中华文明传真

ZHONGHUA WENMING CHUANZHEN

5

WEIJIN NANBEICHAO FENLIE DONGDANGDE NIANDAI

分裂动荡的年代

魏晋南北朝

刘炜主编
罗宗真著

上海辞书出版社
商务印书馆（香港）



需要全本请访问 www.ertongbook.com

《中华文明传真》征集有关文物考古资料和照片时，得到以下单位的大力支持和协助，在此鸣谢。

中国文物学会
中国文物交流中心
中国社会科学院考古研究所
中国历史博物馆
全国各省、自治区博物馆
全国各省、自治区文物考古研究所

中华文明传真 5 Chinese Civilization In A New Light

魏晋南北朝

分裂动荡的年代

刘 炜 ● 主编
罗宗真 ● 著

上海辞书出版社
商务印书馆（香港）

图书在版编目(CIP)数据

中华文明传真 5.魏晋南北朝：分裂动荡的年代 / 刘炜主编.
—上海：上海辞书出版社，2001.9
ISBN 7-5326-0833-6

I.中… II.刘… III.① 中国—历史—普及读物
② 中国—古代史—魏晋南北朝时代—普及读物
IV.K209

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2001)第059431号

本卷照片提供：郭 群 樊中炎 张 羽 李 凡 王保平
张宝玺 孔 群 等
《中国地域文化大系》之《东北文化》、《草原文化》、
《吴越文化》、《河陇文化》等。
《敦煌石窟全集》之《佛教东传故事画卷》、《民俗画卷》、
《舞蹈画卷》、《本生因缘故事画卷》、《报恩经画卷》等。
商务印书馆(香港)有限公司等

中华文明传真 5
魏晋南北朝 —— 分裂动荡的年代

出 版 人 …… 李伟国 陈万雄
总 策 划 …… 张倩仪
主 编 …… 刘 炜
作 者 …… 罗宗真
责任编辑 …… 张 敏 李德仪
封面设计 …… 姜 明
版式设计 …… 陈颖欣
插 图 …… 邵 满
电脑复原图 …… 梁竹君
出 版 …… 上海辞书出版社 商务印书馆(香港)有限公司
上海陕西北路 457 号 香港筲箕湾耀兴道 3 号东汇广场 8 楼
邮政编码 200040 http://www.commercialpress.com.hk
制 版 …… 中华商务彩色印刷有限公司
香港新界大埔汀角路 36 号中华商务印刷大厦
印 刷 …… 中华商务联合印刷有限公司
深圳市龙岗区平湖镇春湖工业区中华商务印刷大厦
发 行 …… 上海辞书出版社发行所发行
开本 16 印张 10 插页 4
版 次 …… 2001 年 9 月第 1 版
印 次 …… 2001 年 9 月第 1 次印刷
印 数 …… 1 — 20000
定 价 …… 50 元

(发行于中国大陆、新加坡及马来西亚等地)
版权所有，不准以任何方式，在世界任何地区，以中文或其他任何文字翻印、仿制或转载本书图版和文字之一部分或全部。

主编的话

看见历史、感受历史、思考历史

《中华文明传真》是一套开创性的丛书，它将中国历史从帝王将相、改朝换代的框架中释放出来，用文献和考古学结合的方法，以最新的考古成果全方位、新视角、多层面、新观念去重新阐释。将历史发展过程中最关键的观念，物质文明最重要的细节，用现代的手法展现出来，因而从内容到形式，皆独具特色、富有新意。中国的历史从未被如此剖析过。

中国是一个幅员辽阔的多民族国家，为了将它五千年的历史重新演绎，我们组织了一批深谙文献和考古学的专家，费五年之功编写，期间反复修改，力求保证丛书的学术水准。历史的发展与当时的环境、物质条件、文明程度息息相关，展示和阐明这种种联系，对于认识历史发展的多样性、复杂性，是十分必要的，但却是以往未曾被重视的。为此，我们在全国各地博物馆和文物考古所的大力支持下，选取了数千幅照片，其中包括珍贵的航拍和卫星照片，重现古代的都城、山川形势等，使读者可以感受到当时人们的物质生活环境。各地博物馆和文物考古研究所还专门为本书拍摄最新考古现场和出土文物照片。至于一些已经湮没无法拍摄的遗迹，则以三维电脑图或插图复原本来的面貌。利用最新的考古研究的成果弥补文献记录的空白，突破以往历史书以文字叙述为主的旧模式，透过精练简白的文章、多元的视像元素，让中国历史立体地呈现出来。中国的历史从未被如此展示过。

