

# ***TAO TE CHING***

道可道  
非常道  
名可名  
非常名

*Asociación Española de Tao Yin*

## TAO TE CHING

### (EL LIBRO DEL CAMINO Y SU VIRTUD)

#### Capítulo 1

El Tao que puede ser expresado  
no es el Tao eterno.  
El nombre que puede ser definido  
no es el nombre eterno.  
Lo que no tiene nombre  
es el principio del cielo y de la tierra.

Lo nombrado es la madre de las diez mil cosas.  
Uno puede ver el misterio siempre en lo deseado.  
Uno puede ver las manifestaciones siempre en lo deseado.  
Estos dos brotes de la misma fuente difieren en el nombre.  
Esto aparenta oscuridad.  
La puerta a todo misterio.

#### Capítulo 2

Bajo el cielo todos pueden ver la belleza como belleza,  
sólo porque existe la fealdad.  
Todos pueden saber que lo bueno es bueno,  
porque existe el mal.  
Por lo tanto, tener o no tener se elevan juntos.  
Lo difícil y lo fácil se complementan.  
Lo largo y lo corto se contrastan.  
Lo alto y lo bajo yacen uno al lado del otro.  
Voces y sonidos se armonizan.  
Lo del frente y lo de atrás se sigue uno al otro.  
Por lo mismo,  
el sabio no hace nada, enseña a no hablar.  
Las diez mil cosas se elevan y caen sin cesar,  
creando mas no poseyendo  
trabajando sin obtener beneficio.  
El trabajo está hecho, entonces es olvidado.  
Por eso mismo, dura para siempre.

#### Capítulo 3

No exaltar a los dotados previene las peleas.  
No coleccionar tesoros previene los robos.  
No ver objetos deseables previene la confusión del corazón.  
El sabio -por consiguiente-  
gobierna para vaciar corazones, alimentar vientres,  
debilitar ambiciones y fortalecer huesos.  
Si a la gente les falta conocimiento y deseo,  
Entonces los intelectuales no tratarán de interferir.  
Si nada está hecho, todo estará bien.

#### Capítulo 4

El Tao es un cristal vacío;  
es usado pero jamás colmado.  
¡Oh insondable fuente de las diez mil cosas!  
Mitiga lo sarcástico,  
desata el nudo,  
suaviza el brillo,

únete al polvo.  
¡Oh profundidad oculta, aunque siempre presente!  
No sé de dónde viene.  
Es el antepasado de los emperadores.

#### Capítulo 5

El cielo y la tierra son inexorables:  
ven las diez mil cosas como imitaciones.  
El sabio es inexorable:  
ve a la gente como simulaciones.

El espacio entre el cielo y la tierra es como un fuelle.  
La forma cambia, aunque no el modelo:  
más se mueve, más cede.  
Demasiadas palabras cuentan menos.  
Abrázate ligero al centro.

#### Capítulo 6

El espíritu del valle nunca muere.  
Es la mujer, madre universal.  
El camino de su puerta es la raíz del cielo y de la tierra.  
Es como un velo apenas visto.  
Úsalo : nunca fallará.

#### Capítulo 7

El cielo y la tierra son eternos.  
¿Por qué duran para siempre?  
Porque nunca nacieron,  
por lo cual siempre vivieron.  
El sabio queda atrás, por lo mismo es el primero.  
Está desapegado, por eso es uno con todo.  
A través de sus acciones generosas logra la plenitud.

#### Capítulo 8

La suma de la bondad es como el agua.  
El agua otorga vida a las diez mil cosas y no se esfuerza.  
Fluye en sitios que los hombres rechazan,  
como sucede con el Tao.  
Morando, quédate próximo a la tierra.  
Meditando, entra a lo profundo del corazón.  
Negociando con los demás, sé amable y bondadoso.  
Parlamentando, sé auténtico.  
Gobernando, sé justo.  
En los negocios, sé competente.  
En la acción, observa el tiempo:  
sin peleas; sin reproches

#### Capítulo 9

Mejor detenerse en seco que llegar al extremo.  
Si la hoja está demasiado afilada, el borde se agota.  
Amasa una tienda de oro y jade y nadie podrá protegerte.  
Clama por la salud y los honores y le seguirá el desastre.  
Retírate, cuando el trabajo esté terminado.  
Este es el camino del cielo.

Capítulo 10

¿Puedes aceptar la separación?  
¿Puedes ser como un recién nacido,  
asistiéndole plenamente y volviéndote flexible?  
¿Puedes estar sin mácula,  
lavando y secando la visión primera?  
¿Puedes vivir sin inteligencia,  
amando a todos los hombres y gobernando el país?  
¿Puedes representar el rol de la mujer,  
abriendo y cerrando las puertas del cielo?  
¿Eres capaz de no hacer nada,  
comprendiendo y estando abierto a todas las cosas,  
otorgando vida y alimentando,  
produciendo sin poseer,  
trabajando sin obtener beneficio,  
gobernando sin dominar?  
Esta es la Virtud Primera.

Capítulo 11

Treinta rayos convergen en el eje de la rueda;  
es el centro vacío que lo hace útil.  
La arcilla toma forma en un vaso;  
es el espacio sin arcilla que lo hace útil.  
Romper puertas y ventanas en un cuarto;  
son los espacios vacíos que los hacen útiles.  
Así pues, el beneficio viene de lo que se encuentra allí;  
la utilidad, de lo que no está allí.

Capítulo 12

Los cinco colores enceguecen el ojo.  
Los cinco sentidos ensordecen los oídos.  
Los cinco sabores dañan el gusto.  
Las carreras y la caza enloquecen la mente.  
Los objetos preciosos nos guían hacia las cenizas.  
Así, pues, el sabio es guiado por lo que siente,  
Y no por lo que ve.  
Suelta aquello y elige esto

Capítulo 13

Acepta la desgracia deseándola.  
Acepta la mala suerte como condición humana.  
¿Qué significa aceptar la desgracia deseándola?  
Aceptar no es importante.  
No hay que estar preocupado con la pérdida o la ganancia.  
Esto es aceptar la desgracia voluntariamente.  
¿Qué significa aceptar la mala suerte como condición humana?  
Rodéate a ti mismo humildemente; entonces podrás ser  
confiable de preocuparte de todas las cosas.  
Ama al mundo como a ti mismo;  
entonces podrás de verdad  
preocuparte de todas las cosas.

