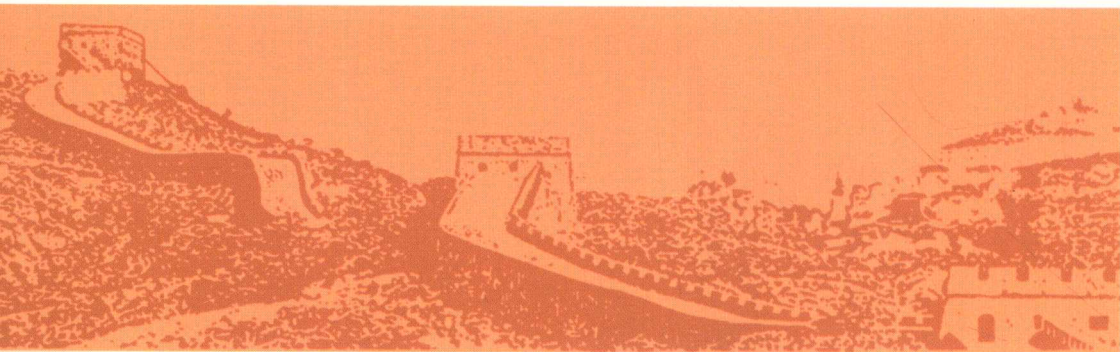




汉语国际传播基础理论与实践研究丛书



面向第二语言教学的 中华文化与跨文化传播研究

MIANXIANG DI' ER YUYAN JIAOXUE DE ZHONGHUA WENHUA YU KUAWENHUA CHUANBO YANJIU

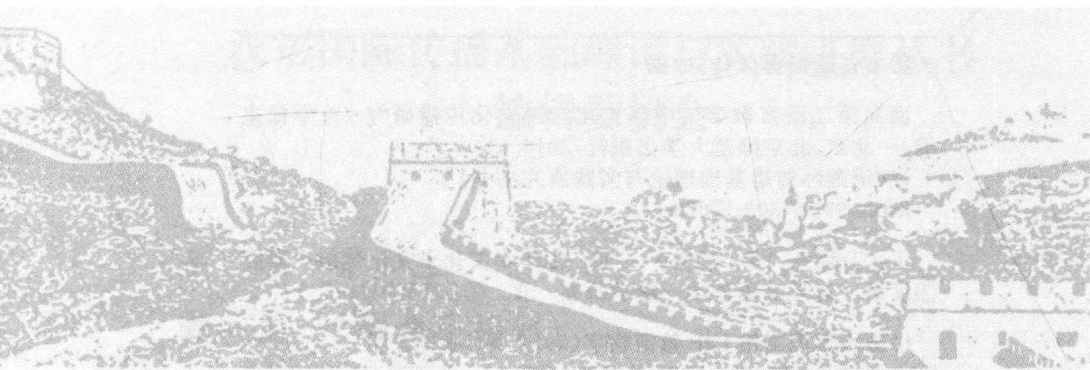
主 编 王学松



北京师范大学出版集团
BEIJING NORMAL UNIVERSITY PUBLISHING GROUP
北京师范大学出版社



汉语国际传播基础理论与实践研究丛书



面向第二语言教学的 中华文化与跨文化传播研究

MIANXIANG DI ER YUYAN JIAOYUE DE ZHONGHUA WENHUA YU KUAWENHUA CHUANBO YANJIU

主 编 王学松

作 者

(按音序排列)

贾 放 李炜东 娄 毅 亓 华 宋志明

孙立峰 王学松 吴成年 赵宏勃 周威兵



北京师范大学出版集团
BEIJING NORMAL UNIVERSITY PUBLISHING GROUP
北京师范大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

面向第二语言教学的中华文化与跨文化传播研究 / 王学松主编. — 北京: 北京师范大学出版社, 2014. 11
(汉语国际传播基础理论与实践研究丛书)
ISBN 978-7-303-17623-6

I. ①面… II. ①王… III. ①中华文化—文化传播—研究
②汉语—对外汉语教学—教学研究 IV. ①G125②H195.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 140981 号

营销中心电话 010-58802181 58805532
北师大出版社高等教育分社网 <http://gaojiao.bnup.com>
电子信箱 gaojiao@bnupg.com