历史作为人类既往行进、发展的记录，原本就是多元多面、错综复杂的。本丛书为了适应快节奏的时代步伐，力求在有限的篇幅中增强信息量，避免沉闷气氛，文字以精练简白见长，让事实说话，让实物作证，主题突出，特色鲜明，取今人之独有，补前人之空缺。使读者以新视角、新层面看见历史，感受历史，思考历史。

刘炜

二〇〇一年六月

需要全本请访问 www.ertongbook.com

目录

第一单元　四百年的分裂与融合

社会大动荡中的变革 8

南北对峙的政局　军事对抗的局势　铁骑的兴起与战术演变
振奋军威的军乐队　北方少数民族逐鹿中原

统治北方的铁骑帝国 18

来自大兴安岭的拓跋鲜卑　百年经营的平城　北魏再迁都及再改革

民族变化与融合 24

汉化运动下的新都城洛阳　汉化风气下的北魏王室墓葬

历史近镜 降附鲜卑的西晋王族司马金龙之墓 28
胡化汉人治下的鲜卑贵族库狄回洛之墓 30
政治联姻的见证 —— 草原大国公主的墓葬 32

汉族的半壁江山 34

定都江南　移民潮推动的经济发展

历史近镜 凭恃天险的石头城 36

帝王陵寝 40

偏安江南的帝王陵寝　陵区石刻与随葬品

第二单元　世家大族的兴衰

世家大族在政坛崛起 44

踏上贵族之路　门阀世族与皇帝共治天下

历史近镜 聚族而葬的南方大族 —— 周处家族墓地 48

无处不在的士族势力 50

士族的特殊地位　沃土连绵的园林化大庄园　自给自足的大庄园
庄园主的豪华生活　庄园中的依附民　庄园的防御　一坞壁

世家大族的生活 62

衣冠之族的衣冠　追求享乐的士族居室　仪仗出行与车马具
口腹之欲与奢华之风　世家大族崇尚的魏晋风度

第三单元　南北经济新格局

农业生产 72

中原地区的破坏与复苏　边远地区的安定与开发　江南的开垦与发展
农业技术的革新

商业的繁荣 80

南北互市与商业交通　商业贸易与商品种类

