

篇名：

淺談中國歷代美女標準之變遷

作者：

李婉廷。私立曉明女中。二年甲班

壹●前言

中國是屬於四大古文明國之一，五千年的悠久歷史一定蘊藏了對於女性之美的獨到見解與研究，總體來說，古人對於美女的標準不外乎就是膚若凝脂、柔弱無骨、小巧玲瓏、明眸皓齒，這幾項觀點，也與現代東方的觀點大同小異。不過畢竟每個朝代間對於美女的標準略有差異，這也是我們之所以要討論與研究之重點。

貳●正文

一、歷代美女標準之變遷

1、母系氏族社會時期：粗壯結實。代表：新石器時代女神像

在上古母系氏族社會，生殖和生產的標準就是美的標準。新石器時代女神像的造型特點展現的就是粗壯結實。

2、夏商周春秋戰國時期：柔弱細膩。代表：西施、貂蟬、二喬

此時期被一些歷史學者稱為是中國古代審美變化的四大轉折之一，這個時代中國的社會正逐漸由奴隸制轉向封建制。處於社會轉型期的人們，審美觀會產生巨大變化。人們注重女性面部形象，男人提倡“柔弱順從”的美女觀念佔了上風，士大夫盛行“精緻細膩”的審美意識。

《詩經·碩人》：『手如柔荑，膚如凝脂，領如蝤蠐，齒如瓠犀，螓首蛾眉，巧笑倩兮，美目盼兮。』（註一）該詩描繪了描寫衛莊公夫人莊薑，面貌端莊，皮膚白嫩，方額彎眉，牙齒潔白，微笑時酒渦兒深深，美麗的眼睛左右流動，流露出無限風情的絕世美人的形象。

3、兩漢時期：內外兼修。代表：李夫人、王昭君、趙飛燕

漢時期，秀外慧中的女性被人們所認可。因為那時的女性之美尚未取得獨立的價值，人們雖欣賞女性之美，但更強調道德，表現出了以德壓美的傾向。

漢樂府詩中的《羽林郎》記載：『昔有霍家奴，姓馮名子都。依倚將軍勢，調笑酒家胡。胡姬年十五，春日獨當壚。』（註二）身份低下的當壚胡姬是一個性格堅強的女子，面對豪奴依仗權勢，企圖污辱她的人格時，她毫不屈服地與他作鬥爭。她唱出：『男兒愛後婦，女子重前夫。人生有新故，貴賤不相逾。多謝金吾子，私愛徒區區。』（註三）擲地有聲的歌辭，表示對愛情的堅貞，對豪奴的高

度蔑視。態度堅決，語氣斬釘截鐵，表現出一股凜然正氣，反映我國古代女性的鬥爭精神和重德精神。

到了後漢以及三國時期，人們重修飾之美，對美貌的欣賞玄學化，審美達到了至今尤不可及的哲學高度，如曹植《洛神賦》：『髣髴兮若輕雲之蔽月。』（註四）到了南北朝，中國的美女觀完成了一輪循環，從崇尚健康自然退化到病態雕飾。

先秦、兩漢時期，也許是受物質條件的限制，這一時期女性的服飾較為古樸，衣服、鞋子和男子無多大的差別，身上沒有巾、帶等飾物，頭上也只是挽一個簡單的髮髻，沒有任何裝飾，但這個時期的女子已經知道一白可以遮百醜，開始使用妝粉，把臉搽得雪白，嘴唇用紅色的顏料並且輪廓畫得很小。這說明從那時候起“面如凝脂”，“櫻桃小口”便逐漸成為古代女性美的基本格調。

4、魏晉南北朝：詠絮之才。代表：謝道韞

魏晉南北朝時期是中國古代歷史上最動盪不安的時代，也是精神上最自由解放、最富於智慧、最濃於熱情的一個時代。因此，這一時期也是最富有藝術精神的一個時代。魏晉南北朝時期，儒家思想的統治地位動搖了。魏晉玄學產生並發展起來。玄學批判儒家仁義道德的虛偽性，追求個性人格的自由。荀粲曾說：『婦女德不足稱，當以色為主。』（註五）在這種美德獨立宣言的鼓舞下，女性開始走向對於美的自覺的追求。人們推崇人的才情、品貌、風度、言談、智慧、個性等。總之，魏晉玄學帶來了“人的覺醒”。這對該時期女性的發展和女性審美觀念的變化產生了深刻的影響。主要表現在：重視女性的才識、個性。

