

下 篇

第二单元 博拉.../037

第3课 基本型博拉的制作.../037

第4课 变化型博拉的制作.../044

第三单元 衬衫.../048

第5课 女式衬衫的制作.../048

第6课 男式衬衫的制作.../056

第四单元 半裙.../064

第7课 半裙的制作.../064

第五单元 传统藏服.../068

第8课 传统藏服的制作.../068

参考文献.../073

上 篇

第一单元 藏服文化及发展

1978年发掘于西藏昌都以南12公里的卡若遗址的少量装饰品是截至目前发现的最早的藏族服饰。这批出土饰品包括片饰簪、璜、珠、项饰、牌饰、贝饰等，艺术价值较高。同时出土的还有缝制衣物的骨针。这表明，距今四五千年的青藏高原居民已具有了较高的审美情趣。而这也许就是藏族服饰的起源吧！

第 1 课 藏族服饰文化概况

知识链接

藏区各地因地理位置、气候条件的不同，藏族服饰也呈现出丰富多彩、因地制宜的特点。如藏北和青海高寒地区厚实宽大的服装、藏南温润气候下轻柔素雅的服装、工布雨林地区宽肩无袖的服装，等等。除了环境影响下因生活需要而形成的独特的服饰风格之外，历史上同外界进行的经济文化的交流，也使藏族服饰从文化内涵到外观形式都发生了巨大的变化。如同中原地区丝织品贸易的往来丰富了藏装

的质地和纹饰。由于佛教的传播，佛教服饰影响到了藏族文化的许多方面，如藏戏中的如来报身像、十三种服饰，在佛经中被称为“圆满服饰十三事”。在宗教允许的情况下，藏族人民很乐于仿效活佛、大喇嘛的衣饰。而在青海都兰吐蕃古墓出土的宫廷服饰中，有很多来自中亚地区的图案。这些都说明藏族服饰是在本民族服饰的实用性和审美性的基础上，在同世界文化的长期交流中渐渐形成了现在的风格，并且依然在悄然发生着变化。但是就主体文化的表现而言，各地藏装已经成为一方水土一方风情的标签了。

课程目标

了解藏族服饰文化特色及发展史。

一、藏服基本简介

藏族人民在千百年的发展中，逐渐形成了自己独特的服饰文化。

藏族的衣着服饰多姿多彩，并存在地区差异。一整套藏族服饰由帽、衬衫、袍、裤、靴、腰带等组成，分冬装、夏装、春秋装三类。冬装用料为皮毛，夏装多用绵绸缎布，春秋装多用氍毹或毛毯挂面等。

藏袍都特别长，穿时须于腰际提起，用带束于腰间。天热或劳作时，可袒出右臂或双臂，需要时再穿上。夜晚睡时，解开腰带，脱下双袖，铺一半，盖一半，方便实用。

藏袍的袖子比较长，平日一有聚会娱乐，长袖挥扬，五色炫

目，正所谓“长袖善舞”。

丰富多彩的藏族服饰具有悠久的历史 and 鲜明的民族特点，是藏民族创造的独特的文化和艺术，体现了藏族人民的智慧、创造力、艺术修养和审美情趣。

藏族人民对佩饰也颇为讲究。每逢节日或盛典，妇女都要佩戴珊瑚、玛瑙、松耳石、翡翠等串成的项链，腰间还要佩戴精致的银奶钩，藏语为“雪松”。青年男女喜欢戴金银戒指或手镯。

藏装的基本特点是长袖、宽腰、大襟，版型肥大。男装一般为斜长领，袖长齐膝，衣长过体。腰上系以红、绿、蓝色长腰带。男装上部前后有囊状褶皱，内可装随身物品。劳作时，男士往往袒露右臂，右袖空垂于后。

冬季皮袄分加面皮袄和白板皮袄两种。加面羔皮袄称“查日”，是喜庆节日的礼服，面料为条绒、绸缎、至料等。衣襟、袖口一般用氍毹、锦缎等镶边，其中以水獭皮镶边为上。男装衣领多用狐皮、貂皮。女装衣领多用白羔皮。白板皮袄，藏语称“子花”，用黑条、氍毹、羔皮等镶边，是日常劳作时的穿着。



