

Giới

16



Xuân
Giáp
Thìn

Levan Kan 224

Mục Lục

góc ảnh	4
góc thì thầm	35
Tập Latihan như thế nào để có được kết quả tốt đẹp?	35
Được động viên	48
Sinh nhật Bapak ngày 22 tháng 6	52
Phở và tiền	58
Mê cung 61	
Bạn nhận được quyền lực...	66
'Đứa bé kỳ diệu' bây giờ như thế nào?	70
Đứt chân	78
Thay đổi là ân huệ	80
Chấp nhận	86
Cá mập trong trạng thái thôi miên	90
Thân này không của riêng ta	93
Khúc giao hưởng chia tay Requiem của Mozart	96
Chạm trán cái chết...	106
Phép lạ	110
Trải nghiệm của Machmud	115

Ibu Siti Sumari	121
Một mình	129
Đi Tây Nguyên	133
Tưởng nhớ Luqman McKingley	139
Ngôi nhà Subud mới ở Durham, Bắc Carolina	143
Giải thích về Subud 147	
Trên đường đi của cơn bão 152	
Ấn tượng cá nhân về cuốn sách Cội Nguồn Sự Sống	157
góc Nhớ	160
Sư Cô Giác Hạnh	160
Tưởng thuật di tản của Sudjatmi	161

Cung Chúc Tân Xuân Giáp Thìn

Ghi số 16 đến tay quý độc giả theo thông lệ hằng năm vào dịp đầu năm Âm lịch, ghi chép, trình bày, tóm lược các sự kiện xảy ra đăng trên web Góc Nhỏ trong năm 2023, một cuốn sổ tay của Góc Nhỏ.

Năm nay Góc Nhỏ bước qua năm thứ 17, một chặng đường thật dài. Việc đầu tiên Góc Nhỏ thực hiện vào đầu năm Dương lịch là tăng chỗ chứa bài vở lên gấp đôi. Từ 4 GB chỗ chứa lúc khởi đầu, rồi lên 10 GB và bây giờ lên 20 GB. Số người cộng tác ngược lại với dung lượng chỗ chứa, từ khoảng trên 15 người rải rác khắp mọi nơi, xuất hiện trên web hay chỉ dừng phía sau âm thầm giúp đỡ. Hiện nay số người xuống dần và chỉ còn lại vồn vồn có vài người. Góc Nhỏ sẽ chuyển dần bộ mặt mới ít nhất cũng về hình thức, còn nội dung phải trông chờ vào sự giúp sức của quý huynh đệ.

Góc Nhỏ luôn trân trọng tri ân sự cộng tác, đóng góp của quý huynh đệ. Bài vở gửi về cộng tác đều được hàm hoan đón nhận, chỉ mong quý huynh đệ giữ đúng lời khuyên của Bapak.

Kính chúc quý độc giả, quý thân hữu, quý huynh đệ một năm mới An Khang Thịnh Vượng trong ánh lành của Thiêng Liêng Toàn Năng.

góc nhỏ **Subud** www.gocnoSB.com



góc ảnh

SUBUD VIỆT NAM

**THÔNG BÁO CHƯƠNG TRÌNH XUÂN QUÝ MÃO
TIỆC TÂN NIÊN và CÂY MÙA XUÂN**
Mùng 4 (25/01/2023)

8g30 - 9g10: Đón khách và chụp hình lưu niệm
9g15 - 9g30: Tĩnh tâm
9g30 - 10g00: Latihan
10g05 - 10g15: Cầu nguyện đầu năm và chúc Tết
10g20-12g00: Sinh hoạt chung
Bốc thăm, hái lộc đầu năm
Văn nghệ tự diễn
Biểu diễn ảo thuật Tôn Ngô Không (Huệ Nhân)
Bế mạc

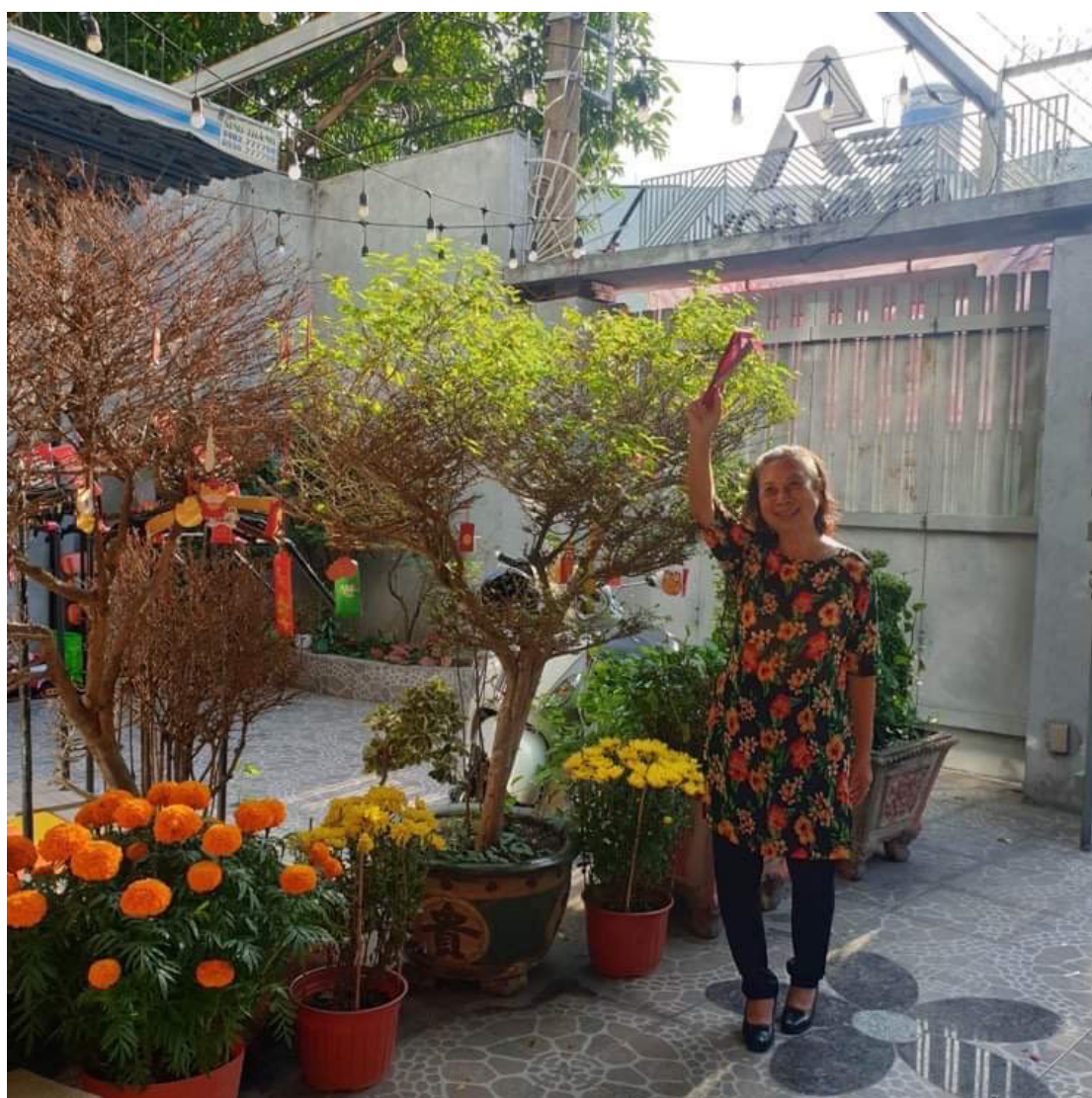
HỒNG HẠNH







































SUBUD VIỆT NAM

THƯ MỜI THAM DỰ

KỶ NIỆM 122 NĂM NGÀY SINH BAPAK SUBUH
(22/06/1901 – 23/06/2023)

NGÀY CHỦ NHẬT 18/06/2023

ĐỊA ĐIỂM: TRỤ SỞ HỘI, HÒA HƯNG, Q10

- 8g30 - 9g10:** Đón khách và chụp hình lưu niệm
- 9g15 - 9g30:** Tĩnh tâm
- 9g30 - 10g00:** Latihan
- 10g05 - 10g15:** Cầu nguyện
- 10g20-12g00:** Sinh hoạt chung

HỒNG HẠNH
Thân mời

SINH NHẬT BAPAK









Purwati Lan đọc “ Lời dặn dò
Cuối cùng của Bapak “



Trâm Anh đọc lời cầu
nguyện của Ibu Rahayu













góc thì thầm

Tập Latihan như thế nào để có được kết quả tốt đẹp?

Suryadi Mai Thế Sơn

Latihan trong Subud là một lối tu tập hoàn toàn khác hẳn với tất cả các loại pháp môn hoặc bất kỳ phương pháp tu tập nào khác từng có trong lịch sử loài người. Vì Latihan đơn thuần chỉ hoàn toàn là một sự tiếp nhận trực tiếp từ quyền năng của Thượng Đế Toàn Năng, chứ không phải là một phương pháp tu tập đến từ con người, như từ một vị thầy, một vị giáo chủ hay ngay cả từ một vị sứ giả Thượng Đế nào. Đó là lý do tại sao trong Subud không hề có giáo điều, quy luật hoặc bất kỳ phương pháp nào được quy định sẵn để các hội viên Subud phải học hỏi và đồng nhất thực hành theo. Đó cũng là lý do tại sao, sự tiếp nhận trong latihan thì hoàn toàn khác biệt cho từng một cá nhân. Sự tiếp nhận của mỗi người thì hoàn toàn khác nhau, vì tự nó phù hợp với bản chất của mỗi cá nhân, và tương xứng với tình trạng cùng khả năng tiếp nhận từ nội ngã của mỗi cá nhân đó. Bapak đã lập đi lập lại rất nhiều lần trong các bài nói chuyện, rằng Latihan chính là Ân Huệ cực kỳ lớn lao mà Thượng Đế đã ban cho loài người trong lúc này. Đây cũng chính điều gọi là Thiên khai mà trong lịch sử của loài người hiện tại, chỉ có các đấng tiên tri hoặc các vị sứ giả của Thượng Đế mới được ban cho và tiếp nhận được. Và vì thế, chỉ khi nào chúng ta nhận biết và hiểu được Latihan là gì, thì mới nhận ra được chân giá trị từ Ân Sung Vô Giá này từ Thượng Đế Toàn Năng, và khi đó chúng ta mới thực sự biết trân quý và nghiêm túc trong việc tiếp nhận và thực hành Latihan theo đúng thánh ý của Thượng Đế. Những giải thích và những lời khuyên từ Bapak và Ibu trong các bài nói chuyện vì thế cũng thực sự rất quan trọng, vì đó là những giải thích và sự dẫn dắt từ Thượng Đế, để giúp cho chúng ta có thể hiểu và nhận chân ra được tầm quan trọng của ân huệ hiếm hoi này, cũng như để chứng thực chúng ta thực sự là những người cực kỳ may mắn đã nhận được ân huệ này.

Thượng Đế đã ban cho chúng ta ân huệ quý hiếm đó, phần còn lại là trách nhiệm của mỗi người chúng ta là có biết trân trọng và sử dụng ân huệ đó như thế nào để có thể mang lại lợi ích cho sự sống của chính mình ở thế gian này và sự sống nối tiếp ở thế giới bên kia.

Ân huệ đó đã đến với chúng ta qua sự khai mở, và rồi tiếp tục được duy trì và phát triển qua việc tập Latihan và việc áp dụng những điều tiếp nhận được từ Latihan vào mọi sinh hoạt và lối hành xử của mỗi người chúng ta trong cuộc sống. Vì thế một khi

chúng ta chưa hiểu được những hướng dẫn của Bapak và Ibu để biết cách chuẩn bị thích hợp cho việc tập Latihan, cũng như làm sao để áp dụng những điều tiếp nhận được qua Latihan vào đời sống, thì chúng ta sẽ khó có thể có được những lợi ích đến từ Latihan để giúp cho mình thực sự được tẩy rửa tội lỗi hầu có thể thay đổi và tiến hóa trong cả hai lĩnh vực vật chất và tâm linh.

Suryadi xin được tóm lược một số những điểm chính từ những lời khuyên của Bapak và Ibu qua nhiều bài nói chuyện, để chúng ta có thể có được những hướng dẫn cần thiết, hầu có thể thực hành và áp dụng đúng đắn Ân Huệ Latihan. Điều này sẽ giúp cho chúng ta không bị lãng phí thời gian trong việc tu tập. Vì cơ hội để chúng ta có thể được tẩy rửa tội lỗi và thay đổi chính mình chỉ là trong thời gian ngắn ngủi còn sống trên cõi đời này. Vì Bapak cho biết, sau khi chết đi thì mọi sự như một cuốn sách đã đóng lại. Không còn gì có thể thay đổi được nữa. Những sai lầm hoặc những tội lỗi mà chúng ta gây ra sẽ còn đó mãi mãi, và mỗi người sẽ phải tự trả giá tương xứng cho những tội lỗi mà mình vô tình hay cố ý đã gây ra. Và đó chính là quy luật cho sự công bằng của sự sống từ Thượng Đế Toàn Năng, là Đấng đã tạo ra sự sống và tạo vật trong và cả ngoài toàn thể vũ trụ này. Là Đấng mà quyền năng của Ngài đã bao trùm và xuyên thấu tất cả mọi sự hiện hữu thuộc thế giới vô hình hoặc hữu hình.

1- SỰ TRÂN QUÝ và LÒNG BIẾT ƠN

Một ân huệ hiển nhiên mà mỗi người chúng ta đều nhận được trong sự sống ở thế gian này, là sự yêu thương và lòng hy sinh nhận được từ cha mẹ mình, là những người đã sinh ra và nuôi dưỡng ta. Và mỗi người chúng ta đã biết biểu lộ sự trân quý và biết ơn điều này qua hành vi và lối cư xử hiếu thảo đối với cha mẹ mình. Và cha mẹ mình cũng như thế, cũng biết biểu lộ sự trân quý và biết ơn đó đối với ông bà mình v.v... Và nếu cứ tiếp tục như thế thì chúng ta sẽ trở về nguồn gốc đích thực của mình là từ Thượng Đế, là Đấng đã tạo ra mọi sự và ban cho chúng ta sự sống. Như vậy sự trân quý và biết ơn đối với Thượng Đế sẽ phải là một điều gì to lớn mà không gì có thể đo lường được so với sự trân quý và biết ơn mà chúng ta dành cho cha mẹ chúng ta.

Nếu nhận chân được điều này, thì sự trân quý và biết ơn đối với Thượng Đế sẽ phải được thể hiện qua việc chúng ta biết trân quý Ân Huệ Latihan, là món quà vô giá mà chúng ta đã nhận được từ Thượng Đế, và phải biết biểu lộ lòng biết ơn vô biên tới Thượng Đế Toàn Năng, bằng cách chỉ quy thuận và sùng bái một Đấng Thượng Đế Toàn Năng duy nhất và chỉ một Đấng này mà thôi. Vì thế, bao lâu mà chúng ta vẫn còn tiếp tục thờ phượng hoặc sùng bái các hình tượng, hoặc bất kỳ một Đấng nào ngoài Thượng Đế Toàn Năng, thì có nghĩa là chúng ta vẫn chưa tìm được đường về với Thượng Đế.

Sự trân quý Ân Huệ Latihan và lòng biết ơn tới Thượng Đế Toàn Năng chỉ có được khi nào chúng ta có thể biết thể hiện được qua hành động, đó là 'Biết áp dụng và thực hành việc tập Latihan theo đúng những hướng dẫn của Bapak và Ibu'.

2- SỰ CHÂN THÀNH và NGHIÊM TÚC

Sự trân quý Ân Huệ Latihan và lòng biết ơn tới Thượng Đế Toàn Năng được thể hiện qua sự chân thành và nghiêm túc trong việc tập Latihan. Có nghĩa là chúng ta phải

biết tự kỷ luật để giữ việc tập Latihan luôn được đều đặn và đúng giờ theo Lịch Trình mà chúng ta đã định sẵn, cho hai lần hoặc ba lần mỗi tuần vào những giờ khắc nhất định. Trừ khi gặp trường hợp bất khả kháng khiến chúng ta phải dời lại và tập bù vào lần khác. Chúng ta vì thế không thể chỉ tập theo ngẫu hứng. Khi nào thích thì tập, khi nào có thời gian rảnh thì tập, hoặc khi nào thuận tiện không mưa nắng hoặc bận rộn thì mới tập.

Những điều ghi trên được Bapak lập lại trong nhiều bài nói chuyện. Sau đây là phần trích đoạn trong bài nói chuyện mã số <72 AKL 1> :

"Có thể nói rằng những cơ hội thuận tiện cho các anh chị em sùng bái Thượng Đế thì có rất nhiều. Nếu các anh chị em biết tận dụng những cơ hội này để sùng bái Thượng Đế, thì Thượng Đế cũng sẽ đáp ứng và dành cho các anh chị em rất nhiều sự lưu tâm. Điều này, thưa các anh chị em, chính là tại sao Bapak nói rằng Thượng Đế sẽ thưởng các anh chị em và sẽ ban ân huệ cho các anh chị em tương xứng vừa đúng với tâm cỡ của cấp độ những công đức của các anh chị em, cấp độ của những gì các anh chị em làm, cấp độ của việc các anh chị em sùng bái Thượng Đế Toàn Năng. Nếu các anh chị em chỉ sùng bái Thượng Đế theo kiểu ngẫu hứng, chỉ khi nào các anh chị em có thì giờ rảnh hoặc có cơ hội thuận tiện, thì Thượng Đế cũng sẽ đáp ứng giống như vậy với các anh chị em. Thượng Đế cũng sẽ chỉ lưu ý tới các anh chị em khi nào Thượng Đế có thì giờ rảnh và cơ hội thuận tiện".

3- CHUẨN BỊ CHO VIỆC TẬP LATIHAN

Latihan chỉ có thể tiếp nhận được tốt khi nào ảnh hưởng của Nafsu từ những sức mạnh hạ đẳng được giảm bớt hoặc làm cho suy yếu đi. Vì thế việc dọn mình hay chuẩn bị nội tâm cho mình trước khi tập Latihan thực sự rất là quan trọng. Vì chính việc chuẩn bị này, nếu được thực hiện đúng cách, sẽ tạo ra những điều kiện thích hợp và thuận tiện cho sự tiếp nhận.

Sau đây là phần trích đoạn lời giải thích của Ibu trong bài nói chuyện mã số <10 JOG 2> :

"Điều này đến từ kinh nghiệm, thưa các anh chị em. Ibu đã không hề học hỏi làm sao để làm điều này, không. Nó đến từ những kinh nghiệm mà Ibu đã làm Latihan. Vì thế, trước khi tập Latihan, chúng ta cần phải ở trong một trạng thái tươi mát và trong sạch. Đừng làm Latihan bởi vì các anh chị em đang buồn bã hoặc đau khổ. Hãy tự làm cho mình cảm thấy thoải mái hơn và trở nên yên tĩnh trước, rồi hãy làm Latihan. Được như thế thì Latihan của các anh chị em sẽ trở nên sinh động. Một Latihan sinh động có nghĩa là các anh chị em thực sự cảm thấy là mình đang được dẫn dắt trong Latihan, các anh chị em có thể cảm nhận được điều đó. Vâng, Ibu chắc chắn rằng các anh chị em đã trải nghiệm được điều đó. Nhưng đôi lúc khi các anh chị em tập Latihan, các anh chị em cảm thấy không thoải mái, nên chỉ tập một lúc rồi ngưng. Nhiều người đã làm điều đó. Điều đó không có nghĩa là lỗi của Thượng Đế bởi vì Thượng Đế đã lánh tránh anh chị em, hoàn toàn là không. Chính các anh chị em mới là người đang lánh tránh Thượng Đế".

Thời gian Tĩnh Tâm vì thế chính là giai đoạn quan trọng và cần thiết để chuẩn bị

cho nội tâm của chúng ta được ở vào trạng thái thích hợp cho việc tiếp nhận Latihan. Thời gian tịnh tâm thường là từ 10 tới 15 phút. Tuy nhiên có thể gia giảm tùy theo thời điểm mà mình cảm nhận được tín hiệu sẵn sàng đến từ trong nội cảm.

Trong bài viết của nữ phụ tá Halimah Polk (USA) trên Subudvoice số 120, tháng 11 năm 2021, cô có kể lại việc nghe được qua một phụ tá Nam Dương về lời khuyên của Ibu Hardiyati (Con gái của Bapak và là em của Ibu Rahayu) như sau, rằng Ibu đã so sánh việc chuẩn bị cho việc tập Latihan cũng tương tự như chuẩn bị nhà cửa của mình một cách chu đáo cho việc đón tiếp những người khách quý đặc biệt, và cho lời khuyên là:

"Trong lúc tịnh tâm, các anh chị em nên sửa soạn cho mình được tươm tất và sạch sẽ để tỏ sự tôn trọng đối với người khách quý, và rồi trong thời gian yên tịnh, hãy dọn dẹp căn nhà nội tâm của mình cho càng sạch sẽ gọn ghẽ càng tốt, bằng cách từ từ buông bỏ tất cả mọi tàn dư còn vướng mắc trong đời sống hàng ngày, chẳng hạn như những suy nghĩ và âu lo, mọi vấn đề khúc mắc, mọi ưu tư về sự thành công hay thất bại, hoặc những lo toan về các mối liên hệ gia đình v.v... Tất cả mọi sự đó phải được buông bỏ hoặc để qua một bên trong thời gian tịnh tâm".

Bapak cũng nói về những chuẩn bị cho việc tập Latihan liên hệ tới sự thư giãn và hay thả lỏng (RELAX) như sau:

"Trong thời gian tịnh tâm, các anh chị em phải thư giãn hay thả lỏng thân, tâm và trí của mình khỏi mọi ham muốn về những thứ thuộc thế gian này, khỏi mọi ham muốn của mình để có một Latihan tốt, khỏi mọi ham muốn để có sự hạnh phúc, và ngay cả sự mong cầu để có thể được gần cận với Thượng Đế, cho tới khi nào trạng thái thư giãn này trở thành một khoảng hoàn toàn trống không, sẵn sàng chờ đợi để được lấp đầy".

Lời khuyên ở trên cho thấy, nội ngã của chúng ta cũng đơn giản như một bình chứa, lúc nào cũng bị lấp đầy bởi mọi dao động của Nafsu qua tâm và trí. Nay chúng ta phải biết giữ cho mình ở vào trạng thái quy thuận để có thể thả lỏng hoàn toàn cho những giao động đó lắng xuống, hầu tạo điều kiện có được khoảng trống cho sự tiếp nhận.

Và điều cần bản quan trọng là, những điều kể trên phải được thực hiện trong một trạng thái hoàn toàn Quy Thuận với một tấm lòng chân thành của sự kiên nhẫn, chấp nhận và buông bỏ. Ibu cũng khuyên, chúng ta cũng có thể hướng về Thượng Đế Toàn Năng và cầu nguyện xin giúp cho mình được ở trạng thái quy thuận.

4- BẮT ĐẦU LATIHAN

Trong thời gian tịnh tâm, khi tâm và trí đã thực sự được lắng xuống, nội cảm của chúng ta sẽ trở nên tĩnh lặng gần như trống không, và đây chính là tín hiệu cho sự sẵn sàng để tiếp nhận Latihan.

Trong cuốn "Bapak trả lời cho các câu hỏi của hội viên", phần Latihan, Bapak cho biết khi chúng ta tập Latihan chung với hội viên khác, hoặc tập với nhóm, thì chúng ta nên bắt đầu Latihan cùng một lúc. Nếu có phụ tá phụ trách, thì nên chờ sau khi phụ

tá nói câu "Bắt đầu Latihan (Begin)" thì mọi người hãy bắt đầu. Việc bắt đầu Latihan cùng một lúc sẽ giúp cho việc tập Latihan chung có sự hòa hợp và ổn định.

Khi bắt đầu Latihan, chúng ta nên đứng dậy trong tư thế thả lỏng, thay vì ngồi hoặc nằm, vì tư thế đứng sẽ giúp cho toàn thân dễ dàng thả lỏng và chuyển động. Và trong tư thế thả lỏng này, chúng ta hãy bắt đầu bằng việc hình thành trong tâm thức một ý nguyện với chủ đích muốn được quy thuận Thượng Đế Toàn Năng, rồi ý thức việc duy trì tình trạng của sự nối kết với quyền năng của Thượng Đế, trong khi chờ đợi sự khởi động của Latihan. Việc làm một ý nguyện với chủ đích muốn được quy thuận Thượng Đế Toàn Năng thực rất quan trọng, vì tình trạng nội ngã của chúng ta thực sự vẫn còn rất non nớt, và luôn luôn dễ dàng bị tác động và chi phối bởi các Nafsu, lúc nào cũng chực chờ sẵn ở trong tâm trí của chúng ta, và chỉ trong khoảnh khắc chúng ta lơ là việc duy trì tình trạng nối kết với quyền năng Thượng Đế, thì chúng ta sẽ tức khắc bị lôi cuốn vào vòng ảnh hưởng và chi phối bởi các loại Nafsu. Vì thế nếu chúng ta không ý thức được điều này, thì sự tiếp nhận trong Latihan có thể đến từ Nafsu, thay vì từ quyền năng của Thượng Đế. Việc có một Ý Nguyện trước, là để hướng sự quy thuận của mình tới Thượng Đế và tạo sự kết nối nội ngã của mình với quyền năng của Thượng Đế cho sự tiếp nhận.

Trong bài nói chuyện của Bapak mã số <71 TJK 15>, Bapak có giải thích sự cần thiết phải khởi đầu Latihan bằng một ý nguyện với chủ đích như sau:

"Và giờ thì Ân Huệ đã tới, đã được ban xuống cho tất cả các anh chị em. Kết quả là, nó thực quá dễ dàng, chỉ cần ngay khi các anh chị em đứng dậy, 'ngeeeeeeee... [Bapak nhái giọng âm thanh từ Latihan của hội viên]. Ngay khi các anh chị em vừa đứng lên, thì 'Click', mọi sự diễn ra một cách tự nhiên. Ngay cả khi trước khi Bapak nói 'Relax', thì các anh chị em đã bắt đầu 'ngeeeeeeeeg' [Bapak nhái giọng âm thanh từ Latihan của hội viên]. Bapak phải nói với các anh chị em là, đừng có bắt đầu liền. Bapak chưa nói xong chữ 'Begin (Bắt đầu)', thì tại sao các anh chị em đã làm cử động đi lại?' Mình chỉ cử động khi nào mình được đòi hỏi làm cử động. Bởi vì, trong tất cả những gì các anh chị em làm, các anh chị em trước hết cần phải bắt đầu bằng một ý nguyện với chủ đích.

Vâng, nó quan trọng để có thể khóc. Nhưng chỉ khóc nếu các anh chị em cần phải khóc. Nếu các anh chị em khóc khi không cần thiết hay là tự nói với mình khi không được đòi hỏi; nếu các anh chị em đi tới Pasar Baru, rồi các anh chị em tự nhiên cười một cách vô cớ, 'hahahaha'. [Bapak nhái giọng của một người đang cười một cách không cần thiết]. Rồi chuyện gì xảy ra đây? Mọi người sẽ cười các anh chị em.

Vì thế, các anh chị em phải hiểu sự quan trọng của việc làm một ý nguyện với chủ đích. Chẳng hạn như khi người ta cầu nguyện trong Hồi Giáo, đầu tiên họ nói lên ý nguyện với chủ đích: 'Tôi bằng cách này thực hiện nghi thức cầu nguyện...' Ấy chết tôi quên, tôi đã không nói rõ là nghi thức cầu nguyện nào. 'Tôi bằng cách này thực hiện nghi thức cầu nguyện buổi trưa với bốn chu kỳ vì sự sáng danh của Allah.' Rồi chỉ sau đó mới bắt đầu nghi thức cầu nguyện bằng sự xưng danh Allahu Akbar hay Thượng Đế Vĩ Đại. Đó chính là việc làm một ý nguyện với chủ đích".

Việc làm một ý nguyện với chủ đích là để giúp cho chúng ta tự xác định được phương

hướng và mục đích của sự quy thuận là chỉ để hướng tới Thượng Đế Toàn Năng (tức là hướng tới sự sống đang có ở trong nội ngã của chúng ta), để chúng ta có thể ý thức và duy trì được tình trạng này trong suốt thời gian tiếp nhận. Vì nếu không, chúng ta sẽ rất dễ bị cuốn trôi vào dòng xoáy của Nafsu.

Trong bài nói chuyện của Bapak mã số <80 CDK 14>, Bapak có giải thích thêm về phương hướng của sự quy thuận như sau:

"Nhưng điểm then chốt là, sự quy thuận mà không có phương hướng thì không có hiệu quả."

Nếu chúng ta không biết phương hướng mà chúng ta nên quy thuận tới, hay là giả sử chúng ta quy thuận tới cái gì, thì sự trống không của trạng thái quy thuận có thể được lấp đầy tức khắc bởi Nafsu. Trạng thái quy thuận là một khoảng trống rất rộng, bất kỳ điều gì cũng có thể lấp đầy nó."

Đó là tại sao chúng ta không nên tiếp nhận vào ngay khoảnh khắc mà chúng ta quy thuận. Những gì mà chúng ta phải cảm nhận là từ cái phương hướng mà chúng ta quy thuận."

Trong bài nói chuyện của Ibu mã số <06 SYD 2>, Ibu có giải thích cụ thể hơn về điều này và cho biết đây chính là một kỹ thuật cho việc làm Latihan như sau:

"Thưa các anh chị em, chúng ta tất cả đều biết và kinh nghiệm được rằng bên trong mỗi chúng ta có thể tìm thấy phần con người thực của mình, cái 'Chân Ngã' của mình (Còn gọi là Nội Ngã). Đó là tại sao, sau khi được khai mở hay khi chúng ta làm Latihan, thì cái phần hoạt động trong Latihan lúc đó chính là cái 'Tôi Thật' ở bên trong các anh chị em. Nhưng đôi khi chúng ta đã quên điều đó, hay là chúng ta đã thất bại trong việc tạo điều kiện khả thi cho sự hoạt động của cái phần 'Tôi Thật' của mình, cái 'Tôi' đã được chứa đựng phần quyền năng của Thượng Đế Toàn Năng."

Tại sao chúng ta quên điều đó? Bởi vì chúng ta sống trong thế giới này, chúng ta đã bị vướng mắc sâu đậm với vật chất. Mặc dù chúng ta có phần này ở bên trong mình, mặc dù cái 'Tôi Thật' này có ở đó, nhưng nó hiện hữu trong một vỏ bọc vật chất trong một thế giới vật chất. Đó là tại sao, nếu chúng ta không cẩn thận hay chúng ta không yêu quý cái 'Tôi Thật' mà chúng ta có ở trong mình, chúng ta sẽ rất dễ bị cắt rời khỏi nó do bởi những ảnh hưởng tác động để làm suy yếu sự nối kết mà chúng ta có với phần quyền năng của Thượng Đế đang hiện hữu ở bên trong chúng ta."

Vì lý do đó, nếu chúng ta không muốn quên điều tại sao chúng ta có mặt ở thế giới này, chúng ta phải tự kỷ luật chính mình để làm Latihan theo một lịch trình đều đặn. Và khi các anh chị em làm Latihan, thì từ trong nội tâm hãy cầu xin Thượng Đế dẫn dắt mình trong Latihan. Nó là điều cần thiết mà các anh chị em phải làm để các anh chị em sẽ có thể thực sự cảm nhận được sự nối kết với phần 'Chân Ngã' của mình, cái mà Ibu vừa mới nói chính là cái 'Tôi Thật' - và phần quyền năng của Thượng Đế."

Đây là những gì Ibu có ý nói khi Ibu nói rằng các anh chị em nên thực xử dụng Latihan của mình, hay là cảm nhận Latihan của mình. Nếu các anh chị em thực hiện

được điều đó thì cái Latihan của mình sẽ không phải là không có giá trị. Thực ra các anh chị em cần cái Latihan xuất phát từ cái Chân Ngã của mình, và bằng cách đó các anh chị em sẽ cảm thấy có sự nối kết trở lại. Sự nối kết mà các anh chị em đã cảm nhận được lúc được khai mở, nhưng sau khi tập Latihan một thời gian dài, các anh chị em lại nghĩ rằng sự nối kết đó không còn nữa. Có một số hội viên còn cảm thấy, 'Thượng Đế đã rời bỏ mình' hay các anh chị em cảm thấy không còn nhận được những dẫn dắt nào từ bên trong mình nữa.

Đó là vì sao các anh chị em cần phải thực hiện cái điều được gọi ở Nam Dương là làm một ý nguyện với chủ đích. Làm một ý nguyện với chủ đích là gì? Làm một ý nguyện với chủ đích nghĩa là trước khi chúng ta làm một điều gì đó chúng ta phải có một thái độ của sự mong muốn về ý định muốn làm điều đó và chúng ta ở thế sẵn sàng buông bỏ để đi tới - nếu các anh chị em thực hiện được điều đó Thượng Đế sẽ hiện diện ở đó, các anh chị em sẽ cảm nhận được quyền năng của Thượng Đế trỗi dậy ở bên trong mình. Chứ còn nếu các anh chị em không cầu xin điều đó, thì dĩ nhiên các anh chị em sẽ không cảm nhận thấy điều đó.

Điều này, thưa các anh chị em, chính là kỹ thuật hay là phương cách làm Latihan. Những gì Ibu đang nói với các anh chị em ở đây thì không chỉ là sự giải thích mà các anh chị em phải nghe theo, nhưng các anh chị em phải thực hành những gì mà các anh chị em đã nhận được cho tới lúc này, để các anh chị em có thể tự thuyết phục chính mình và nhận ra rằng cái Latihan mà các anh chị em tập, cái Subud, thì thực sự chính là con đường cho các anh chị em sùng bái Thượng Đế và cho các anh chị em trở về với Thượng Đế".

Ở một trích đoạn sau đó, Ibu có nói rõ hơn về sự quan trọng của việc tiếp cận với quyền năng của Thượng Đế qua chính cái Chân Ngã hay cái Tôi Thật của mình:

"Và, như Ibu đã nói trước đó, các anh chị em cần phải yêu quý chính mình. Yêu quý chính mình nghĩa là các anh chị em nên không bao giờ quên cái Phần của mình mà mình yêu quý; mà hơn thế nữa, các anh chị em nên cố gắng gần cận với nó, để rồi cuối cùng sẽ không còn một khoảng cách nào giữa các anh chị em vào cái Phần hiện đang sống ở trong mình.

Và nếu các anh chị em hỏi, 'Làm sao tôi làm được điều đó?' Khi các anh chị em làm Latihan thì các anh chị em cần phải hướng về phần Chân Ngã của mình cái mà Ibu đã nói trước đó, có nghĩa là qua sự quy thuận tới Thượng Đế. Sau khi các anh chị em đã gạt được qua một bên hay là tự tách rời được chính mình khỏi các Nafsu những thứ mà luôn luôn đi kèm với mình, thì các anh chị em sẽ cảm nhận được việc chúng ta gần cận với quyền năng của Thượng Đế ra sao.

Và các anh chị em có thể cảm thấy được điều này và nhận ra trạng thái này một khi trong lúc làm Latihan mà các anh chị em cảm thấy nhẹ nhàng, các anh chị em cảm thấy hạnh phúc, và cảm thấy được xa rời khỏi những sức mạnh vẫn đeo đuổi mình. Những cảm xúc có được sẽ là như thế, đó là cái được gọi là cảm xúc của sự cực lạc (Bliss) khi tập Latihan. Nó là cảm xúc của sự cực lạc bởi vì khi đó các anh chị em hoàn toàn không còn bị chi phối bởi bất kỳ điều gì nữa, nó cũng giống như là các anh chị em đang được đưa vào một trạng thái mà các anh chị em cần có, để các anh chị em

có thể chứng thực được sự vĩ đại của Thượng Đế".

Trong bài nói chuyện của Ibu mã số <60 SUB 1>, Ibu có giải thích rõ hơn về lý do tại sao chúng ta cần có Lời Cầu Nguyện (như một ý nguyện với chủ đích), để giúp hướng sự quy thuận và tiếp nhận của mình tới Thượng Đế Toàn Năng trước khi bắt đầu Latihan:

"Vấn đề ở đây là các anh chị em thường thì xa cách với linh hồn (Nội Ngã) của mình và gần cận hơn với những sức mạnh hạ đẳng - những Nafsu của mình. Nafsu của các anh chị em thì còn đầy quyền lực và luôn muốn chiếm ở thế thượng phong. Thành ra nếu các anh chị em không đủ lưu ý và để mình tự xa cách khỏi Thượng Đế, thì linh hồn của anh chị em sẽ xa cách anh chị em. Nó sẽ xa rời các anh chị em.

Vì thế, lời khuyên của Ibu cho các anh chị em là trước khi bắt đầu Latihan, hãy cầu nguyện Thượng Đế để được dẫn dắt bởi Thượng Đế (Kính xin Thượng Đế Toàn Năng giúp đỡ và dẫn dắt Latihan của chúng con)".

5- TIẾP NHẬN LATIHAN

Sau khi chúng ta đã làm ý nguyện với chủ đích, hay là đọc lời cầu nguyện, có nghĩa là chúng ta đã đặt mình ở vào trạng thái nối kết với quyền năng của Thượng Đế qua chính nội ngã của mình. Và từ đó bắt đầu phải cố gắng luôn ở vào tình trạng cảnh giác này để ý thức và cảm nhận được sự hiện diện của quyền năng Thượng Đế qua những tiếp nhận từ Latihan. Tình trạng cảnh giác này phải được tiếp tục duy trì trong suốt thời gian tiếp nhận Latihan, để giúp cho mình không bị cuốn vào vòng xoáy của Nafsu qua tâm và trí.

Trong bài nói chuyện của Bapak mã số <70 PER 1>, Bapak có giải thích như sau:

"Thưa các anh chị em, cái trắc nghiệm mà Bapak vừa làm với các anh chị em đã cho các anh chị em bằng chứng về việc sự tiếp nhận Latihan của các anh chị em được tới đâu và hiệu quả ra sao. Để giải thích rõ hơn: Mỗi lần các anh chị em tiếp nhận và làm Latihan, các anh chị em đã làm việc đó mà không có sự liên tục của sự nhận thức và quy thuận tới Thượng Đế. Vì lý do đó, có thể nói rằng Latihan mà các anh chị em tiếp nhận và thực hành đã không được lợi lộc lắm cho các anh chị em.

Ý định của Thượng Đế là, khi các anh chị em tiếp nhận Latihan, các anh chị em phải cố gắng cảm nhận sự hiện diện của quyền năng Thượng Đế ở trong mình. Quyền năng của Thượng Đế hiện diện trong các anh chị em - chính là phần đã làm cho khả thi việc các anh chị em tiếp nhận được và làm Latihan - và đó cũng là một dạng hướng dẫn mà con người đã tìm kiếm kể từ khi nhân loại hiện hữu cho tới bây giờ. Đây cũng chính là đường lối hay nền tảng cho các bậc sứ giả của Thượng Đế và các đấng tiên tri, những người đã sống từ thời xa xưa. Với chỉ một phần này không thôi, các đấng tiên tri và con người sống trong thời cổ đại đã có thể tiếp nhận và thanh lọc tất cả tội lỗi của mình từ nội cảm của họ.

Vì lý do đó, Bapak mong cầu các anh chị em hãy làm Latihan một cách chuyên cần và thực sự là kiên nhẫn, với lòng chấp nhận và sẵn sàng buông bỏ. Nó là con đường

duy nhất cho các anh chị em để tiếp nhận được một tiến trình trật tự cho sự tẩy rửa và phát triển của phần linh hồn con người thực sự (Linh hồn Rohani) đã được cài đặt ở trong các anh chị em. Điều này chính là thánh Ý của Thượng Đế cho tất cả các anh chị em, phù hợp với những gì biểu hiện ở bên trong các anh chị em, cái được gọi là, *Latihan*".

Trong bài nói chuyện của Bapak mã số <80 CDK 14>, Bapak có giải thích một điều rất quan trọng về việc, sau khi quy thuận thì chúng ta phải làm sao trong sự tiếp nhận:

"Và thực ra đây là điều mọi người thường thắc mắc: "Một khi tôi đã quy thuận Thượng Đế, thì rồi sao nữa?" Các phụ tá đôi khi trả lời, "Sau đó, thì mọi sự tùy ở quyền năng của Thượng Đế". Nhưng điều đó không đúng. Bởi vì sau khi các anh chị em quy thuận Thượng Đế chuyện gì xảy ra kế tiếp là nó tùy thuộc vào các anh chị em. Ngay vào khoảnh khắc các anh chị em quy thuận câu hỏi sẽ là, "Có gì hiện diện ở trong sự quy thuận của các anh chị em?". Đây chính là lúc các anh chị em phải thực sự chú tâm lưu ý về những gì các anh chị em đang tiếp nhận. Các anh chị em có thể tiếp nhận được điều đó hay không? Các anh chị em có thể tiếp nhận được nội dung của sự quy thuận của các anh chị em hay không? Câu trả lời là tùy thuộc vào các anh chị em".

