



# A Arte de se Relacionar

Aquecimento **Surtei a Toa**

A fórmula para **não** ser  
valorizada nas relações

 @ARIANASCHLOSSER\_

*Oi, minha linda!*

Hoje é o segundo dia da nossa série de conteúdos sobre

**"Os 4 Perfis de Mulheres com dificuldades para se relacionar."**

Ontem falamos sobre a **Durona-demais**. Você viu? Se identificou com esse perfil? Responda esse email nos conta como foi para você? ❤️

E hoje vamos falar sobre a **Salvadora de tudo e todos**.

E como ser uma salvadora é uma linha reta para o **fracasso de todas as nossas relações**, e para acabar com nossa saúde emocional, mental, física, financeira, psicológica.

***É a fórmula para não ser valorizada nas relações.***

***A fórmula para ser traída, rejeitada...***

Então vamos agora entender **quem é a salvadora, quais os seus comportamentos, como ela se tornou uma salvadora e o que fazer a respeito.**

*\*Veja: se você se identificar com a Salvadora, eu quero que você leia isso com muito amor e carinho. Até agora você não sabia de nada disso, e essa era a única forma como você conhecia de se relacionar. Você não sabe ainda o que fazer em uma relação sem salvar o outro. Então não se culpe, mas leia este e-mail com muita atenção.*

## QUEM É A SALVADORA?

A Salvadora é aquela mulher que sempre entra em relações (sejam amorosas, de trabalho, de amizade) com pessoas **para “consertar”**.

Ela não percebe, mas escolhe e gosta de se relacionar com pessoas que são um pouco "menos" que ela, onde ela possa ser quem salva e ajuda.

E assim, se torna rapidamente mãe, coach, enfermeira, terapeuta.

**Em todas as conversas, ela dá um jeito de ensinar as pessoas a viverem. Ela não consegue se segurar, precisa dar conselhos, controlar o outro, porque ela realmente acha que sabe o que é melhor pro outro.**

Ela não se atrai (em relacionamentos ou amizades) por pessoas bem sucedidas, bem resolvidas. Ela não sabe o que fazer com esse tipo de pessoa.

### **Por que isso acontece, e qual é o problema disso?**

Isso acontece porque ela não sabe se relacionar de outra forma que não seja salvando o outro. Ela entendeu lá atrás que para ser amada ela precisa ser SOLUÇÃO para os outros.

**Mas... no fundo o que ela realmente deseja, silenciosamente, é que o outro também salve ela.**

Então ela dá, dá, dá. Salva, salva, salva... e quando o outro não a salva também ela se ressentida, e sofre sozinha.

*Mas esta é ainda uma forma infantil de se relacionar.*

Apesar de você PARECER ser muito madura e ter amadurecido antes do tempo, na verdade isso te custou pular etapas emocionais importantes na sua vida.

E essa é justamente a questão profunda por trás da Salvadora. **Ela salva os outros porque não sabe lidar com a dor - do outro e com a sua.** Ela não desenvolveu a sua parte emocional.

Um dos motivos que a fazem salvar o outro compulsivamente é porque SENTIR o desconforto do outro a deixa desconfortável. Ela não sabe lidar com SENTIR o desconforto emocional, então é como se dissesse pro outro: *“Não tenha emoções! Não fique triste! Não fique com raiva, não fique confuso, não fique perdido! Acerte sempre! Porque só assim eu não sinto o desconforto de ver você desconfortável também.”*

**Assim como a Durota, a Salvadora está no masculino.** Ela vive na cabeça, e não entra em contato com o seu corpo. Ela tenta se salvar da dor sem precisar entrar em contato com a sua dor - ela faz isso curando a dor do outro.

Ela se torna tão boa em salvar que tem de fato uma capacidade para perceber e ser sensível às necessidades dos outros. E ela acha que isso é ótimo: *“Sou muito empática”*.

**Mas enquanto ela está olhando pro outro, ela não está atenta e voltada às suas próprias necessidades.**

Afinal, enquanto ela está salvando o outro, quem está cuidando da SUA própria vida?

Eu como uma ex-salvadora de plantão, que também era uma durota de carteirinha, perdida nas relações e no fundo carente... costumo dizer que:

**A mulher salvadora ainda não EXISTE de fato. Eu não existia.**

É como se não tivéssemos encarnado no nosso próprio corpo ainda. Como se não estivéssemos sentindo de fato o que acontece em nossas vidas, mas sim apenas analisando, de fora.

