

彭勇 / 著

# 学历史

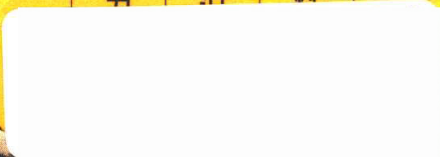
# 跟着课本

## 宋元兴衰

GENZHE KEBEN  
XUE LISHI

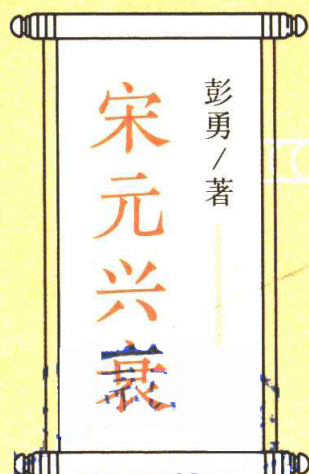


比课堂更有趣、比课本更有料  
轻松掌握中国历史知识常识  
同步提升文史学习双重能力



天地出版社 | TIANDI PRESS

# 跟着课本 学历史



天地出版社 | TIANDI PRESS

## 图书在版编目 ( CIP ) 数据


跟着课本学历史. 宋元兴衰 / 彭勇著. —成都: 天地出版社, 2024.3  
ISBN 978-7-5455-7750-1

I. ①跟… II. 彭… 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 ( 2023 ) 第086340号

GENZHE KEBEN XUE LISHI: SONGYUAN XINGSHUAI

## 跟着课本学历史：宋元兴衰

出品人 杨政  
作者 彭勇  
责任编辑 杨永龙 李晓波  
责任校对 张月静  
封面设计  大伟  
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](mailto:tianditg@163.com)  
经 销 新华文轩出版传媒股份有限公司

印 刷 北京文昌阁彩色印刷有限责任公司  
版 次 2024年3月第1版  
印 次 2024年3月第1次印刷  
开 本 710mm×1000mm 1/16  
印 张 11.75  
字 数 168千字  
定 价 39.80元  
书 号 ISBN 978-7-5455-7750-1

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。

第一章

**北** 宋的兴盛与隐患

---

<b>01</b> 北宋的建立	/ 002
<b>02</b> 杯酒释兵权	/ 009
<b>03</b> 北宋永远的痛：幽云十六州	/ 016
<b>04</b> 北宋的中央集权举措	/ 023
<b>05</b> 重文轻武的基本国策	/ 030
<b>06</b> 北宋的科举制度	/ 037
<b>07</b> 澶渊之盟	/ 045
<b>08</b> 王安石变法	/ 052
◎ 单元总结	/ 060

## 第二章

# 国对峙与南宋偏安

---

- 01 契丹的崛起与辽国的建立 / 066
- 02 女真族的崛起与金国的建立 / 072
- 03 党项人与西夏政权 / 078
- 04 北宋的灭亡 / 085
- 05 南宋的建立与偏安 / 092
- 06 抗金英雄岳飞 / 099
- 07 一代天骄成吉思汗 / 106
- 08 元朝的建立 / 112
- 09 金与南宋的灭亡 / 118
-  单元总结 / 124

### 第三章

## 灿烂的宋元文明

---

<b>01</b> 宋词	/ 130
<b>02</b> 元曲	/ 138
<b>03</b> 司马光与《资治通鉴》	/ 144
<b>04</b> 宋元的书法与绘画	/ 150
<b>05</b> 宋元时期的创造发明与中外交通	/ 160
◎ 单元总结	/ 174

第一章

北宋的  
兴盛与隐患

# 01

## 北宋的建立

赵匡胤在位16年，基本统一了南方，为统一全国打下了坚实的基础，同时强化了中央集权，彻底消弭了中唐以来造成地方割据的动乱因素。

赵匡胤



960年，宋太祖赵匡胤建立宋朝，史称北宋，与后来的南宋区分。北宋是中国历史历经五代十国之乱后，再次建立的统一王朝。北宋是中国历史上经济、文化最为繁荣的时代之一，但也是较为羸弱的统一王朝。在它的北方地区，先后出现了辽、西夏、金等政权，在与这些政权的战争中，北宋长期处于不利地位，直至最后，北宋被金国所灭。



