

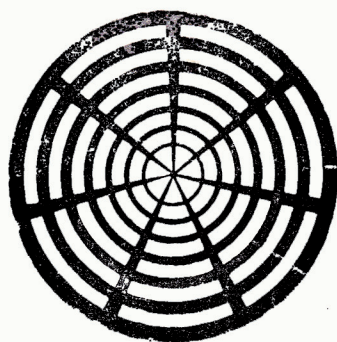
# SUBUD

BÀI NÓI CHUYỆN CỦA  
BAPAK : NHỮNG LỢI  
ÍCH CỦA SỰ NHỊN ẮN  
BÀI I VÀ BÀI II

*MARDI - NING - SIII dịch*

**THU ĐÔNG  
1974**

\*\*\*



**NỘI SAN CỦA HỘI SUBUD**  
DÀNH RIÊNG CHO HỘI VIÊN





# SUBUD

1974 ~~~~~ THU GIÁP - DẦN

## Bài nói chuyện ở Cilandak vào đêm thứ 21 của tháng nhịn ăn Ramadhan ngày 27-10-1972

★ MARDI-NING-SIH dịch

### NHỮNG LỢI ÍCH CỦA SỰ NHỊN ĂN (BÀI MỘT)

...Sự nhịn ăn mà chúng ta nhịn đây không những có lợi ích cho đời sống chúng ta ở thế giới này nhưng... cũng có lợi ích cho cả đời sống chúng ta sau khi chết...

Nếu chúng ta tính sự nhịn ăn như đã bắt đầu vào ngày chủ nhật thì tối nay là tối thứ hai mươi mốt; đêm thứ 21, nghĩa là 20 ngày nhịn ăn đã được trọn vẹn — chứ không phải 21 ngày, Như thế những ai trong chúng ta mà đã bắt đầu nhịn ăn vào ngày chủ nhật thì đã nhịn được 20 ngày.

Theo thường lệ thì sau khi nhịn ăn được 20 ngày, chắc chắn là quý vị có thể cảm nhận thấy lợi ích của sự nhịn ăn. Như thế đêm nay, vào đêm trước ngày thứ 21, quý vị sẽ có thể cảm nhận thấy kết quả về sự nhịn ăn của quý vị rồi; cái kết quả mà thường được người ta gọi là lailatul qadar.

Sự lợi ích này của sự nhịn ăn, sự giáng hạ của salatul qadar sẽ không làm cho quý vị có được một ít tiền hay có một số lợi tức lớn hơn hay có một hạng lương cao hơn hay có được một số tiền thưởng hàng năm — không phải thế.

Khi người ta tiếp nhận được Qadar đã giáng hạ thì tâm và cảm xúc họ trở nên tốt lành. Thí dụ, ngoài nội-cảm ra, sẽ phát sinh một cảm xúc thân mến, một cảm xúc thương yêu, một cảm xúc thân thiết đối với người khác và cả một cảm xúc ân cần, tử tế đối với người đồng loại nên sau cùng cảm xúc này sẽ thể hiện bằng một sự sốt sắng cho Zakat fitrah hay bố thí, có nghĩa là cho những người khác đang ở trong cảnh bần cùng một cái gì.

Điều đó biểu thị đặc tính cảm xúc của những người mà đã thực hiện sự nhịn ăn và đã có thể tiếp nhận được qadar do từ Thiêng-Liêng Toàn-Năng. Nói chung ra, đó là tại sao người ta, tại sao tất cả quý vị lại rất cần nhịn ăn, thật là cần để quý vị tự huấn luyện mình để trở nên những người có tràn đầy tình thương và sự ân cần, tử tế đối với người đồng loại và thích giúp những người mà cần sự giúp đỡ. Trong Hồi-giáo, đức tính này gọi là điều căn bản hay nền tảng thứ tư — nghĩa là Zakat và fitrah.

Ngoài điều đó ra, đặc tính của qadar mà quý vị đã tiếp nhận được ở trong nội-cảm cũng làm cho quý vị cảm thấy là chính quý vị đã thường làm những điều xái quấy đối với người đồng loại của quý vị, nhất là đối với cha mẹ và những người cao niên hơn trong gia đình quý vị.

Đó là tại sao đến đúng lúc, tất cả quý vị cần phải đi đến nhau để xin tha thứ cho tất cả mọi hành vi xái quấy của quý vị và các bạn hữu, thân thích quý vị cũng thế, phải xin quý vị tha

thứ. Quý vị cũng cần xin cha mẹ chúc lành và tha thứ, quý vị phải hết sức xin cha mẹ tha thứ cho những gì mà quý vị đã có thể làm phật lòng cha mẹ. Bởi vì người ta không thể nào tránh khỏi làm điều xái quấy, sai nhẫm; họ đã nảy lên làm một điều gì sai nhẫm, dù rằng không phải là lúc nào họ cũng làm điều sai nhẫm.

Nói minta ma'af nghĩa là xin tha thứ, xin cha mẹ tha thứ bằng một cách như thế, nó sẽ chạm xúc đến tâm cha mẹ hay tâm của những bạn hữu và thân thích khác mà quý vị nói xin tha thứ — như người Java nói : trenyuh. Với một cảm xúc như thế, mọi sự quý vị đã làm, mọi điều sai nhẫm quý vị đã làm đối với những người ấy, thì vào lúc đó đã tiêu tan hết. Như thế quả thật đúng là qadar mà quý vị tiếp nhận được là kết quả đã nhìn ăn trong 20 ngày, là một lợi ích thật sự cho đời sống con người, một lợi ích thật sự cho những đời sống của tất cả quý vị.

Quý vị làm cho tâm những người đó khuấy bột và hải lòng thì rồi những người khác sẽ cảm nhận thấy một sự cảm mến đối với quý vị, sự cảm mến đã thiếu sót trước khi quý vị xin họ tha thứ, điều này quả thật là hữu ích. Do Ân Huệ và lòng lân mẫn của Thiêng-Liêng, điều này cũng mở rộng con đường của quý vị trong đời sống, đề tỉ dụ như quý vị cố gắng và thực hành những gì quý vị sắp đặt đề lam bằng mọi cách dễ dàng hơn. Vì dường như không có những bức rào chắn đầy chông gai trên con đường của quý vị. Và như thế, nó cũng có nghĩa là hầu hết mọi người cho như là đã chúc lành cho đời sống quý vị; chúc lành cho đường lối của quý vị trong đời sống, chừng nào quý vị còn sống ở thế gian này.

Đây là kết quả của sự nhìn ăn nên đối với quý vị thật

rất là hệ trọng để theo sự nhịn ăn, đối với người Hồi-giáo thì thật là rõ ràng, bởi vì sự nhịn ăn quả thật là do theo tôn giáo họ. Nhưng những người khác mà không thuộc tín ngưỡng Hồi-giáo thì cũng không bị loại ra khỏi sự tiếp nhận ân từ của Thiên-Liênng. Vì Thiên-Liênng là Toàn-Giác, Toàn-Năng — Toàn-Hùng — Toàn-Lực, Người nào làm điều tốt lành sẽ lại được điều tốt lành. Như thế, dù rằng có thể quý vị không phải là người Hồi-giáo nhưng những ai đã nhịn ăn trong tháng Ramadhan, những ai đã nhịn đúng suốt 20 ngày thì chắc chắn sẽ được một cái gì nó làm hài lòng cảm xúc quý vị.

Bapak không bảo tất cả quý vị là quý vị phải nhịn ăn, nhất là những ai mà tin ngưỡng không phải là Hồi-giáo. Bapak không bảo thế Bapak không bảo quý vị phải nhịn ăn như những người Hồi-giáo — không phải thế. Mặc dầu thế, quý vị nên nhớ những lợi ích của sự nhịn ăn. Đối với quý vị nào mà chưa phải là người Hồi-giáo, nhất là đối với hội viên Subud là những người có khuynh hướng nhiều về sự thực hành hơn là lý thuyết, về sự tiếp nhận nhiều hơn là sự cố gắng — nghĩa là điều đó đúng là do từ cảm xúc — sự nhịn ăn rõ ràng là thuộc về sự lợi ích cao quý.

Ngoài sự kiện mà sau này quý vị sẽ cảm nhận thấy sự ăn cần, tử tế và sẽ có một cảm xúc yêu mến đối với những người đồng loại, quý vị cũng sẽ biết và có thể hiểu rõ nafsú đi quanh nội cảm quý vị như thế nào. Bằng cách này, về sau quý vị sẽ một trăm phần trăm không còn bị nafsú điều khiển hay quý vị không còn bị nafsú xử dụng như những dụng cụ của chúng hay quý vị phải lăn lộn vì nafsú. Hơn thế nữa quý vị sẽ có thể xếp đặt được chúng.

Và từ đây, sau cùng quý vị sẽ có thể làm những sự việc

thuộc tính chất về thế gian như là kiếm kế sinh nhai, điều khiển một công việc kinh doanh, quản lý một cửa tiệm v.v. nhưng tâm và cảm xúc quý vị sẽ tràn đầy tình yêu thương đối với những người đồng loại. Như thế quý vị sẽ không tìm một số lời lớn khi số lời đó sẽ làm thiệt hại cho người khác.

Đó là tại sao sự xữ dụng tiền với ý định để có được một món lời lớn vào số tiền đó—điều mà người ta gọi là cho vay tiền—thì trong tôn giáo đã cấm, Thiêng-Liêng đã cấm; vì thật ra sự cho vay tiền quả thật làm bối rối cho người đã được giúp đỡ, cho người hỏi vay hay người mượn tiền.

Như thế, sau cùng quý vị sẽ thật sự có thể tiếp nhận được lợi ích của sự nhịn ăn mà quý vị đã thực hiện và về sau những gì quý vị làm, quý vị sẽ được may mắn, nhưng quý vị đừng đi quá xa. Như thế, các mục đích để theo đuổi là cả quý vị và cả người hỏi vay sẽ được lợi do sự cho vay tiền. Điều đó cũng áp dụng cho sự bán những hàng hóa. Quý vị bán, điều đó có lợi cho quý vị, nhưng cũng phải có lợi cho người mua nghĩa là, thí dụ như họ mua rẻ hơn là mua ở chỗ khác.

Quý vị đừng lập nên một giá cả cao như thế trong tương lai, quý vị không nên như thế. Thí dụ quý vị mua một vật gì giá là 10 rupiahs rồi bán cho người khác 15 rupiahs, số lời về món hàng đó nhiều quá. Quý vị phải cảm nhận thấy số lời này là quá nhiều và quý vị cảm thấy buồn về sự đó và bán mỗi cái 11 rupiahs. Quý vị cảm thấy « ồ tiếc quá, chỉ bán có 11 rupiahs ». Lập tức, trong một nháy mắt, quý vị cảm thấy số lời sẽ phải ít đi và dù rằng cái đó có thể bán được 15 rupiahs mà quý vị chỉ bán có 11 rupiahs.

Nhưng, thưa quý vị, những món lời lớn có nghĩa là một món thầu nhỏ. Tốt hơn là mỗi thứ hàng được lời ít mà có một

món thâu lớn. Dù rằng số lời của mỗi món hàng có thể chỉ là một xu nhưng quý vị có thể bán hàng triệu cái. Nhưng nếu quý vị đòi 10 xu lời quý vị chỉ bán được một trăm cái. Giá bán sẽ cao quá.

Quả thật quý vị có thể cảm nhận thấy điều ấy. Nếu quý vị có thể xử dụng những vật nhỏ, do những vật nhỏ này, do những món lời nhỏ này, nếu quý vị có thể xử dụng những món lời nhỏ này tốt đẹp, quý vị sẽ trở nên một nhà triệu phú. Tỉ dụ giống như những người Trung-Hoa. Họ trở nên triệu phú bằng cách bán Kwaci (hạt dưa có ướp muối). Người ta có thể thành triệu phú bằng cách bán kẹo lạc, còn người bán xe hơi thì chắc chắn sẽ không thành triệu phú bởi vì họ muốn nhiều lời quá. Đối với những món hàng nhỏ thì lại khác. Tiền lời của mỗi cái thì ít nhưng có hàng triệu cái.

Đây là những phương pháp và chính sách khôn ngoan đối với một nhà buôn hay một người bán hàng. Quả thật người ta nên biết và hiểu điều này để người ta lưu tâm đến điều đó. Tiền lời của mỗi một món hàng thì nhỏ nhưng quý vị có thể bán hàng triệu cái. Đó là cái cách tốt hơn để làm giàu một cách nhanh chóng hơn là khi quý vị có một số lời lớn vào một món hàng mà quý vị lại không thể bán được nhiều.

Những lợi ích về sự nhịn ăn mà quý vị đã nhận là như thế đó, và tinh chất của Qadar (thiên khải) mà Thiêng Liêng ban cho quý vị và quý vị tiếp nhận được là như thế đó.

