

# SUBUD

*TRONG TẬP NÀY :*

**BAN NỘI-SAN :**

— THƯ CHO CÁC BẠN  
SUBUD

**BAPAK :**

— DIỄN-GIẢNG TẠI  
MỸ-QUỐC

**Bà Đ.T.K. dịch :**

— Ý-NGHĨA CỦA SUBUD  
ĐỐI VỚI TÔI

**BAPAK :**

— THỜI - GIAN DỰ - BỊ

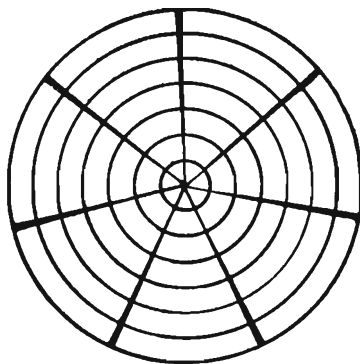
**VŨ-ĐÌNH-MÃN .**

— KINH-NGHIỆM CỦA TÔI  
VỀ SUBUD

**BAN NỘI-SAN :**

MỘT LATIHAN CỰC-ĐỘ  
TIN TỨC SUBUD

\*\*\*



*DÀNH RIÊNG CHO HỘI-VIÊN HỘI*  
**SUBUD VIỆT - NAM**

*THÁNG 3 NĂM 1963*

*Hàng Năm & Murawani tâng*

# SUBUD

THÁNG 3



NĂM 1963

*Các bạn SUBUD thân mến,*

**Ở** một vài tỉnh nhỏ bên Mỹ-Quốc người dân có một phong-tục rất quý. Nhà nào có vật gì đẹp, thí-dụ như vườn hoa, pho tượng, bức họa, bộ đồ ăn hoặc một vật gì khác, cồng hay kìm, có giá-trị, thì nhà ấy mỗi tháng mở rộng cửa một ngày để đón khách. Khách không phải chỉ là những họ hàng và bạn bè, mà còn là những người thập phương xa-lạ, ở cùng tỉnh hoặc ở các tỉnh khác và xứ khác đi qua. Khách được tự-do vào nhà để ngắm-nghía, thưởng thức những hoa thơm, cảnh đẹp và những đồ vật quý mà chủ nhân đã mua sắm được.

Đây chẳng phải là một cử-chỉ khoe-khoang mà là một biểu-lộ chân thành của lòng vị-tha. Chủ nhân không ích-ký hưởng riêng một mình hoặc trong phạm-vi bang-hữu nhỏ hẹp những vật quý giá trong gia-đình. Họ đem san-sớt với nhiều người khác sự sung sướng được thưởng-thức những cái đẹp-đẽ mà họ là chủ sở-hữu.

Lòng thương-yêu ở ngoài đời còn rộng như thế, huống chỉ là tình thương-yêu trong vòng đạo-hữu. Chúng ta nên nhớ rằng chúng ta là những người SUBUD, nghĩa là những người đã được Ấn-Huệ Thiêng-Liêng hướng-dẫn để thể-hiện đời sống hòa-hợp, yêu-thương ở thế-gian này. Vậy một trong những công việc đầu tiên của chúng ta trên bước đường tu tập là san-xẻ với những bạn SUBUD xa gần những kinh-nghiệm bản thân mà chúng ta đã thu-lượm được nhờ Latihan.

Việc làm này không phải là một sự phô-trương mà là một cách thể-hiện lòng thương-yêu hồn-nhiên của chúng ta. Nếu chúng ta là những người may mắn đi bước trước trên đường SUBUD và đã đạt được những chứng-nghiệm tương-đối thâm-sâu, thì bổn-phận tự-nhiên của chúng ta là san-xẻ rộng rãi những kinh-nghiệm tốt đẹp ấy cho các bạn SUBUD khác để khuyến-khích họ. Chúng ta nên kể lại những kết-quả thu lượm được và đưa in trong Nội-San này là cơ-quan thắt chặt tình thân-ái giữa tất cả các bạn SUBUD tại đây và trên khắp hoàn-cầu. (1)

*Các bạn đừng quá khiêm-tốn và ngăn-ngại:  
Ban Nội-San áp-dụng cách-thức sáng-suốt vẫn áp-  
dụng trong tạp-chí SUBUD Chronicle (Anh-Quốc),  
nghĩa là các bài đều được đem thử-nghiệm  
(tester) trước khi quyết-định in hay không.*

*Tất cả các bạn SUBUD xa gần đều mong  
chờ được đọc kinh - nghiệm của mỗi các bạn, để  
cùng nhau thân ái chia-xẻ niềm vui và tiến bước  
trên đường tu-tập.*

*Thân ái*  
**BAN NỘI SAN**

---

(1) Xin các bạn gửi bài cho Ban Nội-San, tại trụ-sở Hội, và xin lưu ý về hai điểm quan trọng sau đây :

- a) viết trên một mặt giấy, để dễ dàng cho việc ấn-loát ;
- b) bài có thể mang tên tác-giả viết tắt ; nhưng cần cho biết rõ họ, tên và số thẻ hội-viên trong một mảnh giấy đính kèm, để đề phòng sự lạm-dụng của những người không phải là hội-viên Hội SUBUD.

Ngoài ra, các bạn chỉ nên đề ý đến những kết-quả cải thiện thân, tâm và trí hoặc những giúp đỡ rõ-rệt nào khác trong đời sống hằng ngày, không nên chú-trọng đến những hiện-ảnh (visions). Trong giai đoạn hiện tại của tất cả chúng ta, những hiện-ảnh ấy, cũng như các cử động thân-thể, chỉ có ý nghĩa là Sức Mạnh Thiêng-Liêng đang thanh-lọc cho chúng ta mà thôi.

