



后天迎来雨水节气

# 同样是雨，为何春雨贵如油？

“郊岭风追残雪去，坳溪水送破冰来”。2月19日将迎来二十四节气的第二个节气——雨水，意味着天气回暖，降水渐多。

说起春天的雨水，人们最熟悉的诗句莫过于“春雨贵如油”。为何春雨格外宝贵？对此，记者特邀市气象学会理事刘国臻，聊一聊雨水的事儿。

■记者 罗毅 实习生 杨晋

## 1 渊源： 春雨象征着丰收

每年公历2月18日—20日，太阳黄经达330度时，是雨水节气。此时气温回升、冰雪融化、降水增多，故取名为雨水。今年将于2月19日6时34分5秒迎来雨水节气。

刘国臻介绍，雨水是一个非常富有想象力和人情味的节气。元人吴澄的著作《月令七十二候集解》中说：“正月中，天一生水，春始属木，然生木者必水也，故立春后继之雨水。且东风既解冻，则散而为雨矣。”雨水，表示两层意思，一是天气回暖，降水量逐渐增多；二是在降水形式上，雪渐少了，雨渐多了。这一天，不管下不下雨，都充满着一种雨意蒙蒙的诗情画意，人们也都在这一天以不同的形式乞求顺利安康。

古人将雨水节气的15天划分为三候：初候獭祭鱼；二候候雁北；三候草木萌动。意思是，到了这时候水獭开始捕鱼，它们将捕到的鱼先摆在岸边，就如同陈列供品祭祀；5天过后，大雁陆续从南方飞回北方；再过5天，在润物细无声的春雨中，草木抽出嫩芽舒展生长。

谈及春天的雨水，人们必定会想起“春雨贵如油”。“所谓‘春雨贵如油’，说的是春季降雨对农业生产的重要性。”刘国臻介绍，越冬作物在冬季苗体小、生长慢、需水量不大，一般冬旱对农作物正常生长影响不大。但雨水节气前后，农作物生长逐渐旺盛，需水量逐步加大，这时候遇到干旱，极易影响生长和产量。

## 2 特点： 乍暖还寒适着衣

从十堰今年的天气情况看，进入立春以来，由于北方冷空气活动频繁，我市出现了连阴雨天气过程，部分高山地区还飘起了雪花。从气温上看，大部分地区的最高气温在个位数徘徊，天气比较寒冷。近期，十堰天气转好，但云层较厚，太阳时不时露面，最高气温也回到了两位数。根据最新气象资料分析，进入雨水节气后，我市又将迎来弱降水，气温走低，提醒市民注意保暖。

刘国臻介绍，从气候上看，雨水时节，天气变化不定，是全年寒潮过程出现最多的时节之一，且忽冷忽热、乍暖还寒的天气很容易让人在不经意中感冒。因此，在这个时段，一定要注意适时增减衣物。

另外，目前，我市正处于“七九”。在数九寒冬里，“七九”是一个重要的转折时期，正所谓“七九河开，八九燕来”，意味着从这时起，天气逐渐由冬寒向春暖转变，河面开始慢慢化开。在湖北，还有“七九六十三，行人脱衣衫”的谚语，形容的也是2月中旬起气温容易显著回升的天气特点。从十堰常年的平均气温来看，到3月上中旬，平均气温会升到10℃以上，进入气象意义上的春天。

## 3 习俗： 雨水节气吃“龙须”

雨水节气的来临标志着降雨开始，正所谓“好雨知时节，当春乃发生”。时至雨水节气，太阳直射点由南半球逐渐向赤道靠近，北半球日照时数和强度都在增加，气温回升较快，来自海洋的暖湿空气开始活跃，并渐渐向北挺进与冷空气相遇，形成降雨，但都以小雨或毛毛细雨为主。

雨水这天，无论下雨还是不下雨，很多地方都有一些特定的习俗。刘国臻介绍，在我国南方地区，雨水当日清晨，雾气还未散去之时，一些年轻的母亲会牵着幼小的儿女站在路边，等待第一个从面前经过的行人。一旦有人经过，不管是男是女，是老是少，都拦住对方，让孩子磕头拜寄，给对方做干儿子或干女儿。

这在川西民间称为“撞拜寄”，即事先没有预定的目标，撞着谁就是谁。

与之相似的还有川西的“拉保保”，即父母给孩子认“保保”（干爹干妈）。这一习俗在四川广汉已发展成一个全民参与的节日——“保保节”。雨水节气拉干爹，是取“雨露滋润易生长”之意，保佑儿子或女儿顺利、健康地成长。

另外，雨水节气吃“龙须”，是我国部分地区的民间食俗之一。在湖北，雨水时节吃的龙须菜，其实就是嫩豌豆苗。早春抽芽的豌豆苗，掐尖儿下锅清炒，清香脆嫩，吃起来齿颊生芳。和豆腐、瘦肉丝同煮，豆苗青翠，豆腐雪白，汤色清碧，十足一道色美味鲜的春汤，正是早春的“吃春”佳选。

## 4 养生： 春养脾胃，“春捂”防凉

雨水虽已迎春，但天公不作美。变化无常的天气易引起人的情绪波动，甚至会心神不宁，影响身体健康，对患有高血压、哮喘、心脏病的人来说更加不利。刘国臻提醒，市民在这个时节应该积极调养，多多锻炼，这样有助于情绪稳定和身心健康。

雨水节气中，地湿之气渐升，且早晨时有露、霜出

现。针对这样的气候特点，食养应侧重于调养脾胃和祛风除湿。脾胃能消化五谷，是气血生养之源。五行中肝属木，在味为酸；脾属土，在味为甘。

进入雨水后，春季肝旺而脾弱，饮食上宜少酸多甜，可多食大枣、菠菜、荸荠、甘蔗、茼蒿、山药等。风多物燥的天气易使口舌干燥，宜食果蔬及汤粥。雨水后，春风送暖，致病的细菌、病毒易随风传播，故春季传染病常易暴发流行感冒。

需要注意的是，雨水时节还要注意“倒春寒”天气，尽量做到“春捂”。“春捂”是古人根据春季气候变化特点提出的穿衣方面的养生原则，初春阳气渐生，天气渐渐暖和，人们逐渐脱去棉袄穿上单衣。但此时北方阴寒未尽，气温变化大，虽然雨水之季不像寒冬腊月那样寒冷，但由于人体皮肤腠理已变得相对疏松，对风寒之邪抵抗力会有所减弱，因而容易致病，所以此时“春捂”是有必要的。



SKYL 寿康永乐®

购正宗名酒 到寿康永乐 瓶瓶有优惠 件件都批发

19分钟酒水直送热线：0719-8115199

