



# 文史名家联袂

讲述中国服饰文化的发展流变

品味中国华服之美

领略服饰背后的历史韵味

戴钦祥 陆钦 李亚麟 著

# 中国服饰史话

ZHONG

GUO

FU  
SHI

SHI  
HUA

典藏版



中国国际广播出版社



ZHONG  
GUO  
FU  
SHI  
SHI  
HUA

中国服饰史话

戴钦祥 陆钦 李亚麟 著

典藏版

## 图书在版编目 (CIP) 数据

中国服饰史话：典藏版 / 戴钦祥，陆钦，李亚麟著. —北京：中国  
国际广播出版社，2020.12（2021.4重印）  
（传媒艺苑文丛·第一辑）  
ISBN 978-7-5078-4779-6

I. ①中… II. ①戴…②陆…③李… III. ①服饰—历史—中国  
IV. ①TS941.742

中国版本图书馆CIP数据核字（2020）第239018号

## 中国服饰史话（典藏版）

---

著 者 戴钦祥 陆 钦 李亚麟  
出 品 人 宇 清  
项目统筹 李 卉 张娟平  
策划编辑 笄学婧  
责任编辑 笄学婧  
校 对 张 娜  
设 计 国广设计室

---

出版发行 中国国际广播出版社 [010-83139469 010-83139489 (传真)]  
社 址 北京市西城区天宁寺前街2号北院A座一层  
邮编：100055  
印 刷 环球东方（北京）印务有限公司

---

开 本 710×1000 1/16  
字 数 90千字  
印 张 10.25  
版 次 2020年12月 北京第一版  
印 次 2021年4月 第二次印刷  
定 价 29.00元

---

版权所有 盗版必究

# 目 录

<b>第一章 服饰的起源与演变</b>	<b>001</b>
<b>第二章 商周服饰</b>	<b>011</b>
一、商代衣冠	012
二、周代礼服	014
三、周代常服	020
四、周代鞋履	024
五、周代戎服	025
<b>第三章 秦汉服饰</b>	<b>027</b>
一、冠与帻	029
二、男服	031
三、女服	034
四、梳妆	034
五、鞋履	036
六、戎服	037
<b>第四章 魏晋南北朝服饰</b>	<b>038</b>
一、冠与帻	040
二、男服	041

三、女服	043
四、梳妆	045
五、鞋履	046
六、戎服	048
<b>第五章 唐、五代服饰</b>	<b>051</b>
一、官服	053
二、民服	057
三、女服	058
四、胡服	061
五、梳妆	064
六、戎服	066
七、五代服饰	068
<b>第六章 宋代服饰</b>	<b>070</b>
一、官服	072
二、民服	076
三、女服	078
四、胡服	080
五、梳妆	081
六、僧道服	084
七、戎服	085

<b>第七章 辽、金、元服饰</b>	<b>087</b>
一、辽代官服	090
二、辽代民服	091
三、金代权贵服饰	092
四、金代保护色服装	095
五、金代女服	095
六、元代官服与常服	096
七、元代女子服饰	100
八、辽、金、元戎服	101
<b>第八章 明代服饰</b>	<b>103</b>
一、官服	105
二、男服	112
三、贵妇冠服	116
四、一般女服	119
五、梳妆	120
六、戎服	121
<b>第九章 清代服饰</b>	<b>123</b>
一、官服	125
二、男服	135
三、贵妇冠服	137

四、一般女服	140
五、梳妆	144
六、戎服	145
<b>第十章 结束语</b>	<b>147</b>

# 服饰的起源与演变

## 第一章

中国服饰史话



每当人们走进历史博物馆那宽敞而明亮的展厅时，总是第一眼就可以看见原始人那繁忙的生活场景：有的围聚在火堆边烧烤兽肉，有的在原始森林中采集野菌，有的举着尖利的石块在追逐赤鹿和野牛，有的正站在湍急的流水中叉鱼……而当你再仔细观察的时候，你就会惊奇地发现，原来这些原始人除了用一块毛茸茸的兽皮或用绿叶编织成的草裙遮蔽着部分下体之外，几乎全身都裸露着，根本没穿什么衣裳。有少数人，则在脖颈或手腕处佩戴着用兽齿或河蚌等串成的装饰物……看到这些，也许你会产生疑问：为什么我们人类祖先的服装和佩饰会如此简单粗糙，而我们今天却那样丰富多彩？我国的服饰又是怎样由原始萌芽状态逐渐发展成熟起来的？我国历朝历代的服饰又是怎样的？有哪些主要形制和特点？为什么我国会享有“衣冠王国”的美誉？要弄清这一连串的问题，还是让我们从人类服饰的起源说起吧。

