

# O TAO DO OCIDENTE

*Direitos reservados © 2000  
pgromano@hotmail.com*

---

## INTRODUÇÃO

O objetivo deste livro, é buscar esclarecer de forma simples, um conceito muito difundido no oriente, o Tao. Para os ocidentais a tarefa exige um certo cuidado, pois nossa mente racional remeteria o tema a campos muito específicos como a Religião, a Filosofia e até mesmo a Física, onde o Tao não seria percebido por inteiro já que sua área de atuação é bem mais extensa. A Lei Universal da Gravidade faz com que todas as coisas se atraiam entre si. Aceitemos, por enquanto, que o Tao é uma Lei Absoluta que faz com todas as coisas sejam elas materiais ou não, funcionem bem e harmoniosamente.

A maioria dos textos que versam sobre o Tao, tratam da interpretação das citações encontradas no Tao-Te-Ching, o mais importante livro sobre o assunto. Em outras obras encontramos sua ligação com certos ramos da atividade humana, como a Comunicação e a Música. Afora estes, é reduzido o número de trabalhos que tenham como objetivo principal a divulgação do Tao como conceito. Entendemos que um tema tão vasto e instigante, deveria ter sensibilizado um número maior de escritores, o que lamentavelmente não vem ocorrendo.

O povo chinês possui um inconsciente coletivo onde o Tao está presente há muito, muito tempo. Não é necessário que os chineses sejam iniciados em seu significado. Diferentemente deles, nós precisamos. Convivendo, como convivemos, há séculos com a cultura ocidental não precisamos, por nosso lado, que nos expliquem a idéia de Deus, pois esta é tão natural para nós como o Tao é para eles.

A propósito do livro, nossa idéia inicial era escrever um texto sobre o Tao, pura e simplesmente. Logo percebemos que seria necessário algo mais do que esta abordagem solitária, pois que a

natureza, os atributos e a ação do Tao, poderiam ficar nebulosos apesar de todo o cuidado com o conteúdo e organização do trabalho.

Passamos então a cogitar sobre algum tipo de exercício prático que seria acrescentado, de sorte a fixar os conceitos teóricos. Teria que ser algo de interesse geral e, de preferência, ligado em linha direta à atividade do Tao. Decidimos pela prática do desenvolvimento pessoal; com isto atingiríamos nosso objetivo primário, e ainda poderíamos dar aos Leitores um complemento útil e agradável. A teoria, por sua vez, não deveria exigir do Leitor qualquer pré-requisito para poder ser entendida.

O aperfeiçoamento ou desenvolvimento pessoal, envolve a modificação de valores negativos de comportamento ou a aquisição de valores positivos de caráter e comportamento. O resultado é uma postura mais serena, tranqüila e feliz. Este objetivo parece irrealizável para muitas pessoas; no entanto é possível através do Tao, conseguir um apreciável desenvolvimento num espaço de tempo relativamente curto. Uma das partes deste trabalho trata justamente de um exemplo do dia-a-dia num processo individual de crescimento. Vamos ver que não é fundamental a presença de orientadores ou gurus, nem haverá interferência na religiosidade do Leitor, tenha ele uma crença ou não. Afinal quem pode ter Lao-Tsé, autor do Tao-Te-Ching, como orientador, está em muito boas mãos. Com um pouco de aplicação, persistência e vontade no coração, o Leitor poderá desenvolver as virtudes mencionadas.

O livro oferece ainda a chance de exercitar o raciocínio lógico mas também incentiva a busca de soluções dentro do inesgotável e mágico terreno da intuição. Mesmo para aqueles que estejam lendo o livro como mera curiosidade, acreditamos que, sua simples Leitura será de grande utilidade.

Estamos convencidos que aqueles que usarem plenamente o texto, terão uma base que tornará possível Leituras mais profundas. Quanto à adoção da filosofia do Tao como padrão normal de comportamento isto vai depender, é claro, de uma decisão pessoal.

*PGR*

---

## FUNDAMENTOS

Há milhares de anos, um sábio chinês escreveu um pequeno livro que resultou em mudanças no comportamento de milhões de pessoas, no desenvolvimento de importantes filosofia, religião e até mesmo numa revisão conceitual do Universo. E tudo isto começou quando ele, funcionário em uma corte depravada e corrupta, resolveu abandonar o país em busca de lugares mais serenos, onde pudesse repousar sua cabeça cansada. Este homem, de grande erudição e sabedoria, chamava-se Lao-Tsé.

A maneira como ele escreveu o livro, foi bem pouco usual. Consta que Lao-Tsé, ao deixar o país com as roupas do corpo e montado no lombo de um boi, dirigiu-se à fronteira. Lá chegando, encontrou um guarda que o reconheceu e pediu que este lhe ensinasse tudo o que sabia. Lao-Tsé aceitou a tarefa e

em uma só noite escreveu um pequeno livro constituído de 81 versos ou lições: era o Tao-Te-Ching, uma das obras mais importantes de todos os tempos.

A rapidez com que o livro foi escrito, não espelha a qualidade do texto. Lao-Tsé estava tomado por uma clara compreensão do assunto, compreensão esta tão profunda, tão consistente e tão viva, que se poderia dizer que ele estava mais do que inspirado, ele estava iluminado. Definitivamente Lao-Tsé estava numa espécie de estado de graça ao escrever seu livro.

O Tao-Te-Ching, tem um aspecto bastante comum, e portanto não chama a atenção do provável Leitor. Mesmo quando folheado, nada indica a profundidade do seu conteúdo. O nome de Lao-Tsé, de alguma forma nos traz a idéia que os ocidentais fazem desses filósofos chineses: indivíduos diferentes, cheios de misteriosa sabedoria, vivendo num mundo distante, longe dos homens comuns. Uma espécie mágica retratada nas figuras azuis das porcelanas e no multicolorido dos leques...

Esta imagem nada tem a ver com a realidade; e foi em cima de uma dura realidade, que o Tao-Te-Ching ou "O Livro do Caminho Perfeito" foi concebido e escrito. Hoje estou certo que aqueles chineses não eram nem magos nem viviam num mundo etéreo, e que, o que as artes retratam, são figurações de um ideal que quase sempre expressa a harmonia provida pelo Tao, assunto central deste livro.

O Tao-Te-Ching foi traduzido para uma centena de idiomas e em muitos lugares é considerado sagrado. Lao-Tsé viveu há uns 2600 anos e segundo a tradição era o sábio entre os sábios e filósofo de todos, muitas vezes comparado ao próprio Confúcio. Algumas pessoas, por outro lado, dizem que ele não existiu, que é uma figura mitológica. Mesmo que fosse verdade, e dizem o mesmo de Shakespeare, que importância isto teria? O livro aí está, vivo e atual. Seus preceitos valem hoje, o mesmo que valiam na época em que foi escrito. Ninguém precisa reverenciar a figura deste pensador universal. E pelo que sabemos da leitura do livro, ele detestaria isto. Era um homem que cultivava a modéstia, não por que desconhecesse as coisas, pelo contrário, porque sabia muito.

Nas diversas traduções, os versos são habitualmente seguidos por comentários do tradutor. O mesmo processo de notas esclarecedoras encontramos no I-Ching, outro livro muito antigo e famoso. Estes comentários tornam-se particularmente valiosos, porque muitos ideogramas chineses se prestam a diversas interpretações. É natural, portanto, que o trabalho de Lao-Tsé tenha tantas traduções.

Mas afinal, o que pode conter um livro de cem páginas que promova tal revolução nos costumes e pensamentos? Na verdade não seriam necessárias sequer as cem páginas, pois o que Lao-Tsé expunha logo nas primeiras palavras, mexia profundamente com conceitos milenarmente impostos ao povo chinês pelos poderosos, aos quais, de uma ou de outra forma, interessava que permanecessem intocados. Esta tomada de posição era muito perigosa, apesar de Lao-Tsé ter tido uma vida bastante pacífica. Suas palavras simples e serenas expunham, à perfeição, as mazelas que pressionavam o povo e a nação.

Sua arma não era nem a religião, nem a política mas a filosofia. O tema básico de seu discurso era o Tao, este mesmo Tao que deu origem ao Taoísmo. A propósito, este é um livro que aborda apenas os aspectos filosóficos do Tao, não os religiosos. O Tao invocado por Lao-Tsé não se ligava a ritos ou

hierarquias e seu papel era o de trazer a paz interior ao indivíduo e harmonia à nação.

Se você nunca ouviu falar no Tao, e está tomando conhecimento dele agora, é conveniente que não procure um dicionário mas pacientemente, siga a Leitura deste capítulo, pois, no momento adequado tudo ficará esclarecido, assim esperamos...

Temos que ser cautelosos, pois para nós ocidentais, há necessidade de uma abordagem muito peculiar, caso contrário, o entendimento acaba sofrendo deformações que prejudicarão a série de excelentes práticas que podemos fazer baseados no Tao.

O verso 1 do Tao-Te-Ching diz:

**"Aquilo que pode ser definido, não é o Tao".**

O que isto significa? Significa que o Tao, está acima e além da compreensão humana comum. A linguagem não possui palavras nem símbolos que o definam. É mais ou menos como acontece com Deus. Podemos por acaso, responder a pergunta - O que é Deus? - Não obstante, há muitas respostas que tentamos e que fazem sentido para nós. Isto não significa entretanto que a resposta esteja correta. Dizer que Deus é uma certa entidade que criou o Universo, é muito vago. O que é uma - certa entidade -, o que é - Universo ?

No Antigo Testamento, está escrito:

**"Deus é Aquele que é".**

É o que? Talvez, quem sabe, não seja para saber mesmo... As eternas especulações só têm uma certeza: que nos levarão ao infinito, ou seja, a lugar algum. A mesma linha de pensamento se dá em relação ao micro e ao macro. Qual a menor partícula? Onde fica o fim do mundo? Cada vez que se encontra a menor partícula que existe, logo adiante encontra-se outra menor ainda. O mesmo se dá no macro: uma galáxia, depois outra mais longínqua...E isto não terminou. E parece que nunca vai terminar. Com o Tao ocorre o mesmo. Não há como definir, porque sua definição, por mais elaborada que seja, será sempre incompleta e em conseqüência incorreta. Será que o que deixou de ser definido, não é fundamental para sua compreensão? Provavelmente é.

Voltemos ao Tao-Te-Ching - encontramos em outra parte: **"O Tao não tem extensão, no entanto está em todas as partes".**

Como compreender este paradoxo? Conterá alguma verdade esta estranha afirmação? Sim, contém. É tão verdade quanto um mais um é igual a dois. É verdade, porque esta é a verdade axiomática do Tao. Não há nada o que provar.

Isto me lembra as horas de sono perdidas por sonhadores de todo o mundo, em todos os tempos; aqueles que até hoje tentam provar racionalmente que Deus existe. Creio que é mais fácil listar os atributos divinos ou a origem dos números primos, do que procurar a resposta a este tolo e ocioso problema. Se você acredita em Deus, então ele existe. Uma simples gota d'água serve como prova. Se você não acredita, nem toda a fantástica energia irradiada no Universo conseguiria mudar sua opinião.

E o Tao? Se não pudermos defini-lo ou estabelecer seus atributos, o que podemos então fazer? O que podemos fazer, é exatamente definir e atribuir. Paradoxal outra vez? Nem tanto. Para os

ocidentais é fundamental. Tudo precisa ser devidamente definido e explicado. Esta é nossa mentalidade, nossa maneira de ver as coisas. Estamos acostumados a muitos séculos de pensamento racional e lógico. Assim, enquanto não definirmos o Tao, ele não existe. É mais ou menos como o ornitorrinco, um pequeno animal australiano que tem bico de pato, põe ovos e é mamífero. Enquanto você não vê uma fotografia, não segura o bichinho, simplesmente ele não existe. A mente se recusa a acreditar em tal aberração. No entanto o animal está lá, à sua disposição. Enquanto não obtivermos uma prova cabal da existência do ornitorrinco, ele simplesmente não existe. Continuará sendo um mito.

Vamos portanto a uma definição e a uma lista de atributos, que nos permitam continuar nosso trabalho e colocar o Tao em nossas vidas.

---

## **"O Tao é uma Ordem universal e cósmica, harmônica e harmonizante"**

Começemos por fazer uma análise desta definição, bem como das qualidades atribuídas ao Tao. Preste atenção nas afirmações que se seguem:

### **"Se há alguém que deva ser curado, o Tao cura"**

O remédio atua, mas é o Tao que cura.

### **"Se há alguma coisa que deva ser ajustada, o Tao ajusta"**

As Leis da natureza atuam, mas é o Tao que ajusta.

### **"Se há uma guerra que deva ser pacificada, o Tao pacifica"**

As intenções se mostram, mas é o Tao que pacifica

Note o verbo - dever. Existem coisas e pessoas que devem ser curadas ou ajustadas, e existem as que - precisam. O ação do Tao, se faz sentir particularmente naqueles que devem ou querem, pois este é um pré-requisito básico para a que o Tao aja.

São atributos ou características do Tao:

---

**O Tao é uma Ordem**

**O Tao é universal**

**O Tao é cósmico**

**O Tao é harmônico**

## O Tao é harmonizante

Agora, sem pressa e com cuidado, vamos ver cada uma destas qualidades. Ao fim, consolidamos tudo, e teremos uma idéia bastante boa do Tao.

---

## O TAO É UMA ORDEM

Ordem aqui, tem um sentido de Lei. Só que não é uma Lei comum. É uma Lei de cuja origem não se tem notícia, mas que vem funcionando antes que o mundo fosse mundo, ou que o Universo fosse Universo. Assim, para muitos poderá dar a impressão que o Tao é Deus, ou um atributo de Deus. Esta idéia não é correta por uma simples razão: em nossa maneira de pensar, Deus é antropomórfico, ou seja, tem suas preocupações centradas no Homem. Esta é sua grande preocupação de acordo com o homem ocidental. Como o Tao não possui tal característica, não pode ser considerado Deus, pelo menos um Deus pessoal. Quanto a ser um de Seus atributos, nada parece impedir que o imaginemos desta forma. Isto aliás, não fará diferença nem para o Tao nem para Deus. Uma Lei feita pelo homem, pode ser justa ou não, certa ou errada, boa ou má. Pode inclusive ser obedecida ou não. Uma Lei natural como por exemplo, a Lei da Gravidade, tem mais extensão. Ela atua, ao que se saiba, em todo o Universo.

Nenhum planeta poderá deixar de cumpri-la. Nenhuma galáxia deixará de sentir sua mão forte. No entanto, a gravidade não se aplica a certas coisas mais sutis, como por exemplo, o pensamento. Não temos conhecimento de uma balança que marque o peso de uma idéia. Uma Ordem tem outra conotação: ela se aplica a tudo o que existe, gente, animais, pensamentos e estrelas. Ninguém a pode desconhecer, porque ela está acima de qualquer coisa. Ela não manda, nem os outros a obedecem. Uma Ordem não é uma Lei. De alguma forma foi estabelecido que assim seria. Não importa quem estabeleceu; digamos simplesmente, que uma Ordem é assim por definição.

A ação do Tao é completa, pois ela não é sentida apenas por esta ou aquela categoria de seres ou coisas. Sua atividade foi, é, e será percebida por tudo e por todos, nos tempos que foram, nos que são e naqueles que estão por vir. Isto é o que caracteriza uma Ordem universal. E o Tao é uma Ordem.

---

## O TAO É UNIVERSAL

No dicionário encontramos: universal - relativo ao Universo. E Universo? Para não tornar as coisas muito complicadas, vamos dizer que nosso Universo, é o conjunto constituído pelos corpos celestes (planetas, cometas, estrelas...) e pelo espaço que eles ocupam. Assim, o fato do Tao ser universal, significa que sua ação se dá em todo o Universo. De uma ponta à outra. Tudo e todos que estão neste Universo, ficam sujeitos à Ordem do Tao. Este atributo se estende a outros eventuais Universos e dimensões. Nada lhe escapa. O Tao estava presente antes do começo, e estará depois do fim. O Tao atua no passado, no presente e no futuro, ao mesmo tempo. Imagine o Universo e todos os seus fatos, amarrados como uma imensa rede de pesca. Esta rede se estende em todas as direções, em todos os níveis e em todos os tempos. Como cada fato está em um nó todos os pontos mantêm algum tipo de relação. É o Tao que mantêm a Unidade desta fantástica rede. Ao mesmo tempo, o Tao é a própria rede. Por esta característica tão singular, entre outras coisas possíveis de serem feitas pelo Tao, está a solução de problemas e situações desarmônicas.

Ora, a melhor solução para uma determinada questão, pode estar localizada no passado, em algum fato que não foi devidamente registrado. Se não consta em livros ou outros documentos, jamais encontraremos a solução, a melhor solução. Se for algo que não aconteceu no passado, pode exigir um tipo de manobra de torção no tempo e no espaço, que seria tirar a resposta do futuro, e aplicar no presente. Não sabemos como isto se faz, mas o Tao sabe.

Um exemplo disso, é quando pensamos em alguém, e a pessoa logo nos telefona. Toda hora esta manobra acontece. Um dos fatores que claramente distinguem o Tao de qualquer outro conceito ou entidade, é que sua ação se dá tanto sobre elementos materiais, como nos sutis, vale dizer, corpos que de alguma forma podem ser medidos e avaliados, e aqueles que transcendem as regras da Física, como os imponderáveis, incluindo aí os pensamentos. Neste aspecto, o Tao é insuperável. Poderíamos chamar este atributo de onipotência? Sim, poderíamos. O uso dessa palavra, entretanto, não seria a melhor escolha.

Pode ser também, que nosso idioma não tenha uma palavra pronta para mais corretamente explicar as categorias abrangidas pelo Tao. Aceitemos este termo, para não nos alongarmos desnecessariamente. O mais importante, é ter em mente esta qualidade do Tao. Em que tipo de situação, encontramos a atividade do Tao? Em todas, literalmente em todas.



Tai-Chi

O símbolo chamado Tai-Chi (círculo dividido em duas partes), mostra que toda situação é dual, isto é, constituída de duas partes opostas e complementares. Numa guerra, encontramos a própria guerra, complementada pela paz. Num romance, o amor e o não-amor. Em alguma idéia que estejamos desenvolvendo, vamos ter, quem sabe, a criatividade e a falta de imaginação. São pares opostos, mas que se complementam, para dar unidade e existência à tal situação. Ora, vimos anteriormente que o Tao tem como campo de ação todos os espaços, categorias e situações. No Tai-Chi, podemos visualizar a ação corretiva do Tao. Como qualquer problema pode ser expresso por um Tai-Chi, a análise correta de seus pares, nos indica o caminho a tomar, primeiro passo para a ação rearmonizadora do Tao. De uma simples dor de cabeça a um lance de criação artística ou a compreensão do nascimento e morte de uma estrela. Até que ponto mínimo, ou profundidade máxima, vai a ação do Tao? Naquilo que se refere à matéria, o nível inferior está abaixo do das partículas sub-atômicas. E o superior, além dos confins do Universo.

Um bom termo para designar esta dispersão do Tao, é - difuso. O Tao é difuso, ele se espalha de

todas as regiões, para todas os locais, não importando seu tamanho. Imagine esta característica, como se fosse uma substância muito volátil, como o éter por exemplo, penetrando em todos os pequeninos espaços. Desta forma, o Tao alcança todos os menores elementos, e é claro, os maiores também. Na verdade teria que ser assim mesmo, pois os grandes são feitos dos pequenos, e o menor, dos menores ainda. Quando a ciência acha uma nova partícula, o Tao já está lá. Ele não se adiantou, porque sempre esteve ali. Os grandes problemas do Universo e de suas Leis, são tão complexos, que sequer podemos imaginar sua natureza. Sendo o Tao um solucionador de problemas, todas suas características e atributos, são inimagináveis. De fato, não há palavras para os descrever, e esta é a razão para estarmos dando voltas e mais voltas, para tentar explicar pela razão, fatos que seriam imediatamente compreendidos pela intuição.

---

## O TAO É COSMICO

O termo cósmico está muito desgastado. Há uma tendência quase natural, de se considerar cósmico o mesmo que universal. De fato, até em bons dicionários encontramos tal definição, o que não quer dizer que eles sejam infalíveis. E não são. Cosmos é um Universo organizado, ao contrário do Caos, que é um Universo desorganizado. Isto significa o seguinte: num Universo organizado, cósmico, todos os planetas, cometas, estrelas, estão dispostos segundo determinadas Leis naturais. Um não invade o espaço do outro, caso contrário, teríamos uma enorme catástrofe. Explosões, fogo, um verdadeiro inferno...

No Caos, reina a confusão. Ninguém obedece a nada. Cada qual tem sua própria Lei. Todos têm plena liberdade, e fazem uso dela indiscriminadamente. Desta liberalidade, resulta uma enorme balbúrdia. Imagine uma sociedade onde cada qual fizesse o que lhe viesse à cabeça, não importando seu vizinho. Tudo viraria um Caos. Neste sentido, a palavra é muito bem empregada, como sinônimo de grande ou total confusão. Um Universo caótico é isto mas em enormes proporções. Na verdade, o Caos é apenas uma idéia, porque realmente ele não existe. Para existir, seria necessário que ele tivesse alguma lógica, e nesse caso, deixaria de ser Caos e seria um Cosmos.

Guarde bem isto: todas as coisas, devem ter um mínimo de organização para poder existir, ou inversamente, tudo o que existe, é organizado. O nosso Universo é cósmico, simplesmente porque ele existe. E por mais confuso que você o possa julgar, ele continua sendo cósmico. Mesmo que a paz não reine absoluta em nossos mundos, ele está aí para quem quiser ver. Nosso Universo tem lá seus pecados, o que não o impede de continuar existindo. E isto vem acontecendo há bilhões e bilhões de anos. Imagine um pacote comum de arroz. Os grãos apresentam-se mais ou menos enfileirados, como se obedecessem a uma seqüência. Agora, corte o pacote e deixe o arroz fazer o que ele bem entenda. O chão ficará cheio de grãos por todos os cantos: um verdadeiro Caos. Organizar este Caos, vai dar um enorme trabalho. Se a quantidade for muita, digamos, um verdadeiro celeiro, você gastaria a vida toda para repô-lo em seu lugar. Se fosse mais ainda, uma quantidade tão grande como o Universo, ninguém iria conseguir dar conta da tarefa. Teria que ser algum tipo de super-homem ou deus.

Organizar todo o Universo e mantê-lo funcionando harmonicamente, é tarefa do Tao. Cada vez que alguma coisa sai fora do lugar, instantaneamente o Tao providencia algo para tomar o espaço que ficou vago. Às vezes pode demorar algum tempo para um gás preencher o vazio deixado por uma estrela que explodiu. A providência no entanto foi tomada no ato da explosão. Esta é a razão porque



todas as coisas estão sempre mudando. Se você fotografar o Universo, uma fração de segundo depois ele já não será mais o mesmo. Há sempre algo ocorrendo e que provoca um desequilíbrio, seguido de uma ação do Tao, que faz tudo voltar ao normal por assim dizer. Até em nossas menores ações, existe o inevitável fato da quebra do equilíbrio existente e do conseqüente reequilíbrio, provido pelo Tao. Imagine o Universo como se fosse feito de espuma de sabão. Nunca será o mesmo de agora, nem de ontem, nem amanhã, nem nunca.

---

## **O TAO É HARMÔNICO**

Harmonia é o mesmo que entrosamento das partes, sensação de bem estar. Lembra sempre coisas boas e agradáveis - sons harmônicos, viver em harmonia. Há um falso parentesco entre cósmico e harmônico, já que tudo que é harmônico é cósmico, mas o contrário não é verdadeiro. Por exemplo - o Universo como um todo, é cósmico, isto é, organizado; mas não é necessariamente harmônico. Algumas partes são, outras não. Uma parte compensa o desequilíbrio da outra.

