

365  
Frases  
de

# Motivação

Um Ebook Para

INSPIRAR,

MOTIVAR

e GUIAR

VOCÊ

eder prado

# Sobre o livro

**Motivação** é o impulso que inspira as pessoas a agirem em busca de atingir seus objetivos.

Porém, nem sempre é fácil ativar esse estímulo de dentro de nós.

Às vezes, uma notícia ruim, a indiferença do seu chefe com você, os problemas de casa ou um simples dia que você não acorda bem. Nesses momentos precisamos de uma forcinha extra.

Por isso fiz aqui esse e-book com 365 frases motivacionais inspiradoras para despertar este impulso poderoso dentro de você que é a motivação. Uma para cada dia do seu ano.

# Sobre mim: Eder Prado

Olá! Sou Empreendedor há mais de 6 anos e um apaixonado por **Marketing Digital** e **Empreendedorismo**. Em 2010 fundei a **Essência Móveis de Design** e em 2014 a **Superlife Suplementos**. Sou também idealizador do **Congresso Nacional Casa & Decoração**.

Vejo a Internet como a maior ferramenta para unir pessoas, quando utilizada para o bem, tem o poder de transformar vidas.

Depois de dois anos volto a escrever sobre **Empreendedorismo**, **Marketing Digital** e **Estilo de Vida** para quem deseja transformar sua vida empreendendo online.

1. "Eu odiava cada minuto do treinamento, mas eu disse, "Não pare. Sofra agora para viver o resto de sua vida como um campeão." (*Muhammad Ali*)
  
2. "Não há um homem vivo que não possa fazer mais do que ele pensa que pode." (*Henry Ford*)
  
3. "A melhor maneira de prever o futuro é criá-lo." (*Dr. Forrest C. Shaklee*)
  
4. "Não é sobre o tempo, é sobre as escolhas. Como você está gastando suas escolhas?" (*Beverly Adamo*)
  
5. "Essa é exatamente a pergunta que todos deveriam estar se perguntando, por que não? – Por que não você? Por que não agora ...?" (*Timothy Ferriss*)
  
6. "A melhor maneira de encontrar seu cliente é ser encontrado por ele." (*Conrado Adolpho*)
  
7. "Os sonhadores são os salvadores do mundo." (*James Allen*)
  
8. "A qualidade de vida de uma pessoa é diretamente proporcional ao seu compromisso com a excelência, independentemente do seu campo escolhido ou esforço." (*Vince Lombardi*)
  
9. "Um homem com coragem faz uma maioria." (*Andrew Jackson*)
  
10. "O fracasso é a oportunidade de começar de novo com mais inteligência." (*Henry Ford*)

**11.** "Tente não se tornar um homem de sucesso, mas sim tente tornar-se um homem de valor." (*Albert Einstein*)

**12.** "Dá-se glória apenas para aqueles que sempre sonharam com ela." (*Charles De Gaulle*)

**13.** "A mente é seu próprio lugar, e em si pode fazer um céu do inferno, um inferno do céu." (*John Milton*)

**14.** "A criação de mil florestas está em uma semente." (*Ralph Waldo Emerson*)

**15.** "A única pessoa livre é aquela que não tem medo do ridículo." (*Luiz Fernando Veríssimo*)

**16.** "Frequentemente, o melhor marketing não parece realmente marketing." (*Seth Godin*)

**17.** "Democracia é oportunizar a todos o mesmo ponto de partida. Quanto ao ponto de chegada, depende de cada um." (*Fernando Sabino*)

**18.** "Não mude por ninguém, mude por você mesmo. Essa é a essência da mudança. Mudar porque queremos progredir e não porque queremos impressionar." (*Sergio Santana*)

**19.** "Tenha até pesadelos, se necessário for. Mas sonhe." (*Patrícia Galvão*)

**20.** "O maior inimigo de um plano, é um plano perfeito." (*Carl Von Clausewitz*)

**21.** “O mais forte da espécie não é o mais forte ou mais inteligente, e sim, o mais receptivo a mudança.” (*Charles Darwin*)

**22.** “Se você for realmente relevante para seu público, ele prestará atenção em você.” (*Martha Gabriel*)

**23.** “Meu trabalho não é o de pegar leve com as pessoas, meu trabalho é a de tornar elas melhores.” (*Steve Jobs*)

**24.** “Não construa links, construa relacionamentos.” (*Rand Fishkin*)

**25.** “O custo de estar errado é menor do que o custo de não fazer nada.” (*Seth Godin*)

**26.** “Se você acha que a instrução é cara, experimente a ignorância.” (*Derek Bok*)

**27.** “Não espere as condições ideais, elas nunca chegam.” (*Janet Erskine Stuart*)

**28.** “Você não constrói nada sozinho. Você descobre o que as pessoas querem e então, constrói para elas.” (*Walt Disney*)

**29.** “É fácil fazer dinheiro, difícil é fazer a diferença.” (*Tom Brokaw*)

**30.** “Decidir o que não fazer é tão importante quanto decidir o que fazer.” (*Steve Jobs*)

**31.** “Qualidade deveria ser como razão, que humanos têm por natureza, e animais irracionais não.” (*Mario Persona*)

**32.** “Concentre-se no que está buscando e não no que está deixando para trás. ” (*Alan Cohen*)

**33.** “Quanto mais difícil fica, mais próximo está o sucesso.” (*Chris Garrett*)

**34.** “Crie algo que as pessoas queiram compartilhar.” (*John Jantsh*)

**35.** “Se você quer entender como um leão ruge, não vá ao zoológico. Vá à selva.” (*Jim Stengel*)

**36.** “Empreendedores são aqueles que entendem que há uma pequena diferença entre obstáculos e oportunidades e são capazes de transformar ambos em vantagem. ” (*Nicolau Maquiavel*)

**37.** “Vamos inventar o amanhã e parar de nos preocupar com o passado. ” (*Steve Jobs*)

**38.** “Dois homens olham pela janela. Um vê a lama e o outro vê as estrelas. ” (*Frederich Langbridge*)

**39.** “Existe o risco que você não pode jamais correr e existe o risco que você não pode deixar de correr. ” (*Peter Drucker*)

**40.** “Os milagres acontecem, às vezes. Mas é preciso trabalhar tremendamente para que aconteçam. ” (*Peter Drucker*)

**41.** "Muitas coisas não ousamos empreender por parecerem difíceis; entretanto, são difíceis porque não ousamos empreendê-las." (*Sêneca*)

