

1

Çatırtılı bir doğruluk. İnsanların kendi gözlerinden ölümlerini görmesi.

Hikayeyi neden yazamıyorsun? Çünkü korkuyorsun. Yanlış yapmaktan korkuyorsun. Halbuki korkacak bir şey yok, kötü bir hikaye olursa, yine kötü bir hikaye olacak, iyi olursa ki sanmıyorum ama ne kadar iyi olabilir, yine bir hikaye olacak. İçinde kendini bağlayacağın bir yer yok, bir sorumluluğun yok, beğenen olursa okur, olmazsa okumaz.

Hata yapmaktan münezzeh kalarak ve insanlara o *muhteşem* yüzünü gösteremedikten sonra hikayeyi bitirmenin ne anlamı var? Bitmeyen hikayelerden kimse senin hatanı anlayamaz. Sürünür dururlar ama bitmedikleri için umut vardır, daima.

Tembelliğin sebebi yargılanma korkusu. Bitecek ve bu fırsatı bir daha ele geçiremeyeceksin. *En doğrusunu* yapmış olmayacaksın. O halde süründürmek daha iyi.

2

Kendine insanların ilgilenmeyeceği konular bul ve bu konularda uzmanlaş. Bu sayede ne söylersen söyle, ne kadar saçmalarsan saçmala kendini bildiğinden daha bilgili kimse olmayacaktır.

3

“Middle of the night insomnia was a rare problem before the late 1800s. As early as the 16th century it was utterly normal, unworthy of comment.” Bedtime was historically around 10pm, after which, he added: “Most individuals awakened shortly past midnight to an hour or so of consciousness, in which they meditated, they conversed and made love - not necessarily in that order. ‘A 16th century physician said making love was better after the first sleep, when people have more enjoyment and do it better.”

Suddenly sleeping in two phases was seen as inefficient and people were warned that indulging would lead to headaches and constipation. It was even feared that it might, in young men and women, cause “lustful thoughts”.

Why waking up in the night is natural: People regularly use to have two periods of sleep and do tasks in between

1800'lü yıllara kadar insanların geneli gece 10'da yatıp, 2 civarı kalkıp bir takım *gece faaliyetlerinden* sonra tekrar uyumuş. İki uykunun tek uykudan daha faydalı olduğunu yeniden keşfediyorlar.

Eğer erken uyuyup, gece ortasında uyanıp, sonra tekrar uyuyorsanız, bu bir hastalık değil, modern çağlara uyum sağlayamıyorsunuz, donanımınız izin vermiyor.