

中国

ZHONGGUO FEIWUZH
WENHUA YICHAN
XIAOXUESHENG DUBEN

非物质文化遗产

INTANGIBLE · 小学生读本 (高年段)
CULTURAL HERITAGE

马知遥 · 主编

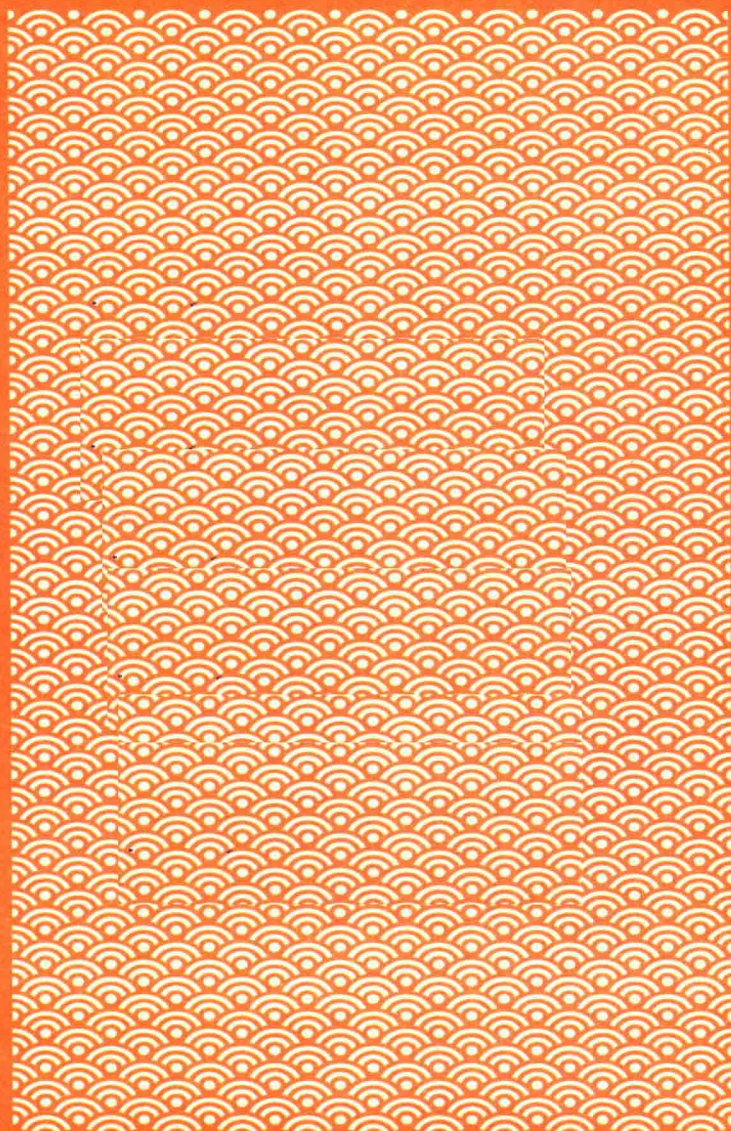


山东城市出版传媒集团 · 济南出版社

中国非物质文化遗产

CHINA'S INTANGIBLE · 小学生读本(高年段)
CULTURAL HERITAGE

主编：马知遥



山东城市出版传媒集团·济南出版社

© 马知遥 2018

图书在版编目 (CIP) 数据

中国非物质文化遗产. 小学生读本. 高年段 / 马知遥主编. — 济南: 济南出版社, 2018.9

ISBN 978-7-5488-3369-7

I. ①中… II. ①马… III. ①非物质文化遗产—中国—少年读物
IV. ①G122-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2018)第161938号

出 版 人: 崔 刚

图书策划: 李 岩

责任编辑: 张 岚 蓝双秀 刘雅稚 姜 山

封面设计: 张 金

内页插图: 王愉宁

出版发行: 济南出版社

地 址: 济南市市中区二环南路1号(250002)

邮 箱: 147635684@qq.com

印 刷 者: 济南新先锋彩印有限公司

经 销 者: 各地新华书店

成品尺寸: 170 mm × 240 mm 16开

印 张: 9.75

字 数: 140千字

印 数: 1—10000册

出版时间: 2018年9月第1版

印刷时间: 2018年9月第1次印刷

书 号: ISBN 978-7-5488-3369-7

定 价: 39.00元

(版权所有 侵权必究)

