

中国 文化

大讲堂



双 色
图 文 版

文化大视野

知识大观园

刘凤珍◎主编

王羽◎编著

中国华侨出版社





中国文化



刘凤珍◎主编 王羽◎编著

大讲台
双 色
图 文 版

中國華僑出版社
北京

图书在版编目 (CIP) 数据

中国文化大讲堂 / 王羽编著 . — 北京 : 中国华侨出版社 , 2016.12
(中侨大讲堂 / 刘凤珍主编)

ISBN 978-7-5113-6540-8

I . ① 中… II . ① 王… III . ① 中华文化—通俗读物
IV . ① K203-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 292771 号

中国文化大讲堂

编 著 / 王 羽

出 版 人 / 刘凤珍

责任编辑 / 馨 宁

责任校对 / 王京燕

经 销 / 新华书店

开 本 / 787 毫米 × 1092 毫米 1/16 印张 / 24 字数 / 485 千字

印 刷 / 三河市华润印刷有限公司

版 次 / 2018 年 3 月第 1 版 2018 年 3 月第 1 次印刷

书 号 / ISBN 978-7-5113-6540-8

定 价 / 48.00 元

中国华侨出版社 北京市朝阳区静安里 26 号通成达大厦 3 层 邮编: 100028

法律顾问: 陈鹰律师事务所

编辑部: (010) 64443056 64443979

发行部: (010) 64443051 传真: (010) 64439708

网 址: www.oveaschin.com

E-mail: oveaschin@sina.com



文化是人类创造的所有物质财富和精神财富的总和。它既是人类社会在过去时间内的的发展进化成果，也是孕育人类辉煌未来的基础。正是文化的一脉相传才造就了人类社会源远流长的历史和光辉灿烂的文明。中国文化博大精深，作为炎黄子孙，学习和继承中华民族的文化遗产是义不容辞的责任。然而面对中国文化庞杂的知识体系，大多数的人都会感到力不从心，很难在短时间内掌握其底蕴及脉络。

如何才能在较短的时间内获得较多的信息，从而有效地掌握中国文化知识呢？为了帮助读者提高人文素养，增强对传统文化的认知，快速了解中国文化的精髓，编者对浩如烟海的中国传统文化史料进行了适当的取舍，选取了具有中国文化代表性的主题，推出了本书。全书分为文学、戏剧、音乐、舞蹈、茶文化、中医、养生、饮食等篇，深入浅出地介绍了中国文化的各个侧面，力求将中国文化的精神及内涵立体地呈现出来，为读者提供一个深入了解中国文化的平台。

本书在体例编排上注重各部分之间的内在联系和逻辑层次，脉络清晰，力图使各分卷的知识形成一个系统、科学的有机整体，方便读者学习和掌握。其中文学篇主要介绍了文学史上的重要人物、传世佳作、文学流派，以及各种各样的文学现象、文学思想和理论等。戏剧篇主要介绍了戏剧史上的重要戏剧形象、著名戏剧剧目、戏剧流派，以及具有代表性的地方戏曲等。音乐篇主要介绍了音乐的起源、音乐的发展和流变、音乐的类型和流派，以及具有代表性的音乐大家等。舞蹈篇主要介绍了舞蹈的雏形、舞蹈的类型和特点、舞蹈的发展和流变、历代名舞和舞蹈大家，以及丰富多彩的民间舞蹈等。茶文化篇主要介绍了茶的起源、制

茶方法、茶的外传、茶的分布、茶的功用、茶的种类、茶理茶道，以及茶文化与中国人精神生活的关系等。中医篇主要介绍了中医的起源和发展、中医理论和诊断方法、中药及其方剂、中医各学派、中华名医等。养生篇主要介绍了养生的基本原则、重要的养生理论、历代养生代表人物，以及养生方法等。饮食篇主要介绍了八大菜系、历代名菜、饮食礼仪等内容。深入浅出的文字配以 100 余幅包含多种文化元素的图片，图文相彰，给读者以强烈的视觉感受，不仅能让读者对中国文化有全面系统的认识，更能从中体味到中国文化的博大精深。

