

GE1501 中国文化：历史与哲学 (Chinese Civilization - History and Philosophy)

01 文明起源

新石器时代

新石器时代（约公元前7000年 - 公元前2000年）：人类开始发明及掌握一定的生产技术，以磨制石器为主。农业和畜牧业逐渐发展，出现了早期的村落和部落。

- 黄河流域：大地湾文化、仰韶文化、龙山文化
- 长江流域：河姆渡文化、良渚文化
- 珠江流域：石峁文化
- 辽河流域：红山文化

文化	地区	代表遗址	主要特征
大地湾文化	西北	甘肃大地湾	陶器、地画
仰韶文化	黄河中游	陕西半坡	彩陶、图腾 (崇拜活动)、石器、骨器、饰物、符号 (文字萌芽)
龙山文化	黄河下游	山东城子崖	黑陶、城址 (防御工事)
河姆渡文化	长江下游	浙江河姆渡	榫卯结构 (木构建筑)、稻作农业、陶器 (陶砖、陶鼎)、农具
良渚文化	长江下游	浙江良渚	玉器 (玉琮、玉璧、玉钺)、工具 (冠形器、锥形器)、串饰 (祭祀活动)、神人兽面纹 (宗教信仰)
红山文化	东北	辽宁牛河梁	女神像 (宗教信仰)、玉器 (玉猪龙、玉璧)

青铜时代

青铜时代（约公元前2000年 - 公元前771年）：人类开始使用青铜器，并逐渐形成早期国家。

- 夏朝（约公元前2070年 - 公元前1600年）：
 - 传说中的第一个朝代，由禹建立，实行世袭制。
 - 都城：阳城（今河南省偃师市）。
 - 主要遗址：二里头遗址，出土了大量青铜器，显示出早期国家的雏形。

- 社会结构：以氏族为基础，逐渐向中央集权过渡。
- 商朝（约公元前1600年 - 公元前1046年）：
 - 由商汤建立，推翻夏朝，实行奴隶制。
 - 都城：殷（今河南省安阳市）。
 - 社会结构：分封制，贵族阶层显著，奴隶制存在。宫殿等大型建筑出现，墓葬制度完善。
 - 文字：甲骨文的出现，标志着中国文字的起源。
 - 宗教：崇拜祖先和自然神，祭祀活动频繁。
- 西周（约公元前1046年 - 公元前771年）：
 - 由周武王建立，推翻商朝，实行分封制，加强中央集权。
 - 都城：镐京（今陕西省西安市）。
 - 社会结构：贵族阶层进一步发展，土地私有制开始形成。
 - 文化：青铜器制作技术继续发展，出现了大量铭文，记录历史事件和宗教祭祀。
 - 宗教：天命观念兴起，强调君权神授。

文明起源的历史叙述

- 神话传说：盘古氏、女娲氏、伏羲氏等神话人物，反映了古代人们对世界起源的理解。有“三皇”（天皇伏羲、地皇女娲、人皇神农）和“五帝”（黄帝、颛顼、帝喾、尧、舜）的传说。
- 文献记录：《史记》是中国第一部纪传体通史，记载了从黄帝到汉武帝时期的历史。在此之前，有《竹书纪年》和《尚书》（包含古代政治、法律、经济等内容）等重要文献。

文化象征

- 河图洛书：象征宇宙秩序和自然规律的图案，传说由伏羲氏发现。
- 太极、两仪、四象、八卦：风水、阴阳五行学说的基础。
- 禹贡：九州图，反映了古代对地理和行政区划的认识。
- 玉璇玑：古代天文学仪器。
- 龙：象征权力、尊贵和吉祥，是中华文化的重要象征。玉龙最早见于红山文化。
- 凤：象征美德和祥瑞，常与龙配对，代表阴阳和谐。在大汶口文化中已有凤的图案，良渚文化中出现凤形玉饰。
- 天圆地方：古代宇宙观，在建筑和手工业中反映为圆形和方形的结合，如圆形的祭坛和方形的城墙。
- 三星堆文化：位于四川省广汉市，距今约3000-5000年，出土了大量青铜器、金器和玉器，显示出高度发达的青铜文明和独特的宗教信仰体系。

关键词：

- 农业生产：水稻、小麦、粟、畜牧
- 制造技术：陶器、玉器、青铜器

- 城市：宫室、城墙、墓葬
- 祭祀：祭祖、自然神
- 天象
- 文字：甲骨文、金文
- 占卜
- 文化符号

02 朝代循环

朝代	时间	开国君主	都城	备注
夏	约 BC 2070 - BC 1600	禹	阳城 (偃师)	
商	约 BC 1600 - BC 1046	商汤	殷 (安阳)	
西周 东周	BC 1046 - BC 771 BC 770 - BC 256	周武王 周平王	镐京 (西安) 洛邑 (洛阳)	春秋、战国
秦	BC 221 - BC 206	秦始皇	咸阳	
西汉 东汉	BC 202 - AD 8 AD 25 - 220	刘邦 光武帝	长安 (西安) 洛阳	王莽新朝 (9 - 23)
三国	220 - 280	曹操 (魏) 孙权 (吴) 刘备 (蜀)	洛阳 (魏) 建业 (南京, 吴) 成都 (蜀)	
西晋 东晋	265 - 316 317 - 420	司马炎 司马睿	洛阳 建康 (南京)	
南北朝	420 - 589	刘裕 (宋) 拓跋珪 (北魏)	建康 (南京) 平城 (大同)	南朝：宋、齐、梁、陈 北朝：北魏、东魏、西魏、北齐、北周
隋	581 - 618	隋文帝	大兴 (西安)	
唐	618 - 907	李渊	长安 (西安)	武则天代唐称周 (690 - 705)

