

# 道 德 經

## 背 誦 本

### 第 一 章

道可道，非常道。名可名，非常名。  
無名天地之始；有名萬物之母。  
故常無，欲以觀其妙；常有，欲以觀其徼。  
此兩者，同出而異名，同謂之玄。  
玄之又玄，眾妙之門。

### 第 二 章

天下皆知美之爲美，斯惡已。  
皆知善之爲善，斯不善已。  
有無相生，難易相成，長短相形，  
高下相盈，音聲相和，前後相隨。  
恆也。是以聖人處無爲之事，  
行不言之教；萬物作而弗始，  
生而弗有，爲而弗恃，功成而不居。  
夫唯弗居，是以不去。

### 第 三 章

不尙賢，使民不爭；  
不貴難得之貨，使民不爲盜；  
不見可欲，使民心不亂。  
是以聖人之治，  
虛其心，  
實其腹，  
弱其志，  
強其骨。  
常使民無知無欲。  
使夫智者不敢爲也。  
爲無爲，則無不治。

## 第四章

道沖，而用之或不盈。  
淵兮，似萬物之宗；湛兮，似或存。  
吾不知誰之子，象帝之先。

## 第五章

天地不仁，以萬物爲芻狗；聖人不仁，以百姓爲芻狗。  
天地之間，其猶橐籥乎。虛而不屈，動而愈出。  
多言數窮，不如守中。

## 第六章

谷神不死，是謂玄牝。  
玄牝之門，是謂天地根。帛系若存，用之不勤。

## 第七章

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

## 第八章

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

## 第九章

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

## 第十章

般若

載營魄抱一，能無離乎。  
專氣致柔，能如嬰兒乎。  
滌除玄鑒，能如疵乎。  
愛國治民，能無爲乎。  
天門開闔，能爲雌乎。  
明白四達，能無知乎。

## 第十一章

寺廟網

三十輻，共一轂，當其無，有車之用。  
埴埴以爲器，當其無，有器之用。  
鑿戶牖以爲室，當其無，有室之用。  
故有之以爲利，無之以爲用。

德盛

## 第十二章

五色令人目盲；五音令人耳聾；五味令人口爽；  
馳騁畋獵，令人心發狂；難得之貨，令人行妨。  
是以聖人爲腹不爲目，故去彼取此。

## 第十三章

寵辱若驚，貴大患若身。  
何謂寵辱若驚。  
寵爲下，得之若驚，失之若驚，是謂寵辱若驚。  
何謂貴大患若身。  
吾所以有大患者，爲吾有身，  
及吾無身，吾有何患。  
故貴以身爲天下，若可寄天下；  
愛以身爲天下，若可托天下。

## 第十四章

視之不見，名曰夷；

聽之不聞，名曰希；

搏之不得，名曰微。

此三者不可致詰，故混而為一。

其上不皦，其下不昧。

繩繩兮不可名，復歸於物。

是謂無狀之狀，無物之象，是謂惚恍。

迎之不見其首，隨之不見其後。

執古之道，以御今之有。

能知古始，是謂道紀。

## 第十五章

古之善為道者，微妙玄通，深不可識。

夫唯不可識，故強為之容：

豫兮若冬涉川；

猶兮若畏四鄰；

儼兮其若客；

渙兮其若凌釋；

敦兮其若朴；

曠兮其若谷；

混兮其若濁；

澹兮其若海；

颺兮若無止。

孰能濁以靜之徐清。

孰能安以動之徐生。

保此道者，不欲盈。

夫唯不盈，故能蔽而新成。

般若

寺廟網

信

德盛

## 第十六章

致虛極，守靜篤。  
萬物並作，吾以觀復。  
夫物芸芸，各復歸其根。  
歸根曰靜，靜曰復命。  
復命曰常，知常曰明。  
不知常，妄作凶。  
知常容，容乃公，  
公乃全，全乃天，  
天乃道，道乃久，沒身不殆。

般若

## 第十七章

太上，不知有之；  
其次，親而譽之；  
其次，畏之；  
其次，侮之。  
信不足焉，有不信焉。  
悠兮其貴言。  
功成事遂，百姓皆謂：「我自然」。

寺廟網

正信

德盛

## 第十八章

大道廢，有仁義；智慧出，有大偽；  
六親不和，有孝慈；國家昏亂，有忠臣。

## 第十九章

絕聖棄智，民利百倍；  
絕仁棄義，民復孝慈；  
絕巧棄利，盜賊無有。  
此三者以爲文，不足。  
故令有所屬：見素抱朴，少思寡欲，絕學無憂。

## 第二十章

唯之與阿，相去幾何。  
之與惡，相去若何。  
人之所畏，不可不畏。  
荒兮，其未央哉。  
眾人熙熙，如享太牢，如春登台。  
我獨泊兮，其未兆；  
沌沌兮，如嬰兒之未孩；  
儻儻兮，若無所歸。  
眾人皆有餘，而我獨若遺。我愚人之心也哉。  
俗人昭昭，我獨昏昏。  
俗人察察，我獨悶悶。  
眾人皆有以，而我獨頑且鄙。  
我獨異於人，而貴食母。

