

# 中國涼鞋簡史：人字拖，千年前就有

去年，在河南衛視的《2024 七夕奇妙遊》中，西施以一支響屐舞讓古典美具象化了——她腳踩木屐、裙綴鈴鐺起舞的模樣，讓世人見識到了 2000 多年前的東方美學。

木屐作為「涼鞋始祖」，至少已有 3000 多年的歷史。下面一起瞭解一下中國涼鞋的簡史。

## 木屐：孔子也是「代言人」

古代中國的涼鞋，主要可以分為木屐和草鞋兩種，木屐是到新石器時代才開始有了雛形。

位於浙江寧波的慈湖遺址曾出土過這樣兩塊殘存的木屐：扁木上的孔洞應該是用來穿繩，以保持木屐表面平整並固定腳面的。但出土時繩帶已腐爛，屐齒也不見蹤影。

春秋時期，孔子是木屐的「代言人」之一，身材高大的他要穿一尺四寸（約 47 厘米）長的木屐，這「超大號」的特製涼鞋就被賊人偷去，並在 700 多年後成為了晉惠帝「武庫三寶」之一。

到了漢、三國時期，木屐已屬常服。老年人都很喜歡穿，新娘出嫁時還要穿彩色繫帶的漆畫屐：「延熹中，京師長者皆著木屐。婦女始嫁至，作漆畫屐，五彩為系。」（應劭《風俗通義》）

安徽馬鞍山的東吳大將朱然的墓中就曾出土過一雙豪華漆木屐。至此，「日本的漆木屐是從中國傳入」的論點終於有了實證。

晉代名士阮孚更是木屐的「忠實粉絲」，他曾在保養木屐時感歎，不知道自己這輩子能穿到多少雙木屐：「孚性好屐……或有詣阮，

正視自蠟屐，因自歎曰：『未知一生當著幾量屐！』神色甚閒暢。」

「山水詩派」的鼻祖謝靈運則將木屐升級成了有活動齒的版本。喜歡爬山的他「登蹻常著木屐，上山則去前齒，下山去其後齒。」

當時的貴族們還常穿一種高齒屐，以顯示其身份地位。

儘管早在東漢的《釋名·釋衣服》中就已經提到可以將木屐用作雨鞋：「屐，楮也。為兩足楮以踐泥也。」但直到宋代，這種用法才推廣開來。張瑞義的《貴耳集》中就記載了蘇東坡冒雨戴笠著屐而歸的情景：「一日遇雨，藉笠屐而歸。」

明清時期，人們更常穿一種與現代拖鞋相類似的無齒木屐，特別是在氣候炎熱的兩廣和沿海地區，無論男女，都是這種木屐的愛好者。就如屈大均在《廣東新語》中所說，那時の木屐既有純木的，也有表面塗漆或包裹繡花布、皮革的：「今粵中婢媵，多著紅皮木屐。士大夫亦皆尚屐。沐浴乘涼時，散足著之，名之曰『散屐』，散屐以潮州所制拖皮為雅，或以木包木為之。……新會尚朱漆屐；東莞尚花繡屐，以輕為貴。」



▲明·朱之蕃 臨李公麟畫蘇軾像（局部），北京故宮博物院藏。



▲ 1964 年吐魯番阿斯塔那 29 號墓出土的蒲鞋，新疆維吾爾自治區博物館藏。



▲西漢·麻鞋，荊州博物館藏。

## 麻鞋：唐代人的「夏日通勤必備單品」

自夏朝起先民們就會用麥秸、稻草、麻、蒲草等編製草鞋：「夏殷皆以草為之屬，左氏謂之菲履也。」（唐·王睿《炙穀子雜錄》）《詩經·魏風》裡也提到過「葛屨」鞋：「糾糾葛屨，可以履霜。」

這類草編涼鞋基本都是由鞋底、鞋耳、鞋鼻三部分組成，結實、輕便又透氣，刷上彩漆就有了更多顏色的選擇，上至皇親貴族下至平民百姓都愛它。

據《周禮·天官·屨人》記載，周朝還設有專門的機構和人員為周王和王后製作草編涼鞋，「赤舄、黑舄、赤屨、黃屨、青句、素屨、葛屨……」這些都是按顏色、款式、場合、季節分類的王家「特供鞋」。

