

Metadata: <https://www.youtube.com/watch?v=k1tggkjbwhg>

Salve, salve, galera do Jiu Jitsu! Meu nome é Pedro Thiago Martins, mais conhecido como Sajin, e esse aqui é o Fred Simões, meu professor. Pessoal, eu trouxe o Fred aqui hoje, primeiro pra ele dar um pouquinho de conteúdo pra gente, que foi minha base, minha referência no Jiu Jitsu, que talvez a maioria de vocês nem saiba, a maioria dos meus alunos hoje não conhece, devido ao tempo que ele tem afastado, cuidando dos empreendimentos dele, da carreira profissional, mas que é importantíssimo, eu trago hoje com muita satisfação justamente pra isso, pra eu mostrar pra vocês de onde eu vim, a minha base, a base do meu conhecimento, da minha formação e também porque é um cara que eu tenho como referência de Jiu Jitsu, um cara que sabe Jiu Jitsu pra caramba, que foi o que me ensinou, então eu trouxe ele pra compartilhar um pouco aqui com a gente, tá certo? Daí a gente vai gravar, mostrar a posição, a gente vai mostrar uns detalhes bons que a gente faz de pressão, né, por cima, na passagem de guarda, e a gente vai batendo papo, vai desenrolando aí, ele vai trazer também algumas informações pra gente, um pouquinho de filosofia, coisas que eu aprendi também ao longo da minha jornada como aluno e que eu transmito pros meus alunos hoje como professor, ok? Primeiro quer dizer que é uma satisfação imensa, né, estar aqui tendo a honra de compartilhar hoje esse espaço com o Pedro, né, Pedro Thiago Sadi, que na minha opinião com certeza é top player do Brasil, né, é um dos melhores lutadores, mas eu lembro de você, né, era um cara muito quieto, sempre calado, não era aquele cara que é, é você, mas era um cara muito disciplinado, caladinho, e eu lembro que até então ele não era o destaque dos destaques dos competidores, e ele também não era um cara que tava à frente puxando o treino, e eu lembro que eu fiz uma piagem, se eu não me engano, eu fui em 2012 no San Luis, pra lutar o primeiro mundial da Califórnia, e por acaso, eu acho que você era roxa, eu falei Thiago, você tem que assumir algumas turmas, e no momento que ele foi assumir, eu acho que vocês já assistiram antes, despertou o negócio dele querer dar aula, e ele começou, começou, e de verdade, eu tô te falando na tua frente, dentro de uma turma de 100 alunos, você não era o cara que olhava e falava, esse cara vai ser top competidor, top professor, mas essa é a questão que na vida, você escolhe seu destino, você escolhe aonde você vai terminar, você vai escolhe o que você vai construir, é lógico que nada acontece da noite pro dia, porque o Thiago hoje é o que ele é, disciplina, foco, persistência, resiliência, sempre foi um cara muito disciplinado, ele não foi um cara bateleiro, nunca foi um cara que queria fazer do jeito dele, era um cara muito metódico, muito excelente, e por isso ele se destacou como professor, como atleta, e eu digo com o maior prazer do mundo, que hoje ele é um atleta muito melhor do que eu fui, e um professor muito melhor do que eu fui, dizem que a árvore se conhece pelos frutos, e muitas vezes a gente tem, o cara quando é líder em alguma coisa, e eu falo isso até pelo meu ramo, a minha maior felicidade é conseguir produzir pessoas melhores do que eu, e saber que aquele fruto que eu plantei, não só responsável pelo meu crescimento, que depois você percorreu só, uma parte do nosso time, depois fora, mas que uma semente que eu plantei, gerou uma árvore tão frutífera, que hoje está impactando o Brasil, outros países, com conhecimento, com técnico, eu estou assistindo e o cara está muito feliz por mim mesmo, saber que aquela semente se tornou maior do que a árvore que eu era, então de verdade eu tenho certeza que esse canal aqui vai ser muito útil, ele vai levar muito conhecimento pra você, e tem muita coisa boa pra ele que você não sabe. Vamos fazer o seguinte, vamos dar um