

中国民间秘术丛书

生活秘术

梁业荣 黄志杰

王德 尹德贤

编著

广西民族出版社

中国民间秘术丛书

生活秘术

梁业荣 黄志杰 编著
王 德 尹德贤

☆

广西民族出版社出版
广西新华书店经销
广西平南县印刷厂印刷

※

开本：787×1092 1/32 印张：7.5 字数：140千

1990年5月第1版 1990年5月第1次印刷

印数：1—30000册

ISBN 7—5363—Q750—0/Z·35 定价：2.80元

前 言

大千世界，生活丰富多彩。自古至今，在中国广大的民间中，有着许多生活的秘术。我们这本书，就是挖掘珍藏于民间古今罕贵的秘笈真传，在多年实践中加以辛勤整理后而献给广大热爱生活的读者的。

我们经过三年多时间的收集，走过不少地方，采访了民间老中医和富有经验者，还征询了一些学者、教授的意见。我们本着一种良好的愿望，让此书作为中国民间秘术丛书之首册出版问世吧！

本书从养生绝招、性与生育、庭院秘门、科技艺术、医治奇方等六个方面，介绍了近600个民间秘术。这些秘术，既实用又通俗，一册在手，得益良深。

但是，还有一些秘法正因为来自民间，尚未经一一反复实践；还有一些秘法是收集现代的，尚欠“秘”的内涵。这是我们感到不足的地方。

总之，我们愿此书成为一滴滴具有丰富营养的甘露，滋润在民间生活的土地上。

编 者

1990年春

目 录

· 养生绝招 ·

- (1) ● 使容貌嫩如娇花法..... (3)
- (2) ● 国色天香秘法..... (3)
- (3) ● 返老还童法..... (3)
- (4) ● 洗发生香法..... (4)
- (5) ● 治肌肤粗糙法之一..... (4)
- (6) ● 治肌肤粗糙法之二..... (4)
- (7) ● 除皱纹法之一..... (4)
- (8) ● 除皱纹法之二..... (4)
- (9) ● 除皱纹法之三..... (5)
- (10) ● 随意改换美人容貌法..... (5)
- (11) ● 黑脸变白嫩秘法之一..... (5)
- (12) ● 黑脸变白嫩秘法之二..... (5)
- (13) ● 黑脸变白嫩秘法之三..... (6)
- (14) ● 使脸色红润妙法..... (6)
- (15) ● 使皮肤莹洁白泽法..... (6)
- (16) ● 使黑面李逵变成白面书生法..... (7)
- (17) ● 保持面部青春常在法..... (7)
- (18) ● 使皮肤变白法..... (7)
- (19) ● 杨贵妃沐浴秘法..... (8)
- (20) ● 西施沐浴秘术..... (8)

- 不用化妆之美容术..... (8)
- 经络美容法..... (10)
- 百岁老人目光如童法..... (13)
- 美眉奇术..... (14)
- 美容奇术..... (14)
- 美人莹面秘术..... (14)
- 去脸上斑痕秘法..... (14)
- 去除汗斑术..... (15)
- 消除皮肤黑白斑秘法..... (15)
- 消除雀斑妙法之一..... (15)
- 消除雀斑妙法之二..... (15)
- 消除雀斑妙法之三..... (15)
- 粉刺去除法之一..... (16)
- 粉刺去除法之二..... (16)
- 使粗糙手洁白莹润法..... (16)
- 消除黑痣法..... (17)
- 除疮痕法..... (17)
- 消除皮肤伤痕法..... (17)
- 治光头法之一..... (17)
- 治光头法之二..... (18)
- 不用刀线除脸上毫毛秘法..... (18)
- 抗老秘法三种..... (18)
- 黑牙返白秘法..... (19)
- 牙齿变色复白法..... (19)
- 黄牙变白妙法..... (20)
- 使落牙复生秘法之一..... (20)

