Direitos de Autor © 2025 - Tiago Sousa

Todos os direitos reservados. Nenhuma parte deste livro pode ser reproduzida ou transmitida por qualquer forma ou meio, seja electrónico ou mecânico, incluindo fotocópia, gravação ou qualquer sistema de armazenamento e recuperação de informação, sem autorização prévia, por escrito, do autor.

Primeira edição

O Manifesto Egoísta

Tiago Sousa

Parte I - As Mentiras

A Mentira Da Verdade Comum

Ao longo da tua vida, foste alimentado com uma infinidade de mentiras – algumas incompletas, outras totalmente falsas – que moldaram a forma como vês o mundo, como pensas e como ages.

Verdade Comum refere-se ao conjunto de mentiras que a sociedade promove e aceita como factos. Estas mentiras estão por todo o lado. São aquelas coisas que ninguém se dá ao trabalho de questionar, as crenças fundamentais que moldam a nossa perceção moderna da realidade. Desafiar estas Verdades Comuns é muitas vezes visto como heresia, delírio ou algo ridículo. São dogmas, aceites até pelas sociedades mais seculares, científicas e de mente aberta.

O que torna estas Verdades Comuns particularmente insidiosas é a sua subtileza. São frequentemente difíceis de desconstruir, escondidas sob camadas de crenças e suposições profundamente enraizadas. Mas desconstruí-las é essencial se queres separar a Verdade da Verdade Comum.

A Verdade Comum assenta em duas suposições fundamentais. Ao reconheceres estas suposições, podes começar a distinguir entre o que é realmente verdadeiro e aquilo que a sociedade te condicionou a acreditar.

O Pressuposto Da Informação

Pressuposto: *Vivemos no século XXI, a era da informação, com vastos registos históricos, estudos científicos e investigação prontamente disponíveis. Quase qualquer tema pode ser explorado através de livros, documentários e bases de dados online. Embora alguns dados possam*

ser limitados ou desatualizados, existe geralmente informação de qualidade suficiente para que qualquer pessoa possa procurar e compreender a verdade.

É tão subtil. Tão sorrateiro, tão óbvio. Existe uma quantidade inacreditável de dados e informação por aí, e grande parte está disponível gratuitamente. Podemos encontrar livros com séculos de existência online. Podemos encontrar estudos científicos. Podemos encontrar tanta documentação e tantos dados sobre tantos temas. Certamente, apenas um tema muito recente, de nicho ou obscuro é difícil de investigar. É nisso que a maioria das pessoas acredita.

A questão central é que a maioria dos acontecimentos da vida real nunca é registada. Na verdade, a esmagadora maioria dos dados do mundo real não é documentada. A pequena parte que é registada representa apenas uma fração minúscula do que realmente acontece. Muitas vezes assumimos que esta pequena amostra é suficiente para tirar conclusões fiáveis sobre o mundo. Mas essa suposição é profundamente problemática.

Tomemos o exemplo das estatísticas criminais. Um crime pode ocorrer, mas para que seja documentado, tem de ser comunicado à polícia, registado nos seus sistemas e posteriormente disponibilizado para investigação. No entanto, este processo está cheio de lacunas. Nem todos os crimes são reportados. Nem todos os relatórios são corretamente registados ou armazenados. Mesmo quando o são, muitas vezes ficam em bases de dados privadas, inacessíveis ao público ou a investigadores. E mesmo quando os dados estão disponíveis, estão sujeitos a erros: dados podem ser perdidos, servidores podem falhar ou certos incidentes podem ser afetar a qualidade dos dados.

Todo o processo que transforma dados brutos em análise passa por várias etapas frágeis: recolha, registo, armazenamento e interpretação. Em cada uma dessas fases, podem surgir erros, omissões e enviesamentos. Alguns eventos nunca chegam a ser registados. Alguns dados perdem-se, são mal arquivados ou ficam encerrados em sistemas inacessíveis. Mesmo os dados acessíveis podem já estar filtrados ou distorcidos quando chegam aos analistas.

Quando finalmente vemos estatísticas ou conclusões, muitas vezes estamos a olhar para uma versão distorcida da realidade, moldada mais pelo processo do que pela verdade. Falhas técnicas, interesses institucionais e erro humano comprometem a fidelidade dos dados originais.

Tratar os dados como neutros ou absolutos é ingénuo. Devemos sempre considerar o que pode ter sido perdido, distorcido ou excluído antes sequer de os dados nos chegarem.

Agora pensemos noutros exemplos. Quantos acontecimentos no nosso dia a dia passam despercebidos ou não são registados? Quando estás num centro comercial, quantas interações entre empregados e clientes não são captadas de forma alguma? Ou quando estás preso no trânsito, quantos pequenos episódios, como alguém cortar-te a passagem, nunca chegam a ser mencionados em qualquer relatório ou estudo? Esses momentos aparentemente triviais fazem parte da realidade, mas passam completamente ao lado da documentação.

Até experiências mais significativas são frequentemente deixadas de fora dos registos formais. Muitas áreas da vida, devido à sua natureza subjetiva ou não quantificável, nunca são sistematicamente estudadas ou documentadas. Os sentimentos pessoais, as subtilezas das interações

sociais, as dinâmicas do local de trabalho, tudo isto raramente é captado de forma significativa. Há temas que simplesmente nunca foram estudados, deixando vastas áreas da vida por explorar.

Os dados que temos são incompletos, fragmentados e muitas vezes enviesados. Não refletem o verdadeiro alcance da realidade. Quando confiamos nestes dados limitados para tirar conclusões, corremos o risco de perder a visão do todo. A verdadeira complexidade da experiência humana é muito mais rica do que a pequena amostra de dados de que dispomos, e é importante reconhecer que grande parte do que molda o nosso mundo permanece não documentado.

Cada etapa no registo e síntese de dados e informação envolve inúmeras suposições e uma grande margem de erro. Cada vez que alguém tenta resumir, simplificar ou generalizar a realidade, uma parte dessa realidade é ignorada.

E sejamos honestos, quanto esforço colocas realmente na análise da informação que recebes, por exemplo, de um manual escolar? Costumas cruzar essa informação com outros manuais para confirmar a sua precisão? Já chegaste ao ponto de realizar o estudo tu próprio? Ou sequer de consultar os dados primários em que o manual se baseia?

Na maioria das vezes, nem um professor universitário com doutoramento faz isso. E muito menos os revisores de artigos científicos. Muitas vezes, o seu método resume-se a simples referência cruzada. Quando especialistas analisam um artigo, o principal critério de validade é se este está em consonância com as conclusões da maioria dos outros artigos.

A sociedade inclinou-se demasiado para o racionalismo, de-

senvolvendo uma fé excessiva em dados que são frequentemente falíveis, incompletos e enviesados — recolhidos por pessoas que não conhecemos, em contextos que desconhecemos. E, nesse processo, perdemos algo essencial: a confiança na experiência direta.

Agora, isto não é um passe livre para rejeitar toda e qualquer informação que nos chega. Os dados registados podem ser úteis, e muitas vezes são, mas devem sempre ser abordados com um forte sentido de ceticismo. O problema surge quando tratamos dados secundários com uma certeza dogmática, em vez de os questionarmos, desafiarmos e reconhecermos as suas limitações.

O Pressuposto De Autoridade

Pressuposto: *De um modo geral, pode-se confiar nos especialistas em qualquer determinado tema. Se uma pessoa tem um doutoramento numa área e tem feito investigação sobre ela durante décadas, isso significa que o seu conhecimento sobre o assunto é bastante profundo. Pode haver falhas aqui e ali, devido à falta de financiamento ou de dados, mas esse conhecimento é, no essencial, fiável. Os especialistas são pessoas profundamente apaixonadas pela sua área e procuram descobrir a verdade sobre ela, lendo vários estudos e realizando experiências por conta própria.*

Esta suposição irrita-me profundamente. É uma visão idealista de como os seres humanos funcionam e de como o conhecimento é construído. Trata-se de uma visão extremamente higienizada, já explorada por diversos autores como Thomas Kuhn e Feyerabend.

Ao criarmos uma distinção rígida entre instituições

académicas e organizações empresariais, estamos a enganar-nos a nós próprios. No fim do dia, as instituições também são negócios. A maioria dos investigadores não estuda o que quer, com as ferramentas de que precisa, nem com o tempo necessário. A investigação não é conduzida com a atitude aberta e céptica que gostamos de imaginar. Na realidade, são os políticos e os líderes empresariais que determinam o que é investigado. Se um tema não for lucrativo, dificilmente será explorado. Se for considerado demasiado "esotérico", será evitado. Se contrariar a agenda política na área da educação, será ignorado. E se for demasiado novo ou fora da norma, provavelmente não receberá qualquer atenção.

A investigação está frequentemente envolta em burocracia, mais do que gostaríamos de admitir, tanto a nível de financiamento como dentro das próprias universidades. Os investigadores são muitas vezes obrigados a seguir procedimentos rígidos para que os seus métodos sejam considerados "válidos". Embora isso faça sentido em teoria, pode dificultar seriamente o progresso científico.

Por exemplo, um investigador pode ter acesso a 10 bases de dados para o seu projeto, mas apenas 1 ou 2 são consideradas válidas. Determinar quais são válidas depende, muitas vezes, de virem de instituições "confiáveis" como agências governamentais ou universidades reconhecidas.

Isto não significa que as outras bases de dados sejam menos fiáveis. Na verdade, todas as 10 podem ser igualmente verdadeiras, mas apenas algumas são elegíveis para estudo. Investigadores independentes que recolhem e partilham dados em bases públicas, com base na sua própria experiência, vêem frequentemente o seu trabalho descartado, não

por ser falhado, mas por não ter credenciais formais ou ser visto como tendencioso.

É importante perceber que a investigação, infelizmente, depende muito da falácia genética e da falácia da autoridade. A forma como a investigação é conduzida no meio académico é filosoficamente problemática. Vai tão longe na tentativa de evitar o erro, o viés e o "woo" que acaba, sem querer, por excluir métodos e dados valiosos.

Kuhn também explorou o conceito de Ciência Normal. Isto é, basicamente, o fenómeno de pensamento de grupo. Existe uma fase, durante a evolução da ciência, em que os especialistas chegam a um consenso sobre um determinado tema. Fizeram tantos estudos e analisaram tantos dados que se contentam com uma conclusão. E sempre que surge algo novo que contradiz essa conclusão, essas anomalias são descartadas.

- "Ah, este estudo teve uma amostra demasiado pequena."
- "Quem recolheu estes dados usou o método errado."
- "Este artigo foi-nos enviado por quem? Um Zé ninguém no ResearchGate?"
- "Este estudo já foi refutado por pelo menos 10 outros artigos."
- "Para este estudo estar certo, todo o campo da área X teria de estar errado."
- "A revisão de literatura e a justificação teórica deste estudo são bastante fracas."

