

Das  
Tao Te King  
von  
Lao Tse

Wang Bi in Big 5  
Lao Zi Projekt  
<http://station7.kgw.tu-berlin.de/Arbeitsstelle/Laozi/Lao.html>

[Home](#) | [Uebersicht](#)

1	2	3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31	32	33	34	35	36
37	38	39	40	41	42	43	44	45
46	47	48	49	50	51	52	53	54
55	56	57	58	59	60	61	62	63
64	65	66	67	68	69	70	71	72
73	74	75	76	77	78	79	80	81

老子 — 王弼

1

道可道，

非常道。

名可名，

非常名。

無名天地之始。

有名萬物之母。

故常無欲以觀其妙。

常有欲以觀其徼。  
此兩者同出而異名，  
同謂之玄。  
玄之又玄，  
眾妙之門。

---

## 2

天下皆知美之為美，  
斯惡已；  
皆知善之為善，  
斯不善已。  
故有無相生，  
難易相成，  
長短相形，  
高下相傾，  
音聲相和，  
前後相隨。  
是以聖人處無為之事，  
行不言之教。  
萬物作焉而不辭。

生而不有，  
為而不恃，  
功成而弗居。  
夫唯弗居，  
是以不去。

---

3

不尚賢，  
使民不爭。  
不貴難得之貨，  
使民不為盜。  
不見可欲，  
使民心不亂。  
是以聖人之治，  
虛其心，  
實其腹，  
弱其志，  
強其骨；  
常使民無知、  
無欲，

使夫智者不敢為也。  
為無為，  
則無不治。

---

4

道沖而用之或不盈。  
淵兮似萬物之宗。  
挫其銳  
解其紛，  
和其光，  
同其塵，  
湛兮似或存。  
吾不知誰之子，  
象帝之先。

---

5

天地不仁，  
以萬物為芻狗。

聖人不仁，  
以百姓為芻狗。  
天地之間，  
其猶橐籥乎？  
虛而不屈，  
動而愈出。  
多言數窮，  
不如守中。

---

6

谷神不死  
是謂玄牝。  
玄牝之門  
是謂天地根。  
綿綿若存，  
用之不勤。

---

7

天長地久。  
天地所以能長且久者，  
以其不自生，  
故能長生。  
是以聖人後其身而身先，  
外其身而身存。  
非以其無私邪！  
故能成其私。

---

8

上善若水。  
水善利萬物而不爭，  
處眾人之所惡，  
故幾於道。  
居善地，  
心善淵與善仁，  
言善信，  
正善治，  
事善能，  
動善時。

夫唯不爭，  
故無尤。

---

9

持而盈之不如其己；  
揣而銳之不可長保；  
金玉滿堂莫之能守；  
富貴而驕，  
自遺其咎。  
功遂身退，  
天之道。

---

10

載營魄抱一，  
能無離乎？  
專氣致柔，  
能如嬰兒乎？  
滌除玄覽，

能無疵乎？  
愛國治民，  
能無為乎？  
天門開闔，  
能為雌乎？  
明白四達，  
能無知乎。  
生之，畜之，  
生而不有；  
為而不恃；  
長而不宰，  
是謂玄德。

---

## 11

三十幅共一轂，  
當其無，  
有車之用。  
埴埴以為器，  
當其無，  
有器之用。



鑿戶牖以為室，  
當其無，  
有室之用。  
故有之以為利，  
無之以為用。

---

12

五色令人目盲，  
五音令人耳聾，  
五味令人口爽，  
馳騁畋獵令人心發狂，  
難得之貨令人行妨。  
是以聖人，  
為腹不為目，  
故去彼取此。

---

13

寵辱若驚，

貴大患若身。  
何謂寵辱若驚？  
寵為下。  
得之若驚  
失之若驚  
是謂寵辱若驚。  
何謂貴大患若身？  
吾所以有大患者，  
為吾有身，  
及吾無身，  
吾有何患？  
故貴以身為天下，  
若可寄天下。  
愛以身為天下，  
若可託天下。

