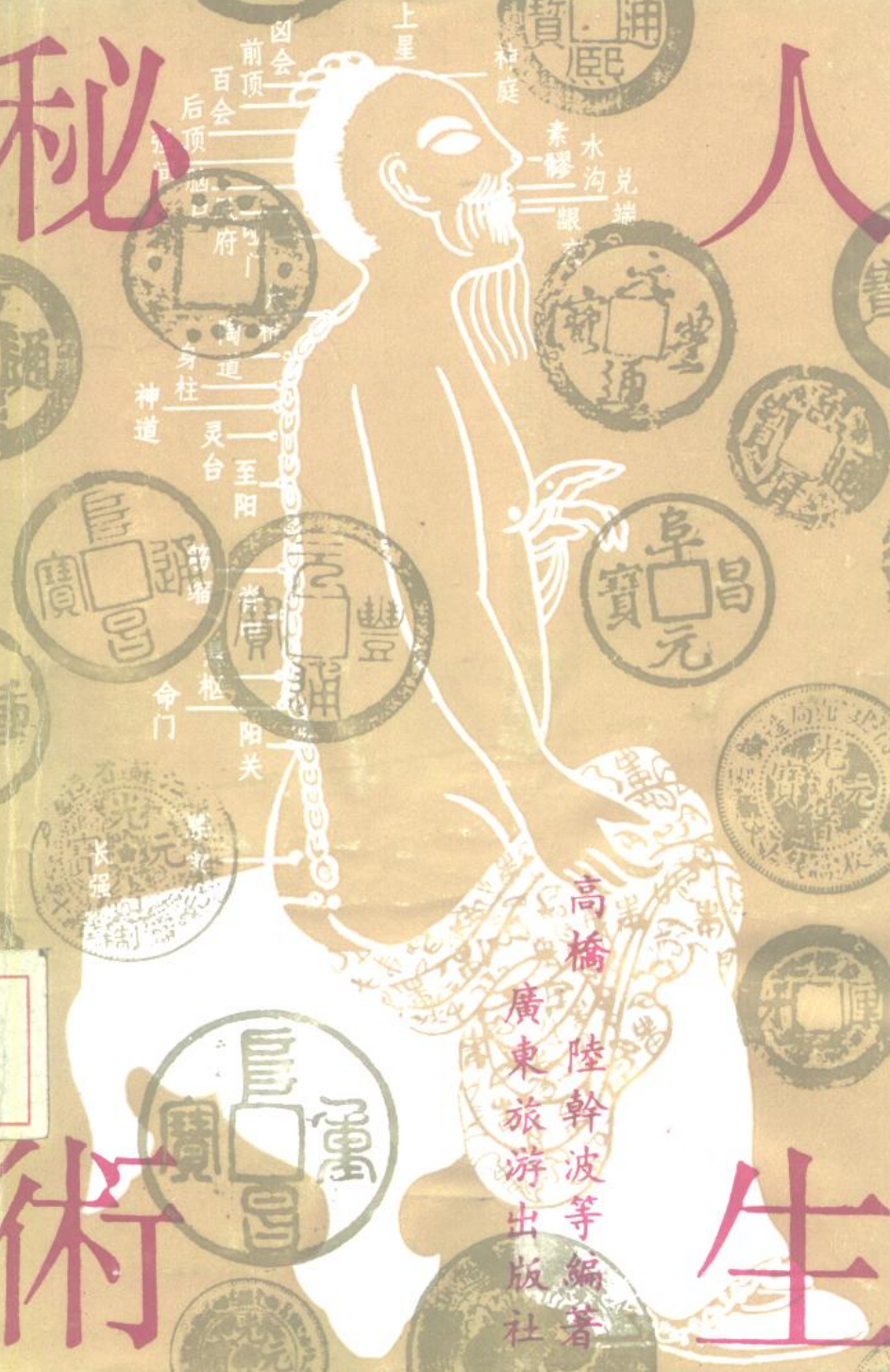


秘

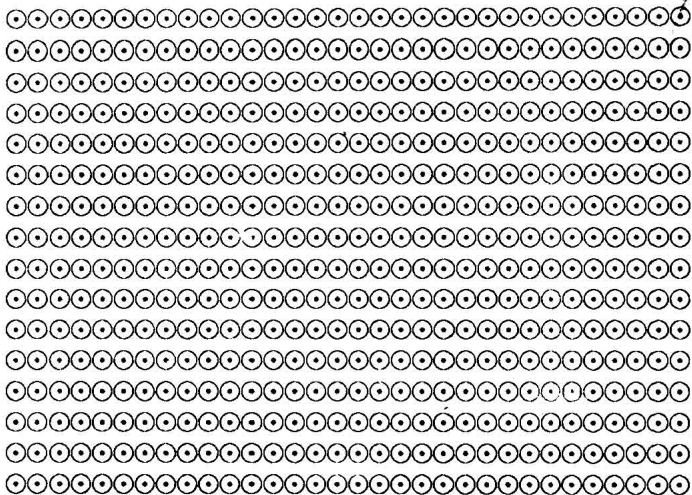
人

術

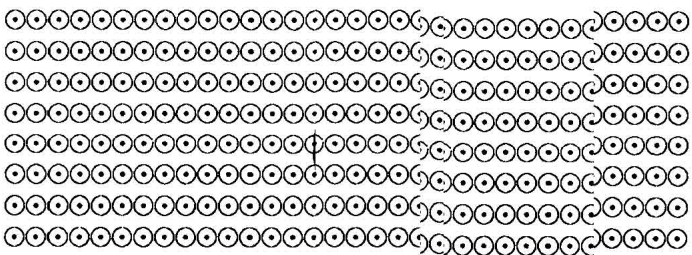
生



R-21
22
10



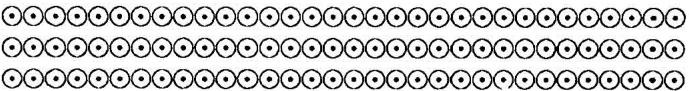
人生秘术



高 桥 陆干波 覃承勤 黄培生
陈水生 姚尚诗 毛殊凡 过 竹 编著



广东旅游出版社



责任编辑：胡开祥
封面设计：曹 肆

人生秘术

高 桥 陆干波 覃承勤 黄伦生
陈水生 姚尚诗 毛殊凡 过 竹 编著

☆
广东旅游出版社出版发行
(广州环市东路淘金坑42-43号)
广州红旗印刷厂印刷

※

787×1092 1/32 10.25印张 370千字

1991年3月第1版 1991年3月第1次印刷

书号：ISBN 7-80521-242-2/C·1

定价：4.60元

目 次

- 生男生女秘..... (1)
- 试题预测秘..... (7)
- 姓名预测秘..... (17)
- 《周易》预测秘..... (28)
- 金睛望诊百病秘..... (44)
- 穴秘..... (62)
- 美艳·健旺秘..... (84)
- 药功秘..... (126)
- 炼心修性术..... (130)
