

# **TAO TE CHING**

**Traducción directa del texto chino  
de Wang Pi  
por José Ramón Alvarez**

## Capítulo 1

El Tao que puede ser expresado, no es el Tao absoluto.  
El nombre que puede ser nombrado, no es el Nombre absoluto.  
El No-ser se refiere al principio del universo.  
El Ser se refiere a la madre de todos los seres.  
Desde el No-ser conocemos las maravillas del Tao.  
Desde el Ser conocemos las apariencias del Tao.  
Ambos tienen el mismo origen, aunque distinto nombre.  
Su identidad se llama misterio.  
Lo más misterioso de lo misterioso,  
es la puerta de toda maravilla.

## Capítulo 2

Cuando todo el mundo reconoce la belleza como tal,  
nace la fealdad.  
Cuando todo el mundo reconoce la bondad como tal,  
nace la maldad.  
Porque Ser y No-ser se engendran uno a otro,  
lo difícil y lo fácil se complementan mutuamente,  
lo largo y lo corto se miden entre sí,  
lo alto y lo bajo se apoyan mutuamente,  
el sonido y el tono se armonizan entre sí,  
el antes y el después se suceden uno a otro.  
Por eso, el sabio actúa por la no-acción y enseña sin palabras.  
Todas las cosas nacen de él, pero no las intenta dominar,  
todas las cosas dependen de él para su existencia  
pero no se apropia de ellas,  
las ayuda en su obrar, pero no se apoya en ellas,  
realiza completamente su obra, pero no se atribuye mérito alguno,  
y al no atribuirse mérito alguno, nada puede perder.

### Capítulo 3

No exaltar los talentos, y el pueblo no competirá entre sí.  
No valorar las cosas difíciles de conseguir,  
y el pueblo no robará.  
No mostrar lo codiciable, y el pueblo no se ofuscará.  
Por eso, el sabio gobierna vaciando la mente y llenando el vientre  
debilitando los deseos y fortaleciendo los huesos.  
Siempre hace que el pueblo no desee saber, ni tenga ambiciones,  
y así, el que sabe no se atreverá a actuar.  
Actuando de acuerdo con la no-acción, todo estará en orden.

### Capítulo 4

El Tao actúa por su vacío, y nunca puede llenarse.  
Profundo, es el origen de todos los seres.  
Suaviza las asperezas, aclara la confusión,  
atempera el brillo, se identifica con la tierra.  
Tranquilo, existe eternamente.  
No sé de quién es hijo, parece existir antes que los dioses.

### Capítulo 5

El cielo y la tierra son imparciales,  
tratan a los seres como a perros de paja.  
El sabio es imparcial,  
trata al pueblo como a perros de paja.  
El universo entero es como una bolsa de aire,  
en su vacío es inagotable,  
en su movimiento no cesa de producir.  
Cuantas más palabras, más rápidamente se llega a la ruina.  
Es mucho mejor permanecer en el vacío.

## Capítulo 6

El espíritu del valle nunca muere,  
se le llama la hembra misteriosa.  
La puerta de la hembra misteriosa,  
se llama la raíz del universo.  
Perpetuamente existente, su acción es inagotable.

## Capítulo 7

El cielo es perpetuo y la tierra es permanente.  
Son perpetuos y permanentes porque no existen para sí mismos,  
por eso son capaces de una existencia perpetua.  
Así, el sabio se pone en último lugar,  
y se encuentra el primero,  
se olvida de sí mismo, y preserva su existencia.  
¿No es porque no busca su propia persona  
por lo que puede realizarse a sí mismo?

## Capítulo 8

La suprema bondad es como el agua,  
que beneficia a todo y no se opone a nada.  
Su lugar es aquél que todos consideran el más bajo,  
y por eso está muy cerca del Tao.  
Para permanecer se debe preferir un lugar bajo,  
para pensar se debe preferir lo profundo,  
para relacionarse se debe preferir la benevolencia,  
para hablar se debe preferir la sinceridad,  
para gobernar se debe preferir el orden,  
para los asuntos se debe preferir la aptitud,  
para la actuación se debe preferir la oportunidad.  
Así, solamente no combatiendo a nada,  
se estará libre de defectos.

## Capítulo 9

Mejor es detenerse a tiempo  
que soportar algo lleno hasta el borde.  
Úsa y afila algo constantemente,  
y no durará largo tiempo.  
Una sala llena de oro y jade,  
será imposible de guardar.  
La riqueza y posición ostentosas,  
traerán consigo la ruina.  
Una vez realizada una obra, retirarse,  
ese es el Tao del cielo.

## Capítulo 10

¿Puedes llevar el espíritu y la materia,  
y abrazarlos en una unidad sin que se separen?  
¿Puedes concentrar la energía vital,  
y alcanzar una flexibilidad como un niño recién nacido?  
¿Puedes limpiar la mente,  
y profundizar la visión sin que quede nada imperfecto?  
¿Puedes amar al pueblo,  
y gobernar el estado actuando por la no-acción?  
¿Puedes abrir y cerrar las puertas del cielo,  
siendo como la hembra?  
¿Puedes iluminar y comprender todas las cosas,  
conociendo por el no-conocer?  
Producir y criar, producir y no apropiarse,  
obrar y no apoyarse en la obra,  
guiar y no dominar.  
A esto se llama Virtud misteriosa.

## Capítulo 11

Treinta radios convergen en el centro de la rueda,  
y es su vacío el que la hace útil.  
La arcilla moldeada da forma a la vasija,  
y es su vacío el que la hace útil.  
Se abren puertas y ventanas al hacer una casa,  
y es su vacío el que la hace útil.  
Así, el Ser nos da el servicio,  
y el No-ser nos da la utilidad.

## Capítulo 12

Los cinco colores hacen al hombre ciego.  
Los cinco sonidos hacen al hombre sordo.  
Los cinco sabores hacen al hombre sin gusto.  
Las carreras y la caza hacen al hombre ofuscado.  
Las cosas difíciles de conseguir hacen al hombre corrompido.  
Por eso el sabio atiende al vientre y no al ojo,  
rechaza esto y prefiere aquello.