# DIỄN - GIẢNG CỦA BAPAK

BUỔI NÓI CHUYỆN TẠI SAN FRANCISCO (MỸ-QUỐC)

Ngày 19 - 4 - 1958

**N**HƯ BAPAK đã giải-thích trước đây về thực-chất của Latihan—mà các vị đều đã tiếp-nhận và thực-hành—các vị nhận thấy rằng Latihan làm phát-khởi một chuyển-động, hoặc một rung-động ở bên trong người, mà chính các vị có thể chứng-nghiệm được. Chuyển-động hoặc rung-động ấy đem đến thật sự một sức mãnh-liệt; nhưng sức này chỉ phát-hiện nếu các vị yên lặng tâm-tri, xả hết những tư-tưởng và dục-vọng.

Như vậy hiển-nhiên rằng sức mãnh-liệt ấy không thể bắt nguồn ở một cái gì liên-quan với dục-vọng và tư-tưởng, mà chỉ duy-nhất phát-nguyên từ Quyền-năng và Thần-lực của Thiêng - Liêng ẩn-tàng thâm-sâu bên trong cái gì thâm-sâu hơn hết và hiện-hữu trước hết thầy mọi sự, vật.

Thật rõ ràng là Latihan không phải là một cái gì mà người ta vẫn thường biết từ trước đến nay, thí dụ như thuật-pháp

tâm-linh (spiritualisme), thuật-pháp từ - tinh (magnétisme), thuật-pháp thần-bí (occultisme) thuật-pháp thời-miên (hypnotisme) . . . Vì tất cả các thuật-pháp tâm-linh, từ-tinh, thần-bí và thời-miên đều do quyền-năng của ý-chí, hoặc của tư-tưởng và xúc cảm mà ra.

Cái gì mà người ta tiếp-nhận được trong Latihan hoàn-toàn khác-biệt với hết thầy những thứ «pháp» nói trên.

Thật ra, đứng ở phía ngoài, những người nào chưa bao giờ nghiên - cứu thật thâm - sâu những vấn đề tâm-linh và chưa có nhiều chứng-nghiệm về các vấn-đề này, có thể cho rằng có những tương-tự giữa nội-dung của Latihan và những thứ «pháp» nói trên. Nhưng sự quyết-doán trên đây chỉ có thể xảy đến cho những ai không qnan-sát thâm-sâu và chưa hiểu những gì liên-quan đến việc sùng bái Thiêng-Liêng Toàn-Năng mà thôi. Sau này, các vị ở đây sẽ có khả-năng hiểu thấu và trông thấy rõ ràng điều vừa

nói, khi nào các vị đã nhận được nhiều chứng nghiệm chắc chắn thế nào cũng phát ra trong Latihan.

Những giáo-chủ của tất cả các tôn-giáo đều dạy và nhấn mạnh rằng Ân-Huệ của Thiêng Liêng, sự giao-cảm (contact) giữa Thiêng-Liêng và con người chỉ thực-hiện và phát-khởi khi nào con người có đủ khả-năng làm yên lặng những dục-vọng và tư-tưởng cùng tất cả những gì đã tạo nên ý-chí riêng của họ.

Bởi thế, trong mọi tôn-giáo người ta đều yêu-cầu các tín-đồ chỉ cần đức tin, một lòng chân-chánh tuân theo các giáo-điều và nuôi-dưỡng tâm-thành đối với Thiêng-Liêng Toàn-Năng.

Các giáo-chủ đã dạy và khuyến cáo các tín-đồ điều ấy bởi vì Thiêng-Liêng là Toàn-Năng; Quyền-năng của Ngài, về phương-diện thời-gian và mức quan-trọng, không thể nào đứng hàng thứ nhì, sau quyền-năng, trí thông-minh hoặc sự hiểu biết của con người được.

Sự thể là như vậy thì tinh chất của Thiêng-Liêng là thế nào? Là Thiêng-Liêng hiện-hữu mà không do tạo-tác nào sinh ra. Thiêng-Liêng hiện-hữu do tự Thiêng-Liêng. Thiêng-Liêng

có trước khi mọi vật phát sinh và tồn tại sau khi mọi vật đã qua đời. Thiêng-Liêng hiểu biết mà không cần suy-tưởng, không cần một cơ-quan để suy nghĩ, như con người. Nói vắn tắt, Thiêng-Liêng hoạt-động và làm hết thấy mọi việc theo ý muốn của Thiêng-Liêng, không một mảy may gì hạn chế, nghĩa là không có những giới-hạn bó buộc của việc sử-dụng các giác quan như chúng ta, là những chúng sinh được tạo ra.

Thế thì nhân-loại không thể nào trông thấy hoặc thấu-hiểu được Thiêng-Liêng, vì lúc nào chúng ta cũng cần nương-tựa vào những cơ-quan vật-lý, dễ nhiễm bịnh tật và dễ chịu ảnh hưởng của đủ mọi thứ, đủ mọi cách, Bởi vậy trong những buổi tập Latihan, thân-thể chúng ta cần phải được sửa-chữa và thanh-lọc. Rồi linh hồn con người thật sự — cái linh-hồn mà chúng ta có thể thủ-đắc và nó có khả năng hiểu được Quyền-Lực của Thiêng-Liêng—sẽ dần dần thẩm-nhiệm thâm-sâu thân-thể chúng ta và giải-phóng chúng ta khỏi những giới-hạn của các cơ quan vật-lý thô-lậu, để đưa chúng ta đến một trạng-thái mà Thiêng Liêng đã sửa soạn cho chúng ta.