劉義慶《世說新語·言語》記載：「謝太傅寒雪日內集，與兒女講論文義。俄而雪驟。公欣然曰：『白雪紛紛何所似？』兄子胡兒曰：『撒鹽空中差可擬。』兄女（謝道韞）曰：『未若柳絮因風起。』公大笑樂。」（註六）謝道韞是這一時期才女的傑出代表。她的清雅風韻、語言能力和辯論才能，使得當時的“清談”名手都為之佩服。

魏晉六朝時期，女性的才識、個性、氣質受到社會的重視、讚美，一反漢代的重婦道，“女以弱為美”的女性美觀念。

5、隋唐時期：雍容富態、健康自然。代表：楊貴妃、武則天、文成公主

唐朝比以前任何朝代又增加了新的審美因素和色彩，唐代審美趣味由前期的重再現、客觀，重神形轉移到後期的重表現主觀、意韻、陰柔之美，體現了魏晉六朝審美意識的沉澱，審美的角度又逐漸趨向華麗、唯美。

雍容富態、健康成爲美女的主導性標準。女性體態美是額寬、臉圓、體胖，健康是當時人們欣賞的一種婦女之美。這一時期，女性穿著相當暴露，大有西方現代“性感”傾向。

這一時期的女子，大多穿著廣袖短襦，曳地長裙。腰部束以“抱腰”，並且用衣帶來裝飾，當時還流行在頭上插戴花釵和“步搖”，這樣走起路來衣袂飄飄，環佩叮噹，進一步強調了女性的溫婉嫵媚，婀娜多姿。在化妝上，最盛行的是在額間點上一個紅色或黃色的“花子”以做裝飾，“花子”形狀各異，以葉子或花朵形狀爲主。濃暈蛾翅眉，高而上揚的眉型，更加增添了女子的風韻。

隋唐是中國封建社會的鼎盛時期，國力強盛、文化繁榮，對外開放，對內寬鬆，婦女的束縛也相對較少，因此女性之美也相應地呈現出了雍榮華貴的景象。唐代女子以豐腴的體態爲美，加上高聳的髮髻，飄揚的披帛，顯得華麗大方，充分體現了女性美上的盛唐氣象。

6、宋元時期：嬌小嫵媚和三寸金蓮。代表：李師師

宋朝以後，中國傳統社會開始走下坡路。時代精神與審美習俗皆爲之一變，女性美從華麗開放走向了清雅、內斂。女性美大致以觀音菩薩的本貌作爲標準，人們對美女的要求漸漸傾向文弱清秀：削肩、平胸、柳腰、纖足，其中最刺目的就是五代纏足的出現，北宋中葉以後形成“三寸金蓮”的崇拜。

五代南唐時，有一宮女輕盈善舞，以帛纏足，足纖小如彎月，著素襪在六尺高的金制蓮花上跳舞，深受南唐後主李煜的寵愛。杜牧也曾在《詠襪詩》中讚美女人腳的纖小美麗：『鈿尺裁量減四分，纖纖玉筍裹春雲。五陵年少欺他醉，笑把花前出畫裙。』（註七）從此，纏足之風逐漸盛行於宮廷。這標誌著對女性的審美情趣發生了從豐腴健碩之美到纖細孱弱之美的轉變。宋代纏足之風則遍及民間，“三寸金蓮”成了對女性美的基本要求。到了元朝時期，雖然中國的社會並不是由漢人統治，但外族也沒有對漢民族在審美以及尚美方面產生太大的影響。

『香冷金猊，被翻紅浪，起來慵自梳頭。任寶奩塵滿，日上簾鉤。生怕離懷別苦，多少事、欲說還休。新來瘦，非幹病酒，不是悲秋。
休休！這回去也，千萬遍陽關，也則難留。念武陵人遠，煙鎖秦樓。惟有樓前流水，應念我、終日凝眸。凝眸處，從今又添，一段新愁。』（註八）

宋詞中的美女形像都是嬌小瘦弱、楊柳細腰、慵懶無力、哀怨愁閑。這就是宋代文士欣賞的女性美態。女性的心靈和外貌，都染上時代病態的憂鬱症。梁啟超說：『近代文學家寫女性，大半以多愁多病爲美人模範……以病態爲美，起於南朝。

適足於證明女學界的病態。唐宋以後的作家都汲其流，說到美人便離不了病，真是文學界的一件恥辱。』（註九）

7、明清時期：含蓄內斂、嬌小嫵媚。代表：陳圓圓、董小宛

隨著資本主義的萌芽，人們審美情趣開始隨潮流轉變。但對於女性美的標準仍然和前朝沒有太大的區別。只是，社會對於女性的束縛有增無減，表現在女性的發飾、服飾等方面。明朝女性的髮型非常死板，衣服也包裹得很緊，沒有什麼個性可言，可謂將女性之美裹了個嚴嚴實實。直到明朝晚期，才逐漸又有了一些特色。

