

#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 acercarse al legado inmenso de la cultura sin necesidad de salir de casa.*

---