

# IKIGAI: 'Tu razón de ser' - 'Tu sentido de propósito'

21 de agosto de 2017

Desde el Japón nos llega un regalo de sabiduría milenaria sobre cómo entender nuestras vidas, cómo entender los elementos que pueden ayudarnos a comprender, una y otra vez, aquello que todos nos preguntamos durante nuestra existencia, cómo ser felices y sentirnos satisfechos de lo que vamos construyendo y, finalmente, dejando.

El 'ikigai' nos explica que para entender nuestra existencia podemos empezar por entender como combinamos los elementos que nos acercan a tener vidas plenas. Para ello podemos ver las intersecciones de:

- Lo que **amamos** o lo que nos gusta hacer
- Lo que **podemos** hacer para vivir en un mundo mejor, como podemos **contribuir** a lo que el mundo necesita
- Lo que podemos **hacer bien**, aquello en lo que somos buenos haciéndolo
- Y aquello por lo que podemos recibir ingresos, por lo que **nos pagan**



Las áreas de las intersecciones entre cada dos de estos elementos son cuatro:

- La combinación de lo que amamos y lo que el mundo necesita, determina nuestra **MISIÓN**
- La unión de lo que amamos y lo que hacemos bien, define nuestra **PASIÓN**
- Lo que el mundo necesita de nosotros y aquello por lo que nos pagan, expresa nuestra **VOCACIÓN**
- El producto de lo que hacemos bien y lo que genera nuestros ingresos, muestra nuestra **PROFESIÓN**



Avanzando en la definición de nuestro 'ikigai', debemos ver las cuatro intersecciones de los elementos, de tres en tres:

- La unión, la intersección de lo que amamos, con lo que sabemos hacer bien, y lo que el mundo necesita de nosotros, nos permite lograr **GOCE Y SENTIDO DE REALIZACIÓN, PERO SIN RIQUEZA** (falta la fuente de ingresos)
- Si combinamos lo que sabemos hacer bien con lo que amamos o nos gusta hacer, y lo que nos pagan por hacer, podemos sentir **SATISFACCIÓN, PERO CON SENTIMIENTO DE INUTILIDAD** (falta lo que el mundo necesita)
- De la superposición de lo que amamos con lo que el mundo necesita y aquello por lo que nos pagan nos puede dar **ENTUSIASMO Y COMPLACENCIA, PERO SENSACIÓN DE INCERTIDUMBRE** (falta lo que sabemos hacer bien)
- Lo que amamos, junto con lo que el mundo necesita y aquello por lo que nos pagan, determinan que nos sintamos **CONFORTABLE, PERO SENSACIÓN DE VACÍO** (falta lo que amamos)



Finalmente, la superposición o combinación de los cuatro elementos, nos da nuestro **'ikigai'**. El propósito, o, mejor dicho, el sentido de propósito de nuestra vida, nuestra razón de ser, como explica esta filosofía, nuestro 'ikigai' puede cambiar durante nuestra vida, es casi imposible mantener un equilibrio paritario entre las cuatro fuerzas que determinan nuestra satisfacción de vivir, cada uno de nosotros tiene cierta inclinación que nos puede llevar a privilegiar el éxito profesional, a seguir nuestra vocación por encima de todo, a responder a nuestra pasión, o a desarrollar nuestro sentido de misión. Los pesos pueden ser unos de jóvenes y otros de mayores, pero lo que no puede faltar es tener o sentir: **UNA RAZÓN PARA VIVIR.**



Sin ella, como dice el artículo de Laura Oliver, publicado su artículo «¿Es este concepto japonés, el secreto de una vida larga, feliz y significativa?» por el World Economic Forum, cuando en la mañana te preguntes tu razón para despertarte, solo querrás volver a acostarte. Por eso, el ikigai conduce

probablemente a una mejor vida «porque hará que uno tenga algo por lo que vivir».

Ver video del World Economic Forum que muestra la importancia del ikigai en nuestras vidas:

El 'ikigai' es una forma de ver nuestras vidas que nos permite fijar mejor nuestros objetivos de vida, evaluar los momentos que vamos atravesando y reforzar nuestros empeños, en resumen, lograr una vida más satisfactoria. [Lampadia](#)