

# 7. 平安時代(1)

平安时期(1)



I

◆奈良時代の後半には、貴族と僧侶が対立するようになり、政治が混乱しました。

◆そこで、桓武天皇は794年に都を京都に移しました。この都を平安京と言います。

II

◆平安時代には、貴族の藤原氏が勢力を持ちました。

◆藤原氏は娘を天皇と結婚させ、男の子が生まれると天皇にしました。そして、自分が摂政や関白という役について、天皇の代わりに政治を行いました。

◆到了奈良时代后期，贵族和僧侣之间发生了激烈的对立，政治局面混乱。

◆于是当政的“桓武天皇”于794年将国都迁到了京都。这个京都被称作“平安京”。

◆到了平安时期，叫做“藤原氏”的贵族势力逐渐强大起来。

◆藤原氏将女儿嫁给天皇，生出的男孩就可以成为日后的天皇。而藤原氏自己则获取到“摄政”和“关白”等官职，代替天皇执政。

794年～1185年

天皇、貴族、武士へと政治の力が変化する時代

公元794年至1185年

是政治权利在天皇、贵族和武士之间激烈变化的历史时期



III



IV

◆ 9世紀の末になると、中国の政治が乱れたので、遣唐使を廃止しました。その後、日本独自の文化が発達しました。

◆ 漢字から、ひらがながつくられました。  
源氏物語や枕草子など、優れた文学作品がたくさん生まれました。

◆ 到了9世纪末，中国国内发生政治动乱，日本则停止了向中国派出遣唐使。自此日本开始发展起自己独自的文化。

◆ 文字也开始从汉字发展出了平假名。产生了《源氏物语》和《枕草子》等优秀的文学作品。

◆ 10世紀の半ばになると、政治が乱れ、地方で反乱が起こりました。世の中が不安定になりました。

◆ 都の貴族たちは不安な気持ちが大きくなり、死後に極楽浄土に生まれ変わることを阿弥陀如来に祈りました[浄土信仰]。

◆ 到了10世纪中叶，政治更加混乱，地方上时有战乱发生。时代变得动荡不安。

◆ 住在京都的贵族们更是心神不安。于是，为了求得死后可以轮回转生到极乐世界，兴起了祷告阿弥陀佛的“净土信仰”。

# 8. 平安時代(2)

平安时期(2)



I

◆10世紀になると、地方では、豪族たちが土地の開墾を行い、自分の農地[私有地]を広げました。

◆豪族たちは自分の農地を守るために、武力を持ち、武士という身分になりました。やがて、家来をまとめて、武士団をつくるようになりました。

II

◆地方の武士たちは、農業をしながら、戦いに備えて、馬や弓の技術を身につけました。また、天皇や貴族の家来として都の警備の仕事をする武士もいました。

◆全国の武士たちは、やがて源氏と平氏という大きな二つの武士団にまとまっていきました。

◆进入10世纪以后，地方上的土豪劣绅（豪族）竭力开垦土地，以扩张自己的领地（私有地）。

◆土豪劣绅们为了守卫自己的领地，开始拿起武器，成为拥有武力的“武士”。并渐渐地组织起家丁（家来）形成了武士团。

◆各地方的武士们一边从事农业劳作，一边进行骑马射箭等备战训练。同时从属于天皇及贵族的家丁们则成为了负责国都警备的武士集团。

◆经过一段时期后，全国的武士们逐渐分化为“源氏”和“平氏”两大（武士团）阵营。

ねん ねん  
794年～1185年

てんのう きぞく ぶし せいじ ちから へんか じだい  
天皇、貴族、武士へと政治の力が変化する時代

公元794年至1185年

是政治权利在天皇、贵族和武士之间激烈变化的历史时期



III

◆12世紀の半ばに、都で天皇の一族や貴族たちの権力争いが起こりました。実際の戦いでは、源氏と平氏の武士たちが活躍しました。

◆京都で起こった二度目の戦いの時に、平氏は源氏を倒し、大きな力を持ちました。

◆12世纪中期的国都内，天皇家族和贵族们之间发生了权力之争。在争权夺利的战争中，源氏和平氏两大集团的武士们发挥了主要作用。

◆在京都展开的第二场大战中平氏战胜了源氏，从而势力得到了极大的强化。

IV

◆1167年、平清盛が、武士として初めて太政大臣（政治組織のトップ）になりました。平氏の一族が政治を独占しました。

◆多くの人々が平氏の政治に不満を持ちました。平清盛が亡くなった後、源氏が平氏を滅ぼしました。

◆1167年，平清盛成为作为武士的首位太政大臣（即政治集团的领导层）。平氏一族独揽了国家的政治大权。

◆民众对于平氏所推行的政治不满越来越大。所以当平清盛本人死后，平氏就被源氏武士打得落花流水，从此衰败下来。

8

# 9. 鎌倉時代(1)

鎌倉时期(1)



