

[Transcript] Alta Definição / Ângelo Rodrigues: "A segunda vida começa a partir do momento em que percebemos que temos uma"

Só descobri-se-te agora que é o opto tenho plano gratuito, são milhares de horas que podes assistir onde, como e quando quiseres.

Ve os primeiros episódios das séries Premium, as melhores novelas e o melhor da SIG na tua plataforma de streaming.

Descarrega a aplicação ou veem opto.sig.pt.

Bem-vindo.

Amigo.

Obrigado.

Como é que estão esses ganchos?

Estão bem.

Não tenho utilizado muito essa técnica.

Tem sido mais diretos, mas os ganchos estou a trabalhar neles.

E as esquivas?

As esquivas estão bem.

Não tenho tido muitas oportunidades de estar em circunstâncias de combate.

O Fred é professor de boxe, então tenho mais dito aos outros para se esquivarem e para fazer enganjos e diretos e cruzados.

É uma luta ou uma dourada?

Calma, calma.

Eu sou o Rodrigues e estou como sou no alta definição.

Eu sei como é que te vejo agora.

Eu não sei como é que tu te vejo.

Há sempre um depoito de cada KO?

Claro que sim.

De alguns lantares.

E teu regresso às novelas e a um grande papel é vivido neste momento de que forma?

Por ti.

Com calma e com paixão, por aquilo que faço, por um estado de presença que eu já não sentia há algum tempo.

Porque minha vida apresentou assim umas curvas sinuosas nos últimos anos e por meditar muitas vezes sobre a finitude da nossa vida faz-me ter consciência desse estado de presença como estou aqui contigo, saber que nós os dois não estamos aqui para sempre, saber que provavelmente daqui a 50 anos não estaremos cá e isso faz-me entender a validade deste momento.

Estar inteiro em cada momento?

Exatamente, exatamente.

Onde é que andaste?

Tenho andado aí pelo mundo, tenho andado a viajar bastante, a fazer algumas experiências de voluntariado, fazer viagens não tão centradas em mim mas mais centradas nas necessidades do outro e descobrir que isso tem tido umas repercussões fortes em mim, entre as quais a velocidade que quero ter na vida, deixar de ser uma coisa tão esquizofrênica, tentar colecionar o máximo de coisas e ter essa visão soffrega da vida, acho que já estou mais calmo neste momento.

Isso ajuda-me a aproveitar melhor os momentos.

[Transcript] Alta Definição / Ângelo Rodrigues: “A segunda vida começa a partir do momento em que percebemos que temos uma”

O que é que essas viagens te dão?

Eu volto muitas vezes mais confuso do que quando parti, porque sinto que alcanço patamares de consciência, que de outra forma quando eu sou devolvido ao dia a dia aqui do nosso país, no Ocidente, que tenho que fazer um exercício constante de tentar colocar todos os ensinamentos que vou aprendendo lá fora e isso é o mais difícil para mim.

Parto sempre com uma vontade incrível de conhecer outras realidades e em vez de saber exatamente o que quero, fico ainda com mais dúvidas.

Pensar que podias morrer.

Vara Jesus, claro.

Apareces ter pressa de conhecer tudo o que há para conhecer.

A vida teve um volto fácil, não é?

Então eu percebi a semelhança do que diria com o fússil e um professor chinês, que nós temos duas vidas e a segunda vida começa a partir do momento em que percebemos que temos uma.

Não tenho outra forma de te dizer que eu sinto isso mesmo na pele.

Essa urgência é ter muito que ver com a quantidade de coisas que eu quero fazer na vida e que infelizmente é uma coisa que eu quero fazer na vida.

A urgência é ter muito que ver com a quantidade de coisas que eu quero fazer na vida e que infelizmente não vou ter tempo para fazê-las todas.

Portanto, para todas as cá conclusão que estou um bocado de sofrer no final.

No Cambodjo o contacto com os elefantes foi especial para ti?

Bastante.

E eu procurei os elefantes por uma razão.

Encontrei os últimos anos uma fotografia bem antiga de quando eu tinha 4 anos em cima de um elefante africano.

Eu tinha uma cara muito assustada, um mil de 4 anos.

A foto era de 91.

E para baixo o meu pai escreveu que fantasia, que sonho, reticências.

Eu fiquei intrigado com essa foto porque anos mais tarde devia sofrer um período controbado na adolescência em que sofri de bullying, gozavam com as minhas orelhas.

E eu pensei assim, já que eu vou fazer esta viagem.

E gostava de ter um contacto com outra espécie que não humana, porque não visitar os elefantes e tentar colocar em confronto um trauma que eu tenho do meu passado.

Será que eu vou tirar alguma coisa daqui?

Procurei o santuário de elefantes, mas que me mantivesse boas práticas.

Eu queria uma reserva natural onde tratassem bem os elefantes através de uma ONG.

Então procurei um projeto chamado Elephant Valley Project no Cambodja.

E é como se fosse um centro de reformadas elefantes.

Então eram 12 elefantes, são mais.

Eu acordava todos os dias, às 7h da manhã, e o meu trabalho era ser assistente de marrute.

É como eles chamam um cuidador de elefantes.

Uma vez por semana eu fazia medições corporais.

Por exemplo, ver qual é o perímetro da barriga, ver se tem alguma infeção no ouvido

[Transcript] Alta Definição / Ângelo Rodrigues: “A segunda vida começa a partir do momento em que percebemos que temos uma”

e ajudar também a recolher batata doce, bananas, canas de açúcar, porque eles tinham que comer cerca de 200kg por dia.

Então o meu trabalho era acompanhá-los e garantir que eles estavam a comer e a ser bem alimentados.