Quando cientistas, investigadores ou académicos chegam a um ponto de concordância, entra em ação a sua natureza

tribal. A verdade foi ”resolvida”, e as desculpas para ignorar novos dados, novas informações ou novas experiências tornam-se infinitas. Infinitas desculpas para manter a ciência no estado em que está. A normalidade é algo emocionalmente precioso para os seres humanos. Tudo o que é anormal é automaticamente rejeitado.

Por fim, há que considerar a identidade do próprio investigador como parte do problema. Achas mesmo que existe uma divisão 50/50 entre géneros em áreas como estudos de género, estudos da mulher, sociologia e antropologia? A verdade é que, quando as pessoas escolhem uma área, muitas vezes fazem-no com uma agenda. Escolhem uma disciplina porque ela serve os seus interesses de alguma forma. Aquele professor de finanças? Não é totalmente objetivo em relação às finanças. Uma mulher com um diploma em estudos da mulher não é objetiva sobre mulheres. Alguém com um diploma em estudos de género provavelmente foi atraído para essa área por razões pessoais. As pessoas extraem valor das suas áreas de estudo, seja esse valor monetário, emocional ou ligado à identidade e ideologia.

Já se tornou um cliché dizer que as humanidades são menos científicas do que as áreas STEM (ciências, tecnologias, engenharias, e matemáticas), mas há muita verdade nisso. Quanto mais uma área está ligada à nossa compreensão de quem somos, do que é a sociedade e de como o mundo ”deve” ser, maior é a probabilidade de estar subtilmente moldada por pressupostos ideológicos. E esses pressupostos são muitas vezes partilhados por todos os que trabalham na área. Se alguém não alinhar com essas ideias, provavelmente nem entra nessa área para começar.

Isto não quer dizer que a investigação nestas áreas esteja

errada, mas pode certamente estar enviesada para certos tipos de narrativas. Mesmo áreas como a matemática, que à partida deveriam estar livres de influência ideológica, não estão imunes a esse enviesamento. Não faltam debates em áreas como matemática, filosofia, geologia e cosmologia. Toda a disciplina está sujeita à influência de paradigmas concorrentes. Pode haver dois paradigmas principais em conflito dentro de uma área, ou então um paradigma dominante que todos seguem. Se a tua investigação não se enquadrar nesse paradigma dominante, vais encontrar resistência. O teu financiamento pode ser cortado. Podes até perder o emprego.

A ciência, enquanto empreendimento, está profundamente corrompida. E isto não devia surpreender ninguém. Toda a atividade humana contém algum grau de corrupção. Pode ser uma corrupção óbvia, como quando políticos roubam dinheiro, ou uma corrupção subtil, difícil de detetar, como quando um investigador recusa incluir uma certa base de dados ou um certo método na sua experiência. As autoridades intelectuais não são autoridades. A única autoridade que existe é o contacto direto com a realidade. É a única em que deves confiar.

Permite-me terminar esta secção com um exemplo.

Vi recentemente um vídeo no YouTube sobre as causas da raiva nos jovens do sexo masculino. Aparecia uma mulher que se apresentava como especialista em saúde mental masculina. Consegui ouvi-la durante apenas um minuto:

”O valor próprio dos homens baseia-se principalmente no seu estatuto percebido em comparação com a concorrência. Se um homem ganha menos do que os seus pares, isso desencadeia uma sensação de fracasso, e é aí que a

raiva começa. Tudo depende de como se veem em relação à competição. Se reduzissem o seu instinto competitivo, sentiriam menos raiva."

Em apenas sessenta segundos, conseguiu dizer algo tão incrivelmente estúpido que parei de ver o vídeo de imediato.

Portanto, deixa-me ver se percebi bem: se eu, enquanto jovem, tenho problemas de raiva, é porque sou demasiado competitivo? Que, se sinto que estou a ficar para trás, isso é a raiz da minha raiva?

Então, segundo essa lógica, se eu fizer uma viagem ao Bangladesh, a minha raiva desaparece? Porque, comparado com a pobreza e dificuldades à minha volta, estou muito bem, por isso devia sentir-me ótimo, certo?

Errado. Não é assim que funciona. Estou convencido de que esta mulher nunca falou com um único jovem homem em toda a sua vida. Duvido que tenha um filho, um irmão mais novo ou sequer um sobrinho. Soava a alguém que passou a carreira inteira atrás de uma secretária, a ler artigo atrás de artigo, a escrever artigo atrás de artigo, sem qualquer investigação empírica.

Queres saber o que realmente gera raiva nos jovens?

Injustiça. Traição. Falta de reconhecimento.

Se for condenado por um crime que não cometi, vou ficar furioso.

Se a minha namorada me trair, vou ficar revoltado.

Se passar anos a trabalhar, a estudar, a dar o litro, e ainda assim me for negada uma promoção, vou ficar com raiva.

Isso não é ”competição”. Isso é ser repetidamente pisado pela vida enquanto te dizem que a culpa é tua por te importares demasiado com o estatuto.

Talvez a competição tenha algum papel, para alguns homens, em certos contextos. Mas afirmar que é a principal causa da raiva masculina? Mas que conversa de merda é esta?

É exatamente por isto que não se pode confiar em ”figuras de autoridade”. Muitas delas reciclam teorias, promovem ideologias e apoiam-se em modelos abstratos que nunca foram testados na realidade. E o problema não acaba aí.

Agora imagina os artigos desta mulher a serem lidos por milhares de estudantes universitários. Imagina os seus manuais a moldarem a mentalidade de futuros psicólogos e terapeutas. Imagina o quão longe e o quão fundo se espalha essa visão do mundo, completamente desconectada da realidade.

A única autoridade verdadeira é a experiência direta. Nunca confies em pessoas que se dizem especialistas.

Observa A Mentira Da Verdade Comum

- Investiga quantos artigos científicos são realmente aceites através da revisão por pares.
- Pesquisa as razões mais comuns pelas quais tantos artigos são rejeitados.
- Investiga quantos estudos são alguma vez replicados ou verificados empiricamente.

- Analisa as inclinações políticas das principais instituições académicas.
- Lê sobre casos em que especialistas foram despedidos ou silenciados por desafiar metodologias, paradigmas ou narrativas predominantes na sua área.
- Verifica o nível de detalhe em grandes bases de dados e estatísticas. Repara em quanto é generalizado ou está em falta.
- Investiga casos documentados de corrupção em revistas científicas.
- Reflete sobre quantos acontecimentos no teu dia a dia são alguma vez oficialmente registados ou estudados.
- Fala com pessoas. Pergunta-lhes o que acreditam sobre vários temas e repara quantas vezes as suas opiniões não vêm de investigação ou experiência direta, mas da absorção passiva de normas culturais.
- Observa como as pessoas reagem quando questionas crenças dominantes. Repara no ridículo, na defensividade, no desconforto com o pensamento crítico.
- Repara em como certos temas estão completamente ausentes da investigação académica ou da conversa pública.
- Presta atenção a quão redutivos e excessivamente matemáticos são muitos estudos. Vê como reduzem a complexidade humana a estatísticas e ignoram a experiência rica e subjetiva.
- Lê "A Estrutura das Revoluções Científicas", de Thomas Kuhn.

A Mentira Da Cultura

Tu confias na tua cultura. Tudo o que fazes na tua vida é cultura. És como um peixe num oceano de cultura. E nem reparas no quanto a cultura te moldou.

Não importa de que cultura vens. Todas as culturas incutem ideias erradas sobre a realidade nas pessoas. Aqui, apresento as três suposições principais que compõem a Mentira da Cultura.

Não. Confies. Na. Tua. Cultura.

O Pressuposto Do Defeito

Pressuposto: *A sociedade não é perfeita, mas a maioria das pessoas parece ter uma noção geral do que significa ser um ser humano funcional e saudável. Por isso, se estás a falhar gravemente em alguma área da tua vida, é muito provável que a culpa seja tua, que há algo errado contigo. Espera-se que trabalhes em ti, que te desenvolvas e corrijas aquilo que está quebrado.*

Mesmo enquanto escrevo isto, consigo sentir o quão intuitiva esta suposição parece. Parece mais ou menos certa, não é?

Imagina que estás com dificuldades financeiras, uma das áreas principais da vida. Se tens muito menos dinheiro do que a maioria das pessoas, e isso já dura há bastante tempo, é natural concluir que estás a fazer algo errado. É normal passar por dificuldades financeiras em certos períodos da vida, mas se a luta se prolonga por muito tempo, parece uma indicação de que estás a falhar de alguma forma. Como se fosses ”defeituoso”.

Mas será que é mesmo assim que a vida funciona? Claro que assumir responsabilidade e agir com agência é importante, mas se não estás a obter os resultados que desejas da vida, será realmente racional assumir a maior parte da culpa e ignorar as falhas da sociedade?

Se formos sinceros, em vez de apenas pragmáticos, temos de reconhecer que a sociedade impõe-nos muitas limitações. Os nossos recursos são limitados. As nossas circunstâncias de vida, muitas delas, estão fora do nosso controlo. A nossa aparência está fora do nosso controlo. Ter um "locus de controlo interno" é algo valorizado pelos gurus do desenvolvimento pessoal, mas… será que está certo?

A sociedade é um sistema complexo. Contém imensas variáveis, e muitas estão mesmo fora do nosso controlo. Só por este ponto, qualquer pessoa razoável deve aceitar que a nossa agência é limitada.

E quanto à ideia de "defeito", quem decide o que é um defeito real e o que é apenas arbitrário? O autismo é um defeito? A timidez? Ter uma personalidade impulsiva?

A maioria das pessoas definiria "defeito" mais ou menos assim:

"Um defeito é um traço negativo de personalidade, ou um padrão de comportamentos, que uma pessoa manifesta frequentemente e que produz maus resultados. Um defeito vai contra entendimentos comuns do que é um comportamento saudável, um pensamento saudável, ou interações saudáveis com os outros."

A maioria das pessoas associa "defeito" àquilo que contraria a saúde, o que já é uma definição redundante, pois apenas

se opõe ao seu oposto. É tanga.

Aqui está a verdadeira definição de defeito:

”Um defeito é qualquer coisa que te afasta da normalidade. É qualquer traço ou comportamento que se desvia demasiado do que é considerado normal na tua cultura.”

Numa tribo, a saúde é irrelevante. A verdade é irrelevante. O que interessa é se pertences à tribo. Quanto mais te conformas com ela, menos defeituoso és visto.

A normalidade é algo sagrado na sociedade. Ser estranho, ser anormal, é ser defeituoso.

E se estás a sofrer numa área da tua vida, isso não significa, necessariamente, que és defeituoso. Não quer dizer que não tenhas feito os sacrifícios necessários para alcançar os resultados que desejas, nem significa que há algo intrinsecamente errado contigo. Significa apenas que há uma incompatibilidade entre ti e a cultura onde estás inserido. Se fosses transportado instantaneamente para uma cultura ligeiramente diferente, mais compatível com o teu carácter e as tuas capacidades, terias sucesso. A inteligência, o carácter, a competência, tudo isso importa menos do que a geografia. E a geografia importa menos do que o desenvolvimento psicológico.

