我们所说的中国神话，指的是在中国当前地理范围内的历史记载和传播的神话。它不仅应包括汉族人民传播的神话，而且还应包括生活在这一广大地区的其他55个民族的神话。由于几乎每个民族都有自己的神话神祇和神话故事，因此没有一个系统的、完整的、同质的“中国神话”为全体中国人所持有和传播。即使在汉人中间，也没有一个完整的神话体系。

关于古代神话的最早书面记录可以追溯到大约3000年前，尽管其他可能与神话有关的贝壳、骨头和青铜器上的图案和绘画出现的时间要早于此。最近，研究人员发现了一件名为“绥公序”的青铜器。“胥”是一种有盖有耳的古代青铜器;它的功能是作为一个食物容器)，这可以追溯到公元前9或8世纪，西部的中部周王朝。容器内底的铭文由98个汉字组成，歌颂了神话英雄于的成就。它讲述了这样一个故事:上天命令禹去分散土地，于是禹就绕过所有的山脉，砍伐森林中的树木，深化海洋和河流，把地球上所有的水排入大海。这一铭文表明，中国文字记载神话的技术在近3000年前就已相对成熟。此外，它说明，至少在西周中期，关于禹治水的神话已经传播，并已被历史化为一个伟大的英雄或一个伟大的国王在上层社会的传说。

但这些铭文记录的神话非常简单。有时他们所描述的神话逻辑故事是很难理解的。因此，中国的神话研究主要依赖于西周以后的古籍记载。

在中国,没有神圣的作品记录神话,信仰,或神圣的历史就像《圣经》或《可兰经》,也有文人,行吟诗人,或萨满(巫师或女巫)收集了口述传统的神话,编译成一个系统和集成的神话,就像希腊集合在荷马和赫西奥德致敬。相反，中国古代神话通常以分散和碎片化的形式在各种书面材料中传播。这些资料包括考古学、文学、哲学、地理、历史、巫术、民族志、宗教、民俗等。其中不少仅存少数神话，但也有不少神话数量较多，成为中国古代神话的瑰宝。其中，《山海经》、《楚辞》、《淮南子》被认为是中国古代神话的主要宝库。

神话既不是静止的，也不是脱离社会的。相反，它们的存在和传播受到其社会文化背景的深刻影响。另一方面,那些神话已经流传了几千年,包含了中国人的哲学、艺术、信仰、习俗和价值体系，也对中国社会和文化产生了重大影响。