

21世纪普通高等院校系列规划教材
高等院校中国人文社科基础知识教程
四川省高等教育质量与教改项目（P09271）成果之一

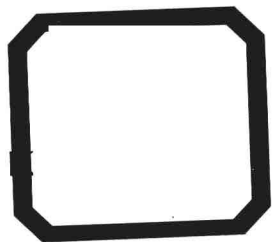
导游基础知识

DAOYOU JICHU ZHISHI

主 编 李兴荣
副主编 吴 勇 马建刚 李巧玲



西南财经大学出版社
Southwestern University of Finance & Economics Press



普通高等院校系列规划教材
中国人文社科基础知识教程
等教育质量与教改项目(P09271)成果之一

导游基础知识

DAOYOU JICHU ZHISHI

主 编 李兴荣

副主编 吴 勇 马建刚 李巧玲



西南财经大学出版社
Southwestern University of Finance & Economics Press

图书在版编目(CIP)数据

导游基础知识/李兴荣主编. —成都:西南财经大学出版社,2012. 1
ISBN 978 - 7 - 5504 - 0573 - 8

I. ①导… II. ①李… III. ①导游—基本知识 IV. ①F590. 63

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2012)第 010198 号

导游基础知识

主 编:李兴荣

副主编:吴 勇 马建刚 李巧玲

责任编辑:李特军

封面设计:杨红鹰

责任印制:封俊川

出版发行	西南财经大学出版社(四川省成都市光华村街 55 号)
网 址	http://www. bookcj. com
电子邮件	bookcj@foxmail. com
邮政编码	610074
电 话	028 - 87353785 87352368
印 刷	郫县犀浦印刷厂
成品尺寸	185mm × 260mm
印 张	20. 75
字 数	465 千字
版 次	2012 年 2 月第 1 版
印 次	2012 年 2 月第 1 次印刷
印 数	1— 1000 册
书 号	ISBN 978 - 7 - 5504 - 0573 - 8
定 价	38. 00 元

1. 版权所有,翻印必究。
2. 如有印刷、装订等差错,可向本社营销部调换。
3. 本书封底无本社数码防伪标志,不得销售。

编辑委员会

- | | | | |
|-----|-----|-----------------|--------|
| 顾 问 | 彭正松 | 西华师范大学副校长 | 教授 |
| | 蔡东洲 | 西华师范大学历史文化学院院长 | 教授 |
| | 冯明义 | 西华师范大学教务处处长 | 教授 |
| 主 编 | 李兴荣 | 西华师范大学管理学院副院长 | 高级经济师 |
| 副主编 | 吴 勇 | 西华师范大学管理学院党总支书记 | 博士 教授 |
| | 马建刚 | 四川警察学院 | 副教授 |
| | 李巧玲 | 南充职业技术学院 | 副教授 |
| 编 委 | 蒋晓春 | 西华师范大学历史文化学院 | 博士 副教授 |
| | 熊 梅 | 西华师范大学历史文化学院 | 副教授 |
| | 陈 英 | 南充职业技术学院 | 副教授 |
| | 张明川 | 西华师范大学管理学院 | 讲师 |
| | 池洪涛 | 南充市职业培训学院 | 讲师 |
| | 石咏梅 | 西华师范大学管理学院 | 讲师 |

前言

为适应理工类本、专科人文社科公共课和普通高等院校旅游管理专业本科教学的需要,培养理工类本、专科学生的人文素养,提升旅游管理专业学生的专业能力,西南财经大学出版社组织西华师范大学、四川警察学院、南充职业技术学院、南充市职业培训学院共同编写了这本中国人文社科基础教材,作为21世纪普通高校系列规划教材之一,公开出版、面向全国发行。同时,本教材作为四川省高等教育人才培养质量与教学改革重点项目——“高校旅游人才培养模式设计、应用及评价”课题(项目编号:PO9271)的教材建设的基础工程,得到省教育厅立项和经费支持。

中国人文社科基础主要介绍中国历史文化常识,中国旅游地理,中国的民族民俗,中国四大宗教,中国的古代建筑,中国的古典园林,中国烹饪,中华茶道,中华风物特产,中国旅游文学,中国台、港、澳地区概况等方面的基础知识。

