

仲夏即盛夏,是夏季最热的时段。那么古代人究竟是如何度夏的呢?

早在先秦时期,就有凿冰、贮冰的记载。《礼记》:“(季冬之月),冰方盛,水泽腹坚,命取冰,冰以人。”即每年隆冬开始凿冰,在冰窖储藏起来以供夏日享用。由于取冰涉及祭祀,所以整套程序被作为“礼”而规定了下来,同时还设立了专门掌冰的官员,称为凌人。凌人不仅要负责冬天取冰的数量,还要负责冰鉴(贮冰、盛冰的器具)的清洗,以便来年继续使用。到了唐代,藏冰、颁冰制度被传承下来,并由司农寺上林署负责。由于取冰、用冰极其消耗人力,所以能享用冰的都是皇亲国戚、朝廷官员等。据记载,明代的北京市民从立夏这天就打开了冰窖,市面上便出现了卖冰的商贩,他们“手二铜盏迭之,其声磕磕,曰‘冰盏’”。为了使冰块不至于迅速消融,他们在冰块上面覆盖一棉被,沿街叫卖。有文人赋诗:“门前铜盏呼人急,却是冰儿来卖冰。干喉似火逢薪热,一寸人口狂烟灭。”据《北京岁华记》云:清代北京“清明日始卖冰。”而《燕台口号一百首》中也说:“磕磕晶晶响盏并,清明出卖担头冰”。清明节以后,居民多购此物以消暑。清初,毛奇龄诗云:“长安四月方苦热,日饮冰浆类沃雪。”陈维崧有词亦说:“长安六月,玉河桥柳下,凉冰争卖,铜碗擎来高十丈,只是炎熇难耐。”高珩亦咏道:“长安六月无好处,只喜寒冰汲水注。长鲸纵饮只一钱,不羨封侯移酒泉。”总之,冰水虽无法与炎热相抗,但可让人们暂时减轻、缓解暑热。这种街头常见的卖冰情况,一般要延续到中元节。之后,因天气渐渐转凉而越来越少了。康熙二十三年,查慎行在《京师中元词》中咏道:“铜盘小拍坐张灯,手指城东满月升。从此夜游凉似水,渐无人卖担头冰。”

其次就是改造居室环境,建设“夏房”。比如:先秦时期的“窟室”、秦汉时期的“凉房”、皇家的“凉殿”、唐代的“含凉殿”就是最早的“空调房”。“含凉殿”傍水而建,利用水车将水送到屋顶,然后水就沿着屋檐流下来形成水帘。凉水

古人仲夏之乐



青铜冰鉴(战国时期)国家博物馆藏

沿着屋子上下流动,带走热气,达到降温的效果。《唐语林》卷四记载:“玄宗起殿……时毒方甚。上在凉殿,座后水激扇车,风猎衣襟……四隅积水帘飞洒,座内含冻。”由此可见,这种制冷设备利用自然水冷,具有较高的降温能力。张仲素《宫中乐》有诗云:“甘泉将避暑,台殿晓光凝。”也是对凉殿消暑的赞誉。“窟室”“凉房”“凉殿”都是当时比较流行的度夏方式。窟室其实就是一种洞穴或地下室。当然其结构或设置,随着身份、地位、官衔高低的不同,相比一般地下室要讲究得多也豪华得多。比如一些贵族家庭,夏天的一些重要餐饮活动,都在这里举行。据史料记载:先秦时期的窟室又不完全是利用地下冷源,也有人工冷源。据说,高级一些的窟室还要放置冰块,以达到降温、调温的目的。

古籍《周礼》记载,“祭祀共(供)冰鉴”。“鉴”其实就是个盒子。内置冰块,再将食物放在冰块中间,起到保鲜防腐作用。“冰鉴”的外形很有特点:铜制,内外壁之间有很大空间,具有冰镇和温酒的双重作用。青铜鉴出现于春秋中期,晚期和战国时期最为流行,到了西汉时期仍然受到广泛使用。但只用在皇宫、官场

