

O Pequeno Poder

*Como o ego transforma pessoas comuns
em grandes problemas*

Nuno Coelho

LUMINA — LIVROS COM VIDA

O Pequeno Poder

*Como o ego transforma pessoas comuns em
grandes problemas*

Nuno Coelho

Autor: Nuno Coelho
Design de capa: Nuno Coelho
ISBN: 9789403928401
© Nuno Coelho, 2026
Todos os direitos reservados.

Nenhuma parte desta publicação pode ser reproduzida, armazenada ou transmitida por qualquer forma ou meio sem autorização prévia do autor.

Publicado pela Bookmundo

ÍNDICE

Prólogo.....	9
PARTE I — O EGO AO COMANDO.....	13
1 A febre de parecer importante.....	14
2 O pequeno poder que sobe à cabeça.....	18
3 Confundir autoridade com superioridade.....	25
4 A necessidade de mandar na vida dos outros.....	28
PARTE II — JÁ NINGUÉM OUVE.....	31
5 Não foi isso que eu disse.....	33
6 Ouvir não é esperar pela nossa vez de falar.....	36
7 O vício de interpretar.....	42
8 Ofendidos antes de compreender.....	45
9 Quando todos acreditam que têm razão.....	48
PARTE III — A VERDADE JÁ NÃO INTERESSA.....	50
10 Distorcer para ganhar.....	52
11 A memória também escolhe um lado.....	55
12 A arte de inverter os papéis.....	61
13 Quando a vítima passa a culpada.....	64
14 Ganhar discussões ou perder pessoas?.....	67
PARTE IV — NUNCA SABES QUEM ESTÁ DO OUTRO LADO.....	69
15 Pessoas sem filtros.....	71
16 A última gota.....	74
17 Toda a ação provoca uma reação.....	77
18 Depois ficam espantados.....	80
PARTE V — O RESPEITO AINDA É O MELHOR CAMINHO.....	82
19 O respeito deixou de ser automático.....	84
20 A empatia em vias de extinção.....	87
21 Escolher as batalhas.....	90
22 Nem tudo precisa de resposta.....	93
23 A paz vale mais do que ter razão.....	100
Epílogo.....	103
Notas para não nos tornarmos aquilo que criticámos.....	105

Prólogo

*O dia em que bastaram três balcões para perceber
o mundo*

Há verdades que não se descobrem nos livros. Descubrem-se em dias perfeitamente normais, quando começamos finalmente a observar aquilo que sempre esteve diante dos nossos olhos.

Há dias em que chegamos a casa cansados sem sabermos exatamente porquê.

O corpo não trabalhou mais do que o habitual. A distância percorrida foi a mesma. O relógio marcou as mesmas horas. Não aconteceu nenhuma tragédia, nenhuma notícia mudou a nossa vida, ninguém nos arrancou aquilo que mais amávamos. E, no entanto, qualquer coisa dentro de nós parece mais pesada. Como se o dia tivesse sido feito de pequenas batalhas invisíveis, dessas que ninguém vê, ninguém comenta e que, quase sempre, acabam esquecidas antes mesmo de adormecermos.

É estranho como a vida raramente nos desgasta pelos grandes acontecimentos. Esses chegam com nome, data e memória. Sabemos identificá-los. Preparamo-nos para eles, quando podemos. Choramo-los quando é inevitável. O que verdadeiramente nos consome costuma ser muito mais discreto. Uma palavra dita sem cuidado. Um olhar que diminui. Um silêncio usado para castigar. Uma resposta dada apenas para lembrar ao outro quem manda. Uma interpretação apressada. Uma certeza absoluta. Pequenos gestos que, isoladamente, parecem insignificantes, mas que, repetidos dias, meses e anos suficientes, acabam por moldar

a forma como vivemos, como confiamos e como olhamos uns para os outros.

Talvez seja por isso que passamos tanto tempo convencidos de que o problema está sempre longe de nós. Gostamos de acreditar que são os outros os impacientes, os arrogantes, os controladores, os incapazes de ouvir, os que precisam desesperadamente de ter razão. É uma conclusão confortável. E talvez por isso mesmo seja também uma das mais perigosas.

A verdade é que existe um lugar onde todos nos encontramos.

Não é uma cidade, nem uma profissão, nem uma religião, nem uma geração.

É um lugar invisível.

Chama-se condição humana.

É aí que nascem o orgulho e a humildade, a generosidade e a inveja, a coragem e o medo, a capacidade de acolher e a tentação de dominar. É aí que travamos as batalhas que ninguém vê. E é também aí que, muitas vezes sem nos apercebermos, decidimos que a nossa vontade vale um pouco mais do que a vontade de quem temos à frente.

Raramente o fazemos por mal.

Essa talvez seja a parte mais inquietante.

Quase ninguém acorda de manhã decidido a humilhar alguém. Quase ninguém planeia faltar ao respeito a um desconhecido ou transformar um gesto simples numa demonstração de superioridade. Pelo contrário. A maioria de nós acredita sinceramente que está apenas a defender o seu ponto de vista, a cumprir a sua obrigação, a exercer a sua autoridade, a responder como qualquer outra pessoa responderia.

É precisamente por isso que o pequeno poder é tão difícil de reconhecer.

Porque nunca chega vestido de arrogância.

Chega vestido de razão.

Instala-se devagar, quase sem fazer ruído. Aparece quando sentimos que sabemos mais, quando percebemos que alguém depende da nossa decisão, quando descobrimos que podemos facilitar ou dificultar, aproximar ou afastar, abrir uma porta ou deixá-la fechada. É tão pequeno que quase passa despercebido. Mas é suficientemente grande para revelar uma parte de nós que nem sempre conhecemos.

Talvez o verdadeiro caráter de uma pessoa não se descubra quando tudo lhe corre bem, nem quando a vida lhe retira quase tudo. Talvez se revele nesses instantes discretos em que ninguém a observa e em que possui, por breves segundos, a possibilidade de escolher entre o respeito e a superioridade.

Há quem use esse momento para servir, há quem o aproveite para crescer e há quem o transforme apenas numa forma de se sentir maior.

Curiosamente, quase nunca é o poder que muda as pessoas.

É o poder que lhes retira o disfarce.

Ao longo da vida fui percebendo que os grandes conflitos raramente começam com um grito. Quando a voz se levanta, quase tudo já aconteceu. Antes disso existiram pequenas cedências ao ego, interpretações precipitadas, palavras mal escolhidas, silêncios prolongados, gestos de desdém e uma sucessão de decisões aparentemente insignificantes que foram empurrando duas pessoas para lados opostos da mesma ponte.

Talvez seja essa a maior ilusão da nossa época. Pensamos que as grandes ruturas nascem dos grandes acontecimentos,