- 养生长寿术..... (136)
- 人体与宇宙融合体..... (143)
- 炼丹术..... (148)
- 禅修术..... (152)
- 瑜珈术..... (157)
- 气功术..... (161)
- 辟谷术..... (164)
- 提神醒脑术..... (165)
- 识宝术..... (189)
- 人心测定术..... (207)
- 人生八门忌·诀..... (215)
- 八卦万年历..... (251)

生男生女秘

为了获得理想性别的孩子，千百年来，人类不知花了多少心血进行研究和尝试，其中包括十分荒唐可笑的做法。古代人为了选择孩子的性别而常做一些不可思议的蠢事，或迷信到甚至要把自己的生命交给魔鬼，只为了生个男孩或女孩。所有的父母对这个问题都十分关注，特别是那些权倾国基的帝王们。事实也确实如此，许多强大的王国，由于历代统治者均为女王，而后来由于没有生下一个继承王位的女孩，以致国家灭亡了。另外更普遍的例子，是有些没有按丈夫的期望生育的妻子平白地被丈夫强迫离婚了。

现在，对不能随心所欲地生男生女所引起的烦恼，几乎和古代一样，也许更甚于古代。这原因在世界上是各有差异，有的是为了职业继承；有的是为胜任工种。在我们中国，虽然新社会男女平等，男女都一样，但也仍然存在如“葱花韭菜，各有所爱”的问题。还有一个共同的原因是人们对科学和医学的进步成果期望特别高，而实际又不能如愿。这事常常给人们带来失望和苦恼。

