

7 RAZLOGA ZAŠTO JE ČITANJE U IZOLACIJI IZNIMNO VAŽNO!

Izolaciju nitko ne podnosi lako. Nismo se naviknuli danima boraviti unutar četiri zida i ne viđati svoje prijatelje, obitelj, ne obavljati svakidašnje poslove ili uživati u hobijima.

No jednog se hobija ipak ne morate odreći, dapače!

Jeste li ikad čuli za biblioterapiju?

Biblioterapija je doslovno liječenje knjigama, odnosno terapija čitanjem. Ona nas smiruje, ublažava stres, smanjuje napetost. Čitanje nam pruža jedinstvenu priliku da potpuno uronimo u misli i osjećaje likova o kojima knjiga govori. Najbolja je vježba za mozak jer ga održava mladim, a iznimno brzo i učinkovito uklanja stres!

1. NAUČIT ĆETE NOVE STVARI



1. Pronađite temu o kojoj želite znati više, a potom pronadite knjigu u kojoj možete saznati sve o toj temi. Čitanjem neprestano učite.

2. Smijeha u životu nikada dosta. Zato odaberite knjige koje će vas uistinu nasmijati. Smijeh je najbolji lijek, čini vas ljepšima i pomlađuje.

2. NASMIJAT ĆETE SE



3. KRENUT ĆETE U PUSTOLOVINU



3. *Preпустите se zanimljivim pustolovinama a da pritom ne napustite udobnost svojega dnevnog boravka. Čitanjem doista možete otputovati kamo god želite.*

4. *Pročitajte knjigu koja će vas potaknuti na promjene ili na stvaranje nečega novog.*

U knjigama se skrivaju nebrojene dobre ideje koje možete primijeniti u svakidašnjem životu.

4. PRONAĆI ĆETE INSPIRACIJU



5. *Knjiga potiče na propitivanje, otvara um za nove ideje te širi horizonte. Što se vaše znanje bude više širilo, rast će i vaša glad za novim informacijama i idejama.*

5. PROBUDIT ĆETE ZNATIŽELJU



6. Čitanje vam omogućuje da pobjegnute od svojih briga i zaboravite na njih na određeno vrijeme. To vam može pomoći da se opustite i lakše riješite probleme.

6. SKRENUT ĆETE MISLI S PROBLEMA



7. PROBUDIT ĆETE MAŠTU



7. Predivno je sanjati o lijepim stvarima i zamišljati ih. Možda ste u svakidašnjici zaboravili koliko možete biti maštoviti, a sad je pravo vrijeme da ponovno otkrijete dijete u sebi.

