

JUSTIFICATIVA



DIÁRIO SILENCIOSO

JUSTIFICATIVA

Diário Silencioso · Setembro de 2026

Reflexões que nasceram dos vídeos do Diário de Silêncio e continuam aqui, entre histórias, dúvidas e pensamentos sobre as justificativas que damos a nós mesmos e aos outros.

Sumário

Antes de abrir a porta	3
1 O alívio de chegar tarde demais	4
2 Uma verdade que deixa algo de fora	8
3 O medo de descobrir o próprio tamanho	11
4 A preparação que nunca termina	15
5 Tudo o que eu fiz por você	18
6 A história de quem ficou esperando	22
7 Depois de reconhecer o erro	26
8 A decisão de não continuar	29
9 O lugar de quem precisa de ajuda	33
10 O que ainda podemos escolher	37
Notas e leituras	41

Antes de abrir a porta

Você continuaria tentando se cada fracasso parecesse provar que não existe nada de especial em você?

A pergunta parece grande, mas pode aparecer numa situação muito pequena, como uma mensagem que fica sem resposta ou um arquivo que recebe mais uma alteração e continua guardado. Talvez a pessoa ainda esteja sentada à mesa, fazendo alguma coisa que parece necessária, enquanto a decisão que a trouxe até ali vai sendo deixada para depois.

Depois, quando alguém pergunta, temos uma explicação, às vezes exata, outras vezes limitada ao pedaço da verdade que conseguimos dizer. Estávamos cansados, faltou tempo, o momento não ajudou, mas pode haver algo a mais: receio de decepcionar, vontade de desistir ou uma obrigação que aceitamos sem querer. Saber disso não torna automaticamente falsa a primeira resposta, apenas torna a história mais difícil de contar.

As perguntas deste livro começaram nos vídeos do Diário de Silêncio e encontraram aqui outras histórias para continuar. Rafael quer escrever, mas evita mostrar o que faz; Clara está cansada e demora a admitir que não conseguirá cumprir um combinado; Lia oferece cuidado enquanto espera uma resposta que nunca chegou a pedir. Ao acompanhá-los, quero olhar para o que uma justificativa revela e para aquilo que ela pode deixar escondido, inclusive de quem a oferece.

Interessa-me o uso que fazemos de uma justificativa, que pode tornar uma situação compreensível, preservar uma privacidade necessária ou nos ajudar a pedir condições melhores, mas também impedir uma resposta e prolongar uma promessa. Como as mesmas palavras podem servir tanto a um pedido de compreensão quanto a uma recusa de escutar, prefiro acompanhar as situações e o que acontece depois delas, em vez de procurar uma palavra que, sozinha, revele toda a intenção de alguém.

Há momentos em que o receio de tentar merece atenção e outros em que a cobrança precisa ser questionada, porque um limite real não

desaparece com uma frase de incentivo. Deixar essas diferenças entrarem na conversa faz parte da reflexão, mesmo quando elas complicam uma conclusão que parecia pronta.

Rafael, Clara, Lia e as pessoas de suas histórias são personagens ficcionais, criados para este livro. Talvez alguma situação lembre algo que você viveu, mas os pensamentos que compartilho a partir delas não pretendem explicar todas as experiências. Algumas pesquisas também ajudaram a pensar o assunto, e suas referências estão reunidas no final para quem quiser continuar a leitura.

Talvez você se reconheça em quem adia, em quem cansou de esperar ou nos dois lugares, e é dessa possibilidade de olhar além da nossa própria explicação que esta conversa começa.

1 O alívio de chegar tarde demais

Na quinta-feira, Rafael chega do trabalho com seis páginas para enviar. Seu amigo Mateus se ofereceu para ler o conto depois do jantar, e a mensagem ainda está na tela quando ele abre o computador. Bastaria anexar o arquivo, mas Rafael decide conferir o começo antes, porque não quer desperdiçar a atenção de alguém com uma versão descuidada.

Na segunda linha, troca uma palavra que lhe parece repetida e, ao voltar à primeira página, percebe que o título não combina mais com a história. Testa outros três, pesquisa como apresentar um original e escreve um pequeno texto para acompanhar o envio. Durante esse tempo, as seis páginas continuam abertas, sem que ele chegue à parte que tem mais receio de mostrar: o final.

Rafael se levanta para esquentar a comida, volta, muda o nome do arquivo e encontra um erro que realmente precisava ser corrigido. Esse detalhe o tranquiliza, pois agora tem uma prova de que esperar foi necessário, embora não explique todas as horas anteriores. Quando olha para o telefone outra vez, já passou das onze, e enviar o conto lhe parece uma falta de consideração com quem acorda cedo.