

中华民俗通书

P1952  
U31(2)

# 万年历

李 梵 编

中国戏剧出版社

**图书在版编目 ( C I P ) 数据**

中华民俗通书万年历/李梵编. - 北京: 中国戏剧出版社,  
2002.1

ISBN 7 - 104 - 01471 - 3

I. 中… II. 李… III. ①历书 - 中国 - 1851 ~ 2050 ②生活  
- 知识 - 普及读物 IV. P195.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2001) 第 090245 号

**中华民俗通书万年历**

**李梵·编著**

---

**中 国 戏 剧 出 版 社 出 版**

(北京海淀区北三环西路大钟寺南村甲 81 号)

(邮政编码: 100086)

新华书店总店北京发行所经销

北京市金红发印刷厂印刷

850 × 1168 毫米 1/32 开本 12 印张

2002 年 10 月第 2 版 2002 年 10 月第 1 次印刷

---

ISBN 7 - 104 - 01471 - 3/K·57

定价: 18.60 元



目  
录

☰ 乾 篇 周易源流

- 一、八卦 ..... (1)  
二、六十四卦 ..... (3)

☷ 坤 篇 阴阳五行

- 一、阴阳之道 ..... (6)  
二、阴阳对立 ..... (6)  
三、阴阳属性 ..... (7)  
四、阴阳互根 ..... (7)  
五、阴阳消长 ..... (7)  
六、阴阳转化 ..... (8)  
七、五行学说 ..... (8)  
八、五行特性 ..... (8)  
九、五行生克 ..... (8)  
十、五行反克 ..... (9)

☶ 蒙 篇 天干地支

- 一、十天干 ..... (10)  
二、十二支与四时方位 ..... (11)  
三、十二支配月建 ..... (11)



四、十二支配十二时辰 .....	(12)
五、十二支配生肖及十二支数 .....	(12)
六、十二支配人体 .....	(12)
七、十二支六合 .....	(13)
八、十二支三会局 .....	(13)
九、十二支相冲 .....	(13)
十、十二支相害 .....	(14)
十一、十二支相刑 .....	(14)
十二、六十甲子纳音五行表 .....	(14)
十三、年上起月法 .....	(15)
十四、日上起时法 .....	(16)
十五、十天干生旺死绝表 .....	(17)
十六、十干配四时方位 .....	(18)
十七、十干配人体 .....	(19)
十八、十二地支 .....	(19)
十九、十二支三合局 .....	(19)
二十、数理五行之气表 .....	(20)

## ☰ 恒篇 天文历法

一、历法 .....	(21)
1. 公历 .....	(21)
2. 阴历 .....	(22)
3. 农历 .....	(23)
4. 农历月份的别称 .....	(23)
二、天体知识 .....	(24)
1. 地月系和太阳系 .....	(24)
2. 银河系和总星系 .....	(24)
3. 星座 .....	(24)



4. 三垣二十八宿 .....	(25)
5. 朔望两弦 .....	(25)
6. 日食和月食 .....	(26)
三、气候节令 .....	(26)
1. 四季的成因 .....	(26)
2. 二十四节气 .....	(27)
3. 梅、伏、九 .....	(29)
4. 农历民俗节日、纪念日 .....	(30)
四、占天观星诀 .....	(32)
1. 占云 .....	(32)
2. 占风 .....	(33)
3. 占雨 .....	(33)
4. 占雷电 .....	(33)
5. 占虹 .....	(34)
6. 占日 .....	(34)
7. 占霜雾 .....	(34)
8. 占雪 .....	(34)
9. 占节令 .....	(35)

## 三 比 篇 十二生肖流年运程

一、十二生肖在人间 .....	(36)
二、十二生肖之六十花甲图表 .....	(37)
三、十二生肖之月份表 .....	(39)
四、十二生肖 .....	(40)
五、生肖的运用 .....	(40)
六、十二生肖的性格、适合的职业 .....	(40)
1. 鼠的性格及适合职业 .....	(40)
2. 牛的性格及适合职业 .....	(41)



- 3. 虎的性格及适合职业 ..... (42)
- 4. 兔的性格及适合职业 ..... (42)
- 5. 龙的性格及适合职业 ..... (43)
- 6. 蛇的性格及适合职业 ..... (44)
- 7. 马的性格及适合职业 ..... (45)
- 8. 羊的性格及适合职业 ..... (45)
- 9. 猴的性格及适合职业 ..... (46)
- 10. 鸡的性格及适合职业 ..... (46)
- 11. 狗的性格及适合职业 ..... (47)
- 12. 猪的性格及适合职业 ..... (48)

