



El Ikigai y la teoría de valores de Schwartz comparten una visión común sobre la importancia de los valores en la búsqueda de significado y cumplimiento. Shalom Schwartz, psicólogo social e investigador, desarrolló una teoría de valores universales que propone una estructura y una dinámica de los valores humanos. Esta teoría ofrece un marco relevante para comprender las motivaciones profundas que subyacen en la búsqueda del Ikigai y las decisiones de vida que resultan de ello.

Según Schwartz, los valores son creencias duraderas que guían nuestras acciones y juicios a través de diferentes situaciones. Se organizan en diez categorías universales: autonomía, estímulo, hedonismo, logro, poder, seguridad, conformidad, tradición, benevolencia y universalismo. Estos valores se organizan en un continuo circular, donde los valores adyacentes son compatibles y los opuestos están en tensión. Esta estructura dinámica permite comprender los conflictos y las sinergias entre las diferentes aspiraciones que animan a un individuo.

La búsqueda del Ikigai, que tiene como objetivo encontrar su razón de ser alineando sus pasiones, talentos y contribuciones al mundo, está profundamente influenciada por los valores individuales. Las personas que valoran mucho valores como la autonomía, el estímulo y el universalismo estarán más inclinadas a buscar un Ikigai que les permita expresar su creatividad, explorar nuevos horizontes y contribuir al bienestar colectivo. Por el contrario, aquellos que favorecen valores como seguridad, conformidad y tradición pueden encontrar su Ikigai en actividades que refuercen la estabilidad, el respeto a las normas y la preservación del patrimonio.

Un ejemplo destacado de la convergencia entre la teoría de valores de Schwartz y el Ikigai es el de Muhammad Yunus, economista bangladesí y fundador del Banco Grameen.

Motivado por valores de benevolencia y universalismo, Yunus ha dedicado su vida a la lucha contra la pobreza y a la promoción del microcrédito. Su Ikigai, que combina su pasión por la economía, su experiencia financiera y su deseo de cambiar la vida de los más necesitados, está profundamente arraigado en sus valores humanistas. El recorrido de Yunus ilustra cómo los valores pueden guiar la búsqueda del Ikigai y dar lugar a iniciativas innovadoras y significativas.

La teoría de valores de Schwartz también arroja luz sobre las tensiones y conflictos que pueden surgir en la búsqueda del Ikigai. No es raro que nuestras diferentes aspiraciones compitan entre sí, obligándonos a hacer elecciones y compromisos. Por ejemplo, una persona que da gran importancia tanto al logro profesional como a la benevolencia hacia sus seres queridos puede verse atrapada entre su deseo de invertir en su carrera y el deseo de dedicar tiempo a su familia. La búsqueda del Ikigai a menudo implica navegar entre estos diferentes valores, encontrar un equilibrio y tomar decisiones basándose en nuestras prioridades actuales.

La clarificación de los valores aparece como un paso crucial en el descubrimiento y realización de su Ikigai. Al tomar conciencia de nuestros valores profundos, jerarquizándolos y alineándolos con nuestras decisiones de vida, nos damos los medios para construir una existencia significativa y en armonía con nosotros mismos. Las herramientas de exploración de valores, como la "Encuesta de valores de Schwartz" o el "Cuestionario de valores retrato", pueden ser aliados valiosos en este proceso de introspección y clarificación.

La teoría de valores de Schwartz también invita a considerar el Ikigai desde una perspectiva intercultural. Si las diez categorías de valores identificadas por Schwartz son universales, su importancia relativa y su expresión varían de una cultura a otra. Así, en las sociedades individualistas, los valores de autonomía y logro serán más prominentes, mientras que en las sociedades colectivistas, los valores de conformidad y benevolencia serán más predominantes. Estas diferencias culturales influyen en la forma en que los individuos conciben y persiguen su Ikigai, en función de las expectativas y normas de su entorno social.

Un ejemplo de esta dimensión intercultural es el de Jiro Ono, famoso chef de sushi japonés. Su Ikigai, que consiste en alcanzar la perfección en su arte culinario, está profundamente arraigado en los valores tradicionales japoneses de rigor, disciplina y respeto por la jerarquía. El recorrido de Jiro Ono, magníficamente retratado en el documental "Jiro Dreams of Sushi", ilustra cómo los valores culturales dan forma a la búsqueda de la excelencia y dan un profundo significado a una actividad aparentemente simple.

La teoría de los valores de Schwartz y la filosofía del Ikigai nos invitan a una profunda reflexión sobre las motivaciones profundas que guían nuestras decisiones de vida. Nos recuerdan que la búsqueda de significado y cumplimiento es inseparable de la clarificación y alineación de nuestros valores. Tomando conciencia de nuestras prioridades, navegando

entre las diferentes aspiraciones que nos animan e insertando nuestro Ikigai en un contexto cultural específico, nos damos los medios para construir una existencia rica en significado y en concordancia con nuestra identidad más profunda. Este enfoque, tanto personal como universal, nos invita a abrazar la complejidad de nuestro ser y a trazar nuestro propio camino hacia una vida plenamente vivida.

Puntos a recordar:

1. La teoría de los valores de Schwartz y el Ikigai comparten una visión común de la importancia de los valores en la búsqueda de significado y cumplimiento.
2. Según Schwartz, los valores son creencias duraderas que guían nuestras acciones y juicios. Se organizan en diez categorías universales y se articulan en un continuo circular.
3. La búsqueda del Ikigai está fuertemente influenciada por los valores individuales. Las personas que dan importancia a valores como la autonomía, el estímulo y el universalismo serán más propensas a buscar un Ikigai que exprese su creatividad y contribuya al bienestar colectivo.
4. El ejemplo de Muhammad Yunus ilustra cómo los valores de benevolencia y universalismo pueden guiar la búsqueda del Ikigai y dar lugar a iniciativas significativas.
5. La teoría de los valores de Schwartz resalta las tensiones y conflictos que pueden surgir en la búsqueda del Ikigai, lo que requiere hacer elecciones y compromisos.
6. La clarificación de los valores es un paso crucial en el descubrimiento y realización de su Ikigai, lo que permite construir una existencia en armonía consigo mismo.
7. La teoría de los valores de Schwartz invita a considerar el Ikigai desde una perspectiva intercultural, en la que las diferencias culturales influyen en la forma en que los individuos conciben y persiguen su Ikigai.
8. El ejemplo de Jiro Ono ilustra cómo los valores culturales dan forma a la búsqueda de la excelencia y dan un sentido profundo a una actividad.
9. La teoría de los valores de Schwartz y la filosofía del Ikigai invitan a una reflexión profunda sobre las motivaciones profundas que guían nuestras decisiones de vida, alineando nuestros valores para construir una existencia rica en significado.