

# 老子道德經

## 拼音版

《道德經》文本依據的是唐玄宗御注開元廿六年碑刻本，  
據楚簡帛書等古本校勘而成。  
凡文本思想精神有較大差異時，多遵從古本，  
並據古本酌情補足虛字以顯其義。  
經文實計 5389 字，共使用 784 箇漢字。

逍遙子 2026.10.19

道德經詁訓傳：<http://www.homeinmists.com/Dao.html>

dào dé jīng  
道德經

01 dào kě dào yě fēi cháng dào yě míng kě míng yě fēi  
道可道也，非常道也。名可名也，非  
cháng míng yě wú míng wàn wù zhī shǐ yě yǒu míng wàn wù  
常名也。無名萬物之始也，有名萬物  
zhī mǔ yě gù cháng wú yù yě yǐ guān qí miào cháng yǒu yù  
之母也。故常無欲也以觀其妙，常有欲  
yě yǐ guān qí suǒ jiào liǎng zhě tóng chū yì míng tóng wèi  
也以觀其所徼。兩者同出，異名同謂。  
xuán zhī yòu xuán zhòng miào zhī mén  
玄之又玄，眾妙之門。

02 tiān xià jiē zhī měi zhī wéi měi sī è yǐ jiē zhī shàn  
天下皆知美之為美，斯惡已；皆知善  
zhī wéi shàn sī bú shàn yǐ yǒu wú zhī xiāng shēng nán yì zhī  
之為善，斯不善已。有無之相生，難易之  
xiāng chéng cháng duǎn zhī xiāng xíng gāo xià zhī xiāng qīng yīn shēng  
相成，長短之相形，高下之相傾，音聲  
zhī xiāng hé xiān hòu zhī xiāng suí shì yǐ shèng rén chǔ wú  
之相和，先後之相隨。是以聖人處無  
wéi zhī shì xíng bù yán zhī jiào wàn wù zuò ér fú shǐ wéi  
為之事，行不言之教。萬物作而弗始，為  
ér fú zhì chéng gōng ér fú jū fú wéi fú jū shì yǐ bú  
而弗志，成功而弗居。夫唯弗居，是以不  
qù  
去。

03 bú shàng xián shǐ mǐn bú zhēng bú guì nán dé zhī  
不尚賢，使民不爭。不貴難得之  
huò shǐ mǐn bù wéi dào bú xiàn kě yù shǐ mǐn xīn bú  
貨，使民不爲盜。不見可欲，使民心不  
luàn shì yǐ shèng rén zhī zhì yě xū qí xīn shí qí fù  
亂。是以聖人之治也，虛其心，實其腹，  
ruò qí zhì qiáng qí gǔ cháng shǐ mǐn wú zhī wú yù shǐ fū zhī  
弱其志，強其骨，常使民無知無欲，使夫知  
zhě bù gǎn wéi yě wéi wú wéi zé wú bú zhì yǐ  
者不敢爲也。爲無爲，則無不治矣。

04 dào chōng ér yòng zhī yòu bù yíng yuān xī sì wàn wù zhī  
道沖而用之又不足。淵兮似萬物之  
zōng cuò qí ruì jiě qí fēn hé qí guāng tóng qí chén zhàn  
宗。挫其銳，解其紛，和其光，同其塵。湛  
xī sì huò cún wú bù zhī shuí zhī zǐ yě xiàng dì zhī xiān  
兮似或存。吾不知誰之子也，象帝之先。

05 tiān dì bù rén yǐ wàn wù wéi chú gǒu shèng rén bù  
天地不仁，以萬物爲芻狗。聖人不  
rén yǐ bǎi xìng wéi chú gǒu tiān dì zhī jiān qí yóu tuó yuè  
仁，以百姓爲芻狗。天地之間，其猶橐籥  
hū xū ér bù qū dòng ér yù chū duō wén shuò qióng bù  
乎。虛而不屈，動而愈出。多聞數窮，不  
rú shǒu zhōng  
如守中。

06 gǔ shén bù sǐ shì wèi xuán pìn xuán pìn zhī mén shì  
谷神不死，是謂玄牝。玄牝之門，是

wèi tiān dì zhī gēn miánmián ruò cún yòng zhī bù qín

謂天地之根。繇繇若存，用之不勤。

tiāncháng dì jiǔ tiān dì zhī suǒ yǐ néngcháng qiě jiǔ

07 天長地久。天地之所以能長且久

zhě yǐ qí bú zì shēng yě gù néngchángshēng shì yǐ shèng

者，以其不自生也，故能長生。是以聖

rén tuì qí shēn ér shēnxiān wài qí shēn ér shēncún fēi yǐ

人退其身而身先，外其身而身存。非以

qí wú sī yú gù néngchéng qí sī

其無私與？故能成其私。

shàngshàn ruò shuǐ shuǐshàn lì wàn wù ér yòu jìng chǔ

08 上善若水。水善利萬物，而又靜處

zhòng zhī suǒ wù gù jī yú dào yǐ jū shàn dì xīn shàn

眾之所惡，故幾於道矣。居善地，心善

yuān yǔ shàn tiān yánshàn xìn zhèngshàn zhì shì shànnéng dòng

淵，予善天，言善信，政善治，事善能，動

shàn shí fú wéi bù zhēng gù wú yóu

善時。夫唯不爭，故無尤。

chí ér yíng zhī bù rú qí yǐ chuǎi ér ruì zhī bù

09 持而盈之，不如其已。揣而銳之，不

kě chángbǎo jīn yù mǎntáng mò zhī néngshǒu fù guì ér

可長保。金玉滿堂，莫之能守。富貴而

jiāo zì yí qí jiù gōng suì shēn tuì tiān zhī dào yě

驕，自遺其咎。功遂身退，天之道也。

zài yíng pò bào yī néng wú lí hū zhuān qì zhì

10 載營魄抱一，能無離乎？專氣致

róu néngyīng ér hū xiū chú xuán jiàn néng wú cī hū ài  
柔，能嬰兒乎？脩除玄監，能無疵乎？愛  
mín zhì guó néng wú yǐ zhī hū tiānmén kāi hé néng wéi cí  
民治國，能無以知乎？天門開闔，能爲雌  
hū míngbái sì dá néng wú zhī hū shēng zhī xù zhī shēng  
乎？明白四達，能無知乎？生之畜之，生  
ér fú yǒu zhǎng ér fú zǎi shì wèi xuán dé  
而弗有，長而弗宰，是謂玄德。

sān shí fú gòng yì gǔ dāng qí wú yǒu chē zhī yòng  
11 三十輻共一轂，當其無有，車之用  
yě rán zhí yǐ wéi qì dāng qí wú yǒu qì zhī yòng yě  
也。然埴以爲器，當其無有，器之用也。

záo hù yǒu yǐ wéi shì dāng qí wú yǒu shì zhī yòng yě gù  
鑿戶牖以爲室，當其無有，室之用也。故  
yǒu zhī yǐ wéi lì wú zhī yǐ wéi yòng  
有之以爲利，無之以爲用。

wǔ sè lìng rén mù máng wǔ yīn lìng rén ěr lóng wǔ wèi  
12 五色令人目盲，五音令人耳聾，五味  
lìng rén kǒu shuǎng chí chěngtián liè lìng rén xīn fā kuáng nán dé zhī  
令人口爽，馳騁田獵令人心發狂，難得之  
huò lìng rén xíng fáng shì yǐ shèng rén zhī zhì yě wèi fù bú  
貨令人行妨。是以聖人之治也，爲腹不  
wèi mù gù qù bǐ qǔ cǐ  
爲目，故去彼取此。

