



福州街头有人已换上春装,有人还穿着羽绒服



N海都记者  
林涓/文 毛朝青/图

微雨众卉新,一雷惊蛰始。6日,迎来惊蛰节气。惊蛰又名“启蛰”,是二十四节气中的第三个节气,标志着仲春时节的开始,同时也意味着气温回升迅速。这时也进入“乱穿衣”的季节,在福州街头常看到棉袄与短袖“齐舞”。

那么,该如何应对这变化多端的天气呢?福州民俗专家邱登辉介绍,老福州人用俗语“道破”了惊蛰中的穿衣诀窍。



“惊蛰”花信一候为桃花,西湖公园的桃花,在黛瓦的映衬下别样红(海都记者 马俊杰/图)

棉袄与短袖齐舞  
惊蛰节气

### 乍暖还寒 春捂也要讲究方法

“惊蛰节气最大的特点是气温回升快。”邱登辉说,全年气温回升最快的节气不是大热天的大暑、小暑,而是惊蛰。面对气温起伏较大、气候变化多端的特点,老福州有两句谚语特别管用。

第一句是“晾九熨(xi)三”。“三”指现在的阳春三月,说这时候不能一热起来就把衣服脱掉。”因为老一辈福州人认为此时地气仍寒凉,这样极容易感冒,因此要“熨”着,也就是要包紧、穿暖和点。这与大家经常说的“春捂秋冻”是一个意思。此外,还要特别注意这时室外、室内的温差大。“小朋友有时在操场上跑得满头大汗,回来

马上把衣服脱得光光的,这是十分忌讳的,老人家会马上制止,说先把汗擦擦,衣服要缓一缓脱。”

春捂讲究“上薄下厚,重首足”,尤其老人、儿童及抵抗力较弱的人群早晚外出尤其要注意保暖,谨防感冒。

第二句谚语是“未吃五月节粽,寒衣未入柜”。这时天气往往乍暖还寒,热起来几乎跟夏天一样,但冷起来也还会跟冬天差不多。所以老福州人就总结出个规律:不过完端午节,都不能把冬天的衣物收到箱子里。这句话也是提醒大家,应对天气变化要有准备,免得到时候翻箱倒柜,手忙脚乱。

### 3月总体偏暖 下旬或低温阴雨

据省气象部门预计,3月全省平均气温偏高0.1℃~1.0℃,中北部县(市)城区为12.5℃~16.0℃,鹭峰山脉城区为10.5℃~11.5℃,南部县(市)城区为15.0℃~17.5℃。除了3月2—5日,低温时段还将出现在18—20日、29—31日。

降水方面,预计3月总降水量偏少2~3成。较明显降水时段将大致出现在3月19—22日和30—31日。

值得注意的是,3月上中旬降水明显偏少,我省部分地区存在出现气象干旱的风险,请注意蓄水防旱,同时3月下旬可能出现不利于春耕的低温阴雨过程,但出现大范围“倒春寒”天气的可能性小。

这周福州天气晴好,昼夜温差十分明显,温差均超过10℃,部分地区甚至超过16℃。大家要关注天气预报,穿衣不仅要最高气温,还要兼顾最低气温,早晚还需添衣捂一捂。

福州市区 今起三天天气	6日 晴	9℃~23℃
	7日 晴转多云	10℃~25℃
	8日 晴	12℃~26℃

### 知多一点

## 都说“春雷惊百虫” 其实小虫是被“热”醒的

N新华  
北京晚报  
央视

“一阵催花雨,数声惊蛰雷。”惊蛰时节,桃红柳绿,春水初涨;春雷乍响,蛰虫初醒;大地春回,韶光弥漫。

### 蛰虫因春雷惊而出走?

惊蛰,在汉朝初年叫“启蛰”,后来为避汉景帝刘启(前188—前141)的名讳,改叫惊蛰。

古人把昆虫、动物的冬眠叫作“蛰伏”。启蛰,就是将“蛰伏”的动物、昆虫唤醒。古人笔下的月令物候,以冬眠动物的动与静来描述时节的转变:

立春时,蛰虫始振。苏醒了,伸懒腰,但是不起床。

春分时,蛰虫咸动,启户始出。起床了,洗漱完毕,出门游玩。

秋分时,蛰虫坯户。天

凉了,犯困了,关好门窗。

霜降时,蛰虫咸俯。天冷了,吃饱喝足了,进入梦乡。

而对于惊蛰的意思,古籍《月令七十二候集解》解释说:“万物出乎震,震为雷,故曰惊蛰,是蛰虫惊而出走矣。”轰隆隆的雷声响起,于是“蛰虫惊而出走矣”。真的是这样吗?

南京信息工程大学应用气象学院副教授江晓东介绍,从气象特点看,惊蛰前后气温回升加快,雨水增多,寒冷的日子即将过去。此时土壤温度升高,伴随着

暖湿空气势力的增强,空气中水汽逐渐充沛。

高耸的雷雨云系在这一时期得以发展,云中正负电荷激烈碰撞,使春雷响彻天际。

“至于‘春雷惊百虫’,实际上是古人对物候现象成因的一种误解。”江晓东说,古人认为,惊蛰节气前后,频繁的春雷“叫醒”了冬眠的昆虫,过冬的虫卵也开始孵化。但实际上,地下冬眠的昆虫是听不到雷声的。真正让它们结束冬眠、爬出地面的原因是气温回升。

### 惊蛰为何要吃“梨”?

“惊蛰”花信分别为:一候桃花,二候棣棠,三候蔷薇。

桃花是春的使者,晋代陶渊明笔下的桃林是“夹岸数百步,中无杂树,芳草鲜美,落英缤纷”的世外桃源。

适时而食,不时不食。北京师范大学社会学院教授、中国民间文艺家协会中国节日文化研究中心主任萧放介

绍,惊蛰时节,我国北方和南方部分地区有吃梨的习俗,“梨”谐音“离”,意在让虫子远离庄稼,获得丰收年景。当然,早春容易外感咳嗽,梨有润肺止咳、滋阴清热的功效。

西湖公园拱门下,人面桃花相映红



### 世界气象组织预计

## 厄尔尼诺或将归来 今夏可能更热

N新华

世界气象组织近日发布消息说,已持续3年的拉尼娜气候事件即将结束,厄尔尼诺事件可能在今后几个月卷土重来,导致今年夏天更热。

世界气象组织秘书长彼得里·塔拉斯说:“21世纪第一个‘三重’拉尼娜事件就要走到尽头。尽管过去8年是有记录以来最热的8年,但拉尼娜的冷却效应已经给全球气温上升踩了一脚刹车。”

拉尼娜指赤道太平洋东部和中部海表温度大范围持续异常变冷的现象;厄尔尼诺则与之相反,指同一区域海温连续一段时间高于正常年份温度。两种现象都与一些地区的持续干旱、洪水等自然灾害

相关。按照塔拉斯的说法,如果真的进入厄尔尼诺阶段,“全球气温有可能迎来另一波大幅上升”。

另据英国气象局去年发布的一项研究结果,2016年在厄尔尼诺现象和气候

变化的双重作用下成为有记录以来最热的一年。在2026年结束之前,有高达93%的可能性至少会有一年刷新“史上最热”纪录。

拉尼娜和厄尔尼诺现象一般每两到七年发生一次,中间有中性年。世界气

象组织说,当前拉尼娜事件始于2020年9月前后,目前正进入尾声,但由于它持续时间较长,其潜在影响还会存在一段时间。

一般而言,北半球连续出现两个拉尼娜冬季很常见,但很少连续出现三个。