全新的视角、精练简洁的文字、科学的体例和创新的版式设计等多种元素有机结合，引领读者从一个崭新的层面去领略中国文化的精髓，让你一本书读通中国文化。通过阅读本书，读者不仅可以了解传统文化的渊源和丰富的内容，更可从中受到传统文化的熏陶，提高生活情趣和生活品质，并使博大精深的中国文化世代相传，大放异彩。





文学

文学的起源.....	2	公安派、竟陵派.....	18
宫廷文学.....	3	云间派、虞山诗派、娄东派、阳羨词 派、浙西词派、性灵派.....	19
先秦至汉时期的宫廷文学.....	3	文学批评.....	19
南北朝时期的宫廷文学.....	4	文学体裁之骈文.....	21
隋唐时期的宫廷文学.....	5	骈文之成形.....	22
五代及以后的宫廷文学.....	6	骈文之成熟.....	23
民间文学.....	8	骈文之鼎盛.....	23
《诗经》中的民间文学.....	8	骈文之律化.....	24
乐府诗中的民歌.....	9	“宋四六”.....	26
南北朝民歌.....	10	骈文之衰弱、复兴与衰亡.....	27
唐朝的民间文学.....	10	文学体裁之赋.....	28
元明清时期的民间文学.....	11	汉赋.....	29
少数民族文学.....	12	魏晋之抒情赋.....	31
文学理论.....	14	南北朝赋之流变.....	31
先秦时期的文学理论.....	14	唐宋赋之发展.....	32
汉代的文学理论.....	14	赋之式微.....	34
唐宋时期的文学理论.....	15	文学体裁之诗歌.....	34
明清时期的文学理论.....	16	诗“言志”.....	34
文学流派.....	16	《诗经》与《楚辞》.....	36
玄言诗派.....	16	两汉乐府诗与《古诗十九首》...	37
山水田园诗派和边塞诗派.....	17	两晋和南北朝诗歌.....	38
花间词派.....	17	唐朝诗歌.....	40
江西诗派、江湖诗派.....	17	两宋诗词.....	41
茶陵诗派、唐宋派、吴江派、临川派、		元明清诗歌.....	43

文学体裁之散文.....	44
历史散文.....	44
诸子散文.....	45
汉唐散文.....	47
宋、元、明、清散文.....	48
文学体裁之小说.....	50
小说的起源.....	50
志怪小说与志人小说.....	51
唐传奇.....	51
宋元话本小说.....	52
明代章回小说.....	53
清代小说.....	56
民国以后的小说.....	58

❀ 戏 剧 ❀

戏曲史略.....	60
从巫舞到元杂剧.....	60
戏曲的发展和完善.....	61
戏曲概论.....	62
戏曲的音乐性和舞蹈性.....	62
戏曲的程式化和假定性.....	63
戏曲文学.....	64
戏曲文学的美学特征.....	64
杂剧、南戏和传奇.....	65
戏曲音乐.....	67
戏曲是一种音乐的戏剧.....	67
唱腔与演唱.....	68
乐器伴奏.....	69
戏曲表演.....	69
唱.....	70
念.....	70
做.....	71
打.....	72
戏曲化妆.....	72
脸谱概述.....	73
生、旦、净、丑.....	74
戏曲服饰.....	75

戏曲头饰的分类.....	75
戏曲服装的分类.....	76
戏曲道具.....	77
戏曲道具的艺术特征.....	78
戏曲道具的艺术功用.....	79
京 剧.....	79
京剧的表演艺术.....	80
京剧的发展.....	81
昆 曲.....	82
昆曲的起源和发展.....	82
昆曲的艺术特征.....	83
戏班和演员.....	84
梆子腔.....	85
秦腔.....	85
豫剧.....	87
评 剧.....	88
评剧的形成与发展.....	88
评剧艺术家.....	89
评剧剧目.....	90
黄梅戏.....	90
黄梅戏的形成和发展.....	90
黄梅戏的艺术特征.....	91
越 剧.....	93
越剧概述.....	93
越剧流派.....	94
川 剧.....	95
川剧声腔及音乐.....	95
川剧中的特技.....	96
话 剧.....	97
话剧的舶来.....	97
话剧的发展和成熟.....	99
歌 剧.....	100
舞 剧.....	102
舞剧概述.....	102
中国舞剧艺术的发展及成就....	102
边缘剧种.....	104
哑剧.....	104