tempo no bate-papo, e ele vai falar um pouco agora de Jiu-Jitsu, está certo? É lógico que eu estou dentro do lado além daqui, do além daqui hoje do Jiu-Jitsu, na Bahia, e eu vou passar um pouquinho, eu falei com ele, ele falou, agora você vai mostrar o que? E eu sempre fui parecido com um cara de pressão, eu sempre era um cara passador, que tinha muita pressão, e aí a gente decidiu justamente mostrar isso, porque hoje tem muita posição em tudo que é lugar, mas eu acredito que os princípios básicos do negócio, eles nunca vão alterar, é lógico que tem posições hoje de berimbolo, não sei o que, varazinho, varazada, mas existem princípios que todo cara que entra

hoje, ou daqui a 100 anos no Jiu-Jitsu, ou daqui a 1000 anos, se ele não souber, ele não vai fazer o resto bem, então a gente vai falar um pouco hoje sobre a pressão ali. Então a gente vai fazer uma posiçãozinha aqui, é lógico que tem todo um posicionamento que ele está tentando, não contar, eu, mas eu quero fazer um detalhe aqui, dessa mão, que muita gente conhece, que eu pegar aqui, para eu tentar fazer uma passagem para cá, para lá, tentar ir aqui para o outro lado, mas eu quero mostrar um detalhe dessa minha mão aqui, era uma coisa que eu fazia, pode trabalhar lá se quiser, era uma coisa que eu fazia, sempre fiz, e sempre obtive uma pressão muito grande, inicialmente você pode até achar um pouco estranho, porque você não tem o costume de fazer, mas depois que você começa a entrar, minha mão entrava muito fácil, tinha uma pressão muito grande, ao invés de eu pegar aqui, o que eu fazia? Eu encolhia meu corpo, e eu fazia isso aqui, o meu intuito é que minha mão, ela vazasse, para ela pegar quase no outro ombro, Fred, mas você vai ficar vulnerável? Não, se você estiver posicionado assim, ou você faz isso aqui, com certeza vai muito rápido, você faz isso aqui, entra lá, depois que você pegou, mesmo que ele abraça as minhas costas lá, pode abraçar, tenta dar um chute lá para frente, pode sentar na sua idade, para frente, é porque vocês não podem entender o que acontece, mas eu sei que a pressão é grande, então muitas vezes acontecia muito isso aqui, eu deitava para pegar, e todo mundo estava com a mão aqui, e pegava lá, só que quando eu pegava, ele pegava a minha perna, pode sentar o braço, pode sentar o braço, pode tomar uma pressão aqui, pode sentar, pode chutar, pode passar, pode sentar, é lógico que eu aqui estou com a posição bem encaixada, e na luta eu teria o trabalho de encaixar nele, que seria difícil, porém, quando eu consigo fazer isso aqui, eu quebro o meu ombro, normalmente como é que eu fazia, eu estou com essa mão aqui brigando, e eu posicionava essa, e eu entrava, eu fazia isso aqui, escorregava essa, e voltava para os dois, aqui agora, nessa entrada, se ele pegar qualquer coisa aqui, eu vou dar a joelhada para frente, para trás, e aí cara, está na posição, está passando muito grande, tem que fazer isso, se a mão entrar aqui, se a mão entrar aqui, não, bom, se trata de quando a gente está aqui na meia, passando cruzado, o pezinho fica preso lá, e o cara está por cima, vamos lá, então entra a mão lá na boca, agora você pode puxar e abrir, vamos lá, é, a maior parte do tempo... mesmo que eu pegue a perna, eu vou tentar desgastar, pode abrir, olha a pressão, vamos poder forjar massa na mesma hora, seguinte pessoal, campo de meia vaga aqui agora, vou travar a perna dele, e aí vamos começar o posicionamento aqui, ele vai falar sobre os detalhes, vamos lá galera, então, essa é uma posição que eu usava muito também, que era uma pressão na minha guarda também, que eu era reconhecido por essa posição, muita gente já bateu nessa posição, então a primeira coisa que eu não fazia muito, é que muitas vezes as pessoas ficam querendo dar pressão no rosto, e a pressão normalmente que eu dava era no plexo, então eu botava a mão e a pressão