表现。福临门食用油、福临门大米等品牌与服务铸就了中粮高品质、高品位的市场声誉。


（二）公平交易

在中国封建社会，粮食是最主要的商品之一，在以物易物的年代，粮食甚至作为“谷币”，以交换媒介的形式进入商品流通领域。随着粮食的交换频繁，为了便于公平计量，便产生了量衡器。不同的历史时期所使用的粮食量衡器及计量值单位也是不一样的。

1. 度量衡

度即尺，指用来计量物体长短的器具；量即斗，指用来测算容积、体积大小的器皿；衡即秤，指用来测量物体轻重的工具。作为名词，度量衡是指尺、斗、秤三种古代测量仪器；作为动词，则是指用尺、斗、秤三种仪器对物体的长度、容量和重量进行测量并保证测量准确性的活动。

粮食是古代政治经济活动中的重要物资。量衡器的发展，是缘于粮食的交换。量衡器的计量标准值也是在粮食生产实践中产生的。春秋战国时期，各国的容量单位名称和量值均不统一，如齐国以豆、区、釜、钟为单位，魏国以斛、斗、益为单位，秦国以升、斗、斛为单位。秦汉时期对度量衡进行改进和完善，颁发了标准量器，统一了计量标准值，初步建立了一套较为完整的度量衡制度。秦始皇统一六国后，商鞅变法，提出“平斗桶权衡丈尺”，把战国时期各国制定的度量衡统一起来，并颁发了统一度量衡的法令。汉代将度量衡正式成文于典籍，《汉书·律历志》记载了标准的量器和量值单位。唐宋元明时期，度量衡基本沿用汉代定制，原则严正，单位量值相对安稳。唐宋期间，由于实物地



租苛繁，商业规模扩展，度量衡用具的运用也越来越广泛。《唐会要》记载了关于度量衡管理的三项内容：确定度量衡的主管机构、颁发度量衡标准器及检定的时间和机构。可见当时度量衡行政管理的措施严谨。同时，唐代还制定了严厉的度量衡法律条文，以防止不法商贩为了牟取暴利而伤害人们的利益。在现存的《唐律疏议》中就明确了“诸校斛斗秤度不平，杖七十。监校者不觉，减一等；知情，与同罪”等条文，对利用度量衡器具营私舞弊者采取严惩措施。清代为中国度量衡制度完备的时代，度量衡由官府制造样式，并颁发全国依照标准使用，所用斛斗都要经过官府检验烙印。由于升、斗等量器使用效率低，到了近现代，杆秤、台秤等衡器逐渐代替量器走上历史舞台。^①新中国成立后，国家一直致力于建立统一的计量系统、计量技术和国家标准。1959年，国务院发布了《关于统一计量制度的命令》。1977年，国务院颁发了《中华人民共和国计量管理条例（暂行）》。为适应我国国民经济、文化教育事业的发展，以及推进科学技术进步和扩大国际经济、文化交流的需要，国务院决定在采用先进的国际单位制的基础上，进一步统一我国的计量单位。1984年，国务院发布了《关于在我国统一实行法定计量单位的命令》。法定计量单位以国际单位制为基础，全面吸收了国际计量科学研究的成果，使我国计量语言做到了真正的统一，也意味着我国计量单位与国际单位制的接轨有了法律意义上的保障。

① 李建成. 中国粮食文化概说 [M]. 北京: 中国农业出版社, 2011: 72-77.



2. 米升

“升盈则天下足，升歉则庶民哀。”在科学技术不够发达、标准度量衡不够大众化的时代，量米比秤米省事得多，故民间普遍以升、斗等量器来测量粮食的分量。家家户户都有米升，人们用米升计量着一家人的度用，也用其作为米市交易的度量标准。

根据外观形状划分，米升有圆升和方升两种。圆升，形似笔筒，通常用一节楠竹制作，保留一个竹节便成了米升，类型有一升筒、半升筒与格升筒等。方升则是选取木料做成载斗形状，有的方升也会从中间部位分隔，一分为二。

古时候由官方测量和认定过的米升会烙上火印。火印是一种诚信的象征，类似现代的商标。经过官方统一、认证过的米升具有公信力，维护了米市交易的秩序，规范着交易双方的行为，使人们的粮食交易变得更加简便。

米升包含着诚信和公平的价值观。米升装满了，再捧一捧往上堆，直到堆不下为止称为尖升；米升装满了，用手指或是筷子沿升口刮平了称为平升。在市场上交易使用的米升一般会配有一根平衡木。平衡木是用来刮平米堆的，这比用手抚平更加方便和精确。米升用久了就会耗损，量米就不精确。所以官方都会定期检测，经权威机构检测合格才能烙上火印，粮店进行买卖都是用烙有当年火印的米升作为市场交易使用的标准量器。

米升在封建社会的市井交易中充当着公平、诚信的使者。虽然随着科学生产力的不断进步，米升已经逐步淡出了人们的视野。但它所沉淀的诚信、公平的品质，却一直流传了下来。



3. 秤

杆秤是人类发明的各种衡器中历史最悠久的一种。在中国湖南长沙东郊楚墓出土的公元前 700 年的文物中，已有各种精制的砝码、秤杆、秤盘、系秤盘的丝线和提绳等。

古代杆秤的发展，长期停留在采用绳纽、非定量砣和木、竹、骨秤杆的基础上，并由手工制作。秤杆是用带有星点和锥度的木杆或金属杆制成，并配有砣（砝码）、砣绳和秤盘（或秤钩）的小型衡器。称物品时，根据被称物的轻重，秤钩上挂砣，移动秤砣，以保证秤杆平衡，根据平衡时砣绳所对应的秤杆上的星点，即可读出被称物的质量。杆秤的结构和制作工艺简单，携带、使用方便，造价低廉，但准确度低。

新中国成立以后，随着科学技术的发展，衡器及衡器计量也得到了快速发展，机械台秤、电子秤、地磅、智能化衡器逐渐成为粮食流通中的主要测重工具。

台秤可分为机械台秤、电子台秤。机械台秤由称重板、传力杠杆、秤挂秤砣、计量杆尺构成，是放在地面上使用的小型衡器。电子台秤主要是由台面、传感器、称重仪表等组成。台秤一次性称量比杆秤大，适宜包装粮的称重，称重量一般在 30 ~ 1000 千克之间，主要用于粮食集市、粮食仓库及粮油加工企业包装称重计量。^①地磅可分为机械地磅和电子地磅，由称重板、传力杠杆和示值盘构成，是固定在地面上，一次性可称数吨至数十吨的大型衡器。地磅一般安置在粮库或者面粉厂、饲料厂内，载粮货车可

^① 李建成. 中国粮食文化概说 [M]. 北京: 中国农业出版社, 2011: 77-79.




直接开上去，故也叫汽车衡。

“天地之间有杆秤”，随着科学技术的发展，人们不断赋予秤以文化内涵，即为公平公正的象征、天地良心的标尺，一桩桩交易就在秤砣与秤盘的此起彼伏间完成。

度量衡对商品交易至关重要，商品的重量和体积是公平的商品交易中最为直观的标准，也是最易判断的标准，而度量衡对确保商品公正交易起到至关重要的作用，同时也是体现诚信交易的重要一环。从古代度量衡到现代计量，粮食量衡器越来越精确，计量值单位逐步统一，这其中无不体现着诚信与公平。作为国家各项制度的计量标准，度量衡器具的精确性至关重要。度量衡制度和单位量值的统一，保证了国家政令的畅通、经济生产的政策开展、商品交换的标准稳定、赋税的合理征收。以统一的度量衡标准作为市场交易的准据，共同遵循等价交换的原则，使用双方都承认并使用准确的工具进行测量，保证了交换量的适当比率，防止交易纠纷，这是落实中华民族诚信、公平精神的表现。诚信是粮食交换过程中最重要的品质，更是粮食文化中的关键内容。

“天下熙熙，皆为利来；天下攘攘，皆为利往。”诚实守信，才能真正做到公平交易。先秦时期，商业活动虽未形成规模，但诚信经营的原则已深入人心。拒绝伪劣、不许投机在西周时就有禁令，《礼记·王制》中有“用器不中度，不粥于市；兵车不中度，不粥于市；布帛精粗不中数，幅广狭不中量，不粥于市”，意在强调：日常所用的器皿不合规格，不允许在市场上出售；兵车不合规格，不允许在市场上出售；布帛的丝缕密疏不符合规定和尺寸，不允许在市场上出售。这是诚信交易的开端。《管子·乘



马》里有“非诚贾不得食于贾，非诚工不得食于工，非诚农不得食于农，非信士不得立于朝”，意在强调：士农工商都要讲诚信，否则就无法立足于本行业。缺乏诚信，欺瞒客户、掺假售假、以次充好、缺斤少两，谈何公平？孔子曰：“人而无信，不知其可也。大车无，小车无，其何以行之哉？”意思是说一个人不讲信义，就像牛车、马车没有木销子，注定走不远。对个人来说，要培养高尚的品行，讲诚信是基本。对现在的企业来说，市场经济就是契约经济、信用经济，而诚信就是企业至关重要的无形资产。诚信对现代社会的契约需求发挥着重要影响，诚信打造品牌，品牌招来客源，企业用诚信赢得百姓信赖，既树立了口碑，也挣得了利润。

三、让诚实与守信成为青春搏击的保障

诚信是中华民族的传统美德，主要是指为人处世真诚、诚实，尊重事实，实事求是，信守承诺。在中华民族发展的历史长河中，无论是商鞅变法时的“立木为信”，还是季布的“一诺千金”，无不阐释着诚信对个人、社会发展的重要意义和影响。在中国特色社会主义进入新时代的今天，诚信被赋予了新的时代内涵，成为社会主义核心价值观的重要组成部分，其蕴含的现代价值和意义成为实现中华民族文化伟大复兴的重要推动力。在粮食生产和交易过程中所体现的求真求实的诚信品质，对引导当代大学生树立诚信至上、和谐务实、品质为上、守信如恒等观念起到了积极的促进作用。



（一）“人无诚信不立”，做诚实守信的人

《说文》曰：“诚，信也。”又言：“信，诚也。”在中华传统文化里，诚信具有十分重要的地位和价值。“诚”侧重于主体道德修养，即人的内在修养，“诚其意者，自修之首也”。“信”包含两层要求：一是说话要真实；二是说话要算数，指人的外在表现。“诚信”一词最早出现于春秋时期。《管子·枢言》里有“诚信者，天下之结也”，将诚信视作天下伦理秩序的关键。春秋末期，老子首倡“信德”，孔子主张“民无信不立”“人而无信，不知其可也”，墨子认为“言不信者，行不果”。孟子进而提出“诚者，天之道也；思诚者，人之道也”。《左传》则指出“信，国之宝也，民之所庇也”，把诚信作为治理国家、维系民心的根本保证。从诚与信的内涵，我们可以了解“诚信”一词的含义，概括起来就是真诚实在、信守承诺。

诚实守信既是中华民族的传统美德，也是古老而重要的社会交往基本规则。《论语》曰：“与朋友交，言而有信”“谨而信，泛爱众”。诚实守信是人与人之间交往的基础，彼此真诚，方能成为朋友。正所谓“君子养心，莫善于诚”“宁失千金，不失诚信”。几千年来，“诚信”成了无数中国人自我要求的基本准则。而今，对于当代大学生来讲，诚实守信是我们立身处世之本，更是我们走向社会的“通行证”。

党的十八大以来，以习近平同志为核心的党中央高度重视诚信建设。中国特色社会主义进入新时代，人的全面发展、社会的全面进步离不开更高水平、更高层次的诚信建设。习近平总书记以高超的战略智慧、深邃的历史目光，站在时代发展、文明兴衰



的高度，就诚信文化、诚信精神、诚信建设做出一系列重要论述。他明确要求，要“深入挖掘和阐发中华优秀传统文化讲仁爱、重民本、守诚信、崇正义、尚和合、求大同的时代价值”。此外，他提出，“‘信’在东方价值观中具有重要地位”“人与人交往在于言而有信，国与国相处讲究诚信为本”。在传统文化的熏陶和社会主义核心价值观的指引下，如今社会各行各业都对诚信有着基本要求，可以说，诚信是当今社会最重视的道德修养之一。而粮食文化中所蕴含的诚与信更是可以为培养当代大学生正确的世界观、人生观和价值观提供源源不竭的动力。

诚信不仅是处世之本，也是立业之基。诚信在成就个人事业方面，发挥着重要作用。在中国历史长河中，历朝历代都有依靠诚实守信而取得巨大成就的著名人物。例如，春秋战国之交的“陶朱公”范蠡，因经商有道，重视诚信，后世的商人都供奉他的塑像，尊称他为“中华商祖”。秦孝公时期的商鞅，为了推行新的法令，通过徙木立信，取信于民，从而使新法得以顺利推行。

诚信是中华优秀传统美德之一，凝聚着中华儿女普遍认同的道德规范和思想品格，具有丰富的思想内涵。诚信的“根”和“魂”来源于优秀传统文化，广大青年要从中华民族最基本的文化基因与坚定文化自信的坚实基础和突出优势的高度，继承脱胎于优秀传统文化的诚信品格；广大青年要从涵养社会主义核心价值观的重要源泉和实现中华民族伟大复兴中国梦的重要精神支撑的高度，弘扬脱胎于优秀传统文化的诚信价值；广大青年要从推动中华民族现代化进程的长远战略高度，赋予诚信崭新的时代内涵，让诚实与守信成为青春搏击的保障。



（二）“国无诚信不宁”，做社会主义的合格建设者和可靠接班人

对国家来说，要实现社会的长治久安，必须取信于民。《贞观政要》中有言“德礼诚信，国之大纲”，唐代魏徵把诚信看成治理国家政务的大纲。唐初的“贞观之治”反映出诚信治国的重要性。

每一个国家都存在各种各样的价值取向和价值观念，如果一个国家不能有效地将全社会的意志和力量凝聚起来，社会问题就会层出不穷，国家的发展也会停滞不前，“落后就要挨打”，这是血淋淋的教训。若要把全社会意志和力量凝聚起来，就必须形成一套与本国的政治制度和经济基础相适应并且有广泛民众基础的核心价值取向和价值观念。对我们中华儿女而言，什么样的核心价值取向和价值观念能起到凝魂聚力的巨大作用呢？毫无疑问，就是社会主义核心价值观，即富强、民主、文明、和谐，自由、平等、公正、法治，爱国、敬业、诚信、友善。社会主义核心价值观把涉及国家、社会、公民个人三个层面的价值要求有机融合，系统科学地回答了“我们要建设什么样的国家、建设什么样的社会、培育什么样的公民”的重大问题。而在公民个人层面的价值要求中，诚信独占一席，可见其极端重要性。

新中国成立以来，尤其是改革开放以来，我们国家在国际社会的影响力显著提升。面对世界百年未有之大变局，中国负起了应有责任，为了人类未来、人民福祉，中国坚持开放包容、合作共赢，积极推动构建人类命运共同体，“以诚待人、以信为本”的大国形象深入人心。这不仅得益于我国国防、经济、文化、教育等方面实力的提升，也得益于我们秉持的“守诚信、尚和合、求



大同”的价值理念。中华优秀传统文化的诚信精神，作为国家重要的文化软实力，是新时代人与人相处、国与国相处的道德基础。在与其他国家交流方面，我们一诺千金，积极自觉履行国际职责，发展同周边国家睦邻友好关系，我们坚持与邻为善、以邻相伴，坚持睦邻、安邻、富邻，践行亲、诚、惠、容理念，诚心诚意对待周边国家，争取更多朋友。如在处理气候变化方面，我们诚实守信，坚决遵守约定，牢固树立新的发展理念，全社会倡导节能减排，为全球气候治理贡献自己的力量；在维护多边贸易方面，我们诚实守信，坚决遵守约定，提出“一带一路”倡议，大力营造公平公正的营商环境，不断推进改革开放，为 global 经济发展注入了可持续发展的能量；在维护世界和平方面，我们诚实守信，坚决遵守约定，始终秉持和平发展的理念，不干涉他国内政，不走“国强必霸”的邪路，始终与各个国家在平等互信的前提下通过和平的方式沟通交流，管控分歧，切实肩负起大国担当，扎稳扎牢和平发展的朋友圈，为世界和平贡献“中国方案”。

诚信关乎一个国家国民的道德素质，更关乎一个民族、一个国家的整体形象。大国要有大胸怀、大气度、大格局。一个在国际交往合作中坚持正确义利观、坚持“以诚待人、以信为本”的国家，才能真正赢得国际社会由衷的尊重，才能扎实深入开展各领域国际合作。

“国无诚信不宁”，广大青年要牢记中国共产党关于弘扬中华优秀传统文化的重要论述，深刻领悟其重要意义、精神实质和思想内涵，增强价值观自信，坚持道路自信、理论自信、制度自信、文化自信，积极践行社会主义核心价值观，做忠诚的爱国者和共



产主义接班人，努力为实现中华民族伟大复兴的中国梦贡献青春力量。

人物·故事

范蠡制秤^①

范蠡，字少伯，春秋末年楚国人，著名的政治家、军事家和实业家，后人尊称为“商圣”“文财神”。他曾辅佐越王勾践“卧薪尝胆”灭吴兴越，功成身退，后北上经商，居陶，自号陶朱公，堪称历史上弃政从商的鼻祖和开创个人致富记录的典范。他三次经商成巨富，三散家财，乃我国儒商之鼻祖。《史记》中载其“致产数十万”“十九年之中三致千金”，致富后，他乐于帮助别人，威名远播，堪称“中华自古商之祖”。他的行为使他获得“富好行其德”的美名，成为几千年来我国经商从业者的楷模。

范蠡帮助越王勾践复国之后，急流勇退，隐姓埋名，带着家人，泛舟五湖，飘然远引逃到有山有海、有林有田的齐国海畔。范蠡在当地购买了一些土地，还饲养、贩卖五畜。等有了一定的积蓄之后，他就利用天时、地利之便雇人开盐田，开展渔业捕捞，还兼营杂粮等生意。范蠡经营贩卖当地核桃、木耳、山珍野味、肉类皮毛、粮食药材等土特产，对收购来的山货分门别类进行放置，每种货物还分有等次。根据各地商贾的需求，他先将各类上等货物用牲口运往各个要货的地点进行出售，收款后，再购买食

^① 央视网.“文财神”范蠡发明秤 [EB/OL]. (2019-02-13) [2021-04-13].<http://tv.cctv.com/2019/02/13/VIDE9abbSC2nHYTIYbn66e4W190213.shtml>.



盐、葛麻布衣等各类日用杂货运回到镇上。这样，他不仅解决了当地人日用品缺乏的问题，自己也赚到了钱。他在经商中发现，人们在市场买卖东西都是用眼睛估计分量，很难做到公平交易，便想创造一种测定货物重量的工具。

范蠡经商回家，在路上偶然看见一个农夫从井里汲水，方法甚是巧妙：井边竖一根高高的木桩，一根横木绑在木桩顶端。横木的一头吊木桶，另一头系石块，此上彼下，轻便省力。范蠡顿受启发，回家仿照着做了一杆秤：用一根细直的木棍，一头钻上小孔，小孔系上麻绳，用手来掂。细木一头拴上吊盘，装盛货物，一头系鹅卵石为砣。鹅卵石移得离绳越远，吊起的货物就越多。秤做出来了，一头挂的货物越多，鹅卵石就要移得越远才能平衡。他觉得必须在细木上刻出标记才行。但用什么东西做标记呢？他苦苦思索了几个月，仍然不得要领。

一天夜里，范蠡外出小解，一抬头看见了天上的星宿，突发奇想，便用南斗六星和北斗七星做标记，一颗星一两重，十三颗星是一斤。从此市场上便有了统一计量的工具——秤。

但是时间一长，范蠡发现有些心术不正、投机取巧的商人，卖东西时缺斤少两。如何杜绝奸商的恶行呢？范蠡又是一番苦思冥想，之后终于想出了方法，即改白木刻黑星为红木嵌金星，在南斗六星和北斗七星之外，再加福、禄、寿三星，十六两为一斤。范蠡以此告诫同行：“作为商人，必须光明正大，不能赚黑心钱。经商者若欺人一两，则失去福气；欺人二两，则后人永不得‘俸禄’；欺人三两，则折损‘阳寿’！”

范蠡买卖公平，诚信经营，质量为本，决不倒卖腐烂变质的货



物，不坑害消费者，所以，他的生意能细水长流，他的名声能传遍四方。他就是以这样的行事风格，在齐地种养经商，勤勤恳恳，在与家人的齐心合力之下，很快就积累了高达数十万的财产。

范蠡制秤，不仅为商业的发展制定了规则，更为后世树立了“君子爱财，取之有道”的商业道德。在范蠡后半生的从商生涯中，他三次成巨富，又三次为国为民散尽万贯家财，成为所有商人的楷模，被尊奉为“文财神”。

拓展阅读链接

文章《“好传人”江玉珍、江远斌——五代人打造“良心秤”分毫不差，恪守诚信传承家风200年》

在武汉有一户做了200多年杆秤的江姓人家。江家做的秤因为准确公道、分毫不差，被乡亲们称作“良心秤”。挑木材、刨木、制粗胚、打磨、包铜管、定刀口、定星位……经过十多道工序，一杆秤才算制作完成，之后还要反复校准，一天最多只能做2杆。但在江家看来，做秤虽难，更难的却是守住心底那杆良心秤。以前，也常有不法商贩出大价钱，要江家人帮他们做“带病”的秤，但都被严词拒绝。2014年5月，江家传人江玉珍、江远斌姐弟荣登“中国好人榜”。

（来源：中国文明网）

粮漆画鉴赏



《仲夏夜》



《无名山》



《忆江南》

实践·任务

| | |
|------|--|
| 任务名称 | 诚信立德、青春立功、明辨立言 |
| 任务目的 | 引导学生明了诚信的本质和内涵，诚信与道德，诚信与大学生成才的关系，有利于提高学生的综合素质，并有效地将诚信教育转化为大学生自觉的素养与行为，有利于形成有深度、有广度、有社会影响力的诚信精神。 |
| 任务描述 | <ol style="list-style-type: none">1. 组织学生分组搜集以诚信为主题的辩论赛相关资料。2. 组织学生开展以诚信为主题的辩论赛，展示诚信的重要性。 |
| 任务实施 | <ol style="list-style-type: none">1. 教师提前布置任务，学生选取有关诚信的辩题，以小组为单位，组织学生课后搜集辩题的正方和反方资料。2. 结合专业特点，采取辩论赛的形式，开展此次活动。3. 按照分组抽签决定正反方。4. 教师组织学生开展辩论赛，并将任务完成情况纳入课程考核范畴。 |



续表

| | | | | | | | |
|------|--|------|----|----|----|----|----|
| 任务评价 | 自我评价 | | | | | | 评分 |
| | 组内互评 | 学号 | 姓名 | 评分 | 学号 | 姓名 | 评分 |
| | | 1号 | | | 4号 | | |
| | | 2号 | | | 5号 | | |
| | 小组互评 | 3号 | | | 6号 | | |
| | | 组号 | 评分 | | 组号 | 评分 | |
| | | 1组 | | | 4组 | | |
| | | 2组 | | | 5组 | | |
| | 教师评价 | 3组 | | | 6组 | | |
| | | 教师评价 | | | | | |
| 成果转化 | <p>教师组织学生将本次辩论赛的收获和经验进行总结，以组织宣传报道的形式进行传播，传承和弘扬中华民族诚信美德，培养和锻炼学生的思辨能力、逻辑思维能力、语言表达能力和团队合作能力，提升综合素养。</p> | | | | | | |

参考文献

[1] 习近平. 决胜全面建成小康社会 夺取新时代中国特色社会主义伟大胜利——在中国共产党第十九次全国代表大会上的报告 [M]. 北京: 人民出版社, 2017.

