

国情教育实施丛书

爱我中华系列读本

深厚的民族感情

主编：李新会
宫红梅
周建



经济日报出版社

国情教育实施丛书

——爱我中华系列读本之八

深厚的民族感情

李新会 周 建 宫红梅 主编

经济日报出版社

《国情教育实施丛书》

编 委 会

主编：李新会 周 建 宫红梅

编撰：李 慧 朱 光 罗建玲

王嘉恺 于立成 刘大刚

前言

悠久的历史,灿烂的文化,壮丽的山河,千百年来激荡着许多海外赤子、卫国壮士的爱国情怀。对祖国诚挚深厚的爱来源于对祖国文化的深刻理解。国情教育是对中小學生进行爱国主义教育的重要内容。国家教委在关于中小學生课外读物的指示中多次明确指出,国情教育是中小學生思想教育的关键环节。国情教育既可以拓宽学生的知识视野,对祖国的人文、山河、历史、文化有比较全面的认识,又可以激发同学们的爱国热情,树立民族自信心和自豪感,树立为民族的繁荣昌盛而读书的远大抱负。

鉴于此,我们对国情教育的特点作了仔细的探讨,并结合我们十几年来爱国主义教育的经验,提出了构思这套丛书的大体思路,即内容要丰富多彩,表述要活泼凝练,适合中小學生的心理特征。在这一思路的指导下,我们十几位同仁,借鉴前贤的成就,在卷帙浩繁的资料中,采撷能够凸现祖国真实面貌,且新颖独到的文字材料,并予以文字上的润色和重组,试图以深厚稳健,有震撼力的面目出现,以此奉献给所有关注爱国主义教育这一课题的学者以及渴望这一内容的中小學生朋友们。

全套丛书共分10册,分别为《国情基础理论知识》、《怎样对学生进行国情教育》、《壮美的山河》、《丰富的资源》、《悠久

的历史》、《灿烂的文化》、《不朽的英烈》、《深厚的民族感情》、《伟大的科技成就》、《美好的前景》。

祖国的面貌日新月异,关于国情教育的研究也渐趋深入,我们的构想和创作是应当当前教育的急需而产生的,祈望它能够在国情教育的实践中起到应有的作用,也祈望它在以后的再版中更加细致和完善。

正像我们前边说的那样,国情教育是一项宏大的基础工程,它倾注着许多研究者的心血,我们不敢据为己有,掠人之美。谨向和我们一样付出过艰辛劳动的学者致意。

本书在编辑过程中,参阅大量资料,因各种原因,部分作者无法联系,希作者见书后,速与本书编委会联系,我们将按照国家标准付给一定报酬。本书不妥之处,敬请读者批评指正。

《国情教育实施丛书》编委会

目 录

深厚的民族感情	(1)
黄帝和炎帝的传说	(1)
夏族·华族·华夏族	(2)
龙——中华民族的象征	(3)
我国的少数民族	(5)
兄弟同舟，源远流长	(9)
历史上少数民族思想家、科学家、文学家	(16)
勃然中兴的游牧民族	(19)
开创北方民族统一中国的先河	(23)
北魏孝文帝的改革	(26)
中国历史上的几次民族大融合	(28)
中原与北方民族长期修好的典范	(29)
昭君出塞	(32)
文成公主入藏	(33)
横跨欧亚的大帝国兴起	(34)
空前统一和巩固的封建大帝国	(38)
六世班禅觐见乾隆皇帝	(41)
历史上的几次民族团结盛会	(42)
各民族互相交流、互补短长的历史	(43)
我国各民族分布特点	(45)
我国各民族语言的语系	(46)
我国语言文字知多少	(47)

少数民族的宗教信仰	(47)
少数民族原始宗教窥探	(51)
伊斯兰教在中国	(55)
世界屋脊上诞生的喇嘛教	(59)
西双版纳的小乘佛教	(63)
我国少数民族的风俗习惯	(65)
历法·节日	(68)
婚恋·丧葬	(73)
饮食·居所	(77)
体育·娱乐	(80)
少数民族的著名历史文献	(84)
少数民族历史上的著名科技文献	(87)
近代边疆少数民族人民的反帝斗争	(90)
现代革命史上少数民族著名人物	(93)
平等团结互助的民族关系	(96)
新中国少数民族干部队伍不断壮大	(101)
民族区域自治制度	(101)
我国的民族自治区	(107)
少数民族和自治地方的“中国之最”	(112)
我国近三十个少数民族有了飞行员	(117)
新中国少数民族传统体育运动会	(118)
新中国民族经济发展成就	(119)
我国少数民族经济发展的四个阶段	(120)
少数民族地区经济发展的优势	(124)
迎接少数民族经济发展的新纪元	(127)