Trong bài nói chuyện của Ibu mã số <10 JOG 2>, Ibu có giải thích thêm về việc cảm nhận được quyền năng của Thượng Đế qua những cảm xúc có được trong *Latihan*:

*"Vâng, đây là nói về việc làm *Latihan* như thế nào. Thực ra không có gì là nhằm chán trong việc tập *Latihan*, tuy nhiên một vài người trong anh chị em đã cảm thấy chán chán, 'Tại sao tôi cứ làm mãi điều này? Tôi đã tập *Latihan* hằng 50 năm rồi, nhưng mà những cánh tay của tôi cứ cử động mãi giống như thế này?' Lý do là các anh chị em đã không để ý tới những cảm xúc khác nhau trong mỗi cử động của mình làm, hay trong bất kỳ những gì các anh chị em làm trong *Latihan*. Ngay cả khi các anh chị em cử động cánh tay, các anh chị em sẽ trải nghiệm được những cảm xúc khác nhau trong những cử động khác nhau của cánh tay. Chẳng hạn như, khi các anh chị em ăn, cảm xúc thì khác với khi các anh chị em viết, đó là những cảm xúc khác biệt. Vâng là thế đấy, rồi các anh chị em sẽ có thể tự nhủ thầm rằng, 'Ồ, tôi nên viết với cảm xúc như thế này; tôi nên ăn với cảm xúc như thế kia'. Nếu các anh chị em thực hiện điều đó, thì những gì các anh chị em ăn sẽ là ý muốn của Thượng Đế, và những gì các anh chị em viết sẽ là ý muốn của Thượng Đế. Vì thế, đừng lẫn lộn những điều này"*.

Ibu cũng lập lại những giải thích tương tự trong lá thư viết từ Pamulang, ngày 16/10/2016, gửi cho Hội Nghị Tâm Linh Quốc Gia của Subud tại Oslo, thủ đô của Norway. Trong đó, Ibu giải thích tầm quan trọng trong việc cảm nhận sự hướng dẫn của Thượng Đế qua những cảm xúc có được trong những cử động của *Latihan*:

"Chúng ta không nên chỉ nhận biết những cử động, mà cũng phải lưu ý tới phần cảm xúc có được trong những cử động này. Để rồi chúng ta cần phải có lại được những cảm xúc giống như vậy trong những việc chúng ta hành xử hay trong phong cách chúng ta nói năng ra sao trong đời sống hằng ngày. Một khi những cơ phận của thân

thể chúng ta đã sống lại, và chúng ta hành động có sự đồng hành của những cảm xúc đó, thì nó có nghĩa, như ý của Thượng Đế, rằng những gì chúng ta làm thì gần cận với linh hồn của mình và chúng ta đang làm theo thánh ý của Thượng Đế".

Những giải thích của Bapak và Ibu ở trên cho thấy, việc duy trì tình trạng cảnh giác để có thể ý thức và nhận biết được quyền năng của Thượng Đế qua những cử động và cảm xúc trong Latihan thì rất là quan trọng. Vì điều đó giúp cho chúng ta tạo được sự nối kết với quyền năng của Thượng Đế, nhờ thế Latihan của chúng ta trở nên sinh động. Khi đó chúng ta sẽ trở thành một với những cử động và những cảm xúc tiếp nhận được. Từ đó chúng ta sẽ có thể ý thức và cảm nhận được mọi sự diễn tiến trong Latihan, và là mình đang được quyền năng của Thượng Đế hướng dẫn trong mọi sự như là: cánh tay của mình đang được đưa lên, đôi chân của mình đang được bước đi, nhận thức được những âm thanh của mình đang nói, đang hát v.v... và rồi cảm nhận được cả những cảm xúc đang có trong nội tâm của mình.

Trong bài nói chuyện của Bapak mã số <63 LIM 1>, Bapak có giải thích một điều thường xảy ra trong lúc tiếp nhận Latihan liên hệ tới hoạt động của tâm và trí như sau:

"Và đôi lúc trong Latihan của các anh chị em, nếu vẫn có sự hoạt động của trí nghĩ và tâm của mình vẫn còn để ý tới những điều mình biết hoặc đã nghe qua, thì không cần thiết phải lo lắng. Các anh chị em không cần kèm chế chuyện đó. Cứ để kệ nó. Bởi vì sự vận hành tự nó là như thế: Với sự trỗi dậy của nguồn sóng rung của sự sống mà các anh chị em đã tiếp nhận, thì phần tâm và trí vẫn tự hoạt động trong phạm vi của mình. Cuối cùng thì những hoạt động đó sẽ tự nó ngưng lại, với điều kiện là nội cảm của các anh chị em đừng để cuốn vào những hoạt động đó".

Lời giải thích của Bapak ở trên một lần nữa cho thấy, việc duy trì được tình trạng cảnh giác để ý thức và cảm nhận được sự hiện diện của quyền năng Thượng Đế sẽ giúp cho chúng ta không để bị cuốn vào hoạt động của tâm và trí, mà chỉ chú ý tới việc cảm nhận những cử động hoặc các cảm xúc đang tiếp nhận được trong Latihan.

Trong bài nói chuyện của Ibu mã số <12 CDK 3>, Ibu cho biết có một số hội viên hỏi Ibu về cách làm sao để làm ngưng sự suy nghĩ trong khi tập, vì Latihan của họ cứ bị làm sáo trộn bởi hoạt động của trí nghĩ. Ibu có cho lời khuyên như sau:

"Thanh âm có thể giúp làm ngưng ý nghĩ của các anh chị em. Thế thì làm cách nào để cho thanh âm của các anh chị em hoạt động, hay là làm sao để nó được phát ra? Các anh chị em đã có Latihan. Thực ra một khi các anh chị em đã được khai mở, các anh chị em có thể điều khiển cơ thể của mình. Vì thế, trong trường hợp đó hãy dùng thanh âm của mình để trợ giúp Latihan của mình. Chẳng hạn như, [hãy tự nói với mình] 'Thanh âm của tôi ở đâu?' Khi tập Latihan mà được đồng hành bởi thanh âm của mình, các anh chị em sẽ thấy nó dễ dàng hơn, như Ibu vừa nói, để trợ giúp sự hô hấp của mình. Và điều này sẽ tạo ra một lực có thể đẩy lùi những ý nghĩ đang tới".

Còn một điểm quan trọng khác nữa liên quan tới sự khác biệt giữa việc 'Tự tập Latihan một mình' và 'Tập Latihan với nhóm':

Trong bài nói chuyện của Bapak mã số <63 BCL 6> với trích đoạn câu trả lời của Bapak được đăng trong cuốn 'Lời khuyên và hướng dẫn của Bapak cho các phụ tá', phiên bản 1988 / Trang 78, về việc 'Tự tập Latihan một mình' của những hội viên cô lập không thuộc nhóm:

"Nó rất là quan trọng để các phụ tá cho lời khuyên hầu tránh trường hợp này xảy ra, bởi vì điều này chỉ áp dụng cho những hội viên sống ở khoảng cách được công nhận là xa với nhóm, và cho những người không thể nào luôn luôn tham dự tập Latihan với nhóm. Họ có thể tự tập Latihan một mình và không cần phải tới nhóm với điều kiện Latihan của họ phải được làm vào cùng thời gian của nhóm, nói cách khác, nếu nhóm tập Latihan vào Thứ Hai và Thứ Năm, thì những người sống ở quá xa cũng có thể tập vào cùng giờ ngày Thứ Hai và Thứ Năm. Tập như vậy vào cùng thời gian, thì họ được kết nối với nhau và Latihan của họ có thể hoạt động tốt".

Như vậy, việc tập Latihan một mình chỉ dành cho trường hợp bất khả kháng. Còn nếu không, việc 'Không tập Latihan với nhóm' có thể rơi vào trường hợp sau đây, theo như giải thích của Bapak trong bài nói chuyện mã số <77 MEX 3> cũng trong cuốn 'Lời khuyên và hướng dẫn của Bapak cho các phụ tá', phiên bản 1988 / Trang 78:

"Người mà biết trân quý Latihan, mặc dù rằng, hãy cho là, họ không tập Latihan với nhóm, nhưng bao lâu họ biết trân quý Latihan và chấp nhận quyền năng của Thượng Đế Toàn Năng, thì Thượng Đế cũng sẽ luôn luôn hướng dẫn và đồng hành với họ. Bapak chỉ có thể biết biểu tỏ lòng hy vọng rằng các anh chị em sẽ không tự tách mình ra khỏi các huynh tỷ đệ của mình.

Thực ra, nếu các anh chị em quyết định làm điều đó, thì các anh chị em thực sự chỉ đã nhượng bộ và tuân theo ý muốn của sức mạnh vật chất hay Satan và cả sức mạnh thú vật. Nói một cách khác, các anh chị em đang tự mình quy phục sự chi phối đến từ chính Nafsu của mình".

Trong bài nói chuyện của Ibu mã số <10 JOG 2>, Ibu cũng nói về sự khác biệt giữa việc tập Latihan với nhóm và việc tự tập Latihan một mình như sau:

"Tại sao tất cả chúng ta cần tập Latihan chung với nhau? Tập Latihan chung với nhau sẽ phát sinh một năng lượng nó khác với khi tự tập Latihan một mình. Đó là vì sao chúng ta được khuyến cáo việc tập Latihan chung với nhau.

Việc chỉ tự tập Latihan ở nhà thì không đủ, bởi vì con người thì yếu đuối. Như Ibu vừa mới nói, chúng ta cần phải tự kỷ luật trong bất kỳ những gì chúng ta làm. Vâng, chúng ta đã được dạy việc tự kỷ luật hay là chúng ta cũng đã thực hành từ lâu việc tự kỷ luật trong các tôn giáo. Tại sao các tôn giáo cần điều lệ? Chúng ta cần điều lệ một phần là để tự kỷ luật chính mình để chắc chắn rằng chúng ta sẽ thực hành nghĩa vụ của chúng ta như đã được đề ra ở trong tôn giáo. Nhưng chúng ta không có điều lệ ở trong Subud. Các anh chị em tự đặt ra điều lệ cho chính mình".

Cái năng lượng phát ra từ việc tập Latihan chung với nhau, như Ibu nói ở trên, được chứng thực bởi các hội viên Subud có dịp tập Latihan chung trong những kỳ Hội Nghị Subud. Nhất là trong các Hội Nghị Subud Thế Giới. Khi mà số hội viên tập Latihan

cùng lúc lên đến vài trăm hay cả ngàn người. Năng lượng Latihan thực sự rất mạnh so với những lúc tập Latihan một mình hoặc là chỉ có vài người.

6- CHẤM DỨT LATIHAN

Thời gian tập Latihan trung bình kéo dài khoảng 30 phút, và sẽ tự động chấm dứt. Nếu tập chung với nhóm, thì chúng ta nên ngưng Latihan ngay sau khi nghe lời xướng của phụ tá "Chấm dứt Latihan (Finish)", để duy trì sự hòa hợp và ổn định giống như lúc bắt đầu Latihan.

Sau khi ngừng Latihan, chúng ta nên duy trì tình trạng Nội Cảm của mình trong sự yên tĩnh và lắng đọng để cảm nhận được sự chuyển tiếp từ trạng thái Latihan sang trạng thái bình thường thuộc lĩnh vực của Tâm và Trí. Sự nhận thức trong cảm nhận này sẽ từ từ giúp cho chúng ta phân biệt được hai trạng thái khác nhau của Nội Cảm: Một trạng thái của Nội Cảm khi có sự đồng hành của quyền năng Thượng Đế, và một trạng thái của Nội Cảm khi không có sự đồng hành của quyền năng Thượng Đế. Và chính trạng thái Thứ Nhất này là trạng thái mà chúng ta luôn luôn cần phải có trong việc áp dụng Latihan vào đời sống.

Tóm lại, việc tập Latihan và thực hành Latihan trong đời sống chính là nền tảng và phương tiện giúp cho mỗi người trong chúng ta có thể được thay đổi và tiến hóa để trở thành con người thực sự, Con Người Hoàn Toàn theo ý muốn của Thượng Đế. Vì thế lời khuyên căn bản và quan trọng mà Bapak thường lập đi lập lại hầu như trong mỗi bài nói chuyện vẫn là:

"Hãy tập Latihan chuyên cần với lòng kiên nhẫn, chấp nhận và sẵn sàng buông bỏ, và lúc nào cũng phải giữ cho mình luôn luôn có một nội cảm lấp đầy với sự quy thuận và lòng tin tưởng chân thành tuyệt đối vào quyền năng vô biên của Thượng Đế Toàn Năng".

Suryadi Mai

California, January 5th. 2022



phụ bản



Được động viên

Esther Hải Anh



Chăm sóc một người xa lạ là một trong những tình huống như vậy.

Bà là mẹ một người bạn. Bà sống tại Mỹ Tho, Tiền Giang. Hiện tại người bạn này đang sống ở Thụy Sĩ. Bạn xót xa khi không giúp được mẹ mỗi khi bà bị các chứng bệnh của tuổi già hành hạ. Vì thế nên bạn đã nhờ đến tôi.

Theo đó, tôi sẽ đến chăm sóc bà thường xuyên. Thường xuyên nghĩa là mỗi tuần một lần trong thời gian đầu, và sẽ nới rộng ra sau này khi bà đã trở nên khoẻ hơn. Việc chăm sóc bao gồm làm bạn với bà, hướng dẫn các bài tập dưỡng sinh phù hợp, hướng dẫn cách ăn uống, các bài thuốc dân gian, bấm huyệt trị liệu...

Nhận lời giúp bạn, tôi đối diện với rất nhiều nỗi lo. Vài thứ trong số đó là các nỗi sợ. Thứ nhất, tôi sợ tai nạn giao thông. Thứ hai, tôi e mình không đủ năng lực. Thứ ba, tôi không thích quàng vào mình loại trách nhiệm này. Tôi chưa quen với việc chịu một phần trách nhiệm đảm bảo sức khoẻ cho ai cả. Điều khiến tôi lo lắng nhất là bà thỉnh thoảng gặp một hiện tượng mà ở xứ tôi gọi là vong nhập. Đó cũng là điều mà cô bạn đặc biệt lưu ý.

Tôi vừa muốn giúp bạn, vừa cảm thấy chưa sẵn sàng làm việc này. Tôi đã cầu xin Thượng Đế giúp cho sáng suốt. Vài ngày trước lần hẹn đầu tiên, tôi đã rất trần trọc và tưởng tượng đủ thứ. Sự tưởng tượng đằng sau các câu chuyện càng khiến tôi thêm bất an.

Một đêm nọ, lúc gần sáng, đang lúc ngủ mơ màng tôi nghe một tiếng nói, và một mùi hương rất đặc biệt ở gần giường ngủ. Tôi không dám chắc đó là một thiên thần, vì nói như vậy không biết là đúng hay sai. Mùi hương lạ, thơm nhẹ nhẹ. Diễn tả thế nào cũng không chính xác được. Giọng nói thì mềm mại nữ tính, đủ mạnh để tạo ấn tượng sâu sắc. Tiếng nói bảo tôi không cần lo lắng gì về việc đến với bà. Tôi cứ việc

dùng hết tâm ý của mình vào việc giúp đỡ bà. Mọi việc khác đã được thu xếp.

Tôi giật mình tỉnh giấc, mùi hương vẫn còn phơn phớt một hồi mới tan. Tôi đã rất ngạc nhiên vì gia đình chúng tôi không sử dụng các loại nước xả quần áo hay xịt phòng. Nhà chúng tôi cách các nhà khác đủ xa để các loại mùi không đến được. Đặc biệt, giờ đó hàng xóm bên trái không có nhà, hàng xóm bên phải đang ngủ say. Mùi hương thì đến từ phía trần nhà.

Nhờ vào chứng nghiệm này, tôi cảm thấy yên tâm và tự tin đến gặp bà. Cho tới bây giờ, chúng tôi đã hợp tác được 15 tháng.

Quả thật, bà mang trong người nhiều chứng bệnh ở cơ thể và tinh thần. Nhiều lần trong lúc đến thăm, tôi nhận latihan nhẹ. Những lần như vậy, tôi tự nhắc mình phải thả lỏng, làm việc với trạng thái quy thuận Đấng Toàn Năng. Có như thế tôi mới giúp được bà, và giúp được cho chính tôi nữa.

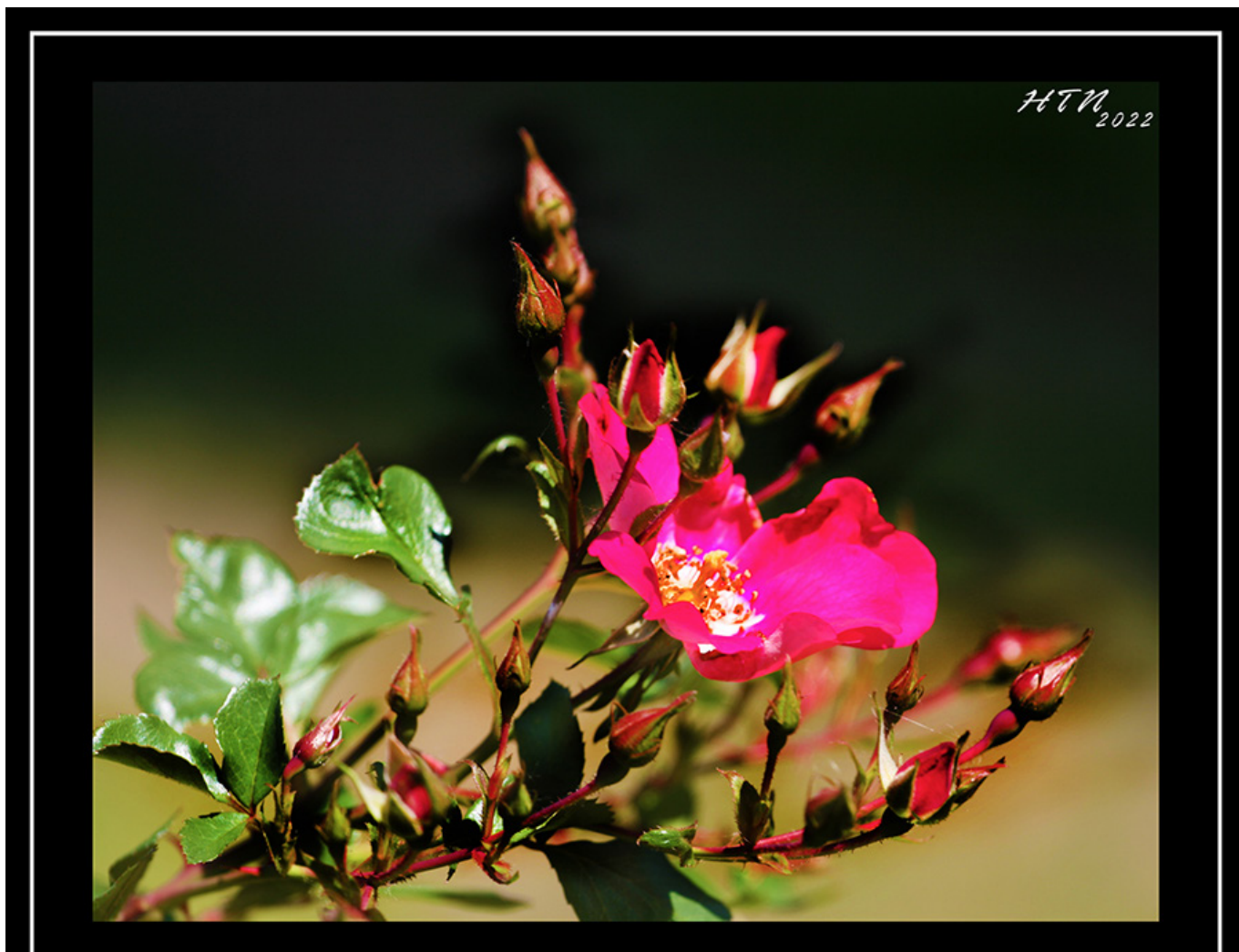
Dần dà, nhờ bà chịu hợp tác nên các bệnh từ từ được thuyên giảm. Bà rất chịu khó tập thể dục theo các bài được hướng dẫn và thực hiện rất chuyên cần các yêu cầu quan trọng khác.

Những điều tôi lo lắng trước đó, có thể đã xảy ra hoặc diễn biến theo một cách khác. Ví dụ như tôi vài lần bị bể bánh xe trên đường đến nhà bà phải thay ruột. Hoặc là bà huỷ hẹn bởi các lý do rất bất chợt. Hoặc con cái tự dưng có chuyện cần khiến bà phải chạy ngược chạy xuôi mà quên hẹn. Thói quen ăn uống sai cách cũng góp phần làm chậm quá trình hồi phục. Các hướng dẫn cứ phải được ôn đi ôn lại vì bà mau quên. Có khi tôi ngồi nhìn bà khóc hết cơn này tới cơn nọ chỉ vì những chuyện rất xưa cũ.

Bà thì thích kể cho tôi nghe mọi việc. Đó là những câu chuyện trong đời sống, chuyện thị phi, các giấc mơ, kỷ niệm xưa, hoặc các chuyện liên quan đến việc mà cô bạn tôi đã từng lưu ý. Trong hầu hết các câu chuyện, tôi thường giữ thái độ bình thản, lắng nghe bà. Đúng hay sai không do tôi quyết định. Được hay mất thì cũng chỉ là cảm giác của người trong cuộc. Đúng sai, được mất, tốt xấu...đều không quan trọng. Cuối cùng thì mọi thứ cũng biến mất trong mấy mươi năm nữa sau khi họ qua đời. Sẽ không ai buồn nhắc đến những câu chuyện mà họ quan tâm. Nhờ vậy, bà xả bỏ được nhiều bất an trong lòng. Còn tôi thì trở thành thùng rác - thùng rác không đáy.

Nhờ đã được động viên trước đó nên tôi tự nhắc nhở mình phải kiên nhẫn và quy thuận. Hai điều này rất quan trọng. Không kiên nhẫn, tôi sẽ không giúp được bà. Không quy thuận, tôi sẽ gom những sức mạnh hạ đẳng từ bà về phía mình. Tôi chỉ cần quy thuận mà thực hiện công việc của mình. Kết quả thế nào hãy để Thượng Đế quyết định. Những khó khăn từ phía tôi thì tự tôi tìm cách giải quyết. Những rắc rối từ phía bà thì tôi không được bỏ cuộc, kiểu gì cũng phải dẫn thân đến bên cạnh bà. Từ đó, mọi việc trở nên nhẹ nhàng. Những lo sợ trước kia giờ nghĩ lại thật vô ích. Từ bài học này, tôi đã cười vào chính mình. Thật là vui vì nhìn thấy được mọi lo lắng trước đây chỉ là cảm giác. Bỏ qua chúng, tôi tự nhiên được tự do, hạnh phúc.

phụ bản





Sinh nhật Bapak ngày 22 tháng 6

Diễn Phúc dịch



Sharif Horthy kể chuyện về Bapak

Tháng 6 lại đến rồi, và chẳng bao lâu nữa nhiều nhóm Subud sẽ tổ chức những buổi tiệc mừng sinh nhật Bapak.

Mỗi năm, càng ngày càng có nhiều người đến dự tiệc sinh nhật của Bapak, những người này chưa từng được gặp Bapak, và trong thâm tâm một số người có thể sẽ thắc mắc một hai câu hỏi. Có thể họ thắc mắc tại sao những người biết Bapak nói về Bapak với tất cả lòng tôn sùng và kính sợ.

Không có gì nghi ngờ khi nói rằng trong Subud, chúng ta không theo một sư phụ là người thể tục mà chúng ta được quyền năng của Thượng Đế giáo huấn, họ có thể thắc mắc: như

vậy thì tầm quan trọng của Bapak về phương diện cá nhân Bapak đối với họ là gì. Họ có nên dựa vào giá trị bên ngoài của nhiều câu chuyện ly kỳ mà người ta kể cho họ nghe về những chứng nghiệm với Bapak hay không? Họ có thể cảm động khi được nghe kể những chuyện đó, nhưng có thể sẽ nảy sinh thêm một câu hỏi khác: nếu sự tiếp cận với Bapak là một yếu tố quan trọng giúp bạn bè của họ phát triển tâm linh thì điều đó có nghĩa là chuyển hành trình tâm linh của chính họ sẽ bị giới hạn vì lẽ họ không còn cơ duyên gặp Bapak trực tiếp nữa?

Đây là những câu hỏi mang tính suy luận hợp lý, và tôi sẽ chia sẻ một vài chứng nghiệm với các anh chị em và hy vọng rằng những chứng nghiệm của tôi có thể giúp anh chị em giải tỏa những thắc mắc đó, nhưng xin hãy nhớ rằng đây chỉ là những chứng nghiệm của tôi - nếu những chứng nghiệm này nghe có vẻ không thật hoặc giống như tưởng tượng thì xin anh chị em hãy bỏ qua và nên dựa vào trực giác của chính mình.

Anh chị em có thể đã nghe người ta nói về Bapak "bằng xương bằng thịt" hay "phàm nhân" và thắc mắc không biết họ ngụ ý điều gì. Điều này cũng ứng với một chứng nghiệm thật mà nhiều người trong chúng ta, những huynh đệ biết Bapak, đã chia sẻ: sự thật là dường như có hai Bapak - một Bapak như các anh chị em đã thấy ("Bapak phàm nhân" hay "Bapak bằng xương bằng thịt") và một Bapak "thứ hai" mà các anh chị em (hay ít nhất là tôi) không nhìn thấy, chúng ta gọi đó là một "Bapak khác". Tôi sẽ kể cho các anh chị em nghe một chứng nghiệm của cá nhân tôi về "Bapak khác" đó.



Lần đầu tiên, tôi được tiếp xúc với Bapak là vào năm 1959, khi Bapak đến Coombe Springs ngay trước hội nghị Subud thế giới lần thứ nhất. Một nhóm các anh em chúng tôi đang chờ Bapak ở hội trường dành để tiếp khách trong tòa nhà chính ở Coombe Springs, và tôi đi bộ phía ngoài cửa chính đúng lúc những chiếc xe hơi chở phái đoàn của Bapak từ phi trường vừa đến nơi. Tôi nhanh chóng cố gắng tấp vào phía sau ở bên trong - lẽ ra chúng tôi phải đứng chờ ở chỗ đó - nhưng quá trễ. Tôi bị dồn vào bức tường trong tiền sảnh hẹp khi Bapak đi ngang qua, rất gần với tôi. Lúc Bapak đi qua, tôi có một cảm giác lạ lùng nhất từ trước đến giờ, như thể không có ai đi qua. Thật không dễ gì mô tả được cảm giác này, vì thế xin anh chị em hãy thứ lỗi cho tôi.

Thông thường, khi có một người nào đó đi ngang qua anh chị em ở khoảng cách rất gần, anh chị em có

thể cảm nhận được một loại năng lượng nhất định nào đó tỏa ra từ họ và đối với những nhân vật quan trọng hoặc nổi tiếng thì năng lượng này đôi khi mạnh hơn. Nhưng với Bapak thì không có gì cả. Ấn tượng mà tôi có được là cơ thể vật chất của Bapak giống như một bộ quần áo hay một màn hình chuyển tải một thực tại nào khác. Ấn tượng lạ lùng này đã ám ảnh tôi suốt mấy tuần lễ sau đó khi một người bạn của tôi, anh ấy là diễn viên, đã kéo tôi đến gần một bức tường, nơi người ta trưng bày những tấm ảnh để bán. Những tấm ảnh đó chủ yếu là ảnh chụp Bapak và những người tháp tùng với Bapak, được hai nhiếp ảnh gia tài năng chụp. Hai anh này đã đi theo chụp ảnh phái đoàn của Bapak trong suốt chuyến viếng thăm của Bapak. Anh bạn diễn viên của tôi hồ hởi reo lên khi chỉ vào từng tấm ảnh của Bapak, hết tấm này đến tấm khác: "Nhìn đây này," "Anh có thấy gì không?"

Trong tấm ảnh này, Bapak trông giống như một ông lão bách niên đang cố hết sức để đứng thẳng người lên, ráng sức nở một nụ cười. Thế rồi ở đây, trong tấm ảnh này, Bapak lại là một người đàn ông đang ở độ tuổi sung sức nhất của đời người, khoảng gần 40 tuổi, tràn đầy sinh lực. Và ông Bennett là một người rất cao lớn vạm vỡ, cao to hơn Bapak rất nhiều, đúng không? Nhưng sao lại thế này, ở đây hai người đứng kế bên nhau và Bapak trông cao to hơn ông Bennett. Anh bạn diễn viên tiếp tục giải thích cho tôi rằng thực hiện được phép biến hình thần kỳ này là niềm ao ước của mỗi diễn viên, "nhưng trước đó tôi thật sự chưa bao giờ thấy ai có thể làm được điều đó."

Sau này, tôi cũng chú ý đến sự biến đổi kích thước của Bapak khi Bapak hiện diện, không chỉ ở những cử động và diện mạo bên ngoài của Bapak mà còn cả toàn bộ cơ thể của Bapak. Bapak sở hữu quyền tự do biến đổi kích thước cơ thể của mình mà từ trước tới nay tôi chưa từng thấy ở bất kỳ người nào khác, ít nhất là trong tất cả những nhân vật "quan trọng và có tiếng tăm" mà tôi đã gặp. Có thể lý giải một phần nào đó trong chuyện này: Bapak là người có khả năng co giãn nhiều nhất trong số những người mà tôi đã từng gặp. Năm tháng trôi qua, cuộc sống của tôi - cũng giống như nhiều bạn bè của tôi ở Coombe Springs - dần dần được kéo vào trong quỹ đạo của Bapak càng ngày càng gần hơn. Mỗi người trong chúng tôi có một quỹ đạo của riêng mình - Varindra Vittachi, hăng say và sôi nổi, cuốn hút sự chú ý của mọi người giống như sao chổi Halley, xuất hiện ở Cilindak một hai ngày rồi biến mất vào khoảng không vô định, trong khi cuối cùng tôi lại ở trong một quỹ đạo gần Bapak với vai trò là người thông dịch của Bapak, một thư ký làm việc bán thời gian và một người hầu cận tài hèn sức mọn.

Dần dần, tôi cảm thấy thoải mái với "Bapak phạm nhân", bắt đầu quen với sự thông thái, tính hài hước và lòng tốt vô bờ bến của Bapak, nhưng vẫn luôn luôn tồn tại một khoảng cách giữa tôi và Bapak, bởi vì tôi luôn ý thức được "Bapak khác". Tôi nghĩ chứng nghiệm về chuyện này của tôi không khác với chứng nghiệm của tất cả những bạn bè của tôi, những người đã cùng nhau xây dựng nên thế giới của chúng ta ở Wisma Subud - một lực hấp dẫn đã giữ chúng tôi lại ở đó, lực này đến từ một Bapak khác, một Bapak đằng sau "Bapak bằng xương bằng thịt" mà chúng ta nhìn thấy. Vậy thì Bapak đó là ai? Chưa bao giờ tôi có thể nghĩ về "Bapak khác" này là một người phạm nhân, mà đúng hơn thì "Bapak khác" giống như một cái cửa sổ, một cửa sổ để đi vào một cõi giới khác. "Bapak phạm nhân" đối với tôi giống như một tấm màn để giúp cho chúng ta, những người thường phạm, bớt bối rối hay lúng túng khi đứng trước cửa sổ này.

Cho dù như thế thì chúng ta cũng đủ bối rối rồi. Thỉnh thoảng, khi ngồi gần Bapak, tôi thấy ngượng ngùng và cảm thấy những thứ ô trược bên trong mình giống như muốn ói ra mà tôi cố sức kềm lại không dám để nó tuôn ra ngoài – đó là dùng hình ảnh để mô tả theo cách nói của Varindra. Cũng có những lần khác, tôi bước vào trong một căn phòng, Bapak đang ở trong đó, và cảm thấy như thể tôi được đến gần trung tâm vũ trụ, vào một nơi hoàn toàn an lành và cực kỳ thanh tịnh. Và một lần khác, tôi cảm nhận Bapak chạm vào cánh tay tôi và theo sau đó là một cảm giác yêu thương, giống như một dòng chảy của kim loại vàng ở thể lỏng đang lan tỏa khắp người tôi.

Vì thế, đây chính là nguồn gốc của sự kính sợ và tôn sùng mà các anh chị em có thể nhận thấy được trong giọng nói của chúng tôi khi chúng tôi nói về Bapak. Điều đó tự nhiên đến và chúng tôi không thể cưỡng lại được. Cũng không phải là “Bapak phàm trần” khuyến khích chúng tôi tôn kính và sùng bái Bapak như thế, mà thật ra như thể Bapak phải chịu đựng điều đó như một sự khó chịu không thể tránh được. Từ phía Bapak, Bapak luôn luôn cố gắng thể hiện mình là một người bình thường và làm cho người khác cảm thấy dễ chịu. Tôi đoán có lẽ tôi đạt đến chỗ hiểu được một chút xíu - theo tình trạng chưa phát triển của chính mình - về điều này: khi Thượng Đế chọn một người để trở thành sứ giả của Ngài, người đó phải phó thác gần như mọi thứ của mình, để người đó có thể được dùng như một kênh dẫn cho một điều gì đó vĩ đại vô cùng.

Như vậy, tóm lại: đối với tôi, “Bapak khác” và cội nguồn của latihan là một và như nhau. Đó là lý do tại sao tôi tin rằng những bài nói chuyện của Bapak chắc chắn đến từ “Bapak khác” và thật sự những bài nói chuyện đó có cùng bản chất với latihan. Có một lý do nào khác khi những bài nói chuyện của Bapak chỉ thoảng qua tâm trí của chúng ta và khiến cho chúng ta ngủ say, nếu buồn ngủ, anh chị em cứ việc ngủ - phải chăng những bài nói chuyện đó tìm tới được linh hồn của chúng ta? Như vậy, sự gần kề với “Bapak bằng xương bằng thịt” có thể giúp chúng ta tiến bộ về tâm linh hay không? Chuyện đó thì tôi không biết. Tôi cũng nghĩ không phải như thế. Không phải tất cả mọi người đều có thể được ở gần “Bapak phàm trần”, nhưng chính một “Bapak khác”, nơi ấy là cội nguồn của sự tiến bộ tâm linh, và “Bapak khác” đã và sẽ luôn luôn duy trì sự tiếp giao để tất cả các hội viên Subud có thể tiếp cận với Người - khoảng cách giữa chúng ta đối với “Bapak khác” chỉ phụ thuộc vào việc chúng ta có sẵn lòng đến gần Bapak hay không mà thôi./.

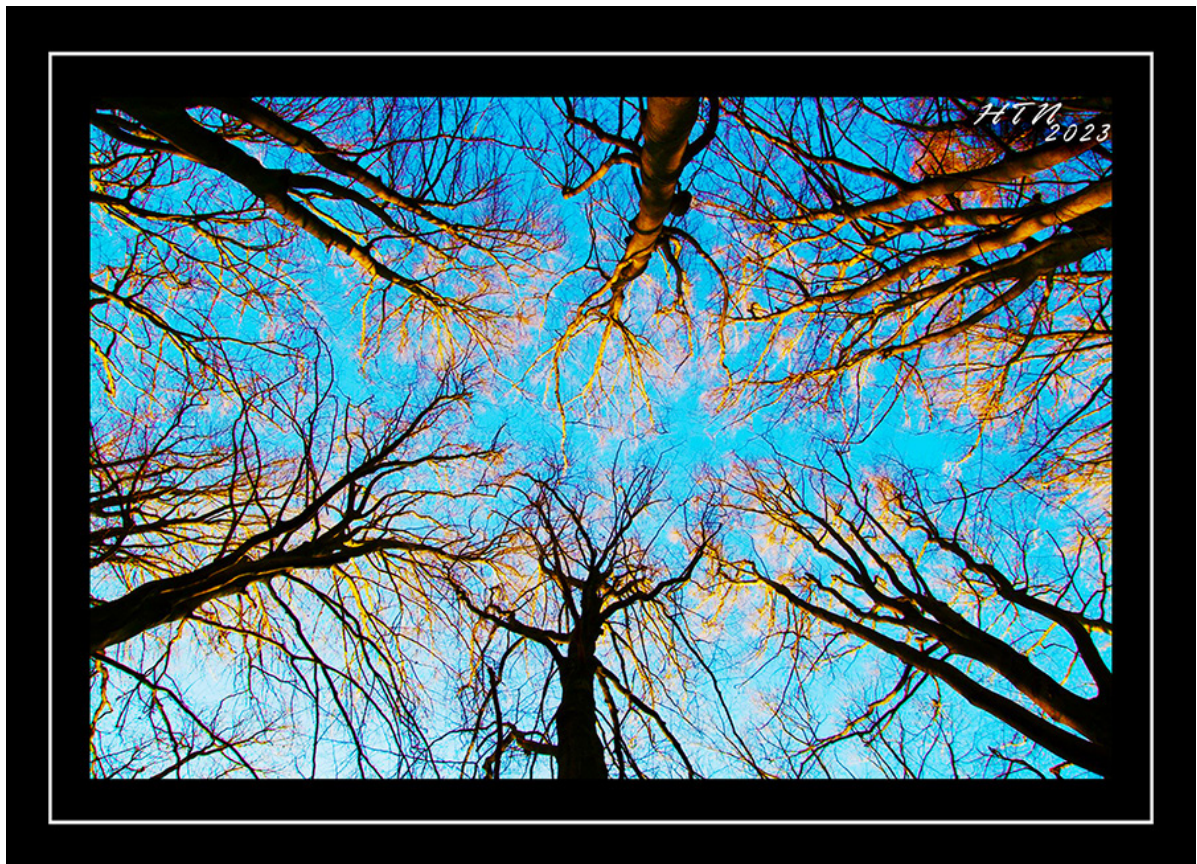
Biên dịch Anh – Việt: Diễm Phúc



phụ bản



phụ bản



Phở và tiền

Esther Hải Anh

Phở không chỉ là một loại thức ăn ngon miệng. Phở là sự sáng tạo độc đáo của người Việt Nam. Phở chứa đựng trong nó sự sâu sắc và cân bằng.

Phở còn là bài thuốc rất tốt cho sức khỏe. Nó chứa đầy đủ 5 vị mặn, ngọt, chua, cay, đắng. Theo đông y, năm vị này bổ trợ cho thận, bao tử, gan, phổi và tim. Đó là chưa kể các thành phần dinh dưỡng khác có trong phở. Một người có chỉ số huyết áp tâm thu thấp và thiếu máu rất cần ăn phở. Phở giúp tăng huyết áp và bổ máu.



Đối với tôi, phở cần thiết cho sức khỏe như tiền bạc cần thiết cho đời sống vậy.

Sau mùa covid-19, nguồn tiền dự trữ trong gia đình cạn dần. Tôi đối diện với nỗi lo về việc hết tiền. Thu nhập từ công việc chỉ bằng phân nửa so với trước mùa dịch. Mặc dù vậy, tôi luôn tin rằng Thượng Đế sẽ không để cho tôi túng thiếu. Sự tồn tại của Thượng đế bên cạnh là một sự đủ đầy viên mãn. Làm gì hay phải nói gì, nếu cảm thấy khó, tôi sẽ để mình rơi vào trạng thái quy thuận. Những lúc ấy buông bỏ thật dễ. Được hay mất không còn quan

trọng như trước đây nữa.

Một lần trong lúc tịnh tâm chuẩn bị latihan, tôi thấy có ai đó đang sửa soạn một mâm thức ăn hấp dẫn. Tôi nghĩ họ đang làm điều đó cho mình. Nội cảm lúc ấy không cảm thấy thèm khát, chờ mong, hay đói bụng. Tôi bình thản quan sát. Sau rốt thì một

ai đó bung đến một cái mâm, trên ấy có một đôi đũa, một cái muống, và một tô phở đầy ắp thức ăn ngon lành. Mâm, đũa, muống và tô được làm bằng chất liệu sứ màu vàng đồng rất đẹp. Đó là bát phở ngon nhất thế gian! Khói toả, hương bay vô cùng hấp dẫn, ngon lành, bổ dưỡng. Bất chợt, ở bên ngoài tôi bỗng giơ tay ra đón nhận. Khi tay tôi chạm vào mâm phở thì sự tịnh tâm biến mất. Tôi giật mình tỉnh lại, ngỡ ngàng với chứng nghiệm vừa rồi.

Tôi không vui cũng không buồn vì chứng nghiệm có thể thật hoặc giả. Được – mất không lường trước được. Nếu tôi tưởng là được thì rất có thể sẽ mất rất nhiều. Còn nếu tưởng là mất thì tâm tôi sẽ bất an ngay lập tức. Tốt hơn hết là chấp nhận mọi thứ đến với mình. Lý giải các dấu hiệu ấy là việc không nên làm. Điều cần làm là tin tưởng và quy thuận. Thôi thì cứ để các hình ảnh ở đó, chờ xem sắp tới thế nào.

Hai ngày sau, mẹ tôi gọi, bảo về gấp. Cha mẹ cho một khoản tiền. Số tiền đủ để tôi yên tâm cho các nhu cầu cơ bản của gia đình trong thời gian sắp tới.

Hoá ra món quà từ cha mẹ chính là “mâm phở” mà tôi đã chứng nghiệm được. Tôi bật cười một cách vô thức vì cách mà chứng nghiệm diễn ra. Đã bao nhiêu lần rồi, hễ khó khăn có mặt chỗ nào thì tình yêu thiêng liêng đều xuất hiện ở đó. Nói như vậy không có nghĩa là tôi sống một cuộc đời lười biếng, phụ thuộc mà cầu nguyện liên tục để được ban ơn. Tôi hiểu, mình chịu trách nhiệm cuộc đời mình. Mình muốn ăn trái mít thì mình trồng mít, không phải trông ớt mà có mít được. Sự tin tưởng và lòng quy thuận thiêng liêng cộng với việc chấp nhận mọi thứ đến với mình một cách bình thản, không ca thán hay để đuôi chính là miếng đất rộng màu mỡ của ta. Khi ta có đất tốt thì cây lành quả ngọt của Đấng Toàn Năng mới đâm hoa kết trái. Phải sống cho thật tốt, nỗ lực làm việc hết sức, dốc lòng cho đi bằng tình yêu và thái độ chân thành Ngài mới có thể giúp khi hoạn nạn được



phụ bản



Mê cung

Rohana Darlington, Anh quốc

Tôi rất thích thú khi đọc bài tường thuật của Harris về thời gian ông làm Giám đốc Bộ Sáng tạo, nơi ông khuyến khích một nhà điêu khắc địa phương tạo ra một mê cung¹ trong khuôn viên nhà thờ của ông ở Melbourne để mọi người đi dạo.

