



中国国家对外汉语教学
领导小组办公室规划项目

东南亚汉语教师培训教材

中华文化研修教程

金 宁 主编



人民教育出版社

0112318



中国国家对外汉语教学
领导小组办公室规划项目



201123186

中华文化研修教程

东南亚汉语教师培训教材

金
宁
主
编



人民教育出版社

图书在版编目(CIP)数据

中华文化研修教程/金宁主编. —北京: 人民教育出版社, 2003
ISBN 7-107-17160-7

I. 中…

II. 华…

III. 文化史—中国—中小学—师资培训—教材

IV. K203

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2003)第 101272 号

人民教育出版社出版发行

(北京沙滩后街 55 号 邮编: 100009)

网址: <http://www.pep.com.cn>

人民教育出版社印刷厂印装 全国新华书店经销

2004 年 2 月第 1 版 2004 年 2 月第 1 次印刷

开本: 890 毫米×1 240 毫米 1/32 印张: 10.75

字数: 270 千字 印数: 0 001 ~ 3 000 册

定价: 18.60 元

《中华文化研修教程》简介

中国文化丰富多彩，博大精深。它曾长期居于世界文明的前列，为人类的文明与进步作出了巨大贡献，是世界文明史上的财富，也是中华民族延续和发展的精神支柱。它有生生不息的活力，有广泛的凝聚力，有丰厚的创造力。为了让更多的海外华人全面了解中国文化知识，同时也使更多的海外华文教师得到系统的培训，华侨大学华文学院承接了中国国家对外汉语教学领导小组办公室项目《中华文化研修教程》的编写工作，历时一年，总计约 21 万字。

中华文化源远流长，内涵丰富，在一本书中不可能完全涵盖，只能选取其中有代表性的、具有深远影响的、对推动中华文化做出巨大贡献的中华文化中的精髓部分，力求系统、全面地介绍中华文化从古至今的各个方面。全书从整体框架上分为三部分：知识篇、交际篇和传统美德篇。其中知识篇介绍基本文化知识，即中华文化的一般常识，包括中华民族的起源与形成、中华文明介绍、汉字文化、教育与科举、古代典籍、古代文学、古代艺术、名胜古迹、古代科技、中医中药、传统工艺、武术、古代宗教、今日中国等十四部分；交际篇中涉及海外华文教师应掌握的交际常识及交际背景知识，包括崇拜与禁忌、中国家庭、社交礼仪、传统节日、姓名字号、饮食服饰、中外文化交流等七部分；传统美德篇是为华文教师的特殊需求而设的，主要介绍中华文化中的传统美德，包括儒家学说、传统道德规范、仁爱为本、智慧圆融、忠于国家、刚正不阿、崇尚气节、注重情操、自强不息、华侨华人等十部分。以上三大部

分共同构成一个相对完整的文化知识系统。

本教材主要是为了满足海外华文教师对提高专业知识、文化素养和工作技能方面的需要而编著的，针对海外华文教师的具体情况，书中没有涉及深奥的文化学术研究成果，而是用通俗流畅的语言讲述基本文化常识，同时考虑到教学的实际需要，在材料的选择上尽可能选取与提高华文教师文化素质相关的文化内容。

从教材自身的特色看，除了语言的通俗、规范，主要表现为强烈的爱国主义色彩和鲜明的时代特色。

本教材图片丰富，部分图片选自《中华古文明大图集》（人民日报出版社，1992.7）、《北京》（北京出版社，1989）等，在此对图片作者谨致谢忱。

知 识 篇

第一章 中华民族的起源与形成	(1)
一、三皇五帝的传说与早期的华夏部族	(1)
二、夏商周三代与新华夏族	(5)
三、民族融合与汉族的形成	(7)
第二章 中华文明源远流长	(9)
一、史前文明	(9)
二、夏、商、周三代	(10)
三、春秋、战国	(12)
四、秦朝	(12)
五、汉朝	(13)
六、魏、晋、南北朝	(13)
七、隋、唐	(14)
八、宋、辽、金、元	(15)
九、明朝和清朝	(16)
十、近代——中国的觉醒与抗争	(17)
第三章 汉字文化	(20)
一、汉字的产生	(20)
二、汉字的结构——六书	(22)
三、汉字的发展	(23)
四、汉字的文化特征	(26)