皮影戏	104
木偶戏	105
 音 乐 	
音乐的起源	108
音乐源于劳动说	108
音乐源于自然说	109
音乐源于个人创作说	109
宫廷音乐	110
民间音乐	111
民间歌曲	112
说唱音乐	113
民间器乐	113
文人音乐	113
宗教音乐	115
中国佛教音乐	116
道教音乐	116
少数民族音乐	118
维吾尔族的情歌和赛乃姆、木卡姆	118
蒙古族的牧歌和安代舞	118
朝鲜族的抒情谣和长鼓舞	119
藏族的酒歌、箭歌和堆谐、囊玛	119
名家荟萃	120
乐器纵览	122
吹管乐器	123
打击乐器	124
弹拨乐器	124
拉弦乐器	125
音乐机构	125
音乐与戏曲	127
戏曲音乐的结构体式	127
戏曲的声腔系统	128
音乐与舞蹈	128
秧歌	129
花灯	130
龙舞	130

唐代歌舞大曲	130
音乐与文学	131
音乐与风俗	133
漫谈古琴文化	135
琴的构造	135
琴与哲学	135
琴与文人	136
名琴传说	137
婉转动人的古筝	138
筝的起源	138
哀筝之音	139
古筝的流派	139
古老的钟鼓文化	140
地位和权力的象征——钟	141
亦雅亦俗的鼓	141
佛教和道教中的钟鼓文化	142
现代中国音乐	142
摇滚音乐	145
一无所有	145
新长征路上的摇滚	146
无地自容	146
漫步音乐节	147
北京国际音乐节	147
迷笛音乐节	147
2002 年云南丽江雪山音乐节 ...	148
摩登天空音乐节	148

 舞 蹈 	
舞蹈的雏形	150
原始舞蹈的不同种类	150
从娱神到娱人的极致	152
先秦舞蹈	152
汉唐舞蹈	154
舞蹈与杂剧、戏曲的融合	156
宋元舞蹈的发展与流变	157
明清舞蹈的发展与流变	159
历代名舞	159

茶的制作方法.....	201
绿茶的制作方法.....	201
乌龙茶的制作方法.....	202
红茶的制作方法.....	202
其他茶制作方法.....	203
泡茶要点.....	204
茶叶用量.....	204
泡茶的水温.....	205
泡茶的水质.....	205
茶叶的冲泡时间和次数.....	206
品茶之道.....	207
品饮绿茶.....	207
品饮红茶.....	207
品饮乌龙茶.....	208
品饮花茶.....	208
茶道精神.....	209
茶 馆.....	212
少数民族茶俗茶礼.....	214
土家族擂茶.....	214
佤族苦茶.....	214
苗族八宝油茶.....	215
纳西族“龙虎斗”茶.....	215
哈萨克族奶茶.....	215
傣族竹筒茶.....	216
傈僳族油盐茶.....	216
侗族油茶.....	216
基诺族凉拌茶.....	216
白族“三道茶”.....	217
布朗族青竹茶.....	217
拉祜族烤茶.....	217
景颇族腌茶.....	217
中国茶书.....	218
历代贡茶.....	220
斗 茶.....	222
辨 茶.....	224
秋茶的品质特征.....	224
夏茶的品质特征.....	225
春茶的品质特征.....	225