Sự đó dường như một tia sáng rõ ràng chiếu vào những điều gì quý vị cần trong đời sống. Không phải chỉ có thế mà thôi. Đây là điều mà thường thì người ta không biết rõ và hiểu được. Đây là những lợi ích của sự nhịn ăn này. Bopak không đặt



ra sự nhịn ăn chỉ đúng có 20 ngày mà thôi. Không phải thế ; quý vị có thể tiếp nhận được chỉ sau khi đã nhịn ăn được 10 ngày — có thể được. Nhưng, lẽ tất nhiên sự có thể tiếp nhận được sẽ chắc chắn hơn, bằng cách là theo những gì đã đặt ra.

Bapak đang nói về 20 ngày nhịn ăn này. Nếu không thì quý vị có thể chỉ hài lòng để nhịn ăn đến bây giờ và ngày mai không nhịn ăn nữa, rồi ngày mốt lại nhịn chứ không nhịn ngày hôm sau, như thế đó.

Ngoài ra, quý vị đừng uống nhiều nước có đá lạnh như Bapak vừa nói, bởi vì thời tiết quả thật là nóng. Quý vị đừng cảm thấy sức nóng là một sự chướng ngại, không phải thế. Sức nóng là một sự trắc-nghiệm đối với quý vị. Quý vị vừa mới đang bị thử thách đó. Nếu quý vị thấy nhiệt độ chỉ mới có 38°C là một sự thử thách thì sự nhịn ăn của quý vị không phải là một sự cương quyết nhịn ăn. Lửa ở địa ngục thì nóng dữ dội hơn nhiều. Người ta nói rằng lửa ở địa ngục có thể là một trăm hay một ngàn lần nóng hơn 38°C. Như thế là thế nào ? Quý vị ở trên tit thượng tầng giới hạn.

Như thế, sức nóng này giống như một trắc nghiệm về sự cương quyết, sự quyết tâm của quý vị, về lời thề của quý vị để làm trọn vẹn và tuân theo huấn giới của Thiêng-Liêng. Đây mới chỉ đúng là sức nóng, rồi tỉ dụ quý vị đau thì sao ? Tỉ dụ, nếu lại tệ hơn thế nữa và sự nhịn ăn không tốt đẹp thì sao ? Bapak không đặt một áp lực nào vào quý vị và Bapak cũng không nói là quý vị nên tiếp tục sự nhịn ăn hay không. Nhưng quý vị hãy càng nhịn ăn được thì càng hay.

Ngay cả nếu đôi khi quý vị thấy mệt nhọc thật sự, ngay cả là không có lý do để ngưng sự nhịn ăn. Thật đúng chứng nghiệm của chính Bapak là quý vị cảm thấy sức nóng của

mặt trời, cái nóng giữa trưa mà chúng ta thấy nóng hiện giờ khi chúng ta không nhìn thấy chúng ta thấy nóng hơn là chúng ta nhìn thấy. Tại sao thế ? Bởi vì nếu quý vị đã nóng ở bên trong rồi thì cái nóng ở bên ngoài sẽ không thể làm cái nóng ở bên trong nóng hơn một chút nào nữa. Nó không thể đốt cháy nó được. Như thế quý vị sẽ không cảm thấy nhiệt độ cao một chút nào cả.

Bapak đã thử kỹ về diêm này, Bapak đã thử Sjarif và các cháu của Bapak đi ra ngoài để xem sức nóng ra sao. Bapak đi chơi, Sjarif và các cháu đã đi xa. Bapak khởi hành lúc 10 giờ 30 sáng và trở về nhà lúc 8 giờ tối. Các cháu rất mệt mỏi — « Ông ơi, nóng quá ». Quý vị phải thực hành và xem cái nóng như thế nào. Như thế điều này là cần thiết và Bapak đã đi, phải, đúng thế, không phải là nói bông đùa. Dù nóng thế nào đi nữa, chúng tôi vẫn tiếp tục đi. Nhưng Bapak khen Sjarif — Sjarif cương quyết. « Sjarif có khoẻ không? Mệt hả? » « Thưa không » « Khát không? » « Thưa không », « Xin cảm tạ Thiêng-Liêng » Sjarif hơi cứng đầu một chút. Sjarif không phải là người sanh ở quốc gia này, không phải là người con của Nam.Dương. Thường thì nếu lúc còn nhỏ quý vị quen sống ở nơi khí hậu mát mẻ, quý vị không chịu nổi cái nóng.

Bapak nghe thấy những điều như thế này : « Trời ơi, tại sao lại không mưa thế này? Người ta đã cầu xin mưa mà mưa không đến, Thiêng-Liêng đang làm gì thế? Thiêng-Liêng không sẵn sóc đến con người; Thiêng-Liêng không thương xót những sinh vật của Ngài. Thiêng-Liêng để cho họ nhịn ăn đến nửa sống dở, nửa chết dở mà không cho mưa xuống ». Bapak nghe thấy hết những điều này nhưng Bapak không nói gì cả. Nếu không phải là mùa mưa thì tại sao người ta lại đòi xin mưa? Hãy

đề như thế, đây sẽ là một sự thử thách đối với chúng ta để xem chúng ta có cương quyết hay không.

Nhưng bây giờ, sau 20 ngày thì đây, mưa đã đến. Có ai biết là trời có mưa ở dưới phố hay không? Trời đang mưa. Phải quả thế, không mưa lớn, nhưng cũng đủ, thật là mát mẻ. Nhưng quý vị đừng mong mai trời lại mưa. Phải, có thể mưa nữa ; dù mưa hay không là tùy ở mưa. Điều quan tâm của chúng ta là đối với sự nhịn ăn. Chúng ta đừng để bị mờ tối do sự có mưa hay không mưa, chúng ta đừng để bị mờ tối do sự nóng bức hay sự mát mẻ. Điều quan tâm của chúng ta là đối với sự nhịn ăn. Nếu chúng ta thật sự muốn nhịn ăn, chúng ta sẽ nhịn ăn. Thiêng-Liêng muốn thì sẽ không có gì xảy đến với sự nhịn ăn cả, chúng ta sẽ không cảm biết thấy sự nhịn ăn. Phải, thỉnh thoảng khi đến lúc xả nhịn, Bapak hãy còn đợi lâu hơn nữa. Bapak không ăn trước — không — Bapak chỉ đợi, Bapak không vội vã. Thường khi vào lúc sáu giờ tối có rất nhiều người đang nhai, nuốt vội vàng. Bapak vẫn yên tĩnh. Bapak đợi đến thật muộn mới xả nhịn vì có khi chỉ ăn vài miếng dưa hấu là khoẻ khoẻ rồi. Nếu Bapak ăn nhiều thì Bapak rất biếng nhác.

Rõ ràng là nafsù làm cho thân thể nặng trĩu xuống. Khi quý vị tự cảm thấy lưng biếng va nặng nề thì cái đó là cái gì thế? Hiển nhiên đó là nafsù. Hiển nhiên là đứng sau khi xả nhịn, quý vị chỉ muốn đi ngủ, không phải thế sao? Phải, có lẽ giống như một phụ nữ có thai mà chỉ muốn được khoan khoái, cho đến lúc xả nhịn, tôi như thế nào? Sau khi xả nhịn, tôi cảm thấy tôi chỉ muốn đi ngủ.

Thật ra chúng ta có thể tiếp nhận được rất nhiều bằng chứng hay nhiều bài học rõ ràng do sự nhịn ăn mà chúng ta đã thực hiện và nhờ Qadar mà Thiêng-Liêng đã ban cho chúng ta, chúng ta có thể thật sự điều hòa với những gì chúng ta cần và có thể cảm nhận thấy và tiếp nhận được những gì là cần thiết cho đời sống chúng ta.

Hãy lấy một thí dụ, giả thử quý vị tham gia vào một công việc gì hay là buôn bán, bán những hàng hóa. Vì là kết quả của sự nhịn ăn mà chúng ta đã nhịn và Qadar mà Thiêng-Liêng đã ban cho chúng ta, chúng ta có thể thật sự thực-hiện sự buôn bán của chúng ta đúng theo ý muốn của Thiêng-Liêng, để chúng ta có thể thật sự đoán trước và phục vụ cho những nhu cầu của các khách hàng. Những gì mà khách hàng cần là những thứ không đắt tiền mà lại thuộc phẩm hạng tốt và sẽ chứng tỏ sự vừa lòng. Đây là điều chúng ta cần, dù là chúng ta mua hay bán.

Những bài học chúng ta tiếp nhận được, những kết quả của sự nhịn ăn này làm cho chúng ta có thể thật sự phục vụ cho những nhu cầu của các khách hàng. Chúng ta có thể bán những hàng hóa tốt mà không quá đắt và thật sự cần thiết, thật sự hữu ích cho khách hàng. Bằng cách này mặc dầu chúng ta phục vụ các khách hàng nhưng thật ra chúng ta đang săn sóc họ, chúng ta thành những người bảo vệ và giám hộ của họ. Điều này áp dụng cho cả lãnh vực thương mại và mọi lãnh vực khác nữa. Tỉ dụ, nếu chúng ta là những nhà lãnh đạo, những người hướng dẫn công chúng, chúng ta không thể nào là những người lãnh đạo thật sự tốt trừ phi chúng ta săn sóc những người mà chúng ta dẫn dắt. Chúng ta không nên chỉ có những đệ tử, và bắt buộc những người chúng ta dẫn dắt phải theo cho đúng, không phải thế. Đừng để cho chúng ta là hạng ông thầy mà bảo học trò phải làm giống như thế. Không nên như thế. Ông thầy phải đáp ứng những nhu cầu của học trò.

Như thế, sự nhịn ăn mà chúng ta theo và Qadar mà Thiêng-Liêng ban cho chúng ta thật quả sẽ làm cho chúng ta thành những người có khả năng làm những nhà lãnh đạo trong

mọi lãnh vực và hành động như những người giám sát, giám hộ và như những người che chở, binh vực trong mọi lãnh vực.

Nếu chúng ta trở nên những kỹ-nghệ gia có những kỹ-nghệ hay điều khiển những kỹ nghệ, chúng ta sẽ sản xuất những hàng hóa không những lợi ích cho chính ta mà lợi ích cho cả đời bên, cũng như để có lợi ích cho các khách hàng nữa. Bằng cách này chúng ta sẽ có thể sản xuất những vật phẩm rẻ tiền mà mua sẽ không phải khó khăn nhưng sẽ hữu ích và thuộc phẩm chất tốt. Đây là điều chúng ta cần phải làm và đây là điều chúng ta phải học để làm. Nếu chúng ta là những người có thói quen nhịn ăn thì chúng ta có thể thật sự tiếp nhận được lợi ích của sự nhịn ăn và có thể thật sự tiếp nhận được Qadar mà Thiêng-Liêng ban cho chúng ta, chúng ta sẽ thành hạng người có khả năng đứng đầu trong mọi lãnh vực, dù là trong sự buôn bán, kinh tế hay bất cứ lãnh vực nào khác.

Bapak chỉ lấy thí dụ một người bán gạo. Tại sao một người nhịn ăn lại bán tăng giá gạo? Đây là một điều vi phạm vào luật pháp, không phải luật pháp của con người mà là vi phạm vào những huấn giới của Thiêng-Liêng. « Đừng hành động và đừng xử sự bằng những cách khiếm có một ảnh hưởng khó khăn vào người khác. Hãy hành động, hãy xử sự trong mọi việc, bằng mọi cách có hữu ích cho những người khác. »

Thưa quý vị, thật đã hiển nhiên là những người bán tăng giá gạo không phải là người mà thật sự có thể tiếp nhận và cảm thấy những lợi ích của sự nhịn ăn trong tháng Ramadhan. Nếu họ thật sự tiếp nhận được, họ không thể làm được điều đó. Quả thật cảm xúc quý vị sẽ dường như đã được Thiêng-Liêng thanh lọc. « Đừng làm điều gì khiến giảm sự an ninh và hạnh phúc của người khác ». Thật ra, những sự việc không giống như thế. Dù

rằng người ta có thể nói là ở Nam-Dương có rất nhiều người Hồi-giáo. Sao lại như thế?

Như thế khi tất cả mọi người thật sự có thể cảm thấy và tiếp nhận được những lợi ích của sự nhịn ăn và lợi ích của Qadar mà Thiêng Liêng đã ban cho, họ sẽ xử sự một cách thích nghi và trở nên hạng người có sự tôn kính lẫn nhau. Thưa quý vị, đây là điều chúng ta cần vậy.

Những gì Bapak đã nói và những gì Bapak đã thí dụ chỉ là một phần nhỏ của một cái gì lớn hơn. Thật ra hãy còn rất nhiều điều nữa quý vị cần biết để quý vị thật sự có thể cảm nhận thấy điều đó.

Rõ ràng là sự nhịn ăn mà chúng ta theo không những có lợi ích cho đời sống chúng ta ở thế giới này mà cũng có lợi ích và quan trọng cho đời sống chúng ta sau khi chết. Tại sao thế? Bởi vì sự nhịn ăn là sự huấn luyện cho cảm xúc để cảm xúc chúng ta đi tới sự sống: Sau đó, cảm xúc có chết nữa không? Không. Cái mà chết là bản ngã, cái mà chết là cái bao bọc bên ngoài, cái mà chết là lớp da bên ngoài, cái áo khoác ngoài này, cảm xúc vẫn tiếp tục sống. Nếu chúng ta có sự huấn luyện này, cảm xúc chúng ta sẽ sống động. Nó càng tiếp tục lâu bao nhiêu thì cảm xúc càng thâm sâu, rộng lớn bấy nhiêu.

