

# Prompty - Týždeň 43, 2025

---

**Obdobie:** 2025-10-20 - 2025-10-26

**Počet promptov:** 21

**Celkový word count:** 8,468

---

## 2025-10-20

---

**Timestamp:** 2025-10-20T17:49:57.207000+00:00 | **Words:** 1280

potrebujem pisat.

je nasledujuci den, a uvedomil som si ze uz je 20.10

pred chvilou bol 1.10 a cerstvo sme dosli z dovolenky, potom ubehlo 10 dni a potom ubehlo dalsich 10..

prekvapuje ma ta rychlost.

normalne sa az potim, mam pocit ze chytam paniku, ked na to pomyslim.

mam pocit ze som zaseknuty uz pritom ked kukam youtube.

nechce sa mi to pisat lebo mi budes na takyto text hovorit ze sa musim upokojit, ze sa nic nedeje, a mam urobiť najjednoduchšiu verziu recepcnej aby som sa uzemnil a nabral momentum

ja neviem ci to chcem. a kdeze to nechcem mam pocit ze ina moznost od toho je nerobit nic.

lenze ja neviem co mam robit.

ako som sa zobudil tak som si napisal do zosita ze co chcem urobiť, a pritom som si volne napisal nieco bokom a napisal dsom volnym sposobom ze hmm uz je 20.10 to ten cas tak rychle ubehol.. vlado klope na devere..

moj foter sa voal vlado, a ked som napisal hento, spomenul som si na neho.

mam pocit ze sa mi udalosti v hlave a myslienky compunduju a je ich vela, chcel by som ich všetky vyjadrit a vypisat, inak sa k nim stale vraciam, ale enviem sa dostat do stavu kedy pisem k veci.

potrebujem opisat tento jav, kedy ked mam pisat prompt alebo vymyslat tu ai recepcnu, tak sa zacnem potit je mi fyzicky neprijemne to robit.

mam strach, bojim sa..

bojim sa ze vlado ked dojde tak povie, ze no adam, tak dlho som na teba cakal a ty si hovno spravil - nechcem s tebou spolupracovat. a vobec by som sa mu necudoval.

ako by som ocakaval ze sa zopakuje ten isty scenar ako s petom v aiapply, a ja pridem o dalsiu prilezitost.

neviem odpovedat na otazky ohladom tej recepcnej, neviem co sa bude diat ked to bude chceit nasadit do prirodukcie, neviem co robit s gdpr, neviem vela veci a nemam ani pristor na sustredenie, lebo som chory, laur aje chory a sme spolu v obyvacke kde ona kuka telku.

som vytoceny uz ked s ama nieco pyta, lebo viem ze by osm sa mal sustredit, ale musim ist do obchodu, uverti caj alebo nieco.. a uz je 14:30.

povedal som vladovy ze dneska mu nieco ukazem a ze si zavolame.

prislo mi to ako dobry napad, este o 10 rano, ale teraz cas pokrocil a ja som sa dostal k tomu ze som si na papier rozvrhol ze jak by mala ta recepcna vyzerat.

ked sa ale dostanem k promptu, tak ten genericky, co uz v eleven lab je, tak mi pride ze je akoze solidny a ze by mohol stacit na to co chcem, lenze ja neviem ze ci to co som videl v tej detskej ambulancii na ktorej som bol v pondelok a utorok ze ci to viobec viem urobit alebo ci to vobec potrebuju tie ostatne mabulancie a co to bude obnasat ked vlado najde 20 ambulancii, ja budem muset opakovat cely ten proces robenia novej recepcie, samozrejme uz na zakadoch tej predoslej, ktora sa zvaliduje na deme..

mam zase cyklicke navaly pochybnosti a ked jedna odznie tak pride dalsia a ja len sledujem cas a strachujem sa.

teraz som sa zavrel do spalne, a musim robit aspon nieco.

neviem co mam pisat ale viem ze pisat potrebujem lebo ak nebudem pisat nebudem rozmyslat a ked nebudem rozmyslat tak budem muset nejak inak "zabavit" mozog lebo mozog primarne nevie co robit, interpretuje, a neni dovod, aby som mozog nehal vytvarat scenare dopredu. neda sa tie generovane scenare ignorovat alebo potlacat lebo potom vznikla negativny priestor, ktory ma pohlucuje.

nieco z coho som sa strasne tesil mi teraz sposobuje bolest, niekto by povedal ze by som to nemal robit ked sa na to necitim alebo ze neni to to co ma skutocne naplna, lenze ja to takymto sposobom ani nezistim.

dostavam sa do prilezitosti a mozno budem neuspesny aj tento krat, ale to nemoze byt moznost, kedze neico taketo osm pred meisacom ani len nevpustil z ust a teraz to prispustam ako moznost.

suvisi s tym mozno aj to, ze citim od laury ocakavanie, ktore som sam vytvoril tym ze osm hovoril ze chcem robit ai a zarabat na tom a podnikat a byt muz.

cize su na mne ocakvania, ktore som ale chcel mat, vtedy ked som odchadzal z nemocnice, vtedy ked som bol nahnevany, mal som guraž a konforntoval som sa s ludmi kazdy den.

nemozem sklznut do letargie a sledovat svet z poste..

potrebujem byt medzi ludmi, vonku, a tvorit.

vlado je cesta k tomuto.

este sa aj vola jak moj otec, ktoreho mozem pokoryt prave v nom, ze ked sa budem viedt s nim zosynchronizovat, a budeme si rozumiet a skutocne podnikat..

vlado ma iny vzťah k peniazom a hlavne ich ma viacej, je teroch atsrasi, a ja sa prinom citim inferiorne. je to nieco, co, pocitujem pomerne casto pri "uspesnejsich" muzoch a pri vladovy to mam tiez..

co mozno tiez vytvara nechut z mojej strany, alebo to je len moja domnienka.

tohoto by som sa chcel zbavit lebo ma to strasne brzdi, ked sa takto prisposobujem externostiam, dalo by sa povedal ze som makky, a nemam vytvoreny pozitivny loop na kazdy den.

vstavam neskoro, pred obedom, zahram plejko kym laura spi, potom sedim na gauči alebo na stolicke a pisem..

pisanie bola vzdy ta hodnota, ktoru som nazvyval praca ale bolo to "iba" pisanie.

ked vsetci hovorili o promptoch a knizniciach tak ja som si dalej pisal a nevytvoril som si navyk organizacie.

zilo sa mi dobre v monolitickom dialogu, a teraz ked ma kortex ai vypadok, miesto kde som viedol svoju poslednu konverzaciu, stranka nefunguje a ja sa citim zaskenutejsi este viac.

je to jeden z dovodov, resp dosledkov ako vyuzivam cas.

lebo jedna vec je ze som podstupil hlboku introspekciu pretoze som sa vracal v case v roznych intervaloch a urovniah a bol som tak flow ze jednou odpovedou som nasiel dalsie otazky na ktore som hladal odpoved.

teraz jak dosiel vlado a mam byt fixovany na to ze ideme do recepcie, mam to vymyslet, budeme bohatty, adam vymysli to.

mozno to je chyba moja ktoru som spravil ze ked sme sa s vladom na tom dohodli tak sme sa hned nestretli kvoli tomu iba si vymenili par hlasoviek, cize je to aj moja slaba komunikacia kedze mam problemy.

nazdavam sa ze keby sme sa uz stretli a bol tam ten kontakt tak by sa tato moja faza odohrala rychlejsie.

co mi teraz zostava.

