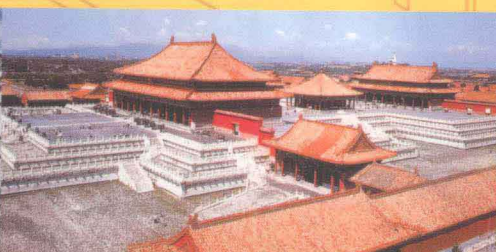
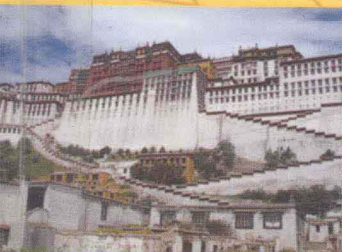
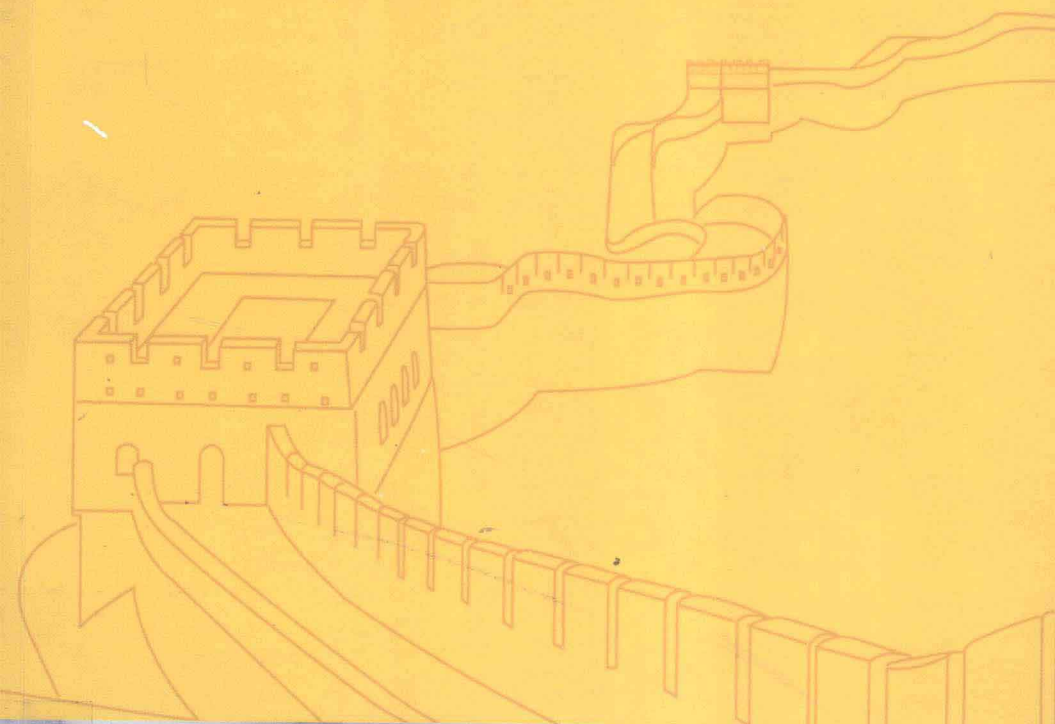


Women De Jiayuan 我们的家园

陈秋雄 主编

我们的家园



福建人民出版社
FUJIAN PEOPLE'S PUBLISHING HOUSE

我们的

家園



陈秋雄 主编 郭丹 副主编 李彬源 编著



福建人民出版社
FUJIAN PEOPLE'S PUBLISHING HOUSE

图书在版编目 (CIP) 数据

我们的家园/陈秋雄主编. —福州: 福建人民出版社,
2010. 1

ISBN 978-7-211-06134-1

I. 我... II. 陈... III. ①西藏—概况
②社会主义建设—成就—西藏 IV. ①K924.5②D619.45

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 017602 号

我们的家园

WOMEN DE JIAYUAN

主 编: 陈秋雄

责任编辑: 史霄鸿

出版发行: 福建人民出版社

电 话: 0591-87533169(发行部)

