



大寒到 春可期

海都记者
周婉怡 胡婷婷/文
董加固 毛朝青/图
通讯员 廖玥
新华社

大寒到,春可期。北京时间1月20日22时07分将迎来大寒节气,这是由冬向春的转折点。它是农历年的结尾,也意味着新一轮节气的即将开始。大寒同小寒一样,都是表示天气寒冷程度的意思。此时,正好是在三九、四九时段,寒潮南下较为频繁,是一年中最为寒冷的时节,也是一年中雨水最少的时期,但也抑制不住春的气息,正所谓“造物无言却有情,每于寒尽觉春生。千红万紫安排著,只待新雷第一声”。

那么,大寒时节有哪些民俗呢?有何星象奇观呢?福州的天气如何?福州人可以做些什么?该如何养生呢?今天的《谈天说地》让我们一起聊一聊大寒的那些事儿。

大寒迎年 花香馥郁

“大寒年年有,不在三九在四九。”天津民俗专家、专栏作家由国庆介绍说,今年的大寒恰值四九第三天,再过六天就会进入五九,整个五九几乎都在大寒节气中。大家耳熟能详的“数九歌”里唱道:“五九六九河边望柳”,从河边望柳的期许中,能隐约感知“春回律动”的迹象。当然,这个迹象仅限于我国北方大部分地区,尤其是黄河流域以北而言,南方则是春的脚步越来越近。

明朝换新律,梅柳待阳春。大寒节气多在腊月,今年的大寒节气就落在腊月初十至腊月二十四。由于时常与岁末时间相重合,我国民间有“大寒迎年”的说法,一些民俗活动便也多了些辞旧迎新的意味。

时近年节花市兴。随着春节将至,花卉市场开始迎来销售旺季,人们纷纷走进花市,挑选心仪的花卉,准备装饰家居,增添过年气氛。

大寒有花信,三候远闻香:“一候瑞香,二候兰花,三候山矾”。三花形态清隽且花香馥郁,在清冷的空气中格外诱人。

由国庆表示,兰花有着“淡泊、高雅、高洁、贤德”美好寓意的花语,被誉为“花中君子”,成为最受欢迎的年花之一,每年春节都非常走俏。



蝴蝶兰热销



“花中君子”

月“合”昴星团 “蓝宝石”闪闪发光

金牛座是冬夜星空中一个很有代表性的黄道星座,其所在天区内有很多著名的亮星和深空天体。中国天文学会会员、天文科普专家修立鹏介绍,金牛座中一个非常值得关注的天体便是昴星团,它是夜空中最著名的星团之一,肉眼可见,在秋季和冬季尤其璀璨。

在1月14日傍晚与土星相合之后,月球继续自己的“巡天之旅”,20日傍晚,运行至昴星团旁边,23时来到“合”的时刻,二者之间的角距离不到1度(近乎2个满月视直径大小),此时,地平高度较高,利于观测。

修立鹏提醒说,由于刚过上弦,月相为盈凸月,亮度较高,一定程度上掩盖了昴星团的光芒,感兴趣的公众最好远离光污染较为严重的城市,到光污染少的地方去观测,如郊区、农村等地。在天气晴好的条件下,凭借肉眼就能看到月亮附近有一堆“蓝宝石”闪闪发光,这就是昴星团,如果使用双筒望远镜观测或者将它们拍摄下来观察,效果会更好。



兰花受青睐

大寒“不负盛名” 昨夜气温“大跳水”

人们常说“小寒大寒冻成一团”。大寒“不负盛名”,记者从福建省气象台获悉,随着寒潮级别的强冷空气大举南下,19日夜里起,福建省将迎来气温“大跳水”,中北部地区将出现寒潮天气,并伴有较大范围雨雪天气。

