GIÁ TRỊ GANBARU CỦA NHẬT BẢN: BỀN BỈ - MỘT TRONG NHỮNG NHÂN TỐ ĐỂ "ĐI XA" TRONG HÀNH TRÌNH HỌC TẬP

Lê Xuân Mai, Phan Nhật Hào, Nguyễn Hải Quân, Huỳnh Chí Minh Huyên, Trịnh Quốc Lập
Khoa Ngoại ngữ, Đại học Cần Thơ

Tóm tắt: *Bài viết khám phá giá trị Ganbaru trong văn hóa Nhật Bản và những gợi mở cho hành trình học tập trong bối cảnh Việt Nam. Giá trị Ganbaru, với tinh thần kiên trì và ý chí bền bỉ, thể hiện ở ba khía cạnh cốt lõi: vượt qua khó khăn, cam kết đi đến cùng và xem thành công như một quá trình trưởng thành. Trên nền tảng ấy, bài viết nhấn mạnh rằng kiên trì chỉ thực sự tạo nên sức mạnh khi hòa quyện cùng năng lực đổi mới, khả năng thích ứng và sự hướng dẫn của "người Thầy". Trong bối cảnh giáo dục Việt Nam đang đổi mới, Ganbaru có thể trở thành giá trị bổ trợ, làm giàu thêm truyền thống hiếu học, tôn sư trọng đạo, đồng thời khơi mở con đường học tập bền vững cho thế hệ trẻ.*

Từ khóa: *Ganbaru; Bền bỉ; Giáo dục Việt Nam; Học tập bền vững*

THE JAPANESE GANBARU: PERSEVERANCE - ONE OF KEY FACTORS TO "GO FAR" IN THE LEARNING JOURNEY

Le Xuan Mai, Phan Nhat Hao, Nguyen Hai Quan, Huynh Chi Minh Huyen, Trinh Quoc Lap
Faculty of Foreign Languages, Can Tho University

Abstract: *This paper explores the Japanese cultural value of Ganbaru and its implications for higher learning in Vietnam. The value embodies perseverance and steadfast effort, reflected in three core dimensions: overcoming life challenges, committing to goals, and understanding success as a process of holistic growth. The study emphasizes that persistence alone achieves its full potential only when combined with adaptability, innovative competence, and academic assistance from "respected Teachers". In the context of Vietnam's educational reforms, Ganbaru can function as a complementary value, enriching the tradition of diligence, affection for learning, respect for teachers, while orienting learners toward sustainable academic development.*

Keywords*: Ganbaru; Perseverance; Vietnamese Education; Sustainable Learning*

Nhận bài: 20/08/2025 *Phản biện: 16/09/2025* *Duyệt đăng: 21/09/2025*

I. ĐẶT VẤN ĐỀ

Trong lịch sử nhân loại, mỗi dân tộc đều hình thành cho mình những giá trị văn hóa cốt lõi để làm động lực phát triển. Nhật Bản nổi bật với tinh thần Ganbaru, một triết lý sống coi trọng sự kiên trì, nỗ lực đến tận cùng và ý chí vượt qua mọi thử thách (Suseno, 2018). Giá trị này đã góp phần định hình bản sắc con người Nhật, lan tỏa trong đời sống lao động, học tập và trở thành nền tảng cho sức mạnh nội sinh của quốc gia. Trong bối cảnh toàn cầu hóa, Việt Nam đang đứng trước yêu cầu đổi mới giáo dục và đào tạo nguồn nhân lực chất lượng cao. Sinh viên và học viên sau đại học không chỉ không ngừng học tập nâng cao tri thức ngày càng mở rộng, mà còn phải thích ứng với nhịp sống nhanh và môi trường cạnh tranh khốc liệt. Trên hành trình ấy, việc tìm kiếm những giá trị văn hóa ngoại sinh, có khả năng truyền cảm hứng và định hướng hành động, trở thành nhu cầu cần thiết. Ganbaru, với đặc trưng là sự bền bỉ và ý chí vươn lên, có thể gợi mở nhiều bài học cho người học Việt Nam. Bài viết nhằm phân tích giá trị Ganbaru trong học tập, tập trung vào ba khía cạnh cốt lõi: bền bỉ vượt qua khó khăn, cam kết hoàn thành mục tiêu, và quan niệm thành công như một quá trình trưởng thành toàn diện. Từ đó, bài viết gợi ra những triết lý cho giáo dục đại học và sau đại học tại Việt Nam, góp phần khai thác Ganbaru như một giá trị bổ trợ, giúp người học tiến xa và bền vững trong hành trình tri thức.

