Фридрих Ницше считал главной причиной возникновения морали рессентимент – чувство обиды и злобы на врага, который нанес человеку вред. Условный пример – кочевники напали на деревню и разграбили ее, и жители, не будучи в силах ничего сделать с этими кочевниками (они быстро ускакали), руководствуемые рессентиментом, начинают считать, что грабить и убивать – плохо.

Можно представить и симметричную ситуацию – когда есть проблема, которую человек никак не может решить. Один из вариантов – начать считать, что это морально хорошо, что есть эта проблема. Что человек молодец, потому что страдает из-за этой проблемы. Это называется «выученная беспомощность». Это любили представители романтизма – думать, что глубокие тяжелые душевные переживания, связанные с несчастной любовью или одиночеством, как-то возвышают человека. Точно так же думал (пусть и неосознанно) я. Я думал, что быть одиноким и страдать из-за непонимания – таков мой возвышенный удел. Очевидно, это глупые подростковые фантазии, из которых я вырос, к стыду своему, не так давно. Однако своих действий я не поменял.