

OK人生

成功学专家推荐

HUANGJINFENGEDIAN:

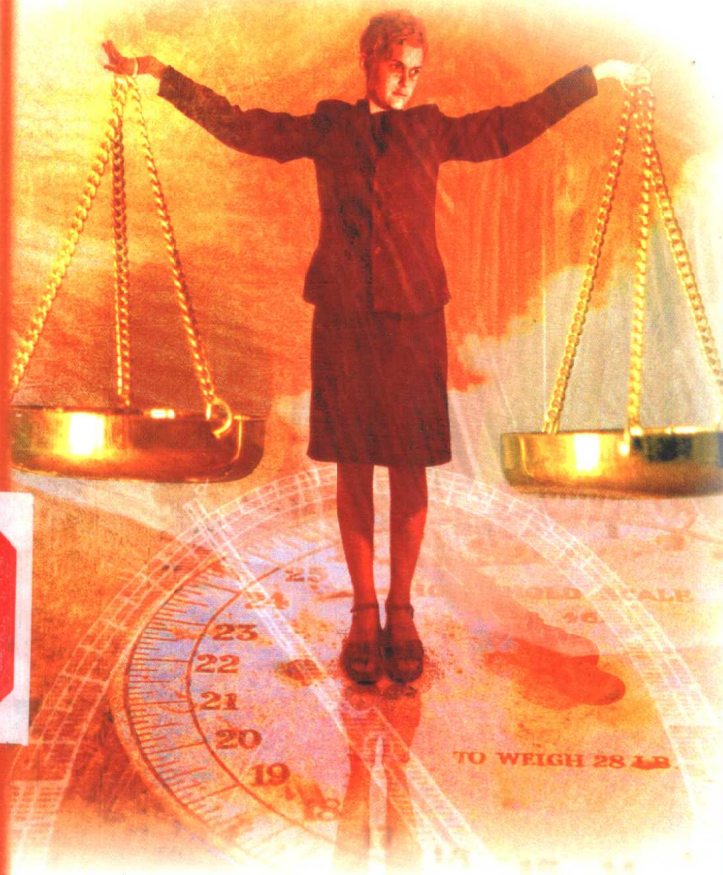
ZHUAZHU

RENSHENG DE SHIJI

黄金分割点:

李楠 / 主编

抓住人生的时机



内蒙古科学技术出版社

OK人生 李楠 / 主编

黄金分割点： 抓住人生的时机

内蒙古科学技术出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

黄金分割点: 抓住人生的时机/李楠主编. - 赤峰:
内蒙古科学技术出版社, 2003.1

(OK 人生丛书)

ISBN 7-5380-1053-X

I. 黄… II. 李… III. 时间-管理-基本知识
IV. C935

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2002) 第 103023 号

出版发行/内蒙古科学技术出版社

地 址/赤峰市红山区哈达街南一段 4 号

电 话/(0476) 8224848 8231924

邮 编/024000

责任编辑/巴 图

印 刷/北京市朝阳印刷厂印刷

经 销/全国各地新华书店

开 本/850×1168 1/32

印 张/8.125

字 数/162.6 千

印 数/1—1 0000 册

版 次/2003 年 1 月第 1 版

印 次/2003 年 1 月第 1 次印刷

定 价/16.80 元

机不可失，
时不再来。

——题记



前

言

黄金分割源于古希腊的应用数学。在一个单位长的线段上，处在 0.618 的位置的点，就是此线段的黄金分割点。这个形式美的法则被古希腊著名哲学家帕拉图命名为“黄金分割律”。

黄金分割律是无所不在的金科玉律：在艺术家眼里，它是一条“美”的定律；在战略家眼里，它是攻防兼备的一把利刃；在科学家眼里，它是各种方案的最佳优选；在你的眼里，它应是生活状态或模式的最佳选择。

西方的逻辑、推演和精确，与东方的直觉、感悟和浑沌，形成了东西方智慧的结合部，并由此生成了黄金偏正胜律，从而揭示了黄金分割律这一普及天下而又深藏不露的神秘法则。

黄金分割点是时间管理中的最优法



则。

在众多的时间管理的方法中，无不存在黄金分割律的影子。黄金分割律是管理时间的最优法则，是最有效的运用方法。

中国有句谚语说：一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴。在现代这个日益发达的经济社会里，“时间就是金钱”再也不是一句空话。

