



ACTUALITAT | Redacció | Actualitzat el 28/08/2024 a les 19:00

Què és el nunchi, el secret de la felicitat i de l'èxit?



La felicitat i l'èxit estan directament relacionats amb la nostra intel·ligència emocional. Almenys així ho assegura Euny Hong, autor del llibre "El poder del nunchi".

Però, **i que és exactament el nunchi?** Es tracta d'un concepte procedent de Corea que fa referència a la importància de la sensibilitat social. De fet, aquesta paraula vol dir, literalment, "la mesura de l'ull". Així doncs, no és d'estranyar que la filosofia del nunchi es basi a observar les persones que ens envolten, analitzar-les i intentar comprendre-les.

Segons explica Euny Hong, els nens coreans aprenen aquesta filosofia a partir dels 3 anys. **I és que, en aquest país asiàtic, "tenir nunchi" és essencial per assolir l'èxit i la felicitat.**

Us deixem amb alguns consells d'aquest autor per tal de desenvolupar un bon nunchi:

```
[playbuzz](function(d,s,id){var js,fjs=d.getElementsByTagName(s)[0];if(d.getElementById(id))return;js=d.createElement(s);js.id=i d;js.src='https://embed.ex.co/sdk.js';fjs.parentNode.insertBefore(js,fjs);}(document,'script','playbuzz-z-sdk'));
```

[/playbuzz]

Versió sense playbuzz

- Fer una pausa i observar abans de parlar: quan estem en un entorn nou és important que



analitzem les persones que tenim al voltant i el seu comportament. D'aquesta manera podem detectar quin és el seu estat d'ànim i actuar conseqüentment.

- Escoltar el que no es diu: És important estar atent a les paraules, però també al llenguatge corporal, ja que de vegades ens mostra coses que la veu no transmet.

- No ignoris el teu instint: Quan interactuïs amb algú que acabes de conèixer, no ignoris el teu instint. Observar i analitzar és bo, però també ho és escoltar el que sentim i ens transmet l'altra persona. Fer-ho ens pot ajudar a comprendre els seus sentiments i a tenir una resposta adequada.