

一本脉络清晰、简洁易懂的案头常备书，一本了解中国历史和传统文化的绝佳读本。

一口气 读懂

A VERY
SHOT HISTORY OF
CHINA

中国史

康瑞锋 / 编著

以史为鉴可以知兴替。

我们追古思今，为怀念那些伟大的古人，
记住那些默默无闻为人类进步作出贡献的古人，
也是为了激励自己，从历史中寻找前进的力量！

北雁南飞，
秋叶纷落，
那是一个更替，
一个兴亡。



民主与建设出版社

康瑞锋 / 编著

一口气读中国史

中国史

A VERY
SHORT HISTORY OF
CHINA

民主与建设出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

一口气读懂中国史/康瑞锋编著. —北京: 民主
与建设出版社, 2010. 6

ISBN 978 - 7 - 80112 - 984 - 0

I. ①一… II. ①康… III. ①中国 - 历史 - 通俗读物
IV. ①K209

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 102792 号

©民主与建设出版社, 2010

责任编辑 程 旭

封面设计 王 超

出版发行 民主与建设出版社

电 话 (010) 85698040 85698062

社 址 北京市朝阳区朝外大街吉祥里 208 号

邮 编 100020

印 刷 香河县宏润印刷有限公司

成品尺寸 170mm × 240mm

印 张 19

字 数 250 千字

版 次 2010 年 8 月第 1 版 2010 年 8 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978 - 7 - 80112 - 984 - 0/G · 434

定 价 30.00 元

注: 如有印、装质量问题, 请与出版社联系。

前 言

中华民族历史悠久，源远流长，博大精深，给人们留下了几千年的回忆。在这几千年中，中华儿女创造的奇迹犹如夏夜繁星，数不胜数，向世人展示了东方智慧的无穷魅力。这些丰厚的文化遗产不仅是炎黄子孙的骄傲，也是我们中华民族得以凝聚并且繁衍不息的源泉。每当我们回忆历史，都会从中发现许多可贵的知识点和智慧点。历史虽然成为了过去，但这些宝贵的财富会一直刻在我们的脑海，引起我们深深的思考，使我们有所领悟。

在中国这个有着深厚人文传统的国度，历史向来为人们所重视。人们重视读史、学史，以能否博古通今、见解独到作为衡量一个人是否具有才华和修养的重要尺度。不仅如此，我国历朝历代也都非常重视修史，历史学家们以各种形式编撰出版历史文献，使中国的史籍浩如烟海，五千年的文明得以延绵不绝。但是，从我们现代人的角度来看，这些古老的史籍大多文字艰涩，篇幅冗长，使人们在阅读时很难以轻松的心情和方式获取历史知识。

针对这些情况，我们编写了《一口气读懂中国史》一书。本书从浩瀚的历史长河中精心选取了对中国历史进程产生最深远影响的 190 多个重要问题，按时间顺序以点连线。同时，我们力求语言简洁生动，将浩繁的中国历史深入浅出地展现在读者面前，使各个阶层的读者都能够以轻松愉悦的方式最大限度地获取历史知识。除此之外，我们还选取了相关的历史图片，使事件更加立体，内容更加丰富，让读者真实感受到历史演进的全过程。本书融科学性、知识性、趣味性、观赏性为一体，不仅是学生的补充读物，也是各阶层读者全面系统了解中国历史的优良读本。

编 者

目录

第一章 文明曙光——远古传说

早在距今大约 170 万年前,中国这块古老的土地上就已经出现了早期人类进化的痕迹。在此后的 170 万年的时间里,丰富多彩的石器文明遗迹和许许多多生动有趣的神话传说共同勾画出夏王朝以前中国先民的文明进化进程。

- 第一节 盘古开天地 / 3
- 第二节 女娲造人补天 / 4
- 第三节 华夏足迹 / 5
- 第四节 氏族社会 / 7
- 第五节 黄帝战蚩尤 / 8
- 第六节 神农尝百草 / 9
- 第七节 燧人氏钻木取火 / 11
- 第八节 有巢氏筑木为巢 / 12
- 第九节 仓颉造字 / 13
- 第十节 尧舜禅让 / 14
- 第十一节 大禹治水 / 15

第二章 青铜时代——夏商西周

公元前 21 世纪,禹的儿子启打破了尧舜以来的禅让制,开创了父死子继的王位世袭制度。中国历史上的第一个王朝——夏便这样出现了。随后,经过商和西周两朝几十代人的努力,中国灿烂辉煌的奴隶社会文明走向了顶峰。

