

故宫展厅的《千里江山图》前排起水泄不通的队伍，剧场里《只此青绿》被一抢而空的座席，屏幕上点茶、插花、焚香的唯美镜头……一股源自宋代的审美浪潮，向着当代人的生活涌来。

探讨“宋潮”的现象，难免要思考几个问题——为何在物资极度丰裕的今天，我们却要望向一个被史书贴上“积贫积弱”标签的朝代，寻找其中关于“美好”与“生活”的答案？当代人对宋代文化与美学的深度认同与精神共鸣，其根源究竟在何处？宋代的雅致与烟火、厚重与灵动重新被带入公众视野后，我们又应该如何探寻传统文化与现代生活的契合之道？

宋潮：千年美学，今朝风华润人心

【文/青年报记者 唐骋华】

血脉觉醒，蔚为“宋潮”

“宋潮”起于何时，很难给出一个确切的节点。但有一点可以肯定，当代中国人对宋式美学的热爱犹如潮水，后浪推前浪，一波未平一波又起。

2015年故宫博物院推出“石渠宝笈特展”，罕见地全本展出北宋名画《清明上河图》。一时观者如堵，各地观众坐高铁、打飞的，在门外排起长龙“朝圣”。十年后的2025年，恰逢故宫博物院建院100周年，《清明上河图》再露真颜，一同现身的还有2017年展出时掀起热潮的《千里江山图》。可想而知，展厅人头攒动，热闹程度堪比北宋年间的汴梁街市。

从2015年至2025年，让“宋潮”始终能保持热度的当然远不止宋画。事实上，文艺作品的功劳应该更大。

《知否？知否？应是绿肥红瘦》《清平乐》《大宋宫词》《满江红》《梦华录》等以宋代为背景的影视剧，尽管受众对剧情褒贬不一，对角色塑造也颇多吐槽，但美轮美奂的服化道，还是形成了一波波强势输出的宋式美学浪潮。表现《千里江山图》创作过程的舞蹈诗剧《只此青绿》则长演不衰，场场满座。今年10月，该剧降临上海再演5场，门票秒光。目前剧组已转战广州、天津等地。

至于苏东坡，更是“宋潮”中的“顶流”。这样说都是谦虚的，论话题度及市场热度，古代文人恐怕已无人能出东坡先生之右。纪录片《苏东坡》、话剧《苏堤春晓》、音乐剧《苏东坡》、现代舞诗剧《诗忆东坡》，出一部火一部。小红书、B站上解读苏东坡的视频成千上万。令人咋舌的是，林语堂那本70多年前的老书《苏东坡传》，居然在董宇辉推荐后狂卖30万册。这里面固然有董宇辉的加持效应，但苏东坡自带的流量属性也不应忽略。

如果说只是看展、追剧、读书，那么“宋潮”还只能算是一种文艺现象，然而眼下，这股潮流还在一定程度上渗入了我们的日常生活。

如今的上海、北京、杭州等地，标榜宋茶、宋香、宋宴、宋代插花、宋代妆造的商家已不鲜见，连潮流风尚也开始“宋化”。女性对此最为敏感。曾霸占C位的正



《只此青绿》剧照。



《知否？知否？应是绿肥红瘦》剧照。



《清平乐》海报。



《梦华录》剧照。

红色口红，已悄然让位给豆沙色、奶茶色等低饱和度色系，美甲也有从繁复设计和夸张款式向裸色、简约线条回归的趋势。这种以淡为美，追求“韵外之致”“味外之旨”的趣味，正是宋代美学的精髓。

当然，很难说这是人们有意复刻宋代，更合适的解释或许是，埋藏于中国人文化基因里的宋式美学，于当下血脉觉醒，蔚为“宋潮”。

“弱宋”的文化底气

“研究唐朝的，都很自豪地说‘大唐’如何如何，我们做宋史的就没这个底气了。”宋史学者、华东师范大学古籍研究所研究员顾宏义告诉记者。长久以来，面对自己研究的朝代，他都有些气短，不好意思称之为“大宋”，“因为一说起宋朝，大家都觉得积贫积弱，是‘弱宋’”。

