

## ALEGRIA INTERIOR

Jordi Soler / jordi@alegriainterior.com

### ‘Meraki’

Un dels propòsits principals de la PNL és modelar qual-sevol cosa que destaquï positivament i que serveixi per millorar la nostra relació amb els altres i amb nosaltres mateixos. Als anys setanta, un informàtic i un lingüista van formar equip per poder entendre una mica més bé què provocava que unes determinades persones obtinguessin més bons resultats que la resta en els seus treballs de psicologia. Van estudiar els seus patrons lingüístics, les seves tècniques i tots els detalls que envoltaven la seva relació amb els pacients per tal de traslladar-ho a la resta de terapeutes o especialistes que hi mostressin interès. Cal dir que aquest exhaustiu treball d'observació i extracció de coneixement dels professionals més

rellevants s'ha portat a diferents àmbits més enllà de l'estudi de la neurologia humana i segur que ha contribuït en gran manera a millorar molts aspectes de la nostra vida diària.

Així i tot, i sense treure el mèrit d'aquesta valuosa labor, puc entendre que gràcies als models de la PNL s'ha aconseguit reproduir, en més o menys mesura, tot un conjunt de tècniques i maneres d'aplicar-les, però en cap cas la fórmula màgica per calcar la genialitat que distingeix les persones que les inspiren. El que provoca que una determinada persona destaquï i sigui excel·lent en la seva matèria no es pot explicar des

de la raó, simplement ens podem imaginar que és una combinació de talent natural, coneixements adquirits i *meraki*. Aquest tercer ingredient és una paraula que té el seu origen en el grec antic i es relaciona amb el fet de posar l'ànima, el cor i la creativitat en tot allò que t'agrada fer. És una manera de deixar empremta en tot el que fas i de rebot també en la teva pròpia vida.

Fa uns dies vaig tenir el privilegi de veure una sèrie de televisió amb caire biogràfic sobre una etapa concreta d'un dels millors dissenyadors de l'alta costura que ha existit al món. La història intentava plasmar alguns dels aspectes més personals d'una persona que fugia insistentment del circ mediàtic per centrar-se únicament i plenament en la seva obra. En el seu atelier de París vestia reines i gent de molta rellevància però sempre des de la discreció i prioritzant el treball per davant de la seva fama o reconeixement. En la sèrie es mostrava la seva perseverança quan alguna cosa no era fàcil, el seu perfeccionisme en els petits detalls, la seva exigència en la composició de les teles i materials de confecció i fins i tot els sacrificis que havia de dur a terme per ser coherent amb els seus principis i ideals. En canvi, el que potser no s'exhibia de forma tan evident, però que sempre és present en la vida de tots aquests grans creadors, era el *meraki*. Tot i no mostrar-se de forma explícita, queda clar però que el fet que la seva obra hagi perdurat i sigui un referent avui en dia és la prova que corrobora la seva existència.

Per altra banda, si ampliem la nostra mirada, *meraki* també ens diu que no cal que siguem com aquests models d'excel·lència. Ens recorda que cada persona és única, amb les seves virtuts, defectes i el seu talent particular, però que si decidim posar-hi el nostre cor i la nostra ànima segur que d'alguna manera la tasca més quotidiana pot transcendir més enllà del que ens imaginem. Qui no recorda la labor del personal sanitari quan ha necessitat ajuda mèdica o ha apreciat trobar-se els carrers nets quan ha sortit al matí a primera hora. Tot és qüestió de posar-se les lents adequades. Si som capaços de fer-ho segur que ho identificarem en la feina dels altres i també serem capaços d'incorporar-ho en la nostra pròpia manera de ser i de fer.

## HORÒSCOP

Roser Bona

Del 12-04-2024 al 18-04-2024

### ÀRIES (Del 21 de març al 20 d'abril)

Estàs aprenent el valor de la paciència i ho apliques a la teva vida diària, sobretot a la feina. La pràctica d'exercici físic t'ajudarà a dormir i apaiugarà l'ansietat.

### TAURE (Del 21 d'abril al 20 de maig)

Si tens parella feu plans futurs. Això podria ser un negoci plegats, un viatge o anar a viure junts. Amb l'arribada del bon temps, deixes el sofà i surts més a passejar.

### BESSONS (Del 21 de maig al 21 de juny)

Amb Mercuri retrògrad tendeixes a la introspecció i això t'ajuda en el teu camí cap a l'autoconeixement. Entre les teves amistats hi ha algú que et mirà amb interès romàntic.

### CRANC (Del 22 de juny al 21 de juliol)

Possible atracció per una persona vinculada al teu sector laboral, però per ara només l'observes. Si tens por del futur perquè el veus incert pots millorar el teu present.

### LLEÓ (Del 22 de juliol al 23 d'agost)

Si una cosa no surt com vols pots enfadar-te molt, però també podràs aprendre a gestionar la frustració. Una xerrada amb algú del teu passat pot resultar reconfortant.

### VERGE (Del 24 d'agost al 23 de setembre)

Mercuri retrògrad porta l'atenció cap al passat. Penses en algú que vas deixar enrere i amb qui t'agradaria parlar-hi de nou o també valores recuperar un projecte laboral.

### BALANÇA (Del 24 de setembre al 23 d'octubre)

Si amb la parella les coses no estan gaire bé us podeu donar una nova oportunitat. Millorar petits hàbits del dia a dia pot ser beneficiós per a la teva salut en general.

### ESCORPÍ (Del 24 d'octubre al 22 de novembre)

Els fills posen a prova la teva paciència. Parles de negocis amb un amic per emprendre alguna cosa plegats. Et sents atret per algú, però no vols ficar-te en embolics.

### SAGITARI (Del 23 de novembre al 21 de desembre)

Si en l'amor no et va bé, posa energia en altres àrees de la teva vida. Et sents connectat a les teves aspiracions i poses el focus en un projecte personal/professional.

### CAPRICORN (Del 22 de desembre al 20 de gener)

Et planteges coses importants, com ara d'on vens i cap on vols dirigir-te en els pròxims anys. L'amor pot donar-se amb algú més jove i amb un possible origen estranger.

### AQUARI (Del 21 de gener al 19 de febrer)

Despeses extra relacionades amb els fills. Vols fer algunes restriccions pel que fa a la dieta per millorar la salut. Fas algun canvi a la llar perquè es vegi més actual.

### PEIXOS (Del 20 de febrer al 20 de març)

Estableixes prioritats i ara mateix la feina està pel damunt d'altres qüestions. Pots rebre uns diners vinculats a la família. Davant la por de no tenir, mira d'estalviar.