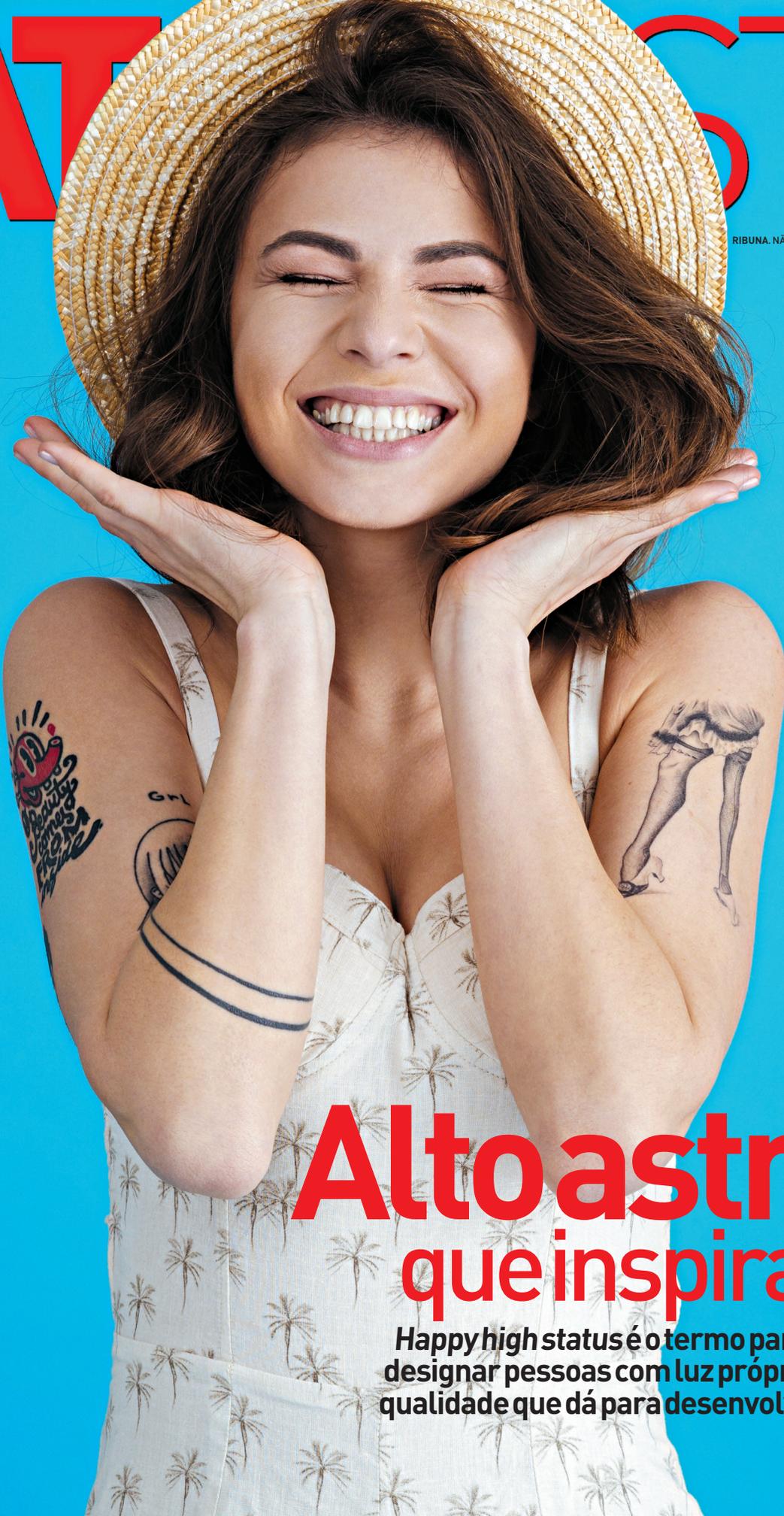


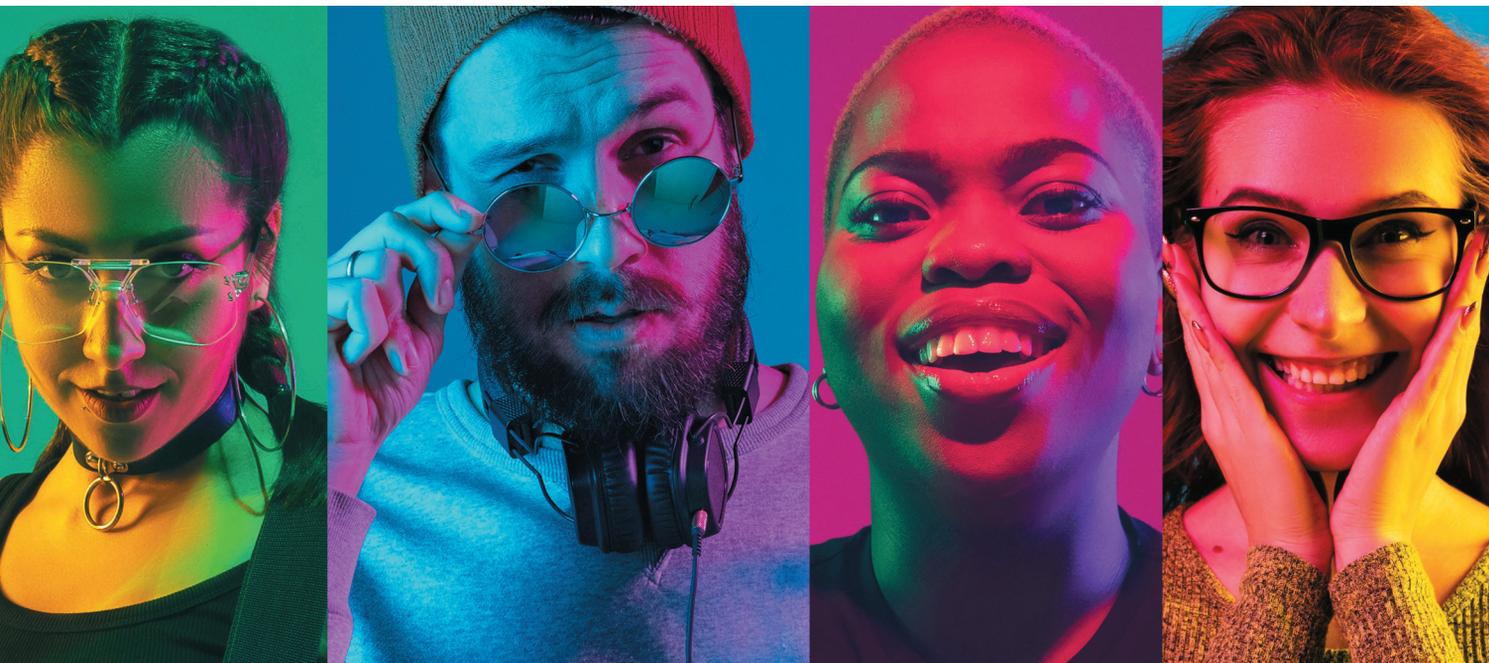
AT GSTA

RIBUNA. NÃO PODE SER VENDIDA SEPARADAMENTE



Alto astral que inspira

Happy high status é o termo para designar pessoas com luz própria, qualidade que dá para desenvolver



JEITO DE SER QUE ENCANTA

Sabe aquelas pessoas que têm um alto astral, uma energia que chama a atenção de todo mundo? Isso tem nome: *happy high status*. Aprenda como trabalhar essa característica

“Esta pessoa tem luz própria”. “Sinto uma energia tão boa que não dá vontade de sair de perto”. Você já deve ter ouvido comentários assim sobre alguém. Com sorte, você mesmo já disse essas coisas, pois conhece alguém ou até convive com um desses seres raros, iluminados.

Recentemente, surgiu expressão para caracterizar as pessoas dotadas de um magnetismo natural extra. Trata-se do termo *happy high status*, uma tentativa de designar gente com alto astral admirável.

