

中国历史大讲堂

两晋南北朝

史话

刘精诚 著



中国国际广播出版社

中国历史大讲堂

两晋南北朝史话

刘精诚 著

江苏工业学院图书馆

藏书章

中国国际广播出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

中国历史大讲堂 两晋南北朝史话/ 刘精诚著. —北京:

中国国际广播出版社, 2007.1

ISBN 978-7-5078-2766-8

I. 中... II. 刘... III. ①中国 - 古代史 - 两晋时代
(265 ~ 420) - 通俗读物②中国 - 古代史 - 南北朝
时代 (420 ~ 581) - 通俗读物 IV.K220.9

中国版本图书馆CIP数据核字 (2006) 第154880号

中国历史大讲堂 两晋南北朝史话

著 者	刘精诚
责任编辑	凭 林
版式设计	国广设计室
责任校对	徐秀英
出版发行	中国国际广播出版社 (83139469、83139489[传真])
社 址	北京复兴门外大街2号 (国家广电总局内)
	邮编: 100866
网 址	www.chirp.com.cn
经 销	新华书店
印 刷	北京广内印刷厂
开 本	640 × 940 1/16
字 数	235千字
印 张	18
印 数	7000册
版 次	2007年1月 北京第1版
印 次	2007年1月 第1次印刷
书 号	ISBN 978-7-5078-2766-8 / K · 118
定 价	21.00 元

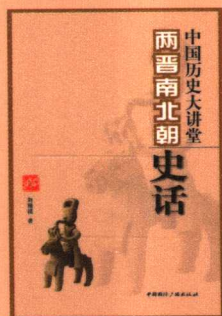
国际广播版图书 版权所有 盗版必究

(如果发现印装质量问题, 本社负责调换)

作者简介



刘精诚：浙江慈溪人，华东师范大学历史系教授。1965年复旦大学历史系研究生毕业。主要著作有《魏孝文帝传》、《话说中国》、《空前的融合》、《中国道教史》、《中国货币史》（合著）等。



策 划：李晓琤
 凭 林
 统 筹：刘东成
 责任编辑：凭 林
 美术设计：田荣荣

欢迎登陆本社网站
www.chirp.com.cn

出版说明

赫赫始祖，吾华肇造。

胄衍祀绵，岳峨河浩。

聪明睿智，光被遐荒。

建此伟业，雄立东方。

这是半个世纪前我们祭祀轩辕始祖——黄帝时留下的华美篇章。

我国是有着 6000 年历史的文明古国，而不懈的考古挖掘，还在不断延伸着她的历史源头。放眼全球，我泱泱中华，江山多娇；检点历史，我华夏文明，源远流长。从《周易》到《诗经》，自《天问》而《警世钟》，六七千年，流淌不息。这里既有“先天下之忧而忧”的浩然博大，也有“何必马革裹尸还”的坦荡豪壮；既有“人生自古谁无死，留取丹心照汗青”的忠贞刚烈，也有“青山有幸埋忠骨，白铁无辜铸佞臣”的忠奸判定。曾经长时期居于世界前列的中华文明，为人类的进步无私贡献出了自己无数的珍藏。

曾几何时，延绵几千年的中华文明遭遇了暂时的挫折，“打倒孔家店”的激愤一度让很多人盯上了西方的月亮。改革开放之初，经济发展上与西方发达国家的巨大差距让媚外的思潮重新暗流涌动。但同时，过度物质化了的西方国家，却把他们的目光重新投向东方文明的古邦，试图从中找寻人与自然和谐发展的良方。为此，我们曾一度犹豫彷徨，当一片飞叶被远风捎来时，我们因分不清它来自仙草还是毒藤而迟疑；当一堆泥沙被湍流冲去时，我们为说不清它含金蕴宝还

是藏垢纳污而烦躁。

随着经济与社会的持续发展，曾经徘徊在一些人心头的迷茫逐渐扫去，重视传统，回归本源，从中华文明中寻找持续进步的动力重新成为热门话题。清理我们的文化遗产，描绘她的真实面貌，发扬她的优秀传统文化，规划她的锦绣前程，是当代中国人既严肃又富有魅力的历史使命。

作为四大文明古国中唯一没有中断发展脉络者，我们的历史是最应珍视的一笔遗产。但中国历史博大精深，古籍文献、文书档案浩如烟海，一部中国史，真不知从何处说起！

为满足广大读者的需要，我社约请、组织在史学界享有崇高声望的老一辈历史学家，精心编撰了这套《中国历史大讲堂》丛书。全套丛书共分 13 分册，分别是夏商、西周、春秋、战国、秦汉、三国、两晋南北朝、隋唐、五代、宋朝、元朝、明朝和清朝。本着对读者负责的态度，作者在专业研究的基础上，以大手笔撰写小文章，在各分册中，对该断代的重大事件、经济发展、民族关系、中外交流、社会生活、哲学思想、文学艺术、科技发展等都作了详细的介绍，既有专业的厚度，又不乏诙谐和幽默，文笔平实流畅，通俗易懂。

