

THOMAS  
MOORE

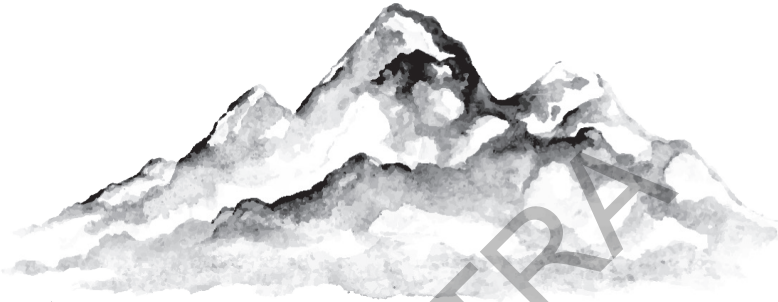
A ELOQUÊNCIA  
DO  
SILÊNCIO

ENCONTRANDO SABEDORIA NO VAZIO

EDITORA  
**ALAÚDE**

Rio de Janeiro, 2024

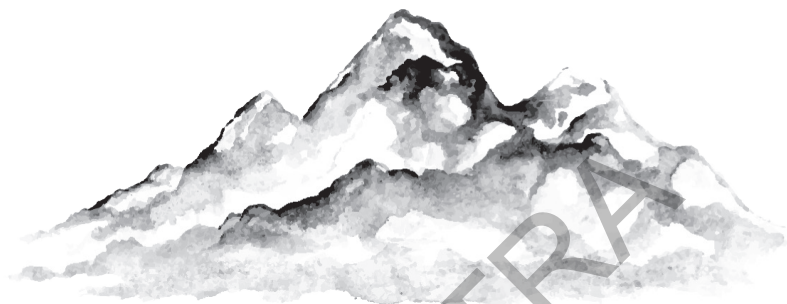
# SUMÁRIO



<i>Introdução</i> .....	<i>ix</i>
O Anel Ausente.....	1
A Flecha Invisível.....	5
Portas e Janelas.....	11
O Prato Vazio.....	15
O Saco Furado.....	19
Uma Noite Tranquila.....	25
Nada é Natural.....	29
Os Sanduíches de Pepino.....	35
Não há Motorista.....	39
Separe as Moléculas.....	43
O Vinho Acabou.....	47
A Carruagem Vazia.....	53
Somos Deixados como Vestígios.....	57
Para Onde Vai o Meu Colo? .....	61
Nada Mais.....	65

Pare de Tentar .....	69
Sem Necessidade de Palavras .....	73
Quantos Tigres.....	77
O Pote Vazio.....	81
Esquecimento .....	85
Desaparecido .....	91
O Bambu Podre.....	95
Sabendo Sem Saber .....	99
A Tigela Perdida.....	103
Ninguém no Barco .....	107
O Sutra do Coração.....	111
O Deus Ausente.....	117
Douta Ignorância.....	121
Não Possuir .....	125
Muitos Sapatos, Nenhum Pé.....	129
Sem Mingau na Tigela.....	133
Consiga Nada por Nada.....	139
O Espírito de Murphy.....	143
Sem Falar.....	147
O Sapo Silencioso.....	151
O Sorriso Prolongado .....	155
Siga o Córrego.....	159
Perder os Cabelos .....	163
A Loja de Curiosidades.....	167
O Prédio Vazio .....	173
<i>Posfácio.....</i>	<i>177</i>
<i>Agradecimentos.....</i>	<i>181</i>
<i>Notas.....</i>	<i>183</i>
<i>Sobre o Autor.....</i>	<i>187</i>
<i>Índice.....</i>	<i>189</i>

## O ANEL AUSENTE



*Nasrudin era líder espiritual e professor num pequeno vilarejo. Era reverenciado e respeitado como um mulá, embora fosse bastante incomum e imprevisível.*

*Certo dia, um homem do vilarejo com muitas virtudes procurou Nasrudin com uma novidade.*

*— Meus negócios exigem que eu me mude para uma cidade distante, e sinto ter que deixar nosso lindo vilarejo e os benefícios de tê-lo como guia espiritual e professor — disse ele a Nasrudin.*

*O respeitado professor pareceu triste e disse:*

*— Sinto muito em vê-lo partir. Espero que possa manter contato conosco, comigo.*

*— Não sei como vai ser morar longe — disse o homem. — Mas tive uma ideia. Há muito admiro o maravilhoso anel que o senhor usa no dedo da mão direita e pensei que se o desse*

*para mim, sempre que eu olhasse para a minha mão e visse o anel, pensaria no senhor.*

*Bem, Nasrudin tinha suas virtudes e seus defeitos. Não gostava de se separar de coisas que lhe eram preciosas.*

*— Tenho uma ideia melhor — retrucou. — Por que eu não fico com o anel? Assim, sempre que você olhar para a sua mão e vir que o anel não está ali, pensará em mim.*



Esta é uma história perfeita sobre o vazio. Em vez de ver algo, você não vê nada, e esse nada é significativo. A atitude do homem do vilarejo é normal: ele está prestes a perder contato com seu mestre e então procura alguma coisa. É assim que lidamos com a mudança e a perda. Procuramos algo, qualquer coisa, para preencher o espaço.