Para que fique mais claro o que queremos dizer, imagine uma platéia de teatro. Há uma Ordem cósmica imposta pela disposição das poltronas. Se além disso, todos estivessem gostando da peça, coexistiriam o cósmico e o harmônico. Em nosso texto, cósmico e harmônico andarão sempre juntos. Quando dizemos que o Tao é harmônico, estamos afirmando que ele é perfeito em si. Diz-se com freqüência, que ninguém pode dar o que não tem. Como é possível dar amor aquele que não tem um mínimo de auto-estima? Pense bem como isto faz sentido.

Um simples comprimido para dor de cabeça, deverá ser intrinsecamente harmônico; deverá conter em si um tal equilíbrio, que possa ser transmitido ao paciente. Muito embora esta reflexão, tenha mais um caráter filosófico do que bioquímico, imagine como seria mais fácil compreender certos fenômenos se não estivéssemos tão amarrados à racionalidade. À razão se contrapõe a intuição, como a equilibrar o conjunto do pensamento. Não é portanto despropositada, a sugestão de que ao lógico, seja somada a expressão do intuitivo, quanto mais não seja, até por uma questão de buscar uma solução mais completa, harmônica portanto.

---

## **O TAO É HARMONIZANTE**

Um dos atributos mais notáveis do Tao, é sua ação reequilibradora ou harmonizante. Para melhor visualizar a ação do Tao e fortalecer seu permanente entendimento, o uso do Tai-Chi é insuperável. Vejamos como o Tai-Chi é constituído: tem a forma de um círculo e é dividido em duas partes; uma parte branca, e uma preta. Este desenho, simboliza uma situação harmônica, onde o fato ali mostrado, está em perfeito equilíbrio. Qualquer aumento, num dos lados, resultará em um estado desarmônico, problemático. Em compensação, nos apontará a solução, que estará sempre no outro lado.

Se você usa o Tai-Chi em forma de medalha pendurada no pescoço, sem saber muito bem o que significa, ficará muito mais feliz quando passar a entendê-lo melhor e, quem sabe, guiar sua vida pelas idéias que ele simboliza. A propósito, o Tai-Chi não é um amuleto, nem é mágico e nem deve ser usado como se o fosse. Ele é simplesmente um lembrete, tal como uma Cruz ou uma Estrela de Davi, que não devem ser confundidas como peças milagrosas.

Observemos com mais atenção ainda o Tai-Chi. Inicialmente o círculo externo. O círculo em

diversas religiões ou correntes de pensamento, significa unidade. De fato, o Tao tem completa independência, é totalmente auto-suficiente e auto-regulado. É portanto a própria Unidade. Em seguida nota-se que o círculo está dividido em duas partes iguais chamadas Yang e Yin, representando respectivamente o ativo e o receptivo, a dia e a noite, ou quaisquer outros opostos harmônicos ou complementares, dos quais se compõe uma determinada questão. Cada uma destas partes, possui um pequeno círculo da cor oposta. Na parte branca há um ponto preto e vice-versa. Estes pontos representam a semente de seu complemento. Se no Tai-Chi, o branco está representando por exemplo, uma situação de paz, o preto estará significando a guerra. A semente da guerra, está sempre plantada numa situação de paz, da mesma forma como uma situação de guerra apresenta sempre a possibilidade de paz - uma só pode acontecer quando existe a outra. As duas partes juntas, se unem formando a questão guerra /paz. De fato, quando pode ocorrer isto que chamamos de paz? Quando existe uma guerra. Por seu turno o que pode quebrar a paz? Uma guerra.

Os dois elementos estão, assim, ligados, amarrados. Um problema do tipo saúde/doença, se apresenta de maneira semelhante. Com efeito, a doença parte de uma situação de saúde. Ninguém fica doente estando doente, e sim quando se está sadio. A cura para qualquer doença está igualmente inserida na própria doença - quem se cura de algo que não possui? É preciso primeiro, que se esteja doente para ser curado. Existem uma infinidade de situações que o Tai-Chi pode espelhar: claro/escuro, bondade/maldade, serenidade/agitação, integridade/destruição. Numa situação conflitante, há predominância de um lado sobre o outro. A ação corretiva do Tao, devolve a proporcionalidade às partes expressas no Tai-Chi. Onde e quando o Tao vai buscar a melhor solução, permanecerá sempre um grande mistério.

A resposta a uma pendência, pode estar num medicamento, numa pessoa, em alguma forma de energia, que por sua vez pode estar localizada no passado, no presente ou no futuro. Esta é a magia do Tao. Diriam os chineses, que há dez mil maneiras de se recorrer a esta mágica; todas elas no entanto, pedem um mínimo de serenidade daquele que pretende receber este benefício. O Tao necessita de um espaço vazio e tranqüilo para prover sua atuação reequilibrante. Esta serenidade física e mental pode ser alcançada mediante exercícios, posturas ou simplesmente pela disposição de espírito. É preciso, efetivamente, desejar a cura para ser curado. Entre essas disposições de espírito mais adequadas ao entendimento ocidental, existe uma chamada wu-wei ou não-fazer, que nada mais é do que deixar a mente momentaneamente vazia e livre das preocupações, e fisicamente não fazer nada, absolutamente nada.

Este não-fazer, não é uma atitude de alienação, é antes de tudo uma postura propositadamente receptiva. O fato de possuímos inteligência e racionalidade, sem dúvida alguma dificulta assumir esta disposição, o mesmo não ocorrendo com os animais, que mais facilmente atingem um estado de quietude. Alguns de nós, já participou ou assistiu uns exercícios, às vezes chamados de anti-ginástica, e que leva o nome de Tai-Chi-Chuan. Na verdade não se trata propriamente de exercício e muito menos de qualquer tipo de ginástica como a entendemos. O Tai-Chi-Chuan é constituído de movimentos normalmente muito suaves, elegantes e moderados que têm como objetivo, harmonizar as funções do corpo e da mente, isto é, fazer com que possamos atingir um consciente estado de serena tranqüilidade.

Até hoje, milhões e milhões de chineses, reúnem-se todas as manhãs nas praças públicas, para a prática diária do Tai-Chi-Chuan. Isto lhes assegura uma predisposição adequada para um dia de trabalho produtivo e tranqüilo. Moços e velhos em conjunto, realizam movimentos graciosos, que o

pragmatismo do ocidente jamais entenderia, mesmo que disso resultasse em maior produção. O que está por trás do Tai-Chi-Chuan é o Tao; nada mais existe nesta prática do que a ação do Tao. O título deste livro, "O Tao do Ocidente" tem sua razão de ser. Como dissemos, para o povo chinês, o conceito do Tao é inato. Você que nasceu e mora num país ocidental, entenderia por exemplo, um Deus sem sentimentos, que não premiasse os bons nem castigasse os maus? Que se ocupasse de muito mais coisas do que o Homem? É difícil não é? E sabe por quê? Porque simplesmente durante gerações e gerações, temos sido educados a ver um Deus antropomórfico, isto é na forma humana e orientado para as necessidades do homem. Alguém disse uma vez, que se as formigas tivessem um Deus, este seria uma enorme formiga de barbas brancas. Parece ser natural criar um Ser Superior, à nossa imagem e semelhança...

O Deus do homem, guarda como não podia deixar de ser, algumas das características dos deuses pagãos egípcios ou gregos, exatamente porque também estes povos, os visualizavam como meros atendentes de suas necessidades pessoais. Pessoalmente, acho que Deus deve andar mais ocupado com questões relevantes como a Justiça Universal, do que com o direito dos homens. Deve estar muito mais interessado numa Grande Ética, do que nos mesquinhos códigos morais vigentes neste planeta. Não consigo imaginar Deus favorecendo o time A ou B, ou atendendo preces voltadas a ganhar na loteria ou conseguir um namorado. Isto, um feiticeiro competente consegue com muito mais facilidade, e a um preço bastante módico... Fico imaginando como é possível que milhões e milhões de pessoas, continuem a tratar Deus como se fosse seu serviçal: me dá isso, me faz aquilo... onde as lágrimas e a forte emoção costumam esconder, nem sempre é claro, interesses que em nada dignificam o Deus a que estão orando ou suplicando.

---

Voltemos ao nosso "Tao do Ocidente". O homem ocidental, mais do que o oriental, raciocina com lógica e somente com ela, deixando praticamente de lado a intuição. O pensamento científico cartesiano, fez com que o processo intuitivo, fosse esquecido, menosprezado e ridicularizado. A razão disto, é que o método científico se baseia em certas Leis rígidas e axiomáticas, ou seja, você pode discutir o assunto, mas para que sua conclusão seja considerada científica, o resultado deve passar pelo crivo da ciência. Se passar, você tem em mãos uma verdade científica, se não passar... Este crivo ou critério obriga, por exemplo, que o resultado a que você chegou em certa questão, possa ser repetido por qualquer pessoa, utilizando os mesmos meios que você empregou. Isto é chamado repetibilidade, e para nós do ocidente, faz muito sentido, tem lógica. Se José misturou A com B, obtendo C, então João ao misturar, nas mesmas condições, A com B, obrigatoriamente terá que obter C.

Não se deve desmerecer o método científico, por ele ser rígido e exigente, ditatorial mesmo. Ele é assim, porque foi determinado pelos cientistas lógicos que assim seria. Se o tempo mostrar sua falência, ele deixará de existir, mas enquanto ele funciona, continuará a ser aplicado. Ou você aceita ou não. Se aceitar, tem que se submeter aos seus critérios, se não aceitar, faça o que bem entender, só que não haverá aprovação de seus pensamentos ou experimentos na comunidade científica. É um clube fechado com suas próprias regras. Ninguém o obriga a ser sócio. É uma tolice dos defensores dos chamados métodos alternativos, ao advogar suas causas, atacar os cientistas, chamando-os de perversos, insensíveis, inflexíveis.

O trabalho em outras frentes, exige outras réguas de medição. Um esquadro e um compasso, podem ser instrumentos perfeitamente adequados ao método científico. No entanto, um fenômeno como a

telecinese ou a própria ação do Tao, terá que apresentar seu próprio método de avaliação. Não creio que a estatística, processo dos mais empregados nos métodos alternativos, seja a melhor forma de validar os fenômenos paralógicos, até porque, embora a estatística não seja uma ciência exata, está incluída respeitosamente entre as ciências experimentais. A posição será muito mais consistente, ao se mostrar, por exemplo, que os maiores avanços do Homem como Ser, foram conseguidos partindo de especulações filosóficas nascidas da intuição. Não sei se o exemplo é o mais feliz, mas julgo que seja adequado à exposição que estamos fazendo. Recentes estudos da Física Quântica sugerem haver uma relação de causa-efeito entre a vontade e o movimento de certas partículas sub-atômicas.

É assim, trabalhando com seriedade e lisura, que as coisas poderão mudar. Não é porque alguém disse que viajou em um disco voador que devemos acreditar. Fisicamente, eu vou pedir provas sensíveis. Metafisicamente eu vou, quem sabe, parabenizar o felizardo. O pressuposto de que todos só dizem a verdade, é muito, muito discutível... Chamemos a ciência que conhecemos, de ciência lógica e todas as que não se submetem ao seu crivo, de ciência paralógica. Isto não se pode impedir; é um nome como outro qualquer. A aceitação deste tipo de ciência, obrigará a criação de critérios próprios, evitando a proliferação de espertalhões; já nos bastam aqueles que os furos da ciência tradicional proporcionam.

Neste livro, estamos falando do Tao. O Tao não tem uma estrutura, nem atributos que possam ser medidos por nenhum instrumento conhecido. No entanto, seus efeitos são sentidos todos os dias, a cada momento, em milhares de pessoas pelo mundo afora. Fatos comuns como encontrar a melhor solução para uma questão financeira, é obtida através de certas características do Tao. Curar uma simples dor de cabeça, é conseguida com grande facilidade por qualquer pessoa que conheça um mínimo da ação do Tao. Quando um chinês pratica conscientemente seu Tai-Chi-Chuan diário, ele sabe que vai se aperfeiçoar em seu todo. Os médicos acupunturistas, estão utilizando a todo instante as virtudes do Tao. Os adivinhos que desenvolvem seu trabalho nas ruas chinesas, fazem suas previsões baseadas no I-Ching, que é puro Tao. Na verdade, o Universo todo está tomado pelo Tao; de um buraco negro a uma imensa galáxia, do vírus a um animal, de um animal ao homem. O assunto é por demais sério para ser julgado seja pelas regras dos cientistas, seja por vagos critérios metafísicos ou parapsicológicos. Muita gente prefere em assuntos como este do Tao, ficar com suas próprias idéias. Não é fundamental que as pessoas aceitem ou não sua exposição. O mais importante, é que ao expô-la, sempre haverá alguém que se beneficiará com ela. Neste momento, por coerência, estaremos considerando o assunto Tao, como pertencente à classe da ciência paralógica. Até segunda ordem...

---

## **PALAVRAS DE SABEDORIA**

Este capítulo, é dedicado a importantes citações contidas no Tao-Te-Ching, seguidas de um comentário. As palavras de Lao-Tsé, se referem a diversos assuntos de nossa vida diária, tais como valores éticos, trabalho, relacionamento interpessoal, assim como esclarecimentos fundamentais sobre o Tao, seus atributos e a maneira como devemos agir de forma a obter seus benefícios. Seja qual for seu objetivo ao ler este livro, será uma aventura fascinante penetrar no pensamento oriental, e ver o que eles pensam e sentem, além de nos preparar a trilha, se assim o desejarmos, que certamente nos levará a uma vida mais rica e harmoniosa.

---

### **1 - "O caminho que se pode seguir, não leva ao Tao"**

O que o autor pretende dizer, é que normalmente as pessoas que buscam o aperfeiçoamento pessoal, se utilizam

de livros e orientadores que estão de tal forma ligados às coisas do mundo, que esquecem que para viver no Tao, isto é inútil, pois o verdadeiro caminho passa muito mais pela intuição do que pela razão.

---

## **2 - "Para estarmos no Tao, devemos suprimir os nossos desejos"**

Esta é uma clássica afirmação oriental. E faz muito sentido. Passamos a vida desejando coisas e almejando o beneplácito do outros em relação a nós. Desejamos objetos e bens materiais. Enfim, somos um poço de desejos. Como existem milhões de pessoas, é perfeitamente natural que muitas desejem a mesma coisa. A possibilidade que venhamos a conseguir exatamente o que queremos, é portanto bastante remota. Quando finalmente conseguimos o que queríamos, ficamos frustrados, porque o nosso desejo - não era bem esse. E aí nascem três coisas: uma frustração, um novo desejo, e um sentimento negativo em relação a alguma pessoa. Todas essas coisas, ensina a psicologia, à medida que se acumulam, acabam gerando tensão e angústia. Da mesma forma, desejos mal satisfeitos, podem nos deixar nas mãos uma porção de coisas que depois de algum tempo não fazem mais sentido. E aí, você se vê na contingência de optar por delas. Sua vida passa a ser gerida pelas coisas e não mais por você. Parece então prudente, que nos reeducássemos de tal forma, que nossos desejos fossem voltados à efetiva necessidade. Menos desejos, menor possibilidade de sofrimento.

---

## **3 - "O sábio faz sem fazer e ensina sem falar!"**

Que afirmação espantosa! o sábio faz sem fazer e ensina sem falar. Que significam essas estranhas palavras? Num dos lados do Tai-Chi está o fazer e no outro, o não fazer. Ao optar pelo não fazer, o sábio na verdade, não está se escusando da realização. Não fazer e obter resultados, é uma das coisas mais incríveis do Tao. Como isso é possível? Através de uma atitude mental denominada wu-wei ou mente vazia. O indivíduo não deixa de agir por preguiça ou alienação, pelo contrário, ao esvaziar sua mente das preocupações com a questão, fica aberto o espaço para que o Tao atue, conseguindo o melhor resultado possível. Anote pois isso é muito importante! Às vezes antes de uma exame, resolvemos esquecer e relaxar, ou então esperar que um sonho nos revele a solução de um problema. Isto é uma forma muito eficiente do wu-wei. Quanto mais você exercita a mente serena, mais questões podem ser resolvidas pela ação do Tao. Ele só pede que sua mente esteja o mais tranquila que for possível. A ação do Tao sendo reequilibrante, restabelece a harmonia entre os dois lados do Tai-Chi, vale dizer, da questão em pauta. No caso do exame, dá o conhecimento que complementa o desconhecimento. Um sábio seria então, aquele que domina de tal forma essa arte, que poucas vezes precisa interferir pessoalmente. De maneira idêntica, diz o verso que ele ensina sem falar. Aqui, a expressão diz respeito ao ensinar pelo exemplo. É portanto fundamental, que os homens na posição de mando tenham um comportamento exemplar. A ação do Tao, esta Ordem universal e harmônica, se faz sentir por nossas atitudes e comportamento. Há portanto um pré-requisito para que o Tao atue e resolva ou aponte a correta direção da questão: temos que manter um comportamento físico e mental o mais sereno e tranqüilo que pudermos. Não é tão difícil assim e é agradável. Nos pequenos casos, uma simples relaxada é suficiente. Nos grandes casos, é preciso um maior afastamento mental da questão. Isto só pode parecer incrível para quem ainda não viu a coisa funcionando. Para os ocidentais, parece estranho que o Tao não espere que você o bajule com orações, ofertas ou coisas do gênero. Não há necessidade de intermináveis sessões de relaxamento nem de extravagantes posturas físicas e mentais. Só é preciso que você relaxe um pouco os músculos, andando ou parado, e desligue por alguns segundos o interruptor da mente. Se você fizer isto os primeiros resultados se farão sentir - acreditando ou não no Tao. Você não precisa abdicar de suas idéias filosóficas, políticas ou religiosas. Tao não é Deus nem é uma religião. Tao é uma Lei universal, que não depende de nenhuma espécie de adoração ou fanatismo. Pelo contrário, a ação do Tao se faz sentir com mais rapidez naquelas pessoas inflexíveis que resolvem a ele recorrer, o que evidentemente não é coisa muito comum. É como uma febre de 40 graus que baixa com mais facilidade que uma de 37. Para o Tao, gente é gente sempre, não havendo bons nem maus, porque este julgamento é determinado pelas Leis do homem.

O papel do Tao é reequilibrar todas as coisas, não é sua tarefa premiar ou castigar. O Tao também cura doenças? perguntaram-me um dia. Sim, é evidente, pois uma doença é um sintoma de desarmonia. Como ele faz? Ele não faz, simplesmente acontece.

---

#### **4 - "Não viver pelas paixões, mas pela sobriedade"**

Que são paixões? O termo é usado para designar desejos irracionais ligados a fortes emoções, muitas vezes violentas. Poderíamos chamar de amor a este sentimento? A paixão não lida apenas com pessoas mas também com as causas defendidas vigorosamente; ou com os objetos, quando então ela degenera em consumismo. Paixão é um tipo de fanatismo. Enquanto a paixão mostra permanentemente seu lado desequilibrado, o amor em seus níveis mais elevados, é suave, tranquilo e participativo. Sobriedade, um dos temas preferidos pelos filósofos do Tao, é ter um comportamento equilibrado. A sua falta coloca o homem em todo tipo de desvantagem. Ser sóbrio significa ter a mente bem preparada para dialogar, escolher e decidir. Quanto mais difícil for um problema, tanto mais sóbria e competente deve ser a ação. A chamada não-violência, tem tudo a ver com a sobriedade. Gera na outra parte, uma atitude de tal forma passional, que ao perder o controle da situação, já foi derrotada. As grandes vitórias, são sempre conseguidas mediante um diálogo sóbrio e eficaz. Conversar exige, é claro, muita preparação interior, e nem todos estão dispostos a investir em seu crescimento. Uma das tarefas daquele que deseja se aperfeiçoar, é justamente a substituição da paixão pela sobriedade.

---

#### **5 - "O livro traz erudição, mas não sabedoria"**

Erudição e sabedoria. Erudição está ligada aos conhecimentos mundanos. Os livros em sua grande maioria, refletem interesses de indivíduos ou grupos, alimentando até mesmo a vaidade do escritor. Como os livros fazem parte de nossa educação desde a infância, exercem uma enorme influência em nossa maneira de ser e pensar. Não é exagero afirmar então, que uma pessoa que viveu e vive para os livros, terá uma forte tendência a resolver os problemas pelos modelos que neles encontra. Observe que estas pessoas costumam ter respostas padronizadas. Não é por outra razão que os fanáticos políticos e religiosos, vociferam com um livro na mão. Este processo de cultura livresca, funciona de fora para dentro, do livro para o coração. Se você não utiliza seu bom senso, se não exerce conscientemente seu direito de crítica, acaba virando um robô cultural. Godard e Marx serão endeusados mesmo que você não entenda claramente suas proposições. Um famoso jornalista americano, chamado Charles Fort, dizia: "Julgamento suspenso, aceitação temporária, questionamento sempre". Ele era tido como um indivíduo meio louco, pelas suas posições científicas pouco ortodoxas. Teve que fundar as Sociedades Fortianas, de sorte a ali defender seus princípios. Creio que o mais importante, não é se ele afirmava ser a terra quadrada ou ôca como um balão. O mais importante é sua atitude em relação àqueles que eram escorraçados pela sociedade científica e por todos os que adotavam uma posição de intolerância. As Sociedades Fortianas, eram o abrigo das causas perdidas. Qualquer idéia que fosse ridicularizada, era aceita, em princípio, pela casa. Observe que o lema da Sociedade (julgamento suspenso...) apelava para a Justiça, para a tolerância e para o processo crítico. Isto não se aprende em livro nenhum. Esta salada de frutas, mesmo que não seja do nosso agrado, demonstra que Fort podia até não ter grande cultura, mas sem dúvida tinha sabedoria. Você sabia que um analfabeto resolve seus problemas da mesma forma como um luminar resolve os dele? O processo mental é o mesmo. A única coisa que difere é o volume de informações, que no caso do indivíduo culto é tão grande que pode até atrapalhar a solução. O homem simples, como dispõe de pouquíssimas informações, utiliza em muito maior escala, sem censura, as coisas que não se aprende na escola: bom senso, lógica inata, intuição, experiência de vida. Quem ensinou isto a ele? Talvez a vida mesma, talvez algum dom. O fato é que ele não tem cultura, mas possui algo mais natural e muito mais importante: a sabedoria. Quando aqui falamos em sabedoria, estamos nos referindo portanto a um tipo de conhecimento que vem com o andamento da vida, com suas alegrias e percalços, com as soluções encontradas e testadas, com a observação de detalhes e até mesmo pela leitura ... A gente logo distingue um

pomposo e tolo intelectual que acha que tudo sabe, de um verdadeiro sábio, modesto e cauteloso nas palavras e ações, pois sabe muito bem que seu conhecimento tem limitações. O erudito, se pega em vírgulas e outras tolices; o sábio ao contrário é tolerante e aberto. Se você conhece um homem muito culto que não seja mesquinho, então ele é um sábio. Se alguém tido como sábio mostra orgulho e vaidade, então ele não passa de um ignorante. A cultura limita o homem, a sabedoria expande.

---

## **6 - "Não dê muito crédito à razão e à cultura."**

Quando examinamos a questão da cultura, parece ter ficado claro que por si ela não apresenta grandes méritos, embora saibamos que a maioria das pessoas ainda fica muito impressionada quando se depara com um indivíduo culto. Confunde-se cultura com inteligência, com competência, com sabedoria é até com posição social. Cultura é um elemento de referência. É uma espécie de enciclopédia onde você vai buscar informações que o ajudam a solucionar alguma questão. Como a palavra cultura ficou intimamente ligada às coisas mais ou menos sofisticadas, o indivíduo que acumulou por diversos meios e razões, uma grande quantidade de conhecimentos, particularmente nas áreas artísticas e filosóficas, costuma se envaidecer de tal fato. E é aí que a coisa deixa de funcionar direito. Os grandes problemas existenciais do ser humano e que pedem uma resposta urgente, estão muito mais ligados à sensibilidade e à intuição, do que à cultura e à razão. Há um ditado popular que diz que "o coração tem razões que a própria razão desconhece" o que é uma grande verdade. As razões que a razão desconhece, são aqueles valores que a ciência não faz caso: sensibilidade, intuição, iluminação, etc. Há como que uma supervalorização da cultura em detrimento dos valores comuns a todos os homens. Infelizmente isto é tão verdadeiro, que se torna difícil até mesmo argumentar. De qualquer forma, meditemos sobre estas palavras do sábio, e ao lidar com questões realmente sérias, que se dê uma chance ao não tão lógico e ao não tão racional. Quem sabe assim, reconheçamos que nossa vaidade está nos vendando os olhos às melhores soluções.

