

**Entrevista a Ana Cristina Botas**

**GD:** Há uma expressão popular conhecida por todos, que afirma valer uma imagem mais que mil palavras. Está naturalmente relacionado com a capacidade que uma boa imagem tem de transmitir mensagens, conceitos e informações.

**Já lhe aconteceu muitas vezes tirar uma foto que não precisa de legendas para que todos percebam aquilo que a Ana procura transmitir?**

Uma fotografia deve transmitir uma mensagem de imediato; caso contrário é apenas uma imagem, bonita ou menos bonita. Sempre que disparo é porque algo falou para mim... e sim, sei que algumas vezes esse algo falou para mais pessoas.

**GD:** Ainda estamos no início, e vem aqui já uma difícil. Se uma imagem vale mais que mil palavras, quanto vale o silêncio de um abraço sentido?

Vale uma alma cheia. Não tem preço.

**GD:** Fotografar é muito mais do que pegar numa máquina ou num telemóvel e fazer clique. Há quem diga que fotografar é uma arte, a arte de eternizar momentos, sorrisos e lágrimas. No fundo, a arte que cada um carrega dentro de si. No caso da Ana, queremos acreditar em que um dia descobriu que gostava de fotografar a essência e percebeu que a fotografia podia ser uma ótima maneira de expressar o que via e sentia.

**Qual foi o momento em que esse “clique” aconteceu na sua vida?**

Sempre gostei de fotografar, e admirava quem fazia imagens bonitas e singulares, mas achava que eu não tinha esse dom. Em Setembro de 2019 estava de férias em Constância e, literalmente, um dia ao acordar não me saía da cabeça a ideia de comprar uma câmara fotográfica e estudar fotografia, até já tinha na minha mente o modelo que queria. Nessa mesma manhã troquei impressões com o meu querido amigo Alexandre Barão, fotógrafo publicado, e assim que cheguei a Lisboa comprei a minha “menina”.

**GD:** De que gosta muito?

De saber.

**GD:** O que detesta ou a irrita muito?

«Detesto quem me rouba a solidão sem em troca oferecer verdadeira companhia» – Nietzsche.

**GD: Vê o avançar da idade como um passo a mais ou um passo a menos?**

Vejo pior ao perto, mas topo melhor ao longe :)

**GD: Em pequenina, era uma criança difícil?**

Era, confesso. Sempre a tentar contornar as regras.

**GD: Pode dizer-se que os seus filhos saíram a si?**

Têm características minhas – a genética não perdoa e o *karma* também não. É engraçado perceber isso e muito enriquecedor trabalhar em mim para quebrar padrões geracionais que não servem de forma que os meus filhos façam diferente.

**GD: Há mesmo uma beleza que se revela só quando o brilho do sol desaparece?**

Sem dúvida. A sombra aguça os sentidos, tudo é mais bem percebido.

**GD: Quem conhece a Ana fala duma pessoa calma, ponderada e equilibrada.**

**Nos tempos que vivemos, com a azáfama constante do dia-a-dia, como consegue esse equilíbrio?**

Sou isso tudo, quanto basta. Gosto de observar e analisar o que me rodeia, os comportamentos e as situações. Nos últimos anos fui adquirindo conhecimento e ferramentas – como o *reiki*, por exemplo – que me vão mostrando como devo trabalhar com os desafios internos e externos. Atenção: não confundir calma com passividade! :). «Adoro a minha solitude e com ela alargar os meus limites.»

**GD: Parece uma contradição, mas seguramente não o é. Quer explicar como é que ao fechar-se numa concha consegue alargar limites?**

Gosto muito da frase de Einstein que diz algo como «Uma mente que se expande ao conhecimento jamais volta ao tamanho original.» Quando estou comigo descubro mais de mim, o que gosto e não gosto, quais são os meus limites, os meus valores estruturais e negociáveis. A prática da meditação é fundamental para nos conhecermos, para viajarmos dentro de nós, aprendermos a amar-nos incondicionalmente.