活跃的手工业 84

各地手工业的逐渐发展　手工业的创新和突破　特色日农的制瓷业
绚丽多彩的纺织品

目录

第四单元　重塑智慧与热情的多元文化

玄学与道教 92

时代的气质 —— 玄学　道教的成熟与定型

历史近镜镜 蔑视礼俗的竹林七贤 94

佛教风靡中国 98

佛教的传布与发展　译经与佛教中国化　佛教与中国传统信仰的融合
民间信仰与葬俗　崇佛与火佛　禅修与石窟寺
龙兴寺与佛像窖藏　佛教在南方

历史近镜镜 北魏平城的佛教中心 110
王者风范的云冈石窟 112
丝绸之路的佛教圣地敦煌 114
龙兴寺的佛像及菩萨造型 118

绘画与书法 122

融合中西的佛教绘画　士大夫主导的绘画艺术　从篆隶到楷书

中外乐舞大交融 128

南北民乐汇成清商乐　胡乐与佛教乐舞　各地乐舞的汇通
新兴舞蹈及其风貌

科学技术的创新 136

实用与理论并重的科学

第五单元　分裂下的对外关系

丝绸之路的畅通 138

日益扩大的中外交通　通往波斯及拜占廷之路
与印度、西域诸国的关系

历史近镜镜 中国境内的粟特人和拜火教 144

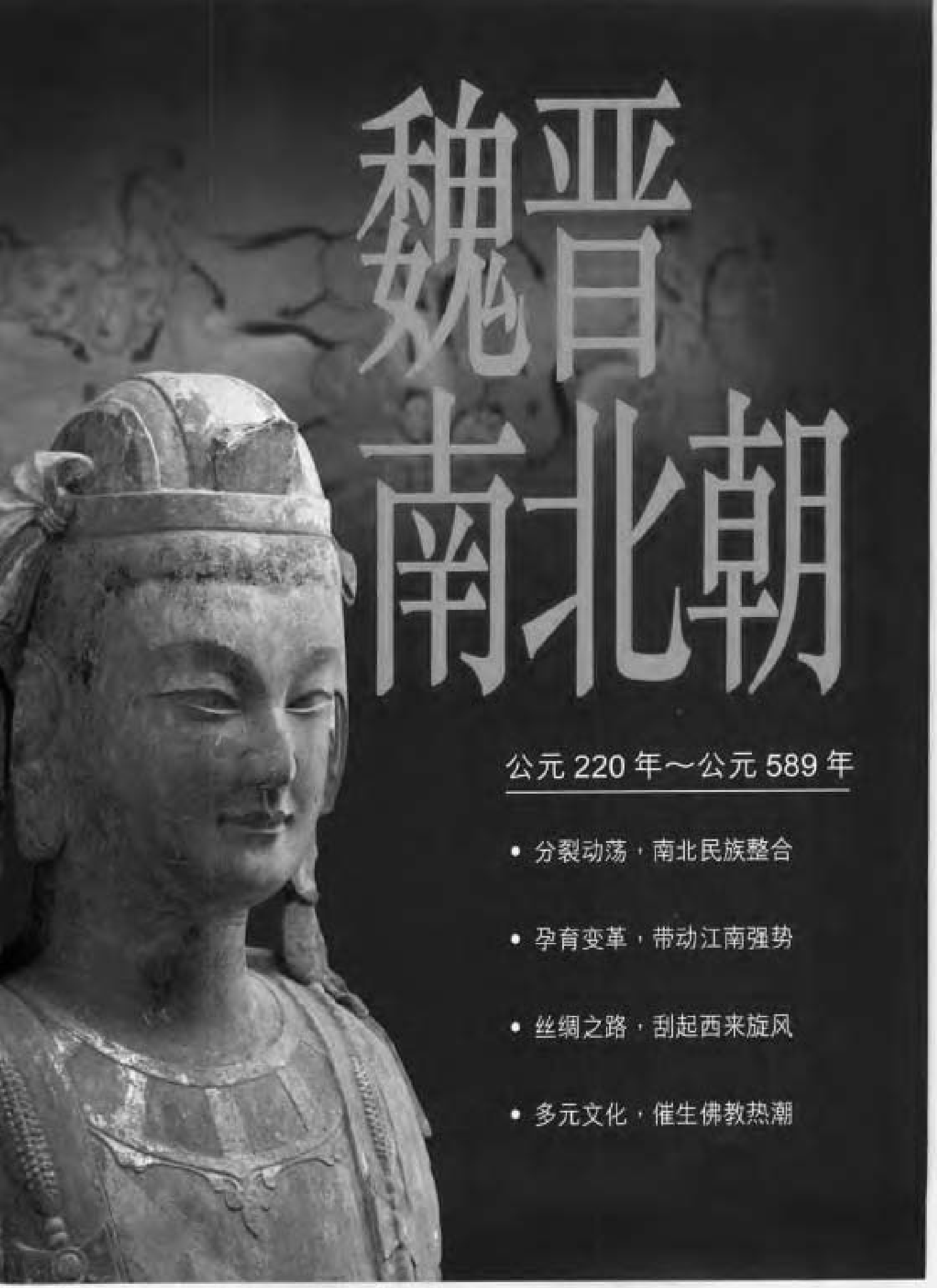
海上通道的开辟 146

与高句丽、百济、新罗的关系　中日交往的开端
海道中转站：与南海诸国的关系

历史近镜镜 强盛的高句丽 148
排列有序的高句丽古墓群 150
壁画所见的高句丽文化 152

魏晋南北朝历史大事年表 158





魏晋南北朝

公元 220 年～公元 589 年

- 分裂动荡，南北民族整合
- 孕育变革，带动江南强势
- 丝绸之路，刮起西来旋风
- 多元文化，催生佛教热潮

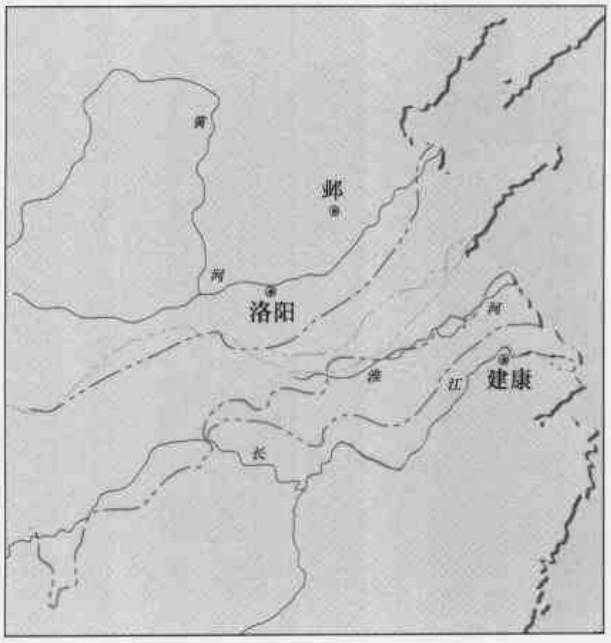
社会大动荡中的变革

① 南北对峙的政局