Xét trong người chúng ta thì chúng ta nhận thấy rằng những dục-vọng, cảm xúc và tri thức với tác động suy - tưởng, là những chướng ngại, luôn luôn cản trở những cố-gắng của linh hồn chúng ta tiến-tới sự sùng-bái Thiêng-Liêng. Bởi thế mà chúng ta không thể nào khám-phá được những nhu-cầu thật-sự của linh-hồn, để chúng ta trở nên một con người toàn thiện, toàn mỹ.

Vì vậy, trong Latihan, những cảm-giác của thân-thể chúng ta rồi đây sẽ trở lại một trạng-thái lạnh-mạnh, nghĩa là trạng-thái sạch-sẽ và thanh-tĩnh. Trạng-thái ấy thấm-nhiễm mỗi ngày một thâm-sâu, cho mãi đến khi thấm-nhiễm vào thật-sự tận trong tâm ta. Khi ấy, tâm chúng ta — là tâm con người thật — sẽ hướng về Thiêng-Liêng và không hướng về thế-gian nữa, cái thế-gian trong đó nó cứ bị đắm chìm hết lượt này đến lượt khác. Và rồi đến lượt tri-thức của chúng ta cũng sẽ chỉ quy-hướng độc nhất về Thiêng-Liêng mà thôi, thành ra khi ấy sự sùng bái Thiêng-Liêng sẽ trở nên thật sự chân thành và hướng theo một chiều duy nhất, không nghiêng ngả bèn này bèn khác.

Trong các thời xưa, sự tu-tập như trên đã được những người thành-tâm sùng-bái Thiêng-Liêng — thí dụ như các tu-sĩ Bà-la-môn và các tu-sĩ khổ-hạnh — đem ra thực-hiện bằng cách nhập thất, xa lánh quần-chúng và nơi thành-thị, để sống ẩn-dật trên đỉnh núi cao hoặc tại bờ sông, bờ biển. Họ nghĩ rằng đời sống cô-tịch ấy sẽ giúp họ tránh được những tình-cảm, tư-tưởng và dục-vọng vô giá trị thường có của con người. Các phương-pháp mà họ áp-dụng thật là cực nhọc và khó-khăn; chúng ta ở thành-thị không thể dùng một cách tu-tập nào tương-tự như vậy được. Bởi thế, tiếp nhận được phương-pháp này — tức là Latihan mà các vị đã thực-hành — là một sự may mắn rất lớn. Latihan làm cho chúng ta có khả-năng cảm-ứng với Thiêng-Liêng mà không phải thay đổi những điều - kiện sống của chúng ta, trong khi tri-não chúng ta vẫn còn bận rộn về những vấn-đề phức-tạp của đời sống ở thế-gian này.

Hơn thế, không phải chỉ là một sự may mắn mà thôi, mà còn là một sự cứu-độ nữa, bởi vì cái gì chúng ta tiếp nhận được, cái gì nó hoạt-động trong khi chúng ta làm **Latihan**, đã phát-khởi không phải do ý-chi



của chúng ta mà là do Quyền-năng của Thiêng-Liêng hoạt-động trong thân thể con người.

Điều rất cần là các vị nên hiểu rõ rằng cái gì mà các vị đã thực-nghiệm trong những chuyển-động của thân thể không phải là do tác-động hoặc do ý muốn của chúng ta phát ra, mà là do ý muốn và Quyền-năng của Thiêng-Liêng làm việc và hoạt-động trong con người. Con người chỉ có một việc là tự mình rút lui, kiên-nhẫn, quy-thuận, thành-thực, và tin-tưởng Thiêng-Liêng mà thôi. Người ta vẫn thường gọi rất chi-lý cái mà chúng ta thực-nghiệm ấy là « công đức » của Thiêng-Liêng, hoặc như ở xứ Hòa-Lan thường nói “Godsdient” (thánh-vụ của Thiêng-Liêng).

Cái ấy đến với chúng ta như thế nào? Thiêng-Liêng hoạt-động cho chúng ta — cho con người — với Quyền-năng riêng của Ngài, vì Thiêng-Liêng biết hoàn toàn và hiểu thấu suốt rằng trong tình trạng thông-thường, con người không thể kiểm-chế được tư-tưởng, lia bỏ được ý-chí và dục-vọng của họ, cho nên không thể nào mong chờ ở con người những hành-động như trên

Chính con người cũng tự nhận thấy rõ là nếu họ có khả-năng

tự-minh kiểm-chế được mình, nghĩa là làm lặng-yên những tư-tưởng luôn luôn trôi-nổi và những dục-vọng lòng-bồng của con tâm lòng-bồng — dù chỉ trong một, hai phút thôi — thì họ sẽ có thể tự giải-thoát được khỏi các phiền não.

Bởi thế nên người ta đã bảo rằng: làm lặng-yên những tư-tưởng và dục-vọng là một cách trị bệnh và một phương thuốc bổ cho sức khỏe của con người. Thật quả đúng như vậy; nếu người ta có thể làm lặng-yên được những tư-tưởng và dục-vọng thì người ta sẽ có khả-năng, thật-sự và chắc-chắn, tiếp-xúc với Nguồn-Sinh-Lực phát-xuất từ Thiêng-Liêng Toàn Năng. Nguồn Sinh-Lực này được thực-nghiệm như một sức từ-điện, một rung-động mà cái ta thâm-sâu nhất sẽ cảm nhận được.

