



# 古代敦煌悬泉置的人们如何避暑

□ 肖从礼

农历六月,进入了一年中最炎热的时期:三伏天。三伏天是我国传统历法(干支历)结合节气划分出的一年中最炎热的一段时期。古人认为夏季的酷热与“庚”日(五行属金,金生水,但火克金,火旺则金伏)有一定关联,并总结出夏至后第三个庚日左右开始进入最热的阶段,而立秋后第一个庚日则标志着酷热进入尾声。

“伏”本义是“潜伏”“隐藏”,在这段时间天气酷热难当。人们应该伏避暑气,居家中,待在阴凉处,避开暑邪侵袭,静待秋凉。所以“伏”也有“伏暑”“伏天”之称。现在的人们在三伏天里可以不用担忧暑热难耐,因为可以使用空调设备、喝冷饮等方式避暑。但是让我们好奇的是,在没有电能和空调设备的古代,炎炎夏日里人们是如何避暑的?从文献记载和考古发现的遗存中来看,夏季虽然没有现代科技,但凭借智慧和经验,汉代人们想出了一系列富有特色的避暑方式。这里我们结合悬泉汉简的零星记载和考古出土遗物,从衣食住行方面对汉代敦煌悬泉置的人们采取的避暑措施作简要的介绍。



悬泉置出土的草编席



悬泉置出土的丝绸

(图片由甘肃简牍博物馆提供)

汉代敦煌悬泉置遗址位于三危山余脉火烽山脚下,古代丝绸之路就从悬泉置旁边绵延而过。悬泉置遗址地处内陆的干旱气候区,夏季炎热,时有大风沙尘。在悬泉汉简中就多类似“县(悬)泉地热、多风;涂,立干燥(燥),毋忧其湿也”的描述。从文献记载可以看出,早在2000多年前,生活在敦煌悬泉置的古人就对这里夏天的酷热深有体会了。1991年7月8日,考古队的人们挥汗如雨在悬泉置遗址上进行发掘。据当年瓜州县气象资料可知,当日下午6时的气温达到42℃,而戈壁上石砾的地表温度则更高。炎炎夏日里,行走在丝路古道上的中原使者、西域商人在烈日下艰难跋涉着,而悬泉置则成为行道途中所有人的向往之地,这里更是夏日里的一抹清凉,一处可以暂避暑热、缓解饥渴之所。

对于讲究礼仪的汉朝人来说,再热都要正襟危坐,工作时的官服必须穿在身上。所以透气、利汗、轻薄的一身夏衣则必不可少。素纱薄透的禅衣是贵族的首选,马王堆汉墓出土的素纱禅衣一件重48克(直裾),另一件重49克(曲裾),轻薄透气,制作这样的衣衫需要极高的纺织水平。而葛麻等透气材质做成的夏衣则是斗食小吏的最爱。在汉代敦煌马圈湾烽燧遗址中出土有汉代戍边士卒们遗弃的麻制衣服残片。这些葛麻织成的布料轻薄、孔隙细密,制成的上衣具有利汗透气等特点。

下裳的选择,可分两种,一种是选择没有裆只有两条腿的“胫衣”,汉简里称“袴”,就是纨绔子弟的裤子。这样的裤子如何保证不走光呢?当然不能叉开腿坐在席上,这叫踞坐,是非常不雅的。所以汉代人的标准坐姿是跪坐,也就是挺直腰板跪坐。屁股靠在双腿上,这种姿势难以久坐。所以汉代人常用伏几来支撑身体(双肘悄悄地藏在宽大的衣襟后,给人一本正经的样子,所以又称“隐几”),人们可以双肘倚靠,减缓双足受力的负担。

还有一种就是有裆的裤子,汉简里称“裈”。这种裤子和今天的裤子是一样的制法。悬泉置的驿卒一般会穿合裆两裤管的长裤骑马送信。对于从事农活的人们来说,在炎炎夏日穿合裆的短裤最便于干活。像在悬泉置从事劳作的吏卒大概都穿短裤。根据悬泉汉简的记载:“裈”的材质有缣和布两种,有裤管的称“布裈”或“缣裈”,没有裤管的称“布小裈”。西汉时在成都酒肆当垆卖酒的大才子司马相如受不了蜀地的桑拿天,穿着“犊鼻裈”,就是用布条缠上。这种短裤就是没有裤管的“布小裈”,夏季穿着可消减暑热。

夏季的鞋子中最透气利汗的当数麻鞋,汉简称“枲肥”,也叫“枲菲”,就是麻、草编织的鞋。在甘肃的居延边塞和悬泉置出土了很多麻鞋。还有一种便鞋叫“常韦”,简单来说叫“靸鞋”,也就是类似今天我们夏天在非正式场

