

# O tratado do amor

**Capa:**

Renata Zucchini

**Projeto Gráfico:**

Estefani Machado

**Revisão:**

Tatiana Müller

**Ícones de miolo:**

Freepik.com.br

Flaticon.com

**Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)**

S388t

Schulz, Aline.

O tratado do amor : a revelação dos motivos ocultos da infelicidade no amor e como transformá-la em sucesso / Aline Schulz. – Nova Petrópolis : Luz da Serra, 2020.

312 p. ; 23 cm.

ISBN 978-65-88484-06-7

1. Autoajuda. 2. Desenvolvimento pessoal. 3. Amor. I. Título.

CDU 159.947

**Índice para catálogo sistemático:**

1. Autoajuda 159.947

(Bibliotecária responsável: Sabrina Leal Araujo – CRB 8/10213)

Todos os direitos reservados. Nenhuma parte desta obra pode ser reproduzida ou transmitida por qualquer forma e/ou quaisquer meios (eletrônico ou mecânico, incluindo fotocópia e gravação) ou arquivada em qualquer sistema ou banco de dados sem permissão escrita da Editora.

**Luz da Serra Editora Ltda.**

Avenida Quinze de Novembro, 785  
Bairro Centro - Nova Petrópolis/RS  
CEP 95150-000

livros@luzdaserra.com.br

www.luzdaserra.com.br

www.luzdaserraeditora.com.br

Fones: (54) 3281-4399 / (54) 99113-7657



## Dedicatória

Dedico este livro aos meus pais, Roque e Vera, meu primeiro exemplo do que significa estar casado com alguém há tantos anos.

Aos relacionamentos passados, ao atual, às pessoas que acreditam no amor, àqueles que sofrem, que estão despertando para o que é ou não aceitável viver no amor, que buscam a felicidade a dois.

Em especial, aos que nem sempre aparecem, que estão nos bastidores, que confiaram em mim, compartilharam seus medos, angústias e frustrações. A toda a equipe de trabalho que de forma direta ou indireta participou e vibrou por este livro.

Gratidão!



# Sumário

Introdução

Ponto de partida

Capítulo 1:

As três armadilhas:  
você também caiu nelas?

Capítulo 2:

Mentiras e erros passados de geração em  
geração sobre os relacionamentos

Capítulo 3:

Geometria do amor

Interferências de energia

Você na geometria do amor

O outro por quem me apaixonei

O relacionamento

A aura da relação

Capítulo 4:

Amor de vidas passadas?

Capítulo 5:

Propósitos ocultos nos relacionamentos

Acordos espirituais por trás dos seus  
relacionamentos

Grupo dos viciados

Grupo dos apegados

Grupo dos cobiçadores

Grupo dos buscadores

**Capítulo 6:  
Astrologia: uma aliada inesperada**

**Áries**

**Touro**

**Gêmeos**

**Câncer**

**Leão**

**Virgem**

**Libra**

**Escorpião**

**Sagitário**

**Capricórnio**

**Aquário**

**Peixes**

**Capítulo 7:  
A arte de resolver problemas**

**Comunicação eficiente**

**Plano de ação para resgatar um  
relacionamento em 21 dias**

**Capítulo 8:  
Reflexões finais**







## INTRODUÇÃO

Olá, aqui é a Aline Schulz, tudo bem?  
Desejo de todo o meu coração que sim.

Eu estava em uma roda de mulheres quando uma delas confessou que estava apimentando sua relação e quebrando a rotina na cama. Ela dizia que tinha aprendido a fazer striptease e estava reunindo coragem para usar a lingerie comprada especialmente para a ocasião. Interrompi as risadas do grupo perguntando diretamente a ela:

“Você está fazendo isso **por você** ou **pelo seu parceiro**?”

“Você **se sente feliz** fazendo isso?”

“Isso **vai resolver** os problemas da sua relação?”

Para minha surpresa, silencieei a sala inteira... O silêncio foi tão impactante que, mesmo se alguém tivesse gritado, o ambiente não teria ficado tão tenso.

Em função desse enorme desconforto, precisei explicar o motivo das perguntas.

Ao final da conversa, muitas delas vieram até mim para dizer:

“Obrigada! Você abriu meus olhos hoje...”

“Não vou mais ser refém do meu marido, que diz que eu tenho que fazer isso...”

“Realmente, esse tipo de atitude apenas disfarça o que na verdade precisa ser solucionado.”

Com esse episódio, percebi o quanto é comum buscarmos soluções paliativas para “empurrar com a barriga” situações que seriam facilmente resolvidas com a técnica correta. E por que temos o hábito de não buscar apoio no lugar certo assim que detectamos problemas?

Muitos acreditam que buscar um especialista está distante da sua realidade. Por medo de pagar caro, se sujeitam a outras formas de ajuda – nada especializadas – que nem sempre geram o retorno esperado, e só então percebem que o barato se tornou caríssimo.

Outros, por medo de que ninguém entenda o que sentem, não abrem seu coração para encontrar a solução junto a quem já passou por algo semelhante. Frequentemente nem sabem que existe esse tipo de profissional capaz de aliar formas distintas de atuação e adaptar a melhor técnica, ferramenta ou método para o seu caso.

Também há aqueles que, por medo de serem julgados, se mantêm sofrendo para não expor suas dificuldades. Passam a aceitar que a vida é assim mesmo e abaixam a cabeça, aprendendo a conviver com aquilo que poderiam eliminar completamente. Dessa forma, vão deixando de ser quem são de verdade. Tornam-se outra pessoa, não se reconhecem mais no espelho.

E sabe o que é mais doido nessa história toda? É que medos são apenas pensamentos... eles não são reais!

A maioria dessas pessoas fica no “achômetro” em vez de perguntar, de ir atrás das respostas para suas questões.

**E quantas vezes somos levados pelo que “achamos que é”?**



Na vida, somos nós que construímos a sorte, quando decidimos (porque sempre é uma escolha nossa) enfrentar o que nos incomoda, levantar a cabeça, buscar a origem dos problemas e, com a ajuda correta, superá-los!

Não é possível sermos felizes quando estamos fechados. Isso nos deixa sozinhos e faz da nossa mente um inferno, mesmo que quem olhe de fora não veja a guerra, o caos que temos por dentro!

Assim como uma nova lingerie não garante a renovação do relacionamento, conviver com a dor, o sofrimento, o vazio e o sentimento de não ser importante para ninguém não é a solução.



É muito difícil conseguir amar a vida se não tivermos o amor dentro de nós mesmos para extravasar. Não é possível nos abirmos para um ponto da vida e para outro não. Somos um só, e se nos fechamos para não sentir mais dor, frustração, raiva, mágoa ou tristeza, deixamos de ser quem somos em essência!

Prevenir-se, fugir ou fingir que está tudo bem não são boas escolhas...

Isso gera a armadilha da improvisação, e improvisar não é solucionar!

Decidir resolver o que te incomoda envolve dedicação, coragem, investimento, ousadia e mentoria!

**E este livro reúne exatamente isso para você!**

Repare em quantas situações vão e voltam na sua vida. Sabe por que elas voltam? Porque não foram resolvidas, mas sim disfarçadas, camufladas, escondidas.



Um detalhe importante: não devemos ter vergonha por não sabermos resolver nossos problemas. Não nos ensinaram a olhar para eles; não nos disseram que nem sempre conseguiríamos sozinhos; não nos alertaram quanto à hora de pedir ajuda.

E tudo começa por nós!

Se nós estamos bem, o que mandamos de energia para o mundo vai como uma pedra jogada num lago, que reverbera e forma círculos que vão até a borda e retornam ao ponto de origem, no caso, nós mesmos.

Por isso, não saber se defender para lidar com os desafios do dia a dia impede que você possa ser a pessoa que nasceu para ser. É como uma planta vistosa, daquelas que você recebe no seu aniversário: se ela não for regada e cuidada da forma certa, vai murchando, perdendo sua vitalidade e sua essência, até morrer...

E se você decidiu que quer resolver sua vida amorosa, que não quer mais a dor como companheira de vida, mas acreditou que a melhor forma de lidar com isso era sozinho, improvisando para conseguir ter paz no seu coração e leveza para lidar com a família, bem como voltar a sorrir e ter brilho nos olhos, e mesmo assim não conseguiu, mas por puro medo não está buscando outras alternativas, sinto muito em ter que te dizer: você está falhando!


Porém, a boa notícia é que ainda dá tempo de virar esse jogo!

Você pode escolher permanecer como está, lutando com as mesmas armas e ainda tentando resolver tudo sozinho, ou pode:



viver uma história de amor com quem você escolheu dividir a sua vida;


---

 aprender a lidar com o que se apresenta, sem esquecer de si mesmo;


---

 conseguir falar o que sente de forma equilibrada;

---

 retomar a sua vida se destacando no trabalho;

---

 lembrar-se de quem você é e evitar uma nova decepção.

---

Mas você não precisa escolher nada disso agora; a única decisão que você deve tomar neste momento é virar a página e seguir em frente com esta leitura.