---

14

視之不見  
名曰夷。  
聽之不聞

名曰希。

搏之不得

名曰微。

此三者不可致詰，

故混而為一。

其上不皦，

其下不昧，

繩繩不可名，

復歸於無物。

是謂無狀之狀，

無物之象，

是謂惚恍。

迎之不見其首，

隨之不見其後。

執古之道以御今之有。

能知古始，

是謂道紀。

---

15

古之善為士者，

微妙玄通，  
深不可識。  
夫唯不可識，  
故強為之容。  
豫兮若冬涉川；  
猶兮若畏四鄰；  
儼兮其若容；  
渙兮若冰之將釋；  
敦兮其若樸；  
曠兮其若谷；  
混兮其若濁；  
澹兮其若海；  
颯兮若無止。  
孰能濁以靜之徐清。  
孰能安以動之徐生。  
保此道者不欲盈。  
夫唯不盈  
故能蔽而新成。

致虛極守靜篤。

萬物並作，

吾以觀復。

夫物芸芸各復歸其根。

歸根曰靜，

是謂復命；

復命曰常，

知常曰明。

不知常，

妄作凶。

知常容，

容乃公，

公乃全，

全乃天，

天乃道，

道乃久，

沒身不殆。

---

17

太上，

下知有之。  
其次親而譽之。  
其次畏之。  
其次侮之。  
信不足焉，  
有不信焉。  
悠兮其貴言，  
功成事遂，  
百姓皆謂我自然。

---

18

大道廢有仁義；  
慧智出有大偽；  
六親不和有孝慈；  
國家昏亂有忠臣。

---

19

絕聖棄智，

民利百倍；  
絕仁棄義，  
民復孝慈；  
絕巧棄利，  
盜賊無有；  
此三者，  
以為文不足。  
故令有所屬，  
見素抱樸少私寡欲。

---

## 20

絕學無憂，  
唯之與阿，  
相去幾何？  
善之與惡，  
相去若何？  
人之所畏，  
不可不畏。  
荒兮其未央哉！  
眾人熙熙

如享太牢  
如春登臺。  
我獨泊兮其未兆，  
如嬰兒之未孩；  
儻儻兮若無所歸。  
眾人皆有餘，  
而我獨若遺。  
我愚人之心也哉！  
沌沌兮俗人昭昭。  
我獨昏昏；  
俗人察察，  
我獨悶悶。  
眾人皆有以，  
而我獨頑且鄙。  
我獨異於人，  
而貴食母。

---

## 21

孔德之容惟道是從。  
道之為物惟恍惟惚。



惚兮恍兮其中有象。  
恍兮惚兮其中有物。  
窈兮冥兮其中有精。  
其精甚真。  
其中有信。  
自古及今，  
其名不去以閱眾甫。  
吾何以知眾甫之狀哉！  
以此。

---

22

曲則全，  
枉則直，  
窪則盈，  
敝則新  
少則得，  
多則惑。  
是以聖人抱一，  
為天下式。  
不自見故明；

不自是故彰；  
不自伐故有功；  
不自矜故長；  
夫唯不爭，  
故天下莫能與之爭。  
古之所謂：  
「曲則全者」  
豈虛言哉！  
誠全而歸之。

---

## 23

希言自然。  
故飄風不終朝，  
驟雨不終日。  
孰為此者？天地。  
天地尚不能久，  
而況於人乎？  
故從事於道者，  
同於道。  
德者同於德。

失者同於失。  
同於道者道亦樂得之；  
同於德者德亦樂得之；  
同於失者失於樂得之。  
信不足焉有不信焉。

---

24

企者不立；  
跨者不行。  
自見者不明；  
自是者不彰。  
自伐者無功；  
自矜者不長。  
其在道也曰：  
餘食贅形。  
物或惡之，  
故有道者不處。

---

## 25

有物混成  
先天地生。  
寂兮寥兮獨立不改，  
周行而不殆，  
可以為天下母。  
吾不知其名，  
強字之曰道。  
強為之名曰大。  
大曰逝，  
逝曰遠，  
遠曰反。  
故道大、  
天大、  
地大、  
人亦大。  
域中有四大，  
而人居其一焉。  
人法地，  
地法天，  
天法道，