深厚的民族感情

黄帝和炎帝的传说

中华儿女和海内外华人都喜欢自称为炎黄子孙或黄帝子孙，并以此而感到自豪，这与黄帝和炎帝的传说有关。炎黄是炎帝和黄帝的合称。相传炎黄联合统一了华夏，故被誉为中华民族的共同始祖。

中国古书上记载过黄帝和炎帝的美妙传说：黄帝和炎帝是远古时代两个部落的首领。黄帝姬姓，号称轩辕氏，又号有熊氏。传说他以土德王（《史记》称他有“土德之瑞”），土是黄色的，故称为黄帝。他发明了房屋、舟车和弓箭，还砸磨玉石作为兵器进行征战；领导人们创造文字、制作乐器，还会驯养家畜。黄帝的妻子嫫祖，发明了养蚕缫丝，教人用丝织成帛，做衣服，被人们尊称为“先蚕娘”。炎帝姜姓，号称神农氏，传说他“以火德王”，故称炎帝。他发了耒耜，教人耕作，生产粮食；他尝百草，识别药用植物，给人治病；还提倡贸易，规定日中为市，进行物物交换，互通有无。传说中的黄帝和炎帝对中国早期的物质文明和精神文明的创造，作出了卓越的贡献。中华民族的祖先，很早就生活在神州大地上生息繁殖，以他们的辛勤劳动和智慧，翻开了中华民族发展史的第一章。

古书中还记载着这样的传说：跟黄帝和炎帝同时生活在神州大地上的，还有夷、黎、苗等人，是比黄帝和炎帝更原始的部落。其中从南方进入黄河中游的九黎，是一个比较强

悍的部落，首领叫蚩尤。九黎族进入黄河中游之后，就跟已经在这里从事农业生产的炎帝部落发生冲突。炎帝敌不过蚩尤，就请黄帝帮助。炎黄两个部落联合起来，在涿鹿（今河北涿州市）跟蚩尤的九黎部落发生了激烈战斗。结果九黎部落战败，蚩尤被杀死。九黎部落的成员一部分逃回南方，一部分被俘，加入了炎帝部落和黄帝部落。九黎部落被打败后，原先居住在今陕西境内的黄帝部落也进入到晋、冀、豫一带，跟先前的盟友炎帝部落争夺起地盘来。炎黄两个部落在阪泉（今河北涿州市东南）发生了3次大战，炎帝被黄帝打败，炎帝答应把自己的部落和黄帝部落合并，结为部落联盟，从此，炎黄成为一体。同时夷、黎、苗等部落也开始与炎黄部落联盟融合。这些故事或传说，反映了由部落之间的斗争与合并，而逐渐形成了中华民族这一事实。生活在神州大地上的人，不管他们原先属于哪个部落，后来又形成为什么民族，事实上他们都带有炎黄的血统，承袭了炎黄的物质文明和精神文明，是炎黄的子孙。例如活动在黄河中下游的传说人物尧和舜，夏、商、周3代的始祖，据说都是黄帝的后裔，而公元10世纪到12世纪在北部建立辽朝的少数民族契丹族，也自称是炎帝的后裔。

夏族·华族·华夏族

在中华民族形成的历史上，以禹为代表的夏后氏家族起过重大作用。禹，姒姓，据《史记》中记载，禹是黄帝的第五代孙子，是远古时代一位以治理洪水而出名的英雄。以禹为代表的这个家族，号称夏后氏，有的人认为，这也是个部落联盟的名称。因为夏后氏的发祥地在夏水，故称为夏族。又因为这个家族以华山作为自己的活动中心，所以又获得了华夏或华夏族的称号。华夏族这个族名的出现，标志着中华

