

(TBKTS) - Suy ng m v cu c đ i, chiêm nghi m đ rút ra nh ng đ i u t t lành, l s ng cao đ p và kinh nghi m s ng quý giá là vi c r t nên làm. Th đ i cát tìm vàng ph ng Đông, chúng ta s tìm th y IKIGAI m t chu i ng c c a triết lý s ng v a bao la mà v a th c t cho th i hi n đ i, nh t là đ i v i doanh nhân, nh ng ng i r t c n nh ng suy nghĩ tích c c và c m xúc tích c c trong m i tình hu ng.

IKIGAI là m t thu t ng đ ch mô t cây ý t ng (concept tree) v h nh phúc c a con ng i trong cu c đ i, v i bốn nhánh mà nhìn t trên cao xu ng s th y nh đ ho a đ i nh kèm, gồm đ i u b n yêu, đ i u b n gi i, đ i u th gi i c n b n và đ i u b n s đ c tr ti n đ làm. B n nhánh này g m nh ng giá tr có ph n ch ng chéo và đan xen v i nhau. N i tích h p và giao thoa giá tr c a bốn nhánh đó, theo bi u đ , chính là cái lõi cô đ c c a IKIGAI.

Theo BBC, ông Akihiro Hasegawa là giáo s tâm lý h c lâm sàng Đ i h c Tokyo đã cùng các đ ng nghi p cho bi t IKIGAI là s k t h p c a hai t : IKI, nghĩa là s ng, và GAI, có nghĩa là giá tr . Theo ông, t nguyên c a IKIGAI b t đ u t th i Heian (794-1185). GAI đ n t ch KAI (“v s” trong ti ng Nh t) là m t th ti n t r t có giá tr , và IKIGAI là m t t dùng đ ch giá tr c a cu c s ng.

Kh o sát c a Central Research Service năm 2010 trên 2.000 ng i Nh t cho th y có 31% s ng i đ c ph ng v n cho r ng công vi c là IKIGAI c a h . Đây là m t ty l khá cao so v i nhi u dân t c khác.

T th k 14, ng i th y đ y đ u ki m Miyamoto Musasi trong quy n sách “5 vòng tròn” đã đ c p đ n IKIGAI. Có nhi u sách vi t v IKIGAI Đ i h c nh ng có m t cu n r t đ ng chú ý, đó là cuốn Ikigai-ni-tsuite (V Ikigai), xu t b n năm 1966. Tác gi c a nó, nhà tâm lý h c Mieko Kamiya gi i thích r ng “IKIGAI gi ng nh h nh phúc nh ng có khác bi t m t chút v s c thái. H nh phúc là c m giác nh t th i, nh ng IKIGAI là kim ch nam c a hành đ ng tích c c giúp ta h ng đ n t ng lai dù đ ng tr i qua nh ng vi c không vui c a hi n t i”



IKIGAI h th ng hóa các m ng chính c a cu c s ng đ m i ng i có th t gia gi m ch t li u và gia v đ làm nên món ăn t i u nh t cho cu c đ i c a chính mình. Ai cũng có th b t đ u b ng nh ng vi c nh cho chính mình và ng i chung quanh đ c u th gi i kh i b ch t vì đ i, có th làm s ch s ngôi nhà và m t ti n căn nhà đ làm s ch và xanh môi tr ng, có th truy n l i kinh nghi m và trí tu cho th h m i sau b ng nhi u cách. Ai cũng có th xây đ ng và b o v hòa bình th gi i b ng cách yêu th ng gia đình mình và nh ng ng i thân quen.

IKIGAI đ n đ n hành đ ng nhi u b n lĩnh và ít b n năng. Nói cách khác, IKIGAI đ t ra câu h i và giúp b n tr l i: “Mình nên làm gì v i cu c đ i mình?”. Đ h i lòng v i cu c s ng, h nh phúc m i giây phút t lúc th c đ y bu i ban mai, b n có th kh i đ u v i m t n c i và v i s s ng khoái, háo h c b c vào ngày m i, s ng “t i đây và bây gi”.

Hãy t h i mình b ng bốn câu h i, bốn nhánh bao quanh cu c đ i, ph bóng mát cho cu c đ i. Không ph i h i đ tăng thêm c ch (stress) mà đ hi u nhu c u c a Thân, c a Tâm và c a Cu c S ng quanh ta đ hoàn thi n m t b n th cho chính mình.

Đ i v i ng i khác cũng v y. Đê hi u h h n, b n nên đ t ra bốn câu h i c a IKIGAI:

- Ng i này yêu thích gì nh t?

- Ng i này gi i i lĩnh v c nào nh t?

- Ng i này ki m đ c ti n t nh ng công vi c gì?

- Ng i này có th đ ng góp đ c gì cho xã h i?

T u trung, IKIGAI h ng đ n vi c làm cho chính mình và ng i khác đ c h nh phúc, làm vi c trong h nh phúc, s ng trong h nh phúc, và h nh phúc trong cu c s ng, ha nh phúc trong công vi c.

Mu n nh th thì gi c m l n (big dream) ph i đ c b sung b ng r t nhi u suy nghĩ nh (small thinking/theo nghĩa nh mà đ p “small is beautiful”) bên c nh suy nghĩ l n (big thinking, think big). Xin l u ý, nghĩ nh i đây không ph i là suy nghĩ nh nh t hay suy nghĩ nông c n, ng n h n.

IKIGAI cũng là m t b n ki m tra cho các quy t đ nh m i, các k ho ch hành đ ng, vì không ph i đam mê nào cũng hoàn toàn t t và hoàn c nh quanh ta ch ng đ ng yên bao gi .

IKIGAI là kim ch nam đ b n có th v t qua khó khăn, bám sát và đ t m c tiêu đã đ ra, m c dù không ph i b t c lúc nào b n cũng có th hài lòng v i chính mình và hài lòng v i cu c s ng c a b n.