清朝時，含蓄內斂之美，仍然是女性美的基礎。清朝文人張潮在其著作《幽夢影》，也提到『所謂美人者，以花爲貌，以鳥爲聲，以月爲神，以柳爲態，以玉爲骨，以冰雪爲膚，以秋水爲姿，以詩詞爲心，吾無間然矣。』（註十）透過生動的比喻，可以看到一個文人心中要求內外兼備的審美標準。這種審美意識一直保持到民國。

8、現代：從自然走向性感

清末，整個社會還是把"林黛玉"作爲美女的偶像。"病美人"到民國時期仍是主導性的美女標準，受西方影響，女性不再以纏足爲美，性感美有所抬頭。

民國期間，中國美女標準逐步與西方國家接軌，代表人物如賽金花、蝴蝶等。新中國成立後，有一段時期傾向前蘇聯之風，喀秋莎是人們心中的偶像，文革中受政治影響，女性的美麗標準是“比男人還男人”，此期間禁忌美麗，直到改革開放以後，一切才又步入正軌。

如今，隨著經濟、文化的進步，以及在各個方面不斷進步，中國人對美有了新的認識，性感美、骨感美、含蓄美、奔放美…等，可謂百家爭鳴，百花齊放。因此，對美女的評判標準又開始了新一輪的探討。

二、歷代四大美女

1、西施

A、介紹：

四大美人之首，古代傳因其美貌使魚也感到羞愧而不敢正視其容貌。在國難當頭之際，西施忍辱負重，以身許國，與鄭旦一起由越王勾踐獻給吳王夫差，成爲吳

王最寵愛的妃子。把吳王迷惑得眾叛親離，無心國事，為句踐的東山再起起了掩護的作用。此為歷史著名的「美人計」。後來吳國終被句踐所滅。傳說吳被滅後，西施與范蠡泛舟五湖，不知所終。

B、相關詩詞：

a、王維《西施詠》內的一段

豔色天下重，西施寧久微？朝為越溪女，暮作吳宮妃。（註十一）

b、李白《西施》

西施越溪女，出自苧蘿山。秀色掩今古，荷花羞玉顏。
浣紗弄碧水，自與清波閑。皓齒信難開，沉吟碧雲間。
勾踐征絕豔，揚蛾入吳關。提攜館娃宮，杳渺詎可攀。
一破夫差國，千秋竟不還。（註十二）

2、王昭君

A、介紹

王昭君，字嬋，西漢南郡人。王昭君出身書香之家，自幼聰穎清秀。漢元帝時，王昭君以「良家子」被選進宮裏。氣質出眾又有見識的王昭君，因人品清高、不屑以巧取手段強求，所以進宮多年之後，仍沒機會受到皇帝的寵愛，不免「積悲怨」，鬱鬱寡歡。

正當此時，匈奴王呼韓邪單于來中土請求和親，當時後宮很多佳麗都怕被選去和親，因為誰都不願嫁到荒煙漫草的不毛之地，況且還要和匈奴人一起過著塞外生活。但王昭君知道這件事之後，竟自願請求出嫁於匈奴。

於是，漢元帝選好日子，讓呼韓邪單于和王昭君在長安成婚。當王昭君向漢元帝謝恩的時候，漢元帝才看到王昭君原來是個容貌姣好、氣質優雅的美女，當她站立在皇宮中時，整個皇宮都為之增色。漢元帝驚為天人，曾動了私念想要把王昭君留在身邊，但又怕失信於呼韓邪單于，只好作罷。

據說「昭君出塞」時，因感於離鄉背井及身世的飄搖坎坷，王昭君不禁悲從中來，彈奏「出塞曲」以抒發憂愁。不料，從旁飛過的大雁聽到這樣哀怨婉轉的曲調後，紛紛為這位絕世佳人的遭遇而柔腸寸斷、忘了振翅，以至於都掉落到地面上來。

後人就以「沉魚落雁」中的「落雁」二字來形容王昭君的美。

B、相關詩詞

a、杜甫《詠懷古跡》其三

群山萬壑赴荆門，生長明妃尚有村。一去紫台連朔漠，獨留青塚向黃昏。
畫圖省識春風面，環佩空歸月夜魂。千載琵琶作胡語，分明怨恨曲中論。（註十三）

b、林黛玉《五美吟》其三

絕豔驚人出漢宮，紅顏命薄古今同。君王縱使輕顏色，予奪權何畀畫工？（註十四）

3、貂蟬

A、介紹

貂蟬是中國四大美人（西施、王昭君、楊貴妃和貂蟬）中唯一沒有被載入正史的，關於她的傳說，都源自於羅貫中的《三國演義》。

據《三國演義》中描述，貂蟬是司徒王允的義女，國色天香，年方十五，正是如花似玉的年華。由於時值漢末，董卓專權亂政，王允日夜憂心朝政。貂蟬知悉義父憂慮國事，便在月下焚香祈禱，願能解父憂。這就引發出後來貂蟬周旋於董卓和呂布之間的一段愛恨情仇。