非遗

ZHONGGUO FEIWUZH
WENHUA YICHAN
XIAOXUESHENG DUBEN

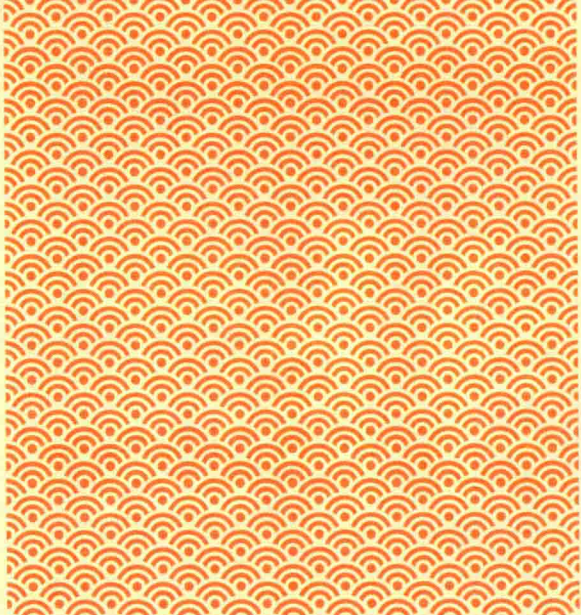
主 编：马知遥

副主编：刘垚瑶 姜向阳

编 委：张士闪 王加华 李永平 冯玉雷 张玉坤 张加万

耿 涵 耿 羽 曹铁娃 周雅琴 王明月 刘旭旭

刘智英 刘 佳 马延孝 况哲宇



PREFACE

序

非遗保护 从娃娃抓起

中国的非物质文化遗产（以下简称“非遗”）保护在全国范围内推行，目前已经收到了良好的效果。“国家 + 省 + 市 + 县”四级保护体系的建立，为更多的非遗项目提供了保护屏障。但是，我们所做的这些仍然不够。要让孩子们从小就知道，中国有哪些优秀的非遗项目被联合国教科文组织列入人类非物质文化遗产代表作名录，因为它们是国之瑰宝，几乎代表了中国非遗的最高水平，所以，我们编写这样一套书，通过图文并茂的方式向孩子们介绍非遗，让他们从非遗中了解，哪些是我们国家非常宝贵的、被全世界公认的传统文化代表；哪些传统文化在我们的日常生活中还在继承和发展；哪些传统文化曾濒临灭绝但经过抢救和保护目前已经获得改观……

传统文化的概念，听上去高深莫测。但是，在这套书里，我们试图用通俗易懂的语言，讲自己的故事、自己的文化，把深刻的内涵用浅显的语言讲出来，让孩子们懂得传统节日背后的历史底蕴和文化内涵；懂得书法、剪纸、热贡艺术、珠算等非遗项目的悠久历史和独特魅力。

INTANGIBLE CULTURAL HERITAGE

可能对孩子们来说，有些非遗项目是完全陌生的，理解起来会有难度。因此，我们针对不同年龄段的孩子，采用了不同的编写体例，并将小学生读本分为低年段（针对1~3年级）、高年段（针对4~6年级）两册。

对于1~3年级的孩子，我们尽可能多地挑选我国入选联合国教科文组织人类非物质文化遗产代表作名录的项目进行介绍，通过对话和故事等方式，并配以大量图片、音频、视频，让孩子们更好地认识这些非遗项目。

对于4~6年级的孩子，我们从传统音乐、传统戏剧、传统手工技艺、传统医药四个大类讲述非遗项目。这些内容的难度更大，专业性也更强。因此，在这些项目的介绍上我们尽可能做到语言简练易懂，将核心内容通过“文字+图片”的方式直观地呈现给孩子们。所有这些努力，都是为了让孩子们在学习了解非遗、喜欢非遗、珍惜非遗。

非遗保护从娃娃抓起，还有一个重要的目的，那就是从小帮助其树立保护和传承意识。我们期待更多的孩子通过对非遗的学习，加入到非遗保护和传承的队伍中来，这对中国乃至全世界的非遗保护都具有深远和重大的意义。