合光脚穿的趿拖鞋。

汉代的蒲叶扇也是人们夏日消暑必备凉器。在悬泉汉简中记载有敦煌效谷县府专门配发给悬泉置五件“小扇”,这些小扇应该是供悬泉置的客人们使用。汉代多用方形扇子,称为“便面”。汉代画像石中经常出现便面的图像,有仆人持扇煽火的形象。马王堆汉墓出土的帛画《轪侯妻墓帛画》中,侍女也手持方形扇。据《汉书·张敞传》记载,官员张敞用扇子(便面)遮脸回避熟人,后衍生“便面之嫌”典故。

炎热的夏季,避暑还可以在饮食上下功夫。汉代贵族们会使用“冰鉴”来保存食物,冰鉴为双层容器,外层放冬天储存的冰,内层储存食物或酒。曾侯乙墓出土的冰鉴精美异常,且实用性很高,是汉代的“高级冰箱”。在民间也有饮用“寒粥”避暑的习俗,即食用冷水浸泡的粟米饭或“蜜水”即蜂蜜调制的凉饮,在当时也是非常时兴的。

在三伏天食用冰镇瓜果是人们消暑的最爱。但是在古代没有制冷的设备,人们就想办法利用存贮的冰块来达到冰镇水和瓜果的目的。在马王堆汉墓出土了很多香瓜子,说明汉代长沙地区的人们在夏天大量食用瓜果。在西北地区也一样,只不过食用的瓜果可能有所不同。敦煌由于昼夜温差较大,所产瓜果格外甜美,所以敦煌亦称“瓜州”。悬泉汉简记载表

明,古人在汉朝时已经开始大规模种瓜了,在汉简里有不少关于悬泉置专门派人种瓜、看瓜的记述。在悬泉置遗址还出土有瓜皮,这种瓜类似今天的哈密瓜,属于甜瓜品种。悬泉置厨房的厨师为了让客人在炎炎夏日吃上美味的瓜消暑热,还专门将甜瓜破成片,再置于腹大口小的罇中,密封其口。《齐民要术》有记载:“三日鼓气尽,可食之。”

在汉代敦煌地区广泛种植杏树,在悬泉置遗址也出土了人们在这里食杏吐出的杏核。杏皮泡制的杏皮水具有消暑止渴的神奇功效,不知汉代悬泉置是否也有泡制的杏皮水让过往人们饮用的习俗。为了解暑,人们会充分利用水果的酸甜味。如在悬泉汉简中就有“将军又食柰浆”的记载。这里的柰浆就是苹果浆,也就是经过一定工艺制作的苹果粉末,类似于今天的果珍饮料,将柰果粉末舀上几勺,放入杯盘中,加入适量的悬泉水,搅拌后,一杯清凉的夏日饮品就做好了。从悬泉汉简的记载可以遥想,2000年前的某个夏日,汗流浃背的将军带领大军驻留悬泉置时,畅饮着果汁饮料,旅途的劳顿自是消解不少。

在悬泉置坞院内的传舍有门窗可启闭透风。有深进的套间悬挂薄纱门帘,门户敞开可降暑热。在宽敞的厅堂上有遮风蔽日的帷幔,漫长的夏日里有供人休憩纳凉的卧床。博山香炉燃着驱蚊提神的香烟、闷热得难以入睡时

有一件凉席来降温。普通百姓使用的凉席大都是用蒲草等植物编制而成,悬泉置中有“其一缘以青缘,广三尺蒲弱席二,一不缘”的记载,还有“口主传舍侍客领官席器物故私……”说明在悬泉置传舍备有官方的草席,待客时可以领用,让悬泉置的客人们在干旱炎热的沙漠中享受一丝清凉。

为了抵挡强烈的阳光,汉朝人们会蒙上面衣,遮住脸庞。悬泉汉简记载:“居妇人面衣十枚,枚栏三,直四百三十”,女性专用面衣每件价钱为四十三钱。从“剑一枚,面衣一枚”的记载来看,候望烽火的戍卒、行军途中的将士、骑马步行的邮卒都会罩上面衣,既可防晒,也可遮挡沙尘。悬泉置还有接送使者与贵族的“传车”,根据悬泉汉简车马器的登记簿可知,在传车上一般都有车盖用来避雨或遮阳,如悬泉汉简载有“留黄盖、杠衣各一”,即传车上用黄色的车盖一顶。至于徒步于道者,则会戴透气性强的蒲草或竹编斗笠出行。