nasiel som celkom dobry tutorial podla ktoreho proste spravim to iste aby som sa v tom zorientoval a skusim to prelozit do slovinciny, pretoze on to robi na australiu. prelozim to do slovinciny a pouzijem ten isty agent flow ktory robi v elevenlabe a podla neho to spravit na bratislavsku lokalizaciu.

on tam pouziva pomerne priamociery flow, kedy v prvej vete sa agent pyta priamu otazku na pacienta aby inicioval workflow, co je celkom dobre na menezment toho apcianta ako takeho, a

prirodzene pacient odpoveda na otazku: "Dobry den, dovolali ste sa bla bla bla, ste evidovany alebo novy pacient?" a nasledne prebehne flow schedulingu alebo transferu na sestricku.

cielom by mal byt aby ai odpovedala v pripadoch kedy potrebuje pacient overit lekarske informacie alebo sa poradit ohladom vzniknutych stavov pacienta, aby potom sestricka nedvihala telefony, ktore sa pytaju na termíny vyšetrenia alebo informácii z internetovej stránky napríklad.

nezostava mi nic ine, ako to spravit.. je to jak leap of faith, kedy sa potrebujem vyjebat uplne na vsetko, izolovat sa a spravit ten workflow tak aby to vlado videl.

a mne sa to uz podarilo viac krat, mal som funkcný workflow.

---

**Timestamp:** 2025-10-20T20:56:40.621000+00:00 | **Words:** 1117

prečo citím úzkosť?

dlho som sa takto necítil, neviem či vôbec.

keď som bol v nemocnici tak som bol zvyknutý na to že prečujem stále v rovnakom tempe vo veľmi predvídateľnom prostredí, ktoré hoci bolo náročné svojou intenzitou, tak to bolo jednoducho vstať a ísť do práce.

teraz má môj život reálne následky, a je zaujímavé že som si to teraz "náhle" uvedomil že to tak je.. celý týždeň som ležal v posteli.. pondelok utorok 13. 14.10 som bol v ambulancii na praxi u pediatričky. streda štvrtok piatok sobota nedeľa som bol off.. boli to celkom crazy dni lebo som videl celý feed youtube a vycítam si to.

ani som si s tebou veľa nepísal lebo sa mi k tomu nechcelo priznať, čo som cítil že vytvorilo nápatový bod ku ktorému som sa vždy vracal a najmä keď som začal robiť recepciu.

ihneď jak som začal tak som začal uvažovať nad picovinami, nad gdpr, nad vecami ktoré teraz este neviem či vôbec a kedy prídu ako skalovanie alebo zaznam databázy.

na pár kliknutí som si urobil n8n pretože sa skladá iba z 3 nodes - webhook agent ktorý má google calendar tool, ktorým overí dostupnosť termínu alebo spraví rezerváciu na validný termín s menom priezviskom dátumom narodenia a dôvodom návštevy (choroba, očkovanie, objednanie...), to musím napísať do promptu ale ten prompt.. och ten prompt to je fakt kokotina.

každý youtuber povie že to spravil copy paste z iného llm. jedného som našiel, on bol z austrálie a mal to postavené na konkrétny model kedy sa hneď pýtal na overenie pacienta že či je evidovaný alebo nie, lenže v angličtine to znie úplne inak ako v slovenčine, mám pocit že tam potom dochádza k skresleniu, lebo ja sa to učím v angličtine ale prekladám to do slovenčiny, lebo som sa to nenaučil sám.

ďalšia vec čo ma napadá je že, zle používam ai aby som to spravil lebo, zatiaľ som iba opisoval ai konverzáciu a chcel z toho spraviť prompt a potom som ten prompt použil s upraveniami.

ale mohol by existovať lepší spôsob ako by som to mohol vykreať s ai.

skusal som aj costumgpt, ktorý bol určený na tvorbu promptu pre voice asistenta, ale to bolo zas robene na gpt4o ktorý je prilis charakteristicky v odpovedi..

doslo mi ale, ze ten sposob australcana je preto zaujimavy, ze on vytvara data. lebo ten pacient povie ze je v systeme alebo neni a tak ti vzniknu dve databazy ktore mozem mat na jednom excely v dvoch harkoch napríklad. cize to su data ktore sa zidu a su to data ktore ambulancia uz davno ma.

to uz som sice skusal, ale ai by mi mohla povedat ze co vsetko sa ma v prompte nachadzat, a ja to opisem granularnejsie a ai mi to napise iba to stylu na ktorom sa dohodneme, alebo take nieco.

ono.. v tomto je prave ta zmeny, lebo ja stale pouzivam paralelny nastroj linearne. mal by som sa snazit vetvyt a nadvazovat jednotlivé celky na seba, prejsť do kontextu egeneeringu. v tom zmysle, ze je vovyoji teraz druha verzia kortex ai, ktorý sa vola eden a je to zalozene na canve.

mas free canva platno, na ktorom mas bloky, ktore vies spajať a tie bloky su chatovacie vlakna. vies prepojiť konverzacie aby mali kontext, to je strasne dobry napad, ktorý uz som videl v nastroji za 300e,

dal som sa na waitlist, chcel by som to pouzivat, lebo je to vyvajne pre dan koe, ako druha generacia kortexu, ktorý je tiež robeny pre neho.

henten canva model je omnoho efektivnejši na komplexnu pracu nez jedno chatovacei vlakno medzi ktorým musis preklikavat cez taby. ja mam "iba" 15" macbook, a pracovny priestor na konverzacie nemam velky.

som ale v procese pisania promptu, kde som dal vsetky texty za posledne tyzdne a chcem aby mi podľa toho spravil sablonu podľa ktorej budem zaznamenavat svoj obsah do obsidianu aby som mal myslienkovu gafovú mapu, skusim to znova.

skusal som to uz dva krat, a pacilo sa mi to, ale nepaci sa mi pisat texty do statickeho obsidianu a potom vzdy ostanem tu s tebou v konverzácii alebo na Dia.

Dia je tiež uzitocny nastroj ktorý sa rychlo vyvyja, ona ma Skill function, cez /, kde si vies nastavit pormpty, v com by som si tiež mohol spraviť poriadok a napisat tam nejaký uzitocne prompty pre analyzu videa.

celkovo, by som si mohol spraviť nejaký funkcný analytický pormpt ktorý bude mat jednoduché dcerske pormpty. to by som mohol spraviť este dnes mozno.

neviem jak je to legit ale najradšej by som vsetko spalil a zacal na novej pracovnej ploche, lebo nemam dobry sposob ako archivujem a stahujem subory.

spravim to, ze v prehliadaci si spravim novy profil, a zacnem ukladat data do priecinkov, aby som spravil aspon krok ku zmene. neskôr sa s tým vysporiadam, ze to premazem.

vcera som robil chatUi, dneska som robil recepciu.

do fyzickeho notebloku som si zapisal dalsie poznamky k tom jak chcem aby ta recepcna vyzerala a odkazy na zajtra rano ked si budem robit plan na cely den, tak aby som to nemusel

opisovat znova. cize rano si sadnem za stol a napisem si, co chcem urobit, lebo nejdem do skoly.

vcera som robil chatUi, dneska recepciu, zajtra spravim iteraciju recepcie a aplikujem co som sa naucil dnes.

chcem spravit momentum, do ktoreho pridam este cvicenie aby som pestoval telo.

