

*Dao schrijft geen geschriften,  
de mens schrijft geschriften.  
De mens is verward,  
dus zijn geschriften zijn verwarrend.  
Juist omdat de geschriften verwarrend zijn,  
kunnen ze nuttig zijn.*





## Inhoud

005 Voorwoord

007 Dao

009 Yuzi

021 Wenzhi

## Verklarende woordenlijst:

301 Concepten

307 Dieren

309 Mensen

## Andere werken:

Daoïsme: Dao het Al

Leef zacht: het klein Dao boekje



## Voorwoord

Beste lezer, dit boek is ontstaan uit mijn interesse om een oude Chinese tekst te lezen waarvoor geen enkele vertaling beschikbaar was.

Ik heb de tekst bewerkt zodat hij voor mij goed verstaanbaar werd en nu hoop ik dat hij ook voor u, de lezer, toegankelijk is.

De verklarende woordenlijst heb ik zo kort mogelijk gehouden, omdat ik persoonlijk een hekel heb aan uitgebreide voetnoten en verklaringen. Toch bleek het onmogelijk om zonder te werken.

In deze tekst heb ik het woord "heilige" vervangen door "verlichte", omdat "heilige" te veel een Christelijke connotatie had.

Verder wil ik meegeven dat een dergelijke tekst niet bedoeld is om in één ruk uit te lezen.

Het is beter om bij elk deel stil te staan en de diepere bedoeling ervan te ontrafelen.

Hopelijk haalt u evenveel uit deze tekst door hem te lezen als ik zelf heb gehaald uit het bewerken ervan.

Veel leesplezier

Roland Hubeau

Het verschil tussen de wijze en de gewone mens is  
als het verschil tussen twee spelers van een spel.

De eerste speelt zonder zichzelf te verliezen,  
de tweede vergeet dat het slechts een spel is.



Dao:

Dao is het universele principe dat alle dingen doordringt en de natuurlijke orde van het bestaan bepaalt.

De eenheid:

Dao is een diepgaand, boven zintuiglijk concept.

Het is de alomvattende, uit zichzelf bestaande, oneindige en tijdloze eenheid.

Het is de bron en de bestemming van alles.

Het heeft geen begin en geen einde.

Dao is de fundamentele en werkelijke natuur van de wereld.

Het is onnoemelijk en bovenzinnelijk.

Het principe:

Dao is de oorsprong van alles en vertegenwoordigt de natuurlijke orde.

Het gaat over leven in harmonie met het ritme van het universum.

Het concept van niet-doen of loslaten (Wu Wei) is hier nauw mee verbonden.

De Weg of Het Pad:

Dao is ook een filosofie die aangeeft hoe je,

in eenheid met de natuur,

kunt leven en handelen.

Hoewel Dao onzichtbaar en ongrijpbaar is,

komt zij op verschillende manieren tot uitdrukking.

Als eerste is er Jing, de essentie die aan alles ten grondslag ligt, die vorm en potentie draagt en de oorsprong van groei en ontwikkeling bevat.

Zij is geconcentreerd en verfijnd en vormt de bron waaruit levensenergie voortkomt.

Zij verschijnt als aangeboren en verworven essentie

die de continuïteit en vitaliteit van het leven bewaart

en de mogelijkheid tot vernieuwing en voortzetting draagt.

Ten tweede is er Qi, de levensenergie die alles doordringt, vloeit en transformatie mogelijk maakt. Zij verschijnt in de polariteiten van Yin en Yang, die voortdurend in beweging zijn en de balans en interactie van alle dingen reguleren.

Ten derde is er Dé, Deugd of Kracht. Dit is de wijze waarop Dao zichtbaar wordt in mensen en dingen, het vermogen om spontaan en juist in harmonie met de natuurlijke orde te handelen.

In de natuurlijke wereld zien we Dao werken via de Vijf Werkingen of Vijf Elementen: hout, vuur, aarde, metaal en water. Deze patronen laten zien hoe alles verandert, groeit en elkaar wederzijds beïnvloedt.

Daarnaast ordent de Hemel (Tian) het universum, bepaalt zij de seizoenen en brengt regelmaat in de tijd, terwijl ethische principes zoals menselijkheid (ren) en rechtvaardigheid (yi) laten zien hoe Dao in menselijke relaties tot uitdrukking komt.