chǒng rǔ ruò jīng guì dà huàn ruò shēn hé wèi chǒng rǔ  
13 寵辱若驚，貴大患若身。何謂寵辱

ruò jīng chǒng wéi xià yě dé zhī ruò jīng shī zhī ruò jīng  
若驚？寵爲下也，得之若驚，失之若驚，  
shì wèi chǒng rǔ ruò jīng hé wèi guì dà huàn ruò shēn wú suǒ  
是謂寵辱若驚。何謂貴大患若身？吾所  
yǐ yǒu dà huàn zhě wèi wú yǒu shēn yě jí wú wú shēn  
以有大患者，爲吾有身也；及吾無身，  
wú yǒu hé huàn gù guì wéi shēn yú wéi tiān xià ruò ké yǐ  
吾有何患？故貴爲身於爲天下，若可以  
tuō tiān xià yǐ ài yǐ shēn wéi tiān xià ruò ké yǐ jì tiān xià  
託天下矣。愛以身爲天下，若可以寄天下  
yǐ  
矣。

shì zhī bú jiàn míng yuē yí tīng zhī bù wén míng yuē  
14 視之不見名曰夷，聽之不聞名曰  
xī bó zhī bù dé míng yuē wēi cǐ sān zhě bù kě zhì jié  
希，搏之不得名曰微。此三者不可致詰，  
gù hùn ér wéi yī qí shàng bù jiǎo qí xià bú mèi  
故混而爲一。其上不皦，其下不昧，  
shéngshéng xī bù kě míng yě fù guī yú wú wù shì wèi wú  
繩 繩 兮不可名也，復歸於無物。是謂無  
zhuàng zhī zhuàng wú wù zhī xiàng shì wèi hū huǎng yíng zhī bú  
狀 之狀，無物之象，是謂忽恍。迎之不  
jiàn qí shǒu suí zhī bú jiàn qí hòu zhí gǔ zhī dào yǐ yù  
見其首，隨之不見其後。執古之道，以御  
jīn zhī yǒu yǐ zhī gǔ shǐ shì wèi dào jì  
今之有，以知古始，是謂道紀。

gǔ zhī shàn wéi shì zhě wēi miào xuán tōng shēn bù kě  
15 古之善爲士者，微妙玄通，深不可  
shí fú wéi bù kě shí gù qiǎng wéi zhī róng yù xī qí ruò  
識。夫唯不可識，故強爲之容：豫兮其若  
dōng shè chuān yóu xī qí ruò wèi sì lín yǎn xī qí ruò kè huàn  
冬涉川，猶兮其若畏四鄰，儼兮其若客，渙  
xī qí ruò bīng shì dūn xī qí ruò pǔ kuàng xī qí ruò gǔ hún  
兮其若冰釋，敦兮其若樸，曠兮其若谷，渾  
xī qí ruò zhuó shú néng zhuó ér jìng zhī xú qīng shú néng ān  
兮其若濁。孰能濁而靜之徐清？孰能安  
yǐ dòng zhī xú shēng bǎo cǐ dào zhě bú yù yíng fú wéi bú  
以動之徐生？保此道者不欲盈。夫唯不  
yù yíng gù néng bì ér bù chéng  
欲盈，故能敝而不成。

zhì xū jí shǒu jìng dǔ wàn wù bìng zuò wú yǐ guān qí  
16 致虛極，守靜篤，萬物並作，吾以觀其  
fù fú wù yún yún gè fù guī qí gēn guī gēn yuē jìng  
復。夫物芸芸，各復歸其根。歸根曰靜，  
shì wèi fù mìng fù mìng yuē cháng zhī cháng yuē míng bù zhī  
是謂復命。復命曰常，知常曰明。不知  
cháng wàng wàng zuò xiōng zhī cháng róng róng nǎi gōng  
常，妄。妄作，凶。知常，容。容乃公，  
gōng nǎi wáng wáng nǎi tiān tiān nǎi dào dào nǎi jiǔ mò shēn bú  
公乃王，王乃天，天乃道，道乃久，沒身不  
dài  
殆。

17      tài shàng xià zhī yǒu zhī      qí cì qīn zhī yù zhī  
太上，下知有之。其次，親之譽之。

qí cì wèi zhī      qí xià wǔ zhī      xìn bù zú yān yǒu bú  
其次，畏之。其下，侮之。信不足焉，有不  
xìn yān      yóu xī qí guì yán yě      chéng shì shù gōng ér bǎi xìng  
信焉。猶兮其貴言也。成事述功，而百姓  
yuē      wǒ zì rán yě  
曰：我自然也。

18      gù dà dào fèi      yǒu rén yì      zhì huì chū      yǒu dà wěi  
故大道廢，有仁義。智慧出，有大偽。

liù qīn bù hé      yǒu xiào cí      guó jiā hūn luàn      yǒu zhōng chén  
六親不和，有孝慈。國家昏亂，有忠臣。

19      jué shèng qì zhì      mín lì bǎi bèi      jué rén qì yì      mín  
絕聖棄智，民利百倍。絕仁棄義，民

fù xiào cí      jué qiǎo qì lì      dào zéi wú yǒu      cǐ sān zhě yǐ  
復孝慈。絕巧棄利，盜賊無有。此三者以

wéi wén bù zú      gù lìng yǒu suǒ zhǔ      xiàn sù bào pǔ      shǎo sī  
爲文不足，故令有所屬：見素抱樸，少私

guǎ yù  
寡欲。

20      jué xué wú yōu      wéi zhī yǔ hē      xiāng qù jǐ hé      měi  
絕學無憂。唯之與訶，相去幾何？美

zhī yǔ è      xiāng qù hé ruò      rén zhī suǒ wèi      yì bù kě yǐ  
之與惡，相去何若？人之所畏，亦不可以

bú wèi rén      huāng xī qí wèi yāng zāi      zhòng rén xī xī      rú xiǎng  
不畏人，荒兮其未央哉。眾人熙熙，如享

tài láo rú chūndēng tái wǒ dú bó xī wèi zhào rú yīng ér  
太牢，如春登臺。我獨怕兮未兆，如嬰兒  
zhī wèi hái lěi lěi xī ruò wú suǒ guī zhòng rén jiē yǒu yú  
之末孩，累累兮若無所歸。眾人皆有餘，  
ér wǒ dú ruò yí wǒ yú rén zhī xīn yě chōng chōng sú rén  
而我獨若遺，我愚人之心也慙慙。俗人  
zhāozhāo wǒ dú ruò hūn sú rén chá chá wǒ dú mēnmēn hū  
昭昭，我獨若昏，俗人察察，我獨悶悶，忽  
xī ruò hǎi piāo xī ruò wú suǒ zhǐ zhòng rén jiē yǒu yǐ wǒ  
兮若海，飄兮若無所止。眾人皆有以，我  
dú wán sì bǐ wǒ dú yì yú rén ér guì shí mǔ  
獨頑似鄙。我獨異於人，而貴食母。

kǒng dé zhī róng wéi dào shì cóng dào zhī wéi wù  
21 孔德之容，唯道是從。道之爲物，  
wéi huǎng wéi hū hū xī huǎng xī qí zhōng yǒu xiàng huǎng  
唯恍唯忽。忽兮恍兮，其中有象。恍  
xī hū xī qí zhōng yǒu wù yǎo xī míng xī qí zhōng yǒu  
兮忽兮，其中有物。窈兮冥兮，其中有  
qíng qí qíng shèn zhēn qí zhōng yǒu xìn zì jīn jí gǔ qí  
情。其情甚真，其中有信。自今及古，其  
míng bú qù yǐ shùn zhòng fù wú hé yǐ zhī zhòng fù zhī rán  
名不去，以順眾父。吾何以知眾父之然  
yě yǐ cǐ  
也？以此。

qū zé quán wǎng zé zhèng wā zé yíng bì zé xīn  
22 曲則全，枉則正。洼則盈，敝則新。

shǎo zé dé duō zé huò shì yǐ shèng rén zhí yī yǐ wéi tiān  
少則得，多則惑。是以聖人執一以爲天  
xià mù bú zì jiàn gù míng bú zì shì gù zhāng bú zì fá  
下牧。不自見故明，不自視故彰。不自伐  
gù yǒu gōng bú zì jīn gù néng cháng fú wéi bù zhēng gù tiān  
故有功，不自矜故能長。夫唯不爭，故天  
xià mò néng yǔ zhī zhēng gǔ zhī suǒ wèi qū zé quán zhě qǐ xū  
下莫能與之爭。古之所謂曲則全者，豈虛  
yán zāi chéngquán ér guī zhī  
言哉？誠全而歸之。