II. NỘI DUNG NGHIÊN CỨU

2.1. Giá trị Ganbaru

Trong văn hóa dân tộc Nhật Bản, Ganbaru (頑張る) được xem là một trong những giá trị đặc trưng nhất và có sức ảnh hưởng sâu rộng. Đây là tinh thần kiên trì, bền bỉ, nỗ lực vượt trên mức thông thường và không ngừng cố gắng cho đến tận cùng. Suseno (2018) cho rằng giá trị này còn là tinh thần chiến đấu hết mình, thậm chí "cho đến giọt máu cuối cùng". Chính vì thế, Ganbaru vừa là nguồn động viên cá nhân, vừa là lời khích lệ để tiếp thêm sức mạnh cho người khác trong lúc "ngàn cân treo sợi tóc". Theo giải thích của Ambari (2017), giá trị này được xem như một lẽ sống với thái độ làm việc chăm chỉ và không bỏ

cuộc cho đến khi đạt được kết quả tối đa. Điều này được củng cố bởi định nghĩa trong từ điển Nhật Bản, mô tả Ganbaru là sự kiên nhẫn chịu đựng và nỗ lực không ngừng "dù phải đi xa đến đâu" (doko made mo nintai shite doryoku suru). Vì thế, trong đời sống xã hội Nhật Bản, giá trị này trở thành triết lý giúp người dẫn đối diện với mọi thử thách thông qua việc lao động bền bỉ giải quyết vấn đề và không né tránh khó khăn (Lestari & Andreas, 2025).

Có thể cho rằng chính giá trị Ganbaru góp phần tạo nên hình ảnh "người Nhật cần cù" hay thậm chí "nghiện việc" (workaholics). Bên cạnh việc thúc đẩy năng suất, nó còn nuôi dưỡng tình yêu đối với công việc, tinh thần trách nhiệm, cũng như sự phát triển hài hòa về thể chất, cảm xúc, hành vi và xã hội (Winata và cộng sự, 2018). Ở tầm quốc gia, giá trị này là một trong những động lực quan trọng đưa Nhật Bản vươn lên trở thành cường quốc phát triển. Ezra Vogel trong tác phẩm Japan as Number One đã khẳng định rằng thành công ấy không chỉ đến từ kinh tế hay chính sách, mà còn từ sức mạnh văn hóa, đặc biệt là tinh thần Ganbaru (Widarahhesty, 2020). Từ cách hiểu trên có thể thấy, Ganbaru là một hệ giá trị mang tính định hướng hành động trong đời sống. Trong phạm vi học tập, tinh thần này thể hiện rõ ở ba khía cạnh cốt lõi: (1) sự bền bỉ vượt qua khó khăn, (2) cam kết hoàn thành mục tiêu đến cùng, và (3) quan niệm rằng thành công không phải là đích duy nhất. Ba khía cạnh này sẽ được phân tích trong các mục tiếp theo để làm rõ hơn ý nghĩa và tác động của giá tị này đối với hành trình học tập của người học Việt Nam.

2.2. Bền bỉ vượt qua khó khăn

Trong tinh thần Ganbaru, bền bỉ vượt qua khó khăn được xem như cội nguồn của sự trưởng thành. Đây là năng lực giữ vững ý chí, duy trì nỗ lực liên tục và tìm giải pháp sáng tạo để tiến lên phía trước. Theo Suseno (2018), người Nhật coi thử thách là môi trường quý giá để rèn luyện bản lĩnh, phát triển sức dẻo dai và từng bước đạt tới thành công. Nhờ tinh thần ấy, mỗi khó khăn trở thành động lực giúp con người tiến xa hơn trên hành trình tri thức và nhân cách (Widarahhesty, 2020).

