



Caderno do Impossível



@mandiecadu



CIMT

TERMO DE COMPROMISSO

APROVAÇÃO - PORTÃO 1

Esse documento simboliza o nosso **compromisso** em sustentar o **cenário de vida** idealizado, até que consigamos criá-lo na experiência física. Ele hoje representa uma **referência** para nos tornarmos **novas pessoas**.

Temos **clareza** suficiente para saber que essas são as experiências que realmente desejamos viver.

CADU TINOCO

MANDI TOMAZ

ASSINATURAS

AGOSTO/2023



TERMO DE COMPROMISSO

A P R O V A Ç Ã O - P O R T Ã O 2

Esse documento simboliza o nosso **compromisso em implementar o plano estratégico desenhado**, até que ele se traduza nos efeitos projetados.

Temos **clareza** suficiente para saber que essas são as experiências que realmente desejamos viver e **compreensão** para perceber que esses caminhos estão coerentes com o cenário de vida idealizado.
Chegou a hora de se divertir!

CADU TINOCO

MANDI TOMAZ

ASSINATURAS

DEZEMBRO/2023



ROTINA TÍPICA (O FILME DA NOSSA VIDA)

Como gostaríamos que a nossa rotina fosse atualmente?

Abrimos os olhos às 5:00h da manhã e nos preparamos para viajar do Brasil para Dubai.

Nosso helicóptero está programado para decolar às 8 horas da manhã do heliponto daqui da Fazenda Boa Vista para o Aeroporto Catarina, onde vamos pegar um Jato Gulfstream para Dubai. A decolagem está prevista para 9 horas da manhã.

Serão, aproximadamente, 15 horas de voo direto e a Mel já está pronta e de banho tomado para morar em Dubai e passear em Abu Dhabi.

Nossas malas estão no carro e agora é hora de tomar banho e nos arrumarmos para tomar café da manhã. Morar aqui foi ótimo, mas finalmente hoje vamos realizar um sonho de morar em Dubai, pelo menos por algum tempo.

O dia está amanhecendo e o nascer do sol está de tirar o fôlego, hora de documentar tudo e compartilhar esse dia especial através dos nossos stories, afinal somos apaixonados por produzir por documentar a nossa vida na rede social.

Pousaremos em Dubai meia-noite e amanhã vamos acordar bem cedo para treinar na academia da nossa nova casa, antes de curtirmos os Emirados com a Mel.

ROTINA TÍPICA (O FILME DA NOSSA VIDA)

Voar de Gulfstream é uma das experiências que mais apreciamos, sem falar que assim podemos viajar com a Mel e isso não tem preço. O voo como sempre foi incrível, chegamos por volta de uma hora da manhã, descansamos um pouco e acordamos bem cedo para treinar.

Hoje vamos para o deserto de Abu Dhabi, então pegamos a nossa G63 e nos direcionamos para o aeroporto Al Maktum. Voar de helicóptero para o deserto no horário do por do sol nos faz presenciar paisagens incríveis.

Ficamos curtindo a paisagem e filmando o trajeto. A Mel ama passear de carro e helicóptero, ela passa grande parte do tempo curtindo o ar condicionado e aproveita para brincar.

Depois de muita produção, é hora do cochilo. Vamos passar umas noites no deserto em uma das 10 mansões do Qasr al Sarab que é realmente um espetáculo.

Olhamos para nossa conta bancária e o último requisito para alcançar o nosso cenário de vida estava lá. Finalmente alcançamos o SETPOINT de 1 bilhão.

ROTINA TÍPICA (O FILME DA NOSSA VIDA)

Ter multiplicado o SETPOINT é um motivo de muita comemoração, mas conquistar um físico de fisiculturista, tornar a CIMT uma certificação internacional altamente respeitada e o sucesso que temos na rede social, são coisas que provam o poder da metodologia da CIMT. É incrível como nosso trabalho se disseminou, transformando a vida de muitas pessoas.

Os investimentos no mercado financeiro se tornaram um ponto importante para acelerar a multiplicação do nosso SETPOINT, mas as oportunidades de criação de riqueza que abrimos, através do crescimento do trabalho na rede social, foram surpreendentes e ocorreram de forma muito rápida.

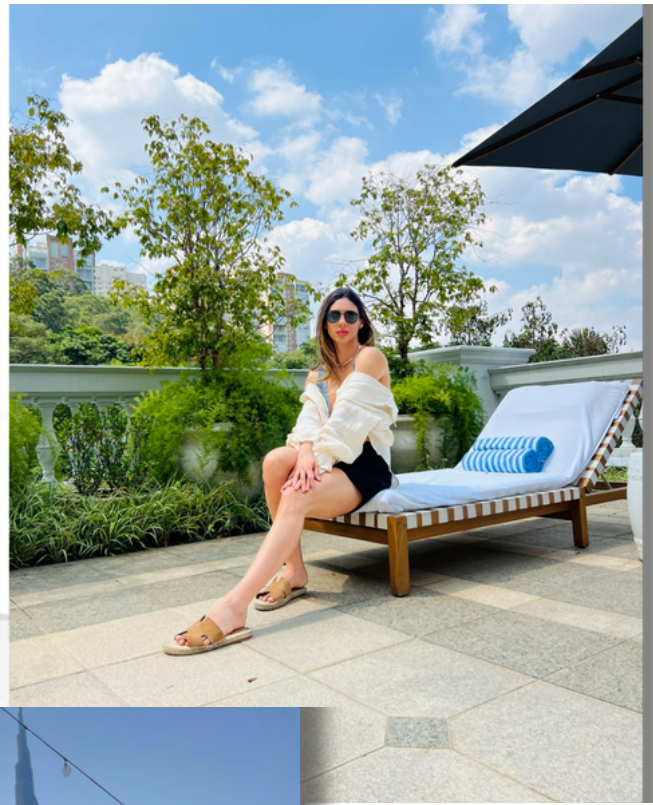
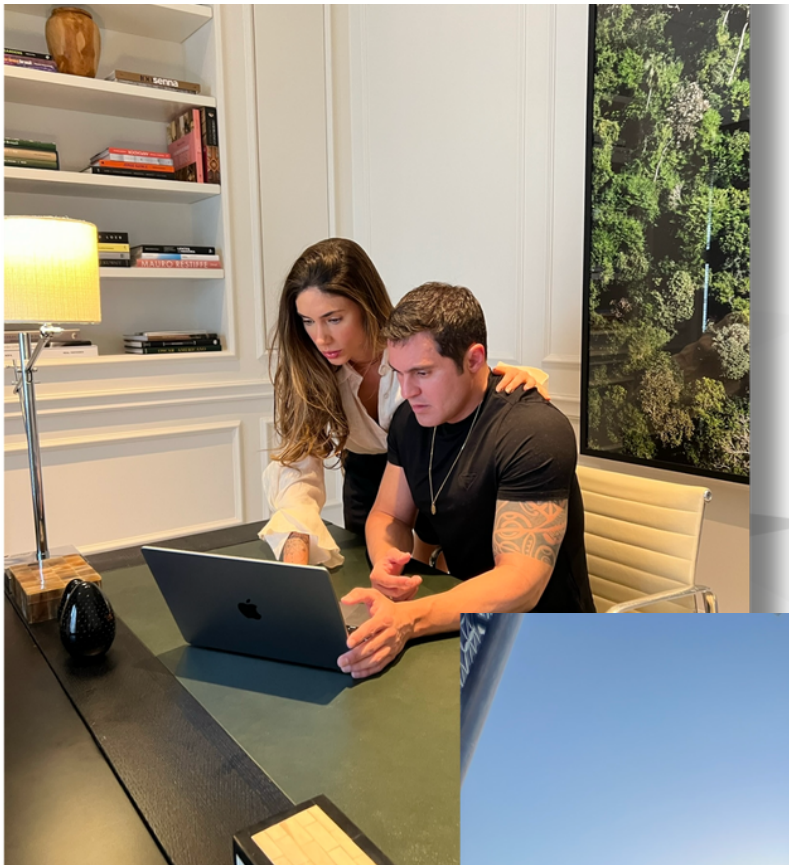
Depois de curtirmos intensamente por alguns dias o deserto, chegou a hora de voltar para Dubai. Hoje precisamos ir ao shopping e queremos sair para jantar no Atlantis the Royal, hotel em que fizemos nossos votos de casamento.