出版发行: 北京师范大学出版社 www.bnup.com
北京新街口外大街 19 号
邮政编码: 100875

印 刷: 北京东方圣雅印刷有限公司
经 销: 全国新华书店
开 本: 170 mm × 230 mm
印 张: 16.25
字 数: 280 千字
版 次: 2014 年 11 月第 1 版
印 次: 2014 年 11 月第 1 次印刷
定 价: 49.00 元

策划编辑: 杨 帆	责任编辑: 杨 帆
美术编辑: 焦 丽	装帧设计: 吴乾文
责任校对: 李 菡	责任印制: 陈 涛

版权所有 侵权必究

反盗版、侵权举报电话: 010-58800697

北京读者服务部电话: 010-58808104

外埠邮购电话: 010-58808083

本书如有印装质量问题, 请与印制管理部联系调换。

印制管理部电话: 010-58800825

汉语国际传播基础理论与实践研究丛书

编辑委员会

主 任 张和生

委 员 (按音序排列)

陈 绂 程晓堂 丁崇明 冯丽萍

马燕华 王学松 朱瑞平 朱志平

开展学术研究是推动我们学科发展的利器

（代序）

“汉语国际传播基础理论与实践研究丛书”自2008年筹划，2009年立项，迄今已历时5年有余。碍于作者人数众多，加之我催稿力度不够等原因，致使出版时间一拖再拖。正因为如此，当责任编辑告知丛书付梓在即，嘱我为丛书作序时，我一时竟不知从何说起。

本丛书凡五册，包括《面向第二语言教学的汉语本体研究》《汉语作为外语教学研究》《汉语作为第二语言习得研究》《面向第二语言教学的中华文化与跨文化传播研究》和《第二语言教学研究中的前沿问题》。丛书的内容、体例、审定由编委会统筹，各册则由主编负责组稿。

这套丛书可以看作北京师范大学对外汉语教学研究的一个标志性成果，其得以问世，要感谢几位主编的尽心尽力，感谢全体编著者的辛勤劳动，感谢北京师范大学出版社的大力协助，特别要感谢学校的重视以及“211”经费的支持。

由于特定的历史原因，新中国的对外汉语教学从20世纪50年代开始就植根于高校，这一点与其他国家把母语作为二语教学的主体放在语言学校有很大的不同。高校是教学、科研并重的。一个只专注于教学而不重视研究的院系，在高校就没有学科地位，也鲜有发展空间，甚至没有生存空间，这是对外汉语教学发展几十年来的经验之谈。

汉语作为第二语言教学在国内形成独立的学科，是20世纪80年代初的事，迄今才及“而立之年”，实实在在是个年轻的学科。年轻的好处是充满朝气，但缺乏学术积淀的不足也显而易见。放眼全国高校，对外汉语教学单位大多是学术研究的“弱势群体”。时至今日，没有哪个综合性大学会把对外汉语教学当作自己要重点发展的学科。坦率地说，对外汉语教学也不该是一所综合性大学的“招牌学科”。但我们也应当看到，一所大学要在21世纪跻身世界知名、国内一流的行列，大概无法忽视对外汉语教学这个业已存在的学科，因为在今后相当长一段时间，对外汉语教学还将是国内高校展示国际化办学的重要

窗口，是中外大学校际交流的重要纽带。更何况，在当前汉语国际教育的大背景下，这个学科紧密地服务于国家的和平发展战略。我们有足够的理由把我们的学科做大做强，而开展学术研究是推动我们学科发展的利器。如果中国的汉语国际教育研究能够引领世界第二语言教学的学科发展，谁人还敢小觑？

作为一个年轻的学科，我们需要学校的扶持，包括某些政策的倾斜，但毫无疑问，我们更需要的是学界内部的殚精竭虑、自强不息。我不敢高估本套丛书的学术水平，但我敢说，我们已经在努力，而且还会一直努力。

拉拉杂杂，凑成“千字文”，权且算作本丛书的“代序”。

张和生
甲午年小暑



前言

第二语言教学多年的实践和研究表明,语言教学和文化教学密不可分,相辅相成。学界对文化教学的相关研究也持续深入,取得了丰富的成果,极大地促进了第二语言教学学科和事业的发展。但是,随着国际汉语教育事业的蓬勃开展,局限在课堂和学校的中华文化教学在内容和形式上都显然无法满足形势发展的需要了。

