

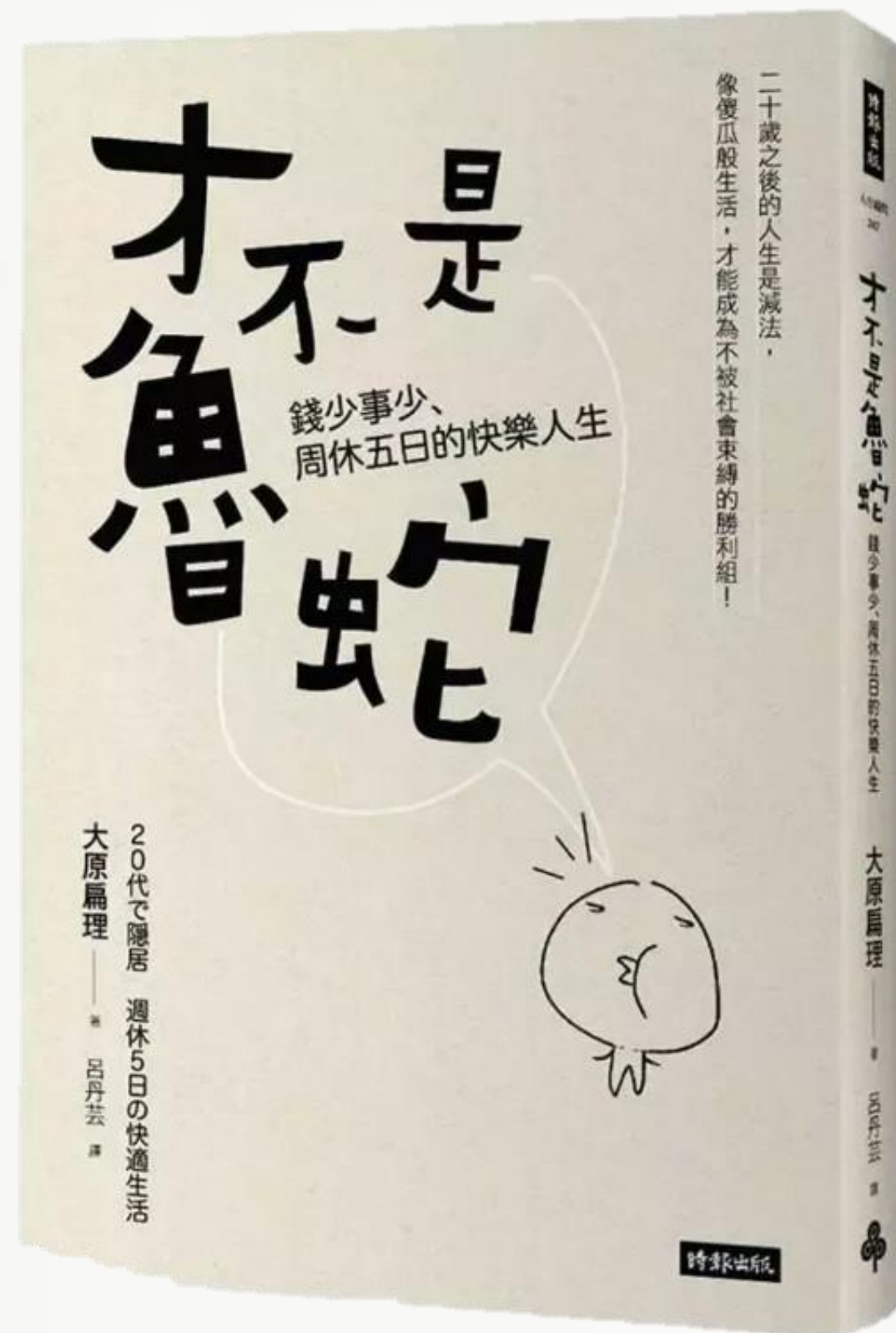
本週・選書師精選

即刻掌握
推薦好書

官方網頁
語音導讀



臉書
Facebook



書名：才不是魯蛇：錢少事少、周休五日的快樂人生
作者：大原扁理

#自我探索 #哲學 #生活

掃我預約 ▶▶



由於在現代職場中，許多人被過度工作、績效壓力以及金錢追求所困，作者分享他如何通過簡單的生活方式，實現周休五日的快樂人生。這本書不僅僅是一個生活指南，更是一種生活態度的宣言。

書中描述了他從繁忙的工作生活中抽身，選擇了一種**低物欲、低壓力的生活方式**。他認為，當物欲降低，每周只需工作兩天就足夠了，這樣可以有更多的時間享受生活中的美好事物，如大自然的美景和自己動手製作的樂趣。他強調，隨心所欲是最高原則，把時間用來做自己喜歡的事，才能真正感受到生活的快樂。

書中也提到，儲蓄的重要性不可忽視。**隱居生活並不意味著完全脫離社會，而是要在降低生活成本的同時，保持一定的儲蓄，以應對突發狀況**。作者通過自身的經歷，展示了如何在低收入的情況下，依然能夠過上幸福的生活。

作者認為，簡單的人際關係可以減少很多不必要的壓力。他選擇與少數志同道合的朋友交往，並且不勉強自己參加不喜歡的社交活動。這種生活方式讓他能夠更加專注於自己的興趣和愛好，從而獲得內心的平靜和滿足。

這本書不僅僅是一本關於隱居生活的書，更是一種對**現代社會價值觀的反思**。作者通過自己的經歷，向讀者展示了一種不同於主流的生活方式，讓人們重新思考什麼才是真正的幸福。

讀完這本書你會發現，所謂的幸福人生，未必需要名牌加身或豪宅名車。簡單的生活、自由的時間安排，以及對生活的滿足感，才是快樂的根本。如果你也渴望從「被定義的人生」中掙脫，不妨拿起這本書，跟隨作者一起探索不一樣的快樂之道！

你的專屬選書師/Zhi