正宗上等花茶的香气特征.....	225
茶叶的储存.....	226

中 医

中医的起源和发展.....	230
人体经络网.....	232
望闻问切的诊察法.....	234
望诊.....	235
闻诊.....	236
问诊.....	236
切诊.....	237
奇特的辨证与辨病方式.....	238
八纲辨证.....	238
脏腑辨证.....	239
六经辨证.....	239
卫气营血辨证.....	240
三焦辨证.....	240
未病先防、有病防变的预防观念..	240
未病先防.....	241
有病早诊早治.....	241
既病防变.....	241
延缓病程.....	241
扶正祛邪的施治理法.....	241
治则.....	242
治法.....	243
外治法.....	246
中药及其方剂.....	246
中药的采集、炮制与收藏.....	246
中药的性能.....	247
中药的分类.....	248
中药方剂.....	249
煎熬中药.....	249
服用中药的注意事项.....	250
服中药的时间选择.....	250
神奇的针灸疗法.....	250
不拘一格的外治法.....	253
别具一格的推拿按摩疗法.....	253

捏脊疗法.....	254	养生史话.....	272
罐具疗法.....	254	养生文化的第一个黄金时代....	272
刮痧疗法.....	255	养生文化的鼎盛期.....	273
热熨冷敷疗法.....	255	历代养生经验的汇集.....	273
线疗法.....	255	人体三宝——精、气、神.....	274
挑割疗法.....	256	精.....	274
熏蒸疗法.....	256	气.....	275
滴塞疗法.....	256	神.....	275
刺血疗法.....	256	确保心理健康的自我调节.....	276
漱口疗法.....	257	蔚为大观的养生流派.....	277
喷嚏疗法.....	257	养神学派.....	278
呕吐疗法.....	257	养形学派.....	278
熏烤疗法.....	257	起居养生学派.....	279
灌肠疗法.....	257	合度养生学派.....	279
浸洗疗法.....	257	食养学派.....	279
历代中医学派的发展与流变.....	257	药饵学派.....	279
医经学派.....	257	历代养生名人.....	280
经方学派.....	258	老子.....	280
伤寒学派.....	258	庄子.....	280
河间学派.....	258	孔子.....	281
攻邪学派.....	259	康熙帝.....	282
易水学派.....	260	近代养生名人.....	283
丹溪学派.....	260	美容养生.....	283
温补学派.....	261	静坐.....	284
温病学派.....	262	中华武术与养生.....	285
汇通学派.....	262	太极拳与养生.....	286
中华名医.....	262	形意拳与养生.....	286
医祖扁鹊.....	262	运动与养生.....	287
神医华佗.....	263	运动养生学的主要特点.....	287
医圣张仲景.....	263	运动养生的关键.....	288
药王孙思邈.....	264	道教气功养生学.....	288
伟大的医药学家李时珍.....	265	道教气功养生学的发展.....	288
中医的教育与传承.....	266	饮食调养窍门多.....	290
师传.....	266	养生酒文化.....	292
家传.....	266	居风水宝地，采日月精华.....	294
自学.....	266	居室养花的“三宜”“二忌”..	294
学府传授.....	266	舟车行旅话养生.....	296
中西医的交流和相互借鉴.....	268		

琴棋书画, 愉悦身心.....	298	中国的菜系.....	325
千古传奇的房事养生.....	301	菜系之说.....	326
房事养生学的历史.....	301	菜系形成的历史饮食文化背景..	326
房事禁忌.....	301	鲁 菜.....	327
春季养生三要诀.....	302	鲁菜的历史.....	327
养肝护肝法.....	302	鲁菜的用料.....	328
“养阳”与“春捂”.....	303	鲁菜中的名菜.....	328
酷暑天如何养生.....	305	川 菜.....	329
酷暑谨防空调病.....	305	川菜的历史.....	329
长夏防止湿邪侵袭.....	306	川菜的菜点特色.....	329
夏季养生注意事项.....	306	川菜菜式.....	330
秋风起, 话养生.....	308	苏 菜.....	331
秋季如何保养体内的阴气.....	308	苏菜的历史.....	331
以防寒、养肾为要旨的冬季养生..	310	淮扬、金陵、苏锡、	
冬季如何保证肾气旺.....	310	徐海地方风味.....	331
养肾防寒, “神藏于内”.....	311	粤 菜.....	332
男性养生新观念.....	313	粤菜的历史.....	332
女性养生之道.....	315	“广州”菜.....	333
老年人养生之道.....	317	粤菜的灵魂——汤菜.....	334
历代养生著述.....	319	广东的小吃.....	334
《老子》.....	319	湘 菜.....	334
《庄子》.....	319	湘菜的历史.....	334
《管子》.....	320	湘菜的特色.....	335
《子华子》.....	320	徽 菜.....	336
《黄帝内经》.....	320	徽菜的历史.....	336
《素女经》.....	320	徽菜的传统菜品.....	337
《养生论》.....	321	关于徽菜的逸闻趣事.....	338
《抱朴子》.....	321	浙 菜.....	338
《养生延命录》.....	321	浙菜的历史.....	338
《颜氏家训》.....	321	杭州、宁波、绍兴、温州风味..	339
《千金翼方》.....	321	西湖醋鱼.....	340
《景岳全书》.....	322	闽 菜.....	340
		闽菜的历史.....	340
		闽菜的特色.....	341
		闽菜的调味与器皿.....	341
		中国小吃.....	342
		京式小吃.....	343
		苏式小吃.....	343