IMAGENS DE ROTINA (ILUSTRAÇÃO DO CENÁRIO)

Nesse momento do exercício também incluímos imagens que nos auxiliam a enriquecer o processo de imaginação, compondo, de forma ainda mais detalhada, o nosso "filme".









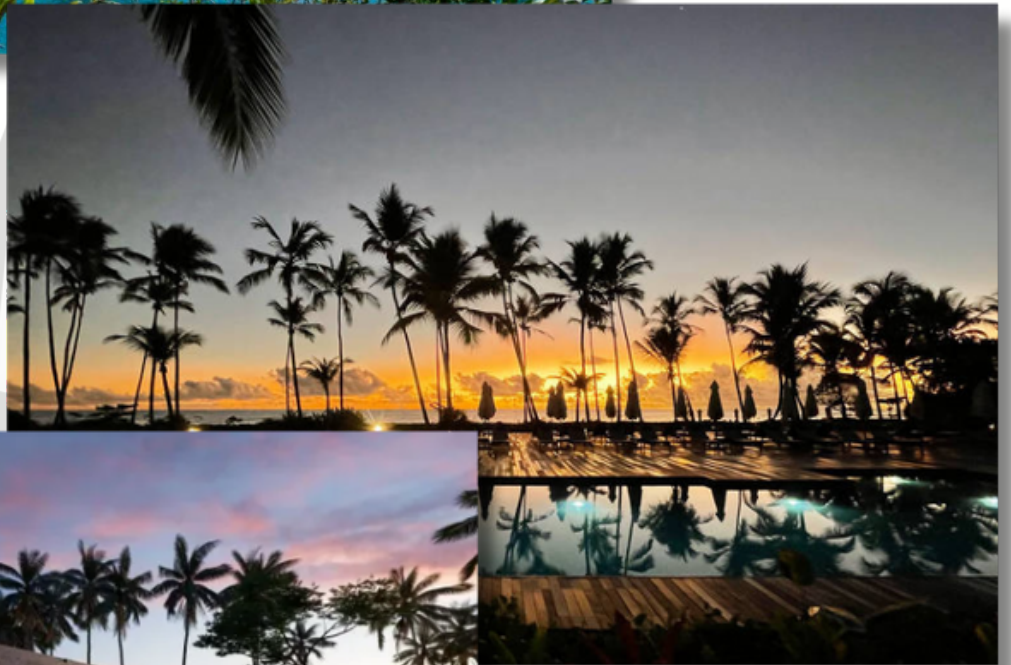






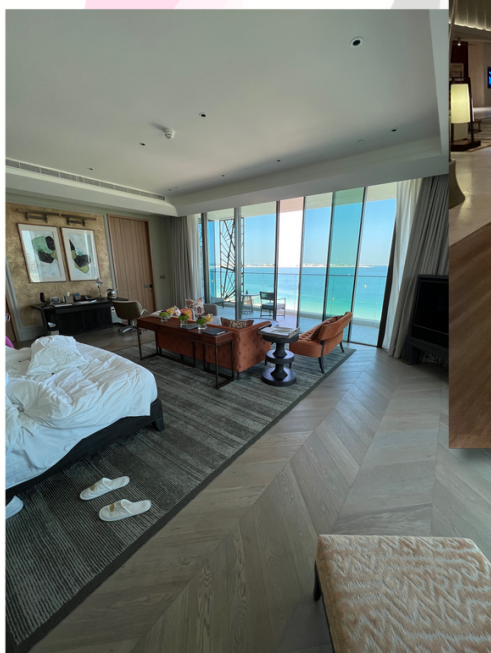




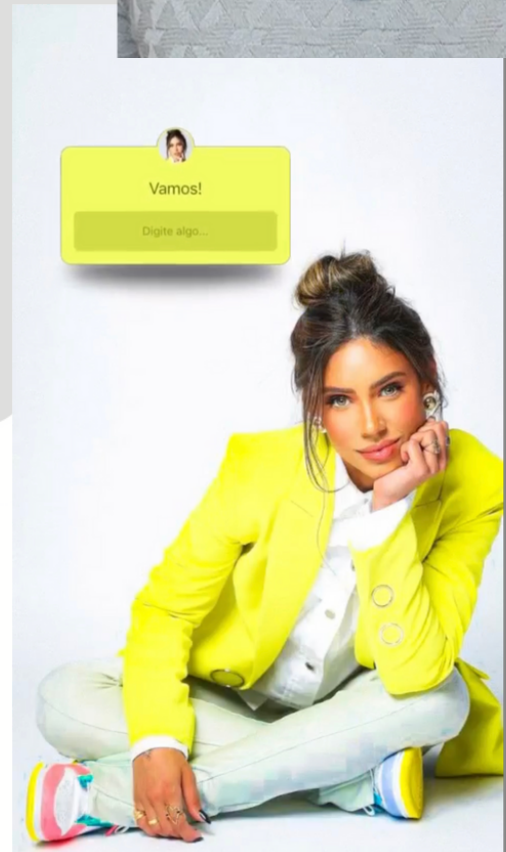
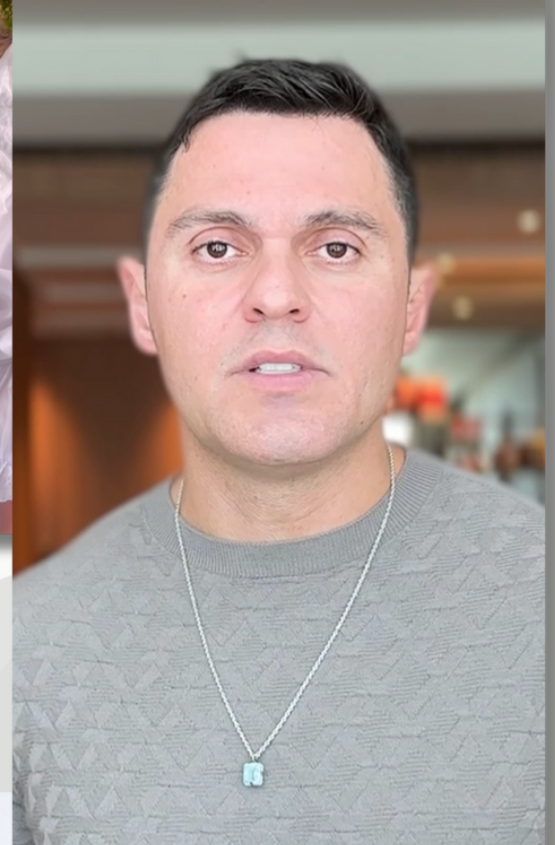