Dao zelf is het principe.  
Jing is de grondstof.  
Qi is de energie.  
Dé is de werking.  
Yin en Yang zijn de polariteit.  
De Vijf Werkingen zijn de transformatie.  
De Hemel is de kosmische orde.  
Menselijkheid en rechtvaardigheid zijn de ethische expressie.

Samen vormen zij een samenhangend beeld van hoe het universum functioneert en hoe de mens daarin kan handelen.

# YUZI

## Het Boek van Meester Yu



De Yuzi wordt traditioneel toegeschreven aan Yu Xiong,  
een leraar en adviseur van de vroege koningen  
van de Zhou-dynastie (ca. 1046 v.h.j.t).

Als dit auteurschap klopt, zou het één van de oudste en meest  
mysterieuze filosofische teksten van het oude China zijn.

De Yuzi is een fragmentarische tekst.

De versie die we vandaag de dag hebben  
telt nog maar 14 hoofdstukken.



001

Zheng zegt:

“De edele man, als hij niet met anderen beraadslaagt, dan is dat zo;  
maar als hij met anderen beraadslaagt,  
dan is er zonder Dao geen middel.

Daarom moet het beraad van de edele man  
noodzakelijkerwijs Dao volgen,  
maar hij kan niet noodzakelijkerwijs bewerkstelligen  
dat het wordt aanvaard.

Hij kan noodzakelijkerwijs loyaal zijn,  
maar hij kan niet noodzakelijkerwijs doordringen.  
Hij kan noodzakelijkerwijs betrouwbaar zijn,  
maar hij kan niet noodzakelijkerwijs vertrouwen afdwingen.

Wat de edele man als onmenselijk beschouwt,  
brengt hij niet naar voren in woorden,  
maar brengt hij tot uitdrukking in zijn handelen.”

Daarom:

wie het verkeerde afwijst, handelt juist;  
wie het slechte verafschuwt, handelt goed;  
en zo wordt Dao onderricht.

002

Zheng zegt:

“Vroeger vroeg koning Wen aan Yuzi:  
Als ik mag vragen: bestaat er bij mensen een groot vergeten?

Yuzi antwoordde:

“Dat bestaat.”

Koning Wen zei:

“Als ik mag vragen: wat is dat grote vergeten?”

Yuzi antwoordde:

“Het kwaad in zichzelf kennen en het niet verbeteren;  
daarmee zichzelf ondermijnen en zo zijn menselijkheid verliezen.  
Wanneer iemands zo handelt,  
noemt men dit ‘het grote vergeten’.”

003

De reden waarom de keizers en koningen van vroeger  
verlicht waren, lag bij hun ambtenaren.

De reden waarom de edele mannen van vroeger  
verdiensde tot stand brachten, lag bij hun volk.

Kracht ontstaat uit het spirituele,  
maar verdiensde wordt voltooid bij de ambtenaren  
en zegen keert terug tot de vorst.

Vroeger, toen de Vijf Keizers de wereld bestuurden,  
was hun Dao stralend helder,  
als het licht van zon en maan,  
alsof men de dag in de plaats van de nacht stelde.

Daarom was hun Dao steeds weer zo  
en werd hij voor tienduizend generaties tot zegen  
en voor tienduizend generaties tot onderricht.  
Tot dat niveau kwamen uitsluitend de heersers van  
de Gele Keizer tot en met Shun en Yu  
en niemand anders.

Indien een vorst het pad van de Vijf Keizers volgt  
en het niet verliest,  
dan kan hij duurzaam voortbestaan.

004

Wanneer een verlichte boven staat  
en er binnen honderd kilometer één waardig persoon is,  
dan is het toch alsof er niemand is.

Wanneer de koninklijke Weg verzwakt is  
en geweld en wanorde boven heersen  
en er binnen duizend kilometer één waardig persoon is,  
dan staat men toch schouder aan schouder.

005

Daarom wordt gezegd:

het volk is de maatstok voor waardigen en onwaardigen;  
zowel de waardige als de onwaardige zijn erin aanwezig.  
De waardige vindt er steun, de onwaardige komt er tot  
stilstand. De maatstok kan doen overhellen  
en trouw en betrouwbaarheid worden eraan getoetst.

