

王赛时 著

汉唐流行

锦绣绚丽的妆饰
推陈出新的菜肴
沁人肺腑的茶酒饮料
各取所需的出行工具
风格多样的住宅
美观舒适的室内用具



中国古代生活习俗面面观

汉唐流风



王赛时 张书学 主编
山东友谊出版社



前 言

每当我们打开历史的图卷，都会被那些丰富多彩又警世感人的史实所吸引，不自觉地沉醉于传统文明的博大精深之中。然而，潜心古籍的历史学家们大都在有限的范围内去研究这些文明遗产，固着于帝王将相、人物传奇、典章制度和兴衰大举，很少有人去探讨百姓大众的平淡生活和日常际遇。纵使有人深挖细究有关吃穿用住、乡言土俗的流变脉络，也不为自标高深的史界所推崇，似乎生活中的家常琐事不登大雅之堂。孰不知，历史的构成并不完全取决于朝代兴替、制度礼规之类的上层建筑，也不局限于土地田亩、州郡建置的基本框架，就在人们的温饱生存和邻际交往之间，历史才更加展示它那丰富的内涵和文明的深度。所以，我们组织了一批历史学者，专门就古代生活的点点滴滴进行复原式的描述，从日常生活的细节着眼，从民风时俗的流变入手，力求为现代人提供一些遥远陌生但又贴近生活的话题，也使人们对我国文明积淀有更为直观的了解。

鉴于此意，山东友谊出版社重点推出《汉唐流风——中国古代生活面面观》一套小书，谨把《衣食住行》、《吃喝玩乐》、《礼尚往来》、《养生健身》、《巫卜祈禳》、《市井百态》等六类内容，奉献给广大读者。相信这些反映民众生活的题材有益于历史知识的传播，能够唤起大多数读者的兴趣。

历史科学虽然深奥，需要专家学者历代不懈地去追溯探研，但更有必要让广大读者从中吸取有益的营养，提高鉴赏的水平。可以这样说，只有厚积薄发、深入浅出的历史读物才能担负普及于民的使命，为历史开拓更为广泛的现实领域。但愿这套小书能给读者以知识的补添和趣味的享受，激发大家对历史的爱好。

我们相信，拨开历史的迷雾，找出通向远古的栈道，人们会惊喜地发现，除了艰难奥涩的史学台阶之外，还有许多平浅易懂、趣意盎然的透视之窗。通过这样的窗口，那遥远神秘的古国风貌、历涉千载的民俗流变、一举一动的百姓姿态，都会完整地出现在今人面前，向您述说生活常事所组成的历史文化。

