

开启通往古代文明的大门



轻松掌握中国文化的精粹

道破世局枢机

经典珍藏 | 全新升级

涵盖千行百业之根本 浓缩数千年文化之精髓

不可不知的

中国传统

文化知识

The Complete

Workes of Chinese Culture Knowledge

毛峰 主编

BAIJIN CHANGXIAOBAN

白金畅销版

中国妇女出版社

开启通往古代文明的大门

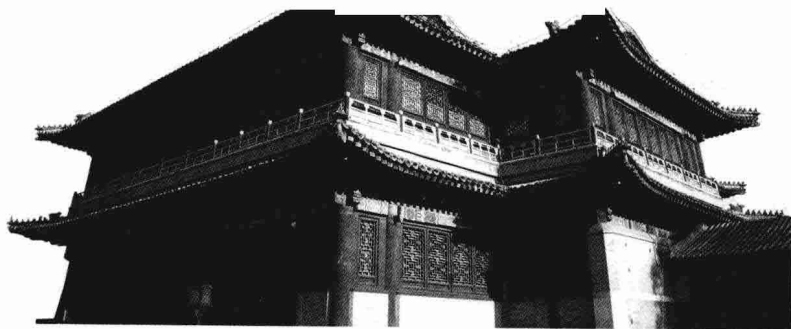


轻松掌握中国文化的精粹

不可不知的 中国传统 文化常识

Workes of Chinese Culture Knowledge

毛峰 主编



中国妇女出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

不可不知的中国传统文化常识/毛峰主编. —北京: 中国妇女出版社, 2010.6

ISBN 978-7-5127-0003-1

I. ①不… II. ①毛… III. ①传统文化—中国—通俗读物
IV. ①G12-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第 062383 号

不可不知的中国传统文化常识

作 者: 毛 峰 主 编

责任编辑: 姜 喆

责任印制: 王卫东

出版发行: 中国妇女出版社

地 址: 北京东城区史家胡同甲 24 号 邮政编码: 100010

电 话: (010) 65133160 (发行部) (010) 65133161 (邮购)

网 址: www.womenbooks.com.cn

经 销: 各地新华书店

印 刷: 北京忠信诚胶印厂

开 本: 170×240 1/16

印 张: 24

字 数: 520 千字

版 次: 2010 年 7 月第 1 版

印 次: 2010 年 7 月第 1 次

书 号: ISBN 978-7-5127-0003-1

定 价: 39.80 元

版权所有 侵权必究 (如有印装错误, 请与发行部联系)

什么是中国传统文化

毛 峰

有关中国传统文化的典籍文献浩如烟海，如何择本执要、提纲挈领地予以把握、体味，殊非易事。就学问言，清末名臣张之洞被时论许为“学有本源，器成远大”一语最贴切：经学犹一树之本，本固则枝荣；史学如一江之源，源远则流长。经者四书五经，民族根本，学不究本，必散漫无章；史则《尚书》、《春秋》、《史记》、《贞观政要》、《资治通鉴》直至柳诒徵《中国文化史》、钱穆《国史新论》等巨著伟构，道破世局枢机，人不探源，必徒增惑乱。子、集之学仅妙为发挥而已。

就事功言，一副流传千古的对联最传神：“一等人忠臣孝子，两件事读书耕田。”活画出古典中国之秩序井然、绵延不尽之堂奥。而事功之展开，一为《尚书》所云“敬授农时”等语，盖饮食、服饰、工艺器物、山川地理、建筑交通、天文历算、民间风俗等，均围绕农业国本而展开，遂造就中国人朴实平易之自然观、人生观以及人与大自然相依为命、诗意合一之宇宙观；另一为《日知录》所言“风俗养出人才，人才造成学问，学问主持社会”等语，如此，礼制、学制、官制之次第展开，正说明古典中国“大社会、小政府”之社会运行规律，与西方近代民族国家一切权力逐步集中于中央政府的趋势正南辕北辙、不可同日而语。

然而，西方势力席卷全球，古典中国首当其冲，5000年文明几乎被毁于一旦，真惨绝人寰之一事！以西方尺度衡量，中国似乎一无是处；然“劫尽变穷”，中国传统文化之复兴，正以不可阻挡之声势，唤起国人的巨大热情。

