

A person is walking away from the camera on a paved path. To the left of the path is a row of trees with autumn-colored leaves. To the right is a dark metal railing overlooking a body of water. The background shows a hazy, distant cityscape under a bright sky.

SEGUIR EM  
FRENTE

Se você não pode  
voltar, você precisa  
encontrar a melhor  
maneira de seguir  
em frente...

seguir sempre em frente , nunca desistir dos seus sonhos todos nós temos seu nível ou seja todos nós temos seu ponto fraco e siga nunca desistir e tentar até voce conseguir seu sonho se tornar realidade tire dúvidas de si mesmas, sempre seja uma boa pessoa nunca seja a mesma e não seguir em frente sem ser capaz de atingir, voce quer conquista-lo siga o em primeiro lugar tenha seu destino o seu lar ....

seja sempre voce , mas não a mesma pessoa seja diferente mude , quer um conselho? seja feliz não se importe com que as pessoa falam ou pensam de voce elas não sabem nem a metade da sua história...

como diz a frase: nois é grossa mas no fundo é um amor ´´ sempre é assim em cima da hora a pessoa muda numa hora ela fica com raiva, triste, feliz etc.

mude sua história seja feliz por voce se orgulhe de voce mesmo(a)

## FRASES PARA VOCE

1- Tudo o que um sonho precisa para ser realizado é alguém que acredite que ele possa ser realizado.

2-Imagine uma nova história para sua vida e acredite nela.

3-Se não puder voar, corra. Se não puder correr, ande. Se não puder andar, rasteje, mas continue em frente de qualquer jeito.

essas frases. são para voce continuar a sua historia não pule folha continua em frente da sua história e da sua vida . A melhor saída é seguir em frente , porque? porque a saída é para seguir em frente isso é a mesma do que seguir seus conselhos que voce guardou por esse tanto tempo que eles vieram te buscar ´´

Quando eu penso em desistir ai que eu sigo em frente.

## CONSELHOS

Há sempre a escolha entre voltar atrás para a segurança ou seguir em frente para o crescimento. O crescimento deve ser escolhido uma, duas, três e infinitas vezes; o medo deve ser superado uma, duas, três e infinitas vezes.

Vibre, comemore, beba um copo de água em sua homenagem e siga em frente que a motivação é você!!!

Uma nova vida começa para nós a cada segundo. Avancemos com alegria para encontrá-la. Devemos seguir em frente, querendo ou não, e andaremos melhor com os olhos voltados para frente do que olhando para trás.

PENSE ,OLHE , CONQUISTE AQUILO QUE VOCE QUIZ



## SOBRE A VIDA

Admiro a terra, quero-a, sempre gostei dela. Sempre me senti feliz por estar vivo: apesar da guerra, das más notícias, não sou capaz de matar em mim a simples alegria de viver.

A vida é uma peça de teatro que não permite ensaios. Por isso, cante, chore, dance, ria e viva intensamente, antes que a cortina se feche e a peça termine sem aplausos.

Só existem dois dias no ano que nada pode ser feito. Um se chama ontem e o outro se chama amanhã, portanto hoje é o dia certo para amar, acreditar, fazer e principalmente viver.

Tão bom morrer de amor! e continuar vivendo..

## SE VALORIZE!

Se você que ser feliz, mande embora seu "severo juiz", ouça seu coração. Valorize o que sente e seja uma pessoa verdadeira. Assuma seus sentimentos. Só diga sim depois de sentir o que realmente quer. Não tenha receio de dizer não. Deixe de contar seus problemas aos outros e perguntar o que deve fazer. Confie em seus critérios. Você pode! Experimente.

"A felicidade reside em quem sabe desfrutar de cada momento da vida. Valorize seus desejos, cultive seus sonhos, busque seus objetivos. Quando acreditamos que merecemos, tudo é possível!.

ó valorize a opinião daquele que você respeita, aquele que você não respeita, não ligue para a opinião sobre você ou sobre qualquer outra coisa.



## TUDO SOBRE NÓS

Quando tudo nos parece dar errado Acontecem coisas boas Que não teriam acontecido Se tudo tivesse dado certo.

"Você é tão errado e cheio de estragos. E me peguei olhando pra tudo isso e amando tanto, tanto, tanto. Como se nada mais no mundo fosse tão bonito ou correto ou mesmo perfeito porque perfeito é o que não tem mesmo cabimento. O resto nem existe porque vemos ou explicamos (...)"

"Eu e a minha maldita insegurança, essa mania de achar que tudo vai dar errado, esse meu medo de acreditar... assumo que eu tenho uma grande vontade de sumir com o meu pessimismo"



# ANOTAÇÕES

1-

2-

3-

4-

5-

6-

7-

8-

# ANOTAÇÕES

9-

10-

11-

12-

13-

14-

15-

## SEGUIR EM FRENTE 2 PARTE

sem momentos pra dizer que seguir em frente é o melhor conselho da vida , seguir em frente é bom é o melhor . sempre que voce ouvir seguir em frente faça exatamente isso : a morte é como o vento esta sempre ao meu lado sempre que ouvir perdão ... seja bem sincero nunca deseje o pior sempre deseje o melhor para que lá na frente eles venham pedir o melhor para voce ,,,, A paixão já passou em minha vida Foi até bom mas ao final deu tudo errado E agora carrego em mim Uma dor triste, um coração cicatrizado. nunca deixe prá trás o que voce desejou de buscar vai seguindo cada passo sem dar voltás e mais voltás . Não podemos conhecer nada de exterior a nós próprios que nos supere (...) o universo é o espelho em que podemos contemplar apenas o que aprendemos a conhecer em nós.

## PASSE POR CIMA..''

Uma coisa legal é vencer , dar a volta por cima quando ninguém mais acredita em você .

E sim o que se viveu realmente então sacuda a poeira de a volta por cima e liberte se de todos os teus fantasmas que te assombram dizendo que não dá mais tempo para encontra outro alguém e volta a ser feliz de novo você pode sim e por que não viver os teus novos horizontes,,,

passa por cima de quem te rejeitou não importa o que ela pense ou fala de voce tem gente que quer o seu melhor e tem gente que quer o seu pior mas dar volta num circulo e sair andando pensando no que voce fez vai resolver alguma coisa e apagar idéias ruins ..... é a volta por cima, mas não passe por cima das pessoas. Eu só tô dando a volta por cima, jogando na cara de quem falou que eu nunca conseguiria, falar que voce nunca conseguiria alcançar os seus sonhos? não é verdade....

# ANOTAÇÕES

1-

2-

3-

4-

5-

6-

7-

8-

9-

10-

11-



# ANOTAÇÕES

12-

13-

14-

15-

16-

17-

18-

19-

20-

21-

22-

