



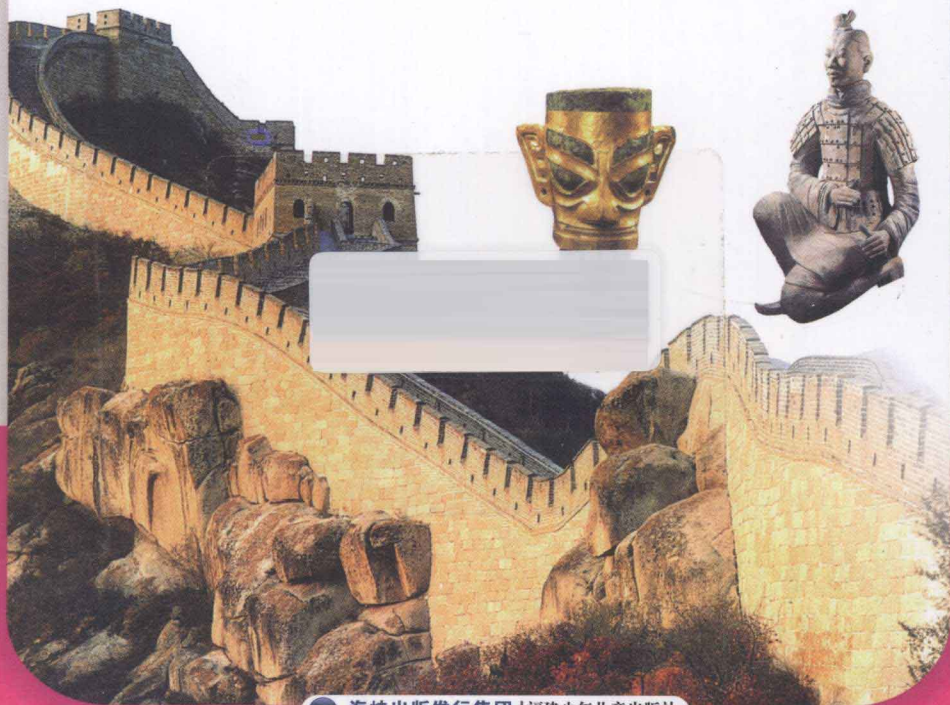
不同历史时期的知识介绍，让你熟悉中国历史；有趣的知识小插件，让你随时掌握文化常识，了解中国文化；历史人物的过往故事，帮你感知历史人物事件，积累写作素材。



58所名校班主任推荐 · 知识岛系列

中华上下五千年

ZHONGHUA SHANGXIA WUQIANNIAN



海峡出版发行集团 | 福建少年儿童出版社
THE STRAITS PUBLISHING & DISTRIBUTING GROUP | FUJIAN CHILDREN'S PUBLISHINGHOUSE

58所名校班主任推荐 · 知识岛 

主 编：程 帆

编 者：李永青

中华上下 五千年



海峡出版发行集团
THE STRAITS PUBLISHING & DISTRIBUTING GROUP

福建少年儿童出版社
FUJIAN CHILDREN'S PUBLISHINGHOUSE

图书在版编目 (CIP) 数据

中华上下五千年 / 程帆主编. ——福州: 福建少年儿童出版社, 2010.6

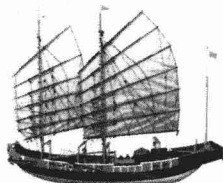
(58所名校班主任推荐·知识岛系列)

ISBN 978-7-5395-3765-8

I. ①中… II. ①程… III. ①中国 - 通史 - 少年读物
IV. ①K209

中国版本图书馆CIP数据核字 (2010) 第113166号

总策划: 小雨
美术统筹: 安娜
责任印制: 缪后卫
封面设计: 红十月设计室



58所名校班主任推荐·知识岛系列
中华上下五千年

主 编: 程 帆

编 者: 李永青

出版发行: 海峡出版发行集团

福建少年儿童出版社

社 址: 福州市东水路76号17层

邮 编: 350001

<http://www.fjcp.com>

e-mail: fcp@fjcp.com

经 销: 福建新华发行 (集团) 有限责任公司

印 刷: 北京飞达印刷有限责任公司

厂 址: 北京市昌平区北七家镇西沙各庄村西

开 本: 880 × 1230毫米 1/32

印 张: 70

字 数: 1880千字

版 次: 2010年6月第1版

印 次: 2010年6月第1次

书 号: ISBN 978-7-5395-3765-8

定 价: 100.00元 (共10册)