网 址: <http://www.fjpph.com>

电子邮箱: 211@fjpph.com

地 址: 福州市东水路76号

邮政编码: 350001

印 刷: 福州千帆印刷有限公司

地 址: 福州市南平东路86号金城投资区新店楼 邮政编码: 350012

开 本: 635毫米×930毫米 1/16

印 张: 19.25

插 页: 1

字 数: 193千字

版 次: 2010年1月第1版 2010年1月第1次印刷

印 数: 1—21000

书 号: ISBN 978-7-211-06134-1

定 价: 25.00元

本书如有印装质量问题, 影响阅读, 请直接向承印厂调换

版权所有, 翻印必究



序

龚书铎

中国是一个幅员辽阔的多民族国家。中国的文化博大精深，气象氤氲，绵延悠久，是中华民族五千年积累下来的智慧、感情、意志和能力的结晶。一般来说，中国文化包含着中华民族独特的共同精神、思维方式、心理状态、审美情趣和价值取向，是中国人民极其宝贵的精神纽带和思想资源。五千年来，中国文化几经兴衰变化的严峻考验，表现出顽强旺盛的生命力和无与伦比的延续性，使中华民族牢固地凝聚在一起，始终坚强地立足于世界民族之林，保持着一个伟大民族的生机与活力。

但是，中国文化作为中华民族奉献给人类的宝贵遗产，迄今为止，人们对它的认识仍然很不够，甚至不乏苛求、偏见和贬斥。其中，有近代中国社会的相对滞后和西方价值观的冲击与挑战的原因，也有由于“百姓日用而不知”，对自己源远流长的文化或仅有直觉的感受，而缺乏理性的了解等原因。五四以来，我们虽然提出了应该总结和继承优秀的中国传统

文化，但在实践中，否定多于肯定，批判多于继承，甚至在部分国人的观念中，对我国五千年优秀文明有着某种程度上的否定，西方文化中心说和中国文化西来说助长了这种倾向。这些都对中华民族的自尊心和自信心产生了很大的冲击，使得中国广大青少年的传统文化知识贫乏，文化认同感较差。在这种情况下，深入了解和正确认识中国优秀的传统文化成为当前国家和社会一个极为迫切的现实问题，而推荐和撰写一些传统文化读本，使广大中国人了解自己的文化，则是评价和抉择、继承和发展的前提。

当然，文化作为人类既往行进、发展的记录，是多元多面、错综复杂的。一些介绍中国文化的教科书，虽然视野开阔、内容翔实，可以作为对中国文化了解的基础，但大多比较板滞，带着浓厚说教意味，读起来令人昏昏欲睡，往往不会受到读者欢迎。见解独到、精深奥妙的专题研究性著作，有的很玄妙，哲理性很强；有的侧重于谈逸事，随意性明显，一些人会感兴趣，但不一定适合大多数读者。际此 21 世纪，交通日繁，文化交流与日俱增，最需要的是能引导人们去同文化对话，从心灵感受历史，以及启迪人们对文化进行反思的著作。

摆在读者面前的这本《我们的家园》是一本值得一读的新型文化读本。作者用典型的事例和材料，向广大读者介绍了中国文化的诸多方面的基本知识，同时客观地介绍了新中国成立以来，社会主义祖国在各个领域取得的辉煌成就，让读者真实地感受到中华文化演进的脚步。近百幅生动的彩图，散文式的轻松写法，使读者能于闲适愉悦之中，把握中国历史的大势，领略中国文化精髓；大民族的写作视角，文化特质的着力阐释，可以引领读者重履中华历史文明的进程，再观民族文化的交融，品味地理山河的跌宕不朽；其中蕴藏的成败之道、历史规律、文化精神，更具有极强的参考价值和现实意义。

