

中华复兴之光
美好民风习俗

梁新宇 主编

千秋龙凤图腾

中华民族传统的良风美俗丰富多彩，主要表现在节庆、家庭、生活、吉祥等方面，是中国悠久灿烂文化的重要组成部分，是人们幸福美好生活的集中体现。



实现中华民族伟大复兴，就是中华民族近代以来最伟大的梦想
感受博大中华文明 走上伟大复兴之路

汕头大学出版社

中华复兴之光
美好民风习俗

千秋龙凤图腾

梁新宇 主编



汕头大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

千秋龙凤图腾 / 梁新宇主编. — 汕头 : 汕头大学出版社, 2017. 1 (2017. 4重印)

(美好民风习俗)

ISBN 978-7-5658-2829-4

I. ①千… II. ①梁… III. ①图腾—文化—中国

IV. ①B933

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第293453号

千秋龙凤图腾

QIANQIU LONGFENG TUTENG

主 编: 梁新宇

责任编辑: 邹 峰

责任技编: 黄东生

封面设计: 大华文苑

出版发行: 汕头大学出版社

广东省汕头市大学路243号汕头大学校园内 邮政编码: 515063

电 话: 0754-82904613

印 刷: 北京中振源印务有限公司

开 本: 690mm×960mm 1/16

印 张: 8

字 数: 98千字

版 次: 2017年1月第1版

印 次: 2017年4月第2次印刷

定 价: 29.90元

ISBN 978-7-5658-2829-4

发行/广州发行中心 通讯邮购地址/广州市越秀区水荫路56号3栋9A室 邮政编码/510075

电话/020-37613848 传真/020-37637050

版权所有, 翻版必究

如发现印装质量问题, 请与承印厂联系退换



前言

党的十八大报告指出：“把生态文明建设放在突出地位，融入经济建设、政治建设、文化建设、社会建设各方面和全过程，努力建设美丽中国，实现中华民族永续发展。”

可见，美丽中国，是环境之美、时代之美、生活之美、社会之美、百姓之美的总和。生态文明与美丽中国紧密相连，建设美丽中国，其核心就是要按照生态文明要求，通过生态、经济、政治、文化以及社会建设，实现生态良好、经济繁荣、政治和谐以及人民幸福。

悠久的中华文明历史，从来就蕴含着深刻的发展智慧，其中一个重要特征就是强调人与自然的和谐统一，就是把人类看作自然世界的和谐组成部分。在新的时期，我们提出尊重自然、顺应自然、保护自然，这是对中华文明的大力弘扬，我们要用勤劳智慧的双手建设美丽中国，实现我们民族永续发展的中国梦。

因此，美丽中国不仅表现在江山如此多娇方面，更表现在丰富的大美文化内涵方面。中华大地孕育了中华文化，中华文化是中华大地之魂，二者完美地结合，铸就了真正的美丽中国。中华文化源远流长，滚滚黄河、滔滔长江，是最直接的源头。这两大文化浪涛经过千百年冲刷洗礼和不断交流、融合以及沉淀，最终形成了求同存异、兼收并蓄的最辉煌最灿烂的中华文明。

五千年来，薪火相传，一脉相承，伟大的中华文化是世界上唯一绵延不绝而从没中断的古老文化，并始终充满了生机与活力，其根本的原因在于具有强大的包容性和广博性，并充分展现了顽强的生命力和神奇的文化奇观。中华文化的力量，已经深深熔铸到我们的生命力、创造力和凝聚力中，是我们民族的基因。中华民族的精神，也已深深植根于绵延数千年的优秀传统文化之中，是我们的根和魂。

中国文化博大精深，是中华各族人民五千年来创造、传承下来的物质文明和精神文明的总和，其内容包罗万象，浩若星汉，具有很强文化纵深，蕴含丰富宝藏。传承和弘扬优秀民族传统文化，保护民族文化遗产，建设更加优秀的新的中华文化，这是建设美丽中国的根本。

