



▲院士公园内,娇艳欲滴的紫薇花朵聚集在枝头,粉色的花朵与翠绿的叶子相映成趣,将夏日点缀得颇具雅韵。

记者 胡龙召 摄

立秋 可否解暑热?

8月7日,我们将迎来二十四节气中的立秋。“秋者阴气始下”,立秋能否成为这轮超强、超长高温天气的“终结者”?

1 新的一周高温继续

8月4日,又是全域高温橙色预警的一天。

截至8月4日15时,余姚以41℃的高温,位列全市代表站之首,同时也刷新历史同日最高气温纪录(2013年,38.7℃);单站最高气温出现在慈溪横河,达到42.8℃;全市共有140个站点的最高气温达到40℃以上。

市气象部门统计数据显示,截至8月4日,今年以来,市区(鄞州站)出现35℃以上高温日数为24天;余姚出现35℃以上高温日数则多达31天,其中有7天最高气温达到40℃以上。

由于副热带高压系统强盛、稳定,未来七天(8月4日到8月10日),我国南方地区多地高温持续,37℃以上的酷热天气将波及江淮、江南、华南等地超10个省市。其中,苏浙沪一带仍是高温核心区,高温持续时间长、强度大、具有一定极端性,部分地区最高气温将超过40℃。

市气象台在8月4日发布的十天预报中提到,新的一周(8月5日-8月11日),高温继续,但“姿态”各有不同:

8月5日-8月6日,最高气温稳定在38℃左右,且以晴到多云天气为主;

8月7日-8月11日,随着副热带高压减弱,最高气温略有松动,有望从39℃回落至35℃左右;由于前期气温高,能量积蓄充足,多午后雷阵雨天气。

从市气象台8月4日的预报看,等到8月12日起,我市最高气温有望跌至高温线以下。虽然还有些时日,也算是有个盼头。

在继续和暑热“较劲”的一周(8月5日-8月11日)里,有两点要特别提醒大家:

除了最高气温,每天的最低气温也是“居高不下”,多在26℃-27℃,昼夜热不停;

此外,从8月1日-8月3日的实况来看,高温预警都是等到晚上七八点才解除,每天高温时长往往在10个小时以上,高温持续时间长,大家更要绷紧“谨防中暑和热射病”这根弦。

2 8月7日将迎来立秋

8月7日,我们将迎来二十四节气中的立秋。

按常理,立秋的到来,意味着秋天的开始。不过,想象很美好,现实却很残酷:

首先,立秋“立”的是天文学意义上的秋天,而真正能够体现季节转换的则是气象学意义上的秋天。对我市来说,通常要等到10月3日左右才会真正入秋。

其次,眼下我们仍处于“一年中最热”的三伏天中,长达20天的中伏才过去一半。超强、超长高温将我们“紧紧包围”,预计要等到8月12日才有望“喘口气”。

此外,有统计数据显示,在立秋日,我国有超过500万平方公里的土地仍“坐拥”夏天,仅仅比小暑、大暑略微缩小一些。或许也正因为此,才有了“小暑大暑不是暑,立秋处暑正当暑”“立秋过后,还有(秋)老虎一头”的民谚广为流传。

立秋,难道真的是“立了个寂寞”?该有的仪式感还是不能少的。

比如“咬秋”:在宁波,“咬秋”咬的是西瓜,也叫“秋秣拔”。其中“秋秣”指的是夏天的秣气、高温,西瓜有消暑祛热之功效,在立秋这一天吃,寓意把一夏天积攒起来的热气、湿气都推掉;

又比如“贴秋膘”:三伏天,胃口差,容易瘦,因此民间流行在立秋这天以悬秤称人,将体重和立夏时对比来检验肥瘦,若是体重减轻了,自然要好好补一补,吃些味道厚重的食物,比如肉。不过,在眼下“上蒸下煮”的环境中,“贴秋膘”还可以再等等。

尽管暑热难消,但随着立秋的到来,在一些不为人们所关注的细节里,还是透露出一些关于“秋”的讯息。

在宋朝,每到立秋这一天,皇宫里要把栽在盆里的梧桐移入殿内。百官到场等候,立秋的时辰一到,太史官高声报奏。梧桐叶应声而落,于是就留下了“一叶落知天下秋”的成语,更有“一叶惊心绪”的细腻感受。

“池水渐凉”“蝉唱稀”“夜露沾鞋”,秋意好似指间沙,点点滴滴、丝丝缕缕,从立秋开始渗出,挡也挡不住。

3 8月10日还将迎来七夕

鸾扇斜分凤幄开,星桥横过鹊飞回。争将世上无期别,换得年年一度来。8月10日,我们还将迎来七夕。

大概从七月底开始,朋友圈关于“七夕”“爱情”“礼物”的话题和热度就节节攀升。成功的营销,让很多人以为七夕就是一个关于爱情的节日。

事实上,旧时的姑娘可不都是“恋爱脑”,一心只盼着“嫁得好”,而是妥妥的“事业脑”,祈求自己能像织女一样有一手纺织布的好手艺。

相传,七夕当晚,姑娘们会组织一场比赛,使用五色丝线和七根针,借着月光穿针引线,谁最快把七根针穿好,谁就是巧妇。

旧时宁波民间,每年七夕,姑娘们会用早稻制作美味的米馒头作为供品;等到夜幕降临,她们就会对着明月许愿,希望自己能像织女一般心灵手巧。

七夕还有“卜巧”的传统。早在农历七月初一,太阳还没出来,姑娘们就会用碗、瓶等工具盛好小麦种子;白天将小麦种子放在家里,晚上则放在外面接露水;等到七月初七,种子长出麦芽,大家就拿来比较,看谁的麦芽根系长得又长又密,谁就最心灵手巧。

还有一种习俗,等到七月初七那天,姑娘们会将自家种的豆芽摘下放在水盆里,放在阳光下映出豆芽的影子。若影子像花鸟鱼等,就寓意得巧。

由此可见,乞巧,才是七夕“正确的打开方式”,正如东晋葛洪《西京杂记》所记载,“汉彩女常以七月七日穿七针于开襟楼,人俱习之”。

记者 石承承

预报日期	宁波市		
	天气	天气图标	气温℃
08月04日 星期日	晴到多云		26 ~ 39
08月05日 星期一	晴到多云		26 ~ 36
08月06日 星期二	晴到多云		26 ~ 36
08月07日 星期三	晴到多云午后雷阵雨		27 ~ 39
08月08日 星期四	多云午后雷阵雨		27 ~ 36
08月09日 星期五	多云午后雷阵雨		27 ~ 37
08月10日 星期六	多云午后雷阵雨		27 ~ 37
08月11日 星期日	多云午后雷阵雨		27 ~ 35
08月12日 星期一	多云到阴午后雷阵雨		26 ~ 34
08月13日 星期二	多云到阴午后雷阵雨		26 ~ 34