

О Г Л А В Л Е Н И Е

ПРЕДИСЛОВИЕ 9

**ЧАСТЬ 1. АСКЕТИЗМ. Живи как человек,
а не как стадное животное** 15

ГЛАВА 1

**МУТНАЯ КАРТИНА СОВРЕМЕННОГО
ОБЩЕСТВА** 17

ГЛАВА 2

**ЛЕВ И СТАДО: КАК РАБОТАЕТ ПРИНЦИП
АСКЕТИЗМА** 39

ГЛАВА 3

С ЧЕГО НАЧИНАЕТСЯ АСКЕТИЗМ 65

ГЛАВА 4

**МОЙ ПЕРВЫЙ ГОД ЖИЗНИ В СТИЛЕ
СОЦИАЛЬНОГО АСКЕТА** 89

ЧАСТЬ 2. АСКЕТИЗМ 2. С чего начать путь и как найти свое признание	111
ГЛАВА 1	
СКРЫТОЕ ВЛИЯНИЕ.....	113
ГЛАВА 2	
ФИЛЬТРУЙ, ШЛИФУЙ И ВОПЛОЩАЙ.....	125
ГЛАВА 3	
ЭГОИЗМ И РАВНОДУШИЕ.....	147
ГЛАВА 4	
ЧИСТКА-ЗАЧИСТКА.....	155
ГЛАВА 5	
ЧЕЛОВЕК В ПРОСТРАНСТВЕ.....	167
ГЛАВА 6	
ВАЖНЫЕ ТИПСЫ ДЛЯ СОЦИАЛЬНЫХ АСКЕТОВ	177





ПРЕДИСЛОВИЕ

После того как первая часть книги, которую ты держишь в руках, в электронном виде разошлась по всему белому свету и наделала достаточно много шума, со всех сторон в мой адрес посыпались как хвалебные оды, так и не очень. Читатели то и дело ядовито замечали: мол, попробуй ка ты, автор, потаскать на своих ногах белые кроссовки в какой-нибудь стране, где сугробы лежат мертвым пластом большую часть года, а реагенты, добавленные в них, способны разъесть даже толстую шкуру буйвола.

Других неподдельно возмущал мой совет оборвать все социальные связи и контакты, если они причиняли существенный эмоциональный дискомфорт или даже психологический вред. Люди заявляли:

да, моя мать — самая ужасная женщина на планете, которая ненавидит меня буквально с момента моего появления на свет, но разве я могу прекратить общение с ней, да и вообще, кем я тогда буду выглядеть в глазах общественности?!

Однако чаще всего растерянные люди просили какого то конкретного плана для дальнейших действий или хотя бы упрощенной схемы. Оказалось, что мой сумбурный манифест их горячо заинтересовал, но не давал главного — конкретных установок. Таким образом, те люди, кто в самом деле возжелали зачистить свою жизнь и начать все с нового, более качественного листа, столкнулись с некоторыми трудностями.

Именно для них я и решил написать вторую часть «Аскетизма» (тебе повезло, в бумаге обе эти книги объединили в одну) — в этот раз наполненную реальными примерами живых людей, а также детальными и весьма здравыми советами для тех, кто и хотел бы вести более осмысленный образ жизни, да не понимает, с чего стоило бы его начать.

Кроме всего прочего, я приведу неплохие «отмазки» для тебя на случай, если ты захочешь отсеять некоторых людей из своего нового радостного бытия, однако совсем не хотел бы их при этом обидеть или задеть их ранимые чувства. Я объясню, как можно легко и просто оборвать даже родственные связи, сохранив вежливый нейтралитет и не впадая в беспощадные крайности.

Также я приведу несколько живых примеров — весьма наглядных и поучительных, которые продемонстрируют тебе, в какое кошмарное адище способна превратиться твоя жизнь в будущем, если ты не научишься отсеивать плохих, бестолковых и ненужных тебе людей. И ты наконец усвоишь, что эти люди неизбежно влияют на тебя до тех пор, пока ты не отсечешь с ними контакт. Даже в том случае, если ты общаешься поверхностно и изредка, да, это все равно считается и однозначно остается связью!

А для тех, кто еще не успел познакомиться с идеей аскетизма или хочет осве-

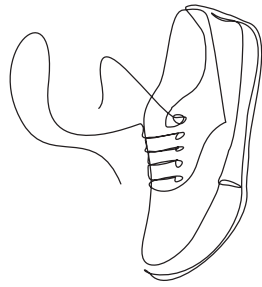
жить в памяти мои советы, я включил их в первую часть книги.

