

<<3小时读懂南北朝>>

图书基本信息

书名：<<3小时读懂南北朝>>

13位ISBN编号：9787550201958

10位ISBN编号：7550201951

出版时间：2011-4

出版单位：北京联合出版公司

作者：姜若木

页数：216

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## &lt;&lt;3小时读懂南北朝&gt;&gt;

## 前言

纵观中国历史，大致是按照“盛世-衰世-乱世”这样的轨迹发展的。

治乱循环不仅是中国历史发展的基本格局，也预示着乱世的发展变化。

三国两晋南北朝是中国历史上第二次大乱世，而南北朝则已是处于这次乱世的后期。

南北的局部统一使中国进入了真正意义上的南北分裂对峙时期。

从公元420年刘裕废恭帝建宋起至公元589年隋灭陈的170年间，中国的南方进入南朝时期，先后有宋、齐、梁、陈四个朝代更替；北方则由鲜卑族建立的魏国于公元439年统一中国的北方，进入北朝时期。经北魏、东魏、北齐、西魏、北周几个朝代后，北周灭北齐统一北方，杨坚又代周于589年灭陈统一了全国。

这期间，南北对峙，双方势力此消彼长，北伐和南征充斥其间，战乱不断。

但正如所说的乱世背后是一个治世，南北朝亦如此。

南北的局部统一让世人看到了大一统的前兆，而民族间规模空前的大融合则是这时期最重要的特点。

从十六国以来，侵入中原的北方少数民族不断被汉族文明同化，尤其是北魏孝文帝改革更是大大加速了这个过程，从而使汉族补充了新鲜的血液，扩大了汉族的基础，形成了一个全新的汉民族。

范文澜说过：“隋唐时期居住在黄河流域的汉民族，实际是十六国以来北方和西北方许多落后民族与汉族融合而成的汉族。

”这段时期，士族门阀势力开始衰弱，寒门庶族开始兴起，并不断发展壮大。

南朝开国皇帝皆出身寒门，因此政要实权也委于寒门地主。

虽然还不时出现士族凭优越地位打压寒门庶族，但已掩饰不住他们内心的恐惧和虚弱。

在经济上，经过南朝这段时期的发展，南方长江流域的经济水平已接近黄河流域，为中国经济格局的发展作出了重大的贡献，也为唐宋经济重心南移奠定了坚实的基础；北方均田制的实施稳定了经济的发展，并延续到唐中期方废除。

在文化上，北朝文化总的来说是不及南朝的，但也有其特点。

这一时期佛教开始兴盛，南北双方的统治者都大力提倡佛教，使佛教在中国快速发展起来。

而佛教文化也与中国传统的儒家、道家文化既相互斗争又相互融合、吸收，逐渐形成了儒、释、道互涉互补的文化格局，确立了儒、释、道在我国传统文化中的核心地位，对我国社会、文化发展影响深远。

文学艺术中，南朝在五言诗、骈文、书法绘画、文学批评以及数学、天文学上取得了巨大的成就；北朝在佛教艺术上得到了充分发展，敦煌千佛洞、云冈石窟、龙门石窟等著名佛教石窟更是我国艺术宝库中的瑰宝，是劳动人民智慧和汗水的结晶。

总之，那个分裂、对峙、动荡的乱世是令人心痛的，而乱世透露出来的对生命的漠视更让我们心痛。

但我们应当看到，即使在那个混乱的年代，社会仍在发展，文明仍在进步，为后来高度发达的唐宋文明作出了自己特殊的贡献。

因此，我们编写了这本《3小时读懂南北朝》，希望通过一些通俗生动的故事让人们去珍惜生命，珍惜和平盛世的可贵。

望人们能够以史为鉴，寻求一条长治久安之道。

## <<3小时读懂南北朝>>

### 内容概要

那个分裂、对峙、动荡的乱世是令人心痛的，而乱世透露出来的对生命的漠视更让我们心痛。但我们应当看到，即使在那个混乱的年代，社会仍在发展，文明仍在进步，为后来高度发达的唐宋文明作出了自己特殊的贡献。

因此，编者编写了这本《3小时读懂南北朝》，希望通过一些通俗生动的故事让人们去珍惜生命，珍惜和平盛世的可贵。

望人们能够以史为鉴，寻求一条长治久安之道。

## <<3小时读懂南北朝>>

### 书籍目录

#### 南朝

##### 第一章 刘宋：南朝最为强大的朝代

###### 一、刘裕篡晋建帝业

1. 镇压孙恩、卢循起义
2. 消灭桓玄的力量
3. 刘裕北伐和东晋的最后灭亡

###### 二、元嘉之治

###### 三、“前见子杀父，后见弟杀兄”

##### 第二章 南齐：一个短命的王朝

###### 一、萧道成篡宋建帝业

1. 在刘宋皇室残杀中崛起
2. “四贵”的分化和倾轧
3. 萧道成终夺帝位

###### 二、在内讧中急剧衰落的南齐

##### 第三章 萧梁：“自我得之，自我失之”

###### 一、萧衍篡齐建帝业

1. 仕途崛起
  2. 力拒魏兵
  3. 受禅称帝
- ###### 二、“菩萨皇帝”四十八年的统治

1. 显著的政绩
2. 猜疑心重，自受其害
5. 梁武帝的崇佛和舍身入寺

###### 三、“侯景之乱”与梁的衰亡

1. 反复无常的侯景
2. 侯景叛梁

##### 第四章 陈：“隔江犹唱后庭花”

###### 一、陈霸先篡梁建帝业

###### 二、“玉树后庭花”——陈的灭亡

#### 北朝

##### 第一章 北魏：中国历史上第一个重要的少数民族朝代

###### 一、北魏王朝的建立

1. 北魏早期的历史
2. 代国的建立和灭亡
3. 拓跋珪建魏
4. 拓跋珪时期的统治政策

###### 二、北魏王朝的巩固和发展

1. 北方的统一
2. 太武帝拓跋焘的统治政策
3. 北魏名臣崔浩

###### 三、魏孝文帝的改革

1. 改革的历史背景
2. 改革的主要内容
3. 文明冯太后

###### 四、在社会矛盾激化中衰落的北魏王朝

## <<3小时读懂南北朝>>

1. “只恨石崇不见我”