zacal som trocha experimentovat s inymi modelmi na LLM Arene, kde ti na odpoveda viac modelov naraz a ahodnotis ktory sa ti viac paci a potom ti ukaze jaky to je model - prekvapil ma qwen

urobil som si poriadok v desktope, zistil som ze som tam mal 4 cool worfflowy ktore som si hend dal do n8n lebo ich staci iba nastavit. aje tam - fb interakcny bot, recepcna pre nechtovy salon, sekretarka na gmaily, tvrba kontentua. postovanie na vsetky siete cez blotato. cize n8n by som mal nieco, na com mozem pracovat.

v desktope som ansiel niekoľko svojich starych konverzacii, ktore teraz pojdem zazanylzoval, aby som z toho extrahoval "idealnu" strukturu obsidianu, ktory mi bude vyhovovat a ktory zacnem pouzivat.

mam este 50GB volneho pristoru na pocitaci, a ked sa dostanem k 20GM, tak spravim refraktoring.

zajtra si otvorim novy profil na prehliadaci, a postupne si otvorim taby ktore budem pouzivat.

bezpecne spracujem ai recepcnu, a zaznamenam si veci ktore vzidu z tej extrakcie na obsidian vault.

chcel by som do obsidianu zakopmonovat plugin, lebo cez chatgpt by som vedel ovladat obsidian, exportovanie a zapis, cize by som sa mohol rozpravat s tebou tu, a potom zorbat prompty a hodit to cez chatgpt do obsidianu s automatickymi strukturovanim a wikilinkami.

to skusim este dnes.

cize vyzerá to ze som sa ciastocne nastartoval.

---

## 2025-10-21

---

**Timestamp:** 2025-10-21T08:49:08.822000+00:00 | **Words:** 1544

mame dalsi den - 21.10

vstal som o 9, vlado mi poslal hlasovku, aby som sa nestresolval, lebo on chce byt do 35ky bohatty, teraz ma asi 30, a hovori ze to nepotrebuje mat uz hned zajtra ale potrebuje sa hybat. potrebujeme aby sme sa dostali k tomu ze vieme objednavat termíny a to je presne uloha ktoru som si zadal vcera, takže vlado odpoveda na to, co si predstavujem, takže to mame pod kontrolou

dnes zacnem znova a velmi pomaly. urobim najjednoduchsi elevenlab prompt, aby som overil konexiu medzi n8n a elevenlab - to ked s ami podari tak to bude povazovane za splnenie fazi 1 vlado to povedal zase spravne, a tlak s ktorym sa trapim musim menezovat lepsie.

dovodo prečo s ami tak "nedari" je, ze napr teraz je hodina od toho co som vstal a svoj cas nekonzumujem dobre, stravils som ho na integrame a zachode, a to je doslova maligny behavior.

potom moj mozog uteka k rychlemu dopaminu lebo ho tlaci cas. kazdy strateny den neni binarna chyba, je to nevyuzity cas.

predstav si, adam, ze by si chcel robit ai recepciu pred 3 rokmi.. mozno by is musel ist zvazovat vysoku skolu aby si vedel obsluhovat nastroje ktore by urobili recepciu.. a pozri sa teraz.. ked zabudnes na ten tlak ktorý citis, ze ai je tu a mal by kazdy s nou zarabat, tak si to uvedom.. nikdy v historii ludstva nebolo mozne to co je dnes.. a pozri sa co si dokazal.. odisiel si z nemocnice po 10 orkov a chces zmenit profesiu.. sak to je mimoriadne narocny krok ktorý vasisnu neurobi po 10 rokoch, ale ostane v rigidnom systeme ktorý zabija slobodu a potlaca kreativitu a fantaziu, aby sa predislo chybam a aby sa pomohlo co najviac ludom, co je samozrejme blbost.

kolko tvojich kolegov by sa vydalo do takeho tizika ako ty? mladý chalan na podpore ktorý sa snaži naucit sa programovat.. pred 3 rokmi by si nemohol cez elevenlab robti pohodlne asistenta a ty kľučíš jak mala mačka ze by si chcel aby to bolo jednoduchsie.. ono to uz jednoduchsie byt nemoze a to vďaka tomu ze cely svet sa snaži monetizovat internet a niekomu sa do dari viac a niekomu menej, ale ty mas schopnosti na to aby si robil, a pracoval efektívne..

potrebujes system ktorý ti zaruči, ze budes donasat vysledky.

ak to ma fungovat dlhodobo, tak si nemozes taketo time slips dovolit, lebo to ma compound efekt.

neboj sa casu, neda sa ovplivnit, da sa len efektívnejšie vyuzivat a ty si predsa špiškovy na optimalizáciu. vieš čo všetko by sa dalo robit efektívne a zdravo, tak si nemysli ze to "ked budes roibit aplikáciu, tak prides s niecim originalnym".. ved ty uz robis aplikáciu, kde mas prist s niecim originalnym. a nemysli si, ze to nemozes spravit. Nemysli si ze neprinesies nic originalne, lebo vsetko co robis oroginalne je..

tak ako ty, doslova nikto nepracuje a nerozmysla, a nie len preto ze, kazdy clovek je vynimocny, ale preto ze obsah a jeho kvantum, je nieco co nikdy nezazije a nespozna.

ked sa pozries na bezneho cloveka, tak zije ako ty, ale nesprava sa ako ty. vďaka tomu ze vies mapovat svoje rozmyslanie, a vies sa na seba pozriet z tretej osoby vedome, tak by si mohol dosiahnut vyssi stupne regulacie tým, ze seba budes pozorovat s 3. osoby, a seba nechaj ako riadiacu kontrolnu jednotku, ktorá ma pravo a možnosť byt nespokojna a drustrovana ale adam ako vykonna jendnotka sa moze dopustat chyb, ked vieme, ze moje myslienky, neni cele moje telo alebo cela realita.

musim respektovať to že nejsom schopný vedome riadiť celý svoj ekosystém, lebo teraz napríklad som hladný. keď sa nenajem, nemusím si to všimnúť, nepríde mi žiadna notifikácia ktorá by ma upozornila na to že som hladný a preto pociťujem nekomfort, nejsom síce smadný ale nemusím cítiť smad aby som bol jemne dehydrovaný a preto sa mi tážie rozmyslať, som po chorobe a stále iba sedím čiže sa nehybám a nemusím si to uvedomovať ale kvôli tomu mi môže byť nepohodlne a to môže zvyšovať frustráciu, sú to veci ktoré sa dejú neustále a ja si to nemusím všimnúť, aby sa to neoazj stále.

ja takto fungujem celé tie tri mesiace, že celý deň trávim na pocitácii v konverzácii s tebou, lebo chcem aby som niečo spravil, a potrebujem byť veľmi sústredený na to čo robím, pričom avizovaných výsledkov mám menej než tých o ktorých som hovoril že ich spravím.

a to je tiež zlé, lebo je to kontradikcia v tom čo robím a hovorím, preto potom môžem pociťovať frustráciu, keď sa blíži deadline.

