

Chắc hẳn đã từng có những lúc bạn tự hỏi mục đích và ý nghĩa cuộc sống của mình là gì?

Đó chính là lúc bạn đang trăn trở tìm hướng đi và ý nghĩa cho cuộc sống của mình, đó là lúc bạn đã ý thức được và có khát vọng đi tìm niềm vui và hạnh phúc thực sự. Một nhà hiền triết đã từng nói “Cuộc hành trình lớn nhất của một đời người là đi tìm chính bản thân mình, trải nghiệm và thử thách tất cả để tìm ra mình là ai”, hay là “tận lực tri thiên mệnh”.

Bạn sinh ra và lớn lên trong cuộc sống này chắc chắn không phải chỉ để tồn tại, hay làm cái bóng của người khác và bạn cũng chẳng bao giờ muốn mình làm nền cho bất kỳ ai. Bạn phải là chính bạn.

Bạn nên biết rằng sự tồn tại của bạn đã làm thay đổi rất nhiều điều xung quanh. Những

chặng đường bạn đi qua, những công việc bạn đã và đang làm, những người bạn từng gặp, tiếp xúc hay kết bạn ắt hẳn sẽ khác đi nếu không có bạn. Bạn đã để lại một dấu ấn rất riêng trong công việc, trong tình cảm, kỷ ức kỷ niệm hay trong tâm hồn của họ và bạn sẽ còn tác động đến thế giới xung quanh bởi những ý tưởng, ước mơ, hoài bão và hành động cụ thể, hay đơn giản hơn là sự tồn tại của chính bạn.

Bạn có thể bận bịu với công việc hay chú tâm tới một điều nào đó trong một giai đoạn của cuộc sống, nhưng sau cùng bạn sẽ luôn thức tỉnh bởi những khát vọng, ước mơ từng có trong tiềm thức, hay đôi khi ngay từ thuở thiếu thời. Và điều này có ý nghĩa đặc biệt đối với cuộc sống của bạn. Mục đích cuộc sống có thể là điều mà mãi đến sau này, qua quá trình trải nghiệm để trưởng thành bạn mới tìm ra hay đôi

khi, nó đã được định hình ngay từ những năm tháng khi bạn bắt đầu biết cảm nhận cuộc sống. Trong cuộc sống, tất cả chúng ta đều có mối liên hệ với nhau và ít nhiều bị ảnh hưởng qua lại bởi những suy nghĩ, việc làm, quyết định của những người xung quanh, đôi khi bởi cả sự tồn tại đơn thuần của họ.

Các nghiên cứu trên những người trưởng thành trên thế giới gần đây đã chứng minh một trong những dấu hiệu chính xác nhất cho thấy một người có hạnh phúc hay không tùy thuộc vào việc người đó có định hướng cho mình một ước mơ, mục đích sống hướng thiện, hay có quan tâm đến người khác hay không. Khi sống mà không có mục đích cụ thể hay sống trong vị kỷ, 70 trong số 100 người cảm thấy cuộc sống bấp bênh và vô nghĩa, còn khi có một mục tiêu cụ thể, dám hành động và biết chia sẻ thì gần

70/100 người lại cảm thấy hài lòng và cảm nhận được niềm vui và ý nghĩa của cuộc sống.