



Říjen 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. Říjen je poslední měsíc, který si užívám v ČR. V listopadu pravidelně zvedám na delší dobu kotvy a tento rok tomu není jinak. Celý listopad budu na cestě směrem **jih Portugalska** a zůstanu tam minimálně do konce ledna, spíše února.

Tento měsíc jsem tak zběsile nevyráběl tak velkou dávku lekcí jako v předchozích 9 měsících (cca 4-5). Důvod byl jednoduchý - **vyčistit si po náročném maratonu trochu hlavu** a zamyslet se nad další tvorbou. Další lekce budou nahrány nyní během cesty - animací je vytvořených více, ale video-komentáře si šetřím na hezká místa, kterých potkám nejspíš mrak. K **320+ lekcím a 320+ video-komentářům** bude přibývat i obsah na YouTube. Jeden z takových dílů připojuji už nyní níže v toto newsletteru. Veledůležité a sakra praktické Ranní rituály, odkaz níže.

V následujících řádcích najdeš vše důležité za poslední měsíc. **Pokud nejsi čtivka, mrkni jako obvykle na video-verzi.**

Užívej listopad, já si ho budu užívat na 3000km+ dlouhé cestě na jih v autě ... Honza

Pokud se ti nechce číst, video-verze je zde

Video-verze tento měsíc z ČR.



Poslední měsíc neomezený přístup za cenu roku 2022

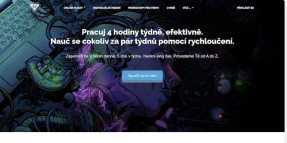
Blíží se prosinec. A to znamená jednoduchou každoroční změnu. **Navýšení ceny neomezeného přístupu.** Ne kvůli inflaci nebo nějaké potřebě zvýšit marže - prostě a jednoduše kvůli tomu, že během celého roku vzniklo hrubě přes 60 nových lekcí a přes 60 videokomentářů. K dnešku je online 320+ lekcí což vychází na 9 499,- / 320 = na 29 Kč za lekci. To je asi **něco jako ½ presa v kavárně.**

Za mě win-win. Cena stoupne **jako každý rok o 1000 CZK dne 25.12.2022** na 10 499,- a bude reflektovat mojí další obsahovou investici roku 2023. Pokud uvažuješ o neomezeném přístupu nebo dárkovém poukazu pro někoho pod stromeček tak **na to prosím myslí.** Hodně hodně mě v hlavě tlačí myšlenka zdrazit o +- 200 i po mnoha letech kurz [Úzkost / Panika](#), ale snažím se morálně odolat. Náklady na jednoho člověka jsou aktuálně tak o 200,- vyšší než je cena kurzu což se může zdát šílený, ale věř mi, dostat tento kurz ekonomicky k 1 člověku s Úzkostí/Panikou není tak lehký jak to vypadá.

Kurz je dotovaný plošným přístupem a dalšími kurzy případně mými klienty, kteří platí "nad-ceníkové" ceny za konzultace. **Tím jim patří velký dík** i v této části newsletteru. Honza, Anna, Petr, Mikuláš a další ... vy víte, seznam je delší. Děkuji.

PRO JEDNOTLIVCE PRO FIRMY/SKUPINY DÁRKOVÝ POUKAZ VIP PRODUKTY

Pokud chceš darovat kurz jako dárek v podobě dárkového poukazu.
Poukaz ti bude s instrukcemi doručen do Tvého emailu.

