



Září v metalearning.cz - měsíční dávka inspirace

Ahoj,
čtení na “pár minut” za minulý měsíc je tu a s ním i novinky z kruhů metalearning.cz. **30 dnů mého života** v kterých možná ... najdeš nějakou inspiraci. Nebo také ne a budeš hledat unsubscribe na konci mailu, obojí je v pořádku, ušetří mi to \$\$ za zbytečně doručené emaily ;-)

Září **trávím obvykle v zahraničí**. Tento měsíc jsem ale cítil, že na mě čeká více práce, kterou mohu odmakat v ČR. Vyjma klasické práce v projektech tentokrát majoritně **práce na sobě**. Tedy pravidelné kalistenické workouty, návštěvy sauny, co nejdelší pobyt skrze den v přírodě, houby ... a hluboké úvahy nad některými tématy, které mě v životě nyní provází a tebe budou také, pokud máš přístup k **320+** lekcím v kurzech.

Tento měsíc se v tomto díle mrkneme na **praktické využití umělé intelligence** v metalearning.cz ale i v prectime.cz. Zjistíš, proč si spokojenost zatím nezasloužíš. Proč používám **Aeropress**, proč chodím do **sauny**, proč jsem si nekoupil nový **iPhone**. Jakým způsobem se snažím vrátit do pořádku svá záda až po chudáka Tolkiena, který doufám nemá posmrtný přístup do Amazon Prime. Nejspíš by po shlédnutí **Rings of Power** potřeboval přístup ještě jeden.

Takže jdeme na to. Pokud nejsi čtivka, mrkni na videoverzi.
Užívej svoji unikátní cestu skrze říjen ... Honza

Pokud se ti nechce číst, video-verze je zde

Video-verze tento měsíc z Prahy.



Spustit video-verzi

Otázky a odpovědi živě z YouTube (120 min)

Minulý týden proběhl v neděli po delší době živý přenos nejčastějších otázek a odpovědí, které jsem od vás posbíral. Zde se můžeš mrknout na jeho záznam ...



Spustit záznam

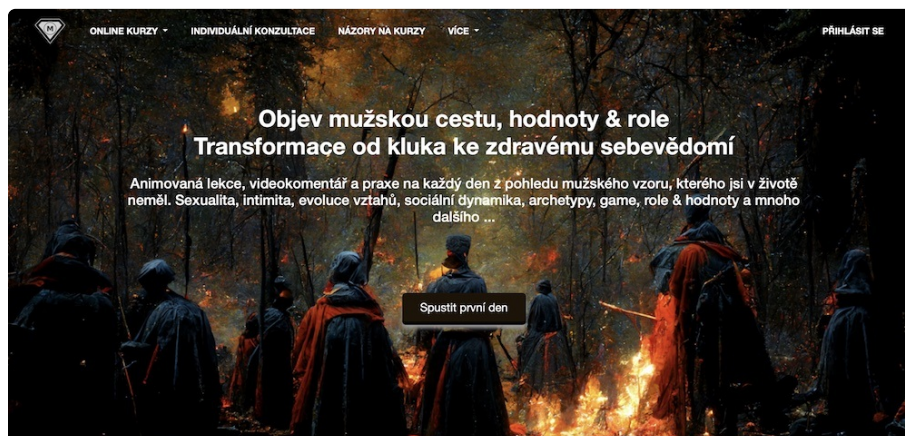
9 měsíců “práce” ... u “konce”

Hlavu mám tak trochu **jako pátrací balón** a vím, že nyní z kraje zimního období potřebuji více času bez informací. Více času mimo knihy, mimo podcasty, mimo hlavu ... venku, na vzduchu, v pohybu. Cítím, že zima bude více o klidu někde na jihu. Více fyzických tréninků, více sauny, plavání, lovení v moři ... a méně času v hlavě.

Před 9 měsíci jsme spolu (videokomentáře) začínali v Portugalsku, potom jsme přelétli do Itálie, Řecka, Dánska ... občas jsme se viděli i v ČR. A za těch 9 měsíců mého života & intenzivní práce vznikla komplet základní část kurzu [Sebevědomí & Cesta muže](#). Aktuálně 53 lekcí, 53 videokomentářů, které budu rozšiřovat.