- (21) ● 使落牙复生秘法之二..... (21)
- (22) ● 使落牙复生秘法之三..... (21)
- (23) ● 口臭生香秘法..... (22)
- (24) ● 使嘴唇润滑秘法..... (22)
- (25) ● 染白发变黑秘法..... (22)
- (26) ● 拔掉白发使它改生黑发..... (22)
- (27) ● 梳头发使其不白法..... (23)
- (28) ● 老年脱发食疗法..... (25)
- (29) ● 治少年白发妙术..... (26)
- (30) ● 煮养生六神粥法..... (26)
- (31) ● 使妇女头发光泽法..... (27)
- (32) ● 治卷发使它伸直法..... (27)
- (33) ● 使赤发变黑法..... (27)
- (34) ● 使秃头生发法..... (27)
- (35) ● 生发秘术..... (27)
- (36) ● 制生发油秘术..... (28)
- (37) ● 拔毛不痛法..... (28)
- (38) ● 梳发不脱法..... (28)
- (39) ● 增高秘术..... (28)
- (40) ● 增肥秘法..... (29)
- (41) ● 压耳穴减肥秘法..... (29)
- (42) ● 产妇增奶十法..... (30)
- (43) ● 食物增强性功能法..... (31)
- (44) ● 母牛唾液治秃头法..... (31)
- (45) ● 健脑法..... (32)
- (46) ● 食物催乳十法..... (33)

(15)	● 丰乳术.....	(34)
(15)	● 女子胸部健美按摩法.....	(35)
(21)	● 隆乳健美术.....	(37)
(23)	● 增强女子性功能食疗法.....	(38)
(25)	● 催眠气功法.....	(39)
(25)	● 房中养生术之一.....	(39)
(25)	● 房中养生术之二.....	(41)
(25)	● 房中养生术之三.....	(42)
(35)	● 补肾强身保健法.....	(44)
(35)	● 阳痿治疗法.....	(44)
(35)	● 早泄治疗法.....	(45)
(72)	● 治头皮发痒法.....	(46)
(72)	● 五官保健法.....	(46)
(72)	● 养目八法.....	(48)
(72)	● 治癌气功法.....	(50)
(82)	● 唾液增生延寿法.....	(51)
(82)	● 四时养生法.....	(53)
(82)	● 饮茶摄生法.....	(56)
(82)	● 聪耳明目保健术.....	(58)
(82)	● 高血压病的自我推拿法.....	(59)
(82)	● 增强记忆保健法.....	(60)
(82)	● 遗精自我推拿法.....	(61)
(82)	● 阳痿自我推拿法.....	(64)
(82)	● 中年性功能障碍的中药补肾法.....	(64)
(82)	● 中年性功能障碍的食疗补养法.....	(65)

- 性与生育 (69)
- 预知胎儿是男是女秘法 (69)
- 生男生女选择控制术 (69)
- 少女月经初来推算法 (70)
- 临产须知各法 (70)
- 预知分娩日期秘法 (71)
- 治难产秘法 (71)
- 难产救治秘法 (71)
- 催生秘法 (73)
- 试探身孕法 (73)
- 治月经与房事相撞秘法 (73)
- 巧治妇女阴部疮痘法 (73)
- 治妇女阴道奇痒法 (74)
- 治血崩不止秘法 (74)
- 治女子不育秘法 (75)
- 胞衣不落治疗法 (75)
- 临产盘骨不开治疗法 (75)
- 胎死腹中治疗法 (75)
- 产后乳汁不通治疗法 (76)
- 打胎秘法 (76)

- 庭院秘门 (79)
- 召集天鹅法 (79)
- 使犬捕鼠法 (79)
- 使猫不捕小鸡法 (79)