在遥远的古代，人类穴居野处，过着原始生活。那时，人们只知道用树叶、草葛遮挡烈日，防御虫蛇的啃咬、风雨的侵袭，以保护身体。或者是为了猎获野兽，把自己伪装成猎物的模样，如头顶兽角、兽头，身披动物皮毛，臀后拖着长长的兽尾，以便靠近目标，提高狩猎效果。后来，才逐渐懂得用猎获的赤鹿、斑鹿、野牛、羚羊、狐狸、獾、兔等野兽的皮毛把身体包裹起来御寒保暖，即古人所谓的“衣毛而冒（覆盖）皮”（《后汉书·舆服志》）。而这种完全出于实用的考虑，正是人类衣服和装饰产生的主要动因。至于为了遮羞或美饰则是后起的想法，是在人类形成了道德感、性羞耻心与审美观才产生的。当然，人类这些最初用以遮体的兽皮、树叶或用作伪装的兽角、兽头、兽尾，还只能说是服饰的雏形。到了人类学会磨制骨针、骨锥，缝制衣服，人类的服饰才脱离萌芽状态。这从旧石器时代的周口店山顶洞人<sup>①</sup>、山西朔县峙（shì）峪人<sup>②</sup>和河北阳原虎头梁人<sup>③</sup>等遗址发掘出的各种兽骨制成的骨针、骨锥，可以得到有力的证明。这些骨针和骨锥，虽然远不如今日的钢针、钢锥那般锋利，但以骨针针孔之细小、针体之短小圆滑及骨锥之尖锐，就当时的打磨水平而论，已经是相当精巧了。

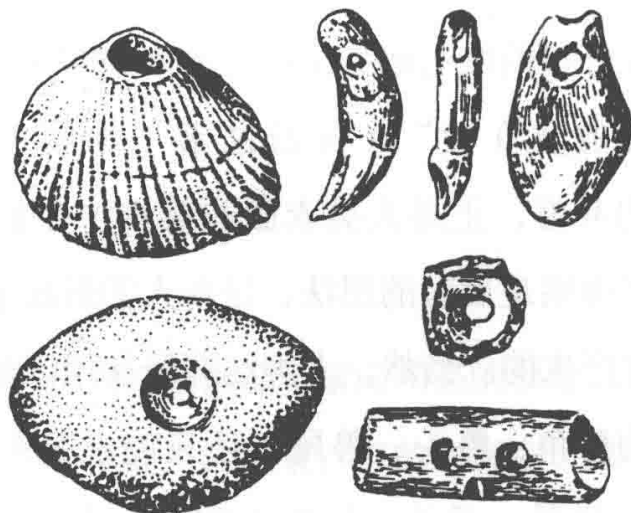
在山顶洞人的遗址及许多古墓葬中，还发掘出不少用天然美石、兽齿、鱼骨、河蚌和海蚶壳等经打制、研磨和钻孔串联而成的头饰、颈饰和腕饰等装饰品。它们大小不一，有圆有扁，尽管今天看来很粗糙，但足以说明，原始人已懂得佩戴饰物以表示对渔猎胜利的纪念，

① 在北京市房山区周口店龙骨山发现。

② 在山西朔县城西北的黑陀山东麓发现。

③ 发现于河北阳原县虎头梁附近。

并美化自己。正如普列汉诺夫在《论艺术》中所说：“这些东西最初只是作为勇敢、灵巧和有利的标记而佩戴的，只是到了后来，也正是由于它们是勇敢、灵巧和有利的标记，所以开始引起审美的感觉，归入装饰品的范围。”<sup>①</sup>