❀ 饮 食 ❀

中国人的饮食.....	324
饮食与生存.....	324
饮食与享受.....	325

广式小吃	343	烹	355
其他地方小吃	343	贴	355
中国面点	344	炖	355
商代及商代之前的面点	344	烧	355
春秋战国时期的面点	344	蒸	355
汉代的面点	344	煮	355
魏晋南北朝时期的面点	345	烩	356
隋唐五代时期的面点	345	炆	356
宋元时期的面点	346	卤	356
明清时期的面点	346	烤	356
面点在宴席中的地位	347	拔丝	356
饺子文化	347	饮食礼仪	357
饺子的文化内涵	347	宴饮之礼	357
著名的饺子馆	348	待客之礼	358
悠久的汤文化	349	进食之礼	358
汤文化的历史	349	少数民族食俗	359
汤的原料	349	餐饮老字号	360
广东和江西喝汤的讲究	350	全聚德	360
汤的保健功效	350	砂锅居	361
喝汤最好的时间	350	天福号	361
中国菜的工艺	351	一条龙	362
中国菜的雕刻工艺	351	闲话餐具	362
工艺菜	352	春秋战国时期的餐具	363
中国菜的刀工	353	盛唐时期的餐具	363
中国菜的烹饪技法	353	宋代的餐具	363
炒	353	明代的餐具	364
爆	354	清代的餐具	364
熘	354	现代的餐具制造业	364
炸	354	走向世界的中国菜	364
煎	354	古代中国饮食的外传	365
		近年来中国烹饪文化的世界影响	366

文学



似火的骄阳照在大地上，一群原始人类正扛着粗壮的大木头前行。他们的汗水像雨水般滚落，他们那被晒成古铜色的皮肤闪闪发光。这些木头如此沉重，以至于他们不得不走走停停。太累了，不知道是谁第一个喊出声“邪许”来松弛自己紧张的神经，旁边的人也和了一声。哪知道，这种简单的呼喊竟然奇妙地使疲倦的身心得以缓解，人们纷纷加入这“邪许”的唱和中来。渐渐地，人们调节自己的步伐与大伙的脚步协调，适时地发出呼喊使之与众人的呼喊相配合。高低起伏的声音，轻重相间的脚步，整齐划一的动作，使得艰苦的劳动变得轻松了许多。人们逐渐学会了这样的方式，并把它运用在各种劳动场合，慢慢形成了一种简单的模式。

这种简单的模式就是节奏。节奏向形体的方向迈一步就是舞蹈，向声音的方向迈一步就是音乐，向文字的方向迈一步就是诗歌。虽然这种有节奏的呼声只是一种声音，没有任何有实质意义的歌词，但那种自然而健康的韵律，实际上就是诗歌的起源，也是一切文学创作的开始。

在远古部落首领葛天氏的时代，人们手持牛尾巴，脚踏着节拍，载歌载舞，为劳动和收获歌唱，为天地鬼神歌唱。这是原始社会人类的一种简单而纯粹的娱乐方式。在这种最朴素的集体文艺活动中，孕育着人类语言、感官和形体艺术的最初形态。

