

魏晋南北朝时期服饰特点探讨

刘圣源

山西大同大学，山西大同，037000；

摘要：本文探讨了魏晋南北朝时期服饰文化的演变。玄学思潮下，服饰推崇宽衣博带，体现自然超脱；胡汉文化交融中，服饰相互借鉴，形成新风格；佛教艺术渗透使服饰重塑，融合宗教与世俗审美；配饰则从实用向审美升华，成为时尚与个性表达载体。这些变化反映了当时社会思想、民族融合、宗教影响及审美观念对服饰文化的深刻作用。

关键词：魏晋南北朝；服饰；特点

DOI：10.69979/3029-2700.25.09.044

引言

魏晋南北朝时期，社会动荡却思想活跃，玄学兴起、民族碰撞、佛教传播，诸多因素交织。服饰作为文化的重要载体，在这一时期发生了显著变革。研究此时期服饰变化，不仅能了解当时的社会风貌与人们的思想观念，更能洞察文化交融对服饰发展的深远影响，为服饰文化研究提供独特视角。

1 宽衣博带：玄学思潮下的服饰革新

魏晋南北朝时期玄学思想兴起，人们追求自然、超脱世俗且崇尚精神自由，这种思想在服饰构建层面体现为对宽衣博带的推崇：从款式上看，该时期服饰呈现出宽松肥大的形态，上衣衣襟宽松、下裳裙摆扩大，不再单方面追求紧身合体的效果，这种设计不仅摆脱了传统服饰对身体的束缚，更象征着对自然自由状态的向往，与玄学所倡导的超脱世俗、顺应自然的思想紧密结合；在服饰的配饰和装饰层面，其风格亦体现出简约自然的特点，摒弃了传统繁琐的装饰与华丽色彩，以白色、青色等素色为主，给人清新淡雅之感，进而进一步强化了服饰所传达的自然超脱之境。与此同时，配饰数量也在减少，不再追求过多金银珠宝等奢华装饰，而是更加注重线条与质感；随着玄学思潮的深化，服饰特点不断丰富，宽松程度进一步扩大，服饰线条更加流畅自然，似与天地融为一体——上衣袖子宽大，垂落时如云朵般轻盈，下层裙摆亦更显飘逸，行走时随风摆动。总体而言，该时期的服饰在很大程度上承载了人们的思想变革，对后续服饰文化的发展产生了深远影响。

例如，魏晋南北朝时期的鹤氅，以其独特的形制与文化内涵，成为玄学思想具象化的服饰载体。这种服饰通过宽松形制、素色美学与自然意象的三重维度，构建

了士人阶层精神追求的物质表达。鹤氅的直领设计打破了传统交领的束缚，其领口宽度可达 40 厘米以上，配合垂地三尺的衣长，形成“笼盖全身”的视觉效果。例如南京西善桥南朝墓出土的《竹林七贤与荣启期》砖画中，八位人物均身着大袖衫，其袖口直径超过 60 厘米，下垂时形成自然褶皱，如同云朵堆叠。这种设计完全摒弃了汉代曲裾深衣的紧窄剪裁，使穿着者在行走时衣袂飘动，产生“御风而行”的动态美感。此外，鹤氅的材质以苎麻、葛布为主，表面无任何纹饰，仅通过经纬线的疏密变化形成自然肌理。考古发现显示，此类织物的经纬密度可达每平方厘米 40×30 根，质地轻薄透气，贴合“越名教而任自然”的玄学主张。例如湖北江陵马山楚墓出土的战国素纱襌衣，虽非魏晋时期实物，但其“薄如蝉翼”的织造工艺为鹤氅的材质选择提供了技术基础。

2 胡汉文化交融：民族碰撞中的服饰嬗变

魏晋南北朝时期经历了一次民族大碰撞，胡汉交融使服饰变化更为显著。

在民族交融初始阶段，不同民族虽保持自身服饰特色，但随着交流的深入，开始对民族服饰元素进行整合——汉族服饰以精致典雅著称，注重礼仪规范与等级制度的体现，而胡族服饰粗犷实用，适应骑射等生活方式；初步交融时，双方借鉴对方服饰的细微元素，汉族服饰吸收胡族服饰中便于活动的设计，如袖口、领口的宽松处理，胡族服饰亦受汉族服饰精美图案与精细工艺的启发，尝试在服饰上增添简单装饰，这一阶段的改变虽细微，却为后续深度融合奠定了基础。

在深层次交融过程中，服饰风格实现了特色重塑，随着民族交流频繁，胡汉文化相互渗透，汉族服饰不再

局限于传统礼仪规范，大胆吸收胡族服饰的豪放洒脱风格，款式上更加宽松自由，减少了繁琐束缚。胡族服饰在汉族文化影响下，亦更注重礼仪性与审美性，学习汉族服饰的剪裁技巧与装饰手法，使服饰更为精致美观，在色彩应用上，汉族服饰出现胡族喜爱的鲜艳色彩，胡族服饰亦融入汉族常见的淡雅色调，双方各自重塑服饰特色，形成兼具民族融合特征与传统元素的新风格。

