

CRIANDO

CAMPEÕES

“Ensina à criança o caminho em que deve andar.”
Provérbios 22:6

CRIANDO CAMPEÕES

Uma receita infalível para pais e
professores desenvolverem vencedores

**COM DICAS E
DEPOIMENTOS DE
DIEGO HYPOLITO**

**William Douglas &
Renato Araujo**



THOMAS NELSON BRASIL

Rio de Janeiro
2008

Copyright © 2008 por Diego Hypolito, Renato Araujo e William Douglas

Supervisão Editorial

Nataniel dos Santos Gomes

Assistente Editorial

Clarisse de Athayde Costa Cintra

Capa e projeto gráfico

Valter Botosso Jr

Foto da capa

Livio Campos

Fotos do miolo

Capítulos 1, 6, 7: Nilton Fukuda; Capítulo 2: Wilton Junior;
Capítulos 3, 4, 5: Eduardo Nicolau; Capítulo 8: Patricia Santos;
Considerações finais: Fabio Motta. Todos da Agência Estado/AE.

Revisão

Margarida Seltmann

Cristina Loureiro de Sá Neves Motta

Joanna Barrão Ferreira

Diagramação

Julio Fado

CIP-BRASIL. CATALOGAÇÃO NA FONTE
SINDICATO NACIONAL DOS EDITORES DE LIVROS, RJ

S239c

Santos, William Douglas Resinente dos, 1967-

Criando campeões: uma receita infalível para pais e professores desenvolverem vencedores/William Douglas, Diego Hypolito e Renato Araujo; [prefácio Lars Graell]. - Rio de Janeiro: Thomas Nelson Brasil, 2008.

“Com dicas e depoimentos de Diego Hypolito”

ISBN 978-85-6030-388-5

1. Crianças - Formação. 2. Sucesso - Aspectos psicológicos. 3. Auto-realização (Psicologia). 4. Pais e filhos. 5. Professores e alunos. 6. Hypolito, Diego, 1986 - Entrevistas. I. Hypolito, Diego, 1986-. II. Araujo, Renato. III. Título.

08-1435.

CDD: 649.1

CDU: 649.1

Todos os direitos reservados à Thomas Nelson Brasil
Rua Nova Jerusalém, 345 — Bonsucesso
Rio de Janeiro — RJ — CEP 21402-325
Tel.: (21) 3882-8200 — Fax: (21) 3882-8212 / 3882-8313
www.thomasnelson.com.br

PREFÁCIO

O tema deste livro é uma grande escolha, pois reúne a um só tempo o esporte e a infância. Eu, como esportista, posso afirmar que, se não fosse a influência da minha família, a paixão ancestral dos meus antepassados pelo mar e o apoio constante dos meus pais, tios e avós certamente eu não teria alcançado os resultados que alcancei.

A preparação de um atleta de alto nível e por analogia, de um cidadão de alto nível, de um profissional de alto nível, pressupõe uma boa dose de dedicação, de comprometimento e de força de vontade. No esporte, como na vida, é preciso saber superar os momentos mais difíceis — o desânimo, a frustração, o cansaço — e acreditar sempre que é possível vencer, melhorar, progredir.

Os autores, com suas experiências tão diversas quanto complexas, oferecem ao leitor um panorama amplo do que pode ajudar um filho a ser um vencedor. Inovador, no sentido que reúne o aspecto intelectual e o desportivo, o livro traz um amplo corolário de experiências, dicas, conselhos e ações que podem ser determinantes no futuro do seu filho.

Certamente a criação de um filho é um desafio muito grande para ser esgotado em qualquer obra. Mas seguramente existem maneiras melhores ou piores de fazê-lo. Em um mundo competitivo e exclusivo como o que vivemos hoje, é sempre bom ter à mão noções que possam nos orientar nesta jornada. Esta obra é pelo menos um farol em meio à

noite escura. Um auxílio à navegação, em águas, às vezes calmas, outras vezes turbulentas. Espero que o leitor possa desfrutar de bons momentos nesta leitura e possa usar este livro no cotidiano com seus filhos.

