

简明中国通史

主编

李学勤 郭志坤

宋

Song
Dynasty

士大夫的理想时代

余蔚
—
著



文物家法远过汉唐，华夏文化造极于宋
文盛武衰的国家如何开创士大夫的理想时代

首届向全国推荐中华优秀传统文化普及图书



天地出版社 | TIANDI PRESS

简明中国通史

主编

李学勤 郭志坤

士大夫的理想时代

宋

余蔚
—
著



天地出版社 | TIANDI PRESS

图书在版编目 (CIP) 数据

士大夫的理想时代：宋 / 余蔚著. — 成都：天地出版社，2024.1

(简明中国通史 / 李学勤，郭志坤主编)

ISBN 978-7-5455-7570-5

I. ①士… II. ①余… III. ①中国历史—宋代—通俗读物 IV. ①K244.09

中国国家版本馆CIP数据核字 (2023) 第019334号

SHIDAFU DE LIXIANG SHIDAI: SONG

士大夫的理想时代：宋

出品人 陈小雨 杨政
主编 李学勤 郭志坤
著者 余蔚
监制 陈德 朱锦川
总策划 郭志坤
特约策划 文柏讲堂 申元书院
责任编辑 郭明 王超
责任校对 梁续红
责任印制 王学锋

出版发行 天地出版社
(成都市锦江区三色路238号 邮政编码：610023)
(北京市方庄芳群园3区3号 邮政编码：100078)

网 址 <http://www.tiandiph.com>
电子邮箱 tianditg@163.com
经 销 新华文轩出版传媒股份有限公司

印 刷 玖龙 (天津) 印刷有限公司
版 次 2024年1月第1版
印 次 2024年1月第1次印刷
开 本 880mm×1230mm 1/32
印 张 12.25
字 数 254千字
定 价 58.00元
书 号 ISBN 978-7-5455-7570-5

版权所有◆违者必究

咨询电话：(028) 86361282 (总编室)

购书热线：(010) 67693207 (营销中心)

如有印装错误，请与本社联系调换

此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.com

序 一

上海的郭志坤先生是我多年的老友。在十几年前世纪之交的时候，我同郭先生曾经有过一次非常愉快的合作，就是依照他的提议，共同编写了一本通俗讲述中国古代历史的图书，题为《中国古史寻证》，列入上海科技教育出版社《名家与名编——世纪初的对话》丛书出版。当时没有料到这本书印行后博得相当不错的反响，这使郭先生和我都觉得所做的一番努力是值得的。

以这件事为契机，郭志坤先生同我有多次机会谈起历史学的通俗化问题。我们都认为，有必要组织编写一套系统讲说中国历史，将学术界的丰硕成果推广给大众的图书。郭先生精心拟出规划，并很快约请到多位学养深厚的作者，形成老中青结合的团队，投入了撰写的工作，其成果便是现在这套《细讲中国历史丛书》。

《细讲中国历史丛书》从夏商周三代写起，一直到最末的王朝清朝为止，全套共十二册。这套丛书的编写，贯穿了两条原则：就书的阅读对象来说，是“面向大众”；就书的语言风格而言，是“通俗化”。我认为郭志坤先生的这两条原则提得好，也提得及时。

先说“面向大众”。我近些年在不同场合屡次说过，历史虽不能吃，也不能穿，似乎与国计民生渺不相关，实际却是社会大众的一种不可缺少的精神需求。我们每一个人，不管从事什么职业，具有何种身份，都会自然而然地对历史产生一定的兴趣，这或许可以说是人的天性使然吧。一个人活在世界上，不但要认识现在，也必须回顾过去，这就涉及了历史。我从哪里来，又往哪里去，是每个人都会意识到的问题，这也离不开历史。人们不能只想到自己，还要考虑到我们的国家和民族，这就更应该了解历史。社会大众需要历史，历史学者自当“面向大众”。

抗日战争时期，历史学前辈钱穆先生在西南联大讲授“中国通史”课程，所撰讲义（出版后书名《国史大纲》）一开头便标举：“当信任何一国之国民，尤其是自称知识在水平线以上之国民，对其本国已往历史，应该略有所知。否则最多只算一有知识的人，不能算一有知识的国民。”历史学者的工作，不应只限于自身观察历史、探索历史，更有责任把所认识、所了解的历史，原原本本地告诉社会大众，使大家对历史有应有的认识和必要的了解。

特别是在今天，当我们的国家、民族正在走向伟大复兴之际，尤其有必要推动历史学“面向大众”。中国有五千多年的文明历史，我们的先人创造了辉煌而且源远流长的文化，对人类的发展进步做出过丰富卓越的贡献。我们有义务把这样的史实告诉社会大众，增强大家建设祖国、走向世界的凝聚力和自信心，从