但细加甄辨，却发觉这一“复兴”含有诸多危险的杂质：中国传统文化之理

想境界，当在西周礼乐文明之成熟，周礼之核心，乃在于：上至天子，下至庶民，必须自觉接受“礼”之规制，即自动克制人的本能贪欲，使全社会处于“和”的状态，而使这一和谐状态得以有效维持的根本保障，恰在于天子、诸侯、贵族、士等社会上层的奉公守礼，因为这些阶层掌握了全社会主要的资源，而卑微平民，即使是侵越礼制，亦不会造成多少社会混乱。

故此孔子答颜回问仁曰：“克己复礼为仁。一日克己复礼，天下归仁焉。”孔子之答，非如宋儒所解“仅为修身之事”，其真义乃在“天下归仁”之政治根本，此条与孔子答季康子问政一句正相互阐发：“政者，正也。子帅以正，孰敢不正？”礼乐仁义之本、天下家国之道，恰在于有效维持公平正义之社会制度、政治制度与法律制度。而时下种种借儒家、道家学说以阐发“安贫乐道”之犬儒哲学者，与这一中国传统文化之精髓，真如冰炭水火之难容！

杜甫诗云：“寂寂春将晚，欣欣物自私。”万物何时懂得了道（宇宙秩序、自然秩序）与德（社会秩序、人生秩序）之相互配合，万物何时也就欣然获得自爱之情，进而与宇宙之大化、自然之运行和谐统一了。这种境界，只有当春深无限、一切烦嚣终归寂然之时，才会出现；那古典中国之清澈旋律，才会蓦然奏响吧！

李辉、杨朗、王兴佳、杨乐、廖明山、朱鸿斌、韩雪松、符强、李双参与了本书的编写，在此表示感谢。

2007年6月25日

目 录

Contents

第一篇 礼制

1. 礼 / 002
2. 孝 / 002
3. 忠 / 002
4. 仁 / 003
5. 义 / 003
6. 五礼 / 003
7. 九拜 / 004
8. 作揖 / 004
9. 唱喏 / 004
10. 叉手 / 005
11. 左右尊卑 / 005
12. 授受不亲 / 005
13. 吃饭的禁忌 / 005
14. 古代的坐相 / 006
15. 古代的成人礼 / 006
16. 为什么叫做“婚” / 006
17. 古代结婚的过程 / 007
18. 闹洞房 / 007
19. 交杯酒 / 007
20. 盖头 / 008
21. 上门女婿 / 008
22. 三从四德 / 008
23. 七出——古代的休妻条例 / 009
24. 愚昧的冥婚 / 009
25. 居丧之礼 / 009
26. 丁忧 / 010
27. 古代对于“死”的不同称呼 / 010
28. 古代的棺槨形制 / 010
29. 汉人的土葬传统 / 011
30. 墓碑的来历 / 011
31. 招魂仪式 / 011
32. 牌位 / 012
33. 明器 / 012
34. 坟 / 012
35. 陵 / 013
36. 祭与祀 / 013
37. 泰山封禅 / 013
38. 祭祀日神 / 014
39. 祭祀雨神 / 014
40. 祭祀河神 / 014
41. 腊八 / 015
42. 告朔饩羊 / 015
43. 奠祭和祭奠 / 015
44. 鬼 / 015
45. 四象 / 016
46. 灶神 / 016
47. 明堂 / 016
48. 越俎代庖 / 016
49. 卜和筮 / 017
50. 殷商的甲骨占卜 / 017
51. 龟的崇拜 / 017
52. 巫师 / 017
53. 亲与戚 / 018



- 54. 伯仲叔季 / 018
- 55. 六亲 / 018
- 56. 三纲五常 / 018
- 57. 大宗小宗 / 019
- 58. 昭穆 / 019
- 59. 冥镗 / 019
- 60. 结义 / 020
- 61. 指腹为婚 / 020
- 62. 守岁 / 020

