

国学大师季羨林题词推荐的新版中国通史

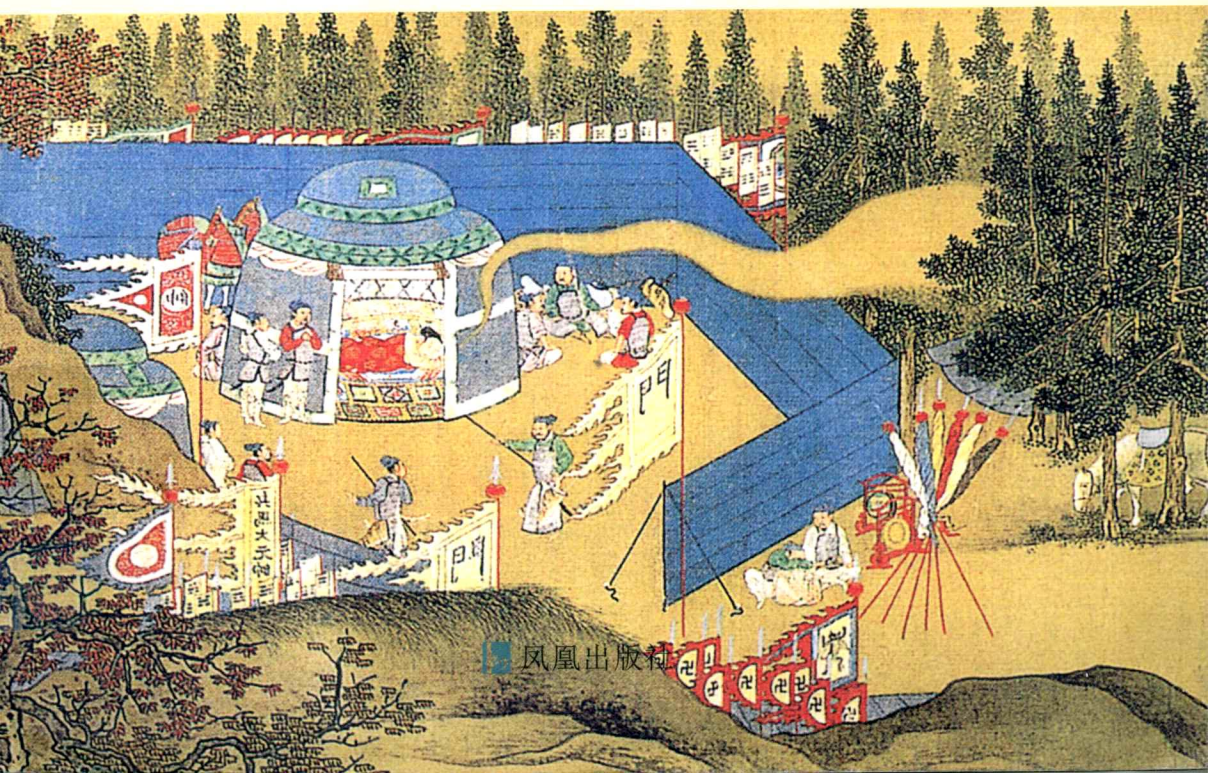
中国通史

彩插普及版·权威修订

李伯钦 李肇翔 主编

宋辽西夏金元

卷六



凤凰出版社

通中国史

彩插普及版 · 权威修订
李伯钦 李肇翔 主编

宋辽西夏金元

卷六



 凤凰出版社



看及中国建

提倡大同学

李锐书

庚子夏



CHONGXIANGUAN



『国学』就是中国的学问，传统文化就是国学。现在对传统文化的理解歧义很大。

按我的观点，国学应该是『大国学』的范围，不是狭义的国学。既然如此，那么国内各地域文化和五十六个民族的文化，就包括在国学的范围之内。……敦煌学也包括在国学里边。……而且后来融入到中国文化的外来文化，也都属于国学的范围。

