

人的秘密

● 韩振峰 编

● 黑龙江科学技术出版社



人的秘密

韩振峰 编著

黑龙江科学技术出版社出版

(哈尔滨市南岗区建设街38号)

沈阳市第二印刷厂印刷 辽宁省新华书店发行

787×1092毫米32开本 6.875印张 130千字

1989年4月第1版·1989年4月第1次印刷

印数: 1—20000册 定价: 2.75元

ISBN 7-5388-0699-4/G·156

前 言

人们在认识和改造客观世界的同时，也对人类自身进行着研究和探讨。但是，无论从历史还是从现实情况来看，人们对自身的认识程度远远不如对客观世界认识得深刻而具体。在当前改革开放的新形势下，对人本身继续进行深入细致的研究，是摆在我们每一个自然科学和人文科学工作者面前的艰巨任务。然而，人是一个多方面的统一体，要想对人的基本理论和基本问题进行深入探讨，必须首先了解有关人的一般知识和现代科研成果。正是出于这种考虑，我们才编写了这本《人的秘密》。

《人的秘密》一书，运用现代科学知识，对人的生理、心理等诸方面进行了多角度、多层次的介绍。全书共分总体、生理、心理、智力、性格、情绪、记忆、血型、睡眠、体态、体质、五官、健康、寿命、男女、生育等16大类，共200多题。从某种意义上说，可谓一本“人学小百科”。通览全书，可以帮助读者对人体有个基本的了解和认识。

当然，由于我们水平不高，加之掌握的资料有限，因此，书中错误和不妥之处定会在所难免，恳请广大读者批评指正。

编 者

1989年1月

目 录

总 体 篇

1. 人种的差异..... (3)
2. 人的四个年龄..... (3)
3. 人生“七期”..... (4)
4. 人生的“危险期”..... (5)
5. 各类人的特征..... (6)
6. 人生之最..... (6)
7. 人是动物吗..... (7)
8. 人体趣闻..... (8)

生 理 篇

9. 为什么世界上没有完全一样的人..... (13)
10. 人脑也有年轮..... (13)
11. 奇趣深远的大脑研究..... (14)
12. 人体的夜间变化..... (14)
13. 人体疼痛的奥秘..... (15)
14. 揭开“人体生物电”的奥秘..... (16)

15. 我国人体脏器的生理常数	(17)
16. 人体中的神经	(18)
17. 人体中的血管	(19)
18. 人体的细胞	(19)
19. 人体是怎样造血的	(20)
20. 为什么心脏能有节奏地跳动	(21)
21. 你了解自己的脉搏吗	(21)
22. 人为何喜甜恶苦?	(23)
23. 吃酸东西为什么会“倒牙”	(23)
24. 人为什么会感到疲倦	(24)
25. 人的食欲是怎样产生的	(24)
26. 人怎样辨别声音方向的	(25)
27. 人的第六感觉	(26)
28. 人的力气从何而来	(27)
29. 气功师为何力大惊人	(28)
30. 人能被吓死吗	(28)
31. 人“死”时的感觉	(29)
32. 推迟死亡之谜	(30)
33. 返老还童的“T细胞”	(30)
34. 情况紧急“神力”出	(31)
35. 你知道自己的生物节律吗	(32)
36. 人体生物钟在一天中的表现	(33)

心 理 篇

37. 一心能二用吗	(37)
38. 怎样才能引起别人的注意	(37)

39. 人为什么会入迷·····	(39)
40. 为什么等人时会感到心焦·····	(39)
41. 人为什么会产生厌烦感·····	(40)
42. 人为什么会随大流·····	(41)
43. 人可以使自己的心跳慢下来吗·····	(42)
44. 为何人的脾气不一样·····	(43)
45. 意念自杀是怎么回事·····	(43)
46. 自我暗示的作用·····	(44)

智 力 篇

47. 智力是什么·····	(49)
48. 智慧之谜尚待揭开·····	(49)
49. 智力与遗传有关吗·····	(50)
50. 人的出身序列与智力·····	(51)
51. 头发与智力的关系·····	(51)
52. 影响智力发展的因素·····	(52)
53. 脑量与智慧·····	(52)
54. 人的智力哪个季节最佳·····	(53)
55. 哪一天思考问题效率最高·····	(53)
56. 大脑功能在一天中的差异·····	(54)
57. 人为何能急中生智·····	(54)
58. 思想有多快·····	(55)
59. 智力与近视·····	(55)
60. 怎样取得脑力劳动的最佳效益·····	(56)
61. 智能的类型·····	(57)
62. 人类的智能究竟有多大潜力·····	(58)

63. 何谓人的智商.....	(59)
64. 颜色与智商.....	(60)
65. 智商高低的四种表现.....	(61)
66. 如何衡量你的创造力.....	(61)

