

ДАВО

РЕСПЕКТОЛОГИЯ



Даво Даво

Респектология. Азбука нищebroда

«Автор»

2025

Даво Д.

Респектология. Азбука нищеврода / Д. Даво — «Автор», 2025

Эта книга не про "успешный успех" и не про "позитивное мышление". Это безжалостный, циничный манифест, который срывает маски с главной человеческой болезни — респектозависимости. Автор утверждает, что конечная валюта всех наших действий — это не деньги, а респекты (внешнее одобрение). Твои дорогие покупки, твоё хвастовство, твои бесконечные попытки казаться лучше — это лишь отчаянная попытка компенсировать внутренний дефицит. Именно этот нарушенный респектообмен делает тебя «нищевродом» и обрекает на вечную неудовлетворенность. "Респектология" — это шоковая терапия. Если ты ищешь утешения или мягких советов, листай дальше. Если же ты готов услышать, почему ты на самом деле небогат и несчастлив, и готов принять весь скепсис, то приготовься к боли. Приготовься к правде. И помни: я тебя предупредил.

© Даво Д., 2025

© Автор, 2025

Содержание

Вступление	6
Автореспекты	7
Типы респектов	12
Конец ознакомительного фрагмента.	15

Даво Даво

Респектология. Азбука нищebroда

Название: Респектология | Азбука Нищebroда

Автор: Даво

Вступление

Я не знаю, кто ты. Я не знаю, откуда и зачем ты появился. Не знаю твой возраст, пол, национальность, жизненные приоритеты.

Я не знаю, что ты ищешь и что в итоге найдешь здесь.

Меня зовут Даво.

Вряд ли мы когда-нибудь увидимся. Но это неважно. Мы проведем с тобой некоторое время, беседуя о твоих друзьях, родственниках, знакомых, окружении. Мне надо было как-то представиться.

А теперь твоя очередь. Хотя, нет – я и так угадаю: тебя зовут Тупое Говно.

Не угадал?

Ой, всё, всё! Извини.

Я больше не буду. Не обижайся.

Давай попробуем снова. Итак. Я сейчас угадаю: тебя зовут «Когда как».

Иногда лениво, иногда с интересом, бывает, зовут встревоженно или, наоборот, радостно. И почти всегда произносят твое имя – код, активирующий внимание, примерно как «Привет, Сири» у айфона.

И ты всегда реагируешь, когда как.

Угадал? Нет? Ну и плевать. Я не буду тебя звать.

Тебе надо – ты и зови. Каждый раз, когда захочется понять, как это всё работает и почему одним с легкостью достается всё сразу, а к тебе в этой жизни, как обычно, прилипает одно сплошное говно.

Я всю жизнь, если хочешь знать, мечтал стать писателем, чтобы мои книги читали космонавты, художники, знаменитости, миллиардеры, топ-модели, а не вот это вот всё.

Ну ладно. Каждому свое.

На чем мы остановились? А, ну да. На говне, которое к тебе вечно липнет, и на причинах этого.

Давай возьмем для примера самое никчемное существо среди твоих знакомых. Попробуй описать его одним словом!

Нет, подожди. Тупой – это и так понятно. Попробуй иначе. Не нужно описывать его недостатки. Стоп! Остановись.

Дело в том, что ты описываешь свои собственные недостатки, а я хочу получить описание именно этого человека, а не твоё.

Достоинства? Конечно. У любого человека есть достоинства.

Ну, да – я и не сомневался, что ты не найдешь у него достоинств.

Ладно, сам это сделаю. Итак, описываю: он удовлетворен и, можно даже сказать, счастлив. Настолько, что это тебя сильно раздражает.

Согласен – с его стороны это совсем уже наглость, особенно на фоне того, что ты, будучи намного умнее и прекраснее, постоянно ощущаешь чувство неудовлетворенности от жизни, своего положения и отношения окружающих.

Тем не менее, самое тупое существо среди твоих знакомых счастливо, а ты – нет.

Ты точно не хочешь представиться?

Автореспекты

Ты сильно ошибаешься, считая, что в этой жизни всё решают деньги. Нет, я не буду сейчас грузить ерундой про мораль и духовность из средневековых романов. В этой первой главе мы с тобой поговорим о респектах – очень важном активе в твоей жизни.