◆平氏を滅ぼした後、源氏のリーダーである

源頼朝は、神奈川県かながわけんの鎌倉かまくらに鎌倉幕府かまくらぼくふを開き、征夷大將軍せいいたいしょうぐん(武士のトップ)になりました。

◆幕府の家来になった武士たちを御家人ごけにんと言

います。御家人は、将軍への忠誠ちゅうせいを誓う代わりに、自分の領地りょうちの権利けんりを守ってもらいました。

◆在消灭了平氏之后，源氏一族的领袖源頼朝在现在的神奈川县鎌倉建立了鎌倉幕府，自己封为征夷大將軍（即武士的最高级别）。

◆成为了幕府家丁的武士被称作“御家人”。他们用向将军宣誓效忠换来了自己的领地得到将军保护的权力。

◆頼朝は幕府の家来を守護しゅご(治安を守る人)や

地頭じとう(農園を管理する人)という役職やくしやくにつけて全国ぜんこくに派遣はけんしました。そして幕府の勢力ぼくふを広げました。

◆頼朝が武士たちの力ちからを将軍の元もとにまとめたことで、武士たちの立場たちばは強くなりました。幕府は京都の朝廷きょうとや貴族きぞくに対抗する勢力せいりよくを持つようになりました。

◆頼朝将幕府的家丁安排到“守护”（即维护治安的人）和“地头”（即管理农庄的人）等职位并派往全国各地。就这样，幕府的势力得以壮大。

◆由于頼朝将武士的力量集中到了将军的手里，使武士的地位得到巩固与加强。幕府的势力逐渐变得可以和在京都的朝廷及贵族抗衡的程度。

1185年～1333年

幕府ができて、武士による政治が確立する時代

公元1185年至1333年

是幕府成立，确立了由武士掌握政权的历史时期



III

◆頼朝が亡くなると、幕府の中で有力な御家人同士が対立が起こり、3代将軍が暗殺されるなど、幕府の政治が混乱しました。

◆やがて北条氏(頼朝の妻政子の一族)が力を強め、政治の実権を握りました。

◆当頼朝去世后，幕府中势力强大的御家人之间就发生了抗争。随着第三代将军的被暗杀，幕府的政治局势变得混乱起来。

◆最终北条氏(頼朝的妻子政子家族)势力得到扩张，终于掌握了政治的实权。

IV

◆京都の後鳥羽上皇は、頼朝が死んだ後の幕府の混乱を見て、朝廷に力を取り戻すために戦いを起こしました[承久の乱]。

◆幕府軍は北条氏を中心にまとまり、後鳥羽上皇の軍を破りました。この後、幕府の力は強まり、武士の法律[御成敗式目]をつくりました。

◆当时京都的后鸟羽上皇鉴于頼朝去世后幕府的混乱局面，为了将权力收回到朝廷手中发动了战争(史称“承久之乱”)。

◆然而幕府军以北条氏为中心团结一致战胜了后鸟羽上皇的官军。从此幕府的势力进一步强化，甚至制定了武士的专门法律(御成败式目)。

# 10. 鎌倉時代(2)

鎌倉时期 (2)