2006年,北京师范大学汉语文化学院开始试点招收“汉语国际教育硕士专业学位”研究生。与对外汉语教学方向研究生相比,课程设置上一个很大的改变就是加大了中华文化及跨文化传播课程所占的比例,并在教学方式上做了调整。经过多年的摸索、实践,目前已经形成一套相对成熟、固定的中华文化及跨文化传播课程体系。在此基础上,任课教师结合教学效果反馈和对志愿者教师海外教学传播实践的调查结果,对自己承担教学的部分展开了研究,逐渐对此类课程的性质、内容、教学方式等有了一些新的认识,本书就是教师们近年来教学和研究初步成果的总结。

本书共分为六章。第一章至第四章,侧重传统文化及文化传统的形成,分别从历史、哲学、宗教、文学艺术、民俗几个方面,择要呈现出中华传统文化概貌,其中也涉及中外文化交流及传播的内容。第五章侧重中国国情,在前四章内容的背景下呈现出当代中国的概况及发展中面临的问题。第六章相对独立,在第二语言教学界已有的关于文化教学与传播的研究成果基础上,结合汉语国际教育的新形势、新需求探讨了文化传播的核心内容、有效策略和方式方法。

本书由十位从事该类课程教学的一线教师合作完成,共同商讨形成写作框架之后,各自负责某一章节的写作。在文本格式与写作风格上,我们也没有刻

意寻求整齐划一，但是各章的内容相互衔接，体现了文化类课程总体上的内容安排，也可以看出教师们针对具体文化内容的教学思路。尽管观点上我们不追求标新立异，但其中也不乏作者们结合教学和传播实践进行深入思考而提出的新问题，得出的新看法，希望这些都可以引起读者更深一步的思考。书中不足之处也请读者方家不吝指正。

目

录

第一章 世界文明进程中的中国古代历史	1
第一节 中国文明的起源及古代社会的发展	1
第二节 中国古代的文化交流、技术传播及其影响	15
第三节 中国元素：中国古代的文物与文化遗产	26
第四节 中国形象的嬗变	44
第二章 中国传统哲学与宗教信仰	56
第一节 儒家思想源流	56
第二节 道家思想述要	69
第三节 道教——神仙信仰的本质和历史	83
第四节 佛教及其在中国的传播	100
第三章 中国文学与艺术	111
第一节 中国古代文学的传统	111
第二节 中国现代文学的变革	121
第三节 中国当代文学的价值重估与海外传播	138
第四节 中国艺术精神	148

第四章 民间文化与民族精神	160
第一节 民俗文化的基本问题	160
第二节 中国民俗文化的特征及其在当代所面临的问题	165
第三节 跨文化语境下的中国民俗文化传播	167
第五章 从传统走向未来的当代中国	174
第一节 当代中国的政治、法律、经济与外交	174
第二节 当代中国的教育、科学、文化与医疗卫生	186
第三节 当代中国的民族、地理与环保	202
第六章 中华文化传播理论与有效传播策略	217
第一节 21 世纪汉语国际传播战略与文化观念的转型	217
第二节 国际汉语教学中的“敏感话题”及其应对策略	232
第三节 国际汉语教育硕士如何在海外传播中国文化	243



第一章 世界文明进程中的 中国古代历史

第一节 中国文明的起源及古代社会的发展

中国是历史悠久的文明古国之一，与世界其他文化体系相比，中国不但有着最为丰富的历史遗存，还有最为完整的历史记载，中国历史文化是一笔宝贵的精神财富。

史学是中国文化重要的组成部分，中国有着优秀的史学传统，史学内容丰富、形式多样、修史制度完备、理论精善，且在不同时代都涌现出杰出的史家，说中国古代史学是一座瑰丽的宝库并不为过。梁启超在《中国历史研究法》中提出：“中国于各种学问中，惟史学为最发达；史学在世界各国中，惟中国为最发达。”从学术传统的继承来看，隋唐以来，经史之学被视为中国传统学术的代名词，对史学的把握是传统学人必须具备的基本文化素养之一。即使在日常生活里，普通人的交谈也格外喜欢引经据典，中国人对于历史的热爱给来自其他文化的观察者留下了深刻的印象。清末非常活跃的美国传教士丁韪良就强烈地感受到这个特点，他曾建议西方的学者关注中国历史，认为这是“最值得欧洲学者研究的”。^①著名的中国历史研究者费正清也提出：“通过中国历史可以最好地了解中国。”^②