## 陈桥兵变

宋太祖赵匡胤祖籍河北涿郡（今河北涿州），出生于洛阳的夹马营。父亲赵弘殷出身行伍，在后唐时，因曾救援后唐庄宗李存勖（xù）有功，被任命为禁军将领。后汉时，赵匡胤随父亲一起投奔枢密使郭威，后来郭威建立后周政权，赵匡胤成为后周禁军的将领。郭威死后，后周世宗柴荣即位，赵匡胤追随柴荣，在征伐北汉、南唐的战争中，战功卓著。柴荣是一代雄主，原本有望统一天下，可惜他只活了38岁，临终前，他把赵匡胤升任为殿前都点检，这是禁军的最高统帅。柴荣死后，他7岁的儿子柴宗训即位，是为周恭帝，此时禁军的统帅权掌握在赵匡胤手中。五代十国以来，禁军作为中央政权直接统领的军队，规模庞大，战斗力强，谁掌握了禁军，基本上离皇帝的宝座也就只有一步之遥，赵匡胤也不例外。后周显德七年（960年）正月初一，北方前线传来消息，说是契丹联合

### “流氓皇帝”赵匡胤

宋太祖赵匡胤年轻时喜欢打架斗殴、好赌博。他赌博，输了不给钱，赢了必要。当了皇帝后，他也没改掉这股流氓气。有一次，赵匡胤的步辇在御街上走着，一支利箭突然直奔赵匡胤而来，不过箭射偏了，士兵大惊。这时，赵匡胤从步辇中探出身子，指着胸膛说：“来射！来射！”又笑着说，“射死我，这皇位也轮不到你！”



### 杜太后的故事

宋太祖赵匡胤的母亲杜氏，人称“四娘子”，颇有见识。赵匡胤黄袍加身后，有人飞奔而来将消息报告给杜老夫人：“点检已做天子！”杜氏听了，很镇定地对来说：“我儿一向志存高远，现在终于实现了。”赵匡胤称帝，杜氏成了杜太后，人们向她祝贺，杜氏却皱起眉头，面有忧愁，对身边侍从们说：“我听说做天子很不容易，国家治理得好，天子才能享有这个位子带来的尊荣；可一旦治理不好，甚至出了乱子，想再做回普通百姓，恐怕都难了。”

北汉率军来犯。根据历史记载，这场所谓的来犯是不是真的，值得商榷，但听闻大军逼近的消息，后周朝廷上下还是慌作一团。宰相范质一时间也搞不清楚前线的具体情况，在与太后商量后，决定派遣赵匡胤率禁军北上御敌。赵匡胤推辞说兵力不够，范质只好下令授予赵匡胤最高军事指挥权，可以调动全国所有的兵马。

正月初三，赵匡胤率领大军从京城开封出发北上，大军刚刚走到离京城不远的陈桥驿时，兵变发生了。各种证据表明，这场兵变是赵匡胤及其手下蓄谋已久的。大军刚刚离开京城时，京城内就传出谣言，说什么“出军之日，当立点检为天子”。这个谣言显然是赵匡胤授意手下散布的，这并不是他第一次散布类似的谣言。后周世宗在世的时候，赵匡胤也曾让人散布这样的谣言，原禁军统帅张永德因此被免去殿前都点检的职位，由赵匡胤取而代之。而今故技重施，既造成了朝廷的混乱，又使得禁军的将士们只能死心塌地地跟着他。

兵变计划在赵匡胤的安排下有条不紊地进行着。大军在陈桥驿停顿时，

赵匡胤手下的亲信们在军营中散布言论：“现在皇帝年幼，不能亲政，我们这些人为了为国效力，即便是破敌成功了，谁又知道我们的功劳呢？不如我们拥立赵匡胤为皇帝，然后再出发北征，这样我们的功劳也不会被埋没。”士兵们在这种言论的鼓动下，群情激奋，纷纷表示要拥立赵匡胤做皇帝。在五代十国时期，军人通过政变登上皇位是屡见不鲜的事情；士兵们为了升官发财，也乐于接受，赵匡胤正是利用了这一心理。眼看士兵们都被煽动了起来，赵匡胤的弟弟赵匡义和亲信赵普，授意士兵拿出了事先准备好的黄袍，一起闯进了赵匡胤的帐中。

此时赵匡胤正假装酒醉，躺在榻上，士兵们拿着黄袍就披在了赵匡胤的身上，然后纷纷跪下，大呼万岁，拥立赵匡胤为皇帝。赵匡胤起身假意推辞，装出一副被胁迫的样子。众士兵一看赵匡胤“不愿”当皇帝，顿时痛哭失声，不停磕头。“无奈”之下，赵匡胤露出一副勉为其难的样子，对士兵们说：“你们贪图富贵，拥立我做皇帝。你们如果听从我的命令，我为了你们可以当这个皇帝。如果你们不听从我的命令，那么我不能当这个皇帝。”众人纷纷表示“唯命是从”。黄袍加身的赵匡胤当即宣布：“现在就班师回京。回到开封后，不得惊犯太后和小皇帝，不得欺凌王公大臣，不能劫掠府库和老百姓家私。服从命令的重重有赏，违令者杀头。”