第四章 教育与科举	(30)
一、古代的教育机构	(31)
二、科举制度	(35)
三、近代教育思想	(36)
第五章 古代典籍	(41)
一、中华元典	(42)
二、其他典籍	(46)
三、类书与丛书	(50)
第六章 古代文学	(52)
一、上古神话	(52)
二、《诗经》	(55)
三、屈原与楚辞	(56)
四、先秦散文	(57)
五、两汉文学	(57)
六、魏晋南北朝文学	(58)
七、唐诗	(59)
八、宋词	(62)
九、元曲	(63)
十、明清小说	(65)
十一、近代文学	(67)
第七章 古代艺术	(68)
一、书法篆刻艺术	(68)
二、绘画艺术	(73)
三、雕塑艺术	(78)
四、戏曲艺术	(79)
五、音乐	(83)
六、建筑园林	(90)
第八章 名胜古迹	(104)

一、六大古都·····	(104)
二、长城·····	(108)
三、大运河·····	(110)
四、兵马俑·····	(110)
五、圆明园·····	(112)
六、十三陵·····	(113)
七、故宫·····	(115)
八、天坛·····	(116)
九、颐和园·····	(117)
十、布达拉宫·····	(118)
十一、五岳·····	(120)
第九章 古代科技·····	(124)
一、四大发明·····	(124)
二、天文历法·····	(129)
三、农学与水利·····	(132)
四、算学·····	(135)
五、著名科学家·····	(136)
第十章 中医与中药·····	(142)
第十一章 传统工艺·····	(150)
一、瓷器·····	(150)
二、丝绸·····	(153)
第十二章 中国武术·····	(157)
一、发展概况·····	(157)
二、武术门派·····	(158)
三、武术器械·····	(160)
第十三章 古代宗教·····	(163)
一、宗教的产生·····	(163)
二、佛教·····	(163)

三、道教·····	(168)
四、伊斯兰教·····	(170)
第十四章 今日中国 ·····	(172)
一、中国的版图、行政区划、民族·····	(172)
二、政治与外交·····	(175)
三、经济·····	(178)
四、文化与教育·····	(180)
五、宗教·····	(185)
六、科技·····	(187)
七、人口与人口政策·····	(190)
八、中国的法律·····	(191)
九、医疗与卫生·····	(193)

交 际 篇

第一章 崇拜与禁忌 ·····	(195)
一、民间崇拜·····	(195)
二、民间禁忌·····	(198)
三、崇尚与喜好·····	(199)
第二章 中国家庭 ·····	(205)
一、传统家庭·····	(205)
二、家庭的变迁·····	(207)
三、家庭的现代化和现代化的家庭·····	(209)
第三章 社交礼仪 ·····	(211)
一、日常交际习惯与用语·····	(211)
二、告别与祝福·····	(213)
三、社交场合的尊卑礼让·····	(215)
四、简帖书信的礼貌用语·····	(215)

五、婚丧礼仪·····	(216)
第四章 传统节日 ·····	(221)
一、春节·····	(222)
二、元宵节·····	(225)
三、清明节·····	(227)
四、端午节·····	(228)
五、中秋节·····	(229)
第五章 中国人的姓、名、字、号 ·····	(231)
一、姓和氏·····	(231)
二、名与字·····	(233)
三、号·····	(236)
第六章 饮食服饰 ·····	(238)
一、烹调·····	(238)
二、茶文化·····	(241)
三、酒文化·····	(244)
四、衣冠服饰·····	(247)
第七章 中外文化交流 ·····	(252)
一、丝绸之路·····	(252)
二、佛教东传·····	(254)
三、日本遣唐使·····	(256)
四、马可·波罗东行·····	(257)
五、郑和下西洋·····	(258)
六、西学东渐·····	(260)

