



---

TENDÈNCIES | Redacció | Actualitzat el 08/05/2024 a les 10:00

# La filosofia sueca que t'ensenya a ser feliç

[inici centrareport] El *lagom* és una filosofia sueca que es remunta a molts anys enrere, quan els vikings prenien lloc al voltant de la foguera per explicar-se històries. Era un moment en què totes les persones estaven presents, escoltant-se, i es donava importància al sentiment de comunitat.

Avui dia vivim en un món molt més individualista, on sovint preferim quedar-nos a casa davant d'una pantalla abans que passar una tarda amb els amics. El *lagom*, precisament, intenta **lluitar contra aquesta tendència i fer tornar la responsabilitat social**. En altres paraules, **et convida a tenir la ment oberta, a escoltar als altres i a oferir temps de qualitat als teus ésser estimats**.

Així doncs, si vols ser tan feliç com els vikings, **t'animem a proposar una quedada amb els teus amics on el pla sigui parlar i posar-vos el dia**. Expliqueu-vos històries que no coneixíeu els uns dels altres i coneixeu-vos una mica més.

[fi centrareport]