民族在成长发展的道路上大大跨进了一步。华夏族的名称和治水英雄大禹联系在一起，这说明中华民族在形成的过程中，还有着跟大自然搏斗的辉煌业绩。今天，人们还喜欢用“华夏”这个名称来代表中华民族。特别是在海外华侨和华人社会中，这个名称使用得更为普遍，常常被用作社团、学校和报刊的名字。“华夏子孙”，也是海外华人感到自豪的一个光荣称号。

和华夏族同为炎黄子孙的一些以游牧狩猎为生的各民族，当时习惯上称他们为东夷、西戎、南蛮、北狄，或者笼统地称做四夷。由于他们的生活条件一般都比华夏族艰苦，因而社会发展比较缓慢，人口繁殖也不如华夏族迅速，人口比例上一直居于少数，所以后来习惯上就称为少数族或少数民族。而华夏族经过长期的民族融合逐渐形成为汉族。

龙——中华民族的象征

在中华民族生存和延续的历史中，龙的身影相伴始终，并以其独特的精神力量影响着民族文化乃至民族性格的生存和发展。如今，中国的大地被称为“龙的土地”，中国人被称为“龙的传人”。全世界的华人和各种肤色的外人，从“龙”这个标记中都知道它和中华民族的密切联系。“龙”是中华民族的象征。

龙的传说历史久远。从殷契甲骨文出现结构完备的“龙”字，迄今已 3000 多年，而出现龙的图案和传说就更早了，可以一直上溯到遥远的史前文化。相传在“感天而生”的上古时代，有女登感“神龙”生炎帝，附宝感“北斗”生黄帝，庆都感“赤龙”合婚而生帝尧的故事。除了神龙、赤龙外，属于伏羲氏系统的还有长龙氏、居龙氏、降龙氏、潜龙氏、上龙氏、水龙氏、青龙氏、白龙氏、墨龙氏、飞龙氏

等等。这些各种各样的“龙氏”，与后来《山海经》中所说的“龙身而人面”、“人首蛇身”的诸神，实际上都是远古时代中华民族的族徽图腾。

一般人心目中的龙，不是考古学家、生物学家心目中的龙，而是一种并不存在的人类想象的产物。闻一多先生在其《伏羲考》中认为，它以蛇身为主体，“接受了兽类的四脚，马的毛，鬣的尾，鹿的角，狗的爪，鱼的鳞和须”而混杂为一，是一个本来不存在的各种动物的混合体。如今，一般人心目中的龙的形象，是在历史发展过程中不断演变而逐渐形成的。它的原始形态是一种无角无足而爬行于地面的蛇类动物，只是具有“人道”而成为神异之物。随着以蛇图腾为主的远古华夏氏族在氏族部落兼并中的不断获胜，融合其他氏族、部落，逐渐形成华夏大氏族。它的图腾也兼取被融合、吞并了的其他氏族、部落的图腾；譬如：鸟图腾、马图腾、鹿图腾、牛图腾、鱼图腾等，最后拼合成中华民族共同崇拜的形象——“龙”，一种虚拟的综合性神灵。“龙”体现着华夏各氏族、部落的大融合、大团结。“龙”具有着无限强大的生命力，变幻莫测，气象万千。上可腾云驾雾，下可循地入海，它无坚不摧，不可战胜。它正是我们中华民族不可估量的创造力的象征。

龙的形象已经越过历史的局限，跨进了现代社会。现在，一个斗角峥嵘矫健活泼的龙的形象，不但已经成为中国人的象征，而且成为全地球华族人士的符号。过去神话支配着人，而今，人在欣赏神话。过去人匍匐在龙的图腾之下，现在龙的形象增添了人间的生活情趣。

汉族的起源及名称由来

汉族，是中国的主体民族，有悠久的历史。汉族的先

民，经历夏商周 3 代长期发展，至春秋战国，已形成以“华”、“夏”单称或“华夏”连称的族体，以与周边各族相区别。尤其战国时期，七雄兼并，共称“诸夏”。公元前 221 年，秦始皇完成了统一诸夏的事业，又出现了“秦人”的族称，直到汉代，匈奴、西域等处各族，仍称中原人民为“秦人”。汉继秦而兴，巩固并发展了秦开始的统一国家，前后传 400 余年。汉以后，周边各族即以“汉人”称呼中原人民；逐渐地，汉族成为中国主体民族百世不易的族称。由此可见，汉族是因汉朝而得名。它是以先秦华夏为核心，在秦汉时形成统一的、稳定的民族；复经秦汉以来 2000 余年的繁衍生息，并不断吸收其他民族的血统与文化，得以发展成为拥有灿烂的古代文化和广大人口的汉民族。