# 道法自然。

---

## 26

重為輕根，

靜為躁君。

是以君子終日行不離輕重。

雖有榮觀燕處超然。

奈何萬乘之主而以身輕天下。

輕則失根，

躁則失君。

---

## 27

善行無轍跡。

善言無瑕謫。

善數不用籌策。

善閉無關楗而不可開。

善結無繩約而不可解。

是以聖人

常善救人，  
故無棄人。  
常善救物，  
故無棄物。  
是謂襲明。  
故善人者  
不善人之師。  
不善人者  
善人之資。  
不貴其師、  
不愛其資，  
雖智大迷，  
是謂要妙。

---

## 28

知其雄，  
守其雌，  
為天下谿。  
為天下谿，  
常德不離，

復歸於嬰兒。  
知其白，  
守其黑，  
為天下式。  
為天下式，  
常德不忒，  
復歸於無極。  
知其榮，  
守其辱，  
為天下谷。  
為天下谷，  
常德乃足，  
復歸於樸。  
樸散則為器，  
聖人用之則為官長。  
故大制不割。

---

29

將欲取天下而為之，  
吾見其不得已。

天下神器，  
不可為也，  
為者敗之，  
執者失之。  
夫物或行或隨、  
或歔或吹、  
或強或贏、  
或挫或隳。  
是以聖人去甚、  
去奢、  
去泰。

---

## 30

以道佐人主者，  
不以兵強天下。  
其事好還。  
師之所處荊棘生焉。  
軍之後必有凶年。  
善有果而已，  
不敢以取強。



果而勿矜。  
果而勿伐。  
果而勿驕。  
果而不得已。  
果而勿強。  
物壯則老，  
是謂不道，  
不道早已。

---

## 31

夫佳兵者不祥之器，  
物或惡之，  
故有道者不處。  
君子居則貴左，  
用兵則貴右。  
兵者不祥之器，  
非君子之器，  
不得已而用之，  
恬淡為上。  
勝而不美，

而美之者，  
是樂殺人。  
夫樂殺人者，  
則不可得志於天下矣。  
吉事尚左，  
凶事尚右。  
偏將軍居左，  
上將軍居右。  
言以喪禮處之。  
殺人之眾，  
以悲哀泣之，  
戰勝以喪禮處之。

---

## 32

道常無名。  
樸雖小天下莫能臣也。  
侯王若能守之，  
萬物將自賓。  
天地相合以降甘露，  
民莫之令而自均。

始制有名，  
名亦既有，  
夫亦將知止，  
知止可以不殆。  
譬道之在天下，  
猶川谷之於江海。

---

33

知人者智，  
自知者明。  
勝人者有力，  
自勝者強。  
知足者富。  
強行者有志。  
不失其所者久。  
死而不亡者，  
壽。

---

34

大道汜兮，  
其可左右。

萬物恃之以生而不辭，

功成而不名有。

衣養萬物而不為主，

常無欲可名於小。

萬物歸焉，

而不為主，

可名為大。

以其終不自為大，

故能成其大。

---

35

執大象

天下往。

往而不害

安平太。

樂與餌，

過客止。  
道之出口淡乎其無味。  
視之不足見。  
聽之不足聞。  
用之不足既。

---

36

將欲歛之，必固張之。  
將欲弱之，必固強之。  
將欲廢之，必固興之。  
將欲取之，必固與之。  
是謂微明。  
柔弱勝剛強。  
魚不可脫於淵，  
國之利器  
不可以示人。

---

37

道常無為，  
而無不為。  
侯王若能守之，  
萬物將自化。  
化而欲作，  
吾將鎮之以無名之樸。  
無名之樸，  
夫亦將無欲。  
不欲以靜，  
天下將自定。

---

## 38

上德不德是以有德。  
下德不失德是以無德。  
上德無為而無以為。  
下德無為而有以為。  
上仁為之而無以為。  
上義為之而有以為。  
上禮為之而莫之以應，  
則攘臂而扔之。

故失道而後德。  
失德而後仁。  
失仁而後義。  
失義而後禮。  
夫禮者忠信之薄而亂之首。  
前識者，  
道之華而愚之始。  
是以大丈夫，  
處其厚，不居其薄。  
處其實，不居其華。  
故去彼取此。

