

coautor de AS 25 LEIS BÍBLICAS DO SUCESSO

WILLIAM DOUGLAS

— & —

FLAVIO VALVASSOURA



COMO VENCER GIGANTES

LIÇÕES BÍBLICAS DA LUTA
ENTRE DAVI E GOLIAS



SEXTANTE

COMO VENCER
GIGANTES

Sumário

Introdução	11
A história completa	13
Quem é quem	19
PARTE 1: <i>Antes da batalha</i>	23
1. Guerras e gigantes	24
2. Gigantes que se criam sozinhos	29
3. Gigantes criados por nós mesmos	31
4. Gigantes que valem a pena	35
5. A estratégia torna o gigante menor	39
6. O medo aumenta o tamanho do gigante	46
7. Faça o que tem de ser feito	51
8. Qual é a sua carga?	58
PARTE 2: <i>Os gigantes antes dos gigantes</i>	63
9. Desarmonia	64
10. Desânimo	69
11. Desespero	73
12. Descrédito	77
13. Desperdício de energia	82

PARTE 3: <i>A batalha</i>	87
14. Motivação: o que ganhará quem matar o gigante?	88
15. Desenvolva habilidades e assuma suas responsabilidades	92
16. Seja você mesmo	95
17. Não dê sua armadura para os outros	99
18. Escolha suas pedras... e lute!	103
19. Termine o que começou	108
PARTE 4: <i>Lições para o campo de batalha</i>	113
20. Não basta ser grande	114
21. Evite os excessos	117
22. O dever de cada um	120
23. Os erros de Golias	123
24. Valorize o pouco	128
25. Pequenos unidos podem vencer o grande	131
26. Gigantes podem ser derrotados	134
27. Vence quem se prepara melhor	138
PARTE 5: <i>Lições para as batalhas do dia a dia</i>	143
28. Economize e desfrute	144
29. Distancie-se para ver melhor	147
30. Aprenda a dar, receber e recusar	151
31. Você nunca está sozinho	155
32. Procure o melhor ângulo	158
33. Atitude vale mais que estatura	162
34. Outros gigantes virão	165
35. Os gigantes da velhice	169
36. Amor paternal e filial	172
37. Honra e reputação	176
Conclusão	179
Bibliografia	186
Agradecimentos	188

Introdução

O objetivo deste livro é ensinar você a enfrentar as batalhas do dia a dia. Para isso, vamos analisar uma das mais conhecidas histórias da Bíblia: a surpreendente luta entre Davi e Golias.

Toda batalha tem uma história pretérita, que explica como os adversários chegaram até o momento do combate e que pode justificar, na maioria das vezes, o porquê de um deles sair vencedor. E, além de tudo o que a batalha em si representa, o que acontece *depois* dela também ensina muita coisa. É preciso, portanto, observar o quadro mais amplo para entender o que ele tem a nos mostrar. E é exatamente isso que faremos aqui.

Essa batalha épica traz ensinamentos poderosos para nos inspirar a vencer nossos próprios gigantes – sejam eles desafios no trabalho, conflitos no relacionamento, crises pessoais, problemas de saúde, etc. As atitudes e escolhas de Davi, assim como as estratégias e artimanhas de Golias, são fontes riquíssimas de aprendizado. Mas não podemos cometer o erro de focar apenas o momento crucial em que ambos estão frente a frente na arena. Essa abordagem, definitivamente, não é o melhor modo de absorver todas as lições desse episódio.

Assim, optamos por separar as lições por ordem lógica, mais do que cronológica, traçando um perfil resumido de cada um de seus participantes e dividindo a história em três momentos: antes, durante e depois da batalha.

Nos capítulos em que tratamos das situações que aconteceram antes da batalha, demonstramos maneiras de lidar com os diversos gigantes da vida e apresentamos as características que diferenciam Davi dos outros homens. Nos capítulos em que abordamos o momento da batalha, discorremos sobre os pontos essenciais do combate. A seguir, quando discorremos sobre o que acontece após a batalha, traçamos uma série de lições para suas batalhas pessoais. Dentro de cada um desses blocos, aí sim, seguimos a ordem cronológica dos fatos, conforme o relato bíblico.