**GD: Quem é o seu ídolo?**

Não tenho ídolos; há – isso, sim! – muitas figuras que admiro muito. Umhas são reais, e outras, de ficção; umas, inatingíveis, e outras que trabalham lado a lado comigo. Gosto de saber que tudo o que admiro em alguém é uma característica que tenho em mim para desenvolver, e que quando alguém me irrita sei que há algo que também está em mim e que preciso de observar.

**GD: A sorte somos nós que a fazemos?**

A sorte é uma mistura de trabalho, preparação e oportunidade. Sim, em grande parte somos nós que a fazemos.

**GD: Nunca lhe passou pela cabeça abandonar o banco e dedicar-se a tempo inteiro a fazer outra coisa qualquer?**

Sempre que jogo no euromilhões!

**GD: Em tempos li algo escrito por si defendendo que solidão não é solidão, contemplação não é melancolia, e uma lágrima vertida nem sempre é de tristeza. É daquelas pessoas a quem facilmente as lágrimas se soltam num momento de alegria?**

Sou! São muitos os momentos em que me encho de tanta gratidão e compaixão, que as lágrimas aparecem... comovo-me facilmente.

**GD: O que é que gostava que durasse sempre?**

Absolutamente nada! Viver é impermanência.

**GD: E o que é um dia perfeito?**

Um dia com muitos motivos para sorrir. Pode ser na praia, no campo, na cidade; sozinha, acompanhada; a chover ou a fazer sol.

**GD: Se atribuíssemos apenas uma parte do dia para o acto de meditar, qual seria o período por si escolhido: imediatamente antes de dormir ou logo depois de acordar?**

Da minha experiência, meditar à noite ajuda a relaxar e a dormir melhor, enquanto meditar pela manhã nos prepara mentalmente para o dia que se inicia.

**GD: Augusto Cury, escritor e psiquiatra brasileiro, tem a opinião de que apenas os homens inteligentes sabem que as mulheres são admiravelmente complexas, um mundo a ser explorado, um tesouro a ser descoberto. Elas são tão fascinantes, que no dia em que eles acharem que conhecem uma mente feminina, deveriam saber que erraram o diagnóstico. Acha que ele tem razão? As mulheres são um ser assim tão complexo?**

O ser humano é fascinante e complexo, seja homem ou mulher. Acho que há demasiada romantização em torno dessa dita complexidade feminina, o que me irrita. Escrevem-se livros, fazem-se filmes, *workshops* de como entender isto ou aquilo... enfim, se houver clareza e honestidade é tudo tão mais simples!

**GD: Na vida qual é mesmo a regra do jogo?**

Não vou conseguir responder, não vejo a vida como um jogo, mas, sim, como uma oportunidade.

**GD: Qual a sua opinião sobre este tipo de conversas, ou sobre esta rubrica do Grupo Desportivo?**

É bom ser ouvido. É ainda melhor mostrar que não somos números mecanográficos. Excelente! Vivemos em uma cultura de vencedores.

Cada vez mais, as pessoas são formatadas para serem vencedoras. Basicamente, se não és vencedor, então és perdedor. Parece ser uma afirmação forte, e é! Mas é a realidade dos nossos dias. Viver sob a pressão de ter de ser sempre o melhor, não errar nunca, ser uma pessoa segura de si, agradar a todos, tentar sobressair a qualquer custo – tem o seu preço.

Pode ter impacte directo sobre a nossa auto-estima e condenar-nos, até, a um sofrimento inútil.