朝代	时间	开国君主	都城	备注
五代十国	907 - 960			五代：后梁、后唐、后晋、后汉、后周
北宋 南宋	960 - 1127 1127 - 1279	赵匡胤 赵构	汴京 (开封) 临安 (杭州)	
元	1271 - 1368	忽必烈	大都 (北京)	
明	1368 - 1644	朱元璋	南京	后迁都北京
清	1644 - 1912	努尔哈赤 皇太极	盛京 (沈阳) 北京	

- 西周 (BC 1046 - BC 771)
 - 贵族政治：分封制
 - 春秋五霸：齐桓公、晋文公、楚庄王、吴王夫差、越王勾践 (《荀子》)
 - 文化：礼乐制度
- 东周 (BC 770 - BC 256)
 - 战国七雄：齐、楚、燕、韩、赵、魏、秦
 - 变法：商鞅变法 (秦)
 - 文化：诸子百家
 - 儒家：孔子、孟子、荀子
 - 道家：老子、庄子
 - 法家：韩非子、商鞅、李斯
 - 墨家 (墨子)、纵横家 (鬼谷子)、兵家 (孙子).....
- 秦 (BC 221 - BC 206)
 - 统一六国，采法家思想
 - 大一统中央集权：郡县制
 - 文化：书同文、车同轨 (小篆)，统一度量衡
- 西汉 (BC 202 - AD 8)
 - 文景之治：文帝、景帝
 - 汉武帝：推行推恩令，加强中央集权，开辟丝绸之路 (与西域通商)
 - 文化：儒学独尊；汉赋、字体演变为隶书；司马迁《史记》
- 东汉 (25 - 220)
 - 匈奴入侵、黄巾起义，宦官专权

- 文化：蔡伦造纸术，盐铁专卖，草书和楷书
- 三国 (220 - 280)
 - 曹魏 (220 - 265)：曹操、曹丕，坐北方，灭于司马氏
 - 蜀汉 (221 - 263)：刘备、诸葛亮，坐西南，灭于曹魏
 - 东吴 (222 - 280)：孙权，坐东南，灭于西晋
- 西晋 (265 - 316)
 - 司马炎灭曹魏，统一三国
 - 内乱：八王之乱，外患：五胡乱华
 - 文化：北方民族入侵，中原文化南迁
- 东晋 (317 - 420)
 - 五胡十六国 (304 - 439)，匈奴等民族南下侵略
 - 世族/门阀政治：士族掌握政权
 - 文化：王羲之《兰亭集序》，佛教传入
- 南北朝 (420 - 589)
 - 南朝：宋、齐、梁、陈
 - 北朝：北魏、东魏、西魏、北齐、北周
 - 北魏孝文帝：汉化改革，民族融合；均田制 (土地国有，按户分田)
 - 文化：佛教盛行，洛阳龙门石窟，敦煌莫高窟
- 隋 (581 - 618)
 - 政治：三省六部制，科举制雏形
 - 经济：大运河贯通南北
- 唐 (618 - 907)
 - 贞观之治：唐太宗李世民
 - 开元盛世：唐玄宗李隆基
 - 安史之乱：唐朝由盛转衰的转折点
 - 文化：科举制完善，唐诗 (李白、杜甫、白居易)，敦煌艺术；茶文化兴起，火药发明，行书 (颜真卿、柳公权)
 - 对外：丝绸之路繁荣，唐蕃古道，与日本、朝鲜、东南亚交流
- 五代十国 (907 - 960)
 - 中原政权 (五代)：后梁、后唐、后晋、后汉、后周
 - 地方割据 (十国)：吴、南唐、楚、闽、南汉等
 - 文化：山水画
- 北宋 (960 - 1127)、南宋 (1127 - 1279)
 - 政治：文人(士大夫)阶层壮大，重文轻武
 - 经济：商品经济发展，城市化，纸币 (交子) 出现

- 文化：宋词（苏轼、李清照），科学技术（活字印刷、指南针、火药改进，沈括《梦溪笔谈》）
- 对外：军事积弱，外敌入侵（辽、西夏、金）
- 元（1271 - 1368）
 - 由蒙古族建立，统一中国，实行行省制
 - 社会结构：蒙古人、色目人、汉人、南人四等人
 - 经济：东西方贸易繁荣，马可·波罗来华
 - 文化：杂剧（关汉卿、白朴），元曲四大家；士大夫文化式微；青花瓷
- 明（1368 - 1644）
 - 政治：中央集权加强，废丞相，设东厂、西厂（明成祖）
 - 对外：郑和下西洋，加强海上贸易
 - 经济：手工业和商业发展，城市繁荣
 - 文化：小说（《三国演义》、《水浒传》、《西游记》、《金瓶梅》），明清家具、私家园林
- 清（1644 - 1912）
 - 文化：满汉文化融合，戏曲、皇家园林（颐和园、圆明园）、旗袍
 - 对外：闭关锁国，鸦片战争（1840）后被迫开放，五口通商