Het volk is een opeenstapeling van eenvoud,  
ook al is het eenvoudig,  
een verlichte heerser kiest daaruit zijn ambtenaren  
en laat het volk tot bloei komen.  
Wanneer geleerden en volk iemand volgen,  
verheft een verlichte bovenste hem.  
Wanneer geleerden en volk iemand afwijzen,  
verwijdert een verlichte bovenste hem.  
Daarom vergeet een koning bij het kiezen van ambtenaren niet:  
hij moet eerst het volk laten zingen en pas daarna zelf meezingen.  
Het volk is de meetlat van de ambtenaren;  
men onderzoekt de ambtenaren via het volk  
en volgt daarna hun oordeel.

In het bestuur wordt gezegd:

het volk is het laagste,  
maar wanneer men het laat kiezen wie ambtenaar wordt,  
kiest het altijd degene die het lief heeft.  
Als tien mensen hem lief hebben,  
is hij de ambtenaar van tien.  
Als honderd mensen hem lief hebben,  
is hij de ambtenaar van honderd.  
Als duizend mensen hem lief hebben,  
is hij de ambtenaar van duizend.  
Als tienduizend mensen hem lief hebben,  
is hij de ambtenaar van tienduizend.  
Daarom worden uit de ambtenaren van tienduizend  
de ministers en kanseliers gekozen.  
De ministers en kanseliers zijn de steunpilaren van de vorsten;  
uit hen vloeien rang en grondbezit voort.  
Ministers en kanseliers zijn de wortel van de vorsten.

006

Zheng sprak:

“Vroeger zei de hertog van Zhou van Lu:  
ik heb dit uit de praktijk van het bestuur vernomen:  
wie het goede kent maar het niet uitvoert,  
noemt men roekeloos.

Wie het kwade kent maar het niet verbetert,  
noemt men verward.

Roekeloosheid en verwarring zijn de waarschuwingen  
waarvoor verlichte koningen waken.”

007

De onwaardige noemt zichzelf niet onwaardig,  
maar zijn onwaardigheid wordt zichtbaar in zijn handelen.  
Ook al noemt hij zichzelf waardig,  
mensen noemen hem toch onwaardig.

De dwaze noemt zichzelf niet dwaas,  
maar zijn dwaasheid wordt hoorbaar in zijn spreken.  
Ook al noemt hij zichzelf wijs,  
mensen noemen hem toch dwaas.

008

Vroeger diende keizer Zhuangxi op zijn vijftiende de Gele Keizer  
en op zijn twintigste bestuurde hij de wereld.  
Toen hij de wereld bestuurde,  
volgde hij bovenal de Weg van de Gele Keizer en bracht die in praktijk;  
hij leerde de Weg van de Gele Keizer en maakte haar tot vaste norm.

Vroeger diende keizer Ku op zijn vijftiende keizer Zhuangxi  
en op zijn dertigste bestuurde hij de wereld.  
Toen hij de wereld bestuurde,  
volgde hij bovenal de Weg van de Gele Keizer en maakte die helder;  
hij leerde de Weg van keizer Zhuangxi en bracht die in praktijk.

009

Toen Yu de wereld bestuurde,  
verkreeg hij Gao Yao,  
verkreeg hij Du Ziye,  
verkreeg hij Ji Zi,  
verkreeg hij Shi Zi'an,  
verkreeg hij Ji Zi Ning,  
verkreeg hij Ran Zi Kan,  
verkreeg hij Qing Zi Yu.

Hij verkreeg zeven grote ambtenaren die hem bijstonden  
in het besturen van de wereld,  
daardoor werd de wereld geordend.

010

Toen Tang de wereld bestuurde,  
verkreeg hij Qing Fu,  
verkreeg hij Yi Yin,  
verkreeg hij Huangli Ju,  
verkreeg hij Dongmen Xu,  
verkreeg Nanmen Ruan,  
verkreeg Ximen Ci en Beimen Ce.

Hij verkreeg zeven grote ambtenaren die hem bijstonden  
in het besturen van de wereld,  
daardoor werd de wereld geordend.