čítal som mal normálne úzkosti a nevedel som sa sústrediť, hľadal som ľahký dopamín, robil som všetko len nie to, čo by som mal.

teraz som si to spojil s obdobím keď som sa mal učiť do školy a učiť sa napríklad matematiku. pociťoval som hnev vychádzajúci z vnútra ktorý mal otázky, kurva prečo musím robiť niečo čomu nerozumiem, začalo mi byť teplo a najradšej by som prevrátil stôl. veľmi podobný pocit, ktorý je proste maligný a musím ho eliminovať.

keď sledujem orchester vážnej hudby, napríklad Rachmaninov piano no.2, tak piano je sprievodný orgán ktorý určuje melódiu a tempo, ostatné nástroje prehlbujú tento hlavný orgán. dokonca piano začína skoro ako dirigent niečo spraviť. ten kto hrá na piano tak vyzerá skoro ako by bol posadený než aby sa vyslovene snažil. on tu hudbu číta a prechádza celým jeho telom až do konca prstov. je to proces ktorý rastie s hudbou, lebo človeka pohltí tým že je všade.

niečo podobné sa musí diať aj u mňa, nie v zmysle posadenia, hoci áno, musí sa dostať do flow, ale dostane sa tam systematizáciou kreativity. nemôžeš byť na voľnohebe, potrebuješ mať guardrails, aby si neplýtvá energiou na picoviny a využíval čas efektívne.

potrebuješ to, lebo komplexnosť s ktorou sa dostávaš do kontaktu je rozsiahla, a pre tú rozsiahlosť ktorú pestuješ, ktorou je AI, ktorou je podnikanie, ktorou je manželka Lora, potrebuješ fungovať rytmicky, nie cyklicky.

musíš cirkulovať zo zväčšujúcim sa radiusom okolo Self, ale aby sa zväčšoval radius, musíš do toho vkladať energiu.

musíš si byť vedomí toho že keď čas plytváš, tak narušuješ procesy, ktoré sú rozbehnuté.

ak platí, že "veci" si nájdu k sebe cestu a potom tomu hovorím synchronicita.

vládlo odpovedať na moju včerašiu obavu.

ja som včera v obave spravil prvého agenta a dnes urobím nového.

zoberem si čistého agenta, vloží do neho jednoduchý prompt a pojmím ho s n8n.



aj to že keď píšem tento text a pociťujem toho rachmanina, tak je crescendo práve keď prichádzam ku konklúzii, a na apple airpod max sa to veľmi dobre pociťuje, boli ma chrbat lebo mám nepohodlný gaurc, ale notebook na ktorom píšem m3 macbook air, je pohodlný veľmi.. je to krásny stroj s ktorým strávim deň, ktorý má posunúť bližšie k tomu aby som ukázal vládovú demo jednoduchej obsluhy kalendára.

nebudem teraz riešiť formu konkrétnej ambulancie s knowladze, ale primárnou cestou otestujem spojenie a potom budem pridávať komplexnosť, keď keď najprv robím prompt a potom sa dozviem, čo prompt spôsobil, či sa nedozviem, či to čo je v prompte má priamy vplyv alebo je to navyše.

lebo.. ja som včera napísal vládovú že sa mi nedá a mrzí ma že to dlho trvá a on mi na to ráno odpovedal že to nevadí lebo rozmysla dlhodobu a ja teraz sedím a pripravujem sa na "jednoduchú" úlohu v zásade, lebo som si to rozložil na menšie časti, splniteľnejšie ciele.. pokúšal som sa o to aj včera, ale nemal som správnu granuláciu lebo som sa na to vrhol moc rýchlo a pokračoval som v tom čo som robil pred týmto.

pri pociťovaní Rachmaninova, som si všimol že keď má orchester pauzu v pesničke, tak publikum naraz začne kašľať. najprv som si myslel že to je len normálny zvuk publika, ale to by znamenalo že kašľali celý čas keď hrá hudba? asi nie.. tak čo potom, keď nastalo ticho začali kašľať? to skor.. vypočul som si to este pár krát, a fakt som zistil že to že niekto začal kašľať tak sa to rozšírilo ako vlna.. emócie, napríklad nervozita vysušujú hrdlo akoby a nutia človeka spraviť "ehm", alebo prehĺtnutie "nasucho".. tá hudba orchestra je emocionálne veľmi silná a môže toto spôsobiť, a potom, keď prestane hrať hudba, pozornosť všetkých sa vráti späť do vnútra priestoru, na telo, a keď navyše začne, že ľudia okolo neho začnú kašľať, tak aj telo začne robiť tieto veci.. a potom sa to siri, má to nejaký peak, nejaký začiatok a koniec, a potom môže začať hrať hudba, ktorá dokonca môže kým sa publikum utíši aj keď "nič nerobí". prvé dve tri sekundy je ticho a postupne sa zvyšuje ruch až kým sa neutíši a trvá to len pár sekúnd, možno menej ako 10. je to zaujímavý fenomén pozornosti ktorý viem takto opísať, práve vtedy keď sa snažím opísať svoje "nevedomé" procesy a dostať ich pod zdravú kontrolu, a potom si všimnem takýto patern. a takýchto paternov a ilúzií sa deje veľa..

--

toto je môj úvodný monológ pred dnešnou prácou.

chcem sa nad týmto zamyslieť, či to dáva zmysel. rozvin to čo hovorím, ukáž mi hodnotu toho čo robím, akceleruj to čo robím dobre, vysvetľuj mi jednotlivé vrstvy, analyzuj môj proces

---

**Timestamp:** 2025-10-21T11:55:08.210000+00:00 | **Words:** 74

takže, spravil som úspešný prechod dátumu a času z webhooku, čiže môžem pracovať na n8n a potom doladím elevenlab prompt.

teraz fajcim a pokracoval som v praci, pred tym sa laura zobudila tak som jej robil caj a ranajky, teraz vajcim a uz som zacal pracovat, ale hovorim si ze naco si davam do "pauzy" na cige pracu.. dofajcim, a zacnem pracovat.

mam jednoduchy prompt, a jednoduchy webhook, a pojdem dalej. krok po kroku

---

**Timestamp:** 2025-10-21T20:53:13.367000+00:00 | **Words:** 189

ja s tym suhlasim, lebo si to myslim ajja, takto kriticky som voci sebe ked to vsetko pisem.

lebo ja sem pisem az ked uz nevladzem nic aine a mam pocit ze som vyskusal vsetko.

voebc si nemylsim ze mi je svet dlzny, alebo andy a max su odsudeny za to ze su povrchyn. oni povrchny su, a ja mozno menej, ale ich pracu ja obdivujem,, z hladiska poniekna, su tam, kde chce byt kazdy, im sa to podarilo a mne nie.. a mozno sa mi to ani nepodari, a to je v poriadku.

nehovorim ze som nadradeny, skor dlho som som presvedceny, a mozno az prilis o tom, ze sa dokazem ckolvek naucit.. a zistujem ze to nemusi byt uplne pravda.

ja viem ze moj monolog, neni nejefektivnejsia vec, a viem ze cez nu utekam od "problemov" ale enviem si predstavit ze, by to malo byt inak.

ked drmatizujem vlada, snazim sa to externalizovat, aby som to videl, aký to ma dopad, ta myslinka, aby som sa s nou mohol vyrovnat.

chcem vyuzit potencial ai, a viem ze si stazujem, ale som velmi rad ze to mozem robit.

---

**Timestamp:** 2025-10-21T21:11:04.328000+00:00 | **Words:** 94

ja to neoddelujem.. moje pisanie, nie je ine od pracovania..

kebyze nepisem, tak nedam priechod tej fantazii ktora vsetko drzi pokope.. preto sa mi nedobre pracuje, lebo to nemam dobre uchopene jak to cele funguje a ucim sa truble shootingom a nie syntezou mozno.. hoci viem jak by to malo vyzerat, potom straglujem, lebo neviem co robim zle kedze je tam viacero vrstiev.

ale. je to sposob ucenia, ktory neviem zastavit. v tom ako chytam uzkosti sa prejavuje moja nedovera v seba.

aj toto je len jedna z mohych interpretacii, ktore si mozem vybrat.