如有印、装质量问题, 影响阅读, 请直接与承印者联系调换。



目 录

◆ 三招读史

- 一 积累历史知识,熟悉中国历史 1
- 二 掌握文化常识,了解中国文化 1
- 三 感知历史人物事件,积累写作素材 2

◆ 远古时期

- 一 10 分钟了解远古时期 3
- 二 远古之最 3
 - ✦ 盘古开天地 5
 - ✦ 女娲补天 7
 - ✦ 神农尝百草 9
 - ✦ 尧舜禅让 11

◆ 夏商周

- 一 10 分钟了解夏商周 15
- 二 夏商周之最 17
 - ✦ 第一个奴隶制王朝 19
 - ✦ 商汤灭夏 23
 - ✦ 伯夷、叔齐饿死首阳山 27



◆ 春秋战国

一 10 分钟了解春秋战国	31
二 春秋战国之最	33
* 孔子的故事	35
* 卧薪尝胆	39
* 神医扁鹊	44
* 信陵君窃符救赵	46

◆ 秦朝

一 10 分钟了解秦朝	49
二 秦朝之最	50
* 千古一帝	52
* 揭竿而起	55
* 韩信甘受胯下之辱	58

◆ 汉朝

一 10 分钟了解汉朝	61
二 汉朝之最	63
* 汉高祖刘邦	64
* 司马迁和《史记》	67
* 刘秀建东汉	71
* 造纸术的发明	74



一代医圣——张仲景	77
黄巾军起义	80

◆ 三 国

一 10 分钟了解三国	83
二 三国之最	85
挟天子以令诸侯	86
英雄关羽	87
万事俱备,只欠东风	90
华佗的故事	93

◆ 魏 晋 南 北 朝

一 10 分钟了解魏晋南北朝	95
二 魏晋南北朝之最	97
才高不谨的嵇康	98
白痴皇帝晋惠帝	101
书圣——王羲之	102
刘裕建国	106
贾思勰	109

◆ 隋 朝

一 10 分钟了解隋朝	113
二 隋朝之最	114
隋文帝杨坚	115



杨广夺位	118
隋炀帝游江都	122
瓦岗军起义	126

◇ 唐朝

一 10 分钟了解唐朝	129
二 唐朝之最	131
唐高祖称帝	133
玄武门之变	136
玄奘西行	140
独一无二女皇武则天	142

◇ 宋朝

一 10 分钟了解宋朝	145
二 宋朝之最	147
赵匡胤陈桥兵变	149
王安石变法	154
千古奇冤——“莫须有”	157

◇ 元朝

一 10 分钟了解元朝	161
二 元朝之最	162
成吉思汗统一蒙古	164
元世祖忽必烈	167

❖ 关汉卿和元代杂剧	171
------------------	-----

◆ 明朝

一 10 分钟了解明朝	175
二 明朝之最	177
❖ 明朝开国皇帝朱元璋	179
❖ 施耐庵著《水浒传》	183
❖ 郑和下西洋	187
❖ 努尔哈赤	191

◆ 清朝

一 10 分钟了解清朝	195
二 清朝之最	197
❖ 吴三桂引清兵入关	198
❖ 康熙囚鳌拜	202
❖ 乾隆帝勤于国政	207
❖ 曹雪芹与《红楼梦》	210



三招读史

一 积累历史知识,熟悉中国历史

中华上下悠悠五千年,历史长,朝代更替快,人物历史事件多,通过阅读这本书,我们可以了解中国历史从远古到近现代的发展,了解每个朝代的历史、文化艺术与科学发展,全面掌握时代概况。比如唐代:



唐代的历史更替: 李渊建唐 贞观之治
则天称帝 安史之乱

唐代文学艺术:

诗歌: 李白 杜甫 白居易等

绘画: 吴道子

书法: 颜真卿 柳公权

唐代科学技术:

医学: 孙思邈

二 掌握文化常识,了解中国文化

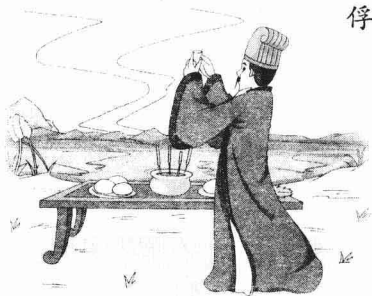
由于人民的聪明智慧,经过漫长的历史年代,中华民族形成了独特的东方文化。这些文化内容丰富,种类繁多,吃穿住行,无所不包。通过这本书,我们可以了解这些文化的来龙去脉,丰富人文知识。比如饮食文化:



馒头的来历：三国时代，蜀国南边的南蛮洞主孟获不断来袭击骚扰，于是诸葛亮带兵征伐。泸水一带人烟极少，瘴气很重而且泸水有毒。诸葛亮手下提出杀死一些“南蛮”的俘虏，用他们的头颅去

祭泸水的河神。诸葛亮不想杀“南蛮”俘虏，但为了鼓舞士气，他用军中带的

面粉和成面泥，捏成人头的模样儿蒸熟，当做祭品来代替“蛮头”去祭祀河神。后来，这种面食就流传了下来。但是称为“蛮头”实在太吓人了，人们就用“馒”字换下了“蛮”字，写作“馒头”。



三 感知历史人物事件, 积累写作素材

在历史的天空中，许多杰出人物如闪烁的明星，他们可歌可泣的事迹鼓舞激励着无数的后来人。也有一些人物，在历史上留下了不光彩的足迹，臭名昭著，对人起到警示作用。比如：

文天祥：“人生自古谁无死，留取丹心照汗青。”古往今来，人难免一死，为拯救祖国而死，舍生取义，一片丹心将垂于史册，映照千古。这激情慷慨的两句诗，表明了诗人舍生取义的决心，充分体现了文天祥的民族气节。

魏忠贤：掌握朝政，自称九千岁，朝廷上下只知有魏阉，不知有皇帝。他残酷镇压伸张正义的东林党人，拆毁全国所有书院，在全国大造生祠。崇祯即位后，魏忠贤自知罪行累累，上吊自缢，罪有应得，千百年来为人所不齿。



远古时期

一 10分钟了解远古时期

世界上许多国家的人民对天、地的出现及人类的产生，有各种不同的说法。在中国，有关盘古开天辟地和女娲造人一类的传说流传久远。但是随着科学的发展，特别是近代考古学、古人类学和地质学的发展，人们逐渐揭示了地球形成的奥秘，也揭示了人是生物进化的产物。虽然这些神话传说有很大的虚构成分，但是古文献中记载的神农氏种植五谷，黄帝的妻子嫫祖发明蚕丝，他的大臣发明文字、舟车以及黄帝战蚩尤等内容，因这些记载和发现说明这些传说并非虚妄，它们包含了不少历史的影子。这些记载和发现还说明，中华文明确实是源远流长。

二 远古之最

1 最古老的地理书

它虽仅有三万一千余字，却从天文、地理、神话、宗教，到民族、动物、植物、矿产等，天南海北，无所不包。它奇诡怪异，常被人斥为荒诞无经，直到汉武帝时才被公之于众，但实际上它是研究上古时代绝好的宝贵资料。由于年代久远，它的作者虽



经后人努力研究，却至今不明，它就是我国最早的地理书《山海经》。

2 最早的女神

她与伏羲是兄妹，人首蛇身，相传曾炼五色石以补天，并抔土造人，制嫁娶之礼，延续人类生命，造化世上生灵万物。她是中华民族伟大的母亲，她不仅创造了我们，还勇敢地保护我们，免受天灾。她神通广大，化生万物，每天至少能创造出七十样东西。她是我国神话史上最早的女神女娲。

3 最早的医生

他天生肚子晶亮透明，心肝肠肺全都能看得一清二楚。他不忍心看老百姓误食有毒的野草和野果中毒而死，于是不辞劳苦地走遍万水千山，亲自尝食各种野草和野果，有甜的，也有苦的，甚至有些是有毒的。他不但发现了许多可以吃的食物，还发现了许多可以治病的药材。他堪称是中国最早的医生，他就是神农氏。

