

NGƯỜI

ĐỒNG HÀNH

BIDV

ĐẶC SAN CỦA NGÂN HÀNG TMCP ĐẦU TƯ VÀ PHÁT TRIỂN VIỆT NAM | THÁNG 5/2026

*Nghệ thuật sống
ở vùng*
XANH



**KHÁT VỌNG TRƯỜNG TỒN
CÙNG SỰ THỊNH VƯỢNG
CỦA ĐẤT NƯỚC**

KIẾN TẠO THÀNH TỰU VÔ HẠN



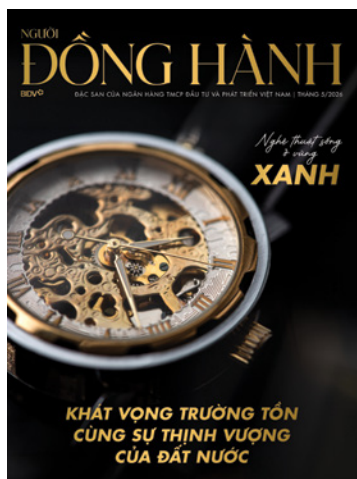
NGÂN HÀNG TMCP ĐẦU TƯ VÀ PHÁT TRIỂN VIỆT NAM

 1800 969659

 bidv.com.vn/private



Thư BAN BIÊN TẬP



ĐẶC SAN CỦA NGÂN HÀNG
THƯƠNG MẠI CỔ PHẦN ĐẦU TƯ
VÀ PHÁT TRIỂN VIỆT NAM (BIDV)

CHỊU TRÁCH NHIỆM NỘI DUNG
PHÓ TỔNG GIÁM ĐỐC
LẠI TIẾN QUẢN

BIÊN TẬP
BAN TRUYỀN THÔNG VÀ THƯƠNG HIỆU

THIẾT KẾ & SÁNG TẠO
LE MEDIA

Giấy phép xuất bản: số 3/GP/XBDS
ngày 7/1/2026 của Bộ Văn hóa
Thể thao và Du lịch.

Kính mến gửi bạn đọc,

Có những giá trị không đến từ tốc độ, mà từ khả năng ở lại cùng thời gian. Trong một thế giới luôn chuyển động, điều xa xỉ nhất đôi khi không phải là sở hữu nhiều hơn — mà là giữ được những gì thực sự có ý nghĩa.

Người Đồng Hành, đặc san của Ngân hàng TMCP Đầu tư và Phát triển Việt Nam (BIDV), được bắt đầu từ một cảm nhận như vậy.

Người Đồng Hành là một không gian thông tin được “giám tuyển”, nơi kiến thức kinh tế – tài chính – đầu tư được đặt trong cuộc đối thoại cùng nghệ thuật, phong cách sống và những giá trị tinh hoa đương đại. Như chính tên gọi mà BIDV trân trọng gửi gắm, chúng tôi kỳ vọng đây sẽ trở thành một “người đồng hành” cùng bạn đọc trên hành trình tận hưởng cuộc sống và kiến tạo thành tựu.

Trong số đầu tiên này, chúng tôi lựa chọn “**trường tồn**” là chủ đề đối thoại. Đó không chỉ là câu chuyện của thời gian, mà còn là cách chúng ta định hình tương lai – thông qua kỷ luật, chiến lược dài hạn và những giá trị bền vững.

Ở góc độ cá nhân, “Longevity” – sống lâu hơn, sống khỏe hơn, sống chất lượng hơn – đang trở thành một trong những từ khóa định hình thế giới hiện đại: từ khoa học tái tạo, y học tiên tiến cho đến nghệ thuật sống trên toàn cầu. Qua những câu chuyện đa chiều, chúng tôi hy vọng mang đến cho bạn đọc một góc nhìn mới về cách con người có thể kéo dài không chỉ tuổi thọ, mà hơn hết đó là theo đuổi những giá trị bền vững trong cuộc sống.

Ở một lát cắt khác, BIDV theo đuổi **trường tồn** bằng gần 7 thập kỷ phụng sự, “kiên định với định hướng chiến lược phát triển bền vững, với tinh thần, trách nhiệm vì cộng đồng và phụng sự Tổ quốc” như cuộc trò chuyện với Tổng Giám đốc Lê Ngọc Lâm đã soi tỏ.

84 trang báo đầy tâm huyết là lời chào đầu tiên của Người Đồng Hành gửi đến bạn đọc, cũng là lời ngỏ cho một hành trình dài lâu của tri thức và cảm hứng. Mong rằng bạn sẽ luôn tìm thấy thật nhiều giá trị lắng đọng ngay cả khi đã khép lại mỗi cuốn đặc san.

Ban Biên tập Người Đồng Hành

MỤC LỤC



3 Thư Ban Biên tập

TOÀN CẢNH

- 8 Kinh tế toàn cầu 2026: Vận hành giữa những mỏ neo mới
- 12 Kinh tế Việt Nam 2026: Khát vọng ngược dòng thế giới
- 18 Tầm vóc mới của thị trường chứng khoán Việt Nam

TÂM NHÌN KIẾN TẠO

- 24 Hành trình 69 năm và khát vọng trường tồn cùng sự thịnh vượng của Đất nước
- 30 Đầu tư năm 2026:
Năm đầu tư chọn lọc, kỷ luật, dài hạn
- 34 Lời giải cho bài toán quản trị gia sản
- 38 Tiền Việt Nam trong dòng chảy thiên niên kỷ



THẾ GIỚI TINH HOA

SPOTLIGHT

- 44 Mã đảo thành công
- 48 Trái đất chuyển mình

FEATURE: LONGEVITY

- 52 Ván cờ tỉ phú mới
- 56 Làn da không tuổi
- 63 Nghệ thuật sống ở Vùng Xanh
- 71 Mỹ thực, thần dược



- 76 BIDV VISA INFINITE
Tinh hoa phong cách sống

Women
& wealth

BIDV 

Để nỗ lực **nhỏ bé**

Cũng hóa *Phi
thường*



TOÀN CẢNH



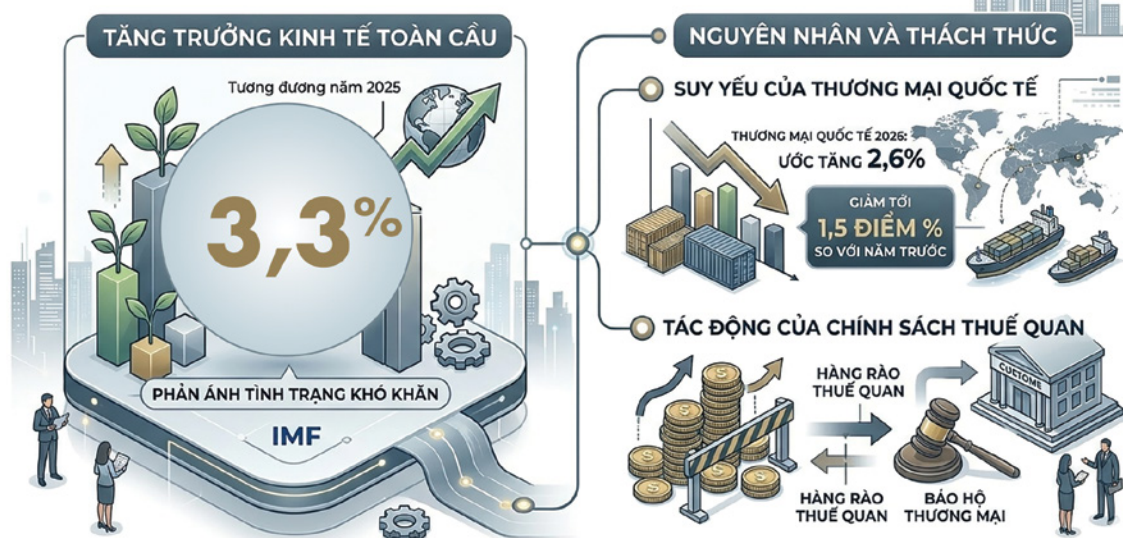
KINH TẾ TOÀN CẦU 2026

Dưới tác động của chính sách thuế quan, xung đột địa chính trị và sự phân cực giữa các cường quốc, kinh tế toàn cầu được dự báo tiếp tục chịu sức ép trong năm 2026. Tuy nhiên, động lực tăng trưởng sẽ được bù đắp nhờ các khoản đầu tư vào chủ quyền và trí tuệ nhân tạo (AI) của các quốc gia.



VẬN HÀNH GIỮA NHỮNG “MỎ NEO” MỚI

DỰ BÁO KINH TẾ TOÀN CẦU 2026 (IMF)



QUÁN TÍNH 2025

Năm 2025, kinh tế thế giới đã cho thấy khả năng chống chịu tốt hơn kỳ vọng khi tăng trưởng được cải thiện so với dự báo hồi đầu năm. Dù vậy, sự phân hoá giữa các nền kinh tế, các lĩnh vực vẫn diễn ra mạnh mẽ và nhiều rủi ro mang tính cấu trúc vẫn tiếp tục tồn tại.

Theo IMF, tăng trưởng toàn cầu năm 2025 ước đạt 3,3%, tương đương năm trước; trong khi World Bank ước tính tăng trưởng 2,7%, thấp hơn 0,1 điểm % so với năm trước. Mỹ vẫn duy trì tăng trưởng dương, song động lực chính không còn đến từ tiêu dùng mà dựa nhiều hơn vào chi tiêu công và các gói hỗ trợ công nghiệp - quốc phòng. Trung Quốc tiếp tục tăng trưởng dưới tiềm năng do thị trường bất động sản phục hồi chậm, tiêu dùng còn yếu và áp lực từ môi trường thương mại quốc tế. Khu vực đồng tiền chung châu Âu (Eurozone) đối mặt với tăng trưởng thấp kéo dài, chịu ảnh hưởng đồng thời từ chi phí năng lượng cao, cầu nội địa yếu và sức ép cạnh tranh công nghiệp cũng như rủi ro thuế quan.

Lạm phát toàn cầu năm 2025 giảm xuống mức 4,1%, thấp hơn giai đoạn 2022 - 2024

(6,6% - 8,7%) nhưng vẫn cao hơn trước đại dịch (1,9% - 2,2%). Lạm phát lõi tại nhiều nền kinh tế lớn duy trì trên ngưỡng mục tiêu khiến dư địa nới lỏng tiền tệ hạn chế và không đồng đều. Thương mại quốc tế chịu sức ép từ xu hướng bảo hộ thương mại, tái cấu trúc chuỗi cung ứng và chi phí vốn cao, trong khi hiệu ứng “front-loading” dẫn suy yếu.

Những diễn biến này được nhìn nhận sẽ tiếp tục xảy ra trong năm 2026. Theo dự báo của IMF, tăng trưởng kinh tế toàn cầu năm 2026 sẽ đạt 3,3% (tương đương năm 2025), phản ánh tình trạng khó khăn do sự suy yếu của thương mại quốc tế (ước tăng 2,6%, giảm tới 1,5 điểm % so với năm trước) và tác động của chính sách thuế quan. Dù lạm phát toàn cầu tiếp tục xu hướng hạ nhiệt (xuống khoảng 3,8%), tạo dư địa nhất định cho việc giảm nhẹ lãi suất điều hành, song các ngân hàng trung ương lớn được cho là vẫn duy trì cách tiếp cận thận trọng.

Điều đáng lo ngại hơn nữa là chiến sự ở Iran nói riêng, Trung Đông nói chung đang diễn ra hết sức khó lường. Trong kịch bản cơ sở (xác suất 50%), chiến sự sẽ kéo dài tới 4 - 5 năm dù cho xung đột chỉ giới hạn giữa Mỹ - Israel và Iran. Trong khi đó, với



kịch bản tiêu cực (xác suất 30%), chiến sự sẽ lan rộng toàn Trung Đông - Bắc Phi, dẫn tới eo biển Hormuz bị phong tỏa kéo dài. Còn với kịch bản rất tiêu cực (xác suất 20%), căng thẳng sẽ leo thang nghiêm trọng khi các nước lớn như Nga, Trung Quốc can dự vào. Dù ở kịch bản nào, tăng trưởng kinh tế toàn cầu cũng bị ảnh hưởng mạnh. Thông thường, giá dầu cứ tăng 10 USD/thùng, GDP toàn cầu sẽ giảm 0,07 - 0,1 điểm % và lạm phát tăng thêm. Trong khi đó, Iran giữ vai trò then chốt với trữ lượng dầu lớn thứ 3 thế giới. Còn eo biển Hormuz là nơi trung chuyển 20% - 25% lượng dầu toàn cầu. Nếu eo biển này bị phong tỏa hoàn toàn, giá dầu Brent có thể vượt ngưỡng 100 USD/thùng, thậm chí lên tới 140 USD/thùng. Theo dự báo của J.P. Morgan và Bank of America, giá vàng cũng sẽ bị đẩy lên ngưỡng “không tưởng”, có thể đạt tới 6.000 - 6.300 USD/ounce vào cuối năm 2026. Trong khi đó, thị trường tài chính toàn cầu sẽ hứng chịu những cú rung lắc dữ dội.

Trong bối cảnh rủi ro đó, các nền kinh tế lớn được cho là sẽ phải “vật lộn” trên con đường tìm kiếm tăng trưởng. Edmond de Rothschild dự đoán kinh tế Eurozone chỉ tăng trưởng 0,8%, Mỹ đạt 1,9% trong khi Trung Quốc đạt 4,9%.

Dù có mức tăng trưởng cao hơn cả, song kinh tế Trung Quốc được nhìn nhận vẫn chưa thể thoát khỏi đà suy thoái, bất chấp xuất khẩu sẽ tăng trưởng tốt

nhờ nhu cầu toàn cầu đối với hàng hoá chuyển đổi năng lượng (như pin mặt trời, tuabin gió...), cơ sở hạ tầng AI cùng sự hỗ trợ của chính sách tiền tệ.

Trong khi đó, xuất khẩu của châu Âu được cho là chịu ảnh hưởng nặng bởi việc tăng thuế quan của Mỹ và sự mạnh lên của đồng Euro. Đóng góp thương mại quốc tế của châu Âu dự kiến vẫn ở mức âm trong năm 2026. Sự bất ổn tiếp tục kìm hãm đầu tư, tiêu dùng và khuyến khích tiết kiệm, khiến tăng trưởng kinh tế khu vực này trở nên yếu ớt.

NHỮNG MỎ NEO CỦA KINH TẾ THẾ GIỚI NĂM 2026

Sự phân cực giữa các quốc gia, các nền kinh tế phản ánh sự thoái trào của xu hướng toàn cầu hoá - vốn đã được khởi lên từ khi ông Donald Trump đắc cử tổng thống Mỹ lần đầu tiên và bị làm trầm trọng bởi đại dịch Covid-19. Căng thẳng thương mại leo thang trong những năm sau đại dịch gắn liền với cuộc chiến thuế quan càng làm sâu sắc thêm quá trình này. Điều đó thúc đẩy các quốc gia tăng cường thực hiện các chính sách chủ quyền, nhất là ở các lĩnh vực “thiết yếu”, nhằm giảm bớt sự phụ thuộc, nâng cao khả năng chống chịu, thích ứng trước các cú sốc mới và củng cố sức mạnh của mình.

Điển hình là Mỹ, việc thực hiện chính sách thuế quan “có đi có lại” là chiến lược trọng yếu nhằm cân

bằng vị thế thương mại và tái thiết lập năng lực công nghiệp, cho phép quốc gia giàu nhất hành tinh củng cố chủ quyền của mình. Dù gần đây (tháng 2/2026), thuế quan theo Đạo luật Quyền hạn Kinh tế Khẩn cấp Quốc tế (IEEPA) bị bãi bỏ theo phán quyết của Toà án Tối cao Mỹ (SCOTUS) khiến các sắc thuế đối ứng mà chính quyền Donald Trump áp dụng trước đây bị dừng lại, song Nhà Trắng đã ngay lập tức áp dụng phụ thu nhập khẩu tạm thời 10% dựa trên Điều khoản 122 của Luật Thương mại 1974. Mức thuế này áp dụng tối đa 150 ngày (tức tới 24/7/2026) và có thể kéo dài hơn nếu được Quốc hội Mỹ gia hạn. Bên cạnh thuế quan, một chiến lược làm giảm giá trị đồng USD cũng được Washington thực hiện bằng cách khuyến khích hộ gia đình Mỹ nắm giữ trái phiếu chính phủ nhiều hơn.

Không phải ngẫu nhiên Edmond de Rothschild nhận định rằng ngày nay nền kinh tế thế giới không còn được dẫn dắt bởi toàn cầu hóa mà bằng khát vọng chủ quyền của các quốc gia lớn, thông qua đầu tư và liên minh mới. Đây được xem là lực đỡ cho tăng trưởng toàn cầu trong năm 2026, thậm chí trong nhiều năm tiếp theo.

Thực tế cho thấy, việc thực thi các chính sách chủ quyền (trong các lĩnh vực: công nghiệp, năng lượng, lương thực, kỹ thuật số, truyền thông...) đang là xu hướng nổi bật nhất của kinh tế thế giới. Edmond de Rothschild ước tính các khoản đầu tư vào chủ quyền tương đương 5,3% GDP toàn cầu, tức khoảng 6.000 tỷ USD.

Trong số này, chi tiêu quân sự có tốc độ gia tăng nhanh hàng đầu. Từ năm 2022 đến năm 2024, chi tiêu quân sự toàn cầu tăng 9%/năm, tính theo USD danh nghĩa, nhanh hơn nhiều so với mức tăng 2,4% giai đoạn 2010 – 2021. Năm 2024, chi tiêu quân sự toàn cầu ghi nhận mức tăng mạnh nhất kể từ kết thúc Chiến tranh Lạnh, với mức tăng 11% tính theo USD danh nghĩa so với 2023, đạt 2.718 tỷ USD, tương đương 2,5% GDP toàn cầu. Các quốc gia châu Âu đã tăng đáng kể chi tiêu quân sự, nhất là Đức, Ba Lan, Hà Lan, Phần Lan, Séc.

Bên cạnh các chính sách chủ quyền, việc đầu tư vào AI cũng rất mạnh mẽ, hỗ trợ tích cực cho tăng trưởng toàn cầu. Ước tính trong giai đoạn 2022 – 2025, chi tiêu cho cơ sở hạ tầng liên quan đến AI đã tăng 400 tỷ USD. Theo Manuel Maleki, Phó giám đốc kiêm chuyên gia kinh tế Mỹ của Edmond de Rothschild, hệ số nhân đầu tư AI có thể làm tăng GDP 0,3%- 0,5% mỗi năm.

Tựu trung lại, có thể thấy, tăng trưởng toàn cầu năm 2026 sẽ chịu áp lực của sự suy thoái thương mại quốc tế do thuế quan và xung đột địa chính trị. Tuy nhiên, những tác động tiêu cực này sẽ được bù đắp bởi các khoản đầu tư vào chủ quyền và trí tuệ nhân tạo.

Trong bối cảnh thế giới chuyển pha từ phân hoá sang phân cực, các nền kinh tế có độ mở cao (trong đó có Việt Nam) sẽ đối diện nhiều thách thức, đòi hỏi những chính sách linh hoạt để thích ứng, tìm cơ hội đi lên trong khi duy trì sự tự chủ, nhất là khi các nền kinh tế lớn dùng tăng trưởng như một công cụ quyền lực.

Ngày nay nền kinh tế thế giới không còn được dẫn dắt bởi toàn cầu hóa mà bằng khát vọng chủ quyền của các quốc gia lớn, thông qua đầu tư và liên minh mới. Đây được xem là lực đỡ cho tăng trưởng toàn cầu trong năm 2026, thậm chí trong nhiều năm tiếp theo.



KINH TẾ V



VIỆT NAM 2026



KHÁT VỌNG NGƯỢC DÒNG THẾ GIỚI

Trong bối cảnh kinh tế toàn cầu có xu hướng giảm tốc, Việt Nam nổi lên như một điểm sáng khi tăng trưởng 8,02% trong năm 2025 và hướng tới tăng trưởng hai chữ số trong năm 2026. Sự bùng nổ của đầu tư hạ tầng, sự phát triển của các ngành công nghệ cao phục vụ AI giúp duy trì lợi thế xuất khẩu và những cải cách thể chế chưa từng có tiền lệ là cơ sở để Việt Nam bứt phá.

Không phải tới bây giờ, chuyện kinh tế Việt Nam “ngược dòng” kinh tế thế giới mới diễn ra. Từ năm 2019, Ngân hàng Thế giới (World Bank) đã đưa ra một nhận định nổi tiếng: “Mây đen tiếp tục kéo về trên kinh tế toàn cầu với tăng trưởng kinh tế và lưu lượng thương mại thấp hơn dự kiến, tuy nhiên mặt trời vẫn tỏa nắng ở nền kinh tế Việt Nam”. Năm 2025, kịch bản này được lặp lại khi kinh tế toàn cầu chỉ tăng trưởng 3,3% (theo IMF), trong khi Việt Nam tăng trưởng 8,02% - đứng thứ 10 thế giới và thứ 5 Đông Nam Á, là mức tăng trưởng tốt thứ 2 trong vòng 14 năm qua (chỉ sau năm 2022). Quy mô GDP của Việt Nam đạt 514 tỷ USD, xếp thứ 32 thế giới, thứ 4 ASEAN; GDP bình quân đầu người đạt 5.026 USD, gấp 1,4 lần năm 2020, chính thức trở thành quốc gia thu nhập trung bình cao.