传统美德篇

第一章 传统伦理道德的思想基础——儒家学说 ·····	(263)
一、“克己复礼”与“德政”“礼治”·····	(263)

	二、倡言“仁学”与“仁者爱人”	(264)
	三、“六经”育人与“君子”人格	(265)
第二章	传统伦理道德规范	(267)
	公、忠、孝、节、义、仁、礼、智、信、廉、 耻、谦逊、勤俭	(267)
第三章	仁爱为本	(277)
	一、“尧天舜日”	(277)
	二、大禹治水	(278)
	三、周公辅成王	(280)
第四章	智慧圆融	(281)
	一、老子	(281)
	二、孔子	(283)
	三、孟子	(285)
	四、庄子	(287)
第五章	忠于国家	(290)
	一、鞠躬尽瘁——诸葛亮	(290)
	二、先天下之忧而忧，后天下之乐而乐—— 范仲淹	(292)
	三、精忠报国——岳飞	(293)
第六章	刚正不阿	(296)
	一、敢为诤臣——魏征	(296)
	二、铁面无私——包公	(298)
	三、爱民如子——海瑞	(300)
第七章	崇尚气节	(302)
	一、苏武留胡节不辱	(302)
	二、“留取丹心照汗青”	(303)
	三、“天下兴亡，匹夫有责”	(304)
第八章	注重情操	(306)

一、屈原志行高洁，出淤泥而不染·····	(306)
二、陶渊明辞官归隐，“不为五斗米折腰” ·····	(307)
第九章 自强不息 ·····	(309)
一、励志好学·····	(309)
二、司马迁忍辱撰《史记》·····	(311)
三、唐玄奘西行求法·····	(312)
第十章 华侨华人——中华美德的海外传人 ·····	(314)
一、东南亚华侨华人奋斗业绩·····	(314)
二、民族光辉——华侨华人的佼佼者·····	(317)
参考文献 ·····	(325)

第一章 中华民族的起源与形成

身为华人，我们常常为中华民族悠久的历史 and 灿烂的文化而自豪。我们自称“炎黄子孙”“龙的传人”，可是你知道中华民族的源头在哪里？你知道中华民族是怎样形成的吗？

远古时期，在中华大地上曾有许多原始部落世代代生存繁衍着。伴随着文明的进步，原始部落发展为较大的部族，部族经过兼并与融合，又演进为具有共同地域文化特征的民族共同体。中华民族的主体是汉族，在中国统一的多民族国家中，从汉代开始，汉族一直是人口最多的民族，也是中华文化的主要创造者。汉族同其他兄弟民族一起，创造了辉煌灿烂的中华文化。然而，汉族本身成分很复杂，是一个众多古代部族和民族的融合体。汉族的前身主要是在中原地区生活的华夏部族。

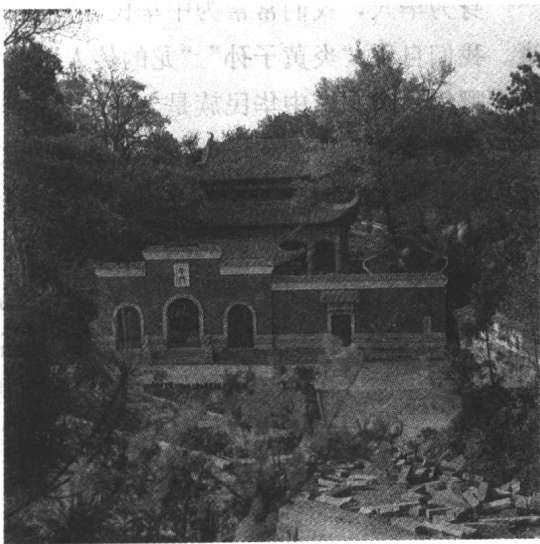
一、三皇五帝的传说与早期的华夏部族

华夏部族是中原地区土著部落的融合体，三皇五帝就是早期华夏族的首领。中国有句老话说：“自从盘古开天地，三皇五帝到如今。”盘古是中国古代神话传说中开天辟地的英雄，是创世纪的神，三皇五帝则都是中华民族创世传说中的英雄人物。“三皇”指伏羲、