**GD: Quando nos diz que tem dois filhos maravilhosamente imperfeitos, isso significa que teve o cuidado de os preparar para, mesmo não sendo perfeitos, conseguirem o equilíbrio que lhes permita ser escandalosamente felizes com uma maravilhosa imperfeição?**

Vivi a maior parte da minha vida à procura dessa perfeição, a tentar encaixar-me em parâmetros que não eram os meus, e isso só me trouxe sofrimento, depressão, medo e angústia. O mais curioso é que desde que me conheço como gente quando me perguntavam o que queria ser quando crescesse eu sempre respondi: «Quero ser feliz!» Ainda sem ter consciência da magnitude dessa minha resposta, vim a perceber muito mais tarde que a minha criança já sabia a resposta para todos os desafios e propósito de vida. Viemos a este mundo para sermos felizes e fazer transbordar essa felicidade para o que nos rodeia. É isso que quero que os meus filhos saibam: que aceitem que nunca serão perfeitos para ninguém, mas que, ao aceitarem o que são e como são, serão perfeitos para eles mesmos. Não é fácil, mas é isso que interessa.

**GD: Qual era a pegada que gostava de deixar para as gerações vindouras?**

Deixo aos meus filhos o caminho aberto a uma vida mais espiritual do que material. Procuo ensiná-los a confiarem na sua intuição, naquela voz lá dentro que não se quer calar – se a ouvirem não têm como errar. Deixo exemplo de superação sem humilhação e detracção; conseguimos ser grandes sem ocupar o espaço do outro.

**GD: Até hoje, qual foi o dia mais difícil, durante a pandemia?**

Quando o “bicho” me apanhou, apesar de todos os cuidados. Admito que tive medo.

**GD: Como é que a Ana Cristina aparece a trabalhar no Banco BPI?**

A minha mãe incentivou-me a fazer os testes psicotécnicos. Ela foi colaboradora do BFE desde o início, o Fundo de Fomento, até à reforma. O meu primeiro local de trabalho foi na Casal Ribeiro, na antiga Direcção Internacional do Grupo.

**GD: Onde é que gostava de estar, daqui a 10 anos?**

Numa quinta, entre a montanha e o mar a gerir um santuário para animais resgatados de maus-tratos.

**GD: Salta da cama, ou é mais de fazer um bocadinho de ronha?**

Permito-me um tempo entre acordar e sair da cama. Agradeço por ter acordado, por ter uma cama confortável, e faço as minhas práticas antes de começar o dia.

**GD: Acorda bem-disposta, ou só depois das 10.00h?**

Acordo bem-disposta! Sobretudo se forem 6 da manhã e for fotografar 😊

**GD: Se lhe derem uma caixa de limões faz limonada ou caipirinha?**

Limonada. Caipirinha só com lima :)

**GD: O que é que a fotografia a preto e branco nos oferece que a fotografia a cores não consegue?**

A clareza do objecto contra as sombras envolventes. O olhar é mais facilmente direccionado e desperta uma certa nostalgia.

**GD: Se o euromilhões lhe proporcionasse 100 milhões de euros, o que fazia?**

100 milhões de coisas boas para o mundo e para mim.

**GD: O que é que a idade nos oferece?**

Os sábios ficam mais sábios, e os tolos, mais tolos.

**GD: E o que é que ela nos tira?**

A arrogância.

**GD: Olhando para trás, qual a sua maior conquista?**

A minha maior conquista é o caminho que trilhei até hoje, sem me perder.

**GD: É mais de olhar para a árvore ou para a floresta?**

Para a floresta, não sou detalhista.

**GD: Acredita no destino ou apenas na capacidade de mudar?**

Acredito em que há forças que nos empurram numa determinada direcção e temos de nos adaptar às mudanças que se apresentam. Mudar é difícil, mas não mudar é fatal.

**GD: Tem saudades de quê?**

Honestamente? De passar a tarde numa esplanada à beira-mar com amigos a beber sangria.

**GD: O que queria ser quando era menina?**

Polícia ou manequim.

**GD: O que quer ser quando for velhinha?**

Serena e mais sábia.

**GD: E hoje, quem queria ser?**

Estou a chegar lá.

