

PRÓXIMO PASSO

EP 01

SINOPSE: Antônio é um homem de meia-idade, insatisfeito com a casualidade da vida. Ao descobrir por acaso o Caminho de Santiago, decide usá-lo para quebrar sua rotina, se autoconhecer e lidar com questões mal resolvidas de seu passado. Neste primeiro episódio, vamos conhecer o treinamento de Antônio, bem como seus anseios, vontades e expectativas.

PRÓLOGO

Antônio: Todos os dias são iguais, todos os olhares são os mesmos. Você vai e vem dos mesmos lugares, para lugares iguais todos os dias. Imagine a vida como ela é, imagine os caminhos, as possibilidades e o tempo. Pense no tempo como um estoque limitado de gasolina, e a vida como um opala 85 com o tanque furado.

O conforto do mundo moderno, afinal, é uma prisão que nos esconde do que realmente somos?

As respostas estão dentro de nós ou mundo afora?

Afinal, estamos vivendo o caminho, ou em busca da chegada?

Eu sou Antônio, hoje um peregrino, no entanto, também sou um curioso, um questionador, um homem comum cheio de dúvidas, que encontrou na peregrinação algumas das milhares respostas que permeiam nossa existência.

ATO 1

A tela está completamente escura. Lentamente a escuridão vai perdendo espaço e vemos a casa de Antônio. Antônio está no computador. Ele trabalha, está visivelmente cansado. Antônio está no banheiro, se encarando no espelho, um olhar cansado toma conta da tela.

Antônio: Você realmente existe? Digo, o que é existir? Comprar uma casa nova? O carro do ano? A melhor televisão? Se hoje fosse seu último dia na Terra, e a única coisa que você pudesse levar fossem experiências, sua mala estaria cheia?

Entrevista Antônio: Como tudo começou?

Eu não me recordo da primeira vez que decidi fazer o Caminho de Santiago. Eu mal lembro da primeira vez que eu ouvi falar a respeito, mas assim que pesquisei sobre o Caminho, eu estava completamente imerso. Estava viciado no Caminho. Todos os dias via os relatos de outros peregrinos. Eu queria sentir aquela sensação. E quando menos percebi, estava me preparando para o Caminho de Santiago.

CORTA PARA:

Antônio está tomando um café, observando as folhas caírem lá fora e o sol se pôr. Antônio encara a foto de seu filho, por breves segundos ele respira fundo e agora segura uma foto dele jovem, que contrasta com suas falas. As imagens se dissolvem lentamente para a escuridão.

ANTÔNIO: No momento em que percebi que precisava mudar minha vida, um incômodo enorme tomou conta de mim. Questões mal resolvidas do meu passado estavam presentes. O cotidiano começou a me assustar e eu precisava mudar, então eu mudei.

CORTA PARA:

A estrada de terra é simples, compacta, mas cheia de natureza e aparentemente distante do caos da civilização. Antônio está na rua, perto da entrada da trilha. O ZUNIDO da civilização continua em sua mente. Ele coloca o primeiro pé na trilha. E quando começa a andar, o BARULHO desaparece, como se fosse fisicamente desligado.

ANTÔNIO: A peregrinação é um processo espiritual, mas também é físico. Pense no caminho como um ritual e no treino como uma preparação do templo. A trilha é só um exemplo, mas também faz parte da peregrinação. Ela começa dentro de você, e te transforma da ideia à realização.

CORTA PARA:

Entrevista com a Dra. Clarice Peres, Neurocientista: Qual a ligação do Caminho de Santiago com a saúde mental?

Clarice: O mundo real é diferente das redes sociais, ele é imperfeito, imprevisível e até mesmo perigoso. O Caminho de Santiago é uma longa jornada, como a terapia é. Cheia de pedras no caminho, desafios e obstáculos. O autoconhecimento é um processo, às vezes doloroso. Caminhar para dentro de você é um mistério, é sempre um desafio enorme, afinal somos nós contra nós. Sem os filtros, sem os likes, sem mentiras.

CORTA PARA:

Estamos no íntimo da trilha. Vemos a paisagem do local, o verde, a solidão. As folhas vivas e mortas. Antônio está completamente suado, cansado. Ele está no chão, sentado e reflexivo, encarando a natureza.

Entrevista com Antônio: Fale um pouco sobre a preparação? O que levou e o porquê?

Antônio: Geralmente é recomendado levar 10% do peso corporal na mochila, mas minha jornada tinha outros desafios. Eu queria registrar o momento para o documentário, então minha mala que teria entre 8 e 9 kg foi para 16 kg. E existia um propósito naquilo, fazia parte da minha peregrinação carregar aquele peso a mais. Registrar o Caminho para mim, era tão importante quanto os momentos de reflexão.

CORTA PARA:

Voltamos para a trilha, Antônio se esforça ao máximo para conseguir continuar caminhando.

Entrevista com Jorge Cáceres, especialista no Caminho de Santiago: Fale um pouco sobre o Caminho, sobre a quantidade de peregrinos, os tipos de caminho, algumas recomendações.