神农和黄帝，“五帝”指少昊、颛顼、帝喾、尧和舜。由于儒家的大力推崇，从秦汉时起，中国人就把三皇五帝奉为神明，进行祭祀。唐玄宗曾下令为三皇五帝立庙奉祀，颂扬三皇五帝对中华民族生存发展的开创之功。宋太祖曾派人寻找三皇五帝的陵墓，并且派人守陵，每年春秋两次祭祀，一直相沿到明清。

三皇五帝中最重要的是炎帝（神农）和黄帝。华人之所以称自己是炎黄子孙，实际上是把炎帝和黄帝作为中华民族的始祖。由于年代久远，现在我们已经很难弄清楚他们生活的具体年代。通过神话传说，我们能大体知道他们作为早期华夏部族的领袖，在中华文明刚刚出现的时候，领导华夏先民，披荆斩棘，开创民族生存与发展的道路。

炎帝，也称神农，是姜姓部族的首领，在中国古代神话里他是太阳神。相传他牛头蛇身，教人制造农具，播种五谷，交换货物，挖井取水；他曾亲尝百草，发明医药，最后在尝药时中毒烂肠而死。神农时代大约在母系氏族社会的后期，由渔猎阶段进入农耕阶段，他



炎帝陵

的称呼“神农”和他的长相“牛头”，都是农业文化的特征。相传他生于今陕西省宝鸡市。炎帝部落的活动范围，主要在今天的湖南湖北一带。湖北的神农架林区，就是传说中神农采集草药的地方。神农死后葬于茶陵（今湖南省炎陵县）。因为他主要活动在南方，

南方属火，所以被后人尊为炎帝。湖南省炎陵县有炎帝陵，近年来有很多人前去祭拜。

黄帝比炎帝晚八代，他是姬姓部族的首领。根据记载，黄帝姓公孙，是少典部落首领的儿子。据说他生于寿丘（今山东省曲阜市），在姬水旁生活，所以又姓姬，后来住在轩辕丘（今河南省新郑市），号“轩辕氏”。轩辕的时候，炎帝部落已经衰落，战争不断，百姓生活很不安定，轩辕



黄 帝

趁机举兵讨伐无道，很多部落纷纷归附轩辕。轩辕整顿军队，顺应农时，种植五谷，安抚百姓，驱除猛兽，努力治理好自己统治的地区。后来，与炎帝部落在阪泉进行了三次交战，终于战胜炎帝部落，实现了他的壮志。当时，只有南方的九黎族首领蚩尤不愿顺服。轩辕联合各部落军队，与蚩尤在涿鹿（今河北省涿鹿县一带）展开大战，抓住并杀死蚩尤。于是，各部落共同推举轩辕为领袖，建都于涿鹿，不久又南迁到有熊（今河南省新郑市），所以又称“有熊氏”。因轩辕部族的活动范围主要在中原地带（即中央），中央属土，土是黄色的，所以被尊为黄帝。相传黄帝发明衣帽，建造房屋，制造车船、弓箭。他的妻子嫫祖发明养蚕，史官仓颉创造文字，大臣羲和等创造天文历法。黄帝时代已进入父系氏族社会，产生了私有制，出现了战争和掠夺。历史上的尧、舜、禹和夏、商、周的帝王，都是他的子孙，可见黄帝确实是对中华民族影响深远的一位人物。

伏羲，又称宓戏、羲皇、太昊。相传他出生于成纪（今甘肃省天水市附近），也是华人的始祖。他的相貌特别，人头蛇身。根据上古神话，他与妹妹女娲结为夫妻，并生儿育女，繁衍出人类。据

说伏羲上知天文，下知地理，发明八卦，还教人织网、捕鱼、打猎，并教人将猎物在庖厨（厨房）里加工成美食，所以他又叫“庖牺”。伏羲曾经把都城建在陈（今河南省淮阳县）。由各种文献记载推断，伏羲、女娲时代还处于母系氏族社会，部落的活动范围，大约在今河南省北部、山东西部、河北省和山西南部一带。