 Neomezený přístup 10 499 Kč 9 499 Kč PŘIDAT DO KOŠÍKU	 Úzkost & Panika 1 499 Kč PŘIDAT DO KOŠÍKU	 Produktivita & Rychlo-učení 3 499 Kč PŘIDAT DO KOŠÍKU
---	--	---

Prohlédnou si aktuální ceník

Ranní rituály, které ti zaručeně změní život (free lekce na Youtube)

Maximálně praktické téma. **Pokud chceš změnit v následujících týdnech své fungování** tak je zde čistě praktický návod jak to udělat. Žádné výmluvy - naškálovat/upravit si vše můžeš dle svých možností. Videokomentář (28 minut), najdeš [v kurzu Produktivita & Rychloučení.](#)



Spustit video

Archetyp Krále (free lekce)

Hodně hluboké téma z kurzu Sebevědomí & Cesta muže. Téma, které oproti předchozímu videu "Ranní rituály" má tak 10x menší sledovanost. Důvod je jednoduchý = některé otázky jsou pro valnou většinu lidí vzdálené. Pokud na sobě ale pracuješ, bude mít i tento díl své důležité místo na tvé cestě. Ať už jsi muž, král ... nebo žena, královna. V obou případech budeš řešit jak s touto archetypální "energií" pracovat. Žádné ezo bio eko batika ... neboj :-)



Otevřít video

Plán na zimu 2022/2023

V Evropě je pár míst, **které znám mnohem lépe než Prahu nebo Krkonoše**, kde žiji v ČR. Jedním z nich je Portugalsko, kde jsem od roku 2014 strávil již pěkných pár měsíců ... v součtu spíše let. Můj **rok 2022 byl silně/stále nadměrně pracovní** - rok mého života padl do výroby

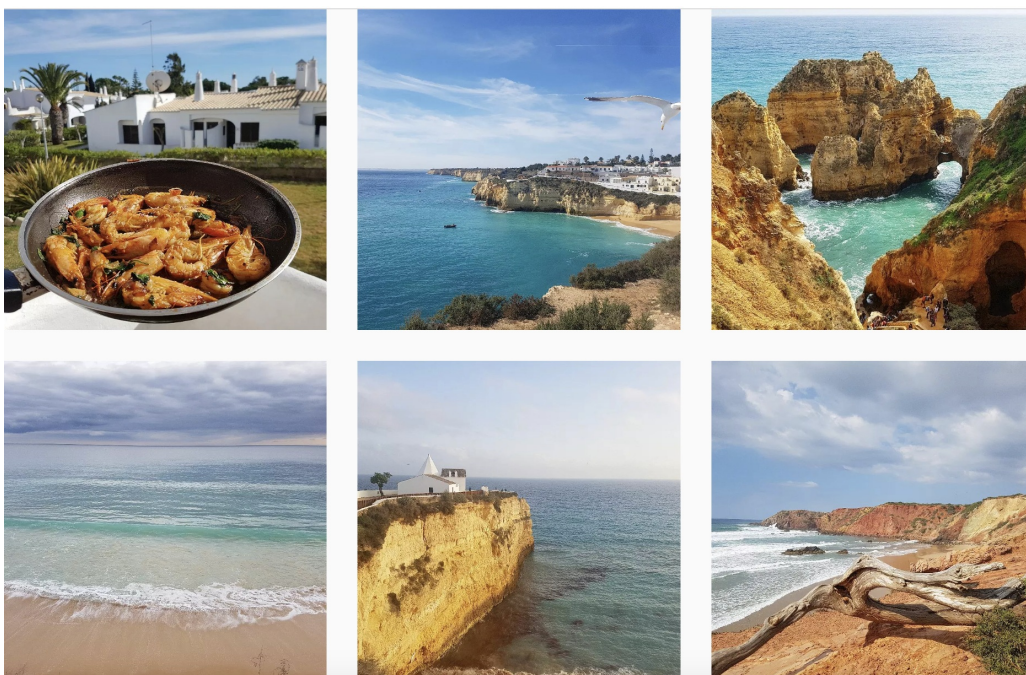
kurzu [Sebevědomí & Cesta muže](#). A i když bude výroba lekcí samozřejmě přes zimu pokračovat, bude pokračovat v mnohem pohodovějším režimu. V režimu jedné dopolední [Deep Work](#) případně ještě odpoledním natáčením videokomentářů někde v terénu.

