

CULTIVE A BELEZA QUE HÁ EM VOCÊ

*Íntegra da entrevista concedida à revista Amiga, por ocasião da estréia da telenovela **Belíssima**, da TV Globo, em novembro de 2005..*

Amiga: O que é ser belo? É um conceito tão relativo mesmo?

Mariuza: Mesmo que estejamos falando só da beleza física, a resposta pode ser sim e não, dependendo do contexto. Por exemplo, no mundo da moda – e penso que também no meio artístico em geral – hoje é consensual a opinião de que a Gisele Bündchen é belíssima. Numa outra época, quando as formas cheinhas e estatura mais baixa eram o modelo de sensualidade e beleza para a mulher, ela não seria tão admirada, com certeza. Mesmo hoje, em culturas diferentes da nossa, como numa tribo indígena, por exemplo, ela poderia ser considerada uma magricela sem graça. Gisele é bela porque, além de ter dado sorte de nascer num momento em que os seus atributos físicos naturais coincidem com o ideal de beleza prevalente, possui características de personalidade que agradam às pessoas: não se mostra afetada, é simpática, inteligente, parece lidar bem com a fama e é uma profissional competente, além de possíveis outras qualidades que desconhecemos. Essa feliz combinação faz dela uma referência de beleza. Um só desses ingredientes, isoladamente, talvez tirasse todos os holofotes que incidem sobre ela.

Amiga: A beleza é um fator preponderante para determinar se uma pessoa é atraente?

Mariuza: A beleza física por si só, não. É necessário que haja uma atitude que irradie a beleza física existente. Uma pessoa pode ter um rosto perfeito e um corpo bem delineado sem que quase ninguém enxergue, se uma mistura de ingredientes estiver também presente: postura flácida, mau humor, gestos e fala grosseiros, aparência geral descuidada, atitude belicosa e insegura, tiques faciais ou corporais, voz desagradável, e uma lista sem fim de elementos que podem tanto tornar sua beleza natural invisível quanto negativamente chamativa.

Amiga: Beleza é algo fundamental na vida das pessoas?

Mariuza: É importante, sim. É muito difícil que alguém, em sua consciência, preferisse ser feio se tivesse a oportunidade de escolha. Claro que há momentos em que esse item não prevalece ou pode até mesmo ser negligenciado, mas em geral as pessoas cuidam de sua aparência para passar para os outros a impressão que elas querem que tenham de si. Isso vale até para a suposta aparência descuidada de algumas pessoas que, na verdade, adotam-na como um estilo a ser exibido, por valorizá-lo ou porque querem contestar a maioria. O fato é que, sempre, escolhemos aquilo que é bonito *para nós*. E esse conceito pode ser bastante relativo, em função do quanto somos influenciados pelos modelos difundidos. E essa influência será diretamente proporcional ao grau de autoconhecimento e coerência interna de cada um. Em outras palavras, uma pessoa que alimenta valores próprios, que busca se conhecer e desenvolver seus próprios recursos internos, está menos sujeita à manipulação da mídia e a copiar a beleza do outro. Conseguirá valorizar sua própria beleza interna e externa, em sintonia com seus valores.

Amiga: Hoje em dia, quem é considerado belo ou bela: Aquele (a) que tem uma aparência bonita ou a pessoa que possui outras qualidades, que não físicas, que a tornam bonita?

Mariuza: Todos sabemos que a beleza física é efêmera, tende a desfazer-se com o passar do tempo. Mesmo sem ter muita consciência disso, possuímos todos uma sabedoria interior, uma espécie de intuição que não nos deixa enganar. É por isso que, quando você entrevistou os artistas da novela *Belíssima*, eles disseram que só o físico não vale, é necessário algo mais. Essa é a pura verdade. O problema é que, dada a incrível pressão que as pessoas vêm sofrendo pela excessiva valorização da beleza física, ser belo hoje é quase sinônimo de adaptação para aqueles que são ligados na mídia, que absorvem o produto “padrão de beleza” que é vendido. De modo que a resposta à sua pergunta fica assim: Para o indivíduo altamente influenciado pela mídia, ser belo é ser “sarado”, jovem e ser capaz de chamar a atenção por sua aparência. Para aqueles mais conscientes, maduros e seguros de si, belo é estar de bem consigo mesmo.

Amiga: Vc acredita que hoje em dia as pessoas correm mais atrás de um padrão de beleza do que antigamente? Por que?