Se estás no estágio Amarelo (da Dinâmica Espiral) e vives numa sociedade de estágio Laranja, vais sofrer. Se és ateu numa sociedade muçulmana, vais sofrer. Se és tradicionalista numa sociedade liberal e secular, vais sofrer. Se estás no estágio Verde numa sociedade de estágio Azul, vais sofrer. E se és um Cristão saudável, de estágio Azul, numa cidade tóxica, capitalista, dogmática e autoritária de está-

gio Verde, também vais sofrer.

O teu sofrimento não é indicação de defeito. É apenas indicação de um desfasamento entre ti e o padrão esperado na tua tribo.

O Pressuposto De Reciprocidade

Pressuposto: *A nossa sociedade assenta, em grande parte, na reciprocidade. Quanto mais dás, mais recebes. Quanto mais trabalhas, mais ganhas. Quanto mais gentil fores com os outros, mais gentileza vais receber em troca. Este princípio simples pode resolver muitos dos desafios da vida. Se estás a lutar em alguma área, pode ser um sinal de que não estás a ser recíproco o suficiente. Se as pessoas não gostam de ti, pode significar que não as trataste bem. No fim de contas, tendes a receber o dinheiro que mereces, os relacionamentos que mereces, e a vida pela qual trabalhas.*

Esta suposição dá muita ênfase à reciprocidade. Deixa-me dizer-te uma coisa: a reciprocidade não vale absolutamente nada na sociedade. Ser simpático com os outros não significa que eles serão simpáticos contigo. Trabalhar muito e de forma inteligente não significa que vais ganhar o dinheiro que mereces.

Os humanos não valorizam a reciprocidade assim tanto. O que valorizam é a sobrevivência. Se interages com alguém de forma a que essa pessoa consiga extrair valor de ti, ela vai sentir-se grata. Mas não se trata de ”simpatia” ou ”mérito” ou qualquer fantasia dessas. A realidade é brutal. A sociedade é brutal. Tudo se resume à sobrevivência.

O teu trabalho, o teu serviço, está a fornecer muito valor

de sobrevivência a outra pessoa? Se sim, então vais ganhar muito dinheiro. Quanto mais valor os outros conseguirem extrair de ti, mais te vão recompensar. Não tem nada a ver com "trabalhar arduamente" ou "dar-se bem com os outros". Tem tudo a ver com valor de sobrevivência.

Quando uma pessoa olha para ti durante um segundo, faz logo uma avaliação instintiva de quanto valor pode extrair de ti. Se essa avaliação for negativa, já foste. Passa à frente. Esquece essa pessoa de quem gostas, esse empregador, ou quem quer que seja. Tudo gira em torno de valor.

Podes ser uma pessoa horrível, sem ética, um egoísta do pior. Mas se os outros conseguirem extrair sobrevivência de ti, a tua vida vai correr lindamente.

Se és rico, as pessoas vão recompensar-te por isso. Vão recompensar-te com atenção, amor, relações e oportunidades. Se os outros te percebem como sendo de baixo valor, não fazem absolutamente nada por ti.

A sobrevivência humana é a chave. Se fores excecionalmente popular, rico ou atraente, isso sinaliza o quanto a tua existência pode contribuir para a sobrevivência dos outros.

Bondade, meritocracia, reciprocidade, cooperação, a regra de ouro, nada disto significa nada.

A maioria dos humanos é extremamente inconsciente. Tão inconsciente que nem consegue acreditar que é inconsciente. A sua directiva primária é procurar valor imediato para a sua sobrevivência. Não procuram a verdade. Nem justiça. Nem cooperação. Nem "o bem comum". Só se importam com o valor de sobrevivência. O valor da própria sobrevivência.

O Pressuposto De Justiça

Pressuposto: *Na maior parte do tempo, a sociedade é justa. A maioria das leis são justas. A maioria dos julgamentos são justos. A maioria dos castigos que as pessoas recebem, sejam eles castigos legais ou sociais, tendem a ser justos. E o oposto também é verdade. Quando alguém tem sucesso em algo, quando ganha prestígio, normalmente é através de meios justos, e a recompensa é justa. Sim, de vez em quando, a sociedade falha e um criminoso não recebe a pena que merece, ou o contrário, alguém inocente é punido, mas na maior parte do tempo, a sociedade é bastante justa. As pessoas são justas na forma como tratam os outros.*

De forma alguma. A justiça não é um valor fundamental da sociedade. Isto remete diretamente para o Pressuposto Do Defeito. Porque, se alguém for identificado como "defeituoso" e receber um castigo severo por isso, por definição, as pessoas consideram isso justo. Mas isso não é justo, de todo.

A sociedade é construída sobre hierarquias e estruturas de poder. Em muitos casos, é o poder, e não a justiça, que determina como uma pessoa é tratada. Quanto mais poder alguém tem, melhor será o tratamento que recebe. Embora haja reações públicas contra figuras poderosas, raramente isso lhes retira o cargo ou estatuto. Por outro lado, os que estão mais abaixo na hierarquia tendem a ser ignorados e prejudicados. E o poder não se limita ao dinheiro ou à política, inclui também o estatuto, a popularidade e a influência. A sociedade funciona através destes rankings invisíveis. Um pequeno grupo arrecada a maior parte do dinheiro, da atenção e da compaixão. Os restantes fi-

cam com as migalhas. Isto segue a Distribuição de Pareto: poucos têm muito, muitos têm pouco e alguns não têm nada. E não se trata de mérito. Trata-se de sistemas, de percepções, e da nossa tendência para idolatrar os que estão no topo.

Não é apenas o poder. A Religião Moderna[1] também é um elemento central que dita o que é considerado "justo". Quanto mais uma pessoa se conformar à Religião da sua sociedade, melhor será tratada. A justiça é quase irrelevante aqui. O que importa é a adesão ao status quo. Se te desvias demasiado do status quo, isso, por si só, já é visto como uma transgressão. E por isso, receberás consequências dolorosas. Mas se cometes transgressões reais (por exemplo, arruinar a vida de alguém com difamação, censurar, retirar liberdades, despedir por razões políticas, prender por heresia), então provavelmente não enfrentarás consequências nenhumas. A ação em si não interessa. Intenção, ação, resultado, nada disso interessa. O que interessa é a adesão à Verdade Comum, à Cultura, e à Religião Moderna.

Observa A Mentira Da Cultura

- Pensa na tua infância. Lembra-te das decisões tolas que tomaste apenas para te integrares na tua cultura.
- Reflete sobre as coisas que a tua cultura te ensinou, coisas que mais tarde descobriste serem falsas através da experiência direta.
- Observa como a tua cultura trata aqueles que são estranhos ou anormais, mesmo nas formas mais su-

[1] O conceito de Religião Moderna será desenvolvido numa secção futura.

perficiais.

- Repara em quão transacionais as pessoas são nas interações do dia a dia.
- Fala com os teus colegas de trabalho. Pergunta sobre os empregos que tiveram antes e porque foram despedidos, excluídos de certos projetos, ou deixados para trás.
- Conversa com alguém que ganha o salário mínimo. Pergunta sobre a sua rotina, tarefas, o tratamento por parte de empregadores e clientes, e as horas semanais que trabalha.
- Fala com pessoas que ganham muito dinheiro. Pergunta como chegaram às suas posições. Não te fiques por uma história, procura padrões entre várias pessoas.
- Conversa com alguém de um contexto de baixos rendimentos. Pergunta sobre os desafios que enfrentou por causa disso.
- Observa o quão tribais as pessoas são, seja na escola, na universidade ou no local de trabalho.
- Fala com alguém que tenha lidado com vício ou doença mental.
- Fala com alguém que viva com uma deficiência.
- Fala com alguém que tenha viajado muito e experienciado diferentes culturas.
- Fala com alguém de uma cultura ou religião diferente. Pergunta o que pensa da sua própria cultura, e da tua.

A Mentira Da Arrogância

A palavra "arrogância" soa mal, não soa? Arrogância, orgulho, narcisismo, egoísmo. Palavras más, palavras feias.

A sociedade adora demonizar estes conceitos. E isso é o auge da ironia. Porque demonizar um conceito enquanto conceito é muito diferente de demonizar a sua manifestação real no mundo.

A verdade? A sociedade não odeia a arrogância. Venera-a. Pode ser difícil encontrar alguém que diga abertamente "adoro pessoas narcisistas", mas as palavras que dizem e os comportamentos que têm no mundo real raramente coincidem.

Aqui, irei desconstruir as definições problemáticas, hipócritas e moralistas que a sociedade tem do "narcisismo" e da "humildade".

O Pressuposto Do Narcissismo

Pressuposto: *Egoísmo, narcisismo e arrogância não são apenas falhas morais, são fragilidades práticas. Estas características distorcem a tua perceção da realidade, levando-te a agir de forma antiética, ilusória e, no fim das contas, autodestrutiva. Podem trazer ganhos no curto prazo, mas normalmente resultam em consequências a longo prazo: relações destruídas, más decisões e isolamento social. Não são apenas traços negativos, são defeitos graves de caráter. Se os reconheceres em ti, tens a responsabilidade de os confrontar e corrigir.*

É muito provável que o Donald Trump, o atual presidente dos Estados Unidos da América, tenha Transtorno de Per-

sonalidade Narcisista. O simples facto de isto ser um tema debatido entre psicólogos já é suficiente para provar que ele exibe traços narcisistas evidentes.

Poderias argumentar algo do género:

"E então? O Trump é apenas um exemplo isolado. Para a maioria das pessoas, ser narcisista é mau. Estes são de facto traços negativos de se ter."

Não percebeste. O Trump é o presidente dos Estados Unidos da América. Ele é ou o homem mais poderoso do mundo, ou o segundo mais poderoso (se considerarmos o Putin em primeiro). Esperar-se-ia que, se a sociedade realmente odiasse o narcisismo, pessoas como ele fossem raras em posições de poder. E em posições de poder extremo, dentro de uma democracia secular, mais raras ainda.

Vamos assumir que o caso de Trump não te convence. Que é apenas uma anomalia. Vai ao YouTube e vê entrevistas com celebridades. Vê pelo menos 10 entrevistas com celebridades diferentes. Ouve as palavras que usam. Repara na forma como se vestem. Ouve a forma como falam de si mesmas. E repara no que pensam sobre a sociedade e a política. Não precisas de procurar celebridades particularmente arrogantes. Escolhe algumas dos teus filmes preferidos, ou músicos que gostes.

As celebridades são das criaturas mais mimadas, narcisistas e arrogantes que existem. Vivem em bolhas, rodeadas por outras elites, e falam como se compreendessem as dificuldades da classe média ou dos pobres. Falam como se o seu estatuto fosse prova de inteligência ou de uma perceção superior do mundo. E assim, partilham as suas opiniões -

por mais merdosas, retardadas e ignorantes - com toda a gente. E usam as suas plataformas para promover a sua Religião Moderna. Usam a sua popularidade para comentar sobre eventos mundiais, como se todas as celebridades fossem politólogas, sociólogas e psicólogas ao mesmo tempo. São arrogantes em tudo. Nem todas as celebridades são assim, mas a maioria é. A maioria das celebridades são pessoas barulhentas, exibicionistas, e extremamente narcisistas. E os fãs adoram-nos. Os jornalistas adoram-nos. Toda a gente os valida.

