

17. Sem Sobressaltos

written by Vitor Lima | 8 de Fevereiro, 2026



Esta semana não tenho nada de extraordinário para contar. E, curiosamente, isso é uma excelente notícia.

Os tratamentos continuam o seu caminho, eu continuo o meu, e entre uma coisa e outra a vida vai acontecendo sem grandes sobressaltos, sem discursos épicos, sem batalhas cinematográficas.

Há dias em que vencer é simplesmente acordar, beber café com calma e não ter nenhuma urgência para resolver. Há semanas em que o maior sinal de progresso é, precisamente, não haver novidade. E aprendi a respeitar essa espécie de silêncio bom.

Nem tudo precisa de ser intenso para ser importante. Às vezes, o verdadeiro avanço é a estabilidade. É o corpo colaborar. É a mente que não se perde em medos antecipados. É conseguir rir de coisas simples, planejar algo pequeno ou até não planejar nada.

Durante muito tempo associei força à resistência. Hoje começo

a associá-la também à leveza. À capacidade de viver um dia normal sem procurar nele um significado dramático.

Se esta semana não há grande história para contar, então que fique registado isto: está tudo a correr dentro do esperado. E isso, no meu contexto, já é uma forma de luz.

Continuamos. Mas não por obrigação pesada. Continuamos porque a vida, mesmo nos intervalos, merece ser vivida.

E às vezes, felizmente, não há mais nada a acrescentar.