



敦煌古代 衣食住行

DUNHUANG GUDAI
YISHIZHUXING

本书根据敦煌壁画和敦煌文献中的描绘和记载，真实再现了
古人衣食住行的方方面面：

衣，注重衣料质地，关心装饰物价值和不同人的穿戴差异。

食，追求滋补味美，关注食品多样化和蔬菜水果新鲜。

住，注重居住环境，追求舒适、实用、卫生、安全。

行，追求快速、方便、无障碍。

以史为鉴，古人的生活方式以及相关追求和愿望，或许会给予
现代人一些启示。

胡同庆 王义芝 ◎ 编著

HUTONGQING WANGYIZHI BIANZHU



NLIC2970937762



甘肃人民美术出版社

敦煌 古代衣食住行

胡同庆 Hu Tongqing 编著
王义芝 Wang Yizhi



NLIC2970937762



甘肃人民美术出版社

图书在版编目(C I P)数据

敦煌古代衣食住行 / 胡同庆, 王义芝编著. — 兰州:
甘肃人民美术出版社, 2012. 8
ISBN 978-7-5527-0038-1

I. ①敦… II. ①胡… ②王… III. ①敦煌学 — 通俗
读物②社会生活 — 中国 — 古代 — 通俗读物 IV.
①K807. 6-49 ②D691. 9-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第212701号

敦煌古代衣食住行

胡同庆 王义芝 编著

责任编辑: 刘铁巍

封面设计: 孟孜铭

出版发行: 甘肃人民美术出版社

地 址: 兰州市读者大道568号

邮 编: 730030

电 话: 0931-8773121(编辑部)

0931-8773269(发行部)

E-mail: gsart@126.com

网 址: <http://www.gansuarts.com>

印 刷: 兰州大众彩印包装有限公司

开 本: 787毫米×1092毫米 1/16

印 张: 12

插 页: 2

字 数: 160千

版 次: 2013年5月第1版

印 次: 2013年5月第1次印刷

印 数: 1~3000册

书 号: ISBN 978-7-5527-0038-1

定 价: 48.00元

如发现印装质量问题, 影响阅读, 请与印刷厂联系调换。

本书所有内容经作者同意授权, 并许可使用。

未经同意, 不得以任何形式复制转载。

前言

不管在什么时代，衣食住行对于每一个人来说，都是首先面临的、最需要解决的基本问题。

然而，以“衣”与“食”而论，究竟哪一个问题排第一，却有不同的看法。一般而论，许多人都认为“食”应该排第一，因为如果人不吃饭就会饿死，人就无法生存，其他也就不用谈了。此种说法初听似有道理，但仔细一想则非也。因为我们是在谈人类的衣食住行，而人类与其他动物最明显的区别，即是否穿衣。人的进化之一，就是褪去身上的皮毛而穿上衣服。而饮食需要，并非人之独有，也是其他动物所必需的。衣饰是区别人与其他动物的标志物，因此本书认为还是将“衣”排列在第一位似乎更为合理。

人的需求和愿望是社会发展的动力，也是人类衣食住行发展史中不可忽略的内容。敦煌艺术是佛教艺术，根据佛经所描绘的西方净土、弥勒净土等理想世界中寄托当时人们的美好理想和愿望，因此本书分别在每一章的第一小节首先介绍佛教理想世界中的相关内容。从中我们可以了解到，在佛教理想世界中，古人对衣着的追求是希望在解决温暖问题的基础上，注重衣料质地和装饰物的价值，追求华丽和珍贵，注重不同等级、地位之人穿戴之差异。对饮食的追求首先是能吃饱，然后是吃的品种、食物的质量与新鲜程度、装食物的餐具等。对于居住的追求，特别注重其周边环境，追求豪华，同时追求舒适、实用、卫生、安全等；另外亦追求娱乐享受。追求的出行方式主要是快速、方便、无障碍等。