Nyní se ale rozhodně nechci vrhat do další každodenní tvorby nových

díků, ale v klidu si dopřát čas na určitou reflexi. Přečíst si zprávy, které jste mi poslali, možná počkat na pár dalších ... abych se v klidu rozhodl, která oblast mužské integrity vyžaduje další pozornost. Postupně "vyšíval" detaily tak, jak se to děje u všech ostatních kurzů metalearning.cz



Prozkoumat kurz

Spokojenost si nezasloužíš (free lekce na Youtube)

V září jsem se **setkal se zajímavým jevem na konzultacích**. Snad na každé jsme řešili slovíčko "možnosti" ... a tak jsem vyrobil jedno free video na YouTube, které možnosti a s tím spojenou spokojenost rozvádí.

... DO HLOUBKY S LIDMI
PŘESNĚ TŘIKRÁT

MOŽNOSTI HRAJÍ KLÍČOVOU
ROLI VE VŠECH
OBLASTECH



HONZA
METALEARNING.CZ

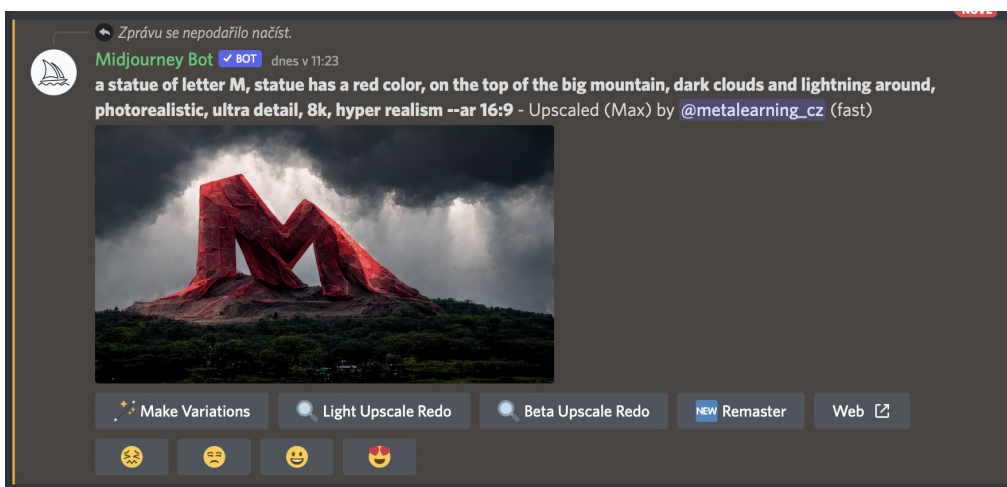


Spustit video

Umělá inteligence v metalearning.cz |
Midjourney

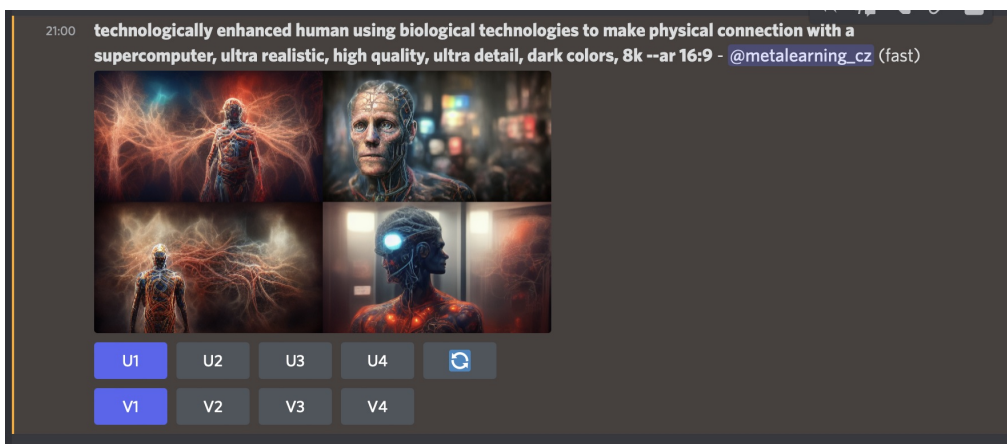
Slovo Umělá inteligence (AI) mě více a více děsí. Částečně je to tím, že jsem z ní skládal doktorské zkoušky, posléze ji v kódu od Amazonu implementoval do prectime.cz a tento týden ji využil pro předělání všech obrázků na webu metalearning.cz.