我国的少数民族

中华民族是一个由多民族组成的大家庭，除了汉族之外，还有 55 个少数民族：蒙古族，回族，藏族，维吾尔族，苗族，彝族，壮族，布依族，朝鲜族，满族，侗族，瑶族，白族，土家族，哈尼族，哈萨克族，傣族，黎族，傈僳族，佤族，畲族，高山族，拉祜族，水族、东乡族、纳西族、景颇族、柯尔克孜族，土族，达斡尔族，仫佬族，羌族，布朗族，撒拉族，毛南族，仡佬族，锡伯族，阿昌族，普米族，塔吉克族，怒族，乌孜别克族，俄罗斯族，鄂温克族，德昂族，保安族，裕固族，京族，塔塔尔族，独龙族，鄂伦春族，赫哲族，门巴族，珞巴族，基诺族。

在 55 个少数民族中，百万以上人口的民族有 18 个：壮族人口最多，达 1548 万多人，满族 982 万多人，居第二位；回族人口有 860 万多人；苗、维吾尔、彝、土家、蒙古、藏 6 个民族的人口在 400 ~ 700 多万之间。布依、侗、瑶、朝

鲜、白、哈尼、哈萨克、黎、傣等民族的人口均在 100~200 多万之间。人口在几万至几十万之间的民族共 30 个：畲、傈僳、仡佬、拉祜、东乡、佤、水、纳西、羌、土、锡伯、仫佬、哥尔克孜、达斡尔、景颇、撒拉、布朗、毛南、塔吉克、普米、阿昌、怒、鄂温克、京、基诺、德昂、乌孜别克、俄罗斯、裕固、保安，这 30 个民族总共约 500 万人口。人口不足一万的民族有 7 个：门巴族为 7475 人，其次为鄂伦春、独龙、塔塔尔等民族，赫哲族为 4245 人，高山族 2909 人，人口最少的珞巴族只有 2312 人。台湾省居住的高山族人口据 1964 年统计约 20 余万人。少数民族基本状况见表 1。

我国很早以来就形成了一个统一的多民族国家，各民族在政治、经济、文化等各方面有着许多共同之处，又有各自的特点。各民族之间的联系随着历史的发展越来越密切，他们有着共同的根本利益，共同抵御外侮，共同建设家园。这种谁也离不开谁的牢不可破的兄弟情谊，形成了中华民族强大的内聚力。

表 1 少数民族基本状况表

族别	人口 (万)	主要分布地区
蒙古	341. 17	内蒙古、新、辽、吉、黑、甘、冀、豫、青
藏	387. 01	藏、青、川、甘、滇
回	721. 94	宁、甘、豫、冀、青、鲁、滇、新、皖、京
维吾尔	595. 71	内蒙、辽、吉、黑、京、津、陕、新
苗	503. 09	贵、湘、滇、桂、川、粤、鄂
壮	1337. 82	桂、滇、粤、贵

续表

族别	人口(万)	主要分布地区
朝鲜	176.39	吉、辽、黑、内蒙
侗	142.51	贵、湘、桂
白	113.11	滇
哈尼	105.88	滇
哈萨克	90.76	新、甘、青
傈僳	48.10	滇
畲	36.88	闽、浙、赣、粤
拉祜	30.42	滇
东乡	27.94	甘、新
景颇	9.30	滇
土	15.94	青、甘
仡佬	9.04	桂
布朗	5.85	滇
毛南	3.81	桂
锡伯	8.36	新、辽、吉
塔吉克	2.65	新
乌孜别克	1.25	新
彝	543.34	川、滇、贵、桂
布依	212.05	贵
满	429.92	辽、吉、黑、冀、京、内蒙
瑶	140.27	桂、湘、滇、粤、贵
土家	283.27	湘、鄂
黎	81.76	粤
傣	83.98	滇
佤	29.86	滇