魏晋南北朝时代不到四百年，但它是中国历史上秦汉和隋唐这两个极盛之世中间的重要变革时期。它是继春秋战国之后，第二次社会剧烈变动所带来的结果，其变动虽然由中原内部祸乱引起，结果却造成南北民族大融合，西方文化大量输入，中原文化大量南渐，为隋唐盛世注入新血液，打下新基础。

北方破坏与门阀势力兴起

大变局的序幕由汉朝末年的军阀混战揭开。在战乱环境中，一向是政治、经济、文化中心的黄河流域遭到严重破坏，中原户口十不存一。流民大多依附于地方乡里的有势力者，变成这些豪强世族的佃客和部曲*。地方势力纷纷建立坞壁自守，庄园内自给自足，这种生产方式使自然经济占了主导地位。这些地方上的大势力，在军事上割据自保，其中自汉末以来世代官宦的世家大族，成为地方著姓，获得贵族一样的尊贵身分。门阀制度的兴起和衰亡左右了这几百年的世局，影响深远。而北方连年争战破坏，中原人口大量南迁，导致经济重心开始向长江流域转移。



分裂时代的南北分界线

西晋以来，少数民族逐渐强大，纷纷在北方建国，迁居南方的中原汉族，主要利用淮河或长江天险自守，双方形成对峙局面。



民族南迁的浪潮

两汉以至魏晋南北朝时代，中原地区除汉族外，西、北边境及南方的少数民族族别和人口都明显增长，主要的少数民族有匈奴、鲜卑、羯、氐、羌等，人口达到八百多万。到了三国西晋时代，他们大部分进入中原地区，结果西北诸郡，都变成外族居住的地方，关中一百多万人口，汉族不足一半。西、北方的少数民族习惯骑射，勇武善战，当中原王朝衰落时，他们纷纷建国，并大肆征战迫使中原汉族大量南迁，以淮河或长江为界自守。因此，在魏晋南北朝三百七十年中，政治上出现近三百二十年的南北对峙局面，战争频繁，人口大规模流动，社会动荡不安。各民族之间的交往，亦间接促进了边远地区和南方地区的发展，为以后隋唐立国准备了条件。当时社会生活虽然黑暗痛苦，然而，在文化上绝不是一无成就的黑暗时代。