## Capítulo 13

Honor y deshonor, ambos causan ansiedad, porque lo que valoramos  
y tememos está en nuestro yo. ¿Qué significa que honor y deshonor  
ambos causan ansiedad?  
El honor eleva y la desgracia abate,  
conseguir un favor causa inquietud, perderlo también.  
Por eso digo que honor y deshonor causan ansiedad.  
¿Qué significa que lo que valoramos y tememos está en nuestro yo?  
La razón por la que tememos es porque tenemos un yo.  
Si no tuviéramos yo ¿qué mal podríamos temer?  
Así, a quien valora su yo como al mundo,  
se le puede confiar el mundo.  
Y a quien ama su yo como al mundo,  
se le puede encargar el mundo.

## Capítulo 14

Mirándolo, no se ve. Se llama invisible.  
Escuchándolo, no se oye. Se llama inaudible.  
Tocándolo, no se siente. Se llama intangible.  
Estos tres estados son imposibles de investigar,  
y se entremezclan en una unidad.  
En lo alto es luminoso, en lo bajo es oscuro.  
Indescriptible, no puede nombrarse,  
retorna continuamente al No-ser.  
Se llama la figura que no tiene figura,  
la forma de lo que no es, lo evasivo, lo vago.  
Encontrándose con él, no se ve su rostro.  
Siguiéndolo, no se ve su espalda.  
Adhiriéndose al Tao antiguo, se dominará la existencia actual.  
Poder conocer el origen primordial,  
se llama lo esencial del Tao.

## Capítulo 15

Los antiguos y virtuosos que cultivaban el Tao,  
eran tan sutiles y penetrantes que su profundidad era insondable.  
Al ser insondables, sólo se puede intentar una mera descripción:  
Prudentes, como quien pasa un río en invierno,  
cautos, como quien teme a todos a su alrededor,  
graves, como quien es huésped,  
escurridizos, como el hielo que se derrite,  
auténticos, como el tronco de madera sin pulir,  
amplios, como un valle,  
sin discriminaciones, como el agua turbia.  
¿Quién es capaz de llegar poco a poco a la pureza,  
deteniéndose en la impureza?  
¿Quién es capaz de llegar poco a poco al crecimiento,  
moviéndose en la quietud?  
El que se adhiere al Tao no desea llegar a ningún extremo,  
por eso, puede mantenerse oculto, renovándose continuamente.

## Capítulo 16

Alcanza el mayor grado de vaciedad,  
conserva la más profunda tranquilidad.  
Todos los seres actúan abigarradamente,  
y yo contemplo cómo retornan.  
Ahora todos los seres se desarrollan profusamente,  
y cada uno retorna a su origen.  
Retornar al origen se llama tranquilidad,  
y se dice que es retornar a la naturaleza original.  
Retornar a la naturaleza original es eternidad.  
Conocer la eternidad se llama iluminación,  
y no conocerla lleva a actuar temerariamente, causando la desgracia.  
Conocer la eternidad es aceptarlo todo.  
Aceptarlo todo es ser universal.  
Ser universal es ser celestial.  
Ser celestial es ser Tao.  
Ser Tao es ser imperecedero, y hasta la muerte  
se estará sin peligros.

## Capítulo 17

El mejor jefe es el que pasa inadvertido al pueblo,  
después viene el que es amado y elogiado,  
luego el que es temido,  
y el peor es el que es despreciado.  
Cuando la confianza no es total, nacerá la mutua desconfianza.  
Tranquilo, el buen jefe escatima las palabras.  
Una vez terminada una obra, seguirá el éxito, y todo el pueblo dirá:  
¡Es lo natural! ¡Lo hemos hecho por nosotros mismos!

## Capítulo 18

Cuando se abandona el Gran Tao,  
prevalecen la benevolencia y la justicia.  
Cuando aparecen la inteligencia y la erudición,



prevalecen las grandes hipocresías.  
Cuando se ha roto la armonía natural de las seis relaciones familiares, prevalecen la piedad filial y el amor paterno.  
Cuando el país está en confusión y con revueltas, prevalecen los ministros leales.

## Capítulo 19

Rechazada la sabiduría y el conocimiento,  
el pueblo se beneficiará cien veces más.  
Rechazada la benevolencia y la justicia,  
el pueblo volverá a la piedad filial y al amor.  
Rechazado el ingenio y el provecho personal,  
dejará de haber bandidos y ladrones.  
Estos tres grupos de virtudes,  
son adornos externos y no bastan,  
por eso hay que hacer que haya algo a qué atenerse:  
Manifestar lo sencillo,  
abrazar lo auténtico,  
disminuir el egoísmo,  
reducir los deseos.  
Rechazada la ciencia,  
ya no habrá ansiedades.

## Capítulo 20

¿Qué diferencia hay entre un "¿dígame?" y un "¿qué?".  
¿Qué diferencia hay entre lo bueno y lo malo?  
¿Lo que todos temen, debe ser temido?  
¡Oh!, ¡qué extremadamente ridículas son tales distinciones!  
Todos se alegran como quien goza en una gran fiesta,  
y como quien sube a un altozano en primavera.  
Sólo yo quedo tranquilo, sin plan alguno,  
como un niño que aún no sabe reír.  
Apático como quien no tiene casa a la que volver.  
Todo el mundo tiene de sobra,

sólo yo parezco haberlo perdido todo.  
Mi corazón es el de un estúpido, ¡confuso y torpe!  
La gente ordinaria es brillante,  
sólo yo soy oscuro.  
La gente ordinaria es aguda,  
sólo yo estoy ofuscado.  
Todo el mundo tiene algún "para qué",  
sólo yo soy tonto y tosco.  
Yo solo soy distinto a los demás,  
porque aprecio a la madre que me nutre.

## Capítulo 21

Lo que es inherente a la Virtud,  
se deriva únicamente del Tao.  
El Tao constituye una realidad nebulosa y confusa.  
Confuso y nebuloso, contiene formas.  
Confuso y nebuloso, contiene objetos.  
Profundo y oscuro, contiene esencias.  
Su esencia es ciertamente real y contiene la Verdad.  
Desde la antigüedad hasta hoy, su nombre nunca ha dejado de  
existir  
y a través de él observamos el origen de todo.  
¿Cómo puedo yo conocer la figura de este origen de todo?  
Por el Tao.

