

傳

承

◆ 杨海涛 编著

中华优秀传统文化
青年读本



非外借

百花洲文艺出版社
BAIHUAZHOU LITERATURE AND ART PRESS

传承

◆ 杨海涛 编著

中华优秀传统文化
青年读本



百花洲文艺出版社
BAIHUAZHOU LITERATURE AND ART PRESS

图书在版编目(CIP)数据

传承：中华优秀传统文化青年读本 / 杨海涛编著. -- 南昌：百花洲文艺出版社，
2018.5

ISBN 978-7-5500-2802-9

I. ①传… II. ①杨… III. ①中华文化-青年读物 IV. ①K203-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2018)第072737号

传 承

杨海涛 编著

出 版 人	姚雪雪
责任编辑	余 荏
书籍装帧	方 方
制 作	周璐敏
出版发行	百花洲文艺出版社
社 址	南昌市红谷滩新区世贸路898号博能中心A座20楼
邮 编	330038
经 销	全国新华书店
印 刷	江西千叶彩印有限公司
开 本	710mm×1000mm 1/16 印张 16
版 次	2018年6月第1版第1次印刷
字 数	250千字
书 号	ISBN 978-7-5500-2802-9
定 价	40.00元

赣版权登字 05-2018-179

版权所有，侵权必究

邮购联系 0791-86895108

网 址 <http://www.bhzwy.com>

图书若有印装错误，影响阅读，可向承印厂联系调换。

本书撰写顾问（排名不分先后）

衷敬华 毛本其 栾一民 扶名福 陈必荣

本书编委会成员（以姓氏笔画为序）

杨建芝 邱敏蓉 邹晓冬 张 越 余 茫

林一山 姚雪雪 胡 诚 桂小敏

序

黎隆武(中共江西省委宣传部副部长)

适逢仲春,杨海涛先生托人给我送来一部书稿《传承——中华优秀传统文化青年读本》。

饶有兴致地翻了翻,很快就被打动。书稿关于传承中华优秀传统文化的题材不可谓不重大,海涛先生信手拈来,却写得简朴生动有趣味。翻着翻着便不忍释手,竟会心一笑。

中华优秀传统文化博大精深,中华民族上下五千年历史所积淀的思想和文化习俗,是中国人的精神养分,是植根于中国人血液中的文化基因,是中华民族屹立于世界之林的魂魄!正是中华民族优秀传统文化生生不息的传承,铸就了中华民族灿烂辉煌的文明史,在世界文明史发展进程中写下了浓墨重彩的一笔!

文化,历来都是一个国家最重要的软实力,是一个国家和民族发展壮大的根基!历史一遍遍地告诉我们,国家的发展,民族的振兴,说到底,就是文化的发展与振兴!

习近平总书记在十九大报告中指出,“文化兴国运兴,文化强民族强。没有高度的文化自信,没有文化的繁荣兴盛,就没有中华民族伟大复兴。”坚定文化自信,做好中华优秀传统文化的传播、振兴、发展与传承的工作,让中国

的青少年更多地在本土优秀传统文化中浸润、成长，是我们这一代人责无旁贷的使命。

在传承中华优秀传统文化方兴未艾之时，我很高兴地看到了海涛先生所著的这本书。书稿面向广大青年学生群体，通过思想之源、地理地名、礼制礼仪、节日节气、姓名称谓、民俗饮食、汉语汉字、文学艺术等11个方面的110个话题，普及性地传播了大量中华优秀传统文化知识。比如告诉广大青年人，不要光去忙着当圣诞老人，中国有自己非常可爱的“春节老人”；比如告诫年轻的男男女女，交杯酒是不能乱喝的，因为古人喝了交杯酒就等于入洞房；比如有趣地设想，假设没有中国古代的四大发明，现在的世界可能是一个什么样子；比如提醒年轻人，宋朝的GDP，占全世界GDP总量的2/3，唐朝的长安，已经是一座150万人的国际大都市，而同时期的伦敦和巴黎，都只有1万人！诸如此类，不一而足。

这本书不光内容好，写法也很风趣，话语体系活泼、生动，以故事性很强的叙述方式，精心而鲜活地解构每一个话题，读来一点都不枯燥，可以带给阅读者很好的阅读体验。我此前曾经创作出版了畅销书《千古悲摧帝王侯——海昏侯刘贺的前世今生》，并因此而开展了150余场海昏侯专题文化讲座，深知一部作品适宜读者阅读的重要价值。海涛先生用这样的风格与青年人谈论传统文化，增加了阅读的兴趣，我必须要为这本书点个大大的赞。