A qualquer coisa de pacífico que eu encontrava na presença desses animais era muito impactante perceber o quão a nossa espécie é insignificante a relação a outras, porque qualquer coisa que acontecesse, qualquer aneio que um elefante tivesse, podia acabar com a minha vida ali, porque eu não tinha proteção nenhuma.

Mas ao mesmo tempo é entender em que casa é que eu estava e aquela casa era a casa deles e eu tinha que respeitar o espaço deles.

Ao mesmo tempo, o respeito que eles têm por os elefantes impressionou-me bastante.

Isso faz com que relativize a nossa importância, o nosso lugar, aquilo que somos.

Sim, a pensar sempre na unidade, sabe?

Nós passamos demais e há tempos na nossa ilusão de que caminhamos separadamente.

E a verdade é que temos todos o mesmo fim.

Portanto, é sempre mais uma lição de humildade.

A cada viagem que faço fica um mais humilde e mais...

incapaz quando volto de produzir esse egoísmo.

Nós trabalhamos numa área com uma exposição mediática enorme e esse é um dilema que eu tenho tentado resolver.

Por últimos anos, que é um artista precisa de ego para se mostrar de alguma forma e eu, ao mesmo tempo, estou num processo de diluição desse próprio ego que me afasta dessas coisas todas, então é um paradoxo.

O que é que aconteceu ao teu trauma?

Eu gostaria, foi mais um passo para tentar resolver.

Este é sempre um diálogo com a minha voz interior.

Dáis por ti a ter pena ou lamentar aquele puto, aquele puto Ângelo.

Não, de tudo.

Cada vez mais vejo que, perante as ferramentas que tive nessas fases da vida fiz sempre o melhor que pude e vejo-se sempre com orgulho porque presenciei coisas que não gostaria de ter presenciado passei por coisas também que não gostaria de ter presenciado mas, enfim, foram importantes para eu hoje em dia poder refletir nelas e consegui ser uma pessoa melhor.

É como se a infância e a deslícência fosse o chão que nós pisamos para o resto da vida.

Com esse despojamento, com esse desapego e nessas viagens tu vives de quem?

Com que economias?

Trabalho como vão dando.

Eu tenho tido sorte com isso.

Felizmente.

Só que não vejo a minha profissão como um trampolim para acumular uma grande fortuna.

[Transcript] Alta Definição / Ângelo Rodrigues: “A segunda vida começa a partir do momento em que percebemos que temos uma”

Porque não há coisas mais importantes do que isso, não é?
As melhores coisas da vida não são coisas importantes.
Se o que vamos levar das nossas vidas
são só as memórias e as conexões reais que fazemos
é só nisso que eu estou empenhado.
Não tem que comer numa suíte presidencial ou num triplex
e ter um carro xpt ou não.
Eu preciso do básico para viver, dos mínimos para garantir a minha sobrevivência
porque o resto me torna muito mais rico
mas, de uma forma,
eu lembro-me que o último mês que eu fiz no Tamboja,
depois do voluntariado, a minha viagem era para ter terminado
no 3º mês ou 4º mês
e acabou por prolongar-se até o 5º mês.
Eu pensei assim, vou voltar para Lisboa em dezembro 1º.
Um friso carassas.
Depois, não tenho trabalho ainda nenhum marcado.
Alugar uma casa na capital, iria ser muito caro.
E comecei a pesquisar porque é que eu não procuro
aqui um lugar para ficar um mês, um bungalow,
um lugar para ficar um mês.
E fui exatamente o que eu fiz.
Encontrei um bungalow onde eu pagava 10 euros por dia
mas, em frente ao Mardin, aquelas águas paradisíacas.
Eu pensei, ok.
Então, para 300 euros por mês
e, se eu voltar para Lisboa e gastar o triplo,
se calhar, vou ficar aqui.
A despedida do Nepal é marcante, para ti?
Sou muito, foi das experiências mais impactantes da minha vida.
O facto de estar há 2 meses
é que eu tenho que estar aqui.
O facto de estar há 2 meses com 3 turmas
e a viver com 150 monjas
não mostrei o budista perto do Nepal.
Foi muito impactante.
Inicialmente, eu tinha um objetivo.
Eu gostaria de pôr monjas a fazer teatro.
E eu achava que isso era uma tarefa impossível
porque não tinha referências.
Absolutamente nenhuma de pessoas tivessem feito o mesmo.
Então, tentei ir por outro lado.
E os contactos que eu fiz, era como o professor de inglês

[Transcript] Alta Definição / Ângelo Rodrigues: “A segunda vida começa a partir do momento em que percebemos que temos uma”

porque eles aceitavam voluntários para ensinar inglês.
Então, eu fui nessa condição, meio que camuflado.
E aos poucos, eles foram percebendo o que eu fazia,
qual é que era a minha profissão.
E quando chegou ao momento de eu lhes propor,
gostaria de fazer um espetáculo de teatro com vocês.
E eles, prontamente, disseram que sim.
Então, numa das aulas, eu propunho-lhes,
vocês hoje vão para o quarto, vão pensar em situações
que gostariam de falar no espetáculo de teatro.
E inicialmente, a coisa não foi bem vista
pelo Campo, o que é o monge que geria o mistério.
Porque este estrangeiro está aqui
a fazer com que eles lidem com emoções.
Eles não estavam assim muito confortáveis.
Então, tinha que ser assim uma abordagem bem leve.
Mas a coisa deu certo e eles adoraram o espetáculo.
Fizemos o espetáculo final, conseguimos reunir os 150 monges
para estar na assistência.
Foi a primeira vez que eles tiraram a túnica deles
e puderam vestir roupas do acidente.
Estavam muito felizes com isso.
Eles não falam de sentimentos.
Então, chegou esta pessoa do outro lado do mundo
para pô-los a tocar em uns nos outros.
Por exemplo, um põe uma venda e o outro
fica só a tocar na cara e a perceber como é a textura da cara.
Isso para eles no início era muito...
Não quero fazer isto.
É um mistério exclusivamente masculino.
Então, isso é uma afronta masculinidade deles.
E no final, eles escreveram uma quantidade de cartas
que eu sabia que não podia ler à frente deles.
Fui para o quarto no último dia para ler essas cartas.
As coisas que eles diziam são tão impactantes
que depois dessa experiência me fizeram querer
porque eu poderia perceber
porque já tinha a minha missão feita neste lugar
porque sinto-me valioso de uma forma
que de aqui não me sentiria.
E não me sinto mais um.
Sinto realmente que as pessoas me veem como eu sou.
Em vez de andarmos aqui distraídos,