Nhìn sâu vào chất lượng tăng trưởng, sự tăng trưởng của kinh tế toàn cầu năm 2025 được thúc đẩy chủ yếu bởi sự phục hồi của chi tiêu công, đầu tư tư nhân - nhất là trong lĩnh vực AI và công nghệ, cùng với việc nói lỏng tiền tệ nhờ lạm phát hạ nhiệt. Tuy nhiên, các động lực này mang tính ngắn hạn và không đồng đều, trong khi các yếu tố bất định dài hạn - bao gồm xung đột địa chính trị, cạnh tranh chiến lược về thương mại - công nghệ, bảo hộ thương mại, rủi ro nợ công/nợ tư cao... vẫn tiếp diễn.

Trong khi đó, kinh tế Việt Nam tăng trưởng nhờ các động lực mạnh mẽ và bền bỉ, đến từ cả phía cung lẫn cầu, giữa các địa phương và khu vực kinh tế. Cụ thể, công nghiệp chế biến chế tạo tăng tới 9,97%, cao nhất

trong 6 năm (2019 - 2025); xuất khẩu đạt 475 tỷ USD, tăng 17%, là năm thứ 10 liên tiếp xuất siêu với giá trị 20 tỷ USD; du lịch lập đỉnh với 22 triệu lượt khách quốc tế, tăng 25% so với năm trước; đầu tư công đạt kỷ lục trong 5 năm (2021 - 2025). Đa phần địa phương đạt tăng trưởng trên 7%, trong đó các “đầu tàu” Hà Nội, TP. Hồ Chí Minh, Quảng Ninh và 16 địa phương khác đạt 8% - 11,9%.

Năm 2026, kinh tế Việt Nam được dự báo có sự tăng trưởng tốt và tiếp tục “ngược dòng” so với kinh tế thế giới. Theo IMF, năm 2026, tăng trưởng kinh tế toàn cầu ước tính đạt 3,3%, đi ngang so với năm 2025. Xung đột địa chính trị, căng thẳng thương mại tiếp tục là các yếu tố chi phối kinh tế thế giới và thúc đẩy các cường quốc tăng cường đầu tư vào chủ quyền và bảo hộ thương mại. Trong khi đó, Việt Nam hướng tới mục tiêu tăng trưởng từ 10%, đánh dấu năm đầu tiên đạt tăng trưởng hai chữ số kể từ khi Đổi Mới (từ 1986).

Viện nghiên cứu kinh tế của Ngân hàng TMCP Đầu tư và Phát triển Việt Nam (BIDV) cho rằng Việt Nam hoàn toàn có cơ sở đạt mức tăng 9% - 9,5%, thậm chí 10%, với xuất khẩu tăng 12% - 14%, đầu tư toàn xã hội tăng 10% - 14%, tiêu dùng cuối cùng tăng 9% - 9,5%. Về giá trị gia tăng của các ngành kinh tế: nông - lâm - thủy sản tăng 4% - 4,5%, công nghiệp - xây dựng và dịch vụ tăng 10% - 11%. CPI bình quân năm 2026 sẽ ở mức 4% - 4,5%, do cả chi phí đẩy (điều chỉnh giá các mặt hàng do nhà nước quản lý) lẫn cầu kéo (do tác động trễ của cung tiền tăng cao trong năm 2025).



**Việt Nam hướng tới mục tiêu tăng trưởng từ 10%,
đánh dấu cho năm đầu tiên đạt tăng trưởng
hai chữ số kể từ khi Đổi Mới (từ 1986).**





“Năng lực hạ tầng ngày càng được hoàn thiện, đầu tư toàn xã hội được đẩy mạnh trong năm 2026 và những năm tiếp theo với sự dẫn dắt của đầu tư công tạo nền tảng gia tăng năng suất lao động trong thời gian tới. Cùng với quyết tâm cao của cả hệ thống chính trị trong cải cách thể chế, Việt Nam có đủ điều kiện để hướng tới mục tiêu tăng trưởng cao trong năm 2026”, Viện nghiên cứu kinh tế của BIDV nhấn mạnh trong một báo cáo phân tích.

ĐỘNG LỰC TĂNG TRƯỞNG NĂM 2026

Tiêu dùng - xuất khẩu - đầu tư là “cỗ xe tam mã” cho sự tăng trưởng của kinh tế Việt Nam. Trong năm Bình Ngô 2026, mỗi động lực đều được đánh giá là “tuần mã”, có lực kéo mạnh hơn năm trước, thậm chí cả giai đoạn trước.

Về đầu tư, báo cáo của VinaCapital cho hay, sau mức tăng 40% trong năm 2025, kế hoạch đầu tư công năm 2026 dự kiến tiếp tục tăng thêm 20% - 30%. Tốc độ tăng trưởng đầu tư công được kỳ vọng tăng tốc từ mức tăng 10%/năm trong 10 năm qua lên mức tăng 20% - 30% trong thời gian tới. Với tỷ trọng đóng góp vào GDP dự kiến tăng từ 6% lên 10%, làn sóng đầu tư công (chủ yếu vào các dự án hạ tầng trọng điểm) sẽ

đưa GDP Việt Nam bứt phá, tương tự một số giai đoạn tại Trung Quốc sau khủng hoảng tài chính toàn cầu. Điều quan trọng là Việt Nam có dư địa để tăng chi cho hạ tầng khi nợ công dưới 40% GDP, trong khi những “nút thắt” cản trở tốc độ giải ngân đã và đang được tháo gỡ quyết liệt.

Sự mở rộng của hạ tầng tất yếu kéo theo sự phát triển của bất động sản - lĩnh vực đã có sự phục hồi tích cực trong năm 2025 với sự gia tăng về nguồn cung, giao dịch và ghi nhận đà tăng trưởng giá ấn tượng. Theo VinaCapital, bất động sản đóng góp tới 15% GDP khi tính cả các tác động gián tiếp gồm gia tăng chi tiêu của hộ gia đình cho nội thất và các sản phẩm liên quan đến nhà ở.

Bên cạnh đầu tư công, xuất khẩu cũng được đánh giá rất triển vọng trong năm 2026. Việt Nam đã tận dụng rất tốt sự chuyển dịch chuỗi cung ứng để thúc đẩy xuất khẩu tăng trưởng trong nhiều năm qua. Mục tiêu xuất khẩu năm 2026 là 535 - 548 tỷ USD, tăng 12% - 14% so với năm trước, kỳ vọng xuất siêu 18 - 20 tỷ USD. Mục tiêu này được bảo đảm nhờ sự phát triển mạnh của các ngành công nghệ cao phục vụ AI như máy tính xách tay, các sản phẩm điện tử - công nghệ cao, trong bối cảnh thuế đối ứng với Mỹ được đàm



Sân bay Long Thành

phán ở mức tương đương hoặc thấp hơn các quốc gia đối thủ. Nhu cầu nhập khẩu của thị trường Mỹ được đánh giá vẫn ổn định, nhờ mức chi tiêu mạnh của tầng lớp trung - thượng lưu. Nước Mỹ cũng được cho là không có rủi ro suy thoái trong năm 2026, do các biện pháp kích thích tài khoá và tiền tệ quy mô lớn để hỗ trợ nền kinh tế nước này trước thềm cuộc bầu cử giữa kỳ.

Về tiêu dùng, sau 3 năm tích lũy sau đại dịch Covid-19, sức mua được đánh giá tốt hơn trong năm 2026, nhất là khi chứng khoán và bất động sản gia tăng tạo ra “hiệu ứng của cải”. Đó là chưa kể Chính phủ cũng đang triển khai nhiều chương trình hỗ trợ tiêu dùng như: kéo dài việc giảm thuế VAT, tăng giảm trừ gia cảnh, nới lỏng một phần các sắc thuế mới đối với hộ kinh doanh cá thể...

Tạo nền cho cả 3 động lực trên là môi trường đầu tư - kinh doanh đang được cải thiện mạnh mẽ nhờ công cuộc cải cách thể chế sâu rộng, thậm chí là chưa từng có tiền lệ. Với cuộc cách mạng tinh gọn bộ máy Đảng, Quốc hội, Chính phủ, sắp xếp lại đơn vị hành chính cấp tỉnh, bỏ cấp huyện/thị/thành phố thuộc tỉnh, sáp nhập các xã/phường... Việt Nam đang tiến mạnh lên một nền hành chính tinh gọn,

hiệu quả nhất trong hơn 30 năm qua. Song song với đó, Bộ Chính trị ban hành hàng loạt nghị quyết quan trọng: Khoa học công nghệ, đổi mới sáng tạo, chuyển đổi số quốc gia (Nghị quyết 57), hội nhập quốc tế (Nghị quyết 59), xây dựng và thực thi pháp luật (Nghị quyết 66), phát triển kinh tế tư nhân (Nghị quyết 68), phát triển kinh tế nhà nước (Nghị quyết 79)... tạo nền tảng thể chế mới. Chỉ riêng năm 2025, Quốc hội - Chính phủ đã thông qua hơn 80 luật và ban hành 300 nghị định, lập kỷ lục lập pháp. Dự kiến năm 2026, công cuộc xây dựng luật pháp sẽ tiếp diễn với một cường độ lớn, mà tác động sẽ còn kéo dài nhiều năm, thậm chí nhiều thập niên.

Như vậy, có thể thấy, Việt Nam đang tràn đầy cơ hội và khả năng đạt được những điểm mốc về tăng trưởng, thay đổi vị thế trên bản đồ kinh tế thế giới. Tất nhiên, đi kèm với những triển vọng là những thách thức về sự chênh lệch vốn đầu tư giữa nhà nước và tư nhân, thặng dư thương mại thu hẹp dưới áp lực nhập khẩu tăng, tăng trưởng phụ thuộc vào tín dụng, rủi ro an toàn hệ thống tài chính khi bất động sản quá nóng... Dẫu vậy, triển vọng nhiều hơn thách thức, thời cơ lớn hơn trở ngại, kinh tế Việt Nam đã xác lập chu kỳ đi lên khá vững chắc, vấn đề chỉ là tốc độ.

TÂM VÓC MỚI

CỦA THỊ TRƯỜNG CHỨNG KHOÁN VIỆT NAM



Ngày 08/04/2026, FTSE Russell đã chính thức xác nhận nâng hạng thị trường chứng khoán (TTCK) Việt Nam từ Thị trường Cận biên (Frontier) lên Thị trường Mới nổi Thứ cấp (Secondary Emerging), sau khi hoàn tất đợt đánh giá giữa kỳ. Đây là cột mốc quan trọng, đánh dấu bước tiến vô cùng tích cực, tạo động lực phát triển mạnh mẽ cho TTCK Việt Nam trong giai đoạn 2026-2030. Trên cơ sở bài học từ các quốc gia trong quá khứ đã từng được nâng hạng, TTCK Việt Nam dự kiến sẽ đón nhận những điểm tích cực và nhiều cơ hội mới.

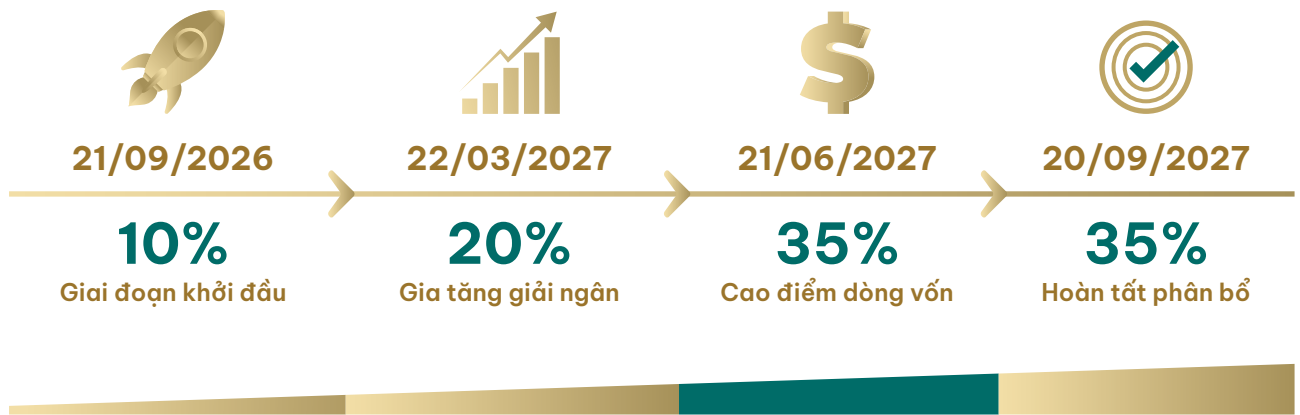
BÙNG NỔ DÒNG VỐN NGOẠI VÀ CẢI THIỆN THANH KHOẢN THỊ TRƯỜNG

Dòng vốn từ các quỹ thụ động dự kiến mang lại 0,7 – 1,5 tỷ USD được phân bổ theo 04 chặng với các mốc thời gian và tỷ trọng cụ thể như sau: lần 1 (21/09/2026): 10%; lần 2 (22/03/2027): 20%, lần 3 (21/06/2027): 35% và lần 4 (20/09/2027): 35%. Bên

cạnh đó, theo chuyên gia từ FTSE quy mô các quỹ chủ động dự kiến lớn hơn gấp 5 lần so với quỹ thụ động, mang lại khoảng 5 – 6 tỷ USD dòng vốn đầu tư gián tiếp nước ngoài. Mặt khác, sự kiện nâng hạng về cơ bản sẽ gia tăng thanh khoản trên thị trường – ví dụ điển hình tại Ả-rập Xê-út đã ghi nhận giá trị giao dịch tăng trên 20 lần ngay trước thời điểm nâng hạng và tiếp tục duy trì mức cao sau đó.

DÒNG VỐN NGOẠI DỰ KIẾN KHI NÂNG HẠNG THỊ TRƯỜNG

DÒNG VỐN TỪ CÁC QUỸ THỤ ĐỘNG (0,7 - 1,5 TỶ USD)



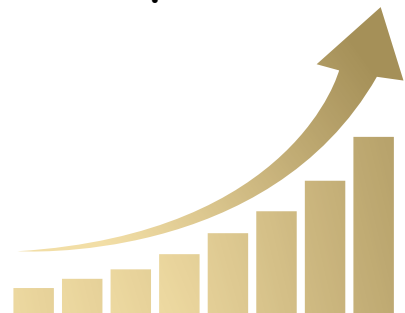
QUY MÔ DÒNG VỐN ĐẦU TƯ



THANH KHOẢN TĂNG MẠNH KHI NÂNG HẠNG

Ví dụ
điển hình
tại Ả-rập Xê-út

- ✓ Giá trị giao dịch
Tăng >20 lần
- ✓ Duy trì mức cao sau nâng hạng





1.

PHÁT TRIỂN
HẠ TẦNG VÀ
SẢN PHẨM MỚI

Tiến trình nâng hạng đi kèm với việc triển khai các hàng hóa và hệ thống tiên tiến, bao gồm: chứng khoán/trái phiếu xanh, sản phẩm phái sinh mới, cho phép vay/cho vay chứng khoán, bán khống có kiểm soát, giao dịch trong ngày (day-trading)... và đặc biệt là hệ thống đối tác bù trừ trung tâm (CCP).

2.

"ĐIỂM TỤ"
CHO LÀN SÓNG
IPO VÀ THOÀI VỐN

Cơ hội để đẩy nhanh các thương vụ IPO, chuyển sàn (từ UPCoM lên HOSE/HNX), cũng như cổ phần hóa và thoái vốn Doanh nghiệp Nhà nước nhằm tận dụng dòng vốn lớn từ quốc tế.

3.

CẢI THIẾN
QUẢN TRỊ
DOANH NGHIỆP

Quá trình nâng hạng buộc các doanh nghiệp trong nước phải nâng cao chuẩn mực quản trị nội bộ, áp dụng hệ thống đánh giá ESG theo thông lệ quốc tế và dần chuyển đổi sang các chuẩn mực báo cáo tài chính quốc tế (IFRS).

4.

THÚC ĐẨY
CAM KẾT CHÍNH
SÁCH VÀ CẢI
CÁCH THỂ CHẾ

Nâng hạng tạo ra "hiệu ứng ảnh hưởng đến các cam kết về chính sách của cơ quan quản lý". Quá trình này bắt buộc các cơ quan phải liên tục hoàn thiện hành lang pháp lý để phát triển bền vững theo thông lệ quốc tế, ví dụ như: giải quyết giới hạn tỷ lệ sở hữu nước ngoài (room ngoại).

5.

TÁI CẤU TRÚC
LỰC LƯỢNG
NHÀ ĐẦU TƯ

Sự kiện này tạo cơ sở thuận lợi để thu hút sự tham gia của các nhà đầu tư tổ chức và định chế tài chính quốc tế. Bài học từ Ả-rập Xê-út cho thấy, sau khi nâng hạng, tỷ lệ sở hữu của nhóm nhà đầu tư tổ chức tại đây đã tăng vọt từ 68% lên 91%, giúp cấu trúc thị trường trở nên vững chắc và chuyên nghiệp hơn, giảm sự phụ thuộc vào dòng tiền đầu cơ của nhà đầu tư cá nhân.

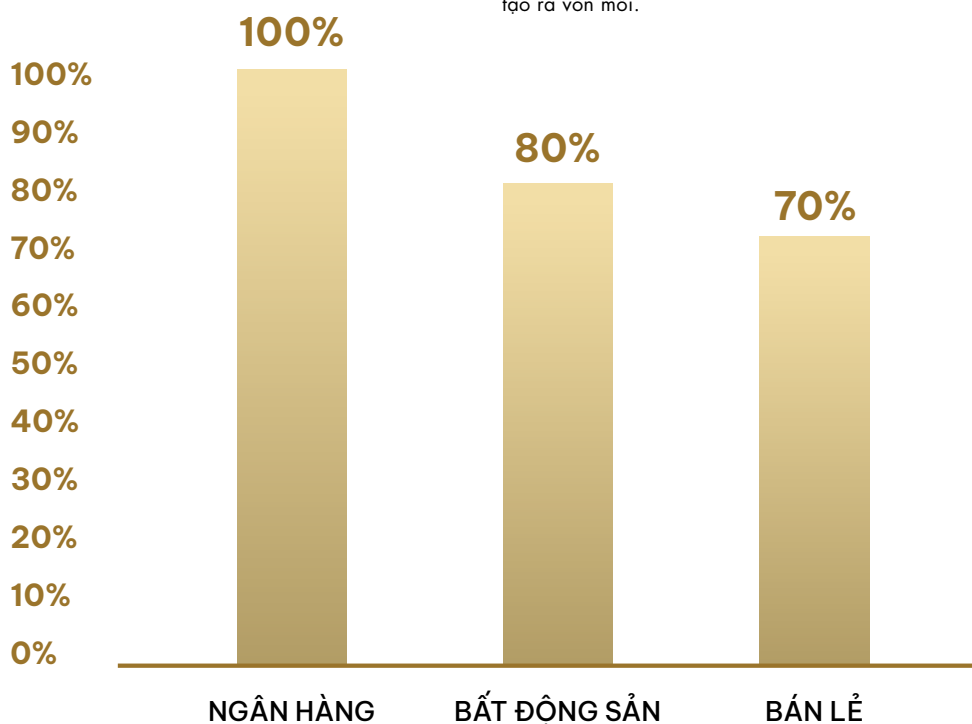
6.

LAN TỎA ĐẾN
DÒNG VỐN ĐẦU
TƯ TRỰC TIẾP NƯỚC
NGOÀI (FDI)

Lợi ích của nâng hạng không chỉ nằm ở TTCK mà còn tác động tích cực đến nền kinh tế thực. Sự kiện nâng hạng được chứng minh là giúp gia tăng mạnh mẽ dòng vốn FDI, ví dụ FDI tại Ấn Độ đã tăng 49% và tại Ai Cập tăng 63% chỉ trong vòng 1 năm sau khi được MSCI phân hạng.



CÁC NHÓM NGÀNH KỲ VỌNG ĐƯỢC HƯỞNG LỢI TỪ SỰ KIẾN NÂNG HẠNG



1.

NGÀNH NGÂN HÀNG

Những nỗ lực để hiện thực hóa mục tiêu tăng trưởng GDP 10% giai đoạn 2026 - 2030 được kỳ vọng giúp thu hút dòng tiền chủ động của các quỹ đầu tư sau nâng hạng (ước tính đồng thuận của thị trường lên đến 4 - 5 tỷ USD), bên cạnh dòng tiền thụ động ETF khoảng 1 tỷ USD.

Ngành ngân hàng sẽ được hưởng lợi về mặt tăng trưởng lợi nhuận (gắn liền với tăng trưởng kinh tế) và về mặt dòng tiền (chiếm >40% vốn hóa VN-Index).

