

O Chamado

Não é doença. É travessia.

EDIÇÃO DA TRAVESSIA V42

Trecho selecionado: Abertura, Jardim do Plausível e Carta de Abertura.

O arquivo integral permanece restrito durante a avaliação editorial.

ficnd.org/avaliacao



O que está acontecendo comigo?

O CHAMADO

Não é doença. É travessia.

Dilson Fetzner Lima

EDIÇÃO DA TRAVESSIA

© 2026 Dilson Fetzner Lima. Todos os direitos reservados.

Primeira edição · Recife · 2026

Edição da Travessia — publicada a partir da edição integral de O Chamado.

ISBN 978-65-02-30723-6

Edição do autor.

Contato institucional: contato@ficnd.org

FICND — Programa Independente de Pesquisa da Continuidade Humana.

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)

Lima, Dilson Fetzner

O chamado : não é doença: é travessia / Dilson
Fetzner Lima. -- Recife, PE : Ed. do Autor, 2026.

ISBN 978-65-02-30723-6

1. Experiências de vida 2. Fenomenologia
3. Identidade 4. Mudança - Aspectos psicológicos
5. Reconhecimento 6. Sofrimento (Psicologia)
I. Título.

26-387596.1

CDD-155.24

Índices para catálogo sistemático:

1. Mudança : Adaptabilidade : Psicologia 155.24

Henrique Ribeiro Soares - Bibliotecário - CRB-8/9314

ANTES DE COMEÇAR

Este livro é uma obra narrativa, fenomenológica e reflexiva. Não constitui diagnóstico, prescrição, protocolo clínico ou substituição de atendimento profissional.

As Marés apresentadas não são fases, níveis, diagnósticos ou degraus de progresso. Podem coexistir, alternar, retornar, intensificar-se ou não aparecer. Reconhecer-se numa descrição não equivale a receber um diagnóstico.

Se você estiver em risco, sem conseguir realizar atividades essenciais, ou enfrentando sofrimento que ultrapassa suas condições de sustentação, procure ajuda qualificada. Pedir cuidado não nega a Travessia nem reduz sua experiência a uma doença. Proteção vem primeiro.

No Brasil

Emergência — SAMU 192, ou dirija-se a um serviço de urgência.

Apoio emocional e prevenção do suicídio — CVV 188, gratuito, 24 horas.

Esses recursos não substituem avaliação clínica presencial quando há risco.

Sumário

O livro possui uma ordem. A Travessia não.

ABERTURA

Agradecimentos	1
PRELÚDIO — Jardim do Plausível	2
Carta de Abertura — Proximidade sem captura · Reconhecimento sem classificação	7
Nota ao Leitor — A ordem pertence ao livro. A Travessia, não	10
Introdução — Quando continuar não significa permanecer inteiro	11
Prólogo — Antes de eu saber o nome	15

PARTE I · A vida conhecida deixa de caber

MARÉ 1 — A Fenda	21
MARÉ 2 — Hiperadaptação	34
MARÉ 3 — Estresse Crônico	45
INTERLÚDIO I — O Erro da Fotografia	54

PARTE II · A intensidade muda a relação com o mundo

MARÉ 4 — Hipersensibilidade	63
INTERLÚDIO II — Crenças não são o que você pensa que são	73
INTERLÚDIO III — Música	83

Sumário

O livro possui uma ordem. A Travessia não.

PARTE III • A experiência procura outra organização

MARÉ 5 — Dissociação Lúcida	86
INTERLÚDIO IV — O que permanece quando o ser humano muda?	96
MARÉ 6 — Reorganização Caótica	106
INTERLÚDIO V — Solto	117
MARÉ 7 — Novo Eixo de Coerência	119
INTERLÚDIO VI — Jardim do Plausível: reencontro	132

PARTE IV • A experiência ganha nome

NOTA DE ABERTURA — A experiência ganha nome	141
1. Quando o inconsciente parece destino	142
2. Quando a experiência se integra	145
3. O bem também possui mil formas	148
4. Quando os estados se combinam	151
5. Quando a experiência perde coerência	154
6. Quando o desejo assume o comando	157
7. Montar no tigre	160
8. Quando as palavras escapam	163
9. O direito de pedir compreensão	166

Sumário

O livro possui uma ordem. A Travessia não.