[2] 习近平. 习近平谈治国理政: 第1卷 [M]. 北京: 外文出版社, 2014.

[3] 李建成. 中国粮食文化概说 [M]. 北京: 中国农业出版社, 2011.



- [4] 李运楼. 粮食通识教育读本 [M]. 南昌: 江西人民出版社, 2014.
- [5] 吴成福. 论我国的粮食文化观 [J]. 中国粮食经济, 2012 (10): 58-59.
- [6] 国家粮食局职业技能鉴定指导中心. 粮油质量检验员: 第4版 [M]. 北京: 中国轻工业出版社, 2017.
- [7] 宋亚博, 宋斌, 麻琦, 等. 使用面筋峰值仪快速评价小麦品质的研究 [J]. 河南工业大学学报 (自然科学版), 2017 (5): 45-49.
- [8] 赵仁勇, 宋斌. 玉米赤霉烯酮生物脱毒研究进展 [J]. 河南工业大学学报 (自然科学版), 2018 (2): 113-121.
- [9] 李薇薇. 高校加强大学生诚信教育的路径 [J]. 农家参谋, 2020 (13): 257.
- [10] 科尔沁. 中华优秀传统文化融入大学生思想政治教育的思考 [J]. 内蒙古统计, 2018 (5): 53-56.
- [11] 薛俊武. 传统诚信文化融入大学生思想政治教育的有效路径探究 [J]. 锦州医科大学学报 (社会科学版), 2017, 15 (2): 91-94.
- [12] 罗建, 姜玲. 计量发展史 [J]. 科学咨询 (科技·管理), 2018 (2): 116.
- [13] 教育部课题组. 深入学习习近平关于教育的重要论述 [M]. 北京: 人民出版社, 2019.




第五章 粮安中的责与献

古语名言

民以食为天

春秋时期管仲说：“王者以民为天，民以食为天，能知天之天者，斯可矣。”在历史上第一次提出了“民以食为天”的思想。天，是指赖以生存的最重要的东西；食，是指粮食。这句话的意思是：对国家统治者来说，民众是最重要的；对民众来说，粮食是安身立命的根本。因此，统治者要高度重视民众赖以生存的粮食，才能治理好国家。

新中国成立以来，中国共产党始终秉持为人民服务的初心，习近平总书记提出的“以人民为中心的发展思想”，更是为人民服务的思想在新时代的继承和升华。以人民为中心，这既是习近平新时代中国特色社会主义思想的重要内容，也是新时代坚持和发展中国特色社会主义的基本方略之一。自古以来，粮食安全都是治国安邦的头等大事，关乎国家安危、人民幸福。“中国人的饭碗任何时候都要牢牢端在自己手中，饭碗主要装中国粮。”党的十八大以来，习近平总书记高瞻远瞩，运筹帷幄，提出了新时期国家粮食安全的新战略，带领全国人民走出了一条中国特色粮食安全之路。如今，全国人民



不仅吃得饱，还能吃得好，我国粮食之基更牢靠，发展之基更深厚，社会之基更稳定。

请你谈谈对本段话的理解，说说身边“民以食为天”的具体事例。

点击核心

全方位夯实粮食安全根基，全面落实粮食安全党政同责，……确保中国人的饭碗牢牢端在自己手中。

——2022年10月16日，习近平总书记在中国共产党第二十次全国代表大会上作的报告

粮食安全是事关人类生存的根本性问题。半个世纪前，杂交水稻在中国率先成功研发并大面积推广，助力中国用不足全球9%的耕地，解决世界近五分之一人口吃饭问题，成为世界第一大粮食生产国和第三大粮食出口国。

——2022年11月12日，习近平主席向“杂交水稻援外与世界粮食安全”国际论坛发表书面致辞

保障粮食和重要农产品稳定安全供给始终是建设农业强国的头等大事。

——2022年12月23日，习近平总书记在中央农村工作会议上的讲话

粮食安全是“国之大者”，耕地是粮食生产的命根子。


——2023年7月20日，习近平总书记在二十届中央财经委员会第二次会议上关于加强耕地保护和盐碱地综合改造利用的讲话



“粮稳天下安”，粮食安全是国家安全的重要基础，粮食问题在不同历史时期、不同发展阶段，有不同的具体表现，但是粮食安全作为一个战略主题永不褪色，历久弥新。在中国粮食行业漫长的历史发展进程中，英雄、人才辈出，他们在向粮图强的奋斗实践中，恪尽职守，敢于担当。商鞅、桑弘羊、刘晏、王安石等在古代粮食流通管理方面，顺应社会发展的规律，控流通、稳粮价、保粮安。裴耀卿、刘晏、薛向、伯颜等勇挑时代重担，引领潮流之先，改漕运、促流通、稳经济，打造了物资输送的生命线。袁隆平为保障粮食供给，实现国家粮食安全，做出了不懈努力。从“吃得饱”到“吃得好”，再到“吃得健康”，中国粮食安全实现了历史性跨越。

党的十八大以来，以习近平同志为核心的党中央把粮食安全作为治国理政的头等大事，提出了确保“谷物基本自给、口粮绝对安全”的新粮食安全观，确立了以我为主、立足国内、确保产能、适度进口、科技支撑的国家粮食安全战略，走出了一条中国特色粮食安全之路。中国坚持立足国内保障粮食基本自给的方针，实行最严格的耕地保护制度，实施藏粮于地、藏粮于技战略，持续推进农业供给侧结构性改革和体制机制创新，粮食生产能力不断增强，粮食流通现代化水平明显提升，粮食供给结构不断优化，粮食产业经济稳步发展，更高层次、更高质量、更有效率、更可持续的粮食安全保障体系逐步建立，国家粮食安全保障更加有力，中国特色粮食安全之路越走越稳健、越走越宽广。^①

^① 中华人民共和国国务院新闻办公室.《中国的粮食安全》白皮书：中国的粮食安全[R/OL].(2019-10-14)[2021-06-14].http://www.gov.cn/zhengce/2019-10/14/content_5439410.htm.



粮安中的责与献，是江西工业贸易职业技术学院总结、提炼的“五粮文化育人”理念的突出特征，是公民道德的鲜明标识，是人类在向粮图强的奋斗实践中铸牢粮食储备流通安全，教育和引导学生忠于职守、敢于担当、保障安全、乐于奉献的重要理念。

青年大学生是国家宝贵的人才资源，是民族的希望、祖国的未来。我们要始终牢记“保障国家粮食安全，端牢中国饭碗”使命，以守粮有责、守粮尽责、守粮负责的担当，把自己的人生理想与强国富民融为一体，以奋斗之我为提高国家粮食安全保障水平贡献力量，为实现中华民族伟大复兴的中国梦添砖加瓦，当好大国粮仓的“保管员”，当好国家粮食安全的“守门人”。

一、体悟粮食之道

习近平总书记十分关心粮食生产和粮食安全，强调保障国家粮食安全是一个永恒的课题，任何时候这根弦都不能松。从古至今，吃饭是人类生活的第一件大事，古代人民追求吃得饱，现代人民追求吃得好、吃得健康。无论吃得饱还是吃得好，粮食储备流通都是不可或缺的。在粮食储备流通发展的历史进程中，涌现出了许多英雄人物，他们尽职尽责，勇于担当，为粮食流通发展做出了重大贡献。让我们一同探究由古至今的粮食流通管理制度，追溯平糶之法，探寻四大米市，认识粮食名人。

（一）余粟有道

余，本义是买入粮食。粟，本义是卖出粮食。“余”与“粟”相对。“丰则贵余，歉则贱粟”，具体来说，就是政府在丰年出钱购



买农民多余的粮食，囤积起来，谓之“糴”；而到了荒年，再以平价或者低价将这些粮食卖给农民，谓之“糴”。糴糴之举既可以在饥荒之年解决灾民的燃眉之急，又能打击一些不法商人囤积居奇，达到平抑物价、稳定社会治安、安抚民心之效。

1. 古代的粮食流通管理制度

粮食流通管理制度是我国运用法律、行政、经济手段干预粮食流通的一种办法，从春秋战国时期就已开始。

（1）秦朝商鞅的粮食流通管制

战国时期，秦国商鞅变法，提出了农战思想。商鞅的粮食流通管制是其农战思想的一个具体措施，国家对粮食实行垄断经营，不允许商人参与粮食买卖活动，也不允许农民之间进行粮食交易，杜绝了商人利用年景丰歉进行投机活动，也促使农民通过自己的耕作得到粮食。商鞅从战国时期诸侯激烈争战的社会实际出发，以对百姓负责的态度改革粮食流通制度，使粮价不受年景丰歉的影响，稳定了市场，保证了国家粮食储备，对秦国由弱变强、统一六国起到重要的作用。

（2）西汉的均输平准制度和常平仓

大农丞桑弘羊冲破战国至西汉初期重农抑商思想的桎梏，顺应社会发展规律，创立均输平准制度，在京师设立均输平准机构，统一调配各地物资，当市场粮价上涨时抛售，当市场粮价过低时收购，从而达到稳定物价的目的。公元前54年，汉宣帝在大司农耿寿昌的提议下设立了常平仓，核心原则是“以谷贱时增其贾而糴，以利农，谷贵时减贾而糴”。作为国家建立并管理的粮仓，常平仓以官府糴糴为基本运作方式，调剂丰歉，维持常平，稳定粮食市场



价格。西汉突破了自然经济的束缚，打通了各地物资流通的渠道，实现了早期商品经济的发展。

（3）唐代刘晏的粮食价格情报术

唐代肃宗、代宗时期，户部侍郎刘晏掌管国家财政经济，为了稳定物价，建立了全国粮食价格情报系统。具体来说，刘晏把历年来各地的粮价分为五类，并将各类价格下的正常余粮数依次列为五等，通报各州县。各地只需按照每类价格下所规定的数量收足粮食，再报发运司综合平衡，这样既省去了往返奏报而延误的时间，又保证了国家平价收购粮食。刘晏的粮食价格情报术使国家全面掌握了商品的供销动向，国家获得了利益，市场波动得到了平抑。

（4）北宋的青苗法、市易法

北宋王安石出任宰相，大力推行新政，史称“王安石变法”。青苗法、市易法就是其主要内容。青苗法本质是贷款于农、春贷秋还的粮食预购制。宋朝初期，各地设有常平仓，但常平仓敛散运行机制僵化的弊端日趋凸显，“收藏积滞，必待年凶物贵，然后出粜”，平抑市场粮价机制不灵。青苗法突破“贱余贵粜”的商业运作模式，变为农贷与预购并施。市易务根据市场情况，决定价格，收购滞销货物，待至市场上需要时出售，商贩可以向市易务贷款，或赊购货物。市易法在限制大商人垄断市场方面发挥了作用，也增加了朝廷的财政收入。青苗法和市易法可看作近代“文明国家”的银行。王安石不畏保守派反对，扭转宋代积贫积弱的局势，商业经济有了较大的发展。

（5）清代对外粮食贸易制度

清代为了缓解粮食供求的矛盾，鼓励粮食进口，限制粮食出



口，进口大米一律免税，对外商运来的大米实行包运包销。从清初到鸦片战争之前，清政府对粮食出口一直是严加限制的，凡出海的船户和商人，都要先到官府登记，按出海船只的人数随船携带限量口粮。清政府根据国家粮食储备情况，实行对外粮食贸易，并为此制定了一系列贸易制度。

2. 古代的漕运

古代将征自田赋的部分粮食通过水路运往京师或者其他指定地点的运输方式称为漕运，漕运是一项重要的国家经济活动，在粮食流通中具有重要的作用。在秦朝之后的历朝历代，尤其唐代以后，漕政皆为国之“要政”。

（1）唐代长运法与转般法


唐玄宗时期，由江南供往长安的粮食转运任务十分繁重，于是设置水陆发运使，专司漕运。开元年间改称转运使，后又改设江、淮转运使。宰相兼转运使裴耀卿主持漕政后，改“长运法”为“转般法”，按江南之舟不入黄河，黄河之舟不入洛口的原则，于沿河就势设仓，节级转运。水通则舟行，水浅则寓仓以待。三年运七百万石^①，省脚费三十万贯^②。裴耀卿认真研判当时形势，改革漕运，实行分段运粮，大大提高了运输效率，节省了运输经费。

（2）宋元时期雇佣包运制

北宋时期，王安石推荐薛向为发运使，专门负责江浙地区的漕运。薛向改革漕运制度，招募民船与官船分运漕粮，相互监督使漕运使卒无法舞弊，漕运损耗量大等弊端减少，漕运速度也明显加

① 石：容量单位，10斗等于1石（在古书中读“shí”），此处读“dàn”。

② 贯：旧时的制钱，用绳子穿上，每一千个叫一贯。



快，以商船运漕粮在当时也是大胆创举。元代漕运有以大运河为主的内河运输，也有大规模的海运，海船运粮是在 1282 年由丞相伯颜提出的，海运中主要采用了雇佣包运制。薛向、伯颜等历史名人，针对弊端改革漕运，保障粮食流通。

（3）明清时期支运、兑运和直达法

明代的“行漕法规”得到健全和完善，产生了支运、兑运和直达法。明代采用支运法，即规定由民户和军队相结合运粮，各地农户将税粮就近运到运河沿岸的粮仓，再由官军分段沿河接运到通州。1430 年，又推行兑运法，即规定各地农户将税粮运到各自所在的州县府，兑交给驻守卫所军队，再由军队沿运河运到通州。1471 年，进一步推行直达法，由负责漕运的官军到河南漕粮府州县码头领兑，直接运到通州。从此漕运由民运转为军运。清代沿用了明代漕运制度，漕运最高长官为漕运总督。明清漕运打造了一条物资输送的生命线，连接政治中心和经济重心区域，确保粮食流通更加高效。

3. 现代粮食流通管理机构

中华人民共和国成立后，农村实行人民公社制度，对粮食实行统购统销政策。1978 年中共十一届三中全会后，我国实行改革开放政策，逐步放开粮食收购市场和价格。2004 年国务院颁布了《粮食流通管理条例》，依法对粮食流通进行管理，并于 2021 年进行了第三次修订。

目前，我国粮食流通管理的机构主要有国家粮食和物资储备局、各省粮食和物资储备局、中国储备粮管理集团有限公司、各省储备粮管理集团有限公司等。



（1）国家粮食和物资储备局

国家粮食和物资储备局是国家发展和改革委员会管理的国家局。主要职责是：起草全国粮食流通和物资储备管理的法律法规草案、部门规章；研究提出国家战略物资储备规划、国家储备品种目录的建议；管理国家粮食、棉花和食糖储备，负责中央储备粮棉行政管理；拟订粮食和物资储备仓储管理有关技术标准和规范并组织实施；根据国家储备总体发展规划，统一负责储备基础设施建设和管理；负责对管理的政府储备、企业储备以及储备政策落实情况进行监督检查；负责粮食流通行业管理等。“中国人的饭碗任何时候都要牢牢端在自己的手上”，秉承这一原则，国家粮食和物资储备局贯彻落实党中央关于粮食和物资储备工作的方针政策和决策部署，在履行职责过程中坚持和加强党对粮食和物资储备工作的集中统一领导。

（2）各省粮食和物资储备局

各省粮食和物资储备局是各省发展和改革委员会的部门管理机构。主要职责是：贯彻执行国家有关粮食流通和物资储备管理的法律法规，起草全省粮食和物资储备管理的地方性法规、规章草案和有关政策并组织实施；落实省级储备粮等物资储备的规划和总量计划；管理全省粮食储备，负责省级储备粮行政管理；拟定全省粮食和物资储备仓储管理有关技术标准和规范并组织实施；根据全省粮食和物资储备总体规划，统一负责储备基础设施建设和管理；负责对管理的政府储备、企业储备以及储备政策落实情况进行监督检查；负责全省粮食流通行业管理等。各省粮食工作者共同努力，实现了粮食安全生产与和谐稳定，维护了正常的粮食流通秩序，保障



了粮食供应和市场的稳定，确保了国家粮食安全。

（3）中国储备粮管理集团有限公司

中国储备粮管理集团有限公司是经国务院批准组建的涉及国家安全和国民经济命脉的国有大型重要骨干企业，受国务院委托，具体负责中央储备粮棉油的经营管理，同时接受国家委托执行粮棉油购销调存等调控任务，是国内最大、国际影响举足轻重的农产品储备集团。

（4）各省储备粮管理集团有限公司

各省设有储备粮管理集团有限公司，是经省政府批准成立的国有独资企业，省政府实施粮食宏观调控的重要载体，经省政府授权，省储备粮公司的主要职责是负责全省省级储备粮油的购销、储存、轮换、动用等业务，并对省级储备粮油的数量、质量、安全等进行全面管理。

（二）米市寻踪

中国近代四大米市是指芜湖、九江、无锡、长沙四大米市，因为均在江南，所以又被称为“江南四大米市”。米市左右着米谷在市场上的流通，对区域粮食盈缺的调剂起到了非常重要的作用。

米市形成的原因可以概括为天时、地利、人和。一是气候适宜，雨量充沛，粮食生产丰富，有充足的大米来源。四个地方水系众多、土壤肥沃，都是著名的鱼米之乡。二是运输便利，水陆交通发达，商贸流通发达。芜湖地处长江中下游；九江东枕鄱阳湖，北濒长江；无锡南邻太湖；长沙位于湘江下游。三是当地人勤劳奉献，行业帮派敢于担当。李鸿章是推动芜湖米市的重要人物，广东帮、南昌帮和九江派三个帮派是将九江米市推向鼎盛的重要力量，



无锡米市粮行林立，长沙米市商贾云集。

1. 芜湖米市

芜湖位于安徽省东南部，是古代重要的粮食集散地。早在宋代其已成为大江南北的粮食、食盐等贸易重镇，明代设关税制时被辟为商埠，米市开始盛行。1876年，芜湖被增设为通商口岸，海内外商人逐渐云集于此，进行粮食贸易。1877年，李鸿章授意驻芜湖道员张荫桓去镇江劝说米商迁移至芜湖，在张荫桓劝说下，广帮、潮帮米商率先迁至芜湖，烟台、宁波两帮米商也紧步后尘，接踵而至。当地人勤劳奉献是根本，行业帮派敢于担当是契机，共同促成芜湖米市日益繁荣，一跃成为全国米市之首。1898年，安徽省政府在芜湖设立了米捐局，规定凡本省出口大米必先经芜湖纳税方可出口，这一强制手段使芜湖的米业更加兴盛起来。据记载，当时芜湖各帮米商达50多家，磨坊50多家，米行110多家。近年来，安徽省大米产业进行整合，全力打造芜湖米市，米市配备加工、交易、仓储、运输等功能，成为芜湖大米、稻种、食油等农副产品的交易中心，“芜湖大米”和“芜湖米市”在全国享有盛誉。

2. 九江米市

九江位于江西省北部。从晋代起，九江就是长江中游的一大商埠。九江米市孕始于唐宋，雏形于明清，兴盛于清末民初，衰落于抗战期间，复兴于建国初期，封闭于粮食统购统销时期，改革开放之后重获复苏。1738年8月—1739年4月，经九江转运的米船达53032艘，载运大米1200余万石，可见规模之大。民国初年到1937年抗战前，广东帮、南昌帮和九江派三个帮派相互



协作，共同将九江米市推向鼎盛，粮食米店达 130 多家。抗战时期，九江米市曾一度衰落，经济萧条，市场衰微。建国初期，九江米市又一度复兴，有粮食陆尘公司、粮行、米铺、米栈等 126 家。在 1953 年末，政府对粮食实行统购统销，九江米市又长期处于封闭状态。但随着改革的深化，实行粮食多渠道经营，九江米市又重获复苏和振兴。恢复发展的九江米市，于 1990 年 12 月经中华人民共和国原国内贸易部批准，成立省级粮食批发市场——九江粮食批发市场，是江西省重点粮食流通市场，现已成为长江中下游一带区域性的粮油集散地。

3. 无锡米市

无锡位于江苏省东南部，水稻生产历史悠久，数量多，质量优。杜甫诗曰：“云帆转辽海，粳稻来东吴。”早在唐代，无锡地区的稻米就被漕运到唐都长安。明清时期，无锡已是太湖流域和江浙漕粮集中地及江南著名粮食市场，有“米码头”之称。运河中经常停泊和行驶着成百上千的运粮船只，运河上粮行林立，商贾云集。乾隆年间，无锡粮食的吞吐量达到七八百万石。19 世纪末 20 世纪初，无锡粮食堆栈容量为东南各省之冠，粮食加工业成为全国五大碾米中心。改革开放以来，无锡米市成交活跃，业务遍及全国各地。为了适应粮食流通体制改革和新一轮市场改革发展的需要，无锡市政府恢复使用无锡粮油中心批发市场。这个市场由南北两个市场组成，南市场以无锡粮油中转储备仓库为基地，拥有铁路粮油专线、京杭大运河“米码头”的优势，以稻谷、小麦、大豆、玉米等大宗原粮交易为主；北市场以成品粮油现货交易为主，满足了无锡及周边地区居民“米袋子”“菜篮子”需要。



4. 长沙米市


长沙地处湖南东北部，是湖湘地区的政治、军事、经济、文化、教育中心。湖南盛产稻谷，古代曾有“湖广熟，天下足”之说。长沙米市其雏形可追溯至北宋晚期，当时的潭州^①已能制造载米万斛的大船，往来湘江，运送大米。到1723年，湘江上运米之船“千艘云集”，长沙附近的易俗河已成为百谷总集之区，年贸易额达200余万担。1726年，开设各类牙行，提供交易场所，米市正式形成。长沙集镇共开设牙行35户，其中粮行就占了24户。清光绪年间，长沙的碓坊发展到500家，大都分布在碧湘街至草潮门沿江一带，尤以潮宗街最多，故有“米街”之称。长沙“文夕大火”后，米市衰落。抗日战争胜利后，米市逐渐恢复。长沙米市如今依旧繁荣，运输、经营、品种及管理 etc 模式已经完全现代化，设立有中国储备粮管理集团有限公司湖南分公司、湖南长沙中谷国家粮食储备库等。

二、保障粮食安全

习近平总书记指出，“悠悠万事，吃饭为大”“民为国基，谷为民命”“洪范八政，食为政首”“十几亿人口要吃饭，这是我国最大的国情”。^②粮食安全是世界和平与发展的重要保障，是构建人类命运共同体的重要基础，关系人类永续发展和前途命运。作为世界

^① 潭州：古代行政区，在隋朝至明朝是治所（州治或府治）长沙的古称。

^② 张务锋. 坚定走好中国特色的粮食安全之路 [EB/OL]. (2020-07-27) [2021-06-27]. <http://theory.people.com.cn/n1/2020/0727/c40531-31798834.html>.



