

Aula 11 - Acabou, é o fim?

Essa é a última aula do curso, e agora você vai entender como será a sua experiência no quadragésimo dia do Desafio Caverna.

Vamos passar por tudo: desde a avaliação de conduta até o registro do seu histórico. Isso é fundamental para ver o quanto você evoluiu e o que ainda pode melhorar.

Mas não se engane: o quadragésimo dia não é o fim. Ele é apenas um marco. Ao final do seu primeiro ciclo no Modo Caverna, você vai estar em um lugar completamente diferente de onde começou, mas a jornada não para aqui.

O que você fará depois do seu primeiro Desafio Caverna é ainda mais importante. Vamos à tela do meu computador.

[MOSTRAR NA PRÁTICA PELO FIGMA]

1. Última avaliação de conduta até o final
2. Apresentar o histórico

O Modo Caverna vai ser a sua referência sempre que se sentir perdido, sem direção ou quando perceber que é hora de se reinventar.

Esse não é um desafio para se fazer uma única vez e pronto. Ele é a chave para sair do piloto automático, para assumir o controle da sua vida e seguir em direção aos seus objetivos.

À medida que você avança, as respostas vão se tornando mais claras, as oportunidades vão surgindo e, quando isso acontecer, será a hora de abrir mão de certos hábitos da rotina do Desafio Caverna para dar espaço ao que realmente precisa ser feito.

A vida é feita de ciclos e é impossível viver em equilíbrio o tempo todo. Quem diz que sim, nunca passou pela jornada real de sair do zero e construir algo sólido.

No início da minha jornada, após um longo período no meu primeiro Modo Caverna, percebi uma janela de oportunidade. Era o momento certo para prosperar financeiramente, e esse era o meu objetivo na época.

Então, tomei a decisão de abrir mão de parte da rotina do Modo Caverna. Eu deixei a saúde física e mental de lado naquele momento, porque sabia que estava diante de uma chance única.

E sabe o que eu te digo? Não me arrependo. Eu sabia que aquele sacrifício momentâneo seria a chave para uma vida livre em alguns anos.

Hoje, com minha liberdade conquistada, tenho a capacidade de equilibrar as áreas da minha vida. Trabalho menos, cuido mais de mim e me dedico ao que e quem realmente importa.

Essa é a real essência do Modo Caverna: transformação. Não é sobre seguir uma rotina rígida o tempo todo, mas sim sobre ter a disciplina para saber quando seguir com ela e quando abdicar dela para aproveitar as oportunidades da vida real.

Enquanto estiver fora da Caverna, você vai ativar o que chamo de Máquina de Resultados.

O propósito da máquina é aproveitar ao máximo a janela de oportunidades que você identificou quando ainda estava imerso na Caverna.

É como aquele ciclista sprint. Ele passa a maior parte da corrida “como um fantasma”, guardando energia, se preparando para o momento certo. E quando chega a hora... ele acelera e ganha a corrida.

Se o seu objetivo é prosperar financeiramente, essa será sua prioridade absoluta. Aceite essa fase sem culpa. Trabalhe de maneira inteligente e intensa, com foco total, até atingir o objetivo e sair dessa fase o mais rápido possível. Esse é o jogo.

Mas entenda, a Máquina de Resultados é intensa. Você vai dormir mal, vai se alimentar mal e até testar os limites da sua mente, tudo para conquistar o que você quer. Vai ser desgastante, mas esse é o preço da transformação.

Agora, não confunda: não é que você vai abandonar a mentalidade da Caverna, isso estará sempre vivo dentro de você. A verdade é que, no topo, não existe equilíbrio. Vou repetir: não existe equilíbrio no topo.

O que você vai fazer é usar o equilíbrio da Caverna para se preparar, mas, quando a oportunidade chegar, é hora de acelerar sem arrependimentos.

A chave é simples: saber quando entrar na Caverna e quando sair. Entrar para se fortalecer e sair para atacar, para agir com força total. Isso é o que separa os que prosperam dos que ficam estagnados.

Talvez você se pergunte: *“Legal, mas como saber o momento certo de sair da Caverna e ativar a Máquina de Resultados?”*

Confie em mim, você saberá. Não será necessário que ninguém te avise. Quando chegar a hora, será claro que sua rotina precisa se adaptar ao que deve ser feito, e não o contrário. E da mesma forma, haverá o momento de desligar a Máquina de Resultados e voltar à Caverna. É um ciclo, um processo natural.

Agora, deixe-me te lembrar de algo muito importante: além dessas duas fases, existe uma terceira. O Modo Sobrevivência. Talvez você esteja nele agora. E essa é uma armadilha. Uma armadilha que você deve evitar a todo custo.

