# S10E02 — Retrospectiva do 2024 (part 2)

**Transcript**

**Alexia**: Oi oi, pessoal! Bem-vindos a mais um episódio de **Carioca Connection**, o seu podcast preferido em português para melhorar o seu português! Meu nome é Alexia e estou super bem acompanhada do Foster!

**Foster**: Yay! Oi, Alexia! Oi, pessoal! Está tudo bem?

**Alexia**: Tudo, e com você?

**Foster**: Tudo ótimo!

**Alexia**: Bom, gente, para quem não acompanhou o episódio anterior, a gente estava fazendo uma retrospectiva sobre o nosso ano de 2024. E hoje, nós temos algumas últimas perguntas para fazermos um ao outro sobre o nosso ano de 2024. É isso?

**Foster**: É isso mesmo! Então, se quiser escutar o último episódio, pode começar lá, ou também pode continuar por aqui. Bem-vindos!

**Alexia**: Sim.

**Foster**: Então, como é que você quer fazer, Alex? Você quer começar com perguntas?

**Alexia**: Sim, deixa eu começar com umas perguntas então. Vamos lá! A primeira é: teve alguma amizade ou relação que ficou mais forte ou especial durante o ano de 2024 pra você?

**Foster**: Bom, a primeira amizade que vem para a minha mente é com meu professor de meditação, que virou amigo. É uma relação muito linda. Às vezes, ele escuta o episódio. Oi, Nuno, se você está escutando, obrigada por tudo. É uma amizade muito linda que continua crescendo.

**Alexia**: Sim.

**Foster**: Boa resposta!

**Alexia**: Claro que sim, é sua resposta.

**Foster**: E por você, Alexia?

**Alexia**: Eu acho que a Sopha, minha grande amiga aqui no Porto. Acho que nossa amizade é muito recente ainda, também é uma das amizades novas, entre aspas, na minha vida. É muito bom saber que eu posso contar com ela e conversar com ela, e a gente é muito parecida de personalidade também.

**Foster**: Interessante. É muito bom, porque, bom, ela não escuta o podcast porque ela não fala muito português.

**Alexia**: Bom, ela está firme e forte nas aulas de português. Ela já está começando a escrever em português comigo.

**Foster**: Oi, Sopha, se você está escutando. E sim, vocês são bem parecidas. Ela nasceu na Camboja, você nasceu no Brasil, e vocês são quase a mesma pessoa de lugares diferentes.

**Alexia**: É, é.

**Foster**: Posso perguntar, por que você acha que essa amizade foi importante pra você em 2024?

**Alexia**: Eu acho que, assim, não foi só essa amizade. Acho que foi mais o sentido de comunidade que foi mais importante em 2024. Um exemplo que eu tenho é que, no final do ano passado, quando a gente estava nos Estados Unidos, meu pai passou mal durante a noite e minha primeira reação teria sido: “Eu preciso voltar porque meu pai precisa de mim”. A gente tinha acabado de chegar no Brasil, dos Estados Unidos, né?

**Foster**: A gente estava fazendo um retiro de meditação no seu ano passado. Isso vai ser...

**Alexia**: Isso vai ser um episódio ótimo. Uma temporada inteira, eu acho.

**Foster**: É, com seu pai contando a versão dele aí.

**Alexia**: Não dá spoiler. E a Sopha, por exemplo, estava viajando junto com o marido dela, visitando a família, então ela não estava aqui para ajudar. Mas nossa vizinha Bárbara e o Nuno, que é amigo do Foster e que ele acabou de mencionar, foram lá ajudar meu pai. Então, eu não acho que seja só a Sopha pra mim, mas sim o sentido de que finalmente nós fazemos parte de uma pequena comunidade aqui em Portugal, no Porto. Finalmente, ficou muito claro pra mim que eu tenho pessoas com quem realmente posso contar e em quem confio, se algo acontecer.

