

# PUTEREA NUNCHI



Secretul coreean  
al fericirii și succesului

Euny Hong

**LITERA**

București  
2020

## CUPRINS

1. Ce este nunchi? .....	9
2. Superputerea coreeană .....	21
3. Elementele care blochează nunchi .....	37
4. Lipsa de nunchi sau cum să pierdeți prieteni și să îndepărtați oamenii .....	49
5. Doi ochi, două urechi, o gură .....	65
6. Încrederea în primele voastre impresii .....	85
7. Nunchi și relațiile .....	111
8. Nunchi la locul de muncă .....	127
9. Nunchi pentru anxioși .....	149
Concluzie .....	163
Apendice: Nunchi avansat .....	169
Note .....	173
Mulțumiri .....	175

NOTĂ: numele, locurile și alte anumite detalii ale anecdotelor au fost schimbate pentru protejarea identităților

## CAPITOLUL 1



### CE ESTE NUNCHI?

**Nunchi** (*nun-ci*): „a măsura dintr-o privire“ sau arta subtilă a evaluării gândurilor și sentimentelor celorlalți pentru a crea armonie, încredere și legături.

Să ne imaginăm că abia ați început să lucrați într-o companie mare și sunteți invitat la o petrecere, unde vreți să faceți o impresie de zile mari. Când intrați în încăpere, toată lumea râde un pic prea tare la gluma nu foarte amuzantă a unei doamne mai în vârstă pe care n-ați mai văzut-o niciodată.

Alegeți:

- A. Să interveniți cu o glumă *cu adevărat* amuzantă, cu siguranță mult mai bună decât cea pe care tocmai ați auzit-o. Noilor voștri colegi o să le placă enorm!
- B. Să râdeți împreună cu ceilalți, chiar dacă nu este prea amuzant.
- C. Să găsiți un moment potrivit ca să faceți cunoștință cu doamna în vârstă, care trebuie să fie președinta companiei, după cum bine ați presupus.

Dacă ați ales A, trebuie să lucrați serios la nunchi-ul vostru. Dacă ați ales B, bravo, v-ați dat seama ce se întâmplă și ați recepționat bine indiciile primite de la noii colegi de muncă. Dacă ați ales C, felicitări, sunteți deja pe drumul cel bun ca să stăpâniți puterea nunchi.

Nunchi este superputerea coreeană. Unele persoane merg chiar mai departe și spun că acesta este felul în care coreenii citesc gândurile, dar nu este vorba de ceva supranatural. Nunchi este arta de a citi instantaneu ce gândesc și ce simt oamenii, în scopul îmbunătățirii relațiilor din viața voastră. Să aveți un nunchi puternic înseamnă să vă recalibrați continuu presupunerile bazate pe orice nou cuvânt, gest sau expresie facială, în așa fel încât să fiți mereu prezent și conștient. Pe scurt, nunchi vă poate ajuta să nu vă faceți de râs în public – nu aveți cum să greșiți dacă ați înțeles corect situația. Pe termen lung, nunchi va așeza apele pentru voi. Oamenii vor deschide uși despre care nici nu știați că existau până acum. Nunchi vă va ajuta să vă trăiți mai bine viața.

Există o veche zicală coreeană despre puterea nunchi: „Dacă ai un nunchi rapid, poți să mănânci creveți într-o mănăstire“. Desigur, cuvintele nu au sens până nu înțelegeți că mănăstirile coreene tradiționale budiste sunt strict vegetariene. Un echivalent occidental ar suna cam așa: „Dacă ai un nunchi rapid, poți să mănânci șuncă într-o sinagogă“. Cu alte cuvinte, legile se pleacă în fața dorințelor voastre.

Oricine poate să-și îmbunătățească viața, să cunoască pe cine trebuie sau să aibă un palmares academic impresionant. De fapt, tocmai de aceea, coreenii se referă la nunchi ca la „avantajul celor slabi“. Este arma voastră secretă, chiar dacă nu aveți nimic altceva. În ce-i privește pe cei care s-au născut în puf, ei bine, nu există o modalitate mai rapidă de a vă pierde avantajele decât lipsa nunchi-ului.

