



экзистенциализма является так называемый **экзистенциальный кризис** (экзистенциальная тоска/страх/ужас/ангст). Пациенты, страдающие **ОБВМ**, очень любят объяснять свою **депрессию/апатию/похуизм/насморк** «экзистенциальным кризисом» — и сразу все вопросы отпадают (в основном из-за того, что вопрошающий хотя бы пугается столь грозных слов). «Экзистенциальным кризисом» можно оправдать желание **воровать и убивать, ББПЕ**, собственную **тупопёздность** и вообще **все, что угодно**. Правда, Анон, учти, что на **суде** такое объяснение своих действий всё же **не прокатит**.

«Экзистенциальный кризис» — это состояние человека, когда он **ВНЕЗАПНО** осознаёт, что его *существование* лишено для него самого всякой ценности (*спойлер: смысла*). Говоря человеческим языком: представь, что ты продрал глазки по будильнику и помчался на **работу хомячить**. Вечером по звонку ушёл с работы, пришёл домой и лёг спать. И так 9000 раз. К 9001-му повторному циклу к 50-му году жизни даже до сферического **офисного планктона** в вакууме начнёт понемногу доходить **бессмысленность** и бесполезность всей этой круговерти для самого себя (и, возможно, не только), ведь жизнь-то проходит (*спойлер: и параметры как внутреннего мира, так и брэнной оболочки меняются*), и то самое чувство, что где-то его жестоко наебали. *Существование* человека благополучно продолжается, но какой *смысл* всей этой хуйты он не знает ни разу. И вот, **думая над этим**, наш герой испытывает лютый **баттхерт** и **диссонанс**. Всё, «экзистенциальный кризис» начался — можно запасаться попкорном.

Пример с офисным планктоном приведён как самый распространённый среди **ЦА** Луркоморья. На самом деле, даже если ты не хомячок, а самый что ни есть **альфа-самец, Чёрный Властелин** и **олигарх всея Руси** в одном флаконе, это никуя не защитит тебя от экзистенциального кризиса. Богатые тоже плачут, ага.

Так как 95% населения инстинктивно считает, что думать об осмысленности своей дражайшей жизни вредно для здоровья, часто для начала кризиса нужен хороший **поджопник**, который даст пациенту понять, **как страшно жить** — угроза жизни себя любимого или смерть кого-то из близких, кидалово по-крупному, попадание в **анальное рабство**, употребление **веществ** и другие прекрасные вещи. Замечено, что у большинства людей экзистенциальный кризис имеет обыкновение развиваться с окончанием поры молодости — так называемый «**кризис среднего возраста**».

## Как быть?

Любой **кризис** нужно преодолеть, и «экзистенциальный кризис» не исключение. Многие пытаются «отвязаться от нехороших мыслей» и продолжают молча страдать, но в итоге это может привести к серьёзным психическим проблемам и связанному с этим **самовыпиливанием**. Рецепты предлагаются следующие:

1. **Забить болт** и не заморачиваться. Осложнено тем, что высокоинтеллектуальному существу проблему такого масштаба сложно игнорировать, поэтому такой выход годится только для больших **боклянопоцтитом**. Рекурсивный вариант «**A→B→A**» для небыдла: «не волнуйся, раз началось, то мозг на месте, можно не отчаиваться».
2. **Стать героем**. Нет человека — нет проблемы, прав был **Сталин** Рыбаков! Пример: Хэмингуэй.
3. Стать **мизантропом** со всеми исходящими последствиями. Пример: **Грыгорий Хата**.
4. Осуществить **дауншифтинг**, занявшись адским физическим трудом. В течение рабочего дня на размышления о душевном кризисе не будет времени, а по его окончании — сил.
5. Удариться в **ПГМ** или **иную веру**. Большинство религий строится на горячем убеждении своих хомячков, что их жизнь **значима**. Пример: **Стерлигов**, а также, собсно, Кьеркегор. Хотя все цари Руси в той или иной мере сюда же.
6. Радикально сменить уклад жизни (отправиться в путешествие, стать **хиппи**, влиться в местное бандформирование и прочее (*спойлер: особенно какбэ «сдауншифтиться» в другую страну на деньги со сданной хаты...*). Это не решение, а бегство от вопроса, хотя временно помогает. Но нужно быть готовым к тому, что рано или поздно к тебе снова подкрадётся песок, **и всё по-новой заверти...** Как вариант — **спиться**. Так разрешают кризис (и не только «экзистенциальный») 95% жителей этой страны, я гарантирую это!
7. Можно осознанно **смириться** с бессмысленностью своего существования и продолжать жить дальше, имея это в виду. Попытаться найти смысл жизни в чем-нить заведомо иррациональном и возможно таки обрести счастье. Требуется мужество и воля. Курим **Альбера Камю** и его **абсурд**. Согласно ему, второй и пятый пункты сего списка — для **ламеров**. Продвинутые же делают, как **он**. Пример: **Ричард Докинз**.
8. Пойти дальше в **своем развитии**. Расовый американский философ Кен Уилбер указывает на упущение