总之，要建设美丽的中国，实现中华文化伟大复兴，首先要站在传统文化前沿，薪火相传，一脉相承，宏扬和发展五千年来优秀的、光明的、先进的、科学的、文明的和自豪的文化，融合古今中外一切文化精华，构建具有中国特色的现代民族文化，向世界和未来展示中华民族的文化力量、文化价值与文化风采，让美丽中国更加辉煌出彩。

为此，在有关部门和专家指导下，我们收集整理了大量古今资料 and 最新研究成果，特别编撰了本套大型丛书。主要包括万里锦绣河山、悠久文明历史、独特地域风采、深厚建筑古蕴、名胜古迹奇观、珍贵物宝天华、博大精深汉语、千秋辉煌美术、绝美歌舞戏剧、淳朴民风习俗等，充分显示了美丽中国的中华民族厚重文化底蕴和强大民族凝聚力，具有极强系统性、广博性和规模性。

本套丛书唯美展现，美不胜收，语言通俗，图文并茂，形象直观，古风古雅，具有很强可读性、欣赏性和知识性，能够让广大读者全面感受到美丽中国丰富内涵的方方面面，能够增强民族自尊心和文化自豪感，并能很好继承和弘扬中华文化，创造未来中国特色的先进民族文化，引领中华民族走向伟大复兴，实现建设美丽中国的伟大梦想。

目录

中华神龙

人文初祖与神龙的交融 002

皇帝龙袍上的龙图案 015

三大九龙壁的神奇传说 020

源远流长的龙文化内涵 032



舞龙习俗

042 舞龙习俗的起源与传说

052 我国舞龙传统的发展

062 丰富多彩的舞龙习俗

079 舞龙种类的发展与演变





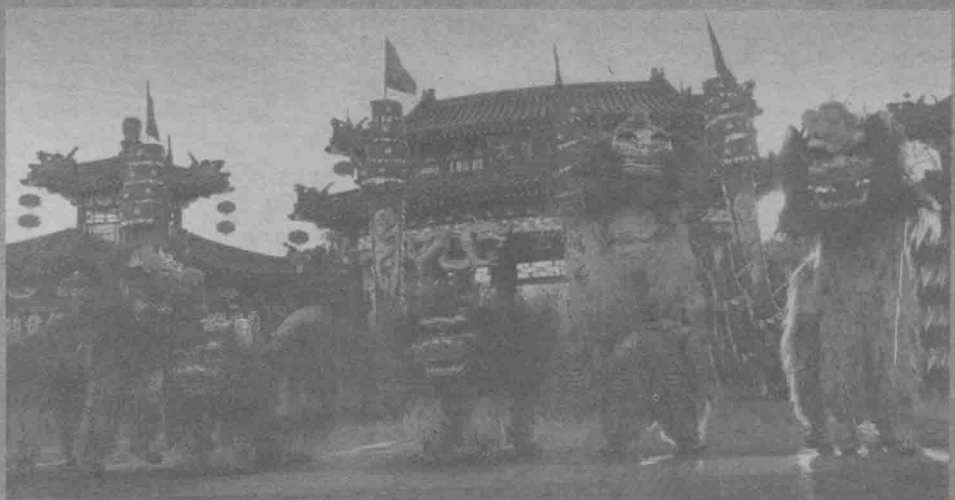
凤凰传说

090 代表和平与希望的凤凰

098 《凤求凰》的美好姻缘

105 龙凤呈祥的起源与发展

118 龙和凤的互补和对应





中华神龙

龙是古代传说中的一种神异动物，能大能小，能升能隐，具有兴云吐雾、隐介藏形，飞腾太空、潜伏波涛之能，它与白虎、朱雀、玄武并称四神兽。龙是华夏民族的图腾，中华民族的象征，龙文化上下几千年，源远流长，对龙的崇拜深深地印在了炎黄子孙的骨血里。

中华民族自称龙的传人，我国古代帝王也自称为真龙天子以示威严。龙文化蕴涵着我国人民自古重视天人合一的宇宙观、阴阳交合的发展观和兼容并包的多元文化观，具有深刻的文化内涵。