23 xī yán zì rán piāofēng bù zhōngzhāo bào yǔ bù zhōng  
希言自然。飄風不終朝，暴雨不終  
rì shú wéi cǐ zhě tiān dì tiān dì shàng bù néng jiǔ  
日。孰爲此者？天地。天地尚不能久，  
ér kuàng yú rén hū gù cóng shì ér dào zhě tóng yú dào  
而況於人乎？故從事，而道者同於道，  
dé zhě tóng yú dé shī zhě tóng yú shī tóng yú dé zhě dào  
德者同於德，失者同於失。同於德者，道  
yì dé zhī tóng yú shī zhě dào yì shī zhī  
亦德之。同於失者，道亦失之。

24 qǐ zhě bú lì kuà zhě bù xíng zì jiàn zhě bù míng  
跂者不立，跨者不行。自見者不明，  
zì shì zhě bù zhāng zì fá zhě wú gōng zì jīn zhě bù cháng  
自視者不彰。自伐者無功，自矜者不長。  
qí zài dào yě yuē yú shí zhuì xíng wù huò wù zhī gù yǒu  
其在道也曰：餘食贅行。物或惡之，故有

dào zhě bù chǔ

道者不處。

25 yǒu wù hún chéng xiān tiān dì shēng jì xī liáo xī dú  
有物混成，先天地生，寂兮寥兮，獨

lì ér bù gǎi zhōu xíng ér bú dài ké yǐ wéi tiān xià mǔ  
立而不改，周行而不殆，可以爲天下母。

wú bù zhī qí míng zì zhī yuē dào qiǎng wéi zhī míng yuē dà  
吾不知其名，字之曰道，強爲之名曰大。

dà yuē shì shì yuē yuǎn yuǎn yuē fǎn dào dà tiān dà dì  
大曰逝，逝曰遠，遠曰反。道大，天大，地

dà wáng yì dà yù zhōng yǒu sì dà ér wáng jū yī yān  
大，王亦大。域中有四大，而王居一焉。

rén fǎ dì dì fǎ tiān tiān fǎ dào dào fǎ zì rán  
人法地，地法天，天法道，道法自然。

26 zhòng wéi qīng gēn jìng wéi zào jūn shì yǐ jūn zǐ zhōng  
重爲輕根，靜爲躁君。是以君子終

rì xíng bù lí qí zī zhòng suī yǒu róng guān yàn chǔ chāo rán  
日行不離其輜重，雖有榮觀，燕處超然。

nài hé wàn shèng zhī zhǔ ér yǐ shēn qīng yú tiān xià qīng zé shī  
奈何萬乘之主而以身輕於天下？輕則失

běn zào zé shī jūn  
本，躁則失君。

27 shàn xíng zhě wú zhé jì shàn yán zhě wú xiá zhé shàn  
善行者無轍迹。善言者無瑕謫。善

shǔ zhě bú yòng chóu cè shàn bì zhě wú guān jiàn ér bù kě  
數者不用籌策。善閉者無關鍵而不可

kāi shàn jié zhě wú shéngyuē ér bù kě jiě shì yǐ shèng rén  
開。善結者無繩約而不可解。是以聖人  
chángshàn jiù rén ér wú qì rén chángshàn jiù wù ér wú  
常善救人，而無棄人；常善救物，而無  
qì wù shì wèi xí míng gù shàn rén shàn rén zhī shī bú  
棄物。是謂襲明。故善人，善人之師；不  
shàn rén shàn rén zhī zī bú guì qí shī bú ài qí zī suī  
善人，善人之資。不貴其師，不愛其資，雖  
zhī dà mí shì wèi miào yào  
知，大迷，是謂妙要。

zhī qí xióng shǒu qí cí wéi tiān xià xī wéi tiān xià  
28 知其雄，守其雌，爲天下谿。爲天下  
xī cháng dé bù lí fù guī yú yīng ér zhī qí róng shǒu qí  
谿，常德不離，復歸於嬰兒。知其榮，守其  
rǔ wéi tiān xià gǔ wéi tiān xià gǔ cháng dé nǎi zú fù guī  
辱，爲天下谷。爲天下谷，常德乃足，復歸  
yú pǔ zhī qí bái shǒu qí hēi wéi tiān xià shì wéi tiān  
於樸。知其白，守其黑，爲天下式。爲天  
xià shì cháng dé bú tè fù guī yú wú jí pǔ sǎn zé wéi  
下式，常德不忒，復歸於無極。樸散則爲  
qì shèng rén yòng zhī zé wéi guānzhǎng fú dà zhì wú gē  
器，聖人用之，則爲官長。夫大制無割。

jiāng yù qǔ tiān xià ér wéi zhī wú jiàn qí bù dé yǐ  
29 將欲取天下而爲之，吾見其不得已。  
fú tiān xià shén qì yě fēi kě wéi zhě yě wéi zhě bài  
夫天下，神器也，非可爲者也。爲者敗

zhī zhí zhě shī zhī wù huò xíng huò suí huò xǔ huò chuī huò  
之，執者失之。物或行或隨，或响或吹，或  
qiáng huò léi huò zài huò huī shì yǐ shèng rén qù shèn qù shē  
強 或羸，或載或墮。是以 聖 人去甚去奢  
qù tài  
去泰。

30 yǐ dào zuǒ rén zhǔ zhě bù yù yǐ bīng qiáng yú tiān  
以道佐人主者，不欲以兵強於天  
xià qí shì hào huán shī zhī suǒ chǔ jīng jí shēng yān dà  
下。其事好還。師之所處，荊棘生焉。大  
jūn zhī hòu bì yǒu xiōng nián shàn zhě guǒ ér yǐ bù yǐ qǔ  
軍之後，必有凶年。善者果而已，不以取  
qiáng guǒ ér fú fá guǒ ér fú jiāo guǒ ér fú jīn guǒ  
強。果而弗伐，果而弗驕，果而弗矜。果  
ér bù dé yǐ shì wèi guǒ ér bù qiáng wù zhuàng ér lǎo shì  
而不得已，是謂果而不強。物 壯 而老，是  
wèi bú dào bú dào zǎo yǐ  
謂不道。不道早已。

