

FICHA TÉCNICA

www.manuscrito.pt
facebook.com/manuscritoeditora

© 2019

Direitos reservados para Letras & Diálogos,
uma empresa Editorial Presença
Estrada das Palmeiras, 59
Queluz de Baixo
2730-132 Barcarena

Título original: *Fátima — O Meu Caminho. A Minha Fé*

Autora: *Fátima Lopes*

Copyright © Fátima Lopes, 2019

Copyright © Letras & Diálogos, 2019

Revisão: *Carlos Jesus / Editorial Presença*

Capa: *Catarina Sequeira Gaeiras / Editorial Presença*

Composição, impressão e acabamento: *Multitipo — Artes Gráficas, Lda.*

ISBN: 978-989-8975-02-7

Depósito legal n.º 454 584/19

1.ª edição, Lisboa, maio, 2019

ÍNDICE

Introdução	
Os oito minutos que mudaram a minha vida	13
1. O que significa para mim peregrinar	27
2. Trago Fátima marcada no meu nome e no meu coração	47
3. O exemplo dos pastorinhos	69
4. O silêncio de que tanto precisamos nas nossas vidas	83
5. Os quilómetros percorridos, os obstáculos e o contacto com a natureza	105
6. As histórias com que me cruzei e que me inspiraram	127
7. Nenhuma peregrinação está terminada	157
Agradecimentos	166
Leituras que tenho na minha mesa de cabeceira	167

Silêncio.

Foram oito longos minutos que passaram devagar.

Silêncio.

Um mar de gente.

Silêncio.

O papa Francisco rezava na Capelinha das Aparições, onde tinha colocado um ramo de rosas aos pés de Nossa Senhora. E, no Santuário que o recebia, desde o primeiro momento da sua chegada, com imenso amor, gritos de alegria e entusiasmo, entre milhares de peregrinos, de terço na mão, jornalistas, televisões em direto... fez-se silêncio. Foi como se, de repente, o Santuário tivesse ficado vazio.

Silêncio.

Um silêncio espontâneo, esmagador, comovente, rezado por milhares de pessoas que ali entregavam promessas, faziam pedidos sentidos, partilhavam aflições, agradeciam momentos de alegria e bênçãos recebidas. Todos e cada um daqueles peregrinos entregavam-se a si e aos seus. Entregavam-se a Maria.

Um «silêncio orante», como descreveu o próprio papa Francisco na sua mensagem de agradecimento, depois de ter deixado Portugal.

Era aquele tipo de silêncio que tão poucas vezes experimentamos nas nossas vidas, que nos entra pela alma adentro sem pedir licença e, como por magia, provoca uma revolução interior e nos faz serenar. Era a calma que tantas vezes desejamos, mas muitas vezes não sabemos alcançar. É como se uma voz nos sussurrasse, baixinho, naquele silêncio que nos abraça, «está tudo bem, está tudo bem».

Foi o que eu senti naquele momento iluminado pela fé de milhares de peregrinos, reunidos aos pés de Maria. Uma paz que nunca tinha sentido antes. Um abraço quente que não conhecia, diferente de todos os que já recebi na vida. Uma mão que pousava sobre a minha cabeça e me trazia uma sensação de conforto, de serenidade e de uma felicidade plena.

Estava em direto para a TVI nesse dia 12 de maio de 2017, ano do centenário das aparições de Fátima, da canonização de Francisco e Jacinta, da tão aguardada visita do Santo Padre ao Santuário.

O papa Francisco ficaria em território nacional apenas 23 horas e 43 minutos, mas a sua visita marcou todos quantos no Santuário ou através das televisões lhe viram o rosto sereno, o sorriso aberto, escutaram as suas palavras ou, mais importante que tudo, sentiram a sua fé e a sua alegria contagiantes.

Era um dia que se adivinhava especial, mas eu nunca poderia imaginar o que ali assisti, vivi e senti. Ao lado do jornalista Pedro Pinto, que conduzia a emissão, experienciei momentos únicos.

