

荟萃军事谋略战术，凝练人生智慧精髓

《三十六计》是一本耳熟能详的兵法奇书，是中国历代无数次战争的实践经验总结。
《三十六计》包括六套共三十六个计策，记录了在各种处境下克敌或避敌制胜智慧。

三十六计



心理智慧

本书在《三十六计》一书的基础上，
将三十六个计策与人生诸事相结合，
用古人的智慧指导现代人的生活，
是一本难得的文化和智慧传承读本。

杨晴◎编著



杨晴◎编著



的心理智慧



内 容 提 要

《三十六计》是根据中国古代卓越的军事思想和经验总结而成的兵书，其中的谋略智慧，已超出军事本身，对现代人的社交生活，有着很强的指导意义。

本书本着把“三十六计”与现实生活相结合的目的，通过经典的故事、案例，结合现代心理学的诸多原理、现象，把“三十六计”从心理学的角度加以分析，并将其与现实生活结合阐述，让读者学习传统文化的智慧，了解心理学的知识，提升自身的修养，增强社交的能力。

图书在版编目（CIP）数据

三十六计的心理智慧 / 杨晴编著. —北京：中国纺织出版社，2015.3
ISBN 978-7-5180-1068-4

I. ①三… II. ①杨… III. ①兵法—中国—古代②《三十六计》—研究 IV. ①E892.2

中国版本图书馆CIP数据核字（2014）第229145号

责任编辑：闫 星

责任印制：储志伟

中国纺织出版社出版发行

地址：北京市朝阳区百子湾东里A407号楼 邮政编码：100124

销售电话：010—67004422 传真：010—87155804

http://www.c-textilep.com

E-mail: faxing@c-textilep.com

官方微博http://weibo.com/2119887771

北京睿特印刷厂印刷 各地新华书店经销

2015年3月第1版第1次印刷

开本：710×1000 1/16 印张：17.5

字数：218千字 定价：32.80元

凡购本书，如有缺页、倒页、脱页，由本社图书营销中心调换

前言

Preface

提起《三十六计》，绝大多数中国人都耳熟能详，有的甚至还能头头是道地说上几句。然而，对于《三十六计》的全套策略，能从头至尾透彻掌握的却并不是很多。因此，为了帮助大家更好地理解并运用三十六计，笔者特意编写了此书。

“三十六计”一语，早在公元5世纪时就出现了“三十六策，走为上计”。（《南齐书王·敬则传》）后世之人，多引用此语。于是明清时期，便有人编纂了《三十六计》一书，可惜的是，成书的具体年代以及究竟是何人所著，已经无从考证了。

然而，无论作者是文学泰斗还是无名小卒，毋庸置疑，这本书都堪称中国文学的瑰宝之一，中华民族悠久的文化遗产之一，它与古老的《孙子兵法》一起被称为世界军事史上的“双璧”。《三十六计》是一本凝聚了中国五千年智慧的韬略计策大成之书，它是中国古代兵家宝典，其中所蕴含的哲理对我们今天的生活仍然具有指导和借鉴意义。

《三十六计》“总说”中说：“六六三十六，数中有术，术中有数。阴阳受理，机在其中，机不可设，设则不中。”意思就是：六个六构成三十六，这是一个易变之数，数字中蕴藏着计谋，而计谋的运作则又要依靠





数字。阴阳交替运作，运作中生化出机变；而机变又是天然的，不可认为设计，若是刻意为之则无法运作成功。因此，人们根据“六六三十六”，将“三十六计”分为六套，即：胜战计、敌战计、攻战计、混战计、并战计和败战计。其中前三套是处于优势时所施用的计谋，后三套则是处于劣势时所施用的计谋。每套各包含六计，总共三十六计。为了方便记忆，有人曾将这三十六计每计各取一字，组成了一首诗：“金玉檀公策，借以擒劫贼，鱼蛇海间笑，羊虎桃桑隔，树暗走痴故，釜空苦远客，屋梁有美尸，击魏连伐虢。”诗中除了“檀公策”三字外，每字各代表三十六计中的一计，依次为：金蝉脱壳、抛砖引玉、借刀杀人、以逸待劳、擒贼先擒王、趁火打劫、关门捉贼、浑水摸鱼、打草惊蛇、瞒天过海、反间计、笑里藏刀、顺手牵羊、调虎离山、李代桃僵、指桑骂槐、隔岸观火、树上开花、暗度陈仓、走为上、假痴不癫、欲擒故纵、釜底抽薪、空城计、苦肉计、远交近攻、反客为主、上屋抽梯、偷梁换柱、无中生有、美人计、借尸还魂、声东击西、围魏救赵、连环计和假道伐虢。