31 fú bīng zhě bù xiáng zhī qì yě wù huò wù zhī  
夫兵者，不 祥 之器也，物或惡之，  
gù yǒu dào zhě bù chǔ jūn zǐ jū zé guì zuǒ yòng bīng zé guì  
故有道者不處。君子居則貴左，用兵則貴  
yòu gù bīng zhě fēi jūn zǐ zhī qì yě bīng zhě bù xiáng  
右，故兵者，非君子之器也。兵者，不 祥  
zhī qì yě bù dé yǐ ér yòng zhī tián xí wéi shàng shèng ér  
之器也，不得已而用之，鈇襲爲上，勝 而

bù měi yě měi zhī shì lè shā rén yě fú lè shā rén  
不美也。美之，是樂殺人也。夫樂殺人  
zhě bù ké yǐ dé zhì yú tiān xià jí shì shàng zuǒ sāng shì  
者，不可以得志於天下。吉事尚左，喪事  
shàng yòu piān jiāng jūn jū zuǒ shàng jiāng jūn jū yòu yán yǐ  
尚右。偏將軍居左，上將軍居右，言以  
sāng lǐ chǔ zhī gù shā rén zhòng duō yǐ āi bēi lì zhī  
喪禮處之。故殺人眾多，以哀悲莅之。  
zhàn shèng yǐ sāng lǐ chǔ zhī  
戰勝，以喪禮處之。

dào cháng wú míng pǔ suī xiǎo tiān xià bù gǎn chén  
32 道常無名。樸雖小，天下不敢臣。

hóu wáng ruò néng shǒu zhī wàn wù jiāng zì bīn tiān dì xiāng  
侯王若能守之，萬物將自賓。天地相  
hé yǐ jiàngān lù mín mò zhī lìng ér zì jūn yān shǐ zhì yǒu  
合以降甘露，民莫之令而自均焉。始制有  
míng míng yì jì yǒu fú yì jiāng zhī zhǐ zhī zhǐ suǒ yǐ bú  
名，名亦既有，夫亦將知止。知止所以不  
dài pì dào zhī zài tiān xià yóu chuān gǔ zhī yǔ jiāng hǎi  
殆。譬道之在天下，猶川谷之與江海。

zhī rén zhě zhì yě zì zhī zhě míng yě shēng rén zhě yǒu  
33 知人者智也，自知者明也。勝人者有  
lì yě zì shēng zhě qiáng yě zhī zú zhě fù yě qiáng xíng  
力也，自勝者強也。知足者富也，強行  
zhě yǒu zhì yě bù shī qí suǒ zhě jiǔ yě sǐ ér bù wáng zhě  
者有志也。不失其所者久也，死而不亡者

shòu yě

壽也。

34 dà dào fàn xī qí kě zuǒ yòu yě chéng gōng suì shì ér  
大道汎兮，其可左右也。成功遂事而  
fú míng yǒu wàn wù guī yān ér fú wéi zhǔ zé cháng wú yù  
弗名有，萬物歸焉而弗為主。則常無欲  
yě kě míng yú xiǎo wàn wù guī yān ér fú wéi zhǔ kě míng  
也，可名於小。萬物歸焉而弗為主，可名  
yú dà shì yǐ shèng rén zhī néng chéng dà yě yǐ qí bù wéi  
於大。是以聖人之能成大也，以其不爲  
dà yě gù néng chéng dà  
大也，故能成大。

35 zhí dà xiàng tiān xià wǎng wǎng ér bú hài ān píng  
執大象，天下往。往而不害，安平  
tài yuè yǔ ěr guò kè zhǐ dào zhī chū yán yě dàn hū  
泰。樂與餌，過客止。道之出言也，淡乎  
qí wú wèi shì zhī bù zú jiàn tīng zhī bù zú wén yòng zhī  
其無味。視之不足見，聽之不足聞，用之  
bù kě jì  
不可既。

36 jiāng yù xī zhī bì gù zhāng zhī jiāng yù ruò zhī  
將欲翕之，必固張之。將欲弱之，  
bì gù qiáng zhī jiāng yù qù zhī bì gù yǔ zhī jiāng yù  
必固強之。將欲去之，必固與之。將欲  
duó zhī bì gù yǔ zhī shì wèi wēi míng róu ruò shēng gāng  
奪之，必固予之。是謂微明。柔弱勝剛

qiáng yú bù kě tuō yú yuān guó zhī lì qì bù ké yǐ shì  
強。魚不可脫於淵。國之利器不可以示  
rén  
人。

dào cháng wú wéi yě hóu wáng ruò néng shǒu zhī  
37 道常無爲也。侯王若能守之，  
wàn wù jiāng zì huà huà ér yù zuò jiāng zhèn zhī yǐ wú míng  
萬物將自化。化而欲作，將鎮之以無名  
zhī pǔ fú yì jiāng zhī zú zhī zú yǐ jìng wàn wù jiāng zì  
之樸，夫亦將知足。知足以靜，萬物將自  
zhèng  
正。

shàng dé bù dé shì yǐ yǒu dé xià dé bù shī dé  
38 上德不德，是以有德。下德不失德，  
shì yǐ wú dé shàng dé wú wéi ér wú yǐ wéi shàng rén wéi zhī  
是以無德。上德無爲而無以爲，上仁爲之  
ér wú yǐ wéi shàng yì wéi zhī ér yǒu yǐ wéi shàng lǐ wéi zhī  
而無以爲，上義爲之而有以爲，上禮爲之  
ér mò zhī yìng zé rǎng bì ér réng zhī gù shī dào ér hòu  
而莫之應，則攘臂而仍之。故失道而後  
dé shī dé ér hòu rén shī rén ér hòu yì shī yì ér hòu  
德，失德而後仁，失仁而後義，失義而後  
lǐ fú lǐ zhě zhōng xìn zhī bó ér luàn zhī shǒu yě qián shí  
禮。夫禮者，忠信之薄而亂之首也。前識  
zhě dào zhī huā ér yú zhī shǐ yě shì yǐ dà zhàng fū chǔ  
者，道之華而愚之始也。是以大丈夫處

qí hòu ér bù chǔ qí bó jū qí shí ér bù jū qí huá gù  
其厚而不處其薄，居其實而不居其華，故  
qù bǐ qǔ cǐ  
去彼取此。

39 xī zhī dé yī zhě tiān dé yī yǐ qīng dì dé yī yǐ  
昔之得一者：天得一以清，地得一以  
níng shén dé yī yǐ líng gǔ dé yī yǐ yíng wàn wù dé yī yǐ  
寧，神得一以靈，谷得一以盈，萬物得一以  
shēng hóu wáng dé yī yǐ wéi zhèng qí zhì zhī yě tiān wú yǐ  
生，侯王得一以爲正。其致之也，天無以  
qīng jiāng kǒng liè dì wú yǐ níng jiāng kǒng fā shén wú yǐ líng  
清將恐裂，地無以寧將恐發，神無以靈  
jiāng kǒng xiē gǔ wú yǐ yíng jiāng kǒng jié wàn wù wú yǐ shēng  
將恐歇，谷無以盈將恐竭，萬物無以生  
jiāng kǒng miè hóu wáng wú yǐ guì gāo jiāng kǒng jué gù bì guì  
將恐滅，侯王無以貴高將恐蹶。故必貴  
ér yǐ jiàn wéi běn bì gāo yǐ ér yǐ xià wéi jī fú shì yǐ  
而以賤爲本，必高矣而以下爲基。夫是以  
hóu wáng zì wèi gū guǎ bù gǔ cǐ qí yǐ jiàn wéi běn yú fēi  
侯王自謂孤寡不穀，此其以賤爲本與？非  
yě gù zhì shù yú wú yú shì gù bú yù lù lù rú yù  
也。故致數輿無輿。是故不欲碌碌如玉、  
luò luò rú shí  
碌碌如石。