希望有越来越多的既有深邃内容又通俗可感的中国文化读本出版，不仅为广大读者提供一种对中国文化的生动的、通俗的介绍，而且能提供一种对中国文化的新鲜的、有深度的认识，使中国文化的本来面貌得以还原。我们相信，中国文化经由传承与创新，对未来中国和世界文明的发展，必将产生无可估量的深刻影响。

是为序。

2009年11月

目录

第一章 我们的家园/1

第一节 广袤的疆域/1

- 一、多姿多彩的家园/1
- 二、疆域的变迁/7

第二节 和谐的民族大家庭/9

- 一、中华民族的形成和发展/10
- 二、和谐团结的民族大家庭/13



第二章 悠久的历史/27

第一节 远古的神话传说/27

- 一、盘古开天辟地/27
- 二、女娲造人、补天/30
- 三、三皇五帝的传说/32
- 四、大禹治水的传说/35

第二节 从夏商周到秦始皇统一中国/36

- 一、夏朝和商朝/36
- 二、西周盛世/41
- 三、春秋战国/44
- 四、秦始皇统一中国/56

第三节 汉唐盛世/58

- 一、大汉盛象/58
- 二、魏晋南北朝/69
- 三、盛唐气象/74
- 四、五代十国/85

第四节 宋朝的文化繁荣和元朝的民族融合/86

- 一、宋朝的文化繁荣/86





- 二、元朝的民族融合/89
- 第五节 明清盛衰/90
 - 一、明朝的统治/90
 - 二、资本主义萌芽/92
 - 三、清朝的建立与康乾盛世/93
 - 四、清朝对西藏的管理/95
 - 五、明清时期的文化/97
- 第六节 求索奋斗/100
 - 一、屈辱与奋进/101
 - 二、辛亥革命/104
 - 三、峥嵘岁月/105
 - 四、抗日战争/108
 - 五、解放战争和中华人民共和国成立/109

第三章 伟大的复兴/113

- 第一节 艰苦创业/113
 - 一、保家卫国/115
 - 二、社会主义建设的初步探索/116
- 第二节 改革开放新时期/119
 - 一、改革开放的进程/119
 - 二、改革开放的辉煌成就/123
 - 三、屹立世界的东方大国/129

第四章 古老的文明/135

- 第一节 儒家思想和伦理道德/135
 - 一、孔子的生平/137
 - 二、儒家思想与礼/139
 - 三、儒家思想与仁/140
- 第二节 道家思想和人生追求/143
 - 一、老子的生平/143
 - 二、道的哲思/146
 - 三、道家的人生追求/148



- 四、道家的政治思想/151
- 第三节 佛教的包容众生/153
 - 一、佛教的起源/154
 - 二、佛教的基本教义/157
 - 三、佛教的中国化/159
 - 四、佛教与中国文化/164



第五章 璀璨的文化/169

- 第一节 古老的语言文字/169
- 第二节 丰富的文化典籍/175
- 第三节 伟大的发明与创造/178
 - 一、四大发明/179
 - 二、天文历算和地学方面的成就/182
 - 三、独树一帜的中医药学/187
 - 四、源远流长的传统农学/189
 - 五、发达的冶金术和古代化学/190
- 第四节 瑰丽璀璨的文学和艺术/191
 - 一、高峰迭起的文学/191
 - 二、异彩纷呈的艺术/200
- 第五节 中国的世界文化遗产/209

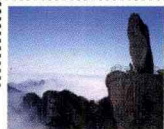


第六章 美丽的西藏/225

- 第一节 雪域高原——西藏/225
 - 一、西藏的地理环境/225
 - 二、悠久的历史/228
- 第二节 西藏的宗教与文化/244
 - 一、自然崇拜和苯教信仰/244
 - 二、藏传佛教的传播和发展/247
 - 三、独特的习俗/258
 - 四、文化艺术/264
- 第三节 西藏新貌/271
- 第四节 雪域之光/274