Vervolgens kwamen er zevenentwintig generaties,  
verstreken in totaal vijfhonderdzesenzeventig jaren,  
tot aan Zhou.

011

Toen Yu de wereld bestuurde,  
luisterde hij met de vijf klanken.

Aan de poort hingen: klok, trommel, handbel en klanksteen  
en er was een handtrommel geplaatst,  
om zo de mannen van de vier zeeën te verkrijgen.

Hij liet een inscriptie aanbrengen op de balken en pilaren,  
waarin stond:

wie mij onderricht in de Weg, sla de trommel;  
wie mij onderricht in rechtvaardigheid, sla de klok;  
wie mij onderricht in zaken, schud de handbel;  
wie tot mij spreekt over zorgen, sla de klanksteen;  
wie tot mij spreekt over rechtszaken en geschillen,  
zwaai de handtrommel.

Dit noemt men de vijf klanken.

Daarom zat Yu eens aan een maaltijd en stond hij zeventig maal op;  
toen de zon in het midden stond,  
had hij nog geen tijd gehad zich te verzadigen.

Yu zei:

“Ik vrees nog steeds dat de mannen van de vier zeeën  
op de weg blijven staan.

Daarom kwamen al de mannen van de vier zeeën.

Daarom kon men, wanneer Yu audiëntie hield,  
in de binnenplaats zelfs titels bijeenrapen.”

012

Wat een staat betreft:

wanneer de generaties van de ministers en kanseliers waardig zijn,  
blijft zij bestaan;

of men nu een staat heeft of niet,  
zij wordt bestuurd door de wijzen.

De wil van de wijze ontstaat niet in één dag  
en het bestuur wordt niet door één dag plannen tot stand gebracht;  
hij weet wat vermeden moet worden.

Het uitvaardigen van onderricht en het toepassen van bevelen  
waardoor de wereld gezegend wordt,  
noemt men de Weg.

Dat boven en beneden elkaar nabij zijn,  
noemt men harmonie.

Dat het volk zonder te vragen verkrijgt wat het verlangt,  
noemt men vertrouwen.

Het wegnemen van de schadelijke dingen van de wereld,  
noemt men menselijkheid.

Menselijkheid en vertrouwen, harmonie en de Weg:  
dat zijn de werktuigen van keizers en koningen.

Alle dingen hebben hun werktuigen.

Wie iets wil tot stand brengen maar zijn werktuigen niet gebruikt,  
zal, ook al wil hij handelen, niet slagen.

Zo is het ook met de vorsten die koning willen worden:  
wie de werktuigen van keizers en koningen niet gebruikt,  
zal niet slagen.

013

Wanneer hemel en aarde zich openen,  
worden de tienduizend dingen geboren;  
wanneer de tienduizend dingen geboren zijn,  
voert de mens bestuur.

Er is niets dat niet kan voortbrengen  
en niets dat niet doodt.

Alleen:

de wijze waarop hemel en aarde mensen doden,  
kan mensen niet voortbrengen.

De mens wordt gevormd tot het goede,  
het beest wordt gevormd tot het kwade.

Wie mens is maar niet goed,  
noemt men een beest.

Eerst is er de hemel, daarna is er de aarde;  
daarna is er onderscheid.

Uit onderscheid ontstaat rechtvaardigheid,  
uit rechtvaardigheid ontstaat onderricht,  
uit onderricht ontstaat de Weg,  
uit de Weg ontstaat orde,  
uit orde ontstaan getallen.

Men spreekt van duister,  
van morgenschemering,  
van dag en van nacht;

daarna maakt men daar getallen van.

De maan kent eenmaal volheid en eenmaal afname,  
haar samenkomen en haar uiteengaan worden  
met getallen gemarkeerd.

Deze vier worden alle uiteengezet om door getallen te besturen.

Bestuur is bewaken,

bewaken betekent het begin en het einde bewaken.

014

Vroeger zond de hertog van Zhou van Lu Kang Shu uit om toezicht te houden in Yin.

Hij waarschuwde hem en zei:

“Bij het doden,  
Dood geen onschuldige,  
laat liever een schuldige gaan.”

“Laat niemand zonder schuld worden terechtgesteld,  
laat niemand met verdienste onbeloond blijven.”

“Wees hiervoor op je hoede!