Jorge: Em 2019, antes da pandemia, o Caminho de Santiago bateu o recorde de peregrinos, 350 mil no total. Pessoas de todo o mundo, com diversas histórias, propósitos e vontades. Os Caminhos mais famosos são o Francês, saindo de Saint Jean Pied de Port, que tem por volta de 800 km, o Caminho Português pela Costa, mais ou menos 250 km e o Caminho Espanhol, o qual sai de Aragonês, tendo por volta de 980 km.

Enquanto Jorge fala, um mapa animado mostrando as rotas surge na tela. O mapa guia o telespectador.

CORTA PARA:

Antônio está preparando sua mala. Ele coloca só o básico. Se despede de sua família. Respira fundo.

ANTÔNIO: Os levo hoje em pensamento comigo. Eles também fazem parte dessa jornada, e também é por eles que estou indo. Hoje estou tomado por um imenso sentimento de gratidão, seja pela presença da minha família, seja pela peregrinação que me espera.

A família está toda reunida, os filhos abraçados com os pais. Todos emocionados. Vemos as sombras juntas, e a sombra de Antônio se separando de sua família.

Entrevista com Antônio: Foi difícil a despedida? Como foi a sensação de saber que ficaria longe de sua família?

Antônio: Foi difícil, não foi fácil. Quem tem filho sabe como é complicado, um pouco antes da viagem, cada momento junto parecia muito rápido. Eu queria aproveitar ao máximo, mas sentia que o tempo estava escorrendo pelas minhas mãos.

ATO 2

Antônio: Quando alguém decide fazer um caminho, seja quem for, de onde for, não importa. Aqui somos reduzidos a nada, a imensidão da natureza engole a vaidade, os luxos, fica tudo lá fora. Não importa mais o seu carro, o seu cargo, você é convidado a contemplar sua insignificância.

CORTA PARA:

Antônio está no aeroporto de Confins, que está levemente cheio.

MONTAGEM - VIAGEM

A) Vemos a asa do avião;

B) Uma estrada do ponto de vista do passageiro;

- C) O aeroporto de Barcelona;
- D) Chegamos em Saint Jean Pied De Port.

CORTA PARA:

Entrevista com Antônio: Por que o Caminho Francês, o que o convenceu a fazer ele?

Antônio: A primeira vez que fiz o Caminho foi de bicicleta, é o Caminho mais famoso e eu queria experimentar o que ele é capaz de entregar. Mas dessa vez existia uma certa dívida, e eu tive a sensação que na minha jornada seria necessário fazer a pé, e obviamente retornar ao caminho de outrora. Foi por isso que decidi fazer o Caminho Francês.

Vemos várias imagens de Saint Jean Pied De Port, enquanto Antônio fala.

CORTA PARA:

Estamos com Antônio nas ruas de Saint Jean Pied De Port. Antônio fala com a câmera, explicando um pouco do caminho, sobre as dificuldades do processo de Peregrinação.

CORTA PARA:

Antônio está nas montanhas dos Pireneus. Um lugar verde, grande e relativamente calmo.

Antônio: No começo da jornada o silêncio incomoda muito. É estranhamente desconfortável ficar a sós consigo mesmo. Nos primeiros momentos, minha mente divagou, voou longe. Me senti pequeno novamente, como uma criança, sem respostas, só com perguntas preenchendo o espaço em minha mente.

Um tear trabalha intensamente, tecendo em câmera lenta, enquanto Antônio fala.

Antônio: Quando eu era mais jovem, costumava ir com a minha mãe para o Tear. Quando segurei meu filho em minhas mãos pela primeira vez, senti aquele garoto acompanhando a mãe, perdido, aprendendo. Agora no lugar de aprender a tecer, estava aprendendo a ser pai. E enquanto caminhava senti aquela sensação novamente, eu estava aprendendo algo, mas o quê?

A imagem das montanhas vai escurecendo lentamente junto com as falas de Antônio.

CORTA PARA:

Entrevista com Jorge Cáceres, especialista no Caminho de Santiago: Afinal, quem é o Peregrino moderno?

Jorge: Nunca deixamos de peregrinar. A vida é uma grande peregrinação. Seja pro trabalho, ou para encontrar aquela pessoa especial. Estamos sempre migrando, mudando. O peregrino que decide fazer um caminho como o de Santiago não tem um perfil exato, pode ser alguém insatisfeito com a vida, cansado da rotina, ou alguém que está lá para pagar uma dívida. São várias histórias que contemplam o Caminho.

CORTA PARA:

Antônio está perto do acostamento de uma estrada, deitado, olhando para cima. Os caminhões passam no acostamento ao lado. Antônio encontra vários outros peregrinos pelo caminho. Chega em uma praça cheia de vida.

Antônio: O primeiro dia apresentou um dos maiores desafios da jornada. A montanha dos Pireneus é íngreme e impiedosa. Não pensei que tão cedo os 16kg iriam fazer tanta diferença. Fiquei realmente agoniado e lutei contra a minha mente até encontrar uma combinação entre postura, respiração e controle para seguir.