Trong học tập đại học và sau đại học ở Việt Nam, phẩm chất này giữ vai trò then chốt. Sinh viên đại học thường đối diện với áp lực thi cử, khối lượng môn học đa dạng và môi trường học tập đòi hỏi tính tự chủ cao. Nhiều học viên sau đại học còn phải cân bằng giữa nghiên cứu khoa học, công việc tại cơ quan và trách nhiệm gia đình. Những thách thức đó đòi hỏi một thái độ kiên định, kiên nhẫn và bền bỉ để duy trì hành trình học thuật lâu dài. Tinh thần Ganbaru hòa quyện với truyền thống Việt Nam, vốn đề cao sự nhẫn nại qua câu tục ngữ *"có công mài sắt, có ngày nên kim*", và lời dạy của Chủ tịch Hồ Chí Minh: *"Không có việc gì khó, chỉ sợ lòng không bền, đào núi và lấp biển, quyết chí ắt làm nên"*. Để nuôi dưỡng tinh thần này, sinh viên và học viên sau đại học nên đặt ra mục tiêu rõ ràng, chia nhỏ nhiệm vụ để từng bước hoàn thành, đồng thời xây dựng thói quen học tập kỷ luật. Việc tìm kiếm sự hỗ trợ từ giảng viên, bạn bè và các nguồn tài liệu cũng góp phần giảm bớt áp lực, giúp người học duy trì động lực lâu dài.

2.3. Cam kết hoàn thành nhiệm vụ

Đặc điểm quan trọng của tinh thần Ganbaru chính là ý chí theo đuổi mục tiêu đến cùng. Cam kết không dừng lại ở lời hứa hay quyết định ban đầu, mà thể hiện qua sự gắn bó bền bỉ và hành động liên tục cho đến khi hoàn tất công việc. Người Nhật xem việc "làm trọn vẹn" là biểu hiện của danh dự và tinh thần trách nhiệm (Winata và cộng sự, 2018). Chính ý thức ấy tạo nên sức mạnh để họ đạt được những thành tựu lâu dài. Trong học tập ở Việt Nam, tinh thần cam kết giữ vai trò nền tảng cho cả bậc đại học và sau đại học. Ở bậc đại học, cam kết được thể hiện qua việc hoàn thành chương trình học đúng tiến độ, tích lũy tri thức một cách bền bỉ và chủ động rèn luyện kỹ năng. Ở bậc sau đại học, cam kết gắn liền với nghiên cứu khoa học, nơi người học duy trì sự tập trung cho đề tài, kiên trì với từng giai đoạn nghiên cứu và kiên định đến ngày bảo vệ luận văn hay luận án.

Để nuôi dưỡng tinh thần cam kết, mỗi người học có thể bắt đầu từ những việc rất cụ thể. Sinh viên đại học nên xây dựng kế hoạch học tập theo từng học kỳ, đặt mục tiêu rõ ràng cho từng môn học, đồng thời duy trì thói quen ôn tập đều đặn và tham gia thảo luận để củng cố kiến thức. Học viên sau đại học cần phát triển kỷ luật nghiên cứu bằng cách phân chia đề tài thành các giai đoạn nhỏ, viết nhật ký học thuật để theo dõi tiến độ, và duy trì

sự trao đổi thường xuyên với giảng viên hướng dẫn. Cam kết cũng được thể hiện qua việc biết sắp xếp thời gian hợp lý, giữ cân bằng giữa học tập, nghiên cứu và đời sống cá nhân, nhờ đó duy trì năng lượng và cảm hứng lâu dài. Như Chủ tịch Hồ Chí Minh từng căn dặn: *"Việc gì cũng cần phải thiết thực, nói được, làm được. Việc gì cũng phải từ nhỏ dần dần đến to, từ dễ dần đến khó, từ thấp dần đến cao. Một chương trình nhỏ mà thực hành được hẳn hoi hơn là một trăm chương trình to tát mà không làm được"* (Thư gửi các bạn thanh niên, 17-8-1947). Lời dạy này nhắc nhở rằng khi biết bắt đầu từ những bước nhỏ nhưng chắc chắn, cam kết sẽ trở thành sức mạnh bền bỉ để người học đi đến thành công cuối cùng.