时间是组成生命的有机材料。没有时间，生命就无法衡量，一切历史就失去了意义，一切生命就失去了风采。时间就是生命不是空头的理论。

运用黄金分割律，你可以发现运用时间的七大秘诀和五种方法。从而使你的时间更充裕、工作更有效、成就更卓越。

黄金分割点还是捕捉机遇的最佳时机。

机遇可以让你一步登天、飞黄腾达，机遇可以让你事半功倍，机遇可以让你减少奋斗的时间。机遇的诱惑让你欲罢不能，让你苦苦寻觅。

机遇来无影去无踪，机遇神龙见首不见尾。捕捉机遇，需要眼疾手快，需要耐心等待，需要主动出击。黄金分割律的完美法则可以帮助你选择捕捉机遇的最佳时机。

莎士比亚说：“聪明的人善于抓住机遇，更聪明的人善于创造机遇。”运用黄金分割律你会更容易寻找到机遇的世界，抓住机遇的尾巴，更快地登上成功之巅。

机不可失，时不再来。抓紧时间，抓住机遇，黄金分割律是你最佳的选择。



第一章 无所不在的金科玉律

在艺术家眼里，它是一条“美”的定律；
在战略家眼里，它是攻防兼备的一把利刃；
在科学家眼里，它是各种方案的最佳优选；
在你的眼里，它应是生活状态或模式的最佳选择。

- 一、数学中的黄金分割律…………… (1)
- 二、艺术中的黄金分割律…………… (3)
- 三、战争中的黄金分割律…………… (5)
- 四、生活中的黄金分割律…………… (9)
- 五、黄金律 = 偏正律…………… (11)

第二章 黄金分割点：时间管理中的最优法则

如果把人生百年看作是一条直线的话，
30 岁左右正是人生的黄金时期，所以有“三十而立”的说法。

如果把一天 24 小时看作是一条直线的话，9 点左右是一天的黄金时刻，这是人们头

脑最清醒、精力最旺盛的时刻。

- 一、时间的价值..... (19)
- 二、时间就是生命..... (27)
- 三、时间管理的最优法则..... (32)

第三章 运用时间的七大秘诀

时间是可以支配的，时间是需要管理的，关键是你掌握它的特点，摸准它的脾性，掐住它的脉门，掌握运用它的七大秘诀。

- 一、惜时如金..... (42)
- 二、制订计划..... (49)
- 三、高效工作..... (63)
- 四、有效说“不”..... (72)
- 五、拒绝拖延..... (78)
- 六、一心多用..... (88)
- 七、排除干扰..... (93)

第四章 高效节省时间的五种方法

鲁迅说过这样一句话：时间就像海绵里的水，只要挤，总是有的。

如果你老是感到时间不够用，老是抽不出时间去喝一杯咖啡，老是没有时间赴一次约会，老是腾不出时间和家人在一起吃一顿饭，那么，不妨试试以下的方法。

- 一、24小时就位心态..... (99)
- 二、防止浪费..... (109)
- 三、让时间增值..... (125)
- 四、省时“百宝箱”..... (130)
- 五、善用零碎时间..... (136)

第五章 黄金分割点：捕捉机遇的最佳时机

机遇来无影去无踪，机遇神龙见首不见尾。捕捉机遇，

需要眼疾手快,需要耐心等待,需要主动出击。黄金分割律的完美法则可以帮助你选择捕捉机遇的最佳时机。

莎士比亚说:“聪明的人善于抓住机遇,更聪明的人善于创造机遇。”

- 一、掀开机遇的面纱…………… (147)
- 二、人气与运气…………… (165)
- 三、机遇的诱惑…………… (173)

第六章 寻找机遇的世界

机遇对于每个人都是平等的。

生活中时时有机遇,处处有机遇。但机遇只偏爱有准备的人,有心人方能发现它。

- 一、成功机遇资本…………… (179)
- 二、机遇在哪里…………… (187)
- 三、机遇只敲一次门…………… (203)
- 四、意想不到的资源…………… (207)
- 五、避开机遇的误区…………… (211)

第七章 抓住机遇的尾巴

无论是你等来了机遇,还是你发现了机遇,抑或是创造了机遇,最关键的一点是你能抓住它。该出手时就出手,万万不可错失良机。伸出手来,牢牢抓住机遇的尾巴。

- 一、打开机遇之门…………… (221)
- 二、抓住万分之一的机遇…………… (226)
- 三、积极准备,适时出手…………… (230)
- 四、冒险得来机遇…………… (235)
- 五、机遇就是行动…………… (243)