Sự tinh khiết của cảm xúc là điều cho chúng ta biết là cảm xúc đã tiến bộ đến chừng nào. Bapak nói, thật ra qadar này là một dấu hiệu do từ Thiêng-Liêng. Dấu hiệu này nhằm vào điểm gì? Nhằm vào sự yên tĩnh, sự bình tĩnh của cảm xúc. Tất cả quý vị cũng có thể chứng nghiệm thấy ít, nhiều những gì mà Bapak đã chứng nghiệm thấy. Khi chúng ta bắt đầu có thể theo cảm xúc của chúng ta đối với những tạo vật bạn của chúng ta, đối với những người khác, cảm xúc sẽ phát triển,

trưởng dưỡng thâm sâu, rộng lớn hơn trong khi thời gian diễn tiến và sẽ trở nên phát triển nhiều hơn thế nữa. Chúng ta sẽ có thể đi bằng cảm xúc chúng ta hay chúng ta cảm nhận thấy sự sống của chúng ta có thể diễn tiến bằng cảm xúc của chúng ta — phải tất cả. Đây là điều Thiêng-Liêng chỉ rõ cho chúng ta.

Đó là tại sao có câu châm ngôn nói rằng : hãy lấy một thiên thần để biết về một thiên thần. Chính những vị tiên tri là những vị biết về một tiên-tri và các vị thánh biết về một vị thánh. Như thế, khi quý vị có những cảm xúc này đã được thanh lọc và khi Thiêng-Liêng đem quý vị đến một tình trạng này, cảm xúc tinh khiết của quý vị có thể sánh với cảm xúc của các thiên thần. Bằng cách đó, quý vị sẽ biết những thiên thần và các thánh như thế nào, và các tiên tri như thế nào. Không phải là quý vị trở nên những bậc tiên tri ; không phải thế, đó không phải là điều Thiêng-Liêng có ý muốn thế. Không có sự sao thành hai bản, quý vị không cần mặc hai cái áo ; không, một cái áo là đủ.

Nếu quý vị muốn có thể cảm nhận thấy nội ngã quý vị giống như nội-ngã của một vị thánh hay một vị tiên tri, quý vị phải theo những chỉ dẫn do từ Thiêng-Liêng đến bằng nội-ngã đã được thanh lọc của quý vị. Bằng cách này, con đường chia đôi thế giới này với thế giới sau, đời sống này với đời sống sau bị phá vỡ. Khi con đường này đã bị phá vỡ, quý vị cảm thấy dường như đồng thời quý vị sống mà lại không phải sống, sự đó có nghĩa là quý vị cảm thấy dường như quý vị đang sống ở thế giới này mà lại không phải sống ở thế giới này. Sự việc là như thế đó.

Đây là những lợi ích do sự nhin ăn này. Nếu quý vị chỉ đạt đến đúng là vào mức độ được lợi ích bằng cách này

trong đời sống thế gian quý vị mà thôi thì mọi sự việc diễn tiến rất tốt đẹp còn hơn thế nữa, quý vị sẽ thật sự được cung cấp đầy đủ. Quý vị sẽ không thấy mình thiếu thốn về tiền bạc. Không, không bao giờ cả, không bao giờ quý vị sẽ thiếu thốn về tiền bạc. Không, tiền sẽ có ở đây bởi vì tiền sẽ tìm ra quý vị. Đôi khi có thể là quý vị không nghĩ về điều đó, nhưng tiền sẽ đến và thúc vào quý vị mà nói rằng : « Thừa tôi đây ạ » Phải, rồi nếu quý vị cần một cái gì, thì cái đó sẽ rất tốt đẹp.

Thật là khác biệt khi quý vị chưa cảm nhận thấy và tiếp nhận được những lợi ích của sự nhịn ăn. Khi quý vị nhịn ăn không đều, quý vị sẽ thấy tiền đến không đều. Quý vị tìm kiếm tiền, nhưng tiền ở đâu ? Dường như tiền ở chỗ kia, nhưng khi quý vị cố ráng lấy một ít thì trời ơi, không được. Thật rất là thất vọng.

Nếu quý vị đã có thể cảm thấy và tiếp nhận được những lợi ích của sự nhịn ăn, thì tiền ở đó, tiền dừng lại nơi đó. Như thế quý vị chỉ phải mở ví ra và tiền có ở đây. Thật là rất thích thú. Vì những nguyên nhân này, quý vị đừng sợ hãi, quý vị đừng sợ về nhiệt độ hiện giờ là 39°C hay có thể là 40°C nữa. Hãy cứ mặc nó như thế. Sự đó tùy theo thời tiết ; điều quan tâm của tôi là với sự nhịn ăn và sự sùng bái Thiêng-Liêng để tôi có thể tiếp nhận được ân tứ của Ngài mà chúng ta gọi là qadar. Nếu quý vị có thể làm được điều này, cái nóng bên ngoài sẽ hạ xuống. Sự khác biệt sẽ mất đi và sẽ có một tình trạng quán bình, cái nóng bên trong cũng giống như cái nóng bên ngoài. Phải, nhiệt độ là 38°C và nhiệt độ của Bapak cũng 38°C hay ngay cả là 38° 1/2°C tới khi trời nóng quá không thể ngủ được. Như thế vì sức nóng, Bapak không ngủ về buổi trưa ; gió phải thổi vào nếu không tôi sẽ cháy sém,



Như thế, Thiêng-Liêng đã sẵn sóc về điều đó, ở bên ngoài nhiệt độ là 38°c và bên trong là 38° 1/2c. Nếu nhiệt độ ở bên ngoài là 40°c, bên trong sẽ là 40° 1/2c. Thưa quý vị, như thế đó, quý vị đừng sợ hãi. Nếu quý vị không sợ. Thiêng Liêng sẽ giúp đỡ quý vị. Quý vị đừng sợ. Nếu quý vị sợ quý vị sẽ có sự nhịn ăn thuộc hạng nhì, sự nhịn ăn hạng nhì là khi quý vị không ăn nhưng lại cho phép mình được uống. Hạng thứ ba là khi quý vị có thể ăn sáng. Như thế, quý vị đừng có những hạng đặc biệt về sự nhịn ăn. Nhịn ăn nghĩa là nhịn ăn một cách cương quyết. Không có người nào đã từng chết vì nhịn ăn ; không bao giờ cả. Người ta có thể thành đau ốm, nhưng đó là vì họ có sự nghi ngờ ở trong tâm họ ; nếu quý vị không có những sự nghi ngờ, quý vị sẽ không đau ốm. Phải, quả thật, nếu quý vị nhịn ăn mà quý vị thấy nóng, quý vị đến gần một trái dưa hấu thì đó là kết liễu sự nhịn ăn. Quý vị trông thấy trái dưa hấu và trái dưa là một sự cám dỗ. Nhưng nếu quý vị nghe theo thì điều đó không làm cho quý vị khó chịu.

Thưa quý vị, như thế đó. Sau khi giải thích những điều gì có ở đây, lần sau Bapak sẽ giải thích những điều khác, như thế, đây là buổi họp mà Bapak gọi là buổi họp sau 20 ngày nhịn ăn, đây là đêm thứ 21. Nhưng sẽ có buổi họp khác vào đêm thứ 23 — Không thể thì sớm quá. Phải, vào đêm 25. Rồi không phải họp vào đêm thứ 27 nhưng vào đêm thứ 29. Phải, như thế buổi họp sau sẽ vào đêm thứ 25, rồi không phải đêm thứ 27 nhưng lại họp vào đêm thứ 29. Như thế chúng ta sẽ nhảy cách hai lần một, nếu không thế thì sẽ mệt cho Bapak. Phải, chỉ có Bapak nói và đó là một công việc mệt nhọc. Sau đêm nay chúng ta đợi đến đêm thứ 25 rồi đến đêm 29. Rồi tiếp tục đêm thứ 30, chúng ta sẽ tôn vinh Thiêng-Liêng.

Sau đó chúng ta ngưng và sau này chúng ta sẽ thấy chúng ta đã được những gì. Phải có những kết quả. Chính Bapak cũng được những kết quả.

Lần sau nên có những thứ giải khát sẵn sàng thì tốt. Lần này không có món nào được sửa soạn phải không? À có đây. Nếu có thì đó là một điều chúng ta phải cảm ơn — quý vị đã nghĩ đến trước rồi.

## NGHĨ

Bây giờ xin quý vị lại chú ý. Nay quý vị đã có một chút đồ ăn và uống rồi, Bapak sẽ tiếp tục thêm một phần nữa về câu chuyện này của Bapak. Câu chuyện sẽ không dài, đến vào khoảng 12 giờ đêm thôi. Bây giờ Bapak sẽ bắt đầu nói.

Bapak đã nói là dù các nhà thông thạo, lão thành tuyên bố là sự nhịn ăn trong tháng Ramadhan có thể được gọi là sự nhịn ăn, chừng nào mà người ta không ăn mà cũng không uống, nhưng thật ra sự nhịn ăn trong tháng Ramadhan không giống những sự nhịn ăn khác. Thật là khác biệt với sự nhịn ăn vào những lúc khác hơn là tháng Ramadhan. Tại sao thế? Phải, lẽ tất nhiên có một lý do, nhưng không cần để Bapak giải thích cho tới khi chính quý vị hiểu được điều đó và có thể tiếp nhận được điều đó. Vì sự hiểu biết mà không đi cùng sự chứng nghiệm là điều giống như khi quý vị chỉ theo và đặt sự tin cậy vào một cái gì mà quý vị chưa có thể tiếp nhận được.

Do đó, sau khi nhịn ăn, quý vị cảm thấy, từ trước đến nay, là quý vị có thể ý thức được ít nhiều về những lợi ích của sự nhịn ăn. Lẽ tất nhiên, điều đó không đến một cách nhanh chóng nhưng nếu quý vị thật sự muốn và quý vị có thể có được bằng chứng về điểm này, chắc chắn quý vị sẽ có thể hiểu được những lợi ích của sự nhịn ăn trong tháng Ramadhan.

Thưa quý vị, như Bapak vừa mới nói, sự nhịn ăn trong tháng Ramadhan là để thực hành và huấn luyện, để quý vị có thể thật sự hiểu là quý vị cần để sống đời sống quý vị ở thế giới

này như thế nào; không phải ý của Thiêng-Liêng là quý vị sẽ chỉ biết về sau này, sau khi quý vị chết. Không phải ý của Thiêng-Liêng là để cho quý vị biết về cái chết; không phải thế. Ý của Thiêng-Liêng là để cho quý vị biết và hiểu về đời sống quý vị. Nếu Thiêng-Liêng chủ ý cho quý vị biết về cái chết của quý vị thì Thiêng-Liêng đã không cần cho quý vị sống ở thế giới này.

Vì thế, sự sống của quý vị ở thế giới này là để quý vị và người ta, nói chung, sẽ có thể hiểu được và tiếp nhận được những gì cần thiết trong đời sống. Nếu quý vị có thể biết được những gì cần thiết trong đời sống thì chắc chắn là quý vị sẽ có thể biết được những tình trạng đối với quý vị như thế nào từ lúc ban đầu đến lúc cuối cùng. Vì quý vị đã hiện hữu trước khi quý vị đến thế giới này và sau này, sau khi quý vị rời bỏ thế giới này, quý vị sẽ lại trở về tình trạng sống trước kia.

Nhưng đó là một tình trạng mà trí óc, và nafs không thể hiểu được, dù rằng jiwa quý vị có thể hiểu được điều đó. Thưa quý vị, đây là điều tại sao quý vị cần có Latihan.

Nói về danh từ Subud, quý vị biết là như Bapak vẫn thường nói, Subud là tên của một hội; tên về tình trạng của các hội-viên. Như thế, đó là một hội của những người đã tiếp nhận được « Ilham » hay kiến thức do từ Thiêng-Liêng Toan-Năng Duy-Nhất và do đó họ là những người mà người ta gọi là Subud, nghĩa là Susila Budhi Dharma.

Điều cần phải dùng tên Susila Budhi Dharma thì có ích gì? Đề tên này có thể thành một biểu hiệu hay một dấu hiệu. Một dấu hiệu là chúng ta đã tiếp nhận được Latihan Kejiwaan. Đề tỏ ra là với sự tập Latihan Kejiwaan, chúng ta đã tiếp nhận được phước lành của Thiêng-Liêng và chúng ta đã

trở nên những người có tính nét thiện, hảo hay bản chất ở bên trong của những người đó có đức tính của Susila, Budhi và Dharma. Đây là điều chúng ta mong ước; chúng ta ước mong trở nên những người như thế. Lẽ tất nhiên, quý vị đã hiểu, có đức tính susila là như thế nào; đó chính là tình trạng chúng ta sau khi nhịn ăn được 20 ngày hay một tháng. Rồi chúng ta có ở trong nội-ngã chúng ta một cảm-xúc ăn cần tử tế đối với những người đồng loại và chúng ta muốn cho « hampura » — chúng ta muốn tha thứ cho những người đã làm tổn thương chúng ta và cũng như thế, chúng ta muốn được sự tha thứ của họ.

