

A paz que faltava – o impacto do PEP num recluso

(Numa prisão de Portugal)

Toda a minha vida senti que era diferente, um pouco à parte dos restantes, como se me faltasse algo.

Aos 12 anos, deixei a escola, pois a trabalhar era onde achava que me sentiria melhor.

Aos 18, saí de casa da família, apesar de gostar muito deles; a viver sozinho é que devia ser.

Aos 19, casei. Sozinho já não me parecia bem, devia ser falta de companhia.

Aos 20, comprei casa própria, pois achava que andar a pagar casa a um senhorio não estava certo.

Aos 21, fui pai. Faltava algo no casamento e um filho resolvia isso.



Trabalhei imenso, muitas horas extra, fins-de-semana, tudo o que podia arranjar, pois agora tinha um filho, casa e contas para pagar.

E assim foi durante anos.

Comprei carros, vários carros, pois se tinha um todo o terreno, o que gostava mesmo era de um desportivo.

Se tinha esse, talvez um familiar fosse melhor, era mais prático.

Nunca eram aquilo que procurava. Nunca tirei proveito daquilo que tinha, estava sempre algo em falta...

Aos 28, separei-me da mãe do meu filho. Tinha casado, mas havia tanto que não tinha feito em solteiro. Assim seria melhor. Um ano depois da separação, a vida de solteiro já não me parecia assim tão bem: estava acostumado à companhia de uma mulher, talvez o problema fosse aquela que tinha escolhido de início, com outra seria diferente. Arranjei outra e, pouco depois, casei outra vez. Trinta anos e casado pela segunda vez. Outra casa, outro lugar para viver e tudo na mesma, faltava algo...

Adoro o meu filho e gosto da minha família, mas não me parecia bem.

Aos 39 anos, cometi um crime irreparável e de extrema gravidade, motivo que me trouxe à cadeia e onde me espera uma pena de muitos anos.

Enquanto espero pelo julgamento, só consigo pensar no que fiz, vezes e vezes sem conta, no que me levou a isso e de quantos anos será a pena. Uma vida de certeza. E, quando sair, talvez já com 60 anos, o meu tempo terá passado, terei perdido uma infinidade de coisas e pessoas talvez.

Continuava a achar que não me podia sentir bem, que era normal estar assim. Estou preso.

Fui ao PEP por curiosidade, para ver de que falavam. Fui uma primeira vez, voltei uma segunda, uma terceira e fui ficando, pois aquilo de que falavam fazia sentido para mim.

Os tópicos encaixavam em situações da minha vida. Comecei a pensar que talvez, se tivesse conhecido o PEP antes, algumas coisas teriam sido diferentes, que ainda podem...

Ganhei uma perspetiva diferente da vida. Aquilo que sempre senti em falta, que achava serem coisas exteriores, não eram, não são. O que estava, o que sempre estive em falta era a paz interior. Isso nunca me deixou apreciar tudo o resto e, por muito que tivesse, nunca era o suficiente, não era o ideal ou não me parecia bem...



O PEP deu-me a ferramenta para ver a vida de outra forma. Ver que é possível, que apesar de estar fechado e privado de liberdade exterior, e assim estarei durante muitos anos, posso ser livre nos pensamentos e nas ações do dia-a-dia, desde que esteja em paz interior.



Isso não está dependente de algo exterior ou de ninguém, só de mim. Sinto a falta do meu filho, da minha família e de muitas outras coisas, mas não estou dependente disso para viver a vida que me espera.

Este processo é um trabalho a decorrer. O principal está feito: compreender que é possível e que só depende de mim conseguir alcançar essa paz. Quando não estou bem, paro, olho para dentro, procuro em mim o que está em falta e respiro.