本书是旅游管理专业的基础课教材,旨在为学生能在毕业之前顺利通过全国导游人员资格考试提供帮助;同时,也可作为理工类本、专科人文社科基础公共课教材,帮助大学生拓宽学生知识面、加强人文素养,凝练其跨岗位、跨职业、跨学科的关键能力。

全书内容由十一章正文和一个附录构成。其中第一章由西华师范大学历史文化学院熊梅撰稿,第二章由西华师范大学管理学院吴勇撰稿,第三章由西华师范大学管理学院石咏梅撰稿,第四章、第九章由南充职业技术学院李巧玲撰稿,第五章由西华师范大学历史文化学院蒋晓春撰稿,第六章由南充职业技术学院陈英撰稿,第七章由西华师范大学管理学院张明川撰稿,第八章由西华师范大学管理学院李兴荣撰稿,第十章由南充市职业培训学院池洪涛撰稿,第十一章由四川警察学院马建刚撰稿。全书由李兴荣任主编,负责大纲的制定、书稿的修改和审定工作,吴勇、李巧玲、马建刚任副主编。本书在编写过程中注重语言的通俗性,适当关注四川省的乡土材料,注意吸收学术界的最新成果。书中结合每章主题设置了复习思考题以帮助学生对每章的重点进行进一步思考和深刻理解;同时,配有本教材的电子课件,赠送任课教师使用。

在本书编写过程中,参阅了国内外同行有关教材和资料,有的还未来得及知会,在此谨向有关文献的作者表示真诚的感谢。由于时间仓促,加之水平局限,本书尚存诸多不足之处,敬请海内外同行及广大学子批评斧正,以便修改完善。来函请发 E-mail: 263723475@163.com。

编者

2011年12月

目 录

第一章 中国历史文化	(1)
第一节 中国古代朝政概略	(1)
第二节 中国古代思想文化	(11)
第三节 中国古代科技成就	(20)
第四节 中国古代交通发展	(29)
第二章 中国旅游景观	(41)
第一节 中国自然地理特征与旅游景观带分布	(41)
第二节 中国的旅游资源及其特点	(53)
第三节 自然景观	(59)
第四节 人文景观	(66)
第五节 中国自然与人文景观	(73)
第三章 中国的民族民俗	(77)
第一节 概论	(77)
第二节 中国民族概况	(80)
第三节 汉族	(83)
第四节 满族、蒙古族、维吾尔、回族、朝鲜族	(87)
第五节 壮族、土家族、苗族、黎族、羌族	(95)
第六节 藏族、彝族、白族、纳西族、傣族	(103)
第四章 中国的四大宗教	(115)
第一节 中国各民族宗教信仰概述	(115)
第二节 佛教	(116)
第三节 藏传佛教	(125)
第四节 道教	(132)

第五节 伊斯兰教	(138)
第六节 基督教	(144)
第五章 中国的古代建筑	(149)
第一节 中国古代建筑概述	(149)
第二节 中国古代城市规划与城防建筑	(157)
第三节 宫殿与坛庙	(162)
第四节 陵墓建筑	(166)
第六章 中国的古代园林	(173)
第一节 中国古代园林的起源、特色与分类	(174)
第二节 中国古代园林的组成要素	(179)
第三节 中国古代园林的常见构景手段	(194)
第七章 中国烹饪文化	(201)
第一节 中国菜系及其划分	(201)
第二节 地方四大菜系	(202)
第三节 地方八大菜系	(204)
第四节 其他地方菜系	(206)
第五节 其他菜系风味食品	(207)
第六节 中华特色风味食品选介	(210)
第八章 中华茶道	(216)
第一节 茶的概念、化学成分和药理作用	(216)
第二节 悠久茶史	(217)
第三节 茶的制作、分类与特性	(219)
第四节 茶与茶具、茶水的匹配	(222)
第五节 品茶之道	(224)

第六节 中国十大名茶与川茶	(229)
第九章 中国的风物特产	(232)
第一节 陶瓷器、丝织刺绣品	(232)
第二节 名酒、中药	(236)
第三节 文房四宝	(240)
第四节 其他工艺品	(242)
第十章 中国旅游文学	(248)
第一节 对联	(248)
第二节 古代山水诗词	(255)
第三节 历代名人游记	(265)
第十一章 中国台、港、澳地区概况	(278)
第一节 台湾省	(278)
第二节 香港特别行政区	(287)
第四节 澳门特别行政区	(294)
附录	(302)
附录1 四川省2010年全国导游人员资格考试导游综合知识与导游汉语言文学知识试题	(302)
附录2 我国的历史文化名城目录	(314)
附录3 中国列入联合国教科文组织非物质文化遗产名录项目表	(315)
附录4 我国国家级风景名胜区名录	(316)
参考文献	(320)

