



КОНСТАНТИН
ХАРСКИЙ

ЗА
БЕИ



БОМБОРА
ИЗДАТЕЛЬСТВО

Москва

УДК 159.92
ББК 88.52
Х21

Харский, Константин Викторович.
Х21 Забей. 242 причины перестать париться / Константин Харский. — Москва : Эксмо, 2026. — 256 с. — (Карманный источник мудрости. Маленькие книги с глубоким смыслом).

ISBN 978-5-04-232336-2

Самый важный навык в жизни — вовремя забить.

Эта книга — инструкция для тех, кто устал тащить чужие ожидания, спасать всех подряд и страдать от перфекционизма. Она про умение сказать «нет» там, где раньше терпел. Про то, как перестать выгорать, доказывать и бесконечно «улучшать себя».

Здесь собраны 242 остроумные, беспощадные и честные причины наконец-то перестать париться и начать просто жить в свое удовольствие.

УДК 159.92
ББК 88.52

© К. Харский, текст, 2025
© С. Дюганова, обложка, 2026
© Оформление. ООО «Издательство
«Эксмо», 2026

ISBN 978-5-04-232336-2

От малых причин бывают весьма
важные последствия

Козьма Прутков



Каждой эпохе потомки дают название. Меловой период. Темное Средневековье. Ренессанс. Как же наше время назовут те, кому сейчас 20? Они с высоты своего глубокого понимания мира скажут: «Мы жили во времена *драматизации*».

Сейчас этого не видно, но через 50 лет станет понятно, что наша сверхспособность — драматизировать всё: погоду, опоздание электрички, невнимательность официанта. Не осталось ни одной мелочи, которую мы не смогли бы гиперболизировать. Нет уже мух, из которых кто-то не сделал слона. Если вы сейчас видите муху — не беспокойтесь, ей осталось недолго. А если мух рядом нет, то что я вам

ЗАБЕЙ

говорил? Приглядитесь хорошенько, где-то ходят слоны.

Одна эпоха сменяет другую: то метеорит падает, то книга выходит. Такая книга, после которой все внезапно понимают: можно драматизировать, можно излишне драматизировать, а можно... забить.

Чтобы вам было проще это сделать, вот 242 причины оставить мух в покое. Выбирайте любую.



КОНСТАНТИН ХАРСКИЙ

Сегодня лучший день,
чтобы забить.



ЗАБЕЙ

Сделать вид не получится.
Забей!



КОНСТАНТИН ХАРСКИЙ

Забей и верни себе энергию.



ЗАБЕЙ

Забей, как айсберг на Титаник.



КОНСТАНТИН ХАРСКИЙ

Забивать — это как йога,
только без коврика.



ЗАБЕЙ

Забей, как критик
на благодарность.



КОНСТАНТИН ХАРСКИЙ

Забивать — это как закрыть
42 ненужные вкладки в голове.