Capítulo 14

Oír, no puede ser oído, está más allá del sonido.  
Apoderarse, no puede ser tomado, es intangible.  
Estos tres verbos son indefinidos,  
por lo mismo se ensamblan en uno.  
Desde arriba no es brillante.  
Desde abajo no es oscuro.

El hilo quebrado, más allá de toda descripción,  
regresa a la nada.  
La forma de lo sin forma;  
la imagen de lo sin imagen es denominado  
lo indefinido, más allá de la imaginación.  
Detente adelante y no existe un principio.  
Síguelo y no existe un fin.  
Quédate en el Tao antiguo.  
Muévete en el presente.  
Saber el antiguo principio es la esencia del Tao.

#### Capítulo 15

Los ancianos maestros eran sutiles,  
misteriosos, profundos y receptivos.  
Lo profundo de sus conocimientos es insondable.  
Porque todo lo que podemos hacer  
es describir su apariencia.  
Cuidaos como hombres cruzando un arroyo en invierno.  
Estad alerta, como hombres concientes del peligro.  
Sed corteses, como huéspedes de visita.  
Ceded, como el hielo derritiéndose.  
Sed simples, como bloques de madera sin trabajar,  
huecos como cuevas,  
opacos como turbios charcos.  
¿Quién puede esperar en silencio,  
mientras el barro se asienta?  
¿Quién puede quedarse quieto  
hasta el momento de la acción?  
Los seguidores del Tao no buscan la plenitud.  
Quien no busca la plenitud  
no está perseguido por el deseo de cambio.

#### Capítulo 16

Vaciate de todo.  
Deja que la mente descansa en paz.  
Las diez mil cosas se elevan y caen,  
mientras uno mismo observa el regreso.  
Crecen y florecen y luego regresan a la fuente.  
Regresar a la fuente es la quietud,  
que es el modo de la naturaleza.  
El modo de la naturaleza es incambiable.  
Conocer con constancia es discernimiento.  
No conocer con constancia lleva al desastre.  
Con una mente abierta tendrás un corazón abierto.  
Tener el corazón abierto es actuar regiamente.  
Ser regio es llegar a lo divino.  
Ser divino es ser uno con el Tao.  
Ser uno con el Tao es ser eterno y  
-aunque el cuerpo muera- el Tao nunca morirá.

#### Capítulo 17

Lo muy alto es meramente desconocido por los hombres.  
Luego viene aquello que ellos conocen y aman,  
luego aquello que desprecian.  
El que no confía suficiente no será de confiar.  
Cuando los acciones son ejecutadas  
sin discursos innecesarios,  
la gente dice: ¡lo logramos!

Capítulo 18

La bondad y la rectitud se elevan,  
cuando el gran Tao es olvidado.  
La gran simulación comienza,  
cuando la sabiduría y la inteligencia nacen.  
La piedad filial y la devoción se levantan,  
cuando no existe paz entre la familia,  
Un ministro leal aparece,  
cuando el país está confundido y en el caos.

Capítulo 19

Renuncia a la santidad, renuncia a la sabiduría  
y será cien veces mejor para todos.  
Renuncia a la bondad, renuncia a la moral  
y todos los hombres redescubrirán piedad filial y amor.  
Renuncia a la ingenuidad renuncia al beneficio  
y desaparecerán bandidos y ladrones.  
Estos tres verbos son sólo normas;  
no son suficiente en sí mismos.  
Es más importante ver la simplicidad,  
dejar actuar nuestra verdadera naturaleza,  
restringir el egoísmo y templar el deseo.

Capítulo 20

Abandona el saber y libérate de la inquietud.  
¿Existe una diferencia entre asentir y consentir?  
¿Existe una diferencia entre el bien y el mal?  
¿Debo temer a lo que los otros temen? ¡Qué tontería!  
Otra gente está satisfecha  
divirtiéndose en la fiesta del gran sacrificio.  
En primavera, algunos van al parque o suben a la terraza.  
Sólo yo estoy a la deriva, sin saber dónde me encuentro.  
Como un niño recién nacido, antes de aprender a sonreír,  
estoy solo, sin un sitio adónde ir.  
Otros tienen más de lo que necesitan; sólo yo no tengo nada.  
Estoy loco -Oh sí- y confuso.  
Otros hombres resultan claros y brillantes.  
Sólo yo parezco oscuro y débil.  
Otros hombres son agudos e inteligentes.  
Sólo yo parezco lánguido y tonto.  
¡Oh! Yo voy a la deriva como las olas del mar,  
sin límites, como el bien que no descansa.  
Todos, además, están ocupados.  
Sólo yo estoy sin rumbo y abatido.  
Soy diferente.  
Estoy alimentado por la Gran Madre.

Capítulo 21

La gran Virtud es seguir el Tao y sólo el Tao.  
El Tao es evasivo e intangible.  
Oh, es intangible y evasivo y, sin embargo, posee una imagen.  
Oh, es oscuro y negro y, sin embargo, posee una esencia.  
Esta esencia es muy real y allí dentro yace la fe.  
Desde el principio hasta ahora  
su nombre no ha sido nunca olvidado.  
De este modo yo percibo la creación.  
¿Cómo sé los caminos de la creación?  
Por esto mismo.

Capítulo 22

Sé humilde y te distinguirás.  
Cúrvate y estarás pleno.  
Desgástate y serás renovado.  
Posee poco y obtendrás beneficios.  
Posee mucho y quedarás confuso.  
Por lo cual, el hombre sabio abraza el Uno  
y establece un ejemplo para todo.  
No haciendo ostentación,  
brilla públicamente.  
Sin justificarse ellos mismos,  
son distinguidos. Sin ensalzarse,  
son reconocidos. Sin jactarse,  
nunca vacilan. Jamás pelean.  
Entonces, nadie pelea con ellos.  
Por lo tanto, los ancianos dicen:  
"Sé humilde y sobresaldrás".  
¿Es esto un vano decir?  
Sé realmente íntegro  
y todas las cosas vendrán hacia ti.