Đối với triển vọng 2026, kỳ vọng tăng trưởng tín dụng toàn hệ thống đạt mức 17% (cao hơn mức 15% mục tiêu đầu năm). Huy động vốn vẫn sẽ gặp nhiều thách thức, kỳ vọng việc tích cực thu hút các nguồn vốn nước ngoài giúp hỗ trợ thanh khoản. CSTK có vai trò trọng tâm tạo ra vốn mới.

2.

NGÀNH BẤT ĐỘNG SẢN

Mở rộng kênh huy động vốn: Nâng hạng dự kiến thu hút khoảng 5 - 6 tỷ USD dòng vốn ngoại, trong đó ~1 tỷ USD từ ETF và phần còn lại từ quỹ chủ động. Điều này tạo điều kiện để doanh nghiệp bất động sản đa dạng hóa nguồn vốn, đồng thời gia tăng khả năng tiếp cận nhà đầu tư và đối tác quốc tế.

Triển vọng vẫn phụ thuộc yếu tố nội tại: Nâng hạng không làm thay đổi các yếu tố cốt lõi chi phối ngành, bao gồm chính sách tín dụng, lãi suất và môi trường pháp lý. Hiệu quả hoạt động của doanh nghiệp vẫn phụ thuộc chủ yếu vào chất lượng dự án, vị trí và năng lực triển khai.

3.

NGÀNH BÁN LẺ

Dòng vốn và room ngoại: Các mã đầu ngành (MSN, VNM, FRT...) tiếp tục thu hút vốn ngoại để mở rộng quy mô, cải thiện năng lực quản trị. Cần theo dõi các giải pháp kỹ thuật (ETF, chứng chỉ lưu ký) cho nhóm đã full room (MWG, PNU,...).

Năm 2026 - đánh dấu chu kỳ tăng trưởng mới: kỳ vọng LNST năm 2026 ước đạt >+15% YoY (chiếm ~6% LNST toàn thị trường) nhờ tối ưu hóa vận hành và sự dịch chuyển mạnh mẽ từ kênh truyền thống sang kênh hiện đại (Modern Trade) của các doanh nghiệp đầu ngành, dưới sự điều tiết của luật theo hướng minh bạch.

ĐI XA HƠN TẬN HƯỞNG NHIỀU HƠN

[CÙNG THẺ TÌNH HOA]



TẦM NHÌN KIẾN TẠO





TỔNG GIÁM ĐỐC BIDV - LÊ NGỌC LÂM

HÀNH TRÌNH

69 NĂM

VÀ KHÁT VỌNG TRƯỜNG TỒN
CÙNG SỰ THỊNH VƯỢNG
CỦA ĐẤT NƯỚC

Kế thừa di sản 69 năm phụng sự, BIDV khẳng định vị thế dẫn đầu với tổng tài sản kỷ lục 3,25 triệu tỷ đồng khi bước vào kỷ nguyên mới. Trong cuộc đối thoại này, Tổng Giám đốc Lê Ngọc Lâm chia sẻ về tư duy “kiến tạo giá trị trường tồn”, với sự chuyển dịch từ “hoàn thành nhiệm vụ” sang “tăng trưởng có mục đích”, lấy niềm tin và trách nhiệm xã hội làm thước đo thành công để hiện thực hóa khát vọng trở thành một trong 50 ngân hàng mạnh nhất Châu Á.

CHUYỂN DỊCH TƯ DUY SANG KIẾN TẠO GIÁ TRỊ

Khép lại năm 2025, BIDV đạt tổng tài sản hơn 3,25 triệu tỷ đồng – là ngân hàng có quy mô lớn nhất Việt Nam. Theo ông trong thời gian tới, BIDV cần làm gì để giữ vững vị thế như hiện nay?

Ông Lê Ngọc Lâm: Với sự nỗ lực bền bỉ của tập thể cán bộ, nhân viên, hiện nay BIDV đã trở thành ngân hàng có quy mô lớn nhất hệ thống; tuy nhiên chúng tôi nhìn nhận rất rõ ràng, nếu chỉ dừng lại ở việc hoàn thành các chỉ tiêu kế hoạch, BIDV sẽ rơi vào cái bẫy của sự tự thỏa mãn, trong khi vẫn còn nhiều dư địa để bứt phá, kiến tạo thêm giá trị. Do đó, trong quản trị ngân hàng, từ nhiều năm nay, chúng tôi đã và đang chuyển dịch từ tư duy “hoàn thành nhiệm vụ” sang “kiến tạo giá trị” cho cả ngân hàng và khách hàng; chúng tôi cũng thay đổi căn bản cách thức vận hành, mô thức quản trị, tư duy xác định khách hàng là trung tâm ngày càng được chú trọng và thực thi rõ ràng hơn bao giờ hết.

“Kiến tạo giá trị” ở đây là mỗi cán bộ BIDV phải trở thành một nhà tư vấn, hỗ trợ, đồng hành cùng khách hàng. Chúng tôi thay đổi, chuyển từ tư duy “cấp tín dụng đơn thuần” sang cung cấp “giải pháp tài chính toàn diện”. Ví dụ, với một khách hàng doanh nghiệp, chúng tôi không chỉ cho vay mà còn tư vấn họ các giải pháp tài chính để tối ưu cấu trúc vốn như phát hành trái phiếu doanh nghiệp, sử dụng các sản phẩm L/C nội địa, tín dụng phái sinh, cung cấp các giải pháp để tối ưu dòng tiền, các sản phẩm để quản trị rủi ro và quản trị doanh nghiệp tốt hơn, hỗ trợ tư vấn thuế, kết nối đối tác thị trường đầu vào – đầu ra cho sản phẩm của doanh nghiệp... Khi xác định khách hàng là trung tâm thì cả hai bên cùng song hành phát triển bền vững, đó là cách chúng tôi tạo giá trị cho cả khách hàng và chính ngân hàng.

Ông có thể chia sẻ một ví dụ cụ thể về việc “kiến tạo giá trị” trong hoạt động kinh doanh của BIDV không?

Ông Lê Ngọc Lâm: Lấy dự án B-Home làm ví dụ. Trước đây, ngân hàng cho vay mua nhà, mua ô tô nhưng phải trả phí cho các sàn bất động sản, các showroom ô tô để giới thiệu khách hàng; nhưng nay, với tư duy mới, chúng tôi kết hợp, làm việc trực tiếp với khách hàng, chủ đầu tư để giới thiệu bán sản

phẩm cho khách hàng trên kênh số, tạo ra một hệ sinh thái số thuận tiện liền mạch, mang lại giá trị cho cả chủ đầu tư, người bán, người mua nhà, mua xe,... đồng thời ngân hàng chúng tôi cũng vừa có thể cho vay, cấp tín dụng, cung cấp dịch vụ cho cả chủ đầu tư/người bán và người mua với thời gian nhanh hơn, quản trị được rủi ro tốt hơn. Đó chính là sự thay đổi trong tư duy kinh doanh nhằm “tạo ra giá trị” cho xã hội.

TRỤ CỘT CHO SỰ BỀN VỮNG

Được biết BIDV xác định công nghệ là một trong ba trụ cột phát triển. Ông có thể chia sẻ thêm về ứng dụng công nghệ thông tin và chuyển đổi số tại BIDV trong thời gian vừa qua?

Ông Lê Ngọc Lâm: Trong chiến lược phát triển của mình, BIDV xác định công nghệ và ngân hàng số là một trong ba trụ cột phát triển. Với chúng tôi, công nghệ không còn là bộ phận hỗ trợ mà là động lực, là nguồn lực trực tiếp quyết định đến năng suất và hiệu quả hoạt động. Trong năm 2025, gần như mỗi tháng chúng tôi “go-live” một dự án công nghệ mới do chính chúng tôi làm chủ, đồng thời vẫn đảm bảo khả năng vận hành hệ thống an toàn thông suốt. Hệ thống quản trị nội bộ toàn hàng (B-One) giúp chúng tôi hướng tới văn phòng không giấy tờ, dự án Bcash giúp số hóa 80% quy trình giao dịch tiền mặt; hệ thống BIDV Direct, BIDV Smartbanking mang lại sự tiện ích cho khách hàng,... các dự án công nghệ được triển khai đã định hình lại toàn bộ cách chúng tôi vận hành tổ chức cũng như phục vụ khách hàng.

Chúng tôi xác định năm 2026 là năm Chuyển đổi toàn diện hoạt động, tiếp tục thực hiện tự động hóa, tập trung hóa các khâu tác nghiệp như giải ngân, định giá tài sản, kho quỹ... Chúng tôi đã thí điểm giải ngân tập trung và ước tính, nếu trước đây cần 1.000 người cho gần 200 chi nhánh thì khi tập trung hóa chỉ cần khoảng 300 người, năng suất lao động được cải thiện và cán bộ sẽ có thời gian hơn để tập trung vào công tác khách hàng.

Bên cạnh đó, chúng tôi cũng đã triển khai các dự án chuyển đổi mô hình kinh doanh gắn liền với nền tảng công nghệ nhằm nâng cao hiệu quả hoạt động như: dự án chuyển đổi hoạt động ngân hàng bán lẻ từ năm 2024; khởi động dự án chuyển đổi mô hình kinh doanh



khởi khách hàng doanh nghiệp ngay từ đầu năm 2026 với nguồn lực nội bộ và sự hỗ trợ, đồng hành của cổ đông chiến lược Hana Bank...

Tóm lại, việc ứng dụng công nghệ đã giúp BIDV thay đổi căn bản cách thức quản trị và vận hành, nâng cao trải nghiệm khách hàng và hiệu quả hoạt động.

Bên cạnh công nghệ, kỷ cương được đặt lên hàng đầu trong phương châm hành động năm 2026 của BIDV (Kỷ cương - Chất lượng - Hiệu quả - Chuyển đổi toàn diện). Đó phải chăng là văn hóa tuân thủ của một hệ thống có quy mô lớn như BIDV?

Ông Lê Ngọc Lâm: Hoạt động kinh doanh ngân hàng là hoạt động có rủi ro, khi quy mô kinh doanh của BIDV ngày càng lớn, yêu cầu bắt buộc chúng tôi phải nâng cao năng lực quản trị, điều hành hệ thống; để hệ thống vận hành bài bản, quy củ theo đúng định hướng thì yêu cầu về tăng cường kỷ cương, kỷ luật là cần

thiết. Để thực hiện điều đó, chúng tôi quán triệt tinh thần “kỷ cương - trách nhiệm” trong toàn hệ thống; đặc biệt trong công tác tín dụng, chúng tôi cũng xác định rõ việc nhận diện và kiểm soát rủi ro là yêu cầu bắt buộc phải được thực hiện thường xuyên, liên tục, đồng thời cũng cần xử lý nghiêm minh theo quy định với các đơn vị, cá nhân để xảy ra vi phạm nhằm tạo sự công bằng, ngăn chặn gây thiệt hại lớn hơn và tránh để xảy ra các rủi ro pháp lý.

Bên cạnh đó, chúng tôi cũng đặc biệt chú trọng và yêu cầu cao hơn, nghiêm khắc hơn đối với người đứng đầu các đơn vị về tính trách nhiệm, gương mẫu, nêu gương. Chúng tôi cũng tập trung quản trị nhân sự theo nguyên tắc “rõ người - rõ việc - rõ kết quả”, nghiên cứu ứng dụng công nghệ để đo lường, đánh giá kết quả công việc, năng lực cán bộ một cách khách quan và thực chất. Đi cùng với đó là việc xây dựng cơ chế tiền lương mới nhằm vừa tạo động lực, vừa tạo áp lực và công bằng, khích lệ cán bộ thay đổi tư duy từ hoàn thành nhiệm vụ sang kiến tạo giá trị cho toàn hệ thống.

Mục tiêu của chúng tôi là biến quản trị rủi ro thành một nét văn hóa thấm sâu vào mọi quyết định kinh doanh, từng hành vi tác nghiệp. Hiệu quả của BIDV phải là hiệu quả thực chất: bảo toàn và phát triển vốn Nhà nước, đóng góp, nộp ngân sách cho đất nước (năm 2025 là hơn 12.700 tỷ đồng), đó là thành quả của một quá trình nỗ lực bền bỉ, gắn chặt giữa thực hiện nhiệm vụ chính trị với nâng cao hiệu quả hoạt động theo nguyên tắc thị trường. Đây chính là nền tảng quan trọng để BIDV tự tin bước sang giai đoạn phát triển mới với những mục tiêu cao hơn.

ĐỒNG HÀNH PHÁT TRIỂN

BIDV thường được nhắc đến là “Ngân hàng của những dự án lớn”. Trong kỷ nguyên mới, vai trò này có gì khác biệt so với trước đây?

Ông Lê Ngọc Lâm: Là ngân hàng có lịch sử lâu đời nhất Việt Nam, chúng tôi đã trải qua 69 năm phát triển với niềm tự hào là Ngân hàng Kiến Thiết, rồi là Ngân hàng Đầu tư và Xây dựng Việt Nam, đã cung cấp vốn cho nhiều công trình thế kỷ, quốc kế dân sinh như: Đại thủy nông Bắc Hưng Hải, khu công nghiệp Cao - Xà - Lá, Trường Đại học Bách khoa Hà Nội, Khu gang thép Thái Nguyên, tuyến đường sắt Bắc Nam và

BIDV sẽ không chỉ là một ngân hàng truyền thống mà là một Tập đoàn tài chính đa năng, xanh và hiện đại.



những công trình đặc biệt phục vụ sự nghiệp giải phóng miền Nam như đường ống xăng dầu B12, đường Hồ Chí Minh trên bộ và trên biển... rồi sau này là Thủy điện Hòa Bình, Thủy điện Yaly, Cầu Chương Dương, Cầu Thăng Long,...

Nói như vậy để thấy được vai trò, vị thế quan trọng của BIDV trong việc tài trợ, cung cấp vốn cho nền kinh tế; trong bối cảnh hiện nay, khi đất nước trong kỷ nguyên vươn mình, chúng tôi cũng xác định rõ trách nhiệm của mình trong việc bố trí, thu xếp các nguồn vốn - đặc biệt là nguồn vốn cho các đơn vị chủ lực là Tập đoàn kinh tế lớn để triển khai các dự án hạ tầng, năng lượng trọng điểm, đảm bảo huyết mạch của nền kinh tế; đồng thời chúng tôi cũng tích cực cung ứng vốn cho các doanh nghiệp FDI góp phần tạo môi trường thuận lợi để thu hút, bổ sung nguồn vốn cho phát triển kinh tế đất nước. Việc tài trợ các dự án này không chỉ mang lại hiệu quả hoạt động mà còn là nhiệm vụ chính trị, góp phần ổn định kinh tế vĩ mô, phát triển hạ tầng quốc gia trong giai đoạn hiện nay.

Trong chiến lược phát triển đến 2030, tầm nhìn đến 2045, BIDV xác định trở thành ngân hàng Lớn - Mạnh - Xanh, dẫn đầu thị trường về thực hành ESG và tài chính bền vững, chúng tôi đã định hướng rõ nét chuyển đổi Xanh trên 3 phương

diện, thể hiện vai trò của một Định chế tài chính hàng đầu Việt Nam là: (i) Chủ lực trong huy động và cung ứng vốn cho chuyển đổi xanh, trong dẫn dắt, kiến tạo chuyển đổi xanh; (ii) Tiên phong trong quá trình xanh hóa, tiết kiệm năng lượng - tài nguyên, giảm khí phát thải nội bộ; và (iii) Dẫn dắt, thúc đẩy quá trình chuyển đổi xanh của khách hàng, đối tác...

Tháng 10/2025, BIDV đã chính thức trở thành Tổ chức được công nhận của Quỹ Khí hậu Xanh (GCF), là ngân hàng thương mại đầu tiên tại Việt Nam được GCF công nhận là đối tác được tiếp cận trực tiếp nguồn vốn ưu đãi của Quỹ để triển khai các dự án tài chính khí hậu tại Việt Nam. Sự ghi nhận này là nguồn động lực cho BIDV kiên định hành trình chuyển đổi xanh cùng nền kinh tế đất nước.

HƯỚNG ĐẾN TƯƠNG LAI

Với tầm nhìn 2045, BIDV đặt mục tiêu là một trong 50 ngân hàng mạnh nhất Châu Á. Đây là một khát vọng rất lớn. Ông có thể chia sẻ thêm về định hướng hoạt động trong thời gian tới cũng như mong muốn kỳ vọng gì ở đội ngũ 30.000 cán bộ của BIDV?

Ông Lê Ngọc Lâm: Trong tương lai, cùng với sự phát triển của đất nước, chúng tôi cũng sẽ chuẩn bị các nguồn lực để tham gia vào



những lĩnh vực kinh doanh mới dựa trên công nghệ, dữ liệu, AI,... để BIDV không chỉ là một ngân hàng truyền thống mà là một Tập đoàn tài chính đa năng và hiện đại.

Chúng tôi lựa chọn kiên định với định hướng chiến lược phát triển bền vững, với tinh thần, trách nhiệm vì cộng đồng và phụng sự Tổ quốc, góp phần tích cực vào sự phát triển thịnh vượng của đất nước trong kỷ nguyên vươn mình của dân tộc.



Trong bối cảnh mới, thời vận mới của đất nước, tôi mong muốn mỗi cán bộ sẽ luôn thật nhiệt huyết, trách nhiệm và khát vọng để cùng chung tay xây dựng BIDV trở thành một tập đoàn tài chính ngân hàng Lớn – Mạnh – Xanh, ngân hàng hạnh phúc của người lao động và những nội dung này cũng được thể hiện ở giá trị cốt lõi của BIDV (iBIDV), đó là Trí tuệ – Niềm tin – Liêm chính – Nghĩa tình – Khát vọng.

Nhân dịp kỷ niệm 69 năm ngày thành lập, thay mặt Ban lãnh đạo BIDV, tôi xin được gửi lời cảm ơn đến hàng chục triệu khách hàng đã đồng hành, gắn bó với BIDV trong suốt hành trình gần bảy thập kỷ vừa qua; tôi cũng xin được bày tỏ lòng biết ơn sâu sắc tới các thế hệ cán bộ BIDV đi trước – những người đã đặt nền móng, gây dựng và để lại cho thế hệ hôm nay một gia sản vô giá. Tôi cũng xin được trân trọng ghi nhận và tri ân

sự nỗ lực không ngừng nghỉ của tập thể Ban lãnh đạo, gần 30.000 cán bộ, người lao động trong toàn hệ thống hôm nay; chính sự tận tâm, đoàn kết, sáng tạo của các bạn đã và đang tiếp nối mạch nguồn truyền thống, bồi đắp thành tựu, viết tiếp những trang sử vẻ vang, đưa BIDV vươn cao, vươn xa trong hành trình phát triển bền vững cùng đất nước.

Xin trân trọng cảm ơn ông!

ĐẦU TƯ NĂM 20 26

NĂM ĐẦU TƯ
CHỌN LỌC,
KỶ LUẬT,
DÀI HẠN

Bức tranh đầu tư năm 2026 được dự báo bớt “dễ dãi” hơn, cơ hội vẫn hiện hữu nhưng chỉ dành cho những nhà đầu tư kiên định với chiến lược chọn lọc, kỷ luật và tầm nhìn dài hạn.

NHÌN LẠI NĂM 2025: THỊ TRƯỜNG TĂNG SỐC NHƯNG KHÔNG DÀNH CHO TẤT CẢ

Năm 2025 được xem là một trong những giai đoạn sôi động nhất của thị trường tài chính, khi hầu hết các lớp tài sản đồng loạt tăng mạnh, tạo cảm giác “dễ kiếm tiền” lan rộng. Trên thị trường chứng khoán, VN-Index đến ngày 31/12 tăng 40,9% so với cuối năm 2024, thiết lập đỉnh lịch sử mới. Đà tăng kéo mặt bằng định giá lên cao, với P/E toàn thị trường đạt 17,6 lần, vượt xa mức bình quân 15,2 lần của hai năm trước. Tuy nhiên, sự thăng hoa của chỉ số không đồng nghĩa với thành công của số đông nhà đầu tư. Theo đánh giá từ các công ty chứng khoán, hơn 90% tài khoản cá nhân trong năm 2025 không có lãi hoặc chỉ đạt mức lợi nhuận dưới 10%. Dòng tiền tập trung chủ yếu vào một số cổ phiếu dẫn dắt, trong khi phần lớn nhà đầu tư rơi vào tình trạng “thắng chỉ số, thua danh mục” do mua đuổi ở vùng giá cao, chạy theo sóng ngắn hạn và thiếu kỷ luật.

Vàng cũng là kênh gây chú ý khi giá thế giới tăng 64,6%, còn giá trong nước tăng tới 81,5%. Tuy vậy, mức tăng này đi kèm rủi ro lớn khi chênh lệch giá trong nước và thế giới nói rộng lên 15,8 triệu đồng/lượng vào cuối năm, trong bối cảnh Ngân hàng Nhà nước dừng bán can thiệp từ tháng 9/2025. Dù giá cao, nhu cầu mua vàng vẫn tăng mạnh, làm dấy lên lo ngại rủi ro “đu đỉnh” khi xu hướng đảo chiều.