Экзистенциальный кризис. **Эталон из палаты мер и весов**



На самом деле

The Young Dads -  
Existential Crisis  
Песня

43. Экзистенциальный кризис кота Матроскина | РYTP  
— Их надо в поликлинику!..  
— Это вызовет панику... мрр, среди инвесторов...

экзистенциалистами из виду самого процесса **эволюции**, в котором, по его мнению, и заключается Смысл™. Алсо, считается, что за экзистенциальной следует интегральная стадия, а за ней — **трансперсональная**.

9. **Записаться в партизаны**. Спасти мир от **ИГИЛа**. Помочь построить социализм и **демократию** в далёкой стране. А если погибнешь, они в своём **фейсбуке** напишут, что ты герой. Пример: **Че Гевара**.
10. Податься в **науку**, ваше имя навечно будет занесено в пыльные библиотечные фолианты на радость благодарным потомкам. Если повезёт, вас даже будут зубрить наизусть все школьники страны. И некоторый шанс придумать что-то действительно нужное таки присутствует. Осознание же масштабов окружающей реальности и законов, по которым она существует, легко может задвинуть своей грандиозностью проблему поиска ответа на вопрос о собственном существовании далеко и надолго. А ещё можно, как вариант, написать **книгу**, поучаствовать в разработке всяких **линуксов** или хотя бы влиться всей мощью своего компа, не слишком-то перегруженного **луркобием**, в распределённые вычисления.
11. Попробовать познать **Дзен** или еще какое из 100500 восточных учений. Являет собой ядреную смесь пунктов № 5 и № 7/№ 8. Дополнительный бонус — тебе станет похуй не только на экзистенциальный кризис, но и на все говно мира, из-за которого типичные хомяки становятся алконавтами и прыгают с крыш, сразу. Быть может, даже обретишь то самое **Просветление**, станешь истинным **Сверхчеловеком** и таки съебешься из **ераной ранки** бесконечного круга боли и страданий. В любом случае, оптимизм гарантирован.
12. Действовать в соответствии с песней **Шаова** «Боремся с депрессией».
13. Действовать в соответствии с песней **Noize MC** «Давай приколемся (feat. Чупак, 228)».
14. Действовать в соответствии с песней Хуй Копыто «Ещё один».
15. Стать **музыкантом** и несть орать о том, как тебе хуёво, **на весь мир**. Прилагающиеся каждому качественному вокалисту сисястые тьян и бесплатное бухло, возможно, скрасят твой экзистенциальный кризис. Пример — **Курт Кобейн**. Впрочем, в итоге он всё равно выбрал второй пункт этого списка. Более годный пример — лидер ПТВП Лёха Никонов, который пришёл в панк-рок в сознательном возрасте 26 лет, будучи вполне состоятельным фарцовщиком и барыгой в родном Выборге. В итоге это спасло ему жизнь. Из его банды фарцовщиков сейчас в живых остались только двое — он и один чувак, который тоже вовремя послал уголовную романтику нах и устроился в банк работать охранником. Остальных закатали в асфальт.
16. Стать справжним **жопоголиком** и **выживальщиком**. Мысль о том, что ты такой смелый, умеешь выживать, стрелять, имеешь **гнездо параноика** и готов убивать мародеров, а нынешнее поганое общество не ценит, к сожалению, смелость и желание стрелять, но это овечье существование — временно и преходяще, а настоящая жизнь начнется только тогда, когда **ебанёт**, и вот там-то ты станешь выдающейся личностью — неиллюзорно успокаивает и придает смысла жизни.
17. ?????? Искать этот самый смысл подручными способами???
18. PROFIT! Податься в **профитмэны** и **пилить-откатывать!**
19. Или всего-навсего понять, что, хотя никакого «определённого свыше» смысла жизни, конечно, нет, все люди, в конечном итоге, лишь хотят быть счастливыми — и ты, анон, и те, кто вокруг тебя, и те, кто ещё не родился — и просто неглупо было бы этому по мере своих сил поспособствовать.
20. Или всего лишь понять, что сабж — результат нежелания организма вырабатывать норму гормонов/нейромедиаторов/ферментов. Медикаментозное лечение отсутствует, вся надежда на спорт и прочий **фитнес**.
21. Или всего-навсего понять, что все кризисы (депрессии, деперсонализации и т. д.), что ты пережил или переживаешь, могут быть настоящей желаемой нормой или даже хорошим состоянием, даже раем в сравнении с тем экзистенциальным ужасом, что тебя ожидает, если ты не будешь делать то-то и то-то, не будешь таким-то и таким-то (заниматься, читать, любить, смеяться, проявлять интерес к жизни, быть здоровым, бодрым, счастливым и т. п. — свой вариант), то бишь проебёшь свой *status quo*. Инстинкт самосохранения тебя спасет. Желаний может и не быть, но страх есть всегда, как есть дыхание и все, что мы не можем, к счастью, в себе уничтожить. Организм, в страхе, что его ожидает такой ужас, перед которым все пережитые и переживаемые им ужасные состояния, депрессии, экзистенциальные вакуумы будут выглядеть приличной нормой и даже хорошим приятным состоянием, будет делать все, что от него потребовать. Офигев от того, что его ждёт состояние, при котором самое ужасное, из того, что он знает, будет приятным — он сразу начнет стремиться, любить, делать все, что угодно, лишь бы избежать неизвестного ужаса, перед которым светел становится текущий ужас. Вся проблема в том, что человек считает свой экзистенциальный кризис самым тяжелым из возможных, предельно ужасным состоянием. В то время, как понимание того, что ужас, **пустота**, депрессия, апатия, равнодушие, бессмысленность и тому подобное, на самом деле может быть в бесконечность мощнее — моментально исцеляет такого душевнобольного человека. Представь, что возможно состояние, при котором самые тяжелые твои переживания будут казаться сказочно легкими и что ты попадешь в такое состояние, если не будешь себя хорошо вести — и все пройдет мгновенно. Состояние может быть бесконечно хуже твоего, и твое состояние, относительно того, в которое ты рискуешь попасть, ведя образ жизни долбоёба, будет, вполне объективно, соотноситься с ним таким же образом, как известное тебе твоё хорошее состояние соотносится с твоим плохим. Удачи!