第一章 无所不在的金科玉律

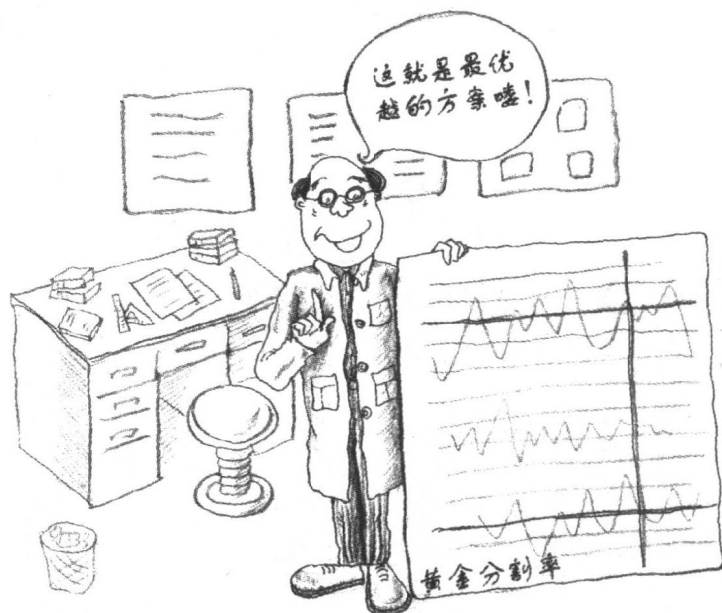
在艺术家眼里,它是一条“美”的定律;
在战略家眼里,它是攻防兼备的一把利刃;
在科学家眼里,它是各种方案的最佳优选;
在你的眼里,它应是生活状态或模式的最佳选择。



一、数学中的黄金分割律

黄金分割源于古希腊的应用数学。在1个单位长的线段上,处在0.618的位置的点,就是此线段的黄金分割点。这个形式美的法则被古希腊著名哲学家帕拉图命名为“黄金分割律”。

所谓黄金分割律,即大小(长宽)的比例相当于大小二者之和与大者之间的比例。列为公式是 $a:b = (a+b):a$ 。也就是说,宽与长的边长比例为0.618:1或5:8。“黄金分割”源于古希腊的“应用数学”。意思是说:在1个单位长的线段上,处在0.618位置



科学家眼里的黄金分割律

的点，是此线段的黄金分割点。

公元前6世纪，古希腊的哲学家、数学家毕达哥拉斯曾让人们按照自己认为最美的比例，将一根木棍分成两截。结果发现，人们都是把截点选在一半过一点的地方，这个比例用数字来表示，就是0.618。这个形式美的法则被古希腊著名哲学家帕拉图称为“黄金分割律”，即“黄金律”。

“一切都是数”。古智者毕达哥拉斯沿着这条思想之路，与一组神秘的数字不期而遇：0.618。结果，他发现了黄金分割律：

$$(\sqrt{5}-1)/2 \approx 0.618$$

毕达哥拉斯的著名格言是：“一切都是数”，即一切现存的事物最后都可以归结为数的关系。尽管毕达哥拉斯学说把理性主义和

非理性主义的东西混合在一起,但仍然深刻地影响了希腊古典哲学和中世纪欧洲思想的发展。哥白尼就承认毕达哥拉斯的天文概念是他的假说的先驱,伽利略也被认为是毕达哥拉斯主义者。用黄金分割证明世界的和谐关系,只是毕达哥拉斯思想的一种具体运用。

二、艺术中的黄金分割律

黄金分割律自发现伊始,一直被造型艺术家们奉为美学的金科玉律。艺术史令人信服地证明这点,不管是信手拈来,还是刻意为之,几乎所有被人们称为杰作的艺术品,都在其最基本的美学特征方面近似或符合这一公式。

自从黄金分割律被发现以后,2500年间,这个公式一直被造型艺术家们奉为美学的金科玉律,艺术史令人信服地证明,不管是信手拈来还是刻意为之,几乎所有被人们称为杰作的艺术品,都在其最基本的美学特征方面近似或符合这一公式。人们曾长时间惊讶于古希腊巴特农神庙的美轮美奂,几疑为神迹。经过测算,才发现它的垂直线和水平线之间的关系,竟完全符合 $1:0.618$ 的比例。当代建筑学大师柯布西埃在他的《走向新建筑》一书中,也是根据黄金分割律创立了他最重要的“设计基本尺度”理论,而这一理论对全世界的建筑师和建筑物都产生了深广的影响。