Thị trường bất động sản nhà ở cũng ghi nhận mặt bằng giá tăng mạnh: chung cư tăng 20-30%, có nơi trên 40%; nhà liền kề, biệt thự tăng 10-20%; đất nền tăng khoảng 20-25%. Nguồn cung và giao dịch cải thiện nhờ pháp lý được tháo gỡ và lãi suất thuận lợi. Tuy nhiên, từ cuối năm 2025, giá bắt đầu chững lại, xuất hiện hiện tượng cắt lỗ cục bộ ở chung cư và thanh khoản đất nền giảm tại các địa phương tăng nóng theo thông tin sáp nhập.

Ở chiều ngược lại, kênh tiền gửi - vốn bị “lép vế” trong phần lớn năm 2025 - bắt đầu có tín hiệu thay đổi vào giai đoạn cuối năm. Sau thời gian dài đi ngang, lãi suất huy động niêm yết tăng trở lại từ đầu tháng 11/2025 tại hầu hết các ngân hàng thương mại. Đến cuối năm, lãi suất kỳ hạn 12 tháng của các nhóm ngân hàng dao động 5,2-5,74%/năm. Lãi suất huy động niêm yết tăng trong giai đoạn cuối năm phản ánh nhu cầu huy động vốn tăng lên để đáp ứng các chỉ tiêu an toàn thanh khoản của Ngân hàng Nhà nước và mang tính thời điểm, cục bộ.

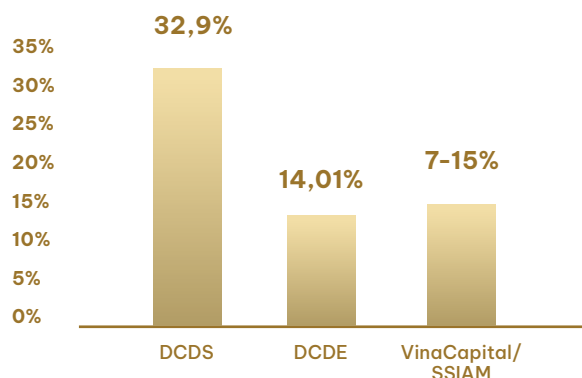
Nhìn chung, năm 2025 là năm giá tài sản tăng mạnh nhưng không phải là năm số đông nhà đầu tư chiến thắng. Sự phân hóa sâu sắc về hiệu quả đầu tư đã đặt nền móng cho một giai đoạn mới, nơi kỷ luật và chọn lọc trở thành yếu tố then chốt.

LÃI SUẤT NHÍCH LÊN, GIA TĂNG ÁP LỰC SÀNG LỌC KHI ĐẦU TƯ

Bước sang năm 2026, bức tranh đầu tư được dự báo chuyển sang trạng thái cân bằng hơn. Theo báo cáo của Viện Nghiên cứu Kinh tế BIDV, lãi suất huy động niêm yết kỳ hạn 12 tháng có thể trong khoảng 5,5-6,2%/năm nếu không có biến động bất thường. Mặt bằng lãi suất niêm yết tăng chủ yếu do kỳ vọng lạm phát tăng lên trong năm 2026, sau khi tín dụng đã tăng cao trong năm 2025.

Trong bối cảnh lãi suất tăng và rủi ro vĩ mô chưa hoàn toàn lắng dịu, môi trường đầu tư năm 2026 được đánh giá là bớt “dễ dãi” hơn so với giai đoạn trước. Điều này đặt ra yêu cầu cao hơn đối với việc lựa chọn tài sản, cũng như cách tiếp cận thận trọng và kỷ luật trong chiến lược đầu tư. Trong đó, kênh tiền gửi dự kiến sẽ vẫn được ưu tiên cho các nhà đầu tư có khẩu vị thận trọng - trung bình.

HIỆU SUẤT SMART FUND BIDV 2025



DCDS (DCVFM)
32,9%



Hiệu suất cao



DCDE (DCVFM)
14,01%



Tăng trưởng ổn định



VinaCapital / SSIAM
7-15%



Trung bình ngành

QUỸ TRÁI PHIẾU DCBF, VFF: 6,9% - 7,3%

DỰ BÁO 2026

Lợi suất quỹ trái phiếu kỳ vọng:

~8%/năm

TRIỂN VỌNG TÍCH CỰC VỚI TÀI SẢN TÀI CHÍNH NHƯNG PHÂN HOÁ CAO

Đối với thị trường chứng khoán, triển vọng năm 2026 vẫn được đánh giá tích cực nhưng đi kèm mức độ phân hóa cao. VN-Index được kỳ vọng duy trì xu hướng tăng nhờ ba động lực chính gồm: chính sách tài khóa tiếp tục mở rộng và đầu tư công được đẩy mạnh; tăng trưởng kinh tế ở mức cao hỗ trợ lợi nhuận doanh nghiệp niêm yết; cùng với quá trình cải tổ thị trường, hướng tới nâng hạng thị trường chứng khoán và triển khai các sản phẩm mới nhằm thu hút dòng vốn dài hạn. Năm 2026 cũng là làn sóng IPO tiếp tục mở rộng, với nhiều cái tên đình đám được kỳ vọng sẽ niêm yết như Điện Máy Xanh, Chứng khoán LPBS, HoaSen Home,...

Dù vậy, trong bối cảnh lãi suất nhích lên và rủi ro bên ngoài như địa chính trị, tăng trưởng kinh tế Mỹ hay vấn đề thuế quan vẫn khó lường, thị trường nhiều khả năng không tăng đồng đều mà tập trung vào nhóm doanh nghiệp có nền tảng cơ bản tốt, tăng trưởng lợi nhuận bền vững và định giá hợp lý.

“Mặt bằng lãi suất nhích tăng dẫn đến mức lợi tức yêu cầu của nhà đầu tư với kênh đầu tư rủi ro như chứng khoán sẽ cao hơn, khiến việc lựa chọn cơ hội đầu tư phải rất chọn lọc và phân hóa, tập trung vào các cổ phiếu của doanh nghiệp tăng trưởng lợi nhuận bền

vững và có mức định giá hợp lý”, báo cáo của Viện Nghiên cứu Kinh tế BIDV nêu rõ.

Song song với cổ phiếu, thị trường trái phiếu doanh nghiệp được dự báo tiếp tục phục hồi trong năm 2026 khi nhu cầu vốn của doanh nghiệp gia tăng. Lãi suất trái phiếu có thể cao hơn năm 2025, nhưng đổi lại, các tiêu chuẩn phát hành và minh bạch thông tin được nâng cao hơn, giúp thị trường dần phục hồi tốt và bền vững hơn.

Trong bối cảnh phân hóa mạnh, đầu tư thông qua các quỹ mở tiếp tục cho thấy vai trò quan trọng đối với nhà đầu tư dài hạn. Năm 2025, danh mục Smart Fund triển khai cho khách hàng cao cấp tại BIDV ghi nhận kết quả tương đối tích cực. Nhóm quỹ của Dragon Capital (DCVFM) nổi bật với hiệu suất quỹ DCDS đạt 32,9% và DCDE đạt 14,01%, nhờ chiến lược đầu tư linh hoạt và chủ động tái cơ cấu danh mục. Trong khi đó, các quỹ do VinaCapital và SSIAM quản lý cũng đạt mức sinh lời bình quân khoảng 7-15%.

Ở chiều ổn định hơn, các quỹ trái phiếu trung và dài hạn như DCBF hay VFF duy trì lợi suất quanh 6,9-7,3% trong năm 2025. Theo đánh giá của một số chuyên gia trong ngành quản lý quỹ, sang năm 2026, khi nguồn cung trái phiếu doanh nghiệp tăng và lãi suất nhích lên, lợi suất kỳ vọng của các quỹ trái phiếu có thể cải thiện, đạt quanh mức 8%/năm.

THẬN TRỌNG VỚI TÀI SẢN PHÒNG THỦ VÀ HỮU HÌNH

Trên thị trường vàng, các chuyên gia của Viện Nghiên cứu Kinh tế BIDV dự báo xu hướng tăng vẫn tiếp diễn trong năm 2026, được thúc đẩy bởi nhu cầu trú ẩn trước những bất ổn địa chính trị và kinh tế toàn cầu, gần đây nhất là chiến dịch của Mỹ tại Venezuela. Việc nợ công toàn cầu ở mức cao, cùng xu hướng gia tăng dự trữ vàng của các ngân hàng trung ương, đặc biệt là Trung Quốc, tiếp tục tạo nền tảng hỗ trợ giá. Tuy nhiên, rủi ro của kênh đầu tư này là đã ghi nhận một đợt tăng giá mạnh trong năm 2025, khiến quan điểm đầu tư với kim loại quý này nghiêng về trạng thái thận trọng hơn.

Với bất động sản, năm 2026 được nhìn nhận là giai đoạn phục hồi theo hướng bền vững hơn. Thị trường nhà ở tiếp tục hưởng lợi từ quyết tâm thúc đẩy tăng trưởng kinh tế, hoàn thiện khung pháp lý và đầu tư hạ tầng, song được điều tiết theo hướng tuần tự, hạn chế gây sốc. Các chính sách kiểm soát chi phí đầu vào, điều tiết nguồn cung, đặc biệt là nhà ở xã hội, và tăng cường minh bạch được kỳ vọng sẽ giúp thị trường ổn định hơn, đồng thời hạn chế tình trạng đầu cơ, thổi giá như các giai đoạn trước.

Tổng thể, năm 2026 mở ra một môi trường đầu tư vẫn còn cơ hội nhưng đòi hỏi cách tiếp cận thận trọng hơn. Khi lãi suất tăng nhẹ và rủi ro vĩ mô chưa hoàn toàn lắng dịu, chiến lược đầu tư không thể dựa vào “đà thị trường”, mà cần tập trung vào chất lượng tài sản, quản trị rủi ro và kỷ luật phân bổ vốn - những yếu tố mang tính quyết định cho hiệu quả đầu tư dài hạn.

Trên thị trường vàng, các chuyên gia của Viện Nghiên cứu Kinh tế BIDV dự báo xu hướng tăng vẫn tiếp diễn trong năm 2026, được thúc đẩy bởi nhu cầu trú ẩn trước những bất ổn địa chính trị và kinh tế toàn cầu



LỜI GIẢI CHO BÀI TOÁN

QUẢN TRỊ GIA SẢN



Sau bốn thập kỷ Đổi Mới, Việt Nam đang chứng kiến sự bùng nổ của tầng lớp siêu giàu, kéo theo nhu cầu chuyển đổi từ tích lũy tài sản sang tìm kiếm các mô hình đầu tư chuyên biệt để bảo tồn và phát triển di sản.

SỰ CHUYỂN DỊCH TRONG CÁCH QUẢN LÝ TÀI SẢN

Sau hơn bốn thập kỷ kể từ Đổi Mới (1986), Việt Nam đã trải qua một giai đoạn nhảy vọt về tích lũy của cải. GDP bình quân đầu người tăng từ khoảng 100 USD lên gần 5.000 USD, gấp khoảng 50 lần so với thời điểm bắt đầu cải cách. Quan sát từ các quốc gia châu Á như Hàn Quốc hay Thái Lan cho thấy, khi thu nhập bình quân vượt ngưỡng này, nhu cầu đầu tư tài chính không chỉ tăng về quy mô mà còn trở nên phức tạp hơn. Bởi vì, người dân không chỉ gửi tiết kiệm hay mua bất động sản, mà tìm đến những sản phẩm tài chính chuyên biệt để tăng giá trị tài sản.

Theo The Wealth Report 2025 của Knight Frank, Việt Nam hiện có hơn 5.400 cá nhân sở hữu tài sản ròng trên 10 triệu USD và tầng lớp trung lưu sẽ chiếm khoảng 26% dân số trong năm nay. Trong đó, khoảng 70% doanh nghiệp tư nhân là các doanh nghiệp gia đình đang đóng góp tới 25% GDP của nền kinh tế. Khi quy mô tài sản tăng, nhu cầu tài chính của cá nhân và doanh nghiệp gia đình chuyển từ tích lũy sang quản trị, bảo toàn và truyền thừa. Theo Báo cáo The Future of Asia Wealth Management 2025 của Accenture, các danh mục đầu tư truyền thống dần

trở nên không đủ, đặc biệt với những người sở hữu tài sản trên 1 triệu USD (HNW) và những người siêu giàu với tài sản trên 30 triệu USD (UHNW). Họ ngày càng quan tâm tới các kênh phức tạp hơn như vốn cổ phần tư nhân (private equity), tài sản thực hay các chiến lược cấu trúc.

TIẾP CẬN CHUYÊN NGHIỆP TRONG QUẢN TRỊ GIA SẢN

Sự gia tăng về quy mô tài sản kéo theo sự thay đổi trong tư duy quản lý. Theo Accenture, thay vì chỉ dựa vào mối quan hệ cá nhân với một vài chuyên viên tư vấn, hơn 52% cá nhân sở hữu tài sản trên 1 triệu USD ưu tiên lựa chọn các định chế tài chính dựa trên uy tín và hệ thống chuyên nghiệp. Các tổ chức này đóng vai trò như những định chế quản trị và bảo toàn di sản. Khi tài sản đạt đến một ngưỡng nhất định, quản lý gia sản không còn là tập hợp những quyết định rời rạc, mà cần được vận hành có hệ thống, tương tự như điều hành một doanh nghiệp lớn, với trọng tâm là hoạch định chiến lược và kiểm soát rủi ro.

Tại Việt Nam, Elevate by DC là một trong những giải pháp được triển khai theo định hướng này. Đây là giải



pháp ủy thác đầu tư chuyên biệt được xây dựng từ sự hợp tác giữa BIDV, ngân hàng có tổng tài sản lớn nhất Việt Nam (trên 123 tỷ USD) và công ty quản lý quỹ lâu đời nhất thị trường là Dragon Capital. Sản phẩm được thiết kế dành cho nhóm khách hàng sở hữu tài sản lớn.

Khác với các sản phẩm thông thường Elevate by DC vận hành theo mô hình “may đo”, dựa trên mục tiêu và khẩu vị rủi ro riêng của từng khách hàng. Danh mục đầu tư được xây dựng theo chiến lược Pro-Growth, tập trung vào cổ phiếu dài hạn, với kỳ vọng mang lại mức sinh lời cao hơn chỉ số tham chiếu trong trung và dài hạn. Toàn bộ quy trình được đảm nhiệm bởi đội ngũ chuyên gia đầu tư hàng đầu, giàu kinh nghiệm, được đào tạo theo chuẩn mực quốc tế.

Với nhóm khách hàng siêu giàu là chủ doanh nghiệp, chuyên gia, nhà đầu tư chuyên nghiệp hay thế hệ kế nghiệp, giá trị của mô hình này không chỉ nằm ở mức sinh lời. Quan trọng hơn, đó là việc chuyển từ tự quản lý sang ủy thác chiến lược, giúp chuyển trọng tâm từ ra quyết định cá nhân sang cơ chế quản trị chuyên nghiệp và có tính hệ thống.

BẢO TỒN DI SẢN QUA CÁC THỂ HỆ

Quản lý gia sản không chỉ dừng lại ở những con số mà còn gắn với bài toán kế thừa và sự kết nối giữa các thế hệ. Một gia đình có thể giàu về mặt tài chính, nhưng vẫn dễ tổn thương nếu thiếu phương pháp chuyển giao tri thức, giá trị và năng lực ra quyết định. Trong bối cảnh kinh tế toàn cầu nhiều biến động, yếu tố con người trở thành nền tảng để duy trì tính ổn định và định hướng dài hạn của gia đình. Nhằm đáp ứng nhu cầu bảo toàn và gia tăng tài sản của các gia tộc lớn, BIDV Private Banking ra mắt Elevate by DC - giải pháp đầu tư "may đo" cùng Dragon Capital.

Với bề dày kinh nghiệm trong việc đồng hành cùng các khách hàng tinh hoa, BIDV hiểu rằng hành trình chuyển giao tài sản và những giá trị cốt lõi giữa các thế hệ trong các gia đình sở hữu khối tài sản lớn luôn là một hành trình đòi hỏi sự chuẩn bị kỹ lưỡng và tầm nhìn dài hạn. Không đơn thuần là bảo toàn thành quả tài chính, quá trình này còn là sự tiếp nối bản sắc gia đình, sự phát triển của tư duy lãnh đạo và sự trường tồn qua thời gian. Nhận thức sâu sắc về những yêu cầu đặc thù này, BIDV Private Banking nghiên cứu và ra mắt chương trình "Next Gen Future Leader" như một gói đặc quyền dành cho thế hệ kế cận, đồng toàn diện trên hành trình bảo toàn và phát triển tài sản gia đình thông qua ba khía cạnh cốt lõi: kiến thức, kỹ năng và kết nối. Đặc quyền này được xây dựng trên bốn nền tảng chính, gồm: chương trình phát triển năng lực thế hệ tương lai Nextgen Navigator hợp tác với Deloitte Việt Nam, kho học liệu từ các tổ chức đào tạo uy tín trên thế giới, chuỗi hội thảo, sự kiện trong và ngoài nước và cơ hội thực tập tại các tập đoàn, doanh nghiệp hàng đầu Việt Nam. Bên cạnh đó, thế hệ kế cận còn được tiếp cận các chuẩn mực dịch vụ và trải nghiệm dành riêng cho khách hàng Private của BIDV.

Nhiều gia đình đang chuyển sang mô hình “doanh nghiệp gia đình hiện đại”, trong đó hoạt động kinh doanh cốt lõi tồn tại song song với một Family Office được đầu tư bài bản. Cấu trúc này cho phép tách bạch giữa quản trị doanh nghiệp và quản trị gia sản, giúp đa dạng hóa danh mục và giảm thiểu rủi ro tập trung.

Trong thị trường quản lý tài sản, hiện không nhiều tổ chức có thể duy trì đồng thời quy mô, độ ổn định và chiều sâu dịch vụ. Với uy tín đã được khẳng định, BIDV ba năm liên tiếp được tạp chí The Asian Banker

vinh danh là ngân hàng có dịch vụ Private Banking tốt nhất Việt Nam, đồng thời góp mặt trong danh sách Fortune Southeast Asia 500. Những ghi nhận này phản ánh năng lực của BIDV trong việc xây dựng một hệ sinh thái quản lý gia sản toàn diện, dành cho những cá nhân và doanh nghiệp gia đình đang bước vào giai đoạn chuyển giao thế hệ.

Khi các giá trị cốt lõi được duy trì bằng những cơ chế quản trị chuyên nghiệp và tư duy lãnh đạo được nuôi dưỡng một cách có hệ thống, di sản của các gia đình sở hữu tài sản lớn không còn chỉ là sự tích lũy của cải, mà trở thành một quá trình vận động liên tục. Trong đó, mỗi thế hệ không chỉ tiếp nhận tài sản mà còn tiếp nối năng lực ra quyết định, văn hóa quản trị và tầm nhìn dài hạn để kiến tạo giá trị bền vững cho tương lai.



TIỀN VIỆT NAM

TRONG DÒNG CHẢY THIÊN NIÊN KỶ



Tiền tệ Việt Nam là một dòng chảy liên tục với bề dày lịch sử hơn 1.000 năm, trải dài từ những đồng "Thái Bình hưng bảo" thời nhà Đinh - đồng tiền đầu tiên của người Việt trong thời kỳ lập quốc - cho đến hệ thống tiền tệ tinh xảo của các triều đại Lý, Trần, Lê, Nguyễn. Trong chiều dài lịch sử ấy, mốc son năm 1945 đã thực sự mở ra một chương hoàn toàn mới: kỷ nguyên của đồng tiền độc lập, gắn liền với sự khai sinh của nước Việt Nam Dân chủ Cộng hòa. Đến năm 1951, Ngân hàng Nhà nước Việt Nam (tiền thân là Ngân hàng Quốc gia) ra đời theo Sắc lệnh 15/SL, xác lập vai trò trung tâm trong phát hành và dẫn dắt chính sách tiền tệ, trở thành "hệ tuần hoàn" của nền tài chính quốc gia trong cả thời chiến lẫn thời bình.

Từ những tờ "Tiền tài chính" thô sơ phục vụ kháng chiến đến hệ thống polymer với công nghệ bảo an cao, mỗi đồng tiền phát hành không chỉ là công cụ điều tiết nền kinh tế, mà còn là biểu tượng hữu hình của chủ quyền đất nước. Hành trình hơn 80 năm của đồng tiền nước Việt Nam Độc lập, đặc biệt là từ khi Ngân hàng Nhà nước Việt Nam ra đời chính là một "biên niên sử bằng hình ảnh" ghi lại những biến chuyển, thăng trầm và khát vọng vươn mình của dân tộc trong tiến trình hội nhập.



