

炎炎夏日，酷热难耐。我国由于大陆性气候强，成为世界同纬度上除了沙漠干旱地区以外夏季最热的国家，就连北纬近46度的哈尔滨都曾多次举行过群众性的横渡松花江活动。好在我们现在有空调，最不济也有电风扇，可以躲进小楼成一统，管他春夏与秋冬。但是，在没有空调、电风扇的古代，人们都怎么避暑？

没有空调与电风扇的日子，

古人怎么避暑？

凿河取冰降温

古人，尤其是普通人，迁徙非常不易。盛夏时节，他们首先想到的，不是哪儿凉快哪儿待着去，而是用冰块给自己的房间降温。

他们一般在冬天从冰封的河中取出冰块，保藏在冰窖或者冰室内。早在周代，我国就已经有了冰窖。据《诗经·豳风·七月》记载：二之日凿冰冲冲，三之日纳于凌阴。凌阴，就是冰窖，又称冰库、凌室、冰室等，而凌人就是为周天子掌管冰事的人员。

但是，在当时生产力还极度落后的社会，除了王室，不是所有人都有财力物力去凿河取冰的。因此，周王室将冰块当成非常贵重之物，赏赐给身边人，据《左传·昭公四年》记载，“食肉之禄，冰皆与焉”。

尽管后人取冰越来越容易，但是这种“赐冰”制度一直延续到明清。明朝人刘侗、于奕正撰《帝京景物略》记载，每年立夏，明廷会赐冰给文武大臣。清代也是这样，把赐冰当成一种官员福利。朝廷给予官员“冰票”，官员再凭票去指定部门领取冰块。清人富察敦崇撰《燕京岁时记》就曾记载：“届时由工部颁给冰票，自行领取，多寡不同，各有等差”。

曹操在修铜雀台的情况下，就另外造冰井三座，专门用于储存冰块。据说这个冰井台就像一个冷库，夏天时可以有凉气从井里冒出，而冬天有暖热的气奔出，就像空调一样，可以调节室内温度。唐朝杨贵妃还用大量的冰块环绕大厅，这种避暑效果很好，但费用很高，只有官家可以享用。

明清两代，冰窖有官窖、府窖和民窖之分。冰窖造型基本相同，采用埋入地下1.5米的半地下形式，长约11米，宽约6米，容积为330多立方米。因此，这就需要采冰者在每年三九从河中起冰后，凿成规定尺寸的方块拉入冰窖。冰窖地面一般铺设了木头，并排半埋在地面之下，使冰块不至于接触到地面。

人们在冰块上会覆盖上一层厚厚的树叶，使其保持低温，防止融化。官窖有专职官吏负责采集天然冰块，贮存于冰窖中，炎夏期间取出，以供皇家和贵族使用。大家看《甄嬛传》中甄嬛怀孕被罚跪的那一集里，贵妃娘娘的旁边就放着冰块，不然贵妃娘娘也没有心情在酷热中看着甄嬛罚跪。

古人保存冰块，除了常用的冰窖，还有“冰箱”。1977年，湖北随县曾侯乙墓中出土了一个青铜冰鉴，由铜鉴、铜缶组合而成，缶套置于鉴内，这就

是原始冰箱。冰鉴的工作原理，是依靠装在鉴内的缶四周的冰块，使缶中的酒、瓜果等降温，鉴内的冰块也同时降低室温。

到了清代，宫廷已经普遍使用以天然冰制冷的木质冰箱加工消暑美食与降室温，这种器具当时被称作“冰桶”或“洋桶”。目前，故宫博物院收藏有一对清代乾隆年间的掐丝珐琅冰箱，就是中国古代藏冰器具发展的巅峰之作。

清代的冰块已相当普及了，不再是皇家的专利。清代诗人王士禛有“铜碗声声唤卖冰”一诗，当时北京的卖冰者是以铜盏相碰作响，招揽顾客。那时人们流行口含冰核，吃刨冰，于是，冰镇食品成为民间消暑纳凉的必备。

改造房屋降温

除了储存冰块来给房间降温，对房屋内外进行改造也是一个避暑的好办法。

其一是搭建凉棚，用竹子做骨架，用席子做棚顶，在房檐上或者院子里搭盖出一个高高的遮阳罩，不让阳光直射墙壁，这样外墙不容易晒透，地面也不会很快升温。

其二是挖地下室。因为地下浅层的温度相对恒定，所以能达到自然的冬暖夏凉。从先秦开始，中国人便流行挖出“窟室”，也就是洞穴一样的地下室。明清时用“空调井”，就是在室内挖一口特别深的井，上面用带孔的盖子盖好，夏天就有冷气从地下面出来。而且，空调井除了可以给房间降温，还可以作为地下“冰箱”，将冰块和食品放进井内冷藏。