山顶洞人遗址出土的装饰品

约在五六千年前，中国的母系氏族社会步入繁荣阶段，原始的农业和手工业开始形成。人们逐渐学会将采集到的野麻纤维提取出来，用石轮或陶轮搓捻成麻线，然后再织成麻布，做成更进一步符合人体要求的衣服。这是人类服饰发展史上一个崭新的开端，也是人类社会进步的一个重要标志。

中国发明饲养家蚕和纺织丝绸是相当早的。历史上就流传着“伏羲氏化蚕桑为缁（suì）帛”（《皇图要览》）、黄帝原配妻子嫫祖西陵氏“始教民育蚕，治丝茧以供衣服”（罗泌《路史》）等传说。

<sup>①</sup> 普列汉诺夫. 论艺术 [M]. 曹葆华, 译. 北京: 生活·读书·新知三联书店, 1973: 11.

考古发掘表明，在新石器时代，人们已将蚕蛾驯化家养<sup>①</sup>，并能织出较为精细的丝织物。到了殷商时期，养蚕已很普遍，人们已熟练地掌握了丝织技术。随着织机的改进，提花装置的发明，已能织出除平纹织物外，还有畦纹和文绮织法的丝绸。加上刺绣与染彩技术的逐渐成熟，服饰也日益考究。史载，商纣王一次就赏赐给 300 名宫女大量丝织品，足以说明当时养蚕、取丝，乃至丝绸业已具相当规模。

衣服的样式是从简单到繁复发展的。最初的样式极其简单。在寒冷的北方，人们往往不分男女老少都披一件完整的兽皮。后来把兽皮中央穿个洞，或在兽皮一端切个凹口，就形成了名为贯头衣或斗篷的最早的衣服。在气候温暖的地带，人们最初只是用一块方布把下身围起来，这就是最早的裙子。它很像今天我国西南方少数民族所穿的筒裙。

衣服分上下，又是较晚些的事。一般说来，背心、套袖、套裤出现较早。当人们将背心、套袖、套裤和遮羞布连缀起来时，上衣和下衣也就出现了。

帽子和鞋是伴随衣服产生的。人们最初把一片树叶或树皮顶在头上以避免烈日的炙烤、淫雨的淋漓，这就是最古老的帽子。后来才逐渐发展为用兽皮或布帛裹头。人们用树皮或兽皮裹脚以防备荆棘、碎石，抵御严寒冰雪，这就是最早的鞋。后来才由裹脚之物逐渐发展为鞋。

进入阶级社会以后，我国服饰同社会的经济基础、政治制度、思

---

<sup>①</sup> 1926 年在山西夏县西阴村出土的仰韶文化遗存中，曾发现半个人工割裂的茧壳。见李济《西阴村史前遗存》。

想意识、风尚习俗、审美观念等的关系越来越密切。它的发展与演变总要受到各种社会条件的影响和制约。例如，由于人们在财富的占有上开始变得不平衡，财富的意识、观念甚至崇拜逐渐形成，人们的服饰观念也有了改变，服饰的美中又注入了富贵与贫贱的色彩。再如，伴随宗教的产生，宗教观念的影响在服饰发展上也有了明显的反映。所谓上衣像天（未明时）用玄色，下衣像地用黄色，这一黑一黄，无疑是受到对天地崇拜的原始宗教观念的影响和制约。至于祭服和丧服的确立，也显然是由于对天地、祖先和死者的迷信和敬畏，幻想依靠对天地、祖先和死者的祭拜来帮助自己度过各种灾难。

中国的冠服制度大约在夏商时期初步确立，至周代趋于完善。在这以前，古代男子一般都是长发披肩，或稍加系束，或梳成辫发，头戴冠巾。只有犯人才剃去头发。古代女子的发式与男子大体相同。夏商周时期，冠服制度已成为体现统治阶级意志、区别等级尊卑的东西，标志着权力和等级的冕服与官服以及各种饰品逐渐成为服饰发展的主流。到了春秋战国时期（公元前722年—前221年），冠服制度则进一步纳入“礼治”范围，成为礼仪的表现形式，充分反映封建的等级制度。按照《周礼》规定，举行祭祀大典或朝会时，帝王和百官必须身着冕服或弁服。它的具体形制因穿戴者身份的尊卑贵贱不同而各有差异。这个时期服装的主要形式是上衣下裳制。上衣大多为小袖，长到膝盖，下裳为前后分制，两侧各有一条缝隙，腰间用绦（tāo）带系束。