Esse estado mais elevado de viver só tem quem se sente totalmente confortável na própria pele. Pessoas assim exalam segurança e autoconfiança, mas passam longe da soberba e arrogância, até porque nem sabem que são tão atrativas.

Aliás, não têm ideia disso, porque não estão preocupadas com a imagem que passam para os outros. Estão ocupadas em simplesmente ser o que são, nunca em parecer algo para agradar e serem aceitas. Entre os famosos há exemplos de

pessoas com essa vibe benéfica. George Clooney, Michelle Obama, Paul McCartney, Oprah Winfrey, Fernanda Montenegro e Ivete Sangalo são alguns exemplos. Com estilos e histórias que são completamente diferentes, todos têm um ponto em comum: possuem personalidades cativantes.

SEM LIMITAÇÕES SOCIAIS

Engana-se quem acha que só pode ser um autêntico membro do *happy high status* alguém que alcança fama, posição social, bom nível financeiro ou tem QI alto. Anônimos e pessoas comuns também apresentam esse modo encantador.

É algo que está dentro da pessoa. Tem a ver com olhar para a vida de uma forma mais positiva, mas sem alienação ou afetação. É sobre se autoafirmar, mas sem se achar mais importante do que os outros.

DÁ PARA DESENVOLVER?

Depois de definir bem o tipo de gente que reluz e não é ouro,

nem está à venda, uma pergunta é inevitável: esses bem-aventurados já nascem assim ou desenvolvem tais atributos ao longo da vida?

“Existem esses dois tipos de percursos até chegar ao chamado *happy high status*. Mas o mais importante é saber que todos somos esse ser especial em potencial”, defende a psicóloga e treinadora alquimista Osmarina Vyel.

Para ela, o ambiente onde nascemos e nos desenvolvemos conta bastante. “Por natureza, somos satisfeitos, bem resolvidos. Basta observar as crianças. Uma grande parte tem essa vivacidade e autenticidade. Por isso, todos se encantam com a espontaneidade e a alegria de viver que elas esbanjam. É obvio que algumas passam por uma vida intrauterina hostil e fogem à regra. Mas, por essência, a gente é autorrealizado e vai se distanciando desse lugar ao longo da vida”.

Ou seja, em tese, quem nasce em família mais ou menos harmônica, onde essas características não são

tolhidas, tem mais chances de se desenvolver de forma saudável e, consequentemente, esbanjar e manter vitalidade, apesar das adversidades. “Quando passamos por privações severas ou por uma educação mais repressiva, em que há obstáculos para essa essência aflorar, até podemos desenvolver isso depois, mas vai depender das vivências, dos traumas e dos aprendizados. Podemos e devemos, na vida adulta, retirar todas as cascas que acabamos adquirindo ao longo da jornada, buscando o autoconhecimento, nos lapidando e redescobrimo, assim, a nossa essência, alinhada ao tal *happy high status*”, complementa.

SEJA FIEL À SUA ESSÊNCIA

Para Osmarina, quanto mais nos distanciamos de quem somos de verdade, menos encantadores e interessantes nos tornamos aos olhos dos outros, pois estamos sempre buscando ser aquilo que interpretamos ser atrativo ou aprovado pela sociedade. Isso soa forçado, artificial.

A psicóloga Maria Cristina Dalia lembra que não se trata de buscar algo fora de si. Pessoas que reluzem sem esforço, na verdade, nem prestam atenção no que causam ao seu redor. Elas não agem calculadamente. Não é uma caça ao tesouro e não há um mapa a seguir. “Elas só são assim e ponto. Como não precisam provar nada para ninguém, seguem seus caminhos, fluem com a vida. E se estão diante de problemas, praticam o ditado do fazer de um limão uma limonada”.

NEM TUDO É LINDO

Mas ser um *happy high status* não é estar imune à dor. Ao contrário, deve-se saber lidar com ela, tirar aprendizados, enxergar que machucados emocionais e concretos ocorrem, porém sofrer em demasia por causa deles é uma questão de escolha.

Tem a ver com saber viver, como diz a música da banda Titãs, na qual os versos sugerem que “toda pedra no caminho você pode retirar” e que, “se o bem e o mal existem, você pode escolher”.

