

俯瞰贯古通今的中华历史长卷 ● 传承辉煌灿烂的中华文明

中华上下五千年

上册

◎ 解读中华五千年历史精华
◎ 汲取圣古先贤的睿见卓识

◎ 追寻华夏文明的历史起源
◎ 开启铸就非凡的智慧人生

丁振宇◎主编



北京工业大学出版社

中华上下五千年

上册

丁振宇◎主编



北京工业大学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

中华上下五千年：全 2 册 / 丁振宇主编. —北京：
北京工业大学出版社，2014. 10
ISBN 978-7-5639-4068-4

I. ①中… II. ①丁… III. ①中国历史—青少年读物
IV. ①K209

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 212778 号

中华上下五千年 (上册)

主 编：丁振宇

责任编辑：曹 媛 李 光

封面设计：泓润书装

出版发行：北京工业大学出版社

(北京市朝阳区平乐园 100 号 邮编：100124)

010-67391722 (传真) bgdcbs@sina.com

出 版 人：郝 勇

经销单位：全国各地新华书店

承印单位：大厂回族自治县正兴印务有限公司

开 本：787 毫米×1092 毫米 1/16

印 张：44.25

字 数：718 千字

版 次：2014 年 10 月第 1 版

印 次：2014 年 10 月第 1 次印刷

标准书号：ISBN 978-7-5639-4068-4

定 价：58.00 元 (上、下册)

版权所有 翻印必究

(如发现印装质量问题，请寄本社发行部调换 010-67391106)

前 言

中国是世界四大文明古国之一，约有五千年的文明史，所以“五千年”也就代指整个中国历史。

本书是面向青少年读者编写的一本介绍中国历史的读物。作为一个中国人，我们应该去了解一些中国的历史。我们的祖国是一个伟大的国家，中华民族是一个有悠久历史、灿烂文化的民族。了解祖国的过去，才能对祖国的现在和将来更加的热爱。在我国漫长的历史过程中，发生过许多有意义的事件，涌现出许多优秀的人物，把这些历史事件和人物介绍给青少年读者，可以开阔他们的眼界，启发他们的智慧，培养他们的民族自尊心和爱国热情。尽管时代不同了，但是历史上许多故事，从各个不同角度，对我们都有一定的教育和借鉴作用。因此，让学生从小读一些历史，对提高他们的文化素养，陶冶他们的美好情操无疑是有益的。

我国的史料太多，而且古代史的原著都是用文言文写的。一般青少年读者要读这些书难免会有一些吃力，何况现在学生要学的学科门类那么多，很少有可能去接触原作。为了解决这个问题，运用史籍中的丰富材料，以白话故事的形式系统地来整理一套浅近的历史读物，这个工作是很有意义的。

《中华上下五千年》是一套故事化的历史读物。在这套书中，选择了一些耳熟能详的著名人物和事件，根据史籍材料，加以整理和剪裁，用通俗的现代语言写出来，不加铺叙和描写，基本上没有虚构。这样，在情节的生动性方面，不能不受到史料的限制；而对读者了解历史，提供的材料是比较可靠的，有根据的。

用故事化形式来讲述历史，有它的局限性。通过故事，读者只能了解某一历史事件或某一人物活动的片断；有的故事，可能只反映事件的现象，至于它的经济、政治的背景以及它和思想文化发展的关系，不大可能用故事形式来详细论述。因此，《中华上下五千年》可以作为一个学习历史的辅助读

物，不能代替历史教科书。

写历史读物，不得不涉及一些观点问题。在这方面，作者尽量不发议论，少作分析；有些问题，留给读者自己去分析、思考、批判。当然，在材料的取舍上，语气的褒贬上，作者实际上已经表示了自己的态度。另外，本书由于多方面的影响，难免有令人遗憾和出错的地方，希望青少年读者们能够理解并提出批评。

《中华上下五千年》按历史顺序编写，涉及的时间自远古至中华人民共和国成立。

目 录

远古传说

- 混沌初开 / 2
- 女娲造人 / 2
- “四氏”传说 / 4
- 力战蚩尤 / 5
- 夸父逐日 / 7
- 三皇五帝 / 10

夏“家天下”

- 尧舜禅让 / 13
- 大禹治水 / 15
- 后羿代夏 / 16
- 寒浞篡位 / 18
- 少康中兴 / 20
- 夏桀荒淫 / 22
- 商汤灭夏 / 24