## Capítulo 22

Humillarse es perfeccionarse,  
inclinarse es enderezarse,  
vaciar es llenarse,  
gastarse es renovarse,  
tener poco es ganancia,  
tener mucho es pérdida.  
Por eso, el sabio abraza todo en uno  
y es modelo para el mundo.

No se exhibe y por eso brilla,  
no se autoafirma y por eso es famoso,  
no se autoalaba y por eso tiene mérito,  
no se envanece y por eso es jefe,  
a nadie ataca y por eso nadie le ataca.  
Lo que dice el dicho antiguo: "Humillarse es perfeccionarse",  
¿son acaso palabras vacías?  
Precisamente esto es perfección y retornar al Tao.

## Capítulo 23

Hablar poco es lo natural.  
Así, un huracán no dura toda una mañana,  
un aguacero no dura todo un día.  
¿Quién obra así? La naturaleza.  
Si las obras de la naturaleza no pueden durar demasiado,  
¿cuánto menos las de los hombres!  
Por eso, quien sigue al Tao se identifica con el Tao,  
quien sigue al logro se identifica con el logro,  
quien sigue a la pérdida se identifica con la pérdida.  
Quien se identifica con el Tao, es acogido por el Tao,  
quien se identifica con el logro, es acogido por el logro,  
quien se identifica con la pérdida, es acogido por la pérdida.  
Cuando la confianza no es total, no se confiará.

## Capítulo 24

Sostenerse de puntillas no es mantenerse de pie,  
dar zancadas no es andar,  
exhibirse no es brillar,  
autoafirmarse no es ser famoso,  
autoalabarse no es tener mérito,  
vanagloriarse no es ser jefe.  
Todas estas cosas, desde el punto de vista del Tao,  
son como comida sobrante y cosas superfluas,  
y los demás seres las desprecian.  
Por eso, quien sigue al Tao no recurre a ellas.

## Capítulo 25

Existe una realidad formada caóticamente,  
anterior al cielo y a la tierra.  
Silenciosa, vacía, existe por sí misma y es inmutable,  
actúa continuamente y es inagotable.  
Puede ser considerada la madre del universo.  
No sé su nombre y la designo con la palabra Tao.  
Forzado a darle un nombre la llamaría Grande.  
Grande significa que traspasa todo límite,  
traspasar todo límite significa perderse en la lejanía,  
perderse en la lejanía significa retornar.  
Así, el Tao es grande, el cielo es grande, la tierra es grande,  
y el hombre también es grande.  
En el universo estos son los cuatro grandes,  
y el hombre es únicamente uno de ellos.  
El hombre sigue la ley de la tierra,  
la tierra sigue la ley del cielo,  
el cielo sigue la ley del Tao,  
y el Tao sigue su propia ley.

## Capítulo 26

Lo pesado es raíz de lo ligero.  
La tranquilidad es señora de la agitación.  
Así, el sabio aunque esté moviéndose todo el día,  
nunca abandona la calma y el equilibrio,  
aunque viva en un ambiente de lujo,  
se mantiene sereno e imperturbable.  
¿Cómo se puede ser jefe de un estado de diez mil cuadrigas  
y comportarse ligeramente ante el mundo?  
Ser ligero es perder la raíz,  
estar agitado es perder el gobierno.

## Capítulo 27

El mejor caminante no deja huellas,  
las mejores palabras no se equivocan ni ofenden,  
el mejor plan no tiene cálculos ni tácticas,  
la mejor cerradura no tiene cierre pero no puede abrirse,  
el mejor nudo no usa cuerda pero no puede deshacerse.  
Por eso, el sabio conoce siempre el mejor medio de ayudar  
a los hombres y así nadie es rechazado,  
conoce como proteger a las cosas,  
y así nada es rechazado.  
Esto se llama recibir la iluminación.  
Así el hombre bueno es maestro para el malo,  
y el malo es un valor para el bueno.  
Quien no aprecia a este maestro,  
y no ama a este valor,  
aunque posea gran inteligencia,  
estará en una gran confusión.  
Esto se llama lo esencial del misterio.

## Capítulo 28

Conocer lo positivo aceptando a la vez lo negativo,  
es ser torrente abismal del mundo.  
Ser torrente abismal del mundo,  
es poseer la Virtud que no abandona y volver a nacer.  
Conocer lo blanco aceptando a la vez lo negro,  
es ser modelo para el mundo.  
Ser modelo para el mundo,  
es poseer la Virtud que no se equivoca, y volver al infinito.  
Conocer la gloria aceptando a la vez la desgracia,  
es ser valle profundo del mundo.  
Ser valle profundo del mundo,  
es poseer la Virtud que es superabundancia,  
y volver al origen primordial.

En el momento en que el origen primordial se diferencia,  
nacen las cosas.

El sabio que sabe usarlo, se convierte en jefe y señor.

Por eso, el buen gobernante no discrimina.

## Capítulo 29

Desear gobernar el mundo por medio de la acción,  
me parece que no puede conseguirse.

El mundo es un vaso espiritual que no puede manipularse.

Toda manipulación conduce al fracaso,

y todo dominio conduce a la pérdida.

Porque las cosas

unas veces van delante y otras detrás,

unas veces soplan suavemente y otras fuerte,

unas veces son fuertes y otras débiles,

unas veces están arriba y otras caen.

Por eso el sabio

excluye todo exceso, todo lujo y todo extremo.

## Capítulo 30

Ayudar al gobernante con el Tao, significa no servirse de las  
armas para conquistar el mundo, porque las armas gustan de  
la represalia.

Allí donde hay ejércitos, crecerán matas de espinos.

Después de una gran guerra, seguirán años de desgracias.

El buen jefe simplemente acepta los resultados como son,

sin usar la fuerza. Aceptados los resultados como son,

no se vanagloria, no se autoalaba, no se enorgullece,

lo considera todo como el único resultado posible

y no se apoya en la fuerza.

Todas las cosas al llegar a la madurez, comienzan a decaer.

Llegar a un extremo es contrario al Tao,

y lo contrario al Tao, pronto desaparece.

## Capítulo 31

Las buenas armas son instrumentos nefastos. Todos las detestan, y por eso el hombre del Tao no recurre a ellas.