Thường thường người ta vẫn đoan-quyết như vừa nói, nhưng về phần chúng ta thì chúng ta đã tự mình chứng-nghiệm được và biết rằng điều trên đây là đúng thật. Đường đi cho tất cả các vị thật là dễ-dàng quá sự mong đợi. Cũng vì thế mà các vị lấy làm ngạc-nhiên về sự-kiện lạ-lùng ấy và cũng ngạc-nhiên cả về cái gì mà các vị đã tiếp-nhận và thực-nghiệm được. (còn tiếp)

# Ý - NGHĨA CỦA SUBUD ĐỐI VỚI TÔI

\* Bài của F. F. \*

(SUBUD Chronicle October 1962)

**K**HÔNG biết nên bắt đầu kể từ chỗ nào; nhưng đầu tiên tôi nghĩ cần phải nói đến cái nguồn sinh-lực mới hiện nay ở trong người tôi. Bất cứ lúc nào tôi cũng có thể giải-xả (relax) thân tâm và cảm thấy nguồn sinh-lực êm-dịu ấy thấm-nhuần tôi như một luồng điện.

Trong cuốn « The Conscious Mind » (Trí - Giác), ông Kenneth Walker trích dịch một đoạn văn của Plotinus (1); đoạn văn ấy như sau và đã làm tôi chú ý tức-khắc :

*« Những ai đã cảm-ứng với Thiêng-Liêng thì ít nhất cũng nhận thấy rằng họ dung-chứa ở trong người họ một cái gì mạnh lớn hơn họ, tuy rằng không thể tả ra được là cái gì. Do những cử - động làm họ rung - chuyển và những tiếng phát-xuất ra từ nơi họ, họ nhận*

*thấy rằng không phải là họ mà là cái sức mạnh kia làm họ rung chuyển.»*

Thật là kỳ-diệu, vì chúng ta nhận thấy một mối thông-cảm giữa chúng ta và những người khác — từ quá-khứ xa-xôi cho đến ngày nay — do sự chứng-nghiệm chung vừa nói trên đây. Riêng về phần tôi, tôi lại được thêm sự chắc-chắn rằng tôi không phải là một người kỳ-dị hoặc một người gàn dở khi tôi tin chắc rằng kinh - nghiệm nói trên là một kinh-nghiệm đúng thực.

Đời của tôi chia ra làm hai thời-kỳ, « Thời-kỳ trước » và « Thời-kỳ mới bắt đầu ». Khi nào tôi có những cử-chỉ đại-dột hoặc làm những sự lỗi-lầm thì tôi lại tự-nhủ mình rằng : « Thật ra, tôi mới được 27 tháng tuổi trong cái Sáng-Suốt Mới ; lần sau tôi sẽ có thể làm tốt đẹp

(1) Plotinus là một hiền-triết La-mã ở thế-kỷ thứ ba.

hơn thế này.» Ngày nay tôi có một tương-lai đề mà tiến-tới, chứ không như trước kia tôi chỉ có một cảm-giác là già đi tức là u-mê dần lên, mòn mỗi thêm lên và chậm-chạp hơn lên.

Về những thay đổi thật-sự thì tôi chẳng dám tự mình nói ra. Thỉnh-thoảng tôi thấy tôi nóng nảy hơn, dễ giận-hờn hơn, nhưng ít nhất những khi ấy tôi cũng *biết* là tôi kém bình-tĩnh và có thể thừa-nhận những tính xấu ấy ở trong người tôi; và đôi khi tôi còn điều-khiển được những tính xấu ấy nữa.

Những bằng chứng rõ-rệt của điều vừa nói ư? Không có những bằng-chứng như loại các bằng-chứng đề trưng ra trước một toà-án. Tuy nhiên tôi xin kể sau đây một vài kinh-nghiệm có tính-cách quan-trọng đối với tôi.

Có một dạo, đột-nhiên tôi nghi-ngờ một người rất thân của tôi. Nếu sự nghi-ngờ này đúng thì người ấy sẽ thành một kẻ xa lạ, không còn chút liên-hệ gì với tôi nữa. Những bằng-

chứng hiện có khi ấy có vẻ xác-nhận sự nghi-ngờ của tôi. Trong tuyệt-vọng, tôi làm trắc-nghiệm và nhận được một trả lời mà lúc đó tôi cho là một lời khuyên rất dè-dặt: «Hãy tin sự gì tốt lành hơn hết».

Tôi cũng đành tuân theo trả lời ấy vì chẳng còn cách gì khác. Mỗi khi mỗi nghi-ngờ làm tôi đau-dớn và nhục-nhã thì tôi lại lặp đi lặp lại câu: «Hãy tin sự gì tốt lành hơn hết». Thế rồi vài tháng sau, những điều xảy đến làm sáng tỏ vấn-đề và tôi nhận thấy rằng trước kia tôi đã sai-lầm quá chừng!

Tôi đã tránh được một mối ân-hận rầy-vò vô tận, và tôi đã bảo-tồn được một mối tình thân-thiết...

Một kinh-nghiệm khác khá ngộ nghĩnh là trong một cuộc đi chơi, tôi muốn mua một tấm thảm mỹ-thuật. Chiếc thảm này rất đẹp, nhưng người bán đòi những 150 bảng Anh, một số tiền quá lớn đối với tôi (theo tôi thì nó chỉ đáng giá độ 50 bảng thôi).

Người bán nói rằng tuần lễ trước họ đã bán một tấm thảm giống y như thế cho một người Mỹ với giá 300 bảng; nói vậy chắc là họ có ý khuyến-dụ tôi trả giá bằng nửa số tiền này.

Suốt đêm ấy tôi cứ trần-trọc, đầu óc loay-hoay nghĩ-ngợi, cố tìm cách rào đê cho người bán phải công-nhận rằng họ đã đòi một giá quá cao. Sau cùng, tôi tự bảo : « Thật là xuẩn quá ! Bapak đã khuyên rằng nên tập làm trác-nghiệm để thử chơi. Vậy mình hãy thử làm trác-nghiệm xem sao. »

Tôi bèn giải-xả thân tâm và ngủ ngay. Một lát sau tôi tỉnh dậy và bỗng nghe thấy tiếng nói rõ ràng : « Thôi, hãy bỏ rơi cái của quý ấy đi. »

Tôi theo lời nói, bỏ rơi cái của quý ấy, và nó không còn ám-ảnh tôi nữa...