第一节 第一个王朝的建立 / 19

第二节 少康复国 / 20

第三节 夏桀亡国 / 21

第四节 奴隶宰相伊尹 / 22

第五节 盘庚迁都 / 23

第六节 傅说拜相 武丁中兴 / 25

第七节 武王伐纣 / 26

第八节 周公吐哺 天下归心 / 27

第九节 厉王止谤 国人暴动 / 28

第十节 幽王烽火戏诸侯 / 29

第三章 群雄争霸——春秋战国

公元前 770 年,周平王东迁开始了一个大动荡的时代。早期春秋,各诸侯国振兴霸业的混战不断,争雄称霸。战国七雄逐鹿,变法运动此起彼伏。最后,改革最成功的秦国力量最为强大,终致扫六合归一统,秦始皇实现了一统中国的夙愿。

第一节 齐桓公九合诸侯 / 33

第二节 晋文公退避三舍 / 34

第三节 秦穆公厉政称霸 / 35

第四节 楚庄王一鸣惊人 / 37

- 第五节 孔子周游列国 / 38
- 第六节 百家争鸣 / 40
- 第七节 越王勾践卧薪尝胆 / 43
- 第八节 韩、赵、魏三家分晋 / 44
- 第九节 李悝变法与西门豹治邺 / 46
- 第十节 齐威王治国 / 47
- 第十一节 胡服骑射 / 48
- 第十二节 商鞅变法强秦 / 50
- 第十三节 马陵之战 / 51
- 第十四节 合纵连横 / 52
- 第十五节 三闾大夫沉江 / 54
- 第十六节 李冰与都江堰 / 55
- 第十七节 荆轲刺秦王 / 57
- 第十八节 统一六国 / 58

第四章 帝国雄风——秦、汉

秦国以秋风扫落叶之势，一举消灭六国，开创万世之基。二世以后，出身草莽的刘邦代秦而有天下。历经 400 多年的汉王朝以充足的时间完成和巩固了秦朝开创的伟大事业，使封建社会的政治、经济和文化得到了全面发展。中国历史迎来了第一个盛世，大汉王朝的威名也通过“丝绸之路”而传向世界。

- 第一节 千古一帝秦始皇 / 63
- 第二节 焚书坑儒 / 64
- 第三节 陈胜、吴广揭竿起义 / 65
- 第四节 巨鹿之战 / 67
- 第五节 刘邦“约法三章” / 68
- 第六节 楚汉之争 / 69

- 第七节 西汉立国 / 71
- 第八节 白登之围 / 72
- 第九节 吕后篡权 / 74
- 第十节 文景之治 / 75
- 第十一节 周亚夫平定七国之乱 / 76
- 第十二节 汉武帝雄风 / 78
- 第十三节 “罢黜百家、独尊儒术” / 79
- 第十四节 丝绸之路 / 80
- 第十五节 司马迁忍辱著史 / 82
- 第十六节 苏武牧羊 / 83
- 第十七节 昭君出塞 / 85
- 第十八节 王莽改制 / 86
- 第十九节 绿林、赤眉军起义 / 87
- 第二十节 光武中兴 / 89
- 第二十一节 抗击匈奴 / 90
- 第二十二节 班超通西域 / 91
- 第二十三节 党锢之祸 / 93
- 第二十四节 黄巾军起义 / 94
- 第二十五节 董卓擅权 / 95

第五章 分裂动荡的年代 ——三国、两晋、南北朝

这是一个战乱纷繁的时代。汉末争战后，三国鼎立形成。魏、蜀、吴的统治者们怀着一统天下的雄心，进行了连年战争。公元 280 年，西晋统一全国，成为了魏晋南北朝时期唯一的统一政权。然而，好景不长，西晋统一中包含的分裂因素和不安定成分使中国很快再次陷入了更严重的分裂和混乱之中。中华文明遭受了历史上时间最长、规模最大的一次浩劫。

- 第一节 挟天子以令诸侯 / 99
- 第二节 官渡之战 / 100
- 第三节 孙权称霸江东 / 101
- 第四节 三顾茅庐 / 103
- 第五节 赤壁之战 / 104
- 第六节 三国鼎立 / 106
- 第七节 白帝城托孤 / 107
- 第八节 诸葛亮六出祁山 / 109
- 第九节 司马氏专权 / 110
- 第十节 三国归晋 / 111
- 第十一节 八王之乱 / 113
- 第十二节 流民起义 / 114
- 第十三节 西晋灭亡 / 115
- 第十四节 王与马,共天下 / 117
- 第十五节 石勒建立后赵 / 118
- 第十六节 祖逖北伐 / 120
- 第十七节 淝水之战 / 121
- 第十八节 士、庶族之争 / 122
- 第十九节 东晋灭亡 / 124
- 第二十节 拓跋珪建北魏 / 125
- 第二十一节 魏孝文帝迁都 / 127
- 第二十二节 梁武帝礼佛 / 128
- 第二十三节 侯景之乱 / 129
- 第二十四节 陈后主骄奢亡国 / 131