- 养狗秘法..... (80)
- 使鸡永远象小鸟法..... (80)
- 预知鸡蛋雌雄法..... (80)
- 用稗子捕鱼法..... (81)
- 用萤火虫捕鱼法..... (81)
- 用春燕捕鱼法..... (81)
- 捕苍蝇秘法..... (81)
- 鹌鹑饲养法..... (82)
- 孔雀饲养法..... (82)
- 鸚鵡饲养法..... (82)
- 养鸡变鸚鵡的妙法..... (83)
- 巧养家鸡变凤凰法..... (83)
- 使鸭蛋变成四方形法..... (83)
- 养鸡及防治鸡瘟秘法..... (84)
- 使鸡速肥妙法..... (84)
- 使鸡常年生蛋妙法..... (85)
- 治鸡瘟妙法..... (85)
- 检验鸡鸭有无瘟病秘法..... (85)
- 喂养斗鸡法..... (85)
- 养马秘法..... (86)
- 治马好伤人法..... (86)
- 制住狂奔之马妙法..... (87)
- 选牛秘法..... (87)
- 治牛不食草法..... (87)
- 治牛瘟秘法..... (87)

- (88) ● 治牛误食害虫腹胀欲死法..... (88)
- (78) ● 治疯牛法..... (88)
- (78) ● 养猪秘术..... (88)
- (78) ● 使猪速肥四法..... (89)
- (89) ● 治猪瘟妙法..... (89)
- (88) ● 选猫养猫术..... (90)
- (88) ● 选猪术..... (90)
- (88) ● 阉猪阉牛不用刀法..... (90)
- (88) ● 驯养警犬法..... (91)
- (88) ● 制止小犬无故狂吠法..... (91)
- (100) ● 养猫相猫各法..... (91)
- (100) ● 治猫病法..... (92)
- (100) ● 治小猫“中邪”法..... (92)
- (101) ● 防毒蛇秘法..... (92)
- (101) ● 使毒蛇不敢近身法..... (93)
- (104) ● 被蛇咬急救法..... (93)
- (105) ● 防蜈蚣秘法..... (93)
- (108) ● 防治臭虫法..... (93)
- (108) ● 驱蚊秘法之一..... (94)
- (100) ● 驱蚊秘法之二..... (94)
- (105) ● 驱跳虱法..... (94)
- (107) ● 驱除苍蝇诸法..... (94)
- (107) ● 驱苍蝇秘法..... (95)
- (108) ● 防蚂蚁诸法..... (95)
- (88) ● 驱其它蛀虫法..... (96)
- (88) ● 令野外青蛙变哑法..... (96)

- (8) ● 养鱼各种妙法…………… (96)
- (88) ● 产虾秘法…………… (97)
- (30) ● 送活鲤鱼行万里法…………… (97)
- (80) ● 饲养金鱼秘法…………… (97)
- (80) ● 筑小池养鱼秘法…………… (98)
- (00) ● 不下水能知水中鱼之多少法…………… (98)
- (00) ● 使乌龟背上生毛法…………… (98)
- (00) ● 种植桃树使它花艳果多法…………… (99)
- (10) ● 清除各种果树害虫法…………… (99)
- (10) ● 播种五谷使它不生虫法…………… (99)
- (10) ● 使茄瓜一株多结果法…………… (100)
- (20) ● 种小葫芦法…………… (100)
- (20) ● 播种顷刻生芽法…………… (100)
- (10) ● 使米及麦子久藏不蛀虫法…………… (101)
- (20) ● 久藏各种果不坏的秘法…………… (101)
- (30) ● 折花插瓶法…………… (104)
- (20) ● 催花早开花…………… (105)
- (70) ● 使花缓开花…………… (106)
- (40) ● 使牡丹变色法…………… (106)
- (20) ● 使牡丹大如碗法…………… (106)
- (40) ● 使兰花四季开花法…………… (107)
- (40) ● 使芙蓉开碧绿花法…………… (107)
- (20) ● 使白菊花开紫花法…………… (107)
- (70) ● 使一棵菊花开两色法…………… (108)
- (80) ● 使红花变白法…………… (108)
- (80) ● 使牵牛花不分昼夜随时开放法…………… (108)