第二篇 学制

- 1. 察举 / 022
- 2. 征辟 / 022
- 3. 孝廉 / 022
- 4. 贤良方正 / 022
- 5. 九品中正制 / 022
- 6. 科举制 / 023
- 7. 院试 / 023
- 8. 童生试 / 023
- 9. 乡试 / 024
- 10. 会试 / 024
- 11. 殿试 / 024
- 12. 朝考 / 024
- 13. 中国历代的学位 / 025
- 14. 状元 / 025
- 15. 榜眼、探花 / 025
- 16. 进士 / 025
- 17. 举人 / 026
- 18. 秀才 / 026
- 19. “连中三元” / 026
- 20. “独占鳌头” / 026
- 21. “蟾宫折桂” / 026
- 22. 金榜 / 027
- 23. 科举四宴 / 027
- 24. “公车” / 027
- 25. 武科 / 027
- 26. 门生 / 028

- 27. 萌生 / 028
- 28. 监生 / 028
- 29. 贡生 / 028
- 30. 同年 / 028
- 31. 博士 / 028
- 32. 硕士 / 029
- 33. 学士 / 029
- 34. 留学生 / 029
- 35. 帖经、帖括 / 029
- 36. 试帖诗 / 029
- 37. 明经 / 029
- 38. 八股文 / 030
- 39. 翻译科 / 030
- 40. 枪替 / 030
- 41. 师范 / 030
- 42. 古代对老师的各种称呼 / 031
- 43. 桃李满天下 / 031
- 44. 太学 / 032
- 45. 国子监 / 032
- 46. 杏坛 / 033
- 47. 木铎 / 033
- 48. 稷下学宫 / 033
- 49. 鸿都门学 / 034
- 50. 太医署 / 034
- 51. 书院 / 034
- 52. 白鹿洞书院 / 035
- 53. 岳麓书院 / 035
- 54. 石鼓书院 / 035
- 55. 应天府书院 / 035
- 56. 东林书院 / 035
- 57. 同文馆 / 036
- 58. 通儒院 / 036
- 59. 京师大学堂 / 036
- 60. 私塾 / 037
- 61. 《三字经》 / 037
- 62. 《百家姓》 / 038
- 63. 《千字文》 / 038
- 64. 幼儿园的起源 / 038

- 65. 胎教 / 038
- 66. 六艺 / 039
- 67. 格物致知 / 039
- 68. 《弟子职》 / 039
- 69. 有教无类 / 040
- 70. 因材施教 / 040
- 71. 民间各业崇拜的祖师 / 040

第三篇 官制

- 1. 官 / 042
- 2. 僚 / 042
- 3. 吏 / 042
- 4. 太师、太傅与太保 / 042
- 5. 司马、司徒、司空 / 042
- 6. 商鞅的官制改革 / 043
- 7. 士 / 043
- 8. 家臣 / 043
- 9. 门客 / 044
- 10. 《周官》的政治地位 / 044
- 11. 相、丞相、宰相 / 045
- 12. 太尉 / 045
- 13. 御史大夫 / 046
- 14. 十三曹 / 046
- 15. 郎官郎吏 / 046
- 16. 三公九卿 / 046
- 17. 将军 / 047
- 18. 汉朝几次官制变化 / 047
- 19. 尚书 / 048
- 20. 卖官制 / 048
- 21. 侍中 / 048
- 22. 北周的官制改革 / 048
- 23. 隋代的官制改革 / 049
- 24. 秘书省 / 049
- 25. 什么是“清官” / 050
- 26. 尚书省 / 050
- 27. 门下省 / 050
- 28. 中书省 / 051
- 29. 三省的配合与制约 / 051
- 30. 六部 / 051
- 31. 宋代的宰执 / 052
- 32. 枢密院 / 052
- 33. 计相 / 052
- 34. 翰林学士 / 052
- 35. 宋代的谏官与政治失控 / 053
- 36. 大学士 / 054
- 37. 张居正的政治功过 / 054
- 38. 东西二厂 / 054
- 39. 锦衣卫 / 054
- 40. 八旗制度 / 055
- 41. 三殿三阁大学士 / 055
- 42. 军机处 / 055
- 43. 南书房 / 056
- 44. 理藩院 / 056
- 45. 总理衙门 / 056
- 46. 我国首任驻外大使 / 056
- 47. 绿营兵 / 057
- 48. 新军 / 057
- 49. 钦差大臣 / 057
- 50. 县的来历 / 058
- 51. 郡县制 / 058
- 52. 刺史 / 058
- 53. 酷吏与循吏 / 059
- 54. 三辅 / 059
- 55. 南北朝的侨郡县 / 059
- 56. 都护府 / 060
- 57. 节度使 / 060
- 58. 宋代的路、州、府 / 060
- 59. 镇的意义 / 060
- 60. 行中书省 / 061
- 61. 达鲁花赤 / 061
- 62. 明代三司 / 061
- 63. 总督和巡抚 / 062
- 64. 道员 / 062
- 65. 绍兴师爷 / 062
- 66. 南、北洋大臣 / 062