Com a ajuda deste livro, você saberá como agir.

Vamos mudar isso enquanto há tempo?

Você vai ao menos se dar essa chance, certo?

Aceita esse desafio?







## PONTO DE PARTIDA

“

*O fim de um casamento é um dos momentos mais tristes que alguém pode passar. Eu ouvi que a dor do divórcio é quase a dor da perda de um ente querido, e acredito que é assim mesmo.*

Danica MacKellar sobre seu divórcio  
com Mike Verta.

”

“O que Deus uniu, o homem jamais separa!”

Será?

Segundo o IBGE, atualmente, um a cada três casamentos termina em separação no Brasil. E eu não consegui fugir dessa estatística. Em 1999, casei pela primeira vez. Fiquei nessa relação por sete anos, até que entendemos que não havia mais nada em comum para mantermos nossa união.



Foi como um soco no estômago, um nó na garganta, um aperto no coração. Com lágrimas, nos olhamos, e a pergunta velada era provavelmente a mesma na mente de cada um:













“Por que duas pessoas que se amam, que estão comprometidas com a relação, se separam? Onde foi que nos perdemos? Onde foi que tudo começou a dar errado?”

Lembro-me fortemente da sensação de fracasso! Da impotência diante de algo que, nitidamente, não poderia ser levado adiante. Depois, por mais que tivesse aceitado, minha mente teimava em compreender o que havia acontecido.

Hoje olho para trás e vejo o quanto não estava preparada



para o que realmente é um casamento. O quanto não me explicaram sobre...

-  os desafios para adaptar estilos e experiências de vida diferentes sob o mesmo teto;
-  como lidar com a questão financeira do casal;
-  como lidar com a família do outro e a minha;
-  como é a vida sexual dentro do casamento;
-  quais são os limites de doação no relacionamento;
-  o que é ou não aceitável dentro da relação;
-  como lidar com o outro quando ele não está bem;
-  como ocorre a construção de uma família;
-  como não é obrigatório ser mãe, se eu não quiser ou não sentir o chamado;
-  como lidar com minhas expectativas em relação ao casamento;
-  como saber me posicionar de forma equilibrada para não precisar engolir e abafar o que me incomoda;
-  como defender a relação diante dos desafios da vida.

Atualmente, estou há mais de 14 anos ao lado de alguém que me acompanha numa jornada de evolução, e todas as minhas reflexões após aquele rompimento me serviram de alicerce para uma nova base de vida, para construir uma relação mais madura a dois, que capta sinais e já procura saídas para que o final não seja o mesmo, pois existe a



vontade de fazer dar certo.

Além disso, atuando na área há 15 anos, pude constatar que 97% das pessoas que me procuram também caem nos erros e armadilhas em que eu caí. Por isso, vou compartilhar com você conhecimentos que abriram minha mente e transformaram minhas emoções, mudando completamente minha visão a respeito do que é um relacionamento e do seu papel em minha vida.

Por quê? Para que você não precise passar pela dor do divórcio e possa escapar dessa estatística do IBGE, ou, por outro lado, consiga conquistar clareza e certeza de que essa relação realmente não tem mais nada a acrescentar na sua vida. E, principalmente: vou te ajudar a se libertar da visão do Voltaire, que dizia que...

“

*Todo o divórcio começa mais ou menos ao mesmo tempo que o casamento. O casamento talvez comece algumas semanas mais cedo.*

Voltaire

”

Mas isso só acontece por puro despreparo nosso!

Da minha parte, eu acredito no amor. E acredito que quem ama cuida! Ou seja, o relacionamento exige atenção, foco, atitudes coerentes e melhoria contínua para que você se sinta realizado. Dá trabalho se manter casado e feliz!

Não sei quanto a você, mas eu não estudei nada a respeito da vida a dois. Não fiz nenhum curso que me preparasse para lidar com os desafios, não li nenhum livro que facilitasse a convivência e minha mãe não sentou comigo para me



explicar o que eu poderia ou não esperar. Resumindo: eu não sabia onde estava pisando quando disse “sim” no altar.

Se você está lendo estas palavras é porque, independentemente do motivo, precisa tomar uma decisão, pois está em um momento de “vai ou racha”, “continua ou acaba de vez”, “reacende ou conquista clareza”. Você está num momento de descobertas internas para viver um grande amor, sem culpas.

Ao longo deste livro, você terá acesso a ensinamentos que proporcionarão clareza para tomar uma decisão de forma leve e coerente com seu coração, sem se deixar levar pelo momento. Você se sentirá livre para decidir se prefere ficar e apostar; sair sem culpa ou ressentimentos, pois fez tudo que estava ao seu alcance; mudar o seu ponto de atração.

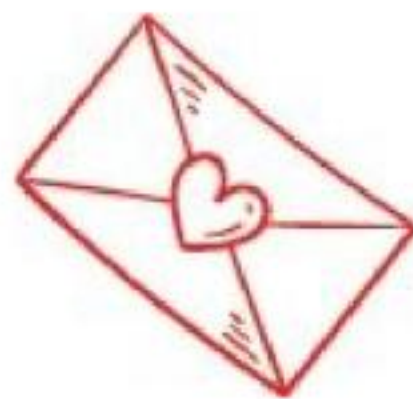
Durante essas lições, eu vou te contar como a Astrologia foi determinante para que eu entrasse de cabeça na minha relação atual e como precisei olhar o passado para seguir em frente e ser feliz hoje.

Mas antes, deixa eu te perguntar: tudo isso que eu escrevi mexeu com você?

Sim?







Me responde enviando um e-mail para [contato@caminhosolar.com.br](mailto:contato@caminhosolar.com.br) ou me marcando nas mídias sociais através do [@alineschulz](https://www.instagram.com/alineschulz).



Vou amar saber!

**Agora, se você:**









-  não acredita no amor,
-  não está num relacionamento,
-  acha que já sabe tudo e não tem mais nada a aprender,
-  não quer reacender seu relacionamento e não está disposto a fazer o que precisa ser feito para que isso aconteça,  
**sugiro que feche este livro.**

Não gaste seu tempo aqui.

Sem ressentimentos, ok?

Quem sabe, ele chegou até você para ser repassado àquela pessoa que está a fim de transformar sua vida amorosa. Se ela veio à sua mente, a presenteie com este material.

### **Mas, se você:**

-  ama seu parceiro e não está conseguindo se entender com ele,
-  sofre calado dentro da relação,
-  não tem coragem de falar o que sente,
-  está disposto a descobrir como a sua relação chegou a esse ponto,
-  quer se preparar para um grande e maduro amor,
-  quer reacender o brilho nos seus olhos através da chama do amor,  
**continue a ler com muita atenção e se prepare, pois as próximas palavras irão chocar você!**

O que vou te contar aqui, dificilmente a sua mãe vai te dizer, porque se trata de um assunto velado e pouco



conhecido, embora eu acredite que isso deveria ser dito e passado de geração em geração, independentemente de quantos anos sua relação já dure, do quanto você já tenha sofrido ou do que os demais digam sobre você.

Você vai encontrar aqui:



As três piores armadilhas que nos contaram e que acabam com qualquer linda história a dois, em médio e longo prazo.



As 27 mentiras e erros transmitidos de geração em geração sobre os relacionamentos.



O que é a Geometria do Amor e como defender seu relacionamento de interferências externas.



De que forma vidas passadas podem influenciar seu relacionamento atual.



O que são e como agem os propósitos ocultos e os Acordos Espirituais nos relacionamentos.



Como a Astrologia influencia nosso comportamento e pode ser determinante para o sucesso da sua vida amorosa.



Como se comunicar de modo assertivo com seu parceiro.











Como transformar sua relação em 21 dias utilizando um plano de ação simples e prático.




Estou empolgada e animada para te ajudar através desse conhecimento que vai falar diretamente com o seu coração e balançar suas estruturas. Afinal, nada supera a verdade, que nos liberta profunda e definitivamente se estivermos abertos e ela.

Com o que você terá acesso aqui, será possível:



-  Assumir as rédeas do seu relacionamento sem precisar se forçar a agradar seu parceiro ou recorrer a truques eróticos.
-  Voltar a se sentir poderoso sem precisar trocar todo seu guarda-roupa.
-  Se achar a pessoa mais linda do mundo mesmo que não se ache bonito hoje.
-  Salvar o seu casamento sem deixar de ser você mesmo.
-  Conquistar uma aliada poderosa e nada convencional, a Astrologia.
-  Ampliar sua visão a respeito do motivo oculto por trás do seu relacionamento, do que reuniu vocês dois.
-  Organizar sua vida afetiva de modo a saber quem e o que deseja para si.
-  Colocar um ponto final em tudo aquilo que te impede de ser feliz.

