
Matutina para Mujeres | Miércoles 10 de Julio de 2024 | Hay que leer

Descripción



Hay que leer

¿La lectura es a la mente lo que el ejercicio al cuerpo? • Joseph Addison

Alejandro Magno era hijo de dos personajes prestigiosos: el rey Filipo II de Macedonia y la reina Olimpia. Desde pequeño, fue educado para el trono, y contó con el mejor profesor de Grecia: Aristóteles, que había sido formado por Platón.

Siendo joven, Alejandro pidió un día ver al filósofo Diógenes, que vivía en la calle, en un barril. Normalmente era la gente quien iba a visitar a la aristocracia, no al revés; pero Diógenes no era común. Si Alejandro quería conocerlo, tenía que ir él mismo a visitarlo. Así lo hizo. Cuando llegó, preguntó con benevolencia:

¿Qué puedo hacer por ti, Diógenes?

Apártate un poco del sol, que me tapas la vista • le respondió el filósofo.

Cualquiera en la piel de Alejandro Magno se hubiera indignado; sin embargo, él comentó: Si yo no fuera Alejandro, me hubiera gustado ser Diógenes. Pudo ver la grandeza de alguien que no es preso de convencionalismos sociales; la sabiduría de quien da prioridad a las cosas sencillas. ¿Cómo llegó un hombre de la talla de Alejandro Magno a pensar así? Sobre todo, por el hecho de que era un gran lector. La lectura fue clave en la formación de su carácter.

Se sabe que Alejandro llevaba en sus viajes una *librada* anotada por Aristóteles. Lejos de su maestro, hacía lecturas literarias con indicaciones de cómo interpretar la realidad y en qué basar su conducta. Esa búsqueda permanente del conocimiento y la reflexión a través de la lectura refinó su pensamiento. Así fue como un hombre que conquistó ciudades tuvo herramientas para aprender a vencerse también a sí mismo. ¿Imaginas cuánto puede refinar nuestro pensamiento la lectura de la Biblia, donde se encuentran las palabras del mayor Maestro que haya existido?

Ignacio Morgado Bernal, experto en psicobiología, afirma: De todas las actividades intelectuales potenciadoras de capacidades mentales la mejor es la lectura. Leer es uno de los mejores ejercicios posibles para mantener en forma el cerebro, porque requiere poner en juego un importante número de procesos mentales, entre ellos la percepción, la memoria y el razonamiento. [¿?] El razonamiento sobre el contenido y la semántica de lo leído activa la corteza prefrontal.¹⁰¹ Y, como sabes, la corteza prefrontal es la parte de nuestro cerebro encargada del control de la conducta, la voluntad y las capacidades cognitivas; todo ello, íntimamente ligado a la vivencia de la religión. Necesitamos tener esa parte del cerebro muy bien activada.

¿Dichoso el que lee y dichosos los que escuchan la lectura de este mensaje profético? (Apoc. 1:3).

101 Ignacio Morgado Bernal, ¿Las diez claves de la neurociencia para mejorar el aprendizaje?, El País, 4 de noviembre de 2015.