67. 宦官之害 / 063

68. 明清胥吏 / 063

第四篇 学术典籍

一、经部

1. “十三经” / 066

2. 《周易》 / 066

3. 《尚书》 / 067

4. 《诗经》 / 068

5. 《周礼》 / 069

6. 《仪礼》 / 069

7. 《礼记》 / 070

8. 《左传》 / 070

9. 《公羊传》 / 071

10. 《穀梁传》 / 072

11. 《论语》 / 072

12. 《孟子》 / 073

13. 《尔雅》 / 073

14. 《孝经》 / 074

15. “四书” / 074

16. 《大学》 / 075

17. 《中庸》 / 085

二、史部

1. 《尚书》 / 077

2. 《春秋》与编年体 / 077

3. 《左传》 / 078

4. 《国语》 / 078

5. 《战国策》 / 078

6. 《史记》 / 079

7. 《汉书》 / 079

8. “二十四史” / 080

9. 《资治通鉴》 / 081

10. 《通鉴纪事本末》与纪事本末体 / 081

11. “十通” / 082

12. 《会要》《唐会要》《五代会要》

等与会要 / 082

13. 《宋元学案》《明儒学案》等与学术史 / 082

14. 《水经注》《西域水道记》《庐山记》等与古代的地理、方志书 / 083

15. 《廿二史札记》和《廿二史考异》 / 083

16. 《封氏闻见记》《梦溪笔谈》等与历史笔记 / 083

17. 《明实录》《清实录》等与实录、起居注 / 084

三、子部

(一) 儒家

1. 《荀子》 / 085

2. 《颜氏家训》 / 085

3. 《二程集》 / 086

4. 《朱子语类》 / 086

5. 《象山全集》 / 087

6. 《传习录》 / 087

(二) 道家

1. 《老子》 / 088

2. 《庄子》 / 089

3. 《列子》 / 089

4. 《淮南子》 / 090

5. 《抱朴子》 / 090

(三) 法家、兵家、纵横家

1. 《商君书》 / 090

2. 《管子》 / 091

3. 《韩非子》 / 091

4. 《孙子兵法》 / 092

5. 《孙臬兵法》 / 092

6. 《司马法》 / 092

7. 《鬼谷子》 / 093



(四) 墨家、名家

1. 《墨子》 / 093
2. 《公孙龙子》 / 094

四、文学

1. 《诗经》 / 095
2. 《楚辞》 / 095
3. 《子虚赋》《上林赋》《两都赋》
等与汉赋 / 096
4. 《乐府诗集》 / 096
5. 《古诗十九首》 / 097
6. 《陶渊明集》 / 097
7. 《昭明文选》 / 097
8. 《世说新语》 / 098
9. 《文心雕龙》 / 098
10. 《搜神记》 / 099
11. 《玉台新咏》 / 099
12. 《辋川集》 / 099
13. 《燕歌行》与《白雪歌送武判官归
京》 / 100
14. 《蜀道难》 / 100
15. 《秋兴八首》 / 101
16. 《原道》 / 102
17. 《长恨歌》 / 102
18. 《无题》 / 102
19. 《花间集》 / 102
20. 《全唐诗》 / 102
21. 《醉翁亭记》 / 103
22. 《赤壁赋》 / 103
23. 《破阵子·为陈同甫赋壮词以寄
之》 / 104
24. 《西厢记》 / 104
25. 《三国演义》 / 104
26. 《水浒传》 / 105
27. 《西游记》 / 105
28. 《金瓶梅》 / 105
29. 三言二拍 / 106
30. 《长生殿》《桃花扇》 / 107

31. 《红楼梦》 / 107
32. 《聊斋志异》 / 108
33. 《儒林外史》 / 109
34. 《古文辞类纂》 / 109
35. 《饮水词》 / 110