战国时期，服饰发生了明显的变化。这就是“深衣”和“胡服”的出现。深衣是将原有的上衣和下裳缝合在一起的衣服（有些像后世的连衣裙），因“被于体也深邃”（意思是遮蔽身体的面积大。

见《礼记·深衣》)得名。胡服是我国北方少数民族的服装。它一般由短衣、长裤和靴组成,衣身紧窄,便于游牧与射猎。赵武灵王为强化本国军队,在中原地区首先采取胡服作为戎装。由此,穿着胡服一时相沿成风,以至形成中国古代服饰史上第一次的大变革。

秦统一中国后,建立了各项制度,其中包括衣冠制度。汉代秦之初,大体上沿袭了秦制。至东汉明帝时,始参照三代与秦的服制,确立了以冠帽为区分等级主要标志的汉代冠服制度。服饰在整体上呈现凝重、典雅的风格。秦汉时期的男子主要穿着一种宽衣大袖的袍服。它基本上可以分为曲裾(jū,衣襟)与直裾两类。曲裾就是战国时的深衣;直裾又称襜褕(chān yú),除祭祀、朝会外,其他场合均可穿着。汉代服饰的另一特点是实行佩绶制度。

汉代女子一般都将头发向后梳掠,绾(wǎn)成一个髻。髻式名目繁多,不可胜举。此外贵族女子头上还插步摇、花钗作装饰。奴婢则多用巾子裹头。汉代女子的礼服是深衣,与战国时不同。还有穿襦(rú)裙和裤(大多仅有两只裤管,类似今天的套裤)的。

汉代的鞋也有严格的等级规定。

魏晋南北朝时期的服饰受到社会政治、经济、思想等方面的显著影响,由魏晋的仍循秦汉旧制,发展到南北朝时期各民族服饰的相互影响、相互吸收、渐趋融合,从而形成了中国古代服饰史上的第二次大变革。这一时期的服饰主要以自然洒脱、清秀空疏为特点。当时,一些少数民族的统治者受到汉文化的影响,醉心于褒衣博带式的汉族服饰,开始穿着汉族服装;同时,在北方少数民族迁居中原、民族杂处的情况下,广大汉族人民也逐渐穿起少数民族服装。从此,原有的

深衣形制在民间逐渐消失，胡服开始盛行。用巾帛包头，是这个时期的主要首服。较为流行的是一种在小冠上加笼巾的“笼冠”。这个时期汉族男子的服装主要是袖口宽大、不受衣袂（qū，袖口）约束的衫。少数民族男子的服装主要是紧窄的裤褶（zhě）和裊裆（liǎng dāng）。汉族女子的发饰也颇具特点，主要是假髻的风行。汉族女子的服装，初承秦汉旧制，后有所变化。衣衫多为对襟，下着长裙，腰束帛带。少数民族女子除穿衫裙外，还穿裊裆和裤褶，与男子几乎没有区别。

唐代服饰承上启下，法服与常服同时并行。法服是传统的礼服，包括冠、冕、衣、裳等；常服又称“公服”，是一般性的正式场合所着的衣服，包括圆领袍衫、幘（fú）头、革带、长筒靴。“品色衣”至唐代已形成制度。平民则多穿白衣。唐代女子的髻式繁复，还有在髻鬟上插金钗、犀角梳篦的。贵族女子面部化妆成“额黄”“花钿（diàn）”“妆靨（yè）”等。唐代女服主要为裙、衫、帔（pèi）。由于唐代处在我国专制社会的鼎盛时期，在文化交流中取广采博收政策，对西域、吐蕃的服饰兼收并蓄，因而“浑脱帽”“时世妆”得以流行。贵族女服呈现以展示女性形体和气质美的薄、露、透为特点的中国封建社会绝无仅有的现象。这可以说是中国古代服饰史上的第三次大变革。与前两次服饰大变革（南北向交流）有所不同，这次的特点是东西向的服饰大交流。

