

Září 2023 v metalearning.cz měsíční dávka inspirace



Ahoj,

září ... "budík" v 6:00 na palubě lodi, v 6:30 ještě za šera workout na houpajícím se katamaránu + [ranní rituály](#) ... 6 - 7 hodin každý den spearfishing v silných proudech kolem Korfu, **spánek 6-7 hodin max** 😊. Za září mám v hlavě vyfocenou celou řadu neuvěřitelných momentů, které jsou ale vykoupené silnou únavou, kterou pociťuji poslední týden v měsíci. A to mám před sebou dalších 5 týdnů na/v moři. Tento newsletter píšu opět v letadle do Athén a vím, že budu muset další měsíc **ubrat na tempu** a trochu si hlídat energii.

Září bylo sice krásné, ale hektické - konzultace, různé akce v ČR proložené létajícím autobusem do ☐☐ a zpět, tvorba pro mě těžkých lekcí a studium na praktické MDČR C zkoušky na plachetnici. Hlavu mám jako pátrací balón.

V následujícím odstavci si můžeš přečíst co je nového v mém nekonečném vzdělávacím koloběhu. Připojuji bodovou osnovu níže a pokud máš času více, přečti si určitě během dalších **15 minut i zbytek textové části**.

V případě, že nechceš namáhat oči, je zde i **volnější video-verze**. Doporučuji kombinovat, protože ani v jedné verzi neřeknu vždy vše a kombinace to zachraňuje 😊. Pokud se ti email nezobrazuje celý (platí pro všechny delší newslettery), stačí si [ho otevřít ve webovém prohlížeči \(klik sem\)](#).

Pokud víš o někom, komu tento díl může pomoci, neváhej, přepošli & sdílej

čtení na 30 vteřin, osnova:

- 29.6. - 6.7.2024 Athény - Red Pill Muži je plně obsazený (8/8). Vypisuji ještě jeden termín o týden dříve (poslední). Saronské

ostrovy, aktuální obsazení 1/8 - [místa lze obsadit zde](#).

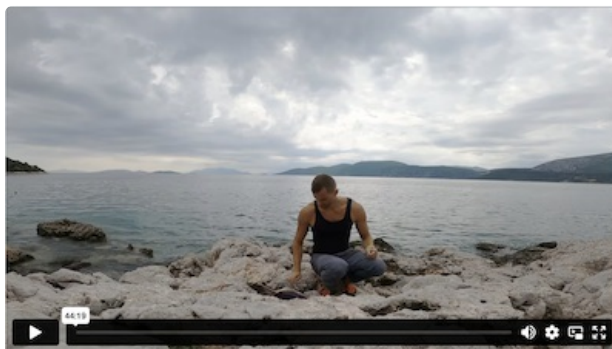
- Opuštěná místa kolem Korfu, etické zásady lovu, 6 - 7 hodin / den v moři, silné proudy a jak na ně, plně elektrický katamarán, pocta pro 5 skvělých lidí na palubě.
- Další Red Pill Deep Dive (ideologie, náboženství, rytířství a romantismus).
- Sumarizace 12 měsíců prakticky bez odpočinkových dnů s celotělovými workouty ráno (vliv na záda, core, mobilita, únava, výmluvy, přerušovaný půst ...) (video-verze).
- AtomPacks a další drahé srandy, které mají duši.
- Kniha pro tento měsíc, Rollo Tomassi - Religion (Volume IV). (pouze video-verze)
- Připojuji i jeden odstavec zajímavých zdrojů a dalších materiálů. Klasickou Instagram sekci, pár nakopávacích citátů.

Nezapomeň splnit pár lekcí v metalearning.cz. **Zabere to jen pár minut, ale důsledek využiješ po celý život.**

Jdeme na dávku za září. Uslyšíme se opět hrubě za měsíc.

Pokud se ti nechce číst video-verze a audio verze (45 minut)

Tento měsíc natočena v 🇨🇪 ❤



Spustit video-verzi

Stáhnout MP3

Katamarán Athény 2024

29.6. - 6.7.2024 (vyprodáno)

22.6. - 29.6.2024 (2. termín)