Giấy bạc 100 đồng - mẫu kháng chiến kiến quốc (1947-1954)



Đồng tiền 1 đồng



Đồng tiền 20 xu

Giai đoạn

1945-1951

NHỮNG ĐỒNG TIỀN ĐỘC LẬP ĐẦU TIÊN

Giấy bạc 5 đồng (1945-1951)



Sau Cách mạng tháng Tám năm 1945, nước Việt Nam Dân chủ Cộng hòa ra đời trong bối cảnh vô cùng khó khăn với "giặc đói, giặc dốt và giặc ngoại xâm". Để giải quyết tình trạng hụt ngân sách nghiêm trọng, Chính phủ đã tổ chức "Quỹ độc lập" và "Tuần lễ vàng" kêu gọi sự đóng góp của nhân dân. Phong trào được tổ chức trên cả nước, kêu gọi các tầng lớp nhân dân, đặc biệt là giới công thương. Nhân dân cả nước đã tích cực hưởng ứng "Tuần lễ vàng", ủng hộ vàng, tiền, tài sản... với giá trị quy đổi là 20 triệu đồng Đông Dương và 370kg vàng, giúp Chính phủ có đủ nguồn lực giải quyết khó khăn bức thiết về tài chính, củng cố, giữ vững thành quả cách mạng, tạo cơ

sở vững chắc cho công cuộc kháng chiến, kiến quốc.

Trong thời kỳ này, trước khi Ngân hàng Quốc gia được thành lập, Bộ Tài chính là đơn vị chịu trách nhiệm phát hành "Tiền tài chính" (hay Tiền Trung ương) từ năm 1945 đến 1951 tại các vùng tự do.

Tại các địa phương khác, do điều kiện vận chuyển khó khăn, Chính phủ đã cho phép phát hành các loại tiền riêng biệt như Giấy bạc miền Nam Trung Bộ và Tín phiếu Liên khu 5. Đây là giải pháp linh hoạt để duy trì nền kinh tế kháng chiến trong điều kiện bị chia cắt.



Giấy bạc 5 hào (Seri đóng bằng dấu màu đỏ)



Tín phiếu 100 đồng (1947-1954)

Đồng tiền 1 xu và 2 xu



Giai đoạn

1951 – 1975

SỰ RA ĐỜI CỦA NGÂN HÀNG QUỐC GIA VÀ CUỘC ĐẤU TRANH TIỀN TỆ

Dấu mốc quan trọng nhất diễn ra vào ngày 6/5/1951, khi Chủ tịch Hồ Chí Minh ký Sắc lệnh 15/SL thành lập Ngân hàng Quốc gia Việt Nam (sau này là Ngân hàng Nhà nước Việt Nam). Sự kiện này đánh dấu việc chuyển trách nhiệm phát hành tiền từ Bộ Tài chính sang cơ quan ngân hàng chuyên trách.

- Lần phát hành tiền đầu tiên: Năm 1951, Ngân hàng Quốc gia đã phát hành giấy bạc ngân hàng với đơn vị tiền tệ là "đồng" để thay thế tiền tài chính. Một đồng ngân hàng lúc bấy giờ đổi được 10 đồng tài chính. Tiền này được gọi là Tiền Ngân hàng.



Giấy bạc 100 đồng (1951)



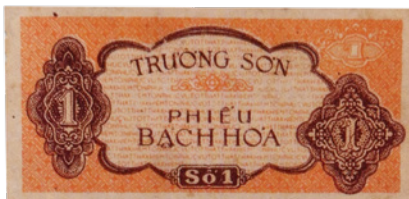
Giấy bạc 5.000 đồng (1953)

- Cải cách tiền tệ năm 1959: Ngày 27/2/1959, một cuộc đổi tiền được thực hiện với tỷ lệ 1 đồng mới ăn 1.000 đồng cũ. Bộ tiền này có đủ các mệnh giá từ 1 xu đến 10 đồng, mang hình ảnh Quốc huy và chân dung Chủ tịch Hồ Chí Minh. Đây là một chương tiêu biểu trong tiến trình đấu tranh tiền tệ, nơi đồng tiền được sử dụng như một công cụ sắc bén để khẳng định chủ quyền tài chính, thoát ly khỏi sự lệ thuộc vào các dòng tiền ngoại bang và tập trung nguồn lực để phục hồi, xây dựng kinh tế miền Bắc.



Tiền giấy 10 đồng (1959)

- Tiền tệ trong kháng chiến chống Mỹ: NHNN không chỉ quản lý tiền tệ ở miền Bắc mà còn hỗ trợ phát hành các loại phiếu đặc biệt phục vụ tiền tuyến như Phiếu Bách hóa Trường Sơn (1966-1975) và tiền của Mặt trận Dân tộc Giải phóng miền Nam Việt Nam (1968).



Phiếu số 1 màu cam nâu



Phiếu số 5 màu hồng nâu

Song song đó, tại miền Nam, từ năm 1955 đến 1975 cũng tồn tại hệ thống tiền tệ riêng do Ngân hàng Quốc gia Việt Nam (phía Chính quyền Cộng hòa) phát hành với 10 bộ tiền giấy và 5 bộ tiền kim loại qua hai thời kỳ Đệ nhất và Đệ nhị Cộng hòa.



Tiền giấy 1 đồng (1964)



Tiền giấy 10 đồng của Mặt trận Dân tộc Giải phóng miền Nam Việt Nam (1968)

Đồng tiền 2 hào, 5 hào và 1 đồng



Giai đoạn

1975 – 1985

THỐNG NHẤT TIỀN TỆ TOÀN QUỐC



Tiền giấy 20 đồng (1978)



Tiền giấy 5 đồng (1985)



Tiền giấy 10 đồng (1985)

Sau đại thắng mùa Xuân năm 1975, đất nước thống nhất về mặt lãnh thổ nhưng hệ thống tiền tệ vẫn bị chia cắt giữa hai miền. Miền Bắc sử dụng tiền do NHNN phát hành năm 1959, trong khi miền Nam lưu hành đồng tiền riêng, gây khó khăn cho việc quản lý kế hoạch hóa và lưu thông hàng hóa.

Để giải quyết vấn đề này, vào ngày 25/4/1978, Chính phủ quyết định thống nhất tiền tệ trên toàn quốc. NHNN đã tiến hành phát hành tiền mới và thu hồi tiền cũ ở cả hai miền. Bộ tiền 1978 là bộ

tiền đầu tiên của NHNN phát hành trong phạm vi cả nước, mở ra một trang mới trong lịch sử tiền tệ Việt Nam với hình ảnh đặc trưng về công - nông - binh và các thành tựu xây dựng đất nước.

Ngày 13/9/1985, một cuộc đổi tiền tiếp theo đã diễn ra theo tỷ lệ 1 đồng mới bằng 10 đồng cũ. Đợt đổi tiền này là một bộ phận trong cuộc tổng điều chỉnh giá, lương, tiền nhằm mục đích điều chỉnh và ổn định sức mua của đồng tiền, lập lại trật tự trong khâu phân phối lưu thông.

Giai đoạn

1987 – Nay

ĐỔI MỚI VÀ HIỆN ĐẠI HÓA



Ngân phiếu thanh toán 500.000 đồng (1994)



Tiền polymer 50.000 đồng (2003)



Tiền polymer 200.000 đồng (2003)

Từ sau Đại hội VI (1986), công cuộc Đổi Mới đã mang lại luồng sinh khí mới cho nền kinh tế. Vai trò của NHNN trong giai đoạn này không chỉ là phát hành tiền mà còn là điều hành chính sách tiền tệ để kiểm soát lạm phát và thúc đẩy tăng trưởng.

- Sau đổi tiền tháng 9/1985, lạm phát tăng nhanh, ngân sách thiếu hụt... tiền mặt thiếu trầm trọng. Lượng tiền phát hành vào lưu thông rất lớn. Thời kỳ này, ngân sách không có tiền trả cho các nhà in nước ngoài nên Ngân hàng Nhà nước Việt Nam phải tự in loại tiền mới để phát hành. Mặt khác, giá cả tăng mạnh nên phải in bổ sung thêm các loại tiền có mệnh giá lớn: Năm 1987 bổ sung tờ tiền 200 đồng, 1.000 đồng, 2.000 đồng, 5.000 đồng; năm 1988 bổ sung tờ tiền 500 đồng, 1.000 đồng, 2.000 đồng; năm 1990 bổ sung tờ tiền 1.000 đồng, 50.000 đồng; năm 1991 bổ sung tờ tiền 100 đồng, 5.000 đồng, 20.000 đồng; năm 1993 bổ sung tờ tiền 10.000 đồng; năm 1994 bổ sung tờ tiền 50.000 đồng, 100.000 đồng.

- Sử dụng Ngân phiếu thanh toán: Từ năm 1992 đến 2002, để hạn chế tiền mặt trong lưu thông, NHNN đã ban hành Ngân phiếu thanh toán với các mệnh giá lớn.

- Kỷ nguyên tiền Polymer: Bước ngoặt hiện đại hóa diễn ra vào tháng 12/2003, khi NHNN chính thức phát hành hệ thống tiền mới trên chất liệu polymer kết hợp với tiền kim loại. Tiền polymer với công nghệ chống giả cao và độ bền tốt đã thay thế phần lớn các loại tiền giấy cotton cũ, trở thành hệ thống tiền tệ ổn định và hiện đại được sử dụng cho đến ngày nay.

Qua hơn 80 năm, từ những tờ "tiền tài chính" thô sơ trong hàng động chiến khu đến những tờ tiền polymer hiện đại, đồng tiền Việt Nam luôn đồng hành cùng vận mệnh dân tộc, Ngân hàng Nhà nước Việt Nam đã hoàn thành xuất sắc vai trò "huyết mạch" của mình, không chỉ bảo đảm giá trị đồng tiền mà còn trực tiếp góp phần ổn định kinh tế vĩ mô, đưa đất nước hội nhập quốc tế sâu rộng.

BIDV VISA INFINITE

TINH HOA PHONG CÁCH SỐNG

*Trọn thế giới tinh hoa nằm gọn trong chiếc thẻ BIDV VISA INFINITE
để Quý Khách tận hưởng những dịch vụ cao cấp nhất.*

🌸 Đa dạng các gói đặc quyền dịch vụ hàng đầu:

- Gói đặc quyền Golfer: Lướt chơi Golf tại các sân Golf hàng đầu Việt Nam.
- Gói đặc quyền Lifestyle: Đặc quyền tại sân bay/ Đặc quyền ẩm thực/
Đặc quyền sức khỏe/ Đặc quyền nghỉ dưỡng.

🌸 Linh hoạt lựa chọn các gói phí thường niên

- Gói phí 30 triệu đồng.
- Gói phí 15 triệu đồng.
- Gói phí 5 triệu đồng

🌸 Hotline hỗ trợ chuyên biệt 1800 969 659 để đặt lịch dễ dàng.

🌸 Chính sách tích điểm, hoàn tiền không giới hạn.

🌸 Bảo hiểm du lịch toàn cầu.



THẾ GIỚI TINH HOA



MÃ ĐÀO THÀNH CÔNG

Trong văn hóa phương Đông, tuần mã là biểu tượng của sinh khí, tốc độ, sức bền và tinh thần “phi nước đại” không ngừng tiến về phía trước. Cảm hứng ấy được các bậc thầy chế tác đồng hồ chuyển hóa thành những kiệt tác thời gian trong năm Bính Ngọ 2026.

01

Patek Philippe
Grand Complications
Minute Repeater 5278 "Horse"

Patek Philippe khẳng định chuyên môn chế tác đồng hồ cao cấp qua phiên bản Minute Repeater 5278 "Horse" giới hạn chỉ 20 chiếc. Mẫu đồng hồ đặt trong vỏ vàng trắng với đường kính 40mm, mặt số nâu điểm xuyết họa tiết đắp nổi bằng vàng trắng, chạm khắc hoàn toàn bằng tay. Hình tượng này lấy cảm hứng từ loài ngựa Chunar có nguồn gốc Ấn Độ từng xuất hiện trong các ghi chép lịch sử. Bên trong là bộ máy điểm chuông phút calibre R27. Bộ máy được phô diễn trọn vẹn qua mặt đáy sapphire, cho phép người đeo quan sát mối liên kết giữa bánh răng, búa gõ và cầu máy.



03

Vacheron Constantin Métiers d'Art The Legend of the Chinese Zodiac

Vacheron Constantin tiếp cận hình tượng ngựa bằng ngôn ngữ nghệ thuật thuần túy trên nền bạch kim 950 quý hiếm. Linh vật chạm khắc thủ công hiện lên đầy sinh khí giữa bố cục nền là thế giới thảo mộc, vốn được tạo tác bằng kỹ thuật tráng men tiểu họa Grand Feu đa lớp kỳ công. Giới hạn 25 chiếc cho mỗi phiên bản chất liệu, mẫu đồng hồ mang dấu chứng nhận Geneva Seal danh giá, bảo chứng cho chuẩn mực khắt khe về độ tin cậy và kỹ nghệ bậc thầy. Sự đối thoại giữa chủ thể và bối cảnh không chỉ tôn vinh tinh thần tự do của linh vật mà còn diễn giải lại các bí quyết thủ công truyền thống Thụy Sĩ theo phong thái đầy đương đại.



02

Jaeger-LeCoultre Reverso Tribute Enamel Horse

Chỉ với 10 chiếc trên toàn cầu, Reverso Tribute Enamel đại diện cho cách tiếp cận đầy chiều sâu của Jaeger-LeCoultre đối với chủ đề năm Bính Ngọ. Hình ảnh ngựa không xuất hiện phôi tương mà được chạm khắc thủ công tỉ mỉ trên nền men Grand Feu đen sâu thẳm ở mặt sau vỏ xoay lật huyền thoại. Kỹ thuật chạm khắc Haute Horlogerie cho phép nghệ nhân dựng khối 3D sống động, biến biểu tượng linh vật thành một thông điệp cá nhân kín đáo, chỉ lộ diện khi người đeo chủ động xoay mặt đồng hồ. Vận hành bởi bộ máy lên dây tay Calibre 822 bên bí, chiếc đồng hồ là sự kết hợp giữa ngôn ngữ Art Deco cổ điển và nghệ thuật trang trí thủ công đầy kiêu hãnh.





04

Dior Grand Soir Year of the Horse

Hình ảnh khu vườn tưởng tượng được tái hiện qua khung cảnh Toile de Jouy thu nhỏ đầy sắc thái huyền ảo trên một số xà cừ. Đôi ngựa vàng hồng được tạo hình thủ công di chuyển giữa những tán cây khảm xà cừ và rừng hoa nạm thạch anh tím, sapphire cùng thạch anh vàng rực rỡ. Thiết kế không chỉ là cỗ máy thời gian vận hành bởi bộ máy tự động Sellita SW300 mà còn là một tác phẩm trang sức xa xỉ bậc nhất. Sự đồng điệu tuyệt đối giữa bộ kim Dauphine và các chi tiết vàng hồng tạo nên cấu trúc thị giác mãn nhãn, nơi kỹ nghệ chế tác đá quý và biểu tượng văn hóa cùng tồn tại trong một sáng tạo mang đậm tinh thần lãng mạn của nhà mốt Pháp.



05

Piaget Altiplano Zodiac Horse Edition

Tiếp nối dòng đồng hồ 12 con giáp từ năm 2012, Piaget ra mắt Altiplano Zodiac Horse Edition giới hạn chỉ 18 chiếc. Bộ vỏ Altiplano đường kính 41mm bằng vàng trắng được viền bằng kim cương cắt baguette, kết hợp kim cương cắt brilliant gắn trên càng nổi dây và một viên kim cương cắt rose đặt trên núm chỉnh giờ. Linh hồn của thiết kế nằm ở mặt số do nghệ nhân Anita Porchet thực hiện. Kết hợp kỹ thuật tráng men Cloisonné Grand Feu cùng di sản chạm khắc Palace Décor, hình tượng chú ngựa ba chiều hiện lên đầy sức sống trong khoảnh khắc bật nhảy. Vẻ đẹp mỹ thuật được hoàn thiện bởi bộ máy Caliber 830P siêu mỏng, khẳng định sự giao thoa hoàn hảo giữa tay nghề thủ công bậc thầy và tư duy trang sức cao cấp.



06

Hublot
Spirit of Big Bang Frosted Carbon
Year of the Horse

Hublot ghi dấu ấn năm Bính Ngọ bằng phiên bản Spirit of Big Bang Frosted Carbon mạnh mẽ trong bộ vỏ tonneau 42mm. Điểm nhấn trung tâm nằm ở mặt số khảm carbon thủ công, nơi từng mảnh vật liệu được cắt và sắp xếp tỉ mỉ để tạo hình chú ngựa đang phi nước đại. Đường viền vàng mạ 3N lấy cảm hứng từ mô-típ thời Đường đặt trên nền đen sơn mài, gợi liên tưởng đến những hoa văn thêu trên trang phục nghi lễ truyền thống. Sự kết hợp giữa carbon hiện đại và ngôn ngữ trang trí lịch sử tạo nên các lớp không gian thị giác ấn tượng, khẳng định triết lý "Art of Fusion" độc bản, kết nối kỹ thuật đương đại với dòng chảy văn hóa Á Đông rực rỡ.

- Tác giả: Sử gia Peter Frankopan
- Thể loại: Lịch sử - xã hội
- Nằm trong danh sách "Sách hay nhất năm 2023" của The New Yorker

TRÁI ĐẤT CHUYỂN MÌNH



Tại sao nghệ thuật ra đời? Tại sao một dân tộc du mục như Mông Cổ có thể xây dựng nên đế chế hùng mạnh nhất trong lịch sử? Tại sao đế quốc La Mã lại ra đời, lên đỉnh cao và rồi tàn lụi? Tại sao, tại sao, tại sao? Đó dường như đều chỉ là vấn đề của con người. Thế nhưng, trong cuốn sách đồ sộ gần 900 trang của nhà sử học lừng danh người Anh Peter Frankopan, ông cho thấy còn một yếu tố khác nằm sau tất cả những chuyển biến lớn nhỏ trên thế giới, một yếu tố nằm ngoài tầm kiểm soát của con người, và theo thời gian, khi con người càng cố gắng thu phục nó, thì nó càng trở nên khó lường hơn: thiên nhiên.

CÁC KIẾN GIẢI ĐỘC ĐÁO

Biến đổi khí hậu ảnh hưởng tới mọi thứ, từ cách xây dựng những vở kịch của William Shakespeare đến sự hình thành các nhà nước ở Trung Hoa cổ, từ sự khai sinh của Hồi giáo tới tình trạng hỗn loạn ở Afghanistan trong thế kỷ 20. Với vốn hiểu biết phi thường, Peter Frankopan đã trình bày một vài kiến giải vô cùng lôi cuốn về những sự kiện lịch sử mà có lẽ nhiều người đã thuộc nằm lòng. Chẳng hạn, tại sao lại có sự nở rộ của nghệ thuật hang động vào khoảng 42.000 năm trước? Một số nhà sử học khí hậu lập luận rằng, sự kiện này có liên quan tới một thời kỳ thời tiết bất ổn, khiến nhiều nơi trên thế giới lạnh đi, hàng loạt động vật tuyệt chủng, tổ tiên chúng ta phải ẩn nấp sâu trong hang và bắt đầu sáng tác. Có người còn đi xa hơn khi cho rằng, vì sống trong hang, thiếu oxy nên con người bắt đầu có những ảo giác nghệ thuật.

TẠI TRỜI HAY TẠI NGƯỜI

Nhưng không có nghĩa là Peter Frankopan quy trách nhiệm về mọi sự kiện lịch sử cho các cú sốc khí hậu. Ông không đi vào vết xe đổ của nhiều sử gia, đó là chạy theo những kiến giải có vẻ hấp dẫn nhưng dễ dãi. Chẳng hạn, một trong những giả thuyết được nhiều người yêu thích về sự sụp đổ của nền văn minh Maya từng một thời lừng lẫy ở Nam Mỹ, đó là do biến đổi khí hậu. Tuy nhiên, sự thực không hẳn đã là như vậy. Ừ thì những điều kiện thời tiết cực đoan có thể làm giảm năng suất nông nghiệp của vương quốc này, nhưng họ cũng đã gieo trồng được nhiều loại cây chịu hạn. Tóm lại, không có một nguyên nhân đơn lẻ nào dẫn tới những sự kiện lớn lao, mà luôn là tập hợp của rất nhiều nguyên nhân. Con người không thể oán trách ông trời, bởi thiên nhiên có thể thúc đẩy sự tan vỡ của một đế chế, nhưng chủ yếu là do sai lầm của con người, và rồi các xã hội tự nó đi đến tan vỡ.

NIỀM VUI CỦA VIỆC ĐỌC MỘT CUỐN SÁCH DÀY

“Tôi tin rằng sách vở cũng nên giống như một món sườn nướng hảo hạng - vừa ngon vừa dày”, một nhà văn từng viết. “Trái đất chuyển mình” có thể coi là một món sườn nướng hảo hạng như vậy, bạt ngàn thông tin và bao trùm lịch sử mọi vùng đất trên thế giới chứ không chỉ trọng Âu - Mỹ như truyền thống nghiên cứu lịch sử phương Tây. Xuất hiện trong cuốn sách này không chỉ là những triều đại vàng son lẫy lừng năm châu bốn bể, mà còn cả những vương quốc nhỏ hơn nhưng không kém phần kỳ thú, như vương quốc Champa ở miền Trung Việt Nam hay các quốc gia vùng Tây Phi. Một cuốn sách dày luôn đòi hỏi nhiều hơn ở người đọc. Thậm chí cuốn sách cũng chẳng hề giải trí, bạn không thể coi nó như một thú vui, mà phải coi nó như một công việc. Tuy nhiên, một khi đã đọc xong thì sự mệt mỏi chuyển hóa thành cảm giác thống khoái đã đời, ta nhận ra không chỉ ta ngốn ngấu cuốn sách, mà bản thân cuốn sách cũng ngốn ngấu ta.