**42.** "Não há nada tão inútil quanto fazer eficientemente o que não deveria ser feito." (*Peter Drucker*)

**43.** "O segredo do empreendedorismo é ter 100% de convicção com apenas 80% da resposta." (*Aaron Levie*)

**44.** "A questão essencial não é 'o quanto ocupado você está', mas sim 'com o que você está ocupado'." (*Oprah Winfrey*)

**45.** "Digo a todo jovem que quer ser empreendedor que é preciso se superar." (*Eike Batista*)

**46.** "As dificuldades e obstáculos são matéria-prima para o verdadeiro empreendedor." (*Carlos Hilsdorf*)

**47.** "Nos negócios, as oportunidades são como ônibus, há sempre um outro vindo." (*Richard Branson*)

**48.** "As pessoas costumam dizer que a motivação não dura para sempre. Bem, nem o efeito do banho, por isso recomenda-se diariamente." (*Zig Ziglar*)

**49.** "Melhorar geralmente significa fazer algo que nunca fizemos antes." (*Shigeo Shingo*)

**50.** "Um líder não é alguém a quem foi dada uma coroa, mas quem foi dada a responsabilidade fazer sobressair o melhor que há nos outros." (*Jack Welch*)

**51.** "Toda ação humana, quer se torne positiva ou negativa, precisa depender de motivação." (*Dalai Lama*)

**52.** "As companhias prestam muita atenção ao custo de fazer alguma coisa. Deviam preocupar-se mais com os custos de não fazer nada." (*Philip Kotler*)

**54.** "Uma palavra grosseira, uma expressão bizarra, ensinou-me por vezes mais do que dez belas frases." (*Denis Diderot*)

**55.** "Existe apenas um chefe, o cliente. E ele pode demitir todos na empresa, desde o presidente, simplesmente gastando o dinheiro em outro lugar." (*Sam Waltom*)

**56.** "Resultados são obtidos aproveitando oportunidades e não resolvendo problemas." (*Peter Drucker*)

**57.** "A única coisa que separa você do seu sucesso, são as desculpas que você dá para não fazer as coisas." (*Guilherme Machado*)

**58.** "A melhor maneira de aprender seja o que é for, é fazendo." (*Richard Bransom*)

**59.** "Marketing é importante demais para ser deixado para o departamento de marketing." (*David Packard*)

**60.** "Lucro é subproduto das coisas bem feitas." (*Philip Kotler*)

**61.** "A sua cabeça é fértil? Você só fala abobrinha? Plante as abobrinhas e saia vendendo." (*Lucas Barbosa*)

**62.** "Quer você acredite que consiga fazer uma coisa ou não, você está certo." (*Henry Ford*)

**63.** "Acredite que você pode, assim você já está no meio do caminho." (*Theodore Roosevelt*)

**64.** "Querer fazer tudo para todos é o primeiro passo para não fazer nada a ninguém." (*Lei de Marketing*)

**65.** "Grandes empreendedores estão confortáveis em estarem desconfortáveis." (*Steve Blank*)

**66.** "Quer conquistar algo? Conquiste calos nas mãos e esfole os joelhos." (*Cris Westphal*)

**67.** "Se você traçar metas absurdamente altas e falhar, seu fracasso será muito melhor que o sucesso de todos." (*James Cameron*)

**68.** "O sucesso normalmente vem para quem está ocupado demais para procurar por ele." (*Henry David Thoreau*)

**69.** "A lógica pode levar de um ponto A a um ponto B. A imaginação pode levar a qualquer lugar." (*Albert Einstein*)

**70.** "O guerreiro de sucesso é um homem médio, mas com um foco apurado como um raio laser." (*Bruce Lee*)

**71.** "Para conquistar o sucesso, você precisa aceitar todos os desafios que vierem na sua frente. Você não pode apenas aceitar os que você preferir." (*Mike Gafka*)

**72.** "Fique contente em agir. Deixe a fala para os outros." (*Baltasar Gracián*)

**73.** "O que pode ser medido pode ser melhorado." (*Peter Drucker*)

**74.** "Tenha em mente que o seu desejo em atingir o sucesso é mais importante que qualquer coisa." (*Abraham Lincoln*)

**75.** "Você pode ser desencorajado com os erros ou aprender com eles, então siga em frente e continue falhando. Erre o máximo que puder. É aí que você vai conseguir o sucesso." (*Thomas J. Watson*)

**76.** "Quanto maior o artista, maior a dúvida. Confiança grande demais é algo destinados aos menos talentosos como um prêmio de consolação." (*Robert Hughes*)

**77.** "Muitas das falhas da vida ocorrem quando não percebemos o quão próximos estávamos do sucesso na hora em que desistimos." (*Edison*)

**78.** "Eu devo meu sucesso a meu hábito de respeitosamente ouvir conselhos e fazer exatamente o contrário." (*G. K. Chesterton*)

**79.** "Você deve lutar mais de uma batalha para se tornar um vencedor." (*Margaret Thatcher*)

**80.** "Se você não traçou um plano para você mesmo, é possível que você caia no plano de outra pessoa. E adivinha o que ele planejou para você? Não muito." (*Rohn*)

**81.** "Nosso maior medo não deve ser o fracasso, mas ser bem-sucedidos em algo que não importa." (*Francis Chan*)

**82.** "A motivação é o que faz o empreendedor começar e o hábito é o que nos faz continuar." (*Jim Rynn*)

**83.** "O sucesso não consiste em não errar, mas não cometer os mesmos equívocos mais de uma vez." (*George Bernard Shaw*)

**84.** "A primeira razão para o fracasso de alguém é escutar amigos, família e vizinhos." (*Hill*)

**85.** "Pessoas de sucesso fazem o que pessoas mal sucedidas não querem fazer. Não queira que a vida seja mais fácil. Deseje que você seja ainda melhor." (*Rohn*)

**86.** "Se você quer uma mudança permanente, pare de focar no tamanho de seus problemas e comece a focar no seu tamanho!" (*T. Harv Eker*)

**87.** "Se você realmente quer algo, não espere. Ensine você mesmo a ser impaciente." (*Gurbaksh Chahal*)

**88.** "Continue andando. Haverá a chance de você ser barrado por um obstáculo, talvez por algo que você nem espere. Mas eu nunca ouvi falar de ninguém que foi barrado enquanto estava parado." (*Charles F. Kettering*)

