

INSTINTO DE Sobrevivência

Material disponível: um saco-cama, uma faca de mato, uma bússola, uma lupa e uma lata de Coca-Cola. Destino: mato, para uma noite em sobrevivência. Por Leonor Antolin Teixeira. Fotografia Paulo Lima



Há aquelas séries norte-americanas, como o 'Lost', que nos aguçam a imaginação e nos levam a crer que também seríamos capazes e que até gostaríamos de estar ali, porque seria uma aventura engraçada. Ou até documentários como o 'Sobrevivência', no Discovery Channel, a saga do destemido Bear Grylls, cujas aventuras nos deixam inquietantes e a pensar: "Seria eu capaz de fazer isto?" E depois há experiências como esta, em que tudo é diferente daquilo que vemos na televisão, quando olhamos à volta e nos apercebemos de que estamos realmente ali e tudo o que temos e o que somos é posto à prova. Em registo de desafio, aceitámos a proposta da BootCamp, a escola de fitness ao ar livre, em Lisboa (www.bootcamp-portugal.com) e fomos passar uma noite em sobrevivência, no meio do mato. Ansiedade? Alguma, principalmente para quem, como eu, nunca tinha acampado.

O início da aventura

O local combinado era o Parque das Nações. Às 8h15 de uma manhã de sábado, lá estávamos nós. Éramos 14. Tínhamos uma primeira missão: constituíamos um grupo de amigos que foi passar umas férias à República Democrática do Congo e que, para tornar a experiência mais

enriquecedora, decidiu trocar o luxuoso hotel por um acampamento no interior da selva. E esse era o nosso desafio: sobreviver no meio do mato. Mas pouco mais sabíamos. Foi-nos apenas dito que iríamos para um local isolado. Apanhámos a auto-estrada sem saber até onde o caminho nos conduziria. Cerca de duas horas depois, e com paragem numa área de serviço, onde aproveitámos para tomar um café e comer (pouco, considerando o que viria a seguir!), saímos na placa que indicava Ferreira do Zêzere. Fizemos a estrada nacional e parámos nos Bombeiros Voluntários, onde deixámos os carros. Estávamos satisfeitos, era um local agradável. Dos carros tirámos as mochilas com os únicos objectos permitidos: uma lupa, um canivete, uma faca de mato, uma bússola, um saco-cama e uma lata de coca-cola. No carro ficaram o telemóvel, a carteira, o maço de tabaco, o isqueiro e o relógio. Não íamos precisar. Seguimos caminho. À nossa frente: 5 km de terra batida para percorrer e muita vontade de partir em busca do desconhecido. Começava uma das aventuras mais giras que se possa imaginar!

A caminhada

De ânimo leve e espírito renovado pela atmosfera de ar puro envolvente, partimos. A mochila pesava, mas isso não era importante. Pelo caminho, Tomé, o instrutor da escola, falava-nos do



real significado da palavra 'sobrevivência'. Sentámo-nos ao lado de uma amoreira e de um medronheiro, onde o instrutor nos explicou algumas técnicas de sobrevivência, nomeadamente o que se pode e o que não se pode comer. As amoras e as bagas dos medronheiros são comestíveis. As dos azevinhos, não. Como também não são algumas folhas que estavam em nosso redor, as quais passámos pela pele do braço e verificámos que causam vermelhidão, o que significa que são venenosas. Se não causassem, teríamos de as colocar na boca e ver se tinham um sabor intenso. Se tivessem, não seriam comestíveis. Se não, poderíamos comer um pedaço pequeno e esperar 15 minutos. Se nesses 15 minutos não acontecesse nada, significava que essas folhas eram comestíveis. Motivados pela vontade de descoberta, continuámos. À nossa frente a estrada de terra batida e uns 3 km para percorrer. Dois dedos de conversa, uns sorrisos que surgiam espontaneamente, enquanto se trocavam experiências pessoais e, umas palavras de incentivo depois, chegámos. Tínhamos, entretanto, passado as margens do rio e a paisagem à nossa volta era mágica. O esforço valeu a pena!

