

国潮新声

去千年之美中寻一方松弛的天地

【文/青年报记者 唐骋华 图/受访者提供】

生活周刊 × 刘玉琪

时尚背后，是人 对美的探索 和追求

生活周刊：古代也有时尚，如何理解古人的“时尚”？

刘玉琪：说到时尚，我们会很自然地想到秀场、模特、时装周，这些都是现代场景，来自我们生活里的观看与体验，是基于工业文明产生的。古代中国也有时尚。考据可知，和现代时尚概念最接近的词，是唐代的“时世妆”。白居易写过一首《上阳白发人》，描绘唐玄宗时期流行的服饰和眉形，有小头鞋、窄衣裳、青黛眉，称为时世妆。明代，首次产生了“时尚”一词，诗僧莲池大师在《竹窗二笔》里写道：“今一衣一帽，一器一物，一字一语，种种所作所为，凡唱自一人，群起而随之，谓之时尚。”意思是时尚发源于某个小群体，可以是服饰、用具、语言，随着在更广大人群中流行，引起大众效仿，蔚为风尚。这和今天我们时尚的理解已经非常相近了。

生活周刊：古代的社会环境、思想观念和现代不同，体现到时尚上有什么差异？

刘玉琪：最核心的差异，古代社会是等级社会，大众的服饰是被严格控制的，这叫“舆服制”。一个人的着装，必须按照他所处的身份和地位来，否则就是穿奇装异服了。但爱美之心人皆有之，老百姓总能在看似“一成不变”的表象下，想方设法翻出点花样，以丰盈中国的时尚服饰。

生活周刊：透过千变万化的时尚，我们能看到什么？

刘玉琪：时尚永远在变，但古往今来，时尚的内核没有变，那就是通过服饰、妆容、语言等，表达个性，追求美。这体现了人类对美的不断探索和追求。了解古人在这方面的探索 and 追求，能让我们更能理解和欣赏每一个时代、每一类群体、每一个个体的独特魅力。所以我说，关于中国女性服饰时尚的史料，值得用一生去挖掘和研究。



“汉服热”持续多年，“新中式”方兴未艾。与此同时，当传统服饰小众圈层走向大众日常，关于形制对不对、年代混搭行不行、改良该不该的争论也随之而起。我们穿在身上的，究竟是历史的复刻，还是当下的创造？是很多人的疑问。中央美术学院博士后刘玉琪（笔名：宋子美）带着《美了千年：女子服饰时尚风潮》作出了回答：唯有追根溯源读懂中国服饰的千年变迁，才能真正理解传统之美，让古典时尚在当下活起来。而她的研究，不仅是对服饰文化的梳理，更是对古往今来女性审美与劳动的致敬。



溯源汉服的前世

春日的江南园林，身着襦裙的少女执扇漫步；秋日的北方古城，马面裙的裙裾随步履轻扬；商圈的咖啡店，新中式旗袍搭配运动鞋的穿搭成了别样风景；校园的林荫道，盘扣卫衣、刺绣外套成为年轻人的日常……这几年，汉服与新中式的风吹遍大江南北，那些沉淀了千年的服饰元素，从博物馆走进日常，成为年轻人表达审美、彰显文化自信的载体。

热潮之下，讨论随之而来。有人执着于“形制”，争论某款服饰属于唐制还是宋制，质疑不同朝代的元素混搭“不伦不类”。有人探索传统与现代的融合，却在比例、搭配上感到迷茫。也有人觉得汉服繁复的款式与快节奏的现代生活格格不入，不实用。争论体现出大众对传统服饰认知的渴望和困惑。

“要搞清楚这些问题，最好的方式是追根溯源。”刘玉琪说。作为北京服装学院艺术学博士、中央美术学院博士后，她的研究本就聚焦服饰文化与时尚理论，从博士论文关注近代中国学生服饰，到博士后阶段对近代时尚的跨文化考察，致力于梳理中国时尚从传统向现代的转型脉络。同时，她也设计服装，希望传统与现代能无缝融合。于是，她将目光投向更遥远的过去，回到先秦，回到秦汉，回到中华服饰刚刚成型的年代。

这是刘玉琪动念写作《美了千年：女子服饰时尚风潮》的初心。她试图搭建古与今的桥梁，让人们在了解来路的基础上，更好地拥抱传统之美。

古为今用的穿搭指南

翻开《美了千年》，仿佛坐上一部女性服饰的“时光机”。书中盘点了上至宫廷贵女、下至民间女子的服饰风貌，将数千年间女子时尚鲜活地呈现出来。先秦女子以“硕”为美，健硕的身姿、素色的深衣勾勒出自然本真的审美。唐代女子身着胡服、坦领襦裙，彰显出开放包容的时代气质。宋代女子的褙子素雅简约，藏着温婉的东方韵味。明代的华裳精致繁复，将传统服饰的工艺推向极致。