后 记 /296

我们的家园



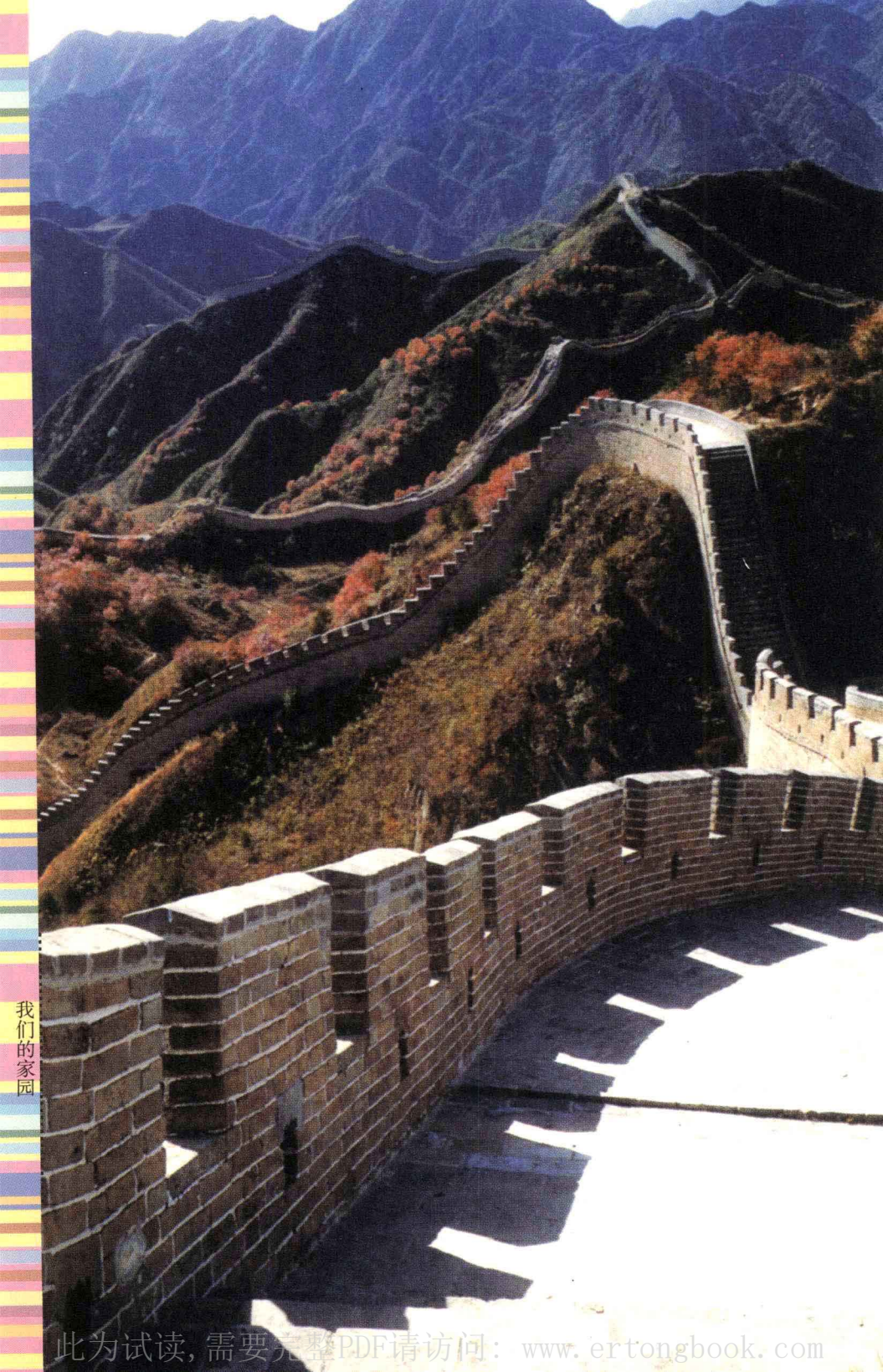
如果从地图上看，我们的祖国——中国，处于欧亚大陆最显著的位置，其幅员及人口与整个欧洲相近。中国被世界上最广阔的海域、最高耸的山脉和世界上最大的沙漠之一所环绕，形成了相对独立的环境。在以前，中国人称国家为“天下”——意为普天之下；或者称之为“四海”——所谓“四海之内”；亦或称为“中国”——即处于世界正中的王国。我们的祖国是由许多起源不同、语言相异、各有特性的民族组成的共同家园。