2. 六镇起义

3. 河阴之变

第二章 东魏，北齐：民族融合中的曲折

一、高欢起家与建立东魏

1. 高欢的崛起

2. 消灭尔朱氏势力集团

3. 创建东魏

二、北齐的建立和发展

1. 东魏与北齐的过渡人物——高澄

2. 残暴皇帝高洋

三、北齐的衰亡

1. “无愁天子”高纬

2. 北齐名将斛律光

第三章 西魏、北周：改革中走向强盛

一、宇文泰建立西魏与改革

1. 宇文泰的崛起与建立西魏

2. 宇文泰在西魏初年的改革

二、北周武帝的改革

1. 北周的建立和初期政局

2. 北周武帝改革

5. 北周武帝灭佛

4. 北周灭北齐和北方的重新统一

三、隋代北周

1. 骄奢荒淫的周宣帝

2. 杨坚篡周立隋

附录一 南北朝的思想和宗教

一、佛教的发展

二、范缜和《神灭论》

三、道教的演变和发展

附录二 南北朝文学史学和艺术的成就

一、文学成就

二、史学成就

三、佛教石窟艺术的成就

附录三 南北朝的科学技术成就

一、数学家祖冲之与圆周率

二、酈道元与《水经注》

三、贾思勰与《齐民要术》

附录四 南北朝历代皇帝年表

一、南朝

二、北朝

## &lt;&lt;3小时读懂南北朝&gt;&gt;

## 章节摘录

版权页：插图：3.刘裕北伐和东晋的最后灭亡在东晋的历史上，也有一些人曾率军北伐过，但并非是他们声称的那样要收复失地，光复中原，实际上是把北伐当成了扩大自己势力、乘机获取政治资本的途径。

刘裕北伐也意如此。

所以，在刘裕掌握东晋大权后，为了树立自己的威望，也为了增加雄厚的政治资本，从义熙五年(409年)开始带兵北伐，首先进行了一系列消灭割据势力的统一战争。

他先后攻破南燕(今豫、鲁一带)，杀了南燕王慕容超，收复青州；攻克江陵，杀了割据者刘毅；攻取成都，灭了割据者谯纵；收复襄阳，赶跑了割据者司马休之。

义熙十一年(415年)，整个东晋都成了刘裕的势力范围。

第二年，刘裕见后秦国皇帝姚兴去世，幼主姚泓刚刚继位，国内发生内乱，认为时机成熟，便率领王镇恶、檀道济、沈田子等，兵分五路，水陆并进，大举北伐后秦。

沈田子这路人马绕道南阳，势如破竹，直逼后秦都城长安。

后秦皇帝姚泓亲率重兵迎战。

在长安东南，后秦的数万军队将沈田子等一千余人围了个水泄不通，而沈田子毫无惧色，振臂高呼道：“我们好不容易打到敌人的都城下，这时候不拼命，还要等到什么时候！”

他带头向重围冲去，士兵们也群情激奋，个个奋勇争先，竟奇迹般把后秦大军冲杀得七零八落，并赶进城内。

檀道济这一路所到之处，敌军更是望风而降，大军很快直抵洛阳。

而且他还善于收买人心，不杀无辜之人，即使是俘获的敌兵也都释放回家，这样，他有效地瓦解了敌军，壮大了自己的力量。

王镇恶一路进入敌境后，同样屡战屡胜，破虎牢关、梧谷坞，经浞池，会师洛阳。

接着，攻打潼关要塞，被后秦守将姚绍挡住。

王镇恶因军粮不足，向刘裕求援。

刘裕接到报告后，急忙沿黄河往上游送粮，逆水重舟，行进十分缓慢。

而北岸的北魏守军更是虎视眈眈，不时出来抢船劫粮。

刘裕只好先调兵解决魏军，粮船才得以运到潼关。

虽然这样耽误了不少时间，但幸亏王镇恶得到当地百姓的帮助，得以坚持到军粮的运达。

恰好这时姚绍病死，代守潼关的姚横又得知刘裕兵到湖县(今河南老潼关东)，知道大势将去，悄悄逃走了。

大军进潼关后，王镇恶率领水军乘坐蒙冲小舰从黄河入渭水，直抵渭桥。

由于北方船只颇少，后秦军队见王镇恶的船舰外面没有人撑篙却逆流而行，吓得以为是天兵降临。

王镇恶带兵在渭桥上岸，饱餐一顿后，便下令放开缆绳，任船舰随急流漂去。

他指着长安城北门对兵士们说：“我们现在离家万里，大家都看到衣物粮食已随船流走了，想回去是不可能的了，困在这里，没有衣服和粮食，也是死路一条。

唯一的出路就是死战，攻进长安，立功受赏！

怎么样？

”大家齐声喊道：“行！”

”由于士气旺盛，王镇恶率军很快把守桥秦军冲散，不久又把出城接应的姚泓打了回去。

晋军一鼓作气，长安被攻陷。

至此，姚泓投降，后秦宣告灭亡。

## <<3小时读懂南北朝>>

### 编辑推荐

《3小时读懂南北朝》：速读中国历文，穿越历史时空，洞悉风云变幻，见证文化遗产。  
一目了然速读历史故事，穿越时空见证文化遗产。

<<3小时读懂南北朝>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>