Wees voorzichtig met het verlenen van titels,  
wees zorgvuldig in straffen en belonen.”



# Wenzi

**Het Ware Boek van Inzicht  
in het Diepe Mysterie.  
Door meester Wen**





Wenzi:

De Wenzi is een klassiek Daoïstisch werk dat wordt toegeschreven aan Wenzi, een tijdgenoot of leerling van Laozi.

Over hem zelf is weinig bekend, sommige historici beschouwen hem als een semi-legendarisch figuur of als de vertegenwoordiger van een verzameling auteurs die de ideeën van Laozi verspreiden.

De teksten van het Wenzi ontstonden waarschijnlijk tussen de late Zhou-periode (4<sup>e</sup>-3<sup>e</sup> eeuw v.h.j.t.) en de vroege Han-dynastie (2<sup>e</sup>-1<sup>e</sup> eeuw v.h.j.t.).

Het is waarschijnlijk een compilatie van verschillende Daoïstische geschriften, aangevuld en herzien door latere auteurs, waardoor het een rijke mix vormt van filosofische inzichten en praktische adviezen.

In tegenstelling tot de Dao De Jing, dat vooral poëtisch en mystiek van toon is, is het Wenzi meer systematisch en concreet. Het behandelt de toepassing van Daoïstische principes in het dagelijks leven, in zelfcultivatie en vooral in bestuur en ethiek.

Belangrijke thema's zijn wu wei (handelen zonder dwang), De wijze heerser die harmonie laat ontstaan zonder zich op te dringen en het in balans brengen van lichaam, geest en handelen.

De Wenzi werd al vroeg gebruikt als gids voor heersers, ambtenaren en geleerden. Het biedt inzicht in hoe men de natuurlijke orde kan volgen, hoe men politieke macht kan uitoefenen zonder dwang en hoe men door inzicht en afstemming harmonie kan scheppen in het persoonlijke leven en in de samenleving.

Kortom, het Wenzi is een Daoïstisch meesterwerk dat filosofie, ethiek en politiek samenbrengt. Het laat zien hoe men in overeenstemming met Dao kan leven en handelen en hoe wijsheid en daadkracht hand in hand gaan zonder de natuurlijke orde te verstoren.



Wenzi:

Het Ware Boek van Inzicht in het Diepe Mysterie.

Laozi sprak:

000

Er is iets dat gemengd en gevormd is,  
ontstaan vóór hemel en aarde.

Het heeft slechts een beeld maar geen vorm;  
donker en duister, stil en kalm, je hoort haar stem niet.  
Als ik het een naam moet geven, noem ik het Dao.

Dao is:

onbereikbaar hoog en onpeilbaar diep.  
Het bevat hemel en aarde,  
het ontvangt het vormloze.  
Haar bron is onuitputtelijk,  
het stroomt maar raakt nooit verzadigd.  
Troebel, maar in rust wordt het langzaam helder.  
Het werkt eindeloos,  
zonder begin of einde.

Als je het toont vult het niet eens jouw hand,  
als je het beperkt zal het zich uitspreiden,  
als je het verbergt zal het verlichten,  
in haar uiterste zachtheid schuilt ongeëvenaarde kracht.  
Het omvat Yin en ademt Yang  
en laat de zon, maan en sterren verschijnen.

De bergen zijn hoog door Dao,  
de diepten zijn diep door Dao,  
de dieren lopen door Dao,  
de vogels vliegen door Dao,  
de qilin zwemt door Dao,  
de fenghuang stijgt door Dao,  
de sterren bewegen door Dao,  
door Niet-Zijn houdt Dao het zijn in stand.

Door nederigheid ontvangt het eer.  
Verblijvend op de achtergrond komt het op de voorgrond.

De Drie Verheven Wijzen van de oudheid:  
waren volledig één met Dao,  
waren volledig in evenwicht met Dao,  
zij volgden spontaan de veranderingen in Dao,  
zij waren in totale harmonie met Dao.

Daarom konden zij:  
hemel en aarde eeuwig laten draaien,  
water eindeloos laten stromen,  
zij waren versmolten met het ritme van Dao.  
Wind steeg op,  
wolken verdampen,  
donder klonk,  
regen viel,  
alles antwoordde eindeloos.