Những người có một, cảm xúc yêu thương và những người vui lòng tha thứ cho những người đồng loại, ngay dù những người đồng loại này có thể có điều nhảm, lỗi, là những người mà theo cổ truyền, được gọi là những người có « hati maknawi » — nghĩa là có một cái tâm rộng lớn như đại dương. Tâm của họ không dễ gì mà làm tổn thương được. Vì thế, tâm của họ giống như đại dương rộng lớn; tâm họ giống như nước. Như thế, tâm họ không mang theo dấu vết hay giữ những dấu vết. Quý vị không nên có một cái tâm giống như đất, mà ở trên đất, bất cứ một cái gì chạm vào thì nó để lại một dấu vết và ở đó những dấu vết này không dễ gì mà biến mất nhưng chúng còn ở lại một thời gian lâu, trên mặt đất. Vì một cái tâm mà có dấu vết là một cái tâm không hoàn toàn; đó là một khuyết điểm trong nội-ngã quý vị, một người như thế thì khó mà hiểu được sự sống của họ. Chỉ biết điều này thôi là tốt cho người ta rồi bởi vì thật ra quý vị có nhiều lỗi lầm.

Vì nguyên nhân ấy, xin quý vị đừng cho quý vị là phải, quý vị đừng nên như thế. Có rất nhiều điều sai nhảm. Nếu quý vị bị người khác chỉ trích, quý vị đừng để sự chỉ trích để lại một dấu vết. Quý vị phải biết ơn về sự chỉ trích đó rồi sự chỉ

trich này sẽ không làm quý vị bối rối. Một cái tâm giống như thế mà không bị tổn thương một cách mau chóng là một cái tâm mà người ta nói là có tinh chất rộng lớn như một đại dương.

Như thế, đối với những ai mà ngoài sự nhịn ăn ra đã tiếp nhận được Latihan, thì nó giống như món « sambel goreng » một món ăn ngon của người Nam-Dương) một món « sambel goreng » hạng nhất, tỉ dụ, giống như món « gudeg Yogya » (một món ăn ngon làm bằng trái mít non) thật là tuyệt.

Vì lẽ đó, quý vị rất may mắn đã có thể tiếp nhận được Latihan hay đã có thể thực hành sự huấn luyện vừa cả phần bên trong và cả phần bên ngoài, vừa cả cho thể xác và cả jiwa. Bapak không nói Latihan của chúng ta là thật sự để huấn luyện cho jiwa còn cái khác là để cho thân thể. Không phải thế, cái khác cũng có thể huấn luyện cho jiwa. Chỉ có là chúng ta đã cho cái của chúng ta là Latihan Kejiwaan. Như thế, lẽ tất nhiên, chính jiwa đã được huấn luyện ở trong nhóm chúng ta, trong giới chúng ta, ngoài sự nhịn ăn của chúng ta. Như thế, chúng ta có thể thật sự nhịn ăn với vừa cả thân thể và cả jiwa. Nếu jiwa chúng ta có thể làm được điều đó thì lẽ tất nhiên thân thể chúng ta theo đúng. Như thế đã tập Latihan Kejiwaan rồi, chúng ta không nên bỏ chỉ vì thân thể chúng ta bị khát vì nóng nực — nhịn ăn thật là cần thiết biết bao và đừng uống dù là uống một chút xíu. Dù uống ít hay nhiều cũng đi đến sự việc giống nhau, sự nhịn ăn đã bị hủy bỏ.

Thưa quý vị, chính những người nhịn ăn là những người biết ảnh hưởng nào đã ảnh hưởng vào họ. Những người khác không biết. Nếu có người nào nhìn quý vị, có lẽ quý vị sẽ khạc, nhỏ dề họ sẽ biết là quý vị đang nhịn ăn,

nhưng nếu quý vị không làm điều gì giống như thế, họ sẽ không biết là quý vị có nhịn ăn hay không. Chính quý vị là người có thể thật sự nói là quý vị có đang nhịn ăn hay không. Sự nhịn ăn này huấn luyện quý vị để thành một hạng người có cái tâm ngay thẳng và đáng tin cậy, một cái tâm rất vào khuôn phép, một cái tâm thật sự chịu đựng, nhận lãnh. Bằng cách này, quý vị thành có thói quen giữ đúng theo sự chân thật. Có người nào khác sẽ biết là quý vị đi vào phòng, đóng cửa lại và uống một ly nước đường ? Ai sẽ biết ? không ai sẽ biết cả. Hay nếu quý vị đi vào phòng quý vị và ăn hàng nữa tá khoanh thịt, ai sẽ biết ? không ai sẽ biết cả.

Thật ra những lời nói không có nghĩa gì cả ; thật là không tốt, nói về sự nhịn ăn mà không nhịn ăn. Điều đó là vô ích. Quý vị hãy chỉ giữ im lặng về điều đó. Vì người mà biết quý vị có nhịn ăn một cách thành thật không là chính quý vị. Như thế, sự nhịn ăn này quả thật là một sự huấn luyện ; một sự huấn luyện trong mọi điều cần thiết cho sự sống của con người. Quý vị đã được huấn luyện để trở nên một người có ngăn nắp, một người rất vào khuôn phép, một người ngay thật ; một người có thể thật sự cảm nhận thấy điều gì là đúng, điều gì là sai, điều gì là thích đáng, điều gì là không thích đáng. Quý vị cũng được huấn luyện để biết đời sống đối với người nghèo như thế nào, đối với người không có một chút gì như thế nào. Quý vị đã được huấn luyện trong mọi cách thức này nên những người tập Latihan Kejiwaan mà thêm vào sự nhịn ăn nữa thì thật sự đã được huấn luyện trong cái cách để sống ở thế gian này.

Thưa quý vị, như Bapak vừa nói, không phải là người ta được đem ra sống ở thế giới này chỉ để chết, không phải thế.

Con người được đem ra ở thế gian này để có thể cảm nhận thấy, để có thể hiểu được đời sống này. Đây là ý muốn của Thiêng-Liêng. Nếu quý vị hiểu được và có thể biết sự sống là như thế nào thì lẽ tất nhiên, quý vị sẽ thành những người có một kiến thức đúng thật và được hoàn hảo. Quả thật đây là ý muốn của Thiêng-Liêng. Như thế, đó là biết được vừa cả trước khi quý vị ra đời và cả sau khi quý vị chết.

Khỏi óc suy nghĩ có thể hiểu được điều này không? Có một bằng chứng nào? Hiện nay quý vị có hiểu là quý vị có nguồn gốc như thế nào không? Quý vị đã hiểu gì về nguồn gốc của quý vị trước khi quý vị trở thành những con người như hiện nay và trước kia quý vị như thế nào không? Quý vị không hiểu, có phải không? Phải, có lẽ đúng, quý vị cho rằng thế giới trước kia giống thế giới này. Thưa quý vị không phải thế. Thế giới đó không giống như hiện nay; Thật là khác hẳn. Thế thì nó như thế nào? Nó có giống như thế giới sau không? Giống như thế. Cái bao bọc này thay đổi. Như thế, cái hiện có ngày nay, cái hình thể hiện nay, chỉ đúng là cái bao bọc ở bên ngoài. Hình thể đó là do từ những sự việc xảy ra ở thế giới này, nghĩa là nó có nguồn gốc ở trong cha mẹ, trong sự phối hợp giữa người đàn ông và người đàn bà, giả thử linh thể có gì sai nhảm trong sự phối hợp đó thì rồi cái hình thể sai nhảm, giả thử sự phối hợp đó xấu, hư hỏng thì cái hình thể xấu và hư hỏng, giả thử sự phối hợp đó ở vào một trình độ thấp kém thì cái hình thể đó ở vào một trình độ thấp kém.

Điều đó giống như trường hợp Hanuman. Hanuman, con khỉ trắng, ở trong chuyện tuồng wajang, có nguồn gốc như thế nào? Người ta nói rằng, dù Hanuman là một con khỉ, nhưng ở bên trong nó là một satrya, một hiệp sĩ (màu trắng tượng trưng cho sự tinh khiết. Tại sao bên ngoài nó là một

con khỉ trong khi bên trong nó là một hiệp sĩ? Điều này là xấu, là sai lầm. Như thế, cái bên ngoài của nó xấu, sai lầm như thế nó phải có một hành động gì sai lầm, sai quấy.

Thật ra Hanuman là con của Batara Guru. Bata guru là con cháu của Dewa guru, một người thầy giáo giống trời hay một vị thần. Dewa guru đã làm điều sai quấy như thế nào? Điều lỗi của ông ta là điều lỗi gì? Câu chuyện kể rằng khi Batara guru đang bay trên không trung, bay quanh thế giới, ông ta trông thấy Anjani. Dewi Anjani đang tập theo lối khổ hạnh, người nàng trần trụi.

Thưa quý vị, vì Batara guru là một người đàn ông, ông ta không nên nhìn vào người đàn bà trần trụi này.

Không được. Như thế, con của họ sẽ là một con khỉ. Người ta nói rằng những con khỉ là vô giáo dục. Nếu một con khỉ đực trông thấy một người đàn bà đi qua, nó sẽ chọc ghẹo. Nếu một người đàn ông đi qua thì con khỉ đứng yên. Con khỉ nó hiểu. Quý vị có thể lấy truyện đó như một thí dụ hợp với trường hợp này. Con vật đã được chọn là một con khỉ, lẽ tất nhiên, cái nguyên nhân là dù là một con vật nhưng con khỉ hiểu về đực và cái. Nó có thể phân biệt người đàn ông với người đàn bà. Người ta có thể thấy được điều này; nếu con khỉ đực trông thấy người đàn bà, nó riu rít và làm bộ điệu, với người đó v.v.. Nhưng nếu một người đàn ông đi qua, nó chỉ đứng yên hay là tránh xa ra. Phải, đúng thế.

Như thế, dù là có một hiệp sĩ ở bên trong, bên ngoài nó là một con khỉ, chỉ đúng là một con khỉ. Bởi vì thế nên đã nổi lên nhiều sự cản trở khi Hanuman gặp Trijoto, nên sau đó hai người phải chia tay. Phải, dù Hanuman là một hiệp sĩ nhưng thật ra Hanuman đã phải bảo nó rằng: • Tôi là một



con khi, nàng phải xa tôi» Bởi vì anh ta thật quả là tinh khiết nên Hanuman không kết hôn thì tốt hơn là kết hôn. Như thế, Hanuman chỉ sống đúng như một nhà tu khổ hạnh ở trên núi cái núi đó là cái gì? cái núi tượng trưng cho « hati sanubari », cái tâm trong cùng. Như thế đó là sự nhịn ăn trong cảm xúc. Thật là không cần để làm gì cả, không cần để sử dụng về cái con người của Hanuman. Thật là không cần, Hanuman vẫn giữ nguyên là một nhà tu khổ hạnh để sau này Hanuman có thể lại trở về tình trạng nguyên thủy như là một hiệp sĩ.

Bằng cách này, những ai trong chúng ta mà đã tiếp nhận được Latihan tâm-linh thì có djiwa đã được huấn luyện, nhưng phần bên ngoài chúng ta cũng cần làm Latihan tâm linh hay tiếp nhận sự huấn luyện; nghĩa là sự nhịn ăn. Như thế, không có điều gì sai lầm với sự quy thuận vào Thiêng Liêng cả phần bên trong và phần bên ngoài và không có gì sai lầm khi làm một điều gì mà thật sự đúng với con đường nó liên kết phần bên trong với phần bên ngoài.

Như thế, những ai trong quý vị đã trải qua sự huấn luyện trong sự nhịn ăn thì chắc chắn sẽ tiếp nhận được một cái gì của sự nhịn ăn nó có lợi ích như thế nào và bằng cách nào.

Thưa quý vị Bapak ước mong là lần lần theo thời gian quý vị sẽ tiếp nhận được điều đó; là nó sẽ không chỉ giống như thế. Không có biết như thế quý vị sẽ cảm thấy: « Khi tôi nhịn ăn, nafsu của tôi có liên quan với tôi như thế nào? khi tôi không nhịn ăn thì nafsu có liên quan với tôi như thế nào? Nếu tôi nhịn ăn thì sự sùng bái Thiêng-Liêng của tôi như thế nào? Và sự sùng bái Thiêng-Liêng của tôi như thế nào nếu tôi không nhịn ăn? » Quý vị cần phải thực hành tất cả những điều đó.

Quý vị không nên chỉ thụ động ; quý vị không nên như thế.

