

及时应令

古人消暑

■张勇

每到盛夏，酷热难耐，总要研究一番应该到哪儿去避暑。当此之时，也不免感叹，在没有任何电气设备，纯天然的古代，人们是如何度过炎夏的？细细考究，你会发现，古人夏天过得很有趣。

原始社会时就有人掌握了扇子的基本使用原理，借用植物叶或禽羽遮阳扇风，所以扇子也被称为“障日”，这便是扇子的初源。后来，扇子多是用竹编的，古人称之为“摇风”，还有人给它起了个好听的名字叫“凉友”。经济条件好的人家会买用绢帛制成的扇子，摇起来比较省力气，也比较有“档次”。文人墨客喜欢在扇面上写诗作画，既可消暑，又添情趣。

汉代曾出现过一种“七轮扇”的纳凉器具，《西京杂记》记载：“长安巧匠丁缓作七轮扇，大皆径丈，相连续，一人运之，满堂寒颤。”它的吹风原理想必是利用叶轮的旋转形成风源，即在巨轮上安上七个叶片，一人摇动手柄，七个叶轮飞速旋转，空气被搅动起来产生凉风，得到“满堂寒颤”的效果。

“头痛汗盈巾，连宵复达晨。不堪逢苦热，犹赖是闲人。朝客应烦倦，农夫更苦辛。始惭当此日，得作自由身。”唐代诗人白居易对热的感受颇深，他写的这首《苦热》诗，把“热”与“苦”联系在一起，足见古人亦为热所苦，对酷暑感到烦恼。乐天居士的避暑方式真是大不一样了，如何消暑呢？“何以消烦暑，端坐一院中。眼前无长物，窗下有清风。散热由心静，凉生为室空。此时身自保，难更与人同。”一切的酷热都源于你的心热，当你心静气闲，自可身体清凉，归根到底一句话“心静自然凉”。

不过，做到“心静自然凉”毕竟太难了，还得寻求其他解决之道。古人称可以避暑消夏的房间为夏房，类似于现在的空调房。如先秦时期的“窟室”，秦汉时期的“凉房”，以及后来的“冰室”。先秦时期，在贵族中流行的夏房叫窟室，是一种类似于现代地下室的房间。由于窟室建造在避开日照的地下，内部阴凉，所以夏天的时候，人们往往在窟室内举办一些重要的宴会。郑国大夫良霄就经常在自家的窟室里饮酒作乐，通宵达旦。公子光在宴会上派人刺杀吴王僚，就是在盛夏时节，利用了吴王僚来自己家的窟室消夏的机会，后来公子光就成了吴王阖闾。到了汉代，帝王贵族便不再使用地下室了，而是建造了专门的“空调房”——清凉殿，与清凉殿配套的消暑设施，有石质的床以及冰块。石床不易导热，夏天睡觉非常地凉爽；清凉殿内的四角都盛放冰块，用来降温。

唐代时，在长安大明宫太液池的南岸修建了一组宫殿——含凉殿。含凉殿的设计非常巧妙，巧匠利用机械装置将殿旁的水提升到高处，水再由高处落下推动扇车的扇叶，从而为殿内送去凉风。同时，含凉殿的四周还有凉水从上往下流形成的水帘，进一步保证了殿内的凉爽。青铜冰鉴是战国时代就已发明的“原始冰箱”，由铜鉴和铜缶组合而成。鉴为方体，像一个方口的大盆，腹深，平底，四个足，缶套置于鉴内。冰鉴的工作原理，即依靠装在鉴内缶四周的冰块，使缶中的酒降温。

古人避暑，常常选择山水为伴，享受“天然凉棚”的舒畅和乐趣，纳凉与游玩一举两得，既经济实惠，又环保低碳，让现代人望尘莫及。刘禹锡喜欢在亲水之处避暑，他写下这样的诗句：“千竿竹翠数莲红，水阁虚凉玉簟空。琥珀盏轻疑漏雨，水晶帘莹更通风。”宋代的秦观说：“劳菲歇去何须恨，夏木阴阴正可人。”有水的地方就有细风，有树的地方就有荫凉。古人们常常能够在炎夏里轻易找到凉爽的去处，何况气候更为炎热的今天呢？没事多去树下喝喝茶，去水边散散步。不仅能得到清凉，还能收获一份心旷神怡的快乐。

采莲是古人最热衷也最普及的娱乐方式，南朝萧纲在《采莲曲》中写道：“晚日照空矶，采莲晚晚晖。风起湖难渡，莲多采未稀。”黄昏时分，驾一叶轻舟，在莲花池里尽情嬉戏采摘，荷香缕缕，满眼美景，既好玩又凉爽，无论男女老少，皆可参与，难怪古人乐此不疲。