După cum spun coreenii: „Jumătate din viața publică este despre nunchi“. Un nunchi perfecționat și rapid poate să vă ajute să vă alegeți partenerul potrivit în viață sau în afaceri, să străluciți la locul muncă, să vă protejeze împotriva acelor care vor să vă facă rău și să reducăți anxietatea socială. Poate să-i facă pe oameni să fie de partea voastră, chiar și atunci când nu sunt siguri de ce. În schimb, lipsa nunchi-ului îi poate face pe oameni să nu vă placă, într-un fel la fel de misterios pentru ei, ca și pentru voi.

Așadar, dacă vă gândiți, „O, Doamne, nu încă un moft oriental – mi-am aruncat deja jumătate din haine din cauza lui Marie Kondo“, în primul rând, nu este un moft. Coreenii au folosit nunchi ca să evadeze sau să învingă greutățile mai bine de 5 000 de ani.

Nu trebuie decât să priviți istoria coreeană recentă ca să vedeți cum acționează nunchi: țara a evoluat din Lumea a Treia în lumea civilizată în doar jumătate de secol. Cu doar 70 de ani în urmă, după Războiul Coreean, Coreea de Sud era una dintre cele mai sărace națiuni din lume – mai săracă decât majoritatea țărilor din Africa Subsahariană. Ba chiar mai rău, nu avea nici o resursă naturală: nici un strop de petrol, nici o bucățică de cupru. În secolul XXI, Coreea de Sud a devenit una dintre cele mai bogate, mai dinamice și mai avansate națiuni de pe planetă.

Ea produce majoritatea semiconductorilor și a telefoanelor inteligente din lume. Este singurul membru al Organizației pentru Cooperare și Dezvoltare Economică (OCDE) care a început ca debitor și apoi a devenit *creditor*.<sup>1</sup>

Desigur, în mare parte a ținut și de noroc, de muncă asiduă și de puțin ajutor de la prietenii lor, dar, dacă era atât de simplu, alte țări în curs de dezvoltare ar fi putut obține același rezultat. Cu toate acestea, nici o alta nu a reușit o astfel de performanță. Miracolul coreean s-a bazat întotdeauna pe nunchi: abilitatea de a „măsura din privire“ nevoile în plină evoluție ale altor națiuni, de a fabrica produse pentru export care să țină pasul cu aceste nevoi și de a-și recalibra planul doar pe baza schimbării constante a universului.

Dacă mai puneți încă la îndoială valoarea nunchi-ului, întrebați-vă de ce K-pop-ul este un fenomen.

Nunchi se întrepătrunde cu toate aspectele societății coreene. Părinții coreeni își învață copiii de la vârste foarte fragede despre importanța nunchi-ului, în paralel cu lecții precum „Uită-te în ambele părți înainte de a trece strada“ și „Nu o lovi pe sora ta“. „De ce nu ai nunchi?!“ este o muștrare obișnuită a părinților. În copilărie, îmi amintesc că am jignit din greșeală



o prietenă de familie și m-am apărat în fața tatălui meu spunând: „N-am vrut să o supăr pe mama lui Jinny“. La care tatăl meu mi-a răspuns: „Faptul că ofensa n-a fost intenționată nu o face mai bună. O face mai rea.“

Unora dintre occidentali li se poate părea greu de înțeles critica tatălui meu. Care părinte ar prefera ca propriul copil să fie răutăcios cu bună știință și nu doar din întâmplare? Dar gândiți-vă la asta altfel: copiii care aleg să fie răutăcioși știu cel puțin ce speră să obțină astfel, indiferent dacă este vorba să-și regleze conturile cu un frate sau să păcălească un părinte. Dar un copil care nici măcar nu știe ce consecințe au cuvintele lui asupra oamenilor? Un copil fără nunchi? Oricât de dulci și de cuminți ar fi, ar putea să se situeze în tabăra perdanților în viață, dacă această indiferență nu este eliminată dinăuntrul lor.

Unii se nasc cu nunchi, alții dobândesc nunchi și alții au asupra lor forța nunchi. Eu aveam forța nunchi asupra mea. Când aveam 12 ani, familia mea s-a mutat din SUA în Coreea de Sud. Nu vorbeam deloc limba, și totuși am fost înscrisă la o școală publică. A fost cel mai bun curs intensiv de nunchi pe care-l putea face cineva, pentru că trebuia să fiu asimilată într-o cultură străină fără nici o legătură lingvistică. Pentru a înțelege ce se întâmplă în noua mea țară a trebuit să mă bazez exclusiv pe nunchi-ul meu, care mi-a devenit al șaselea simț.

