

篇名

踩著高蹺行動——厚底鞋

作者

蔡翠紋。私立曉明女中 二年甲班

## 壹●前言

在誠品裡到處亂逛，試著尋找我有興趣的主題，就這樣以「你不可不知的經典名鞋及其設計師」這本書，開始了我的小論文編寫，但鞋款有分很多，正在苦思要寫哪種才好時，突然想起高一英文會話課時，曾經有做過厚底鞋的研究，因此就這麼決定了題目。

我開始在網路上蒐集資料，可是所有資料都是英文，我只要邊查英文單字邊把文章全部看完這就花了我三個小時，還好之後一切順利。

有人說，眼睛是靈魂之窗，而鞋子是精神之門，鞋子不只是保護你的腳，從陽具的象徵到收藏秘密的容器，心理學家發現鞋子隱藏了廣泛的象徵意義，它能反映出穿戴者的社會地位和經濟狀況和反映出社會歷史，也是個人生命的紀錄喚起某個時期、某個地帶或某種感情的媒介，本文以厚底鞋的歷史，對人體的影響和有關厚底鞋的名言來了解鞋子象徵的深層意義。

## 貳●正文

### 一、蕭邦鞋的歷史

蕭邦鞋 ——行走的板凳

#### 01. 十五世紀

十五世紀在西班牙大受歡迎的款式，經過改良就是威尼斯的蕭邦鞋

#### 02. 十六世紀

##### A. 威尼斯的地位象徵

十六世紀的威尼斯 蕭邦鞋(一種軟木高底鞋 15 世紀~17 世紀的厚底鞋被稱為 chopine)不僅將女人的腳擺在高台上，而且還經常史無前例地高至 30 英吋或以上

蕭邦鞋的厚底，以軟木或木頭製造，經常套上一層皮革或裝飾了寶石的天鵝絨以搭配鞋子的設計；蕭邦鞋成爲社會地位和財富的主要象徵，當主人穿上如此不切實際的鞋子，必須有兩位僕人隨侍再旁，幫助主人站穩，觀光客雲集在威尼斯，就爲了看這些高台上的活雕像，但即使面對他們的訕笑，仕女們仍驕傲的穿著它們出門(註 1)

## B.十六世紀的蕭邦鞋



16 世紀 威尼斯(註 2)

## 03. 十七世紀

### A.蕭邦鞋的困境

十七世紀是不利於厚底鞋的年代，因為維多利亞時期決定了婦女的鞋子，應該小且女性化，因此沒有空間給如此寬大的底，況且維多利亞時期的婦女穿著由鯨骨作為裙撐的大蓬裙，穿過門都是件困難的事了，如果再穿上厚底鞋應該不難想像接下來的慘劇，但在 15 世紀末期到 17 世紀中期，厚底鞋仍在整個歐洲相當受到歡迎(註 3)

兩個世紀後被暱稱為「行走的板凳」的蕭邦鞋，終於退下流行舞台，因為製鞋師發現只要降低前端高度，高跟的鞋子就會更好走，因此鞋跟正式誕生，「紅鞋跟」替代了蕭邦鞋的地位，成為身分地位的表徵(註 4)

### B.十七世紀的蕭邦鞋



17 世紀 威尼斯(註 5)

## 二、厚底鞋的歷史

厚底鞋(platform shoes)從此就不會達到像蕭邦鞋(chopine)那時的風光程度，但是它們在本世紀，再度造成每隔約二十年就會再次流行的風潮(註 6)

## 01.1930 年代

### A. 二次大戰——厚底鞋的創新

1930 年代更多更方便的鞋款湧現，特別是在第二次世界大戰歲月期間。30 年代晚期，厚底鞋再現了，這個時代注重鞋子的結構性和實用性，然而 著名的時裝

設計師，用不同視覺感官，去創造更加冒險的厚底鞋(註 7)

因應二次大戰期間，皮革與木頭短缺的情形 Salvatore Ferragamo，以軟木層層相疊並且覆上已上蠟的帆布，創造了他職業生涯中最值得紀念的鞋子之一(註 8)

### B.1930 年代的厚底鞋(註 9)



1938 Salvatore Ferragamo 1935



### 02.1970 年代

#### A. 嘻皮，不分性別的年代

1970 年代二次大戰後，厚底鞋走出流行舞台，直到 1967 年才因 Vivier(法國製鞋大師)而風起雲湧，並在迷幻的 70 年代成爲全面性的流行

厚底鞋是 1970 年代嘻皮文化中重要的一部分，那是個很需要走路、流浪、強調風格與實用兼具的時間，70 年代早期，隨著喇叭褲的下擺變寬，鞋底也隨之加厚，在 70 年代不只在流行的 Disco 舞廳，超級市場甚至工作場所，厚底鞋無所不在厚底鞋在 70 年代並沒有被歸類在特定性別，如果在街上看到年輕女孩腳蹬 3 英寸高的厚底鞋，和一個同樣穿著厚底鞋的男孩走在一起，千萬別驚訝！