从古希腊那时起,黄金律已备受瞩目。如雅典的巴特农神殿,其巍然屹立的大理石走廊,就是依黄金律构筑,使之上下比例适度,庄重美观。古埃及修建的胡夫大金字塔,其高度和底边长度,

也符合这个比例。在现代社会里,0.618 这个比值更是被人们普遍接受,进一步运用到美学、声学及日常生活的各个领域。例如主持人站在舞台长度的 0.618 位置报幕,会更具风采,不会显得呆板。

学者们从人体美的角度探讨黄金律时发现,尽管世界各民族人的形体差异极大,但美的体形都接近于黄金律的比值。被誉为世界艺术珍品的古希腊雕塑断臂女神维纳斯,整个形体以肚脐为界,上下高度比值恰为 0.618。一个体态匀称的人从膝盖到脚底与肚脐到脚底的长度为之比为 0.618,尤其是青春少女的腰围与胸围、腰围与臀围之比也恰在这个比值左右,和谐的“三围”更增添了少女特有的青春美。

人体之所以美,就是由于它符合黄金分割律的比例关系。就人的身体结构整体而言,肚脐以上与肚脐以下的比例为 0.618:1,这是最优化的比例,看起来就最匀称、最舒服,也显得最美。此外,人体结构还有三个黄金分割的比例关系,即:一是肚脐以上部分,黄金分割点在咽喉,咽喉至头顶与咽喉至肚脐之比为 0.618:1;二是肚脐以下部分,黄金分割点在膝盖,肚脐至膝盖与膝盖至后脚跟之比为 1:0.618;三是上肢的黄金分割点在肘关节,肩关节至肘关节与肘关节至中指间之比为 0.618:1。如果,人体各部分结构比例都符合这样的黄金分割律的话,那他就是理想而标准的、极富有形体美感的人。

画家构思一幅画,常把这幅画的中心主体置于画面“黄金分割”点的位置,即分别作出画面的长和宽的黄金分割点,并通过各“黄金分割”点,作长或宽的垂线,其垂线的相交点即是整个画面的黄金分割点。

二胡演奏家的二胡有上下两个勾弦的千斤点,高音演奏时置于下千斤点的位置,低音演奏时置于上千斤点,这两个千斤点就是上、下黄金分割点。笛子演奏家的横笛膜孔——贴苇膜的笛孔也

就是在笛身全长靠右黄金分割点的位置,这样就使奏出的音调优美,和谐动听。在舞台上演出的独唱演员、报幕员或剧中的主要人物,一般不站在舞台中央,这样太呆板;也不站在舞台一角,因为这样太偏,不易被观众所注意。他们都站在舞台横宽靠左黄金分割点的位置,这样的站位颇有艺术之感,特别引人注目。

正五角星,就是根据和应用了黄金分割点的特点,先将圆周十等分,再每隔三个分点依次连结而成的。

你还可以看到,正五角星的各边的互分点都是黄金分割点。公园里有五盆红花和五盆白花,计划摆成五行,每行四盆(红、白各两盆)。如何摆呢?聪明的工人师傅按照五角星的位置去摆,把问题解决了,摆出以后既美观大方,又漂亮。这就是最佳的摆法。

还有,科学工作者把顶角是 36° 的等腰三角形叫做黄金三角形。因为作底角 $\angle ACB$ 的平分线交腰 AB 于 D ,则 D 点即为 AB 边上的黄金分割点,故而得名。同理 $\angle CBA$ 也叫黄金三角形。如此继续下去,可作出一个比一个小的无数个黄金三角形。

另外,书本、杂志、报刊、纸张、照片、黑板和标语牌等,其长宽之比都是 0.618。因为利用了黄金分割点的特点,所以它们都显得非常美观大方。

三、战争中的黄金分割律

在血与火的战场上,黄金分割律不时地显示出它巨大而神秘的威力。从战争史上那些令人称绝的著名战役和战斗中,你很容易就能找出这头神秘野兽飘忽不定的爪痕。是偶然还是必然?是巧合还是规律?