## ䷆ 师篇 韬略名篇

- 一、孙子兵法 ..... (49)
  - 1. 计篇 ..... (49)
  - 2. 作战篇 ..... (49)
  - 3. 谋攻篇 ..... (50)
  - 4. 形篇 ..... (51)
  - 5. 势篇 ..... (51)
  - 6. 虚实篇 ..... (52)
  - 7. 军争篇 ..... (53)
  - 8. 九变篇 ..... (54)
  - 9. 行军篇 ..... (54)
  - 10. 地形篇 ..... (55)
  - 11. 九地篇 ..... (56)
  - 12. 火攻篇 ..... (58)
  - 13. 用间篇 ..... (58)
- 二、三十六计 ..... (59)



1. 总说..... (60)
2. 胜战计 ..... (60)
3. 敌战计 ..... (61)
4. 攻战计 ..... (62)
5. 混战计 ..... (63)
6. 并战计 ..... (64)
7. 败战计 ..... (66)

## 三 随篇 取名参考

- 一、五格的算法..... (68)
  1. 天格..... (68)
  2. 人格..... (68)
  3. 地格..... (69)
  4. 外格..... (69)
  5. 总格..... (69)
- 二、易学运用于起名..... (70)
  1. 五行取名法 ..... (70)
  2. 阴阳对称取名法 ..... (72)
  3. 十二生肖配合十二地支取名法 ..... (72)
- 三、取名要旨 ..... (74)
  1. 取名要求 ..... (74)
  2. 取名原则 ..... (74)

## 三 蛊篇 征兆迷信

- 一、物兆迷信 ..... (77)
- 二、体兆迷信 ..... (78)



三、天兆迷信 ..... (78)

四、梦兆迷信 ..... (79)

## ☰ 泰篇 环境与人

一、环境是人长寿的主要因素 ..... (81)

二、向阳门第春常在 ..... (82)

三、历久不衰的中国六大古都 ..... (83)

四、地理环境与人类性格 ..... (84)

五、居住环境与人的性格 ..... (84)

六、环境地理与人的关系 ..... (85)

七、古人关于住宅的福元说 ..... (86)

八、三元甲子福德宫定局 ..... (87)

九、大游年变卦 ..... (90)

## ☱ 豫篇 知己识人

一、人人都有不同的气味 ..... (92)

二、人身上的“病历卡” ..... (93)

三、人的衰老和性格变化 ..... (96)

四、男孩与女孩的心理差异 ..... (97)

五、容貌缺陷与性格 ..... (98)

六、以动作观人 ..... (99)

七、以血型识人 ..... (101)

1.O型的基本特点和日常表现 ..... (101)

2.A型的基本特点和日常表现 ..... (102)

3.B型的基本特点和日常表现 ..... (103)





4. AB 型的基本特点和日常表现 ..... (104)

## 三 鼎 篇 运 动 按 摩

- 一、3 分钟活力充沛术 ..... (106)
- 二、消除口臭的舌齿运动 ..... (107)
- 三、快速清醒的运动 ..... (107)
- 四、对慢性病有效的振臂运动 ..... (108)
- 五、治闪腰、胃弱的转腰运动 ..... (109)
- 六、刺激精力根源的体操 ..... (109)
- 七、消除紧张的拍腿运动 ..... (110)
- 八、猫伸腰运动 ..... (110)
- 九、爬行运动 ..... (111)
- 十、人体穴位 ..... (112)
- 十一、头部的自我按摩 ..... (120)
- 十二、眼部的自我按摩 ..... (120)
- 十三、鼻部的自我按摩 ..... (121)
- 十四、耳部的自我按摩 ..... (121)
- 十五、上肢的自我按摩 ..... (121)
- 十六、腰部的自我按摩 ..... (122)
- 十七、腹部的自我按摩 ..... (122)
- 十八、下肢的自我按摩 ..... (122)
- 十九、阴阳调和自我按摩法 ..... (123)
- 二十、自我按摩的注意事项 ..... (123)
- 廿一、防治面部皮肤皱纹按摩术 ..... (124)
- 廿二、秀发如云按摩术 ..... (125)
- 廿三、恶心时摩擦心窝 ..... (125)
- 廿四、使精气充沛的脚腕摩擦 ..... (125)



- 廿五、脚背摩擦可治宿醉 ..... (126)  
廿六、治失眠症的涌泉摩擦 ..... (126)

