

ACREDITA

coisas boas acontecem



SOFIA CASTRO FERNANDES

DEDICAR

Ao meu filho Martim.
Por ser o meu farol de alegria
e a minha única certeza absoluta.

Ao Pedro.
Por tudo o que é na minha vida:
o meu amor sem mas,
a minha pessoa favorita,
o meu rebelde pacífico,
a claque e a equipa em campo,
o meu colo seguro de todos, todos os dias.

Aos meus queridos pais, António e Laurinda,
à minha maravilhosa irmã Paula,
aos meus incríveis sobrinhos,
Beatriz, Madalena e Francisco,
por todo o amor, alegria e doçura
que acrescentam à minha vida.

A G R A D E C E R

Aos meus tão queridos leitores,
por serem o eco bonito de tudo o que partilho.

introdução	13
amor	17
fé	73
coragem	129

introdução

Não podemos escolher tudo o que vamos viver, mas podemos escolher como reagir perante as inevitáveis escolhas que a vida fizer por nós. Diante de todas as encruzilhadas emocionais que temos de enfrentar, podemos escolher aprender as lições que elas nos trazem. E entender, mesmo que seja muito tempo depois, que tudo o que acontece nas nossas vidas tem uma razão, um propósito. Mesmo a maior das dores. Hoje sei que essa razão, esse propósito, acaba por se transformar numa aprendizagem. Das maiores da vida.

E se muitas vezes isto tudo que nos acontece nos parece injusto, por outro é nessas injustiças que aprendemos a ser mais fortes e mais resilientes. Sabemos isso. Na pele, mas sabemos.

Sabemos que crescer dói. Que não é fácil. Que não é simples. Mas podemos transformar o caminho da aprendizagem em algo mais leve. Para isso, é preciso sintonizar o nosso coração para compreender os desígnios da vida. Afinal, ela cuida sempre das pessoas de bom coração.

Durante o tempo em que vivemos as nossas vidas penduradas pelos fios invisíveis da espera, procurei olhar sempre para aquele raio de sol que teimava em mostrar que ainda há caminhos, ainda há recomeços, ainda há futuro à nossa espera. Agarro-me a isso. Porque aprendi a agarrar-me ao melhor.

Há que olhar para dentro e reinventar o que somos, o que queremos da vida. Há que deixar para trás tudo o que demos como adquirido, todas as verdades que achámos absolutas, e usar as ferramentas que a vida nos vai trazendo para seguir caminho. E enquanto houver um novo dia à nossa espera, haverá

sempre possibilidades. E então, vale a pena seguir. Ir e tentar, uma e outra vez.

Este livro é isto. Um diário de tudo o que escrevi durante esta pandemia. Um mapa que me ajudou a superar medos, dúvidas, temores, toda a ansiedade que senti (sinto) pelo que é incerto, impermanente, invisível.

Desejo, com o coração todo, que estas letras sejam um sopro de amor, de fé e de coragem nas vidas de quem as acolher.

amor

Manter a certeza de que no fim só vai mesmo
importar o quanto cuidámos de nós, o quanto
lutámos por nós e o quanto fomos corajosos para
saber manter o que é de manter e para saber
deixar ir o que não nos faz sorrir.

O princípio do amor

Ando às voltas para dar um sentido – maior que o óbvio – para ter escolhido estas que são para mim as três bússolas que norteiam a vida: Amor, Coragem, Fé. Acredito que é impossível separá-las, dividi-las, ordená-las ou viver sem elas. São combustível para a vida, são direção para tomar decisões, são força para superar adversidades, dias nublados, coisas e pessoas que nos obrigam a parar e a questionar. E como é importante e edificante saber parar e saber questionar.

Para tudo na vida tem de haver equilíbrio. Para tudo na vida tem de haver bom senso. Os únicos que são verdadeiramente melhores são os que veem o melhor nos outros, são os que se tentam encontrar na fronteira invisível das diferenças, e os que aprendem a ser ainda melhores através delas.

Acredito, assim, que não vivemos sem amor. E não vivemos sem fé. Não vivemos sem coragem. Não amamos sem coragem e sem fé. Não temos fé sem amor nem coragem. E não conseguimos ter coragem sem amor e sem fé. São indissociáveis, difíceis de reunir num tempo só. E sabemos que, quando acontecem juntas, é mágico.

Não imagino o amor sem fé, nem sem coragem. Não é amor. E trocando apenas a palavra fé por acreditar, quando amamos, acreditamos. Acreditamos no amor em si. Acreditamos na pessoa que amamos. Acreditamos que somos capazes de fazer o outro feliz. Acreditamos que somos únicos, inigualáveis e que a pessoa que amamos nunca será tão feliz com outra pessoa, como é connosco. Acreditamos em nós próprios. Acreditamos nos sonhos, nas ideias, nos projetos. Acreditamos nos pais, nos filhos, nas famílias. Acreditamos que os outros, que nos são queridos, nos querem o bem, pelo bem, pelo melhor. Acreditamos que tudo está bem, e acreditamos que, se um dia, tudo mudar, será para melhor.

Este foi o ano em que ouvimos (cá dentro e à nossa volta) esta frase que virou oração: calma, respira fundo, vais ficar bem.

Repetimos para nós mesmos, para os que estavam à nossa volta, para todos os que, nos momentos mais duros, precisaram de um pequeno balão de esperança.

Ainda há muito caminho pela frente. E se 2020 foi muito duro, também foi o ano que nos mostrou a imensa força e a resistência que muitas vezes esquecemos que temos.

Fez-nos perder muitas coisas, mas também nos fez ganhar grandes lições de vida: sobre escolhas difíceis, sobre desapego, sobre pessoas que julgávamos conhecer bem e, tanto, sobre nós próprios e sobre a coragem que precisámos de resgatar nos dias em que a nossa tábua de salvação foi manter bem presentes todos os motivos que temos para sorrir e para agradecer.