**89.** "Sempre que você se encontrar do lado da maioria, é hora de parar e refletir." (*Twain*)

**90.** "O primeiro passo rumo ao sucesso é dado quando você se recusa ao ser um refém do ambiente em que se encontra." (*Mark Caine*)

**91.** "Daqui a vinte anos, você não terá arrependimento das coisas que fez, mas das que deixou de fazer. Por isso, veleje longe do seu porto seguro. Pegue os ventos. Explore. Sonhe. Descubra." (*Twain*)

**92.** "Descobri que, se você tem vontade de viver e curiosidade, dormir não é a coisa mais importante." (*Martha Stewart*)

**93.** "Embora ninguém possa voltar atrás e começar tudo de novo, qualquer um pode ter um ótimo final." (*Carl Bard*)

**94.** "Não sei qual é a chave para o sucesso, mas a chave para o fracasso é tentar agradar a todos." (*Bill Cosby*)

**95.** "O único lugar em que o sucesso vem antes do trabalho é no dicionário." (*Vidal Sassoon*)

**96.** "Só evite fazer algo hoje se você quiser morrer e deixar assuntos inacabados." (*Pablo Picasso*)

**97.** "Coragem é a resistência e o domínio do medo, não a ausência dele." (*Mark Twain*)

**98.** "Todo progresso acontece fora da zona de conforto." (*Michael John Bobak*)

**99.** "O sucesso é a soma de pequenos esforços repetidos dia após dia." (*Robert Collier*)

**100.** "O ponto de partida de qualquer conquista é o desejo." (*Napoleon Hill*)

**101.** "Descobri que, quanto mais eu trabalho, mais sorte eu pareço ter." (*Thomas Jefferson*)

**102.** "As pessoas me perguntam qual é o papel que mais gostei de interpretar. Eu sempre respondo: o próximo." (*Kevin Kline*)

**103.** "Comece de onde você está. Use o que você tiver. Faça o que você puder." (*Arthur Ashe*)

**104.** "Há dois tipos de pessoa que vão te dizer que você não pode fazer a diferença neste mundo: as que têm medo de tentar e as que têm medo de que você se dê bem." (*Ray Goforth*)

**105.** "Se você não pode explicar algo de forma simples, então você não entendeu muito bem o que tem a dizer." (*Albert Einstein*)

**106.** "A felicidade é uma borboleta que, sempre que perseguida, parecerá inatingível; no entanto, se você for paciente, ela pode pousar no seu ombro." (*Nathaniel Hawthorne*)

**107.** "Não tenha medo de desistir do bom para perseguir o ótimo." (*John D. Rockefeller*)

**108.** "A distância entre a insanidade e a genialidade é medida pelo sucesso." (*Bruce Feirstein*)

**109.** "O que nos parece uma provação amarga pode ser uma bênção disfarçada." (*Oscar Wilde*)

**110.** "Se você está atravessando um inferno, continue atravessando." (*Churchill*)

**111.** "O grande segredo de uma boa vida é encontrar qual é o seu destino. E realizá-lo." (*Henry Ford*)

**112.** "Ninguém pode fazer você se sentir inferior sem o seu consentimento." (*Eleanor Roosevelt*)

**113.** "Um homem de sucesso é aquele que cria uma parede com os tijolos que jogaram nele." (*David Brinkley*)

**114.** "Eu não falhei. Só descobri 10 mil caminhos que não eram o certo." (*Thomas Edison*)

**115.** "A melhor vingança é um sucesso estrondoso." (*Frank Sinatra*)

**116.** "Oportunidades não surgem. É você que as cria." (*Chris Grosser*)

**117.** A definição de sucesso varia de pessoa para pessoa. Para mim, sucesso é paz anterior." (*Denzel Washington*)

**118.** "Sempre que você vir uma pessoa de sucesso, você sempre verá as glórias, nunca os sacrifícios que os levaram até ali." (*Vaibhav Shah*)

**119.** "Ter sucesso é falhar repetidamente, mas sem perder o entusiasmo." (*Winston Churchill*)

**120.** "Todos os seus sonhos podem se tornar realidade se você tem coragem para persegui-los." (*Walt Disney*)

**121.** "Para de perseguir o dinheiro e comece a perseguir o sucesso." (*Tony Hsieh*)

**122.** "Escolha uma ideia. Faça dessa ideia a sua vida. Pense nela, sonhe com ela, viva pensando nela. Deixe cérebro, músculos, nervos, todas as partes do seu corpo serem preenchidas com essa ideia. Esse é o caminho para o sucesso." (*Swami Vivekananda*)

**123.** "Se você não está disposto a arriscar, esteja disposto a uma vida comum." (*Jim Rohn*)

**124.** "Os empreendedores falham, em média, 3,8 vezes antes do sucesso final. O que separa os bem-sucedidos dos outros é a persistência." (*Lisa M. Amos*)

**125.** "A vida é melhor para aqueles que fazem o possível para ter o melhor." (*John Wooden*)

**126.** "A única maneira de fazer um excelente trabalho é amar o que você faz." (*Steve Jobs*)

**127.** "Nada é impossível, a própria palavra diz 'eu sou possível' [*i'm possible*, em inglês]." (*Audrey Hepburn*)

**128.** "Escreva algo que valha a pena ler, ou faça alguma coisa que valha a pena escrever." (*Benjamin Franklin*)

**129.** "Mude seus pensamentos e você muda seu mundo." (*Norman Vicent Peale*)

**130.** "Não são os anos de sua vida que contam. É a vida em seus anos." (*Abraham Lincoln*)

**131.** “Quando tudo parece estar indo contra você, lembre-se que o avião decola contra o vento, não a favor dele.” (*Henry Ford*)

**132.** “A questão não é quem vai me deixar; mas sim, quem vai me impedir.” (*Ayn Rand*)

**133.** “A vida é o que fazemos dela, sempre foi, e sempre será.” (*Moisés*)

**134.** “Você pode ficar desapontado se falhar, mas você está condenado se não tentar.” (*Beverly Sills*)

**135.** “É o seu lugar no mundo; é a sua vida. Vá em frente e faça tudo o que puder com ela, e torne-a a vida que você quer viver.” (*Mae Jemison*)

**136.** “Sonhar, afinal, é uma forma de planejamento.” (*Gloria Steinem*)

**137.** “Nossas vidas começam a terminar no dia em que nos calamos sobre as coisas que importam.” (*Martin Luther King Jr*)

