

TAMIRES  
VILELA

# ENTRETEMPOS

*O que acontece quando  
a carreira que deu certo  
já não faz sentido*



**summus  
editorial**

*ENTRETEMPOS*

*O que acontece quando a carreira  
que deu certo já não faz sentido*

Copyright © 2026 by Tamires Vilela

Direitos desta edição reservados por Summus Editorial

Editora executiva: **Soraia Bini Cury**

Preparação: **Beatriz Rodrigues**

Revisão: **Carlos Mendes Rosa  
e Michelle Campos**

Capa: **Alberto Mateus**

Projeto gráfico: **Crayon Editorial**

Diagramação: **Natalia Aranda**

## **Summus Editorial**

Departamento editorial

Rua Itapicuru, 613 – 7º andar

05006-000 – São Paulo – SP

Fone: (11) 3872-3322

<http://www.summus.com.br>

e-mail: [summus@summus.com.br](mailto:summus@summus.com.br)

Atendimento ao consumidor

Summus Editorial

Fone: (11) 3865-9890

Vendas por atacado

Fone: (11) 3873-8638

e-mail: [vendas@summus.com.br](mailto:vendas@summus.com.br)

Impresso no Brasil

# Sumário

Prefácio — 9

Prólogo — Quando se pede demissão — 17

ATO 1 — Deixar morrer

A vida que deu certo muitas vezes — 26

*Burnout* de personagem — 35

*High school* corporativo — 49

Sobre conversas difíceis — 55

Funerais discretos — 63

ATO 2 — Mergulhar em si

O subterrâneo — 70

Corpo-oráculo — 81

Fé, mistério e o invisível — 90

ATO 3 — Traçar a travessia

Uma conversa franca sobre dinheiro — 96

Testar antes de pular — 106

Não arriscar nada é arriscar tudo — 112

Trabalho como expressão — 116

Redes e testemunhas — 126

ATO 4 — Abrir as portas

Uma vida nova emerge — 132

Ambivalência, uma forma de paz — 137

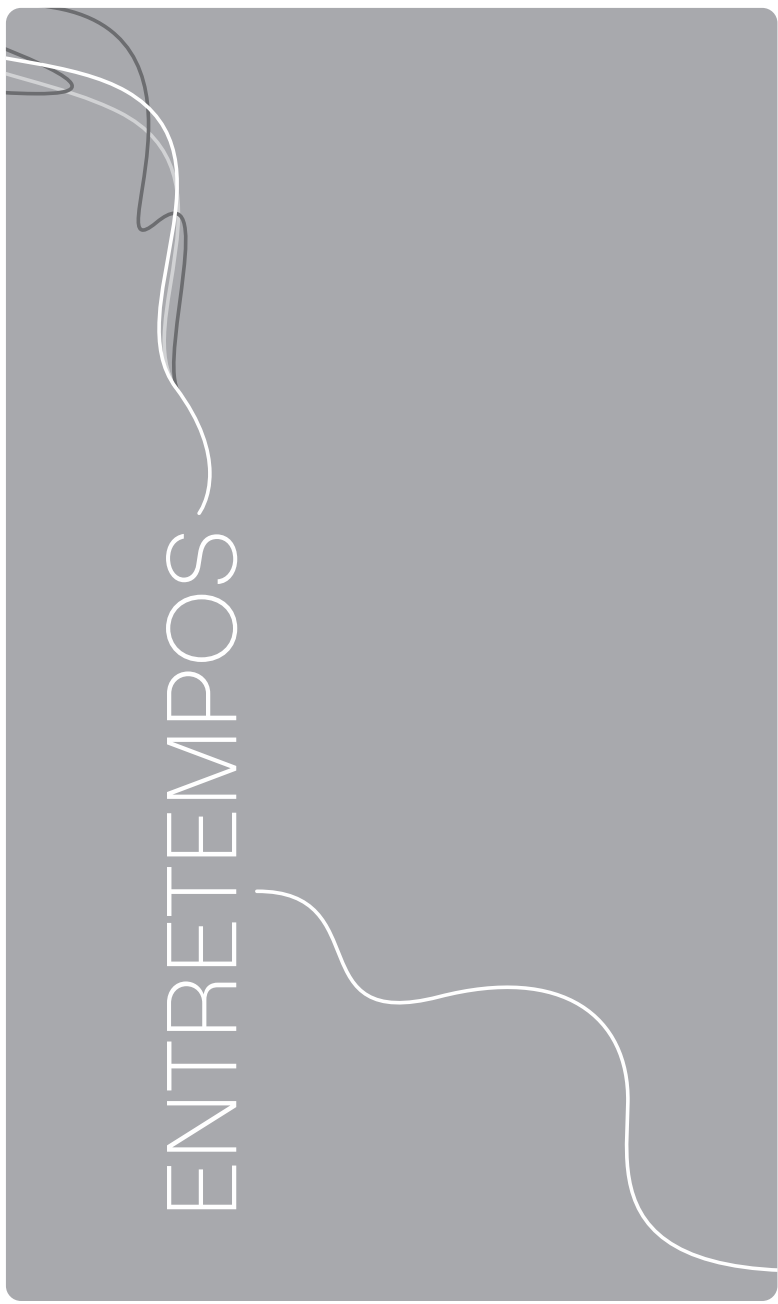
O legado possível — 143

Epílogo — 148

Pequeno léxico para travessias — 152

Rascunhe seus entretempos — 156

ENTRETENIMOS



# Prefácio

MARIA TERESA FORNEA\*

---

