

## 作者簡介

李德生，原籍北京，旅居加拿大，係加拿大文化更新研究中心研究員，致力於東方民俗文化 and 中國戲劇之研究。有如下著作在國內外出版發行：

- 《煙畫三百六十行》（臺灣漢聲出版公司出版 2001 年）；
- 《煙畫的研究》[日] 川床邦夫譯（日本經濟研究所出版 2005 年）；
- 《老北京的三百六十行》（中國山西古籍出版社出版 2006 年）；
- 《富連成——中國戲劇的搖籃》（中國山西古籍出版社出版 2009 年）；
- 《禁戲》（中國百花文藝出版社出版 2008 年）；
- 《清宮戲畫》（中國百花文藝出版社出版 2010 年）；
- 《昔日摩登》（中國江西教育出版社出版 2009 年）；
- 《一樹梨花春帶雨——說不盡的旗裝戲》（中國人民日報出版社出版 2015 年）；
- 《清代禁戲圖存》（中國社科出版社出版 2020 年）。

## 提 要

舊社會，女子束胸與纏足一樣，是自我摧殘的一大陋習。但此陋習起於何因？源於何時？對婦女造成何等的損傷？對國家釀就何等的危害？作者從民俗學的角度出發，以考古、文史、繪畫、言論等大量資料，講述了中國婦女如何從健乳而被迫束胸的歷史成因和衍成習俗的沿革。最終導致「自損而不知，自尊而為榮」的墮落。以致纏足解放之時，而胸仍於桎梏之中。

從晚清到民國，無數志士仁人從不同角度呼籲放乳，歷經了數十年不懈的鬥爭努力，終於，在北伐戰爭取得勝利的 1927 年，國民革命政府順應民意，以國家的名義頒布了《束胸禁革公告》，以法律的形式強迫國民改變陋習，要求婦女必須解除束胸。由此，舉國掀起了一場轟轟烈烈的「天乳運動」。這一場驚世駭俗的全民運動，使中國婦女的身體得到徹底的解放，使婦女贏得了新生。同時，解放了婦女勞動生產力，發展了女子體育運動，改變了女子的形體之美。從而，掀起了社會對嬰幼衛生和育兒保健的高度關注，促進了中國社會向現代化的邁進。



# 目 次

前 言	1
一、束胸前史（上古～南宋）	7
（一）上古先民對女性乳房頂禮膜拜	8
（二）乳的象形文字和饅首窩頭	18
（三）先秦女子以健碩為美	23
（四）漢代推崇女性乳房「肥瘠厥滿」	30
（五）晉魏時期標榜女子乳碩胸豐	36
（六）唐代性事開放	39
（七）盛唐讚賞婦女乳房「白圓滿潤」	41
（八）楊貴妃發明了「乳罩」	46
（九）五代的「慕胡之風」	49
（十）宋代要求女子遮胸掩乳	51
（十一）相乳與女子躡跂	55
二、束胸的歷史（元 1214～晚清 1897）	59
（一）蒙古帝國的入侵迫使漢族女子束胸	59

(二) 明代政府強迫女子繫縛「主腰」	69
(三) 女子束胸日久成俗	75
(四) 古代女子胸衣小考	78
(五) 乳母代替了生母	82
(六) 清代對女子的審美變得畸形	85
(七) 太平天國的「婦女解放」	90
(八) 男扮女裝的「乾旦」火爆舞臺	92
(九) 中醫「病不醫乳」	97
(十) 貞婦烈女「乳病不醫」	99
(十一) 國人淪為「東亞病夫」	103
(十二) 愚昧落後排斥西醫	105
三、乳的論戰（晚清 1898～民國 1927）	111
(一) 嚴復疾呼「母健兒肥」	111
(二) 康有為率先提出「婦女解放」	113
(三) 孫中山未能簽署《束胸禁革令》	116
(四) 先鋒女子追逐「慕男風」	119
(五) 梅蘭芳的「平胸美學」	121
(六) 滬府發佈公告禁止女子低胸	125
(七) 「評劇皇后」被逐出北京	127
(八) 西醫乳科呼之欲出	130
(九) 李叔同精心繪乳	131
(十) 劉海粟首創「裸模」	133
(十一) 陳傳霖的首張傑作《乳》	136
(十二) 毛澤東為女性放歌	139
(十三) 郭沫若以詩頌乳	142
(十四) 桑格夫人打破「性的堅冰」	144
(十五) 張競生著述《性史》	146
(十六) 楊蔭榆反對女子放乳	148
(十七) 周作人打倒「板鴨胸」	150
(十八) 胡適鼓吹「大奶奶主義」	151
(十九) 西方電影炫耀豪乳	153
(二十) 「三八」婦女節裸體遊行	155
(二一) 朱家驊勇提《禁革議案》	157

四、乳的解放（民國 1927.7.8～）	161
（一）國民革命政府立法解放乳房	161
（二）《束胸遺恨》掀起放乳高潮	163
（三）「天乳運動」風起雲湧	165
（四）魯迅亦《憂天乳》	167
（五）《解放》雜誌鼓吹美乳	168
（六）《科普》宣傳婦女健乳	170
（七）廣告畫重塑人體美	173
（八）《良友》向女界推薦文胸	175
（九）上海先施公司熱銷乳罩	178
（十）「四大名旦」荀慧生亦戴上了義乳	181
（十一）女性「三圍」的公開討論	184
（十二）畫家為「新女性」重新造型	186
（十三）「天乳運動」帶動了「旗袍革命」	191
（十四）「天乳運動」促進女子體育勃興	194
（十五）「天乳運動」解放婦女勞動力	198
（十六）「天乳運動」促進「母健兒肥」家庭 幸福	200
後記	205
參考文獻	213