**138.** “Sonhe grande e se atreva a falhar.” (*Norman Vaughan*)

**139.** “Você não pode deixar de usar a criatividade. Quanto mais você usa, mais você tem.” (*Maya Angelou*)

**140.** “Estou convencido que metade do que separa os empreendedores bem sucedidos de todo o resto é a pura perseverança.” (*Steve Jobs*)

**141.** “Se você pode olhar para o que tem na vida, você sempre vai ter mais. Se você olhar para o que não tem, nunca terá o suficiente.” (*Oprah Winfrey*)

**142.** “Não importa se você vai devagar, tanto quanto importa o fato de você não parar.” (*Confucio*)

**143.** “Tenho aprendido ao longo dos anos que, quando a mente está pronta, isso diminui o medo.” (*Rosa Parks*)

**144.** “A educação custa dinheiro. Mas, em seguida, o mesmo acontece com a ignorância.” (*Sir Claus Moser*)

**145.** “As batalhas que contam não são apenas as medalhas de ouro. As lutas dentro de si, as batalhas invisíveis dentro de todos nós, é o que vale a pena.” (*Jesse Owens*)

**146.** “Construa seus próprios sonhos, ou alguém vai contratá-lo para construir os seus.” (*Farrah Gray*)

**147.** “Se você deseja que seus filhos acabem bem, gaste o dobro de tempo com eles, e metade do dinheiro.” (*Abigail Van Buren*)

**148.** “Não é o que você faz para os seus filhos, mas o que você os ensinou a fazer por si mesmos, que irá torná-los seres humanos bem sucedidos.” (*Ann Landers*)

**149.** “Nunca é tarde demais para ser o que você poderia ter sido.” (*George Eliot*)

**150.** “Não há engarrafamentos ao longo da milha extra.” (*Roger Staubach*)

**151.** “A pessoa que diz que não pode ser feito não deve interromper a pessoa que está fazendo.” (*Provérbio chinês*)

**152.** “Uma pessoa que nunca cometeu um erro, nunca tentou nada de novo.” (*Albert Einstein*)

**153.** “Para ter sucesso, o seu desejo de sucesso deve ser maior do que o seu medo do fracasso.” (*Bill Cosby*)

**154.** “Você toma sua vida em suas próprias mãos e o que acontece? Uma coisa terrível, ninguém para colocar a culpa.” (*Erica Jong*)

**155.** “Limitações vivem apenas em nossas mentes. Mas se usarmos nossa imaginação, nossas possibilidades tornam-se ilimitadas.” (*Jamie Paolinetti*)

**156.** “Saber não é suficiente; devemos aplicar. Estar disposto não é o suficiente; devemos fazer.” (*Leonardo Da Vinci*)

**157.** “Se você quiser se levantar, levante outra pessoa.” (*Booker T. Washington*)

**158.** “Os desafios são o que tornam a vida interessante e superá-los é o que dá sentido à vida.” (*Joshua J. Marinho*)

**159.** “Para o verdadeiro sucesso, pergunte a si mesmo 4 questões: por que? Por que não? Por que não eu? Por que não agora?” (*James Allen*)

**160.** “Muitos de nós não estamos vivendo nossos sonhos porque estamos vivendo nossos medos.” (*Les Brown*)

**161.** "Eu sou tão orgulhoso das coisas que fizemos, como sou das coisas que temos feito. Inovar é dizer não a milhares de coisas." (*Steve Jobs*)

**162.** "Devemos crer que somos dotados de alguma coisa, e que essa coisa, deve ser atingida a qualquer custo." (*Marie Curie*)

**163.** "Se os ventos não vão servir, leve os remos." (*Provérbio americano*)

**164.** Primeiro, tenha um ideal prático e definitivo; uma meta, um objetivo. Segundo, disponha dos meios necessários para atingir os seus fins; sabedoria, dinheiro, materiais e métodos. Terceiro, ajuste todos os seus meios para esse fim." (*Aristóteles*)

**165.** "A felicidade não é algo pronto. Ela vem de suas próprias ações." (*Dalai Lama*)

**166.** "A vida não é medida pelo número de respirações que damos, mas pelos momentos que nos tiram a respiração." (*Maya Angelou*)

**167.** "Quando eu deixar de ser o que sou, eu irei me tornar o que poderia ser." (*Lao Tzu*)

**168.** "Como é maravilhoso que ninguém precise esperar um momento antes de começar a melhorar o mundo." (*Anne Frank*)

**169.** "Tudo tem beleza. Mas nem todos podem ver." (*Confúcio*)

**170.** "Ser o homem mais rico no cemitério não importa para mim... ir para a cama à noite dizendo que fizemos algo maravilhoso, isso é o que realmente importa." (*Steve Jobs*)

**171.** “Quando a porta da felicidade se fecha, outra se abre, mas muitas vezes olhamos tanto tempo para a porta fechada que não vemos que outra foi aberta para nós.” (*Helen Keller*)

**172.** “Caia 7 vezes. Levante-se 8.” (*Provérbio japonês*)

**173.** “Nós podemos facilmente perdoar uma criança que tem medo do escuro; a tragédia real da vida é quando os homens têm medo da luz.” (*Platão*)

**174.** “Tudo o que você sempre quis está do outro lado do seu medo.” (*George Addair*)

**175.** “Determinadas coisas capturam o seu olho, mas leve a cabo apenas aquelas que capturam seu coração.” (*Provérbio indiano*)

**176.** “Poucas coisas podem ajudar mais um indivíduo do que colocar a responsabilidade em cima dele, e deixa-lo saber que você confia nele.” (*Booker T. Washington*)

**177.** “Vá na direção de seus sonhos. Viva a vida que você imaginou.” (*Henry David Thoreau*)

**178.** “A única pessoa que você está destinado a se tornar é a pessoa que você decide ser.” (*Ralph Waldo Emerson*)

**179.** “Há apenas uma maneira de evitar críticas: não faça nada, não diga nada, e não seja nada.” (*Aristóteles*)

**180.** “Se você ouve uma voz dentro de você dizendo ‘você não pode fazer’, então faça e essa voz será silenciada.” (*Vincent Van Gogh*)

**181.** “A vida encolhe ou expande em proporção com a sua coragem.” (*Anais Nin*)

**182.** “Tudo que você pode fazer, ou sonha que pode, comece. Ousadia tem genialidade, poder e magia.” (*Johann Wolfgang von Goethe*)

