



+31

FRASES MOTIVACIONAIS DO
Senhor Tanquinho

Vol. 2

SOBRE OS AUTORES

Este eBook foi carinhosamente feito por Guilherme Torres e Roney Fernandes - os responsáveis pelo Senhor Tanquinho.



SOBRE O SENHOR TANQUINHO

Senhor Tanquinho é o site de alimentação e saúde que você pode confiar - porque é comprometido com ajudar você a conquistar os resultados e o estilo de vida com liberdade que você deseja e merece.

Nossa missão é ajudar a colocar **você no controle do seu corpo.**



O QUE É ESTE LIVRO

Este livro é uma compilação de algumas das nossas 31 frases motivacionais favoritas.

A nossa intenção ao escrevê-lo foi que você conseguisse obter os mesmos benefício e motivação que nós obtivemos e obtemos com essas pérolas de sabedoria.

COMO LER ESTE LIVRO

Como você quiser, é claro!

Mas vamos dizer aqui o modo como nós pessoalmente gostamos de usar este livro.

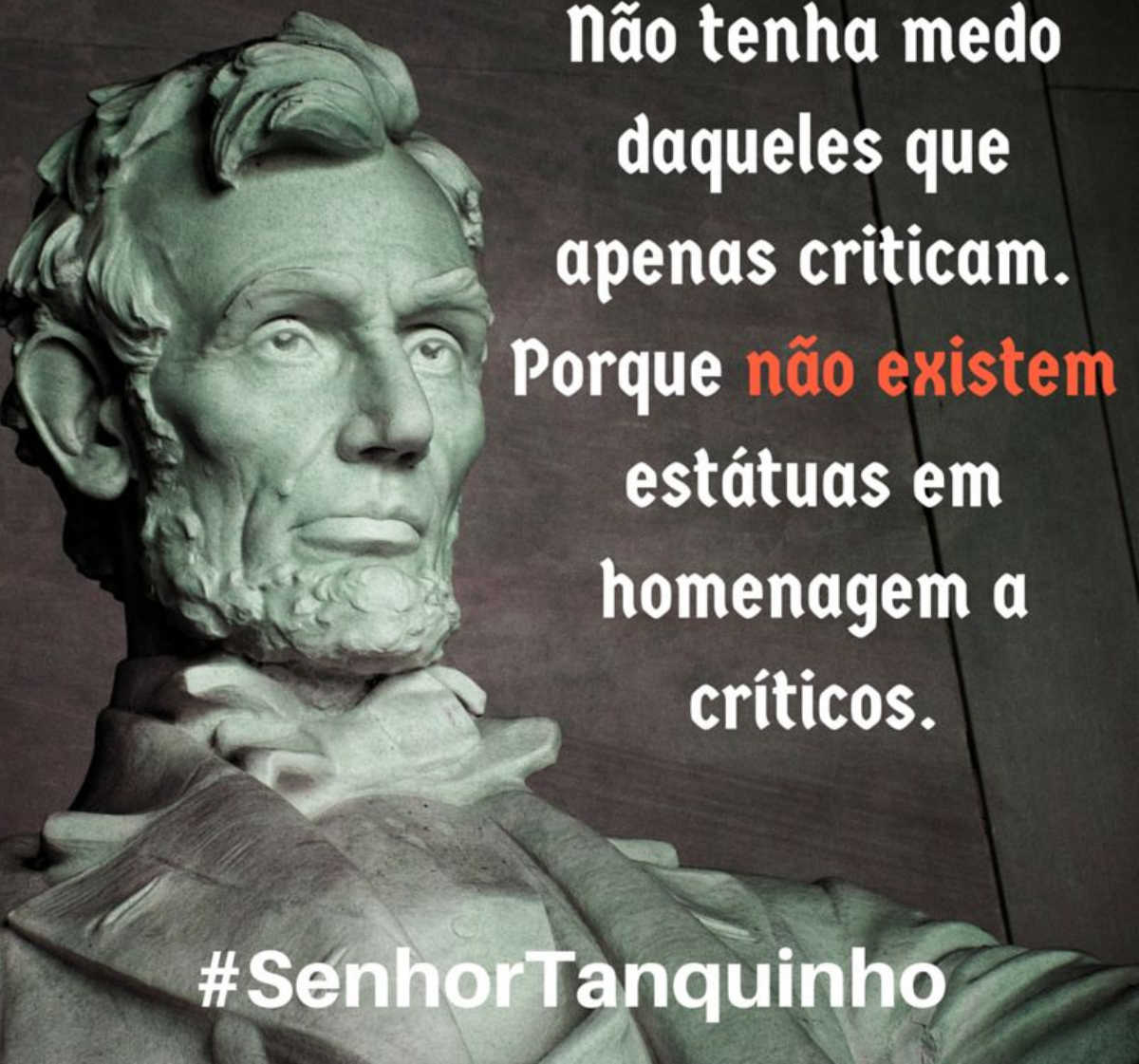
Gostamos de abrir uma frase por dia (pode ser na ordem do livro, ou mesmo aleatoriamente), logo antes de começarmos a trabalhar.