厚底鞋在 70 年代火紅的程度，從在經典電影 Saturday Night Fever 都有厚底鞋的蹤跡就可略知一二，如果再街上隨機採訪路人對於 70 年代的印象，厚底鞋一定是其中一個答案(註 10)

### B.70 年代的厚底鞋(註 11)



1970 年代 Nina 1970 年代英國



### 03.1990 年代

#### A.重回舞台

1990 年代，依循著 20 年一次循環，厚底鞋再次重回時尚舞臺，其中有名的例子就是 Vivienne Westwood 於 1994 年所設計的 8 寸厚底鞋，這雙鞋害得名模 Naomi Cambell 在伸展台上跌跤，然而，他們並沒有迅速風行全球，只開始在高級名牌所引領的時尚舞臺復出

終於，90 年代末期英國當紅團體辣妹合唱團(Spice Girls)帶動了厚底鞋的風潮，連遠在東方的日本也感染到了這波風潮，在東京街頭到處都可以看到穿著厚底鞋的女孩

為什麼是英國帶領流行呢？可能是因為英國(或歐洲)喜歡瘦長的腳，而穿上厚底鞋可以達到這樣的視覺效果，這點從細長型的鞋款在英國的銷售量遠大於美國可以看出

厚底鞋在 70 年代的英國也非常流行，當 70 年代的女孩當了母親，而她們的女兒在鞋櫃裡發現了那些 70 年代的舊鞋，並玩了起來這種，童年經驗也許可以解釋為什麼時尚以 20 年為一週期不斷循環了(註 12)

#### B.90 年代的厚底鞋(註 13)



### 04.2006 秋季

#### A. 蛻變的厚底鞋

從 2006 春夏崛起高度普遍落在 8.5~10.5cm(1 英寸=2.54cm) ，跨越 70 年代哪段木屐根的「矮子樂」時期慢慢演化到現在，「繁複」「華麗」「亮」是 2006 秋季的主要特色(註 14)

#### B. 2006 秋季的厚底鞋(註 15)



2006 Bottega Veneta



2006 Gucci

### 三、厚底鞋對人體的影響

人體四分之一的骨頭都集中在腳部，而兩腳的大拇指支撐著人體一半的重量，剩餘的一半重量，則分散由其他的腳指頭來承擔。因此步行時，腳指頭扮演著相當重要的角色；厚底鞋則完全無視於腳部的機能。由於厚底鞋過重，因此移動時便無法遵循腳部原有的機能順利移動，而使穿著的人只能像幼兒學步時般，搖搖晃晃的慢前進。這將導致步行機能逐漸退化，而出現老人化的傾向。也因為鞋底厚，沒有彈性全靠小腿和腳趾帶動走路，長期穿會引起膝蓋外伸，肌肉疲勞，甚至骨骼變形。而腳部的大拇指聯繫著脊髓的神經部位，只靠腳趾步行會造成腰部疼痛、生理不順、及偏頭痛外，更會影響甲狀腺荷爾蒙的分泌，而使集中力下降，隨著鞋跟高度的增加，人的重心逐漸前移，脊柱彎曲也逐漸增大，腰椎和頸椎的受力越來越集中，必然形成慢性損傷，最終導致腰痛和頸椎病的發生。

因此不論男女，都應慎選穿著合適的鞋子，並勤加鍛鍊腳力，以培育一個健康的身軀。(註 16)

### 四、厚底鞋趣聞和名言

「教會通常譴責過火流行，卻認同蕭邦鞋，因為它讓人們行動不便，穿的人可能因此減少參加一些如跳舞等有罪的活動」

「威尼斯的婦女是以三個部分構成的：第一部分是木頭，就是蕭邦鞋，第二部份是她們的服裝；第三部份才是女人」——某一位在 17 世紀遊覽威尼斯的旅客 (註 17)

「如果新娘穿上蕭邦鞋來虛報身高，丈夫有權取消婚約」——16 世紀英國(註 18)

「相較於上次見妳的時候，妳此番踩在蕭邦鞋上的高度，讓貴婦的身份更接近天堂」——莎士比亞(註 19)

「改天上來看我(Come up and see me)」——1930 年代藥房靈丹 Mae West(註 20)