**183.** “Os dias mais importantes na sua vida são o dia em que você nasce, e o dia em que você descobre o porquê.” (*Mark Twain*)

**184.** “Ou você corre do dia, ou durante o dia você corre.” (*Jim Rohn*)

**185.** “Eu aprendi que as pessoas vão esquecer o que você disse, as pessoas vão esquecer o que você fez, mas as pessoas nunca esquecerão como você as fez sentir.” (*Maya Angelou*)

**186.** “Você nunca pode atravessar o oceano até que você tenha coragem de perder de vista a costa.” (*Cristóvão Colombo*)

**187.** “Cada criança é um artista. O problema é permanecer um artista depois que crescemos.” (*Pablo Picasso*)

**188.** “Eu não sou um produto de minhas circunstâncias. Eu sou um produto de minhas decisões.” (*Stephen Covey*)

**189.** “Ganhar não é tudo, mas querer ganhar é.” (*Vince Lombardi*)

**190.** “Seu tempo é limitado, então não o gaste vivendo a vida de outra pessoa.” (*Steve Jobs*)

- 191.** “Só 80% do sucesso aparece.” (*Woody Allen*)
- 192.** “Uma vida não examinada, não vale a pena ser vivida.” (*Sócrates*)
- 193.** “A melhor época para plantar uma árvore foi há 20 anos. A segunda melhor é agora.” (*Provérbio Chinês*)
- 194.** “A mente é tudo. Você se torna aquilo que você pensa.” (*Buddha*)
- 195.** “A forma mais comum com que as pessoas exercem o seu poder é pensar que eles não têm poder.” (*Alice Walker*)
- 196.** “A vida é 10% do que acontece comigo e 90% de como eu reajo a isso.” (*Charles Swindoll*)
- 197.** “Explore, sonha, descubra.” (*Mark Twain*)
- 198.** A vida é o que acontece com você enquanto você está ocupado fazendo planos.” (*John Lennon*)
- 199.** “A vida não é sobre ter, e sobre dar e ser.” (*Kevin Kruse*)
- 200.** “Definir um objetivo é o ponto de partida de toda a realização.” (*W. Clement Stone*)

**201.** "A coisa mais difícil é a decisão de agir, o resto é apenas tenacidade." (*Amelia Earhart*)

**202.** "Você perde 100% dos tiros que não dá." (*Wayne Gretzky*)

**203.** "Eu atribuo o meu sucesso a isso: eu nunca dei ou tomei qualquer desculpa." (*Florence Nightingale*)

**204.** "Duas estradas divergiam em uma bifurcação, e eu peguei a menos percorrida. E isso fez toda a diferença." (*Robert Frost*)

**205.** "Seja o que a sua mente pode conceber e acreditar, ela pode conseguir." (*Napoleon Hill*)

**206.** "A vida é sobre criar impacto, não uma renda." (*Kevin Kruse*)

**207.** "Seja uma medida de qualidade. Algumas pessoas não estão acostumadas a um ambiente onde se espera excelência." (*Steve Jobs*)

**208.** "Independente do que você faça, seja diferente. Se você for diferente, você se destacará." (*Anita Roddick*)

**209.** "Cada pessoa forja seu próprio destino." (*Carlos Slim Helu*)

**210.** "É muito comum que as pessoas estejam trabalhando duro na coisa errada. Trabalhar na coisa certa é provavelmente mais importante do que trabalhar duro." (*Caterina Fake*)

**211.** "Quando mais duro eu trabalho, mais sortudo me torno. Quando você sentir o impulso, jogue com ele." (*Donald Trump*)

**212.** "Não acredite que a única forma de seu negócio funcionar é através da perfeição. Não busque a perfeição. Busque o sucesso." (*Eike Batista*)

**213.** "Falhar não é o resultado, falhar é não tentar. Não tenha medo de falhar." (*Sara Blakely*)

**214.** "Você não aprende a andar seguindo as regras. Você aprende fazendo e caindo." (*Richard Branson*)

**215.** "Você pode sentar e analisar as coisas para sempre, mas enquanto você estiver fazendo isso, os concorrentes já terão seguido em frente." (*Peter Vesterbacka*)

**216.** "Muitas pessoas querem andar de limusine com você, mas o que você quer é alguém que irá pegar o ônibus com você quando a limusine estiver quebrada." (*Oprah Winfrey*)

**217.** "Para ser bem sucedido você precisa apenas de uma estrutura e um sonho." (*Michael Dell*)

**218.** "Quando você perceber que identificou uma paixão, invista em si mesmo, descubra o que você precisa saber, que tipo de experiência e conhecimento você precisa desenvolver para fazer as coisas que você sente." (*Martha Stewart*)

**219.** "O maior risco é não assumir riscos... em um mundo que está mudando realmente rápido, a única estratégia que é garantia de falha é não assumir riscos." (*Mark Zuckerberg*)

**220.** "Não é o dinheiro. É a vontade de trabalhar mais e aprender mais do que todos quando se tratar de seu negócio. E se isso falhar, você aprende com a falha e faz melhor da próxima vez." (*Mark Cuban*)

**221.** "Muito líderes de grandes empresas, penso eu, não acreditam que a mudança seja possível. Mas se você olhar a história, as coisas mudam e se seu negócio é estático, você certamente terá problemas." (*Larry Page*)

**222.** "Eu tive todas as desvantagens necessárias para o sucesso." (*Larry Ellison*)

**223.** "Uma marca para uma empresa é como a reputação para uma pessoa. Você ganha reputação ao tentar fazer bem coisas difíceis." (*Jeff Bezos*)

**224.** "Todo mundo tem uma ideia. Mas é verdadeiramente sobre executar a ideia e atrair outras pessoas para te ajudar a trabalhar na ideia." (*Jack Dorsey*)

**225.** "Olha para si mesmo no espelho e se pergunte, o que eu quero fazer todos os dias para o resto de minha vida... e faça isso." (*Gary Vaynerchuk*)

**226.** "Constantemente se pergunte como pode fazer melhor as coisas e continue se questionando." (*Elon Musk*)

**227.** "Os grandes líderes são como os melhores maestros - eles vão além das notas para alcançar a mágica dos músicos." (*Blaine Lee*)

**228.** "Na verdade, aos poucos descobrimos que os outros são nossos espelhos e nos devolvem a luz, as ações e os sentimentos que lhe passamos". (*Flavio Souza*)