五、医家

1. 《黄帝内经》 / 111
2. 《神农本草经》 / 111
3. 《伤寒杂病论》 / 112
4. 《金匱要略》 / 112
5. 《千金要方》 / 112
6. 《本草纲目》 / 113

六、农家

1. 《农书》 / 114
2. 《农政全书》 / 114

七、科技

1. 《周髀算经》 / 116
2. 《九章算术》 / 116
3. 《梦溪笔谈》 / 117
4. 《天工开物》 / 117

八、类书、丛书

1. 《艺文类聚》 / 118
2. 宋代四大类书 / 118
3. 《永乐大典》 / 119
4. 《古今图书集成》 / 120
5. 《四库全书》 / 120

九、佛藏、道藏

1. 三藏 / 122
2. 汉文大藏经 / 122
3. 藏文大藏经 / 123
4. 《金刚经》 / 123
5. 《心经》 / 123
6. 《法华经》 / 123



7. 《华严经》 / 124
8. 《楞伽经》 / 124
9. 《六祖坛经》 / 124
10. 《大乘起信论》 / 125
11. 《弘明集》 / 125
12. 《高僧传》 / 125
13. 《成唯识论》 / 125
14. 禅宗语录 / 126
15. 《法苑珠林》 / 126
16. 《五灯会元》 / 126
17. 《大唐西域记》 / 126
18. 《道德经》 / 127
19. 《太平经》 / 127
20. 《黄庭经》 / 127
21. 《阴符经》 / 128
22. 《云笈七签》 / 128
23. 《道藏目录详注》 / 128

第五篇 文化名人

006

1. 黄帝、炎帝 / 130
2. 仓颉 / 130
3. 尧 / 130
4. 舜 / 131
5. 大禹 / 131
6. 周公 / 132
7. 老子 / 132
8. 孔子 / 132
9. 颜回 / 133
10. 曾子 / 133
11. 子夏 / 134
12. 子思 / 134
13. 范蠡 / 134
14. 鲁班 / 134
15. 墨子 / 135
16. 孟子 / 135
17. 荀子 / 135
18. 庄子 / 136
19. 屈原 / 136
20. 韩非 / 137
21. 李斯 / 137
22. 秦始皇 / 137
23. 荆轲 / 137
24. 陆贾 / 138
25. 贾谊 / 138
26. 晁错 / 138
27. 司马相如 / 139
28. 董仲舒 / 139
29. 汉武帝 / 139
30. 张骞、班超 / 140
31. 司马迁 / 140
32. 蔡伦 / 141
33. 刘歆 / 141
34. 班固 / 141
35. 张衡 / 142
36. 蔡邕、蔡文姬 / 142
37. 曹操、曹植、曹丕 / 142
38. 建安七子 / 143
39. 诸葛亮 / 143
40. 竹林七贤 / 143
41. 王弼 / 144
42. 潘岳 / 144
43. 陆机 / 144
44. 谢安 / 145
45. 陶渊明 / 145
46. 谢灵运 / 145
47. 江淹 / 146
48. 刘勰 / 146
49. 贾思勰 / 146
50. 萧统 / 147
51. 隋炀帝 / 147
52. 古代四大美女 / 147
53. 玄奘 / 148
54. 初唐四杰：王勃、杨炯、卢照邻、骆宾王 / 148
55. 文成公主、松赞干布 / 149

