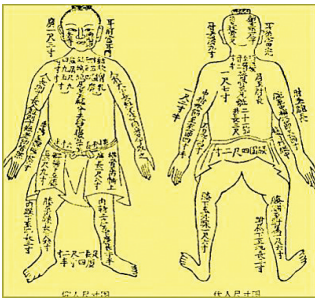


# 古今中国人身材到底谁高

在古典文学作品《三国演义》中,关羽被描绘成“身長九尺”;《水浒传》中的武松被描绘成“身長八尺”,绰号“险道神”的青州郁保四“身長一丈”……这到底是艺术夸张还是古人确比今人高?现代考古研究证实,古人并不比今人高,反而矮不少,但古代女性却比现代女性高……



汉代阳陵随葬坑出土的陶俑,可推测出古人大致身高。



明代徐春甫《古今医统大全》中所绘的人体尺寸图。



河南安阳殷墟马车后的殉人遗骸,可准确推测出其生前身高。

## 壹

### “身長八尺”到底有多高?

汉一尺相当于现代23.1厘米

“八尺”张飞身高185厘米“九尺”关羽身高208厘米

在古典小说《三国演义》一书中,很多地方对三国名人的身高都有交代。以“桃园三结义”的刘备、张飞、关羽来说,刘备“身長七尺五寸”;张飞“身長八尺”,关羽“身長九尺”。

以现代长度单位一尺等于33厘米来换算,刘备身高248厘米,张飞身高264厘米,关羽身高297厘米,个个都超过“小巨人”姚明的226厘米。而且,在《三国演义》中关羽还不是最高的,一个叫“乌戈国”的国王兀突骨竟“身長丈二”。可兀突骨的身高并不是最吓人的,当年襄武县曾天降一人“身長二丈余,脚迹长三尺二寸”。两丈多相当于六米多高,快有两层楼高了!显然这是不可能的。

类似的描写在《水浒传》中也有,如鲁智深“身長八尺,腰阔十围”;武松“身長八尺,一貌堂堂”;绰号“险道神”的青州郁保四“身長一丈,腰阔数围”……只有武松的哥哥武大郎个子矮,“身不满五尺,面目丑陋”。

正是类似《三国演义》、《水浒传》中这类动辄“身長八尺”“身長九尺”的描写,让习惯了“一米三尺”的现代读者产生了“古人个子高”的印象。

实际上,公元三世纪时的三国人身高与现代人应该差不多。因为汉代一尺相当于现代23.1厘米,故张飞身高是185厘米,刘备身高是173厘米;关羽确实不矮,身高达208厘米。但如果按《水浒传》上所述,宋代一尺相当于现代31.2厘米,“身長八尺”的鲁智深、武松就都是约250厘米的大个子。就连武大郎也非侏儒,约156厘米。

公元十二世纪的宋朝人难道个个都是彪形大汉?这也许跟作者的创作思维出错有关。《水浒传》的作者一说施耐庵,另一说是《三国演义》作者罗贯中,但不论作者是谁,他们只是将公元三世纪人的常用身高术语移植到了公元十二世纪的宋朝人身上,却忽略了不同朝代度制上的差别。

## 貳

### 古人平均身高是多少?

唐代医学家王焘认为“常人之长多以七尺五寸为率”  
古人身高七尺五寸约为现在173厘米

然而,《三国演义》《水浒传》毕竟是文学作品,古人的身高到底是多少?比较靠谱的还是古代医书记载。

目前,可以查到的最早记载中国人身高的是《灵枢经》。《灵枢经》第十四篇《骨度》中,提到了古人身高:“人长七尺五寸”,并以此身高为标准,给出了古人身体各部分骨骼长度。但在《灵枢经》第十二篇《经水》中,又提到了古人的一个常见身高数据:“八尺之士”,后世小说中常用的“身高八尺”的说法最早即缘于此。可“人长七尺五寸”和“八尺之士”哪个才是古人的平均身高?黄帝由于搞不清楚,便问当时著名的医家伯高,伯高称是“七尺五寸”。

这一观点得到古代医家的普遍认可,《外台秘要方》的作者、唐医家王焘即是此观点,明医家张景岳也继承了此说,他在《类经·经络类》“骨度”篇中解释说:“众人者,众人之常度也,常

人之长多以七尺五寸为率。”但唐代另一医家孙思邈则给出不同数据,他在《千金要方》中称:“若依明堂正经,人是七尺六寸四分之身。”虽然有差别,好在“七尺六寸四分”与“七尺五寸”差距并不大。

那么,“八尺之士”又是怎么回事?张景岳分析:“此盖言魁伟丈夫之身,非众人之度也。”张景岳的意思是,“身高八尺”是魁梧身材的标准身高,也就是说,身高八尺以上就算“高个子”了。

古人的平均身高“七尺五寸”合现代多少?这要结合《灵枢经》的成书时间来考察。一般认为《灵枢经》成书是东周战国时期,也有人认为是汉代人所作,但不论哪一种说法正确,以流行的《中国历代度制简表》的换算规则,这两个时期的尺度差不多,一尺都约合现代23.1厘米。也就是说,古人的平均身高约173厘米。

