

严氏姓氏源流

严（Yǎn 严）姓本庄姓，为西汉名满四海的大学者、词赋家严忌，后人称『严夫子』。其著述甚丰，有辞赋二十四篇，但流传至今仅剩《哀时命》一篇，为哀伤屈原之作。史载，东汉时，因有明帝刘庄，故下令庄姓改他姓（古制皇帝名字非臣民所能用）。严忌之姓严，亦为死后之事。严姓族人因尊严忌声誉，奉其为严姓的得姓始祖。据严氏族谱载：『严氏系出颛顼之后，以楚庄王的谥号为姓』，『稽我光祖子陵，其先世本姓，嗣改为庄，盖楚庄王之后裔也。后因避汉明帝刘庄之名讳，改庄为严，遂以严为姓。』《中国姓氏寻根》一书也说『严是庄姓所改』并

说『魏晋时严氏有恢复庄姓的，于是形成庄严两家。』两家原来一家，故有『庄严不通婚』之古训。严姓源出有六：

1、出自庄姓，为避明帝刘庄之名讳，改姓严。据《通志·氏族略·以谥为氏》所载，东汉时，庄姓为避明帝刘庄之讳，改姓严。到魏晋时期，姓严的人中，有一部分又恢复了原来的庄姓。这样，就出现了庄、严姓并存于世的情况。故有『庄、严本一宗，同姓不可婚』之说。

2、出自牟姓，为战国时楚庄王之后，以谥号为氏。据《元和姓纂》所载：『牟姓，楚庄王支孙，以谥为姓。』而牟姓又可追溯到黄帝后裔颛顼帝，前汉有会稽严助，后汉光武友严光，蜀郡严遵，河南尹严延年，扬州刺史严迈。

3、出自嬴姓，战国时秦有严君疾之后，以封邑名为氏。战国

时期，秦国宗室名将，秦孝公庶子，秦惠文王的异母弟上大夫嬴君疾，受封于蜀郡严道（今四川荥经），便以封邑名称为姓氏，称严君疾。严君疾的后裔子孙，遂以先祖封邑名称为姓氏者，世代相传。该支蜀郡严氏族人亦坚拒与半姓严氏联宗。

4、出自古有严国，国人以国名为氏。据《姓考》所载，古有严国，国人以国为氏。相传在尧帝执政时期，有一位高士名叫许由，尧帝曾经想把天下让给他，但不接受，隐居到箕山去了。许由有朋友严僖，就是那个古严国的后裔。今山东省的鄆城县一带，仍有一支严氏族人尊奉严信为得姓始祖，并一直拒绝与半姓严氏联宗。

5、出自丁零人姓氏有以严为氏。据《晋书》所载，后燕慕容盛时丁零人有以严为氏者，主要分布在河北省。

6、出自少数民族有严姓。满、彝、土、锡伯、朝鲜等族均有严姓，属于汉化改姓为氏和部落名称汉化为氏。今彝族、土族、朝鲜族等少数民族中，均有严氏族人分布，其来源大多是在唐、宋、元、明、清时期中央政府推行的羁縻政策及改土归流运动中，流改为汉姓严氏。

严姓得姓始祖：严忌（约前188—前105）。严忌，本庄姓，为西汉名满四海的大学者、词赋家，后人称『严夫子』。其著述甚丰，有辞赋二十四篇，但流传至今仅剩《哀时命》一篇，为哀伤屈原之作。史载，东汉时，因有明帝刘庄，故下令庄姓改他姓（古制皇帝名字非臣民所能用）。严忌少时与司马相如等俱好辞赋，曾作《哀时令》赋，借哀叹屈原秉性忠贞、不遇明主之事，抒发自己怀才不遇的感情。吴王刘鼻网罗人才，招致天下嬉游子弟。

严忌与邹阳、枚乘俱仕吴，以文辩著名。曾上书谏阻刘濞谋反，未纳。后游历于梁，得到梁孝王的厚遇。世称『庄夫子』。严忌之姓严，亦为死后之事。严姓族人因尊严忌声誉，奉其为严姓的得姓始祖。



始祖严忌