王赛时

1999年7月于济南

1999.7.10

目 录

衣 饰 篇

第一章 用料多样的衣服

- 一、衣料/2
- 二、衣裳的变迁/6
- 三、衣裤/10
- 四、裘袍与冬装/14

第二章 制形各异的鞋帽

- 一、鞋靴/18
- 二、冠帽与巾幘/23

第三章 锦绣绚丽的妆饰

- 一、衣饰与佩饰/28
- 二、发饰与首饰/32
- 三、化妆/36

饮 食 篇

第一章 花样翻新的主食

- 一、饼/40
- 二、馒头/43
- 三、面条/45

- 四、粥/48
- 五、饭/50
- 六、饺子/52
- 七、糕/54

第二章 推陈出新的菜肴

- 一、蔬菜/59
- 二、肉/63
- 三、鱼/68
- 四、花样肴馔/72

第三章 沁人肺腑的茶酒饮料

- 一、酒/78
- 二、茶/83
- 三、浆水/87
- 四、冷饮/91

居住篇

第一章 风格多样的住宅

- 一、土房、木房与草房/94
- 二、瓦房与楼房/99

第二章 精妙结构的庭院

- 一、院落结构/105
- 二、园林美化/109
- 三、花树栽植/113
- 四、禽鱼观赏/117

第三章 美观舒适的室内用具

- 一、家具/121
- 二、床上用品/125
- 三、灯具/129

交 通 篇

第一章 各取所需的出行工具

- 一、车/133
- 二、马/136
- 三、轿/140
- 四、舟/144

第二章 方便行人的驿站旅馆

- 一、驿站/151
- 二、旅馆/153

——衣饰篇——

第一章 用料多样的衣服

古人称日常生活的四大组成部分为衣、食、住、行，其中衣服被排在首位，它在生活中的功能主要是护体、御寒、遮羞和标识。从实用角度来讲，衣服首要作用是保护身体，其中御寒的作用更突显出，所以，古代衣服式样的变化多从实用出发，其次才讲究色泽、图案、造型和装饰。如北方人常骑马，衣服就做得较为窄紧；南方气候炎热，衣服就略显宽博。然而，许多社会因素始终制约着衣服的式样，这一点在古代格外明显。

社会经济条件对衣服的影响主要表现在衣料方面。可以这样说，古人在种植、狩猎、畜牧、纺织、印染、缝纫等行业中的生产水平，直接决定了衣料的品种和质量。封建等级制度更是人为地把衣服分出差别，迫使若多人没有选择衣料或衣服式样的权力。此外，社会意识、民族风俗、

审美风格等因素都会在衣服上烙下深深的痕迹。

我国自古就是一个衣文明的先导大国，历朝历代的服装曾全面展示了那个时期所达到的文明高度，反映了当时社会发展的水平。虽然现代人的服装与古代已大不相同，但古老的衣饰传统或多或少地保留下来，成为人们喜爱的式样。

一、衣料

人类最早使用的衣料是植物叶子和兽皮，先秦时期的《楚辞·九歌》就透露了这方面的信息，描绘了一位女神身穿藤萝和香草结成的衣裙，在弯曲的山道上时隐时现。这可能就是当时对原始人衣着的一种正常理解。人们把天然植物叶子用藤萝穿缠起来，披挂在身上，便形成了最原始的衣服。

当古人把天然植物纤维制作成线、绳，并学会打制带孔的骨针，更新式的草叶服装和兽皮服装才得以出现。在北京周口店山顶洞人遗址中，我们曾发现一枚两万年前的骨针，全长82毫米，针孔直径约3毫米，刮磨得很光滑，这便是当时的缝纫工具。用这种骨针可以把兽皮缝缀成衣服。

在新石器时代，我们的祖先发明了纺织工具，从而能把野生或人工种植的植物纤维加工成纺织品。江苏吴县草鞋山新石器遗址出土了三块葛布残片，这是我国目前最早发现的纺织品实物，布面虽然粗糙，但已能使用圈绕的方法织出菱纹。藤葛原是野生植物，后经人工栽培，广泛用于纺织领域。葛的纤维比较细长，能织成较为细薄的衣料，古人称为“葛布”，所织衣物称作“葛衣”。《韩非子·五蠹》所云：“夏日葛衣”，就反映了这种布料的用途。葛布疏薄轻凉，适应夏季穿用，商、周以来，流行于服装界。

在以葛为衣料的同时，我们祖先又使用了麻的纤维。古代的麻有大麻、苧麻、苘麻之分，苘麻是硬纤维麻，一般不能用作衣料，只能编制绳索。大麻和苧麻是优良的纺织原料，原产我国，所以国外把大麻叫做“汉麻”，把苧麻叫做“中国草”。苧麻的纤维细长坚韧，平滑而有丝光，质轻而吸湿，用苧麻织成的布轻爽离汗，后人又叫做“夏布”。在距今约 5000 年的浙江吴兴钱山漾遗址中，出土了苧麻织物的残片，其中平纹麻布的经纬密度和现在的细麻布相当，比草鞋山葛布的织技更进一步，这说明，那时的苧麻衣料已经达到很完美的境界。

先民们也尽力利用兽毛来纺织成衣料。在新疆罗布泊遗址中出土了几千年前的古尸，身上就包裹着粗毛织物；距今三千二百年的新疆哈密五堡遗址中，曾发现精美的毛织品，其中有平纹和斜纹两种织法的毛布，还有用彩色线织成条纹的毛氍。氍是毛毡一类的织品。当时，我国古代的毛织品还主要出产于北疆及西部的畜牧经济区，并通过各种渠道输入中原。

