

антиКнига  
для умных

ЕЩЬ!

С. КОВВИ

Не работай!

Богатей!

7 ПРОСТЫХ ПРАВИЛ УСПЕШНЫХ И СЧАСТЛИВЫХ

Антикнига для умных

Стас Ковви

**Ешь! Не работай!  
Богатей! 7 простых правил  
успешных и счастливых**

«Издательство АСТ»

2014

**Ковви С.**

Ешь! Не работай! Богатей! 7 простых правил успешных  
и счастливых / С. Ковви — «Издательство АСТ»,  
2014 — (Антикнига для умных)

Признайтесь, вы не раз (и не два) завидовали тем, у кого много денег, но мало забот. Думаете, что с вами не может такого произойти? Тогда эта книга для вас! Ученые давно занялись проблемой успеха и счастья, которые, как оказалось, не зависят от трудоспособности. Узнайте, как добиться всего, не тратя времени и сил. Как сидеть на диване, есть фастфуд и при этом становиться успешнее и счастливее? Вы знаете, что делать!

© Ковви С., 2014

© Издательство АСТ, 2014

## Содержание

|                                   |    |
|-----------------------------------|----|
| Вступление                        | 6  |
| Лень – двигатель прогресса        | 7  |
| Научный факт № 1                  | 9  |
| Научный факт № 2                  | 10 |
| Что говорят эксперты              | 11 |
| Конец ознакомительного фрагмента. | 15 |



**Стас Ковви**

## **Ешь! Не работай! Богатей! 7 простых правил успешных и счастливых**

Все права защищены.

Никакая часть данной книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме без письменного разрешения владельцев авторских прав.

Мнение редакции может не совпадать с мнением автора.

Перед прочтением книги проконсультируйтесь со специалистом.

© Ковви С.

© ООО «Издательство АСТ»

## 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*

**Лежать на диване,  
есть жирное  
и ругаться —  
ПОЛЕЗНО!**

**Лежать на диване, есть жирное и ругаться – ПОЛЕЗНО!**



## **Научный факт № 1**

Работать вредно для здоровья – теперь это научно подтвержденный факт. Ученые из университета Кифории 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.



## 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!

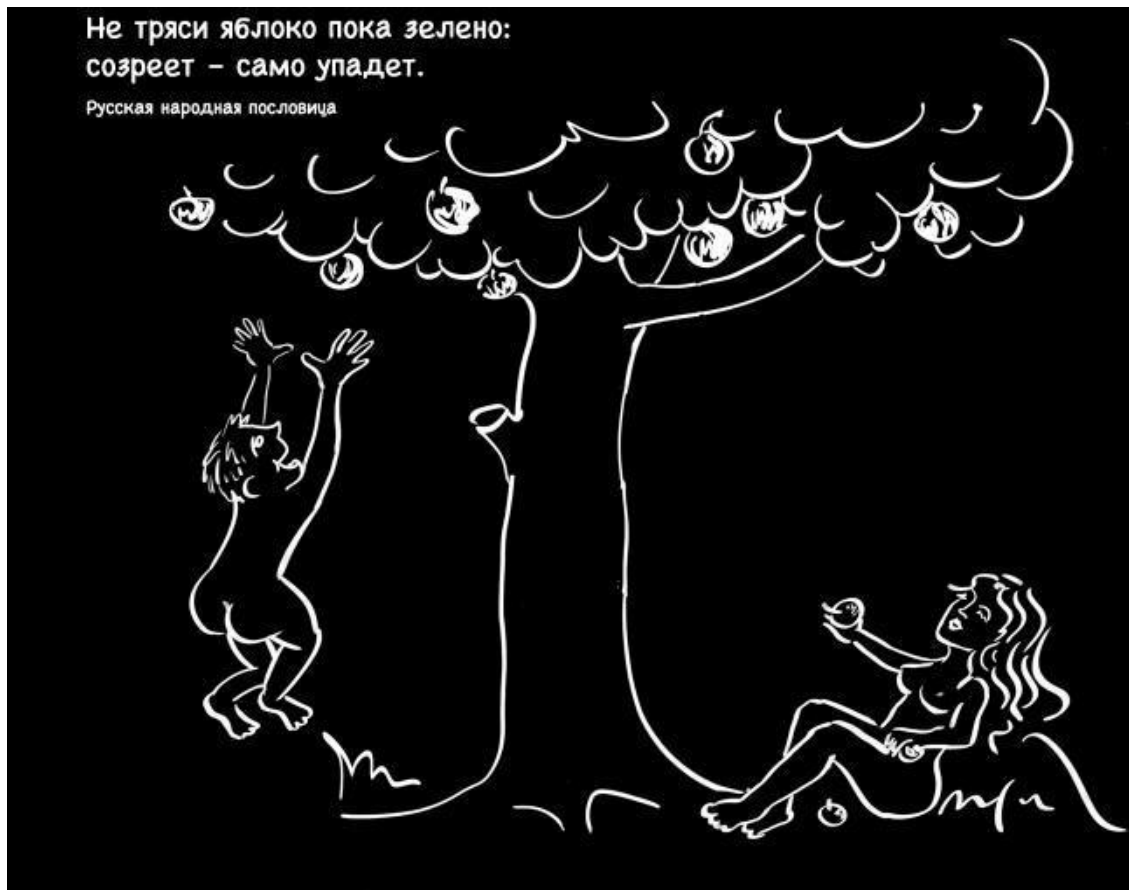
Меня больше ничего так не бесит, когда я вижу людей, которые сидят и ничего не делают, когда что-то делаю я.