**Foster**: Sim.

**Alexia**: Eu acho que é isso.

**Foster**: Bonito isso. Curioso pra mim, porque a gente já tinha esse sentido de comunidade crescendo há alguns anos, mas realmente precisei de provas, tipo: “Ah, alguma coisa aconteceu com seu pai e pessoas estão aqui que a gente pode confiar e contar nelas.”

**Alexia**: Sim, sim.

**Foster**: É muito bom isso.

**Alexia**: Isso é muito bom. Bom, vamos lá. Se você pudesse agradecer por um único momento de 2024, qual seria?

**Foster**: Nossa Senhora.

**Alexia**: Eu não acho que tenha só um único momento, não.

**Foster**: Eu acho que tenho um: foi entrando na piscina com meu sobrinho pela primeira vez. Foi um momento muito especial, importante pra mim.

**Alexia**: Sim.

**Foster**: E pra você, tem algum momento ou memória do dia?

**Alexia**: Eu acho que tem tantos! Tanto na parte que eu viajei pela primeira vez sozinha em 2024, então eu tenho vários momentos comigo mesma.

**Foster**: Isso foi só em 2024?

**Alexia**: Sim, e ao mesmo tempo, eu tive que ser vulnerável em vários momentos também. Eu gosto de ser vulnerável, mas não quando sou

obrigada a ser vulnerável, e eu tive que ser. Então, é uma grande diferença aí.

**Foster**: Isso é muito bom. Eu adoro ser vulnerável quando quero ser vulnerável.

**Alexia**: Eu gosto de ter o meu poder de escolha, né? O free will. A gente pode escolher quando quer ou não quer, e dependendo de com quem, né? Mas enfim, então, eu acho que é isso. Eu não tenho um momento específico, eu tenho momentos que eu poderia falar sobre.

**Foster**: Mas a mensagem desses momentos ou a lição que você aprendeu, que você quer levar pra 2025?

**Alexia**: É mais ou menos assim: “Não se preocupe, você consegue.”

**Foster**: É.

**Alexia**: Sabe, tipo, batendo assim no meu próprio ombro: “Não se preocupe, você consegue, está tudo bem.” É...

**Foster**: Entendi. Obrigada, amor.

**Alexia**: Ah, uma pergunta muito boa: tem algum lugar especial que marcou o seu 2024? Pode ser uma cidade, uma esquina, um cantinho na sua casa?

**Foster**: Sim, eu tenho. A vista em cima da montanha, das montanhas em Vigo, que tem um parque em Vigo que fica na Espanha. Você precisa subir uma montanha e tem uma vista panorâmica incrível. Essa memória já está marcada na minha vida pra sempre.

**Alexia**: Antes da gente começar esse episódio, a gente leu as perguntas e o Foster vai falar assim: “Qual o seu lugar? É nos Estados

Unidos?" Eu falei: "Não." Aí ele disse: "Ah, tá." Então, eu pensei que ele ia responder lugar nos Estados Unidos, porque a minha resposta seria Vigo. E agora, porque ele deu a minha resposta...

**Foster**: Desculpa. Não tem problema.

**Alexia**: Eu acho que tem dois lugares muito especiais que me marcaram esse ano: a primeira, Vigo, pelos motivos que o Foster já explicou. E a segunda seria também no alto da montanha, em Bernie, vendo aquele pôr do sol lindo, com a lua chegando logo depois também.

**Foster**: Isso foi durante o retiro de meditação que fizemos. Podemos falar mais sobre isso em outro episódio.

**Alexia**: Sim, e eu acho que isso leva a outra pergunta, que é: se você tivesse uma cor ou uma paisagem que representa o ano de 2024, o que seria? Pra mim, é exatamente aquilo, aquele pôr do sol lindo que está em degradê, descendo assim na montanha, ou o nascer do sol do nosso quarto no retiro, que tinha todas as cores possíveis. Muito lindo. Isso pra mim foi o ano de 2024.

