

本草纲目

养生日历

二〇一八

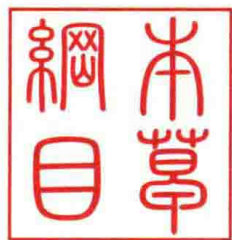


农历戊戌年

中国中医药出版社

本草纲目
养生日历

◎ 刘景曾
编著



2018

戊
戌
年

中国中医药出版社

· 北 京 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

《本草纲目》养生日历 / 刘景曾编著. —北京: 中国中医药出版社, 2017.10

ISBN 978-7-5132-4388-9

I . ①本… II . ①刘… III . ①历书—中国 ②《本草纲目》
IV . ① P195.2 ② R281.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 189652 号

中国中医药出版社出版

北京市朝阳区北三环东路 28 号易亨大厦 16 层

邮政编码 100013

传真 010 64405750

廊坊市三友印务装订有限公司印刷

各地新华书店经销

开本 787 × 1092 1/32 印张 23 字数 385 千字

2017 年 10 月第 1 版 2017 年 10 月第 1 次印刷

书号 ISBN 978-7-5132-4388-9

定价 88.00 元

网址 www.cptcm.com

社长热线 010-64405720

购书热线 010-89535836

维权打假 010-64405753

微信服务号 zgzyycbs

微商城网址 <https://kdt.im/LIdUGr>

官方微博 <http://e.weibo.com/cptcm>

天猫旗舰店网址 <https://zgzyycbs.tmall.com>

如有印装质量问题请与本社出版部联系 (010-64405510)

版权专有 侵权必究

问世 400 余年的《本草纲目》是世界瞩目的植物学巨著，是泱泱中华药学之圭臬。全书共 52 卷，载药 1892 种，绘本草图 1109 幅。

中国花鸟画出现后，为了摆脱花鸟画中世俗观赏物种的困囿，许多著名画家，如沈周、黄宾虹、潘天寿等，对少数拥有瞬间大美的本草物种入画做了有益尝试。清植物学家吴其浚呼吁要让“无名小草也在阶前有立足之地”，旨在让人们平等对待各种植物。历代许多诗圣如杜甫、苏轼、陆游等，也润笔引吭歌咏本草。先贤文渊之珍视本草可见一斑。



作者刘景曾习画 60 余载，更惴惴于追寻古圣之遗踪。遂将千种本草新颖物种引入花鸟画中。以为国画既有物种开放，更具意象风貌。糅诸古人本草诗歌文赋，间以本草轶事趣闻，使作品以文为魂，画新物种。

本次谨受邀绘制《〈本草纲目〉养生日历》。主旨乃提取本草文化之积淀，攫取本草养生之良方，溶花鸟阡陌三者于一体。

希祈读者于品鉴科学与文化之崭新交融之际，兼得悦目怡情，养颐之福。



郁 金

治血气心腹痛，产后败血冲心欲死，失心颠狂蛊毒。

一月



今日元旦	五日小寒	2018年一月大	JAN 1 2018	星期一	MONDAY	十一月十五	农历丁酉年
------	------	----------	------------	-----	--------	-------	-------

每日一方

痔疮肿痛：郁金末，水调涂之，即消。（《医方摘要》）



鸡

鸡肉具有养颜、补肾、补气、驱寒、助发育、养发的作用。



五
日
小
寒

2018年一月大

JAN 2 2018

星 期 二

TUESDAY

十 一 月 十 六 日
农 历 丁 酉 年

每日一方

头风痛：香芒 30～60 克，鸡肉适量。水炖，冲酒服。



草果仁

燥湿温中，截疴除痰。用于寒湿内阻，脘腹胀痛，痞满呕吐，疟疾寒热，瘟疫发热。



五
日
小
寒

2018年一月大
JAN 3 2018
星 期 三
WEDNESDAY

十 一 月 十 七
农 历 丁 酉 年

每日一方

斑秃：草果 15 克，诃子 5 克，山柰 5 克，官桂 5 克，焙干研细末，再以樟脑 5 克，一起入香油 125 克中，装入盐水瓶，密封浸泡三天后，外擦用治斑秃。



草 乌

祛风除湿，温经止痛。用于风寒湿痹，关节疼痛，心腹冷痛，寒疝作痛及麻醉止痛。但该药有毒性，内服须炮制后用，入汤剂应先煎1~2小时，以减低毒性。



五
日
小
寒

2018年一月大
JAN 4 2018
星 期 四
THURSDAY

十 一
月 十 八
农 历 丁 酉 年

每日一方

预防流感：大叶桉树叶 30 克。水煎，2 次分服。
或大叶桉叶约 2.5 千克。煎汤熏浴。



蜡梅

有解暑生津，开胃散郁，止咳的功能。可用于治疗暑热头晕、呕吐、气郁胃闷、麻疹、百日咳及烫烧伤、中耳炎等。



今日小寒

2018年一月大
JAN 5 2018
星期五
FRIDAY

十一月十九
农历丁酉年

每日一方

咽喉肿痛：蜡梅花、大青叶、青果各10克，胖大海5克，水煎服。



大戟

有泻水逐饮，消肿散结的作用。用于水肿胀满，胸腹积水，痰饮积聚，气逆咳喘，二便不利，痈肿疮毒，瘰疬痰核。



二十日大寒

2018年一月大

JAN 6 2018

星期六

SATURDAY

十一月二十
农历丁酉年

每日一方

中风发热：大戟、苦参四两，白酢浆一斗，煮熟洗之，寒乃止。（《千金方》）



大 蓟

大蓟全草入药，主痲肿疮毒，衄血，吐血，尿血，便血，崩漏下血，外伤出血。