Rapidamente me esqueci de que era apresentadora de televisão e deixei que falasse o meu lado de crente.

Senti necessidade de partilhar com os espectadores momentos íntimos associados à minha fé. Como, por exemplo, o caminho feito até conseguir engravidar do meu segundo filho. Sempre acreditei que teria um segundo filho, até porque fisicamente nada nos impedia de ser pais. Mas o tempo passava e a boa nova não chegava, o que naturalmente gerou algum stresse. Passado um período de espera que nos pareceu razoável, procurámos os melhores médicos, cheios de esperança e dispostos a tudo.

Em conversa com a minha amiga Dra. Branca, médica da irmã Lúcia, com quem tenho uma relação de profunda amizade, partilhei com ela este sonho de voltar a ser mãe e as dificuldades por que estava a passar. Com a serenidade que a caracteriza, disse-me para manter a minha fé, porque tinha a certeza de que Nossa Senhora me daria a sua graça. Entretanto falou com as irmãs carmelitas do Carmelo de Santa Teresa, em Coimbra, onde a irmã Lúcia viveu praticamente toda a sua vida, pedindo-lhes para que rezassem por mim. Pouco tempo depois engravidei e, a transbordar de alegria e felicidade, decidi que, mal o Filipe tivesse um ano, iria ao Carmelo agradecer às irmãs. E assim fiz. Fui com a minha querida mãe, mulher devota de Nossa Senhora, e com a minha amiga Dra. Branca.

Fomos recebidas pela madre superiora de então, a querida e saudosa madre Celina, mulher de sorriso fácil e alma luminosa, que se fez acompanhar pelas outras irmãs. Não sei como descrever aquele momento. As irmãs estavam, como é habitual, atrás de uma parede em ripas de madeira e nós do lado de cá. Era assim que

comunicávamos e o que podia parecer um obstáculo deixou de o ser face à postura das irmãs. Elas cantaram para o Filipe e com o Filipe. Estranhamente ou talvez não, o meu filho reagiu como se as conhecesse desde sempre, batendo palminhas e cantando. Parecia familiarizado com todas elas, dando a mão pequenina através das grades e aceitando com satisfação os carinhos que lhe faziam. As irmãs, eu, a Dra. Branca e a minha mãe estávamos felizes e gratas pela bênção que é o meu Filipe.

Ao partilhar pela primeira vez com o Pedro Pinto e os espectadores esta passagem da minha vida, emocionei-me. Era de esperar. A fé é algo avassalador, que comove e que nos enche o coração de esperança e de gratidão.

Naquele dia, 12 de maio de 2017, foram várias as vezes que a emoção tomou conta de mim.

Há uma imagem que, entre muitas outras, nunca esquecerei: quando o realizador Luís Salvador pôs no ar o meu rosto em fusão com o do Santo Papa. Tenho essa imagem na secretária do meu gabinete, pelo enorme significado que tem para mim e por tudo o que me faz reviver. Olho para ela muitas vezes e agradeço. Volto sempre a sentir o que senti naquele dia tão especial. Uma enorme paz e gratidão.

Defino-me como uma mulher de fé. Levo Fátima marcada no meu nome e na minha data de nascimento, 13 de maio, mas foi ali, naquele silêncio esmagador de mais de 500 mil peregrinos junto do seu pastor, que eu senti que tinha de ir mais fundo, mais longe, na minha vida e na minha fé.

O papa anunciava que vinha a Fátima como um peregrino com Maria, na esperança e na paz. Um simples peregrino que rezava aos pés de Maria, como tantos antes e depois dele.

Foi ali, naquele momento de amor, sim, aqueles oito minutos de silêncio foram para mim um momento de amor, que eu também decidi que queria ser peregrina.

Não podia adiar mais este desejo de sentir o que sentem milhares de pessoas que se fazem todos os anos à estrada, vindos de norte a sul do país, carregando as suas dores, expectativas, alegrias e desejos.