---

## **7 - "Observe para onde levam a trilha das carroças"**

Aí está uma observação de muitas interpretações, todas boas e todas de grande validade. Quando durante muitos anos as carroças passam por uma estrada de terra, vão deixando sulcos que se aprofundam com o tempo. As questões que podem ser postas também são muitas: -Será que este é o único caminho? -Será que nunca ninguém tentou outro? -Faltou curiosidade aos que me antecederam? -Que distância devo percorrer até o destino? -Devo crer que o caminho é seguro? Você está convidado a dar sua própria interpretação às questões, como forma de se exercitar. Não procure as respostas marcadas nas "trilhas" de sua mente, pelo contrário, procure soluções novas, originais, porém se não chegar a um acordo, adote então a solução já trilhada. Uma coisa você pode ter certeza. É um excelente começo no exercício do desenvolvimento pessoal. Uma das coisas que mais nos prejudicam é nossa vaidade, nosso orgulho em admitir nossa ignorância. Não há nada de mais nisso. Quem é que sabe tudo afinal? Pense nisso e, serenamente mãos à obra. Com calma. Não há pressa, você tem o tempo que quiser. Não se preocupe com suas respostas. Elas sempre serão as SUAS respostas.

---

## **8 - "O sábio é firme quando a questão é de Justiça."**

Se você imagina que um sábio é um indivíduo permanentemente afastado das coisas mundanas, está enganado. Quem se afasta assim é o eremita que não é necessariamente um sábio. Lembrem-se de Gandhi? Bem, Gandhi era sem dúvida alguma um sábio que, embora tivesse uma vida muito modesta longe da confusão das grandes cidades, mantinha-se muito atento às necessidades de seu povo. Ele era particularmente sensível às injustiças praticadas pelo poder colonial que ocupava seu país. Muitas vezes ele liderou manifestações do tipo não-violência que, infelizmente, resultaram em tragédias. Um dos mais fortes sentimentos que vêm marcando a vida dos grandes homens, é o apego à Justiça. Não devemos confundir Justiça com Direito. Direito são as Leis postas

no papel. São as Leis escritas por quem esta no poder, habitualmente para defender seus próprios interesses. Daí que o Direito não reflete necessariamente a Justiça. A Justiça tal como o sábio a vê, é um valor equilibrante, harmônico e absoluto. Assim, é natural que ela seja motivo de sua constante preocupação. De fato ele não seria sábio, se permanecesse indiferente as injustiças praticadas à sua frente, pois estaria contribuindo para desequilibrar ainda mais o sistema. Suas atitudes ao denunciar tais ocorrências, podem gerar situações por vezes muito fortes (veja o caso de Gandhi) que acabam por dar a impressão de que se estaria combatendo a injustiça com a injustiça. Para o sábio, a Justiça não é uma entidade abstrata e utópica, mas um valor real, harmonizante e eterno. Para ele, Justiça é o próprio Tao.

---

## **9 - "Quanto mais falamos do Universo, menos o entendemos"**

Desde que o pensamento lógico se tornou a base das deduções científicas ocidentais, tem-se perdido a oportunidade de utilizar este instrumento da inteligência em conjunto com a intuição, instrumento da sabedoria. Quando o Universo é observado sob um telescópio, o simples bom senso indica os resultados incompletos quando não, falsos. Esta não é uma opinião exposta por leigos inconseqüentes, que visam alguma fugaz notoriedade. Há fortes indícios de que existe efetivamente uma relação causa-efeito entre o pensamento e movimento de certas partículas sub-atômicas. Para aqueles que, já há muito tempo, percebiam intuitivamente que as características do Universo são tantas e tão além da percepção dos instrumentos, isto não constitui novidade. Acontece no entanto, que a vida mundana se rege basicamente pelos sentidos, e assim a ciência e a tecnologia, são voltadas para atender as necessidades mais aparentes. Não haveria mal algum, se tudo andasse bem, se este enfoque conseguisse que o homem se realizasse material e espiritualmente. Claro que isto não ocorre, todos nós sabemos. E não ocorre porque a ciência racional e lógica, é incapaz de incursionar no terreno do maravilhoso, do inexplicável. O que dizer dos sonhos que acabam por se realizar? Como equacionar as visões? E como dar um sentido racional às grandes coincidências? Nos parece uma falha de caráter, a manutenção de posições científicas estanques, movidas muitas vezes por interesses pessoais, prepotência, preguiça mental, ignorância ou intransigência. Sabemos muito bem que os fenômenos parafísicos, não resistem aos mais simples testes de veracidade científica, como por exemplo o da repetibilidade. Acontece que não se pode medir comprimento com uma balança. Uma coisa não tem nada a ver com a outra. O desenvolvimento sistemático da percepção desses fenômenos, certamente trará as réguas com que eles serão medidos. Esta reflexão sobre a citação do Tao-Te-Ching, poderia se encerrar de forma bastante natural: há fenômenos observáveis direta ou indiretamente pelos sentidos, e que são o campo de atividade da ciência lógica formal, e há fenômenos puramente conceituais que serão o campo de uma nova ciência paralógica. Aí então, e só então, o homem conhecerá o Universo e todas suas implicações.

---

## **10- "É grande o valor do silêncio"**

Existem duas posturas em relação ao silêncio. Em primeiro lugar, há o silêncio passivo, que é aquele onde nos colocamos receptivos às palavras, idéias, etc., dos que notoriamente sabem mais do que nós. É o silêncio do escutar, da apreensão racional. Em segundo lugar, há o silêncio ativo, onde a mente aquietada, cede espaço para a que a intuição nos forneça a resposta à uma questão. Poderíamos dizer, que é o silêncio para a ação harmonizante do Tao. O silêncio passivo irá corresponder, na prática, à uma posição de modesta humildade. Mesmo que sejamos expoentes em nossa especialidade, quem nos garante que sabemos tudo? Que não falta um pedacinho qualquer que irá complementar nossos conhecimentos? Manter silêncio na aprendizagem, é sinal de evolução espiritual. Lê-se ainda no Tao-Te-Ching, que aquele que muito fala, nada tem a dizer. Isto parece fazer bastante sentido, quando por prepotência, vaidade e orgulho, brilhantes intelectuais defendem de forma douta, graves erros para os quais constroem justificativas cheias de arabescos e totalmente mentirosas. O leitor certamente conhece casos e casos... O silêncio ativo, uma das mais notáveis conquistas daqueles que tem a percepção do



Tao, acaba por resolver problemas complicadíssimos, sem que tenhamos outra coisa a fazer senão nos colocar em wu-wei, isto é, numa postura de mune silenciosamente ativa. Não há necessidade de fazer nenhuma ginástica, nem de orar ou de se recitar mantras. Se você se sente bem em fazê-los, tudo bem. Se por outro lado, você tem dificuldades, não gosta ou não se sente à vontade mas ABRE ESPAÇO, o Tao irá agir da mesma forma. O Tao é uma Ordem universal e cósmica, e portanto não faz distinção de estilos ou ritos, ou da falta deles. É suficiente que se dê o espaço de silêncio para a sua ação harmonizadora. Quanto ao problema em questão, não devemos pensar nele durante nosso silêncio. Ele deve ser, digamos, congelado como se você, antes de pacificar seus pensamentos, o sentisse bem e em seguida o paralisasse. A solução da questão será inevitavelmente intuída. Experimente inicialmente em pequenos problemas e depois vá avançando.

---

### **11- "Porque o sábio pouco cuida do material; seu Eu evolui"**

Onde está o erro em nos preocupar com o ganhar a vida, poupar, prever, prover, gastar...? Não há erro nenhum quando as coisas são feitas de maneira moderada. É preciso entender que a moderação é o mesmo que harmonia e equilíbrio. O exagero no trabalho pelo trabalho, nas poupanças e provimentos, são atitudes insensatas. Por que insensatas? Porque o ser humano possui duas partes distintas: a material e a espiritual. Até os mais incrédulos sabem que isto é uma verdade. Não importa como você encara o espiritual, se de forma metafísica, biológica ou sentimental. O fato é que o material é palpável e o espiritual, não. O Tai-Chi, que nos lembra as partes em harmonia, sugere claramente a matéria de um lado e o espírito de outro. São portando as duas faces da mesma moeda, ou se preferirmos, pares complementares. Ora, a dedicação exclusiva à matéria, estaciona o indivíduo num certo patamar. Afinal, foi dito no Tao-Te-Ching, que o valor das coisas é medido pelos vazios e não pelos cheios: uma panela ainda tem valor, se contiver espaço disponível. O mesmo se dá com uma sala. A um recipiente cheio, nada mais se pode acrescentar, porém naquele que dispõe de espaço, o crescimento ali se instalará. Esta é a razão pela qual o homem mundano, é o que mais necessita e TEM as condições para seu crescimento global. Evidentemente, ninguém pode obrigar ninguém a fazer aquilo que não quer. Existem milhões e milhões de pessoas que estão muito satisfeitas e felizes, levando uma vida exatamente da maneira como o mundo a apresenta. Os conselhos e sugestões que se possam dar, são absolutamente inúteis e impertinentes. Os processos de aperfeiçoamento, funcionam como um tipo de prática esportiva: se a pessoa, bem no seu íntimo NÃO QUER nadar, ela jamais aprenderá a nadar, a não ser quando por necessidade for obrigada.

---

### **12- "A virtude é como a água, modesta em sua adaptação"**

Foi dito que o sábio é firme nas questões de Justiça. Ao se falar aqui em adaptação, poderíamos supor então que a Justiça é maleável conforme o caso? Quando o assunto é o Tao, a Justiça de que falamos é um valor absoluto, universal, permanente e imutável. Quando o assunto é o mundo, a Justiça leva o sobrenome de Direito e sofre constantes revisões de acordo com os usos e costumes vigentes naquela sociedade e naquele tempo. Na citação, o verbo adaptar, tem o sentido de envolver, como um envoltório. Por exemplo: se você é um professor, sua didática deve se adaptar às circunstâncias ou ainda, deve envolver cada aluno em seu aspecto global. Imagine o indivíduo mais arrogante e vaidoso que você já conheceu. Um diálogo com seus subordinados, poderia ser alguma coisa do tipo: - Sua produção está muito baixa! - Estou com sério problema na família... - Isto é problema seu, eu quero produção! Isto não é nem firmeza e muito menos adaptação. Isto é estupidez. Se a observação fosse: - O que está sucedendo? Quem sabe a gente pode ajudar?... Isto é o que o Tao-Te-Ching chama de virtude e modesta adaptação. Infelizmente é bastante comum vermos pessoas chegarem a um posto de mando e passarem a confundir poder com tirania. Toda sua postura anterior de democrática flexibilidade, de preocupação e generosidade, some diante de um salário um pouco maior ou da insana vaidade de se julgar o dono do poder. Existem algumas palavras-chave no processo de crescimento e uma delas é flexibilidade.

---

### **13 - "O homem feliz é prestativo no dar, sincero no falar, suave no conduzir, sereno no agir"**

Você quer ser feliz? Claro e quem não quer? Preste atenção na receita de valores harmônicos que se segue: Seja prestativo - Não negue sua ajuda a quem a pede. Se você pode ajudar, ajude. Fique alerta no entanto para não por lenha na fogueira da injustiça social. A caridade na forma de esmolas, é uma praga que tira a culpa de quem dá e mantém na desgraça quem recebe. Ensinar, ajudar, orientar, conseguir, são exemplos de prestatividade. O indivíduo verdadeiramente prestativo não se engrandece nem se humilha. Seja sincero - São tantas as pessoas insinceras e mentirosas, que até existe esta frase preparada para eles: "A quem você pensa que está enganando?" A mentira cêdo ou tarde será descoberta e ninguém fica impune. E não fica mesmo, é só uma questão de tempo. Ser sincero, é o mesmo que ser coerente, e ser coerente é ser justo consigo próprio. Para alcançar a felicidade, um grande entrave é o auto-flagelo da mentira, da falta de sinceridade. Quando você diz coisas que não sente no intuito de agradar, o preço que será pago será sua própria subserviência. Evidentemente não devemos confundir sinceridade com arrogância, estupidez ou falta de tato. Você pode e deve ser sincero, sem assumir nenhuma dessas atitudes. Seja suave - isto me lembra de que um presidente americano dizia: "Fale manso e carregue um porrete". Suavidade ou mansidão, não significam passividade bovina, nem porrete presidencial. Quando você leva seu interlocutor, a aceitar conscientemente suas idéias, isto é ser eficiente. Se além disso você tem a característica da fala suave, o resultado será ainda mais notável. Todo mundo gosta de ser bem tratado. Seja sereno - Aí está uma característica tão importante que mereceria todo um livro. A serenidade nos pensamentos e nas ações, são um requisito básico a quem aspira o crescimento pessoal. A quietude da mente, dá espaço para a atuação do Tao reequilibrante. A quietude do corpo é aumentada e multiplicada pela ação do Tao harmônico. E isto não é fantasia. Você pode experimentar a qualquer momento, agora mesmo, e ver de imediato os resultados. Feche suavemente os olhos, relaxe o corpo como puder e desligue sua mente. Aguarde um ou dois minutos. Logo logo você vai sentir o efeito da reordenação que o Tao promove.

---

### **14- "O sábio não luta para impor suas idéias e por isto é inatacável"**

O que é melhor e mais eficiente? Tentar convencer o mundo que você é um gênio, ou simplesmente deixar que o tempo e as situações se encarreguem disso? Achar-se um gênio, é uma coisa um tanto extravagante nos dias de hoje; lembra-se de Dalí? Convencer os demais disto, é mais tolo ainda. Quem sabe, não precisa dizer que sabe. Quem é, não precisa afirmar coisa alguma. Os exemplos, as atitudes e as palavras, são o passaporte do homem realmente grande. É admirável ouvir-se uma palestra desta gente. As palavras fluem com tal naturalidade e segurança, com tanta consistência e decência, que não há lugar para empavonamentos temáticos, nem para dúvidas do ouvinte. Gente assim dignifica a raça humana. Conheci um professor na faculdade, que literalmente me hipnotizava. Era honesto, competente, bem humorado e carismático. Por alguma razão que na ocasião eu não sabia explicar, sentia uma forte necessidade de frequentar suas aulas. Faltava às demais sem nenhum constrangimento e até a faculdade me era indiferente. Por que eu agia assim? Estou convencido que eram as suas qualidades como ser humano que me atraíam, nada mais. Muitos anos mais tarde, fiquei sabendo que aquele professor, era um respeitado estudioso das coisas do espírito, dono de vasta cultura e sabedoria, além de autor de muito livros importantes. Hoje tenho uma enorme satisfação de ter convivido um semestre com esta notável figura humana. Se todas nossas idéias forem expostas com clareza, consistência, seriedade e modéstia, quem precisa brandir outras espadas que não a do real conhecimento? São estas pessoas de grande sabedoria, que justificam todos os esforços direcionados ao aperfeiçoamento pessoal. E estas pessoas são de fato inatacáveis, porque não há nada, nada que diminua seu brilho.

---

### **15- "Assim como não se enche um vaso mais do que sua capacidade, assim nós temos nossos próprios limites"**

O sucesso que eventualmente alcançamos, tem muitas vezes a consequência de encher o nosso ego de um sentimento de auto-suficiência, que é multiplicado por uma natural vaidade. E isto não é bom. E não é bom porque efetivamente na próxima vez que tivermos que tocar em um assunto um pouco mais complexo, talvez não tenhamos estofos para expô-lo tão bem. E aí vem uma sensação de frustração muito desagradável. Podem acontecer então duas coisas: ou nós tomamos consciência de nossa própria limitação e ignorância, ou mergulhamos cada vez mais fundo em nossa própria insensatez. Alguns estudiosos afirmam que o cérebro humano tem uma capacidade muito maior do que a que ele desempenha. Por outro lado, a prática tem mostrado que temos mais facilidade para determinados assuntos e mais dificuldades para outros. Existem certos testes psicológicos que têm como objetivo verificar exatamente estes pontos: o poder de lidar com fatos abstratos, habilidades manuais, memória, frustrações, criatividade, etc. O erro não está em se ignorar uma coisa, já que isto é fato perfeitamente normal. O mal está na falsa auto-suficiência. O orgulho impele certas pessoas a assumir tarefas para as quais não estão preparadas, e talvez nunca venham a estar. Não é à toa portanto, que o sábio delega constantemente. A sua competência nesta área é tão notável, que é comum que muitas pessoas os acuse de inatividade. Tal observação é obviamente movida por má fé ou ignorância. Os melhores chefes delegam não por ignorar o assunto, mas para que seu papel de supervisão seja efetivamente exercido na obtenção de resultados eficazes. Saber nossos limites, é a modéstia na busca da perfeição.

---

## **16- "Depois das homenagens, o caminho indica o desapego às recompensas"**

Cada um de nós tem valores e méritos. Ninguém deixa de possuí-los. Esta verdade preserva a harmonia geral. E é exatamente por isto, que a observação acima se aplica a todos. Cada vez que nos aprofundamos em nosso entendimento do Tai Chi, o símbolo do equilíbrio universal, a seqüência de um fato nos parece mais clara, ou pelo menos mais aceitável. Em suma, fica patente o outro lado da moeda. No tema aqui abordado, fala-se em homenagem, em reconhecimento, elogio, etc. E aí, como exercício, podemos nos perguntar o que deveria acompanhar aquela homenagem a nós prestada, de forma que nossa harmonia interna fosse preservada; que não fôssemos tomados por um vulgar sentimento de vaidade ou de orgulho menor. Existem muitas pessoas que apoiadas em um elogio muitas vezes merecido, tornam sua tarefa constante a de trabalhar e fazer tudo para continuar recebendo homenagens, mesmo que imerecidas. É a forma de alimentar o seu ego que cada vez mais incha, tornando esta pessoa profundamente egoísta, quando despreza os passos éticos ou morais que medirão sua caminhada rumo ao que chama sucesso.

---

## **17- "Quem é sábio, não precisa de erudição"**

Durante nossa vida, acumulamos conhecimentos que, espera-se, algum dia serão de valia. Numa formação completa, passamos pelo ensino elementar, que fornece os conhecimentos mínimos para nossa sobrevivência. Em seguida por um 2o.ciclo , responsável pelo aperfeiçoamento das armas com as quais enfrentamos o mundo e nos dá a base para nos profissionalizarmos no ensino universitário. São quase 20 anos de estudo formal. Consta que os antigos gregos, estudavam além da aritmética e da linguagem, poesia e filosofia. Este povo, de estudo limitado, nos deixou não obstante, figuras da maior estatura, notáveis representantes da raça humana. O Tao-Te-Ching, ao repetir certos temas como este, não está sugerindo que se deva desprezar o estudo formal e a erudição. Não é isto. A citação apenas nos alerta para o perigo que representa confundir uma coisa com outra. Sabedoria, não depende de cultura ou de conhecimentos de alto nível. Também o erudito não é necessariamente um intelectual, nem o ignorante será, por esta razão, um sábio. A sabedoria é o acúmulo de experiência de vida e de intuição. Como é possível atingir-se um estado de sabedoria? Isto é conseguido com a idade, com a vida e com a mente aberta para o intuitivo. Supletivamente por uma coisa mágica chamada iluminação. A iluminação é um carisma, um dom recebido, que permite ao indivíduo perceber a síntese sem necessidade de fazer a análise; sentir o todo sem dividi-lo nas partes. Um sábio, iluminado ou não, sente que a erudição, por maior e mais primorosa

que seja, não cobre todas as necessidades do ser humano. Daí dedicar-se com igual empenho, na busca daquele estado que o permita apontar um problema, e ver sublimada a resposta.

---

## **18- "O Tao não exige gratidão"**

Devemos ser gratos a todos aqueles que nos fazem um favor; é uma afirmação bastante comum e natural. Existe uma palavra que expressa o feio sentimento daqueles que não são reconhecidos: ingratitude. Há um consenso de que a ingratitude é uma das expressões mais negativas do ser humano. Ser ingrato é ser traidor, falso, não ser merecedor de nossa mínima consideração. Espera-se que um favor, uma gentileza, seja reconhecida e retribuída se a ocasião aparecer. Este compromisso está de tal forma arraigado em nosso pensamento, que é praticamente impossível imaginar que poderia ser diferente. E os dias vão passando e ficamos aguardando a paga do favor que fizemos. Algumas pessoas afirmam com bastante ênfase, que jamais esperam reconhecimento ou recompensa, e por isso não se frustram nos casos de ingratitude. O que ocorre com você? Você se aborrece, não liga ou o que? O Tao é uma Ordem cósmica e universal, Lei que rege todas as Leis e é absolutamente justo, implacavelmente justo. A harmonia que ele promove, não depende de raça, religião, orações, pedidos, méritos, nada..., e nem poderia ser diferente. Ele não é você ou eu. Não guarda mágoas nem rancores. Isto é atitude pequena, incompatível com seus atributos. Se o Tao agisse de forma diversa, se ele atendesse apenas àqueles que suplicam, rogam, bajulam, certamente poderia ser tudo, menos o Tao. A afirmação de que o Tao não exige gratidão, nos causa certa espécie, dando a falsa impressão de que ele é tão arrogante que, feito o favor, dispensa a gratidão. Evidentemente não é isto. O Tao não exige nem precisa de gratidão, porque ao fazer o que ele faz, simplesmente realiza o atributo da ação justa. Faça a coisa certa, diz o ditado. E é isto que o Tao faz. Não existe assim "favores" feitos ao Tao ou pelo Tao. Ele faz o que tem que ser feito. A chuva cai, porque tem que cair.

---

## **19- "O valor de uma panela não está em seu metal, mas no vazio que contém"**

Afirmações como esta, são claramente orientais. Nós, do ocidente, não estamos acostumados a fazer este tipo de imagem. No entanto, elas têm uma beleza intrínseca que agrada a todos. Panela... que importância pode ter uma panela além de sua utilidade na cozinha? Aqui, a compreensão do seu TODO, é fundamental. Uma panela apresenta o lado de fora (o metal de que é feita) e o lado de dentro (o espaço útil). O lado de fora, equivale ao corpo ou matéria, enquanto o seu interior vazio, corresponde à mente ou espírito. Temos um corpo e uma mente. A mente deverá dispor de um "espaço vazio" para poder aprender. Ao homem que soubesse tudo sobre todas as coisas, não sobraria espaço para aprender mais nada. Uma panela cheia até a borda, não suporta nem mais uma gota. Este raciocínio pode se estender do micro ao macro, de um átomo a uma galáxia. O conhecimento, o aperfeiçoamento, a sabedoria, a harmonia, necessitam de espaço para se fazer presentes e atuantes. Compreende-se portanto que, se o Tao é a Ordem responsável pela harmonização do conjunto humano, também ele necessita deste espaço. Fornecer espaço em nossa mente, isto é, pacificá-la das preocupações que nos estejam assolando, é o único requisito para se atingir a solução do problema que estiver em questão.