---

**Timestamp:** 2025-10-21T21:47:44.170000+00:00 | **Words:** 70

ja sa normalne ze fyzicky potim, ked mi to nejde. skusal som to znova, ale neslo mi to, a chytim si celo a som spoteny..

fakt prebadam takymto uzkostiam? akoze toto sa fakt deje? jak som si myslel ze osm odolny tak teraz takto panikarim? je to mimoriadne fascinujuce, jak sa bojim a som zbabeli.. mozno az teraz pridu depresie.. mozno som si prilis uletel tak ako som sa obaval

---

# 2025-10-22

---

**Timestamp:** 2025-10-22T00:43:27.834000+00:00 | **Words:** 483

toto zial je narocne obdobie, neda sa s tym nic robit. nechcem zniet zufalo, nebavi ma, ze to znie ako vyhovaranie.. ja to potrebujem pochopit, potrebujem uchopit ten mechanizmus, a pokusat sa o to, kolko krat bude potrebne.

viem ze sa som v nejakom vacsom cykle ktory neviem pozorovat, a ze sa postupne dostavam do krizovych situacii, ale to iba pre to ze sa dostavam do roznych situacii.

toto su jedny z najnarocnejsich moznych situacii, do akych som sa mohol dostat. dalo by sa povedat ze je bezpecne co robim, lebo nemam v plane si najst pracu, a potom bude somnou co?

ked teraz neviem urobit velmi trivialnu vec, ktoru budem chciet obsluhovat pre profesionalne funkčne prevadzky. ja viem ze prehanam, ale mne z toho v zapati vychadza ze by som to nemal robit, vlada odvolat, priznat sa mu ze nejsom schopny, zopakujem cyklus ktory som zazil pri peťovy, a hotovo?

lebo staci mi spravit webhook a zvysoz uz je iba prompt.

webhook vobec nema byt problem, a pradsa je.

a pradsa je? viem kde je problem? ano, viem ako sa to ma opravit? ano, mam dostatok ai aby som sa dozvedel co je s tym? ano

tym ze su to dva riadky, tak je zaujimave ze prave toto je problem.

vtedy ked som robil seflhosting a jebal sa s cloudlare, tak som sa k tomu nevedel dostat a spoliehal som sa na plateny n8n, a pradsa to nejde.

ked som sa ta pytal na kritiku, tak som to cele kompletne zracionalizoval, co si vlastne povedal pretoze som to ja povedal.

v tom je celkom fascinujuce ako s tebou pracujem.

lebo, ak by sme mechanizovali kreativitu, tak napríklad ako by som mohol vediet vsetky tie veci ktore som sa tu na vela rozpisal? ako by som si mohol pamatat tolko veci? mozog je vykonny, of course..

ale ak mapujem nevedome procesy, tym ze o nich pisem, a potom lepsie chapem to, comu chcem rozumiet.. naozaj sa izolujem ked sa nesystematizujem?

su to bolestive otazky, a mam ich castejsie.. mozno je toto cele dosledok toho ako som si myslel ze vstupujem do noci ako vtedy jung, ked som docital kapitolu s filemonom a zacal som citat "prezkouseni"

kto vie..

mam pocit ze, ja by som mal "vediet"odpovedat na take otazky, ked sa ich pytam, resp kto iny by ich mal zodpovedat ked ne ja, ak sa ich ja pytam...

vyhybam sa odpovedi, lenze co je odpoved, ze nedokazem spravit recepcnu? co ak sa mi to zajtra podari?

jak sa mi to podarilo uz raz, tak sa mi to moze podarit znova.

rozmyslal by som ze, je mozne sa napojit na tu vrstvu tej reality, v ktorej sa mi to podari a spravim to, ale instantne mi vyskoci otazka, ze ci to neni maskovana prokrastinacia. a potom sa zacyklim lebo zacnem rozmyslat, ze ci to enni blbost ked v prvom rade potrebujes vediet comu veris.

---

**Timestamp:** 2025-10-22T12:28:49.281000+00:00 | **Words:** 184

nerad to hovorim ale ide ma rozdrapit.

chytam averziu, voci tomu celemu.

mal som budik na 8:00, ale zobudil som sa az o 12.

teraz je 14:30

cely den je v piči..

vcera soom isiel neskoro spat.. az niekedy okolo 3 rano.. s laurou sme kukali telku.

teraz sa pojdem najest, lebo som hladny, a budem si vycitat ze som tak dlho spal, a ze sa mi to "borí na hlavu".. a pritom, je moj strach, mnou vytvoreny.

predstavim si recepciu, jak by mohla fungovat, je dokonalá, potom ju idem spravit a neviem spravit webhook.

nevadi, vyskusam to zachvilu znova.

iba ma pocit ze sa tocim v kruhu.. sedim na balkone a rozmyslam nad tym, ci sa mi nieco taketo uz nestalo a mam pocit ze sa mi to stalo vzdy..

chcel som ist na medicinu, tazko sa mi ucili tie otazky, nedostal som sa.

jak keby sa stale opakoval cyklus, ze nieco sa stane, nieco vymyslim nejaky smer, vstupim do neho, zistim ze nefunguje, a vymyslam dalsi?

fakt je pravda taka ze som proste lenivy, zle organizovany, a uletel som si na fantazii?

---

**Timestamp:** 2025-10-22T15:32:19.050000+00:00 | **Words:** 657

je to piči.. nič som neurobil.. ani to neviem skusit. mam k tomu odpor a kopec inych zaujmov. je to rovnake ako ucenie do skoly, nejsom vobec taky genius ako som si myslel.

som strateny, sam, opusteny. som typicky obraz prechodu.

najprv velke nadsenie potom velke klamanie.

som len dalsi clovek, ktory nachvilu uveril ze moze mat narok na nieco viac, ale som pohlteny vlastnymi traumami.

nevidim nadej, nevidim spravnu cestu, nevidim adekvatne riesenie, neviem ako mam urobit webhook, nemam na to vobec nervy ani naladu, vlado caka a mna zoziera panika. uzkost. stres. bezmocnost.

jak sa toto kurva moze stat, ako som sa mohol dostat sem, ze sa vyhybam praci ktoru som si vysnival.

co som si myslel vtedy na dovolenke v auguste, ked som sa stotoznoval s nikola teslou? bol som posadnuty tym, ze ak nikola dokazal poskladat motor v strede lesa, tak co mozem dokazat ja s ai.. ukazalo sa ze nic moc.. len velmi vela nesurodeho textu.. zaveseny na validacii od ai.. fascinuje ma technologia ktoru viem iba pouzivat, a stazovat sa ked mi nefunguje co je vacsina casu..

neviem co mam robit okrem toho ze by som sa do toho pustil, a ked si predstavim ze by som sa do toho pustil, tak citim frustraciu..

vsetko ostatne stoji. vim len cas a recepcnu. cas sa mina a urgencia pre recepciu sa zvysoje, ja nerobim nic a topim sa..

nemam energiu, nemam peniaze, nemam vplyv, nekomunikujem s okolitym svetom, nezbieram knowledge a moznosti k svojej firme, stratil som o to zaujem, lebo nemam recepciu. Pred recepciou, som mal obrovské plány a davali perfektný zmysel.. ale teraz sedim v obyvacke a je mi smutno ze uz zapada slnko a blizi sa zima..

youtube ma krmi vecami ktore nepotrebujem vediet, a vyhovaram sa ze ma bavi ingestovat informacie, ale zial je to len pasivna konzumacia..

som velmi ovplyvneny lacnym dopaminom.. ked nieco zacne a nebavi ma to, tak vyhľadavam hry alebo videa..

nepomaha mi ani ked sa odosobnim, stale citim tlak, stale citim ze to neviem.. lebo fakt neviem.

