

# KİTAB OXUMAĞIN FAYDALARI



*Texnologiya inkişaf etdiyi üçün artıq insanlar istədikləri əsərin elektron versiyasını çox asan şəkildə tapıb oxuya bilirlər. Beləliklə də, kağız kitablara olan maraq və tələbat itir.*

Əvvəla ona görə ki, elektron kitablardan daha ucuz başa gəlir. Həm də elektron kitablardan tapmaq uzun zaman almır. Nə də uzun bir yol qət etməyə ehtiyac qalmır. Ancaq bütün bunlara baxmayaraq indi kağız kitab oxuyanlar da az deyil. Əslində isə elektron kitablardan insan sağlamlığı üçün zərərli, nəinki kağız kitablardan. Planşet və telefon vasitəsilə oxuduğunuz elektron kitablardan gözləri və zehni daha çox yorur. Bunun səbəbi də həmin texnologiya vasitələrində olan suadır. Ancaq kağız kitablarda bu belə deyil.

Alimlər hesab edirlər ki, kitab oxumaq insanlar üçün olduqca faydalıdır. Mütəxəssislərin sözlərinə görə, kitabların insanlar üçün faydaları bunlardır:

1. Sıxıntılı olduğunuz anlarda kitab oxuyun. Çünki, kitab sıxıntınızı aradan qaldırır.
2. Daimi olaraq kitab oxuyan insanın söz ehtiyatı zənginləşir.
3. Hər kitab sizə başqa həyatlar, başqa insanlar, başqa xarakterlər haqqında yeni baxış bucağı qazandıracaq. Beləcə daha açıq fikirli bir insan olacaqsınız.
4. Edilən elmi araşdırmalar nizamlı kitab oxumağın beyində yeni neyron əlaqələri meydana gətirdiyini göstərir. Bu da sizin daha ağıllı bir insan olmağınız deməkdir.
5. Kitab oxumaq təklif ilə əlaqədar pis düşüncələrinizi ortadan qaldıracaq. Əksinə yalnızlığınızı sevməyə başlayacaqsınız. Çünki kitablardan varkən əslində yalnız deyilsiniz.
6. Kitablardan məlumat bazanızı zənginləşdirəcək.
7. Kitab oxumaqla həm də yaradıcılığınızı da inkişaf etdirmiş olacaqsınız.
8. Çox oxumaq sizə müəyyən kütlə içində sıxılmadan istənilən mövzu haqqında danışmağa yardımcı olacaq.
9. Daimi kitab oxumaqla siz fərqli mədəniyyətləri öyrənmiş olacaqsınız.
10. Daha diqqətli olacaqsınız.
11. Davamlı kitab oxumaq sizə kitab oxumaq vərdişi qazandıracaq. Bu da öz növbəsində təhsil aldığınız müddətdə dərslərinizə daha çox zaman ayırmağınıza kömək olacaq.
12. Kitab oxumaq həm də səbirli olmağı öyrədir.
13. Araşdırmalar göstərir ki, nizamlı olaraq kitab oxumaq yaddaşı gücləndirir.
14. Sıx və yorucu bir günün ardından sevdiyiniz kitabdan bir mətn oxumaq belə stressinizi azaldacaq.
15. Davamlı kitab oxumaq sizi gözəl natiq də edə biləcək.

Ümumilikdə isə kitab oxumaq özü gözəl məşğuliyyətdir. Kitaba ayırdığınız zaman hədərlənməyəcək, əksinə sizə yeni şeylər qazandıracaq.

***Bacardığınız qədər çox kitab oxuyun.***