CORTA PARA:

Entrevista com a Dra. Clarice Peres, Neurocientista: Qual o benefício que se tem ao se afastar de tudo? Da rotina, dos compromissos?

Clarice: Aqui Clarice irá discorrer sobre a importância de se desconectar das preocupações do dia a dia. De encontrar um ponto de paz e fazer algo diferente no cotidiano.

CORTA PARA:

Voltamos para a companhia de Antônio em sua jornada no Caminho, desta vez o clima está nublado, mais carregado, mas não chuvoso.

Antônio: As dificuldades físicas começaram a inundar meu corpo, a chuva, as dores, as primeiras bolhas começaram a aparecer. Eu estou mais confuso, o silêncio é ensurdecedor e agora tenho mais dúvidas ainda.

CORTA PARA:

Em algumas vilas, vemos algumas cestas com alimentos e valores irrisórios em euro.

Antônio está tomando vinho em uma concha improvisada. O vinho sai diretamente de uma fonte de pedras.

ANTÔNIO: No Caminho existe uma fonte com vinho e água. É proibido levar o vinho, mas é liberado para quem estiver ali usufruir sem problemas. Você pode tomar à vontade.

CORTA PARA:

Entrevista com Jorge Cáceres, especialista no Caminho de Santiago: Como os peregrinos são vistos durante o Caminho?

Existe uma cumplicidade entre os peregrinos e as pessoas da região. Todos estão sempre se ajudando. Há um mercado local em torno dos Peregrinos, você pode pagar para algumas pessoas transportarem sua bolsa entre um albergue e outro. Existem vários pontos com

comidas, com vinho. Você pode simplesmente pegar e pagar o quanto considera justo. O Caminho como um todo propõe para o Peregrino esse senso de irmandade. Nos albergues se cozinha junto com desconhecidos de todo o mundo.

CORTA PARA:

Estamos na saída de Logroño. As imagens do Caminho de Santiago ainda pipocam na tela, nos mostrando a beleza do trajeto.

Antônio: Demora um pouco para entender a beleza do trajeto. Nos primeiros dias minha vaidade foi arrancada de mim. E as dificuldades e a imensidão do caminho me engoliram. A intercalação entre a solidão e encontrar outros peregrinos é uma espécie de combustível. Me faz lembrar que não estamos sozinhos durante o percurso. Sempre há alguém com objetivos parecidos em uma estrada próxima de nossas vidas. E isso, de certa maneira, me motiva.

No caminho encontrei Marcelino, um peregrino que tem uma casa dentro do Caminho de Santiago. Marcelino, hoje, dedica toda sua vida para o Caminho. Ele é um peregrino que já fez o trajeto inúmeras vezes. Meu encontro com ele me fez refletir sobre minha jornada. Peregrinar é um ato muitas vezes solitário, mas o que estamos buscando pode ajudar as pessoas em nossa vida? Como nossa evolução impacta a vida daqueles que estão ao nosso redor?

CORTA PARA:

O sol vem lá de fora e ilumina a barba branca de MARCELINO, que apesar de certa idade, esbanja simpatia.

MARCELINO: Ele fala com a gente, conta que está naquela casa ajudando os peregrinos de todo o mundo, que naquele lugar não existe a palavra estrangeiro, são todos irmãos ali.

CORTA PARA:

Continuamos vendo imagens do Caminho de Santiago.

Antônio: Saio daquele lugar um pouco mais reflexivo. Penso ainda mais na minha família, em como minha jornada também vai impactar aqueles que me esperam em casa, já que estamos sempre peregrinando em nossas vidas. Como eu poderia ser esse ponto de auxílio? Essa casa é acolhedora na transição de um ponto ao outro?

Continuamos vendo a paisagem do Caminho de Santiago. Lentamente, elas surgem e transacionam de uma tela escura para uma bela paisagem, seja de um antigo castelo, seja de um bosque cheio de vegetação.

Antônio: Então, nosso corpo fica fisicamente desgastado. Ficamos mais lentos, e somente consigo pensar no peso em minhas costas, no calor ou no frio que sinto, na chuva que cai. Enquanto tento controlar minha respiração, minha mente se esvazia. Minha mente se limpa, e minha alma também. É nessa hora, nessa exata hora, que todos os problemas somem, os boletos, as vozes, os pensamentos ansiosos se vão. Apenas me concentro em chegar no

próximo ponto antes que o cansaço me vença. Quando o vento bate no meu rosto e o sol queima minha pele, encontro um pedaço de mim, encontro o meu propósito escondido.

Imagens em câmera lenta, que mostram as dificuldades do percurso, surgem enquanto Antônio fala conosco.

CORTA PARA:

Vemos novamente a mesma cena de outrora. Antônio parado em um morro perto do acostamento. Agora a imagem tem um zoom animado dramático, que contrasta com as falas de Antônio.

Antônio: Antes o Caminho havia me engolido, agora sinto que estou sendo cuspidos para fora como um novo homem, ainda perdido, fraco e com medo, mas pronto para enfrentar o próximo desafio.