**229.** O mais incompreensível do mundo é que ele seja compreensível." (*Albert Einstein*)

**230.** "A liderança é uma poderosa combinação de estratégia e caráter. Mas se tiver de passar sem um, que seja estratégia." (*Norman Schwarzkopf*)

**231.** "Com talento ganhamos partidas; com trabalho em equipe e inteligência ganhamos campeonatos." (*Michael Jordan*)

**232.** "Grandes realizações não são feitas por impulso, mas por uma soma de pequenas realizações." (*Vincent Van Gogh*)

**233.** "Fácil é ditar regras. Difícil é segui-las. Ter a noção exata de nossas próprias vidas, ao invés de ter noção da vida dos outros." (*Carlos Drummond de Andrade*)

**234.** "Nunca é tão fácil perder-se como quando se julga conhecer o caminho." (*Provérbio chinês*)

**235.** "A esperança não é um sonho, mas uma maneira de traduzir os sonhos em realidade." (*Cardeal Suenens*)

**236.** "Fazemos nossos caminhos e lhes chamamos destino." (*Benjamin Disraeli*)

**237.** "Intenção sem ação é ilusão. Ouse fazer e o poder lhe será dado." (*Lair Ribeiro*)

**238.** "Motivar é criar interesse pelo tema e vontade, esse ânimo e auto-ajuda vão nos ajudar a progredir em conhecimentos e nas tarefas profissionais." (*Daniel Godri*)

**239.** "A vitória pertence ao mais perseverante." (*Napoleão Bonaparte*)

**240.** "Faça de tudo uma vez... E o que mais gostar, faça duas, três..." (*Tom Wilson*)

**241.** A alegria está na luta, na tentativa, no sofrimento envolvido. Não na vitória propriamente dita." (*Mahatma Gandhi*)

**242.** "Se queres ser feliz amanhã, tenta hoje mesmo." (*Liang Tzu*)

**243.** "As pessoas que alcançam seu potencial pensam em aperfeiçoamento." (*John Maxwell*)

**244.** "Deve-se utilizar a força do oponente a nosso favor." (*Sun Tzu*)

**245.** "Superar o fácil não tem mérito, é obrigação; vencer o difícil é glorificante; ultrapassar o outrora impossível é esplendoroso." (*Alexandre Fonteles*)

**246.** "Levante-se! Tenha coragem e mãos à obra! Use tudo o que você possui para adquirir entendimento." (*Esdras*)

**247.** "É impossível avaliar a força que possuímos sem medir o tamanho do obstáculo que podemos vencer, nem o valor de uma ação sem sabermos o sacrifício que ela comporta." (*H. W. Beecher*)

**248.** "Sorte é o que acontece quando a preparação encontra a oportunidade." (*Elmer Letterman*)

**249.** "Se não fosse pelo ultimo minuto, muita coisa ficaria sem fazer-se." (*Provérbio chinês*)

**250.** "Uma longa viagem começa com um único passo." (*Lao Tsé*)

**251.** "Tentar e falhar é, pelo menos, aprender. Não chegar a tentar é sofrer a inestimável perda do que poderia ter sido." (*Albino Teixeira*)

**252.** "Tartarugas conhecem as estradas melhor do que os coelhos." (*Kahlil Gibran*)

**253.** "Eu descobri que sempre tenho escolhas. E muitas vezes, trata-se apenas de uma escolha de atitude." (*Judith M. Knowlton*)

**254.** Vencer é ter um sentimento profundo de fé, força e perseverança mesmo em momentos difíceis." (*Flavio Souza*)

**255.** "O sucesso é a soma de pequenos esforços - repetidos dia sim, e no outro dia também." (*Robert Collier*)

**256.** "Perseverança é o trabalho duro que você faz depois de ter se cansado de fazer o trabalho duro que você já fez." (*Newt Gingrich*)

**257.** "Viva a cada dia como se a vida estivesse começando." (*Johann Goethe*)

**258.** "O orientador brilhante de executivos é aquele que faz surgir o brilho do cliente." (*Nancy Klinek*)

**259.** "Nenhum de nós é tão inteligente quanto todos nós juntos." (*Warren Bennis*)

**260.** "O que une uma equipe é quando um cobre as fraquezas do outro." (*Phil Jackson*)

**261.** "Todos nós devemos ser coerentes com nosso próprio discurso." (*Jack Welch*)

**262.** "Unir-se é um bom começo, manter a união é um progresso, e trabalhar em conjunto é a vitória." (*Henry Ford*)

**263.** "Não é o que oferecemos, mas o modo pelo qual oferecemos que determina o valor do presente." (*Jack Welch*)

**264.** "A distância entre o sonho e a realidade chama-se disciplina." (*Bernardinho*)

**265.** "O trabalho em equipe é um malabarismo constante entre o interesse próprio e o interesse do grupo." (*Susan Campbell*)

**266.** "Os chefes são líderes mais através do exemplo do que através do poder." (*Tácito*)

**267.** "O líder mais bem-sucedido é aquele que tem uma visão do que ainda não foi realizado." (*Mary Parker Follett*)

**268.** "Ninguém vai se importar com os seus fracassos, nem você deveria." (*Mark Cuban*)

**269.** "Não se preocupe com financiamento se você não precisa. Hoje, é mais barato começar um negócio do que jamais foi." (*Noah Everett*)

**270.** "A função da liderança é produzir mais líderes, não mais seguidores." (*Ralph Nader*)

**271.** “A coisa mais valiosa que você pode fazer é um erro, você não aprende nada sendo perfeito.” (*Adam Osborne*)

**272.** “Já que você vai pensar de qualquer jeito, pense grande.” (*Donald Trump*)

**273.** “Leva-se 20 anos para construir uma reputação e cinco minutos para destruí-la. Se você pensar sobre isso, fará as coisas de maneira diferente.” (*Warren Buffett*)

**274.** “O caminho para começar é parar de falar e começar fazer.” (*Walt Disney*)

**275.** “O segredo para contratar com sucesso é esse: olhe para as pessoas que querem mudar o mundo.” (*Marc Benioff*)

**276.** “Há muitas razões ruins para começar uma empresa. Mas há apenas uma boa, legítima razão, e eu acho que você sabe qual é: mudar o mundo.” (*Phil Libin*)