晋归义氐王金印

"归义"是归顺的意思。这是西晋朝廷颁给归顺于晋室的氐族部落首领的印信。



亲晋胡王铜印印文

"胡"是汉族对北方少数民族的称呼。



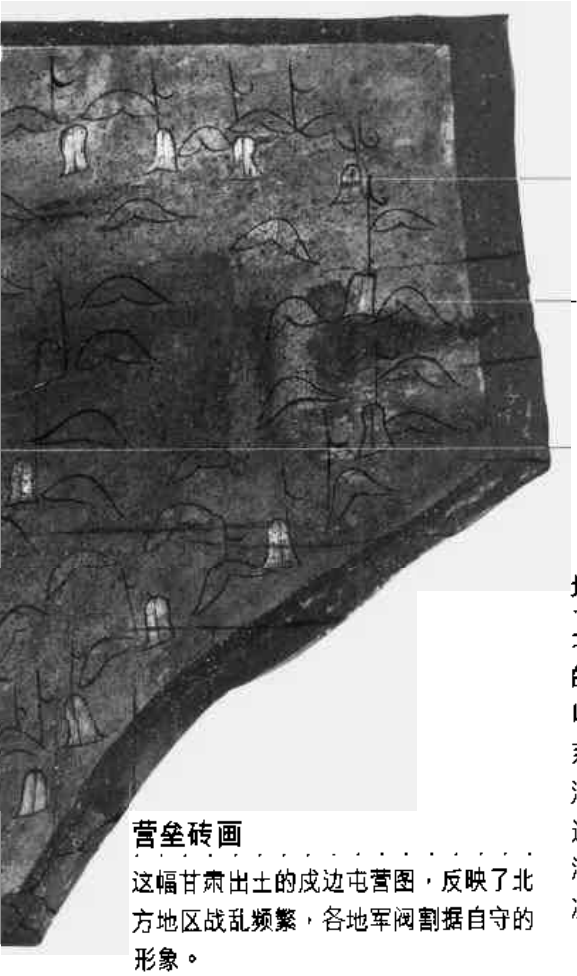
晋鲜卑归义侯金印印文

归义侯是西晋王朝赐给鲜卑族首领的封号。



晋归义羌侯金印印文

羌和氐族是今甘肃、青海地区较大的少数民族。



营垒砖画

这幅甘肃出土的戍边屯营图，反映了北方地区战乱频繁，各地军阀割据自守的形象。



坞壁复原图

北方兵戈扰攘之际，地方贵族未能南迁的，都筑坞壁自保。他们的结聚形式，或以宗党、或以婚姻、或以佃户为核心，关系极为密切。坞壁宗族有自己的政治、经济与家族主义，形成地方上强大的势力。这是三国时代的坞壁模型，反映了在军阀混战的背景下，地方贵族筑坞自守的情况。

***佃客和部曲：**聚居在主园中依附于庄园主的农民称"佃客"，武装起来的佃客就是"部曲"。部曲需接受军事训练，战时参战，战争结束后则与其他佃客一起从事生产。

小辞典

需要全本请访问 www.ertongbook.com

社会大动荡中的变革

② 军事对抗的局势

这个由汉族王朝衰败、少数民族政权逐鹿中原而引发的大动荡时代，除了引起民族大迁徙外，南北分裂以及频繁战争是另一个显著的现象。分裂国家之间不断发生战争，其中北方的五胡十六国战况固然激烈，南、北王朝之间的攻伐更是对时局有关键性影响，任何一方成功都可能使中国重归统一。在这个政局混乱、战争频仍的时代，政权更替有如走马换将，人民流徙于途，生命朝不保夕。