本书尽可能从多角度全面地介绍相关内容，如在介绍“衣饰”时，不仅介绍当时不同阶层、不同民族的服饰特征，也介绍

人们在发髻、面妆、佩饰等方面的时尚和个性追求，以及与服饰密切相关的纺织原料和制作、印染、皮革加工等情况。在介绍“饮食”时，不仅介绍当时人们日常必需的主食、蔬菜、水果、肉食、调料等品种，也介绍相关的加工工具、制作方法，以及当时的饮食习惯、风气和相关的经济、文化等内容。在介绍“居住”时，不仅介绍当时人们居住的不同功能的建筑 and 不同风格的建筑，还介绍与居住相关的水井、厕所、浴室乃至家具，以及当时修建房屋的施工场景。在“出行”篇，不仅介绍当时人们出行如何之艰难，还介绍悬崖间架设的栈道和河流上修造的桥梁，同时介绍在江河湖泊中航行的各种船只和陆地上不同用途的各类车辆，以及路边的旅店和行人出入关隘的通行证等。

需要指出的是，本书中的敦煌既具有地域上的意义，同时也具有史料上的意义。即文中介绍的内容，有些确实是敦煌本土社会生活状况，而有些则反映的是其他地区的社会生活状况。如“饮食”中介绍的大部分内容都是敦煌本土的情况，而“出行”中介绍的舟船应该是其他地区江河湖泊中的交通工具，还有帝王的服饰、文人情调的亭台、草堂等也应该是反映其他地区的情况。

从审美心理角度考虑，本书内容分为四大部分，每部分为十二三小节，每小节1500至2000字左右，并穿插数幅相关图片。结构简洁，字数适当，图文并茂，不但避免了读者的眼疲劳，而且还让读者有生动形象的直观感受。

本书融通俗性、知识性、学术性为一体，具有很强的可读性，读者对象既包括希望进一步了解敦煌文化的导游和游客，也适合具有一定古文阅读能力的大中专学生和初高中学生，同时为古代社会生活研究者提供了丰富的图文资料。

目录 contents

衣 饰

- 佛教理想世界的衣饰 2
- 帝王官吏服饰 5
- 贵族妇女服饰 8
- 武士服饰 13
- 西北民族服饰 18
- 庶民百姓服饰 23
- 追新求异的发髻 26
- 多样化的插梳方式 29
- 争奇斗艳的面饰 33
- 高贵典雅的戒指 37
- 奇异的美甲风俗 40
- 具有民族特色的荷包 43
- 本地的纺织印染业与皮革业 46

饮 食

- 佛教理想世界的饮食 52
- 滋补药膳《神仙粥》 55
- 花样繁多的面食 58

- 蔬菜清新瓜果香 62
- 丰富的肉食与乳品 66
- 五味俱全的调料品 70
- 粮食加工有磨碓 73
- 敦煌僧尼饮酒风气 77
- 为了减乏恢复体力而饮酒 80
- 敦煌酒的品种与酿造 83
- 利润丰厚的酒店生意 86
- 佛事与婚丧等活动中的饮食 89

居住

- 佛教理想世界的居住环境 94
- 具有防御功能的坞堡宅院 97
- 异域风格的西域式建筑 100
- 传统风格的中原式建筑 103
- 便于管理控制的里坊城 107
- 遮蔽作用的
 - 障日板、帐帷、屏风 110
 - 文人情趣的亭、草堂、园石 114
 - 赖以栖身的草庵、穹庐 118

- 清洁卫生安全的水井 122
- 卫生环保的厕所、浴池 125
- 人生临终阶段的居住处 128
- 建屋造房施工忙 131
- 各类家具应有尽有 134

出行

- 佛教理想世界的出行方式 140
- 地理指南《沙州都督府图经》 144
- 形象地图《五台山图》 147
- 丝路商旅多艰险 149
- 悬崖凌空凿壁架栈道 152
- 河水阻隔有桥梁 155
- 出入关隘的通行证：过所 159
- 主要出行方式：
 - 徒步、骑马与驮运 164
 - 陆路交通工具：车辆 168
 - 水上交通工具：舟船 173
 - 体现不同地位身份的轿 178
 - 途中食宿有旅店 182

衣饰

莎士比亚有一句名言：“衣裳常常显示人品。”又有一句：“如果我们沉默不语，我们的衣裳与体态也会泄露我们过去的经历。”

——梁实秋《衣裳》

● 佛教理想世界的衣饰

人与其他动物最明显的区别，即是否穿衣。人的进化标志之一，就是褪去身上的皮毛而穿上衣服。所谓站立行走、思维情感、饮食性爱等等，并非人之独有，其他动物也可能具有，只是程度、高低有所不同而已。