三皇之后，又有五帝。五帝的第一位是少昊。少昊姓己，名挚，号“金天氏”，相传是太昊伏羲的儿子。少昊将都城迁到曲阜，在位 80 多年，死后葬在云阳山（今山东省曲阜市境内）。

五帝中的第二位是颛顼。颛顼号“高阳氏”，传说是黄帝的孙子。《史记》中描述颛顼是一位具有雄才大略的帝王。他仁慈圣明，广施教化，四方部落都来归顺，统治的地区非常广。

五帝中的第三位是帝喾，又称“高辛氏”。他是黄帝的曾孙，颛顼的侄子，30 岁时继颛顼成为首领。他仁爱慈祥，又不失威严，品德高尚，生活节俭，举止合乎礼节，为百姓做了很多好事，是一位德高望重的领导者。颛顼、帝喾死后，葬于今河南省濮阳市城外，称“二帝陵”。

五帝中最后两位是尧和舜。尧舜常常并称，他们是古代贤君的典范。尧非常重视顺应天时和民意。他命令羲氏、和氏，从日月星辰的运行规律中定出历法，并把季节时令的变化规律教给百姓；任命羲仲等人管理督导春季的耕种、夏季的农作和秋季的收成以及农作物的储藏。于是人民喜悦和乐，鸟兽也生长兴旺，各种事业都欣欣向荣。尧没有把天下作为自己的私产，而是替人民着想，禅让给舜。因为这种惠及天下的仁举，尧成了万世拥戴的圣人。尧死后，百姓十分悲伤，像死了父母一样，三年之内，天下不奏乐，以表示对他的怀念。现在山西省临汾市东北有尧陵，陵墓高大雄伟，相传是百姓感念他的恩德，用手捧土建造成的。

舜即位后，在蒲坂（今山西省永济市）建都城，命禹治水，皋陶掌管法律，后稷管农业，天下大治，四海归顺。舜在位 39 年，

到南方巡视，病死在苍梧之野，葬于长江之南的九嶷山（今湖南省宁远县）。他的两个妻子追随他去南方，到洞庭听说舜死了，也悲痛而亡。今九嶷山的舜源峰、娥皇峰、女英峰，就是因纪念舜帝和他的妻子而得名。

二、夏商周三代与新华夏族

黄帝到大禹时代，是中华民族的前身——华夏族的第一个发展阶段。夏商周三代，是华夏族发展的又一个阶段。因为这一时期国家政权已正式形成，民族聚合力量增强，聚合范围扩大，速度加快。夏商周三代实际上是华夏族的三个支系——夏族、商族、周族先后建立的三个政权。夏禹、商汤和周武王，对华夏族的发展也产生了重要影响，历史上称他们为“三王”。

禹是鲧的儿子，他接替鲧继续整治洪水，尽心尽力，历经 13 年，终于平息了水灾。禹因治水有功，被封为“夏伯”，于是他的部族称为夏，其封地在今河南省禹州市。禹继舜成为首领后，最初在阳城（今河南省登封市）建都，国号夏。禹晚年到南方巡视，大会诸侯，死于会稽（今浙江省绍兴市），因此在绍兴建有禹陵、禹庙。大禹治水所经过的地方，后人都建有禹王庙、禹王宫、禹王台。

夏朝建立后，夏族迅速发展壮大。夏王朝的直接统治区虽然不大，但由夏族的同姓姒姓封国和臣服各部族所占据的地域却很大。西至华山，东至豫东平原，北至黄河北岸，南至南阳盆地，这一地域内的所有居民都被夏族同化。另外，夏族还有许多异姓封国，受夏族的文化影响，其中一部分也融入夏族之中。

商族起源很早，大约始于虞舜时代。商族的始祖是契，契是黄帝的后代，因为他协助夏禹治水有功，被舜任命为司徒，封地为商。商族的早期活动中心在豫北冀南一带，后来向南发展。商族农牧业很发达，常常迁徙，所以活动地域很广，在夏末成为中原地区