一、中国文明的起源：早熟的农业文明

世界几大独立起源的文明，都建立在农业文明的基础之上，中国文明也不

① [美] 丁韪良：《汉学菁华：中国人的精神世界及其影响力》，261页，北京，世界图书出版公司北京公司，2010。

② 费正清：《中国：传统与变迁》，2页，长春，吉林出版集团有限公司，2013。

例外。中国文明起源于黄土高原地区，这里的土壤和气候条件适合原始农业的发展。不过，考古发现证明，在黄河中下游以外的地区，也发展出繁盛的原始文化。苏秉琦指出：“在历史上，黄河流域确曾起到重要的作用，特别是在文明时期，它常常居于主导地位。但是，在同一时期内，其他地区的古代文化也以各自的特点和途径在发展着。各地的考古资料越来越多地证明了这一点。同时，影响总是相互的，中原给各地以影响，各地也给中原以影响。”^①

（一）早期文明的农业成就：粟与稻的起源中心

依据一些有关传说时代的文字遗存，在这一时期黄帝部落和炎帝部落是两个最重要、彼此联系非常紧密的大部落。黄帝被视为中国的人文初祖，《史记·周本纪》说他“时播百谷草木”，能顺应季节变化播种，说明农业文明已经出现。根据传说，黄帝时代人们驯养牛马，使用车船，已会打井、养蚕、缫丝，还发明了文字，有了历法。炎帝时代的原始农业成就也非常突出，传说炎帝神农氏遍尝百草寻求治病的药物，在原始文化的发展方面做出了突出的贡献。

史前时代中国黄河流域的农业文明非常辉煌，已经出土的石镰、石锄等农业生产工具，说明当时人们不但已经从事农业生产，还能进行初步加工。在距今约 8000 年的河北武安县磁山，考古学家发现了粟的遗迹，这是中国粟出土年代最早的实物。与磁山文化年代相当的裴李岗遗址，发掘于 20 世纪 70 年代，也发现了炭化的粟粒。大量考古发现证实，中国是粟的栽培中心，也是世界上唯一的最早从粟发展起来的农业国家。

在长江下游地区浙江余姚的河姆渡遗址，考古学家发现了大量的栽培水稻遗存，河姆渡文化属于新石器时代早期，距今 7000 年，但已经使用骨耜这种农具，脱离了“刀耕火种”的落后状态，进入了“熟荒耕作制”农业的阶段。

栽培作物的产生是一种文化现象，与史前文化的水平密切相关，修建宫殿、城池的需要，手工业者队伍的扩大等因素，都是发展农业的动因。世界农业起源有三个中心：西亚的两河流域，是小麦和大麦的起源地；中国的黄河流域和长江流域，是小米（粟）和大米的起源地；中美洲是玉米的起源地。研究者认为，中国与其他两个起源中心的区别在于，黄河流域的粟作农业起源中心与长江流域的稻作农业起源中心构成了紧密相连的农业体系，互相补充，互有影响，这是中国古代文明孕育和发展的坚实基础。这两个农业体系至迟在 5000

^① 苏秉琦：《苏秉琦考古学论述选集》，225 页，北京，文物出版社，1984。

年前就已经形成，经历了数千年的融会和发展，是新的文明形成的条件。^①

（二）灿烂的彩陶文明

农业和畜牧业的出现，标志着人类社会进入新石器时代，这个时代的典型器物是磨制石器、陶器和纺织工具。在人类进入定居生活后，陶制的炊煮器、饮水器、储存器是生活中必不可少的。

制陶业是人类划时代的伟大发明，是利用火来改变物质化学性质的成功尝试。根据文献记载，中国人很早就懂得制作陶器。陶，古人多写作“匋”，《说文解字》说：“匋，作瓦器也。”《史记》中说，舜的时代，人们已经可以制作质量很好的陶器。

