#CulturaEnCasa: Leer ahora… y siempre

Por: Yuris Nórido/ CubaSí
20/04/2020

Es el momento de leer el libro que lleva semanas en la mesita de noche, o la novela de 400 páginas que estamos aplazando hace meses por falta de tiempo.

Es el momento de organizar nuestro librero y descubrir obras que no recordábamos que teníamos: alguna sorpresa nos reservará la búsqueda.

Los psicólogos recomiendan la lectura como una de las actividades más útiles y relajantes en estos tiempos de confinamiento.

Una o dos horas al día será suficiente: lo ideal sería que alternáramos actividades. Pero los lectores de toda la vida saben disfrutar el placer de leer el día entero.

Ahora son recomendables novelas o libros de cuentos con muchas peripecias, y que de alguna manera nos ayuden a “desconectar” del cúmulo de información relacionada con la pandemia.

No es saludable estar pendiente todo el día de las informaciones de la radio, la televisión o los medios digitales; eso también lo recomiendan los psicólogos.

Escoger el espacio y la hora para informarnos cada jornada y dedicar el resto del tiempo a otras actividades.

Lo bueno de la lectura es que entretiene y al mismo tiempo cultiva. Leerles a los niños pequeños o invitar a leer a los más grandes sería una buena acción en tiempos de aislamiento sanitario.

El formato es secundario: leer en un libro convencional o en uno digital, en una tableta o incluso (caso extremo) en un celular.

Leer ahora para leer siempre. La actual emergencia puede ser un comienzo.

CubaSí le recomienda en esta serie varias opciones para acercase al legado inmenso de la cultura sin necesidad de salir de casa.