



# *O amor que dói não é amor*

É APEGO, MEDO, REPETIÇÃO.

Um convite para reconhecer seus padrões e abrir espaço para o amor que cura.



[www.maritrindade.com.br](http://www.maritrindade.com.br)



# Carta de Abertura

Talvez você esteja cansada.

Cansada de tentar entender o que deu errado...

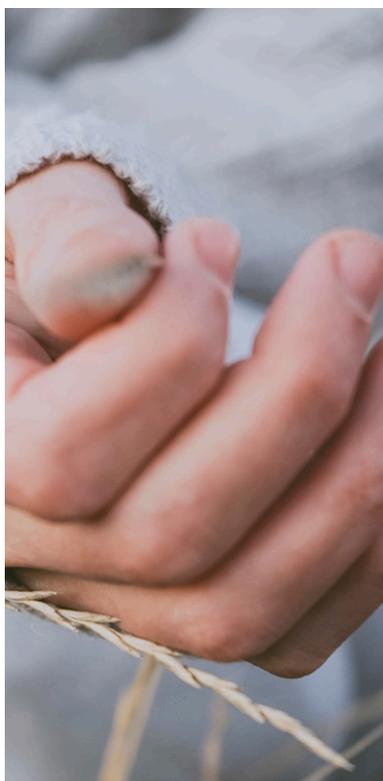
De se perguntar se ainda dá tempo, se ainda vale a pena.

Talvez você esteja em silêncio, mas por dentro está gritando: *“O que está acontecendo comigo?”*

Essa dor tem voz.

E eu estou aqui para te escutar — para te mostrar que essa dor não é o fim.

Ela é o começo de um caminho.



## *Eu te vejo*

Sei que a dor que você sente não é simples — ela é profunda, complexa, e muitas vezes invisível para quem está ao seu redor. Este eBook foi pensado para acolher suas dúvidas, seus medos e te ajudar a reconhecer os padrões emocionais que bloqueiam o amor verdadeiro em sua vida. É um convite para que você comece uma jornada de transformação real, com mais consciência e amor próprio.



# Por que o amor dói tanto para algumas pessoas?

Trago abaixo alguns pensamentos comuns que passam pela cabeça de pessoas que já sofreram por amor:

Será que sou suficiente?

Será que fiz tudo o que podia?

Será que ele ainda me ama?

Será que tem alguém/algo interferindo na nossa relação?

Esses pensamentos não vêm da razão. Eles vêm de um lugar mais profundo — onde moram suas feridas, suas histórias, e também suas repetições emocionais.





A boa notícia é que isso pode ser transformado. Quando você se permite olhar para essas raízes com consciência e compaixão, começa a se libertar dos fios invisíveis que te prendem ao passado. E, assim, abre espaço para viver um amor mais verdadeiro, presente e inteiro — começando, antes de tudo, pelo amor por você mesma.

## Desde a infância, o jeito como nossos pais, avós e ancestrais viveram o amor influencia a forma como nos relacionamos hoje.

Amores que foram marcados por dor, medo e abandono podem deixar registros invisíveis, que se manifestam em nossos padrões inconscientes.

Esses registros não são apenas memórias — são movimentos emocionais que passam de geração em geração, muitas vezes sem que ninguém perceba. Quando olhamos para nossas dificuldades amorosas com esse olhar mais amplo, começamos a entender que certos sentimentos de rejeição, abandono ou escassez afetiva talvez nem tenham começado em nós... mas continuam se repetindo, pedindo cura.