第一章 中国历史文化

第一节 中国古代朝政概略

一、中国历史朝代演进

1. 朝代更迭概况

公元前 21 世纪，禹传位于自己的儿子启，突破“禅让制”的传统，代之以“家天下”的王位世袭制，建立了中国历史上的第一个国家“夏”。

公元前 16 世纪，生活于黄河下游的古老部落商，在其首领汤的领导下攻击夏桀，夏朝灭亡，商朝建立。

公元前 12 世纪，居住在今陕西渭水以北的一个部族周，为避免西北游牧民族的侵扰，迁至岐山之下的周原，成为商的一个附属国。公元前 1027 年，商纣王东征，京师空虚且政治腐败，周武王联合各个部落进行讨伐，牧野一战，纣王大败，商朝灭亡，周朝建立，建都镐京（今陕西西安），史称西周。

至公元前 770 年周平王时期，周朝的国都迁到今河南洛阳，西周结束。东周（前 770—前 256 年）开始。

从公元前 770 年至公元前 476 年，这一阶段因与孔子编订的鲁国史书《春秋》的起止年代相当而得名春秋。公元前 476 年至公元前 221 年，经过诸侯国接连不断的兼并战争，原来的一百多个国家只剩下二十多个，其中最强大的有齐、楚、秦、燕、赵、魏、韩七国，史称“战国七雄”，这一阶段被后人称为战国时期。

公元前 230 年到前 221 年十年间，秦国先后灭掉了其他六国，最终完成统一大业，建立了中国历史上第一个统一的专制主义中央集权王朝——秦朝。

公元前 206 年，秦王朝在农民起义的浪潮中被颠覆。公元前 202 年“楚汉战争”结束，以刘邦为首的地主集团建立了新的政权，国号为汉，定都长安，史称西汉。

西汉末年，社会矛盾日益突出，公元 9 年，外戚王莽篡夺政权，建国号“新”，但是很快被绿林、赤眉农民起义推翻。公元 25 年，原汉室支系后裔刘秀称帝，重建汉朝，因定都洛阳，史称东汉。

东汉末年爆发了黄巾起义，在镇压起义的过程中，各地豪强军阀势力迅速发展，最终形成了以曹操、刘备、孙权为首的三个势力较强的武装集团。曹操“挟天子以令诸侯”，占据中原。公元 220 年，曹丕代汉称帝，改国号魏，史称曹魏；刘备据益州，公元 221 年，刘备在成都称帝，建国号汉，史称蜀汉；同年，孙权在建业（今江苏南

京)称吴王,公元229年改称皇帝,建立吴国,史称东吴。至此,三分天下的局面正式形成,历史进入三国时期。

公元253年,魏灭蜀,但此时曹魏政权已旁落于司马氏之手。公元265年,司马炎代魏称帝,定都洛阳,建立晋朝,史称西晋。280年,灭东吴,西晋完成统一。公元316年,匈奴攻入长安,俘虏了西晋皇帝,西晋灭亡。

在南方,先后有东晋和南朝政权。公元317年,司马睿为避战乱而南迁,重建晋朝,在建康(今江苏南京)称帝,史称东晋。

公元420年,东晋大臣刘裕废晋帝自立,东晋结束,南朝开始。南朝是指南方相继出现的宋、齐、梁、陈四个朝代,直到公元589年,隋朝政权灭陈,南朝结束,南北对峙的局面才宣告结束。

在北方,公元439年,鲜卑族拓跋氏统一了混战于黄河流域的北方各国,建立了北魏王朝。公元534年,北魏分裂成东魏和西魏。公元550年,东魏为高欢取代,建立北齐;公元557年,西魏为宇文文化及所取代,建立了北周。公元577年,北周灭掉北齐,统一了北方。公元581年,北周大将杨坚取代周静帝,北周宣告结束,隋朝建立。

