

民间实用

万年历

一书在手

万事不求人

1800-2100

王军云◎编著

五千年的华夏文明  
亘古未绝的历史脚步  
民间吉祥图谱  
历代帝王名人图表

中国社会出版社



# 民间实用万年历

王军云 编著



中国社会出版社

**图书在版编目 (CIP) 数据**

民间实用万年历 / 王军云编著. —北京: 中国社会出版社,  
2003.11

ISBN 7-80146-879-1

I. 民... II. 王... III. ①历史—中国②生活—知  
识—普及读物 IV. P195.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2003) 第 102110 号

---

**书 名:** 民间实用万年历

**编 著 者:** 王军云

**责任编辑:** 尤永弘

---

**出版发行:** 中国社会出版社      **邮政编码:** 100032

**通联方法:** 北京市西城区二龙路甲 33 号新龙大厦

**电话:** 66051698      **传真:** 66051713

欢迎读者拨打免费热线 8006108114 或登录 [www.bj114.com.cn](http://www.bj114.com.cn) 查询相关信息

**经 销:** 各地新华书店

---

**印刷装订:** 北京雷杰印刷有限公司

**开 本:** 880mm × 1230mm    1/32

**印 张:** 14.5

**字 数:** 250 千字

**版 次:** 2004 年 1 月第 1 版

**印 次:** 2004 年 11 月第 2 次印刷

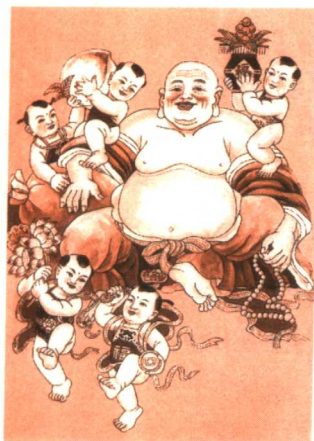
---

**书 号:** ISBN 7-80146-879-1/P·2

**定 价:** 23.80 元

---

(凡中国社会版图书有缺漏页、残破等质量问题, 本社负责调换)



# 目 录

# 目 录

|                              |                |
|------------------------------|----------------|
| 第一章 民间吉祥图谱 .....             | 1              |
| 第二章 历代帝王、名人贤士图谱 .....        | 13             |
| 第三章 万年历表 .....               | 29             |
| 一、1950 年~2050 年万年历表 .....    | 30             |
| 二、2050 年~2100 年万年历简表 .....   | 230            |
| 三、1800 年~2108 年农历闰月推算表 ..... | 240            |
| 第四章 家庭医疗与保健——做自己的医生 .....    | 241            |
| 笑口常开健康来/241                  | 中风的预防/241      |
| 发生中风后的紧急处理/241               | 高血压的家庭防治/242   |
| 糖尿病可早期发现/242                 | 预防心脏病的原则/242   |
| 细嚼慢咽的十大益处/243                | 每天 8 杯水最适合/243 |
| 养成洗手的好习惯/243                 | 经常泡脚、长生不老/243  |





民间实用万年历



- 要想肠胃好,常吃八分饱/244    饲养宠物也要防病/244
- 正确用药的一般建议如下/244    10大死因,男女有别/245
- 流感重在预防/245    春天里常见的疾病/245
- 小儿感冒不必频上医院/245    怎样提高孩子的抵抗力/246
- 预防流鼻血的方法/246    性早熟/246
- 孕期腰酸背痛不是病/246    防止妊娠背痛有办法/247
- 哺乳期不要乱服药/247    中年女性背痛当心胆结石症/247
- 运动失当引发妇科病/247    乳腺增生的检查与预防/248
- 男性保持体形可防癌/248    早衰的信号/248
- 老年人多动多寿/248    哪些人不宜睡午觉/248
- 感冒的五个认识误区/249    便秘的预防和治疗/249
- 如何防止痔疮的发生/249    冬季洗澡过勤会皮肤瘙痒/250
- 轻度高血压不服药最好/250    什么情况下易患肾结石/250
- 养目六大妙法/251    口腔的护理法/251
- 正确的洁齿方式/251    毒蛇咬伤的紧急救治/251
- 活动手指健脑的窍门/251    松弛筋骨的窍门/252
- 伸懒腰有益健康/252    使用药物牙膏的窍门/252
- 梳头防脑溢血、肩周炎/252    秋季养生五要诀/253
- 午睡如充电/253    不利健康的六种生活方式/254
- 有碍健康的五种习惯/255    睡眠保健的窍门/255
- 胖人度三夏要诀/256    盛夏防暑八伙/256
- 消除疲劳的窍门/257    哪些人易长寿/257
- 老年养生四戒/258    健康的“座右铭”/258
- 治脱肛的窍门/259    防止起立头晕/259