上最大的发展中国家和负责任大国，中国始终是维护世界粮食安全的积极力量。在人类发展历史进程中，粮食危机一直都伴随着人类发展，人类也暂时没有办法彻底解决粮食危机。但是在面对古今中外历次粮食危机时，我们都可以看到粮食人采取积极奋进的应对措施、发扬忠诚爱国的高尚品格和共同协作的进取精神。新中国成立后，中国始终把解决人民吃饭问题作为治国安邦的首要任务。70多年来，在中国共产党领导下，经过艰苦奋斗和不懈努力，中国在农业基础十分薄弱、人民生活极端贫困的基础上，依靠自己的力量实现了粮食基本自给，不仅成功解决了全国人民的吃饭问题，而且居民生活质量和营养水平显著提升，粮食安全取得了举世瞩目的巨大成就。

我们可以通过古今中外粮食危机事件，探寻不同时代应对危机事件的经验做法，感悟从古至今粮食人的责任与奉献，从中汲取经验智慧；深入了解我国粮食安全思想的发展历史，筑牢粮食安全防线，做到“粮安天下”。

（一）古今中外粮食危机事件

1. 1608年粮食危机——公私交困

1608年江南水灾，持续时间长，波及范围广，破坏层级高，时人视为“200年来未有之灾”，是晚明江南最为严重的水灾之一。此次水灾达到了现代学者眼中水灾的最严重级别，给粮食生产带来了巨大的危害，农田淹没、圩田冲毁、禾稼损毁，粮食生产大幅减产或绝收，很多地方出现粮食短缺现象，进而造成米价飙升、饥荒蔓延，抢米之变屡屡发生。

当时应对危机的主要措施有：一是实施官方蠲（juān）赈与社



会救济。因钱粮空虚，官方蠲赈效果不理想，但江南士人积极赈灾，为应对水灾及粮食危机做出了重要贡献。二是出现作物补种引种的高潮，例如桐乡知县须之彦从外地购回赤米稻种进行补种，徐光启从福建等地将甘薯、芜菁、旱芋和桑树等引种到家乡，也起到了一定的积极作用。

但由于神宗怠政，政治昏暗；财力俱竭，公私交困；效率低下，蠲赈难求；水利废弛，隐患难消等原因，当时的江南水灾粮食危机的应对既无力又无奈。

2. 新中国三年困难时期——江西作为

1959—1961年，全国大面积农田遭受自然灾害，致使农副产品产量急剧下降，各地粮食部门纷纷告急，国家粮食征购指标无法完成，国家粮食库存下降，就连城市和工矿所需口粮也难以正常供应。面对困难，国家应对有举措，江西外调粮食有作为，顺利度过了三年困难时期。

（1）国家应对有举措

一是深入调查研究，了解真实情况，为解决危机掌握第一手资料。中央领导通过全国各地粮食部门上报的材料密切关注全国各地粮食情况，也深入到河北、山东、河南、安徽、江苏、上海等基层进行实地调查研究，掌握第一手材料，为制定决策提供依据。

二是采取非常手段，协商粮食调运，及时启动应急措施。从产粮区向非产粮区、从丰产省到缺粮省调运粮食，是缓解粮食危机有效的应急措施。在中央的统筹和指挥下，通过粮食调运，基本保证了京、津、沪等地区的粮食供应，对维持这些大城市的稳定起到了积极作用，暂时缓解了全国各地的粮荒。



三是减少城镇人口，提高粮食收购价格，有效措施适时跟上。全国统筹安排粮食消费标准，计划用粮，节约用粮，以确保城乡居民的基本口粮供应。

在中国共产党的正确领导下，全国人民相互配合、携手并肩，在困难和挫折面前，始终急国之急、想国之想，以高度的事业心和责任感，缓解了粮食紧张的局面，为中国社会主义建设事业的发展、改革开放的推进奠定了良好的基础。

（2）江西外调粮食有作为

三年困难时期，江西省同全国一样，粮食形势总体短缺。但是，江西省粮食产量仍然稳定，总量居全国第二位。同时为完成国家下达的粮食调拨任务，坚决贯彻“全国一盘棋”的精神，遵循“先中央后地方，先外省后省内，先重点后一般”的粮食调拨原则，江西省始终把外调粮食置于优先位置，累计外调粮食 21.75 亿千克。江西还两次派出慰问团，先后赴山东慰问，一次带去 2500 万千克大米，一次带去几车皮的南瓜干和红薯片，圆满完成了外调粮食的任务，是当时全国调出粮食最多的两个省份之一。这一成就的取得，主要原因有：

一是高度重视粮食问题，狠抓了农田水利建设，加强粮食储备。坚持发展生产、改进农业，积极促进农业生产的互助合作和技术改良，不断地增产粮食，从根本上解决粮食问题。同时筑牢粮食储备防线。1956 年，时任江西省委书记杨尚奎在全省粮食局长会议上强调，粮食要有后备力量，应做好三道防线：第一道是充实国家库存，第二道是充实地方库存，第三道是充实合作社库存。有了这三道防线，就不怕任何特殊灾害。不但粮食如此，布匹、油脂也



应当如此，这就叫作以丰补歉。


二是采取了有效的改革举措，组织群众生产自救。解散江西省农村公共食堂，还给予群众在吃饭问题上的自主权；采取变通的办法，冬闲时期允许社员在原有的自留地上种植一季作物，归个人所有。动员 5 万名国家干部下放到山区、丘陵和湖泊地区去建立国营垦荒农场。这些农场从 1958 年开始正式生产，此后迅速发展。到 1959 年底，江西省共建立起 349 个国有农场、林场、果园场、茶场和渔场，整个农垦体系共有 146 万人，他们除了生产各种林、茶、果及水产品外，共耕作 230 万亩土地，生产粮食 113 万吨。正因为有了这些新建农场，江西省委可以掌握相当数量的粮食，用于外调粮食、赈济本省的缺粮县社以及流入江西的饥民。

一碗米，连着天下粮仓，仓满粮安民心安，民安则国安。三年困难时期，2000 万赣鄱儿女从国家大局出发，宁可自己节衣缩食，坚持调出大量的粮食支援兄弟省市，在中华人民共和国发展历史上写下感人的篇章，这是了不起的贡献。江西是新中国成立以来全国从未间断调出粮食的两个省份之一，江西儿女切实担当起作为全国产粮大省应有的责任，深入践行新发展理念，不断夯实粮食生产基础，巩固和提升粮食生产能力，确保全省粮食稳产增收，为维护国家粮食安全贡献江西力量。

3. 非洲面临的粮食危机——中国担当

(1) 严峻挑战

2024 年 7 月 24 日，联合国粮食及农业组织、联合国世界粮食计划署等机构联合发布 2024 年《世界粮食安全和营养状况》报告。报告指出，2023 年约有 7.33 亿人面临饥饿，相当于全球每



11 人中就有 1 人食不果腹，非洲每 5 人中就有 1 人面临吃饭难问题。2023 年，全球约有 23.3 亿人面临中度或重度粮食不安全，这一数字在 2020 年因新型冠状病毒肺炎疫情而骤增，此后并未发生显著改观。其中，8.64 多亿人处于重度粮食不安全状况，有时整日甚至多日忍饥挨饿，非洲的形势尤其严峻，58% 的人口处于中度或重度粮食不安全状况。

（2）多重原因

第一，农业生产环境脆弱，气候灾害和社会暴力冲突频发，加大了发展粮食生产的难度。一方面，非洲大陆独特的地理区位使该地区农业生态环境极为脆弱，易遭受极端天气引发的旱涝等各类气象灾害的侵袭，从而导致粮食大面积歉收，农作物减产。另一方面，各类暴力冲突恶化了农业生产环境，非洲部分地区和国家是全球战乱频繁、政局不稳定的高风险地带。

第二，粮食供应量增长有限，而消费需求呈刚性增长态势，供需矛盾突出。由于非洲国家在粮食生产方面存在良种、农化产品和农机设备使用率低，以及缺乏田间管理能力等诸多问题，该地区粮食生产水平落后，粮食供应量增长速度难以满足国内消费需求增幅。其直接后果就是，人口规模的持续扩大对冲了粮食供应量改善的正效应。从粮食供求关系看，大米、小麦、玉米三大主粮需求缺口由 2010 年的 5801 万吨增加到 2021 年的 8223.7 万吨，分别占当年主粮总消费量的 36.5% 和 35.6%，这表明非洲国家粮食自我保障能力较弱，粮食安全水平较低。

第三，粮食产业资金投入不足，粮食生产存在结构性问题。多数非洲国家财政收支处于赤字或紧张性平衡状态，对农业领域的投



资仅占年度财政预算的 2% ~ 3%。非洲地区历史遗留的不合理粮食生产结构无法得到根本性改观。该地区粮食作物虽种类繁多，但薯类、玉米、杂豆等粗粮比重大，而小麦和稻谷这两种可食性和营养颇佳的细粮在粮食产出中所占比重过小，约为 1/5，远不及全球平均值（占比约为 1/2）。这导致非洲民众膳食水平低，粮食不安全风险偏高。

第四，粮食产业体系韧性弱，抗风险能力低。粮食产业体系韧性包括粮食可供性、粮食可获性、粮食利用率、粮食市场稳定性等多个维度，其中粮食获取的稳定性和可持续性颇为重要。大部分非洲国家粮食体制不甚健全，粮食储备能力建设不足。非洲许多农民仍在使⽤草、木和泥制成的传统粮仓，几乎无法防范有害生物，粮食损耗颇为严重。^①

（3）中国担当

中国对非农业援助，不仅着眼于短期的粮食安全问题，更重视非洲农业的长期可持续发展，通过技术、设施、人才和产业链全方位的支持，帮助非洲国家提升农业综合实力，助力其实现农业现代化和自主可持续发展。

一是中非农业技术合作助力保障非洲粮食安全。通过具体项目和数字，展现中国帮助非洲推广良种良法，提升主要粮食作物产量，贡献中国智慧和⺩国方案。中国已在非洲建成 24 个农业技术示范中心，推广了玉米密植、蔬菜设施栽培、木薯快速繁育等 300 多项先进适用技术，带动当地农作物平均增产 30% ~ 60%，100

^① 安春英. 非洲粮食安全困局及其治理 [J]. 当代世界, 2003 (2): 49-54.



多万非洲国家的小农户从中受益。高抗性杂交水稻的推广，使马达加斯加项目区水稻单产提高至 2.5 倍以上，帮助马达加斯加有效提升粮食自给率，由此产生了“水稻货币的故事”。2017 年 8 月，马方向袁隆平送上了这样一份礼物——一张印着一束杂交水稻的马达加斯加新版货币。

二是中非农业产业合作助推非洲农业现代化。中国通过援建农田水利设施、农田道路和农产品加工仓储设施，帮助非洲国家提高机械化水平，完善农业产业链条，提升农产品附加值。中国先进农用机械贯穿布隆迪地区水稻种植、管理、收割和加工全流程。中国数字技术和无人机设备的引入，让莫桑比克的农业园项目变得越来越“智慧”。中国农业专家通过实施木薯宜地化育种、良种良法、农业机械化等帮助非洲提高木薯单产水平。中国援刚果（布）农业技术示范中心的木薯加工生产线于 2023 年年底投入生产，每天可生产加工 10 吨木薯粉，将改变当地长期依靠水泡加工木薯粉的生产方式，提升木薯粉品质，提高当地种植户收入。

三是中非农业培训合作提升非洲农业自主发展能力。中国通过教育培训项目帮助非洲培养农业人才，包括举办各类来华和境外农业培训班、设立奖学金资助非洲学生来华留学、开展联合研究等方式，设立中非现代农业技术交流示范和培训联合中心等平台，系统性地将农业知识和技术转移给数以万计的非洲伙伴。农业农村部还将为非洲再培养 1000 名农业科技和管理人员。在这方面，不能不讲“中非科技小院”的故事。中国外交部发言人华春莹曾在推特平台上发布科技小院非洲留学生在曲周实验站学习的场景，联合国粮农组织已连续 3 年向全球 192 个国家推广科技小院模式。



布基纳法索留学生萨图宁是科技小院首批学生之一，学成回国后指导当地村民种植谷子，谷子产量已达到每公顷4吨左右，而此前布基纳法索的谷子产量仅为每公顷1~2吨。

四是中非减贫惠农合作增进中非民心相通。通过讲述中国农业专家、科研机构、企业在非从尝试到扎根、再到发展壮大的艰辛历程和精彩故事，生动呈现中国专家与非洲农民之间的互动交流、技术传授过程，以及由此带来的生活改善和社会进步。中国在非洲首个水稻减贫示范村布隆迪布班扎省吉汉加县，以杨华德（2023年“感动中国”人物）为组长的中国农业专家组，通过援助一个项目、发展一个产业，带动10万农户平均增收达9840美元。一大批学员已成长为水稻种植技术专家，成为布隆迪农业发展的中流砥柱。恩达伊凯杰在此之前还是一名待业青年，接受培训并赴中国考察学习后，已成为布隆迪国家合作社促进和管理局局长。示范户夏尔通过种植杂交水稻，不仅盖起了新房，还开办了一个大米加工坊，提高了经济回报，并为周围农户创造了就业机会。

（二）中国粮食安全思想发展历史

“洪范八政，食为政首。”粮食关乎国家命运，自古以来，粮食就被看作“政之本务”。通过回溯先秦时的“富国以农”思想、汉代贾谊的“积贮说”、明代徐光启的“救荒论”，可以探究出中国古代粮食安全思想对后世产生了深远的影响。从近现代的粮食统购统销、粮食风险基金制度到粮食安全新思维的提出，最终形成了新粮食安全观。通过梳理中国粮食安全思想的发展脉络，可以发现这其中无不凝聚着一代又一代中华儿女的责任与担当。



1. 古代粮食安全思想

在自然经济占主导地位的封建社会，国家经济就是农业经济，农业生产几乎是社会生产的全部，农业水平从根本上决定了一个国家的强弱。历代统治者将粮食作为“天下之大命”的重要物资，对粮食的重视程度超过其他任何物资，将粮食摆在了治国安邦的重要位置。这种“重农思想”长时间成为统治者的重要治国理念之一。因此，出现了“文景之治”“贞观之治”“开元之治”“康乾盛世”等具有代表性的古代农业文明，对后世产生了深远的影响，奠定了中国粮食安全思想的根基。

（1）春秋时期管仲的强国富民思想

在先秦时期，有关粮食思想的集大成者应数管仲。在法家学派代表人物中，管仲对粮食安全的论述最为丰富。

首先，他认为粮食是人们赖以生存的最基本条件，是维持生命的必需，即所谓的“彼民非谷不食”。同时，粮食也是富民的关键。就粮食对于人民的重要性而言，管子曰：“一农不耕，民有为之饥者，一女不织，民有为之寒者。饥寒冻饿，必起于粪土，故先王谨于其始。事再其本，民无糴者卖其子。三其本，若为食。四其本，则乡里给；五其本，则远近通，然后死得葬矣。”这段话的意思是：如果有一个农民不从事耕作，有人可能就会挨饿；如果有一个妇女不织布，有人可能就会因此受冻。如果农业收成可以达到成本的两倍的话，那么农民就不会再卖儿卖女了；达到3倍，则人民就能衣食充足；达到4倍，则国家的赋税也就有了保证；达到5倍，则余粮就可以在市场上流通，死人也会得到妥善安葬。



其次，富民的根本也是“强本事”，即发展农业生产，增加粮食产出。他说，“明王之务，在于强本事，去无用，然后民可使富”，于是“积于不涸之仓，藏于不竭之府”。只有民富，才能保证国富。

管仲在论述粮食对于百姓生存重要性的同时，也从另一方面强调了保障粮食安全的重要意义，即“仓廩实而知礼节，衣食足而知荣辱”，也就是说当粮食安全得到了保障的时候，人们才有可能去追求更高层次的精神文明，而如果连最基本的物质生活都难以保障，民众也就难免会做出各种出格和不道德的事情，甚至走向犯罪。

（2）汉代贾谊的“积贮说”

贾谊是西汉政论家和文学家。他看到西汉初期“背本趋末”（弃农经商）的社会现象，向汉文帝上书《论积贮疏》，提出了“积贮者，天下之大命”的思想，把加强粮食储备看作是巩固封建政权，安定人民生活的重要战略措施。

贾谊说：“夫积贮者，天下之大命也。苟粟多而财有余，何为而不成？以攻则取，以守则固，以战则胜。怀敌附远，何招而不至？”就是说，粮食储备是国家的命脉。他认为粮食储备是进行战争、巩固边防、使百姓归顺的先决条件。他把汉初粮食储备不足的原因归之于“今背本而趋末，食者甚众”和“淫侈之俗，日日以长”，即从事粮食生产的人少而消费粮食的人多，官僚、商贾淫侈浪费。他针对“公私之积，犹可哀痛”的时弊指出，如果不积贮粮食，一旦发生大面积旱灾，国家无以赈灾；万一边境有紧急军情，国家无以筹粮。这样“兵旱相乘，天下大屈”，万一有人聚众作乱，



则后果不堪设想。

在如何进行粮食储备上，贾谊主张在粮食生产和消费上必须保持一定的平衡关系，认为“生之有时，而用之亡度，则物力必屈”。生产是有时限的，而消费没有限度，那么财物就一定会缺乏。这就要有计划地用粮、贮粮，只有取用适度，方能有积贮；有了积贮，就可以做到粮食充足，虽有水旱灾害而民无饥饿。“一人耕之，十人聚而食之，欲天下亡饥，不可得也。”

贾谊主张发展粮食生产以增加粮食储备。“驱民而归之农，皆著于本，使天下各食其力，末技游食之民转而缘南亩”，即增加农业劳动力，提高粮食产量以强化储备，而不仅仅是从流通环节上来积贮。

贾谊的“积贮说”，对西汉文帝时期的社会经济生活产生了重大影响。汉文帝采纳了他的观点，颁布诏书，鼓励农民积极生产，并亲自带领大臣耕作示范，使粮食生产有了较大的发展。贾谊的粮食储备理论及其所反映的粮食经济思想，对历代粮食储备都产生了重大的影响。

（3）明代徐光启的“救荒论”

明代的徐光启认为救荒应“预弭为上，有备为中，赈济为下”。救荒应以消除灾荒为上策，以有粮食储备预防灾荒为中策，以灾荒发生后的赈济为下策。徐光启说：“预弭者，浚河筑堤，宽民力，祛民害也。有备者，尚蓄积，禁奢侈，设常平，通商贾也。赈济者，给米煮糜，计户而救之。”消除灾荒，就是要做疏河筑堤、爱民除害之类的事情。预防灾荒，就是要重视粮食储备，禁止奢侈浪费，设立常平仓，促进粮食流通。赈灾，就是要给灾民发给米粥，



按户进行救济。他说：“国家不务蓄积，不备凶饥，人事之失也。”徐光启的救荒思想，对当时增加粮食生产具有促进作用，特别是“预弭为上”的思想，在历史上产生了积极的影响，成为现代防灾减灾思想的先声。


在中国古代粮食安全思想的发展进程中，春秋时期管仲的服帛降鲁梁、买鹿制楚、买狐皮降代国三个著名的粮食战略兴齐的历史典故流传至今，他秉持务实开放、兼容并包、担当尽责的思想作风，为大兴改革、富国强兵、尊王攘夷、九合诸侯、一匡天下奠定了坚实的粮食安全基础；西汉贾谊提出“重农抑商”的经济政策，主张发展农业生产，加强粮食贮备，预防饥荒，他体察政事，居安思危的精神品格值得后人学习；明代徐光启为官清廉，生活简朴，毕生致力于农业、水利等方面的研究，勤奋著述，精晓农学，他治国治民的“农政”思想，不但符合泱泱农业大国既往之历史，而且未必无补于今时。我们要学习先贤们身上尽职尽责、勇于担当、乐于奉献的精神品质。

2. 现代国家粮食安全观

(1) 世界粮食安全概念

粮食安全是世界和平与发展的重要保障，是构建人类命运共同体的重要基础，关系人类永续发展和前途命运。我国是世界粮食生产大国和消费大国，我国的粮食安全不仅关系国内经济和社会的发展稳定，也是国际粮食供求与价格的重要影响因素之一，因而在全球范围备受关注。作为世界上最大的发展中国家和负责任大国，我国始终是维护世界粮食安全的积极力量。

1974年11月，联合国粮食及农业组织首次提出粮食安全的概



念，其表述是：保证任何人在任何时候，都能得到为了生存和健康所需要的足够食物。联合国粮食及农业组织要求各国政府采取措施，保证世界谷物年末最低安全系数，即当年末谷物库存量至少相当于次年谷物消费量的 17% ~ 18%。1996 年 11 月，联合国粮食及农业组织对粮食安全这一概念做了新的表述：只有当所有人在任何时候都能够在物质上和经济上获得足够、安全和富有营养的粮食来满足其积极和健康生活的膳食需要及食物喜好时，才可谓实现了粮食安全。这其中包括个人、家庭、国家、区域和世界各级均要实现粮食安全。

（2）中国现代粮食安全观

①粮食统购统销

从 1953 年开始，我国政府开始实行统购统销政策，先后对粮食、油料、棉花等主要农产品实行有计划的统一收购和统一供应。1953 年 10 月 16 日，中共中央通过《关于实行粮食的计划收购与计划供应的决议》。同年 11 月 19 日，中央人民政府政务院下达《关于实行粮食的计划收购和计划供应的命令》。我国统购统销政策包括以下四个方面：

一是实行粮食计划收购。在农村从事粮食生产的农民，应按国家规定的收购粮食种类、收购价格和计划收购的分配数量将余粮售给国家，粮食种类和价格由中央统一规定。

二是实行粮食计划供应。国家对城镇居民实行粮食定量供应，对缺粮农民实行统销；对市镇的非农业人口实行居民口粮分等定量、工商行业用粮按户定量、牲畜饲料用粮分类定量供应，并均按核定的粮食供应数量发给供应凭证。



三是严格控制粮食市场。国家对私营粮食工商业进行严格管理，所有私营粮店一律不许私自经营粮食；所有私营粮食加工厂及经营性的土碾、土磨，一律不得自购原料、自销成品，只能由国家粮食部门委托加工或在国家监督和管理下，代消费户按国家规定的加工标准从事加工；一切非粮食机构和私商，禁止跨行业经营粮食；农民运粮进城出售，由国营粮店或合作社收购。

四是实行粮食统一管理。在中央统一管理之下，由中央与地方分工负责粮食管理。粮食方针政策的确定、所有收购量和供应量、收购标准和供应标准、收购价格和供应价格等，都由中央统一规定或经中央批准，地方在既定方针政策原则下，因地制宜，分工负责，保障其实施。收购的粮食，由中央统一集中管理，省际的余缺调剂由中央调拨。1955年后，国家根据全国粮食生产销售情况，逐步完善了一些配套的措施办法，先后实行了粮食定产、订购、定销，售粮奖售工业品，超购加价奖励和粮食征购、销售、调拨包干等制度。

粮食统购统销政策不仅稳定了市场，解决了全国人民经济生活中最重要的吃、穿问题，而且基本满足了初期工业建设对大宗粮食的需要。同时它对供给和支持经济建设、保证人民基本生活安定、维持物价和社会秩序稳定、每逢灾年调集粮食赈灾度荒等，都起到了重要作用，是功不可没的。

②粮食风险基金

粮食风险基金制度是国家粮食宏观调控的一项重要制度。1994年我国建立了粮食风险基金，这是事关国计民生的重要商品而建立的第一个专项宏观调控基金。粮食风险基金是中央和地方



政府宏观调控粮食经济的专项基金，是确保粮食安全、市场稳定和调整农民利益的一种经济管理手段。1994年5月9日，国务院印发的《粮食风险基金实施意见》规定，中央粮食风险基金的资金来源由中央财政预算安排，地方粮食风险基金的资金来源由中央补助和地方财政预算安排。中央粮食风险基金用于国家储备粮油、国家专项储备粮食的利息、费用支出和在特殊情况下需动用中央储备粮调节粮食市场价格时所需的开支。地方粮食风险基金用于地方政府为平抑粮食市场价格吞吐粮食发生的利息、费用和价差支出；对贫困地区吃返销粮的农民由于粮价提高而增加的开支的补助。

2004年中央一号文件《中共中央国务院关于促进农民增收收入若干政策的意见》明确提出，为保护种粮农民利益，2004年，国家从粮食风险基金中拿出部分资金，用于主产区种粮农民的直接补贴。2004年3月，财政部出台《实行对种粮农民直接补贴，调整粮食风险基金使用范围的实施意见》，粮食风险基金使用范围调整为：对种粮农民的直接补贴，省级储备粮油的利息、费用补贴，对政策性挂账的利息补贴，按保护价收购的老库存粮食在未销售之前的利息、费用补贴，对国有粮食购销企业分流人员给予的适当补助，与直补相关的必要的工作经费。

建立粮食风险基金制度是国务院大力发展农业、保护农民种粮积极性的一项重大措施。自制度实施以来，充分调动了农民种粮的积极性，保障了我国粮食安全；促进了储备粮油的建立，为宏观调控奠定了物质基础；促进了粮食流通体制改革和国有粮食企业改革的顺利进行；促进了我国粮食经济稳步、健康发展。



③新粮食安全观^①

党的十八大以来，以习近平同志为核心的党中央把粮食安全作为治国理政的头等大事，提出“确保谷物基本自给、口粮绝对安全”的新粮食安全观，实施以我为主、立足国内、确保产能、适度进口、科技支撑的国家粮食安全战略，为新时代牢牢端稳“中国饭碗”、牢牢把住粮食安全主动权指明了战略方向、提供了根本遵循。新时代牢牢端稳中国饭碗、把住粮食安全主动权，应对世界新的动荡变革期国内外各种风险挑战，必须全方位夯实粮食安全根基，加快提升新时代我国粮食安全综合保障能力和水平。

一要强化粮食安全的政治责任和政策支持。必须坚持实行粮食安全党政同责，严格粮食安全责任制考核。加大政策支持力度，有效调动和保护好“两个积极性”，让农民种粮有利可图、让主产区抓粮有积极性。健全种粮农民收益保障机制，稳定和加强种粮农民补贴，提升收储调控能力，坚持并落实好稻谷、小麦最低收购价政策，完善玉米、大豆生产者补贴，扩大完全成本保险和收入保险范围，实现农民生产粮食和增加收入齐头并进，让农民种粮不吃亏、有钱挣、多得利。完善粮食主产区利益补偿机制，加大奖补力度，决不能让重农抓粮吃亏，使产粮大县重农抓粮得实惠、有发展。

二要深入实施藏粮于地、藏粮于技战略。保障粮食安全，必须把藏粮于地、藏粮于技真正落实到位，集中力量解决耕地和种子两个要害问题，立足自身抓好农业生产，以国内稳产保供的确定性来

^① 程国强. 牢牢把握新时代保障粮食安全的根本遵循 [EB/OL]. (2023-08-06) [2024-09-24]. http://www.lswz.gov.cn/html/mtsy2023/2023-08/06/content_275725.shtml.