政权更迭的原因

- 革命
 - 夏：商汤放逐夏桀
 - 商：周武王伐商纣王
 - 秦：陈胜吴广起义
 - 汉：张角黄巾起义
 - 明：李自成农民起义
 - 清：太平天国运动、辛亥革命
- 政权过失
 - 夏：荒淫残暴
 - 商：暴虐无道
 - 周：诸侯争霸、内战
 - 秦：严刑峻法、赋役过重
 - 汉：外戚宦官专权、土地兼并、地方割据
 - 晋：八王之乱、五胡乱华
 - 隋：好大喜功、大兴土木
 - 唐：藩镇割据、宦官专权
 - 宋：重文轻武、积弱不振

- 元：民族压迫、阶级剥削
 - 明：宦官专权、土地兼并
 - 清：闭关锁国、腐败无能
- 天灾 (大旱、农民起义)
 - 东汉
 - 明
- 外敌
 - 宋：蒙古入侵
 - 明：满族入侵 (后金)

重要改革

- 商鞅变法 (秦)
 - 政治：废除世卿世禄，实行县制
 - 经济：重农抑商，奖励耕织
 - 文化：统一度量衡，推行小篆
- 王莽新政 (西汉)
 - 政治：废除奴隶制，实行王田制
 - 经济：盐铁官营，均输平准
 - 文化：推行儒学，改革历法
- 北魏孝文帝汉化改革 (南北朝)
 - 政治：迁都洛阳，推行汉族官制
 - 经济：推广汉族农耕技术，实行均田制
 - 文化：鼓励汉族服饰、语言、习俗
- 王安石变法 (北宋)
 - 目标：增强国家财政，减轻农民负担
 - 内容：青苗法、募役法、市易法、保甲法、农田水利法
- 张居正改革 (明)
 - 内容：一条鞭法，整顿吏治，兴修水利
- 洋务运动 (清)
 - 目标：自强、求富
 - 内容：兴办近代工业，建立海军，设立新式学堂
- 戊戌变法 (清)
 - 目标：富国强兵
 - 内容：政治改革，发展实业，兴办教育

討論1：哪個朝代對現代華人社會影響最大

漢朝對現代華人社會的影響最大，原因如下：

- （一）奠定文化認同：漢朝透過「罷黜百家，獨尊儒術」的政策，確立儒家思想為中國其後兩千多年來的主流意識形態。儒家思想強調倫理道德、社會秩序和家庭價值，這些價值觀深深植根於中國文化中，影響了中國人的行為和思維方式。
- （二）確立民族身份：漢朝的強盛和統一使得「漢」成為中國的代名詞，並且在歷史上形成了強烈的民族認同感，今日「漢族」一詞即源於此。其時亦透過絲綢之路與西域各國通商，促進文化交流，強化了以中原為核心的文化共同體意識。
- （三）鞏固政治制度：漢朝完善秦的大一統中央集權制度，推行郡縣制和察舉制，前者成為現代中國行政區劃的基礎，後者則成為科舉制度的雛形。這些制度確立了官僚體系和治理模式，對後世中國政治制度產生深遠影響。
- （四）文字文化發展：漢朝推行隸書，相較小篆更易書寫和普及，已與今日楷書相近。又有《說文解字》系統整理漢字，對漢字的發展和標準化起了重要作用。漢字作為中華文化的載體，促進了文化傳承和交流。

03 传统社会形态

- 传统：世代相传、改变很少
- 社会：政治（建立秩序/导向）、经济（合作生产/分工）、生活（人际关系/交流）

	传统社会	现代社会
政治	君主制 (世袭)	共和制 (选举)
经济	农业、手工业 (小家庭)	工、商、服务业 (大企业)
人际关系	血缘/家族/地域	工作单位
社会地位	君臣、辈份、性别	平等
个人身份	职业（士农工商）	收入
	封闭、等级	开放、流动