Capítulo 23

Hablar es lo natural.  
Fuertes vientos no duran toda la mañana.  
Lluvias potentes no duran todo el día.  
¿Qué produce esto? ¡El cielo y la tierra!  
Si el cielo y la tierra no pueden hacer las cosas eternas:  
¿Cómo será posible para el hombre?  
El que sigue el Tao es uno con el Tao.  
El que es Virtuoso experimenta la Virtud.  
El que pierde el camino se siente perdido.  
Cuando eres uno con el Tao,  
El Tao te da la bienvenida.  
Cuando eres uno con la Virtud,  
La Virtud está siempre allí.  
Cuando eres uno con la pérdida,  
esta pérdida es experimentada, queriéndola.  
Quien no confía lo suficiente,  
no será confiable.

Capítulo 24

Quien se para en puntas de pie no es útil.  
Quien grita no puede dar el ejemplo.  
Quien hace un show no está aliviado.  
Quien es justo consigo mismo no es respetado.  
Quien alardea no realiza nada.  
Quien se jacta no perdurará.  
Según los seguidores del Tao:  
"Estos son alimentos extras y un lenguaje innecesario.  
No traen la felicidad".  
Por lo mismo, los seguidores del Tao los evitan.

Capítulo 25

Algo misteriosamente formado  
nace antes del cielo y de la tierra.  
En el silencio y el vacío,  
deteniéndose solo y sin cambio,  
siempre presente y en movimiento.  
Tal vez es la madre de las diez mil cosas.  
No conozco sus nombres. Llámalo Tao.  
Por falta de un mundo mejor, lo llamo grande.

Asociación Española de Tao Yin  
TAO TE CHING

Siendo grande, fluye muy lejos y  
habiendo llegado lejos, regresa.  
El Tao es grande; el cielo es grande;  
la tierra es grande; el rey también es grande el rey es uno de ellos.  
El hombre sigue la tierra. La tierra sigue el cielo.  
El cielo sigue el Tao. El Tao sigue lo que es natural.

Capítulo 26

Lo pesado es la raíz de lo liviano.  
La quietud es el amo de la intranquilidad.  
El sabio, viajando el día entero,  
no pierde de vista su equipaje.  
Aunque haya cosas bellas para ver,  
se queda desapegado y calmo.  
¿Por qué debería el señor de las diez mil cosas  
actuar frívolamente en público?  
Ser superficial es perder su propia raíz.  
Estar intranquilo es perder su propio control.

Capítulo 27

Un buen caminante no deja huellas.  
Un buen conversador no comete errores.  
Un buen contador no necesita enumerar.  
Una buena puerta no necesita cerrojo y,  
sin embargo, nadie puede abrirla.  
Buenos ligamentos no requieren nudos y,  
sin embargo, nadie puede extraviarlos.  
Por consiguiente, el sabio cuida a todos los hombres  
y no abandona a ninguno.  
Cuida todas las cosas; no abandones nada.  
Esto significa "seguir la luz."  
Un buen hombre es el maestro de un mal hombre.  
Un mal hombre está a cargo de un buen hombre.  
Si el maestro no es respetado y al estudiante  
no le interesa;  
la confusión se levanta, por más inteligente que uno sea.  
Este es el enigma del misterio.

Capítulo 28

Conoce la fuerza del hombre,  
aunque conserva la suavidad de una mujer.  
Sé la corriente del universo.  
Siendo la corriente del universo,  
La verdad y el desvío se torna inocente  
Como un niño pequeño.  
Conoce el blanco, aunque conserva el negro.  
Sé un ejemplo para el cosmos.  
Siéndolo, cada verdad y no desvío  
regresa al infinito.  
Conoce el honor, conserva la humildad.  
Sé el valle del universo.  
Cada verdad e ingenio  
regresa al estado de un bloque sin tallar.  
Cuando el bloque esté tallado, es útil.  
Cuando el sabio lo utiliza, pasa a ser guía.  
Por eso el tallador talla poco.



Capítulo 29

¿Crees que puedes poseer el universo y mejorarlo?  
No lo creo.  
El universo es sagrado. No lo puedes mejorar.  
Si lo intentas lo arruinarás.  
Si intentas poseerlo, lo perderás.  
Así -a veces- las cosas van hacia delante y  
a veces, hacia atrás.  
A veces respirar es difícil; a veces, fácil.  
A veces tenemos fuerza; otras, debilidad.  
A veces estamos arriba; otras veces, abajo.  
Por ende, el sabio esquivo extremos, excesos  
y complacencias.

Capítulo 30

Siempre que adviertas un gobierno en el sendero del Tao  
aconsejale que no use la fuerza para conquistar el mundo,  
porque esto sólo le causará problemas.  
El trueno anuncia la primavera, por donde el ejército pasó.  
Magros años siguen al despertar de una guerra.  
Haz sólo lo que tenga que ser hecho.  
Nunca tomes ventaja del poder.  
Los logros resultan, pero nunca  
te vanaglories de ellos.  
Realiza hechos pero no alardees.  
Realiza hechos pero no estés orgulloso.  
Realiza hechos, porque es lo natural.  
Realiza hechos pero no seas violento.  
La fuerza es seguida por la pérdida de energía,  
Esto no es el camino del Tao.  
Lo que va contra el Tao llega a un pronto final.