## 宋的建立与统一

赵匡胤当上皇帝的过程，可以说是兵不血刃。班师回朝的赵匡胤几乎没有遇到什么抵抗，留守开封的禁军将领是他的结拜弟兄石守信和王审琦，这两人在得知陈桥兵变的消息后，就打开了开封城的城门，接应赵匡胤的大军入城。只有侍卫亲军马步军副都指挥使韩通在仓促间，想率兵抵抗，军队还

没召集起来，就被手下的军校王彦升杀死。赵匡胤不费吹灰之力就控制了开封城。宰相范质这才明白过来，所谓敌军来犯根本就是赵匡胤精心布置的一场骗局，但此时他已经无能为力了，只得率领百官前去迎接赵匡胤。

翰林学士陶谷拿出一篇事先已经准备好的禅位诏书，宣布柴宗训禅位于赵匡胤。正月初四，赵匡胤在开封城登基称帝，时年34岁。因为赵匡胤在后周任归德军节度使时的藩镇所在地是宋州（今河南商丘），所以定国号为“宋”，定都开封（又称东京、汴梁、汴州，后文使用另外的名称不再说明），史称北宋。

当上了皇帝，并不是就可以高枕无忧了。虽然反对者发动的几次局部叛乱，很快就被平定了，但是放眼四周，与北宋并立的地方割据政权有很多：北方，契丹和北汉是强敌；南方，长江中游地区的荆南和湖南控制在武平军节度使周行逢的手中（也称武平政权）；南面还有刘鋹的南汉政权；西面有孟昶的后蜀政权；江南地区是南唐李煜政权，以及吴越国钱氏政权。面对如此局面，宋太祖赵匡胤曾说：“我实在是睡不着觉啊，因为我的卧床之外都是别人的地盘，怎能容忍？（卧榻之侧，岂容他人鼾睡？）”为此，宰相赵普给他制定了“先南后北、先易后难”的战争策略。

这个策略是高明的。“先南后北”，是因为北方的北汉和契丹实力雄厚，一时难以击败，而南方的割据政权实力相对较弱；而“先易后难”的策略，则把统一全国的第一步放在了“荆湖之地”，占据荆湖的周行逢实力最弱，且战略位置极为重要，东临南唐、西接后蜀、南靠南汉。在经过了2年的准备后，趁着周行逢病死，11岁继位的周保权根基不牢的时机，赵匡胤发动了荆湖之战，一举夺下了这个交通要道，随后又发动了灭后蜀的战争。

后蜀政权是五代十国时期，由孟知祥在四川建立的地方割据政权，北宋建立时，后蜀皇帝是孟知祥的儿子孟昶。关于孟昶其人，史书上的记载有些自相矛盾，有说他勤于政事的，也有说他荒淫奢靡的，不管怎样，这个人注定成为赵匡胤统一天下的注解。孟昶在得知北宋军队进攻后蜀时，并不在意，



他认为凭借“蜀道之难”“剑阁之险”，北宋的军队打不进来。谁知事与愿违，后蜀军队节节败退，北宋大军兵临成都，无奈之下，孟昶只好投降。据说，孟昶有个妃子别号花蕊夫人，赵匡胤曾让这位妃子作诗一首，描述北宋灭后蜀之战，花蕊夫人即兴作词：“君王城上竖降旗，妾在深宫那得知。十四万人齐解甲，更无一个是男儿。”

灭掉后蜀政权后，赵匡胤挥师南下，平定了南汉。南汉也是五代十国政权之一，由唐末静海军节度使刘隐创建，包括现在的广东、广西和海南等地区。北宋建立后，南汉的皇帝刘鋹拒绝归附，赵匡胤派遣大将潘美率领10万大军南下攻打，刘鋹使用大象列阵作战，但大象没能敌过强弓劲弩，南汉军队大败，刘鋹投降，南汉政权覆灭，北宋统一了岭南之地。

南唐后主李煜自知不是对手，在北宋灭掉南汉之后，主动向赵匡胤称臣，但这样的臣服并不是赵匡胤所要的，他要的是江南之地。宋开宝七年（974年），北宋大将曹彬率军10万讨伐南唐，开宝八年（975年）李煜投降，南唐覆灭。李煜是一位出色的词人，作

## 李煜：天子词人

李煜（937—978），南唐末代君主，世称李后主。975年南唐国亡，李煜被押送开封；978年，李煜去世，传说是被宋太宗所杀。李煜皇帝做得不好，但是书画水平很高、词学成就一流。王国维评价他：“词至李后主而眼界始大，感慨遂深，遂变伶工之词而为士大夫之词。”词学创作到了李煜这里，才脱离歌词的范畴，成为真正意义上的文学。