——《季羨林说自己·镜头人生》

季老认为，今天我们所要振兴的『国学』，绝非昔日『尊孔读经』的代名词或翻版，而是还中华民族历史的全貌，真正继承和发扬由生活在神州大地上的各民族共同创造的传统学术文化。我们有绚丽多彩的地域文化，如齐鲁、荆楚、三晋、吴越、巴蜀、燕赵、河陇、青藏、两淮、新疆、草原等等；也有多民族文化交融风格鲜明的学问，如敦煌学、西夏学、藏学、龟兹学、回鹘学等等。

——著名敦煌学家柴剑虹



CHINA NATIONALITY MUSEUM
中国民族博物馆

专家学者联袂推荐《中国通史》

李学勤 著名历史学家，古文字学家，清华大学历史系教授

田余庆 著名历史学家，北京大学历史系教授

任德山 北大国学院特聘教授，中央电视台书画频道主讲人

程 曜 著名物理学家，清华大学教授

余世存 著名学者，青年思想家





普及中国历史，传承优秀文化

——学习季羨林先生为《中国通史》题辞感言

2009年初，我受李克先生之托，到301医院请季羨林先生为即将出版的八卷本《中国通史》题辞，98岁高龄的季老欣然命笔：“普及中国史，提倡大国学。”这应该是季老百年生命历程中为出版物的最后题辞，也是他始终关注历史文化知识普及、晚年再三强调的重要学术主张。季老认为：我们的“国学”应该是长期以来由多民族共同创造的涵盖广博、内容丰富的文化学术，而绝非乾嘉时期学者心目中以“汉学”、“宋学”为中心的“儒学”的代名词。也就是说，今天我们所要振兴的“国学”，绝非昔日“尊孔读经”的代名词或翻版，而是还中华民族历史的全貌，真正继承和发扬由生活在神州大地上的各民族共同创造的传统学术文化。因此，在八卷本《中国通史》正式出版之后，我曾经写过一篇短文刊登在《光明日报》上，提出：“季老再次重申应提倡‘大国学’，值得引起出版、学术、教育界的关注。”

听八卷本《中国通史》的策划者李克先生介绍，是书出版发行近三年来，多次重印，累计销售了20万册，受到了广大读者的欢迎。在书籍品种快速增长而总印数几乎停滞不前的情况下，这是十分可喜的。但是，李克和他的团队并不满足于此，又邀请一些著名的历史学家对此书提出审改意见，认真地进行修订，使其精益求精，日臻完善。这又是十分可贵的。

最近，《中共中央关于深化文化体制改革，推动社会主义文化大发展大繁荣若干重大问题的决定》强调要“建设优秀传统文化传承体系”。指出：“优秀传统文化凝聚着中华民族自强不息的精神追求和历久弥新的精神财富，是发展社会主义先进文化的深厚基础，是建设中华民族共有精神家园的重要支撑。”中华大地是五十六个兄弟民族的共同家园，中国历史是各民族共生共存共发展的历史，中国传统文化是各民族共同创造的辉煌灿烂的多元一体文化，是共同拥有的精神财富——这就是“大国学”的基石。所以季老强调：

“‘国学’就是中国的学问，传统文化就是国学”，“现在对传统文化的理解歧义很大。按我的观点，国学应该是‘大国学’的范围，不是狭义的国学”，“国内各地域文化和五十六个民族的文化，就都包括在‘国学’的范围之内。”今天，我们要建设优秀文化传承体系，就应该全面认识祖国传统文化，汲取历史的经验教训，跳出狭隘的“儒家”“国学”的旧框架，以海涵神州的宽广胸怀，用放眼世界的远大眼光，努力探寻文化传承的规律。

要全面、正确地认识我们的传统文化，就必须普及准确的中国历史文化知识。而传播、普及文化知识的任务，主要靠学校、家庭和大众传媒来承担，其中历史文化精品读物担负重任，不可或缺。因此，注重史料真实、严谨，注重新资料的开掘运用，注重立足现实、温故知新，注重文字通畅、图文并茂，达到学术性、可读性、现实性的统一，就成为这套《中国通史》努力追求的目标。效果如何，有待广大读者来评判，而努力本身，则是值得我们肯定和鼓励的。

