

THYAGO AVELINO



# Pense nisso

180 reflexões diárias para a alma

academia

THYAGO AVELINO

# Pense nisso

180 reflexões diárias para a alma

**academia**

TRECHO ANTECIPADO PARA DIVULGAÇÃO. VENDA PROIBIDA.

Copyright © Thyago Avelino, 2026  
Copyright © Editora Planeta do Brasil, 2026  
Todos os direitos reservados.

*Preparação:* Karine Ribeiro  
*Revisão:* Elisa Martins e Luana Negraes  
*Projeto gráfico e diagramação:* Gisele Baptista de Oliveira  
*Capa:* Renata Vidal  
*Imagem de capa:* © PackagingMonster via Shutterstock  
*Imagens de miolo:* Freepik e © PackagingMonster via Shutterstock

DADOS INTERNACIONAIS DE CATALOGAÇÃO NA PUBLICAÇÃO (CIP)  
ANGÉLICA ILACQUA CRB-8/7057

Avelino, Thyago  
Pense nisso : 180 reflexões diárias para a alma /  
Thyago Avelino. – São Paulo : Planeta do Brasil, 2026.  
192 p.

ISBN: 978-85-422-4023-8

1. Desenvolvimento pessoal 2. Afirmações I. Título

25-5576

CDD 158.1

Índice para catálogo sistemático:

1. Desenvolvimento pessoal

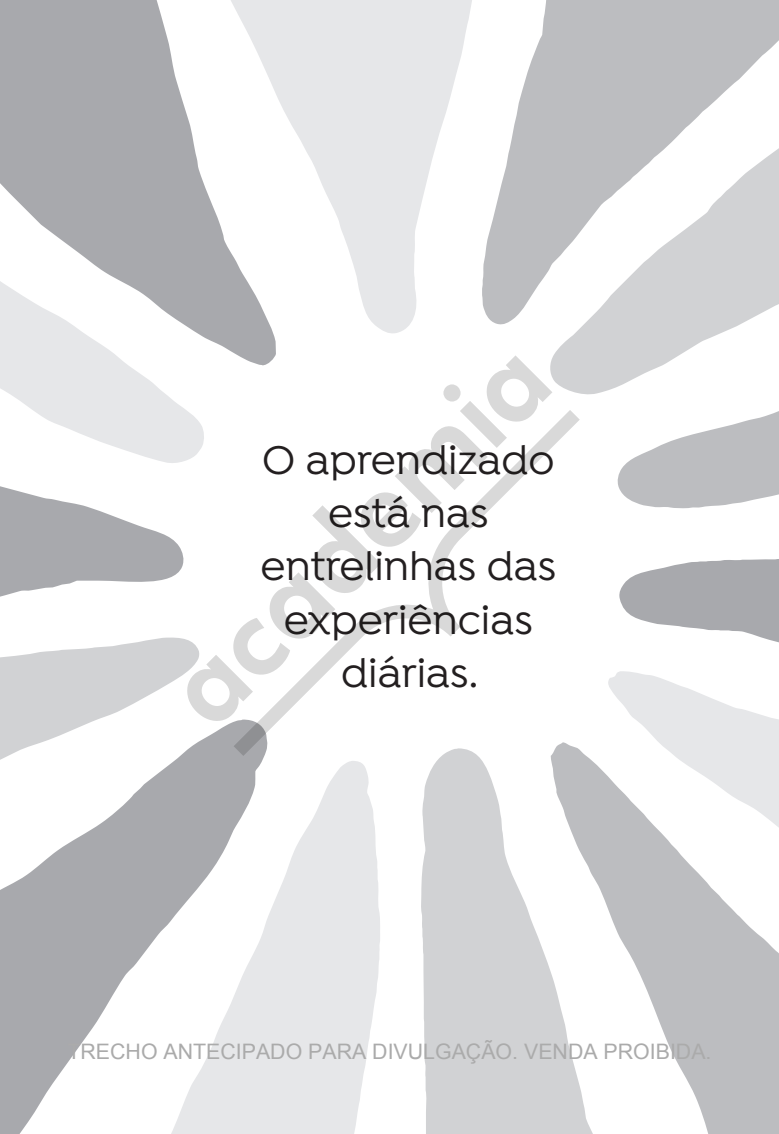


Ao escolher este livro, você está apoiando  
o manejo responsável das florestas do mundo  
e outras fontes controladas