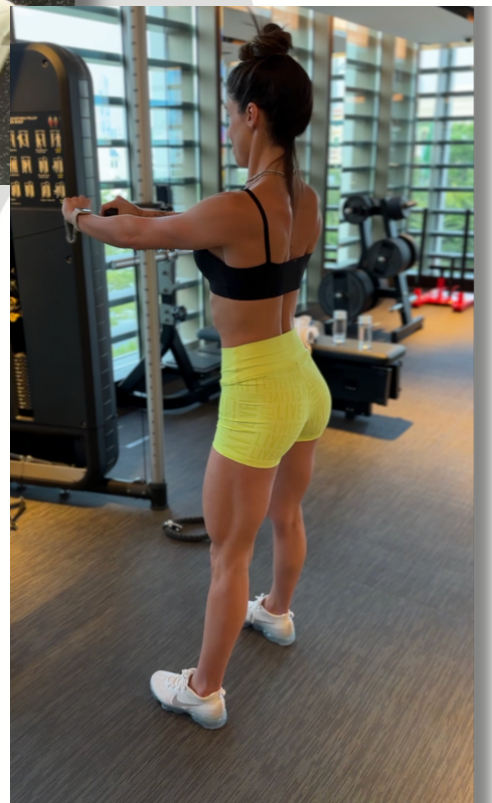


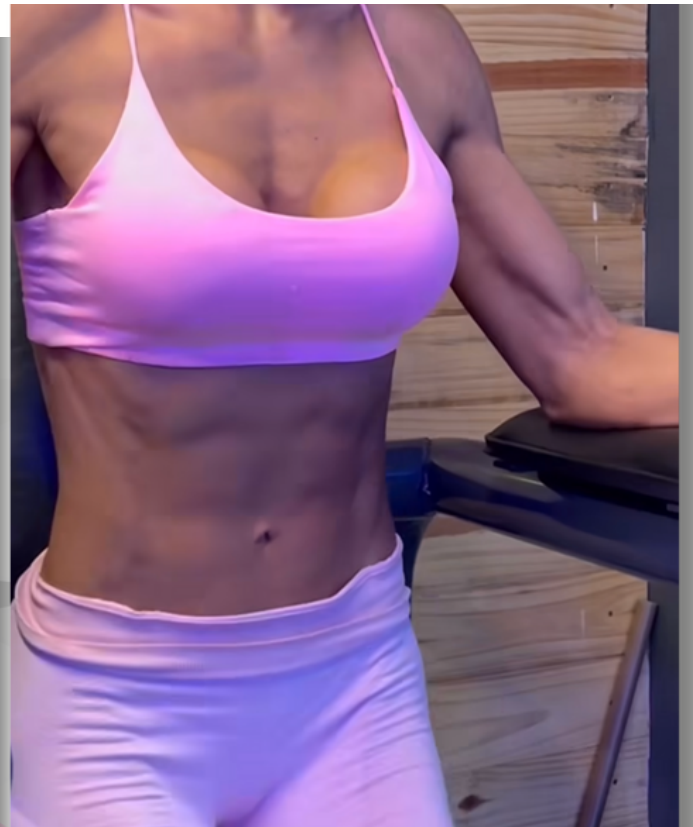
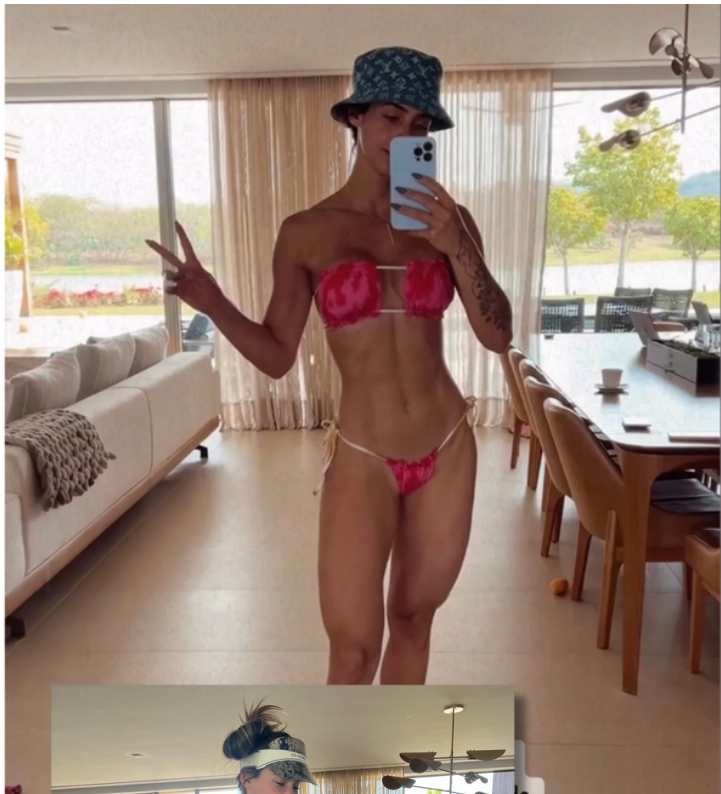




Consulte o nosso caderno do impossível versão 9 (última atualização feita em dezembro de 2022) e perceba que essas fotos, que estavam lá como "experiências premium" (coisas que só podíamos viver por pouco tempo), hoje já compõem a nossa realidade: passamos 3 meses no mandarim oriental em 2023, vivendo dentro desse exato quarto. Foi muito emblemático!

























REQUISITOS DO CENÁRIO (ITÊNS DE VERIFICAÇÃO)

- Os requisitos principais que garantem que alcançamos o cenário de vida estabelecido, estão listados a seguir. Eles servem como uma verificação ao final do processo.

ITEM	STATUS
SETPOINT alvo de 1 bilhão de reais	-
Resultados físicos no patamar de fisiculturista	-
Expansão da CIMT (certificação)	-
Expansão e sucesso nas redes sociais (engajamento)	-
Viver em hotéis, residenciais ou mansões de alto padrão	OK
Rotina que garanta qualidade existencial para a Mel	OK
Rotina que garanta harmonia no nosso relacionamento	OK
100% dos custos de vida sustentado por renda proveniente de investimentos	OK

CHOQUE DE ABUNDÂNCIA (INVESTIMENTO)

- O Choque de abundância iniciou no dia 09/05/2023 e foi finalizado no dia 20/08/2023. O investimento está resumido no quadro a seguir. Fazer a nossa mente se acostumar com essa realidade expandiu a nossa percepção sobre dinheiro. **OBS.: tudo foi realizado sem redução do nosso SETPOINT.**

ITEM	VALOR (DHS)	VALOR (REAIS)
Hotéis (Maldivas e Dubai) 09/05/2023 - 01/06/2023	-	166.257,90
Mandarin Oriental 02/06/2023 - 20/08/2023	694,582.21	1.104.385,71
Voo Emirates (Primeira classe)	-	208.398,82
Carros de luxo (Lamborghini URUS e G63)	24,000.00 a cada 10 dias	343.440,00
Restaurantes (aproximado)	70,000.00	111.300,00
Gorjetas (aproximado)	40,000.00	63.600,00
Total	-	1.997.382,43

- Esse não é um incentivo para que você realize investimentos elevados no choque de abundância. As lições obtidas estão contempladas nos passos da versão 10 da CIMIT.

CHOQUE DE ABUNDÂNCIA (COMPROVANTES)

- Hotéis em Maldivas e Dubai até 01/06/2023 (agência de viagens):



Pronto! Seu pagamento foi realizado

Valor

R\$ 165.370,32

Para

PERFECTRIP VIAGENS T C LTDA

Data e hora da transação

27/04/2023 - 15:04:24

Código de autenticação

MBJ376137A8E09CDD49B493



Transação sujeita à cobrança de Tarifa. Consulte os valores na Tabela de Serviços nas agências e no site: <https://www.santander.com.br/tarifas-e-pacotes-pessoa-juridica>

Se está com alguma dúvida é só ligar para a Central de Atendimento e falar o número do ID que está nesse comprovante.

Central de Atendimento Santander

4004-2125 (Capitais e Regiões Metropolitanas)

0800-726-2125 (Demais Localidades)

SAC 0800-762-7777

Ouvidoria 0800-726-0322



Pronto! Seu pagamento foi realizado

Valor

R\$ 887,78

Para

PERFECTRIP VIAGENS T C LTDA

Data e hora da transação

07/04/2023 - 18:54:38

Código de autenticação

MBJ37A707ADE246C34C35B5



Transação sujeita à cobrança de Tarifa. Consulte os valores na Tabela de Serviços nas agências e no site: <https://www.santander.com.br/tarifas-e-pacotes-pessoa-juridica>

Se está com alguma dúvida é só ligar para a Central de Atendimento e falar o número do ID que está nesse comprovante.

Central de Atendimento Santander

4004-2125 (Capitais e Regiões Metropolitanas)

0800-726-2125 (Demais Localidades)

SAC 0800-762-7777

Ouvidoria 0800-726-0322

CHOQUE DE ABUNDÂNCIA (COMPROVANTES)

- Mandarin Oriental Hotel (02/06/23 a 20/08/23):

فاتورة الحساب

guest folio



Tinoco Correia, Mr. Carlos
Praça Antonio Callado 85
Rio De Janeiro,

Arrival الوصل 02/JUN/2023
Departure المغادرة 20/AUG/2023
Room Number رقم الغرفة 504
Cashier ID المستخدم AHARALAMBIE@MOHG.COM
Date Printed تاريخ الطباعة 20/AUG/2023 06:36
Page الصفحة 1
Confirmation رقم التأكيد 20568282-1

التاريخ	التفاصيل	المبلغ المستحق	المبلغ المدفوع
Date	Description	Charges	Payments
02/JUN/2023	In Room Dining Lunch		160.00
02/JUN/2023	Minibar		70.00
02/JUN/2023	In Room Dining Lunch		190.00
02/JUN/2023	Minibar		20.00
02/JUN/2023	Laundry		450.00
02/JUN/2023	The Bay Breakfast		50.00
02/JUN/2023	SecurePay - MasterCard	20,000.00	
02/JUN/2023	SecurePay - MasterCard	20,000.00	
02/JUN/2023	SecurePay - MasterCard	20,000.00	
02/JUN/2023	SecurePay - MasterCard	20,000.00	
02/JUN/2023	SecurePay - MasterCard	20,000.00	
02/JUN/2023	SecurePay - Visa Card	20,000.00	
02/JUN/2023	SecurePay - Visa Card	20,000.00	
02/JUN/2023	SecurePay - Visa Card	20,000.00	