Я обращаюсь со своей работой очень бережно. В самом деле: иная работа лежит у меня годами, а я даже пальцем до нее не дотронулся. И я горжусь своей работой; то и дело перекладываю ее с места на место и стираю с нее пыль. Нет человека, у которого работа была бы в большей сохранности, чем у меня.

Я не могу сидеть сложа руки и праздно глядеть, как кто-то трудится в поте лица. У меня сразу же появляется потребность встать и начать распоряжаться, и я прохаживаюсь, засунув руки в карманы, и руковожу. Я деятелен по натуре.

*Джером К. Джером, «Трое в лодке, не считая собаки»*

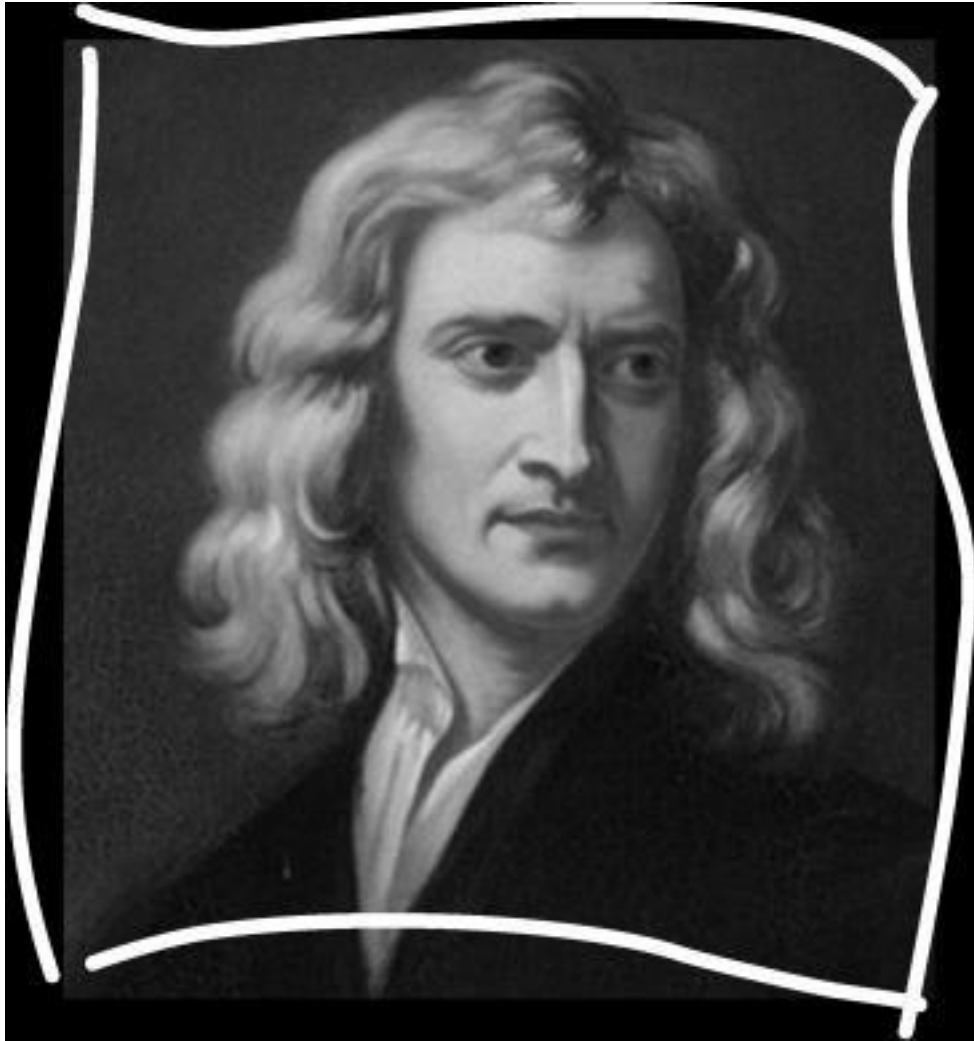




Всем нам говорили в детстве: будешь лениться – ничего в жизни не добьешься. Однако история предлагает нам множество примеров, доказывающих, что это не так! Ленивыми считали таких выдающихся личностей, как Ньютон, Архимед и Пикассо, однако они все равно добились успеха и, ленись, прекрасно себя чувствовали.



Сэр Уинстон Черчилль был последним в школе по большинству предметов и даже не стал поступать в университет. Он категорически не признавал никакого спорта, в день мог выпить целую бутылку коньяка, а его единственным активным действием дома было качание на кресле-качалке. Он ленился даже дотянуться до пепельницы и к концу дня был весь покрыт пеплом своих сигар, напоминая своим видом потухший вулкан. Тем не менее он стал выдающимся политиком и оставил свой след в истории.



Исаак Ньютон в школе учился не хуже всех. В его классе был еще один ученик, у которого дела с успеваемостью складывались еще более плачевно. Имя ленивого Исаака осталось в веках благодаря его единственно успешной стратегии – он просто сидел под деревом, ленился и ждал, пока ему на голову не упадет яблоко.

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.