Boa leitura!
Bons ventos!

LARS GRAEL
Velejador — Campeão Olímpico

DEDICATÓRIAS

Para Jesus, meu patrocinador, incansável e perfeito, na corrida pelo tempo e mundo.

Para Luísa e Lucas, medalhistas de todas as competições pelo meu coração, e eternos desafios para eu ser bom pai, professor, técnico e torcida.

Para Giordano Bruno, Jônatas Levi, Milene, Gabriel, Natália e Pedro, com carinho.

Para Nayara, que me tem feito par no trapézio da vida.

WILLIAM DOUGLAS

Para Érika e Sofia, que são as minhas melhores conquistas: minha maior felicidade é poder dividir meus bons momentos com minha família.

Para Diego Hypolito e Victor Rosa, que já estão comigo há 13 anos.

RENATO ARAUJO

AGRADECIMENTOS

Os autores agradecem a Isabela, anfitriã no carnaval de 2004, quando se conheceram e surgiu a idéia deste livro. E a todos os amigos que lá estavam, em Teresópolis, por criarem o clima amistoso e agradável que fez surgir as boas idéias. Valeu, Nayara, Isabela, Juliana, Fernanda, Érika, Sofia, André e Luciana, André e Núbia, Susana, Maurício, Daniel, Curuca, Aldo e Rose, Sui, Mateus e Rafael. Um agradecimento especial para Hélio Hasselmann, o “Curuca”, atleta e técnico de iatismo, 7 vezes campeão brasileiro, que participou da primeira fase da produção deste livro e contribuiu grandemente com sua experiência, sugestões e idéias. Agradecemos, ainda, à psicóloga Tânia Froes pela leitura dos nossos originais e sugestões, as quais melhoraram o resultado final.

Também agradecemos a Fabíola Yañez, Saul Nigri, Nayara, Marcos Roque, Priscilla Ortiz e a todos os que de alguma forma contribuíram com a edição deste livro.

Aos meus técnicos de Judô, que me fizeram gostar da arte e até chegar a algumas medalhas nas competições da Universidade Federal Fluminense (UFF). A Rodrigo, técnico que me preparou para a maratona de Curitiba. A Leandro, personal trainer, pelo tempo que trabalhamos juntos, e a Marlon Paulo, meu atual personal trainer. Por fim, a Aracele e Cristina, massoterapeutas.

Aos professores, vários, que, com elogios, carinho, broncas e advertências, fizeram-me caminhar à frente.

WILLIAM DOUGLAS

Para meus pais, Ronaldo e Maria Augusta; meus irmãos Ronaldo, Suzana e Ricardo; e minha família como um todo.

Para Mario Thomas, que me viu saltar uma vez e me convidou para treinar ginástica olímpica, sem saber que estava mudando toda a minha vida. Para Ulisses Leão, Sergio Jatobá, José Carlos Eustáquio, Aureliano do Carmo, que ajudaram a me formar.

À Confederação Brasileira de Ginástica (CBG), ao Clube de Regatas do Flamengo, e a todas as pessoas que ajudam no desenvolvimento da Ginástica em nosso país.

RENATO ARAUJO

“Ninguém é tão grande
que não possa aprender,
nem tão pequeno que
não possa ensinar.”

VOLTAIRE

SUMÁRIO

1	Como começar?	15
2	Pais e professores	33
3	A medalha que todo atleta deseja	41
4	Como se constrói um vencedor	55
5	As virtudes que um atleta deve ter	91
6	As falhas mais comuns	115
7	Motivação	127
8	O estudo	143
9	Considerações finais	153
	Anexo	
	Entrevista com Geni Hypolito	163



capítulo 1

Como começar?

Este livro foi escrito por dois pais que são professores e lidam diariamente não só com seus filhos, mas também com enorme quantidade de filhos de outras pessoas. Pessoas que nos honram com a confiança de sermos professores da maior bênção que alguém pode ter: filhos. Também costumamos lidar com seus pais, seja diretamente, seja ao servir como ouvintes do que naturalmente os filhos comentam a respeito dos pais e da participação deles em suas vidas.