Entrevistei tantas destas pessoas nos meus programas, emocionei-me com muitas das histórias que ouvi. Também eu queria escrever a minha história de peregrina. Também eu queria passar em análise a minha vida, enquanto caminhava, quilómetro após quilómetro. Queria sentir o milagre de Fátima e viver no meu coração a certeza de que o papa Francisco nos deixou na sua homilia do dia 13 de maio: «temos mãe».

Partilho desde sempre com quem me acompanha a minha infinita vontade de aprender cada vez mais, de aprofundar e trabalhar o meu lado espiritual. E isto pode ser feito de muitas maneiras. Através da oração, da participação em grupos de reflexão, muitas vezes organizados de forma informal por quem partilha a mesma fé, através dos retiros que faço regularmente, das palestras de desenvolvimento pessoal a que assisto e da meditação que pratico no meu dia a dia.

Para algumas pessoas, com uma visão mais limitada da espiritualidade, a formação católica não «casa» com

práticas ligadas à espiritualidade oriental. Não é essa a minha opinião. Cada uma delas tem ensinamentos preciosos e todas nos podem ajudar nesta vontade de crescer, de nos conhecermos e de vivermos em maior sintonia conosco, com os outros e com o universo. Tanto posso fazer um retiro com um sacerdote que para mim seja uma referência, como já o fiz, como posso fazer um retiro com uma terapeuta holística, onde se aprendem múltiplas ferramentas para mergulharmos cada vez mais em nós. Coisas tão simples como a respiração, que é uma ferramenta poderosa no nosso dia a dia, o *reiki* ou a meditação. Para mim é importante esclarecer alguma confusão que ainda existe em relação ao tema da meditação e este é o momento certo para o fazer.

As meditações que aprendi e que pratico não são um refúgio, um alhear da realidade. São exatamente o contrário, um encontro comigo, um mergulhar no meu interior, escutando-me a mim sem interferências. Para mim são momentos de crescimento, porque, sempre que nos escutamos e nos respeitamos, estamos a dar uma oportunidade a nós próprios. Algumas das decisões mais importantes da minha vida tomei-as enquanto meditava. Quando meditamos, serenamos, crescemos e alimentamos a nossa alma. O mesmo sinto quando faço as minhas orações, quando converso com Nossa Senhora, quando escuto o que Deus tem para me dizer.

Para alguns isto pode parecer estranho e até descabido, falar com Nossa Senhora, mas para mim não. Tenho uma imagem no meu quarto e gosto desse momento a sós, em que abro o meu coração. Em algumas situações delicadas

da minha vida, já chorei com essa imagem na minha mão. E é tão bonito sentir que posso abrir o meu coração, fragilizar-me, baixar as armas de guerreira sempre pronta a proteger os seus e ser simplesmente a Fátima a pedir colo. Para mim, Nossa Senhora é alguém com um colo gigante, onde todos temos lugar, onde podemos simplesmente ser.

E, para quem trabalha num mundo muito ligado à imagem e ao parecer, como é o meu caso, é fundamental não descurar o ser. Estes momentos, para me conhecer melhor, servem para isso mesmo.

Amo o meu trabalho, sou muito grata por fazer aquilo que continua a apaixonar-me, mas sinto esta necessidade permanente de ir em busca do meu eu e de o fortalecer. Um trabalho de questionamento e de procura de respostas que nunca tem fim, porque estamos sempre a evoluir. A pessoa que sou hoje não é igual à que era há um mês, a semana passada ou mesmo ontem. E isso é que torna a nossa condição humana tão apaixonante. Quando tiro um tempo para fazer um retiro ou uma peregrinação, estou acima de tudo a permitir-me parar, a pôr-me em primeiro lugar, e isso não é egoísmo. É amor-próprio. Mais à frente terei oportunidade de vos falar sobre a importância de parar.