人文初祖与神龙的交融

相传在四五千年前，我国南方的水乡泽国有一个以龙为图腾的百越族，他们在每年的农历五月初五，都要举行龙舟竞渡，以祭“龙”。在祭祀过程中，人们用“五彩丝系臂”，并断发文身，以显



示自己是龙子的身份。

百越族图腾的龙到底是什么样的动物呢？在神话传说中，龙是一种神异的动物。它的长相奇特，很像各种动物的大集合。

龙的身体修长，体表像蛇一样有鳞片，它的角像鹿一样，耳朵像牛，嘴上有两条像虾一样的须，也有又大又凸的圆眼睛，还拥有长得像老鹰一样的爪子，老虎一般的脚掌，背上有鱼鳍，嘴里含有一颗珠子。



宋代罗愿作的训诂书《尔雅翼》中曾这样形容龙的外貌说：

龙者鳞虫之长。王符言其形有九似：头似牛，角似鹿，眼似虾，耳似象，项似蛇，腹似蛇，鳞似鱼，爪似凤，掌似虎，是也。其背有八十一鳞，具九九阳数。其声如戛铜盘。口旁有须髯，颌下有明珠，喉下有逆鳞。头上有博山，又名尺木，龙无尺木不能升天。呵气成云，既能变水，又能变火。

龙的这种融合了许多动物的奇异长相，并没有影响人们对它的喜



爱，君主帝王对龙的心仪更甚，几乎把一切都与龙联系起来。

比如，皇帝生气称为“龙颜大怒”，皇帝高兴就叫“龙心大悦”，皇帝生病就叫“龙体抱恙”，皇帝的子孙是“龙子龙孙”，所有的皇帝也都会自称为“真龙天子”。

同时，皇宫中的一切器物、服饰、用具上都打上了龙的印记，如“龙袍”、“龙袞”、“龙冠”、“龙座”、“龙床”、“龙辇”、“龙舟”和“龙船”等。

皇宫中最重要的装饰就是龙纹和龙雕、龙塑，如柱、脊、檐、梁、栏杆、藻井等无不布满龙纹，仅故宫的太和殿

内外各种龙饰、龙雕等各种形式的龙就有1.38万条。

为什么古代君王会如此狂热地喜爱龙呢？这还要从我国的“五帝”之首，被尊为中华“人文初祖”的轩辕黄帝开始说起。

传说轩辕是少典与附宝之子，本姓公孙，因有土德之瑞，故号黄帝。黄帝以统一华夏部落与征服东夷、九黎族而统一中华的伟绩载入史册。黄帝在位期间，播百谷草木，大力发展生产，始制衣冠、建舟车、制音律、创医学等，是中华文明的奠基者。

黄帝的诞辰是农历三月初三，我国自古就有“二月二，龙抬头；三月三，生轩辕”的说法。黄帝刚出生之时的外貌就被称为“龙颜有圣德”。

在黄帝还未统一天下时，曾与九黎族部落首领蚩尤开战。蚩尤发动了他铜头铁额、个个本领非凡的兄弟们，又召集了山林水泽间的魍魎魍魎等鬼怪，摆出了毒雾阵，把黄帝的军队围困起来了。

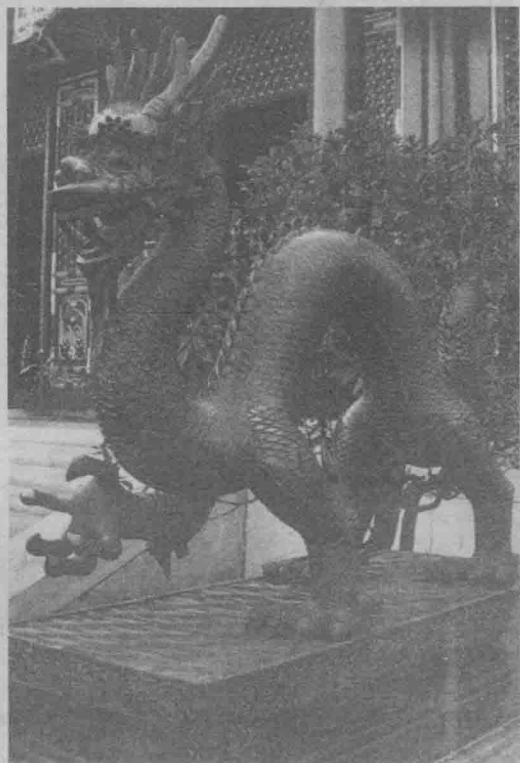
黄帝驾着谋臣风后发明的指南车，指挥军队冲出毒雾阵。蚩尤又派魍魎魍魎去作战，黄帝则叫兵士们用牛角军号吹出龙的声音，吓跑了这些鬼怪。