Tôi phát hiện ra một mê cung gần nơi tôi sống khi đang nghiên cứu River Itchen, một dòng sông đá phấn tuyệt đẹp với làn nước trong vắt, cho một dự án nghệ thuật. Con sông này chỉ dài 28 dặm từ nguồn đến biển, bắt đầu ở bắc Hampshire và chấm dứt ở eo biển vịnh Southampton. Tôi đã dành hơn một năm để vẽ tranh và ảnh minh họa dòng sông và môi trường xung quanh bờ sông.

Dự án khám phá dòng sông Itchen xinh đẹp thật đầy cảm hứng. Nước cực kỳ trong vì nó chảy từ các mạch



Itchen ở Ovington. Màu Acrylic vẽ trên khung vải. Ở đây những cành cây nhô ra tạo thành một đường hầm và ánh sáng có thể được nhìn thấy ở phía cuối.

nước ngấm qua các tầng chứa nước - đá phần thấm đóng vai trò như một bộ lọc các chất hữu cơ và trầm tích. Tôi chưa bao giờ nhìn thấy những con sông như vậy trước đây khi chúng tôi sống ở miền bắc nước Anh. Chỉ có 210 dòng đá phần trên thế giới mà 160 trong số đó là ở Anh, đa số ở phía nam. Vì vậy, tôi cảm thấy rất may mắn khi được sống gần một mê cung và khám phá ra một mê cung trên đường đi là thêm một tặng thưởng.

Những hình ảnh sau đây xếp theo thứ tự tiến trình của dòng sông. Bức tranh mê cung mà tôi đã gửi cùng với bài viết nằm giữa bức tranh Mill House và bức ảnh cửa chặn Bambridge. Hy vọng những điều này mang đến cho các bạn hương vị của dòng sông đáng yêu này khi nó bắt nguồn từ nguồn gốc thôn dã và chảy ra cửa sông thủy triều rộng đổ vào eo biển. Đây chỉ là sự lựa chọn của hệ thực vật và động vật xung quanh con sông này.

Mê cung là những nguyên mẫu cổ xưa có niên đại ít nhất 4000 năm trở lên, và việc đi bộ trong mê cung được các tín ngưỡng khác nhau thực hiện để tập trung tâm linh, chiêm nghiệm và cầu nguyện. Bước vào con đường ngoằn ngoèo của một mê cung nơi bạn bước đi chậm rãi, an nhiên và thiền định có thể giúp làm dịu tâm trí khi bạn tập trung vào một câu hỏi tâm linh hoặc những lời cầu nguyện.

Đường mê cung tượng trưng cho hành trình đến một điểm đích đã định trước, chẳng hạn như một cuộc hành hương hoặc như một phép ẩn dụ cho hành trình xuyên suốt cuộc đời từ khi sinh ra cho đến khi chết và để thức tỉnh tâm linh.



River Itchen ở Martyr Worthy. Màu Acrylic vẽ trên ván.



Mill House ở Martyr Worthy. Màu Acrylic vẽ trên khung ván.



Cá hồi từ sông. Màu Acrylic vẽ trên giấy.

Ở Anh, thuật ngữ mê cung và đường mê cung có thể được sử dụng đồng nghĩa, mặc dù mê cung thường được mô tả chỉ là có một con đường duy nhất dẫn đến trung tâm, trong khi mê cung có thể có một số nhánh phức tạp cuối cùng dẫn đến điểm trung tâm.

Mê cung mà tôi khám phá nằm trong Khu bảo tồn thiên nhiên St Catherine's Hill, một đồng cỏ đá phần phong phú, nơi có hơn 25 loài bướm khác nhau sinh sống. Ngọn đồi được đặt theo tên của Thánh Catherine, vị thánh bảo trợ của các đỉnh đồi vì bà được cho là đã bay lên thiên đường từ đỉnh núi Sinai.

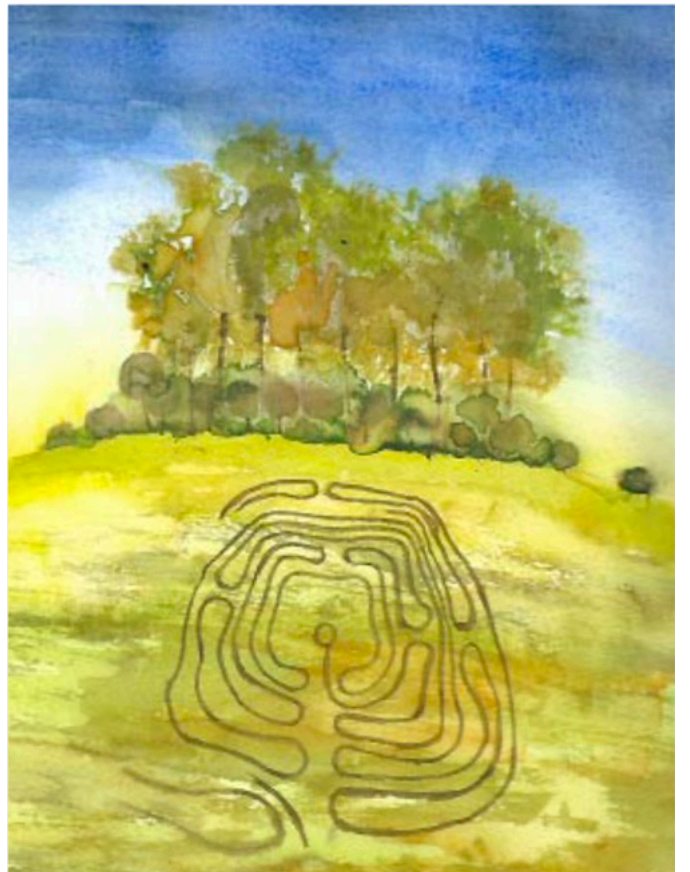
Đỉnh của ngọn đồi này được bao bọc bởi một nhóm cây sồi được gọi là The Clump và ngay bên dưới đây là một mê cung bí ẩn được cắt vào bãi cỏ. Được gọi là Mê cung Miz, đây là một trong tám mê cung lịch sử vẫn còn tồn tại ở Anh.

Mê cung này được khắc vào vách đá vôi mà không có sự giao cắt hoặc băng ngang qua, và khác thường so với mê cung thông thường là hình chữ nhật thay vì hình tròn. Nó được hình thành từ chín ô vuông lồng vào nhau theo một mô hình tương tự như trò chơi truyền thống Cờ caro 9 quân.

Nguồn gốc của mê cung này không rõ ràng và được cho là có từ thế kỷ 17, mặc dù mô hình này có thiết kế từ thời trung cổ. Truyền thuyết cho rằng mê cung được tạo ra do một sinh viên của trường đại học Winchester, trường nằm trên ngọn đồi gần đó, như một hình phạt cho hành vi xấu xa.



Chim bói cá. Màu Acrylic vẽ trên giấy.



Mê cung St Catherine's Hill. Màu Acrylic vẽ trên giấy.

Cuộc đi dạo quanh mê cung, có thu phí vẫn được tiếp tục tổ chức cho đến ngày nay.

1 Mê cung là một cấu trúc hoặc bài toán đòi hỏi bạn phải tìm đường đi từ điểm bắt đầu đến điểm kết thúc thông qua một hệ thống đường hành lang phức tạp và rối rắm. Mê cung thường có các hành lang, ngõ rẽ và chướng ngại vật, tạo ra những lối đi khác nhau và đôi khi có thể dẫn đến những đường cùng hoặc lạc lối.



Kênh để kiểm soát lưu lượng nước sông. Màu nước vẽ trên giấy.



Chuồn chuồn bay. Vẽ bằng mực trên giấy.



Dân câu cá tại Southampton Water. Vẽ bằng phấn sáp và màu acrylic trên giấy.



phụ bản



Bạn nhận được quyền lực...

Harris Smart

Một giấc mơ về Bapak

Harris Smart viết...



Ibu & Pak Kuswanda

Trong một chuyến viếng thăm Indonesia gần đây, Pak Kuswanda đã kể cho tôi về kinh nghiệm mà anh đã có với Bapak...

Như tôi đã nói với bạn, tôi luôn có vấn đề với đôi tai của mình. Có một lần - sau khi giải phẫu tai - tôi bị đau dữ dội nên đã xin Bapak cho một rajah. (Rajah là một phương thuốc từ Bapak, theo đó các từ hoặc biểu tượng được viết trên một mảnh giấy, sau đó đốt và trộn tro với nước.) Tôi đã uống một ít, nhưng tôi thức dậy với cơn đau và vì vậy tôi đã uống hết.

Tôi ngủ và tôi mơ thấy Bapak gọi tôi đến "ngôi nhà lớn" (big house). Cả gia đình đã ở đó. Tôi ngồi ở phía sau trên một chiếc đệm nhỏ vì tôi không phải là thành viên của gia đình.

Sau đó Bapak đến và đứng trước mặt tôi, tôi trở thành tâm điểm của sự chú ý và Ngài nói với tôi, "hãy vào văn phòng của tôi và cởi hết quần áo ra." Mọi người cười rộ lên. Vì vậy, tôi đi đến văn phòng của Bapak ở bên cạnh và bắt đầu cởi quần áo của mình, nhưng tôi lại thò đầu ra cửa và hỏi, "Tôi có phải cởi bỏ mọi thứ không?" Bapak

trả lời: "Đúng vậy, hoàn toàn trần truồng."

Thế là tôi cởi quần, nhưng chưa cởi áo sơ mi, Bapak đã đến đứng sau lưng tôi. và bắt đầu nói, "Allah, Allah", vì vậy tôi bắt đầu latihan của mình. Bapak ấn tay xuống vai tôi ba lần. Tôi thực sự không cảm thấy lực nhấn này, dù rằng Bapak thực sự đang đè lên vai tôi, và rồi Ngài nói, "Vâng, con đủ mạnh."

Sau đó, Bapak xoay đầu tôi ra sau và nôn mửa vào miệng tôi. Tôi không biết phải làm gì với chất mửa này, nó nóng và có vị của chất nôn mửa, vì vậy tôi nuốt luôn nó, tôi có thể nếm và cảm nhận được kết cấu của nó, nhưng tôi đã nuốt toàn bộ. Bapak nói, "Hãy lau mặt đi." Ibu Rahayu đến với chiếc khăn màu xanh lục và lau mặt cho tôi.

Tôi đến gặp Sudarto để hỏi về ý nghĩa của giấc mơ này. Anh ấy nói: "Bạn thật may mắn, Bapak đã cho một số người mút ngón tay cái, hoặc thậm chí ngón chân của ngài, nhưng bạn đã được ban cho nhiều hơn thế. Bạn đã được trao cho quyền lực và chẳng mấy chốc Bapak sẽ giao cho bạn một nhiệm vụ."

Không lâu sau đó tôi ba lần trở thành chủ tịch của Subud Indonesia, và đúng là kinh nghiệm đó đã tăng thêm sức mạnh cho tôi. Mọi thứ diễn ra rất suôn sẻ khi tôi là chủ tịch. Không có bất kỳ vấn đề gì. Không có vấn đề về tài chính, không có vấn đề về nhân cách.

Ngày nay, đôi khi người ta đặt câu hỏi liệu họ có nên nhận một công việc nào đó chẳng hạn như làm chủ tịch hay không. Vào thời đó chúng tôi không thắc mắc gì cả. Chúng tôi chỉ chấp nhận nó.

Một lần khác tôi mơ thấy tôi đang ở bên Bapak và ngài đang ăn mì. Bapak bắt đầu mửa mì ra và tôi phải lôi mì ra khỏi miệng Ngài, mì trộn lẫn với các dải nhựa và tôi đã vớt chúng vào sọt rác.

Tôi thức dậy và hiểu rằng điều này có nghĩa là trong Subud cái tốt và cái xấu lẫn lộn với nhau và công việc của tôi là cố gắng tẩy sạch chúng nhưng đó là một công việc rất khó khăn.

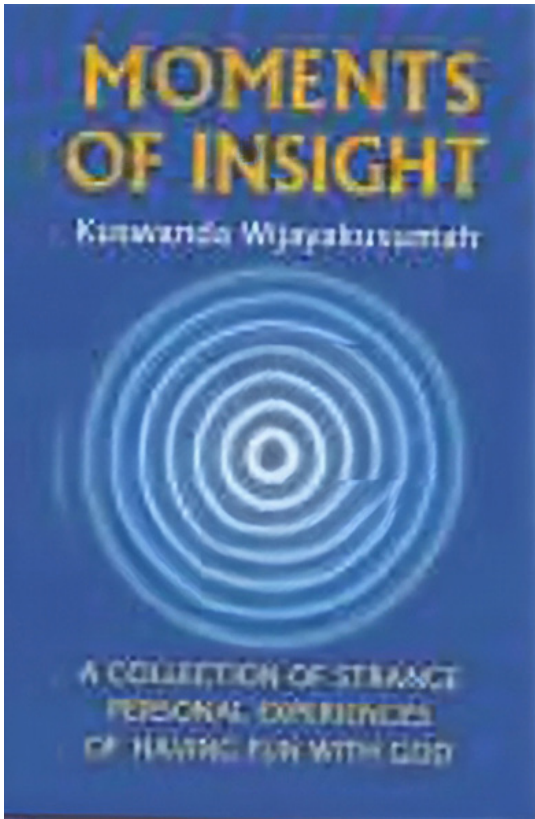
Tôi không đưa những trải nghiệm này vào cuốn sách của tôi vì nghĩ mọi người sẽ cho rằng chúng quá kỳ dị. Ngay cả đối với các hội viên Subud.

Một số trải nghiệm này đã được đưa vào một phiên bản hơi khác trong một cuốn sách An Extraordinary Man (Một người phi thường) của Emmanuel Williams. Nhưng đây là một trong những câu chuyện mà Kuswanda đã đưa vào cuốn sách Moments of Insight của mình, 60 câu chuyện về tầm quan trọng của các lộn xộn xảy ra trong cuộc sống hàng ngày. Câu chuyện thứ tư trong cuốn sách dường như đặc biệt thích hợp để nói tiếp tục về những kinh nghiệm với Bapak...

Tình yêu vô điều kiện

Một ngày nọ, khi tôi đang ở trên đảo Obi, tôi đang giặt quần áo ở dòng sông nước

trong vạt phía sau ngôi làng tôi đang ở. Trong sự yên tĩnh của bìa rừng, tôi hỏi mà nửa như là lời cầu nguyện: "Chúa ơi, làm sao con có thể yêu kẻ thù của con theo cách mà Chúa Jesus đã dạy cho những người theo Ngài? Làm sao con có thể đưa má phải của con nếu kẻ thù đã tát vào má trái của con?" Không thể như không được. Không có câu trả lời nào, khi tôi tiếp tục giặt quần áo.



Nhưng sau khi đến Manado, trong khi chờ đón máy bay trở lại Jakarta vào ngày Giáng sinh, tôi ở lại nhà chú tôi. Chú ấy là bác sĩ của thị trấn. Một buổi sáng, tôi đang lang thang quanh chợ địa phương - điều tôi thích thú - quan sát mọi người mua bán - thì bất ngờ tôi nhận được như thể đang nói với chính tôi: "Hãy nhìn những người xung quanh con, con chỉ có thể yêu họ nếu con cư xử như một người cha; con sẽ cảm thấy hạnh phúc nếu con cái của con thông minh và giàu có; sẽ cảm thấy buồn rầu nếu chúng nghèo khổ. Chỉ khi con giúp đỡ người khác theo cách đó, không tư lợi, con mới có thể yêu kẻ thù của con được."

Đó là điều mà tôi đã nhận được từ hơn 40 năm trước, và dần dần tôi thấy mình có thể yêu thương mỗi người như con ruột của mình - mặc dù không yêu họ cùng một mức độ. Sự thay đổi này diễn ra dần dần qua những khoảnh khắc khi tôi nhận ra rằng "Sức mạnh bí ẩn và tinh tế của Thượng Đế liên tục hoạt động bên trong tôi mà tôi không hề hay biết. Tôi chỉ nhận ra nó khi nào tôi ở trong tình trạng hoàn toàn quy thuận Thánh Ý của Ngài."

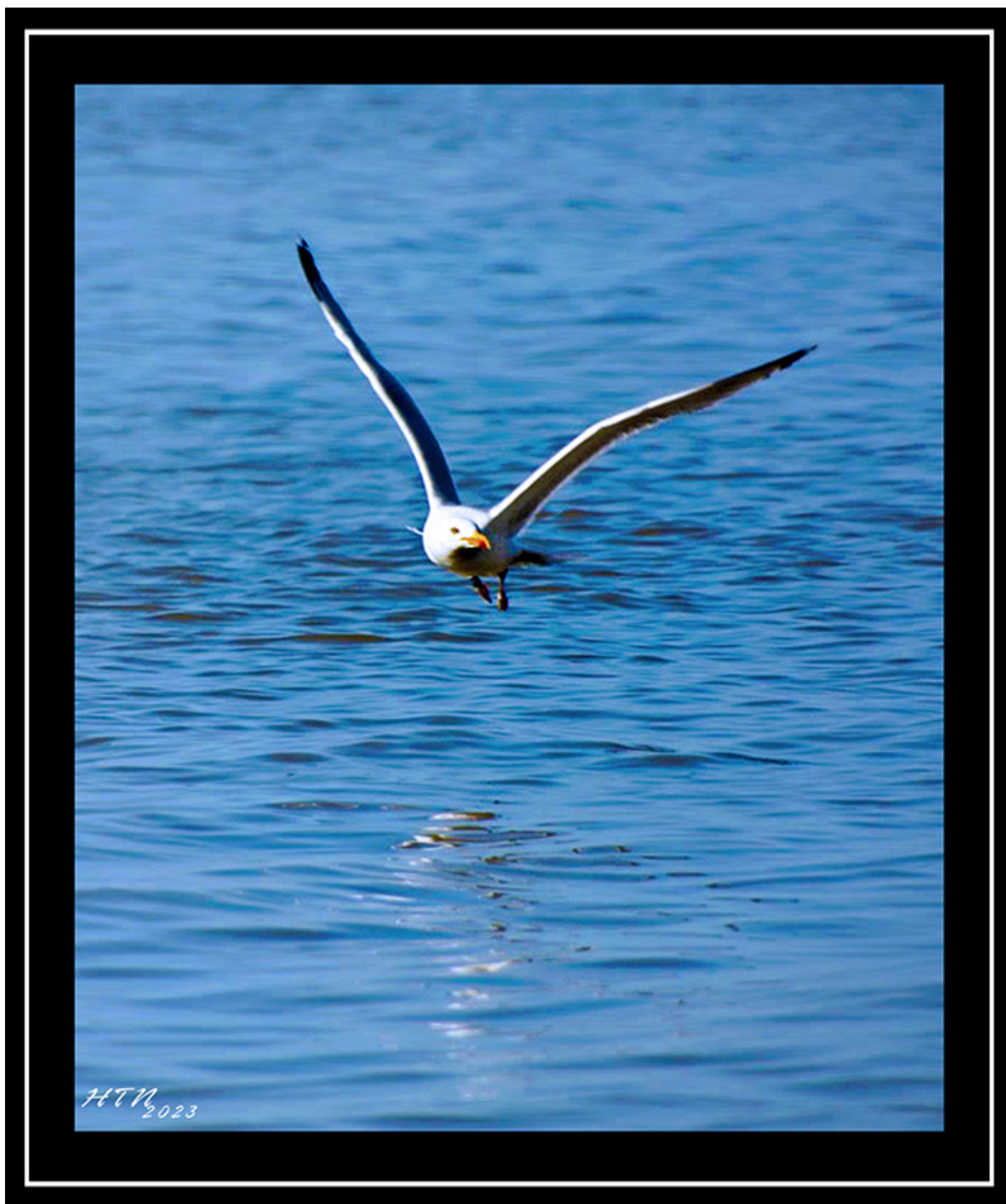
Khoảnh khắc sáng suốt đó năm 1965 vào dịp lễ Giáng sinh ở Manado rất quan trọng đối với tôi. Đó là lúc tôi nhận ra rằng để yêu người khác vô điều kiện, tôi phải nhìn vào mọi người như chính họ là con của tôi vậy.

Cuốn Moments of Insight¹ đã có dưới dạng sách web www.lulu.com (sắp có điện sách). Giá 10 bảng Anh.

¹ Khoảnh khắc sáng suốt



phụ bản



'Đứa bé kỳ diệu' bây giờ như thế nào?

Bruce Emond



Deana Sinatra (nguồn internet)

Khi Subud lần đầu đến nước Anh vào năm 1957, đã thu hút rất nhiều sự chú ý của công chúng. Phần lớn điều này là do sự chữa khỏi bệnh của ngôi sao điện ảnh Eva Bartok. Bà có một khối u ở dạ dày, đã biến mất sau khi bà bắt đầu tập latihan và sau đó bà đã hạ sinh một bé gái khỏe mạnh. Điều gì đã xảy ra với "em bé kỳ diệu" này?

Eva Bartok rời Hollywood để theo tiếng gọi tâm linh ở Jakarta. Bốn mươi năm sau, con gái của bà, Deana, đã trở lại thành phố này.

Bài viết của Bruce Emond (Xuất bản lần đầu trên The Jakarta Post Weekender www.thejakartapost.com).

"Tôi đã trở lại Jakarta và không biết tại vì sao," Deana Sinatra làm bộ nói với vẻ bực tức. Thành phố mà cô ra đi vào năm 1971 khi mới 14 tuổi, thủ đô này giống như một thị trấn nhỏ với những khát vọng lớn lao, với những ngôi nhà tựa lưng vào những cánh

đồng lúa và Hotel Indonesia là địa danh chính để chú ý.

Thủ đô này ngày nay hầu như không thể nhận ra và, cô nói, "rất náo nhiệt" so với xưa kia bốn năm hạnh phúc của cô đã ở đây.

Là con duy nhất của nữ diễn viên quá cố gốc Hung Eva Bartok, Sinatra đã sống ở nhiều nơi - nơi sinh của cô là London, rồi Jakarta, Los Angeles, Hawaii và Sydney, nơi cô chuyển đến ở với anh chồng người Anh và nuôi dạy hai đứa con trai.

Khoảng 18 tháng trước, ở độ tuổi ngoài 50, ly dị và cùng các con trai đang học đại học, cô từ bỏ công việc trị liệu tâm lý và chuyển đến Jakarta để dạy học.

"Tôi có một điểm rất mềm yếu trong trái tim của tôi đối với đất nước này," Sinatra nói. Sinatra cao ráo, tóc vàng hấp dẫn với đôi mắt xanh trong suốt. "Tôi cảm thấy rằng tôi còn những việc dang dở ở đây, không chỉ là với mẹ tôi, sự thật là tôi đã luôn luôn cảm thấy thoải mái ở nơi đây. Có nhiều điều là động lực để thúc đẩy tôi rời nước Úc, cũng như không muốn quay trở lại Mỹ hoặc Châu Âu, mà là đi Nam Dương."

Thấp thoáng trong chuyện của cô - luôn là trường hợp dành cho những nhân vật nổi tiếng - và đó là Bartok, người có mái tóc đen tuyệt đẹp xuất hiện trong một loạt phim Hollywood và châu Âu trong những năm 1950 và 1960. Bartok đã sống sót sau vụ bê bối và cận kề cái chết khi cô mang thai Deana để rồi trở thành một trong những đại sứ quốc tế nổi bật nhất cho Subud, phong trào tâm linh có trụ sở đặt tại Indonesia.

Trong các chuyến đi, người mẹ mạnh mẽ của Bartok luôn đi cùng. Thật kỳ lạ, với hai phụ nữ này, ba nhân vật nam vẫn giữ được sự hiện diện chính: cha của Bartok, người mất tích trong Thế chiến thứ hai; Muhammad Subuh Sumohadiwidjojo, người sáng lập Subud; và Frank Sinatra, người đàn ông mà Deana nhận là cha ruột của cô nhưng cô chưa hề gặp mặt.

Đến thị trấn

Deana Sinatra vẫn nhớ ngày ở London năm 1967 khi mẹ cô đề nghị chuyển đến khu nhà Wisma Subud ở Jakarta. "Bà nói với tôi rằng nơi đó sẽ không có điện hay nước nóng, nhưng có tự do."

Lúc đó vừa mới 10 tuổi, Sinatra đã quen với việc có người trông chừng, có tài xế và cuộc sống trong bức tường cao ngê của người nổi tiếng. Cô nói, điều đó khiến cô cô đơn, luôn được bảo vệ, và cô rất vui mừng với khả năng có thể thoát ra khỏi cuộc sống đó. Ba người bắt đầu cuộc hành trình dài xuyên lục địa, mẹ cô đi du lịch như một ngôi sao điện ảnh với một đồng va-li, còn bà ngoại cô hiện rõ nét đau khổ. Họ đến Jakarta và được đưa vào căn phòng dành cho khách duy nhất còn trống. Chiều hôm sau, dù mệt mỏi qua chuyến máy bay, họ đến gặp Pak Subuh.

Pak Subuh luôn là một phần trong cuộc đời của Deana.

Vào lúc Bartok phát hiện ra mình có thai, Bartok biết mình bị u bướu buồng trứng

có thể đe dọa đến tính mạng. Các bác sĩ đề nghị phẫu thuật để loại bỏ nó, điều này có thể giết chết thai nhi.

Bartok, lúc đó đã vào Subud, chuyển từ Los Angeles đến cộng đồng tại Coombe Springs ngoại ô Luân Đôn, nơi Bartok chờ đợi chuyển việc thăm của Pak Subuh. Theo lời khuyên của Bapak, cô không phẫu thuật và cục bướu đã biến mất một cách thần kỳ. Bapak cũng quyết định rằng đứa trẻ sẽ được gọi là Donald nếu là con trai, hoặc Deana nếu là con gái. Deana Grazia sinh vào tháng 10 năm 1957.

"Bapak thật đẹp và ấm áp," cô nhận xét về Pak Subuh. "Khi Bapak bước vào căn phòng, ánh sáng tỏa ra chang hòa. Bapak rất yêu thích trẻ con, Ngài gọi tôi lại và hỏi tôi bằng tiếng Indonesia tôi có thích Wisma Subud không. Bapak được tôn kính như thế đấy. Ibu cũng rất tuyệt vời, chúng tôi trở nên rất thân thiết và bà yêu quý mẹ tôi rất nhiều".

Deana gọi Wisma Subud là một "hòn đảo nhỏ" yên tĩnh mà từ đó cô sẽ mạo hiểm đi ra quán vỉa hè dọc theo đường Jl. Fatmawati để mua kem. Sinatra thừa nhận, quá trình chuyển đổi sang vùng nhiệt đới đôi khi làm cô rất khó khăn, cô mô tả sự khác biệt kinh ngạc – mùi lạ, tiếng chim hót, thằn lằn trong nhà bò khắp các bức tường.

Trong khi Deana theo học Trường Quốc tế Jakarta, mẹ cô lao vào các hoạt động của Subud. "Tôi nghĩ bà muốn trở thành một người tốt hơn và rũ bỏ mọi cạm bẫy của việc trở thành một ngôi sao điện ảnh," cô nói. "Mẹ tôi luôn tin vào một sức mạnh cao siêu hơn nhiều... bà đến thế giới này bằng một sợi dây tâm linh."

Omar Martinez, người đã thiết lập một online lớn cho Eva Bartok, đồng ý rằng. "Từ khi còn là một đứa trẻ, Bartok đã đặt câu hỏi về chỗ đứng của mình trong vũ trụ." Ông nói „Cô ấy rất thông minh và nhạy cảm."

Cuộc sống bình dị ở Jakarta kết thúc vào năm 1971. Pak Subuh yêu cầu Bartok truyền bá triết lý của Subud ra khắp thế giới. Gia đình bà chuyển đến Los Angeles, và sau đó đến Hawaii. "Mẹ tôi rời khỏi đây vì một nhiệm vụ được yêu cầu. Và cuối cùng bà không bao giờ trở lại đây để sống nữa."

Có lẽ, Deana Sinatra nói, đó là lý do tại sao cô đã trở lại nơi này. Cô cũng đã quay lại Subud sau nhiều năm vắng bóng. Thêm vào đó, cách sống và nhìn thế giới luôn là một phần của những người theo nó. Thành phố này, và nhóm nhỏ bạn của cô, đang giúp cô hàn gắn những mảnh vỡ của quá khứ.

Ý nghĩa qua phim ảnh

Martinez lên tiếng từ Los Angeles, cuộc tìm kiếm tâm linh của Bartok đã khiến cô phải gác lại sự nghiệp diễn xuất của mình.

Bartok lần đầu tiên nổi tiếng quốc tế với vai chính trong *The Crimson Pirate* cùng với Burt Lancaster (1952). Gốc Đông Âu của Bartok khiến cô thích đóng các vai nữ anh hùng trong Thế chiến II và những vai người đào tẩu khỏi Chiến tranh Lạnh trong các bộ phim như *Chiến dịch Amsterdam* (1959) và *Beyond the Curtain* (1960).

Thông thạo nhiều thứ tiếng, Bartok tiếp tục làm phim ở Ý và Đức những năm 1960; vai chính cuối cùng của cô là trong bộ phim Sabina của Do Thái năm 1967, với Deana lần đầu tiên tham gia diễn xuất.

"Tôi tin rằng mối liên hệ mới được tìm thấy của bà với Subud khiến bà ít quan tâm đến việc theo đuổi sự nghiệp của mình.

Tất cả những gì bà đã tìm thấy trong phong trào đó là những gì bà đã tìm kiếm cho cuộc sống: ý nghĩa sự hiện hữu của mình," Martinez nói, dựa trên cuốn tự truyện Worth Living For năm 1959 của Bartok.

Deana Sinatra, người cũng có một sự nghiệp diễn xuất ngắn ngủi, cho biết mẹ cô là một diễn viên rất giỏi, mặc dù không vĩ đại. Không giống như những người Hung đồng hương của bà, như chị em nhà Gabor, Bartok nói tiếng Anh không lai giọng bằng cách tham gia các bài học hùng biện.

Bartok không bao giờ nhìn lại một cách đăm chiêu về những năm tháng ở Hollywood của mình. "Bà đã nhận ra sự giả tạo của nó," Sinatra nói. "Đó chỉ là một đoạn đời mà bà đã trải qua, dù bà rất yêu sâu sắc."

Việc đi tìm ý nghĩa cuộc sống của Bartok bắt nguồn từ những mất mát phủ trùm lên cuộc đời bà. Eva Ivanova Szoke là tên khai sinh ở Budapest vào năm 1927, bà là con gái của một nhà báo nổi tiếng người Do Thái và mẹ bà là người Công giáo La Mã. Chiến tranh thế giới thứ hai đã phá hủy sự tồn tại ấm cúng của gia đình này. Người cha thân yêu của bà tiếp tục viết những bài chỉ trích chế độ Quốc xã; khi Eva còn chưa đến tuổi thiếu niên, ông đã mất tích mãi mãi.

Để tránh việc mẹ và bản thân bị gửi đến trại tập trung, cô gái 15 tuổi Eva đã có một cuộc hôn nhân ngắn không tình yêu với một quan chức Đức Quốc xã địa phương.

Sau chiến tranh, bà đã kết nối với những người Hung lưu vong ở London để rời quê hương và theo đuổi ước vọng diễn xuất của mình. Bà kết hôn với nhà sản xuất Alexander Paal vào năm 1948, nhưng họ ly hôn ba năm sau đó.

Khoảng trống mất cả cha và đất nước của bà vẫn còn. Nhiều mối quan hệ của bà với những người đàn ông lớn tuổi hơn nhiều (bao gồm cả Paal và người chồng thứ tư, nam diễn viên Curt Jürgens, hơn bà 12 tuổi), có vẻ như bà tìm kiếm người thay thế cha mình đã mất tích. "Đàn ông yêu nét đẹp và tâm hồn của bà, nhưng họ không bao giờ có thể thực sự yêu bà trọn vẹn," Deana Sinatra nói.

Bà phản ánh cá tính của mẹ mình, một sự tương phản tàn nhẫn, đôi khi bức bối. Mẹ không thích ở nhà - bà chọn những căn nhà hoặc khách sạn được trang bị đầy đủ tiện nghi, và may mắn thay, những lần vào bếp hiếm hoi, tệ hại của bà vẫn khiến Sinatra cười khúc khích.

Trong khi bị kịch theo bà trong cuộc sống hàng ngày, bà vẫn có thể tự cười với mình và bà là một người mẹ đáng yêu: Bà đọc những câu chuyện trước khi đi ngủ cho con gái mình và ngủ chung giường với nhau. "Tất nhiên, tôi không nhìn mẹ theo cách mà

nhều người nhìn, tức là với tư cách là một ngôi sao điện ảnh," Sinatra nói. "Bà chỉ bình thường là mẹ của tôi."

Sinatra nói, mặc dù Bartok yêu quê hương Anh nơi đã cứu mang bà và tin vào những giá trị của nước này, nhưng bà cũng khắc khoải về nơi sinh của mình, nơi đã phải hứng chịu nhiều đổ máu hơn trong cuộc xâm lược của Liên Xô năm 1956. Tuy nhiên, Bartok đã không bao giờ trở lại. Bà mất vào tháng 8 năm 1998, thọ 71 tuổi.

Sinatra nói: "Những điều trải qua khiến mẹ tôi trở thành một người mạnh mẽ hơn, bởi vì bà luôn đặt nhiều câu hỏi về mọi thứ, về lý do tại sao mọi thứ lại xảy ra trong cuộc đời bà. "Và đó cũng là cách để bạn phát triển như một con người."

Hình tượng người cha

Eva Bartok sống theo cách riêng của mình, tránh xa quy ước. Bà hẹn hò với một hoàng tử Ấn Độ trong khi mối quan hệ giữa đàn ông châu Á (thậm chí là quý tộc) và phụ nữ da trắng thời đó bị phản đối, và phớt lờ những người bạn nói với bà rằng bà thật điên rồ khi từ bỏ sự nghiệp của mình để chuyển đến Jakarta nơi đây biến động chính trị vào giữa những năm 1960.

Bartok cần sự tự tin trong thời gian cô mang thai Deana, vì bà đã chia tay Jürgens. Các chuyên mục tin đồn liên tục theo dõi các ngôi sao Hollywood, những người được kỳ vọng sẽ tuân theo các quy tắc đạo đức. Sinatra cho biết Jürgens đã hối thúc Bartok xác định danh tính của ông trong giấy khai sinh của cô để làm dịu vụ bê bối, mặc dù cô cười rằng nó có dòng chữ "cha vô danh" bên cạnh tên của nam diễn viên người Áo Jürgens.

Tài liệu chỉ là một hình thức (cô chỉ gặp Jürgens một lần trong đời). Cô nói rằng cha ruột của cô là Frank Sinatra. Ở tuổi 41, ca sĩ huyền thoại bị cáo buộc có quan hệ tình cảm với Bartok, 29 tuổi, khi cô ấy đang làm việc với diễn viên Hollywood "Rat Pack" Dean Martin trong bộ phim Ten Thousand Bedrooms.

Deana khẳng định cô biết cha mình là ai theo bản năng. Khi còn là một đứa trẻ mới chập chững biết đi, cô đã lựa qua chồng đĩa nhạc LP của mẹ cô và chọn ra một album Sinatra. "Bố ơi," cô kêu lên, Bartok đang đứng chết lặng nhìn con.

Ở Los Angeles, khi còn là một thiếu nữ, cô bức rức khó chịu nên đã ép mẹ mình liên lạc với Frank Sinatra. Vào một thời điểm đã định, ông ấy gọi; Deana, nghe máy phụ, cô nghe tiếng ông ấy nói ông đang bận, nhưng cho biết họ sẽ gặp nhau vào tuần sau. Rồi ông ta không bao giờ gọi nữa, và mẹ cô lại chịu để yên vụ này.

Vài năm sau, một yêu cầu liên lạc được gửi tới luật sư của Sinatra, đã nhận được hồi đáp rằng Sinatra đang bận rộn với những trách nhiệm khác. Deana cho biết mẹ cô chưa bao giờ nói xấu Sinatra hay tìm kiếm lợi ích tài chính. Và thế là chỉ có phụ nữ, Eva và Deana (bà ngoại cô mất vào cuối những năm 1980).

Sử dụng tên hợp pháp của mình, Deana đã thực hiện một số bộ phim Hollywood B vào năm 1983 và 1984, trong đó có một bộ phim do Frank Sinatra Jr, con trai của ca

sĩ sản xuất. Mẹ cô đôi khi đến thăm cô trong quá trình quay phim, từng khuyên cô nên đối phó với một bạn diễn xấu tính trước một cảnh yêu đương. "Bà bảo tôi uống cà phê buổi sáng, sau đó ăn một tép tỏi," cô nói.

Đến tuổi trưởng thành

Deana không quan tâm đến thế giới của diễn viên nam mà họ thống trị tất cả. Thay vào đó, cô muốn có cuộc sống gia đình ổn định mà cô chưa từng trải qua khi còn nhỏ, phải xa mẹ. Năm 1985, cô kết hôn với một hội viên Subud và họ chuyển đến Úc. Cô thừa nhận mối quan hệ xa cách của cô với mẹ, người sống ở California và sau đó là London, không phải lúc nào cũng dễ dàng, mỗi người đều phải đối mặt với những vấn đề riêng của mình và cảm thấy khó kết nối tình cảm trong các cuộc trò chuyện hàng hoàng từ nửa vòng trái đất.

Bartok vẫn hoạt động trong Subud, làm việc trong một phòng tranh cho đến cuối đời. "Ồ bà có thứ bùa mê, bà có thể bán bất cứ thứ gì," Deana nói. Mẹ cô không hài lòng khi Deana công khai nguồn gốc của cô trong một cuộc phỏng vấn trên báo vào giữa những năm 1990. "Bà muốn biết tại sao tôi lại làm vậy, và bà cũng lo lắng cho tôi về những hậu quả có thể xảy ra. Bà đã không gọi điện thoại cho tôi trong vài tháng."

Dù ở xa nhưng Deana nhận thấy sức khỏe và tinh thần của mẹ dần dần suy kiệt.

Cô kinh hoàng với những tin nhắn chia buồn được để lại trên máy trả lời tự động của cô vào tháng 5 năm 1998, vì một mất mát khác; Frank Sinatra đã qua đời ở tuổi 83. "Quá đối ngạc nhiên," về sự quan tâm của cô dành cho một người đàn ông mà cô chưa từng gặp mặt. "Hy vọng [gặp mặt] cũng đã chết theo ông."

Ba tháng sau, Bartok bị đột quỵ phải nhập viện ở London. Deana Sinatra đã cầu xin các bác sĩ giữ cho mẹ cô sống sót cho đến khi cô từ Úc đến, nhưng cơn đột quỵ quá nặng và cơn đau tim thứ hai đã cướp đi sinh mạng của Bartok khi Deana vẫn còn đang cố gắng thu xếp vé máy bay. "Tôi đã nói với bác sĩ rằng hãy thì thầm vào tai bà rằng tôi yêu mẹ lắm," cô nói, trong trạng thái tinh thần suy sụp.

Ở London, cô phát hiện ra rằng mẹ cô đã dành những năm cuối cùng của bà để "sống như một nhà sư", trong một căn phòng khách sạn tồi tàn. Bà đã rút bỏ tất cả tài sản của mình nhiều năm về trước, và mọi thứ mẹ sở hữu đều được nhét vào ba chiếc túi nhựa. Một trong số đó, Deana đã tìm thấy giấy khai sinh của Bartok, ngày sinh được thay đổi viết bằng tay để khiến bà lớn hơn và do đó đủ điều kiện để di cư đến Anh. Trong một túi khác là một chiếc nhẫn tuyệt đẹp, một món quà từ Hầu tước Milford Haven, người mà mẹ đã thân thiết vào những năm 1950.

Về mặt vật chất, Bartok nghèo - báo chí đưa tin ngôi sao điện ảnh một thời đã chết không một xu dính túi và vô gia cư - nhưng tại đám tang, hàng ghế dài chật kín bạn bè và người lạ. Deana Sinatra đã chứng kiến mẹ cô đã chạm đến nhiều cuộc đời như thế nào bằng lòng tốt và những bộ phim của bà.

"Mọi người đi ngoài đường, tôi nghĩ họ đã đọc về tin này trên báo chí. Có những giọt nước mắt chảy dài trên khuôn mặt của họ," cô nói. Sinatra nói rằng cô ấy nhận ra

mình cũng cô đơn, chỉ có hai người con trai. "Trở thành một đứa trẻ mồ côi thật khó khăn," cô ấy nói một cách đơn giản. Ly hôn, sau đó cô đổi tên bằng chứng thư thành Sinatra. Cô cho biết thêm, điều đó rất dễ thực hiện, chỉ đơn thuần là chính thức hóa thứ mà cô coi là nguồn gốc hợp pháp của mình, "nửa kia của tôi". Cô nhấn mạnh rằng cô chưa bao giờ tìm kiếm một phần tài sản của Sinatra, song chỉ muốn được công nhận.

