



一目了然速读史 系列

3  
小时

读懂元朝

一目了然速读历史故事  
穿越时空见证文化传承

姜若木◎编著

京华出版社



一目了然速读史 系列

# 3小时

# 读懂元朝

姜若木◎编著

一目了然速读历史故事  
穿越时空见证文化传承

京华出版社

-----  
**图书在版编目(CIP)数据**

3小时读懂元朝 / 姜若木 编著. —北京: 京华出版社,  
2011. 3

ISBN 978-7-5502-0193-4

I. ①3… II. ①姜… III. ①中国历史: 古代史—  
元代—通俗读物 IV. ①K247.09

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 044823 号  
-----

### 3 小时读懂元朝

---

编 著 姜若木

出版发行 京华出版社

(北京市朝阳区安华西里 1 区 13 号楼 2 层 100011)

发行部 (010)64243832 84241642 64255036

编辑部 (010)64251790 64255606

印 刷 北京柯蓝博泰印务有限公司

开 本 710×1000 毫米 1/16

字 数 186 千字

印 张 14.5

版 次 2011 年 4 月第 1 版

印 次 2011 年 4 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-5502-0193-4

定 价 28.00 元

---



## 前 言

元朝实质上是蒙古各汗国的宗主国，是蒙古帝国存在于东亚的部分，是一个国中之国。尽管在忽必烈与阿里不哥之间的汗位争夺战以后，使元朝政府丧失了对各汗国的实际控制，但各藩国依旧尊重元朝皇帝在蒙古帝国中的大汗地位，尤其是伊利汗国，其历代统治者都必须得到元朝皇帝的册封，否则就不具有合法身份。因此，在解读元朝的历史时，如果将其与世界史割裂，就无法弄清当时许多事情的真相。

在元朝人眼中，他们大汗的天下观要远远超过中国的历代君王，西到多瑙河，东到日本海，北到西伯利亚，南到越南、缅甸，没有一处不受到元人的影响，无不存在着元人的足迹。而元人在东亚地区的实际控制区域“东连高丽，东北至奴尔干，北达吉利吉思，西通伊利、钦察汗国，南接安南、缅甸”，这样一个庞大的疆域，也足以傲视汉唐。

尽管元朝是一个疆域辽阔的王朝，但其存在的时间相对于汉唐而言是短暂的。从1271年，忽必烈改国号为“元”开始，到1368年元顺帝北逃，元朝共经历了97个春秋。沧桑轮转，在这不到一个世纪的时间里，元朝因它的雄浑与浩瀚，成为了中国历史不可分割的一部分。正是在元朝，行省制度得以确立，中国多民族国家的基础得以奠定，北京的重要地位基本得以巩固（只在明朝初期和民国时期，中国的政治中心曾南移过）；也正是在元朝，中国人的火器、天文学和航海术传到了西方，





### 3 小时读懂元朝

而波斯的医学与理财经验也传进了中国。

在元朝，与西方人的交往不再只靠回响在古丝绸之路上的“古道驼铃”，一支控制着整个东亚海域的庞大商队可直抵非洲，扬帆破浪，将瓷器、丝绸、艺术品等货物大量地运往西方。而罗马的教皇与法兰西的皇帝在这一时期也注意着东方的一举一动，用警惕的目光关注着蒙古帝国的动向。

然而，蒙古帝国迅速瓦解了，元朝也没有能经受住一个世纪的风霜。在游牧民族与农耕民族的文化冲突中，在大自然给予的无情灾害中，在帝国内部不断的争权夺利中，在统治者的腐化堕落中，元朝退出了历史舞台，最终消失在了岁月的长河之中。正如张养浩在他的散曲中所写到的，“宫阙万间都做了土，历代兴亡多少恨，王侯将相几风流，回首间，终归繁华一梦遥。”

今天我们来阅读这段历史，就是希望尊敬的读者们，能在茶余饭后的小憩中，对这段历史有一个粗略地了解。如果能够通过了解历史，了解这些帝王将相的功过成败，得到某些启迪，或者产生某种共鸣，抑或得到一些知识，将使作者心中足感快慰。