Analisando... esperando para existir de fato, entrar nas relações e criar intimidade somente quando formos PERFEITAS.

E enquanto não somos perfeitas, existimos através do outro - vivendo a vida do outro, salvando o outro.

**Sabe, SER SALVO isso é ruim também pro outro.**

Pensa aqui comigo, será que fracassar não é o que o outro mais precisa? Será que o outro não dá conta?

Por acreditar que as pessoas que não têm a capacidade de cair, de errar, levantar, aprender, de lidar com as consequências dos próprios atos a salvadora trata as pessoas ao seu redor como incapazes.

**E no fundo, isso é um grande desrespeito ao outro, e gera um enorme desequilíbrio nas relações.**

Quando você dá conselhos não solicitados compulsivamente, você está agindo como quem acha que sabe mais da vida do que a outra pessoa..

Lá dentro do seu coração, é como se eu estivesse dizendo para o coração dela: *“Você é incapaz. Você não dá conta da própria vida”*.

E assim você, sem querer, tira a dignidade das pessoas. É como se você olhasse elas de cima, de um pedestal. Você desequilibra o relacionamento e cria uma distância entre você e a outra pessoa.

E as outras pessoas sentem isso. Sentem que sua dignidade está sendo retirada. Se sentem ofendidas. **E pra restaurar essa dignidade, elas vão te trair. Vão te desvalorizar. Vão te rejeitar.**

**Além disso... se colocar no lugar de salvadora te tira do seu lugar nas relações.**

**Veja por exemplo o que acontece na relação com o seu homem.** Se você é a salvadora com seu homem, você está **desocupando o lugar de mulher da relação inconscientemente.** Ou seja, esse lugar **passa a ficar vago e disponível** para uma outra mulher tomar.

**E é por estes e tantos outros motivos que ser uma Salvadora é uma linha reta para o fracasso das suas relações.**

## **Meu Deus, Ari, sou uma Salvadora!**

### **E agora, o que faço?**

A solução para deixar de ser uma salvadora e ter os relacionamentos que você tanto gostaria é passar a EXISTIR. Estranho isso né?

Para começar a existir uma pessoa precisa admitir que **suas necessidades EXISTEM, seus sentimentos EXISTEM. Seus limites EXISTEM.**

E isso demanda um processo com diversas tarefas emocionais a serem realizadas.

Por exemplo, você precisará aprender a **criar espaço interno para que os sentimentos possam existir.**

O meu trabalho é ensinar as mulheres a ir abrindo esse espaço. A criar esse tônus muscular emocional. A criar espaço para ver o desconforto e poder ficar com ele, poder existir com esse sentimento.

**Meu trabalho também é te ensinar como encontrar os seus LIMITES** e como comunicá-los na prática - quando você passa a ter clareza disso você consegue entender o que é o problema e a dor do outro, e o que é seu.

**Ter limites é existir.** É se diferenciar do outro e ter sua identidade própria a partir da sua essência e não da sua cobrança de perfeição. Significa entender onde o outro termina e eu começo. É conseguir não se misturar com o outro.

***Neste processo profundo de aprender a existir  
você passa então a conseguir se relacionar  
com o outro como uma adulta e não precisando  
mais ser uma salvadora.***

Se você se identificou com esse perfil e quer se aprofundar, te convido a assistir a aula completa em que falo sobre a Salvadora, quem é ela, como ela se tornou assim, e o que ela precisa para se curar.

Esta aula pode mudar tudo para você. Assista por aqui:

## AULA COMPLETA A SALVADORA DE TUDO E TODOS

É possível abrir mão de ser uma salvadora e ter relacionamentos adultos, maduros, equilibrados e gostosos. É isso que ensino e esse é meu trabalho.

Faço isso no “Surtei a Toa”, meu curso mais completo que é **uma verdadeira cura** de vínculos e relações e do seu feminino.

Vou abrir uma **nova turma do Surtei no dia 18 de Julho**. Se você quer um curso PRÁTICO para aprender a desenvolver relacionamentos melhores, a desenvolver lastro emocional, colocar limites e criar vínculos e intimidade de fato, curar seu feminino te convido a fazer sua pré-inscrição para poder ter chances de garantir a sua vaga.

**É só clicar no LINK abaixo** ❤️

**QUERO ENTRAR NA LISTA VIP**  
**PARA O SURTEI A TOA**

*Aproveite 🌸  
Grande abraço,  
Ariana. ♡*