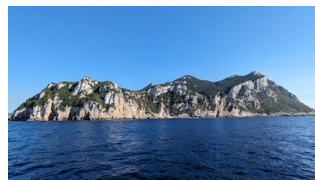
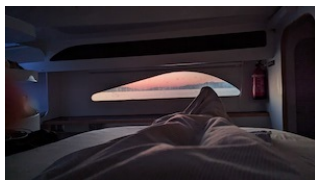
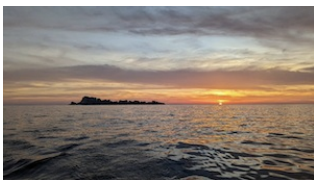
Vše se odehrálo vskutku velmi rychle. Od prvního nápadu v mé hlavě až po plné **zaplnění prvního termínu** (8 chlapů na jedné lodi) zabralo hrubě měsíc. Proto jsem tento měsíc **vypsal ještě jeden termín pro dalších 8 uchazečů** (aktuálně zbývá 7 míst). Toto je poslední termín, **více jich nebude**, protože máme plně obsazené zbývajících 2(3) týdnů pronájmu katamaránu na celý měsíc. Podmínky i cena zůstává i na tento termín stejná - vše najdeš v dokumentu pod tímto odkazem [zde](#).

Dal jsem 14 dnů prostor pro přihlášení i ženám z kruhů metalearning.cz, ale zdá se, že **majoritní většina zájemců jsou muži** ☹️. Takže se pokusím i tento termín zaplnit čistě muži a udělat z plavby tématický mužsky integritní / red pill týden na jedné lodi. Pokud máš zájem tak reaguj prosím rychle - minulý měsíc jsme zbývajících místa obsadili během 48 hodin od odeslání newsletteru. Což bylo hodně fajn, protože jsme tento týden již fyzicky platili zálohu(!) na kátr ve výši ehm 12k € (☺️) a vše je již tedy definitivní.

Budu se na vás těšit na jedné lodi na plavbě skrze Saronské ostrovy ☹️.

[Prohlédnout přihlášku](#)

Opuštěné ostrovy Korfu



Září jsem strávil **v super společnosti 5 lidí**. Je to již 2 roky, kdy mi došlo, že prioritu #1 dostane plně pohyb na vzduchu & lidi & aktivity. Stavět den ráno prioritně na expanzi & projektech & práci mi po 10 letech přestalo přinášet radost a spokojenost. Byť jsou projekty & lekce & investiční aktivity stále nedílnou součástí mého života, není na nich potřeba už stavět prioritně svůj den a identitu. Umění není hru stereotypně a nekonečně hrát, ale hru i případně dohrát, začít hrát hru novou. V tomto případě především s ohledem na priority s kterými každý den začínám. **Nezačínat s prací, ale s pohybem.**

Strávil jsem 7 dnů na plavbě kolem opuštěných ostrůvků severně od Korfu po boku Micka, Jany, Káti, Petra a Radima.

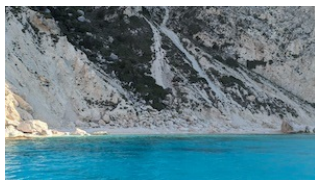
Micka ze svetpodvodou.cz potkáš na Metalearning plavbě v roce 2024. Je to člověk, který si jde neuvěřitelně za svým ve velmi obtížném prostředí freedivingu a to i přes všechny nelehké strasti po cestě. Často společně trávíme hodiny s harpunou vysazení u strmých útesů. Tento týden i společně s Petrem, který zvládl spearovat každý den mnoho hodin jídlo pro nás všechny, klobouk dolů.

Veškerá pocta patří také Kátě, která má za sebou takřka 100 metrové ponory, které ji nejspíš dovedly až na/za samou hranici, což není nikdy bezpečná zóna. Často si z ní odnášíme nejenom nové směry, ale i šrámy. Vidět jak plave 6 km vedle lodi v "modrém flow" mi určitě dodává motivaci k návštěvě [Totálního plavání v Praze](#). Chtěl bych to stihnout v listopadu po boku teoretických zkoušek na plachtu a také zkoušek na vysílačku. Idealizovaná představa listopadu ☺.

Velké díky patří také Radimovi. Člověku, který si ručo fučo postavil plně elektrický katamarán včetně všech systémů. Radim se mnou měl trpělivost po celou dobu plavby, kdy jsem ho zásoboval základními otázkami dokola a dokola, abych z gruntu pochopil fungování lodí pro nadcházející zkoušky MDČR C (důvod proč jsem nyní v Řecku). A v neposlední řadě bylo skvělé být po boku Jany. Po častých 2-3+ hodinách ve vodě to byla právě ona, kdo se o nás staral - a není nic lepšího, než najít v grillu připravené jídlo, meloun na stole nebo nemuset řešit pečení ryb či úklid.