我们每天翻开报纸便可知现代科技是多么发达！原子能在和平用途下充分应用，人类已登上了月球，分子生物学家正在研究生命中的许多奥秘，从事医学研究的专家在试管中把遗传因子组合，这些事都显示科学技术在不断进步。但是为何“自由选择孩子性别”这个表面看似简单的问题却得不到解决？这是所有的人都想知道的切身问题。

只有在科学和医学相当发达的今天，人类生育的性别选择才成

为可能。本章将向你介绍美国医学博士谢德尔博士发现的、被世界认为当今先进的生男生女术。

在介绍谢德尔生男生女术之前，让我们简单回忆一下以往人类在这方面摸索和探讨的情况。

关于选择男孩的迷信，按照“人体再生学”的荒谬说法，愚昧的人认为人类会在地球上重复地出生好几次，每次出生时就会投胎为女人或男人。如果现在活在世上的男人，他的灵魂没有真正具有男性本质的话，下次出生时就成为女性。假如他的灵魂将要变成男性或女性的灵魂，但男性或女性的灵魂其中之一不足时，就不能自由地选择性别。在这种荒谬理论的蒙蔽下，各种可笑的迷信和巫术出现了。

帛琉群岛上的新娘迷信“穿了男人的衣服做爱就会生男孩”。因此，她就穿上男人的衣服之后再上床。在瑞典境内，为了生男孩，新娘必须在初夜让一位少男上床和自己丈夫过一夜。在法国斯皮萨特山麓的村落中，想生男孩时丈夫必须拿着斧头上床，一面做爱一面对着妻子说：“你一定会生男孩！”如此反复要说好几次。假如已经生了好几个男孩之后，丈夫就不需要带斧头上床了，而此时就对妻子说：“我没带斧头，这次你会生女孩！”在美国宾州的偏远地区，若想生男孩则将丈夫的裤子吊在床铺的右侧，若想生女孩，则吊左侧。

在人体解剖学创立之前，人们错误地认为女人有两个子宫，各个子宫所怀孕的孩子的性别是不同的。公元前五世纪的希腊哲学家巴曼尼狄思说：“男孩是在右侧子宫、女孩是在左侧子宫中养育。”他这种说法在当时影响非常大，被许多夫妻认定。因此，想生女孩时，妻子把左方的腹侧朝下，想生男孩时就右方的腹侧朝下和丈夫做爱。当时的人认为使用这种体位性交，丈夫的精液就会流入适当的那个子宫内。同时代的哲学家亚拿萨哥拉认为：孩子的性别决定于男性的睾丸。他还说男孩是由右侧睾丸出生（以上两种学说的共同点是女左男右）。

“马赛克”式的意见 大约在两千年前，德谟克利图和亚里斯多德分别创造了和性别选择有关的学说。按照他们的说法，是女性和男性同样会射出精液，而且，如果女性的精液发挥优势的力量，

则生的孩子必定是女孩；假如男性的精液胜过女性的精液，则生的孩子必定是男孩。

E·R·道生的说法 第一次世界大战之前，英国皇家医学会特别会员E·R·道生说：“对于出生孩子的性别，有责任的是女人。”他在《人类性别的因果关系》一书上强调说：女人有两个卵巢，“两个卵巢每隔一个月就轮流排卵，生了第一胎之后就能了解排卵周期，配合这种周期做爱是很简单的事。”

我国古代的月份说 在我国古代，也有这种月份的说法，但这种说法与E·R·道生的说法不同。我国古代的月份说是以母亲出生的年度为前提条件的，详见“生男生女受孕月份表”：

生男生女受孕月份表

月份 岁数	正	二	三	四	五	六	七	八	九	十	十一	十二
18	+	+	+	-	-	+	-	-	-	+	+	-
19	-	-	+	-	+	+	+	-	-	-	-	+
20	+	-	-	+	-	-	-	-	+	-	-	-
21	-	-	+	-	+	-	+	-	-	-	-	-
22	+	+	-	-	-	-	-	+	+	-	-	-
23	+	-	+	+	+	+	-	-	+	-	+	-
24	+	+	-	-	-	-	+	-	-	+	-	+
25	-	-	+	-	-	-	+	-	-	-	+	+
26	+	+	-	-	-	+	+	-	-	-	+	-
27	-	-	-	+	+	-	-	-	+	+	-	-
28	-	-	+	-	+	-	-	+	+	-	-	-
29	+	+	-	-	-	-	+	-	-	+	+	+
30	-	-	+	+	-	+	+	-	+	-	-	+
31	+	-	+	-	-	-	+	+	-	-	-	+
32	-	+	+	-	+	+	-	+	-	+	+	-
33	-	-	-	+	-	-	+	-	+	-	-	-
34	+	+	-	+	-	+	+	-	+	+	-	+
35	-	-	-	-	+	-	-	-	-	+	-	+
36	-	+	-	-	+	+	+	-	+	+	+	-
37	+	+	-	+	-	-	+	+	-	-	-	+
38	+	+	-	+	+	-	+	-	+	-	+	-