解读历史，历史早已消失在了昨天，而在那段历史中的无数个鲜活形象，以及那些对后世影响深远的事件，却久远地记载在春秋史籍中。





# 目 录

## 第一章 成吉思汗统一蒙古

- 一、蒙古族的起源 ..... 002
- 二、也速该的死 ..... 005
- 三、铁木真踏上征程 ..... 008
- 四、铁木真统一蒙古草原 ..... 012

## 第二章 蒙古帝国

- 一、踏破欧亚大陆的大蒙古国铁骑 ..... 022
  - 1. 有仇必报的成吉思汗 ..... 022
  - 2. 花剌子模的贪婪 ..... 025
  - 3. 哲别和速不台 ..... 028
  - 4. 一代名将木华黎 ..... 032
  - 5. 成吉思汗临终的遗言 ..... 034
  - 6. 窝阔台的统治 ..... 036
- 二、风雨飘摇中的蒙古帝国 ..... 039
  - 1. 蒙古帝国汗位的争夺 ..... 039





### 3 小时读懂元朝

2. 二次西征 .....	041
3. 贵由与蒙哥的统治 .....	042
4. 旭烈兀的西征 .....	045
5. 四大汗国的形成 .....	047
<b>第三章 忽必烈建立元朝</b>	
一、忽必烈对儒士的重用 .....	052
二、忽必烈平定大理 .....	055
三、忽必烈争夺汗位 .....	057
四、“大哉，乾元”——元朝的建立 .....	061
五、忽必烈的贤内助察必皇后 .....	064
<b>第四章 挥鞭南宋 中华一统</b>	
一、血泪襄樊 .....	070
二、贾似道兵溃丁家洲 .....	076
三、兵不血刃进临安 .....	080
四、南宋的灭亡 .....	084
<b>第五章 忽必烈统治时期的元朝</b>	
一、行省制度的实行 .....	092
二、海都的叛乱 .....	095
三、出兵日本 .....	099
四、元朝与吐蕃的关系 .....	105
五、赛典赤治大理 .....	110
六、李璘的叛变 .....	115
<b>第六章 元朝的中期统治</b>	
一、成宗的“守成” .....	122
二、武宗海山 .....	125
三、元朝唯一的贤明皇帝——仁宗 .....	129





四、奸臣铁木迭儿 .....	131
五、南坡之变与两都之争 .....	135
六、贤相脱脱的尴尬 .....	139
<b>第七章 帝国的丧钟</b>	
一、内乱不断的元廷 .....	146
二、元朝末年的天灾人祸 .....	148
三、白莲教与红巾军 .....	151
四、元顺帝的北逃 .....	153
五、北元的灭亡 .....	160
<b>附录一 元代中国与世界的关系</b>	
一、马可·波罗与《马可·波罗游记》 .....	168
二、世界性的大都市——元大都 .....	171
三、元朝与东南亚诸国的关系 .....	173
四、元朝与各汗国及欧洲国家的关系 .....	175
五、面向世界的海上贸易 .....	177
<b>附录二 元代的文化发展</b>	
一、元杂剧的突出成就 .....	180
1. 关汉卿与《窦娥冤》 .....	180
2. 王实甫与《西厢记》 .....	182
3. 马致远与《汉宫秋》 .....	184
4. 白朴与《墙上马头》 .....	185
5. 元代其他杂剧家 .....	186
二、元代的散曲和民谣 .....	188
三、“不求形似”的文人画 .....	191
1. 文人画 .....	191
2. 赵孟頫 .....	192







### 3 小时读懂元朝

四、元代的宗教 .....	194
五、理学思想的确立 .....	198
<b>附录三 元代的科技发展</b>	
一、科学家郭守敬 .....	202
二、元代的水利学与工程技术 .....	205
三、元代的农学、医学和营养学 .....	207
四、元代的纺织与黄道婆 .....	209
<b>附录四 元朝历代皇帝年表</b>	