Một phần của bức tranh tổng thể bên trong gian phòng "Sảnh Bò" tại hang Lascaux, có niên đại khoảng 17.000 năm trước Công nguyên. Đây là một ví dụ điển hình về nghệ thuật hang động thời đồ đá cũ thượng kỳ.

Vài năm trở lại đây, từ khoá “longevity” đang dần định hình nên xu hướng mới trong mọi lĩnh vực của đời sống. Theo Google Trends, chỉ trong năm 2025, lượt tìm kiếm liên quan đến chủ đề này đã tăng đến 900%.

Giấc mộng trường sinh của nhân loại vốn luôn hiện hữu từ thuở sơ khai – trong truyền thuyết, thần thoại và cả những giai thoại nửa thực nửa hư về các nhân vật lịch sử. Vậy tại sao đây là thời điểm khát vọng ấy trở nên mãnh liệt hơn bao giờ hết?



LONG

Trong chuyên đề này, Người Đồng Hành mời bạn bước vào hành trình khám phá từ công nghệ làm đẹp cho đến bàn ăn mỹ thực, từ phòng thí nghiệm khoa học đến những vùng đất Blue Zone nên thơ, gặp gỡ các tỉ phú đầy tham vọng ở thung lũng silicon cũng như nhóm người bách niên giản dị ở miền biển đảo. Tất cả để thấy được một câu chuyện đa diện về trường thọ trong kỷ nguyên mới. Đó không đơn thuần là kéo dài thời gian tồn tại, mà là sống một cuộc sống cân bằng, khỏe mạnh và có ý nghĩa. Không chỉ là đặc quyền của số ít cá nhân sở hữu trong tay nguồn lực, mà còn có thể là một lựa chọn có chủ đích của bất kỳ ai - bắt đầu ngay từ hôm nay.

EDUTY



VÁN CỜ *TỈ PHÚC*

Từ giới quý tộc La Mã, Hy Lạp cổ đại đến các bậc đế vương chốn cung đình phương Đông, con người qua nhiều thế kỷ vẫn miệt mài kiếm tìm những phương cách giúp sống khỏe, sống lâu và duy trì trạng thái viên mãn cả về thể chất lẫn diện mạo. Chỉ khác, xưa kia các vị vua đi tìm “suối nguồn tươi trẻ” trong mộng tưởng, còn ngày nay, các tỉ phú toàn cầu đang nỗ lực biến khát vọng ấy thành hiện thực trong phòng lab.



Bryan Johnson

CHÂN DUNG MỘT NGƯỜI BÊ KHÓA SINH HỌC

Biohacking (bê khóa sinh học) là một khái niệm chỉ sự can thiệp có chủ đích vào hệ sinh học cơ thể nhằm tối ưu sức khỏe, hiệu suất và tuổi thọ, thông qua khoa học, công nghệ và việc đo lường dữ liệu cá nhân. Nếu coi đây là một bộ môn thể thao, thì “vận động viên” sáng giá nhất hành tinh là không ai khác ngoài Bryan Johnson. Từng sáng lập Venmo – ví điện tử được Paypal thu mua với mức giá 800 triệu đô, nhưng giờ đây ở tuổi 47, mục đích sống tối thượng của vị tỉ phú này được cô đọng trong hai chữ: “don’t die”.

Đều đặn đo lường hàng trăm chỉ số sinh học mỗi ngày, hàng nghìn chỉ số mỗi tuần, Johnson được mệnh danh là “cơ thể được đo lường nhiều nhất trong lịch sử”. Dựa trên kho dữ liệu theo dõi sát sao từng biến đổi của lục phủ ngũ tạng, một thuật toán sẽ đưa ra chỉ dẫn chi tiết cho ông về dinh dưỡng, vận động và bổ sung vi chất. Nguyên tắc ăn uống của ông là: mỗi calo trong khẩu phần chính xác 1.977 calo mỗi ngày đều phải “chiến đấu cho sự sống của nó”. Nói cách khác, chỉ những hợp chất đã được nghiên cứu chứng minh hỗ trợ quá trình lão hóa khỏe mạnh mới được phép đi vào cơ thể ông. Ước tính chi phí mỗi năm mà Bryan Johnson dành cho công cuộc kéo dài tuổi thọ của mình là 2.5 triệu đô.

Có thể nói Bryan Johnson là “influencer” sáng giá nhất trong lĩnh vực biohacking, nhưng một phong cách sống với mục tiêu kéo dài thời gian sống khỏe mạnh không phải là khái niệm gì xa lạ với các nhân vật thuộc giới siêu giàu toàn cầu. Thậm chí, theo The Wall Street Journal, “trường thọ” là còn là chủ đề cho câu chuyện phiếm giữa ba nhà lãnh đạo của Nga, Trung Quốc và Triều Tiên trong cuộc gặp tại Bắc Kinh vào tháng 9/2025 vừa qua.

VÁN CƯỢC KHỔNG LỒ CỦA THUNG LŨNG SILICON

Tất nhiên, những giao thức bê khóa sinh học mới chỉ là bề nổi của một tảng băng chìm khi nhiều năm trở lại đây, khoa học kéo dài tuổi thọ đã

MỜI

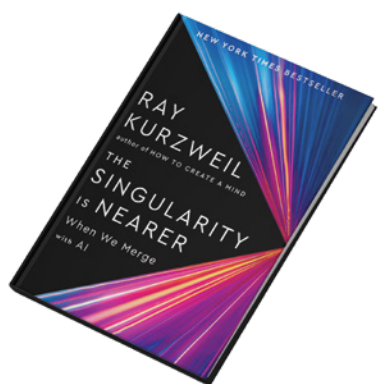


trở thành ngách đầu tư thời thượng bậc nhất tại thung lũng silicon. Từ những trăn trở mang tính cá nhân, dòng vốn chảy thẳng từ túi tiền riêng của giới siêu giàu vào ngành công nghiệp này đã vượt quá con số 5 tỉ đô, chỉ trong một phần tư đầu tiên của thế kỷ 21. Những cái tên tham gia vào cuộc thân chinh đi tìm lời giải cho câu hỏi mang tầm vóc vĩ mô của nhân loại có thể kể đến những gã khổng lồ: CEO Amazon - Jeff Bezos, CEO OpenAI - Sam Altman hay CEO Coinbase - Brian Armstrong hay nhà đồng sáng lập Paypal - Peter Thiel...

Theo dõi dòng vốn của các nhà đầu tư, ta có thể phần nào quan sát được nhân loại đang tiến đến đâu trên nấc thang hoá giải định luật thời gian. Theo thống kê, ba lĩnh vực đang đặc biệt thu hút sự quan tâm của giới siêu giàu bao gồm: đảo ngược hoặc thay đổi quá trình lão hoá, giải pháp chữa trị cho các căn bệnh liên quan đến tuổi tác, và các sản phẩm hoặc dịch vụ được cho là có hiệu quả cải thiện sức khỏe và kéo dài tuổi thọ.

Được đầu tư bởi Jeff Bezos, công ty công nghệ sinh học Altos Labs ra mắt vào năm 2022 với số vốn kỷ lục 3 tỷ USD. Altos Labs đặt tham vọng có thể đảo ngược các bệnh tật, chấn thương và khuyết tật phát sinh trong đời người thông qua lập trình trẻ hóa tế bào. Đến nay, các nhà khoa học tại đây đã kéo dài thành công tuổi thọ và cải thiện tốc độ lành vết thương của chuột thông qua nghiên cứu tái lập trình biểu hiện gen một phần. Đây được coi là tia sáng cho thấy việc kéo dài tuổi thọ là điều khả thi trên một thực thể sinh học. Câu hỏi đặt ra là còn bao xa cho đến khi đó là một điều khả thi dành cho con người.

✦ Từ những trăn trở mang tính cá nhân, dòng vốn chảy thẳng từ túi tiền riêng của giới siêu giàu vào ngành công nghiệp này đã vượt quá con số 5 tỉ đô, chỉ trong một phần tư đầu tiên của thế kỷ 21. ✦



Cuốn sách "The Singularity Is Near" của tác giả Ray Kurzweil

Trong khi đó, CEO Coinbase Brian Armstrong lại tuyên bố, việc đưa tế bào trở lại trạng thái trẻ khỏe có thể "tự động" loại bỏ nhiều bệnh nan y liên quan đến lão hóa. Tham vọng của NewLimit - start-up về trường thọ của Armstrong - là nghiên cứu thành công một loại thuốc có khả năng phục hồi hàng chục loại tế bào khác nhau, dựa trên việc điều chỉnh biểu hiện gen. NewLimit đã đạt những tiến bộ đáng kể, đặc biệt trong việc phục hồi các tế bào liên quan đến gan và hệ miễn dịch.

Và hẳn không thể không nói về AI khi đây là một trong những yếu tố nền tảng thúc đẩy làn sóng khoa học trường thọ nở rộ trong những năm gần đây, chứ không phải thời điểm nào khác trong lịch sử. Mối liên hệ mật thiết giữa hai lĩnh vực "ngôi sao" này có thể nhìn từ cuộc bắt tay giữa OpenAI và Retro Biosciences dưới tầm nhìn của quái kiệt công nghệ Sam Altman. 180 triệu đô là ván cược khổng lồ mà CEO của OpenAI đặt vào Retro Biosciences, cắt ra trực tiếp từ tài sản thanh khoản của ông, cũng là số tiền lớn nhất mà một cá nhân đầu tư vào một start-up trường thọ.

Không hề có một giới hạn sinh học cố định nào cho tuổi thọ. Được cấu tạo từ cùng loại vật chất như chúng ta, nhưng loài cá voi có thể sống khoảng 200 năm, loài rùa cũng vậy có thể sống hàng thế kỷ, hay thậm chí như những cái cây tồn tại đến hàng thiên niên kỷ. Vấn đề nằm ở "phần mềm".

DAVID SINCLAIR - Giáo sư Di truyền học tại Đại học Y khoa Harvard



Những nghiên cứu của Retro Biosciences đều nhắm đến một mục tiêu rất rõ ràng: "Cộng thêm 10 năm sống khoẻ mạnh vào vòng đời của con người."

TƯƠNG LAI CỦA TRƯỜNG THỌ

Câu hỏi đặt ra là, liệu còn bao lâu để trường thọ trở thành hiện thực?

Có một giả thuyết rất thú vị được đưa ra bởi tiến sĩ nổi tiếng người Anh - Aubrey de Grey: "Ngày nay, theo một số ước tính, khoa học đang có khả năng kéo dài tuổi thọ của chúng ta thêm khoảng ba tháng mỗi năm. Trong tương lai gần, những đột phá khoa học tiếp theo sẽ giúp tuổi thọ của bạn tăng thêm hơn một năm cho mỗi năm bạn còn sống. Đó chính là khi chúng ta

đạt tới ngưỡng 'Vận tốc thoát ly tuổi thọ' (Longevity escapes velocity)". Hay nói cách khác, khi công nghệ kéo dài tuổi thọ của con người càng tiến bộ, sẽ đến một thời điểm mà mỗi năm trôi qua, y học lại "bù" cho ta hơn một năm tuổi sinh học.

Các nhà khoa học rất lạc quan rằng ngày nhân loại thoát khỏi quỹ đạo lão hoá đang đến rất gần. Ray Kurzweil - cựu kỹ sư máy tính tại Google, tác giả cuốn sách "The Singularity Is Near" - dự đoán, con người sẽ có thể đạt ngưỡng "Vận tốc thoát ly tuổi thọ" vào cuối năm 2030. Ray Kurzweil vốn được mệnh danh là bậc thầy tiên tri về tương lai của công nghệ. Cho đến nay, tổng cộng 147 dự đoán được ông công bố bằng văn bản đã đạt mức độ chính xác đáng kinh ngạc là 86%.

Nhưng ngay cả khi giả thiết này được chứng thực, có một giới hạn nào dành cho tuổi thọ con người, sự "cộng bù" này có thể diễn ra mãi mãi? Giáo sư Di truyền học tại Đại học Y khoa Harvard - David Sinclair, tác giả cuốn "Lifespan" đưa ra một câu trả lời đầy cảm hứng: "Không hề có một giới hạn sinh học cố định nào cho tuổi thọ. Được cấu tạo từ cùng loại vật chất như chúng ta, nhưng loài cá voi có thể sống khoảng 200 năm, loài rùa cũng vậy có thể sống hàng thế kỷ, hay thậm chí như những cái cây tồn tại đến hàng thiên niên kỷ. Vấn đề nằm ở 'phần mềm'."

"Phần mềm" ở đây là phép ẩn dụ của Sinclair để nói về hệ thống điều khiển sinh học của cơ thể - cũng chính là hướng tiếp cận mà các phòng thí nghiệm và start-up trường thọ hiện đang theo đuổi nhằm tái lập trình quá trình lão hóa. Trong thời đại của những bước tiến vượt bậc về sinh học phân tử, dữ liệu lớn và trí tuệ nhân tạo, lại càng được tiếp lửa bởi khát khao vượt qua giới hạn tuổi tác của những tỉ phú giàu có nhất hành tinh, hy vọng "bẻ khóa sinh học" - kéo dài tuổi thọ vì thế trở nên gần gũi với hiện thực hơn bao giờ hết.

Tuy nhiên, ngay cả trong những viễn cảnh táo bạo nhất, mục tiêu thực tế không phải là trường sinh bất lão. Những nỗ lực này ngày càng tập trung vào kéo dài số năm sống khoẻ mạnh thay vì đơn thuần kéo dài sự tồn tại sinh học. Bởi suy cho cùng, thời gian sẽ mất đi ý nghĩa nếu con người không còn đủ sức khỏe để tận hưởng, lao động, yêu thương và tiếp tục theo đuổi những điều làm nên giá trị của một cuộc đời.



LÀN DA KHÔNG TUỔI

Khát khao gìn giữ diện mạo trẻ trung và không để thời gian in hằn dấu vết chưa bao giờ là câu chuyện của riêng thời hiện đại. Khát khao ấy còn kết tinh thành cả một ngành công nghiệp làm đẹp phát triển không ngừng. Nay, thay vì chỉ chạy theo những giải pháp bề mặt, ngành công nghiệp vốn luôn “ăn nên làm ra” này đang chứng kiến những bước chuyển mình lớn lao trong tư tưởng, với trọng tâm là làn da trường thọ (skin longevity). Xu hướng xoay quanh phương pháp duy trì sức khỏe làn da từ cấp độ tế bào phân tử, qua đó kéo dài tuổi thọ của da thay vì cố vũ giấc mơ viễn vông về sự trẻ mãi không già.



TỪ TRÀO LƯU THÀNH LỐI SỐNG

Mạng xã hội và người nổi tiếng đã góp phần quan trọng đưa “làn da trường thọ” vượt khỏi phạm vi một xu hướng làm đẹp đơn lẻ để trở thành một lối sống. Gwyneth Paltrow – người đẹp từng sánh vai cùng Iron Man trên màn ảnh – là một ví dụ tiêu biểu. Ở ngưỡng ngũ tuần, cô vẫn duy trì được làn da săn chắc, vóc dáng gọn gàng và phong thái điềm tĩnh đặc trưng. Trên trang cá nhân, nữ diễn viên thường chia sẻ những buổi sáng bắt đầu bằng thiền định trong tĩnh lặng, tiếp đó là thói quen theo dõi sức khỏe đến từng chỉ số sinh học nhỏ nhất. Với cô, chăm sóc da chưa bao giờ là câu chuyện của vài bước dưỡng ngoài bề mặt, mà là hệ quả tự nhiên của một cơ thể được nuôi dưỡng đúng cách.

Trong khi đó, Kim Kardashian lại tìm thấy cảm hứng mới trong biohacking. Trên một tập của chương trình thực tế “The Kardashians”, cô cùng gia đình gặp gỡ influencer có tiếng trong lĩnh vực, Bryan Johnson, và tỏ ra đặc biệt hứng thú với các thiết bị theo dõi sinh học, từ giấc ngủ, nhịp tim, khả năng hồi phục cho đến những chỉ số vi mô phản ánh viêm và lão hóa. Ngay cả Paris Hilton, biểu tượng tiệc tùng và xa hoa của thập niên 2000, cũng nhanh chóng nhập cuộc. Xuất hiện

gần đây với diện mạo tươi tắn, cô cởi mở nói về những liệu trình chăm sóc cơ thể ở tầng sinh học sâu, như truyền NAD kết hợp methylene blue, phương pháp mà cô tin rằng hỗ trợ tái tạo tế bào, duy trì sự minh mẫn và sức bền.

Những câu chuyện trên góp phần đưa khái niệm “longevity” lan rộng trong cộng đồng làm đẹp toàn cầu. Thay vì chỉ tìm kiếm các giải pháp che phủ hay làm đầy tức thì, người tiêu dùng ngày càng tò mò về những phương pháp nuôi dưỡng làn da theo hướng dài hạn, bắt đầu từ cấp độ tế bào. Các từ khóa xoay quanh “làn da trường thọ”, từ hệ vi sinh da, hàng rào bảo vệ da cho đến stress oxy hóa hay năng lượng tế bào, đều ghi nhận mức độ quan tâm tăng mạnh trên các nền tảng tìm kiếm.

Quan trọng hơn, xu hướng này không xoay quanh một sản phẩm hay một bước dưỡng da riêng lẻ. Nó được hiểu như một chiến lược chăm sóc toàn diện: mỹ phẩm bôi thoa song hành với thực phẩm bổ sung, thiết bị theo dõi sức khỏe cá nhân và các liệu pháp phục hồi sinh học như ánh sáng đỏ kích thích năng lượng tế bào hay chườm lạnh để kiểm soát viêm. Làn da khỏe mạnh vì thế là thành phẩm của cả một hệ sinh thái chăm sóc được xây dựng bền bỉ theo thời gian.

KÉO DÀI TUỔI THỌ LÀN DA

Trước khi khái niệm “làn da trường thọ” trở thành một xu hướng nổi bật của ngành làm đẹp, giới khoa học đã phát hiện ra sự tồn tại của những “tế bào zombie”. Hiểu đơn giản, đây là các tế bào lão hóa đã ngừng phân chia nhưng không bị đào thải. Ẩm thâm tồn tại trong mô da qua nhiều năm, chúng phát ra những tín hiệu gây viêm và làm suy yếu khả năng tái tạo tự nhiên của làn da. Nói một cách dễ hiểu, khi số lượng “zombie” càng nhiều, cỗ máy sinh học của làn da càng vận hành chậm chạp hơn.

Phát hiện này đã mở ra một hướng tiếp cận hoàn toàn mới trong nghiên cứu chống lão hóa. Thay vì chỉ tập trung cải thiện những dấu hiệu nhìn thấy trên bề mặt như nếp nhăn hay độ đàn hồi, các nhà khoa học bắt đầu đi sâu vào những cơ chế sinh học nền tảng của làn da. Những câu hỏi lớn được đặt ra: làm thế nào để kiểm soát sự tích tụ của tế bào lão hóa, làm thế nào để duy trì nguồn năng lượng cho tế bào hoạt động, và quan trọng hơn cả, làm sao để kéo dài tuổi thọ của chính các tế bào da.

Một trong những hướng nghiên cứu đầu tiên tập trung vào việc bảo vệ tế bào trước những tổn thương từ môi trường. Ánh nắng, ô nhiễm hay căng thẳng trong đời sống hằng ngày đều có thể tạo ra những phân tử gây hại cho cấu trúc tế bào. Khi các

tổn thương này tích tụ theo thời gian, khả năng tự phục hồi tự nhiên của làn da cũng dần suy giảm. Vì vậy, nhiều phòng thí nghiệm mỹ phẩm đã tập trung tìm kiếm các hợp chất chống oxy hóa mạnh nhằm giúp tế bào chống chọi tốt hơn với những tác động này. Một ví dụ tiêu biểu là nghiên cứu kéo dài gần hai thập kỷ của CHANEL với giống hoa trà đỏ “The Czar”, hợp tác cùng University of Vienna. Loài hoa có cánh đỏ thắm, nhị vàng óng và sức sống đặc biệt bền bỉ. Chiết xuất từ cánh hoa chứa hàm lượng cao axit protocatechuic – một chất chống oxy hóa giúp tăng cường năng lượng và khả năng hoạt động của tế bào da lên đến 67%.

Nếu hướng tiếp cận trên tập trung vào việc bảo vệ tế bào, thì một số nghiên cứu khác lại tìm cách khôi phục nguồn năng lượng bên trong chúng. Các nhà khoa học ngày càng quan tâm đến ty thể – bộ phận thường được ví như “nhà máy năng lượng” của tế bào. Mỗi tế bào da cần năng lượng để tự sửa chữa, tái tạo và sản sinh collagen. Khi ty thể hoạt động hiệu quả, các quá trình này diễn ra trơn tru; nhưng theo thời gian, “nhà máy năng lượng” ấy cũng dần suy yếu. Từ góc nhìn này, Dior phát triển công nghệ OX-C với mục tiêu khôi phục dòng vận chuyển oxy đến ty thể, giúp tái tạo nguồn năng lượng cần thiết cho hoạt động của tế bào. Khi môi trường năng lượng được cải thiện, quá trình sản sinh collagen ở lớp trung bì cũng được kích thích mạnh mẽ hơn.