应对外部环境的不确定性。全面压实各级地方党委和政府耕地保护责任，坚决遏制耕地“非农化”、防止“非粮化”。加快推进把永久基本农田全部建成高标准农田，深入实施国家黑土地保护工程，加大中低产田改造力度，全面提升耕地质量。深入实施种业振兴行动，推动农业关键核心技术攻关，加快农业科技自立自强，聚焦提高单产、降本增效，探索形成良田、良种、良法、良机、良制的综合性解决方案，着力提高土地生产率和农业全要素生产率。

三要持续提高粮食储备调控能力。粮食储备是保障国家粮食安全的重要物质基础，是应对突发事件、维护市场稳定的“稳定器”。要完善粮食储备管理体制，健全粮食储备运行机制，科学确定粮食储备功能和规模。强化粮食产购储加销协同保障，完善监测预警体系，加强精准调控，保持粮食市场运行总体平稳。提高应急储备能力，推进粮食流通现代化，健全交通运输网络和配送体系，切实解决应急配送和供应“最后一公里”问题。

四要加快推进粮食产业高质量发展。深入推进农业供给侧结构性改革，推动品种培优、品质提升、品牌打造和标准化生产，推进农业由增产导向向提质导向转变。加快推进粮食高质量发展，深入推进优质粮食工程，坚持以“粮头食尾”“农头工尾”为抓手，抓住粮食这个核心竞争力，延伸粮食产业链，提升价值链，打造供应链，不断提高农业质量效益和竞争力，推动粮食产业转型升级，实现粮食安全和现代高效农业相统一。开展粮食节约行动，坚决制止餐饮浪费行为，采取有效措施，建立长效机制，推动全社会形成勤俭节约的良好风尚。




④大食物观^①

2024年，中央一号文件提出，“树立大农业观、大食物观，多渠道拓展食物来源”。这是党中央立足农业农村发展新形势，顺应食物消费结构新变化，对贯彻落实稳产保供提出的新要求。2024年3月18日—21日，习近平总书记在湖南考察时强调，“坚持大农业观、大食物观，积极发展特色农业和农产品加工业，提升农业产业化水平”。大农业观、大食物观是对粮食安全、食物安全内涵外延的不断深化和拓展，为推动农业现代化和提升食物供给韧性指明了方向。

习近平总书记指出，“解决吃饭问题，不能光盯着有限的耕地，要把思路打开，树立大食物观”。吃饭不仅仅是消费粮食，肉蛋奶、果菜鱼、菌菇笋等也都是美食。大食物观以完善膳食营养指南为基础，引导居民树立科学的食物消费理念，形成兼具营养、健康与节约理念的食物消费结构。一方面，大食物观强调在满足主粮消费的基础上，提高膳食质量和营养健康水平，推动国民膳食结构从“有的吃、吃得饱”向“吃得多样、吃得科学、吃得健康、吃得绿色”转变。另一方面，大食物观强调加快编制适合国民体质的食物消费指南，科学培养居民营养健康食物消费观念，引导居民厉行节约、反对浪费。

现代国家粮食安全观的形成经历了粮食统购统销、粮食风险基金等制度的实施，到新粮食安全观和大食物观的出现，再次表明保障国家粮食安全是一个永恒课题。展望未来，我国有条件、有能

^① 钟钰. 坚持大农业观大食物观 [EB/OL]. (2024-03-31) [2024-09-24]. <https://baijiahao.baidu.com/s?id=1795007778891470218&wfr=spider&for=pc>.



力、有信心依靠自身力量筑牢国家粮食安全防线，继续坚定不移地走中国特色粮食安全之路，全面贯彻新发展理念，全面实施国家粮食安全战略和乡村振兴战略，坚持“藏粮于地、藏粮于技”，推动从粮食生产大国向粮食产业强国迈进，把饭碗牢牢端在自己手上。

三、让责任与奉献成为青春远航的动力

粮食安全是国家安全的重要基础，粮食流通是确保粮食安全必不可少的重要环节。从中国粮食流通管理制度和粮食安全思想的发展历史中，可以看出粮食人尽职尽责、勇于担当、乐于奉献的精神。粮食安全一直是粮食人的价值追求，在中国漫长的发展历程中，中国也面临了几次粮食危机，但粮食人团结协作，不畏艰难，无私奉献，化“危”为“安”。在新时代的今天，粮食安全有新思维，即底线思维，精准研判、清醒审慎，积极应对、主动作为。

青年大学生是国家宝贵的人才资源，是民族的希望、祖国的未来。我们要有为国为民的担当精神，从宝贵的粮食文化中汲取营养，志存高远，脚踏实地，勇做时代的弄潮儿，让责任与奉献成为青春远航的动力，努力成为可堪大用、能担重任的栋梁之材，努力成为能担当民族复兴大任的时代新人。

（一）担责善为，节粮爱粮，勇挑时代重任

中国的粮食文化内涵丰富，博大精深，“责”与“为”，乃是粮食文化题中应有之义。

所谓“责”，即以高度的责任心守护中国的粮食安全，顽强拼搏，艰苦奋斗。“悠悠万事，吃饭为大”，不管形势如何变化，“中



国人的饭碗任何时候都要牢牢端在自己的手上”，这根弦任何时候都不能松。粮食人既要稳扎稳打，保障人民群众的温饱，又要敢闯敢拼，维护中国的粮食安全。2023年9月6日—8日，习近平总书记在黑龙江考察时强调，要牢牢把握在国家发展大局中的战略定位，落实好党中央关于推动东北全面振兴的决策部署，建好建强国家重要商品粮生产基地，在维护国家粮食安全中积极履职尽责。东北三省是我国粮食主产区，粮食产量占全国粮食产量的1/5以上，在维护国家粮食安全中起到“压舱石”的作用。习近平总书记曾意味深长地说：“中国粮食，中国饭碗。”^①这简短八个字，字字千钧，镌刻着中华民族对粮食的无上敬畏，也体现着总书记对粮食人坚定守护粮食安全的高度肯定。

所谓“为”，即打好中国粮，端稳中国碗，以奋斗者的姿态，扛起任务，直面挑战。国不可一日无粮，家不可一日无米。粮食是人类赖以生存和繁衍的重要物质基础，是人类文明得以发展的先决条件。民以食为天，解决好吃饭问题始终是治国理政的头等大事，要做到“手中有粮，心中不慌”。

从国际形势来看，国际形势错综复杂，粮食安全形势严峻。地缘政治冲突，极端天气频发，单边主义、贸易保护主义明显上升，使全球粮食生产、贸易遭遇猛烈的冲击。从国内形势来看，资源环境约束加剧，供需数量与质量等结构性矛盾突出，对我国的粮食安全构成了较大威胁。我们要想端牢这只“碗”，就要传承好粮食人

^① 新华社“新华视点”微博. 习近平感慨北大荒的沧桑巨变“了不起”[EB/OL]. (2018-09-26) [2021-06-14]. http://www.cac.gov.cn/2018-09/26/c_1123482300.htm.



敢于担当、勇于奋斗的精神。具体来说，粮食人的担当有为，有着三个层面的深刻内涵：

其一，粮食人的担责善为，是忠诚爱国的忘我精神，这一点在北大荒人身上得到了集中的体现。“献了青春献终身，献了终身献子孙。”这体现了北大荒人爱国奉献的精神，也是北大荒人对国家忠诚的誓言。当第一批战功卓越的转业官兵拿起锹镐作为拓荒先锋踏上这片荒原时，他们就坚定树立起了以民族振兴的大局为重、以到最艰苦的地方工作为荣的信念，体现了共产党人爱国、无私的优秀品质。北大荒人时刻牢记自己肩负的使命，不管遇到任何艰难险阻，心里始终想着国家，想着人民。在大灾大难面前，不讲任何条件，不讲任何代价，作为国家能迅速调动的中坚力量，用生命和汗水证实了自己对祖国的赤胆忠心。困难不是绊脚石，而是铺路石，只要我们凝聚起“靠自己”的忠诚爱国之魂，牢记“国家兴亡，匹夫有责”的责任担当，同舟共济，砥砺前行，必然能够牢牢托起“中国饭碗”！

其二，粮食人的担责善为，是爱粮惜粮的敬业精神。你听说过“四无粮仓”吗？所谓“四无粮仓”，指的是1954年创建出的无虫（蛀）、无霉（变）、无鼠（害）、无雀（扰）粮仓。这些要求在现在看来似乎很简单，但在物质条件非常简陋的时代，却有着特殊的意义——它代表着新中国第一代粮食人不畏艰苦、夜以继日地顽强工作的品质，代表着登房顶、端雀窝，爬地垄、堵鼠洞，灭鼠保粮、虫口夺粮的爱粮惜粮精神。“四无粮仓”是一个时代的印记，闪耀的却是穿越时代的光芒，“四无粮仓”精神与河北玉田的“宁流千滴汗，不坏一粒粮”精神一起，共同成为激励一代代粮食人接



续奋斗的行业精神，成为我国粮食行业的优良传统作风和宝贵精神财富。“四无粮仓”精神是心系国家、爱岗敬业的伟大精神，彰显着粮食人满腔爱党爱国爱人民的赤诚之心和高度的责任感。再苦再难，流血流汗，他们从不言说，舍个人为粮库，舍小家为国家，无私奉献，无怨无悔。

其三，粮食人的担责善为，是艰苦奋斗的传统作风。艰苦奋斗是一种驱动人们自强不息、追求奋斗、昂扬向上的精神，是一种百折不挠的精神。艰苦奋斗是中国共产党的优良作风，也是粮食人的立身之本、传家之宝。

在井冈山革命战争时期，粮食短缺，条件极其艰苦，为了解决粮食短缺问题，毛泽东、朱德等领导决定带领红军战士们一起挑粮上山。1928年10月，在井冈山革命根据地，广大军民掀起了挑粮上山运动。从黄洋界山脚挑粮食到山上的五井，大约有15千米山路，一天挑两次。同志们不辞辛苦，累得汗流浹背。那时没有米袋，也没有其他袋子，大家就把裤子扎起来装米，有的用扁担挑，有的用裤子背。

当时朱德已年过40，但他还是和战士们一起挑粮上山。因为他晚上要开会研究作战大事，战士们担心军长太劳累，就把他的扁担藏起来了，没想到朱德又重新削了一根扁担。他们发扬着艰苦奋斗的精神，渡过了一个又一个的难关。作为新时代的青年大学生也需要不断传承艰苦奋斗的精神，彰显担当作为。

需要特别指出的是，目前社会上有人认为，艰苦奋斗是老一辈的事，当代青年不需要艰苦奋斗。这种观点在理论上是错误的，在实践中是有害的。一方面，物质生活条件的改善、社会观念的变



化，只是赋予艰苦奋斗以新的时代内涵和实践要求，但艰苦奋斗的精神是永远不会过时的；另一方面，讲艰苦奋斗并不是不讲物质利益，而是为了实现既定的理想，不怕吃大苦、耐大劳，不惜献出自己的一切。艰苦奋斗绝不是一时的权宜之计，而是实现理想的重要条件。

我们的国家，我们的民族，从积贫积弱一步一步走到今天的繁荣发展，靠的就是一代又一代人的顽强拼搏，靠的就是中华民族自强不息的奋斗精神。当代中国既面临着重要发展机遇，也面临着前所未有的困难和挑战。梦在前方，路在脚下。自胜者强，自强者胜。实现我们的发展目标，需要广大青年锲而不舍、驰而不息地奋斗，不断书写奉献青春的时代篇章。

（二）讲求奉献，实干进取，引领潮流之先

“奉献”指的是为别人默默付出，心甘情愿，不图回报。从古至今，乐于奉献一直是粮食人的优良传统和作风。粮食人把奉献精神深深扎根于心底，为粮食流通保驾护航，为粮食事业发展贡献自己的聪明才智。粮食人始终把确保粮食安全，维护社会安定作为自己的神圣职责，并为之奉献自己的力量。

所谓“实干”，就是脚踏实地，踏踏实实地做。所谓“进取”，则是努力上进，力图有所作为。可以说，实干进取的精神始终贯穿纯良朴实的中国粮食人认识自然、改造自然的过程。从远古时期的神农尝百草到新中国的杂交水稻，从靠天吃饭到兴修水利，从人力畜力劳动到机械化作业，无不体现了实干进取的精神。

中国粮食事业的未来发展、中华民族伟大复兴中国梦的实现，仍需要 we 继续发扬奉献、实干进取的精神。青年大学生要立足



本职工作，推动国家发展，在实现中国梦的征程中奉献自己的力量。具体来说，青年大学生可以从以下三个方面去努力：

第一，践行大食物观，引领节俭“新风尚”。勤俭节约是中华民族的传统美德，古语有云：“夫君子之行，静以修身，俭以养德。”在生产水平低下、物资匮乏的时代，节约粮食是“俭”的题中应有之义。时过境迁，在 21 世纪的今天，虽然中国的生产力水平较过去有了很大的提高，综合国力有了很大的提升，物质财富也丰富了许多，但勤俭节约这一美德并没有过时。新时代的青年大学生应当以身作则，成为节约粮食、践行粮食安全观的典范。

新时代的青年大学生应当从我做起，制止餐饮浪费。表面上看，粮食浪费是一件小事，其实不然，粮食浪费目前已成为世界性的问题，全世界浪费的粮食数据是非常触目惊心的。2024 年 3 月 27 日，联合国环境规划署发布了《食物浪费指数报告 2024》，指出世界各地的所有家庭每天浪费的食物总量超过 10 亿餐，而与此同时，7.83 亿人还在忍饥挨饿，1/3 的人类面临粮食短缺问题。食物浪费继续危害全球经济，加剧气候变化、栖息地丧失和污染。报告数据显示，食物损失和浪费造成的温室气体排放量占全球年度排放量的 8% ~ 10%，是航空业排放量的 5 倍，并占用了相当于全球近 1/3 的农业用地，导致生物多样性严重丧失。据估计，粮食损失和浪费造成了约 1 万亿美元的全经济损失。在世界各地浪费粮食的同时，有数百万人挨饿。这不仅是一个重大的发展问题，而且这种不必要的浪费也给气候和自然造成了巨大损失。如果各国重视这一问题，就可以显著扭转粮食损失和浪费，减少气



候影响和经济损失，更快实现可持续发展目标。

同样，中国所浪费的粮食数量也让人深感震惊。我国在粮食生产、流通、加工、消费等环节存在大量浪费现象，每年仅在粮食储存、运输和加工环节造成的损失浪费就高达 700 亿斤。消费环节的损失浪费更是触目惊心，据有关专家估算，我国每年在餐桌上浪费的食物约合 2000 亿元，相当于 2 亿多人一年的口粮。^①“据食物营养所和中科院地理所调研，我国食物总体损耗浪费率为 22.7%。”2023 年 12 月 18 日，中国农科院发布的《2023 年中国食物与营养发展报告》显示，“包括粮食、蔬菜、水果、肉蛋禽类在内的食物，2022 年损耗浪费总量达 4.6 亿吨，造成的经济损失 1.88 万亿元，相当于农业总产值的 22.3%。”^②

粮食的生产与流通固然重要，但粮食的消费与节约也同样不容忽视。新时代青年大学生应当具有敏锐的危机意识，树立、践行粮食安全观。时代是出卷人，我们是答卷人。新中国成立 70 多年来，经过艰苦努力，中国人民依靠自己的力量实现了粮食自给，在成功解决 14 多亿人口的温饱问题的基础上，大幅度提升了生活质量和营养水平。作为新时代的奋斗者，我们要始终牢记“保障粮食安全，端牢中国饭碗”使命，奋力谱写无愧于时代、无愧于青春、无愧于人民的壮丽篇章，书写好新时代国家粮食安全的答卷。

① 雷敏. 新华网: 我国每年餐桌食物浪费相当于 2 亿多人一年口粮 [EB/OL]. (2014-10-14) [2024-9-24]. <https://www.lswz.gov.cn/html/zhuanti/n16/n3615/n3676/n5120068/n5122588/5131505.html>.

② 新京报. 中国农科院发布食物与营养报告: 我国每年损耗浪费食物 4.6 亿吨 [EB/OL]. (2023-12-19) [2024-9-24]. <https://baijiahao.baidu.com/s?id=1785692240444127820&wfr=spider&for=pc>.



从2013年起，习近平总书记四次针对餐饮环节的食物浪费进行批示。尤其是2020年8月，习近平总书记再次针对餐饮浪费现象作出重要指示，强调“要加强立法，强化监管，采取有效措施，建立长效机制，坚决制止餐饮浪费行为”。2021年，《中华人民共和国反食品浪费法》《反食品浪费工作方案》正式颁布实施，将“反对浪费，节约粮食”提上日程，防止食品浪费从此有法可依。习近平总书记指出：“浪费之风务必狠刹！要加大宣传引导力度，大力弘扬中华民族勤俭节约的优秀传统，大力宣传节约光荣、浪费可耻的思想观念，努力使厉行节约、反对浪费在全社会蔚然成风。”新时代青年大学生应当牢固树立粮食安全观，并身体力行将之付诸实践。

第二，要有高强的本领才干。当前，新一轮科技革命和产业变革蓄势待发，云计算、大数据、移动互联网等新一代信息技术广泛应用，为粮食流通技术现代化创造了有利条件。基于物联网的粮食流通系统、高效运转的粮食交易电子结算系统和粮食信息查询与处理系统，既为粮食流通带来了福音，也对青年大学生提出了更高的要求。青年大学生要有高强的本领才干，才能更好地为粮食行业的发展贡献力量。

青年大学生要想提高本领才干，应努力学习专业知识，掌握专业技能。新中国成立70多年来，我们取得了一系列辉煌的成就，综合国力快速提升，人民生活水平迅速提高，“墨子号”、“蛟龙号”、载人航天、港珠澳大桥等，这些伟大成就、伟大工程哪一个不是从一点一滴的奋斗学习开始的呢？罗马不是一天建成的，尖端科技的光环固然耀眼，但须知，它来自对最基础专业知识的学



习，来自对最浅层问题的思考。大学生切忌好高骛远，要想掌握新技术，与时代接轨，成为一个对国家、对社会有用的人，一定要从学好专业知识和技能做起。

青年大学生要想提高本领才干，还要砥砺自我，迎难而上。人生在世，难免会遇到挫折坎坷，作为新时代青年大学生，遇到困难不应轻言放弃，而应直面挑战，迎难而上。逆风飞翔、不向困难低头是粮食人一以贯之的宝贵品格。古今中外，粮食人曾多次面对严峻的困难与挑战，有时几乎已至绝境，但他们不畏艰难，顽强拼搏，努力地维护粮食安全、解决粮食问题。在1608年的粮食危机中，虽然政治昏暗，公私交困，但须之彦、徐光启等人依然在辗转周旋，救民于水火；在新中国三年困难时期，江西粮食虽然同样短缺，但江西毅然决然地听从中央调配，支援国家其他地区，将生机留给他人，将危机留给自己。在粮食人的字典中，没有“放弃”二字，不论形势多么严峻，希望多么渺茫，粮食人始终会砥砺前行，拼搏到底。

青年大学生增强本领才干并非一日之功，需要持之以恒，久久为功。青年大学生应把学习作为首要任务，树立“梦想从学习开始，事业靠本领成就”的观念，让勤奋学习成为青春远航的动力，让增长本领成为青春搏击的能量。只有踏踏实实、砥砺自我、迎难而上，才能在学习和工作中成就精彩人生。

第三，要有为国为民的进取精神。作为实现中华民族伟大复兴的生力军，青年大学生必须讲求奉献，实干进取，自觉树立国家意识、民族意识、责任意识，把个人的前途命运与国家、民族的前途命运紧紧地联系在一起，在尽责集体、服务社会、贡献国家



中实现人生理想和人生价值。

青年大学生为国为民的进取精神，体现在正确认识国家之于个人的重要意义上。一个强大的国家既可以为个人生长生活提供优越环境，又可以为个人成才成功创造良好条件。家是最小国，国是千万家。家与国从来不是互相割裂的，而是相互统一、内在一致的，有国才有家，国家富强，人民才能生活幸福。“20年前回国，是祖国需要我；20年后回国，因为我需要祖国。”2023年10月，习近平总书记在给欧美同学会成立110周年的贺信中指出：“希望广大留学人员弘扬留学报国传统，爱国为民，自信自强，开拓奋进，开放包容，投身创新创业创造时代洪流，助力中外文明交流互鉴，在推进强国建设、民族复兴伟业中书写人生华章。”领英中国发布的《2024中国留学生归国求职洞察报告》、教育部留学服务中心发布的《中国留学回国就业蓝皮书（2023）》和智联招聘发布的《2023中国海归就业调查报告》，共同揭示了一个引人注目的趋势：超过八成的中国留学生毕业后选择回国发展。“归国潮”的出现充分说明，只有国家强大，各行业的发展才能够前景光明，各地区人民的生活水平才能够稳步上升，个人才能够真正拥有施展才华的大好舞台。

青年大学生为国为民的进取精神，更体现在切切实实地为国家繁荣富强而奋斗的行动中。国家的富强不是天赐的，而是通过亿万人的奋斗得来的，越是接近中华民族的伟大复兴，越是需要我们付出更为艰巨、更为艰苦的努力。然而令人遗憾的是，在当前的校园中，有些同学沉溺游戏，难以自拔；有些同学贪图享乐，不思进取；有些同学迷醉金钱，迷失自我；还有些同学投机钻营，



成了“精致的利己主义者”。这些不正之风，轻则腐蚀大学生的心性和意志，使其消极堕落；重则将大学生拉入违法犯罪的深渊，使其走上人生不归路。对此，我们一定要时刻警醒，千万不能迷失人生的航向。作为新时代青年大学生，应当用大好的青春年华做些有利于国家、有利于人民的事情，做些被社会所肯定、值得被铭记的事情，为国为民，开拓进取！

人物·故事

不畏艰辛 甘于奉献

——袁隆平的天下“粮”心^①

用占世界 7% 的耕地养活了全世界 22% 的人口，这是中国创造的奇迹，奇迹的背后有无数为此奉献的人，中国工程院院士袁隆平就是其中的代表。

袁隆平，男，1930 年 9 月出生于北京，1953 年毕业于西南农学院农学系。毕业后，一直从事农业教育及杂交水稻研究。他是中国工程院院士、国家杂交水稻工程技术研究中心原主任，是享誉全球的“杂交水稻之父”。先后荣获国家发明特等奖、首届国家最高科学技术奖、世界粮食奖、改革先锋奖章、共和国勋章等 20 多项国际国内荣誉，并当选为美国科学院外籍院士。

袁隆平是世界著名的杂交水稻专家，是我国杂交水稻研究领域的开创者和带头人，为我国粮食生产和农业科学的发展做出了杰

^① 中华人民共和国科学技术部. 袁隆平 [EB/OL]. (2007-09-04) [2021-06-14]. http://www.most.gov.cn/ztl/kjrw/200709/t20070904_54260.html.