Vì người ta nói rằng Thiêng-Liêng sẽ không thay đổi số phận của ai cả trừ phi người đó muốn thay đổi số phận. Thưa quý vị, đúng thế. Tại sao những người sống trong rừng rậm, như ở Phi-Châu, ở Tây Irian rất ít sử dụng về trí óc họ và họ thật sự là hoàn toàn thụ động — tại sao những người này không thể tiếp nhận được ; không thể tiếp nhận được một chút phát triển nào về djiwa họ, không thể tiếp nhận được sự tuyệt đỉnh hay sự quảng bá về nội-ngã họ ? Đó là vì họ không muốn mà họ cũng không ước mong một chút nào để có thể biết được một điều gì hơn hay biết được một điều gì khác hơn là họ thường biết. Họ thành quen với điều là ban ngày có đủ ăn và rồi đêm thì ngủ, thế là đủ cho họ rồi, chúng ta đừng để như thế. Đừng để chúng ta có bản chất của những đồ vật chết, nó không chuyển động trừ phi một cái gì làm cho chúng chuyển động. Chúng ta phải tự mình chuyển động.

Đây là tại sao mà người ta nói rằng con người có nguồn gốc ở trong sự bố cục của ba chữ Karso, roso, karep. Karso là zat nghĩa là quyền-năng của Thiêng-Liêng. Roso là nền tảng. Karep là nafsu. Như thế, chúng ta cần phải dùng nafsu, chúng ta đừng quên sử dụng nafsu. Không được. Chúng ta cần sử dụng nafsu chừng nào chúng ta còn sống ở thế giới này.

Bởi vì nếu chúng ta ở chỗ mà có nước, lẽ tất nhiên, chúng ta sẽ uống một chút nước. Nếu chúng ta ở một chỗ nóng bức, thì ít nhiều chúng ta cũng bị ảnh hưởng của cái nóng bức. Như thế, bất cứ chúng ta ở đâu, chắc chắn là chúng ta cần phải dùng cái ở đó. Tỉ dụ, như những người ở Âu-Châu, nếu một người mà ở Âu-Châu thì họ không thể nào không mặc

những áo dày, ấm. Người ta không thể tránh được điều đó. Người ta phải đi giầy. Như thế, khi Bapak ở Âu-Châu, các người đến và sắp sửa cởi giầy ra thì Bapak bảo họ đừng cởi giầy. Đây không phải là Nam-Dương. Nếu họ cởi giầy, họ sẽ bị cảm hàn và đau bao tử. Như thế, quần áo ở đó khác với quần áo ở Nam-Dương. Ở Nam Dương nếu người ta đi giầy thì nóng. Ở Âu-Châu, đi giầy thành thói quen hơn, đôi khi họ ngủ cả giầy

Thưa quý vị, thế là hết vì đã hết giờ, Bapak cảm thấy là đủ rồi. Đã 12 giờ khuya, Bapak kết thúc buổi họp và lại sẽ tiếp tục vào đêm thứ 25. Quý vị có thể nghiên cứu về ngày nào cho quý vị. Đừng để Bapak phải làm tất cả. Rồi lại tiếp tục vào đêm thứ 29.

Quý vị vẫn hãy còn hai buổi giải thích nữa của Bapak về sự nhịn ăn.

Bây giờ Bapak chúc quý vị ngủ yên và ăn bữa saur ngon (bữa ăn trước khi mặt trời mọc, trong khi nhịn ăn) Quý vị không nên nhịn ăn mà lại không có bữa ăn saur, nếu không ngày mai quý vị sẽ không nhịn ăn nữa. Thế là hết. Xin chào quý-vị. Chúc quý vị ăn bữa saur ngon lành và ngày mai lại nhịn ăn nữa.

## **SỰ NHỊN ĂN RAMADHAN**

Đối với các hội viên Subud thì không bắt buộc phải theo sự nhịn ăn trong tháng Ramadhan, họ nhịn ăn hay không là tùy ở họ. Quả thật, đúng là do sự nhịn ăn, quý vị sẽ trở nên ý thức nhiều hơn về bản ngã thật của quý vị. Cách để nhịn ăn như sau :

10 ngày đầu là thời gian để cho nafsu ở vào 1 tình trạng không hoạt động. Trong thời gian này chúng ta bắt đầu nhận rõ thấy, mỗi ngày nafsu của chúng ta trở nên yếu hơn và vào ngày thứ chín của sự nhịn ăn, chúng ta cảm thấy nafsu hoàn toàn không hoạt động.

10 ngày sau là thời gian mà sự ý thức bắt đầu thức tỉnh trong chúng ta để thái độ và hạnh kiểm chúng ta được nội dung của bản ngã hướng dẫn như một mực thước, và sự hướng dẫn này hàng ngày bành trướng mạnh hơn cho đến ngày thứ mười chín của sự nhịn ăn. Chúng ta cư xử dường như chúng ta ở trong 1 trạng thái latihan hoàn toàn, nhưng một trạng thái nó tương hợp với những hoạt động hàng ngày của chúng ta.

10 ngày sau cùng là thời gian để tiếp nhận Lailatul Qadar, một ân huệ do Thiêng liêng ban xuống vào ngày thứ 21, 23, 25, 27, 29 của sự nhịn ăn.

Lailatul Qadar không phải là 1 cái gì do từ trên xuống nhưng Lailatul Qadar giống như một sức mạnh nó có thể thay đổi tình trạng chúng ta. Một số hội viên Subud nhịn ăn cảm thấy sau khi hoàn tất sự nhịn ăn, có một sự thay đổi trong nội cảm họ. Nói chung ra thì sự nhiệt thành sùng bái Thiêng Liêng trở nên vững mạnh hơn và lòng ước muốn theo Prihatin cũng vững mạnh hơn.

Mục đích về phần bên ngoài của sự nhịn ăn là tước bỏ sức mạnh của nafsu mà điều đó là cần để xua đuổi những sức mạnh ấy. Rồi do ân huệ của Thiêng Liêng Duy Nhất người ta sẽ có thể sớm cảm nhận thấy những tác dụng của nội cảm không bị ảnh hưởng của Nafsu. Bằng cách ấy, người ta có thể cảm nhận thấy sự khác biệt giữa những tác động của nội cảm

do nafsu gây ra và những tác động đó jiwa của Thiêng Liêng Toàn Năng Duy Nhất. Rõ ràng là người ta có thể nói : « Nhịn ăn tức là làm Latihan Kejiwaan ».

Thời hạn nhịn ăn là 1 tháng nghĩa là tháng nhịn ăn Ramadhan.

Người ta có thể ăn hay uống vào khoảng Maghreb (lễ đọc kinh vào lúc mặt trời lặn của người Hồi giáo) và vào khoảng 15 phút trước Subud (lễ cầu nguyện lúc mặt trời mọc). Người ta không được phép ăn những món ăn đã cấm hay thịt heo hoặc giao hợp với vợ giữa khoảng mặt trời lặn và mặt trời mọc.

Sự nhịn ăn bắt đầu từ 4 giờ sáng và kết thúc vào lúc 18 giờ (giờ ở Nam Dương) hay vào những giờ do vị Imam ở đền Hồi giáo địa phương chỉ định.

## **NHỮNG LỢI ÍCH CỦA SỰ NHỊN ĂN (BÀI HAI)**

**... Điều cần phải nhịn ăn là... để chuộc tội của quý vị, ... để quý vị sẽ thật sự có thể tiếp nhận được sự tha thứ do từ Thiêng-Liêng Toàn-Năng...**

Trước khi Bapak bắt đầu giải thích về những lợi ích đối với người nhịn ăn và những kết quả về sự nhịn ăn mà quý vị đã thực hiện được trong 24 ngày, Bapak xin chào mừng quý vị đã đến dự buổi họp này. Cầu xin Thiêng-Liêng ban Ân-Huệ cho Bapak để Bapak có thể ban cho quý vị một giải thích nó sẽ làm cho quý vị thỏa mãn.

Người ta nói đêm thứ 21, thứ 23 và bây giờ, đêm thứ 25 này cũng như những đêm theo sau là những đêm mà người nhịn ăn trong tháng Ramadhan có thể tiếp nhận được Qadar do từ Thiêng-Liêng Toàn-Năng.

Qadar này là cái gì ? Từ trước đến nay như Bapak đã chứng nghiệm thấy, Bapak sẽ giải thích là Qadar này không phải là một vật gì có một hình thể mà người ta có thể trông thấy, giống như một đồ vật chất rớt từ trên trời xuống hay một cái gì quý vị có thể bắt bằng tay được. Không phải như thế.

Qadar này là ân-huệ của Thiêng-Liêng, ân-huệ của Thiêng-Liêng đã ban cho nhân loại. Bởi vì Qadar có liên hệ với sự nhịn ăn, thường thì đối với người nhịn ăn, nhưng điều đó không thể xác định như thế — nghĩa là không phải chỉ những người nhịn ăn mới có thể tiếp nhận được Qadar này do từ Thiêng-Liêng. Đối với những người không nhịn ăn nhưng thật sự có tính nết tốt, nhân đức, thích giúp đỡ những người đồng loại và có những đức tính làm cho họ được mọi người thật sự yêu mến, nói chung ra, được cộng đồng thật sự yêu mến thì cũng có thể tiếp nhận được Qadar. Có thể là những người như thế cũng tiếp nhận được Qadar do từ Thiêng-Liêng.

Đối với những người nhịn ăn - thí dụ như quý vị — dù rằng, nói đại khái là quý vị có thể tiếp nhận được Qadar do từ Thiêng-Liêng nhưng chưa chắc chắn là quý vị sẽ có thể tiếp nhận được Qadar mặc dầu quý vị đã theo sự nhịn ăn.

Tại sao thế ? Bởi vì điều đó đã được người ta nói là người mà nhịn ăn 20 ngày hay hơn 20 ngày được quyền tiếp nhận Qadar, tuy nhiên người ta nói hay Bapak đang nói là điều này chưa chắc chắn. Vì, dù rằng thời hạn nhịn ăn của quý vị có thể được thêm lên 20 ngày hay 24 ngày hay một tháng nhưng đấy chỉ đúng là sự đếm những con số, còn về Hakekat hay sự thật tại ở bên trong của sự nhịn ăn thì có lẽ chưa được hoàn toàn.

Vì sự nhịn ăn chân thật không những chỉ gồm có sự không ăn, không uống, hay không hút thuốc mỗi ngày nhưng đồng thời tâm và trí quý vị không nên cảm nhận thấy hay suy nghĩ về bất cứ một điều gì vô ý nghĩa, hơn thế, quý vị không nên cứ còn trở nên nóng giận hay cứ còn luôn luôn hành động do bởi nafsu.

Như thế, dù rằng có thể là quý vị nhịn ăn mà có thể là quý vị vẫn hãy còn thường hay nóng giận, hay cảm thấy và suy nghĩ những điều nó làm như nhuế tâm và trí quý vị. Hơn thế nữa, có thể là quý vị vẫn còn cứ gây gổ và đánh lộn mà đây là điều thật quả là hiển nhiên. Điều đó đã hủy bỏ sự nhịn ăn.

Kể từ nay quý vị rất cần làm cho tâm quý vị được yên tĩnh trong tháng nhịn ăn, quý vị rất cần sự làm cho trống rỗng mọi nafsu. Bởi vì quý vị nghe thấy một điều gì bất mãn, quý vị đừng để cho điều đó làm cho cảm xúc quý vị đau đớn, phiền muộn ngay tức khắc, quý vị đừng để cho điều đó làm tổn thương đến quý vị. Điều đó hủy bỏ sự nhịn ăn.

Thật rõ ràng là người ta muốn sự nhịn ăn phải được hoàn toàn. Quả thật, sự nhịn ăn không những chỉ có nghĩa là không ăn, không uống và không hút thuốc nhưng cũng không có một cảm xúc hận thù nào ở trong tâm quý vị, không cảm thấy một ác ý nào đối với người đồng loại của quý vị. Nói một cách khác, quý vị phải thật sự trống rỗng — thật sự trống rỗng — bản ngã quý vị phải giống như những bình chứa thật sự trống rỗng.

Như thế, quý vị có thể tiếp nhận được Qadar. Nói một cách khác, Qadar là nội dung — nội dung quý vị hay nội dung cần để làm đầy bản ngã của tất cả quý vị.

## SỰ THAY ĐỔI VỀ TÍNH NẾT, VỀ NỘI DUNG

Bởi vì chính là Qadar — Qadar về Ân-Huệ của Thiêng-Liêng — nội dung này mà quý vị tiếp nhận được làm đầy bản-ngã quý vị khiến quý vị thật sự cảm nhận thấy một điều gì đó mà trước kia quý vị chưa từng cảm nhận thấy, chưa từng biết bao giờ. Điều đó cũng khiến quý vị tiếp nhận được một sự thay đổi, một sự thay đổi trong tính nết quý vị một sự thay đổi trong nội dung quý vị, chính quý vị cảm thấy ngạc nhiên về sự thay đổi đó — và đây chỉ như một thí dụ là trước kia quý vị thường cảm thấy hối tiếc nếu quý vị cho người khác bất cứ một cái gì ngay dù người kia cần cái đó và ngay cả là chính quý vị đã có rất nhiều, có thừa thãi, sau đó quý vị cho những người đồng loại một cách thành thật, nhất là quý vị cho những người nghèo, túng thiếu.