Více ti řeknu ve video-verzi tohoto dílu. Stručně a krátce, mnoho grafiků v tomto období přichází reálně o práci - **s menší kapkou nadsázky o svoji profesi**. Reálně se z nich stanou architekti pracující s AI a z lidské práce se stane ještě více specifické umění. Pokud se v tomto technickém odvětví nevyznáš a někde jsi slyšel, že právníci, poštáči a prodavačky přijdou o svoji práci, tak je toto reálný příklad pro grafiky. Na následujícím obrázku vidíš, jak vznikl dárkový poukaz na neomezené předplatné do metalearning.cz. A podobným způsobem vznikla i každá titulní fotka u dílčích kurzů. Další směřování těchto nástrojů bude třeba v oblastech tvorby hudby, filmů, kódu a nebo také v rekonstrukci tvých mrtvých příbuzných, kteří se (pokud máš dostatek dat svých blízkých), přenesou do mozku umělé inteligence. Kam to povede raději nedomýšlím ...



V případě grafika však obvyklý postup je ten, že si fotografie/kresby zakoupíš buď u nějaké fotobanky nebo necháš na zakázku nakreslit skrze služby typu 99designs/upwork. Jenže **proč platit 1000 CZK za 4 návrhy** od 4 grafiků, když ti AI vygeneruje **4 luxusní varianty za 5 haléřů** během hrubě 15 vteřin. Proč riskovat, že obrázek s volnou licencí volný není a do firemní schránky dorazí vymahačský dopis od zastupující firmy ze Švýcarska na pokutu v rozmezí 4 000 - 40 000 CZK (ne všechny tyto dopisy jsou fejk). Problém vyřešen. Jenže podobným způsobem můžeme nyní nahradit mnohem více, než kreslení obrázků.

Práce je naštěstí založená na jednoduché podstatě - pokud je někde problém, je zde práce na tom ho vyřešit. Dokud budou problémy, bude i práce. To ale znamená jediné - pro mnoho lidí to děsivé = být schopný se adaptovat. Protože i tobě může AI práci velmi rychle vzít.



Sauna | Arm-balance kalistenika | iPhone | Aeropress

4 slova, 4 oblasti v kterých jsem experimentoval.

Obvykle trávím září raději někde na jihu - Dolomity/Itálie/Řecko a prodlužuji parné léto. Tento rok je to trochu jiné. Věděl jsem, že mě tento měsíc čeká práce na sobě. Mé problémy se zády se od ledna, kdy došlo k úrazu, nijak zásadně nezlepšily. Alespoň co se týče hlubší opravy - pár měsíců v moři je sice fajn, ale pokud se vrátím zpět do sedacího režimu, do dobrých míst to nevede (jaké překvapení). Jako vždy se posléze dostaví **nespokojenost "sám se sebou"** a přepínám do režimu archetypu Bojovníka. Takže mám za sebou 3 týdny tréninků z Alomoves - Dylan Werner, kterého jsem frčel asi 4 roky v kuse dříve a kombinuji je každý **týden s privátní saunou** což přináší konečně citelnou změnu a velkou úlevu, méně frustrace.