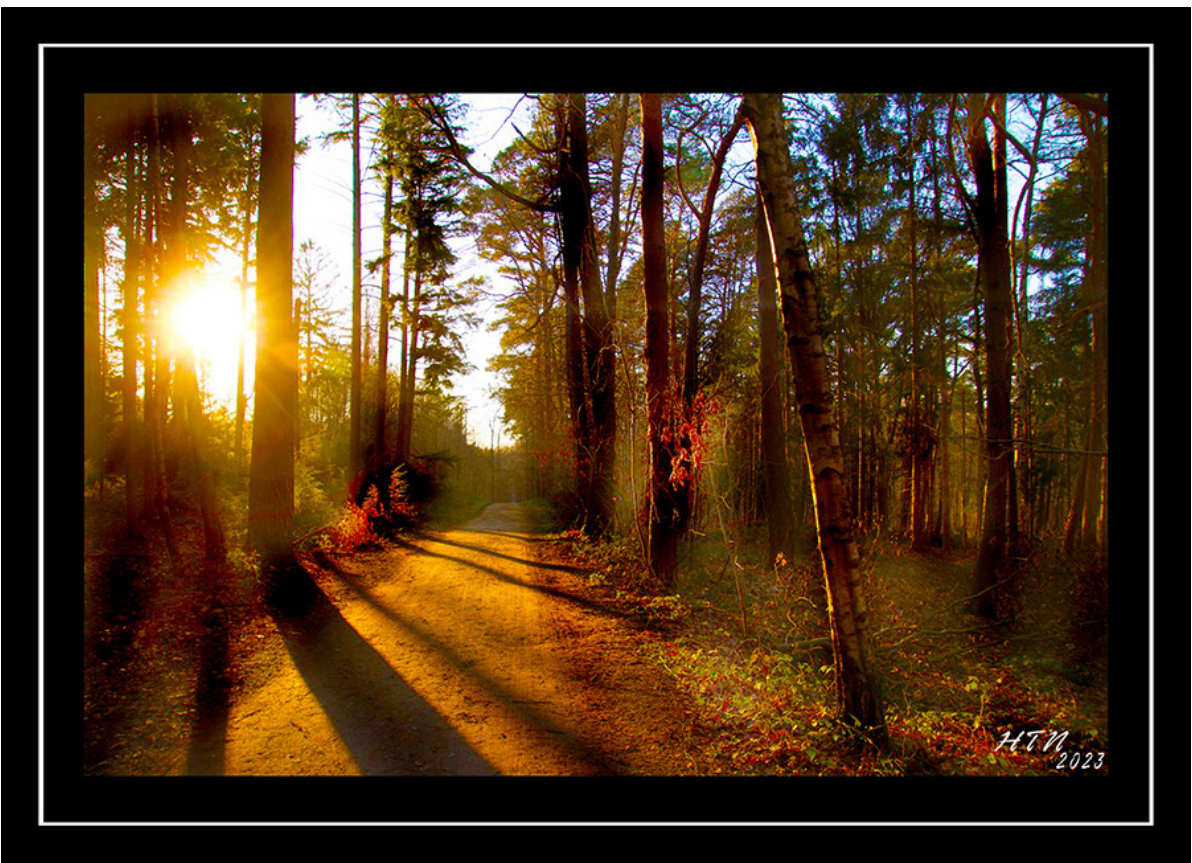
Cô cho xem một bức ảnh của cậu con trai nhỏ bên cạnh một bức ảnh của Frank Sinatra; có một sự tương đồng nổi bật trong màu mắt của họ và hình dạng đôi môi của họ.

Ba đứa con của Sinatra chưa bao giờ bình luận về những tuyên bố của cô. Hay là chúng đã giải quyết vấn đề rồi? "Sẽ thật tuyệt vời, tôi rất hoan nghênh," Deana nói. Cô mang một sự tương đồng với ông già Mắt Xanh, người mà cô luôn gọi là Frank, ở đôi mắt và gương mặt. Nhưng cô rõ ràng là con gái của mẹ cô, được định hình qua những niềm vui và sự thất vọng mà họ đã chia sẻ.

Sự giống nhau thể hiện rõ ràng không chỉ ở sức hấp dẫn của cô mà còn ở việc cô sẵn sàng đưa ra quyết định của riêng mình và làm theo trái tim mình, bao gồm cả việc quay trở lại Jakarta. Cả Eva Bartok và Deana Sinatra đều đã làm mọi thứ theo cách riêng của họ.



phụ bản



Đứt chân

Esther Hải Anh

Thời tiết ở quê tôi càng ngày càng trở nên khắc nghiệt. Nóng nhiều. Mưa ít. Nhiệt độ càng ngày càng tăng. Một chiếc máy lạnh lúc này rất cần thiết. Chúng tôi quyết định lắp trần la phong và tường thạch cao cho toàn bộ tầng gác, gắn máy lạnh vào để học hành và ngủ nghỉ.

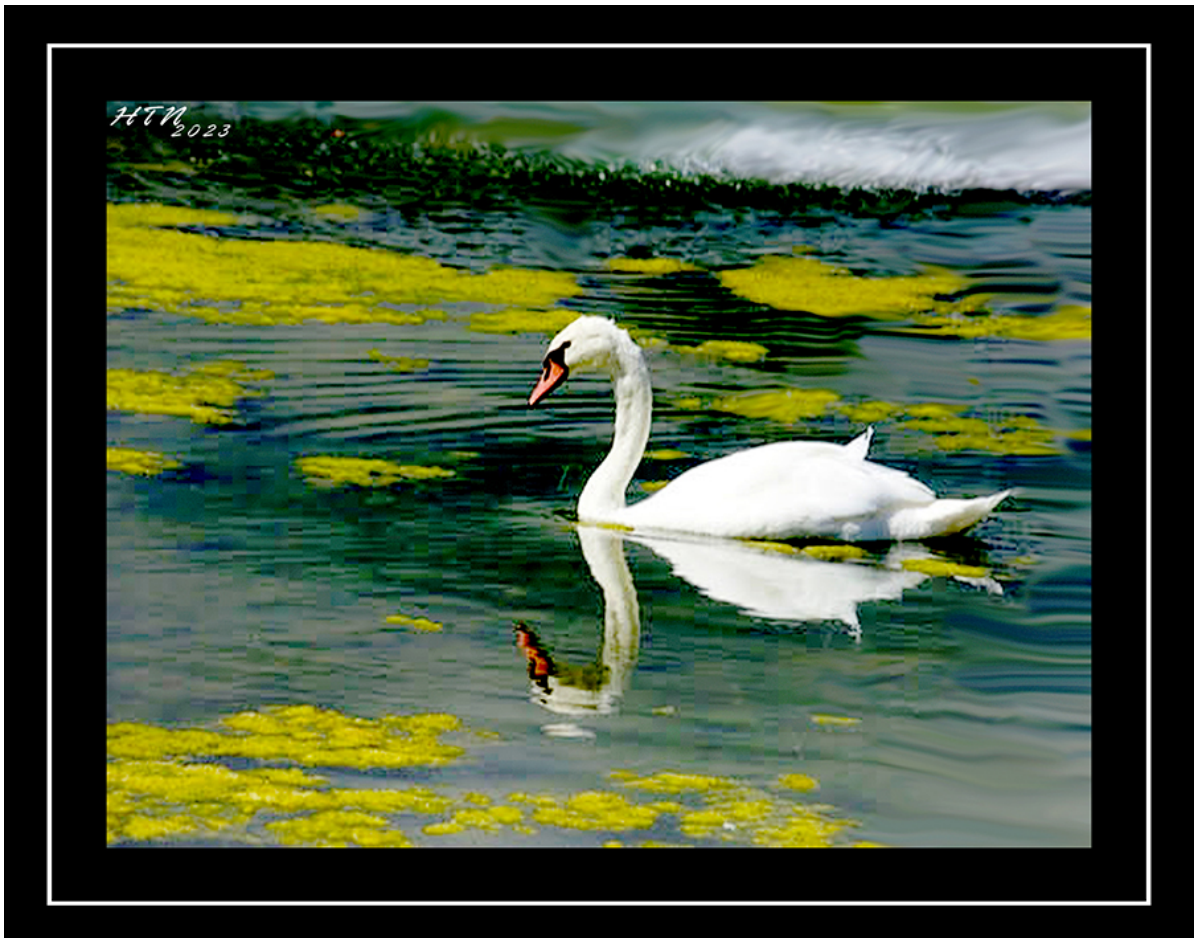
Buổi sáng, trước khi nhóm thợ đến thi công lắp đặt, tôi đã có một latihan tại nhà. Trong lúc tập tôi thấy chân mình dầm phải thứ gì đó, lê lếch và đi cà nhắc. Thấy vậy biết vậy, để đó, tôi tiếp tục quy thuận trong lúc làm latihan. Đối với tôi, latihan là điều thiêng liêng. Làm latihan mà theo đuổi các đối tượng diễn ra thì thật lãng phí. Để đầu óc rỗng không là điều rất quan trọng.

Nhóm thợ mang vác nhiều đồ đạc, máy móc, khoan đục vào nhà. Họ cũng lắp giàn giáo để leo trèo thực hiện các công việc trên cao. Tôi bắt đầu cảm thấy có gì đó không ổn.

Chẳng bao lâu sau khi nhóm thợ bắt đầu làm việc, một thanh niên chân bê bết máu vì dầm phải thanh nhôm bén ngọt. Cậu được đưa đến bệnh viện để khâu vết thương, rời khỏi nhà tôi lần thứ nhất. Mặc dù vậy, vết khâu không đủ chắc nên khi về nhà, đi tới đi lui một hồi thì vết thương rách trở lại. Cậu đã rời khỏi nhà tôi lần thứ hai trong tình trạng máu me như vậy.

Rõ ràng, cái latihan buổi sáng hôm ấy đã can thiệp vào việc này. Không biết cậu thanh niên ấy mang trong người loại sức mạnh nào mà cậu không được ở lại nhà tôi. Ngoài ra, khi nhóm thi công hoàn thành công việc, chúng tôi đã tìm thấy nhiều mảnh dao rọc giấy bằng to, loại chuyên dùng để rạch la phong và rất nhiều đinh ốc vít nhọn. Các mảnh dao gãy này nằm rải rác khắp nhà từ trên xuống dưới. Nếu không có sự cảnh báo từ vết thương của cậu ấy, rất có thể ai đó trong nhà tôi sẽ bị thương. Nếu không có cái latihan buổi sáng đó, biết đâu sẽ có nhiều tai nạn nghiêm trọng hơn nữa đã xảy ra.

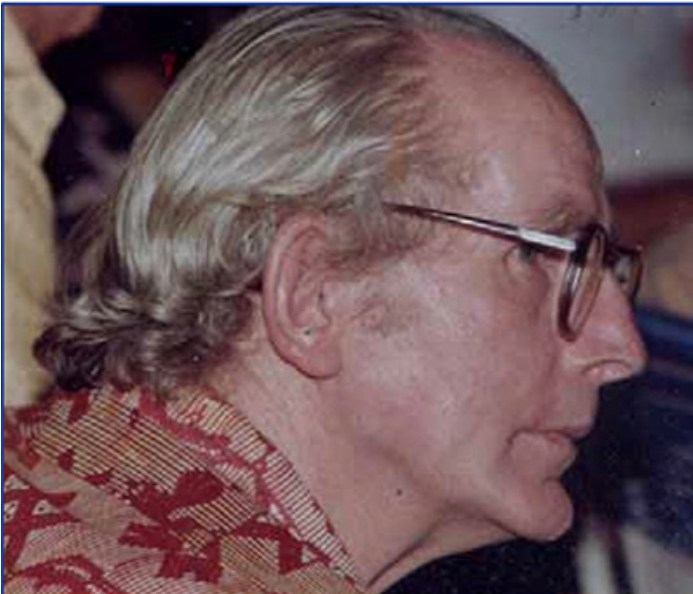
phụ bản



Thay đổi là ân huệ

Patricia Lacey

Doạn trích từ cuộc phỏng vấn của Patricia Lacey với Wilbert Verheyen. Wilbert là một linh mục dòng Francis đã gia nhập Subud và sau đó trở thành Chủ tịch của Susila Dharma International (SDIA), tổ chức điều phối các hoạt động nhân đạo của Subud. Anh đã mất cách đây vài năm. Anh là một người phi thường, như câu chuyện của anh đã cho thấy...



Wilbert Verheyen

Patricia: Cho phép tôi hỏi, ông luôn ở bên cạnh dòng tu Francis cả đời?

Wilbert: Tôi đã rất quan tâm đến Thánh Francis Assisi khi còn trẻ, và tôi có được một bức tranh của ông đứng trên quả cầu. Tôi tưởng ông đang đá một quả bóng, và tôi trở thành một cầu thủ bóng tròn cuồng nhiệt, cũng như là một phần liên kết với tên của tôi! Vì vậy, khi tôi cảm thấy tôi muốn trở thành một linh mục, thì đó phải là dòng tu Francis cả đời.

Để trở thành một linh mục, sau sáu năm học tập, bạn trở thành một thực tập sinh. Sau hai năm học triết học và bốn năm thần học, rồi đến ngày thụ phong linh mục. Một năm sau khi chịu chức, chúng tôi nghiên cứu khoa học về cách thực hiện công việc truyền giáo, 'truyền giáo học' và sau đó chúng tôi sẽ được người đứng đầu 'dòng Francis' phân phối đi truyền đạo. Trong thâm tâm, tôi cảm thấy rất muốn đến New Guinea, nhưng bạn không bao giờ có thể biết mình sẽ được chỉ định đi đâu. Bạn đã hứa sẽ ngoan ngoãn vâng lời.

Patricia: Điều gì đã thu hút anh đến New Guinea?

Wilbert: Phiêu lưu! Đúng vậy. Đó là một phần xa xôi chưa được biết đến của địa cầu.



Patricia: New Guinea có hoang dã không?

Wilbert: Có, ăn thịt đồng loại và săn đầu người. Chúng tôi biết điều này từ những người Hòa Lan đã từng đến đó và được họ kể về tục ăn thịt đồng loại cũng như giết hại người khác.

Patricia: Có bao nhiêu người da trắng ở đó? Còn công việc của anh ở đó với tư cách là một tu sĩ dòng Francis thì sao? Anh đã làm gì?

Wilbert: Một ngày nọ, vị giám mục hỏi tôi 'Này các tu sĩ dòng Francis chúng ta vẫn chưa có ai ở Cao nguyên New Guinea. Anh có sẵn sàng đến đó không?' Tôi trả lời, 'Ồ, Thưa có!' Đó là vào năm 1958, và ở đó chúng tôi ít nhiều phải mang lại hòa bình. Chúng tôi cũng đã cố gắng đưa mọi thứ lên bản đồ. Vào thời điểm đó không có một bản đồ khả dĩ hoàn chỉnh. Công việc chính của chúng tôi là mang lại hòa bình giữa các bộ lạc.

Patricia: Anh cũng cố gắng dạy họ về tôn giáo phải không?

Wilbert: Không. Những người này hoàn toàn khác với những nhóm khác. Họ có một nền văn hóa rất mạnh. Tôi biết tôi đi ngược lại suy nghĩ tôn giáo thông thường, nhưng tôi tin rằng họ là những người theo thuyết độc thần chứ không phải thuyết vật linh. Thuyết độc thần là một bí mật sâu kín; bị nghiêm cấm ở đó.

Xung quanh tôi có nhiều người hỏi, 'Tại sao bạn lại đến đây?' Người đầu tiên quan tâm đến tôi là người nhận lo cho tôi ở đó. Ông là tù trưởng của một trong những bộ lạc. Miễn là bạn tốt với các tù trưởng, như tôi đã từng làm, thì mọi thứ đều an bình! Tôi luôn được bảo vệ bởi tù trưởng lớn.

Tại trung tâm mới của tôi, nơi tôi xây dựng ngôi nhà đầu tiên của mình, một ngày nọ, người đứng đầu đến gặp tôi cùng với hai người thủ lĩnh lớn khác. Ông ta đi khắp nhà để chắc chắn rằng không có ai nghe thấy.

Sau đó, chúng tôi bốn người đứng vai kề vai, và ông ấy từ từ mở một gói được gói bằng lá chuối. Việc mở gói mất rất nhiều thời gian. Tôi thấy đó là một mảnh tre và có một dấu hiệu bí ẩn trên nó! Tôi nói 'Đúng, tôi đã thấy nó! Tôi đã thấy nó!' Ông thủ lĩnh vui sướng nói 'Anh ấy đã thấy nó. Anh ấy đã thấy nó!' lời nói này có ý nghĩa quan trọng với hai người kia. Tôi không biết chính xác việc này có ý nghĩa gì, đó là một loại lễ khởi đầu công việc. Sau đó, tôi bắt đầu một phòng khám bệnh và một trường học.

Tất cả các em bé đều đến trường. Phòng khám bệnh hoạt động tốt!

Patricia: Bạn có y tá cho phòng khám không?

Wilbert: Có. Tôi đã dạy và đào tạo một trong những cậu bé ở đó. Chú ấy rất tốt. Huấn luyện luôn là điều đầu tiên tôi làm khi cố gắng giúp đỡ mà không cần dùng vũ khí... Tôi không mang theo vũ khí. Thông thường, khi tôi cố gắng giúp đỡ họ, thay vì dùng vũ khí, tôi sử dụng sách và vật liệu sơ cứu, ống tiêm, sơ cứu vết thương và những thứ tương tự.

Chúng tôi đã sử dụng một loại thuốc mà vào thời điểm đó có thể so sánh được với penicillin cho loại việc này. Khi tôi đến một ngôi làng mới thậm chí trước khi đến đó, bạn đã có thể ngửi thấy mùi thương tích. Tôi tiêm cho những người bị thương, và sau ba ngày, mù thối biến mất và một lớp da đẹp bắt đầu hình thành.

Chú bé của tôi - y tá của tôi - có một ngôi nhà cạnh phòng khám bệnh. Chúng tôi làm việc cùng nhau và trung bình có 125 người đến khám mỗi ngày.

Đi tìm Subud

Patricia: Anh đã ở lại New Guinea bao lâu?

Wilbert: Tôi đến vào tháng 7 năm 1958 và ra đi vào năm 1971. Mười ba năm.

Patricia: Giai đoạn tiếp theo trong cuộc đời anh là gì?

Wilbert: Tôi rất thành công trong công việc. Đức Giám mục rất hài lòng về tôi. Nhưng ngay cả khi tôi thành công, tôi cảm thấy rằng bên trong tôi rất trống rỗng! Vô cùng trống rỗng! Tôi chưa từng nhận ra điều đó, cho đến một ngày tôi tưởng tượng mình 80 tuổi và cảm thấy sợ hãi. Điều gì sẽ xảy ra nếu tôi tám mươi tuổi và chỉ làm công việc này trong suốt gần ấy năm? Sau đó, tôi nhận ra rằng tôi thực sự cảm thấy trống rỗng như thế nào!

Vào lúc đó, tôi đọc một cuốn sách nhỏ của Dietrich Bonhoeffer, một mục sư Tin lành đã chết trong trại tập trung ở Đức. Có một câu đáng nhớ trong đó. 'Thay đổi là ân điển. Tình trạng trì hoãn là tội lỗi. Điều đó đã làm cho tôi nhận ra rõ ràng rằng tôi phải thay đổi. Nhưng thay đổi như thế nào và làm thế nào?

Không có ai để thổ lộ về sự cô đơn, sự trống rỗng của tôi.

Cùng tháng đó, Bề trên dòng Francis từ Indonesia đến. Ngài hỏi, 'ai sẽ theo tôi về?'

Tôi là người đầu tiên lên tiếng. Tôi nói 'Tôi sẽ đi với Ngài!' Mọi người và đồng nghiệp của tôi nói 'Anh không thể làm điều đó'. Nhưng tôi đã quyết tâm và vì vậy tôi đã ra đi với Bề trên.

Thế nên, tôi đến Jakarta với Bề trên dòng Francis. Chúng tôi đến Jakarta lúc 11 giờ

sáng. Đó là thời gian cà phê! Tôi ngồi uống cà phê, và sau đó tôi thấy tờ báo quốc gia của Indonesia, do các tu sĩ dòng Francis phân phát.

Tôi mở nó ra và thấy một bài báo nhỏ viết, hôm qua Tổng thống Indonesia đã khai mạc Đại hội Subud Thế giới. Ngay lập tức tôi cảm thấy, 'chính nó đây rồi. Nó là lý do tại sao tôi ở đây'.

Tôi không nói chuyện với các đồng nghiệp của mình, thay vào đó, tôi đi thẳng đến hai người giúp việc và hỏi họ Cilandak ở đâu, Cilandak đã được đề cập đến trong bài báo. Họ cho biết ở phía nam.

Tôi không nghi ngờ nữa. Tôi đi thẳng ra ngoài và hỏi người nào đó, 'Miền nam ở hướng nào?' Và được trả lời 'Ở cuối con đường này.' Đó là một con đường lớn dẫn đến Bandung.

Vì vậy, tôi đã đi cả ngày, cố gắng đi về hướng nam. Cũng phải đến sáu giờ tối. Cuối cùng tôi đã đến cuối Jakarta và hỏi một người 'Cilandak ở đâu vậy chị?' Cô ấy nói với tôi rằng tôi đã đi sai hướng nam. Tôi phải đi về phía tây!

Ngày hôm sau tôi bắt đầu từ đó. Một lần nữa tôi đi suốt cả ngày. Cuối cùng tôi đến Cilandak và thấy một doanh trại quân đội. Tôi đến gặp lính canh và hỏi, 'Đây có phải là Cilandak không? Đây có phải là Đại hội Subud Thế giới không?' Họ trả lời 'Đúng, đây là Cilandak, nhưng Đại hội Subud Thế giới cách đây rất xa!'

Thế là tôi quay trở lại.

Vào ngày thứ ba

Vào ngày thứ ba, tôi đến Wisma Subud.

Một trạm gác nhỏ ở đó, nơi các người gác cổng đang ngồi. Tôi nói 'Tôi muốn biết thông tin về Subud.' Họ nói 'có tới 2000 người ở đây! Chúng tôi quá bận để một người như ông đến hỏi thông tin!'

Tôi thực sự tức giận, sau ba ngày tìm kiếm để được nghe như vậy! Tôi nói 'Tôi đã đến từ New Guinea!' Địa danh này xa lắc lơ đã tạo ra một chút ấn tượng.

Có một người đứng dậy đi và khi trở lại, anh ta nói '10 giờ sáng mai ông hãy quay lại và lúc đó sẽ có người ở đây, sẽ cung cấp cho ông thông tin về Subud.'

Vì vậy, sáng hôm sau tôi đã gặp một chàng trai trẻ. Tôi có ấn tượng rằng anh ấy đang học kinh tế tại Đại học Bandung. Anh hỏi tôi nghe nói về Subud ở đâu. Tôi cảm thấy hơi bối rối khi phải nói với anh ấy rằng đó chỉ là thông tin trên báo. Anh ấy nói ngay rằng Subud rất tốt cho loại người đang mắc một số lỗi lầm nào đó. Điều này, điều kia và điều này... Anh ấy đã đề cập đến năm điều giống như dấu vân tay đạo đức của tôi!

Tôi hỏi anh ấy khi nào tôi có thể bắt đầu. Anh ấy nói với tôi tại một trường trung học Tin lành không xa tu viện của tôi, có latihan thứ Hai và thứ Năm và tôi cũng sẽ được chào đón ở Wisma Subud vào sáng Chủ nhật với tư cách là người đăng ký.

Vì vậy, tôi lập tức đi nộp đơn ghi danh cho cuộc tập kế vào thứ Hai... Thật rất là thú vị khi đi ghi danh. Bạn nhận được bánh đặc biệt và trà gừng ngon...

Phòng chờ dành cho người nộp đơn nằm ở cuối hành lang. Có một cầu thang tôi có thể nhìn thấy, từ nơi tôi đang ngồi đợi. Tôi thấy một bà già được một phụ nữ Nhật đưa lên lầu, và không hiểu sao tôi bắt đầu khóc. Khóc nhiều đến nỗi ướt cả áo. Vì vậy, cuối cùng tôi đã hỏi một người 'bà già đang đi lên cầu thang là ai vậy?' và người này nói 'đó là mẹ của Bapak.'

Tôi nghĩ mẹ của Bapak qua đời vào năm 1971 hay khoảng đó, sau khi tôi được khai mở. Sau tang lễ, một tiệc lớn được chúng tôi tổ chức để chia xẻ với Bapak rằng chúng tôi rất buồn về cái chết của mẹ Bapak.

Patricia: Anh chưa được gặp Bapak à?

Wilbert: Tôi nghĩ, vào lúc đó tôi cảm thấy ghét Bapak! Đó là một câu chuyện khác.

Mặc dù câu chuyện này rất thú vị. Khi chúng tôi đến quầy lễ tân trước nhà Bapak, có một hàng dài người xếp hàng. Đây là lần đầu tiên tôi tiếp xúc với các hội viên Subud phương Tây và những hội viên Indonesia rất gần cận với Bapak. Trong khi chúng tôi đang xếp hàng chờ để được nói với Bapak chúng tôi xin lỗi Bapak, tôi chợt nhận ra tôi chẳng có lỗi gì cả, tôi buồn chứ không đau buồn gì cả! Trái lại tôi cảm thấy rất hạnh phúc!

Vì vậy, tôi nghĩ, "Tôi có thể nói gì đây, vì tôi sẽ không nói dối?" Rồi đến lượt tôi và tôi đứng trước mặt Bapak. Bapak cười thật tươi. Tôi gần như chúc mừng Bapak. Bapak đang đứng cười rạng rỡ, như thể Bapak biết mẹ mình vẫn đang sống hạnh phúc.

Sau khi Bapak đi lên lầu, tôi lại bắt đầu khóc - không phải chỉ một vài giọt nước mắt mà khóc rất nhiều đến nỗi áo của tôi lại ướt đẫm. Tôi đến gặp Rukmiwati Branting, một phụ nữ sống ở Wisma Subud, và hỏi việc khóc này có thể là gì? Rukmiwati cảm nhận, tôi xúc động không phải vì người mẹ mà bởi người con!

Lần đầu tiên tôi đến với Subud là trong Đại hội Thế giới vào tháng 8, và tôi được khai mở vào tháng 11.

Trích từ cuốn sách Conversations with Friends Phần 2 của Patricia Lacey. Cuốn sách hiện đã hết bản in.



phụ bản



Chấp nhận

Esther Hải Anh



Subud có một khái niệm rất tuyệt vời, gọi là Chấp nhận.

Tôi xem Chấp nhận là một trong những phép tu thân kì diệu và thâm thúy. Chấp nhận là đồng ý hết mọi nhân duyên đến và đi một cách buông xả, nhưng phải có trí tuệ. Bỏ hết mọi thứ thuộc về cái "tôi" và những thứ "của tôi". Trí tuệ rất cần thiết để hiểu rằng mọi thứ đều do nhân duyên mà có. Chúng đến được thì tất nhiên sẽ mất đi được. Cần trí tuệ để biết rằng tất tần tật mọi hạnh phúc, khổ đau đều do sự vận hành của nhân và quả, đều là do cảm giác thích và ghét tạo ra. Trong Subud, ta có thể nhận thấy rõ rằng chúng đến từ 4 loại sức mạnh hạ đẳng cơ bản là sức mạnh vật chất, sức mạnh thực vật, sức mạnh động vật và sức mạnh con người. Đặc biệt, đến một chừng mực nào đó sau một thời gian thực hành latihan, ta chẳng những thấy rõ cơ cấu hình thành, kết cấu nhân duyên sinh khởi ra chúng ngay trong kiếp sống này, mà còn có thể thấy được phần nào sự dính dấp từ các kiếp quá khứ.

Lý thuyết trông có vẻ đơn giản. Nhưng mà tôi tốn hơn 40 năm cuộc đời, trải qua nhiều bể dâu mới có thể hiểu và thực hành Chấp nhận được tí tẹo thôi.

Đây đó người ta cứ ra rả về thái độ sống buông bỏ ngày này qua tháng nọ. Bình thường, khi cuộc sống thuận lợi thì ta đón nhận lý thuyết này một cách dễ dàng. Ta tin rằng mình may mắn, có đủ phước đức để đón nhận một đời sống ít sóng gió. Điều này thậm chí còn mạnh mẽ hơn khi ta được thiêng liêng che chở sau một thời gian tập latihan. Thời gian đầu sau khi vào Subud, tôi ý mình có Thượng Đế yêu thương vô điều kiện nên càng ngày càng mong muốn nhiều điều may mắn hơn nữa. Nhiều lần được Ngài bảo vệ thoát khỏi tai nạn giao thông hay giải quyết các vấn đề nan giải, tôi càng củng cố niềm tin này.

Ấy vậy mà khi biến cố xảy ra, khi mọi việc không êm đềm nữa, thì đến Thượng đế ta cũng nghi ngờ, nói chi đến Chấp nhận hay buông bỏ khổ đau. Tôi đã từng như vậy

đó. Khi sóng yên biển lặng, ta thấy đời thật thơ mộng. Sóng gió cuồng phong mới nhấn nhá tí thì ta mau chóng ngã nhào.

Biển cổ nói chung là những sự việc bất như ý, là sản phẩm của lòng tham lam, sự sân hận và trí tuệ thiếu sâu sắc. Chúng khiến ta đau khổ, bất an, thậm chí là trầm cảm trong một thời gian dài. Thân đau nhức triền miên. Bị người khác chê bai, nói xấu. Con cái không vừa ý thầy cô nên họ liên tục gọi điện thoại mắng vồn. Mất việc làm. Làm ăn thua lỗ. Mất tiền, mất của. Người thân đột ngột qua đời. Tai nạn từ trên trời rơi xuống cho mình và cho người thân yêu...

Biển cổ như thiên la địa võng. Trong khi đó, khả năng chịu đựng và trình độ nhận thức của ta thật yếu ớt. Nói một cách khác, ta chính là kẻ vô tình vùi dập chính bản thân mình. Vậy cho nên, trong hầu hết trường hợp, ta chọn cách giải quyết từng tình huống, và cầu nguyện. Tôi đã quen cầu nguyện ngay từ còn bé xíu. Tôi đã cầu nguyện hàng tỉ thứ từ hết đau ngón tay, không bị sét đánh cho đến thi đậu hay chỉ đơn giản là chạy được qua hết cây cầu Mỹ Thuận một cách an toàn. Tôi thừa nhận mình đã từng rất ư là ngây thơ khi sở hữu thái độ như vậy. Đâu phải mình chỉ ngồi đó cầu nguyện mà Thiên liêng ban cho cái này cái nọ. Mình phải có đất đai đủ màu mỡ thì Thượng Đế mới gieo hạt, vun xới cho cây cối phát triển được. Mình phải có đủ hiểu biết đúng đắn về nhân quả, giáo lý về đạo, lòng tin vững chãi, sự sùng bái mãnh liệt, sự luyện tập latihan chuyên chú, khả năng giữ gìn cái tâm trong sáng, giữ gìn các giới luật nghiêm ngặt...thì ánh sáng từ Nguồn Đại Lực mới chiếu tới được. Chứ nếu tôi khư khư bảo vệ tầng tầng lớp lớp các tấm chắn kiên cố che đậy trí tuệ mình, khư khư ôm giữ các loại định kiến xưa cũ thì làm sao mà tiến bộ được. Ngoài ra, cũng cần có chút thấu hiểu bản thân. Biết được chân giá trị bản ngã đích thực, và sứ mệnh lần này của mình.

Sau này, tôi không còn cầu nguyện nữa. Tôi không cầu nguyện trước khi vào phòng mổ. Cha bị ung thư, tôi cũng không cầu nguyện cho ông trở nên khoẻ hơn. Không cầu cho đứa con trai tự kỷ trở nên bình thường như bao đứa trẻ khác. Việc bán buôn đôi lúc rất ế ẩm, tôi dùng tiền tiết kiệm chứ không mong cho khách đến nườm nượp... Tôi rất thoải mái không cầu nguyện gì cả. Bởi càng tập latihan, thật thú vị là ta có thể hiểu được phần nào nguyên nhân của các sự kiện. Không hiểu được thì cũng không sao. Thấy được, hiểu được hay chẳng biết tí ti gì thì chỉ cần bình thản chấp nhận mà thôi. Hãy tin rằng mọi thứ chỉ là sự ban tặng các bài học giúp ta bước lên các nấc thang tâm linh cao hơn. Hãy tĩnh tâm tìm ra được giá trị sâu sắc đằng sau đó. Sự chống đối, dựa dẫm, đổ lỗi hay cố gắng thay đổi không lợi lộc gì cả. Việc mình có thể làm là gia tăng trí tuệ, gia tăng tạo phước giúp người một cách bền bỉ, liên tục với thái độ không cầu thị hoặc trao đổi lợi ích. Khi suốt ngày chỉ đi tìm kiếm những thứ khiến mình hạnh phúc, tôi thấy mình thật thiếu sâu sắc.

Nếu can đảm dẫn thân đi vào cơn thịnh nộ của trời đất một cách bình thản, sẵn sàng bỏ hết tất tần tật, thì phép màu xuất hiện, đó là Chấp nhận một cách an yên, hạnh phúc. Đó còn là thái độ đưa mình trở về trạng thái không là gì cả. Quả thật, mình không là gì cả so với vũ trụ bao la này. Mình vui buồn, đau khổ, hạnh phúc, sung sướng, làm được bao nhiêu là việc...Nhưng nếu không có mình thì vũ trụ này chẳng mảy may ảnh hưởng gì hết. Thế nên, tôi chọn cách bỏ hết, kể cả những hiểu biết đã từng rất hay ho trước đó. Các biển cổ trở thành những bài thuốc chữa trị sự ù lì, dính mắc, mê tín, vô minh, tham lam, ngã mạn, tà kiến, giận hờn, yếu đuối...

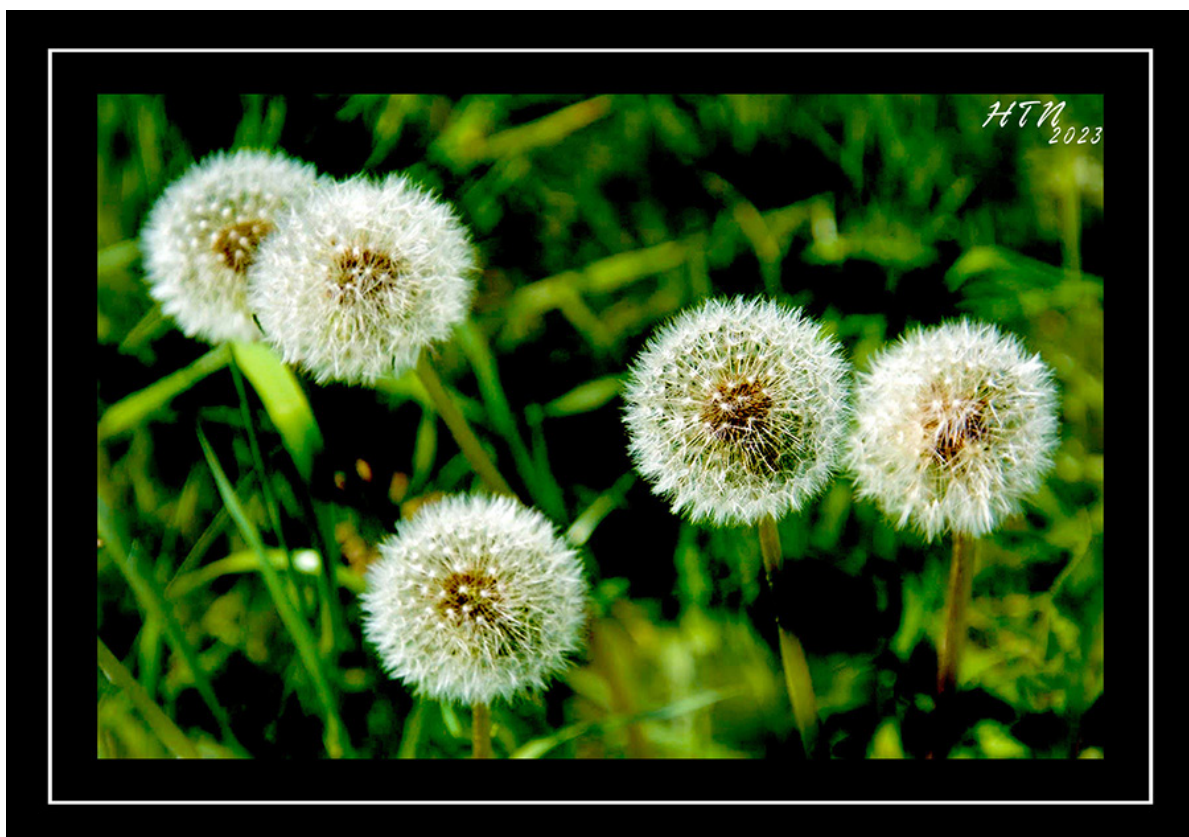
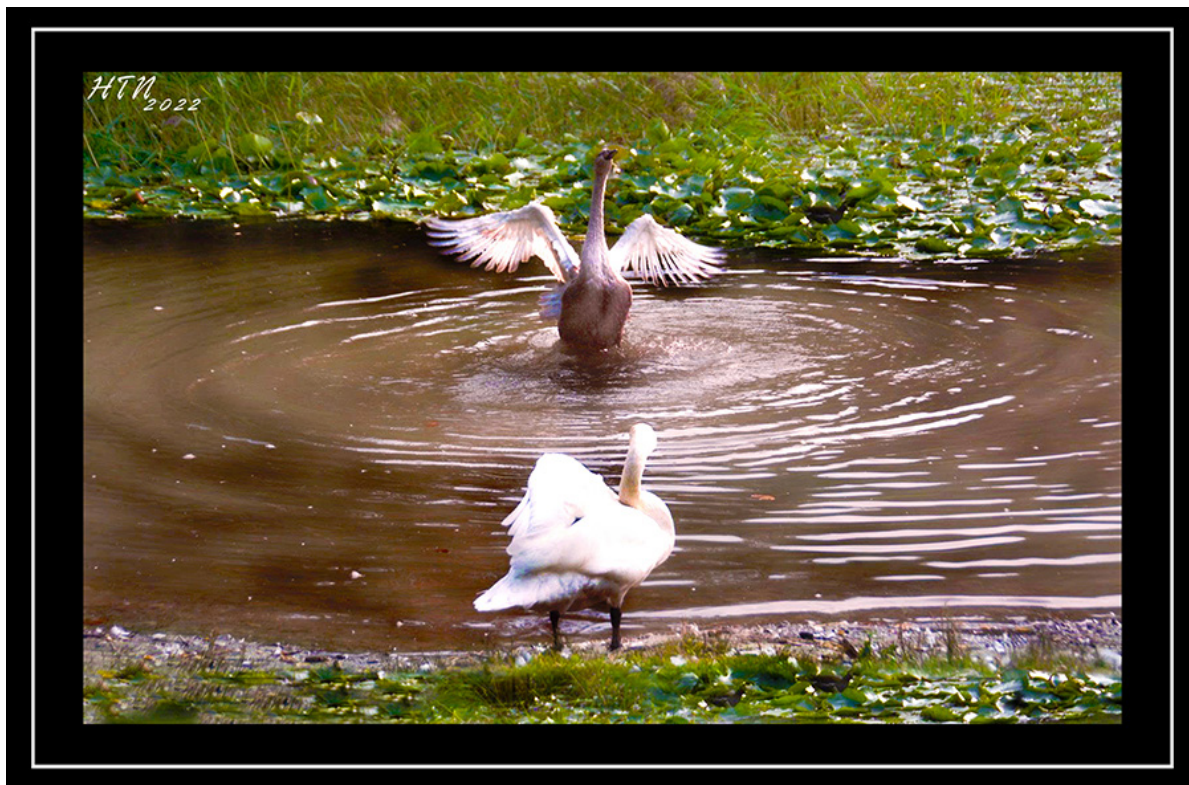
Chấp nhận điều bất như ý không dễ chút nào cả, huống hồ các vấn đề khiến ta ray rứt, nhức nhối và cạn kiệt năng lượng. Thật sự rất khó. Thượng Đế rất kiên nhẫn. Ngài liên tục tạo ra các bài học tăng dần độ khó. Khi mình chưa học được thì các bài kiểm tra sẽ lặp đi lặp lại trong đời sống, thậm chí cả trong giấc mơ. Nếu chúng không xảy ra trực tiếp với mình thì sẽ xảy ra với người khác mà mình có thể quan sát và học hỏi. Có khi mình quên, lại quay trở về thói tham sân si cũ. Cứ trầy trật mãi. Nhưng mà, mình biết mình học kém nên vẫn sẽ tiếp tục học, kiên nhẫn thực hành, nhìn nhận mọi thứ đều là bài học, rồi vượt qua từng bài kiểm tra nhỏ. Bị điểm kém thì làm lại. Chấp nhận bằng sự sùng bái thành kính.

Chấp nhận điều hài lòng lại là một cái bẫy. Ta dễ dàng dễ duôi với những thứ dễ chịu. Những thứ khiến ta hạnh phúc tất nhiên sẽ mang lại nhiều niềm vui. Vì thế ta sẽ loay hoay đi tìm kiếm bằng mọi cách rồi phản ứng âm ỉ với những điều không vui. Ta quên rằng bất hạnh cũng là bài học. Thật ra niềm vui chỉ là những giải pháp cho các tình huống. Đời sống của ta xoay xung quanh việc đi tìm các giải pháp này. Chúng ta có thể làm gì khác được không? Không, phải là như vậy. Nên như vậy nhưng không chìm đắm vào chúng.

Vậy thì, khái niệm Chấp nhận theo tôi là chấp nhận hết mọi thứ như ý và bất như ý với một thái độ bình tĩnh, có trí tuệ, không tham đắm, không theo đuổi hay ghét bỏ. Đó là sự buông lỏng hoàn toàn trước mọi tình huống giống y như cách mà chúng ta tập latihan. Cho dù chúng ta làm latihan rầm rầm hay thanh thoát nhẹ nhàng thì đều là latihan. Cứ an nhiên đón nhận, tiếp tục làm latihan. Tất cả đều là ân điển từ Thiên Liêng, là sản phẩm từ tình yêu thương vĩ đại. Thái độ Chấp nhận như thế này hoá ra chẳng phải là cách luyện tập latihan trên phạm vi rộng cho cả cuộc đời của ta hay sao?



phụ bản



Cá mập trong trạng thái thôi miên

Mục ảnh yêu thích Subud Voice



Thông thường trong mục Ảnh yêu thích, Subud Voice đăng ảnh của một thành viên Subud chia sẻ... nhưng chúng tôi không thể kìm lại được trước bức ảnh này. Ý nghĩa Subud của nó là gì? Tôi chỉ có thể giả định rằng một mặt, thế giới đầy rẫy những điều kỳ diệu, và mặt khác, cá mập cung cấp một ví dụ khác về lòng tham và sự tàn ác của con người. Và chúng ta dám nói về "những kẻ săn mồi"?