40 fǎn yě zhě dào zhī dòng yě ruò yě zhě dào zhī yòng  
反也者道之動也。弱也者道之用

yě tiān xià zhī wù shēng yú yǒu yǒushēng yú wú  
也。天下之物生於有，有生於無。

shàng shì wén dào qín ér xíng zhī zhōng shì wén dào  
41 上士聞道，勤而行之。中士聞道，  
ruò cún ruò wáng xià shì wén dào dà xiào zhī bú xiào bù zú  
若存若亡。下士聞道，大笑之，不笑不足  
yǐ wéi dào jiàn yán yǒu zhī yuē míng dào ruò mèi jìn dào ruò  
以爲道。建言有之曰：明道若昧，進道若  
tuì yí dào ruò lèi shàng dé ruò gǔ dà bái ruò rǔ guǎng  
退，夷道若<sup>類</sup>。上德若谷，大白若辱。廣  
dé ruò bù zú jiàn dé ruò shū zhì zhēn ruò yú dà fāng wú  
德若不足，建德若<sup>輸</sup>。質<sup>貞</sup>若渝，大方無  
yú dà qì wǎn chéng dà yīn xī shēng dà xiàng wú xíng dào  
隅。大器晚成，大音希聲。大象無形，道  
bāo wú míng fú wéi dào shàn shǐ qiě shàn chéng  
<sup>褒</sup>無名。<sup>夫</sup>唯道，善<sup>始</sup>且善成。

dào shēng yī yī shēng èr èr shēng sān sān shēng wàn  
42 道生一，一生二，二生三，三生萬  
wù wàn wù fù yīn ér bào yáng zhōng qì yǐ wéi hé rén zhī  
物。萬物負陰而抱陽，<sup>中</sup>氣以爲和。人之  
suǒ wù wéi gū guǎ bù gǔ ér wáng gōng yǐ zì chēng wù huò  
所<sup>惡</sup>，唯孤寡不<sup>穀</sup>，而王公以自稱。物或  
sǔn zhī ér yì yì zhī ér sǔn rén zhī suǒ jiào yì yì ér  
損之而益，益之而損。人之所教，亦<sup>議</sup>而  
jiào rén qiáng liáng zhě bù dé qí sǐ wú jiāng yǐ wéi jiào fù  
教人。強梁者不得其死，吾將以爲教<sup>父</sup>。

tiān xià zhī zhì róu chí chěng yú tiān xià zhī zhì jiān  
43 天下之至柔，馳騁於天下之至堅。

wú yǒu rù yú wú jiàn wú shì yǐ zhī wú wéi zhī yǒu yì yě  
無有入於無間。吾是以知無爲之有益也。

bù yán zhī jiào wú wéi zhī yì tiān xià xī néng jí zhī yǐ  
不言之教，無爲之益，天下希能及之矣。

míng yǔ shēn shú qīn shēn yǔ huò shú duō dé yǔ wáng  
44 名與身孰親？身與貨孰多？得與亡

shú bìng shèn ài bì dà fèi duō cáng bì hòu wáng zhī zú  
孰病？甚愛必大費。多藏必厚亡。知足

bù rǔ zhī zhǐ bú dài ké yǐ cháng jiǔ  
不辱，知止不殆，可以長久。

dà chéng ruò quē qí yòng bú bì dà yíng ruò chōng  
45 大成若缺，其用不敝。大盈若沖，

qí yòng bù qióng dà zhí ruò qū dà qiǎo ruò zhuō dà yíng  
其用不窮。大直若屈。大巧若拙。大贏

ruò chù zào shēng hán jìng shēng rè qīng jìng wéi tiān xià  
若絀。躁勝寒。靜勝熱。清靜爲天下

zhèng  
正。

tiān xià yǒu dào què zǒu mǎ yǐ fèn tiān xià wú dào  
46 天下有道，卻走馬以糞。天下無道，

róng mǎ shēng yú jiāo zuì mò dà yú shèn yù jiù mò dà yú  
戎馬生於郊。罪莫大於甚欲。咎莫大於

yù dé huò mò dà yú bù zhī zú zhī zú zhī wéi zú cháng  
欲得。禍莫大於不知足。知足之爲足，常

zú yǐ  
足矣。

bù chū hù zhī tiān xià bù kuī yǒu zhī tiān dào  
47 不出戶，知天下。不窺牖，知天道。

qí chū mí yuǎn qí zhī mí shǎo shì yǐ shèng rén bù xíng ér  
其出彌遠，其知彌少。是以聖人不行而

zhī bú jiàn ér míng bù wéi ér chéng  
知，不見而名，不爲而成。

wéi xué zhě rì yì wéi dào zhě rì sǔn sǔn zhī yòu sǔn  
48 爲學者日益，爲道者日損，損之又損

zhī yǐ zhì yú wú wéi yě wú wéi ér wú bù wéi qǔ tiān  
之，以至於無爲也。無爲而無不爲。取天

xià yě cháng wú shì jí qí yǒu shì yě bù zú yǐ qǔ tiān xià  
下也，常無事，及其有事也，不足以取天下

yǐ  
矣。

shèng rén cháng wú xīn yǐ bǎi xìng zhī xīn wéi xīn shàn  
49 聖人常無心，以百姓之心爲心。善

zhě shàn zhī bú shàn zhě yì shàn zhī dé shàn yě xìn zhě xìn  
者善之，不善者亦善之，德善也。信者信

zhī bú xìn zhě yì xìn zhī dé xìn yě shèng rén zhī zài tiān  
之，不信者亦信之，德信也。聖人之在天

xià yě xī xī yān wèi tiān xià hún xīn bǎi xìng jiē zhù qí ěr  
下也，翕翕焉爲天下渾心。百姓皆注其耳

mù yān shèng rén jiē hái zhī  
目焉，聖人皆孩之。

50 chū shēng rù sǐ shēng zhī tú shí yǒu sān sǐ zhī tú  
出生入死。生之徒十有三，死之徒  
shí yǒu sān ér mín shēng shēng dòng jiē zhī sǐ dì zhī shí yǒu  
十有三。而民生生，動皆之死地之十有  
sān fú hé gù yǐ qí shēng shēng yě gài wén shàn shè  
三。夫何故？以其生生也。蓋聞善攝  
shēng zhě lù xíng bú bì sì hǔ rù jūn bù pī jiǎ bīng sì  
生者，陸行不避兇虎，入軍不被甲兵。兇  
wú suǒ tóu qí jiǎo hǔ wú suǒ cuò qí zhǎo bīng wú suǒ róng qí  
無所投其角，虎無所措其爪，兵無所容其  
rèn fú hé gù yǐ qí wú sǐ dì yān  
刃。夫何故？以其無死地焉。

51 dào shēng zhī ér dé xù zhī wù xíng zhī ér qì chéng  
道生之而德畜之，物形之而器成  
zhī shì yǐ wàn wù mò bù zūn dào ér guì dé dào zhī zūn  
之，是以萬物莫不尊道而貴德。道之尊，  
dé zhī guì fú mò zhī jué ér cháng zì rán yě dào shēng zhī  
德之貴，夫莫之爵而常自然也。道生之  
xù zhī zhǎng zhī suì zhī tíng zhī dú zhī yǎng zhī fù zhī shēng  
畜之，長之遂之，亭之毒之，養之覆之。生  
ér fú yǒu wéi ér fú shì zhǎng ér fú zǎi shì wèi xuán dé  
而弗有，爲而弗恃，長而弗宰，是謂玄德。