Ainda não estás convencido? Talvez penses que o narcisismo é apenas uma consequência do sucesso e da popularidade.

Faz uma pesquisa. Vê os traços que caracterizam pessoas narcisistas, e como esses traços se correlacionam com o sucesso em várias áreas da vida.

Pessoas narcisistas tendem a ser vistas como atraentes no mercado de encontros, e atraentes no geral. Tendem a promover-se bem no mercado de trabalho. Tendem a ser confiantes, bonitas e extrovertidas. E pessoas narcisistas têm a vantagem de sentir menos empatia, o que significa que sofrem menos com o sofrimento alheio.

De muitas formas, o narcisismo pode ser vantajoso. Mas será que isso significa que quanto mais, melhor? Claro que não. O narcisismo em excesso pode criar problemas sérios a longo prazo. Ainda assim, acredito que é melhor inclinar-se ligeiramente para o lado do narcisismo do que reprimi-lo totalmente. A ideia de que o narcisismo é intrinsecamente mau é uma visão falaciosa e binária da realidade.

O Pressuposto Da Humildade

Pressuposto: *Ser humilde ajuda-te a construir relações mais fortes e autênticas. Demonstra respeito e faz com que as pessoas se sintam valorizadas. Em vez de te gabares ou tentares impressionar, deixar que as tuas ações falem por si constrói respeito e confiança reais. Quanto à humildade intelectual, trata-se de estar aberto a novas ideias e disposto a mudar de opinião quando confrontado com novas informações. Não se trata de fraqueza, é força suficiente para crescer e aprender. A humildade intelectual abre portas para conversas mais profundas, melhor compreensão e uma troca de ideias mais significativa.*

Awn. Que bonito. Que fofo.

E que completa treta.

Tal como no caso do narcisismo, a sociedade diz certas coisas sobre humildade, mas responde de forma completamente oposta. A sociedade DIZ que o narcisismo é mau. DIZ que a humildade é boa. Mas os outros só usarão a tua humildade para um fim: para te foderem o cu.

No mercado de trabalho, a humildade é muitas vezes usada contra ti. Serve para desvalorizar as tuas conquistas, para justificar salários mais baixos, e para impedir que reconheças o teu próprio valor. Convence-te a vender-te por menos. E o mesmo acontece em contextos sociais. Sim, se fores humilde, podem achar-te um tipo porreiro em vez de um convencido de merda, mas os tipos porreiros são quase sempre ignorados. As pessoas podem gostar de ti, mas não se vão lembrar de ti. Não vão dar importância ao que dizes ou fazes.

O narcisismo, com todos os seus defeitos, pelo menos dá-te visibilidade. Em círculos sociais, dá-te um certo tipo de vantagem. Põe-te numa posição em que a tua voz tem peso, em que as pessoas prestam atenção quando falas. Pode tornar-te mais atraente, mais envolvente. As pessoas são atraídas pela confiança. Mesmo que roçe a arrogância. Porque faz de ti alguém interessante, alguém que vale a pena ouvir. E isso, honestamente, pode levar-te muito mais longe do que seres humilde, calado e esquecível.

Intelectualmente, a humildade serve para os outros de poderem foder a cabeça à vontade. Serve como um mecanismo de gaslighting. Tens de perceber que nem todas as opiniões sobre um tema têm o mesmo valor. Imagina que és advogado, e estás a falar com alguém que não é advogado, sobre como funciona a lei. Durante a conversa, essa pessoa diz que discorda de ti. Aqui, podes ser humilde e dizer algo do género:

"Compreendo a tua posição. Posso discordar, mas respeito a tua opinião."

Ou podes ser arrogante e dizer:

"Não. Estás errado. Estás simplesmente errado neste assunto."

Esperar-se-ia que as pessoas não tivessem opiniões fortes sobre temas que não compreendem. Mas isso acontece imenso. Temas sobre os quais nunca estudaram, nunca investigaram, nunca tiveram qualquer experiência direta, e mesmo assim formam opiniões fortíssimas. Enquanto tu, que até tens conhecimento ou experiência real, manténs as tuas convicções de forma demasiado frágil. E as pessoas vão usar a humildade para silenciar verdades inconvenientes e

vozes dissidentes.

Sim, é mau seres arrogante sobre temas que não dominas. E é bom conteres-te nesse sentido. Mas não deixes que a humildade te consuma quando sabes do que estás a falar. Se fores demasiado intelectualmente arrogante, podes afastar pessoas, mas só isso. Agora, se fores demasiado intelectualmente humilde, permites que as opiniões (erradas) dos outros se sobreponham às tuas. Permites que te façam gaslight, que te enganem, que invalidem o teu conhecimento e a tua experiência.

Humildade em excesso é uma enorme fraqueza. É algo que te vai prejudicar. Não procures ser humilde. Evita isso. Inclina-te mais para o lado da arrogância, se for preciso.

"Deves ser humilde e estar aberto a outras opiniões."

Vai-te lixar.

Observa A Mentira Da Arrogância

- Vê o quão insuportáveis são a maioria das celebridades de Hollywood. Observa como se comportam em entrevistas e nas redes sociais. Repara como recebem pouca ou nenhuma crítica pela sua arrogância.
- Observa celebridades a contar a sua história de "do nada ao topo". Vê quão pouco reconhecimento dão à sorte, e quanta ênfase colocam no seu próprio talento.
- Vê o nível de confiança que os "tech bros" demonstram em entrevistas.
- Observa o teu próprio chefe ou gerente.

- Fala com outros gestores. Gestores de nível baixo não contam, fala com aqueles que têm verdadeiro poder e autoridade de decisão.
- Recorda os teus tempos de secundário. Como eram os miúdos populares? Como se comportavam?
- Procura estudos sobre entrevistas de emprego. Como se comparam as competências sociais e a confiança face à experiência e às qualificações?
- Procura porque é que tantas mulheres se sentem atraídas por homens narcisistas.
- Em grupos de amigos, observa quantas vezes o membro mais humilde é também o menos notado ou influente.
- Pensa nas pessoas que mais admiras. Quantas delas descreverias como "humildes"? Será que a humildade sequer entra no teu top 10 de qualidades que valorizas?
- Recorda quantas vezes, ao longo da tua vida, realmente beneficiaste por teres sido humilde.

A Mentira Da Ética

Sobrestimas a capacidade das pessoas para distinguir o certo do errado. E não só isso, sobrestimas também as tuas próprias noções de moralidade. Pode ser tentador acreditar que és um ser humano evoluído, que os que te rodeiam também o são, e que o sentido ético da maioria das pessoas é suficientemente bom. Mas isso está errado. A maioria das pessoas tem um sentido ético miserável. Para a maior parte, a ética resume-se a – e sei que estou a repetir-me – normalidade. Tudo aquilo a que foram expostos, tudo o que é comum na sua vida, para eles, isso é o que é bom. O que é invulgar é mau. Essa é a principal directriz das pessoas no que toca à ética. Isso, e também a sua sobrevivência. Quanto mais alguém contribui para a sua sobrevivência enquanto ser humano, mais essa pessoa é vista como "boa". Quanto mais prejudica essa sobrevivência, mais é vista como "má".

Vamos explorar isto.

O Pressuposto Da Bondade

Pressuposto: *Há conceitos que a maioria das pessoas considera universalmente bons do ponto de vista moral. Generosidade, compaixão, igualdade, justiça, tolerância, paz, liberdade. Estes conceitos estão quase sempre alinhados com a moralidade.*

À primeira vista, isto parece verdade. Mas esta suposição está errada por duas razões principais.

A primeira razão é que, embora as pessoas digam que valorizam estas qualidades, nem sempre as incorporam por

completo. O que realmente valorizam é quando estes conceitos são aplicados de forma seletiva e conveniente.

Vejamos o exemplo da compaixão. A compaixão é frequentemente vista como algo universalmente bom, certo? Certamente não se pode ter demasiada compaixão pelos outros.

Mas, na realidade, as pessoas tratam a compaixão como um recurso limitado. Consideram até que é moralmente errado mostrar compaixão em excesso por certos grupos. Então, por quem não se deve ter compaixão? Por aqueles que não se alinham com a tua identidade ou com o teu grupo.

O filósofo Leo Gura toca neste ponto:

"Se fores demasiado compassivo, se o teu sentido de empatia for muito maior do que o das pessoas à tua volta, serás atacado. Serás demonizado. Serás chamado de demónio. E serás queimado na fogueira." (Não me recordo da citação exacta; isto é uma paráfrase da ideia original.)

Perfeitamente acertado.

A compaixão, enquanto valor universal, é uma ilusão. É usada de forma estratégica, apenas em circunstâncias que se alinham com interesses pessoais ou ideológicos.

- Como feminista, não podes ter compaixão pelos homens.
- Como cristão fundamentalista, não podes ter compaixão pelos ateus.
- Como nacionalista, não podes ter compaixão pelos imigrantes.
- Como progressista, não podes ter compaixão pelos

conservadores.
- Como juiz, não podes ter compaixão pelos criminosos.
- Como vegan, não podes ter compaixão por quem come carne.
- Como neurotípico, não podes ter compaixão pelos neurodivergentes.

Existem fronteiras muito claras sobre quem merece compaixão. E se ultrapassares essas linhas, sofrerás as consequências.

A segunda razão pela qual esta suposição está errada é que, mesmo quando estes valores são aplicados de forma abrangente, podem por vezes ser prejudiciais.

Tomemos a liberdade como exemplo. Embora a liberdade seja, sem dúvida, valiosa, não pode ser concedida sem limites. Se todos tivessem liberdade infinita, a liberdade de uns acabaria inevitavelmente por interferir com a de outros. A liberdade absoluta é uma falácia. Usar a "liberdade" como argumento moral universal para justificar certas ações é um erro. A liberdade nem sempre corresponde ao que é melhor para a sociedade no seu conjunto.

O mesmo se aplica à igualdade. Este mundo está cheio de assimetrias, e forçar a igualdade em todas as áreas não só é irrealista como pode ser prejudicial. Nem todos podem ganhar o mesmo salário. Nem todos conseguem trabalhar as mesmas horas. Nem todos os criminosos devem receber a mesma pena. Impor igualdade em todos os aspectos da vida pode enfraquecer a meritocracia e gerar ainda mais injustiças noutros contextos.

Tentar aplicar uma igualdade uniforme em todas as situ-

ações pode muitas vezes causar mais mal do que bem.

Por isso, não tomes estes princípios nobres como garantidos. Eles não são tão justos ou virtuosos como imaginas.

O Pressuposto Do Mal

Pressuposto: *Há conceitos que a maioria das pessoas considera universalmente maus do ponto de vista moral. Ganância, crueldade, discriminação, injustiça, intolerância, violência, opressão. Estes conceitos estão quase sempre alinhados com a imoralidade.*

Há umas semanas, fui chamado de neonazi no LinkedIn. Não estou a brincar. Não estou a exagerar.