Samozřejmě bylo fajn **být i sám se sebou, plně mimo hlavu**, mimo civilizaci, v moři, offline, v pohybu ... občas i v lehké panice z některých situací, třeba když pro nás v silném proudu nepříjel kapitán ☺.

Každopádně velká čest vám všem. Díky za společnost a inspiraci.



Proudy v moři

... pokud jezdíš k moři, může se hodit ...

Nikdy jsem nebyl celý týden v místech, kde každý den řeším intenzivní silné (naštěstí) povrchové proudy. Korfu byla velká fyzicky (někdy i psychicky) náročná škola. Tento **odstavec je zde pro vás všechny, kteří jezdíte k moři** a jako každý si jdete prostě jen tak na pohodu zaplavat ...

Proud (horizontální, povrchový) v moři dokáže být pěkná 🐱. Vertikální nebo tzv. rip currents (od vracejících se vln) nyní vynechám, to je samostatná kapitola. S proudy začínám mít docela pestrá zkušenost všech druhů. Jsou místa, kde ani v dlouhých ploutvích nemáš šanci proud přeplavat. A pokud ano, je to vždy velmi vysilující. Kolem Korfu v Řecku je takových míst fakt hodně a do průseru se můžeš dostat velmi snadno. V tom lepším případě stojíš na místě a/nebo ručkuješ po skalách kolem a dostaneš se zpět.

Pokud jdeš plavat do moře, **vždy si ber** plaveckou bójku + vlajku (kvůli všem rizikům, lodě, vlny, dehydratace). Dej si na ni i píšťalku, vodu, případně telefon. Vnímej zda tě někam tlačí proud (či vítr). Tuhle reevaluaci dělej každých pár desítek metrů, hlavně pokud se kolem tebe mění struktura pobřeží - tzn. různé výběžky, hrany ostrovů, průplavy (úžiny) mezi ostrovy. Pokud jsou pod tebou rostliny, budou vlát ve směru proudu. Ryby se budou natáčet proti proudu a pokud někam poplavou, udělají 5 metrů skok a potom se znovu otočí do proudu. Pohled na hladinu ti obvykle moc nepomůže, vítr to může zkreslovat. Směr/intenzita proudu se může s uplavanou vzdáleností měnit velmi rychle.

Sleduj i objekty, které plavou, kam plavou. Pokud tě proud tlačí podél pobřeží, klidně vystup jinde a dojdi pěšky. Pokud jsi na lodi, nech se vysadit a nabrat tak, aby tě proud svezl do cílové destinace. Pokud proud nepřeploveš během 30 sekundového pokusu, šetři síly, u skal je silnější, více v moři obvykle slabší (nemusí být ale vždy pravidlo). Ideální je mít s sebou mobil v nepromokavém vaku na bójce, případně pokud jsi na lodi tak vysílačku - naplánuj si komu (na jaký kanál) případně zavolat. Aby pro tebe někdo s motorovým člunem dojel. Řekni někomu kam jdeš a do kdy se vrátíš - respektuj vyjednaný čas (měj hodinky).

Nikdy nepanikař - je to velmi snadné, když zjistíš, že proud nepřeploveš. Bere to extrémní množství energie a silou to nevyřešíš, příroda je v tomhle silnější. Buď ale připravený, hlavně poblíž otevřeného moře (zálivy jsou obvykle mnohem více v klidu).

Etické zásady lovu

... platí i mimo vodu

Etické zásady lovu & spearfishingu - něco co **se mnou hýbe vždy, když vidím řadu lidí porušujících základní pravidla**. Pravidla, bez kterých bych tě do vody pod svým dohledem nepustil.

Archetyp Bojovníka ve své plnosti, kde existují objevené hranice, nedává velkou šanci bipolárním stínům. Smát se utrpení zvířete je znakem dětské verze archetypu, bipolárních stínů Hrdiny (+ Násilník & - Zbabělec). Jinými slovy znakem tvé dětské nevyrovnanosti.

Ikejime je základ, pokud nemáš ostrý nůž a znalost toho, kde má ryba mozek, nemáš ve vodě co dělat. Ikejime, pocta, vykrvácet, vyčistit, nenechat zkazit ...

Respektuj IUCN Redlist, Breeding season a minimální rozměry. Reprezentuješ optimální MSC verzi lovu, nechovej se jako součást masivního rybolovu.

Pokud nemáš bójku, nemáš ve vodě co dělat. Neuvidím tě ve vlnách já, ani nikdo další. Jednou tě nejspíš sejme turista z UK, který si dal 3 piva a vyjel na projížďku pobřeží.

