

# The Joy of Not Working

21<sup>st</sup> century edition • Over 150,000 copies sold



## THE JOY OF NOT WORKING

A book for the retired,  
unemployed, and  
overworked

Ernie J. Zelinski

[The Joy of Not Working 下载链接1](#)

著者:Ernie J. Zelinski

出版者:

出版时间:2003-10

装帧:

isbn:9781580085526

Ernie Zelinski has taught more than 150,000 people what THE JOY OF NOT WORKING is about: learning to live every part of your life—work and play, employment, and retirement alike—to the fullest. In this completely revised and expanded edition, you'll learn how to create an excellent work/life balance by working less, producing more, and being more leisurely; how to gain the courage to leave a life-draining job; and, if you are recently retired or unemployed, how to bring purpose and community back to your life. Plus, new to this edition are 30 inspiring letters from readers detailing how the book helped them live a more exciting and rewarding life. Illustrated with eye-opening exercises, thought-provoking diagrams, and lively cartoons and quotations, THE JOY OF NOT WORKING will guide you to living a more exciting and rewarding life—at work and at play.

作者介绍:

厄尼·泽林斯基 (Ernie J. Zelinski)

国际畅销书作家，专业顾问和演讲人。

他自己曾经“创造性地失业”长达14年，并且创造性地开掘了“不工作的生活方式”。

厄尼每天工作2至4个小时，他最著名的一本书是《你能不能不工作》。该书已被翻译成17种语言在世界各地出版。

目录:

[The Joy of Not Working](#) [下载链接1](#)

标签

美国

评论

好，可没必要写得这么长嘛。life is a banquet. most people are starving to death.

---

我擦 作者同志 您好意思吗！就介个也好意思出版！

三个小时看完，全书就讲述了一个观点，决定你spare time能否享受自我的原因是a positive attitude towards life，而不是外在因素（比如地位，身材，居住环境什么的）。你可以直接从中间开始看。因为前面和后面都是废话（哭笑不得）。至于怎样才能拥有positive attitude 全书作者一个字都木有提！

不一样的生活理念，希望早日实现

不工作的时候会不会觉得不安？一定要让自己的生活充满有趣的东西。

[The Joy of Not Working 下载链接1](#)

## 书评

[http://book.sina.com.cn/nzt/1077012239\\_notworking/](http://book.sina.com.cn/nzt/1077012239_notworking/)  
里面还有测试题：《调查：你的工作生活平衡吗？》

这本书其实是教我们怎么休闲的。作者有一个忠告对我触动最大，即在安排自己休闲活动的时候不能失去主动性。你的快乐只能由你自己来创造，别人是给不了的。被动地接受，希望别人带给你快乐最后只会收获失望，更要命的是你反而可能沉湎其中，总期待会有新的刺激出现来消除你的失...

这本书，我是在从落马洲到红磡的列车上看完了，不到一小时的时间吧。  
书名很诱人，因为“不工作”是很多人的梦想，我能够理解，一份不喜欢、仅为谋生、每天需要忍受的工作，有多大的杀伤力，而且，我们身边充满了这样的人群，如果不小心，也许我也会落入同样的命运，不过，我...

我竟然是买了这本书滴。。。非常有违自己的承诺。。。  
起因是在书店随手一翻。。。翻到书里讲 休闲时可以干什么 觉得罗列的恰到好处  
虽然很多事情 在天朝暂时是没希望做啦 突然想到曾经美国来的同事 讲

他们家后面有一条河 于是 节假日就搬出自己家的皮划艇 顺流而下 听着...

假如一份高薪工作会使你压力大且生活凄惨，它对你有什么用？

假如你有一所大房子，可是你只能在睡觉的时候用上它，它对你有什么用？

假如你有许多有意思的东西，可是你却从来没有时间去享受他们，他们对你又有什么用？ 更重要的是，假如你都很少和家人在一起，你要个家庭又有什...

《你能不能不工作》，这本书的副标题是休闲是为了走更长的路；让“穷忙族”、“过劳死”悔不该当初。对于这本书的观点有可取之处，但是我也有些不认可的地方。

我想这本书核心思想是想提醒我们：工作和金钱只是通往我们幸福生活的一种手段而不是目标，但是我们现代人的问题就...

这是一本图书馆随手翻到的书，并不是特意按照阅读主线发展出来的，可能跟最近思考的问题沾点边就拿回来了。事实证明这样不是很明智：

1、不是纯然的主动阅读，对所获取的信息的理解也不够深入

2、读完后感触不深，若是随便读读，2个小时足矣，结果花去了几天时间，占用...

在这个物欲横流的年代，我们是如此的渴望成功。从小的教育，深入骨髓的那种争做人上人的理念在不断的驱使着我们朝着大家所认同的成功方向走着：豪车，美女，豪宅，一份令人艳羡的高薪工作。。。。。于是你的父母满意了以你为荣，于是姑娘们成群结队向你涌来，于是你所谓...

这本书书名译的有些误导，全书其实谈的是如何享受生活和休闲时光，很多见解非常精彩。作者提倡的原则无疑是积极的，也与简单生活理念相契合，在高度商业化的时代价值凸现。但是把他奉为精神导师，却有点过了，我们需要更多高级的鸡汤吗？我觉得，作者应该被看作一个传道者，他...

最近刚刚结束一段工作，现在正在家中休息，休息了差不多半个月，内心就开始蠢蠢欲动，不上班就会觉得自己像一个废人。

但是，看到这本书的时候，感觉完全就是为我们这种人写的一样，其实在家休闲的时候，也是一门学问。在家休闲也是需要很大的勇气的。有很多人面对休闲的时光...

[The Joy of Not Working 下载链接1](#)