- 栽种灵芝法 (108)
- 嫁接葡萄于枣树法 (109)
- 使果实多而味美法 (109)
- 使橘结实累累法 (109)
- 摘橄榄不用上树法 (110)
- 摘银杏不用手取法 (110)
- 使枣子自行脱落法 (110)
- 使枯死的盆景树复活法 (110)
- 使菊花至春夏不凋谢法 (111)
- 防止竹子开花法 (111)
- 引笋过界法 (111)
- 种鲜红葫芦法 (112)
- 顷刻开放莲花法 (112)
- 使僵鲤复活法 (112)
- 顷刻种瓜法 (113)

· 科技艺术 ·

- 金戒指真伪辨别法 (117)
- 鉴定白银真假秘法 (117)
- 洗擦珍珠法 (118)
- 消除珍珠的尸气使其转新法 (118)
- 使旧珍珠变新法 (118)
- 使假珠变真珠法 (119)
- 使玉石柔软以利制作法 (119)

- (80) ● 胶补碎损晶玉法 (119)
- (80) ● 使象牙柔软法 (120)
- (80) ● 煮石使其柔软以随便制作器物法 (120)
- (80) ● 制石漆胶法 (120)
- (0) ● 制人造冰法 (120)
- (0) ● 鉴别古铜真伪法 (121)
- (0) ● 鉴别人造丝法 (121)
- (0) ● 鉴别水晶器秘法 (122)
- (0) ● 鉴别酒类优劣秘法 (122)
- (1) ● 鉴别化妆白粉优劣法 (122)
- (1) ● 鉴别木料本末法 (122)
- (1) ● 鉴别水是否有毒有杂质秘法 (123)
- (1) ● 鉴别酱油优劣法 (123)
- (1) ● 鉴别鸡鸭蛋是否新鲜法 (123)
- (1) ● 鉴别牛乳是否新鲜法 (124)
- (1) ● 识别蜜蜂掺假法 (124)
- (1) ● 鉴别桐油优劣法 (124)
- (1) ● 使青铜镜中显百相法 (125)
- (1) ● 针浮水面法 (125)
- (1) ● 吹火不灭法 (125)
- (1) ● 用丝线灰烬悬钱法 (126)
- (1) ● 使纸鱼游水法 (126)
- (1) ● 空掌招蝶法 (126)
- (1) ● 使群鼠会集法 (127)
- (1) ● 令鱼子三日变成大鱼法 (127)
- (1) ● 沸油取物法 (128)

- (38) ● 火炬雨中不灭法 (128)
- (38) ● 水银落地觅取法 (129)
- (38) ● 黑夜无灯读书法 (129)
- (38) ● 使一寸蜡烛燃烧一夜法 (129)
- (38) ● 一寸火炬能步行五六十里法 (129)
- (38) ● 烛行雨中不灭法 (130)
- (38) ● 龙王嫁女水面点灯法 (130)
- (38) ● 令空室顿时缀满红葡萄法 (130)
- (38) ● 改头换面法 (131)
- (38) ● 用手帕盛酒秘法 (131)
- (38) ● 使画中人物见酒脸红法 (131)
- (38) ● 斟酒不溢秘法 (132)
- (38) ● 检测矿井有无毒气秘法 (132)
- (38) ● 使灯烟化蛇影法 (132)
- (38) ● 使木狗自行法 (133)
- (38) ● 快速除新锅铁锈气味法 (133)
- (38) ● 清除旧锅上的铁锈秘法 (133)
- (38) ● 补锅漏法 (134)
- (38) ● 磨刀不用石法 (134)
- (38) ● 使旧刀锐利法 (134)
- (38) ● 使刀剑不锈法 (135)
- (38) ● 藏针不锈法 (135)
- (38) ● 清洗旧玳瑁使它变新法 (135)
- (38) ● 用天然火石切划玻璃法 (135)
- (38) ● 在玻璃上涂水银法 (135)
- (38) ● 消除明漆器具被热物烫黄法 (136)