## 第二十一章

孔德之容，惟道是從。  
道之爲物，惟恍惟惚。  
惚兮恍兮，其中有象；恍兮惚兮，其中有物。  
窈兮冥兮，其中有精；其精甚真，其中有信。  
自今及古，其名不去，以閱眾甫。  
吾何以知眾甫之狀哉。以此。

## 第二十二章

曲則全，枉則直，窪則盈，  
敝則新，少則得，多則惑。  
是以聖人抱一爲天下式。  
不自見，故明；  
不自是，故彰；  
不自伐，故有功；  
不自矜，故長。  
夫唯不爭，故天下莫能與之爭。  
古之所謂「曲則全」者，豈虛言哉。  
誠全而歸之。

## 第二十三章

希言自然。  
故飄風不終朝，驟雨不終日。  
孰爲此者。  
天地。天地尙不能久，而況於人乎。  
故從事於道者，同於道；  
德者，同於德；失者，同於失。  
同於道者，道亦樂得之；  
同於德者，德亦樂得之；  
同於失者，失亦樂得之。  
信不足焉，有不信焉。

## 第二十四章

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

## 第二十五章

有物混成，先天地生。  
寂兮寥兮，獨立而不改，  
周行而不殆，可以爲天地母。  
吾不知其名，強字之曰道，強爲之名曰大。  
大曰逝，逝曰遠，遠曰反。  
故道大，天大，地大，人亦大。  
域中有四大，而人居其一焉。  
人法地，地法天，天法道，道法自然。

## 第二十六章

重爲輕根，靜爲躁君。  
是以君子終日行不離輜重。  
雖有榮觀，燕處超然。  
奈何萬乘之主，而以身輕天下。  
輕則失根，躁則失君。

般若

正信

詩廟網

德盛

## 第二十七章

善行無轍跡，善言無瑕謫；  
善數不用籌策；善閉無關楗而不可開，  
善結無繩約而不可解。  
是以聖人常善救人，故無棄人；  
常善救物，故無棄物。  
是謂襲明。  
故善人者，不善人之師；  
不善人者，善人之資。  
不貴其師，不愛其資，  
雖智大迷，是謂要妙。

## 第二十八章

知其雄，守其雌，爲天下溪。  
爲天下溪，常德不離，復歸於嬰兒。  
知其白，守其辱，爲天下谷。  
爲天下谷，常德乃足，復歸於朴。  
知其白，守其黑，爲天下式。  
爲天下式，常德不忒，復歸於無極。  
朴散則爲器，聖人用之，  
則爲官長，故大智不割。

## 第二十九章

將欲取天下而爲之，吾見其不得已。  
天下神器，不可爲也，不可執也。  
爲者敗之，執者失之。  
是以聖人無爲，故無敗；  
無執，故無失。  
夫物或行或隨；或噓或吹；  
或強或羸；或載或隳。  
是以聖人去甚，去奢，去泰。

般若

廟網

德盛

### 第三十章

以道佐人主者，不以兵強天下。  
其事好遠。  
師之所處，荆棘生焉。  
大軍之後，必有凶年。  
善有果而已，不以取強。  
果而勿矜，果而勿伐，果而勿驕。  
果而不得已，果而勿強。  
物壯則老，是謂不道，不道早已。

### 第三十一章

夫兵者，不祥之器，  
物或惡之，故有道者不處。  
君子居則貴左，用兵則貴右。  
兵者不祥之器，非君子之器，  
不得已而用之，恬淡爲上。  
勝而不美，而美之者，是樂殺人。  
夫樂殺人者，則不可得志於天下矣。  
吉事尚左，凶事尚右。  
偏將軍居左，上將軍居右，言以喪禮處之。  
殺人之衆，以悲哀泣之，戰勝以喪禮處之。

### 第三十二章

道常無名朴。  
雖小，天下莫能臣。  
侯王若能守之，萬物將自賓。  
天地相合，以降甘露，民莫之令而自均。  
始制有名，名亦既有，  
夫亦將知止，知止可以不殆。  
譬道之在天下，猶川谷之於江海。