在中国发现了数量众多的新石器时代文化遗址，考古学家认为，在中国文明早期形成过程中发挥过重要作用的有六个地区：（1）陕豫晋邻近地区；（2）山东及邻省一部分地区；（3）湖北和邻近地区；（4）长江下游地区；（5）以鄱阳湖——珠江三角洲为中轴的南方地区；（6）以长城地带为重心的北方地区。^②

1921年，瑞典考古学家安特生在河南渑池县仰韶村发现了与磨制石器共存的陶片，上面有黑色和红色描绘的纹饰，他将其命名为“仰韶文化”；1928年，考古学家在山东章丘龙山镇又发现一种薄黑而有光泽的陶片，不同于仰韶文化的彩陶，被命名为“龙山文化”。经过数十年的发掘和研究，人们确定，仰韶文化的分布区域，以黄河中游的河南、山西、陕西三省为中心，年代距今约五六千年。其中代表仰韶文化早期和中期的分别是西安半坡遗址和河南陕县庙底沟遗址，是仰韶彩陶的鼎盛期。与仰韶文化约略同期的山东地区的大汶口文化等，彩陶也相当发达。仰韶彩陶在晚期走向衰落，之后，主要分布在中国西部甘肃、青海、宁夏的“马家窑文化”^③代表着中国彩陶文化达到极致的水平，与其他文化遗址相比，马家窑文化彩陶在陶器总数中所占比率最高。^④

最原始的彩陶仅是在口沿附近涂抹一圈红色的颜料，题材、构图和色彩都是逐渐丰富起来的。彩陶表现着先民对自然和生活的感受以及他们的审美情

① 彭林：《文物精品与文化中国十五讲》，6页，北京，北京大学出版社，2007。

② 苏秉琦：《苏秉琦考古学论述选集》，334页，北京，文物出版社，1984。

③ 距今5800—4000年，马家窑文化是仰韶文化的一个地方分支，又被称作甘肃仰韶文化。

④ 在仰韶文化中，彩陶只占10%左右，马家窑文化中出土的彩陶则占全部陶器的20%~50%，在随葬品中占80%以上。

趣，仰韶文化的陶器多以动物为题材，“鹳鱼石斧彩陶缸”堪称史前彩陶画的杰作，马家窑文化的彩陶以鱼纹、鸟纹、蛙纹、蝌蚪纹、水波纹、草叶纹、葫芦纹等较为常见，精致和华美的马家窑彩陶证明当时的制陶工匠已经具有了不同寻常的工艺技能。

彩陶是新石器时代考古中最引人注目的器物，在黄河中下游以外的地区，良渚文化的玉器制作也具有突出的特色。良渚文化的年代为公元前 3300 年至前 2200 年，是长江下游新石器时代晚期的文化遗址。主要分布在太湖地区，南以钱塘江为界，西北至江苏常州一带。在目前发现的 200 多处良渚文化遗址中，发现了数量众多的玉器，有玉质珠、管、坠、镯、瑗、璜、琮、璧等，经过精心磨制抛光并雕刻纹饰，有较高的工艺水平。人们把良渚玉器的轻柔光泽视为远古智能之光、东方文明之光。在这一时期，工匠们已经掌握了后世玉器加工的所有技法。墨西哥、新西兰和中国均为世界闻名的古玉产地，墨西哥玛雅文化拥有“印第安玉器”、新西兰的毛利人以碧玉雕刻人物，相比之下，中国早期文明中的玉文化历史尤为久远，形成了博大精深的中国玉文化。此外，在河姆渡文化遗址中，已经出现了漆器；在辽河流域的红山文化^①则以其特殊的内涵引起学界关注。

中国早期文明发展的脉络“呈现多元分布的态势或格局”^②。学术界公认，在中华文明的早期，多元的文化因素在原始文化走向文明的过程中逐渐融合，构成了华夏文明。

二、王朝的变迁中文明的演进

人类社会总是处于变动当中，也可以说“变动其实正是历史之常态”^③。在历史的发展过程中，社会组织、结构、生活方式都随之改变，在朝代的兴亡更替中，不同历史时期的文化也各具特点。