2011年12月4日于北京

毕训忠

*本文作者系中华书局编审，中国敦煌吐鲁番学会副会长兼秘书长，浙江大学、中国人民大学国学院兼职教授，敦煌研究院兼职研究员。



前言

读史大要有三项好处：一是可以预知未来，每到了时代发展的重要关头，历史向何处去？此时聆听一下往史的声音，会令人明白许多。历史赐予的是机遇，机遇的另一面是风险；如何抓住机遇，规避风险，历史就可资借镜了。二是可以增长智慧，每当面临事业的关键之时、人生的紧要之处，或是遇难识之人、处难解之事，翻阅一下历史，那么多示例一样的人物与事件，都会令人顿开茅塞。三是可以增加知识，全面提升文化修养。学科教育培养了越来越多的专家，而专家需要用通识来做基础才能有更大的发展。而通识总是在历史的坐标上才成为系统的。当人们溯历史的长河而上通览各种知识和文化的产生与嬗变、体会文明的进程时，不仅会对创造了这些文明的先人们充满了温情与敬意，还会激发起自己的创新文明的热情。

这部通史首先要使人们对中华民族的历史有真实、全面的了解。中国史籍极为丰富，史学发达，近百年来更有长足进步。本通史运用了迄今为止中国史学的公认成果，就是要保证历史的真实性。不仅所有的记述都出自信史，而且凡是可考的文物和历史人物都有精美的图片。细节的真实让人们看历史时感到历历在目。

好的通史还要让人能一览上下五千年的全貌，这里有民族的繁衍，文明的起源，帝国的更迭，历史事件与人物的成败。从政治、经济、文化到社会生活，做一全景式的展开，有如一幅由远及近的画卷。中国文明曾经有光照世界的辉煌，也曾历经苦难，有过科技创新和知识大量释出，走向“全球化”的开放，也曾闭关锁国。这一切都给我们以警示。

本书尽量做到叙事的博洽和浅显，把中国历史的巨大画卷细心描绘，以使读者阅读时兴趣盎然。编著者像一个认真而充满爱心的讲解员，把读者带到历史大厦的里边，深情地告诉大家：“这就是我们不能忘记的过去，这里面是我们不可不知的遗产。”

执行主编 任德山

这部通史有 ④ 个特点

1. 以权威严谨的学术成果为基础，强调生动的历史细节，将历史娓娓道来。从中华民族源起直至清朝结束，将一部五千年历史化做现代、生动的表述，让尘封的历史重新焕发神采。鲜活的历史化做了真实的故事，潜伏其中的规律与真相昭然若揭。摆脱枯燥抽象的术语，赋予历史以激动人心的魅力。

2. 立足现实重读历史，揭示民族兴衰荣辱中的智慧与经验。历史对于读者最大的功能在于鉴古知今。预知未来是最大的智慧，而这种大智慧就寓于历史之中。西方史学家说：“历史是现在与过去之间永无止境的问答交流。”我们从来没有像今天这样感到世界在迅速缩小，未来充满了挑战，要瞻望未来，历史的智慧就越来越重要。本套书力求总结出具有时代性的历史观和历史智慧，“以供社会之需”。

3. 这是一部历史百科全书式的中国大历史，完全不同于过去通史单一的朝代更迭的政经内容。本书全面系统地讲述了中华民族创造的政治文明、经济成就、礼乐文明、军事智慧，以及汉字、中医药、艺术、四大发明等科技文明。阅读本书，犹如参观最新展陈、最全内容和最详实讲解的中国历史博物馆。

4. 这是一部具有审美情趣的中国通史。大史学家夏曾佑先生说：“历史必资图画。”本书独创的图史体系，搜集了超过五千余幅古代珍品书画作品和文物照片。让丰富的人物图、文物图、军事图和图片说明组成了一部前所未有的图说中国史，读起来赏心悦目，余味无穷。

