

让收藏在博物馆里的文物、陈列在广阔大地上的遗产、书写在古籍里的文字都活起来。

支摘窗和漏窗设计，既通风又遮阳。大户人家的庭院和园林中，更是挖池塘、设水缸、广植乔木竹林或攀援植物形成浓荫，太太小姐们轻摇团扇，在树木掩映的凉亭里坐在石凳上来两杯冰饮，老少爷们儿抱着凉枕躺在藤床上小憩片刻，炎炎夏日也没有那么难挨了。——至于穷苦人家？从古至今的日子都是一样，光是活着就已经很艰难了，也只能打个赤膊用蒲扇稍微驱驱暑气吧。

因为有了空调，现代人大夏天窝在空调房里一步都不想踏出去，大商场和餐饮场所也都开足了冷气，生怕你热到懒得动。在古代则恰恰相反，因为家中实在闷热，有条件的人家更倾向于盛夏之际前往山中寺庙、道观，或林荫深处的别墅享受天然清凉。闲来无事，泛舟湖上，或垂钓或赏荷，何等惬意；讲究没那么多的，如魏晋名士葛洪一般喝醉了直接跳到水里，一泡八天不出来，来个物理意义上的“伏气避暑”，也不失为一种“抽象”的消夏选择。

古代文人笔端的消夏

古代文人爱吟诗作对，炎炎夏日虽难熬，却也是他们欣赏荷风竹露、闲适雅趣的舞台。通过诗词、散文、绘画，将消夏升华为一种生活美学，让后人得以窥见那份穿越千年的清凉与从容。

竹、荷、蝉、风，乃是古代文人诗中常客。白居易《池上竹下作》写“水能性淡为吾友，竹解心虚即我师”，在竹林中寻得清凉与心性之静，孟浩然《夏日南亭怀辛大》又有“荷风送香气，竹露滴清响”，以荷香与竹露的清响勾勒出宁静的夏夜，暑气在诗意中消散而去。

更有那些直接描述自己消夏感受和实操经验的：曹丕《与朝歌令吴质书》中“浮甘瓜于清泉，沉朱李于寒水”，冰镇瓜果之趣跃然纸上；李白《夏日山中》写“懒摇白羽扇，裸袒青林中。脱巾挂石壁，露顶洒松风”，在山溪边赤足戏水，松风拂顶，不愧是一代诗仙，肆意奔放，

本周博物

南宋《槐荫消夏图》

《槐荫消夏图》为南宋佚名画家创作的绢本设色册页作品，现藏于北京故宫博物院。画作描绘盛夏槐树绿荫下一位文人袒胸赤足、仰卧休憩的悠然场景，榻旁置有雪景屏风及文房器物，通过视觉对比营造清凉意境。



洒脱又自在。

古人热到崩溃之时，除了写景叙事，也会用“精神胜利法”来对抗高温，看看白居易是怎么说的：“何以消烦暑，端居一院中。眼前无长物，窗下有清风。热散由心静，凉生为室空。”更有他因目睹高僧恒寂禅师静坐心有所感写出的“人人避暑走如狂，独有禅师不出房；非是禅房无热到，为人心静身即凉”，将避暑消夏升华为修心之道。

下次在酷暑中逃往空调房的路上，想想古人把炎夏过成风雅慢综，大概会对老祖宗的智慧和境界有更深一层的认知和敬畏。**民**

北宋定窑白釉孩儿枕。

