



FRANCESC MIRALLES | HÉCTOR GARCÍA

El petit ikigai

Com trobar el teu camí a la vida

El petit ikigai

Com trobar el teu camí a la vida

Héctor García
Francesc Miralles

Fanbooks

© Francesc Miralles i Héctor García, 2021

© de les il·lustracions: Xuan Loc Xuan, 2021

© Edicions 62, S. A. Fanbooks, 2021

Av. Diagonal, 662-664, 08034 Barcelona

www.fanbooks.cat

Primera edició: març del 2021

ISBN: 978-84-18327-37-7

Dipòsit legal: B. 2.471-2021

Imprès a Catalunya

El paper utilitzat per a la impressió d'aquest llibre té la qualificació de paper ecològic i procedeix de boscos gestionats de manera sostenible.

Queda rigorosament prohibida sense autorització escrita de l'editor qualsevol forma de reproducció, distribució, comunicació pública o transformació d'aquesta obra, que serà sotmesa a les sancions establertes per la llei. Podeu adreçar-vos a Cedro (Centro Español de Derechos Reprográficos, www.cedro.org) si necessiteu fotocopiar o escanejar algun fragment d'aquesta obra (www.conlicencia.com; 91 702 19 70 / 93 272 04 47). Tots els drets reservats.

Índex

Pròleg: Un viatge sense mapa 9

PRIMERA PART

Què vull fer amb la meua vida? 13

1. La brúixola de l'ikigai 15
2. Descobrir el teu ikigai ja és tot un ikigai 23
3. A través d'allò que no t'agrada s'arriba
al que t'agrada 33
4. Una clariana al bosc 39
5. Fallar com un campió 51
6. El kit de l'explorador 57
7. La setena eina: mostrar-te al món 69

SEGONA PART

La pràctica de l'ikigai 81

1. I ara què? 83
2. Com deslliurar el teu talent 89
3. Felicitat analògica 95
4. Benvingut, petit saltamartí 105
5. Vols ser un superheroi? 111

TERCERA PART

Els quatre cercles 119

1. Allò que t'encanta fer 121
2. Allò en què ets bo 129
3. Allò pel que poden pagar-te 139
4. Allò que el món necessita 149
5. Connectant els quatre cercles 161

QUARTA PART

Viure amb ikigai 165

1. Els secrets de la gent feliç 167
2. Sense pressa cap al teu ikigai 173
3. Com fer bons amics 177
4. Viure l'amor de la teva vida 183
5. Una càpsula del temps 187

Epíleg: Tot està per fer 189

Agraïments 191

1

La brúixola de l'ikigai

Estar perdut és bo.

*Si no et perds,
no et pots trobar.*

ELISENDA PASCUAL

Hi ha paraules en altres llengües que no tenen traducció exacta al nostre idioma, i una d'elles és ikigai.

En japonès s'escriu 生き甲斐 i consta de dues parts:

IKI 生き = VIDA

GAI 甲斐 = VALDRE LA PENA

O sigui, que el significat literal d'ikigai seria «una vida que val la pena», encara que se sol traduir com a «propòsit vital», és a dir, la missió que dona sentit a la teva existència.



Explicat de manera més senzilla, l'ikigai és la raó per la qual et lledes del llit, i no ens referim a quan sona l'alarma i has d'anar a l'escola a correuita, a la universitat o a la feina. És com un motor interior, una il·lusió que t'impulsa a començar la jornada.

El filòsof Friedrich Nietzsche deia: «Qui té un “per què” viure pot resistir gairebé qualsevol “com”».

Imagina que la teva passió és pujar muntanyes i ets de vacances amb els pares en un parc nacional on hi ha molts cims, petits i grans, per conquerir.

Potser no has pogut dormir perquè feia calor, perquè et van picar els mosquits, o perquè una parella discutia a crits a l'apartament del costat.

Quan es fa de dia, et sents molt cansat i potser el teu cos desitjaria seguir enganxat al matalàs. Tot i així, saltes del llit amb una facilitat sorprenent. Hi ha muntanyes al teu voltant que t'estan esperant i t'afanyes a posar-te les botes per començar a descobrir-les amb els teus propis peus.

Per això passes per la dutxa com un llamp, esmorzes bé i surts a realitzar la teva missió vital, el teu ikigai. Quan fas via cap al cim del dia, tot el cansament i el mal humor de la nit passada desapareixen de cop. L'aire fresc a la cara és tot el que necessites per començar a fer el cim com un campió.

Tot el malestar queda enrere, perquè el teu ikigai t'arrossega, et dona l'energia d'un superheroi.

Un vell refrany diu que «qui canta els seus mals es-

panta», si és que la teva passió és cantar... o tocar el piano, com el cas extraordinari que coneixeràs ara mateix.