Capítulo 31

Buenas armas son instrumentos de miedo;  
todas las criaturas las odian.  
Por esto, los seguidores del Tao nunca las usan.  
El sabio prefiere la izquierda.  
El guerrero prefiere la derecha.  
Las armas son instrumentos de miedo;  
no son herramientas del sabio.  
Las utiliza sólo cuando no tiene opción.  
La paz y el silencio son caros a su corazón y  
la victoria no es causa de regocijo.  
Si te alegras en la victoria, te fascinarás en matar.  
Si te fascina matar no puedes realizarte a ti mismo.  
En felices ocasiones la prioridad es dada a la izquierda.  
En tristes ocasiones, la prioridad es dada a la derecha.  
En el ejército, el general se coloca a la izquierda.  
El comandante en jefe, a la derecha.  
Esto significa que la guerra es conducida como un funeral.  
Cuando mucha gente ha sido suprimida,  
debe ser lamentada con sentida pena.  
Esto es porqué una victoria deber ser observada como un funeral.

Capítulo 32

El Tao es por siempre indefinido.  
Pequeño -en estado sin forma- no puede ser asido.  
Si reyes y señores pueden colocarse las guarniciones  
las diez mil cosas habrían naturalmente obedecido.  
El cielo y la tierra se hubieran unido y  
gentilmente la lluvia caería.

Los hombres no hubieran necesitado más instrucción y  
Todas las cosas seguirían su curso.  
Una vez que el Tao esté dividido, las partes necesitan nombres.  
Ya existen suficientes nombres.  
Uno debe saber cuándo detenerse.  
Saber cuando detenerse detiene las preocupaciones.  
El Tao en el mundo es cual un río que fluye hacia el mar.

*Capítulo 33*

Conocer a los demás es sabiduría.  
Conocerse a sí mismo es esclarecimiento.  
Imponerse a los otros requiere fuerzas.  
Dominarse a sí mismo necesita energía.

Quien sabe que tiene lo suficiente es rico.  
Quien se detiene donde se encuentra, perdura.  
Morir -pero no perecer- es estar eternamente presente.  
La perseverancia es un signo de voluntad.

*Capítulo 34*

El gran Tao fluye por todas partes,  
tanto por la izquierda como por la derecha.  
Las diez mil cosas dependen de él no se quedan con nada.  
Cumplen el propósito en silencio y no hacen reclamos.  
Alimenta las diez mil cosas  
y -sin embargo- no es su amo.  
No tiene finalidad; es muy pequeño.  
Las diez mil cosas regresan a él  
y -sin embargo- no es su amo.  
Es admirable.  
No muestra su grandeza:  
por lo mismo, es realmente magno.

*Capítulo 35*

Todos los hombres vendrán a él,  
quien se guarda para el Único,  
pues allí yace la dicha y la paz.  
La música y los manjares pueden detenerlos,  
pero la descripción del Tao  
no tiene sustancia ni gusto.  
No se puede ver ni oír y  
-por lo mismo- no puede ser agotado.

*Capítulo 36*

Debe expandirse primero lo que se contrae.  
Debe fortalecerse primero lo que falla.  
Debe crecer primero lo que es podado.  
Debe ser otorgado antes de recibir.  
Esto se denomina percepción de la naturaleza de las cosas.  
Lo suave y débil se sobrepone a lo duro y lo fuerte.  
Los peces no pueden abandonar las aguas profundas.  
Y las armas de una nación no deben ser exhibidas.

Capítulo 37

El Tao espera en la no-acción.  
Sin embargo, nada queda sin hacer.  
Si reyes y señores observan esto,  
las diez mil cosas se desarrollarán naturalmente.  
Si ellas desean aún actuar,  
regresarán a la simplicidad de la sustancia sin forma.  
Sin forma no existe el deseo.  
Sin el deseo no exista la tranquilidad y  
así todas las cosas estarían en paz.

El Libro del Té - Capítulo 38

Un verdadero buen hombre no es consciente de su bondad;  
por eso mismo es bueno.  
Un hombre tonto trata de ser bueno;  
por eso mismo no lo es.  
Un verdadero buen hombre no hace nada;  
sin embargo, no deja nada sin hacer.  
Un hombre tonto está siempre haciendo;  
sin embargo, mucho queda sin hacer.  
Cuando un verdadero hombre amable hace algo,  
no deja nada sin hacer.  
Cuando un hombre justo hace algo,  
deja mucho sin hacer.  
Cuando un hombre disciplinado hace algo y no le responden,  
enrolla sus mangas en un intento de forzarlos al orden.  
Por lo tanto, cuando el Tao está perdido, queda la bondad.  
Cuando la bondad se pierde, queda la amabilidad.  
Cuando la amabilidad se pierde, queda la justicia.  
Cuando la justicia se pierde, queda el ritual.  
Ahora el rito es la cáscara de la fe y  
la lealtad, el comienzo de la confusión.  
El conocimiento del futuro es sólo la florida trampa del Tao.  
Es el principio del desatino.  
Por esto el verdadero gran hombre se atiene a lo real  
y no a lo superficial.  
Se detiene en el fruto, no en la flor.  
Así se acepta lo uno y se rechaza el resto.

Capítulo 39

Los orígenes se despiertan en uno.  
El cielo es un todo y claridad.  
La tierra es un todo y firmeza.  
El espíritu es un todo y fortaleza.  
El valle es un todo y plenitud.  
Las diez mil cosas son un todo y están vivas.  
Reyes y señores son un todo y el país se conduce recto.  
Todo es en virtud de la integridad.  
La claridad del cielo previene la caída.  
La firmeza de la tierra previene las grietas.  
La fortaleza del espíritu previene ser utilizado.  
La plenitud del valle previene la sequedad.  
El crecimiento de las diez mil cosas previene la muerte.  
El gobierno de reyes y señores previene la caída del país.  
Por esto, el humilde es la raíz de la nobleza.  
Sobre el pueblo se funda la aristocracia.  
Los príncipes y señores se consideran a sí mismos  
huérfanos, abandonados e indigentes.  
¿No dependen acaso de ser humildes?  
Demasiado éxito no es una ventaja;  
no debe brillar como el jade o  
resonar como piedras que suenan con armonía.

