前 言 …… (1)

第一章 丝绸之路起源说

第一节 丝绸起源的传说 …… (2)
一、种桑起源 …… (2)
二、神秘蚕茧 …… (4)
三、纺丝起源 …… (6)
第二节 丝路起源的几个版本 …… (9)
一、殷商起源说 …… (9)
二、周代起源说 …… (14)
三、战国起源说 …… (15)

第二章 秦代时期的丝绸之路

第一节 先秦海上丝绸之路 …… (20)
第二节 秦始皇统一七国丝绸之路 …… (20)
第三节 徐福被日本佐贺人奉为祖先 …… (25)
第四节 丝绸之路在西域形成 …… (31)

第三章 西汉时期的丝绸之路

第一节 刘邦和亲安定边疆丝路 …… (36)
第二节 文景之治通西域丝路 …… (37)

第三节　汉武帝三次西征拓宽丝路 …… (38)
第四节　卫青、霍去病拓保丝路 …… (42)
第五节　汉设西域都护府保丝路 …… (47)
第六节　汉武帝遣张骞通西域丝路 …… (50)
第七节　汉朝首任西域都护郑吉 …… (53)
第八节　两汉时期“海上丝绸之路” …… (55)

第四章　东汉魏晋时期的丝绸之路

第一节　东汉班超护丝路 …… (58)
第二节　大秦罗马贵人爱丝绸 …… (61)
第三节　汉朝通向“身毒国”的西南丝绸之路 …… (62)
第四节　登陆“美洲”的法显大师 …… (65)
第五节　魏晋南北朝丝绸之路探幽 …… (68)
一、魏晋十六国南北朝对丝路的维护 …… (69)
二、丝绸之路路线的变化 …… (72)
第六节　魏晋海上丝绸之路发展 …… (73)
一、六朝海外贸易政策 …… (73)
二、海上丝绸之路的发展 …… (75)
第七节　魏晋时期对外贸易关系概览 …… (77)
一、魏晋与波斯的贸易关系 …… (77)
二、魏晋与南亚的贸易关系 …… (77)
三、魏晋与大秦的贸易关系 …… (78)
四、魏晋与东南亚的贸易关系 …… (79)
五、魏晋与朝鲜、日本的贸易关系 …… (81)
第八节　魏晋丝绸之路上的中外经济文化交流 …… (82)
一、中国养蚕缫丝技术的西传 …… (82)
二、西方玻璃及其制造技术的传入 …… (84)

第五章　隋唐时期的丝绸之路

第一节　隋朝丝路话语 …… (86)
第二节　隋炀帝西巡张掖开万国丝绸博览会 …… (88)
第三节　大唐复兴丝绸路 …… (91)
第四节　丝绸市场助盛唐 …… (92)
第五节　唐玄奘西域取经 …… (94)
第六节　鉴真六次东渡终成正果 …… (101)
第七节　大唐赐日本国名 …… (104)
第八节　唐朝时期的海上丝绸之路 …… (108)

第六章　宋及辽、金、夏时期的丝绸之路

第一节　宋朝海上丝绸之路 …… (118)
第二节　宋辽丝绸之路 …… (123)
第三节　宋金丝绸之路 …… (124)
第四节　西夏时期的丝绸之路 …… (129)
一、西夏是宋朝与西域各国通商的重要通道 …… (130)
二、宋夏对立时期的丝绸之路 …… (132)
三、西夏与周边国家的贸易 …… (133)

第七章　蒙元时期的丝绸之路

第一节　成吉思汗护商保路的第一次西征 …… (138)
第二节　成吉思汗长孙北扩疆土、横扫伏尔加河 …… (140)
第三节　第三次西征 …… (143)
第四节　成吉思汗四大汗国统丝路 …… (146)
一、钦察汗国 …… (146)
二、察合台汗国 …… (147)
三、窝阔台汗国 …… (147)

四、伊儿汗国 …… (148)
第五节 盛况空前的元代草原丝绸之路 …… (148)
第六节 元代的海上丝绸之路 …… (155)
第七节 当了扬州总督的意大利商人马可·波罗 …… (155)
一、奉使云南(1280—1281 年) …… (158)
二、扬州任职(1282—1287 年) …… (158)
三、奉使印度(1287—1289 年) …… (159)
四、回国,由大都至泉州出海(1290—1291 年) …… (159)

第八章 明朝时期的丝绸之路

第一节 郑和七下西洋宣示中华国威 …… (162)
第二节 东南沿海与日本的海上丝绸之路 …… (177)
第三节 中日邦交和明朝的海禁 …… (184)
第四节 海禁导致丝绸之路上倭寇和海盗猖獗 …… (189)
第五节 明代海禁爆发日朝战争 …… (198)
第六节 明朝与拉美国家的海上丝绸之路 …… (202)
第七节 东北亚丝绸之路 …… (207)
第八节 达·伽马寻找马可·波罗讲述的东方丝绸之路 …… (212)
第九节 哥伦布也在寻找马可·波罗叙述的东方世界 …… (216)

第九章 清朝丝绸之路

第一节 茶马古道与丝绸之路 …… (220)
第二节 英国使臣拜见乾隆皇帝 …… (223)
第三节 东印度公司中国梦 …… (227)
一、英国与印度的早期贸易关系 …… (228)
二、英国与中国的早期贸易关系 …… (230)
三、印度与中国的贸易发展 …… (232)

第四节　华人登陆拉美拓展丝路 …… (235)
第五节　兰芳共和国维护海上丝绸之路 …… (238)
第六节　日本改制，导致中日丝绸贸易由盛转衰 …… (241)
第七节　驶向东方的瑞典“哥德堡”号商船 …… (242)

第十章　现代丝绸之路

第一节　日本丝绸出口数量曾经超过中国 …… (248)
第二节　民国时期丝绸之路 …… (248)
第三节　新时期丝绸之路 …… (260)
一、肯尼亚发现郑和船队后裔 …… (260)
二、肯尼亚“上家人”的祖先来自中国的上海 …… (262)
第四节　开放时期的丝绸之路 …… (270)
勇闯国门周游世界的温州人 …… (270)
第五节　经济全球化时代的丝绸之路 …… (277)
一、南太平洋岛国通丝路 …… (277)
二、东盟十加一开辟东南亚现代丝路 …… (279)
三、东方十五国续写新丝路 …… (287)
四、亚欧大陆桥与西部大开发 …… (292)
五、丝绸之路正在变成能源之路 …… (296)
六、丝绸之路正在变成文化之路 …… (298)
七、丝绸之路正在变成旅游之路 …… (299)
八、青藏铁路连接印度、尼泊尔现代丝绸之路 …… (299)

主要参考书目 …… (305)
后　记 …… (306)