56. 鉴真 / 149
 57. 李白 / 149
 58. 杜甫 / 150
 59. 王维 / 150
 60. 白居易 / 151
 61. 韩愈 / 151
 62. 柳宗元 / 151
 63. 杜牧 / 152
 64. 李商隐 / 152
 65. 李煜 / 152
 66. 柳永 / 153
 67. 范仲淹 / 153
 68. 欧阳修 / 153
 69. 周敦颐 / 153
 70. 苏轼 / 154
 71. 陆游 / 154
 72. 程颢、程颐 / 154
 73. 朱熹 / 155
 74. 王安石 / 155
 75. 司马光 / 155
 76. 李清照 / 156
 77. 辛弃疾 / 156
 78. 毕昇 / 156
 79. 关汉卿 / 157
 80. 马致远 / 157
 81. 吴澄 / 157
 82. 郑和 / 158
 83. 李贽 / 158
 84. 四大才子：唐寅、祝允明、文征明、徐祯卿 / 158
 85. 施耐庵、吴承恩、罗贯中 / 158
 86. 东林党与杨涟、顾宪成 / 159
 87. 王阳明 / 159
 88. 王夫之 / 159
 89. 顾炎武 / 160
 90. 黄宗羲 / 160
 91. 蒲松龄 / 160
 92. 郑板桥 / 161
 93. 袁枚 / 161
 94. 曹雪芹 / 161
 95. 纪晓岚 / 162
 96. 曾国藩、张之洞 / 162
 97. 林则徐、魏源 / 162
 98. 康有为、梁启超 / 163
 99. 严复 / 163
 100. 龚自珍、黄遵宪 / 164
 101. 王国维 / 164
 102. 黄节 / 164
 103. 鲁迅 / 165
 104. 陈独秀、胡适 / 165
 105. 蔡元培 / 165
 106. 詹天佑 / 166
 107. 马寅初 / 166
 108. 熊十力、马一浮 / 166
 109. 陈寅恪、吴宓、柳诒徵 / 167
 110. 钱穆、辜鸿铭、章太炎 / 168
 111. 梁济、梁漱溟 / 168
- ## 第六篇 国粹
- ### 一、国乐
- #### (一) 乐器
1. 古琴 / 170
 2. 编钟 / 170
 3. 磬 / 171
 4. 箜篌 / 171
 5. 古筝 / 171
 6. 琵琶 / 171
 7. 笛子 / 172
 8. 洞箫 / 172
 9. 二胡 / 172
 10. 葫芦丝 / 173
- #### (二) 名曲
1. 《高山流水》 / 173
 2. 《梅花三弄》 / 173





3. 《夕阳箫鼓》 / 174
4. 《汉宫秋月》 / 174
5. 《阳春白雪》 / 174
6. 《渔樵问答》 / 175
7. 《胡笳十八拍》 / 175
8. 《广陵散》 / 175
9. 《平沙落雁》 / 176
10. 《十面埋伏》 / 176

(三) 乐舞

1. 六乐 / 176
2. 五音 / 176
3. 八音 / 176
4. 巫舞 / 177
5. 六代舞 / 177
6. 盘鼓舞 / 177
7. 唐朝三大舞——《秦王破阵乐》
《攻成庆善乐》《上元乐》 / 177
8. 霓裳羽衣舞 / 178
9. 胡旋舞 / 178
10. 踏歌 / 178
11. 秧歌 / 178
12. 狮子舞 / 179
13. 龙舞 / 179
14. 孔雀舞 / 179

二、棋道

(一) 围棋

1. 段位 / 180
2. 定式 / 181
3. 布局 / 181
4. 先手 / 181
5. 做眼 / 181
6. 官子 / 181
7. 劫 / 181
8. 天元 / 182
9. 当湖十局 / 182

(二) 中国象棋

1. 楚河汉界 / 183
2. 九宫 / 183
3. 将军 / 183
4. 动子 / 183

(三) 五子棋

1. 禁手 / 183
2. 三手交换 / 183
3. 五手两打 / 183

三、书法

(一) 书体

1. 甲骨文 / 184
2. 金文 / 184
3. 篆书 / 185
4. 隶书 / 185
5. 草书 / 185
6. 楷书 / 186
7. 行书 / 186

(二) 著名书法家

1. 钟繇 / 186
2. 王羲之 / 186
3. 欧阳询 / 187
4. 张旭 / 187
5. 怀素 / 187
6. 颜真卿 / 187
7. 柳公权 / 188
8. 黄庭坚 / 188
9. 米芾 / 188
10. 赵孟頫 / 189

四、绘画

(一) 绘画的种类与技法

1. 中国画 / 190
2. 写意 / 190
3. 工笔 / 190



(二) 著名画家

1. 顾恺之 / 191
2. 阎立本 / 191
3. 吴道子 / 191
4. 宋徽宗 / 192
5. 张择端 / 192
6. 唐寅 / 192
7. 八大山人 / 193
8. 石涛 / 193
9. 扬州八怪 / 193

(三) 著名作品

1. 《洛神赋图》 / 194
2. 《历代帝王图》 / 194
3. 《清明上河图》 / 194
4. 《溪山行旅图》 / 195
5. 《千里江山图》 / 195