刘玉琪的关注点则始终落在人上。她考证西施可能穿的五色深衣，还原罗敷采桑时的搭配细节，也揭示明代女性如何在足服的层层包裹中寻找审美的出口——那些精心刺绣的弓鞋、系扎在小腿处的膝裤，既是束缚，也是她们为自己编织的梦。服饰的作用从来不止于装饰，它也是人类情绪的外在表达。

刘玉琪并未拘泥于单纯的复刻，研究过程中她始终在思考，如何让传统融入当下。为此，她特别设置了“古为今用——搭配指南”板块。

她从历代服饰中提炼出经典的时尚单品，结合现代的穿搭场景，给出具体的搭配建议：先秦的素色深衣可作为家居服，搭配简约的腰带凸显线条；唐代的坦领元素可融入日常上衣，适配通勤与休闲；明代的马面裙可与卫衣、毛衣混搭，打造新中式风格。这份指南让传统服饰不再是束之高阁的古董，而是成为当代人可以触摸、可以穿着的时尚，真正实现了“古为今用”。

是中式，就松弛

对于汉服如何真正走进日常生活，刘玉琪的态度是开放而务实的。“如果是拍历史正剧，服化道当然要尽量符合当时的情境，但如果是日常穿着，我倾向于留给设计师去创造。”在她看来，每个时代都有其独特性，“就像我们看不同朝代的服饰，有各自鲜明的特点，人们也没有刻意去复原过去。”

在刘玉琪看来，服饰的核心首先是功能性，其次是好看。无论是坚守形制还是大胆改良，只要契合穿着者的需求与审美，便有其存在的价值。她自己的日常穿搭就偏向新中式，包括新中式的西装、裙子、运动装，在不同场合随意切换，既保留中式美学的精髓，又适配了现代的生活节奏。

“主打一个松弛感。”刘玉琪笑言。事实上，松弛正是传统服饰对她最大的启发。

“中国传统服饰的廓形很宽松，不紧绷，无须立体剪裁就能有好的着装效果，这意味着每个人都可以成为设计师、制作者。”刘玉琪告诉记者。更重要的是，服装与穿着者之间形成一种和谐统一的诗意表达，而这有助于当代人缓解焦虑。“衣服的空间是身体最直接的空间，我们能在这个空间里为自己打造一方松弛的小天地。”比如，用天然材质做成的宽松长袍、素雅旗袍，搭配简约配饰，就能营造出宁静淡泊的意境，让心境回归平静。

看见宋子美

《美了千年：女子服饰时尚风潮》出版时刘玉琪没有署本名，而是用了奶奶的名字：宋子美。“青青子衿”“美人卷帘”，这个名字听起来像来自诗画，而真实的宋子美，是一个普通的农家妇女。但在刘玉琪的生命中，她占据着重要位置。

“我是奶奶一手带大的，她也是我第一位审美启蒙老师。”在刘玉琪的记忆里，没学过设计，甚至不识字的奶奶，能凭着直觉以画粉画线，执剪裁布，一针一线缝制出比羽绒服还暖和的漂亮棉衣。“这是一种天赋吧，天然对美有感知力。”刘玉琪分析说，“美是她的直觉，就像她的名字一样。她没有文化知识，但不妨碍把一件衣服做好，而我就算学了设计，掌握那么多理论知识，却并不能够像她那样，凭感觉就裁剪、缝纫、完成。”

奶奶对刘玉琪的性格也有影响。“奶奶虽然不识字，但不迷信、不盲从，有自己的想法。”受此影响，刘玉琪在生活和研究中，也始终保持独立思考。

书稿出版前夕，奶奶去世了。刘玉琪决定，用“宋子美”的名字完成这部作品，“以这种方式让奶奶存在于这个世界。”同时，这也是向古往今来所有像宋子美那样的平凡女性致敬。“千百年来，女性纺纱织布、裁制衣裳，她们才是中国服饰时尚的真正创造者。她们的故事被编织在每一寸面料、每一根纱线中，动人心弦，却又容易被忽略。”刘玉琪说。

由此延伸，她对设计师这份职业也展开了反思。在服装行业，设计师永远自带光环，却少有人关注将设计“做出来”的裁缝、手艺人。“其实很多一手的工艺，设计师是做不了的，能把工艺做好的手艺人才是真正的英雄。”刘玉琪的研究与写作，正是想要打捞这些被忽略的力量，让人们看到服饰之美背后，那些灵巧的双手，让沉默的群体被听见、被看见。