Zbytek dne získá v kalendáři mé tělo - tedy má zraněná záda z ledna 2022. Pohyb, moře, kalistenika, arm-balance jóga. Konkrétně Dylan Werner z [Alomoves](#) a jeho [True Strength Evolution 1-2-3](#) doplněný o workout na kruzích a můj specifický workout na můj super slabý a za záda nejspíš hodně zodpovědný podvozek. V tomto ohledu je fajn vyzobnou něco třeba od [Chris Heria](#). V jednom aspektu je to trochu odbočka od [Big 5](#) či [Big 3](#), ale vzhledem k okolnostem není aktuálně umělá váha (až na drobné výjimky) potřeba. Bodyweight plně stačí. Pokud procházíš skrze [Biohacking kurz](#) a sekci pohybu, tak vždy mysl na to, že se workout dá modifikovat s tím, že udržíš určité klíčové vzorce typu TUL (time under load) ad. i při jiném než ve videu zmiňovaném typu tréninku.

Zpět ale k cestě. **Odjezd z ČR plánuji 6.11.** s tím, že budu 3 týdny na cestě směr Algarve. To znamená jako obvykle každý rok **konec offline konzultací v ČR** - do března bude jen online (Facetime/Skype). Trasa cesty se bude určovat vzhledem k počasí a komfortu spaní v autě / hotelech. [Airbnb/Booking](#) mě každý rok nudí více a více a tak se budu snažit spíše o podobný road trip jakým bylo Dánsko ... tedy spaní v AMG a občas hodit refresh v hotelu :-).

Jako každý rok chci být i tento rok několik týdnů - měsíců sám. **Tedy sám ... se sebou.** Je to něco co máš v postupně graduující praxi v kurzu Sebevědomí. Pro mě je to již samozřejmost - význam je spíše reflexní - ohlédnout se nad svojí životní cestou. Zuzka razí na 3 týdny do Nepálu, takže si uděláme každý svoji jen trochu jinde.

Od 1.12.2022 do 31.1.2023 budu stabilně na svém klasickém působišti v přes zimu opuštěném Algarve. Pronájem domku s kusem zahrady, internetem, kocourem, 200 metrů od ikonických útesů za 600 - 700 € / měsíc je stále paráda. Pokud se jako mnoho dalších každý měsíc budeš ptát jak na to, tak využijvej buď lokální FB skupiny určené na **střednědobý/dlouhodobý** pronájem nebo bookni pár dnů skrze [Airbnb](#) a domluv rozumnou částku na delší pobyty osobně.



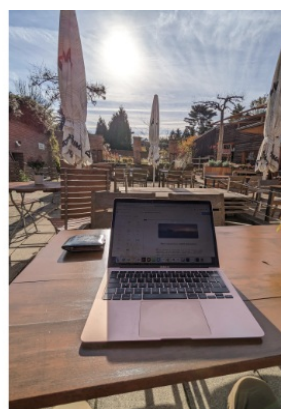
Během zimy bych rád přežil pobyt v zimním oceánu, ale také zpracoval s maximálním ohledem na sebe i pár hlubších otázek do kurzu [Sebevědomí](#)

[& Cesta muže](#), které mám připravené - ještě více specifikoval některé prvky mužské integrity. S velkou pravděpodobností bude v tomto období i více obsahu na YouTube. Pokud bys měl nějakou potřebu / požadavek / námět / inspiraci co ti na YouTube chybí, určitě mi napiš odpovědi na tento email. Každá indicie je cenná - mohu tak podpořit či vyvrátit některé mé nápady :-).