Mới gần đây, tôi trải qua một thời-kỳ rất khó chịu : mọi công việc về nghề-nghiệp, gia-đình và cá-nhân tôi đều gặp những sự không may. Những buổi Latihan của tôi không

còn linh-hoạt nữa ; nhưng tôi vẫn làm Latihan đều đều, tuy mỗi lần làm xong tôi lại cảm thấy mỗi-một hơn, chẳng khác gì một người uống thuốc chỉ vì sẵn thấy có thuốc ở trước mặt chứ chẳng tin gì thuốc.

Bác-sĩ bảo rằng tôi chẳng có bệnh tật gì cả, vì một người có nước da sán-lạn và đôi mắt lóng lánh như tôi thì không thể nào đau ốm như lời tôi nói được.

Thật quả điều trên này là một kinh-nghiệm rất bồi-ích cho tôi. Tôi tỉnh-ngộ và nhận ra rằng bấy lâu nay tôi đã cứ ý lại vào Latihan mà chẳng chịu cố gắng tí gì để làm cho thật chu-đáo mọi công việc, cũng như chẳng chịu cố gắng để đối-phó với những khó-khăn hằng ngày hoặc để can-dảm xử-sự trong những trường-hợp không được như ý. Tôi đã cứ ý lại và yên trí mong-rằng « cái ấy » sẽ làm hết mọi công việc cho tôi, cho nên « cái ấy » đã tự rút lui để giáng cho tôi biết rằng mục-dịch của « cái ấy » chẳng phải là như thế.

Bà Đ.T.K. lược-dịch

# KINH - NGHIỆM CỦA TÔI VỀ SUBUD

\* VŨ-ĐÌNH-MÃN \*

(TIẾP THEO KÝ TRƯỚC)

**X**IN kể một vài thí dụ nữa về việc làm Test và được trả lời bằng chiêm bao.

Test này làm vào ngày 3-9-62.

**HỎI:** Tôi có ý-định cùng với một người bạn trong SUBUD đến tháng tư năm 1963 (dịp nghỉ hè) thì đi Nam-Dương để được gặp Bapak. Nếu đi được thì xin cho chiêm bao thấy đèn hay lửa. Nếu không đi được thì xin cho chiêm bao thấy sông hay nước.

**ĐÁP:** Chiêm bao thấy đi trên một cái cầu hẹp (sông ở dưới) có một chiếc cyclo ai để ngay giữa cầu. Tôi phải đẩy xe ấy mà lấy lối đi. Kế đó tỉnh giấc (tức là không đi được)

**KẾT-QUẢ:** Một tháng sau thì có tin ở Nam-Dương cho Hội SUBUD Việt-Nam biết rằng Bapak đến tháng ba năm 1963 sẽ đi Âu-Châu và đến 1964 mới về.

Như thế là không đi được vào 1963 vì Bapak đi vắng, dù mình có đủ các điều kiện để đi Nam-Dương.

°°

Kinh-nghiệm riêng của cá-nhân tôi cho biết rằng những lần trả lời bằng chiêm bao *không lần nào sai*; dù hỏi về những việc nhỏ nhiệm cũng vậy. Trái lại nếu tôi hỏi và xin trả lời vào lúc thức, đang làm Latihan, bằng những cách chuyển động tay, chân hoặc đầu thì có lúc đúng có lúc sai, y như lời Bapak đã chỉ dẫn.

Trước hết, xin nói qua về cách thức hỏi và trả lời trong khi làm Latihan. Thường thường tôi hỏi về đêm, trước khi đi ngủ hoặc sáng sớm, bốn năm giờ khi chợt tỉnh giấc.

Tôi ngồi xếp chân theo kiểu « bán già » để làm Latihan. Theo thói quen, khi đó hai đùi rung rất mạnh, hai bàn tay để ngửa lên hai đầu gối. Muốn hỏi thì cũng phải đưa ra một qui-ước nào đó.

Thí-dụ : hỏi một việc gì, nếu được thì xin Thiêng-Liêng cho hai tay chạy từ đầu gối xuống chân rồi lại chạy lên nhiều lần. Nếu không được thì xin cho hai tay xoay nhiều vòng trên đầu gối.

Có thể đưa ra qui-ước khác nhau : úp tay xuống đầu gối rồi lại ngửa lên hoặc cúp ngón tay vào rồi lại mở ra v.v... Các qui-ước đều do mình nghĩ ra, và cố gắng dùng để ý riêng mình ảnh hưởng vào việc trả lời.

Dưới đây là kết-quả hai việc hỏi theo lối nói trên, một việc đúng và một việc sai :

Ngày 1-10-62.

HỎI : Gia - đình tôi mong gặp một người ở tỉnh khác về vào tuần lễ sau. Nếu được gặp người đó thì xin cho úp tay xuống rồi lại ngửa tay lên nhiều lần (tay vẫn để ngửa trên đầu gối). Nếu không gặp xin cho cúp các ngón tay vào.

Đáp : Úp tay xuống và ngửa tay lên nhiều lần (tức là trả lời có gặp)

KẾT-QUẢ : Tuần lễ sau người kia không đến, và không được gặp. Test tôi làm lần này đã sai.

Ngày 18.10-62.

HỎI : Có người quen là ông T. muốn thuê lại cái xe. Xin cho biết có mua được không. Nếu không mua được xin cho tay đưa từ đầu gối xuống chân rồi lại đưa lên nhiều lần.