Tudo o que fiz foi publicar algo do género:

"Não acho justo chamar o Elon Musk e todos os seus fãs de nazis. Há bastante margem para criticar o Musk pelas suas ações políticas, e espaço para opiniões diferentes. Mas acusar alguém de ser nazi é uma acusação horrível. Não acho que ele seja nazi. E dizer que qualquer pessoa que o apoia também é nazi, isso é uma loucura. É difamação, e é injusto dizer uma coisa dessas."

Por este post, recebi respostas de pessoas a dizer:

"Não me sinto confortável por estar associado a pessoas ***como tu****. Tenho tolerância zero para apologistas neonazis, por isso vou bloquear-te."*

Perdi algumas ligações no LinkedIn nesse dia. Fui difamado publicamente, acusado diretamente de ser neonazi numa plataforma pública. Simplesmente exprimi que não estava convencido de que ele fosse nazi. E por isso, recebi

justiça moral em força. Entretanto, as pessoas que nem me conheciam, nem se importavam com a minha opinião, não tiveram qualquer problema em atacar-me e arrastar o meu nome pela lama de forma agressiva.

Palavras como fascista, intolerante, sexista, racista, neonazi, opressão, discriminação, violência, crueldade, essas palavras perderam o significado para mim. Se alguém acredita genuinamente que me difamar publicamente não é crueldade, e que os meus actos equivalem de alguma forma a ”promover o fascismo” ou ”opressão”, então a definição que essa pessoa faz dessas palavras é absurdamente ampla, excessivamente generosa, e esvaziada de qualquer significado real.

O que é opressão no ano de 2025? Dizer coisas com as quais as pessoas não concordam.

Discriminação, é má? Nem por isso. A discriminação é até bastante útil se for aplicada de forma seletiva. Escolhe um alvo, um grupo de pessoas que consideres teus inimigos (por exemplo, homens, imigrantes, alguma etnia, alguma religião, alguma identidade, criminosos, algum grupo demográfico), e se discriminares contra esse grupo, a tua tribo vai apoiar-te.

Desigualdade? As pessoas celebram a desigualdade. As pessoas veneram a desigualdade. A desigualdade é um aspecto essencial da nossa sociedade. Muitas pessoas, quando veem sem-abrigo a viver na rua, acham que é justo. Acham que essas pessoas merecem esse estilo de vida. Algumas acreditam que o 1% mais rico merece 90% da riqueza.

Para a maioria das pessoas, ”justiça” é apenas um conceito instrumental. Só se preocupam com a justiça quando ela

lhes serve.

Se o sentido de moralidade das pessoas é redutivo, o seu sentido do que constitui o mal é infantil.

Observa A Mentira Da Ética

- Pesquisa histórias e estatísticas de homens inocentes que foram condenados por violação.
- Vê documentários de crimes reais.
- Vê alguns vídeos no canal de YouTube do Larry Lawton. Ouve as suas histórias sobre prisão, crime e justiça.
- Ouve o podcast "Triggernometry" no YouTube. Ouve as histórias de pessoas cujas carreiras foram canceladas, e porquê.
- Observa como as pessoas se comportam nas redes sociais. Repara na quantidade de discurso de ódio, e na forma seletiva como é tolerado.
- Investiga as penas de prisão para vários crimes. Reflete sobre se os castigos são proporcionais.
- Repara em quantas vezes celebridades são difamadas publicamente, por vezes sem provas.
- Observa como os órgãos de ~~notícias~~ propaganda apresentam alegações como se fossem factos confirmados.
- Vê como os políticos atacam o carácter dos seus adversários em vez das suas políticas, e como vilificam os que pertencem a partidos opostos.
- Repara em como se tornou comum desenterrar algo que alguém disse há anos para o descredibilizar moralmente hoje.
- Ouve com que frequência as pessoas usam linguagem

moral ao discutir política, eventos mundiais ou pessoas de quem não gostam.

- Observa quão pouca tolerância existe por sistemas éticos diferentes dos próprios.
- Navega pelo Reddit e repara em quão rígidas, redutoras e dogmáticas são as perspectivas morais das pessoas.
- Observa a rapidez com que se formam julgamentos morais severos sobre questões que mal se compreendem.
- Repara em quantas vezes a dissidência é recebida não com diálogo, mas com ataques pessoais e assassinato de carácter.

As Várias Mentiras Das Religiões Modernas

As Religiões Modernas pouco têm a ver com as religiões tradicionais como o Cristianismo, o Islão, o Budismo, o Hinduísmo ou o Judaísmo, às quais me refiro como "religiões antigas". A diferença fundamental é que as Religiões Modernas são seculares e materialistas, enquanto as religiões antigas são espirituais. Ainda assim, ambas são sistemas de crença enraizados em dogmas.

Aqui estão as três principais características de uma Religião Moderna:

1 - Uma Grande Narrativa Cativante
Uma grande narrativa é uma explicação abrangente sobre o funcionamento da sociedade, especialmente no contexto das Religiões Modernas, onde o foco está na interação humana a nível sociológico. Não se trata apenas do indivíduo, mas de interpretar o mundo através da lente de sistemas e estruturas colectivas. Embora estas narrativas possam oferecer perspetivas úteis, também correm o risco de distorcer a realidade. Quando adoptas uma única lente e ignoras as restantes, a tua visão torna-se exagerada, e começas a ver ligações que não existem verdadeiramente. As grandes narrativas são também difíceis de contrariar: refutar uma parte não desfaz o todo. São tão amplas e autorreforçadas que podem parecer coerentes com a realidade, mesmo quando não o são.

2 - Publicidade Sexy
Depois de apresentar uma grande narrativa, a Religião Moderna oferece soluções. Promete justiça, esperança e um caminho para uma sociedade melhor. Dá-te ferramen-

tas para agires sobre o mundo, para corrigires o que está errado e criares um futuro mais justo. No mínimo, oferece o conforto do significado. E, como indivíduo, tu adotas essa religião esperando algum tipo de valor de sobrevivência, seja social, moral ou material.

3 - Péssimos Resultados
Por fim, a Religião Moderna cria mais problemas do que aqueles que resolve. Amplifica o sofrimento, tanto a nível individual como coletivo. E paradoxalmente, esse sofrimento acrescido é então interpretado à luz da própria grande narrativa, o que torna o sistema de crença ainda mais convincente. Os problemas que antes identificavas na tua vida pessoal e na sociedade agora parecem maiores, mais urgentes, mais reais. E assim, a tua fé na ideologia aprofunda-se.

Vamos agora explorar as duas Religiões Modernas que estão a destruir o mundo secular.

As Mentiras Do Capitalismo De Último Estágio

O Capitalismo é a mais antiga das Religiões Modernas. Neste momento, muita gente já está consciente dos seus problemas, por isso não me vou alongar demasiado a desconstruí-lo.

É fácil perceber o quão tóxico o capitalismo se tornou. Apesar dos grandes avanços em tecnologia e automação, a maioria das pessoas continua a trabalhar longas horas e a ter pouco tempo livre. Para muitos, a profissão tornou-se na sua identidade.

Com os níveis de produtividade actuais, muito acima do que existia há 50 anos, seria de esperar que as pessoas trabalhassem menos e ganhassem mais. Mas aconteceu o contrário. O cliché de que os boomers tinham a vida facilitada é, em grande parte, verdade. Os millennials enfrentaram muito mais pressão económica, e os zoomers têm-no ainda pior. Apesar de serem uma das gerações mais qualificadas, a maioria dos zoomers nem sequer consegue comprar uma casa.

Em vez de se investigar estes problemas sistémicos, a resposta da sociedade costuma ser: "Trabalha mais." A crença é que, se te esforçares mais, estudares mais, te dedicares mais, vais conseguir. E se não estás a ter sucesso, a culpa é tua. Ou não te estás a esforçar o suficiente, ou simplesmente não estás a gerar valor suficiente.

A culpa não é só dos políticos. Não é só dos gurus de autoajuda que lucram à custa dos pobres e desesperados. A verdadeira culpa é nossa. Nós, que toleramos este sistema. Nós, que fingimos que este estilo de vida é saudável e normal. Somos nós que sustentamos o esquema em pirâmide.

Há pessoas com mestrados que não conseguem arranjar um emprego de escritório. Pessoas com décadas de experiência que são rejeitadas por estarem "demasiado qualificadas". Pessoas criativas e trabalhadoras com ideias de negócio, mas sem acesso a capital. Pessoas que já tiveram bons empregos e salários decentes, apenas para ver os seus rendimentos estagnarem enquanto a inflação disparava.

As soluções que lhes são propostas são ridículas.

- "Aprende a programar."
- "Muda para uma indústria melhor paga."

- ”Cria um projecto paralelo.”
- ”Aprende a investir.”

As pessoas estão a ser exploradas, a trabalhar até à exaustão, e vens falar comigo com conselhos simplistas? Mas estás a gozar comigo?

Esta obsessão com o trabalho não é só ingénua, é pura manipulação. Pessoas como o Ben Shapiro construíram carreiras inteiras a mentir aos pobres, dizendo-lhes que o seu sofrimento é culpa deles.

Somos bombardeados com esta checklist absurda de sobrevivência: aprender competências tecnológicas, dominar ferramentas de IA, criar um projecto paralelo, optimizar o LinkedIn, polir o CV, dar-se bem nas entrevistas, pagar cursos caríssimos e tirar um curso universitário ainda mais caro, só para ter uma hipótese de ser notado no mercado de trabalho.

Não me digas que é assim que a sociedade deve funcionar. Não finjas que estes obstáculos caros e inúteis são realmente necessários. As pessoas não deviam ter de enviar 100 currículos só para serem ignoradas por 99 empresas e rejeitadas pela única que responde. Isso não é ”competição”. É um sistema injusto.

As Mentiras Da Religião Woke

Alguns chamam-lhe Neomarxismo. Outros chamam-lhe Pós-modernismo. Eu chamo-lhe a Religião Woke.

O Wokismo é um sistema de crenças moderno, enraizado em escolas filosóficas desenvolvidas por nerds franceses como Derrida e Foucault. Alguns elementos destas

filosofias são, de facto, sofisticados. Abordam o relativismo moral, a natureza da verdade, a ideia de que a verdade é construída e não descoberta, a presença de estruturas de poder na sociedade, e até a definição alargada de arte.

A Religião Woke evoluiu a partir destas ideias, focando-se nas injustiças sociais, como o racismo, o sexismo, a homofobia e outras formas de discriminação. Na sua origem, era um movimento para desafiar os pontos cegos da sociedade, os desequilíbrios de poder e a corrupção sistémica.

Então qual é o problema?

O problema é que esta estrutura tornou-se em dogma. Aquilo que começou como uma lente valiosa para analisar questões sociais tornou-se numa visão rígida do mundo. Já não é possível tirar a lente. Está fundida à visão. Cada evento é agora interpretado através do mesmo binário: opressor vs. oprimido.

