

Cuprins

Mesaj personal din partea autorului.....	13
Cuvânt-înainte	17
Cui se adresează această carte?	19
Introducere	21

Capitolul 1

Cum cititul îți poate transforma viața personală și

profesională

1.1. Chemare către cunoaștere.....	23
1.2. Povestea lui Andrei și impactul lecturii asupra vieții sale.	26
1.3. Studii de caz și exemple relevante, care ilustrează beneficiile cititului.	28
1.4. Statistici și studii despre beneficiile cititului asupra succesului.....	31
1.5. Descoperă cheia schimbării în paginile unei cărți.....	34
1.6. Cum a devenit Alexandru de la visător la antreprenor	35
1.7. Ideea de bază și structura platformei „CraftLocal”	37
1.8. Lectura, ca rol esențial în dezvoltarea abilităților de comunicare și a încrederii în sine	40

Capitolul 2

Cititul și creierul: Antrenament pentru gândire.....

2.1. Cum îmbunătățește cititul memoria și capacitatea de a rezolva probleme	44
--	----

2.2. Tehnici avansate pentru a învăța mai repede și a reține mai mult	47
2.3. Legătura dintre citit și creativitate: de la povești la idei mari.	52
2.4. Inventatori, oameni de știință, antreprenori, inspirați de cărți.....	55

Capitolul 3

Metode eficiente pentru a citi și a asimila mai repede.....	59
3.1. Eliminarea subvocalizării.....	61
3.2. Citirea pe grupe de cuvinte.....	62
3.3. Tehnica „Preview – Scan – Read – Recall”	63
3.4. Metoda SQ3R: Citirea inteligentă în 5 pași	64
3.5. Fișe și hărți mentale.....	66
3.6. Ritmuri de lectură adaptivă	67
3.7. Tehnici de atenție și retenție.....	68
3.8. Studii de caz și mărturii.....	69

Capitolul 4

Hrănirea sufletului: Cititul ca refugiu emoțional	70
4.1. Cititul ca refugiu emoțional.....	70
4.2. Empatia învățată din povești: Cum să înțelegi mai bine pe cei din jur.....	73
4.3. Reducerea stresului prin lectură: Știința liniștii interioare.	77
4.4. Cum cititul ajută în momentele dificile: povești inspiraționale	85

Capitolul 5

Cititul ca ritual de familie	92
5.1. Importanța și beneficiile cititului ca ritual de familie	92
5.2. Beneficiile lecturii în familie: Construirea unei moșteniri de cunoaștere.....	95
5.3. Cum să crezi o rutină de lectură atractivă pentru copii.....	102
5.4. Activități interactive bazate pe cărți pentru a întări legăturile de familie.....	111

Capitolul 6

Perspectiva infinită; Dezvoltarea imaginației.....	118
6.1. Cum ficțiunea creează noi moduri de a vedea lumea.....	119
6.2. Exemple practice: Cum să folosești lectura pentru brainstorming creativ.....	125
6.3. Exerciții pentru stimularea imaginației inspirate din literatură.....	133

Capitolul 7

Lectura și succesul profesional	140
7.1. Legătura dintre lectură și succesul profesional.....	140
7.2. De la cărți la carieră: Cum cititul te ajută să-ți dezvolți competențele.....	142
7.3. Inspiră-te din biografii: Lecții de viață de la lideri și antreprenori.....	150
7.4. Cărți care schimbă mentalități: Lista recomandărilor pentru creșterea profesională.....	161

Capitolul 8

Cititul ca busolă pentru antreprenariat.....	167
8.1. Cum să găsești idei de afaceri citind povești și studii de caz.....	167
8.2. Cum cititul dezvoltă leadership-ul și luarea deciziilor.....	172
8.3. Exemplu practic: Un antreprenor de succes și cărțile care l-au inspirat.....	177

Capitolul 9

Societatea cititorilor: Construirea unui ecosistem al lecturii	185
9.1. Cluburi de carte și comunități online: Cum să te conectezi cu alți cititori.	185
9.2. Lectura și responsabilitatea socială: Cum cărțile pot schimba lumea.	189
9.3. De la cuvânt la acțiune: Proiecte bazate pe inspirația din cărți.....	192

Capitolul 10

Cum să te îndrăgostești de citit.....	197
10.1. Ghid practic pentru alegerea cărților potrivite pentru fiecare etapă a vieții.	199
10.2. Cum să transformi lectura într-un obicei zilnic.....	206
10.3. De ce este important să citești atât ficțiune, cât și non-ficțiune?	210
10.4. Povestea „Biblioteca de pe strada mea”	213
10.5. Poveste lui Rareș: Un capitol nou în viață	216

Capitolul 11

Concluzii: O viață mai bogată prin lectură	219
11.1. Recapitulare beneficiilor cititului pentru minte, suflet și societate.	221
11.2. Poveste motivațională: „Puterea unei pagini”	224
11.3. Exemplul lui Mircea Eliade: Transformarea prin lectură.....	227
11.4. Îndemn motivațional: Cum cititul te poate transforma pe tine și pe cei din jur.	230
11.5. Plan de acțiune: 30 de zile pentru a începe călătoria prin lectură.....	232
11.6. Surse și lucrări pentru aprofundare	236
Notă de încheiere.....	241
Bibliografie	243