ЕШЬ! НЕ РАБОТАЙ! БОГАТЕЙ!

СЕМЬ СОВЕТОВ УСПЕШНЫХ И СЧАСТ-ЛИВЫХ

КАК НЕ РАБОТАТЬ, РУБИТЬ БАБЛО
И ОСТАВАТЬСЯ УВАЖАЕМЫМ ГРАЖДАНИНОМ

СОДЕРЖАНИЕ

ВСТУПЛЕНИЕ

Сколько времени на этой неделе вы провели в офисе? А сколько времени потратили, плетясь с унылым видом на работу и устало бредя домой после трудового дня? Неужели офисный стул напротив монитора – это именно то место, где вы всегда хотели оказаться? То, к чему вы стремились и о чем мечтали в нежном возрасте? Нам с детства внушают прописные истины о том, что без труда не выловишь и рыбку из пруда, однако история неумолимо доказывает обратное. Возможно, раньше тяжелый труд и был единственным способом выжить, но в современном меняющемся мире есть уйма способов быть счастливым, не париться, профессионально бить баклуши и получать за это хорошие гонорары. Долой рабскую психологию стада! Эта книга о том, как не работать, богатеть и быть успешным человеком.

ЛЕНЬ – ДВИГАТЕЛЬ ПРОГРЕССА

А работать вообще вредно для здоровья!

«Надо жить, – нам внушают, – в постах и в труде!»
«Как живете вы – так и воскреснете-де!»
Я с подругой и чашей вина неразлучен,
Чтобы так и проснуться на страшном суде.

Омар Хайям,

поэт, философ и убежденный гедонист

Работа портит людям настроение и характер. Никто на самом деле работать не хочет. Работы в принципе лучше избегать.

Брет Истон Эллис,
современный американский писатель


Fuck!

Лежать на диване,
есть жирное
и ругаться —
ПОЛЕЗНО!

НАУЧНЫЙ ФАКТ № 1

Работать вредно для здоровья – теперь это научно подтвержденный факт. Ученые из университета Кифорнии изучили образ жизни 30 супружеских пар. Оказалось, что наибольший уровень кортизола – гормона стресса – в крови имеют те, кто часто задерживается в офисе и берет работу на дом.

Хотя диетологи утверждают, что есть жирное опасно для здоровья, на самом деле еще 10 лет назад было установлено, что жирная пища помогает предотвратить развитие рака. Эти исследования продолжаются до сих пор, и возможно, съев бургер сейчас, вы обезопасите себя в будущем от многих напастей.

НАУЧНЫЙ ФАКТ № 2

Слишком частое смахивание пыли с бабушкиных статуэток и слишком ревностное выбивание ковров может привести к опасным последствиям. Это же исследование показало, что те, кто слишком часто и слишком рьяно убирает свое жилище, провоцируют развитие астмы у себя и своих близких.

Также опасно и принимать душ два раза в день. Дело в том, что наша защитная пленка смывается с кожи, иммунитет ослабевает, и человек начинает чаще болеть.

Психологи из Германии доказали, что одно из наиболее эффективных средств по борьбе со стрессом – использование ненормативной лексики. Врачи рекомендуют периодически давать волю накопившимся эмоциям и высказать, наконец, все, что у вас наболело, не стесняясь в выражениях.

ТЕСТ
ПРОВЕРЬТЕ, НЕ ПОРА ЛИ ОТДОХНУТЬ?

Что вы видите на картинке?
Если череп – срочно пишите заявление на отпуск!

Что говорят эксперты

Специалисты Киотской школы общественного здоровья пришли ко мнению, что работать вредно не только для физического, но и для психологического здоровья человека. Эксперты Такахаси Амагаса и Такео Накаяма предупреждают: рано или поздно работа неминуемо приводит к переутомлению, а переутомление – к депрессии.

Для того, чтобы заработать депрессию, нужно работать больше 4 дней в неделю. Если вы при этом еще и задерживаетесь на работе, риск возникновения депрессии увеличивается аж в 15 раз!