El caballero en la vida ordinaria, considera la izquierda como el puesto de honor. Pero en la guerra, lo es la derecha.

Las armas son instrumentos nefastos y no instrumentos de caballeros. Si no tiene más remedio que usarlas, su primer principio es la serenidad y moderación.

Aun cuando vence no lo considera grandeza.

Considerarlo grandeza es alegrarse en la matanza de los hombres y quien se alegra matando a las personas, nunca llegará a tener éxito como gobernante de un reino.

En las ocasiones gozosas la izquierda es el puesto de honor, y en las desgracias, lo es la derecha. El jefe subordinado se coloca a la izquierda y el comandante en jefe a la derecha.

Esto significa que se sigue el orden de un funeral, porque la matanza de mucha gente se debe conmemorar con pena y lloro, y la victoria se debe conmemorar como un funeral.

## Capítulo 32

El Tao es el absoluto sin nombre, el origen primordial no diferenciado que, aunque pequeño, nada en el mundo puede dominarlo.

Si los jefes y reyes pudieran adherirse a él, todas las cosas espontáneamente se les someterían.

El cielo y la tierra están en armonía y envían su aliento de vida.

Los hombres sin mandatos se armonizan espontáneamente.

Cuando comienzan las instituciones, aparecen los nombres, y una vez que los nombres existen, se debe saber dónde detenerse. Saber detenerse es poder estar sin peligros.

Poniendo un ejemplo, el Tao para el universo es como los ríos y mares a los cuales fluyen las corrientes de agua de los valles.

## Capítulo 33

Conocer a los demás es sabiduría,  
conocerse a sí mismo es la iluminación.  
Vencer a los demás es tener fuerza,  
vencerse a sí mismo es la fuerza.  
Saber contentarse es superabundancia.  
Actuar con constancia es tener determinación.  
No perder el origen es perdurar.  
Morir y no desaparecer es la longevidad.

## Capítulo 34

El Gran Tao es como agua desbordada que fluye en todas  
direcciones.  
Todas las cosas se apoyan en él para vivir y a ninguna rechaza.  
Realizada la obra, no reclama mérito alguno.  
Viste y alimenta a todos los seres,  
y no se apropia de ellos como dueño.  
Eternamente sin deseos, se le puede llamar pequeño.  
Al retornar a él todos los seres sin adueñarse de ellos,  
se le puede llamar grande.  
Así, quien nunca se considera grande,  
es capaz de alcanzar la grandeza.

## Capítulo 35

Afirmarse en la gran forma, es ser guía del mundo.  
Ser guía del mundo sin causar daño ninguno,  
es tranquilidad, armonía y paz.  
La música y los manjares hacen detenerse al caminante,  
pero si se prueba el Tao es soso y sin sabor alguno.  
Mirándolo, no se ve nada, escuchándolo, nada se oye,  
usándolo, nunca se agota.



## Capítulo 36

Para que algo pueda contraerse, primero ha tenido que extenderse.  
Para que algo pueda debilitarse, primero ha tenido que fortalecerse.  
Para que algo pueda eliminarse, primero ha tenido que constituirse.  
Para que algo pueda quitarse, primero ha tenido que darse.  
A esto se llama la iluminación invisible.  
Lo blando vence a lo duro, lo débil vence a lo fuerte.  
Así como los peces no abandonan las profundidades,  
las mejores armas del reino no deben mostrarse.

## Capítulo 37

El Tao es por naturaleza no-acción,  
y sin embargo no hay nada que no lo haga.  
Si los jefes y reyes fueran capaces de adherirse a él,  
todas las cosas espontáneamente se transformarían.  
Si aún en esa transformación surgieran los deseos,  
yo los sometería por origen primordial sin nombre,  
que está libre de todo deseo.  
Sin deseos es alcanzar la tranquilidad  
y el mundo espontáneamente se equilibraría.

## Capítulo 38

La Virtud no es virtuosa,  
por eso tiene virtud.  
La virtud no deja de ser virtuosa,  
por eso no tiene virtud.  
La Virtud no actúa, y no tiene intención.  
La virtud actúa y tiene intención.  
La Benevolencia actúa, pero no tiene intención.  
La Justicia actúa, pero no tiene intención.  
La Rectitud actúa, pero no obtiene respuesta  
y se impone con los brazos desnudos.  
Perdido el Tao, aparece la virtud.

Perdida la virtud, aparece la benevolencia.  
Perdida la benevolencia, aparece la justicia.  
Perdida la justicia, aparecen las reglas y la etiqueta.  
Estas, son el grado ínfimo de fidelidad  
y el origen de todo desorden.  
El conocimiento anticipado,  
es un adorno del Tao  
y el origen de toda necesidad.  
Por eso, el hombre grande,  
se atiene a lo profundo,  
y no permanece en lo superficial,  
atiende a lo sustancial,  
y no se queda en los adornos.  
Así, rechaza esto y elige aquello.

## Capítulo 39

Desde la antigüedad estos alcanzaron el uno:  
el cielo lo alcanzó y se hizo puro,  
la tierra lo alcanzó y se hizo tranquila,  
los dioses lo alcanzaron y se hicieron espirituales,  
los valles lo alcanzaron y se hicieron llenos  
los seres lo alcanzaron y nacieron y crecieron,  
los jefes y los reyes lo alcanzaron,  
y se hicieron modelo recto para el mundo.  
Sin la pureza el cielo se habría partido,  
sin la tranquilidad la tierra se habría deshecho,  
sin la espiritualidad los dioses habrían desaparecido,  
sin la plenitud los valles se habrían agrietado,  
sin la vida los seres habrían perecido,  
sin la rectitud los jefes y reyes habrían caído.  
Por eso, lo valioso tiene su raíz en lo vil,  
y lo superior tiene su raíz en lo bajo.  
Así los jefes y reyes se llaman a sí mismos  
huérfano, indigno y pobre.  
¿No es esto prueba de que consideran lo vil como raíz?  
¿O acaso es de otra manera?

La más alta alabanza es la no-alabanza.  
No se debe querer ser jade extraordinario  
sino piedra ordinaria.

## Capítulo 40

Volverse es el movimiento del Tao.  
Ceder es la acción del Tao.  
Todos los seres del universo nacen del Ser,  
y el Ser nace del No-ser.