PARTE V · O que sustenta a travessia

10. Quando a travessia pede cuidado	170
11. Amor, amor-próprio e continuidade	173
12. Como ler a própria experiência	183
13. Identidade em Processo	198
14. Oração da Coerência Viva	211
15. Retorno	222

PARTE VI · A experiência retorna ao leitor

ENCERRAMENTO — Nota Final	236
DEPOIS DO CHAMADO	242
NOTA DE CUIDADO E LIMITES	243
PROVENIÊNCIA CONCEITUAL	244
LEITURAS QUE ACOMPANHARAM A OBRA	246
SOBRE O AUTOR	247
CODA — O que apareceu	248

Agradecimentos

Ao final da travessia, o que permanece são as pessoas.

Aquelas que estiveram presentes desde o início. As que chegaram no meio do caminho. As que ofereceram abrigo, escuta, silêncio e companhia. As que ajudaram a sustentar partes de mim quando eu ainda não sabia como fazê-lo sozinho.

Cada presença deixou uma marca. Cada gesto de cuidado ajudou, de alguma forma, a manter algo vivo.

Este livro nasceu da minha experiência, mas nunca pertenceu apenas a mim.

Ele também pertence a todos aqueles que, com amizade, amor, paciência e humanidade, me ajudaram a não desaparecer de mim mesmo.

Com gratidão,

Dilson Fetzner Lima

Nenhuma travessia verdadeiramente humana é percorrida por alguém sozinho.

Jardim do Plausível

Antes da explicação, um lugar onde a experiência possa
respirar

Você já esteve aqui antes.

Talvez não neste jardim. Talvez não diante deste riacho. Mas em algum lugar que surgiu dentro de você quando a realidade, por alguns instantes, deixou de exigir uma resposta.

Um lugar que não precisava ser verdadeiro como uma rua, uma casa ou uma lembrança. Bastava que pudesse existir sem ferir aquilo que era real.

Foi assim que o Jardim apareceu para mim.

Durante uma condução, uma voz pediu que eu fechasse os olhos e imaginasse um lugar seguro. Não precisei construir nada. A imagem veio antes do esforço.

Havia árvores. Um chão úmido. A luz atravessava as folhas sem iluminar tudo. Um pequeno riacho passava perto de mim, produzindo um som que não pedia atenção, mas a recebia.

Nada naquele lugar parecia querer me convencer de alguma coisa.

O Jardim não dizia que tudo ficaria bem.

Não prometia cura. Não oferecia respostas. Não apagava o que estava acontecendo fora dele.

Apenas não me exigia.

Por alguns instantes, meu corpo pôde existir sem se preparar para o próximo impacto.

A voz pediu que eu me agachasse e segurasse alguma coisa.

Abaixei-me.

Quando estendi as mãos, encontrei um coração.

Não era uma representação anatômica. Também não era uma imagem delicada. Era quente, pulsante, quase como uma brasa protegida do vento.

Eu o segurei com cuidado.

E compreendi, sem precisar formular: alguma coisa em mim ainda estava viva.

Não intacta. Não invulnerável. Viva.

Aquele coração não negava o desgaste, a confusão ou o medo. Não dizia que eu continuava sendo exatamente o mesmo. Apenas pulsava.

Era uma presença mínima e suficiente.

Voltei ao Jardim outras vezes.

Em uma delas, o riacho parecia mais próximo. A água já não compunha apenas a paisagem. Ela se movia como se soubesse que eu estava ali.

Foi então que apareceu um peixe.

Mas ele não nadava.