[Transcript] Alta Definição / Ângelo Rodrigues: “A segunda vida começa a partir do momento em que percebemos que temos uma”

como todos andamos aqui e a fingir
que nos ouvimos uns aos outros,
ou quando perguntamos se está tudo bem
ou se está realmente interessados no que o outro está a dizer.
E lá não havia tempo para isso.
Há tempo para olhar pelo outro.
Há ainda um momento nesta experiência
em que tu entregas a camisola da seleção.
Foi no último dia, boa.
Caramba.
Sabe que essa camisola da seleção tem uma história
porque quando eu fiquei em coma
depois precisei fazer fisioterapia
quando sei do hospital,
dois meses depois de internamento,
a federação portuguesa de futebol
predispôs-se a ajudar-me com todos os tratamentos
que fossem necessários.
E foi aqui que entrou o mago da minha recuperação
chamado o António Gaspar
e a parte desse brinde que tive
ofereceram-me uma tixera da seleção com o meu nome.
Então eu achei que para fechar este ciclo
deveria levar a camisola comigo
para esta experiência do Impal.
E no último dia foi uma feliz coincidência
porque não sabia que eles eram tão aficionados por futebol.
Também lá o Cristiano Ronaldo
foi um ótimo cartão de visita
porque toda a gente conhecia, não é?
Então deles a tixerte no final como símbolo
de fechar um ciclo.
Eu já estava a viajar há uns três ou quatro meses.
A tixerte nunca saiu da mochila
e serviu-se só para esse momento
para deixar lá.
Foi uma passagem de disto muito.
O que é que significou para ti esse renascimento?
É a oportunidade de fazer as coisas agora
com uma outra visão,
com uma outra calma, a retirei assim
as coisas que não interessavam
e focar-me mais no caminho

[Transcript] Alta Definição / Ângelo Rodrigues: “A segunda vida começa a partir do momento em que percebemos que temos uma”

da pessoa que quero ser.

Pensaste que podias morrer?

Várias vezes, claro.

A partir do momento em que acordei

do coma de quatro dias,

toda a gente que estava à minha volta

via os semblantes muito carregados

e eu não entendia bem o que estava a acontecer.

No início, tive que fazer um tratamento

que tinha que ser feito logo,

um tratamento numa câmara hiperbárica,

ou seja, acelerar a oxigenação das minhas células

para conseguir receber um encherto de pele

que eu precisava para conseguir salvar a minha perna.

Todo esse processo foi muito violento

nas primeiras semanas e entendia pelo semblante

das pessoas que a coisa não estava...

não estava famosa.

E via pela cara dos enfermeiros

e pela cara dos auxiliares

de enfermagem

que a coisa era séria.

O limiar da dignidade humana

que eu senti lá e lembro-me

perfeitamente desses momentos, Daniel,

como, por exemplo, fazer a minha higiene pessoal

as primeiras semanas, pós coma.

Não tinha autonomia absolutamente nenhuma.

E então tinha sempre duas pessoas,

duas mulheres ou dois homens,

a tratar da minha higiene pessoal,

ligado, por um lado, como malgália na uretra,

e por outro lado, fazer as minhas necessidades,

mas tinham que limpar o meu corpo.

Sentia-me como se fosse um verme, não é?

E isso era... era esmagador para mim

estar nessa posição.

Como assim chegar a esta idade

e não ter autonomia absolutamente nenhuma?

Ou, depois, quando me iam dar banho,

tinham que lavar tudo, não é, com a esponja?

E lembro-me perfeitamente de um momento em que

um enfermeiro, o Manel Agallardas,

[Transcript] Alta Definição / Ângelo Rodrigues: “A segunda vida começa a partir do momento em que percebemos que temos uma”

depois de umas semanas em que...
eu tinha sempre que me concentrar bastante
para não desabar emocionalmente naquela coisa
de não conseguir mesmo lavar o meu corpo
e não conseguir fazer absolutamente nada.
Tinha que fazer tudo por mim.
Recordo um momento em que o Manel me deu a esponja
para eu me limpar pela primeira vez
e dito isto, esta distância parece uma coisa ridícula,
mas aquilo, naquele momento, o meu universo inteiro
estava concentrado naquela tarefa
e aquilo era o trampolim, o início da minha recuperação,
o recuperar da minha dignidade
e o avançar para depois para a recuperação.
Português procuraste dar ânimo
às pessoas que estavam mais pessimistas?
Deve dizer que, nas visitas,
as pessoas tinham sempre a sequidade
de não passar essa negatividade,
porque eu entendia que
toda essa clima negativa
já gravitava ali à volta do hospital e na imprensa.
Portanto, sentia que, como estavam preocupados
com o meu bem-estar emocional,
as pessoas preocupavam sem ter sempre um sorriso na cara
ou, pelo menos, dizer coisas positivas.
Nas duas primeiras semanas, fui proibido
de aceder a telemóveis e revistas,
até, por exemplo, a televisão.
Se estava a dar um programa da manhã,
os enfermeiros vinham logo lá a desligar
porque ficavam com medo que se falasse alguma coisa de mim
e aquilo tivesse repercussões,
meu ânimo e tal.
Passado essas duas semanas,
foi-me dada a possibilidade de ter de volta
os meus aparelhos e eu decidi que não queria fazer.
Portanto, durante o período de treinamento,
portanto, durante esses dois meses,
não vi absolutamente nada do que foi escrito
e do que foi dito,
só quando saí do hospital
e aconteceu uma coisa caricata, curiosa,