---

## **20- "O sábio orienta"**

Encontramos com muita frequência no ambiente de trabalho, aquele chefe que não treina seus subordinados por medo de perder a sua posição. É inevitável que nestes casos, apareçam conflitos do tipo disse-me-disse. O subordinado reclamando que agiu assim por desconhecer determinada regra. O chefe por sua vez, acusa o chefiado de má fé ou incompetência, afirmando que disse sim, que orientou sim. Nesta detestável arena de confronto desigual, o que tiver a posição mais fraca, perde a luta. Sempre. Infelizmente estas ocorrências são mais comuns do que se pode imaginar. Não se trata somente de insegurança. À esta, soma-se o fato das chefias que efetivamente não sabem treinar ou delegar. O resultado final é a perda de eficiência do conjunto e o

nascimento de inimizades ferozes. Haverá sempre alguém dentro do sistema, que achará uma justificativa para tais procedimentos: vale tudo, desde que a máquina continue funcionando. Afinal, é plausível esperar-se outra coisa de um mundo em que os valores materiais reinam absolutos? Eu conheço e você conhece diversos chefes que não agem assim. Se nós os conhecemos, é porque são uma minoria. E são mesmo. Existe uma coisa chamada síndrome do balcão: é o bastante estar por trás de um balcão ou mesa, para muitos se considerarem em posição superior àqueles que se valem de seus serviços. Isto tanto pode acontecer em um hospital, numa empresa, num transporte público, numa recepção. Aquele que delega, que ensina, mesmo sabendo que poderá se prejudicar, e o faz por ser esta sua tarefa, age virtuosamente. O homem sábio, vai muito além disso. Instrui sem restrições e se alegra com isto. O crescimento pessoal, demanda economia de energias pessoais, para que estas sejam canalizadas para o processo de aperfeiçoamento. Desta forma, treinar e delegar, passa a ser imperativo. E se for feito com amor e respeito, as virtudes serão acumuladas.

---

## **21- "Não há Ética onde o Direito toma o lugar da Justiça"**

Há uma permanente discussão sobre quem redigiu as Leis do Direito. Alguns alegam que foram os mais fracos para se defender dos mais fortes. Outros que os mais fortes as impingiram com a intenção de subjugar os mais fracos. Falemos em valores temporários e valores permanentes. Aqui estão dois valores para que sejam classificados: o Direito e a Justiça. O Direito no mais das vezes, muito pouco tem a ver com a Justiça, até mesmo porque, tenha sido ele escrito por um ou outro grupo, são patentes suas contradições e assim seu caráter ambíguo. Quando neste livro falamos em valores permanentes, referimo-nos àqueles que não dependem de cultura, poder ou civilização. Por exemplo: se um indivíduo rouba, conforme o Código de Direito que estejamos consultando, receberá determinada pena ou não, de acordo com os usos e costumes do local. Agora, um pouco de Justiça. Se tivéssemos um Código de Justiça, que não temos, lá estaria um item que diria apenas : não se deve prejudicar outra pessoa. Muito mais sintético, conclusivo e justo. Se o cidadão vai receber 1, 2 ou 5 anos, esta é uma questão de Direito, não de Justiça. Lao-Tsé foi muito feliz em sua afirmação, pois a simples aplicação das normas do Direito, não garante que a Justiça será feita, já que estas normas são sempre tendenciosas e favorecedoras. Nenhum Código de Direito, poderia se sobrepor aos preceitos básicos de uma Justiça que preservasse a integridade harmônica do indivíduo, da coletividade, da nação. Infelizmente estamos longe disto. Engandece a raça humana, os esforços individuais que encontramos aqui e ali.

---

## **22- "Renuncia a suas habilidades e artimanhas"**

Em seus anos de cômico, Lao-Tsé desenvolveu a habilidade de distinguir instantaneamente o falso do verdadeiro, o elogio sincero da bajulação, a competência da malícia. Ao optarmos pelo caminho do crescimento, estas habilidades e artimanhas, que foram se desenvolvendo em nosso relacionamento com o mundo, devem evidentemente ser modificadas ou definitivamente esquecidas. Aquele que segue o caminho do Tao deve se esforçar por ser virtuoso. Em hipótese alguma, se torna um santo, mas sem dúvida se destaca como um indivíduo modesto e justo. Muitos de nós sentimos em alguma ocasião da vida, uma espécie de aviso interno, que alertava para nossos erros e falhas e para a necessidade de nos corrigir. Se você já teve esta sensação, e fez uma opção consciente, não cabe a ninguém mais senão a você próprio, se esforçar por manter-se no caminho escolhido. Ficar esperando elogios ou palavras de admiração, só mostra o quanto se está longe da meta. Estas atitudes imaturas, não são muito diferentes das habilidades e artimanhas que continuam presentes. Renunciar à mentira e ao enganar-se a si próprio, é básico para aquele que pretende continuar na trilha. No dia em que você sentir que cresceu um milímetro, um só, não duvidará mais que, de fato, valeu a pena...

---

## **23- "O mundo se alegra numa festa que acredita não ter fim"**

Aí está um bom tema para os dias que correm. O mundo se divide em países ricos e países pobres, e nestes há uma terrível desigualdade entre os habitantes: os que são muito, muito ricos e os que são muito, muito pobres. Não há necessidade de se valer da Economia para perceber esta verdade incontestável. Quando se fala em Ecologia e em sistemas ecológicos, pensa-se em plantas, bichos e oceanos. Não está errado, na medida em que, de fato, a Ecologia estuda a relação dos seres vivos com o ambiente. Sucede porém, que o ambiente sofre influência de todo o processo econômico e tecnológico. Assim, não podemos deixar de incluir nos estudos ecológicos, todas as mazelas sociais, políticas e econômicas que circulam por este planeta. Acabaremos por ter um tipo de Ecologia mais abrangente, holística, que não será nada bonita de se ver ou de se pensar. Infelizmente, porém, esta é que é a realidade. O Tao, como Ordem harmônica, acaba realizando exatamente o que o homem sugere: ao tempo em que um país se torna rico, alguns outros ficarão pobres; há violência dos bandidos e a contra-partida da polícia; homem contra a natureza e a natureza contra o homem. O planeta precisa subsistir, e para subsistir é fundamental que as forças atuantes estejam em equilíbrio harmônico. Esta Lei que estamos estudando, chamada Tao, promove a cada instante o necessário reequilíbrio, para que a Ordem cósmica continue existindo. Nem sempre o resultado vai agradar a mim ou a você. No entanto é inexorável. Ao contrário da idéia ocidental do Deus bondoso e provedor, o Tao oriental, é **IMPLACAVELMENTE JUSTO** e infinitamente eficiente. Foi dado ao homem o livre arbítrio e, de uma forma ou de outra, ele o usa. Destrua-se uma floresta e a harmonia se restabelecerá em forma de deserto. Assuntos como a dívida externa de um país, são por vezes abordados ingenuamente, como se alguém pudesse manipular impunemente, à sua vontade, o sistema financeiro mundial, que por sua vez está amarrado a esta grande Ecologia. Não há nada que se faça, de bom ou de mau, que não resulte na geração de um fato que invariavelmente harmonizará a atitude tomada. Esta é a Lei, a maior das Leis: o próprio Tao. O Tao, está presente em todos os atos, fatos e pensamentos do homem, bem como nos movimentos naturais dos rios, oceanos, planetas, galáxias, átomos... Nada escapa ao Tao. Até porque este é seu papel. Poderíamos pelo exposto, supor que as coisas no geral, estão negativas? A resposta é não. Elas estão positivas na metade deste composto chamado Tai-Chi, e negativas na outra metade. E será possível reverter o processo? A resposta agora é sim. Bastaria num primeiro instante, buscar uma forma de aniquilar os grandes desequilíbrios econômicos e sociais. E isto não é nada fácil; afinal o Tai-Chi que representa a situação mundial, está constituído de elementos poluídos pelos próprios homens nestes séculos de insensatez. E continuaria sendo deficiente, a solução violenta. Lembremos que há **SEMPRE** a contra-partida. Quando se busca o aprimoramento pessoal, o que estamos promovendo, é a realização de nosso micro-cosmos, nosso EU superior equilibrado. Certamente nossa atitude vai ter reflexo em nosso entorno. Tão certo quanto dois mais dois são quatro. Por extensão, um grande movimento mundial em favor da paz (harmonia), tendo necessariamente que passar pela idéia expressa no Tai-Chi, resultaria no aprimoramento do macro-cosmos planetário. Enquanto isto, a vida mundana é um eterno gozo para os que estão em cima da Roda da Fortuna, e uma permanente maldição para os que estão em baixo. Deveríamos ter a necessária humildade e compreensão de que este processo é dinâmico. O posição da Roda será diferente daqui a um segundo, talvez não para todo o planeta, mas com toda a certeza para alguns. Se você pode contribuir de alguma forma para melhorar o quadro, faça-o, nem que seja aprimorando-se em equilíbrio e serenidade, em atos e pensamentos. Será um trabalho solitário com resultados sociais imediatos.

---

## **24- "Viver nossas tarefas é estar no Tao"**

Lao-Tsé expõe com admirável concisão, uma observação milenar de sua gente: quando se está integrado, vivenciando cada instante e cada passo da tarefa que estamos executando, estamos recebendo a grande graça do Tao: a harmonia perfeita de corpo e mente. Um bom exemplo, pode ser dado pela tarefa de escrever. O escritor atua no físico (máquina de escrever, computador...) e obviamente no mental. Se naquele dia, falta-lhe inspiração, e ele se põe em wu-wei, isto é, em estado de mente despreocupada com a questão, o espaço aberto é rapidamente preenchido pelo Tao e pela resposta. Esta interação Homem/Tao, é surpreendente. Um poeta, por exemplo, animado por esta atitude, está de tal forma concentrado em cada verso, em cada palavra ou idéia, que ele acaba

por penetrar no mundo mágico da intuição. E quando isto acontece, seu verso flui equilibrado e harmonioso. Este mundo maravilhoso é o Tao. A sugestão de Lao-Tsé, de alguma forma lembra o fazer a coisa certa. Para os que trilham o Tao, fazer a coisa certa, é sentir e viver cada instante do que se esteja fazendo. Em duas palavras: serena concentração.

---

## **25- "O vazio será cheio e o incompleto será completado"**

Conheci uma moça, que vivia dizendo que era incompetente, que custava a entender as coisas, que suas opiniões não tinham o menor valor, etc. Ela não era nem uma coisa nem outra. Seria uma pessoa perfeitamente normal, não fosse esta atitude de sistemática lamentação. Creio que o que ela desejava no fundo, era se eximir da responsabilidade de tomar posições. Para muitas pessoas, esta postura, é bastante conveniente. A alienação voluntária, é incompatível com a ação social. A pessoa não se prejudica, não se expõe, mas também não participa. Confesso que até hoje, tenho muito pouca boa vontade com esse tipo de gente. E eu explico: na maior parte das vezes, essas pessoas sabem muito bem dos assuntos que dizem ignorar. Formam uma categoria de indivíduos desarmônicos, que vivem da mentira, do engano e do egoísmo. E dessa categoria, devemos manter prudente distância, já que pelo processo de interação, ela abala o equilíbrio que levamos muito tempo a construir. A notável frase extraída do Tao-Te-Ching, afirma o que a esta altura já sabemos: ninguém é totalmente culto ou ignorante. Em nosso Tai-Chi, a ignorância possui a semente do conhecimento, e no lado do conhecimento, a semente da ignorância. TODOS podem desenvolver os pontos que se acham fracos. Temos em nós, hoje, agora, plantado em algum lugar, o princípio de nossa evolução. O Tao certamente agirá, bastando que efetivamente queiramos crescer. O vazio será cheio e o incompleto será completado.

---

## **26- O sábio é sereno e modesto no falar, no pensar e no agir"**

Novamente nos vem à lembrança o dito: quem sabe, não precisa dizer; quem é, não precisa ostentar. Repare neste trecho dialogado:

- Em que você é formado?
- Por que está perguntando isso?
- Porque eu cursei Pedagogia, Filosofia e Psicologia!
- Muito bem...
- Muito bem?!? E tenho ainda dois mestrados e estou terminando meu doutorado!
- Você acha mesmo que isso é o mais importante?
- Claro, isso me coloca num patamar superior!
- Você acredita mesmo nisso?

O doutor estava furioso com o interlocutor, que mantinha uma postura muito serena. Ele próprio tinha uma formação primorosa em Universidades de primeira, além de ser mestre e doutor várias vezes. Lembra-se do que foi dito? "O livro traz conhecimento, mas não sabedoria". Os homens verdadeiramente grandes, são modestos, porque sabem suas limitações, porque a cada coisa que aprendem, percebem que existem muito mais coisas que desconhecem. Vamos repetir mais uma vez: modéstia não é nem humilhação nem santificação, é uma postura perante a vida, que irá retirar de sua porta invejas e malícias. O intelectual vaidoso, estará sempre sujeito a roubos em sua produção e nunca, nunca será um sábio.

---

## **27- "Aquele que se vangloria, não será reconhecido"**

Há no mundo, uma luta constante por alcançar postos, status e coisas assim. E depois de alcançados, começa uma nova batalha que é a de permancer ou de preferência subir mais um degráu na escala social. O homem nunca se dá por satisfeito. Muitos usam de recursos absolutamente abjetos, outros utilizam as habilidades, muito

aplaudidas, da diplomacia. Os menos criativos, armam intrigas com o mesmo objetivo. O ambiente de trabalho propicia a existência de uma oficina muito especial onde é forjada uma moral peculiar: a do relacionamento da escalada. As pessoas que conhecem bem o organograma informal da empresa, isto é, quem de fato manda em quem, manipulam com rara destreza as espadas da maledicência, jogando para um canto qualquer, algum resto de ética que eventualmente ainda mantinham guardado. Aquele que chama muita atenção sobre si, estará colhendo rapidamente o que ele mesmo plantou: a rejeição e o repúdio. É uma questão de tempo.

---

### **28- "Ajude os que desejam ajuda"**

A persistência é um dos fundamentos em que se baseia o desenvolvimento pessoal. Não é por outra razão, que o Tao-Te-Ching, repete com regularidade alguns de seus ensinamentos, como é o caso do par complementar - desejar e querer. Penalizado com a sorte de um mendigo, um homem que costumava dar esmolas, decide não lhe dar nenhuma, pois pensa: se eu der dinheiro, ele ficará tão mal acostumado, que jamais sairá desta terrível situação. Trata então de explicar ao pobre miserável, porque não daria a esmola que lhe fora solicitada. O mendigo, furibundo, esbraveja e impreca contra o mundo. A ele, o dinheiro é que era importante naquele momento. Deixar de mendigar, bem, isso era outra coisa. Certa vez um amigo meu, homem de grande sensibilidade, me disse o seguinte: "Nunca tenha pena de ninguém". Vendo o meu espanto, ele explicou: "Se você vê um cego querendo atravessar a rua, o que você deve fazer é ajudá-lo a atravessar. Ficar com pena e não fazer mais nada, é uma forma disfarçada de diminuir seu sentimento de culpa. Para o cego, a atitude neutra da pena, não vai adiantar de nada, pelo contrário, a espera o tornará mais amargo." E prosseguiu: "É evidente que as pessoas sempre sentirão pena numa ou noutra situação. O que estou tentando dizer, é que ter dó de alguém, por si só, não tem maiores méritos. Se você PODE ajudar, não deixe de fazê-lo". Isto sim, é fazer a coisa certa.

---

### **29- "À força do masculino deve se unir a flexibilidade do feminino, pois aí está a harmonia do Tao"**

Lembremos que no Tai-Chi, tanto o Yang quanto o Yin, representam apenas metade daquilo que está sendo analisado. Qualquer situação, pode ser definida por pares opostos ou complementares. Um problema, uma doença, uma questão econômica, assuntos macro ou microscópicos. O Tao, Ordem harmônica de todo o Universo, pode ser sintetizado nesta figura magnífica. O que a citação diz, é confirmar a necessidade do equilíbrio, para que tudo continue existindo em Harmonia. O fato de que o Tao age em nossos corpos e mentes, e que sua atuação é percebida nas coisas que nos cercam, faz com que algumas pessoas tenham a idéia de que se escolheu um nome mágico, para explicar o óbvio - se você se exercita na serenidade, a sua pacificação interna vem como resultado lógico, numa espécie de causa e efeito. O Tao não seria então mais do que uma bengala psicológica. Só que não é isto. O Tao é uma Ordem, uma origem e um fim, mas principalmente, é o conceito equilibrador de tudo que existiu, existe e existirá. É um conceito disperso e atuante em todos os lugares, em todos os tempos e em todas as dimensões. Creio que se o Tao fosse algo tão evidente e limitado, não teriam sido escritas obras do porte do Tao-Te-Ching, nem sido erigidas ciências e terapias respeitadas e que se baseiam unicamente em suas virtudes. No dia em que tivermos nos exercitado o suficiente no Tai-Chi, de forma a visualizarmos imediatamente os componentes de uma questão qualquer, estaremos a um passo de realizações mágicas e certamente de uma grande sabedoria.

---

### **30- "Há os que estão acima e os que estão abaixo, e a situação nunca será a mesma"**

Uma das cartas do Tarô, chama-se a Roda da Fortuna. Ela mostra uma roda de madeira presa a um eixo e a uma manivela. Seu movimento circular, faz com que as figuras que nela se encontram presas, ora fiquem em baixo, ora em cima. O significado não pode ser mais claro - as situações, quaisquer que sejam, não são fixas e imutáveis. Nos alerta para a conscientização da modéstia e abandono da vaidade e arrogância. As pessoas que se



aprofundam no estudo do Tao, vão percebendo paulatinamente, que estes sentimentos egoístas, são tão pequenos e tolos, que passam a não ter o menor sentido. Como é possível uma pessoa inteligente, ser cheia de orgulho? Isto parece tão absurdo, e no entanto acontece com grande frequência. Existem duas coisas que devemos considerar: viver no mundo e viver para o mundo, ou então, viver do trabalho e viver para o trabalho. Se vivemos no mundo, o trabalho tem um significado plausível. Se no entanto, vivemos para o mundo, com todos nossos sentidos e energias voltados para ele, o trabalho levado às últimas conseqüências, é tão ilusório e insensato quanto a vida que se leva, que de nada difere da morte.

---

### **31- "O Tao é implacável com a guerra"**

Por que acontecem as guerras? Do ponto de vista mundano, as guerras são resultado, em geral, de problemas econômicos e com menor frequência de outros. De um ponto de vista mais abrangente, a guerra reflete uma desarmonia, que pode ter iniciado com uma pessoa ou um grupo delas e se estendido a outras pessoas ou grupos. Sempre são pessoas - não há guerra de robôs. Num clima destes, existe uma situação de profundo desequilíbrio, que necessitaria de um colossal esforço de todos e de cada um, no sentido do retorno ao harmônico. O que sucede, evidentemente, é que as pessoas estão de tal forma tomadas pelas paixões, que mesmo que fossem treinadas dentro desta linha de pensamento, não encontrariam as condições ou a motivação para uma ação rearmonizante, que é a solução. Por que o Tao é implacável com a guerra? Ele não é apenas implacável com a guerra, mas com todos os conflitos e situações onde falta a serenidade e espírito de pacificação. Numa situação de divórcio, numa pendência entre superior e subordinado e coisas assim. A idéia de implacabilidade, não quer dizer que o Tao é mau com os maus e bom com os bons. O Tao não faz o jogo dos homens, nem dos astros - sua ação é a de manter as coisas funcionando. É portanto implacável no sentido de aplicação sistemática da Lei da Harmonia global. A este propósito ouvi na TV uma pessoa ligada aos movimentos ecológicos, dizer que a destruição de florestas e de camadas atmosféricas, pode significar que estamos passando por uma situação irreversível, onde o mundo estaria em reajustamento e o homem certamente iria sofrer com isto, quem sabe, terminando seus dias na Terra. Nasceria então uma nova situação onde os participantes e seus papéis seriam outros. Há um certo sentido nestas palavras, porém o desfecho não seria necessariamente este. Se uma nova chance é dada pelos homens, eles sobreviverão e muito bem. Não cabe ao Tao, orientar ninguém - os princípios são muito claros. Nós, em cada situação conflitante, devemos manter o desejo de pacificação consciente. Este é o único pré-requisito para a ação do Tao.

---

### **32- "Quem tem consciência de sua limitação, não corre perigo"**

Há uma diferença fundamental entre saber algo e ter consciência desse algo. Isto é muito importante na medida em que durante o processo de crescimento, estaremos quase todo o tempo, lidando com o estar efetivamente consciente. A propósito de nossas limitações, o assunto já foi abordado amplamente. A nossa questão agora é - até que ponto temos consciência real desta limitação. Quando eu pergunto se você entende de matemática, você pode me responder que sim ou que não, dependendo entre outras coisas, do tipo de treinamento que você teve. A matemática envolve desde os rudimentos da aritmética até complicados problemas de matemática teórica. Assim, a sua resposta vai depender de seu conhecimento, de sua honestidade e de seu conceito de honestidade. Entre os jogadores de xadrez, existem respostas padrão: aqueles que não jogam muito bem, perguntados se sabem jogar, respondem não. Os que jogam muito bem, respondem sim. Há nestas respostas, um pouco mais daquilo que estamos chamando de consciência. O aperfeiçoamento pessoal, é algo tão sério, que as coisas a ele relacionadas, devem partir de uma posição muito consciente de nossa parte - temos que ser muito honestos e severos conosco. Assim, se eu afirmo que estou consciente de minhas limitações, isto não deveria ser encarado como uma resposta do tipo dado a um teste de revista. Quando voce diz que sabe seus limites, espera-se que esteja expressando mais do que uma educada modéstia, porém o que vai em sua alma, um profundo sentimento enraizado e consolidado

dentro de você. Isto é o que neste processo, estamos chamando de estar consciente, verdadeiramente consciente. No entanto, sabemos que isto não é alguma coisa fácil. E não é mesmo...

---

### **33- "Conhecer o Homem é inteligência, e a si mesmo é sabedoria"**

A inteligência, é um processo mental global basicamente ligado à lógica, e portanto às coisas que apresentam um mínimo de racionalidade. Quando examinamos o Universo, percebemos que apesar das aparências, ele está inteiro e harmônico. Visto sob um microscópio, ele poderia ser comparado à espuma de sabão em um copo. Seu aspecto muda; muda o formato das bolhas, tudo enfim em constante mutação. Esta analogia, deve ser entendida como a ação equilibradora e harmonizante do Tao em todo o Universo, visível ou não. A inteligência consegue captar e explicar as coisas lógicas dentro de certos limites. Como no entanto o explicar o inexplicável? Pela inteligência, pela lógica, pela razão? Ou será que se pode negar que existem coisas que, pelo menos agora, são inexplicadas sendo que muitas delas, de caráter transcendente, JAMAIS poderão ser explicadas pela LOGICA FORMAL. A sabedoria, é um pouco mais do que conhecimento. A sabedoria é a sutil solução que provém do sutil, da intuição, da vivência e até mesmo da experiência. A inteligência é um dom, mas não é uma finalidade em si. O homem verdadeiramente inteligente, deveria aproveitá-la para o auxiliar no desenvolvimento daquilo que EXPLICARÁ o inexplicável, o inusitado - a sua própria sabedoria.

---

### **34- "Ser feliz é estar satisfeito com o que tem"**

Uma pessoa muito rica, pode TER o que quiser; pelo menos em bens materiais. Viver em função do TER, apresenta seus problemas também. Embora a alegria do possuir, do gastar, seja intrinsecamente humana, ela carrega em si o drama da ambigüidade e da indecisão. O processo de escolher entre várias opções, é frustrante na maioria das vezes. Não há nada de errado em TER. O errado é viver para TER. Como nem sempre, por mais riqueza que tenhamos, podemos ter tudo o que queremos, e este tudo inclui coisas imateriais como amor, segurança, auto-confiança, etc....., é preciso dar uma especial atenção ao ser - SER alguém. Cada um de nós, É. Há um EU INTERIOR riquíssimo, que raramente é utilizado e conhecido. E este SER, complementa de forma magnífica aqueles bens que acumulamos. Ninguém está sugerindo que se devam jogar coisas pela janela ou se tornar um solitário eremita em alguma gruta misteriosa. A felicidade está acima e além do estar alegre. Entretanto, só é possível sentir a verdadeira felicidade, naquele instante em que paramos de adquirir, em que pacificamente deixamos de reclamar das mazelas do mundo e da vida. Neste instante, nestes poucos segundos, conscientemente afastados das coisas materiais, sentiremos, talvez pela primeira vez, a digna potência do SER, do nosso SER.

