

АнтиПриложение

Записки эгоистического альтруиста

Игорь Паламонов



МЕНЬШЕ
АВТОМАТИЗМА



МЕНЬШЕ
НАПРЯЖЕНИЯ



БОЛЬШЕ
ОСОЗНАННОСТИ

БОЛЬШЕ СВОБОДЫ

18+

Игорь Паламонов

АнтиПриложение: Записки Эгоистического Альтруиста

<https://litres.ru/74404082>

SelfPub; 2026

Аннотация

****«АнтиПриложение: Записки Эгоистического Альтруиста»**** — книга, которая пишется одновременно с созданием реального приложения.

Но это не дневник программиста и не инструкция по саморазвитию.

Автор исследует простой вопрос: почему человек так часто реагирует быстрее, чем успевает понять, что происходит? Откуда берутся спешка, внутреннее «надо», телесная готовность спорить, защищаться, контролировать или отступить?

АнтиПриложение создаётся не для того, чтобы добавить человеку ещё один навык. Его задача противоположна — помочь заметить то, без чего, возможно, уже можно обойтись.

Каждая новая запись — гипотеза, наблюдение, ошибка или изменение представления, которое влияет и на книгу, и на само приложение.

Не приобрести ещё что-нибудь.

Освободить место для нового.

Содержание

Глава 1	4
Конец ознакомительного фрагмента.	5

Игорь Паламонов

АнтиПриложение: Записки Эгоистического Альтруиста

Глава 1

**Зачем ещё одно приложение, если
приложений и так слишком много?**

Приложений вокруг становится всё больше.

Одни считают шаги. Другие напоминают пить воду. Третьи помогают быстрее работать, лучше спать, правильное питаться, больше читать, меньше отвлекаться, планировать день, контролировать расходы, следить за настроением.

Почти каждое предлагает что-нибудь приобрести.

Новый навык. Новую привычку. Новое знание. Новую возможность. Ещё один способ управлять собой.

И вот я тоже решил делать приложение.

Только довольно быстро обнаружил странность: мне не хотелось ничего добавлять человеку.

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.