

LOS GENIOS. ¿QUÉ TIENEN EN COMÚN?

El escritor Mason Currey reúne las costumbres de la vida cotidiana de más de 160 famosos creativos. ¿Qué pensáis que tienen en común los genios? ¿Cómo son sus rutinas?



- ¿Se levantan muy temprano?
- ¿Comen muchas veces durante el día?
- ¿Toman mucho café?
- ¿Hacen mucho ejercicio?
- ¿Cuántas horas duermen?
- ¿Duermen por la noche o durante el día?
- ¿Trabajan mucho?
- ¿Beben alcohol? ¿Toman drogas?

A) Elige un genio y explícale a tus compañeros qué hace en un día normal:



CHARLES DARWIN
Naturalista británico

- 7 Levantarse
- 7.05 Dar un paseo
- 7.30 Desayunar
- De 8 a 9.30 Trabajar muy concentrado
- De 9.30 a 10.30. Leer el correo
- De 10.30 a 12.30 Trabajar
- 12.30 Pasear al perro
- 12.45 Comer
- De 13 a 15 Escribir cartas
- De 15 a 16 Dormir la siesta
- De 4 a 4.30 Dar un paseo
- De 4.30 a 5.30 Organizar papeleo
- De 5.30 a 9 Descansar, leer, tomar té con huevo, jugar al backgammon
- De 9 a 10 Leer sobre ciencia
- De 10 a 12 Estar tumbado en cama solucionando problemas
- 12 Acostarse



PABLO PICASSO
Pintor cubista español

- 11.30 Levantarse
- De 11.30 a 15: desayunar y ver amigos
- De 15 a 23: Pintar
- De 23 a 24: Cenar
- De 00 a 2 Pintar

HARUKI MURAKAMI

Escritor japonés

- Despertarse: 4
- De 4 a 12 escribir
- De 12 a 1 correr, nadar
- De 13 a 21.30: trabajo en casa, trabajo de administración y pasar tiempo con la familia.
- Acostarse: 21



MAYA ANGELOU

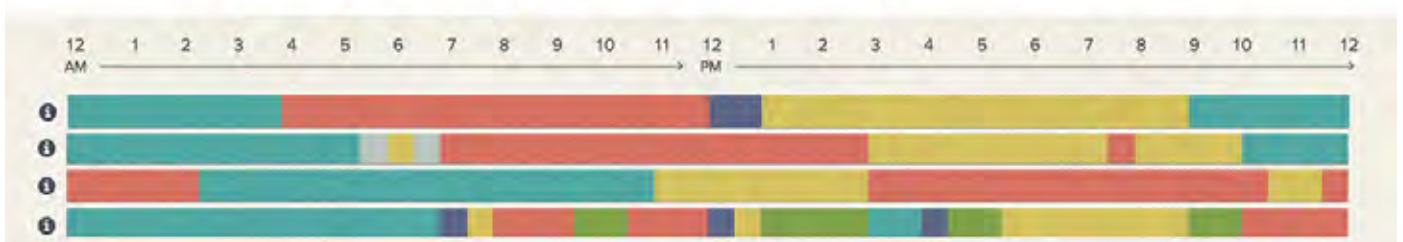
Escritora y activista estadounidense

- 5 am Levantarse
- De 5 a 6 Vestirse
- De 6 a 6.15 Tomar un café con su marido
- De 6.15 a 7 Viajar al hotel donde alquila habitación
- De 7 a 15 Trabajar en una habitación de hotel anónima
- De 15 a 19.45 Ducharse, cocinar y cenar con su marido
- A las 19.45 Leer su trabajo a su marido durante media hora
- De 20.15 a 22.15 Pasar tiempo con su marido
- A las 22.15 Irse a la cama



B) Escucha a tus compañeros y decide quién es quién.

■ DORMIR ■ TRABAJO CREATIVO ■ TRABAJO COTIDIANO ■ COMIDA / OCIO ■ EJERCICIO ■ OTROS



<https://podio.com/site/creative-routines>



HARUKI MURAKAMI Escritor japonés

Despertarse: 4.