## Capítulo 41

El hombre grande oye el Tao,  
y diligentemente actúa de acuerdo con él.  
El hombre ordinario oye el Tao,  
y unas veces lo considera existente y otras muerto.  
El hombre ruin oye el Tao, y se ríe ruidosamente de él.  
Si no se riera, no podría ser el Tao. Por eso dice el proverbio:  
"Comprender el Tao es como oscuridad,  
entrar en el Tao es como retroceder,  
el Tao simple es como extraordinario,  
la virtud suprema es como un valle,  
la virtud ilimitada es como insuficiente,  
la virtud establecida es como indolente,  
la virtud natural es como alterada,  
el gran cuadrado no tiene esquinas,  
el gran vaso sólo al final alcanza la plenitud,  
el mayor sonido apenas tiene voz,  
la gran forma no tiene imagen.  
El Tao es oculto y sin nombre".  
Y este Tao es el que gusta de proveer a todos los seres  
y así alcanzan la plenitud.

## Capítulo 42

El Tao engendra al uno, el uno al dos, el dos al tres,  
y el tres engendra a todos los seres.

Todos los seres llevan en sí el Yin y el Yang, que mezclándose  
en una energía vital dan como resultado la armonía.

Lo que la gente más aborrece, ser huérfano, estar abandonado,  
y ser pobre, lo usan los jefes y reyes para llamarse a sí mismos.

Así, los seres unas veces disminuyendo, aumentan,  
y otras aumentando, disminuyen.

Lo que otros han enseñado, eso enseñó yo también.

El hombre violento no tendrá una muerte natural.

Consideraré esto como lo fundamental de mi enseñanza.

## Capítulo 43

Lo más suave en el universo penetra lo más duro.

El No-ser penetra donde no hay resquicio.

Por eso, yo conozco el valor de la no-acción.

La enseñanza sin palabras,

y el valor de la no-acción,

casi nadie en el mundo lo alcanza.

## Capítulo 44

¿Qué es más apreciado, la fama o el cuerpo?

¿Qué es más valioso, el cuerpo o los bienes materiales?

¿Qué es más dañoso, obtener algo o perderlo?

Por eso, cuanto más se ama algo, más grande será la pérdida.

Cuanto más se atesora, más fuerte será la liquidación.

Saber contentarse, es no tener desgracias.

Saber detenerse, es no tener peligros.

Así se perdurará.

## Capítulo 45

El mayor logro parece imperfección,  
pero su aplicación no tiene fallos.  
La mayor plenitud parece vacío,  
pero su aplicación es inagotable.  
Lo más recto parece torcido,  
la mayor destreza parece torpeza,  
la mejor elocuencia parece balbuceo.  
La tranquilidad vence a la agitación,  
el frío vence al calor.  
La pureza y la tranquilidad  
llegan a ser la norma para el mundo.

## Capítulo 46

Cuando en el mundo reina el Tao,  
los caballos de carga retornan llevando estiércol.  
Cuando en el mundo no reina el Tao,  
los caballos de guerra se crían en los arrabales.  
No hay mayor calamidad que ser insaciable,  
ni hay mayor desgracia que ser ambicioso.  
Por eso, la satisfacción de saber contentarse,  
es una satisfacción constante.

## Capítulo 47

Sin salir de la puerta, se conoce el mundo.  
Sin mirar por la ventana, se ve el camino del cielo.  
Cuanto más lejos se va, menos se conoce.  
Por eso, el sabio sin avanzar un paso comprende todo,  
sin mirar conoce todo,  
sin actuar logra todo.

## Capítulo 48

Por el saber ordinario se acumula día a día,  
por el Tao se pierde día a día.  
Perdiendo y perdiendo,  
se llega a la no-acción,  
y por la no-acción nada queda sin hacer.  
Para dominar el mundo,  
siempre es necesaria la no-acción.  
Cuando se emplea la acción,  
no es suficiente para dominar el mundo.

## Capítulo 49

El sabio posee un espíritu sin prejuicios,  
y hace suyo el sentir del pueblo.  
A lo bueno lo tiene por bueno,  
y a lo malo también lo tiene por bueno,  
ésta es la bondad de la Virtud.  
A la verdad la tiene por verdad,  
y a la mentira también la tiene por verdad,  
ésta es la verdad de la Virtud.  
El sabio está en el mundo sin discriminar  
y por el mundo abarca a todos en su espíritu.  
El pueblo ordinario  
se apoya en sus ojos y oídos,  
pero el sabio  
se hace completamente como un niño.

## Capítulo 50

Vida y muerte.  
Tres hombres de diez siguen a la vida,  
tres hombres de diez siguen a la muerte.  
De los que siguen a la vida,  
también tres de diez se mueven en el reino de la muerte.

¿Por qué?

Porque su vida está saturada de ansia por vivir.

Así se dice que el que cuida bien su vida

cuando marcha por tierra no se encuentra con rinocerontes ni tigres

y cuando entra en el campo de batalla

no recibe daño de las armas de los soldados.

El rinoceronte no encuentra dónde meter su cuerno,

el tigre no encuentra dónde clavar sus garras,

el soldado no encuentra dónde hundir su espada.

¿Por qué?

Porque ése ya no está en el reino de la muerte.

## Capítulo 51

El Tao engendra los seres, la Virtud los cría.

La materia les da figura, el ambiente los perfecciona.

Por eso, no hay ninguno entre todos los seres

que no venera al Tao y no aprecie la Virtud.

Esta veneración por el Tao

y este aprecio por la Virtud,

no se deben a ningún mandato,

sino que son algo espontáneo por naturaleza.

El Tao los engendra y la Virtud los cría,

les dan estabilidad y armonía,

los alimentan y restauran.

Les dan la vida pero no se los apropian,

les ayudan en su obrar pero no se apoyan en ellos,

los guían pero no los controlan.

Esto se llama la misteriosa Virtud.

## Capítulo 52

El mundo tiene un principio

que se puede llamar la madre del mundo.

Cuando se conoce a la madre, se conoce a los hijos.