Afinal, são mais de 15 anos ajudando pessoas, o que me permite afirmar com segurança que tudo isso vale a pena! Quando você muda sua visão acerca dos relacionamentos e compreende sua dinâmica, atrai alguém:

-  que compartilha da visão de que é possível ser feliz no amor sem ter que abrir mão dos outros aspectos da sua vida;
-  que gosta de conversar com você por horas a fio;
-  que te convida para curtir um filme com pipoca embaixo do cobertor;





que se torna um companheiro de vida, uma pessoa que está do seu lado, que te ampara e te motiva a ir mais além;



que te acompanha a eventos sociais e familiares porque sente prazer por estar ao seu lado;



que mostra o quanto é gostoso acordar acompanhado, vendo que essa pessoa se importa com você, através daquele olhar



cheio de carinho, amor e cumplicidade, quando palavras são dispensáveis;



que constrói com você a confiança mútua que permite ter aqueles momentos em que se cozinha junto e se explora a intimidade, porque um confia no outro, e a cada ano isso só melhora mais e mais;



que mostra a delícia que é seguir em frente tendo alguém do seu lado; que se torna um companheiro de jornada evolutiva consciente.

Esse assunto me interessa demais porque, como mencionei, estou em um relacionamento há 14 anos, e foi apenas depois de uma relação imatura – primeiro namorado, que virou esposo e foi meu primeiro fracasso a dois – que eu entendi a dimensão do que realmente é estar com alguém. A experiência ensina, e na época eu não tinha percebido, mas havia caído em três armadilhas que com certeza contribuíram fortemente para o término daquela relação.

Depois de mais de 15 anos atuando na área do desenvolvimento pessoal, dentro e fora de consultório, atendendo milhares de pessoas individualmente ou em palestras e cursos, compreendi que grande parte delas também estava caindo nessas três armadilhas, gerando



infelicidade e frustração. Algumas estavam inclusive adoecendo ao reconhecer seus erros.



*“Estou cometendo todos os erros, já não sei o que fazer, estou me sentindo triste.”*

Elaine C.



Hoje, dentro de uma relação incrível, em que nos reinventamos a cada ano, aprofundando nossos momentos a dois, cada vez mais ajustando as nossas arestas para não haver segredos entre nós, eu não poderia deixar de revelar a você quais são essas armadilhas.

Mas, antes de falar delas, vamos alinhar as expectativas, pois são elas que colocam tudo a perder. Então, tenha em mente que não existe relacionamento perfeito; existem duas pessoas que se amam e estão dispostas a fazer dar certo.

É o seu caso? Você quer fazer sua relação dar certo e não apenas para um lado, mas para ambos? Você quer dar um basta, parar de se sentir um bobo, usado e manipulado? Quer ser feliz de verdade no amor?

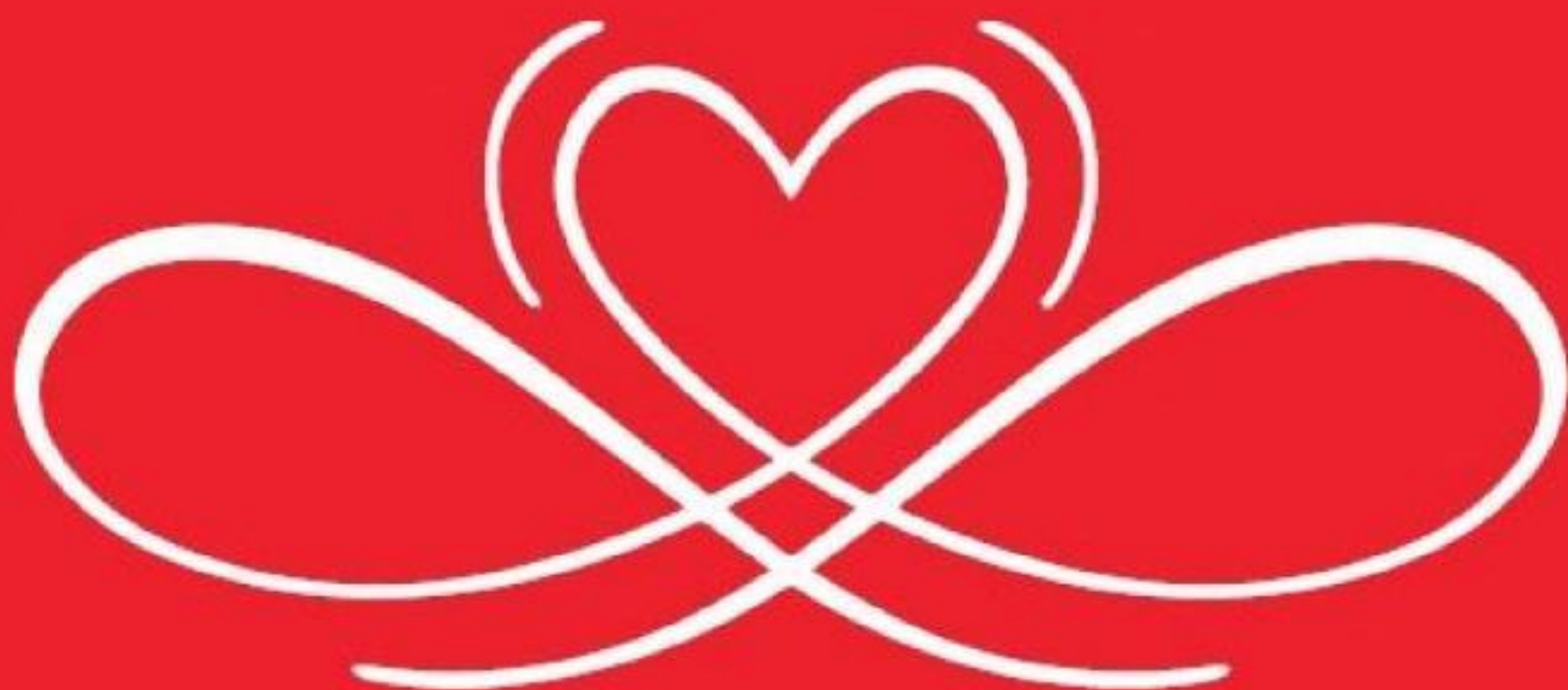
Porque eu acredito no amor, e é por esse motivo que estou escrevendo todo este material para você. E eu acredito que, ao ter acesso a tudo o que vou revelar aqui, você terá condições de manter uma relação poderosa. Conseguirá viver a dois em paz, caminhar lado a lado com quem você decidiu compartilhar a vida.

Está esperando o quê?

É hora de descobrir quais são essas três armadilhas sorrateiras capazes de abalar seu relacionamento em médio e



longo prazo sem você sequer perceber.  
Vamos descobri-las?



Este livro também apresenta várias práticas meditativas, e algumas delas contam com uma versão em áudio. Para acessar esse conteúdo e se deixar conduzir durante esses momentos, aponte a câmera do seu celular para escanear a imagem do código ou baixe gratuitamente o aplicativo QR Code Reader.





# Sumário de Práticas

Prática de elevação e proteção de energia

Prática sistêmica

Prática: Por quem você se apaixonou?

Prática: Eu honro você

Prática: A retomada

Prática: Fortalecimento da aura da relação

Prática da ativação SCAE  
(Sintonia – corte – ajuste – evolução)

# CAPÍTULO 1



AS TRÊS ARMADILHAS:  
VOCÊ TAMBÉM CAIU NELAS?



Antes de revelar as três armadilhas mais sorrateiras e capazes de abalar seu relacionamento em médio e longo prazo, preciso te pedir uma coisa:

Não fique triste e não se culpe por ter caído nessas armadilhas.

Como você iria saber que eram emboscadas, se pessoas de sua confiança te falaram isso? Elas também escutaram essas afirmações e as aceitaram como verdades. Aconteceu comigo e vi acontecer com muita gente. É por essa razão que estou aqui para te alertar. Estou do seu lado, ok?

Para amenizar o impacto, resolvi utilizar o bom humor e alguns filmes como aliados. Os nomes das armadilhas têm o propósito de te fazer pensar, te convidar a olhar mais além e aceitar, com leveza e alegria, que também caiu nessas mentiras, para que possa virar a página.



## **Armadilha nº 1: Noiva em Fuga**

Lembra do filme Noiva em fuga, com a Julia Roberts e o Richard Gere? Lembra o que ela fazia? Ela dizia que gostava do ovo preparado do mesmo jeito que o noivo. Não conhecia os seus próprios gostos, apenas os do amado.

Qual é a grande armadilha que ela vivia?

**Viver para o outro.** Se tornar o outro. Gostar apenas do que ele gosta.

Muitas vezes, quando entramos em uma relação e estamos apaixonados, endeusamos o parceiro, o colocamos em um



pedestal, afinal, ele é o nosso grande amor. Acreditamos de todo coração que ele é nossa alma gêmea. E assim passamos a cuidar dele, a prestar atenção no que ele mais gosta de comer (até nos especializamos nesse prato), no seu tipo de filme preferido (e passamos a gostar também). Os programas dele se tornam os nossos; assim como os amigos e tudo mais que se possa imaginar. E acreditamos que está tudo certo, que se trata do interesse natural pela pessoa amada.

**Mas isso é uma armadilha, e vou te explicar por quê.**

O que você não sabia até agora é que, ao fazer isso, está saindo completamente do seu lugar. Está esquecendo de si próprio.

