



The PARA Method:  
Simplify, Organize,  
and Master Your  
Digital Life  
Tiago Forte

## Метод PARA

Упрощайте, организуйте и управляйте  
своей цифровой жизнью

Тьяго Форте

**Smart Reading**  
**Метод PARA. Упрощайте,  
организуите и управляйте  
своей цифровой жизнью.**  
**Тьяго Форте. Саммари**  
Серия «Smart Reading. Ценные  
идеи из лучших книг. Саммари»  
Серия «Впервые на  
русском (Smart Reading)»

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=70292938](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=70292938)*

*Метод PARA. Упрощайте, организуите и управляйте своей цифровой  
жизнью. Тьяго Форте. Саммари:*

### **Аннотация**

Это саммари – сокращенная версия книги «Метод PARA. Упрощайте, организуите и управляйте своей цифровой жизнью» Тьяго Форте. Только самые ценные мысли, идеи, кейсы, примеры.

В прошлом информация надежно хранилась под книжными переплетами, укладывалась ровными стопками на библиотечные полки, была обозрима и постижима, хоть и не всегда доступна.

Сегодня не мы ищем информацию, а она ищет нас. И находит, часто оставляя смутное ощущение: это совсем не то, что нужно.

Если мы не научимся управлять информацией, она будет управлять нами, уверен эксперт по продуктивности Тьяго Форте. И с каждым месяцем (!) ситуация становится все острее.

К счастью, мистеру Форте есть что предложить. Его метод PARA используют десятки тысяч человек – от студентов до глав корпораций. С помощью PARA они сделали свое цифровое пространство понятным, удобным, эффективным. Как же это работает?

В формате PDF A4 сохранён издательский дизайн.

# Содержание

Делаем PARA частью своей жизни	6
Конец ознакомительного фрагмента.	10

# Метод PARA. Упростите, организуите и управляйте своей цифровой жизнью.

## Тьяго Форте. Саммари

**Оригинальное название:**

The PARA Method: Simplify, Organize, and Master Your  
Digital Life

**Автор:**

Tiago Forte

[www.smartreading.ru](http://www.smartreading.ru)

# Делаем PARA частью своей жизни

## Препятствия для продуктивности

Писк уведомлений уже стал привычным фоном жизни. Десятки папок на рабочем столе компьютера переполнены заметками, выписками, изображениями, и одно важнее другого. Десятки ссылок оставлены в закладках – там, несомненно, было что-то интересное, но даже на выходных не находится времени, чтобы их открыть.

Звучит ужасно. И... слишком знакомо многим из нас.

*Мы подключены ко множеству источников информации и с удовольствием черпаем из этих бездонных колодезцев. А потом не знаем, что делать с добычей,* разложенной по разным папкам. И вот уже не мы управляем информацией, а информация управляет нами.

Так возникает два самых серьезных препятствия для продуктивной жизни:

- ▶ Нам кажется, что дела и заботы никогда не закончатся.
- ▶ Мы перестаем понимать, чего хотим достичь, какие цели перед собой ставим.

Как вернуть власть над информацией? С помощью метода

PARA. Тьяго Форте<sup>1</sup> уже упоминал о нем в своем предыдущем бестселлере об организации цифровой жизни, но метод настолько важен, что теперь ему посвящена целая книга.

## Что такое PARA

Кликаая по ссылкам, общаясь с близкими и коллегами, мы фокусируемся на том, о чем нам сообщают. Нас интересуют темы, поводы. Однако для того, чтобы привести в порядок свою цифровую жизнь, тематический принцип не подходит.

*Жизнью управляют цели, которые мы ставим перед собой.* Цели предполагают определенные результаты.

Именно этот принцип лежит в основе PARA: *вы смотрите на поступающую информацию сквозь призму своих установок, целей, действий.*

И тогда оказывается, что абсолютно вся информация, которая попадает к вам, относится к одной из четырех категорий. Всего четырех!

► **Projects (проекты).** Это то, чем вы заняты прямо сейчас: неважно, речь о домашних или рабочих делах. Написать квартальный отчет к среде. Купить в следующем месяце новый смартфон, а для этого изучить ассортимент. Продумать

---

<sup>1</sup> Читайте саммари книги Тьяго Форте «Создавая второй мозг. Проверенный метод организации вашей цифровой жизни и раскрытия творческого потенциала».

ремонт спальни. Такие дела укладываются в конкретные сроки, имеют начало и конец. Их результат нагляден и измерим.

► **Areas (области).** Это сферы жизни, важные в долгосрочной перспективе: финансы, здоровье, должностные обязанности. Тут нет конкретных результатов к определенному сроку, но есть ваши персональные стандарты. Это контекст, в котором вы живете. Все проекты вписаны в области жизни. Скажем, подготовка к мартовскому марафону – проект, который вписан в более широкую область «здоровый образ жизни».

► **Resources (ресурсы).** Это то, что вам интересно, любопытно, что мотивирует и дает энергию. Скажем, вы менеджер по найму, но на досуге интересуетесь фотографией. Этому интересу место в «Ресурсах».

► **Archives (архивы).** Сюда входит все, что утратило актуальность, но может пригодиться когда-нибудь. Завершенные проекты. Отложенные замыслы. Увлечения, к которым охладел.

## **PARA за три шага**

Чтобы начать новую жизнь, нужно сначала разобраться со старой. И чем быстрее, тем лучше.

1. Откройте папку «Документы» в компьютере, выделите все файлы и папки (да-да, абсолютно все!) и переместите их в новую папку «Архив (Сегодняшняя дата)». Поместите эту

папку в другую папку под названием «Архивы». Готово! Начинаем цифровую жизнь с чистого листа.

2. Создайте папку «Проекты». Создайте в ней папки по числу нынешних проектов. Каждая папка именуется названием конкретного проекта. Можете сразу поместить в некоторые из них актуальные материалы по темам проекта, однако не стремитесь сразу заполнить их все.

3. Папки для областей и ресурсов создавайте по мере необходимости. Не стоит создавать папки, которые останутся пустыми. Папка создается в тот момент, когда вам есть что туда положить.

## **Как работать с проектами**

*С проектами стоит разобраться в первую очередь.*

# 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.