北方是战乱的主体

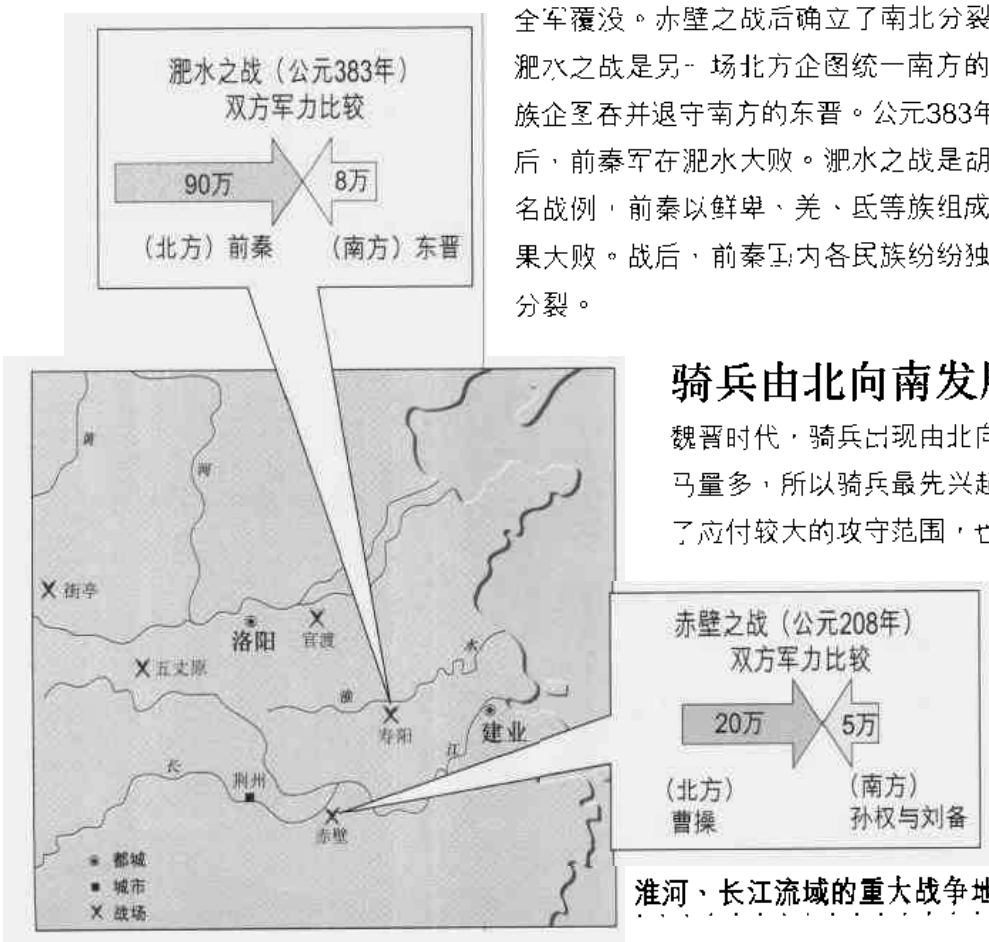
在魏晋南北朝三百多年间，大大小小的战争无数，战争的规模庞大。受摧残最烈的是北方，因为北方是正统汉族政权争夺的重要战场，又是胡族入据中原的大前方。由汉末割据地方的军阀混战，到五胡十六国混战，到北朝几次改变易主，北方政局稳定的时间很短。南方战乱较少，相对稳定，只是应付北方的统一战争，以及规模较小的北伐战争。从人口、经济实力的悬殊，整个的偏安心态，南方都未能发动大规模北伐，而且战场不在本土，对民生及经济的残害相对较小。

北方企图吞并南方的重大战役

三国至南北朝期间，南北双方都企图吞并对方，先后出现多次战争。在北强南弱的形势下，南方虽然较为被动，但最后都能以少胜多，击退北方的千军万马。

赤壁之战是北方为统一南方而发动的首场大战，是汉族之间争夺正统政权之战，由已统一北方的曹操发动，在长江中游的赤壁决战，结果曹操水军全军覆没。赤壁之战后确立了南北分裂、天下三分的形势。

淝水之战是另一场北方企图统一南方的大规模战争，占有大部分北方的胡族企图吞并退守南方的东晋。公元383年，前秦君主苻坚亲率大军南下。最后，前秦军在淝水大败。淝水之战是胡汉之间的战争，又是以少胜多的著名战例，前秦以鲜卑、羌、氐等族组成联军，人马虽多，但意志不一，结果大败。战后，前秦立为各民族纷纷独立建国，国家体制瓦解，北方再陷分裂。



淮河、长江流域的重大战争地点

骑兵由北向南发展

魏晋时代，骑兵出现由北向南发展的趋势。北方地域辽阔，产马量多，所以骑兵最先兴起。南方虽然不适宜骑兵作战，但为了应付较大的攻守范围，也没有忽视骑兵的建设，并且有独立编队，协同步兵作战。

骑兵的装备也出现由轻装到重装的演变。秦汉时代，流行装备轻巧、机动灵活、适合运动战的轻装骑兵。魏晋时代，骑兵和战马都配上防护力强的重型铠甲，骑

兵还戴头盔，配备马刀。这种重装骑兵，装备笨重，行动缓慢，适合以单骑短兵格斗。值得注意的是，这时的骑兵已经使用马镫，骑士两脚有了着力点，有利于马上格斗，战斗力得到提高。

水军的发展

东晋以来的南方政权，据有长江中、下游地区，由于地理形势，在发展步、骑兵的同时，更侧重发展水军。南方与北方的多次大战，都是以水军为主力的，其中如刘裕几次北上破燕、破齐和灭后秦之战，就是典型例子。