Capítulo 40

El retorno es el impulso del Tao.  
Ceder es el camino del Tao.  
Las diez mil cosas nacen del Ser.  
El Ser nace del no-Ser

Capítulo 41

Los estudiantes sabios escuchan el Tao y  
lo practican diligentemente.  
Los estudiantes comunes escuchan el Tao y  
lo abandonan una y otra vez.  
Los estudiantes tontos escuchan el Tao y rien fuerte.  
Si no existiera la risa, el Tao no sería lo que es.  
En consecuencia se dice:  
el pasado brillante parece empañado.  
Progresar parece retroceder.  
El modo fácil parece arduo.  
La mayor Virtud parece vacía.  
La gran pureza parece sombría.  
La Virtud más sana parece inadecuada.  
La fuerza de la Virtud parece frágil.  
La Virtud real parece irreal.  
El perfecto cuadrado parece sin ángulos.  
Los grandes talentos maduran tarde.  
Las notas más agudas son difíciles de oír.  
Las más grandes formas no tienen figura.  
El Tao está oculto y sin nombre.  
Sólo el Tao alimenta y logra que  
todo se realice.

Capítulo 42

El Tao engendra al uno.  
Uno engendra al dos.  
Dos engendra al tres  
y tres engendra a las diez mil cosas.  
Las diez mil cosas llevan el yin y abrazan el yang;  
logran la armonía combinando estas fuerzas.  
El hombre detesta ser huérfano, abandonado e indigente,  
pero así es como reyes y señores se describen a sí mismos.  
Porque uno gana perdiendo  
y pierde, ganando.  
Lo que otros enseñan, yo también enseño: esto es:  
"Un hombre violento morirá de una muerte violenta."  
Esto será la esencia de mi enseñanza.

Capítulo 43

Lo más blando en el universo  
se sobrepone a lo más duro en el universo.  
Lo que no tiene sustancia penetra donde no hay sitio.  
Por lo mismo, conozco el valor de la no-acción.  
Enseñando sin palabras y obrando sin hacer  
es comprendido por muy pocos.

Capítulo 44

¿Qué importa más: la fama o tú mismo?  
¿Qué es más preciado: la fama o las posesiones?  
¿Qué es más doloroso: ganar o perder?

Quien se apega a las cosas sufrirá más.  
Quien atesora, sufrirá grandes pérdidas.  
Un hombre satisfecho nunca está decepcionado.  
Quien sabe detenerse evita las desgracias:  
estará eternamente a salvo.

Capítulo 45

Grandes logros parecen imperfectos,  
aunque no sobrevivan a su inutilidad.  
La gran plenitud parece sin sentido,  
aunque no pueda ser agotada.  
La gran rectitud parece torcida.  
La gran inteligencia parece inútil.  
La gran elocuencia parece torpe.  
El movimiento se sobrepone al frío.  
La quietud se sobrepone al calor.  
La quietud y la paz colocan las cosas en orden en el universo.

Capítulo 46

Cuando el Tao está presente en el universo,  
los caballos arrastran el estiércol.  
Cuando el Tao está ausente del universo,  
los caballos de guerra se alimentan fuera de la ciudad.  
No existe mayor crimen que el deseo  
ni mayor maldición que el descontento  
ni mayor desgracia que la codicia.  
Por esto mismo, quien sabe contentarse con  
lo suficiente tendrá siempre lo suficiente.

Capítulo 47

Sin salir al exterior,  
uno puede conocer el mundo entero.  
Sin mirar a través de la ventana,  
uno puede ver los caminos al cielo.  
Cuanto más nos alejamos, menos conocemos.  
De este modo, el sabio conoce sin desplazarse,  
ve sin mirar, trabaja sin hacer.

Capítulo 48

En la perseverancia del aprendizaje,  
cada día algo es adquirido.  
En la perseverancia del Tao,  
cada día algo se pierde.  
Menos y menos es hecho  
hasta que se alcanza la no-acción.  
Cuando nada está hecho, nada queda sin hacer.  
El mundo está regido dejando que las cosas fluyan.  
Nada puede ser regido, interfiriendo.

Capítulo 49

El sabio no posee una mente propia.  
Está consciente de las necesidades de los demás.  
Soy bueno con la gente que es buena.  
Soy también bueno con la gente que no es buena,  
porque la Virtud es el bien.  
Tengo fe en la gente que tiene fe;  
tengo también fe en la gente que no cree,  
porque la Virtud es la creencia.  
El sabio es tímido y humilde;  
-para el mundo parece confuso-.  
Los hombres lo miran y lo escuchan.  
El se comporta como un niño pequeño.

Capítulo 50

Entre el nacimiento y la muerte  
Tres de cada diez son los seguidores de la vida.  
Tres de cada diez son los seguidores de la muerte y  
tres de cada diez es el número de los hombres  
pasando del nacimiento a la muerte.  
¿Por qué?  
Porque viven su vida en un nivel intenso.  
Quien sabe cómo vivir en el extranjero puede caminar  
sin miedo a los rinocerontes o a los tigres.  
No será herido en una batalla,  
porque en él los rinocerontes no encuentran  
lugar para embestir sus cuernos  
ni los tigres encuentran sitio para utilizar sus garras  
ni las armas lugar para acribillar.  
¿Por qué?  
Porque no es vulnerable a la muerte.

Capítulo 51

Todas las cosas surgen del Tao y  
son alimentadas por la Virtud.  
Están construidas por temas.  
Están modeladas a través del entorno.  
Así, las diez mil cosas respetan el Tao y honran la Virtud.  
El respeto del Tao y el honor a la Virtud no son exigidos,  
aunque son propios de la naturaleza.  
Por lo mismo, todas las cosas nacen del Tao.  
Por la Virtud se alimentan,  
se desarrollan, son cuidadas, amparadas, consoladas.  
Crecen y son protegidas.  
Creando sin calmar,  
realizando, sin buscar beneficio,  
guiando, sin interferir.  
Esta es la Virtud Principal.

Capítulo 52

El principio del universo es la madre  
De todas las cosas.  
Conociendo a la madre, uno también conoce a los hijos.  
Conociendo a los hijos,  
aunque permaneciendo en contacto con la madre,  
aporta libertad del miedo y de la muerte.  
Mantiene la boca cerrada.  
Vigila los sentidos y  
la vida será por siempre plena.  
Abre la boca, está siempre ocupado y  
la vida estará más allá de la esperanza.