Nesse ano da visita do papa Francisco a Fátima, não fiquei para a missa do dia 13 de maio, porque é o dia do meu aniversário e queria estar junto dos que amo. Mas quando saí de Fátima rumo a casa liguei ao meu querido padre João Luís. Precisava de partilhar com ele a imensa alegria que estava a sentir. É ele que me ouve e me aconselha quando preciso. É a ele que abro muitas vezes o coração e por isso criámos uma ligação muito forte.

Conheci-o no programa *A Tarde É Sua*, onde o entrevistei acerca da sua devoção a Nossa Senhora, exatamente num dia 13 de maio. Ainda nos bastidores, enquanto conversávamos, sentimos logo uma enorme empatia um pelo outro. Um tempo depois deste primeiro encontro, o padre João Luís, chegado de uma visita que fez à casa de Nossa Senhora em Éfeso, na Turquia, enviou-me uma bonita lembrança e eu liguei-lhe a agradecer aquele gesto que me tocou tanto. A partir daí nunca mais nos «largámos» e criámos uma relação de amizade e cumplicidade muito bonita. Conversamos acerca de tudo. Não há temas proibidos nem tabus. Nem eu conseguiria ter como «meu padre» alguém conservador, intolerante e com ideias inflexíveis. Com o padre João passei a falar da vida, do amor, dos meus filhos, da fé, do que busco, partilhando as minhas dúvidas e assumindo as minhas fragilidades. Comecei a visitá-lo na sua então paróquia de Coruche para fazer partilhas e pedir orientação. E isto porque o padre João tem sempre uma palavra certa para me dizer, nos momentos de alegria mas também nos de maior tristeza. Como bom sacerdote que é, chama-me à atenção quando é preciso, escuta-me e aconselha-me.

O padre João conquistou-me e tornou-se alguém muito especial na minha vida, que vive e viverá sempre no meu coração, num cantinho que é só dele. Por tudo isto, eu sabia que era com o meu sacerdote, guiada por ele, que queria fazer a minha primeira peregrinação a Fátima.

Quando o padre João me atendeu o telefone, disse-lhe de rajada:

«Este ano quero fazer finalmente uma peregrinação a pé a Fátima.»

A resposta não se fez esperar:

«Fátima, vamos para o 13 de outubro, para fechar as comemorações do centenário.»

E fomos.

E voltei a ir uma segunda vez.

E voltarei a ir outras tantas vezes... a Fátima e, um dia, a Santiago de Compostela e à Terra Santa.

Não estava nos meus planos escrever agora sobre a minha espiritualidade e a minha fé, mas fui empurrada para isso. Explico porquê. A ideia deste livro nasceu à mesa de um almoço na segunda peregrinação que fiz a Fátima. Entre dois dedos de conversa e um pitéu delicioso que nos ajudou a recuperar a energia para uma tarde a caminhar, duas das minhas amigas com quem partilhei esta segunda peregrinação aproveitaram os breves minutos em que estive ausente da mesa para lançar a semente junto do padre João. Quando voltei, uma delas disse-me, perante o ar cúmplice e comprometido do padre João:

«Já temos uma ideia para o teu próximo livro.»

Eu comecei a rir e a dizer que não tinha tempo, que o ano ia ser cheio de trabalho e de desafios novos... blá, blá, blá. Foi isto que eles ouviram! Blá, blá, blá... e já não me largaram.

Explicaram-me então a ideia, que — tenho a certeza — tem a mão do padre João:

«Porque não partilhas a tua experiência como peregrina? Este caminho que fazes, e que é tão importante, de crescimento pessoal e espiritual? O que significa para ti vires a pé a Fátima?»

«Eu?»

A minha primeira reação foi de perplexidade.

«Mas quem sou eu para dizer o que quer que seja sobre Nossa Senhora de Fátima, as aparições, a mensagem? Sou apenas uma peregrina, uma mulher de fé...»

Mas, ao mesmo tempo que as palavras me saíam da boca, algo me dizia que tinha de escrever este livro. Sem pretensões de teorizar sobre Fátima, porque para isso existem os teólogos e os sacerdotes. Seria apenas e tão-somente a minha vivência, o meu caminho. E isto é algo absolutamente pessoal. Tal como não há duas pessoas iguais, também não existem dois caminhos iguais nem duas formas iguais de percorrer um mesmo caminho.