历史是一个辉煌的存在，历史学是一门智慧之学、启迪之学，我们衷心希望广大的读者朋友能从这套丛书中寻到灵感，从 6000 年历史积淀中汲得智慧，熔铸出一个属于自己的、崭新的智慧王国。

中国国际广播出版社

2007 年 1 月 1 日



开 头 语

——略说两晋南北朝

在中国漫长的历史长河中，统一是历史的主流，但也出现过分裂时代。两晋南北朝就是介于秦汉和隋唐两次长期大统一之间的一个动荡和分裂时代。

两晋是指西晋和东晋。继魏、蜀、吴三国鼎立之后，公元 265 年，司马氏从曹魏手中取得政权，建立了西晋王朝。西晋在公元 280 年灭吴，统一了中国。但西晋的统一极为短暂，到公元 316 年就在北方少数民族贵族进攻下灭亡了。西晋灭亡后，北方进入“五胡十六国”大乱时期，南方则建立了东晋。北方十六国最后被北魏统一；北魏以后又分裂为东魏、北齐和西魏、北周的对峙，称为北朝。南方继东晋之后，又出现了宋、齐、梁、陈四个朝代，称为南朝。南北朝长期对峙，战争频繁。最后北周灭北齐，北周又为隋所取代。公元 589 年，隋灭陈，中国又重归统一。两晋南北朝历时 324 年（265—589）。

这是我国历史上最为复杂动乱的时代。汉族和各少数民族先后建立过大小约 30 多个政权，较大的战争发生 500 次以上。对于这样一个长期陷于分裂、朝代更替频繁、战争连绵不断的时代，人们把它看作“乱世”是可以理解的。但是，如果由此得出结论，说这个时代漆黑一团、停滞倒退，则是片面的、不科学的。

恩格斯曾经批评一些资产阶级史学家把欧洲中世纪看作漆黑一团、“历史的中断”，是一种“非历史的观点”。他说：“中世纪的巨大进步——欧洲文化领域的扩大，在那里一个挨着一个形成的富有生命力的大民族，以及 14 和 15 世纪的巨大的技术进步，这一切都



没有被人看到。这样一来，对伟大历史联系的合理看法就不可能产生”^①。恩格斯用历史的和辩证的观点分析欧洲中世纪，应该成为我们的思想指导。

两晋南北朝虽然战乱纷繁，但是无论在经济、民族融合、思想文化各方面都有发展进步。

从经济来说，南方经济得到了很大的发展；从西晋末年开，北方大批人口南下，带去了数以百万计的劳动力和先进的农业生产技术，使江南荒地大量开发，南方经济得到长足进步。农业上兴修水利，精耕细作，扩大耕地面积，大量种植北方农作物；手工业方面冶炼、纺织、制瓷、造纸、造船等发展很快；商业兴盛，城市繁荣。从而不仅使长江流域，而且闽江、珠江流域都得到了开发。北方在孝文帝改革后经济也有很大的恢复和发展；这反映在北魏末年出现了两部著作：记载北方农业生产技术发展的《齐民要术》和反映洛阳城盛况的《洛阳伽蓝记》。到北魏熙平（516—518）年间，北方人口总数已达到3200余万人。总之，经过两晋南北朝以后，我国的经济重心开始南移。隋唐时每年从江淮漕运粮米一二百万石供应京师，江南已成为经济中心。隋唐时代的繁荣不是偶然的；因为它除了拥有北方黄河流域外，又增加了长江流域，扩大了一倍。

在统一时期，经济的发展往往是服从于统一王朝各方面的需要，所以都城以及中央控制的重要区域有较大的发展。分裂时期情况则不同，由于建立了许多政权，这些政权为了自身的存在和发展，要重视本地区经济的开发，注意安定民生，发展生产。所以社会经济有可能向深度和广度发展。当时中国主要有三个经济文化区域：一是以长安（今西安）为中心的关中经济文化区；二是以洛阳、邺城（今河北临漳）为中心的中原经济文化区；三是以建康（今江苏南京）为中心的江南经济文化区（《隋书·地理志》上中下三卷即按此区分）。人口流动，少数民族经济与汉族的交流，对社会经济的发展也起了一定的作用。