## 三 既济篇 家政本草

- 一、荔枝核治睾丸疼痛 ..... (127)  
二、韭菜汁可治内出血 ..... (127)  
三、止咳食物 ..... (128)  
四、感冒时宜吃酸辣食物 ..... (128)  
五、墨鱼骨可治胃溃疡 ..... (129)  
六、以柿干治孩子的软便 ..... (129)  
七、橘子皮可治宿醉 ..... (129)  
八、止痔疮出血的莲藕节 ..... (130)  
九、生熟白果效相反 ..... (130)  
十、使声音顺畅的果汁 ..... (131)  
十一、猪内脏网膜可美容 ..... (131)  
十二、梅干可治疣 ..... (131)  
十三、保护吸烟者的杏仁 ..... (131)  
十四、老烟枪应喝香蕈汤 ..... (132)  
十五、贫血喝红豆汤 ..... (132)  
十六、除体毒的甘草 ..... (132)  
十七、高血压宜吃芹菜 ..... (133)  
十八、葛根可解酒毒 ..... (133)  
十九、家庭急救小常识 ..... (134)  
二十、茶疗六法 ..... (135)  
廿一、日常生活小窍门 ..... (135)  
廿二、用药进食禁忌 ..... (137)



## 三 家人篇 饮食男女

- 一、加盐咖啡止早泄 ..... (138)
- 二、精力衰退可喝泥鳅汤 ..... (138)
- 三、动物肾脏强精 ..... (139)
- 四、鸡睾丸可使你强壮、美丽 ..... (139)
- 五、有惊人效果的猪耳 ..... (139)
- 六、补血、壮阳的蛇肉 ..... (140)
- 七、旺盛精力的鲑鱼 ..... (140)
- 八、对阳痿有奇效的媚酒 ..... (141)
- 九、鸽精壮阳 ..... (141)
- 十、蒜姜同食可治阳痿 ..... (141)
- 十一、菟丝子酒 ..... (142)
- 十二、逍遥酒 ..... (142)
- 十三、旋花青莲酒 ..... (142)
- 十四、石南酒 ..... (143)
- 十五、英雄酒 ..... (143)
- 十六、从蓉五味酒 ..... (143)
- 十七、壮阳促孕的羊睾丸 ..... (144)
- 十八、当归汤促进怀孕 ..... (144)
- 十九、孕产妇补血安胎催乳食谱 ..... (145)
- 二十、滋阴补肾食谱 ..... (146)
- 廿一、使妻子永葆青春的秘药 ..... (147)

## 三 节篇 万年历 (1851—2050)

1851—1920年、2021—2050年的历表为公历、农历、  
干支、星期综合对照速推速查表

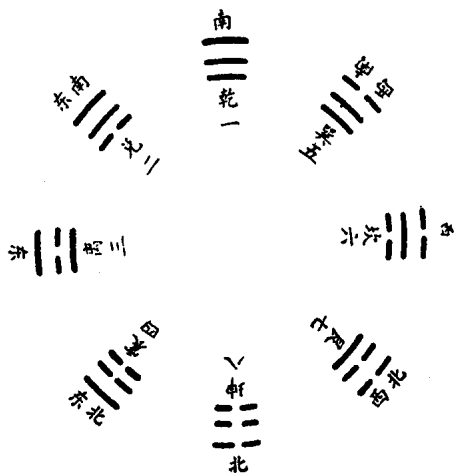


## 乾篇 周易源流

《周易》，又称《易经》、《易》，是儒家十三经之一。相传为西周初周文王所作。尽管它以卜筮之书的面目出现，但其内在的哲学思想和独特的逻辑体系却是构成中国哲学和中国文化的主要骨架。已深深渗入中华民族的骨髓和血液之中。

### 一、八卦

《周易》系辞中有：“是故易有太极，是生两仪，两仪生四象，四象生八卦。”

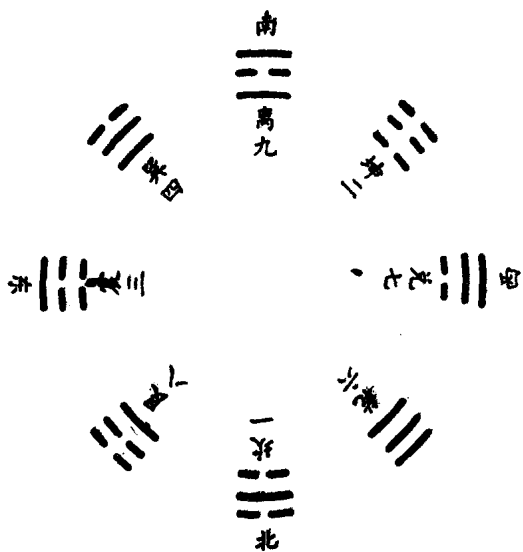


先天八卦图

(由外向内看)