Os preparativos

'Foi-nos pedido um saco-cama, mas não falaram em tenda... Alguém deve levar!', pensei eu, ingenuamente. Não havia tendas nem cobertores nem nada que de alguma forma nos permitisse evitar dormir ao relento. Missão: construir um abrigo. Depois de um almoço – se assim se pode chamar – composto por uma tosta (nunca uma tosta me soube tão bem!) e uma cenoura cozida de lata, tínhamos obrigatoriamente de ultrapassar o cansaço e percorrer o mato em busca de troncos e ramos de árvores que nos

permitissem construir aquela que iria ser a nossa 'casa' nas próximas horas. Conseguimos todos ultrapassar o cansaço e fazer o que nos foi pedido. Um pouco depois, o abrigo estava construído. É fantástico como pequenos ramos de árvore e alguma palha disposta no chão nos trazem um conforto tão grande! E se achávamos que íamos descansar nem que fosse dois minutos, estávamos enganados... Motivados pela magnífica construção do abrigo, tínhamos já outra missão: a fogueira. "Em sobrevivência, o primeiro dia é o mais difícil, em termos de tarefas. Porque o cansaço e a conscientização de que estamos ali, sem saber se vamos sobreviver ou não, abatem-se sobre nós. Mas temos de combater a desmotivação, porque se queremos realmente sobreviver é neste primeiro dia que temos de construir o que nos vai permitir isso, como um abrigo e uma fogueira", explicava-nos o instrutor. Fomos buscar mais ramos de árvores e umas pedras, fizemos um buraco no chão e construímos a fogueira. No estojo de sobrevivência que o instrutor tinha levado havia coisas, como tampões e um objecto de metal, que, aparentemente, não tinham grande utilização. Eis senão quando o instrutor nos explica que o objecto de metal é um isqueiro e que o tampão, envolto em algodão, nos vai ser bastante útil para acender a fogueira, porque serve de acendalha. E foi! Coube-me a mim tal tarefa. Quatro tentativas depois, estava concluída. Entretanto, preparávamos outros pequenos objectos que nos iriam ser úteis, como uma panela de sopa e copos. Estranhei quando nos foi pedida uma lata de Coca-Cola, mas a explicação estava dada: a lata iria servir de copo, só teríamos de retirar a parte superior, com uma faca de mato. A panela de sopa era uma lata de cogumelos que tínhamos encontrado vazia.



Em cima, os preparativos para acender a fogueira. Ao lado, a primeira refeição em sobrevivência: tosta com cenoura cozida de lata.





A noite cai...

Com todos estes preparativos, as horas iam passando, a luz começava a desaparecer e a noite caía. Na fogueira, que já ardia com força, começava a fazer-se o jantar: água do rio com folhas de acelga e marmelos que tínhamos, entretanto, apanhado. Fervida, a água podia ser consumida e as folhas de acelga eram os nossos nutrientes. No chão, alguém arrumava os lugares, marcados com pedras grandes que serviam de bancos. A lua, ainda tímida, dava a luz de presença e a atmosfera intimista começava a deixar que o cansaço tomasse o seu lugar. “Quando cai a noite, ninguém deve trabalhar ou, pelo menos, andar pelo mato. Primeiro, porque está escuro e é perigoso. Depois, porque tem de se guardar forças para o dia seguinte. Temos de pensar que não sabemos quanto tempo vamos ficar nestas condições, portanto, devemos dosear as forças da melhor forma”, explicava-nos o instrutor, enquanto nos sentávamos nos lugares marcados. Entretanto, a água com acelga já fervia. Apetecia mesmo uma sopa bem quente! Aquela serviu na perfeição. A conversa, entretanto, fluía e a lua já nos iluminava de forma insinuante.

Tínhamos passado as margens do rio e a paisagem à nossa volta era mágica. O esforço valeu a pena!