## В заключение

«Как-то бедный еврей пожаловался своему раввину на невыносимую тесноту в доме. Раввин внимательно выслушал жалобу и спросил: «Коза у тебя есть? Возьми ее в дом...» Бедолага очень удивился, но, как послушный еврей, не посмел ослушаться наставления. Через неделю он вновь прибежал к раввину: «Ребе сжался! Не могу больше! Жизнь и вовсе превратилась в ад!». «Ну, если так, — сказал раввин, — возвращайся домой и выгони козу обратно во двор». Сделал еврей все так, как наказал ему раввин, и почувствовал огромное облегчение.»

— Притча

«— Вы верите в Бога, барышня?»

— Нет, сэр. Но я выросла в религиозном приюте.

— В таком случае моя притча придется вам по сердцу. Жил-был человек. Не бедняк, но и не богач. Жил он в очень маленьком домике, который ему ужасно не нравился, однако денег, чтобы выстроить себе дом побольше, не было. Так вот, однажды он услышал про мудреца. Очень мудрого мудреца. И тогда наш приятель решил с ним посоветоваться. Он отыскал его не сразу — не зря же тот человек славился своим умом. Однажды наш страдалец взобрался на вершину горы — оказалось, что как раз там и живет великий человек, — и взмолился:

«О, Великий, что мне делать? У меня такой маленький дом. Я не могу в нем жить».

Мудрец подумал и спросил:

«У тебя корова есть?»

«Корова?» — удивился наш путешественник.

«Да, корова», — ответил мудрец.

«Есть, герфордской породы», — сказал несчастный.

«Возьми ее в дом».

Больше великий мудрец ничего не сказал, несмотря на то, что бедняга, пришедший просить совета, рыдал и валялся в пыли у его ног. Он отправился домой, и обратный путь показался ему таким тяжелым!

