

珍藏版

万世全

乔赫水

主编

万年历全书

乔赫水 主编

第二卷

吉林大学出版社



第二卷 目录

干支与生肖	(393)
干支的起源	(393)
天干地支诀	(394)
干支的意义	(396)
干支纪时是怎样计算的	(398)
一百五十年属相总表	(399)
十二属相综合对照表	(399)
生肖推算表	(400)
六十甲子	(400)
天文历法	(402)
历书与历法	(402)
历的历史	(403)
什么是万年历	(404)
阴 阳 历	(405)
回 归 年	(406)
朔 望 月	(406)
朔、望、弦	(407)
日食、月食	(408)
阳历和阴历	(409)
一年四季	(411)
潮 汐	(412)



昼 夜	(412)
什么是二十四节气	(413)
二十四节气有什么含义	(414)
“岁”和“年”有什么不同	(417)
农历月份的名称及初一是怎样确定的	(418)
农历的月份有哪些别称	(418)
九九与三伏	(419)
什么是藏历	(420)
国外的新年日期	(421)
气象与天文地理	(423)
占天观星诀	(423)
气象谚语	(426)
几种气象的科学解释	(436)
风水学现代科学观	(437)
七十二候	(439)
二十四番花信风	(441)
我国可见日食、月食时间表(2004~2020 年)	(443)
周易八卦	(447)
阴阳五行	(447)
五行捷诀	(449)
八卦的生成	(449)
八卦诸象对应规律表	(450)
八卦与五方的关系	(451)
八卦与五行的关系	(451)
中国传统民俗	(452)
黄历名词解释	(452)

节日习俗与民间禁忌	(453)
除夕与年初一的禁忌俗信	(460)
民俗中植物吉凶的象征意义	(461)
传统婚俗古礼(中原)	(462)
传统婚俗古礼(江南)	(464)
婚嫁中的民俗禁忌	(465)
民俗梦文化与迷信	(466)
民间流传的几种习俗	(468)
民间常用谚语	(470)
家庭养生与保健	(500)
四季养生保健	(500)
如何克服春困	(500)
春夏正是养阳好时机	(502)
药枕防暑效果好	(504)
老年人夏季衣着要注意什么	(505)
长夏如何防湿	(506)
如何设计凉爽宜人的居室	(507)
夏季饮食应注意什么	(508)
秋燥时节谨防咽炎	(509)
如何防治秋疖子	(510)
秋冬是养阴好时机	(511)
耐寒锻炼要从初秋开始	(513)
冬季养生注意事项	(515)
老人如何平安过冬	(516)
什么是冷天四不宜	(519)
冬季养生应注意暖背足	(520)



老年人冬季穿着要注意什么	(521)
寒冬烟雾对老年人危害大	(522)
老年人冬季体育锻炼好处多	(524)
饮食养生保健	(526)
改善营养可使人长寿	(526)
如何根据老年人的健康状况改进膳食	(527)
如何合理安排老年人的饮食	(528)
长寿老人的膳食有何特点	(530)
老年人营养与膳食的目标	(531)
蛋白质与防衰老的关系	(533)
维生素 C 与防衰老的关系	(534)
维生素 E 的抗衰老作用	(536)
核酸与抗衰老有什么关系	(538)
如何防止老年人维生素隐性缺乏	(539)
老年人应如何补充维生素 D	(540)
老年人为何须补充钙质	(541)
老年人要多摄取食物纤维	(542)
中老年人能否吃含胆固醇的食物	(543)
长期饱食有损寿命	(546)
老年人不宜偏食植物油	(547)
老年人宜吃糖吗	(549)
少盐能益寿	(550)
哪些食物可防衰抗老	(552)
老年人应吃什么样的牛奶	(553)
老年人吃蛋黄有害吗	(555)
食醋对老年人健康有益	(556)

常吃水果可防衰老	(557)
老年人吃素好处多	(559)
老年人不宜多食高蛋白食物	(560)
药膳养生保健	(561)
蔬菜对养生保健的作用	(561)
瓜果对养生保健的作用	(569)
动物食品对养生保健的作用	(578)
其它延年益寿食品	(587)
用药一般常识	(595)
有病不可滥服药	(595)
服药有“法”	(596)
病人不要过早停药	(597)
不应随意加大服药剂量	(598)
不要直接用药瓶喝药	(599)
不宜躺着服药	(600)
什么情况下药品不能使用	(601)
不能滥用激素类药物	(602)
肠溶片不可嚼碎服用	(603)
注射用针剂不可口服	(604)
不要滥用氟轻松	(605)
切莫乱用退热药	(606)
怎样使用助消化药	(607)
不要滥用速效感冒胶囊	(609)
不要滥用泻药	(610)
头痛切勿乱用药	(611)
维生素 C 能代替水果、蔬菜吗	(612)