说明：①此表流行于古代皇宫，未经验证，不可全信。

②此表岁数指周岁；月份指农历。

③表中“+”代表男：“-”代表女。

拉姆士的方法 第二次世界大战之后，英国农夫达鲁在拉姆士农场去借用拉姆士那只在比赛中获奖的公牛和自己的奶牛交配。拉姆士问：“你究竟希望它生公牛或母牛？”达鲁回答说：“我需要牛奶更甚于牛肉，尽量让它生母牛吧！”拉姆士说：“我要告诉你

生母牛的方法。”说着便在未放开那头气势汹汹的公牛之前，先把达鲁家的奶牛的头朝向太阳，因为他认为这样做，可以如愿地获得母牛。达鲁对拉姆士的这种做法露出怀疑的目光，拉姆士生气地说：“你不懂！照我的做准没错。”说着，他把达鲁带到房舍内，拿出一本记录过去30多年间，每一只牛交配情况的簿子给他看，这本子上写明交配日期、方法（母牛头朝太阳）、生小牛的日期及小牛的性别，性别栏中的绝大多数是“母、母、母……”过去32年间，拉姆士用这种方法共获得2516头母牛，而公牛却只有56头。拉姆士解释道：“一般奶牛交配时间极为短暂，通常为30秒钟，而少数奶牛不能始终把头朝着太阳，假如头不朝着太阳，就一定会生公牛。”达鲁问：“这种方法是否适合人体？”拉姆士露出缺损的牙齿笑着说：“我有四个儿子，因为在农场中需要的是男孩，女孩则完全没有必要。”

以上的方法，反映了人类对这个问题认识的经过。直到20世纪，人类才发现了精子中有一组不同状态的性染色体。再发展到1960年，任德兰·B·谢德尔博士终于发现了一项突破性的事实——精子竟有两种不同种类！后来又经多次研究，才更进而得知这两种精子，一是X精子，一是Y精子，X精子具有决定产女婴的X染色体，Y精子具有决定产男婴的Y染色体。X精子头部较大，呈椭圆形，因此较为笨重，行动迟缓，但耐酸力强。Y精子头部较小，呈圆形，尾巴较长，所以比X精子游动得较快，但耐酸力弱，很快便会死亡。弄清楚精子的特性之后，谢德尔博士主张利用两种精子的性质差异，配合排卵日期及自然方法，便有可能使其中一种精子与卵子结合，而达到获得胎儿性别的目的。以下便是他归纳的生男生女的方法。