Mariuza: Acredito que sim. Embora esse fenômeno tenha existido sempre, sofrendo variações ao longo do tempo, hoje ocorre em escala absurdamente maior. A globalização faz com que um corte de cabelo meio diferente, feito ontem por uma estrela de Hollywood seja copiado hoje por milhares de pessoas no mundo inteiro, criando um modismo e ditando que aquilo é o que está valendo. O problema é que esse comportamento de copiar compulsivamente o que é ditado pelas figuras em evidência possui, no fundo, características de uma voracidade insaciável por referência. O indivíduo não tem uma referência própria, daí porque precisa apoiar-se numa referência externa, devidamente avalizada pela fama e geral aceitação do autor daquele comportamento.

Amiga: Quase todos os belos da novela Belíssima responderam que a beleza é o interior, mas por que Mariuza: será que externamente eles se mantêm tão belos?

Muito possivelmente, por uma questão de adaptação, para não se sentirem inferiorizados ou deslocados. Algo mais ou menos assim: "Sei que o que importa é a beleza interior, mas não quero ser o patinho feio no meio desse monte de gente bonita". Outro fator que não podemos desconsiderar é que a televisão – particularmente as novelas de horário nobre – promovem massivamente a venda do padrão de beleza vigente e os atores são os produtos a serem exibidos. Trabalho ingrato porque são eles que mais sofrem a pressão para estarem belos, uma vez que nesse meio não é apenas o talento que é valorizado. Trata-se, portanto, de uma questão de sobrevivência profissional a busca pela beleza e conservação da juventude. Estão sempre sendo expostos e, mais do que ninguém, precisam cuidar para que sua imagem seja aceita. A audiência desse tipo de programação valoriza o que é belo, assim como o sucesso e o *glamour*, que muitas vezes funciona como sonho de consumo. Esses ingredientes proporcionam audiência, o que gera um círculo vicioso entre a exposição e a audiência daquilo que é belo.

Amiga: Beleza é um dom divino ou as pessoas podem se tornar belas, se assim desejarem?

Mariuza: É verdade que todas as pessoas podem conquistar um lugar ao sol, se as suas expectativas forem realistas. Nem sempre é possível reverter defeitos físicos ou estruturais graves. O importante é que cada pessoa aprenda a cultivar a beleza que traz dentro de si, e essa possibilidade está aberta a todos.

Amiga: Qual é a grande dica para a pessoa se tornar bela?

Mariuza: Em primeiro lugar, é buscar se conhecer melhor para aprender a aceitar-se, cultivar e desenvolver sua auto-estima, perdoar-se e perdoar, aprendendo a se gostar legitimamente. Somos dotados de um manancial infinito de amor, com grande capacidade para dar e receber. O bem-estar que adquirimos no processo de autoconhecimento é incalculável. Em segundo lugar, sermos brilhantes aos nossos próprios olhos, ao invés de buscar a validação de nossos atos nos outros. Quando uma pessoa está feliz consigo mesma, ela irradia automaticamente esse bem-estar e essa energia será captada pelas demais pessoas. O foco da atenção deve ser em relação à sua referência e valores internos, não externos. Também é importante aprender a lidar – frustrar-se – com a incompreensão e a inconsistência das pessoas. Sempre vai haver alguém mais bonito ou mais chamativo numa festa, mas essas aparições no estilo cometa, que passam arrebatando corações, despertam paixões passageiras e tudo que é passageiro, claro, não se mantém por muito tempo. É importante adquirir segurança e fortalecimento interno para poder lidar com todas as situações, vibrando e usufruindo alegremente dos bons momentos e lidando adequadamente com os eventuais e inevitáveis percalços. Feito isso, é cuidar da própria aparência, de acordo com aquilo que lhe parece bonito, e aí vale qualquer recurso para corrigir ou disfarçar pequenos defeitinhos ou o que quer que esteja incomodando.

Acho importante mencionar, também, o lado ingrato da beleza. Ela abre muitas portas, que estão fechadas para pessoas menos dotadas fisicamente. No entanto, ao se destacar, a pessoa muito bonita também atrai para si situações bastante difíceis, em que estarão presentes o ciúme, a inveja, a rivalidade, etc. Por isso é tão importante que, não importa que aparência física a pessoa tenha, ela *sempre* sairá ganhando se investir alguma energia no sentido de se conhecer melhor e fortalecer-se internamente, aprendendo a buscar dentro de si os recursos emocionais de que dispõe, desenvolvendo-os através da reflexão constante, buscando ser feliz. Uma pessoa genuinamente feliz consigo mesma só faz bem para aqueles que estão ao seu redor, porque quem está bem de verdade não alimenta sentimentos negativos, é a companhia que sempre agrada a todos e é uma excelente companhia para si mesmo.