2026  
Todos os direitos desta edição reservados à  
Editora Planeta do Brasil Ltda.  
Av. Paulista, 854, 2º andar – Bela Vista  
São Paulo – SP – CEP 01310-913  
[www.planetadelivros.com.br](http://www.planetadelivros.com.br)  
[faleconosco@editoraplaneta.com.br](mailto:faleconosco@editoraplaneta.com.br)

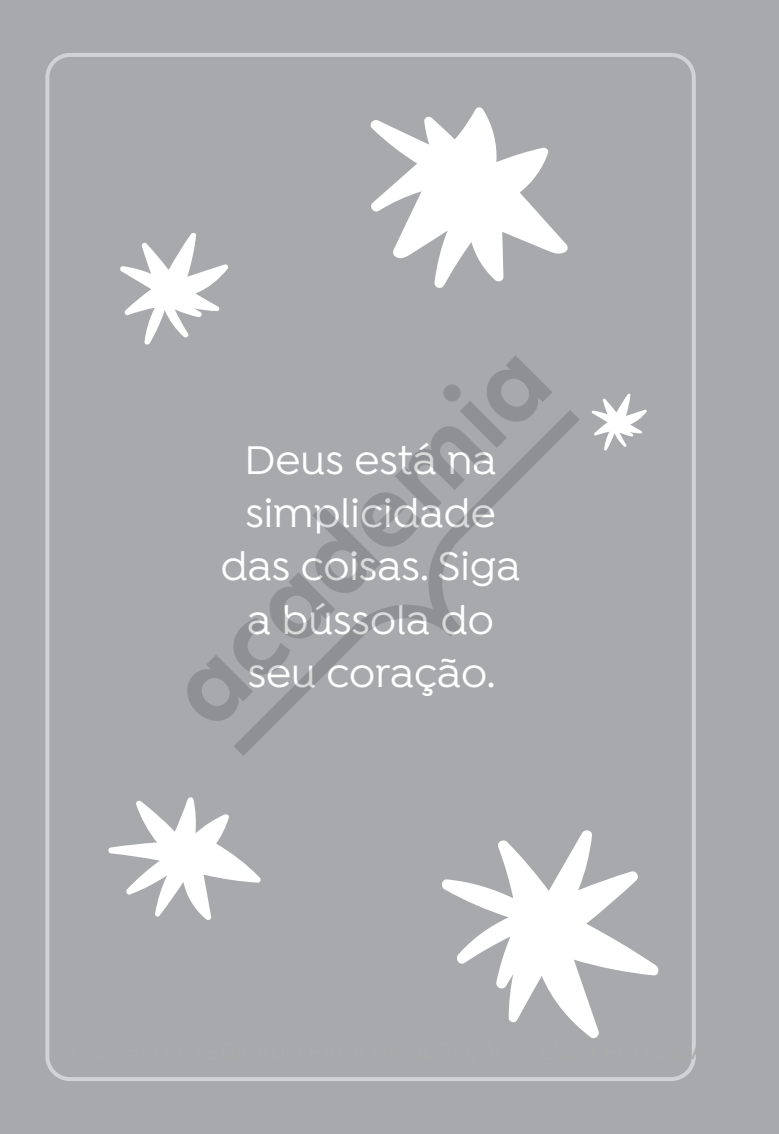
**Acreditamos nos livros**

Este livro foi composto em risadora e impresso pela L&S Gráfica para a Editora Planeta do Brasil em janeiro de 2026.