ĐÁP : Tay đưa từ đầu gối xuống chân rồi lại đưa lên ba lần rồi đứng lại (trả lời không mua được).

KẾT-QUẢ : Tôi đã điều đình giá cả ráo riết để mua xe ấy, và ông T. đã dự định bán cho tôi rồi. Nhưng chợt nhiều có một người họ của ông T. đến trả giá cao hơn chút ít, nên tôi không mua được xe.

Để kết-luận bài này tôi xin nêu ra mấy điều sau đây :

1.— Việc tập Latihan hiền-nhiên có đưa đến cho ta những kết-quả tốt đẹp về sức khoẻ, tinh-tinh và tri-não. Tuy nhiên, kết quả ấy đến với ta lâu hay mau còn tùy đức tin của ta cũng như tùy căn cơ riêng của ta.

2.— Việc làm Test với cách trả lời bằng chiêm-bao (đối với riêng tôi) rất đúng. Nhưng có đôi khi trong lúc trả lời, ta còn thấy những hình ảnh *thêm ra*, ngoài những qui-ước của ta. Điều đó khiến ta phải đoán ý-nghĩa của hình ảnh có thêm đó.

3.— Việc làm Test với cách giải-đáp bằng vận-động tay, chân hay đầu có thể sai (đối riêng với tôi). Có lẽ vì khi ấy ý riêng của mình xen vào, đùn đẩy tay chân cho nên không đúng. Lúc ngủ, ý thức của mình không hoạt động rõ rệt, mình hoàn toàn chịu ảnh hưởng của Thiêng-Liêng cho nên lời giải-đáp đúng thực.

Mong rằng chút kinh-nghiệm thô sơ của tôi sẽ giúp các bạn mới nhập Hội SUBUD một vài điều hữu-ích trong việc làm Test cũng như trong việc đặt lòng tin vào con đường tu tập đặc-biệt này.

VŨ-ĐÌNH-MẮN

☆ Người nào còn cảm thấy vui-thích và thỏa-mãn khi được khen-ngợi, chán-nản và buồn-rầu khi bị chê-bai, người ấy phải biết đó là một chứng-hiệu tỏ rằng bản-ngã của họ còn bị điều-khiển bởi những sức mạnh thuộc về thú-tính.

BAPAK

## THỜI - GIAN DỰ - BỊ

*Tại sao người muốn vào SUBUD phải chờ đợi một thời-gian mới được khai-mở? Có trường hợp biệt-lệ nào không?*

*Dưới đây là giải-thích của BAPAK.*

**K**inh-nghiệm cho ta thấy rằng một số người xin vào SUBUD chỉ để chữa một bệnh-tật mà họ đã có từ lâu. Cũng có người vì thấy vận-mệnh mình không tốt đẹp nên vào SUBUD để thay đổi tình-trạng. Lại có người vào SUBUD với ý muốn làm những so-sánh với các giáo-ly mà họ đã nghiên-cứu. Và cũng có người vào SUBUD chỉ vì tính tò-mò, muốn biết sự khai-mở như thế nào và xem những hội-viên đã vào SUBUD làm Latihan ra sao.

Đối với những người vào SUBUD vì từ lâu họ đã mắc bệnh tật hoặc gặp những sự không may thì có thể coi rằng họ có một nhu-cầu khẩn-cấp; nhưng những người vào SUBUD chỉ để so sánh với các giáo-ly mà họ đã học, hoặc chỉ để xem khai-mở và làm Latihan ra sao thì những người ấy không hành-động đúng với những mục-đích và cứu-cánh của SUBUD.

Vì lẽ có nhiều lý-do khác nhau để vào SUBUD như thế cho nên mới thiết-lập thời-kỳ dự-bị: thời-kỳ này dài nhất là ba tháng

Thời-kỳ dự-bị giúp cho người muốn vào SUBUD cơ-hội thuận-tiện để hiểu-biết ý-nghĩa của SUBUD và những mục-tiêu của tổ-chức huynh-đệ SUBUD. Cũng trong thời-kỳ ấy, các phụ-tá có dịp biết được lòng thành-thực của người xin vào SUBUD.

Dầu sao, cần nên hiểu rõ rằng việc tu-tập SUBUD Latihan là một việc tu-tập tâm-linh, do sức mạnh của Thiêng-Liêng làm



phát-động như một sự cầu-nguyện đấng Thiêng-Liêng, chứ không phải chỉ để gạt rửa thề-xác hoặc để cải-thiện vận-mệnh của mình.

Sự chỗi dậy của nội-tâm, khi nội tâm quy-hướng về sùng-bái Thiêng-Liêng Toàn-Năng, sẽ thanh-lọc và làm hồi-sinh cho cái nội-tâm ấy. Những yếu-mệt và cạn bản tự-nhiên mất đi và sẽ làm cho tình-trạng thay đổi, trở nên lành-mạnh, khoẻ-khoắn và trong sạch. Đó là những kết-quả cho những ai sùng-bái đấng Thiêng-Liêng Toàn-Năng đúng với Ý - muốn của Ngài, Ý-muốn ấy đã viết bằng những nét linh-động trong tâm thâm-sâu của con người.

Rõ ràng mục-đích của SUBUD Latihan là sùng-bái đấng Thiêng-Liêng Toàn-Năng. Những việc như chữa khỏi bệnh chỉ là điều phụ; còn những ai vào SUBUD để so-sánh với các giáo-ly khác thì thật quả họ có những lý-do quá xa-cách với mục-đích nói trên.

