

Waarom lezen de wereld kan redden

1 Omdat het je creativiteit vergroot

Lezen opent nieuwe werelden. Je komt op plaatsen en in tijden waar je nog nooit bent geweest of waar je waarschijnlijk nooit zal kunnen komen. Hierdoor groeit je verbeeldingskracht. Hoe meer verhalen je kent en hoe meer werelden je ontdekt, hoe meer je verbeelding groeit. Dit helpt jou plannen te smeden om de wereld te redden, bijvoorbeeld van klimaatverandering.

2 Omdat het je concentratie verbetert

Een goede concentratie is een must als je voor wereldvrede wil strijden (of gewoon miljonair wil worden). Met alle prikkels die wij tegenwoordig binnenkrijgen is dat alleen niet altijd even makkelijk. De kleinste bliip op onze radar onze focus al finaal onderuithalen. Uit een onderzoek van Stanford blijkt echter dat het lezen van teksten de optimale training is om jouw concentratie onwankelbaar te maken. En optimale concentratie is toch wel handig als je van plan bent de wereld te redden van een totale ondergang.

3 Omdat het je empathischer maakt

Lezen is niet alleen goed voor je eigen ontwikkeling, maar ook je relaties met de mensen om je heen kunnen er behoorlijk op vooruitgaan. Het blijkt namelijk dat onze hersenen vrijwel geen onderscheid maken tussen de ervaringen die wij zelf meemaken en de ervaringen waar we over lezen. Door je in te leven in personages waar je het niet direct mee eens bent, stel je je brein open voor nieuwe ideeën en zienswijzen; je ontwikkelt meer begrip voor de gedachten, verlangens en overtuigingen van anderen. Wereldvrede komt hierdoor nóg dichterbij.

4 Omdat lezen jouw medicijn is tegen stress

Stress is tegenwoordig een veel voorkomend probleem. Volgens Dr. David Lewis, onderzoeker aan de Britse universiteit van Sussex, is hier echter een vrij simpele oplossing voor: 6 minuten lezen per dag kan er namelijk al voor zorgen dat je hartslag daalt en je spierspanning vermindert. Dus nu kun je stressvrij kanker genezen!

5 Omdat lezen je woordenschat vergroot

Dit is misschien wel de meest voor de hand liggende reden en het is dan ook vrij simpel: hoe meer je leest, hoe meer nieuwe woorden je leert kennen. Geen excuus meer om niet die handleiding "Hoe red ik de wereld 101" te schrijven dus!

6 Omdat lezen ontroert

Lezen doet iets met je. Of je nou al moet huilen bij de puppy's uit de Page-reclame of bekend staat als ijskoning(in); tijdens het lezen van een boek komen er allerlei verschillende gevoelens los. Of je nu houdt van horrorverhalen, poëzie, romans of thrillers: lezen laat je huiveren, lachen en huilen. Heel bruikbaar als je je tijdens een top-vergadering van je zachtere kant moet laten zien.

7 Omdat lezen goed is voor de mens

Het lezen van boeken zorgt ervoor dat je beter geïnformeerd bent en daardoor kun je jezelf beter staande houden in de maatschappij.

8 Omdat lezen een work-out is

Oké, je krijgt er misschien geen afgetrainde benen van, maar lezen is wel degelijk een work-out; voor je hersenen! Studies hebben aangetoond dat veel lezen het brein jong houdt. Door je brein te blijven stimuleren verklein je de kans dat je op latere leeftijd te maken krijgt met dementie.

9 Omdat je er gelukkiger van wordt

Uit onderzoek blijkt dat als je boeken leest, je daar een gelukkiger persoon van wordt. Tijdens het lezen word je namelijk zodanig meegesleept door het verhaal, dat dit invloed heeft op jouw eigen geluk. En een gelukkig mens heeft natuurlijk meer tijd om ieder stukje afval te recyclen!

10 Omdat lezers minder vooroordelen hebben

Het lezen van boeken vermindert de angst voor het onbekende. Verhalen vormen namelijk een veilige haven waarbinnen je indirect in contact kan komen met andere groepen. En hoe het tegengaan van vooroordelen de wereld kan redden, hoeven wij vast niet uit te leggen!

11 Omdat je er langer door leeft

En last but not least: geloof het of niet, maar door te lezen verhoog jij je kansen op een lang, lang leven. Volgens een onderzoek van de Yale University School of Public Health hebben volwassenen die meer dan 3,5 uur per week lezen een 23 procent lagere kans om te sterven in de 12 jaren die volgen.



'Joseph Goodenough,

U wordt ervan beschuldigd

In de vroege uren van

Eén januari

Tweeduizend negentien,

De dood

Van Stephanie Witte

Te hebben veroorzaakt.

De aanklacht luidt:

Dood

Door gevaarlijk rijgedrag.

Wat is daarop uw antwoord?'

-Uit *Kapot*, Louisa Reid

'In films wordt er altijd zo agressief
gezoend. Zo hongerig, alsof ze elkaars
gezicht proberen op te eten. Maar dit
was geen film. Dit was echt!



JASON REYNOLDS

Vierentwintig seconden vanaf nu