Está ficando cada dia mais e mais longe de você mesmo, até chegar ao ponto de não saber mais quem é. E então vai precisar que ele te diga e te mostre o quanto você é importante.

Você vai se enredando cada vez mais, porque isso vira um círculo vicioso. Você faz para ser reconhecido, faz de novo para se sentir amado, e de novo para receber o aval do outro, piorando tudo.

Em médio e longo prazo, você passa a fazer cobranças e fica magoado quando o parceiro não fala nada, se sente inseguro, dá vazão ao ciúme, à desconfiança, ao “vai que ele tem alguém”... A vida a dois começa a degradingolar, a ir pelo ralo abaixo.

## **Armadilha nº 2: Prostituta de luxo**

Agora uma pergunta voltada especialmente às mulheres: você já escutou que precisa ser uma puta na cama e uma dama na sociedade? Satisfazer plenamente seu parceiro e fazer sexo toda vez que ele quiser, da forma que ele quiser? Que é sua responsabilidade inovar?

**Isso é uma armadilha, sabe por quê?**

Porque você se especializa em satisfazer todos os desejos e fantasias do parceiro, e torna esse momento a dois uma tarefa, uma obrigação do relacionamento. Aos pouquinhos,



você deixa de gostar de fazer sexo, porque seu foco está completamente no outro.

Sexo é um assunto cheio de tabus, ainda hoje – então imagine na época de nossos pais! Era uma obrigação da mulher. A maioria das mães nunca teve um orgasmo. Para nossas avós, era um dever e não um prazer. O objetivo era apenas a procriação, a perpetuação da espécie.

Um dos maiores clássicos franceses do cinema, o filme *A Bela da Tarde* (1967), dirigido por Luis Buñuel, expõe a vida de Séverine (interpretada pela diva francesa Catherine Deneuve), uma jovem rica e infeliz no casamento que frequenta um bordel para realizar as SUAS fantasias sexuais, buscando alcançar o prazer que seu esposo não lhe dá. Ou seja, ela passou a procurar fora o que não encontrava em casa, pois, de tanto satisfazer o outro, ficou literalmente “chupando o dedo” (risos). Vale a pena assistir!



Brincadeiras à parte, o fato de não olhar para o seu próprio prazer piora tudo. Quando menos esperar, você estará inventando desculpas para não fazer sexo, agradecendo quando estiver menstruada, porque é sua folga mensal, até porque o sexo deixa de ser natural. Você não sente prazer e sim uma obrigação: a de satisfazer completamente o outro.

Mas acontece que é tão gostoso esse momento a dois: uma descoberta sem fim, um momento real de conexão entre você e seu parceiro, que não merece ser comprometido por causa



dessa armadilha tão difundida em nossa sociedade.

## Armadilha nº 3: O casal siamês

Aqui, refiro-me aos relacionamentos que são um grude, em que o casal age como chiclete e vive apenas um para o outro, se divertindo somente a dois. Sua vida social envolve apenas o parceiro ou outros casais.

Você pode até estar se perguntando: “Mas não foi para isso que casei? Não é o que busco e o motivo para estar com alguém? Por que o amo e quero estar o máximo possível junto dele? Curtir o máximo que puder?”



Não se assuste, eu também caí nesse conto do vigário. Porém, tenho que te alertar: é uma armadilha!

**Deixa eu te explicar por que isso piora toda a sua vida a dois:**

Quando voltamos nossa atenção para apenas uma coisa, outras serão inevitavelmente deixadas de lado, o que nos torna radicais a ponto de não enxergarmos mais nada. Isso até dura um tempo, só que, mais cedo ou mais tarde, você vai notar que os programas a dois vão ficando cada vez mais mornos, sem estímulos; eles caem na rotina, o tesão diminui e a relação cai na mesmice.

Concorda que é uma armadilha camuflada? Vocês estão juntos, se amam, então seria natural ficar assim – se isso não fosse justamente o que empaca o crescimento, a evolução de um relacionamento. O desafio aqui é não deixar de apreciar os momentos a dois, mas não focar apenas neles. Estou falando da rotina na vida de casal.



que revelam o que você pode fazer para não cair nessas armadilhas que te impedem de ter, atrair e manter um relacionamento poderoso ou tomar uma decisão.

Agora é hora de se deparar com o óbvio, com aquilo que consideramos normal, mas que na verdade esconde vários erros capazes de fazer nossa relação ruir.

No próximo capítulo, vamos falar sobre as mentiras que nos contaram – e que são fruto das três grandes armadilhas dos relacionamentos – que ainda podem estar afetando a sua vida.

Já o homem geralmente entra numa relação almejando o contrário, que a mulher não mude, que ela continue a ser sempre a pessoa que ele conheceu.

Isso está errado. “Mas como assim, Aline?” Ora, a mulher não tem que esperar que o homem mude; ela precisa amá-lo e respeitá-lo do jeito que ele é. E se, por algum motivo, isso não bastar, é preciso rever a ideia de estarem juntos, porque uma das bases mais fortes e sólidas do amor é a aceitação do jeito de ser do outro, sem criar expectativa em querer modificar essa pessoa.

Se já é difícil operarmos transformações em nós mesmos, imagine em outra pessoa!

As pessoas mudam? É claro que sim. Mas elas fazem isso por elas, não por você. Mudam no tempo delas, não no seu tempo. Pode ser que de repente a mudança dessa pessoa cause um estranhamento em você, assim como provavelmente você esteja causando certa admiração nela com as suas renovações. Portanto, conversem! Ofereçam segurança um ao outro. Tirem as caraminholas da mente para entender o que está se passando.

#### **4. “Traição virtual não é traição”**

A internet já faz parte das nossas vidas, isso é fato. Entretanto, se um dos lados do casal está se valendo dessa tecnologia para se abrir com outro alguém, contar seus segredos, conversar e até realizar desejos íntimos, onde um excita o outro on-line, isso mostra que a relação não está bem.





você vai sair fortemente prejudicado.

Portanto, é vital respeitar quem veio antes, procurando criar e fortalecer laços com seu parceiro ou parceira para que a união de vocês esteja forte e sólida, permitindo construir a sua própria família e seguir em frente.

## **9. “Ciúme é prova de amor”**

Que balela que nos contaram! Ciúme e inveja não são provas de amor, mas consequências da insegurança e da possessividade, que ocorrem quando acreditamos que temos posse de algo quando na verdade não temos – e aí queremos nos impor.

Portanto, é hora de olhar para dentro de si mesmo e se perguntar: “Como está minha autoestima para que eu esteja assim, com ciúme de outra pessoa?”

Tenha em mente que você é a pessoa mais importante do mundo. Não é seu parceiro ou parceira, é você!

E o que você anda fazendo que está abrindo espaço para ciúme ou inveja no seu interior? Ou o que tem deixado de fazer?

Fique alerta, porque o ciúme e a inveja, em médio e longo prazo, acabam com qualquer relacionamento. O outro começa a se sentir sufocado e preso, passando a perder a paciência. Se ele não der o limite para quem está inseguro, carente, ciumento ou invejoso, isso tudo pode crescer até se tornar um “showzinho”, causando constrangimento para o parceiro.

Muitas vezes, na companhia de amigos mais próximos, a pessoa nem se dá conta de que está dando seu show, deixando todos envergonhados. Por isso, deixe para resolver assuntos do casal em casa, somente vocês dois. Não façam isso na frente de outras pessoas. E, principalmente, não façam isso na frente dos seus filhos!

## **10. “É normal renunciar às suas coisas pelos**



ainda seguem sendo passadas adiante.

É para sempre? Não. Que seja eterno enquanto durar, que seja bom enquanto durar. Enquanto estiverem juntos, que seja excelente.

Porém, se, por algum motivo, esse ciclo for encerrado, que cada um possa seguir o seu caminho com carinho, respeito e admiração pelo parceiro e por toda a sua história juntos. Quem disse que você tem que brigar em uma relação para encerrar um ciclo? Não!

Mas enquanto você estiver ao lado dessa pessoa, faça o seu melhor, faça a sua parte; torne esse relacionamento o melhor que você conseguir, porque isso vai se refletir em você. Esse também é um investimento no relacionamento.



## **Agora, confira os maiores erros cometidos nos relacionamentos:**



### **14. Projetar o relacionamento dos outros no seu**

Depois de um tempo, tendemos a enxergar nos relacionamentos alheios aquilo que gostaríamos de ter com nosso parceiro ou parceira atual. Isso nos leva a comparações inúteis e angustiantes.

Somos seres diferentes, para começo de conversa. Portanto, esteja atento para não se comparar e, assim, cair no julgamento do que é certo e errado, de criticar e acabar parando lá no ciúme de novo, nas cenas embaraçosas ao falar mal do parceiro. Se você fala demais da sua vida pessoal para outras pessoas, está expondo o seu relacionamento, tornando-o vulnerável, pois dá abertura para qualquer um falar o que quiser.