般若

法華經

德盛

### 第三十三章

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

### 第三十四章

大道泛兮，其可左右。  
萬物恃之以生而不辭，功成而不有。  
衣養萬物而不為主，可名於小；  
萬物歸焉而不為主，可名為大。  
以其終不自為大，故能成其大。

### 第三十五章

執大象，天下往。  
往而不害，安平泰。  
樂與餌，過客止。  
道之出口，淡乎其無味，  
視之不足見，聽之不足聞，用之不足既。

### 第三十六章

將欲歛之，必故張之；將欲弱之，必故強之；  
將欲廢之，必故興之；將欲取之，必故與之。  
是謂微明。  
柔弱勝剛強。  
魚不可脫於淵，國之利器不可以示人。

### 第三十七章

道常無為而無不為。  
侯王若能守之，萬物將自化。  
化而欲作，吾將鎮之以無名之朴。  
鎮之以無名之朴，夫將不欲。  
不欲以靜，天下將自正。

### 第三十八章

上德不德，是以有德；  
下德不失德，是以無德。

上德無爲而無以爲；  
下德無爲而有以爲。

上仁爲之而無以爲；  
上義爲之而有以爲。

上禮爲之而莫之應，  
則攘臂而扔之。

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

般若

第三十九章

寺廟網

昔之得一者：  
天得一以清；  
地得一以寧；  
神得一以靈；  
谷得一以生；

侯得一以爲天下正。  
其致之也，謂天無以清，將恐裂；  
地無以寧，將恐廢；  
神無以靈，將恐歇；  
谷無以盈，將恐竭；  
萬物無以生，將恐滅；  
侯王無以正，將恐蹶。  
故貴以賤爲本，高以下爲基。  
是以侯王自稱孤、寡、不谷。  
此非以賤爲本邪。非乎。故致譽無譽。  
是故不欲琤琤如玉，珞珞如石。