Ceea ce a făcut totul cu atât mai dificil a fost decalajul uriaș de nunchi dintre SUA și Coreea. În SUA, interacțiunile sunt informale și se poate trăi cu un nunchi minim. Americanii nu fac plecăciuni unul în fața celuilalt; limba nu are o ierarhie „politicoasă“ în raport cu una „familiară“; și vă puteți adresa adulților folosind prenumele lor. În schimb, cultura și limba coreeană sunt ierarhice și pline de mai multe reguli decât stele pe cer. De exemplu, coreenii nu se pot adresa nici fraților mai mari cu prenumele acestora; trebuie să fie o formulare onorifică, precum „frate mai mare“ sau „soră mai mare“. Conform principiilor confucianiste, o societate armonioasă necesită ca fiecare să-și cunoască locul și să acționeze în consecință. Dacă nu știam nici măcar cum să mă adresez propriilor frați, știam

de o sută de ori mai puțin cum să mă comport într-o școală coreeană.

N-aveam nici o pârghie de care să mă agăț, puteam doar să privesc ce făceau ceilalți școlari. Așa am învățat două reguli fundamentale ale nunchi:

1. Dacă toată lumea face același lucru, există întotdeauna un motiv. Habar n-aveam cum să stau în poziție de drepti sau în repaos, pe loc; tot ce știam era că toți ceilalți o făceau, așa că le-am studiat corpul îndeaproape și am mimat.
2. Dacă așteptați suficient de mult timp, majoritatea întrebărilor voastre vor primi un răspuns fără să fiți nevoiți să scoateți vreun cuvânt. Ceea ce a fost grozav pentru că eu nu știam nici un cuvânt.

Această probă de foc nunchi m-a ajutat să înțeleg ce se aștepta de la mine; mi-a deschis mintea, făcându-mă să ador să învăț; de asemenea, i-a făcut pe profesori și pe elevi să fie mai răbdători cu mine. La mai puțin de un an de la sosirea mea în Coreea, eram prima în clasă și o elevă premiantă la matematică și fizică. În decurs de 18 luni, am fost aleasă vicepreședinta clasei și mi s-a oferit autoritatea de a lovi alți elevi (un privilegiu ușor dubios acordat puținilor favorizați). Toate acestea, în ciuda faptului că limba mea coreeană era încă îngrozitoare, iar lumea glumea pe seama mea pentru stilul meu occidental. Dar sunt dovada vie că nu trebuie să fii cel mai bun pentru a câștiga – atâta timp cât ai un nunchi rapid.

Da, am fost silitoare, dar numai studiul fără nunchi nu m-ar fi dus prea departe. Nunchi este ceea ce poate transforma un handicap uriaș (în cazul meu, lipsa cunoștințelor de limba coreeană) într-un avantaj neașteptat: pentru că profesorii vorbeau întotdeauna prea repede pentru ca eu să înțeleg sau să iau multe notițe, a trebuit să deslușesc de pe fețele profesorilor și din tonul vocii când spuneau ceva cu adevărat important, care urma probabil să fie inclus la examene. Vocea ridicată, am aflat



eu = vei fi testat în acest sens. Am observat și că, de exemplu, profesoara de fizică din clasa a șaptea își lovea ușor palma cu un băț când încerca să sublinieze un lucru. (Profesorii aveau tot timpul bețe; erau bucăți tari de lemn acoperite cu bandă adezivă. De obicei, le foloseau pentru pedepsirea elevilor.) Deci, chiar dacă eram încă o ignorantă și abia puteam să iau notițe, profesorii ne „spuneau“ ce vor da la examen fără să ne dezvăluie de fapt subiectul.

