

课本
来不及
告诉你的

古代史

到



打卡
生活

历史课番外——
隋唐人的科技文化Vlog



徐德亮
主编

李云河 樊琦 著



皎若朝霞：体验隋唐人的灿烂时光

中国纺织出版社有限公司

国家一级出版社
全国百佳图书出版单位



到隋唐打卡生活

“课本来不及告诉你的古代史”
丛书系列

《到先秦打卡生活》 《到秦汉打卡生活》

《到三国两晋打卡生活》 《到南北朝打卡生活》

《到隋唐打卡生活》 《到宋朝打卡生活》

《到元朝打卡生活》 《到明朝打卡生活》

《到清朝打卡生活》



上架建议：历史 | 传统文化

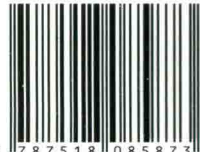


中国纺织出版社有限公司
官方微信



中国纺织出版社有限公司
官方微博

ISBN 978-7-5180-8587-3



9 787518 085873 >

定价：68.00元

课本
来不及
告诉你的

古代史




打卡
生活

徐德亮

主编

李云河 樊琦 著

 中国纺织出版社有限公司

内 容 提 要

《到隋唐打卡生活》是“课本来不及告诉你的古代史”丛书之一，以轻松活泼的叙述方式，描述了隋唐时期的民间社会生活百态。全书生动地展现隋唐人的日常饮食、防暑保暖、交通、住房、职业、旅游、文体活动，等等，像是一幅文字版的“清明上河图”。隋唐民间的生活到底是什么样的，有哪些特殊的风俗习惯，现代人对隋唐人生活的好奇，将在书中一一得到解答。同时，书中配有多幅精美的插图，生动再现隋唐人的日常生活面貌。

“课本来不及告诉你的古代史”丛书，囊括了中国历史上各个时期的百姓日常生活史，由历史学领域的资深写作者执笔，以正史为蓝底，以幽默生趣、易于阅读的讲史方式，还原各个朝代的的不同社会风貌，生动呈现中国古代百姓生活的变迁和传承。

图书在版编目 (CIP) 数据

到隋唐打卡生活 / 李云河, 樊琦著. --北京: 中国纺织出版社有限公司, 2021.7
(课本来不及告诉你的古代史 / 徐德亮主编)
ISBN 978-7-5180-8587-3

I. ①到… II. ①李… ②樊… III. ①中国历史-隋唐时代-通俗读物 IV. ①K241.09 ②K242.09

中国版本图书馆CIP数据核字 (2021) 第099176号

策划编辑: 李满意 胡 明 责任编辑: 张 强
责任校对: 王蕙莹 责任印制: 王艳丽

中国纺织出版社有限公司出版发行
地址: 北京市朝阳区百子湾东里A407号楼 邮政编码: 100124
销售电话: 010-67004422 传真: 010-87155801
<http://www.c-textilep.com>
中国纺织出版社天猫旗舰店
官方微博<http://weibo.com/2119887771>
北京华联印刷有限公司印刷 各地新华书店经销
2021年7月第1版第1次印刷
开本: 880mm × 1230mm 1/32 印张: 11
字数: 180千字 定价: 68.00元

凡购本书, 如有缺页、倒页、脱页, 由本社图书营销中心调换

序 言

按图关洛风烟在，遗址隋唐锦绣余

每个中国人心中都有一个大唐，眼里都有一座长安。从宋朝开始，“唐”就成为外国对中国之地和国货的代称，中国人也被称为“唐人”。哪怕到了今天，许多国家依然将当地华人聚居的地方称为“唐人街”，可见唐的影响之深远。相较之下，三世而亡的隋朝就显得黯淡了不少，但我们不应忘记，正是隋朝大军在公元589年挥师南下，彻底结束了自东晋十六国以来长达三百年的分裂和战乱。隋唐三百余年，因为统一获得了安定与和平、发展与壮大，最终成就了我国历史上鼎盛的黄金时代。