Nossa intenção é ajudar você, pai ou professor, com nossa experiência. O objetivo principal é fazer de seu filho alguém mais pleno e feliz. Se ele for um campeão, melhor, mas para isso a ajuda de pais e professores é essencial.

A sua pergunta deve ser uma das seguintes:

“Como começar?”

“Eu não sei nada. Que posso fazer?”

“Como ajudar meu filho?”

ESPORTES

10 passos para iniciar seu filho na vida esportiva

1º passo

Motivação prévia

2º passo

Começando a praticar

3º passo

Esporte é saúde

4º passo

Criança gosta de brincar

5º passo

Tudo tem sua hora

6º passo

Quem escolhe o esporte é seu filho

7º passo

Participe!

8º passo

Incentivo, elogio e crítica

9º passo

Pais em excesso/Pais em falta

10º Passo

Dando atenção

Primeiro passo

Motivação prévia

Incentive seu filho a gostar de esportes. Para isso, assista aos programas esportivos na TV junto com ele, ou leve-o a jogos ao vivo, como campeonatos etc. A prática de esportes o ajudará a se tornar uma pessoa melhor, mais saudável e segura. Você é o maior exemplo para o seu filho: ele vai querer fazer o que você estiver fazendo. Se você praticar alguma atividade física, certamente vai servir de estímulo. Participe do trabalho comunitário com o propósito de criar condições para a prática de esportes em seu bairro ou cidade. Indague ao prefeito, vereadores, deputados, sobre a criação e manutenção de programas (locais, professores, verbas, meios) para a prática de esportes. Participe e peça aos políticos para ajudarem nisso.

Segundo passo

Começando a praticar

Qualquer que seja a idade do seu filho, o primeiro passo é fornecer-lhe algum esporte para praticar. Para tanto, use a quadra do bairro, atividade extra no colégio, alguma vila olímpica, academia, clube ou escolinha.

Terceiro passo

Esporte é saúde

Conscientize-se de que o esporte não tem como fim principal uma medalha de ouro ou campeonato mundial. O esporte evita problemas de saúde, e pode ajudar seu filho a não se envolver com drogas e más companhias. O esporte também desenvolve a disciplina, o corpo e a mente do atleta. Além disso, e talvez o mais importante, ele prepara o atleta para as dificuldades da vida, ampliando sua capacidade de suportar as frustrações, e desenvolvendo o espírito de equipe e companheirismo.

Quarto passo

Criança gosta de brincar

Seu filho deve começar a vida esportiva vendo-a como uma forma de diversão e brincadeira. Esporte é prazer: não deixe seu filho achar que é um “peso”, obrigação ou uma fonte de broncas, aborrecimentos e cobranças.

Quinto passo

Tudo tem sua hora

Não queira que ele já comece como um campeão. Muitos campeões desabrocham mais tarde. Caso ele erre, incentive-o. Se seu filho for um talento, você lhe fornecerá clubes especializados e a melhor academia; se não for, mantê-lo nos esportes vai ajudar a desenvolver seu caráter para toda a vida. Todo começo é apenas o início de um processo; não o atrole!

Sexto passo

Quem escolhe o esporte é seu filho

Quem deve escolher a modalidade esportiva não é você, mas seu filho. Mesmo que você prefira que ele jogue futebol ou vôlei, respeite-o caso ele queira participar de outra modalidade. O Brasil está crescendo em diversas modalidades menos conhecidas. Talvez seu filho tenha nascido para elas. Ele escolhe o caminho que preferir. Torça!

Pergunte aos professores/técnicos qual seria a melhor indicação de esporte para seu filho praticar. Às vezes, as características físicas e pessoais que contra-indicam um esporte vão recomendar outro em que seu filho vai se adaptar melhor.

Pergunte no clube ou escolinha se eles permitem uma ou duas aulas gratuitas para seu filho. É uma forma de começar a ver o que ele gosta.