而为今后人类的发展进步做出更多更新的贡献，这应当成为历史学者的襟怀和抱负。

再谈“通俗化”。“面向大众”与“通俗化”是结合在一起的，要想真正做到“面向大众”，历史著作就必须在语言和结构上力求“通俗化”。

说起“通俗化”，我联想到我国“二十四史”之首《史记》的作者司马迁。司马迁是学究天人的大学者，是“读万卷书，行万里路”的典范，然而他撰著历史，引经据典，还是在通俗上下了很大功夫。比如他论述唐虞以来古史，自然离不开《尚书》，他本人曾受学于《尚书》博士孔安国，亲得古文《尚书》之学的传授，然而他在引用《尚书》时，对于古奥费解的字词，都采用意义相同的字词来代替，这应该说是在“通俗化”方面的重要创意。另外，司马迁还尽力将史事的叙述情节化，使之活现于读者眼前，无愧于历史家的大手笔。这都是后人需要学习的。

必须说明，“通俗化”并不意味着降低历史学著作的学术水准。相反，编写“通俗化”的历史作品，实际上对作者提出了更高的要求，绝不是轻易就能够做到的。在这里，我还想附带说一句，即使是专供学术界专业阅读的论著，其实也应当（而且也能够）写得简明流畅一些。不少著名的前辈学者，例如胡适、郭沫若、冯友兰等先生，他们的著作不都是这样的吗？

《细讲中国历史丛书》是“面向大众”的，并且在“通俗化”方向上做了很大的努力。郭志坤先生还说过：“通俗，通俗，

只有通然后才能俗。”这也很有道理。这十二册书是一个整体，作者们在上下五千年的一个“通”字上花费了不少精力，对于内容的构架和文字作风也下了一番苦功夫，相信这套书的读者都会体认到他们的用心。

李学勤

2014年8月17日

序 二

我和李学勤先生在讨论历史学的通俗普及问题的时候，很自然地回忆起吴晗先生。20世纪50年代末，吴晗以史学界权威和北京市副市长的身份，向学界提出：“要求各方面的学者、专家也来写一点通俗文章、通俗读物，把知识普及给民众。”吴晗不仅撰文提倡，向史学界游说，还亲自主编影响很大的《中国历史小丛书》。这段回忆让我们萌发了组织编纂《细讲中国历史丛书》的打算。

当我向李先生提交了编纂方案后，他认为，编纂这样一套书对以史鉴今、以史资政、以史励人是极有意义的事，很值得做。随后，我们又把多年酝酿的编纂构想做了大致的概括：突破以“阶级斗争为纲”和“残酷战争”描写的局限，注重阶层、民族以及国家之间的友好交融和交流的记述；突破“唯帝王将相”和“否帝王将相”两个极端的局限，注重客观反映领袖人物的历史作用以及“厚生”“民本”思想的弘扬；突破长期分裂历史的局限，注重阐述统一始终是主流，分裂无论有多严重，最终都会重新走向统一；突破中原文化中心论的局限，注重全面介绍中华文化形成的多元性和影响力；突破历朝官方（修史）

文献的局限，注重正、野史兼用，神话传说等口述历史与文物文献并行；突破单一文字表述的局限，注重图文并茂，以考古文物图表为相关历史表述提供佐证。

《细讲中国历史丛书》的编纂重在创新、面向大众和通俗化。李先生认为这一美好的愿望和构想要付诸实施并非容易的事。他特别强调要组织专业队伍来撰写，并提出“让历史走向民众是史家们义不容辞的责任”。令我欣喜的是，精心撰写这套书的作者团队本身就是教师。他们中有的是学殖精深、卓有建树的史学名家，有的是以“滔滔以言”享誉学界的优秀教育工作者，其中多为年轻的历史学博士。由这样一个团队来担当编写中国历史读物的重任，当得起，也信得过。

我们把编纂的原则性方案统一后，在同作者商议时产生了某些疑虑：一是认为这类图书没有多大的市场；二是认为通俗作品是小儿科，进不了学术专著之殿堂。经过一番调查分析后，我们取得了共识，一致认为：昨天的历史是创造明天的向导，读者从中可以汲取最好的营养，好的历史通俗读物是很有市场的，因为青年读者中普遍存在历史饥饿感。本套丛书的作者深感，编写中国历史通俗读物，历史工作者最有得天独厚的条件和义不容辞的责任。旅外学者得悉我们在编纂这套丛书，认为这是很有价值的，也很及时。美国纽约州立大学历史学博士张德文参加撰写并专门来信期待我们早日推出这套丛书。她在信中说：“在知识大众化、数字化的年代，历史学者不应游离在这个历史进程之外。个人电脑以及智能手机的普及，大大促进了人们对微知识的

渴求。在此背景下，历史学者的通俗表述为微知识的传播提供了必要的积淀和范本。”行文虽然不长，但一语中的，说清了普及历史知识的重要性。复旦大学历史地理研究中心邹逸麟教授、华东师范大学历史系王家范教授等读了丛书文稿后还专门撰文评说，认为这既是一套通俗的、面向大众的历史读物，又是一套严谨而富于科学精神的史著，对于广大读者学习和发扬中华民族的爱国传统、学习和发扬中华民族的奋斗精神，推动中华民族复兴的中国梦早日实现很有作用。