（一）青铜时代：中国礼乐文明的诞生

在世界文明史上，把普遍使用青铜工具和兵器的历史时代，称为青铜时代。在世界范围内，大约在公元前 4000 年—前 1000 年，各地先后形成几个青

① 距今约五六千年，是一个在燕山以北、大凌河与辽河上游流域活动的部落集团创造的农业文化，因最早发现于内蒙古赤峰红山后遗址而得名。

② 张岂之：《中国历史十五讲》，13 页，北京，北京大学出版社，2003。

③ 龚鹏程：《中国传统文化十五讲》，292 页，北京，北京大学出版社，2006。

铜文明的中心。中国的青铜时代，大致相当于夏商周三代。

夏朝（约公元前 2070—前 1600 年）是中国历史上第一个朝代，关于夏朝的可靠历史文献资料很少。在年代与夏朝相当的考古发现中，最为著名的是河南偃师的二里头遗址（公元前 1900—前 1500 年）。人们在二里头遗址发现大型宫殿、庞大的墓地及居住遗址，明显属于政治的中心。

商朝（公元前 1600—前 1046 年）的疆域比夏朝扩大了许多，东至海滨，西达今陕西，北至今河北，南至今湖北。商王自汤至纣共传 31 王，17 世。商朝统治期间，五次迁都，盘庚迁于殷（今河南安阳）后才稳定下来。商代最后一位王名叫纣，他与夏朝最后一位王桀一样，是声名狼藉的末代统治者。商人迷信鬼神，由此形成了高度发达的青铜文明。商代青铜器的制造已经达到了很高的水平，以造型古朴奇特、厚重雄浑、纹饰繁缛为特征。此外，甲骨文也是商文化的杰出代表。

商纣统治期间，在与周边部族的战争中衰弱了国力，周族经过数百年发展，逐渐壮大了力量，最终灭掉了商朝。公元前 1046—前 771 年为西周统治时期，这也是三代中最大的王朝。周代的统治者总结了殷亡的教训，认为周的王权来自历代祖先接受的天命，有鉴于殷的“失德”，重视推行德政，这是中国人本主义思想的先河。周代建立的一整套典章制度，孔子称之为“周礼”。在西周礼乐文明中，礼是借助于器物进行的，礼和乐相辅相成，乐是内心德行的体现，礼则起着约束行为的作用。

礼器和乐器在祭祀活动及贵族生活中不可或缺。成套的礼器用于宗庙祭祀中，表现祭祀的庄严。乐既是进行道德熏陶的工具，也被用来移风易俗，在青铜乐器中最重要的是编钟，出现于西周中期。^①

就中国青铜时代的发展来看，在商代后期开始进入鼎盛时期，最精美的青铜器出现在西周时期。到战国末期以后，随着铁器的发明和普遍使用，铜器开始淡出历史舞台。

（二）剧烈的蜕变：春秋战国时期学术文化的繁荣

春秋战国时期，社会发生了很大的变化。

春秋时期（公元前 770—前 476 年）共 294 年，在这一时期，周王朝处于不断削弱中，分封制、贵族政权逐渐瓦解。《诗经·八月》中的“高岸为谷，深谷为陵”描述的就是社会的这种剧烈变化。在生产工具方面，春秋时期“铁

^① 彭林：《文物精品与文化中国十五讲》，180 页，北京，北京大学出版社，2007。

器有很大发展”，“铁农具的使用提高了开垦土地的能力，便于深耕细作，促进了农业发展”。^①

到了战国时期（公元前 475—前 221 年），各国以兼并土地为目的的战争连绵不断，大小战争发生了 220 余次。

春秋战国时期是一个政治混乱的时期，也深刻地暴露出种种社会弊端，生活在这个时代的中国思想家们思考的是关于社会的、政治的和伦理的哲学，与大约同一时期也在苦思冥想的希腊哲人关注物质世界的性质、印度思想家关注灵魂和神的关系不同，得出的答案也不同。战国时期在各个方面都取得了开创性的成就，尤以学术文化繁荣著称，形成了“百家争鸣”的局面。面对社会的剧烈变化，人们纷纷提出稳定秩序和安抚人心的道理，寻找代替旧传统的新的指导原则，思想极为活跃。“诸子百家”不同学派的流传还具有地域的特点：儒、墨以鲁国为中心，儒家传播于晋、卫、齐，墨家则向楚、秦发展。道家起源于楚、宋、陈，后来流入齐国。楚人保留着比较原始的“巫鬼”宗教，对齐、燕有影响。阴阳家是在齐国发展起来的，法家主要源于三晋。战国时代文化的交流已经不再像春秋时期以邹、鲁为中心，交流和影响的范围进一步扩大了。

