

एक अच्छी किताब में अपने आप को डुबो देना कहीं अधिक प्रदान करता है
सरल मनोरंजन; यह एक मौलिक अभ्यास है
मन। पढ़ने से नियमित रूप से संज्ञानात्मक मजबूत होता है
कार्य, शब्दावली और संचार में सुधार करता है
कौशल, और एकाग्रता और ध्यान को बढ़ाता है। यह
सहानुभूति को बढ़ावा देते हुए हमें अलग-अलग दुनिया में ले जाता है
हमें विविध दृष्टिकोणों का अनुभव करने की अनुमति देकर और
संस्कृतियों। चाहे जटिल विचारों की खोज
गैर-कल्पना या एक काल्पनिक कथा में खो जाना,
पढ़ना लगातार ज्ञान का विस्तार करता है, कम करता है
तनाव, और मानसिक का एक अनूठा रूप प्रदान करता है
आजीवन सीखने के लिए आवश्यक उत्तेजना और
व्यक्तिगत विकास।