文化自信必须立足于创造性转化、创新型发展。近些年主流媒体开发的《舌尖上的中国》《中国诗词大会》《鉴宝》《经典咏流传》等著名节目，都是很好的文化创新，让广大群众在生动活泼的欣赏中受到了中华优秀传统文化的熏陶和教育，润物细无声，这样的普及传播效果最好。海涛先生的这本书也是文化创新的生动实践。

海涛先生自小酷爱中医和《易经》，对优秀传统文化有着自己独特的研究视角，大学毕业后又从事了20多年大学生思想政治教育工作，在多年工作实践的基础上，深感青年学生需要中华优秀传统文化的普及性读物，但市场上却没有很合适的。于是，海涛就索性自己动起手来——这是非常宝贵的精神！他写出的这本《传承——中华优秀传统文化青年读本》值得读一读！

也祝贺百花洲文艺出版社独具慧眼，出版了这么一本好书，相信这本书将给江西的主题出版活动增添精彩靓丽的一笔！

是为序。



2018年4月18日

前 言

做中华优秀传统文化的坚定传播者

本人在高校从事学生工作23年,因天生愚钝,故不敢怠慢,常潜心调研,一线实践,以问题为导向,分析不同时期的学生需求,研究学生工作队伍的成长与发展。初心不变,一心只想为现在的学生和从事学生工作的同仁做点实事。

十八大以来,以习近平同志为核心的党中央集体,十分重视青年工作,多次在重要场合发表专题讲话,一方面强调弘扬中华优秀传统文化是强国之路,另一方面阐述继承和发扬中华优秀传统文化要从青少年学生抓起。这些话语和指示,点燃了我创作本书的初心与勇气。自2015年底,我开始执笔,并寻访多位文化名人以寻根解惑,积累考证,终于2017年底完成本书稿,付梓。

中华民族上下五千年文明史,积累了丰富的优秀传统文化。在大力发展新时代中国特色社会主义的今天,加强中华优秀传统文化的教育和传承,对于引导青少年更加全面准确地认识中华民族的历史传统、文化积淀和基本国情,坚定走中国特色社会主义道路、实现中华民族伟大复兴中国梦的理想信念,具有重大而深远的历史意义。

作此书,仅有三点目的:一是培养青少年爱文化、学文化的兴趣,从而传承中华优秀传统文化;二是为一线从事学生工作的辅导员制作一本关于优秀传统

文化的工具书,可教可查;三是为高校学生工作教育管理的创新抛砖引玉,以激发更多的教师创作更多、更好、更接地气的精神食粮。

中华文化博大精深,笔者仅从一位爱好者、学习者的角度,进行探求式的阐述,并以趣味性的话语方式引入,加上故事性强的链接,以列问题、解答问题的方式,构架出一本生动鲜活、极接地气的文化“工具书”,以求青年读者们能兴趣盎然地接受,比如告诉我们的青年学生,不光有圣诞老人,中国更有春节老人;比如让青年学子们了解,学一些《诗经》上的句子,对于个人素养和情感指导大有好处……

诚挚感谢江西省委宣传部、江西省教育厅、共青团江西省委、江西科技学院相关领导的关心,感谢南昌市易学研究会、江西烛光文化、百花洲文艺出版社等单位的大力支持,感谢诸位专家、学者、老师们的提点与帮助,才使得本书顺利面世。

因本人才疏学浅,书中有不当之处,敬请批评指正。

杨海涛
2018年春



南宋·陈容 《九龙图卷》

少年中国说 清·梁启超

少年智则国智，少年富则国富；少年强则国强，少年独立则国独立；少年自由则国自由；少年进步则国进步；少年胜于欧洲，则国胜于欧洲；少年雄于地球，则国雄于地球。

红日初升，其道大光。河出伏流，一泻汪洋。潜龙腾渊，鳞爪飞扬。乳虎啸谷，百兽震惶。鹰隼试翼，风尘翕张。奇花初胎，矞矞皇皇。干将发硎，有作其芒。天戴其苍，地履其黄。纵有千古，横有八荒。前途似海，来日方长。美哉我少年中国，与天不老！壮哉我中国少年，与国无疆！