此外，民族文化交融与国家政策制度变革亦对服饰产生影响，魏晋南北朝时期不同民族建立政权后，会根据自身文化传统与政治需求调整服饰规范——汉族政权为巩固统治，借鉴胡族服饰中体现骁勇精神的元素融入官方服饰体系，彰显国家的强大与威严，胡族政权入驻中原后，逐渐接受汉族的等级制度，在服饰构建层面详细制定等级规范，规定不同阶层的人穿着不同服饰，对颜色、材质有特殊等级要求，以区分身份地位，推动胡汉服饰融合达到新高度，亦反映出政治生态结构的变化。

例如，魏晋南北朝时期的裤褶，以其独特的形制演变与文化符号重构，成为胡汉民族交融的物质载体。这种服饰通过形制革新、材质转化与制度重塑的三重维度，构建了游牧文明与农耕文明对话的实体空间。裤褶的原始形态源于北方游牧民族的骑射需求，其核心特征为窄袖短衣与小口紧裤。例如内蒙古和林格尔汉墓壁画中的匈奴骑士，身着左衽窄袖褶衣，裤管紧束至踝，搭配皮靴，展现出适应马背生活的实用主义设计。当这种服饰传入中原后，汉族工匠对其进行宽衣化改造：

袖口扩张：洛阳元邵墓出土的北魏陶俑，其褶衣袖口直径达 30 厘米，下垂时形成自然褶皱，既保留胡服的利落感，又融入汉服的飘逸性。

裤管放大：山西大同司马金龙墓壁画中的鲜卑贵族，下身穿着宽达 50 厘米的大口裤，裤脚堆叠如裙，这种“上紧下松”的形制成为胡汉服饰融合的典型标志。

衣襟转向：河北磁县茹茹公主墓出土的陶俑，其褶衣从胡服的左衽改为汉服的右衽，通过衣襟方向的调整实现文化身份的转换。

裤褶的材质体系在民族交融中经历了功能与审美的双重迭代，早期鲜卑人以羊皮、毛毡制作裤褶，如《魏书·蠕蠕传》记载“以皮为裤，毛为褶”，这种材质耐寒耐磨，适应草原游牧生活。进入中原后，裤褶逐渐采用丝绸、葛布等材质。南京博物院藏东晋顾恺之《洛神赋图》中，人物所着裤褶以绛红织锦制成，表面饰以云气纹，体现汉族工艺的精细。而在新疆阿斯塔那古墓群

出土的北朝裤褶残片上，发现了织金锦与胡式卷草纹的结合，这种将西域织锦技术与中原纹样融合的工艺，标志着材质文化的深度互嵌。

3 宗教文化渗透：佛教艺术对服饰的重塑

魏晋南北朝时期佛教文化广泛传播，其艺术风格对服饰领域影响显著。最初阶段，佛教元素在服饰中的体现较为含蓄，仅简单借鉴佛教人物服饰的宽松飘逸之感，以顺应当时服装线条的流畅性并减少束缚感，整体营造出空灵自由的氛围，在色彩方面，服饰借用佛教艺术中的金色、红色等鲜艳色彩，既具强烈视觉冲击，又蕴含佛教文化的象征意义——金色代表神圣与光明，红色象征吉祥与热情。紧接着，一些简单的佛教图案如莲花及特殊符号亦得到广泛应用，最初这些图案多出现于服饰边缘、袖口或领口处作为点缀，为服饰增添神秘的宗教气息。

随着佛教文化在中国社会的扎根，其对服饰的影响逐渐深入，款式设计上更加大胆模仿佛教僧侣的袈裟样式，出现长袍、披肩等更为宽松的服装款式，这些款式既符合佛教倡导的简约自在的生活理念，也体现了人们对精神世界的追求。在服饰装饰层面，图案变化更为丰富，除了在边缘、领口、袖口处点缀，人们开始将图案设置在更显眼的地方，并通过刺绣、印染等工艺手法使其栩栩如生地呈现在服饰上，浓郁的宗教艺术氛围随之而来。总体而言，魏晋南北朝时期佛教艺术对服饰的重塑并非一成不变，而是与世俗审美等不断融合、更替，佛教艺术的神秘庄重风格与世俗审美中的华丽精致相契合，使宗教文化在服饰文化中得以延续传承，形成了独特的装饰风格。

例如，佛教初传中原时，莲花、忍冬等宗教纹样以边缘装饰的形式悄然融入服饰。敦煌莫高窟 257 窟北魏壁画中的供养人，其袍服袖口与衣襟边缘绣有单株忍冬纹，叶片呈“V”字形对称分布，藤蔓线条流畅如佛经中的“无始无终”，这种将佛教“轮回”思想具象化的设计，首次在服饰上构建了宗教与世俗的对话空间。同期南京西善桥南朝墓出土的丝绸残片，边缘处可见莲花纹刺绣，花瓣以红、金两色丝线绣制，花心点缀黄色联珠纹——红色象征菩萨慈悲，金色代表佛陀神圣，这种色彩组合既符合佛教经义，又暗合汉族传统的“五行配色”体系。