藏族人民放牧、遮雨穿的衣服叫毡袄、褐衫。褐衫用紫色氍毹做成，外出省亲时穿。

藏服里的靴一般为高帮牛皮鞋或长筒靴。帽分季节，夏季戴呢

制礼帽或锦边毡帽，冬季则戴狐皮帽等。男女都佩戴银制或布做成的“嘎乌”，内装经文、佛像，既是装饰，又是护身符。

藏族女性以长发为美，通常将长发分辫成108条辫，披在身后，辫梢分别装入两个辫套内。辫套表面缀有描绘花纹图案的银牌。

随着社会的发展和各民族间交往的增加，藏族服饰逐步改革了传统式样，向着更新颖、美观、实用、方便、高档的方向发展。

藏袍是藏服的主要款式，种类很多，就衣服质地来说，有锦缎、皮面、氍毹、素布等多种。藏袍的花纹装饰很讲究，过去僧官根据不同品级，要严格区分纹饰。

因藏袍较长，一般都比身长还长，穿时要把下摆向上提，使下摆同脚面有三四十厘米的距离，再扎上腰带。

藏袍可分牧区皮袍、色袖袍，农区为氍毹袍。式样上可分长袖皮袍、工布宽肩无袖长袍、无袖女长袍和加珞花领氍毹袍。

男女穿的衬衫有大襟和对襟两种，男衬衫为高领，女衬衫多翻领。女衫的袖子要比其他衣袖长40厘米左右。跳舞时放下袖子，长袖飘飘在空中甩动，非常优美。

藏帽式样繁多，质地不一，有金花帽、氍毹帽等一二十种。

头部的佩饰在藏服中占有重要位置，佩饰以腰部的佩褂最有特



色。饰品多与古代生息、藏族人民的生产有关，讲究的还镶以金银珠宝。头饰的质地有铜、银、金质雕镂器物和玉、珊瑚、珍珠等。

藏靴是藏族服饰的重要特征之一，常见的有“松巴拉木”花靴，靴底是棉线皮革做的。

二、藏族服饰的文化内涵

服饰是一个民族富有历史文化底蕴的事物。服饰受民族文化传统、生产生活方式、生态环境、气候条件、宗教信仰等多方面的影响，同时也受各民族文化交流的影响。因此，服饰所表现出的文化特征也是多方面的。

（一）藏族服饰文化的历史延续性

民族服饰文化在本民族传统文化的基础上向后世传承时，总是顽强地保持着其原有的民族特色。自古生息于青藏高原的藏族，其服饰具有很强的稳定性。从现存的西藏及敦煌的壁画中可以看出，古代藏族服饰与现在的藏族服饰极为相似，表明藏服具有很强的延续性。由此可见，藏族古代先民的服饰，就已具备了现代藏族服饰的基本特征。

（二）自然环境、气候及生产方式对服饰文化的影响

在漫长的历史发展过程中，藏族人民创造并形成了独具特色的服饰文化。

服饰对自然环境具有很强的适应性和选择性。有什么样的自然环境，就会形成什么样的服饰需要。

首先，藏族服饰的演变、服饰文化的形成同藏民族生活的自然环境和气候条件有着密切的关系。从藏族地区所流行的各类不同的服饰中，我们可以看到自然环境和气候对服饰样式的影响。安多地区由于海拔较低，四季气候分明，天气变化较大，故生活于此的藏族人民的服装样式较多。而卫藏地区由于海拔高，四季气候不甚分明，因此生活在这里的藏族人民的服装样式相对来说就比较简洁，缝制工艺较为简单。

其次，除环境和气候条件外，不同的生产生活方式对服饰的形成和发展也有很重要的影响。藏族在很长一段历史时期内都过着“逐水草而居”的游牧生活。这决定了藏族人民往往居住在容易搬迁的帐篷里，服饰上也带有游牧民族的特色。

藏族服饰中最有代表性的是无领右衽宽大袍式服饰“褚巴”，汉语称为“藏袍”。藏袍的材质在农区多以羊毛织成的氍毹为原料，而在牧区则多为羊皮。宽大的藏袍不仅能护膝防寒，夜晚还能当被子盖。白天则可以方便地脱去一袖或双袖，将其束在腰间。穿藏袍时提起衣服下部，腰带一束，怀里和腰间成了一个大囊袋，里面可以装不少随身用品。

（三）反映了宗教对服饰文化的影响

藏传佛教作为藏族文化的重要组成部分，其影响不仅表现在人们的日常生活之中，同时也反映在藏族的服饰文化中。藏传佛教中的许多观念和象征符号，经过长期的历史演变，已融入藏族人民生活的一点一滴中。藏族服饰中的宗教因素更是无处不在，为其增添了特殊的文化意蕴。

服饰上的各种纹样所传递的信息包含了极为丰富的内涵。藏族服饰中的图案纹饰，多为抽象的几何图形。这些抽象的图案有一个明显的共同特点，即圆中有方，曲中有直，封闭多于连续，圆点弧形多于直角方块。这也从一个侧面表现了藏传佛教中的“圆通”“圆觉”的观念。

