

陳姓的遠祖可以追溯到舜

商朝末年，舜的第33代孫鬻父（又稱關公）投附了周國，擔任陶正一職，他制陶的技藝極為精湛，博得了周文王的歡心。周武王滅商建周後，追封先賢遺民時，把鬻父的兒子媯滿封于陳地（今河南開封以東，安徽亳縣以北），國號陳，榮為侯爵，奉守着帝舜的宗祀，并將大女兒太姬嫁給他。

媯滿死後，諡號為陳胡公，所以又被稱為胡公滿。他的子孫有的以國為氏，就是陳氏。

公元前672年媯滿第12代孫陳完因避難逃到齊國，改姓田。後來他的10世孫田和建立了田氏齊國。

戰國末年，齊被秦滅，齊王的長子升次子桓先後改姓王氏，三子田軫逃至楚國潁川（今河南禹州、許昌一帶），恢復陳姓。

從此陳氏一門在中原瓜瓞連綿，生生不息，發展成為名門望族。

陳姓還有一支是少數民族改姓，也出自河南，據記載，北魏孝文帝自山西大同遷都洛陽後，于496年將代北鮮卑族三字姓侯莫陳氏改為單姓陳氏。

唐初期、中期，中原陳氏有過兩次影響深遠的南遷福建之舉，669年，朝廷派河南固始人陳政（胡公滿的68世孫）任嶺南行軍總管，率兵鎮壓福建南部的少數民族動亂。

667年四月，陳政卒，由其20歲兒子陳元光代父領兵，經過九年戰爭，局勢平定後，于686年報請朝廷批准，設置了漳州郡。

陳元光致力於發展漳州一帶的農工商各業，使當地得到了繁榮發展。

他被後人尊為“開漳聖王”，子孫後代被稱作“開漳聖王派”，成為閩、粵、臺及南洋諸島陳姓最主要的一支。

臺灣現有陳聖王廟53所，這從一個方面表明了臺灣同胞對陳元光的崇敬之情。

再就是潁川陳後裔陳忠之子陳崑，唐中宗時進士，官至太子太傅，因受宰相李林甫排擠，遷至漳州南廂山。其子陳夷行，唐文宗時任宰相。此後子孫興旺，在福建發展成為“太傅派”陳氏，尊陳崑為“南院”始祖。

陳氏入粵，始于南宋。北宋末年，金兵南侵，中原士族大批南遷，陳後裔陳魁率族人93口移居福建寧化、上杭，至其曾孫二郎、三郎再遷至廣東梅州，後散居大埔、興寧、長樂、龍川等縣。

陳氏入臺，始于明末。福建同安人陳永華，于明末隨鄭成功入臺灣，官至東寧總制使，在臺灣建立屯田制度，設立學校，被尊為陳氏入臺始祖。

自清初至新中國建立的300多年間，陳氏遷臺人數很多，僅武榮詩山霞宅陳氏一支就2000餘口，成為臺灣人口最多的首姓大族，與林姓共“陳林半天下”之美譽。

陳氏遷入越南的歷史比較久遠，有的成為安南（今越南）王朝的重臣。其中，李朝女皇李昭皇之夫陳煚（即陳日煚），于1228年創建越南陳朝，歷時175年，促進了陳姓人口的發展。至今，陳姓仍被列為越南十大姓之首。

陳氏移居日本始于明初，大都是明太祖派去的水手。

明清以後，閩粵等沿海地區的陳氏，有許多人出海到今新馬泰一帶謀生。

另有一些人不斷遷至菲律賓、印度尼西亞和美、英、法、加拿大、澳大利亞等世界各地，對當地的繁榮與進步作出了積極的貢獻。