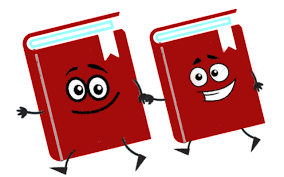
**12 powodów, dla których warto czytać książki każdego dnia**

**O tym, że czytanie książek niesie ze sobą szereg korzyści, nie trzeba nikogo przekonywać. Dlaczego zatem, temu przyjemnemu i rozwijającemu zajęciu poświęca się tak mało ludzi? Jedynie 10% z nas czyta więcej niż 7 książek rocznie. Aby zachęcić wszystkich leniuchów do czytania przedstawię 10 powodów, dla których warto czytać książki każdego dnia.**

## ****1. Czytelnictwo kształtuje charakter****

Czytając książki, kształtujemy nasz charakter niezależnie od wieku. Perypetie książkowych postaci niejednokrotnie bardzo dobrze odzwierciedlają nasze codzienne życie. Sprawia to, że jesteśmy dużo bardziej skłonni do refleksji nad decyzjami, które już podjęliśmy lub które są dopiero przed nami. Otwiera nas na nowe doświadczenia i rozszerza horyzonty, kształtując nas samych.

## ****2. Czytanie poszerza zasób słownictwa****

Im więcej książek przeczytasz, tym więcej poznasz i zapamiętasz nowych słów, tym większy mamy kontakt z różnorodnym, a nawet zupełnie nowym dla nas słownictwem. Taki kontakt samoistnie poszerza nasz własny zasób słów.

## ****3. Czytanie poprawia pamięć.****

Czytając pobudzasz wyobraźnię, tworzysz filmy i obrazy, łączysz nową wiedzę z tym, co już znasz. Dzięki temu, masz dużo większą szansę zachować lepszą pamięć, niż ludzie oglądający seriale telewizyjne. Dzięki czytaniu nasza pamięć pozostaje w dobrej kondycji.  Książki to ogromne skarbnice wiedzy. Tutaj nie trzeba dodatkowych argumentów.

## ****4. Czytanie książki redukuje stres i wprawia Cię w lepszy nastrój.****

Kiedy czytasz, Ty i Twój świat zostaje przeniesiony w inne miejsce, więc nie czujesz natłoku trudów codziennego życia. Czytanie uspokaja i spowalnia bicie serca. Wystarczy **6 minut** czytania, żeby zredukować uczucie stresu aż o **60%**! Dzięki temu poprawia się Twoje samopoczucie i łatwiej Ci zasnąć.

## ****5. Mole książkowe szybciej zapamiętują i uczą się nowych rzeczy.****

Książki przekazują nam wiele wartościowych wiadomości, a także ciekawostek z różnych dziedzin życia i nauki. Sprawia to, że stajemy się mądrzejsi   
i inteligentniejsi. Dzięki temu jesteśmy w stanie szybciej i znacznie dłużej przechowywać informacje i wspomnienia.

**6.  Poprawia skupienie i koncentrację**

Czytanie powieści wymaga od nas skupienia uwagi przez dłuższy czas, co zdecydowanie poprawia naszą zdolność do koncentracji

**7. Inspiruje**

Postaci fikcyjne mogą stanowić takie samo **źródło inspiracji** co spotkanie z żywym człowiekiem. Inspirować może wszystko – aktywności, którym się oddają, miejsca, które odwiedzają, decyzje, które podejmują…

**8. Rozwija wyobraźnię**

Mając przed oczami tylko literki, sami musimy wizualizować sobie to, co dzieje się w książce – nieczęsto są to nawet rzeczy, których nie możemy zobaczyć w świecie rzeczywistym! Czytanie, **stymulując prawą półkulę** mózgu, rozwija naszą wyobraźnię.

**9. Rozwija wrażliwość na sztukę**

Ludzie czytający książki **3 razy częściej** odwiedzają muzea i **2 razy częściej** uczestniczą w koncertach. Również **2 razy częściej** sami malują, fotografują i piszą.

**10. I wrażliwość na innych ludzi**

Warto czytać, żeby rozwijać własną empatię. Zaangażowanie w fikcję literacką pozwala nam na postawienie się na miejscu drugiego człowieka i zrozumienie go.

Aż **82%** moli książkowych przekazuje pieniądze i dobra materialne dla organizacji charytatywnych. **3 razy częściej**niż osoby nieczytające są aktywnymi członkami tych organizacji.

**11. Zwiększa zdolności analityczne**

Rozwiązywanie zagadek wymaga analizowania wydarzeń, faktów, motywacji postaci, stawiania tez, weryfikowania założeń… Szczególnie, jeśli czytasz np. takie  **kryminały od Agathy Christie.** Zdecydowanie rozwija to zdolność do krytycznego i analitycznego myślenia.

**12. Poprawia pisanie**

Im więcej czytasz dobrych pisarzy, tym lepiej możesz rozwijać własny styl. Nie wspominając o tym, że częsty kontakt z tekstem pisanym uczy poprawności gramatycznej czy ortograficznej.

**Takie argumenty mogą chyba tylko zachęcić nas do tego, żeby czytać jak najwięcej, prawda?**

Źródła:

<https://alicjamakota.pl/dlaczego-warto-czytac-ksiazki/>

<https://wyborcza.pl/TylkoZdrowie/1,137474,17315277,11_powodow_zeby_czytac_ksiazki.html>

<https://www.bookhunter.pl/artykul/4/10-powodow-dla-ktorych-warto-czytac-ksiazki-kazdego-dnia>

B. Barańska