或贵族家庭。一般老百姓是无福享用的。

除“冰鉴”以外,还有扇子,古人叫“摇风”或“凉友”,多用竹子编制而成,经济条件好的人家还会用绢帛、羽毛、檀香木等原料制作,摇起来优雅轻松,香风缥缈。一些文人墨客还在上面题诗作画,一派书香之风。而官宦或宫廷贵人则会享受由仆人摇动轮子的“人工风扇”,这在今天的一些影视剧中还可看到。

除了扇子,还有“竹夫人”。说起竹夫人,《红楼梦》中有这样一个谜语:“有眼无珠腹内空,荷花出水喜相逢,梧桐叶落分离别,恩爱夫妻不到冬”,谜底就是“竹夫人”,形象地道出了其特色。“竹夫人”,用打磨光的竹条编制而成,整体镂空且呈圆柱形。天热时,将其抱在怀里睡觉,四面透风,舒服又凉快。而且简单实用,除汗去热。

使用瓷枕,也是古人纳凉的办法之一,南宋女词人李清照在《醉花阴》中写道:“……玉枕纱厨,半夜凉初透。东篱把酒黄昏后,有暗香盈袖。莫道不销魂,帘卷西风,人比黄花瘦。”以及古诗句“半窗千里月,一枕五更风”“带杯君子和衣卧,舞困家人凭枕眠”,都说明了古人使用瓷枕用来消暑。瓷枕具有

清火、安神的作用,自隋唐以来就进入了一些贵族家庭,成为人们清热消暑的抢手货。

除了居室降温,在冷冻饮品方面,古代宫廷也是想尽了办法。宋代,在京朝臣逢三伏天,多能获赐冰品。据吕原明《岁时杂记》记载:“京师三伏,唯史官赐冰麪,百司休务而已。自初伏日为始,每日赐近臣冰,人四匣,凡六次”“又赐冰麪面三品”。

还有一种冰品叫“冰果”,多为上层官员享用。清后期,严辰曾云:京都夏日,“宴客之筵,必有四冰果,以冰拌食,凉沁心脾。”据清末宫女何荣儿回忆,宫女在暑天也有凉碗子吃,像甜瓜果藕、莲子洋粉攪丝、杏仁豆腐等,经常吃的则是荷叶粥,均为冰镇。直至民国,卖这种冰品的铺子还存在。这种冰品通常是将新鲜的藕片、菱肉、芡实、核桃、杏仁等,放在细瓷碗中,加上白砂糖,上面再洒上冰屑或小冰块,吃起来冰凉可口。另外,冰奶酪也是清代北京夏日的时令冰品。当时卖这种凉食的店铺,俗称奶茶铺,铺中除卖与奶制品有关的奶酪、奶卷及奶饽饽之外,也卖一种叫“水乌他”的小吃。清人富察敦崇在《燕京岁时记》曾记及此物:“洁白如霜,食之口中有如嚼雪。”此物系以糖水和奶油调制,再冷冻成方形,形状与绿豆糕类似。

夏天,人们多会选取宽松、轻薄的衣衫。对于唐代的皇亲贵族、嫔妃宫女等,纱是首选。除了纱,还有丝织品,最珍贵的丝织品则是轻绡,因其薄如蝉翼,所以深得杨贵妃的喜爱,“贵妃每至夏月,常衣轻绡。”现代人夏季出门,常用伞遮阳,唐人也不例外,陆龟蒙就曾作《蓬伞》一诗:“吾江善编蓬,圆者柄为伞。所至以自随,清阴覆一墀。”除了用伞遮阳,唐人还喜戴帽子遮阳。

事实上,大多数的平民百姓,由于社会地位和经济条件限制只能就地取材,如民间普遍使用的有竹扇、团扇、芭蕉扇、蒲扇、纸折扇、鸡毛扇……既经济又实用。挖地窖贮藏冰块、打地窖、河湾冲凉、铺芦席、阳台露宿、井中蔬菜保鲜、吃冷淘、喝酸梅汤、饮绿豆汤、吃凉糕等,民间仲夏解暑的办法数不胜数。(据《西安晚报》)