我们祖先最早发明了丝织技术。人们先以野蚕蚕茧上把丝抽引下来，通过“缫丝”法获取丝线，再用“网丝”技术加工出丝织品，这便是我们所说的丝绸。在距今大约 5500 年前的郑州青台遗址中，发现了一个粘在头骨上的丝帛残片，这是目前所见的最早的丝织物。稍后的钱山漾遗址中出土了绢片、丝带和丝线等织物，已具有相当完美的丝织水平。先民们又很早学会了人工养蚕，从而全面开拓了丝织衣料的来源。自古以来，我国以“农桑”劳作而著名于世，其中桑蚕养殖及家庭丝织一直是国人衣料的主要供应渠道。

先民在发现葛、麻、丝等纺织原料并加工成衣料的同

时，又发明了印染技术，从而使这些衣料产生出五彩斑驳的效果。

早在六七千年前的新石器时代，我们祖先就能够用赤铁矿粉末将麻布染成红色，到商周时期，染色则不断增加。《诗经》里面提到织物颜色，就有“绿衣黄里”、“载玄载黄”等描述。到汉代时，染色技术已经相当高超。如湖南长沙马王堆、新疆民丰等汉墓出土的丝织品，虽然在地下埋葬了二千多年，但色彩依旧光艳夺目。当时的染色法不外乎两种，一种是织后染，如绢、罗纱、文绮等衣料都是如此加工；另一种是先染纱线，再织丝帛，由此产生的衣料便叫做“锦”。目前我们从民丰汉墓出土的锦物上，就可找出绛、白、黄、褐、宝蓝、淡蓝、油绿、绛紫、浅橙等多色丝线。唐代丝绸衣料的颜色就更加丰富了，有人曾对吐鲁番出土的唐代丝织物作过色谱分析，共有二十四种颜色，其中红色有银红、水红、猩红、绛红、绛紫；黄色有鹅黄、菊黄、杏黄、金黄、土黄、茶褐，青及蓝色有蛋青、天青、翠蓝、宝蓝、赤青、藏青；绿色有胡绿、豆绿、叶绿、果绿、墨绿等。

除了染色之外，古人还在衣料上画花、缀花、绣花和提花，借以增加衣料的美感程度，其中印花织物最为流行。目前我们所能见到的最早的古代印花布料是汉代遗物。大约在两晋时期，印花织物被称为“缣”，其中又分绞缣、藕缣和夹缣三类式样。绞缣采用折撮线缚的方法进行浸染，藕缣又叫蜡染，二者都是防染印花的织物。夹缣则是采用直接印花法，首创于唐朝。此外，我国古代还采用凸版印花和镂空纸版印花等技术，使衣料的花色式样更加丰富。宋朝时，印金工艺广为流行，人们用金银粉末或极薄的金箔、银箔粘覆印制织品，使之产生金银闪光的效果。

在很长时期内，我们祖先都以葛、麻、丝作为衣服的主要原料。葛、麻织品称为布，丝织品称为帛，如果再细分，丝织品便有绢、纱、绫、绸、锦、绮、缎等不同面料，而且历代称呼不同。绢是生丝织品，织造技术最为简单，用料也比较节省，因而使用最为广泛。纱与罗相似，都是轻软而有细孔的丝织品，早期以平纹织成，显得很稀薄，后人亦并称为罗纱。绫是有花纹的丝织品。绮是一种斜纹起花的素色绸子，染色的称为彩绮。锦则是用多种颜色的丝线交织而成，可以织成多种花色。丝织品的分支众多，这就为古人在选择衣料时提供很大的余地。

一般说来，葛布和麻布属于低档的衣料，通常为普通百姓所用，古书中常以“布衣”来称呼那些未入仕途的人。至于绫罗绸缎制成的衣服，大多为生活富裕的人所穿。宋人用“满身绮罗者，不是养蚕人”的诗句来形容这种衣料的归属。