第一节 广袤的疆域

我们的祖国拥有着广袤疆域、领空和领海。在这片神奇的国土上，高耸的群山、幽深的峡谷、秀丽的河流与遍野的鲜花交相辉映，在艳阳清月的照射下，在朝云夕雾的轻笼中，呈现出千奇百态的自然美景。

一、多姿多彩的家园

我国位于亚洲东部，太平洋西岸，幅员辽阔。我国



陆地面积几乎与整个欧洲相等，是世界上面积最大的国家之一。

山地、高原、丘陵、盆地、平原、戈壁、沙漠、湖泊、河流等组成了我们多姿多彩的广袤家园。我国领土北起黑龙江省漠河以北的黑龙江主航道中心线，南至南沙群岛中的曾母暗沙，东端是黑龙江与乌苏里江的主航道汇合处，西端在新疆帕米尔高原，当北方已是万里飘雪的季节，南国却依旧鲜花铺地；当东海捧出一轮新鲜的朝阳，帕米尔高原还沉浸在甜蜜的梦乡。

几千万年前，由于青藏高原隆起，使我国的地势就像阶梯一样，自西向东逐渐下降。其中，藏族人民的主要聚居地——青藏高原平均海拔4000米以上，号称“世界屋脊”，构成了中国地形的第一阶梯。高原上的喜马拉雅山主峰珠穆朗玛峰高达8844.43米，是世界上最高也是最年轻的山峰，是藏族人民乃至全中国人民心目中的“美丽女神”。第二阶梯由内蒙古高原、黄土高原、云贵高原和塔里木盆地、准噶尔盆地、四川盆地组成，平均海拔1000~2000米。第三阶梯海拔下降到1000米以下，自北向南分布着东北平原、华北平原、长江中下游平原，平原的边缘镶嵌着江南丘陵、闽粤丘陵。再向东为中国大陆架浅海区，也就是第四级阶梯，水深大都不足200米，是大陆向海洋的自然延伸部分，蕴藏着丰富的海底资源。

在我国，许多山岳具有非常深厚的人文意蕴。泰山、华山、衡山、恒山、嵩山，位于东、西、南、北、中五个方位，据传是盘古氏的身躯所化，仿佛五根擎天巨柱支撑起神州大地的浩浩蓝天，被分别命名为东岳、西



黄 山

岳、南岳、北岳和中岳。山西五台山、四川峨眉山、安徽九华山、浙江普陀山被称为“四大佛教名山”；江西龙虎山、湖北武当山、安徽齐云山、四川青城山被称为“四大道教名山”。寺庙宫观修建于这些名山胜地之中，历代文人墨客在山壁上题诗留言。方块文字、摩崖石刻，与幽寂的古刹、峻峭的山峰、缥缈的云岚组合成奇妙的风景，成为蜚声中外的宗教、旅游胜地。

我国有很多江河。大多江河自西向东，滔滔入海，注入太平洋。从南到北有珠江、闽江、长江、淮河、黄河、海河、辽河、松花江、黑龙江等。雅鲁藏布江、怒江等则向南注入印度洋。额尔齐斯河向北奔流，注入北冰洋。还有些河流如塔里木河注入内陆的湖泊，有些则消失在沙漠里。