В мире с момента рождения цивилизации и до сегодняшних дней всё делается ради респектов – именно они представляют самую большую ценность для человека и его окружения.

Не веришь? Знаю. Ну давай попробуем. Мы сейчас покопаемся в твоих старых вещах. Не стесняйся – я же всё равно всё про тебя знаю. Вытаскивай.

Одежда. Здесь полно вещей, которые давно вышли из моды, и ты их никогда не наденешь. Но ведь они обошлись тебе в серьезную сумму. Вот смотри – плащ, очень приличный. Или эти джинсы – качественно сшитая вещь. Но ты ведь считаешь, что у тебя нет плаща, джинсов, обуви... Они вроде бы есть и могут полноценно укрыть тебя от любой непогоды, не дать тебе замерзнуть, заболеть или получить солнечный удар. Но, тем не менее, их не существует.

Потому что они не принесут тебе респектов.

Завтра ты пойдешь и купишь новый плащ, искренне считая, что покупаешь очень необходимую вещь, способную защитить тебя от дождя. На самом деле, ты покупаешь новые респекты, чтобы удовлетвориться.

Сколько таких «покупных респектов» было в твоей жизни? Сколько времени, нервов, труда тебе пришлось потратить, чтобы заработать эти деньги? А сколько придется потратить в ближайшие несколько лет? Ты ведешь подсчет?

А знаешь, почему ты тратишь столько денег на покупку респектов?

Потому что без них твой мозг не присылает отклик и не дает тебе удовлетворения. Твой собственный мозг не является для тебя доверенным и респектабельным источником.

Для чего ты мечтаешь иметь большой дом, хороший доход, последние модели смартфона, компьютера, ноутбука?

Ты ведь хочешь не считать никогда денег и тратить их налево и направо. Или даже на благотворительность. Я согласен с тобой – почему бы не помочь бедным собачкам, котам, синим китам или незащищенным жертвам семейного насилия, если в кармане водятся деньги.

Почему? Подумай об этом.

Все делается ради того, чтобы собрать респекты. И здесь разница лишь в том, от кого ты соберешь – от себя или от окружающих.

Конечная цель всех твоих усилий, начиная с упорной учебы и работы, заканчивая тратами, – это сбор респектов.

90% поступков ты совершаешь ради респектов от окружающих – будь то какая-то посильная помощь другим, или дорогие покупки для себя и близких, или даже пожертвование на благотворительность, при условии, что ты об этом рассказал хотя бы одному человеку.

Могу тебя успокоить – я знаю человека, который 99% всех своих усилий тратит на добычу респектов от окружающих. Так что твой случай еще вполне нормальный.

Но мы отвлеклись. Оставшиеся 10% поступков – это респекты самому себе. Ты ведь по утрам чистишь зубы? А представь, что по каким-то обстоятельствам ты уже третий день их не чистишь. А если перестанешь мыться?

Что произойдет? Ты испытаешь дискомфорт, так ведь?

А почему?

Ответ очень прост – потому что не получишь от себя респектов. Тебе никогда не приходилось задумываться, потому что это всегда происходит на автомате: есть вещи, которыми ты удовлетворяешься, не прибегая к оценке от окружающих.

Их отличие в том, что это либо инстинкты, заложенные в тебе природой, либо вещи, заложенные родителями еще в детстве. Бывает и так, что их закладывают травмы, которые были нанесены тебе на том или ином отрезке жизни.

Одним словом, есть определенный тип респектов, которые твой мозг способен отдавать себе сам. За определенные поступки – тебе всего лишь нужно их совершать. Просто взял зубную щетку и почистил зубы, утолил голод, убрался в комнате. Твой мозг сам выдает респекты за это и вызывает мгновенное удовлетворение.

Тебе не нужно «выходить в эфир» и рассказывать об этом всем, чтобы получить их реакцию и удовлетвориться.

Для простоты мы назовем этот тип респектов **«автореспектами»**. Как уже говорил выше, на автореспекты приходится примерно 10% твоих поступков. Чем выше этот процент, тем ты более независим от оценки окружающих, более уверен в себе и самостоятелен.

И, наоборот, чем этот процент меньше, тем ты больше зависишь от внешней среды и её отношения к тебе.

Не расстраивайся, я знаю человека, который не может самостоятельно удовлетвориться даже от вкусной еды – он постоянно постит в соцсети фотографии своего завтрака, обеда и ужина, чтобы собрать респекты и почувствовать удовлетворение.