谢德尔法

• 生女孩的方法

1、在排卵前二至三天就必须中止性交。如此一来，到了排卵日前，Y精子就会全部死亡。

2、性交之前先用醋洗净阴道，让阴道中呈现酸性环境，使Y精子中止行动。多做这一道于身体无害的准备工作，能使生女孩的成功率大为提高。

3、性交时，女方尽量避免达到高潮。因为女性高潮后，碱性分泌物大量涌出，而使Y精子占了优势。

4、性交时，采取男上女下的“正常体位”。

5、男性达到高潮时，不要插入太深，使Y精子滞留于阴道酸液中，而不会太快游入子宫颈部。

6、排卵前二三天，虽然必须中止性交，但在这二三天前，则不必禁欲。

· 生男孩的方法

1、尽量在接近排卵的瞬间性交。因为Y精子游动较快，竞争时较能脱颖而出，迎向卵子。

2、性交之前，先用重碳酸钠洗净阴道，使阴道呈碱性环境，以便于Y精子游动。

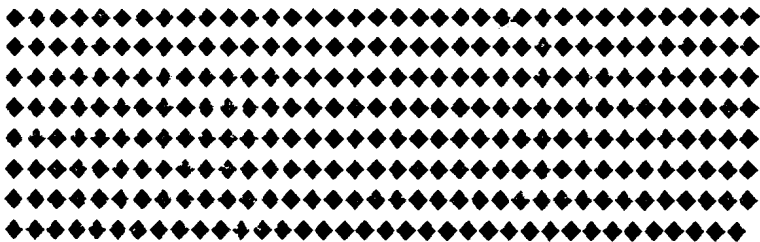
3、性交时，最好能使女方达到高潮。

4、性交时，最好能采取“背后插入式体位”。

5、男性达到高潮时，应尽量深深插入。

6、性交前一段时日的禁欲是必要的，因为这样才能确保Y精子的数量，并且更有利于Y精子的活动。

(本章参考《生男生女有秘诀》——〔美〕谢德尔著、林怀卿译 鹭江出版社1988年12月第一版)



试题预测秘

每个人都会认为对自己是个什么样的人了解得很清楚，因为这种自我估价是从青少年时期便开始建立了的。然而，您对自己的估价果真是准确的吗？会不会有“只缘身在此山中”之嫌呢？那么，我们又怎样才能准确测试自己呢？“象旁人看我们那样认识自己”，这也许是个好办法，但是，我们真能做到象旁人一样冷静、客观地认识自己吗？再说，旁人所看到的您真的能与您的内心形象相符吗？

为解决上述这些问题，本世纪初时，西方心理学家发明了一种自我测试方法，即问卷测试法，用以进行自我鉴定和预测。目前此法在欧美十分流行，我国报刊、杂志也时有介绍、选载，正方兴未艾。为方便读者，现收集辑录于后。

一、你是一个具有创造力的人吗？

- (1) 如果你有机会做一件你从未做过的事，你
a、拒绝； b、犹豫； c、急切地去做。
- (2) 你应邀到某朋友家做客，注意到家俱安置得不很理想，你
a、什么也不说； b、简单说一下你应如何布置； c、提出建议并画出详图。
- (3) 你发现你的意见被很多人接受的情况
a、极少； b、经常； c、有时。
- (4) 当你看到一场构思比赛时，你
a、不感兴趣； b、考虑是否参加； c、积极参加并送上自己作品。
- (5) 当你读到某种作品非常感兴趣，你

a、记忆深刻；b、很快忘记；c、找相同的文章继续阅读。

(6) 你在某一天不得不照料一个孩子，他抱怨不断，你

a、讲故事让他高兴；b、让他不要打搅你，自己去玩；c、提出一些建议让他去玩。

(7) 当你自己做饭时，你

a、愿意临时去做；b、严格按食谱去做；c、按食谱做了几次后愿意尝试自己的办法。

(8) 你是否经常考虑如何改进自己的工作办法？

a、经常；b、偶尔；c、从不。

(9) 如果第8题你的回答是a或b，你

a、从不告诉别人你的想法；b、告诉某些人但不具体；c、写出计划，当条件合适时交给老板。

(10) 当你看了一部不知结果如何就结束了的电影后，你

a、想了解得更清楚；b、非常好奇，并且想象其结果；c、很奇怪，但并不为此伤神。

(11) 当朋友带着问题来找你，你

a、同情地听取；b、想象如自己处于他的处境但不说话；c、提出建设性的建议。

(12) 下面哪条适合你？

a、喜欢宁静而有规律的生活；b、喜欢变化莫测的生活；c、喜欢激动人心的生活。

(13) 当你的生活发生变化时，例如离家，找到新工作，结婚或离婚，你

a、对未来感到担忧；b、在新的环境中看到有益的因素；c、时忧时喜。

(14) 如你继承了父母的房子，你

a、房间布置保持原样；b、改变原样使之适合你喜欢的样式；c、部分改变使你们能怀念双亲。

(15) 你认为两个互相关心的人之间的不适当的性生活是

a、可憎的；b、愉快的；c、可能出于嬉乐。

(16) 你如何选择度过假日或特别庆祝活动形式？

a、去喜欢的餐馆；b、等在家里；c、去新地方旅游。

(17) 你有个实践机会 (如做件衣服等), 但好象什么都不如意, 你

a、放弃; b、固执坚持; c、想个新方法解决问题。

(18) 当你听到一些世界贫穷的消息后, 你

a、无所谓; b、深感不安, 但无能为力; c、做些贡献, 如送些钱作为赈济。

(19) 若你的爱情使你的朋友与同事不满, 你

a、我行我素; b、继续爱情事业但小心隐瞒自己的活动; c、后悔而退缩。

(20) 哪一项是你最害怕的?