续表

族别	人口 (万)	主要分布地区
高山	0. 15	台、闽
水	28. 65	贵、桂
纳西	24. 52	云、川
科尔克孜	11. 40	新、黑
达斡尔	9. 40	内蒙、黑、新
羌	10. 28	川
撒拉	6. 91	青、甘
仡佬	5. 38	贵、桂
阿昌	2. 04	滇
怒	2. 32	滇
俄罗斯	0. 29	新
鄂温克	1. 93	内蒙、黑
保安	0. 90	甘
京	1. 20	桂
独龙	0. 47	滇
赫哲	0. 15	黑
门巴	0. 62	藏
基诺	1. 20	滇
德昂	1. 23	滇
裕固	1. 06	甘
塔塔尔	0. 41	新
鄂伦春	0. 41	内蒙、黑
普米	2. 42	滇
珞巴	0. 21	藏

兄弟同舟，源远流长

我国是一个统一的多民族国家，这不是近些年的事情，可以上溯到远古社会。那时候，我国境内就存在许多部族、民族。各民族的祖先劳动生息在辽阔的中国大地上，共同开拓了祖国的疆域，发展了祖国的经济，创造了灿烂的文化，并在长期的相互依存、相互吸收、相互交融中，发展成为伟大的中华民族。

史学界把我国古代民族分为3系，主要有10余个大民族，这是：北系——匈奴、鲜卑、丁令、貉、肃慎；南系——羌、藏、苗、越、濮；中系——汉。由于在漫长的历史中，许多民族都在相互融合、变迁、演化，我们今天回顾古代的历史，主要着眼于这样一些民族，即匈奴、鲜卑、党项、蒙古、突厥、藏、羌、彝、苗、满、瑶等。现在，我们不妨沿着历史车轮碾过的轨迹，追溯一下各民族共同创建中华民族的脉络。

早在前2世纪至1世纪，我国北方就出现了一个十分强盛的民族——匈奴。秦汉之际，匈奴人统治了大漠南北广大区域。东汉时分为南北两部。南匈奴屯居朔方、五原、云中、定襄等郡，西晋时曾先后建立赵、夏、北凉等国。北匈奴后为东汉和南匈奴击败。西晋末年，北方匈奴、巴氏、羯、鲜卑、羌、汉等族纷纷建立政权。从304年匈奴人刘渊建立前赵国起，130多年间，各族先后在北方和巴蜀建立的割据政权就有16个，史称“十六国”。其实，“十六国”的同时，还有3个政权，这样就是“十九国”。19个地方政权中除冉魏、前凉、西凉、北燕4国外，其余都是由5个少数民族分别建立的王朝。这些地方王朝兴衰概况见表2。

表 2

地方王朝兴衰表

国名	创建人	民族	都城	统治地区	年代	灭于何国
汉、前赵	刘渊	匈奴	(初) 平阳 (迁) 长安	陕西、山西、河南 甘肃各一部	304 ~ 329	后赵
成汉	李雄	巴氏	成都	四川东部及 云南、贵州各一部	304 ~ 347	东晋
前凉	张寔	汉	姑臧	甘肃西部、 新疆东部、宁夏西 部	317 ~ 376	前秦
后赵	石勒	羯	(初) 襄国 (迁) 邺	河北、山西、河南、 山东、陕西、江苏、 安徽、甘肃、辽宁 各一部	319 ~ 351	冉魏
冉魏	冉闵	汉	邺	同上	350 ~ 352	前燕
前燕	慕容皝	鲜卑	(初) 龙城 (迁) 邺	河北、山东、山西、 河南、安徽、江苏、 辽宁一部分	337 ~ 370	前秦
前秦	苻洪	氐	长安	河北、山西、山东、 陕西、甘肃、河南、 四川、贵州、辽宁、 江苏、安徽、湖北 一部分	350 ~ 394	后秦
后秦	姚苌	羌	长安	陕西、甘肃、宁夏、 山西一部分	384 ~ 417	东晋
后燕	慕容垂	鲜卑	中山	河北、山东、山西 和河南、辽宁一部 分	384 ~ 407	北燕
西燕	慕容泓	鲜卑	(初) 长安 (迁) 长子	山西	384 ~ 394	后燕