

Что читать на пенсии?



У многих людей с возрастом падает зрение, и читать большие тома А.П. Чехова или Ф.М. Достоевского им не под силу. Поэтому специалисты советуют читать отдельные новеллы или рассказы. На пенсии обычно перечитывается то, что уже прочитывалось в молодости, но прочитанное будет совсем по-другому восприниматься.

Во-первых, лучше всего читать мемуары, книги-воспоминания, переписку. Подойдет книга «Генри Форд. Моя жизнь и работа». Так же можно писать свои мемуары, не пытаясь обработать свои воспоминания литературно. Потому что это живая история, которая исчезает, это жизненный опыт или встречи с интересными людьми. Попробуйте делать это в виде дневника. Почти все могут писать. Кроме того, это умственная деятельность, тренирует память и стимулирует мозг.

Во-вторых, прочитать книги, которые вы не успели прочитать в детстве, в юности, или те, которые оставляли «на потом».

В-третьих, книги по прикладной психологии. Возможно, такое чтение не всем нравится, но наступает время, когда нужно обратиться к таким книгам. Как вариант, можно ознакомиться с книгой итальянского эссеиста, богослова Бруно Ферреро «365 коротких историй для души». Это сборник коротких рассказов о смысле жизни, опыт - своеобразная медитация для души. Книга связана немного с церковью, потому что все же люди на пенсии должны немного переосмысливать свою жизнь.

Полезными для чтения будут книги о том, как себе организовать время. Люди переходят от рабочего времени к пенсии: одни бросаются в какие-то дачи или огороды, другие берутся за воспитание внуков — потому что это продолжение их жизни, это все их нереализованные проекты. Но ведь внуки — современные! И бабушки, дедушки должны читать их книги, интересоваться их предпочтениями. Жизнь на пенсии — это продолжение, новый этап в становлении человека. И надо приносить пользу обществу: участвовать в общественных, культурных, социальных проектах своего села или города.