古代政治制度

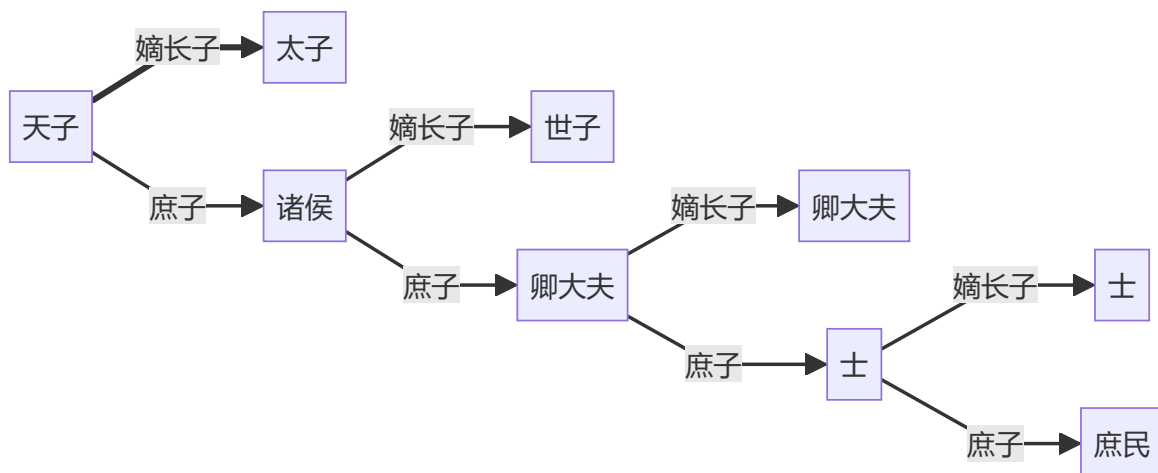
- [周] 分封制：
 - 周天子(武王)分封诸侯，诸侯再分封卿大夫，形成多级封建体系
 - 诸侯向天子交纳贡税、提供军事支持，独立治理本国；封地和爵位世袭
 - 影响：形成以血缘为纽带的政治结构，促进地方自治和文化多样性
- [秦] 中央集权制：
 - 地方在政治、经济、军事上没有独立性，受控于中央

- 中央设“三公九卿”（三公：丞相-政务、太尉-军事、御史大夫-监察，由皇帝任免，不世袭）
- [秦] 郡县制：
 - 废分封，设三十六郡，郡下设县
 - 郡守、县令由中央任命，负责地方行政、司法、军事
 - 以后各朝沿用，设中央、州（省）、县三级政府

古代礼乐制度

礼乐制度起于周。

- 一夫一妻多妾制
- 宗法制度
 - 宗族分为大宗和小宗，都是相对而言。正统一支称为大宗，其他支系（庶子、旁系）称为小宗。
 - 如，周天子为天下大宗，诸侯为小宗。诸侯在国内为大宗，长子继承爵位，其他子孙为小宗。
- 嫡长子继承制
 - 嫡：正妻所生；长子：年龄最大
 - 继承权：嫡长子 > 嫡次子 > 庶长子 > 庶次子



- 礼乐制度
 - 礼：“夫礼者，所以定亲疏、决嫌疑、别同异、明是非也。”
 - 乐：“凡音者，生于人心也。乐者，音之所由生也，其本在人心之感于物也。”
 - 礼规定了社会等级、行为规范、宗教祭祀等；乐则通过音乐和舞蹈表达情感，调节社会关系。
 - 礼乐制度维护社会秩序，促进政治稳定和文化遗产。
- 祭祀：
 - 祭祀活动体现对天地神灵和祖先的敬畏，强化宗法观念和社会凝聚力。
 - “天子祭天地，祭四方，祭山川，祭五祀。”（天上地下，天尊地卑）

- “诸侯方祀（一方的神祇），祭山川，祭五祀（五谷、牲畜等）。”
- “卿大夫祭五祀。”
- “土祭其先。”（体现了天子与各级诸侯之间的等级关系）

古代建筑与城市

- 井田制（西周 - 春秋）
 - 天下井田属天子所有，分予庶民耕种，不得买卖转让。
 - 八户为一井田（1里x1里，1里约405米），均分为九块（100步x100步，100步约135米），中央一块为公田，由八户代耕，其余八块为私田，由各户耕种。
 - 先理公田，后耕私田。公田收成上缴天子，私田收成归户主。
 - 影响：促进土地均分和农业生产，但随着人口增长和社会发展，逐渐瓦解。
- 闾里制
 - 闾：村落，里：乡镇。
 - “门闾无闭，关市无索。”（《吕氏春秋》。闾：里门，与“门”（城门）区别）
 - 一里的大小一般为一里见方，约有百户。
- [唐长安] 里坊制
 - 城市规划：长安城呈方形，四周有城墙，设有东西南北四个城门。
 - 城内划分为108坊，每坊有若干里，每里有若干户。
 - 每坊有坊门，夜间关闭，实行封闭管理，保障治安。
 - 影响：棋盘式布局，便于管理和防御；坊内有市场、住宅、官署等，促进商业和文化交流。
- [宋] 宗族
 - 古人聚族而居。共通祖先、共同姓氏。
 - 设宗祠、族田、族学、族谱、族长、族规。
 - 始于宋。明朝嘉靖年间，平民百姓被广泛允许在村中建宗祠。
 - 民间非官方的社会管理组织。个人、家庭从属于宗族。
 - 承担祭祖、聚族、教育（村塾）、慈善（义产）、议事、审断、风俗等职能。

04 家庭与性别

1. 性别

- 天尊地卑，男尊女卑
- “男女授受不亲”“男子居外，女子居内”“男耕女织”
- 男子：考取功名、报效国家、光宗耀祖、承继父业、尽忠尽孝、养家糊口
- 女子：三从四德、女子无才便是德，无受教育权、继承权、参政权，少出闺门
- 三从四德（《礼记·内则》）
 - 三从：未嫁从父，既嫁从夫，夫死从子