藏族人民认为佩戴“嘎乌”会得到佛祖的保佑，能够为自己带来好运等。“嘎乌”外壳的花纹内容多以吉祥八宝图案为主，具体为金鱼、胜利幢、宝伞、白海螺、莲花、宝瓶、吉祥网、金轮。另外，藏族人的辫饰、手饰、腰饰等饰物上多镶嵌珊瑚、绿松石、金、银、玛瑙、琥珀、琉璃等珍宝。其中，金、银、琉璃、珊瑚同砗磲、赤珠、玛瑙合称为“佛教七珍”（一说）。七珍八宝都蕴含着吉祥幸福的美好寓意。这些宗教元素被引入藏族服饰中，不仅丰富了藏族服饰的形式，而且极大地丰富了藏族服饰的文化内涵。

（四）藏族服饰的地域文化特征

藏族人民生活的区域广阔，不同地域的人们创造和形成了各自不同的服饰文化。藏族服饰总的可分为三大类：卫藏地区的服饰、康巴地区的服饰和安多地区的服饰。

同一个民族的服饰虽然具有共同特征，但由于受到不同地理环境、不同区域文化的影响，其内部也存在差别与个性特征。安多地区的服饰与卫藏、康巴地区的服饰的一个主要区别是：安多地区的女式藏服不使用“邦垫”。“邦垫”是藏族妇女系在腰间的围裙样饰物，然而材质和图案在不同地区差别甚大。拉萨多为细条花纹；

西藏昌都为蓝、黑、灰色的氍毹或棉布做成，无花纹；云南迪庆则常绣有吉祥八宝纹样。

男式藏袍的主要形式有“擦日”，即提花皮面袍，多见于藏北至青海一带。素皮面袍是一种普通皮筒镶以宽大黑边的藏袍，牧区牧民平日多穿用此袍。另外，以黑、蓝、青等色氍毹或布料制成的夹袍，在西藏昌都、四川、青海等地比较常见，尤以西藏昌都为多。

（五）民族审美决定了服饰的用色特点

受藏族人民审美的影响，藏族服饰常表现出积极、健康、向上的精神特征，这种精神特征又可以增强藏族成员的认同感、自信心，从而增强整个民族的凝聚力。

藏族服饰的一个突出艺术特征表现在色彩的强烈对比跟纹样的递增排比。藏服多采用浓重的黑、赭石、藏青、墨绿、深红等色调，显示出纯朴、雄浑、粗犷、深沉、古拙的特点。藏服极少使用柔和的间色和复色，而多代之以饱和度极高、未经调和的原色，用以展示藏族人民热爱生活、热爱大自然的强烈情感，以及耿直、忠厚、勇敢、强悍的民族个性，充分显示出庄重、沉雄、质朴的美。

三、藏族服饰文化的发展

（一）藏族服饰文化的重合、转化和变迁

随着藏族社会文化的发展、民族间交流的加深，藏族服饰在发

展过程中也受到了汉族服饰的影响。在现代社会文化的冲击下，藏族传统服饰有了新的改变。藏族在审视自身传统服饰的同时，也在审视现代汉族服饰，在两相比较过程中也在一定程度上接受了现代汉族服饰的部分元素。藏族传统服饰在一段时间内仍根植于丰沃的民族传统文化之中，所以，藏族服饰与现代汉族服饰在一定阶段内并行发展又不乏交流。除此以外，在本民族文化的变迁，所处自然环境、社会环境及文化心理的改变等多种因素的共同作用下，藏族服饰也在不断地承袭、借鉴与对外辐射。这必然导致了藏族传统服饰与现代汉族服饰的相互吸收、扬弃与交融。

1. 民族服饰文化的重合

现代藏族服饰的发展趋势已从最初的偏重实用性向兼顾审美性转化。由于传统社会文化及现代社会文化的双重影响，服装在实用的基础上也具有审美的特征，这就是服饰文化的重合与交叠。民族传统文化的内涵直接导致服饰文化的重合。服饰既体现出物质文明，同时还含有一定的宗教、历史、习俗等精神文明特质。

2. 民族服饰文化的转化

当服饰赖以存在的传统文化背景发生了变化，服饰文化也会从传统审美的向现代审美转化，从重合状态发展成突出服饰的某一特征，这就是服饰文化的转化。藏族服饰所蕴含的传统文化内涵已随着各民族间文化的交流及融合渐渐淡化，而现代审美特征日益突显。为了满足对美的追求，藏族人民逐渐对藏服的传统图案、色彩等进行了修改。藏族服饰受现代生活方式及价值观念的冲击，其原有的文化特征已在自身的文化土壤中渐渐淡化或隐化，逐渐被新的