信

德盛

## 第四十章

反者道之動；弱者道之用。  
天下萬物生於有，有生於無。

## 第四十一章

上士聞道，勤而行之；中士聞道，若存若亡；  
下士聞道，大笑之。不笑不足以爲道。

故建言有之：

明道若昧；

進道若退；

夷道若類；

上德若谷；

廣德若不足；

建德若偷；

質真若渝；

大白若辱；

大方無隅；

大器晚成；

大音希聲；

大象無形；

道隱無名。

夫唯道，善貸且成。

## 第四十二章

道生一，一生二，二生三，三生萬物。

萬物負陰而抱陽，沖氣以爲和。

人之所惡，唯孤、寡、不谷，而王公以爲稱。

故物或損之而益，或益之而損。

人之所教，我亦教之。

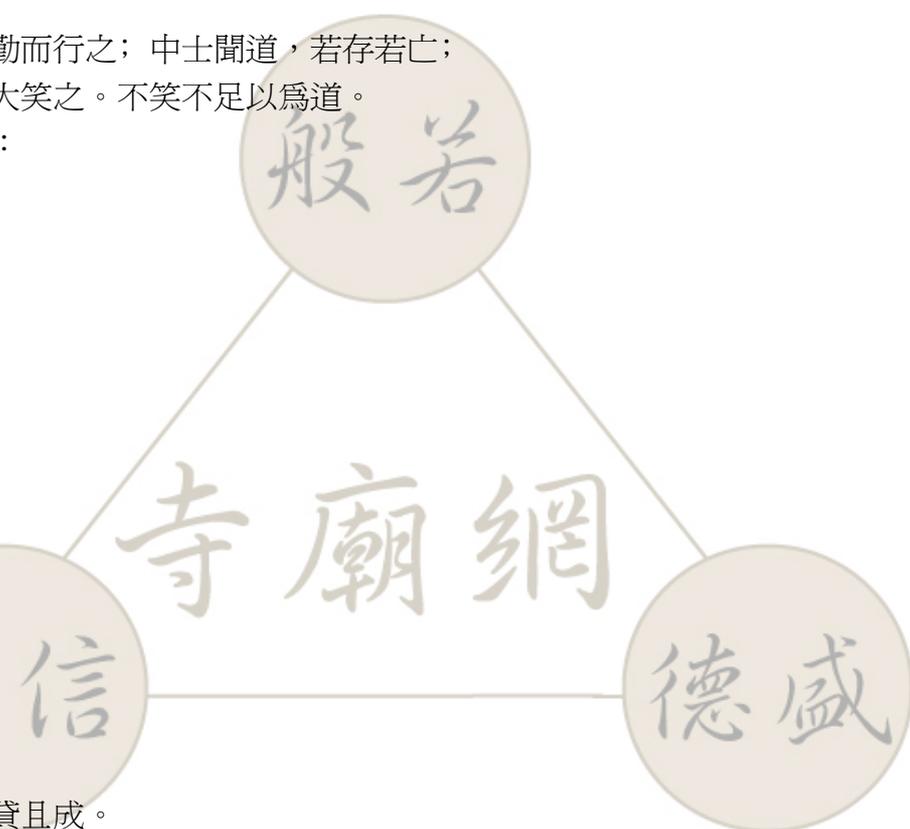
強梁者不得其死，吾將以爲教父。

## 第四十三章

天下之至柔，馳騁天下之至堅。

無有入無間，吾是以知無爲之有益。

不言之教，無爲之益，天下希及之。



#### 第四十四章

名與身孰親。身與貨孰多。得與亡孰病。  
甚愛必大費；多藏必厚亡。  
故知足不辱，知止不殆，可以長久。

#### 第四十五章

大成若缺，其用不弊。  
大盈若沖，其用不窮。  
大直若屈，大巧若拙，大辯若訥。  
靜勝躁，寒勝熱。清靜爲天下正。

#### 第四十六章

天下有道，卻走馬以糞。  
天下無道，戎馬生於郊。  
禍莫大於不知足；咎莫大於欲得。  
故知足之足，常足矣。

#### 第四十七章

不出戶，知天下；不窺牖，見天道。  
其出彌遠，其知彌少。  
是以聖人不行而知，不見而明，不爲而成。

#### 第四十八章

爲學日益，爲道日損。  
損之又損，以至於無爲。  
無爲而無不爲。  
取天下常以無事，及其有事，不足以取天下。

#### 第四十九章

聖人常無心，以百姓心爲心。  
善者，吾善之；不善者，吾亦善之；德善。  
信者，吾信之；不信者，吾亦信之；德信。  
聖人在天下，歛歛焉，爲天下渾其心，  
百姓皆注其耳目，聖人皆孩之。



## 第五十章

出生入死。  
生之徒，十有三；  
死之徒，十有三；  
人之生，動之於死地，亦十有三。  
夫何故。  
以其生之厚。  
蓋聞善攝生者，路行不遇兕虎，入軍不被甲兵；  
兕無所投其角，虎無所用其爪，兵無所容其刃。  
夫何故。以其無死地。

## 第五十一章

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

## 第五十二章

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

## 第五十三章

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

## 第五十四章

善建者不拔，  
善抱者不脫，子孫以祭祀不輟。  
修之於身，其德乃真；  
修之於家，其德乃餘；  
修之於鄉，其德乃長；  
修之於邦，其德乃丰；  
修之於天下，其德乃普。  
故以身觀身，  
以家觀家，以鄉觀鄉，  
以邦觀邦，以天下觀天下。  
吾何以知天下然哉。以此。

## 第五十五章

含「德」之厚，比於赤子。  
毒蟲不螫，猛獸不據，攫鳥不搏。  
骨弱筋柔而握固。  
未知牝牡之合而峻作，精之至也。  
終日號而不嗄，和之至也。  
知和曰「常」，  
知常曰「明」。  
益生曰祥。心使氣曰強。  
物壯則老，謂之不道，不道早已。

## 第五十六章

知者不言，言者不知。  
挫其銳，解其紛，和其光，  
同其塵，是謂「玄同」。  
故不可得而親，不可得而疏；  
不可得而利，不可得而害；  
不可得而貴，不可得而賤。故為天下貴。

般若

寺廟網

德盛

## 第五十七章

以正治國，以奇用兵，以無事取天下。

吾何以知其然哉。以此：

天下多忌諱，而民彌貧；

人多利器，國家滋昏；

人多伎巧，奇物滋起；

法令滋彰，盜賊多有。

故聖人云：

「我無爲，而民自化；

我好靜，而民自正；

我無事，而民自富；

我無欲，而民自朴。」

## 第五十八章

其政悶悶，其民淳淳；

其政察察，其民缺缺。

是以聖人方而不割，廉而不剷，

直而不肆，光而不耀。

禍兮福之所倚，福兮禍之所伏。

孰知其極。其無正也。

正復爲奇，善復爲妖。

人之迷，其日固久。

## 第五十九章

治人事天，莫若嗇。

夫唯嗇，是謂早服；

早服謂之重積德；重積德則無不克；

無不克則莫知其極；莫知其極，可以有國；

有國之母，可以長久；

是謂深根固柢，長生久視之道。

般若

寺廟網

德盛

## 第六十章

治大國，若烹小鮮。  
以道蒞天下，其鬼不神；  
非其鬼不神，其神不傷人；  
非其神不傷人，聖人亦不傷人。  
夫兩不相傷，故德交歸焉。

## 第六十一章

般若

大邦者下流，天下之牝，  
天下之交也。  
牝常以靜勝牡，以靜爲下。  
故大邦以下小邦，則取小邦；  
小邦以下大邦，則取大邦。  
故或下以取，或下而取。  
大邦不過欲兼畜人，小邦不過欲入事人。  
夫兩者各得所欲，大者宜爲下。