性 格 篇

67. 人的性格都有哪些类型.....	(65)
68. 人的性格由什么决定.....	(66)
69. 两种性格的人.....	(67)
70. 人的气质与性格有什么关系.....	(68)
71. 性格内向青年的思想特点.....	(68)
72. 反映在表情上的性格.....	(69)
73. 性格与说话速度.....	(71)
74. 排行与性格.....	(71)
75. 手掌、指甲与人的性格.....	(72)
76. 食物与性格.....	(73)
77. 口味与性格.....	(74)
78. 吃相与性格.....	(75)
79. 头发与人的性格.....	(76)
80. 口头语与性格.....	(76)
81. 笔迹与性格.....	(77)
82. 衣着与性格.....	(79)
83. 握手方式与性格.....	(80)
84. 从购物看个性.....	(80)
85. 性格与疾病.....	(82)
86. B型性格易患癌症.....	(83)

情 绪 篇

- 87. 喜怒哀乐与身体健康..... (87)
- 88. 什么是情绪感染..... (88)
- 89. 情绪与食物息息相关..... (88)
- 90. 阴天与人的情绪..... (89)
- 91. 音乐快感的秘密..... (90)
- 92. 人怎样进行情感交流..... (90)
- 93. 人为什么会发笑..... (91)
- 94. 笑的作用..... (92)
- 95. 人为什么会哭..... (93)
- 96. 让花卉调节你的情绪..... (94)

记 忆 篇

- 97. 记忆力是精神还是物质..... (99)
- 98. 人为什么会有记忆..... (99)
- 99. 人的记忆品质..... (100)
- 100. 记忆力中的精神因素..... (101)
- 101. 人人都可以过目不忘..... (102)
- 102. 睡眠与记忆力..... (103)
- 103. 记忆力与食物..... (104)
- 104. 记忆也可以移植吗..... (105)
- 105. 人的记忆能保持多久..... (105)
- 106. 人的记忆保持率..... (106)

血 型 篇

- 107. 人类最多和最少的血型…………… (109)
- 108. 血型不同的人为什么不能互相输血…………… (109)
- 109. 子女与父母的血型必定相同吗…………… (110)
- 110. 面部特征与血型…………… (110)
- 111. 血型与性格…………… (111)
- 112. 交通事故与血型…………… (111)
- 113. 血型与夫妻关系…………… (112)
- 114. 血型与同事关系…………… (113)
- 115. 血型与教子方法…………… (114)
- 116. 古今强人多是O型血…………… (115)

睡 眠 篇

- 117. 人为什么要睡眠…………… (119)
- 118. 睡觉和磁场…………… (120)
- 119. 睡眠姿势与健康…………… (120)
- 120. 睡眠的时间安排…………… (121)
- 121. 睡眠与做梦…………… (122)
- 122. 形形色色的梦…………… (124)
- 123. 盲人的梦什么样…………… (125)
- 124. 做梦会影响大脑休息吗…………… (126)
- 125. 梦可以预示疾病吗…………… (127)
- 126. 名人与睡眠…………… (128)

体 态 篇

- 127. 皮肤上的数字..... (133)
- 128. 人的肤色为什么不同..... (133)
- 129. 相貌是先天还是后天形成的..... (134)
- 130. 人的表情最丰富..... (135)
- 131. 人的手臂最灵巧..... (136)
- 132. 人体哪些部位容易发胖..... (137)
- 133. 体型与气质..... (137)
- 134. 奇妙的体表左右对称..... (138)
- 135. 走路姿势与身体发育..... (139)
- 136. 最大和最小的肌肉..... (139)
- 137. 人的头发类型..... (140)
- 138. 人的头发为何有直有曲..... (141)
- 139. 脚掌拾趣..... (142)
- 140. 地球人正在变高..... (142)
- 141. 人究竟能长多高..... (142)
- 142. 身体越高越好吗..... (143)
- 143. 一百年后人类的外型..... (143)
- 144. 为什么有的人有尾巴..... (145)

体 质 篇

- 145. 人体元素知多少..... (149)
- 146. 人一生中新陈代谢的量有多少..... (149)
- 147. 人需要多少能量..... (149)

148. 人体胖瘦的原因·····	(150)
149. 人的正常体温是多少·····	(151)
150. 出汗的多与少·····	(152)
151. 出汗与耐热能力·····	(153)
152. 人对寒热饥渴的耐力·····	(153)

五 官 篇

153. 五官感觉与内脏功能·····	(157)
154. 人的视觉·····	(157)
155. 人为什么能感受颜色·····	(158)
156. 眼睛为什么能传神·····	(159)
157. 为何左耳胜右耳·····	(160)
158. 不同年龄不同性别嗅觉的差异·····	(160)
159. 人的喉头为什么会发出声音·····	(160)
160. 相貌中也有科学·····	(161)

健 康 篇

161. 人体疾病与时间节律·····	(165)
162. 人格特征与疾病·····	(165)
163. 人体内的“定时炸弹”·····	(167)
164. 性格坚强有益于健康·····	(168)
165. 姿势与健康·····	(168)
166. 五味与健康·····	(169)
167. 孩子的胖瘦与健康·····	(170)
168. 情绪与心脏病·····	(170)