- |               |               |
|---------------|---------------|
| 防高血压的“三松”/259 | 降血压八方/260     |
| 治疗感冒八方/260    | 消除“呼噜”四策/262  |
| 消肿四法/262      | 止痒三法/262      |
| 治牙痛八法/262     | 治小腿抽筋二法/263   |
| 治疗遗精的妙方/263   | 医治跌打操作的窍门/264 |
| 治疗冻疮的妙方/264   | 治汗手、汗脚的妙方/265 |
| 医治幼儿外伤的窍门/265 | 治腹痛三法/266     |
| 治肾三方/266      | 巧治腰痛/266      |
| 治头痛二法/266     | 治心绞痛妙法/267    |
| 化痰止咳四法/267    | 治咳嗽八方/267     |
| 眯眼的处理方法/268   | 防耳聋方法/268     |
| 治耳内奇痒三法/269   | 疏通鼻塞四法/269    |
| 治风温疹秘方/269    | 治疮四法/270      |
| 治盗汗二秘方/270    | 治疗鼻出血的妙方/270  |
| 医治咽喉肿痛的妙方/271 | 治疗高血压的妙方/272  |
| 医治消化不良的妙方/272 | 缓解腹痛的窍门/273   |
| 治疗关节扭伤的窍门/273 | 医治蚊虫叮咬窍门/273  |
| 治疗蜇伤的窍门/274   | 防治口腔病八方/274   |
| 治疗脚气八方/275    |               |

## 第五章 家庭理财与防骗——睁开你的慧眼 ..... 276

- |                 |               |
|-----------------|---------------|
| 什么是绿色食品/276     | 什么伪劣商品/276    |
| 识别假冒商品六看/277    | 怎样购买打折商品/277  |
| 怎样对付小商小贩要名堂/278 | 购买物品的三条方针/279 |
| 讨价还价五法/280      | 家庭消费五忌/280    |

目

录





- 最佳购物决策五忌/281  
购物的三大注意事项/281  
哪些地方购物容易受骗/281  
购买便宜货的六个时机/282  
消费者自我保护五招/283  
消费者请求保护的程序及时效/283  
消费者合法权益受到损害请求保护的时效/283  
防骗八注意/284  
虚假广告的六大攻心术/284  
识假防假十大策略/285  
防扒八法/286  
减少支出五招/287  
怎样选购年货/289  
如何购买靛水鱼/290  
水果挑拣“基本法”/292  
怎样选用金项链/294  
耐用消费品的“最佳购买阶段”/295  
如何选购家用空调器/297  
怎样选购电取暖器/298  
购物节省开支四种途径/281  
集贸市场购物要诀/281  
怎样购买时兴商品/282  
减少和避免消费风险五法/282  
买了不称心商品怎么办/283  
增强防骗能力六条/284  
虚假广告十大骗术/284  
治谎十法/285  
购物五绝/286  
购物前先识标志/288  
如何选购优质米/290  
怎样选购海味/291  
如何选购钻戒/293  
怎样选用金戒指/294  
如何选购大屏幕彩电/296  
如何选购滚筒洗衣机/298

## 第六章 夫妻悄悄语——悄悄话对你说 ..... 300

- 男性性感区/300  
吸烟有害性能力/300  
女性激发男性性欲的非直接手段/301 什么叫早泄/301  
为什么说女人是油做的骨肉/302 女性性感区/302  
月经来临之前,性欲会增强吗/303 怎样预防月经不调/303



## 目

## 录



- 女性也有手淫/304                      如何识别女方的性高潮/304
- 男人射不射精对女人性高潮无影响吗/305
- 热恋中的女子如何防止失身/306              妊娠初期如何过性生活/306
- 妊娠中期如何过性生活/307              妊娠后期如何过性生活/308
- 男女达到性高潮时,各有哪些生理变化和感受/308
- 男女在性消退期有什么生理差别/309
- 床上不是唯一的做爱场所/309              做爱时男性如何控制射精/310
- 延长性交时间的有效方法有哪些/310      房事之后如何后嬉/311
- 妻子讨厌丈夫哪些问题/312              “女强男弱”怎么办/312
- 丈夫希望妻子了解和体谅些什么/313      夫妻和解六法/313
- 夫妻三忌/314                              丈夫不该说的话/314
- 如何热爱您的妻子/314                      正确调节婚后生活矛盾/315
- 结婚前睁大眼睛结婚后闭只眼/316              为夫之道/316
- 最烦妻子大声嚷/316                      如何提高婚姻生活的质量/316
- 会做丈夫/317                              家务中的夫妻心理调节/317
- 婚姻生活的十个阶段/317                      “琴瑟”不调时的八点建议/318
- 如何让丈夫笑口常开/318                      婚姻何以天长地久/318
- 女性对待爱情容易犯的十大错误/319
- 男性对待爱情所犯的十个错误/319
- 注意婚姻危机先兆/320                      丈夫流露不满的十种方式/320
- 夫妻之间的心理调节/321                      妻子何时何地给丈夫留面子/321
- 婚姻的十大误区/322                      中年婚姻的危险信号/322
- 巧为人夫十招/322                      丈夫如何呵护孕期妻子/323
- 妻子的心理需要/323                      管夫八法/323