披有重型铠甲的战马



重装甲马画像砖

这是一件在河南邓州市出土的画像砖，可证明当时北方已建立起防御力强的骑兵队伍。罩上重装铠甲的战马虽可得到全面的保护，但因为负荷太重，战马速度因而降低，也削弱了骑兵的冲杀力。



北方持盾武士俑

北方武士的铠甲有铁制和皮制两种。铠甲分为两片，胸前一片，背后一片，两片甲在肩上用带连结，也有在肩上加"披膊"的，这个东魏陶俑是形象的反映。

南方持盾武士俑

南方的武士装备与北方不同，由于骑兵力量比较薄弱，铠甲只是身分最高的骑兵装备，一般的武士没有铠甲。而这个东晋武士的军服与北方士兵的窄袖长袍也有明显分别。

社会大动荡中的变革

③ 铁骑的兴起与战术演变

魏晋南北朝时代，门阀世族的势力迅速扩展，世家大族自组部曲家兵，武备精良。在庄园经济及军阀割据的局势下，自汉朝形成的军事体制发生变化，各国改行中军和外军制度。进入中原的外族也接受了中原的体制，并组建以骑兵为核心的军事武装，最突出的是骑兵和战马都披带铠甲。中原豪族仿效组织的骑兵队伍，被编入国家军队，在战场上发挥了无可替代的决定性作用。

中军和外军制度的演变

中军和外军制度，由曹魏时期开始实行，西晋和东晋等王朝亦一直沿用。中军即驻守京师地区的军队，由中央直接管辖和调遣，兵士由数万至二十万不等，各国不同。中军再分为宿卫军和牙门军，宿卫军屯驻京师以守卫宫室，牙门军屯驻京城郊外，是机动部队。外军是屯驻各地的军队，兵力多者达五万人，少者不过万人。各地军队由中央委派的都督统帅统领，但因当时地方势力强盛，都督拥有比较独立的指挥权。而内迁的少数民族政权，如匈奴、鲜卑也沿用这种中军外军的制度。

由于连绵的战争，使魏晋各国的疆域变化极大，这种根据行政疆域来划分中军、外军的军事制度，界限越来越模糊。所以后来中军逐渐演变为由本民族的精兵组成，有的全部是骑兵，由皇帝亲自统帅作战；外军则由被征服的外族军队组成，统帅由中央委派或是外族降将。不同地域的兵种也各有不同，北方是骑兵和步兵，南方则由骑兵、步兵和水军组成。



四骑士与指挥官

敦煌的西魏壁画显示，战马除眼、鼻和四足外，全身都得到铠甲的保护。



防护力与冲击力兼备的铁骑

骑兵在魏晋南北朝的发展锐不可当，在战场上已成为主力兵种。“铁骑”更成为骑兵中的精锐部队，其特点是骑手和战马都身披甲胄，保护严密，故又称“重装甲骑兵”。铁骑兵的编制在各国大致相同。铠甲主要分两种，以皮革制或铜铁制，骑兵和战马的铠甲一般在质料及颜色上需要配套。铁骑兵的优势除了有严密的防护装备，他们又以快速的进攻增强冲击力。铁骑对没有铠甲的骑兵来说，已构成极大的威胁，步兵更是无法与之对抗。秦汉时期威力巨大的远程弓箭，对铁骑兵所造成的杀伤力已大大减弱了。

铁骑兵的战术运用

铁骑兵在大规模的战争中最见成效，作战时采横列队，以密集的队形攻击敌军阵营，乱其军阵。一旦与敌军正面交锋，队形立即分散，单骑作战，最终以白刃格斗分胜负。铁骑兵的战斗方法和策略，可归纳为正面突击、侧翼攻击、截击、伏击以及各个击破。披上铠甲的战马负担过重，故此也有限制，一是灵活性不及轻骑兵，队形不易变换，更不能以纵队进行攻击，需采取横队冲击，才能发挥威力；二是不能负担大纵深、长距离的行军跋涉，战事宜速战速决，最多一二天便要结束。后来，骑兵越来越讲究快速机动的性能，防护装置也有了进一步改进，使南北朝兴盛一时的重装铠甲，在隋唐逐渐消失。