---

### **35- "O Tao não tem sabor para os que vivem para os sentidos"**

Ter consciência do Tao, é mais do que uma questão de crença ou fé. Exige uma postura de vida e de comportamento. É estar convicto, fortemente convencido, visceralmente convencido de suas virtudes. A idéia do Tao, não é tão simples assim de captar de início. Ele é uma Lei, uma espécie de Lei da Física, porém com uma ação tão desconcertante, que você seria capaz de jurar que é mais do que uma Lei. O Tao é uma MAGICA, a Lei que rege os fenômenos mágicos. É evidente que uma idéia destas, soa muito estranha a nossos dirigidos ouvidos ocidentais. Por outro lado, quando fatos corriqueiros como o "dejà-vu" (sensação de que já vivemos aquela situação, ou vimos aquela pessoa...), ou ainda quando pensamos em receber um telefonema, e este acontece, nos leva a supor que pode estar havendo uma simples coincidência ou uma grande coincidência. O psicólogo Carl G. Jung, chamava estas últimas de - coincidências significativas. Ele foi um homem que se sensibilizou com estes fatos. Estava efetivamente consciente destes fatos. Quando você se conscientiza que o Tao é uma coisa perfeitamente natural ( e não importa aqui se você considera o Tao uma entidade isolada, um atributo divino ou o

próprio Deus), você se colocou tantos passos à frente da maioria das pessoas, que certamente coisas muito boas, passarão a povoar sua vida. Isto é certo. Certíssimo. E não precisa de oração, súplicas, jejuns, ritos, gurus, mantras, embora estas atitudes piedosas possam ajudar algumas pessoas. Há também os que consideram o Tao uma grande bobagem, uma tolice sem sentido. Neste caso, o que vai suceder? Não vai acontecer absolutamente nada. Nada vai mudar em sua vida. Quando se está bem e se acredita que sempre se estará, quem precisa do Tao, ou de Deus, ou de terapeutas, ou de conselhos?...

---

### **36 - "Não atue nas coisas que por si se consertam"**

Numa reunião de altos executivos, um dos temas debatidos era determinar até que ponto, o desconhecimento de um problema na empresa, prejudicava o objetivo final. A preocupação era válida, pois em firmas de grande porte, é praticamente impossível que todas as pendências sejam conhecidas ou mesmo resolvidas. A síntese do trabalho revelou numeros surpreendentes - as melhores soluções, foram aquelas que sucederam aos problemas dos quais sequer se tomou conhecimento na ocasião; resolveram-se por si. Em seguida vieram as questões para as quais os técnicos tiveram realmente que fazer uma análise do problema e tomar uma decisão. O mais notável nisto tudo, é que a maior parte dos problemas da vida, irão apresentar resultados semelhantes. Na área da saúde abundam casos de cura que o tempo se encarregou de resolver. É preciso no entanto, muita cautela quando lidamos com a saúde. Deixar deliberadamente que o tempo aja, sem tomar nenhuma outra providência, é no mínimo um ato de irresponsabilidade. Ao longo deste livro, temos falado no Tai-Chi, e sua capacidade de mostrar os dois lados de uma questão. Isto inclui obviamente questões de saúde. Teoricamente após estudos adequados, estaríamos em condições de curar e nos curar. Uma boa sessão de wu-wei, certamente acabará com uma dor de cabeça comum. No entanto, é conveniente lembrar que os médicos chineses, diplomados ou não, investiram anos e anos em estudos específicos, além de terem recebido uma herança riquíssima de seus antepassados. Se um desses profissionais disser: deixe o tempo passar que a cura virá, é bem possível que isto irá acontecer. A nós, que mal roçamos o conceito do Tao, será permitido quando muito, tentar analisar e solucionar pequenos problemas sem maior importância, mas nunca, nada que diga respeito à saúde.

---

### **37- "O Tao atua no Grande Universo"**

Mais uma vez, Lao-Tsé alerta para este princípio fundamental. É possível que você resista à idéia da universalidade do Tao e o alcance desta universalidade. De fato é muito difícil um ocidental imaginar alguma coisa de tal forma grandiosa, que não tenha características divinas. É mais fácil dizer que o Tao é um elemento explicado pela Física. Pois o Tao não é nem matéria, nem Deus. Não é Deus porque na idéia de Deus, existe uma forte característica antropomórfica, isto é, na forma do homem ser e pensar. O Tao não é desenhado em nenhum momento como tendo barba ou o corpo de homem, mesmo que esquematicamente. Também é difícil para nós imaginar um Deus que não premia nem castiga. Ou então que não nos espera após a morte, um paraíso onde nossas boas ações serão finalmente por ele reconhecidas. Estas imagens foram criadas pelo Homem, por diversas circunstâncias, mas principalmente como uma espécie de bengala metafísica, uma motivação para a vida neste planeta, com todo seu envolvimento material, ritualístico, moral... O Tao não tem figura, nem tem forma, nem promete paraíso ou inferno. O Tao não premia nem castiga, mas faz a Justiça inexorável. E tudo isto porque o Tao não se rege por nenhum código moral humano: ele é a própria Lei, é a Lei da Harmonia, do equilíbrio, do reequilíbrio. A Justiça é feita para TUDO que existe, incluindo o Homem. Para o Tao, sempre valeram as virtudes absolutas. Ele não seria o Tao, Ordem cósmica e universal, Justiça pela Justiça, se utilizasse em suas medidas, a régua do Homem. A área de atuação do Tao, é o Universo, o Grande Universo e portanto sua ação se faz sobre todas as coisas e seres que nele existem. Seria absurda a existência de tratamento diferenciado.

---

### **38- "Aos tolos, parece retroceder quem está avançando"**

De fato assim é. Se durante o nosso dia-a-dia, adotamos os métodos normais de aperfeiçoamento profissional, ou de crescimento funcional dentro da empresa, seremos vistos como um indivíduo perfeitamente inserido no contexto. Embora usar as costas dos colegas como trampolim de ascensão seja comentado pelos cantos como uma atitude repulsiva, no fundo essa mesma e exata atitude, é aceita a nível de consciência informal. Tal hipocrisia, é a marca registrada da maioria dos fenômenos sociais que assistimos a cada instante. Fala-se manso, enquanto a língua ferina é afiada em cantos obscuros; idéias produtivas são permanentemente roubadas; injustiças são feitas rotineiramente... E quem quiser fazer parte do sistema, tem que saber quais são e como funcionam as regras do jogo. Elas contrariam a moral vigente? Pois que se adaptem ou mudem-se os preceitos morais. Eles são feitos de barro exatamente para isto! Os tolos são aquelas pessoas que estão nadando e se afogando na lógica social. São aqueles que, consciente ou inconscientemente, batem palmas para os descasos e as mazelas corporativas. Nunca essas pessoas terão um pensamento criativo ou humanitário. E se, por alguma razão, elas os tiverem, estes serão rechaçados e substituídos por algum outro vindo do "stablishment". Entre as pessoas que questionam a validade destes valores desumanos, algumas resolvem buscar esclarecimento: o que é verdade, o que vale, o que não vale? Está certo agir assim ou não? Estes novos caminhantes, sentirão as dificuldades iniciais criadas pelo seus próprios hábitos, e serão constantemente espicaçados pelo sistema, que no fundo eles passaram a ameaçar. Os que param, estes são os tolos, os loucos que continuarão a alimentar a máquina que os vai utilizando como lenha na fogueira social. E são exatamente esses tolos, julgam os que se puseram na trilha...

---

### **39 - "Quem vive só para a matéria, está a um passo de perdê-la"**

Viver para a matéria, é estar de tal modo absorvido com as coisas dos negócios, do trabalho, dos sentidos, dos produtos, que não há tempo nem interesse em se tornar uma pessoa mais sensível às coisas do espírito: filosofia, música, poesia, cinema, teatro... Conheci uma pessoa realmente incrível. Um dia ele resolveu que não iria mais trabalhar. Era ainda jovem, porém a decisão foi irredutível. Ele sentiu um chamado interno muito forte - havia muito o que pensar e dizer. Em tempos antigos e menos complicados, essa atitude poderia ser considerada aceitável, afinal não existia a tecnologia. Hoje ele seria tomado como louco e irresponsável. Dizia: "Em nenhum lugar eu vi escrito que meus padrões teriam que ser esses ou aqueles. De qualquer maneira, acho que posso contribuir ao meu modo. Acho que as coisas estão muito erradas." Pois bem, assim ele faz até hoje, e vai vivendo de convites. Cabe a pergunta: esse indivíduo é pobre? Bem, ele pode não ter dinheiro, mas efetivamente não é pobre. Pelos seus méritos pessoais, é uma das pessoas mais ricas que conheço. O Tao-Te-Ching, ao afirmar que quem vive SÓ para a matéria, está a ponto de perdê-la, alerta em poucas palavras que a matéria é fugidia e perecível. E o mais que já sabemos: você só pode apreciar uma pintura ou um objeto de arte, quando o espírito funciona, quando a mente não deriva para outros aspectos, como o uso ou valor da peça. Ver por ver, ter por ter, é o caminho certo de se perder uma jóia que temos nas mãos.

---

### **40- "Grande calamidade é a corrida pelo sucesso"**

Era uma vez um jovem que trabalhava no mercado da cidade. Ele usava de qualquer estratagema para vender suas mercadorias aos fregueses incautos. Como haviam muito mais incautos do que outra coisa, ele foi ganhando dinheiro, e em pouco tempo, antes de completar 17 anos, já possuía sua própria casa. Percebendo que aquelas ruas eram inadequadas aos seus vãos mais altos, afastou-se dali e partiu para uma zona rica freqüentada por turistas e estrangeiros. Sua vida pessoal e profissional, foi sempre construída sobre intrigas e mentiras. Seu amigo de infância, o alertava para que fosse mais prudente, pois um dia algum freguês enganado poderia, sabe-se lá... Ele ria muito, porque se julgava o sujeito mais esperto do mundo. Continuou ganhando muito dinheiro e casou aos 25. Estava com filhos pequenos, quando declarou ao amigo: "Estou certo que vou ficar muito rico antes de chegar aos 30 anos". O companheiro deu um sorriso complacente e lhe abraçou afetuosamente. O tempo passou.

O rapaz chegou aos 27, 28, 29, e os negócios começaram a cair. Apareceram concorrentes, que vendiam produtos melhores e mais em conta. De nada valiam seus protestos cada vez que encontrava um antigo cliente. Ele foi ficando triste, acabrunhado mesmo, e entrou num estado de lamentável depressão. Construiu para o futuro e esperava que suas habilidades fossem recompensadas. O tempo foi passando, e até sua velhice teve sempre grandes dificuldades em manter uma vida mais ou menos decente. E apesar disto tudo, ele jamais reviu sua posição ou se arrependeu do que fez. O Tao não faz a justiça pelos códigos, mas pela Lei da Harmonia. O rapaz pagou sua conduta desonesta e insensata, pelos efeitos complementares - o enganar pelo ser enganado, e o sonho fútil pela dura realidade.

---

#### **41- "O não-fazer contrói tanto quanto o fazer destrói"**

Lembremos que o não-fazer, é um estado de receptividade mental e física - mas não de paralisia - onde o espaço que esvaziamos de nossas preocupações, é preenchido pelo Tao em sua função regeneradora. É exatamente assim que ele trabalha por você. No início de nossa experiência com o Tao, é natural que estejamos ainda tão cheios de dúvidas e descrenças, que possivelmente o primeiro exercício que fizermos, mesmo que seja o de aliviar uma simples dor de cabeça, se constitua num desastre, ou no máximo um sucesso muito relativo. Para a maioria das pessoas, será um retumbante fracasso e nunca mais vão querer saber deste Tao. Ora, a ação do Tao, exige como pré-requisito, um espaço calmo e harmônico para que ele possa agir - duas coisas não podem ocupar o mesmo lugar, diz a Física. As nossas preocupações nesse estágio, estão mais voltadas para o resultado e para o processo. Assim, não se consegue formar aquele vazio FUNDAMENTAL para se receber o reequilíbrio do Tao. E não o fazendo, não obteremos resultados. Se durante o exercício você passar a orar, suplicar, etc., isso só terá algum resultado, se você afastar a mente do problema. A prece é o wu-wei ocidental. Em relação ao "fazer", a explicação é muito mais simples. As soluções que encontramos para os problemas de nosso dia-a-dia, são baseadas em proposições racionais. O hemisfério direito do cérebro, diz respeito à lógica e à razão. O hemisfério esquerdo, às emoções e à intuição. Ao resolvermos uma questão, teríamos que utilizar as duas partes do cérebro, como se fossem as duas metades do Tai-Chi. Só que nós, raramente damos algum valor à intuição. A razão é a ferramenta da inteligência e a intuição, da sabedoria.

---

#### **42- "O sábio se alegra com a alegria dos outros"**

Por alguma razão, existe a idéia que os sábios, os monges e mesmo os homens cultos, são pessoas sem senso de humor. Alguns tópicos atrás, foi dito que um sábio arrogante não passa de um ignorante. Sabe por que? Porque a sabedoria é filha dileta da intuição, que mora no hemisfério esquerdo de nosso cérebro. Neste mesmo lado, também se situam as emoções, os grandes prazeres, a estética, o humor, a alegria... Há assim, tal como no Tai-Chi, duas partes opostas mas complementares. A razão, a lógica, o bom-senso, a responsabilidade, a técnica, residem no lado direito da rua mental. No outro lado, seus vizinhos são mais alegres, um pouco irresponsáveis, emotivos, amorosos, desisteressados, um tanto anarquistas, gente que vive mais descontaída. Para os que gostam da Astrologia, o hemisfério direito, seria regido por Saturno, com toda sua carga de responsabilidade, severidade e ortodoxia. O hemisfério esquerdo, teria como regente um Júpiter criativo, alegre e original. O sábio é um homem despojado, sem inveja, atencioso e prestativo. Esta é a razão dele se alegrar com o riso dos outros e não sentir nenhum constrangimento em rir junto, se alegrar com quem está feliz. Ele fica satisfeito com a vitória dos outros, o que é raro num ser humano. É uma grande satisfação que ele tem, pois sabe que a pessoa sorridente, está passando por um momento de grande Harmonia.

---

#### **43- "Qual o sentido da vida?"**

O sentido da vida, é uma expressão que geralmente evoca a idéia que se faz sobre o destino do Homem - de onde

vimos, para onde vamos e principalmente o que estamos fazendo aqui. Este assunto fascinante, transcende em muito o escopo deste livro. O que iremos falar, é sobre a direção que estamos dando à nossa vida, à nossa filosofia de viver. Somos racionais ou emotivos? Faz sentido a maneira como estamos conduzindo as coisas? As pessoas exibem a todo momento o seu sentido de vida; basta observar atentamente, o que está por trás de cada um de seus gestos. Imagine agora, todo mundo agindo de acordo com a sua vontade pessoal. A organização social não duraria um dia, tal a confusão gerada. Para isto existem as Leis que são determinadas e modificadas de tempos em tempos. Seu objetivo é que as pessoas pensem e ajam de forma mais ou menos igual. A liberdade individual é, portanto, cerceada e vigiada de tal sorte que um não incomode os outros. Pelo menos essa é a teoria. Quem quiser viver no mundo desta sociedade, deve se sujeitar às Leis deste clube. Se no entanto, você acha que a sua liberdade é mais preciosa do que as convenções estabelecidas, o melhor que tem a fazer é afastar-se desta sociedade que o está incomodando, e encontrar uma outra, em outro local, quem sabe uma comunidade, um "ashram" talvez, onde seus componentes pensem e ajam mais ou menos ao seu modo. De uma forma ou de outra, uma coisa é certa: pode-se encontrar uma comunidade que acolha algumas de nossas idéias sobre o sentido que damos à vida, mas não todas. Viver em uma grande cidade, exige enorme grau de adaptação. Quando dá certo, tudo corre bem; quando não dá, surgem os problemas emocionais. Nas cidades pequenas, a paz é maior, mas as frustrações também existem. Forja-se desta maneira, a maneira quer cada um imprime à sua existência. Parece plausível assim, que meu sentido de vida, não tenha muito a ver com o seu, e o seu com o dos outros. Em resumo: não há uma verdade neste assunto. Uma vida harmoniosa e tranqüila, é conseguida por meio de pensamentos e ações serenas e equilibradas, onde a intuição e a razão se equivalem; onde o bom-senso do Tao harmonizante predomine, sem rigidez, nem fanatismo.

---

#### **44- "Sem desejos o homem retornará à primitiva simplicidade"**

Analisemos a citação de Lao-Tsé, nesta proposta eminentemente oriental. Sugere que ao eliminar os desejos do homem, ele voltará à sua antiga simplicidade. O que quer dizer exatamente isso? Quando você tem muitos desejos, é bastante possível que não consiga realizar boa parte deles. Ou quem sabe o consiga, mas não na forma como imaginava. A sistemática repetição destes fatos, agride a mente e nossas emoções e poderemos ficar até, coisa bastante comum, emocionalmente doentes - angustiados, tensos, deprimidos... Se por outro lado, você limita desejos e ambições, com certeza terá muito menores chances de se frustrar e conseqüentemente de sofrer suas seqüelas. Assim, um homem que tivesse pouco, mesmo podendo ter muito mais, nada teria a escolher e decidir (ver a questão da ambigüidade) e seria mais tranqüilo e feliz. Isto é economia emocional, excelente processo harmonizante. Vimos que a vida mundana, é mais voltada ao TER do que ao SER; que a régua que mede o homem, é a do status social e do poder econômico. Veja como são bem vistos (?) os filantropos que ajudam na construção de museus, independente de seu efetivo valor como seres humanos! É muito difícil a convivência entre riqueza e Justiça, porque não se fica rico sem que alguém fique pobre e saia prejudicado. Portanto sob este enfoque, não há Justiça. A simplicidade a que se refere o autor do Tao-Te-Ching, são aqueles valores SEUS, que ninguém pode tirar. Quem vai roubar o seu amor pelas artes, ou pelas outras criaturas, ou seu desejo por conhecimentos, sua criatividade, sua liderança... É pela redução do apego excessivo aos bens materiais; é pela abolição consciente das ambições impossíveis e prejudiciais e é também pela valorização dos méritos individuais, que se pode vislumbrar uma fímbria de luz que marcará os tempos mais sadios.

---

#### **45- "O Tao acumula em virtudes"**

Vamos entender bem o que isto significa. A maioria das pessoas no ocidente, em momentos de dificuldade, costuma pedir ajuda a Deus por meio de orações ou súplicas. Quando este pedido é atendido, há, naturalmente, motivo de grande júbilo. Se por qualquer razão, a pessoa se vê envolvida em outro acontecimento infeliz, ela volta a suplicar ao Senhor. "Estarei abusando de Deus?". Este pensamento é absurdo, pois Deus não estabeleceria

nenhuma espécie de limite. Em segundo lugar, isto seria nivelar Deus ao homem. Deus é Deus, é Grande, é Justo e não mede as coisas com nossas medidas. E o que acontece com o Tao? Facilitemos o nosso raciocínio, imaginando que o Tao é um atributo, uma qualidade de Deus. Isto então significa dizer que Deus promove a Harmonia, mediante este atributo que os orientais chamam de Tao. Exemplifiquemos supondo uma pessoa avarenta, materialista e caladona. Se esta pessoa, resolve entrar no caminho da Harmonia, e efetivamente deseja aperfeiçoar seu caráter, uma das primeiras coisas que fará, será atacar o seu materialismo. Não vai ser muito difícil, podem crer, mudar sua idéia em relação a este assunto. Não que de um segundo para o outro aconteça uma mudança radical. O Tao poderia até prover isto, mas habitualmente não é conveniente pois a pessoa sempre terá compromissos em sua vida comum. Ao acordar para a relatividade do materialismo, do imediatismo, o outro defeito de caráter, a ganância, deixará de existir, como um passo perfeitamente normal. Desta forma estaremos acumulando virtudes. O fato desta pessoa ser caladona, o que sugere desconfiança no próximo, terá um caminho próprio e inverso. As outras pessoas ao notar a mudança, se aproximarão e em algum tempo o nosso personagem já estará balbuciando algumas palavras agradáveis... Assim age o Tao. Cumulativamente. Atacar um ponto chave, resulta num ajuste cumulativo total. Como na prática se utiliza a ação do Tao?

- a) Pense bem na questão
- b) Não se ocupe das respostas, a tarefa não é mais sua
- c) Esvazie a mente, faça um "vácuo" onde atualmente existem as preocupações
- d) Não pense mais no assunto

Mantenha esta atitude o tempo em que você se sentir confortável. O importante é fazer a coisa bem feita. Pronto, é só isto! A solução virá no tempo mais adequado ao reequilíbrio da questão: alguns segundos ou alguns dias. Aqui, repetimos, não é questão de fé. Não é também questão de oferecer votos ou oferendas - de nada adiantaria. O Tao, mediante esta sua característica, fará com que a Harmonia passe a existir naquela situação até então desequilibrada, e isto significa que ele irá prover a solução perfeita para a questão. Você acha que isto é mágica? Pois eu não acho. Já vi coisas notáveis acontecerem exatamente desta maneira...

---

#### **46- "O fraco está em cima, o forte em baixo"**

Quem é fraco e quem é forte? Mil razões e motivos podem ser invocados como resposta à questão. Acompanhemos um exemplo, de modo a nos esclarecer melhor. Imaginemos um indivíduo fraco fisicamente. Ele apresentará, sem dúvida alguma, algum problema de saúde ou de desenvolvimento. Em suma, ele tem sua constituição física desarmônica, não equilibrada. É comum que estas pessoas, bem como aquelas que sofrem de algum defeito inato ou adquirido, compensem estas características por outras, normalmente de caráter mental. Com isto, acabam por se tornar excelentes artistas, escritores, criadores, etc. Por esta via, tornam-se pessoas harmônicas, felizes e produtivas. O indivíduo forte fisicamente, também tem sua constituição desequilibrada, na medida que seus padrões fogem dos normais. Por outro lado, a compensação que neste caso deveria seguir um desenvolvimento espiritual, habitualmente é relegada à um segundo plano, quando não totalmente esquecida. Assim, de uma forma bastante simples, fica claro como os indivíduos "fracos", acabam ficando por cima e os fortes por "baixo". E isto só aconteceu, porque um se ocupou de sua complementaridade mental e o outro ateu-se aos sentidos. O exemplo, propositadamente simples, não se aplica a todos os fracos nem a todos os fortes. Ser fraco não é pré-requisito para se atingir a sabedoria, nem ser forte uma destinação invariável para a obtusidade. Se assim fosse o indivíduo de constituição média, seria um sábio por natureza... Só que não é bem assim. Ser fraco, é o nome paradoxal que damos àqueles que SUPERAM SUAS FALTAS físicas, mentais ou intelectuais, e mediante um processo consciente de crescimento, atingem o seu Todo, sua PLENITUDE. Ser forte, por analogia, é exatamente o oposto. É aquele que, por excesso de confiança em suas qualidades físicas, negam todo e qualquer esforço no sentido de seu crescimento mental ou espiritual, permanecendo assim um ser incompleto. Pense

#### **47- "Estranhas são as palavras do sábio"**

Uma frase realmente encantadora. Estranhas são as palavras do sábio. Não sei quantos, tiveram a satisfação de conversar com um sábio, ou pelo menos com uma dessas pessoas que dizemos ter três metros de altura... desses que afirmamos: este é gente! Certa vez tive a oportunidade de passar algumas horas com um cidadão americano. De profissão ele era analista de sistemas, isto é, um especialista em programação para computadores. Existem centenas, milhares de analistas. Conheci uma dúzia deles. E nessa dúzia, estava o americano. Ele não me chamou a atenção porque tivesse uma boa cultura, nem por sua notável capacidade de memorização e nem mesmo por sua presença muito agradável. Pois deixe-me dizer o que me impressionou naquele indivíduo. Naquela ocasião, ele estava tentando ajudar a resolver mediante o uso da informática, sérios problemas que estavam acontecendo na área do Pessoal. A fim de orientar seu trabalho, ele fez uma série de perguntas à turma do Departamento de Recursos Humanos. Apenas estas perguntas não eram comuns - fugiam a qualquer padrão estabelecido. Ele queria saber, por exemplo, se João ainda estava brigado com José. Como ele soube disso? Depois, queria saber se Antonio ainda estava casado. Outra adivinhação... E como isso poderia ajudar a resolver os graves problemas de produtividade? Ele lembrava mais um Sherlock Holmes. Pouco tempo depois, ele ditou um relatório preciso e impecável sobre a programação que deveria ser feita no computador e como deveria ser procedida a análise dos resultados. Este caso mostra algumas coisas: a intuição é o alimento da sabedoria. Ora, este homem, tinha uma tal capacidade de intuir as coisas e tudo para ele era tão natural, que os outros o viam como uma espécie de louco ou um super homem. Outra coisa que fica patente é que a sabedoria não é privilégio de anciãos ou de eremitas, e se encontra em todos os ramos do conhecimento humano.