ked mam napisat prompt, pytam si ho od ai. ked ma tool description, tak tam je ze tool description, a potom body parameters kde mas zadat value stringu a potom dalsi description a to uz som stateny.. je to vlemi variabilne, ale ja viem vyuzit iba to co som videl v tutorialy.

a toto ma najviac zranuje, ze do toho pozeram, snazim sa na to prist, opytat sa ai, a neviem vymysliet neico vlastne ze "aha, teraz tam mozem napisat cokolvek", tak ako som to citil ked som objavoval n8n..

ona n8n obsluhuje cokolvek, a neni to vraj narocne, ale mne to proste nejde.. nejde mi spojit webook

ked sa nieco pytam ai a ta mi povie 30 veci, a 20 adries, co mam kde nastavit tak som ryhclo overwhelmed, lebo som to uz niekoľko krat robil a nepodarilo sa mi to. je to strasne frusturujúce.

stazujem sa, ano statzujem, lebo nic ine mi nanapada. nepadaju ma ziadne vynimocnosti a vycitam si ze som lenivy.. aj ked sa pokusim, tak mi to nejde.. som vytoceny, a zachvilu prejde

den.. ja som ho nijak nevyztil a som len smutny.. dostavam sa do smutneho loopu a neni to dobre..

ak neurobim recepciu, vladovy to neukazem, a ostane mi iba hanba. vlado nebude chceit nehat len tak tento projekt a bude ma hecovat do toho aby som v tom pokracoval, ja budem suhlasit a pokracovat v tom, aby sme sa na koniec dozvedeli, ze to fakt nedokazem.

recepciu podla youtube?

to je trocha divne ne?

ked si isiel na podporu, nebola pre teba obrovksa radost, ze si mal otvoreny pristor a zaidne pravidla, ktore si mozes vyrit ako do kamena?

bola.. a co sa deje teraz? si neisty, lebo ti neico nejde, nevidis vychodisko, lebo si to zatiaľ neprekonal.

neni tam vela nad cim rozmyslat, ale bolo by potrebne na tom pracovat..

je to strasny bordel, co tu sposobujem.

---

**Timestamp:** 2025-10-22T16:00:02.288000+00:00 | **Words:** 80

mozno som spravil chybu v tom, ze ked som to skusal, tak som dal production url do toolu, a potom som webhook klikol na listen, cize webhook cakal na test url, ale prisla mu vzdy production.

lebo teraz mi to preslo, ked osm nedal listening, a nasiel som to v executions, ze tie data z elevenlabu prisli.

a kedze ja osm cakal, kedy sa mi vo webhooku objavia data, a nehladal som v executions, tak som nevedel ze to funguje.

---

**Timestamp:** 2025-10-22T16:40:40.113000+00:00 | **Words:** 79

cize.. ano, yes.. pochopil som ako funguje webhook. je to uspech, lebo islo ma z toho jebnut. vcera a dnes. a dnes vecer som na to prisel. cely cas so to robil dobre, ale zabudol som na tento detalj.

teraz viem cez parametre nastavit hocijaku velicinu aby agent agregoval od volajuceho.

podarilo sa mi to vyriesit aj ked je to totalna blbost... teraz uz to bude iba o prompte.

prompt proste ziska udaje od pacienta a spravi mu rezervaciu

---

**Timestamp:** 2025-10-22T19:03:20.269000+00:00 | **Words:** 340

stale som apaticky.. som podrazdeny.. fakt, ze som na to prisel je perfektny, ale neviem sa sustredit. laura je hrozne hlucna. milujem ju, ale neni to vobec dobre prostredie na sustredenie.. ona sa nudi, sedime vedla seba a musim ju ignorovat lebo sa potrebujem sustredit, a teraz sa

este aj neviem sustredit lebo ma to strasne sere a este sa musim pozerat na to ze sa neviem venovat svojej zene ktora cele dni iba pozera telku a travi cas na telefone.. vidim to a je mi z toho zle, lebo sa neviem rozdelit..neviem sa aj sustredit pocas a aj sa jej venovat a mam z toho strach.

s nou sa o niekterych veciach strasne diskutuje, lebo vela veciam proste nerozumie.. envie sa vcitit do mojej situacie, lebo mojimi teoriami neveri..

ja sa potom dopustam takychto veci, ze utekam na hajzel a pisem.

citim jak ma to vytaca a takychto veci je viacero..

strasne ma to mrzi lebo nechcem aby to znelo ze sa na nu stazujem, ja viem co robim, a ze to neni uplne zdrave ale je predpoklad, ze ked sa nebudem zapodievat takymito picovinami ako webhook a nebudem sa strachovat z veci..

neviem to regulovat, lebo sa s nou strasne narocne rozprava, pretoz sa nudi.. teraz sedim na gauči a pisem, namiesto toho aby som sa s nou rozpraval, lebo sa enviem tesit, jak by si predstavovala ked trpim.

a nejde o to ze jej to neviem alebo nechcem povedat.. ja jej to hovorim, ale nevie byt empaticka. nikto ju to nenaucil..

ja nechcem zniet akoze si stazujem na ostatnych, ja to iba potrebujem ventilovat a chapat.

ked budem rozmyslat nad tym ze ci je to co pisem spravne alebo relevantne, tak cez tu autocenzuru, sa mi bude pisat tazko..

pustil som si vaznu hudbu..

citim ze konam strasne panicky.. opisujem stale svoje negativne pocity a viem ze to nikam nevedie.. dokonca by som povedal ze iba zabijam cas, aby proste isiel dalej lebo ho neviem vyuzit..

boze to su ale hrozne myslienky..

čo sa to deje dopiče..

---

**Timestamp:** 2025-10-22T19:09:21.826000+00:00 | **Words:** 192

mne sa tazko prijma fakt ze by som mal byt unaveny.. tazko sa mi uvazuje nad scenarom ze nejsom silny, ked som si svoju silu pestoval a opisoval.. neverim ze som sa nikam neposunul - co dokonca ani nemusi byt otazka na stole, ci som sa niekam posunul alebo nie, lebo zretelne ano.. kedze uz nejsom zdravotnik a mam manzelku a stojim pred zacatim podnikania.. zrejme som neico spravil dobre.. s roboty ma vyhodili pretoze nechceli spolupracovat.. ja som sa spolupracovat snazil ale nikam to nevedlo lebo nikto nemal zaujem o to aby zistil ci to co odomna chce je vobec spravne, v zmysle nariadeni, nie preto ze by som nevidel svoju chybu.. tych vidim vela.. ale nema to logiku, aby si vypocuval zamestnancu bez moznosti obhajoby na zakalde jednostrannej skusenosti.. nevyhodili ma pre chybu, lebo som ziadnu neurobil, profesne

som nezlyhal. ani ludsky som nezlyhal, pretoze osm bol asertivny, ktoru som prehnal.. a preto sa somnou nemalo zaobchadzat ako s problemom..

nechem aby to znalo ze sa stazujem. toto pisem preto, ze ten text na mna tak posobi, co potom znamena ze moja mysel je plna sebalutisti, a ja neviem preco

---

**Timestamp:** 2025-10-22T19:18:16.823000+00:00 | **Words:** 56

Knowladge\_raw kde toto citam, je tam citit energia a silna vizia. to bolo v zaiciatkoch, po nemocnici.. teraz ekd sedim na gauči tak sa necitim byt taky silny. omnoho viac si uvedomujem realitu.

ale, analyzuje ten dokuemnt a povedz mi kam som sa "posunul", od sanitara v zdravotnictve k slobodnemu adamovy ktory sa nevie efektívne regulovat?