· 士大夫帝国：宋朝

宋朝的历史轨迹

初平天下 008

黄袍加身 / 酒宴与兵权 / 文官势力的顶峰 / 李后主的悲歌 / 钉破并州

两雄之争 027

幽州碰壁 / 澶渊之盟 / 泰山封禅

王朝的危机 037

财政赤字 / 胜少败多 / 强敌环伺

帝国的改革 046

庆历新政 / 神宗皇帝 / 王安石其人 / 王安石变法 / 虽千万人，吾往矣

新旧党争 066

苏轼惹火烧身 / 司马光尽废新法 / 隐忍的哲宗 / 元祐党人碑 / “小人”章惇

北宋灭亡 073

皇帝轻佻 / 花石纲与方腊起义 / 联金伐辽 / 开封陷落 / 靖康耻

宋金对峙 089

赵构称帝 / 初期乱象 / 岳飞之死 / 十里荷花与完颜亮侵宋 / 仓皇北顾

南宋灭亡 125

宋蒙开战 / 悲壮谢幕

两宋梦华

高度的政治文明 141

司法制度的健全 / 政府社会职能的完善

古代科技的高峰 146

国家标准与针灸铜人 / 军事技术的发展 / 指南针的运用 / 科技著作的大量涌现

繁荣的经济 153

农业格局的变化 / 煤炭的使用及五大名窑 / 商业的进一步发展 / 繁

荣下的阴影

宋朝的城市 169

商业城市的出现 / 市民的生活 / 城市的角落 / 士人的享乐生活

两宋风流 184

灿烂的宋词宋诗 / 享誉一时的书法绘画 / 书院的兴起 / 理学对社会的影响

· 汉化诸帝国：辽、西夏、金、元

中原文化的吸收者——辽

辽之兴衰 200

白马青牛的后代 / 王子客死他乡 / 宋辽对峙 / 宋辽之间的和平 / 与西夏的战争 / 辽国的灭亡 / 辽国余绪：西辽

辽汉之间 214

南院大王与北院大王 / 辽国与汉族文化

夹缝中成长——西夏

三足鼎立之势 219