Vì thế, sau khi quý vị đã nhịn ăn ít nhất là 20 ngày và lên tới đủ 30 ngày, điều căn bản thứ tư của Hồi-giáo, nền tảng thứ tư về đời sống con người ở thế gian này mới hiện lộ ra — đó là zakat và fitrah (sự bố thí).

Zakat và fitrah này không phải là một điều bắt buộc, không phải là một điều lệ — không phải thế. Phải, phải có điều lệ bởi vì không phải tất cả mọi người có thể tiếp nhận được điều đó. Nhưng thật ra, không cần phải làm ra điều lệ ; người ta đã có thể tự tiếp nhận được điều đó mà không có một điều lệ nào cả.

Thưa quý vị, chắc chắn là quý vị đã nhịn ăn được một thời gian như thế thì quả thật quý vị có thể đã tiếp nhận được những điều lệ do từ Thiêng Liêng là Đấng đã làm ra những điều lệ đó, những điều lệ thật sự thuộc về Hồi-giáo hay thật sự tôn kính, Thiêng-Liêng — nghĩa là tinh khiết.



Thưa quý vị, điều này thuộc về một đại cương cốt yếu và có liên hệ với Kejiwaan. Nhưng thật ra, sự nhịn ăn là một sự thử thách ; một sự thử thách hay một điều đem ra thực hành. Vì thế, những người sùng bái Thiêng-Liêng mà không nhịn ăn thì giống như người ăn một món ăn mà không thưởng thức được món ăn đó, họ chỉ nuốt xuống đường như họ nuốt thuốc vậy. Như thế, họ nuốt xuống nhưng họ không thể thưởng thức được món ăn. Nếu người ta hỏi họ vừa mới ăn gì, họ sẽ nói : « Tôi không biết, tôi chỉ nuốt thôi » Như thế đó.

Như thế, người ta rất cần phải thực hành những bồn phạt thuộc về tôn giáo của họ, người ta rất cần phải sùng bái Thiêng-Liêng, thí dụ như tất cả quý vị làm Latihan Kejiwaan. Làm Latihan Kejiwaan rất là cần thiết cho quý vị nhưng thật cũng rất là cần thiết để quý vị thực hành, thực hành, thật sự thực hành, để tìm ra nafsu làm việc như thế nào và cũng để tìm ra tình trạng nội cảm quý vị ra sao, nội cảm đã trống rỗng nafsu và rồi nafsu lại trở lại ; và một lần nữa lại tràn ngập bởi nafsu.

Đó là tại sao mà Bapak nói sự nhịn ăn là một sự trải nghiệm, và một sự thực hành để có lẽ quý vị có thể cảm nhận thấy, có lẽ quý vị có thể biết được, có lẽ quý vị có thể tiếp nhận được những lợi ích về sự sùng bái Thiêng-Liêng Toàn-Năng của quý vị.

Rồi, vì điều đó, ngoài sự có một tinh thần thật sự tốt và ngoài sự có một cảm xúc ân cần, tử tế đối với người đồng loại, quý vị sẽ có thể cảm nhận thấy và biết được các phần chính yếu, cái nội dung về mọi điều quý vị làm là gì. Giả thử, thí dụ, quý vị có chuyên môn trong sự buôn bán, quý vị sẽ có thể cảm thấy tính chất cốt yếu và sự lợi ích của một người buôn bán. Quý vị có

thể tiếp nhận được cái chính sách buôn bán của quý vị như khi thường đối với những người sống trong thời đại hiện nay mà người ta gọi là thời đại tân tiến, nghĩa là quý vị có được cái chiến lược và cái chính sách để sự buôn bán của quý vị căn cứ vào đó.

Bằng cách này quý vị càng tiếp tục lâu bao nhiêu thì trên nền tảng mà quý vị sẽ có thể làm việc được sẽ rộng lớn bấy nhiêu và người ta sẽ yêu thích quý vị nhiều bấy nhiêu. Lại cả, nếu Bapak có thể nói như thế, quý vị càng tiếp tục lâu bao nhiêu, quý vị càng giàu hơn bấy nhiêu. Vì quý vị sẽ không những chỉ tốt về sự bán hàng, nhưng quý vị sẽ thật sự khéo léo, quan tâm đến cảm xúc của khách hàng. Như thế, không những quý vị sẽ phục vụ khách hàng, quý vị sẽ phục vụ tâm của khách hàng. Nếu quý vị có thể nắm giữ được điều đó, quý vị có thể hiểu được và có được những gì là cốt yếu cho một người buôn bán, quý vị sẽ có thể không những chỉ phụng sự cho một thiểu số người — quý vị sẽ có thể phụng sự cho tâm của toàn thể mọi người.

Thưa quý vị, Bapak chỉ đưa ra một thí dụ. Ngay dù là người ta chưa hiểu được những gì Bapak nói ở đây, nhưng họ đã đi gần đến điều đó. Đề đòi sang tiếng của người fava, đó là chữ sambang rapet — nó cũng có liên hệ đến vài phương diện. Đây là những kỹ nghệ gia, những nhà sản xuất hàng hóa — thí dụ, hàng hóa có thể xếp hạng như những sản phẩm về chuyên chở, như xe hơi chẳng hạn. Nếu quý vị để ý, tại sao một chiếc xe hơi lại phải thay đổi mỗi năm, nghĩa là thay đổi kiểu. Nhưng tại sao cảm xúc người ta lại luôn luôn bị xúc chạm đến bất cứ khi nào có một kiểu mẫu xe được thay đổi. Như thế, một chiếc xe hơi mới làm cho quý vị thích thú, nhưng sau đó, khi có những kiểu mẫu mới hơn ra đời thì sự thích thú trước kia của

quý vị không còn nữa. Đó là cái chỗ khéo léo của người bán vậy. Đây là điều Bapak vừa nói xong. Dù rằng họ chưa biết rõ về những gì Bapak thí dụ ở đây, những số tiền lời của họ có thể lớn hơn nếu họ có thể hiểu được điều đó.

Nếu Bapak so sánh điều đó với chúng ta ở Nam-Dương đây thì quả thật chúng ta — phải — Bapak nói tóm lại là chúng ta rất hờ hững, chúng ta rất lãnh đạm, rất không sốt sắng chú ý đến điểm này.

### **CÁI BẦY BÁT NGỰA TƠ Ở YOGYA KHÔNG THAY ĐỔI**

Tỉ dụ, chỉ xem như ở Yogya thì biết như thế nào, khi Bapak là một trẻ nhỏ, cái andong (cái bầy ngựa tơ) làm như thế nào thì đến ngày nay vẫn còn giống y như thế. Rõ ràng là chưa có sự phát triển. Chưa có sự phát triển nào cả mà cả người dân cũng chưa có thể hiểu và cảm thấy những nguyên tắc dùng làm căn bản cho sự chế tạo và sản xuất, lẽ dĩ nhiên điều này là cần thiết. Những người chế tạo và những người sản xuất có thể bán hay có thể tặng những đồ vật cho những người họ thích. Điều đó có nghĩa là có thể lôi cuốn sự chú ý vào những đồ vật đó như Bapak vừa nói. Đó là thật sự có thể phục vụ tâm của một người rồi công việc làm này có thể mở rộng ra đến tâm của một quốc gia. Đây là sự buôn bán phải như thế nào khi sự buôn bán do từ một nội cảm đã trống rỗng và đó cũng là cái người ta đã có được do Qadar của Thiêng-Liêng Toàn-Năng.

Thưa quý vị, bằng cách này quý vị càng có thể nắm giữ được những lợi ích của sự nhịn ăn nhiều bao nhiêu, quý vị sẽ càng có thể hiểu và biết rõ được về Thiêng-Liêng nhiều bấy nhiêu và biết rõ về quyền năng của Thiêng-Liêng cao quý biết là bao và vĩ đại biết là bao. Vì lý do đó, người nào mà thật sự đã tiếp nhận được Qadar do từ Thiêng-Liêng Toàn-Năng thì sẽ

rất sợ Thiêng-Liêng nhiều hơn, sẽ rất yêu quý Thiêng-Liêng nhiều hơn và sẽ rất tôn kính Thiêng-Liêng nhiều hơn, vì người đó sẽ không còn có một cảm xúc nào khác đối với Thiêng-Liêng Toàn-Năng hơn là kính trọng ngài, tôn kính Ngài và yêu mến Ngài. Rồi sẽ không còn có sự dối trá trong lời nói hay trong cảm xúc nữa, không còn có những điều đó nữa.

Như thế, tỉ dụ, người ta nói: Allah hay Thiêng-Liêng là Chí-Hùng, Chí-Lực, Chí-Công, Chí-Ái và đôi lúc, tất cả sự này là đích thực đối với họ. Nghĩa là đôi lúc, khi nào họ có tiền, đôi lúc khi nào họ có một công việc làm tốt, khi họ có một người vợ ngoan và đẹp, khi họ có nhiều con, những điều như thế. Đây là vì họ giàu có, dư giả trong mọi phương diện. Nhưng vào những lúc, khi họ cảm thấy khó chịu, tỉ dụ, khi họ đau ốm — họ quên Thiêng-Liêng. Ngay cả là họ chê trách Thiêng-Liêng. Đây quả là cái cách thường tình như thế.

Thưa quý vị, như thế đó và thật rất là hữu ích để người ta theo sự nhịn ăn. Thật quả là đúng để lấy làm gương mẫu và thật quả là đúng để theo những điều mà những người đã tiếp nhận được, những người đã có thể tiếp nhận được Qadar do từ Thiêng-Liêng nói.

Thưa quý vị, đây là những ích lợi và kết quả của sự nhịn ăn mà quý vị đã theo. Nếu quý vị chưa có thể biết rõ về lợi ích và kết quả của sự nhịn ăn thì cũng không sao. Vì có lẽ đúng là sự nhịn ăn mà quý vị theo chưa được kể như sự nhịn ăn một trăm phần trăm, nhưng sự nhịn ăn đó chỉ mới đúng là mười phần trăm hay năm phần trăm. Như thế, qadar hãy còn mỏng manh.

Nhưng dù rằng như thế, quý vị đừng nghĩ là: nếu tất cả chỉ chung qui là như thế thì tốt hơn là không nhịn ăn. Quý

vị dừng nên như thế. Chúng ta sẽ thêm vào từng chút một. Nếu chúng ta thêm năm phần trăm vào năm phần trăm và chúng ta thêm vào mười lần thì lên đến năm mươi phần trăm. Đó là một thí dụ để có thể làm như thế nào. Mong rằng điều đó có thể làm được.

Thưa quý vị, sự thật của vấn đề là sự phát triển luôn luôn diễn tiến và trong chúng ta phải có sự phát triển. Nếu một vật thiếu sự phát triển thì rồi đó là một vật nó sẽ không thay đổi, bởi vì vật này đã được biểu thị đặc tính của sự lãnh đạm, thờ ơ. Giống như một hòn đá nó cứ luôn luôn ở đó, năm này qua năm kia. Nếu như thế thì có nghĩa là sự tiến hành của một kỷ nguyên đã dừng lại.

Như thế, lần lần theo thời gian, thế kỷ này trôi qua và những thế kỷ sau tới, luôn luôn phải có sự phát triển và chúng ta phải đi kịp sự phát triển đó. Thưa quý vị, sự xây dựng này không có gì mới lạ nhưng thật là một sự cần thiết cho nhân loại vì Thiêng-Liêng không bao giờ ngưng xây dựng. Nếu Thiêng-Liêng ngưng xây dựng thì sẽ không có sự tiến bộ. Vì thế, quý vị đừng đi giạt lùi, chúng ta phải tiến lên. Chúng ta phải phát triển; phát triển mọi thứ cần thiết cho đời sống chúng ta ở thế giới này.

Như thế, rõ ràng là sự phát triển này là một đức tính về bản ngã của con người nếu người ta sẽ thật sự đem đức tính về bản ngã con người họ ra thực hành và thật sự đem nội cảm họ ra trải nghiệm. Đối với người Hồi-giáo, các cách để đem ra trải nghiệm và đem ra thực hành, là sự nhịn ăn.

Như thế, quả thật sự nhịn ăn này là để trải nghiệm chúng ta, quả thật là để đem ra thực hành để chúng ta có thể tiếp nhận và cảm nhận thấy chúng ta phải làm những gì và cả

cái cần bản về nội ngã chúng ta mà người ta thường gọi là tài năng của con người là cái gì. Người ta sẽ không thể khám phá ra cái tài năng của họ hay có thể biết cái tài năng ấy là tài năng gì, nếu người ta không thực hiện hay làm một trải nghiệm thực tế về chính bản ngã họ. Cái cách để trải nghiệm về bản ngã người ta, như Bapak nhắc lại lần nữa là qua sự nhin ăn.

### **GIỐNG NHƯ MỘT CON DAO RỈ, SÉT**

Như thế, sự nhin ăn là một điều hệ trọng cho đời sống quý vị, cho đời sống chúng ta — nghĩa là prihatin là hệ trọng cho đời sống. Tránh né sự nhin ăn, tránh né prihatin có nghĩa là chúng ta giống như một con dao mà chúng ta không bao giờ mài hay giống như quần áo mà chúng ta không bao giờ giặt. Đúng như thế. Sau một thời gian, quần áo thật sự có mùi hôi, sau một thời gian, con dao rỉ, sét. Một khi mà quần áo có mùi hôi hay con dao rỉ, sét thì không một ai khác, ngay cả là chính mình sẽ không thích dùng chúng hay muốn có chúng.

