

## A BUSCA PELO CAMINHO

**Não há como curar o corpo  
sem curar a alma.**

(Alexandre Pires)

Nada melhor do que uma grande perda para poder ajustar as arestas e seguir adiante. O caminho que terminei em maio de 2015, na Itália, começou exatos cinco anos antes, num período muito complicado da minha vida, e só consegui perceber isso, com clareza, após chegar ao destino final desta jornada. Troco o horizonte pelo ponto de partida, e revivo tudo com gratidão para poder compartilhar essa experiência.

Quando consegui repensar sobre minha posição no mundo, minhas atitudes, posturas e escolhas, sofri um processo muito doloroso. A autocobrança excessiva me tornou uma pessoa da qual eu já não me orgulhava. Apesar do bom desempenho na carreira, não me sentia feliz. Vivía de modo egoísta, colocando o trabalho e meus desejos acima de tudo. A essa altura, eu já havia procurado um acompanhamento profissional, pois sentia a necessidade de um auxílio.

O vislumbrar do término de uma relação de quase seis anos foi um dos reflexos devastadores desse estilo de vida. O tempo que eu não tinha, a atenção que não dei e a falta que fiz em momentos importantes não era algo possível de reverter e fui, dia após dia, vendo meu relacionamento definhando.

O cansaço da rotina do meu trabalho numa companhia área, somado às tarefas de empreendedor, bem como os meus tropeços egoístas, destruíram os poucos momentos que tinha para dedicar ao relacionamento. Eu só queria dormir (pouco) para recuperar meu corpo e mente para depois trabalhar mais e mais. A tolerância da outra parte chegava ao fim, com toda a razão, na hora em que eu mais precisaria de auxílio, quando tive síndrome do pânico.





O episódio que acabou com meu afastamento do trabalho aconteceu durante uma sessão de cinema, onde ao término da exibição fui tomado por uma sensação horrível de falta de ar, claustrofobia, solidão e dor no peito. A única maneira que via de parar aquela sensação era sair de onde estava correndo, sem dar nenhuma satisfação ou olhar para trás, e foi o que fiz. Nesse dia, ao chegar ao apartamento que estava em São Paulo, eu quase saltei do nono andar, simplesmente não sabia o que fazer para acabar com aquilo que sentia. Fiquei no parapeito da janela da sala e, em um momento de lucidez, liguei para minha terapeuta. Ao conversar com ela, consegui me acalmar e desisti de dar o passo mais errado de todos. Depois disso, consegui voltar a Porto Alegre para retomar o tratamento.

Seis meses depois, meu casamento acabou. Tudo que achei ter construído não existia mais e com trinta e cinco anos, desmoronei. Além da terapia, busquei forças na minha fé. Não há como curar o corpo sem curar a alma, e este alicerce me tornou forte outra vez, com motivação para realizar as mudanças que precisavam ser feitas.

Esse fato me fez repensar muito dos passos e atitudes desde minha infância, percebia que sempre havia sido introspectivo e, de certa forma, tinha uma personalidade mais isolada. Na infância e adolescência, era difícil expressar meus sentimentos com minhas irmãs e primos, os amigos também eram poucos, mas suficientes para ter uma infância normal. Embora um dos fatos mais marcantes daquela época, e que fortaleceu ainda mais esta personalidade introspectiva, tenha ocorrido aos meus dez anos de idade. Em uma tentativa de assalto, meu pai foi vítima de um tiro que mudaria minha família para sempre. Para defender a mim e minha mãe, após perceber os assaltantes na frente de casa, meu pai me empurrou para dentro de casa e, por isso, colocaram a arma em sua cabeça. Vendo aquilo me abaixei, e vi que meu pai conseguiu desviar o cano da arma fazendo a bala atravessar sua boca. Foram necessárias algumas cirurgias para poder reconstituir parte do seu rosto, nisso somaram-se mais de dois anos em hospitais. Foi muito penoso para toda minha família, nos sentíamos vigiados e inseguros e se eu já tinha uma personalidade intimista antes, nesta hora ela praticamente se escondeu de tudo e de todos. Na época, a psicologia e a psiquiatria não eram alternativas

comuns para buscar a solução de problemas ou traumas, existia até um certo preconceito, diziam ser coisa de "louco". Então, o foco em adquirir conhecimento e a crença espiritual, alimentada por minha mãe, acabaram me transformando em uma pessoa mais focada nos estudos e no bom desempenho profissional.