「如果你接近我，我就跳下去」——70 年代卡通中一個穿著厚底鞋被警察臨檢

的女人(註 21)

「第一個女人從她的軟木涼鞋上跌落，數百萬女人跟隨在後」——1972《哈潑雜誌》(註 22)

#### 參●結論

幾個世紀以來，男人將女人放在高高在上、遙不可及的位置，加以欣賞、陶醉，也許厚底鞋的出現，就是呼應這樣的想法；威尼斯的丈夫推廣笨重的木製的厚底鞋好防止太太閒逛，這種控制和中國的三寸金蓮，有著異曲同工之妙的目的，而仕女們卻仍以它代表的社會地位，驕傲的穿上，這種變態的流行令我詫異，隨著時代演變，厚底鞋不但沒有消失，反而不斷的演進，在 70 年代搖身一變成爲叛逆的象徵，到了現在，穿上厚底鞋不僅抬高了女性的腳，也抬高了她們的眉毛，厚底鞋擺脫了控制的影子，成爲表現自我的形式，不管醫生如何警告穿這一類的鞋子所帶來的傷害，厚底鞋還是會依循這 20 年的循環繼續流行下去吧！

#### 肆●引註資料

註 1、《你不可不知的經典名鞋及其設計師》。Linda Okeeffe 著。黃詩芬譯。高談文化 p.188

註 2、<http://www.geocities.com/FashionAvenue/1495/contents1.html> Platform  
、diva : a history of the platform shoe

註 3、同註 2

註 4、同註 1p.189

註 5、同註 2

註 6、同註 1p.189

註 7、同註 2

註 8、同註 1p.189

註 9、同註 2

註 10、同註 2

註 11、同註 2

註 12、[http://en.wikipedia.org/wiki/Platform\\_shoe](http://en.wikipedia.org/wiki/Platform_shoe) 維基百科

註 13、同註 2

註 14、自由時報 E3 版 2006 年 8 月 29 日

註 15、自由時報 E3 版 2006 年 8 月 29 日

註 16、[http://www.stdaily.com/big5/dengxiaoping/2004-12/13/content\\_335037.htm](http://www.stdaily.com/big5/dengxiaoping/2004-12/13/content_335037.htm) 科報網

註 17~註 22、同註 1p.193 p195 p206 p226 p212 p210



踩著高蹺行動——厚底鞋

篇名

踩著高蹺行動——厚底鞋

作者

蔡翠紋。私立曉明女中 二年甲班

## 壹●前言

在誠品裡到處亂逛，試著尋找我有興趣的主題，就這樣以「你不可不知的經典名鞋及其設計師」這本書，開始了我的小論文編寫，但鞋款有分很多，正在苦思要寫哪種才好時，突然想起高一英文會話課時，曾經有做過厚底鞋的研究，因此就這麼決定了題目。

我開始在網路上蒐集資料，可是所有資料都是英文，我只要邊查英文單字邊把文章全部看完這就花了我三個小時，還好之後一切順利。

有人說，眼睛是靈魂之窗，而鞋子是精神之門，鞋子不只是保護你的腳，從陽具的象徵到收藏秘密的容器，心理學家發現鞋子隱藏了廣泛的象徵意義，它能反映出穿戴者的社會地位和經濟狀況和反映出社會歷史，也是個人生命的紀錄喚起某個時期、某個地帶或某種感情的媒介，本文以厚底鞋的歷史，對人體的影響和有關厚底鞋的名言來了解鞋子象徵的深層意義。

## 貳●正文

### 一、蕭邦鞋的歷史

蕭邦鞋 ——行走的板凳

#### 01. 十五世紀

十五世紀在西班牙大受歡迎的款式，經過改良就是威尼斯的蕭邦鞋

#### 02. 十六世紀

##### A. 威尼斯的地位象徵

十六世紀的威尼斯 蕭邦鞋(一種軟木高底鞋 15 世紀~17 世紀的厚底鞋被稱為 chopine)不僅將女人的腳擺在高台上，而且還經常史無前例地高至 30 英吋或以上

蕭邦鞋的厚底，以軟木或木頭製造，經常套上一層皮革或裝飾了寶石的天鵝絨以搭配鞋子的設計；蕭邦鞋成爲社會地位和財富的主要象徵，當主人穿上如此不切實際的鞋子，必須有兩位僕人隨侍再旁，幫助主人站穩，觀光客雲集在威尼斯，就爲了看這些高台上的活雕像，但即使面對他們的訕笑，仕女們仍驕傲的穿著它們出門(註 1)

## B. 十六世紀的蕭邦鞋



16 世紀 威尼斯(註 2)