Я уже не говорю о людях, которые не могут самостоятельно удовлетвориться от секса, чистоплотности, финансового благополучия, красивой внешности и многих других вещей – им постоянно нужны оценки извне.

Секрет очень прост – у них нарушен респектообмен. Система ценностей деградировала настолько, что эти люди сомневаются в правильности даже очевидных для тебя вещей. Они до конца не уверены, нужна ли им эта вещь вообще, соответствует она им или нет, является ли она их истинным Я или это всего лишь фальшивая оболочка?

Сомнения побуждают их «просить совета» у окружающих: они демонстрируют поступок и, если извне поступило много положительных оценок, то удовлетворяются; если мало, то ходят неудовлетворенные и озлобленные.

Отличие автореспектов, как уже писал выше, в том, что удовлетворение от них уже заложено в алгоритм поступка. Если упростить, то весь скрипт выглядит примерно так: пожелал, добился, удовлетворился.

Закладка удовлетворения в мозг – это отдельная тема и о ней мы поговорим позже.

Как ты думаешь, почему еда и секс приносят тебе моментальное удовлетворение? Дело в том, что твои предки проделывали это бесчисленное количество раз с момента возникновения этих двух способов поддержания жизни. Все, что им недодали респекты извне, с лихвой компенсировали травмы и стресс. И этот скрипт уже прописан в твоём мозгу. Здесь нет ошибки – я говорю об инстинктах.

Инстинкт – это всего лишь многократное повторение респектообмена на протяжении многих поколений.

Если группировать скрипты по степени их «твёрдости», то инстинкты – это максимально затвердевшие скрипты за счет, повторюсь, бесчисленного количества их повторения. Примерно как если много раз трясти молоко, то оно начнет затвердевать и превратится в масло.

Тем не менее, автореспекты – это не только и не столько инстинкты.

В твоей голове достаточно много готовых алгоритмов, при выполнении которых твой мозг сам собственноручно выдаст тебе респект, и только лишь часть из них состоит из инстинктов.

Как ты думаешь, как они появились в твоей голове, если твой далекий предок этим никогда не занимался? Или, спрошу иначе: кто каким образом их туда установил?

Начнем с самого простого: травмы и стрессы. Если тебя попросить печатать на клавиатуре только большим пальцем, ты, конечно, это сделаешь, но не увидишь никакого смысла. А

вот если при тебе жестоко накажут всех, кто этого не сделал, тебя накроет стресс. Несколько жестоких наказаний в отношении тебя за «забывчивость» – и будет травма. Дело сделано – после этого ты всегда, печатая большим пальцем, начнешь получать удовлетворение. Оно будет заложено в сам скрипт и тебе даже не понадобится снимать на видео этот процесс, чтобы записать в сеть, собрать чужие респекты и удовлетвориться.

Почему авторесpekты так важны? Потому что вещи, позволяющие тебе самостоятельно удовлетворяться, всегда останутся при тебе – они будут даваться тебе намного проще и дешевле, чем те, в обладании которых ты сомневаешься.

Давай рассмотрим сообщества людей, если не веришь.

Например, богачей. Надеюсь, ты умеешь различать разницу между постоянно богатым человеком и тем, кто внезапно разбогател.

От первых ты никогда не увидишь кичливости, демонстрации и всего того, чем вторая группа постоянно мозолит тебе глаза. А мозолит она по одной простой причине – эти люди сомневаются, нужно ли им богатство. Они не могут удовлетвориться и нуждаются в твоих оценках. Не нервничай – они быстро потеряют деньги и перестанут доставать тебя.

Вообще, всегда помни: ты рано или поздно потеряешь все, в чем сомневаешься, – все, что не заложено в виде авторесpekтов, все, что требует «внешней» оценки окружающих для удовлетворения.

Мозг сам избавится от этого груза при первом же удобном случае, как это уже много раз случилось с тобой.

Или другой пример – попробуй собрать людей, страдающих импотенцией, и задать каждому один единственный вопрос: «Почему ты, когда еще не был импотентом, постоянно ходил рассказывал окружающим про свой секс – с кем, когда, как и в каких позах?».

Ты ведь уже догадался, что с ними произошло, и мне не нужно ничего объяснять?