Num dia daquele ano que já nem sei mais qual foi, peguei um voo errado. Sentei na poltrona, coloquei o cinto e só me dei conta de que estava em outro avião quando alguém ao lado perguntou o que eu ia fazer em Foz. Eu não estava indo pra Foz. Houve um segundo de quase nada em que olhei para ele sem entender, como quem foi puxada de uma camada da realidade para outra. Depois levantei, peguei minha bolsa, passei pelas comissárias e saí antes de a porta fechar. A cena é trivial. Acontece com gente cansada, gente distraída, gente que pega muito avião. O que ela me devolveu era de outra ordem. Eu tinha entrado num avião que não era o meu. Tinha sentado, tinha colocado o cinto e só percebi porque alguém me fez uma pergunta.

A vida inteira eu vinha fazendo isso. Sentava em poltronas que não eram exatamente as minhas com tanta velocidade no corpo que nem me sobrava tempo para notar.

Antes daquele voo eu tinha vivido anos no piloto automático. Cresci em Curitiba, numa família que vive para empreender desde sempre, e entrei muito cedo no mercado financeiro, naquele andar das corporações onde a língua dos números chega antes da língua das pessoas. Aprendi a operar bem num ambiente em que a maior parte das vozes era masculina e mais velha do que eu. Aos 20 e tantos, fundei uma *fintech* de crédito imobiliário

\* Diretora-geral da Endeavor Brasil.

com a ideia incômoda de pegar um pedaço daquele universo opaco e devolvê-lo numa língua que se conseguisse falar. Tive sorte e tive trabalho. A empresa cresceu e eu cresci com ela.

Anos depois, acabei vendendo essa empresa num daqueles momentos que parecem, na superfície, o ápice de uma carreira. A venda não era exatamente planejada. Aconteceu num contexto muito específico, no auge da pandemia, num mercado que naquele momento tinha muita liquidez e movimentação. Afinal, foi uma decisão bastante acertada. Lembro que numa conversa de mentoria, enquanto eu ainda tentava entender se aquilo realmente fazia sentido, ouvi uma pergunta que me desmontou: se você pudesse começar do zero, o que preferiria desenvolver? Fiquei sem resposta na hora. Aquela pergunta foi guardando lugar em mim. Aos poucos, abriu uma trinca por onde muita coisa entrou depois.