当人们掌握了更多的语言技巧，尤其是掌握文字这一强大工具后，人们开始学会把那些无意义的“邪许”声变为有意义的语句，从而给自己内心更大的动力。“断竹，续竹，飞土，逐肉。”《吴越春秋》中记载的这首《弹歌》，回忆了我们的祖先完整的

狩猎过程，记录了渔猎时代的社会生活。虽然很短、很简单，但已具备了一首诗歌的雏形。

语言居然可以有这样奇妙的作用。于是，原始的人们对语言的力量不禁产生了崇拜，他们企图通过它控制那些给他们带来伤害的自然现象，甚至企图通过语言去影响神灵，以实现自己的某种愿望。因此，他们常常把诗歌当作“咒语”使用：

伏羲女娲图 唐

伏羲与女娲是中国古代神话中人类的始祖，传说人类是由这对兄妹结合产生的。这件出土于新疆吐鲁番的墓幡由绢制成，悬挂在墓室的顶部。图中伏羲女娲人首蛇身，以手相抱，伏羲执矩，女娲擘规，以示天地方圆。画面遍布圆点代表天宇星辰，上部绘着内有三足乌的太阳，下部绘着内有玉兔、桂树、蟾蜍的月亮，表现了人类始祖遨游于日月苍穹间的情景。早期人们认为，文学起源于人类对自然和社会生活的模仿。



土返其宅，水归其壑，昆虫毋作，草木归其泽。（《礼记·郊特牲》）

从语气上看，虽然这是祈祷，但却充满了命令的语气。因此，这首诗歌虽然看起来是“祝词”，但其本质上却具有“咒语”的作用。以语言为武器，人们指挥着自然服从自己的愿望，在幻想中实现自己的目的。当然，在无所不在的强大自然力量的支配下，原始的人类还是无法将他们生存的这个世界打量清楚。面对自然，他们会惊恐、赞叹，在斗争失败时，又不免懊恼、怀疑，甚至时常感到自己的渺小和软弱无力。天地是怎么形成的？人为什么来到这个世界上？为什么人会死？为什么天上会打雷、下雨？这些问题像座大山一样横亘在人们心中，当人们无法解释这一切的时候，一种神秘主义便占据了他们的心灵。在他们看来，在冥冥之中，必然有一种不为人所知的神秘力量，在高远的空中控制着人类，支配着人类的命运。于是，在他们心中，一切无法解释的自然力量都被神化，随后他们又在生产劳动中按照自己的理解，去创造许多神的故事，这就是神话的起源。

神话是一个民族想象力的起源，也是推动人类社会走向文明的动力。现存的各种片段神话资料中，较有意义的是仍接近于原始状态，主要解释万物起源和人与自然之关系的部分。其中以女娲救世的神话最为著名。《淮南子·览冥训》记载：

往古之时，四极废，九州裂，天不兼覆，地不周载，火熋炎而不灭，水浩洋而不息，猛兽食颛民，鸷鸟攫老弱。于是，女娲炼五色石以补苍天，断鳌足以立四极，杀黑龙以济冀州，积芦灰以止淫水。

这是华夏民族的祖先对于天地万物的形成做出的解释。在他们的脑海中，最初的天地一度遭受了大破坏，洪水和大火毁灭了一切生物。后来是人面蛇身的女娲想尽了办法，才重新创造了天地，扑灭了炎火，止住了洪水，树立了四极，然后才慢慢地创造出生物和人类来。

在那个生产力落后的年代，人们展开想象的翅膀，翱翔在精神的宇宙空间里，为自己不能解释的生存状态和自然现象寻找合理的可能。他们饱受洪水之苦，于是便有了治水的鲧禹；他们为烈日和干旱所折磨，于是便有了射日的后羿；他们向往太空的无限空间，于是便有了嫦娥奔月；他们经历了种族间的惨烈战争，于是便有了黄帝和蚩尤之间的大战。作为初民幻想的结晶，古代神话在千万年后，依然激发着华夏民族的想象力，成为后世作家创作取之不尽的宝库。