早在秦汉时期，我国新疆及广东、海南一带就已经开始种植棉花，并将棉花纺织成布料，古人称此为斑布、南布、吉贝、木棉布。新疆出产的棉布在考古发掘中多有发现，并且有传入中原的迹象。到南北朝时，中原地区使用的棉布基本上来自南方沿海地区。据《南史》记载，陈代著名文人姚察，生性俭朴，有一次，他的学生送给他一匹南布，这在当时是稀有之物，但姚察却不以为然，宁愿穿麻布，也不把南布放在眼里。在唐朝人的诗歌中，我们经常可以看到对“吉贝”的吟咏。然而，自南北朝到唐、宋的长期历史中，尽管棉布一再输入中原，并且为人们所称道，但这种布料在我国内地居民的衣着材料中并不占主要地位。

宋末元初之际，棉花开始在内地种植，而后种植面积不断扩大，人们才逐渐把棉布当成普通衣料。尤其是松江乌泥

泾（今上海县华泾镇）妇女黄道婆把海南黎族人的棉纺织技术带回自己的家乡，并全面推广，内地织作的棉布才大显于世。松江还因此成为全国棉布生产的中心。

到明朝时，棉花已经超过葛、麻、丝、毛而成为我国最主要的纺织原料，棉布作为雅俗共赏的衣料，在服装界唱了主角戏。明代科技著作《天工开物》记载当时“棉花寸土皆有”，而“织机十室必有”，说明种棉织布已遍及千家万户。在松江一带，棉布的生产技术日益提高，花色品种不断翻新，当地出产的标布、龙华尖布、七宝尖布都风行全国。从那时起，棉布的品质就达到了很高的水平，而且一直成为国人的首选衣料。

二、衣裳的变迁

我国古代的传统服装有两种基本形制，即上衣下裳制和衣裳连属制，这两种形制的服装一直交相穿着，相容并蓄。

上衣下裳的服装，即上身着衣，下体围裳。衣有襟有袖，而裳则是一种最简单的围裙。相传这种服制起于传说中的黄帝时代，《易·系辞下》有黄帝“垂衣裳而天下治”之说，可见我们的祖先很早就确立了自己的衣裳服制。

夏商时期，中原地区华夏族的服饰大都采用上衣下裳，束发右衽的形式。上衣一般是窄袖、紧口，领子间有宽边，右衽交领；下裳长及小腿，人们腰间束带，用以紧束上衣下裳。当时还没有裤子，人们只是在小腿上缠绕裹腿，古人叫作“行膝”，用以保暖腿部。直到西周时期，人们依然把上衣和下裳分开，《尚书》、《诗经》等文献中提到的玄衣、衮衣、黄裳、绣裳，均指此类服制。此后，上下两截的衣裳逐

渐变成妇女的专用服装，裳也演化成裙，而男人则多穿上下连成一体的长衣了。

衣裳连属的服制大约出现在春秋战国时代，那时，人们为了穿着方便，开始把上衣和下裳联在一起，称为“深衣”。深衣下摆不开衩，只是将衣襟接长，向后拥掩，即所谓“续衽钩边”。深衣的出现给传统服制带来很大的变化。它缝制容易，穿着方便，既利于活动，又能严密地包裹身体，而且还可以充分利用衣料。因此，这种服装很快就流行起来，无论高官、平民，都把它当作日常服装，甚至作为礼服穿用。《礼记·深衣篇》中这样说：深衣要有制度，各个部位的裁剪都有一定的尺寸，短的地方不能露出皮肤，长的下摆不能触到地面。看来当时讲究礼制的人已经开始对服装的标准化进行策划了。

战国时期流行的深衣，我们可以从某些俑物着装上得以窥视。中山国遗址中出土了一件人形铜灯，上面的深衣是一件宽袖的交领长袍，右前襟掩在下面，左前襟压在上面。衣襟的左下部横向接出一条三角形曲裾。曲裾向右缠绕在身体上，尖端掩在背后或者掖入腰带下。其他如湖南长沙楚墓出土的彩绘木俑服装，湖北云梦大坟头西汉墓出土的男女俑衣着，与此都大体相同。当时的深衣采用曲裾缠绕的方式，是因为裤子还未流行，人们要在腰股之间另缠一块布料，叫作“褌”，然后再穿只有两条裤腿的“裤子”。如果要使下体的裤襠不暴露，深衣的下襟就不能开衣衩。要想不开衣衩，又能很方便地弯腰抬腿，下摆小了是不行的。这种曲裾交掩的服装恰好做到了这一点。