[Transcript] Alta Definição / Ângelo Rodrigues: “A segunda vida começa a partir do momento em que percebemos que temos uma”

que é como se eu assistisse
ao meu funeral digitalmente.
Quando uma pessoa falece,
muitas pessoas escrevem uma boa experiência
que teve com essa pessoa e tal,
a notícia da minha morte apareceu eventualmente,
no período em que eu tive o treinamento.
Felizmente deu certo, mas quando eu saí,
eu pude ver essas mensagens, esses péssimos
e tu é como se eu assistisse ao meu funeral digital
e como se eu tivesse um spoiler
do que vai acontecer quando de facto morrer.
O que é que foi o mais duro de tudo para ti?
Sentir-me completamente desventrado na minha intimidade,
Daniel,
considera-me um gajo obstinado
que só quer é fazer bem as coisas,
uma constante pulsão entre esconder-me e comunicar.
Essa é a minha expressão partística humana.
Sentir que quase na altura 15 anos de carreira
foram reduzidos a um ato,
é de um desalento enorme,
de ver como isso foi aproveitado
de forma escabrosa para os organismos dos média.
Foi muito impactante para mim e é muito violento,
sentindo-me bem massacrado.
Não é de toda a atenção que eu queria para mim.
Se parte das minhas atitudes,
ou trabalhos, ou entrevistas,
ou caminho todo que eu fiz até aqui,
me colocou neste lugar onde me julgaram,
onde disseram comentários em relação a uma coisa que fiz.
Se foi tudo reduzido a isso,
então provavelmente eu tenho que ficar mais resguardado
ou tenho que mostrar menos e ficar mais na minha,
porque sim, era um lugar que eu não queria estar
e não quero, mas infelizmente aconteceu.
Não posso fazer esse momento.
Portanto, é apanhar os cacos no chão
e tentar colar-me outra vez.
E hoje, como sentes que olham para ti,
como é que tu vives hoje com isso?
Com esse episódio tão traumático?

[Transcript] Alta Definição / Ângelo Rodrigues: “A segunda vida começa a partir do momento em que percebemos que temos uma”

Depende das abordagens por cá.
Há pessoas que só me conheceram através desse incidente.
Portanto, eu continuarei a ser só isso,
independentemente do que eu faço,
porque não seguem o que eu faço.
Eles percebem o caminho que fiz
e a luta que insetei nestes últimos anos.
Portanto, são palavras de incentivo e galvanizadoras.
Passaram quatro anos e ainda há muitas pessoas
que me abordam a falar disso.
E por mais que seja uma coisa que eu já tenho ultrapassado,
em cada abordagem que me fazem com esse teor,
eu volto outra vez àquele lugar.
Não é uma coisa que me agrada muito,
mas eu sei que vem de um bom fundo quando me abordam.
Portanto, faz parte do jogo.
O que é que centes que tiveses de sorte?
Os profissionais que tiveram comigo, num hospital,
na prontidão com que me trataram,
nas pessoas que se juntaram à minha volta
para me ajudarem no meu recomeço.
A recuperação, como é que foi? Foi longa?
Foi uma recuperação longa, de quase um ano.
Passei para várias fases, não é?
A primeira, quase perder a vida,
depois da possibilidade de perder a perna,
depois da possibilidade de não andar mais,
depois da possibilidade de não correr mais,
eu fui passo a passo conseguindo ultrapassar essas dúvidas que havia.
Fisioterapia diariamente, muita força de vontade.
Eu sabia que, de alguma forma, estava a pagar pelos meus pecados,
portanto era uma coisa que eu tinha que passar.
E é uma coisa importante.
Aceitava tudo que me propunham,
porque sabia que era para o meu bem, não é?
Foi um processo moroso, mas que, felizmente, consegui ultrapassá-lo.
E hoje, como é que estás?
Estou bem. Estou bem. Estou em paz.
different from above
Ainda tenho que fazer algum tipo de exercício.
Estou completamente funcional.
Felizmente, consegui recuperar a 100%.
Há possibilidade de fazer outra cirurgia,