**GD: Em criança, um dos desejos mais idiotas que nos ocorrem é o de querermos que rapidamente chegue a idade que permita sermos tratados como adultos. Este também fez parte dos seus?**

Claro que sim... enfim, ingenuidade.

**GD: Aos 50 anos, o que é que se sabe que não se sabe?**

Sei que há coisas que não vou ter tempo de saber e que mesmo as que sei posso não saber.

**GD: Por falar em saber, quem sabe os seus segredos?**

A minha mãe, até eu descobrir que me lia os diários. Depois tornei-me mais cuidadosa, mas há sempre fugas de informação :)

**GD: Quem é o seu maior fã?**

Essa agora... não sei, nunca pensei nisso. Talvez o meu filho.

**GD: Fale-me de alguns pequenos prazeres.**

Um wc no sítio certo na altura certa, os pássaros que me cumprimentam todas as manhãs, uma taça de vinho em boa companhia numa sexta à tarde, não fazer nada... sei lá, há tantos!

**GD: Em que altura da vida é que começou a entender que algumas regras podem e devem ser quebradas?**

Desde muito cedo. Acho que isso acontece com todos nós, faz parte do processo de crescimento humano e evolução social; a geração actual só é o que é porque as gerações anteriores foram mais longe e estabeleceram novas regras, e assim tem sido desde o início dos tempos.

**GD: Tem ideia de um bom conselho que alguém lhe tenha dado?**

Sim... «Não gastes velas com maus defuntos», adoro esta frase da minha amiga Fernanda.

**GD: Considera que é uma pessoa feliz?**

Tenho muitos momentos de felicidade, sim.

**GD: De que precisaria para se sentir ainda mais feliz?**

Dos tais 100 milhões.

**GD: Já percebemos que é uma mulher de desafios. Qual é o próximo?**

Escrever um livro, um misto de autobiografia com ficção.

**GD: «Quando saio para fotografar sou só eu e ela. Gosto que seja assim.»**

**Será porque, o facto de serem apenas as duas lhe permite também encontrar a paz interior que todos desejamos?**

É a minha meditação activa; entro no fluxo, e o mundo pára. Sim, é uma paz fantástica.

**GD: Qual foi a pergunta que ficou por fazer?**

«O que descobriste de ti neste ano de confinamento?»

**GD: Vamos a ela; então o que é que este período de confinamento lhe ofereceu? 😊**

Descobri que afinal até consigo cuidar de plantas! Criei um verdadeiro jardim em casa, e agora é um problema não comprar todas as plantas que quero. Descobri que é muito complicado gerir o confinamento em família, os fantasmas apareceram todos. Por isto, também descobri/percebi que o silêncio não é sinónimo de paz.

Curtas e rápidas

**GD: De imediato...!**

Quero poder viajar!!

**GD: Teatro ou cinema?**

Cinema

**GD: Prosa ou verso?**

Prosa

**GD: Livro ou crónicas soltas?**

Livro

**GD: Primavera ou Verão?**

Primavera

**GD: Beijo ou abraço?**

Abraço

**GD: Jazz ou rock?**

Rock

**GD: Manhã ou tarde?**

Manhã

**GD: 25 de Abril?**

Um ponto de viragem na História. Um feriado. Uma ponte lindíssima.

**GD: Séries ou filmes?**

Filmes

**GD: Croissants ou pão de Mafra?**

Pão de Mafra ao pequeno-almoço com manteiga, e *croissant* ao lanche.

**GD: Mar ou montanha?**

Montanha a ver o mar. Sintra!

**GD: Almoço ou jantar?**

Almoço ajantarado

**GD: O filme mais... mais... mais...?**

*Os Condenados de Shawshank*

**GD: Fotografia a cores ou a preto e branco?**

Depende do estado de espírito. Amo ambas.

**GD: Grupo Desportivo BPI?**

Elo de ligação entre nós, os sócios. Um trabalho maravilhosos!

**Por Rui Duque, 9-05-2021**