Percibe lo pequeño que yace en el interior.  
Cede tu energía para ser fuerte.  
Usa la luz exterior para regresar al interior  
y así estarás a salvo del daño.  
Esto es aprender la constancia.

*Capítulo 53*

Si yo tuviera sólo un poco de sentido,  
caminaría por la vía principal y  
mi único miedo sería  
extraviarme en ella.  
Quedarse en la calle principal es fácil,  
pero a la gente le gusta cambiar de rumbo.  
Cuando la Corte está adornada de esplendor,  
los campos están llenos de maleza y  
Los graneros usan ropas lujosas y  
se gratifican de comida y de bebida.  
Tienen más posesiones de las que pueden usar:  
Son barones-ladrones:  
ciertamente éste no es el camino del Tao.

*Capítulo 54*

Lo que está firmemente establecido  
no puede ser desarraigado.  
Lo que está firmemente asido no puede deslizarse.  
Será honrado de generación en generación.  
Cultivad la Virtud en sí misma y la Virtud será real.  
Cultivadla en la familia y la Virtud será abundante.  
Cultivadla en el pueblo y la Virtud crecerá.  
Cultivadla en la nación y la Virtud será copiosa.  
Cultivadla en el universo y la Virtud estará en todas partes.  
Por lo mismo, mirad el cuerpo como cuerpo.  
Mirad a la familia como familia.  
Mirad al pueblo como pueblo.  
Mirad a la nación como nación.  
Mirad al universo como universo.  
¿Cómo sé que el universo es de este modo?  
¡Mirándolo!

*Capítulo 55*

Quien posee la Virtud es como un niño recién nacido.  
Avispas y serpientes no lo picarán;  
Bestias salvajes no se abalanzarán sobre él;  
no será atacado por aves de rapiña.  
Sus huesos son blandos; sus músculos débiles,  
aunque firme es su apretón de manos.  
No ha experimentado la unión del hombre y de la mujer,  
pero es una totalidad.  
Su virilidad es fuerte.  
Grita todo el día sin volverse ronco.  
Su armonía es perfecta.  
Conocer esta armonía es constancia.  
Conocer esta constancia es esclarecimiento.  
No es sabio precipitarse.  
Contener la respiración causa esfuerzo.  
Si demasiada energía es usada, le sigue el agotamiento.  
Este no es el camino del Tao.  
Lo que sea contrario al Tao no tardará en perecer.

Capítulo 56

Los que conocen no hablan.  
Los que hablan no saben.  
Mantened la boca cerrada.  
Vigilad los sentidos.  
Moderad el sarcasmo.  
Simplificad los problemas.  
Disfrazad el brillo.  
Sed uno con el polvo de la tierra.  
Esta es la principal unión.  
Quien ha alcanzado este estado  
No se preocupa por los amigos o enemigos, ni  
de lo bueno o lo que engaña, del honor y la desgracia.  
Este es por lo tanto el más alto estado del hombre.

Capítulo 57

Gobernad una nación con justicia.  
Emprended la guerra con movimientos sorprendidos.  
Llegad a ser el dueño del universo sin esforzarse.  
¿Cómo lo sé? ¡Por todo esto!  
Más leyes y restricciones existen,  
más pobre la gente llega a ser.  
Más sarcásticos son los guerreros,  
más preocupaciones en la tierra.  
Más ingeniosos e inteligentes son,  
las cosas más extrañas suceden.  
Más reglas y más orden,  
más ladrones y bandidos.  
Por lo mismo, el sabio dice:  
no procedo y la gente se corrige;  
disfruto de la paz y la gente se vuelve honesta.  
No hago nada y la gente se vuelve rica.  
No tengo deseos y la gente regresa a la vida simple y buena.

Capítulo 58

Cuando el país está gobernado por una mano superficial,  
la gente es simple.  
Cuando el país está gobernado con autoridad,  
la gente es sagaz.  
La felicidad está enraizada en la miseria.  
La miseria acecha bajo la felicidad.  
¿Quién sabe lo que el futuro nos reserva?  
No existe la honestidad; se convierte en deshonesto.  
La bondad se convierte en brujería.  
Los hombres embrujados duran mucho tiempo.  
Así, el sabio es agudo, aunque no cortante;  
puntiagudo, aunque no penetrante;  
íntegro, pero no reprimido;  
brillante, pero no enceguedo.

Capítulo 59

Preocupádonos por los otros y sirviendo al cielo,  
No existe nada mejor que usar el límite.  
Limitarse comienza renunciando a sus propias ideas.  
Esto depende en la Virtud acumulada en el pasado.  
Si existe una buena provisión de Virtud,  
entonces nada es imposible.  
Si nada es imposible, entonces no existe los límites.  
Si un hombre no conoce los límites es apto para ser guía.  
El principio superior de gobernar se mantiene apto por mucho tiempo.



Esto es denominado tener raíces profundas y una base firme,  
el Tao de una larga vida y una eterna visión.

*Capítulo 60*

Gobernar el país es como cocinar un pez pequeño.  
Aproxímate al universo con el Tao y  
el mal no tendrá poder,  
no porque el mal no sea poderoso, sino porque  
su poder no será utilizado para dañar a los otros.  
No sólo no hará daño a los demás;  
además el sabio estará protegido;  
no se dañan el uno al otro y  
la Virtud en cada uno refresca a ambos.

*Capítulo 61*

Un gran país es como una tierra baja:  
es el encuentro del universo,  
la madre del universo.  
A lo femenino se sobrepone lo masculino con quietud,  
yaciendo debajo, en quietud.  
Por lo tanto, si un gran país da lugar a un país pequeño,  
conquistará al pequeño país y  
si uno pequeño se somete a uno grande,  
puede conquistar al gran país.  
Por lo mismo, aquellos que hubieran conquistado  
deben ceder y aquellos que conquistaron  
lo lograron porque cedieron.  
Una gran nación necesita más gente.  
Un pequeño país necesita servir.  
Cada uno logra lo que quiere:  
ceder es conveniente para una gran nación.