a、厌烦无趣; b、孤独; c、前途未卜。

现在检查分数:

(1) a= 0, b= 1, c= 2。

(2) a= 0, b= 1, c= 2。

(3) a= 0, b= 2, c= 1。

(4) a= 0, b= 1, c= 2。

(5) a= 1, b= 0, c= 2。

(6) a= 2, b= 0, c= 1。

(7) a= 2, b= 0, c= 1。

(8) a= 2, b= 1, c= 0。

(9) a= 0, b= 1, c= 2。

(10) a= 0, b= 2, c= 1。

(11) a= 0, b= 1, c= 2。

(12) a= 0, b= 2, c= 1。

(13) a= 0, b= 2, c= 1。

(14) a= 0, b= 2, c= 1。

(15) a= 0, b= 2, c= 1。

(16) a= 1, b= 0, c= 2。

(17) a= 0, b= 1, c= 2。

(18) a= 0, b= 1, c= 2。

(19) a= 2, b= 1, c= 0。

(20) a= 2, b= 1, c= 0。

你的结果会在0~40分之间。10分以下表明低水平创造力；11分~20分为中等水平；21~30分为高水平；31~40分为超高水平的创造力。

二、你能顺利渡过人生转折期吗？

下面40条标准是专门针对华人学生而提出来的。年轻的朋友，如果你正处于人生转折时期（即青春期），不妨根据这些标准进行自我鉴定，以帮助自己顺利渡过去。

- (1) 对家庭、班级和学校的生活感到习惯而不厌烦。
- (2) 能以一定的灵活性适应周围的人际关系。
- (3) 做事情总是有明确目的，在一般情况下能说到做到。
- (4) 当自己的行为遭到反对时能及时地自我调整，不一意孤行。
- (5) 经常留心周围人际环境的变化。
- (6) 有助人为乐精神，肯关心、帮助别人。
- (7) 对周围人们持信任态度。
- (8) 待人热情、友善，而不是冷漠无情。
- (9) 能站在别人的角度体会他们内心感情。
- (10) 讲良心，做错了事感到内疚。
- (11) 能基本正确地评价自己的各种品质。
- (12) 有适度的自尊心。
- (13) 以积极态度看待自己的形象。
- (14) 没有明显的自卑感。
- (15) 有一定的自我控制能力。
- (16) 在多数情况下能独立决定自己的行为。
- (17) 懂得学习的重要性，学习态度端正。
- (18) 对家庭和 school 生活感兴趣，认为自己是幸福的。
- (19) 学习不感到非常困难，经过努力可以达到中等或中等以上水平。
- (20) 在集体生活中，有一定的责任感，愿为集体出力。
- (21) 对学习和课外活动有主动精神。
- (22) 不做多数人反对的事。
- (23) 在集体中有一定的位置，不是被遗忘的人。

- (24) 按时作息，睡眠良好。
- (25) 没有经常头痛现象。
- (26) 从来没有记忆突然减退、学习成绩大幅度下降的现象。
- (27) 能和异性同学正常来往。
- (28) 对自己的性发育情况有正确的了解和评价。
- (29) 对“性”的问题好奇，但不过分关注。
- (30) 没有不良的性行为习惯。
- (31) 没有明显地陷入早恋而不能自拔。
- (32) 在一般情况下，情绪正常、乐观。
- (33) 对困难和挫折有一定的承受能力。
- (34) 能控制自己的愤怒、焦急、忧虑等情绪。
- (35) 有一定的胆量和勇敢精神。
- (36) 在多数情况下表现诚实。
- (37) 对不公正的事情表示气愤。
- (38) 愿意承担自己应承担的义务。
- (39) 对父母有爱和依恋之心。
- (40) 对自己的前途充满希望。

对以上每一题，先对照自己平时的实际表现想一想，能做到或基本做到的，画“√”，记一分；否则画“×”，记零分。总分36分以上者为适应非常好，将能十分顺利渡过转折期。29分~35分为适应良好，基本能够顺利渡过。24~28分为尚能适应；23分以下为不适应；15分以下为严重适应不良。

