

DOELBEWUST EEN ANDER DOEL

Het Venndiagram dat veel wordt gebruikt om het concept ikigai te verduidelijken, had oorspronkelijk het woord 'doel' in het midden. Tot Marc Winn, zelfbenoemd 'changemaker en specialist in vanuit de gemeenschap geleide innovatie', in 2014 een blog schreef over ikigai.

Hij illustreerde het met het doeldiagram, maar verving daarin het woord 'doel' door 'ikigai'.

Eén ander woord en het nieuwe diagram ging de hele wereld over. Het inspireerde miljoenen mensen in hun zoektocht naar hun eigen ikigai.





Wacht niet op een olifant

Ben je goed in wat je doet, maar voelt het niet als je echte bestemming? Dan ben je niet de enige. Veel mensen laten zich door sociale, culturele en economische omstandigheden in een bepaalde richting duwen die weliswaar een goed leven biedt, maar niet hun diepste verlangens bevredigt. Gangadharan Menon hield een TEDx Talk over zijn ervaringen. Hij raakte verzeild in de reclamewereld en had er 28 jaar lang een succesvolle carrière. Pas toen hij ternauwernood een aanval van een olifant overleefde, ging hij opnieuw nadenken over wat hij deed met het leven dat hij zo gemakkelijk had kunnen verliezen. Op 52-jarige leeftijd ging Menon alsnog op zoek naar zijn echte roeping. En die heeft hij inmiddels gevonden als reisauteur en fotograaf. Zijn advies? ‘Wacht niet op die olifant. Elke dag kan je laatste zijn.’

Op tijd loslaten

Passie en doorzettingsvermogen heb je nodig om je ikigai te volgen. Maar het is niet goed als passie omslaat in een ongezonde obsessie. Harmonieuze passie is flexibel en laat ruimte voor zelfontwikkeling en andere activiteiten.

Obsessieve passie is onbuigzaam en kan de rest van je leven overschaduwen. Als je op een specifiek gebied naar perfectie streeft, kan je passie gemakkelijk omslaan in een obsessie. Pas hier dus voor op. Merk je dat iets waar je altijd plezier aan beleefde, jou en anderen nu een vervelend gevoel geeft, dan is het tijd om afstand te nemen en je prioriteiten opnieuw te bekijken. Misschien is het zelfs tijd om die passie helemaal los te laten en op zoek te gaan naar een nieuwe.



‘ Als je doet wat je écht leuk en opwindend vindt, hoeven mensen je niet te pushen. Dan word je gedreven door de visie. ’

Steve Jobs, ondernemer



Ga aan de slag

Laat je nieuwe ideeën en plannen een tijdje rusten.

Kijk wat er in je hoofd blijft zitten, waar denk je voldoening uit te kunnen halen? Daarna ga je aan de slag met onderzoeken of dit echt jouw ikigai is. Met alleen goede voornemens kom je er niet. Voor wie nog niet veel verplichtingen of nauwe relaties heeft, is het gemakkelijker om het leven om te gooien en meer radicale plannen uit te proberen. Anderen moeten het geleidelijker aanpakken, maar dat betekent niet per se minder doelbewust.