西夏的建立 / 与北宋的战争 / 治国政策的反复 / 西夏的灭亡

汉蕃之间 225

混合经济 / 西夏与汉族文化 / 西夏与佛教

与宋对峙的金

金之兴衰 228

肃慎，吾北土也 / 金国建立 / 完颜亮的改革 / 猛安谋克的没落 / 蒙古部落的威胁与金长城 / 蒙金战争

金之文教 236

女真与中原文化 / 文学的发展 / 火药武器的进步

昙花一现的元帝国**一代天骄的诞生····· 243**

苍狼白鹿的后代 / 成吉思汗家族的来历 / 铁木真统一草原 / 草原民族的生活风貌

蒙古的军事扩张····· 258

三次西征及与欧洲的交往 / 恃北方之马力，就中国之技巧 / 蒙古西征与马可·波罗 / 初步统一中国

元朝的建立····· 275

定都北京 / 国号的确立 / 统一全国

独具特色的政治制度····· 281

草原本位的阴影 / 行省制度 / 宗教政策 / 几家欢乐几家愁

元朝灭亡····· 294

寻欢作乐的皇帝 / 腐败的吏治 / 红巾军起义

元朝的历史成就**农业的发展····· 300**

王祯与《农书》 / 棉花种植与黄道婆

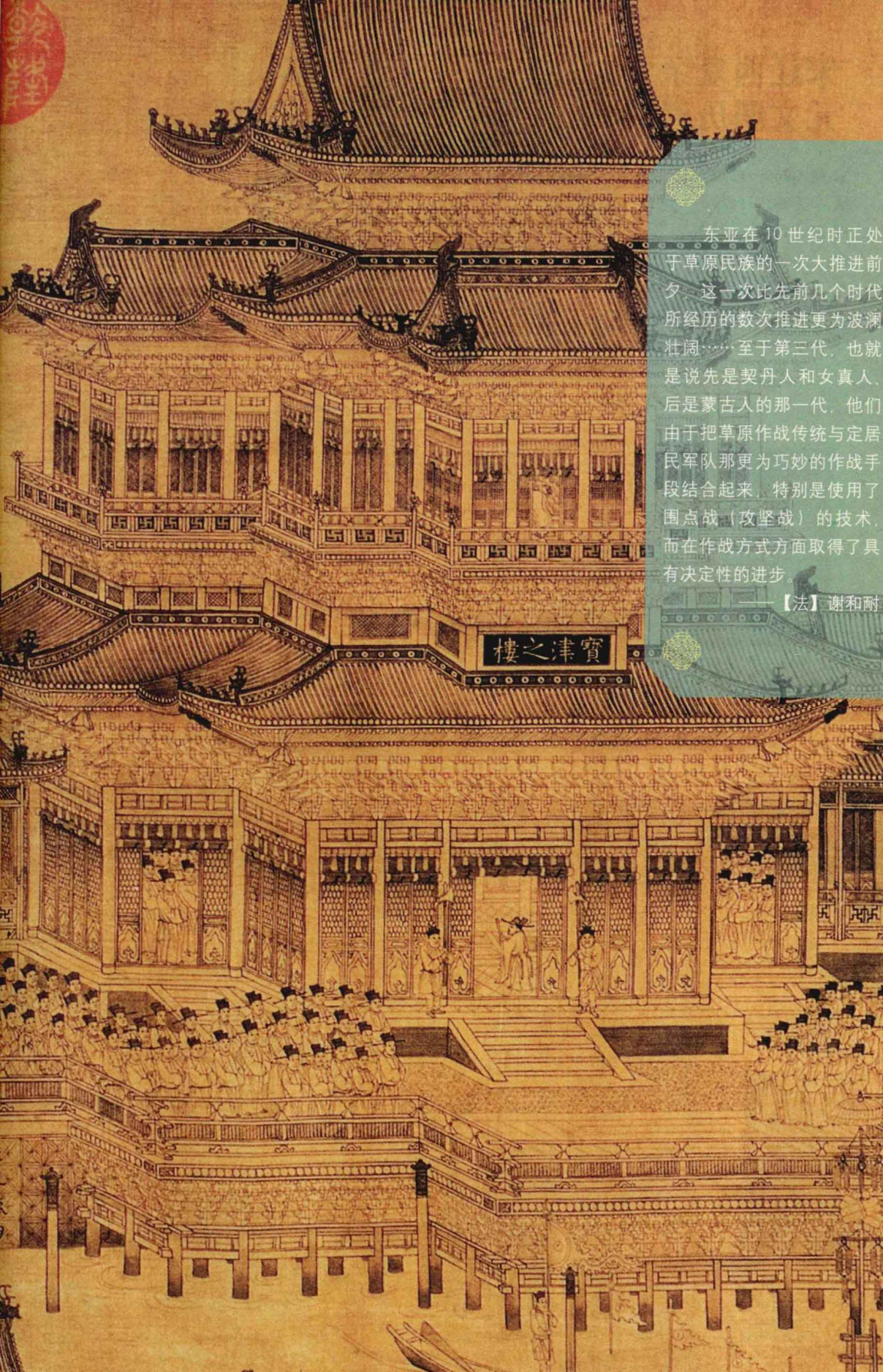
繁荣的商业····· 303

便利的交通 / 初步完善的货币政策 / 青花瓷与泉州

多元文化背景下的科技····· 308

回回医学 / 天文学 / 工程学 / 独具特色的社会政策 / 村学与书院

繁荣的艺术····· 315**附录索引：****宋辽金元文明历程表····· 003****宋朝大事索引····· 006****中国宋辽时期地图····· 007****辽、西夏、金、元大事索引····· 198****中国元时期地图····· 199**