其三，是建造专供纳凉用的水亭（雨亭），《唐语林》卷五记载御史大夫王某“宅第有一雨亭。檐上飞流四注，当夏处之，凛若高秋”。到了宋代，水亭的建造更加豪华，升级成凉殿。《武林旧事》记载：“禁中避暑，多御复古，选德等殿及翠寒堂纳凉。长松修竹，浓翠蔽日，层峦奇岫，静窈萦深。寒瀑飞空，下注大池可十亩。池中红白菡萏万柄，盖园丁以瓦盎别种，分列水底，时易新者，庶几美观。又置茉莉、素馨、建兰、麝香藤、朱槿、玉桂、红蕉等花数百盆于广庭，鼓以风轮，清芬满殿。”

凉殿不但以风轮送冷水凉气，而且还在蓄水池上和大厅四周摆设各种花卉，使冷风带香，芬芳满室。

其四是因地制宜，建造地坑院。生活在黄土高原上的人们，自古便深知土壤是热的不良导体，5米以下的地



▲承德避暑山庄

►乾隆用的掐丝珐琅冰箱



►华妃用冰块乘凉

来源/电视剧《甄嬛传》剧照

下温度，等于地面上的年平均气温。他们在自家院子里垂直向下挖10米左右深，挖成正方形的大地坑。挖成的地坑叫作天井，再向正方形天井内四壁开挖下沉式窑洞院落，也叫作地窖院或者地坑院。下沉窑洞一般深挖10—11米，所以夏凉的效果比较明显。盛夏三伏天，在地坑院窑洞内睡觉还要盖厚厚的棉被。

历朝历代还有一些专门设计用来避暑的房子，比如汉朝有清凉殿；清朝有“水木明瑟”殿。据记载，能工巧匠们制造出了一种像水车一样的风扇，称为“水激扇车”，借用水能推动一个轮子的扇叶，给室内扇风，这就是最原始的电风扇了。

去凉快的地方

古人还有一个最直接的避暑方法，就是去不热的地方。最典型的例子就是清朝的皇帝，每年夏天就要到承德避暑山庄避暑。

俗话说，高处不胜寒。山的海拔越高，则温度越低。赣北庐山的海拔为1165米，比山麓海拔32米的九江市的29.4摄氏度凉了6.9摄氏度之多。在庐山，7月午后最高气温平均为25.9摄氏度，而山麓的九江市为33.5摄氏度。所以，庐山成为自古以来的避暑胜地，李白、白居易、周敦颐、欧阳修、苏轼、陆游、朱熹、唐寅、王守仁、李时珍等名人都曾经到过庐山避暑。

皖南黄山，海拔为1840米，它比山麓的屯溪市高出1695米，山上山下的温差就更大了：7月平均气温相差10.4摄氏度，黄山为17.7摄氏度，屯溪市为28.1摄氏度。

川西峨眉，海拔为3047米，它比山麓乐山市的海拔高2623米。乐山7月平均气温为26摄氏度，而峨眉山山顶只有11.8摄氏度，剧降14.2摄氏度。

所以，古代许多有钱有闲的人，

多选择到庐山、黄山、峨眉山这样的山上去避暑。由于高寒山区晚上的气温比较低，甚至还要带上棉袍之类的衣物御寒。

没有时间和精力去爬山的人，只能在自家附近找适合纳凉的地方。明高濂《四时幽赏录》就记载了不少古人的“夏时逸事”，“避暑凉棚”说的就是当时京城人的纳凉现象：“长安人每至暑月，以锦结为凉棚，设坐具为避暑会。”所谓“避暑会”，亲朋好友一起避暑纳凉的小聚会。宋朝时期，民间依然很流行“避暑会”，孟元老《东京梦华录》记载北宋开封人“最重三伏，盖六月中别无时节，往往风亭水榭，峻宇高楼，雪槛冰盘，浮瓜沉李，流杯曲沼，苞酢新荷，远迹笙歌，通夕而罢。”

其实，古人避暑的方法还有很多，在此不一一说明。只是我们必须认清这样一个事实，那就是在没有空调的古代，尽管有些避暑方法确实有降温的作用，但作用不宜过分夸大。1743年7月20至25日，乾隆写诗说：“冰盘与雪簟，潋滟翻寒光，辗转苦烦热，心在黔黎旁。”大致的意思就是，身边什么降温工具都有，但还是热得受不了。

要知道，皇帝所拥有的避暑手段肯定是当时社会上最齐全的、最完备的，但即使如此，连他也受不了这几天的高温。根据后来的推算，那几天下午的气温值，均高于40℃。其中以7月25日的温度值最高，达到了惊人的44.4℃。根据史书记载，北京“京师威暑”，天津“五月苦热，土石皆焦，檐顶流金，人多热死。”河北“热难当，墙壁重阴亦炎如火灼，日中铅锡销化，人多渴死。”

因此，还是科技繁荣的现代社会好啊！

摘自 光明网