这种印象也不无道理。首先，宋朝长期与辽、西夏、金等少数民族政权并立，算不上标准的大一统王朝，这使其在气势上就先天地弱于汉、唐。宋朝在军事方面的表现更是“拉胯”，西夏、辽、金，一个都打不过，还出现过徽、钦二帝被金军俘虏的“靖康之耻”。晚清以降，中国饱受列强欺凌，不少学者将当时内外交困的状况投射到宋朝，经梁启超、钱穆、胡伯赞等人的描述与构建，“弱宋”的形象逐渐坐实了。

然而顾宏义在研究宋代军事时发现了一个现象：宋代的存续时间比周边那些政权都要长，甚至能和横扫欧亚大陆的蒙古军队抗衡几十年。“一个政权给人感觉总在打败仗，但它的寿命又比其他政权长，一定有原因。”

具体什么原因？顾宏义归结为两条——经济和文化。

经济上，宋朝是古代中国极少数不依赖田赋的朝代。宋代的商业和贸易十分发达，为朝廷带来了丰厚税收。北宋时，财政收入的25%来自商业税，及至南宋，海外贸易占据大头。这在古代中国是绝无仅有的，也造就了《清明上河图》所描绘的“大宋繁华”。北宋都城汴梁、南宋都城临安，放眼当时世界都是人口超百万、商业高度繁荣的第一大城市。

“宋朝经济比较强，所以哪怕打了一些败仗，也能很快恢复，坚持下去。”顾宏义分析道。经济繁荣为文化发展奠定了基础。不管宋朝有多少“槽点”，有宋一代文化发达，是古往今来的人都承认的。举凡文学、绘画、书法、瓷器、音乐、建筑、服饰、美食……宋朝都达到了极高水准。陈寅恪先生就认为，中华传统文化“造极于赵宋之世”。“这也使宋人具有很强的文化认同感和凝聚力，西夏、辽灭国后党项族、契丹族都消亡了，但汉人不会。”顾宏义说。

谁孕育了“宋潮”

当然，经济只是文化发展的充分条件，仅有经济作支撑是不够的。宋代文化达到鼎盛，得益于两大群体的推动——士大夫和市民。

“科举制始于隋唐，宋代进一步完善，选拔更公正，给了很多平民子弟机会。”宋史专家、北京大学历史系教授赵冬梅说。做个对比，唐代仍然是贵族社会，范阳卢氏、清河崔氏、太原王氏等世家大族长期占据高位，垄断大部分社会资源。科举制更像点缀。而在宋代，



观众在展览上参观放大两倍的《千里江山图》灯光特效图。

新华社 图

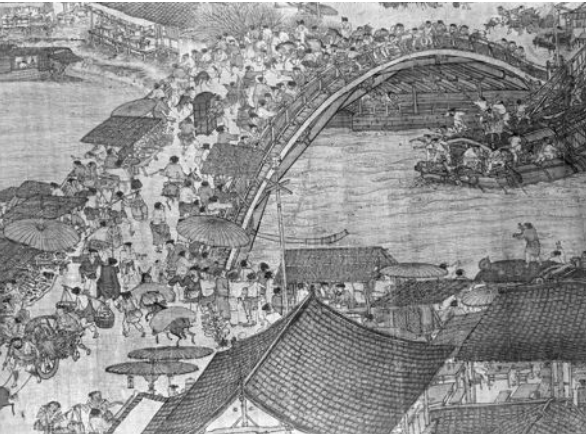
“寒隽之士”也能通过科考出人头地。吕蒙正、范仲淹、欧阳修都出身贫寒，靠才学成为一代名臣。

“大量平民子弟进入官场，促进了社会流动。”赵冬梅说。而且宋朝优待士大夫，给予其优厚待遇，即便基层官吏，俸禄也远高于唐代。这就使士大夫有实力、有闲暇从事文化活动。宋代文化繁荣，与此是直接相关的。

此外，科举制还制造了为数不少的落第者，这些人虽无缘跻身庙堂，但接受过教育，有一定的文化素养，自觉承担起了在民间进行文化启蒙和普及的责任。这就在社会层面形成一种崇尚文化的氛围。有宋一代学堂遍布全国，民众识字率有了长足进步，因此，宋朝的“含文化量”是远高于前朝的。