2.4. Ganbaru: Triết lý trưởng thành toàn diện

Ngoài sự bền bỉ và cam kết hành động, Ganbaru được xem như một triết lý sống, hướng con người đến sự trưởng thành toàn diện. Thành quả bên ngoài như điểm số, học vị, học hàm hay công trình khoa học chỉ là một phần của hành trình (Ambari, 2017; Lestari & Andreas, 2025). Giá trị sâu sắc hơn nằm ở sự "thức tỉnh" bên trong tâm khảm. Đó là khả năng tự nhận ra tiềm năng bản thân, nuôi dưỡng nghị lực và phát triển sự kiên cường bật dậy sau mỗi lần vấp ngã và tiếp tục tiến bước với ý chí kiên định. Đối với sinh viên và học viên sau đại học, mỗi thách thức về khối lượng kiến thức, nhiệm vụ nghiên cứu hay áp lực cân bằng cuộc sống đều trở thành cơ hội quý giá để rèn luyện bản lĩnh. Khi tiếp nhận trải nghiệm học tập bằng thái độ nghiêm túc, người học không chỉ tiến xa trong học thuật mà còn đạt tới sự "chín chắn" trong nhân cách. Một khía cạnh quan trọng khác sự hài hòa Thân - Tâm - Trí. "Thân" khỏe mạnh mang lại năng lượng cho quá trình học tập. "Tâm" an yên nuôi dưỡng cảm xúc tích cực và khả năng gắn kết với cộng đồng. "Trí" rộng mở cho phép tiếp nhận thông tin, kiến tạo tri thức, lan tỏa thông điệp tích cực và cống hiến cho xã hội.

Con người có thể đạt đến độ "chín" khi biết trải qua biến cố và nỗ lực học tập nghiêm túc. Để đạt tới sự "chín" ấy, cần xây dựng "chính". Chủ tịch Hồ Chí Minh di huấn rằng: *"CẦN, KIỆM, LIÊM là gốc của CHÍNH. Như một cây cần phải có gốc rễ, lại cần có nhành, lá, hoa quả mới là hoàn toàn. Một người phải Cần, Kiệm, Liêm nhưng còn phải CHÍNH mới là người hoàn toàn"*. Người học vì vậy cần giữ tinh thần cầu tiến, thường xuyên tự soi xét, tự điều chỉnh và sẵn sàng đón nhận góp ý. Khi giữ vững "chính", quá trình học tập là hành trình rèn luyện phẩm chất, nuôi dưỡng nhân cách và kiến tạo một nền tảng vững chắc.

2.5. Ganbaru và hành trình học tập tại Việt Nam

Ganbaru đem lại cho con người sức mạnh kiên trì, nhưng bền bỉ tự thân chưa phải là đích đến cuối cùng. Hành trình học tập chỉ thực sự mở rộng khi được nâng đỡ bởi những nền tảng căn bản trong tâm lý và văn hóa. Theo thuyết Tự quyết (Self-determination theory) (Deci & Ryan, 1985), con người trưởng thành toàn diện khi ba nhu cầu tâm lý cốt lõi được nuôi dưỡng một cách hài hòa: "tự chủ" (autonomy), "năng lực" (competence) và "gắn kết" (relatedness). Tự chủ giúp người học nhìn thấy tri thức như một hành trình do chính mình lựa chọn và dẫn dắt, nơi mỗi quyết định đều mang ý nghĩa trách nhiệm. Năng lực khẳng định giá trị của sự rèn luyện bền bỉ, gieo vào lòng người học niềm tin rằng công sức hôm nay tạo nên thành quả ngày mai. Gắn kết mang đến một không gian chan chứa sự đồng hành: gia đình trao gửi yêu thương, bạn bè sẻ chia khó khăn, thầy cô thắp sáng khát vọng, và cộng đồng rộng lớn trở thành điểm tựa. Khi ba yếu tố này hòa quyện, sự bền bỉ trong Ganbaru không còn là nỗ lực đơn lẻ mà biến thành dòng chảy mạnh mẽ đưa người học tiến xa và vươn cao.