era mais aqui, certo, aí que o detalhezinho, que era no kimono, que sempre que eu ia passar, eu não passava assim enrolado, eu fazia um pequeno detalhe que faz muita diferença, essa virada de kimono aqui, ao invés de eu passá-lo assim normal, só eu virei ele aqui, aí eu voltava, encaixava, e a pressão no plexo, vamos ver, não batei, mas era forte, pressão, pressão, eu deixo ele e vou correr na minha mão devagar um pouquinho, o detalhe dessa posição, é que quando ele está girando, eu não seguro aqui, eu deixo ela correr, porque o empurro aqui, esse meu dedo, ele para aqui, a minha mão está lá atrás, aí quando ele vai virando, eu deixo ela correr um pouquinho, e eu paro com esse ossinho na lateral, exatamente, então assim, um pequeno detalhezinho, o cara girou, eu deixo a mão escorregar um pouquinho só, como o tríceps, que era muito forte, vai dar uma pressãozinha aí, e tipo assim, se o cara não virar, eu vou fazer a realização daquele jeito, bom, a pressão da minha guarda é muito grande, eu que estou por baixo, eu só tenho a alternativa, deixar o cara passar, porque assim, não é interessante para mim, ficar tomando uma massa para ele, então a maior parte das vezes, quem está por baixo tomando essa pressão, ela está muito tensa, ou bate, bate mesmo na massa, ou então vai deixar o cara passar, para poder ver se ela envia, e tem a oportunidade de sair depois, dá

uma montada, deixo o cara girar para pegar, já fiz muito em competição, depois, mais para frente, eu mostro essa situação, mas, o detalhe da pegada na lapela, e a pressão, onde colocar o ombro, no lugar correto, ele vai fazer a pressão ser muito grande, e aí o cara que está por baixo, tomando essa pressão, vai ficar empurrado, ou ele vai bater, ou ele vai acender a posição, ou ele vai bater mais para frente, porque o ajuste da massa é muito grande. E eu acho que o trabalho de pressão, vem também para a mesma conversa, que a gente falou, do cara que quer dar bem de bolo, ou seja, é aquela necessidade, de você querer dar o décimo passo, quando você não deu o primeiro, quem está em cima tomando pressão, eu, pelo menos, eu gostava de dar pressão, eu queria esgotar a energia do cara lá, na verdade, ele se divertia tomando pressão, porque as vezes o cara apia, meio que a guarda, e eu não ia, porque eu sentia que a pressão estava matando, então eu queria esgotar o cara, e para mim, quanto mais devagar eu passasse, mais eu esgotasse o cara, e ele chegasse na lateral, era melhor do que eu passar muito rápido, e o cara... Com certeza, quem é meu aluno, já me ouviu falando isso, é disso que eu estou falando, a gente tem uma linguagem bem parecida, porque meu professor, eu tive uma base muito boa com ele, e assim, eu passo muito esses fundamentos para os meus alunos, quem está aqui comigo, vai reconhecer alguns detalhes importantes, inclusive esses detalhes, de você passar de pressão, a gente tem que agir devagar mesmo, para o cara ceder a posição, até porque vai ficar mais fácil finalizar, depois que o cara ceder, porque o seu gasto de energia vai ser bem menor, você já matou o cara, ele está pedindo para bater ou para passar, ele vai ceder de qualquer jeito, está ouvindo? Boa! Aí, enfim, de técnica, eu acho que já é suficiente, ele já se apresentou, tecnicamente, já falou, ouviu aqui, pessoal, muita gente vai conhecer ele, muita gente daqui da Bahia conhece o Fred, muita gente daqui da região conhece ele, hoje em dia ele se envolve com outro trabalho, outra empresa, enfim, faz um resumo da sua vida, como está hoje, faz uma analogia também, ver o que o Jiu Jitsu lhe acrescentou para você chegar onde você chegou hoje. Vou fazer um resumo com o Jiu Jitsu, e vou dar uma mensagem, porque é uma coisa que eu passo muito para as pessoas, e que eu acho que agrega valor em qualquer área da sua vida. Primeiro, eu quero falar que se eu tivesse 10 filhos, eu