A venda em si veio acompanhada de uma fenda que eu não tinha imaginado viver daquele jeito. Antes da venda, ainda na empresa, precisei tomar uma decisão pesada num momento de aperto. Fiz um corte significativo de pessoas. Gente que tinha entrado naquele sonho comigo, que havia apostado anos da própria vida no que a gente estava construindo. Conduzi cada uma daquelas conversas com o nó na garganta de quem sabe que o ônus moral da decisão não cabe na explicação que se dá na reunião de conselho. No meio de tudo aquilo, eu tinha acabado de virar mãe. Meu filho era pequeno. O puerpério — esse intervalo do corpo e da alma que mereceria silêncio e ninguém em volta — foi vivido por mim no ritmo de uma operação corporativa em estado crítico. Empresa, gente, medo, responsabilidade, hormônios, exaustão, maternidade, tudo simultâneo, sem hierarquia, sem possibilidade de pausar para organizar o que viesse primeiro. Em algum ponto, percebi que estava cansada de um cansaço estranho. Um cansaço que vinha de outro lugar

que não o trabalho em si. Acho que eu vivia tão acelerada que já não conseguia mais estar realmente presente na minha vida.

E isso não apaga o tanto que empreender foi uma das experiências mais genuínas e prazerosas da minha vida. Constituir cultura, formar um time, criar algo do zero, ver pessoas crescendo junto comigo, tudo isso era muito verdadeiro. O que eu fui perdendo no meio do caminho não era a verdade daquilo; era a capacidade de perceber a mim mesma naquela velocidade.

Hoje olho pra essa fase com um carinho que eu não tinha na época. Não havia como fugir. Vivendo aquilo, fui aprendendo.

Quando a poeira começou a baixar, sobrou tempo. Demorei pra entender que ele era uma dádiva, porque eu nunca tinha aprendido a relacionar tempo com presente. Tempo sempre tinha sido para mim recurso escasso, custo, fila de tarefas à espera. Aprender a ver o tempo como espaço de descoberta foi uma das coisas mais difíceis daquele período.

Pela primeira vez na minha vida adulta, comecei a habitar mais o não saber do que o saber. Conversei com muita gente, talvez até demais no começo, como quem se perde e procura referências externas para entender o que faz sentido dentro. Foi numa dessas conversas que comecei a perceber que eu não estava sozinha naquele lugar. Havia outras pessoas vivendo o mesmo tipo de pergunta sem nome, e me deu uma espécie de respiro saber disso. Em algum momento, precisei fechar a porta e escutar mais a mim mesma. Porque se abrir é importante. Afunilar também.

Meu corpo começou a falar comigo por vias que eu já não conseguia mais ignorar. Vieram sintomas, sinais, episódios físicos que hoje reconheço como muito psicossomáticos. Era coisa do corpo que eu não estava deixando processar em outro lugar. Anos antes, minha mãe vinha me dizendo que eu

precisava desenvolver espiritualidade, com aquela paciência que mãe tem. Eu não entendia o que aquilo queria dizer. Vivía rápido demais pra acessar esse lugar. Naquele tempo, finalmente comecei a entender. Por minha pluralidade, nunca senti vontade de viver isso partindo de uma só porta. Fui me ampliando devagar, lendo coisas que antes eu teria descartado, ouvindo gente que antes eu teria menosprezado, deixando a intuição entrar na sala junto com a razão, sem que uma precisasse calar a outra.

E aí vieram os ensaios. Pequenos. Sem placa indicativa de mudança. Estudei clima e carbono. Mergulhei no universo da agrofloresta. Fiquei próxima de uma empresa do setor. Depois, passei por uma gestora de impacto. Conversei com pessoas de universos completamente novos para mim. Fui sentindo devagar o que me energizava e o que me apagava.

Nessas pequenas experiências percebi uma coisa inesperada. Eu tinha pensado que talvez quisesse trabalhar menos, que o cansaço fosse excesso de trabalho. Não era. Eu gostava de produzir. Gostava de construir. Gostava de intensidade. O problema nunca tinha sido a quantidade de energia. Era a falta de consciência sobre como eu a usava. Precisei sair dos lugares pra descobrir.