所谓“衣冠禽兽”，指穿戴衣帽但行为卑劣如同禽兽的人。由此可见衣饰是区别人与其他动物的标志物，亦可见衣饰对于人类的重要性。

衣饰，也是区别人与人之间差异的标志物，是人与人身份、地位差异的象征。如果衣服的功能仅仅是为了保暖，则人类保留身上的皮毛即可。

在佛教的理想世界中，也非常注重人的衣饰。如对于天宫中天人所穿之衣，有佛经还专门论及其重量，如《菩萨瓔珞本业经》卷下云：“净居天衣重三铢。”又《长阿含经》卷20云：“四天王身长半由旬，衣长一由旬，广半由旬，衣重半两。忉利天身长一由旬，衣长二由旬，广一由旬，衣重六铢。焰摩天身长二由旬，衣长四由旬，广二由旬，衣重三铢。兜率天身长四由旬，衣长八由旬，广四由旬，衣重一铢半。化自在天身长八由旬，衣长十六由旬，广八由旬，衣重一铢。他化自在天身长十六由旬，衣长三十二由旬，广十六由旬，衣重半铢。自上诸天，各随其身而着衣服。”级别高的天人虽然身材愈加高大，衣服也随之加倍的宽长，但衣服的重量却反而愈加地轻盈。

又如《大智度论》卷34云：“四天王衣重二两。忉利天衣重一两，夜摩天衣重十八铢，兜率天衣重十二铢，化乐天衣重六铢，他化自在天衣重三

铄。色界天衣无重相，欲界天衣从树边生无缕无织，譬如薄冰光曜明净有种种色；色界天衣纯金色光明不可称知。”不仅谈论衣服的重量，还谈到衣服是“从树边生”，未经过“无缕无织”的生产过程，而且其色泽透明犹如“薄冰光曜明净”等。

再者，《法苑珠林》卷3“衣量部”

云：“六欲界六天中皆服天衣飞行自在，看之似衣光色具足，不可以世间缛彩比之。色界诸天衣服，虽号天衣其犹光明，转胜转妙不可名也。……欲界诸天衣服种种庄严不可具述，然化乐天、他化二天，所着衣服随心大小，轻重亦尔。色界诸天不着衣服如着不异，头虽无髻如似天冠。”述及天人穿上衣服“飞行自在”，其“光色具足”，并且“衣服随心大小，轻重亦尔”，还述及头饰“虽无髻如似天冠”。

敦煌壁画中依据《佛说弥勒下生经》中经文“时阎浮地内，自然树上生衣，极细柔软人取着之”描绘了不少生动图像。如莫高窟宋代第55窟南壁《弥勒经变》中，空地上一棵大树，有数人正从树上拿取衣服（图1）。又如榆林窟第38窟西壁五代绘制的《弥勒经变》中，道路旁有一搭满衣服的木架，其右侧有一人正在试穿衣服，画面下方有一人拿着一件长袍在身前比量，另有一人观看；画面有榜题为：“尔时弥勒世时衣生价（架）上。”由“树上生衣”演变成了“架上生衣”（图2）。“自然树上生衣”或“架上生衣”是言其数量上满足人们的需要，“极细柔软”是言其衣料质地甚佳。



图1

宋代第55窟南壁 弥勒经变·树上生衣



图2

榆林窟第38窟西壁五代绘 弥勒经变·架上生衣

在《妙法莲华经·马明菩萨品第三十》中，述及须弥山北面的“郁单越，地方四十万里。……树上生衣服及七宝瓔珞，……生儿堕地抱于道边，……七日便得成人，往诣树下，仰头看树，七宝瓔珞衣服着体。无有染色捣治之苦，亦无割截裁缝之劳。”树上不仅生产衣服，还生产饰品瓔珞，还特别强调“树上生衣”没有“染色捣治之苦”，也没有“割截裁缝之劳”。