---

## 39

昔之得一者。  
天得一以清。  
地得一以寧。  
神得一以靈。  
谷得一以盈。  
萬物得一以生。  
侯王得一以為天下貞。

其致之。

天無以清將恐裂。

地無以寧將恐廢。

神無以靈將恐歇。

谷無以盈將恐竭。

萬物無以生將恐滅。

侯王無以貞將恐蹶。

故貴以賤為本，

高以下為基。

是以侯王自稱孤、寡、不穀。

此非以賤為本邪？

非乎。

至譽無譽。

不欲琭琭如玉

珞珞如石。

---

40

反者道之動。

弱者道之用。

天下萬物生於有，



# 有生於無。

---

## 41

上士聞道勤而行之。

中士聞道若存若亡。

下士聞道大笑之。

不笑不足以為道。

故建言有之。

明道若昧。

進道若退。

夷道若類。

上德若谷。

大白若辱。

廣德若不足。

建德若偷。

質真若渝。

大方無隅。

大器晚成。

大音希聲。

大象無形。

道隱無名。  
夫唯道善貸且成。

---

42

道生一。  
一生二。  
二生三。  
三生萬物。  
萬物負陰而抱陽，  
沖氣以為和。  
人之所惡，  
唯孤、寡不穀，  
而王公以為稱，  
故物或損之而益，  
或益之而損。  
人之所教，  
我亦教之，  
強梁者，  
不得其死。

吾將以為教父。甫

---

43

天下之至柔，  
馳騁天下之至堅。  
無有入無間，  
吾是以知無為之有益。  
不言之教，  
無為之益  
天下希及之。

---

44

名與身孰親。  
身與貨孰多。  
得與亡孰病。  
是故甚愛必大費。  
多藏必厚亡。  
知足不辱。

知止不殆。  
可以長久。

---

45

大成若缺，其用不弊。  
大盈若沖，其用不窮。

大直若屈。

大巧若拙。

大辯若訥。

靜勝躁，

寒勝熱。

清靜為天下正。

---

46

天下有道，  
卻走馬以糞。

天下無道，  
戎馬生於郊。

禍莫大於不知足。  
咎莫大於欲得。  
故知足之足常足矣。

---

47

不出戶知天下。  
不闚牖見天道。  
其出彌遠，  
其知彌少。  
是以聖人  
不行而知。  
不見而明。  
不為而成。

---

48

為學日益。  
為道日損。  
損之又損，

以至於無為。  
無為而不為。  
取天下常以無事，  
及其有事，  
不足以取天下。

---

49

聖人無常心。  
以百姓心為心。  
善者吾善之。  
不善者吾亦善之  
德善。  
信者吾信之。  
不信者吾亦信之、  
德信。  
聖人在天下歛歛焉，  
為天下渾其心。  
百姓皆注其耳目，  
聖人皆孩之。

50

出生入死。  
生之徒，十有三。  
死之徒，十有三。

人之生，  
動之於死地，  
亦十有三。

夫何故？  
以其生生之厚。  
蓋聞善攝生者，  
陸行不遇兇虎，  
入軍不被甲兵。  
兇無所投其角。  
虎無所用其爪。  
兵無所容其刃。

夫何故？  
以其無死地。

---

51

道生之，  
德畜之，  
物形之，  
勢成之。  
是以萬物  
莫不尊道，  
而貴德。  
道之尊，  
德之貴，  
夫莫之命  
而常自然。  
故道生之，  
德畜之。  
長之育之。  
亭之毒之。  
養之覆之。  
生而不有，  
為而不恃，  
長而不宰。  
是謂玄德。



## 52

天下有始，以為天下母。  
既得其母，以知其子。  
既知其子，復守其母，  
沒身不殆。  
塞其兌，  
閉其門，  
終身不勤。  
開其兌，  
濟其事，  
終身不救。  
見其小曰明，  
守柔曰強。  
用其光，  
復歸其明，  
無遺身殃。  
是為習常。

---

## 53

使我介然有知，  
行於大道，  
唯施是畏。  
大道甚夷，  
而人好徑。  
朝甚除，  
田甚蕪，  
倉甚虛。  
服文綵，  
帶利劍，  
厭飲食，  
財貨有餘。  
是謂盜夸。  
非道也哉。