Aí, lemos a frase em voz alta e nos perguntamos em que situação das nossas vidas ela se encaixa, e como podemos fazer para melhorar um pouco mais neste dia que se inicia.

Seja como for, queremos que você se sinta à vontade para nos mandar um email contando seu progresso, suas descobertas e sua evolução.

Ao seu sucesso!

Guilherme e Roney



Não tenha medo
daqueles que
apenas criticam.
Porque **não existem**
estátuas em
homenagem a
críticos.

#SenhorTanquinho

AS COISAS VÊM PARA AQUELES QUE ESPERAM...

Mas somente as
coisas deixadas por
aqueles que **lutam...**



A diferença entre o
mestre e o **aprendiz**
é que o **mestre** teve
de falhar mais
vezes do que o
aprendiz chegou a
tentar.



#SenhorTanquinho

ALGUMAS PESSOAS
SONHAM COM O
SUCESSO



ENQUANTO OUTRAS
ACORDAM E TRABALHAM
DURO PARA FAZÊ-LO
ACONTECER

#SENHORTANQUINHO

• Comece onde **uocê** está
Use o que **uocê** puder usar

Faça o que **você**
tiver de fazer



@senhortanquinho

Crescer dói.

Mudar dói.

**Mas nada dói mais do
que estar preso ao
que não é seu.**

Daqui a um ano

você vai desejar

ter começado

HOJE



Senhor.
Tanquinho

É melhor caminhar sozinho
do que com alguém que
atrapalha seu caminho



#SenhorTanquinho

Evolução não se
trata de ser
perfeito - e sim
de progredir
sempre.



#SENHORTANQUINHO

NÃO TENHA MEDO DE
FALHAR
E SIM DE
NÃO TENTAR



MICHAEL JORDAN

#SENHOR TANQUINHO



**VOCÊ NÃO CONSEGUE
RESULTADOS
FORA DO COMUM
APENAS SEGUINDO O
SENSO COMUM**



#SENHORTANQUINHO

Não deixe os **erros e**
frustrações do
passado controlarem
o seu
FUTURO





Não importa quanto
lentamente você esteja
progredindo - você ainda
está na frente de **todos**
que não começaram.

| #SENHORTANQUINHO
| #CONTROLESEUCORPO



Não tenha medo de
falhar

E sim de jamais
progredir

#SENHORTANQUINHO

O Futuro Depende Do que fazemos hoje

Mahatma Gandhi



"O passado pode
doer, mas, do jeito
que eu vejo, você
pode fugir dele ou
aprender com ele."

- Rafiki



O preço de tentar e errar
é bem mais barato do que
o de
**não fazer
nada**



Permita a você mesmo
ser um aprendiz.
Ninguém começa
sabendo tudo.



#SenhorTanquinho



Quando você
pensar em
desistir...

Pense em por
que você
começou...

Se o vento não
ajudar
pegue os remos.



#SenhorTanquinho

”

Se **você** não
mudar nada,
Nada vai mudar.

Tony Robbins

#SENHORTANQUINHO

Se você está cansado de
RECOMEÇAR



Pare de **DESISTIR.**

- "Se você quer **mudar seus hábitos**, existem duas regras:

#1 - Comece agora

#2 - Não se desvie."

Wyatt Woodsmall



#SenhorTanquinho



SE VOCÊ QUER TER
SUCESSO

SEJA

CONSISTENTE

SENHOR
TANQUINHO

O INVESTIMENTO COM MELHOR RETORNO É EM CONHECIMENTO

#SENHORTANQUINHO

Você tem que estar comprometido
com sua saúde.

Muita gente está "interessada" em
emagrecer e viver saudável.

Mas quantos estão comprometidos?

#SENHORTANQUINHO

Sucesso não acontece
da noite para o dia...



**Mas sim quando a cada dia
você melhora um pouco em
relação ao dia anterior.**

**Tá vendo aquele cara no
topo da montanha?**

Ele não nasceu lá.



#SenhorTanquinho

O paradoxo é que eu
primeiro preciso me aceitar
como sou



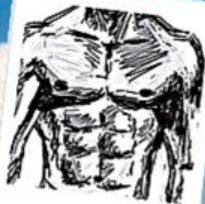
Para então
conseguir MUDAR

#SENHORTANQUINHO

VOCÊ DEVE SER
LENTO NA DECISÃO
E RÁPIDO NA
EXECUÇÃO

Napoleão Bonaparte





Você vai me ver

LUTAR

Mas nunca vai me ver

DESISTIR

#SENHORTANQUINHO

Compartilhe este eBook com alguém que você gosta!



Assim você ajuda seu amigo a atingir seus objetivos
- e o Senhor Tanquinho a divulgar seu trabalho



Senhor
Tanquinho