**277.** “O empreendedor é alguém que pula de um penhasco e constrói um avião na descida.” (*Reid Hoffman*)

**278.** “Se nossa motivação fosse o dinheiro, nós teríamos vendido a companhia há muito tempo e estaríamos em uma praia.” (*Larry Page*)

**279.** “Eu falhei várias, várias e várias vezes em minha vida, e é por isso que eu tive sucesso.” (*Michael Jordan*)

**280.** “Não é sobre ideias. É sobre fazer as ideias acontecerem.” (*Scott Belsky*)

**281.** "Seus clientes mais insatisfeitos são a sua maior fonte de aprendizado." (*Bill Gates*)

**282.** "Você não aprende a andar seguindo regras. Você aprende tentando e caindo." (*Richard Branson*)

**283.** "Os recursos precisam ser destinados às oportunidades e não aos problemas." (*Peter Drucker*)

**284.** "Aquele que não tem um objetivo, raramente sente prazer em qualquer empreendimento." (*Giacomo Leopardi*)

**285.** "Às vezes para ensinar algo bom, é preciso ser um pouco rude." (*Paulo Coelho*)

**286.** "Se somos um peixe maior que o tanque em que fomos criados, ao invés de nos adaptarmos a ele, devíamos buscar o oceano." (*Paulo Coelho*)

**287.** "Todas as coisas são difíceis antes de se tornarem fáceis." (*John Norley*)

**288.** "Quando alguém tem força para vencer a si mesmo, nasceu para grandes empreendimentos." (*Henri Lacordaire*)

**289.** "Quem nada empreender, nada terminará." (*Chancer*)

**290.** "Ninguém jamais afundou em seu próprio suor." (*Ann Landers*)

**291.** "Se você quer os acertos, esteja preparado para os erros." (*Carl Yastrzemski*)

**292.** "No mundo dos negócios todos são pagos em duas moedas: dinheiro e experiência. Agarre a experiência primeiro, o dinheiro virá depois." (*Harold Geneev*)

**293.** "A dor é uma advertência, assim como os pequenos prejuízos nos negócios, nos ensinam a ser prudentes." (*Henry Ford*)

**294.** "Os dias prósperos não vêm por acaso; nascem de muita fadiga e persistência." (*Henry Ford*)

**295.** "Querer vencer significa já ter percorrido metade do caminho da vitória." (*Paderewski*)

**296.** "Você será bem sucedido... Mesmo que os demais não acreditem. Basta que tenha confiança em si mesmo." (*O. S. Marden*)

**297.** "O sucesso é um símbolo de autoconfiança." (*Frank S. Cáprio*)

**298.** "Não importa quantos passos você deu para trás. Importa quantos passos você vai dar para frente." (*Décio Melhem*)

**299.** "O sucesso consegue-se com decisão, confiança, persistência; e não, com desânimo, indecisão, lamúrias." (*Paderewski*)

**300.** "Quem deseja vencer à custa de recomendações a apadrinhagens, sofre cruéis decepções." (*Dinamor*)

**301.** "Não foi de um salto que os grandes homens chegaram ao topo do êxito; mas, sim, trabalhando enquanto os outros dormiam." (*James Allen*)

**302.** "Pequenas oportunidades podem ser o começo de grandes oportunidades." (*Demósteles*)

**303.** "As pessoas fariam mais se não julgassem tantas coisas impossíveis." (*Malesherbes*)

**304.** "Não pergunte o que o seu país pode fazer por você; e sim, o que você pode fazer por seu país." (*Ex-presidente Kennedy*)

**305.** "O trabalho é o grande libertador do homem; só a ociosidade o escraviza." (*Fernandes Soares*)

**306.** "Em Japonês, não existe a expressão 'BOA SORTE.' A mais aproximada é 'ESFORCE-SE'." (*Fábio Neves*)

**307.** "Quinze anos atrás as empresas competiam em preço. Hoje é qualidade. Amanhã será no design." (*Robert Hayes*)

**308.** Para ser vitorioso você precisa ver o que não está visível." (*Sun Tzu*)

**309.** "Um profissional é aquele que faz o seu melhor trabalho quando menos vontade tem de o fazer." (*Frank Lloyd Wright*)

**310.** "O conformismo é o carcereiro da liberdade e o inimigo do crescimento." (*John Fitzgerald Kennedy*)

**311.** "Ser líder é como ser uma dama: se você precisa provar que é, então você não é." (*Margareth Thatcher*)

**312.** "Grandes visionários são importantes; Grandes administradores são fundamentais." (*Tom Peters*)

**313.** "Liderança é a capacidade de tomar iniciativas em situações de planejar, organizar a ação e de suscitar colaboração." (*Maria Ap. Ferreira de Aguiar*)

**314.** "O homem que não sabe sorrir, não deve abrir um comércio." (*Provérbio Chinês*)

**315.** "Sempre que um homem passa a ambicionar cargos elevados, sua conduta começa a corromper-se." (*Thomas Jefferson*)

**316.** "Olhar o futuro é enxergar a consequência do presente." (*Lucian Rodrigues*)

**317.** "O decadente se limita a comparecer ao trabalho e se deixar levar pela maré." (*Jack Welch*)

**318.** "Se não puder se destacar pelo talento, vença pelo esforço." (*Dave Weinbaum*)

**319.** "Toda glória deriva da ousadia para começar." (*Eugene F. Ware*)

**320.** "O perigoso não é pensar grande e não conseguir; o perigoso é pensar pequeno e conseguir." (*Luís Marins*)

**321.** "Não ter amigos no governo é regra fundamental para conseguir êxito." (*Abraham Lincoln*)

**322.** Ao observar com que talento criativo resolvemos problemas na vida particular, poderemos, então, transferir tal habilidade para o campo profissional." (*Armando Correa Neto*)

**323.** "A simplicidade é o máximo da sofisticação." (*John Sculley*)

**324.** "Quem quiser alcançar um objetivo distante tem que dar muitos passos curtos." (*Helmut Schmidt*)

**325.** "Quando é necessário mudar? Antes que seja necessário." (*Claus Muller*)

**326.** "O principal perigo na vida é que você pode tomar precauções demais." (*Alfred Adler*)

**327.** "Oportunidade dança com aqueles que já estão no salão." (*H. Jackson Brown*)

**328.** "Pergunte sempre a cada ideia: a quem serves?" (*Bertolt Brecht*)

**329.** "Dar menos que seu melhor é sacrificar o dom que você recebeu." (*Steve Prefontaine*)

**330.** "As pessoas são parecidas em suas promessas. Elas só diferem em seus atos." (*Molière*)

**331.** "As pessoas não gostam que você venda para elas. Mas lembre-se que elas adoram comprar." (*Jeffrey Gitomer*)

**332.** "Inclua em teu trabalho o objetivo de servir e fazer o bem aos demais e conhecerás o que é trabalhar com felicidade." (*Augusto Branco*)