Flutuava no ar, como se a fronteira entre água e céu não tivesse para ele a mesma importância que tinha para mim.

Eu o chamei de Cosmos.

Durante muito tempo, pensei no peixe fora da água como imagem de perda: alguém retirado do próprio elemento, incapaz de respirar onde havia sido colocado.

Cosmos trazia outra possibilidade.

Talvez ele não estivesse fora de seu elemento.

Talvez o elemento tivesse mudado.

Talvez existam momentos em que continuamos tentando respirar dentro de formas que já não comportam a vida que se reorganiza em nós.

O peixe não me explicou nada. Apenas permaneceu ali, movendo-se no impossível com a naturalidade de quem não precisava provar que aquele movimento fazia sentido.

Perto do riacho havia uma pedra.

Eu a reconhecia pelo peso antes mesmo de tocá-la. Não era uma âncora que me prendia ao lugar. Era uma superfície sobre a qual alguma parte de mim podia repousar.

Sentei-me.

O coração continuava vivo. Cosmos continuava suspenso. A água continuava passando.

E havia ainda outra presença.

Eu não conseguia vê-la. Não tinha rosto, voz ou forma definida. Mas sua ausência de forma não a tornava vazia.

Ela não me observava de fora.

Permanecia perto.

Sem interpretar. Sem conduzir. Sem transformar minha experiência em alguma coisa que pudesse ser usada.

A Presença Invisível não vinha me retirar dali.

Vinha tornar possível que eu não precisasse sair antes da hora.

Foi assim que comecei a compreender o Jardim do Plausível.

Ele não é o lugar onde tudo se resolve. É o lugar onde aquilo que ainda não encontrou forma pode permanecer sem ser imediatamente descartado, corrigido ou capturado.

Não é fuga da realidade.

É uma margem dentro dela.

Um espaço entre o que já sabemos e aquilo que ainda não conseguimos nomear. Entre a explicação apressada e o silêncio absoluto. Entre a fantasia que nos afasta do mundo e a rigidez que só admite o que já foi reconhecido.

No Jardim, o invisível não se torna verdade apenas porque foi sentido.

Mas também não precisa ser destruído apenas porque ainda não pode ser provado.

Ele pode permanecer como possibilidade.

Talvez seja isso que o torna habitável.

Antes de encontrar linguagem para o que eu vivia, precisei encontrar um lugar onde minha experiência pudesse respirar.

Antes de compreender a Travessia, precisei parar de exigir que ela se explicasse.

Antes de perguntar quem eu estava me tornando, precisei perceber que ainda havia alguém ali.

Este livro começa nesse lugar.

Não porque o Jardim contenha as respostas, mas porque algumas perguntas só conseguem nascer depois que encontram abrigo.

Ao entrar nas próximas páginas, você não precisa reconhecer o meu jardim como seu.

Não precisa ver o coração.

Não precisa encontrar Cosmos, a pedra ou a Presença Invisível.

Talvez o seu lugar tenha outra forma.

Talvez ainda não tenha nenhuma.

Por enquanto, basta admitir uma possibilidade:

mesmo quando a vida conhecida deixa de caber, alguma coisa pode continuar viva, procurando uma forma possível de permanecer.

Você não precisa saber ainda para onde isso leva.

Apenas entre.

Carta de Abertura

Proximidade sem captura · Reconhecimento sem classificação

A você que chegou até aqui,

Talvez este livro tenha encontrado você em um momento difícil de explicar.

Por fora, a vida pode continuar reconhecível. As tarefas permanecem. As pessoas ainda esperam respostas. O corpo atravessa os mesmos lugares. Mas alguma coisa já não pousa do mesmo modo por dentro.

Às vezes, isso começa com uma ruptura evidente. Outras vezes, quase não faz barulho. Surge como cansaço que não passa, esforço demais para sustentar o que antes parecia natural, distância de si, excesso de sensibilidade ou uma estranha sensação de continuar presente sem conseguir habitar inteiramente a própria vida.