Nhiều người đã trở nên tức giận và chán ghét với chính mình, và cảm thấy phần uất, tí dụ như làm sao mà công việc luôn luôn không tốt đẹp, làm sao mà sự nấu ăn chẳng bao giờ ngon lành chút nào, làm sao mà chẳng bao giờ họ có thể xinh đẹp, dù họ hết sức cố gắng — về loại sự việc như thế đó.

Tại sao thế ? Bởi vì do những điều vừa mới nói, họ không bao giờ tự đem mình ra trải nghiệm, họ chẳng bao giờ cho nội cảm họ một chút tập luyện nào. Cái cách để cho nội cảm sự tập luyện và sự trải nghiệm là cái cách Bapak vừa mới nói — là qua sự nhin ăn và prihatin.

Thưa quý vị, như thế đó, như thế chúng ta đã có một cái gì giống như một thiên tính mà người ta cho rằng chúng

ta bắt buộc phải nhịn ăn mỗi tháng Ramadhan và đây là một bài học, một sự nhắc nhở là nhịn ăn trong tháng Ramadhan, không những là hệ trọng nhưng thật sự hữu ích cho đời sống chúng ta.

Nhưng như Bapak mới nói quý vị đừng nhịn ăn vì sự nhịn ăn ; nghĩa là quý vị nghĩ rằng quý vị nhịn ăn miễn là không ăn hay không uống — nhưng quý vị có thể uống nếu quý vị khát. Quý vị đừng làm như thế. Sự nhịn ăn phải nhịn cho đúng cách, dù là không nhịn hết cả 30 ngày. Phải, có thể là nhịn trong 10 ngày, nhưng phải là một sự nhịn ăn cho đúng cách. Nếu quý vị nhịn ăn thật quý vị sẽ cảm thấy điều đó. Bapak sẽ chỉ cho quý vị một chút về điểm này sau đây.

Bapak dùng chữ puasa (sự nhịn ăn) và prihatin (sự tự chối mình). Puasa và prihatin có nghĩa giống nhau. Chỉ có sự nhịn ăn vào mỗi ngày thứ hai và mỗi ngày thứ năm theo cách của prihatin thì gọi là tiểu prihatin, còn nhịn ăn trong tháng Ramadhan là đại prihatin, nghĩa là nhịn ăn hết cả một tháng, đầy đủ 30 ngày.

Ý của Thiêng-Liêng đối với nhân loại, như đã được ban bố là nếu người ta theo Prihatin là đủ rồi — nghĩa là sự nhịn ăn — một tháng trong năm. Như thế trong 12 tháng, một tháng dùng để theo prihatin. Thế là đủ.

Như thế, ý Thiêng-Liêng muốn là người ta không nên tự ép buộc mình nhịn ăn và lúc nào cũng thật sự theo prihatin ở bên bờ biển, ở trong núi hay ở trên đỉnh núi. Nếu người ta nhịn một tháng trong năm là đủ rồi. Đứng thế thôi.

Nếu đây là điều Thiêng-Liêng muốn cho nhân loại thì sự nhịn ăn chỉ có 30 ngày, prihatin chỉ có 30 ngày mà đây là điều

cần thiết để cho người ta nhịn ăn, là đủ để khiến cho họ thành những bình chứa, để khiến họ thành những dụng cụ để tiếp nhận ân tứ của Thiêng-Liêng Toàn-Năng — tức là Qadar.

Như thế, không cần phải ép buộc cảm xúc quý vị bằng sự nhịn ăn, tỉ dụ như nhịn ăn trong nhiều năm và luôn luôn sống ở nơi hẻo lánh, vắng vẻ. Điều đó không cần thiết. Thật là đủ để sống một đời sống bình thường và mỗi năm chỉ nhịn ăn đúng một tháng là đủ.

Thưa quý vị, đó là một gánh nặng biết bao nhiêu có phải không? Trong 360 ngày chỉ cần 30 ngày. Ngoài ra, chính là vì lợi ích của quý vị, quý vị cần phải trải nghiệm, phải trải nghiệm về chính bản ngã quý vị. Thật là cần cho bản ngã quý vị một sự tập luyện, thật là cần để phát triển bản ngã quý vị.

Người ta đã kể trong câu chuyện về sự sống là Thiêng-Liêng Toàn-Năng — đấng Đại Hùng, Đại Lực mà chúng ta không thể biết Quyền-Năng. Ngài đến đâu. Thiêng-Liêng đã trải nghiệm ngay cả về chính bản chất Ngài, nghĩa là, bằng cách tạo lập nên vũ trụ. Rồi Thiêng-Liêng sáng tạo ra các thiên thần và rồi Thiêng-Liêng sáng tạo ra nội dung, những vật chứa ở trong vũ trụ. Đó là cái cách Thiêng-Liêng trải nghiệm bản chất Ngài để xem Quyền-Năng Ngài cao quý và vĩ đại như thế nào. Bằng cách này, thật quả Thiêng-Liêng đã trải nghiệm về bản chất Ngài. Tại sao con người lại bỏ ý định làm như thế?

Từ nay, những ai mà tránh những sự thử thách là những người đã thật sự giữ bản ngã họ thật lùi lại. Người ta có thể nói là một người mà chưa từng bao giờ trải nghiệm và chưa từng tự trải nghiệm về mình là một người không tạo nên được



một vai trò hoàn toàn về đời sống của thế gian, người đó là một thứ vật chất, là một hòn đá.

## PHẢI HOÀN TOÀN SỐNG (THẬT SỰ)

Thưa quý vị, như thế, Hồi-giáo có nghĩa là sự sống. Như thế, nếu quý vị là người Hồi-giáo, chắc chắn là quý vị sống thật sự. Một người sống (thật sự) là một người Hồi-giáo, thưa quý vị rồi rõ ràng là quý vị đang sống. Người ta nói sống (thật sự) không có nghĩa là sống một phần nào mà phải toàn thể sống (thật sự). Cảm xúc quý vị sống, sự suy nghĩ quý vị sống, thân thể quý vị sống, bộ phận này và bộ phận kia, tất cả sống (thật sự). Nếu nó sống thì chắc chắn vật đang sống sẽ tạo nên những dụng cụ, chắc chắn nó sẽ thực hiện các sự việc, bởi vì nó sẽ hoạt động. Đây là điều Bapak gọi là phát triển, là tiến hóa.

Như thế lúc nào sự phát triển cũng diễn tiến ở bên trong chúng ta, không có sự chấm dứt đối với sự phát triển, sự tiến hóa. Ngưng phát triển, tiến hóa là chết, nghĩa là đi đến sự chấm dứt. Như thế, chừng nào quý vị còn sống thì quý vị còn phát triển, tiến hóa. Thưa quý vị, phải phát triển bất cứ những gì là cần cho chúng ta để phát triển. Chúng ta phát triển bản ngã chúng ta, chúng ta phát triển mọi thứ. Chúng ta cần không những chỉ sống mà thôi — nghĩa là nếu có một cái ghế sà-lê thì quý vị ngồi lên ghế đó, và nếu không có ghế, quý vị ngồi bằng cách khác. Quý vị không nên như thế !

Lẽ tất nhiên, chúng ta là những con người, chúng ta muốn có những đồ vật mà chúng ta có thể cảm thấy là thật sự hữu ích để nếu chúng ta ngồi, thì chúng ta muốn có một chiếc ghế. Chúng ta chế tạo một cái ghế. Nếu, chế tạo được

chiếc ghế rồi mà sao không vững chắc, chúng ta làm cho nó vững. Một khi chiếc ghế đứng vững nhưng thiếu chiếc gối, chúng ta làm một chiếc gối. Bây giờ ghế có gối và chắc chắn rồi nhưng ghế không thể đu đưa thì chán quá, nên chúng ta làm cho nó có thể đu đưa được v.v... Luôn luôn như thế đó để mọi thứ ở trong chúng ta và mọi thứ chúng ta có quyền sở hữu phải có một sự sử dụng, nghĩa là nó sống (thật sự).

Thưa quý vị, chúng ta hãy làm trải nghiệm ít nhiều về điều này.

### TRẢI NGHIỆM

Bapak xin quý vị ngồi yên, trong trạng thái giống như khi quý vị ngồi lúc trước. Nghĩa là dường như không suy nghĩ gì, như ở trong một trạng thái yên tĩnh.

Đối với quý vị tại sao nội cảm quý vị lại không sáng sủa trong khi tiếp nhận một cái gì ở ngoài mức thông thường? Bởi vì nội cảm quý vị luôn luôn đóng và bị nefsu phủ kín. Đó là tại sao sự nhin ăn này lại cần thiết, để quý vị bắt đầu có thể cảm nhận thấy những điều mà đối với quý vị, là ở ngoài mức thông thường.

Nếu quý vị đã linh lợi trong sự nhin ăn mà quý vị đã chứng nghiệm suốt trong 24 ngày qua thì đôi khi có thể là bất ngờ quý vị ngửi thấy một mùi gì bất thường. Đôi lúc, quý vị có thể nhận thấy mùi vị của một món ăn gì đó dù rằng không phải bằng lưỡi quý vị mà quý vị có thể nhận thấy được mùi vị của một món gì khác thường. Đối với các giác quan khác cũng thế. Đôi khi quý vị nghe thấy một vài âm thanh mà thường quý vị không nghe thấy và cũng giống như quý vị trông thấy các đồ vật. Điều đó gọi là đã được huấn luyện.

Như thế, dù là trước khi nafsú thật sự rời bỏ quý vị, nghĩa là quý vị chết — thì quý vị đã thành quen sống có nafsú và sống không có nafsú.

Đó là tại sao Bapak nói sự nhịn ăn này hay theo sự nhịn ăn này là một sự trải nghiệm đối với bản ngã quý vị. Như thế quý vị đừng chỉ nhịn ăn bằng cách là quý vị chỉ mong đến lúc xả nhịn, là quý vị chỉ đợi đến giờ để ăn. Quý vị hành động như thế, quý vị làm cho những sự lợi ích và sự cần thiết của sự nhịn ăn ra xa khỏi quý vị và quý vị sẽ không biết những sự lợi ích và sự cần thiết của sự nhịn ăn.

Vì lẽ đó, Bapak chỉ cho tất cả quý vị thêm một vài điều nữa về điềm này.

Nếu quý vị nhận thấy hay cảm nghĩ như cách sau đây quý vị sẽ không cảm thấy sự nhịn ăn quý vị đang theo là khó khăn, là phiền hà hay không thích thú. Quả thật, quý vị nhịn ăn để chuộc tội của quý vị.

Nếu quý vị cảm nhận thấy điều đó thì đối với người nhịn ăn này có nghĩa là làm những điều khó khăn cho bản ngã họ, làm đau đớn cho bản ngã họ. Quý vị phải có thể ăn mà không ăn, quý vị phải có thể uống mà không uống, quý vị có thể mua một trái dưa hấu và không ăn trái dưa hấu, những sự việc giống như thế đó. Như thế, quả thật quý vị suy nghĩ kỹ để làm cho bản ngã quý vị đau đớn. Nhưng quý vị đừng bao giờ nói là không có sự quan trọng trong sự nhịn ăn. Như Bapak vừa nói ; điều cần để nhịn ăn là để chuộc tội của quý vị, để làm nhẹ bớt tội lỗi của quý vị để quý vị có thể thật sự nhận được sự tha thứ do từ Thiêng-Liêng Toàn-Năng, để quý vị có thể tiếp nhận được qadar đích thực.

Thưa quý vị, quý vị hãy cố gắng nữa để quý vị có thể thật sự cảm nhận thấy và biết những sự ích lợi và những hưởng dụng về sự nhịn ăn và điều đó sẽ rõ ràng là quả thật, quý vị có thể cảm nhận thấy và tiếp nhận được nội-dung của mọi thứ quý vị cần cho đời sống quý vị.

### TRÁC-NGHIỆM.

Đề tiếp tục, Bapak sẽ giải thích thêm một chút nữa. Nếu quý vị đã tiếp nhận được Qadar do từ Thiêng-Liêng Toàn-Năng như một kết quả của sự nhịn ăn mà quý vị đã nhịn thì rồi cũng như quý vị có một cảm xúc yêu thương, ân cần, tử tế đối với những người đồng loại, và quý vị muốn làm một điều gì phải, quý vị muốn làm một điều gì có ích lợi vừa cả cho chính đời sống quý vị và cả cho đời sống của người khác. Một sự không hài lòng về các điều quý vị đã làm đối với những đồng loại, trở dậy trong cảm xúc quý vị. Đó là tại sao, sau khi hoàn tất sự nhịn ăn, người ta đến xin lỗi nhau về mọi điều họ đã làm không phải đối với nhau.