汉代仍然流行这种衣裳连属制的深衣。西汉时的深衣依旧“续衽钩边”，而到东汉时，便改为直裾式样，称为“褌

褕”。后代的交领袍就是从襜褕发展而来的。在此之际，深衣开始向袍服发展。上层人物的袍服逐渐转入制度化，成为以后若多时期的主导官服。

汉代也流行上衣下裳制的服装。男人开始穿裤子，外罩以裳；女人亦如此，但“裳”的变化增多，最终被称之为裙。汉代妇女的上衣逐渐趋向短、窄，与下裳配合，便形成了“上襦下裙”的两截衣裳组合。汉代乐府民歌《陌上桑》描写罗敷姑娘的衣着打扮：“头上倭堕髻，耳中明月珠。细绮为下裙，紫绮为上襦。”就是这种上襦下裙的常服模式。襦是一般平民穿的上衣，有不同的长度。长襦能垂及膝盖以下，短襦才与腰相齐。汉代妇女将上襦下裙分而裁缝，各尽巧思，后来，襦的袖子逐渐加长加宽，增加了装饰色彩，《后汉书·马廖传》中载有一段当时的民谣：“城中好大袖，四方全匹帛。”可见，汉代妇女把襦衫广袖当作了一种时髦追求。

女襦使用中增加了夹层和絮棉，产生了单、夹、棉等多种形式。春夏季节穿的叫“禅衣”，《孔雀东南飞》诗中描绘的刘兰芝会缝衣服，能够“朝成绣夹裙，晚成单罗衫”。单罗衫就是一种禅衣。冬秋季节穿的叫“複”或“衿”，有衬里，并可以在衬里的夹层中加入丝絮，由夹衣变成棉衣。

汉代女裙的式样也很好看，小说《飞燕外传》说赵飞燕穿着南越进贡的云英紫裙，后宫嫔妃纷纷仿效，学做有折绉的长裙，称为留仙裙。曹植描写洛神时，说她身着丝织绢裙，轻薄得像一层淡雾。繁钦在《定情诗》中用“纨素三条裙”来形容男子向女子赠送定情之物。裙是妇女们最喜爱的服装格式。

晋朝以后，我国男子一般不再围裳，人们或穿上衣下

裤，或穿由衣裳连属的深衣发展而来的长袍。妇女们的着装主要分为襦衫和长裙两大部分。到南朝时，女装上衣变得紧贴身体，对襟直领，显露出较多的脖颈和胸部，衣袖细窄，只在小臂部才突然变宽。同时也流行广袖宽身的上衣。晋代女装的长裙比汉代明显加长，裙裾开始曳至地面，裙子上端则束到腰以上。裙子的宽度也有所增加，裙幅加大，为此，裙腰要做出多重细折衲，有些裙子甚至还要将整个裙幅都缝成折衲。这种长裙上细下宽，呈现出喇叭型。

南朝妇女喜欢穿轻薄丝料制成的衣裙，有时人们还将一条绸布围在腰间，很像一条极短的裙子，当时叫作“抱腰”。北朝人喜欢穿宽袖交领的上衣，下身系曳地长裙，腰间在外面加系短裙，类似南朝的抱腰，从而形成裙外裙的式样。

到唐朝时，女装发展成衫、裙、帔三样构件。衫指单衣；如果做成夹衣，则叫作襦；絮棉的上衣则称作袄。唐代女装的上衣一般较短，衣身和袖子较为紧窄，而裙子则又肥又长，通常用六幅布帛制成。李群玉诗：“裙拖六幅湘江水”，即指此意。当时又出现了八幅或其它幅宽的裙子，如曹唐诗有“书破明霞八幅裙”之咏。帔，又叫帔帛、帔子，像一条很大的大纱巾，它是从西亚经过佛教艺术的介绍而传入我国的，成为唐代妇女喜爱的衣饰。

