

El placer de leer

Por Fredis Villanueva

En mi reflexión de la semana, comienzo con una frase del escritor y poeta argentino, Jorge Luis Borges: «**La lectura debe ser una de las formas de la felicidad y no se puede obligar a nadie a ser feliz**». Así mismo es, pero es oportuno decir, que la felicidad que nos puede proporcionar una determinada acción, no necesariamente tiene que hacer feliz a otro, **cada quien es feliz a su manera**.

Así que, sin más preámbulos, **LA LECTURA**, aparte de proporcionar una inmenso placer, también tiene un efecto rehabilitador extraordinario, pero además, ejercita la imaginación, fomenta el interés por aspectos que resultan desconocidos, despiertan la curiosidad y **aumenta la capacidad de concentración y reflexión**.

Así que **LEER**, es uno de los **PLACERES** más económicos y beneficiosos que tenemos a nuestro alcance. nos abre puertas para desarrollar la imaginación y para adquirir conocimientos. Pero, vamos a poner los pies en el suelo, **leer NO nos hace más inteligentes, pero sí menos ignorantes**.

Un estudio que hizo la Universidad de Roma, en base a la escala del placer de la vida cotidiana, en su conclusión: estableció diferencias estadísticamente significativas a favor de las **personas que leen** en comparación a las que **NO leen** o lo hacen con poca frecuencia. Además, dicha Universidad en otra de sus conclusiones, afirma: que los lectores frecuentes, tienen mejor humor porque la **lectura les da herramientas cognitivas para hacer frente a las dificultades de la vida**.

Otros estudios consultados que van en la misma dirección que los de la Universidad de Roma, concluyeron que gracias a la lectura, el estrés se reduce, la inteligencia emocional aumenta; así como el desarrollo psicosocial, el autoconocimiento y el cultivo de la bondad, el respeto, el optimismo y la autoestima.

En lo personal pienso, que: en estos días complicados donde la incertidumbre nos envuelve en casi todos los aspectos, volver nuestros ojos a la **lectura podría ser una excelente idea**. Sin embargo, recordemos lo que decía, Borges: «La lectura debe ser una de las formas de la felicidad y no se puede obligar a nadie a ser feliz». No obstante, les recomiendo a manera de sugerencia que lean, tal vez, valga la pena y encuentren en la **lectura un nuevo placer en su vida**.

¡Un abrazo lleno de bendiciones!