“Não estamos falando de pessoas alienadas e alheias aos acontecimentos da vida”, reforça

“Podemos e devemos, na vida adulta, retirar todas as cascas que acabamos adquirindo”

OSMARINA VYEL, PSICÓLOGA E TREINADORA

Maria Cristina, explicando que quem se diz assim, feliz, tem consciência dos males do mundo e se afeta ao ver a dor do outro. A diferença é que não se deixa abalar, pois prefere ser proativo diante das dificuldades.

Osmarina cita o conceito de forja alquímica, que vem da alquimia para ilustrar esse ponto. Para ela, os nossos processos dolorosos são importantes para ganharmos mais energia e vitalidade. “Todos nós vamos passar por forjas alquímicas e são elas que nos permitem desenvolver o máximo da nossa consciência. Quando as pessoas não entendem isso, elas não assimilam a diferença entre dor e sofrimento”.

E quem alcançou o nível do *happy high status* consegue fazer essa distinção. “A maioria escolhe o sofrimento, por causa de valores distorcidos. Assim, em vez de evoluir, involui e se torna aquele ser desinteressante, opaco. Até a pele piora e os olhos ficam mais endurecidos nas pessoas que não lidam bem com as forjas alquímicas. Se você entender e aceitar a dor como um aprendizado, sairá muito mais fortalecido”.

O trabalho da psicoterapia é o de justamente guiar quem está na frequência do sofrer para a frequência do autoconhecimento e do aprendizado constante.

DIFERENÇA NOTÓRIA

A psicanalista Maria Cristina percorre esse caminho diariamente com um monte de gente. “Vamos perguntando, fazendo as pessoas narrarem suas histórias e vivências e como as enxergam. Chega um momento em que elas mesmas descobrem que aquilo que lhes fazia mal não faz mais sentido. E que não precisam mais distorcer a visão que têm de si. Então, elas se libertam e readquirem a confiança”.

Osmarina presencia o mesmo fenômeno no cotidiano como psicóloga e treinadora alquímica. “É bonito ver esse processo no consultório. O paciente chega apagado, sem ânimo. Com os atendimentos, vamos juntos

olhando a essência dessa pessoa e como ela pode ir limpando os conflitos e caminhando em direção a essa luz interior”.

Ela explica que, para podermos entender o que está nos deixando opacos, precisamos compreender o que brilha em nós. E brilhar não quer dizer ofuscar os demais, mas iluminar. “Às vezes, em pouco tempo de análise já conseguimos ver esse brilho. A pele da pessoa fica mais luminosa, o sorriso mais espontâneo. É um desabrochar”.

NO TOM CERTO

Outra música da banda Titãs ajuda a traduzir esse patamar. *Epitáfio* traz um balanço da vida e diz: “Eu devia ter complicado menos, trabalhado menos, ter visto o sol se pôr, se importado menos com problemas pequenos, ter morrido de amor”.

Os mais simplistas podem perguntar: basta, então, entrar no modo *curtir a vida* como se não houvesse o dia de amanhã? Também não funciona assim.

Ambas as especialistas frisam que encontrar um jeito mais pleno de viver não significa estar com um sorriso de orelha a orelha 100% do tempo e negar as mazelas do mundo. “Estamos falando de um lugar onde existe um equilíbrio. Há a lamentação, os pesares, mas eles duram pouco e não desestabilizam. É uma diferença sutil e muito importante”, analisa Maria Cristina.

A lição maior para Osmarina é que quanto mais o indivíduo está centrado, quanto mais caminha em direção ao seu verdadeiro eu, mais conectado ele fica com o amor, pois em essência é isso o que somos: amor. Aí, não tem como a pessoa ser fútil, superficial, indiferente ou omissa com o que se passa ao seu redor.

“Ela vai exercitar empatia, só não vai se apegar ao sofrimento que faz parte da lapidação do outro. Não vai trazer o que não é dela para a sua vida. Definitivamente, ser *happy high status* é um longo processo de desconstrução do que não nos serve mais”, finaliza Osmarina Vyel.