宋代妇女也穿裙和衫，但已经不用帔子。与唐代不同的是，这时的衫多为对襟，覆在下裙之外。宋代的裙较唐代窄，从而使身姿显得比前代纤瘦。

明代妇女的衣裙虽与宋元相近，但内衣常有小圆领，在颈部结以纽扣，外衣较长，衣外或再加云肩、比甲（无袖长背心），裙则有各种式样。

清初时，汉族妇女仍着明装，上身穿衫、袄，下身束

裙；满族妇女则着“旗装”，不束裙，皆穿旗袍，或外加坎肩，有对襟、一字襟、琵琶襟、大襟等形制。

从唐代开始，男装逐渐趋向简单化，长袍成了最常见的衣着。这种长袍被称为常服，也叫圆领缺胯袍，开衩，衣身较紧凑，长者可及踝部，短者仅过膝部。宋代士大夫阶层爱穿宽大的长袍，或名道袍。与宋朝比邻的契丹族的服装也以长袍为主，式样与唐代以来的中原袍衫相近，只是衣襟向左方掩去，即俗语所云的“左衽”，这是与汉族袍衫的主要区别之一。明朝承袭唐宋服饰，依然流行长袍，从而把我国古老的衣裳连属服制的余脉沿续下来。

三、衣裤

春秋以前，我国人民穿着宽松的衣裳或长衣，这已形成习惯，就是军人作战，也穿这种服装。河南汲县山彪镇出土的水陆攻战图鉴，其中就绘有身穿齐膝长襦的武士。在当时的战争中，军人或以步兵作战，或以车兵作战，或以舟兵作战，身着长衣或上衣下裳，并不妨碍击刺格斗。

然而，北方游牧民族崛起之后，骑兵开始出现在战场上。由这些游牧民族组成的骑兵，行动迅速，战斗力极强。他们为了骑马的需要，多穿短上衣、长裤和靴，这三大件构成了当时所谓的“胡服”。当北方游牧民族身穿长裤，骑马驰骋的时候，中原人士尚不知裤子为何物。当中原军人发现骑马作战具有无比的优越性时，他们也开始组建骑兵。但是，不管是上衣下裳还是连裳长衣都不便于骑马，所以，以短上衣加长裤为组合的“胡服”就不可避免地要成为骑兵的首选着装了。

据《史记·赵世家》记载，赵武灵王为了组建强大的骑兵，他本人首先脱掉传统的衣裳，改穿胡服，并亲自骑马射箭，这就是历史上著名的典故“胡服骑射”。由赵武灵王倡导，赵国全军将士都改穿由胡服改制而来的短衣长裤。如今在长治分水岭出土的铜武士像，上身穿矩领直襟上衣，下身着长裤，腰系绦带、佩剑，这便是穿着胡服的赵国武士。由于衣裤的推进，赵国骑兵首先强雄于诸侯列国，引起了中原各国的共同关注。从此，上衣下裤的服制很快就风靡于各国军队，成为最时髦的军装。从战国晚期到西汉，穿直裾或曲裾的上衣，长裤，腰系施钩之革带，乃是武士之最通常的装束。秦始皇陵兵马俑坑中所出陶制武俑就身着这种形式的军装。

裤，古人又称作“袴”，《说文》释云：“袴，胫衣也”。这种服装在军队流行之后，很快就传向民间。劳动人民首先改穿短衣下裤的服装，以便劳作。原先许多穷苦百姓在天气暖和时都赤裸身体，仅穿一条下裳围住羞处。裤子推行后，人们改制出短裤，汉代人称此为“袴”，这便是下层民众常穿的服式。山东汶山汉画像石中的屠夫，沂南汉画像石中的艺人，都只穿一条短裤，即“袴”，这说明，裤子在汉代百姓的穿着中已极为普遍。

汉代最短小的短裤叫作“犊鼻袴”，大约只是一块小布帛围在腰胯间，很像今天日本相扑运动员比赛时穿的兜裆。这种犊鼻袴用布料较少，是最贫贱的人的着装。据说西汉大文学家司马相如未出名时，爱上了大富豪卓王孙的女儿卓文君，双双叛逃出走，二人无以谋生，只好在临邛开了一家小酒店，卓文君当垆卖酒，司马相如身着犊鼻袴，亲自洗涤酒器。卓王孙来看望女儿，见到司马相如这种着装惨况，羞得