Gesneden en gepolijst,  
keerden ze terug tot eenvoud.  
Zonder handelen handelden ze,  
zo waren zij één met leven en dood.  
Zonder woorden spraken zij,  
zo bereikten zij Natuurlijke Deugd.  
Sereen, verheugd en nederig,  
zo verkregen zij harmonie.

Er waren tienduizend verschillen,  
maar allen keerden terug tot het leven.

Zij harmoniseerden Yin en Yang,  
reguleerden de vier seizoenen,  
stemden de vijf elementen,  
bevochtigden het gras en de bomen,  
doordrongen metaal en steen,  
dieren groeiden met glanzende vacht  
voegeleieren werden uitgebreed,  
zoogdieren verloren hun jongen niet.

Vaders kenden geen verdriet om hun zonen,  
broers geen rouw om hun broeders.  
Kinderen waren geen wees  
en vrouwen waren geen weduwe.  
Er verschenen geen regenbogen,  
er waren geen dieven of rovers.  
Dit alles kwam voort uit het bezitten van Natuurlijke Deugd.

De Grote Eeuwige Dao:  
brengt leven voort maar bezit ze niet,  
volbrengt transformatie maar heerst niet.  
Alle levende wezens vertrouwen erop om te leven,  
maar niemand kent haar Natuurlijke Deugd.  
Erop vertrouwend sterven zij,  
maar niemand kan het verwijten.  
Het verzamelt en bewaart,  
maar verhoogd haar rijkdom niet.  
Het geeft en ontvangt,  
maar verarmt niet.

Vaag en ijl,  
het kan niet afgebeeld worden.  
Grenzeloos en ongrijpbaar,  
haar werking kent geen beperking.  
Diep en duister,  
het verandert zonder vorm.  
Vloeiend en doordringend,  
het beweegt zonder eigenbelang.  
Het vloeit tussen zacht en hard,  
het beweegt tussen Yin en Yang.

001

De Echte Mens is sereen en spontaan,  
kalm en zorgeloos,  
leeft met de hemel als dak,  
gedragen door de wereld,  
beweegt één met de natuur,  
volledig in balans met het leven,  
reist zonder weg,  
beweegt zonder vermoeidheid,  
gaat zonder hindernissen.

De hemel als dak dekt alles,  
de wereld draagt alles,  
de natuur stuurt alles,  
Yin en Yang regelen alles.

Daarom beweegt hij in alle rust,  
gaat ver zonder ambitie,  
is zijn lichaam in rust en zijn geest in werking,  
zijn helderheid vermindert niet,  
hij verlicht de wereld.  
Dit is één zijn met Dao,  
het waarnemen van het oneindige.

De natuur kan niet worden geforceerd,  
leid door te volgen.  
De veranderingen kunnen niet worden gestopt,  
sereen verblijft men in Dao.  
De wijze cultiveert zijn innerlijke,  
versiert zijn uiterlijke niet.  
De wijze versterkt zijn geest,  
kalmeert zijn kennis en visie.  
De wijze is kalm zonder handelen,  
niets blijft onbeheerd.  
De wijze bestuurt niet,  
alles wordt bestuurd.

'Niet handelen' betekent,  
de dingen niet voorafgaan.  
'Niet besturen' betekent,  
de Natuur niet veranderen.  
'Alles wordt bestuurd' betekent,  
volgen wat zich natuurlijk ontvouwt.

002

Degene die met Dao mensen leidt:  
reageert op wat komt,  
volgt de veranderingen.  
Alles verandert en Dao reageert,  
niets wordt gemist.

De vijf kenmerken van Dao zijn:  
ledigheid, eenvoud, helder, zacht, zuiver spontaan.  
Leegte is de verblijfplaats van Dao,  
eenvoud is de essentie,  
helderheid is de spiegel,  
zachtheid is het gebruik.  
Het tegenovergestelde is de constante van Dao,  
zacht is de sterkte,  
zwak is de kracht,  
zuiver spontaan is de stam.