Умница, на лету схватываешь.

Это первое, что тебе важно было понять – если ты ходишь демонстрируешь окружающим какое-то свое достижение ради сбора респектов, значит твой мозг сомневается в том, что оно тебе нужно, и ты скоро это потеряешь.

У многих восточных народов есть такой предрассудок – «сглазили». Обрати внимание: это происходит всегда с теми, кто демонстрировал (потому что сомневался) и собирал респекты, а потом терял (потому что сомневался) и объяснял это тем, что, мол, «сглазили».

Вообще, имей в виду: все эти предрассудки являются результатом нарушенного респектообмена и легко объяснимы без «потусторонних» сказок.

Пока понятно? Хорошо.

Тем не менее, рассмотрим еще пару примеров.

У тебя, наверняка, есть знакомые, которые везде и повсюду постят контент о своем ребенке и собирают респекты? Речь именно о тех, кто фанатично занят демонстрацией своего чада, а не делает это от случая к случаю.

Так вот – этот ребенок им не нужен. Своим рождением он поставил крест на каких-то целях мамы, нарушил какие-то планы папы. Именно в этом вся проблема.

Но ты сходи обязательно и скинь им пару-тройку респектов. Они, конечно, их не заслуживают, но это для ребенка. Если мама или папа не соберут нужное количество респектов и не удовлетворятся, ребенка ждет настоящий ад. Все его детство превратится в сплошной кошмар: его отдадут во все возможные кружки и курсы, начнут бесцеремонно тратить его время на изучение совершенно бесполезных вещей – все что угодно, лишь бы ребенок потом производил контент, приносящий им, родителям, респекты извне.

И ему еще повезет, если у него нет бездетных дядей и тетей, которым тоже очень хочется выкладывать в сеть контент с необыкновенным чадом и собирать респекты.

Этот ребенок потом вырастет с кучей травм и заложенными в скрипт ненужными авторесpekтами. Он превратится в постоянно неудовлетворенного, не способного реализоваться и озлобленного человека.

Возможно, в какой-то момент он станет твоим другом и начнет доставать своими глупостями, самобичеванием и абсолютно бессмысленной растратой энергии на всякую ерунду.

Одна моя подруга свято верила, что только покупка пианино сделает ее счастливой. Пока мы не разобрали с ней весь мусор в ее голове и не выяснили, что в детстве родительский пресс прекращался только во время игры на пианино – от нее в этот момент все отставали и оставляли в покое. Слава богу, подруга оказалась не душой и избавилась от навязчивой идеи. Иначе мне действительно пришлось бы покупать эту громадную хрень и каждый вечер слушать, как она издает на ней бессмысленные раздражающие звуки.

Кстати, возвращаясь к примеру с импотентами, – они, как ты догадываешься, потеряли секс не из-за рассказов о нем – это было лишь следствие: последняя попытка мозга удержать навык за счет урожайных сборов извне. Настоящая причина в травме.

Травма способна не только прописать в скрипт новый авторесpekt, но и удалить из него уже существующий. В примере с импотентами травмой могут стать дети, не оправдавшие надежд, или ребенок, появившийся незапланированно и от нелюбимой женщины.

Или, если сам человек ощущает себя плохим отпрыском, позорящим родителей.

Все эти вещи травмируют мозг, после чего он начинает сомневаться, нужен ли ему секс. Потому что последний прямо связан с деторождением, и авторесpekt за него был заложен предками именно за это качество. Ну а дальше ты уже сам догадываешься: человек идет демонстрировать эту часть своей жизни и собирать респекты. При хороших сборах он сумеет кое-как удержать навык, при плохих – потеряет.

И все же: инстинкты, травмы... Чего-то не хватает в этом списке, ведь так?

В списке авторесpekтов мы пока не рассмотрели едва ли не самую важную группу – алгоритмы, заложенные в тебе авторитетными источниками.

Очень авторитетными источниками.

Я спрошу тебя снова: почему ты чистишь по утрам зубы? Давай вспоминать, от кого был получен первый респект – кто тебя впервые похвалил за это?

Нет, я не развлекаюсь. Вот мне делать больше нечего, сидеть копать в твоей голове ради развлечения.

Давай напрягись.

Ну это и так понятно, что сейчас ты их чистишь из соображений гигиены. Я про первый раз.