Cuando se conoce a los hijos,

se retorna y se adhiere uno a la madre,  
así la vida estará sin peligros.  
Tapando la boca y cerrando las puertas de los sentidos,  
al final la vida no estará agotada.  
Abriendo la boca y atendiendo a lo mundano,  
al final la vida no podrá salvarse.  
Ver lo inapreciable, se llama iluminación,  
adherirse a la suavidad, se llama fuerza,  
servirse de la propia luz para retornar a la luz  
es no traer ningún daño sobre uno.  
A esto se llama, conformarse con el absoluto.

## Capítulo 53

Si yo poseyera un grado mínimo de sabiduría,  
caminaría según el Tao  
y sólo temería los caminos desviados.  
El gran Tao es extremadamente llano y ancho,  
pero la gente ama los senderos.  
Así, la corte está llena de corrupción,  
los campos plagados de matorrales,  
los graneros completamente vacíos,  
los gobernantes se visten lujosamente,  
llevan afiladas espadas,  
están hartos de bebidas y manjares,  
y abundan en bienes y riquezas.  
A esto se llama una enorme piratería.  
¡Ciertamente es lo contrario al Tao!

## Capítulo 54

Lo que está bien arraigado no puede arrancarse,  
lo que está bien asido no puede soltarse.  
Las ofrendas de sacrificios no cesarán por generaciones.  
Cultivar el Tao en uno mismo es llegar a la Virtud verdadera,  
cultivarlo en la familia es llegar a la Virtud abundante,



cultivarlo en la comunidad es llegar a la Virtud duradera,  
cultivarlo en el país es llegar a la Virtud profusa,  
cultivarlo en el mundo es llegar a la Virtud universal.  
Así, por el yo se conoce el yo,  
por la familia se conoce la familia,  
por la comunidad se conoce la comunidad,  
por el país se conoce el país,  
por el mundo se conoce el mundo.  
¿Cómo puedo conocer la realidad natural del mundo?  
Por este principio.

## Capítulo 55

Quien recibe en sí mismo la profunda Virtud,  
es como un niño recién nacido.  
Los insectos venenosos no le pican,  
los animales salvajes no le atacan,  
las aves rapaces no le apresan.  
Sus huesos son suaves y sus músculos delicados,  
pero agarra firmemente.  
Nada sabe aún de la unión de los sexos,  
pero posee absoluta potencialidad,  
esto es el grado sumo de fortaleza vital.  
Puede gritar durante todo el día, pero no enronquece,  
esto es el grado sumo de armonía interna.  
Conocer la armonía interna es eternidad,  
conocer la eternidad es iluminación.  
Forzar la vida hasta el extremo, es nefasto.  
Usar la mente para controlar la energía vital es agresividad.  
Las cosas al llegar a la madurez, comienzan a decaer.  
Llegar a un extremo es contrario al Tao,  
y lo contrario al Tao pronto desaparece.

## Capítulo 56

Quien lo conoce no habla, quien habla no lo conoce.  
Tapar la boca, cerrar las puertas, suavizar las asperezas,  
aclarar la confusión, atemperar el brillo,  
identificarse con la tierra.

A esto se llama unión misteriosa con el Tao.

Por eso no puede ganarse al sabio  
ni por la amistad ni por la indiferencia,  
ni por los beneficios ni por los daños,  
ni por las honras ni por los desprecios.  
Así, es lo más estimado en el mundo.

## Capítulo 57

Un país se gobierna con la tranquilidad.  
Las armas se usan con parquedad.  
El mundo se conquista con la no-acción.  
¿Cómo sé que es así? Por esto:  
cuantas más prohibiciones y tabúes haya en el reino,  
más se empobrecerá el pueblo,  
cuantas más armas, más abundarán los desórdenes,  
cuanta más destreza y sagacidad,  
más cosas extrañas aparecerán,  
cuantas más leyes y decretos se promulguen,  
más bandidos y ladrones habrá.  
Por eso el sabio dice:  
actúo por la no-acción  
y el pueblo se transforma espontáneamente,  
amo la tranquilidad  
y el pueblo se ordena espontáneamente,  
no intervengo en los asuntos  
y el pueblo prospera espontáneamente,  
no deseo  
y el pueblo retorna al origen primordial espontáneamente.

## Capítulo 58

Cuando el gobierno es tranquilo y aburrido,  
el pueblo es genuino y honesto.  
Cuando el gobierno es vigilante e indagador,  
el pueblo es defectuoso e imperfecto.  
La desgracia es donde se apoya la dicha,  
y la dicha es donde se oculta la desgracia.  
¿Quién conoce el límite entre ambas? ¿Es que no existe norma fija?  
Lo normal se vuelve extraño, lo bueno se vuelve monstruoso.  
La gente está confundida, desde hace mucho tiempo.  
Por eso el sabio es firme de carácter pero no es tajante,  
franco pero no se excede, da luz pero no brilla.

## Capítulo 59

Para gobernar al pueblo  
y actuar de acuerdo con lo natural,  
nada mejor que la sobriedad.  
Solamente por la sobriedad  
se puede retornar pronto.  
Retornar pronto significa acumular la Virtud en gran medida.  
Acumular la Virtud en gran medida  
es que todo puede ser sometido.  
Poder someter todo  
es no poder conocer sus límites.  
no poder conocer sus límites  
es poder gobernar el país.  
Poseer la madre del gobierno del país  
es poder perdurar.  
A esto se llama echar raíces profundas  
y cimentar sobre base sólida,  
es el Tao de la longevidad  
y de la visión duradera.

## Capítulo 60

Gobernar un país grande  
es como freír pescados pequeños.  
Cuando se gobierna el mundo de acuerdo con el Tao  
los espíritus mundanos no tienen poder espiritual.  
Mejor dicho, no es que los espíritus no tengan poder,  
sino que su poder ya no daña a los hombres.  
Mejor aún, no es que su poder ya no daña a los hombres,  
sino que el sabio nunca daña a los hombres.  
El sabio y los hombres no se dañan mutuamente  
y así retornan a la Virtud del Tao.