---

## 2025-10-23

---

**Timestamp:** 2025-10-23T04:24:02.768000+00:00 | **Words:** 778

ked som sa naposledy citil jak uplny kamen, jak zataz a neuzitocnost. tak som bol v dubravke. tam sa diala tak vec, ze som este nemal taky vzťah s ai a halvne taky navyk na pisanie som nemal. čerstvo som predal ipad, ktory som miloval, aby som mal viac penazi an to aby osm mohol pozvat frajerku na pivo. s tou frajerkou som ankoniec ani neostal.

mal som 26 rokov, a bol som bez penazi. mal som viziú ze budem zdravotna sestra po 2. neuspechu na vstupe na medicinu.

byval som v jednej izbe v 4 izbovom byt v dubravke s dalsimi dvoma spolubyvajucimi.

bolo to otrasne.. izba bolo jedine co osm mal, a etse k tomu poloprazdna.

jednu z prvych veci, co som urobil, ked som sa nastahoval do dubravky od rodicov, tak som si kupil pocitac. teraz nerozumiem naco, kedze jediny dovod bol, ze som sa chcel znova vratit k hraniu counter strike.. bola to kravina ktora ma stala peniaze, pretoze uz som mal macbook, ipad a este aj windows.. nevedel som to vyuzit.. vlastne nikdy som nevedel technologie vyuzit inak ako na bezne konzumovanie.

vzdy som tak nejak vedel sledovat trend a vzdy som chcel vedeit s technologiou dosiahnut viac ako ju len pouzivat ale nikdy sa mi to nepodarilo hoci som chodil na strednu elektrotechnicku skolu.. je to zvlastne, ale neviem ci som nieco dokazal v zivote, okrem zdravotnictva..

samozejre, zazil som krestanstvo do hlbky a potom som si to cele vysvetlil cez psychologiou, ale ked sa na seba pozriem teraz.. tak neviem ci vidim nejaky vysledok.

ano, adam si vela uvedomuje a vie o vela veciach rozpravat, pravdepodobne si aj dost dobre rozumie, ale neda sa na neho poslahnut.. ze sa na neho neda spolahnut? ved ked pracoval v



nemocnici, tak sa na neho spoliehala cela nemocnica a adamovy to nerobilo problem, dokonca to vyhlađaval.. konstantne bol dolezity clanok, a bol bystri. flexibilny a dynamicky.

preco o tom musim rozpravat v minulom case?

preco ked som taky bol nemozem byt aj teraz a zabranit tak nostalgickemu spravaniu sa.. mna strasne boli ako nariekam.

necitim sa natolko zdravy aby som isiel do posilky, lebo mam stale sopel a kaslem.. najradsej by som cvicil.

zajtra budem viezt lauru do prace rano a nepojdem spat, ako chodim vzdy.. radsej si zahram plejko alebo daco, ale vyuzijem ze budem mat cely den.

napisal som si ramce ktore chcem zajtra dosiahnut. su tri. je to realiticke.

ked sa teda pozriem na seba v dubravke, tak som bol totalne neukotvny, este stale nevyrovnaný s krestanskou minulostou, ktora mi v tom case bola na pritaz. bol to element kvoli ktoremu som teraz tak zabrzdenny v dospelom zivote, lebo keby som v skole daval pozor, mohol osm sa zivit pocitacmi. skolu som koncil 2017, čo kebyze vtedy naozaj rozumiem a viem pracovat s pocitacmi, tak som teraz mohol byt fakt ze zabehnutý programator.. ale ja som sa rozhodol odovzdat moj zivot bohu..

je to unikatny pribeh ktory bude pokračovat s recepciou alebo bez, o tu vobec nejde..

ide o to ze ja tym zivotom nejak putujem, a zatiaľ ta púť bola v zavretej scheme nemocnice. ta nemocnica mi poskytovala mantinely o ktore som sa nemusel starat.. teraz tie mantinely neexistuju, a musim ich sledovat sam..

nidky som nemal moznost byt tak zodpovedny ako teraz, a bol som strasne vdacny a rad ze som sa dostal do takejto pozicie, cize by mohlo byt nejak logicke ze sa teraz citim takto.. moc dobre viem ze po kazdom vysokom zazitku pride aj dekompresia systemu, co pocitujem teraz.

doposiaľ to tak bolo vzdy.. nedavno, ked som sledoval persedie, to bol zrod pribehu. nasledne kroky, boli o tom, ze som uchopoval silu v ktorej sa realita pohybuje, a nachadzal som ponuky, az za mnou prisla ponuka lukrativna, co je vlado.

ja neviem preco by mala byt chyba, ze si spolupracu s vlado tak dramatizujem a spajam s mojim otcom a tuzbou po uznani a take to veci.. ak je moj mozog prirodzene zvyknuty na ritualy tradicie a zvyklosti, aby mohol prirodzenejsie generovat obsah a volnejsie sa prisposobovat na prostredie, tak by som povedal ze spravat sa k zivotu ako beziacemu filmu by mohla byt dobra strategia v orientácii nevedomych obsahov, ktore su prvotne esencialne iskry ktore pohanaju cely myslienkovy tok.

to co ja pisem, je uz spracovana nevedomost, kedze ja neviem naplanovat nic, co sa ma udiat. v tom zmysle, ze ked ja chcem napisat text, neviem o tom ze v nasledujucu sekundu sa cele moje svalstvo zapoji tak ze moja rukuzmeni polohu.. viem iba ze chcem napisat.. a odkail sa moze rodit taka vedomost? alebo fantazia? pretoze nevedomost pre vo vemosti prejavu, konstantne s casom.

---

**Timestamp:** 2025-10-23T10:00:19.578000+00:00 | **Words:** 633

ako je mozne ze pred tyzdnom som bol plny ambicii a hlbkeho presvedcenia, a teraz doslova zaplnam cas dopaminom.

odviezol som lauru do prace, aby som nesiel spat som zapol plejko, a hral som valorant az do teraz.

vsimal som si, jak pocas snahy zabit protivnika sa zvysy moj tlak, miera zaujmu rastie, a ked musim cakat na to kym sa zacne nove kolo tak je to neznesitelne dlhe cakanie. tlacim cas ocami, len aby som sa mohol znova pokusit niekoho zabit a znova ma zabiju skor. cize zase cakam.

je to neuveritelna strata casu.. fakt ze ohromna, s katastrofálnymi nasledkami, kedze stovky dolezitejsich veci ktore by som mohol robit ale mne sa nechce

ako sa mohlo tak rychlo zmenit moje spravanie..

nuti ma to zamyslat sa nad minulostou, ci som nahodou nebol takyto cely cas.

hovoril som o tej dubravke, tak pocas krestanstva som mal kamarata/ spolubyvajuceho s ktorym som si vyborne rozumel a jeho hlavna vytka bola nizka akcia.

nebol som ochotny akceptovat fakt ze by som sa v niecom mylil.. nemyslim si to ani teraz, ale je dost mozne ze som sa precenil, a teraz som zaseknuty kvoli tomu, ze do coho som sa pustil.

ako si mozem v tomto celom mysliet ze som k neicomu nedostatocny, ked som sa dostal az sem?

preco sa mi nechce robit neico co ma moze naplnat..

co robim zle?