殷商之世

- 伊尹辅政 / 28

- 盘庚迁都 / 29
- 武丁盛世 / 31
- 暴君商纣 / 33
- 愿者上钩 / 36
- 武王伐纣 / 39
- 微子与箕子 / 42
- 不食周粟 / 43

西周盛衰

- 天下归心 / 46
- 厉王止谤 / 49
- 国人暴动 / 51
- 烽火戏诸侯 / 52

春秋霸业

- 齐桓公称霸 / 55
- 曹刿论战 / 56
- 虞公贪利亡国 / 57
- 五张羊皮买人才 / 59
- 重耳流亡 / 62

一鸣惊人 / 63

赵氏孤儿 / 64

费无忌祸国 / 67

老子哲学 / 68

晏子使楚 / 70

伍子胥复仇 / 74

孙武论兵 / 76

周游列国 / 78

卧薪尝胆 / 82

七雄争霸

三家分晋 / 86

兼爱、非攻 / 87

西门豹治邺 / 89

名医扁鹊 / 91

邹忌讽齐王纳谏 / 93

同门斗智 / 96

商鞅变法 / 100

合纵连横 / 103

胡服骑射 / 106

狡兔三窟 / 108

庄子论道，玄之又玄 / 109

乐毅伐齐 / 112

完璧归赵 / 113

负荆请罪 / 115

投江殉国 / 116

纸上谈兵 / 119

毛遂自荐 / 121

都江堰 / 124

吕不韦迎异人归秦 / 127

李斯谏逐客 / 129

楚怀王受骗被囚 / 130

荆轲刺秦王 / 132

天下归秦

一统天下 / 136

开疆拓土 / 138

焚书坑儒 / 139

始皇病逝 / 141

指鹿为马 / 142

陈胜吴广 / 144

刘邦项羽 / 146

鸿门宴 / 149

萧何月下追韩信 / 151

楚汉争霸 / 152

大汉王朝

狡兔死，走狗烹 / 157

叔孙通制定朝仪 / 160

匈奴的崛起 / 162

吕后专权 / 165

天下共诛吕 / 168

文帝治国 / 171

七国之乱 / 174

卫青与霍去病 / 176

飞将军李广 / 179

“赋圣”司马相如 / 181

独尊儒术 / 184

武帝求仙 / 186

张骞出使西域 / 189

苏武牧羊 / 192

亦庄亦谐的东方朔 / 194

司马迁著《史记》 / 198

汉武帝和他的后妃们 / 201

霍光辅佐幼主 / 203

昭君出塞 / 206

王莽篡位 / 209

绿林、赤眉起义 / 211

昆阳大战定胜局 / 213

东汉挽歌

光武中兴 / 217

“强项令” / 220

王景治水 / 223

唯物论者——王充 / 226

班固、班昭 / 229

投笔从戎 / 232

蔡伦造纸 / 235

制造地动仪 / 237

张仲景和华佗 / 239

梁冀专权 / 241

道教初祖张天师 / 243

党锢之祸 / 245

黄巾起义 / 247

三国鼎立

袁绍尽诛宦官 / 251

王允施计除董卓 / 253

“三姓家奴”吕布 / 255

李傕、郭汜之乱 / 256

挟天子令诸侯 / 257

枭雄曹孟德 / 259

曹操大兴屯田 / 260

桃园三结义 / 261

煮酒论英雄 / 263

生子当如孙仲谋 / 265

孙氏兄弟踞江东 / 266

官渡之战 / 268

三顾茅庐 / 271

赤壁之战 / 272

败走华容道 / 273

三国鼎立 / 276

五虎上将 / 277

刘备娶亲 / 279

气死周瑜 / 282

关羽败走麦城 / 285

陆逊火烧连营 / 286

七擒七纵 / 288

挥泪斩马谡 / 291

曹丕废汉称帝 / 293

诸葛亮病死五丈原 / 295

司马懿篡权 / 297

司马昭之心 / 298

乐不思蜀 / 299

两晋风云

王濬楼船破吴 / 303

魏晋名士自风流 / 304

周处除“三害” / 306

石崇与王恺斗富 / 308

白痴皇帝 / 310

八王之乱 / 312

刘渊反晋 / 313

王马共天下 / 314

石勒读《汉书》 / 316

祖逖中流击楫 / 318

陶侃搬砖 / 319

书圣王羲之 / 320

能征善战的桓温 / 322

石虎怒焚逆子 / 324

王猛扞虱论天下 / 327

谢安东山再起 / 330

淝水之战 / 332

远古传说



“遂古之初，谁传道之？上下未形，何由考之？”远古传说历来众说纷纭。基督世界笃信“上帝创世”，古埃及人坚信“努神喊出世界”，日本人认为世界是由伊奘诺、伊奘冉兄妹二神所创……看来每个古老的民族都有自己的“远古传说”，拥有五千年文明史的中华民族也不例外。