Este ano de 2019 faço 50 anos e 25 anos de carreira na televisão. É por isso um ano repleto de celebrações para mim, com tudo o que cada uma delas significa.

Ao longo destes últimos anos, tenho sentido grandes transformações em mim e um crescimento maravilhoso como pessoa. Este livro é por isso um marco. Uma reflexão sobre a minha vida, os meus valores, aquilo em que acredito e o que me move. Uma forma de agradecer tudo o que a vida me tem dado e todas as experiências que tenho vivido. Um enorme «obrigada» a Nossa Senhora, esse colo gigante sempre pronto a acolher-me.

Nas duas peregrinações que fiz, fui ouvindo aqui e ali alguém surpreendido: «Então a Fátima anda por aqui?», «Não estava nada à espera de a encontrar aqui assim!»

As pessoas estranhavam ver-me a peregrinar como elas, de fato de treino e ténis, boné na cabeça e uma garrafa de água.

Ali, como em qualquer outro lugar, sou a Fátima. E não imaginam como eu preciso desta normalidade. De sentir que sou simplesmente a Fátima. Um ser humano à procura de crescer, a tentar resolver as suas questões, a sarar as suas feridas, a buscar forças para ultrapassar os obstáculos e a renovar a sua fé, tal como todos os que se fazem à estrada. O meu caminho é igual ao das outras pessoas, com as minhas dores, as minhas alegrias e a minha fé. Procuro deixar para trás a Fátima Lopes, a profissional, e faço o caminho levando só a Fátima. Sem maquilhagem nem *glamour*. Sem nunca me esconder. Sou eu, o meu caminho e aqueles que o percorrem comigo. A verdade é que esta normalidade parece espantar as pessoas.

O que aqui deixo neste livro nada mais é do que um relato simples e sincero do que eu senti e vivi de cada vez que me fiz ao caminho como peregrina e que, como alguém me disse, rezei com os pés.

Partilho convosco nestas páginas a magia do contacto com a natureza, a importância do silêncio, o valor da minha família e das pessoas que percorreram comigo aqueles quilómetros, algumas vezes duros e muito sofridos, as lágrimas de emoção que senti pelas pessoas que conheci na estrada, as histórias que ouvi, o carinho que fui recebendo... enfim, partilho um pouco da transformação interior que senti a cada passo que dei.

Neste livro falo-vos ainda da questão do medo e do quanto ele nos impede de viver, da importância de termos momentos de paragem e reflexão, da importância de dizermos não, do valor que devemos dar ao outro, da palavra mais importante que temos na vida e que deve ser sempre o fio condutor: o amor.

Este é, antes de mais, um livro sobre a vida, e só depois um livro sobre a fé. A fé faz parte da minha vida e a minha vida é movida por valores, crenças e ideias que partilho ao longo destas páginas. É sem dúvida o meu livro mais intimista. Ao reler estas páginas senti que estava a conversar com os meus leitores. E, como numa conversa que se tem com um amigo, muitas vezes abro parênteses, conto uma história paralela, «perco-me» em temas que me apaixonam.

Este livro é uma forma de celebrar os meus 25 anos de carreira consigo desse lado, a acarinhar-me, a receber-me em sua casa e a abraçar-me todos os dias. Este livro é o meu abraço de volta e o meu muito, muito obrigada.

O caminho até Fátima é, sem dúvida, mais do que os quilómetros físicos que percorremos, um caminho interior, de transformação pessoal e espiritual.

Aprendi muita coisa ao longo deste caminho, mas talvez a maior lição destas peregrinações tenha sido esta: apesar de Fátima ser o ponto de chegada, o lugar santo para onde todos se dirigem, o momento tão esperado em que somos acolhidos no colo da Boa Mãe, a meta ou limite físico de um caminho que começou alguns dias antes, para mim Fátima passou a ser um ponto de partida. Um recomeço.