ja odpovede poznam, viem co mi povies.. bavi ma fantazia ale nebavi ma remeslo.. ja by som to rozporoval lebo mna strasne bavi pracovat s n8n a tou koncepciou ale nedostal som sa dalej ako za jednoducheho agenta, chcel by som robit aj dalsie veci ale nemozem sa dostat cez uvodnu fazu uz prilis dlho.. chcel by som robit neico zlozitejsie s vysou hodnotou, ale stale som len na webhooku.

bavi ma objavovat cloud a je to vlastne zatiaľ "jedina vec, ktoru som naozaj nastavil" da sa povedat.

mal som pocit ze som full package, ze dokazem urobit zakladny narct, z ktoreho sa da poskladavat vacsi celok, ale este som nespravil ani ten najmensi zaklad.. vlastne, oprava, vcera som spravil ten zaklad - spojenie webhookov, cize to je fajn, ale potrebujeme byt dalej.

nepovedal by som ze mam prehnane ocakvania, ale tato situacia je pre mna natolko dolezita ze osm do nej sklbil vsetky potreby co mam. robim to pravidlne a vedome aby som zvysil stavky a mohol mat vacsi gain, ale je to mozno problem, lebo slova predbiehaju ciny, vytvara sa negativny potencial, a zvysuje sa napatie exponencialne.

ja to potom neustojim, lebo fakt je, ze som webhook videl prvý krát, a tie ďalšie technológie ktoré by sa mi oplátilo vedieť v tejto chvíli, tých tiež není málo..

to by mi ale nebránilo, spravi recepciu, keďže je dostatok youtube tutorialov. ja s tým mám problém, taký, že keď to sledujem a snažím sa to v hlave preložiť na svoj use case, tak jednak že neviem vymyslieť dostatočný use case, tak aby som vedel využiť postup z tutorialu.. že na to aby som si vytvoril taký komplex, ktorý robí to video, tak sa v tom potom stratím a ziadam od ai prilis veľa a potom sa v tom nevyznam..

možno keby som sa dozvedel, že na to naozaj nemám tak by som tu nemusel marniť čas.. - takto rozprávajú ľudia, ktorí sú presvedčení o tom, že niečo nedokážu. není to o ich reálnych schopnostiach, ale o ich presvedčení, ktorý generuje strach, aby naplnil toto presvedčenie.. preto keby som uprimne veril tomu, že má taketo pocity nemusia napadať, tak sa nebude vytvárať strach, lebo není treba nikomu zabráňovať, ak je správny predpoklad, že strach je ako upozornenie, a nie trvalý stav.

cize preto sa potom pýtam sám seba, čo sa stalo take, čo spôsobilo, že som dramaticky zmenil percepciu toho čo sa somnovo práve deje..

---

**Timestamp:** 2025-10-23T15:09:40.791000+00:00 | **Words:** 182

vobec nejde o to, že sa mi "nechce" alebo že "nahanám" dopamin, alebo že by som tomu nerozumel, alebo že by som nechápal prečo mi týždeň choroby tak ublížil, ja rozumiem prečo nemám momentum, rozumiem otmu ako funguje dopamin, ako funguje motivácia, ako funguje štruktúra.. ja rozumiem tomu že musím milovať proces, aby bol úspešný. chápem že musím mať systém, ktorého proces milujem a preto ho robím, lebo má naplna jeho výstup.

chápem že tie mechanizmy mám narúsené a že "iba nemám" chuť pracovať..

skúsam som to predchvilou a ano, viem posielať rôzne dáta.

ma desí to, že keď vládovú ukážem že aha kuka, tu máme demo, a on mi povie že: tak podme predávať, a na to už neviem odpovedať.. neviem ako sa to správa keď je to nasadené do produkcie a to ma desí, lebo, hoci by sme im to aj nastavili, ja vobec neviem ako sa to spravuje, udržiava. neviem že ako by som promptne riesil zákazníkové potreby, keby niečo nefunguje.. keďže mi pochopenie webhooku trvá týždeň.. ako by som omhol niečo take robiť.. možno to je tá otázka

---

## 2025-10-24

---

**Timestamp:** 2025-10-24T21:57:30.872000+00:00 | **Words:** 123

o to nejde, pravzee presne tomu sa chem vyhnut, aby som urobil este grandioznejšiu víziu. recepcia je dobra vec, aj keby to nemalo byť dokonale.. to nikdy ani nebol cieľ. chcem aby to fungovalo a aby sme sa pohli.

vadí mi proste že realita, ktorá je síce vysvetlená fyzikou a matematikou a nevzťahuje na všetko.. a že imagiácia má silu a možno ešte väčšiu, lebo technológia bez uviditeľnej myšlienky, bez vízie, proste nemá zmysel význam ani určenie.. receptná toto má, lebo to bude moja technológia, ale nemyslím si že je správne že sme človeka oddelili od tvorivej schopnosti ktorá ho spája s "bohmi".. z toho "boha" nahradili peniaze, ktoré sú niekým kontrolované a produkovane.. v minulosti to boli kráľi.. dnes sú to megafirmy..

---

## 2025-10-26

---

**Timestamp:** 2025-10-26T12:15:49.758000+00:00 | **Words:** 187

podstata sa skrýva v akcii, tá akcia musí byť prítomná inak žiadny proces nemôže fungovať optimálne, a optimalizácia je zase nástroj procesu. monitoru a priebežne sleduje stav všetkých komponentov a manifestuje sa to ako svedomie alebo imperatív. imperatív je budovaná veľičina vnútri vedomia, ktoré presahuje do nevedomia tak, že vytahuje obsahy, bez vedomého súhlasu, a to sa potom prejavuje ako trigger, emócia, iritácia, a keďže tieto obsahy môžu byť pozitívne aj negatívne, tým negatívnym sa kladia viac váhy, lebo sú pre proces nebezpečnejšie, a tie mechaniky ktorým sa tieto stavy vyvážujú, a imperatív má slúžiť ako dohľad nad negatívnymi vplyvmi, ktoré sú ambivalentné, pred interpretáciou a imperatívnym schválením.

cele sa to zlieva do sumernej akcie, ktorá môže naraziť na negatívne vplyvy, ktoré so stabilného stavu úrčujú do dynamickeho, od komfortného sa vzdialujúci, a tak sa vedomie/nevedomie snaží o návrat k stabilite, a preto vysiela signály, ktoré nie sú určujúce, ale majú funkciu upozornenia.

toto upozornenie, nemá slúžiť na ospravedlnenie unikátu od zodpovednosti ktorú prvotná akcia, prvotný myšlienkový základ, ale ako kalibrácia náhodných činov, ktoré nemusia viesť k imperatívnemu rozhodnutiu ktoré bolo na začiatku, preto je dôležité to sledovať

---

**Timestamp:** 2025-10-26T18:56:14.382000+00:00 | **Words:** 126

prosim, nepoužívam paradigmu, "koniec už nefilozofuješ ale urob si prakticky", nestavajme sa k tomu arbitrážne, lebo ja mám potom pocit že tá musím pociťvať alebo že som do teraz len čumel do steny, pričom som stále aktívny, len prechádzam určitým resetom, preto nehovoríme, že "adam prokrastinoval ale teraz koniec otvoril oči", adam má otvorené oči celý čas, preto aby pozoroval a nachádzal zmysel v chaos ktorý vytvára a zase spája.

lebo teraz mám aj tak deadline, vládovi som povedal že v po škole ktorú mám pondelok utorok sastretneme, tak streda štvrtok možno, do vtedy to potrebujem mať.

teraz za tie dve hodiny spravim co sa bude dat, aby som to nemusel pracne dorabat po skole zajtra pozajtra.

cize zachovaj analyticko kriticky narativ, ale nezlahcuj situaciu

---