出贡献。他的主要成就表现在杂交水稻的研究、应用与推广方面。

袁隆平 1980—1981 年赴美任国际水稻研究所技术指导；1982 年任全国杂交水稻专家顾问组副组长；1991 年受聘为联合国粮农组织国际首席顾问；1995 年被选为中国工程院院士；1971 年起任湖南农业科学院研究员，并任湖南省政协副主席、全国政协常委、国家杂交水稻工程技术研究中心主任。2021 年 5 月 22 日在湖南长沙与世长辞。

20 世纪 70 年代初，袁隆平利用助手发现的天然雄性不育的“野败”作为杂交水稻的不育材料并发表了水稻杂种优势利用的观点，打破了世界性的自花授粉作物育种的禁区。20 世纪 70 年代中期，以他为首的科技攻关组完成了三系配套并培育成功杂交水稻，实现了杂交水稻的历史性突破。我国杂交水稻的各个优良品种已占全国水稻种植面积的 50%，平均增产 20%。此后，他又提出“两系法亚种间杂种优势利用”的发展概念，国家“863 计划”据此将两系法列为重要项目，经项目组科技人员 6 年的刻苦研究，已掌握两系法技术，并推广种植，两系法杂交水稻现占水稻面积的 10%，效果良好。

1997 年，袁隆平在国际“超级稻”的概念基础上，提出了“杂交水稻超高产育种”的技术路线，在试验田取得良好效果，亩产近 800 千克，引起国际上的高度重视，为进一步解决大面积、大幅度提高水稻产量难题奠定了基础。

在全国农业科技工作者的共同努力下，1976—1999 年累计推广种植杂交水稻 35 亿多亩，增产稻谷 3500 亿千克。近年来，全国杂交水稻年种植面积 2.3 亿亩左右，约占水稻总面积的 50%，



产量占稻谷总产的近 60%，年增稻谷可养活 6000 万人口，社会和经济效益十分显著。

袁隆平热爱祖国，品德高尚，他的成就和贡献在国内外产生了强烈反响。几十年来，袁隆平以杂交水稻研究的突出成就，为解决中国粮食自给和世界粮食安全问题做出了巨大贡献。袁隆平在带给我们物质财富的同时，也给我们带来了宝贵的精神财富。他把自己奉献给了杂交水稻事业，他把自己的研究成果奉献给了同行，他把杂交水稻奉献给了全世界。无农不稳，有粮则安。袁隆平“为了让更多人吃饱饭”的愿景终将成真。袁隆平身上的不断创新、拼搏进取、不重名利、无私奉献的优良品质值得所有青年学子去学习和传承。

艰苦创业 薪火传承

——北大荒人的奉献精神^①

北大荒的开发史是一部用汗水、泪水和血水写下的历史，为了党和人民的利益，拓荒者们经受了种种磨难，付出了沉重的代价，甚至把他们宝贵的生命献给了这块黑土地。在长达 60 多年的艰苦创业的岁月里，有 5 万多名转业官兵、支边青年、知识青年和知识分子永远长眠在北大荒，实现了他们献身北大荒、扎根北大荒的铮铮誓言。北大荒人的奉献精神主要表现在三个方面：

一是事业的奉献。北大荒人承载着党和人民的殷切期望，伴随着中华人民共和国艰难前进的脚步，历经三代北大荒人的薪火传


^① 张晓全. 北大荒精神之——无私奉献精神 [EB/OL]. (2020-10-12) [2021-06-12]. <https://www.scimall.org.cn/article/detail?id=4563745>.



承、拓荒风雨，终将昔日的北大荒变成今天的北大仓。在这块神奇的黑土地上，有数不清的中华民族的优秀儿女，把他们的一生奉献给北大荒的垦荒事业。他们之中有老红军战士余永清、黄振荣、张文忠，有身残志坚的残疾荣誉军人迟子强、郝光浓、侯祥宽、汪立国、韩应魁，有战斗英雄李国富、王树功、张一千、曹学法，有支边青年模范人物杨华、范素兰、纪长英、梅树生，有城市知识青年的优秀代表徐淑芳、邵玉琨、曲雅娟、高崇辉，有献身科技事业的专家张元培、桂体仁、梁甲农、徐一戎和冯紫琅夫妇，等等。他们燃篝火，战严寒，驱野兽，开荒原，在这漠漠大荒上建起了一座又一座农场，终于将5万多平方千米的漠漠大荒建成了闻名遐迩、举世瞩目的现代化黑龙江垦区。

二是青春的奉献。转业官兵都很年轻，年龄普遍在二三十岁，他们在解放战争、抗美援朝的炮火硝烟中英勇杀敌，建功立业，而当祖国需要他们的时候，他们毫无怨言，意志坚定，来到茫茫荒原，投入到开发北大荒的伟大事业中。北京、天津、上海、杭州、宁波、哈尔滨等城市的几十万名学生和知识青年，刚来到北大荒的时候，小的只有十五六岁，最大的也不过二十岁左右，他们才从学校毕业，步入社会的第一站就来到了遥远的祖国边陲，为垦区的繁荣发展做出了巨大的贡献，他们把最宝贵的青春财富献给了北大荒。

三是生命的奉献。有多少北大荒的建设者们牺牲在了北大荒：有的在开垦荒原的过程中，被茫茫无际的沼泽地所吞噬；有的在洪水中为了抢救国家的财产献出了生命；有的在茫茫火海中化为灰尘而永生；有的因在军事演习中，遇突发事故为保护战友而长眠不



醒；有的因为在爆破之中，为排除哑炮而牺牲；有的为抢救落水
的学生，毅然跳入水中而献身；有的因抢救家属妇女，被“黑瞎子”
的大掌拍碎脑壳；等等。他们用自己的理想信念和血肉之躯为北大
荒谱写了一曲曲英勇牺牲、无私奉献的英雄赞歌。

拓展阅读链接

1. 大型系列纪录片《端牢中国饭碗》第一集：守护耕地
2. 大型系列纪录片《端牢中国饭碗》第十六集：大国粮仓
3. 纪录电影《大国粮仓》
4. 文章《人民网评：喜迎夏粮丰收，共筑粮食安全基石》

国家统计局数据显示，2024 年全国夏粮获得丰收，总产量达
到 14978 万吨（2996 亿斤），比上年增加 362.7 万吨（72.5 亿斤），
增长 2.5%，农业生产总体保持平稳态势。

夏粮是全年粮食生产“第一仗”。夏粮首战告捷与党和政府高
度重视粮食安全、实施一系列支农惠农政策、深入挖掘粮食增产潜
力密不可分。夏粮的丰收不仅为稳定全年粮食生产奠定基础，更是
中国经济延续回升向好态势的“压舱石”。

（来源：人民网）



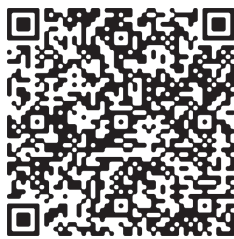
粮漆画鉴赏



《无处不春风》



《秋韵》



《浮云白日》

实践·任务

| | |
|------|--|
| 任务名称 | “饥饿 12 小时”体验活动 |
| 任务目的 | <p>为了让学生亲身体会粮食短缺状况，亲身体会粮食危机带来的影响，始终牢记“保障国家粮食安全，端牢中国饭碗”的责任和使命，把自己的人生理想与强国富民融于一体，以奋斗之我为提高国家粮食安全保障水平贡献自己的力量。</p> |
| 任务描述 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 组织学生参加“饥饿 12 小时”体验活动，依靠矿泉水维持自身的体力所需，如果在中途身体支撑不住，可以随时向教师申请退出活动。 2. 学生以小组为单位，通过饥饿体验，用不同的形式开展“爱惜粮食，传承粮安精神”宣传活动。 |
| 任务实施 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 教师提前布置任务，以小组为单位，组织学生参加“饥饿 12 小时”体验活动。 2. 学生以小组为单位进行不同形式的宣传活动，并在课堂上进行饥饿体验分享和宣传活动展示。 3. 教师组织评选并将学生任务完成情况纳入课程考核范畴。 |



续表

| | | | | | | | |
|------|--|----|----|----|----|----|----|
| 任务评价 | 自我评价 | | | | | | 评分 |
| | 组内互评 | 学号 | 姓名 | 评分 | 学号 | 姓名 | 评分 |
| | | 1号 | | | 4号 | | |
| | | 2号 | | | 5号 | | |
| | | 3号 | | | 6号 | | |
| | 小组互评 | 组号 | 评分 | | 组号 | 评分 | |
| | | 1组 | | | 4组 | | |
| | | 2组 | | | 5组 | | |
| | | 3组 | | | 6组 | | |
| | 教师评价 | | | | | | 评分 |
| 成果转化 | <p>教师组织学生将实践任务成果进行分类整理，以宣传报道或集中展示的形式予以转化；组织各班开展交叉学习，让学生理解“民以食为天”的精神内涵，自觉从现在做起，从自身做起，节约每一粒粮食，抵制和反对浪费粮食的行为，为国家粮食安全战略贡献自己的力量。</p> | | | | | | |

参考文献

- [1] 李建成. 中国粮食文化概说[M]. 北京: 中国农业出版社, 2011.
- [2] 邱小云. 红色文化十讲[M]. 南昌: 江西高校出版社, 2018.
- [3] 李运楼. 粮食通识教育读本[M]. 南昌: 江西人民出版社, 2014.



[4] 中华人民共和国国务院新闻办公室. 中国的粮食安全 [M]. 北京: 人民出版社, 2019.

[5] 胡小平. 我国粮食安全保障体系研究 [M]. 北京: 经济科学出版社, 2014.

[6] 曹宝明, 李光泗, 徐建玲, 等. 中国粮食安全的现状、挑战与对策 [M]. 北京: 中国农业出版社, 2014.

[7] 陈印军, 喻义洪, 韩一军, 等. 我国新型粮食安全观研究 [M]. 北京: 中国农业科学技术出版社, 2018.

[8] 刘甲朋. 中国古代粮食储备调节制度思想演进 [M]. 北京: 中国经济出版社, 2010.

[9] 新华网. 坚持新粮食安全观 牢牢把住粮食安全主动权 [EB/OL]. (2023-02-27) [2024-9-24]. <http://www.xinhuanet.com/politics/20230227/127c7a001ee14a3fa86a0eb2bec863b2/c.html>.

[10] 中国人大网. 守住管好“天下粮仓” 夯实粮食安全根基 [EB/OL]. (2024-05-28) [2024-9-24]. http://www.npc.gov.cn/c2/c30834/202405/t20240528_437221.html.

[11] 成升魁, 汪寿阳, 谢高地, 等. 新时代粮食安全透视 [M]. 北京: 科学出版社, 2023.

[12] 中华人民共和国中央人民政府. 中华人民共和国粮食安全保障法 [EB/OL]. (2023-12-30) [2024-9-24]. https://www.gov.cn/yaowen/liebiao/202312/content_6923387.htm.



第六章 粮艺中的传与新

古语名言

耕读传家

所谓“耕读传家”，通常意指耕田可以事稼穡，丰五谷，养家糊口，以立性命；读书可以知诗书，达礼义，修身养性，以立高德。自古至今，许多家庭都把“耕读传家”作为一则重要的家规家训，用以劝勉后世子孙重视耕读，做到勤劳耕作，读书上进。

耕读文化的发展是从中华农业文明的农耕文化上发展起来的，在耕读文化发展过程中，“耕”和“读”的内涵也越来越丰富。“耕”不仅是一种生产生活方式，“读”也不只是为了读书就业。在辛勤耕作中，可以培养人们吃苦耐劳、脚踏实地、精益求精的品质。勤奋读书不仅可以明理修德，也可激发人们传承创新的责任感和担当意识。

你留意过一些古老房屋上“耕读传家”“忠厚传家”之类的门匾吗？请你谈谈对此的印象或有关的理解。

点击核心

要挖掘中华优秀传统文化的思想观念、人文精神、道德规范，



把艺术创造力和中华文化价值融合起来，把中华美学精神和当代审美追求结合起来，激活中华文化生命力。故步自封、陈陈相因谈不上传承，割断血脉、凭空虚造不能算创新。要把握传承和创新的关系，学古不泥古、破法不悖法，让中华优秀传统文化成为文艺创新的重要源泉。

——2021年12月14日，习近平总书记在中国共产党第十九次全国代表大会、中国作家协会第十次全国代表大会开幕式上的讲话

我们要坚持马克思主义在意识形态领域指导地位的根本制度，坚持为人民服务、为社会主义服务，坚持百花齐放、百家争鸣，坚持创造性转化、创新性发展，以社会主义核心价值观为引领，发展社会主义先进文化，弘扬革命文化，传承中华优秀传统文化，满足人民日益增长的精神文化需求，巩固全党全国各族人民团结奋斗的共同思想基础，不断提升国家文化软实力和中华文化影响力。

——2022年10月16日，习近平总书记在中国共产党第二十次全国代表大会上作的报告

中华民族始终以“苟日新，日日新，又日新”的精神不断创造自己的物质文明、精神文明和政治文明，在很长的历史时期内作为最繁荣最强大的文明体屹立于世。

——2023年6月2日，习近平总书记在文化传承发展座谈会上的讲话

习近平总书记指出：“文明永续发展，既需要薪火相传、代代守护，更需要顺时应势、推陈出新。”“不忘本来才能开辟未来，善



于继承才能更好创新。对历史文化特别是先人传承下来的价值理念和道德规范，要坚持古为今用、推陈出新，有鉴别地加以对待，有扬弃地予以继承。”“要处理好继承和创造性发展的关系，重点做好创造性转化和创新性发展。”

粮食是人类生存和发展的能量之源。粮食文化是中华文化的重要组成部分。在源远流长、博大精深的中华文化中，以农耕与粮食为代表的物质文明，璀璨夺目，熠熠生辉。从“刀耕火种”到“精耕细作”，树艺五谷的农耕文明孕育着中华儿女勤劳、节俭、诚信、感恩等优秀品质，历久弥新。米和面以及酿酒制醋的“饮食之道”，“社稷祭祀”的民俗风尚，显示了中华民族的粮食加工技艺、审美艺术和生活情趣。“民以食为天”的价值观体现了中华民族人文关怀的政治谋略，“治大国如烹小鲜”的方法论蕴含着中华民族家国情怀的审慎态度。

凡是过往，皆为序章。历经沧桑岁月，人们在粮食生产的精耕细作实践中，不断提高对大自然的认知，学会洞察和理解天文地理、日月星辰的客观规律，总结形成了“顺天时”“量地力”“重和谐”“强精神”等深邃思想和“土为粮之基，种为粮之本，水为粮之脉，肥为粮之力，药保粮丰产，耕管循时令”的宝贵经验，使粮食经过周而复始的春种、夏耘、秋收、冬藏，历经风霜寒暑的洗礼，成为“天人共荣”的文明结晶。^①

粮艺中的传与新，是江西工业贸易职业技术学院总结、凝练的“五粮文化育人”理念的重要任务，是公民道德的价值追求，是

^① 师高民. 粮食文化与社会变迁之探究 [J]. 河南工业大学学报 (社会科学版), 2014 (3): 106-110.



在人类与粮共荣的传承实践中，创新粮食耕种使用的技艺，赓续基因，教育和引导学生传承创新、精益求精、播种希望、奋斗进取。

粮艺中的“艺”，古文写作“秝”，为会意字。其甲骨文字形，左上为“木”，表植物；右边是人，用双手操作。又写成“執”，从壺（音“hú”，即“土块”），从𠂔（音“jǐ”，即“拿”），持亟种之；后繁化为“藝”。

中华民族数千年的辛勤耕耘和传习，逐渐形成了丰富的粮艺内容和多彩的粮艺形态，包括粮食从种子到盘中餐过程中的生产、储藏、检验、加工、流通、消费等领域的技术技艺。粮源悠长、生生不息的技艺传承和推陈出新，既创造了功能各异的生产器具和形形色色的食品，不断改善人民的物质生活，增强人们舌尖上的记忆，也衍生了极具历史文化价值、科学艺术价值和社会经济价值的面塑、粮食画等指尖上的粮艺，不断丰富人们的精神文化生活。

重视教育，尊崇人才，是中华民族的优良传统。古有耕读传家，今讲教育强国、科技强国、人才强国。习近平总书记在党的二十大报告中指出：“教育、科技、人才是全面建设社会主义现代化国家的基础性、战略性支撑。必须坚持科技是第一生产力、人才是第一资源、创新是第一动力，深入实施科教兴国战略、人才强国战略、创新驱动发展战略，开辟发展新领域新赛道，不断塑造发展新动能新优势。”蓬勃兴起的职业教育，培训了一批又一批高素质劳动者和技术能手。在中华优秀传统文化传承发展实践中，在“大众创业、万众创新”的时代大潮里，作为新时代的青年大学生，应积极主动成为文化传承的重要力量，成为新时代创新创业的生力军。



一、食蕴千秋中的粮艺探寻

中华民族在漫长的历史传承进程中，与大自然进行了长期的生存博弈和不懈的命运抗争，以勤劳聪慧的禀赋创造出有助改善民生的粮食耕种、粮食加工的技术技艺，催生了以粮食生产为主要标志的农业文明，实现了由食物采集者到食物生产者的华美转身，从完全依赖自然跨进了利用自然、与粮共生共荣的新境界。

（一）粮食耕种技艺的发展革新

粮食是文明的肇端。神农尝百草、后稷播五谷等神话传说，“教民稼穡，树艺五谷”，古人历经千万次求生之艰、谋存之难、图强之苦的挑战和洗礼，筚路蓝缕、勤劳耕耘、艰苦奋斗，从刀耕火种到现代化耕作，由简单粗糙到专业化加工，从粮到食，薪火相传，推陈出新，与时俱进，精益求精，谱写了一曲曲食蕴千秋、与粮共荣的华彩乐章。

1. 蛮荒里求生：刀耕火种，靠天度日

远古时期，人类的生活水平低下，在蛮荒里求生，狩猎采集，茹毛饮血，过着饥不择食、饱则弃余的生活。刀耕火种是原始农业的耕作技术，是人类以石斧或者木棒点穴播种、生产粮食的原始方式，在近代一些民族中仍然保留下来。在唐宋以前的很长历史时期里，中国长江流域地区保留了这种耕作方式，称为畚田。宋代范成大在《劳畚耕》并序中提道：“畚田，峡中刀耕火种之地也。春初斫山，众木尽蹶。至当种时，伺有雨候，则前一夕火之，藉其灰以粪。明日雨作，乘热土下种，即苗盛倍收，无雨反是。山多硗确，



地力薄，则一再斫烧始可艺。春种麦、豆，作饼饵以度夏。秋则粟熟矣。”可见，山民在初春时期，先将山间树木砍倒，然后在春雨来临前一天晚上，放火烧光，用作肥料，第二天乘土热下种，以后不做任何田间管理就等收获了。

原始的刀耕火种使用的工具主要有石刀、石斧之类。人们在进行刀耕火种的时候，首先要面临的的就是土地的选择，什么地种什么庄稼。不同的林地和树种的生长状况，是从事刀耕火种的民族择地的主要依据。古人在长期的生产实践中，有着自己的经验和智慧，这种经验一直保留在传统农业之中。但从新石器时代所出土的一些实物来看，中国一些地区的原始农业似乎在六七千年以前就脱离了早期的刀耕火种阶段。

2. 文明的发轫：教民稼穡，识天树谷

炎帝和他所带领的原始氏族先民，在长期的生产生活实践中，为华夏文明的发轫和整个中华民族的形成奠定了最初的物质、文化基础。炎帝文化中“始作耒耜，教民耕种”的原始农耕文化是炎帝神农文化的核心。炎帝神农氏开创农耕文化的过程就是原始民族先民认识、尊重和利用自然规律的过程。

（1）种子的选育利用是农耕文明发轫的前提

人类要实现从索取时代到创造时代，一个重要的先决条件就是要从众多的植物中发现哪些植物是人类可食用的，并在此基础上认识这些植物的生长规律，从而实现人类依靠自身力量也能种植和收获生产生活资料的目的。

在索取时代，人类主要是靠天生活，对大自然提供的食物只是接受，而缺乏认识。神农时代，“人民众多，禽兽不足”“行虫



走兽，难以养民”的客观现实要求人们必须改变靠天吃饭的状态，实现人类依靠耕种获得食物的目标。炎帝率领众部落发现那些可以食用的植物，并掌握了它们的生长规律，从而发明了最早的耕种业。

（2）把握土壤和天气是农耕文明发轫的基础

耕种五谷，除了对植物习性特点和生长规律要有正确掌握外，还必须正确认识天体运行、气候变化规律及土壤肥力的利用规律。如果不掌握天体气候的运行变化就无法实现从播种到收获的一系列耕作过程，也就无法实现通过耕种获取谷物的目的；对土壤肥力的利用规律也是如此，土壤类型众多，有肥有瘠、有水有旱、有土有石，不同的植物对土地也有不同的要求，什么样的土地才适合耕作，这些都要求正确把握好土壤的利用规律。

（3）生产用具推陈出新是农耕文明传承发展的动力

耒耜的发明，使人们告别刀耕火种，播下希望的种子。耒与耜是最早用于耕地的两种不同的农具，直至商周时期依然是主要的挖土工具。耒耜是在长期耕作实践中被发明出来的，它解决了刀耕火种生产效率低、产量低的问题，为人工翻地提供了锋利的农具，对开荒和扩大生产规模起到了决定性的作用，同时还能提高单位面积产量和农业质量。