التاريخ	التفاصيل	المبلغ المستحق	المبلغ المدفوع
Date	Description	Charges	Payments
17/AUG/2023	Municipality Fee - Rooms		455.00
17/AUG/2023	Service Charge		650.00
17/AUG/2023	VAT - Rooms		357.50
18/AUG/2023	Minibar		160.00
18/AUG/2023	Sun Vibe		30.00
18/AUG/2023	Accommodation		6,500.00
18/AUG/2023	Municipality Fee - Rooms		455.00
18/AUG/2023	Service Charge		650.00
18/AUG/2023	VAT - Rooms		357.50
19/AUG/2023	Retail - La Loge		262.50
19/AUG/2023	Accommodation		6,500.00
19/AUG/2023	Municipality Fee - Rooms		455.00
19/AUG/2023	Service Charge		650.00
19/AUG/2023	VAT - Rooms		357.50
20/AUG/2023	MasterCard *****5689	20,000.00	
20/AUG/2023	MasterCard *****5689	20,000.00	
20/AUG/2023	MasterCard *****5689	20,000.00	
20/AUG/2023	MasterCard *****5689	12,697.21	
Total Balance			694,582.21
Net excluding VAT			664,057.21
VAT			30,525.00
Balance Due			0.00

أقر بعدم إخلاء مسؤوليتي عن هذا الحساب ، كما أقر بتحمل المسؤولية الشخصية أيضاً في حالة عدم قيام الشخص أو الشركة أو المؤسسة المشار إليها بدفع التكاليف أو أي جزء منها
I agree that my liability for this account is not waived and I agree to be held personally liable in the event that the indicated person, company or association fails to pay or part of these charges.

Signature

التوقيع

CHOQUE DE ABUNDÂNCIA (COMPROVANTES)

- Passagens de primeira classe Emirates (agência de viagens):

FOLLOW ME VIAGENS LTDA

Bilhete Eletrônico

Nome do Passageiro: **CARLOS EDUARDO SEIXAS TINOCO CORREIA**

Número do bilhete: **176 9780999695**

EK 262	A	I7LMIB	GRU - São Paulo Guarulhos	DXB - Dubai Dubai	09/05/2023 01:25	09/05/2023 22:55	Com bagagem
EK 656	A	I7LMIB	DXB - Dubai Dubai	MLE - Malé Malé	10/05/2023 02:30	10/05/2023 07:40	Com bagagem
EK 661	A	I7LMIB	MLE - Malé Malé	DXB - Dubai Dubai	15/05/2023	15/05/2023	Com bagagem
EK 261	A	I7LMIB	DXB - Dubai Dubai	GRU - São Paulo Guarulhos			

US\$ 16.343,00

Valor Tarifas

Câmbio 5,2679

Valor Tarifas R\$ 86.093,28

Taxa de embarque R\$ 12.079,60

Total R\$ 98.172,88

COMPROVANTE - RAV

20/03/2023 - 09:05

Data de emissão

Nome do Passageiro CARLOS EDUARDO SEIXAS

Faixa Etária ADT

Número do bilhete 176 9780999695

LOC (Localizador da reserva) 4ZGI2L

RAV R\$ 6.026,53

20/03/2023 - 09:05

Data de emissão

LOC (Localizador da reserva) 4ZGI2L

Formas de Pagamento À vista

Total R\$ 104.199,41

FOLLOW ME VIAGENS LTDA

Bilhete Eletrônico

Nome do Passageiro: **AMANDA ROCHA AMARAL NOGUEIRA TOMAZ**

Número do bilhete: **176 9780999694**

EK 262	A	I7LMIB	GRU - São Paulo Guarulhos	DXB - Dubai Dubai	09/05/2023 01:25	09/05/2023 22:55	Com bagagem
EK 656	A	I7LMIB	DXB - Dubai Dubai	MLE - Malé Malé	10/05/2023 02:30	10/05/2023 07:40	Com bagagem
EK 661	A	I7LMIB	MLE - Malé Malé	DXB - Dubai Dubai	15/05/2023 18:25	15/05/2023 21:25	Com bagagem
EK 261	A	I7LMIB	DXB - Dubai Dubai	GRU - São Paulo Guarulhos	22/05/2023 09:05	22/05/2023 17:00	Com bagagem

US\$ 16.343,00

Valor Tarifas

Câmbio 5,2679

Valor Tarifas R\$ 86.093,28

Taxa de embarque R\$ 12.079,60

Total R\$ 98.172,88

COMPROVANTE - RAV

20/03/2023 - 09:05

Data de emissão

Nome do Passageiro CARLOS EDUARDO SEIXAS TINOCO CORREIA

Faixa Etária ADT

Número do bilhete 176 9780999695

LOC (Localizador da reserva) 4ZGI2L

RAV R\$ 6.026,53

20/03/2023 - 09:05

Data de emissão

LOC (Localizador da reserva) 4ZGI2L

Formas de Pagamento À vista

Total R\$ 104.199,41

LISTA DE INSIGHTS (SELEÇÃO E LAPIDAÇÃO)

ITEM	PROJETO
Contratação de conhecimento sempre que necessário (otimização máxima de tempo).	-
Solução para método de pagamento da CIMT devido à necessidade de substituir empresa que fornecia boletos	-
Transformar, de forma gradativa, os nossos stories em um formato de choque de abundância e bem-estar contínuo para os seguidores, adicionando conteúdos relevantes de elevação de consciência e comprovação de resultados.	-
Desenvolver estratégia de criação de vídeos de alto engajamento e retenção da audiência.	X
Priorizar os resultados no corpo como mais uma forma de tornar a metodologia da CIMT inquestionável (o famoso o dinheiro não compra).	X
Trazer transparência para o público, mitigando objeções associadas ao charlatanismo presente nas redes sociais.	-
Avaliar moradia em hotel de luxo, aumentando a qualidade de vida e otimizando os processos de rotina.	-

LISTA DE INSIGHTS (SELEÇÃO E LAPIDAÇÃO)

ITEM	PROJETO
Fortalecer a CIMT no Brasil e avançar com ações de disseminação em outras línguas ou países quando a IA possibilitar que isso ocorra de forma automática.	-
Avaliar a inclusão de estudos sobre a vida de Jesus Cristo na CIMT.	-
Avaliar a propagação da CIMT para o público infantil.	-
Disseminar a CIMT através de pessoas de sucesso e com reputação bem estabelecida.	
Manter a CIMT distante de assuntos que envolvam política.	---
Descartar investimentos em imóveis, negócios físicos, divulgação de marcas ou criação de produtos e novas marcas.	-
Avaliar a contratação de pessoas e empresas especializadas para contribuir com a aceleração e expansão da CIMT, incluindo empresas responsáveis por contratar e gerenciar pessoas.	-
Dedicar zero energia no combate ao plágio, deixando que outras pessoas elevem a consciência dos seus públicos mais qualificados para a mensagem da CIMT, sem a necessidade de investirmos para propagação da mensagem.	-

LISTA DE INSIGHTS (SELEÇÃO E LAPIDAÇÃO)

ITEM	PROJETO
Desenvolver uma nova fonte de renda através de investimentos no mercado financeiro.	X
Estratégia de enriquecimento através de ações, opções e outros produtos financeiros com elevada liquidez.	X
Contratação de conhecimento através de especialistas dedicados para acompanhar o mercado financeiro.	-
Após alcançarmos a independência financeira em 2022, com o padrão de vida que tínhamos antes de iniciar a jornada na rede social, queremos alcançar a independência financeira com o padrão de vida atual.	X
Avaliar o modelo de crescimento através de dívida como forma de acelerar o SETPOINT de 1 bilhão. Estratégia utilizada por grandes empresas e bilionários ao redor do mundo. Esse item não é um incentivo a dívidas para compra de bens de consumo, trata-se de estratégia de expansão, utilizada a partir de um determinado patamar de riqueza.	-
Cadu - Realizar treinos de até 30 minutos, com intervalo de 96 horas, utilizando o método de treino de alta intensidade Heavy Duty proposto por Mike Mentzer, combinado com FST-7 proposto por Hany Rambold.	X

PARTES INTERESSADAS (MAPEAMENTO)