翻开史书，首先映入眼帘的自然是从隋文帝始至唐哀帝终的二十四位隋唐帝王；其余便是当时的重要人物，无论王侯将相、后妃佳人还是文人雅士、游侠豪客，都或多或少地留下了属于自

己的片段，但谁来记载普通人的一生呢？每一个隋唐人的世俗生活、喜怒哀乐同样是历史的重要组成；每一个平凡而温情的细节最终拼出了整个帝国。故而，以观察者甚至参与者的视角走进当时的社会生活是很有意义的事情。

隋唐人的生活包罗万象，既有严肃隆重的宫廷礼制、官员服色，也有市井通俗的婚丧嫁娶、戴花描眉。哪些更重要呢？我们认为不分伯仲，前者是岁月悠长中的钟鸣鼎食，让我们从宏观上了解这个时代的基调，读懂他们为何会有这样那样的行为习惯；后者则是晨钟暮鼓里的人间烟火，让我们从细节上把握这个时代的脉搏，看到他们如何充实地过完自己的一生。

在这本书中，你有机会参加唐朝最隆重的大朝礼，感受“九天阊阖开宫殿，万国衣冠拜冕旒”的大国气象；你也可以跟随章怀太子出城打猎，体验“鹞翻锦翅云中落，犬带金铃草上飞”的豪壮情怀。你会知晓当时的男人为何害怕娶公主当驸马；你也能发现当时的女人除了爱化妆还会穿男装；你能看到府兵们立功边塞、保家卫国；你也能看到读书人投身科举、雁塔题名……



为了走进隋唐，今天的我们除了翻阅史书和诗文，还有一种宝贵的历史资源——那就是层出不穷的考古发现和文物。两相对照，往往能够获得更丰富的历史细节，也得以近距离触碰到更生动的历史风貌。譬如说，在白居易的作品中有着对自家住所的生动描写，毫不吝惜喜爱和赞美；而在洛阳，考古学家竟真的找到并发掘了白居易故居，在遗址中辨认出他笔下的池塘、厅堂、茶具、酒具……仿佛真的穿越一千多年的岁月来拜访这位大诗人一般。

总而言之，无论你对隋唐时期的吃穿住行还是艺术娱乐感兴趣，都能在这本书中找到有趣的知识和新奇的体验，进而对这个伟大的时代生出更多的理解。希望读过本书，你心中的隋唐不仅是逝去的辉煌，更是对未来的畅想。

李云河 樊 琦

2021年6月

唐 周昉 《挥扇仕女图》（局部）





目录



第一章 衣

- “衣帽”取人有来头——从隋唐人穿衣服说起 / 002
- 唐朝女郎头上的时尚单品——幂罽与帷帽 / 009
- 昙花一现的cosplay——穿男装的女子 / 014
- 寒光照铁衣——隋唐的军服甲冑 / 019
- 以“带”识人——比爱马仕更尊贵的男士高级皮带 / 025
- 金龟婿代表贵人吗？——从金龟换酒典故说起 / 031
- 爱美的唐朝男女如何化妆 / 036
- 香喷喷的唐朝人 / 041

第二章 食

- 舌尖上的盛唐景象——烧尾宴 / 048
- 皇帝也有“要饭”的时候——喂饱长安有多难 / 054
- 酒入豪肠，酿出盛唐 / 059
- 由俗到雅——不容易的喝茶 / 064
- 美食须用美器装——唐人餐桌上的奢侈品 / 069
- 刺身是唐人的美食宠儿——受唐人欢迎的生鱼片 / 074
- 唐与糖——那些与糖有关的故事 / 079
- 新疆古墓里的唐朝点心 / 083



