



谚语说：“小暑大暑，上蒸下煮。”陆游说：“坐觉蒸炊釜甑中。”韩愈说：“如坐深甑遭蒸炊。”甑是古代蒸饭的一种瓦器，可见小暑与大暑之间天气的炎热。

如何消暑、应对苦夏是一个大课题。在现代，被“蒸煮”的泉州人利用冰箱、空调、电扇等现代科技来消暑，让人不禁产生疑问，古代夏天也很热，当时的人都是怎么消暑的？

泉州古人消暑纳凉同样有妙招，他们拥有许多至今仍不过时的消暑“神器”，比如清凉古井、纳凉古厝、蒲葵扇和竹具等等。泉州人巧用“神器”解暑降温，在休憩的同时，也获得心中的“清凉”。

■融媒体记者 邱丰/文 王柏峰/图



古代冰鉴 ——既是冰箱 也是空调

消暑最直接的方法是利用冰块，唐代末年，我国古人就掌握了硝石制冰技术，但由于成本太高，所以冬季储冰仍是冰块的主要来源。

早在商代，时人就用天然冰来保存食物和防暑降温，到了周代，更是形成一个以“凌人”为首的专门的冰块管理机构，还有一套完整的冰块管理制度“冰政”。《周礼·天官·凌人》中写道：“凌人掌冰正（通‘政’）。岁有十二月，令斩冰，三其凌。”这里提到的“凌人”，就是专门掌管取冰、藏冰、出冰事务的官员，在每年农历十二月，“凌人”就监督属下敲取、采伐冰块，存入称为“凌阴”的冰窖中，因为冰块入春会逐渐融化，所以储存的冰块一般是实际需求量的三倍。

从冰窖取出藏冰后，除了直接使用，还可以利用冰鉴实现储食、降温双重效果。1977年，曾侯乙墓出土了一只战国青铜冰鉴，由外层的铜鉴和内层的铜缶组合而成，相传是唐代的一名女将军魏敬为了治疗当时行军打仗流行的“闽南热病症”而首创的，不知当时是否有人吃到过加冰的四果汤。

每个朝代都有不少流行冰食，比如唐代将蜜糖淋到碎冰上的“酥山”；宋代将冰块与牛羊奶、果汁调制的“冰酪”；到了明清时期，最负盛名的冰品要数“冰镇酸梅汤”，《红楼梦》第33回写道：贾宝玉遭到贾政的毒打后既深感疼痛又觉得热如火烤，“只嚷干渴，要喝酸梅汤”。

传统的四果汤是由莲子、薏米、绿豆、银耳组成，相传是唐代的一名女将军魏敬为了治疗当时行军打仗流行的“闽南热病症”而首创的。

传统的四果汤是由莲子、薏米、绿豆、银耳组成，相传是唐代的一名女将军魏敬为了治疗当时行军打仗流行的“闽南热病症”而首创的。（泉州文旅）

泉州古代消暑 神器



闽南古厝天井设计，非常有利于夏天防暑降温。（资料图）



冰鉴可以起到储食、降温双重效果，图为战国青铜冰鉴。（视觉中国）



战国时期竹席（资料图）



闽南古厝墙下的小窗有利于夏季屋内通风

古代水井 ——既可直饮 也可冰镇水果

硝石制冰技术虽然在唐代以后逐渐普及，但因为掌握这门技术的工匠稀少，冰块依然是夏季难得的“珍品”，大多数普通老百姓用不起“冰鉴”，也消费不起冰块，但古人有古人的智慧，他们用井水来“替代”冰块。

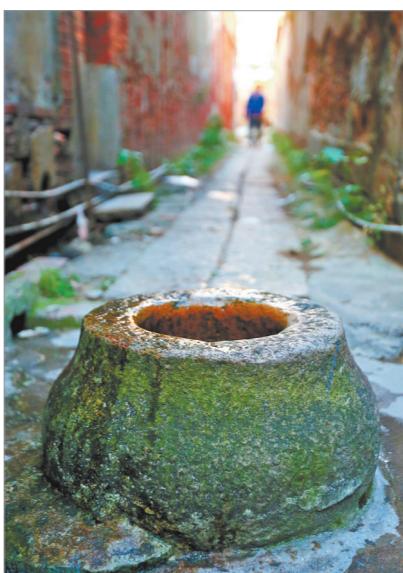
“云山百越路，市井十洲人”，泉州自唐代建城开始，老百姓“因井为市”，“市井”就成了最基本的群居形态。“至若眺四维之云物，临万井之烟景，遐象佳致，眸莫胜观。”这是泉州历史上第一位进士欧阳詹为泉州地标建筑北楼撰写的碑文《泉州北楼记》中的内容，其中提到泉州拥有“万井烟景”，古城内水井的数量可见一斑。泉州文史界前辈陈允敦教授在其著作《泉州名井揽胜》中也提及：“自中古以来，泉州城内民用食水，大多掘土出水汲用，故水井繁多，数以千计。”

