

# 「三寸金蓮一千年」

## 研讀心得

(高英工商教師：李敏華)

研讀教師：李敏華

書名：三寸金蓮一千年

作者：張若華

出版社：中華

出版日期：2015 年

總頁數：216

售價：360 元

內容大意：

本書作者走訪了眾多健在的纏足女人，在搜集了數百萬字文字史料和數百張圖片的基礎上，歷經數年研究，反覆修訂完成。試圖客觀、科學地解析、評價中華民族昨日的、也是世界文化史上獨有的歷史文化現象，亦從男女情慾關係的角度去分析這充滿神祕感的纏足習俗，期望讀者能夠以歷史的科學的眼光正視這個文化現象。

每個章節前後加插歷史圖片，展示各朝小腳女子樣貌，以及金蓮小鞋、文獻等實物，進一步具體印證章節內容。書末對纏足時代各種逸聞趣事的介紹，則為閱讀過程增添趣味。

## ●作者簡介

張若華，畢業於山東師範大學中文系，曾在教育、政府機關、大型國有企業工作。從 1985 年起，有十多篇有關職業教育、企業經營管理等的論文在國家級期刊上發表，其中《中日企業文化之比較》、《珍策重計古今所尚》、《應是綠肥紅瘦》等曾在全國獲獎。2005 年起，擔任《金夕陽》雜誌總編輯。

近年潛心於民俗學、教育心理學等方面的學習和研究，著有《最不後悔的活法》、《賣給布希的斧頭和穆沙拉夫咖啡》等。

## ●目錄

### 一、前言

二、追溯金蓮的誕生、纏足起源的年代、因何而生：女為悅己者容？、金蓮之名

三、如何纏成小腳、纏足的適齡年紀、纏足前的準備、纏裹過程、小腳的優劣、各地小腳的特色

四、鞋文化和小腳鞋、金蓮鞋的審美功能、宋元明清繡鞋式樣和特色、洋人也戀足、文學中的小腳鞋

五、民間的纏足普及、賞腳與展腳：賽腳會、纏足民謠、嫖客最愛妓女小腳

六、文人墨客對纏足的癡迷與推動、超級蓮迷的故事、李煜與窅娘、玩蓮技巧、歷朝欣賞金蓮的標準、《金瓶梅》中的戀足描寫、為甚麼《紅樓夢》沒有對小腳的描述？、清朝第一才子的戀足情結、纏足詩詞

七、纏足與性的內在聯繫、專家解讀腳與性的關係、把腳和性聯繫是古今中外的普遍現象、人類潛意識中的小腳美、不輕易示人的隱秘部位、讓女人纏小腳以保持貞節、男子性心理的自然驅使、小腳擔當了性器官的功能、男女調情從摸小腳開始、洋人解讀小腳的性功用、史上獨有的金蓮文化

八、近現代社會的禁纏足運動、清政府反對婦女纏足、太平天國曾經禁止婦女纏足、戊戌變法時期的禁纏足運動、民國初期的反纏足運動、纏足現象的徹底終止

九、附錄：纏足的趣事傳說

## ●導讀

歷史，需要人們站在時代的角度去觀察。纏足既有民俗理念的影響，也有國人審美情趣的推動；既有個人心理，也有從眾心理，而社會的力量是纏足久盛不衰的最主要原因。

張若華走訪了眾多健在的纏足女人，在搜集了數百萬字文字史料和數百張圖片的基礎上，彙編成《三寸金蓮一千年》，客觀地解析中國的、也是世界上獨有的歷史文化現象。

## ●各地審美有不同

中國幅員遼闊，各地纏足方法、年齡、要求順序不盡相同，這樣就造就了各具特色的蓮形。一般而言，北方人身材較高，腳形比南方人長些，裹起來會比南方人裹得長些，但北方地區天氣寒冷，雙腳久裹也不容易潰爛，因此不需要經常洗滌；加上北方鞋子厚，裹布也能多裹幾層，這樣的條件有利於把腳掌裹瘦，所以比起南方婦女容易纏得標準。

有人對全國各地的小腳特色加以概括總結：

江蘇揚州腳：細長纖直；

浙江寧波腳：短小背隆，圓如馬蹄；

湖南益陽腳：纖瘦短小，腳背平直；

廣東順德腳：短小尖生；

閩台小腳：短小，跟粗背凸；

蘇州腳：尖端微翹，腳身肥軟；

說到最標準的小腳，當屬山西大同，這裡也是小腳最興盛的地方，合乎「瘦、小、尖、彎、香、軟、正」七字律的最多，曾經是全國知名的小腳王國。

## ●文學中的小腳

中國古代文學作品中有許多關於小腳的描述。比如東漢中期著名文學家張衡的《南都賦》中有，「羅襪躡蹠而容與」的句子；漢樂府民歌《孔雀東南飛》作者焦仲卿也有詩句「足下躡絲履，纖纖作細步」。

唐代詩人杜牧詩中也有「細尺裁量約四分，纖纖玉筍裏輕雲」，刻畫的就是婦女用布帶纏足的情景。

這些零星星的記載，描述是婦人纏足的情形和走路的姿態。多是主張女子以緩行為貴，強調對女性的雙足加以約束。

### ●纏足現象的終止

書中還有着許多逸聞趣事，比如介紹了一些「近代小腳女英雄」，不論是國共兩黨領導下的北伐戰爭；還是共產黨領導下的南昌起義、秋收起義、廣州起義以及長征等，都有着許多小腳女戰士的身影。

1950年7月15日，中華人民共和國人民政府政務院下達了關於禁止婦女纏足的命令，命令中說：查我們尚有一部分婦女仍存在有纏足的現象，這是封建社會對婦女的壓迫，且有害於婦女健康，妨礙婦女參加生產，必須加以禁止。在這之後，年輕女子纏足現象開始絕跡，中老年婦女也紛紛放足，扔掉了裹腳布。

實際上，中國婦女一千多年的纏足史，應該是在20世紀50年代末期才被徹底的禁絕的。纏足終於消失了，終於退出了歷史的舞台。

（資料來源：

<http://www.orangenews.hk/culture/system/2015/04/16/010011857.shtml>）

### ●讀後心得

纏足是中國古代一種陋習，是指女性用布將雙腳緊緊纏裹，使其腳畸形變小，以為美觀。一般女性從四、五歲起便開始纏足。纏足這一陋習已在我國延續了千年之久，直止民國建立廢除這一陋習，但在中國民間到20世紀30年代以後才算真正廢除

在21世紀的今天仍有為數不多的纏足者，她們已是耄耋之年，她們是舊社會習的受害者。

書中提到，聽老人們講以前以小腳為美，腳越小的，嫁的人家越好，大腳嫁不出去，所以父母從小就為我們纏足即使她們不願意。先用熱水燙腳然後用粗布把小腳趾窩到大腳趾下面里三層外三層裹起來，晚上睡覺都要穿著，提起這些老人的眼眶濕潤了。

纏足是中國婦女曾經流傳了一千多年的陋習。在很長一段時間裡，纏足在很大程度上就是封建禮教對中國婦女在身心上最為直接的一種「束縛」。

現代人對纏足的操作方式以及由此帶來的心理與肉體上的痛苦，大概只能從一些小說和當事者的講述中去體會了。但是，裹腳作為一段歷史，給中國社會和文化留下的將是永遠的反思。