铁犁和牛耕，开垦希望的田野。我国的耕犁在新石器时期就已发轫，石犁标本在长江上游的太湖地区，黄河流域的中下游地区及东北、内蒙古等地的新石器遗址中均有发现。商周时期，延续前代石犁形制的铜犁也已被发现。春秋时期，随着冶铁业的兴起，又顺理成章地出现了铁犁，同时开始了牛耕。牛耕的运用，不仅提高了



耕作效率和耕作质量，而且扩大了耕地面积，提高了粮食产量，对改造整个农业起到了不可估量的作用。



早期的牛耕图

3. 传承中创新：精耕细作，与时俱进

现代耕作技术是以先进的机械设备代替人力的一种耕种技术，又称为机械化耕作。它的突出特点是生产效率高，劳动强度大，有利于节约劳作时间，减少劳动力。

农业机械化是现代农业的物质基础。深耕深松、化肥深施、节水灌溉、精量播种、设施农业、高效收获等新技术的推广应用，需要以农业机械为载体，通过机械的动力、精确度和速度给予大力支持。农业生产中的抢收抢种、抗旱排涝、大规模的病虫害防治等，更是需要依靠机械化作业。

耕作技术作为农业生产中重要一环，涉及农业资源节约、投入品的合理施用以及机器系统的优化配置，其先进性、适用性与农业



绿色发展息息相关。不同的耕作技术对农业绿色发展有不同的影响，耕作技术模式的合理性与水平高低是农业绿色发展的关键。新中国成立后，党中央多次强调，从农业生产的技术供给端入手，改进农业技术装备条件，提升耕作质量，依靠科技进步促进农业绿色发展。

农耕文明的兴起，并非一蹴而就，而是饱经风雨坎坷，从远古时期的刀耕火种到如今的现代化生产，历时数千年曲折迂回、砥砺前行缓慢进程。这个过程就饱含着中华民族文化的赓续传承，也包括粮食耕种技艺的传承革新。

（二）粮食加工技艺的推陈出新

中国人口占世界人口的近 1/5，中国粮食产量约占世界粮食产量的 1/4，中国是世界粮食生产大国，也是世界粮食加工大国。中国依靠自身力量端牢自己的饭碗，实现了由“吃不饱”到“吃得饱”且“吃得好”的历史性转变，也为保障世界粮食安全做出了重要贡献。近 10 多年来，中国在稻米、小麦加工工艺、生产技术、加工装备等领域取得了数以百计的重大科研成果，成果水平已达到或接近世界先进水平，有力支撑了中国粮食加工产业的迅猛发展。为此，中华人民共和国工业和信息化部在 2012 年 2 月 25 日发布《粮食加工业发展规划（2011—2020 年）》，提出了大力提高粮食加工技术技艺的发展目标。因此，中国粮食加工科技及其产业迎来了重要的快速发展机遇。

1. 中国古代粮食加工技艺探微

中国古代加工粮食的技艺经历了由简单到复杂，由原始到先进的发展过程。在河南新郑裴李岗新石器时代早期的遗址中，就出土了加工谷物的石磨盘和磨棒这些比较原始的加工工具。各地出土的



绿釉陶磨、舂米画像砖和杵臼人像等文物，形象生动地再现了汉代人民使用石磨磨面和用脚踏动石碓舂米的情景。

石磨盘、磨棒可谓是人类最古老的粮食加工工具。先秦时代人们常吃的粥饭是黍、稷和菽。黍和稷统称粟，菽是豆的古称。当时稻米和麦子都是珍粮，一般人不容易吃到。而且因为石磨还没有出现，要吃麦子，也不能粉食，只能粒食，得把小麦仁蒸煮成麦饭、麦粥吃。春秋末期，公输班创制了石磨。石磨用来磨砬谷物，既能磨脱谷物皮壳，又能进一步加工，使小麦的麸皮从麦面中分离出来，做成面粉。当人们学会磨制面粉和米粉的时候，各种粉食制品乃应运而生。

中国风扇车的发明也比较早。1969年，在河南省济源市泗涧沟出土了西汉时的陶米碓和陶风车的模型，这是西汉发明和使用风车的物证。风车是一种利用空气流动的推力，运用流体力学、惯性、杠杆、轮轴等物理原理，将风能转化为机械能的有效机械。古人正是运用了风车的这一特性，将所得的机械能用于分离谷物与杂质，既节省了时间，又节省了人力。

东汉时期人们发明了水碓，这是采用下击水轮带动凸轮运转，拨动脚踏碓舂米的水利加工机械。从生产力发展的角度看，它比人力踏碓、杵臼舂米的效率高了百倍。

人工手推和用畜力牵动的石转磨试制成功后，人们又创造了簸选谷物用的木制农具枣风车（又叫扇，是利用扇板回转生风的原理制成的）。从原粮到口粮、从粒食到粉食一系列加工过程，粮食面貌完全改观了。自两汉时期到近代，在我国黄河流域、长江流域的农村，杵臼、踏碓、水碓、风车、石转磨等设置是很普遍的。



魏晋南北朝时期，人们又创制了连磨和水碾。连磨以牛牵引，通过齿轮运转，带动八盘石磨同时加工谷物。水碾，必先建水堰，利用水的冲力，推动水卧轮带动石碾碾米。

元代时，我国巧工瞿氏发明机械传动磨面的方法，把磨设在楼上，楼下设机轴以旋之。这是世界上第一台机械传动磨面的设备。

这些粮食加工器具的发明，充分展现了中国古代人民的伟大智慧和强大创造力。

2. 现代稻米加工技艺概述

我国是稻谷生产和消费大国。我国稻米产量位居世界第一，全国人口中更是有超过一半的人以大米为主食。稻谷是我国播种面积最大、单产最高、总产最多、稳定性最好的农产品品种，在粮食生产和消费中长期处于主导地位。随着经济的发展和人民生活水平的提高，人们的消费习惯和饮食结构不断调整，消费形式日益多元化，人们对粮食的消费需求已经从基本的生活需要逐渐向优质化、功能化、绿色化方向发展。我国对大米及相关产品的消费需求逐步增加，人民消费层次水平不断升级。不断发展大米加工技艺，提高大米加工技术水平，满足城乡居民消费结构升级的需要，是一个永恒的主题。

大米加工业既是传统产业，又是朝阳产业，无论未来的科学技术如何先进，都不可能取消大米加工业，而只能促进其提高和发展。我国现代化粮食大米加工过程主要由稻谷清理、砻谷、碾米、白米整理四道工序组成。

(1) 稻谷清理工序

稻谷清理工序，即使用筛选设备分离掉稻谷中的大型和小型杂



质，使用风选设备分离掉稻谷中的轻型杂质，使用去石设备分离掉稻谷中的并肩石，使用磁选设备分离掉稻谷中的铁杂质，为后续的砻谷工序提供清洁干净的稻谷。

（2）砻谷工序

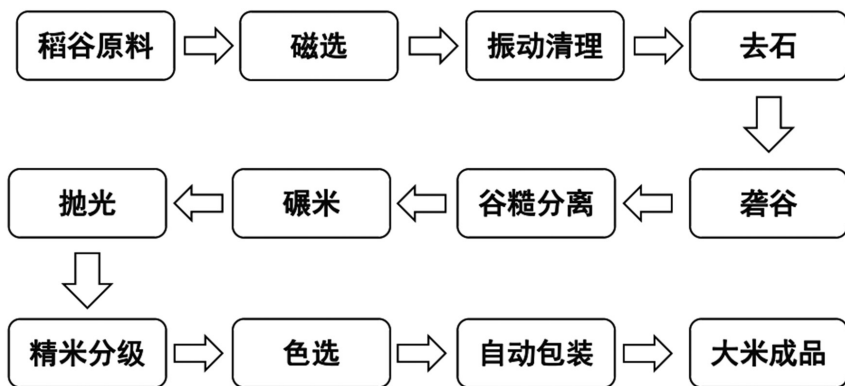
砻谷工序，即使用脱壳设备使稻谷脱壳，得到谷糙混合物，使用谷糙分离设备从谷糙混合物中选出纯净的糙米供碾米工序使用，这种工艺可以提高稻谷出米率。

（3）碾米工序


碾米工序，即使用碾米设备剥去糙米外表的皮层，得到加工精度和碎米含量未达标的白米，再交由白米整理工序整理。

（4）白米整理工序

白米整理工序，即使用抛光设备进一步提高白米的加工精度和表面洁净度，有利于延长商品大米的保质期，使用长度分离设备分离掉白米中超标的碎米，使用色选设备分离掉白米中的异色粒，最后得到完整、洁净、晶莹剔透的大米成品。



现代工业化大米加工工艺流程



众所周知，科技改变生活。随着粮食加工技术的不断创新发展，人们的饮食生活也随之改善，制作出的食品质量越来越高，种类也越来越丰富，这对于人类增强身体素质、提高生活品质有着重要的意义。

（三）食品加工技艺的传承创新

时间是万物的尺度，刻写下中华民族奋勇向前的不凡历程。食蕴千秋，从蛮荒时代、原始社会的“饥不择食”，到文明社会的“食不厌精”，为了追求健康与营养，人类谱写了一曲曲不断探索、逐梦圆梦的精彩华章。

由于社会生产力水平的局限，由粮到食，从粮食食品源起的简单粗加工到现代营养、口味俱佳食品的精深加工，例如小麦由粒食到面食，乃至馒头、包子、面条，稻谷由大米到米饭以及各种米制食品等，都不是一夜变成的，而是历经千百年来传承创新的结果。

1. 古代食品加工器具和使用方法

迫于生计，先民们在遍寻充饥之食的认识实践中，也不断设法改善食物的可食性和适口性，从未停止对各种食物加工技艺的追求和创新。人们一次次冲破客观环境和自然条件的藩篱，逐渐掌握了维持生存、改善生活的食品烹饪加工技艺。

从燧人氏发明钻木取火、教人熟食开始，到磨制石器的诞生，先祖们茹毛饮血、生吞活剥的原始生活渐渐消失，取法天然、水火并用的舒适烹饪技艺缓缓而来，生活方式有了质的飞跃。

石磨是我国历史上最先应用机械原理的粮食加工工具，它把最早的手脚搓动方式发展为用石棒反复碾轧方式。出现石磨后，改变了人们的饮食习惯。从粒食到粉制食品，改善了人们的生活



水平和质量。

陶器是古人在木石工具之后，利用天然陶泥，在经过复杂的烧制过程后创造出来的一种新式物品，是古代又一项重大发明。在大约一万年 before，中华先民发明了制陶技术。经过不断地深化认识和实践，制陶技艺不断走向成熟，逐渐生产出了适合烧、烤、蒸、煮食品的炊具。陶器的出现和发展对中国人的饮食习惯和烹饪方式产生了极为深远的影响。随着制陶技术的成熟发展，各种烹饪陶器也应运而生。

古代饮食器具种类十分丰富，器具制作和用途分类也非常分明，主要有炊具、食器和酒具等。其中中国古代炊具主要有灶、鼎、釜、鬲（lì）、甗（zèng）等。

（1）灶

最原始的灶是在土地上挖成的土坑，直接在土坑内或在土坑上悬挂其他器具进行烹饪。这种灶坑在新石器时代广为流行，并发展为后世的用土或砖垒砌成的不可移动的灶，至今仍在广大农村普遍使用。

（2）鼎

鼎，中国古代用以烹煮肉类、调和五味的器具。早在1万年前我们的祖先就发明了最早的容器——陶鼎，它是古代的炊具，相当于现在的锅。后来青铜制作技术发展，鼎开始由青铜制作，刚开始一般用来烧制食物。秦汉时期，鼎作为炊具的意义已大为减弱，演化成标示身份的礼器、随葬品。秦汉以后，鼎变为香炉，完全退出了饮食领域。鼎，一般上半部分呈圆形，下面有三只鼎足，所以有“三足鼎立”的说法。河南安阳出土的商周时期的后母戊鼎就是



我国青铜文化的代表作，也是迄今世界上出土最大、最重的青铜礼器，享有“镇国之宝”的美誉。

（3）釜

釜，古代写作“𩰫”，一种似锅的器物，圆底而无足，必须安置在炉灶之上或是以其他物体支撑煮物，釜口圆形。可以直接用来煮、炖、煎、炒等，可视为现代锅的前身。

（4）鬲

鬲，一种中国古代煮饭用的炊器，有陶制鬲和青铜鬲两种。青铜鬲最初是依照新石器时代已有的陶鬲制成的。其形状一般为侈口（口沿外倾），有三个中空的足，便于炊煮加热。青铜鬲流行于商代至春秋时期。至战国时，鬲已渐趋消亡，故秦以后的文献中，此字已很少见。

（5）甑

甑，一种中国古代的蒸食用具，和现在的蒸笼、蒸屉相似，多呈圆形，为甗（yǎn）的上半部分，与鬲通过镂空的算（bì）相连，用来放置食物，利用鬲中的蒸汽将甑中的食物煮熟。

陶器、铜器时代之后，随着冶铁技术的发明和冶炼技艺的发展，各种铁质炊具如锅、釜、瓢、勺、笼等大量出现，其功能更全、式样更多，烹饪食品更加快捷和高效，进一步丰富了人们的饮食品种。

此外，箸（zhù）的发明使用，可谓是中国颇具特色的饮食工具的进步。古时的筷子，一般用竹子或木头制成，早在商朝时期我国已经出现了制作精美的象牙筷，《韩非子·喻老》中有“昔者纣为象箸，而箕子怖”的记载。据史料记载，我国用箸的历史已有



3000 多年，至今筷子文化可以说是已经风靡全球，许多老外也在尝试使用中国特色的筷子。

烹饪的开始可以说是文明的源起，丰富的饮食奠定了生命繁衍生息的基础。我国是世界上少有的兼具四种烹饪方法的国家，水烹（煮）、汽烹（蒸）、火烹（烤）、油烹（炸、炒）等各式烹饪皆有，其中蒸、煮可谓是最古老的烹饪技艺。此外，烩、煎、煲、熬、煨等技艺也广泛应用。

2. 现代食品加工技艺的精细化

据悉，大约公元前 6000 年，我们的祖先就已开始食用熟食。在漫长的历史长河中，我国的烹饪技艺不断发展，出现了多样的烹饪方式，创造出了不同的食物形状和口感。

（1）烹

“烹”就是煮的意思。“烹”是在“亨”字的下面加上了“火”字底，凸显了“制作熟食”的意思，就是将食物放入水中，通过火对器皿的加热，使水沸腾，将食物煮熟。宋代的《集韵》一书里说：“烹，煮也。”“煮”起源很早，大概在商代之前就已经出现，直到现在也是生活中最常用的食品加工方法之一，操作起来简单方便。由此可见，“烹”是一种需要水、火及原料相配合的食物制作方法，通过烹饪膳食技艺，一道美味佳肴必然色、香、味、意、形、养俱佳，不但让人在食用时感到满足，而且能让食物的营养更容易被人体吸收。

在所有的烹饪技法里，“烹”制出的食物是比较清淡的。但是，清淡才能品尝出本真的滋味，才能展现出对水火掌控的功夫，此所谓“大道至简”。所以，圣君贤人从“烹小鲜”中悟出“治大国”



的道理。^①

（2）蒸

“蒸”是我国古代最常见的烹饪方法，关于蒸的起源可以追溯到一万多年前的炎黄时期，我们的祖先从水煮食物的原理中发现了蒸汽可把食物弄熟。就烹饪而言，如果没有蒸，我们就永远尝不到由蒸变化而来的鲜、香、嫩、滑之滋味。“蒸”最大限度地保留了熟食的原始形态和滋味，但这种烹饪方法却一点也不原始，因为人类学会了利用水蒸气，也发明了更加先进的复式炊具。可以说，看似简易的蒸，其实是食品加工工艺上的巨大进步。

当人们在蒸食物的时候，水泡翻滚、蒸汽腾腾，给人一种热闹兴旺的感觉，所以大家常用“蒸蒸日上”来形容事业进步、不断发展的繁荣景象。同时，用水蒸气加热的食物，全部被笼罩在热气之中，热量传导均匀；当器皿冷却时，水珠繁多密集，所以“蒸”又含有“众多”的意思，比如《孟子·告子上》里有“天生蒸民”的句子，指的就是“天下的众民、百姓”。^②

（3）煎

“煎”是在器皿中放入少许的油烧热，然后将食物平摊紧贴在锅中，利用慢火使食物熟透。煎制时，先煎好一面，再煎另一面，也可以两面反复交替煎，力求食物两面受热均匀。这样的好处是食物多呈金黄色，外表酥脆，还保留了原味，口感绝佳。煎的关键是使用的油量以及对火候的控制。如果对这两个要素做一些调

① 崔志远. 解字说粮：汉字中的粮食文化 [M]. 北京：中国轻工业出版社，2019：80-81.

② 崔志远. 解字说粮：汉字中的粮食文化 [M]. 北京：中国轻工业出版社，2019：82-83.



整，那么就开辟出“炸”和“炒”两种新的烹饪方法。^①

煎制食品中，除了大家比较熟悉的煎饼、煎饺等主食之外，还有煎鸡蛋、煎牛排等菜品。不管是煎制什么食物，对于食材的选用及其食材处理和火候的掌控是非常有讲究的。以煎牛排为例，适用于煎制的牛排基本上都是小块且完整的，上面几乎没有筋膜，这样煎起来就会方便得多，而且厨师会先用小锤子之类的工具给牛肉“放松”一下，这样不仅会提高肉的质感，而且可以让牛肉更快煎熟。

（4）炸

“炸”是用旺火加热，以食用油为传热介质的烹调方法，“炸”是在“煎”的基础上增加食用油的使用量。“煎”的用油量以不浸没食品原料为宜，而“炸”则需要油完全没过原料，并且原料最好能够漂浮在油上，这样才能炸得充分。在古代，炸食物用这么多油是很奢侈的，因此，“炸”这种烹饪方法是在物质文明达到较高程度的时代才会出现的。“炸”是个形声字，表示字音的“乍”，发音急促有力，来自将原料投入热油时那一瞬间的声响。^②

随着人类生活水平的提高、工业的快速发展以及人们对食品安全的重视，现代油炸技艺已不仅仅局限于传统的加工方式，出现了常压油炸、高压油炸、真空油炸等。时代的进步和技术的创新，正在逐渐改变人们的食用方式，促进人类生活文明的发展。

① 崔志远. 解字说粮：汉字中的粮食文化 [M]. 北京：中国轻工业出版社，2019：84.

② 崔志远. 解字说粮：汉字中的粮食文化 [M]. 北京：中国轻工业出版社，2019：84.



(5) 炒

“炒”是在“煎”的基础上加大火力。“煎”是用小火慢慢将食物煎熟，而“炒”是把食物原料放入油中大火翻炒。在炒的过程中，油和火同时作用于原料，比较火爆，所以人们常说“爆炒”。“炒”字同样出现得比较晚，“少”表示字音，由于“炒”所用的时间较少，所以也兼表字义。

“煎”“炸”“炒”是因为用油和火候的差异而形成的三种烹饪方法，既有共性又有个性。通过它们制作出来的食品，也是形态各异、滋味多样，极大地丰富了我们的饮食。^①

(6) 熬

生活中，我们熬制的食品有粥、汤等。熬的好处就是经过长时间的小火慢熬，食物原料的质地变得软烂熟透，宜于食用，内部的营养物质也会充分释放出来，便于人体吸收，味道也在保留食物原汁原味的基础上变得更加浓郁，广受人们喜爱。

就拿熬粥来说，粥熬好后，上面会浮着一层细腻、黏稠、形如膏油的物质，人们通常称为米油。一碗粥里面，米油是精华，最为珍贵。中医认为，米经过熬制，绝大多数营养会进入到汤汁中，具有很强的滋补作用，所以民间有“米油可代参汤”的说法。能把米吃出参的效果，“熬”发挥了关键的作用。

有人说，人生是一场马拉松，不在于起点在哪里，关键看能否坚强地走完全程，顺利到达终点。在这漫长的过程中，没有捷径可走，痛苦和挫折是避免不了的，我们要做的就是勇敢地“熬”下

^① 崔志远. 解字说粮：汉字中的粮食文化 [M]. 北京：中国轻工业出版社，2019：84-85.



去。“熬”是执着和坚守，在各种考验和挑战下，能守得住初心，耐得住寂寞，顶得住压力，经得住苦难。就像米能熬出油一样，在岁月的历练下，平凡的生活也能熬出精彩的人生。^①

食品加工技艺，从生到熟，化粒为粉，由粗到细，由简到精，从充饥果腹到健康营养，有着千变万化的、独特的方式和手法。随着社会经济的日益发展，人们的膳食追求也在发生变化，人们逐渐从吃得饱转向吃得营养、吃得健康、吃得均衡，甚至吃得精致、吃得有趣。有些年轻人开始崇尚更新奇的口味、更精致的外观或包装，从而忽略了食品加工传统技术技艺的科学性。因此，未来食品加工技艺的传承与创新，应以继承传统工艺为基础，发扬民族特色，创新发展模式，使其日渐成为更富生机的时代特色，不断满足我国人民日益增长的美好生活需要。

二、粮源悠长的技艺传承

古代先人们对五谷丰登的憧憬，孕育了栉风沐雨、辛勤劳动、守望田园的中华农耕文明。在中华民族浩瀚恢宏的传统文化中，粮食文化可谓传承时间最久、内容最丰富、生态性最鲜明、民本性最突出、民间基础最广泛的文化形态。

除推陈出新的耕种粮食技艺、兴修水利技术、仓储流通管理技艺外，从粮到食，由食到饮，也衍生了一些粮食艺术品，粮食加工技艺也一脉相承，源远流长。

^① 崔志远. 解字说粮：汉字中的粮食文化 [M]. 北京：中国轻工业出版社，2019：86-87.