A maternidade entrou nessa equação de um jeito que eu também não esperava. Meu filho me trouxe presença de um modo que nenhum método teria conseguido. Estar presente com ele me preenche, me ajuda a entender quais versões de mim mesma fazem sentido para a vida que eu quero construir. Nesse processo, aprendi uma coisa que talvez tenha sido o maior presente desse período: presença não é ausência de intensidade.

Quando a gente começa a viver de um lugar mais consciente, também passa a fazer escolhas mais conscientes sobre as pessoas, os ambientes e as energias que quer cultivar na vida.

Você passa a atrair conexões mais alinhadas com quem está se tornando, mas também entende que isso exige intenção e cultivo. Entendo agora que equilíbrio emocional, vida pessoal e presença não competem com ambição. Eles a sustentam.

Hoje, à frente de uma organização que apoia empreendedores de alto impacto no Brasil, faço sentido para mim mesma de uma forma que não fazia antes. Há muita coisa minha ali: pessoas, empreendedorismo, ideias se conectando, sistemas se desenhando, impacto que se constrói a longo prazo. É um lugar diferente do que eu vivi como fundadora, porque o que move a escolha não é o *upside* financeiro direto; é propósito, construção, legado, gente acreditando em coisas e fazendo-as acontecer em tempos difíceis. Continuo intensa. Continuo em muitos dias sendo o “traidor” que sempre fui. Porém, hoje existe uma escolha mais consciente de quando puxar essa intensidade e de quando deixá-la descansar. Essa escolha, que parece tão simples na frase, foi a coisa mais difícil que eu já aprendi a fazer.

A vida funciona em ciclos. Alguns pedem expansão. Outros pedem travessia. Outros, construção. O lugar onde estou agora é mais um desses, com sentido pra quem sou hoje, e me preparando pra versões de mim mesma que ainda nem conheço.

Acabei de lhe contar uma história. Só que, durante os anos em que essa história acontecia, eu não tinha vocabulário para narrá-la. Vivia, sentia, entendia; depois, esquecia, voltava a entender em outro contexto, seguia. Não havia léxico próprio para organizar internamente o que eu acabava de viver. As palavras me vinham emprestadas de terapias, de *podcasts*, de livros bem-intencionados, e nenhuma delas sozinha exprimia exatamente o que eu estava vivendo.

E eu já tinha pagado um preço por isso sem saber, em noites em que poderia ter dormido ao lado do meu filho em paz, mas passei revirando uma decisão que ali no escuro eu não tinha

como redimir. Tinha pagado em conversas com pessoas próximas, em que respondi com uma versão minha em piloto automático sem saber que existia outra versão possível. Tinha pagado em meses a mais de uma culpa que talvez tivesse durado menos tempo se eu tivesse sabido dar nome ao que sentia. Esse é o preço da falta de palavra. Ele se paga em luto desnecessário do que poderia ter sido vivido com outra textura.

Hoje, convivendo com gente que está passando sem mapa por lugares parecidos, esse aprendizado pesa diferente. Não no sentido de querer dar resposta; no sentido de saber que dar nome ajuda e que apresentar palavras certas na hora certa pode encurtar luto que não precisaria durar tanto.

Há quase oito anos conheci a Tami. Eu, fundadora ainda; ela, num ciclo ligado à educação depois de uma vida empreendedora. Foi uma conversa boa, daquelas que ficam na memória mesmo sem se desdobrar em outra, e a vida seguiu em direções diferentes. Anos depois, nos reencontramos numa mentoria coletiva para jovens empreendedores. Naquele dia, cheguei sem filtro. Não estava ali com discurso preparado. Não estava ali pra ser modelo de nada. Trouxe para os jovens tudo aquilo que eu tinha vivido como fundadora: a energia que move quem empreende, a contraparte daquela energia que, se a gente não aprende a manejar, não deixa respirar, os preços que se paga sem perceber, o que aprendi tarde demais. Falei do meu jeito desarrumado, com os silêncios, as repetições e as dúvidas que esse tipo de relato carrega quando vem inteiro.