第六章 巍巍盛世——隋唐五代

公元 581 年,北周外戚杨坚夺取帝位,建立隋朝,结束了魏晋以来近 400 年的分裂局面。隋炀帝穷兵黩武,统治仅十几年便断送了隋朝的进程。公元 618 年,李渊建唐,建立了中国历史上最强盛的一个封建帝国,经济文化空前繁荣。可是,至唐中晚期,各种问题层出不穷,迫使帝国走向衰亡,又一个分裂割据时期开始了。

第一节 隋文帝节俭治国 / 135

第二节 隋炀帝亡国 / 136

第三节 瓦岗起义 / 137

第四节 李渊建唐 / 139

第五节 玄武门兵变 / 140

第六节 贞观之治 / 141

第七节 文成公主入藏 / 143

第八节 玄奘取经 / 144

第九节 一代女皇武则天 / 146

第十节 开元盛世 / 147

第十一节 唐明皇秋叶梧桐雨 / 148

第十二节 安史之乱 / 150

第十三节 平定安史之乱 / 151

第十四节 名将郭子仪 / 152

第十五节 永贞革新 / 154

第十六节 藩镇割据 / 155

第十七节 甘露之变 / 156

第十八节 牛李朋党之争 / 158

第十九节 黄巢起义 / 159

第二十节 朱全忠灭唐 / 161

第二十一节 李存勖建后唐 / 162

第二十二节 “儿皇帝”石敬瑭 / 164

第二十三节 风流才子李后主 / 165

第二十四节 柴荣革新 / 166

第七章 割据与统一——辽、宋、夏、金

封建王朝发展到宋时,可以说各方面均已相当成熟。然而,辽、金、夏与宋同时占据着中国的北方、东北和西北。因此,整个宋朝历史几乎就是一部战争的历史。300余年间,它几乎没有停止过与辽、金、夏进行着战争。而宋积贫积弱,最终北宋为金灭亡,南宋为元所亡。

- 第一节 陈桥兵变、黄袍加身 / 171
- 第二节 宋太祖杯酒释兵权 / 172
- 第三节 阿保机建辽 / 173
- 第四节 一门忠烈杨家将 / 175
- 第五节 王小波、李顺起义 / 176
- 第六节 澶渊之盟 / 177
- 第七节 萧太后治国 / 179
- 第八节 李元昊建立西夏 / 180
- 第九节 范仲淹推行新政 / 182
- 第十节 铁面无私包青天 / 183
- 第十一节 王安石变法行新政 / 184
- 第十二节 司马光编写《资治通鉴》 / 185
- 第十三节 苏门三父子 / 187
- 第十四节 阿骨打建金反辽 / 188
- 第十五节 东京保卫战 / 190
- 第十六节 靖康之变 / 191
- 第十七节 南宋建立 / 192
- 第十八节 黄天荡大捷 / 194
- 第十九节 岳飞抗金 / 195
- 第二十节 钟相、杨么起义 / 197
- 第二十一节 绍兴议和 / 198
- 第二十二节 成吉思汗统一蒙古 / 199

第二十三节 成吉思汗西征 / 201

第二十四节 文天祥抗元 / 202

第二十五节 南宋灭亡 / 204

第八章 草原帝国——元

元朝是我国历史上第一个由少数民族建立的统一政权。13世纪初,蒙古族的杰出首领铁木真征服了各兄弟部落,建立了统一的蒙古汗国。随后,他继续东征西讨,不但建成了统一全国的元王朝,还使蒙古大国的版图横跨欧亚大陆。

第一节 忽必烈建元 / 209

第二节 耶律楚材治天下 / 210

第三节 阿合马专权 / 211

第四节 马可波罗来华 / 213

第五节 “汉人”和“南人” / 214

第六节 元曲和元曲四大家 / 215

第七节 元末农民大起义 / 217

第九章 汉族复兴的王朝——明

明朝是中国君主专制政权发展至极从而逐渐扭曲的时期。它的皇权绝对化,宦官当权,“东厂”“西厂”的设立,无一不是封建专制制度走向僵化的征兆。与此同时,北方少数民族及东南倭寇的相继侵扰更使明王朝内忧外患,风雨飘摇。虽然后来有张居正的改革,但仍无法挽救其衰败之势。不过,郑和七次下西洋,成为中国乃至世界航海史上的壮举。