Nossa intenção foi sistematizar e estruturar as valiosas lições que poderiam passar despercebidas ao longo da história. Mas é preciso salientar que elas não foram criadas por nós, autores deste livro: são da própria Bíblia. Nós apenas as trouxemos à luz. Cada uma delas, individualmente, é poderosa e inspiradora. Juntas, são capazes de mudar uma vida, um destino e até mesmo uma nação.

Esperamos que a vitória do jovem Davi sobre o temido filisteu seja uma inspiração para sua vida daqui por diante. E que as lições dessa história o ajudem a vencer os gigantes que você escolher enfrentar – e aqueles que ousarem aparecer à sua frente.

WILLIAM DOUGLAS e FLAVIO VALVASSOURA

A história completa

1 Samuel 17

Golias desafia os israelitas

¹ Os filisteus reuniram seu exército para a batalha e acamparam em Efes-Damim, entre Socó, em Judá, e Azeca. ² Em resposta, Saul reuniu as tropas israelitas perto do vale de Elá. ³ Assim, os filisteus e os israelitas ficaram frente a frente, em colinas opostas, com o vale entre eles.

⁴ Então Golias, um guerreiro filisteu de Gate, saiu das fileiras do exército filisteu. Ele tinha 2,90 metros de altura, ⁵ usava um capacete de bronze e vestia uma couraça de escamas de bronze que pesava 60 quilos. ⁶ Também usava caneleiras de bronze e carregava no ombro um dardo de bronze. ⁷ A haste de sua lança era pesada e grossa, como o eixo de um tear, e a ponta de ferro da lança pesava cerca de 7 quilos. Seu escudeiro caminhava à frente dele.

⁸ Golias parou e gritou para as tropas israelitas: “Por que saíram todos para lutar? Eu sou filisteu, e vocês são servos de Saul. Escolham um homem para vir aqui e lutar comigo!” ⁹ Se ele me matar, seremos seus escravos. Mas, se eu o matar, vocês serão nossos escravos! ¹⁰ Desafio hoje os exércitos de Israel. Mandem um homem

para lutar comigo!”¹¹ Quando Saul e os israelitas ouviram isso, ficaram aterrorizados e muito abalados.

Jessé envia Davi ao acampamento de Saul

¹² Davi era filho de Jessé, efrateu de Belém, na terra de Judá. Na época do rei Saul, Jessé já era idoso e tinha oito filhos. ¹³ Os três filhos mais velhos de Jessé – Eliabe, Abinadabe e Simeia – haviam se alistado no exército de Saul para lutar contra os filisteus. ¹⁴ Davi era o mais novo. Seus três irmãos mais velhos seguiam o exército de Saul, ¹⁵ enquanto Davi ia e voltava para ajudar seu pai a cuidar das ovelhas em Belém.

¹⁶ Durante quarenta dias, pela manhã e à tarde, o guerreiro filisteu se apresentava diante do exército israelita e o desafiava.

¹⁷ Um dia, Jessé disse a Davi: “Leve depressa para seus irmãos que estão no acampamento este cesto com grãos tostados e estes dez pães. ¹⁸ Leve também estes dez queijos para o capitão deles. Veja como estão seus irmãos e traga notícias deles.” ¹⁹ Os irmãos de Davi estavam com Saul e o exército israelita no vale de Elá, lutando contra os filisteus.

²⁰ Davi deixou as ovelhas com outro pastor e, na manhã seguinte, partiu bem cedo com os presentes, como Jessé havia ordenado. Chegou ao acampamento quando o exército israelita saía para o campo de batalha com gritos de guerra. ²¹ Logo filisteus e israelitas estavam frente a frente, exército contra exército. ²² Davi deixou suas coisas com o responsável pelos suprimentos e correu até a frente de batalha para saudar seus irmãos. ²³ Enquanto falava com eles, Golias, o guerreiro filisteu de Gate, saiu das fileiras do exército filisteu. Davi o ouviu gritar seu desafio habitual.

²⁴ Quando os israelitas viram Golias, começaram a fugir, apavorados. ²⁵ “Vocês viram aquele homem?”, perguntavam uns aos outros. “Ele sai todos os dias para desafiar Israel. O rei ofereceu uma grande recompensa para quem o matar. Dará uma de suas

filhas como esposa e isentará toda a família dele de pagar impostos!”

²⁶ Então Davi perguntou aos soldados que estavam por perto: “O que receberá o homem que matar esse filisteu e acabar com suas provocações contra Israel? Afinal de contas, quem é esse filisteu incircunciso para desafiar os exércitos do Deus vivo?”