公元618年,唐朝取代了隋朝。公元907年,唐朝灭亡以后,中国历史再一次进入了大割据时期,直到960年北宋建立。在动荡的54年间,北方地区军阀混战,先后出现了后梁、后唐、后晋、后汉和后周五个较强大的王朝。南方陆陆续续并存过九个较小的割据政权,分别是吴、南唐、吴越、楚、前蜀、后蜀、南汉、南平及闽九国,北方河东地区还有北汉势力,历史上称这段时期为“五代十国”。

公元960年,后周的大将赵匡胤在东京(今河南开封)东北的陈桥驿以黄袍加身,发动“陈桥兵变”,建立宋朝,定都东京,史称北宋。

公元1127年,北宋都城被金攻占,宋徽宗和他的儿子宋钦宗被俘,北宋灭亡。北宋灭亡后,原任河北兵马大元帅的赵宋皇族康王赵构在金军退走之后于临安(今杭州)即位,仍沿用大宋国号,史称南宋。

五代十国时期,由于战乱导致边防松弛,契丹族在蒙古草原不断向外掠夺扩张,势力不断壮大。公元916年,首领耶律阿保机仿照唐制建立了自己的政权,取国号为契丹。947年,正式改名为辽,成为一个与北宋对峙的封建王朝。1218年,辽被蒙古所灭。

西夏是我国境内党项族建立的政权,主要统治区域在今天的宁夏回族自治区、陕西省北部、甘肃省西北部、青海省东北部和内蒙古自治区一部分。公元1038年,党项族首领李元昊正式称帝,国号大夏,定都兴庆府(今宁夏银川市),史称西夏。

金是女真族建立的王朝,由于长期受到辽的压榨和欺辱,首领完颜阿骨打向辽统治者宣战,于公元1115年称帝建国,国号大金。此后金陆续打败了辽和北宋,迁都至汴京(今河南开封),公元1234年,金被蒙古所灭。

公元1206年,蒙古首领铁木真统一了蒙古各部,建立蒙古国,并率军不断向外征战,先后灭掉辽、西夏、金政权。公元1271年,忽必烈宣布建国,国号为元,次年定都北京,1279年灭南宋,正式统一中国。

元末爆发了红巾军农民起义,元朝统治被推翻。原红巾军首领朱元璋于1368年在

南京正式称帝，建立明王朝，1387年统一中国。明成祖（燕王朱棣）于1420年正式迁都北京。

建立清朝的满族早先活动于今东北地区，称女真族。明万历十年（1616年），努儿哈赤统一女真各部，建国号金，史称“后金”。1636年，皇太极称帝，改“金”为“清”，改女真为满族。1644年，清入关开始了对全国的统治。

1912年1月1日，孙中山领导的中华民国南京临时政府正式宣告成立。1912年2月，清帝逊位，清朝结束。

2. 朝代记忆法

(1) 记忆顺口溜

黄尧虞舜夏商周，春秋战国乱悠悠，秦汉三国西东晋，南朝北朝是对头，隋唐五代十国乱，宋元明清帝王休。

(2) 记忆口诀

唐尧虞舜禹，夏商与西周，东周分两段，春秋与战国，一统秦两汉，三分魏蜀吴，两晋前后延，南北朝并立，隋唐五代传，宋元明清后，王朝至此完。

(3) 中国历史歌

盘古开天神话传，三皇五帝数千年。炎帝黄帝华夏祖，尧舜禹王位让贤。夏商西周奴隶制，东周列国变封建。秦汉统一开疆域，三国纷争起战乱。西晋东晋南北朝，隋唐疆域又扩展。五代十国闹割据，宋辽夏金归大元。明朝船队下西洋，清朝锁国被破关。民国内战加外战，人民共和开新篇。

3. 历史纪年表

表 1-1

中国历史纪年表

三皇五帝：“三皇”指伏羲、燧人、神农		“五帝”指黄帝、颛顼、帝喾、唐尧、虞舜	
朝代	年代	都城	开创者
夏	约前 2070—前 1600 年	安邑（山西夏县）	禹
商	约前 1600—前 1046 年	亳（河南商丘）	汤
周	西周	前 1046—前 771 年	镐京（陕西西安）
	东周	前 770—前 249 年	洛邑（河南洛阳）
秦	前 221—前 207 年	咸阳（陕西咸阳）	秦始皇嬴政
汉	西汉	前 202—公元 8 年	长安（陕西西安）
	新	9—23	长安（陕西西安）
	东汉	25—220	洛阳（河南洛阳）
三国	魏	220—265	洛阳（河南洛阳）
	蜀	221—263	成都（四川成都）
	吴	222—280	建业（江苏南京）

