

消暑神器 古人智慧

夏天來到，為應對高溫酷暑，家中、學校、辦公室必備冷氣。然而古時候的人們，又有什麼辦法來度過炎炎夏日呢？

古人雖然不能嘆冷氣，但他們也有自己的「雪櫃」和冰塊。當然，這只是古代貴族才享有的殊榮。

戰國時代的曾侯乙銅鑿缶，便可稱之為古代版的「青銅雪櫃」。它由內外兩層青銅器組成，外層填冰、內層裝酒，完美實現冰鎮效果。更令人驚嘆的是



▲北宋曲陽定窯白釉瓷孩兒枕，曾在香港故宮博物館展出。

曾侯乙尊盤，精緻的鏤空紋飾不僅是藝術品，還能將冰塊放入盤中，讓尊內的美酒保持清涼。

「冰塊」亦是古代貴族專屬的夏日奢侈品。早在周朝，王室就設立了「凌人」一職，專門管理冬季鑿冰、儲存於地窖的流程。《詩經》記載：「三之日納於凌陰」，這些深埋地下的冰窖能讓冰塊撐過春夏。三國時期，曹操在銅雀臺旁建造「冰井臺」，利用地下低溫保存冰塊，甚至能留到盛夏使用。

從唐代開始，朝廷會在夏季向官員「賜冰」，明代甚至將發冰列為立夏儀式。晚清還出現「冰票」制度，官員能憑票領取冰塊，可說是古代的「高溫福利」！

瓷枕睡覺一樣清涼

除了日常的冰塊降溫，古人們還發明了一系列納涼的睡覺神器：竹席、竹枕，還有圓筒狀的

「竹夫人」。這種中空的竹編抱枕，既能通風散熱，又能當抱枕或靠墊。這個「竹製三件套」並沒有冰塊那麼稀缺，尋常百姓人家都較常使用。

有錢一點的古人，還會買個瓷枕（即用瓷器做的枕頭）。瓷枕雖聽上去不似現代人的軟枕頭那麼舒服，但因為古人的頭髮普遍較長，故厚厚的頭髮也起到緩衝作用，睡在瓷枕上亦沒有想像中那麼不適。

如果說到貴族與百姓通用的避暑物件，當屬扇子。搖扇子也是古人的必備技能，被古人暱稱為「涼友」，既能生風又能遮陽。

其他避暑活動或項目更是豐富，例如唐代大明宮的含涼殿，依水而建，夏天玄宗於此避暑。宮人架起水車，將冷水送上宮殿屋頂，清風獵獵，滿座皆涼；又如北宋時期的東京汴梁，六月炎熱的時候，街頭巷尾都會出售冷



▲曾侯乙銅鑿缶和過濾器。

飲冷食，比如沙糖冰雪冷元子、冰雪涼水、荔枝膏等。

回望古人的避暑智慧，會發現他們並非與自然對抗，而是巧妙運用材料、空間與生活哲學，在炎夏中創造清涼。這些方法或許不如空調強效，卻處處體現永續生活的智慧。嘆冷氣時，不妨想想：如果換作是你，會用哪種「古人神器」迎接夏天呢？



作者介紹：
湯圓圓

對世界充滿好奇的過期小學生，旨在解答小朋友的十萬個為什麼。

腦筋急轉彎

各位機智的小朋友們，準備好迎接挑戰了嗎？
今天我們要玩點不一樣的——「腦力風暴」！

①從1到9哪個數字最勤勞，哪個數字最懶惰？

②歷史上哪個人跑的最快？

③上課鈴聲響了，卻沒有一個同學在教室裏，怎麼回事？

④冰變成水最快的方法是什麼？

⑤有一個字，人人見了都會念錯。這是什麼字？

⑥小明知道試卷的答案，為什麼還頻頻看同學的？

⑦請問世界上最小的島是什麼島？

⑧什麼樣的山和海可以移動

答案：

- 1 懶惰；原因：「勤勞」的「勤」不勤不勞
- 2 曹操；原因：說曹操曹操就到
- 3 上的「上」字
- 4 「冰」去掉兩點水等於「水」
- 5 「錯」字
- 6 小明是老師
- 7 安全島
- 8 人山人海