---

## 54

善建者不拔。  
善抱者不脫。  
子孫以祭祀不輟。  
修之於身其德乃真。

修之於家其德乃餘。  
修之於鄉其德乃長。  
修之於邦其德乃豐。  
修之於天下其德乃普。

故

以身觀身，  
以家觀家，  
以鄉觀鄉，  
以邦觀邦，  
以天下觀天下。  
吾何以知天下然哉？  
以此。

---

55

含德之厚  
比於赤子。  
毒蟲不螫，  
猛獸不據，  
攫鳥不搏。  
骨弱筋柔而握固。

未知牝牡之合而全作，  
精之至也。  
終日號而不嘎，  
和之至也。  
知和曰常。  
知常曰明。  
益生曰祥。  
心使氣曰強。  
物壯則老。  
謂之不道，  
不道早已。

---

56

知者不言。  
言者不知。  
挫其銳，  
解其紛，  
和其光，  
同其塵，  
是謂玄同。

故

不可得而親。

不可得而疏。

不可得而利。

不可得而害。

不可得而貴。

不可得而賤。

故為天下貴。

---

57

以正治國，

以奇用兵，

以無事取天下。

吾何以知其然哉？

以此。

天下多忌諱而民彌貧。

民多利器國家滋昏。

人多伎巧奇物法起。

法令滋彰盜賊多有。

故聖人云

我無為而民自化。  
我好靜而民自正。  
我無事而民自富。  
我無欲而民自樸。

---

58

其政悶悶，  
其民淳淳。  
其政察察，  
其民缺缺。  
禍尚福之所倚。  
福尚禍之所伏。  
孰知其極，  
其無正。  
正復為奇，  
善復為妖。  
人之迷其日固久。  
是以聖人  
方而不割。  
廉而不歲。

直而不肆。  
光而不耀。

---

59

治人事天莫若嗇。  
夫唯嗇是謂早服。  
早服謂之重積德。  
重積德則無不克。  
無不克則莫知其極。  
莫知其極可以有國。  
有國之母可以長久。  
是謂深根固柢，  
長生久視之道。

---

60

治大國若烹小鮮。  
以道蒞天下，  
其鬼不神。

非其鬼不神，  
其神不傷人。  
非其神不傷人，  
聖人亦不傷人。  
夫兩不相傷，  
故德交歸焉。

---

61

大國者  
下流，  
天下之交。  
天下之牝。  
牝常以靜勝牡。  
以靜為下。

故

大國以下小國，則取小國。  
小國以下大國，則取大國。

故

或下以取，或下而取。  
大國不過欲兼畜人。



小國不過欲入事人。  
夫兩者各得所欲，  
大者宜為下。

---

62

道者萬物之奧。  
善人之寶，  
不善人之所保。  
美言可以市尊。  
美行可以加人。  
人之不善，  
何棄之有。  
故立天子、  
置三公，  
雖有拱璧以先駟馬，  
不如坐進此道。  
古之所以貴此道者何。  
不曰：求以得，  
有罪以免邪？

# 故為天下貴。

---

63

為無為，

事無事，

味無味。

大小多少，

報怨以德。

圖難於其易，

為大於其細。

天下難事必作於易。

天下大事必作於細。

是以聖人

終不為大，

故能成其大。

夫輕諾必寡信。

多易必多難。

是以聖人

猶難之，

故終無難矣。

---

64

其安易持，  
其未兆易謀。

其脆易泮，  
其微易散。

為之於未有，  
治之於未亂。

合抱之木生於毫末。

九層之台起於累土。

千里之行始於足下。

為者敗之，  
執者失之。

是以聖人  
無為故無敗，  
無執故無失。

民之從事常於幾成而敗之。

慎終如始則無敗事。

是以聖人

欲不欲，  
不貴難得之貨。  
學不學，  
復眾人之所過，  
以輔萬物之自然而不敢為。

---

## 65

古之善為道者，  
非以明民，  
將以愚之。  
民之難治，  
以其智多。  
故以智治國，  
國之賊。  
不以智治國，  
國之福。  
知此兩者，  
亦稽式。  
常知稽式，  
是謂玄德。

玄德深矣、  
遠矣！與物反矣。  
然後乃至大順。

---

66

江海之所以能為百谷王者，  
以其善下之，  
故能為百谷王。  
是以聖人  
欲上民，必以言下之。  
欲先民，必以身後之。  
是以聖人  
處上而民不重，  
處前而民不害。  
是以天下樂推而不厭。  
以其不爭，  
故天下莫能與之爭。