孩子们，你们准备好了吗？

马知遥

2018年7月28日于天津大学

目录

第一章 传统音乐

第一节	古琴艺术	3
第二节	西安鼓乐	10
第三节	南音	16
第四节	花儿	23
第五节	蒙古族长调民歌	28
第六节	中国蒙古族呼麦	35

第二章 传统戏剧

第一节	昆曲	43
第二节	京剧	48
第三节	粤剧	56
第四节	藏戏	62
第五节	皮影戏	69
第六节	茂腔	76



第三章 传统手工技艺

第一节	宣纸传统制作技艺·····	83
第二节	中国传统桑蚕丝织技艺·····	89
第三节	龙泉青瓷传统烧制技艺·····	95
第四节	风筝制作技艺·····	101
第五节	中国活字印刷术·····	107
第六节	黎族传统纺织刺绣技艺·····	113

第四章 传统医药

第一节	中医诊法·····	121
第二节	中医针灸·····	126
第三节	同仁堂中医药文化·····	131
第四节	中医养生·····	137
第五节	传统中医药文化·····	142

非遗

FEIYI

ZHONGGUO FEIWUZH
WENHUA YICHAN
XIAOXUESHENG
DUBEN



第一章

DIYIZHANG

传统音乐



认识传统音乐



同学们，你们知道什么是传统音乐吗？传统音乐有哪些特征和价值？在我国的传统音乐中，又有哪些音乐种类被联合国教科文组织列入人类非物质文化遗产代表作名录了呢？

传统音乐是一定音乐思想特殊本质的集中体现，是音乐思想意识的结晶。它绵延几千年，包含诸多审美品格。主要可分为两大类——民间歌曲和民间器乐，有下面几个特征：

1. 口头性。传统音乐是通过人们的口耳相传而流传的。
2. 集体性。传统音乐的集体性分两种情况，一种是指最初由一个人创作，在流传的过程中，被众人不断修改、完善和丰富；另一种是指在集体场合中许多人一起即兴创作。传统音乐是集体智慧和才能的荟萃，同时往往不知道作者的名字。
3. 传承性。传统音乐作品或音乐形式产生后，在一定的地域或特定的人群中一代一代地传承下去，逐步被人们所接受、所习惯。
4. 流变性。传统音乐在传唱的过程中，很难保证每个人唱的歌词、曲调都一模一样，多多少少会有一些改变。另外，在流传的过程中，也会被人多地加入新元素，发生变化。

当然，并不是所有的传统音乐都是非物质文化遗产。在我国的传统音乐中，被联合国教科文组织列入人类非物质文化遗产代表作名录的分别是：蒙古族长调民歌（中国、蒙古联合申报）、新疆维吾尔木卡姆艺术、古琴艺术、西安鼓乐、南音、中国蒙古族呼麦、侗族大歌和花儿。

古琴艺术



1977年，美国“旅行者号”航天飞船携带一张唱片成功进入太空，这张唱片上一共收录了27首最能代表人类文明的音乐，其中一首是来自中国的古琴曲——《流水》。为什么美国航天员将我国的古琴曲带到太空去呢？关于古琴又有哪些故事呢？接下来，就让我们一起去了解一下吧。



在遥远的上古时期，华夏民族的始祖、三皇之首的伏羲掌管着人间的一切。他发明创造了八卦，教会人们渔猎，结束了“结绳记事”的历史，是一位很厉害的王。

相传，有一天，伏羲看到两只又大又美丽的鸟落在一棵梧桐树上。不一会儿，成百上千只鸟都从远处飞来，它们围住这两只大鸟，并冲这两只大鸟一直叫，场面很是壮观。伏羲感到非常好奇，掌管树木的木神告诉他，这两只大鸟，雄鸟叫“凤”，雌鸟叫“凰”。它们的羽毛是彩色的，闪闪发光，比其他任何鸟的羽毛都要漂亮。木神还说：“这对凤

凰是天地间最有灵气的鸟，被称为‘百鸟之王’。它们栖息的这棵梧桐树，汇集了天地日月的灵气，如果用这棵树的木头做成乐器，上千年都不会腐烂。”

善于发明创造的伏羲听后，马上来了灵感。他叫人砍下那棵梧桐树，根据自己的想象，做成了可以弹奏的乐器，又根据那天百鸟朝着凤凰鸣叫的壮丽景观，谱写了一首叫作《驾辩》的乐曲。一天，天宫里的天神聚会，伏羲带着新做好的乐器在宴会中弹奏他谱写的曲子，天神们都被这乐器的声音和动听的乐曲打动。这个乐器便是我们今天要说的古琴。

