

IKIGAI FAMILY RITUALS

Trong dòng chảy hối hả của xã hội hiện đại, một nghịch lý xót xa đang diễn ra ngay trong lòng nhiều mái ấm, khi mà các thành viên ngày trong gia đình càng ít kết nối với nhau dù vẫn sống chung dưới một mái nhà. Sự bận rộn, áp lực mưu sinh và sự bùng nổ của công nghệ vô hình trung đã dựng lên những bức tường ngăn cách giữa những người ruột thịt, biến không gian sống chung thành một tập hợp của những cá thể độc lập. Sự rạn nứt này bắt đầu từ sự lệch nhịp trong sinh hoạt hằng ngày. Do đặc thù công việc và học tập, mỗi người tự tạo cho mình một lịch trình riêng, khiến giờ giấc thức dậy hay trở về nhà hoàn toàn lệch pha nhau. Những cái chạm mặt cứ thế thưa thớt dần. Ngay cả thế hệ lớn tuổi như ông bà, với thói quen dậy sớm và sinh hoạt riêng, cũng vô tình bị đẩy ra khỏi nhịp sống vội vã của con cháu. Bản thân cha mẹ vì quá bận rộn với gánh nặng cơm áo gạo tiền, dồn hết năng lượng vào công việc, nên chẳng còn đủ tâm trí để quan tâm sát sao đến con cái. Ngôi nhà chung từ đó dần biến thành một "trạm dừng chân" tạm bợ để ngủ, chứ không còn là tổ ấm đúng nghĩa. Sự xa cách ấy lại bị khoét sâu bởi các thiết bị công nghệ hiện đại. Hình ảnh những bữa cơm gia đình vốn là không gian thiêng liêng để sum họp giờ đây lại tràn ngập bóng dáng của điện thoại, máy tính bảng khi mỗi người đều mãi mê nhìn vào màn hình của riêng mình. Và thông qua đó, nhằm mang đến không gian sống cân bằng, xanh mát theo triết lý Ikigai. Dự án IK-Creation thiết kế một nếp sống gia đình, gồm những hoạt động và nghi thức được lặp lại nhằm tăng cường sự gắn kết giữa các thành viên trong gia đình.

Lấy căn hộ Ikigai Village làm trung tâm, đặc biệt là khu vườn nằm bên trong căn hộ. Mục tiêu không chỉ là thiết kế một không gian đẹp mà còn phải tạo ra:

- Những hoạt động giúp gia đình dành thời gian cho nhau.
- Cơ hội để các thành viên chia sẻ và thấu hiểu nhau.
- Một nếp sống có thể duy trì thường xuyên.
- Sự kết nối giữa ông bà, cha mẹ và con cái.

1. TÌM HIỂU CĂN HỘ VÀ KHÔNG GIAN SỐNG IKIGAI VILLAGE

Trước tiên, ta cần tìm hiểu về căn hộ Ikigai Village là gì?

Trong xu thế phát triển của kiến trúc hiện đại, nhà không còn đơn thuần là một nơi để che mưa che nắng, mà đã trở thành không gian nuôi dưỡng tâm hồn và tái tạo năng lượng cho con người. Dự án căn hộ Ikigai Village chính là một minh chứng tiêu biểu cho triết lý ấy, nơi kiến trúc hòa quyện cùng thiên nhiên để kiến tạo nên một tổ ấm đích thực cho mọi thế hệ.