Тогда это делалось, чтобы получить респект от очень авторитетного источника. Будь то родитель, или учитель, или старший брат, или сестра, – они воспринимались тобой как очень авторитетный источник респектов, и именно поэтому ты до сих пор чистишь зубы: алгоритм прописан у тебя в мозгу и не требует оценок извне.

Потому что ты не сомневаешься, нужно это тебе или нет.

Знаешь, с какого момента у тебя всё пошло не так? Когда начались сомнения в наставниках.

Когда родители и другие очень авторитетные источники стали восприниматься тобой немного по-другому.

Наставник может учить одним вещам, а сам поступать совершенно иначе – это никак не должно дискредитировать те истины, которые тобой были получены от него.

Родители несут ответственность за детей, за то, кого они вырастят и воспитают, как и наставники несут ответственность за учеников.

Они подотчетны в этом своем статусе: им предстоит дать отчет перед самими собой, перед окружением, перед Богом, наконец. Они не станут обучать тебя вещам, которые затем могут привести к потере ими респектов.

Да и ты, воспитывая и наставляя кого-то, будешь стараться привить ему все самое правильное. Все, за что тебе, как наставнику, потом не будет стыдно перед своим и его окружением.

И ведь совсем неважно, что сам ты при этом поступаешь иначе? Ты ведь у себя умница, тебе можно, а им нельзя. Так ведь? Ученикам можно только всё самое правильное. Потому что страшно – а вдруг они начнут нарушать не так осторожно, как это делаешь ты, и опозорят тебя, как наставника.

Как видишь, всё очень просто: наставник практически всегда дает правильный алгоритм. И от того, что сам он может не выполнять его, алгоритм не перестает быть правильным.

Сколько раз у тебя были разочарования теми или иными истинами из-за того, что наставник переставал быть авторитетом в твоих глазах?

Каждый такой случай – это травма для твоего мозга. Он начинает сомневаться в заложенных алгоритмах, удаляет авторреспект и гонит тебя на поиски: новых «истин», новых авторитетов, новых наставников. Сомнения, отсутствие уверенности в себе, озлобленность, неудовлетворенность – знакомые чувства? Знакомые. Знаю.

Нет. Как и обещал, я не буду читать тебе мораль. Есть масса книг, где тебе ее с удовольствием прочтут. У меня на это нет времени.

К примеру, есть такая книга – «Библия» называется. Она знакома тебе? Ну да, я знаю, ты не любишь читать толстые книги с длинными текстами и, тем более, перечитывать их. Поэтому, собственно, эту книжку я написал очень короткой и тонкой. Чтобы тебе было удобней. Клиентоориентированность – наше всё.

Тем не менее, в Евангелии от Матфея есть такая строка:

«Итак, всё, что они [наставники] велят вам соблюдать, соблюдайте и делайте, но по делам их не поступайте, ибо они говорят и не делают» (глава 23, стих 3).

Как видишь, проблема «несоответствия наставников» не нова и человечество сталкивалось с ней задолго до твоего рождения.

И, как видишь, решения были найдены, но тебе (упс!) забыли о них рассказать, когда наставляли.

Меня зовут Даво. Можешь не представляться. Мы уже познакомились.

Типы респектов

Окей, с авторесpekтами и твердыми скриптами мы разобрались. Теперь давай попробуем представить какого-нибудь дикаря из племени людоедов. Представь, что тебе нужно научить его чистить по утрам зубы.

Да, я понимаю, что тебе надоел этот пример с зубами, но у меня есть свои соображения на этот счет.

Итак, ты показываешь ему, как открыть воду в кране, как выдавить на зубную щетку пасту из тюбика, как чистить, как полоскать. Примерно как с тобой это проделали.

Самостоятельно он это сделает ровно один раз. И угадай почему? Правильно – чтобы понравиться тебе и получить респект.

Каждый раз, когда он будет чистить зубы, он сделает это с единственной целью – чтобы словить от тебя респекты. Ты станешь для него важным источником респектов. Незаменимым посредником между его амбициями и его удовлетворением. Потому что сам он себя удовлетворить этим поступком не в состоянии. Причина одна: в его мире эта вещь не нужна, он сомневается, и ему необходимы посредники из нового мира, от оценки которых он теперь зависит. Ему нужны люди, которые участвуют в этом новом респектообмене.

