

O que você verá a seguir é o que eu chamo de Cave Focus, o Foco da Caverna. Se você executar as 3 etapas propostas neste módulo, eu te garanto que vai encontrar a força que precisa para resistir ao processo e as dificuldades que estão por vir. Arrisco dizer que essa é a etapa mais importante do protocolo. É ela que vai trazer sentido a tudo isso.

Eu sei que você deve estar ansioso para a segunda etapa do protocolo, eu também estaria, até porque eu te mostrarei as técnicas e ferramentas que eu utilizo para ser mais produtivo e com elas você finalmente poderá vencer a procrastinação.

Mas quer saber a verdade? Nada disso importa se a sua mente estiver bagunçada. Por isso, aqui vai um conselho: não negligencie o Cave Focus, siga rigorosamente todos os desafios das próximas aulas. No final você entenderá que tudo está conectado, cada passo.

Sem o Cave Focus você até tentará ser produtivo, contudo, será apenas um ocupado. Daqueles que sentam por horas e horas no intuito de produzir ou estudar e no final percebem que não fizeram nada de importante.

Ficam apagando incêndio com uma infinidade de tarefas que não trazem resultado real. Se enganando com a falsa sensação de produtividade, quando na verdade não fizeram nada além de gastar o seu ativo mais precioso: o tempo.

Bom, gastar o tempo pode até servir pra quem é CLT e ganha por hora, mas pra quem quer conquistar a Liberdade, cada dia, cada minuto importa.

Pra quem não sabe o que quer, qualquer coisa serve. Pra quem não sabe pra onde vai, qualquer caminho serve. É por isso que você tem a sensação de estar vivendo no piloto automático.

E é pra isso que serve o Cave Focus: fazer com que você encontre um PORQUE e reassuma o controle da sua vida, passando a agir de maneira consciente e sempre em direção do que realmente importa.

Se eu pudesse resumir o Cave Focus em apenas uma palavra, eu diria: **Priorização**.

A fórmula é a seguinte ... FOCO = (+) CLAREZA (-) DISTRAÇÕES (+) DIREÇÃO

Exatamente nessa ordem. Ou seja, priorizar o que realmente importa e esquecer todo o resto.

Mas porque a maioria das pessoas não conseguem ter foco? Porque algumas até têm clareza do que querem, mas não abrem mão do prazer momentâneo.. Já dizia o Chorrão: "A cada escolha uma renúncia, isso é a vida."

Para que essa fórmula funcione, os 3 fatores precisam trabalhar em conjunto, não adianta ter clareza e viver distraído com futilidades, da mesma maneira que não adianta ter clareza e não ter o entendimento da direção que deve seguir.

Mas fica tranquilo, eu sei exatamente o que você precisa e prometo que você vai chegar ao final desse módulo sabendo exatamente o que precisa ser feito.

Preciso ser sincero: esse protocolo só vai dar certo se você quiser de verdade. E só existe uma maneira de provar para si, e não pra mim, que você quer de fato aproveitar essa oportunidade: abdicando dos prazeres de curto prazo para focar no seu futuro.

É importante deixar claro que essa é uma metodologia validada na prática por um cara comum, diagnosticado com TDAH, ou seja, com extrema dificuldade de foco, mas que conseguiu sair de 300 mil reais em dívidas e conquistou todos os seus sonhos.

Pode ficar tranquilo, eu não vou te encher de teorias e termos técnicos, tô aqui pra te mostrar na prática o que eu fiz, e faço até hoje, para definir um alvo e não parar até conseguir alcançá-lo e como você pode fazer o mesmo.

Eu desenvolvi a metodologia do Cave Focus para que você consiga aplicá-lo de maneira objetiva através de um passo a passo. Portanto, não tenha pressa, e quando chegar o momento de realizar os desafios, não procrastine! Encare tudo isso com muita seriedade, cada passo foi estrategicamente colocado no seu devido lugar e pode até não fazer sentido naquele momento, mas no final as peças se encaixam.

Esse protocolo não é uma série da Netflix. Você pode até maratonar as aulas, mas se não executar não terá resultado.

Como vocês podem ver, o Cave Focus é a primeira fase do Protocolo Modo Caverna e essa fase, por sua vez, é dividida em 3 etapas: 1- Clareza, 2- Eliminação e 3- Direção.

Se você aceita o desafio, avance imediatamente para a próxima aula.

Eu vou te mostrar, através de um passo a passo simples e prático, tudo o que você precisa fazer para ter clareza: Do que te impede de prosperar, do que você realmente quer conquistar, metas, sonhos, do que você precisa eliminar e abdicar e também do que você precisa fazer pra tornar tudo isso possível.