Sétimo passo

Participe!

Um dos maiores privilégios para um pai é participar da vida de um filho. Dinheiro, medalhas e patrimônio são úteis, mas a maior herança para ele são as lembranças dos momentos que vocês passaram juntos.

Não falamos ainda da parte financeira, do “pai-trocínio”. Uma das funções dos pais é dar apoio financeiro, na medida de suas possibilidades. Se você tem dificuldades, a boa notícia é que cada vez mais as empresas e os governos estão dando apoio ao esporte.

Tranqüilize seu coração e veja as alternativas: aulas gratuitas, atividades sociais, descontos nas mensalidades, e assim por diante. O mais importante não é o dinheiro: é o seu interesse por seu filho.

Oitavo passo

Incentivo, elogio e crítica

Elogie seu filho e mostre que você aprecia, mais que a vitória, o fato de ele praticar esportes, seu esforço e determinação. Incentive-o não a vencer, mas a se aperfeiçoar. A vitória é consequência do treino, do aperfeiçoamento e de alguma sorte. Mostre a seu filho que você gosta dele, qualquer que seja o resultado. E... critique-o! Vez ou outra ele vai desanimar, enrolar, ficar com preguiça, querer desistir, ficar com medo, envergonhar-se por algum resultado ruim. Nessas horas, ele vai precisar de sua voz firme, corajosa e amiga para fazer com que ele tenha coragem, que faça o que deve ser feito, que recomece, que treine mais, que não desista. Seu filho realmente espera que você lhe dê alguma disciplina. Desde que sem exagero ou ofensas; um aperto ou bronca pode ser muito bom.

Estimular a autocrítica. O ser humano diferencia-se dos outros animais pela capacidade de auto-observação. É o único ser que presencia a si mesmo enquanto age.

Estimular a auto-estima. Estimar é dar um valor aproximado a algo. Ninguém melhor que a própria pessoa para dar valor mais ou menos exato a si mesmo. Estime bem o seu filho, e ele entenderá que tem valor.

Nono passo

Pais em excesso/Pais em falta

Pais em excesso — Excesso de pressão não é bom para seu futuro atleta. Você pode acompanhá-lo em alguns treinos, mas não é bom que vá a todos. Um filho pode sentir-se pressionado pela presença constante do pai nos treinos. Vá às competições e lhe dê apoio, mas cuidado para não cobrar resultados expressivos. Seu filho não vai ter você ao lado dele para sempre: é preciso deixá-lo treinar a importante lição de se virar sozinho. Seu atleta necessita de espaço para amadurecer. E lembre-se: para amadurecer a pessoa precisa errar. O erro é parte do processo de aprendizado. Pais em excesso não admitem erros; pais na medida certa apóiam os filhos e fazem com que eles cresçam e amadureçam com a experiência da derrota, do erro e do insucesso. Errar vem do latim *errare*, ou seja, aquele que erra é um errante, alguém que vagueia, um nômade. A idéia de conhecer novos caminhos não pode ser tida como algo negativo. Caminhar envolve “errar”. Só erra quem faz.

Pais em falta — Todo filho gosta e precisa da aprovação dos pais. Tão improdutivo quanto pressionar seu filho é esquecê-lo. Seu filho precisa que você esteja presente pelo menos de vez em quando. Por mais dificuldades, tarefas ou obrigações que você tenha, esteja presente nas competições ou momentos mais importantes. Apareça em algum treino. A atenção dispensada será a que ficará marcada na memória dele. Afinal, como queremos ser lembrados?

Décimo passo

Dando atenção

É importante estar atento ao que o seu filho pensa, sente, fala, faz, ao seu desenvolvimento e ao seu comportamento. Converse e pergunte, preste atenção no que seu filho faz e diz.

O apoio básico

Seguindo essas dicas básicas, certamente você estará dando apoio emocional para seu filho ser um vencedor. E esta primeira parte resume tudo o que achamos de mais importante para pais e professores. Se você aplicar o que escrevemos aqui, será participante excelente, e colaborador precioso, no sucesso de seu filho. Porém, o mais fundamental será o seu amor. Sua intuição amorosa guiará seus procedimentos.