1. Concept của Ikigai Village: là nơi tìm lại sự cân bằng và lý do sống mỗi ngày

- a. Từ "Ikigai" trong văn hóa Nhật Bản vốn mang tầng nghĩa sâu sắc về "lý do để thức dậy vào mỗi buổi sáng" là sự cân bằng hoàn hảo giữa đam mê, sự nghiệp và lối sống bản thân. Khi được thổi hồn vào không gian căn hộ, concept Ikigai Village mang đến một không gian sống hoàn toàn mới, cân bằng, bình yên và giàu năng lượng tích cực. Kiến trúc của căn hộ được định hình theo phong cách tối giản (Minimalism) kết hợp với tinh thần thiền định, loại bỏ hoàn toàn những chi tiết rườm rà để nhường chỗ cho sự thoáng đãng. Từng góc nhỏ trong Ikigai Village đều được tính toán tỉ mỉ để tối ưu hóa ánh sáng tự nhiên và luân chuyển sinh khí, giúp con người dễ dàng trút bỏ mọi áp lực của cuộc sống bận rộn ngay khi bước qua cánh cửa nhà.
- b. Điểm nhấn kiến trúc đắt giá và độc đáo nhất của căn hộ chính là một khu vườn được bố trí ngay bên trong không gian sinh hoạt. Không giống như những chậu cây cảnh đặt tùy ý, khu vườn này được thiết kế như một hệ sinh thái thu nhỏ với các loại cây, thảm cỏ xanh mướt và tiểu cảnh nước. Kết nối thông suốt giữa các phòng chính của căn hộ, khu vườn hoạt động như một giếng trời đón nắng, đón gió, giúp lưu thông không khí liên tục cho toàn bộ căn hộ. Đây chính là khoảng đệm thiên nhiên, xóa nhòa ranh giới giữa không gian nội thất khép kín với bên ngoài. Khu vườn trong căn hộ Ikigai đóng vai trò như một nơi để gia đình kết nối lại với nhau. Màu xanh dịu mát của cỏ cây và thanh âm êm dịu của nước chảy có tác động chữa lành tâm lý rất lớn, kích thích sự thư giãn và mở lòng ở mỗi người. Khu vườn chính là chất xúc tác kéo các thành viên ra khỏi phòng riêng để cùng nhau tụ họp. Đó là nơi khơi gợi những cuộc trò chuyện tự nhiên, nơi các thế hệ ngồi lại bên nhau mà không bị chi phối bởi các thiết bị công nghệ, từ đó thắt chặt sợi dây tình cảm gia đình một cách tự nhiên nhất.
- c. căn hộ tối ưu hóa việc sinh hoạt trên một mặt bằng không gian mở, nơi mọi bước chân đều có thể chạm không gian chung nhưng vẫn đảm bảo sự riêng tư cần thiết.
- **Đối với thế hệ ông bà:** Khu vườn là không gian tĩnh lặng tuyệt vời vào mỗi buổi sáng sớm để tập dưỡng sinh, tưới cây, đọc sách và tận hưởng bầu không khí trong lành, đáp ứng nhu cầu sống chậm và an dưỡng tuổi già.
 - **Đối với thế hệ bố mẹ:** Sau những giờ làm việc căng thẳng áp lực, khoảng vườn xanh mát là nơi để họ ngồi , uống tách cà phê, tìm lại sự cân bằng và tái tạo tư duy sáng tạo.
 - **Đối với thế hệ con trẻ:** Khu vườn trở thành một lớp học tự nhiên thu nhỏ vô cùng an toàn. Trẻ có thể tự tay gieo hạt mầm, quan sát cây lớn lên, học

cách yêu thương thiên nhiên và cùng ông bà, bố mẹ khám phá thế giới sinh học sống động.

=> Có thể thấy rằng khu vườn không chỉ là một chi tiết trang trí, mà chính là linh hồn của căn hộ Ikigai Village. Mọi hoạt động gắn kết, sinh hoạt của gia đình đa thế hệ tại đây đều xoay quanh mảng xanh này, biến căn hộ thành một tổ ấm vẹn tròn nơi mỗi thành viên đều tìm thấy cùng một điểm chung dưới một mái nhà.

2. XÁC ĐỊNH TARGET AUDIENCE VÀ PERSONA GIA ĐÌNH

Để hiện thực hóa triết lý sống cân bằng của Ikigai Village, chiến dịch truyền thông lựa chọn tiêu điểm là mô hình gia đình ba thế hệ cùng chung sống. Từ việc thấu hiểu những rào cản và khát vọng chung của gia đình ba thế hệ nhằm thiết kế ra nếp sống chung cho gia đình ba thế hệ gồm những hoạt động và nghi thức được lặp lại nhằm tăng cường sự gắn kết giữa các thành viên trong gia đình.