Foi em algum ponto da conversa que a Tami virou para mim depois de me ouvir e disse com aquela calma que ela tem: “Você viveu o que eu chamo de ‘entretempo’”. Eu nem soube bem o que responder na hora. Foi uma daquelas experiências em que alguém acaba dando nome a uma cidade inteira onde você morou durante anos sem nunca ter aprendido a língua local.

Aquela palavra abriu uma porta. Quando a Tami me contou que estava prestes a lançar este livro, pedi pra ler antes. Li com a sensação de reconhecer lugares pelos quais eu já havia passado sem nunca ter conseguido denominar.

A Tami chama de “*burnout* de personagem” aquele esgotamento de quem está vestindo um papel que já não combina mais com quem se é por dentro. Eu tinha vivido isso nos últimos meses da empresa, dentro do puerpério, no ano seguinte à venda — aquele vazio fértil entre o fim de um ciclo e o começo de outro em que a gente sabe profundamente o que não quer mais e ainda não consegue nomear o que deseja viver ganhou nome. Chama-se “*entretempo*”. As “negociações com o invisível”, as redes e testemunhas, cada conceito foi enfiando ponto numa colcha que eu já tinha costurado por baixo e nunca tinha conseguido olhar de cima.

Talvez você esteja abrindo este livro porque algo na sua vida começou a sair do automático sem que você tenha pedido. Talvez esteja na poltrona errada do avião errado, como eu estive, e ainda não tenha dado conta. Talvez já tenha dado conta disso e esteja precisando de palavras pra organizar o que está sentindo. Em qualquer caso, você está no lugar certo.

A Tami escreve de um lugar incomum: o de quem viveu, o de quem pensou no que viveu, o de quem tomou o tempo necessário pra encontrar palavras precisas. Esse cuidado é raro. Esse léxico é necessário. Você está prestes a entrar nele.

Eu queria ter tido este livro há cinco anos. Talvez ele só tenha podido existir porque tantas de nós precisamos viver tudo isso primeiro para que alguém possa organizar as palavras. Que ele chegue para você na hora certa. E que você confie nele para ler até o fim sem pular nada.

Boa leitura.

# Prólogo —

## Quando se pede demissão

*O primeiro passo para chegar a algum lugar  
é decidir que você não vai ficar onde está.*

— J. P. MORGAN

---

Naquela manhã, cheguei cedo ao escritório. Tinha um *call* importante marcado para as 10 e, como sempre, quis me antecipar, garantir uma das salas de reunião, aquele pequeno luxo de privacidade numa empresa de bancadas abertas onde todo mundo senta lado a lado e qualquer conversa séria vira espetáculo involuntário. Eu tinha esquecido de reservar. Num dia cheio como aquele, todas as salas já estavam ocupadas, suas portas de vidro revelando executivos gesticulando diante das câmeras, performando seriedade e engajamento.

Então voltei para minha mesa. Abri o Google Meet ali mesmo, no meio do escritório aberto. Felizmente, minha baia estava vazia e eu não precisaria ficar rodeada de colegas que fingiam não estar ouvindo enquanto eu estava prestes a fazer algo que meu corpo já anunciava havia meses, mas minha cabeça ainda insistia em negociar.

Usava um vestido colorido. Já fazia tempo que tinha deixado para trás a advogada de salto alto e saia-lápis, quando achava que seriedade se media em centímetros de altura e rigidez do tecido. Com o tempo, fui construindo uma versão mais despojada de mim mesma para transitar por carreiras que já não exigiam o uniforme de tribunal. Ainda havia algo de elegante, de

corporativo, de ensaiado. Talvez porque eu ainda não soubesse muito bem quem eu era fora do escritório.

Em casa, quando finalmente descansava de verdade, eu vestia pijama. Tenho uma gaveta imensa de pijamas. Era como se eu precisasse usá-los mesmo fora do horário de dormir, apenas para marcar, para mim mesma, que aquele era um momento de descanso — um lembrete de que, quando de pijama, eu não precisava trabalhar.