敦煌文献中也有关于佛教理想世界中衣饰的记载，如P. 2133《妙法莲华经讲经文》中谈“衣服供养”时说：“若用名衣供养，功德无边无量，只将人世绮罗，裁作天宫模样。或添瓔络身中，或缀宝冠头上，或者五色荧煌，或作轻盈晃浪。一生供养不曾休，长将正段旋新羞，每把金襴安膝上，更将银缕挂肩头。冬天厚暖应难比，一月轻纱一切周，到老一生长供养，西方净土必遨游。”这里面特别强调衣料为绮罗，“金襴”“银缕”饰之外，更注重配之以“瓔络”、“宝冠”等贵重装饰物。

佛经《妙法莲华经·观世音菩萨普门品》中还着重谈及装饰物瓔络的贵重性：“无尽意菩萨白佛言：‘世尊，我今当供养观音菩萨。’即解颈众宝珠瓔珞，价值百千两金，而以与之。作是言：‘仁者受此法施珍宝瓔珞。’时观世音菩萨不肯受之。”转而又将“其瓔珞，分作二分，一分奉释迦牟尼佛，一分奉多宝佛塔”。

敦煌文献S. 4571《维摩诘经讲经文》谈及衣饰时亦云：“头冠耀处黄金簇，……顶戴珍珠，身严玉佩。……曜曜衣装百玉纹，遥遥宝彩金黄缕。”追求的重点也是贵重的金银等饰品。

从以上佛经和敦煌文献的记载可以看到，古代佛教理想世界追求的衣着不仅是解决温暖问题，同时注重衣料质地和装饰物的价值，追求华丽和珍贵，也注重不同等级、地位之人穿戴之差异。

● 帝王官吏服饰

敦煌壁画中帝王官吏的形象很多，除了穿插在大型经变故事画中的一些人物以外，还比较集中地反映在《维摩诘经变》《涅槃经变》和供养人行列中。其主要的冠服形制，有下列几种：

袞冕。《新唐书·车服志》云：“袞冕者，践祚、飨庙、征还、遣将、饮至、加元服、纳后、元日受朝贺、临轩册拜王公之服也。”初唐第220窟、盛唐第103窟等窟《维摩诘经变》中，均有帝王图，人数多，场面大，可以看到比阎立本《帝王图》更复杂的人物衣冠。如第220窟中的帝王头戴冕旒，身穿青衣朱裳、曲领、白单衣、蔽膝、大带、大绶，足穿赤舄，衣



带上绘日月、星辰、山、龙等十二章。冕冠，为一长板状物“纒”平置于头顶，“纒”的前半部分为黑色（变色所致），后半部分为石青色；“纒”的前沿下垂六条旒为黑色（变色所致），后沿下垂的六条旒为白色（只画出四条），与《新唐书·车服志》中“垂白珠十二旒”部分吻合，故此冕冠的纒、旒前后的不同颜色值得关注。两足之舄为赤色，白底，笏头。（图3）

图3
初唐第220窟
东壁北侧
帝王图



图4
西魏第285窟南壁
五百强盗成佛图
国王

通天冠。其冠高竖，有展簪，有山形装饰，卷拱向后倾斜，即前有博山，后有卷梁，大体与汉晋服制相合（图4）。

笼冠，也叫武冠、惠文冠，为帝王、贵族、武官之服饰。《晋书·舆服志》云：“武冠，一名武弁，一名大冠，一名繁冠，一名建冠，一名笼冠，即古之惠文冠。或曰赵惠文王所造，因以为名。亦云，惠者螭也，其冠文轻细如蝉翼，故名惠文。”笼冠是南北朝时的主要冠饰，其形制为平顶，



图5
西魏第285窟南壁
沙弥受戒自杀
图的国王和长者

（图5）。颇为有趣并值得关注的是，在同一个洞窟中，同样是正在行使审判长职责的国王，却一个戴通天冠，另一个则戴笼冠。西魏第288窟东壁南侧的贵族供养人，身穿绛纱袍，头上也是在冠幘上加戴白纱笼冠。

通天冠，帝王的朝服之一，如《宋史》志69中记载：“五月朔，受朝贺于崇元殿，帝服通天冠，绛纱袍。”凡戴此冠，必须同时穿深色衣袍，颜色随季节而变化。其形状据《后汉书·舆服志》记载：“通天冠，高九寸，正竖，顶少邪却，乃直下为铁卷梁，前有山，展簪为述，乘舆所常服。服衣，深衣制，有袍，随五时色。”西魏第285窟南壁《五百强盗成佛图》中的国王，即穿皂色深衣袍，手挥麈尾，头戴