黄帝的手下有个叫应龙的，是龙的一种。我国古代杂传类著录《述异记》记载：“龙五百年为角龙，千年为应龙”，应龙就是修行了千年的龙。

应龙在黄帝与蚩尤的对战中发挥了很大作用，它能呼风唤雨，帮助黄帝打败了蚩尤而立下大功。我国先秦重要古籍《山海经·大荒北经》记载说：

蚩尤作兵伐黄帝。
黄帝乃令应龙攻之冀州之
野。应龙蓄水。

我国第一部纪传体通史《史记·五帝本纪》记载说：“黄帝使应龙杀蚩尤于凶黎之谷。”传说应龙立下战功后，由于消耗能量过大无力振翅飞回天庭，就悄然去了南方休养，蛰居在山泽里，因此南方





总是雨水多又潮湿。

黄帝统一天下后，有一天晚上，他梦见有两条龙从黄河中出来，持一幅白图献给他。黄帝不解，就去询问天老。天老高兴地回答说：“这是天赐的祥瑞，河图洛书要出的前兆啊！”于是，黄帝便与天老等人游于河洛之间，沉璧于河中，杀三牲斋戒。

最初，河中一连3天大雾。之后，又是七天七夜的大雨，接着就有黄龙捧图自河而出，黄帝连忙跪接过来。只见图上五色毕具，白图蓝叶朱文，正是河图洛书。

黄帝知道黄龙必定是来传送上天旨意的，但是他不解河图洛书之意，就开始巡游天下，封禅泰山，寻访高人。他听说有个叫广成子的仙人在崆峒山，就前去向他请教。

广成子指点黄帝说：“自你治理天下后，云气不聚而雨，草木不

枯则凋。日月光辉，越发的缺失，而佞人之心得以成道，哪里值得我和你谈论至道呢？”

黄帝回来后，就自建了一个小屋，里边置上一张席子，一个人在那里反省了3个月。而后又到广成子那里去问道。当时广成子头朝南躺着，黄帝就跪着膝行到他跟前，问他如何才得长生。

广成子这时坐起身说：“这下才算是问对了！”接着，他就告诉至道之精要。广成子的话，被记载在古籍《自然经》中：

至道之精，窈窈冥冥，至道之极，昏昏默默。无视无听，抱神以静。形将自正，必静必清；无劳汝形，无摇汝精，方可长生。目无所见，耳无所闻，心无所知，如此，神形合一，方可长生。





这段话的中心意思是说：“道”是看不见、摸不着的客观规律，所以对外界瞬息万变、五光十色、影响身心健康的事物，千万不能执着，应该一切按客观规律而行，顺其自然，达到内心“必清必静”的程度，自然就可以健康长寿。

黄帝向广成子问道后，又登王屋山，得取丹经。并向玄女、素女询问修道养生之法。而后，回到缙云堂修炼。

根据《史记·封禅书》的记载：黄帝采来首山铜，在荆山下铸九鼎。鼎刚刚铸成，突然间就风云变色，万籁俱静，一条龙从云层中现身，飞向了黄帝。这条巨龙的眼睛像是一块硕大的墨玉，长啸声如狂风怒吼，遍布鱼鳞的躯体上闪烁着金光，长长的龙须轻轻飘动。