绵延6300公里的长江流淌在富饶肥沃的南方，是世界第三大河，亚洲第一大江，发源于中国西部唐古拉山



长江三峡

脉，滔滔江水流经11个省、自治区、直辖市，注入东海。长江源远流长、气势磅礴、风光雄奇秀逸，古往今来，屈原、李白、杜甫、白居易、刘禹锡、苏轼、陆游等诗人，在这里写下了许多千古传诵的诗章。

横亘在北方原野之上的黄河，是中国的母亲河。它流经黄土高原，挟滚滚黄沙奔腾入海。中华民族在历史的年轮中渐渐形成了以黄河文化为中心的丰富的统一体。黄河流域是华人先祖的主要活动区域，这里有炎帝陵、黄帝陵、蚩尤墓等许多人文遗迹供后人瞻仰、凭吊，是全世界华人追根寻源的祖地。

公元7世纪初，隋炀帝下令开凿自杭州到北京的大运河。这条河全长1794公里，是世界上最长的人工河，在以往的岁月里曾经舟楫相接、帆樯如林，成为中国南北水运的大动脉，至今仍在发挥作用。

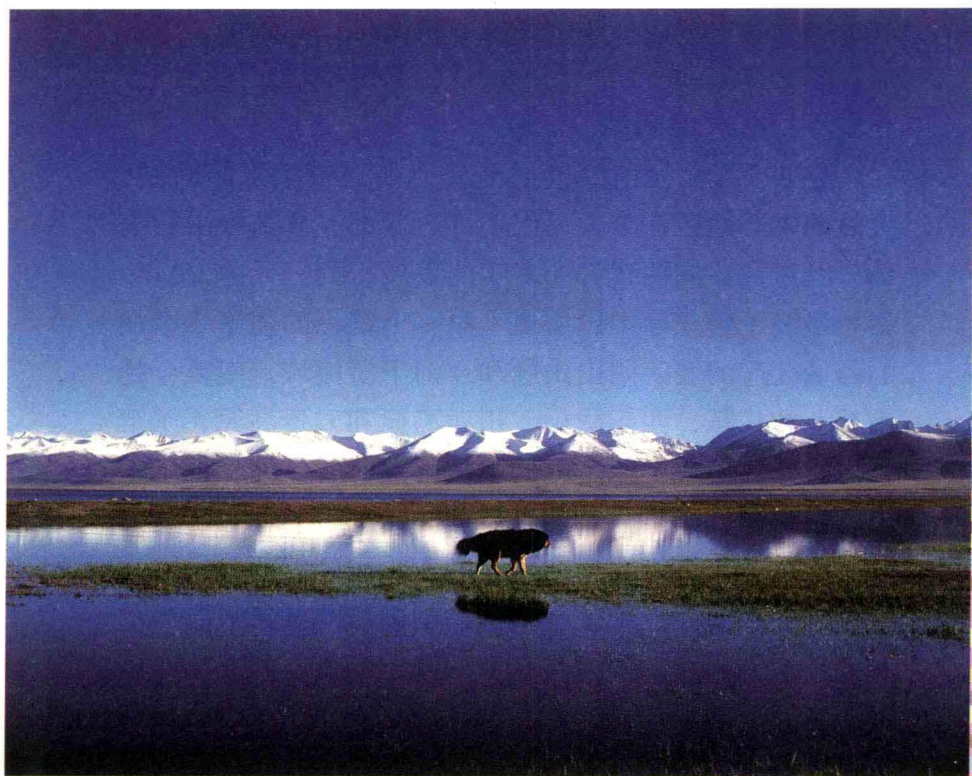
中华民族各支系沿着长江、黄河、渭水以及其他宽

阔的河流，驱猛兽，辟草莽，垦荒拓殖；疏河流，填沼泽，战胜洪涝旱灾，经过数个世纪的苦心经营，在一块块滩涂沼泽上逐渐建立了茅舍、房屋、庙宇和学校，形成村庄、城市和邦国，多元一体的中华文明，就孕育于这些江河两岸。