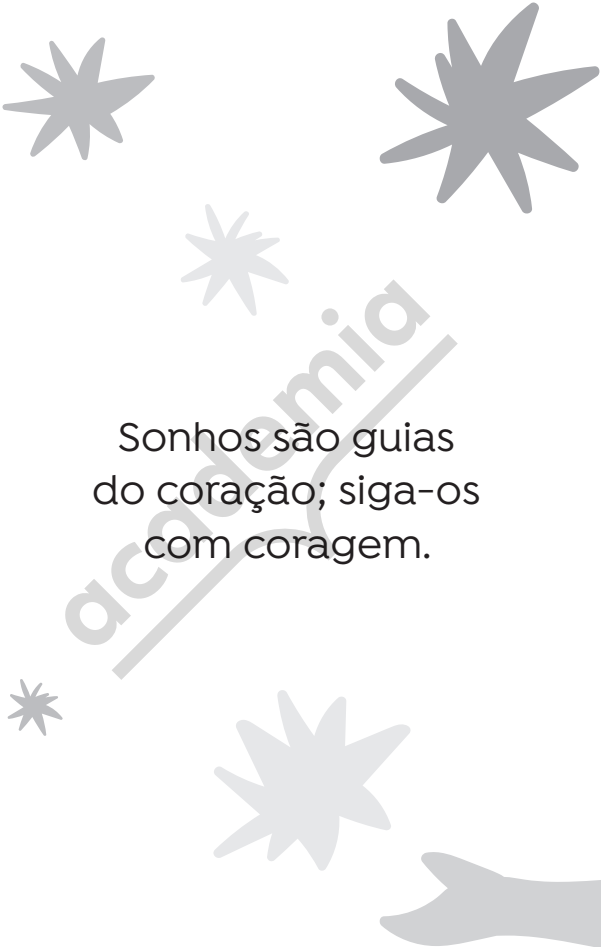


O aprendizado  
está nas  
entrelinhas das  
experiências  
diárias.

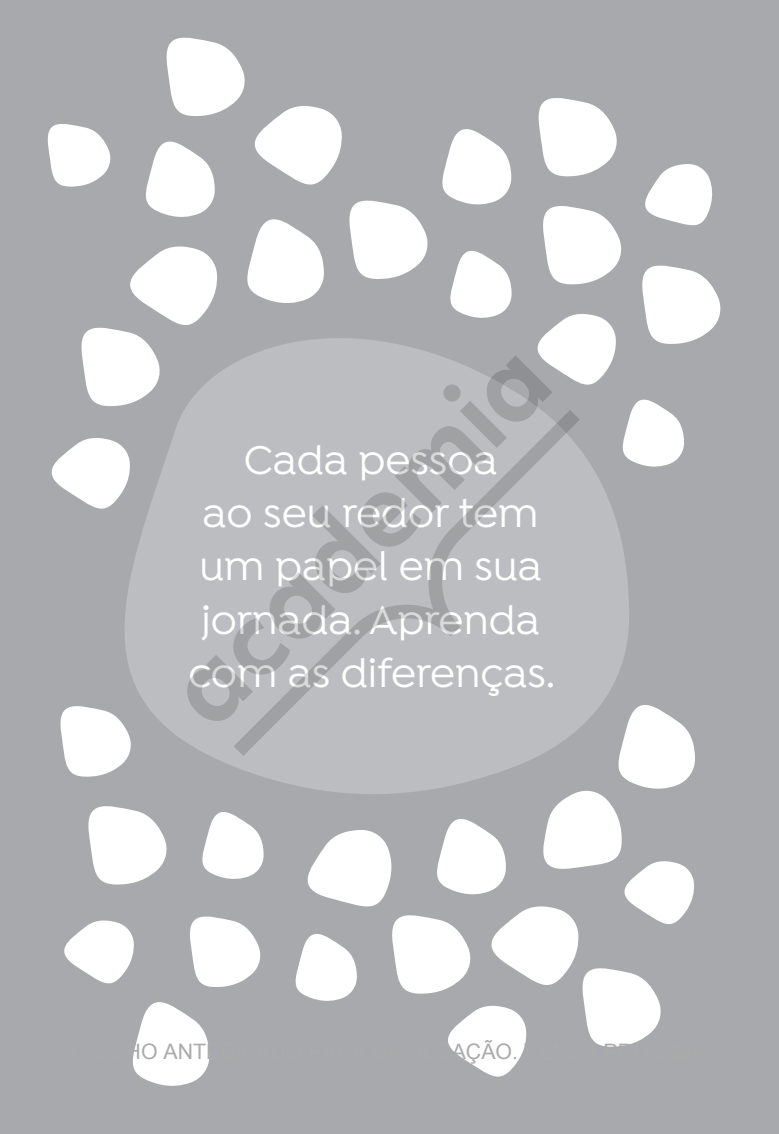
RECHO ANTECIPADO PARA DIVULGAÇÃO. VENDA PROIBIDA.