1. N°1 DE CHANEL REFINING YOUTH EMULSION Sữa dưỡng kết hợp hoạt chất AHA có khả năng tái tạo và phức hợp hoa trà đỏ giúp tinh chỉnh kết cấu da. Kết cấu lỏng nhẹ, mang đến cảm giác dễ chịu và tươi mát.
2. DIOR CAPTURE DAY CREME Kem dưỡng tập trung tối ưu hóa quá trình vận chuyển oxy trong da, hỗ trợ môi trường sống lý tưởng cho tế bào hoạt động hiệu quả. Công thức còn chứa chiết xuất hoa loa kèn có tác động lên tế bào gốc, cùng dipeptide pro-collagen giúp duy trì độ đàn hồi và săn chắc.



Song song với đó, giới khoa học còn đặc biệt quan tâm đến một yếu tố khác liên quan trực tiếp đến tuổi thọ sinh học: nhóm protein sirtuins, thường được ví là “gen trường thọ”. Các protein này hoạt động như một công tắc điều chỉnh nhiều cơ chế tự bảo vệ của cơ thể, từ sửa chữa tổn thương nhỏ trong tế bào đến duy trì sự ổn định của các chức năng sinh học. Nhận thấy tiềm năng của hướng nghiên cứu này, Estée Lauder đã dành hơn 15 năm theo đuổi lĩnh vực sirtuins. Thông qua sự hợp tác với Stanford Center on Longevity, tập đoàn phát triển hoạt chất Sirtivity-LP có khả năng kích hoạt hoạt động của các protein này, từ đó thúc đẩy cơ chế tự bảo vệ và tự phục hồi của làn da ở cấp độ phân tử.

Cuộc tìm kiếm bí quyết trường thọ của tế bào dĩ nhiên không dừng lại ở đó. Với La Prairie, khái niệm tuổi thọ tế bào từ lâu đã trở thành nền tảng cho triết lý chăm sóc da của thương hiệu. Công nghệ Exclusive Cellular Complex™ kết hợp nhiều hoạt chất như chiết xuất trứng cá tầm, rễ mallow và axit hyaluronic nhằm hỗ trợ khả năng tái tạo của da. Xa hơn nữa, tại Clinique La Prairie – phòng khám trường thọ trực thuộc thương hiệu – các nhà khoa học theo đuổi một hướng tiếp cận mang tính y học: lưu trữ tế bào gốc của chính cơ thể. Liệu trình Beauty Stem Cells cho phép thu thập các tế bào này khi khả năng tái tạo của cơ thể đạt đỉnh và bảo quản chúng trong thời gian lên đến 30 năm. Khi cần thiết, chúng có thể được sử dụng trong các liệu pháp tái tạo mô hoặc chương trình trẻ hóa chuyên sâu, hỗ trợ quá trình sửa chữa và phục hồi của cơ thể.

3. ESTÉE LAUDER RE-NUTRIVULTIMATE DIAMOND TRANSFORMATIVE BRILLIANCE SERUM Tính chất như một “liều sinh lực” cho làn da. Hoạt chất Sirtivity-LP kích hoạt hoạt động của “gen trường thọ” nhằm tăng cường khả năng sản sinh collagen và elastin tự nhiên.

4. LA PRAIRIE LIFE MATRIX HAUTE REJUVENATION CREAM Bên trong chiếc hũ được đánh bóng như kim cương là kết cấu kem mượt mai như lụa, thẩm thấu ngay khi được thoa đều trên da. Công nghệ Exclusive Cellular Complex™ trong sản phẩm được điều chế để kéo dài tuổi thọ làn da.

3



4





Clinique La Prairie tại Montreux Thụy Sĩ

BƯỚC VÀO LÃNH ĐỊA NAM GIỚI

Làn da trường thọ đang dần vượt ra khỏi khuôn khổ của một xu hướng làm đẹp đơn lẻ để trở thành một lối sống được tiếp nhận rộng rãi bởi mọi lứa tuổi và giới tính. Với nam giới, sự dịch chuyển này trước hết bắt nguồn từ một thay đổi mang tính nền tảng trong tư duy xã hội: làm đẹp không còn là đặc quyền của phái nữ, mà đã được nhìn nhận như một hình thức chăm sóc bản thân chính đáng, gắn liền với sức khỏe, phong độ và chất lượng sống.

Sức hấp dẫn của khái niệm này với nam giới còn đến từ sự giao thoa trực tiếp với biohacking - phong trào đã bùng nổ và thu hút sự quan tâm của phái mạnh từ hơn một thập kỷ qua. Biohacking, hiểu một cách rộng, là những can thiệp có chủ đích vào hệ sinh học cơ thể nhằm tối ưu sức khỏe, hiệu suất và tuổi thọ, thông qua khoa học, công nghệ và việc đo lường dữ liệu cá nhân. Hình ảnh người đàn ông hiện đại theo đuổi biohacking không còn xa lạ: cổ tay đeo thiết bị theo dõi sinh học, buổi sáng kiểm tra điểm số giấc ngủ trước khi pha cà phê; ứng dụng sức khỏe lưu lại

từng nhịp tim, từng chu kỳ tập luyện. Họ nhin ăn gián đoạn để tối ưu chuyển hóa, điều chỉnh chế độ ăn theo dữ liệu xét nghiệm, quan tâm đến HRV (độ biến thiên nhịp tim) như một chỉ báo về khả năng thích nghi của cơ thể.

Khi tư duy biohacking được đưa vào chăm sóc da, skincare được tái định nghĩa như một phần của chiến lược sức khỏe dài hạn, thay vì chỉ là công cụ cải thiện ngoại hình. Với nam giới, mối quan tâm không dừng lại ở nếp nhăn hay sắc da, mà được diễn giải dưới lăng kính sinh học: củng cố hàng rào bảo vệ da để giảm viêm vi mô, hỗ trợ cơ chế phục hồi sau stress môi trường, duy trì năng lượng tế bào và làm chậm sự suy giảm chức năng theo tuổi tác. Những khái niệm như oxy hóa, sửa chữa tế bào, chức năng ty thể hay phục hồi mô, vì thế, ngày càng xuất hiện trong các cuộc trò chuyện của khách hàng nam. Nhận định về xu hướng này, Suzanne Scott - Giám đốc Làm đẹp Toàn cầu của Seen Group, tập đoàn chuyên phân tích dữ liệu và hành vi tiêu dùng, dự đoán: “Thị trường làm đẹp dành cho nam giới sẽ thúc đẩy mạnh mẽ bởi mối quan tâm đến tuổi thọ, tối ưu hóa cơ thể và biohacking”.

TAM SƠN | VISA

BIDV



MỘT CHẠM ĐỂ
KHÁM PHÁ THẾ GIỚI
BỘ SƯ TẬP TÌNH TUYẾN

ƯU ĐÃI
ĐỘC QUYỀN 10%

ÁP DỤNG CHO THẺ VISA INFINITE & VISA SIGNATURE (*)

*Điều kiện và điều khoản áp dụng

BOTTEGA VENETA

LOEWE

RIMOWA

TORY BURCH

KENZO

MAISON KITSUNÉ

BOSS

HUGO

MARC JACOBS

LONGCHAMP

SANDRO

maje

FairLiar

acmé de la vie

ADLV

okaidi-obaibi

LALIQUE

BERNARDAUD

Christofle

DIPTYQUE

BANG & OLUFSEN

DEVIALET

hanoia

NGHỆ THUẬT SỐNG Ở VÙNG XANH

Theo nhiều nghiên cứu khoa học, con người có thể kéo dài tuổi thọ thêm tới 32 năm chỉ bằng cách duy trì lối sống điều độ và có ý nghĩa, trong khi các loại thực phẩm chức năng thường chỉ đóng góp thêm khoảng bốn năm. Trong một thế giới ngày càng trở nên ám ảnh bởi các mẻo vặt, chế độ ăn kiêng phức tạp cũng như những thiết bị theo dõi sức khỏe tân tiến, bí quyết thực thụ cho một cuộc sống khỏe mạnh đôi khi lại đến từ những thói quen đơn giản trong cuộc sống thường nhật đã được kiểm chứng qua thời gian.

Một trong những minh chứng thuyết phục nhất cho nhận định trên là “Blue Zones” (Vùng Xanh), thuật ngữ do nhà báo và nghiên cứu viên về tuổi thọ nổi tiếng người Mỹ Dan Buettner đặt ra sau nhiều năm hợp tác cùng các nhà nhân khẩu học cùng tổ chức nghiên cứu để khảo sát những cộng đồng sống thọ trên thế giới. Thông qua nghiên cứu, ông đã xác định được một số khu vực nơi người dân không chỉ sống lâu hơn đáng kể so với mức bình quân mà còn duy trì chất lượng sống khỏe mạnh ngay cả khi bước sang tuổi “mãn chiều xế bóng”.

Tính đến hiện tại, mới chỉ có năm địa điểm được Dan công nhận là Vùng Xanh, bao gồm: Okinawa (Nhật Bản), Sardinia (Ý), bán đảo Nicoya (Costa Rica), Ikaria (Hy Lạp) và Loma Linda của bang California (Hoa Kỳ). Dù nằm rải rác trên nhiều châu lục với những điều kiện địa lý và văn hóa khác nhau, các cộng đồng này lại chia sẻ một điểm chung đáng chú ý: bảo toàn các thói quen “nhỏ nhưng nhiều võ” xuyên suốt nhiều thế hệ như chế độ ăn uống giàu dinh dưỡng, vận động tự nhiên hằng ngày và xây dựng mối liên kết xã hội sâu sắc, thay vì chạy theo các trào lưu chăm sóc sức khỏe nhất thời.





Sardinia, Ý

Liều thuốc tinh thần đến từ một cộng đồng gắn kết

Được mệnh danh là “viên ngọc ẩn” của khu vực Địa Trung Hải, Sardinia cho đến nay vẫn là một trong những bí mật được giấu kín nhất nước Ý, một điểm đến kì vĩ thường bị lu mờ bởi các hòn đảo khác ven đất liền. Hơn cả đường bờ biển gập ghềnh hoang sơ khét tiếng, điều khiến không ít người phải hiếu kỳ về hòn đảo này còn là nhịp sống lặng lẽ đã nuôi dưỡng một trong những cộng đồng sống thọ bậc nhất thế giới. Bí quyết một phần có thể nằm ở khả năng di truyền nhờ hàng thế kỷ cô lập về mặt địa lý. Song điều thực sự quan trọng, và cũng là điều bất kỳ ai cũng có thể học hỏi, chính là cách người Sardinia sống mỗi ngày.

Nơi đây, đất đai không chỉ đóng vai trò định hình cảnh quan mà còn thấm nhuần vào cách cư dân sinh hoạt. Bên cạnh nguồn tài nguyên dồi dào ngoài biển khơi, chế độ ăn tại Sardinia lấy thực vật làm trọng tâm khai

thác: ngũ cốc nguyên hạt, các loại đậu, phô mai từ bò chăn thả tự nhiên và thi thoảng còn là một phần thịt hay một ly vang Cannonau nổi tiếng giàu chất chống oxy hóa. Vận động cũng được tích hợp vào đời sống thường nhật, tương tự như ba bữa cơm trong một ngày. Trên những con dốc trập trùng hiểm trở, không khó để bắt gặp một người cao tuổi điềm nhiên đi bộ và bỏ củi dù đã ngoài 90. Và nghe có vẻ lạ lùng, nhưng khả năng nói dài tuổi đời của Sardinia còn đến từ cấu trúc xã hội bền chặt của chính hòn đảo này, nơi hàng xóm láng giềng gồm những đại gia đình sát vách nhau luôn tổ chức các buổi chuyện trò ngoài quảng trường, hay các lễ hội thường niên mang tính gắn bó cao. Sự gắn kết cộng đồng chặt chẽ này hóa thành liều thuốc tinh thần giúp loại bỏ nỗi cô đơn, thứ vốn là nguyên nhân gây suy giảm tuổi thọ trầm trọng trong xã hội ngày nay.



Okinawa, Nhật Bản

Thấu hiểu lý do
mình thức dậy mỗi sáng

Ở cực nam của xứ Phù Tang, có một hòn đảo vẫn duy trì được sức hút riêng biệt của mình ngay cả khi đã bị sáp nhập vào nước Nhật cuối thế kỷ 19. Okinawa, vốn được bao phủ bằng lớp cát trắng và những tán đa rợp bóng, dường như còn ẩn chứa một đặc điểm nhân khẩu học đáng kinh ngạc: trong nhiều năm, nó đã trở thành tổ ấm của vô số người sống vượt ngưỡng trăm tuổi.

Nếu mục tiêu sống đối với một vài người còn là ý niệm mơ hồ, thì ở Okinawa, mỗi cá nhân đều thấu hiểu sâu sắc lý do mình thức dậy mỗi sáng. Sự tự định hướng này giúp ngay cả người cao tuổi cũng không bị tách rời khỏi đời sống lao động hay tinh thần tập thể; họ vẫn có vai trò, vẫn hữu ích không kém những người trẻ tuổi. Thể theo triết lý tự cung tự cấp truyền từ đời xưa, hoạt động phổ biến

nhất trên đảo là canh tác nông nghiệp với nguồn lương thực chủ đạo bao gồm lúa mạch, khoai sắn và các loại đậu. Song hành với đó còn là tư duy ăn uống đầy kỷ luật: họ tuân thủ chặt chẽ quy tắc “Hara Hachi Bu”, một lời răn bắt nguồn từ Nho Giáo dùng để nhắc nhở người cầm đũa chỉ nên ăn để thỏa cơn đói (tương đương 80%) hơn là cố nạp cho đến khi no căng bụng. Chính nhờ sự tiết chế ấy mà lượng tiêu thụ năng lượng trung bình của dân cư Okinawa tương đối thấp, chỉ rơi vào khoảng 1800 calo mỗi ngày. Nhờ vào sự thấu hiểu nội tại, người Okinawa đã chứng minh tuổi tác không nên chỉ là con số của thời gian mà cần phải được nhìn nhận như kết quả của một thân thể biết tiết chế đúng mực và một tâm hồn luôn biết mình thuộc về đâu.





Ikaria, Hy Lạp

**Nhịp sống thoát ly
khỏi áp lực thời gian**

Trèo qua các khối đá hoa cương và trượt xuống rừng sồi holm phủ đầy địa y giữa miền biển Aegean xanh thẳm, Ikaria hiện ra trước mắt như một miền đất lạ thay vì một điểm nghỉ dưỡng hoàn mỹ. Ở đây, người ta không vội vàng chạy theo ngày tháng mà rảo bước chậm rãi trên những lối mòn cổ xưa cũ, hái sung chín bên đường và nấn ná cười đùa dưới bóng ô liu tới tận lúc nắng tắt hẳn. Ngõ như trước cả khi những số liệu kịp cất lời, cảnh sắc và con người Ikaria đã âm thầm kể một câu chuyện khác – một câu chuyện về cách con người sống hòa điệu với thiên nhiên để từ đó kéo dài tuổi thọ đời mình.

Nằm ngoài sự hối hả của thế giới bên ngoài, Ikaria sở hữu một mùi giờ hết sức độc đáo: sáng dậy muộn, trưa ngủ đều và tuyệt đối không để áp lực thời gian chi phối. Một thói quen nghe chừng... vô tổ chức này

lại là “khiên chắn” giúp họ đẩy lùi đáng kể các bệnh liên quan đến tim mạch. Về dinh dưỡng, chế độ ăn Địa Trung Hải thuần khiết với điểm nhấn là 80 loại rau dại cùng các loại trà thảo mộc hoang dã như xô thơm hay kinh giới được đưa vào ứng dụng như những liều thuốc giúp hạn chế viêm nhiễm và tăng huyết áp hiệu quả. Tuy nhiên, khi hỏi những người bản địa về bí quyết sống lâu, câu trả lời thường vượt xa khỏi chuyện ăn uống. Họ tin rằng hương vị của không khí cũng ẩn chứa một tác động kỳ lạ nào đó, nhất là khi khoa học từng chứng minh rằng magie, một chất tựa như thuốc chống trầm cảm tự nhiên, thường sẽ được giải phóng nếu ánh nắng mặt trời chiếu vào đá granit. Sống giữa bầu không khí hạnh phúc như thế, tất cả phiền ưu, căng thẳng và nỗi cô đơn hiển nhiên đều tan biến.





Nicoya, Costa Rica

Sống thuần khiết giữa thiên nhiên

Toàn bộ triết lý sống của đất nước Costa Rica đều xoay quanh thuật ngữ “pura vida” (tức cuộc sống thuần khiết). Là một trong những Vùng Xanh nguyên thủy đầu tiên, triết lý này còn hiện hữu rõ nét hơn tại bán đảo Nicoya. Thật vậy, đây không chỉ là khu vực tập trung đông đảo các cá nhân trên 100 tuổi, mà còn nổi tiếng có những người già nói không với các vấn đề sức khỏe phổ biến toàn cầu như béo phì, ung thư hay tiểu đường.

Việc được thiên nhiên ưu ái dường như là một trong những nền tảng quan trọng giúp nâng đỡ tuổi thọ đáng nể của người Nicoya. Dưới khí hậu nắng ấm quanh năm, cư dân dành phần lớn thời gian ngoài trời để tăng cường hấp thụ vitamin D từ ánh sáng tự nhiên, đồng thời hưởng thụ nguồn nước

chứa canxi và magie. Chế độ ăn truyền thống cũng là yếu tố then chốt ở đây. Một bữa ăn cơ bản thường bao hàm đậu đen, cơm trắng, chuối xanh, trái cây nhiệt đới và rau củ tươi, bên cạnh thịt và sản phẩm chế biến sẵn chỉ xuất hiện với số lượng nhỏ. Tương tự đảo Sardinia, Nicoya cũng là nơi người dân tích cực lồng ghép thói quen tập thể dục điều độ thông qua những công việc hàng ngày như làm vườn, đi bộ hay chăm sóc gia đình. Có thể thấy, triết lý “pura vida” hoàn toàn đưa con người nơi đây trở lại với nhịp điệu tự nhiên của đất và trời. Giữa một bối cảnh đô thị hiện đại đang ngày càng xa rời thiên nhiên, Nicoya như muốn nhắc nhở rằng sức khỏe bền vững đôi khi cũng bắt đầu từ việc sống gần với tự nhiên hơn một chút.



Loma Linda, Mỹ

Sức mạnh thay đổi
của các thói quen lành mạnh

Trái ngược với các Vùng Xanh khác, Loma Linda không tiếp giáp biển. Thậm chí, nếu lái xe quanh khu vực này, sẽ dễ dàng bắt gặp đủ dạng khung cảnh dù hiếm cảnh nào có thể gọi là “nền thơ” đúng nghĩa. Những dãy trung tâm thương mại thô mộc, sân chơi trường tiểu học, và đặc biệt là rất nhiều nhà thờ – với phân nửa trong số đó thuộc về Giáo hội Cơ đốc Phục Lâm. Theo ghi nhận từ trang web chính thức của Blue Zones, cộng đồng tín hữu Cơ Đốc Phục Lâm tại Loma Linda sở hữu tuổi thọ cao hơn mặt bằng chung dân số nước Mỹ tới gần một thập kỷ. Vậy điều gì đã tạo nên sự khác biệt giữa nhóm người ấy với phần còn lại của nước Mỹ?

Gary Fraser, giáo sư kiêm nhà dịch tễ học tại Loma Linda đã gọi nơi mình sinh sống là “một ví dụ hơi khác thường” của Vùng Xanh. Lý do là bởi yếu tố giúp Loma Linda mang danh hiệu ấy đến từ chính lượng người theo Cơ Đốc Phục Lâm – một tôn giáo vốn rất coi trọng sức khỏe và khuyến khích các chế độ ăn uống lành mạnh. Với ảnh hưởng từ Kinh Thánh, xu hướng ăn chay hoàn toàn hoặc ăn thiên hướng thực vật thường được



xem như “kim chỉ nam” tại cộng đồng này. Dù vậy, sức mạnh thực sự của Loma Linda nằm ở khái niệm “Downshift”, hàm ý chỉ sự nghỉ ngơi có chủ đích. Cứ mỗi tuần, họ lại dành ra trọn vẹn 24 giờ cho ngày Sabát để gác hết mọi lo âu công việc, tập trung kết nối với gia đình và bạn bè. Tất nhiên, chúng ta không nhất thiết phải là một tín hữu Cơ Đốc Phục Lâm để bắt đầu một chế độ ăn thuần thực vật hay dành ra những ngày nghỉ ngơi tuyệt đối để tôn vinh kết nối cộng đồng, và lại càng không cần phải chuyển đến Loma Linda để làm điều đó. Bởi trên thực tế, cốt lõi của sự trường thọ nằm ở bản lĩnh biến những thói quen lành mạnh trở thành một triết lý sống tự thân.