- **Identificar partes interessadas**
- O objetivo aqui é entender **quem são os grupos e/ou pessoas envolvidas no nosso cenário de vida, além do nível de influência de cada um**. A seguir, apresentamos o nosso exemplo:

ITEM	GRAU DE INFLUÊNCIA
1- Casal (nós dois)	Elevado
2- Familiares e amigos	Médio
3- Integrantes da CIMT	Elevado
4- Seguidores	Elevado
5- Potenciais seguidores	Elevado
6- Haters, plagiadores, etc	Médio
7- Prestadores de serviços	Médio
8- Banco	Baixo

PARTES INTERESSADAS (GERENCIAMENTO)

- A tabela a seguir, reflete o quanto dedicamos, atualmente, do nosso poder de pensar para cada um dos grupos.
- As estratégias listadas tem os seguintes objetivos:
 - **Otimizar:** tornar o tempo mais produtivo através da lapidação de ideias (convergência, simplificação etc)
 - **Repensar:** analisar a quantidade de tempo dedicada
 - **Minimizar:** lapidar ideias para reduzir o tempo alocado

ITEM	TEMPO ATUAL	ESTRATÉGIA
1- Casal (nós dois)	Elevado	Otimizar
2- Familiares e amigos	Baixo	Repensar
3- Integrantes da CIMT	Elevado	Otimizar
4- Seguidores	Elevado	Otimizar
5- Potenciais seguidores	Baixo	Repensar
6- Haters, plagiadores etc	Médio	Minimizar
7- Prestadores de serviços	Baixo	Repensar
8- Banco	Baixo	Minimizar

DESEJOS NÃO DECLARADOS (MAPEAMENTO)

- Como já foi destacado, as pessoas variam na forma de demonstrar os seus interesses, mas **existem desejos que são universais e, muitas vezes, não declarados.**
 - **Sobrevivência** - são prioridades do ser humano as necessidades básicas como relacionamento com Deus, segurança, trabalho, moradia, alimentação, sono, saúde e a própria vida.
 - **Relacionamento** - necessidade de aceitação e de conexão com outras pessoas, animais e natureza. Aqui, entram as necessidades de formar laços humanos e pertencimento. Por isso, família, animais de estimação, amigos, comunidades, religiões, torcidas e o próprio patriotismo são tão importantes para nós. A fidelidade atua como uma virtude que reforça esse ponto.
 - **Expressão e Expansão:** sucesso, viagem, cultura, arte, música, liberdade, luxo, caridade e criação de distância em relação à maioria, são formas de expressão e sucesso. Ter uma atividade profissional bem sucedida, também. Todo ser humano possui uma semente que o leva a buscar por compreensão e pelo sentido maior da vida. **Nesse estágio, nasce o interesse pela verdade.**
- Essa compreensão trouxe as respostas que buscávamos para atrair as partes interessadas no nosso cenário - **Bingo!**

DESEJO DECLARADOS (MAPEAMENTO)

- **Amanda (o que mais valoriza - aspectos úteis para o processo de atração no relacionamento):**
 - Suporte ao seu crescimento profissional
 - Atenção com relação às coisas que ela pensa e vive
 - Carinho e cuidado
 - Forma do Cadu se vestir
 - Resultados físicos do Cadu
 - Admira disciplina do Cadu (trabalho, treino, dieta..)
 - Gosta de cultivar amigos e manter contato com pessoas
 - Redes sociais e relacionamento com amigos virtuais/seguidores
 - Gosta dos animais de forma geral
 - Experiências premium (hotel, avião, viagens)
 - Integridade e fidelidade
 - Transformação de vida (resultados)
- **Cadu (o que mais valoriza - aspectos úteis para o processo de atração no relacionamento):**
 - Harmonia na rotina
 - Bem-estar da Amanda e da Mel
 - Disciplina e ordem
 - Otimização de tempo
 - Experiências premium (hotel, avião, viagens)
 - Individualidade e unidade
 - Coisas bem feitas
 - Integridade e fidelidade
 - Transformação de vida (resultados)

DESEJO DECLARADOS (MAPEAMENTO)

- **Integrantes da CIMT, seguidores e potenciais seguidores:**
 - Família e filhos
 - Moradia (muitos valorizam casa própria)
 - Religião
 - Amigos
 - Contato (forma de transmitir mensagens)
 - Transparência
 - Forma de se vestir (moda)
 - Treino, dieta e cuidado com o corpo
 - Bem-estar
 - Experiências premium (hotel, avião, viagens)
 - Transformação de vida (resultados)
- É importante destacar que os desejos visíveis estão ancorados nos desejos humanos profundos e não declarados (já listados anteriormente).

RESULTADOS QUE DEVEMOS MANTER (PRIORIDADES)

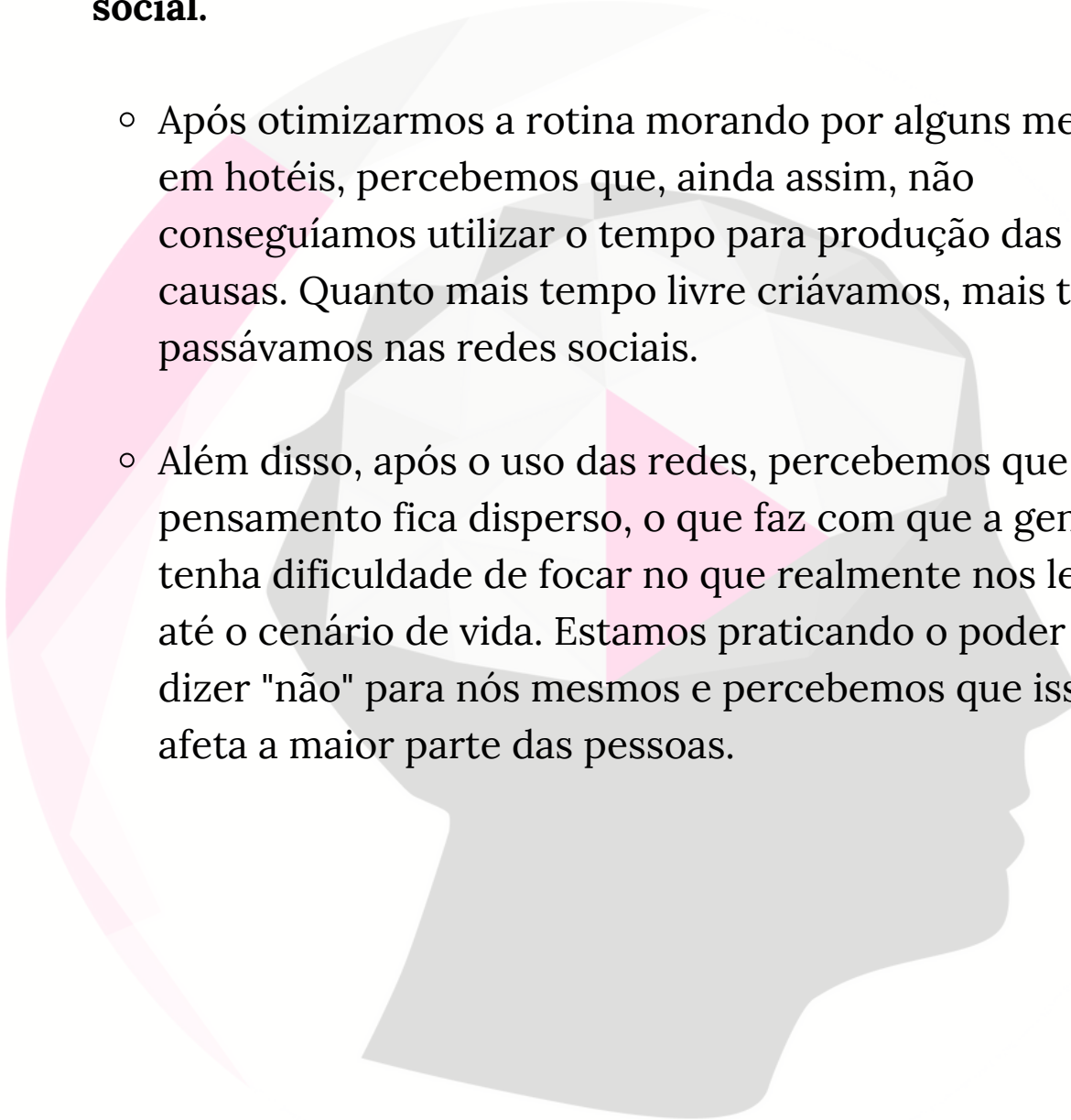
- No nosso caso, os efeitos que devem ser priorizados, são:
 - Rotina com harmonia e bem-estar
 - Liberdade geográfica
 - Nosso relacionamento
 - Convivência com a Mel
 - Resultados físicos alcançados
 - SETPOINT alcançado (independência financeira)
 - Modelo prático da CIMT (versão 10)
 - Relacionamento com integrantes da CIMT e seguidores
 - Metodologia comprovada de transformação de vidas
 - Suporte financeiro aos nossos familiares
 - Moradia em mansão de luxo (uma das alternativas que desenhamos no cenário de vida)
- Note que para manter os objetivos conquistados, a lista de causas a seguir precisa continuar sendo produzida:
 - Priorizar as causas invisíveis
 - Cuidar do nosso relacionamento e da Mel
 - Finalizar o modelo prático e definitivo da CIMT
 - Produção e gerenciamento da rede social
 - Treinar, seguir dieta, fracionar sono e lapidar a aparência física