维生素不是补药	(613)
维生素类药不宜饭前服	(614)
可致维生素缺乏的药物	(615)
吸烟会影响药物的疗效	(617)
服哪些药时忌喝茶	(618)
油、盐、酱、醋对药效有哪些影响	(619)
不宜用果汁送服药物	(621)
药物与性功能障碍	(622)
可致癌的药物	(627)
能引起猝死的药物	(629)
中成药不可滥用	(630)
不要滥用胖大海	(633)
配方缺味不能随意替代	(634)
使用单方要慎重	(634)
服中药应择时	(635)
服壮阳药要慎重	(637)
中药汤剂不宜过夜服用	(638)
为何“少不服参”	(638)
服中药讲究“忌口”	(639)
中药也有副作用	(641)
健康人不宜进补	(642)
妇女用药禁忌	(644)
哪些药物对胎儿有致畸作用	(644)
孕妇不可过多服用 V_A	(645)
孕妇切莫多服 V_{B6}	(646)
哺乳期妇女禁用或慎用的药物	(647)

乳母不可代替小儿服药	(648)
哪些妇女不宜服用口服避孕药	(649)
服用避孕药应注意营养	(650)
切勿服用过期避孕药	(651)
妇女如何使用高锰酸钾	(652)
不要滥用酸碱液冲洗阴道	(653)
不要滥用性激素	(654)
儿童用药禁忌	(656)
儿童用药“四忌”	(656)
小儿用药应注意哪些问题	(657)
6个月以内的婴儿不宜服 APC	(658)
不要捏鼻子给小儿灌药	(659)
服小儿麻痹糖丸后不能立即喂奶	(660)
小儿用麻醉药对智力发育有何影响	(660)
学龄前儿童不宜服用四环素、土霉素	(662)
儿童常服鱼肝油不好	(663)
不宜大量服用“肥儿灵”、“稚儿灵”	(664)
莫给健康小孩滥用滋补药	(664)
儿童不宜常服驱虫药	(665)
老年人用药禁忌	(667)
老年人用药注意事项	(667)
哪些药物老年人应慎用	(669)
老年人不可依赖药物	(670)
老年人宜慎服药酒	(671)
老年人进补宜适量	(672)
老年人应用解热镇痛药应注意	(674)



老年人应合理使用抗生素	(674)
家庭急救处理	(676)
鼻出血	(676)
急腹痛	(676)
烧伤	(676)
咯血	(677)
中暑	(677)
抽筋或惊厥	(678)
触电	(678)
骨折、脱位	(679)
昏迷	(679)
煤气中毒	(680)
晕厥	(680)
毒虫咬伤	(680)
异物误入	(681)
呕血	(681)
夫妻生活必备	(682)
男人喜欢的女性类型	(682)
女性喜欢的男性类型	(683)
夫妻在法律上的权利和义务	(683)
夫妻恩爱的秘诀	(684)
家庭幸福的处方	(684)
平息夫妻争吵的秘诀	(685)
性生活可以促进夫妻双方的健康	(686)
夫妻性欲变化规律	(686)
夫妻性生活十不宜	(687)

容易避孕失败的几种方法	(687)
男性避孕的方法	(688)
禁止近亲结婚	(688)
怀孕的最佳年龄	(689)
男性赢得女性青睐的方法	(689)
女性吸引男性的方法	(689)
女性讨厌的男性	(690)
妻子最忌讳的男人	(691)
抚慰娇妻法	(692)
性惩罚害处多	(692)
房事养生五戒	(693)
夫妻房事八不宜	(694)
男人的五个性秘密	(696)
男性性感区	(697)
吸烟有害性能力	(698)
女性激发男性性欲的非直接手段	(699)
什么叫早泄	(700)
女性性敏感区	(700)
月经要来临之前,性欲会增强吗	(701)
怎样预防月经不调	(701)
如何识别女方的性高潮	(702)
男人射不射精对女人性高潮无影响吗	(703)
妊娠初期如何过性生活	(704)
妊娠中期如何过性生活	(705)
妊娠后期如何过性生活	(705)
男女达到性高潮时,各有哪些生理变化和感受	(706)



男女在性消退期有什么生理差别	(707)
床上不是惟一的做爱场所	(708)
做爱时男性如何控制射精	(708)
延长性交时间的有效方法有哪些	(709)
房事之后如何后嬉	(710)
妻子讨厌丈夫哪些问题	(711)
“女强男弱”怎么办	(711)
丈夫希望妻子了解和体谅些什么	(712)
夫妻和解六法	(713)
夫妻三忌	(713)
丈夫不该说的话	(714)
如何关爱您的妻子	(714)
正确调节婚后生活矛盾	(715)
结婚前睁大眼结婚后闭只眼	(716)
为夫之道	(716)
最烦妻子大声嚷	(717)
如何提高婚姻生活的质量	(717)
会做丈夫	(718)
家务中的夫妻心理调节	(718)
婚姻生活的十个阶段	(718)
“琴瑟”不调时的八点建议	(719)
如何让丈夫笑口常开	(719)
婚姻何以天长地久	(720)
女性对待爱情容易犯的十大错误	(721)
男性对待爱情所犯的十个错误	(721)
注意婚姻危机先兆	(722)