## 第六十二章

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

## 第六十三章

爲無爲，事無事，味無味。  
圖難於其易，爲大於其細；  
天下難事，必作於易，  
天下大事，必作於細。  
是以聖人終不爲大，故能成其大。  
夫輕諾必寡信，多易必多難。  
是以聖人猶難之，故終無難矣。

德盛

正信

寺廟網

## 第六十四章

其安易持，其未兆易謀。  
其脆易泮，其微易散。  
爲之於未有，治之於未亂。  
合抱之木，生於毫末；  
九層之台，起於累土；  
千里之行，始於足下。  
民之從事，常於幾成而敗之。  
慎終如始，則無敗事。

## 第六十五章

古之善爲道者，非以明民，將以愚之。  
民之難治，以其智多。  
故以智治國，國之賊；  
不以智治國，國之福。  
知此兩者亦稽式。  
常知稽式，是謂「玄德」。  
「玄德」深矣，遠矣，與物反矣，然後乃至大順。

## 第六十六章

江海之所以能爲百谷王者，  
以其善下之，故能爲百谷王。  
是以聖人欲上民，必以言下之；  
欲先民，必以身後之。  
是以聖人處上而民不重，處前而民不害。  
是以天下樂推而不厭。  
以其不爭，故天下莫能與之爭。

般若

寺廟網

正信

德盛

## 第六十七章

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

## 第六十八章

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

## 第六十九章

用兵有言：  
「吾不敢為主，而為客；  
不敢進寸，而退尺。」  
是謂行無行；攘無臂；  
扔無敵；執無兵。  
禍莫大於輕敵，輕敵幾喪吾寶。  
故抗兵相若，哀者勝矣。

般若

寺廟網

德盛

## 第七十章

吾言甚易知，甚易行。  
天下莫能知，莫能行。  
言有宗，事有君。  
夫唯無知，是以不我知。  
知我者希，則我者貴。  
是以聖人被褐而懷玉。

### 第七十一章

知不知，尚矣；不知知，病也。  
聖人不病，以其病病。  
夫唯病病，是以不病。

## 第七十二章

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

## 第七十三章

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

寺廟網

信

德盛

## 第七十四章

民不畏死，奈何以死懼之。  
若使民常畏死，而為奇者，  
吾得執而殺之，孰敢。  
常有司殺者殺。  
夫代司殺者殺，是謂代大匠斲，  
夫代大匠斲者，希有不傷其手矣。

## 第七十五章

民之飢，以其上食稅之多，是以飢。  
民之難治，以其上之有為，是以難治。  
民之輕死，以其上求生之厚，是以輕死。  
夫唯無以生為者，是賢於貴生。

## 第七十六章

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

## 第七十七章

天之道，其猶張弓歟。  
高者抑之，下者舉之；  
有餘者損之，不足者補之。  
天之道，損有餘而補不足。  
人之道，則不然，損不足以奉有餘。  
孰能有餘以奉天下，唯有道者。  
是以聖人為而不恃，功成而不處，其不欲見賢。

般若

去青廟網

德盛

## 第七十八章

天下莫柔弱於水，而攻堅強者莫之能勝，以其無以易之。

弱之勝強，柔之勝剛，

天下莫不知，莫能行。

是以聖人云：

「受國之垢，是謂社稷主；

受國不祥，是為天下王。」

正言若反。

## 第七十九章

和大怨，必有餘怨；

報怨以德，安可以為善。

是以聖人執左契，而不責於人。

有德司契，無德司徹。

天道無親，常與善人。

## 第八十章

小國寡民。

使有什伯之器而不用；

使民重死而不遠徙。

雖有舟輿，無所乘之，

雖有甲兵，無所陳之。

使民復結繩而用之。

甘其食，美其服，安其居，樂其俗。

鄰國相望，雞犬之聲相聞，

民至老死，不相往來。

## 第八十一章

信言不美，美言不信。

善者不辯，辯者不善。

知者不博，博者不知。

聖人不積，既以為人已愈有，

既以與人已愈多。

天之道，利而不害；

聖人之道，為而不爭。