与其说《三十六计》是一本军事著作，不如说它是一本“文武兵书”。因为其谋略不仅仅可用于军事和战争，也可以用于人生、经济、政治等各个方面。此书常年在民间流传，字里行间凝聚着军事家的谋略和平民百姓的智慧，是一本实用的谋略之书。而它的谋略，很有特点，计名通俗易懂，运用赤裸直接，目的明确无疑，用美国前国防部长拉姆斯菲尔德的话来说，它是“中国战略的经典著作，是一部小百科全书，其关于战略的描述要比克劳塞维茨的《战争论》精细得多。它既适用于具体的战术，也适用于重大的政治抉择，各行各业领导人都能从中找到新的秘诀”。

因此，为了给每一个普通人都有机会通俗易懂地理解、得心应手地运用



这些智慧，笔者特编写了此书，希望书中的哲理和睿智能为今人所用。在结构安排上，书中的每一计都包括“计策详解、职场智慧、社交智慧与商场智慧”四个部分，在结合古今经典战例、详细解析计策内涵的基础上，分别结合具体的事例，从职场、社交和商场三个方面讲述了每一个计策的实际运用，具有很强的现实指导意义。书中对于计策的解释和道理的论述简单而透彻，没有令人乏味、长篇累牍的枯燥说教，而是用一个个生动活泼的事例引人入胜、发人深省。通过阅读本书，相信每一个读者都可以加深对《三十六计》理解，提高谋略能力，从而在现实生活中得心应手地熟练运用。

《三十六计》不但是军事家、政治家的床头必备读本，也是每一个普通人开创人生局面、掌握处世之道、遨游职场、决战商场的必胜法宝。因此，笔者诚恳地希望此书能成为广大读者的良师益友，能够帮助您在人生和事业上更加成功和精彩。



编著者

2014年12月

003





目录

Contents

第一计 瞒天过海	001
计策详解：将真实意图掩盖在表象之下	001
职场智慧：转移视听，轻松达到目的	002
社交智慧：将你的小聪明掩藏起来	004
商场智慧：商家总将赚钱的目的隐藏起来	006
第二计 围魏救赵	008
计策详解：逆向思维，曲折迂回达成目的	008
职场智慧：改变游戏规则，将主动权掌握在自己手中	009
社交智慧：迂回比强攻硬取更能达到目的	011
商场智慧：把握对方的利益所在，使对方让步	013
第三计 借刀杀人	015
计策详解：巧借外力，达到自己目的	015
职场智慧：借力打力，不费吹灰之力	017
社交智慧：借鸡生蛋，从无到有	019

第四计 以逸待劳 021

计策详解：养精蓄锐，痛击进犯的疲惫之敌 021

职场智慧：不动声色，轻松抢占先机 023

社交智慧：适时沉默，此时无声胜有声 024

商场智慧：后发制人，或许更有胜算 026

第五计 趁火打劫 029

计策详解：趁敌之危，就势取利 029

职场智慧：抓准时机，巧妙避免损失 030

社交智慧：把握时机，更易获得他的芳心 032

商场智慧：就势取利，得其所哉 034

第六计 声东击西 036

计策详解：假象有时更易迷惑人 036

职场智慧：醉翁之意不在酒 037

社交智慧：另辟蹊径，殊途同归 039

商场智慧：烟雾弹可以扰乱对手 041

第七计 无中生有 043

计策详解：假作真时有亦假 043

职场智慧：制造借口，巧妙拒绝 044

社交智慧：谎言，因为善意而美丽 046

商场智慧：“无中生有”的营销策略 048





第八计 暗度陈仓	051
计策详解：明修栈道，暗度陈仓	051
职场智慧：巧寻跳板，实现梦想的飞跃	052
社交智慧：精心策划，从侧面打开他人的心门	054
商场智慧：以明隐暗，舍小利获大利	056
 第九计 隔岸观火	058
计策详解：静静旁观，坐收渔利	058
职场智慧：不妨坐山观虎斗	059
社交智慧：旁观才能帮助对方快速成长	060
商场智慧：在矛盾之后获取利益	062
 第十计 笑里藏刀	065
计策详解：喜怒不形于色才能更好地掩饰自己	065
职场智慧：领导要学会掩盖自己的坏心情	066
社交智慧：打一巴掌，给一个甜枣	068
商场智慧：在谈判桌上让对方主动失误	070
 第十一计 李代桃僵	073
计策详解：用小的代价换取大的胜利	073
职场智慧：必要时忍痛割爱	075
社交智慧：学会舍弃，才能从容	076
商场智慧：破釜沉舟，才能迎来柳暗花明	078