Đây là khoảnh khắc kinh ngạc vô cùng khi một thợ lặn nắm giữ một con cá mập dài 10 ft trong lòng bàn tay của cô.

Có thể thấy rõ thợ lặn người Ý Cristina Zenato đang làm điều mà nhiều người tin là không thể tưởng tượng được - vượt ve, chạm và giữ một loài săn mồi lớn dưới đại dương ở vùng biển nhiệt đới Caribe.

Nhiếp ảnh gia Matthew Meier, đến từ San Diego, Mỹ, đã ghi lại khoảnh khắc Cristina Zenato kiểm soát một con cá mập ở vùng biển san hô Caribe

nó thẳng đứng trong nước với mũi của nó trong bàn tay cô.

Cô ấy tạo ra trạng thái 'tonic' cho cá mập bằng cách sử dụng một kỹ thuật ít được biết đến là cọ xát ống Lorenzini – cái tên được đặt cho hàng trăm lỗ chân lông chứa nước sệt xung quanh mũi và miệng của con vật.

Trạng thái 'tonic' là khi cá mập chuyển sang trạng thái tê liệt tự nhiên, thường là do bị lộn ngược trong khoảng thời gian lên đến 15 phút.

Các lỗ chân lông hoạt động như các cơ quan cảm thụ điện từ phát hiện con mồi di chuyển trong điện trường xung quanh cá mập – nhưng cũng vì lý do nào đó, việc cọ xát chúng biến 'Hàm' của chúng như một đứa trẻ đang ngủ.

Cô Zenato sử dụng khả năng của mình để đưa những con cá mập vào trạng thái buồn ngủ để giáo dục những thợ lặn khác, loại bỏ ký sinh trùng và thậm chí lấy lưỡi câu mắc trong miệng chúng ra ngoài.

Người đàn ông 42 tuổi nói: 'Lần đầu tiên chứng kiến Cristina cho cá mập ăn thực sự là một trải nghiệm tuyệt vời. Tôi mong đợi sẽ có được cảm giác nguy hiểm, hứng thú cực mạnh, nhưng cuộc lặn thực sự yên bình và tĩnh lặng.'

'Thật là thư thái khi xem những con cá mập bơi vòng quanh chúng tôi với hy vọng được Cristina cho ăn. Tôi đã kinh ngạc và không thể giữ được nụ cười lộ ra trên khuôn mặt của tôi.'

'Cá mập là loài săn mồi hàng đầu của đại dương và thật vinh dự khi được ở gần chúng và quan sát chúng trong thế giới của chúng.'

Cô Zenato đã làm việc với cá mập hơn 15 năm, nhưng vẫn mặc bộ đồ dây xích để phòng một trong số chúng bị cảm dỗ đến cắn cô.

Ông Meier, một nhiếp ảnh gia thương mại chuyên về thiên nhiên dưới nước và du lịch, cho biết ông hy vọng sẽ nâng cao nhận thức về hoàn cảnh của những chú cá heo.

Ông nói: 'Chúng ta giết hàng triệu con cá mập mỗi năm, với phần lớn những con cá bị cắt vây khi vẫn còn sống và sau đó chúng bị ném trở lại vào nước để chúng có một cái chết từ từ, đau đớn'.



phụ bản



Thân này không của riêng ta

Esther Hải Anh



Tôi chưa từng nghĩ rằng cơ thể này không phải của mình cho đến khi nghe thấy chúng.

Chúng là hàng tỉ giọng nói cao thấp khác nhau của các loài vi khuẩn, vi rút ký sinh tại các ổ nhiễm trùng trong cơ thể này.

Thời tiết thay đổi, tôi viêm mũi và đau đầu. Một hôm, trong lúc mơ mơ màng màng nằm nghỉ sau khi uống thuốc kháng sinh, tôi phát hiện có những âm thanh lạ nửa đầu bên trái, ngay vùng viêm nhiễm gây ra cơn đau. Ban đầu chỉ là vài âm thanh thăm dò, chậm rãi. Tôi để im xem thế nào. Chừng vài giây sau thì tăng số tăng dần, số lượng tăng dần cho tới một lúc nào đó tôi chắc chắn rằng mình đang chứng kiến sự sống động của một quần thể vĩ đại của các loại vi trùng đang trú ẩn nơi vùng bệnh.

Chúng nghiệm càng được củng cố khi hôm sau tôi đau bao tử. Khi cái đau trở nên quặn quại, tôi ôm bụng nằm nghe cơn đau. Chẳng cần đợi lâu, vài giây sau, tại nơi bao tử, tôi cũng nghe điều tương tự như đã xảy ra ở cổ họng. Lần này, là một loại ngôn ngữ khác. Cấu trúc xã hội cũng có sự khác biệt.

Nhìn chung, chúng giống nhau ở chỗ đều là các vương quốc của các loài rất nhỏ, đều có ngôn ngữ riêng, có cách thức tổ chức xã hội riêng, có sự giao tiếp truyền thông hoàn hảo, có sự sống riêng, tất bật và rất vui vẻ ở trong cơ thể mà tôi từng gọi là của riêng tôi.

Con người có thể sống hơn trăm tuổi. Tốc độ sinh diệt của các tế bào và các bộ phận trên cơ thể có thể đo đếm được. Còn các tổ chức xã hội này tuổi thọ rất ngắn nên những gì thuộc về chúng cũng nhỏ và nhanh vô cùng. Các tiếng nói rất ồn ào, xô bồ với tốc độ cực nhanh. Có thể nói rằng trong một chớp mắt đã diễn ra hàng triệu hoạt động của các tổ chức này. Họ cũng có nóng giận, quyền lực, tranh cãi, giành giật và đầy đủ các hình thái tâm lý xã hội khác. Bạn biết không, chúng có năng lượng. Tôi nghe được các cụm năng lượng khi nóng, khi lạnh, khi mát mẻ để chịu trong lúc chứng kiến sự hoạt động của chúng. Tuỳ vào sự phát triển hay hoại diệt của xã hội, hay trạng thái tâm lý giao tiếp của một số đông trong các cộng đồng ấy mà các loại

năng lượng kể trên được toả ra. Tất nhiên, rất vi tế. Trong cộng đồng chung có nhiều nhóm cộng đồng nhỏ có chức năng và nhiệm vụ khác nhau. Các nhóm nhỏ này mang năng lượng vi tế không giống nhau. Các loại giọng nói cũng khác nhau nữa. Vô cùng phong phú. Thật kỳ lạ, tôi không nghe các âm thanh nữ tính giọng phái nữ của loài người.

Dù có thể cảm nhận, nhưng tôi không hiểu chúng nói gì hết.

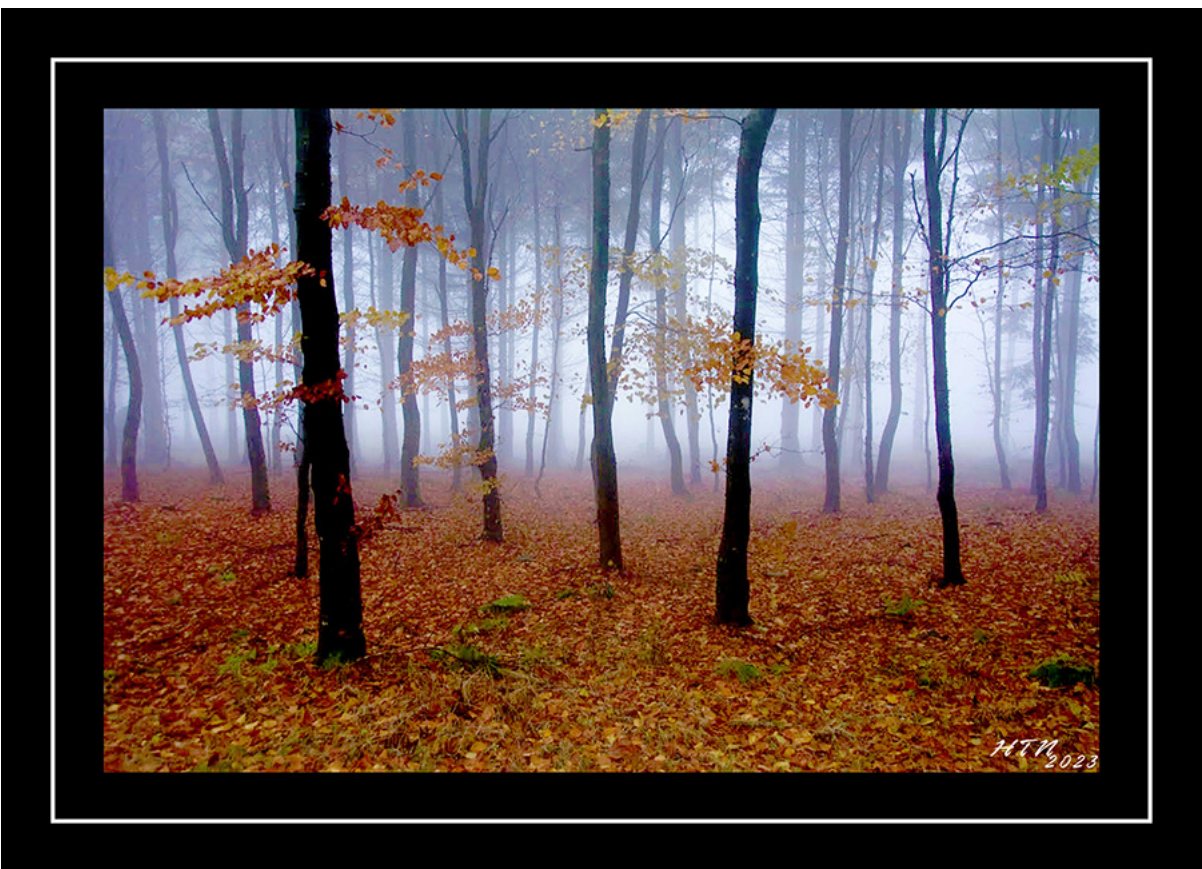
Tôi cho rằng cơ thể mỗi người là một vũ trụ nhỏ. Điều này có nghĩa là đã từng tồn tại vô số triều đại li ti, nhiều cái đang hiện hữu và sắp sinh ra. Khi sự bùng nổ vĩ đại cuối cùng xảy ra, cơ thể này chết đi thì toàn thể vũ trụ mang tên Hồng, Lan hay Hải Anh gì đó cũng vĩnh viễn bị huỷ diệt.

Nếu cơ thể này không phải của ta thì ai sở hữu nó? Ta nằm ở đâu trong hình hài vật chất này? Theo tôi thì không ai sở hữu riêng cả. Đó là ngôi nhà chung của rất nhiều chúng sinh. Ta chỉ có thể can thiệp ở mức độ giới hạn để bảo tồn, tu sửa, thêm bớt chút đỉnh hoặc trang điểm cho nó mà thôi. Nếu nó thật sự là của ta, thuộc sở hữu của ta thì ta bảo nó đừng bệnh, nó có nghe không? Ta kêu nó sống đời đời kiếp kiếp có được không? Ta bảo nó đừng buồn, đừng khổ đau, đừng già đi, nó chẳng bao giờ hợp tác hết. Cơ thể này thực chất chỉ là sản phẩm lắp ghép bởi đất, nước, gió và lửa. Thử tách một yếu tố ra thì cơ thể không còn nữa. Nhiều cuộc nghiên cứu cho thấy không thể nào cứu sống một người nếu họ mất không khí (gió) trong 15 phút. Thử tách hết nước trong người ra thì cơ thể còn gì?

Càng ngẫm nghĩ, tôi thấy mình thật sự không tồn tại và rùng mình trước trạng thái tâm lý mắc kẹt vào cơ thể này bấy lâu nay. Tư tưởng làm chủ cơ thể này xem ra sai mất rồi.



phụ bản



Khúc giao hưởng chia tay Requiem của Mozart

François michel Rousseau

Về cái chết của con trai chúng tôi vào năm 1993 của François michel Rousseau

(Bản dịch tiếng Anh của Hanavi Hirsh và Rosalind Priestley)

Từ khi còn ở tuổi thanh thiếu niên, tôi đã rất thích âm nhạc cổ điển. Tôi yêu dòng nhạc "cổ điển", loại nhạc mà sau khi nghe, người ta có thể ngân nga mãi không quên, để một lần nữa trải nghiệm điều mình yêu thích và mang lại điều tốt lành cho chúng ta; một âm điệu có thể đưa chúng ta đến những vùng đất xa xôi hoặc những nơi thẳm kín sâu thẳm trong nội tâm. Đối với tôi, âm nhạc này đã trở thành một loại hướng dẫn tinh thần và là người bạn thân thiết thuở thiếu niên, nó thắp sáng lên hoặc làm dịu đi tâm hồn tùy theo nhu cầu. Nhưng tôi luôn cảm thấy không ưa thích Requiems, tôi luôn cảm thấy âm điệu này quá ngọt ngào và tôi không bao giờ mua bất kỳ bản thu âm nào. Và bây giờ, tôi biết rõ tại sao lại như vậy.

Ngoại lệ duy nhất, khi lần đầu tiên nghe thấy, tôi đã say đắm bởi vẻ đẹp và sự dễ dàng u sầu của điệu hành khúc tang lễ trong Bản giao hưởng thứ ba của Beethoven. Bây giờ tôi biết tại sao giai điệu da diết này, một biểu hiện của sự cam chịu sâu sắc, lại là người bạn đồng hành ở bên cạnh tôi suốt cuộc đời, như thể chuẩn bị cho tôi điều gì đang chờ đợi.

Vào ngày thứ bảy, ngày 30 tháng 1 năm 1993, tôi ra ngoài vào buổi sáng. Trên đường trở về, tôi vào một cửa hàng bán đĩa CD cũ. Sau khi tôi xem qua chúng, tôi chỉ còn giữ lại một đĩa mà tôi đã đi rồi lại quay trở lại và đĩa này tôi chưa có trong bộ sưu tập. Đó là đĩa Requiem của Mozart¹. Tôi tự hỏi tại sao tôi cứ quay trở lại xem đĩa này. Tôi nói với chính mình, dù sao, với trường hợp của Mozart, tôi có thể bỏ qua sự ác cảm thông thường của mình đối với Requiems. Thế nên, tôi đã mang đĩa đó về

¹ „Requiem” của Mozart được biết đến với sự đa dạng cảm xúc, từ sự khốc lóc và đáng sợ của „Dies Irae” đến vẻ trang nghiêm của „Sanctus.” Tác phẩm này đã chạm đến tâm hồn của người nghe và thể hiện sự tương phản giữa cái chết và hy vọng.

nhà. Ngay khi tôi về đến, tôi đã vặn lên nghe.

Ở giữa bản nhạc, đột nhiên, tôi bật đứng dậy mà không biết tại sao. Tôi cảm thấy như có một luồng không khí đã đẩy tôi đứng lên, và sau đó đầu tôi tràn đầy những từ sau: "Ad vitam aeternam..." (Sau này tôi kiểm tra nhưng không tìm thấy những từ này trong bản Requiem của Mozart.) Sau đó tôi kiểm lại thời gian. Mười hai giờ mười mấy phút. Tôi nghĩ có lẽ, đã qua trưa, nên cơn đói đã thúc đẩy tôi bật đứng dậy. Sau đó, tôi tiếp tục lắng nghe đến hết bản Requiem của Mozart một cách bình tĩnh. Không lâu sau đó, vợ tôi, Helsa, đến ngồi bên tôi.

Một lát sau đó, Serge (một người bạn của Martin, con trai chúng tôi) gọi điện thoại để hỏi liệu cậu ta có thể ghé qua nhà để gặp chúng tôi vào khoảng ba giờ không, để nói về một vấn đề cá nhân. Chúng tôi tự hỏi cậu ấy muốn gì thế nhỉ, vì chúng tôi chưa biết cậu ấy. Serge bấm chuông cửa vào khoảng bốn giờ. Sau khi chào đón cậu ấy, tôi hỏi có điều gì đã đưa cậu đến gặp chúng tôi.

Cậu ấy trả lời, "Không phải về tôi, mà là về Martin."

Một cơn hỗn loạn bắt đầu xoay tròn trong đầu tôi, và ngay lập tức trong tâm trí và cả cơ thể tôi, tôi chợt biết Martin đã chết. Tôi hết hoảng, giọng mình đứt quãng,

"Đừng nói với tôi rằng Martin đã chết!"

Helsa lên tiếng, giọng gằn như bị ai thắt cổ,

"Im đi! Đừng nói bậy bạ. Anh đừng đùa ngu ngốc như vậy."

"Dạ, đúng vậy, đó là sự thật. Bạn ấy chết vào buổi trưa trong một vụ tai nạn ô tô," Serge nói.

Ngay lập tức, tôi cảm thấy như mình bị ai đánh một thanh thép vào vùng thần kinh thái dương. Tôi quy người xuống trước nỗi đau, và bật khóc nức nở theo cách chưa từng xảy ra trong đời.

Sau một lúc, tôi đứng dậy, nước mắt đầm đìa, Helsa và tôi ôm nhau. Tôi không thể ngừng khóc.

Tôi cảm thấy như mình có một lỗ lớn trong ngực và như tay phải của tôi đã mất đi.

Helsa sau đó hỏi Serge chuyện này đã xảy ra như thế nào.

Martin đang trên đường đến cửa hàng của mình thì chiếc xe của anh ấy trượt sang trái, rồi quay hướng ngược lại, ở khúc cua nguy hiểm trên cầu Jacques Cartier, và bị một chiếc xe vận tải nhỏ đâm vào phía bên phải. Serge cho chúng tôi biết, đầu Martin va vào khung cửa, bạn ấy chết ngay. (Tuy nhiên, vào lúc đó, chi tiết này không hiện rõ với tôi.) Thi thể bạn ấy đã được đưa thẳng đến nhà xác.

Có điều gì đó nội cảm tôi đã nhận biết con tôi, Martin, sẽ qua đời. Trong khi nó đang tiến về phía cái chết, không còn gì để nghi ngờ tôi đã nhận được nên để cho nó nghe bản Requiem hay nhất của Mozart như một hình thức chia tay. Có lẽ là Martin đã vẫy tay chào tôi khi đi ngang qua, khiến tôi bật đứng dậy khỏi chiếc ghế bành đang ngồi vài phút sau mười hai giờ. Trên thực tế, sau này tôi biết qua một nhân chứng vụ tai nạn, người lái chiếc xe được trang bị điện thoại di động, đã gọi số cấp cứu 911 vào đúng lúc mười hai giờ mười lăm phút.

Một nỗi đau đớn thực sự bắt đầu với chúng tôi sau đó. Chúng tôi không thể có thêm bất kỳ thông tin cụ thể nào cho đến ngày hôm sau khi chúng tôi có thể liên lạc được với cảnh sát, vì họ đã kết thúc ca làm việc của họ. Chúng tôi đến nhà xác để nhận dạng thi thể của con chúng tôi, nhưng chúng tôi cũng không thể làm điều này mà phải chờ cho đến thứ Hai tuần sau vì nhân viên nhà xác đã nghỉ làm từ buổi trưa thứ Bảy cho đến sáng thứ Hai.

Tôi đã không thể nhìn thấy xác con trai mình, để tự trấn an mình, vượt qua mọi sự nghi ngờ, về sự thật của cơn ác mộng không thể tưởng tượng này. Tình trạng sợ hãi và không thực tế này kéo dài suốt cuối tuần, từ chiều thứ Bảy đến sáng thứ Hai. Khi chúng tôi đến nhà xác vào sáng thứ Hai, chúng tôi chỉ có thể nhìn thấy thi thể con qua cửa sổ. Chúng tôi không thể xác nhận được sự lạnh lẽo của nó, thậm chí không thể chạm vào tay của con! Dường như cơ thể con chúng tôi thuộc về cảnh sát hơn là của cha mẹ, với nhà chức trách, họ sợ cha mẹ có thể lấy đi điều gì đó thuộc về cảnh sát!

Tôi đau khổ một cách không thể tưởng tượng. Con tôi 32 tuổi bỗng trở thành đứa trẻ của tôi một lần nữa, đứa con nhỏ của tôi, đứa con trai duy nhất của chúng tôi, và tôi không thể loại bỏ khỏi tâm trí mình rằng con chúng tôi đã phải chịu đựng đau đớn khủng khiếp trước khi qua đời. Có lẽ con tôi đã sợ hãi trước nỗi đau, nó thấy mình đơn độc và không chuẩn bị bất cứ điều gì cho sự chuyển tiếp sang thế giới bên kia... vào cõi vô định. Tôi đã quên thông tin của Serge nói với chúng tôi, con chúng tôi đã qua đời tức thì.

Cả Helsa và tôi đều chìm trong sự đau khổ. Helsa muốn biết tai nạn đã xảy ra như thế nào. Nhưng Serge không biết nhiều hơn những gì anh đã nói với chúng tôi. Cảnh sát đã hết làm việc ngày hôm đó, chúng tôi phải đợi đến ngày hôm sau để nói chuyện với cảnh sát đã trực ca hôm xảy ra tai nạn. Còn đối với Serge, anh nhận được một cuộc gọi từ cảnh sát tại căn chung cư của con chúng tôi, và anh đã đề nghị với cảnh sát để anh thông báo tin tức tồi tệ này cho chúng tôi, thay vì để họ làm điều đó. (Anh không chấp nhận những gì anh đã được nghe nói, anh đã đến kiểm tra có thực sự là chiếc ô tô của con trai chúng tôi đã gặp tai nạn, trước khi đến anh gặp chúng tôi.)

Marie. Cô con gái chúng tôi đang sống ở Tumbaco, Ecuador, chưa có điện thoại, nên tôi đã phải mất nhiều giờ mới có thể liên lạc được với nó. Cuối cùng, tôi tìm thấy gia đình Wilds (của trường Pestalozzi) và gia đình Garzon (của tổ chức Fundacion Vivir) và hỏi xem liệu có ai đó có thể kể lại tin tức bi thảm này cho con gái tôi biết. Rất muộn buổi tối hôm đó, Marie gọi cho chúng tôi. Chúng tôi cùng nhau khóc trên điện thoại. Marie nói cảm thấy rất quan trọng phải ở bên cạnh chúng tôi vào lúc này.

Trong thời gian này, chúng tôi cảm thấy được bảo vệ và yêu thương mạnh mẽ của

tất cả các người thân và bạn bè của chúng tôi. Họ giúp đỡ chúng tôi và thể hiện sự hỗ trợ đầy đủ trong cuộc thử thách này, mà trong mọi khía cạnh, là một cuộc thử thách kinh khủng để vượt qua. Vào khoảng một hoặc hai giờ sáng, chúng tôi trở về nhà, mặc dù có đề nghị từ Marie-Françoise và Marc chúng tôi nên ở lại qua đêm tại nhà họ.

Tôi rất khó ngủ, vì tôi không thể ngăn mình đừng khóc, trong khi nghĩ tới con chúng tôi phải chịu đau đớn khủng khiếp trước khi qua đời. Tôi chợp mắt được vài tiếng để rồi thức dậy vào ba hoặc bốn giờ sáng trong nỗi tuyệt vọng khôn tả. Sau đó, tôi rời phòng ngủ để tới phòng làm việc của tôi, nơi cuối cùng, tôi có thể lấy lại được sự bình tĩnh. Tôi hỏi xin Thượng Đế tôi có được phép hỏi những câu hỏi đang ám ảnh tôi lúc này, qua trắc nghiệm không. Tôi nhận được một câu trả lời mạnh mẽ 'có', và tôi đã hỏi ba câu sau đây: Ia) Có phải cái chết của Martin là Thánh ý của Thượng Đế không?, tức là sự kiện đã xảy ra theo đúng số phần của con tôi, hay, Ib) Đó chỉ là kết quả của một tai nạn không thể dự đoán? 2) Martin đã rất đau đớn trước khi qua đời?, và 3) Tôi có thể nhận biết được trạng thái bên trong của Martin vào thời điểm đó không?

Và tôi đã nhận được, đúng, cái chết của Martin đã xảy ra theo Thánh ý của Thượng Đế và đó đúng là số phần của con tôi; con tôi không hề phải chịu đau đớn; và trạng thái bên trong nó rất yên bình, nhẹ nhàng đến nỗi tôi gặp khó khăn khi tiếp nhận, vì trạng thái này quá thanh thản và tươi sáng. Tôi cảm thấy một sự an ủi to lớn đến mức tôi có cảm giác như một trọng lượng 100 kí đã được gỡ bỏ khỏi ngực tôi.

Tôi nhớ mình vẫn đang quỳ và nói với Thượng Đế, với một cảm xúc vô cùng biết ơn, "Nếu, bất chấp sự xáo lộn trong tâm hồn của tôi, tôi đã tiếp nhận đúng cái chết của con trai chúng tôi, Martin, đã xảy ra theo Thánh ý của Ngài và đó là số phần của con tôi, xin cảm ơn Thượng Đế. Nếu tôi đã tiếp nhận đúng con trai chúng tôi không chịu đau đớn trước khi qua đời, xin cảm ơn Thượng Đế. Nếu tôi đã tiếp nhận được trạng thái bên trong của con chúng tôi vào thời điểm đó, xin cảm ơn Thượng Đế Toàn Năng."

* * *

Ngày hôm sau, tôi gọi điện thoại cho hai người bạn cũ tại Pháp; một người không có ở nhà, nên tôi không thể kể nhiều, chỉ vài lời với vợ anh ấy. Người còn lại, người đã trải qua kinh nghiệm tương tự vài năm trước đó, đã nói với tôi một điều rất quan trọng, điều đó đã ảnh hưởng sâu sắc đến tôi: chúng ta không nên tự thương hại bản thân.

Con gái chúng tôi, Marie, nói với chúng tôi, ngay sau khi cô đến từ Ecuador, vào ngày hôm sau cái chết của Martin, tức ngày Chủ Nhật, cô đã yêu cầu được tập latihan cùng các phụ tá.

"Con đã yêu cầu các phụ tá cùng con tập latihan cho Martin. Ban đầu, con nhận thấy hơi nặng nề. Sau đó, đột nhiên, con cảm nhận Martin đứng bên cạnh con trong một khoảng thời gian dài. Sau đó, anh ấy nói với con, trong khi anh ấy còn trong cơ thể của mình, việc tiếp nhận latihan quá khó khăn, nhưng khi anh ấy qua đời, anh ấy có thể tiếp nhận được latihan và anh ấy nhận thấy latihan tốt hơn rất nhiều so với khi còn sống trên cõi đời.

"Sau đó, con cảm nhận sự hiện diện của hai 'linh hồn', hoặc hai thực thể được chiếu sáng màu vàng, con không biết chính xác là gì, họ ở phía trên con, họ nói với con, họ đang ở đó để giúp đỡ Martin. Sau đó, con tiếp nhận được linh hồn của Martin trong cơ thể của anh ấy, đó là một linh hồn đầy ánh sáng, rồi rất nhanh (có lẽ chỉ một nửa giây), linh hồn không còn bị hạn chế trong cơ thể của anh ấy nữa. Và sau đó, con cảm nhận ánh sáng (linh hồn của anh ấy) bay lên, bay lên, bay lên và bay lên và cảm giác đó là một tình trạng hoàn toàn yên bình và rất nhẹ nhàng.

"Cảm nhận của latihan này ở lại bên trong con một thời gian rất lâu. Nó mang lại cho con sức mạnh và sự bình tĩnh cần thiết để đối mặt với thực tế này."

Thật là một ân phước tuyệt vời khi một người trong gia đình có thể, mà không cần tìm kiếm, không cần suy nghĩ, lại có thể tiếp xúc được với Martin thông qua cách này, để có thể an ủi chúng tôi về tình trạng của Martin. Chúng tôi rất biết ơn về khả năng này.

* * *

Helsa và tôi đi tập latihan vào sáng Chủ nhật với nhóm Montréal. Chúng tôi đến đó hơi sớm vì chúng tôi muốn thực hiện một số trắc nghiệm với những phụ tá đã đồng ý gặp chúng tôi sớm hơn. Theo yêu cầu của tôi, bên đàn ông hỏi lại ba câu hỏi mà tôi đã hỏi trong đêm. Vô cùng nhẹ nhõm khi các câu trả lời đều giống nhau cho cả ba chúng tôi. Phía phụ nữ cũng đặt những câu hỏi tương tự, cũng như những câu hỏi khác, theo yêu cầu của Helsa, và họ nhận được câu trả lời tương tự như câu trả lời nhận được từ phía chúng tôi. Đối với câu hỏi liên quan đến việc liệu Martin có đau đớn hay không, Suzanne Lavigne nhận được câu trả lời: "Không, không hề đau đớn." Sau đó, cô ấy cảm thấy, "Thật là một sự giải thoát," và người ta nghe thấy cô ấy nói: "Cuối cùng thì! Thật là nhẹ nhàng!"

Vào Chủ Nhật sau chúng tôi đã tổ chức một buổi tiếp đãi tại Hội trường Subud trên đường Bordeaux để tưởng nhớ sự ra đi của Martin. Ba con gái của anh đã có mặt và đang chơi cùng các cháu họ. Buổi chiều hôm đó gần hai trăm người đã đến dự. Nhà phân phối loa phóng thanh chính cho Martin (đối tác làm ăn), người rất thích Martin, cũng như một trong những người chị họ của Helsa và chồng, đã lái xe từ Toronto (600 km) để chào tạm biệt nó và cho chúng tôi biết họ yêu mến nó như thế nào. Chúng tôi khá ngạc nhiên khi thấy có rất nhiều người yêu mến nó đã đến tiễn đưa. Thật là một buổi tiếp đón ấm cúng và thanh thản, nhưng cũng đầy niềm vui theo một cách nào đó. Chúng tôi nói lời giã biệt Martin, chúc con chúng tôi một chuyến đi tốt đẹp. Chúng tôi cảm nhận Martin rất hạnh phúc.

Trong thời gian đó, chúng tôi đã nhận được gần một trăm thư chia buồn; thư của Pauline và Lester Sutherland chứa một đoạn trích từ một lá thư của Siti Rahayu, trả lời một người đã hỏi bà về sự ra đi của con cái và ý nghĩa tâm linh của sự việc. Ibu nói Bapak từng nói với Ibu khi một hội viên Subud hoặc con cái của hội viên Subud chết một cách bất ngờ, cái chết đó là theo Thánh ý của Thượng Đế Toàn Năng. Điều này ăn khớp với những gì các phụ tá và tôi đã tiếp nhận được về cái chết của Martin. Con gái của chúng tôi đã kể về một giấc mơ giúp nó hiểu những gì chúng tôi đã trải qua khi con trai chúng tôi qua đời. Giấc mơ của Marie: "Con đang ở bên bốn đứa con

của mình đang chơi trong nước; nước trong suốt và yên bình. Sau đó, Stéphanie, (con gái thứ hai của con) bước vào nước và đi ra xa khỏi con. Ngay lúc đó, một con sóng khổng lồ cao 30 mét, đột ngột kéo tới với tốc độ mãnh liệt và ập lấy con bé chỉ trong một giây. Con nhìn cảnh đó, kinh hãi và hoàn toàn bất lực, cơ thể như bị tê liệt. Con không thể làm gì cả." Sau đó, Maria hiểu việc không thể làm bất cứ điều gì khủng khiếp như thế nào đối với chúng tôi. Và đây thực sự là điều đã kéo chúng ta xuống, sự bất ngờ và bất lực của chúng ta.

* * *

Chúng tôi đã được ban phước và được giúp đỡ rất nhiều từ các người bạn, cả về mặt thể chất cũng như tinh thần, trong những ngày đầu tiên, những ngày tồi tệ nhất. Chúng tôi có thể cảm nhận được tình yêu của họ, từ gần xa khắp mọi nơi trên thế giới. Từ đáy lòng, chúng tôi chân thành biết ơn tất cả anh chị em của chúng tôi về tình yêu và sự hỗ trợ của họ.

Chúng tôi mong họ hiểu việc nói về Martin là điều tốt đối với chúng tôi và họ không nên sợ gợi lại chuyện này làm chúng tôi buồn. Chúng tôi biết con chúng tôi hiện đang rất bận rộn trong việc cải thiện bản thân mình.

Trong trải nghiệm khó khăn này, chúng tôi đã khám phá ra tầm quan trọng, độ sâu tình yêu của chúng tôi dành cho con trai. Helsa nói sẵn sàng đổi cuộc sống của mình cho con trai chúng tôi. Trước khi Martin ra đi, chúng tôi chưa bao giờ biết được chúng tôi yêu thương Martin đến mức nào, một mức độ mạnh mẽ đến như vậy. Điều này cho chúng tôi thấy, có thể bên trong chúng ta, có một tia lửa nhỏ tình yêu to lớn của Thượng Đế dành cho tất cả chúng ta.

Đó là cảm xúc của chính chúng ta phải chịu đựng sự ra đi đột ngột như vậy. Nhưng trong thực tế, cha mẹ có thể mong muốn món quà nào lớn hơn cho con mình hơn là sự hiện diện bên trong nó Lực Tạo hóa!

* * *

Trong một vài dịp, con gái của chúng tôi đã cảm nhận được Martin nói chuyện với cô. Điều này xảy ra khi cô đang yên tĩnh trước khi đi ngủ. Maria cảm nhận sự hiện diện của anh trai và nghe thấy anh ấy (bên trong) nói chuyện với cô. Anh ấy đã truyền đạt những thông điệp sau đây.

Trải nghiệm đầu tiên

Điều đầu tiên Martin nói với cô là thời gian của anh ấy ở đây đã kết thúc. "Anh không muốn em buồn. Em buồn vì em nghĩ rằng em sẽ không bao giờ gặp lại anh nữa. Tất cả việc em cần phải làm là cảm nhận sự hiện diện của anh và anh sẽ luôn ở bên cạnh em. Sự khác biệt duy nhất là em không thấy anh."

Sau khi tôi nghe thông điệp đó, khi tôi đang lái xe để đi mua đồ, tôi bắt đầu nói chuyện với Martin trong xe, tôi nói với con là tôi yêu nó rất nhiều và xin lỗi nếu tôi đã không là một người cha tốt như tôi có thể. Tôi làm việc này giống như con tôi đang

ngồi bên cạnh tôi ở ghế kế bên và tôi có thể vươn tay ra để ôm vai con tôi. Sau đó, tôi chợt nhận ra con tôi không có ở đó bằng thân xác, và tôi bắt đầu khóc. Tôi đã phải dừng xe lại.

Trải nghiệm thứ hai

Martin cũng đã nói với Marie rằng anh rất vui mừng khi chúng tôi đã tổ chức bữa tiệc cho anh vào Chủ Nhật ngày 7 tháng 2 tại Trung tâm Subud và rằng anh chưa bao giờ cảm thấy được yêu thương nhiều đến như vậy trong suốt cuộc đời của mình; và tình yêu đó là điều quan trọng nhất trong cuộc sống.

Marie đã nói với chúng tôi: "Con chưa bao giờ cảm thấy gần gũi với anh Martin như vậy. Con cảm nhận sự hiện diện của anh ấy và con cảm nhận sự yên tĩnh của anh ấy và latihan. Điều này cũng giúp con hiểu rõ người khác hơn. Và con cảm thấy rất gần gũi với gia đình của mình hơn, con cảm thấy điều này đã đưa chúng ta lại gần nhau."

Trải nghiệm thứ ba

"Anh Martin đã nói với con, điều anh ấy đang làm bây giờ là 'trả giá' cho những sai lầm của anh. Rằng việc nhận thức về những sai lầm của chúng ta rất, rất quan trọng. Thông thường, chúng ta biết mình hành động sai trái, nhưng sau đó chúng ta thường bỏ qua và tiếp tục lặp lại những sai lầm đó. Chúng ta cần dành thời gian cần thiết để yên lặng và nhìn lại cuộc sống của mình. Bởi vì nếu chúng ta không làm điều đó, thì thực sự là chúng ta đã 'Lãng phí thời gian'."

"Anh Martin cũng nói trong cuộc đời của anh ấy, anh ấy đã quá vội vàng, đáng lý anh nên dành thời gian để phân tích những điều xảy ra. Thời gian luôn có, để chúng ta sử dụng, nhưng chúng ta thiếu ý chí. Để yên lặng và nhìn lại cuộc sống của mình chúng ta không cần năng lượng, chỉ cần kiên nhẫn!"

"Anh ấy thường nói với con, anh không thể ở đây lâu, nơi đây quá nóng đối với anh ấy."

Trải nghiệm thứ tư

Marie kể lại: "Tôi hôm qua, con cảm nhận được sự hiện diện của anh Martin và anh ấy nói với con những điều sau đây: anh ấy cảm thấy khá hơn (anh thường nói như vậy). Latihan đã 'cứu rỗi' anh ấy; chính nhờ Michel (tôi) và Helsa tập latihan mà anh ấy đã được 'cứu rỗi'. Và rất quan trọng là cha mẹ nên tập latihan cho anh ấy, nếu có thể, mỗi tối trước khi đi ngủ; hoặc ít nhất là ngồi tịnh tâm một lúc."

Anh ấy cũng gửi cho con một thông điệp đặc biệt dành cho mẹ: "Hãy nói với Helsa, anh ra đi không phải để làm tổn thương mẹ. Thực sự rất quan trọng là anh phải ra đi."

Trải nghiệm thứ năm

Martin hiện đã biết nhiệm vụ chính của mình trong kiếp sau: tìm một người bạn đời

tốt cho mình.

Anh ấy hiện đã biết rằng Thượng Đế hiện hữu; rằng có một năng lượng, một lực sáng tạo, rất vĩ đại, vô cùng mạnh mẽ, thật tuyệt vời và đầy ánh sáng! Điều đó thật sự tuyệt vời đến nỗi chúng ta không thể tưởng tượng được. Và nếu chúng ta tin vào lực này và để lực đi vào trong chúng ta một cách chân thành, lực có thể hướng dẫn chúng ta, đưa chúng ta vào con đường đời của mình. Lực có thể lấp đầy chúng ta bằng ánh sáng.

Nếu anh ấy có thể cho lời khuyên, thì đó là "đừng bao giờ quên lý do tại sao chúng ta hiện hữu trên thế gian; mục đích cuộc sống của chúng ta là gì và luôn duy trì ý thức về sự rộng lớn này. Đừng để bị mắc kẹt vì những vấn đề nhỏ bé và vụn vặt của chúng ta. Điều này rất quan trọng và đơn giản, nhưng không dễ dàng như chúng ta trước đây.

"Chúng ta phải rất cẩn thận, luôn luôn đề phòng, ý thức về đời sống nội tâm của chúng ta. Chủ yếu, đừng kiêu căng. Chúng ta vẫn còn rất nhiều điều để học. Và chỉ có Thượng Đế mới biết tình trạng thực sự của mỗi chúng ta."

Trải nghiệm thứ sáu

"Martin nói với con, anh ấy có thể nhìn thấy những gì chúng ta đang làm bất cứ khi nào anh ấy muốn. Anh ấy cũng nói với con bây giờ anh ấy đã hiểu rất nhiều điều và anh ấy ý thức được về con đường của mình. Anh ấy hy vọng, chúng ta trong cuộc sống trên cõi đời của mình, sẽ có thể ý thức về năng lượng này, về Sinh Lực này và sẽ có thể tìm ra con đường thật sự của mình."

Một trong những 'lần thăm' cuối cùng của anh Martin, Martin đã nói với Marie, anh ấy đã tìm thấy sự 'yên bình', gia đình mà anh ấy sẽ chọn để chào đời lần nữa. Marie hỏi liệu cô có thể gặp lại anh không, và anh ấy nói là không. Trong các 'lần thăm' tiếp theo, càng ngày càng khó khăn cho Marie hiểu những điều Martin nói với cô cho đến khi những 'lần thăm' hoàn toàn chấm dứt.

* * *

Để kết thúc câu chuyện này, tôi muốn nói rằng con gái của chúng tôi đã thừa nhận với chúng tôi cô ấy cảm thấy hơi khó chịu khi truyền đạt những thông điệp này và cô ấy muốn biết chúng tôi cảm thấy thế nào về chúng. Cô ấy sợ chúng tôi nghĩ rằng những thông điệp này rất chủ quan. Nhưng cô ấy nói rằng Martin sẽ lặp lại những thông điệp của anh ấy cho đến khi cô chuyển chúng cho chúng tôi và anh ấy thường nói với cô: "Hãy nói với cha..." hoặc "Hãy nói với mẹ...". Dĩ nhiên, chúng tôi cảm thấy được may mắn có cơ hội nhận được sự an ủi như vậy, mặc dù cảm xúc của chúng tôi vẫn chưa hồi phục hoàn toàn.

Điều quý báu nhất trong tất cả, không thể tranh cãi, là sự hiện diện của bố mẹ và bạn bè cũng như tình yêu của họ mà chúng tôi đã cảm nhận từ ngày đầu tiên. Sự hỗ trợ này đã giúp chúng tôi vô cùng trong việc vượt qua sự mất mát đột ngột của chúng tôi, và chúng tôi chân thành cảm ơn tất cả họ tận đáy lòng.

Điều chúng tôi nhớ nhất vào thời điểm này là có thể nói về con trai của chúng tôi với những người biết anh ấy. Dường như không ai có ý định nói về nó với chúng tôi, có lẽ vì họ sợ đánh thức nỗi đau của chúng tôi. Nhưng điều đó không phải là trường hợp này; nói về Martin là một sự xoa dịu cho chúng tôi, giống như chúng tôi thấy được Martin ở bên cạnh chúng tôi trong vài khoảnh khắc. Chúng tôi cũng biết rằng Martin hiện đang rất bận rộn trong việc hoàn thiện bản thân.

François Michel Rousseau, May 1993

(Published in the June 1993 issue of SCAN, without Marie's experiences).

(Marie's experiences written in 1994.

General revision: 09-1995.

English translation revision: 09-2003).