第三章 住

走入隋唐百姓家 / 090

从跪到坐，“步步高升”的隋唐人 / 096

帝国之都，辉煌之城——隋唐长安有何魅力 / 101

大诗人白居易的退老之地——履道坊宅院 / 107

地下世界的模样——隋唐探墓游 / 112

第四章 行

文明的十字路口——隋唐丝路如何贯通东西 / 120

条条大路通长安——隋唐都城的交通路线 / 125

出门靠哪走？几点出门几点回？

——且看五花八门的唐代交规 / 129

出门旅行难不难？让“过所”告诉你 / 134

海舶来天方——唐代宝船驶往何地 / 139

诗人岑参的账单和唐代官方“快递”关系 / 144

唐代的“劳斯莱斯”和“爱马士”配件——骏马和马具 / 149

除了马，唐朝还有什么出行四脚兽 / 157

拖垮隋朝的大工程是如何修建的 / 162

赵州桥何以成为隋唐桥梁的巅峰 / 168



第五章 工

学成文武艺，货与帝王家——唐代公务员百态 / 176

谁是大唐的坚实捍卫者 / 182

笔走龙蛇，墨分五色——唐代伟大的艺术家们 / 187

“茶博士”与茶博士——从弃儿到茶圣的传奇人生 / 194

在皇家乐舞团上班是什么体验——唐代的教坊 / 199

不看广告看疗效——隋唐的中兽医 / 206

“歪果仁”在大唐能做啥

——意想不到的唐朝“怪职业” / 211

第六章 学

隋唐的娃娃是怎样读书的 / 218

在隋唐如何上大学？ / 223

朝为田舍郎，暮登天子堂——隋唐高考带来的新希望 / 229

读书、写诗、做官，大唐才女样样都争先 / 234

“爱书狂魔”隋炀帝父子与隋唐的书 / 239

唐代的文具——纸笔的故事 / 244

虚心求学的东邻访客——遣隋使与遣唐使 / 249

第七章 礼

- 一个大唐宝宝的诞生要经历多少仪式? / 256
- 回到隋唐打打猎, 你需要知道的几条规则 / 260
- 当大唐驸马, 真的就能一步登天吗? / 265
- 揍新郎、喝“毒酒”: 霸气又可敬的唐代女神们 / 270
- 没有广场舞的隋唐老人是如何安度晚年的 / 276
- 隋唐时如何招待异国他乡的客人? / 281



第八章 乐

- 马背上的“魁地奇”——唐代第一运动 / 288
- 华丽的唐代“盛装舞步” / 294
- 激烈程度不亚于“吃鸡”的古代游戏 / 299
- 全国放假、文艺表演、互赠礼物
——唐玄宗的生日有点酷 / 303
- 扮鬼? 放火? 这是隋唐人在过大年 / 308
- 当皇帝好累啊, 要不泡泡温泉吧? / 313
- 让唐朝人疯狂打CALL的爱豆们, 你会选择谁? / 317
- 唐朝人有什么爱宠? 从文物中找答案吧 / 321
- 附录1 隋唐纪元表 / 326
- 附录2 隋唐科技文化成就一览 / 329
- 后记 / 338





第一章
衣



“衣帽”取人有来头

——从隋唐人穿衣服说起

《左传·定公十年》有云：“中国有礼仪之大，故称夏；有服章之美，谓之华。”中国自古以来都被称为“衣冠上国，礼仪之邦”，因此历朝历代对于服饰制度都是十分重视的。在古人的眼里，穿衣打扮并不仅是为了御寒蔽体，也不只为了追求美，更重要的是可以明确社会的不同阶层和角色，是礼的重要部分，有点像时尚圈常说的“you are what you wear”。现在，让我们看看隋唐人都怎么打扮自己吧。