Mas Nasrudin é mais esperto do que aparenta. Ele mostra a importância da astúcia e do humor no ensino de paradoxos. Vem com uma ideia melhor, ao enxerga valor no potencial para o vazio que observa no vizinho. Ele também percebe que, ao apresentar o vazio de maneira positiva, desenvolve o relacionamento professor-aluno. O dedo vazio, imperceptível, sem anel, é a solução perfeita.

Isso leva a questões mais amplas: Que lugar o vazio ocupa em nossos relacionamentos? Às vezes, é melhor não demonstrar sinais físicos de proximidade e amor? É bom duvidar da devoção da pessoa amada? As coisas que usamos para expressar nosso amor atrapalham? Você dá presentes caros no aniversário de casamento ou

no Dia de São Valentim<sup>1</sup>. Seria melhor encontrar um não presente, um presente vazio, um que não custe muito ou não custe nada, que não seja tradicional, que não transmita uma mensagem óbvia?

Um dos melhores presentes que dei no Dia de São Valentim à minha família foi um livreto que eu mesmo fiz com traduções de poemas de Rainer Maria Rilke com breves comentários. Não custou quase nada. Era inútil. Poucos apreciariam o seu valor, exceto minha família e uns poucos amigos. Era extremamente simples. Fiz cinco cópias. Não tinha finalidade comercial. O projeto estava repleto do vazio, mas causava satisfação! Era tão vazio que nunca o esqueci, tampouco superei o prazer em dá-lo.

Tento viver pela regra de Nasrudin: não se desfaça do anel em seu dedo. Deixe que a outra pessoa encontre significado no vazio que vem de você não dar demais e conservar o que é importante. Dar pode ser generoso por fora e egoísta por dentro. Podemos obter imensas recompensas emocionais ao dar muito, mas, no fim, o egoísmo oculto pode arruinar a amizade.

Esta é apenas uma explicação para esse tipo de vazio, em especial, e tenho certeza de que há muitas outras. No verdadeiro vazio, as explicações não são necessárias, nem desejadas. Como veremos repetidas vezes, o vazio em si deve ser mantido vazio.

Crie uma regra geral: aprecie o vazio sempre que o encontrar. Um amigo falta a um jantar em um restaurante. Você fica olhando para a cadeira vazia. Transforme a sua frustração em meditação

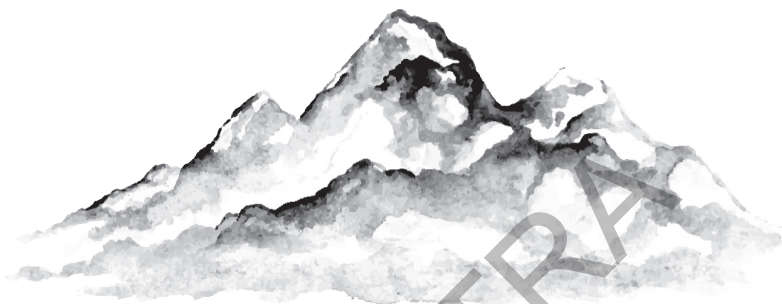
---

1 Comemorado no Brasil como Dia dos Namorados, os Estados Unidos e vários outros países celebram o amor, não apenas entre casais, mas entre amigos e pessoas queridas. [N. da T.]

sobre o vazio. Observe o que ocorre quando aceita a cadeira vazia em vez de amaldiçoá-la. Você se depara com demonstrações ilimitadas de vazio todos os dias. Primeiro, permita o vazio e resista às tentações de preenchê-lo. Segundo, contemple o novo tipo de vazio que apareceu e aprenda com ele. Deixe que ele desperte a sua imaginação para que você possa encontrar um vazio mais intenso e profundo em todos os aspectos de sua vida.