CONDIÇÕES LATENTES (GERENCIAMENTO)

- Após realizar essa etapa de limitação do escopo, avançamos para uma outra etapa importante: o reconhecimento das **condições latentes** existentes, ou seja, pontos vulneráveis que podem nos impedir de alcançar o cenário de vida.
- Identificamos as seguintes condições latentes:
 - Dependência do Instagram como plataforma única de propagação da CIMT
 - CIMT como única fonte de renda
 - Falta de proteção do SETPOINT financeiro (caso de crise econômica mundial de grande proporção)
 - Prática de esporte de risco (hipismo)
 - Presença de animais na fazenda que oferecem risco à Mel
- **Todos esses itens foram avaliados e estão solucionados ou mitigados.**

AUTOSSABOTAGEM (GERENCIAMENTO)

- **"Não" para o consumo de conteúdos aleatórios na rede social.**
 - Após otimizarmos a rotina morando por alguns meses em hotéis, percebemos que, ainda assim, não conseguíamos utilizar o tempo para produção das causas. Quanto mais tempo livre criávamos, mais tempo passávamos nas redes sociais.
 - Além disso, após o uso das redes, percebemos que o pensamento fica disperso, o que faz com que a gente tenha dificuldade de focar no que realmente nos levará até o cenário de vida. Estamos praticando o poder de dizer "não" para nós mesmos e percebemos que isso afeta a maior parte das pessoas.



ANÁLISE SWOT (FATORES INTERNOS)

- **FATORES INTERNOS (que dizem respeito a nós mesmos):**

- **Forças**

- A - Conexão como casal
- B - Conteúdo relevante e prático
- C - Muitas transformações de vida comprovadas
- D - Sucesso da versão 10 do modelo CIMT
- E - Resultados em todas as áreas da vida
- F - Domínio e compreensão do conteúdo
- G - Grande alcance nas redes sociais
- H - Estrutura de trabalho enxuta
- I - Disponibilidade elevada de caixa líquido
- J - Conhecimento de empresas e do mercado de ações
- K - Trabalhamos juntos com um propósito alinhado
- L - Liberdade geográfica
- M - Compreensão do público e das redes sociais
- N - Experiência em multinacionais e mega projetos

- **Fraquezas**

- O - Conteúdo CIMT confronta crenças profundas
- P - Desafios de comunicação da mensagem
- Q - Limitação de tempo e energia
- R - Falta de linha editorial alinhada aos desejos profundos
- S - Alto nível de exposição da vida pessoal
- T - Investimentos para alcançar pessoas pouco otimizado

ANÁLISE SWOT (FATORES EXTERNOS)

- **FATORES EXTERNOS (que dizem respeito aos outros):**

- **Oportunidades**

- 1 - O conteúdo da CIMT soluciona dores profundas
- 2 - Desejo das pessoas de melhorar os resultados
- 3 - Desejo das pessoas de fazer parte de comunidade
- 4 - Vida real possibilita verificar a eficácia do conteúdo
- 5 - Rede social possui escala e rompe tempo/espaço
- 6 - A verdade está no conhecimento interior das pessoas
- 7 - Necessidade de repetição para mudança
- 8 - Conteúdo pode ser usado por empresas e negócios

- **Ameaças**

- 9 - Crenças limitantes (religiosas, financeiras..)
- 10 - Diferentes níveis de consciência (público amplo)
- 11 - Excesso de informação na rede social
- 12 - Limitação de tempo e dinheiro (público amplo)
- 13 - Falta de clareza em relação à promessa da CIMT
- 14 - Frustração com produtos digitais adquiridos
- 15 - Produto demanda nível de consciência elevado

RESUMO DA IDEIA

- Nós, Mandi e Cadu, criamos um cenário de vida em que, através do nosso trabalho na REDE SOCIAL e na CIMT, ajudamos milhões de pessoas a transformarem suas vidas. Essas mudanças podem ser facilmente comprovadas, pois estão refletidas nos nossos resultados e nos deles, nas perspectivas de relacionamento, saúde e dinheiro. Hoje, alcançamos o SETPOINT financeiro de 1 bilhão de reais, gerado a partir do nosso trabalho e da execução da nossa estratégia de investimentos em ações. Nossa aparência física e forma de se vestir refletem exatamente as mudanças que projetamos na nossa mente. O Cadu alcançou e se mantém com um corpo de fisiculturista do mais alto nível e a Mandi se mantém em um corpo lindo, magro e bem definido, exatamente como ela projetou. Para isso, o Cadu utilizou com sucesso a metodologia de treino de alta intensidade Heavy Duty, combinada ao método FST-7, descansando no mínimo de 4 dias (96 horas) entre os treinos. O trabalho de documentar a nossa vida e a mudança de autoimagem através de perfis individuais no Instagram foi um sucesso. Nosso relacionamento segue maravilhoso, assim como a nossa relação com a Mel. Desfrutamos diariamente do nosso maior presente nessa vida: a união e companhia que fazemos para o outro. Somos uma família muito feliz. Moramos em uma mansão de tirar o fôlego, em um condomínio espetacular (uma das opções do nosso cenário de vida) e levamos uma vida leve e muito agradável juntos. Sempre que desejamos, vivemos experiências incríveis e inesquecíveis ao redor do mundo e a Mel está presente, alegrando ainda mais nossa jornada.