此乾一、兑二、离三、震四、巽五、坎六、艮七、坤八为先天数。

太极，是阴阳未分，天地浑沌时期。太极，是因为大到极点，就称之为“太极”。物极必反，太极了，就会出现分化，因此阴阳分离，形成了天与地，或者说天体本身有阴有阳。



### 后天八卦图（由外向内看）

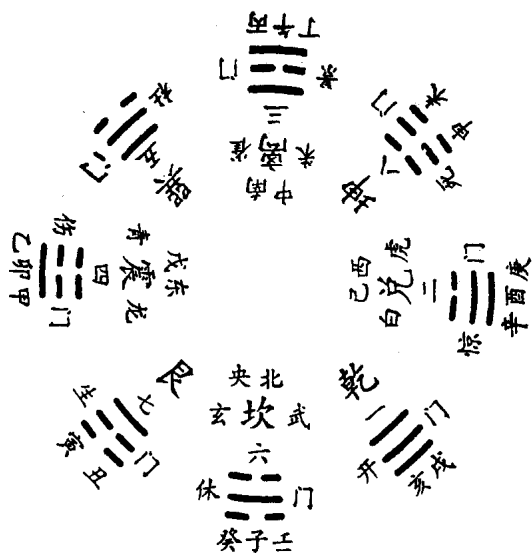
此坎一、坤二、震三、巽四、乾六、兑七、艮八为后天数。

2 阴阳分，两仪成。两仪就是天和地。它以阳（—）代表天，以阴（--）代表地。这一阴爻，一阳爻，就是组成八卦的最基本的符号。如八卦图中的阴阳鱼，白色的为阳，黑色的为阴。

两仪生四象，是阴阳相重，阴阳交合而至。如一阳爻与一阳爻相重（==）为太阳；阳爻与阴爻交合（=-）为少阴；阴爻与阳爻交合（=-）为少阳；阴爻与阴爻相重（==）为太阴。故纯阳为太阳，纯阴为太阴，一阴在一阳之上为少阴，一阳在一阴之上为少阳。

四象生八卦，实际上还是阴阳相重，阴阳相合而成。如阳仪之爻分别与太阳，少阴，少阳，太阴相重而成乾卦（☰），兑卦（☱），离卦（☲），震卦（☳）四卦。阴仪之爻分别与太阳，少阴，少阳，太阴相重而成为巽卦（☴），坎卦（☵），艮卦（☶），坤卦（☷）四卦。故乾一，兑二，离三，震四，巽五，坎六，艮七，坤八。此为“四象生八卦”。

八卦又有先天后天之分，关于先天八卦之说，这是宋朝创造出来的。



实用八卦图（后天图 先天数）

（由外向内看）

在宋朝以前，只有八卦和六十四卦。宋朝学者根据《说卦》中的“天地定位，山泽通气，雷风相薄，水火不相射”而造出一个“先天八卦图”来。所以，乾南，坤北，离东，坎西，震东北，巽西南，艮西北，兑东南。

后天八卦，以乾坤为父母，震、坎、艮、巽、离、兑为六子卦。故震长男得乾之初爻，坎中男得乾之中爻，艮少男得乾之上爻，巽长女得坤之初爻，离中女得坤之中爻，兑少女得坤之上爻。