- 第一节 朱元璋立国 / 221
- 第二节 胡蓝之狱 / 222
- 第三节 靖难之役 / 223
- 第四节 郑和下西洋 / 224
- 第五节 明成祖治国 / 226
- 第六节 土木堡之变 / 227
- 第七节 于谦保卫北京 / 229
- 第八节 戚继光抗倭 / 230
- 第九节 张居正改革 / 231
- 第十节 海瑞罢官 / 233
- 第十一节 努尔哈赤建立后金 / 234
- 第十二节 萨尔浒之战 / 235
- 第十三节 魏忠贤专权 / 237
- 第十四节 东林党争 / 238
- 第十五节 宁远大捷 / 239
- 第十六节 闯王李自成 / 241

第十章 末代封建王朝——清

这是中国历史上最后一个封建王朝。在这 200 多年的时间里，既有繁荣昌盛的封建盛世，又有备受欺凌、任人宰割的屈辱时刻；既有开明的君主，开放的文化，又有文字狱的文化桎梏以及对外的闭关锁国；它前期尚武，广占土地，在鸦片战争中却一再割地求和。终于，1911 年的辛亥革命将这个走到末路的王朝一举推翻，中国历史开始了新的时代。

- 第一节 清朝建立 / 245
- 第二节 史可法血战扬州 / 246
- 第三节 郑成功收复台湾 / 247
- 第四节 康熙智擒鳌拜 / 249

- 第五节 三藩之乱 / 250
- 第六节 清军收复雅克萨 / 252
- 第七节 改土归流运动 / 253
- 第八节 三征噶尔丹 / 254
- 第九节 文字狱 / 256
- 第十节 土尔扈特回归祖国 / 257
- 第十一节 康乾盛世 / 259
- 第十二节 大贪官和珅 / 260
- 第十三节 林则徐虎门销烟 / 262
- 第十四节 鸦片战争爆发 / 263
- 第十五节 辛酉政变 / 265
- 第十六节 太平天国运动 / 266
- 第十七节 火烧圆明园 / 268
- 第十八节 洋务运动 / 269
- 第十九节 左宗棠收复新疆 / 271
- 第二十节 中日甲午战争 / 272
- 第二十一节 中法战争 / 274
- 第二十二节 戊戌变法 / 275
- 第二十三节 义和团抗击八国联军 / 276
- 第二十四节 辛亥革命 / 278
- 第二十五节 袁世凯复辟 / 279

附录:中国历史大事年表 / 281

第一章 文明曙光——远古传说

早在距今大约 170 万年前，中国这块古老的土地上就已经出现了早期人类进化的痕迹。在此后的 170 万年的时间里，丰富多彩的石器文明遗迹和许许多多生动有趣的神话传说共同勾画出夏王朝以前中国先民的文明进化进程。

本章主要内容

第一节 盘古开天地

第二节 女娲造人补天

第三节 华夏足迹

第四节 氏族社会

第五节 黄帝战蚩尤

.....

第一节 盘古开天地

在中国这片广阔的土地上，从最早的人类产生到现在，已经有 170 万年的历史了。在最初的很长一段时间里，文字没有产生，人们还不能如实地记录下当时的生活到底是怎样的。于是，人们就利用自己的想象，编造出许许多多有趣的神话，使远古时期的历史世代流传下来。其中流传得最久、最广泛的神话就是盘古开天地的故事。

据说在很久很久以前，整个宇宙混沌一片，既分不出上下左右，也认不清东西南北，形状就像是一个浑圆的鸡蛋。在宇宙的中心，居住着盘古氏，他就是人类的始祖。盘古氏在这个浑圆的东西中孕育了 18 000 年，终于有一天，他用自己的巨斧把宇宙劈成了两半，破壳而出。

宇宙一经盘古劈开，就分成了两半。一半又轻又明，一半又重又浊。轻的那部分越来越高，每天都上升一丈，渐渐地就成了高高的蓝天；重的那部分一点点地下降，每天都下降一丈，时间长了，就成了广阔的大地。又过了 18 000 年，盘古氏长成了高大的巨人。他有时



盘古像

哭，有时笑。因为天地间就只有他一个人，所以天地间的气候就都随着盘古氏的喜怒哀乐不断地变化。盘古氏高兴时，天空就蔚蓝一片，万里无云；盘古氏生气了，天地间就阴沉灰暗，乌云滚滚；盘古氏哭泣的时候，他的眼泪就会变成一串串的雨滴，洒落大地，汇成一道道的河流和小溪；盘古氏叹了口气，他的叹息就会变成一阵一阵的狂风，吹得大地飞沙走石。

过了漫长的岁月以后，盘古氏终于死去了。他平躺在他所开辟的广阔大地上，他身上隆起的地方，变成了一座座高大的山脉；他的头发和汗毛，变