General revision for Subud Voice SV. May 2012



phụ bản



Chạm trán cái chết...

Peter Jenkins

Đã có một số câu chuyện đáng chú ý về các hội viên Subud sống sót trong những vụ tai nạn xe hơi suýt chết người. Hai vụ hiện lên trong đầu tôi là; Simon Guerrand bị một tai nạn xe hơi suýt chết mà anh này sau đó mô tả là "điều tuyệt vời nhất từng xảy ra với tôi", và sau khi qua tai nạn anh đã có động lực thúc đẩy việc thành lập Quỹ Hòa bình Guerrand Hermes; Solihin Thom, người đã trở thành bác sĩ chỉnh hình (chỉnh xương) do suýt chết trong một vụ tai nạn.

Tập cuối cùng về Peter Jenkins trong loạt phim dài ba tập, anh ấy kể về sự chạm mặt hai lần với cái chết...



Peter Jenkins

Cách đây một thời gian, tôi đã đi đến quyết định có hai điều tôi cần phải làm. Để ổn định sức khỏe và nghiêm túc hơn với việc viết lách, và để đạt được hiệu quả này, Isti¹ (vợ) và tôi đã đăng ký một khóa cai nghiện 10 ngày tại một địa điểm ở Queensland và tôi ghi danh tham gia các hội thảo Lễ hội Nhà văn vịnh Byron.

Cơ sở cai nghiện nằm ở một nơi được gọi là 'Living Valley Springs' và nơi không cho phép mang thuốc lá vào cơ sở này, thế nên tôi đã đến đó sớm và giấu thuốc lá của mình dưới một tảng đá, ở cuối đường. Tôi nghĩ, nếu bị cơn nghiện hành hạ, tôi có thể chạy xuống đó để lén hút nhanh một điếu thuốc.

Sau khi tôi bước qua cổng vào nơi cai nghiện, kể từ đó tôi không hút một điếu thuốc nào nữa. Thật là một điều kỳ diệu, tôi chẳng bị khó chịu đau đớn gì cả

1 Từng là phụ tá quốc tế, đã qua Việt Nam.

mà nhin hút thuốc rất dễ dàng.

Sau khi xong khóa cai nghiện, chúng tôi trở lại Gunnebah đúng lúc để tham dự hội thảo SICA kéo dài bốn ngày. Trong thời gian này, chúng tôi thử nghiệm một chế độ ăn kiêng mới. Tôi cảm thấy tốt nhưng khá buồn ngủ. Tôi gọi cho cơ sở Living Valley Springs để nói với họ về chứng buồn ngủ này và họ nói, "hãy kiên trì ăn kiêng, cơn buồn ngủ rồi sẽ qua đi". Khi hội thảo SICA kết thúc, tôi bắt đầu dự ngày đầu tiên của hội thảo viết lách của các nhà văn.

Trên đường trở về, còn cách Gunnebah chưa đầy một dặm, tôi ngủ gật trên tay lái khi xe đang xuống dốc một ngọn đồi. Con đường dốc này cong về bên trái và xe tôi bay thẳng khoảng 70 thước, tôi thức dậy với túi khí bung ra và kính chắn gió nổ tung. Tôi bò ra khỏi xe, có người nào đó đi tới và gọi xe cứu thương. (Sau đó, anh ấy chỉ cho tôi thấy, nơi chiếc xe của tôi khi bắt đầu chuyển bay, đã bay giữa hai cái cây to lớn và lấy một khúc thân cây từ mỗi cây.)

Tôi không thể đứng dậy được, và xe cấp cứu đã đưa tôi đến bệnh viện, nơi họ khám thấy tôi bị dập một đốt xương sống. Dù vậy thật nhẹ nhõm khi tôi được đưa vào bệnh viện an toàn và được nằm trong phòng bệnh và sau cùng chìm vào giấc ngủ dưới tác dụng của thuốc giảm đau.

Cô y tá đang đo huyết áp cho tôi, thì đột nhiên có một tiếng động lớn vang lên. Tôi nhìn thấy cô y tá nằm trên sàn nhà cách đó vài thước, phần trên cơ thể cô lúc này đang nằm trong tay một gã đàn ông vạm vỡ, anh ta dường như đã phát điên và anh ta đang tiến tới chỗ tôi.

Tôi cố gắng dùng chân chống trả anh ta và hét lên: "Cứu tôi với!", và cuối cùng không có chuyện gì xảy ra, một cô y tá khác đến, nắm lấy tay tôi, kéo tôi ra khỏi giường và nói: "Nhanh lên!" Cô ấy đưa tôi vào một phòng khác để bảo vệ tôi. Thật không may, thật sai lầm khi tôi phải đứng dậy, với tình trạng gãy đốt xương sống. Trong phòng an toàn này, huyết áp của tôi giảm mạnh, tôi lại được đưa vào phòng chăm sóc đặc biệt nằm ba ngày.

Tôi không tìm ra được điều gì đã thúc đẩy gã đàn ông kia làm vậy hoặc liệu có bất kỳ phần tiếp theo nào của câu chuyện này hay không, nhưng vào tuần trước tôi đã đo và thấy tôi chỉ cao có 5 foot 95, trong khi trước đây tôi cao 6 foot. Vì vậy, tôi chợt nhận ra rằng việc bị kéo ra khỏi giường ít nhất có thể đã góp phần vào việc tôi bị mất đi nửa inch. Lần tới khi tôi lên đó, tôi có thể sẽ đến bệnh viện xem có báo cáo nào về việc này không.

Phải mất một thời gian tôi mới hồi phục lại sức khỏe sau vụ tai nạn, điều này đã cho tôi có rất nhiều thời gian để suy ngẫm về ý nghĩa sự việc. Tôi có nên nỗ lực nữa để cải thiện sức khỏe của mình và đảng hoàng hơn với việc viết lách nữa hay không? Chắc là không rồi.

Trong vòng mười hai tháng sau tai nạn này, tôi bị một tai nạn khác. Tôi đang lái xe cùng với Isti và chúng tôi đang chạy với tốc độ khoảng 75 cây số/giờ quanh một khúc cua trong khu vực chỉ cho chạy 80 cây số/giờ thì đột nhiên có một chiếc xe hơi

đang lao thẳng về phía chúng tôi. Vụ va chạm gần như trực diện. May mắn thay, hai xe đang ở vào một góc cua nhỏ và hai xe lao ra xa nhau. Những người chứng kiến cho biết, chiếc xe kia đã chạy quá tốc độ và đã vượt vạch đôi màu trắng giữa đường (cấm qua mặt).

Nhiều xe cứu thương hơn, một cho tôi, một cho Isti và một cho tài xế xe kia. Tôi lại phải nhập bệnh viện, với vết bầm tím nặng, gãy vài cái xương và gãy cả xương ức.

Vậy thì, những gì thực sự đã tác động lên tất cả những điều xảy ra đối với tôi? Giả thuyết của tôi là trong những vụ tai nạn này, là không có gì tình cờ cả. Chính xác, tôi hiểu đây là cách duy nhất để mở ra những phần trong tôi vẫn còn khép kín hoặc những phần còn đối kháng và cần được giải thoát.

Kể từ những tai nạn này, tôi dễ xúc động hơn trước rất nhiều. Tôi dễ khóc hơn xưa và tôi cảm thấy mình dễ bị tổn thương và cởi mở hơn về mặt cảm xúc.

Và còn một việc nữa. Trước tai nạn này, tôi thường phải đi chỉnh lưng cho thẳng mỗi năm một lần, phải đến gặp bác sĩ chỉnh hình khoảng ba lần để chữa trị. Nhưng kể từ tai nạn này, tôi không còn gặp vấn đề gì nữa cả.

Phần này đã kết thúc loạt phim ba hồi với Peter Jenkins.




phụ bản



Phép lạ

Esther Hải Anh

hi nói đến phép lạ, ta thường nghĩ ngay đến thần thông. Đó là việc hô biến hiện ra hay làm mất vật gì, bay bổng, khinh công, tàng hình, giao tiếp với cõi thần tiên hoặc chu du đây đó bằng năng lực đặc biệt... Người ta còn liên tưởng đến các loại bùa chú ở Tây Tạng, Ấn Độ, Thái Lan, Trung Quốc, Cambodia...

Trong bài viết này, tôi xin trình bày chút ít về cái gọi là sự khác lạ nhờ ân điển thiêng liêng trong đời sống latihan. Có người gọi điều này là thần thông. Sao cũng được, tôi nghĩ mình không nên quá chú trọng đến nó, chỉ nên một lòng quy thuận trong latihan mà thôi.

Tôi hoàn toàn không có ý ca ngợi các loại khả năng mà latihan mang lại. Đối với tôi, một người làm latihan nếu có điều gì khác lạ so với người khác là điều rất bình thường. Đâu có ai biết hết được tiềm năng con người. Latihan giúp khai mở những thứ có sẵn ở bên trong. Điều này giống như khi ta bị bệnh, uống thuốc được hết bệnh mà thôi.

Ngược lại, tôi nhấn mạnh sự an nhiên trước mọi biểu hiện, không tự hào cũng không sợ hãi, không tham đắm hoặc phớt lờ. Đó là thái độ nhìn thấy và nhận biết, biết rồi buông và tiếp tục học, học rồi sửa, sửa để tiếp tục tiến hóa. Đời sống tâm linh của người Subud không chỉ dừng lại ở một số khả năng nào đó. Đời sống của người Subud là đời sống hài hòa với đất trời, với vũ trụ, với vạn vật. Là đời sống tinh thức mỗi ngày mỗi giờ với bất cứ bài học nào dù hạnh phúc hay khổ đau xảy đến với mình.

Một số người tiềm ẩn một số khả năng mà người khác không có. Sau một thời gian luyện tập latihan, nhiều năng lực đủ duyên sẽ trỗi dậy theo hướng tích cực.

Chúng ta sẽ thay đổi công việc vì phát huy được năng khiếu thật sự của mình.

Có người cảm thấy mình thuộc về rừng, núi, sông, suối và rất hạnh phúc khi được sống nơi thiên nhiên hoang dã. Lâu dần, họ có thể cảm nhận, thậm chí nhìn thấy được năng lượng màu sắc, mạnh yếu tỏa ra từ các loài cây cỏ. Họ có thể giao tiếp được với các loài chim chóc và côn trùng.

Một số người có thể nghe thấy các loại sức mạnh ẩn nấp trong các bức tường, bàn ghế... kể chuyện về những thứ xung quanh.

Nhiều người biết được mình ở đâu, làm gì ở một vài kiếp sống nào đó. Họ cũng có thể đọc được tiền kiếp của những người khác.

Một vài người có thể đọc được suy nghĩ của người khác trong lúc gặp gỡ. Có thể nhìn thấy, nghe thấy được câu chuyện sắp xảy ra.

Có người ngồi ở nhà có thể hướng dẫn con cháu tìm được mộ của người em thất lạc mấy mươi năm trời ở một đất nước xa xôi. Họ vào latihan và thông báo chính xác địa chỉ, hình ảnh liên quan đến ngôi mộ cần tìm.

Một vị Subud lâu năm đáng kính trong một lần có thể đọc, trao đổi thấu suốt các loại giáo lý Hồi giáo, Ki tô giáo với một ông khách khi ông này đến bắt chẹt. Vị ấy khi bị bắt bẻ đã để mình rơi vào trạng thái latihan, rồi có thể đọc từng đoạn, từng dòng trong các kinh sách như những người nghiên cứu lâu năm. Trong thời gian đó, ông tu Phật và không biết một tí ti gì về các đạo trên.

Rất nhiều người được cứu khỏi các tai nạn nguy hiểm. Tôi xin kể một câu chuyện nhỏ thôi trong vô vàn trường hợp thú vị: Gần đây trong nhóm latihan Tiên Giang có một phụ nữ 70 tuổi được cứu từ vụ trượt té cầu thang. Nếu té thì khả năng chấn thương cổ, gãy tay gãy chân rất cao. Hôm ấy trời mưa. Khi trời vừa tạnh, bà bước xuống bậc thềm sau nhà để nhặt vài cọng rác. Bậc thềm cao 1,2m so với mặt đất. Vừa bước đến bậc thứ 2 thì bà trượt theo kiểu chúi đầu xuống vì chưa kịp vịn tay. Bất ngờ, một thế lực nào đó kéo đầu bà giật ngược ra sau, ấn mạnh vai bà ngồi xuống đất. Thoát khỏi nguy hiểm, bà càng trở nên tin tưởng vào latihan hơn.

Một vài người trong lúc tập latihan có thể xuất hồn thoát xác. Lúc ấy, họ thấy mình đứng từ đằng xa, hoặc bay lơ lửng trên trần nhà mà nhìn xuống thân xác mình đang làm latihan.

Có người gặp lại ông bà đã mất yêu cầu được khai mở latihan và đã khai mở cho họ.

Số ít người có thể trò chuyện với God của họ. Tôi tạm gọi các vị bảo hộ. Một người latihan có thể có một hoặc một vài vị bảo hộ. Khi cần, họ có thể giao tiếp với nhau bằng ý niệm hoặc lời nói. Một số lời nói sẽ xảy ra bất chợt trong những trường hợp cần thiết. Hoặc người latihan sẽ nhờ tư vấn một số vấn đề nào đó trong đời sống. Sự tham lam, sợ hãi, lo lắng... nói chung là các yếu tố tiêu cực không phù hợp để có được loại năng lực này.

Có người sẽ được hướng dẫn sửa sai, làm mới hoặc phát triển công việc của họ. Tất nhiên, điều này chỉ xảy ra nếu đó là loại công việc mang lại giá trị tốt đẹp cho người

khác.

Có người đạt đỉnh cao trong việc áp dụng năng lực mới của mình vào đời sống. Có người đạt được chút ít mà thôi. Có những thứ giá trị cao, và cũng có những điều rất vu vơ.

Các loại khả năng này do nhân duyên mà có, rồi sẽ cũng do nhân duyên mà mất. Chúng sẽ nhanh chóng được thay thế bằng các loại khả năng khác nếu ta chuyên cần rèn luyện latihan trên tinh thần sùng kính vĩ đại. Hoặc cũng có thể mọi thứ tan biến hoàn toàn không để lại một chút gì dấu vết gì hết. Cho dù dưới hình thức nào, tôi cho rằng chúng ta không nên nắm giữ bất cứ loại năng lực nào, cũng càng không nên tự hào, dù chỉ một chút xíu, về những gì mình đạt được. Cứ bỏ đi, quên đi và tiếp tục đi tới. Nếu là các bài học hay quà tặng từ thiêng liêng, chúng sẽ đến vào một thời điểm nào đó, và dĩ nhiên sẽ mất đi vào lúc cần thiết.

Một số trường hợp ngoài Subud áp dụng năng lực đặc biệt của họ để phát triển thành công việc nghiêm túc để chữa trị cho người khác. Ví dụ: các nhà trị liệu chuyên về hồi quy tiền kiếp thối miên bệnh nhân quay về quá khứ để tìm lý do bệnh tật, đau khổ, ám ảnh... ở kiếp này. Các nhà ngoại cảm dùng cái thấy cái biết để giúp đỡ người đã mất. Bà Barbara Ann Brennen và các thành viên trong Trường Chữa trị Barbara Brennan (BBSH) tìm ra các lỗ rách, vết thương, vết nhơ bám dính trên trường năng lượng bao quanh một người để chữa bệnh tinh thần và thể chất họ.

Tôi hi vọng sẽ sớm gặp được những vị Subud có thể đạt khả năng cao cấp. Có lẽ, nhiều vị đang cố ý giấu khả năng của mình. Đối với họ, khoe khoang không mang lại giá trị phát triển. Ngược lại, sẽ làm trì trệ quá trình đi về nhà với Đấng Quyền Năng.

Tôi cho rằng, phép lạ thật sự của ta phải là khả năng bình thản trước mọi biến cố. Là sự thoải mái an ổn trước mọi mất mát hoặc có được những gì ưa thích. Đó là khả năng dẹp bỏ được tham, sân, si, ngã mạn, nghi ngờ, tà kiến. Đó là khả năng ứng dụng tinh thần latihan (buông bỏ, quy thuận, chấp nhận, sùng bái, kiên nhẫn, yêu thương) vào mọi hoạt động trong đời sống hàng ngày, và trong suốt chặng đường dài hay ngắn của kiếp sống này. Đó là việc có thể sống tối giản với những tiện nghi vật chất vừa đủ. Đó là việc không dính mắc với bất cứ loại tình cảm, thói quen hay bất cứ thứ gì. Đó là khả năng sống có ích, thiện lành, bình an, hạnh phúc, đầy yêu thương với vạn vật... Nếu không rèn luyện những điều này thì các năng lực đặc biệt trên không còn ý nghĩa gì nữa.



phụ bản





Trải nghiệm của Machmud

Harris Smart



Machmud Fiedorowicz

Khoảng 20 năm trước, tôi đã xuất bản một cuốn sách tên là “Mười sáu bước”, một tuyển tập kinh nghiệm của các hội viên Subud. Thành thạo, mọi người vẫn đến gặp tôi và nói về cuốn sách này và chín trên mười lần, họ sẽ nhắc đến một đoạn cụ thể trong đó vì đã gây ấn tượng đặc biệt mạnh mẽ đối với họ.

Đoạn văn này xuất phát từ câu chuyện trong cuốn sách về Machmud Fiedorowicz mà người ta biết đến anh lúc đó là Rachmadi Fiedorowicz. Câu chuyện kể về việc anh lớn lên ở Newcastle-on-Tyne như thế nào và trở thành một người nghiện heroin, sau đó anh được một bác sĩ giải cứu ra sao, và sau này anh trở thành hội viên Subud như thế nào. Anh tiếp tục mô tả những năm đầu của anh trong Subud và một đoạn văn đã gây ấn tượng mạnh với rất nhiều người...

Vào đầu năm 1981, tôi trải qua nhiều khó khăn trong cuộc sống cá nhân và cảm thấy mình chẳng còn gì cả. Mọi thứ tôi làm dường như đã biến mất hoặc bị lấy đi.

Lúc đó, tôi trải nghiệm với một số phụ tá và nhận được rằng tôi nên làm việc tại một trang trại Subud ở Edinburgh.

Thế nên cuối tuần đó tôi du hành đến tòa nhà này. Lúc đầu, tòa nhà có nhiều người đến làm việc, nhưng dần dần người đến ngày càng ít đi, cho đến một ngày, tôi thấy chỉ còn mình tôi làm việc. Đó là một ngày rất lạnh và mưa như trút nước. Tôi đang đập bê tông bằng búa tạ. Tay tôi bị đứt, chảy máu và sưng lên. Tôi cảm thấy hết sức chán nản.

Tôi quyết định rời bỏ Subud vào thời điểm này. Tôi thấy chán Subud, chán Bapak, chán Hồi giáo, tôi vào phòng latihan nằm xuống ngủ, quyết tâm sau đó sẽ về nhà và quên Subud. Tôi giật mình thức dậy khi có tiếng gõ cửa.

Tôi mở cửa và không thấy ai cả. Tôi bắt đầu bị kích động nên đi tìm kiếm quanh trang trại xem có ai ở đó không, nhưng không tìm thấy người nào cả. Tôi sợ hãi quay lại.

Tôi ngồi một lúc ở đó và nhìn chăm chăm vào cánh cửa đang mở. Tôi thấy cánh cửa lay động như thể vì không khí đang nóng lên, nhưng tôi tự nghĩ chắc tại tôi nhìn chăm chăm quá mạnh. Sóng nhiệt dường như xuyên thẳng qua người tôi và rồi tôi nghe thấy một giọng nói. Giọng nói đó là của một người đã ở bên tôi suốt cuộc đời nhưng tôi gần như đã quên mất. Giọng rất bình tĩnh, rất nhạy cảm và rất bình thường.

Giọng nói đó vang lên: "Machmud, đứng dậy đi." Tôi đứng dậy: "Bây giờ hãy đưa tay lên trời. "Nói thật đi, thấy cảm giác thế nào?"

Tôi nói to: "Thành thật mà nói, tôi có cảm giác như đang giơ tay lên trời vậy". Tôi không thể nói nhiều hơn thế. Đó là tất cả những gì tôi có thể nói.

Giọng nói đó nói: "Bây giờ hãy cử động ngón tay của bạn, cảm giác thế nào?" Tôi đáp: "Tôi có cảm giác như đang cử động ngón tay vậy".

Giọng nói tiếp tục: "Ngón tay tiếp theo, cảm giác thế nào? Ngón tay tiếp theo..." Và rồi từng các bộ phận khác nhau của cơ thể của tôi.

Sau khi kết thúc, giọng nói đó nói: "Đây là latihan Kejiwaan, nó hoàn toàn bình thường: bạn chịu trách nhiệm về mọi chuyển động mà bạn thực hiện trong cuộc sống của mình. Latihan đã ở bên bạn 100% kể từ khi bạn được khai mở. Đừng chờ đợi được di chuyển, hãy di chuyển theo bất kỳ hướng nào bạn chọn. Latihan sẽ hướng dẫn bạn."

Sau đó có giọng nói: "Machmud, hãy trải nghiệm Susila." Ở đây tôi cảm thấy không có gì đặc biệt, chỉ đơn giản là bình thường và nóng nảy.

"Bây giờ hãy trải nghiệm Budhi." Có một sự khác biệt nhỏ. Tôi nhận thức được điều gì đó lớn lao hơn, điều gì đó bên ngoài bản thân mình.

Sau đó giọng nói nói: "Hãy trải nghiệm Dahrma."

Ở đây tôi trải nghiệm một sự khác biệt thực sự. Câu duy nhất tôi phải dùng để miêu tả là "không thể tin được" và tôi không thích dùng câu này vì tôi không thích cường điệu.

Tôi bắt đầu di chuyển quanh phòng, cố gắng hiểu mọi thứ tôi có cho latihan, cho đến khi không còn lại gì. Tôi muốn dừng lại, nhưng có giọng nói vang lên: "Hãy tiếp tục đi, tìm người, hỏi họ những gì họ cần và giúp họ tìm thấy thứ họ cần". Lần đầu tiên tôi cảm nhận được Machmud là ai.

Giọng nói đó nói: "Đây là Susila, Budhi, Dharma, Subud. Trong Kitô giáo, nó được gọi là Đức tin, Hy vọng và Bác ái. Susila là Chúa Jesus, một người có đức tin hoàn hảo, Chúa Con. Budhi là Quyền năng của Thiên Chúa Cha tràn ngập vũ trụ, mà trước đó bạn chỉ có thể hy vọng, và Chúa Thánh Thần là sức mạnh của tình yêu, lòng bác ái."

Sau đó giọng nói hỏi: "Machmud, có bao nhiêu Thượng Đế?"

Tôi nói: "Một." Và trở nên sợ hãi.

"Không, Machmud, hãy nói thành thật, có bao nhiêu Thượng Đế?"

Tôi trả lời: "Không có." Sau đó tôi cảm nhận: "Allah, Allah, Allah, đây là Thượng Đế, Thượng Đế là đây."

Cuối ngày hôm đó, nhiều người trong nhóm đến làm việc tại khu nhà và tôi nghỉ ngơi. Đêm đó tôi mơ về Bapak và cháu trai ông, Mas Adji. Bapak ngồi trong góc phòng với vẻ mặt tập trung. Có một luồng ánh sáng mạnh chiếu vào Bapak và căn phòng tràn ngập một cơn mưa vàng bao phủ Mas Adji và tôi. Mas Adji và tôi đang nhìn nhau và anh ấy nói: "Machmud, nói nhanh đi." Cả hai chúng tôi nói chuyện rất nhanh cho đến khi trở nên điên cuồng, chỉ nói lặp bặp.

Adji nói: "Đừng nói chuyện nữa. Hãy làm việc." Chúng tôi không biết chúng tôi đang làm gì. chúng tôi làm việc cho đến khi đổ mồ hôi.

Sau đó Mas Adji nói: "Bây giờ, Machmud, đừng làm việc nữa, hãy suy nghĩ đi."

Tâm trí của chúng tôi trở thành một, chúng tôi cùng lúc suy nghĩ giống nhau và chúng tôi cùng nhau thực hiện những động tác thích hợp cho suy nghĩ đó. Tôi bước vào trạng thái ý thức mà tôi không thể nhớ lại.

Tôi nhìn Bapak và thấy ánh sáng vẫn chiếu thẳng vào Bapak, nhưng mưa đã tạnh. Bapak mỉm cười và thư giãn. Tôi nhìn Adji và thấy ánh sáng đang chiếu thẳng vào anh ấy. Tôi nhìn lên trên và thấy một ánh sáng chiếu vào tôi. Khi nhìn lại Bapak, tôi cảm nhận: Bây giờ, cuối cùng tôi đã hiểu được điều gì đó.

Sáng hôm sau, là một người Hồi giáo, tôi thức dậy và bắt đầu cầu nguyện, nhưng tôi thấy mình không thể cầu nguyện theo cách thông thường. Việc cầu nguyện không thực hiện được vì tôi không thể sử dụng tâm trí của mình theo bất kỳ cách nào. Sau đó, tôi trải nghiệm bên trong mình âm thanh đếm rất chậm. Tôi không thể ngừng đếm. Tôi nghĩ tôi sẽ chết khi đếm.

Việc đếm cứ tiếp tục và tiếp tục. Tôi nghĩ việc này sẽ dừng lại ở 100, rồi 250, rồi 500, 750. Tôi bỏ cuộc và cuối cùng đếm đến 1001. Sau đó, tôi cảm nhận tôi không thể bỏ bê bất cứ điều gì trong cuộc đời tôi. Mọi điều nhỏ nhất đều thực sự quan trọng. Bạn không thể đi đến tận cùng cho đến khi bạn bao quát hết mọi thứ. Sau đó tôi nhận được một hiện ảnh giống như một bộ phim.

Đầu tiên có một số hòn đảo và tôi đi du hành qua các đảo này và nơi đó có rất nhiều trẻ nhỏ. Tôi bị các em vây quanh. Tất cả các em đều nhìn tôi và các em trông rất hạnh phúc. Tôi tự hỏi các em đang làm gì xung quanh tôi vì tôi không có gì để cho các em hay kể cho các em nghe. Tôi cảm thấy tất cả các em sẽ thất vọng khi biết tôi không có gì để cho các em.

Tôi nhìn thấy một cây cầu rất nhiều người di chuyển trên cây cầu này. Tôi thấy Bapak và Adji trên cây cầu này. Cả hai đều mỉm cười và cười vì những chuyện đang xảy ra. Tôi cảm nhận tôi sẽ đi du hành khắp thế giới, tôi sẽ làm việc gì đó với Adji và việc gì đó liên quan đến trẻ em hoặc thanh thiếu niên.

Câu chuyện tiếp tục mô tả Machmud đã đến Cilandak ngay sau đó và gặp Bapak như thế nào. Sau đó tại Đại hội Thế giới Anugraha năm 1984, anh được bổ nhiệm làm điều phối viên đầu tiên của Hội Thanh niên Subud mới thành lập.

Ngay lập tức Machmud thực hiện một chuyến đi vòng quanh thế giới để khơi dậy sự quan tâm của mọi người đến sự phát triển mới này. Trong quá trình anh ấy đến Melbourne. Ở đó anh đã có một bài nói chuyện tuyệt vời và Simone Melder, một hội viên trong nhóm, đã viết ra tất cả những gì anh ấy nói, kể cả đoạn văn vừa trích dẫn, và rất tốt bụng khi đưa đoạn văn cho tôi để tôi ghi vào cuốn sách của tôi.

Tôi tin Rachmadi hiện sống ở Indonesia, nơi anh ấy là một họa sĩ cực kỳ thành công (hoặc là một nhà mỹ thuật hình ảnh (visual artist)¹ như chúng ta thường nói ngày nay).

1 *„Mỹ thuật gia hình ảnh“ là một thuật ngữ không chính thức để chỉ người chuyên về việc tạo ra các hình ảnh, tranh hoặc các tác phẩm nghệ thuật. Một mỹ thuật gia hình ảnh có thể là họa sĩ, họa sĩ minh họa, nhiếp ảnh gia, nhà điêu khắc hoặc nghệ sĩ làm việc trong các hình thức nghệ thuật khác. Những nghệ sĩ này sử dụng khả năng sáng tạo của họ để tạo ra các tác phẩm nghệ thuật có tính thẩm mỹ và thường truyền đạt cảm xúc, thông điệp hoặc ý tưởng.*

Thuật ngữ „mỹ thuật gia hình ảnh“ không cụ thể và có thể áp dụng cho các nghệ sĩ trong nhiều lĩnh vực nghệ thuật khác nhau. Các nghệ sĩ có phong cách, kỹ thuật và cách thể hiện khác nhau, và tác phẩm của họ có thể được tạo ra trong nhiều phương tiện khác nhau như sơn dầu, acrylic, màu nước, nghệ thuật số, nhiếp ảnh và nhiều phương tiện khác.

phụ bản





Ibu Siti Sumari

Vài đoạn trong Hồi ức của Ibu Siti Sumari

Trích vài đoạn về người vợ thứ hai của Bapak trong 'Hồi ức của Ibu Siti Sumari'...



Ibu Sumari

Ibu Siti Sumari sinh ngày 17 tháng 2 năm 1906 tại Temanggung, Indonesia. Bà là vợ thứ hai của Bapak.

Người vợ đầu tiên của Bapak qua đời năm 1936, để lại cho ông bốn đứa con: Rahayu, Haryono, Haryadi và Hardiyati. Một người con trai khác là Suharyo (sinh ngày 20 tháng 3 năm 1922) mất năm 1935. Còn Haryadi sinh ngày 8 tháng 11 năm 1931, mất ngày 23 tháng 7 năm 1957.

Vào ngày 15 tháng 11 năm 1941, Bapak kết hôn với Ibu Siti Sumari, người được các hội viên Subud khắp thế giới biết đến với cái tên Ibu. (Thuật ngữ 'Ibu' được dịch sang tiếng Anh là 'mẹ'). Mbakju Rochanawati là con gái của Ibu Siti Sumari.

Ibu Rahayu (trước đây là Siti Rahayu) nhớ lại Ibu:

Tôi biết Ibu Siti Sumari là mẹ tôi, từ khi tôi mười hai tuổi. Khoảng bốn năm

trước đó, tôi được bà nội tôi, tức là mẹ của Bapak, chăm sóc sau khi mẹ tôi qua đời.

Bạn có thể hiểu rằng, đối với tôi Ibu Sumari là người mẹ trong gia đình chúng tôi, vì tôi còn quá nhỏ để nhớ về mẹ của mình. Ibu không vui nếu nghe ai đó nói chúng tôi không phải là con ruột của bà, vì mối quan hệ trong gia đình đã tạo nên tinh thần gia đình mạnh mẽ.

Ibu là một phụ nữ tân thời, nhưng sau khi kết hôn với Bapak, Ibu đã thay đổi rất nhiều.

Với sự ra đi của Ibu, tôi đã có một chứng nghiệm thâm sâu, tôi buộc phải chuẩn bị tinh thần để thực hiện nhiệm vụ của Ibu. Sau này, tôi biết jiwa hay linh hồn của Ibu hài lòng và hạnh phúc khi rời bỏ mọi thứ để bà có thể tiếp tục cuộc sống của mình ở một nơi chốn vĩnh cửu.

Halimah Cristy: Với tư cách là vợ của Bapak Ibu Sumari có nhiều vai trò quan trọng phải hoàn thành, trong thời gian Bapak lần đầu tiên giới thiệu Subud tới phương Tây. Sự thấu hiểu của bà về trách nhiệm của chính mình với tư cách là vợ của Bapak, với tư cách là mẹ đối với đàn con, là người phụ tá nữ đầu tiên trong Subud, là hình mẫu tinh thần nữ giới cho hàng ngàn phụ nữ mà bà đã khai mở, bà luôn luôn có tầm ảnh hưởng sâu rộng và luôn luôn dựa trên sự nhận thức toàn diện và sự chắc chắn tuyệt đối về sự thật và tầm quan trọng của latihan.

Khi chúng tôi bắt đầu nhận được những câu chuyện và hồi ức từ những người phụ nữ trên khắp thế giới chịu ảnh hưởng thâm sâu của Ibu, một cảm giác bắt đầu xuất hiện, qua hầu hết những lần gặp gỡ của chúng tôi với Ibu, dù dễ hay khó, dễ chịu hay không, về mối liên hệ sâu sắc bên trong với Ibu thông qua latihan. Giống như những đứa trẻ mới biết đi, chúng ta chỉ có thể ở trong những trạng thái nhận thức sâu sắc hơn này trong những khoảng thời gian khác nhau, thường là ngắn ngủi. Tuy nhiên, người ta có ấn tượng Ibu hiếm khi cho phép mình đi xa khỏi ý thức trách nhiệm thờ phượng Thượng Đế qua sự hướng dẫn của latihan.

Halina Pawl phỏng vấn Ibu Ismana và Ibu Hardiyati ngày 6 tháng 7 năm 1988 tại Seattle.

Halina: Lần đầu tiên chị gặp Ibu Sumari là lúc chị bao nhiêu tuổi?

Ibu Yati: Ibu là vợ thứ hai của Bapak. Mẹ tôi là vợ đầu tiên của ông, có lẽ tôi mới bảy tuổi. Tôi còn rất nhỏ khi bà lấy Bapak. Cho đến khi Ibu qua đời, chúng tôi luôn ở bên nhau như một gia đình và chúng tôi yêu thương Ibu, mọi người trong gia đình cũng vậy. Ibu dường như là mẹ của chúng tôi trong gia đình cũng như của mọi người xung quanh. Bà biết cách nói chuyện với những người trẻ tuổi và bà thật quyến rũ! Bà ngồi ở đâu đó và mọi người sẽ tụ tập lại, lắng nghe bà và chờ đợi nghe bất cứ điều gì bà sẽ nói.

Ibu Yati: Ibu có cách kể chuyện đặc biệt và giọng nói du dương.

Ibu Ismana: Ibu cũng thích hát. Bà thích những bài hát cổ điển. Tôi nhớ chúng tôi

đã đi xem những bộ phim như 'My Fair Lady'. Bà rất thích các bộ phim như vậy! Kể cả những bộ phim truyền hình...

Ibu Yati: Bà rất thích 'The Sound of Music'. Đối với một phụ nữ Java thời đó, bạn biết đấy, Ibu khá tân thời trong cách sống. Và bà thích có người chơi piano cho bà nghe. ..Bà có một trí nhớ tuyệt vời. Và bà rất yêu nấu nướng.

Ibu Ismana: Bà là một tấm gương sáng cho chúng tôi. Bà đã phục vụ Bapak như thế nào! Bà nấu nhiều món ăn và nói: "Nếu Bapak không thích món này thì Bapak sẽ có món khác".

...Một ngày nọ, bà nói với tôi "Chà, tôi sắp xa bạn." Đó là một tháng trước khi bà qua đời và tôi nói "Nhưng Ibu có nhiệm vụ phải đi cùng Bapak. Vẫn còn một chặng đường dài phía trước mà." Và bà nói: "Vâng, tôi nghĩ đã đến lúc tôi phải đi."

Nhưng vào lúc đó tôi cảm thấy rất gần gũi với bà, bất kể bà cảm thấy thế nào vào ngày hôm đó. Tôi cảm nhận được điều đó. Bà yêu thương tôi và tôi cũng yêu thương bà rất nhiều. Chúng tôi luôn nói chuyện cùng nhau.

Và rồi, khi bà ốm, tôi thực sự đã không nhận ra, vào cái đêm trước khi bà mất, bà đã nói chuyện với tôi khá nhiều. Tôi nghĩ có lẽ bà đã nói chuyện với tôi vì không có ai khác ở đó. Nhưng tôi không biết liệu bà có còn tỉnh táo hay không. Lúc đó bà nói về cách chúng ta nên cư xử như những phụ tá, những điều như thế, bạn biết đấy. Bà đã cho tôi rất nhiều lời khuyên vào đêm trước khi bà qua đời.

Tôi nhìn quanh xem có ai ở đó ngoài tôi không, nhưng chỉ có một mình tôi. Lúc đó là vào giữa đêm. Và sau đó tôi nghĩ chúng tôi nên về nhà và quay lại vào sáng sớm. Tôi nghĩ Ibu Yati cũng ở đó vào giây phút cuối cùng. Tôi nhớ Bapak nói Ibu sẽ khá hơn. Vào giây phút cuối cùng đó tôi có thể cảm nhận được điều đó!

Ibu Yati: Ibu rất, rất đặc biệt về việc khuyên phụ nữ chúng tôi hãy là phụ nữ. Nếu bạn nấu ăn, hãy nấu ăn một cách yên tĩnh, giống như bạn tập latihan, phục vụ chu đáo cho gia đình, cho chồng bạn, để được trở thành một người phụ nữ tốt. Và quả thực bà đã làm được điều đó. Bà nấu theo cách bà thích chúng tôi làm.

Ibu Ismana: ..Đôi khi Ibu nấu món gì đó, và bà gửi nó cho những người trong khu nhà và nói rằng cái này dành cho người này người kia. Bà dành sự quan tâm như vậy cho mọi người.

Ibu Yati: .. Bà thật xinh đẹp! Tôi nhớ Ibu từng nói: "Hãy cầu nguyện Thượng Đế từng giây phút trong cuộc đời bạn, để không bỏ sót dù chỉ một giây. Luôn ở trong trạng thái thờ phượng."

Ibu Ismana: ..Mỗi tháng chúng tôi có một buổi nói chuyện đặc biệt của Bapak và Bapak đã kiểm tra chúng tôi ...Đôi khi Ibu yêu cầu Bapak chơi gambang, một nhạc cụ của người Java. Sau đó chúng tôi nghe gambang của Bapak.

Julia Schusterman: Ibu là một người rất nhút nhát. Thật đáng ngạc nhiên nhưng bà thực sự là như vậy. Tôi nhớ có lần bà nói, „Tôi không ngại ngùng gì với chị, nhưng thật sự tôi rất nhút nhát“.

Laurencia Bednarski: Ibu không bao giờ ngại cười về bản thân mình. Một ngày nọ, bà nói với tôi - cười rất tươi - “Tôi phải kể cho chị nghe chuyện gì đã xảy ra với tôi. Bapak và tôi được mời đến dự đám cưới con gái của một người giúp việc già, người Indonesia. Bapak không muốn đi. Nhưng tôi muốn tham dự, nếu không gia đình người đó sẽ thất vọng. Tôi nhờ một cô giúp việc người Indonesia đi cùng và chúng tôi dùng taxi. Chẳng bao lâu sau, người tài xế taxi gặp khó khăn trong việc tìm nhà. Người tài xế đã tìm kiếm khắp vùng hơn một giờ đồng hồ và cuối cùng anh ta phải bỏ cuộc và đưa chúng tôi trở lại! Cả hai chúng tôi đều hiểu và cười về cuộc phiêu lưu của mình.”

Tiếp tục loạt bài về người vợ thứ hai của Bapak, Ibu Siti Sumari, với những kỷ niệm của các hội viên Subud quen biết bà...



Ibu Sumari với nữ hội viên ở Colombo - Sri Lanka

Bapak đang gọi tôi

Ibu đang kể cho tôi nghe những câu chuyện về Indonesia và về khí hậu. Tôi đang trao đổi những giấc mơ mà tôi đã có, và bà nói "Đúng, nó giống như vậy". Đột nhiên, bà nói với tôi: "Ồ, tôi phải đi bây giờ, Bapak đang gọi tôi."

Tôi không thể nghe thấy Bapak gọi bà. Bà đứng dậy, đi về phía cửa thì nhận ra rằng tôi đang thắc mắc tất cả những cuộc gọi này đến từ đâu. Bà quay lại và ngồi xuống cạnh tôi lần nữa và nói: "Chị biết đấy, khi Bapak gọi cho chị, nó không giống như khi chị gọi cho người khác. Bapak gọi tôi từ bên trong và Ibu đáp lại từ bên trong."

Và vì bà mất quá nhiều thời gian để giải thích điều này với tôi nên lúc đó đã quá muộn để bà đi gặp Bapak, và Bapak đích thân bước vào phòng và ra hiệu cho bà. Lusana Faliks

Ibu đã làm rất nhiều cho chúng ta

Ibu đã làm rất nhiều điều cho rất nhiều người chúng ta. Phụ nữ bắt đầu gọi điện để gặp bà vào khoảng 9 giờ 30 sáng và nếu Cilandak đông khách, họ sẽ đến suốt cả buổi sáng.

Ibu thường nghe bằng Bapak chơi gambang. Bà cũng thường mời một số phụ nữ tham gia cùng bà, có lẽ là để tập latihan.

Trí nhớ của Ibu rất dai và rõ ràng, khả năng nhận thức của bà rất sâu sắc.

Ibu lớn lắm- đủ lớn để có vẻ như có nhiều người phụ nữ trong một người. Có một Ibu là người giản dị, mẹ hiền, dễ gần và có một Ibu là người bạn tâm giao và là nhà ngoại giao. Và sau đó là một Ibu khác: một bà hoàng và nhiều hơn thế nữa - một người tràn đầy Quyền năng của Thượng Đế đến nỗi tôi dường như nghe thấy bà vào những lúc đó như thể từ một khoảng cách xa xôi, và tôi khó có thể chịu được khi ngược mắt lên nhìn vào mặt bà. Harlinah Longcroft

Hướng lên!

Trong một lần tập latihan, tôi đang ở cuối phòng và đột nhiên Ibu ở đó. Tôi quỳ gối trong tư thế rất thánh thiện, đầu cúi xuống sàn thờ lạy Thượng Đế. Bà nắm tóc tôi và kéo tôi đứng lên. "Đứng lên," bà nói, và bàn tay của bà thực sự nâng cầm tôi. "Đứng lên. Người phụ nữ đứng tôn thờ Thượng Đế. Hãy ngẩng đầu lên. Người phụ nữ tôn thờ Thượng Đế theo cách này." Roekmini House

Ánh sáng và sự ấm áp

Tôi được khai mở đúng lúc để có thể tập latihan với Ibu ở San Francisco vào năm 1968. Mặc dù nhắm mắt trong latihan, tôi cảm thấy căn phòng trở nên vô cùng nhẹ

nhàng, ấm áp và tươi sáng. Đó là một ánh sáng mạnh đến mức tôi mở mắt ra. Ibu ở giữa vòng tròn do tôi và một số phụ nữ khác tạo thành.