与此同时，宋朝还存在庞大的城市人口，即市民阶层。“宋朝大约是我国古代城市人口占比最高的朝代了。”赵冬梅说。据她研究，北宋都城汴梁鼎盛时有150万居民，南宋都城临安居民也超过百万，这些人口中，约三分之一为皇亲国戚、官吏及禁军。“用今天的话说，这些人有钱有闲，消费欲旺盛，剩下的三分之二人口，有商贩、手工业者、艺人，就是为他们提供各种服务的。”两宋的汴梁和临安处处是食铺酒家、勾栏瓦舍，堪称世界上工商业最发达的城市，由此，也产生了热闹的市井文化。

在赵冬梅看来，所谓“宋潮”，正是由士大夫和市民



《清明上河图》展现了北宋都城汴梁的繁华景象。图为在故宫展出的《清明上河图》(局部)。

新华社 图

这两大群体共同孕育、推动的。而这样的奇妙组合，在中国历史上属于“独一份”。更奇妙的是，当代人对宋朝好感度越拉越满，仿佛与那遥远的年代同频共振，在文化与精神层面碰撞出奇妙的化学反应。“我想，这是因为今天物资丰富，我们有更强烈的精神需求，于是文化发达、城市繁荣的宋代就进入人们的视线。”赵冬梅说。

大雅和大俗

今人提起“宋式美学”，往往与高雅精致画等号，最典型的当数宋画。宋代绘画有种含蓄、轻柔之美。画山水讲究留白，意境悠远；画花鸟纤毫毕现，却无“炫技”之感；笔下人物都似“淡人”，但在细节处透露其内心活动。

“这在扇面书画上也有鲜明的体现。”上海博物馆书画研究部副主任李兰说。上海博物馆正在展出“至扇至美：上海博物馆藏历代扇面书画名品展”，馆方遴选100件/组宋、元、明、清及近现代不同时期的名家扇



《荷塘鹁鸽图》扇页。
藏于上海博物馆

《草书七言诗二句》扇页。
藏于上海博物馆

面书画作品，系统梳理中国扇面书画艺术的千年发展脉络，展现其文化内涵与美学价值。在李兰看来，通过对比，能直观地感受到宋代书画的特点。

以《荷塘鹁鸽图》扇页为例，画面描绘秋日荷塘中的一景。“表面看平平无奇，细看会发现鹁鸽的眼珠点过漆，所以亮晶晶的，顺着鹁鸽的视线：哦，原来正盯着荷塘里的虾呢，难怪眼前一亮。”李兰指出，宋画的趣味就藏在细部，需要观者认真体察。展览还展出了宋徽宗赵佶的《草书七言诗二句》扇页，上书“掠水燕翎寒自转，堕泥花片湿相重”，诗意唯美，而笔法既浑厚凝重又圆转流畅，兼具唐代草书的纵逸和宋代文人的雅致。

宋瓷同样走“平淡”路线，青瓷、白瓷、黑瓷等均为单色釉系，主打一个内敛温润、端庄优雅的极简主义。这也解释了以宋瓷为代表的宋代器具何以深受当代人喜爱：它正契合当代人对内心安宁的追求。

不过，如果以为宋代只有高雅，就失之偏颇了。“宋代在文化史上有一个引人注目的现象，就是‘文学重心下移’。”赵冬梅告诉记者，“所谓‘下移’，主要指文学体裁从诗文扩展到词、曲、小说，创作群体从士族文人扩展到庶族文人，进而下沉到市井文人。文艺作品的受众也扩大至广泛的社会大众。”

宋词的兴盛就颇为典型。古人强调“文以载道，诗以言志”，诗和文都是严肃体裁，轻易不能用作娱乐。那么文人雅士想抒发个人情感怎么办呢？宋代士大夫找到了源自民间的词，相当于今天的流行歌曲，用来承载诗和文不便表现的内容。于是，宋词里充满了钱锺书先生所说的“公然走私的爱情”。

中国古典小说的重要源头，由说书艺人创作、供市民消遣的平话也兴起于宋代。三国故事、西游故事、水浒故事，都是在宋代臻于成熟、自成体系的。

可以说，大雅和大俗、平淡与绚烂，在宋代文化中实现了完美的交融共生。这种兼容并蓄的文化品格，也让宋代文化拥有了绵延千年的生命力。从这个意义上讲，今日的“宋潮”不仅是美学风尚的回归，更是当代人与传统文化的深度对话。当我们在宋式美学中寻找安宁与雅致，实则是在唤醒血脉中的文化基因，让千年前的文化智慧，为当下的生活注入温暖与力量。