- 四德：妇德、妇言、妇容、妇功（品德、辞令、仪态、女红）

2. 婚姻

- 子女没有婚姻自由。“父母之命，媒妁之言”
- 门当户对
- 生儿育女，传宗接代；婚姻大事，三书六礼；同姓不婚
- 一夫一妻多妾制
- 三书六礼
 - 三书：聘书（订亲）、礼书（礼单）、迎书（迎亲）
 - 六礼：纳采（提亲）、问名（问生辰八字）、纳吉（宗祠问卜）、纳征（送聘金聘礼）、请期（择吉日）、亲迎（迎娶）
- 夫妻
 - 夫妇有义，相敬如宾；举案齐眉，白头偕老；男主外，女主内
 - 夫为妻纲，妻子无权干涉丈夫的决定
 - 贞节观念：从一而终，寡妇不改嫁
 - 七出三不去（《大戴礼记》）
 - 七出：不顺父母、无子、淫、妒、恶疾、多言、盗窃
 - 三不去：有所娶无所归、与更三年丧、糟糠之妻不可弃（没有娘家可归的、曾为公婆守孝三年的、贫穷时结婚的妻子不可抛弃）
 - 贞节牌坊（“节妇牌坊”）：《古今图书集成》所志，表彰女性对涨幅坚贞不渝，一生恪守贞节而建立的牌坊

3. 家庭

- 大家庭，多代同堂
- 男女有别，长幼有序；孝顺父母，兄弟和睦，妯娌不争；少事长（尊敬长辈）；家和万事兴
- 父为子纲；养不教，父之过；严父慈母
- 家庭是社会单位（赋税徭役）、生产单位（农耕）

相关的文学：

- [西汉] 刘向《列女传》：记载古代贤良女性事迹，宣扬妇德、贞节、孝顺等传统美德
- [汉]《孝经》：儒家经典，强调孝道的重要性，影响中国家庭伦理观念
- [元] 郭居业《二十四孝图》：通过图画和文字，展示二十四位孝子孝女的故事，弘扬孝道文化（其中杜撰者多，以“卧冰求鲤”最为著名）
- [元] 王实甫《西厢记》、[明] 汤显祖《牡丹亭》：反映封建礼教对婚姻自由的压制，提倡真爱和个人选择
- [清] 曹雪芹《红楼梦》：古典小说的大成之作，描绘封建大家庭的兴衰，揭示封建礼教对个人命运的影响。金陵十二钗之名媛多有悲剧命运，反映女性在封建社会中的地位和困境

討論2：對「門當戶對」的看法及對現代人的影響

「門當戶對」作為中國傳統婚姻觀念，源於宗法制度與儒家階序思想，強調雙方家庭在社會地位、經濟實力、文化背景的對等。封建社會中，作為維繫家族榮譽與社會秩序的重要手段，「門當戶對」有其歷史合理性。

然而，所謂「父母之命，媒妁之言」，古代婚姻多以家庭利益為重，子女少有婚姻自由，乃至出現童養婚、買賣婚等弊端，對個人幸福造成損害。因而，隨著近代以來西方自由戀愛觀念的傳入和個人主義的興起，「門當戶對」逐漸被視為封建禮教的束縛，與現代社會追求個人自由和平等的價值觀相悖，被除棄乃社會進步的象徵。

現今社會，雖然「門當戶對」的字面意義已不再被嚴格遵循，但其背後反映的價值觀仍對今人有一定影響。現代婚姻強調感情基礎和個人選擇，但經濟條件、教育背景等因素仍在一定程度上影響配偶選擇，在相親中尤為明顯；與此同時，經濟實力和教育水平的差距，可能導致婚姻關係中的權力不平等和價值觀衝突，影響婚姻質量和穩定性。

總而言之，作為一種歷史產物，雖然在現代社會已不再具有法律和道德約束力，但其影響仍然存在於人們的婚姻觀念和行為模式中，並仍有一定的現實意義。

05 学术思想

法家

代表人物：管仲（春秋齐）、商鞅（战国秦，《商君书》）、韩非子（战国韩，《韩非子》）、李斯（秦）

核心观点：

- 经济建设，富国强兵；挑战贵族政治
- 法：严刑峻法；权威（“凡治天下者，必因人情，人情者有好恶，故赏罚可用。赏罚可用，则禁令可立，而治道具矣。”；以法为本；赏罚分明）
- 术：统治艺术、手段；权术
- 势：主导地位、强势；权力

影响：

- 秦始皇在法家思想指导下，统一六国，建立中央集权的秦朝
- 推行经济、政治改革

儒家

代表人物：

- 孔子（春秋鲁，《论语》）、孟子（战国齐，《孟子》）、荀子（战国赵，《荀子》）
- 董仲舒（西汉），汉武帝采纳其“罢黜百家，独尊儒术”政策
- 程朱理学：程颢、程颐、朱熹（宋）

- 心学：陆九渊（宋）、王阳明（明）
- 顾炎武、王夫之、康有为、章太炎（明清）
- 四书：《大学》、《中庸》、《论语》、《孟子》
- 五经：诗（《诗经》）、书（《尚书》）、礼（《礼记》、《周礼》、《仪礼》）、易（《周易》）、春秋（孔子所作）
- 三纲：君为臣纲，父为子纲，夫为妻纲
- 五常：仁义礼智信（仁爱、正确认识、礼仪道德、判断力、承诺）
- 五伦：君臣、父子、夫妇、兄弟、朋友
- 六艺：礼（吉、凶、军、宾、嘉礼）、乐（乐舞）、射（射箭）、御（驾驭马车战车）、书（书法）、数（数学），周朝的贵族教育体系
- 教育：有教无类，因材施教
- 人性论：孟子性善，荀子性恶