O *call* começou. A pauta era a milésima reorganização estrutural da empresa, esse tabuleiro de xadrez que as corporações gostam de chamar de “desenvolvimento”, “oxigenação”, “movimento estratégico” — a dança das cadeiras que promete esticar executivos, gerar visibilidade, ampliar influência, garantir sinergia, eficiência. Enfim, todo executivo já viveu essa coreografia. Todo mundo já performou essa esperança de promoção na dança das cadeiras.

Eu também já vivi. Mais de uma vez. Alguns anos antes, eu estava na mesma situação: uma reorganização em que, para jogar pro time, eu deveria assumir uma operação em outro estado. Naquela época, topei o desafio. O personagem ainda tinha fôlego. A oportunidade era boa, de aprendizado, de experiência. Valeria a pena. E valeu.

Porém, naquele dia, algo dentro de mim sabia: eu não tinha mais gana para esse jogo.

Não sei muito bem quando o cansaço começou. Talvez tenha sido nas dores nas costas que apareciam sem razão física aparente. Ou no desânimo que chegava antes mesmo de eu acordar, uma espécie de peso que se instalava no peito antes de o despertador tocar. Ou nos domingos em que a tristeza caía, aquela melancolia difusa que vem quando você sabe que a segunda-feira está chegando e você vai precisar trabalhar 15 horas para compensar o fato de não ter feito nada no fim de semana.

As dores de cabeça fortes se tornaram companheiras frequentes. A exaustão física se traduzia numa vontade estranha de viver passivamente: ver uma série ininterruptamente, comer sem fome, preencher um vazio com qualquer coisa que não exigisse presença.

Aconteceu a reflexão no chuveiro, aquela conversa comigo mesma em que eu pensava: “Não quero mais passar os dias sem tempo de fazer xixi entre reuniões”. Houve as sextas-feiras em que, tarde da noite, eu ainda estava resolvendo coisas do trabalho e me irritava com a minha incapacidade de dizer não. Aconteceu a sensação crescente de que eu estava perdendo horas com meu filho, que na época tinha 2 anos e pouco. Estava perdendo tempo comigo mesma. Não dava mais tempo de conviver com os amigos em almoços longos de atualização. Não dava tempo de escrever. Não dava tempo de ler. Não cabia mais nada além de trabalhar.

Meu corpo havia me comunicado tudo isso antes, mas eu tinha escutado e ignorado. Porque era esperado que eu fosse quem eu sempre fui: a que topa tudo, a que vai dar um jeito, a que joga pro time.

Numa reorganização, as melhores pessoas são as que não dão trabalho nas acomodações. Eu sei disso. Sempre topei ser aquela pessoa que joga pro time, que pensa em longo prazo, que veste a camisa, que é menos pelo CPF e mais pelo CNPJ. Toda organização quer gente como eu, gente que pensa no projeto além de em si própria. E isso é bom para a organização e para a pessoa também. Em geral, pessoas como eu são promovidas, recebem bônus, ganham espaço, vão se tornando donas de verdade.

Eu sabia disso. Eu sabia que, se quisesse me manter ali, essa era a maneira de prosseguir, mas eu não estava mais a fim de ser o personagem que topa tudo. Não queria continuar nessa

cadeira executiva que não combinava mais comigo, que não revelava o que eu gostava de fazer, que não me dava o espaço de que eu precisava.

A culpa não era da organização. O *job* era aquele. A culpa era minha, de continuar bancando o personagem quando ele já não fazia mais sentido para mim. Era hora de eu desistir do personagem. Por isso, quando chegou minha vez de falar naquele *call*, no meio do escritório aberto, as palavras saíram simples, quase tranquilas: “Conte comigo na ‘reorg’. Mas considerem que este será meu início de transição para fora”.

Zero drama, apenas uma serenidade estranha. Um alívio físico, como se eu finalmente tivesse tirado do peito uma decisão que meu corpo já havia tomado fazia muito tempo.