**Foster**: Você pode explicar o que é degradê?

**Alexia**: Você sempre me pede pra explicar, em todos os episódios que eu falo a palavra degradê.

**Foster**: Só porque eu acho que não sei se a gente fala isso em inglês, mas é uma palavra divertida, uma frase divertida pra mim em português, e acho que a maior parte dos nossos ouvintes não vão saber o que quer dizer.

**Alexia**: Degradê é, por exemplo, você tem azul, tá? A cor azul. E aí você tem azul mais claro até o azul mais escuro, ou o contrário. E aí você consegue ver todos os diferentes níveis de cor do azul no céu, digamos assim. Então, está em degradê.

**Foster**: Então, sempre tem a ver com cores?

**Alexia**: Sempre.

**Foster**: Bonito.

**Alexia**: É lindo. Última pergunta, pra gente encerrar nossa retrospectiva de 2024: qual é a música...

**Foster**: Espera aí.

**Alexia**: O quê?

**Foster**: Não sei se eu tive a oportunidade de...

**Alexia**: É...

**Foster**: Verdade. Então, qual foi a pergunta de novo?

**Alexia**: Qual é a cor ou paisagem que representa o ano de 2024 pra você?

**Foster**: Eu acho que você já roubou as minhas respostas, mas eu tenho mais. Foi no último dia do ano. A gente caminhou muito na praia aqui no Porto.

**Alexia**: Sete quilômetros.

**Foster**: E a gente sentou na praia, na areia, pra ver o pôr do sol, e também, o som das ondas e as cores mudando. Acho que foi bem, representa muito bem o final do ano.

**Alexia**: E o nosso pôr do sol lá no lago também.

**Foster**: Sim.

**Alexia**: Eu acho que foi muito dedicado a isso.

**Foster**: É, pôr do sol e nascer do sol, foi um tema muito bom.

**Alexia**: Sim, sim.

**Foster**: Então, vamos lá. Última pergunta.

**Alexia**: Por último: se você pudesse escolher uma música pra tocar durante os créditos do seu ano de 2024, qual seria?

**Foster**: Como é que você entende essa pergunta?

**Alexia**: É como...

**Foster**: Se o meu ano fosse um filme?

**Alexia**: Exatamente. Então, acabou. Aí somem os créditos. Ator principal: Foster. Escrito por Foster. Dirigido por Foster. Direção geral: Foster.

**Foster**: E pra isso, é uma música?

**Alexia**: Uma música.

**Foster**: Bom, é difícil pensar numa música específica, mas seria uma música feliz, tipo “Estamos de volta”. Eu sei que o Tim Bernardes tem

uma música que se chama “Volta”, mas acho que não faz muito sentido. Eu tenho uma “Oba”, “Lá vem ela”. E ela, no caso, seria a vida.

**Alexia**: Sim.

**Foster**: E pra você, Alex?

**Alexia**: Pra mim, é a música do Gilberto Gil, chamada *Tempo Rei*, que tem a parte da letra:

*Tempo Rei, ó Tempo Rei, ó Tempo Rei,*

*Transformai as velhas formas do viver.*

*Ensina-me, ó pai, o que eu ainda não sei.*

*Mãe senhora do Perpétuo, socorrei.*

*Pensamento, mesmo fundamento singular do ser humano,*

*De momento para o outro, poderá não mais fundar*

*Nem gregos nem baianos.*

*Mães zelosas, pais corujas, vejam como as águas de repente ficam sujas,*

*Não se iludam, não me iludam.*

*Tudo agora mesmo pode estar por segundo.*

*Tempo Rei, ó Tempo Rei, ó Tempo Rei,*

*Transformai as velhas formas de viver.*

*Ensina-me, ó pai, o que eu ainda não sei,*

*Mãe senhora do Perpétuo, socorrei.*

**Foster**: Uau. Eu acho que é um bom lugar pra parar o episódio, encerrar o ano de 2024 e começar com 2025 no próximo episódio.