表 1-1 (续)

朝代			年代	都城	开创者
两晋	西晋		265—316	洛阳（河南洛阳）	晋武帝司马炎
	东晋		317—420	建康（江苏南京）	晋元帝司马睿
南北朝	南朝	宋	420—479	建康（江苏南京）	宋武帝刘裕
		齐	479—502	建康（江苏南京）	齐高帝萧道成
		梁	502—557	建康（江苏南京）	梁武帝萧衍
		陈	557—589	建康（江苏南京）	陈武帝陈霸先
	北朝	北魏	386—534	平城（山西大同） 洛阳（河南洛阳）	魏道武帝拓跋珪
		东魏	534—550	邺（河北临漳）	魏孝静帝元善见
		西魏	535—556	长安（陕西西安）	魏文帝元宝炬
		北齐	550—577	邺（河北临漳）	齐文宣帝高洋
		北周	557—581	长安（陕西西安）	周孝闵帝宇文觉
隋		581—618	长安（陕西西安）	隋文帝杨坚	
唐		618—907	长安（陕西西安）	唐高祖李渊	
五代十国	后梁		907—923	汴（河南开封）	梁太祖朱晃
	后唐		923—936	洛阳（河南洛阳）	唐庄宗李存勖
	后晋		936—947	汴（河南开封）	晋高祖石敬瑭
	后汉		947—950	汴（河南开封）	汉高祖刘暉
	后周		951—960	汴（河南开封）	周太祖郭威
	十国		902—979	吴、前蜀、吴越、楚、 闽、南汉、荆南（南平）、 后蜀、南唐、北汉等国， 历史上叫做“十国”， 实际却不止十个	
宋	北宋		960—1127	开封（河南开封）	宋太祖赵匡胤
	南宋		1127—1279	临安（浙江杭州）	宋高宗赵构
辽			907—1125	上京（蒙古巴林左旗）	辽太祖 耶律阿保机
大理			937—1254	大理（云南大理）	太祖段思平
西夏			1032—1227	兴庆府（宁夏银川）	景宗李元昊
金			1115—1234	会宁（黑龙江阿城） 中都（北京）开封	金太祖 完颜阿骨打
元			1206—1368	大都（北京）	元世祖忽必烈
明			1368—1644	北京	明太祖朱元璋

表1-1(续)

朝代	年代	都城	开创者
清	1616—1911	北京	清太宗皇太极
中华民国	1912—1949	南京	孙中山
1949年10月1日中华人民共和国成立			

二、中国古代皇室名位

1. 帝王皇室成员称谓

(1) 太皇太后、皇太后、皇后、嫔妃

太皇太后：皇帝的祖母。

皇太后：皇帝的母亲。

皇后：皇帝的正妻。

嫔妃：皇帝诸妾的通称，具体有美人、贵人、才人、昭仪、婕妤、贵妃、贵嫔等称号。

(2) 皇太子、皇太孙

皇太子：皇帝诸子中皇位的法定继承人，也称“太子”。

皇太孙：由皇帝册立的有皇位继承权的嗣孙。

(3) 公主、驸马

公主：皇帝之女。汉代皇帝的姊妹称长公主，皇帝的姑母称大长公主。后代有所不同，有的用“长”指排行。

驸马：魏晋以后指皇帝的女婿，清代称“额驸”。

2. 古代皇帝名号全称

(1) 王、天子

奴隶社会中最高统治者可称“后”、“王”、“天子”。“后”、“王”的称谓源自原始社会。夏、商、周三代的最高统治者都称为“王”，“天子”之称谓出现于西周。自周王室衰微后，诸侯国的君主也有称“王”的，如楚庄王。战国时各大诸侯国的君主均称为“王”。汉代开始，分封的诸侯称“王”，也有封爵称“王”的。

(2) 皇帝

秦王嬴政认为自己“德兼三皇，功高五帝”，将“皇”和“帝”连起来开始称“皇帝”，为封建社会中历代君主沿用。“皇帝”也简称为“皇”或“帝”，如“唐明皇”、“汉武帝”。“皇帝”的父亲被尊称为“太上皇”。