Deus está na  
simplicidade  
das coisas. Siga  
a bússola do  
seu coração.



Sonhos são guias  
do coração; siga-os  
com coragem.



Cada pessoa  
ao seu redor tem  
um papel em sua  
jornada. Aprenda  
com as diferenças.

HO ANTI

ÇÃO.



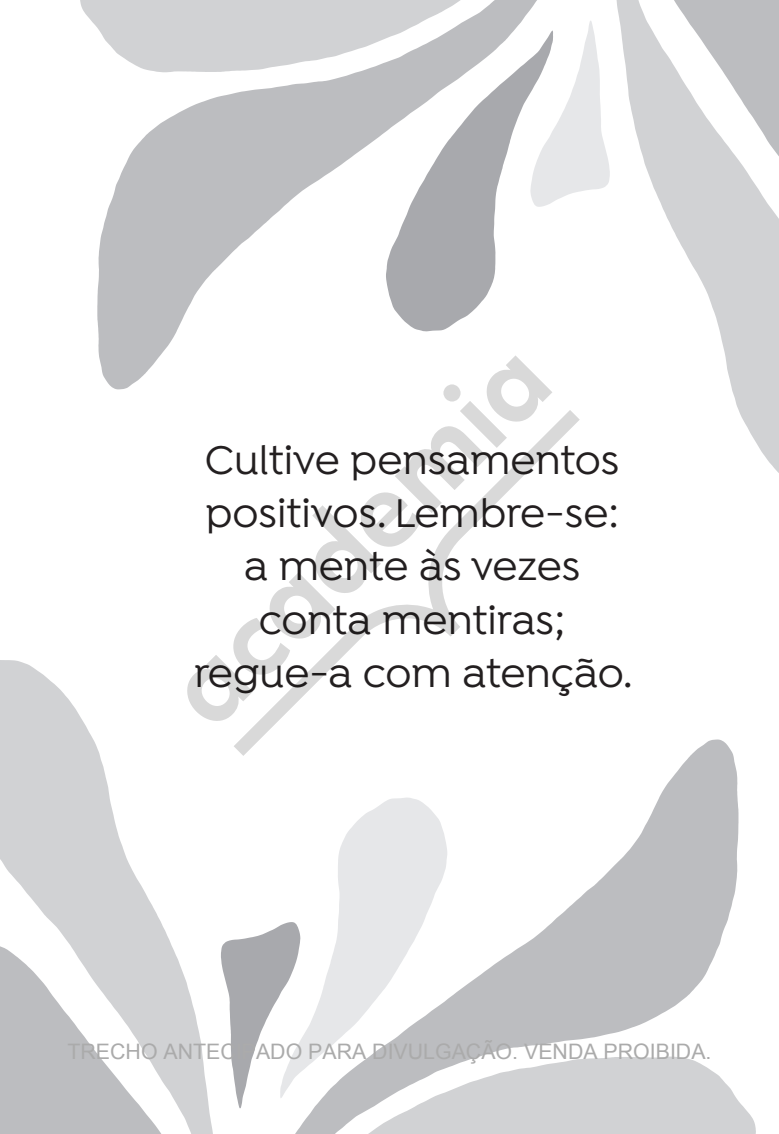
Tudo acontece  
por um motivo  
divino; confie no  
processo e siga  
em frente.