Se um homem negro vai preso, é *por causa do racismo*, não uma consequência das suas acções.

Se uma mulher não é promovida, é *por causa do patriarcado*, e não uma questão de desempenho ou mérito.

Se alguém não gosta de um filme com uma personagem LGBT, *é um intolerante*, e não alguém com críticas válidas à história.

Isto já não é apenas uma teoria. Tornou-se numa religião, com pecados, hereges e doutrina inquestionável.

Isto tornou-se cínico até à loucura. E estúpido até ao absurdo.

Outro grande problema com esta Religião é que prega com-

bater o fogo com fogo. Põe negros contra brancos, mulheres contra homens, LGBT contra heterossexuais. A sua principal estratégia é dividir para conquistar. Tudo é filtrado através do binário oprimido vs. opressor, e a partir daí, subdividido ainda mais em hierarquias concorrentes de vitimização. Alguns grupos recebem mais "pontos de opressão" do que outros, criando uma hierarquia hipócrita da compaixão.

Neste sistema, a tua personalidade não importa. As tuas acções não importam. O único que interessa é a cor da tua pele, o teu género, e a tua orientação sexual. A realidade é invertida, cima é baixo, e baixo é cima.

E não sou só eu, um gajo antiwoke, a ver isto. Cada vez mais pessoas estão a acordar para esta loucura: James Lindsay, Douglas Murray, Piers Morgan, até o Dr. Phil. E como esta Religião está a ser questionada, tornou-se mais defensiva do que nunca. Quanto mais empurras contra ela, mais ela empurra de volta.

Mesmo que sintas afinidade com esta Religião Moderna, por exemplo, por seres LGBT, não te deixes enganar. Ela não te serve realmente. Não te dá poder nenhum. Tira-te a individualidade e substitui-a por uma etiqueta demográfica. Isole-te de pessoas que poderiam ser teus aliados ou amigos, tudo porque pertencem a uma categoria diferente da tua.

Esta Religião Moderna não merece consideração nenhuma. Nem vale a pena gastar energia a combatê-la. Já tem demasiada força cultural para ser travada. Em vez disso, aprende a contornar o sistema. Recusa-te a ser arrastado para guerras culturais e conflitos tribais intermináveis.

Observa As Várias Mentiras Das Religiões Modernas

- Vê vídeos da Oprah, a celebridade bilionária, a comentar sobre as injustiças do capitalismo.
- Vê celebridades de Hollywood multimilionárias, a viver em mansões, isoladas em bolhas de elite, a falar sobre políticas de imigração. Repara como aqueles que vivem atrás de muros altos e portões privados chamam de "racistas" a todos os que discutem políticas de controlo migratório.
- Vê entrevistas da Taylor Swift, uma bilionária, onde ela afirma que só por ser mulher pertence à classe dos oprimidos, enquanto o homem médio, que trabalha num emprego comum ou mal pago, é considerado parte da classe privilegiada e protegido pelo patriarcado.
- Vê vídeos da celebridade de Hollywood multimilionária Amandla Stenberg, onde afirma ser oprimida por ser negra, e que os fãs de Star Wars são racistas por não gostarem da série onde ela entrou.
- Observa a Greta Thunberg a criticar o patriarcado pela sua negligência ambiental. Depois, ao contrário da Greta, faz alguma pesquisa: investiga quantas leis de Ambiente, Sociedade e Governança (ESG) são aprovadas todos os anos. Vê o esforço massivo de governos e empresas para combater as alterações climáticas e a poluição.
- Compara o poder de compra actual com o de há 20 anos.
- Procura gráficos que mostram a divergência entre a produtividade média dos trabalhadores e os salários médios ao longo do tempo.

- Vê os vídeos de marketing da Apple, uma empresa que tem fábricas na China onde os trabalhadores são explorados até à morte, literalmente, enquanto esses mesmos vídeos promovem Diversidade, Inclusão, Equidade e Sustentabilidade.
- Entra no X durante 2 minutos.
- Entra no BlueSky durante 2 minutos.
- Faz scroll no Reddit durante 2 minutos. Recomendo teres um balde por perto.
- Procura porque razão dizem que a Geração Z é "demasiado exigente".
- Junta-te a um grupo activista. Não importa a causa. Pode ser um grupo feminista, ou de veganismo, ou um grupo de protesto anti-guerra. Observa as acções deles. Ouve as coisas que dizem e em que acreditam.
- Procura quanto dinheiro ganham os gurus de autoajuda.
- Repara em quantas pessoas trabalham muito, durante longas horas, e estão na miséria.
- Repara em quantas pessoas têm muita formação académica, e estão na miséria.
- Fala com alguém que já tenha estado sem-abrigo.
- Vê vídeos e documentários sobre o que é ser polícia. E investiga quanto é que ganham.
- Investiga o que acontece ao dinheiro durante recessões e depressões. Repara como o top 1% fica sempre mais rico nesses períodos.
- Vê a CNN, a MSNBC e a Fox News. Mais uma vez, balde.
- Procura porque é que o Piers Morgan foi despedido do *Good Morning Britain*.
- Fala com um familiar teu que sabes que segue uma Religião Moderna. Observa o quão dogmático, as-

sertivo, emocional e moralista se torna quando essa Religião é questionada.

Parte II - Liberta-te

Assume A Verdade

Princípio: Confia Nas Tuas Experiências Vividas

A realidade não existe numa base de dados. Não existe num manual. Não existe entre os ouvidos de um académico. Ela existe, ela manifesta-se, através da percepção sensorial. Tu percebes a realidade através dos teus sentidos. Isso é a realidade.

Se viveste algo no passado, ou estás a vivê-lo agora, isso é realidade. Isso não é a tua opinião. Não é o teu sistema de crenças. É a realidade. Sim, os teus sentidos podem estar errados, e a tua percepção pode ser incompleta ou até tendenciosa de alguma forma. Mas mesmo assim, uma experiência vivida continua a ser a aproximação mais próxima da verdade, pois é a forma mais directa com que encontramos a realidade.

No momento em que alguém tenta refutar ou minimizar algo que tu experienciaste, para de interagir com essa pessoa. Não deixes que te manipulem. Não importa se são os maiores especialistas do mundo sobre o assunto. Não cedas a ninguém que tente invalidar a realidade que tu viveste.

Princípio: Confia na Tua Intuição

Logo após a experiência directa vem a intuição. A intuição é algo estranho. É uma espécie de sentido dentro de ti, quase como uma vibração. Muitas vezes, nem sequer consegues explicá-la. Ela não se manifesta como raciocínio lógico baseado em linguagem, mas mais como um sentimento. Este sentimento pode ser fiável. Haverá momentos

na tua vida em que, por alguma razão, sentirás uma forte tendência para tomar uma decisão em vez de outra. Não sabes bem porquê, e não é algo que possas justificar ou apresentar uma argumentação. Mas é um sentido que te guia para longe de um caminho ou te empurra para outro, sem que compreendas completamente o "porquê". Este sentido pode, por vezes, ser confundido com o ego ou impulsos emocionais, por isso é importante ser cauteloso. Contudo, a intuição é uma ferramenta poderosa que, quando afinada, deve ser confiada.

Princípio: Sê Intelectualmente Arrogante

Deves ser capaz de te colocar à frente de uma grande multidão e dizer com confiança: "Sim. Todos vocês estão errados."

É melhor errar por excesso de mentalidade fechada do que deixar que te manipulem, te manipulem emocionalmente ou te conduzam para o engano.

Se tens uma forte convicção sobre algo, não a abandones facilmente. Não entregues a tua crença apenas porque estás a tentar ser mentalmente flexível ou generoso com a opinião de outra pessoa. Se sabes que algo é verdadeiro, então é verdadeiro. Não é apenas a tua opinião, e não está em debate.

E quando sustentas uma crença com forte convicção, sê extremamente cético em relação aos argumentos e evidências apresentados para a desafiar. Só porque a tua posição é rara ou não convencional, não diminui a sua verdade. Mesmo que a tua crença pareça bizarra para a maioria,

mantém-te firme nela. Sê intelectualmente arrogante.

Assume O Teu Poder

Princípio: Usa a Tua Vantagem

A vida está cheia de conflitos—não apenas com pessoas, mas também com sistemas. Por exemplo, queres um emprego bem remunerado? Estás em conflito com o Capitalismo, que quer pagar-te o mínimo possível.

Podes tentar persuasão ou compromisso, mas essas são ferramentas fracas quando o conflito é profundo. Quando as apostas são altas, as pessoas não respondem à empatia ou à verdade—elas respondem ao poder.

Aqui estão alguns exemplos de vantagens:

- ”Vives debaixo do meu teto.”
- ”Faz isso ou estás despedido.”
- ”Boa sorte a substituir-me. Eu conheço este negócio de cima a baixo.”
- ”Precisam de um especialista em cibersegurança. Pagam mais ou eu vou-me embora.”
- ”Aceita o acordo ou arranja outro advogado.”
- ”Sou a melhor namorada que já tiveste. Melhor tratares-me bem ou vou-me embora.”
- ”Deves-me dinheiro. Ajudas-me agora ou acabou a minha ajuda.”
- ”Contrata-me ou tenta a tua sorte com amadores caros.”

Estes exemplos são duros, mas mostram como as pessoas agem quando a sobrevivência ou o interesse próprio estão em jogo. Revelam uma verdade: para vencer, precisas de ter uma vantagem qualquer—dinheiro, habilidades, con-

hecimento, controlo legal, atratividade física ou até mesmo influência social; seja o que for que te dê poder na situação. Muitas vezes, nem precisas de o dizer, pois as pessoas intuitivamente sabem o que estás a fazer, o que estás a insinuar. Sê subtil.

Além disso, lembra-te de pensar como um economista: entende o que as pessoas querem, o que vale a pena e quanto disso está disponível. Depois, posiciona-te de acordo.

Princípio: Sê Corajoso

Todos nós acabamos em situações que odiamos—empregos que nos destroem a alma, relações tóxicas ou vidas que parecem uma morte lenta. Às vezes, é só uma fase difícil. Mas outras vezes, é porque ficámos mole. Ficámos com medo de perder aquele emprego, aquele parceiro, aquela rotina. Com medo de não encontrar nada melhor. E assim, os anos passam, e a vida piora, porque passas 8 horas por dia a fazer algo que odeias, ou preso com alguém que te trata mal. Tudo porque és um fraco.

Ganha tomates e vai-te embora. Assume o risco e o desconforto. Não vai ser fácil. Candidatar-te a empregos é uma chatice. O medo do fracasso ou da falta de casa é real. Mas o risco é o preço da liberdade. Se queres sair de uma vida má, tens de estar disposto a arriscar.

Princípio: Sê Excecionalmente Autoconfiante

A autoconfiança é a tua armadura num mundo que te testa constantemente. É preciso entrar numa sala cheia de in-

vestidores, olhá-los nos olhos e vender-lhes a tua ideia e visão de negócio, não como uma possibilidade, não como uma esperança, mas como algo que *vai* acontecer.