◆13世紀の初め、モンゴル民族がユーラシア大陸の東西にまたがる大帝国[モンゴル帝国]をつくりました。

◆5代目の支配者フビライハンは、都を大都(現在の北京)に定め、国の名前を元としました。その後、朝鮮半島を支配し、日本にも従うように要求しました。

◆公元13世纪初叶，蒙古民族建立了横跨欧亚大陆的巨大帝国（即蒙古帝国）。

◆第五代大汗忽必烈建立了元朝定都现在的北京称“大都”。其势力支配范围扩展到朝鲜半岛，随即向日本提出了要其甘当从属国的要求。

◆幕府が元の要求を拒否したので、元は日本に攻めてきました[元寇]。元軍は優れた武器や戦い方で日本を苦しめましたが、暴風雨のため引き上げました。

◆数年後、元軍は再び攻めてきましたが、このときも暴風雨にあい、上陸できませんでした。

◆幕府拒绝了元朝的要求后，元朝即向日本发动了进攻（史称“元寇”）。元军凭借精良的武器和高超的战术给幕府军造成了巨大的伤亡，但由于暴风雨的恶劣天气不得不撤退返航。

◆数年后元军再次发动进攻，同样由于暴风雨的影响未能登陆。

1185年～1333年

幕府ができて、武士による政治が確立する時代

公元1185年至1333年

是幕府成立，确立了由武士掌握政权的历史时期



III

◆元との戦いは、御家人たちの大きな負担となりましたが、幕府は十分なほうびを出すことができませんでした。

◆生活が苦しい御家人が増え、北条氏への反感が強まりました。幕府に従わない武士団も増えました。

◆和元軍の作战给御家人造成了巨大的损失，但幕府并没有给予他们足够的奖赏。

◆随着苦于生活的御家人数量的增加，对北条氏反感程度不断被强化。不服从幕府指使的武士团也不断增加。



IV

◆武士の力が大きくなると、力強く、わかりやすい文化が生まれ、金剛力士などの彫刻がつけられました。源氏と平氏の戦いを描いた

平家物語も民衆の間に広まりました。

◆この頃、親鸞や日蓮などの僧により、仏教の教えが、武士や民衆に、わかりやすく伝えられました。

◆随着武士势力的扩张，诞生出很多充满力度简明易懂的文化艺术。具有代表性的金剛力士像等雕刻艺术产生。描写源氏和平氏之争的《平家物语》也在民间广泛流传起来。

◆也是在此时，以亲鸞和日莲为代表的名僧将佛教用通俗易懂的形式向武士和民众广为宣传。

10

# 11. 室町時代(1)

室町时期(1)



I

◆<sup>げんこう</sup>元寇<sup>あと</sup>の後、<sup>ほうじょうし</sup>北条氏<sup>しはい</sup>の支配<sup>よわ</sup>が弱まったので、  
 ◆<sup>ごだいごてんのう</sup>後醍醐天皇<sup>ぼくふ</sup>は、幕府<sup>たお</sup>を倒すチャンス<sup>かんが</sup>と考<sup>かんが</sup>えまし  
 た。

◆<sup>ごだいごてんのう</sup>後醍醐天皇<sup>ぼくふ</sup>は、幕府<sup>したが</sup>に従<sup>ぶし</sup>わない<sup>ゆうりよく</sup>武士や、有力  
 な御家人<sup>ごけいん</sup>たち<sup>あしかがたかうじ</sup>(足利尊氏<sup>みかた</sup>など)を味方<sup>みかた</sup>にして、  
<sup>かまくらぼくふ</sup>鎌倉幕府<sup>たお</sup>を倒しました。

II

◆<sup>ごだいごてんのう</sup>後醍醐天皇<sup>てんのうちゅうしん</sup>は、天皇中心<sup>せいじ</sup>の政治<sup>おこな</sup>を行いまし  
 た[<sup>けんむ</sup>建武<sup>しんせい</sup>の新政]。しかし、武士<sup>ぶし</sup>よりも貴族<sup>きぞく</sup>を重ん  
 じたので、武士<sup>ぶし</sup>たちの不<sup>ふまん</sup>満<sup>たか</sup>が高まりました。

◆そこで、<sup>あしかがたかうじ</sup>足利尊氏<sup>ぶしちゅうしん</sup>は、武士中心<sup>せいじ</sup>の政治<sup>おこな</sup>を行  
 うと、再<sup>ふたた</sup>び<sup>たたか</sup>戦<sup>お</sup>いを起<sup>おこ</sup>しました。<sup>ごだいごてんのう</sup>後醍醐天皇<sup>ならけん</sup>は  
 奈良<sup>よしの</sup>の吉野<sup>に</sup>に逃げました。