Nezraňuj (fatálně) ryby. Nauč se jak funguje závlačka na šípů a uprav ji tak, aby fungovala. Je to tvá zodpovědnost. Pokud ztrácíš mnoho ryb, přestaň se chovat jako kovboj (hrdina). Pust očekávání a hledej jak být klidnější. I tak bude ztráta kořisti nedílnou a těžkou součástí lovu.

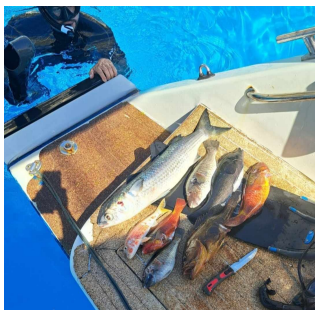
Jdi na návštěvu, kochej se a pokud máš 100% jistotu zásahu a prázdnou ledničku, teprve potom střílej.

Nestřílej to co neznáš či neumíš okamžitě zabít.

Spearfishing není sport. Sport je simulace, ekvivalent dřívějšího lovu. Možnost vyjádřit sílu, odvahu, mistrovství i čest. Lov jako takový je tvrdá realita - ve hře je život či smrt. Spearfishing je udržitelný a etický způsob zajištění jídla, který si nikde jinde nekoupíš.

Síla, odvaha, mistrovství a čest. Reprezentuješ základní démonické mužské přednosti s dalšími lovci. Zajištění jídla není singl hon za trofejí. Lovíte společně jídlo pro své blízké, pro svůj kmen, táhnete za jeden provaz, není to soutěž, kdo má víc nebo větší úlovek.

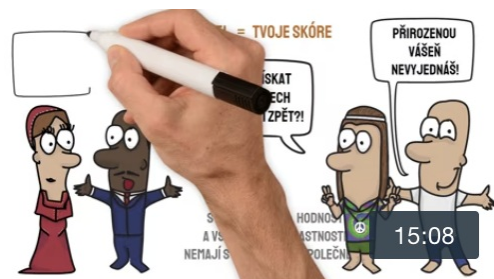
Respektuj svůj oběd, nauč se udělovat poctu své kořisti za statečný boj (volitelné).



Nové lekce | Red Pill Advanced

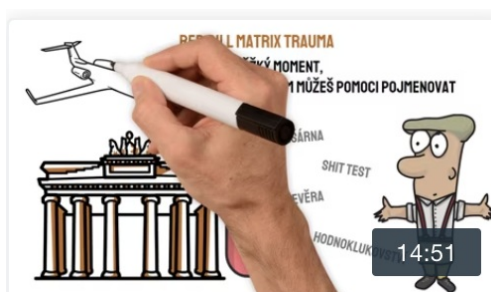
Ideologie, náboženství, rytířství a romantismus

Poslední dva roky jsou pracovně náročné. **Nepracovávám lehké téma.** Tento měsíc už mám vcelku dost a jsem rád, že se blížím k závěru hlavního ultra maratonu, který celou dobu běžím. Běh se jmenuje sociální dynamika a mužská integrita. Minulý měsíc jsme do celé sociální dynamiky napojili nelehké téma děti - a tento měsíc se pozvolna přesouvám k lekcím rozebírající různé ideologie, náboženství, vznik romantické - rytířské lásky a romantismu, která nás silně poznamenává až do současnosti. Palčivé téma je určitě i sex v manželství, rekonstrukce vztahů, plán B a další velká témata na která se můžeš těšit tento měsíc v kurzech. Některé lekce jsou zveřejněny v den doručení tohoto newsletteru, některé zveřejním až se dostanu do civilizace po první kondiční plavbě v půlce října . Drž se.



[Sex v manželství po 20 letech](#)

Téma, které hýbá světem. Jak zachránit vztahy po 20 letech manželství a 3 dětech. Bude fungovat transakční vyjednávání pravidel u terapeuta? Nějaký ten chytrý odstavec rad v týdeníku pro ženy? Nové spodní prádlo na dovolené v Cancúnu pro navození stavu "jako dřív"? ... možná je



[Alfa Beta dominance a rovnost? - poměr A/B prvků v LTR](#)

Alfa neznamena být mačo bezohledný týpek, ale chápat celou řadu vzorců, jejichž integrace do života ti nejspíše zabere několik měsíců až let. Jaký je poměr Alfa Beta prvků, které bys pro udržení jakékoliv formy dlouhodobého vztahu (LTR), měl

vzorec mnohem jednodušší ... i když chápu, že byznys plán lze vytvořit lépe v mnoha provedeních na ony první varianty.

reprezentovat? Velmi důležitá lekce z konce série sociální dynamiky v kurzu mužské integrity.