Ánh sáng và hơi ấm tỏa ra từ bà khi bà di chuyển! Tôi choáng váng và nhắm mắt lại nhanh nhất có thể, với cảm giác rằng hiện tượng này không xảy ra với tầm nhìn bình thường, và tôi cố gắng 'quay lại' với latihan của mình. Sau đó, ánh sáng và hơi ấm rời khỏi căn phòng, khiến căn phòng trở nên tối tăm và lạnh lẽo. Tôi biết điều đó có nghĩa là Ibu đã rời khỏi phòng, nhưng vì mới vào Subud nên tôi mở mắt ra để kiểm tra. Ibu không có ở đó. Halimah Cristy

Thực tế là trong lòng bà!

Một điều thú vị là khi tôi mới vào Subud, tôi rất hoài nghi... Tôi có hai trải nghiệm với Ibu, một trong số đó là tôi không định đến gần Ibu trong latihan. Tôi vào Subud khoảng sáu tháng và chúng tôi đang tập latihan. Ibu đang ngồi ở phía trước căn phòng. Tôi đi sang đầu kia của căn phòng để tránh xa bà.

Khi latihan kết thúc, bạn nghĩ xem tôi ở đâu? Thực tế là tôi đang ở trong lòng bà!
Indira Smith

Chắc chắn là Mẹ tôi

Lúc đầu, những ngày đầu, tôi không để ý nhiều đến Ibu. Tôi chỉ là một người rất nhỏ bé – trẻ, ngây thơ và bẽn lẽn. Đối với tôi, Ibu là một nhân vật khó hiểu – bí ẩn. Bà không gây ấn tượng nhiều với tôi, bà đã đến gặp tôi sau latihan thứ ba và nói "Latihan tốt đấy," và tôi cho bạn biết đó là một sự an ủi lớn! Ngoài những điều nhỏ nhặt, đó là cách liên lạc duy nhất của tôi với Ibu vào những ngày đó... tôi chỉ thực sự biết Ibu khi chúng tôi đến Indonesia vào tháng 1 năm 1962.

Khi Ibu và Bapak đến nghỉ cuối tuần, Ibu không hề để ý đến tôi. Rõ ràng là bà rất thích Leonora Coupis, chị này cũng ở đó, chứ không phải tôi! Vì vậy, trong nhiều năm, tôi biết mình là bụi bặm dưới chân Ibu và bà đã đối xử với tôi như vậy.

Và điều đó không sao cả, vì tôi có mối liên hệ tuyệt vời với Rochanawati và Bapak cũng như tất cả những người trẻ Indonesia khác cùng tuổi với chúng tôi. Thịnh thoảng, Ibu lại đến và đưa ra một số quy định với tôi. Vào thời đó, Cilandak không được trải nhựa đường, và vào năm 1962, ngôi nhà khách duy nhất ngập trong bùn! Tôi không thể chịu đựng được nơi này bị bẩn thỉu.

Ý tôi, đây là nhà của Bapak và Ibu! Họ không thực sự sống ở đó. Họ sống ở thị trấn và thường đến đây vào cuối tuần cùng với đoàn tùy tùng, người giúp việc và mọi thứ. Họ sống ở tầng trên, còn gia đình tôi và Leonora sống ở tầng dưới.

Tôi không chịu được bùn đất. Chó đã mang bùn vào, chân chó đã mang bùn vào nhà. Tôi lo căn nhà của Bapak bẩn thỉu nên tôi đã mất nhiều ngày để cố gắng ngăn thứ đất đỏ này vào nhà. Một ngày nọ, Ibu bước vào và bà nói "Salamah, chị làm bẩn nhiều hơn!" Tôi biết ngay bà muốn nói đến tâm trạng xấu của tôi! Tôi quá bức tức về

lớp bùn đất trong nhà Bapak nên tôi phải quét dọn! Tôi rất tức giận với những người đã vào nhà và làm cho căn nhà trở nên dơ bẩn, và tôi càng làm cho nó trở nên bẩn thỉu hơn bằng tâm trạng tức giận của mình!

Ibu chắc chắn là người mẹ của tôi. Bà vượt xa tôi trong vai trò người mẹ. Một ngày nọ, Ibu nói với tôi, "Salamah, chị có thể nấu được món gì nào?" Khi biết tôi ít biết nấu ăn, chính Ibu đã dạy tôi cách nấu ăn cho gia đình. Bà cho tôi nếm thử những món bà đang nấu và hỏi tôi thấy thế nào - ít muối? Quá nhiều nghệ? Và bà vỗ nhẹ vào vai tôi, cười khúc khích trước sự ngu ngốc của tôi, nếu việc nếm thử của tôi không 'đúng'. Hãy luôn cầu nguyện khi nấu ăn: "Thượng Đế ơi, Thượng Đế ơi, Thượng Đế ơi", bà nói. "Nhờ vậy dạ dày cũng cảm thấy ngon đó."

Bà gặp tôi và hỏi "Hôm nay chị nấu món gì cho Abdullah? Ngày mai chị nấu ăn thì tốt cho anh ấy hơn". Hoặc, "Chị thích dodol¹? Tôi đưa cho chị một ít để cho bọn trẻ." Salamah Pope.

Một người mẹ thực sự

Ibu yang mulia – người mẹ cao quý, Ibu yang tertjinta – người mẹ được yêu quý nhất – Ibu mà tôi thấy chính là Ibu jang tertjinta. Bà là một người mẹ tuyệt vời – một người mẹ thực thụ, tràn đầy lời khuyên và những lời nhắc nhở nhẹ nhàng hướng dẫn đường cho con cái. Bà liên tục cho tôi những bài học về cách cư xử, cách làm người phụ nữ; và lấy ví dụ về cách cư xử của chính bản thân bà.

"Tại sao chị không mặc quần áo đẹp? Chị phải làm cho chồng chị hạnh phúc," Ibu thân yêu – Tôi nhớ những lời khuyên đầy yêu thương của bà. "Hãy ngồi dậy!", một ngày nọ bà nói một cách bất ngờ. "Làm sao chị có thể nhận được tại đây (vỗ vào ngực tôi) nếu chị luôn ngồi uể oải suốt buổi?"

Về việc giúp đỡ người khác, Ibu cũng kiên quyết không kém. Bà nói: "Chị hãy giúp đỡ (tiền) cho những gia đình cần nó". "Sau đó, khi chị cần giúp đỡ, chẳng hạn như nấu các món ăn cho một buổi selamatan, chị có thể nhờ họ lại. Như vậy sẽ không còn nợ nần gì nhau." Salamah Pope

¹ *Dodol: (kẹo dẻo) là một loại món ăn truyền thống được phổ biến ở nhiều nước Đông Nam Á, đặc biệt là ở Indonesia, Malaysia, Phi, và Thái Lan. Đây là một loại kẹo ngọt, có cấu trúc mềm, nhéo và thường được làm từ các thành phần cơ bản như nước cốt dừa, đường, và bột gạo hoặc bột nếp. Dodol thường có màu nâu đậm và hương vị ngọt ngào.*



phụ bản



Một mình

Esther Hải Anh



hi mọi thứ thuận lợi, ta gần như ít có cơ hội tìm thấy những bài học hay cho đời sống nội tâm mình. Bệnh tật là một trong những cơ hội quý báu mà qua đó, ta sẽ phát hiện ra nhiều thứ rất chân thật về bản thân mình.

Bài học dưới đây diễn ra nhiều lần lắm rồi ở những lần ra vào bệnh viện hay đơn giản chỉ là những cơn ốm liệt giường. Nhân cơ hội trận đau mắt đỏ hãy còn mới tinh, trong trạng thái kèm nhèm lem luốc và có chút chiêm nghiệm về mối quan hệ nhân sinh, một lần nữa xin khăng định một trong những phép màu của tu tập chính là khả năng biết rằng trước sau gì ta cũng chỉ có một mình. Càng tu tập, càng kiên nhẫn tin tưởng vào con đường xả bỏ nhờ latihan thì ta càng cảm thấy rất thoải mái để chịu khi một mình. Chấp nhận trạng thái một mình một cách tỉnh thức là một bài học tuyệt vời giúp ta sống an nhiên trong cuộc đời này.

Tôi bị đau mắt đỏ. Cơn đau này đã được dự báo trước vì dịch đang phát triển mạnh tại địa phương. Đi đâu cũng thấy có người mắt sưng, đỏ, ngứa, nhầy nhụa. Nặng thì họ ở nhà và tránh tiếp xúc, nhẹ thì ra đường với đôi kính mát màu đen. Tuy nhiên, vẫn có một số trường hợp bất đắc dĩ vẫn ra đường với đôi mắt sưng húp. Ở trường học, mỗi lớp chỉ còn lèo tèo vài em chưa bị đau từ khi dịch bắt đầu tới giờ.

Bình thường, ta thấy mặt mũi mình cũng dễ coi, làm việc nhanh nhẹn tháo vát, dạy học dễ thương dễ mến, giúp trị liệu cho người này người nọ... Mỗi ngày, tôi thức dậy lúc 3:30 sáng và đi ngủ lúc 9:30 tối để bán cơm và dạy yoga. Tôi nghiện cái cảm giác tất bật, được tiếp xúc với nhiều người, được khen ngợi và có người lắng nghe theo dõi. Tôi hạnh phúc vì mình có giá trị với ai đó.

Dẫu biết trước rằng mình sẽ bị đau mắt đỏ, tôi cho rằng bị nhẹ thôi, chỉ tầm 1-2 ngày sẽ khỏi, công việc sẽ dở dang chừng ấy thời gian nhưng mà nó kéo dài đến 5 ngày. Trong những ngày này, tôi phát hiện mình có những thứ còn tệ hơn cả cơn

đau mắt đỏ:

Thứ nhất, tưởng mình có giá trị với ai đó.

Thứ hai, nghĩ mình có phước nên sẽ bệnh nhanh thôi.

Thứ ba, quá lệ thuộc vào niềm vui sở thích của người ta. Vui đâu làm cái này cái kia cho người ta để được người ta đánh giá cao. Tự mình giao cho người ta cái thòng lọng siết cổ mình mà trong lòng vui vậy đó. Thật là vô minh hết chỗ nói.

Thứ tư, tôi cũng nô lệ tiền bạc nữa. Bệnh thì cần phải nghỉ ngơi. Mà tôi thì lại ép mình phải hết bệnh sớm để sắp mặt lao vào làm việc kiếm tiền. Tôi thấy mình như con gà quanh quần cối xay, kiếm tìm những hạt thóc hạt gạo rơi vãi mà chẳng biết làm gì khác, chờ cho người ta đủ ngày đủ tháng đem ra làm thịt.

Cho tới ngày thứ 3, tôi bèn chấp nhận trạng thái thể chất và tinh thần của mình. Tôi quyết định buông. Chấp nhận nhìn khách hàng bỏ đi, chấp nhận bỏ mặc học viên và chịu mất tiền. Quan trọng nhất là, tôi chấp nhận luôn việc nhìn nhận thân thể mình như một mớ lắp ghép của những thứ hư hỏng, chuẩn bị hư hỏng và chờ ngày đem bỏ đi. Cái mặt sưng vù. Thoạt nhìn vào gương, tôi thấy một khuôn mặt chết chóc của ai đó chứ không phải là mình. Đôi mắt húp lên từ trên xuống dưới. Ghèn chảy lèm nhèm. Mình mấy cũng sưng phù, mềm nhũng... Nói một cách khác, tôi thừa nhận một cách rất ráo rảng tấm thân này chẳng khác nào một mớ rác xương thịt máu mủ... Điều này nói ra có vẻ tàn nhẫn, nhưng tôi cảm nhận vậy đó. Nhờ cảm nhận này mà tôi thấy rất thoải mái, gần như không còn dính mắc vào thân nữa. Giờ chỉ còn việc là bảo dưỡng cho nó được bao nhiêu thì bảo dưỡng, với mục đích là làm để có công cụ mà rèn luyện latihan và tu tập.

Cái cảm giác có giá trị với ai đó bị chặt đứt tận gốc. Thay vào đó là một bài học vô cùng thú vị về sự cô độc của mình trong cuộc sống này.

Trong gia đình, ai bệnh thì người đó chịu, người khác chỉ có thể mua dùm chút thức ăn và đồ dùng cần thiết chứ không thể đau thay cho mình. Chồng tôi thì luôn tìm cách tránh xa vì sợ bị lây. Mọi thứ trong nhà vẫn diễn ra sôi nổi như bình thường. Hai đứa nhỏ cũng đau mắt đỏ nhưng chỉ 2 ngày thì khỏi. Chúng vô tư hồn nhiên vui vẻ bên cạnh như thể mẹ không có bệnh gì hết. Có lúc nhắm mắt, tôi nghĩ nếu tôi biến mất khỏi cuộc đời thì gia đình này chẳng hề hấn gì cả. Đó là điều tốt cho họ, nhưng để lại chút thương hại trong tôi. Đây, cái cảm giác này chính là thứ mà bình thường tôi không thấy được. Chính là lối sống vì người khác để hưởng niềm vui nhân danh tình thương, nhưng đó là sự nguy trang cho sự tự thương hại bản thân. Thật ra tôi muốn họ đánh giá cao vai trò của mình. Cuối cùng thì, chỉ có tôi một mình gặm nhắm những cục ghèn, nổi cô đơn và thấy được sự thật vai trò của mình trong gia đình: không là gì cả.

Điều tương tự cũng xảy ra với những người trong công việc. Tưởng chừng người ta sẽ nhỏ chút lòng thương mình và mong mình sẽ sớm bắt đầu công việc trở lại. Thực tế, trong mấy chục người mà mình giúp đỡ, chăm sóc, dạy học mỗi ngày thì chỉ có vài người quan tâm. Nhưng mà, họ quan tâm theo kiểu: "Cô nghỉ cho hết tuần, tuần sau

đi dạy lại để khỏi lây cho người khác!" Điều này là bình thường thôi, ai ai cũng muốn bảo vệ bản thân và gia đình họ. Nếu không có mình thì họ chẳng làm sao hết. Họ sẽ tìm học ở những người khác, hoặc cách nào đó phù hợp với họ. Mình ra sức giúp đỡ họ chỉ vì mình muốn chứng tỏ năng lực để được khen ngợi. Trong cơn đau, tôi phát hiện ra chân lý: không ai cần mình hết, người ta chỉ quan tâm bản thân và quyền lợi của chính họ mà thôi.

Rất may, khi mà đang ở đỉnh cao của sự ngã mạn, Thượng Đế gõ đầu một cái đập, đủ tỉnh thức để dừng lại, để có thể thấy rằng trước sau gì ta cũng chỉ có một mình mà thôi. Lần này là cơ hội rất tốt để làm quen với sự già nua, bệ rạc, chết chóc tất nhiên của mình trong tương lai. Trước sau gì thì những thứ tô vẽ bên ngoài cũng trở nên mục nát, kể cả mặt mũi xinh đẹp này hay thân hình cân đối này. Rồi cũng sẽ tới ngày ai ai cũng trở nên xấu xí như thế. Khi tuổi già và bệnh tật kéo đến, tử thần gửi lá thư cuối cùng thì mình có son phấn, trang điểm kiểu gì thì cũng là một cục thịt mấy chục kg thối rữa.

Một lần, một vị thầy đáng kính nhắc nhở: Bạn có mặc bộ đồ 100 triệu, mang cái giỏ 200 triệu, đeo nhẫn kim cương 2 tỉ thì cùng lắm người ta chỉ nhìn bạn nhiều nhất 3 giây thôi. Trong mắt người khác, họ mới là người đẹp nhất, những gì họ có là đáng giá nhất. Điều này cũng giống như bao công sức, tâm huyết mình bỏ ra như muối bỏ biển, chỉ tạo giá trị nhất định, xong rồi thôi, mọi thứ theo gió cuốn đi... Chồng, vợ, con cái, cha mẹ, tài sản, danh vọng, quyền lực... sẽ không còn là gì hết khi mình chết đi.

Cuối cùng, bạn và tôi ai cũng chỉ là những kẻ độc hành với hành trang là vốn liếng tâm linh góp nhặt được trong cuộc đời này. Làm gì cho ai, làm bao nhiêu cũng được nhưng phải dành phân nửa cho mình, vun bồi nội hàm cho mình. Chỉ cần có biểu hiện cần buông là buông liền, nhiều tiền cỡ nào cũng bỏ. Làm gì thì làm, phải để tâm thả lỏng, rộng mở đón latihan trong từng việc làm. Chúng ta may mắn được Thiên Liêng ban cho hồng ân là latihan, là món quà tâm linh vô cùng hữu dụng nên phải nhớ luyện tập đều đặn để gói hành trang của mình được đầy đủ cho đời sau kiếp khác.



phụ bản



Đi Tây Nguyên

Esther Hải Anh



tranh Đinh Hải

Tôi đến Tây Nguyên lần đầu vào năm 2000. Lần đó, chúng tôi là những thanh niên tình nguyện Mùa Hè Xanh của trường đại học. Bao nhiêu nhiệt huyết tuổi trẻ của sinh viên năm nhất đổ dồn vào mảnh đất cao nguyên tổ quốc. Anh chồng và tôi bắt đầu yêu nhau cũng tại nơi này. Xong chiến dịch, đứa nào cũng đều hẹn ngày trở lại. Lần đó, chúng tôi đến với vai trò người bạn.

Mãi đến 23 năm sau, tức 2023 tôi mới có dịp trở lại. Lần này, tôi trở lại cùng với đứa con gái nhỏ, trong vai trò làm khách, là những người làm công tác thiện nguyện.

Từ trước khi nhận lời tham gia chuyển đi, tôi thường mơ thấy những đoạn đường dốc cong, thấy thung lũng với chi chít nhà bên dưới, thấy mình là một vị nữ thần đang đứng trên đỉnh núi cao nhìn về phía con đường như đang chờ đợi, thấy đoạn đường ven rừng nghiêng một bên do cơ cấu địa lý vùng núi... Từ khi nhận lời, những hình ảnh này lặp đi lặp lại,

có khi thay đổi vài tiểu tiết trong khung cảnh. Tất cả những hình ảnh này sau này đều có thật trong chuyến đi. Vị nữ thần mà tôi mơ thấy chính là Đức Mẹ Măng Đen. Tôi đã giật mình trước các hình ảnh đã trở nên quen thuộc trong các giấc mơ. Chứng nghiệm kiểu này không phải là lần đầu tiên nên tôi ghi nhận, để đó, biết vậy, rồi thôi. Tôi hiểu, Thượng Đế đang có mặt.

Đô thị Tây Nguyên thay đổi không ngờ, như người con gái vùng cao sở hữu nét đẹp trong sáng, mãnh liệt, cuồng nhiệt, hồn nhiên trở thành hoa hậu. Người ta tô vẽ cho nàng đầy đủ những trang sức mà người thành thị vùng đồng bằng có.

Tôi không thích nàng cho lắm. Tôi thương người em gái Tây nguyên ở các bản làng xa xôi mà chỉ có đi bộ hoặc đi xe thồ mới tới được. Tôi nặng lòng với em cách đây 23 năm, giờ quay lại tìm. Em thực sự vẫn như xưa. Vẫn ở đó, lem luốc, thô ráp, đói khát đến nao lòng.

Đoàn chúng tôi 38 người gồm các doanh nhân, giáo viên, nhân viên bảo hiểm, người bán hàng chợ, học sinh, sinh viên và trẻ nhỏ. Tất cả mọi người dù nhiều hay ít đều mang trong mình tấm lòng yêu đồng bào và muốn giúp đỡ họ chút lương thực cho qua cơn ngặt nghèo. Một chiếc xe tải 14 tấn chở riêng lương thực, quần áo, giày dép... Số hàng hóa còn lại nhét đầy vào mọi góc ngách của chiếc xe 50 chỗ chở đoàn người chúng tôi. Trước đó, một số tiền đã được chuyển đến nhà thờ để cha xứ và các sơ nấu bún và trứng luộc cho các em nhỏ.

Nơi đầu tiên chúng tôi ghé lại là nhà thờ Đăk Kơ Đem, huyện Đăk Hà, Kon Tum. Nhà thờ được các nhà tài trợ xây dựng tươm tất, rộng rãi, đầy đủ tiện nghi vật chất hiện đại, sẵn sàng tiếp đón các đoàn khách lớn nhỏ trong và ngoài nước. Cách đây 3 năm, nhà thờ chỉ là một gian tre nửa được cất tạm trên một mảnh sân rộng chừng vài chục mét vuông. Ở bên trong khi nhìn lên bầu trời xanh mà nhìn ngang thì thấy rõ rừng sâu. Một cơn mưa vô tình ghé qua thì từ cha tới con, từ thầy tới trò hứng trọn: ướt toàn bộ quần áo, bàn ghế, tập sách... Mọi người nháo nhào lo bảo quản các tài liệu sách vở, còn thân mình không quan trọng. Nhà vệ sinh thì chỉ là một cái hố nhỏ sâu chừng 30-50cm, ở trên có 2 miếng ván bé xíu cho người ta để 2 bàn chân lên, 4 bên được che chắn bởi đám cây cà phê rậm rạp và một vài manh bao rách rưới phủ quanh chỗ có cái gọi là kín đáo một chút.

Nhà thờ là niềm tự hào của cả huyện và tỉnh. Người vui nhất là dân ở các bản làng lân cận. Nhờ đó, họ có nơi để đến đông đảo vào mỗi cuối tuần và các dịp lễ lớn. Đám thanh niên có nơi lịch sự đẹp để hẹn hò và vui chơi. Nhà thờ mở rộng cửa 24/24 để giáo dân và người dân đến làm lễ. Đó cũng là nơi mà liên tục có các đoàn thiện nguyện đến gửi gắm chút tình xa. Ở một nơi xa xôi biên địa như vậy mà có một nhà thờ như thế này thì đúng là một hồng ân lớn.

Người dân ở đây gồm nhiều dân tộc bao gồm Kinh, Xê Đăng, Ba Na, Giẻ Triêng, Thái, Tày... Theo quan sát của riêng tôi, ở trong chốn xa xôi nơi núi rừng Tây Nguyên này, đa phần họ còn rất nghèo và dĩ nhiên là rất thiếu ăn.



ảnh Hải Anh



Nhiều em được nhà thờ bảo bọc, nuôi nấng và cho ăn học.

Chúng tôi hẹn các cháu nhỏ và người dân lúc 2 giờ chiều. Ấy vậy mà, 4 giờ sáng rất nhiều người đã có mặt chờ đợi. Hầu hết họ không có gì vào miệng từ lúc có mặt cho tới khi được phát thức ăn. Khi chúng tôi đến nơi, khắp các ngõ ngách của nhà thờ đều chật kín, theo nghĩa đen, các em nhỏ từ sơ sinh cho đến thanh thiếu niên, các bà mẹ, bà nội bà ngoại, một ít ông bố và ông nội ông ngoại. Rất nhiều đứa eo sèo trên lưng địu vải của các chị lớn hơn vài tuổi và của các mẹ còn rất trẻ. Tôi hỏi người mẹ 23 tuổi được mấy cháu, em bảo 5 đứa rồi, và chưa có ý định dừng lại. Cha xứ bảo chính quyền địa phương đã làm nhiều cách để động viên họ kế hoạch hóa gia đình nhưng hầu hết đều thất bại. Nhiều gia đình rất nghèo mà lại có 8 hoặc hơn 10 đứa con. Có ông bố mạnh miệng tuyên bố là hai bàn tay có mấy ngón thì ông có nhiều con hơn, chưa tính 2 đứa chết rồi. Bởi vậy, Tây nguyên có nhiều mái ấm tình thương, trong đó không ít trẻ đến từ các gia đình đông con, cha mẹ không có khả năng nuôi nên đem đi bỏ.

Có khoảng hơn 2000 trẻ tại sân nhà thờ và gần 500 người lớn. Có đứa mũi dãi lòng thòng, tóc tai vàng cháy sợi buộc sợi buông. Móng tay móng chân đứa nào đứa nấy đen ngòm bởi bụi đất, nhựa cây, lọ nhồi hoặc đủ thứ chế phẩm trong nhà ngoài rừng. Những đứa tuổi thiếu niên biết chăm sóc ngoại hình thì nhìn tươi tắn hơn, gọn ghẽ và sạch sẽ.

Rất nhiều em được cấp sách đến trường. Trong số đó, một số gia đình khá giả có thể cho con em mình học hết cấp 3 và vào đại học.

Thức ăn là bún do nhà thờ chế biến sẵn được nấu nóng lên, cho ra hộp và phát hết sạch cho tất cả mọi người. Đám người chúng tôi chia ra nhiều nhóm nhỏ. Mỗi nhóm phụ trách một khâu: hướng dẫn, nhận hộp, phân bún, múc nước lèo. Ngoài ra, mỗi đứa trẻ được nhận thêm 2 quả trứng gà luộc; một phần bánh kẹo các loại; một phần quà đủ thứ gồm nón, giày dép, quần áo, vở, đồ chơi, thú nhồi bông, balo... Người lớn mỗi người nhận một phần quà gồm: quần áo; mũ; mền; cá khô; gạo, các loại gia vị dùng trong nhà bếp như nước tương, nước mắm, bột ngọt, muối, đường...

Thương lắm! Từ người lớn đến trẻ con ai nấy đều rất trật tự. Mọi người xếp thành nhiều hàng dài dày đặc và kiên nhẫn chờ đợi. Có rất ít sự giành giật, chen lấn hay tham lam. Tôi thật sự ngưỡng mộ thói quen này của họ. Tôi cũng rất thán phục sự sắp đặt của cha xứ, các sơ và một số người dân tộc làm công tác tình nguyện tại địa phương.

Đám trẻ con trong đoàn chúng tôi cũng lao vào góp công góp sức rất nhiệt tình. Thời tiết cao nguyên mát mẻ, thỉnh thoảng có vài cơn mưa nhẹ. Vậy mà bọn trẻ thành thị và đám tình nguyện chúng tôi mồ hôi mồ kê nhễ nhãi, gần như kiệt sức sau khi những người dân tộc cuối cùng rời khỏi nhà thờ. Điều này chứng tỏ sức chịu đựng của chúng tôi thật ra rất kém. Không hề thấy một đứa bé nào trong số hơn 2000 đứa nhỏ cao nguyên này có vẻ tròn trịa chứ nói gì đến béo phì. Tuy nhiên, sức chịu đựng, sự dẻo dai và sức mạnh của chúng thì bản thân tôi cực kỳ thua xa và vô cùng ngưỡng mộ.

Tôi nhớ như in cách đây 23 năm, khi bọn sinh viên hừng hừng khí thế chúng tôi tham gia với vài thanh niên địa phương đi vào tận rừng sâu để ngắm thác. Lúc đó chúng tôi ở xã Đak Choong, Dak Gle, Kon Tum. Chúng tôi khởi hành đi lúc 9 giờ sáng, vào tới nơi lúc 1 giờ chiều, bắt đầu ra khỏi rừng lúc 3 giờ chiều và về đến làng gần 8 giờ tối. Thác và suối Nước Mỹ (một vị trí gần biên giới Việt – Lào) cách Đak Choong không xa lắm nhưng những đôi chân miền xuôi yếu ớt, tập tễnh leo núi, xuyên rừng thì đường gần hóa xa xôi. Mặc dù có gậy, không ai trong đám sinh viên không bị té. Đường trơn trượt. Mưa rừng thì nhau hò hện. Vắt và đĩa giành nhau bám dính lên tay chân mình mẩy. Chúng tôi còn một nhiệm vụ nữa là tìm kiếm một ít sợi mây và tre già về làm nhà cho một hộ gia đình neo đơn tại làng. 3 giờ chiều rừng bắt đầu trở nên âm u và trời tối rất nhanh. 3 giờ trong rừng Tây nguyên như thế 6-7 giờ tối tại một làng quê Nam bộ. Chúng tôi nhanh chóng trở nên đau chân, phỏng rộp, đau vai, nhức tay, mỏi lưng, lết từng bước mệt nhoài với vài cây tre được kéo lê theo và chút dây mây. Đám thanh niên địa phương mỗi người mang vác gấp 5 lần người khỏe nhất trong chúng tôi. Riêng đứa bé gái 8 tuổi ốm nhom ốm nhách cứ hay lẻo đẻo theo đoàn thì mang gấp 3 lần tôi, đôi chân nhanh thoăn thoắt vượt lên trên và thỉnh thoảng còn giúp đẩy tôi về phía trước. Khi về đến nơi thì trường làng đã chuẩn bị đầy đủ tre mây để làm nhà rồi! Mọi thứ bày đầy tại sân sinh hoạt chung của đám sinh viên. Không biết ông lấy ở đâu ra, hồi nào, bằng cách nào mà mới sáng đó tôi có thấy thứ gì đâu!

Các hoạt động tương tự cũng diễn ra ở một địa phương khác thuộc Kon Tum, tại nhà thờ Kon Rơ Bàn. Ở đây, vì trời mưa, bản làng phân bố xa nhau nên nhà thờ chia ra thành 2 nhóm tập trung. Nhóm 1 ngay tại trung tâm 4 làng cách nhà thờ khoảng 20km. Nhóm 2 ngay tại nhà thờ. Tổng số trẻ em và người lớn gặp chúng tôi có ít hơn nơi đầu tiên một chút.

Điều mà tôi trần trở mãi là ở những vùng biên địa như thế này, người dân ít có cơ hội tiếp cận văn hóa, văn minh, giáo dục hiện đại. Tôi quan sát thấy những người nhận quà, bao gồm trẻ em và người lớn dường như đã quen với sự xuất hiện của các nhóm thiện nguyện. Họ quen nhận rồi. Họ khao nhau rằng nhóm này quà nhiều, quà ngon hơn nhóm khác. Mặc dù đều là công dân của một đất nước, giữa họ và chúng tôi tồn tại một khoảng cách xa kỳ lạ. Tôi không muốn điều này nhưng rõ ràng là như vậy. Những người dân bao giờ cũng tập hợp thành nhóm xa chúng tôi, trừ những lúc nhận quà. Bên này cũng không thể nào xấp vô vồn vã với bên kia được. Cả 2 bên gần như không thể hỏi thăm quan tâm như những người trong một cộng đồng. Cho và nhận. Thật đau lòng. Thật xa cách. Cơ hội thoát nghèo và phát triển bền vững xem ra khó vô cùng so với việc đẽ chữa và mù chữ. Những cố gắng giúp đỡ của các nhóm tình nguyện giống như đem muối bỏ biển, chỉ có tác dụng thổi vào sa mạc những lọn gió bé xíu.

Nhóm GHN tại Việt Nam đang tìm cách xây dựng các cộng đồng đọc sách, đưa các loại sách hay đến những nơi xa xôi, hẻo lánh tại các tỉnh thành trên cả nước. Nhóm người mục tiêu của họ là trẻ em tại các trường học. Trẻ em sẽ được đọc các loại sách về đạo đức, trí tuệ, nghị lực, các tấm gương vĩ nhân trong và ngoài nước, và toàn thể những kiến thức bổ ích để phát triển trí tuệ quan trọng khác mà hệ thống giáo dục đào tạo chính quy không có. Hiệu trưởng và các thầy cô giáo tại các trường tự nguyện này cam kết thực hiện rất ráo mục tiêu giúp đỡ các em trong công cuộc phát triển này. Họ vừa là người đọc, phát triển cộng đồng đọc và hướng dẫn các em đọc. Nếu duy trì đúng, tầm 10 năm nữa, nhóm trẻ này lớn lên tất nhiên sẽ giúp thay đổi diện mạo địa phương nghèo của chúng. Hiện họ đã thực hiện thành công nhiều dự án như thế này và đã mang nhiều sách đến những nơi mà chính quyền địa phương có thể giúp đỡ. Tuy nhiên, các vùng tại Tây nguyên chưa có tên trong số các địa phương tham gia dự án.

Tây nguyên cứ gầy nhom mà dẻo dai như vậy đó. Mong lắm, mong một ngày nào đó toàn thể Tây nguyên thay da đổi thịt, thoát đói thoát nghèo. Mong ánh sáng văn minh soi rõ tận cùng rừng sâu núi thẳm.



phụ bản

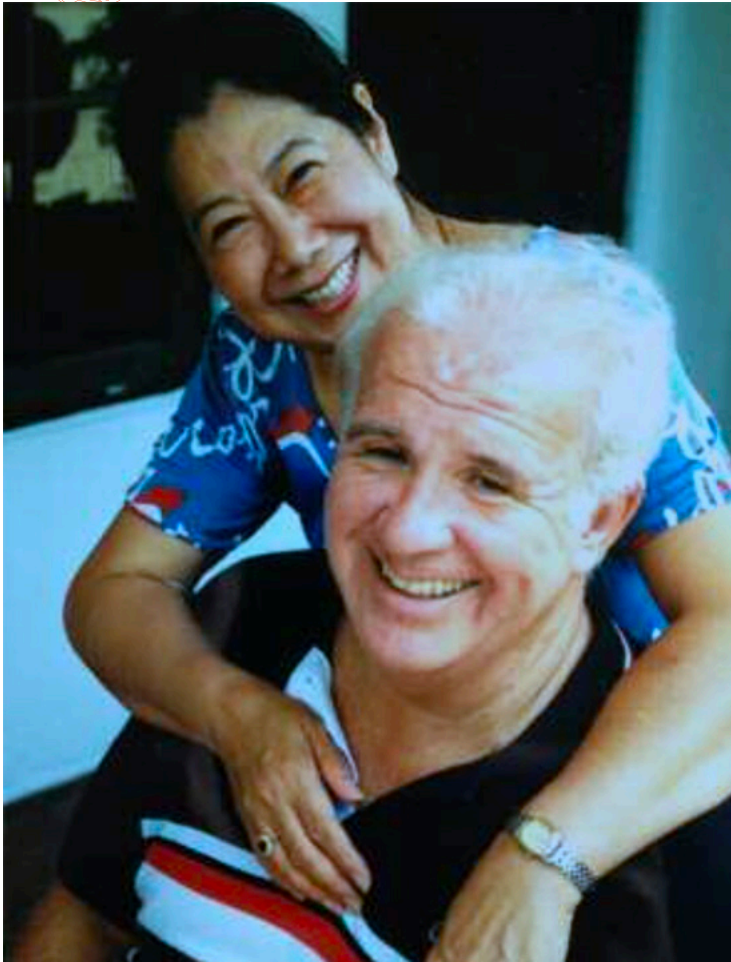


Tưởng nhớ Luqman McKingley

17.6.1944 – 3.10.2012



Luqman McKingley đã qua đời. Gần đây anh được chẩn đoán mắc chứng bệnh nhược cơ và đã phải ra vào bệnh viện vì căn bệnh này. Đang chuẩn bị đưa anh đến bệnh viện một lần nữa thì anh ra đi. Luqman mất vào ngày 3 tháng 10 năm 2012 tại Jakarta, lúc 11:25 sáng. Anh được chôn cất vào buổi trưa ngày thứ sáu tuần sau đó, gần Bapak ở Suka Mulia.



*Luqman và Muryati McKingley.
(Ảnh được cung cấp bởi Latifah Taormina, Chủ tịch SICA)*

Latifah Taormina viết...

Luôn sáng tạo, luôn có tầm nhìn xa trông rộng, luôn tuyên bố sự kỳ diệu của latihan, luôn tận tâm với Bapak.

Là một người có tầm nhìn sáng tạo đa tài, Luqman có lẽ đam mê nhất trong việc truyền tải những lời của Bapak và Ibu đến với người khác - trong thời gian thực sự - và trong việc trình bày những buổi nói chuyện và sự kiện với sự tao nhã và tôn trọng mà anh cảm thấy chúng đáng được có.

Subud World, All of Mankind, Adam and His Children¹, The Light of Christ, Journey Beyond the Stars², Zone One News, và toàn bộ việc dịch bài phát biểu cho các hội viên bên cạnh những bản dịch cuối cùng của các bài nói chuyện.

- 1 Halimah Bùi Thị Thùy đã dịch
- 2 Minh Thần đã dịch

Cảm ơn bạn, Luqman.

32 Erskine Street ở Sydney, Adi Puri ở Wisma Subud, và bây giờ là Suka Bahkti, nơi các anh chị em Subud có thể được an táng cạnh Suka Mulia. Cảm ơn bạn, Luqman.

Luqman, người tiên phong ngành công nghiệp hoạt hình ở Indonesia với Anima Indah, người đã tưởng tượng phần lớn sự đổi mới của cảng Darling ở Sydney bằng Thiết kế và Công nghệ Sáng tạo (CDT), người đã mơ về du lịch sinh thái dưới tán rừng rậm Kalimantan vào những năm 80, người đã tưởng tượng ra các khách sạn theo chủ đề và chương trình truyền hình tương tác trước khi chúng xảy ra, người luôn đi trước đám đông, mơ về điều gì sẽ xảy ra.

Lần đầu tiên tôi gặp Luqman ở Skymont khi Bapak đến thăm. Nhưng tôi không thực sự biết anh ấy, cũng như người vợ đáng mến Muryati của anh ấy, cho đến năm 1972 trong chuyến viếng thăm của Bapak tới San Francisco - ngay trước khi họ kết hôn. Đó là lúc tôi biết Luqman, người thích kể chuyện, giả giọng nói ngớ ngẩn và khiến tất cả chúng tôi đều cười. Chúng tôi gặp lại với nhau ở Cilindak, nơi chúng tôi trở nên như một gia đình và tôi trở thành một phần của Anima Indah.

Sau đó, tôi có vinh dự được làm việc với Luqman để ghi âm các đoạn băng nói chuyện cho Toàn thể mọi người và sau đó vẫn ở CDT ở Sydney để ghi âm nhiều hơn cho Zone One News. Có lẽ điều tuyệt vời nhất là tại CDT, tôi được tham gia vào nhóm biên soạn Journey to the Stars (Hành trình tới các vì sao) và cuốn sách chronicled Bapak's last days (ghi lại những ngày cuối cùng của Bapak) - và những bài nói chuyện cuối cùng - Remembrance (Tưởng nhớ).

Luqman đã viết cho tôi một dòng chữ dài trong cuốn Journey của tôi. Đây là một đoạn mà bây giờ tôi nói lại với anh ấy, với tình yêu và lời cảm ơn:

"Tôi cầu nguyện bạn sẽ được ban cho chuyến hành trình trở về nhà trên thiên đàng vượt qua những vì sao - đến một nơi thực sự tương xứng với những điều kỳ diệu và tốt đẹp nhất mà bạn đã làm trong đời cũng như những điều tuyệt vời và tốt lành bạn đã cảm nhận và nhận được trong sự thờ phượng Thượng Đế và sự hiến dâng của bạn cho Eyang (Bapak) và Subud."

Cảm ơn Luqman Lateef Keele McKingley, bạn đã làm việc rất chăm chỉ để thực hiện lời hứa mà bạn đã đưa ra với Thượng Đế. Xin Thượng Đế ban phước lành cho bạn và gia đình bạn, khi tất cả chúng ta tiếp tục tận hưởng nhiều món quà mà bạn dành cho tất cả chúng ta:

Tôi gửi kèm theo bức ảnh anh gửi nhân dịp 1000 ngày của Muriyati (ở trên). Hình ảnh đáng yêu của hai người.

Như Luqman có thể đã nói, bây giờ chúng ta hãy cầu nguyện cho linh hồn của Luqman: xin Thượng Đế sẽ tha thứ cho mọi tội lỗi và sai lầm của Luqman, đồng thời ban thưởng cho anh vì nhiều việc làm tốt của anh và ban cho anh một ngôi nhà và nhiệm vụ cao quý ở Đời sau.

Và xin Thượng Đế phù hộ và che chở gia đình anh: Sahlan, Mahrus và Nuraini; Elia, Agnes, Emmaline, Harlan và Rohana.

Rohana Fraval nhớ...

Tôi luôn nhớ đến Luqman là một người tốt bụng và chu đáo. Đó là ấn tượng đầu tiên của tôi về anh ấy ở Cilindak vào năm 1969. Khi nghe tin có hai thanh niên từ Anh đến dự lễ Ramadan và cả hai đều bị ốm nằm trên giường, anh ấy đã đến thăm và khuyến khích chúng tôi.

Anh ấy nói chuyện rất nhẹ nhàng và cho chúng tôi biết anh là nhà làm phim tài liệu đến từ Hoa Kỳ. Điều tôi ấn tượng nhất là mái tóc hoa râm đáng kinh ngạc của anh. Anh còn rất trẻ và gầy.

Sau đó, anh đến Egham và thuê một ngôi nhà gần đó. Anh định dính tham gia Anugraha. Giữa ngôi nhà của chúng tôi ở Egham và sau đó chuyển đến Windsor, anh thường xuyên đến thăm, đôi khi mang theo đồ giặt của mình. Một trường hợp khắc sâu trong trí nhớ của tôi là Luqman ngồi cạnh chồng tôi và đột nhiên anh hỏi tôi liệu tôi có thể nhìn thấy một người nhân từ to lớn đang ngồi phía sau anh ấy không. Ít nhất thì tôi cũng giặt mình. Có lẽ anh ấy thấy được còn tôi thì không.

Anh nói chuyện rất nhẹ nhàng và cho chúng tôi biết anh là nhà làm phim tài liệu đến từ Hoa Kỳ. Điều làm tôi ấn tượng nhất là mái tóc hoa râm đáng kinh ngạc của anh ấy. Anh ấy còn rất trẻ và gầy.