**333.** "Chame o sucesso para fazer parte de sua vida. Acredite no seu potencial criador, seja inovador, treine sua mente para vencer, estipule metas e, principalmente, lute por seus ideais." (*Flávio Souza*)

**334.** "Acredite no seu potencial, procure motivar-se todos os dias, mantenha sua autoestima sempre elevada, você realizará grandes feitos em sua vida." (*Eduardo Frederico*)

**335.** "Se A é o sucesso, então A é igual a X mais Y mais Z. O trabalho é X; Y é o lazer; e Z é manter a boca fechada." (*Albert Einstein*)

**336.** "Os homens prudentes sabem tirar proveito de todas as suas ações, mesmo daquelas a que são obrigados pela necessidade." (*Nicolau Maquiavel*)

**337.** "Palavra e ação juntas não andam bem. Repare na natureza: trabalha continuamente, mas em silêncio." (*Mahatma Gandhi*)

**338.** "A maior recompensa pelo nosso trabalho não é o que nos pagam por ele, mas aquilo em que ele nos transforma." (*Jonh Ruskin*)

**339.** "Nada é difícil se for dividido em pequenas partes." (*Henry Ford*)

**340.** "O sucesso é pessoal e intransferível. Separe um tempo para definir o que é sucesso para você, depois corra atrás disso. Simples assim." (*Jufras Menhal*)

**341.** “Veja o lado bom das coisas. Você já parou pra pensar o que seriam das oportunidades se não fossem as mudanças?” (*Jufras Menhal*)

**342.** “Tente mover o mundo. O primeiro passo será mover a si mesmo.” (*Platão*)

**343.** “O trabalho afasta de nós três grandes males: o aborrecimento, o vício e a necessidade!” (*Voltaire*)

**344.** “Se todo o ano fosse de férias alegres, divertirmo-nos tornar-se-ia mais aborrecido do que trabalhar.” (*William Shakespeare*)

**345.** “ 'Sem dor, sem ganhos' ” adversidades são obstáculos que você só precisa de motivação e autoconfiança para ultrapassa-los.” (*Paulo Ricardo Santanna*)

**346.** "Não seja nunca a dessas almas frias e tímidas que não conhecem nem a vitória nem a derrota." (*Theodore Roosevelt*)

**347.** "O arquiteto de suas aflições e o destruidor de suas oportunidades de elevação – é você mesmo". (*Francisco Cândido Xavier*)

**348.** "Se o destino não te dá mais uma chance não desista, lute pelo que é seu." (*Elli Brito*)

**349.** “Você nunca sabe que resultados virão da sua ação. Mas se você não fizer nada, não existirão resultados.” (*Mahatma Gandhi*)

**350.** “Se não puder voar, corra. Se não puder correr, ande. Se não puder andar, rasteje, mas continue em frente de qualquer jeito.” (*Martin Luther King Jr.*)

**351.** Acredite no que quiser e acredite piamente. E se preciso, mude de opinião." (*Fred Sá Teles*)

**352.** "Não desista jamais e saiba valorizar quem te ama, esses sim merecem seu respeito. Quanto ao resto, bom, ninguém nunca precisou de restos para ser feliz." (*Pâmela Rugoni Belin*)

**353.** "Lute com determinação, abrace a vida com paixão, perca com classe e vença com ousadia." (*Charles Chaplin*)

**354.** Lute sabendo que no final a vitória sempre vem e quanto maior for a luta, maior será a sua vitória." (*Ana Meira*)

**355.** "Não basta reconhecer um erro. É preciso atitude forte para repará-lo e perseverança para jamais repeti-lo." (*Karine Axer Oliveira e Silva*)

**356.** "Um dos segredos do sucesso é se recusar a deixar que adversidades temporárias nos derrotem." (*Mary Kay Ash*)

**357.** "Para se ter sucesso, é necessário amar de verdade o que se faz. Caso contrário, levando em conta apenas o lado racional, você simplesmente desiste. É o que acontece com a maioria das pessoas." (*Steve Jobs*)

**358.** "A maioria dos sucessos brota de um obstáculo ou fracasso. Eu me tornei um desenhista porque eu falhei em minha meta de me tornar um executivo de sucesso". (*Scott Adams*)

**359.** "Não acredito em circunstância: os indivíduos de sucesso são aqueles que saem e procuram as condições que desejam; e, se não as encontram, criam-nas." (*George Bernard Shaw*)

**360.** "Você é totalmente perfeito e seu sucesso na vida será diretamente proporcional à sua habilidade de aceitar esta verdade sobre você mesmo." (*Dr. Robert Anthony*)

**361.** “Uma chave importante para o sucesso é a autoconfiança. Uma chave importante para a autoconfiança é a preparação.” (*Arthur Ashe*)

**362.** Cada vez que você mente, mesmo uma pequena mentira inofensiva, existem fortes forças empurrando você em direção ao fracasso.” (*Joseph Sugarman*)

**363.** “Sucesso parece ser em grande parte uma questão de continuar depois que outros desistiram.” (*William Feather*)

**364.** “O sucesso resulta de cem pequenas coisas feitas de forma um pouco melhor. O insucesso, de cem pequenas coisas feitas de forma um pouco pior.” (*Henry Kissinger*)

**365.** “A maioria das pessoas teria sucesso em coisas pequenas, se eles não estivessem preocupados com grandes ambições.” (*Henry Wadsworth Longfellow*)

**E para os anos bissextos, uma frase bônus para você.**

**366.** “Leve porrada, mas nunca deixem abalar a sua essência.” (*Eder Prado*)

# Final

Aproveite para colocar em prática toda a inspiração que esse livro te oferece e encurte a distância entre você e seus objetivos.

Vá agora para nossa fanpage e dá um curtir: [ederpradocom](https://www.facebook.com/ederpradocom)

Indique e compartilhe o e-book e continue por dentro das novidades do blog [ederprado.com](https://www.ederprado.com). Têm muito mais conteúdo de qualidade lá.

Te desejo Sucesso!