- 169. 性格开朗不易得胃癌..... (171)
- 170. 生物节律性与治癌最佳时间..... (171)
- 171. 由鼻子看健康..... (172)
- 172. 怎样知道自己缺哪种维生素..... (172)

寿 命 篇

- 173. 人的寿命与出生季节..... (177)
- 174. 哪些人能长寿..... (178)
- 175. 寿命遗传三规律..... (178)
- 176. 长寿老人的福相..... (179)
- 177. 人的高矮胖瘦与寿命..... (180)
- 178. 心跳快慢与寿命..... (181)
- 179. 体温与寿命..... (181)
- 180. 人的腰围与寿命..... (182)
- 181. 睡眠与寿命..... (183)
- 182. 夫妻恩爱有利于长寿..... (183)

男 女 篇

- 183. 男女性征的差异..... (187)
- 184. 男女的生理差异..... (188)
- 185. 生活中的男女之别..... (189)
- 186. 男女性欲的差异..... (189)
- 187. 女人的梦与男人的梦..... (190)
- 188. 女性的韧性强于男性..... (190)
- 189. 男女智力各有千秋..... (191)

- 190. 女性比男性抗病力强..... (192)
- 191. 女性的鼻子比男性灵..... (192)
- 192. 为什么女性比男性长寿..... (192)
- 193. 为什么有些男女会一见钟情..... (194)
- 194. 女人眉毛的秘密..... (195)

生 育 篇

- 195. 生男生女决定于谁..... (199)
- 196. 揭开生男生女之谜..... (199)
- 197. 生孩子的最佳年龄..... (200)
- 198. 怀孕的最佳时间..... (201)
- 199. 人体生物钟与优生..... (201)
- 200. 孕妇情绪与优生..... (203)
- 201. 夫妻血型相克与生育..... (203)
- 202. 天才的后代未必聪明..... (204)

总 体 篇

1. 人种的差异

地球上有白色、黑色、黄色、棕色各种不同肤色的人。人种除肤色不同外，还有头发质地、形状和颜色的不同，头型和脸型的区别，眼睛颜色的差异；鼻子的高低，嘴唇的厚薄，身材的高矮等等。

人种的差异是人类适应不同生活环境、不断产生基因变异遗传的结果。例如肤色的深浅，就是人类适应不同气候条件长期形成的。越靠近赤道，人的肤色越深；反之，肤色就越浅。这是因为人的皮肤表皮细胞里有一种称为“黑色素”的棕色颗粒，黑色素在太阳光紫外线照射下会急剧增加，遂使人皮肤变黑。

眼睛色素的深浅也与地理的纬度有关。黑人眼色深，白人眼色浅。眼睛色素越浅，对处于光谱红端的颜色越敏感。因此在淡红色光的照明下，北欧人要比非洲黑人的视力好。

不同人种鼻子的大小、高矮，也与地理环境有关。鼻子的功能是预先加湿和湿润即将进入肺部的空气。因此，生长在寒冷干燥地区的人，要比暑热潮湿地区的人的鼻子高大。

人的身材高矮也是长期适应气候的结果。身材矮小体重较轻的人，相对来说身体的表面积小，可以减少身体热量的散失。大多数非洲人比北欧人长得修长，北极附近的人则往往长得短臂短腿。

2. 人的四个年龄

根据现代国外生理、心理学的研究结果，人类可以说有

四种年龄。即：出生年龄、生理年龄、心理年龄和社会年龄。出生年龄是不可改变的；生理年龄、心理年龄和社会年龄是可以通过身心的锻炼、个人的努力加以改变的，而且可弥补出生年龄之不足。有些人虽然出生年龄大，但身体却健康。就是说，他的生理年龄还比较年轻，心理上自我感觉不老，能对社会做出与他出生年龄不相应的贡献，从而看起来比他的出生年龄年轻；相反，有的人出生年龄并不太，却在身体和心理上显得很衰老，对社会贡献也较少。之所以有这两种不同的情况，就是生理、心理、社会三种年龄反作用于出生年龄的结果。

3. 人生“七期”

根据人的生理特点，我们可以把人的一生分为七个时期。

第一期叫胚胎期。从母卵与精子相遇，即受精以后至第三个月。在这个时期末，人的雏形已经完成。

第二期叫胎儿期。自第三个月起至婴儿脱离母体这个阶段，大约六、七个月时间。

第三期叫婴儿期，即由婴儿呱呱落地到两周岁，即乳齿长出之时。

第四期即幼儿期。由三岁起到十三四岁。在这一时期，幼儿体重年年有所增加，每年约增加9%。

第五期即青春期。在这一时期，女性月经来临，骨盆长大，乳峰突起，阴毛出现，男子开始长胡须，声调由尖脆变重粗。

第六期即中年期。由25岁开始，女性到50岁，男性到60