Có một số câu chuyện về Luqman. Trải nghiệm của tôi với anh ấy luôn đầy ắp tình cảm. Nhiều năm trôi qua, chúng tôi quyết định đến Úc. Đó cũng là thời điểm tất cả chúng tôi sắp đến Indonesia. Chuyến bay của chúng tôi từ Melbourne phải kết nối với Sydney. Khi chúng tôi đi dọc hành lang dài đến cổng khởi hành, lần đầu tiên sau khoảng mười lăm năm ở Úc, tôi nhìn thấy Luqman đang đi bộ cùng đoàn tùy tùng theo sau.

Tôi gọi anh ấy. Anh mập lên rất nhiều nhưng vẫn có thể dễ dàng nhận ra. Trước sự ngạc nhiên của những người tùy tùng, anh quay lại và gặp tôi nửa đường với một cái ôm thật chặt - sự ấm áp và tình cảm của anh không hề thay đổi.

Luqman có một trái tim rất rộng lượng. Khi còn là Chủ tịch Susila Dharma ở Úc, tôi đã viết thư xin quyền góp cho một thanh niên Subud đã chết một cách bi thảm. Ngay lập tức tôi nhận được một tấm chi phiếu lớn cho đám tang. Điều đó chỉ tóm tắt sự bí ẩn của Luqman.

Tôi sẽ luôn giữ anh trong trái tim mình bằng tình yêu và sự ấm áp. Tôi cầu xin Thượng Đế Toàn Năng ban thưởng cho những việc làm tốt của anh ấy và tha thứ cho những tội nhẹ của anh. Có thể anh sẽ được đoàn tụ trong niềm vui với người vợ yêu dấu Muriyati.

Hãy yên nghỉ nhé, Luqman thân yêu.

phụ bản



Ngôi nhà Subud mới ở Durham, Bắc Carolina

Ivan Kohar Parra



Subud Durham

Hội viên Subud đầu tiên của Durham đến đây là từ Canada vào năm 1995 để bắt đầu lấy bằng tiến sĩ tâm lý học tại Đại học Duke. Chị tập latihan một mình trong căn chung cư của mình. Sau đó một cặp vợ chồng Subud chuyển đến khu vực này. Cặp vợ chồng này có một nhà kho ở sân sau của họ và, vì không có lựa chọn nào tốt hơn, cả ba bắt đầu tập latihan ở đó với đàn kiến, nhện và các loại côn trùng khác ở trong đó.

Bất chấp những điều kiện bất lợi này, các hội viên vẫn tiếp tục tập latihan. Sự siêng năng của họ đã được đền đáp. Từ năm 2000 đến năm 2012, nhóm đã phát triển gần gấp 10 lần khi có những người mới đến và con cái của các hội viên yêu cầu được khai mở và khi các hội viên Subud khác chuyển đến Durham từ ngoài tiểu bang. Để đáp ứng sự gia tăng này, Subud Durham đã thuê chỗ tập trong một nhà kho, sau đó là một căn phòng đầy đủ tiện nghi gắn liền với garare, và cuối cùng là những văn phòng

trống trong một tòa nhà ở trung tâm thành phố.

Bốn năm trước, nhóm chúng tôi đã trải nghiệm với các phụ tá Subud miền, quốc gia và quốc tế đến thăm và nhận thấy rằng tầm nhìn dài hạn đúng của chúng tôi là xây dựng cộng đồng Subud ở đây. Chúng tôi nhìn vào số dư ít ỏi trong ngân hàng và thậm chí cuộc tranh đấu của chúng tôi để tìm một nơi để thuê và tự hỏi phải làm thế nào.

Năm nay, ngay trước khi bắt đầu tháng Nhịn chay, chúng tôi đã nhận được một câu trả lời bất ngờ. Hai hội viên Subud đang lái xe ở vùng nông thôn Quận Cam, ngay bên ngoài ranh giới của quận Durham, và đã vượt qua một tấm biển ghi "đất bán/quy hoạch nhà thờ hoặc khu dân cư". Tò mò, họ hỏi thăm. Hóa ra, biển hiệu "Cần bán" được gắn trên một mảnh đất rộng 7,1 mẫu Anh với không gian rộng mở được bao quanh bởi những cây thông và gỗ cứng trưởng thành, đẹp đẽ. Nằm trên khu đất là ba chiếc xe kéo, được gắn liền nhau và trong tình trạng tốt. Các giáo dân của một nhà thờ Baptist đã chiếm giữ các xe kéo trong 10 năm đã trải qua một cuộc ly giáo và cần tiền để đi theo con đường riêng của họ. Họ yêu cầu 99.000 USD.

Các hội viên của Subud Durham đã nghiên cứu khu đất này và xác định rằng nó có giấy tờ sở hữu rõ ràng, nước sạch, điện và hệ thống tự hoại đang hoạt động. Chính quyền quận đã xem xét các tài liệu IRS¹ do Subud USA gửi và báo cáo rằng việc duy trì quy hoạch nhà thờ sẽ không có vấn đề gì. Khi các phụ tá cùng với các hội viên trong nhóm trải nghiệm quyết định mua bất động sản, kết quả đều là tích cực. Trải nghiệm không chỉ chỉ dẫn việc mua bất động sản là bước tiếp theo đúng đắn. Nó còn cho thấy rằng việc có được khu đất chỉ là bước đầu tiên của nhóm. Các hội viên đã thấy rõ rằng, nếu chúng ta có đủ can đảm để hoàn thành công việc cần thiết thì tài sản này thực sự sẽ là một món quà.

Vào tháng 8, Subud Durham được thành lập với tư cách là một tổ chức phi lợi nhuận ở Bắc Carolina. Vào tháng 9, chúng tôi mua bất động sản tại số 3801 Đường Dove Creek với giá 85.000 USD - giá thương lượng - bằng khoản vay 75.000 USD từ một nhà tài trợ ẩn danh. Nhóm sẽ hoàn trả khoản vay trong 20 năm với lãi suất 3%. Tất cả các hội viên - ngay cả những người trẻ nhất - đã góp túi tiền của mình và quyên góp 10.000 đô la cho khoản trả trước và thêm 3.000 đô la làm tiền khởi đầu cho quỹ xây dựng.

Các khoản quyên góp hàng tháng bao gồm việc thanh toán khoản vay, tiện ích và quỹ bảo trì, một số còn lại sẽ bổ sung vào quỹ xây dựng. Điều đó quan trọng vì các xe kéo đã gần 30 năm rồi. Chúng tôi mua bất động sản này với ý định thay thế các xe kéo bằng công trình mới càng sớm càng tốt.

Bây giờ chúng tôi đã có nơi riêng của mình, chúng tôi đang suy nghĩ một cách sáng tạo về cách sử dụng và phát triển nó như một công cụ của cộng đồng Subud. Thực hành Subud là trọng tâm của cuộc tìm kiếm của chúng tôi và chúng tôi đang tiếp tục tập luyện theo lịch trình sau:

¹ IRS là viết tắt của „Internal Revenue Service,” tức là Cơ quan Thu thuế Nội địa Hoa Kỳ.

- Latihan dành cho nam vào các tối Thứ Hai, Thứ Tư, Thứ Năm và sáng Thứ Bảy
- Latihan của phụ nữ vào các tối Thứ Hai và Thứ Tư và sáng Thứ Bảy cộng với một latihan vào mỗi tối Thứ Ba
- Latihan hàng tháng cho các phụ tá và hội đồng quản trị
- Buổi họp mặt hàng tháng dành cho các hội viên Subud để xem một video bài nói chuyện của Bapak
- Kejiwaans của phụ nữ ít hoặc nhiều mỗi quý (4 tháng)

Chúng tôi đang thực hiện những sửa đổi nhỏ phòng latihan để phù hợp với nhóm của chúng tôi trong thời gian ngắn. Đồng thời, các hội viên Subud Durham và gia đình đang họp mặt để bàn bạc các ý tưởng phát triển cơ sở này. Chúng tôi cũng đang tận hưởng thời gian này. Vào một tối thứ bảy trong tháng 10, gia đình Subud và bạn bè dựng một vòng lửa tại địa điểm, đốt lửa trại và tụ tập quanh đó để nướng xúc xích, ca hát và trò chuyện. Nhiều em nhỏ tham dự không chỉ có cha mẹ là hội viên Subud gần xa đến thăm và cùng cảm nhận sự phấn khởi và quyết tâm của chúng tôi đối với cơ hội trước mắt. Trong thời gian chờ đợi, xin vui lòng gặp chúng tôi trên Facebook www.facebook.com/subud.durham.

Liên lạc với Hassan Bustillo, trưởng nhóm Subud, subuddurham@gmail.com



phụ bản



Giải thích về Subud

Léonard Lassalle

Léonard Lassalle đã gửi phiên bản sửa đổi của lời giải thích của mình cho Subud Voice ...



tác giả
sử dụng nó.

Subud và latihan có thể được giải thích theo nhiều cách khác nhau; Tôi hy vọng rằng lời giải thích này sẽ giúp người đọc hiểu rõ hơn về nội dung của nó.

Subud không phải là một tôn giáo, cũng không phải một kỹ thuật, cũng không phải bất kỳ loại hệ thống nào, mà nó là một sự thức tỉnh liên quan trực tiếp đến trải nghiệm của người thực hành nó. Vì vậy mỗi người chỉ có thể nói về nó từ kinh nghiệm của chính mình. Việc thực hành mà chúng tôi thực hiện được gọi là "latihan kejiwaan", đây là hai từ tiếng Indonesia (tập thể dục hoặc thực hành & tâm linh); chúng ta thường dùng từ latihan một cách đơn giản.

Việc sử dụng từ ngữ không phải là điều dễ dàng vì việc hiểu một từ luôn liên quan đến trải nghiệm của người

Subud rõ ràng là một từ rất cổ xưa. Nó thực sự có nghĩa là 'hoàn thành'. Hoàn thiện theo nghĩa không có gì thiếu, không có gì có thể thêm vào hoặc bớt đi. Mọi thứ cần

thiết đều ở đó. Nó không có nghĩa là hoàn thành như thể một điều gì đó đã được tạo ra hoặc hoàn thiện, vì đồng thời nó thể hiện sự chuyển động, tăng trưởng và tiến hóa. Nhờ thực hành Subud, mỗi người tiến hóa phù hợp với bản chất của mình, hài hòa với bản thể sâu thẳm bên trong mình.

Chúng ta hãy quay lại thời điểm chúng ta còn là những đứa trẻ, trước khi chúng ta hiểu được ý nghĩa tương đối của từ ngữ.

Tất cả chúng ta, khi bắt đầu cuộc đời, đều là Subud qua một trải nghiệm rất giống nhau: một trải nghiệm 'có ý thức' mà không cần dùng đến ngôn từ.

Đây là trạng thái không có sự liên tưởng, so sánh hay phán đoán, chỉ đơn giản là quan sát, chú ý và hiện diện. Trạng thái nhận thức và tiếp thu này ở trẻ nhỏ không phải do ý chí hay nỗ lực của cha mẹ. Rõ ràng có một ý thức ngay từ khởi đầu của mỗi cuộc đời con người.

Mỗi người chúng ta đều trải qua một quá trình tiến hóa giống nhau, từ phôi thai đến tuổi thơ ấu và thời thơ ấu, chúng ta không thể tránh khỏi điều này. Mọi chuyển động và sự phát triển, dù là về thể chất, cảm xúc, tinh thần hay tâm linh, đều gắn liền với bản chất bên trong thực sự của chúng ta, nó bộc lộ trong một quá trình tiến hóa của cuộc sống mà chúng ta có thể gọi là tự nhiên.

Sau tuổi thơ ấu, nhận thức bên trong này dần mờ nhạt đi, từng chút một khi mọi thứ ở thế giới bên ngoài trở nên tương phản và hấp dẫn hơn. Có vẻ như hầu hết chúng ta đều mất liên lạc với nhận thức ban đầu, với những cảm xúc tốt đẹp hơn của mình vì nó được thay thế bởi bản ngã, cái tôi.

Sức hút của thế giới vật chất, đặc biệt là ngày nay, chắc chắn có liên quan nhiều đến việc mất liên lạc với nguồn gốc của chúng ta.

Theo kinh nghiệm của tôi, việc tập luyện latihan liên tục này đã dần dần đánh thức lại quá trình tự nhiên này, nhờ đó những tiềm năng tiềm ẩn của tôi đang tìm thấy sự phát triển hài hòa trong toàn bộ con người tôi. Nhiều hội viên Subud trên khắp thế giới đã khám phá lại nhận thức ban đầu về "hiện hữu". Như thể ý thức nguyên thủy vốn đã ngủ yên dần dần thức tỉnh rồi bắt đầu phát triển và biểu hiện trong cuộc sống hàng ngày của chúng ta.

Tôi nhận thấy rằng thông qua việc tập latihan, có thể tạo ra một không gian bên trong, nơi ý thức ban đầu này có thể tiếp tục phát triển từ thời thơ ấu của chúng ta. Nó chỉ có thể xảy ra nếu, trong latihan, chúng ta ở trong trạng thái hết sức khiêm tốn và chân thành, chú ý và dễ tiếp thu, nhưng đồng thời để cho quá trình diễn ra tự nhiên. Nếu chúng ta có thể theo dõi mọi thứ xuất hiện từ sâu bên trong mình, cho dù đó là âm thanh, chuyển động và cảm giác, hay đơn giản là trong trạng thái tĩnh lặng, chúng ta sẽ trải nghiệm sự thay đổi trong ý thức của mình. Trạng thái tiếp thu sâu sắc này cho phép chúng ta đạt được ý thức về những cảm xúc bên trong 'tốt đẹp hơn' của mình và sau đó tuân theo sự hướng dẫn bên trong, không đến từ ham muốn, cái tôi hay suy nghĩ, trái tim và tâm trí của chúng ta, mà từ nguồn gốc bản chất thực sự ban đầu của chúng ta.

Subud có tính phổ quát và dễ tiếp cận đối với tất cả mọi người. Nó hòa hợp với các tôn giáo khác nhau trên thế giới, với các tín ngưỡng khác nhau, cả với những người không có niềm tin, bởi vì nó đến từ trước lời nói, trước sự phát triển của niềm tin, nó vượt lên trên mọi khác biệt.

Để cảm thấy thực sự hòa hợp với nội tâm của chúng ta, không cần phải có lời nói. Trong sự tu tập của chúng ta không có giáo điều, không có thầy; đơn giản, thông qua một liên hệ, chúng ta có thể quay trở lại sự hướng dẫn ban đầu xuất phát từ bản chất của chúng ta.

Buổi tập của chúng tôi bao gồm việc gặp nhau hai hoặc ba lần một tuần, mỗi buổi kéo dài 30 đến 40 phút. Thông qua trạng thái yên tĩnh, chúng ta nhường chỗ nội tâm, điều cần thiết để nhận thức của chúng ta đạt được những cảm xúc tốt đẹp hơn.

Sau đó, nó biểu hiện qua những trải nghiệm khác nhau, có thể về mặt vật lý bằng âm thanh hoặc chuyển động tự phát; hướng nội thông qua cảm xúc hoặc suy nghĩ, hoặc về mặt tinh thần thông qua những rung động tinh tế hơn của nội tâm chúng ta. Mỗi người nhận được tùy theo bản chất của mình.

Trong quá trình luyện tập, nam và nữ được tách riêng. Chúng tôi nhận ra rằng điều này là phù hợp do bản chất khác nhau của nam giới và nữ giới. Hầu hết các hội viên thực hành thường xuyên đều nhận thấy rằng, dần dần, một ý thức nào đó sẽ thức tỉnh trong cảm xúc bên trong của họ, điều này sẽ nhẹ nhàng thay đổi và mở rộng ý thức của họ. Sau đó, sau một thời gian nhất định, mỗi người sẽ phát triển khả năng tìm kiếm sự cân bằng giữa nội tâm và bên ngoài của mình.

Bởi vì nó không đến từ bên ngoài hay từ suy nghĩ hay trái tim của chúng ta, mà từ sâu bên trong nguồn gốc của chúng ta, việc thực hành này có thể tự do mang lại sự sống cho tất cả những phần đang ngủ yên trong con người chúng ta, ngay cả những phần mà chúng ta 'tưởng' là thức. Đó là lý do tại sao người tập latihan không cần một vị thầy tâm linh hay một kỹ thuật nào, mà chỉ cần tin cậy và chân thành trong quá trình tập luyện. Những tập luyện này cũng có thể được thực hiện một mình, nhưng kinh nghiệm cho thấy rằng trong một nhóm, sự hiện diện của những người khác có thể giúp ích cho quá trình mang lại sự yên tĩnh và nhận thức. Sau các buổi tập, chúng ta thường cảm thấy bình tĩnh với cảm giác hạnh phúc sâu sắc.

Riêng Subud đã giúp tôi khám phá một số tiềm năng tiềm ẩn bên trong mình và giúp tôi sử dụng chúng trong đời sống hàng ngày, nhờ đó những hành động, chuyển động và cách sống của tôi trở nên phù hợp hơn với bản chất thực sự của tôi. Đối với tôi, cuộc sống đã trở thành một sự tái sinh vĩnh viễn, nơi mà cuộc sống bên ngoài và bên trong hàng ngày tìm thấy sự hòa hợp. Tôi nhận thấy rằng khi tôi cảm nhận được sự hài hòa bên trong, điều đó luôn được phản ánh qua hành vi bên ngoài của tôi.

Đây là lời giải thích ngắn gọn về cách Subud bắt đầu cùng với một bản tóm tắt ngắn gọn về tổ chức của nó.

Đó là một người đàn ông Indonesia, Muhammad Subuh Sumohadiwidjojo, người đầu tiên có một loạt trải nghiệm tâm linh tự phát làm thay đổi cuộc đời ông, ông trở

thành một người cực kỳ thông thái và hiểu biết, được nhiều người yêu mến. Ông thấy rõ rằng sự thay đổi nội tâm sâu sắc này, vốn rất 'trọn vẹn' và có lợi cho ông cũng như những người thân thiết, thực ra là dành cho toàn thể nhân loại. Năm 1956 Subud nhanh chóng lan rộng từ Indonesia khắp thế giới đến khoảng 75 quốc gia. Hiện nay có một tổ chức quốc tế hiện hữu để phục vụ nhu cầu của các hội viên của chúng tôi, chủ yếu là cung cấp cơ sở vật chất để đáp ứng việc tập latihan trong các nhóm địa phương và tại các đại hội lớn.

Người ta thường thấy rằng những phẩm chất và tài năng nhân đạo của những người theo đuổi việc thực hành này đều phát triển. Vì mục đích này, chúng tôi đã thành lập các tổ chức khác nhau để giúp những phẩm chất đó phát triển. Ví dụ, một tổ chức giúp đỡ các gia đình và thanh thiếu niên, một tổ chức khác khuyến khích thành lập doanh nghiệp, một tổ chức khác vì phúc lợi con người, một tổ chức khác hỗ trợ sự phát triển sự thể hiện sáng tạo của các cá nhân thông qua biểu đạt văn hóa.

Tôi cảm thấy tôi phải nói với độc giả rằng thuật ngữ được phần lớn hội viên Subud sử dụng xuất phát từ sự kiện là, ngay từ đầu khi Subud mới rời Indonesia, tất cả những lời giải thích đưa ra trong các bài nói chuyện đều được dịch từ tiếng Indonesia và tiếng Java cao. Ngôn ngữ mà Bapak (Muhammad Subuh Sumohadiwidjojo) sử dụng có nguồn gốc từ sự pha trộn giữa nguồn gốc Ấn Độ-Java và Hồi giáo. Sau đó, một 'ngôn ngữ Subud' xuất hiện chứa các thuật ngữ và từ ngữ tiếng Indonesia, tiếng Java và tiếng Hồi giáo.

Tôi sẽ kết thúc phần giải thích ngắn gọn này với hy vọng rằng nó sẽ giúp bạn hiểu rõ hơn lý do tại sao chúng ta tập latihan. Tôi nhận thấy rằng tính thực tế của trải nghiệm này vượt xa những gì có thể diễn tả bằng lời. Nó đã mang đến một chiều hướng mới cho cuộc sống bên trong và bên ngoài của tôi.

Được viết lần đầu vào tháng 1 năm 1997, được cập nhật vào tháng 10 năm 2012



phụ bản



Trên đường đi của cơn bão

Renardo Barden

Subud New York sống sót sau cơn bão Sandy¹...



siêu bão Sandy kéo vào thành phố New York

Trước tiên, bạn nên biết rằng tòa nhà Subud New York có mái nhà phẳng lớn, rộng khoảng 50 x 100 feet và hệ thống thoát nước trên mái nhà không phải lúc nào cũng hoạt động hiệu quả. Có một tòa nhà lớn kế bên với cửa sổ ở các cầu thang mở ra ngoài và những người làm việc trong tòa nhà đó thường xuyên mở những cửa sổ đó để hút thuốc lá lậu và sau đó vứt tàn thuốc lá ra khỏi cửa sổ xuống

¹ *Siêu bão Sandy tàn phá nước Mỹ năm 2012 khủng khiếp nhất từ trước tới nay*

mái nhà của chúng tôi.

Khi mưa đến và nếu mưa đủ mạnh, tàn thuốc bị cuốn vào và làm tắc nghẽn hệ thống thoát nước trên mái nhà của chúng tôi. Nước tích tụ trên mái nhà, tạo thành hồ, sau đó chảy xuống các đường nổi, đi xuống lớp cách âm, qua lớp cách âm vào trần nhà và nhỏ giọt xuống, đôi khi còn làm hư hại nặng nề hơn.

Vài năm trước, trong một trận mưa lớn, tàn thuốc lá đã làm tắc cống thoát nước của chúng tôi, mái nhà bị đọng nước và trần nhà bị sập, chúng tôi đã chịu thiệt hại hàng nghìn đô la và phải đóng cửa tòa nhà trong nhiều tuần.

Với việc sửa chữa đang diễn ra bên trong, chúng tôi đã tham khảo ý kiến của những người thợ lợp mái, họ thực hiện công việc rất tốt kém trên mái nhà nhưng không đảm bảo lâu dài. Chúng tôi lắp đặt ống thoát nước trên mái nhà, sau đó kêu gọi nhiều người khác nhau đưa ra các phương án cải tiến và giải pháp cho các vấn đề của chúng tôi.

Chúng tôi biết được rằng trên một mái nhà bằng phẳng lớn, việc đọng nước là không thể tránh khỏi nhưng phải được quản lý. Nước không nên thoát quá nhanh vì nếu quá nhanh (vào hệ thống thoát nước của thành phố vốn đã quá tải), nước từ mái nhà của chúng tôi có thể gặp nước thải dưới đường và chảy ngược lại qua nhà vệ sinh và cống thoát nước, tạo thành một đồng bùn lầy và mùi hôi thối khó chịu.

Chúng tôi đã mất hàng ngàn đô la thu nhập từ việc cho thuê nhà bị giảm đi vì những điều thuốc lá, nhưng công ty bảo hiểm của chúng tôi đã thể hiện sự hợp tác và chi trả cho những thiệt hại vật chất của chúng tôi ở mức 50 ngàn đô la.

Chúng tôi đã mua một chiếc máy bơm chống ngập và đặt nó lên gác mái và hiện nay chúng tôi thường xuyên kiểm soát mái nhà để tìm vật cản trở nước thoát.

Hàng xóm mới

Thời gian trôi qua và chúng tôi có được một hàng xóm mới; khách sạn Holiday Inn nằm gần chúng tôi ở phía bên kia tòa nhà của chúng tôi và tạo ra một số vấn đề về thoát nước thông qua một bức tường gạch lớn. Mưa bị gió đẩy vào bức tường này và rơi xuống mái nhà của chúng tôi; có hệ thống thoát nước giữa hai tòa nhà của chúng tôi, chỉ là không đủ.

Một ngày nọ có người ném chiếc khăn tắm của khách sạn lên mái nhà của chúng tôi. Mưa cuốn nó vào nắp cống. Hệ lụy là nước ngập nhiều hơn, tuy không nghiêm trọng lắm. Chúng tôi mở các bức tường bên trong của tòa nhà, làm sạch các ống thoát nước và gửi một con mắt điện tử xuống dưới căn Phố 29, nơi chúng tôi phát hiện ra có một số hư hỏng trong kết nối của ống nước thải chúng tôi với hệ thống cống của thành phố.

Lời khuyên tinh tế từ những người hiểu biết là: đừng nói cho thành phố biết có sự hư hỏng ở đó vì họ sẽ yêu cầu bạn phải trả tiền để sửa chữa và vì sự hư hỏng ở ngay tại điểm nối nên bạn cứ để yên thành phố sửa chữa sự hư hỏng này. Hiện tại bạn vẫn

bình yên, ít nhất là cho đến khi vết nứt trở nên trầm trọng hơn.

Quá nhiều độ ẩm!

Có một tấm lưới thép khá lớn trên vỉa hè phía trước nhà Subud của chúng tôi nhằm mục đích mang không khí trong lành vào nơi mà rốt cuộc vẫn là một loại hầm mộ của một tòa nhà. Độ ẩm đến từ mưa và tuyết và tạo ra một đồng bụi bẩn lớn trên một phần sàn hầm, nhưng đó là cuộc sống ở New York.

Tuy nhiên, quá nhiều độ ẩm là không thể chịu đựng được. Năm ngoái, khi cơn bão Irene sắp xảy ra, tôi đã tìm thấy một tấm ván ép cũ trong phòng lò sưởi và dán nó lên lỗ thông hơi để ngăn lũ lụt.

Bão Irene kéo đến các xe điện ngầm bị đóng cửa và khi điều tồi tệ nhất qua đi, tôi đi bộ từ căn nhà ở Midtown vào trung tâm thành phố và phát hiện ra rằng thiết bị kỳ lạ (tấm ván ép cũ) của tôi đã có tác dụng và cống thoát nước của chúng tôi đã hoạt động bình thường và nước thải đã không trôi vào cống của chúng tôi.

Tôi muốn tổ chức một bữa tiệc lớn để ăn mừng nhưng lại về nhà và ngủ một giấc.

Hội viên Subud NY không vui mừng gì khi mưa. Các thành viên hội đồng quản trị của Subud NY cũng đang học dần cách không vui mừng vì mưa.

Bão Sandy kéo đến. Chúng tôi biết xe điện ngầm sẽ sớm ngừng hoạt động, nhưng chúng tôi vẫn dùng xe điện ngầm vào trung tâm thành phố để tập luyện, tin tưởng rằng hệ thống xe điện sẽ không ngừng hoạt động trên toàn thành phố cho đến sau khi chúng tôi tập luyện xong.

Tôi không tìm thấy tấm ván ép mà tôi đã sử dụng cho cơn bão Irene nên tôi đã nhờ anh Anwar Cabrera phụ giúp nghĩ ra một thứ khác. Anh ấy tìm thấy một tấm nhựa cứng mỏng ở đâu đó và dán nó vào vị trí tấm ván ép trước kia.

Khi chúng tôi làm xong những gì có thể làm, chúng tôi về nhà và lo lắng (ý tôi là, ừ, phó thác).

Vợ tôi Lee Noonan và tôi sống ở Midtown, nơi hơi cao và do đó không phải là một nơi tồi tệ để sống nếu bạn sống trên đảo Manhattan. Căn chung cư của chúng tôi cao vài tầng nhưng được che chắn bởi những tòa nhà chọc trời lớn. Chúng tôi không thực sự lo lắng cho sự an toàn của mình. Đèn là một thứ cần thiết phải có trong tình trạng mất điện, tuy nhiên, chúng tôi không thấy bán pin đèn flash trong vài ngày qua. Nhưng chúng tôi có một số nến và biết rằng cơn bão không thể kéo dài mãi mãi.

Cơn bão và hậu quả của nó

Khi cơn bão Sandy ập đến, chúng tôi có súp và truyền hình cùng với một vũ trụ các nhân vật nổi tiếng và các chuyên gia tư vấn khuyến cáo mọi người nên ở trong nhà. Chúng tôi ở trong nhà và xem những người trượt sóng, các người liêu lĩnh, sống

mơ ảo, và húp thêm súp. Vào một thời điểm nào đó, Lee từ phòng sau xuất hiện và hỏi tôi tiếng động gì kinh thế. Tôi trả lời tôi cũng nghe thấy và biết rằng tiếng động đã âm ỉ đến mức rồi sẽ được đưa vào tin tức thôi. Và quả thực đã đúng như vậy.

Có một tòa nhà to lớn, xấu xí trên đường 57. Có thể bạn đã nhìn thấy chiếc cần cầu cao chên vênh đó trên tivi của chính mình. Chúng tôi nghe thấy tiếng nó bị gãy, giống như tiếng va chạm. Cần cầu không lớn đến mức có thể rơi xuống tòa nhà của chúng tôi, nhưng nó đủ lớn và gần để có thể rơi vào thứ gì đó và sau đó có thể rơi xuống tòa nhà của chúng tôi.

Chúng tôi xem các sự kiện diễn ra trên truyền hình như mọi người khác và nghĩ đến sự lo lắng cũng như cầu nguyện cho những người chúng tôi biết ở những vùng bị ảnh hưởng nặng nề.

Khi cơn bão tồi tệ nhất kết thúc, chúng tôi mạo hiểm bước ra ngoài đi dưới cơn mưa và cơn gió giạt ngược khó chịu. Không ai có thể đi lại dễ dàng do tất cả các con phố gần đó đều bị đóng cửa vì cần cầu bị gãy. Chúng tôi cũng không thực sự muốn đi lên khu phố trên. Khi điều tồi tệ nhất qua đi, chúng tôi biết xe điện ngầm đã bị nước ngập và mất điện ở bên dưới Đường 34 nên chúng tôi đã mặc áo mưa tốt nhất, mang theo những chiếc đèn pin không dùng đến và đi tập thể, à ạch ở trung tâm thành phố. Vài nhà cung cấp bánh pizza vẫn mở cửa, vài quán rượu mở cửa ở đây hoặc ở kia.

Chúng tôi len lỏi, đi ngang qua dòng người đang đợi cà phê. Bất cứ nơi nào mở cửa đều có đám đông đứng chờ bên ngoài. Những người không có điện ở khu vực phía dưới Manhattan đang kéo vào thị trấn, những đội quân người, đi bộ lên khu vực có điện, họ cần sạc điện thoại di động, họ cần lau khô và sưởi ấm, cần một bữa ăn. Những nhà hàng có thể mở cửa có lẽ đã có ba ngày tuyệt vời nhất trong một thập kỷ.

Trong sự nhẹ nhõm và không thể tin được, chúng tôi thấy ánh sáng trên sân thượng nhà Subud đang chiếu sáng, một phần của hòn đảo ánh sáng trong mớ hỗn độn. Cái thiết bị bằng nhựa phía trên lỗ thông hơi được giữ vững. Cổng của chúng tôi đã thoát nước ở mức hoàn hảo.

Cảm tạ ơn trên chúng tôi đã vượt qua mọi chuyện mà không bị tổn thương gì. Và vẫn còn biết ơn đến tận bây giờ.



phụ bản



Ấn tượng cá nhân về cuốn sách **Cội Nguồn Sự Sống**

Melinda Wallis



Melinda Wallis



Melinda Wallis viết...

"Ôi, thật tuyệt!" người ta chắc hẳn đã thốt lên vào những năm 1960 khi đọc cuốn sách **Cội Nguồn Cuộc Sống**¹ của Léonard Lassalle. Chà, cuốn sách vừa được xuất bản vào tháng 8 năm 2012, nhưng tôi vẫn phải thốt lên "Ôi, thật tuyệt!"

Đây là một cuốn sách hấp dẫn. Câu chuyện xuyên suốt cuộc đời của chính Léonard, gặp người vợ yêu dấu của anh (Jean, sau này tên là Melinda). Đôi khi bạn được xem qua các sự kiện (sống đây đó, làm việc này việc nọ để kiếm tiền), đôi khi bạn được đưa đi qua nhiều trải nghiệm tâm linh của Leonard, quá trình đào tạo của anh có được qua latihan, những trải nghiệm của anh với Bapak, việc anh để latihan ảnh hưởng tới công việc và cuộc sống hàng ngày của anh.

Cuốn sách này được viết cho người không Subud cũng như các hội viên... Tôi

¹ Cuốn sách đã được Minh Thần dịch, đã phổ biến trên web Góc Nhỏ năm 2015

thường tự hỏi nội dung của cuốn sách sẽ gây ấn tượng như thế nào đối với tôi với tư cách là một người không phải là người của thế kỷ 21. Tôi nghĩ "Ôi, thật tuyệt!" để áp dụng! Tất cả chúng ta đều biết rằng trải nghiệm Subud của mỗi cá nhân là của riêng từng người, và Leonard rất giỏi để đề cập đến điều này nhiều lần. Trải nghiệm Subud của tôi khác với trải nghiệm của Leonard, nhưng này, đó chẳng là mục đích của chúng ta trong Subud hay sao!

Khiếu hài hước tuyệt vời của Léonard thường xuyên xuất hiện và bạn thấy anh phải đầu hàng sâu sắc và nhận được sự hướng dẫn để thoát khỏi một số khó khăn mà anh đã mắc phải. Bạn sẽ cười khúc khích cùng với anh. Ấn tượng lâu dài của tôi là sự nhấn mạnh vào nhu cầu liên tục đầu hàng, hướng dẫn nội tâm để nhận được sự hướng dẫn. Và lòng biết ơn của Léonard đối với Thượng Đế được thể hiện trong sáng rõ ràng.

Xin Leonard hãy tha thứ, nếu tôi đã trình bày sai ý anh trong những lời bình luận này. Thế nên - tôi khuyên các bạn nên xem cuốn sách này! Cuốn sách có trên web www.subudbooks.com và www.lulu.com.



phụ bản



góc Nhớ

Sư Cô Giác Hạnh

Sudjatmi Nguyễn Thị Dương Liễu

1944 - 2023

Mất ngày 10.08.2023 tại Hoa Kỳ

Hưởng thọ 79 tuổi

Tang lễ được cử hành Chủ nhật 27.08.2023

tại Chùa Linh Sơn vào lúc 11:00 giờ sáng

Trước năm 75 làm cho hãng dầu Esso

Thư ký ban Xã Hội NK 1972-1974

Phó ban Xã Hội NK 1974-1976



Tường thuật di tản của Sudjatmi

Sudjatmi Nguyễn thị Dương Liễu



Ngày 25 tháng 4 năm 1975 Sudjatmi đưa mẹ là bà Nguyễn thị Lê và em trai Nguyễn Hoàng Châu và Nguyễn Cao Phong vào trung tâm Huỳnh Tịnh Của để chờ đợi ra phi trường để đi di tản cùng với một nhóm huynh đệ Subud.

Chiều 26/4 được tin có trở ngại ở phi trường, với tư cách thư ký của đoàn tị nạn, Sudj đi cùng với hai người bạn, một Mỹ, ông Howard Welsh và một người Úc, không nhớ tên đi vào phi trường để yểm trợ huynh đệ Subud. Đường vô phi trường không thuận lợi. Xe đưa Sudj., Howard và bạn Subud người Úc phải trở về tòa Đại sứ Mỹ ngủ qua đêm. Vì có pháo kích, tất cả bàn ghế được lật lên để làm bia đỡ đạn.

Sáng ra, Howard gọi điện thoại xin cho xe đón đưa đi phi trường. Đến cổng phi trường xe bị chặn lại và tất cả phải đi bộ vào. Lính trên chỉ có người Mỹ và thân nhân mới được vào phi trường để về Mỹ. Ông Howard lên tiếng rằng cô này là vợ chưa cưới của tôi!. Rồi ông lấy căn cước của Sudj. vào để làm giấy xác nhận. Khi ông ra, Sudj. nhìn ông lo lắng. Ông bảo rằng :

- Đừng lo, không phải thật đâu!, làm để cho qua trông mà!

Vào đến phi trường, nhóm huynh đệ Subud, kể cả mẹ và em Châu được biết đưa qua D.A.O. để lên phi cơ, chỉ còn lại Phong. Gặp Sudj. Phong mừng rỡ mếu máo khóc rằng em bị loại ra vì có người, bảo em không phải con ruột của má. Sudj. vỗ về:

- Có chị em đừng lo.

Vì tình hình lúc đó rất hỗn loạn. Cuộc đào tẩu bán chính thức của Phong rất nguy hiểm, em rất kinh hoàng khi bị loại ra. Thật ra, em là em của Muliono và là lính Hải quân đương nhiệm, nếu không được đi thì em chỉ có nước chết mà thôi. Được lệnh, mọi người sắp hàng sẽ có trực thăng bốc đi. Sudj. Yên tâm gửi Phong cho Howard, Sudj. từ giã Howard để về rước gia đình di dượng và gia đình Muliono.

Howard bảo rằng cô không về được! Tôi không bảo vệ mạng sống của cô, hơn nữa, không có tôi, cô không đưa được ai vào nữa. Không làm được gì hơn, nước mắt thi nhau chảy, vì lo cho dì dưỡng không ai giúp đỡ, vì sợ Muliono không đi được. Nước mắt cứ rơi, chân vẫn phải bước. Howard bực bội, bần gặt:

- Bảo người ta xếp hàng, mỗi người một túi hành lý thôi, ai xách nhiều làm mất chỗ người khác!.



ảnh của Hiếu Tường Nguyễn

trẻ con hay yếu đuối như Sudj. thì có những người lính Mỹ khỏe mạnh, một tay bồng, một tay đu dây đem lên. Tiếng trẻ con khóc, tiếng người gào thét vì mẹ lạc con, con lạc cha mẹ thảm thiết trong đêm vắng.



Chiếc tàu Sudj. được lên là một chiếc cargo tên là Miller. Sudj. được ở trên boong tàu, ban ngày thì nắng, đêm thì mưa. Người người chen chúc nhau như kiến. Sudj. kiếm được một khúc vải xoa để dành may áo dài trong hành lý của má. Sudj. không có hành lý, chỉ có bộ quần áo trên

người mà thôi, lấy căng lên che nắng, không đủ mát cho ban ngày, đêm quấn lại làm mền không đủ ấm. Phong phải đưa áo vét của em cho Sudj. mặc. Thức ăn là gạo vừa ẩm vừa mốc nấu trong thùng phi, xúc trộn bằng xuống xúc tuyết. Một thùng phi đầy gạo hầm được trộn vào 10 lon cá tuna cho dễ ăn. Đó là thức ăn hằng ngày không có gì khác hơn. Thứ gạo ẩm và mốc này mà hồi xưa mẹ Sudj. nuôi heo cũng không xài vì cho heo ăn thứ gạo này nó bị bệnh. Bây giờ Sudj. và 8.500 người dân tỵ nạn đang ăn đó. Nước lạnh dùng để uống và khuấy sữa cho trẻ con. Đánh răng, súc miệng và tắm bằng nước biển bơm lên, không có xà bông. Mỗi người được phát cho một đĩa giấy giữ để ăn cơm trong suốt thời gian ở trên tàu. Đĩa khác được xé ra làm muống để múc cơm ăn, mỗi lần ăn xong lấy chút xíu nước tráng rửa sơ rồi để dành dùng cho

bữa ăn kể. Thức ăn thiếu vệ sinh, đồ dùng thiếu vệ sinh nên bệnh tiêu chảy xảy ra, nhiều người bị nặng, ban đêm bị quăng xuống biển vì nếu không sẽ lây cho cả tàu.



Vì thông thạo ngôn ngữ, Sudj. và Phong được chỉ định đi lãnh thức ăn cho nhóm khoảng 6 gia đình nên Sudj. mệt quá không ăn liền được để đến 3 giờ sau thì cơm đã thiu rồi và vì đói nên vẫn cứ ăn.

Tới phiên Sudj. cũng bị tiêu chảy. Nhờ ông Howard gọi máy về Washington DC kêu cứu. Đêm đó trực thăng đáp xuống tàu cho thuốc nên Sudj. và mọi người được cứu.

Sau bảy ngày lênh đênh trên biển cả, đêm thứ bảy thấy được ánh sáng đèn điện, mọi người mừng rỡ. Tàu cập bến Guam. Sáng hôm sau Sudj. và Phong đi tìm gia đình. Tiếng loa phòng thông tin vang lên liên tục của những người tìm thân nhân thất lạc. Sudj. định nhờ văn phòng gọi nhắn tin, Phong bảo khoan đã chị, mình đi kiểm mấy gốc cây xem, may quá gặp được giấy của Châu.

“Chị Hai! Em và má đang ở trại lều số”.

Phong đi tìm lều của mẹ và Châu. Phong nhanh nhẩu bước vào trước, hỏi ở đây có bà Nguyễn thị Lê không? Trời hơi choạng vạng tối, Phong nhìn không ra bà, bà không nhìn ra Phong và Sudj., bà hỏi cô chú tìm ai? Vì lúc đó Sudj. dơ dáy như thợ máy, mình dính đầy dầu nhớt trên boong tàu, tắm không sạch. Mẹ con ôm nhau khóc. Trời đất còn thương xót cho mẹ con, chị em đoàn tụ. Sau đó gặp gỡ các huynh đệ Subud.

Như gia đình chị Minh Mẫn, gia đình Liêm Khiết. Bốn tuần sau gia đình được đi nhập trại ở Ft. Chaffee để chờ định cư. Các gia đình Subud cũng từ từ nhập trại đầy đủ.



Hai tuần sau, ngày 17/6/1975 được hội Đồng Tin Lành The King Lutheran Church bảo lãnh về Connecticut.

Hai hôm sau đó có người của Hội Hồng Thập Tự đến giao thư của Muliono. Anh ấy hiện đang định cư ở Áo. Thư từ qua lại mãi đến tháng 2/1979 mới hoàn tất xong thủ tục đoàn tụ. Ngày 1 tháng 3, 1979 Muliono được đặt chân lên đất Mỹ. Bây giờ đã có Nguyễn Phú

Gunarso, 27 tuổi, còn Sudj. thì đi xuất gia, theo Đạo Phật, tên mới là Thích nữ Linh Lạc.

Người viết: Sudjatmi Nguyễn thị Dương Liễu

Hartford, 18 Feb. 2008



phụ bản