Leeg:  
moeiteloos in evenwicht.  
Eenvoudig:  
met ongebonden hart.  
Zonder verlangen of afkeer:  
ultieme leegte  
Zonder voorkeur of afwijzing:  
ultieme eenvoud.  
Eén en onveranderlijk:  
ultieme rust.  
Niet ingrijpen:  
ultieme puurheid.  
Zonder verdriet of vreugde:  
ultieme Deugd.

De mens die leidt met Dao laat zijn intelligentie en geleerdheid los,  
deelt met de mensen en beheerst zichzelf.

Hij beperkt zijn verlangen,  
vermindert zijn begeerten,  
verwijdert verlokkingen,  
elimineert nobele verlangens,  
laat denken en zorg los.

Hierdoor:

beheerst zij van binnen uit,  
van buiten uit wordt alles geleid.

Haar sereniteit zorgt voor evenwicht in haar lichaam,  
gedachten zijn rustig,  
spieren en botten zijn sterk,  
zintuigen helder.

Dao is groot en breed,  
wie het te ver zoekt keert uiteindelijk terug.

003

De wijze vergeet het besturen van anderen,  
maar bestuurt zichzelf.

Hij verheft zonder aanspraak,  
vindt voldoening in zichzelf.

Door tevredenheid in zichzelf verkrijgt de verlichte de wereld.  
Niet verheugt door rijkdom zoekt de wijze harmonie.

De wijze kent zijn eigen natuur,  
neemt afstand van het wereldse,  
is zo bijna één met Dao.

Dao vormt alle dingen,  
zonder vorm van ontstaan tot vergaan,  
sereen en onbeweeglijk,  
groot en diep,  
extern niet te bevatten,  
intern niet te breken,  
zonder muren,  
levend tussen zijn en niet-zijn.

De echte mens vormt zich door:  
leegte, eenvoud en helderheid,  
door zachtheid en puurheid.  
Niet gemengd met dingen,  
wordt deze de 'echte mens' genoemd.

Hij aanziet zijn band met Dao als primordiaal,  
zijn status in de wereld als onbeduidend.  
Zijn grootsheid ontspruit uit zelfbeheersing,  
niet uit het beheersen van anderen.  
Hij manipuleert niet met het materiële of verlangens,  
hij verbergt zijn naam,  
verschijnt alleen waar Dao ontbreekt,  
handelt zonder handelen,  
weet zonder weten,  
ademt evenwicht,  
vernieuwt en absorbeert,  
beweegt met de natuur,  
sluit zich met Yin en opent zich met Yang,  
rolt zacht en sterk,  
buigt en strekt,  
alles in harmonie met hemel en Dao.

De verlichte kent geen plezier of pijn,  
geen vreugde of woede.  
Alle dingen zijn gelijk, geen goed of fout.  
Zijn lichaam lijdt niet onder extreme kou,  
hitte, droogte of vocht.

Zijn geest lijdt niet door emoties,  
lichaam en geest zijn in balans.  
Hierdoor slaapt de wijze zonder dromen,  
ontwaakt zonder zorgen.

004

De mens reageert op wat verschijnt,  
veranderingen ontstaan uit tijd,  
zonder constante richting.  
Daarom is Dao die wordt gesproken niet de eeuwige Dao,  
de naam die wordt genoemd, is niet de eeuwige naam.

Geschriften spreken over het ontstaan van alles,  
het verstand komt niet in de buurt van Dao.  
Veel horen is niet zo goed als evenwicht bewaren,  
afstand van kennis brengt rust,  
afstand van heiligheid en intelligentie brengt rust en harmonie.  
De mens is van nature stil,  
dat is de aard van de natuur.  
Reageren op dingen door emotie is schadelijk,  
wanneer het verstand zich met dingen verbindt,  
ontstaan voorkeuren;  
dit vormt obstakels en dwarsboomt het natuurlijke evenwicht.

Daarom vervangt de verlichte de natuur niet door mensen,  
zij beweegt mee met dingen maar laat innerlijk geen emotie toe.  
Zij keert terug naar leegte en volgt Dao door niet-handelen.  
Door rust voedt zij haar verstand,  
door gelijkmoedigheid stemt zij haar geest af.

De wijze reist met Dao,  
leeft mee met anderen,  
blijft onberoerd door regels en normen.

Zo handelt de verlichte zonder strijd of woorden,  
zonder plannen of actie,  
toch wordt alles volbracht.