（一）舌尖上的粮艺传承

食品作为满足人类营养需求的必需品，给人类带来的感官感受是评价食品品质的重要指标之一。人们舌尖上感受的酸、甜、苦、辣、咸等味道，可能直接而纯粹，也可能含蓄而复杂。在“吃得饱”到“吃得好”的探求道路上，我国劳动人民勤劳勇敢，充满智慧，不断改进粮食生产方式和食品加工工艺，在与粮共荣的耕种管理实践中创造出特色食品，实现了味、色、香、形、意、养和谐统一。

1. 舌尖上的记忆：传统特色食品

记忆中的美好是微妙的、令人向往的，舌尖上的记忆是令人难忘的。传统美食作为民风民俗的重要载体，浸润着古老民族之魂，附丽着中华文明之根，蕴含着深邃厚重的人文秘道，闪耀着祖辈们蕴藏心底的美好愿景，是一丝丝的故乡情愁，是一股股的民风味道。

诚然，传统食品加工工艺反映地方、民族特色。传统特色食品生产历史悠久，在我国饮食发展史中扮演着重要角色，具有鲜明的中国传统文化背景和深厚的文化底蕴。

（1）传统食品的有关定义

在食品科学领域，传统食品有如下定义：“所谓传统食品，是相对现代食品而言的。传统食品一般有两种界定形式：一是将手工食品即由餐饮业或家庭烹饪手工操作的食品定义为传统食品，称之为狭义的传统食品；二是将手工食品过渡到工厂生产，但把机械化水平相当低的工业食品也包括进去，称之为广义的传统食品。”

当然，也有人从食品文化内涵的视角来定义，即传统食品是指在当地世代相传的，蕴含地区自然环境特色及历史文化底蕴的食品



资源，包括手工制作或以工业模式生产的表现传统内容的食品。^①

（2）传统特色食品的有关定义和特点

根据《汉语大辞典》的释义，“特色”意为“事物所表现的独特的色彩、风格等”。因此，有人将“传统特色食品”定义为“特定的群体在漫长的历史进化中通过历代经验和智慧的积累与总结，所形成的具有独特的地域特色和传统文化特质的食品”。

通常，传统特色食品主要有如下特点：一是传承时间久远，历久弥新；二是具有深厚且独特的文化底蕴；三是与时俱进，推陈出新；四是具有鲜明地域特色。^②

2. 传统特色食品的民俗风、地域情

中国传统食品是在中华民族 5000 年的文明史中发展起来的，它以中华民族优秀的食文化为根基，是与民俗民风、时节地域，甚至与药食同源文化紧密结合而成的大众风味食品，是中华粮食文化的物质载体之一。

通常，传统粮食食品可分为面粉食品、大米食品、玉米食品、小米食品、豆类食品和薯类食品等。因食材、加工制作工艺方式、食用方式及时节、流行区域等差异，形成了各具特色的传统民俗风味食品。如有大众食品、地方名吃、节庆礼仪食品等。从地域方面来看，因地理差异原因，人们形成了“南米北面”的生活习惯。再细化一些，各行政区域也具有各自不同的招牌美食，如云南过桥米线、山西刀削面、天津狗不理包子、陕西凉皮等以省级区域命名的

① 林驰. 传统食品资源产业化发展的商誉保护途径探究——食文化申请非物质文化遗产保护的启示 [J]. 商业时代, 2014 (28): 26-27.

② 黄鹏毅, 王婧, 林丽莹. 互联网下福建传统特色食品行业营销对策 [J]. 合作经济与科技, 2018 (18): 98-100.



美食，又如兰州拉面、武汉热干面、长沙臭豆腐等以省会城市命名的美食，还有如沙县小吃等县市区命名的美食。从节日习俗来讲，大多数地方有其共通之处，如春节食品，包括年糕、饺子等；如元宵节、清明节、端午节、中秋节、重阳节、腊八节等节日食品；还有生日食品、婚嫁食品和祭祀食品等。

此外，古代许多具有独特美味的军旅食品，因其制作简单、便于久储、携带方便等特点，流传至今，甚至走出了军营，成为广受欢迎的风味名吃，例如太师饼、山东煎饼、锅盔、青团、光饼等。

3. 传统特色食品的民族风、世间情

《礼记·礼运》中有中华文化开端于饮食之说。如今，56个民族慧心巧手而做的各式食品深深烙印着中华文化的鲜明印记，记录着食物加工技艺和享用食物的流程及方法，演绎了叠彩纷呈的美食文化，诉说着人们与粮共生共荣的风土人情、世间变化。

(1) 汉族

作为中国人口最多的民族，也是世界上人口最多的一个古老民族，汉族分布在全国各地。在传统社会里，汉族的饮食以谷物为主，粮食食品品种繁多，素有“十里不同风，百里不同俗”之说，由此可见各地食品的丰富多样性。其中春饼以及后来的春卷，寓意春为岁首，是一年中出现最早的欢庆食品。讲究并善于烹饪，是汉族的一大饮食特点。不同地区的汉族人民以炒、烧、煎、煮、蒸、烤和凉拌等烹饪方式，经过长期的实践，形成了不同的地方风味。粤、闽、徽、鲁、川、湘、浙、苏等八大菜系，闻名海内外。

(2) 壮族

壮族大多数聚居在广西壮族自治区，还有一部分分布在云南、



广东、贵州、湖南等地。五色糯米饭是壮族最具代表性的民族传统食品，用红兰草、黄花、枫叶、紫番藤染色，做法天然，有吉祥如意、五谷丰登的意思。

（3）满族

满族历史上主要集中居住在东北地区，目前在全国各省、自治区、直辖市均有分布。满族以面食为主，喜欢用黄米面包和豆馅做成炸糕，特色食品有萨其马、豆面卷子等。此外饽饽、奶茶、芙蓉糕、香椿鱼、泥盆火锅、腊八醋等也是满族人喜爱的特色食品。

（4）回族

回族主要聚居在宁夏回族自治区，在全国绝大多数地区也有分布。馓子、麻花是回族清真小吃中的精品。麻花也是西北地区的一道回族传统小吃，据考证，其历史可追溯到元代。回族馓子以宁夏回族的馓子为佳，馓子股条细匀，香酥甜脆，金黄亮润，轻巧美观。

（5）维吾尔族

维吾尔族主要聚居在新疆维吾尔自治区。馕是维吾尔族别具特色的主要食品，历史悠久，距今已有 3000 多年，汉代传入中原，当时被称为胡饼，东汉时，宫廷里曾经出现过“胡饼热”。馕以面粉为主要原料，发酵后加少量盐制作。除了经常看到的大饼形状，还有很多其他不同样子的馕，味道也不尽相同，刚出炉时口味最好。由于其易于制作，便于携带，久存不坏，故成为古代商旅人士的极佳选择。四川汶川和青海玉树发生地震时，新疆人民打馕送往灾区，成为民族团结、共克时艰、展现大爱情怀的重要媒介。手抓饭是维吾尔族人民的另一种重要食品，其主要原料为大米、新鲜牛羊肉、胡萝卜、清油等，也有 1000 多年的历史。



（6）蒙古族

蒙古族主要聚居在内蒙古自治区，素有“马背民族”之称，传统生产方式是游牧和狩猎。蒙古族特色小吃有由炒米和面粉加馅制作而成的特色蒙古包子、蒙古馅饼等。烤全羊也闻名遐迩，羊肉外脆里嫩，清香扑鼻。

（7）藏族

藏族主要分布在西藏自治区以及青海、甘肃、四川、云南，大多生活在平均海拔 4000 米以上的青藏高原。酥酪糕是藏族的著名糕点，常用于款待客人。糌粑是藏族的一种主食，主要原料为青稞炒熟后磨成的粉，制作很简单，食用方式多样，最常见的是用手把小碗中的茶汁、酥油与糌粑、奶渣拌匀并捏成小团而食。此外，风干肉是西藏非常有特色的一种食品，口味独特。

（8）朝鲜族

朝鲜族分布在东北的吉林、辽宁和黑龙江三省，吉林省延边朝鲜族自治州是其主要聚居地区。朝鲜族的传统饮食以米饭为主食，打糕是朝鲜族最爱吃的传统食品之一，冷面和烧烤等也很有特色。此外，每到秋季，朝鲜族妇女忙于制作泡菜的场景，已成为朝鲜族地区一道独特的风景。

除此之外，我国其他少数民族也都有各具特色的民族传统食品。

俗话说，一方水土养一方人。不同的地方，不同的环境，不同的文化习俗，也孕育出千姿百态、形式多样、风味各异的传统美食，而品美食，几乎是所有人都喜欢的一种身心体验。希望广大青年学生积极关注、踊跃参与民族传统特色食品的技艺传承与创新



发展，不断巩固和发展平等、团结、互助、和谐的社会主义民族关系，携手画好民族团结同心圆，让民族团结之花常开长盛。

（二）指尖上的粮艺传承

很早以前，我国就出现了以粮食为原料，通过多种手工技艺，精巧加工，创作出形形色色可食用、可观赏、可祭奠、可留念、可收藏的工艺食品和民间饰品，形象生动地表现了各地的民俗风情和民间技艺，如面塑、油炸面花、吹糖人、粮食画、麦秸画等。这种播种于希望的田野、成长于百姓之中的艺术形态，作为粮食文化的一部分，是弥足珍贵的非物质文化遗产，受到国内外民众的广泛欢迎，产生了很大的文化影响。

1. 秀色可餐的面塑艺术

面塑，俗称“面花”“面人”，又名“花馍”“窝窝花”“糕花”，流行于我国大江南北，尤以北方居多。南北面塑风格迥异，北方面塑的特点主要是古朴、粗犷、豪放、大气，南方面塑的特点主要是细腻、优美、精巧、灵动。北方主要流行于山西、陕西、宁夏、甘肃、内蒙古、河北、河南、山东等地，其中山西的面塑文化尤为突出，从晋南、晋中，直至晋北，遍布全省，有着广泛的群众基础，历久不衰。

面塑的原料主要是小麦粉和糯米面，通过揉、搓、捏、切、划、镶、按、拨、滚等加工技艺，酌量添加色彩后塑造成各种人物和事物，形态万千，栩栩如生，被众多外国游客称为“中国的雕塑”。南宋时期的《东京梦华录》一书中有“以油面糖蜜造如笑靥儿”之记述。面塑的起源与传统民间的饮食和信仰习俗有着密切的关系，新疆吐鲁番阿斯塔那墓葬出土的唐代面塑遗物表明，这种民



俗艺术在中国有着悠久的发展历史，可谓是我国民间粮艺中的一朵奇葩，多地的面花艺术项目已被列入国家非物质文化遗产名录。

面塑，作为一种传统食用塑作艺术，同时也是一种与民众生活十分贴切的节俗艺术。在北方地区，面花塑作具有深厚的群众基础，每逢传统佳节，家家户户都会依照当地的习俗和惯例制作面花。这些面花制品形式多样，姿态各异，兼具供奉、观赏和食用等多种功能，也可以用作馈赠亲友的礼品，成为民间社会交往的重要媒介。这种自发的面花塑作活动充分体现了民众的审美理想，展示了民众的艺术才能，使蕴含在民间习俗中的文化传统得到自然的传承和彰显。

其中，闻喜花馍是流行于山西省闻喜县一带的传统食用塑作艺术。它历史悠久，花式各样，制作精美，魅力独特，闻名遐迩，深受喜爱。闻喜花馍与当地的传统习俗联系紧密，在节庆、祭祀、婚嫁、寿诞、丧葬、上梁、乔迁等民俗活动中应用广泛。闻喜花馍既无流传范本供参照，也无现存底样做依据，全凭巧妇信手捏制而成，因而被誉为“母亲的艺术”。

千余年的历史文化沉淀，使得闻喜花馍制作工艺在民间代代相传，不断创新，形成了精湛的制作工艺，同时也孕育了一万多名优秀的民间花馍艺人。他们在保留传统技艺的基础上，进行创意革新，甚至加入国际元素，如今的闻喜花馍有“花糕”“花馍”“吉祥物”“盘顶”四大系列两百多个品种。随着市场经济的深入发展，闻喜花馍已作为体现山西地方文化特色的名优土特产品进入了商品市场，行销海内外，声誉与日俱增。2008年，闻喜花馍被列入国家级非物质文化遗产名录，并于2010年在上海世博会展出，在2012



年举办的“中国·闻喜花馍文化节”上创造了4项世界纪录。

2. 雅俗共赏的粮食画艺术

粮食画，又称五谷画、五谷粮食画，在部分地区也称米画、豆塑画、谷艺、百米图、粮艺等，是以五谷杂粮颗粒和各类植物种子为本体，运用构图、线条、色彩等造型手法，通过粘、贴、拼、雕等技法技艺，手工制作而成的图画，主要分布在江西、四川、重庆、山东、河南、河北等地。粮食画作为中国古代的一项民间传统技艺，相传起源于唐代，盛于清代，流传至今。先民以五谷摆成各种图案作为祭祀天地之用，祈祷风调雨顺、五谷丰登、国泰民安。

粮食画已走过了1000多年的风雨历程，发展了选粒浸泡、晾晒风干、作画构图、封面防腐等工序，使其具有防虫蛀、防腐蚀、不霉变、不褪色的特点，逐步形成了相对固定的艺术风格，可分为原色粮食画、染色粮食画和合成色粮食画，积累了大量具有鲜明传统手工技艺特色的，包括传统图案、传统材料、传统技法、传统技艺等内容在内的宝贵艺术资料，培养和造就了一代代粮食画艺术代表性传承人。因其制作成本较低、工艺易学、立体感强、灵动飘逸、自然质朴，具有很高的观赏和收藏价值，一直受到社会各界的欢迎和关注，并颇具扩大、流行之势。

江西工业贸易职业技术学院坚持立足自身优势特色，学院师生以五谷为墨、以竹木为纸、以签钳为笔，坚持传承发展粮食画传统技艺。近年来，在粮食画技艺传承实践中，在深入开展防潮防腐工艺、防虫防污工艺和染色护色工艺项目研究的同时，占剑华教师带领粮食文化创意园团队将五谷画技艺与千年漆艺创新融合，在全国

开创了一种新颖的绘画媒介和艺术形式——粮漆画，通过粘、贴、拼、雕等 30 多道工序，使粮食的立体感和漆的流动美相得益彰，让亘古粮食文化更好地传下去、火起来。



占剑华教师指导学生制作粮食画

谷粒虽小，树艺则大。巧手一粒米，可成一幅画。只要我们谨怀“粮”心，独具匠心，钻研技艺，就一定能创造更加美好的生活。

近年来，学院师生创作的粮食画作品，在第二届全国粮食交易大会、“中国共产党的故事——习近平新时代中国特色社会主义思想在江西的实践”专题宣介会、第三届江西高校科技成果对接会、文化的力量——2020 江西文化发展巡礼等活动进行展示，颇受青睐。《光明日报》《中国教育报》《江西日报》等媒体给予了广泛报道。

（三）粮食技艺的创新创业

世事维艰，有文则兴。粮食产业是关系国计民生的基础产业，



粮食食品和衍生品的发明与发展，同根同源，一脉相承，并在其生产、加工、包装、流通过程中也不断地被注入新的创意，融合新的工艺和赋予新的文化内涵。粮食保障民生，民生是经济发展之本。粮食经过各种各样的精深加工，生产出了许多与人们生产生活密切相关的食品和衍生品，长期以来活跃在经济生活的众多领域。就业是民生之本，创业乃就业之源。商务部数据显示，2023年全国餐饮收入首次突破5万亿元。在“大众创业、万众创新”的时代浪潮中，以粮食食品和衍生品的生产加工、经营流通等技术技能为主营项目的众多创新创业者，不断推动着粮艺的传承与创新，开枝散叶，惠泽全球。

1. 美味传承：小食品大产业

在浩瀚的中华美食长河中，每一种小吃、每一种美食都承载着一段独特的历史与文化，它们不仅仅是食物本身，更是时间的印记、地域的风情与人情的温暖。有言道：“小吃不小，大有门道。”近些年，地方特色小吃成了当地文旅及其他产业发展的助推器。应加强发现、挖掘和培育、发展民间美食，传统小吃要传承、有创新，既保持其独特风味，又需适应消费新变化。

(1) “切糕王子”：一刀切出新产业

新疆切糕，又名玛仁糖，是新疆维吾尔族民众采用传统特色工艺，选用核桃仁、玉米饴、葡萄干、葡萄汁、芝麻、巴旦木、枣等原料熬制而成的一种民族特色食品。

传统切糕的制作工艺一般是将一定比例的糖稀倒入锅中加热，不断搅拌后再加入核桃仁、葡萄干、巴旦木、腰果等各种干果混合，最后倒入模具等待定型。具体制作方法一般为：准备好花生及



其他干果（核桃、巴旦木、葡萄干等）→去皮筛选→洗净干燥→小火翻炒→混入糖稀→关火→翻至均匀→倒入模具→压模定型→烘干→切块。操作要点：花生、核桃、巴旦木、葡萄干等干果选取外壳无黑无烂的上等品，去皮后将干果洗净放入烘箱，在 40℃～45℃的环境中干燥 24 小时；将干果按不同质量比放入锅中小火翻炒，快速加入糖稀后关火；在模具上抹一层植物油防止切糕粘连，待糖稀与干果混合物混合均匀后倒入模具压平；将切糕压成 2～3 厘米的成品后放入烘箱干燥，在 60℃～65℃的环境中干燥 18 小时，当切糕烘干到能用手取下时即可。

“切糕王子”，真名为阿迪力·麦麦提吐热，维吾尔族人，1990 年 10 月出生于新疆喀什地区莎车县，2014 年毕业于湖南长沙理工大学，现担任湖南梦想起航电子商务有限公司董事长、法人代表。在大学求学时期，为了让大家重新认识新疆传统美食，阿迪力·麦麦提吐热和两位汉族同学合伙在网上卖切糕，因此而备受关注，被网友称为“切糕王子”。他用实际行动打破大众对“天价切糕”的偏激看法，为切糕正名。云南鲁甸地震期间，阿迪力·麦麦提吐热向灾区捐助 50 万元物资，用他满满的正能量，书写着民族团结的华丽篇章。他先后荣获 CCTV2014 年度“三农”人物奖、2014 年度“感动新疆”十大人物、2015 年“全国向上向善好青年”、首届中国“互联网+”大学生创新创业大赛金奖等荣誉称号。

切糕，这一满含西域风情的甜点，既是阿迪力·麦麦提吐热的事业，更是他的理想——让更多人了解家乡。如今，他在国家各项惠民政策的扶持和各族人民的帮助下，正借助互联网茁壮成长。在把新疆切糕销售到全世界的同时，他也在用自己的力量去帮助和感



染他人，让各民族像石榴籽一样紧紧抱在一起。一块小小的切糕，更加凝聚了各民族兄弟姐妹的信任和理解。^①

人生之所以有价值，是因为人能够自觉地、有意识地认识和改造世界，创造物质财富和精神财富，通过创造性的社会实践把人生提升到一个更高的境界。

（2）“西少爷”：把中国味道带到全世界


“肉夹馍”是古汉语“肉夹于馍”的简称，是陕西省传统特色食物之一。肉夹馍出现的时间很早，据悉可追溯至战国时期。2016年1月，肉夹馍入选陕西省第五批非物质文化遗产名录。

2014年4月，随着一篇题为《我为什么要辞职去卖肉夹馍》的帖子在微信疯传，孟兵和创业伙伴的第一家肉夹馍店“西少爷”在北京五道口开业了，当天即卖出1200个肉夹馍。以肉夹馍、油泼面等传统食品为主营，西少爷一炮而红。短短1个月，西少爷就已有近1亿元的估值投资。半年后，西少爷已经卖出100万个肉夹馍。2016年11月，西少爷获得B轮融资1260万美元，成为当年国内餐饮业最高的一笔融资。2017年6月，西少爷系统团队研发出西少爷用户反馈系统，有效地获取大量用户反馈的服务及产品数据，为品牌提供大数据支撑。

随着西少爷的飞速发展，孟兵也收获了一系列头衔——中国商业品牌创新人物、中国连锁餐饮新锐人物、中国大学生创业英雄、2017年福布斯中国“30位30岁以下精英”等。^②孟兵认为，当代

① 刘炎迅. 新疆“切糕王子”阿迪力[J]. 百姓生活, 2014(10): 14-16.

② 西安交通大学招生办. 交大毕业，辞职去卖肉夹馍，拿下融资1260万美金！[EB/OL]. (2020-08-27) [2024-09-24]. <https://baijiahao.baidu.com/s?id=1676165251789052043&wfr=spider&for=pc>.



中国企业家不应只满足于中国市场，而应该放眼全球市场。孟兵介绍西少爷名字的由来：西，代表了源自西安，朝向西方。他说，从品牌成立的那天起，他们就怀着一个国际品牌的梦想。西少爷致力于把最地道的中国味道带到全世界，透过承载着中国文化的食物去和世界对话。他介绍，早在创立之初，西少爷就确立了要建立一家中国人自己的国际品牌的企业发展目标。同时，他深刻认识到商标的重要性。2016年，孟兵就开始在全球各国注册西少爷的国际商标。2018年，拿到所有授权后解密商标并发布全球新品牌 Bingz。次年，西少爷在北美成立了子公司。2021年5月，西少爷在加拿大的首家店铺在多伦多开业。

目前，西少爷在国内的门店覆盖北京、上海、天津、沈阳、西安、太原、石家庄等城市，海外门店则主要集中在加拿大。据孟兵透露，西少爷海外店的开拓正稳步推进中，且已取得了不错的成绩。^①然而，立志做世界性快餐品牌的孟兵，内心仍然是那个母校——西安交通大学的学生：在西少爷的产品品类中，现在仍保留着一款“西食堂小豆花”，这是西安交通大学学生都熟悉的名字。

创新创业是一个思想认识问题，更是一个实践问题，没有捷径可走。创业理想的实现并非轻而易举，往往是一条条曲折之路，需要我们坚持脚踏实地、持之以恒地拼搏，勇于在继承中创新，善于在实践—认识—实践中奋斗，才能踏上通往理想彼岸的桥梁。

众所周知，当一种食品深深蕴含着某种文化和传统的风味时，

^① 新华网·看见 2023 | 西少爷的理想与现实 中式餐饮迈步走向世界 [EB/OL]. (2023-05-31) [2024-09-24]. <http://www.xinhuanet.com/food/20230531/218edfe737844a228e5ce78a0d643de8/c.html>.