（三）统一帝国的缔造和延续：秦朝和汉朝

公元前 221 年，秦王嬴政实现了统一，建立秦朝，称秦始皇，他是中国历史上第一位皇帝。秦朝的历史只有短短的十五年，却留下一系列影响深远的制度。秦始皇以“大一统”的思想理论为基础进行政治实践，秦实行郡县制，皇帝的政令，通过三公九卿直达于郡、县、乡、亭、里^②，这是先秦时代没有的中央集权制。秦始皇和儿子秦二世的暴政，使秦的统治在农民战争中结束，出身于平民的刘邦建立了西汉（公元前 206—公元 8 年）。

汉承秦制，统治延续了四百多年，两汉帝国为中国以后的统一奠定了稳固的基础。汉帝国取得了经济和文化的发展，其成就以及在历史上的重要性与罗马帝国相当。

秦汉时期具有一种宏阔的文化精神，绵延万里的秦长城，气势磅礴的秦始皇兵马俑，诗文中“覆压三百余里”的阿房宫，就是这种精神的产物。也是在这个时代，中国文化开始与异域文化展开多层次的交流，中国产品输出到西亚

① 张岂之：《中国历史十五讲》，27 页，北京，北京大学出版社，2003。

② 秦制，郡下设县，县之下有乡，乡以下还设亭、里。

和欧洲，西域和印度的文明成果也给中国文化增添了异域的情调。统一的秦汉帝国也实现了文化、思想、学术的统一，汉武帝之后，儒学获得了“独尊”的地位。

西汉后期，有权有势的大地主占有大量的田地和佃农，世代称霸一方。至东汉（公元25—220年）时期，这一情况更加发展。东汉中期以后，政权主要由外戚和宦官交替控制，他们为了各自的私利互相斗争，使东汉的政治一片黑暗，加速了土地的恶性兼并，广大农民纷纷破产，流离失所。公元184年爆发的黄巾大起义摧毁了世族大地主的统治。

（四）分裂与融合时期的文化多元走向：魏晋南北朝时期的胡汉互化

东汉以后，出现了三国（公元220—280年）鼎立的局面，公元280年，晋灭吴，三国时期结束，西晋的统治开始。西晋的政局非常不稳定，很快就陷于内乱当中，317年西晋灭亡之后，中国就进入了一个较长的分裂时期。在北方，先有十六国割据，后有北魏、东魏、西魏、北齐、北周等政权的相继建立。南方则先后处于东晋、宋、齐、梁、陈诸朝的统治之下。

东晋（公元317—420年）是由南渡的北方士族和南方官僚建立的王朝，东晋的军政大权由数十个大家族把持，处于地主阶级最上层的这些家族占有大量土地，将“万顷江湖”据为私产，广大农民则很容易贫困破产，沦为地主的佃客、奴仆。在东晋末年镇压农民起义的过程中，寒族出身的刘裕逐渐掌权，最终代晋做了皇帝，建立了宋（公元420—479年）。刘宋的建立是“南朝”时期的开始，宋、齐、梁、陈都以建康为国都，这四个朝代的统治时间也都较短，各为几十年。

西晋灭亡后，北方游牧民族纷纷南下，建立割据政权，这些胡族政权为了稳定统治，跟汉人士族合作，崇尚中原文化。刘家和指出，“这种分裂局面，与西罗马帝国废墟上出现的日耳曼诸王国很有几分相似”，但又有“重大的不同”，即这些少数民族除匈奴外，均与汉人有很深的历史关系，一些胡族领袖汉化程度很深，有谋求统一的意愿。^①另一方面，自东汉末年以来，胡人的生活方式已经成为汉人追逐的时尚，并在十六国时期达到顶峰。

结束北方混乱局面的北魏，是鲜卑族拓跋部建立的政权，以北方统一为标志，中国北方进入“北朝”时期。北魏孝文帝进行了汉化改革，使北方的汉人和胡人差别日益缩小，最终融为一体。其后北魏分裂为东魏、西魏，皇帝只是

^① 刘家和：《古代中国与世界》，350页，北京，北京师范大学出版社，2010。