## Capítulo 61

Una gran nación  
es como un cauce profundo al que todo confluye,  
es la hembra del mundo.  
La hembra siempre prevalece sobre el macho  
gracias a la tranquilidad,  
y por la tranquilidad se abaja ante el macho.  
Así, una gran nación  
abajándose ante una nación pequeña podrá dominarla.  
Y una nación pequeña  
abajándose ante una nación grande podrá dominarla.  
Así, por la humildad  
el grande domina al pequeño  
y el pequeño domina al grande.  
Una gran nación no desea más que reunir y alimentar a la gente,  
y una nación pequeña no desea más que ser tenida en consideración  
y colaborar con la gente.  
Cada una consigue así lo que desea,  
pero el grande debe abajarse.

## Capítulo 62

Tao es lo más profundo de todos los seres,  
es el tesoro del hombre bueno y la protección del malo.  
Las palabras hermosas pueden conseguir honores,  
las buenas acciones pueden elevar al hombre.  
¿Por qué se va a excluir al hombre malo?  
Así en la coronación del emperador,  
y en el nombramiento de mis ministros,  
vale menos presentar un disco de jade escoltado por una cuadriga,  
que ofrecer este Tao.  
¿Por qué desde la antigüedad se estima este Tao?  
¿No es porque sin buscarlo se obtiene,  
y si uno tiene faltas se ve libre de ellas?  
Por eso, es lo más estimado en el mundo.

## Capítulo 63

Actuar por la no-acción.  
Realizar por la no-realización.  
Conocer por el no-conocimiento.  
Lo grande nace de lo pequeño,  
lo mucho comienza en lo poco.  
Corresponder al odio con la Virtud.  
Proyectar lo difícil desde sus aspectos fáciles,  
realizar lo grande desde sus aspectos pequeños.  
Las cosas difíciles en el mundo  
deben comenzar desde lo fácil.  
Las cosas grandes en el mundo  
deben comenzar desde lo pequeño.  
Por eso, el sabio  
nunca acomete lo grande,  
y así puede realizarlo con éxito.  
Prometer a la ligera  
lleva consigo el descrédito.  
Considerarlo todo fácil

lleva consigo numerosas dificultades.  
Por eso, el sabio  
considera todas las cosas como difíciles  
y así al final  
no habrá tenido ninguna dificultad.

## Capítulo 64

Lo que está en calma, es fácil de mantener.  
Lo que está sin predecir, es fácil de planear.  
Lo que es frágil, es fácil de romper.  
Lo que es menudo, es fácil de dispersar.  
Actuar antes de que sucedan los acontecimientos.  
Controlar antes de que nazca el desorden.  
Un árbol de grandes dimensiones  
nace de un brote minúsculo.  
Una torre de nueve pisos  
se ha levantado desde un pequeño montón de tierra.  
Un viaje de mil millas  
comienza debajo de los propios pies.  
Toda manipulación conduce al fracaso,  
y todo dominio a la pérdida.  
Así, el sabio  
no manipula y no fracasa,  
no domina y no pierde.  
Los asuntos humanos,  
a menudo fracasan cuando están a punto de concluir.  
Si se cuidara el final igual que el principio,  
no habría fracasos.  
Por eso, el sabio  
desea sin intención,  
no valora lo que es difícil de obtener,  
investiga sin discriminaciones,  
y restablece los fallos de los demás.  
Para estar en armonía con el curso natural de todos los seres  
no osa actuar.

## Capítulo 65

Aquellos virtuosos que en la antigüedad seguían el Tao  
no lo usaban para hacer erudito al pueblo,  
sino para mantenerlo en la ingenuidad.

La dificultad mayor para gobernar un pueblo  
está en que su erudición sea grande.

Así, gobernar por la erudición,  
es ser un bandido para la nación,  
gobernar sin la erudición,  
es ser una bendición para la nación.

Conocer la diferencia de estos dos niveles,  
es conocer la norma.

Conocer constantemente esta norma,  
se llama Virtud misteriosa.

La Virtud misteriosa es profunda y sin límites,  
y por ser lo opuesto de las cosas  
lleva a la gran armonía en el Tao.

## Capítulo 66

La razón por la que los ríos y mares  
pueden ser señores de todas las demás corrientes de montaña,  
es porque se mantienen siempre en una posición más baja,  
por eso pueden ser señores de todas las demás aguas.

Así el sabio que desee estar por encima del pueblo  
debe ser humilde en sus palabras,

y si desea estar delante, debe colocarse detrás.

De ese modo, cuando el sabio está por encima  
el pueblo no siente su peso,

y cuando está a la cabeza  
el pueblo no siente ningún estorbo.

Todo el pueblo lo apoyará con entusiasmo  
y sin cansarse de él.

Puesto que no ataca a nadie,  
por eso nadie en el mundo le ataca.

## Capítulo 67

Todos dicen que mi Tao es grande,  
de tal modo que no tiene igual.  
Precisamente por ser grande, no tiene igual.  
Si lo tuviera,  
haría mucho tiempo que sería algo insignificante.  
Tengo tres tesoros que mantengo y protejo:  
el primero es compasión,  
el segundo es moderación,  
el tercero es humildad.  
Por la compasión puedo actuar con coraje,  
por la moderación puedo actuar con generosidad,  
por la humildad puedo actuar con autoridad.  
Pero hoy se quiere ser fuerte sin compasión,  
se quiere ser generoso sin moderación,  
se quiere ser jefe sin ponerse el último.  
¡Es la perdición!  
Por la compasión, luchando se vence  
y defendiéndose se es firme.  
El cielo salvará a aquél que tiene compasión,  
y le protegerá con la compasión.

## Capítulo 68

El buen soldado no es belicoso,  
el buen luchador no es irascible,  
el buen vencedor evita las luchas  
el buen líder es humilde.  
A esto se llama:  
La Virtud de la no violencia,  
la fuerza de utilizar a los demás,  
el grado supremo de armonía.



## Capítulo 69

Dice un antiguo proverbio de estrategia militar:

“Yo nunca oso ser el anfitrión

sino que prefiero ser huésped.

Yo nunca oso avanzar una pulgada

sino que prefiero retroceder un pie.”

A esto se llama:

progresar sin avanzar, imponerse sin brazos,

controlar sin armas, rechazar sin enemigo.

No hay mayor calamidad que subestimar al enemigo.

Subestimar al enemigo es estar cerca de perder mis tesoros.

Por eso, cuando dos ejércitos se encuentran en la batalla,

aquél que tiene compasión, vencerá.