Quando terminar o seu primeiro desafio, não se atreva a voltar a essa mentalidade medíocre, cheia de velhos comportamentos que te destruíram antes. Você já sabe o quanto está lutando para se livrar disso. Não deixe uma semana na mediocridade jogar fora um ano inteiro de progresso. A recaída vem forte. O remorso? Vai ser ainda mais forte.

Agora, em resumo: são três fases principais no caminho para a liberdade.

1. Modo Caverna
2. Máquina de Resultados
3. Modo Sobrevivência

O segredo? Alternar entre a Caverna e a Máquina de Resultados, e evitar o Modo Sobrevivência a qualquer custo. Entendido?

Agora que você já entende a diferença entre as fases, é hora de entender quanto tempo deve passar em cada uma delas.

Primeira regra: Não existem regras! A verdadeira chave aqui é entender a lógica por trás dessas fases e adaptar o Modo Caverna para a sua realidade. Eu não quero que você se prenda a uma fórmula fixa. O que importa é a liberdade para ajustar conforme suas necessidades.

Meu primeiro Modo Caverna durou quase um ano. Para você, pode ser mais ou menos tempo, mas o ponto aqui é: não se compare! Cada um tem sua jornada, e você deve encarar sua própria realidade.

Agora, você pode estar pensando:

“Ah, luri, já estou em Modo Caverna há mais de dois anos!”

Então, escute bem: a Caverna não foi feita para morar nela. Ela é um estado temporário, um espaço onde você ativa a sua mentalidade para encontrar respostas, se desenvolver e avançar. Quanto mais tempo você ficar nela, maior o risco de se perder nesse looping de tentativas. Você não quer ficar estagnado, certo?

Deixe-me te dar uma visão prática:

Eu costumo encarar o desafio de 40 dias na Caverna pelo menos duas vezes por ano, em junho e em dezembro. Isso acontece por um motivo simples: os finais de ano.

As pessoas costumam relaxar, se entregar ao “espírito do fim de ano”, e se esquecer dos seus objetivos. É nessa época que a maioria das pessoas desacelera e você vai acelerar.

E, por favor, não se iluda achando que o ano começa depois da virada do dia 31. Isso é uma mentalidade de quem vive no piloto automático, que acha que pode aproveitar a vida apenas em feriados ou quando o calendário marca a virada de mais um ano. Para esses, é só contando moedas e esperando pelo “momento certo” para começar.

Eu sempre pensei o contrário: “Trabalhe enquanto eles se divertem, e viva a vida que eles sempre sonharam.” Essa sensação de construir enquanto a maioria apenas vive é impagável.

Eu sei que isso pode não ser para todos, mas eu te digo uma coisa: o sucesso deixa rastros. E esse padrão de trabalho e dedicação, durante períodos em que a maioria está “relaxando”, foi o que me trouxe onde estou hoje.

Minha jornada começou de maneira bem diferente. Quando eu perdi R\$ 50 mil no pôquer, foi o estalo que me fez entrar no Modo Caverna. Não foi uma escolha, foi uma necessidade. Eu fiquei ali até alcançar meu objetivo: quitar minhas dívidas e ativar a Máquina de Resultados. Não foi fácil, mas foi necessário.

Agora você pode querer me perguntar...

Iuri, cheguei ao final do Modo Caverna, notei uma diferença absurda na minha mentalidade, na minha disposição. Hoje, sou uma pessoa mais motivada, tenho uma visão clara do que quero e sei o que preciso fazer.

Mas sinto que a oportunidade da Máquina de Resultados ainda não chegou. O que fazer?

Simples: crie outro desafio. O meu primeiro Modo Caverna durou quase um ano e é bem provável que o seu também seja o mais longo. Isso é normal. Não é um problema, é um processo.

Esse ciclo inicial costuma ser mais duradouro porque ele é o fundamento para as grandes mudanças que virão.

Agora, o que você não pode fazer é parar por aqui. Continue, consuma os outros cursos e conteúdos que estão disponíveis por aqui, porque eles vão te ajudar a chegar lá mais rápido.

Eu vou te apresentar a novas oportunidades, coisas que talvez nem imaginasse que fossem possíveis, mas que, ao estar preparado, vão surgir na sua frente e você saberá identificar e terá coragem que precisa pra agir.

Eu espero de coração que todo esse processo tenha sido fortalecedor para você.

Lembre-se, Uma vez Caverna, sempre Caverna.

Agora vai e poe em prática tudo o que aprendeu aqui.