*Capítulo 62*

El Tao es la fuente de las diez mil cosas;  
es el tesoro de un buen hombre y el refugio de un mal hombre.  
Palabras blandas pueden comprar honores y  
buenos actos pueden ganar respeto.  
Si un hombre es malo, no lo abandones.  
Así, en el día que el emperador sea coronado o  
el estado haya instalado tres ministros,  
no envíes un regalo de jade ni una cuadriga.  
Quédate quieto y ofrece el Tao.  
¿Por qué a todo el mundo le gusta el Tao al principio?  
¿No es quizá porque uno encuentra lo que busca y  
lo olvida, cuando peca?  
Por eso éste es el mayor tesoro del universo.

*Capítulo 63*

Practica la no-acción. Trabaja sin obrar.  
Gusta lo sin gusto. Magnifica lo pequeño,  
aumenta lo escaso; premia el encono con cuidado.  
Ve lo simple en lo complicado.  
Realiza grandes cosas en las pequeñas.  
En el universo las dificultades están hechas como si fueran fáciles..  
En el universo, los grandes actos están hechos de pequeñas obras.  
El sabio no intenta nada muy grande y  
de ese modo realiza grandezas.  
Promesas fáciles están hechas de pequeñas creencias.  
Resulta dificultoso tomar las cosas a la ligera,

porque el sabio siempre confronta las dificultades,  
pero nunca las experimenta.

*Capítulo 64*

La paz es fácilmente mantenida.  
La inquietud es fácilmente superada, antes del comienzo.  
Lo frágil es fácilmente quebrado.  
Lo pequeño es fácilmente destrozado.  
Pacta con ello antes de que suceda.  
Crea el orden antes de que haya confusión.  
Un gran árbol -que apenas el hombre puede abrazar-  
florece de una pequeña simiente.  
Una torre alta de nueve pisos comienza con una pila de tierra.  
Una jornada de mil millas comienza bajo nuestro propio pie.  
Quién actúa decepciona su propio propósito.  
Quien usurpa, pierde.  
El sabio no actúa y por lo tanto no es derrotado.  
Quien no usurpa, no pierde.  
La gente habitualmente fracasa,  
cuando se encuentra en el margen del éxito.  
Entonces, tened mucho cuidado al final como al principio.  
Así, no habrá fracaso.  
Siendo de este modo, el sabio busca libertad en el deseo;  
no colecciona cosas preciosas,  
aprende a no aferrarse a las ideas  
Trae de regreso a los hombres a aquello que han perdido.  
Ayuda a las diez mil cosas a encontrar su propia naturaleza,  
pero se refrena de la acción.

*Capítulo 65*

Al principio, quienes conocían el Tao  
no intentaban iluminar a los otros,  
pero lo mantenían en la oscuridad.  
¿Por qué es tan arduo gobernar?  
Porque la gente posee también el saber.  
Los gobernantes que intentan utilizar el saber,  
engañan al país.  
Los que mandan sin saber  
son bendecidos por la tierra.  
Estas son las dos alternativas.  
Comprender esto es la Virtud Primera.  
La Primera Virtud es profunda y distante;  
conduce todas las cosas de regreso  
hacia uno mismo.

*Capítulo 66*

¿Por qué es el mar el rey de los cien cauces?  
Porque yace debajo de ellos;  
por lo mismo, es el rey de los cien cauces.  
Si el sabio guiase a la gente,  
debe servir con humildad.  
Si él los guiara, debe colocarse detrás;  
de este modo, cuando el sabio los guía,  
la gente no se sentirá opresiva;  
cuando se coloca por delante, no será lastimada.  
El mundo entero lo soportará y no se cansará,  
porque no compite:  
no lucha con la competición.

Capítulo 67

Todos, bajo el cielo, dicen que mi Tao es grande y  
más allá de toda comparación.  
Porque es grande, parece diferente;  
si no fuera diferente, se habría desvanecido hace mucho.  
Tengo tres tesoros que conservo y a los cuales me aferro.  
El primero es la misericordia; el segundo, la economía;  
el tercero es no atreverme a estar delante de los otros.  
De la misericordia viene el coraje;  
de la economía viene la generosidad;  
de la humildad viene saber ser líder.  
Hoy, los hombres evitan la misericordia,  
pero intentan ser valientes;  
abandonan la economía,  
pero intentan ser generosos;  
no creen en la humildad,  
pero siempre tratan de ser los primeros.  
Esto es ciertamente la muerte.  
La misericordia trae  
la victoria en la batalla y la fuerza en la defensa.  
Esto es el sentido por el cual el cielo salvo y protege.

Capítulo 68

Un buen soldado no es violento;  
un buen luchador no se enoja;  
un buen ganador no es vengativo;  
un buen empleado es humilde.  
Esta es la Virtud de no oponerse.  
Esto es conocido como la habilidad  
para manejar a los otros.  
Esto-desde los tiempos remotos- fue conocido  
como el ultimátum de la unidad con el cielo.

Capítulo 69

Existe un dicho entre los soldados:  
"No me atrevo a hacer el primer movimiento;  
preferiría ser el huésped.  
No me atrevo avanzar una pulgada; más bien  
preferiría retroceder un pie".  
Esto es avanzar sin aparentar moverse;  
capturar el enemigo sin atacar;  
estar armado sin armas.  
No existe mayor catástrofe que desestimar al enemigo.  
Por desestimar al enemigo casi pierdo lo que valoro:  
por lo mismo, cuando la batalla se libra,  
el más débil vencerá.

Capítulo 70

Mis palabras son fáciles de comprender  
y fáciles de realizar;  
sin embargo, ningún hombre bajo el cielo  
las conoce y las practica.  
Mis palabras tienen comienzos antiguos.  
Mis acciones son disciplinadas,  
porque los hombres no comprenden que  
no poseen conocimiento de mí.  
Los que me conocen son pocos.  
Los que me maltratan son honrados.  
Por esto mismo, el sabio usa ropa rústica y  
aferra las joyas en su corazón.