## 03. 十七世紀

### A. 蕭邦鞋的困境

十七世紀是不利於厚底鞋的年代，因為維多利亞時期決定了婦女的鞋子，應該小且女性化，因此沒有空間給如此寬大的底，況且維多利亞時期的婦女穿著由鯨骨作為裙撐的大蓬裙，穿過門都是件困難的事了，如果再穿上厚底鞋應該不難想像接下來的慘劇，但在 15 世紀末期到 17 世紀中期，厚底鞋仍在整個歐洲相當受到歡迎(註 3)

兩個世紀後被暱稱為「行走的板凳」的蕭邦鞋，終於退下流行舞台，因為製鞋師發現只要降低前端高度，高跟的鞋子就會更好走，因此鞋跟正式誕生，「紅鞋跟」替代了蕭邦鞋的地位，成為身分地位的表徵(註 4)

### B. 十七世紀的蕭邦鞋



17 世紀 威尼斯(註 5)

## 二、厚底鞋的歷史

厚底鞋(platform shoes)從此就不會達到像蕭邦鞋(chopine)那時的風光程度，但是它們在本世紀，再度造成每隔約二十年就會再次流行的風潮(註 6)

## 01.1930 年代

### A. 二次大戰——厚底鞋的創新

1930 年代更多更方便的鞋款湧現，特別是在第二次世界大戰歲月期間。30 年代晚期，厚底鞋再現了，這個時代注重鞋子的結構性和實用性，然而 著名的時裝

設計師，用不同視覺感官，去創造更加冒險的厚底鞋(註 7)

因應二次大戰期間，皮革與木頭短缺的情形 Salvatore Ferragamo，以軟木層層相疊並且覆上已上蠟的帆布，創造了他職業生涯中最值得紀念的鞋子之一(註 8)

### B.1930 年代的厚底鞋(註 9)



1938 Salvatore Ferragamo 1935



### 02.1970 年代

#### A. 嘻皮，不分性別的年代

1970 年代二次大戰後，厚底鞋走出流行舞台，直到 1967 年才因 Vivier(法國製鞋大師)而風起雲湧，並在迷幻的 70 年代成爲全面性的流行

厚底鞋是 1970 年代嘻皮文化中重要的一部分，那是個很需要走路、流浪、強調風格與實用兼具的時間，70 年代早期，隨著喇叭褲的下擺變寬，鞋底也隨之加厚，在 70 年代不只在流行的 Disco 舞廳，超級市場甚至工作場所，厚底鞋無所不在厚底鞋在 70 年代並沒有被歸類在特定性別，如果在街上看到年輕女孩腳蹬 3 英寸高的厚底鞋，和一個同樣穿著厚底鞋的男孩走在一起，千萬別驚訝！

厚底鞋在 70 年代火紅的程度，從在經典電影 Saturday Night Fever 都有厚底鞋的蹤跡就可略知一二，如果再街上隨機採訪路人對於 70 年代的印象，厚底鞋一定是其中一個答案(註 10)

### B.70 年代的厚底鞋(註 11)



1970 年代 Nina 1970 年代英國



### 03.1990 年代

#### A.重回舞台

1990 年代，依循著 20 年一次循環，厚底鞋再次重回時尚舞臺，其中有名的例子就是 Vivienne Westwood 於 1994 年所設計的 8 寸厚底鞋，這雙鞋害得名模 Naomi Cambell 在伸展台上跌跤，然而，他們並沒有迅速風行全球，只開始在高級名牌所引領的時尚舞臺復出

終於，90 年代末期英國當紅團體辣妹合唱團(Spice Girls)帶動了厚底鞋的風潮，連遠在東方的日本也感染到了這波風潮，在東京街頭到處都可以看到穿著厚底鞋的女孩

為什麼是英國帶領流行呢？可能是因為英國(或歐洲)喜歡瘦長的腳，而穿上厚底鞋可以達到這樣的視覺效果，這點從細長型的鞋款在英國的銷售量遠大於美國可以看出

厚底鞋在 70 年代的英國也非常流行，當 70 年代的女孩當了母親，而她們的女兒在鞋櫃裡發現了那些 70 年代的舊鞋，並玩了起來這種，童年經驗也許可以解釋為什麼時尚以 20 年為一週期不斷循環了(註 12)

#### B.90 年代的厚底鞋(註 13)



Vivienne Westwood 1994



Lars Hagen 1991

### 04.2006 秋季

#### A. 蛻變的厚底鞋

從 2006 春夏崛起高度普遍落在 8.5~10.5cm(1 英寸=2.54cm) ，跨越 70 年代哪段木屐根的「矮子樂」時期慢慢演化到現在，「繁複」「華麗」「亮」是 2006 秋季的主要特色(註 14)