AMOSTRA

# A FLECHA INVISÍVEL



*Harakura era o professor-chefe de arco e flecha no Japão e atraía muitos alunos de todo o país e até de lugares distantes. Sua habilidade com o arco e a flecha era famosa, e quem queria aprender essas técnicas ia aprender com ele.*

*Certa tarde, após uma longa aula de três horas, Harakura guardava seu equipamento quando um novo aluno se aproximou.*

*— Mestre — ele disse —, fiquei muito impressionado com suas habilidades e os ensinamentos de hoje e gostaria de saber se conhece o mestre arqueiro que mora no alto do monte Kahajaru.*

*— Não, nunca ouvi falar dele — respondeu o mestre, intrigado.*

*— Ovi dizer que ele é o melhor arqueiro do mundo — disse o aluno. — Acho que seria interessante levar a turma*



*para o alto dessa montanha para observar a destreza desse talentoso arqueiro.*

*— Certamente — concordou Harakura. — Uma ótima ideia. Entrarei em contato com ele, e talvez possamos viajar na próxima semana.*

*Assim, na semana seguinte, Harakura reuniu seus alunos para se prepararem para a jornada.*

*— Acho que, se houvesse um arqueiro altamente habilidoso na vizinhança, eu teria ouvido falar dele — disse ele. — Mas, claro, estou disposto a levar a classe para o alto da montanha para procurar o mestre arqueiro. Se não ficarem impressionados, como acho que não ficarão, sejam gentis com ele e, também, com quaisquer alunos que ele esteja treinando.*

*Então o grupo partiu, entusiasmado, em direção à montanha e à improvável descoberta de um professor que poderia ser melhor do que o próprio reverenciado Harakura.*

*Chegaram ao sopé da montanha, tão alta, que atingia o céu naquele dia, seu cume atravessava as nuvens. Quando chegaram perto do topo, ouviram conversas e encontraram um velho homem ensinando um grupo de cinco ou seis alunos. Ele tinha nas mãos um maravilhoso arco esculpido em madeira e se reclinava para trás, mirando um ponto obviamente bem alto no céu. O fato estranho era que ele não tinha uma flecha, apenas o arco. Harakura ia perguntar sobre a flecha ausente quando o mestre disse aos alunos que ficassem em completo silêncio. Ele apontou para um grande pássaro que voava no alto. Então puxou o arco com todas as forças, contraindo o braço direi-*

*to, de modo que se podiam ver as veias saltadas sob a pele. Naturalmente, não havia nada para puxar — nenhuma flecha, apenas dedos retesados em uma corda esticada. Ele soltou o dedo de repente, e, um instante depois, o pássaro caiu do céu. Todos, até Harakura, ficaram admirados com sua habilidade e perguntaram ao velho homem se poderiam estudar com ele.*



Este conto sobre o arco vazio trata de um tipo especial de arma e sugere como exercitar o poder e ser eficiente no mundo.

Às vezes, por exemplo, é melhor se calar do que falar. Alguém o critica e espera uma resposta defensiva, mas você não diz nada. Você não está sendo passivo ou fraco, porque é necessário força considerável e uma habilidade especial para ficar quieto. Vamos chamá-la de “a arte de calar”, “a arte de não ser convencido a agir” ou “a arte de usar armas poderosas, porém invisíveis”.

Muitas pessoas frequentemente falam demais. Elas dizem coisas que magoam quando deveriam ter ficado quietas. Não falar é uma arte que deve ser dominada. Como terapeuta, tornei-a parte do meu método. Treinei para não falar, mesmo quando a situação pede algumas palavras.

Às vezes, sinto-me tentado a dar conselhos, falar sobre mim ou explicar uma situação. Mas sei que, geralmente, essas ações não são muito úteis, se é que em algum momento são. Às vezes, é melhor oferecer ao paciente a chance de refletir e também aprender comigo que falar não é tão importante quanto se acredita. Não fa-

lar pode ser exatamente o que é necessário. Palavras não escutadas muitas vezes atingem o alvo.

Na arte da conversa profunda, aprender a ficar em silêncio é outra habilidade valiosa. Talvez você sinta alguma tensão e fique tentado a preencher o espaço vazio com palavras, quaisquer que sejam. Pergunte-se: *Você tem firmeza para ficar calado?* É possível descobrir que uma pausa numa conversa consegue mais que muitas palavras.

De modo geral, você pode aprender a não fazer demais ou usar suas ferramentas com sutileza. É mais eficaz usar poucas palavras num e-mail ou numa carta, ou simplesmente não escrever. Talvez você não precise de todos os vários métodos de comunicação à sua disposição.