道家

代表人物：黄帝（《黄帝内经》）、老子（春秋陈，《道德经》）、庄子（战国宋，《庄子》）

核心观点：

- 道：宇宙的本源和规律；无为（顺应自然规律，不妄为）
- 守静；道法自然；物极必反；辩证（二元论、相对论）
- 庄子：齐物（平等，庄周梦蝶）；逍遥（个体精神解放、自由）

06 现代以前的中国和世界

汉朝外交

汉朝初期，采取“和亲”政策，与匈奴等少数民族建立友好关系，促进经济文化交流。

汉武帝时期，改为主动出击、远交近攻，卫青、霍去病多次北伐匈奴（追杀至狼居胥），同时派张骞出使西域。

- 张骞出使西域（约前138年），开辟丝绸之路，加强与中亚、西亚的联系，促进东西方贸易和文化交流。
- 大宛汗血天马（约前104-102年），两次西征大宛，带回天马和汗血马，提高汉朝在西域的影响力。
- 影响：传入葡萄、石榴、胡麻等农作物，促进农业发展；引进西域音乐、舞蹈、服饰等文化元素，丰富汉族文化；将铸铁、开渠、矿冶等技术传入西域，推动技术进步。

丝绸之路

- 起讫：长安（今西安）至地中海沿岸
- 路线：陆路和海路相结合，陆路穿越中亚（至亚历山大、伊斯坦布尔），海路经地中海至罗马
- 河西走廊：汉朝控制的通往西域的战略要地，河西四郡（武威、张掖、酒泉、敦煌），位于今甘肃省境内
- 汉长城：古称“塞”，修筑于汉武帝时期，防御匈奴入侵，延伸至罗布泊；十里一垒，设烽火台（古称“燧”或“亭”），传递军事情报；若干亭一堡，称“障”，驻军防守（闲时务农，称屯田）
- 西域都护府：设于敦煌，管理西域55国，推行汉朝政令、保障交通安全、推动屯田
- 胡物、胡风：西域物产和风俗习惯，如胡服、胡帐、胡床、胡饭、胡乐、胡舞等

后续发展：

- 隋唐时期，丝绸之路达到鼎盛，长安成为国际大都市，张掖成为中西商人的集散地
- 唐：贞观十四年（640）在高昌（今吐鲁番）设立安西都护府，702年在龟兹（今库车）设立北庭都护府，加强对西域的控制；在丝绸之路设驿馆，保障商旅安全（“过所”制度登记信息），沿途有驻军。东罗马、阿拉伯、波斯多有商人来唐，胡商集中在长安西市。
- 东突厥：贞观四年（630），唐太宗派李靖率六路大军灭东突厥，唐疆域扩大到贝加尔湖，西突厥吐蕃王国一蹶不振；
- 西突厥：显庆二年（657），唐高宗派苏定方率军出击西突厥，唐疆域西至中亚，设昆陵、蒙池两都护府，控制今新疆大部地区。

商品交易：

- 输入中国：植物（葡萄、石榴、胡麻、胡桃、胡豆、胡瓜、橄榄）；毛皮、毛毯；动物（良马、骆驼、狮子、犀牛、孔雀、鸵鸟）；香料、宝石、药材、珊瑚、玻璃器等
- 输出中国：丝绸、漆器、植物（桃、梨、生姜）；技术（冶铁、水利、四大发明）

文化交流：杂技、西域音乐歌舞（箜篌、琵琶、胡旋舞）、宗教（佛教、祆教/波斯拜火教、景教/基督教聂斯托里派、摩尼教——传入后在长安立寺建窟）

邓和下西洋

- 自永乐三年（1405）至宣德五年（1430），明朝派遣郑和率领庞大舰队七次下西洋，访问东南亚、南亚、西亚和东非沿岸国家。
- 舰队规模：最大时有200多艘船只，2万多人，船只分为宝船（主舰）、战船、补给船等。
- 影响：维护了南亚、东南亚的安定和平；树立了明的宗族国地位；扩张了明朝的朝贡贸易；文化上，传播伊斯兰教、佛教、华人风俗。
- 贡品：本国土特产（金银器皿、犀角、象牙、香料、药材、宝石、珍禽等）
- 赏赐：大宗（丝绸、瓷器、茶叶、铁器、金银等），厚往薄来

近代中国与世界

- 明清海禁：明朝禁止私人海上贸易，嘉靖三年（1524）起实行禁海律令，不准造船；清朝康熙二十六年（1687）起实行海禁，禁止沿海五十里住人，完全断绝海外贸易
- 本来的目的是为了消灭反叛势力、打击海盗及走私。但是，欧洲（14-17世纪文艺复兴、15-17世纪大航海时代、17-18世纪启蒙运动、1760年起工业革命）国家的崛起，促使他们积极开拓海外市场和殖民地。中国的海禁政策使得中国与世界隔绝，错失了与西方国家交流和发展的机会，导致中国在近代逐渐落后于西方国家。
- 南洋华侨：19世纪中叶至20世纪初，大量东南沿海居民（主要是福建、广东人）前往东南亚各国谋生，形成庞大的华侨群体。
- 19世纪以前，当地开发程度较低，华侨教育程度高于土人，保持独立的文化，主要从事苦力、小贩及企业（橡胶、锡矿、种植园等）经营。
- 19世纪后期，西方列强殖民统治加强，华侨逐渐融入当地社会，成为重要的经济力量和文化桥梁。
- 华侨有“中介人”的特殊经济地位，在土人与欧人之间进行商品转运和贸易，积累了大量财富，形成“华侨资本”。