---

#### **48- "Economize energias e estará com o Tao"**

O termo energia, tem sido tão usado e de forma tão indiscriminada, que passou a referir-se praticamente a tudo. Energia de vida, energia para o trabalho, energia cósmica, energia espiritual materializada, dos cristais, das pirâmides, bioenergia, enfim quando alguém quer dar um aspecto mais "científico" ou "místico" às suas palavras, encaixa na frase uma energia qualquer e a afirmação passa a ter um ar de certa sofisticação e até mesmo de retumbante verdade... Na Física, energia é alguma coisa capaz de realizar um trabalho, onde trabalho significa movimento e distância. Assim, se você pesa só um pouquinho e vai andar um quilômetro, precisará de certa quantidade de energia, retirada dos alimentos que come. Se você é pesado, vai precisar de muito mais energia que o outro, daí ter necessidade de se alimentar mais. Podemos então concluir, que um camarada que fique sentado o dia inteiro num banco do parque, vai gastar pouquíssima energia, apenas a suficiente para manter seu corpo funcionando. Para muitas pessoas, ficar apreciando a paisagem, é um passatempo e tanto. Aí, sucede o inevitável: ela necessita comer pouco como vimos, mas gulosa, come desesperadamente. O corpo não tendo onde aplicar toda essa energia, transforma-a em gordura, e a pessoa engorda. Todo o nosso organismo, inclusive o aparelho mental, atinge a Harmonia quando as coisas são feitas com bom senso. O Tao, é a Ordem que traz o equilíbrio e a Harmonia. Disse-mos diversas vezes, que para resolver uma questão, devemos exercitar a mente-vazia, despreocupada. Quando porém o problema é o corpo, o caminho mais indicado é a parcimônia no comer, evitar movimentos exagerados, músculos tensos, trabalho em excesso, enfim, tudo o que nos solicita muita energia. Há um limite ótimo de fluxo energético para cada pessoa, incluído o que ela faz. O padrão pode ser aferido por uma sensação de plenitude, serenidade e equilíbrio. Evidentemente, achar este ponto não é muito fácil e vai exigir algumas semanas de persistência. Qual o resultado? Você acumulará progressivamente as virtudes do Tao. O que mais se pode desejar?

---

#### **49- "Não subestime o inimigo"**



Ninguém de sã consciência, pode dizer que tem satisfação em ter inimigos. No entanto, no transcorrer de nossas vidas, no contato diário com as exigências da vida social, agradamos alguns e desagradamos a muitos. Não importa quão inocentes possam ser nossos atos, palavras ou intenções, elas sempre incomodarão alguém. Há um dito popular que afirma que "não se pode agradar a gregos e troianos", portanto não estamos dizendo nenhuma novidade. A observação é, como se vê, muito antiga. Num processo de aperfeiçoamento pessoal, ao mesmo tempo em que retificamos alguns padrões de comportamento e abandonamos outros, temos que estar atentos às realidades do cotidiano. O crescimento seja a nível material, seja a nível espiritual, não inclui enterrar a cabeça na areia como avestruz, como se nada estivesse sucedendo à nossa volta. O termo inimigo, tem uma conotação muito forte, violenta mesma, indo desde a idéia de alguém que não é amigo, passando por uma aberta hostilidade, até a existência de um ódio profundo. No Tai-Chi, esta situação apresenta as metades distorcidas, onde o não-amor se mostra como um câncer que se alastra. É uma situação desarmônica nada bonita. Com o intuito de amenizar sua própria doença, aquele que tem ódio, rancor e má-fé, acaba por se agredir mais, DEVORANDO-SE, ao mesmo tempo em que vai destilar mais ódio para seus inimigos. O corpo está parado, mas a mente funciona com grande eficiência. A respeito, foram sugeridas atitudes muito sensatas, como por exemplo AFASTAR-SE DAS ÁREAS DE ATRITO. Quando se diz que o amor tudo vence, há um pouco de poesia e ingenuidade na afirmação. A quem nos iremos queixar quando o inimigo, extremamente hábil, nos fizer um dano irreparável? Nós estamos num processo de crescimento, e não há razão para que as energias PACIFICADAS de que precisamos, sejam desviadas para um assunto decididamente prejudicial. Se de todo não for possível o afastamento total desta pessoa, procure manter-se tão tranqüilo quanto possível, pratique por alguns segundos o wu-wei (mente-vazia/não-fazer) e logo se sentirá melhor preparado para a encarar serenamente a situação. No mais, a identificação dos inimigos, não-amigos ou pessoas sistematicamente hostilizantes, é tão importante para nossa evolução, como o levantamento de nossos próprios defeitos de caráter.

---

## **50- "Vencer sem lutar"**

Nos propusemos a trilhar um caminho que nos levasse a um aperfeiçoamento pessoal. A tarefa pode demorar pouco tempo ou muitos meses. O processo é dinâmico e contínuo. Haverá sempre algum ponto que gostaríamos de melhorar. E isto vai acontecendo na medida em que a gente cresce mais um milímetro. Os parâmetros passam a ser outros, mais exigentes, aprimorados e harmoniosos e portanto menos desgastantes. Temos uma boa noção de que vencer, está mais ligado ao alcançar do que ao obter. De qualquer maneira, o vencer deve ser obtido sem luta, pois que assim, ao preservar nossa integridade na serenidade, na tranqüilidade e na Harmonia, também estaremos acumulando energia pacificada e as virtudes do Tao. Passar num concurso sem se consumir, é vencer sem lutar. Melhorar no trabalho sem ter que bajular, é vencer sem lutar. Viver uma vida em paz, sem prejudicar ninguém, é vencer sem lutar. É uma linda perspectiva também, gozarmos de saúde emocional, de desenvolvermos nossa criatividade, de podermos educar eficientemente nossos filhos. Tudo isto também é viver sem lutar. Pois que lutar não significa brigar, pelo contrário, é a movimentação de nossas melhores qualidades e daquelas que fomos ganhando no processo de crescimento.

---

## **CAMINHO DE UM VIAJANTE**

Os comentários que se seguem, foram escritos partir de cadernos de anotações ou diários de pessoas que se vêm dedicando a trilhar o caminho do aperfeiçoamento pessoal, e obedecem a uma ordem pseudo-cronológica. As notas tratam de assuntos do cotidiano não tendo o rigor exigido pelos textos anteriores. As situações às vezes se mostram contraditórias e mesmo incongruentes; observam-se passos muitas vezes desajeitados pois refletem uma trilha real percorrida por gente comum. Estes passos podem auxiliar os exercícios de crescimento interior e julgamos que poderão ter utilidade imediata para boa parte dos leitores. O tratamento na primeira pessoa, é

apenas uma questão de estilo, não significando que todos os fatos descritos ocorreram com a mesma pessoa embora alguns sim.

---

## **1 - "Buscar a paz interior"**

A primeira anotação que fiz, logo no dia seguinte ao início da Leitura do Tao-Te-Ching, foi - Preciso buscar a paz interior. Nestas rápidas palavras, havia um compromisso que eu estava assumindo comigo e mais ninguém. Creio que foi uma das decisões mais importantes que tomei em minha vida. Talvez pela primeira vez, eu sabia exatamente o que queria. Lembro muito bem, que estas simples palavras me tocaram profundamente, como se elas tivessem sido ditadas num processo intuitivo de alta confiabilidade.

---

## **2 - "Dar sem ter"**

Uma psicóloga amiga minha, havia dito que uma pessoa que dá algo sem ter - amor, por exemplo - fica em débito com suas emoções. PRIMEIRO, você precisa gostar de você mesmo. O seu comentário sugere que, da mesma forma, só podemos dar paz aos nossos amigos e pessoas queridas, quando alcançarmos a nossa paz interior. Aí está uma boa razão para crescer.

---

## **3 - "Por que crescer"**

Crescer é desenvolver qualidades que tornam nossa vida mais harmônica, ou seja mais produtiva, serena e criativa. Eu acho que é um objetivo formidável e estou disposto a trabalhar por ele.

---

## **4 - "Paz e sabedoria - I"**

Foi a primeira lição prática que tive do Tao: ao pacificar nossas ações e sentimentos, estaremos invariavelmente ganhando em sabedoria. E sabedoria não se perde, ao contrário acumula-se.

---

## **5 - "Começar a viver"**

Dois dos fatores que impedem o crescimento são o egoísmo e a vaidade. Há que se libertar do ego inflacionado e voltar-se para o Eu interno e total. Quando você enfim começa a se despojar destas características prejudiciais, percebe surpreso que continua vivendo muito bem sem elas. Ganha então uma auto-confiança diferente; uma certeza de que o caminho do crescimento é este.

---

## **6 - "O bem estar físico"**

Eu estava comendo muito e mal, resultando em um desagradável mal estar. Da mesma forma, brigava no trabalho e decididamente era muito intolerante. Percebi neste dia, ao examinar o Tai-Chi, que deveria tomar alguma providência. Sabia que não seria coisa fácil. Em todo caso era uma importante exigência que se fazia e a manteria anotada no caderno e no coração.

---

## **7 - "Paz e Sabedoria - II"**

Eu reafirmava o que dissera dias antes. Estava convencido disto, principalmente porque eu percebia uma sensível melhora no meu relacionamento, enquanto mantivesse minhas atitudes mais pacificadas e menos orgulhosas.

---

## **8 - "Esforço para crescer"**

Quantas vezes nas relações do dia-a-dia eu perdia a paciência ou mesmo a compostura. Sentia vontade de desistir e jogar tudo para o alto. Relaxei um pouco, respirei fundo e esvaziei o quanto possível minha mente que estava bastante agitada. Num instante uma frase me veio à cabeça - Dê uma chance a você mesmo - e a escrevi. E gostei tanto que a venho utilizando constantemente.

---

## **9 - "Erudição e sabedoria"**

Erudição não é sabedoria - Esta palavras do Tao-Te-Ching me tocaram, porque andava imerso na Leitura de muitos livros que tratavam de assuntos orientalistas. Num certo momento, percebi que estava perdido no meio de tantos conceitos obscuros e conflitantes, que decidi disciplinar a Leitura. Agora os livros passavam por uma cautelosa seleção. Na dúvida, não lia.

---

## **10 - "De coisas em excesso"**

Um dia fiquei muito indeciso ao escolher uma roupa. Uma simples camisa me tirou do sério. Achei aquela situação tão estúpida, que parei um instante para pensar naquele absurdo todo. E se ao invés de 15 ou 20 camisas, eu tivesse 6? Faria uma diferença tão grande? E olhei os sapatos, cintos, objetos e aparelhos. De repente, me dei conta de que alguma coisa estava muito errada. Tinha receio de decidir intempestivamente. Acho que fiz muito bem em não precipitar as coisas. Tempos depois, a solução veio com muito mais consciência.

---

## **11 - "Renascimento da alegria"**

Mesmo entediado, compareci um dia ao aniversário de uma querida amiga. As pessoas eram interessantes e simpáticas. Eu sempre gostei de música e de conversar. No entanto nos últimos anos, eu havia me colocado dentro de uma carapaça fechada ao social. Achava tudo muito sem graça, chato e sem sentido. O problema, claro, não eram os outros, mas eu mesmo. Pois naquele dia mesmo, resgatei a alegria das coisas simples - depois de tanto tempo, cantei, toquei e me senti muito feliz.

---

## **12 - "Exercitando a paciência I"**

Com dois meses de trabalho no Tao, ainda saía do sério com certa frequência. Eu havia feito uma espécie de lista daquilo que considerava meus maiores defeitos. Fui muito exigente na listagem. Acreditava, e acredito que não devemos mentir aos outros e muito menos a nós próprios. Ali estavam relacionados a vaidade, o orgulho, a impaciência, a intolerância... Bem, eu tinha que começar com alguma coisa. Senti que a paciência deveria abrir as portas para uma vida mais suave e civilizada. A partir deste dia iniciei meus exercícios, que por sinal não eram nada fáceis. Basicamente eu evitava discutir e procurava me afastar das coisas e pessoas que me causavam desconforto. Hoje, sei que estou muito melhor, mas me mantenho alerta para não escorregar.

---

## **13 - "Nasce um amor"**

Eu mesmo não acreditava, mas o fato é que um dia comecei a sair com C... Dizia Jung, que as coisas só acontecem quando estão prontas para acontecer. Creio que o fato a destacar, é que com todos aqueles problemas emocionais que vinha tendo, eu estava decidido a construir uma vida nova. Me segurei no Tao, e em menos de 3 meses, me sentia novamente em condições de amar. E isto foi uma grande vitória.

---

## **14 - "Evitar os injustos"**

O ambiente no trabalho era muito ruim. As mesquinhas eram muitas e a injustiça andava solta. Eu tinha uma grande vontade de deixar tudo e partir para outra. As condições gerais, no entanto, não aconselhavam que eu fizesse isso naquele momento. Analisei profundamente a situação e o que eu deveria fazer. Reli o Tao-Te-Ching com a intenção de encontrar uma solução. E ele me indicava que as decisões tomadas em clima negativo, são as piores. Que eu deveria alcançar um estado de mínima serenidade, antes de decidir o que fazer. Procurei me tranquilizar e não muito depois, conseguia manter um relacionamento muito mais eficiente e produtivo com aquelas mesmas pessoas. Como não podia me afastar de todo, procurei manter o mínimo de contacto com elas.

---

### **15 - "Crescimento da auto-confiança"**

Agora eu já começava a colher frutos mais consistentes de minha batalha. Enfrentar meu dia-a-dia tornara-se mais fácil. E com muito mais segurança. Comecei a questionar certas idiossincrasias - maneiras de ser e pensar. Não por ninguém, mas por mim mesmo. Algumas atitudes foram aplainadas, outras eu as abandonei definitivamente. De fato, ao me decidir colocar em ação os valores do Tao, e sentindo-me consciente e integrado nesta nova prática, fiquei satisfeito com meu esforço que, afinal, estava dando resultados palpáveis.

---

### **16 - "Exercício da calma"**

Uma efetiva prova que eu poderia ter da eficiência da batalha do crescimento, era a forma de como eu me comportaria nas reuniões de trabalho que eu tinha todo fim de mês. Nesta ocasiões, eu me aborrecia sistematicamente, o que causava um grande desgaste físico e emocional. Decidi que isto não iria mais continuar. Para que os outros mudassem, eu deveria mudar primeiro. A partir da primeira reunião e nos meses que se seguiram, passei a ter um comportamento tão pacífico que espantou os companheiros e mexeu com aquelas pessoas de má fé. As coisas passaram a correr muito melhor e diversos assuntos pendentes foram resolvidos de maneira favorável.

---

### **17 - "Atingir vida melhor"**

Ter uma vida mais saudável, feliz e produtiva. Que melhor razão poderia haver para se buscar o caminho do crescimento? Ouvi uma vez a seguinte frase - As coisas estão aí, não para quem precisa, mas para quem quer. Será que isto faz sentido? Faz sim, porque precisar é uma condição passiva e o querer, ativa. Estas duas condições, formam um par complementar e portanto harmônico. É por isto que não basta PRECISAR de alguma coisa, é preciso QUERER aquela coisa.

---

### **18 - "Os bons lugares"**

Um dia, passando por uma certa rua, tive uma sensação muito agradável. Puxando pela memória, me lembrei que ali, quando criança, passei por um momento marcadamente feliz. Daí fiz esta anotação e logo em seguida um pequeno levantamento dos locais onde eu poderia sentir o mesmo. Não consegui muita coisa, porém só esta agradável tarefa, trouxe recordações maravilhosas jogadas lá num canto do esquecimento. Sempre que a gente melhora de humor, nossa Harmonia interna cresce. Sempre... Isto é o Tao.

---

### **19 - "Auto controle I"**

Até hoje tenho duas tendências que me tentam e que preciso vencer: comer muito e falar mais que o necessário. Pode ser que para você, isto não seja tão importante assim. Cada um de nós, no caminho que escolhermos seguir, é quem determina o que é e o que não é importante. O que devemos fazer, é colocar um objetivo muito preciso à nossa frente. Deve ser algo fácil de ser visualizado e que sintetiza o fim do trajeto ou pelo menos uma etapa

muito importante. Podem existir outras formas de marcar os quilômetros a percorrer. Para mim, esta me pareceu muito prática e objetiva.

---

## **20 - "Inteligência e fé"**

Carisma é um dom divino. São certas características que uma pessoa pode ter e que não são conquistadas não pelo estudo ou pela dedicação. É um presente que vem de cima para baixo. De um poder superior para o Homem. Conforme a religião ou a filosofia, estes carismas aparecem de uma ou de outra forma. Há numa ponta, os que sustentam que tudo que o Homem é, são carismas ou presentes divinos. Na outra, os que garantem que o Homem é o que é, graças exclusivamente aos seus esforços e aos de mais ninguém mais. Como para o Tao, as nossas posições deverão ser harmonizantes e equilibradas, julgo que a resposta à questão deve estar entre os dois extremos. Em relação à inteligência, creio efetivamente que ela é um dom carismático. Quanto à fé, em algumas ocasiões vi pessoas que a colocaram à prova e a perderam. Por que? Porque na verdade nunca a tiveram, nunca receberam este presente.

---

## **21 - "Sobre o Tai-Chi"**

Com três ou quatro meses de Caminho, eu não tinha mais dúvidas do valor do Tai-Chi. Era um excelente instrumento para análise das situações que necessitavam serem reequilibradas. Até se eu quizesse abrir um negócio ou escolher uma nova profissão, o Tai-Chi poderia me dar uma base muito consistente no processo decisório. Se eu acredito nisto? Claro que eu acredito. Vejo resultados notáveis acontecendo a cada momento. Tenho fortes razões para acreditar que a visualização intuitiva e racional do Tai-Chi, sem ambigüidades nem paradoxos, é uma caminhada segura em direção ao talento, à sabedoria e a um melhor conhecimento do Homem.

---

## **22 - "Afastar-se das áreas de atrito"**

Recordo-me bem do dia em que estava hospedado em um horrível hotel numa cidade do interior. O calor era insuportável e os mosquitos resistiam a todos os artifícios. Não eram as condições ideais para se estudar o Tao. Mas eu o estava fazendo. Posso assegurar que estava me superando. Não era muito fácil, pois ainda haviam outros problemas pessoais pendentes. Fui dar uma volta e me pus em mente vazia: tratei de apagar do pensamento todas aquelas mazelas. Apesar dos carros e das buzinas, eu buscava o olho do furacão, a serenidade no meio da agitação. Sentei no banco de um pequeno parque. Poucos minutos depois, uma frase surgiu em minha mente - Afastar-se das áreas de atrito. Isto complementava a sugestão anterior de evitar os injustos. Estas coisas faziam tanto sentido, que até hoje evito ao máximo o contacto com pessoas ou situações desarmônicas.

---

## **23 - "Um plano de paz interior"**

O que ocorreu no parque, apontou a necessidade de formalizar de alguma maneira um plano ou sistema bem simples que me permitisse, mesmo em situações adversas, manter ativo meu novo projeto de vida. Como eu sabia que cedo ou tarde este esquema poderia ser alterado, chamei-o de primeira fase: - Mantenha-se sempre sereno - Evite situações desarmônicas Creio que é um bom esquema para qualquer pessoa. Os resultados são muito bons e não tem efeitos colaterais.

---

## **24 - "O caminho da intuição"**

De vez em quando eu paro para pensar, e percebo que falta uma bússola que aponte para alguma direção à minha frente. O que devo fazer em seguida? Qual o próximo passo? Quem sabe há necessidade de um guru, um orientador? Procuo conhecidos, porém o resultado não é melhor. Lembro então daquela tarde no pequeno

parque, onde fui tocado por algum tipo de intuição. A frase está bem viva - Afaste-se das áreas de atrito. O caminho pode ser longo, mas sem dúvida é transitável. Deste dia em diante, mais do que nunca, passei a me guiar pela dupla razão/intuição. E vem dando certo.

---

## **25 - "Gastos excessivos"**

Esbanjar dinheiro é ruim sob qualquer ponto de vista. Mesmo, e especialmente, para aqueles que têm muito... Quando comecei a questionar a validade do ter muita coisa, conclui inicialmente que ter pouco, deixava o ambiente mais respirável. Depois percebi que ter pouco, valorizava cada um daqueles bens. Finalmente que, ao optar possuir poucas coisas, algo muito mais importante acontecia: você não tinha que se envolver em opções e ambigüidades, que no mais das vezes é fútil, desgastante, toma tempo, energia e serenidade.

---

## **26 - "Um gatilho do equilíbrio"**

Eu estava desejando encontrar um processo de relaxamento físico e mental, que funcionasse em qualquer lugar. O pressuposto era que tal processo deveria simples, confiável e de aplicação rápida. Deveria funcionar, por exemplo, enquanto eu estivesse andando. Encontrei-o em um livro tibetano de meditação. A coisa é muito simples - primeiro os passos devem ser desacelerados, seguido de uma respiração suavizada. Deixe os braços caírem moles, esvazie a mente de qualquer preocupação e semi-erre suavemente os olhos dirigindo-os a um ponto distante. Continue a caminhar tranquilamente durante um ou dois minutos. Para mim deu certo a primeira vez, a segunda e a terceira... Não há razão plausível para que não dê certo com outras pessoas.

---

## **27 - "Tempo de dúvidas"**

Era uma época de dúvidas: será que a trilha que escolhi para o aperfeiçoamento pessoal, é realmente eficiente? Isto pode ocorrer com qualquer um, e deve ser encarado como uma oportunidade de reorganizar as coisas que estejam pendentes. A decisão que tomei, me manteria afastado das leituras e reflexões sobre o Tao, mas não de sua prática. Eu já estava de tal forma habituado a pautar meu comportamento dentro da busca harmônica, que embora difícil, a decisão foi coerente. Mantive a porta aberta para quando me sentisse novamente preparado. E isto ocorreu cerca de 30 dias depois, sem traumas, nem culpas, nem perda dos novos valores que já havia alcançado.

---

## **28 - "Sobre minimalização I"**

Penso que SER, é mais importante que TER. Ao longo da vida, acumulei objetos, livros, roupas e tantas outras coisas, por achar que um dia ainda poderiam servir para alguma coisa. Lembrei de uma jornalista americana que certa ocasião disse - Serei uma pessoa feliz no dia que, ao ter que me mudar, todas as minhas coisas couberem no carro. Evidentemente, ela buscava SER. Aquilo mexeu comigo, pois afinal deveriam haver muitas pessoas caminhando na mesma direção, e o que ela dizia tinha muito sentido. É uma benção poder contar com os outros, e se não puder? Bem, se não puder, conte consigo mesmo, com esta pessoa nova e completa...