De 4 a 12 escribir. De 12 a 1 correr, nadar

De 13 a 21.30: trabajo en casa, trabajo de administración y pasar tiempo con la familia. 21h. Acostarse



CHARLES DARWIN

Naturalista británico

7 Levantarse: 7.05 Dar un paseo 7.30 Desayunar

De 8 a 9.30 Trabajar muy concentrado De 9.30 a 10.30 Leer el correo

De 10.30 a 12.30 Trabajar 12.30 Pasear al perro 12.45 Comer

De 13 a 15 Escribir cartas De 15 a 16 Dormir la siesta

De 4 a 4.30 Dar un paseo De 4.30 a 5.30 Organizar papeleo

De 5.30 a 9 Descansar, leer, tomar té con huevo,

jugar al backgammon De 9 a 10 Leer sobre ciencia

De 10 a 12 Estar tumbado en cama solucionando problemas

12 Acostarse



MAYA ANGELOU

Escritora y activista estadounidense

5 am Levantarse De 5 a 6 Vestirse

De 6 a 6.15 Tomar un café con su marido

De 6.15 a 7 Viajar al hotel donde alquila habitación

De 7 a 15 Trabajar en una habitación de hotel anónima

De 15 a 19.45 Ducharse, cocinar y cenar con su marido

A las 19.45 Leer su trabajo a su marido durante media hora

De 20.15 a 22.15 Pasar tiempo con su marido

A las 22.15 Irse a la cama



FRANK KAFKA

Escritor

6 - 8.30am Intentar dormir y dormir un poco 6.30 - 9 Desayunar con su mujer 8.30 - 14.30 Trabajar en una compañía de seguros 3 - 16h

Comer De 4 a 20h Dormir, recuperar horas de sueño 19.30 - 21 Hacer ejercicio al lado de la ventana y salir a pasear

21 - 23h Cenar con la familia 23 - 6h Escribir



FLANNERY O'CONNOR. Escritora del sur de los EE.UU
Despertarse: 6. De 6 a 9.30: Tomar café, rezar, ir a la iglesia
De 9.30 a 12: trabajar. De 12 a 21.15: dedicarse a sus
aficiones, estar con invitados, pintar, cuidar de los pájaros
A las 21.30h. Acostarse



WOLFGANG AMADEUS MOZART

Compositor clásico

Despertarse: 6.15h De 6.15 a 7.15: Vestirse y arreglarse
De 7.15 a 9 Componer música De 9 a 13h Dar clases de música
De 13 a 17.30 Comer con amigos De 17.30 a 21.30 Componer o dar
conciertos De 20.45 a 22.45 Pasar tiempo con amigos De 23.30 a 1h
Componer De 1 a 6h Dormir.



SIGMUND FREUD

Padre del psicoanálisis

7am Despertarse De 7 a 8 Desayunar y arreglarse la barba
De 8 a 12.00 Tratar a pacientes De 12.15 a 2.15 Comer
De 2 a 3 Dar un paseo caminando rápido De 3 a 9 Consultar y tratar
pacientes De 9.15 a 10.30 Cenar y jugar a cartas De 10.30 a 1h Leer y
escribir A la 1h Acostarse



LE CORBUSIER

Arquitecto, urbanista, diseñador

6 - 6.30am Despertarse, durante media hora prepararse física y
mentalmente para el día. 6.30 - 9 Desayunar con su mujer
9 - 14.30 Pintar, dibujar, escribir 2.30 - 6 Horas de oficina: encargar a otras
personas la realización de sus ideas. 6 - 11.30 Pasar tiempo en casa
11.30 Acostarse



PICASSO

Pintor cubista español

11.30 Levantarse
Desde las 11.30 hasta las 15: desayunar y ver amigos
De 15 a 23: Pintar De 23 a 24: Cenar
De 00 a 2 Pintar