悬泉汉简记载的古人衣、食、住、行方面的避暑措施,很多都是古人实践的经验运用,如凉室、冰镇、竹席、扇子的避暑方式至今仍在广泛运用,这些汉代的避暑方法向我们充分展现了古人应对炎炎夏日酷暑的生活智慧。(作者单位:甘肃简牍博物馆)

[本文系甘肃省社科规划项目“悬泉汉简所见西汉敦煌太守职能研究”(2024QN037)]

## 扇子的起源

□ 张琰敏

在古人的夏天里,有一样东西是必不可少的,那就是扇子。扇子可以说是古代最常见的纳凉用品了,我们在无数诗词书画中,都能看到扇子的身影。

那么扇子是什么时候有的呢?目前我国出土最早的竹扇文物,是江西靖安县李洲坳东周古墓出土的短柄竹扇,它的形状像一把菜刀,竹扇呈厨刀形状,扇柄长37厘米、扇面宽25厘米,用精细的竹篾编成。这面扇子距今已有2500多年,是我国出土年代最早、保存最完好的扇类实物证据,也被称为“中华第一扇”。

这肯定不是最早的扇子,更古老的扇子可能在原始社会时期已经存在了。夏天酷热难耐,人们随意摘取植物的叶片扇风纳凉,也许就是早期扇子的雏形。

古代的扇子种类非常多样,除了扇风纳凉,还具有作为出行仪仗、遮蔽面庞和身体等礼仪性的功能。我们按照是否能够折叠来看,大体可以分为两种:不可折叠的平扇和可以折叠的折扇。首先来看平扇,短柄竹扇和圆圆的团扇都属于平扇。

团扇最晚在西汉的时候就已经出现了,是我国古代最传统的一种扇子。西汉时期的汉成帝有一位妃子叫班婕妤,她写过一首《团扇歌》,是最早吟诵团扇的文学作品,里面写道:“新裂齐纨素,皎洁如霜雪。裁为合欢扇,团团似明月。”正是因为这种扇子的形状圆圆的,所以得名“团扇”。又因为团扇常用“纨素”,即颜色洁白的绢帛制成,

又叫“纨扇”。这样看来,团扇的确很像洁白明亮的圆月。

团扇有短柄和长柄。古代长柄团扇的长度能达到两米左右,主要由随从仆役拿着服侍主人。目前出土的长柄扇大多出自较大的墓葬之中。唐代的举世名作《簪花仕女图》中,侍女手里就拿着长柄团扇,扇子上画着漂亮的牡丹花。周昉的另一幅《挥扇仕女图》里,同时出现了长柄团扇和短柄团扇。

古代的女子很喜欢团扇,我们能在很多诗词中看到团扇的身影。比如“轻罗小扇扑流萤”“团扇,团扇,美人病来遮面”等。不过,如果你以为只有女孩子会用团

扇,那就错了。宋徽宗有一幅《听琴图》,画面右下角的男子手里就拿着一柄团扇。清代遗留下来的老照片里,我们也能看到奕譞、奕訢两位王爷拿着团扇端坐的画面。他们都是道光皇帝的儿子,奕譞的二儿子就是后来的光绪皇帝。可见,团扇一直很受宫廷贵族的青睐。

折扇大概是我们最熟悉的一种扇子,拿一张纸一点胶水就能做出最简单的折扇来,这也是上学读书时的夏天记忆。我国古代的折扇其实出现得很晚,经过专家们研究,它发源于日本,在北宋初期传入我国。北宋初年,日本僧人来到我国,向宋太宗送上礼物,礼单里写着“蝙蝠扇二枚”,就是早期的



唐 周昉 簪花仕女图(局部)

彩绘贵妇宴享图壁画砖  
嘉峪关市新城魏晋壁画墓出土

西汉 长柄竹扇 长沙马王堆一号墓出土

折扇。

不过,折扇传入中国后,并没有受到社会的欢迎。到了明朝,永乐皇帝朱棣觉得折扇收拢打开都非常方便,因此给朝廷各位大臣都赏赐了一遍。从这个时候开始,折扇才大范围流行。与团扇不同,折扇的扇面大多用纸来制作。折扇也叫折叠扇、聚骨扇等,聚骨的意思就是可以将扇骨聚合起来。正因为此,它的制作也要更加复杂一些,需要经过几十道工序。

团扇和折扇的绢帛、纸质的扇面,非常便于文人墨客在上面题诗作画,因而也形成了独特的扇面艺术,使得扇子除了实用价值,也给人们带来了审美上的享受。