---

## **29 - "Espírito e grandeza"**

Tive uma fase na vida marcada por uma série de questões muito penosas. Recebi na ocasião, o apoio de pessoas amigas que em momento algum colocaram em jogo a correção ou não de minhas posições. Não estavam necessariamente me dando razão, simplesmente me ofereciam o apoio moral que eu estava precisando. Mais tarde, sozinho com minhas reflexões, percebi que aquelas pessoas tinham uma coisa em comum: viam as pequenas mazelas da vida, na sua devida proporção. Em momento algum ficaram em cima do muro. Concluí com

grande alegria, que eu tinha amigos decentes.

---

### **30 - "Depois de conhecer o Tao"**

Eu estava meditando sobre minha decisão anterior de interromper provisoriamente o estudo do Tao: um indivíduo que aprende a ler e escrever, jamais será analfabeto de novo. Eu já havia sentido de forma clara, as vantagens de uma posição equilibrada e serena. Tive oportunidade de presenciar acontecimentos que eram derivados de minha nova forma de enfrentar a vida. Como poderia negar estes fatos? Esquecer o Tao é possível?

---

### **31 - "A tarefa do crescimento"**

Como disse antes, há momentos em que a dúvida nos assalta e por esta ou aquela razão, preguiça ou conveniência, somos tentados a deixar a nossa trilha. Refletindo sobre isto e sobre os avanços que havia feito, lembrei-me de outro ditado: quem aprende a andar de bicicleta, nunca mais esquece. E com o Tao, acontece o mesmo.

---

### **32 - "Não-fazer"**

Tive uma certa dificuldade inicial para entender a lógica do "não-fazer". Agora percebo que o espaço vazio que se consegue com este exercício, é fundamental para a presença do Tao, por uma razão eviente - o Tao tem sua ação de harmonizar e sugerir soluções, enfim de resolver. Ele está presente nos menores espaços. Até mesmo numa pedra, pois sequer a estrutura sub-atômica é completamente sólida. Ora, o pensamento embora de natureza mais sutil, também ocupa um espaço difuso. Não basta apagá-lo com uma borracha como se fosse escrito a lápis. Apagam-se preocupações, mesmo que provisoriamente, pelo profundo desejo de apagá-las. Como num exercício de mente-vazia. Ocorre então a ação do reenergizadora do Tao - e isto é o "não fazer".

---

### **33 - "Reduzindo a irritação"**

Diziam que meu aparelho de vídeo não podia ser consertado. Eu o usava bastante e comprar um novo estava fora de cogitação. Ao invés de me irritar, consegui manter a serenidade. Horas depois me encontrei com um técnico que há muito não via. Dois dias depois o aparelho estava pronto e perfeito. Não gosto muito de ouvir falar de "milagres", mas isto de fato ocorreu. Não parece muito importante, porém é significativo.

---

### **34 - "Reduzindo a impaciência"**

O tempo estava terrivelmente quente. Nunca me dei bem com o calor, ainda mais com uma verdadeira epidemia de insetos. A leitura do Tao-Te-Ching, que eu retomara, estava sendo sensivelmente prejudicada. Interrupções não eram bem-vindas. O que fazer? Fiz exatamente o seguinte: em primeiro lugar, me deitei por inteiro de costas e relaxei o quanto pude. Um relaxamento muscular de dentro para fora. Depois, sem lutar com a temperatura, esfriei a cabeça e esvaziei a mente. Tudo foi muito fácil, e não durou mais do que uns três minutos. O resultado foi tão bom, que passei a recorrer a este expediente sempre que sentia necessidade.

---

### **35 - "Economize energias"**

Uma das maiores lições de serenidade e tranqüilidade que já aprendi, foi esta: você já experimentou não fazer nada, nada mesmo, nem pensar? Não é muito fácil, porém qualquer que seja o nível que você alcance, a sensação de Harmonia e de plenitude é tão incrível, que é difícil acreditar como não o fizemos antes. Nesta hora, a intuição aparece com soluções que você nem sequer pediu. Experimente esta prática tibetana: caso as condições

permitam, deite de costas olhando serenamente o céu. Você sentirá a unidade do Universo e sua Harmonia.  
ESTARÁ NO TAO.

---

### **36 - "Uma visão nova dos bens materiais"**

Há muito tempo que eu andava tão desencantado, que não via alegria em praticamente nada. Apartamento então, seria a última coisa que eu iria pensar. Além disso não havia motivação, já que as visitas eram poucas e a maior parte do tempo eu estava fora. De repente eu visualizei meu apartamento suavemente decorado de forma a permitir, nas horas que lá passasse, um clima propício para a quietude de espírito, bem como receber os amigos, ouvir música... Um outro renascer, ditado pelo Tao.

---

### **37 - "Ser conscientemente flexível"**

Quando eu iniciei a escrever num caderno, a evolução do meu processo de aperfeiçoamento, tive em mente anotar TODAS AS BOAS IDEIAS que me ocorressem, imaginando que desta maneira eu poderia numa segunda leitura, fazer uma seleção. Numa dessas segundas leituras, fui percebendo que as tais boas idéias, nem sempre eram tão boas assim. Era preciso ser mais flexível, mais arrojado e menos auto crítico. Comecei a anotar todas as idéias, fossem "boas" ou não. O tempo se encarregou de mostrar que muitas das idéias que eu em princípio teria rejeitado, na verdade possuíam mérito e consistência. Daí em diante, me decidi por uma maior flexibilidade e tolerância. Um projeto ambicioso que eu deveria alcançar.

---

### **38 - "Sobre a fé"**

Creio firmemente que a fé é um carisma, um dom do alto, ou então não é fé mas uma pseudo-fé, algo muito alienante. Ou você a possui inata, e aí a fé é carismática, ou a obtém por meios irracionais, e neste caso vem a alienação e o fanatismo. De qualquer forma, sempre senti muito medo da fé, justamente porque não a possuo. Possuo sim, uma crença empírica, marcada em diversas escalas. Por outro lado, acho que aqueles que intrinsecamente tenham este dom, não deveriam pô-lo à prova, pois correriam o risco de perdê-lo. Para mim, os dons existem, mas vão e voltam segundo critérios que absolutamente desconheço. Muita gente cura e adivinha, isto é fato, só que não o conseguem em TODAS AS OCASIÕES. Alguém um dia me perguntou - Você acredita mesmo no Tao? E eu respondi - Claro, pois então não estou vendo? Minha fé é assim.

---

### **39 - "Sobre minimalização II"**

Eu assimilei com clareza a idéia, que quando se tem muitas coisas, você tem que se definir, criando muitas vezes um sentimento de dúvida pouco saudável. O que é exatamente ter muitas coisas? É isto mesmo: é ter muitas roupas, sapatos, objetos, livros... Outra vez me liguei no que aquela jornalista havia dito sobre ser uma pessoa completa. Eu tentava imaginar a situação no meu caso - como me sentiria ao minimalizar minhas coisas? Um fato para mim continuava indiscutível: era preferível SER do que TER. O que é melhor? Acumular coisas de valor duvidoso, ou valores próprios que ninguém pode tirar? Quando assumi o Tao, tomei minha decisão.

---

### **40 - "Uma sugestão de vida"**

Algumas pessoas na China, chegaram a acusar os adeptos do Tao, de se enclausurarem em seu aperfeiçoamento espiritual, esquecendo o resto da humanidade. Eu venho praticando o meu crescimento há algum tempo e não me lembro de nenhuma ocasião em que eu me sentisse tão bem e tão disposto a auxiliar, a me doar às outras pessoas. A ação do Tao é da Harmonia universal, e portanto nada pode ser excluído. Não participar de certos eventos mundanos, não significa afastamento social e muito menos o desinteresse pelas pessoas. Deve sim, haver tempo



para tudo.

---

### **41 - "Não guardar supérfluos"**

Sempre gostei de filosofia. Comprei um livro que sintetizava a vida, a obra e o pensamento de Sócrates. Li, gostei, anotei algumas coisas depois doeie a uma biblioteca pública. Há mais ou menos 30 dias eu fiz uma enorme seleção nos meus livros, e de uns mil, separei vinte e cinco. Não mais. Perto de 900 foram para a mesma biblioteca. O critério de seleção não vem ao caso. O importante é que meu processo de minimalização, começou efetivamente por aí. Curioso que na ocasião, tive muita pena de me separar deles. Hoje, nem me lembro da cor das capas. O que eles tinham de bom, está guardado na memória. Hoje, praticamente só tenho uns poucos livros de referência: dicionários e coisas assim. Quando quero ler um livro, compro, anoto e dou depois, ou então peço emprestado. Não quero guardar mais nada que de fato não vá necessitar no futuro. Como sei se não vou necessitar? Na verdade não sei, é pura intuição. Esta é a minha minimalização na prática.

---

### **42 - "Tempos de dúvida"**

Mais uma vez eu fiquei em dúvida sobre a eficiência do que eu estava fazendo. Afinal, se o Tao harmoniza e eu estava fazendo tudo nessa direção, por que então que eu não me sentia tão bem e confortável como gostaria? A essa pergunta, eu mesmo respondia que talvez isso resultasse da deficiência do processo ou então de minha própria incapacidade em exercitá-lo. Para não tomar uma atitude emocionalmente intempestiva, resolvi me dar um tempo para refrescar a mente. Durante mais ou menos 3 semanas, nada fiz que lembrasse que algum dia eu estivera tentando trilhar o Tao. Este foi um tempo basicamente voltado às coisas comuns do dia-a-dia.

---

### **43 - "Exercitando a paciência II"**

Tenho que desenvolver minha paciência - fiz esta anotação no período das 3 semanas que se seguiram à decisão anterior. Certo dia, eu retornava de uma viagem e o ônibus passava por um grande engarrafamento na estrada. Normalmente eu teria explodido e perdido a paciência. Lembro que a nota foi escrita com grande tranquilidade. Finalmente eu estava conseguindo vencer a impaciência, com alguma dificuldade é verdade, mas estava. As flores do Tao estavam brotando.

---

### **44 - "Enfrentando a má-fé"**

Ainda durante o período citado, tive um sério desentendimento a respeito de trabalho. Mais uma vez, no entanto, as poucas virtudes que eu havia conseguido acumular, me alertaram para decisões precipitadas que poderiam levar todo o caso a um desastre total e desnecessário. Naquela ocasião, me lembrei das palavras de Charles Fort, jornalista americano, filósofo bissexto e grande especialista nas trivialidades da vida. Ao se defrontar com alguma afirmação estapafúrdia como "A Terra é um cubo ôco...", ele complacetemente determinava - Julgamento suspenso, aceitação temporária, questionamento sempre... Com isto eu me popunha a não criticar de imediato, e a aceitar a situação pelo tempo necessário para um melhor julgamento. A poderação de atitude, era uma grande novidade para mim. Me dava a impressão que eu estava agindo, finalmente, de forma civilizada.

---

### **45 - "O papel da música"**

Pouco a pouco as tristezas e desencantos, abriam espaço para amenidades. Sempre gostei muito de música e me frustrava por não tocar nenhum instrumento. Já havia tentado o violão em duas ocasiões. Numa das viagens que eu fazia ao interior, passando por uma loja de instrumentos musicais, vi na vitrine um violão muito bonito que olhava para mim, como dizendo - me leva que desta vez vai dar certo... Confesso que até hoje só consigo me

acompanhar. Não quero me tornar um virtuose, nem o conseguiria. O que eu faço me basta e me deixa muitíssimo satisfeito. Por que será que desta vez a coisa deu certo? O que você acha? Eu tenho minha resposta...

---

#### **46 - "Questões de trabalho"**

Há três anos que eu vinha tratando de conseguir uma transferência no trabalho. E estava tendo muita dificuldade, porque embora minha capacidade profissional não fosse posta em dúvida, eu era conhecido por ter um gênio muito difícil. E era verdade. Eu sabia disto, e até que dava razão a eles... No entanto, depois que resolvi dar um basta neste tipo de comportamento, as coisas melhoraram muito e em menos de dois meses, consegui a transferência que eu queria. Graças à orientação do Tao. E sabe por que eu tenho tanta certeza disto? Porque fui eu a única coisa que mudou.

---

#### **47 - "Renasce o gosto pelas coisas simples"**

Aos poucos, eu começava a mudar meus hábitos. Na agitação do dia-a-dia, eu procurava encontrar, lá mesmo, algo que tivesse um contexto mais suave. Andar no centro de da cidade e encontrar uma velha rua calçada de pedras, escondida no meio de prédios massacrantes, é um achado que se deve aproveitar. Quem mora em cidade grande, sabe do que estou falando. E meu trajeto diário mudou. E eu comecei a buscar o olho do furacão, aquele lugar mágico no meio da agitação. Fui achando outros lugares amenos e, como no caso da barca, aproveitando a sua generosa tranquilidade.

---

#### **48 - "Retomando o crescimento"**

Não era bem um chamado, nem dependência. O Tao, é um estilo de vida. E como é muito pouco exigente e assim mesmo o que ele exige, é que você seja feliz, pareceu-me um contra senso não receber presente de tal valor. Disse uma vez um homem piedoso, que Deus não vê com simpatia a recusa de um presente dado de coração. Mostra que a pessoa ainda é muito orgulhosa. Francamente não sei se ele estava certo ou não. O fato é que meu coração e minha mente pediam que eu retomasse a trilha. E assim eu fiz.

---

#### **49 - "Auto-controle II"**

A sabedoria chinesa, recomenda moderação em tudo, e alerta para o cuidado que devemos ter com a bôca - por ela entram os alimentos e saem as palavras. Quanta verdade em um só conselho! Acautelar-se com o que se come, é vital para a saúde do corpo. Nunca lamente que tenha comido pouco, dizem ainda. Quanto às palavras, bem, experimente trocar comer por falar, e corpo por mente. Você está do lado da sábia parcimônia ou do tolo abuso? Reflita sobre isto. Eu próprio me perguntei e assumi um compromisso comigo mesmo. Não está sendo fácil, mas eu chego lá.

---

#### **50 - "Sobre minimalização III"**

Finalmente me decidi a reduzir drasticamente minhas coisas. Eu gostaria de assinalar mais uma vez, que a minimalização, não é um simples processo de jogar fora o que está sobrando. Seria uma atitude infantil e de nenhum valor. Minimalizar é tornar mínimas as necessidades materiais para a nossa vida, com profundos reflexos em nosso processo de equilíbrio e crescimento. É portanto fundamental que a decisão seja racional, até mesmo porque os objetos estão ligados à razão mundana - TER, e não à intuição espiritual - SER.

---

#### **51 - "Usando a moderação"**

Minha vida toda foi sempre marcada pelo meu jeito impulsivo de agir. Não importava a natureza do fato. Podia ser alguma que necessitasse um pouco mais de cautela, para que o resultado fosse adequado. Eu normalmente não dava a menor importância à minha maneira de agir. A colocação invariavelmente era: de que lado estava a verdade? Evidentemente estava do MEU lado - sempre... Aí eu discutia, me irritava e acabava por perder a razão que eventualmente tivesse. No dia em que fiz esta anotação, eu havia tomado a respeito de certo problema, uma posição de tal sorte tranqüila, que eu mesmo me surpreendi. É desnecessário dizer, que a pendência me foi favorável.

---

## **52 - "Coisas simples"**

Há pouco, falei no encontro de lugares que lembravam uma infância feliz; falei de ruas antigas e velhas barcas. Agora eu me refiro à uma banheira das que quase não se vêem mais. Eu estava viajando a trabalho, e me hospedei em um hotel que ficava no meio de um fantástico verde. O ar era puríssimo, os pássaros cantavam e tudo parecia um sonho. Ao me meter nas águas mornas da banheira, e repousando a cabeça em um monte de toalhas, fechei os olhos por um momento. Senti-me invadido por uma forte sensação de Harmonia e serena tranqüilidade. Ali mesmo, naquele instante, eu me sentia integrado no Cosmos em equilíbrio.

---

## **53 - "A vida chinesa"**

Um sábado, sem muito o que fazer, passei num desses clubes de vídeo, e vi uma fita com um filme que focalizava usos e costumes na China de hoje. Confesso que fiquei encantado. Cada cena me transportava para aquele mundo mágico onde se desenvolveu a idéia do Tao. Na cena onde apareciam centenas de operários, fazendo o Tai-Chi-Chuan antes de se entregarem aos afazeres diários, foi que se consolidou em minha mente, que viver bem, é viver para o bem. É construir a vida, em cima de valores éticos permanentes - para a mente, e moderação - para o corpo.

---

## **54 - "Lembranças"**

Já falei aqui sobre meu amor pela música, e como eu me empenhei para aprender um instrumento. Agora, vou lhes falar de minha grande paixão: o teatro. Nunca fui profissional, no entanto fazia um teatro amador de muito boa qualidade. Tínhamos um grupo muito bom e muito consciente. Atuei no palco, dirigi e escrevi algumas peças. Realmente nada de muito importante, mas tudo feito com enorme devoção. Pois bem. Eu há anos me encontrava afastado do teatro. Soube um dia, que um conhecido, estava dando um curso. Minha nova postura perante a vida, me deu o necessário impulso para procurar meu amigo. Sentia que não havia mais condições de voltar no tempo, mas estava com energia bastante para frequentar as aulas. E assim o fiz. Que aventura maravilhosa ...

---

## **55 - "Da madrugada"**

Muitas vezes eu acordava pela madrugada e ficava pensando em coisas negativas. Hoje sei que a maioria delas não tinha o menor sentido e eram o resultado de uma imaginação confusa. Concluí que para aqueles que como eu, vivem e trabalham de dia, a madrugada não merece confiança, pois as condições do ambiente são completamente outras. Deve-se relaxar e esperar o dia amanhecer. Muitas vezes, só esta providência me fazia voltar a adormecer. Assim, não devemos decidir nada pela madrugada, porém aquilo que for decidido, deve ser cautelosamente analisado. O inverso também é verdadeiro - os que trabalham à noite, que se cuidem das decisões diurnas.

---

## **56 - "Falar com gente"**

Antes de dormir, andei "falando" com pessoas que de alguma forma prejudiquei durante minha vida. Me justifiquei, me desculpei, seguindo a sugestão de um grande amigo meu. E me senti bem. Gostaria de fazer isto pessoalmente. Durante meu processo de aperfeiçoamento, ao tentar corrigir minhas falhas de caráter, segui a sugestão de um amigo: "Antes de adormecer, fale com as pessoas que de alguma forma voce prejudicou durante sua vida. Converse com elas como se estivessem presentes, justifique-se e peça desculpas." Confesso que a primeira vez que fiz este exercício, me senti um tolo, embora as pessoas e fatos tenham sido reais. A minha surpresa, foi a de que busquei outras vezes e espontaneamente este recurso. Garanto que ele funciona. E funciona muito bem.

---

### **57 - "Humildade"**

Acho que humildade, não tem nada a ver com o estereótipo que fazem, algo como aceitar ser humilhado. Para mim, a humildade, é uma atitude que revela a grandeza de caráter daqueles que reconhecem suas limitações

---

### **58 - "O que é mais importante?"**

Música, computador, crescimento... Estou atualmente mexendo com estas três coisas. O que é mais importante? Eu optaria pelo crescimento, porque daria, inclusive, uma base mais serena para melhor desempenhar estas outras áreas de atividade.

---

### **59 - "Início de romance"**

O romance com C..., está tão suave e gostoso, como nenhum outro que tive no passado"

---

### **60 - "Encontro com a natureza I"**

Silêncio na rua, na serra, no ar, no vento

---

### **61 - "Vale a pena reclamar?"**

Ainda me sinto um pouco tenso quando olho o cheque de pagamento... Isto tem fundamento mas não está certo. Busco e acho minha paz de espírito. Agora posso enfrentar a situação com a calma que alcancei.

---

### **62 - "Dar murros em ponta de faca"**

Hoje meu sentimento, não é a aceitação passiva das regras que o mundo estabelece, mas de afastamento das áreas de atrito. A briga com as coisas do mundo, exige as armas do mundo, e francamente, embora interessado em continuar participando do jogo, não quero mais estar presente em jogadas que ponham em perigo minha integridade. Quem se sente bem em dar murro em ponta de faca, que faça bom proveito. Tenho outras armas mais sutis e eficientes...

---

### **63 - "A mágica financeira"**

Não sei explicar como isto acontece: quando o dinheiro está para acabar, aparece um extra, sei lá... Eu não fico parado esperando que caia do céu, apenas não deixo que as emoções exacerbadas tomem conta de mim. Um excelente exercício

---

## **64 - "Pessoas incomuns"**

Quando ouço determinadas melodias, sinto que algumas pessoas, como seus compositores, têm um papel muito importante que as destaca das demais. Não são pessoas comuns.

---

## **65 - "Romance em questão"**

C... está tirando minha serenidade. Isto não é bom.

---

## **66 - "Música e sentimentos"**

Estou satisfeito com o meu violão. Sei que meus dedos não facilitam uma boa execução, mas isto não me preocupa mais. Para mim o gratificante é me acompanhar singelamente, cantando algumas canções para os amigos. Dá muito bem para o gasto.

---

## **67 - "Fazendo um inventário de vida"**

Estive fazendo um inventário de vida. Fui atrapalhado e também atrapalhei. Fui injuriado e injuriei. Brigaram comigo e eu também briguei. Aparentemente o resultado foi empate. Só que hoje não estou satisfeito com minha atuação. Não me sinto culpado, mas tenho que colocar as coisas que ainda estão meio conscientes, no baú do esquecimento.

---

## **68 - "Falando francamente"**

Ontem ao expor a situação a C..., senti que cresci um milímetro.

---

## **69 - "As máquinas harmônicas"**

Um computador é pacífico e tolerante. É Tao. Bem utilizado leva à Ordem, mal ao caos. Cada um é responsável.

---

## **70 - "O superego e a reconstrução"**

O superego foi ditado pelos outros e não tem nada a ver com o Eu, comigo. A reconstrução é uma batalha que vale a pena.

---

## **71 - "Encontro com a natureza II"**

A rua está vazia e silenciosa. O ar está fresco, o clima ameno. Sinto-me seguro e amparado. Isto é Tao.

---

## **72 - "Gente que guarda rancores"**

Falei com S... e senti antigos rancores ainda efervescentes. Já não consigo mais entender estas coisas. Parece tudo tão pequeno...

---

## **73 - "Desligando-se do ter"**

Parece que o vídeo pifou de vez. Matéria a gente substitui quando puder, e se não puder, paciência...

---

## **74 - "Perceber o Zen"**

Pela primeira vez vi sentido num jardim Zen

---

### **75 - "Compromissos de mudança"**

Venho falando sempre em afastar-me das áreas de atrito, e agora assumi um compromisso: não quero mais discutir nem brigar no ambiente de trabalho. É p'ra valer.

---

### **76 - "Selecionar livros"**

Ando precisando selecionar mais os livros orientalistas. Vão acabar confundindo tudo.

---

### **77 - "Sobre minimalização IV"**

Fiz uma revisão no projeto de minimalização.

---

### **78 - "Admirável Mundo Novo"**

Reli o -Admirável Mundo Novo- de Huxley. Como admirável? Este mundo reflete a ação do homem, e as coisas são como se sabe. Seria notável o -Admirável Homem Novo-...

---

### **79 - "Tentar frugalidade"**

Café simples, almoço frugal e nada de janta. Quem diria?

---

### **80 - "Exercitando a paciência III"**

Marquei a passagem para chegar às 9. São 8 e meia e ainda estou no meio do caminho. O homem põe e Deus dispõe.

---

### **81 - "Sobre auto-valorização"**

Já dei muito de mim, sinceramente muito mesmo. Agora está na hora deles fazerem.

---

### **82 - "De auto-piedade"**

Será que ainda ando me lamentando muito? Será que há ainda muita auto-piedade?

---

### **83 - "Sobre normas rígidas I"**

Fiquei semanas sem anotar nada. Acho que estas coisas não se devem forçar.

---

### **84 - "Para que servem as notas"**

Estas anotações todas devem ser relidas? Creio que devem, no mínimo para riscar aquelas que não serviram para nada.

---

### **85 - "Encontro com velhos amigos"**

Encontrei o N... na rua. Ficamos falando de música umas duas horas. É um camarada notável.

