



Pag-aaralan Para sa mga Pilipino

Isang Bagong Paraan ng Pagtingin sa Buhay

Panimulang Teksto

Dalawang tao ang maaaring dumaan sa parehong buhay, ngunit magkaiba ang kanilang karanasan dito. Ang isa ay nakakaramdam ng pagkakakulong sa stress, pagkadismaya, at takot. Ang isa naman ay nakatatagpo pa rin ng kapanatagan, kahulugan, at pag-asa. Ang kaibahan ay hindi laging nasa sitwasyon mismo. Madalas, ito ay nasa pananaw. Itinuturo ng Islam na kapag nagbago ang paraan ng pag-unawa ng tao sa buhay, nagbabago rin ang buong karanasan niya sa buhay.

Hinuhubog ng Pananaw ang Karanasan

Ang paraan ng pag-iisip ng tao ay nakaaapekto sa kanyang damdamin, desisyon, ugnayan, at kakayahang magpatuloy sa panahon ng hirap.

Maaaring gawing tila imposible ng negatibong pag-iisip ang maliliit na problema. Samantalang ang pag-asa at pagtitiwala ay nagpapagaan maging sa mahihirap na sandali.

Itinuturo ng Islam na huwag mamuhay bilang bihag ng takot, paghahambing, galit, o kawalan ng pag-asa. Sa halip, itinuturo nito ang emosyonal na balanse at panloob na katatagan.

Pagtingin Higit sa Nakikita sa Labas

Minsan, hinuhusgahan ng tao ang buhay batay lamang sa agad niyang nakikita.

Kapag may masakit na nangyari, iniisip niyang laban sa kanya ang buhay. Kapag may naantala, iniisip niyang nabigo siya.

Ngunit itinuturo ng Islam na mas malalim ang buhay kaysa sa nakikita sa ibabaw.

Hindi laging tanda ng kabiguan ang mahihirap na sandali.

Minsan, ito ang simula ng paglago, karunungan, pagtitiis, at pagkakilala sa sarili.

“Tunay na kasama ng hirap ay ginhawa.”

- Quran 94:6

Kailangan ng Puso ang Kapayapaan

Mabilis ang takbo ng makabagong buhay. Palaging inihahambing ng mga tao ang kanilang sarili sa iba. Hinahabol nila ang tagumpay, pansin, at pagtanggap. Ngunit marami pa rin ang nakakaramdam ng kawalan sa loob.

Itinuturo ng Islam na ang panloob na kapayapaan ay hindi nagmumula lamang sa panlabas na tagumpay. Nagsisimula ito sa pusong payapa.

Ang pusong payapa ay lumalago sa pamamagitan ng paghinay, pasasalamat, pagtitiis, panalangin, at pagtitiwala sa Diyos.

“Katotohanan, sa pag-alaala kay Allah nagkakaroon ng kapanatagan ang mga puso.”

- Quran 13:28



Paglago sa Pamamagitan ng mga Pagsubok

Maraming tao ang nagnanais ng buhay na walang hirap. Ngunit madalas, ang mga pagsubok ang nagiging dahilan ng paglago.

Ang mga hamon ay maaaring magturo ng pagtitiis, magpakita ng lakas, magpalalim ng karunungan, at tumulong sa tao na mas malinaw na maunawaan ang sarili.

Itinuturo ng Islam na ang sakit ay hindi palaging walang saysay. Minsan, ang pinakamahirap na yugto ng buhay ang nagiging sandaling nagpapabago sa tao para sa mas mabuti.

Pagtingin sa Buhay gamit ang Bagong Mata

Kapag nagbago ang puso, nagbabago ang pananaw. Nagsisimulang bawasan ng tao ang pagtuon sa takot, mas napapansin niya ang mga biyaya, mas nakatutugon siya nang may pagtitiis, at nadadala niya ang pag-asa kahit sa panahon ng kawalan ng katiyakan.

Maaaring hindi agad gumaan ang buhay. Ngunit ang tao ay nagiging mas matatag, mas payapa, at mas kalmado sa loob.

Pangwakas na Mensahe

Ang tunay na pagbabago ay nagsisimula nang tahimik. Nagsisimula ito sa loob ng puso.

At kapag nagsimulang makita ng tao ang buhay sa ibang paraan, nagsisimula ring magbago ang pakiramdam niya sa buhay.

Linya sa Likod na Pabalat

Kapag nagbago ang loob, hindi na pareho ang dating ng labas.