#### B. 2006 秋季的厚底鞋(註 15)



2006 Bottega Veneta



2006 Gucci

### 三、厚底鞋對人體的影響

人體四分之一的骨頭都集中在腳部，而兩腳的大拇指支撐著人體一半的重量，剩餘的一半重量，則分散由其他的腳指頭來承擔。因此步行時，腳指頭扮演著相當重要的角色；厚底鞋則完全無視於腳部的機能。由於厚底鞋過重，因此移動時便無法遵循腳部原有的機能順利移動，而使穿著的人只能像幼兒學步時般，搖搖晃晃的慢前進。這將導致步行機能逐漸退化，而出現老人化的傾向。也因為鞋底厚，沒有彈性全靠小腿和腳趾帶動走路，長期穿會引起膝蓋外伸，肌肉疲勞，甚至骨骼變形。而腳部的大拇指聯繫著脊髓的神經部位，只靠腳趾步行會造成腰部疼痛、生理不順、及偏頭痛外，更會影響甲狀腺荷爾蒙的分泌，而使集中力下降，隨著鞋跟高度的增加，人的重心逐漸前移，脊柱彎曲也逐漸增大，腰椎和頸椎的受力越來越集中，必然形成慢性損傷，最終導致腰痛和頸椎病的發生。

因此不論男女，都應慎選穿著合適的鞋子，並勤加鍛鍊腳力，以培育一個健康的身軀。(註 16)

### 四、厚底鞋趣聞和名言

「教會通常譴責過火流行，卻認同蕭邦鞋，因為它讓人們行動不便，穿的人可能因此減少參加一些如跳舞等有罪的活動」

「威尼斯的婦女是以三個部分構成的：第一部分是木頭，就是蕭邦鞋，第二部份是她們的服裝；第三部份才是女人」——某一位在 17 世紀遊覽威尼斯的旅客 (註 17)

「如果新娘穿上蕭邦鞋來虛報身高，丈夫有權取消婚約」——16 世紀英國 (註 18)

「相較於上次見妳的時候，妳此番踩在蕭邦鞋上的高度，讓貴婦的身份更接近天堂」——莎士比亞 (註 19)

「改天上來看我(Come up and see me)」——1930 年代藥房靈丹 Mae West (註 20)

「如果你接近我，我就跳下去」——70 年代卡通中一個穿著厚底鞋被警察臨檢

的女人(註 21)

「第一個女人從她的軟木涼鞋上跌落，數百萬女人跟隨在後」——1972《哈潑雜誌》(註 22)

#### 參●結論

幾個世紀以來，男人將女人放在高高在上、遙不可及的位置，加以欣賞、陶醉，也許厚底鞋的出現，就是呼應這樣的想法；威尼斯的丈夫推廣笨重的木製的厚底鞋好防止太太閒逛，這種控制和中國的三寸金蓮，有著異曲同工之妙的目的，而仕女們卻仍以它代表的社會地位，驕傲的穿上，這種變態的流行令我詫異，隨著時代演變，厚底鞋不但沒有消失，反而不斷的演進，在 70 年代搖身一變成爲叛逆的象徵，到了現在，穿上厚底鞋不僅抬高了女性的腳，也抬高了她們的眉毛，厚底鞋擺脫了控制的影子，成爲表現自我的形式，不管醫生如何警告穿這一類的鞋子所帶來的傷害，厚底鞋還是會依循這 20 年的循環繼續流行下去吧！

#### 肆●引註資料

註 1、《你不可不知的經典名鞋及其設計師》。Linda Okeeffe 著。黃詩芬譯。高談文化 p.188

註 2、<http://www.geocities.com/FashionAvenue/1495/contents1.html> Platform  
、diva : a history of the platform shoe

註 3、同註 2

註 4、同註 1p.189

註 5、同註 2

註 6、同註 1p.189

註 7、同註 2

註 8、同註 1p.189

註 9、同註 2

註 10、同註 2

註 11、同註 2

註 12、[http://en.wikipedia.org/wiki/Platform\\_shoe](http://en.wikipedia.org/wiki/Platform_shoe) 維基百科

註 13、同註 2

註 14、自由時報 E3 版 2006 年 8 月 29 日

註 15、自由時報 E3 版 2006 年 8 月 29 日

註 16、[http://www.stdaily.com/big5/dengxiaoping/2004-12/13/content\\_335037.htm](http://www.stdaily.com/big5/dengxiaoping/2004-12/13/content_335037.htm) 科報網

註 17~註 22、同註 1p.193 p195 p206 p226 p212 p210

踩著高蹠行動—厚底鞋