◆在平息了元寇入侵之后，由于北条氏<sup>ほうじょうし</sup>的支配<sup>しはい</sup>实力<sup>じきり</sup>被<sup>よわ</sup>削弱<sup>よわ</sup>，  
 后醍醐天皇<sup>ごだいごてんのう</sup>认为<sup>かんが</sup>得到了<sup>かんが</sup>铲除<sup>たお</sup>幕府<sup>ぼくふ</sup>的<sup>きん</sup>机会<sup>きん</sup>。

◆后醍醐天皇<sup>ごだいごてんのう</sup>拉拢<sup>らうろう</sup>了<sup>あつか</sup>与<sup>あつか</sup>幕府<sup>ぼくふ</sup>不和<sup>ふわ</sup>的<sup>あつか</sup>武士<sup>ぶし</sup>和<sup>あつか</sup>力量<sup>りきりょう</sup>雄厚<sup>ぶちやう</sup>的<sup>あつか</sup>御家人<sup>ごけいん</sup>  
 (如<sup>ごと</sup>足利尊氏<sup>あしかがたかうじ</sup>等<sup>ら</sup>)，<sup>あつか</sup>联合<sup>あつか</sup>起来<sup>あつか</sup>共同<sup>あつか</sup>推翻<sup>たお</sup>了<sup>あつか</sup>镰仓幕府<sup>かまくらぼくふ</sup>。

◆后醍醐天皇<sup>ごだいごてんのう</sup>建立了<sup>たて</sup>以<sup>あつか</sup>天皇<sup>てんこう</sup>为中心<sup>ちゅうしん</sup>的政治<sup>せいじ</sup>体制<sup>たいせい</sup>(称为<sup>よ</sup>“建武<sup>けんむ</sup>  
 新政<sup>しんせい</sup>”)。但是<sup>た</sup>因为<sup>よ</sup>这一<sup>こゝろ</sup>政权<sup>せいけん</sup>轻<sup>かろ</sup>武士<sup>ぶし</sup>重<sup>おも</sup>贵族<sup>きぞく</sup>，<sup>よ</sup>引起了<sup>よ</sup>武士<sup>ぶし</sup>们的<sup>ふまん</sup>  
 不<sup>ふまん</sup>满<sup>たか</sup>。

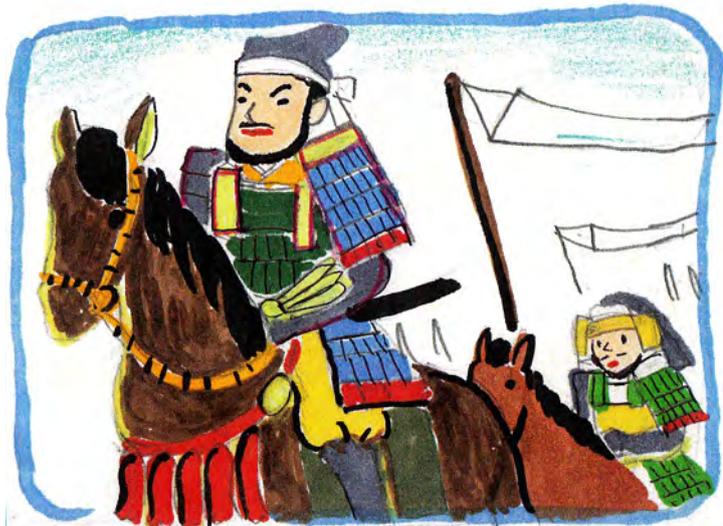
◆于是<sup>よ</sup>足利尊氏<sup>あしかがたかうじ</sup>为了<sup>ため</sup>建立<sup>たて</sup>以<sup>あつか</sup>武士<sup>ぶし</sup>为中心<sup>ちゅうしん</sup>的政治<sup>せいじ</sup>体制<sup>たいせい</sup>再次<sup>ふたたび</sup>  
 发动<sup>はたら</sup>了<sup>おこ</sup>战争<sup>せん</sup>。后醍醐天皇<sup>ごだいごてんのう</sup>被迫<sup>あつか</sup>逃离<sup>あつか</sup>到了<sup>あつか</sup>奈良<sup>なら</sup>的<sup>よしの</sup>吉野<sup>に</sup>地区<sup>ちく</sup>。