Não sei o que trouxe você até estas páginas.

E este livro não precisa decidir isso por você.

O Chamado não foi escrito para encerrar sua experiência numa explicação. Também não foi escrito para transformar sofrimento em destino, identidade ou promessa.

Foi escrito porque há momentos em que não possuir linguagem aumenta o peso daquilo que já estamos vivendo.

Quando não conseguimos reconhecer o que acontece, podemos confundir um instante com quem somos. Podemos tentar responder com mais desempenho, mais controle ou mais silêncio. Podemos acreditar que estamos simplesmente falhando, quando talvez a forma conhecida de continuar já não consiga sustentar tudo o que a vida passou a exigir.

Reconhecer não resolve imediatamente.

Mas muda a maneira como permanecemos diante do que ainda não se resolveu.

Este livro nasceu de uma experiência vivida, mas não pretende transformar uma vida em medida para todas as outras. O que aconteceu comigo pode abrir uma pergunta; não pode determinar a sua resposta.

Também não escrevo de um lugar de chegada.

Escrevo enquanto continuo.

Compreendi que permanecer reconhecível não significa conservar todas as formas anteriores. Há mudanças que deslocam vínculos, percepções, ritmos e maneiras de existir. Algumas custam profundamente. Algumas exigem cuidado. Algumas ainda não sabemos compreender.

Mesmo assim, mudar não significa necessariamente deixar de pertencer à própria vida.

Talvez seja esse o horizonte deste livro.

Não voltar intacto ao que se era. Não celebrar a ruptura. Não negar o sofrimento.

Mas permanecer perto o suficiente para perceber o que continua vivo, o que precisa de proteção e o que começa, ainda sem forma definitiva, a se

Você encontrará experiências chamadas Marés da Travessia. Leia-as como linguagem de reconhecimento, não como lugares onde alguém deva caber.

A ordem pertence ao livro. A Travessia não.

Não use estas páginas para se classificar. Leia devagar, interrompa quando precisar e retorne se alguma passagem adquirir outro sentido com o tempo. Talvez uma cena encontre algo que você ainda não conseguia nomear. Talvez você permaneça distante dela. Talvez nada se encaixe agora.

reorganizar.

Se estas páginas puderem acompanhar você em algum trecho, que não ocupem o lugar da sua experiência.

Que permaneçam ao lado. Sem dirigir. Sem capturar. Sem
exigir uma chegada.

Seja bem-vindo.

Dilson Fetzner Lima

Nota ao Leitor

A ordem pertence ao livro. A Travessia, não.

As Marés são imagens de reconhecimento. Podem coexistir, retornar ou não encontrar a sua experiência. Não são fases, níveis ou diagnósticos.

Este livro oferece linguagem, não um veredito. Nem toda ruptura é Travessia, e pedir cuidado não nega aquilo que você vive.

Se houver risco, perda importante de autonomia, alteração persistente do sono ou da percepção, incapacidade de autocuidado ou sofrimento que ultrapasse suas condições de sustentação, procure ajuda qualificada. Proteção vem primeiro.

Leia devagar. Interrompa quando precisar. A experiência precede a teoria, e a sua vida permanece maior do que qualquer linguagem oferecida por estas páginas.

Introdução

Quando continuar não significa permanecer inteiro

MUDANÇA DE VOZ

Neste livro, o eu testemunha. Quando a linguagem passa a “a pessoa”, ela oferece uma possibilidade de reconhecimento — não uma regra universal.

Durante algum tempo, usei palavras conhecidas para explicar o que estava acontecendo comigo.

Cansaço. Estresse. Excesso de trabalho. Ansiedade. Talvez burnout.

Cada palavra iluminava uma parte da experiência. Nenhuma conseguia sustentá-la inteira.