混沌初开

相传亿万年前，天地一片混沌，看不到上下左右，东南西北，没有光，也没有声音，是一个毫无生机的空间，犹如一个“鸡蛋”。不知过了多长时间，这个“鸡蛋”孕育出了人类始祖盘古，盘古从沉睡中醒来。他想伸个懒腰，却无法伸展四肢，他感到非常的压抑，于是一怒之下拔下一颗牙齿，将其化作神斧四处劈砍。一阵巨响过后，混沌飞散，浑浊之物缓慢下沉变为大地，而轻盈之气缓慢升高变为天空。混沌一片的宇宙因此有了天与地。然而天地之间的空间有限，盘古担心天地会再次相合，于是便头顶天，脚踏地，开始了与天俱高、与地俱厚的苦撑。盘古每天长一丈，天地就分开一丈，一万八千年后，盘古的气力耗尽，而天地已相距甚远，再无相合的可能。盘古也扑卧在苍茫的原野上祥和死去。

而盘古的死又给这片天地带来一连串的改变。他的右眼变成太阳，左眼变成月亮，血液变成江河海洋，毛发变成树木花草，肌肉变成千里沃野，骨骼变成高山丘陵，筋脉化作道路，汗水化作甘露，欢喜时的笑容变成晴天，烦恼时的愁容变成阴天。他临死前呼出的最后一口气变成了风，倒下时的最后一声叹息变成了雷。他的头部变成东岳泰山，腹部变成中岳嵩山，左臂变成南岳衡山，右臂变成北岳恒山，双足变成西岳华山。至此，世界彻底形成了。

盘古开天辟地、化生万物的故事听来有些荒诞，但却反映了先人对世界起源的浪漫想象与探索，更展现了远古人类与大自然斗争，征服天地，不畏艰难的生存信念，而这也正是我们中华文明数千年传承不衰的精神基石。

女娲造人

盘古死去后，天地空荡荡的，一个人也没有。后来不知过了几千年，天神女娲诞生了。她在这莽莽的原野上行走。她放眼四望，山岭起伏，江河奔流，丛林茂密，草木争辉，天上百鸟飞鸣，地上群兽奔驰，水中鱼儿嬉戏，

草中虫豸跳跃，这世界按说也点缀得相当美丽了。但是她总觉得有一种说不出的寂寞，越看越烦，孤寂感越来越强烈，连自己也弄不清楚这是为什么。

女娲与山川草木诉说心中的烦躁，山川草木根本不懂她的话；对虫鱼鸟兽倾吐心事，虫鱼鸟兽哪能了解她的苦恼。她颓然坐在一个池塘旁边，茫然对池塘中自己的影子。忽然一片树叶飘落池中，静止的池水泛起了小小的涟漪，使她的影子也微微晃动起来。她突然觉得心头的死结解开了，是呀！为什么她会有那种说不出的孤寂感？原来是世界是缺少一种像她一样的生物。

想到这儿，她马上用手在池边挖了一些泥土，和上水，照着自己的影子捏了起来。

捏着捏着，捏成了一个小小的东西，模样与女娲差不多，也有五官七窍，双手两脚。捏好后往地上一放，居然活了起来。女娲一见，满心欢喜，接着又捏了许多。她把这些小东西叫作“人”。

这些“人”是仿照神的模样造出来的，气概举动自然与别的生物不同，居然会叽叽喳喳讲起和女娲一样的话来。他们在女娲身旁欢呼雀跃了一阵，慢慢走散了。



女娲造人

女娲那寂寞的心一下子热乎起来，她想把世界变得热热闹闹，让世界到处都有她亲手造出来的人，于是不停工作，捏了一个又一个。但是世界毕竟太大了，她工作了很久，双手都捏得麻木了，捏出的小人分布在大地上仍然太稀少。她想这样下去不行，就顺手从附近折下一条藤蔓，伸入泥潭，沾上泥浆向地上挥洒。结果点点泥浆变成一个个小人，与用手捏成的模样相似，这一来速度就快多了。女娲见新方法奏了效，越洒越起劲，大地就到处有了人。