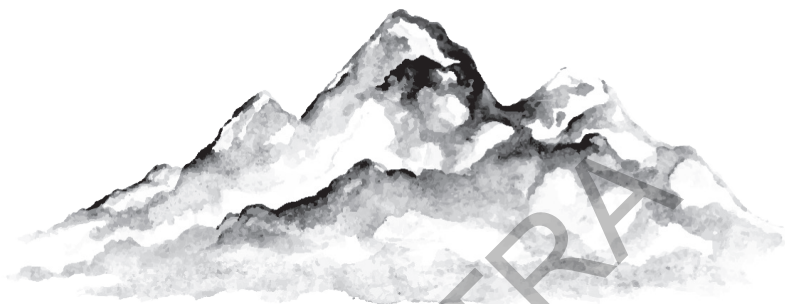
Como escritor, sei que uma das melhores coisas que posso fazer para melhorar um texto é relê-lo e cortar as palavras desnecessárias. Normalmente fico chocado o quanto esse exercício simples diminui o livro e deixa a leitura mais clara. Esvaziar é uma estratégia valiosa em muitos tipos de trabalho. Usa-se o nada para atingir resultados excelentes.

Não fazer nada, não se explicar, não se defender, não mostrar nenhum sinal externo de seus sentimentos interiores — tudo isso são formas de usar um arco sem flecha e celebrar o vazio sagrado. É possível chegar a um ponto em que se aprecia a ausência mais que a presença e o silêncio mais que a necessidade de falar. Você pode não dispor de “armas” e extrair grande poder desse vazio. E será então reconhecido como uma pessoa com habilidades invisíveis peculiares.

Você também pode liderar sem sinais de liderança, ensinar ajudando os alunos a serem autodidatas, ser um homem de negócios sem tornar o lucro seu objetivo principal. O vazio é abundante e promove a vida.

AMOSTRA

# PORTAS E JANELAS



*Um cubo de roda pode ter trinta raios,  
mas é o orifício no centro que a faz andar.  
Transforme argila em um pote,  
e é o seu vazio que o tornará útil.  
Abra espaços para portas e janelas em um aposento,  
e essas aberturas o tornarão habitável.  
Você recebe algo que está presente,  
mas se beneficiará realmente do que está ausente.*

TAO TE CHING



Durante muitos anos, mantive esse ensinamento do livro *Tao Te Ching* no primeiro plano de minha mente. Para mim, é uma das imagens mais convincentes do vazio. Janelas em uma casa a tor-

nam bonita e habitável, certamente tanto quanto paredes e pisos. E o que seria uma casa sem o espaço aberto das portas?

Eu me inspiro a permitir espaços vazios em toda a minha vida: momentos para não fazer nada, lacunas na agenda do dia, não ir a um lugar a que fui convidado e encorajado a ir, recusar uma oferta de emprego. Estas são as janelas e portas de minha vida. Por causa dessas passagens vazias, vejo coisas que, de outra forma, estariam ocultas, ou visito lugares normalmente inacessíveis.

Se você preencher a sua vida, não acontecerá nada inesperado. Não fará novas descobertas e terá poucas surpresas e revelações.

Se lotar a sua agenda, quando aparecer uma oportunidade proveitosa, terá que dizer não. Se não deixar nada ao acaso, não haverá oportunidades inesperadas. Se a sua mente está fechada ao que é valioso, não aprenderá a enriquecer e tornar a sua vida mais complexa.

Algumas pessoas presumem que a vida não lhes dá novas chances de enriquecimento quando, na verdade, suas portas estão fechadas ou até seladas. Talvez elas tenham se esquecido de colocar portas na estrutura de sua vida. A vida de algumas pessoas é tão fechada pelos preconceitos das famílias, da igreja ou da sociedade que não conseguem reagir com liberdade ou gerar novas ideias. Na verdade, elas não têm janelas na morada de sua alma que lhes permitam ver o mundo no exterior e vislumbrar novas possibilidades.

Planeje e construa espaços vazios com antecedência para quando a oportunidade chegar, você possa vê-la e mover-se livremente. Se tiver muitas janelas e portas, surgirão muitas novas experiências em sua vida e você viverá acontecimentos enriquecedores. Pessoas chegarão e partirão, e novas ideias surgirão e desaparecerão.

Você tem espaços emocionais que precisam de luz, ar e visitas espontâneas a amigos. Talvez você feche seu espaço psíquico por medo ou por nunca ter considerado a importância de portas e janelas em sua vida. Esse espaço em sua agenda pode não ser uma brecha à espera de ser preenchida, mas sim uma janela ou uma porta que ficará melhor se deixada aberta.

Várias pessoas me contaram sonhos com portas ou janelas apenas entreabertas. Elas têm medo de que alguém mau possa entrar. Mas acho que o sonhador, muitas vezes, está errado. Seu medo pode ser ligeiramente paranoico. Talvez ele precise que alguém invada seu espaço e traga vida nova. Talvez a janela e a porta entreabertas sejam uma bênção, não uma ameaça.