铁骑兵

持盾步兵

重装甲马作战图

此图表现了北方战争的场面，再现了重装甲马和步兵作战的特征。



骑马文官俑

从服饰来看，这应是文官陶俑。由于战争频繁，文官也配备战马和保护身体的铠甲。但文官的铠甲属于轻型，马也没有披甲。



双层甲胄骑马俑

社会大动荡中的变革

④ 振奋军威的军乐队

南北朝时期由于骑兵大军团作战，召集和指挥军队都主要依靠军乐。各国的军队也很重视乐队在振奋军威方面的作用，组建以演奏军乐为主的特殊队伍，称为“军乐队”。军乐队所用的乐器主要包括两大类：一类是打击乐器，有鼓、铙等；另一类是吹奏乐器，有箫、笳等。

由军乐变仪仗的鼓吹

鼓吹是打击乐器和吹奏乐器并用的一种组合演奏。魏晋时，鼓吹乐队常用的乐器有鼓、铙、箫、笳；后来，乐器组合发生变化，铙逐渐在乐队中消失，到魏晋末，军乐中的打击乐器只剩下鼓了。鼓吹乐队的人数不固定，大致维持在二至十六人之间。到南北朝晚期，鼓吹乐队地位显赫，其性质也发生了变化，不仅设于军队之中，更成为皇权的象征和社会等级的标志。陈宣帝于太建六年（公元574年）曾对鼓吹制度重新提出明确的规定，按身分阶级订立出行军队中的鼓吹乐队人数：护卫皇帝的鼓吹乐队最庞大，有十六人；皇后的乐队有十三人；皇太子的乐队有十二人；王室贵族、官员大臣逐级递减。



北方特色浓厚的号角

南北朝时，北方地区军队的另一类主要乐器是鼓和号角。号角原是西北地区的古代游牧民族所用，以动物的角制成。据《宋书·乐志》记载，号角源于羌胡，故又称“胡角”。胡人与汉人战斗时，吹响号角可以惊吓汉人战马。

随着时代的发展，鼓吹乐队逐渐演变成宣扬威仪的卤簿* 的组成部分，而号角则一直用于军乐，拥有它的都是与军事有关的将领。尤其在北朝，鲜卑

横吹画像砖

号角原为骑兵鼓吹的军乐器，主要是指挥军队行进方向，增强军队的士气，冲锋时也鼓吹号角。这幅南朝的步卒鼓吹画像砖反映了胡角不仅由骑兵鼓吹，也有步卒配合，使号角的声音更宏亮，从中也可了解到南朝以骑兵与步兵配合作战的特征。



举鼗振摇，配合击鼓节奏

系幡的胡角

黄釉骑马奏乐俑



等级	乐手分布	总数
皇帝	箫13人，笳2人，鼓1人	16
皇后	箫11人，笳1人，鼓1人	13
皇太子	箫10人，笳1人，鼓1人	12

魏晋末年的仪仗乐队规定

由陈宣帝订立的鼓吹仪仗制度，只用箫、笳、鼓，铙已不再使用了。

骑马号角俑



族的骑兵部队中，使用的军乐主要是号角。随着南、北方之间文化的交流和民族的逐渐融合，号角在南方同样盛行起来，除了骑马的乐队外，也有徒步吹奏的乐队。到了隋朝，号角与鼓吹一样，正式进入朝廷宫室，成为统治者宣扬威仪的工具。此外，当时在军乐演奏中还有"横吹"。

浑厚粗犷的军乐曲辞

鼓吹和号角除用于乐器演奏外，还配上曲辞歌唱，许多曲辞就是采录自当时流行的民歌而来。北朝时期，伴随纵横驰骋的少数民族铁骑，以号角演奏的乐曲显示出浑厚粗犷的风格，其曲辞也有不少豪放质朴的佳作，如《企喻歌》、《琅琊王歌》、《紫骝马》、《折杨柳》等。这些曲辞在中国古代诗歌史上占有重要地位，唐朝许多著名的诗人就从此取得灵感，写出了传颂千古的篇章。



彩绘击鼓陶俑

军乐队中的圆鼓有两种：一是横悬鼓架的建鼓；另为体积较小的板鼓，可以挂在腰间敲击。图中的乐俑装束是典型鲜卑式的。

***卤簿：**古代帝王起驾时扈从中仪仗队的名称。出行之目的不同，仪式亦有别。汉朝以后亦用于后妃、太子、王公大臣。唐朝规定四品以上的官员皆给卤簿。

小辞典

需要全本请访问 www.ertongbook.com