Sê excecionalmente autoconfiante. Nunca mostres fraqueza. Mesmo que as coisas estejam a desmoronar-se nos bastidores, projeta calma, certeza e força. A autoconfiança é ter uma crença profunda e inabalável de que, aconteça o que acontecer, tu vais lidar com isso. Se estiveres preso num buraco, não vais ficar lá. Vais sair de lá, tijolo a tijolo.

A autoconfiança tem três grandes vantagens:

Primeiro, dá-te força pessoal. Permite-te mover-te pelo mundo com poder.

Em segundo lugar, dá-te coragem para correr riscos. Porque confias em ti mesmo para sobreviver à queda.

E, em terceiro lugar, as pessoas confiam em indivíduos autoconfiantes. Seguem-nos. Investem neles. Querem estar perto deles. A fé é algo magnético.

Não subestimes o poder da autoconfiança.

Princípio: Morde A Língua

Às vezes, a vida é uma merda. Mas o autocontrolo é uma virtude. Precisas aprender a suportar a dor temporária sem a tornar ainda pior. Nunca ajas por impulso emocional. Não digas ao teu chefe para se ir para a merda. Não entres numa discussão. Não tomes uma decisão precipitada da qual te vais arrepender mais tarde.

Quando estás chateado, ou sobrecarregado, não digas nada.

Não faças nada. Apenas cala-te e mantém a tua compostura.

- Alguém tenta provocar-te? Não mordas o isco. Não discutas com ele.
- O teu chefe ameaça despedir-te? Fica calmo. Não fiques defensivo.
- A tua mulher dá-te uma chapada na cara? Fica quieto.

A vida tem muitas situações de merda, indivíduos de merda e conflitos de merda. Aprende a aceitar isso. Desenvolve uma alta tolerância à dor.

Princípio: Evita Depender Dos Outros

Não entregues o teu poder. Quando alguém ganha vantagem sobre ti, é provável que a use em seu benefício. E não sabes até quando manterão esse controlo sobre a tua vida. Sempre que dependes de outra pessoa, entregas-lhe um pedaço de controlo sobre o teu destino.

- Confiar no teu "sugar daddy" para pagar as contas? Má ideia.
- Montar uma empresa com o teu irmão? Má ideia.
- Pedir aos teus vizinhos para cuidarem do teu filho? Má ideia.
- Pedir dinheiro emprestado à tua família? Má ideia.
- Confiar nesse amigo para te levar ao trabalho? Má ideia.
- Confiar em subsídios do governo para sobreviver? Péssima ideia.

Dependente dos outros apenas em circunstâncias raras e inevitáveis. E mesmo assim, planeia recuperar a tua independência o mais rápido possível.

Princípio: Sê Ganancioso

Não há como escapar da religião do Capitalismo. Mais vale aprenderes a jogar o jogo. Prioriza as tuas finanças pessoais. Nunca te contentes com a mediocridade quando se trata de dinheiro. Aprende as competências que te tornam valioso. Exige o que és realmente.

Em entrevistas de emprego, negocia sempre. Nunca aceites a primeira oferta. Não aceites empregos mal pagos, a menos que não tenhas outra opção. E, mesmo assim, tem um plano para subir rapidamente.

Para prosperar neste mundo, as tuas finanças devem ser bem geridas. Não toleres um emprego medíocre, um salário abaixo do esperado ou uma conta bancária estagnada. Sê ambicioso.

Princípio: Sê Egoísta Com Os Teus Recursos

Tempo, dinheiro e energia, estes são os teus recursos mais valiosos. Não os desperdices com pessoas que te drenam. Muitas vezes, são aqueles que estão mais próximos de ti, amigos, família, entes queridos, que vêm pedir, esperar, exigir.

Está tudo bem em ajudar. Mas ajuda com cuidado. Sê estratégico, não ingénuo. Não caías na armadilha de um comportamento idioticamente generoso ou cegamente com-

passivo. Os teus recursos são limitados e os teus objetivos vêm primeiro.

Só dês quando tiveres 100% de certeza que não te vai prejudicar ou desviar do teu caminho.

Princípio: Evita A Zona De Perigo

Ser egoísta não significa que podes fazer ou dizer o que quiseres sem consequências. Não sejas burro.

Cada situação tem o que eu chamo de zona de perigo. Esta é uma linha que não deves cruzar. É onde as probabilidades de um bom resultado caem para quase zero, e as hipóteses de represálias disparam.

Claro que algumas coisas são óbvias; não cometas crimes, não roubes bancos, não assaltes pessoas, não assedias mulheres. Mas parte da zona de perigo é subtil. Aparece na vida quotidiana, e se não tiveres cuidado, pode destruir a tua reputação, a tua carreira ou as tuas relações.

- Estás a almoçar com colegas de trabalho e o teu chefe. Queres fazer uma piada politicamente incorreta? Má ideia.
- Estás numa conferência de negócios moderna rodeado de aderentes à Relogião Woke. Queres partilhar a tua opinião sobre esta ou aquela política? Má ideia.
- Estás com amigos, e tens uma piada sobre pessoas com deficiência—mas um deles tem um pai numa cadeira de rodas. Má ideia.
- Estás no LinkedIn e és bombardeado com propaganda woke todos os dias. Queres partilhar a tua

opinião sobre isso? Não vale a pena. Acredite em mim nesta.

- Tens 21 anos, e há uma rapariga de 17 anos que - **NOPE NOPE NOPE**.

Observa o ambiente em que te encontras. Adapta-te ao ambiente, à circunstância social. Neste momento, na Alemanha, há pessoas a serem presas por ”comentários de ódio” nas redes sociais. Isto mostra quão real é a zona de perigo.

Assume A Tua Influência

Princípio: Controla A Narrativa

Em qualquer conflito, controlar a narrativa é fundamental. Uma pessoa pode acusar-te de ser abusivo, enquanto tu te sentes injustiçado. Outros irão formar opiniões, mas só terão verdades parciais.

Não percas tempo a explicar-te ou a debater quem está certo ou errado. Evita admitir erros de uma forma que enfraqueça a tua posição, como "Eu cometi um erro, mas ela também fez isto". Isto permite que os outros distorçam a narrativa. Reconhece o teu papel quando necessário, mas não deixes que ninguém distorça os factos. Defende a tua versão dos acontecimentos.

Controla a narrativa. Não deixes que os outros deturpem os factos ou te façam duvidar de ti. A versão deles não é tão válida quanto a tua. Se não controlares a narrativa, a outra pessoa o fará, e ela vencerá pela pura teimosia. Sê igualmente teimoso. Mantém a tua posição e recusa deixar que alguém distorça a verdade.

Além disso, evita frases vagas como "Eu penso que" ou "Na minha opinião". Sê direto: "Eu fiz X", "Ela fez Y", "Z aconteceu". Isto mantém a narrativa clara e objetiva, sem margem para distorções.

Princípio: Sê Sofisticado

Os humanos são animais que odeiam o facto de serem animais. Os nossos traços animais são vistos como nojentos, repreensíveis e imorais pela sociedade.

No século XXI, a imagem de um homem saudável e moral é assexual, imune à raiva, que nunca levanta a voz, inocente e formal. A nossa sociedade demoniza manifestações de sexo e raiva, especialmente nos homens. Mesmo um ato tão trivial como dizer "merda" é desaconselhado, porque é uma transgressão explícita.

O decoro e o autocontrolo são fundamentais para viver na sociedade. Quanto menos sofisticado fores, menos poder terás na vida.

Princípio: Sê Extremamente Fútil

As pessoas são incrivelmente, impressionantemente, instintivamente, incansavelmente, fúteis. Infelizmente.

O teu corpo, as tuas roupas, o teu rosto, a tua postura, o teu tom de voz, estas coisas importam muito mais do que o que dizes. A tua aparência compõe 99% da impressão que deixas. Por isso, otimiza-a. Aperfeiçoa-a. Sê o mestre das aparências.

Princípio: Sê Maquiavélico

Não vejas as pessoas como pessoas. Vê-as como ferramentas ou obstáculos. Sê frio, calculista e pragmático na forma como interages com os outros. Claro que isto não se aplica a cada indivíduo da tua vida. Não olhes para os teus filhos e penses: "Qual é o valor de sobrevivência que posso extrair destas criaturas?" Não te tornes num sociópata.

Mas para 99% das pessoas com as quais lidarás na vida, esta mentalidade servirá bem.

Não tentes raciocinar demasiado com os outros. Não partilhes demais. Não vejas as pessoas como aliados. Não confies nos outros. Não percas energia ao te envolveres emocionalmente na história de outra pessoa.

Pergunta-te: "Qual é o meu objetivo nesta situação?" Depois, age de uma forma que te mova em direção a ele. Dá aos outros o que eles precisam, para que te deem o que tu queres. Mantém as tuas emoções sob controlo. Sê desapegado. Sê estratégico. Sê pragmático.

Princípio: Não Sejas Negativo

Depressão, stress, raiva, queixas, críticas, estes são todos estados e comportamentos que as pessoas acham repulsivos. Podes ser negativo em privado, ou com o teu terapeuta, mas não na frente dos outros.

Ninguém se importa com o teu sofrimento. Não desabafes. Não chores. Não te queixes. E não pregues, não critiques, não insulutes, não ataques, mesmo que tenhas 100% de razão. Mesmo que estejas a seguir os teus princípios. Mesmo que estejas justificado na tua raiva por uma situação injusta, não a mostres.

A negatividade serve apenas como um repelente social. Não importa o quão justificado te sintas, mantém a tua energia negativa para ti mesmo.

Princípio: Sê Um Vigarista

As pessoas desejam ilusões agradáveis e desprezam as verdades inconvenientes. A honestidade é sobrevalorizada.

Trata a maioria das interações como uma entrevista de emprego. A pessoa que consegue o trabalho não é a mais honesta, mas a que conta a história mais convincente, a que se vende melhor e a que mente mais do que a concorrência.

Eufemismos, exageros, promessas, até mentiras, é tudo justo.

Princípio: Sê Egoísta Com As Tuas Palavras

Não te expliques demasiado nem partilhes demasiada informação.

Recupera A Tua Alma

Princípio: Não Faças Contorcionismos

Muitos de nós tendem a fazer contorcionismos em várias áreas da vida, seja ficando até mais tarde no trabalho por causa da "cultura da empresa" ou assumindo mais despesas do que o parceiro numa relação. Este comportamento não está limitado aos inseguros ou submissos; todos o fazemos. As razões para nos contorcermos pelos outros geralmente resumem-se a dois fatores.

Evitar problemas e conflitos
A primeira razão envolve situações como lidar com um familiar imaturo que não ajuda nas tarefas domésticas. Para evitar discussões, assumes mais responsabilidades, pensando que é um compromisso razoável. No entanto, isso só leva a que a outra pessoa fique mais preguiçosa, e tu cada vez mais ressentido e sobrecarregado. Isto não resolve o problema; apenas o adia.