东亚在10世纪时正处于草原民族的一次大推进前夕。这一次比先前几个时代所经历的数次推进更为波澜壮阔……至于第三代，也就是说先是契丹人和女真人，后是蒙古人的那一代，他们由于把草原作战传统与定居民军队那更为巧妙的作战手段结合起来，特别是使用了围点战（攻坚战）的技术，而在作战方式方面取得了具有决定性的进步。

——【法】谢和耐

宋辽西夏金元文明历程

960年赵匡胤发动陈桥驿兵变建立的宋朝，科举制度得到了长足发展，经济也得到了极大繁荣，成为世界上最富有和最先进的国家，在许多方面都达到中国封建社会的辉煌顶峰。但由于重文轻武政策导致国防的孱弱，再加上经济的繁荣导致上层贪图享乐，以至于屡屡被北方少数民族政权击败。辽国在宋朝建国之前已取得了幽云十六州，后来在11世纪初与宋朝签订了澶渊之盟，其中规定宋朝每年须向辽国交纳岁币。西夏也开始崛起。金国则在12世纪初灭掉辽国不久后又灭掉了北宋。南宋建立后，与金国在江淮一带对峙。1206年，蒙古政权先后灭西夏、金国以及南宋，建立了元朝，统一了全国。但终因统治不力，于1368年被农民起义军推翻。蒙古政权的兴起以及扩张促进了中西文化的交流，阿拉伯世界的部分技术传到了中国。而欧洲人则亲身感受到中国的先进文化，马可·波罗的来华则使西方人了解到中国的繁荣。欧洲人逐渐从教会的束缚中解放出来，走上了快速发展的道路。

宋朝 (960—1279)
辽 (907—1125)
西夏 (1038—1227)
金 (1115—1234)
元 (1206—1368)

1044年，宋夏和约签订，宋朝每年须支付岁币。辽夏战争爆发，辽兴宗亲征西夏。



960年，后周禁军将领赵匡胤发动陈桥驿兵变，宋朝建立。

●赵匡胤：赵匡胤（927—976）出生在一军人家庭，因其作战勇猛、战功卓越，三十二岁的时候就当上后周朝廷的禁军将领，后来建立宋朝，开启了中原地区一百多年的和平。

976年，赵匡胤突然死亡，其弟赵光义继位。

965年，宋灭后蜀。



●范仲淹像
1043年，范仲淹主持庆历新政，改革吏治。



●番骑猎归图
1113年，完颜阿骨打成为女真部落领袖。

1045年，庆历新政失败。

1086—1093年，沈括创作《梦溪笔谈》，反映了北宋的科学发展水平和他自己的研究心得，被誉为“中国科学史上的坐标”。

947年，辽国攻占开封，辽国正式改国号为“辽”。

宋

辽

西夏

916年，统一各部之后，耶律阿保机称帝，建立契丹政权。



●辽人牵马图：这是辽国晚期墓室壁画中所绘辽人引马侍立的情景。马匹惟妙惟肖，辽人表情生动，其发式则透露出浓浓的少数民族色彩。

961年，为消除将领兵变危险及避免藩镇割据局面，赵匡胤杯酒释兵权，开始削弱军事将领权力。

1005年，宋军在澶州击退辽军，签订澶渊之盟，约定辽宋为兄弟之国，宋国每年向辽国交纳三十万岁币。

●北宋交子：继四川发行交子之后，其他地方也开始发行交子。不过与现代纸币不同的是，宋朝的一些交子具有特定的使用范围，如图中所示的交子就很明确地说明“除四川外”才可使用。