## 一、蒙古族的起源

追述蒙古族的起源，我们可以从“室韦”这个名字开始，其见于《魏书》，属于和鲜卑、契丹同一语族的室韦各部落。“蒙古”这个名称最早出现在《旧唐书·北狄·室韦传》，书中记载着室韦各部落中的一部“蒙兀室韦”。蒙兀就是蒙古的唐代音译。室韦各部的生活范围在今天的洮儿河以北，西至呼伦湖，东至嫩江，北至黑龙江的地域内。就蒙兀室韦而言，应该是在大兴安岭以北的额尔古纳河附近。在宋辽金时期的汉文史籍中开始出现“萌古”、“朦骨”、“蒙古里”等异译。成吉思汗建国后，金国降人在协助写书中，写汉文文书时用“蒙古”这一译名，从此这一名称被统一使用。

不过在游牧民族起源的历史上总是充满了传说。在《元朝秘史》上讲述蒙古人起源的情节大致是这样的：一只奉天命降生的苍色的狼，它的名字叫“孛儿帖赤那”，它爱上了一只叫“豁埃马阑勒”的白色母鹿，并和它相配了，它们一同渡过腾汲思海子，来到斡难河源头的不见罕山下，生下了一个名叫“巴塔赤罕”的人，他就是蒙古族的祖先。狼和鹿结合后生出人来，这当然是不可能的。不过在这段传说里却反映出原始文明中的图腾文化。

公元10~12世纪，蒙古高原各部先后受辽、金的统治。他们逐渐西迁，与定居在蒙古草原上的突厥部落相接触，并从原始的狩猎民族转变





成游牧民族，但社会组织形式中仍然残留着相当的原始氏族制度，并对其社会诸方面有着重大的影响和制约。在家庭组织形式中，一个男人，能供养多少妻子，就可以娶多少妻子。长妻的地位在众多妻子中最高。在 12 世纪较大的部落有塔塔儿部(斡字黑)、泰赤乌部、克烈部、乃蛮部和蔑儿乞部。12 世纪后期，原始的集体游牧方式逐渐为个体游牧代替。私有财产积聚，出现贫富分化，在蒙古氏族成员中产生出显贵家族，其代表人物被称为“那颜”。那颜拥有自己的战士，他们被称为“那可儿”。那可儿为那颜服役、征战，“那颜”则供给他们衣食，并将战争中缴获的物品、人畜作为战利品分发给他们。所以 12 世纪的草原蒙古人既保留着相当的原始氏族制度成分，同时也构建起了简单的奴隶制度。需要说明的是，在蒙古部族的形成时期，那颜的身份与地位都非常高，这一点与成吉思汗建立蒙古帝国以后是不同的。在蒙古帝国时期，那颜也属于统治阶级，但与王子们有君与臣、主与仆的严格身份差别，大汗是国家首脑，又是全体成吉思汗家族的大宗主，尽管那颜的身份依旧是世袭的，可身份从本质上发生了改变，他们从一个部落中的贵族或首领变成为成吉思汗家族的属民，地位是不可能与他们的主子——成吉思汗的子孙们“齐等”的。



蒙古骑兵用的箭袋

大汗是国家首脑，又是全体成吉思汗家族的大宗主，尽管那颜的身份依旧是世袭的，可身份从本质上发生了改变，他们从一个部落中的贵族或首领变成为成吉思汗家族的属民，地位是不可能与他们的主子——成吉思汗的子孙们“齐等”的。





### 3 小时读懂元朝

12世纪的草原蒙古各部间受金国分化政策的影响，为了牧场与人口，相互间不断地进行着灭绝性的厮杀与掠夺。历史上，统一蒙古草原，建立大蒙古帝国的成吉思汗的子孙，他们来源于今外蒙古东北的鄂嫩河（斡难河）与克伦河（怯绿河）之间，属于孛儿只斤氏族中的乞颜部族。在《元史》中记载，成吉思汗（铁木真）的十世祖，也就是前面那个传说中的那只苍狼的第十二代后人，叫孛端义儿。他的母亲阿兰果火原本已生有两个儿子，丈夫死后，在一个神奇的夜晚里，阿兰果火于睡梦中见到一个金色的神人来到她的卧榻前，第二天就生下了孛端义儿。阿兰果火死后，兄弟分家，孛端义儿仅骑一匹“青白马”离去，在茫茫草原上靠夺取苍鹰、恶狼的残羹剩肉为生。后来他在其二哥合秃撒勒只的帮助下，率领族人降伏了一批逐水草迁徙而来的牧民，从此发展起来。