宋代服饰大体上沿袭了隋唐旧制。但由于宋王朝长年处于内忧外患交并之中，加上程朱理学的思想禁锢等因素的影响，这一时期的服饰崇尚简朴、严谨、含蓄。唐代的软脚幘头这时已演变为内衬木骨、

外罩漆纱的“幞头帽子”。皇帝与达官显宦戴展脚幞头。公差、仆役等戴无脚幞头，儒生戴头巾。宋代男子服装仍以圆领袍衫为主。官员除祭祀朝会外都穿袍衫，并以不同颜色区分等级。宋代女子的发式以晚唐盛行的高髻为贵。簪插花朵已成风习。宋代的女裙较唐代窄，而且有细褶，“多如眉皱”；衫多为对襟，覆在裙外。

辽、金、元三代均为少数民族执掌政权。服饰既各具本民族特色，又表现出与其他民族相融合的特征。辽代契丹服与汉服并行。契丹族男子“髡(kūn)发”，穿皮袍、皮裤(kūn)。女子面部常饰“佛妆”(以金色涂面)，着直领左衽团衫，拖地长裙。金代大体保持女真族服式，适应游牧生活需要，盛行保护色服装。男子通常梳辫发，头裹皂罗巾，身穿盘领窄袖衣，脚着乌皮靴。女子辫发向上盘髻，服装以襜裙为主。法定服饰初承辽制，后吸纳宋朝服饰特点，形成女真、契丹、汉族三合一的特色。元灭南宋后，种族等级森严，在服饰上多有禁制。帝王、大臣朝会时，一律穿同一颜色连体紧窄的“质孙衣”，以质地精粗不同区分等差。冬服、夏服也各有定制。贵族满身红紫细软，以宝石装饰为荣。女子一般戴皮帽，穿左衽窄袖织锦女袍，着靴。其最具特色的女帽是“姑姑冠”。它上宽下窄，像个翻倒的花瓶。蒙古族男子皆剃“婆焦”，戴皮帽，着右衽翻领皮袄，穿靴。辽金元戎服以便于骑射为特色。

明立国不久，就下令禁穿胡服，恢复了唐朝衣冠制度。所以，有明一代，重新出现了法服与常服并行的状况。明代的法服与唐制大体相同，只是进贤冠改成了梁冠，并增加了忠静冠、保和冠等冠式。明代官员戴乌纱帽，穿圆领袍。袍服除有品色规定外，还在胸背缀有补

子，并以补子上所绣图案的不同，表示官阶的差异。官员的腰带因品级不同质地也不一样。出于强化中央集权的需要，等级限制之严格成为明代服饰的一大特点。读书人多穿直裰（duō）或曳撒，戴巾。平民则穿短衣，戴小帽或网巾。明代女子的髻式也很多，而且常在额上系兜子，名“遮眉勒”。所着衣裙与宋元近似。但内衣有小圆领，颈部加纽扣。衣身较长，缀有金玉坠子，外加云肩、比甲（大背心）等。

清兵入关后，为巩固其在中原的统治，强制施行“剃发令”，并相继制定了官民服饰制度、服色制度等。结果导致传统冠服制度的最终消灭，形成满族服饰的一统地位，从而出现了中国古代服饰史上的第四次大变革。清代男子一律剃去额发，后拖长辫。服装有袍、袄、衫等形制。官员穿开衩箭袖长袍，外着朝褂。胸背各缀有一块补子，上面绣有各种纹饰，用以区分官员品级。此外，还用帽顶饰物质地的优劣来表示官员品阶的不同。清代女子的服饰则满汉两制并存。满族女子梳辫或髻，或“两把头”“大拉翅”。着旗装，即穿旗袍，外加坎肩，穿高底鞋。汉族女子仍上着衫、袄，下着裙、裤。这一形制流行了200多年，至武昌起义的枪声划破长空，辛亥革命爆发，男性纷纷抛弃长袍马褂，剪掉长辫而着起中山装或西装，女子蜂起剪去长发而穿起西洋化的旗袍、长不过膝的裙装，从而掀起中国服饰史上又一次新的更大的变革。服饰的发展重新回到了一个自由的状态。