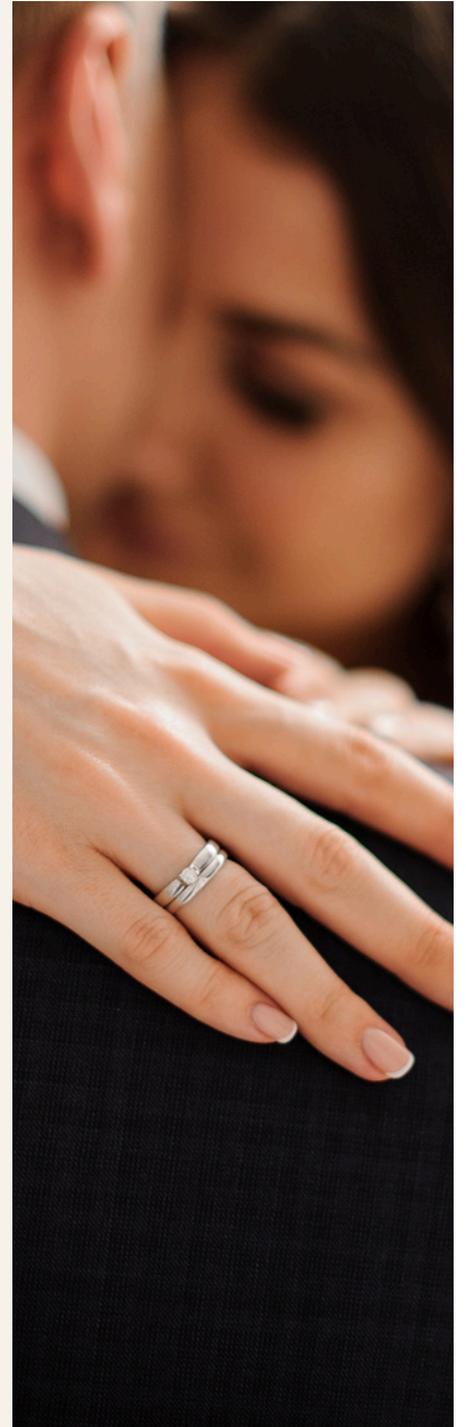
# O que sua dor está tentando te mostrar?

1. A confusão mental que você sente pode esconder um **vazio emocional** que precisa de cuidado.
2. O desejo por certeza, tão comum, é na verdade o **medo do abandono**.
3. A busca por respostas no outro pode ser um pedido do seu próprio coração para que **você se reconecte consigo mesma**.
4. E, quando sua energia está baixa, seu **campo vibracional fica mais vulnerável** — por isso, às vezes, sentimos interferências espirituais que afetam a relação.



# O que é o amor real?

1. O amor real **não machuca.**
2. O amor real é **cuidado, respeito e presença.**
3. O amor real **não exige nem controla.**
4. O amor real **acolhe e fortalece.**



A woman with long dark hair is shown in profile, smelling a large bouquet of flowers. The bouquet includes white and pink roses, green chrysanthemums, and eucalyptus leaves. The background is a soft-focus outdoor setting with trees. The entire image has a warm, golden-brown color overlay.

*Fique tranquila, pois essa  
consciência já é um passo  
importante para a cura.*

# Exercício de autoconsciência

***Feche os olhos.  
Respire fundo***

***Pergunte a si  
mesma: qual é a  
dor por trás da  
minha pergunta?***

***Não se apresse  
para responder.  
Apenas escute.***

***Escreva o  
que vier.***

O que você  
sente merece  
ser honrado.

# Existe um caminho de cura

Se este conteúdo tocou algo em você, talvez não seja por acaso.

Eu criei um **espaço terapêutico digital** para te acompanhar com leveza, profundidade e verdade — nos seus momentos de silêncio, dúvida ou recomeço.

Essa é a **Plataforma A-MAR**: um acervo de vídeos terapêuticos para acolher suas emoções e abrir caminhos mais conscientes no amor e na vida.



Se sentir no coração, clique no **link**  
**abaixo** para conhecer a A-MAR:

**CONHEÇA A A-MAR**



# Confie

Quero que você saiba que há esperança.  
Que a transformação é possível, mesmo  
quando tudo parece confuso e doloroso.  
Permita-se dar o primeiro passo no seu  
tempo, com gentileza e respeito por você  
mesma. E lembre-se: **você não está sozinha.**



“Que este conteúdo tenha  
acendido em você uma luz  
de consciência. Que a cura  
venha com leveza, no seu  
tempo.” Com amor, Mari.



**WhatsApp: +55 11 99448-2846**





**MARI TRINDADE**

TERAPIAS INTEGRATIVAS

CUIDADO ♥ AMOR