Всю дорогу он пытался сообразить, что же означают услышанные им слова... но твердо знал, что тот человек настоящий мудрец. Поэтому он взял корову в дом, который от этого стал еще меньше. Очень быстро бедняга понял, что жизнь стала совсем невыносимой. И снова отправился к мудрецу, снова проделав весь ужасный путь до горы, на вершине которой жил великий человек. И снова задал свой вопрос. Мудрец снова немного подумал и спросил:

«У тебя козел есть?»

«Козел?» — удивился наш дружок.

«Угу, козел», — повторил мудрейший.

«У меня есть козел», — ответил бедняга.

«Возьми и его в дом».

И снова мудрец отказался объяснить свои слова.

Страдалец пошел и побродил козел в свой маленький домик. Но вот

Страдалец печально пообрел назад в свои маленький домик. Но ведь все в один голос утверждали, что человек на горе самый мудрый из всех на свете, так что, придя домой, наш приятель послушно поселил в своем домишке козла рядом с коровой. Так вот, теперь его жизнь и в самом деле превратилась в настоящий ад, а домик стал казаться еще меньше. Он снова пошел к мудрецу и взмолился о помощи:

«У меня крошечный домик, теперь же, когда в нем живут еще и корова с козлом, там совсем не стало места, я больше не могу так».

Мудрейший из мудрейших подумал, а потом сказал:

«У тебя есть цыплята?»

«Цыплята?»

«Вот именно, цыплята».

«Да, у меня есть цыплята».

«Посели их у себя в доме. Знаешь, пожалуй, если у тебя есть утки, лебеди и свиньи — возьми их к себе в дом тоже».

И несмотря на все мольбы, мудрец не сказал больше ни слова. Наш приятель вернулся домой и поселил у себя в домике цыплят. Его жизнь стала еще хуже, ее и жизнью-то назвать было нельзя. В малюсеньком домике больше не осталось места для самого хозяина. И он опять отправился к старику и сказал:

«Я больше не могу! В моем доме для меня больше нет места! Умоляю тебя, помоги мне!»

«Иди домой и выгони всех животных из дома», — посоветовал мудрец.

Вот и все, что он сказал. Бедняк бросился домой, выгнал всех животных... и как вы думаете, что он обнаружил? Его домик по-прежнему был очень маленьким. Но теперь в нем было полно дерьма!

»

— А. Коул & К. Банч «Стэн»

## Алсо

- В 1999 году режиссер Дэвид Кроненберг снял кино «Экзистенция» (*eXistenZ*). Фильм напоминает [Матрицу](#), но все кабели и разъемы [живые и шевелятся](#); местами доставляет, однако с идеями экзистенциализма связан чуть менее, чем никак.

## См. также

- [Эмо](#)
- [ОБВМ](#)
- [42](#)
- [Кризис среднего возраста](#)



Религия

666 Brb, church Encyclopedia Dramatica/Атеист Inglip Jesus Is a Jerk Jesus lol Jesus saves МС Покаяйся Mihole-Христос Pope song Pussy Riot Raptor Jesus Silvy Tomorrow's Pioneers What would X do? Аббатус Абдуловера Агасфер Агностицизм Ад Адвайта Адъ и Израиль Алексей Журавлёв Амвросий фон Сиверс Анафема Андрей Кураев Андрей Мельков Ансамбль Христа Спасителя Аратов Асов Атеизм Атеизм/Orthodox Edition Аум Синрикё Ахиневич Б-г Боба Иисусович Рабинович Бог Богиня Божественная комедия

Будда Гаутама Вассерман Векторная религия Ветхозаветные мемы Виталий Милонов  
Вселенные люди Вуду Гаечка Гуру Даниил Сысоев Даосизм День святого Патрика  
Детерминизм Джедаизм Дзен Дмитрий-Сергей Дмитрий Энтео Доброслав Долбославие  
Достоевский Дугин Духовность Ересь Жопа Хэнка Зороастризм Иван Купала  
Иван Охлобыстин ИГИЛ Иисус Император Человечества Инквизиция ИПХ Ислам  
Исламский туалетный этикет Йога Каббала Канонічно Карикатуры на Мухаммеда  
Кирилл Фролов Книга Велеса Козёл отпущения Крада Велес Ктулху Культ карго  
Кэри-Хироюки Тагава Лавей Левашов Матильда Митрополит Токийский Даниил  
Михаил Котов Мормоны Мы евреи Нарекаю тебя Коловоротом Наталья Поклонская  
Наука vs религия Невзоров Невинность мусульман Нигилизм Ницше Нью-эйдж  
Оскорбление чувств верующих