自序 5
前言 11
壹、鄭和的身世 19
貳、鄭和的宗教信仰 31
參、鄭和遠航的時代背景與目的 39
肆、鄭和遠洋船舶的建造數量與種類 45
一、中國有史以來最大的造船中心——龍江造船廠 45
二、鄭和遠洋船舶的數量與種類 47
伍、鄭和船隊的編組 53
陸、鄭和船隊的海上隊形 59
柒、鄭和船隊的航海技術 63
捌、下西洋前先下東洋 75

玖、鄭和出航時間和所到達的主要國家 77
第一次遠航 81
第二次遠航 88
第三次遠航 90
第四次遠航 98
第五次遠航 100
第六次遠航 101
第七次遠航 104
拾、遠航終止的原因 109
拾壹、鄭和遠航所獲得的巨大成就 113
拾貳、進貢麒麟的傳奇故事 119
拾參、鄭和與哥倫布，誰最先發現美洲？ 123
拾肆、中國設立「航海日」的意義 133
拾伍、中國海權沒落招致五千年帝制終結 143
拾陸、效法明初對外開放，現代中國和平崛起 151
拾柒、我們對發展海權應有的認識與努力 163

附表一：鄭和初始時間和所經主要國家地區一覽表 80
附表二：鄭和年譜 179
附錄一：寶船艦隊的創世奇航（本書作者，原載一九九六年五月二日，台北中央日報） 181
附錄二：紀念鄭和下西洋六百周年國際學術交流論壇致本書作者邀請函 188
附錄三：中國海權盛世的崛起與沒落——本書作者參加國際論壇論文提要 189
附錄四：本書作者接受美國世界日報訪問剪報 191
參考書目 192