一天女娲感觉疲累，遂停止捏泥、挥枝造人。她休息一下后奔走四处，顺便看看人类生活情况怎样。令她倍感惊讶的是，广袤大地要么人烟稀少，要么横尸遍地，女娲见此情景悲从中来。

若要使凡间人丁不断，生机勃勃，岂不要永远不停地捏人、挥枝？有没有更省时更省力的方法呢？女娲冥思苦想良久，最后决定遵照自然之法，将人类分为男女，使其繁衍生息。因为人是仿神生物，不能与禽兽同等，所以她又为人类建立了婚姻制度，使其有别于禽兽乱交。人类世界从此世代繁衍，

直至今日。

女娲造人虽是流传于民间的传说，但也绝非纯粹杜撰。因为在上古时代的母系氏族社会中，女性在生产和生活方面占据着主导地位，因此，女娲造人的神话体现出了当时的母系社会给人类带来的极大影响，也是上古时代社会关系的反映。

“四氏”传说

自从女娲造了人之后，世界变得更加美丽，一片欣欣向荣的景象出现了。但是真正意义上的“人之祖”是我国原始社会的人类。在原始社会初期，人们过着群居的原始生活，只有群居才能给当时的人类创造生存的空间。因为当时野兽成群出没，而且十分凶猛，人类生命面临着严重的威胁。而当时的人们没有锋利的武器和野兽搏斗，只能靠着木棒和粗糙的石块与凶猛的野兽搏斗。在这种情况下，只有许多人合力才能赶走或是打死野兽。在与大自然的不断斗争中，人类逐渐地掌握了生存的本领，不断地有所发明，有所创造，从而使人类不断地进步。在这漫长的演进过程中，“四氏”应运而生。关于“四氏”，有着许多动人的传说。

人类不断地发展，逐渐产生了语言，但是语言不是人与动物的根本区别。人与动物的根本区别在于：人能创造和使用劳动工具。

原始社会初期的劳动工具十分简单，只是将石块进行粗糙的打造，但是这也表明人类已经能够制造工具了，已经与动物有本质区别了。人类用自己的智慧不断地发展完善自己。那时，凶猛的野兽横行，人类随时面临着被它们伤害的危险，有的甚至丢掉性命。人们后来发现鸟儿在树上筑窝，野兽不会爬树，再凶猛的野兽也无法捉到树上停栖的鸟儿。于是，人们便学着鸟儿的样子，用木材为自己“筑巢”，在高大的树上搭窝，把木屋建在树上。从此，人们住在树上，安全多了。这位教大家“构木为巢”的人叫“有巢氏”。

有了住的，还要解决吃的。最初，人们把打死的小动物生着吃。一次火山爆发，引起树林起火，大火熄灭后，人们回到故地，闻到一阵阵诱人的香味。这些香味是从那些被烧死的动物身上传出来的。人们一吃，觉得经过火烧之后的肉比生肉好吃多了。后来，人们渐渐学会了用火烧东西吃，并且把

天然火种保存起来，使它长久不灭。可是火种的保存也有很多困难，一遇到大风大雨就更难保存。

又过了许多年，有个叫“燧人氏”的人发现用两块燧石相撞相擦，能够产生火花。于是，他教人们采集这种“火石”。后来人们还发现用尖锐的木棒在另外一块木头上使劲地钻，也能产生火，这就是“钻木取火”。人工取火给人类带来了极大的好处，人们随时可以利用人工火烧东西，吃到飘香的熟食。

岁月慢慢地走过，人们学会了用绳子结网，用网打鱼；发明了弓箭，可以射猎鸟兽。由于工具的先进，人们打猎捉来的动物越来越多，人们便把吃不了的动物暂时饲养起来，学会了驯化野生动物的本领。传说，结网、打猎、饲养这些技术是由“伏羲氏”教给大家的。渔猎业促进了农业的发展，有个叫“神农氏”的人将一把野谷子撒在地上，到了秋天，长成了更多的谷子。他组织大家耕种五谷，收获比以前增多了。

“四氏”的出现，促进了社会的不断变化，从这种意义上讲，他们是我国人类的真正始祖，女娲只不过是一个美丽的传说而已。

力战蚩尤

上古时候，在华夏大地上有着许许多多、大小不一的部落。这些部落或是彼此结盟或是相互打斗，目的都是为了确保本部落的生存和繁衍。在结盟或掠杀的过程中，两个比较强大的部落逐渐形成了，这两个部落势均力敌、不分伯仲，互不服输。一个是以神农氏炎帝为首领的部落，此部落农业比较发达，内部十分团结，而且英勇好斗；另一个部落则是以轩辕氏黄帝为首领的部落，这个部落首领黄帝德高望重，有很高的军事才能。