这一切，让我们得到莫大的鼓舞。作者在通俗方面做了极大的努力，他们中的不少人在写作中进行了刻苦的再学习。从史实的查证到篇章的构架，再到文字的通俗化以及图片的遴选，都花费了他们大量的时间和心血。丛书采用章节结构的叙史形式，目的在于令读者通过目录就能够对书中的大概内容一目了然。中国历史悠久，史料浩如烟海，读史者历来有“一部二十四史，不知从何读起”之叹，讲史时以“时间为纲”，即可以从纷繁中理出头绪来，再辅之以“专题为目”，这样在史料取舍上就更加突出主题。本丛书注重以故事取胜，以真实的历史故事吸引人，感动人，启迪人。图文并茂也是本丛书通俗化的一途。中国历来重视“右文左图”，以文注图，以图佐文。

通俗而雅，也是这套丛书的一大特色。雅者，正也。通俗不是低俗，亦不是庸俗，它是在科学和学术的基础上展开的。把应该让读者知道的历史现象和历史观念用最浅显明白的方式告诉读者，这就是我们所需要并强调的通俗。本套丛书的学者们在撰写

时一是力求语言上的通俗，二是着力于情节中的通俗，继承和发展了太史公司马迁那种“以训诂代经文”的传统，把佶屈聱牙的古文经典用活了。所以说，深入浅出的通俗化工作更是一种学术活动。

为了增加生动性、可读性，作者尽量对某些有意义的人和事加以细讲，如对某些重要的出土文物予以介绍评说，对悬而未解的疑问加以释惑，对后人误传误解的问题予以纠正，对某些典故加以分析，对某些神话传说进行诠释。在图表上尽量做到随文提供佐证。在每册图书之后增加附录，旨在增强学术性和通俗性：附录大事记，旨在让读者对本段时期重大历史事件有个大致了解；附录帝王世系表，意在让读者对本朝创业、守业和虚位之君的传承有所知晓。另外，所列主要参考书目，目的在于为读者提供进一步学习本段历史的相关资料索引。

意愿和努力是如此，最终的结果如何，诚望读者鉴定。

郭志坤

2014年8月19日

目 录

导 言 / 001

第一章 大唐的遗产

五代的形势 / 009

契丹踏入中原 / 012

幽云十六州 / 016

第二章 兴起：太祖、太宗朝

从夹马营到陈桥驿 / 024

杯酒释兵权 / 029

未完成的统一进程 / 032

太祖的兄弟关系及末年迁都之争 / 036

烛影斧声 / 042

终结十国与宋辽开战 / 048

“抑武”的制度保障 / 052

文治与科举、学校 / 056

第三章 守成：真宗、仁宗、英宗朝

对峙的巩固与鼎立的酝酿 / 063

东封西祀 / 068

宋夏战争 / 073

关南誓书与宋辽夏三边关系 / 078

宋的南疆政策与侬智高之乱 / 082

仁宗朝的军事形势与财政状况 / 086

第四章 争执：神宗、哲宗朝

因忧患而思变 / 095

“理财为方今先急”——新政的主要内容 / 099

“三不足”与“一道德” / 105

整饬军政与开边 / 111

翻云覆雨 / 118

第五章 突变：徽宗、钦宗朝

“端王轻佻” / 126

开边的新成果与宋的幽云情结之泛起 / 131

辽的统治格局及其危机的产生 / 133

辽金战争与“海上之盟” / 138

北伐幽云 / 140

盟邦反目 / 144

第一次围城和城下之盟 / 147

北宋灭亡 / 152

第六章 中兴：高宗朝

逃亡 / 160

防线的重建与政权的重建 / 164

宋与伪齐的战争 / 172

和战之间 / 176

和议与收兵权 / 179

达成和议的外部环境——“恢复”的困境 / 184

秦桧专权 / 190

完颜亮南侵与高宗之退位 / 195

第七章 僵持：孝宗、光宗、宁宗朝

隆兴北伐与和议 / 204

金的政局动荡 / 208

“独断”与“近习”用事 / 212

两宫不睦与光宗“禅位” / 216

庆元党禁 / 224

开禧北伐 / 229

史弥远专权与理宗之立 / 235

蒙古侵金与宋金混战 / 238

第八章 沉沦：理宗、度宗、恭帝朝

理宗的身份危机 / 248

李全之叛及宋失山东 / 252

宋蒙联合灭金 / 255

端平入洛与宋蒙战争的爆发 / 259

理宗朝的宋蒙战争 / 262

贾似道的时代 / 267

襄阳失守与宋之灭亡 / 273

厓山海战 / 277

第九章 宋代政治体制概说

中央的权力架构与权力平衡 / 287

地方行政 / 291

财政 / 295

科举 / 301

第十章 宋代的经济与社会

工商经济与城市网络 / 311

城市生活——以开封为例 / 316

海外贸易 / 323

社会救济 / 329

第十一章 宋代的文化

理学 / 338

史学 / 344

宋词 / 350

科技 / 352

结束语 / 357

主要参考书目 / 361

附录一：宋代大事记 / 365

附录二：宋代皇帝世系表 / 372

重版后记 / 375