---

## 67

天下皆謂我道大  
似不肖。  
夫唯大故似不肖。  
若肖，  
久矣！其細也夫。  
我有三寶  
持而保之：  
一曰慈，  
二曰儉，  
三曰不敢為天下先。  
慈故能勇，  
儉故能廣，  
不敢為天下先  
故能成器長。  
今舍慈且勇，  
舍儉且廣，  
舍後且先，  
死矣！  
夫慈以戰則勝，  
以守則固。

天將救之  
以慈衛之。

---

68

善為士者不武。  
善戰者不怒。  
善勝敵者不與。  
善用人者為之下。  
是謂不爭之德。  
是謂用人之力。  
是謂配天古之極。

---

69

用兵有言：  
吾不敢為主而為客。  
不敢進寸而退尺。  
是謂  
行無行。

攘無臂。  
扔無敵。  
執無兵。  
禍莫大於輕敵。  
輕敵幾喪吾寶。  
故抗兵相加  
哀者勝矣。

---

70

吾言甚易知、  
甚易行。  
天下莫能知、  
莫能行。  
言有宗、  
事有君。  
夫唯無知，  
是以我不知。  
知我者希，  
則我者貴。  
是以聖人



# 被褐懷玉。

---

## 71

知不知上，不知知病。  
夫唯病病，是以不病。  
聖人不病，以其病病。  
夫唯病病，是以不病。

---

## 72

民不畏威，  
則大威至。  
無狎其所居，  
無厭其所生。  
夫唯不厭，  
是以不厭。  
是以聖人  
自知不自見。  
自愛不自貴。

故去彼取此。

---

73

勇於敢則殺。  
勇於不敢則活。  
此兩者或利或害。  
天之所惡孰知其故。  
天之道不爭而善勝。  
不言而善應。  
不召而自來。  
繹然而善謀。  
天網恢恢疏而不失。

---

74

民不畏死，  
奈何以死懼之。  
若使民常畏死，  
而為奇者，

吾得執而殺之，  
孰敢。  
常有司殺者殺。  
夫代司殺者殺，  
是謂代大匠斲。  
夫代大匠斲者，  
希有不傷其手矣。

---

75

民之

饑以其上食稅之多，是以饑。

民之難治

以其上之有為，是以難治。

民之輕死

以其求生之厚，是以輕死。

夫唯無以生為者，  
是賢於貴生。

---

## 76

人之生也柔弱，  
其死也堅強。  
草木之生也柔脆，  
其死也枯槁。  
故堅強者死之徒，  
柔弱者生之徒。  
是以兵強則滅，  
木強則折。  
強大處下，  
柔弱處上。

---

## 77

天之道其猶張弓與。  
高者抑之，  
下者舉之。  
有餘者損之，  
不足者補之。  
天之道，

損有餘而補不足。  
人之道，  
則不然，  
損不足以奉有餘。  
孰能有餘以奉天下，  
唯有道者。  
是以聖人  
為而不恃，  
功成而不處。  
其不欲見賢邪！

---

## 78

天下莫柔弱於水。  
而攻堅強者，  
莫之能勝，  
以其無以易之。  
弱之勝強。  
柔之勝剛。  
天下莫不知莫能行。  
是以聖人云，

受國之垢是謂社稷主。  
受國不祥是為天下王。  
正言若反。

---

79

和大怨必有餘怨。  
安可以為善。  
是以聖人執左契，  
而不責於人。  
有德司契，  
無德司徹。  
天道無親  
常與善人。

---

80

小國寡民。  
使有什伯之器而不用。  
使民重死而不遠徙。

雖有舟輿無所乘之。  
雖有甲兵無所陳之。  
使民復結繩而用之。

甘其食、  
美其服、  
安其居、  
樂其俗。

鄰國相望，  
雞犬之聲相聞。

民至老死  
不相往來。

---

## 81

信言不美。  
美言不信。  
善者不辯。  
辯者不善。  
知者不博。  
博者不知。  
聖人不積。

既以為人己愈有。  
既以與人己愈多。  
天之道利而不害。  
聖人之道為而不爭。