第十二计 顺手牵羊 081

计策详解：主动出击，寻找“顺手牵羊”的好时机 081

职场智慧：叫出对方的名字，“牵”出彼此的亲近 083

社交智慧：送给下属的鲜花，盛开在下属的心里 085

经商智慧：只要有心，就能“牵”出商机 087

第十三计 打草惊蛇 089

计策详解：巧妙制造风吹草动，洞察世事人心 089

职场智慧：好领导知道如何辨识他人 090

社交智慧：通过打“草”让一切了然 092

经商智慧：引蛇出洞——胜券在握的秘密 094

第十四计 借尸还魂 097

计策详解：变废为宝，使企业起死回生的上上策 097

职场智慧：用知识为梦想安上翅膀 098

社交智慧：赞美，使你顺利达成心愿 100

商场智慧：起死回生的时候，你准备“借”什么 102

第十五计 调虎离山 105

计策详解：直路走不通，不如走弯路 105

职场智慧：避开潜在的竞争对手 107

社交智慧：不正面冲突，私下解决难解之题 108

商场智慧：迂回曲折地前进也是前进 110





第十六计 欲擒故纵	113
计策详解：放长线，才能钓大鱼	113
职场智慧：欲擒故纵，巧给上司提建议	114
社交智慧：心急的人吃不了热豆腐	116
商场智慧：钓鱼，是一种识破商场阴谋的好办法	118
 第十七计 抛砖引玉	120
计策详解：我抛出的是土块，得到的却是金子	120
职场智慧：只要留心，工作中处处皆启发	121
商场智慧：学会“抛砖”，财源才会滚滚而来	123
 第十八计 擒贼先擒王	126
计策详解：要想制服对手，就要让他群龙无首	126
职场智慧：要知道谁才是自己的对手	128
社交智慧：有时，只需要让一个人满意就好	130
商场智慧：困境之中，找准要害出手	131
 第十九计 釜底抽薪	134
计策详解：拔除敌人的根基，瓦解敌人的气势	134
职场智慧：解决问题，要从根子上着手	135
社交智慧：驳斥，要抓住关键点	137
商场智慧：绕开中间人，直捣黄龙	139





第二十计 浑水摸鱼	141
计策详解：先将水搅浑，然后趁乱行事	141
职场智慧：忙里偷闲，为自己充电	143
商场智慧：借“浑水”壮大自己的实力	145
第二十一计 金蝉脱壳	147
计策详解：留其形，去其实	147
职场智慧：误中小人圈套，全身而退为上	148
社交智慧：巧言相助，成功脱身	150
商场智慧：巧“脱壳”，“逃出生天”	152
第二十二计 关门捉贼	155
计策详解：四面包围，聚而歼之	155
职场智慧：巧设圈套，令造谣者自投罗网	156
社交智慧：不惜一切招揽人才	158
商场智慧：“三角经营”威力	159
第二十三计 远交近攻	162
计策详解：用不同的策略对付不同的敌人	162
职场智慧：巧借外力，激发内部活力	163
社交智慧：政坛上的“交远制近”	166
商场智慧：由近及远，逐个击破	167



第二十四计	假道伐虢	169
计策详解：	假施小恩小惠，趁机灭敌	169
职场智慧：	笑到最后才是真正的赢家	170
社交智慧：	借他人之口，说出心里话	171
商场智慧：	借他人的嫁衣为自己铺路	173
第二十五计	偷梁换柱	176
计策详解：	改换内容，达到目的.....	176
职场智慧：	别因一时心急中了“偷梁换柱”之计	178
社交智慧：	移花接木，偷换概念.....	179
商场智慧：	巧挖墙脚，用人才充实自己	181
第二十六计	指桑骂槐	183
计策详解：	暗有所指，杀一儆百.....	183
社交智慧：	“指桑骂槐”也是一种艺术	184
商场智慧：	自暴其短可以扭转乾坤.....	186
第二十七计	假痴不癫	188
计策详解：	装疯卖傻，让对方掉以轻心	188
职场智慧：	人傻未必不是福.....	190
社交智慧：	装傻充愣是一种境界.....	192
商场智慧：	有舍才有得.....	193