据海丝泉州推荐官洪泓介绍，古人群井而居，井字又有乡里、人口聚集之意，所以家乡也称“乡井”，离开家乡，则称“背井离乡”，一般世俗生活总离不开市井，所以有井才有生活。古时候的大户人家建宅，一般要打三口井，一口是共享井，一般设在门口，左邻右舍都可以来挑水；一口是自用井，在厨房旁边打井，既可以直饮用也方便厨房烧火做饭；还有一口是花园井，在后花园用于浇花养草。

对于普通老百姓而言，解暑饮料就是井水，因为取之地下而清凉，饮之可消暑。一般的水井会打到地表土壤10米以下的含水层，夏季虽然光照强烈，却不能穿透土壤，井水处于地下深处，只有很少的热量才能传递下去，所以夏天从水井中打上的井水清冽可口。

除了直接饮用，富有智慧的泉州人也用井水来冰镇水果。在晋江池店，“荔枝井”的故事可谓家喻户晓，讲的是明朝年间晋江有一位姓李的善良富豪，

闽南古厝 ——既能通风 也能纳凉



古城小巷里的古井，夏日里的清凉记忆。



闽南古厝门口设置凉棚、竹摇椅等，成为左邻右舍纳凉社交的场所。

内通风。那么如何判别风向呢？答案就藏在古厝的地砖里，当遇到“水南天”的时候，地上的红砖会出水，可以通过水流方向判断风向。

闽南古厝的设计上，都会带有“天井”，除了采光以外，古代泉州人还用它来纳凉，不少人会用竹竿在家中的“天井”搭个凉棚，凉棚底下种西瓜、冬瓜、丝瓜、葡萄等蔬果，它们的藤蔓顺着竹竿及竹竿连结的绳子攀缘而上，形成一片天然的“遮阳棚”，在夏季夜晚，既可以在凉棚下乘凉，也可以伸手摘下瓜果消暑。

还有一些凉棚设在屋前空地，这时就从屋内私家空间变成了社交场合，左邻右舍可能会在晚上过来一起聊聊天。除了可圈可点的物质生活，古代人的文化生活也同样精彩，有钱人家在夏天还会搭“戏棚”邀请南音戏团演出，并评选出表现最好的戏团，堪称古代版的“威远楼之夏”。

冰块、井水能够用来冷藏食物、洗澡降温，面对闽南暑气逼人的夏季，人们无法24小时泡在井水中，但可以住在冬暖夏凉的闽南传统建筑里，从中能看出古人的大智慧。

古时的闽南古厝墙壁主材料不是红砖，而是一种长得很高的“瓜斤草”，人们将“瓜斤草”晒干后编织成形，作为墙壁最中间的部分，外围用竹编包裹，再用泥巴抹平整，最后涂上白色。这样制成的墙壁不仅隔音、隔热，还会“呼吸”，泉州地区夏季降雨频繁，由“瓜斤草”制成的墙壁不仅能够阻挡雨水，其草编、竹编中的缝隙又能通风。

通风最直接的方式就是开窗，而在闽南古厝中，窗户的设计及开闭也有不少讲究。洪泓介绍，闽南传统民居的屋檐下大都会有一个小窗，专门用于空气流通，面对不同风向的风，选择开闭特定位置的窗，有利于夏季屋

内的凉棚休息时没有自然风，古人还会寻求手持“神器”——蒲葵扇，在有些地区也称作“蒲扇”、“葵扇”。蒲葵是多年生的热带和亚热带常绿乔木，多分布在广东省南部，在福建也有栽培，闽南人就地取材，将蒲葵的叶、柄制成果扇。

古代虽然没有空调、冰箱，但古人有古人的智慧，古人有古人的情趣。在晴朗的夏夜，躺在凉棚下的竹具上，从井中取出冰镇的瓜果，望着皎洁的月亮，摇着蒲葵扇，正如明代诗人姚淑人的诗歌《咏蒲扇》一样，“何似垂蒲经后，能将九夏变三秋”。