S tím souvisí i zajímavý jev, který je součástí mnoha kurzů, především kurzu o finanční gramotnosti. Můj 6-7 let starý mobil rozhodně neslouží dle mých standardů ... takže tento měsíc nebylo co řešit. Byl jsem 1 klik před objednáním nového kusu zářícího displeje za 40k (nový iPhone). Jenže, práce na sobě mě naštěstí včas dostihla. Stihl jsem si položit otázku **"Neodvede tě tento krok od reálné práce, kterou cítíš, že je na sobě potřeba odmakat?"** ... a jasně ... odvede, i když si vše mohu racionalizovat jak chci. Naštěstí mi tento problém připomíná každá jízda skrz Prahu, kdy za volantem hustokár vidím tlustoprdy s kyblíkem z KFC (není třeba to říkat hezky neutrálně, tak to prostě je). Takže novou tretku o pár měsíců odložím, do doby, než práci odvedu, než nastavím své minulé návyky do zajetých kolejí. I tento prožitek přispěl k vytvoření free videa na YouTube [viz. předchozí odkaz](#).

Příjemná změna u mě nastala také v oblasti přípravy kávy. V Biohacking kurzu najdeš návod na přípravu Bulletproof coffee, coby jednu

možnost ranního fungování. Odkaz najdeš free i pod tímto odstavcem (je na titulce kurzu u nadpisu "Videokomentář ke každé lekci"). Vzhledem k tomu, že trávím více a více času v zahraničí na různých místech, je příprava kafe (pokud na něm zrovna z nějakého důvodu frčím), trochu problém. Moje Bialetti moka konvička byla sice 2 roky hodně fajn ... ale nyní nastal čas na upgrade a větší kafo hrátky v podobě Aeropressu. Takže jsem tento měsíc trávil hodně [na YouTube kanálu Jamese Hoffmanna](#) a ladil stupeň mletí/extrakce/tlaku/teploty ... prostě už si nedokážu jednoduše udělat ani to kafe :-)



Les, každý den

Pokud jsi se mnou od roku 2014 víš, že jsem **2 roky strávil po kolapsu v lese**. Vedlejším efektem vznikl experiment 700 knih za 700 dnů. To zní marketácky lépe, než být každý den v lese :-)

Být každý den v lese je neuvěřitelná zkušenost. Asi jako každý den lovit harpunou ryby v různě se chovajícím oceánu. A vždy když se do lesa na nějaký čas vrátím, vzpomínám ... tento měsíc to bylo velmi příjemné vzpomínání spojené s tvorbou zásob (sušení) hub do mých dvou bytů. Mise splněna, mohu na zimu v poklidu



odjet.

Ostuda jménem Rings of Power

Nebudu zde vymýšlet variace, ale rovnou sem vložím krátký textík z mého Instagramu, kde jsem situaci popsal. Situace je to **hodně alarmující** a pochopíš ji velmi detailně [v kurzu Sebevědomí & Cesta muže](#).

Na filmy se moc nedívám, obvykle mám "důležitější věci na práci". Naposledy to byl Pán Prstenů v únoru v Portugalsku v rámci tvorby lekcí o archetypech. Tento měsíc jsem ale mrkl na 5 dílů ze stejnojmenného seriálu od Amazonu a nestačil jsem se divit co vidím - gender identita/role-play hodnoty jsou fuč a nedokážu v tom najít vůbec nic zajímavého, ač jsem se snažil. **Ženy jsou mizerní muži a muži jsou mizerné ženy.** 1. Král s Alzheimerem ve věži, vládne regentka coby nositelka energie krále (Numenor). 2. "král" (z voru) 5 dílů řeší non-stop svoji minulost a do toho ho k vládnutí přemlouvá hlavní postava Galadriel. Ta funguje jako suplement (nevyrovnaného) mužského vzoru, který v seriálu zastupuje snad jen tmavý elf s lukem případně (alespoň) v temné podobě vládce Orků. Fascinuje mě ale jak elfáci stojí na lodi 😊