Toda pergunta tem  
resposta – basta  
estar atento para  
enxergá-la.



The background of the page features large, stylized leaf shapes in various shades of gray, creating a modern, organic pattern.

Cultive pensamentos  
positivos. Lembre-se:  
a mente às vezes  
conta mentiras;  
regue-a com atenção.

O maior desafio da  
vida é compreender  
os sinais e usá-los  
a seu favor.





Use a razão, mas  
também escute  
sua intuição.



Você tem o poder  
de escolher seu  
caminho. Use seu  
livre-arbítrio com  
sabedoria.



Os sinais da vida  
estão por toda parte  
– preste atenção ao  
que Deus quer te  
mostrar hoje.





Transforme  
desafios em  
oportunidades  
de crescimento.

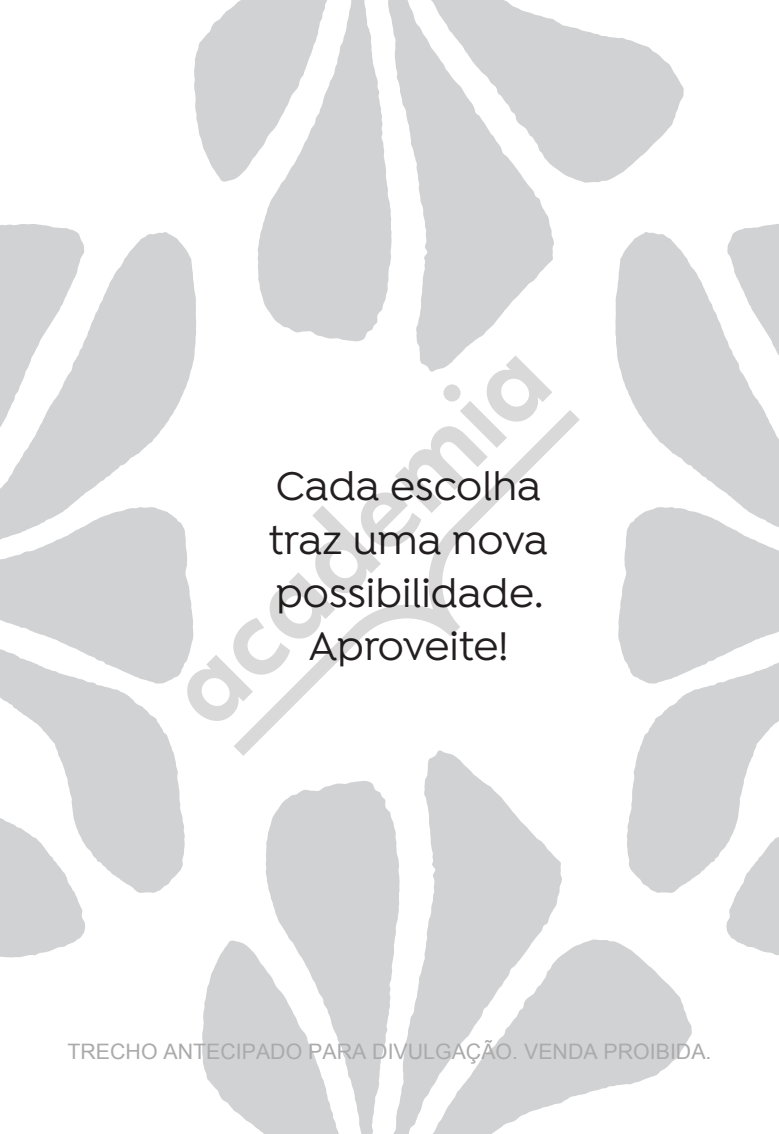


Não tenha medo  
de mudar a direção  
se o coração pedir.  
A vida é agora.