Nunchi este o parte din viața de zi cu zi în Coreea deoarece cultura acestei țări are ceva cunoscut sub numele de „context înalt“, adică o mare parte din comunicare nu se bazează pe cuvinte, ci pe contextul general, care depinde de mulți factori: limbaj corporal, expresii faciale, tradiție, participanți și chiar tăcere. În Coreea, ceea ce *nu* se spune este la fel de important ca și cuvintele rostite, iar o persoană care acordă atenție numai cuvintelor află doar jumătate din poveste. Dar acest lucru nu înseamnă în nici un caz că aveți nevoie de nunchi doar în Coreea. Chiar și în Occident, viața este plină de scenarii cu context înalt care necesită nunchi-ul vostru – chiar dacă nu știți că există un asemenea cuvânt.

## Aveți nevoie de nunchi

Cu siguranță ați observat că o situație este cu cât mai importantă cu atât este mai mare probabilitatea ca informațiile decisive să nu fie exprimate cu voce tare sau să nu fie exprimate sincer. Nunchi ar putea fi singurul vostru aliat în asemenea momente.

Ați fost vreodată într-o încăpere atunci când intră o persoană celebră? Chiar dacă stați cu spatele la ușă și nu puteți să vedeți cine este, știți din reacțiile celor din jur că ceva s-a schimbat. Acesta este nunchi în acțiune; a fi conștienți de indiciile pe care le obținem de la alții.

Când vine vorba de punerea în practică a nunchi în viața de zi cu zi, este important să înțelegem că unitatea de măsurare a nunchi-ului este încăperea. Ce vreau să spun prin aceasta este

că obiectul observației voastre nu ar trebui să fie fiecare individ, ci încăperea în ansamblul ei și modul în care acționează și reacționează indivizii din interiorul ei.

Poate nu vă gândiți la o încăpere ca la un organism unic viu, care respiră, dar chiar așa este. Are propria „temperatură“, „presiune barometrică“, volum, stare de spirit – acestea sunt într-un flux continuu. Coreenii vorbesc despre o încăpere ca având un *boonwigi* – atmosfera sau nivelul stării de bine al încăperii, ca să zic așa. Toată lumea contribuie la acest boonwigi doar prin faptul că se află acolo. Acționați fără nunchi și veți distruge boonwigi-ul întregii încăperi. Acționați cu un nunchi excelent sau „rapid“ și puteți să îmbunătățiți atmosfera încăperii pentru toți cei prezenți.

Vă poate fi de folos să vă gândiți la o încăpere ca la un stup de albine. Chiar dacă toată lumea pare să acționeze independent, o parte din creierul persoanelor prezente contribuie la mintea stupului. Toată lumea are un rol. Inclusiv voi. Misiunea voastră? Să aflați care vă este rolul.

Până să vă descoperiți rolul – și chiar după ce o faceți – ar trebui să fiți mereu un „evaluator din priviri“ – o activitate fructuoasă cu beneficii imediate! Nu trebuie să fiți stresați să faceți sau să spuneți lucrul potrivit dacă vă amintiți că activitatea principală este acest tip de evaluare.

Deci ce anume observați? Un practicant nunchi priceput înțelege că se caută răspunsuri la aceste două întrebări: „Care este energia emoțională a acestei încăperi?“ și „Ce fel de energie emoțională pot să emit pentru a intra în acord cu aceasta?“

Și de ce ar trebui să vă pese ce vibrații transmiteți? Cel mai bine este exprimat într-o afirmație adesea atribuită lui Maya Angelou: „Am învățat că oamenii vor uita ce ai spus, vor uita ce ai făcut, dar nu vor uita niciodată cum i-ai făcut să se simtă“.

Iată câteva exemple de nunchi slab. Dacă vă puteți aminti incidente similare, gândiți-vă la consecințele pe care le-ați suferit voi sau alte persoane ca rezultat al următoarelor situații:



- Intrați într-o încăpere și vedeți oameni care par posomorâți; spuneți în glumă „Unde este înmormântarea?” doar pentru a descoperi că tatăl cuiva chiar a murit.
- Șeful vostru trânteste ușile și, dintr-un motiv oarecare, auziți oameni plângând în toaleta biroului. Aceasta este ziua în care alegeți să-i cereți șefului o mărire de salariu.
- Vă aflați la „ziua porților deschise” ale unei companii de prestigiu, unde încercați să obțineți un loc de muncă. Petreceți tot timpul încercând să impresionați un angajat, pentru că are o cravată țipătoare și își dă aere. Abia mai târziu, când primiți un mesaj de la el în care vă întreabă: „Te-ar interesa să mergem la cină și un fim?” descoperiți că încerca să vă agațe. Aflați ulterior și că grupul de persoane șterse, despre care ați presupus că erau stagiați, erau, de fapt, oameni din conducerea companiei.