### **15. Não ouvir o parceiro ou parceira**



## 20. Não compreender que relacionamentos são a arte de engolir sapos

Engolir sapos não é ficar com algo trancado dentro de si por não conseguir colocar para fora. É a arte de saber quando recuar ou quando se aproximar, principalmente quando o casal compartilha a mesma casa. Eu me refiro à distância presencial.

É saber quando você tem que chegar na pessoa e conversar, e quando você precisa esperar o melhor momento de falar alguma coisa. É olhar para o seu parceiro, perceber que ele foi impulsivo porque não teve um bom dia, e entender que precisa dar um passo para trás.

“Quando um não quer, dois não brigam.”

## 21. Banalizar a expressão “Eu te amo”

“Amor, eu te amo!”

Será mesmo? Muitas pessoas banalizam essa expressão, que acaba vinculada a um conceito de valor, escondendo as segundas intenções de querer algo em troca.



O quanto realmente você ama a pessoa ao seu lado? Você a

vai errar com a pessoa que está ao seu lado. Não tem como não errar em algum momento. Mas o fato de não estar atento e aberto para reconhecer com humildade que errou pode fazer a outra parte cansar. Mesmo que haja paciência no início, porque ela prefere ser feliz em vez de ter razão, depois de um tempo, ela cansa. Principalmente se essa pessoa acha que sabe tudo.



É preciso cultivar o bom convívio entre o casal, sabendo que não há uma receita pronta, que os dois têm conhecimento sobre como enfrentar os seus desafios, e que é no cotidiano que isso se torna viável. Porque, afinal de contas, nenhum planejamento e nenhuma estratégia sobrevivem intactos à guerra. Eles precisam ser adaptados no andar da carruagem.

Assim encerramos a seção de 27 mentiras e erros que foram transmitidos de geração em geração sobre os relacionamentos.

Então, eu gostaria de te convidar à reflexão: em quais deles você se reconheceu mais? Quais deles te chamaram mais atenção? Em quais você está caindo?

Escreva a seguir:



O sucesso de uma relação amorosa depende em grande medida da geometria do amor, ou seja, do equilíbrio da união entre você e o outro que, somados, resultam no relacionamento.



Normalmente, quando uma relação está doente, significa que os parceiros não estão atentos àquilo que se passa ao seu redor. Portanto, é indispensável compreender que uma relação a dois não se faz sozinha, não é poderosa sozinha, e não adocece sozinha.

Quando duas pessoas se conhecem, não existe uma relação entre elas, pois essa conexão ainda será estabelecida, partindo de dois pontos: 1º) essas duas pessoas se encontram e 2º) elas de fato se conhecem. Nesse momento, elas partem de uma relação horizontal para uma relação triangular.

Por que triangular? Porque na ponta de cima surge o terceiro elemento, o relacionamento, que é a união dos dois pontos de baixo – você e o outro, que formam os pilares dessa união. Não entender isso faz com que armadilhas cheguem até vocês.

E então o que acontece? Uma ponta que estava bem-alicerçada de um lado (você) começa a ceder espaço e a querer ir para o lado do outro. Quando isso ocorre – a pessoa se



sair pelos poros da sua pele e vai formando, aos pouquinhos, uma bolha violeta ao seu redor.

Em seguida, respire uma luz branca, e permita que ela vá purificando o seu interior, te preenchendo de paz. Deixe essa luz branca expandir para além do seu corpo físico.

Agora, sinta que do alto desce uma luz dourada que te envolve e te ilumina. Quando ela te envolve, vai formando uma camada de proteção ao seu redor. Note o quanto é forte essa energia!

Expanda essas luzes para além do seu corpo físico, para além da sua aura, e preencha todo o lugar onde você está.

Expanda o violeta, expanda o branco e, por fim, envolva tudo com a luz dourada.

Assim, perceba como estava sua energia antes e como está agora. Sinta como estava a energia do ambiente onde você está, e como está agora.

É muito forte essa energia.

Faça e refaça essa prática quantas vezes sentir necessidade.

## VOCÊ NA GEOMETRIA DO AMOR

Quando se trata de resgatar, reacender ou compreender os relacionamentos e parar de ser refém, a Geometria do Amor mostra o quanto é ruim se perder de si mesmo. Assim, é indispensável olhar para seu próprio interior, abrangendo assuntos como autoestima, empoderamento, emoções, bagagens que você pode estar carregando, além do legado que sua família deixou, mesmo que você talvez nem esteja percebendo, mas que pode SIM estar trazendo para dentro do seu relacionamento.

Vamos começar por você:

**Como anda o seu nível de autoestima?<sup>1</sup>**



Da mesma forma, todos nós convivemos com pessoas que transmitiram mensagens destrutivas a nosso respeito durante a infância, o que afeta profundamente nossa autoestima. No seu caso, quem eram essas pessoas? Anote seus nomes e o que elas diziam.

É essencial que você perceba quem ajudou a construir sua autoestima com mensagens construtivas, e quem ajudou a construir sua baixa autoestima, fazendo com que surgissem crenças que te atrapalham. Essas afirmações precisam ser ressignificadas, já que, de uma forma ou de outra, estão aí dentro, sendo carregadas com você para todos os lugares.

Portanto, passe um risco sobre os enunciados que moldaram traços de baixa autoestima, e escreva algo positivo a respeito em seu lugar. Faça isso agora, escreva com gosto!

Por exemplo:

“Ah, você é muito bobinha”. **Passe o risco.** E escreva “Você é muito especial”.

tendência de desprezar os outros quando se tornar adulta. E isso também pode acontecer se os pais não impuseram limites, de forma atenciosa e carinhosa, mas sem deixar de ser firmes.

Então, ela cresce sem fé nem lei, e acaba tratando os outros como se fossem seus escravos, como se estivessem a serviço dela. Esse comportamento revela um profundo distúrbio da autoestima.

### **3. Eu não me aceito e não aceito os outros.**

Essa posição existencial afeta sua percepção e reflete nos relacionamentos, revelando uma séria carência de autoestima. Então surgem pensamentos do tipo: “Do que adianta? De qualquer forma vamos nos dar mal!”, “Nem vale a pena tentar, são todos uns idiotas.”

Essas pessoas alimentam dentro de si uma raiva do mundo inteiro e das outras pessoas – e descontam isso nelas. Elas não veem sentido algum nas suas próprias vidas. Essa atitude indica um profundo problema com a autoestima.

### **4. Eu me aceito, reconheço meu valor. E aceito os outros, reconhecendo o valor deles.**

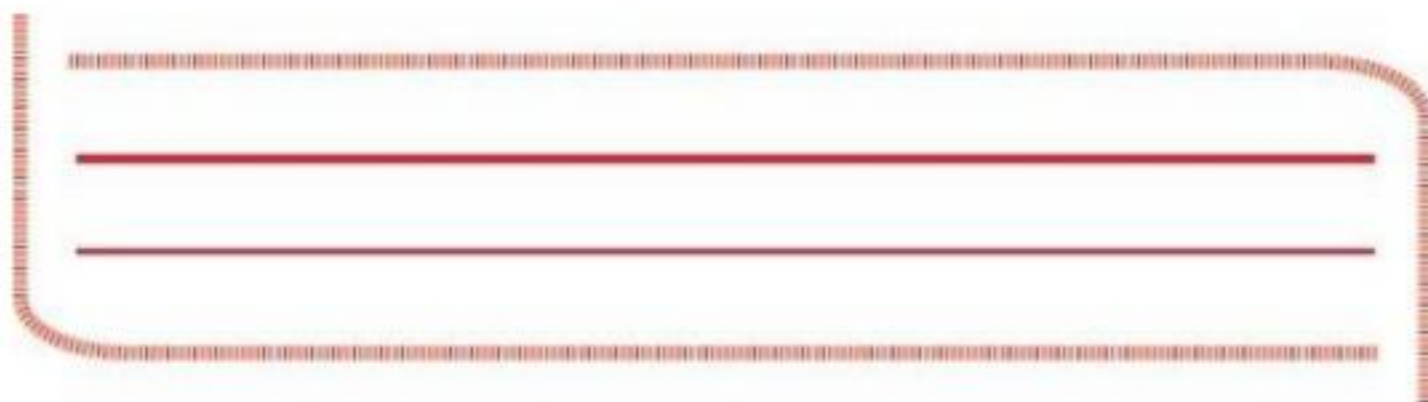
Essas pessoas, sim, têm uma boa autoestima. O diálogo interior delas é positivo. E quando estão diante de um novo desafio, de um novo obstáculo, têm uma vozinha dentro delas que diz algo mais ou menos assim: “Você vai conseguir. Você tem as competências necessárias e tudo aquilo que precisa para seguir em frente. Você vai conseguir! Vai lá!”

Essa última posição é a mais equilibrada, portanto, é nela que precisamos focar. É ela que devemos buscar. Quem se coloca nessa posição pode viver plenamente. Quando as pessoas se aceitam, mesmo com o lado do Eu Inferior ou Superior, elas são capazes de perceber o que de verdade está presente em suas vidas.



tristeza, mágoa...

Anote o que puder identificar.