有趣的是，在《史集》中对于蒙古族的起源则有着另外一个传说。据书中记载，传说远古时候蒙古部落在与其他部落的战争中被屠杀殆尽，最后只剩捏古思、乞颜两名男子和另外两名女子，他们逃进了额尔古纳昆山中，也就是今天的大兴安岭的山区中，在那里长久地生息繁衍，他们的后裔逐渐形成一个个氏族。因此，所有的蒙古部落都源出于最初的捏古思和乞颜两人的氏族。与第一个传说相同，在《史集》中也提到了阿兰果火这一传奇女性，同《元史》一样，把孛端义儿作为成吉思汗的祖先。不管怎么说，孛端义儿这个人应该是存在过的，并且从他开始，一直到后来成吉思汗的崛起，这一家族的发展史是漫长而曲折的。





## 二、也速该的死

也速该是孛儿只斤铁木真(即后来的成吉思汗)的父亲,蒙古部落乞颜部的首领,他骁勇善战,曾获得“把那秃儿”(意为英雄、勇士)的称号。也速该共有六个儿子,铁木真居长。

在历史上,也速该的祖先合不勒汗曾经统一过蒙古部族。有一年,合不勒汗妻子的弟弟赛因的斤病了,他就请了塔塔儿人中的一名巫医来医治。结果巫医的符咒不灵,赛因的斤因医治无效死去了。这使得死者的家人非常愤怒,他们在巫医回去的时候,追上去将他杀死在路上。钢塔塔儿人得知后,其首领木秃儿便带兵前来复仇,被合不勒汗击败并杀死,自此塔塔儿人同蒙古部族结下了仇恨。合不勒汗死后,他的侄儿俺巴孩为汗。俺巴孩希望化解蒙古人与钢塔塔儿人之间的矛盾,决定和钢塔塔儿人的另一支结亲,并亲自把女儿送去。不想在途中,遭到主因塔塔儿人的攻击,自己也被俘虏。主因塔塔儿人把俺巴孩可汗送给了金朝皇帝金熙宗。金人用极具侮辱性且残忍的方法,把他活活地钉死在木驴上。

此后,忽图刺被推选为可汗,开始了对钢塔塔儿人的复仇战争。忽图刺共对钢塔塔儿人进行了13次复仇性的战争,但成效并不是很大。倒是忽图刺的侄儿——乞颜部的也速该在这场复仇战中崭露头角,他于1167年率领部众击败钢塔塔儿人,并活捉了一个叫铁木真兀格的塔塔儿





### 3 小时读懂元朝

勇士。也速该敬重勇士，在返回营地后，他的妻子诃额仑刚好生下一个男孩，也速该就索性给自己的儿子起名铁木真。这个男孩就是后来的“一代天骄”——成吉思汗。

在这里我们需要提到一个人，这个人在成吉思汗长大成人以后，统一蒙古草原



成吉思汗像

的过程中处于举足轻重的地位。他就是克烈部首领王罕。克烈部是辽、金时期蒙古草原上最强大的一部，蒙古人的一种。他们可能是最早迁入漠北草原的室韦部落，由于与当时统治蒙古草原的突厥族人接触频繁，突厥化程度很高，社会发展水平远高于蒙古其他部落。克烈部的首领王罕原名脱斡邻勒，当他的父亲死后，汗位本应该传给他的兄弟，但脱斡邻勒采用阴谋杀死了他的两个弟弟台帖木儿太子和不花帖木儿，夺取了汗位。并且向他的另一个弟弟也力可哈刺下手，也力可哈刺投奔了乃蛮人，得到了乃蛮人的帮助。同时脱斡邻勒的叔叔古儿罕对他的卑劣行径也十分不满，与也力可哈刺一起驱逐了脱斡邻勒。当时跟随脱斡邻勒的只有 100 余人，他向也速该提出了请求，得到了也速该有效的帮助。也速该帮助他打败了敌人，恢复了汗位。有一种说法是在这以后他们结成了“安答”，也就是“生死朋友”。从此脱斡邻勒势力日盛。1196 年，他协助金人镇压了塔塔儿部的叛乱，被封为王，遂称王罕。这也就是后来他为什么会帮助处境困难的铁木真