[Transcript] Alta Definição / Ângelo Rodrigues: “A segunda vida começa a partir do momento em que percebemos que temos uma”

mas é uma questão mais estética, porque a cicatriz que tenho, tem uma extensão de 90 centímetros, que é praticamente metade do meu corpo. E, como meu corpo foi aberto de uma vez só, depressões estão meio irregular. Então, as operações todas que eu vim fazendo pós-entrenamento foi para melhorar essas questões e tratar de várias partes da perna. Portanto, é possível que eu tenha que vir a fazer mais uma. É sempre muito chato, porque é uma montanha russa chata de se atravessar, porque é todo o processo de fazer mais ou menos de dia geral, de ser operado. Foram muitas operações. Sim, foram 12 até agora, 7 no hospital e depois 5 fora. Os altos e baixos, não é? Porque depois, inevitavelmente, acabo por ter peso e ficar em casa mais 2 meses e é todo o processo de reconstituição da minha autoestima dos 2 anos seguintes, pós-entrenamento, pós-hospital, foram complicados. O que é mais difícil? Recuperar a minha autoestima e a confiança em mim próprio, porque, inevitavelmente, ganhei vários medos e o objetivo era conseguir acalmar essas vozes do interior, esses fantasmas que nos percebem constantemente. Um fantasma de culpa? Não culpa de ser insuficiente. E a tua busca é muito para colmatar essa suposta insuficiência? Sim, calculo que sim. Essa coisa de estar constantemente à procura do meu valor, de entender o que é que realmente valho, que é o síndrome de impostor, não é? De sentir que faço as coisas mas não merece bem o que vem depois. Não consigo receber um ilúgio, é uma estupidez. Com mais facilidade da minha importância a um insulto, do que uma palavra ilúgiosa, é como se eu tivesse um filtro para qualquer coisa que me escrevam ou digam, eu não consigo processar simplesmente quando é uma palavra ilúgiosa. É uma coisa que eu preciso de resolver em mim. Quando olhas para a cicatriz, estás sozinho? Sentes a benção da vida? Sentes a sorte? Sentes o que? A cicatriz tem um estranho poder de lembrar que o meu passado é real. Então eu tenho um orgulho, tenho mesmo orgulho, eu gosto mesmo da marca com que fiquei depois do acidente, porque é isso. Eu já tive aqui. Lembram-me todos os episódios que passei. Portanto, quando eu estiver embaixo, lembraram-me sempre de que eu já tive lá embaixo, portanto, nada há de ser tão mau como o que aconteceu. As viagens que fizeste depois disso também te ajudaram a recentraste a sair do todo o barulho. As viagens começam sempre com uma certa fuga aos condicionalismos sociais. Também, no meu caso, há uma exposição mediática que tinha uma conotação que eu queria fugir e então senti durante uma boa parte de tempo que Portugal era um pouco claustrofóbico para mim, porque precisava de espaço para me reconstituir sozinho. Poder lamber as feridas sozinho, fazer essa psicanálise comigo. Como é que foi a viagem à China com o turma? Foi uma experiência bastante engraçada, porque eu e minha irmã não nos vemos assim contata de frequência, mas o hábito nos juntarmos no Natal. Então, quando eu fui ao norte, a minha irmã tirou a pergunta, antes de nós nunca viajámos juntos,

[Transcript] Alta Definição / Ângelo Rodrigues: “A segunda vida começa a partir do momento em que percebemos que temos uma”

porque é que não fazemos uma viagem para nos conhecermos enquanto adultos. Deixei uma ótima ideia, começamos a ver países e então pensámos na China, porque nós queremos muito ir ao Tibet. E quando começamos a pesquisar sobre o Tibet, percebemos que a 600 km estava uma coisa chamada Monte Everest, que é a maior montanha do mundo, e sabemos que havia a possibilidade de ir até o primeiro acampamento de base que fica a 5.200 m. O Everest tem 8.848 m. Então, isso pareceu uma boa forma de pôr à prova a nossa relação. Começámos em Beijing, mas a real viagem começou através de uma viagem de comboio que parte de Shanghai até Lhasa, que é capital do Tibet, que é uma viagem de 48 horas sem paragens. E é ótimo porque é uma viagem que começa nos zero graus, em Shanghai, e aos poucos a altitude vai supindo até chegar aos 2 ou 3 mil em Lhasa. Foi uma série de peripécias que aconteceram num mês de viagem com a Minha Mãe, que foi bastante especial. Somos personalidades diferentes, havia sempre uma discussão semanal, mas foi bom, mas temos um outro entendimento como irmãos e adultos. Dessa viagem à China, qual foi o momento mais emocionante? O nascer do sol com uma temperatura de 26 graus negativos foi muito importante para mim e para a minha irmã, porque foi uma sensação de conquista passado um mês de viagem em que só começamos temperaturas negativas, sabíamos que íamos sofrer no Everest, e para além desses 26 graus negativos, a refeição do oxigênio fazia-nos sentir constantemente cansados e as próprias extremidades do nosso corpo, dedos, nariz, começavam a ficar roxas, e então nós passámos ali por períodos de preocupação, mas ver o sol a nascer por trás daquela ponta de granito, não é? Aquela era tão magnânimo e soberbo, era de uma sumptuosidade tal que é difícil colocar em palavras. Há muitos períodos de silêncio nessas viagens, muitas, muitas. São autênticas aulas de psicanálise, porque muitas das viagens que faço são sozinhas. A última viagem que fiz foi durante cinco meses, em que eu tive acompanhado três semanas, o resto foram viagens solitárias de autoconhecimento, ainda há muitas coisas para resolver em ti ou cada vez menos, cada vez mais, porque a partir de momento tem que se tapar um buraco, aparece outro, ainda sendo que tentamos tapar um burquinho, aparece uma outra questão, e uma outra questão, mas acho que é isso que é viver, não é? Nós irmos desbloqueando e desatando alguns nós, para ver se chegamos a algum ano. Da Amazônia trouxeste o que, da aprendizagem? Quando tive lá em 2016, propusmo fazer uma experiência de sobrevivência com o Paulo Vintain, que veio comigo, nós não sabíamos que íamos ter contacto com uma tribo indígena, o contacto com essa tribo foi muito impactante, porque fez-me entender o verdadeiro lugar da natureza, fez-me entrar em simbiose, com o mundo à minha volta, de uma outra forma que nunca tinha estado antes.