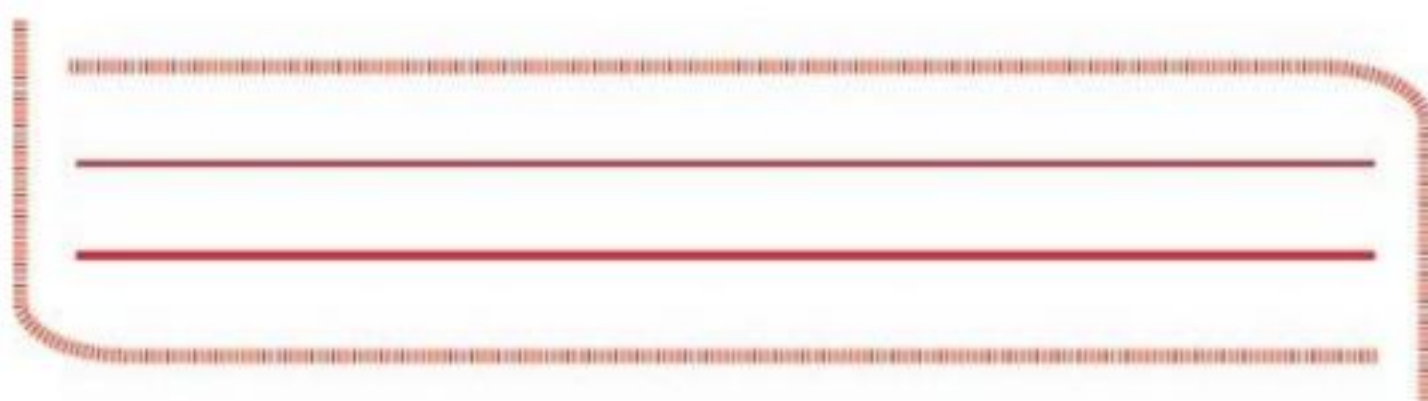
A rectangular writing area with a red border and three horizontal red lines inside, intended for notes.

Agora, iremos para a próxima parte do exercício.

Ao lado das emoções elencadas anteriormente, escreva uma ação, uma atitude, enfim, o que você pode fazer para amenizar essa emoção, para evitar que ela interfira na sua vida amorosa.

Por exemplo: a mágoa. “Ah, estou muito magoado com meu parceiro”. Será que você não criou expectativas demais? Será que não anda esperando coisas em excesso dele ou dela? Então uma solução possível é: “Não esperar nada das pessoas”.

Vamos lá: o que você pode fazer neste momento para virar essa chave?

A rectangular writing area with a red border and three horizontal red lines inside, intended for notes.

É hora de quebrar a rotina. Primeiro, lembrando quem você é e sua importância. Depois, aí sim, mudando algumas atitudes. Por exemplo: se a pessoa estiver no celular, chegue mais pertinho dela, dê um beijinho na orelha... Surpreenda-a fazendo algo diferente, algo que geralmente você não faz.

E tão importante quanto reconhecer sua autoestima, se empoderar e notar suas emoções é conhecer a bagagem de experiências que você leva para dentro da sua relação.



Ambos os Sistemas Familiares estão felizes, porque querem que vocês sejam felizes, impulsionam vocês a irem em frente, juntos, rumo a um futuro que abre os braços para vocês, e os aguarda, felizes.

Sinta que a energia do Sol preenche completamente esse local, cegando-os de tanta luz dourada. Nessa energia dourada, em que vocês não conseguem se enxergar, mas se sentir, vocês percebem que seus corações batem no mesmo ritmo. Pode ser que, no início, batam diferente, mas aos pouquinhos vão se igualando, batendo na mesma cadência, num único coração, vibrando em uma única emoção: o amor.

Note o que acontece com ambos quando seus corações batem no mesmo ritmo. Deixe que essa energia cresça, preencha vocês dois, mas, em especial, empodere-se com essa emoção tão linda que vem dessa união.

Neste instante, lentamente, abra seus olhos, trazendo essa emoção para o momento presente.

Forte, né?

Essa é uma das práticas mais fortes que temos aqui, pois precisamos olhar com humildade para nós mesmos, reconhecendo nossas emoções e bagagens, reconhecendo tudo o que vivemos e foi se construindo ao longo dos anos. Resignificar, perdoar, pedir perdão, honrar nossos ancestrais, observar o quanto repetimos padrões sem perceber. Honrar e respeitar os pais do parceiro ou da parceira, independentemente de qualquer sentimento que você possa ter em relação a eles, é mostrar o respeito e a gratidão por eles terem trazido o seu parceiro ou parceira à vida. Isso é essencial e fundamental.

Antes de seguirmos adiante, registre suas conclusões até este momento.



que ocorre é que, ao longo dos anos junto de uma pessoa, vamos nos esquecendo do verdadeiro propósito da nossa união. E aí também esquecemos que essa pessoa é perfeita, ideal para que crescamos dentro da relação.

Mais adiante vou falar sobre o relacionamento em si. Vamos entrar muito a fundo nisso, porque aquilo que você conhece por casamento, por união estável entre duas pessoas para construir uma família, é, na maioria das vezes, uma instituição criada a partir do medo, do ódio. E assim como tudo que sofreu uma contaminação, também essa instituição está entrando em colapso. Mas esse é o assunto da próxima seção.

Agora eu preciso que você olhe para as características que usou para descrever seu parceiro. Observe, com humildade, que sentimentos ele despertou em você.

Você decidiu passar o máximo de anos junto dessa pessoa, o que exige coragem para amar. E para isso, é hora de se libertar das crenças a respeito de como seria viver em conjunto. Amar requer uma enorme coragem – a coragem de ser humilde.

Todo orgulhoso tende a ser um grande covarde, porque se trata de uma armadura que impede a revelação de algo extremamente importante: desmascarar a si próprio diante de outra pessoa. Estar dentro de uma relação em que não haja segredos, em que haja transparência e seja possível abrir mão do vício de ficar acusando o outro pela sua infelicidade. É realmente estar disposto a estar com alguém, assumindo a sua própria responsabilidade quando as crises surgirem.

A maioria de nós olha para o outro e já não tolera mais aquilo que no início era perfeitamente aceitável. E é para isso que precisamos ajustar o foco: qual é a diferença entre a pessoa que você conheceu e a pessoa que está hoje ao seu lado? O que há ali? Será que foi você que perdeu a tolerância em relação às características dele? Que começou a nutrir expectativas, pensamentos irrealistas em relação a ele? O que exatamente aconteceu?

Quando nascemos na Terra, trazemos conosco Acordos Espirituais (de que falarei mais adiante). E os



todo esse volume de energia projetada nela.

A prática seguinte pode te ajudar nesse sentido.

## **PRÁTICA: Eu honro você**

Neste momento, vou pedir para você fechar os seus olhos. Concentre-se na sua respiração. Sinta o ar entrando, o ar saindo, em um fluxo contínuo, sem fim. A cada respiração, você vai novamente entrando em contato com a sua energia, vai se acalmando, voltando a sentir aquela luz forte que está ao seu redor.

Quando vai sentindo essa energia forte ao seu redor, você percebe surgir, na sua frente, aos pouquinhos, o seu parceiro. Olhe para ele lembrando cada momento que viveu com ele, lá no início. Lembre as dificuldades que vocês enfrentaram para estar juntos, os desafios. Lembre... E ao lembrar, permita-se ser inundado por esse amor. Deixe-o brotar no seu coração e preencher todo o seu interior.

Quando sentir completamente essa energia dentro de você, sinta também que ela se expande, alcançando seu parceiro. Mesmo que à primeira vista pareça difícil, vá aos poucos até que essa energia chegue nele. E essa sua energia toma conta dele, ela se expande ao seu redor. Vocês ficam dentro de uma única energia, que é a energia do amor. Sinta essa conexão!

Neste instante em que vocês estão conectados, olhe amorosamente para os olhos desse parceiro e diga para ele:

“Me perdoe, eu sinto muito!

Me perdoe, eu sinto muito!

Me perdoe, eu sinto muito!

Eu te honro, eu te respeito, eu te aceito!

Eu te honro, eu te respeito, eu te aceito!



vocês foram ficando. Veja os momentos desgastantes, mas sem julgar, apenas observe. Vá deslizando no tempo, até chegar ao momento em que você decidiu ler este livro, e aí observe tudo o que você já aprendeu, o que foi acontecendo, as primeiras mudanças que foram se instalando, os exercícios que você foi realizando, o seu empenho em aplicar um por um, e observe como a sua relação foi se transformando.

De repente, essa tela congela no momento exato em que você está. E você começa a enxergar o que acontece, a partir do dia de hoje. Observe com riqueza de detalhes as emoções que vão ficando cada vez melhores entre vocês, os desfechos em que isso vai acontecendo, o amor que cresce no seu peito a cada instante que você olha para o seu parceiro e realmente abre o seu coração. Abra o seu coração neste momento para o seu parceiro e coloque o seu coração nas suas palavras. Converse mentalmente com ele. Perceba o que acontece com vocês dois quando você se abre e se expõe sem medos.