Aragorna hledám marně. 3. král trpaslík sedí na trůnu podobně neaktivně jako ten ve věži a jeho syn **Durin působí valnou většinu času jako hlavní role ze seriálu "Ženatý se závazky"**. 4. král elfů působí jako královna, která si právě sundala natáčky, energie krále nikde. Místo 2. krále (toho z voru od lidí) v nesnázích přichází žena z domácnosti s větou "vím, že jste čekali jiného krále (+ primárně vždy nejdřív bojovníka), ale pojďte bojovat po mém boku", zatímco zbabělý výčepník odvede půlku města přímo k nepříteli (to mě dostalo v 5. dílu). Ve všech dílech ze mě má Zuzka doma srandu, když dorazí pasáž s chlupatohými trpaslíky/hobity či co to vlastně je ... kde mám silnější a silnější nutkání při této pasáži moje hledání Aragorna zastavit. Říkám jim bez nadsázky dementi z lesa, kde se za 5 dílů nestalo vůbec nic, všichni muži v jejich kmeni jsou naprostí blbci a skrze klíčové momenty (vlastně ten klíč stále neznám) je vede 10 letá holka.

Mám dojem, že **energii Krále, Bojovníka, Milovníka a Mága bude těžký spatřit** už i v těch filmech, stejně tak specifické genderové role mužů a žen ... probírám to hodně v kurzu Sebevědomí & mužská integrita, ale toto podání na mě působí asi jako sledovat role mužů a žen v reklamách na YouTube, škoda :/



Citát, který mi vzal pozornost ...

*Hard times create strong men.
Strong men create good times.
Good times create weak men.
Weak men create hard times.*

G.M.Hopf

Failure is success in progress.

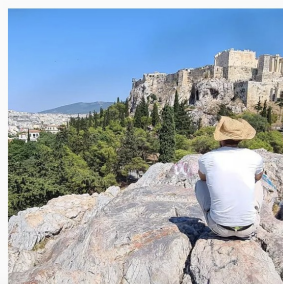
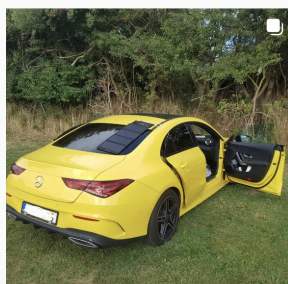
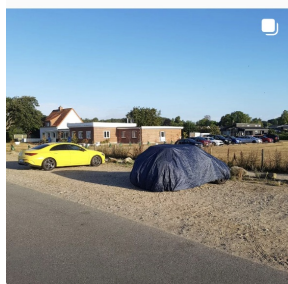
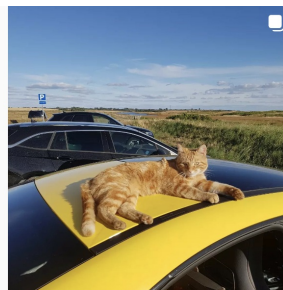
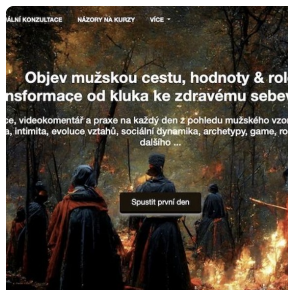
Albert Einstein

*Half of the troubles of this life
can be traced to saying yes
too quickly and not saying
no soon enough.*

Josh Billings

#instagramlife

Instagram používám především pro svoji vlastní reflexi - především stories ke kterým se vracím klidně i rok zpětně. Byla by škoda těch pár obrázků z cest nepropojit s hrstkou úvah za poslední měsíc. Někdy jich je více, někdy méně. Více na mém IG profilu.



Přečíst

Užívej lekcí v metalearning.cz

Uslyšíme se za měsíc a v kurzech každý den ;-)
Honza



Honza, metalearning.cz

Metalearner, Essentialist, Investor, Biohacker, Stoic, Minimalist, Creator, Tech guy, Spearfisher & Astronomer

metalearning.cz | prectime.cz

Více ...

NÁZORY NA KURZY



[Tipy za minulé měsíce nalezneš zde.](#)

V metalearning.cz jsi vedený pod adresou: {{ contact.EMAIL }} Email jsem ti poslal, protože jsi splnil alespoň 1 lekcí v projektech vytvořených metalearning.cz.

[Odhlásit se můžeš zde \(nebudu si to brát osobně\) ;-\)](#)