其次，这时期是民族大融合时期。我国古代经历了三次民族大融

^① 恩格斯：《路德维希·费尔巴哈和德国古典哲学的终结》《马克思恩格斯选集》第4卷，第225页。



合时期。一次是春秋战国，一次是魏晋南北朝，一次是宋辽夏金元。魏晋南北朝时代的民族融合是规模最大的一次。马克思认为，文化相对落后的民族必然被文化相对先进的民族所同化，这是“永恒的历史规律”。这是因为人们总是向往更高更美好的物质文化生活。当时周边各少数民族进入中原，在汉族先进生产方式影响下，逐步封建化了。各族间的关系更加紧密了。我国历史上许多古老民族，如匈奴、乌桓、鲜卑、氐、羌、巴以及其他各种胡人，大体上都在这个时期走完了他们的历史进程，融合到汉族中了（羌、匈奴主要指内迁部分）。她们都对中华民族的文化发展作出了贡献。隋唐的统一强盛局面是与这一阶段的民族融合分不开的。

再次，这时期思想文化也有较大的发展。

自从汉武帝“独尊儒术”，儒家学说成为官方哲学。两晋南北朝时期由于社会大变动，没有产生统一的、相对稳定的、至高无上的皇权，思想上专制主义有所放松。由于儒家经学本身的僵化，先秦诸子学说不同程度上得到“复兴”，名、法、道、儒、墨、兵、纵横等诸子百家前后相继而起，形成了先秦以后学术界再度活跃的局面，在一定程度上可以说是先秦以后又一个“百家争鸣”时期。这一时期的思想文化的特点，一是人的自觉精神得到充分的发展，人们不再受儒家名教束缚。“木兰诗”、梁祝故事等的出现，是人们追求男女平等和婚姻自由等个性解放和独立人格的表现。二是思想比较开放，从而使各种文化融合。儒、道、佛的合流，佛教的玄学化，中西文化频繁交流，各民族互相学习、对其他文化的兼收并蓄，使文化上能包罗宏富，达到开放融合。三是宗教得到广泛的传播。佛教有很大发展，北朝末年共有僧尼300余万，占当时人口十分之一。民间信奉鬼神之俗盛行，道教已被改造成为统治者的宗教，为统治者所提倡。此外，科学技术、文学、史学、地理学、书法、绘画、雕塑、音乐等各方面都有重大的成就。

由此可见，两晋南北朝时代既有动荡、战乱的一面，又有经济、文化、民族融合等方面的重大发展。这是一个承先启后、继往开来的时代。可以说，隋唐时代的繁荣昌盛，乃是这个时期为其打下了深厚的基础。



目 录

开头语

——略说两晋南北朝	1
-----------------	---

第一章 西晋的短期统一

一、“司马昭之心，路人皆知”

——西晋的建立和统一	1
------------------	---

二、占田制和“太康之治”

——社会经济的恢复和发展	3
--------------------	---

三、“上品无寒门，下品无世族”

——门阀制度与门阀士族的特权	6
----------------------	---

四、“奢侈之费，甚于天灾”

——门阀士族的腐朽	7
-----------------	---

五、“八王之乱”

——分封制和皇族内讧	10
------------------	----

六、大成国和张昌暴动

——西晋末年流民起义	15
------------------	----

七、各族内迁与刘渊称汉

——永嘉之乱与西晋的灭亡	19
--------------------	----

第二章 十六国的割据纷争

一、荒淫的刘聪

——汉和前赵	23
--------------	----

二、从奴隶到皇帝

——石勒与后赵	26
---------------	----



三、西北汉文化的中心	
——张轨建立前凉	29
四、从辽东到中原	
——前燕的崛起和内迁	32
五、苻坚和王猛	
——前秦的建立和统一北方	36
六、“风声鹤唳，草木皆兵”	
——淝水之战	39
七、北方的再分裂	
——淝水之战后的北方	42
八、坞壁和坞壁经济	
——战乱中的生产军事组织	47

第三章 世家大族扶持下的东晋

一、“王与马，共天下”	
——东晋的建立	51
二、祖逖中流击楫	
——东晋初年的北伐	53
三、东晋统治者的内部矛盾	
——世家大族与东晋政权	56
四、“不能流芳百世，也要遗臭万年”	
——桓温其人	59
五、侨置郡县与土断	
——东晋的户籍整顿	62
六、东山再起	
——谢安的历史功绩	64
七、“一人而三反，岂得立也”	
——刘牢之与东晋后期政局	67
八、孙恩、卢循起义	
——江南第一次大规模的农民战争	70



第四章 南朝政权的更替

一、刘裕建立宋朝与“元嘉之治”

——刘裕、刘义隆的改革 74

二、宋魏大战

——宋初大规模的南北战争 77

三、“前见子杀父，后见弟杀兄”

——宋皇室内部残杀 80

四、“愿后生世世勿生帝王家”