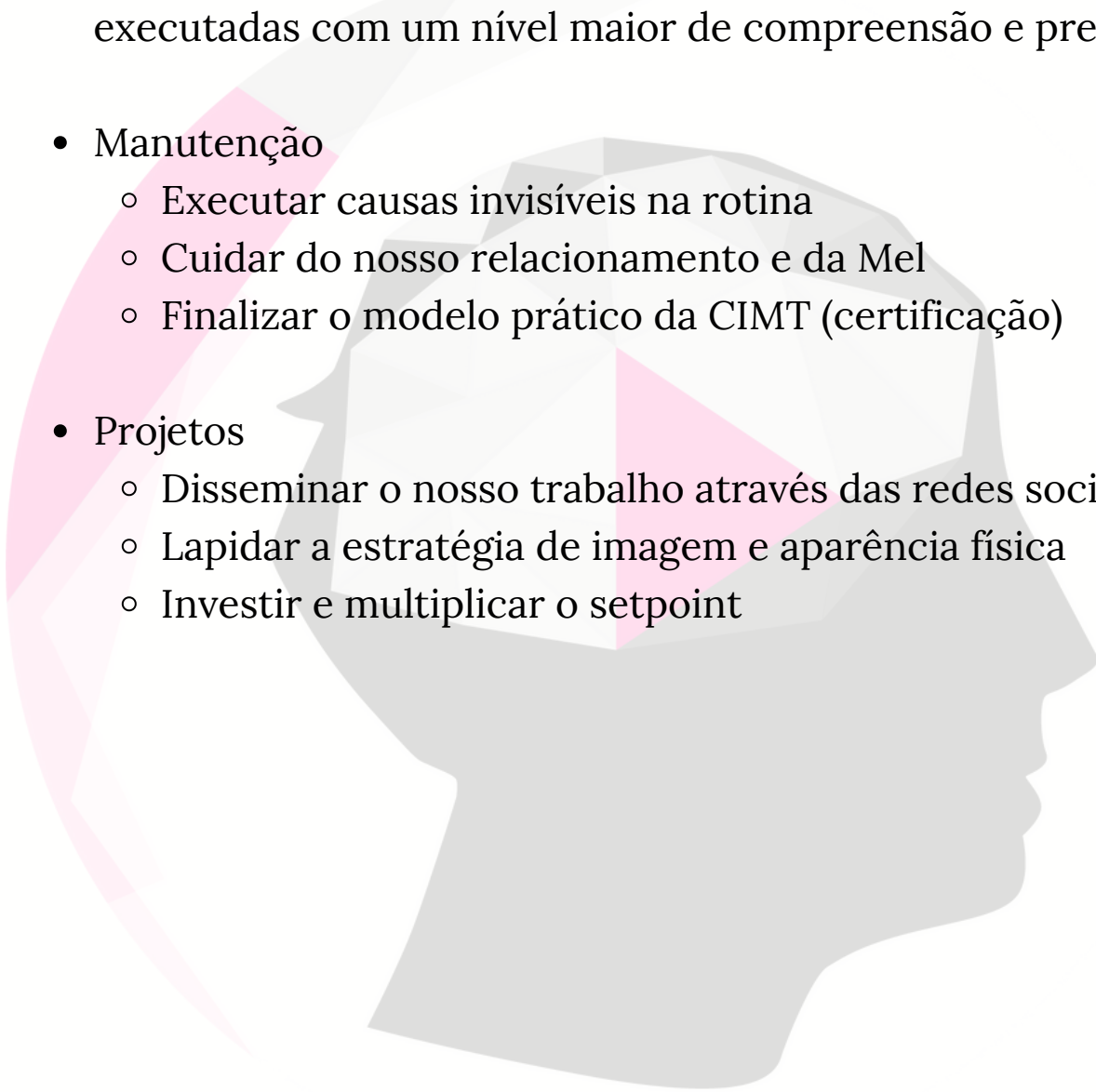
LISTA DE MAGNETIZAÇÃO

- Links com vídeos selecionados para os exercícios frequentes de magnetização da realidade desejada:

ITEM	LINK
Casa Dubai - Palm Jumeirah	<u>Ver vídeo</u>
Casa Emirates Hills	<u>Ver vídeo</u>
Casa Dubai	<u>Ver vídeo</u>
Casa com garagem subaquática	<u>Ver vídeo</u>
Jato Gulfstream G700	<u>Ver vídeo</u>
Jato Gulfstream G700	<u>Ver vídeo</u>
Gulfstream G700 X G800	<u>Ver vídeo</u>
Jato Gulfstream G800	<u>Ver vídeo</u>
Jato Gulfstream G650	<u>Ver vídeo</u>
Jato Gulfstream G650	<u>Ver vídeo</u>
Jato Gulfstream G700	<u>Ver vídeo</u>

LISTA DE CAUSAS CORRETAS (PROJETO E MANUTENÇÃO)

- A lista definitiva contempla as causas que devemos manter e as que estão associadas aos projetos, que devem ser executadas com um nível maior de compreensão e precisão:
- Manutenção
 - Executar causas invisíveis na rotina
 - Cuidar do nosso relacionamento e da Mel
 - Finalizar o modelo prático da CIMT (certificação)
- Projetos
 - Disseminar o nosso trabalho através das redes sociais
 - Lapidar a estratégia de imagem e aparência física
 - Investir e multiplicar o setpoint



CAUSAS CORRETAS (PROJETOS)

Comunicação e negócios através da rede social

- A conta do Instagram @mandiecadu passa a se chamar **@mandi.tomaz** e a conta reserva @mandi.cadu se torna **@cadu.tinoco**
- Percebemos que o perfil do Instagram funciona como uma ferramenta sem igual para nos auxiliar na documentação e na evolução do nosso processo de mudança de autoimagem.
- O intuito é ter perfis que inspirem o público a buscar mudanças e resultados.
- O foco no perfil @mandi.tomaz será compartilhar o estilo de vida e será voltado para o público feminino. Isso inclui conteúdos de inspiração, aspectos importantes que impulsionam o crescimento e a mudança, além de maquiagem, treinos, dieta, moda, jóias, brincadeiras, rotina de casa e todos os aspectos que uma mulher valoriza. Os conteúdos e caixinhas permanecem, mas o aprofundamento ficará reservado para CIMT.

CAUSAS CORRETAS (PROJETOS)

Comunicação e negócios através da rede social

- O perfil @cadu.tinoco será iniciado do zero (sem nenhuma publicação), com foco em refletir uma autoimagem de atleta de mentalidade e visa expandir a comunicação para o público masculino, apesar de hoje na base ter 90% de público feminino. A ideia é documentar e compartilhar o progresso dos 3 projetos que nos conduzirão até o próximo cenário de vida. O trabalho inclui compartilhar o estilo de vida, interesses e preferências. Os conteúdos e caixinhas permanecem, mas o aprofundamento ficará reservado para CIMT.
- **Stories:** utilizados como forma de compartilhar nosso estilo de vida e resultados, criar relacionamento com a audiência através de perguntas e respostas e gerar valor com conteúdos de entretenimento e vida real.
- **Feed:** vamos focar em refletir a nova autoimagem e o processo de mudança. O que estamos decididos a criar são perfis que espelham exatamente o que nos interessa e gostaríamos de consumir. Com o tempo, um público cada vez mais semelhante aos nossos interesses será atraído.
- Após extensa análise, entendemos que os resultados são o ponto central do nosso trabalho, afinal eles dizem a verdade porque nos afastam de crenças e revelam a lei.

CAUSAS CORRETAS (PROJETOS)

Comunicação e negócios através da rede social

- Vamos manter uma das decisões mais acertadas que tomamos durante a nossa trajetória de crescimento: a de bloqueio definitivo dos usuários que apresentam comportamentos inadequados, trazendo críticas, insinuações, comentários pejorativos, agressões, desrespeito ou qualquer outro que não agregue.
- Nesse momento, optamos por desativar os comentários de todas as nossas publicações. Reparamos, ao consumir conteúdos, um movimento bastante prejudicial à saúde mental dos usuários e produtores da rede. Isso está associado ao passo 5, em que estabelecemos limites e aprendemos a dizer "NÃO".

CAUSAS CORRETAS (PROJETOS)

Mudanças Físicas e de Imagem (Cadu)

- O escopo do projeto visa expandir a compreensão em 3 pilares importantes:
 - 1- Lapidação da aparência (rosto, pele e cabelo);
 - 2- Forma de se vestir, que ajude a comunicar a mensagem;
 - 3- Mudança do corpo para um patamar de fisiculturista.
- **Pilar 1:**
 - Práticas de bem-estar, sono adequado e monitoramento hormonal serão fundamentais para garantir que o sistema nervoso central produza os benefícios desejados à saúde e aparência da pele.
 - Procedimentos estéticos podem ser utilizados após minuciosa avaliação, além de produtos e suplementos que contribuam com a manutenção da saúde da pele e cabelo.

CAUSAS CORRETAS (PROJETOS)

Mudanças Físicas e de Imagem (Cadu)

- **Pilar 2:**
- Guarda-roupa otimizado com renovação periódica. Buscar uma linha "quiet-luxury", priorizando tecidos de alta qualidade, cortes adequados e peças diferenciadas e lisas. Acessórios como relógio, cordão e pulseira (joias) também fazem parte da lista.
- Alinhamento ao perfil italiano e moderno de se vestir, além das roupas de treino, contribuindo com a formação de uma imagem de atleta de mentalidade. Para iniciar o processo, selecionei as seguintes marcas: Giorgio Armani, Prada (Dubai), Barthelemy, EAS7 e Nike. Isso não é uma propaganda ou recomendação.

CAUSAS CORRETAS (PROJETOS)

Mudanças Físicas e de Imagem (Cadu)

- **Pilar 3:**
- Alcançar um corpo de fisiculturista demanda executar com precisão os treinos e recuperação do músculo (dieta e o sono adequados). Para obter a performance máxima do metabolismo é necessário ajustar e monitorar o perfil hormonal.
- Conforme já mencionado, seguirei como base a estratégia de treino Heavy Duty do Mike Mentzer, com intervalo mínimo de 96 horas entre os treinos, que tem duração média de 30 minutos. Todos os ajustes realizados estão alinhados as diretrizes principais definidas por ele.
- Com relação ao controle e monitoramento hormonal, estou em contato com um dos maiores especialistas em preparação de atletas brasileiros, afim de potencializar os resultados, à medida que busco encontrar a excelência na compreensão sobre o assunto.
- Para monitorar o sono, utilizamos Apple Watch e o App Pillow, incorporando toda experiência da CIMT ao processo.
- O plano alimentar que utilizo é controlado e o modelo pode ser acessado através [desse link \(CLIQUE AQUI\)](#). Já a minha planilha de treinos, você acessa [CLICANDO AQUI](#).

