

Zalety książki

Wraz z coraz większą popularnością telewizji, a później komputerów w ostatnich latach, nawyk czytania książek zanika. Większość z nas jest tak pochłonięta oglądaniem filmów, graniem w gry komputerowe czy serfowaniem po Internecie, że nie znajduje już czasu na książkę. Wiele osób woli również obejrzeć film nakręcony na podstawie książki, niż przeczytać samą powieść. Jest to powszechne zwłaszcza wśród dzieci, które często poza komputerem świata nie widzą. Badania pokazują, że liczba czytających drastycznie spadła, i spada dalej. A zalety czytania książek są ogromne, wręcz gigantyczne. Książka rozbudza wyobraźnię, poszerza wiedzę i daje ogrom satysfakcji. Dlaczego i jakie są inne zalety czytania książek, dowiesz się czytając poniższy tekst.



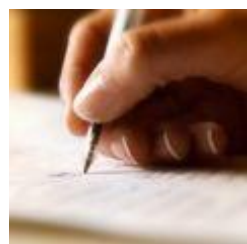
Czytanie to świetne ćwiczenie dla naszego mózgu.

W przeciwieństwie do bezmyślnego siedzenia przed telewizorem lub ekranem monitora czytanie wprawia w ruch nasz mózg i niejako karze mu myśleć, wysilać się. Dzięki temu poprawia się zdolność myślenia analitycznego, ćwiczone są mięśnie w mózgu. Podczas czytania starasz się skupić, zrozumieć i zapamiętać wiele rzeczy, odkrywasz nowe pojęcia i miejsca. Czytając powieść starasz się sobie wyobrazić miejsce, w którym rozgrywa się akcja, bohaterów, ich mimikę, zachowanie. Tworzysz w swojej głowie film. Oczy widzą litery, wyrazy, a mózg przemienia je w Twojej głowie na obraz. To niesamowicie pobudza mózg do działania. Dzięki temu więcej zapamiętujesz. Mózg wykorzystuje szare komórki, dzięki czemu osoby czytające zdają się mieć większą wiedzę, szybciej odnajdując w różnych sytuacjach.



Czytanie wzbogaca słownictwo. Podczas czytania książek, zwłaszcza tych traktujących o konkretnych dziedzinach napotykasz nowe słowa. Nie sięgasz wtedy po słownik, ale próbujesz wywnioskować znaczenie słowa z kontekstu właśnie. Gdy słowo pojawia się w książce kilka razy, szybciej je zapamiętasz. W ten sposób uczymy się słów, na

które raczej nie natknęlibyśmy się podczas rozmowy ze znajomymi.



Czytanie ubogaca pisanie. To może wydać się zaskakujące dla kogoś, że czytanie poprawia pisanie, ale tak jest. Jeśli może poprawić zdolność analitycznego myślenia, wzbogacić słownictwo to już jeden krok do wykorzystania tego słownictwa również w piśmie. Może to właśnie jest powód, dla którego nauczyciele różnych przedmiotów, w tym języków obcych

niejako zmuszają nas do czytania różnych tekstów i książek właśnie.



Czytanie poszerza wiedzę. Więcej czytasz, więcej wiesz. Czy to nie jest oczywiste? Możesz czytać książki traktujące o różnych problemach, powieści osadzone w różnych ramach czasowych, poznać różne zachowania ludzi, miejsca. Dzięki temu lepiej odnajdziesz się w życiu w napotkanych na drodze sytuacjach.



Czytanie poprawia koncentrację i pamięć. Jak to się dzieje, że nie możesz zapamiętać numeru telefonu, czyjegoś imienia czy nazwiska, a pamiętasz co przeczytałeś w książce? Dlatego, że książka daje Ci kompletną informację, zamkniętą i oprowioną pewną historią. Dzięki temu łatwiej się skupiasz, zaciekawiasz tym, co czytasz. Czytanie książki zresztą niejako wymusza na nas skupienie i koncentrację. W przeciwieństwie do gazet i magazynów, w których pojawiają się krótkie treści i kilka informacji, książka podaje nam dość dużą całość, dotyka wielu aspektów, prezentuje różne wątki.



Czytanie rozwija wyobraźnię. Czytając wizualizujesz sobie w głowie miejsca, osoby, sytuacje. Niejako reżyserujesz przedstawiony w książce świat i kręcisz na jego podstawie film we własnej głowie. To jest naprawdę niesamowita umiejętność i cudowne doświadczenie. Dzięki czytaniu potrafimy odnaleźć się w otaczającym nas świecie, szybciej zdawać sobie sprawę z różnych rzeczy, jesteśmy bardziej świadomi siebie i świata, lepiej go odbieramy i rozumiemy. Potrafimy przenieść różne sytuacje z książek do życia codziennego, zazwyczaj podświadomie, ale dzięki temu umiemy wiele rzeczy przewidzieć i z wieloma sobie poradzić.



Czytanie buduje poczucie własnej wartości. Im więcej czytasz tym więcej wiesz. Im więcej wiesz, tym pewniej się czujesz w różnych sytuacjach. Im pewniej się czujesz, tym bardziej rośnie poczucie Twojej własnej wartości. Czy to nie wspaniałe? To jest reakcja łańcuchowa, która nie czyni żadnych szkód, a wręcz daje same korzyści.



Czytanie czyni Cię świetnym rozmówcą. Na pewno znalazłeś się kiedyś w sytuacji, w której nie miałeś nic ciekawego do powiedzenia, lub nie wiedziałeś co powiedzieć. Robisz wtedy głupie uśmiešky, aby nie wydało się, że nie masz pojęcia o czym ktoś rozmawia. Wcale nie musi tak być.

Wystarczy, że zaczniesz czytać. Potraktuj książki jako źródło swojej wiedzy, poszerzania horyzontów i wzbogacania słownictwa. Wybieraj książki z różnych dziedzin, troszkę historii w tle, czyjaś biografia, książki psychologiczne, nawet kryminały. Każda z nich niesie ze sobą inny przekaz i inny rodzaj informacji.



Czytanie daje satysfakcję i zabija nudę. Jeśli siedzisz w domu i nie masz żadnej opcji na wyjście, jesteś znudzony, nie wiesz co ze sobą zrobić - chwyć za książkę. Przeniesiesz się do zupełnie innego świata, poznasz nowe postaci, dowiesz się nowych rzeczy. Jaką ogromną satysfakcję daje czytanie. Musisz znaleźć tylko to, co naprawdę lubisz, co Cię interesuje.

Chcesz przełamać monotonię - czytaj!