第二十八计 上屋抽梯..... 195

计策详解：截断退路，进而攻之..... 195

职场智慧：巧妙引导，巧除职场蛀虫 196

社交智慧：小心骑虎难下..... 198

商场智慧：别因眼前小利让自己被动 200

第二十九计 树上开花..... 203

计策详解：巧借外力，为自己造势..... 203

职场智慧：独具慧眼，识破招聘背后的问题 205

社交智慧：借助网络，成名原来如此容易 207

商场智慧：巧借名人效应，广开财路 209

第三十计 反客为主..... 211

计策详解：趁隙插足，夺取主动权..... 211

职场智慧：反弹琵琶，希望集团巧用人 213

社交智慧：巧用反问句控制谈话..... 215

商场智慧：喧宾夺主，渐进式抢占市场 216

第三十一计 美人计..... 219

计策详解：英雄难过美人关..... 219

职场智慧：气质美女，一样可以畅行职场 220

社交智慧：放烟雾弹，假用“美人计” 222

商场智慧：用美女吸引眼球、打开市场 224





第三十二计 空城计	227
计策详解：虚而虚之，实而虚之	227
职场智慧：放下身段，博取上位	228
社交智慧：以虚套实，空话有时也不空	230
商场智慧：看企业家唱“空城”渡难关	232
 第三十三计 反间计	234
计策详解：将敌人的间谍为我所用	234
职场智慧：装糊涂，令对方自食其果	235
社交智慧：真诚，是最好的“收买”方式	237
商场智慧：让敌方“自己人”骗“自己人”	239
 第三十四计 苦肉计	242
计策详解：自我伤害，令敌人深信不疑	242
职场智慧：自我忏悔，得利的是自己	244
社交智慧：适当示弱，赢得好人缘	246
商场智慧：自我牺牲，“苦”中有“甜”	248
 第三十五计 连环计	250
计策详解：累敌、攻敌，环环相扣	250
职场智慧：巧施“连环”，以恶制恶	251
社交智慧：与对方荣辱相连	253
商场智慧：机巧贵连，层出不穷	255





第三十六计 走为上	257
计策详解：保全自我，才是上上之策	257
职场智慧：树挪死，人挪活	258
社交智慧：急流勇退，功成圆满	260
商场智慧：作势离开，以退为进	262
参考文献	264



第一计 瞒天过海

◎ 计策详解：将真实意图掩盖在表象之下

“瞒天过海”是《三十六计》中的第一计，其原文是：“备周则意怠，常见则不疑。阴在阳之内，不在阳之对。太阳，太阴。”这句话道出了此计得以成功的关键所在：人们常常因自认为准备充分，就丝毫没有防备之心；而设计此计的人若能做到将真实意图掩盖于假象之下，而不是与假象相对立的话，对方就容易被迷惑、蒙蔽，设计之人的真实意图也就很容易能够达到。

这里的“天”原意指的是“天子”的意思，出自一个典故：贞观十七年，唐太宗领兵三十万，御驾亲征高丽。但是到了海边，唐太宗看着茫茫无际、波涛汹涌的海面，不禁心中犯愁，打起了退堂鼓。大将薛仁贵深知若是在此时退兵，不仅有损大唐的国威，也会挫伤将士们的军心，对今后的作战极为不利。于是他心生一计，令人扮成当地富豪的模样，邀请唐太宗到家中做客，唐太宗欣然而往。到了富豪居住的地方，只见上万间屋子都用彩幕遮围着，十分气派。唐太宗被引入一间四周围着彩绣、地上铺着地毯的房子，百官也相继而入，大家一起饮酒、歌舞，十分热闹。不知过了多久，突然房屋、桌椅摇晃不已，身体几乎也无法坐稳。唐太宗大惊失色，忙起身察看，却见四周大海茫茫，忙问：“这是何处？”薛仁贵答道：“这便是我们过海的计谋，趁着风势，我们已经快到对岸了。”就这样，天子被蒙在鼓里渡过