²⁷ Os soldados repetiram o que tinham dito e confirmaram: “Sim, essa será a recompensa para quem o matar.”

²⁸ Quando Eliabe, irmão mais velho de Davi, o ouviu falando com os soldados, ficou furioso e perguntou: “O que você está fazendo aqui? Não devia estar tomando conta daquelas poucas ovelhas? Conheço sua arrogância e suas más intenções. Você quer apenas ver a batalha!”

²⁹ “O que eu fiz agora?”, disse Davi. “Só fiz uma pergunta!”
³⁰ Então foi até outros soldados, fez a mesma pergunta e recebeu a mesma resposta. ³¹ Alguém contou ao rei Saul o que Davi tinha dito e o rei mandou chamá-lo.

Davi mata Golias

³² Davi disse a Saul: “Ninguém se preocupe por causa desse filisteu. Seu servo vai lutar contra ele.”

³³ Saul respondeu: “Você não conseguirá lutar contra esse filisteu e vencer! É apenas um rapaz, e ele é guerreiro desde a juventude.”

³⁴ Davi, porém, insistiu: “Tomo conta das ovelhas de meu pai e, quando um leão ou um urso aparece para levar um cordeiro do rebanho, ³⁵ vou atrás dele com meu cajado e tiro o cordeiro de sua boca. Se o animal me ataca, eu o seguro pela mandíbula e dou golpes nele com o cajado até ele morrer. ³⁶ Fiz isso com o leão e o urso, e farei o mesmo com esse filisteu incircunciso, pois ele desafiou os exércitos do Deus vivo!” ³⁷ E disse ainda: “O SENHOR que me livrou das garras do leão e do urso também me livrará desse filisteu!”

Por fim, Saul consentiu. “Está bem, então vá”, disse. “E que o SENHOR esteja com você!”

³⁸ Então Saul deu a Davi sua própria armadura, incluindo uma couraça e um capacete de bronze. ³⁹ Davi prendeu a espada sobre a armadura e tentou dar alguns passos, pois nunca tinha usado essas coisas.

“Não consigo andar com tudo isso, pois não estou acostumado”, disse a Saul, e tirou a armadura. ⁴⁰ Pegou cinco pedras lisas de um riacho e as colocou em sua bolsa de pastor. Armado apenas com seu cajado e sua funda, foi enfrentar o filisteu.

⁴¹ Golias, com seu escudeiro à frente, caminhava em direção a Davi, ⁴² rindo com desprezo do belo jovem ruivo. ⁴³ Gritou para Davi: “Por acaso sou um cão para que você venha a mim com um pedaço de pau?” E amaldiçoou Davi em nome de seus deuses. ⁴⁴ “Venha cá, e darei sua carne às aves e aos animais selvagens!”, berrou Golias.

⁴⁵ Davi respondeu ao filisteu: “Você vem a mim com uma espada, uma lança e um dardo, mas eu vou enfrentá-lo em nome do SENHOR dos Exércitos, o Deus dos exércitos de Israel, que você desafiou. ⁴⁶ Hoje o SENHOR entregará você em minhas mãos e eu o matarei e cortarei sua cabeça. Então darei os cadáveres de seus homens às aves e aos animais selvagens, e o mundo todo saberá que há Deus em Israel! ⁴⁷ E todos que estão aqui reunidos saberão que o SENHOR salva seu povo, mas não com espada nem com lança. A batalha é do SENHOR, e ele entregará vocês em nossas mãos!”

⁴⁸ Quando o filisteu se aproximou para atacar, Davi foi correndo enfrentá-lo. ⁴⁹ Enfiou a mão na bolsa, pegou uma pedra e atirou-a com sua funda. A pedra acertou o filisteu na testa e ficou encravada ali. E Golias caiu com o rosto em terra.

⁵⁰ Assim, Davi venceu o filisteu e o matou com apenas uma funda e uma pedra, pois não tinha espada. ⁵¹ Em seguida, correu até o filisteu, puxou da bainha a espada dele e a usou para matá-lo e cortar-lhe a cabeça.