后来，人们结合先天八卦数与后天八卦图又创出实用八卦图。

## 二、六十四卦

在八卦的基础上，每两卦相重又组成了六十四卦。

六十四卦的排列方法和形式，除了《周易》中起于“乾坤”，终于“未济”的方法外，还有圆图排列，方阵排列，圆中布方的排列，有一、



太极，二、两仪，三、四象，四、八卦，五、六十四卦的排列，还有按八宫等各种各样的排列。

按八宫的顺序排列六十四卦如下。卦象：乾三连，坤六断，震仰孟，艮复碗，离中虚，坎中满，兑上缺，巽下断。

#### 乾宫八卦属金：

乾为天(☰)，天风姤(☴)，天山遁(☶)，天地否(☷)，风地观(☵)，山地剥(☶)，火地晋(☲)，火天大有(☲)。

#### 兑宫八卦属金：

兑为泽(☱)，泽水困(☱)，泽地萃(☱)，泽山咸(☱)，水山蹇(☵)，地山谦(☶)，雷山小过(☱)，雷泽归妹(☱)。

#### 离宫八卦属火：

离为火(☲)，火山旅(☲)，火风鼎(☲)，火水未济(☲)，山水蒙(☵)，风水涣(☴)，天水讼(☵)，天火同人(☲)。

#### 震宫八卦属木：

震为雷(☳)，雷地予(☳)，雷水解(☳)，雷风恒(☳)，地风升(☴)，水风井(☴)，泽风大过(☴)，泽雷随(☳)。

#### 巽宫八卦属木：

巽为风(☴)，风天小畜(☴)，风火家人(☴)，风雷益(☴)，天雷无妄(☴)，火雷噬嗑(☲)，山雷颐(☶)，山风蛊(☴)。

#### 坎宫八卦属水：

坎为水(☵)，水泽节(☵)，水雷屯(☳)，水火既济(☵)，泽水革(☱)，雷火丰(☲)，地火明夷(☲)，地水师(☵)。

#### 艮宫八卦属土：

艮为山(☶)，山火贲(☶)，山天大畜(☶)，山泽损(☶)，火泽睽(☲)，天泽履(☱)，风泽中孚(☴)，风山渐(☴)。

#### 坤宫八卦属土：

坤为地(☷)，地雷复(☳)，地泽临(☱)，地天泰(☳)，雷天大壮(☳)，泽天夬(☱)，水天需(☵)，水地比(☵)。

除八卦两两相重可变出六十四卦之外。由每宫首卦可变出本宫中其余七卦。例乾宫八卦变法如下：

☰，☱，☲，☳，☴，☵，☶，☷，八宫变法，都有一个共同的规律，首卦中有阳爻，就变为阴爻，有阴爻，就变为阳爻，每变一个爻，就



变出一个新的卦象。每宫变到第五爻时为止，第六个爻就不变了。而是因关系第四爻成第七卦，第八卦则将是将第七卦的初二、三的全部改变而得。每宫的第七卦又称游魂卦，第八卦又称归魂卦。

为了便于记忆，有人将八宫中每宫的卦序编成歌诀：

乾宫：天姤遁否观剥晋，水天大有是归魂。

兑宫：泽困萃兮咸蹇谦，雷山小过归妹连。

离宫：火旅鼎兮加未济，蒙涣讼兮同人继。

震宫：雷予解兮恒升井，泽风大过泽雷随。

巽宫：风小畜兮家人益，天雷无妄噬嗑颐，归魂蛊卦紧相继。

坎宫：水节屯兮加既济，革丰明夷地水师。

艮宫：山贲大畜山泽损，睽履中孚风山渐。

坤宫：地复临泰大壮夬，水天需兮水地比。

《周易》中六十四卦排列顺序歌诀：

乾坤屯蒙需讼师，比小畜兮履泰否。

同人大有谦豫随，蛊临观兮噬嗑贲。

剥复无妄大畜颐，大过坎离三十备。

咸恒遁兮及大壮，晋与明夷家人睽。

蹇解损益失溷萃，升困井革鼎震继。

艮渐归妹丰旅巽，兑涣节兮中孚至。

小过既济兼未济，是为下经三十四。





## 坤篇 阴阳五行

### 一、阴阳之道

阴阳学说是我国古代劳动人民通过各种事物和现象的观察，把宇宙的万物万象，分为阴阳两大类，而建立起来的一种朴素的唯物论和辩证法的思想。阴阳学说认为，一切事物的形成、变化和发展，全在于阴阳二气的运动。它总结出来的自然界阴阳变化的规律，与对立统一哲学思想是一致的。

阴阳学说的产生，早在夏朝就已形成，这可以从《易经》中八卦阴阳爻的出现而得证实。八卦中阴爻——和阳爻——出现在我国夏朝的古书《连山》中，故《山海经》中有云：“伏羲得河图，夏人因之，曰《连山》；皇帝得河图，商人因之，曰《归藏》；烈山氏得河图，周人因之，曰《周易》。”这就是说，在夏朝就有《连山》这样的八卦书，而八卦又是阴和阳这两个最基本的爻组成的。

### 二、阴阳对立

阴阳对立，是指自然的万物万象，其内部都同时存在着相反的两性，即存在着对立的阴、阳两个方面。如八卦是由阴与阳两种对立的符号组成的，也是由四组对立的符号组成八卦，再由三十二组对立的符号组成六十四卦。阴阳两种对立的矛盾，是一切事物的根本矛盾。然而乾坤虽是两种对立的矛盾，但又是互相统一的。唯有这种统一，然后才能产生变化，生成万物，故阴阳的对立与统一，是一切事物的始终。