Esperar algo em troca
A segunda razão baseia-se no Pressuposto De Reciprocidade, ou seja, achamos que sacrificar-nos trará algo em troca. Por exemplo, ficar até tarde no trabalho para aumentar as hipóteses de promoção parece lógico, mas na realidade os empregadores não valorizam esses sacrifícios. Mesmo quem tem bom desempenho pode ser ignorado ou despedido, provando que os sacrifícios pessoais raramente são apreciados.

Simplesmente não vale a pena fazeres contorcionismos pelos outros.

Princípio: Sê Egoísta Com A Tua Energia Mental

A maioria dos conflitos são desnecessários. As pessoas vão provocar-te, provocar-te, tentar arrastar-te para o nível de estupidez delas. Não ganhas nada ao envolver-te com elas. Envolveres-te com elas é o mesmo que rebolar na lama com idiotas. Esses conflitos servem apenas para te distrair dos teus objetivos de vida e baixar a tua consciência. Não o faças.

Não deixes atrasados mentais viverem de borla na tua cabeça. Ao permitires que as atitudes ou ações deles te perturbem, ao ficares a remoer algo que te irritou, estás a desperdiçar energia mental com algo que não te serve.

Se continuares a ter pensamentos recorrentes sobre um conflito passado com um idiota, observa-o. Apanha esse pensamento. Deixa-o ir.

Princípio: Sê Egoísta Com A Tua Felicidade

Repara na frequência com que a tua felicidade depende de coisas externas: pessoas, resultados, aprovação. Apanha-te nesses momentos, e larga-os. Isto não é fácil. Estamos programados para procurar satisfação através dos outros e de condições exteriores. É um vício. Mas como qualquer vício, o seu poder enfraquece com prática, disciplina e consciência.

Compromete-te a resgatar a tua felicidade ao longo da vida. Não deixes ninguém mantê-la como refém, como um terrorista com exigências. Aprende a gerar alegria por ti próprio,

com o que já tens. Sê ferozmente auto-suficiente. A tua felicidade pertence-te. Protege-a como se a tua vida dependesse disso.

Princípio: Sê Maléfico

Provavelmente vês-te como uma "boa pessoa". Mas de onde veio essa identidade? Foste tu que a construíste através de pensamento crítico e alinhamento com os teus próprios princípios? Ou herdaste-a passivamente, ao conformares-te com a tua cultura, os teus pares, ou os dogmas da Religião Moderna?

A identidade de ser "bom" é uma armadilha. Limita-te. Impede-te de fazer o que queres, não porque as tuas ações violem os teus valores, mas porque violam aquilo que te ensinaram a considerar aceitável. Rejeitas o desejo, o instinto, até a honestidade—não por princípio, mas por medo de seres "mau".

Larga isso. Não sejas uma boa pessoa. Sê mau.

Permite-te pensar pensamentos maus. Diz a coisa errada. Quebra as regras. Sê um filho da mãe egoísta e antiético. Não pelo caos, mas para te libertares da culpa herdada. Rejeita a moralidade que não escolheste.

E aqui está a ironia: ao fazeres isto, ao descartares o guião emprestado, vais tornar-te mais autêntico e mais ético—mas segundo os teus próprios termos. Vais viver uma vida mais plena. Vais deixar de representar e começar a agir com verdade.

Princípio: Sê Egoísta Agora Mesmo

Se já és um cabrão egoísta, parabéns. Estás à frente da curva. Mas se estás a ler este documento pela primeira vez e ainda estás a aprender a aplicar estes princípios, estudá-los não chega. Vais ter de te lembrar todos os dias de que queres ser egoísta. Lembra-te de que ser egoísta é essencial.

"Só preciso de me esforçar ao máximo hoje, esta semana, para acabar este projeto no trabalho, depois vou ser egoísta."

"Vou só ajudar a família com estes recados chatos. No próximo mês tento treinar-me para ser mais egoísta."

"Amanhã é o aniversário da minha namorada. Seria errado acabar com a relação hoje. Faço isso noutra altura."

Acaba com as desculpas. Larga isso.

Tens de ser egoísta **HOJE**.

Estás preso na corrida das ratazanas. A tua vida é ocupada, barulhenta e estúpida. Estás sempre em movimento, sempre a fazer, mas nunca a chegar. Passas os dias a cumprir tarefas, a perseguir objetivos, e ainda assim sentes que não estás a ser produtivo o suficiente.

Esse movimento sem fim mantém-te distraído. Mata a reflexão. Nunca paras tempo suficiente para perguntar: *"É esta a vida que eu quero?"*

Sê egoísta **HOJE**.

Parte III - Sê Um Egoísta Ético

Escrevi isto durante um período mentalmente difícil da minha vida. Estava a lutar, não apenas comigo próprio, mas com a vida em geral. Não conseguia compreender como é que a sociedade realmente funcionava, ou porque é que as pessoas se comportavam da forma que o faziam. Tudo parecia errado, como se estivesse a viver sob uma ilusão.

Foi então que me cruzei com a filosofia do Egoísmo Ético de Max Stirner. O seu livro "O Único e a Sua Propriedade" é caótico, sarcástico e muitas vezes incoerente. Mas deu-me algo valioso: uma nova lente. E através dessa lente, tudo começou a fazer mais sentido.

O problema com que me deparei, no entanto, foi a falta de material prático. Tal como muitos textos filosóficos, a obra de Stirner é abstrata e pouco aplicável. Os princípios que apresento neste documento — não os retirei de livros. Derivei-os eu mesmo. Não são apenas técnicas; são lições fundamentais que aprendi através da experiência, do sofrimento, da introspecção e da análise rigorosa.

Cheguei à conclusão de que os seres humanos são, por natureza, egoístas. Radicalmente egoístas. E a maioria vive em negação. Sobretudo os mais barulhentos. Os ativistas políticos, os cruzados morais, as vozes virtuosas nas redes sociais. Por detrás dos slogans e da pose moralista, não passam de atores de má fé.

No centro de cada ação humana está o egoísmo. Nem sempre malicioso. Mas sempre presente. Não faz sentido fingir o contrário. Somos programados assim. Diabolizar o egoísmo é como diabolizar a fome — não vai fazê-lo desaparecer.

O que eu defendo é um egoísmo consciente. Maduro. Aquele que começa por conheceres-te profundamente, entenderes claramente os teus desejos, e assumires tudo isso sem desculpas, sem disfarçar em teatro moral ou virtude fingida.

Escrevi isto para explorar uma forma de egoísmo mais realista, com nuances, e sobretudo mais saudável. Estes princípios não são absolutos. Não se aplicam a todas as situações. Mas são fundamentais. Servem de âncoras. E quando te sentes perdido na confusão ou na indecisão, podem trazer clareza.

Antes, pensava que as pessoas eram complicadas. Que eram imprevisíveis, incoerentes e impossíveis de agradar. Mas percebi que a lente com que via o mundo estava completamente quebrada. Distorcida pela Cultura. Deturpada por ideias que não faziam sentido no mundo real. Acreditei em disparates, ensinados por instituições e sistemas morais, que não correspondiam à minha experiência vivida. Esse descompasso causou-me confusão, raiva e frustração profunda.

Mas as pessoas não são assim tão complicadas. Existem algumas ideias-chave que explicam a maioria dos comportamentos humanos, individual e coletivamente. Quando as compreendes, o caos começa a fazer sentido. É isso que este documento tenta capturar.

Mas isto não é sobre enfiar mais uma ideologia na tua cabeça. Muito pelo contrário. Vejo o Egoísmo Ético não como um sistema de crenças a adotar, mas como o estado-base. Isto és tu, sem merdas. Tu, sem Cultura. Sem Verdade Comum. Sem o teatro da moralidade. Este é o ponto de partida: tu.

Para viver uma vida com propósito, a autenticidade é inegociável. Mas o egoísmo por si só não chega. Vivemos em sociedade. Temos de coexistir. Isso implica aprender a equilibrar o teu interesse próprio com a estrutura mínima necessária para sobreviver e conectar-te com os outros.

Estes princípios são vagos de propósito. Não são mandamentos. Não devem ser tomados à letra. Tens de usar a cabeça. A tua intuição. Aprender a aplicá-los à tua realidade.

Pega no princípio "Sê Intelectualmente Arrogante". Não me refiro a isso de forma ingénua ou absoluta. A minha versão de arrogância intelectual significa confiares no teu julgamento — quando esse julgamento foi conquistado. Está enraizada na competência, clareza e experiência. Não significa ser estupidamente autoconfiante. Não significa rejeitar provas ou desligar o pensamento crítico só para te agarrares às narrativas que te confortam.

Cada princípio neste manifesto carrega essa mesma advertência: não os sigas cegamente. Tens de refletir, adaptar e testá-los contra a tua experiência vivida. Não existe uma fórmula universal.

O Egoísmo Ético não é para tolos. Não é para pessoas imaturas, reativas, à procura de desculpas para serem ainda mais impulsivas ou cruéis. É para quem quer realizar-se plenamente. É para quem tem um sentido de identidade maduro e quer aprofundá-lo.

A maioria das pessoas acha que ser evoluído significa ter um ego pequeno. Parece nobre. Mas está errado. Uma pessoa verdadeiramente evoluída é, até certo ponto, narcisista. No sentido em que sabe quem é, tem uma visão

estável e enraizada de si mesma e de como o mundo funciona. Não finge que todas as perspetivas são iguais. Não bajula disparates.

Porque há demasiado ruído por aí. Demasiadas ideias tóxicas disfarçadas de compaixão ou progresso. Já é difícil o suficiente tentar entender o que se passa, quanto mais fazer sentido disso tudo.

A minha versão do Egoísmo Ético corta esse ruído. Não se trata de arrogância pelo prazer do ego. Trata-se de construir independência — mental, emocional e social. Trata-se de te libertares das ilusões da Cultura e recuperares a tua agência. É isso que está verdadeiramente em causa.

A maioria das pessoas faz pouco ou nenhum pensamento crítico. A maioria pensa o que os que estão à sua volta pensam. A maioria diz e faz o que os que estão à sua volta dizem e fazem. É chocante. Nunca deixa de me chocar o quão pouco as pessoas se dão ao trabalho de questionar as coisas. O quão preguiçosas são intelectualmente. Se eu tivesse de te dar um único princípio a seguir, seria este: "Pensa Por Ti Mesmo".

Pensa por ti mesmo. Age por ti mesmo. Acredita em ti mesmo. Sempre tu. Sempre os teus objetivos, o teu futuro, os teus recursos, os teus princípios. A única pessoa que alguma vez te pode ensinar sobre a vida, que alguma vez te pode guiar na vida — és tu.

Convido-te a tornares-te um Egoísta Ético. Rejeita as Mentiras; observa a realidade pelo que ela é. Vê a merda à tua volta. Vê a estupidez, o mal, a arrogância, o moralismo, a desonestidade à tua volta. E transcende tudo isso tornando-te radicalmente independente.

Convido-te a tornares-te um ser humano poderoso e autêntico.

"A liberdade não é alcançada; ela é assumida." - Max Stirner