——齐的建立 82

五、“作事不可在人后”

——齐王朝在内訌中急速衰亡 85

六、菩萨皇帝

——梁武帝的四十八年统治 87

七、“自我得之，自我失之”

——梁末侯景之乱 90

八、陈霸先和王僧辩

——陈的建立 94

九、《玉树后庭花》

——陈的灭亡 96

第五章 南方社会经济的发展

一、“一岁或稔，则数郡忘饥”

——南朝的农业 100

二、二万斛大船

——南朝的手工业和商业 103

三、从《山居赋》看士族田庄

——南朝大土地所有制 106

四、“上车不落则著作，体中何如则秘书”

——门阀士族的衰落 109

五、“寒人掌机要”

- 寒门庶族的兴起 112

六、蛮、僚、俚等少数民族

- 南朝的民族关系 115

七、“交聘”与“互市”

- 南北朝之间的和平交往 117

第六章 鲜卑拓跋部建立的北魏

一、嘎仙洞的历史遗迹

- 鲜卑拓跋部的早期历史 121

二、北魏前期的杰出人物——拓跋珪

- 北魏王朝的建立 124

三、宗主督护制下的北方社会

- 北魏前期的阶级结构 127

四、崔浩“国史”事件

- 鲜卑贵族与汉士族的矛盾 130

五、冯太后与北魏改革

- 孝文帝改革之一 134

六、均田制与社会经济的发展

- 孝文帝改革之二 136

七、迁都洛阳与汉化政策

- 孝文帝改革之三 140

八、“饥鹰侍中”与“饿虎将军”

- 北魏后期社会矛盾的激化 144

九、六镇起义与“河阴之变”

- 北魏末年各族人民大起义 147

第七章 东魏北齐与西魏北周

一、高欢建立东魏

- 高欢起家与代北豪族的兴起 151



二、农民战争与社会进步	
——东魏北齐初年的改革	155
三、民族融合中的曲折	
——鲜卑贵族与汉士族的矛盾	158
四、“无愁天子”	
——北齐的衰亡	161
五、宇文泰和苏绰	
——西魏的建立与改革	163
六、府兵制	
——西魏北周的兵制	167
七、“岂有卅岁天子可为人所控制”	
——北周武帝宇文邕	170
八、三百年分裂局面的结束	
——北周灭北齐与隋的统一	172

第八章 思想和宗教

一、经学的中变时代	
——儒家经学的变化	176
二、“贵无”与“崇有”	
——玄学和清谈	178
三、君主制是一切罪恶的根源	
——鲍敬言的《无君论》	182
四、及时行乐的腐朽人生观	
——《列子·杨朱》篇的纵欲主义	184
五、“南朝四百八十寺，多少楼台烟雨中”	
——佛教的发展	186
六、伟大的无神论者	
——范缜和《神灭论》	189
七、西行求法的先驱者	
——法显和《佛国记》	192



八、道教的演变

- 统治者对民间道教的改造 195

第九章 文学、史学和艺术

一、骈文的盛行

- 具有时代特征的文风 198

二、“采菊东篱下，悠然见南山”

- 田园诗人陶渊明 201

三、《敕勒歌》与《木兰诗》

- 南北朝民歌 204

四、《文心雕龙》、《诗品》和《文选》

- 三部总结性的文学著述 207

五、《三国志》与《后汉书》

- 史学的重大发展 210

六、右军书法千秋业

- 王羲之的书法 213

七、画像点睛

- 顾恺之的绘画 216

八、云冈石窟和龙门石窟

- 北朝的佛窟和佛塔 219

第十章 科学技术的新成就

一、裴秀和制图六体

- 中国科学制图学的创始者 223

二、炼丹家葛洪对化学和医学的贡献

- 炼丹术与科学 225

三、大科学家祖冲之

- 圆周率的计算 228

四、陶弘景与《本草经集注》

- 一部重要的药物学著作 231



五、炼钢技术的新成就	
——“灌钢”冶炼法	233
六、酈道元与《水经注》	
——中国古代杰出的地理学家	236
七、贾思勰与《齐民要术》	
——伟大的农业百科全书	239

第十一章 社会生活

一、品种多样，精细讲究	
——饮食	243
二、胡汉融合，互相吸收	
——服饰	246
三、居室的差别与坐具的变化	
——住房家具	250
四、牛车和肩輿	
——交通	252
五、门第婚和薄葬	
——婚姻和丧葬	254
六、元旦、端午和重阳	
——岁时节令	256
七、檮菑、握槊和围棋	
——娱乐生活	258
附录一 两晋南北朝世系表	261
附录二 十六国兴亡表	265
附录三 两晋南北朝大事年表	267