- 清洗皮革制品上的污垢法 (136)
- 防止竹制器具虫蛀法 (136)
- 鉴别金刚钻法 (136)
- 鉴别祖母绿宝石法 (137)
- 鉴别各种宝石法 (137)
- 鉴别玛瑙法 (137)
- 鉴别石头中是否蕴藏美玉法 (138)
- 鉴别真假象牙法 (138)
- 鉴别金银铜等秘法 (138)
- 制造薄荷精秘法 (139)
- 制造润肤洗浴粉秘法 (139)
- 随时造酒法 (139)
- 制造胭脂膏法 (139)
- 巧除铝锈术 (140)
- 衬衣领保洁术 (140)
- 电烫斗去污妙法 (140)
- 巧收藏皮鞋法 (141)
- 清除衣服上的脓血法 (141)
- 清洗沾衣血迹法 (141)
- 清洗沾衣墨汁法 (141)
- 清除衣服上久积的污垢法 (141)
- 翻新旧羊皮洗涤法 (142)
- 把红米煮成白饭法 (142)
- 煮莲子易烂法 (142)
- 自制茉莉酒法 (143)
- 清除各种白酒的酸味法 (143)

- 清除锅中臭味法 (143)
- 清除菜刀上的腥气法 (143)
- 清除新漆家具的漆气法 (144)
- 清除木器上的油渍法 (144)
- 治井水混浊法 (144)
- 堆砌假山时接补破碎之石法 (144)
- 消除烟油等污染衣物法 (145)
- 清除黄泥等污染衣服法 (145)
- 清除金银首饰污垢法 (145)
- 清除衣服铁锈法 (146)
- 清除白衬衣汗迹法 (146)
- 清除衣料上灼痕法 (146)
- 洗白色衣服良法 (147)
- 使布帛上的花纹脱落法 (147)
- 皮鞋的修整及保护法 (147)
- 使五彩绣球飞扬法 (147)
- 雕刻五金器法 (148)
- 使各种兽角软化以便于制作法 (149)
- 在鸡蛋上雕刻山水人物字画法 (150)
- 在竹子上制作斑纹以仿斑竹法 (150)
- 在竹制品上烧字画秘法 (150)
- 揭开装裱书画不用水秘法 (150)
- 在象牙制品或贝类制品上绘画法 (151)
- 使红铜变为白铜秘法 (151)
- 在瓷器上书字画永不脱落法 (151)

- (8) ● 使铜器玉器柔软法 (151)
- (8) ● 使杂木桌椅变成花梨木法 (152)
- (4) ● 使瓷器耐用不破裂法 (152)
- (4) ● 修补缸坛瓦器妙法 (152)
- (4) ● 使字画永远铭刻木中法 (153)
- (4) ● 把紫铜制成古铜器法 (153)
- (2) ● 使竹柔软易作细工法 (153)
- (2) ● 染角类制造器物法 (154)
- (2) ● 洗涤饰金器物上的晦暗色法 (154)
- (2) ● 接补瓷器漆器不现痕迹法 (154)
- (2) ● 巧补搪瓷术 (154)
- (2) ● 使字迹闪光秘法 (155)
- (2) ● 改换门面秘法 (155)
- (7) ● 简便复印术 (155)
- (7) ● 涂去字迹法 (156)
- (7) ● 洗去纸上黑字秘法 (156)
- (7) ● 洗去黑字而红印不损法 (156)
- (8) ● 油纸及绢帛上写字秘法 (157)
- (8) ● 碑石写字不脱落秘法 (157)
- (8) ● 巧制无烟松柴秘法 (157)
- (8) ● 补漏器皿秘法 (158)
- (8) ● (158)
- **医治奇方** (161)
- (16) ● 蛇钻入人体急救法 (161)
- (16) ● 起死回生秘法 (161)