Israel derrota os filisteus

Quando os filisteus viram que seu melhor guerreiro estava morto, deram meia-volta e fugiram. ⁵² Os soldados de Israel e de Judá soltaram um forte grito de vitória e perseguiram os filisteus até Gate e até os portões de Ecom. E os corpos dos filisteus mortos e feridos ficaram espalhados pelo caminho de Saarim até Gate e Ecom. ⁵³ Então o exército israelita voltou e saqueou o acampamento abandonado dos filisteus. ⁵⁴ (Davi levou a cabeça do filisteu para Jerusalém, mas guardou as armas dele em sua própria tenda.)

⁵⁵ Quando Saul viu Davi sair para lutar contra os filisteus, perguntou a Abner, o comandante de seu exército: “Abner, quem é o pai desse rapaz?”

“Não faço ideia, ó rei!”, disse Abner.

⁵⁶ “Então descubra quem é o pai dele!”, ordenou.

⁵⁷ Assim que Davi voltou, depois de matar Golias, Abner o levou a Saul. Ele ainda carregava a cabeça do filisteu em suas mãos.

⁵⁸ Saul perguntou: “Quem é seu pai, meu rapaz?”

E Davi respondeu: “Sou filho de Jessé, que vive em Belém.”

Quem é quem

A batalha entre Davi e Golias não teria acontecido sem a participação de Saul e dos outros personagens diretamente envolvidos na trama. Por isso é importante entendermos quem é quem nessa história:

SAUL – Foi o primeiro rei de Israel. Até então, Israel não era governado por reis, mas o povo insistia em ser liderado por um monarca, a exemplo de outros povos da época. Portanto, Saul não foi criado para ser rei. Apesar disso, ele começou bem o seu reinado, obtendo importantes vitórias. Depois, no entanto, o sucesso subiu-lhe à cabeça. Saul deixou de respeitar a autoridade espiritual de Samuel e desobedeceu a uma ordenança divina. A consequência por esse erro foi ter sido destituído por Deus do seu trono (1 Samuel 13:1-14). Começou a ser assombrado por espíritos malignos e sua vida entrou em decadência física, moral e espiritual. Saul morreu em combate ao lado de seu filho, Jônatas.

SAMUEL – Profeta escolhido por Deus para liderar seu povo, com funções sacerdotais e políticas. Seu nascimento foi um mi-

lagre e, desde a infância, Samuel tinha comunhão íntima com Deus. Logo assumiu posição de destaque em Israel, tornando-se um dos principais personagens da Bíblia Sagrada. Embora sábio e justo, Samuel tinha temperamento forte e, como todo ser humano, também cometia erros. Coube a ele ungir Saul e Davi reis de Israel.

JESSÉ – Pai de Davi, Eliabe e outros seis filhos. Como pai, seguia o padrão da época e tinha preferência pelo primogênito, Eliabe.

DAVI – Filho caçula de Jessé. Quando enfrentou Golias, ainda era praticamente um adolescente. Além de cuidar das ovelhas, tocava harpa. Essa habilidade fez com que servisse na corte de Saul durante um período, o que o aproximou do rei. Mais tarde, quando se ofereceu para enfrentar o gigante, Saul indagou-lhe sobre quem era seu pai. Alguns acreditam que Davi crescera e que, por isso, não foi reconhecido; outros sugerem que a pergunta tinha relação com a promessa de casamento com a filha do rei. Boa parte do que sabemos sobre Davi nos é informada por ele mesmo, que afirmou já ter enfrentado um urso e um leão no passado para defender as ovelhas de seu pai.

ELIABE – Filho mais velho de Jessé e, aparentemente, seu predileto. Segundo o relato bíblico, era alto, bonito e (por ser o primogênito) tinha mais direitos que seus irmãos. Porém não foi capaz de cumprir seu dever de cuidar dos mais novos. Em tese, ele é quem deveria ser ungido novo rei, por ser o primeiro filho de Jessé. A unção de Davi com certeza lhe desagradou.

GOLIAS – Principal guerreiro filisteu, considerado um herói por seus companheiros de batalha. A Bíblia diz que era originário de Gate e tinha 2,90 metros de altura. Usava armas temíveis,

extremamente pesadas e capazes de aniquilar seus inimigos com um único golpe. Golias infligiu grande humilhação aos judeus, desafiando-os durante dias seguidos a enviar um homem para que lutasse contra ele. Possuía irmãos que também eram gigantes.