秦始皇在确定皇帝称号的同时，为维护皇帝的尊严，任何人不得对皇帝直呼其名，故建立了与之配套的名位制度，以突出正统并加以神化。汉朝沿用这些名号，又作了许多修订和补充：皇帝自称朕，臣民称他为陛下；皇帝之言曰制、诏；皇帝使用的车马衣服器械百物曰乘舆，所在曰行在，所居曰禁中，后宫曰省中；皇帝的印曰玺，所至曰幸，所进曰御，臣民所献曰贡；皇帝的命令一曰策书，二曰制书，三曰诏书，四

曰戒书等。以后各朝又在此基础上发展、强化、调整、充实，形成了一套系统严密、不容僭越的名位制度。

① 谥号

谥号是古代对死去的帝王、大臣、贵族按照其生平事迹进行评定后，给予或褒或贬或同情的称号。谥号始于西周，秦始皇时废除，西汉又恢复。谥号用字固定，大致分为三类。属表扬的有：文、武、景、烈、昭、穆、英、成、康、纯等，如“经纬天地曰文”、“威强睿德曰武”、“布义行刚曰景”、“柔质慈民曰惠”；属于贬义的有炀、厉、灵、幽等，如“好内远礼曰炀”、“杀戮无辜曰厉”等；属于同情的有哀、怀、愍、悼等，如“恭仁短折曰哀”等。谥号不单独使用，或为全称的组成部分，或与庙号结合。战国时期以前，周王谥号均为一个字，战国时才出现两个字的谥号，如“周贞定王”、“周威烈王”等。以后的皇帝绝大多数用一个字为谥号。

② 庙号

帝王死后，其继承者立庙奉祀，追尊为“某祖”、“某宗”的名号即为庙号。汉代以后，其标识字首先是“祖”或“宗”字。每个朝代的第一个皇帝称为“祖”，如“太祖”、“世祖”、“高祖”。其后的嗣君称为“宗”，如“太宗”、“高宗”、“中宗”、“世宗”等。西汉仅刘邦称“祖”，南北朝开始到唐朝，皇帝都称“宗”。明、清时前几个皇帝都称“祖”，如“明太祖”、“明成祖”，“清太祖”、“清世祖”、“清圣祖”等。“帝”字从汉代与谥号结合后，也成为庙号，如“汉文帝”、“魏文帝”、“晋武帝”等。

③ 尊号

封建社会对帝后在生前或死后奉上的尊崇颂扬性的称号即为尊号，有时也称为“徽号”。如“太上皇”、“皇太后”、“高皇帝”（刘邦）等。

④ 全称

全称即庙号、尊号、谥号的合称。如乾隆皇帝（弘历）的全称为“高宗法天隆运至诚先觉体元立极敷文奋武钦明孝慈神圣纯皇帝”，其中“高宗”为庙号，“纯”为谥号，其余均为尊号。

⑤ 年号

封建帝王即位后为纪年而设置的称号。年号始于西汉武帝即位之年的“建元”（公元前140年）。新君即位，于次年改用新年号，叫“改元”。一个皇帝在位期间，遇到重大事件如祥瑞灾异等，也常改元，如武则天在位期间，用了17个年号。年号一般用两个字，也有用四个字的。如“建武中元”（汉光武帝）、“天册万岁”、“万岁通天”（武则天）、“太平兴国”（宋太宗）等。明、清两代的皇帝除明英宗两次即位当皇帝用了两个年号外，其余的均用一个年号，因此人们也用其年号来称呼在位的皇帝，如“雍正皇帝”、“乾隆皇帝”。

⑥ 陵号

封建皇帝陵寝的名字叫陵号，始于西汉，如茂陵、长陵、阳陵、孝陵、杜陵等。

三、中国古代著名都城

随着社会的发展,在我国辽阔的国土上出现了不少具有相当规模的城市,尤其是历代的国都,因其特殊的地位,更是大兴土木,着意修建。这些古都,无论在建筑规模、建筑模式或建筑风格上都有其独到之处,往往表现了同时代最高的建筑水平,对全国其他城市的建筑都有特殊的影响。在众多著名的都城中,它们的历史熠熠生辉:

(1) 西安

西安古称沔京、镐京、长安、常安、大兴、西京,现为陕西省省会、国家级历史文化名城,位于关中平原的渭河南岸,背依秦岭,沃野千里,号称“八百里秦川”。从奴隶制臻于鼎盛的西周,到封建社会达到巅峰状态的唐王朝,先后有西周、西汉、新、西晋(愍帝)、前赵、前秦、后秦、西魏、北周、隋、唐等13个王朝在这里建都,又曾为赤眉、绿林、大齐(黄巢)、大顺(李自成)等农民起义政权的都城,长期是古代中国的政治、经济与文化中心。

(2) 洛阳

洛阳古称斟鄩、洛邑、成周、雒阳、东都、东京、中京、神都、京洛、洛京、西京,位于河南省西部,横跨黄河中游两岸,“居天下之中”,素有“九州腹地”之称,国家级历史文化名城。洛阳因地处古洛水之阳而得名,以洛阳为中心的河洛地区是华夏文明的重要发祥地。中国古代伏羲、女娲、黄帝、唐尧、虞舜、夏禹等神话多传于此。夏太康迁都斟鄩,商汤定都西亳;武王伐纣,八百诸侯会孟津;周公辅政,迁九鼎于洛邑。平王东迁,高祖都洛,光武中兴,魏晋相禅,孝文改制,隋唐盛世,后梁唐晋,相因相袭共13个王朝。汉魏以后,洛阳逐渐成为国际大都市,隋唐时人口百万,四方纳贡,百国来朝,盛极一时。洛阳在历史上相当长的时期内曾是我国政治、经济和文化的中心,亦是重要的交通枢纽。

(3) 北京

北京古称蓟城、燕都、燕京、涿郡、幽州、南京、中都、大都、京师、顺天府、北平,国家级历史文化名城,是意大利旅行家马可·波罗在游记中称之为“世界莫能与比”的国际大都市。建都于此的正统朝代有辽、金、元、明、清。1949年10月1日,北京成为新生的共和国的首都,古城的历史揭开了新的一页,正以一个雄伟、奇丽、新鲜、现代化的姿态出现在世界上。

(4) 南京

南京古称建邺、建康,别称金陵、江宁,现为江苏省省会,位于我国长江下游,是国家级历史文化名城和区域中心城市。建都于此的正统朝代有晋、南朝(宋、齐、梁、陈)、明以及中华民国。南京自古是江南地区的文化和政治中心,也是扬子江下游流域重要的商业经济中心和华东地区的交通枢纽。

(5) 开封

开封,简称汴,古称汴州、汴梁、汴京、东京、东都、大梁。现为河南省辖市,国家级历史文化名城,位于河南省中部偏东、黄河冲积扇平原的尖端,是一座历史文化悠久的古城。自建城至今已有2700多年的历史,夏、五代时期的后梁、后晋、后

汉、后周以及北宋和金七个王朝曾先后建国都于此，故称“七朝都会”，是中原地区重要的旅游城市和对外开放城市。

(6) 安阳

安阳古称北蒙、殷、相州、彰德等名，位于河南省最北部，地处晋、冀、豫三省交汇处，国家级历史文化名城。中华民族最早使用的文字——甲骨文、世界上最大的青铜器——司母戊大方鼎在这里出土问世，著名的大禹治水、文王演易、妇好请纣、苏秦拜相、西门豹治邺、岳母刺字等历史故事都发生在这里。建都于此的正统朝代有夏、商、东魏、北齐四朝，是一座历史悠久、文化灿烂的古都。

(7) 杭州

杭州古称钱塘、临安，国家级历史文化名城，位于中国东南沿海、浙江省北部、钱塘江下游北岸、京杭大运河南端。建都于此的正统朝代是宋朝，建都或迁都至此的政权有吴越等。杭州以其美丽的西湖山水著称于世，称“上有天堂、下有苏杭”，人文景观丰富多彩，被赞誉为“江南忆，最忆是杭州！”

(8) 郑州

郑州古称豫州和中州，河南省省会，国家级历史文化名城，地处中华腹地，九州之中，十省通衢，是中华人文始祖轩辕黄帝的故里。建都于此的正统朝代有夏、商两朝，建都或迁都至此的政权有黄帝、邰、管、郑、韩五个。现为河南省政治、经济、教育、科研、文化中心，中原经济区中心城市。

(9) 大同

大同古称平城、云中，国家级历史文化名城，位于山西省北部大同盆地的中心、黄土高原东北边缘，素有“中国雕塑之都”，“凤凰城”和“中国煤都”之称。建都于此的正统朝代是北魏，曾是辽、金的陪都，在历史上一直是北方中国的中心城市。