1334年～1573年

領地をめぐる戦いに明け暮れる時代

公元1334年至1573年

是为了争夺领地频频发生战争的历史时期



III

IV

◆<sup>あしかがたかうじ</sup>足利尊氏は<sup>きょうと</sup>京都に<sup>べつ</sup>別の<sup>てんのう</sup>天皇を立て、  
<sup>せいいたいしやうぐん</sup>征夷大將軍になり、<sup>むろまちぼくふ</sup>室町幕府を開きました。<sup>なら</sup>奈良  
 と<sup>きょうと</sup>京都に、<sup>ふたり</sup>二人の<sup>てんのう</sup>天皇がいる<sup>じだい</sup>時代[<sup>なんぼくちやうじだい</sup>南北朝時代]  
 になりました。

◆<sup>なんぼくちやう</sup>南北朝の<sup>せんらん</sup>戦乱は<sup>ねんちか</sup>60年近く<sup>つづ</sup>続きました。<sup>かくち</sup>各地の  
<sup>しゅご</sup>守護は<sup>りやうち</sup>領地を<sup>うば</sup>奪い<sup>あ</sup>合い、<sup>しゅごだいみやう</sup>守護大名と呼ばれるよ  
 うになりました。

◆足利尊氏在京都另立天皇，自封征夷大將軍，建立了室町幕府。于是出现在了奈良和京都同时有两个天皇在位的时代（称为南北朝时代）。

◆南北朝的战乱持续了将近60年。因为各地方的守护互相争夺领地，后来人们称他们为“守护大名”。

◆<sup>むろまちぼくふ</sup>室町幕府の<sup>だいしやうぐん</sup>3代將軍の<sup>あしかがよしみつ</sup>足利義満の<sup>とき</sup>時に  
<sup>なんぼくちやう</sup>南北朝が<sup>とういつ</sup>統一されました。<sup>せんらん</sup>戦乱は<sup>ぼくふ</sup>おさまり、幕府  
 の<sup>ちから</sup>力は<sup>つよ</sup>強まりました。

◆<sup>ちゆうごく</sup>中国では<sup>げん</sup>元の<sup>ちから</sup>力が<sup>よわ</sup>弱くなり、<sup>みん</sup>明という<sup>くに</sup>国が  
 できました。<sup>よしみつ</sup>義満は<sup>みん</sup>明との<sup>ぼうえき</sup>貿易[<sup>にちみんぼうえき</sup>日明貿易]を  
<sup>せっきよくてき</sup>積極的に<sup>すす</sup>進め、<sup>おお</sup>大きな<sup>とみ</sup>富を<sup>え</sup>得ました。

◆到室町幕府第三代将军足利义满的时候南北朝得到了统一。战乱平息，幕府的势力得到巩固。

◆同一时期的中国元朝衰败，建立了明朝统治。义满积极推行与明朝的贸易往来（称为“日明贸易”），从而积累了大量的财富。

# 12. 室町時代 (2)

室町时期 (2)



I

◆8代将軍義政だいしやうぐんよしまさの時に、将軍家の跡継ぎ問題ときをめぐり、有力な守護大名同士しやうぐんけの争あどついが起こりまもんだいした。

◆この争あらそいは多くの守護大名にも広おおがりまししゅごだいみやうた。京ひろ都は11年間にわたって戦場せんじやうになり、荒れあ果きはててしまいました。**[応仁の乱]**おうにん らん

◆到了第八代将军义政时期，围绕将军氏族的后继承问题，各强大的守护大名之间发生了激烈的争斗。

◆这一争斗又扩散到很多守护大名之间，致使京都变成了持续11年之久的战场（称为“应仁之乱”）。民不聊生、百废待兴。

II

◆応仁おうにんの乱らんをきっかけにして、将軍しやうぐんの力ちからは弱よわまり、全国ぜんこくの大名だいまやうは領地りやうちを奪うばい合うようになりあました。

◆身分みぶんにかかわらず、力ちからのある者ものが支配者しはいしやとなる下克上げこくじやうの時代じだいとなりました。およそ100年ねんかん間、戦乱せんらんの時代じだいが続きつづきました**[战国時代]**せんごくじだい。