我们先介绍一下黄帝的情况。黄帝的先祖是有熊氏。那时候，有一个叫娇氏的姑娘嫁给了一个部落首领有熊氏——黄帝先祖。二人相亲相爱，有一天二人出去游玩，当他们来到姬水边时，天突然暗下来，猛地天空响起一声闷雷，接着一道闪光出现在空中，娇氏身体震颤了一下，随后她怀孕了。

又过了整整两年，娇氏生下了一个特别可爱的小男孩，他就是历史上有名的黄帝。黄帝小的时候，十分聪明，能通百事，断曲直是非，另外他还是响雷所孕，所以人们都认为他是天神降世。在那上古时候，迷信已经开始流

行，于是黄帝很自然地被推举为有熊氏的首领。黄帝生于姬水，所以他以姬为姓，号轩辕，由此也有人称黄帝为轩辕氏。

黄帝与炎帝的部落逐渐壮大之后，为了争夺地盘，相互间共进行了三次大战，最终黄帝以英明的领导打败了勇猛善战的炎帝。从此黄帝名声大振，各部落纷纷归附黄帝。黄帝天生是一个杰出首领，他把天下进行了重新划分和组编。从小到大依次是：井、明、里、邑、都、师、州。各州由降服的首领和黄帝派遣的大臣共同管理。由于原来的首领比较熟悉部落的情况，且善于管理，而黄帝派去的大臣又很好地起到了监督作用，所以天下十分太平安康。

天下太平，经济发展必然加快。黄帝一共有四个妃子。有一个妃子叫嫫祖，长得十分漂亮，而且非常能干，很受人爱戴。她发明了养蚕，教人们如何养蚕和缫丝。这些蚕丝十分柔软又十分保暖，可以制成衣物，很受人们欢迎。

黄帝不仅有治国平天下之能，而且还特别重视文化。他将用于记事的符号总结归纳，这些符号就成了最原始的文字。

然而，当一个人整天处于一种荣誉的包围中而不能自拔时，他很可能迈出错误的一步。黄帝毕竟不是神。由于他治国有方，四方安定、国富民强，黄帝受到万民拥戴，从而有些沾沾自喜，决定享受一番。于是他大修宫殿都城，在昆仑山顶建了一座行宫，在槐江边山顶修了一座玄圃，也就是现在的花园。在青要山上还建了一座秘密行宫，里面有许多宫女，这些宫女大多姿色宜人、能歌善舞。然而这些大型土木工程耗费了大量财力、人力，人们叫苦不堪。

由于黄帝整天游行玩乐，给九黎族的首领蚩尤造成了一个可乘之机。本来蚩尤就有二心，一看黄帝不理朝政，心想：正是起兵造反的好时机。

黄帝这一天正在宫中欣赏美女跳舞，一听说蚩尤反叛，不禁大吃一惊，吓出了一身冷汗，赶紧离开行宫带领人马杀向涿鹿。可是一到涿鹿，黄帝的兵士就乱作一团，东奔西逃，有的还被蚩尤的毒气熏倒死亡。黄帝十分生气，踏上指南车指挥军士冲出蚩尤布置的毒阵。黄帝正想反击时，天空暴雨突降，狂风大作，原来这是蚩尤请来的“风伯雨师”前来助战。黄帝也不甘示弱，请天女帮忙。一会儿，风停日暖，黄帝乘着大好天时，打败了蚩尤。

黄帝从此加强军事训练，为了防止蚩尤东山再起，他还驯养猛兽。他将

猛兽饿几天后，让兵士穿上蚩尤的服装去逗它们，一旦这些野兽被激怒，就丢给它们一些小动物。日久天长，猛兽对蚩尤部人的服装产生了条件反射，一看到穿蚩尤部服装的人就兽性大发。

后来蚩尤再一次与黄帝决战，黄帝胸有成竹，放开饿了几天的猛兽，这些猛兽一见到蚩尤部的人就上前狂吠乱咬。蚩尤部的人死的死，伤的伤，剩下的也四处逃散。黄帝这一次彻底打败了蚩尤部。