據說有一天，貂蟬在花園中拜月祈禱，希望為義父分憂解勞時，一陣清風吹來，帶來的雲朵將皎潔的明月給遮住了。於是人們便傳說：那麼美的月亮，見到傾城傾國的貂蟬，也不得不自慚形穢的躲起來了。後人便以「閉月」來形容貂蟬之美。

B、相關詩詞

a、羅貫中《三國演義》

原是昭陽宮裏人，驚鴻宛轉掌中身，只疑飛過洞庭春。
按徹梁州蓮步穩，好花風嫋一枝新，畫堂香暖不勝春。（註十五）

b、羅貫中《三國演義》

紅牙催拍燕飛忙，一片行雲到畫堂。眉黛促成遊子恨，臉容初斷故人腸。
榆錢不買千金笑，柳帶何須百寶妝。舞罷隔簾偷目送，不知誰是楚襄王。（註十六）

4、楊貴妃

A、介紹

楊玉環出生於滿州永樂（今山西永濟），父親是蜀州的司戶楊玄琰。最初為唐玄宗的第十八子壽王的王妃，玄宗見玉環的美貌後驚為天人，欲納入宮中，天寶四年入宮，得寵倖封為貴妃，父兄均因而得以勢傾天下。傳說每次乘馬，都由大宦官高力士親至執鞭，貴妃的織繡工就有七百人，更有爭獻珍玩者，因喜愛嶺南荔枝，而使人千方百計急運新鮮荔枝到長安，在花園中賞花時悲歎自己的命運，用手撫花，花瓣收縮，花葉垂下，被宮女看見，就說楊貴妃與花兒比美，花兒都羞得低下了頭。

後遇安史之亂，唐玄宗逃離長安，途至馬嵬坡六軍不肯前行，說是因為楊國忠通於胡人，而致有安祿山之反，玄宗為息軍心，乃不得已殺楊國忠及楊貴妃。最後貴妃自縊死。

B、相關詩詞

a、李白《清平調》其一

雲想衣裳花想容，春風拂檻露華濃，若非群玉山頭見，會向瑤台月下逢。（註十八）

b、杜牧《過華清宮》其一

長安回望繡成堆，山頂千門次第開。一騎紅塵妃子笑，無人知是荔枝來。（註十九）

c、白居易《長恨歌》中一段

天生麗質難自棄，一朝選在君王側；回眸一笑百媚生，六宮粉黛無顏色。（註二十）

參●結論

經過上訴的討論過後，我們發現隨著不同時代情勢的影響，帶動了人們對於女人的審美觀改變。舉例來說，在隋唐兩朝，因為生活尚趨富裕，使得人們對於較豐腴的女人較感興趣，反之在隋唐之後，因社會風氣低迷，女性美從華麗開放走向了清雅、內斂，甚至到了民國初年，因戰亂民心渙散，這時的女人要比男人更男人，更顯得引人注意及欣賞，由此可知，各個時代對於審美觀的不同是由於不同環境下產生的。

自古至今人們對女人有著千變萬化的審美觀，不論頭腳，不論胖瘦，都受不同時代的人喜愛，隨著時間的流動，人們漸漸的重視起女人的內在，從「女子無才便是德」，到近代的「認真的女人最美麗」，歷代美女標準的變遷，確確實實的也見證著女人社會地位及內在想法的進步。

肆●引註資料

註一、新浪網。<http://blog.sina.com.cn/>。(檢索日期 2008/08/20)。

註二、同註一。

註三、同註一。

註四、同註一。

註五、中華人。<http://culture.people.com.cn/BIG5/40479/40481/4056438.html>。(檢索日期 2008/08/25)。

註六、同註五。

註七、南弦子。中國歷代美女傳奇。(香港：和平圖書，民 91)。頁 5-7。

註八、縱橫詩詞三百首 (龍騰版)。

註九、同註五。

註十、同註七。頁 10。

註十一、同註八。頁 58。

註十二、同註八。頁 60。

註十三、同註八。頁 95。

註十四、同註五。頁 96。

註十五、同註五。頁 163。

註十六、同註五。頁 200。

註十七、同註五。頁 201。

註十八、同註五。頁 64。

註十九、同註五。頁 67。

註二十、同註五。頁 69。