◆以应仁之乱为契机，将军的势力被削弱衰败，全国的大名互相争夺领地。

◆无论身份地位的高低，拥有实力即可成为统治者。出现了一个“下克上”的时代。这种战乱状况持续了大约一百年，被称为“战国时期”。



III

◆ 戦国時代に各地を支配したのは**戦国大名**です。戦国大名は、戦いに備えて、城をつくり、強い軍隊を持ち、領地の産業を盛んにしました。

◆ 農村では、農民が自分たちの生活を守るために、村ごとに団結して大名に抵抗するようになりました。

◆ 战国时代在各地处于支配地位的是**战国大名**。战国大名们为了备战，在其领地筑城堡、强军队、兴产业。

◆ 而在农村，农民们为了保卫自己的家园，以村为单位组织起来抵抗大名的侵犯。



IV

◆ 室町時代には、簡素で気品のある**武士**の文化が発展しました。3代将軍**義満**は**金閣寺**を、8代将軍**義政**は**銀閣寺**をつくりました。

◆ **茶の湯**、**書院造**（和室）、**水墨画**、**庭づくり**など、現代の生活につながる文化が生まれました。また**民衆**の**芸能**から**能**や**狂言**が生まれました。

◆ 室町时期以简朴高贵为特点的**武士**文化得到发展。第三代将军**义满**修建了**金阁寺**，第八代将军**义政**修建了**银阁寺**。

◆ 与现代生活紧密相关的**茶汤**文化、**书院式**建筑（和室）、**水墨画**以及**庭院**建筑都产生于这一时期。同时产生于大众文艺的“**能**”和“**狂言**”也已形成。

# 13. 安土桃山時代

安土桃山时期



I

II

◆1543年、ポルトガル人ねんを乗せた中国じんの船のが鹿兒島県ちゅうごくの種子島ふねに流れ着き、鉄砲かごしまけんが伝えられたねがしまました。戦国大名ながは鉄砲つに注目てっぽうしました。つた

◆その後、ヨーロッパ人ごが日本じんに来るようになり、キリスト教にほんやヨーロッパの文化くなどを伝えきょうました。ぶんか

◆織田信長おだのぶながは、愛知県あいちけんの小さい大名ちいでしたが、有力な戦国大名だいまようを次々と倒し、全国統一ぜんこくとういつへの道みちを進めました。すす

◆信長のぶながはヨーロッパとの貿易ぼうえきを積極的せっきよくてきに行おこない、新しい政治あたらしを進めました。しかし、全国統一ぜんこくとういつの直前ちよくぜんに、家来の明智光秀けらいに殺あけちみつひでされました。ころ

◆公元1543年，载有葡萄牙人的中国船队漂流到了鹿儿岛县的种子岛，将洋枪传到了日本。洋枪立即受到了战国大名的青睐。

◆这之后随着欧洲人源源的来到，基督教和欧洲文明也被传播到日本。

◆出身于爱知县名不见经传的大名织田信长逐一战胜了实力强大的战国大名，在实现全国统一的道路上勇猛前进。

◆信长积极促进和欧洲的贸易交往，推行新的政治体制。但就在即将实现全国统一的前夕，由于被部下明智光秀出卖遭到杀害。



III

◆家来の豊臣秀吉が信長の後を継ぎ、戦いにより全国を統一しました。大阪に巨大な城をつくり、朝廷から関白に任命されました。

◆農民から米(年貢)をとるために、全国の農地を測量しました。また、農民の刀を取り上げ、武士の身分と分けました。

◆部下丰臣秀吉继承了信长的地位，经过战争终于统一了全国。他在大阪修建了巨大的城堡并被朝廷任命为“关白”，获得极高的地位。

◆为了从农民那里征收被称为“年贡”的大米，在全国进行农田丈量。同时没收了农民的刀枪，用以和武士区别身份。



IV

◆秀吉は、日本を統一した後、中国(明)を征服しようと考え、まず朝鮮を攻めました。朝鮮の人々は、力を合わせて日本軍と戦いました。

◆秀吉が病死すると、日本軍は引き上げましたが、この戦いは、朝鮮に大きな被害を与えました。また、豊臣氏の力が弱まる原因ともなりました。

◆实现了统一日本的秀吉开始考虑征服明朝，首先发动了对朝鲜的进攻。朝鲜民众同心协力展开了和丰臣军的抵抗战斗。

◆秀吉病逝后日本撤回了军队，但是这次战争给朝鲜造成了巨大的损失。同时也成为了削弱丰臣氏实力的原因。