PARTE 1

Antes da batalha

1

Guerras e gigantes

Os filisteus reuniram seu exército para a batalha e acamparam em Efes-Damim, entre Socó, em Judá, e Azeca. Em resposta, Saul reuniu as tropas israelitas perto do vale de Elá. Assim, os filisteus e os israelitas ficaram frente a frente, em colinas opostas, com o vale entre eles.

1 Samuel 17:1-3

Pelo que temos observado ao longo da história, o mundo está longe de conseguir resolver em definitivo seus conflitos e guerras. Com as pessoas não é diferente. Todos enfrentamos gigantes. Todos passamos por problemas emocionais, profissionais e financeiros, assim como por conflitos nos relacionamentos e na vida social. Alguns desafios podemos evitar ou dispensar; há aqueles, porém, dos quais não podemos fugir. O objetivo deste livro é ajudar você a se preparar para cada uma dessas situações.

O desafio de Israel, apresentado no texto bíblico, era claro: derrotar os filisteus. Antes mesmo de Davi entrar na história, a luta entre os dois povos já existia. Tudo acontecia enquanto Davi cuidava das ovelhas de seu pai, cumprindo seu papel familiar. Ele certamente sabia que havia um conflito se desenrolando entre seu povo e os inimigos, embora a guerra ainda não o tivesse atingido diretamente.

Da mesma forma, muitas vezes estamos cuidando de nossos afazeres sem tomar ciência das inúmeras guerras que ocorrem ao

nosso redor. Podemos achar nossa vida difícil só por ignorar o que acontece com os outros. Alguns conflitos afetam uma única pessoa, outros são coletivos. É importante sermos sensíveis às lutas alheias. É fácil manter o foco em nossas ovelhas enquanto o lobo abate o rebanho vizinho. Mas ter consciência do que acontece à nossa volta nos faz mais fortes, mais sábios e também mais humanos.

Quais são os gigantes que você tem enfrentado em sua vida? Que batalhas vem travando no dia a dia?

Um gigante é qualquer situação que faça você se sentir oprimido, paralisado, impotente. Desemprego, vícios, relacionamentos desestruturados, dívidas, provas e doenças são alguns exemplos de gigantes que assolam nossas vidas. Mas, nesta obra, ensinaremos você a comemorar – e não lamentar – a existência deles, pois são uma parte relevante da sua vida e fundamentais para o seu amadurecimento.

A luta que se anunciava no início do primeiro livro de Samuel, embora arriscadíssima, trazia uma elevada carga de vantagens para o povo que saísse vencedor. Se algum israelita derrotasse o gigante, todos teriam paz. Logo, seria uma vantagem coletiva. Por outro lado, esse guerreiro também receberia benefícios individuais: riquezas, isenção de impostos e a mão da filha do rei em casamento.

Da mesma forma que “toda terra prometida tem um deserto antes”, todo gigante vencido vale um prêmio depois. Se soubermos escolher os gigantes certos – ou seja, não desperdiçando energia em batalhas desnecessárias –, sempre teremos novos caminhos e oportunidades de obter boas recompensas.

Nesse sentido, é melhor ter algum desafio pela frente do que não ter nenhum. Os problemas nos fazem crescer. Eles funcionam como um *personal giant*, uma espécie de treinador, um *sparring*, dado que temos de evoluir e amadurecer para vencê-los. A nossa proposta é que você aprenda a derrubar seus gigantes. Um bom método para alcançar isso é, depois de listar todos os desafios que precisa enfren-

tar e que consiga imaginar, buscar (a) lutar contra os gigantes certos; (b) no lugar e na hora certos e (c) com as armas certas. Ao longo dos capítulos falaremos sobre cada uma dessas situações.

Nossa proposta é fazer com que você defina seus gigantes e aprenda a derrubá-los.

Muitos jovens no início da vida profissional deparam com uma série de dúvidas e preocupações que lhes tiram o sono, como ter de escolher uma profissão ou um curso universitário; crescer na carreira; passar no almejado concurso público; conseguir o emprego que vai garantir sua independência financeira; casar e constituir família, etc. Já para os mais velhos, os gigantes assumem outras facetas, em grande parte das vezes ligadas a situações difíceis na vida profissional, nos relacionamentos ou no convívio familiar. A realidade é que, não importa a idade, sempre estaremos lutando contra algum Golias.