52 tiān xià yǒu shǐ yǐ wéi tiān xià mǔ jì dé qí mǔ  
天下有始，以爲天下母。既得其母，  
yǐ zhī qí zǐ fù shǒu qí mǔ mò shēn bú dài sè qí  
以知其子，復守其母，沒身不殆。塞其

duì bì qí ménzhōngshēn bù qín kāi qí duì jì qí shì  
兌，閉其門，終身不勤。開其兌，濟其事，  
zhōngshēn bú jiù jiànxiǎo yuē míng shǒu róu yuē qiáng yòng qí  
終身不救。見小曰明，守柔曰強。用其  
guāng fù guī qí míng wú yí shēnyāng shì wèi xí cháng  
光，復歸其明，無遺身殃，是謂襲常。

53 shǐ wǒ jiè rán yǒu zhī xíng yú dà dào wéi yí shì  
使我介然有知，行於大道，唯施是  
wèi dà dào shèn yí ér mín hào jìng cháo shèn chú tián shèn  
畏。大道甚夷，而民好徑。朝甚除，田甚  
wú cāng shèn xū fú wén cǎi dài lì jiàn yàn yǐn shí jī  
蕪，倉甚虛，服文采，帶利劍，馱飲食，齎  
huò cái shì wèi dào yú fēi dào yě  
貨財，是謂盜竽，非道也。

54 shàn jiàn zhě bù bá shàn bào zhě bù tuō zǐ sūn yǐ  
善建者不拔。善抱者不脫。子孫以  
jì sì bù jué xiū zhī shēn qí dé nǎi zhēn xiū zhī jiā  
祭祀不絕。修之身，其德乃真。修之家，  
qí dé yǒu yú xiū zhī xiāng qí dé nǎi zhǎng xiū zhī guó  
其德有餘。修之鄉，其德乃長。修之國，  
qí dé nǎi fēng xiū zhī tiān xià qí dé nǎi pǔ gù yǐ  
其德乃豐。修之天下，其德乃普。故以  
shēnguānshēn yǐ jiā guān jiā yǐ xiāng guān xiāng yǐ guó guān  
身觀身，以家觀家，以鄉觀鄉，以國觀  
guó yǐ tiān xià guāntiān xià wú hé yǐ zhī tiān xià zhī rán  
國，以天下觀天下。吾何以知天下之然？

yǐ cǐ  
以此。

55 hán dé zhī hòu zhě bǐ yú chì zǐ fēng chài huǐ shé bú  
含德之厚者，比於赤子。蜂蠆虺蛇不  
shì jué niǎo měng shòu bù bó gǔ ruò jīn róu ér wò gù wèi  
螫，攫鳥猛獸不搏。骨弱筋柔而握固，未  
zhī pìn mǔ zhī hé ér zuī zuò jīng zhī zhì yě zhōng rì háo ér  
知牝牡之合而媾作，精之至也。終日號而  
bù yōu hé zhī zhì yě hé yuē cháng zhī hé yuē míng yì  
不憂，和之至也。和曰常。知和曰明。益  
shēng yuē xiáng xīn shǐ qì yuē qiáng wù zhuàng zé lǎo shì wèi  
生曰祥。心使氣曰強。物壯則老，是謂  
bú dào bú dào zǎo yǐ  
不道。不道早已。

56 zhī zhě bù yán yán zhě bù zhī sè qí duì bì qí  
知者不言，言者不知。塞其兌，閉其  
mén cuò qí ruì jiě qí fēn hé qí guāng tóng qí chén shì wèi  
門，挫其銳，解其紛，和其光，同其塵，是謂  
xuán tóng gù bù kě dé ér qīn yì bù kě dé ér shū bù  
玄同。故不可得而親，亦不可得而疏，不  
kě dé ér lì yì bù kě dé ér hài bù kě dé ér guì yì  
可得而利，亦不可得而害，不可得而貴，亦  
bù kě dé ér jiàn gù wéi tiān xià guì  
不可得而賤，故爲天下貴。

57 yǐ zhèng zhì guó yǐ qí yòng bīng yǐ wú shì qǔ tiān  
以正治國，以奇用兵，以無事取天

xià wú hé yǐ zhī qí rán yě fú tiān xià duō jì huì  
下。吾何以知其然也？夫天下多忌諱，  
ér mín mí pín mǐn duō lì qì ér guó jiā zī hūn rén duō  
而民彌貧。民多利器，而國家滋昏。人多  
jì qiǎo ér qí wù zī qǐ fǎ lìng zī zhāng ér dào zéi duō  
技巧，而奇物滋起。法令滋彰，而盜賊多  
yǒu gù shèng rén zhī yán yún wǒ wú wéi ér mín zì huà wǒ  
有。故聖人之言云：我無爲而民自化，我  
wú shì ér mín zì fù wǒ hào jìng ér mín zì zhèng wǒ yù bú  
無事而民自富，我好靜而民自正，我欲不  
yù ér mín zì pǔ  
欲而民自樸。

qí zhèng mēn mēn qí mǐn chún chún qí zhèng chá chá  
58 其正悶悶，其民淳淳。其正察察，  
qí mǐn quē quē huò xī fú zhī suǒ yǐ fú xī huò zhī suǒ  
其民缺缺。禍兮福之所倚，福兮禍之所  
fú shú zhī qí jí qí wú zhèng yě zhèng fù wéi qí  
伏。孰知其極？其無正也。正復爲奇，  
shàn fù wéi yāo rén zhī mí yě qí rì gù jiǔ yǐ shì yǐ  
善復爲妖。人之迷也，其日固久矣。是以  
shèng rén fāng ér bù gē lián ér bú guì zhí ér bú sì guāng  
聖人方而不割，廉而不剝，直而不肆，光  
ér bú yào  
而不耀。

zhì rén shì tiān mò ruò sè fú wéi sè shì yǐ zǎo  
59 治人事天莫若嗇。夫唯嗇，是以早

fú zǎo fú wèi zhī zhòng jī dé zhòng jī dé zé wú bú  
服。早服謂之重積德。重積德則無不  
kè wú bú kè zé mò zhī qí jí mò zhī qí jí ké yǐ  
克。無不克則莫知其極。莫知其極，可以  
yǒu yù yǒu yù zhī mǔ ké yǐ cháng jiǔ shì wèi shēn gēn  
有域。有域之母，可以長久。是謂深根  
gù dī chángshēng jiǔ shì zhī dào yě  
固抵，長生久視之道也。

zhì dà guó ruò pēng xiǎo xiān yǐ dào lì tiān xià  
60 治大國，若烹小鮮。以道莅天下，  
qí guǐ bù shén fēi qí guǐ bù shén yě qí shén bù shāng rén  
其鬼不神。非其鬼不神也，其神不傷人  
yě fēi qí shén bù shāng rén yě shèng rén yì fú shāng rén  
也。非其神不傷人也，聖人亦弗傷人  
yě fú liǎng bú xiàngshāng gù dé jiāo guī yān  
也。夫兩不相傷，故德交歸焉。

dà guó zhě xià liú yě tiān xià zhī jiāo tiān xià zhī  
61 大國者，下流也。天下之交，天下之  
pìn yě pìn cháng yǐ jìng shēng mǔ yǐ jìng wéi xià gù dà  
牝也。牝常以靜勝牡，以靜爲下。故大  
guó yǐ xià xiǎo guó zé qǔ xiǎo guó xiǎo guó yǐ xià dà guó  
國以下小國，則取小國。小國以下大國，  
zé qǔ yú dà guó gù huò xià yǐ qǔ huò xià ér qǔ dà  
則取於大國。故或下以取，或下而取。大  
guó bú guò yù jiān xù rén xiǎo guó bú guò yù rù shì rén fú  
國不過欲兼畜人，小國不過欲入事人。夫

liǎngzhě gè dé qí suǒ yù zé dà zhě yí wéi xià  
兩者各得其所欲，則大者宜爲下。

62 dào zhě wàn wù zhī zhù yě shàn rén zhī bǎo bú shàn  
道者，萬物之注也，善人之寶，不善  
rén zhī suǒ bǎo měi yán ké yǐ shì zūn xíng ké yǐ hè rén  
人之所保。美言可以市，尊行可以賀人。  
rén zhī bú shàn hé qì zhī yǒu gù lì tiān zǐ zhì sān  
人之不善，何棄之有？故立天子，置三  
gōng suī yǒu gǒng bì yǐ xiān sì mǎ bù rú zuò ér jìn dào  
公。雖有拱璧以先駟馬，不如坐而進道。  
gǔ zhī suǒ yǐ guì dào zhě hé yě bú wèi qiú yǐ dé yǒu  
古之所以貴道者，何也？不謂求以得、有  
zuì yí miǎn yú gù wéi tiān xià guì  
罪以免與？故爲天下貴。