[Transcript] Alta Definição / Ângelo Rodrigues: “A segunda vida começa a partir do momento em que percebemos que temos uma”

Também no Brasil viveste uma experiência de internacionalização profissional, como é que ocorreu? Correu francamente bem. O processo até lá foi o mais interessante, eu recuperava da décima segunda de cirurgia, quando o agente brasileiro me disse que tinha um casting, uma self-tape que eu precisava de apresentar, um vídeo gravado em casa, e que eu tinha 48 horas para o entregar. Não me disse para o que é que era, basicamente, eu, nessas 48 horas, saí do hospital, vim para casa, com duas moletas, sem conseguir andar, e tinha três cenas para fazer. Nessas três cenas havia uma pequena indicação, na primeira era um plano apertado, ok, consigo fazer isto. Não tenha a menor dúvida de que você é talentosa. A segunda, um plano médio, não consigo parar de pensar em você. E a terceira cena dizia lá, personagem anda pelo espaço, e eu pensava assim, como é que eu vou fazer com o que eles não percebiam, que eu estou impossibilitado. Lá consegui fazer as cenas, envei para o meu agente brasileiro, o que é certo é que no dia a seguir, o meu agente liga-me, e diz que eu tinha ficado com o papel, e o que é que acontece nesses dias? Maria João abriu o foseu, e aconteceu o velório, e o funeral, e eu claro que obviamente tinha que estar presente no velório, na minha ida ao velório, houve alguma imprensa, portanto, fui fotografado a andar de moletas, e chegou ao Brasil, e então, dois dias depois, o meu agente liga-me a dizer, eles viram que tu estás de moletas, a série que vais fazer tem um grau disposição enorme, então, nós queríamos pedir-te uma foto da tua cicatriz, e um vídeo teu a correr. E eu pensei assim, como é que eu vou fazer isto? Como é que eu vou fazer isto? E lembrei-me, assim que fez o documentário sobre a minha recuperação, e no final, eu apareço a correr na praia. E enviou isso, eles deixaram estar ok, viram mais umas notícias, e pediram para eles, por favor, que podes fazer um vídeo em casa, para dar uns saltinhos, e dizer que está tudo bem, baixei as moletas, dei assim tipo uns saltinhos, cheguei à frente da câmara e disse, está tudo bem. E foi assim que eu fiquei com o papel. Está tudo bem. Trabalhar-te como uma coordenadora de cenas íntimas, uma coordenadora de intimidade. Isto foi um cargo que surgiu depois do movimento mito nos Estados Unidos para precaver alguns abusos que acontecem no trabalho. E como a série tinha uma grande disposição do corpo, e havia várias cenas de intimidade, eles sentiram que fazia todo sentido

[Transcript] Alta Definição / Ângelo Rodrigues: “A segunda vida começa a partir do momento em que percebemos que temos uma”

haver-se interesse com o ordinário.

Então, e foi a primeira vez que no Brasil tiveram esse cargo, e foi muito interessante, Daniela, ver, uma americana a ensinar os brasileiros como se comportar na cama.

E isso encontrou alguma resistência no início.

Porque nós fazíamos alguns exercícios, imagina, eu vou abraçar a atriz com quem vou contracenar, então tinha que pedir, posso entrar no teu espaço?

Outra pessoa dizia, posso entrar numa espaço.

Então eu dizia, posso dar-te um abraço?

Vamos fazer um abraço com pélvis, um abraço sem pélvis.

E nós chegamos assim.

Há vários tipos de abraços, como assim?

Então, depois começamos a entender as diferenças de nós, começamos muito mais calorosos e do toque.

Quando damos um abraço, damos um abraço completo.

A dos americanos ou outras culturas,

o abraço não pode ter contacto com a pélvis.

Ou seja, para ver uma certa distância, porque não há intimidade para isso.

Obviamente que era essencial ela ter estado lá,

e depois fomos trabalhando as liberdades de cada um, as sedências de cada um,

e trabalhar essa coreografia

antes de irmos para as gravações,

para estarmos confortáveis com aquilo que estávamos a fazer.

Aqui a preparação é mais do box?

Aqui é mais do box.

Livá-las com o Paulo Seco,

e ele tem me dado uma ajuda preciosa,

porque cheguei com muitas dúvidas

se conseguia fazer isto em pouco tempo,

e acho que tenho saído bem.

E lembro-me de Rock e Balboa.

Sabe que era uma referência que eu e meu pai gostávamos muito de Rock e Balboa?

Eu passou nessa paixão.

Portanto, quando aceitei fazer este papel,

obviamente vieram bastantes mortes,

e nós tínhamos um sonho que eu ainda não concretizei,

porque, infelizmente, eles já não está cá,

que era, e em todos os filmes do Rocking,

eu fazia sempre uma corrida pela cidade de Filadélfia,

até subir a escadaria de Filadélfia e chegar lá acima,

[Transcript] Alta Definição / Ângelo Rodrigues: “A segunda vida começa a partir do momento em que percebemos que temos uma”

e fazer um sinal de vitória.

E eu tinha esse sonho como o pai de fazer essa corrida e subir essa escadaria.

Não consegui concretizar esse desejo, mas tenho muita vontade de o fazer em honra ao meu pai.

Voltar a trabalhar com colegas com quem já trabalhaste é um feliz reencontro, completamente.

É uma das coisas que me motiva, para além da história, obviamente, e da composição da personagem, é trabalhar num ambiente saudável e com pessoas que gostem.

Isso nasci que sempre aconteceu.

Acordo sempre com muita vontade de ir trabalhar, precisamente porque são pessoas com quem me dou bem e gosto bastante.