相传，古琴至少有三千年的历史，它出现的时间比琵琶、古筝、笛子等乐器出现的时间还要早，可以说，是中国最古老的民间乐器之一。

在古代，古琴深受人们的重视。古代的文人将“琴、棋、书、画”看作是一个有知识、有文化、有修养的人应当掌握的四项基本技能。排在第一位的“琴”就是古琴。也就是说，会弹古琴位列四项基本技能之首。

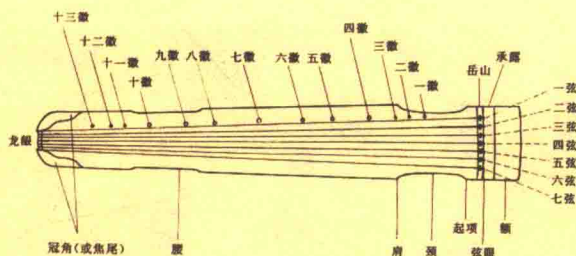
2008年，古琴艺术被联合国教科文组织列入人类非物质文化遗产代表作名录。



二 非遗课堂

1. 古琴的构成

古琴主要由琴身、琴弦、琴徽等部件组成。大家可以通过看下面这张图，直观了解古琴的构成。



古琴正面结构图

古琴一般长约三尺六寸五（约 120 厘米），象征一年 365 天；琴头宽约六寸（约 20 厘米），象征六合，也就是上下和东西南北四方；琴尾宽约四寸（约 13 厘米），象征春夏秋冬。整体形状与凤身相应（也可说与人身相应），有头、颈、肩、腰等。

相传，古琴最初由舜定为五弦，内合五行之金、木、水、火、土，外合五音之宫、商、角、徵、羽。后来周文王增加一弦，为文弦；周武王又增加一弦，为武弦，最终演变为七弦古琴。

古琴前广后狭，象征尊卑之别。宫、商、角、徵、羽五根弦象征君、臣、民、事、物五种古代社会等级。后来增加的第六、七根弦象征君臣之合恩。一弦外侧有十三个“小圆点”，就是徽，其中十二徽象征十二个月，而居最大的徽代表君，象征闰月。

古琴是一种崇尚自然的设计，也代表了古人对天人合一思想的理解。

2. 古琴的制作材料

古琴的琴体分为“琴面”和“琴底”两部分。琴面的材料一般选用桐

木和杉木，因为这两种木头比较松软，但不容易变形，而且可以使琴发出很好听的声音。琴底的材料一般选用梓木和楠木，因为这两种木材比较坚硬，可以保证琴底坚硬牢固。

古琴的琴弦不宜太硬，否则会伤到手指；但又不宜太软，太软会影响弹奏效果，容易断裂。所以古人一般用蚕丝做琴弦。古琴一共有七根琴弦，这七根弦粗细各不相同，一般是从一弦到七弦，依次由粗变细。琴弦合成后还要在外面再加一层丝，使后成形的弦更加坚韧，弹出来的声音更加美妙动听。



古人做琴为什么这么下功夫呢？因为古人把琴看作是“圣人之物”，即不是一般人可以拥有的乐器，所以做工十分讲究，工序精细复杂。这是古人对琴的尊重，也是他们对自己所向往的艺术的一种追求。

3. 古琴的弹奏与音色

古琴有很多种不同的弹奏方法，可以弹出三种不同的音色，即散音、泛音和按音。简单来说，散音是只用右手拨动琴弦发出来的声音；泛音是左右两手合作发出的声音；按音是借助琴面上的“徽”，左右手合作发出的声音。这三种声音，泛音飘逸、空灵，被称为天声；散音深远、



浑厚，被称为地声；按音细腻、柔润，极似人的吟唱，又称人声。它们合在一起，互相补充，互相辉映，相得益彰，非常美妙。

4. 古琴名曲

古人给我们留下了很多有名的古琴曲。这些名曲背后的传说故事也很有趣。例如，著名的思想家、教育家孔子在山谷间散步的时候，看见一株美丽的兰花开在一丛杂草中，联想到自己得不到重用的境遇，不由得心生感叹，创作出了古琴曲《幽兰》，以此表达怀才不遇的心境；唐代的古琴名家颜师古看到在寒风中盛开的梅花，心生感慨，将笛曲《梅花三弄》改编成了古琴曲；等等。