(10) 成都

成都古称益州、锦城、锦官城、芙蓉城，别称蓉城，四川省省会，国家级历史文化名城，位于四川省中部成都平原腹地，自古被誉为“天府之国”。建都于此的正统朝代与政权有古蜀国，周（武烈王二十三年—慎靓王五年），蜀汉，公孙述之成家，十六国之成汉，十国之前蜀、后蜀，李顺之大蜀，张献忠之大西。现为中国西南地区物流、商贸、科技、金融中心及交通、通信枢纽，亦是西南地区的文化、教育中心。

四、中华盛世与华夏达人

1. 中华盛世

在中国两千多年封建历史长河中，先后出现过几个较好的历史时期，史称“盛世”。盛世皆承前代大乱，在新兴王朝上升时期，社会由于整顿发展出现了安宁状态。纵观中华盛世，它们都具有共同的特征：国家统一，经济繁荣，政局稳定，社会久安，国力强大，文化昌盛等。

(1) 文景之治

汉文帝与汉景帝在位期间，在汉初以来经济恢复的基础上，继续“与民休息”，社会经济得到了更加显著的发展，统治秩序也日益稳固。在经济方面，文、景之世，户

口迅速繁息，生产明显发展，粮价一再降低，国库充盈，西汉由此进入繁盛时期，历史上称之为“文景之治”。

(2) 光武中兴

光武帝刘秀建立东汉后，在政治上改革官制，加强对官吏的监察，强化对军队的控制；在经济上实行度田，把公田借给农民耕种，提倡垦荒，发展屯田，安置流民，赈济贫民；在思想上提倡经学，表彰名节。这些措施使当时的社会安定，生产发展，东汉王朝得以兴盛，历史上称之为“光武中兴”。

(3) 贞观之治

唐太宗李世民是中国历史上杰出的帝王，年号贞观。在其统治时期吸取隋亡的教训，重视农业生产，轻徭薄赋；注意“戒奢从简”；整顿吏治；任用贤才、虚心纳谏。这些措施使政治比较清明，经济发展较快，国力逐步强盛，物价低廉，社会呈现出安定的局面，历史上称之为“贞观之治”。

(4) 开元盛世

唐玄宗前期年号叫开元，后期叫天宝。唐玄宗在其统治前期，注重政治改革，针对时弊裁汰冗官，抑制食爵贵族，压抑佛教，打击宫廷生活奢靡风气，任用有才干、敢进谏的官员。这一系列的举措使政局稳定，生产发展，户口增加，是唐朝社会经济繁荣和国势强盛的时期，史称“开元盛世”。

(5) 康乾盛世

清初，由于数年的战争，生产遭到了严重的破坏。康熙、雍正、乾隆三朝为了恢复发展经济采取了若干措施，在政治、经济、文化等诸多方面将中国传统社会推向了一个新的高峰。这一时期，国内相对和平，农业、手工业、商业在社会安定的环境下有了很大的发展，各族人民之间的经济文化联系也得到加强，边疆地区得到了进一步的开发，我国统一的多民族国家得到了巩固，史称“康乾盛世”。

2. 华夏达人

古往今来，风流人物举不胜举，在泱泱大中华的英雄中，以下人物称得上独一无二的“华夏达人”，其历史影响源远流长。

(1) 唐尧虞舜

唐尧指尧帝，虞舜指舜帝。

尧，中国古代传说的圣王，祁姓，名放勋，号陶唐，谥曰尧，因曾为陶唐氏首领，故史称唐尧。尧有圣德，曾设官掌管天地时令，观测天象，制定历法，敬授民时，咨询四岳，用鲧治水，开疆拓土，推行公平的刑法，使得万邦和睦共处，友好交往，共同组成了中原部落大联盟，出现了国家雏形。

舜，姚姓，有虞氏，名重华，史称虞舜，传说中父系氏族社会后期部落联盟首领，受尧的“禅让”而称帝于天下，他咨询四岳，挑选贤人治理民事，后选拔治水有功的禹为继承人。

(2) 秦皇汉武

秦皇汉武指的是秦始皇和汉武帝。

秦始皇嬴政（公元前259—前210年），秦庄襄王之子，出生于赵国首都邯郸（今