O autoconhecimento  
é a chave para  
decisões mais  
assertivas.





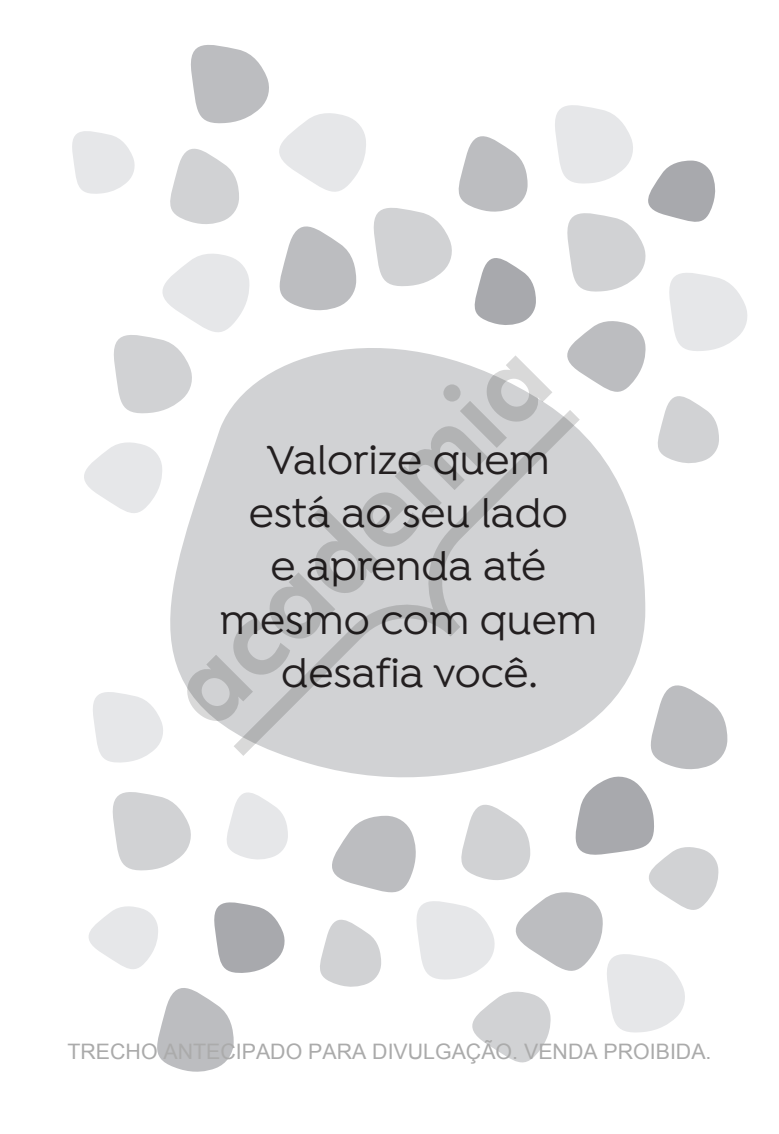
Cada escolha  
traz uma nova  
possibilidade.  
Aproveite!

TRECHO ANTECIPADO PARA DIVULGAÇÃO. VENDA PROIBIDA.



O equilíbrio entre  
razão e emoção  
leva a decisões  
mais conscientes.





Valorize quem  
está ao seu lado  
e aprenda até  
mesmo com quem  
desafia você.



Os sonhos de  
ontem podem  
iluminar as  
respostas de hoje  
e fortalecer o  
amanhã.