1023年，宋朝设立益州交子务，首次由中央政府发行纸币。

1038年，李元昊建国，自称“大夏”，因其居北宋西北，故称“西夏”。

1041—1048年，毕昇发明活字印刷术。



●王安石画像

1115年，完颜阿骨打立金国。

1086年，司马光尽废新法。

1069年，为改变北宋积贫积弱局面特别是解决财政危机，宋神宗任用王安石为相，开始变法，但遭到强烈抵制。



●清明上河图（局部）：在《清明上河图》中，商店的名称都被清晰地绘在画面上。当时宋人的生活场景的细节便存留在此画之中。



●浴马图（局部）：蒙古族离不开马，他们也对马呵护备至。该图就描绘了场景。马官们牵马临溪，冲浴马身，马匹得到了很好的照顾。



●成吉思汗像：成吉思汗原名铁木真，出生一蒙古部落贵族家庭。他在统一了蒙古各部后，进行政治、经济和军事改革：建立千户制，编纂习惯法典，建立行政管理体系，创立护卫军，创造蒙古文字，确立宗教与政治的关系，对蒙古社会政治经济的发展起了促进作用。在此基础上，他率领蒙古军队进行了一系列扩张，创造了一个前所未有的世界性大帝帝国。

1215年，蒙古攻占金中都。

1125年，金灭辽。
金国开始进攻北宋。

1127年，金灭北宋，宋徽宗、宋钦宗以及宗室被掠。

1204年，岳飞被迫封鄂王，南宋开始为北伐做舆论准备。

1132年，辽国贵族耶律大石建立西辽。

1219年，蒙古西征开始。

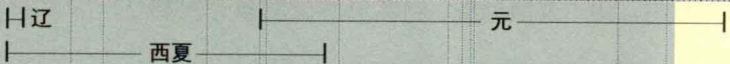
1227年，成吉思汗逝世，临终前制定灭夏灭金战略。西夏灭亡。

1234年，宋将取金哀宗骸骨而还，宋理宗以此告祭祖先。宋蒙爆发战争。蒙古灭金。蒙古发动王子西征。

●元世祖出猎图（局部）：此画作于1208年，描绘了元世祖忽必烈外出打猎的情景。人数众多，皆为马上骑猎之状。其中骑马、穿白衣的，为元世祖；与世祖并驾的白袍妇女，当为帝后。



1253年，忽必烈率军渡江奇袭大理，完成了对南宋包围。



1368年，明军攻至大都，元顺帝北逃。元朝灭亡。

1351年，贾鲁治理黄河。红巾军起义爆发。

1233年，南宋联蒙攻金。

1279年，崖山海战爆发。陆秀夫背负宋末帝投海而死。南宋灭亡。

1153年，金朝从上京迁都到燕京。

1206年，在韩侂胄的推动下，南宋北伐。铁木真在斡难河源召开蒙古部落大会，称成吉思汗。

1142年，因反对议和以及遭皇帝猜忌，主战的岳飞被害。宋金和议签订，宋向金割地称臣。

1276年，元军逼近临安，南宋朝廷投降。

1280年，《易经》由郭守敬主编而成。

1271年，忽必烈取《易经》“大哉乾元”之义，改国号为元。

1208年，宋金嘉定和议签订，规定宋每年交纳岁币六十万，另付犒军费三百万。

●岳飞收何元庆：何元庆原来占山为王，后被岳飞降服。岳飞在平定各地叛乱时，多采取降服手段，包括钟相、杨么的众多人马都被收服，因此其实力能够迅速壮大。但这也招来了朝廷的猜忌。



宋朝

◎南北对峙 繁荣风流 终沦敌手◎

谈论宋朝，就不能不提《清明上河图》。这幅数米长的画卷展现了北宋都城开封繁忙的交通运输、街头市肆的买卖盛况。舟楫、屋宇、店铺、地摊、酒旗、车马、行人历历在目，汴河两岸的繁华跃然纸上，展现出宋朝都城的磅礴气势和繁盛景象。历代王公贵族无不被画中梦幻般的繁华祥瑞及闲适优雅所迷醉，争相收藏《清明上河图》。时至今日，《清明上河图》仍不断勾起人们对宋朝之盛世景象的追忆。

可惜的是，《清明上河图》中的开封早已埋在数米之下的地下数百年，只有至今屹立的铁塔和开封市民的闲适生活在提示着古今的时空联系。随着厓山之战的惨败，宋朝的繁荣也随风逝去，后人也只能通过《清明上河图》这些历史的残片来追忆那个繁荣的时代。如果要用一个词来形容宋朝，那就是“梦华”：虽然繁华一时，却脆弱不堪，追之忆之恍如梦境。