男子服装的分类

隋唐时期，有身份的男子所穿服装包括冕服、朝服、公服和常服四大类。其中，前三种都属于在重大国家典礼场合才穿的，十分烦琐复杂，穿戴起来也比较麻烦。

就拿祭祀天地时所穿的冕服来说吧，光皇帝的冕服就有12种，穿好以后头戴衮冕，下垂十二旒（liú），衣服上绣着各式吉祥图

案，名为“章”，还要穿着特制的厚底鞋。从皇太子到文武百官也有冕服，只是旒和章的数量比皇帝的少。

可以想象，穿着这样的礼服，走路都得小心翼翼的，跟礼仪活动的氛围倒是契合，但根本不适合日常生活嘛。所以在那个时候，无论皇帝还是下边的臣子们，平时最常穿的是常服。

和宽袍大袖的礼服相比，轻便的常服简直太有人性了！隋唐时期的男子常服，主要有头上戴的幞头和身上穿的袍服这两部分。

幞头来源于更早的头巾。古代男子蓄发，头发太长，垂下来不雅观，便在头顶挽成高高的发髻。为了遮风御寒，古人常用一块方形的布帛把头顶包裹起来，这就是最早的头巾。

到了北朝的时候，有意把头巾的四角加长，可以在额顶打结从而更加美观，形成了幞头的最初状态。隋朝的时候，人们还嫌幞头太软，于是先在发髻上罩一个比较硬的小笼子，然后再包裹幞头，这样出来的效果明显好了很多。

到了唐代，幞头更加流行，社会各阶层都会用。在《步辇图》中我们可以看到，就连稳坐在步辇上的唐太宗戴的也是幞头。

唐代中期以前，幞头在脑后垂下的两只“脚”都比较软，



章怀太子墓壁画



唐 阎立本 《步辇图》

称为软脚幞头，比如陕西省礼泉县韦贵妃墓壁画中的男性侍卫头上戴的就是。之后人们的审美观念转变了，给幞头的“脚”里加了骨架，把它撑起来，形成了硬脚幞头。从宋代到明代，硬脚幞头都是主流，还有干脆把幞头的双脚搞成上翘的。

袍服的使用范围同样很广，上至天子，下至庶民，都可以穿。甚至有时候在朝廷的正式会议上也穿。

与汉代以前的服装不同，隋唐时期的袍服吸收了很多来自胡人的因素，因此更加的干练。袍服多为圆领、右衽（即衣襟向右边翻折，属于华夏传统）、窄袖，文官的袍服一般长至脚踝，武官及平

民的要略短一些。为了活动方便，在袍服的下半部分还往往开衩，无论日常行走还是骑马坐车都不会迈不开腿。

相比于幞头，袍服上体现出更多的等级特征，典型标志就是袍服的颜色。在隋朝以前，衣服颜色并不跟人的身份等级挂钩，比较混乱。隋炀帝脑子活、点子多，率先改革服制，按照官品的不同，给服装也设定了颜色，不许跨等级乱穿。唐代也延续了这个做法，规定赤黄色是皇家专用，官员们根据官品从高到低，依次能穿紫色、深绯色、浅绯色、深绿色、浅绿色、深青色、浅青色的袍服。所以只要看一眼官员的服装颜色，就知道他的品级了。白居易的《琵琶行》里有一句很有名——“座中泣下谁最多？江州司马青衫湿”。当时他的品级只是从九品下，因此只能穿最低阶的青色袍服了。不过比起平民百姓来，他还是强多了，因为老百姓一般只能穿白色的衣服，哪怕是读书人，在没考中进士前也得这么穿，被称为“白衣”。唐代诗人朱庆馀有一句“扶病看红叶，辞官著白衣”，就反映出这一特征来。

唐朝女子的时尚四件套

上身小短衣，外加短袖衫，下身及胸裙，手臂绕丝巾，加在一起就是唐朝女子们的日常穿着。

唐朝姑娘们穿的短上衣，薄的叫衫，厚的有夹棉的就叫襦，有各种各样的领口形状，以圆领、方领、鸡心领、斜领最多，后来甚至出现半露胸部的袒领，堪称历朝历代女子常用服饰中最性感奔放的设计。

从隋朝到唐初，这种短衫讲究窄袖、贴身，一般还会在外面套