

Một cách nhìn mới về cuộc sống

Góc nhìn thay đổi... cuộc sống cũng thay đổi theo.



مركز دعوة الفيتناميين
Trung tâm giao lưu văn hóa

01



MỞ ĐẦU

Hai người có thể bước qua cùng một cuộc sống... nhưng trải nghiệm nó hoàn toàn khác nhau. Một người cảm thấy bị mắc kẹt trong căng thẳng, thất vọng và sợ hãi. Người kia vẫn tìm thấy sự bình tĩnh, ý nghĩa và hy vọng. Sự khác biệt thường không nằm ở chính hoàn cảnh. Sự khác biệt nằm ở góc nhìn. Islam dạy rằng khi một người thay đổi cách hiểu về cuộc sống, toàn bộ trải nghiệm sống cũng bắt đầu trở nên khác đi.

02



GÓC NHÌN ĐỊNH HÌNH THỰC TẠI

Cách con người suy nghĩ ảnh hưởng đến: cảm xúc, quyết định, các mối quan hệ, và cả khả năng tiếp tục đứng vững trong khó khăn. Suy nghĩ tiêu cực có thể khiến vấn đề nhỏ trở nên không thể vượt qua. Hy vọng và sự tin cậy có thể khiến những lúc khó khăn trở nên dễ gánh hơn. Islam dạy con người không sống như tù nhân của sợ hãi, so sánh, giận dữ hay tuyệt vọng. Thay vào đó, Islam dạy sự cân bằng cảm xúc và sự vững vàng bên trong.

03



NHÌN XA HƠN BỀ MẶT

Đôi khi con người đánh giá cuộc sống chỉ bằng những gì họ thấy ngay trước mắt. Nếu điều gì đau đớn xảy ra, họ nghĩ cuộc sống đang chống lại mình. Nếu điều gì bị trì hoãn, họ nghĩ mình đã thất bại. Nhưng Islam dạy rằng cuộc sống sâu hơn bề mặt bên ngoài. Kinh Quran nhắc nhở con người: Những khoảnh khắc khó khăn không phải lúc nào cũng là dấu hiệu của thất bại. Đôi khi chúng trở thành khởi đầu của sự trưởng thành, khôn ngoan, kiên nhẫn và tự khám phá.

“Quả thật,
sau khó khăn
sẽ có dễ dàng.”

– Quran 94:6 –

04



TRÁI TIM CẦN SỰ BÌNH AN

Cuộc sống hiện đại chuyển động rất nhanh. Con người liên tục so sánh bản thân với người khác. Họ chạy theo thành công, sự chú ý và sự công nhận. Nhưng nhiều người vẫn cảm thấy trống rỗng bên trong. Islam dạy rằng bình an bên trong không chỉ đến từ thành công bên ngoài. Nó bắt đầu từ một trái tim bình lặng. Một trái tim bình lặng lớn lên qua: sự suy ngẫm, lòng biết ơn, sự kiên nhẫn, và sự tin cậy nơi Thượng Đế.

“Quả thật, trong việc
tưởng nhớ Allah,
trái tim tìm thấy
sự bình an.”

– Quran 13:28 –

05



TRƯỞNG THÀNH QUA THỬ THÁCH

Nhiều người muốn một cuộc sống không có khó khăn. Nhưng khó khăn thường trở thành lý do khiến con người trưởng thành. Thử thách có thể:



dạy sự
kiên nhẫn



bộc lộ
sức mạnh



làm sâu sắc thêm
sự khôn ngoan



giúp con người hiểu
bản thân rõ hơn

Islam dạy rằng nỗi đau không phải lúc nào cũng vô nghĩa. Đôi khi những giai đoạn khó khăn nhất trong đời lại trở thành những khoảnh khắc thay đổi con người theo hướng tốt hơn.

06



NHÌN CUỘC SỐNG BẰNG ĐÔI MẮT MỚI

Khi trái tim thay đổi, góc nhìn thay đổi. Một người bắt đầu:



ít tập trung
vào nỗi sợ



nhận ra nhiều
phúc lành hơn



phản ứng với sự
kiên nhẫn lớn hơn



và vẫn mang hy vọng
ngay cả khi mọi thứ
còn bất định

Cuộc sống có thể không lập tức trở nên dễ dàng hơn. Nhưng con người trở nên mạnh mẽ hơn, bình tĩnh hơn và bình an hơn từ bên trong.

07



THÔNG ĐIỆP KẾT THÚC

Sự thay đổi thật sự bắt đầu một cách lặng lẽ. Nó bắt đầu từ bên trong trái tim. Và khi một người bắt đầu nhìn cuộc sống khác đi, chính cuộc sống cũng bắt đầu được cảm nhận khác đi.

Khi bên trong thay đổi,
bên ngoài không còn được cảm nhận như trước nữa.