Crossio, Pixel 7 vs iPhone 14 Pro

2 technologické upgrady tento měsíc. **Čím více věcí mám, tím větší zodpovědnost mám. Každá věc nepřináší jen radost, ale i starost.** Tedy bere čas, myšlenky a pozornost. Jenže, ... fungovat 7 let na Samsung Galaxy S7 Edge, který nahrál všechny audia k video-komentářům a natočil všechny fotky na Instagram je již o nervy. Původní plán byl vcelku jednoduchý, prostě koupit nový iPhone 14 Pro. **Jenže to mělo několik háčků.** Telefon bude často ležet někde v batohu na pláži zatímco já budu plavat 3 hodiny v moři. S telefonem se nebude zacházet "hezky", na to nemám trpělivost. A také potřebuji zařízení, které si mohu prostě a jednoduše koupit = ne na něj měsíc s nejistotou čekat, když potřebuji na zimu odjet do zahraničí. Naštěstí o 3 týdny po iPhone spatřil světlo světa nový Pixel 7, který za hrubě 14k bez daně v základu řeší všechny mé potřeby jako iPhone za více než dvojnásobek. To znamená, že počínaje tímto měsícem budou všechny fotky vyráběné Pixelem a možná po bok mé GoPro 8 občas u video-komentářů přidám ještě jeden úhel pohledu z Pixelu.

Při posledním pracovně nepracovním výjezdu do Dánska jsem hodně řešil potřebu nabíjet Macbook, GoPro, telefon a powerbanku kombinací 28 W soláru od **Crossio** a šíleně zapodmínkovaným managementem usbček Mercedesu. Vzhledem k tomu, že budu nyní na cestě více než 3 měsíce, **vzal jsem od Crossia druhý produkt, [600 Wh LiFePo4 Power station](#).** Nabíjení z 12V autozásuvky jede 80 W a něco málo přidá i kombinované nabíjení skrze usb-c - za 6 hodin jízdy plná kapacita, solár nejspíš zbytečný. Po 14 denním testování luxusní produkt. Velký předběžný palec nahoru všem z Crossio, jsem truefan.



3 oblasti v kterých jsem prokrastinoval ...

Tři směry pro tento měsíc. **První** je týpek, kterého najdeš na YT kanálu

Indigo Traveller. Jezdí po zemích, kam bys na dovču nejspíš nejel a předvádí neuvěřitelný nezávislý žurnaling. Čas od času se na jeho videa podívám stylem "jdu do kina" a zaplatím vstupenku. Onou vstupenkou je podpora nějakého místa, které je na tom bídne. Tento měsíc šla energie například do Jižního Súdánu. Možná si říkáš proč posílat energii někam do <>, když máme své problémy k řešení zde. Mě osobně to pomáhá v tom z bubliny, která je zde vytvořená například médií povystoupit ... a zjistit, že problémy, které považujeme v našem okolí za ohromné, mohou být často překonány v oblastech o kterých se prostě nepíše.

Druhý směr je gigantický rodokmen celého světa Pána Prstenů. Pokud jsi viděl původní trilogii, Hobitta nebo ehm, nový Rings of Power, může se ti stát, že budeš lehce zmatený ve všech propojeních dílčích postav. Tento rodokmen ti krásně ukáže, kdo s kým kde ... a dodá ti i přibližnou představu o časovém rozsahu celého Tolkienovského světa, včetně bohů, andělů, "apoštolů" ... temné i světlé stránky.

Třetí oblastí bylo vymyslet questy na další 3 měsíce v rámci mého Konceptu hry, který se učíš v kurzu [Produktivita & Rychlouchení](#). Vymýšlel jsem je tentokrát s lehkým zpožděním. Frčím Koncept od roku 2015 a říjen - prosinec bude [vypadat nejspíš asi nějak takto](#). Koncept hry je můj přístup k time-managementu a je založený na desítkách knih z oblasti produktivity a efektivity, řeší diverzifikaci života ve všech jeho směrech.