战略家眼里的黄金分割律

在艺术家的眼里，黄金分割律是一条“美”的定律。但是，在血与火的战场上，黄金分割律有时也显示出它巨大而神秘的力量。是偶然还是必然？是巧合还是规律？

翻开战史，细心的人会发现，在多次战争里，攻击方选择的主要攻击点大多在整条战线的黄金分割点上。马其顿帝国的亚历山大与波斯帝国的大流士的阿贝拉之战中，亚历山大就把他的攻击



点,选在了波斯军队的左翼和中央结合部,这个部位恰好是整条战线的“黄金点”。

在兵力构成和战斗队形的排列上,黄金分割律又一次为战争之神披上了神秘的面纱。曾经称雄欧洲的瑞典国王古斯塔夫改革军队的方法是在原来中队的 216 名长矛兵和 198 名滑膛枪兵之外,增加 96 名滑膛枪兵,这一改变顿时突出了火器的作用,使瑞典军队成为当时欧洲最有战斗力的军队。198 加 96 名滑膛枪兵与 216 名长矛兵之比正是一次神奇的黄金分割。

其实,早在自觉把握黄金律的意识产生之前,人们已经凭着直觉,反复地将它运用在了各自的实践领域。这里面自然不会遗漏军事领域。从战争史上那些令人称绝的著名战役和战斗中,你很容易就能找出这头神秘野兽飘忽不定的爪痕。

无须把目光投向很远,你就会发现,与这一定律相合的例子,在军事天地间几乎俯拾皆是。从马刀锋刃的弧度,到子弹、炮弹、弹道导弹沿弹道飞行的顶点,从飞机进入俯冲轰炸状态的最佳投弹高度和距离,到补给线的长短与战争转折点的关系,无处不见 0.618 的形影。

数百年来,人们对成吉思汗的蒙古骑兵为什么能像飓风般席卷欧亚大陆颇感费解。因为仅用蒙族人的凶悍以及骑兵的机动性这些理由,都还不足以对此做出令人完全信服的解释,一定还有别的更为重要的原因。人们发现,蒙古骑兵的战斗队形与西方传统的方阵大不相同。在它的 5 排制阵形中,重骑兵和轻骑兵的比例为 2:3,人盔马甲的重骑兵为 2,快捷灵动的轻骑兵为 3,正好是一个黄金分割!你不能不佩服那位马背思想家的天才妙悟,被这样的统帅统领的大军,比在战场上与它对峙的欧洲军队更具冲击力,是理所当然的事。

信奉基督教的欧洲人除了把黄金律运用到宗教艺术方面天赋甚高外,对这一定律在其他方面的应用,似乎开悟得很晚。直到黑

火药时期，滑膛枪渐渐呈现取代长矛之势，率先将滑膛枪兵和长矛兵对半混编，以改造传统方阵的荷兰将军摩利士，仍未能意识到这一点。还是瑞典国王古斯塔夫对这种正面强侧面弱的阵形进行调整后，才使瑞典军队成为当时欧洲最有战斗力的军队。

1812年6月，拿破仑进攻俄国。9月，他在未能消灭俄军有生力量的博罗金诺战役后，进入了莫斯科，这时的拿破仑并未意识到，天才和运气正从他身上一点点消失，他一生事业的顶峰和转折点正在同时到来。两个月后，法军便在大雪纷飞中撤离了莫斯科。三个月的胜利进军加上两个月的盛极而衰，从时间轴上看，法兰西皇帝透过熊熊烈焰俯瞰莫斯科城时，脚下正好就踩着黄金分割线。130年后的另一个6月，纳粹德国启动了针对苏联的“巴巴罗萨”计划。在长达两年多的时间里，德军一直保持着进攻的势头，直到1943年8月，“城堡”行动结束，德军从此转入守势，再没能对苏军发起一次可以称之为战役行动的进攻。巧合的是：被所有战史学家们公认为苏联卫国战争转折点的斯大林格勒战役，不早不晚，就发生在战争爆发的第17个月，也就是1943年的11月，这正是德军由盛而衰的26个月时间轴上的“黄金点”。这里用时间、地点的黄金分割点恰好形象、有趣地解释了战争失败的必然原因。

再来看看海湾战争。战前，据军事专家估计，如果共和国卫队的装备和人员，经空中轰炸损失达到或超过30%，就将基本丧失战斗力。为了使伊军的损耗达到这个临界点，美军一再延长轰炸时间。直到“沙漠军刀”出鞘时，伊军在战区内的4280辆坦克中的38%、2280辆装甲车中的32%、3100门火炮中的47%都已被摧毁，这时的伊军实力已经降至60%左右。透过这些残酷的数据，0.618的神秘之光在1991年1月24日的清晨开始再次闪烁。100小时后，“沙漠风暴”的地面战斗便宣告结束。

这些散落在历史尘烟中的事例，真是不可思议。孤立地看上去，它们太像是一个接一个的偶然了。如果有太多的偶然，都在显