丈夫流露不满的十种方式	(723)
夫妻之间的心理调节	(724)
妻子何时何地给丈夫留面子	(724)
婚姻的十大误区	(725)
中年婚姻的危险信号	(725)
巧为人夫十招	(726)
丈夫如何呵护孕期妻子	(726)
妻子的心理需要	(727)
管夫八法	(727)
婚姻“七误”	(728)
幸福婚姻秘诀	(728)
婚后之事	(729)
婚后常有的模糊认识	(729)
双职工夫妻怎样交流	(730)
消除夫妻间的逆反心理	(730)
女性魅力 20 要点	(731)
男性魅力 19 要点	(731)
姑娘最喜欢小伙子的 10 个特点	(732)
小伙子心目中佳偶的 8 大特点	(732)
考察恋人 8 法	(733)
大女择偶 10 忌	(733)
尊重对方隐私 7 要点	(734)
独身坏处 12 条	(735)
而立之年女性 14 个特点	(735)
夫妻互谅 12 条	(736)
夫妻对话 8 要点	(737)



消除夫妻猜疑心理 14 要点	(737)
夫妻交谈 10 多 10 少	(738)
夫妻吵架 10 忌	(738)
爱情“聋哑病”的 15 种表现	(739)
预防不慎离婚 10 要点	(740)
防止第三者插足 10 要点	(740)
丈夫对妻子不满的 13 个原因	(741)
再婚 9 忌	(742)
继母 9 要	(742)
继父 9 要	(743)
导致婚外恋 10 大因素	(743)
导致离婚 12 大因素	(744)
女人和解夫妻矛盾的 12 种技巧	(745)
男人和解夫妻矛盾的 12 种技巧	(745)

干支与生肖

干支的起源

“干支”是十个天干与十二个地支的简称。在一般情形下，“干支”共有二十二个，其中“支”比较容易让人理解。因为“支”有可以代替的动物的名字：子为鼠；午为马；丑为牛……

“十干”“十二支”二者都可以说明季节的变动。

“子”就是“孳”，表示万物繁茂的意思。

“丑”就是“纽”，是用绳子捆住的意思。

“寅”就是“演”或“蜃”，指万物开始伸长的意思。

“卯”就是“茂”，为万物茂盛的意思。

“辰”就是“伸”或“震”或“娠”，也就是万物震动伸长的意思。

“巳”就是“已”，指万物已成的意思。

“午”就是“忤”，指万物已过极盛之时，又是阴阳相交的时候。

“未”就是“味”，是万物已成，有滋味。

“申”就是“身”，是万物粗具形体的意思。

“酉”就是“老”或“鲍”或“酒”字，指万物十分成熟的意思。



“戌”就是“灭”，指万物消灭归土的意思。

“亥”就是“核”，指万物成“种子”的意思。

以上为十二地支的由来，现介绍十天干的起源。

“甲”就是“铠”，指万物冲破其“甲”而突出的意思。

“乙”就是“轧”，指万物伸长的意思。

“丙”为“炳”字，指万物茂盛的意思。

“丁”为“壮”，指到达“壮丁”的时候。

“戊”为“茂”字，也是万物繁茂的意思。

“己”为“起”字，指万物奋然而起。

“庚”为“更”字，指万物更新的意思。

“辛”为“新”字，为万物一新的意思。

“壬”为“任”或“妊”字，为万物被养育的意思。

“癸”为“揆”字，指万物萌发的意思。

以上就是天干、地支，分别以文字学上的音韵与六书加以说明。



天干地支诀

天干之名：甲乙丙丁戊己庚辛壬癸（十天干）

地支之名：子丑寅卯辰巳午未申酉戌亥（十二地支）

天干所属阴阳 { 甲丙戊庚壬：为阳
乙丁己辛癸：为阴

地支所属阴阳 { 子寅辰午申戌：为阳
丑卯巳未酉亥：为阴

天干合化 { 甲己合化土 乙庚合化金 丙辛合
化水 丁壬合化木 戊癸合化火

地支六合 { 子丑合土 寅亥合木 卯戌合火
辰酉合金 巳申合水 午未合日月

天干相冲 { 甲戌相冲 乙己相冲 丙庚相冲
丁辛相冲 戊壬相冲 己癸相冲
庚甲相冲 辛乙相冲 壬丙相冲
癸丁相冲

地支六冲 { 子午相冲 卯酉相冲 寅申相冲
巳亥相冲 辰戌相冲 丑未相冲

地支相刑 { 子刑卯 巳刑申
丑刑戌 戌刑未
寅刑巳
辰午酉亥自相刑

地支相害 { 子未相害 丑午相害 寅巳相害
卯辰相害 申亥相害 酉戌相害

地支三合 { 申子辰会成水局 亥卯未会成木局
寅午戌会成火局 巳酉丑会成金局
辰戌丑未会成土局 即为四库

