



Conselho 3

Janinne Herrleinn

Black Cat

+ 7 +

There's a curious journey into the depths of the unknown, hidden so deep that only the brave will gracefully return with light in their eyes and shadow leading home.

Conselho 3 - O relacionamento mais importante da sua vida é aquele que você constrói consigo mesma(o)

Existe uma pergunta que pode transformar completamente a forma como você vive os seus relacionamentos:

Como eu tenho me tratado quando ninguém está olhando?

Muitas pessoas passam a vida acreditando que serão felizes quando encontrarem alguém, quando casarem, quando conquistarem determinado trabalho ou quando finalmente tiverem o dinheiro que desejam. Mas felicidade não é um lugar onde se chega. É uma forma de caminhar.

Quando colocamos a nossa alegria nas mãos de outra pessoa ou de uma conquista futura, entregamos também o nosso poder. Criamos dependências emocionais, aceitamos menos do que merecemos e passamos a acreditar que precisamos ser escolhidos para nos sentirmos valiosos.

A forma como você se trata ensina ao mundo como você aceita ser tratada.

Se você se critica o tempo todo, ignora as próprias necessidades, não respeita seus limites, não celebra suas conquistas e acredita que nunca é suficiente, essa também será a energia que você transmitirá para os seus relacionamentos.

Por isso, observe os padrões que se repetem.

- Você atrai pessoas indisponíveis?
- Relacionamentos em que precisa salvar o outro?
- Pessoas que não valorizam você?
- Relações onde existe controle, abandono, rejeição ou dependência?

Esses padrões não aparecem para puni-lo. Eles revelam aquilo que ainda precisa ser visto, curado e transformado dentro de você.

Os nossos centros de energia, especialmente aqueles ligados ao amor, ao poder pessoal e à autoestima, registram experiências, rejeições, perdas e aprendizados. Quando permanecem em desequilíbrio, tendemos a repetir os mesmos tipos de relacionamento porque o nosso corpo energético continua emitindo a mesma frequência.

A boa notícia é que isso pode mudar.

Toda vez que você escolhe se respeitar, dizer “não” quando necessário, cuidar do seu corpo, celebrar uma pequena conquista, reconhecer um talento, descansar sem culpa ou honrar os seus próprios limites, você está ensinando ao seu sistema nervoso, à sua mente e à sua energia uma nova forma de existir.

Você deixa de buscar alguém que preencha um vazio e passa a construir uma vida que transborda.

Refleta:

- Como eu me trato nos dias em que ninguém me aplaude?
- Que tipo de relacionamento eu acredito que mereço?
- O que eu continuo aceitando por medo de ficar sozinha(o)?
- Quais pequenas conquistas eu deixo de celebrar todos os dias?
- Se eu me tratasse como a pessoa mais importante da minha vida, o que mudaria a partir de hoje?

Lembre-se: o amor que você oferece a si mesma(o) é o padrão que você apresenta ao mundo.

JANINNE HERRLEINN

Ministro o Curso de **Formação Master Reiki, Tarô de Lenormand, Magia Natural** e o **Afrodite-se** - Curso de Magias do Amor com uma pitada de Tantra, criando uma jornada profunda de autoconhecimento e expansão energética.

Minha formação prepara terapeutas integrativos e tarólogos para atuarem no mercado com segurança, domínio das práticas e conexão com a espiritualidade, unindo técnica, intuição e transformação real.

Como escritora publiquei dois livros sobre Wicca para crianças ("**Diário de Morrighan**" e "**SOS Gaia**"), com o intuito de oferecer uma visão acessível e respeitosa sobre diferentes práticas espirituais.

Meu trabalho busca ampliar a informação sobre a conexão com a natureza, a magia do cotidiano e a importância do cuidado com a Mãe Terra, inspirando os pequenos a cultivarem uma relação harmoniosa com o mundo ao seu redor desde cedo.

Sou cantora e compositora, já me apresentei em shows nacionais e internacionais, unindo minha arte à espiritualidade. Gravei o CD "**Asgard**", um trabalho voltado para a meditação, trazendo sonoridades que elevam a alma e promovem conexão interior. Minha música é uma extensão da minha missão: despertar, curar e inspirar através da arte.

Também sou aromaterapeuta formada pela UNIFAST e facilitadora de Círculos para Mulheres, que visam o resgate da espiritualidade e do poder do feminino.

**Me acompanhe nas redes sociais e
saiba mais informações pelo meu site!**

@janinneherrleinn - janinneherrleinn.com