**Alexia**: Sim, vamos entrar com o pé direito.

**Foster**: Obrigado, Alexia. Obrigado, pessoal, por mais um ano. E, mas sabe alguma coisa?

**Alexia**: Não? Feliz Ano Novo, pessoal!

**Foster**: Feliz Ano Novo! Até o ano que vem!

**Alexia**: Tchau!

**Useful vocabulary, expressions, etc.**

**bem-vindos a mais um episódio** – welcome to another episode

**pra melhorar o seu português** – to improve your Portuguese

**super bem acompanhada do** – super well accompanied by

**está tudo bem** – is everything okay

**pra quem não acompanhou** – for those who didn't follow

**retrospectiva sobre o nosso ano** – retrospective about our year (annual review)

**se quiser escutar o último episódio** – if you want to listen to the last episode

**bem-vindos!** – welcome!

**como é que você quer fazer** – how do you want to do

**vamos lá!** – let's go!

**teve alguma amizade ou relação que ficou mais forte ou especial** – had any friendship or relationship that became stronger or special

**a primeira amizade que vem para a minha mente** – the first friendship that comes to my mind

**uma relação muito linda** – a very beautiful relationship

**amigo e é uma relação muito linda que continua crescendo** – a friend and it's a very beautiful relationship that continues to grow

**boa resposta** – good answer

**nossa amizade é muito recente** – our friendship is very recent

**muito bom saber que eu posso contar com ela** – very good to know that I can count on her

**firmes e fortes nas aulas** – strong and firm in the classes

**vai ser um episódio ótimo** – will be a great episode

**não dá spoiler** – no spoilers

**a gente faz parte de uma pequena comunidade** – we are part of a small community

**então, se algo acontecer** – so, if something happens

**não sei se eu tive a oportunidade de** – I don't know if I had the opportunity to

**visto aquele pôr do sol lindo** – seen that beautiful sunset

**vamos entrar com o pé direito** – let's start off on the right foot

**Feliz Ano Novo** – Happy New Year

**não me iludam** – don't delude me

**Tudo agora mesmo pode estar por segundo** – Everything right now can be for a second

**bonito** – beautiful

**bom, é difícil pensar numa música específica** – well, it's difficult to think of a specific song

**como é que você entende essa pergunta?** – how do you understand this question?

**acabou** – it's over

**somem os créditos** – credits fade

**direção geral** – general direction

**É lindo** – It's beautiful

**passar o episódio** – to pass the episode

**E ao mesmo tempo** – and at the same time

**tive que ser vulnerável** – had to be vulnerable

**não quando sou obrigada a ser vulnerável** – not when I am forced to be vulnerable

**é uma grande diferença aí** – it's a big difference there

**sabe, tipo** – you know, like

**batendo assim no meu próprio ombro** – patting myself on the back

**nossa Senhora** – Our Lady

**Sete quilômetros** – Seven kilometers

**pôr do sol** – sunset

**nascer do sol** – sunrise

**ao contrário** – the opposite

**um momento muito especial** – a very special moment

**transformai as velhas formas do viver** – transform the old ways of living

**ensina-me, ó pai, o que eu ainda não sei** – teach me, oh father, what I still don't know

**mãe senhora do Perpétuo, socorrei** – Mother Lady of the Perpetual, help

**pensamento, mesmo fundamento singular do ser humano** – thought, the very singular foundation of the human being

**mães zelosas, pais corujas** – diligent mothers, wise fathers

**vejam como as águas de repente ficam sujas** – see how the waters suddenly get dirty

**não se iludam, não me iludam** – don't delude yourselves, don't delude me

**Tudo agora mesmo pode estar por segundo** – Everything right now can be for a second

**tempo rei** – king time

**transformai as velhas formas de viver** – transform the old ways of living

**Ensina-me, ó pai, o que eu ainda não sei** – Teach me, oh father, what I still don't know