960年，赵匡胤在陈桥驿发动兵变，黄袍加身，建立了宋朝，从此结束了中原地区多年的争战，实现了初步统一，经济社会也开始得到发展。在这种情况下，开封、杭州先后成为当时世界上最繁华的都市。市民阶层迅速壮大，市民生活也显得闲适与富足。绘画、书法、诗词均有较大的发展，涌现出苏轼、李清照、辛弃疾等杰出艺术家。同时，活字印刷术得到发明，指南针广泛应用于航海，火药开始大规模用于战争。而这些技术先由阿拉伯人掌握，后来传到欧洲人那里，为欧洲由中世纪向近代发展提供了必不可少的技术。

但繁华的背后也隐藏着若干危机。为了发展经济，自然资源过度被开发利



大家仪仗：太平初定



清明上河：如梦繁华



苏轼留带：文士风流

宋太祖>>宋太宗>>宋真宗>>宋仁宗>>宋英宗>>宋神宗>>宋哲宗
宋徽宗>>宋钦宗>>宋高宗>>宋孝宗>>宋光宗>>宋宁宗>>宋理宗
宋度宗>>宋恭宗>>宋端宗>>宋末帝

用，北宋的开封城就出现了燃料危机。而比生态压力更严重的则是少数民族的威胁。辽国屡次南下，最后于1005年与宋朝签订了澶渊之盟。其中规定，宋辽为兄弟之国，但宋朝需要每年向辽国支付三十万岁币（后增加到五十万岁币）。李元昊也于1038年建立西夏。在几次战争之后，宋夏签订和约，西夏向宋朝称臣，但宋朝也须每年向西夏支付岁币。

之所以出现这种局面，一方面是少数民族在广泛吸收中原文化之后变得更加强大，另一方面与宋朝的重文轻武政策有关。宋朝建国后逐步削弱军事将领的权力，实行重文轻武政策，形成了皇帝“与士大夫共治天下”的局面。但由于庞大的军队以及日益增多的政府冗员，积贫积弱问题开始出现。王安石于1069年开始变法，虽收到了一定成效，但未从根本上解决问题。

到了12世纪，崛起于东北的金国在灭掉辽国之后，又将矛头对准了北宋。1126年，金兵攻下了开封，并于1127年掠宋徽宗、宋钦宗北上，是为靖康之耻。宋宗室赵构建立了南宋，凭借长江天险与金国对峙。宋金互有攻伐。主战派岳飞被迫害致死，而张浚北伐以及韩侂胄北伐均告失败。直到金朝灭亡后，宋朝才趁机收复了河南地区。但蒙古军队也蓄谋南下，宋蒙战争爆发。

南宋的坚固城防以及江南崎岖不平的地形使蒙古在欧亚大陆上所向无敌的骑兵难以发挥用武之地，蒙古大汗蒙哥也丧命于钓鱼城下。后来蒙古军队发展出自己的水军，在来自西亚的回回炮的支持下，攻破了围困数年的襄阳城。1276年，宋帝出降，元军攻占临安。部分南宋大臣先后拥立赵昰、赵昺为帝，在沿海一带流亡。在1279年，元军与南宋流亡小朝廷决战于广东厓山。同年二月初六，陆秀夫背着年仅九岁的宋末帝赵昺投海殉国。次日，元军清理战场，海上浮尸十万余具。宋朝至此覆亡。



徽宗听琴：荒废国事



中兴瑞应：宋室南渡



南宋长城：故土难复

宋太祖>>宋太宗>>宋真宗>>宋仁宗>>宋英宗>>宋神宗>>宋哲宗
宋徽宗>>宋钦宗>>宋高宗>>宋孝宗>>宋光宗>>宋宁宗>>宋理宗
宋度宗>>宋恭宗>>宋端宗>>宋末帝