---

## **86 - "Sobre normas rígidas II"**

Fiz uma revisão completa nos planos de aula

---

## **87 - "Frases que fazem sentido"**

Frases que fazem sentido:

1. Saber-se fraco é ser forte
  2. Desejar crescer já é sabedoria
  3. O decidido desejo de liberdade, aponta o caminho da libertação
- 

## **88 - "De crescimento "**

Há 3 formas de crescimento: pelo conhecimento, pela sabedoria e pela iluminação"

---

## **89 - "Ética e moral"**

Algo vai mal quando se substitui a ética pela moral, a integridade pelas convenções, o direito pela justiça.

---

## **90 - "Fim de romance"**

Terminamos. Numa boa.

---

## **91 - "Sobre minimalização V"**

Não se reduz os bens com a intenção de punição; isso é bobagem e não tem valor nenhum. O objetivo é, ao reduzir as opções, dispersar menos e economizar energia.

---

## **92 - "Crer no Tao"**

Se eu acredito no Tao? Claro, então não estou vendo todos os dias?

---

## **93 - "Auto-avaliação"**

Fiz uma avaliação do processo de crescimento, e conclui que vai indo bem. Sei que é um trabalho permanente e que vai me exigir atenta vigilância"

---

## **ONDE ATUA O TAO**

Temos tratado com maior insistência, na forma como o Tao pode ser útil no desenvolvimento pessoal. Acreditamos que de todas as coisas que podemos tirar de bom dos ensinamentos que nos são transmitidos pelos atributos do Tao, o aperfeiçoamento do ser humano, é a faceta mais nobre deste conceito vivo, chinês e universal. Existem no entanto, outras áreas importantes de interesse, e que têm sido objeto da atenção dos estudiosos do Tao, como as ciências e as artes, por exemplo. Isto é conseguido mediante acurada análise e síntese do Tai-Chi; deste estudo nascem uma série de posturas mais consistentes e equilibradas dentro das áreas pesquisadas.

Estudos versando sobre Relacionamento Humano, Pintura, Dança, Física e Medicina, apontam a eficácia do

processo de identificação dos opostos harmônicos do Tai-Chi. Os livros escritos sobre a matéria, cobrem extensamente os experimentos e a prática desenvolvidos. Obras como "O Tao da Física", "Tao e a Música" e "Tao e Medicina", merecem ser lidos por aqueles que desejam aperfeiçoar estas vertentes do pensamento humano. Nada há de misterioso ou místico nos temas tratados. Pelo contrário. Há com estes estudos, uma desmistificação de conceitos tidos como absurdos ou como tabus. Fenômenos chamados de paranormais, deixam de ter aquela aura mágica, para se render à mágica do Tao.

Não vai demorar muito, e teremos explicações comprovadas para as visões oraculares ou fenômenos telepáticos, da mesma forma como vem-se obtendo em todas as partes do mundo, resultados inacreditáveis de cura, com a aplicação de agulhas ou pressão dos dedos. Como estas coisas fantásticas são conseguidas? A técnica básica, é estabelecer os pares opostos ou complementares de cada uma das situações estudadas. É claro que a identificação de um par, nem sempre é evidente. Para os orientais em geral e os chineses em particular, a definição de um par, apresenta menos dificuldade, tendo em vista a sua maior convivência e aceitação do irracional, do ilógico, enfim do intuitivo. Quando esta ferramenta é trabalhada em conjunto com a razão e a lógica formal, os resultados são muito mais perfeitos e coerentes.

Mesmo com esta experiência, assuntos como a saúde humana, que apresentam grande complexidade e responsabilidade, levaram milhares de anos de pacientes experimentações, observações e curas comprovadas, para que hoje pudéssemos dispor de um arsenal terapêutico, que abrange uma enorme gama de males, definitivamente curáveis. Estas afirmações podem ser facilmente comprovadas nos hospitais e universidades da China. A acupuntura, terapia baseada na aplicação de agulhas na pele, tem mostrado sua eficiência em todas as partes do mundo onde ela tem sido utilizada. Cada uma das centenas de pontos sensíveis que temos espalhados pelo corpo, são acalmados ou excitados conforme a doença e de acordo como o Tai-Chi se apresenta. Um par constituído de dor/sedação, pode ser manipulado nos pontos que já estão claramente identificados, permitindo fazer grandes operações sem necessidade de anestesia.

Muitos de nós já vimos isto em filmes pela televisão. Por que então, o ocidente não utiliza todos os conhecimentos desta Medicina, de sorte a juntos, construir um edifício aperfeiçoado desta ciência fundamental? Creio que aí entram interesses pessoais e corporativos, já que não há como negar a eficiência terapêutica da Medicina chinesa tradicional. Um dos ramos da ciência que vem apontando a existência de uma espécie de ponte entre a mente e matéria, é a Física. Como é ela que se ocupa do movimento dos corpos, sejam eles grandes ou pequenos, as surpresas das descobertas mais recentes, são de certa forma amortecidas por algum tipo de certeza de que estas não poderiam ser diferentes. Stephen Hawking, eminente cientista britânico, citou o caso de determinadas partículas sub-atômicas, que quando observadas sob microscópios próprios, parecem sofrer a influência da vontade do observador. O movimento de giro para a direita ou esquerda, aparentemente pode ser alterado de acordo com a vontade de quem o esteja analisando.

Por enquanto, os termos são "parecem" e "aparentemente", já que o método utilizado é o científico, exclusivamente lógico e racional. Quando ficar estatisticamente evidenciado que existe uma relação causa-efeito entre o pensamento e aquele movimento, serão abertas portas que certamente levarão a uma nova Física e Química, e quem sabe, até à inatingível Matemática. Tudo isto, pela descoberta desta ponte que ligaria a lógica racional ao irracional e intuitivo, o que vale dizer à evidência científica da unidade. E quando falamos em unidade, vem-nos à mente o Tao, e muitos outros temas que até hoje, por desconhecimento de sua origem, são chamados de ilógicos, parafísicos ou transcendentais. Esta revolução, que embora próxima, parece distante, somente abalaria a fé dos que não a possuem, pois, o que tem a ver movimentos de partículas ou energias sutis, com questões conceituais? Deus continuará sendo Deus sempre, pois seria absurdo imaginar que Ele se subordina a descobertas da pesquisa científica. Pelo contrário, isso só confirma a grandeza de Sua criação, através de seu



criado.

A influência do Tao, não se faz sentir somente nas ciências - as artes são contempladas de maneira notável. Nos jardins e nas pinturas, no canto e na música, nas vestes, na arquitetura e decoração, a Harmonia e serenidade do Tao, se fazem matéria e espírito, ação e sentimento. Os jardins chineses, grandes ou pequenos, obedeciam uma regra básica: o que lá fosse colocado, deveria estar em Harmonia com seu oposto, constituindo o conjunto um todo equilibrado, como são equilibradas as forças universais. As pessoas que lá viessem, fosse para passear ou para meditação, sentiam a Unidade, expressa pela continuidade do céu, sol e nuvens descendo e se unindo às montanhas, vales, rios e plantas, chegando em sua indescritível beleza à própria pessoa, compondo um amplo e magnífico quadro do Todo. No verão, o calor era amenizado às suas sombras extensas e refrescantes; no inverno, grutas e construções abrigavam passantes e homens piedosos, que lá vinham orar; no outono e na primavera, folhas e flores, forravam a paisagem de exemplos da magnificência da Harmonia.

Quando o espaço não permitia tão grandes construções, faziam-se jardins em pequenos terrenos públicos, em quintais e até mesmo existiam os jardins em miniatura para serem levados para dentro de casa. Ter em um canto da sala, um pequeno jardim harmônico, constituía uma constante chamada ao equilíbrio e serenidade. Não são coisas que a mente ocidental possa conscientemente perceber, ou melhor, viver. O sentimento de integração que estes jardins inspiram, é tão maior quanto mais desligados se estiver da razão e da lógica, deixando fluir livremente a intuição e os sentimentos reprimidos, quantas vezes, pela rudeza do dia-a-dia. É fácil perceber, que os artistas que concebiam tais maravilhas, deviam estar mergulhados no intuitivo e indizível, ao planejar e executar estas obras.

Não poderiam ser homens comuns, pois se assim o fossem, o resultado seria um jardim como outro qualquer. E os quadros, pintados segundo o sentido do Tao? Nestes, não havia começo nem fim. Do topo, onde se achava o céu, uniam-se nuvens esmaecidas que ao descer se integravam às escarpadas montanhas ao fundo, formando longos e sinuosos vales em seu sopé, permitindo a ocorrência dos suaves regatos que deixavam suas águas num sereníssimo lago. Plantas e flores, árvores e pedras, habitavam este local, de onde partiam pássaros e vapores rumo ao alto. Nada ali estava por acaso. A Unidade, o Tao, não seria alcançado pelo acaso, senão pelo desejo inexpresso da própria união. Além dos jardins e da pintura, encontramos ainda a influência do Tao na Música. Melodias geram sentimentos diferentes. Algumas, nos despertam um forte sentido de alegria, outras de profunda tristeza. Existem as que nos são indiferentes e outras ainda, que nos elevam ao divino. A motivo disto não fica muito claro, quando procuramos entender o fenômeno à luz da razão, onde a Física se junta à Matemática e à Biologia, para nos dar uma resposta.

Ao se ouvir uma canção composta por um seguidor do Tao, notam-se duas Harmonias: a primeira, que é aquela estudada nas Escolas de Música do mundo inteiro; a outra Harmonia, ilógica e irracional, derivada da intuição pura do compositor. O que se vê nos jardins e pinturas, sente-se na melodia. As notas tem serenidade e curvas que tangenciam seus opostos, num entrelaçado de suave tecitura. Os acordes acompanham a melodia, transcendendo o objetivo incompleto de agradar somente o ouvido do espectador; é preciso mais - é preciso atingir sua alma. Trata-se de uma técnica extremamente apurada, que deseja alcançar a Unidade. O autor tem que ter em mente os seus sentimentos, por certo, e com a mesma preocupação voltada para a orquestra e audiência, naquilo que chamamos de empatia. Todo o processo de criação, deve estar impregnado de amor no sentido de união.

Existem excelentes livros que falam sobre este tema específico, que por sua vez é irremediavelmente ligado à dança. A dança no Tao, tem um histórico notável, que é citado no mais antigo livro da sabedoria chinesa - o I-Ching. Aqui no ocidente, diversas academias, estão utilizando com enorme sucesso, a transcrição da pintura e da música, para a dança, que é a arte definitiva para muitos. Aqueles que tiveram oportunidade de assistir a um

desses espetáculos, se admira da mágica que é transmitida pelos suaves e graciosos movimentos, numa precisa unidade com a música, que como pano de fundo, decora magnificamente todo o espetáculo. Realmente vale a pena assistir uma dessas apresentações.

Entre a dança, a ginástica e as artes marciais, existe a conhecida prática do Tai-Chi-Chuan, que como já dissemos, trata dos movimentos que visam restabelecer o equilíbrio físico e mental naqueles que o praticam. Existem explicações bastante completas, que falam de um fluxo de energia vital, Chi, e de certas vias que o corpo possui e que não são mostradas na anatomia tradicional. Não se trata de nenhuma fantasia, pois existem provas suficientes do funcionamento preciso da acupuntura, quando feita por pessoas competentes.

A ação de cura se faz pelo excitar ou acalmar determinados pontos na pele, que são ligados entre si e aos órgãos do corpo, através de linhas imaginárias chamadas meridianos. Esses meridianos, são bem mais reais que as linhas referenciais de Greenwich, do equador ou dos trópicos geográficos. No caso dos meridianos da acupuntura e ciências correlatas, como massagens e Do-in, a sua existência é sem dúvida real embora invisíveis. De fato, os elementos sutis, podem prescindir de vias materiais limitadas. Ta-Chi-Chuan, massagens e Do-in, têm mostrado nos dois lados do mundo, tal eficácia, que é estranho que sua aplicação e aceitação não seja maior.

Tenho visto pessoas que conseguem em um ou dois minutos, com um leve massagear na cabeça e nuca entre seus polegares e palmas, livrar muitas pessoas de dores de cabeça, enjôos e enxaquecas, somatizados ou não, quando os remédios não estavam mais surtindo efeito. Essas pessoas não eram profissionais, mas tinham em si, os elementos capazes de promover esta mágica: amor, interesse e empatia. Somando isto à uma técnica bastante modesta, foram abertas as portas para que o Tao, que responde pela cura propriamente dita, executasse sua ação. A questão aqui, não envolve sequer acreditar ou não no Tao. Pode-se até não ter simpatia por ele. Isto não importa. Foi dito, e não custa repetir, que o Tao tem suas próprias regras, que em nada dependem do que pensa ou deixa de pensar o ser humano. No caso de nosso massagista, sua predisposição, foi a razão da cura e pouco ou nada dependeu do paciente, até mesmo porque ele não se achava em condições de auxiliar.

Quando falamos no Tao, necessariamente falamos no Tai-Chi e na possibilidade que ele nos oferece de exercitarmos o processo analítico -filosófico da questão. O Yin é associado ao negativo, feminino, lua, noite enquanto o Yang, está ligado aos opostos ou complementares harmônicos positivo, masculino, sol, dia. Dependendo do problema que estamos analisando, um ou outro lado, podem (e devem) receber nomes variados, desde que seja mantida a Harmonia do conjunto. Muitas vezes, começa-se por nomear um dos elementos e a partir daí achar o seu oposto. Vejamos um exemplo: se numa representação temos a razão, parece fazer sentido colocar do outro lado a não-razão ou, se preferirmos, a intuição. A intuição por sua vez, parece ser muito mais passiva do que a razão - podemos então dizer que a razão é o lado Yang e a intuição o Yin.

Somente após a designação do Yin e Yang, estaremos em condições de ter uma visão geral da questão. Algumas vezes, a seleção fica bem mais complicada, pois envolve elementos conceituais, como: se a "vida" é Yang, a "morte" será o Yin? A morte é o oposto à vida? Ou o par será nascimento/morte, ou quem sabe vida/transição, já que muitos não sabem ou não querem estabelecer o que vem depois da vida? A profunda reflexão, a utilização da lógica e/ou da intuição, podem e normalmente acham o par correto, que sempre será aquele que dá a mais perfeita solução ao problema.

Pode-se tentar um e outro nome, nesta ou naquela posição (Yin/Yang), pois não há nada definitivo, senão o encontro de um par que forme uma unidade harmônica. Quando a essa escolha se torna extremamente difícil, uma das armas mais poderosas postas a disposição do analista, é o I-Ching, antigo oráculo chinês, conhecido por milhões de pessoas. Vale dizer aqui, no entanto, que o I-Ching, pode ser utilizado como oráculo sem dúvida, mas a sua constituição básica envolve Filosofia, Teologia, Ética e Política.

Em resumo, o I-Ching é constituído de 64 capítulos, cada um dos quais, estuda um hexagrama, desenho composto de dois conjuntos de 3 linhas chamadas trigramas, que são postos em Ordem ascendente. Estas 6 linhas serão ou do tipo Yin, representado por uma linha dividida em 2, ou do tipo Yang, sólida . A cada um dos 64 hexagramas, seguem-se comentários relativos ao conjunto e à interpretação de cada uma das posições. Na utilização popular e mais comum, a oracular, é suficiente o sorteio de moedas ou varetas e a Leitura do respectivo hexagrama e dos comentários que se seguem. Estes costumam oferecer uma boa sugestão do que podemos fazer na situação para a qual o I-Ching foi consultado. Um uso mais nobre do I-Ching, a definição dos pares complementares e harmônicos do Tao-Chi, é uma tarefa nada fácil, mas surpreendentemente correta. Dizem os sábios chineses, que a Unidade dá origem à dualidade Yin/Yang, que por uniões sucessivas, derivam nas "dez mil coisas", ou seja, em tudo que existe no Universo; é bastante natural portanto, que da análise dos dois trigramas considerados complementares harmônicos, consigam-se obter respostas para o par procurado.

O estudo do I-Ching, pode durar uma vida toda e às vezes não se consegue chegar onde se deseja. A propósito, Confúcio, que era um sábio, afirmou que se tivesse outra vida, a dedicaria exclusivamente ao estudo do I-Ching. Em nosso lado ocidental e em tempos mais recentes, o eminente psiquiatra suíço Carl Gustav Jung, grande humanista e profundo estudioso do livro, se posicionou inequivocamente favorável ao I-Ching, quando declarou: "para aqueles que buscam o autoconhecimento e a sabedoria, esta é a Leitura mais indicada." O comentário que podemos fazer do I-Ching, não deve ultrapassar o que foi dito.

Um aprofundamento maior, é questão de fôro íntimo, que envolverá um profundo desejo aliado à uma enorme dedicação. É quase certa a necessidade de um mestre orientador, quando o patamar que se deseja alcançar, esteja suficientemente acima de nossa capacidade. O Tao nos alertou sobre os limites que cada um tem. São limites inferiores e superiores. Algumas pessoas, têm poder de abstração, outras de se expressar ou de entender o que foi expresso, e a maioria, fica numa espécie de limbo. Tanto no estudo do I-Ching como do Tai-Chi e do Tao, é preciso que estes limites sejam conhecidos e respeitados, de forma a não nos causar frustrações, e afinal, acabarmos por nos impor uma lastimável desistência. Sábios lamas tibetanos, asseguram que quando você se sentir pouco à vontade para prosseguir estes estudos, valerá muito mais, que leve uma vida virtuosa, o que igualmente lhe dará as condições de ter uma vida igualmente harmoniosa, feliz e produtiva. Afinal, virtude é Tao.

---

## REVENDO ...

---

### O TAO-TE-CHING

O mais importante livro sobre o Tao, o Tao-Te-Ching, foi escrito por Lao-Tsé, controvertida figura de escritor e filósofo, cerca de 2600 anos atrás, na China. O livro é constituído de 81 versos cujo objetivo é sensibilizar os Leitores para os méritos do Tao e, ao seguir este caminho, conseguir uma vida mais feliz e completa. Apesar de ter sido escrito em uma só noite, o livro apresenta grande profundidade, o que nos le-va a supor que Lao-Tsé estivesse inspirado ou mesmo iluminado quando o escreveu.

---

### O TAO

Inicialmente, o Tao nos lembra Deus, e isto não é correto, já que o Deus ocidental é antropomórfico - voltado para o ser humano, enquanto o Tao é mais genérico. O homem ocidental, tem a mente marcada pela razão e pela lógica. Como os conceitos deste livro passam também pelo processo intuitivo, houve a necessidade de se adaptar o texto à nossa forma de pensar. No primeiro verso do Tao-Te-Ching, encontramos - "O que pode ser definido, não é o Tao". Mesmo assim, há necessidade de algum tipo de definição para que possamos dar prosseguimento ao nosso estudo. Esta definição, baseia-se nos efeitos do Tao - O Tao é uma Ordem universal, harmônica e

harmonizante.

1- O Tao é uma Ordem, porque é uma Lei axiomática que não se cumpre ou se deixa de cumprir. Ela simplesmente atua sobre todas as pessoas e coisas, independe da vontade de cada um.

2- O Tao é universal, porque tem a maior abrangência possível: a totalidade dos espaços, tempos, coisas e pessoas, sejam elas objetivas ou sutis, como o pensamento.

3- O Tao é cósmico ou organizado, porque ele cria ou recupera o equilíbrio e, não se podendo dar o que não se tem, o Tao é necessariamente or-ganizado.

4- O Tao é harmônico, porque, se não o fosse, não poderia harmonizar as partes que estejam em relação.

5- O Tao é harmonizante, porque possui a capacidade de prover solução para as situações em conflito.

---

## O TAI-CHI

Um bom entendimento do Tao, passa necessariamente pela compreensão do Tai-Chi, símbolo que representa a unidade de uma situação e as duas partes que a compõe. Para os estudiosos, toda situação apresenta dois elementos opostos ou complementares: saúde/-doença, claro/escuro, etc. Alegam que só fica doente quem tem saúde, e só fica curado quem esteja doente. Esta situação saúde/doença, é então colocada no Tai-Chi e examinada para se encontrar o caminho da cura. Estar doente, é ter um lado do Tai-Chi maior, ficando o conjunto em desequilíbrio. As terapias dão as condições para a ação do Tao, que será a de restaurar a Harmonia, ou seja, a cura propriamente dita. Colocar mente e corpo em wu-wei, isto é em nível de serenidade, permitirá que qualquer pessoa consiga curar seus pequenos males. A prática é fundamental para o aperfeiçoamento desta arte. Problemas de qualquer natureza, podem ser vi-sualizados no Tai-Chi. Achar suas partes constituintes, e daí a melhor solução é, assim, uma questão de bom senso. Também aqui, o exercício da identificação das duas partes, é a chave do processo.

---

## O WU-WEI

O wu-wei, mente-vazia ou não-fazer, é uma atitude importante para que o Tao atue no espaço aberto. Isto é conseguido mediante um esvaziamento progressivo das preocupações e um certo relaxamento do corpo. Se ao caminhar você sentir que está tenso, utilize o "gatilho da serenidade": torne seus passos lentos e compassados; deixe os braços pendentes; solte os músculos do rosto e barriga; semicerre os olhos visualizando um ponto no horizonte; esvazie a mente (wu-wei). Em um ou dois minutos, você sentirá a diferença.

---

## A SERENIDADE

Por que a ênfase na serenidade? Porque ela não apenas nos faz sentir bem, mas abre o espaço necessário para a ação do Tao. Além disso, desenvolve o processo de intuição. Mais e mais pessoas no Ocidente, passaram a pautar suas vidas nos ensinamentos que vimos. Afinal, não havendo necessidade de se afastar da rotina diária, o que poderia ser melhor do que levar esta mesma vida com mais Harmonia, alegria e eficiência?

---

## TEMAS PARA REFLEXÃO

A seguir, você encontrará 20 afirmações retiradas do Tao-Te-Ching. Após o tema proposto, há uma pequena frase que poderá ajudar na processo pessoal de reflexão. Em exercícios desta natureza, não há respostas certas ou erradas. O mais importante, é você ser coerente consigo mesmo.

---

**1-"A razão não nos leva ao Tao"** (Pense em termos de razão e intuição)

**2-"Crescer, é reduzir os nossos desejos"** (Como os desejos podem nos frustrar?)

- 3- "**Tao não é Deus**" (Como é o Deus ocidental?)
- 4- "**Não se deixe dominar pelas paixões**" (Que diferencia o amor da paixão?)
- 5- "**Livros trazem erudição mas não sabedoria**" (Imagine um sábio e um intelectual)
- 6- "**Considere a experiência dos mais velhos**" (A nossa opinião será sempre a melhor?)
- 7- "**O sábio é firme na Justiça**" (Qual a coisa mais importante para você?)
- 8- "**Está errado ganhar dinheiro?**" (Como se pode ganhar dinheiro?)
- 9- "**O homem feliz é prestativo, sincero e suave**" (Lembre de alguém realmente feliz)
- 10- "**As boas idéias não precisam ser impostas**" (Alguma vez você já tentou impor?)
- 11- "**Temos nossos próprios limites**" (Muitas pessoas sabem suas fraquezas)
- 12- "**Esperar reconhecimento, é caminho certo para as frustrações**" (Que você acha de doar sem esperar volta?)
- 13- "**O sábio orienta**" (É o seu caso?)
- 14- "**Muitas pessoas agem na vida como se tudo fosse continuar no mesmo clima de festa**" (Você tem facilidades financeiras?)
- 15- "**O vaidoso não terá reconhecimento**" (O que voce entende por vaidade?)
- 16- "**A ação do Tao é inexorável**" (Lembre-se o que é uma Ordem)
- 17- "**Ser feliz é estar satisfeito com o que se tem**" (Você concorda? Por que?)
- 18- "**Viver para os sentidos, impede o crescimento**" (Visualise o Tai-Chi e pense)
- 19- "**A corrida para o sucesso, não tem vencedor**" (O sucesso é fato compartilhado?)
- 20- "**O sentido da vida**" (Como gostaria que fosse sua vida?)

\* \* \*