PERSONA 1: THẾ HỆ ÔNG BÀ

- **Họ và tên:** Ông Nguyễn Văn Hùng
- **Tình trạng:** Cán bộ công chức về hưu.
- **Vai trò trong nhà:** Điểm tựa tinh thần, giữ gìn nếp nhà và hỗ trợ chăm sóc các cháu khi bố mẹ đi làm.

Là người lớn tuổi nhất trong gia đình ba thế hệ, ông Nguyễn Văn Hùng mang đậm nét sống truyền thống Á Đông, luôn coi trọng nề nếp gia phong và sự gắn kết gia đình. Nhịp sống hằng ngày của ông bắt đầu từ 5 giờ sáng với thói quen pha trà, đọc báo giấy và đặc biệt là niềm đam mê trồng cây, chăm sóc hoa lá. Phần lớn thời gian ông chỉ quanh quẩn ở nhà để chăm cây và hỗ trợ đỡ mắt, đưa đón các cháu nội đi học.

Tuy nhiên, từ khi chuyển từ quê lên căn hộ chung cư khép kín với bốn bức tường bê tông, ông Hùng luôn đối mặt với nỗi cô đơn và cảm giác tù túng. Ban ngày con cái đi làm, cháu đi học khiến ông trog giữa nhà. Đến buổi tối, nhịp sống công nghệ với iPad, điện thoại của con cháu vô tình đẩy ông ra rìa. Ông luôn khao khát được con cháu quây quần, chủ động lắng nghe những câu chuyện xưa cũ để cảm thấy bản thân vẫn còn giá trị trong gia đình hiện đại.

PERSONA 2: THẾ HỆ CHA MẸ

- **Thành viên 1: Người cha**
 - **Họ và tên:** Nguyễn Minh Đức (40 tuổi).
 - **Công việc:** Trưởng phòng Kinh doanh tại một công ty đa quốc gia.

- **Vai trò trong gia đình:** Trụ cột kinh tế chính, người chịu trách nhiệm đưa ra các quyết định lớn trong nhà và là cầu nối thế hệ giữa bố mẹ đẻ (ông Hùng) với các con.
- **Thành viên 2: Người mẹ**
 - **Họ và tên:** Nguyễn Mai Phương (38 tuổi).
 - **Công việc:** Quản lý Nhân sự tại một doanh nghiệp lớn.
 - **Vai trò trong gia đình:** Đồng trụ cột tài chính, người quán xuyến chính việc chăm sóc sức khỏe và cân bằng sinh hoạt hằng ngày cho các thành viên trong tổ ấm ba thế hệ.

Là trụ cột gánh vác trọng trách kinh tế và là cầu nối duy trì mạch sống cho gia đình ba thế hệ, anh Nguyễn Minh Đức và vợ là chị Nguyễn Mai Phương. Nhịp sống hằng ngày của anh chị bị cuốn đi theo một guồng quay vô cùng bận rộn, thường xuyên rời nhà từ sáng sớm và trở về khi phố xá đã lên đèn. Ngay cả khi ở nhà, họ vẫn phải xử lý công việc từ xa, dọn dẹp nhà cửa và chỉ còn chút ít thời gian cuối ngày để lướt điện thoại giải trí.

Chính áp lực ngột thở từ sự nghiệp và việc quán xuyến gia đình đã đẩy anh Đức và chị Phương vào những nỗi dằn vặt tâm lý sâu sắc. Cả hai luôn mang cảm giác tội lỗi vì không dành đủ thời gian cho người thân, bất lực chứng kiến bố mẹ già ngày một lặng lẽ và sự xa cách ngầm với con cái đang tuổi lớn. Chị Phương thường xuyên mệt mỏi vì phải cân bằng giữa công việc và việc chăm sóc các thành viên, trong khi anh Đức dễ mất kiên nhẫn trong không gian căn hộ khép kín tù túng. Họ khát khao một tổ ấm bình yên đúng nghĩa nơi có thể rũ bỏ hoàn toàn áp lực ngay khi bước qua cánh cửa và gắn kết lại tình cảm gia đình.