Capítulo 71

Conocer la ignorancia es fortaleza.  
Ignorar el conocimiento es un mal.  
Si uno está enfermo- por enfermedad-  
entonces uno no está enfermo.  
El sabio no está enfermo,  
porque está cansado de enfermedad;  
por lo mismo, no está enfermo.

Capítulo 72

Cuando a los hombres les falta el sentido del temor,  
sucederá un desastre.  
No entremeterse en sus casas,  
no atosigarlos en el trabajo.  
Si no se interfiere, no se hastiarán.  
Por esto mismo, el sabio se conoce pero no se exhibe.  
Se respeta a sí mismo, pero no es arrogante.  
Abandona aquello y elige esto.

Capítulo 73

Un hombre valiente y apasionado matará o será asesinado.  
Un hombre valiente y calmo preservará su vida.  
¿De estos dos cuál es conveniente y cuál dañino?  
Ciertas cosas no son favorecidas por el cielo. Nadie las conoce.  
Hasta el sabio está inseguro de lo dicho.  
El Tao del cielo no se esfuerza y con todo se sobrepone.  
No habla, pero responde.  
No pregunta, pero son abastecidas todas sus necesidades.  
Parece cómodo, pero sigue un plan.  
La red del cielo se lanza lejos;  
aunque la malla sea tosca, nada se escapa.

Capítulo 74

Si los hombres no tienen miedo de morir,  
no es útil amenazarlos con la muerte.  
Si los hombres viven en el miedo constante de morir  
y si romper la ley significa que debe ser asesinado:  
¿Quién osará romper la ley?  
Existe siempre un funcionario que ejecuta.  
Si intentas tomar su lugar equivaldría a  
ser un maestro de carpinteros,  
utilizando el hacha.  
Si intentas cortar la madera como un maestro de carpinteros,,  
sólo te lastimarás tu mano.

Capítulo 75

¿Dónde está la gente muriéndose de hambre,  
porque los que mandan los agobian con impuestos?  
Por esto mismo, la gente se muere de hambre.  
¿Dónde está la gente rebelde,  
porque los que mandan interfieren demasiado?  
Por esto mismo, existen los rebeldes.  
¿Por qué la gente piensa tan poco en la muerte?  
Porque los que mandan exigen demasiado de la vida.  
Por esto mismo, la gente toma la muerte con ligereza.  
Teniendo poco para vivir, la conoce mejor y  
no la valora demasiado.

Capítulo 76

Un hombre nace blando y flexible.  
A su muerte está endurecido y rígido.  
Las plantas verdes son tiernas y llenas de savia.  
A su muerte están marchitas y secas.  
Por eso, lo rígido y no flexible es la disciplina de la muerte.  
Ser dócil y ceder es la disciplina de la vida.  
Por eso, un ejército sin flexibilidad nunca gana la batalla.  
Un árbol que no se inclina se quiebra fácilmente.  
Lo rígido y endurecido se caerá.  
Lo blando y flexible sobrevivirá.

Capítulo 77

El Tao del cielo es como la inclinación del arco.  
Lo alto es más bajo y lo bajo se levanta.  
Si la cuerda es demasiado larga se acorta.  
Si no hay suficiente, se alarga.  
El Tao del cielo es quitar a aquellos que tienen demasiado  
para dárselo a quienes no tienen suficiente.  
Los caminos del hombre son diferentes:  
quitar a aquellos que no tienen suficiente  
para dárselo a aquello que ya tienen demasiado.  
¿Qué hombre- que tiene suficiente- se lo daría al mundo?  
Sólo el hombre del Tao.  
Por lo mismo, el sabio trabaja sin reconocimiento.  
Logra lo que debe ser hecho sin jactarse de ello.  
No trata de mostrar su conocimiento.

Capítulo 78

Bajo el cielo nada es más blando y capaz de ceder que el agua,  
aunque para atacar lo sólido y fuerte sea lo mejor:  
no tiene igual.  
Lo débil puede sobreponerse a lo fuerte;  
lo blando a lo rígido.  
Bajo el cielo cada uno sabe esto,  
y sin embargo, nadie lo pone en práctica.  
Por lo mismo, el sabio dice:  
quien toma sobre sí la humillación del pueblo  
está preparado para gobernarlo.  
Quién toma sobre sí los desastres del país merece  
ser el rey del universo.  
La verdad, a menudo, suena paradójica.

Capítulo 79

Luego de una amarga enemistad cierto rencor debe quedar.  
¿Qué puede uno hacer?  
Por esto, el sabio guarda la mitad de su convenio,  
pero no hace lo mismo con sus deudas.  
Un hombre Virtuoso pide a los demás que cumplan  
con sus obligaciones.  
El Tao del cielo es imparcial.  
Se queda con los hombres buenos.

Capítulo 80

Un pequeño país tiene poca gente.  
Aunque existan máquinas que puedan trabajar de  
diez a cien veces más ligero que el hombre, no las necesitan.  
La gente toma la muerte seriamente y no viaja lejos:  
aunque tenga botes y carruajes, no los utiliza;

aunque tenga armaduras y armas, ninguno las necesita.  
Los hombres prefieren el nudo y la cuerda,  
en lugar de escribir.  
Su comida es sencilla y buena;  
sus ropas, finas pero simples;  
sus hogares seguros;  
son felices a su modo.  
Aunque viven al alcance del suspiro de sus vecinos y  
del canto del gallo y del ladrido del perro que se oye  
a través del camino,  
pese a ello, viven en paz cada uno,  
mientras envejecen y mueren.

*Capítulo 81*

Las palabras sinceras no son bellas.  
Las palabras bellas no son sinceras.  
Los hombres buenos no discuten.  
Quienes discuten no son buenos.  
Quienes saben no aprenden.  
Quienes aprenden no saben.  
El sabio nunca trata de almacenar las cosas.  
Más hace por los otros, más posee.  
Más otorga a los otros, más grande es su abundancia.  
El Tao del cielo es señalado, pero no hace daño.  
El Tao del sabio es elaborado sin esfuerzo.