关于蚩尤的死，传说不一。有的人说黄帝捉住蚩尤后，十分憎恨蚩尤，将蚩尤杀死。蚩尤死的地方长出一片枫林，枫叶上还沾着斑斑血迹。还有人说，蚩尤的血变成了一个盐池，盐池的水一直是红色的。

蚩尤被杀死之后，刑天又起兵反叛。刑天这个人有勇无谋，有一把子力气，但是带兵打仗和黄帝无法相比。这一天，刑天带领手下的兵士来到常羊山上，黄帝早已料到他会路过此地，于是埋伏下重兵。当刑天一到常羊山上，黄帝大叫一声，冲上前去，与刑天大战。刑天手持利斧，越战越勇，黄帝的利剑也不甘示弱。剑来斧往，打得难解难分。黄帝灵机一动，何不以巧破千斤，打着打着，黄帝轻轻一闪身，躲过利斧一剑就砍下了刑天的人头。

黄帝平息了叛乱，得胜而归。满朝文武都来祝贺，可黄帝这时十分清醒，没有因取胜而沾沾自喜，他知道叛乱是因为他荒废朝政而导致的。

从此，黄帝一心勤于政务，兢兢业业，没有丝毫放纵，不久又国泰民安了。后来他十分感谢忠贞不贰的炎帝，派人把炎帝接回来。两个部落共同劳动，和睦相处，共同生存，逐渐形成了汉族的前身——华夏族。为什么我们现在自称为炎黄子孙，答案也在于此。

夸父逐日

夸父逐日是一个在我国流传很广的传说，讲的是夸父奋力和太阳赛跑，终于体力不支，长眠虞渊的故事。

传说在远古时候，北方有一座耸入云端的高山，高山上树木丛生，山林里生活着一群身材魁梧，力大无比的巨人。他们的首领是幽冥之神后土的后代，名字叫作夸父，这群巨人就被称为夸父族。夸父族的人勤劳勇敢，那时猛兽横行，毒物肆虐，为了让部落里的人能够安宁地生活，首领夸父带着部

族成员坚强地为生存而战。

有一年，天气炎热干燥，太阳像个火球一样炙烤着大地，河流干涸，土地开裂，庄稼和树木都快干死了。人们忧心忡忡，有些人甚至无法抵御酷热，被热死了。看着族人受罪，夸父很难过，仰头看着太阳，大声宣布要去追赶太阳，并征服它。族人纷纷劝阻，有的说太阳在很远的地方，追上它你也累死了；有的说太阳火火热热的，你没法接近它。但是，夸父主意已定，根本不听众人的劝告，他想只要征服了太阳，以后就不会受它的苦了。

第二天，太阳刚从海边露头，夸父就告别族人，去追赶太阳了。他下定决心，不追上太阳誓不罢休，迈着大步一刻不停地奔跑起来。他跑啊跑啊，越过一座座大山，跨过一条条河流，简直是不知疲倦。



夸父逐日

他看到太阳离自己越来越近了，就觉得更有信心了，只是现在每走近太阳一步，他的饥渴就增加一分，可即便这样，他也没有停下前进的脚步。又跑了九天九夜，夸父终于来到了太阳落山的地方——禺谷。那个红艳艳的大火球朝外喷着火舌，夸父觉得饥渴难耐，就跑到黄河边，把黄河水都喝干了，可还是

不能解渴，他又跑到渭河边，把渭河水也给喝干了，他还是渴得不行，他又朝北跑去，去喝那里的湖水。可是，夸父又渴又累，还没跑到大湖那儿去，就倒在地上再也起不来了。夸父心里觉得遗憾极了，临死时，把手杖一抛，手杖落下的地方马上出现了一大片结满果实的桃林。

从此，有人经过时，累了可以在桃林里歇息，渴了吃个鲜桃解渴，然后精力充沛地继续自己的旅途。

夸父逐日的传说是有文字记载的，《山海经》在《海外北经》篇中写道：“夸父与日逐走，入日；渴，欲得饮，饮于河、渭，河、渭不足，北饮大泽。未至，道渴而死。弃其杖，化为邓林。”

夸父不向自然屈服，敢于和自然斗争，直至献出生命，可见他是一个有雄心、有气魄、意志坚强的英雄，即便是倒下了，他还将自己的手杖化作一片桃林，荫蔽后人，延续顽强的生命，表现了他顽强不息，坚持不懈，勇于献身的精神。夸父只是我们古代先民的一个代表，夸父逐日的故事反映了古