Eu não sabia, naquele momento, que aquela frase seria o início de uma jornada que me faria questionar tudo que eu tinha construído nos 20 anos anteriores.

Não sabia que eu estava entrando no que hoje chamo de “entretempo”. Esse vazio entre o fim de um ciclo e o começo de outro, em que a gente sabe profundamente o que não quer mais, mas ainda não sabe identificar o que deseja viver. Um lugar esquisito. Desencantado e luminoso ao mesmo tempo. Uma travessia que se faz sozinho.

Não sabia, também, que essa não seria a última vez que eu atravessaria um entretempo. Os ciclos se encerram. E que bom que se encerram.

Meu nome é Tamires Vilela. Tenho quase 40 anos e, se você contar direito incluindo as diversas funções que performei dentro dos locais que passei, já tive umas 17 carreiras.

Fui advogada em um dos escritórios mais respeitados do país, onde aprendi a pensar como jurista, negociar contratos complexos, navegar IPOs (ofertas públicas iniciais) e disputas empresariais gigantescas. Depois, virei empresária. Foram cin-

co anos construindo um negócio de logística na saúde, tempo em que entendi de perto o que significa empreender no Brasil.

Fui aluna de algumas das melhores universidades do Brasil e do mundo. Me formei na Faculdade de Direito da USP, fiz pós-graduação na Fundação Getulio Vargas (FGV), estudei no Instituto de Tecnologia de Massachusetts (MIT) e na Universidade da Pensilvânia. Porque sempre fui curiosa e dedicada. Porque trabalhei muito. E porque tive a sorte de estar nos lugares certos, com as pessoas certas, nas horas certas.

Estive na filantropia familiar de um dos empresários mais importantes do país, trabalhando com educação, equidade e impacto social. Aprendi a pensar políticas públicas, a entender o abismo entre o Brasil que poderia ser e o que de fato é. Depois, fui executiva e sócia em uma das empresas de educação mais bem-sucedidas do Brasil, liderando times, tomando decisões estratégicas, vivendo o mundo corporativo de capital aberto com todas as suas exigências.

Eu já fiz tudo isso. E ainda assim fui capaz de deixar esses espaços para viver outros.

Cada vez que saía, as pessoas ao redor estranhavam. “Mas você está tão bem!” “Por que largar uma carreira assim?” “Você tem certeza?” E eu nem sempre tinha certeza, mas havia algo mais importante: a clareza de que já não fazia mais sentido.

Por causa dessa experiência reunida de poder transitar por bolhas tão diferentes, de gerar valor em contextos tão distintos, de aprender, me conectar, me reinventar, foi que criei o termo *entretempo*. Uma maneira simples de pensar transições de carreira. E aqui eu falo das transições mais difíceis: aquelas pessoas já bem-sucedidas, que o mundo acharia uma loucura largar tudo para fazer algo diferente. Gente que, no fundo, sabe que pode usar essa experiência acumulada para viver algo novo, seguir aprendendo, evoluindo, gerando valor de outras formas.

Este livro é um misto das minhas experiências, do que eu ando ouvindo nas centenas de conversas de mentoria que tive ao longo dos últimos anos e de como o meu guia de transição de carreira, *Entretempos*, vai se revelando ao ajudar pessoas a navegar suas travessias. Este livro é um companheiro de caminhada. Você faz com ele o que quiser.

Em cada transição, descobri a mesma coisa: todo fim inicia com um incômodo. Um incômodo discreto e insistente. Um quase não pertencer. Como o adolescente que ama os pais, mas precisa sair de casa para entender quem é. Dói perceber que você já não é aquilo que foi por tanto tempo. Dói quando o papel que você desempenhou se descola da pessoa que você é. Dói porque, quando confundimos quem somos com o que fazemos, toda mudança parece um crime contra a própria identidade.

Mas a vida é generosa. Ela funciona na lógica do ciclo vida-morte-vida. Aquilo que já não serve morre para que algo mais verdadeiro possa nascer. E todo nascimento tem cheiro de medo com excitação. Um tempero de loucura com amor. Uma força que empurra o novo capítulo a começar.