O parte intrinsecă a nunchi-ului constă în dimensiunea schimbării: înțelegeți că totul este în flux. Înțeleptul filosof grec Heraclit scria în secolul al VI-lea î.Hr.: „Nu vă puteți scălda în același râu de două ori”. Adaptarea acestui principiu la nunchi: încăperea în care ați intrat acum 10 minute nu este aceeași încăpere de acum. A fi conștienți de prejudecăți și a învăța cum vă puteți inhiba capacitatea de observație și de adaptare este un element-cheie al îmbunătățirii nunchi. Cei mai mulți dintre noi înțelegem că situații diferite necesită comportamente diferite – nu acționăm la o înmormântare așa cum am face la o petrecere – dar uneori familiaritatea unei situații ne poate face să uităm de faptul că totul în ea s-a schimbat, și ar trebui să o facem și noi.

Un om de afaceri de succes înțelege importanța adaptării rapide la schimbare. Unele bănci de investiții fac interviuri în care interviewerii încep să fâțâie ferestrele sau să schimbe sala de conferințe la jumătatea întrevederii, tocmai pentru a vedea felul în care candidatul se descurcă atunci când are de-a face cu schimbări neașteptate. Cei care nu sunt capabili

să se adapteze neprevăzutului sunt, la interviu și în viață, în general, dezavantajați.

Când intrați într-o încăpere, a avea nunchi bun înseamnă să observați înainte de a începe să vorbiți sau să interacționați. Cine stă lângă cine? De ce unii oameni sunt întotdeauna în bucătărie? Avem instincte sociale puternice care ne oferă indicii solide despre încăpere, dar trebuie să fim atenți – mai concentrați asupra celorlalți decât asupra noastră – pentru a le cunoaște.

Sherlock Holmes, detectivul din epoca victoriană imaginat de autorul sir Arthur Conan Doyle, era un expert în descifrarea încăperii. Încă de la prima sa întâlnire cu prietenul și partenerul său detectiv, dr. John Watson, Holmes este capabil să deducă faptul că Watson lucrase recent ca medic militar în Afghanistan, pe baza bronzului său („chipul lui este întunecat, iar aceasta nu este nuanța naturală a pielii sale, căci încheieturile sunt albe”), a feței trase și a felului rigid în care își ține brațul, care denotă o rană veche. De-a lungul poveștii, îl muștră cu blândețe pe Watson pentru incapacitatea sa de a face același lucru: „Vezi, dar nu observi”.

Holmes este un maestru al folosirii abilităților de observație pentru a rezolva mistere: rochia unei femei are stropi de noroi doar pe mânecă stângă, așa că Holmes poate spune că femeia trebuie să fi fost așezată în stânga birjarului într-un vehicul descoperit tras de cai. În mai multe povești este capabil să obțină indicii studiind obiceiurile legate de fumat ale oamenilor sau scrumul pe care îl lasă în urmă.

Nu putem fi cu toții Sherlock Holmes, dar putem învăța să aplicăm unele dintre abilitățile lui în viața noastră de zi cu zi. La fel ca Sherlock Holmes, ale cărui observații se fac într-o fracțiune de secundă, viteza este esențială atunci când vine vorba de nunchi. De fapt, dacă cineva este foarte priceput la nunchi, coreenii nu spun că are nunchi „bun”, ci spun că are nunchi „rapid”. Trebuie să vă adaptați rapid la fiecare informație nouă și la fiecare persoană nouă care intră în încăpere.



Să spunem că aveți un interviu pentru angajare cu directorul departamentului, Jack, care vă zice: „Postul este destul de autonom. Ați spune că puteți să lucrați singur? Noi asta căutăm.“ În timp ce urmează să răspundeți, intră în grabă o femeie care se prezintă ca fiind Jill, dar care nu oferă alte informații despre sine. Ea vă spune: „Bună, am și eu câteva întrebări. Acest post vă va face să lucrați în strânsă legătură cu o echipă. Sunteți un jucător de echipă? Pentru că nu prea căutăm genul lupului singuratic.“ Cu alte cuvinte, Jack și Jill v-au oferit descrieri contradictorii ale postului.