## Capítulo 70

Mis palabras son muy fáciles de comprender y muy fáciles de seguir  
pero nadie en el mundo es capaz de entenderlas ni de seguirlas.

Toda palabra tiene un fundamento,

y toda acción tiene un sujeto.

Puesto que nadie lo comprende, por eso no me conocen.

Pocos son los que me conocen, y este es mi valor.

Así, el sabio vistiendo ropas toscas,

oculta en sí mismo jade precioso.

## Capítulo 71

La sabiduría del no-conocer, es perfección.

El no conocer esta sabiduría, es defecto.

Solamente considerando el defecto como tal  
se está libre del defecto.

El sabio es el que está libre de defectos

porque considera sus defectos como tales

y así se libera de ellos.

## Capítulo 72

Cuando el pueblo ya no teme la fuerza,  
entonces se usarán mayores fuerzas.  
No se deben despreciar los lugares donde habita el pueblo,  
ni se deben despreciar sus vidas.  
Solamente así el pueblo no despreciará a los gobernantes.  
Por eso, el sabio se conoce y no se exhibe,  
se ama a sí, pero no se exalta.  
Así, rechaza aquello, y prefiere esto.

## Capítulo 73

El valeroso pero osado, morirá. El valeroso pero prudente, vivirá.  
Estos dos valores, uno daña y otro aprovecha.  
Aquello que el cielo detesta, ¿quién sabrá por qué lo detesta?  
El Tao del cielo, sin luchar sabe vencer,  
sin hablar sabe responder,  
sin llamar todo viene a él espontáneamente,  
sin intención sabe planear.  
La red de la naturaleza es inmensa, y aunque sus mallas son  
espaciosas, nada se le escapa.

## Capítulo 74

Cuando el pueblo no teme a la muerte,  
¿cómo atemorizarlo con la muerte?  
Y si quisiéramos que el pueblo temiera siempre a la muerte,  
y para ello a aquellos que cometen crímenes  
los cogiéramos y los matáramos,  
¿quién tomaría esa responsabilidad?  
Siempre existe un verdugo superior que pone fin a las vidas.  
Sustituirlo en esa responsabilidad de matar,  
es como sustituir al leñador en el cortar con el hacha.  
Quien sustituye al leñador en su trabajo con el hacha,  
raro será que no se corte su propia mano.

## Capítulo 75

El pueblo está hambriento  
porque los gobernantes exigen fuertes impuestos de alimentos,  
por eso está hambriento.  
El pueblo es difícil de gobernar,  
porque los gobernantes manipulan e interfieren,  
por eso es difícil de gobernar.  
El pueblo es indiferente a la muerte  
porque los gobernantes tienen avaricia por la vida,  
por eso es indiferente a la muerte.  
Así, solamente aquél que en su vida actúa desinteresadamente  
es el que sabe honrar y valorar la vida.

## Capítulo 76

El hombre, en vida, es suave y blando,  
pero cuando muere es rígido y duro.  
Todas las hierbas y plantas, en vida, son delicadas y tiernas,  
pero cuando mueren son secas y marchitas.  
Por eso, lo rígido y lo duro siguen a la muerte,  
lo suave y lo blando siguen a la vida.  
Así, un ejército inflexible será destruido,  
y una madera rígida se romperá.  
Lo rígido y duro es inferior. Lo suave y blando es superior.

## Capítulo 77

El Tao de la naturaleza, ¿no es como cuando se tensa un arco?  
La parte de arriba se baja, y la parte de abajo se eleva.  
la parte ancha se reduce, y la parte estrecha se aumenta.  
El orden natural reduce donde sobra y compensa donde falta,  
el orden humano por el contrario,  
reduce donde falta y añade donde sobra.  
¿Quién es capaz de ofrecer al mundo lo que le sobra?  
Sólo el seguidor del Tao. Por eso, el sabio

asiste a todos pero no se apoya en la obra,  
realiza con éxito su obra pero no se detiene en ella,  
no desea manifestar su superioridad.

## Capítulo 78

En el mundo nada hay más suave y blando que el agua  
sin embargo, nada puede superarla  
para vencer lo rígido y lo duro,  
todo lo demás no puede sustituirla.  
Lo blando vence a lo duro,  
lo suave vence a lo rígido.  
Nadie en el mundo desconoce esto  
pero nadie lo practica.  
Por eso el sabio dice:  
"Quien acepta las impurezas de su nación  
puede llamarse su jefe.  
Quien acepta sobre sí  
las desgracias de su nación  
puede llamarse rey del mundo".  
Las palabras de la verdad son paradójicas.

## Capítulo 79

Pacificado un gran odio  
ciertamente quedará rencor.  
¿Puede llamarse a esto una buena reconciliación?  
Así, el sabio  
toma la parte izquierda del contrato  
pero no fuerza al deudor en su responsabilidad.  
El que posee la Virtud  
se atiene a lo acordado.  
El que no posee la Virtud  
exige siempre hasta lo último.  
El Tao del cielo está libre de favoritismos,  
sin embargo está siempre con el hombre bueno.

## Capítulo 80

En una nación pequeña con poca población,  
tendrían todo tipo de utensilios, pero no los usarían.  
El pueblo apreciaría morir en su tierra,  
y no se trasladaría a lugares lejanos.  
Aunque tuvieran barcos y carros, no viajarían en ellos,  
aunque tuvieran armaduras y armas, no las mostrarían.  
El pueblo volvería al uso de las cuerdas con nudos,  
gustaría de su comida,  
encontraría bonitos sus vestidos,  
viviría tranquilo en sus casas,  
gozaría de sus costumbres.  
Los países vecinos estarían tan cerca  
que se oírían los cantos de los gallos  
y los ladridos de los perros,  
sin embargo, las gentes de este pequeño país  
morirían ancianas sin haberlos visitado.

## Capítulo 81

La verdad no necesita retórica,  
lo retórico no es lo veraz.  
Lo bueno no necesita polémica,  
lo polémico no es lo bueno.  
El que es sabio no es un sabelotodo,  
el sabelotodo no es sabio.  
El sabio no atesora,  
viviendo para los demás más gana,  
y compartiendo con los demás más tiene.  
El Tao del cielo favorece a todo y a nada daña.  
El Tao del sabio actúa en todo y no lucha con nada.