“此次寒潮过程降温幅度大、低温强度高、降雪范围广,最低气温过程降温幅度全省大部可达8℃~15℃(局部超过16℃),中北部地区将出现大范围寒潮天气。”福建省气象局首席预报员黄美金介绍道,22—25日福建气温较低,最低气温将出现在24日凌晨前后,南平、三明、宁德三市大部和龙岩北部城区可达-3℃~0℃(局部可达-6℃~-4℃),有结冰;福州、龙岩南部和泉州西北部城区0℃~4℃(局部-1℃~0℃),有霜或霜冻,局部有结冰;26日起各地气温将逐渐回升。

气温骤降的同时,福建的雨水也要“闪亮”返场,随着福建上空南支槽的东移,暖湿气流不断加强。

19—21日,榕城的天气“始终如一”,以阴天到多云为主,21日夜里到23日早晨将有小雨,高海拔山区和沿海北部夜晨有小雪或雨夹雪;24—25日,雨水停止,以多云天气为主,26—27日有一次新的降水过程。天气很有“大寒”风范,25日气温持续降低,26日起气温回升,23—25日早晨气温较低,过程最低气温出现在23日早晨。



严寒天,“泡汤”是个不错的选择

知多一点

古时候温泉也“快递到户”

大寒是冬天里的最后一个节气,在天寒地冻的四九严冬,福州人能做什么呢?当然是泡温泉。福州素有“中国温泉之都”之称,温泉资源十分丰富,是大自然恩赐给福州人的礼物。民俗专家邱登辉介绍,在福州有一口最“霸”的汤井——第一金汤,它位于温泉路金汤巷里,深达1205米,水量达2328吨,井温度达108℃,是目前最深、出水量最大的温泉井。

“因为温泉,福州人才有‘黄占’(即水稻种子)米吃。”邱登辉说道,公元944年,越南被称为占城,国王派宰相金氏婆罗前来闽国朝拜,在途中步行染上疥疮,痛苦不已,没想到金氏婆罗在福州泡几天含有硫磺的温泉就痊愈了。为报答这片有福之地,他不仅留下一方歌颂金汤圣泉的碑文,还送来占城优质的水稻种子,因这种水稻谷皮黄色鲜明,福州人遂取名“黄占”。

在古时候,福州温泉水也“快递到户”。在当时,人们没有运水车,又因技术与材料的原因,温泉水很难通过管道到达需要的家庭,因此产生了新行业“挑水工”。特别是居住在三坊七巷的达官贵人等上层人家里的太太、小姐去公共澡堂有诸多不便,如需享受沐浴温泉,就要挑水工送水上门。其中,送温泉水的多半是妇女,她们头插形似刀的“三条簪”,肩挑一担热水,前后两只木桶上都用白布盖上,起到保温、防尘的效果,她们前后成一行,在街道上疾步前行,形成一道独特的风景线。

小贴士

大寒时节养生要注意这些 收敛闭藏 顺时升发

“冬季大自然阳气弱而阴气盛,人体之阳亦向内敛藏,使气充于体内而聚集。而经过一整个冬天的潜藏,到了大寒人体气机更易出现阻滞。”福建中医药大学国医堂李奕祺副教授介绍,大寒节气作为最后一个节气,与来年立春相接续,在养生上不仅要注意“收敛闭藏”,还要注意“顺时升发”。

李奕祺副教授说,若大寒时节只重收藏而不适当疏肝气,则不利于来年肝木升发,肝气郁滞则出现胁肋部胀闷不舒、女性乳房胀痛,肝郁化火,则出现口苦口干。因此,要注意饮食,可以在温补的食物中,加入少量升散之品,亦可以通过导引、按摩的方式适当地疏泄肝气。

此外,自然界的阳气正逐渐复苏,但仍难与强盛的阴气抗衡,整体依旧呈现“阴盛阳衰”的态势,气温依旧很低,因此,“防寒保暖蓄阳气”是大寒时节的养生要点之一。平时应注意头颈部的保暖,骑车时应戴好帽子、系好围巾。除了增加衣物之外,还可以通过晨起慢走、睡前沐足等方式,激发阳气以温暖四肢。

福州市区

今起三天天气

20日	阴	12℃~19℃
21日	阴	10℃~15℃
22日	阴转小雨	4℃~11℃