为亡国之君，又是阶下囚，他对自己人生的感叹，或许只有他这首“春花秋月何时了，往事知多少？小楼昨夜又东风，故国不堪回首月明中！雕栏玉砌应犹在，只是朱颜改。问君能有几多愁？恰似一江春水向东流。”能表达一二吧。

至此，赵普制定的“先南后北、先易后难”策略中的“南”和“易”算是完成了。然而，历史留给宋太祖赵匡胤的时间也不多了，开宝九年（976年），宋太祖赵匡胤在宫中突然去世，时年50岁。



979年，宋收复幽云十六州之战大败，统一战争止步于此

### 北宋的统一战争进程

# 02

## 杯酒释兵权

喝了这杯酒，兄弟  
们就可以放下兵  
权，告老还乡了！



赵匡胤

通过兵变建立北宋之后，宋太祖赵匡胤心中一直是不安稳的。因为他深知，自己之所以能取代后周政权，是因为掌握了兵权，手下将领为了荣华富贵，拥立自己当皇帝。这样的事情，以后可能还会发生。怎样才能让它不发生呢？有两个必须解决的问题摆在赵匡胤的面前：一是如何重建中央集权的专制统治，打击甚至是消除地方势力，使唐末以来长期存在的藩镇割据局面不再出现；二是如何巩固新生政权，使国家长治久安，让北宋不再成为五代之后的又一个短命王朝。帮助宋太祖赵匡胤出谋划策、解决这两个问题的人，是宰相赵普。



### 赵普和宋太祖

赵普曾对宋太祖说：“提拔人才，是为国家着想，不能仅凭皇帝个人的好恶来定夺！”有一次，赵普向太祖推荐一个人做官，接连两天，宋太祖都没有同意。第三天，赵普又推荐，宋太祖一怒之下，将推荐奏章一把撕碎，扔到地上。赵普趴在地上，不慌不忙地把破碎的奏章拾起来，回家以后，重新粘好，过了几天，又将它交给宋太祖。宋太祖有所醒悟，于是接受了赵普的推荐。

### 半部《论语》治天下

古代有一个很出名的典故叫“半部《论语》治天下”，说的就是北宋初年的宰相赵普。赵普出身小吏，读的书不多，比起别的文臣来，学问要差很多。他当上宰相后，宋太祖赵匡胤也经常劝他要多读点书，赵普连声称是。每次结束朝政之后，赵普回到家中，就把自己关在书房中认真读书，第二天上朝处理政事，从不误事。宋太祖死后，宋太宗赵光义即位。有一次赵光义与赵普闲聊，问道：“有人说你关起门读书，读的不过就是一部《论语》，这是真的吗？”

赵普老实地回答说：“是的，臣所知道的，确实不超出《论语》这部书。过去，臣以半部《论语》辅佐太祖皇帝平定天下，现在臣用半部《论语》，辅佐陛下治理天下。”赵普死后，家人打开他的书箱，发现他的藏书确实只有一部《论语》，于是民间就流传了一种说法，说赵普“半部《论语》治

天下”。

且不说这种说法是否属实，赵普的政治才能确实是卓越的，他在帮助宋太祖赵匡胤建立北宋政权的过程中，立下了汗马功劳；在帮助赵匡胤巩固政权的过程中，他的作用更是举足轻重。在北宋统一天下时，赵匡胤所采取的“先南后北、先易后难”策略，就是出自赵普。据说，赵匡胤当上皇帝后，喜欢轻装简从，去过去的“哥们儿”家串门，赵普就是赵匡胤最好的“哥们儿”。有一天傍晚，天降大雪，赵普以为赵匡胤不会来了，正打算回屋看书，这时敲门声响起，赵普开门，只见赵匡胤站在风雪之中。赵普慌忙拜见，赵匡胤却说：“已经和晋王约好了。”晋王即宋太祖赵匡胤的弟弟赵光义。不一会儿，赵光义就到了，于是三人在堂中坐下，用炽热的炭火烤肉吃。这个故事，被后世称作“雪夜访普”。就是在这个雪夜中，赵普劝说赵匡胤放弃了先进攻北汉的计划，转而先向南平定后蜀、后汉和后唐。

为了巩固北宋政权，宋太祖赵匡胤与宰相赵普有过多次的沟通和谋划。在北宋刚刚建立时，割据地方、掌握兵

## 天下何物最大

宋太祖曾问赵普：“天下何物最大？”赵普沉思后回答：“道理最大。”五代以来，有武力便是王，谁武力强谁就是老大，但是赵普不认为武力最大；皇帝号称天之子，主宰天下臣民，掌生杀予夺大权，但是赵普不以为皇帝最大。赵普认为，天底下道理最大，皇帝也要讲道理，不能任性行事。对赵普的回答，宋太祖表示认同。