Trong Latihan, chúng ta chỉ có việc tiếp-nhận mà thôi. Chúng ta không thể xử-dụng trí-óc của ta, vì khi nội-cảm của ta đã thức-tỉnh thì vọng tâm và trí-thức trở thành những khách bàng-quan, và tất cả những lý-thuyết, mà trí-óc đã học được từ trước, trở nên vô-dụng, không dùng vào việc làm Latihan.

Các lý-thuyết trở nên vô-dụng, không dùng vào việc làm Latihan, bởi vì tính-chất của lý-thuyết là để chỉ-dẫn cho người ta tìm kiếm và đến với Quyền-năng của Thiêng-Liêng, mà trong thực-tế thì Quyền năng của Thiêng-Liêng không thể tìm kiếm được và chúng ta cũng không biết nó ở đâu. Chúng ta cần phải có một trạng-thái quy-thuận, kiên-nhẫn và chỉ có việc tiếp-nhận cái gì mà Thiêng-Liêng muốn cho chúng ta mà thôi.

Còn như vào SUBUD cốt để xem sự khai-mở và việc tập Latihan của những hội-viên khác thì hiển-nhiên rằng SUBUD Latihan chẳng phải là một trò chơi.

Có những người không cần phải qua thời-kỳ dự-bị, vì những lý-do sau này :

1.— Không có một trung-tâm SUBUD tại nơi họ ở.

2.— Người xin khai-mở ở từ nơi xa đến và tại nơi ấy không có Trung-tâm SUBUD.

3.— Đau bệnh nguy-kịch.

4.— Người xin khai-mở đã quá sáu mươi ba tuổi.

Tuy thời-kỳ dự-bị không áp-dụng cho những người ở trong các trường-hợp nói trên, nhưng trước khi khai-mở, các phụ-tá cũng cần phải giảng cho họ hiểu ý-nghĩa, mục-đích và cứu-cánh của SUBUD Latihan là thế nào.

*Dịch theo Pewarta Kedjiwan SUBUD*

*November 1960*

**\* Thật hiển-nhiên là Thiêng-Liêng đã không gọi con người đến thế-gian này chỉ để chết mà thôi, nhưng để con người học và hiểu rằng họ có thể trở về — và rồi đây họ sẽ trở về — nguồn gốc đã phát-sinh ra họ, trở về nơi an-cư đã sửa-soạn sẵn sàng cho họ.**

**BAPAK**

# MỘT LATIHAN CỨU-ĐỘ

MARIA LOVEJOY

**M** Ò A Xuân vừa rồi, sau một buổi Latihan, tôi cảm thấy như có sự thúc giục bảo tôi viết cho ông Thống-Đốc tiểu Bang New-York, là tiểu Bang của tôi để xin ông ấy, nếu có thể được, phái người đến xem tình-trạng ngôi nhà thương của Chính-Phủ, trong đó chị tôi đang nằm chữa bệnh thần kinh.

Cuộc khám xét mà tôi thỉnh-cầu đã được thi-hành ngay. Các chuyên-viên nhận thấy rằng móng tòa nhà building, ở trong đó chị tôi cùng hàng trăm bệnh-nhân khác đang nằm dưỡng bệnh, và các y-tá, bác-sĩ và nhân-viên nhà thương đang làm việc, đã lay chuyển. Ngay lập tức tất cả mọi người được dời đi nơi khác và ngày hôm sau thì tòa nhà sụp đổ.

Sau đấy ba tháng, chị tôi nói cho tôi biết là hồi đó chị tôi cảm thấy tòa nhà thương lung lay và chị tôi đã cầu-nguyện Thiênng-Liênng từ-bi cứu-độ.

*(SUBUD Chronicle October 1962)*

☆ Nếu các vị có thể tham-dự vào sự chuyển-động của Nguồn Sinh-Lực, ấy là các vị đã đạt được yên-tĩnh và bình-tĩnh.

**BAPAK**

## Tin Tức SUBUD

### ◆ **Bác-sĩ Prio Hartono đã đến Saigon.**

Bác sĩ Prio Hartono đã từ Bangkok tới Saigon bằng tàu bay vào hồi 20 giờ ngày 27 tháng 2. Một phái đoàn gồm ban Quản Trị, ban Phụ Tá và một số các hội viên chừng hơn 30 người đã ra đón Bác-sĩ tại sân bay. Trong thời gian 3 tuần lễ thăm Hội chúng ta, Bác sĩ Prio Hartono ở tại biệt thự của B. S Nguyễn-Hồng-Luông, hội-viên và cố-vấn trong ban Quản-trị Hội (51-53 đường Thủ Khoa-Huân).

Mỗi buổi sáng, từ 9g30 đến 12g, Bác-sĩ Prio Hartono tiếp những hội viên Subud muốn hỏi riêng về việc tu tập, và buổi chiều, từ 17g đến 18g30, Bác-sĩ làm Latihan chung với các hội-viên, từng đợt nửa giờ một.

Mỗi ngày, sau khi Latihan xong, có cuộc nói chuyện thân-mật để Bác sĩ trả lời những câu hỏi có tính cách chung về việc tu-tập.

Tất cả các hội viên đều cảm

nhận thấy những buổi Latihan có tính-cách mạnh-mẽ, thâm-sâu hơn mọi khi. Và Bác-sĩ cũng cho biết là sau hai ngày tập, Bác-sĩ cảm thấy các hội-viên đã tiến hơn trước. Thật là một sự may mắn cho toàn thể các hội-viên Subud vì đã nhận được, qua Bác-sĩ Prio Hartono, một sự giúp đỡ lớn của Thiêng-Liêng để tiến tu.

Theo dự-định thì Bác-sĩ Prio Hartono sẽ từ biệt chúng ta vào ngày 18-3-1963.