Todo esse processo de maturidade ocorreu sem maiores problemas no decorrer de minha adolescência e início da vida profissional. Terminei a época escolar e logo ingressei na faculdade, porém ainda indeciso sobre o curso que havia escolhido. Dois anos de universidade não me impediram de trocar de área, e foi assim que iniciei um dos caminhos mais interessantes de minha jornada, troquei o mundo acadêmico para viver nos ares.

Aos dezenove anos fui para São Paulo já empregado em uma companhia aérea e lá fiquei por mais de 15 anos. Conheci o mundo, pessoas e pude contemplar experiências in-críveis em minha juventude. Cada dia que passava abastecia minha bagagem intelectual e me sentia alguém mais completo.

Incansável como sempre, eu queria mais, queria me encher de trabalho, ter meu próprio negócio e uma vida onde pudesse aplicar tudo que observava e absorvia. Aos vinte e cinco anos veio outro grande passo em meu caminho pessoal, abrir minha própria empresa, e foi assim que levei a vida nos anos seguintes, voava e cuidava de um negócio próprio. A vida se tornou como sempre desejei, cheia de trabalho. Foi neste caminho repleto de responsabilidades que, não sei como, mantive um relacionamento.

Após tantas mudanças e reflexões sobre esse meu passado, num longo processo de amadurecimento, percebi que devia deixar para trás histórias e pessoas que não me faziam bem. Só assim, conseguiria encontrar a mim mesmo. Precisei romper laços com amigos de longa data pelo vazio que sentia na presença deles – eram inúmeros registros de cenas "supostamente felizes" para postar em redes sociais, críticas ácidas ao comportamento, roupas e estilo dos outros. Eu já não compartilhava dessas mesmas ambições e estava cansado de participar de eventos e viagens onde tudo tinha preço, mas não valor. É claro que o carinho pelos momentos vividos fazem parte das minhas memórias, mas sem essa difícil ruptura eu

continuaría com a necessidade de aprovação de um grupo, perdendo a coragem para realizar meus desejos.

Quando consegui entender que meu jeito de ser e viver não era um defeito, mas apenas parte de minha essência, recebi alta da terapia cognitiva e comecei um novo ciclo, prometendo para mim mesmo a retomada de uma vida com significado. Neste período, resolvi realizar um antigo sonho, o de aprender a andar de skate. Logo que comecei as aulas, me apaixonei pela sensação de liberdade e superação que o esporte proporciona. Em três semanas, já sentia confiança e equilíbrio para andar pelas ruas da cidade.

Eu continuava a minha trajetória de autoconhecimento também através da ciência e da religião, então, realizei diversas leituras, dentre elas, o livro “Em busca de Francisco” de Ian Crown. No decorrer das páginas, me identifiquei com a narrativa da personagem, seus questionamentos, incertezas e busca pelo equilíbrio, solidariedade e verdade. Aquele livro era o que faltava para dar sentido à minha história. A vida de São Francisco de Assis me fascinava e inspirava desde muito cedo, não apenas pelo santo que era, mas pelo exemplo de homem que foi em sua época.

Quando li a última palavra da obra, em abril de 2014, já imaginei passar meu aniversário de 40 anos fazendo a trilha de São Francisco pela Itália. A data sempre era um dos pontos trabalhados em minha terapia, pois há alguns anos já não comemorava o meu nascimento de forma tradicional, mas viajava para ter um momento de reflexão – atitude que amigos e familiares não compreendiam muito bem, mas respeitavam.

Dias depois, numa tarde de domingo, contei para uma amiga minha vontade de fazer a viagem, e que, mesmo empolgado, ainda sentia um vazio. A conversa com a Ana foi muito produtiva e elucidativa, justamente pelo perfil criativo de arquiteta que ela tem, pois me sugeriu envolver na viagem, amigos e alguma ação beneficente. À noite, foi impossível dormir e logo comecei a montar o projeto que, naquele momento, não imaginava que iria transformar muitas vidas além da minha.