07 佛教与禅宗

佛教基本知识

- 佛教传入中国：东汉永平七年（公元64年），汉明帝遣使西域，携带佛经和佛像回国，永平十年（公元67年）在洛阳建白马寺，标志着佛教正式传入中国。
- 佛教的创立：公元前6世纪，释迦牟尼在印度创立佛教，后世称“佛”或“佛祖”
- 佛（Buddha）：意为“觉者”，指觉悟真理、解脱生死轮回的人
- 三世佛：
 - 寺庙正殿的三尊佛像：燃灯佛（过去佛）、释迦牟尼佛（现在佛）、弥勒佛（未来佛）
 - 寺庙后殿的三尊佛像：药师如来佛（东方净琉璃世界）、释迦牟尼佛（中央娑婆世界）、阿弥陀佛（西方极乐世界）
- 菩萨（Bodhisattva）：意为“觉有情”，投生人间、菩提悟道、通达四谛的觉者，已发愿成佛但在人间救度众生者
- 罗汉（Arhat）：释迦牟尼的弟子。佛经原载十六罗汉，中国民间增至十八

佛教基本教义

- 四谛：
 - 苦谛：人生充满苦难
 - 集谛：苦难的根源是贪、嗔、痴
 - 灭谛：灭除苦难的方法是断除贪、嗔、痴

- 道谛：断除贪、嗔、痴的方法是修习八正道
- 因果报应：
 - 所造之业为因，报为果，因和果辗转相生
 - 善有善报，恶有恶报；不是不报，时候未到
- 六道轮回：
 - 三善道（天道、人道、阿修罗道）
 - 三恶道（畜生道、饿鬼道、地狱道）
- 色即是空，空即是色：
 - 色是一切可见或不可见的事物和现象，由因缘聚合产生
 - 空是事物的本质，指一切事物皆无自性
 - 色的本质是空，空的表现形式是色

佛教的分支

- 大乘佛教和小乘佛教
 - 小乘佛教：强调个人解脱，修行八正道，追求涅槃
 - 大乘佛教：强调普渡众生，提倡菩萨道，追求成佛
- 中国佛教的分支
 - 汉传佛教/北传佛教：由丝绸之路或广州传入
 - 南传佛教：由泰国、缅甸（小乘佛教）传入，在云南南部少数民族区
 - 藏传佛教/喇嘛教：受印度佛教、汉传佛教和本土苯教影响，由西藏传入，在青海、西藏、四川、西藏等地
- 宗派
 - 大乘佛教：天台宗（妙法莲华经）、三论宗（中论、百论、十二门论）、律宗（四分律）、净土宗（无量寿经、观无量寿经、阿弥陀经）、法相宗（解深密经）、禅宗（六祖坛经）、华严宗（华严经）、密宗（大日经、金刚顶经）
 - 部派佛教：俱舍宗、成实宗

佛教在中国的发展

- 东汉：自汉明帝时从丝绸之路传入，大为流行；《四十二章经》
- 三国：翻译大量佛经
- 南北朝：南梁武帝笃信佛教；北魏孝文帝在迁都洛阳后在大同（山西）修建云冈石窟
- 隋朝：在首都大兴（今西安）修大兴善寺，执行佛教政策的国家寺院
- 唐朝：佛教达到鼎盛，玄奘取经，翻译《大般若经》《大唐西域记》；建大雁塔、小雁塔；武则天（691）下诏规定佛教列于国教之首（“方启惟新之运”）；唐末会昌毁佛（原因：佛教寺院不课税，僧侣免除徭役，寺院过度扩张，带来严重的经济和社会问题）

禪宗

- 达摩于南北朝时期（470-478年）来访中国，被尊为中国禅宗的开创者
- 唐朝：弘忍的弟子神秀和慧能分别创立了北宗和南宗
- 六祖慧能（638-713年），南宗禅宗的代表人物，主张“顿悟成佛”，强调心性本净，提倡“教外别传，不立文字，直指人心，见性成佛”
- 菩提本无树，明镜亦非台，本来无一物，何处惹尘埃。（慧能）
- 不是风动，亦非幡动，仁者心动。（慧能）
- 顿悟成佛：即心即佛、自心是佛
- 后世影响：禅宗对中国文化产生深远影响，促进了文学、艺术、建筑等领域的发展，如宋代的山水画、园林艺术等；东传日本，形成日本禅宗，融入日本文化，如茶道、花道等。

討論3：對因果報應的看法

「因果報應」是佛教的重要教義，強調個人行為與其後果之間的關係。佛教認為因果法則是天然存在的，所作之業為因，所受之報為果，因與果輾轉相生，是為「因果報應」，即「善有善報，惡有惡報」。與此同時，種下善因不一定立即產生善報，只有緣分到了才會得到結果，所作惡業亦然，此即「不是不報，時候未到；時機一到，自然會報」。