故事导航

天地是怎样形成的？人类是从哪里来的？今天都已有了正确、科学的答案。然而，在这些“谜”未解开之前，几千年来只能靠荒诞离奇的神话故事来回答。它反映了人类祖先对自然现象和社会生活的天真解释，反映了他们美好的幻想和向往。

盘古开天地

传说在遥远的古代，天地还没有形成，宇宙是混沌沌的一团气，既不分上下左右，也没有东西南北，没有光，也没有声音，犹如一颗浑圆的鸡蛋，蛋清中间有个蛋黄。人类始祖盘古氏在这个浑圆的东西中间孕育了18000多年后，终于像孵化出的小鸡一样，破壳而出。这时，盘古氏挥舞起一把神斧，把这一团混沌劈了开来，分成两部分，一部分清而轻的气往上浮升，一天能浮升一丈，天长日久，就形成了蓝天；一部分浊而重的物质往下沉，一天能沉一丈，天长日久，就形成了大地。而盘古氏一天也能长一丈高。这样，又过了18000年，天升得很高很高，地变得很厚很厚，盘古氏也长成了顶天立地的巨人。

盘古氏成为巨人之后，他有了喜怒哀乐的表情，而天地万物也随着他的喜怒哀乐而变化。盘古氏高兴的时候，天空就很晴朗；发怒的时候，天空就显得阴沉；当他哭泣的时候，天空就下起雨来；呼吸的时候，大地上就形成一阵阵大风；当他睡下来，发出的鼾声，就是轰鸣的雷声。

也不知多少年过去了，这位开天辟地的伟大巨人死了。他躺在大地上，头东脚西，他的头化为东岳泰山，脚化为西岳华山，左臂化为南岳



衡山，右臂化为北岳恒山，他的肚子化为中岳嵩山，他的一只眼睛化成了太阳，另一只眼睛化成了月亮，而他的五脏六腑、头发和汗毛就化成了星星、高山、河流、草木等等。

读一读 查一查

《山海经》

《山海经》是先秦古籍，是一部富于神话传说的最古老的地理书。它主要记述古代地理、物产、神话、巫术、宗教等，也包括古史、医药、民俗、民族等方面的内容。除此之外，《山海经》还以流水账方式记载了一些奇怪的事件，对这些事件至今仍然存在较大的争论。“盘古开天地”的神话也记载在这本书中。

读一读 悟一悟

山川河流、花草树木都是盘古的身体变成的，我们可以从中体会到盘古的伟大，他不但为我们开辟了天地，死后还为我们作出贡献。

故事导航

通过盘古开天地的故事，远古的人们利用自己的想象解释了天与地以及万事万物的由来，那么作为万物之灵的人类又是从何而来的呢？于是就有了女娲补天的故事。

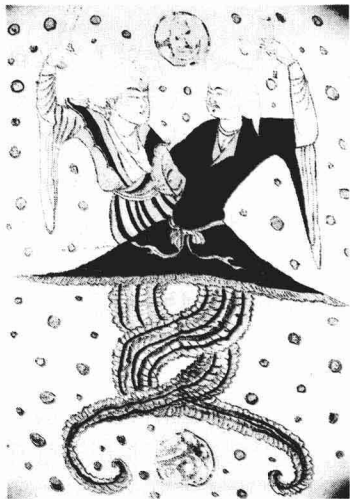


女娲补天

女 娲是中国历史神话传说中的一位女神。她与伏羲是兄妹，人首蛇身，相传曾炼五色石补天，并抟土造人，制嫁娶之礼，延续人类生命，造化世上生灵万物。女娲是中华民族伟大的母亲，她不仅创造了我们，还勇敢地保护我们以免受天灾。她神通广大，化生万物，每天至少能创造出七十样东西。传说女娲造人之前，在正月初一创造出鸡，初二创造出狗，初三创造出羊，初四创造出猪，初五创造出马，初六这一天，女娲用黄土和水，仿照自己的样子造出了一个个小泥人。她造了一批又一批，后来她觉得太慢，于是用一根藤条，沾满泥浆，挥舞起来，一点一点的泥浆洒在地上，都变成了人。