去打败蔑儿乞人的原因。

光阴飞度，自铁木真出生算起，九年的时间过去了，铁木真已经从一个只会啼哭的婴儿长成为一个健壮的男孩。按照蒙古当时的风俗，9岁的男孩子就需要为他物色将来的妻室了。蒙古人实行族外通婚的风俗，于是也速该带他到弘吉刺部的斡勒忽讷兀惕氏族去向特薛禅求亲。特薛禅同意了也速该的请求，将10岁的孛儿帖许给了铁木真。按蒙古人的习惯，定亲后男孩要留在岳父家住上一段时间，也速该就将铁木真留在了弘吉刺部。归途中，也速该在扯克扯儿遇着一群正在举行宴会的钢塔塔儿人。依照草原部落的习惯，路人途中遇到宴会，必要下马饮酒以表示对主人的尊重，也速该就下马参加了宴会。不想钢塔塔儿人中有人认出了这位来宾就是杀死他们无数族人的仇人也速该。在仇恨的唆使下，钢塔塔儿人竟然在食物中下了毒，当也速该察觉时，为时已晚。三天后，也速该回到了家，此时毒发，他赶紧叫人去弘吉刺部把铁木真接回，可还没等派遣的人出发，也速该就已经撒手人寰了。

也速该一死，他的部众便抛弃了他的妻室和幼子，带领人马各奔东西了。原来俺巴孩死后，泰赤乌贵族为推举首领发生内讧，争议不决，最后由俺巴孩的侄子塔儿忽台当了首领。他们仍与乞颜氏结成联盟，拥戴忽图刺，共同对付金人和钢塔塔儿人。但在忽图刺死后，联盟即出现分歧，未能推举出共同的首领。结果，也速该刚死，蒙古部族内部就出现了分裂，他的部众多投奔了泰赤乌。所以也速该并没能称汗，他只是乞颜部的首领，最高称号是“把那秃儿”。







## 三、铁木真踏上征程

对于成吉思汗而言，他的少年时期是不幸的。在得知父亲也速该的死讯后，他便匆忙地赶回了部落。但是很快，他们孤儿寡母的处境就开始恶化了。也速该在未死之前，凭着他个人的威望，曾经把若干同种的氏族团结在乞颜部的周围。可是他一死，泰赤乌人就企图恢复他们的首领俺巴孩所一度享有的权利。

在也速该死去一年后的春天，蒙古人像往常一样祭祀他们的祖先，在祭祀的最后会有一个仪式，把祭祀时用的祭肉分给部族中参加祭祀的每一个人，按照身份的不同，分得的祭肉自然也有多寡之分。诃额仑作为也速该的女人，铁木真的母亲，乞颜部当时实际上的领导者，本应分到属于她和她的家人的那一份祭肉。俺巴孩的两个寡妇，斡儿伯和莎合台作为部族中的两位长者主持了这次祭祀，而她们却没有通知诃额仑，并以缺席为由没有分给诃额仑祭肉。目的非常明显，她们在排挤诃额仑。诃额仑知道后，明白自己的处境，她愤怒地说：“也速该是死了，但是你们以为他的儿子们就长不大了吗？你们不请我来，不通知我，你们是不是要起营，并将我抛下？”事实正是如此，他们确实决定将诃额仑母子抛下。第二天破晓的时候，泰赤乌族卷起营盘，遗弃了诃额仑母子。

这一时期，铁木真在他坚强的母亲诃额仑的带领下，同他的弟弟妹妹们一起住在斡难河一带，日子过得非常穷困，甚至要靠采集野果、钓