Obrigado.

Mais uma vez.

Perda da Marismo Abreu, que aconteceu de 2020, marcou-te, de que forma?

Ela que pôrou todas a segurança do hospital para te visitar, ela que fez sempre um apoio, marcou-me muito.

Foi com o mínimo a me pesar e tristeza ver o que ali aconteceu.

A equipa que me salvou no hospital foi a mesma equipa que estive com ela também e que ela não teve a mesma sorte que eu.

E ver que uma alma tão boa e tão pura, se foi assim de um momento para o outro, é muito injusto.

O que ela disse no hospital?

Diz-me coisas ótimas.

Demos novidades do ilenco, dictavam todos a mandar força.

É para onde sempre palavras assim de incentivo e palavras bonitas, de ânimo, para eu ter o espírito lá em cima.

Mas tão bonito.

Mas tão, estás tão lindo.

A natureza responde a muitas das suas perguntas, mais do que as pessoas.

Algumas, não é?

Porque eu preciso da convivência humana para amadurcer algumas coisas que penso sozinho, acho que as coisas se componentam.

Por um lado procurar a companhia para comatar o tédio da solidão, mas ao mesmo tempo não se sentirmos suficados com a companhia

[Transcript] Alta Definição / Ângelo Rodrigues: "A segunda vida começa a partir do momento em que percebemos que temos uma"

e procurar esses lugares sozinho.
Escreves-te sobre o Alasca que gostas do lado cruel
que a natureza também tem,
em que medida que te atraías a esse lado.
Tudo que me põe em contato com a minha insignificância
e a experiência que eu tive numa Alasca,
perante uma natureza tão inhospita.
Com o Pedro Sosa, acabámos durante 15 dias
e tínhamos que fazer longas distâncias de carro
e passávamos por várias autoestradas
e não devíamos glaciares gigantes e planícies.
E um momento tenhas enormes.
E numa viagem de três ou quatro horas,
nós começávamos a viajar e dizer
que é incrível, brutal, espetacular.
Passado 20 minutos, perdíamos os adjetivos
porque era completamente embaixo bacante
a insignificância que nós sentimos
perante uma coisa que é tão grande
e que é mais um banho de humildade.
É hoje um homem mais feliz do que alguma vez foste
para ocorrer,
mas procuro não estar obcecado
com essa busca pela felicidade.
Sei que essas experiências que vou tendo
me vão enriquecendo como pessoa
e que isso será o combustível para a minha felicidade.
O que é que mais te orgulhos no teu percurso?
A forma como tenho ultrapassadas adversidades.
De ter a clara evidência de conseguir ultrapassar
essas adversidades com alguma inteligência.
De que é que já desiste isto?
De pessoas negativas,
de pessoas tóxicas
consigo olhar hoje para a minha vida
como se conseguisse,
selecionar exatamente o que deixo entrar.
E tenho cada vez mais essa percepção
e essa capacidade de perceber à distância
o que é que uma pessoa me vai trazer.
O que é que já fizeste pela última vez?
Bom, não me poria na mesma situação
que me levou à minha quase morte,

[Transcript] Alta Definição / Ângelo Rodrigues: "A segunda vida começa a partir do momento em que percebemos que temos uma"

portanto isso provavelmente não voltaria a fazer.
E se tivesse a hipótese de fazer o que quisesse,
o que é que farias agora, hoje?
Tio, e viajar Daniel?
Porra, agora dar-me a volta ao mundo.
Tô há anos a dizer isso.
Quer dar-me a volta ao mundo e ainda não consegui.
Se pudesses regressar um momento do teu passado,
onde é que repissaries?
Talvez eu voltasse à minha ausliência
ali aos 13, 14 anos
para tentar responder de uma outra forma
ao bolinho de que fui Aldo.
Já conheço de cabezola.
Exato.
Agora é que vocês vão ver.
Não, não, não.
Mas pelo menos para aprender a defender-me,
a ter uma outra estrutura para aguentar.
Porque sei que essa experiência
foi fundamental nos alicerces da minha personalidade.
Se pudesse voltar atrás,
conseguia comatar melhor isso.
Só para estar melhor aqui hoje em dia.
As memórias mais fortes são as boas ou as mãos?
As boas, as boas sempre.
Tenho muitas boas memórias,
mesmo com relações passadas
e isso tento sempre olhar pelo lado positivo
do que essa pessoa me trouxe na vida.
Qual foi o pior dia da tua vida?
28 de agosto de 2019,
o dia em que dão entrada no Hospital Garcia de Horta
e entrou em coma durante quatro dias.
Para mim, foi o pior e o melhor dia da minha vida
porque isso acabou por editar o meu destino a partir daí.
Qual foi a melhor manifestação de amor que tiveram para contigo?
Foram tantas cartas que me escreveram,
pessoas que vinham visitar ao centro de fisioterapia,
vinham esperar porque viajaram de uma parte de Portugal
para me dar força.
Foram muitas nesse período
e encontrei ali o mundo de amor que até então não conhecia.