Spuneți că sunteți un lup singuratic pentru a-l mulțumi pe Jack? Sau spuneți că sunteți un jucător de echipă ca să-i faceți pe plac lui Jill? Trebuie să vă decideți rapid. Nu puteți merge acasă și să vă documentați pe Google. Ceea ce observați însă este că Jack este plin de respect față de Jill și tace când Jill vorbește. De asemenea, observați că Jill nu și-a cerut scuze pentru întârziere.

Dacă vă aflați în această situație, le spuneți:

- A. „Ei bine, Jack și Jill, amândoi ați spus lucruri absolut contradictorii; de ce nu ajungeți la un acord și după aceea să mă chemați, ha, ha.“
- B. „Cred că sunt strălucit ca lup singuratic.“ Raționamentul vostru: Jack a fost primul pe care l-ați întâlnit și, prin urmare, el este factorul de decizie. Jill nu și-a cerut scuze pentru întârziere; un gest nepolitic și nu îi dau ascultare. În plus, este femeie și, probabil, asistenta lui Jack.
- C. „Ei bine, pot la fel de bine să lucrez singur și în echipa. Pur și simplu, sunt bun la toate.“
- D. „Mă pot gândi la situații în care m-am descurcat bine atât singur, cât și în echipă, dar cred că excelez cu adevărat în activitatea colectivă.“ Gândirea voastră: este ceea a spus Jill că își dorește și, pe baza comportamentului ei, credeți că ea este probabil șefa lui Jack.

În ceea ce privește echilibrul probabilităților, cel mai bine este mergeți cu opțiunea D. Jill nu și-a cerut scuze pentru întârziere, pentru că nu îi pasă ce crede Jack. Ar fi rezonabil să conchideți că Jill este superioara lui Jack și cea pe care trebuie să o impresionați. Ea are puterea de decizie.

Dezvoltarea unui nunchi rapid vă poate ajuta să obțineți acel post. Vă poate aduce mai mulți prieteni. Îi poate face pe oameni să fie de partea voastră chiar și atunci când aceștia nu sunt siguri de ce. Un nunchi bun vă va netezi calea spre succes. Să învățați să vă dezvoltați nunchi-ul este ceva ce puteți începe să faceți imediat, chiar de unde vă aflați, indiferent de educație, serviciu sau perspectivele pe care credeți că le aveți. Nu este necesar să cumpărați nici un echipament sofisticat pentru a deveni un ninja nunchi sau să urmați cursuri de formare. Tot ce vă trebuie sunt ochii și urechile voastre și câteva sfaturi despre cum să vi le folosiți cu înțelepciune.

Popularul roman și ecranizarea sa *Urzeala tronurilor* (*Game of Thrones*) ar putea fi, de asemenea, numit *Game of Nunchi* – alătură personajele cu un nunchi extrem de rapid împotriva celor cu un nunchi fatal prost. Personajul cu cel mai bun nunchi este de departe „jumătatea de om“ Tyrion Lannister. Trăsătura lui definitorie este că poate sesiza amenințările reale și le ia în serios. Aproape toate celelalte personaje din serial au un nunchi prost, în special cei cărora nu le pasă că vine iarna și care nu cred în existența Umblătorilor Albi – creaturi înfricoșătoare de gheață – în ciuda unor dovezi evidente că aceștia sunt pregătiți să distrugă omenirea. Întreaga familie Stark începe serialul cu un nunchi groaznic – în special Sansa, care strică viața tuturor pentru că nu știe să judece caracterul personajelor și vrea să se căsătorească cu sadicul prinț Joffrey. Pe măsură ce seria evoluează și ei sunt forțați să aibă de-a face cu ce are viața mai rău de oferit, nunchi-ul lor se îmbunătățește... încet.

Nu fiți la fel ca cei din familia Stark. Îmbunătățiți-vă nunchi-ul înainte ca viața să vă forțeze să faceți acest lucru, pe calea cea grea.