Este livro nasceu da pergunta que emerge em toda travessia adulta e que ninguém nos ensinou a responder muito bem: afinal, o que acontece quando uma carreira que deu certo já não faz mais sentido?

Essa é a pergunta que inaugura o entretempo. Esse espaço entre o papel e a pessoa. Entre a fantasia e o chão. Entre o personagem que performa e a mulher que respira.

Se você está lendo este livro, provavelmente é porque algo dentro de você também está pedindo demissão. Talvez não de um emprego, mas de uma performance. Ou de um personagem. Da versão de si mesmo que deixou de ser verdadeira.

Talvez você esteja naquele lugar estranho em que o sucesso externo não corresponde mais à paz interna. Em que as promo-

ções, os bônus, o reconhecimento já não preenchem o vazio que cresce quando você está sozinho no chuveiro pensando na falta de tempo para fazer xixi?

Talvez você seja como eu: alguém que passou anos sendo a pessoa que topa tudo, que joga pro time, que veste a camisa e um dia acordou cansado do esforço de fingir.

Ou talvez não. Talvez você não tenha escolhido estar aqui. Talvez o mundo tenha mudado ao seu redor, rápido demais, e de repente o cargo sumiu, a função foi automatizada, a empresa reestruturou, e você se viu do lado de fora sem ter tido tempo de perceber que aquilo já não servia. Tem muita gente vivendo isso agora. Gente competente, preparada, que fez tudo certo e mesmo assim acordou sem chão. O entretempo dessas pessoas não começou com um incômodo imperceptível. Começou com um susto, algo que dói de um jeito diferente, porque nem dá tempo de elaborar o luto antes de precisar agir.

Este livro também é para você. Para quem está no entretempo sem ter pedido para estar.

Não escrevi este livro para lhe ensinar um caminho definitivo. Não existe um mapa único para travessias tão singulares quanto as nossas. Escrevi para dizer que você não está sozinho. Para nomear territórios que, muitas vezes, desbravamos em silêncio, achando que há algo de errado conosco quando, na verdade, há apenas um ciclo se encerrando.

Escrevi para lhe dar permissão de desistir. De desistir do personagem que você construiu com tanto cuidado, mas que já não cabe mais em quem você é. Escrevi também porque desistir do personagem talvez seja a forma mais sincera de começar a viver. Ao longo deste livro, vou guiar você por quatro atos que organizam a experiência do entretempo:

ato 1. **Deixar morrer.** Reconhecer que algo precisa acabar. Dar nome ao *burnout* de personagem. Entender as armadi-

lhas do *high school* corporativo. Ter conversas difíceis e iniciar os funerais necessários.

- ato 2. **Mergulhar em si.** Habitar o vazio sem tentar preenchê-lo imediatamente. Aprender a ouvir o corpo. Negociar com o invisível.
- ato 3. **Traçar a travessia.** Ter conversas francas sobre dinheiro. Arriscar sem queimar pontes. Testar o novo sem destruir o que foi construído. Construir redes de testemunhas.
- ato 4. **Abrir portas.** Permitir que uma vida nova emergja. Viver a ambivalência como forma de paz.

Cada capítulo mescla minha história pessoal com conceitos que indicam o que você pode estar sentindo e lança provocações para sua reflexão. No final do livro, você vai encontrar um “Pequeno léxico para travessias” (p. 152), com os termos que criei ao longo do caminho, e um convite para você “Rascunhe seus entretempos” (p. 156), com perguntas para quem quiser escrever a própria travessia com base nos aprendizados deste livro.

Aprendi que, para viver o entretempo, as primeiras palavras precisam ser sinceras. Nascidas de dentro. Vindas da profundidade de quem finalmente ousa ser.

Há muito poder em quem ousa ser quem deseja ser, além de um mero crachá. Se algo aqui dentro fez algum sentido, vire a página. Eu vou estar do outro lado.

//

ato 1

# Deixar morrer