colocaria os 10 filhos no arte marcial, mas principalmente no Jiu Jitsu, eu vejo o Jiu Jitsu como uma grande escola, é lógico que você tem que saber aonde você está matriculando o seu filho, aqui em Feira a gente tem algumas boas academias, como a de Tiago aqui, porque mais do que técnica, o professor vai estar passando no tatame, você precisa conhecer quem é o professor que está ensinando, porque no Jiu Jitsu você pode passar só técnica, pode, mas o ideal é que passe princípios, valores, e sempre eu me preocupo muito nisso, as vezes tem um cara que é muito talentoso, mas ele não tem princípio, ele não tem valor, e aquele teu filho vai estar convivendo com aquela pessoa, e as pessoas são a média das pessoas que elas mais amam, e o professor vai se tornar uma referência para o teu filho, então eu assino aqui o Império de Água, é um índio de valor, de princípio, e muito técnico, e um excelente professor, mas disciplina, por exemplo, eu me destaquei muito rápido no meu negócio, porque o Jiu Jitsu vai ensinar disciplina, o Jiu Jitsu vai ensinar resiliência, você entra no Jiu Jitsu, você começa tomando a massa, a massa, a massa, o primeiro dia dá vontade de você ir embora, você vai no cara de 200kg, você bota aqui humildade, você vai no cara de 200kg, bota com um menino de 50kg, e ele vai tomar um calor tão grande que em um minuto ele vai fazer força, depois de um minuto ele tá, e o menino de 50kg sai brincando com ele, se for técnico, lógico, e aí ele começa a ver que nem sempre é a força, e ele começa a entender que ele tem que aprender, e muitos param no caminho, por quê? Porque não tem a resiliência de se permanecer até ficar bom, e é muito isso que eu levo na vida, eu estava falando com você ali embaixo, uma coisa que eu aprendi, não existe almoço grátis, não existe almoço grátis, você tem que pagar, e hoje a gente vive num mundo fast food, se eu falo no whatsapp, a pessoa não responde, eu já estou ligando, eu não espero a pessoa não responder, eu chego no restaurante, eu quero na hora, só que a vida, o sucesso, ele é a la carte, ele não é fast food, você

tem que esperar um tempo pra ele acontecer, e a gente vê muita gente afoita, o cara entra no jiu-jitsu hoje, ele já quer ter sucesso, já quer ser campeão brasileiro, mundial, intergaláctico, ele entra no negócio, ele abre a empresa, ele já quer estar milionário, por isso que muitas pessoas não prosperam, porque elas não tem a paciência de esperar o tempo, de plantar, porque assim, eu planto, e eu colho, a colheita todo mundo quer, o problema é que eu tenho que plantar, regar, regar, regar, e existe um tempo de maturação, se a gente plantar um pé de manga que agora fica orando a noite toda, ele nasce amanhã, não, ele tem muito tempo, então você não vai entrar no jiu-jitsu hoje, amanhã você vai ter um nível de teatro, você tem que vim, você tem que tomar massa, você tem que ir para o campeonato, tem que perder, depois tem que perder de novo, tem que perder de novo, vai ganhar, vai perder, vai ganhar, vai perder, vai ganhar, grandes campeões perdem, imagina você que está começando, e o que eu quero te dizer, Deus colocou todo o potencial de criação dentro de você, dentro de mim, dentro de qualquer pessoa, o que você pensar na sua mente, o que a mente do homem pode conceber, e idealizar, ela pode realizar qualquer coisa, Napoleão riu, todo ser humano deveria ter um livro dele, chamado o que pensa e enriquece, esse livro transformou minha vida, vai falar sobre o poder de querer algo e buscar, e você que está nessa casa, não sempre vai ter um sonho, mas acompanhe esse garoto que ele vai longe, e ele vai te ajudar nessa jornada, porque ele está atravessando essa fonte, e ele está indo sozinho, e se você também quer ir, é melhor estar indo dois juntos, porque a água é águia, voa com a águia, estamos juntos, um abraço, valeu galera, um abraço,