## 叁

### 古人比今人高三厘米?

考古研究发现古人平均身高约164.96厘米

最新调查显示现代北京人平均身高174厘米



最早记录古人标准身高的刻版《灵枢经》。

古人的平均身高约173厘米,今人多高?据国家卫生计生委发布的《中国居民营养与慢性病状况报告(2015年)》,2012年中国成年男性均高是167.1厘米。另外,国家统计局还曾公布一个均高:169.76厘米。两相比对,古人比今人约高出三到六厘米。

难道中国人在两三千年的进化中,种族整体变矮了?笔者认为,《灵枢经》所记应该没错,因为《灵枢经》成书的时代中国的重心在中原,其所记身高应该是北方人的身高。

现代统计发现,现代北方人的平均身高在172厘米以上,现代北京人近年平均身高更达174厘米。这么一分析,古今中

国人的身高变化并不大。明医家张景岳早就发现这一现象,他在《类经·经络类》“骨度”篇中即称:“上自黄帝,下至成周,数千间,人与尺度,未尝有异。”

事实上,由于统计口径、方法和抽取样本总数的不同,现代中国人平均身高数据也不一致,如2014年联合国有关组织公布的世界各国男性平均身高排名显示,中国成年男性的平均身高为171.7厘米,与古人均高差别也不大。

但是现代考古研究却得出了与史料分析完全相反的结论:古人的平均身高比现代低三厘米,并没有173厘米,而是在170厘米以下,这倒与《中国居民营养与慢性病状况报告(2015年)》中给出的数据很接近。笔者列出吉林大学考古专业近年多篇相关博士论文中的数据,并将其归为不同地区的人群——

中原人(安阳人):河南安阳殷墟中小墓地出土男骨,商人的平均身高约为163.7厘米。

中原人(郑州人):河南郑州荥阳薛村遗址和新郑多处遗址汉唐宋墓葬出土男骨,古人平均身高约166.59厘米,其中

汉人168.97厘米,唐人166.54厘米,宋人164.26厘米。

西北人(甘肃人):甘肃临潭磨沟墓地出土男骨,商人的平均身高约为166.07厘米。

东北人(吉林人):吉林大安后套木嘎遗址出土男骨,辽金人的平均身高约为161.07厘米。

北方人(北京人):北京延庆西屯墓地出土男骨,从汉代到明清,平均身高约为164.82厘米;其中汉人165.34厘米,北朝人163.79厘米,明清人165.32厘米。

北方人(内蒙古人):内蒙古和林格尔县大堡山墓地出土男骨,战国晚期人的平均身高约为166.70厘米。

综合上述六个不同地方、不同时代中国人的身高数据,其均高约为164.96厘米。由此可见,古代中国人的身高远低于现代中国人。

类似上述的考古数据还有很多,虽然不时有发现巨人骨的报告,但大多仍显示古代中国人的均高在170厘米以下。以吉林大安后套木嘎遗址六期组的辽金人平均身高来分析,东北人并不是大高个儿,反而比中原人矮约十厘米。

## 肆

### 古今女性哪个更高?

古代女性平均身高约158.11厘米

现代女性平均身高为155.80厘米

上述所说的都是古代成年男性的身高。从现代考古研究中发现,古代女性的身高并不矮,甚至高于现代女性。吉林大学考古专业近年多篇相关博士论文数据如下——

中原女性(安阳女性):河南安阳殷墟中小墓地出土女骨,平均身高约为155.34厘米。

中原女性(郑州女性):河南郑州荥阳薛村遗址和新郑多处遗址汉唐宋墓葬出土女骨,平均身高约166.59厘米,其中汉人160.50厘米,唐人157.08厘米,宋人156.23厘米。

西北女性(甘肃女性):甘肃临潭磨沟墓地出土女骨,平均身高约为158.85厘米。

东北女性(吉林女性):吉林大安后套木嘎遗址出土女骨,平均身高约为153.39厘米;

北方女性(北京女性):北京延

庆西屯墓地出土女骨,从汉代到明清平均身高约为159.86厘米;其中汉人159.18厘米,北朝人162.97厘米,明清人157.32厘米。

北方女性(内蒙古女性):内蒙古和林格尔县大堡山墓地出土女骨,平均身高约为154.65厘米。

上述古代女性平均身高约为158.11厘米,而《中国居民营养与慢性病状况报告(2015年)》显示,2012年中国女性平均身高为155.80厘米,竟然比古代女性矮了约2.31厘米。

最后需要说明的是,上述考古数据与古人真实身高肯定有差异,并不一定准确,只是相对而言。但其中透露出的信息颇值得研究,比如古代女性为什么比男性身高稳定?为什么比现代女性高?

据《北京晚报》



身材修长的唐代女性(唐佚名绘《舞乐图》局部)。