婚姻“七误”/324

幸福婚姻秘诀/324

婚后之事/324

婚后常有的模糊认识/325

双职工夫妻怎样交流/325

消除夫妻间的逆反心理/325

## 第七章 家庭生活有学问——温馨的家,休航的港 ... 326

女性魅力二十要点/326

男性魅力二十要点/326

姑娘最喜欢小伙子的十个特点/327

小伙子心目中佳偶的八大特点/327 考察恋人 8 法/327

大女择偶 10 忌/327

尊重对方隐私 7 要点/328

独身坏处 13 条/328

而立之年女性 14 个特点/329

夫妻互谅 12 条/329

夫妻对话 8 要点/330

消除夫妻猜疑心理 14 要点/330

夫妻交谈 10 多 10 少/331

夫妻吵架 10 忌/331

爱情“聋哑症”的 16 种表现/331

预防不慎离婚 10 要点/332

防止第三者插足 10 要点/332

丈夫对妻子不满的 13 个原因/333

再婚 9 忌/333

继母 9 要/333

继父 11 要/334

导致婚外恋的 10 大因素/334

导致离婚 12 大因素/335

女人和解夫妻矛盾的 12 种技巧/335

男人和解夫妻矛盾的 9 种技巧/335

## 第八章 处世社交——学会做人,才会做事 ..... 336

处世社交 10 要素/336

异性交往 9 注意/336

交谈技巧 12 条/337

走亲访友注意 12 条/338

请客待客 10 注意/338

君子交友 10 秘诀/339

友谊长存 10 法/339

处世待人 12 要点/339





朋友间最忌讳的 8 点/340      处理好师徒关系 10 要素/340

现代企业家应具备的 14 条素质/341

树立威信 7 秘诀/341

知人善任用 12 法/341

同事友好相处 10 要点/342

交往中避免冲突 12 要点/343

邻里关系 8 大特点/343

邻里相处 10 戒/344

社交 13 忌/344

交谈 12 忌/345

社交聚谈 10 忌/345

握手 10 不/345

串门 8 忌/346

女性打扮 10 注意/346

职业女性穿着 8 原则/346

人际交往种种/347

怎样结交异性朋友/347

异性拜访/347

握手的学问/348

怎样待客/348

宴请客人的礼节/348

做客九不要/349

如何赢得对方的友谊/350

怎样使领导喜欢你/350

怎样让部属感受到器重/351

怎样与同事处好关系/351

开口十忌/352

道歉的艺术/352

避免被人反感的几条禁忌/352      怎样做个使媳妇喜欢的婆婆/353

为人处世的四大规则/353

使别人喜欢你的五大规则/353

如何显示良好的修养/353

社交中怎样克服怯懦/354

如何婉言拒绝别人的请求/355

## 第九章 千古贤文 ..... 356

一、三字经 ..... 356

二、百家姓 ..... 358

三、增广贤文 ..... 359

目

录





|                    |     |
|--------------------|-----|
| 第十章 属相与人生 .....    | 367 |
| 一、属鼠人的性格与人生 .....  | 368 |
| 二、属牛人的性格与人生 .....  | 374 |
| 三、属虎人的性格与人生 .....  | 381 |
| 四、属兔人的性格与人生 .....  | 387 |
| 五、属龙人的性格与人生 .....  | 393 |
| 六、属蛇人的性格与人生 .....  | 400 |
| 七、属马人的性格与人生 .....  | 406 |
| 八、属羊人的性格与人生 .....  | 412 |
| 九、属猴人的性格与人生 .....  | 419 |
| 十、属鸡人的性格与人生 .....  | 425 |
| 十一、属狗人的性格与人生 ..... | 435 |
| 十二、属猪人的性格与人生 ..... | 441 |
| 第十一章 实用对联 .....    | 449 |
| 一、春联 .....         | 449 |
| 二、寿联 .....         | 451 |
| 三、婚庆联 .....        | 452 |



# 第一章

## 民间吉祥图谱



福寿三多



福神



麻姑献寿



寿星送寿



天官五子



寿元无量



福星高照



恭喜发财



寿比南山



天官赐福



麒麟送子



和合二仙



和合五福



观音菩萨



钟馗镇宅



吉庆有余



招财进宝



金童送喜



玉女送福





财神



一团和气



寿星



招宝进财



迎春平安



群仙拱寿



四季发财



琴瑟和谐



新春纳福



代代寿仙



龙纹样



麒麟



狮子纹样



龙凤双喜



松鹤延年



凤凰来仪



齐眉祝寿



迎春平安

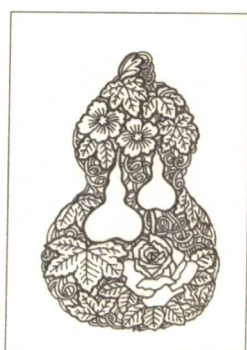




玉女添财



金童赐福



葫芦



迎春平安



迎春平安



四季平安



必得其寿



群仙祝寿



百事如意