CAUSAS CORRETAS (PROJETOS)

Mudanças Físicas e de Imagem (Mandi)

- O objetivo final está ilustrado no passo 1: **chegar em um corpo slim e harmônico (proporções ideais).**
- O controle da minha evolução será através de fotos e vídeos.
- O meu foco, a partir de agora, está em treinar mais os pontos que precisam ser desenvolvidos e menos aqueles que precisam ser mantidos, aumentando a simetria do corpo. Isso é MUITO particular e depende do desenho do físico de cada um.
- No meu caso, pretendo intensificar o trabalho nas seguintes regiões: **ombros, glúteos e posteriores.**
- A parte hormonal está sendo monitorada por profissionais da área (ginecologista e endocrinologista).
- Fazemos exames de sangue para verificar nossas taxas de 3-3 meses, preferencialmente.
- A minha dieta, atualmente, está sendo prescrita pela equipe do meu coach, bem como os meus treinos.
- [Para acessar o meu plano alimentar, CLIQUE AQUI.](#)

CAUSAS CORRETAS (PROJETOS)

Mudanças Físicas e de Imagem (Mandi)

- [Para acessar a minha planilha de treinos, CLIQUE AQUI.](#)
- Em 2023 eu realizei alguns procedimentos estéticos e, em 2024, pretendo intensificar isso. Meus procedimentos não são voltados para harmonização, mas para diminuição de flacidez (bioestimuladores de colágeno, morpheus) porque eu tenho MUITA tendência pela cor da pele, além do tratamento para rosácea (lasers), que já melhorou quase 100%.
- A parte de imagem (forma de me vestir, cabelo, etc) será lapidada a partir da busca ativa por referências, aumento da dedicação de tempo (por ex. para montagem de looks) e estudos sobre moda, que é um assunto pelo qual tenho muita afinidade.
- Consultorias pontuais fazem parte desse projeto. Com isso, consigo validar o que já venho fazendo e aprimorar a minha compreensão. Já é a quarta vez que eu passo por esse processo, com profissionais diferentes. A cada rodada eu agrego ensinamentos que expandem a minha percepção.

CAUSAS CORRETAS (PROJETOS)

Mudanças Físicas e de Imagem (Mandi)

- A minha ideia com esse projeto é aprender aquilo que me valoriza e está de acordo com o meu objetivo: **ilustrar as diferentes facetas que eu assumo ao longo da minha vida.** Desejo que a minha autoimagem esteja estampada na forma como eu me apresento.
- Dentro dessa estratégia principal, vou continuar mantendo maquiagens bastante leves. Eu me identifico mais com o mood natural (excetuando ocasiões em que pode ser necessário mudar isso).
- Em relação ao cabelo, continuarei fazendo semanalmente 1 ou mais tratamentos do meu cronograma capilar.
- Para entender sobre cronograma capilar (o que usar, quando usar), eu estudei alguns materiais disponíveis na internet. É possível encontrá-los no YT, IG..
- Com o intuito de treinar o meu olhar, dentro do Pinterest, eu tenho uma pasta em que adiciono os looks/sapatos/makes que estão coerentes com minha estratégia ou pelos quais eu tenho afinidade. O ideal é achar modelos com corpos parecidos com os nossos, mas nem sempre é possível.
- [Para visitar a minha pasta no pinterest,](#) **CLIQUE AQUI.**

CAUSAS CORRETAS (PROJETOS)

Mudanças Físicas e de Imagem (Mandi)

- Abaixo um pequeno resumo das lojas que eu gosto de comprar:
 - **Nacionais:** Animale, NV, Carol Bassi, TIG..
 - **Internacionais:** Prada, miumiu, Brunello Cucinelli, Zimmerman, Polo, Hermés, Balmain, Courreges, Wolford, Dior, Chanel, YSL, Stella McCartney, Loro Piana (no Brasil, compro pela Farfetch)
- Para roupas de treino, minhas marcas preferidas são:
 - Bmood e Melt swim
- Tenho plena consciência de que elegância se constrói (como tudo) de dentro para fora. Então, além de tudo o que listei aqui, cabe incluir uma grande mudança de autoimagem.

CAUSAS CORRETAS (PROJETOS)

Nova fonte de renda e multiplicação de SETPOINT

- Para multiplicação do nosso SETPOINT financeiro, optamos por **investir em ações**, devido ao seu potencial de retorno, escala e liquidez. Essa decisão foi tomada após avaliarmos diferentes possibilidades de investimentos realizadas por bilionários.
- Um dos maiores riscos dessa modalidade de investimento é a possibilidade de uma queda significativa no preço de uma determinada ação, seja por uma questão associada ao negócio específico ou a uma crise econômica.
- Para lidar com esse risco, a nossa estratégia de investimento considera que pelo menos 50% do dinheiro deve estar em caixa, pronto para capturar oportunidades em cenário de baixa no preço das ações.
 - Alocação do SETPOINT
 - 50% dinheiro em caixa (comprar oportunidades)
 - Fundo de investimento com liquidez imediata
 - Um real de reserva para cada real investido
 - 50% alocado em ações selecionadas
 - Realização constante de lucros
 - Todos os ganhos são reinvestidos
 - Foco em aumentar o número de capitalizações

CAUSAS CORRETAS (PROJETOS)

- Nossa estratégia considera os seguintes aspectos:
- Seleção criteriosa das empresas que investimos, com base em análises dos fundamentos do negócio, incluindo as demonstrações financeiras e o plano estratégico delas, além do histórico de preços e do preço justo existente;
- Utilizamos informações estatísticas e modelos matemáticos para entender os movimentos de mercado, com base em oferta e demanda em relação a uma determinada ação, através do APP Investing.com;
- Reinvestimos 100% dos ganhos e fazemos aportes adicionais frequentes, além de aguardar o tempo que for necessário para vender uma ação, caso ela não apresente lucro;
- Buscamos margens de retorno entre 1%-5% por operação. Isso faz com que nossa carteira de investimentos esteja sempre próxima aos valores atuais de mercado. É comum vendermos todas as ações com frequência e iniciarmos um novo ciclo de compra;
- O ponto central da nossa estratégia é o aumento dos períodos de capitalização, produzindo o benefício matemático dos juros sobre juros ou um trem de causa e efeito. Pequenos ganhos frequentes, ao serem sobrepostos, tendem a superar em muito os ganhos maiores e mais raros, quando olhamos para um horizonte de longo prazo.

CAUSAS CORRETAS (PROJETOS)

- **Diretrizes de compra (decisão prospectiva):**
 - Ação selecionada previamente e abaixo do preço justo;
 - Valor atrativo considerando o histórico de 21 dias;
 - Utilizar como parâmetro de suporte à decisão de compra, os indicadores estatísticos e matemáticos fornecidos pelo APP "Investing.com";
 - Evitar ações com fortes quedas quando o volume de dinheiro negociado for superior à média diária;
 - **Paciência para comprar de forma precisa .**
- **Diretrizes de venda (decisão prospectiva):**
 - Realizar venda apenas com ganhos;
 - Pequenos ganhos frequentes produzem um efeito exponencial, que supera ganhos maiores e mais raros;
 - Aguardar ganhos maiores quando houver tendência de alta bem definida (entrada de dinheiro do exterior em função de fato relevante ou resultado trimestral da empresa, por exemplo);
 - O APP "Investing.com" fornece indicadores úteis que suportam uma decisão prospectiva mais qualificada.
 - **Ter paciência para vender de forma precisa**
- Temos uma planilha que calcula o ganho líquido em cada operação, tornando o processo viável. Para acessar a estrutura da planilha que utilizamos, [CLIQUE AQUI.](#)

CAUSAS CORRETAS (PROJETOS)

- A tabela a seguir, consolida as ações do IBOVESPA que acompanhamos diariamente e temos interesse em investir.

EMPRESAS IBOVESPA	CÓDIGO
Ambev ON	ABEV3
CSN Mineração ON	CMIN
CSN ON	CSNA3
Gerdau PN	GGBR4
Klabin Unit	KLBN11
Metalúrgica Gerdau	GOAU4
Petrobras PN	PETR4
Prio	PRIO3
Vale ON	VALE3
Vibra ON	VBRR3