两边有耳垂下，戴时罩于冠幘之外，下用丝带束缚。一般以黑漆细纱制成，故又称“漆纱笼冠”。同时还有一种笏子式冠，多限于地位较高的统治者或贵族使用。如宋·周密《癸辛杂识》云：“宋齐之间，天子燕私多著白高帽，或以白纱，今所画梁武帝像亦然。”西魏第285窟《沙弥守戒自杀品》长者向国王交纳罚金的画面中，国王与长者均在冠幘上加戴白纱笼冠，和文献记载完全吻合

长袍、襴衫，古代百官士庶之长服。

刘肃《大唐新语》里说：“隋代帝王贵臣多服黄纹绫袍、乌纱帽、九环带、乌皮六合靴，百官常服同于走庶，皆着黄袍及衫。”此服类似长衫，袖大，不分衣和裳，内充絮以御寒。敦煌壁画中的世俗人物多此穿着，如隋代第281窟供养人“大都督王文通”，穿窄袖黄袍、幞头、乌皮靴。唐代第341、329、323、217等窟中许多供养人，均穿窄袖长袍、幞头、乌靴、革带、持笏。这种服饰，到盛唐时期才逐渐

渐为新的形式“襴衫”所代替。所谓“襴衫”，《新唐书·车服志》里说：

“中书令马周上议：‘《礼》无服衫之文，三代之制有深衣。请加襴、袖、褭、襜为士人之上服。开髀者名曰缺髀衫，庶人服之。’”因此，盛唐以后官吏多着襴衫，如盛唐第130窟所绘晋昌郡太守乐庭瑰，穿浅青襴衫，盘领褒博，袖较大，裙长至脚（图6）。



图6
盛唐第130窟
甬道北壁
晋昌郡太守礼佛

幞头。唐代官吏凡穿袍或襴衫者，均戴幞头。幞头是由汉晋幅巾或者燕巾逐渐演变而来，到北周时代才形成固定形式。

《隋书·礼仪志》里说：“用全幅皂而向后幞发，俗人谓之幞头。自周武帝裁为四脚，今通于贵贱矣。”如隋代第281窟男供养人戴黑幞头，平顶，二脚系脑后，二脚垂额前。马缟《中华古今注》卷中“幞头”条记载，唐初侍中马周作了一番改进，“与罗代绢，又令重系前后，以象二仪，两边各为三撮，取法三才，百官及士庶为常服。”盛唐以后外裹皂罗，头上二脚已不明显，脑后垂脚一般有五六寸，形成幞头基本形式，唯后垂二脚形式不一，有软脚，交脚、长脚、展脚、翘脚、硬脚、牛耳等，随时代变化而形式各异。如盛唐第45窟北壁“未生怨”和“十六观”故事画中的一些世俗男子，着襴衫、革带、乌靴，头戴长脚幞头，两脚长加带，自头后垂于肩臂。又如五代第108窟甬道北壁绘张淮庆等供养人像，头戴硬脚幞头，穿圆领大袖赭色汉装，手拿笏板（图7）。



图7
五代第108窟
甬道北壁
供养人

● 贵族妇女服饰



图8
中唐第231窟
东壁门上
女供养人

敦煌壁画中的贵族妇女形象，一部分穿插在经变故事中，大部分反映在供养人画像行列里，重要的服饰有下面几种：

大袖裙襦。汉晋以来，妇女的服装即以襦与裙组成。唐代承袭前代遗制，以大袖裙襦为贵族妇女的礼服，主要见于经变画中。如中唐第231窟东壁门上的女供养人头饰花钗，高髻，穿染缬大袖裙襦，披罗巾（图8）。宋·高承《事物纪原·衣裳带服·大衣》云：“唐则裙襦大袖为礼衣。”《新唐书·车服志》亦云：“淮南观察使李德裕令管内妇人衣袖四尺者阔一尺五寸。”可见襦袖宽大已成风气，唐以来的敦煌壁画中，大袖裙襦比比皆是。如盛唐第217窟北壁“十六观”中的韦提希夫人、初唐第334窟西壁龕内《维摩诘经变》中的天女等，均身穿大袖裙襦。