Perceba o tempo passando. Vocês seguindo em frente, juntos, uma semana depois, duas semanas depois... Mesmo que surjam novos desafios, observe como vocês os ultrapassam... Três semanas depois, um mês depois, dois meses depois... Observe como vocês dois seguem em frente, juntos.

Neste instante, volte sua atenção para algo que estava sutilmente presente na imagem do telão, algo que você não tinha visto antes: a presença de um Ser de Luz, que impõe as suas mãos abençoando vocês.

Sinta como é gostoso receber essa energia. Sinta que vocês vão sendo envolvidos por essa luz cada vez mais forte. Vocês vão em frente, e essa tela de cinema começa a se afastar. Vai ficando pequenininha, longe, até sumir completamente do seu campo de visão.

Agora, respire fundo... Lentamente, receba, acolha e agradeça por essa energia tão forte e especial. Enquanto isso acontece, espreguice com vontade... E lentamente, volte para o aqui e o agora.



situações, acreditando e querendo que a pessoa permaneça exatamente a mesma de quando a conhecemos, ou então que ela mude para atender aos nossos anseios. No entanto, as pessoas evoluem e mudam por si mesmas, não por nós.

Lembre que amar também significa se abrir. É estar em uma relação de corpo e alma, se entregar sem resistência nenhuma. Porém, infelizmente, nem todo mundo tem essa mesma visão, e quando isso ocorre e não está estabelecido com clareza quais são os papéis de cada um dentro dessa relação, fica mais fácil criar expectativas em relação ao outro, ou acusar o outro de não fazê-lo feliz, em vez de cada um assumir a sua responsabilidade quando está em crise pessoal.

Um relacionamento em crise é reflexo de uma crise pessoal, que, se não for tratada lá no início, contagia o outro lado ao atingir o relacionamento. Por isso afirmo que é uma questão matemática. Mas é a própria pessoa que precisa se preencher. É preciso deixar de lado todo esse ego, o orgulho de querer ter a razão em vez de ser feliz.

Novamente: precisamos nos abrir dentro da relação, ter a coragem de falar, de nos expor. E quando uma pessoa não está bem ou está sobrecarregada em algum setor da vida, qual é o reflexo disso? Estourar no relacionamento!

Mas acontece que somos uma das bases para manter a Geometria do Amor funcionando, lembra?

E uma relação frágil não sobrevive às dificuldades da maternidade e da paternidade, por exemplo. Ela não sobrevive às dificuldades financeiras, quando esse casal não tem claro o que espera um do outro. É por isso que temos que agir com cautela quando se trata destes assuntos: dinheiro, sexualidade, filhos, trabalho, internet. Tudo isso pode afetar seu casamento sem você sequer perceber.

Quando, por exemplo, você está focado no seu celular mesmo junto do seu parceiro, está descuidando do relacionamento. Preferir o celular em vez da conversa é o próximo passo para que vocês não tenham mais assunto nem intimidade, para que não saibam mais o que acontece na vida do outro, para que percam o interesse um pelo outro e se acomodem na zona de conforto, habituados apenas a ficarem



## A AURA DA RELAÇÃO

Ao redor de cada um de nós, existe um campo de energia chamado de aura. Quando os parceiros estão bem, o amor é recíproco e as suas auras se conectam. Disso, nasce outra energia: o campo áurico da relação, ou aura do relacionamento, que precisa de proteção constante para que o casal não ceda a interferências externas.



Quando o indivíduo está com seu campo áurico estendido, o fluxo de energia fica maior. No entanto, ao nosso redor transitam inúmeras influências que afetam esse campo áurico, começando inclusive pela nossa própria energia. Cansaço, vícios, medicações, tristeza, isolamento, discussões e excesso de trabalho são exemplos disso. Sem contar nossos próprios pensamentos a nosso respeito, e sua imensa interferência em nosso cotidiano.

A seguir, está a representação desse casal que não está bem, cujo campo áurico aparece acinzentado, pequeno, retraído, por conta da forma como se tratam e da interferência de energias externas.



## **PRÁTICA:**

# **Fortalecimento da aura da relação**

Vou pedir para você, neste momento, fechar seus olhos. Concentre-se na sua respiração. Sinta o ar entrando, o ar saindo, e a cada respiração sinta o seu corpo se entregando... Nada é mais importante do que esse instante. Então se permita sentir, se entregar.

Imagine, acredite ou perceba que ao seu redor existe uma bolha de energia: a sua aura. E nessa bolha estão fragmentos de tudo aquilo que você já viveu, experimentou e encontrou no seu dia.

Olhe para essa bolha e observe se ela está limpa e cristalina, ou se apresenta pontos de sujeira. Se houver vários pontos sujos, preste atenção a cada um deles, descubra a origem de cada um deles. Pode ser que você reconheça fragmentos de emoções que experimentou neste dia. Pode ser que reconheça fragmentos da energia das pessoas que você encontrou no dia de hoje, resquícios da energia dos lugares por onde passou e onde permaneceu. Isso tudo pode ser do dia de hoje ou pode abranger mais tempo. Observe.

Neste momento, perceba o que está dentro da sua aura, que é responsabilidade sua: um pensamento seu sobre você mesmo, uma explosão de raiva, a constatação de que ficou mais tempo do que precisava em determinado local.

Agora, imagine uma força muito forte de amor, que pode ter a cor ou as cores que sua intuição revelar. Essa energia, essa força vai em direção à sua bolha.

Então, imagine e sinta que essa bolha vai diminuindo de tamanho até sumir completamente. Quando essas energias, que são responsabilidade sua, sumirem, olhe os resquícios de outras pessoas e lugares que estão dentro da sua energia. Imagine que surge uma luz violeta que



# CAPÍTULO 4



AMOR DE VIDAS PASSADAS?



Experimenta inversão de papéis na vida atual, ou seja, impõe a outra pessoa aquilo que sofreu anteriormente.

**Caso 2** – Foi obrigada a casar, mas, por estar apaixonada por outro, decidiu fugir e foi capturada. Preferiu tirar a própria vida por enforcamento a se casar.

**Reflexos na vida atual:** não quer se relacionar seriamente com ninguém, pois em seu inconsciente está incutida a associação da morte com o relacionamento. Não aceita auxílio de ninguém para tomar decisões, não ouve ninguém, quebra a cara várias vezes e, sozinha, aprende mais pela dor e sofrimento do que pelo amor. Pode ser que o triângulo amoroso volte para que haja resgates pendentes, como raiva, mágoa, tristeza.

**Caso 3** – Por ciúmes, envenenou alguém para se tornar a esposa.

**Reflexos na vida atual:** pode voltar como alguém muito próximo de quem não gostava, como mãe ou pai, sogra(o), ex-esposa ou ex-marido, namorada(o), além de fazer maldades deliberadamente e sem motivo aparente, preocuparse bastante com a alimentação, sendo o mais natural possível, e atrair uma relação onde um dos lados não está 100% presente.



**Caso 4** – Amante das ervas e das plantas, ajudava todos do vilarejo, até que seu próprio esposo a denunciou para a Santa



passado, que isso não é possível. Todavia, estou aqui para colocar um ponto de interrogação sobre isso.

Como psicoterapeuta, observo que, no instante em que a pessoa decide evoluir, que está disposta a prestar atenção no que está acontecendo ao seu redor e buscar ajuda, ela alcança um pré-requisito: usa seu livre-arbítrio a favor do seu real aproveitamento nesta vida. Por conta disso, ela passa a acessar informações e atrair pessoas que vão ajudá-la a dar o próximo passo. Ela conquista merecimento para isso. O segredo todo está em você saber escolher corretamente.

Neste ponto, vale lembrar que o que é certo para mim não necessariamente é o ideal para você. Em uma sociedade que não nos ensina nada sobre esse tema, viver sua missão na prática é extremamente desafiador – quem dirá olhar como a sua relação serve a esse propósito!

“Então, Aline, como posso bloquear as influências de vidas passadas hoje? Daqui para frente, o que fazer?”

**1.** Fique atento aos sinais.

**2.** Caso algum deles esteja ocorrendo, lembre seu consciente de que: “Já passou! Isso é passado! Hoje me chamo... e minha vida é de tal e tal modo.” Essas afirmações simples têm o poder de trazer você de volta ao presente.

**3.** Busque seu caminho de evolução constantemente, nutra seus pensamentos e emoções com boas energias.

**4.** Se você é sensível, evite ir a museus, assistir a filmes de época, olhar para o passado. Foque no presente e planeje seu futuro.

**5.** Identifique a emoção para não deixar que ela cresça e te afete no seu dia a dia.

**6.** Procure conhecer por que nasceu, qual sua missão aqui, e, principalmente, o motivo de você estar nessa situação amorosa hoje.

**Quais problemas podem surgir por você querer fazer isso sozinho?**





Deus não une pessoas. Ele une propósitos.