63 wéi wú wéi shì wú shì wèi wú wèi dà xiǎo duō  
爲無爲，事無事，味無味。大小多  
shǎo bào yuàn yǐ dé tú nán yú qí yì wéi dà yú qí  
少。報怨以德。圖難於其易，爲大於其  
xì tiān xià nán shì zuò yú yì tiān xià dà shì zuò yú xì  
細。天下難事作於易，天下大事作於細。  
shì yǐ shèng rén zhōng bù wéi dà gù néng chéng qí dà fú  
是以聖人終不爲大，故能成其大。夫  
qīng nuò bì guǎ xìn duō yì bì duō nán shì yǐ shèng rén yóu  
輕諾必寡信，多易必多難。是以聖人猶  
nán zhī gù zhōng wú nán  
難之，故終無難。

64 qí ān yě yì chí qí wèizhào yě yì móu qí cuì yě  
其安也易持，其未兆也易謀。其脆也  
yì pò qí wēi yě yì sàn wéi zhī yú qí wèi yǒu zhì zhī  
易破，其微也易散。爲之於其未有，治之  
yú qí wèiluàn hé bào zhī mù shēng yú háo mò jiǔ céng zhī  
於其未亂。合抱之木，生於豪末。九層之  
tái qǐ yú lěi tǔ qiān lǐ zhī xíng shǐ yú zú xià wéi  
臺，起於纂土。千里之行，始於足下。爲  
zhě bài zhī zhí zhě shī zhī shì yǐ shèng rén wú wéi gù wú  
者敗之，執者失之。是以聖人無爲故無  
bài wú zhí gù wú shī mín zhī cóng shì cháng yú jī chéng ér  
敗，無執故無失。民之從事，常於幾成而  
bài zhī shènzōng rú shǐ zé wú bài shì yǐ shì yǐ shèng  
敗之。慎終如始，則無敗事矣。是以聖  
rén yù bú yù bú guì nán dé zhī huò xué bù xué fù zhòng  
人欲不欲，不貴難得之貨；學不學，復眾  
rén zhī suǒ guò néng fǔ wàn wù zhī zì rán ér bù gǎn wéi  
人之所過；能輔萬物之自然，而不敢爲。

65 gǔ zhī wéi dào zhě fēi yǐ míngmín yě jiāng yǐ yú zhī  
古之爲道者，非以明民也，將以愚之  
yě mín zhī nán zhì yǐ qí zhī yě gù yǐ zhī zhì guó  
也。民之難治，以其知也。故以知治國，  
guó zhī zéi yě yǐ bù zhī zhì guó guó zhī dé yě zhī cǐ  
國之賊也。以不知治國，國之德也。知此  
liǎng zhě yì kǎi shì yě cháng zhī kǎi shì shì wèi xuán dé  
兩者，亦楷式也。常知楷式，是謂玄德。

xuán dé shēn yǐ yuǎn yǐ yǔ wù fǎn yǐ nǎi zhì dà shùn  
玄 德 深 矣 遠 矣，與 物 反 矣，乃 至 大 順。

jiāng hǎi suǒ yǐ wéi bǎi gǔ wáng zhě yǐ qí néng wéi bǎi  
66 江 海 所 以 爲 百 谷 王 者，以 其 能 爲 百  
gǔ xià shì yǐ néng wéi bǎi gǔ wáng shèng rén zài mín qián yě  
谷 下，是 以 能 爲 百 谷 王。聖 人 在 民 前 也，  
yǐ shēn hòu zhī zài mín shàng yě yǐ yán xià zhī shì yǐ chǔ  
以 身 後 之，在 民 上 也，以 言 下 之，是 以 處  
shàng ér mín fú zhòng yě chǔ qián ér mín fú hài yě tiān xià  
上 而 民 弗 重 也，處 前 而 民 弗 害 也，天 下  
lè tuī ér fú yàn yǐ qí bù zhēng yě gù tiān xià mò néng  
樂 推 而 弗 厭。以 其 不 爭 也，故 天 下 莫 能  
yǔ zhī zhēng  
與 之 爭。

tiān xià jiē wèi wǒ dà ér bú xiào fú wéi dà  
67 天 下 皆 謂 我，大 而 不 肖。夫 唯 大，  
gù bú xiào ruò xiào xì jiǔ yǐ wǒ yǒu sān bǎo chí ér  
故 不 肖。若 肖，細 久 矣。我 有 三 寶，持 而  
bǎo zhī yī yuē cí èr yuē jiǎn sān yuē bù gǎn wéi tiān xià  
保 之。一 曰 慈，二 曰 儉，三 曰 不 敢 爲 天 下  
xiān fú cí gù néng yǒng jiǎn gù néng guǎng bù gǎn wéi tiān xià  
先。夫 慈 故 能 勇，儉 故 能 廣，不 敢 爲 天 下  
xiān gù néng chéng qì zhǎng jīn shě qí cí qiě yǒng shě qí jiǎn  
先 故 能 成 器 長。今 捨 其 慈 且 勇，捨 其 儉  
qiě guǎng shě qí hòu qiě xiān zé bì sǐ yǐ fú cí yǐ zhàn  
且 廣，捨 其 後 且 先，則 必 死 矣。夫 慈，以 戰

zé shèng yǐ shǒu zé gù tiānjiāngjiàn zhī yǐ cí yuán zhī  
則勝，以守則固。天將建之，以慈垣之。

shàn wéi shì zhě bù wǔ shànzhànzhě bú nù shànshèng  
68 善爲士者不武。善戰者不怒。善勝  
dí zhě fú yǔ shànyòng rén zhě wéi zhī xià shì wèi bù zhēng  
敵者弗與。善用人者爲之下。是謂不爭  
zhī dé shì wèi yòng rén zhī lì shì wèi pèi tiān gǔ zhī jí  
之德，是謂用人之力。是謂配天，古之極  
yě  
也。

yòngbīngyǒu yán wú bù gǎn wéi zhǔ ér wéi kè bù gǎn  
69 用兵有言：吾不敢爲主而爲客，不敢  
jìn cùn ér tuì chǐ shì wèi xíng wú háng rǎng wú bì zhí wú  
進寸而退尺。是謂行無行，攘無臂，執無  
bīng nǎi wú dí yǐ huò mò dà yú wú dí wú dí jī sàng  
兵，乃無敵矣。禍莫大於無敵，無敵幾喪  
wú bǎo yǐ gù kàngbīngxiāng jiā zé āi zhěshèng yǐ  
吾寶矣。故抗兵相加，則哀者勝矣。

wú yán shèn yì zhī shèn yì xíng ér tiān xià mò néng  
70 吾言，甚易知，甚易行，而天下莫能  
zhī mò néngxíng yán yǒu zōng shì yǒu jūn fú wéi wú zhī  
知，莫能行。言有宗，事有君。夫唯無知  
yě shì yǐ bù wǒ zhī zhī zhě xī zé wǒ guì yǐ shì  
也，是以不我知。知者希，則我貴矣。是  
yǐ shèngrén pī hè ér huái yù  
以聖人被褐而懷玉。