PERSONA 3: THẾ HỆ CON CHÁU

- **Họ và tên:** Nguyễn Minh KHANG
- **Công việc:** Học sinh lớp 12
- **Vai trò trong gia đình:** Con trai độc nhất, là niềm kỳ vọng lớn của cả nhà, đang trong giai đoạn trưởng thành đầy nhạy cảm và chịu áp lực lớn từ kỳ thi đại học bước ngoặt.

Là thế hệ thứ ba và cũng là đứa con duy nhất trong nhà, Minh Khang chịu nhiều ảnh hưởng rõ rệt từ lối sống số và áp lực học tập của đô thị hiện đại. Nhịp sống hằng ngày của cậu xoay quanh lịch học dày đặc từ sáng đến tối. Khi trở về nhà, thay vì tương tác với người thân, Khang có thói quen tự cô lập mình trong phòng riêng, vùi đầu vào đồng sách vở hoặc tìm kiếm sự giải tỏa qua màn hình máy tính, điện thoại. Giữa Khang và bố mẹ dường như đang tồn tại một bức tường vô hình khi cậu luôn cảm thấy người lớn đang áp đặt, kiểm soát và không thực sự thấu hiểu cho những áp lực thi cử của mình.

Khang đang đối mặt với sự ngột ngạt về cả không gian sống lẫn tinh thần. Việc đối mặt với kỳ thi đại học bước ngoặt đè nặng nhưng lại thiếu một không gian giải tỏa lành mạnh khiến cậu ngày càng trở nên khép kín, dễ cáu gắt và dần xa cách với ông nội lẫn bố mẹ. Cậu khao khát một

góc bình yên, một khoảng trời riêng an toàn để thư giãn đầu óc và nhận được sự đồng cảm, chia sẻ thay vì những lời phán xét hay thúc ép.

3. Hành trình, Cảm xúc và Những điểm khó khăn

- **Hành trình:** Khung giờ vàng 18h00-22h00 thiếu kết nối rõ rệt. Dù ở nhà, họ chỉ tương tác tối thiểu. Ăn tối vội vã, sau đó về phòng riêng với thiết bị công nghệ. Ngôi nhà chìm trong im lặng.
- **Cảm xúc:** Phân hóa sâu sắc: Ông Hùng lặng lẽ, hoài niệm; cha mẹ kiệt sức, day dứt; Minh Khang ngọt ngào, cô độc.
- **Insight:** Mọi thành viên đều yêu thương và mong muốn chia sẻ áp lực. Nhưng họ vô tình dùng sự im lặng và màn hình công nghệ như 'lá chắn' để tránh làm phiền, biến mình thành 'ốc đảo cô đơn' ngay trong tổ ấm.

4. Ý tưởng chủ đạo và Nguyên tắc thiết kế nghi thức

"THE ECO-RHYTHM HOME VƯỜN KHỞI NHỊP, NHÀ KẾT TÌNH"

Ý tưởng lớn: Biến khu vườn trung tâm căn hộ từ 'khoảng xanh kiến trúc' thành 'trạm sạc cảm xúc sinh học'. Gia đình cùng hòa mình vào nhịp điệu tự nhiên của cây cỏ, tạm gác thiết bị công nghệ, đồng điệu cảm xúc yêu thương.

Hệ thống nghi thức tuân thủ 4 nguyên tắc cốt lõi:

- 1 Không kỹ thuật số (Digital-Free Zone):** Tại khu vườn trong giờ nghi thức.
- 2 Chữa lành bằng giác quan tự nhiên:** Âm thanh nước chảy, hương trà tạo không gian thư thái.
- 3 Lắng nghe vô điều kiện, không phán xét:** Khuyến khích chia sẻ cởi mở.
- 4 Tinh gọn, ít tốn sức (Low-effort, High-impact):** Dễ dàng duy trì lâu dài.