五、戏曲**(一) 古代戏曲**

1. 宋元南戏 / 197
2. 元代杂剧 / 197
3. 明清传奇 / 198
4. 清代花部 / 198
5. 四大名剧 / 198

(二) 剧种

1. 京剧 / 199
 - ①徽班进京 / 199
 - ②生、旦、净、末、丑 / 199
 - ③唱念做打 / 199
 - ④西皮、二黄 / 200
 - ⑤脸谱 / 200
 - ⑥京剧伴奏乐队 / 200
 - ⑦同光十三绝 / 200
 - ⑧四大名旦——梅程尚荀 / 201
 - ⑨四大须生 / 201

2. 评剧 / 203
3. 豫剧 / 203
4. 越剧 / 204
5. 昆曲 / 204
6. 黄梅戏 / 204
7. 秦腔 / 205
8. 粤剧 / 205
9. 川剧 / 205
10. 河北梆子 / 205
11. 花鼓戏 / 206
12. 木偶戏 / 206
13. 皮影戏 / 206

六、曲艺及其他

1. 相声 / 207
2. 评书 / 208
3. 评弹 / 208
4. 京韵大鼓 / 208
5. 快板 / 209
6. 双簧 / 209
7. 二人转 / 209
8. 太平歌词 / 209
9. 高跷 / 210
10. 口技 / 210
11. 拉洋片 / 210

七、中医

1. 四诊法 / 211
2. 针灸 / 211
3. 推拿 / 212
4. 刮痧 / 212
5. 拔火罐 / 212
6. 药膳 / 212
7. 经脉 / 213
8. 穴位 / 213
9. 方剂 / 213
10. 太极图 / 213
11. 十大名医 / 214



八、武术

1. 少林武功 / 215
2. 武当武功 / 215
3. 峨眉武功 / 216
4. 南拳 / 216
5. 太极拳 / 216
6. 八卦掌 / 217
7. 形意拳 / 217
8. 气功 / 217
9. 散打 / 217
10. 十八般武艺 / 218

第七篇 地理

一、山脉、山峰

1. 阿尔泰山脉 / 220
2. 天山山脉 / 220
3. 昆仑山脉 / 220
4. 祁连山脉 / 221
5. 冈底斯山脉 / 221
6. 喜马拉雅山脉 / 221
7. 横断山脉 / 222
8. 秦岭山脉 / 222
9. 太行山脉 / 223
10. 大兴安岭 / 223
11. 武夷山脉 / 223
12. 玉山 / 223
13. 五岳：泰山、华山、衡山、恒山、嵩山 / 224
14. 道教名山：武当山、青城山 / 224
15. 佛教名山：五台山、峨眉山、九华山、普陀山 / 225
16. 庐山 / 226
17. 井冈山 / 226
18. 三清山 / 226
19. 黄山 / 226

二、河流、湖泊

1. 长江 / 228
2. 黄河 / 228
3. 淮河 / 229
4. 渭水 / 229
5. 黑龙江 / 229
6. 松花江 / 230
7. 雅鲁藏布江 / 230
8. 珠江 / 230
9. 鄱阳湖 / 230
10. 洞庭湖 / 231
11. 太湖 / 231
12. 青海湖 / 231
13. 滇池 / 231
14. 杭州西湖 / 232
15. 扬州瘦西湖 / 232
16. 日月潭 / 232

三、中华区划

1. 九州名称的来历 / 233
2. 地区的划分 / 233

四、中华都城

1. 西安 / 235
2. 洛阳 / 235
3. 北京 / 235
4. 南京 / 236
5. 杭州 / 236
6. 开封 / 236
7. 咸阳 / 236
8. 商丘 / 237