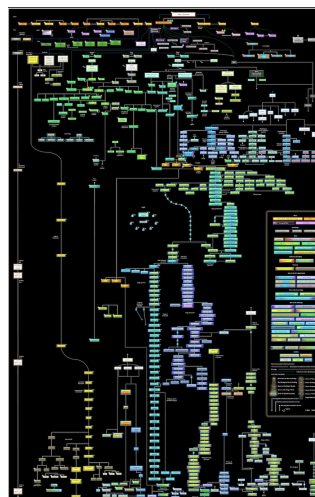


Inside South Sudan's Capital City (\$2 per month salary)

YouTube · Indigo Traveller
před 3 dny

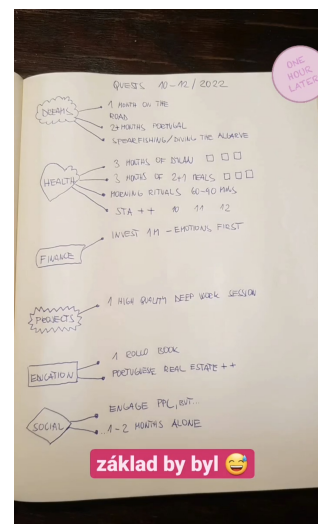
[Problémy o kterých se nepíše](#)

Ač na každém kroku slyšíš události, které hýbou světem, jsou místa, kde události světem nehýbou. Občas je fajn spatřit i oblast mimo naši bublinu.



[Cheatsheet pro Pána prstenů](#)

Role, hodnoty, přednosti, archetypy ... někdy je jednodušší vše vidět ve filmu než v realitě. A toto je děsivý cheatsheet pro čtení Pána prstenů :-)



[Questy na další 3 měsíce](#)

Koncept hry se naučíš během cca 10 lekcí v kurzu [Produktivita & Rychlouchení](#).

Citát, který mi vzal pozornost ...

Don't judge each day by the harvest you reap but by the seeds that you plant.

Robert Louis Stevenson

If you are ever tempted to look for outside approval,

realise that you have compromised your integrity.

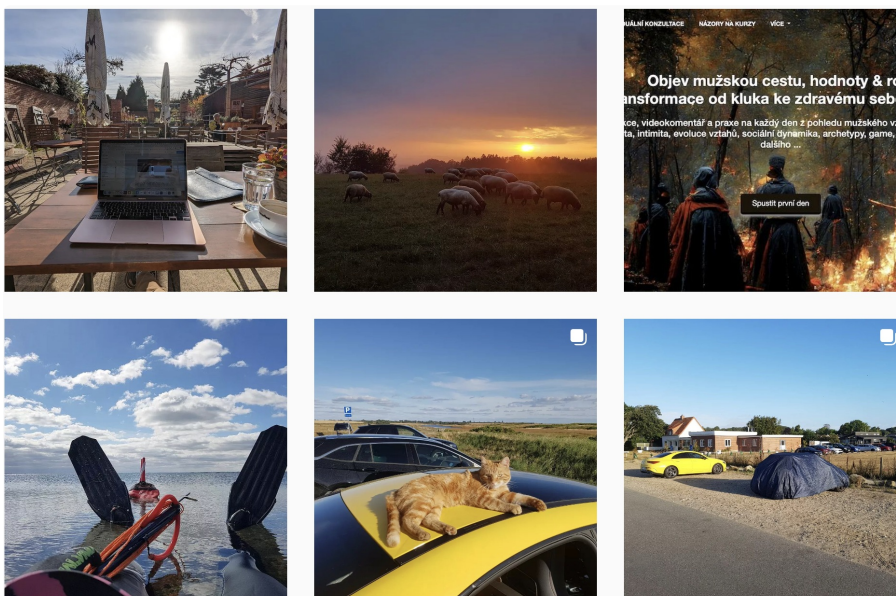
Epictetus

*Life is a spark between two identical voids,
the darkness before birth and the one after death*

Irvin D. Yalom

#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 lekci v projektech vytvořených metalearning.cz.

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