Dizem que a vida é uma professora que faz você repetir uma lição até aprendê-la. Então, a melhor forma de se livrar de um problema é superá-lo. É também verdadeiro que, ao superar uma dificuldade, você passará a lidar com outra, e depois com outra, e assim por diante. É desse modo que progredimos. Cada problema novo significa que você venceu os anteriores e tornou-se capaz de enfrentar desafios maiores.

O psiquiatra e escritor Roberto Shinyashiki afirma que “sucesso é ter problemas novos”. Ou seja, ser bem-sucedido não é deixar de ter problemas, mas sim superá-los, por mais difíceis que se apresentem. Golias era considerado imbatível até o momento em que Davi decidiu enfrentá-lo com coragem, fé e criatividade.

Qualquer que seja o seu problema, você tem todas as condições para vencê-lo. Acreditar nisso é o primeiro passo. Acredite! E, a cada gigante vencido, você vai se tornando uma pessoa melhor e mais experiente, mais capaz de enfrentar o que vier pela frente.

Dizem que a vida é uma professora que faz você repetir uma lição até aprendê-la. Então, a melhor forma de se livrar de um problema é superá-lo.

Esteja sempre preparado, porque os conflitos acontecem a todo momento, em todos os lugares. Muitas pessoas se perguntam o porquê de haver tantas guerras na Bíblia. Sendo um livro sagrado, não deveria falar apenas de paz? A Bíblia retrata a história dos seres humanos desde os primórdios até os dias atuais e, por isso, deve falar sobre acontecimentos humanos, como as guerras. Conflitos fazem parte de nossa evolução, seja como planeta ou como pessoas. E é com a sucessão de batalhas que aprendemos.

Jesus falou o seguinte:

“Quem ouve minhas palavras e as pratica é tão sábio como a pessoa que constrói sua casa sobre uma rocha firme. Quando vierem as chuvas e as inundações e os ventos castigarem a casa, ela não cairá, pois foi construída sobre rocha firme. Mas quem ouve meu ensino e não o pratica é tão tolo como uma pessoa que constrói sua casa sobre a areia. Quando vierem as chuvas e as inundações e os ventos castigarem a casa, ela cairá com grande estrondo” (Mateus 7:24-27).

A grande lição que Jesus nos ensina é que a chuva acontece na vida de todos. Sempre precisaremos enfrentar tempestades, gigantes e guerras. Não há como evitá-los. O que podemos fazer é decidir se vamos enfrentá-los ou nos deixar vencer sem fazer nada. A derrota antecipada é uma péssima escolha. Seu futuro e sua felicidade dependem das atitudes que você toma nos momentos mais difíceis. Mantenha-se forte, atento e confiante diante das guerras do dia a dia.

Para manter-se forte você precisa buscar algo que o motive toda vez que suas forças fraquejarem. Davi buscou sua força em

Deus. Há quem a busque na felicidade dos filhos, num sonho que deseja realizar, etc. Qual é a sua motivação?

Para manter-se atento é preciso sabedoria. Isso envolve fixar os olhos no alvo, planejar suas ações, procurar o ponto fraco do seu gigante, estudar os prós e os contras da situação e assim por diante.

Por fim, para manter-se confiante é preciso conhecer o seu potencial, reunir as armas certas para a batalha e ter no coração o desejo de vitória. Além disso, você precisa desenvolver as ferramentas e as técnicas necessárias para usar no momento do confronto. Isso é o que vai definir se você será abatido pelos desafios ou se será capaz de construir uma vida plena.

Como disse Leif Hetland no livro *Giant Slayers – Ground Rules for Overcoming Life’s Biggest Obstacles* (Matadores de gigantes: Regras básicas para superar os maiores obstáculos da vida), “um gigante pode fazer por você algo que um amigo não lhe proporcionou a vida inteira. Os gigantes não precisam ser vistos apenas como ameaças e problemas: eles também existem para promover você a um novo degrau em sua vida”.

*A cada gigante vencido, você vai se tornando
melhor e mais experiente, mais capaz de
enfrentar o que vier pela frente.*

ATIRE A PEDRA!

- Estamos em um mundo cheio de guerras, conflitos e gigantes.
 - Todos, assim como você, têm seus gigantes a vencer.
 - Gigantes fazem parte de sua vida; procure conhecê-los. Existem gigantes que são encarados em uma “batalha única” e outros que enfrentamos a vida inteira.
 - Celebre seus gigantes: eles são parte do seu crescimento!
-