五、中华建筑

1. 《考工记》 / 238
2. 阿房宫 / 238
3. 咸阳宫（信宫） / 238
4. 汉三宫：长乐宫、未央宫、建章宫 / 239



5. 大明宫 / 239
6. 布达拉宫 / 239
7. 苏州园林 / 240
8. 汉长安城 / 240
9. 唐长安城 / 240
10. 明紫禁城 / 240
11. 承德离宫（避暑山庄） / 241
12. 颐和园 / 241
13. 沈阳故宫 / 241
14. 雍和宫 / 242
15. 圆明园 / 242
16. 上林苑 / 242
17. 狮子林 / 242
18. 畅春园 / 243
19. 恭王府 / 243
20. 福建土楼 / 243
21. 北京四合院 / 244
22. 上海弄堂 / 244
23. 安徽民居 / 244
24. 窑洞式民居 / 244
25. 四川传统民居 / 245
26. 傣家竹楼 / 245
27. 土家族吊脚楼 / 245
28. 纳西族碉楼 / 246
29. 畲族传统民居 / 246
30. 毡房和帐房 / 246
31. 藏族民居 / 246
32. 维吾尔族民居 / 247

六、中华交通

1. 丝绸之路 / 248
2. 中国古代四大名桥 / 248
3. 京杭大运河 / 249
4. 秦之驰道 / 249
5. 驿站 / 249
6. 茶马古道 / 249
7. 漕运 / 250

七、中华地理之最

1. 中国地理的世界之最 / 251
2. 长城“八大雄关” / 251
3. “天下第一”的称谓 / 252
4. 中国的四大高原 / 252
5. 中国四大名亭 / 252
6. 中国六大古都 / 252
7. 中国的“怪泉” / 253
8. 中国七大“天下第一泉” / 253
9. 中国著名石窟 / 254
10. “三国”地名今何在 / 254

第八篇 民俗

一、天文历法

1. 日、气、朔——历法三要素 / 256
2. 计时 / 256
3. 干支 / 257
4. 夏小正 / 257
5. 太初历 / 257
6. 《大衍历》 / 258
7. 斗建 / 258
8. 朔望 / 258
9. 四时 / 259
10. 上元积年 / 259
11. 岁星纪年 / 259
12. 二十四节气 / 259
13. 农历月份别称 / 260
14. 十二时辰 / 260
15. 十二生肖 / 260
16. 二十八宿和三垣 / 261
17. 四象 / 261
18. 黄道吉日 / 261
19. 黄历 / 262
20. 藏历 / 262
21. 周易与历法 / 262



二、华夏图腾与符号

1. 龙 / 263
2. 凤凰 / 263
3. 麒麟 / 264
4. 饕餮 / 264
5. 蟾蜍 / 265
6. 鱼 / 265
7. 鹿 / 265
8. 鹤 / 266
9. 龟 / 266
10. 鸳鸯 / 266
11. 喜鹊 / 267
12. 蝙蝠 / 267
13. 岁寒三友 / 267
14. 盘古 / 268
15. 女娲 / 268
16. 伏羲 / 268
17. 祝融 / 269
18. 河伯 / 269
19. 后羿 / 269
20. 城隍 / 270
21. 灶君 / 270
22. 鼎 / 270
23. 钟 / 271

三、修道与净化

1. 养生 / 272
2. 炼丹 / 272
3. 阴阳相谐 / 273
4. 打坐 / 273
5. 转经与朝圣 / 273

四、婚丧

1. 同心结 / 275
2. 三书六礼 / 275
3. 定情信物 / 276
4. 媒人 / 276
5. 月老与牵红线 / 276

6. 婚礼 / 276
7. 贴“囍” / 277
8. 拜天地 / 277
9. 合卺 / 278
10. 贞节 / 278
11. 送终 / 279
12. 祭文 / 279
13. 丧事衣着 / 279
14. 入殓礼俗 / 280
15. 出殡礼俗 / 280
16. 纸钱 / 280
17. 做七 / 280
18. 居丧 / 281
19. 天葬 / 281

五、民间生活

1. 年龄的别称 / 282
2. 亲属礼仪称谓 / 282
3. 社交礼仪称谓 / 283
4. 筷子与用饭礼俗 / 283
5. 起居礼貌 / 283
6. 走亲戚 / 283
7. 送礼 / 284
8. 乔迁 / 284
9. 生子 / 284
10. 送别 / 285
11. 家居 / 285
12. 姓氏与门第 / 285
13. 三教九流 / 286

六、占卜与神秘文化

1. 玉皇大帝与太上老君 / 287
2. 八仙 / 287
3. 玄学 / 288
4. 符咒 / 288
5. 巫蛊 / 288
6. 占星法 / 288
7. 八字 / 289