### ◆ **Cuộc du hành vòng quanh thế giới của BAPAK.**

Đề đáp sự cầu thỉnh của các Hội Subud trong khắp thế-giới, BAPAK đã khởi hành từ Djakarta ngày 24 tháng 2 để đi thăm-viếng các trung-tâm Subud tại nhiều nơi.

Bắt đầu, Ngài qua thăm *Australie* (trong một tháng) và *Nouvelle Zélande* (trong 10 ngày), rồi qua *Nam Mỹ Châu* (trong 2

tháng rưỡi) để thăm các Trung-tâm Subud tại các nước *Mexique, Colombie, Pérou, Chili, Argentine* và *Brésil*.

Vào khoảng trung tuần tháng 6, Ngài tới *Hoa-kỳ (U.S.A.)* và dự Đại hội nghị thế-giới Subud, họp tại New-York.

Xong Đại hội nghị, Bapak đi thăm các Trung-tâm Subud tại *Hoa-kỳ (U.S.A.)* và *Gia-nã-đạt (Canada)* cho đến cuối tháng 10.

Sau đấy, BAPAK sang *Anh-quốc* (từ 31-10 đến 15-12-1963). Rồi Ngài qua *Pháp*, lưu tại Paris từ 15-12 đến 24-12-1963, và xuống thăm *Marseilles* từ 24-12-1963 đến 5-1-1964.

Hành trình thăm viếng của Bapak sẽ tiếp-tục qua các nước *Thụy-sĩ* (trong 2 tuần lễ), *Đức* (trong 3 tuần lễ) (*Ác*) trong 1 tuần lễ).

Ngày 16-2-1964, BAPAK sẽ từ *Vienne* (*Áo quốc*) đi *Singapore* bằng tàu bay và lưu tại đây đến 21-2-1964, rồi trở về *Djakarta*.

Mong sao Hội Subud Việt-Nam có khả năng tài chánh để mời BAPAK cùng các Phụ

tá tháp tùng qua thăm Hội chúng ta, trong chặng đường về của BAPAK

## ☐ **Đệ nhị Đại Hội nghị Thế giới SUBUD**

Đệ nhị Đại Hội nghị Thế giới SUBUD sẽ họp tại *Mỹ-quốc (U.S.A.)*, tiểu bang *New-York*, từ 8-7-1963 đến 19-7-1963.

Toàn thể các tòa nhà rộng lớn của Đại Học Đường *Briarcliff* (cách đô-thị *New-York* chừng 50 cây số) và toàn thể khu Đại Học-Xá (*Campus*) rộng 20 mẫu tây với đầy đủ các tiện nghi (hồ tắm, sân quần vợt, thư viện, v. v...), sẽ dành cho Đại Hội Nghị Thế giới SUBUD sử dụng.

BAPAK sẽ đến dự Đại Hội Nghị này. Ngài và các Phụ-tá tháp tùng sẽ lưu trú tại biệt-thự của ông Chủ-tịch Đại-Học-Đường *Briarcliff*.

Hội SUBUD Việt Nam có nhận được giấy mời tham dự của Ban Tổ chức Đại Hội Nghị. Nhưng nền tài chánh của Hội quá eo-hẹp nên chắc không thể cử một hoặc hai đại-diện đi họp được.

## Tin tức cuối cùng về Bác-sĩ Prio Hartono.

Trong khi Nội-san này đang lên khuôn thì B.S. Prio Hartono đã từ-biệt Sài-gòn vào buổi trưa ngày 18-3-1963 để lên đường sang Singapore. Buổi chiều hôm trước, vào lúc 18 giờ, Hội SUBUD đã đặt một tiệc trà thịnh-hậu và thân-ái để tiễn Bác-sĩ. Có chừng hơn 200 hội-viên tới dự. Trước khi vào tiệc, Bác-sĩ nói chuyện trong nửa giờ về SUBUD cho các hội-viên nghe. Bài nói chuyện ứng-khẩu này rất hay và thâm-thúy, đáng để tất cả mọi người suy - nghĩ và ghi nhớ mãi.

Trong Nội-San tháng sau sẽ đăng nguyên-văn bài nói chuyện, do một bạn kỹ-sư hội-viên đã sáng sủa ghi-âm, để giúp các bạn có một tài-liệu quý-giá.

## ☉ Ông Tallender sắp tới Saigon.

Đến ngày 23-3-1963, ông Tallender, là vị Phụ-tá Hòa-Lan đã có thiện duyên khai mở cho nhóm hội viên SUBUD đầu tiên tại Việt Nam hồi tháng 5 năm 1961, sẽ nhân một cuộc du hành, trở lại thăm Hội chúng ta. Ông sẽ lưu tại đây chừng một tuần lễ. Chúng ta rất vui mừng đón tiếp một vị Phụ - tá đã có công lớn trong việc sáng lập Hội SUBUD ViệtNam.

### CÁC SÁCH CỦA HỘI SUBUD VIỆT-NAM ĐÃ XUẤT-BẢN :

Các bạn SUBUD cần đọc nhiều lần những sách sau đây để có một ý-niệm chính-xác về SUBUD và làm Latihan cho đúng cách :

1— SUBUD LÀ GÌ ?	giá : 5 đ
2— TÔN.GIÁO VÀ SUBUD	— 6 đ
3— TẠI SAO VÀO SUBUD	— 6 đ
4— TÌM HIỂU SUBUD (I)	— 7 đ
5— SUBUD (Tập-San) I.	— 8 đ
6— SUBUD (Tập-San) II.	— 8 đ

**Nhà in TÂN-SINH**  
**116, Đinh Tiên-hoàng — Dakao**  
**SAIGON**

**GIÁ : 8\$**

---

U.B.K.D.T.U. Giấy phép số 625/PI/XB ngày 29-3-1963