它的传播力和影响力是难以估量的。“切糕王子”和他的团队、“西少爷”和他的团队，以传承美味、传播中国传统特色食品为己任，激情演绎着“小食品，大产业”的精彩创新创业故事，与祖国“大众创业、万众创新”的时代大潮同向同行，在积极传承民族食品技艺和自觉服务人民、奉献社会的实践中创造人生价值，用美好的青春书写无愧于时代的人生篇章。

2. 粮艺传承：以粮研“墨”写“粮心”

每一种文明都延续着一个国家和民族的精神血脉，既需要薪火相传、代代守护，更需要与时俱进、勇于创新。任何文化产业都需要一定的载体和表现形式，江西工业贸易职业技术学院积极深化创新创业教育改革，努力建设成为江西省“大众创业、万众创新”示范基地，充分挖掘和利用各种资源，及时升级打造学院大学生创业一条街，建设粮食文化创意产业园等大学生创业孵化示范基地，培养学生的创新精神，增强学生的创业意识，提高学生的创新创业能力，强化粮食安全意识，推进粮食安全宣传教育。

郑智文，1999年出生于江西省赣州市定南县，系江西工业贸易职业技术学院信息工程系2018级软件技术专业学生。在参观学院粮食文化创意产业园时，郑智文第一次看到用陈粮做成的画——粮食画，这一下子激起了他的兴趣。在搜索了相关资料后，他发现粮食画这一艺术形式目前还不被大多数人所熟知，结合学院本身的特色优势，一个创业计划在他的头脑里逐渐清晰。

郑智文找来了几位志同道合的伙伴，在学院教师的指导帮助下，他们深入了解了粮食画并学会了制作技艺，逐渐完善了创业思路。郑智文团队创作的作品《粮艺——中国粮食文创产业领军者》，

在 2019 年江西省“互联网+”大学生创新创业大赛中荣获金奖，在第五届中国“互联网+”大学生创新创业大赛中荣获职教赛道创意组银奖。

粮艺项目组教师通过不懈努力，多方走访和挖掘历史资料，并结合江西工业贸易职业技术学院 50 多年的粮食保鲜储藏工艺，已完整复刻了千年传统技艺中的 32 道工艺，还原具有粮食文化传承的五谷粮食作品的原型，并经过后期的技术更新和艺术创意，通过多渠道、多形式，将五谷粮食画进行传承与创新。



粮艺项目团队参加第五届中国“互联网+”大学生创新创业大赛

在宣传展示方面，粮艺项目组开始探索建立线上线下多维度的宣传渠道，通过参加粮食交易大会等活动，不断扩大粮食画的影响力，努力让五谷粮食画从小众走向大众。



三、让传承与创新成为青春飞翔的翅膀

传承与创新恰如鸟之双翼、车之两轮。创新不是空中楼阁，必须在传承中有所突破；传承不是墨守成规，必须顺应时代而有所创新。大学生是传承的排头兵，是创新的生力军，应在传承与创新的实践中奉献祖国、服务人民、实现价值，让传承与创新成为青春飞翔的翅膀。

（一）传承与创新是中华民族最深沉的民族禀赋

习近平总书记指出：“优秀传统文化是一个国家、一个民族传承和发展的根本，如果丢掉了，就割断了精神命脉。”党的十八大以来，以习近平同志为核心的党中央高度重视中华优秀传统文化的传承发展，始终从中华民族最深沉精神追求的深度看待优秀传统文化，从国家战略资源的高度继承优秀传统文化，从推动中华民族现代化进程的角度创新发展优秀传统文化。

习近平总书记强调：“要加强对中华优秀传统文化的挖掘和阐发，努力实现中华传统美德的创造性转化、创新性发展，把跨越时空、超越国度、富有永恒魅力、具有当代价值的文化精神弘扬起来，把继承优秀传统文化又弘扬时代精神、立足本国又面向世界的当代中国文化创新成果传播出去。”可见，推进中华优秀传统文化的传承与创新是时代所需。

1. 传承与创新是一种自觉的行动，“手”心相通，日复一日

中华民族是富有传承精神的民族。自觉地传承是中华文化的一项重要特征，也是中华文化连续性发展的根本条件。中华儿女重视



传承的民族禀赋成就了辉煌灿烂的农耕文明，更使得熔铸在粮食文化中的精神品质、价值追求经过岁月的洗礼后历久弥新。

粮食，在常人眼中只是田中物、桌上餐。其实，粮食里也有艺术，例如晒秋、面花、粮食画等。其中，粮食画是我国古老民间传统技艺之一。粮食画历经千年沧桑，已经作为一种独特的文化符号，列入非物质文化遗产名录。在四川省绵阳市丰谷镇粮站的老职工潘德贵眼里，五谷杂粮代表着中华 5000 年的农耕文明和民族文化。他二十年如一日，坚守着粮画艺术，只为粮艺不变的传承。他分别在 2007 年、2009 年、2011 年、2013 年参加了国际非物质文化遗产节，将粮艺介绍给全世界。为了能让粮艺完整地传承下去，潘德贵多次前去粮艺的发源地陕西，拜访了多地的文化部门、文联、文化馆和老传统艺人。虽然传承艰难，但仍然让他看到了粮艺在未来的发展希望，他也相信年轻人一定可以挑起传承粮艺的大梁。五谷粮食画这一传统民间手艺的传承，留下了中华农耕文明的记忆。

2. 传承与创新是一种特别的情怀，勤劳勇敢，年复一年

相较于指尖上的粮艺传承，种粮人骨子里吃苦耐劳、踏实肯干的精神传承则包含了更多的文化价值和情感寄托。习近平总书记在 2018 年的全国教育大会上发表重要讲话时强调，要“培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人”，特别提出“要在学生中弘扬劳动精神”。这将有利于青年学生继承和发扬中华民族勤劳勇敢、用劳动创造美好生活的美德，培养吃苦耐劳的意志品德，端正价值取向，牢固树立并深入践行社会主义核心价值观。培育青年学生的劳动精神并非一蹴而就，而需要不断地教育引导，需要久久为功的努力。种粮人在劳作过程中处处彰显出的吃苦耐劳、踏实肯



干为青年学生劳动精神的培养提供了最鲜活的范本。

一粒粒粮食的收成需要历经播种、育秧、插秧、施肥、打药、收割的全过程，种粮人需用无数的汗水浇灌和耕耘。从前种粮完全靠手工操作，特别是抢收、抢种等农忙时节，农民大多要五更起，在田地里半夜劳作十余天，才能保证早稻的正常收割和晚稻的插播及时不断档。虽然现在粮食种植的机械化水平提高了，但种粮一样不轻松。以种植水稻为例，在播种之前，农民需要提前对田地进行翻整，并灌水、施底肥。插秧后，管理也是关键。田间管理技术主要有“管水、管草、管虫”六字诀。田里什么时候灌水，什么时候放水，对稻谷生长有很大的影响，也对害虫的繁殖有很大的控制和预防作用。除草、除虫这两项工作也丝毫马虎不得，否则影响收成和产量。每年待到稻谷成熟，农民把脱粒下来的稻谷用袋子装好运回家里，颗粒归仓。然而稻谷收割并不代表粮食完全丰收了，因为刚收割的稻谷有水分，如果存放久了就会发芽，因此及时晒粮是保证粮食质量的关键。晒粮最怕遇到阵雨，每当这时候农民十分紧张，时刻盯着天气变化。颗粒归仓的粮食仍无法真正走上餐桌，还需要经过去杂、脱壳、谷壳分离、出白、抛光、灌装等工序方可获得亮晶晶的大米。

一粒粒粮食收成的背后是无数农民肩挑日月的辛勤付出。千百年来，人们在粮食的耕作实践中，逐渐总结出“土为粮之基，种为粮之本，水为粮之脉，肥为粮之力，药保粮丰产”的粮食生产技术精髓，使粮食在年复一年、春种夏耘、秋收冬藏的周而复始中，历经风霜寒暑的洗礼，领受人们的传承和呵护，追逐阳光雨露，成为天地之精华。



（二）创新是时代的要求

从“向科学进军”的号召、“科学技术是第一生产力”的论断，到“科教兴国”战略的全面部署、“建设创新型国家”战略的提出，再到实施创新驱动发展战略，中国一直在探索一条符合中国国情、适应世界发展趋势的自主创新道路。特别是党的十八大以来，中国高举自主创新旗帜，开启了建设现代科技强国的新征程。

习近平总书记在党的二十大报告中指出：“坚持创新在我国现代化建设全局中的核心地位。”我国经济总量已跃居世界第二位，社会生产力、综合国力、科技实力迈上了一个新的大台阶。同时，我国发展中不平衡、不协调、不可持续问题依然突出，人口、资源、环境压力越来越大。经济发展进入增长速度换挡期、结构调整阵痛期、前期刺激政策消化期“三期叠加”特定阶段，逐渐呈现出“新常态”特征，面临巨大压力。过去30年依靠要素和投资驱动的成功经验难以为继，必须转向依靠科技力量的创新驱动。

在世界范围内，科学技术已是推动经济社会发展的主要力量，新一轮科技革命和产业变革正孕育兴起。这为实施创新驱动发展战略提供了难得的重大机遇，与国内形势形成了“危”与“机”的历史性交汇。对此，习近平总书记指出，这一历史性交汇，“为我们实施创新驱动发展战略提供了难得的重大机遇。机会稍纵即逝，抓住了就是机遇，抓不住就是挑战。我们必须增强忧患意识，紧紧抓住和用好新一轮科技革命和产业变革的机遇，不能等待、不能观望、不能懈怠”。全面实施创新驱动发展战略，以创新为第一动力，以人才为第一资源，以改革为驱动力，发挥科技创新作用，引领经济高质量发展，加快创新型国家建设步伐。



科技是国家强盛之基，创新是民族进步之魂。重大科技创新成果是国之重器、国之利器，必须牢牢掌握在自己手上，必须依靠自力更生、自主创新。当创新成为社会的主旋律，我们在粮艺的传承中，理应顺应时代要求不断追求卓越，革故鼎新。近年来，与粮食种植、生产、加工等相关的创新成果不断涌现，与“大众创业、万众创新”相关的社会氛围遥相呼应。

步入中国农业文明发展的进程中，有一条重要的线索是不容忽视的，那就是农具的创新改良。“工欲善其事，必先利其器”，有了好的工具，做事情才能事半功倍。因此，农具成为中国农业文化的重要组成部分之一，也成了粮食文化的重要载体。从耙、耩、石碾到木制龙骨水车、风车扬糠机、第一代铁质收割机，这些农具在不断传承中有了质的转变和飞跃，有力推动了社会经济的变革和发展。

习近平总书记强调：“我国是农业大国，重农固本是安民之基、治国之要。”国家对农机购置补贴力度逐年加大，补贴范围逐年拓展，这也使农民购置农机的热情越来越高。在机械化率大幅提升的同时，“互联网+”正在悄然改变农业这个古老产业的面貌，促进农业生产精准化、智能化，为传统农业装上了“智慧大脑”。以往面朝黄土背朝天的农民，如今，在手机上动动手指，就能即时完成农业生产管理。从最原始的木制农具耒耜到镰刀、铁锹、锄头，再到收割机、旋耕机、播种机、植保无人机等现代化农业机械，看似农具变迁这个小小的侧面，正折射出农业强、农民富、农村美的新变化。党的十九大提出要实施乡村振兴战略，乡村振兴战略是关系全面建设社会主义现代化国家的全局性、历史性任务，是新时代“三农”工作总抓手。现今，科技已经成为农业不可分割的一部分，



在农业智能化已成为我国现代农业发展新方向的背景下，智慧农业正在成为乡村振兴发展的重要路径。

“一粒种子改变世界”的故事，可谓家喻户晓。该故事的主人公是“共和国勋章”获得者、世界杂交水稻之父袁隆平。“民以食为天。我是学农的，依靠农业技术提高粮食产量是我的职责所在。尤其经历了三年困难时期，我亲眼看到有人因为饥饿倒在路边、田埂边和桥底下，真是锥心般的刺痛。”这是袁隆平在2020年接受记者采访时说的一段话。正是希望百姓吃饱饭、不挨饿的初心和使命让袁隆平开启了以科技创新保障国家粮食安全的征程。

20世纪50年代，袁隆平最初从事红薯育种研究教学，但当时国家粮食非常短缺，于是他转而从事国家最需要的水稻育种。从“南优2号”到超级稻，几十年来，袁隆平坚持不断改良杂交水稻品种，成绩显著。他几乎每天都要去试验田“打卡”，观察杂交水稻的长势，对以科技创新来保障国家粮食安全的迫切愿望一如既往。除了解决“吃饱饭”，袁隆平还将更多精力放在了“吃得好”和“更健康”上。由他领衔、已实施10多年的超级杂交稻“种三产四”丰产工程从过去强调产量，向兼顾绿色优质目标转变。“创新对于任何一个国家和民族来说都很重要，对于我们这个国家来说尤其如此。”袁隆平说，“我一定会带领团队，朝着新目标，继续奋斗。”

“聪者听于无声，明者见于未形。”创新永无止境。在创新驱动发展战略的引领下，青年大学生应自觉树立敢为天下先的志向和信心，敢于担当，勇于超越，在攻坚克难中追求卓越，在改革创新中引领世界潮流，奏响创新驱动发展的“最强音”。



（三）做传承的接班人、创新的生力军

一代人有一代人的使命，一代人有一代人的长征路。当中华民族伟大复兴的接力棒传到吾辈青年手中时，作为中国梦的追梦人和圆梦者，我们要攥稳、跑快、传好，在传承中砥砺前行、开拓创新。

1. 树牢传承与创新的自觉意识

传承与创新，首先要求青年大学生自觉增强传承与创新的责任感，树立敢于突破陈规、勇于创新创造的思想观念，在实践中有直面困难的勇气，有突破难关的精神，锐意进取，奋力前行。

一是要增强传承与创新的责任感。对我们这样一个人口大国来说，农业基础地位任何时候都不能忽视和削弱，端牢中国饭碗至关重要。正因如此，粮食生产“气可鼓不可泄”，确保国家粮食安全这根弦一刻也不能放松。青年大学生应深刻认识到粮食事关国计民生，粮食安全是国家安全的重要基础，应以时不我待、只争朝夕的紧迫感投身粮艺的传承与创新的实践中，在农业大地上展示青春靓影，以创新牢牢稳住粮食安全这块压舱石。

二是要树立敢于突破陈规的意识。传承不是墨守成规，必须顺应时代创新；创新更是要有凡事都打破砂锅问到底的劲头，敢于质疑现有定论，勇于开拓新的方向。敢于大胆突破陈规甚至常规，敢于大胆探索尝试，善于观察发现、思考批判，不唯书、不唯上、只唯实，这是青年大学生在学习与实践传承与创新的重要前提。

三是要树立大胆探索未知领域的信心。创新就是要走前人没有走过的路。要创新，就要有强烈的创新自信。如果总是跟踪模仿，既谈不上创新，也没有出路。未知常常令人心生怯意，人们常常因充满未知的风险而停下探索和求新的脚步，但未知领域也往往蕴含



着发现的沃土和创新的机遇。“路漫漫其修远兮”，最需要“上下而求索”的勇气。青年大学生应当常为新、敢创造，理当锐意创新创造，不等待、不观望、不懈怠，勇做传承的接班人、创新的生力军。

2. 增强传承与创新的能力本领

传承与创新，都是站在前人积累的专业知识基础之上的。传承创新者之所以能够推陈出新，提出前人不曾提出的新思想，推出令世人敬仰叹服的新创造，一个重要的原因就在于他们具有扎实的专业知识基础。缺乏深厚的专业知识积淀，盲目追求传承与创新，往往容易流于不切实际的空想，或者是“无知者无畏”的蛮干。大学生作为传承与创新的生力军，理应夯实传承与创新基础，增强传承与创新的能力本领，从扎实系统的专业知识学习起步和入手，而不能好高骛远，空谈传承，坐论创新。

3. 争做传承与创新的先锋模范

敢为人先放飞青春梦，勇立潮头建功新时代。科技兴国的历史接力棒传到了青年人手中。青年人想要走好这一代人的长征路，要勇于投身到科技报国、创新创业的历史大潮当中，在创新创业中增长智慧才干，在艰苦奋斗中锤炼意志品质，争做传承与创新的时代新人。

近年来，以“设计创意食品·弘扬中国传统饮食文化”为主题的传统美食创意设计大赛在高校盛行，色香味俱全的创意美食盛宴既培养和提高了青年大学生的专业实践能力和创新创业意识，又弘扬了中国传统饮食文化。此外，“创青春”“互联网+”大学生创新创业大赛等比赛项目也为青年大学生提供了创新创业展示交流的平台。



青年大学生积极响应“大众创业、万众创新”的号召，努力把自己的梦想不断融入创新创业实践，历经艰辛探索，付出的努力让梦想变得触手可及；勇于创新拼搏，让梦想厚积薄发，坚信在传承与创新的道路上迎来属于自己的鲜花和掌声。

习近平总书记指出：“有多大担当才能干多大事业，尽多大责任才会有多大成就。”青年大学生应锻造传承与创新的“宽肩膀”，锤炼传承与创新的“真本领”，勇担重任，勇攀高峰，当好传承与创新的先锋模范。

我们携手扬起中国人民对美好生活向往的风帆，发动传承与创新的强大引擎，让中国这艘航船，向着世界科技强国不断前进，向着中华民族伟大复兴不断前进，向着人类更加美好的未来不断前进！

人物·故事

李振声：为祖国担当的麦田守望者^①

1931年2月，李振声出生于山东淄博一个贫困农民家庭，1951年毕业于山东农学院。半个多世纪，他孜孜以求钻研小麦育种技术，并为中国的粮食增产做出了卓越贡献，他就是“中国小麦远缘杂交之父”——李振声，中国科学院院士，遗传学家、小麦遗传育种学家。

^① 央视网. 李振声：为祖国担当的麦田守望者 [EB/OL]. (2016-10-02) [2021-06-12]. <http://news.cctv.com/2016/10/02/ARTI5Nqd3PGyYpTLvAdO7Kww161002.shtml>.



20世纪五六十年代，我国的小麦亩产还不到50千克。1956年，大面积的麦区患上小麦条锈病，仅仅在黄河流域就造成超过50亿千克的减产。培育出抗条锈病小麦新品种成为一项世界难题。

李振声刚刚从山东农学院毕业进入中科院工作，为响应国家号召，25岁的他从北京到陕西杨凌，寻找对抗小麦条锈病的办法。在陕西，李振声看到小麦因病减产，而野草没人管，却长得很好，那么能不能通过小麦与牧草杂交来培育抗病性强的小麦品种呢？为了寻找新抗源，李振声带领课题组开展了以长穗偃麦草为主的远缘杂交研究，通过20多年的努力，用经过自然选择的牧草和小麦进行杂交，育成了小偃4号、5号、6号等高产、抗病、优质小麦品种。到20世纪80年代末，李振声课题组培育的“小偃6号”在全国的种植面积已经超过了1.5亿亩，研制的小麦新品种小偃系列种植面积已超过3亿亩，使我国小麦产量增产75亿千克以上。

1987年，在西北扎根了31年的李振声再次临危受命，深入黄淮海地区，改造当地低产的盐碱地、沙荒地和涝洼地，力争提高粮食产量。

因在小麦远缘杂交和染色工程研究中的重大建树，以及为农业持续发展所做出的重大贡献，李振声获得了2006年度国家最高科学技术奖。75岁的李振声再次出发，这次的任务是使环渤海地区过去只能种些耐盐植物的盐碱地里，不仅能种上粮食，还要能丰产。

通过让普通小麦和耐盐植物杂交，李振声课题组成功培育出了耐盐小麦。截至2015年，渤海粮仓项目增加产量16.5亿千克，增加创收24亿元。2016年，已经85岁的李振声还在为渤海粮仓工程忙碌着，他们的目标是，用这片占全国1/32的粮食播种面积，



到 2020 年生产出占全国 1/10 的粮食。

在半个多世纪的科学生涯中，李振声院士毕生奉献于小麦远缘杂交遗传与育种研究，取得了令人瞩目的科学成就，同时开展了农业发展战略研究，为我国粮食安全、农业科技进步和农业可持续发展做出了杰出的贡献，培养了一大批学术带头人和科技骨干，现在仍活跃在农业科研第一线，继续为我国农业的可持续发展做贡献，是名副其实的甘为祖国担当的麦田守望者。

拓展阅读链接

1. 文章《江西 11 地市的米粉，你最想吃哪一碗？》

中国有三大米粉，湖南米粉、广西米粉和江西米粉。论名气，江西米粉不及湖南和广西，但是论味道，它却是独一无二的。外地很难吃到正宗的江西米粉，因为在江西，每一碗米粉都有自己独特的家乡味道。

吉安峡江贡粉、景德镇冷粉、萍乡炒粉、赣州薯粉、新余腌粉、宜春扎粉、抚州泡粉、鹰潭牛肉粉、九江炒粉、上饶烫粉、南昌拌粉。江西的这些米粉，你最想吃哪一碗？

（来源：百家号 / 井冈工社）

2. 文章《用镊子作笔，以粮食为墨：五谷杂粮“画”出脱贫致富路》

小米、绿豆、燕麦、芝麻、玉米……这些看似“名不见经传”的五谷杂粮，却是河北省馆陶县寿东村的致富“金饽饽”。当地村民用五谷杂粮作画，不仅打造了年逾千万元的“粮画”大产业，还

摘下了“省级贫困村”的帽子，在河北省率先跨入“中国十大最美乡村”行列。

(来源：新华网)

3. 视频“粮食遇上科技，产品创新意”

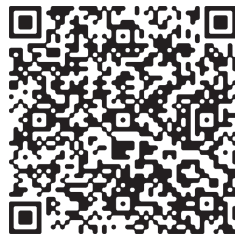
粮漆画鉴赏



《谷雨盈春》



《荷塘》



《和·合》

实践·任务

| | |
|------|---|
| 任务名称 | 寻味家乡传承美食 |
| 任务目的 | 以寻味家乡美食为载体，以发掘和了解家乡独特的美食资源和美食文化为主要内容，通过“寻、知、行、说”等活动形式，教育和引导大学生深切感悟家乡人民的勤劳与智慧，积极关注和参与家乡美食文化的传承创新，激发其孝亲敬长、热爱生活、热爱家乡的思想情怀。 |
| 任务描述 | <ol style="list-style-type: none">1. 组织学生积极开展“探寻美食，追溯家乡美食之源”专题调研。2. 组织学生认真演练“品鉴美食，感悟家乡美食之味”情缘活动。3. 引导学生努力参加“学做美食，传承家乡美食之艺”劳动体验。 |



续表

| | | | | | | | | |
|------|--|----|----|----|----|----|----|--|
| 任务实施 | <p>1. 假如你是一位美食“密探”，到某地（例如“我”的家乡）考察调研，深入搜寻当地美食，追溯美食资源和美食文化。最后，撰写一篇大约 800 字的《××美食微调查》或《××美食微探源》的文章。</p> <p>2. 假如某天需接待一位外地来的同学或宾朋，请你尽地主之谊，向其推荐品尝一道自己最喜爱的家乡传统特色食品，并现场介绍其特色之处。</p> <p>3. 假设你想做一次美食分享直播，请你录制一段介绍和推荐该食品的微视频（时长大约 3 分钟）。</p> <p>4. 请你积极争取机会，尝试跟长辈学做一道家乡传统特色食品，学习制作技艺，用手机拍摄、记录一段学做该食品的相关视频（不少于 5 分钟），并配上片头、解说文字，分享给同学们。</p> | | | | | | | |
| | 自我评价 | | | | | | 评分 | |
| | 组内互评 | 学号 | 姓名 | 评分 | 学号 | 姓名 | 评分 | |
| | | 1号 | | | 4号 | | | |
| 2号 | | | | 5号 | | | | |
| 3号 | | | | 6号 | | | | |
| 小组互评 | 组号 | 评分 | | 组号 | 评分 | | | |
| | 1组 | | | 4组 | | | | |
| | 2组 | | | 5组 | | | | |
| | 3组 | | | 6组 | | | | |
| 教师评价 | | | | | | 评分 | | |
| 成果转化 | <p>教师组织学生将实践任务中的文化素材进行再次创作，制作成“分享美食，传播家乡美食之爱”的专题小视频或展示性较强的文化艺术作品，在学院粮食文化专题展区进行分享展示。</p> | | | | | | | |



参考文献

- [1] 李建成. 中国粮食文化概说 [M]. 北京: 中国农业出版社, 2011.
- [2] 崔志远. 解字说粮: 汉字中的粮食文化 [M]. 北京: 中国轻工业出版社, 2019.
- [3] 徐正英, 常佩雨. 周礼 [M]. 北京: 中华书局, 2014.
- [4] 师高民. 中国粮食史图说 [M]. 南京: 江苏凤凰美术出版社, 2015.
- [5] 穆瑞凤, 陈池瑜. 种子的艺术生命——山东东明粮食画的工艺制作与艺术特征 [J]. 装饰, 2016 (3): 115-117.
- [6] 殷昌利. 中国传统饮食文化的继承与发展 [J]. 长江丛刊, 2016 (33): 52.
- [7] 刘居超. 浅析中华饮食 [J]. 黑龙江科技信息, 2008 (34): 220.
- [8] 林驰. 传统食品资源产业化发展的商誉保护途径探究——食文化申请非物质文化遗产保护的启示 [J]. 商业时代, 2014 (28): 26-27.
- [9] 黄鹏毅, 王婧, 林丽莹. 互联网下福建传统特色食品行业营销对策 [J]. 合作经济与科技, 2018 (18): 98-100.
- [10] 师高民. 粮食文化与社会变迁之探究 [J]. 河南工业大学学报 (社会科学版), 2014 (3): 106-110.
- [11] 王雨, 陈国刚, 毛惠娟, 等. 响应面法优化传统切糕制作工艺 [J]. 食品研究与开发, 2019, 40 (6): 149-155.



[12] 刘炎迅. 新疆“切糕王子”阿迪力[J]. 百姓生活, 2014(10): 14-16.

[13] 龙军, 袁隆平. 以科技创新保障国家粮食安全[N]. 光明日报, 2020-06-25(01).