古人还喜欢垂钓，唐代司空曙在《江村即事》里写道：“钓罢归来不系船，江村月落正堪眠。纵然一夜风吹去，只在芦花浅水边。”划着小船去钓鱼，安安静静地等鱼上钩，心静自然凉，自然不会觉得热。天黑时，把船往池塘边一泊，用自己钓的小鱼做下酒菜，然后舒舒服服地睡上一觉，这种闲适，真是羡慕神仙。

明清以来，老百姓伏天最盛行吃莲子汤。中医学认为，莲子性味甘平，具有养心益肾的功用。夏日常饮莲子汤，能补中强志，养神益脾。中老年人食用，轻身益气，令人强健。在清朝宫廷中，消暑冷饮的种类就有很多，冷饮中最出名的冰碗是用甜瓜果藕、杏仁豆腐、葡萄干、鲜胡桃、怀山药、枣泥糕等料制成，冰镇后吃起来绝对爽口，真是“过雨荷花满院香，沉李浮瓜冰雪凉”。

古人消暑，十八般武艺，情趣盎然，让人顿生几分凉意，暑气全消。

一生里总有些挥之不去的记忆。有那么一片海，它宛如宝石一般，牢牢地镶嵌在我的脑海深处。

那是一片明净的海，海与天湛蓝一色，浑然一体。艳阳高照，风和气爽，白云飞扬，海波倒映，分不清是在海面，还是在天上。这里的世间万物看上去那么透彻，连人的心也瞬间融化在其中。

那是一片多彩的海，在一天的光影里，这片海水像魔术师般变幻着颜色。从早到午，再到傍晚，海面时而像一块无边的蓝宝石，时而又像一块巨大的绿宝石，时而波光如画，时而又静谧如歌，在这里日复一日演绎着精彩绝伦。

那是一片静美的海，沙岸细白似雪非雪，绵延得柔美多姿，像极一位绝色佳人，侧身在海边酣眠。清澈的海水，轻悄悄地洋溢过来，鱼儿一条两条，或成群结队自由游动，时而慢、时而快，时而敏捷地从这边穿梭到那边，把人的思绪也来回地牵引着。

这片海，远在天边，却近在咫尺，常在梦中，又漾在心头。她至善至真，至纯至美，在壮丽的南海上璀璨生辉。

### ◎你我的渺小

每当我们站在蔚蓝海岸，远眺一望无际的大海，抑或立足高山之巅，俯瞰翻江倒海般的群山，眼前无论是阵阵海浪、颗颗水滴，还是片片葱绿、株株青松，无一不在提醒，人世间的万事万物，都是那么寂寞渺小。

我们脚下的地球，在浩瀚的宇宙中流浪；我们自己的躯体，在茫茫的人海中流浪；我们内在的心灵，在雾霭的未知中流浪。那漫无边际的星空里，地球渺小如一粒尘埃，更何况是我们人和我们的心呢？

于是，我们有过无奈，在遭遇大自然惩罚的时候；我们有过无助，在身处困境无援的时候；我们有过无知，在面对浩繁书海无解的时候。

然而，我们并不惧孤单，也不惧渺小，总会在成长中变得强大，在变迁里发热发光。如同沧海之一粟，如同音乐之一符，如同夏花之一

岁月山河

那里一片海（外四篇）

■吴慕君

朵。你我如是，众生皆然！

### ◎故乡的小河

这条流水潺潺的小河，就是我故乡的小河。从这条乡间小河出发，我见过县城的河，省城的河，国城的河，见过欧洲大陆的河、美洲大陆的河、澳洲大陆的河，尽管一条比一条宽，一条比一条长，可铭记最深的，还是故乡这条小小的河。

我在岁月的最深处，能找见这条河。她流淌在童年的印象里，奔流在少年的烟云里，穿越在青年的奋斗里。她见证过春秋的轮换，也见证过世事的变迁。

我在幸福的欢乐中，常回忆这条河。那里，春风绿了河岸，正是燕子飞来时；河水漫过堤岸，正是稻花飘香时；筑堰蓄水满河，正是“双抢”农忙时。

我在亲情的怀念里，总是梦见这条河。梦到父亲在河里第一次教会我游泳，母亲在河边操劳着浣洗衣物，兄弟在河岸尽兴垂钓，玩伴们在河里戏水嬉闹。

如今，这条小河的河堤被砌成了石墙，木桥被换成了石拱桥，树荫覆盖了河面，河岸筑了新房。然而，无论它的模样怎样改变，我脑海里闪耀的，是美好的记忆；心上奔腾的，是浓浓乡愁。

地址:海口市金盘路30号 邮编:570216 总值班:66810666 广告许可证:琼工商广字015号 广告部:66810888 发行部:66810999 海报集团新闻热线:966123 邮发代号:83—1 报费:每月45元 零售每份1.5元 昨天开印时间2时00分 印完:4时45分 海南日报印刷厂印刷