5. Hệ thống Nghi thức Gia đình (Family Rituals)

Dự án thiết kế hệ thống nghỉ thức toàn diện, gắn kết với không gian khu vườn của căn hộ Ikigai Village:

- **Hàng ngày "15 Phút Xả Bỏ":** 21h15-21h30 mỗi tối. Thành viên đặt điện thoại vào 'Giỏ Buông Bỏ'. Ông Hùng chuẩn bị trà nóng, mẹ Phương bật phun sương. Mỗi người 3 phút chia sẻ về 'một điều khó khăn' và 'một niềm vui'. Cuối buổi, cả nhà tưới cây trung tâm, tượng trưng gột rửa muộn phiền. Giúp Khang rời phòng và ông nội tìm lại vai trò kết nối.
- **Hàng tuần "Thứ Bảy Đổi Vai":** 20h00 tối thứ Bảy tại bàn trà khu vườn. Một thành viên luân phiên làm 'Chủ vườn', chuẩn bị đồ uống và chọn nhạc không lời. 'Chủ vườn' chia sẻ sâu sắc về ước mơ, áp lực công việc/học đường. Thành viên khác đóng vai 'Cây xanh' im lặng lắng nghe, đồng cảm, trao cái ôm ấm áp. Giúp xóa nhòa định kiến thế hệ.
- **Hàng tháng "Nhật Ký Mầm Xanh":** Chiều Chủ Nhật cuối tháng. Gia đình cùng gieo hạt, cắt tỉa cây cảnh dưới hướng dẫn của ông Hùng. Ghi lại tiến trình phát triển của vườn cùng cột mốc gia đình vào sổ da chung, kèm ảnh chụp. Tôn vinh kinh nghiệm ông bà, kiến tạo ký ức tập thể bền vững.
- **Đặc biệt "Gửi Ước Nguyện Vào Đất":** Dịp sinh nhật hoặc trước kỳ thi của Khang. Thay vì cắt bánh, mọi người viết thư tay chia sẻ lời cảm ơn hoặc động viên không áp đặt. Thư cuộn lại, bỏ vào hũ thủy tinh treo trên cành cây trong vườn, đọc lại vào đêm giao thừa. Tạo nên di sản tinh thần vô giá.

6. Vai trò của Khu vườn và Kết quả kỳ vọng

Khu vườn trong nhà (20-40m²) với giếng trời đón nắng gió là trái tim kiến trúc và nguồn cảm hứng chữa lành. Không gian xanh mát, âm thanh êm dịu giúp giải tỏa tâm lý, khuyến khích cởi mở, kéo thành viên ra khỏi phòng riêng để trò chuyện tự nhiên, không bị chi phối bởi thiết bị số.

Lộ trình chuyển biến dự kiến:

- **Sau 3 tháng:** 100% thành viên hình thành thói quen cất thiết bị số đúng giờ; khu vườn thành điểm sinh hoạt tự nhiên cuối ngày.

- **Sau 6 tháng:** Tần suất tương tác sâu tăng, áp lực tinh thần giảm; Minh Khang chủ động chia sẻ định hướng tương lai và áp lực thi cử.
- **Sau 12 tháng:** Hệ thống nghi thức chuyển hóa thành nếp sống tự nhiên, hình thành truyền thống văn hóa vững bền.

7. Thông điệp truyền thông

Thông điệp chính: "Buông áp lực ở cửa vườn, Đón nhịp sống ở lòng nhà"

Không gian sống có thể tối ưu hóa bằng kiến trúc mở, nhưng tổ ấm chỉ được nuôi dưỡng trọn vẹn bằng những nghi thức yêu thương duy trì bền bỉ mỗi ngày. Dự án khẳng định giá trị cốt lõi của sự lắng nghe, thấu hiểu và ý nghĩa của những hành động nhỏ thường xuyên trong việc gìn giữ hạnh phúc gia đình đa thế hệ.