71 zhī bù zhī shàng yǐ bù zhī bù zhī bìng yǐ shèng rén  
知不知，上矣。不知不知，病矣。聖人

zhī bú bìng yě yǐ qí bìng bìng shì yǐ bú bìng  
之不病也，以其病病，是以不病。

72 mín bú wèi wèi zé dà wèi jiāng zhì yǐ wú zhā qí suǒ  
民不畏畏，則大畏將至矣。毋聞其所

jū wú yàn qí suǒ shēng fú wéi fú yàn shì yǐ bú yàn  
居，毋厭其所生。夫唯弗厭，是以不厭。

shì yǐ shèng rén zì zhī ér bú zì xiàn zì ài ér bú zì guì  
是以聖人自知而不自見，自愛而不自貴。

gù qù bǐ qǔ cǐ  
故去彼取此。

73 yǒng yú gǎn zé shā yǒng yú bù gǎn zé huó cǐ liǎng  
勇於敢則殺，勇於不敢則活。此兩

zhě huò lì huò hài tiān zhī suǒ wù shú zhī qí gù tiān  
者，或利或害。天之所惡，孰知其故？天

zhī dào bù zhēng ér shàn shèng bù yán ér shàn yìng bú zhào  
之道，不爭而善勝，不言而善應，不召

ér zì lái mò rán ér shàn móu tiānwǎng kuí kuí shū ér bù  
而自來，默然而善謀。天網恢恢，疏而不

shī  
失。

74 ruò mín bú wèi sǐ nài hé yǐ shā jù zhī ruò mín  
若民不畏死，奈何以殺懼之？若民

cháng wèi sǐ ér wéi qí zhě wú dé zhí ér shā zhī fú shú  
常畏死，而為奇者，吾得執而殺之，夫孰

gǎn yǐ ruò mín cháng wèi sǐ zé cháng yǒu sī shā zhě fú  
敢矣？若民常畏死，則常有司殺者。夫

dài sī shā zhě shā shì dài dà jiàng zhuó yě fú dài dà jiàng  
代司殺者殺，是代大匠斲也。夫代大匠

zhuó zhě zé xī bù shāng qí shǒu yǐ  
斲者，則希不傷其手矣。

75 rén zhī jī yě yǐ qí shàng shí shuì zhī duō yě shì  
人之飢也，以其上食稅之多也，是

yǐ jī bǎi xìng zhī bù zhì yě yǐ qí shàng zhī yǒu yǐ wéi  
以飢。百姓之不治也，以其上之有以爲

yě shì yǐ bù zhì mín zhī qīng sǐ yě yǐ qí qiú shēng zhī  
也，是以不治。民之輕死也，以其求生之

hòu yě shì yǐ qīng sǐ fú wéi wú yǐ shēng wéi zhě shì xián  
厚也，是以輕死。夫唯無以生爲者，是賢

yú guì shēng  
於貴生。

76 rén zhī shēng yě róu ruò qí sǐ yě jiān qiáng wàn wù  
人之生也柔弱，其死也堅強。萬物

cǎo mù zhī shēng yě róu cuì qí sǐ yě kū gǎo gù jiān qiáng  
草木之生也柔脆，其死也枯槁。故堅強

zhě sǐ zhī tú yě róu ruò zhě shēng zhī tú yě shì yǐ bīng  
者死之徒也，柔弱者生之徒也。是以兵

qiáng zé bú shèng mù qiáng zé gōng qiáng dà chǔ xià róu ruò chǔ  
強則不勝，木強則共。強大處下，柔弱處

shàng  
上。

77 tiān zhī dào yóu zhāng gōng yě gāo zhě yì zhī xià  
天之道，猶張弓也，高者抑之，下  
zhě jǔ zhī yǒu yú zhě sǔn zhī bù zú zhě bǔ zhī tiān zhī  
者舉之，有餘者損之，不足者補之。天之  
dào sǔn yǒu yú ér bǔ bù zú rén zhī dào zé bù rán  
道，損有餘而補不足。人之道則不然，  
sǔn bù zú yǐ fèng yǒu yú shú néng yǒu yú ér yǒu yǐ qǔ fèng  
損不足以奉有餘。孰能有餘而有以取奉  
yú tiān zhě hū wéi yǒu dào zhě shì yǐ shèng rén wéi ér fú  
於天者乎？唯有道者。是以聖人爲而弗  
yǒu chéng gōng ér fú jū qí bú yù xiàn xián yě  
有，成功而弗居，其不欲見賢也。

78 tiān xià mò róu ruò yú shuǐ ér gōng jiān qiáng zhě mò zhī  
天下莫柔弱於水，而攻堅強者莫之  
néng xiān yǐ qí wú yǐ yì zhī yě róu zhī shēng gāng ruò zhī  
能先，以其無以易之也。柔之勝剛，弱之  
shēng qiáng tiān xià mò bù zhī ér mò néng xíng yě shì yǐ  
勝強，天下莫不知，而莫能行也。是以  
shèng rén zhī yán yún shòu guó zhī gòu shì wèi shè jì zhī zhǔ  
聖人之言云：受國之詬，是謂社稷之主。  
shòu guó zhī bù xiáng shì wèi tiān xià zhī wáng zhèng yán ruò fǎn  
受國之不祥，是謂天下之王。正言若反。

79 hé dà yuàn bì yǒu yú yuàn ān ké yǐ wéi shàn shì  
和大怨，必有餘怨，安可以爲善？是  
yǐ shèng rén zhí yòu qì ér bù yǐ zé yú rén gù yǒu dé sī  
以聖人執右契而不以責於人。故有德司

qì wú dé sī chè fú tiāndào wú qīn cháng yǔ shàn rén  
契，無德司徹。夫天道無親，常與善人。

xiǎo guó guǎ mín shǐ yǒu shí bǎi rén zhī qì ér bú yòng  
80 小國寡民。使有十百人之器而不用，  
shǐ mín zhòng sǐ ér bù yuǎn xǐ yǒu zhōu chē wú suǒ chéng  
使民重死而不遠徙。有舟車，無所乘  
zhī yǒu jiǎ bīng wú suǒ chén zhī shǐ mín fù jié shéng ér  
之。有甲兵，無所陳之。使民復結繩而  
yòng zhī gān qí shí měi qí fú ān qí jū lè qí sú  
用之。甘其食，美其服，安其居，樂其俗。

lín guó xiāng wàng jī quǎn zhī shēng xiāng wén mín zhì lǎo sǐ bù  
鄰國相望，雞犬之聲相聞，民至老死不  
xiāng wǎng lái  
相往來。

xìn yán bù měi měi yán bù xìn shàn zhě bù biàn  
81 信言不美，美言不信。善者不辯，  
biàn zhě bù shàn zhī zhě bù bó bó zhě bù zhī shèng rén wú  
辯者不善。知者不博，博者不知。聖人無  
jī jì yǐ wèi rén jǐ yù yǒu jì yǐ yǔ rén jǐ yù  
積，既以爲人，己愈有；既以予人，己愈  
duō tiān zhī dào lì ér bù hài shèng rén zhī dào wéi ér  
多。天之道，利而不害。聖人之道，爲而  
bù zhēng  
不爭。