繁盛时期：南北朝、五代十国

特 点：歌功颂德、唯美、浮华

代表人物：班婕妤、上官仪、李煜

宫廷文学

文学正如其他艺术一样，是社会生活的反映，绝不能离开当时的物质生产状况、精神生产状况与社会意识而独立发展。宫廷文学的兴起，是在周武王灭商、周公确定周礼之后。

先秦至汉时期的宫廷文学

作为这一时代代表的文学作品是现在还存在着《诗经》。其中宫廷诗占

有相当的内容。《诗经》的“雅”“颂”，作者都是出入宫廷的奴隶主阶级的人物。他们的写作目的往往是规谏，希望王者权臣从暴政中警醒，也有一些作者专注于描写宫廷生活的糜烂和淫逸，还有的沉迷于歌功颂德，回顾历史。较著名的作品有《鹿鸣》《伐木》《车攻》《鱼丽》《出车》《生民》《公刘》《皇矣》等。

江南地区的《九歌》是楚国的宫廷舞曲，是一套完整的骚体诗歌。它在楚国的地位犹如《周颂》在周朝的地位。《九歌》里有各种乐器，有舞蹈，有唱词，有布景，场面热闹，范围广泛，多在宫廷有重要典礼时表演。流传至今的《九歌》尚存当时宫廷文学作品的形制。

汉武帝时代，西汉王朝进入全盛时期。武帝即位，逐斥“申、商、韩非、苏秦、张仪之言”，实行“罢黜百家，独尊儒术”。“建藏书之策，置写书之官，下及诸子传说，皆充秘府”，又“招选天下文学材智之士，待以不次之位”，兴太学，立五经博士，置博士弟子员，因而儒学大盛。与儒家思想相结合的礼乐这一必不可少的文化措施得到了加强。于是，“乐府”得到极大发展。《汉书·礼乐志》曰：“武帝定郊祀之礼，祠太乙于甘泉，就乾位也。祭后土于汾阴，泽中方丘也。乃立乐府，采诗夜诵，有赵、代、秦、楚之讴。以李延年为协律校尉，多举司马相如等数十人造为诗赋，略论律吕，以合八音之调，作十九章之歌。”乐府除搜集、歌唱民歌外，也创作诗篇以备歌唱，作诗者有司马相如、枚皋、东方朔等数十人，可见一时之盛。这些宫廷诗存世的代表作有《十九章之歌》，汉武帝的《秋风辞》《柏梁诗》，李延年的《歌诗》。汉武帝同时爱好辞赋，他的侍从之臣司马相如、东方朔、枚皋、倪宽、董仲舒等时时间作。司马相如的赋如《长门》《上林》《子虚》可以说是汉代宫廷文学的奇葩，反映了汉帝国的强大和昌盛、宫廷生活的骄奢和荒乐。

汉成帝时的班婕妤是中国著名的女诗人。她是楼烦人，《汉书》作者班固的祖姑。成帝初年，选入后宫，拜为婕妤。鸿嘉年间，求供养太后于长信宫。她有文集一卷传世，她的文学作品可以说是另一类视角（女性）的宫廷文学。这类被后世称为“宫怨”的文学作品在南朝及隋唐得到相当大的发展。她的《怨歌行》收入《文选》和《玉台新咏》，全诗为：

新裂齐纨素，鲜洁如霜雪。裁为合欢扇，团团似明月。出入君怀袖，动摇微风发。常恐秋节至，凉飙夺炎热。弃捐篋笥中，恩情中道绝。

南北朝时期的宫廷文学

南北朝时期，宫廷文学达到极盛，这其中尤以诗歌、骈文为最。宋、齐、梁、陈四代君主，在政治上多无建树，但在文学上，却有很好的成绩，造成了一时文学繁荣的景象。宋文帝刘义隆立儒、玄、文、史四馆，明帝分儒、道、文、史、阴阳五科，都将文学独立，由此可见文学已与其他重要学科并驾齐驱。刘宋宗室，如南平王刘铄、建平王刘弘、庐陵王刘义真、江夏王刘义恭等，都以奖励文学、招徕文士扬名。齐高帝萧道成、齐武帝萧赜及竟陵王萧子良、随郡王萧子隆、