

The background is a vibrant landscape featuring rolling green hills, a small body of water on the left, and a bright sun in the upper left corner casting a golden glow. A large, semi-transparent circular frame is centered over the image, containing the text.

*Sou livre para
ser quem sou*


*Tudo o que você sempre quis
está do outro lado do medo*

George Addair



UMA das Mais belas lições que
tenho aprendido com o
sofrimento: Não julgar,
definitivamente, Não julgar a
quem quer que seja

Chico Xavier



**Uma mente calma é
a maior arma contra
os nossos desafios.
Portanto, relaxe.**

Bryant McGill



Tudo o que somos
é resultado
do que pensamos

Buda

**POSSUÍMOS o que
damos**

EMMANUEL



Aja
corajosamente

**Faça uma atividade física
todos os dias**




Pratique a resiliência



Seja grato todos os dias





**Para lembrarmos todos os dias:
cuidemos de nossos pensamentos
quando estivermos sozinhos e de
nossas palavras quando estivermos
com alguém.**

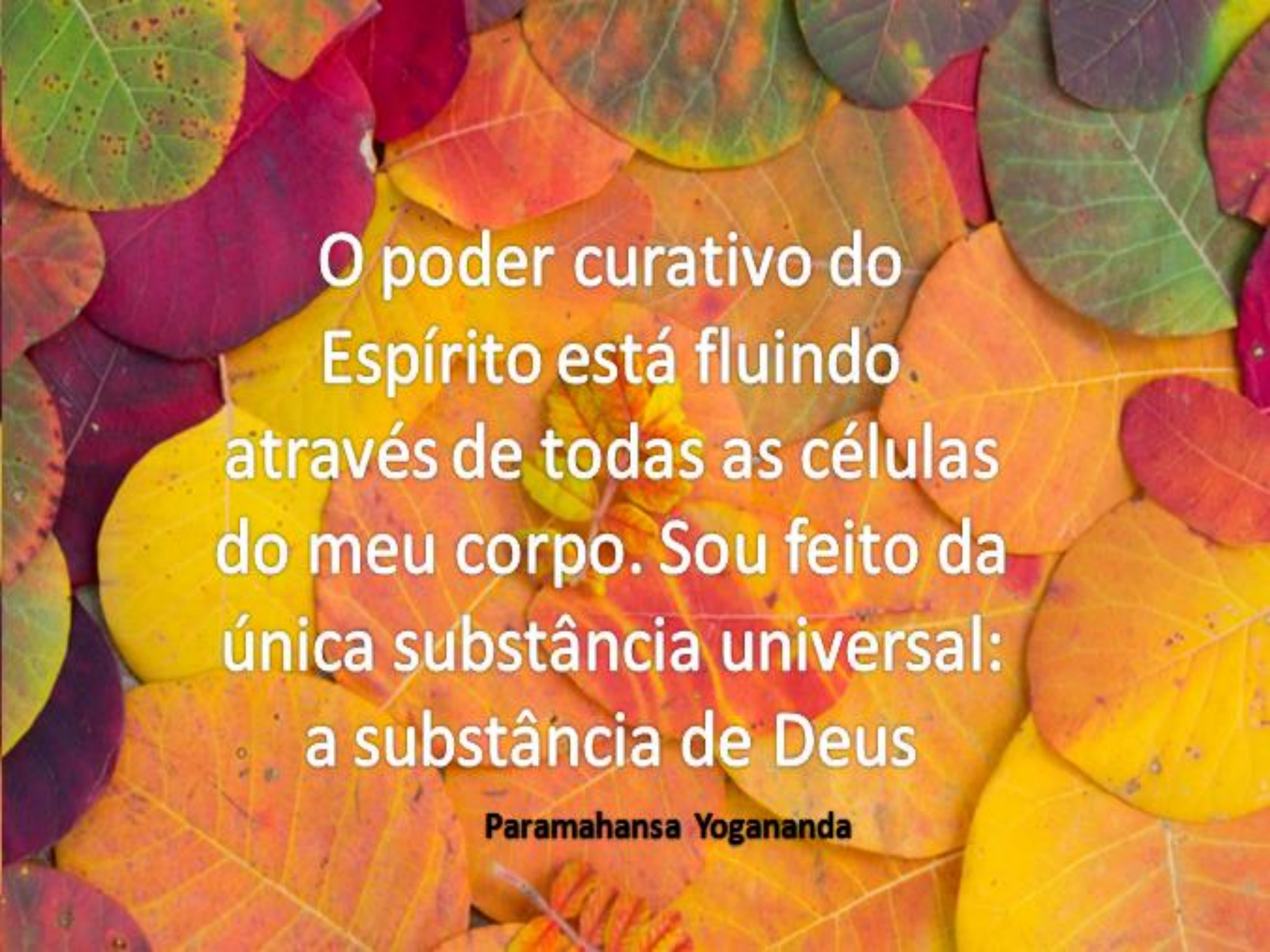
A maior conquista na vida é ter a
habilidade de criar um mundo à
sua volta que combine
perfeitamente com o sonho que
você possui em sua mente

Mike Dillard



Se você quiser mudar o que acontece ao seu redor
mude o que acontece dentro de você.

Billy Cox



O poder curativo do
Espírito está fluindo
através de todas as células
do meu corpo. Sou feito da
única substância universal:
a substância de Deus

Paramahansa Yogananda



*Sou abençoado
diariamente com
pequenos
presentes divinos*