



# Meu Guia

Pamella Padilha



## Meu Guia

Sentir se confiante (postura na coluna) para falar, pensar, agir, olhar. Posso olhar e falar com qualquer pessoa, desde o mendigo até a pessoa mais linda do mundo, ter humildade de olhar nos olhos das pessoas e carregar alegria no coração, saber que o que realmente importa é a cabeça, o jeito de pensar e falar. Não fique com "grilos" apenas fale, sem pensar muito, não fique esperando a hora certa, apenas fale. Estar em paz comigo mesma, saber que tenho qualidades para ter auto confiança e que tenho defeitos, como falar baixo e tender fugir de relacionamentos, e me aceitar assim, eu posso errar, e não dar bola para a reação dos outros principalmente aqueles que se acham superior. E a cada progresso que eu fazer , valorizar, valorize quem vem falar com você. Eu tenho conseguido falar com tanta gente estou feliz com isso, mas cuidado para não cair na zona de conforto, continue a tentar falar com as pessoas, Coragem para viver e falar, não deixe a vergonha travar, encare como um desafio e vá com coragem, bom humor, educação, com alegria nos olhos, fé de que eu vou conseguir. Manter a minha energia positiva, minha atmosfera, meu "charme"

conseguir ser eu sempre, e confiante de mim, não espere os outros te aceitarem, se aceite por si só. Bloqueio emocional contra energia negativa. Olhe sempre para frente mas não com ar de superioridade, e sim com o olhar tranquilo, com o meu equilíbrio. Alegria e paz no coração. Alegria nos olhos. Fazer interno, com o brilho nos olhos. Olhar para o lado. dança, crescer se sentir mais poderosa e mulher. Se não criar expectativa sobre a vida, apenas viver, e agir permitir de paquerar e seduzir. Não fugir tanto dos rapazes, relaxa e seja você. Sair mais em festas e com vontade, entusiasmo, confiante, bem articulado, entre colegas. Não se limitar posso ser eu e fazer aquilo que eu tenho vontade. Seja livre para fazer coração, passe segurança e quem você é. Mas se não estiver com vontade de falar assim, não fale. sentir vontade, beijar quando sentir vontade, viver cumprimentar as pessoas que eu encontro pelos os mais leve e com mais emoção. Eu me amo e deixo que os outros me admirem, e gostem sorria para a vida poderosa hahah, se defenda. E seja feliz sempre, Pamela :D

mas não anule seus sentimentos, admita o que sente, mas procure falar de coisas boas, não falar mal de ninguém, sorrir para a vida, pensamento leve, curiosidade, e procurar fazer o que me deixa feliz.

Não ter medo do mundo, Dar mais sim para a vida  
Coragem Dizer o que sente, e a verdade  
principalmente para o pai. Fale a verdade sempre. E  
cumpra aquilo que eu prometer. Falar da minha  
forma, sem vergonha, com confiança e com vontade.  
Viver o que tenho vontade pois o tempo passa. Minha  
adolescência passou e eu não a vi, pois só estudava,  
agora chegou a hora de eu viver pelo menos um pouco  
a minha juventude, sair de casa já uma boa forma de  
viver. Posso fazer o que eu tenho vontade, o mundo  
está em minhas mãos é só escolher o que, agora.  
Fazer o que eu quiser fazer, sem medo de errar  
Imagine você em cada situação. Pesquise e visite  
locais de trabalho. Ninguém é melhor do que  
ninguém. Não deixe tentarem te diminuir, mostre a  
todos que somos iguais. Não deixe rirem de mim  
também, se defenda, fale algo, mostra que você tem  
força. Olhe nos olhos das pessoas, sejam menina,  
menino, homem lindo, homem feio, presidente. ..  
Converse com as pessoas, escute os seus problemas,  
medos, alegrias, sonhos, crenças.

Pensar no que elas falam. Valorize as pessoas que te  
dão valor. Não se preocupa com o que os outros  
pensam. Se quiser correr corra, se quiser usar uma

roupa ousada use, se quiser cortar o cabelo corte, se quiser beijar o rapaz feio beije. Se quiser cantar Florence na bike cante. :P Seduza com os olhos, com a maneira de falar, de brincar, de olhar e pensar. Viva .Não se reprima. Ter esperança na vida, acreditar no amor e na paz. Nem todo mundo é cruel, mas todos possuem defeitos, aprenda a entender isto, mas para o seu futuro companheiro tente aceitar defeitos que eu consiga " tentar tolelar". Não criar expectativa sobre as coisas apenas viver e aproveitar os momentos. Pois a vida é composta de momentos, desafios e tempo. Se preocupar com as coisas é gasto desnecessário de energia, e no final não faz diferença alguma, então escolha viver em paz e encontre o que te deixa assim.