Pense comigo: será que você está com seu atual parceiro por acaso, em meio a bilhões de outras pessoas? Será que existe algum motivo oculto fazendo você atrair justamente essa pessoa para junto de você? Ou, ainda, que esteja contribuindo para que a relação de vocês já dure anos e anos?

Pode ser que vocês estejam passando por um momento bacana ou conturbado, de profunda reformulação. De qualquer forma, tenha certeza: não é à toa!

Estou aqui para te dizer que, sim, existe algo a mais presente, um segredo que revela a importância da união de duas pessoas em prol de algo muito maior. Essa união está te levando para o desabrochar de algo especial, programado por você para esta existência. Sim, me refiro aos seus Acordos Espirituais. Falar desse assunto me deixa feliz e empolgada, pois tenho certeza de que essas informações irão mudar a sua vida a dois, ou, no mínimo, mudar a sua forma de enxergar seus relacionamentos.

Os envolvimento amorosos servem a um propósito elevado. Tudo se inicia de uma maneira micro, pequena, e se expande para o macro, assim como o princípio de uma mandala. Começa em você e se estende para as outras pessoas. Infelizmente, você, assim como eu, nasceu em uma cultura que não nos incentivou em nenhum momento a parar para refletir sobre o motivo de termos nascido, o que estamos fazendo aqui na Terra, por que somos filhos deste pai, desta mãe... Às vezes, brigando, até dizemos "Eu não pedi para nascer". Só que pedimos sim e, em alguns casos, até imploramos para nascer nesta família, nesta cultura, com



poder, rituais, proibições... Essas atitudes também revelam aprendizados ocultos na sua vida.

Quando voltamos à Terra, nos encaixamos nos grupos dos Acordos Espirituais. Pode ser que você se identifique apenas com um deles, mas, pela minha experiência, posso dizer que você tem um pouco de cada um deles.



“Por que, Aline, que eu tenho um pouco de cada um?”

Porque, como nas escolas, nós temos uma média para “passar de ano”. Quando alcançamos a meta de um grupo, não precisamos ficar até alcançar 100% da nota. Podemos passar para o próximo grupo e começar a desenvolver outros aprendizados. Se você alcançou a média de 51% de aprendizado em um grupo, já está trabalhando o próximo. E os 49% que ficaram para trás? São os responsáveis por atrair para a nossa vida pessoas e situações que nos façam enxergar as características dos demais grupos. Por isso existe o Grupo



encerrou, vão entrar em campo alguns agentes ocultos que servem ao propósito de te ajudar a encerrar esse ciclo, pois esse relacionamento já não está mais contribuindo para que você cumpra o seu propósito de vida. Nesse momento, surgem situações diversas: amantes que se envolvem no casamento, casais passando por problemas graves, pessoas que entram na sua vida por causa desses agentes ocultos que estão mostrando que essa relação acabou. Esses agentes têm um vínculo muito forte com os Acordos Espirituais, e transitam pelos quatro grupos para te ajudar a entender que essa relação não é a verdadeira, a que você traçou para sua vida, mas sim uma relação cármica, de aprendizados.

Nosso desafio é, ao longo da nossa caminhada nessa jornada terrena, transformar o nosso conhecimento em sabedoria, para passarmos a atrair relacionamentos permeados de afinidade em termos de propósito de vida para a evolução, ou seja, chegar no grupo dos Buscadores. Mas fique tranquilo, que logo vou falar sobre isso. Agora, uma informação que você precisa guardar é: relacionamento não dura para sempre. Ele serve para você aflorar os seus aprendizados. Se não está mais cumprindo isso, se não está mais te ajudando a ser uma pessoa melhor, é melhor se separar, encerrar esse ciclo, mas da forma correta. Se você não consegue encerrar um relacionamento da forma adequada sozinho, como a maioria das pessoas, busque ajuda.



Se você está passando por uma reformulação no seu relacionamento, saiba que, em todas as fases da relação citadas anteriormente, estão ocultos esses aprendizados, esses acordos que você firmou para essa existência. Se você não sabe a que veio, não entende por que nasceu, fica tudo muito mais difícil. Se você está vivendo no piloto automático, irá aprender pelo caminho da dor e do sofrimento aquilo que poderia ter através do amor. Quando você verifica que o seu



um vazio, um buraco no coração, uma sensação de que falta algo em sua vida, precisa encontrar o seu eu dentro de cada relação, porém, como vive a armadilha de não se amar, acaba buscando apenas a aprovação do parceiro e fazendo tudo por ele, em função dele, esquecendo de si mesma. Ela não sabe dizer não, não se valoriza, não se aceita, não se respeita, prioriza demais os outros e se doa completamente a eles. Nesse momento, despontam grandes desafios para uma pessoa que vive dessa forma, pois ela começa a se sentir triste, desvalorizada. Ela pode ir na direção da energia Yin, da tristeza, e se sentir mal, chegando até a cair em depressão, ou pode ir para o extremo Yang, que é sentir raiva e não fazer mais nada pelas pessoas, a não ser através de birras e chantagens. Este grupo traz o aprendizado ligado ao amor, mas esse amor só pode ser ofertado ao próximo se estiver ancorado na própria pessoa.



Quando vemos indivíduos fortemente ligados a esse grupo, verificamos também a presença dos vícios, que são atentados à vida, provas concretas de que essas pessoas não se amam. Observe aqueles que você conhece e que apresentam algum tipo de vício. Perceba como eles são incríveis, mas só fazem mal a si mesmos. Eles sentem um vazio enorme no coração e buscam preenchê-lo com vícios, de qualquer natureza. Não somente drogas lícitas ou ilícitas, mas também o consumismo e outras formas negativas de se portar, que são vícios muito mais sorrateiros do que podemos imaginar – e que podem acabar com qualquer relação, eliminando todas as possibilidades de ela ser longa e bonita, de vibrar no amor.



Essas pessoas realmente não acreditam que merecem algo melhor. Você lembra o que eu mencionei anteriormente sobre os agentes ocultos? Quem faz parte dos Viciados atrai intensamente esses agentes. Quando uma pessoa começa a aprender a se amar, algum acontecimento mexe com ela para aflorar esse aprendizado, e é então que esses agentes ocultos aparecem e a pessoa percebe que está aceitando migalhas de amor e que não está vivendo a relação que merece, pois poderia ter algo muito melhor.

Os Viciados frequentam, no Plano Astral Superior, a Escola do Amor Maior, que ensina a valorizar suas próprias vidas, colocando a si mesmas em primeiro lugar. As letras iniciais da escola, EAM, se tornam um Bija Mantra que você pode entoar para se conectar com essa energia de amor, no mínimo três vezes antes de dormir, ou quando estiver sentindo um vazio no peito, sempre que quiser.



## **Características presentes nos relacionamentos do grupo dos Viciados:**

♥ Comece a observar os relacionamentos onde um do casal é o Alpha, o mais poderoso, enérgico, enquanto o outro é mais passivo, quieto, delicado... Essa pessoa, que não é a que manda na relação, com certeza tem um aprendizado nesse grupo, pois precisa aprender a se amar e se respeitar. Precisa aprender a parar de ser passiva, passando a se posicionar, já que provavelmente não está dizendo não, não está se valorizando diante do parceiro. Com certeza você já viu um casal onde um deles sempre escolhe o programa, sempre decide o que os dois vão fazer. O relacionamento vira uma “entidade”, sem escolhas individuais. Alguns chegam ao ponto de até mesmo responder pelo parceiro, falando no lugar dele.





Outra armadilha bastante comum é quando um prioriza unicamente o outro, esquecendo-se completamente de si mesmo. Fazer apenas a comida que o outro gosta e assistir apenas aos filmes preferidos do outro são exemplos desse comportamento. Muitas vezes, o contrário não acontece, e somente uma das pessoas é privilegiada.



Relembre alguns ditados que certamente você já ouviu: “Quer engordar? Case”, “Quer emagrecer? Separe”. Por que isso acontece? Porque a pessoa pensa que, como já conquistou o outro, não precisa mais se cuidar. Assim, não cuida mais do corpo e da aparência – realmente se larga. Essa é uma prova de falta de amor por si mesmo. Às vezes, vemos as duas pessoas do casal fazendo isso, mas o mais comum é que uma delas apresente esse comportamento de modo mais forte. Futuramente, isso pode levar a diversos outros problemas, por ser um sinal claro de baixa autoestima.



Mais um ponto bem claro é a reclamação sobre o parceiro, pois reclamar também é um vício. Será que você é o tipo de pessoa que reclama do outro para seus amigos? Que tipo de energia você anda projetando no seu parceiro quando fala mal dele para alguém? Você está sendo conivente com a atitude dele de não melhorar, e, assim, conseqüentemente, a relação também não irá progredir. Reflita sobre isso!



Uma situação comum em relações desse grupo é a chantagem explícita, como, por exemplo, fazer “beicinho” e falar com voz manhosa para pedir coisas, não de forma carinhosa, mas colocando o outro na posição de resolver tudo para você. Quem olha de fora consegue perceber claramente o que está acontecendo.



Há também circunstâncias em que o vício entra de forma real no relacionamento, tais como: consumir bebida