魏晉以後興起了「黃草心鞋」，據《炙穀子雜錄》記載，西晉嘉元年間「宮內妃御皆著之」，這種草鞋做工非常精美，鞋頭上還會有鳩、鳳一類的裝飾。

漢代最常見的涼鞋，是平價一點的麻鞋和草鞋，形狀有平頭和尖頭兩種。鳳凰山 168 號漢墓出土的麻鞋，就有著猶如貓耳一般的鞋頭設計，即大膽又新穎，即使放到現在也不過時。

「麻鞋見天子，衣袖見兩肘。」隨著麻的種植規模不斷擴大，麻鞋成為了唐代人的「夏日通勤必備單品」。再加上玄奘這位「旅遊博主」的推薦，麻鞋得以傳入西域並引領了時尚的潮流。

新疆吐魯番阿斯塔那 187 號唐墓中，就

出土了保存完好的唐代麻鞋。這雙鞋以粗麻繩編作厚底，細麻繩編作鞋面，整雙鞋面結構疏朗，中間編成鏤空狀，1000 多年過去了看起來還是很好穿。

愛美的婦女們還會將麻鞋染成彩色，在閻立本的《步辇圖》中，就有半數宮女都穿著紅色的麻鞋。

相比之下，用蒲草編製的涼鞋就顯得小眾了一些。「蒲，水草也。」多年生的蒲草莖葉細長，乾燥後柔韌性極好且不易破碎，用來編製草鞋再合適不過。

誕生於武則天時代的蒲鞋，製作精巧，紋路細密，微微翹起的鞋尖上，還編有兩個左右分開的圓珠，十分別緻。不過這樣的設計不僅僅是為了美觀，主要還是用於承接服裝下擺便於行走。

晚唐時期，吳越地區流行起了一種高頭草鞋，這種草鞋也是用蒲草編成的，但做工精美，飾以彩紋，鞋頭高高翹起，看起來十分奢華。

《新唐書·五行志一》：「文宗時，吳越間織高頭草履，織如綾縠，前代所無。履，下物也，織草為之，又非正服，而被以文飾，蓋陰斜闕茸泰侈之象。」

此外，棕鞋也憑藉物美價廉的優勢，成為百姓或窮苦文人的家中常備。杜甫在成都避難時，曾為家人編製棕鞋的故事流傳至今，同代詩人戴叔倫也有「詩聖同款」：「一兩棕鞋八尺藤，廣陵行遍又金陵。」



▲浙江寧波慈湖新石器時代晚期遺址出土的木屐。

▼明·吳彬《魚籃觀音圖》（局部），台北故宮博物院藏。



## 草鞋：白居易的最愛

不論是田間勞作，還是走街串巷、遊山玩水，木屐和草鞋都是古人的最愛。

在戴進的《春耕圖》裡，一位老農正捲起褲腿綁緊鞋帶，草鞋帶一系，幹活更麻利；在蘇漢臣和李嵩的筆下，大宋街頭巷尾的貨郎們，也都穿著草編的涼鞋；而在錢選的《品茶圖》中，幾位賣茶的小販有人光腳有人穿鞋……

當皇帝帶著老婆孩子一起玩角色扮演時，要想百分百還原賣貨郎的夏日清涼裝，就絕對不能放過草鞋的細節。

像白居易所說的那樣，紗衣和草編涼鞋最配：「紗巾草履竹疏衣，晚下香山蹋翠微。」

一路涼風十八里，臥乘籃輿睡中歸。」

《魚籃觀音圖》中，或許仙界的夏天也很熱，就連觀音大士都穿上了「一字帶」涼鞋。站在一旁的童子，穿的是帶後跟的款式。而在《五百羅漢》中，羅漢們的涼鞋更加多樣，甚至還驚現「人字拖」。要是天冷也想出門溜躑呢？那就輪到木屐登場了（《雪屐觀梅圖》）。木屐不僅可以做天熱時的涼鞋，還能用在雨雪天，平價、輕便又實用，難怪古人那麼愛。

作者 / 花水月  
本版圖文均據微信公眾號「博物館 看展覽」