Du hành đến những Vùng Xanh



Ngày nay, hành trình tìm về Vùng Xanh không còn dừng ở việc đứng từ xa ngưỡng mộ những câu chuyện về lối sống bền vững, mà đã dần được đồng bộ hoá vào các trải nghiệm nghỉ dưỡng thực tế. Sự xuất hiện của các không gian chăm sóc sức khỏe chuyên sâu ngay tại những vùng đất này chính là ví dụ.

Chẳng hạn, khi ghé thăm khu nghỉ dưỡng Hacienda AltaGracia nằm giữa đại ngàn Costa Rica hùng vĩ, bạn hoàn toàn có cơ hội khám phá mô hình chăm sóc da Skin Longevity Institute do thương hiệu mỹ phẩm cao cấp Estée Lauder phát triển. Tại đây, nghệ thuật đảo ngược lão hóa được tinh chỉnh tinh vi dựa trên nền tảng khoa học và kho tàng dữ liệu sinh học của riêng từng cá nhân.

Ở một hướng tiếp cận khác, khu nghỉ dưỡng năm sao Halekulani lại biến kỳ nghỉ thành một hành trình trị liệu toàn diện khi khéo léo đan cài trọn vẹn chín nguyên tắc sống thọ của người Okinawa vào các chương trình trải nghiệm dành cho du khách, biến kỳ nghỉ thành một cuộc đối thoại sâu sắc với cơ thể thay vì chỉ cung cấp dịch vụ lưu trú đơn thuần.

Trong khi đó, tại những bờ biển hoang sơ của Sardinia, các khu nghỉ dưỡng thuộc hệ thống

Delphina Hotels & Resorts lại chọn cách đánh thức năng lượng sống thông qua liệu pháp thủy trị liệu (Thalassotherapy) thuần khiết. Bằng việc dẫn trực tiếp nguồn nước biển từ ngoài khơi xa vào các hồ trị liệu mà không qua xử lý hóa chất, dòng chảy của đại dương giúp du khách tìm lại sự cân bằng tuyệt đối giữa thân và tâm trong sự vỗ về của khoáng chất tự nhiên.

Có thể thấy, những mô hình như trên tận dụng tối đa được “năng lượng chữa lành” của các vùng sống thọ như một bảo chứng cho các giải pháp sức khỏe cao cấp, đồng thời khắc họa xu hướng dịch chuyển đầy tham vọng của ngành du lịch cao cấp khi mong muốn tái định hình tri thức trường thọ qua lăng kính của khoa học, công nghệ lõi và cả lòng hiếu khách. Ranh giới giữa nghỉ dưỡng thuần túy và trị liệu chuyên sâu cũng theo đó dần được xóa nhòa, tạo nên một hệ sinh thái chữa lành hoàn hảo nơi du khách có thể tái thiết lập lại nhịp sinh học thường ngày cũng như đánh thức nguồn năng lượng tươi trẻ vốn có.

-
1. Khu nghỉ dưỡng năm sao Halekulani tại Okinawa
 2. Khu nghỉ dưỡng Hacienda AltaGracia tại Costa Rica
 - 3,4. Hệ thống nghỉ dưỡng Delphina Hotels & Resorts tại Sardinia

Tặng

BẢO HIỂM DU LỊCH

TRỊ GIÁ

1.000.000 USD



Vững bước Tiên phong - Đồng hành Phát triển

 1900 9247  bidv.com.vn  [BIDVbankvietnam](https://www.facebook.com/BIDVbankvietnam)

KHÁM PHÁ ĐẶC QUYỀN NGHỈ DƯỠNG
CÙNG BIDV PRIVATE BANKING

MỸ THỰC, THẦN DƯỢC



Tương lai của những trải nghiệm xa hoa đang được tái định hình bởi khát vọng trường thọ và hạnh phúc toàn diện. Là một trong các lĩnh vực tiêu biểu, ẩm thực cao cấp hiện thời không đơn thuần dừng ở thỏa mãn giác quan mà còn đóng vai trò như một chiến lược sinh học được kiến tạo có chủ đích, thể hiện tầm nhìn của người thưởng thức.



Kể từ sau “cú sốc” mang tên Covid-19, thế giới xa xỉ dường như đang tiến bước vào một kỷ nguyên mới, nơi trải nghiệm và các giá trị thực được đặt lên hàng đầu. Đứng trước cuộc dịch chuyển trầm lặng này, tuổi thọ lập tức trở thành thang đo tối thượng của đời người.

Nhận thức của thực khách cũng theo đó mà thay đổi sâu sắc: không còn tìm kiếm sự phô trương nhất thời mà hướng đến những lựa chọn bền vững cho cả thể chất lẫn tinh thần. Điều này đồng thời thúc đẩy sự thay đổi trong tư duy của các nhà hàng cao cấp và cả người đứng bếp, buộc họ phải tái định hình triết lý sáng tạo và vận hành. Hiện giờ, ăn uống lành mạnh được xem như hướng đi tối ưu nhất. Ở phương Đông, tinh thần này vốn đã manh nha từ rất sớm thông qua văn hóa ăn chay, ăn thanh đạm chịu nhiều ảnh hưởng của Phật giáo. Trong khi đó, phương Tây chọn tiếp cận bằng khoa học dinh dưỡng và các xu hướng tôn vinh nguyên liệu do “của nhà trồng được”.



TRẢI NGHIỆM ẨM THỰC TINH HOA CÙNG BIDV PRIVATE BANKING

- Giảm 25% cho hoá đơn từ 1 triệu đồng đến 3 triệu đồng
- Giảm 50% cho hoá đơn từ 3 triệu đồng trở lên (tối đa 2 triệu đồng)
- Tặng 01 set menu khi dùng bữa tại nhà hàng gắn sao MICHELIN



Danh sách nhà hàng áp dụng chương trình

TỪ VƯỜN TƯỚC ĐẾN BÀN ĂN – ELEVEN MADISON PARK

Kể từ 2021, Daniel Humm đã quyết định tái cấu trúc toàn bộ hệ thống hoạt động của Eleven Madison Park, biến nó từ một địa điểm trú danh chuyên phục vụ gan ngỗng thành nhà hàng ba sao Michelin duy nhất trên thế giới sở hữu thực đơn chay. Động thái này xuất phát từ những đúc kết và chiêm nghiệm của vị đầu bếp tài hoa người Thụy Sĩ về thực phẩm hậu đại dịch, khi ông bất ngờ nhận ra “nguyên liệu tuyệt vời nhất không nhất thiết phải lấy từ động vật” hay “ẩm thực tinh hoa rõ ràng có thể trở thành đồng minh trong hành trình bảo vệ hành tinh quý giá này”.

Thực đơn của Eleven Madison Park hiện vẫn xoay quanh các mỹ vị quen thuộc như bánh ngàn lớp, bánh meringue nhưng đã sớm không cần phụ thuộc vào trứng hay bơ để tạo dựng hương vị. Ngay cả món trứng cá tẩm nổi tiếng giờ đây cũng được thay thế bằng trứng cá... trên cạn (hay còn gọi là tonburi) – một loại hạt lấy từ cây bách Nhật thuộc chi Bassia – như một phương pháp giả lập hoàn hảo kết cấu của trứng cá tẩm “hàng thật”. Điểm mấu chốt là tất cả các nguyên liệu đều được tuyển chọn nghiêm ngặt từ Magic Farms, nông trại hữu cơ thân tín của chính Daniel.

MÙA NÀO THỨC NẤY – LAMAI GARDEN

Tiếp nối tư duy tự tay canh tác và nuôi trồng thực phẩm, đầu bếp Trần Hiếu Trung cùng Lamai Garden không chỉ tận dụng triệt để nguồn nguyên liệu dồi dào tại địa phương mà còn khai triển chúng dưới một hình thức đầy sáng tạo: thực đơn theo mùa. Lý do đơn giản là bởi, đồ ăn theo mùa bao giờ cũng tươi ngon nhất, sở hữu phong vị đặc sắc nhất. Lựa chọn như thế, khi kết hợp bên các loại gia vị và đặc sản vùng miền lại càng thêm khơi dậy cảm thức rõ rệt về mùa màng và địa lý Việt Nam.

Nằm ở thủ đô Hà Nội, Lamai mang trong mình dấu ấn rõ rệt của khí hậu miền Bắc. Đơn cử, vào đầu tháng 9, dấu tiết trời đã bắt đầu chuyển mình, cà chua vẫn được nhà hàng đưa vào thí điểm trong thực đơn mùa hè. So với mùa cà chua truyền thống trên cả nước, cà chua ở miền Bắc thường nở rộ chủ yếu từ tháng 7 đến tháng 10. Ấy là chưa kể những năm gần đây, mùa hè có xu hướng kéo dài và lấn sang cả mùa thu, sự hiện diện của món cà chua ‘steak’ tẩm sốt táo mèo quện cùng chút nếp thơm vì thế càng giống như một thứ quà muộn cuối hè, để lại dư vị khó quên cho người thưởng thức.

Nhận thức của thực khách cũng theo đó mà thay đổi sâu sắc: không còn tìm kiếm sự phô trương nhất thời mà hướng đến những lựa chọn bền vững cho cả thể chất lẫn tinh thần.



LÊN MEN, LÊN MEN VÀ LÊN MEN! – NOMA

Nhắc tới Noma, thứ hiện lên đầu tiên trong đầu người sành ăn tiết nhiên là hình ảnh một bàn đầy ắp những thành phẩm “điên rồ” vượt xa khỏi trí tưởng tượng thông thường. Vì lẽ đó, nhiều người thích ví nơi đây với một “phòng thí nghiệm” hơn là một nhà hàng sang trọng, nhờ vào khả năng biến tấu và thử nghiệm nguyên liệu không ngừng nghỉ của bếp trưởng René Redzepi. Cách kiểm soát toàn bộ quá trình nấu nướng bằng kỹ nghệ lên men cũng là một điểm nhấn giúp tạo nên tính độc bản cho nhà hàng từng năm lần được bình chọn là nhà hàng tốt nhất thế giới này.

Công thức lên men của Noma tập trung vào sử dụng các vi sinh vật (như vi khuẩn, nấm mốc, nấm men) nhằm phân giải hoặc chuyển hóa các phân tử có trong thực phẩm. Một chuỗi các phản ứng phụ sẽ diễn ra liên tục ngay sau đấy, từ đó bồi đắp dần vào tầng hương vị và mùi thơm vốn dĩ không tồn tại ngay từ ban đầu. Ngoài góp phần nâng cao chất lượng cũng như tăng cường khả năng bảo quản, sự ủng hộ tuyệt đối mà René dành cho loại hình này còn đến từ niềm tin vào một cơ thể khỏe mạnh nếu được thực hành chế độ ăn uống giàu các thành phần lên men.



THIÊN NHIÊN LÀ NỀN TẢNG – L'ARPEGE

Tình yêu của người Pháp dành cho các loại thịt dưỡng như là vô tận. Cho đến khi Alain Passard, một trong những đầu bếp có tầm ảnh hưởng nhất quốc gia này bắt đầu chiến dịch hạn chế lượng sản phẩm làm từ thịt động vật vào đầu những năm 2000, gây không ít xáo động trong giới ẩm thực thượng lưu Paris lúc bấy giờ. Cứ ngỡ như đang xem một cảnh sát vội từ phần năm của series ăn khách “Emily in Paris” ra vậy! Trùng hợp thay, cả Alain lẫn nhân vật đầu bếp Gabriel đều chung chí hướng muốn cải tổ nhà hàng của mình thành một nhà hàng “xanh” tuyệt đối.

Qua thời gian, L'Arpège đã gia nhập “câu lạc bộ” những nhà hàng chay sở hữu sao Michelin danh giá, trong khi Alain tiên phong kiến tạo tầm nhìn của mình về ẩm thực thực vật, mở ra một cuộc cách mạng mới cho ẩm thực đương đại Pháp nói riêng, thậm chí là toàn bộ nền ẩm thực nói chung. Về cơ bản, vị đầu bếp 69 tuổi không xem việc chuyển sang tiêu thụ rau củ như một xu hướng hay công cụ tiếp thị, mà tin rằng sống thuận theo tự nhiên chính là bản chất của ẩm thực. Triết lý này hướng ông đến một phong cách nấu nướng lành mạnh hơn, ít tác động đến môi trường hơn, và trên hết là được thử sức khai phá những giới hạn mới của thực phẩm.

ÂM DƯƠNG TƯƠNG HỒ – KINTSUGI

Trong thế giới nơi sức khỏe ngày càng được coi trọng, chuyện ăn uống từ lâu đã vượt khỏi chức năng “no” hay “ngon” để mang theo cả sứ mệnh nuôi dưỡng và điều chỉnh cơ thể từ bên trong. Cũng chính bởi nhu cầu ấy, triết lý Âm – Dương trong ẩm thực đang dần được nhìn nhận như một hệ quy chiếu sâu sắc, nơi mỗi món ăn giờ đây còn mang theo năng lượng tác động trực tiếp đến thể chất và tinh thần. Khởi nguồn từ Đạo giáo, khái niệm này vốn đã thấm sâu vào văn hóa phương Đông trong suốt hàng nghìn năm, và cho đến ngày hôm nay vẫn đang tiếp tục định hình cách các nền ẩm thực lớn của châu Á hiểu về sức khỏe, tính cân bằng và nghệ thuật sống.

Tại Kuala Lumpur, tinh thần ấy được thể hiện trọn vẹn trong không gian kín đáo của Kintsugi, một nhà hàng Nhật nằm ẩn mình giữa khu bách hóa Isetan. Nếu phải chọn một khoảnh khắc để cảm nhận rõ nhất, đó có lẽ là khi món tráng miệng – bánh entremet matcha và yuzu – xuất hiện. Vị đắng sâu, trầm lắng của matcha đại diện cho Âm, được đặt cạnh vị chua sáng, thanh mát của yuzu (hay còn gọi là thanh yên) biểu trưng cho Dương, tạo nên thế đối trọng hài hòa nơi đầu lưỡi. Không bên nào lấn át bên nào, hai sắc thái đối lập tích cực nâng đỡ lẫn nhau, mang lại cảm giác vừa nhẹ nhàng vừa sâu lắng tựa như một nhịp thở chậm sau bữa tiệc vị giác.



BIDV VISA INFINITE

TINH HOA PHONG CÁCH SỐNG

*Trọn thế giới tinh hoa nằm gọn trong chiếc thẻ BIDV VISA INFINITE
để Quý Khách tận hưởng những dịch vụ cao cấp nhất.*

🌸 Đa dạng các gói đặc quyền dịch vụ hàng đầu:

- Gói đặc quyền Golfer: Lướt chơi Golf tại các sân Golf hàng đầu Việt Nam.
- Gói đặc quyền Lifestyle: Đặc quyền tại sân bay/ Đặc quyền ẩm thực/
Đặc quyền sức khỏe/ Đặc quyền nghỉ dưỡng.

🌸 Linh hoạt lựa chọn các gói phí thường niên

- Gói phí 30 triệu đồng.
- Gói phí 15 triệu đồng.
- Gói phí 5 triệu đồng

🌸 Hotline hỗ trợ chuyên biệt 1800 969 659 để đặt lịch dễ dàng.

🌸 Chính sách tích điểm, hoàn tiền không giới hạn.

🌸 Bảo hiểm du lịch toàn cầu.



CHỦ THẺ LỰA CHỌN GÓI ĐẶC QUYỀN GOLFER

Đặc quyền GOLF

*Kiến tạo những cú swing hoàn hảo với đặc quyền chơi Golf
tại các sân golf hàng đầu Việt Nam*



- 🌟 **Chủ thẻ lựa chọn đặc quyền Golfer gói phí thường niên 30 triệu đồng.**
Tặng 10 lượt chơi Golf tại các sân golf hàng đầu Việt Nam
(bao gồm Green fee, Caddy và Buggy).
- 🌟 **Chủ thẻ lựa chọn đặc quyền Golfer gói phí thường niên 15 triệu đồng**
Tặng 05 lượt chơi Golf tại các sân golf hàng đầu Việt Nam
(bao gồm Green fee, Caddy và Buggy).
- 🌟 **Đặc quyền theo doanh số:**
Tặng 01 lượt chơi Golf miễn phí (bao gồm Green fee, Caddy và Buggy)
với mỗi doanh số giao dịch 100 triệu VND/ quý, tối đa 3 lượt/quý.

Đặc quyền TẠI SÂN BAY

Vi vu thưởng ngoạn thế giới với đặc quyền sử dụng dịch vụ phòng chờ cao cấp tại các sân bay nội địa và quốc tế cùng dịch vụ đón tiễn ưu tiên.

✿ **Chủ thẻ lựa chọn đặc quyền Lifestyle gói phí thường niên 30 triệu đồng**

- Tặng không giới hạn lượt sử dụng phòng chờ sân bay trong nước và fast track dùng cho chủ thẻ và 05 lượt cho người thân đi kèm.
- Tặng không giới hạn lượt sử dụng phòng chờ sân bay quốc tế cho chủ thẻ và 01 lượt cho người thân đi kèm.

✿ **Chủ thẻ lựa chọn đặc quyền Lifestyle gói phí thường niên 15 triệu đồng và 5 triệu đồng**

- Tặng không giới hạn lượt sử dụng phòng chờ sân bay trong nước cho chủ thẻ.

✿ **Đặc quyền theo doanh số**

- Tặng 01 lượt phòng chờ trong nước ga nội địa với mỗi doanh số giao dịch 30 triệu đồng/quý, tối đa 03 lượt/quý.

CHỦ THẺ LỰA CHỌN GÓI ĐẶC QUYỀN LIFESTYLE

Đặc quyền ẨM THỰC

Thưởng thức tinh hoa ẩm thực
với đặc quyền tại các nhà hàng cao cấp

🌸 Tặng 01 set menu ẩm thực cao cấp cho 04 người hoặc 02 lượt giảm giá ẩm thực 3.5 triệu đồng tại các nhà hàng cao cấp cho chủ thẻ lựa chọn đặc quyền lifestyle gói phí thường niên 30 triệu đồng (Theo chính sách BIDV áp dụng trong từng thời kỳ).

🌸 Đặc quyền theo doanh số áp dụng cho chủ thẻ gói phí 30 triệu, 15 triệu và 5 triệu đồng: Tặng 01 set menu ẩm thực cao cấp cho 02 người hoặc 1 lượt giảm giá ẩm thực 3.5 triệu đồng tại các nhà hàng cao cấp với mỗi doanh số giao dịch 100 triệu đồng/quý, tối đa 03 lượt/quý.

CHỦ THẺ LỰA CHỌN GÓI ĐẶC QUYỀN LIFESTYLE

Đặc quyền SỨC KHỎE

Chăm sóc sức khỏe - tài sản quý giá nhất, với đặc quyền khám chữa bệnh tại các bệnh viện, cơ sở y tế cao cấp.



- 🌟 **Chủ thẻ lựa chọn đặc quyền Lifestyle gói phí thường niên 30 triệu đồng**
Tặng gói khám sức khỏe tại các bệnh viện, cơ sở y tế cao cấp dành cho 02 người.
- 🌟 **Chủ thẻ lựa chọn đặc quyền Lifestyle gói phí thường niên 15 triệu đồng**
Tặng gói khám sức khỏe tại các bệnh viện, cơ sở y tế cao cấp dành cho 01 người

CHỦ THẺ LỰA CHỌN GÓI ĐẶC QUYỀN LIFESTYLE

Đặc quyền NGHỈ DƯỠNG

*Tận hưởng những phút giây nghỉ dưỡng thư giãn
tại các khách sạn, resort cao cấp*

- ✿ Chủ thẻ lựa chọn đặc quyền Lifestyle gói phí thường niên 30 triệu đồng
Tặng 02 đêm nghỉ dưỡng tại các khách sạn/resort cao cấp.
- ✿ Chủ thẻ lựa chọn đặc quyền Lifestyle gói phí thường niên 15 triệu đồng
Tặng 01 đêm nghỉ dưỡng tại các khách sạn/resort cao cấp.



Miễn phí THƯỜNG NIÊN

*Thêm tận hưởng thể giới tinh hoa cùng thẻ BIDV VISA Infinite,
BIDV đặc biệt áp dụng chính sách miễn phí thường niên năm tiếp theo
dành cho chủ thẻ đạt mốc chi tiêu.*



- ✿ Miễn phí thường niên năm tiếp theo khi doanh số chi tiêu đạt 1 tỷ đồng cho chủ thẻ BIDV VISA Infinite gói phí thường niên 30 triệu đồng.
- ✿ Miễn phí thường niên năm tiếp theo khi doanh số chi tiêu đạt 500 triệu đồng cho chủ thẻ BIDV VISA Infinite gói phí thường niên 15 triệu đồng.
- ✿ Miễn phí thường niên năm tiếp theo khi doanh số từ 200 triệu đồng cho chủ thẻ Visa Infinite gói phí thường niên 5 triệu đồng.

Sản phẩm
**TIỀN GỬI
TỐT NHẤT**
CHÂU Á THÁI BÌNH DƯƠNG



Vững bước Tiên phong - Đồng hành Phát triển

Women
& wealth

BIDV 

Dám Mơ lớn
Làm lớn