ESTUDO

Em princípio, parecemos estar falando das mesmas coisas, mas o estudo merece algumas especificações.

1º passo

Motivação

2º passo

Criança gosta de brincar

3º passo

Precisamos respeitar o tempo de nossos filhos

4º passo

Quem escolhe a profissão é seu filho

5º passo

Participe!

Primeiro passo

Motivação

Estimule seu filho a gostar de ler e estudar. É preciso que o estudo divida o lazer e as brincadeiras na atenção de uma criança. Existem livros e fitas educativas compatíveis com a sua faixa etária. Providencie brincadeiras e jogos educativos. Tente separar tempo para atividades intelectuais ou criativas. Se você tem por hábito a leitura, ele vai querer ler também. Se você ler com ele alguma revista ou livro compatível com a idade e o interesse dele, então será perfeito. Desta forma, você estará participando.

A motivação calca-se num tripé de verbos: querer, poder e precisar. Estimular a criança a estudar é levá-la a querer, a poder, e à noção de precisar.

Saber e sabor têm a mesma origem etimológica, o saber dá sabor à vida. O estudo é o caminho mais seguro para a pessoa ter segurança, trabalho e dinheiro. Faça-o perceber que mesmo os atletas e artistas precisam ter algum conhecimento, até mesmo para administrar suas carreiras e salários. Coloque o estudo como uma atividade essencial: ninguém pode deixar de estudar. Estudar é um direito e um dever de seu filho!

Mais importante que os valores a serem transmitidos a seus filhos e alunos, será a noção de significado do estudo. Fique perto e converse com ele sobre o valor da leitura e do estudo.

E se meu filho não gosta de minha companhia?

Bem, nesse caso, vocês estão precisando urgentemente descobrir o que está “pegando” entre vocês. O que está afetando o relacionamento? Excesso de cobranças, falta de diálogo? Descubra o problema! Acreditamos que a partir do momento em que você estiver mais aberto e tentar maior contato, as coisas vão melhorar e será uma questão de tempo perceber os frutos de seu esforço.

Segundo passo

Criança gosta de brincar

Assim como o esporte, permita que seu filho participe de atividades, brincadeiras e jogos que estimulem a atividade cerebral, o raciocínio e a criatividade, sempre compatíveis com a idade dele.

O prazer deve estar presente nas atividades que exijam inteligência, raciocínio, criatividade. Lojas de brinquedos, videoclubes e livrarias possuem indicação da idade recomendada para cada atividade. Saber é lúdico quando prazeroso.

Se o estudo for apenas uma obrigação e fonte de broncas, aborrecimentos e cobranças, seu filho vai fugir dele. Ele merece estudar, não só precisa, mas principalmente *merece*.

Terceiro passo

Precisamos respeitar o tempo de nossos filhos — tudo tem sua hora

Para seu filho ter sucesso nos estudos, basta ter seu apoio. Desse modo, ele irá se desenvolver naturalmente.

É comum que as pessoas tenham facilidade em algumas matérias e tenham dificuldade em outras. Não exija que seu filho seja bom em tudo, pois, afinal, nem você era. Realce o valor dele e elogie-o nas matérias em que ele for bem e tente ajudar nas outras. Como? Acompanhe os exercícios dessa matéria, providencie alguma aula extra, consulte os professores e a direção do colégio para ver o que pode ser feito (Ex.: aula de reforço).

Tente demonstrar ao seu filho que ele pode se aprofundar nas matérias que prefere, mas que, para “passar de ano”, vai precisar de um nível mínimo em todas as matérias. São as regras do jogo...