长江中下游平原和青藏高原是我国湖泊最为集中的区域。鄱阳湖、洞庭湖、太湖、洪泽湖、巢湖等五大淡水湖养育着周围数亿的人民。青海湖栖息着无数的鸟群，白羽翩翩，鸣声啁啾，在茫茫的天水之际自由翱翔，是我国最大、世界第二大的内陆咸水湖。新疆的喀纳斯湖，人们盛赞她是地球上最后一片净土，是我国内陆最深的高山湖泊。西藏的纳木错，藏语意为“天湖”，湖水清澈透明，是西藏三大圣湖之一，也是世界上海拔最高的大湖。长白山天池以火山口积水成湖，四周群峰环列，湖面碧波晶莹，景色动人，是我国最深的天然湖泊。此外还有城市中的湖泊成为自然与人文叠加的美景，如昆明滇池的美景，让人流连忘返；杭州西湖的诗情画意，让人顿生灵气。

在我国辽阔的海域上，分布着5000多个岛屿，总面积达8万平方公里。其中台湾岛最大，面积约3.6万平方公里；海南岛次之，面积约3.38万平方公里。这两个岛各为中国的一个省。崇明岛位居第三，面积为1083平方公里。此外如长山列岛、舟山群岛、澎湖列岛、钓鱼岛列岛以及南海中的东沙群岛、西沙群岛、中沙群岛和南沙群岛等，都是中国的重要岛屿。这些群岛及其所属各岛，都是中国的领土。

我国地域广袤，物产丰富，各种矿产贮量巨大，动



纳木错湖

植物资源也多种多样。珍惜先祖们开拓的疆土，保护我们生存的家园，实现与周围环境和谐相处、亲为一家人的理想境界，是每一个中华儿女的责任和使命。

二、疆域的变迁

从三皇、五帝到夏、商、周三代，经过秦、汉、三国、两晋、南北朝、隋、唐、五代、宋（辽、西夏、金大约与宋同时）、元、明、清12个朝代，再到中华民国和中华人民共和国，中华民族各支系不断开拓、融合，

终于形成今天中国辽阔的疆域。秦始皇、汉武帝、唐太宗、忽必烈、康熙等历代帝王在奠定中国的版图上，有着不可磨灭的功绩。

夏朝（约公元前21世纪至公元前16世纪）的时候，统治的中心地区在今天河南中部、西部、北部和山西南部。经过商、周两代1300多年的发展，到公元前221年，秦始皇终于建立起中国历史上第一个统一的国家。秦朝的疆域北起河套、阴山山脉和辽河下游流域，南至今越南东北和广东，西起陇山、川西高原和云贵高原，东至大海。此后历代中原王朝的疆域虽然时有盈缩，但基本上的趋势是逐渐扩大、逐渐巩固。唐朝、元朝和清朝的北界都远达今天俄罗斯的西伯利亚，唐朝的西界一度直抵中亚的咸海。元朝统一全国后的疆域北到蒙古、西伯利亚，南到南海，西南包括今西藏、云南，西北至今新疆东部，东北至外兴安岭、鄂霍次克海，是中国历代疆域最大的朝代。

1759年，清朝最终奠定了今日中国疆域的基础，形成了一个北起萨彦岭、额尔古纳河、外兴安岭，南至南海诸岛，西起巴尔喀什湖、帕米尔高原，东至库页岛，拥有1000多万平方公里陆地面积的统一国家。

1840年鸦片战争以后，帝国主义入侵中国，用武力迫使清朝政府签订了一系列不平等条约，攫取了中国的大片领土；甚至连条约都不签订，凭借武力造成侵占的既成事实。但中国人民进行了不屈不挠的斗争，使国土免遭更大的损失。

今天，中国领土的陆地面积有960万平方公里，内海和边海的水域面积约470万平方公里，是世界上面积最