O serão

Não sabíamos se a ansiedade nos iria atraiçoar e se conseguiríamos dormir. Não sabíamos o que nos esperava no dia seguinte. Nem sabíamos sequer o que nos era reservado para as próximas horas. Mas sabíamos que a fogueira não podia apagar-se e que alguém teria de fazer um turno para a vigiar. O comandante da missão, um dos alunos da BootCamp, pegou numa folha de papel e distribuiu os turnos. Afinal, todos ficámos de vigia, em horários diferentes. Era-nos atribuída uma outra missão: fazer pão e marmelada. Enquanto essa hora não chegava, não ficámos parados. “É importante que se mantenham activos, nem que seja a brincar com um pau na terra, para não deixar que a inércia se instale e, com ela, a desmotivação”, sublinhava o instrutor. Estas palavras serviam de mote para a missão a seguir: construir tochas. Pegámos num ramo de árvore, colocámos outros três ramos pequenos em cima, à volta do ramo maior, e atámos com fio de arame. Pegámos num pedaço de gordura animal – que o instrutor tinha levado – e atámos. Envolvemos tudo num pedaço de pano e atámos de novo. Depois, foi deixar que ardesse. “As tochas feitas com gordura animal duram muito

mais tempo do que as que são feitas com outro tipo de material, como pano e óleo, por exemplo. E são uma boa fonte de iluminação, no caso de ser preciso ir ao mato buscar alguma coisa”, referia Tomé. E desta forma se foram passando as horas. Eram muitas as vezes em que alguém perguntava: ‘Que horas serão?’ No dia-a-dia não nos apercebemos, mas dependemos muito mais das horas e dos horários do que possamos alguma vez imaginar! O sono instalou-se, fui deitar-me. O cansaço era de tal forma que só acordei quando o sol nasceu.

E o dia amanhece...

‘Alvorada!’ Eram 6h da manhã, pelas contas do nosso instrutor. Pão com chouriço e marmelada para o pequeno-almoço, tarefa concluída pelos colegas que estavam no turno das 4h30. De fome saciada, tínhamos uma nova missão em mãos: construir um filtro de água e ir à pesca. A luz matinal no meio da floresta, límpida, e o ar puro que só o campo traz, foram o incentivo. Construámos o filtro com ramos de árvore, aos quais atámos três panos, em níveis de altura diferentes. No primeiro, colocámos folhas de acelga. No segundo, areia. E no terceiro, carvão. A água, que deitámos devagar, saía purificada e sem sabor, sem quaisquer químicos, um verdadeiro luxo! Junto ao rio, já alguém construía as canas de pesca, a partir de ramos de árvore. Juntámo-nos a eles e tentámos pescar. Tentativa falhada! Restavam-nos os lagostins que alguns dos nossos colegas tinham apanhado na noite anterior. Pela luz do sol, que se situava agora mesmo acima de nós, percebemos que era meio-dia, hora de almoço. Subimos para junto da fogueira. Era a nossa última refeição. Assámos os lagostins em cima das pedras que estavam junto da fogueira, fizemos uma sopa de acelga e de sobremesa tínhamos os marmelos que ainda sobravam. Houve quem não comesse a sopa. “É uma questão psicológica, porque sabemos que dentro de horas já não estamos aqui e que vamos comer o que nos apetecer. O segundo e o terceiro dias são os piores. Já não rejeitamos nada! Uma pessoa que, por exemplo, não gosta de doces, nunca rejeitaria o resto desta marmelada, porque a fome aperta mesmo!”, sublinhou o instrutor. E psicologicamente era mesmo assim: sabíamos que sairíamos dali dentro de horas e que a nossa experiência teria um fim. Mas, ao mesmo tempo, pensávamos que se, de facto, nos acontecesse uma situação deste género, já nos conhecíamos um pouco melhor, sabíamos os nossos limites e as nossas capacidades. Porque estávamos numa situação-limite, ainda que em registo de ensaio. E as situações-limite são assim: ajudam-nos a crescer. Partimos. A experiência chegava ao fim. Pela frente, outros 5 km de terra batida, mas um caminho imensurável de crescimento pessoal e aprendizagem. ●



Em cima, a tocha que fizemos com gordura animal. E o que nos aguardava para o pequeno-almoço. Em baixo, a construção do filtro de água.