Trong sự cộng hưởng ấy, "người Thầy" giữ một vai trò quan trọng (Trịnh và cộng sự, 2025). Người Thầy không chỉ truyền đạt tri thức, tạo cơ hội cho người học xây dựng kiến thức cho cá nhân, mà còn là người "đánh thức" tiềm năng ẩn sâu, khơi gợi niềm tin và định hướng hành trình. Một lời khích lệ đúng lúc, một niềm tin lặng lẽ, hay một tấm gương sống đầy nhân cách có thể trở thành bước ngoặt, chuyển hóa sự kiên trì của học trò thành sức mạnh nội tại bất diệt. Câu tục ngữ *"không thầy đố mày làm nên"* đã trao cho vai trò ấy một ý nghĩa đặc biệt: học trò trưởng thành không chỉ nhờ tri thức tiếp nhận, mà còn nhờ nhân cách được soi rọi, được nuôi dưỡng trong mối quan hệ thầy - trò đầy ân tình. Người Thầy vì thế vừa là người dẫn đường, vừa là chiếc gương sáng, để học trò từ kiên trì đi đến tự chủ, từ năng lực đi đến tự do, và từ tri thức đi đến khai phóng. Khi sự bền bỉ của Ganbaru kết hợp cùng tự chủ, năng lực và gắn kết, hành trình học tập trở thành sự hòa hợp trọn vẹn, tương ứng với triết lý Á Đông

"thiên thời, địa lợi, nhân hòa". Thiên thời trao cho người học cơ hội và thời thế, địa lợi mang đến môi trường và phương pháp thích hợp, nhân hòa kết nối con người trong những mối quan hệ giàu yêu thương và nâng đỡ. Trong sự cộng hưởng ấy, học tập là hành trình trưởng thành của tâm hồn, của nhân cách và bản lĩnh.

III. KẾT LUẬN

Giá trị Ganbaru, với tinh thần kiên trì và ý chí bền bỉ, đang trở thành một giá trị tham chiếu đầy ý nghĩa cho người học Việt Nam trong hành trình học tập. Tuy nhiên, sự bền bỉ chỉ thật sự phát huy trọn vẹn sức mạnh khi kết hợp với năng lực đổi mới và khả năng thích ứng. Học tập bền vững đòi hỏi không chỉ nghị lực, mà còn cần sự sáng tạo, tư duy phản biện và sự soi đường của "người Thầy". Với giáo dục Việt Nam, Ganbaru có thể là giá trị bổ trợ quý báu, góp phần làm giàu thêm hệ giá trị học tập vốn gắn liền với truyền thống cần cù, hiếu học và tôn sư trọng đạo. Điều quan trọng là khai thác tinh thần ấy một cách cân bằng, gắn kết nó cùng những năng lực toàn cầu mới, thay vì tuyệt đối hóa thành con đường duy nhất.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

Ambari, N. P. M. (2017). Nilai Ganbaru dalam manga *Hajime No Ippo* karya Morikawa Joji. *Humanis,* 20(1), 169–177.

Lestari, H., & Andreas, R. (2025). Analyzing the representation of Ganbaru values in anime Blue Period through Roland Barthes' semiotic approach. In *Jogjakarta Communication Conference* (JCC) (Vol. 3, No. 1, pp. 381–391).

Suseno, W. I. (2018). Mengenal profil karakter bangsa Jepang melalui filsafat Ganbaru. *Jurnal Ilmu Budaya. Kiryoku,* 2(2), 110–118. https://doi.org/10.14710/kiryoku.v2i2.110-118

Trinh, Q. L., Phan, N. H., & Le, C. T. (2025). Examining teacher-researcher identity construction of a novice teacher from dialogical perspectives. *Social Sciences & Humanities Open*, 12, 102025. https://doi.org/10.1016/j.ssaho.2025.102025

Widarahhesty, Y. (2020). Otsukaresamadeshita!: A critical analysis of Japan's toxic work culture. *WILAYAH: The International Journal of East Asian Studie*s, 9(1), 32–47.

Winata, G., Marion, E. C., & Pradipto, Y. D. (2018). Sustainability of Ganbaru concept among Japanese expatriate in Jakarta. *In Proceedings of the 3rd International Conference on Social Sciences, Laws, Arts and Humanities* (Vol. 1, pp. 165–168).