

纪录片《何以中国》首推官方衍生图书 视觉化叙事解锁万年中国史

中国历史究竟有多少年？

在高口碑纪录片《何以中国》的影响下，许多人有过新的理解：从万年前江西仙人洞遗址的陶罐稻种，到秦汉时期的城池文书，跨越万年的历史长卷伴随着考古的新发现变得更加清晰。这部由国家文物局和中共上海市委宣传部指导，上海广播电视台出品的纪录片分《秦汉》《摇篮》《星斗》《古国》《择中》《殷商》《家国》《天下》8集，立足“中华文明探源工程”和“考古中国”的重大研究成果，系统追溯中华文明的根基、发源、形成与早期发展；曾先后获得中国电视文艺最高奖“星光奖”、上海电视节白玉兰奖最佳系列纪录片奖，豆瓣评分高达9.0、全平台播放量破亿。

近日，纪录片《何以中国》官方衍生图书《何以中国：考古里的万年中国史》由上海人民出版社·世纪文景出版。作为上海广播电视台策划推出的“看东方”书系首部作品，全书配有超400幅高清图，图文互证，并特别邀请专家撰写万余字导读，收录十余位主创人员的学术对话与创作手记，生动呈现创作幕后故事，以视觉化的图文叙事为读者一键解锁万年中国的壮阔恢宏。



从“什么是中国”到“何以形成中国” 在这本书里找到完整解答

《何以中国：考古里的万年中国史》开篇即以《秦汉》呈现成熟形态的“中国”，再层层回溯其形成过程；

《摇篮》聚焦距今40000—8000年的关键节点，选取江西仙人洞遗址出土的迄今所知世界最早陶器、湖南玉蟾岩遗址的稻作遗存、河北四台遗址的定居村落等代表性发现，展现北方粟作农业与南方稻作农业的萌芽，以及早期社会组织形态的雏形；

《星斗》时代，以辽宁牛河梁遗址的红山文化玉猪龙、安徽凌家滩遗址的玉版、玉鹰、山东海岱地区大汶口文化的礼器，呈现距今6000—5000年各区域文化的重要成就，通过彩陶纹饰的跨区域相似性、玉器工艺的远距离交流，解读“文化中国”的初步形成；

《古国》则聚焦良渚文化的庞大水利与神权体系、石家河文化的城邦集群、大汶口—龙山文化时期的社会分化，解码距今5500—3800年的早期国家形态，还原东亚最早的区域性王权国家的治理模式，呈现古国林立、多元竞放的文明格局；

《择中》展现距今4500—3600年的文明聚合，解读“天下之中”理念的形成，着重还原中国最早的“广域王权国家”二里头的诞生，其兼容并蓄的文化吸纳能力、辐射四方的礼制传播，标志着文明从“多元”向“一体”的关键转折；

《殷商》以殷墟甲骨文、青铜器为核心，解读商人“事神尚鬼”的信仰体系与等级制度，以郑州商城、偃师商城展现商王朝的都城规划与统治网络，以及以四川三星堆呈现商文明影响下区域青铜文明的发展路径；

《家国》以何尊铭文为线索，通过陕西周原遗址的宫殿、山西曲沃晋侯墓地的礼器，还原宗法制度与礼乐文明的建构，以湖北随州曾国的青铜编钟、山东高青齐公墓地的遗存，呈现诸侯国对周文化的继承与地方化改造，解读“家国同

构”理念如何成为中华文明的核心底色；

《天下》勾勒春秋战国至秦统一的一体化进程，以山西侯马盟书、河南新郑郑公大墓的莲鹤方壶，展现“礼崩乐坏”下的社会变革与思想激荡，借甘肃张家川马家塬的戎人墓葬、河北平山中山王墓的《兆域图》，呈现华夏与四夷的族群融合，以商鞅方升、云梦睡虎地秦简还原秦国变法与统一战争的制度支撑，最终落脚于秦汉大一统帝国的形成，全书由此完成从“什么是中国”到“何以形成中国”的完整解答。

中国考古学界的“现役主力” 几乎全员在册

翻开本书的学术支持名单，中国考古学界的

“现役主力”几乎全员在册，从大纲设计到文稿撰写，从细节考订到整体把关，最终的成书汇聚了120位一线考古历史学家的集体智慧与心血。自1921年仰韶村遗址发掘开启中国现代考古学百年征程以来，特别是随着中华文明探源工程、“考古中国”等国家级重大项目的持续推进，大量关键性遗址被发现、研究与阐释，中国早期文明的轮廓日益清晰。为了让这些长期深藏于专业报告中的成果真正走进公众视野，《何以中国》学术团队在系统梳理300多万字前沿成果资料的基础上，精心搭建叙事框架，既做到每一句话都有考古实证支撑，又不拘泥于考古发现的简单罗列，既还原远古器物的工艺之美，更着力揭示“瓶瓶罐罐”背后的人群、社会与精神世界。

作为纪录片《何以中国》的衍生作品，《何以中国：考古里的万年中国史》也绝非影像脚本的简单转录，而是一次基于考古实证的系统性再创作。全书配图400余幅，拍摄自全国230余个考古遗址、博物馆及研究机构，图文互证，便于读者直观理解。北京大学考古文博学院副教授秦岭撰写的万余字导读，深度解析考古学如何重新定义“中国”、为何必须超越“五千年”框架、南稻北粟的农业格局如何影响政治中心的转移、“多元一体”结构如何在史前就已奠定等核心命题，详述创作幕后的考量与抉择——为何以《秦汉》作为开篇倒叙？如何平衡三星堆的独特性与整体文明逻辑？为何聚焦曾国等“文献失载”的诸侯国？这些解读，进一步帮助读者把握全书的学术骨架与叙事逻辑。

书中还收录了学术顾问团队及创作团队十余位主创人员的学术对话与创作手记。对话部分，有严文明、赵辉等考古学家与主创面对面拆解核心命题：从“重瓣花朵”理论如何诠释文明格局，到二里头、石峁等遗址的断代争议，再到“古国”“王朝”的划分标准，以通俗易懂的语言解析专业概念，直面创作中的争议与取舍，还原了学术观点从碰撞到共识的全过程。创作手记则解锁了更多鲜为人知的幕后细节：如何从海量的考古报告中提炼叙事线索，从简牍残片中挖掘普通人的故事，从相似的器物纹样里捕捉远距离文明交流的痕迹；小到一枚玉饰的纹路、一件陶器的器形，大到古城的布局、祭祀的流程，均以考古实证为依据，力求还原历史本真。

据悉，纪录片《何以中国》的另一部衍生作品——儿童历史绘本《图说何以中国》也在积极筹备中，预计于2026年上海书展期间与读者见面。绘本由上海广播电视台与中国中福会出版社联合策划，主要面向4—9岁儿童，旨在通过图文并茂的叙事方式，为小读者构建“文明起源”的阅读框架，推动考古成果与青少年教育的深度融合。



晨报记者 曾索狄