[Transcript] Alta Definição / Ângelo Rodrigues: “A segunda vida começa a partir do momento em que percebemos que temos uma”

Você que eu vivia na idade do gelo
e foi preciso esse amor para me aquecer um pouco
ou para derreter um pouco esse gelo.
O tempo gosta mais de menos pessoas ou menos de mais pessoas?
Gosto mais de menos pessoas.
A vida vai sendo esse funil, não é?
As relações duradouras e as grandes amizades
nascem geralmente em períodos primários da vida,
ou seja, na adolescência,
porque temos muito tempo livre,
temos muito tempo para sentir tudo
e poucas responsabilidades.
E depois na vida adulta, algumas pessoas vão ficando pelo caminho
e vão ficando sós que importam.
Temos mais dificuldade em manter as relações da nossa vida adulta
porque a nossa vida é muito ocupada
e, portanto, quem vai ficando
é porque realmente merece estar.
O que tens mais medo de perder?
A vida.
Não quero...
Não quero perder a vida agora.
Não me apetece nada, pá.
Na princípio, estou fazendo uma novela agora, Daniel.
Falecer agora era uma coisa que não está nos meus próprios.
Se fosse garantido uma resposta a uma qualquer pergunta tua,
o que que tu querias mesmo saber?
As questões de onde é que vemos,
porque é que estamos aqui e para onde é que vamos?
Eu ando constantemente a tentar perceber
e a tentar responder estas perguntas.
Se houvesse uma pessoa que me conseguisse responder a isso,
eu já perderia muitas das minhas inquietações.
Morro-se e acabou.
Sendo a religiosa,
ou seja, não está desvinculada nenhuma religião,
eu comecei a flertar com algumas religiões
desde essa experiência que o Lucidante tive.
As vezes que eu fiz no Nepal,
eu comprei os livros sagrados de algumas religiões do Oriente,
o Dhamapada, do Budismo,
o Tauteking, do Taoísmo,
o Confucianismo, os Analetos,

[Transcript] Alta Definição / Ângelo Rodrigues: “A segunda vida começa a partir do momento em que percebemos que temos uma”

para conseguir entender estas questões.

Então aprendi que há várias formas de interpretar a morte e uma delas foi uma das que presenciei lá,

um hábito Windu,

que é a cremação ao ar livre.

Portanto, imaginar que uma pessoa da tua família morre

e organiza-se uma cremação para toda a gente ver,

mas ao invés de ser uma coisa cristã ocidental,

de pesada e de chorar pelo falecido,

não contratar umas bailarinas, uns músicos,

e vamos fazer isto um momento de celebração,

porque para o hinduísmo não existe morte,

existe um ciclo eterno entre vida e morte.

Isso é um ritual de passagem.

Acho que isso é uma ideia mais interessante da vida,

porque a religião acaba de ser um ensaio

para essa catástrofe que é a morte,

que nós não conseguimos processar,

por isso quero acreditar que existe mais alguma coisa.

Sendo-se aqueles que partiram,

gostaria de sentir mais.

Eu tenho alguns bloqueios e a forma como o processo a morte

ainda é uma coisa que é muito presente

e que eu preciso de resolver.

Eu fui lidando com a morte várias vezes durante a minha vida,

já não tenho a voz, perdi o meu pai, perdi o meu irmão,

e são coisas muito impactantes

e talvez para uma questão de sobrevivência,

sinto que não consegui processar ainda essas mortes.

Portanto, é um tema muito sensível,

mais cíntricas, mas não de forma tão presente quanto gostaria.

Alguém te deve um pedido de desculpas?

Acho que não.

Acho que tem as coisas saudadas

e se alguém tiver alguma coisa para dizer,

que venha a falar,

porque sinto que deixei tudo falado.

Próxima viagem será uma.

Uma viagem que gostaria de fazer,

mas esse país agora está em guerra.

Gostava de fazer a viagem do convoy transiberiano,

que começa em São Petersburgo e depois há duas rotas.

Uma delas termina em Piquim

[Transcript] Alta Definição / Ângelo Rodrigues: “A segunda vida começa a partir do momento em que percebemos que temos uma”

e a outra vessa, acho que durante 12 dias,
a polícia inteira passa pela Iberia
e termina numa cidade chamada Vladivostok.
Eu quero fazer essa viagem
e depois talvez irá ao Japão.
Qual é o papel principal que este teu Fredo
quer ter aqui no nível?
A minha semência é um gajo combativo,
é um romântico, porque encontrar uma paixão de adolescência,
uma paixão antiga, uns primeiros amores,
quando não são bem resolvidos,
tem que fazer alguma coisa para encaixar.
E, então, ter contacto com essa personagem,
que é a Aurora, passado tantos anos,
avala um bocadas estruturas do Fredo,
porque ela era um homem bem casado,
com a vida instituída,
mas ao mesmo tempo eu acho que ela é uma força da natureza
e que é líder por natureza,
e as pessoas seguem-no.
Ou seja, ela tem uma voz que as outras pessoas dão um valor.
O que é que tu anos lutem saudades?
De não ter responsabilidades.
Às vezes gostaria só de dizer
não ter tanta coisa para responder,
tantos afazeres e condicionalismos sociais
para tratar e a poder voltar um pouco à adolescência,
por exemplo.
Se encontrasse aquele anjo de 13, 14 anos
e que sofre de bullying,
o que é que tu hoje dizias?
Diria para não perder a calma
que as coisas iam dar certo,
que ele ia encontrar alguns percalços na vida,
mas para manter o seu lado obstinado e determinado,
porque isso com certeza lhe daria e deu frutos.
O que é que dizem os teus outros?
Dizem que eu ainda tenho muito para descobrir neste universo,
muito por desvendar os mistérios do universo
e que nunca depender de mim
faria de tudo para ostentar desvendar
até o dia em que eu morrer.
Obrigado.

[Transcript] Alta Definição / Ângelo Rodrigues: "A segunda vida começa a partir do momento em que percebemos que temos uma"

Foi?

Era, meu Deus.

Pô, estávamos em um combate agora?

Vamos, vamos, vou só calçar as dúvidas.

Vocês estão preparados?

Você gosta de treinar?

Não, não.

Vamos ver então.