三、你是一个疑心很重的人吗？

在生活中，人为了保护自己，不能没有戒备之心。但如果一个人疑心太重，那么对人对己都是有害无益的。

你是一个疑心很重的人吗？下面有一组问卷，你不妨对照之进行自我测验。

- (1) 你是否经常觉得别人并不喜欢你？
- (2) 你是否经常认为，你的家人和朋友在你的背后说你的坏话？
- (3) 你是否根据一个自己心目中定下的标准来对别人下评论？
- (4) 你是否认为，大部分已婚夫妇在有可能会又不会被发现的情

况下，都一定会有对伴侣不忠的行为。

(5) 假如有人称赞你，你是否时常怀疑那赞誉并非出自真诚？

(6) 你是否认为，大部分人在无人监督的情况下，工作一定会偷懒？

(7) 假如你一时找不到自己的东西，你第一个反应是否认为一定是别人拿走了？

(8) 如果你需要帮助，你是否会向多方寻求帮助，而并非只相信某个人的意见？

(9) 你是否认为，大部分人之所以循规蹈矩，只是因为惧怕犯错误后被人发觉？

(10) 在需要留自己的地址电话时，你是否犹豫、不安？

对上述问题只需回答“是”与“否”，答“是”的得5分，答“否”的得零分。如果你得了0~10分，说明你对人过于信赖，容易被人钻空子；如果你得15分~40分，你对人怀疑和信任参半，非常正常；如果你所得分数在45分以上，你的疑心便太重，可能对生活造成不良影响，这时，你就应学习如何去信赖别人了。

四、你是位好邻居吗？

下面这个测试是城乡进行了大规模的民意测验后作出的。调查对象都是那些被街坊邻居公认为好邻居的人，请比较一下你和专家们提出的这些问题，看看自己是否能和别人和睦相处（请以“是、否、偶尔”进行回答）。

(1) 向邻居借吃的和用的东西吗？

(2) 邻居的孩子只是单独来看望你吗？

(3) 找机会给邻居们提出忠告吗？

(4) 别人急需时，能帮人一把吗？

(5) 爱谈论别人的家事吗？

(6) 认为自己比别人家强吗？

(7) 邻居中有没有每天可以与之交谈的人？

(8) 和邻居们交换节日物品吗？

(9) 爱管邻居的闲事吗？

(10) 认为邻居的条件都比自己强吗？

- (11) 邻居都是些很有意见的人吗？
- (12) 知道他们的子女平时都在哪里吗？
- (13) 和邻居很熟，即使不用打招呼也可随时登门拜访吗？
- (14) 对新搬来的邻居表示欢迎吗？
- (15) 热心公益事业吗？
- (16) 是否是住区里的某一组织的成员？
- (17) 讨厌动物吗？
- (18) 无论在家里还是在外边，都衣着整齐吗？
- (19) 认为在家里可以想干什么就干什么？

答案：每题答案与下述答案相符者得一分。

- (1) 偶尔； (2) 是； (3) 否； (4) 是； (5) 否； (6) 否；
 (7) 否； (8) 是； (9) 否； (10) 否； (11) 是； (12) 是；
 (13) 否； (14) 是； (15) 是； (16) 是； (17) 否； (18) 是。
 (19) 否。

如果你得16~20分，你是位出色的邻居，对别人的事情很关心，但不咄咄逼人，或蛮不讲理。

如果你得11~15分，你是个大家都喜欢的邻居。但如果你搬走，也不会有多少人想念你。

如果你得6~10分，你是个很一般的邻居。有社会意识，但却有人类本身所特有的弱点。

如果你得1~5分，你最好是想一想你答错的原因，或者干脆去做一个隐士了。

五、你的爱情生活是美满的吗？

下面两组问卷是心理学家根据男人与女人通常最容易出现的错误而设计的。第一组由女方回答；第二组则由男方回答。

A组：

- (1) 喜欢自己做主张而不与对方沟通吗？
- (2) 不作解释就拒绝他的提议和邀请吗？
- (3) 认为没有必要把自己的想法和感受表达出来吗？
- (4) 对方需要足够的鼓励时，你经常不能满足吗？
- (5) 当他为事业或自己兴趣而忙碌时，你会经常伤他的心吗？