关于女娲造人，我国民间还有一种说法，即女娲与伏羲是兄妹。当宇宙初开时，天地之间只有他们兄妹二人在昆仑山下，天下没有其他人。他们想结为夫妻，又自觉羞耻。于是他们上昆仑山，对着上天说：“天若同意我兄妹二人为夫妻，请您将天上的云都合成一团，要不就把云散了吧。”天上的云立即合起来，他们俩就成了夫妻。

在洪荒时代，水神共工和火神祝融因故吵架而大打出手，最后祝融打败了共工。水神共工因打输而羞愤地朝西方的不周山撞去，哪知那不周山是撑天的柱子，不周山崩裂了，支撑天地之间的大柱断了，天倒下了半边，出现了一个大窟窿，



地也陷成一道道大裂纹，山林烧起了大火，洪水从地底下喷涌而出，龙蛇猛兽也出来吞食人民。人类面临着空前大的灾难。女娲目睹人类遭到如此奇祸，感到无比痛苦，于是决心补天，以终止这场灾难。她选用五色石子，架起火将它们熔化成浆，再用这种石浆将天上的窟窿填好。随后又斩下一只大龟的四脚当做四根柱子把倒塌的半边天支起来。女娲还擒杀了残害人民的黑龙，刹住了龙蛇的嚣张气焰。最后为了堵住洪水不再漫流，女娲收集了大量芦草，把它们烧成灰，堵塞向四处流淌的洪流。经过女娲一番辛劳整治，苍天总算补上了，地填平了，水止住了，龙蛇猛兽也敛迹了，人们又重新过着安乐的生活。但是这场特大的灾祸还是留下了痕迹：天有些向西北倾斜，因此太阳、月亮和众星辰都很自然地归向西方；地向东南倾斜，所以一切江河都往那里汇流。天空出现的彩虹，那就是女娲补天神石的彩光。

读一读 查一查

伏羲

伏羲，中华民族人文始祖，是我国古籍中记载的最早的王，所处时代约为新石器时代早期，他根据天地万物的变化，发明创造了八卦，成了中国古文字的发端，也结束了“结绳纪事”的历史。他又结绳为网，用来捕鸟打猎，并教会了人们渔猎的方法，发明了瑟，创作了《驾辨》曲子。他的活动，标志着中华文明的起始，也留下了大量关于伏羲的神话传说。

读一读 悟一悟

天塌陷后，女娲不忍心看着自己创造的人类在洪水中受苦，于是用五色石来补天，通过她艰苦的劳动，天上和地下又太平了，女娲就像母亲一样无私与伟大。



故事导航

天下有了人类，有了万物，那么人类在荒凉的远古时期如何生存呢？他们的食物与我们今天的食物一样吗？他们如何种植庄稼？他们生病了怎么办呢？神农氏作为人类的祖先之一，发明了医术，教会人们种植庄稼，为人类做出了巨大贡献。

神农尝百草

远古的时候，人们靠采摘野果为生，由于对各种植物的习性不了解，不知道哪些能吃，哪些不能吃，误食一些有毒的果子后就得了病，甚至中毒死去，生活过得十分艰辛。这时出现了一个勇敢能干的“神农氏”，他的肚子光亮透明，心肝肠肺全都能看得一清二楚。神农氏很想为人们做些事，决心尝遍所有能吃的东西，看看它们在自己肚子里的变化。于是他不辞劳苦走了很多地方，亲自尝过各种野草和野果，有甜的，也有苦的，甚至有些是有毒的。他不但发现了许多可以吃的食物，还发现了许多可以治病的药材。同时又发现有些果实落在地上，竟然在第二年生出苗来，到了秋天，又长出了更多的果实。神农氏把这个发现告诉了人们，人们在他的带领下大量栽种起来。他们用木头制造一种耕地的农具，叫做耒耜。耒耜用来耕地，种植五谷，收获量就更大了。人们为了感谢神农氏，就尊奉他为首领。



传说中的神农氏就是炎帝。他不但是农业之神，还是太阳神，是一个对中华民族有着颇多贡献的传说人物。传说中他除了发明农耕技术外，