Ты подкинешь ему респектов за чистку зубов, другой захейтит его из-за «запаха изо рта», третьего он уже сам отругает за «плохие зубы» с видом профессора, который знает все о причинах кариеса, – и дело сделано: алгоритм постепенно пропишется в сознании.

Зато теперь ты понимаешь, почему нувориш теряет недавно обретенное богатство, если в респектообмене не участвуют наставники из нового мира «богатых», а только люди из его старого окружения, которым богатство на самом деле **не нужно**. Хотя им и кажется, что они всеми силами движутся к нему, и только оно сделает их счастливыми.

Это важно – перечитай абзац еще раз.

Да, я понимаю, что тебе начинает нравиться эта книга, но не строй иллюзий: все намного хуже, чем ты думаешь.

Итак. Давай повторим пройденное. Если какая-то вещь тебе не нужна, удовлетворения не будет. Мозг не пришлет отклик.

И что делать? Ты ведь приложил усилия, добился ее, тебе хочется удовлетворения, а его нет.

Все очень просто – ты пойдешь собирать недостающие респекты на стороне. Ты расскажешь друзьям, знакомым и всем, кому можно, что обладаешь этой вещью, и получишь от них респекты.

Мозг сразу оживится. «Вау!», – закричит он, – «Тебе завидуют, тебя признают, на тебя равняются! Так и быть, лови удовлетворение – заслужил».

Без этих внешних респектов ты бы не смог получить удовлетворения.

Если никто не знает о такой вещи – она ничего не стоит в глазах ее обладателя.

Представь, что у тебя уже пять лет есть «Феррари» стоимостью полтора миллиона долларов, но об этом ни одна живая душа не знает. Сможешь ли ты полноценно удовлетвориться самим фактом обладания и никому не рассказывать о ней еще лет пять? Ну вот и я о том же: зачем он тогда нужен?

Для большинства людей такая покупка ценна только собранными респектами за обладание.

На самом деле, все устроено очень просто. Тебе нужно было всего лишь разок сесть в кресло, отстраниться от всего, сосредоточиться и осмыслить это, – и у тебя сразу появились бы ответы на многие вопросы, которыми ты задаешься годами.

Представь, что у тебя есть копилка, в которую ты складываешь в виде монет респекты, полученные от окружающих за какой-нибудь свой поступок. Когда копилка наполняется до определенной «суммы», мозг дает отклик, и происходит удовлетворение. Твоя задача заключается лишь в том, чтобы по возможности быстро наполнить копилку.

Очень скоро ты обнаружишь, что респекты, как и монеты, не одинаковы и имеют разное достоинство. Есть много мелочевки, есть средние, чуть выше среднего, а есть крупные монеты – достаточно нескольких таких, как копилка будет наполнена.

Чтобы тебе было проще, я накидал типы респектов по убыванию их ценности и присвоил им в скобках условные «баллы»:

1. Поклонение (+4)
2. Восхищение (+3)
3. Симпатия (+2)
4. Сочувствие (+1)
5. Равнодушие (0)
6. Раздражение (-1)
7. Злоба (-2)
8. Ненависть (-3)
9. Презрение (-4)

Начнем с самой мелкой положительной «монеты» – Сочувствия.

Этот респект почти ничего не стоит. Если ты совершишь действие и получишь только один респект такого типа от кого-нибудь из окружающих, ты не получишь удовлетворения.

Допустим, тебе в интересах коллектива, помимо основной работы, приходится делать дополнительную. Работа сделана, но коллективу плевать на твои усилия. Их оценил только один коллега, и только в виде сочувствия.

Ты не сможешь удовлетвориться. Тебе пришлось спасать ситуацию, сидеть дополнительно на работе, а в ответ получить равнодушие коллег. Равнодушие, кстати, – это нулевой респект, точка, с которой котируются любые типы респектов, как в плюс, так и в минус. Запомни, это важно.

Но мы отвлеклись. Итак: в копилке появилась одна монетка «Сочувствие».

Что делать? Как удовлетвориться?

Ты пойдешь рассказывать о своем поступке коллегам. А то мало ли – вдруг, кто-то не в курсе и именно из-за этого не отдает необходимые тебе респекты.