И да, уважаемый читатель, я в курсе, как сильно многих из вас покорила моя грубая манера изложения текста, а также в каком диком шоке все еще пребывают некоторые, кому на глаза в «Аскетизме» попались слова вроде и «всепоглощающая хренотень». Увы, идти на поводу у общественного мнения, как ты мог бы логично предположить, я не собираюсь. А потому продолжу изъясняться таким образом, каким пожелаю, и во второй части книги.

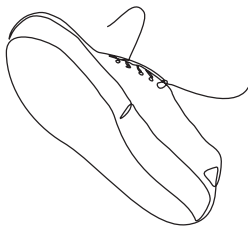
*С искренней любовью ко всем вам,
Патрик Дж. Холл*

ЧАСТЬ 1. АСКЕТИЗМ

**ЖИВИ КАК ЧЕЛОВЕК, А НЕ
КАК СТАДНОЕ ЖИВОТНОЕ**



**АСКЕТ ТОЧНО ЗНАЕТ,
РАДИ ЧЕГО ОН
ЖИВЕТ И ЛЕЛЕЕТ
В СВОЕЙ ГОЛОВЕ
СВОЮ УНИКАЛЬНУЮ
МЕЧТУ. ОН ИДЕТ ЗА
НЕЙ, НЕ ОТВЛЕКАЯСЬ
НА ПОСТОРОННИЙ
ШУМ, НА НЕЛЕПЫЕ
СОБЛАЗНЫ И МНЕНИЕ
БОЛЬШИНСТВА.**



ГЛАВА 1

МУТНАЯ КАРТИНА СОВРЕМЕННОГО ОБЩЕСТВА

Как живет среднестатистический человек в XXI веке? Чаще всего он жрет что попало, трахается с кем попало и мало задумывается о том, зачем он вообще был рожден и появился на этой планете. Все, что волнует его, — это чего бы еще засунуть в свой лениво жующий рот, как обзавестись модным смартфоном раньше остальных и каким образом пускать пыль в глаза окружающим, даже если денег в кармане совсем не много.

Современный человек — это такое жалкое и ничтожное зрелище, что его воротит от самого себя. Вот почему он

ненавидит свое тело, свою собственную жизнь и все то, что его окружает. Поэтому его фото в социальных сетях не имеют ничего общего с жестокой реальностью: на снимках он красив, всегда подтянут, счастлив и совершенен. Ему экстренно необходимо, чтобы другие завидовали ему, восхищались им и верили в этот обманчивый картонный мир, который существует исключительно в его больном воображении.

Так живет большая часть современных людей. А если говорить прямо — существует. Потому что *погоню за иллюзиями нельзя назвать жизнью*. Абсолютно все, что делает сейчас современный человек, — это добивается уважения или расположения окружающих к его персоне. Фактически, если ты ведешь посредственную и неинтересную, пресную и убогую жизнь, то никому на этом земном шаре до тебя не будет никакого дела.

Казалось бы — ну и что здесь такого? Почему нас вообще должно волновать

чужое мнение? Какая разница, если кто-то сочтет нас никчемными, неудачливыми или даже жалкими? *Ведь самое важное — это то, что мы думаем о себе сами...* Разве это не так?

На самом деле — нет. Пропаганда ложного счастья достигла таких дивных масштабов и затронула такое огромное, невероятное количество людей, что мы на самом деле давно перестали разграничивать свое личное счастье от театральной постановки, разыгрываемой для других людей.

Фактически, даже если у тебя есть неплохая карьера, имеется пара милых детишек и любящий спутник жизни, этого все равно оказывается слишком мало для того, чтобы оказаться в избранном кругу исключительных людей. Поэтому современному человеку приходится лезть из кожи, чтобы доказать всему миру, что он чего-то да стоит. Именно на это затрачиваются все жизненные силы, все время и именно этого касаются все наши мечты.

Теперь нельзя купить просто удобный диван для гостиной — он обязан быть красивым настолько, чтобы отлично получаться на всех снимках для социальных сетей. Сейчас нельзя быть просто худым или вести здоровый образ жизни — разве этим кого-то удивишь и привлечешь внимание окружающих? Чтобы завоевать и удерживать внимание современных людей, приходится идти на крайности, постоянно удивлять и будоражить воображение. Все это требует больших денег, больших усилий и огромного количества времени. Но почему-то счастья это не приносит никакого. Но почему?



Жить на потеху публике — такое же малоприятное занятие, как жрать коровий навоз и снимать это на видео. Да, ты удивишь этим поступком тех, кто просмотрит это видео в социальных сетях или на вашем канале YouTube. Воз-