目 录

第一编 思想之源

华夏民族的由来 / 002

三皇五帝到如今 / 004

和，中华思想的精髓 / 006

《易经》，国人崇尚的群经之首 / 008

道，根植于血液中的中华理想 / 010

儒，中华传统文化的主流思想 / 012

佛教，外来的和尚念了好经 / 014

龙，中国人的精神图腾 / 016

格物致知王阳明 / 018

第二编 地理地名

《山海经》的很多记载是真的 / 022

辉煌灿烂的古都 / 024

“江”，就是指长江 / 026

“河”，就是指黄河 / 028

云梦泽，好大一个湖 / 030

百越，并不野蛮的“南蛮” / 032

景德镇，一座以皇帝年号命名的城市 / 034

但使龙城飞将在 / 036

兰陵美酒郁金香，兰陵在哪里？ / 038

名满天下的朔方节度使 / 040

徐福到底有没有东渡？ / 042

第三编 礼制礼仪

祭祀，中华传统的最重要礼制 / 046

鼎，无法承受的社稷之重 / 048

门钉的讲究 / 050

三宫六院七十二嫔妃 / 052

“文东武西” / 054

总督巡抚有多大 / 056

“七品县令” / 058

座次——极为讲究的座位排序 / 060

丁忧——当居丧变成一项法律义务 / 062

娶媳妇为什么要抬轿子？ / 064

不能乱喝的交杯酒 / 066

冠冕堂皇 / 068

第四编 节日节气

“节”，一开始指的是节气 / 072

聊一聊子丑寅卯，甲乙丙丁 / 074

古代的元旦是哪天？ / 076

压岁钱是在压什么？ / 078

端午节绝不是韩国人创造的 / 080

七夕，中国人的情人节 / 082

团圆赏月过中秋 / 084

重阳登高话长寿 / 086

一个时辰是一个小时吗？ / 088

第五编 姓名称谓

您贵姓? / 092

这些大姓祖上都当过皇帝吗? / 094

家谱凝结的中华血缘 / 096

辈分字的玄妙 / 098

如果我姓李, 又是陇西堂 / 100

陆游 务观 放翁 / 102

古代的“太公”, 其实指父亲 / 104

你爱说的“老公”“老婆”其实不好听 / 106

古人繁多的称呼方式 / 108

谦称和敬称 / 110

第六编 民俗饮食

从抛绣球到抛花 / 114

人人都喜爱的财神爷 / 116

相声是绝对草根的民间艺术 / 118

贴春联, 多么喜气的事儿 / 120

古代可以随便送玉器吗? / 122

中国古代的棋指的是什么棋? / 124

古代酒和现代酒的度数一样吗? / 126

古人一天吃几顿饭? / 128

皇帝的菜单 / 130

饺子馄饨本是一家 / 132

“脍炙人口”起初是吃货的最爱 / 134

豆腐始于炼丹 / 136

茶，中国人的独特饮料 / 138

筷子是双很快的棍子 / 140

第七编 汉语汉字

从仓颉造字到甲骨文 / 144

为什么叫汉字，而不叫唐字宋字？ / 146

亚洲应用最广泛的文字——汉字 / 148

这本书，解答了汉字的所有问题 / 150

近现代汉语字典的雏形——《康熙字典》 / 152

雕版印刷：古代的“互联网” / 154

书法是世界上一门独特的艺术 / 156

《兰亭集序》的真迹在哪里？ / 158

第八编 文学艺术

《诗经》是部什么书 / 162

“离骚”两个字应该怎么解读？ / 164

有音乐节奏般的短文——辞赋 / 166

唐诗，汉语诗歌的巅峰 / 168

什么是满江红？什么是水调歌头？ / 170

元曲，源自胡曲的通俗文艺 / 172

小说，一开始并不入流 / 174

南昌的湾里原来这么重要 / 176

二胡真的来源于胡地吗？ / 178

为什么京剧成了国剧？ / 180

博大精深的中国戏曲 / 182

中国画始祖是谁 / 184

《清明上河图》与清明节有关系吗? / 186

第九编 科技教育

科举制度是中国的伟大贡献 / 190

最早的博士、教授其实是官职 / 192

学校，最早是学习祭祀礼仪的场所 / 194

书院趣话 / 196

功在千秋都江堰 / 198

辉耀千秋的四大发明 / 200

划时代的青铜铸造技术 / 202

鲁班，中国古代的马斯克 / 204

牙刷是中国人发明的 / 206

“驷马难追”和古代马车 / 208

第十编 建筑医学

长城，中华民族的图腾 / 212

多姿多彩的古桥 / 214

徽派建筑画出一个江南水乡 / 216

苏州园林甲天下 / 218

救人一命胜造七级浮屠 / 220

中国功夫蜚声海外 / 222

大名鼎鼎的蒙汗药 / 224

《黄帝内经》，中华医学的奠基之作 / 226

第十一编 新的时代

一带一路，新时代的丝绸之路 / 230

孝顺，百善之首 / 232

诚信，一个人的社会图章 / 234

努力，才可能登上梦想的山顶 / 236

自信，中国人的精神之本 / 238

文明的发展，永远离不开优秀传统文化的力量 / 240

第一编

思想之源