以今日觀之，「因果報應」雖沒有科學依據，但其作為影響中華文化近兩千年的倫理道德觀念，仍有其積極意義。其一，「因果報應」強調個人行為必將肩負結果，促使人們自覺遵守法律良俗，維護社會秩序。其二，「善有善報，惡有惡報」的觀念，鼓勵人們行善積德，培育良好品德，促進社會和諧。其三，「不是不報，時候未到」令人們在面對挫折和不公時能夠堅信正義終將得到伸張，保持積極心態。

與此同時，「因果報應」觀念亦有其局限性。其一，過分強調個人行為與結果的關聯，可能忽視了社會結構和環境因素對個人命運的影響，導致對弱勢群體的不公正評價。其二，「因果報應」觀念可能使人們過於被動地接受命運安排，而忽視了積極改變現實的可能性。

總而言之，作為佛教教義和一種中華文化觀念，現代人應當理性認識到其積極作用與局限性，取其精華，去其糟粕，促進個人修養和社會和諧。

08 道教

道教的产生和发展

- 道教是中国本土宗教，基于上古的「巫」
- 春秋战国：道家思想兴起，老子、庄子著作流传，有方士（炼丹术）的「方仙教」，但未形成系统宗教
- 东汉：五斗米道（天师道）创立，张道陵被尊为「天师」，道教逐渐形成；东汉末年，太平道兴起，张角得到《太平清领书》，领导黄巾起义
- 魏晋：寇谦之入蒿山修道，受到北魏太武帝支持，改革了五斗米道，称「天师道」

- 唐：皇帝尊老子为始祖，唐太宗在老子的故里修建「太上老君庙」，唐高宗尊老子为「玄元皇帝」，将《道德经》纳入科举，道教成为国教之一
- 宋：宋朝皇帝崇尚道教，宋徽宗封自己为「道君皇帝」，政府对道教加强管理，任道官、赐师号、紫衣、进行道士考试等，保证道教的文化素质
- 金：王重阳创立「全真道」，以内丹修养为主
- 元：道派合流，形成「正一道」和「全真道」两大派别，由于丘处机受赏识，全真道成为主流
- 明：正一道成为主流。张三丰在武山修道，后离武当山隐居，明成祖设「武当宫观」

代表人物

- [东汉]张道陵（五斗米道）
- [东晋]葛洪（《抱朴子内篇》，炼丹术）
- [北魏]寇谦之（天师道），引入儒家的忠孝思想和佛教的六道轮回
- [唐]吕洞宾，八仙之一，全真道师祖
- [金]王重阳，全真五祖之一，提倡儒释道三教合一
- [金]全真七子，北真，王重阳弟子
- [明]张三丰，武当隐仙派

五斗米道→正一道：

- 奉张天一为首领，道术以画符念咒为主
- 道士一般娶妻生子，不必出家

全真道：

- 王重阳创立，继承吕洞宾的内丹思想
- 提倡三教合一，三教平等，认为儒家、释教（佛教）、道教的核心都是「道」
- 出家制度

道教的教义与信仰

- 思想：成仙、长生不死、顺其自然；阴阳、八卦、五行
- 经典：《道德经》（老子）、《周易》、《周易参同契》（葛洪）、《皇帝阴符经》
- 《道藏》：南北朝时期（471年）陆修静编纂，共1228卷；明英宗正统十年（1445年）重刊，明神宗万历十五年（1607年）增补，成现今道藏，共5485卷
- 三清：元始天尊（玉清）、灵宝天尊（上清）、道德天尊（太清，老子）
- 仙：太上老君（老子）、八仙 [汉-明]、姜太公 [商]、安期生 [春秋]、东方朔 [汉]等。道教有得道成仙、羽化登仙的说法
- 道士的活动：内（打坐、炼气）、外（炼丹、画符念咒、驱邪治病、祈福消灾、超度亡魂等）
- 世界观：

- 天庭（天界）：天神（三清、四御、五老、八仙、二十八宿、三十六天将等）
- 人间（阳界）：人类、妖精（狐仙、蛇精等）
- 地府（阴界）：鬼魂、阴司（黑白无常、十殿阎王、孟婆等）
- 象征和符号：
 - 太极图：阴阳调和，宇宙万物的本源
 - 八卦图：天地自然的变化规律
 - 五行：木、火、土、金、水，构成宇宙万物的基本元素
 - 葫芦：辟邪、长寿的象征
 - 神龟、仙鹤：长寿和吉祥的象征

道教景观

- 洞天福地：道观遗址多在深山幽谷，常建在山顶，以接近天和仙界
- 青城山 [四川]：道教发源地之一，传说张天师羽化之地，天师道祖山
- 武当山 [湖北]：张三丰修道之地，武当派武术发源地。明代封为皇室家庙
- 全真道：齐云山 [安徽]、崂山 [山东]、华山 [陕西]
- 正一道：龙虎山 [江西]（天师府）、泰山 [山东]
- 上清派：茅山 [江苏]
- 黄大仙祠：供奉黄初平（黄大仙），民间信仰