Přejít do kurzu

Free lekce na YouTube



Spustit video

20 prvků, které by tvůj syn měl znát, pokud mu je 15-18. Toto video je jedno z mnoha dalších v sérii sociální dynamiky. **I přes veškeré kontroverze je důležité, aby byl tento díl venku free ...** i když veškeré pojmy důkladně rozebíráme se všemi spojitostmi do sebemenších detailů v kurzu a v této podobě řada bodů vyvolá odsouzení a s tím spojenou vlnu emocí. Užívej 1/2 lekce. Druhou polovinu najdeš v kurzu v podobě videokomentáře.

Čtení, poslech, inspirace, prokrastinace

□ Na Korfu jsme zažili opravdu silné povrchové proudy, které se na mnoha místech prostě nedaly přeplavat. Opět mi to připomnělo jak je důležité vědět, jak se v proudu chovat. Pokud jezdíš k moři, měl bys určitě znát pár základních indicií, které ti mohou zachránit život. [Sepsal jsem jich pár zde.](#)

Konzultace budou opět v listopadu. V říjnu nejsou online ani offline. Jsem mimo signál, mimo civilizaci.

AtomPacks batoh za 11 000,- ?! ... Comandante mlýnek na kafe za 8 000,- ?!, PoloSub neopren na míru z malé dílny v Itálii, ... Big Agnes a další ... prostě věci, které mají duši = tedy mají za sebou příběh, který si vždy připomeneš, když takovou věc používáš. Kdo věc vyrobil, v jakých

podmínkách, jaké hodnoty do produktu vložil ... není to nejlevnější, ale používání je více vědomé. Více ve videoverzi.

□ Ve video-verzi najdeš i sumarizaci posledních 12 měsíců celotělových workoutů - respektive jejich vliv na veškeré problémy se zády, které jsou ... fuč.

Honza mi poslal poslední 3 [testy z kliniky](#). Epigenetiku, mikrobiom a poměr Omega 6 : Omega 3 ... má tak za sebou kompletní testy všeho potřebného a může na tom začít více číselně makat - osobně se mi nejvíc líbí výsledky testů, které jsou číselně čisté a uchopitelné, což tyto 3 rozhodně jsou. Znáš tak přesné obsazení zoologické zahrady ve tvých střevech, skutečný biologický věk a také indikátor toho, zda začít suplementovat Omega 3 a ubrat na Omega 6.

Citát, který mi vzal pozornost ...

Do not spoil what you have by desiring what you have not; remember that what you now have was once among the things you only hoped for.

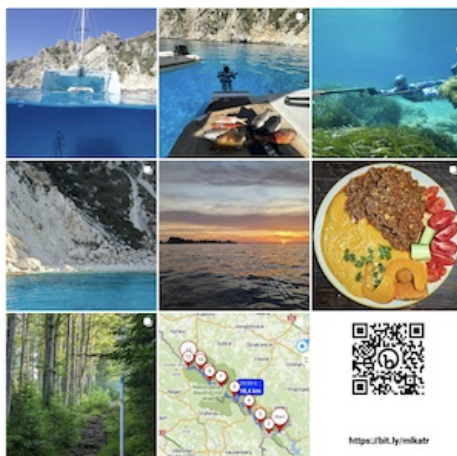
Epicurus

To free us from the expectation of others, to give us back to ourselves ... there lies the great singular power of self-respect.

Ayn Rand (The Fountainhead)

Více než #instagramlife Moje reflexe v obrazech

Instagram používám především pro svoji vlastní reflexi - hlavně stories ke kterým se vracím klidně i rok zpětně. Byla by škoda těch pár obrázků z cest nepropojit s hrstkou úvah za poslední měsíc.



Užívej nekrásnější období v roce, měj se krásně!

Uslyšíme se koncem října / začátkem listopadu. A v kurzech každý den.

Podvodní fotky v tomto díle by: lazy.splasher



Honza, metalearning.cz

Metalearner, Essentialist, Investor, Biohacker, Stoic, Minimalist, Creator, Tech guy, Unplugged Red Pill, 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 lekci v projektech vytvořených metalearning.cz.

[Odhlásit se můžeš zde \(nebudu si to brát osobně, naopak mi to ušetří kredit a pročistí databázi\) ♥](#)