Quarto passo

Quem escolhe a profissão é seu filho

Quase todos os pais desejam que seu filho siga esta ou aquela profissão (ou a profissão que têm, a que acham bonita, ou, a profissão que queriam e não seguiram). Contudo, como a vida é de cada um, ele é quem deve escolher qual a profissão a seguir, de quais matérias gosta e em quais vai se aprofundar. História nós não herdamos. Cada ser é um livro, ninguém é capítulo da história do outro. Dê espaço para ele: motive-o a se desenvolver naquilo de que gosta. Caso contrário, o máximo que você vai conseguir é desmotivá-lo: ele não fará o que deseja, nem o que você gostaria. Seu filho será um meio do caminho, ele será um impasse, um ser perdido entre dois desejos.

Em resumo, seu filho tem capacidade e deve escolher o próprio caminho. Você é chefe da torcida e uma espécie de colaborador privilegiado, não o ator principal.

Quinto passo

Participe!

Como já dissemos, seu privilégio é participar da vida de seu filho. Você pode participar de momentos especiais e ajudar a construir um adulto de caráter, feliz e bem resolvido. Para tanto, incentive-o, abraçe-o, beije-o e não perca nenhuma oportunidade de elogiá-lo. Seja afetivo e efetivo.

É importante exercer disciplina quando precisar. Sem exageros, sem ofensas físicas ou verbais, indicando o que deve ou não ser feito. O ser humano precisa ser orientado, e quando necessário, disciplinado em sua formação. Os filhos precisam de limites, e a disciplina é uma das estratégias das quais os pais dispõem.

A arte de criar filhos para o sucesso é a arte de estar presente na medida certa: nem de mais, nem de menos, caminhando entre dois extremos indesejáveis: autoritarismo e permissividade. O filho quer o apoio e a segurança dos pais, mas também precisa aprender a caminhar

sozinho. À medida que ele cresce, você precisará dar espaço para ampliar o próprio território de vivências.

Companhia e Solidão

Seu filho precisa de sua companhia... e de aprender a se virar sozinho.

Um dos maiores aprendizados que deixamos a um filho é a noção de *solidão*. Não é por acaso que as palavras *solidão*, *sólido* e *solidariedade* começam com o mesmo radical: *solid*.

O que o ser humano tem de mais sólido é a própria solidão. Essa noção nos permite ser *solidários* muito mais do que generosos.

Solidários são os pais (e todos os seres) que reconhecem que no âmago da própria solidão cada um de nós determina os próprios passos. Nascemos sós, morremos sós. Durante o percurso de uma vida, podemos prometer quase tudo aos filhos, exceto duas coisas: que não morreremos ou que viveremos por eles. Filhos não são metáforas, são metonímias.

Filhos não são como nós. É como se fossem. Na metáfora, você compara: uma coisa parece com outra (“Fulano é igual a Sicrano”). Na metonímia, não. Nela, você diz: “Fulano tem isto do Sicrano”, o que permite ao seu filho determinar sua própria individualidade.

A angústia do “quão perto ficar”, ou do “quanto tempo ficar” de seu filho, não deve — nem adiantará — ser substituída pelo medo. O medo nos iludirá a respeito de situações; angústia é estrutural, compõe este lugar de pais. Como diria Vinícius de Moraes, no “Poema Enjoadinho”: “Filhos: melhor não tê-los! Mas se não os temos, como sabê-los?”

É difícil ser pai, portanto, relaxe.

Quando deixar seu filho sozinho, deixe claro também que confia nele e que ele pode e deve, aos poucos, ir aprendendo a cuidar de si mesmo.

Acompanhe as notas de seu filho, tentando não parecer o capataz de uma fazenda de escravos, nem o papai ou mamãe bonzinhos que aceitam qualquer coisa. Muitas vezes, você terá que mostrar a seu filho que ele precisa estudar mais ou melhor.

É importante observar o que anda acontecendo com seu filho. Converse com ele sobre os problemas no colégio, seus sonhos, seus desejos profissionais etc. E, para conseguir isso, dê liberdade ao seu filho para que ele possa conversar com você. Acompanhar boletins, ler redações ou trabalhos e comparecer, pelo menos, a alguma reunião para pais é recomendado.