当然，大家最耳熟能详的便是前面提到的被带去太空的古琴名曲《流水》，这首名曲源自一个歌颂朋友之间友情的故事——高山流水遇知音。同学们可以扫描右边的二维码，欣赏一下这首名曲。



扫描二维码
欣赏音乐

三 非遗明星

高培芬，山东诸城人，师承诸城派古琴艺术家张育瑾、王凤襄先生。现为山东古琴社社长、山东省民族管弦乐学会古琴专业委员会会长、中国琴会常务理事、中国艺术研究院昆剧古琴研究会理事、中国古琴学会常务理事。2017年，入选第五批国家级非物质文化遗产代表性项目代表性传承人推荐名单。



左为高培芬

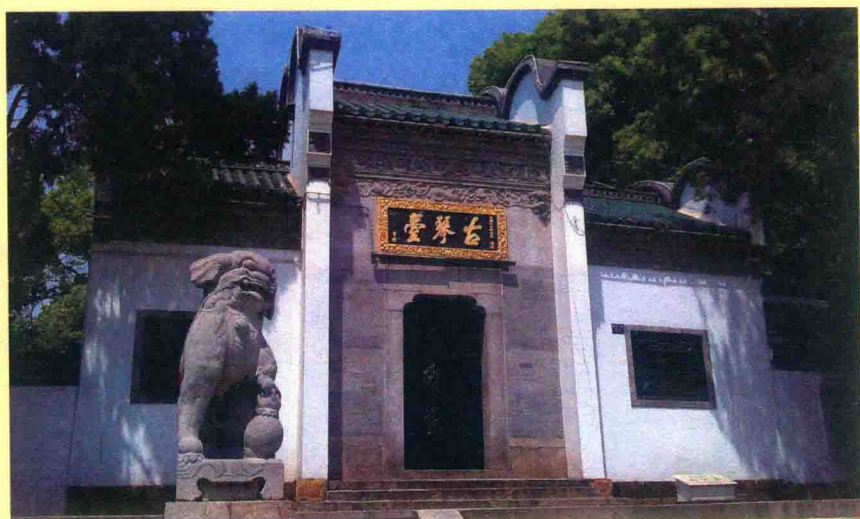
四 非遗链接

高山流水遇知音

相传，春秋战国时晋国上大夫俞伯牙有一天在山谷林间游览时，天上突然下起了大雨，便赶忙在山谷中寻找避雨的地方。这时他正好看到一个山洞，便跑进去避雨。俞伯牙想着这雨还得下好久，便拿出随身携带的古琴开始弹奏起来。他弹着弹着便投入到琴曲当中，演奏得出神入化，仿佛进入了另一个世界。这时，突然有人说话：“您弹得真好！听着这首琴曲，仿佛眼前有一座雄伟高大的山脉。”俞伯牙抬头一看，是个上山砍柴的樵夫。俞伯牙起初没有把樵夫的话当回事，接着弹琴。不一会儿，樵夫又说道：“听这琴曲，仿佛看到了奔腾不息的江河。”

这时，樵夫的话引起了俞伯牙的注意。因为眼前并无高山，也没有江河，而是自己内心中想象的景物，没想到这樵夫竟然听得懂。俞伯牙立刻停止弹奏，询问樵夫的名字，樵夫说他叫钟子期。俞伯牙不禁感慨：于天地间听到我琴声的人是那么多，唯独这钟子期听得懂我内心的声音。于是，俞伯牙便和钟子期结为好友，并相约第二年的这一天再来此处相见。谁知，俞伯牙第二年再来山谷中时，得到的却是钟子期生病去世的消息，他顿时心中悲痛万分，感慨这世间唯一懂得自己琴音的知己已经不在。于是，他在悲痛之中砸掉了手中的古琴。从此，伯牙与子期“高山流水遇知音”的故事便广为流传，成为美谈。

去过湖北省武汉市游玩的同学可能知道，在武汉有一处名胜古迹叫古琴台，这个地方据说就是当年俞伯牙摔琴的地方。



五 非遗实践

北京故宫博物院里收藏了四十六张珍贵古琴，如果同学们对古琴感兴趣，可以跟家人去一睹其风采。