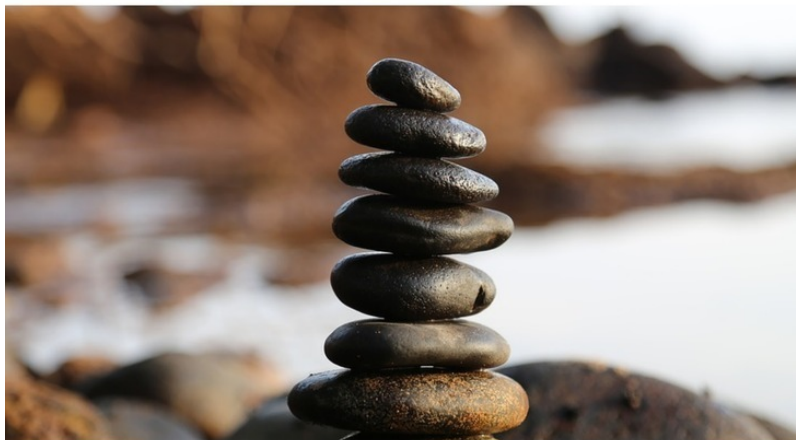


Кирилл Паршаков



**ИГРА  
В ЭФФЕКТИВНОСТЬ,  
ИЛИ ПРАКТИКА  
ГАРМОНИЧНОГО  
РАЗВИТИЯ  
ЛИЧНОСТИ**

**Кирилл Сергеевич Паршаков**  
**Игра в эффективность, или**  
**Практика гармоничного**  
**развития личности**

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=28720416](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=28720416)*

*ISBN 9785449017864*

**Аннотация**

Время, время, время... Есть причина и следствие бытия. Оно, как неумолимый рок, нависает над каждым, толкая к победам и к свершениям. Время вытаскивает нас из череды неудач, лечит душевные травмы, прощает предателей и непоправимо меняет личность. Если бы не существование явления времени, то не было ощущения жизни, как таковой...

# Содержание

ОТ АВТОРА	5
ВВЕДЕНИЕ	7
ГЛАВА 1. ПЛАН ЖИЗНИ	9
Основа гармоничного развития	9
Конец ознакомительного фрагмента.	10

# **Игра в эффективность, или Практика гармоничного развития личности**

**Кирилл Сергеевич  
Паршаков**

© Кирилл Сергеевич Паршаков, 2017

ISBN 978-5-4490-1786-4

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

# ОТ АВТОРА

*Только смерть превращает жизнь человека  
в судьбу.*

*Л. Мальро*

*Время, время, время...*

Есть причина и следствие бытия. Оно как неотомимый рок нависает над каждым, толкая к победам и к свершениям. Время вытаскивает нас из череды неудач, лечит душевные травмы, прощает предателей и непоправимо меняет личность. Если бы не существование явления времени, то не было ощущения жизни, как таковой.

Через это «позитивное» философское вступление я хочу спросить вас, как вы относитесь к течению реки жизни? Как часто вы задумываетесь о своём бытии и желаете что-либо изменить в нём? Насколько вы считаете себя продуктивным, чтобы с уверенностью сказать: «Я сознательно нахожусь в каждой минуте. И каждая моя минута проведена с пользой для меня и моего окружения. «Я думаю, что мало кто так скажет с уверенностью, в том числе и я.

В данной книге, я не хочу заниматься нравоучением и говорить, как надо жить. Всё зависит только от вас. И даже скажу так, что приятные и незамысловатые мелочи имеют место в жизни любого человека. Здесь и сейчас, я хочу пред-

ложить вам уникальную методику эффективности жизни. Я хочу рассказать вам свой личный опыт, как превратить свой день в увлекательную продуктивную игру, которая приведет к быстрому прогрессу и изменениям, как внутренним, так и внешним.

Вы скажете, что это очередное посредственное чтение по самореализации. И в коей мере, вы будете правы, потому что вы уже всё давно знаете. Единственное, что эти знания нужно глубоко вскапнуть, аккуратно пересадить, периодически поливать, ухаживать и вырастить. И в конце, у нас получится колоритная и многообразная поляна цветов.

# ВВЕДЕНИЕ

*Как только поверишь в то, что достиг идеала, дальнейшее развитие приостанавливается и начинается движение вспять.*

*Мохандас Карамчанд Ганди*

Что такое развитие? Эволюция. Прогресс. Движение на ступеньку выше, где нас ждёт очередная ступенька, отчего порой кажется, что конца подъему нет. Меня всегда радовало понимание, что совершенству нет предела. Человек, достигший определенной вершины, либо остается на данном уровне, либо растет дальше. А тот кто считает, что достиг идеала в каком-либо ремесле, зачастую, теряет праведный смысл и распускает свои достижения и результаты на всякую глупость. Поэтому выходит, что стремление к развитию должно быть постоянным и неограниченным в рамках субъективного идеала.

К тому же, я считаю, что вершин прогресса существует множество и для каждого человека подобран свой индивидуальный уровень, к которому он должен идти в процессе жизни. Напротив, движение к одному зениту создает деформацию в личности человека, из-за чрезмерного фокуса в одном направлении. Он перестает видеть другие субъекты и зацикливается на одном. Личность человека многогранна, как говорил герой книги Германа Гессе, и делить её на единичные

сегменты (учитель, врач, ловелас) все равно, что создавать функционального робота.

Следовательно, каждый из нас рождается с определенными качествами и способностями. Что-то достаётся по генам, что-то через социум и воспитание. С возрастом это становится и делиться на работу и мастерство, на увлечение и хобби, недостатки и преимущества и т. д. И все эти части обладают определенным уровнем. Одному удаётся лучше играть в футбол, другому лучше мыслить логически или абстрактно. Кто-то совсем не умеет водить машину, но совершенен в изобразительном искусстве. Мой друг хороший практикующий психолог, но в тоже время асоциальный интроверт. Но редко кто-либо, кроме него, сможет так внимательно выслушать человека и сказать нужные слова. И все эти части единого делают из нас личность.

Отталкиваясь от данного понимания, мне пришла идея о гармоничном развитии и самореализации личности. Я решил составить философию и практику некоего пути Дао, но в наш современный высокоинформационный век.

# ГЛАВА 1. ПЛАН ЖИЗНИ

*Человек состоит из тела, души и паспорта.*

*Аноним*

## Основа гармоничного развития

Основа гармоничного развития состоит из четырех базисов: это *тело, творчество, ум* и *дух*. Любое наше занятие, любая работа или увлечение, как-либо связаны с данными основами. Они взаимосвязаны и дополняют друг друга. Занятие спортом, есть развитие тела и духа. Написание художественной литературы, рисование включают творческое и духовное начало. Рабочий день офисного сотрудника – это труд интеллекта и даже духа. А если ему приходится много бегать по лестницам от этажа к этажу, то работает и тело. Поэтому, в погоне за карьерным ростом, никогда не надо забывать про своё физическое состояние.

Эти базисы требуют совершенствования и постоянного поддержания в тонусе. Любое отклонение от нормы создает разлад в душе и неприятные последствия. Приведу утрированные примеры.

# Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.