Estabeleça algumas metas razoáveis para seu filho cumprir no colégio e elogie-o quando ele as alcançar.

Bibliotecas públicas ou de escolas: o caminho para o acesso aos livros

Os livros ainda são caros para boa parte da população. Não podemos deixar as crianças sem acesso a eles devido a isso. A melhor solução é a organização da comunidade.

Procure, através de políticos, empresários e representantes da comunidade, apoio para que as bibliotecas públicas e as das escolas sejam bem estruturadas, tenham uma boa quantidade de livros, e que livros novos sejam comprados e doados regularmente. Se para as pessoas os livros são caros, para o governo e as empresas montar e manter uma boa biblioteca é bem mais barato. Bibliotecas de boa qualidade são tão importantes quanto asfalto, escola, postos de saúde, água e esgoto. De nada adianta uma cidade bonita com crianças sem oportunidade de estudo e crescimento.

Nas bibliotecas, o ideal é que haja assinatura de revistas, acesso a Internet (obviamente com controle de páginas a serem acessadas, as educacionais) e que os livros e revistas sejam organizados por profissional habilitado, de acordo com a idade dos leitores.

Conclusão

Esta foi apenas uma conversa rápida e inicial, tocando em pontos importantes e básicos. A grande maioria dos atletas e alunos com problemas, alguns bem sérios, são vítimas de erros facilmente evitáveis, por falta de orientação dos pais e/ou professores. As orientações dadas são uma boa forma de tentarmos evitar problemas por falta de elementos importantes como auto-estima, autoconfiança, equilíbrio emocional e psicológico, motivação, persistência, coragem e dedicação.

Certamente, ler orientações como essas já é um grande passo quanto ao bem-estar de seu filho. Agora já podemos conversar com mais calma sobre esses e outros temas.

“Excelência é o resultado de importar-se mais do que os outros pensem ser prudente, arriscar mais do que os outros pensem ser seguro, e ter maiores expectativas do que os outros pensem ser possível.”

(anônimo)

Com a palavra Diego Hypolito



Desde pequeno, Diego Hypolito era um menino cuja cabeça era mil vezes mais veloz do que o próprio corpo. Isso lhe rendeu até 15 pontos em vários lugares da cabeça e uma enorme força que o impulsionou ao tablado — o palco de sua arte, a ginástica — de forma excepcional. O talento foi a base na qual ele fez a plataforma que o transformou em vencedor.

“Eu faço ginástica desde os sete anos de idade. No começo, era uma grande brincadeira. Não tinha noção do que era. Depois aquilo se tornou a minha vida. O esporte é, na realidade, a minha vida. A minha família é meu coração, aquilo que eu amo. Mas passo mais tempo com meu treinador, Renato Araujo, do que com a minha família. Fico no ginásio das 7h15min da manhã até as 7h da noite, de segunda a sexta-feira. No sábado, fico só de manhã. E viajo o ano inteiro. Fico mais de seis meses fora do Rio de Janeiro, onde moro atualmente. A vida é cheia de obstáculos, cheia

de coisas ruins e coisas boas. Se não souber passar por cima desses obstáculos com a cabeça erguida, não vai dar certo. Se eu for pensar assim: “Esse vai ser um ano difícil, terei que treinar muito, vou ter dor...”, não vai dar certo. Este ano vai ter muito treinamento, mas vai ser muito bom, em busca do meu sonho.

Dificuldades todo mundo tem. Temos que superar os obstáculos para alcançar os objetivos. Você tem que ter metas. Se não tiver metas, não pode alimentar o sonho de alcançar seus objetivos. Cada conquista pequena para nós, atletas, é muito grande. Quando você aprende um elemento da ginástica simples, aquilo no momento do treinamento é uma vitória. Ninguém vê. É uma coisa dos bastidores. Existe um clima de cooperação entre os atletas, dando dicas. Nós somos uma família. Temos os mesmos sonhos de conquistar títulos. Eles treinam tanto como eu. Cada um dentro do seu limite.”



Dunga
Appolito