Коллеги выслушали и... одним словом, копилка недобрала. Один сказал: «Вау, я бы так не смог!» – и кинул в копилку «Восхищение»; две девушки воскликнули: «Молодец! Нам всем нужно в этом участвовать» – и в копилку появились две «Симпатии»; от семи коллег не было получено ничего вообще – они нехотя ответили равнодушием. И, самое неприятное – трое положили в копилку «Раздражение» – минусовой респект, соседствующий со «Злобой».

Можешь себя поздравить – ты теперь неудовлетворенная, обиженная личность.

Потому что у тебя недобор. Тебя по сути кинули: ты вложил массу энергии и времени, но не смог закрыть сделку с прибылью.

От любой следующей искры, дай только повод, в офисе возникнет крупный конфликт. Неважно на какую тему и кто был инициатором – ты не сможешь пройти мимо и станешь его активным участником. И, конечно же, – Бинго! – ты снова расскажешь всем о своем поступке! Эмоционально, припоминая и укоряя, на повышенных тонах и срываясь на крик.

Ответ очень прост – поступок не принес удовлетворения. В этой копилке у тебя до сих пор недобор. Этот недобор далее мы с тобой будем называть «Дефицитом», но поговорим о нем чуть позже.

Во всей описанной ситуации тебе всего лишь нужно понять одну вещь: все дальнейшие события произошли из-за того, что лично тебе этот поступок был НЕ НУЖЕН. В этом причина, а вовсе не в том, что большинство окружающих тебя людей – тупое неблагодарное говно.

Они, конечно же, тупое и, безусловно, неблагодарное говно, но проблема изначально не в них, а в способностях или, вернее, неспособности твоего мозга давать отклик. Или, выражаясь иначе, причина в нарушенном респектообмене.

Совершать не нужные лично тебе поступки, в расчете на богатый сбор респектов от окружающих – это всегда риск. И, как правило, мозг никогда в такие моменты не приходит на помощь.

При недоборе он ведет себя как последняя сволочь, еще больше усугубляя потери.

Ты остаешься один на один с недобором, получив стресс, неудовлетворенность, озлобленность и... непреодолимое желание пойти купить новые респекты, чтобы унять зуд.

Ты же ведь помнишь, что советуют эти психологи – мол, «шопинг помогает снять стресс, новое путешествие заставит тебя отвлечься...».

Или это их идиотское «Полюби себя! Полюби таким, какой ты есть». Ну вот скажи сам, за что тебя любить? Ты же тупое говно, и пока не научишься мыслить иначе, смотреть на мир и на себя по-другому, ты из этого состояния не вылезешь. И проблемы твои никуда не денутся. Хоть люби тебя, хоть не люби.

Ты пришел к психологам за лечением, а они продают тебе обезболивающее. И это закономерно.

Потому что они понятия не имеют о болезни.

Ежегодно тысячи университетов выпускают на волю новые орды продавцов обезболивающего. Объемы продаж растут, общество потребляет еще больше товаров и услуг, но от этого люди не становятся лучше, добрее, уравновешеннее, благороднее. Улыбаешься?

Да, так и есть – они становятся только агрессивнее, озлобленнее, повсюду царит агрессия, зависть, конфликты.

Потому что действие любого обезболивающего рано или поздно заканчивается, и для человека все начинается сначала – новые дефициты, новые стрессы, новые марафоны за респектами.

А они, как уже говорил, имеют разную ценность.

Поклонение – это самый ценный респект из всех существующих. Если в примере выше хотя бы у одного коллеги твой поступок вызвал бы Поклонение, копилка сразу бы наполнилась, и у тебя моментально наступило бы удовлетворение. Тебе было бы плевать на реакцию остальных. По крайней мере, их равнодушие и даже издевки не стали бы задевать тебя с такой силой.

Много ли у тебя поклонников – людей, которые отдают тебе именно этот тип респектов, которые боготворят тебя, хранят подаренные тобой безделушки, как реликвии? Или тех, кто восхищается тобой?

Сочувствие к одним, жалость к другим, равнодушие к третьим – ты ведь именно это возвращаешь им, правда?

Расслабься. Иначе и быть не могло – забирая самые ценные респекты, ты возвращаешь самые дешевые. Именно так работает респектообмен у большинства.

Одно их поклонение или восхищение равно одному твоему сочувствию. Так котирует респектабельность твой собственный мозг: если они поклоняются тебе, значит, они находятся ниже.

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.