人们都惊呆了。这时，这条巨龙飞降到了地面上，温和地对黄帝说：“你已经明白了河图洛书的寓意，也使中华文明进了一大步，玉帝十分欣慰，因此派我来接你升天，去觐见玉帝，让你功德圆满。”

黄帝一听，点了点头，就跨上龙背，并且对群臣说：“玉帝要召见我了，你们多保重，再会了。”

大臣和百姓们都十分舍不得黄帝，希望追随他，都说：“请让我们追随您去吧！”然后爬上了龙背。

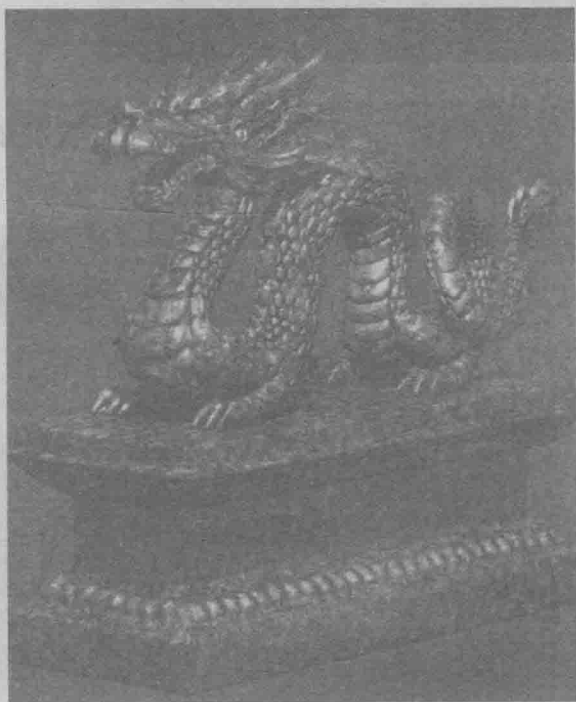
巨龙眨眨眼，一言不发地扭动着身躯，把那些人都摔了下来。又有人用力抓住了长长的、闪着银光的龙须。巨龙仍然没有理会，快速飞上天空，一下子就消失在云雾中了。

大家这时才明白，并不是任何人都有资格骑上龙背的，只有像黄帝那样尊贵、仁义，有大功德的人才能与龙并驾齐驱。由此，龙就成了皇帝君王的专属神物了。

随龙而去的黄帝也舍不得自己的子民们，他把平日不离身的弓扔下了凡间。就这样，人们只能靠黄帝的弓来怀念他。

后来，为了纪念这件事，人们就把当时铸造宝鼎的湖称为鼎湖，那把弓称为乌号。因为黄帝乘龙而去，不再归来，后人们也把帝王的去世称为“龙去鼎湖”。

我国的另一位华夏始祖炎帝也和龙有着很深的渊源。我国专述帝王世系的史书《帝王世纪》上就记载说：





神农氏母曰任姒，有
蟠氏之女，名女登。为少典
妃。游于华阳，有神龙首感
女登于常羊，生炎帝。

炎帝的母亲是在见到龙之后
生下了炎帝，这个说法在东汉
王符所著的点评时事的《潜夫
论·五德志》中也有记载：

有神龙首出常羊，感
任姒，生赤帝魁隗。身号炎
帝，世号神农，代伏羲氏。

这些说法，将炎帝的出生与龙联系在一起，即认为炎帝是一个
“龙种”，因此身份尊贵，注定要成为君王。后来，炎帝果然登临帝
位，又制耒耜，种五谷，立市廛，为人民造福。

民间传说炎帝生下来时就具有龙的容颜，他的母亲女登曾在宝鸡
姜水东岸的泉水中为炎帝洗澡，洗完澡后又骑上一条青龙，飞到蒙峪
石洞隐居去了。

随后，那眼泉水中出现了九条小龙，从此名为九龙泉。

据说，炎帝3岁时就曾拜见龙王，要求龙王施雨要均匀。在炎帝将
升天的时候，各处的龙王都争抢着要把炎帝的肉体埋在自己管辖的地
方。最后，湖南酃县的龙如愿以偿，并在炎陵山下洙水河边留下了龙