窄衫小袖。敦煌壁画中隋唐时期的女供养人，多穿圆领窄袖衫，窄袖长垂，裙腰高束。如隋代第62窟东壁女供养人，圆领紧身窄衫小袖，长裙，披帛（图9）。初唐第329窟东壁女供养人，椎髻，圆领露胸窄袖衫，长

裙，纱巾。这种新装，也称“胡服”，在唐代妇女之间非常流行。《旧唐书·车服志》里说：

“士女皆竞衣胡服。”《新唐书·五行志》亦云：“天宝初，贵族及士民好为胡服胡帽，妇人则簪步摇钗，衿袖窄小。”唐·韩偓《袅娜》诗云：“袅娜腰肢澹薄妆，六朝宫样窄衣裳。”白居易《上阳白发人》亦云：“小头鞋履窄衣裳。”唐永泰公主墓画中的宫女，全部穿窄衫小袖，

长裙披巾，与敦煌初、盛唐窄衫小袖服装完全相同。



图9
隋代第62窟东壁 女供养人

半臂衫裙。隋唐时期妇女服装，又称半袖，一种半袖上衣。有对襟、套头、翻领或无领式样，袖长齐肘，身长及腰，以小带子当胸结住。因领口宽大，穿时袒露上胸，多穿在衫襦之外。流行于隋代宫廷内，先为宫中内官、女史所服，唐代传至民间，历久不衰。宋·高承《事物纪原》记载：“隋大业中，内宫多服半臂，除即长袖也。唐高祖减其袖，谓之半臂。”五代·马缟《中华古今注》卷中记载：

“尚书上仆射马周上疏云：‘士庶服章，有所未通者。臣请中单上加半臂，以为得礼。’”故“中单上加半臂”为唐代男女、士庶通服之衣。如盛唐第130窟都督夫人穿碧罗花衫，外套绛地花半臂；女十三娘也是身穿半臂衫裙。另

外，初唐第323窟南壁中的纤夫、初唐第375窟南壁下部的女供养人、盛唐第217窟东壁北侧《观音经变》中的妇女等人物形象，均着半臂之服（图10）。



图10
盛唐第217窟东壁
观音经变·妇女



图11

盛唐第103窟
法华经变·
骑骡妇女

幂篱帷帽。唐初曾一度流行过幂篱，后改用帷帽，壁画中有类似的形式。盛唐第217、103窟《法华经变》“化城喻品”中，骑骡马的妇女，身着大红长裙，脚穿乌靴，头戴黑色帷帽，帽上戴笠，仅露面部，笠沿垂网，前拥项下，后披肩背，这是从幂篱转变到帷帽的中间形式（图11）。《旧唐书·舆服志》里说：“武德、贞观之时，宫人骑马者，依齐、隋旧制，

多着幂篱，虽发自戎夷，而全身障蔽，不欲途路窥之。王公之家，亦同此制。永徽之后，皆用帷帽，施裙到颈，渐为浅露。……则天之后，帷帽大行，幂篱渐息。中宗即位，宫禁宽弛，公私妇人，无复幂篱之制。开元初，从驾宫人骑马者，皆著胡帽，靓妆露面，无复障蔽。士庶之家，又相仿效，帷帽之制，绝不行用。”宋人说帷帽是以障蔽风尘为目的的远行之服，与壁画中戴帷帽的人多为远行之形象吻合，这种服装与西北地区多风沙有关。

丈夫靴衫。亦称幞头靴衫，是吸收北方少数民族便于骑射的胡服改进而成。唐初，太平公主便身着紫衫玉带皂罗折上巾，歌舞于高宗和武后筵前。这种“束装似男儿”的装扮，在唐代蔚然成风，开元、天宝年间达到高潮。《旧唐书·舆服志》云：“或有着丈夫衣服靴衫，而尊卑内外，斯一贯矣。”《新唐书·车服志》亦记载：“宫人从驾，皆胡帽乘马……有衣男子衣而靴，如奚、契丹之服。……开元中，……奴婢服襦衫，而士女衣胡服。”吴道子《释迦降生图》中的执扇侍女、张萱《虢国夫人游春图》中的从骑、永泰公主墓室壁画中的侍婢，均着幞头靴衫。敦煌盛唐第130窟