南北朝中后期，佛教图案从服饰边缘走向中心，形成主题性装饰。甘肃武威天梯山石窟藏北朝刺绣佛衣，

其前胸位置绣有完整的“释迦牟尼说法图”，主尊结跏趺坐于莲花座，两侧胁侍菩萨手持忍冬纹花枝，背景以蓝色丝线绣出须弥山，整幅图案采用“锁绣”技法，线条粗细变化达 5 种以上，将佛教故事转化为可穿戴的“微型经变画”。新疆阿斯塔那古墓出土的唐代前期忍冬纹锦袍（魏晋风格延续），其衣襟正中央绣有三重忍冬纹连珠纹，外圈联珠象征佛教“金刚不坏”，内圈忍冬代表“生生不息”，这种将波斯萨珊王朝纹样与佛教符号结合的设计，体现了丝绸之路背景下宗教艺术的跨文化传播。

4 配饰革新：从实用到审美的升华

魏晋南北朝时期，服饰配饰随服饰变化而不断革新优化，经历了从实用到审美的多轮次升华。

4.1 实用性

首先，在材质层面，该时期配饰多选用耐磨耐用的材料如皮革、金属等，以确保在实际使用中经受考验——皮革材质的腰带坚固，能有效束缚衣物，方便人们进行各种活动，金属材质的扣件则保证了腰带的牢固性。其次，在造型层面，以简洁实用为原则，配饰的形状与结构均以满足实际功能为出发点，无过多装饰，如鞋履设计注重舒适性与防滑性，鞋底厚实、纹路简单有效，鞋面采用柔软透气的设计，以适应不同行走环境，反映出当时人们对服饰功能性的重视，此为配饰发展的基础阶段。此外，随着社会发展与人们审美意识的觉醒，配饰开始从简单实用功能向兼具审美功能转变，在保持实用基础的同时融入简单审美元素，展现出实用与审美并存的萌芽状态——材质上继续使用实用材料，同时结合玉石、珍珠、丝线等具有审美感的材料，不仅增加了配饰质感，还为服饰增添独特魅力，如腰带上镶嵌小块玉石，既不影响使用功能，又提升了美观度，造型上出现简单的图案纹理，通过雕刻、刺绣等工艺手法制作，虽不复杂，却增添了艺术气息。

4.2 审美突显

到了魏晋南北朝中后时期，配饰的审美功能逐渐凸显，成为人们表达时尚与个性的重要载体，这一阶段设计更注重艺术性与审美性，实用功能虽存却不再是唯一重点——材质选择更加多样化，金银、珠宝等珍贵材料

广泛应用，其高贵华丽赋予配饰更高的艺术与审美价值，造型上更加复杂精美，独特的形状、精致的图案与细腻的工艺相互组合，创造出令人惊叹的配饰作品，发饰设计千变万化，有的如飞鸟展翅，有的似花朵绽放，每件都充满艺术想象力与创造力。从文化内涵层面看，该时期配饰设计引入了社会文化、宗教信仰与伦理思想等元素，一些配饰图案借鉴佛教、道教等宗教文化的象征符号，表达人们对宗教信仰的精神追求；在精神内涵上，配饰成为人们表达情感、态度与价值观的重要途径，不同配饰款式与配色方式可能代表不同身份地位、性格特征，以此对服饰的等级制度加以点缀与强化。

5 结语

总体来说，魏晋南北朝时期服饰文化在玄学、胡汉交融、佛教渗透等因素影响下，经历了丰富演变。从宽衣博带的革新，到胡汉交融中的风格重塑，再到佛教艺术对服饰的重塑，以及配饰从实用到审美的升华，每一步都承载着时代特征与文化内涵。这些变化不仅丰富了服饰文化自身，更反映出当时社会的多元与包容，为后世服饰文化发展奠定了坚实基础，让我们看到文化交融对服饰演变的强大推动力。

参考文献

- [1] 张雨琦, 古怡. ,明代不同阶层服饰特点及其时尚潮流研究, [J]. ,辽宁丝绸,,2025,, (02): , 14-16.
- [2] 范盈. ,宋代汉族女性婚礼服饰特点及形成原因探析, [J]. ,哈尔滨学院学报,,2025,, 46, (03): , 98-102.
- [3] 李浩哲,岳雪萍. ,魏晋南北朝时期服饰特点探讨, [J]. ,西部皮革,,2025,, 47, (01): , 145-147. ,DOI: 10. 20143/j. 1671-1602. 2025. 01. 145.
- [4] 宋辰辰,邹薇,夏娟,等. ,湖南花鼓戏女性群像服饰设计研究, [J]. ,西部皮革,,2025,, 47, (01): , 112-114. ,DOI: 10. 20143/j. 1671-1602. 2025. 01. 112.
- [5] 朱晓佳,谢丰泽. ,潇贺古道民族服饰文化谱系溯源与图像叙事研究——南岭民族走廊民族服饰文化研究系列论文之三, [J]. ,桂林航天工业学院学报,,2024,, 29, (06): , 873-879.

作者简介：刘圣源，2005 年 12 月，女，汉，山西省长治市，本科在读，无，历史学，山西大同大学。