Eu continuava acordando, trabalhando, conversando, tomando decisões e respondendo ao que esperavam de mim. A vida permanecia reconhecível por fora. Mas a continuidade visível dos dias escondia uma ruptura menos evidente: eu ainda conseguia funcionar, mas já não conseguia habitar da mesma forma aquilo que fazia.

Foi dessa diferença que este livro nasceu.

Existe um momento em que funcionar deixa de ser prova de que estamos bem. O desempenho permanece, mas já não encontra sustentação interna. O corpo continua presente, a identidade ainda pode ser narrada e as responsabilidades não desaparecem. Mesmo assim, algo começa a se afastar silenciosamente da forma conhecida de viver.

Nem sempre isso acontece como colapso.

Às vezes, começa como um pequeno desencontro.

A pessoa chega, mas alguma parte dela demora a chegar. Cumpre o que precisa, mas não repousa dentro do que realizou. Descansa sem se recompor. Responde sem se sentir inteiramente presente na resposta. A vida continua acontecendo, mas já não pousa do mesmo modo.

Quando isso ocorre, a primeira tentativa costuma ser corrigir o funcionamento.

Produzir melhor. Organizar melhor. Controlar melhor. Suportar melhor.

Voltamos às mesmas estratégias que nos trouxeram até ali, apenas com mais força. E, durante algum tempo, elas podem funcionar. A aparência de continuidade se mantém. O custo, porém, começa a crescer.

Foi nesse território que surgiu a pergunta que orienta não apenas este livro, mas toda a obra construída ao redor dele:

Como continuamos sendo nós mesmos enquanto mudamos?

A pergunta não busca uma essência imóvel escondida atrás da experiência. Também não supõe que continuar seja permanecer igual.

Nós mudamos de corpo, de vínculos, de convicções, de posição no mundo. Perdemos formas conhecidas. Incorporamos acontecimentos. Algumas partes de nossa história deixam de organizar o presente. Outras retornam de maneira inesperada. Há momentos em que nos tornamos estranhos para nós mesmos.

Ainda assim, em meio a essas transformações, alguma continuidade pode permanecer reconhecível.

Não como conservação perfeita. Como fio.

Um vínculo entre diferentes momentos da vida que permite dizer: isso aconteceu comigo; sou eu quem atravessa; esta vida, mesmo modificada, ainda pode ser reconhecida como minha.

O Chamado acompanha aquilo que acontece quando esse fio parece tensionado, encoberto, fragmentado ou difícil de sentir — e quando a experiência começa a procurar outra forma de se sustentar.

O sentido do subtítulo

“Não é doença. É travessia.”

Essa frase não deve ser lida como negação da doença.

Não significa que todo sofrimento seja transformação, que diagnósticos sejam inúteis ou que cuidado profissional possa ser substituído por uma narrativa. Existem condições clínicas, situações de risco e perdas importantes de funcionamento que exigem avaliação e acompanhamento qualificados.

O subtítulo realiza outra operação.

Ele interrompe a ideia de que a doença seja a única linguagem disponível para compreender toda ruptura humana.

Há experiências que podem conter sofrimento, sintomas, desorganização e necessidade de cuidado sem se esgotarem nessas descrições. Algo pode precisar de proteção e, ao mesmo tempo, carregar um movimento de reorganização. Reconhecer esse movimento não diminui a dor nem transforma sofrimento em virtude.

A Travessia não é uma explicação destinada a substituir outras.

É um campo de observação.

Uma maneira de permanecer próximo da experiência por tempo suficiente para perguntar não apenas “o que há de errado?”, mas também:

O que deixou de sustentar esta vida? O que ainda permanece reconhecível? O que está tentando se reorganizar? Que forma de cuidado esta experiência exige agora?

As Marés da Travessia

Ao longo deste livro, certas configurações recorrentes recebem o nome de Marés:

A Fenda. Hiperadaptação. Estresse Crônico. Hipersensibilidade. Dissociação Lúcida. Reorganização Caótica. Novo Eixo de Coerência.