L'ikigai de Lang Lang

Aquest és el nom de qui, a hores d'ara, és considerat per molts el millor pianista del món. La història d'aquest noi nascut al nord-oest de la Xina és una prova de fins on pot portar-te seguir la teva passió a la vida.

El pare de Lang Lang tocava l'*erhu*, un violí tradicional xinès de dues cordes, però ell descobriria el seu instrument —i el seu ikigai— amb els dibuixos de Tom i Jerry. Tenia només dos anys quan es va quedar embadalit en veure per la tele *The Cat Concerto*, un episodi de set minuts on el famós gat ofereix un concert de piano a un auditori ple a vessar.

El ratolí, que dormia dins del piano, es desperta de cop per la música i surt a castigar el concertista felí, que segueix tocant malgrat tot. A partir d'aquí, té lloc una de les típiques batalles entre Tom i Jerry, plena d'idees ocurrents.

El petit Lang Lang, però, estava fascinat per una altra cosa. Més enllà de la batussa entre el gat i el ratolí, es va quedar sorprès davant la peça que Tom segueix tocant enmig de tantes dificultats —*Qui té un «per què»... pot resistir gairebé qualsevol «com»*—. Es tractava de la *Rapsòdia hongaresa núm. 2* de Franz Liszt.

Era la primera vegada que escoltava música clàssica i, tot i tenir només dos anys, va sentir el desig d'aprendre piano per tocar algun dia aquella peça meravellosa.

Lang Lang acabava de descobrir el seu ikigai.

Als tres anys va començar a fer classes amb una professora de piano. Als cinc va guanyar un concurs de piano de la seva ciutat i va fer el seu primer concert públic.

Però no tot van ser èxits. Als nou anys, Lang Lang va intentar entrar al Conservatori Central de Pequín i primer va ser rebutjat per «falta de talent», segons un dels tutors.

Això mateix li havien dit a Walt Disney, que abans de fundar la seva companyia va ser acomiadat de l'agència de publicitat on treballava per «falta d'imaginació», segons va escriure el seu cap.

Resumint, quan trobis el teu ikigai, et caldrà...

- Entendre que hi ha coses que no surten a la primera.
- Acceptar amb bon ànim el rebuig, ja que no tot-hom et comprendrà.
- Buscar persones que creguin en tu.
- Aprofitar les oportunitats que se't presentin.

Això ens porta un altre cop a la història de Lang Lang. Després d'aquell primer fracàs, un professor de música de la seva escola li va posar un disc de Mozart per animar-lo i li va demanar que toqués part d'aquella peça.



Amb aquest senzill gest, el petit pianista va recordar el seu amor a l'instrument i va recuperar l'esperança.

Encara amb nou anys, va aconseguir entrar al segon intent al conservatori de la capital. A partir d'aquí, el seu progrés va ser espectacular. Va guanyar diversos concursos internacionals i, amb només catorze anys, va interpretar un concert de Chopin amb l'Orquestra Filharmònica de Moscou, al qual va assistir el president de la Xina i que va ser seguit per milions de persones, fins i tot a l'NHK, la cadena nacional del Japó.

En veure l'embranchida de Lang Lang, el seu pare el va portar als Estats Units per acabar de perfeccionar-se amb un professor de Filadèlfia.

L'oportunitat de la seva vida li arribaria als disset anys.

A la Gala de la Centúria, un prestigiós festival d'Illinois, va passar una cosa sorprenent. A causa d'una indisposició, a l'últim minut es va haver de suspendre l'actuació del mític pianista André Watts.

El *Concert núm. 1 per a piano* de Txaikovski havia caigut del programa. Una sorpresa esperava el públic que omplia l'espai, quan el presentador va anunciar de sobte que un pianista de disset anys s'havia ofert a substituir el mestre del teclat.

La interpretació de Lang Lang va ser tan prodigiosa, que el principal diari de Chicago va dir l'endemà que «aquell era el talent del piano més gran i excitant descobert en molts anys».

Havia nascut una estrella.

Benvingut al club del 99%

La història real que acabem de conèixer és sorprenent, però pot ser que t'estiguis dient: Lang Lang sabia a què es volia dedicar des dels dos anys... Això és normal?

Si ara mateix no saps què vols fer amb la teva vida, que no s'estengui el pànic: formes part del 99% dels joves. Benvingut al club dels buscadors de l'ikigai!

Tot i que no hi ha un mapa prefixat per als camins de la vida, quan trobis el teu propòsit vital no aniràs mai perdut. El teu ikigai serà la teva brúixola.

«Ja, però, mentrestant...», pot ser que diguis, «què passa si no ho sé encara, o si tinc dubtes sobre el meu futur?».

Per això hem escrit aquest llibre. Continua amb nosaltres i descobriràs la resposta.