Không phải là chúng ta luôn luôn có lý, là hoàn toàn. Thưa quý vị, vì lý do đó, nếu quý vị nhịn ăn đúng cách, nội dung của sự nhịn ăn mà quý vị đã nhịn rất hữu ích cho đời sống con người, cho đời sống của tất cả quý vị, khiến quý vị có thể thật sự biết rõ về mọi lỗi lầm của quý vị. Đây là điều Thiêng-Liêng muốn để quý vị có thể thật sự biết rõ về mọi lỗi lầm của quý vị. Bằng cách này, quý vị sẽ nhận thực là quý vị không luôn luôn cho mình là có lý, là phải, quý vị luôn luôn ở trong gọng kềm của sự tốt và sự xấu, sự phải và sự trái. Như thế quý vị sẽ hành động một cách thận trọng và đắn đo.

Đây là kết quả của sự nhịn ăn mà quý vị đã theo và do sự nhịn ăn được thành công và tiếp nhận được bằng chứng

và chúng có rõ ràng nó làm hài lòng cảm xúc thì sau đó có một lễ ăn mừng. Chính ngày lễ này người ta gọi là Idulfitri hay ngày tiệc vui. Như thế, Idulfitri là ngày tiệc vui, nó không đánh dấu một năm mới. Không phải thế, đây là ngày cử hành sự thành công đã được ân huệ, sự thanh lọc nội tâm. Và sự quét ra xa mọi tội lỗi mà người ta đã phạm phải khi sống ở thế giới này.

Thưa quý vị, những lợi ích và kết quả của sự nhịn ăn Ramadhan là như thế đó. Sau khi sự nhịn ăn và mọi điều khác đã hoàn tất, nếu quý vị có thể, quý vị cần tiếp tục điều « haj » « đi đến Mecca ». Điều đó nghĩa là quý vị có thể tuyên bố là quý vị đã được tẩy rửa, quý vị đã được thanh lọc. Đó là sự thật về việc đi đến Mecca. Nhưng không phải bất cứ ai tiếp tục làm điều haj mà rồi được thanh lọc, thật là không chắc chắn. Bởi vì thật ra sự tinh khiết nằm trong bản ngã của con người và người ta không thể thật sự thừa nhận và cảm thấy điều đó.

Thưa quý vị, cứ theo như tình trạng thật sự của các việc làm, sự đề ý đến các chứng nghiệm của những người đã tiếp nhận được và theo như thiên tính của con người, theo như những cổ truyền, thì sự nhịn ăn trong tháng Ramadhan quả thật không giống những sự nhịn ăn khác, nghĩa là khác biệt với những sự nhịn ăn vào những lúc khác với tháng Ramadhan. Vì nguyên nhân này, Bapak xin cảm tạ và tôn vinh Thiên-Liêng là tất cả quý vị đã tự nhận thức về sự cần thiết để nhịn ăn trong tháng Ramadhan. Và quý vị đã đến đây vì mục đích ấy.

Thật ra, quý vị sẽ không cảm thấy thiếu thốn trong khi theo sự nhịn ăn ở đây. Mặc dầu có thể là do một nguyên nhân nào đó thì cũng không cần phải tìm kiếm nguyên nhân đó. Sự

nhịn ăn ở Cilindak cảm thấy nhẹ nhàng. Không những nhẹ nhàng mà còn an bình nữa. Dường như người ta không có sự gì cần thiết nữa – như thế đó. Nhưng chỉ trong một tháng này mà thôi. Sau đó, trong những tháng khác, quý vị đừng cảm thấy là quý vị không còn có sự gì cần thiết nữa.

Những nữ hội viên đã để chồng ở nhà, không nên ở lại đây lâu quá. Như thế, khi thời gian nhịn ăn đã hết, họ phải trở về nhà ngay. Nhưng một số hội viên không có chồng thì lại là một vấn đề khác.

Như thế, chính Bapak cũng cảm thấy sung sướng cũng như Bapak nhịn ăn và ngoài sự được sung sướng, Bapak cảm thấy hài lòng là tất cả các hội viên đã đến đây vì cần có sự nhịn ăn, đã thật sự có thể nhịn ăn một cách tốt đẹp. Bapak cầu xin cho tất cả quý vị là những điều quý vị đã làm sẽ khiến cho quý vị có thể tiếp nhận được một cái gì, khiến cho quý vị tiếp nhận được qadar ; dù rằng quý vị không tiếp nhận được đầy đủ, hoàn toàn, Bapak cầu xin cho tất cả quý vị có thể tiếp nhận được qadar do từ Thiêng-Liêng Toàn-Năng.

Quả thật, rất là may mắn cho tất cả quý vị là cũng như quý vị theo sự nhịn ăn, quý vị đã có thể làm Latihan Kejiwaan. Như Bapak đã nói trước kia là bằng cách này, quý vị đã có thể hành động vừa bằng cả jiwa và vừa bằng cả thân thể, cả thân thể và jiwa, nghĩa là cả phần bên ngoài và cả phần bên trong. Đó là tại sao mà tất cả quý vị đã thật sự có thể tìm thấy một con đường. Bởi vì, nếu Bapak có thể nói, những người mà nhịn ăn trong tháng Ramadhan sẽ thật sự tìm thấy trong nội ngã họ, trong nội cảm họ một nguồn gốc của mọi thứ kiến thức, mọi thứ trí thức — trí thức nghĩa là về sự sống của con người trong mọi lãnh vực, đúng theo với bản chất bên trong riêng của mỗi người.

Nếu quý vị là một kỹ nghệ gia, quý vị phải sản xuất một cái gì — nghĩa là những hàng hóa, để bán sau này — và do sự đã nhin ăn thêm với sự đã tiếp nhận được Latihan Kejiwaan, quý vị sẽ có thể tìm thấy sự hướng dẫn và chỉ dẫn trong hình thức của một kiến thức thuộc về lãnh vực mà quý vị có tài năng để quý vị sẽ không lầm đường, lạc lối trong đời sống thế gian.

Thưa quý vị, bằng cách này, quý vị sẽ trở nên những người thật sự có giá trị đối với những con mắt của thế gian. Thưa quý vị, như thế đó, bởi vì Thiêng-Liêng Toàn-Năng thật quả thương xót và chịu mến những tạo vật mà Ngài đã tạo sanh ra. Quả thật đúng cho tất cả quý vị hay cho tất cả các hội viên Subud, chúng ta là những người đã thật sự tiếp nhận được Ân-Huệ do từ Thiêng-Liêng Toàn-Năng phải tuân theo những huấn-giới của Ngài đã hiện hóa vào trong Latihan Kejiwaan của Subud và trong nội ngã của tất cả quý vị khi quý vị theo sự nhin ăn trong tháng Ramadhan.

Thưa quý vị, như Bapak đã nói, hiển nhiên là do sự prihatin mà quý vị đã theo trong tháng nhin ăn Ramadhan và do cả Latihan Kejiwaan, quý vị thật sự sẽ tìm thấy con đường mà quý vị cầu cho đời sống quý vị. Như thế, không những ước vọng của quý vị để có thể sống một cuộc sống hạnh phúc ở thế giới này được thỏa mãn mà quý vị cũng sẽ có thể sống một cách hạnh phúc sau khi quý vị rời bỏ thế giới đó và điều chót hết này là điều quý vị sẽ chứng nghiệm thấy và sẽ thật sự tự chứng thực, bởi vì tất cả những điều này hiện hữu trong nội ngã quý vị ; đây là bản chất của Qadar do từ Thiêng-Liêng Toàn-Năng.

Như thế, Bapak tin ở quý vị là quý vị không chán ngán,

một mỗi về sự nhịn ăn nhưng quý vị hãy tiếp tục nhịn ăn mỗi năm trong tháng Ramadhan. Nếu Thiêng-Liêng Toàn-Năng ban cho tất cả quý vị được trường thọ, quý vị đừng coi sự nhịn ăn Ramadhan như một điều bắt buộc quý vị phải nhịn ăn, đó là một bòn phạt đối với chính bản ngã quý vị để trải nghiệm về bản ngã quý vị, như Bapak vừa nói.

Nếu quý vị đã thật sự có thể cảm nhận thấy và quý vị đã tiếp nhận được ít, nhiều những lợi ích của sự nhịn ăn Ramadhan thì quý vị sẽ cảm thấy rất thất vọng. Chán nản nếu quý vị làm gián đoạn sự nhịn ăn hay rút ngắn sự nhịn ăn. Tại sao quý vị lại làm gián đoạn sự nhịn ăn của quý vị ?

Những người khác mà chỉ nhịn ăn một ít ngày, năm hay sáu ngày, họ cũng sẽ cảm thấy chán nản, quý vị sẽ cảm thấy chán nản bởi vì quý vị chưa có thể tiếp nhận những lợi ích của sự nhịn ăn. Thường thì như thế. Thưa quý vị, như thế đó, nên Bapak bảo quý vị là quả thật rất là chán nản nếu quý vị không nhịn ăn. Điều đó dường như quý vị đang đứng mà quý vị không cảm thấy quý vị đang đứng — giống như thế. Hay dường như quý vị đang ăn mà quý vị không nhận thấy mùi vị của món ăn. Đây là nguyên nhân đối với sự nhịn ăn.

Đó là tại sao sự nhịn ăn giống như một sự trải nghiệm, một sự thử thách thực tế về sự thật tại của những điều đã làm. Tỉ dụ, hãy lấy tin điều thứ nhất syahadat, tin điều Kalimah syahadat như trong Hồi-giáo gọi là : Asyhadu an lailáha illabáh wa asyhadu anna Muhammadar rasûlullah. (Tôi chứng thực là không có Thiêng-Liêng nào mà chỉ có Allah và tôi chứng thật là Muhammad là sứ giả của Allah). Rồi đến solat hay là sự cầu nguyện năm lần một ngày ; vào lúc mặt trời



mọc, buổi trưa, buổi chiều, vào lúc mặt trời lặn và buổi tối. Điều này đem ra thực hành trong sự nhịn ăn. Vì lẽ đó, những người đã thực hành tín điều này, nghĩa là họ đã cảm nhận thấy và công nhận tín điều syahadat và đã thực hiện ibadat của họ năm lần những bồn phạt thuộc về tôn giáo, Nhưng thiếu sót sự nhịn ăn, bỏ dở sự nhịn ăn thật là chán nản. Và quả thật cũng đáng tiếc. Vì sự thực hành một cách thật tể về sự sùng bái Thiêng-Liêng Toàn-Năng của chúng ta diễn ra trong sự nhịn ăn trong tháng Ramadhan.

Như thế, Bapak ước mong là những quý vị mà năm nay không theo sự nhịn ăn đầy đủ, thì sang năm sẽ nhịn ăn một cách đúng đắn để mỗi quý vị mà nghe được những lời nói này của Bapak sẽ có thể tiếp nhận được. Như Bapak vừa chỉ cho quý vị là rất ít quý vị có thể tiếp nhận được. Tại sao thế? Bởi vì hiện nay nhiều người trong quý vị hãy còn làm hỏng sự nhịn ăn của họ, nghĩa là họ làm hỏng sự nhịn ăn của họ do sự trở nên mệt mỏi, chán nản của họ. Quý vị đừng nên giống như thế. Nếu quý vị thật sự không mạnh mẽ, quý vị có thể ngưng sự nhịn ăn, nếu không quý vị phải theo cho hết sự nhịn ăn.

Vì điều đó giống như một người làm một công việc. Công việc mà khó khăn cho người ta làm thì đúng là một công việc người ta cần phải đối phó vì sự khó khăn tạo nên một sự thử thách. Nếu quý vị sợ những sự khó khăn, quý vị sẽ không thể luôn luôn tiến bộ trong bất cứ gì mà quý vị cần để làm. Như thế, những sự khó khăn này đúng là những điều quý vị rất cần đến để quý vị có thể học hỏi do bởi những sự khó khăn này, để quý vị có thể biết được những cái do, biết được mọi nguyên nhân đối với chúng.

Bapak nói thế bởi vì điều này đã được chứng minh.

Những quốc gia mà thiếu thốn nhiều thứ, nghĩa là những quốc gia mà chắc chắn ở trong trạng thái túng thiếu, không đủ thì luôn luôn gặp những sự khó khăn. Như thế, một quốc gia như Nhật-Bản — nếu những người dân ở quốc gia này miễn thứ cho Bapak đã lấy quốc gia này làm một thí dụ — thiếu thốn nhiều thứ. Tại sao những người dân của Nhật-Bản lại rất tiến bộ hơn chúng ta. Bởi vì ở đó quả thật có những sự thiếu thốn trầm trọng.

Chúng ta là những người lười. Vì chúng ta đã tự ru ngủ, tự an ủi mình cho đó là một mạng lưới — phải một thiên-mạng, — là những sự việc sẽ dễ dàng như thế. Bất cứ cái gì được người ta giồng xuống thì đều sống và đất của chúng ta chứa đựng nhiều thứ nên người ta có thể nói là mọi thứ ở trên thế giới là ở trong quốc gia chúng ta, ở trong lãnh thổ chúng ta hay ở trong đất đai chúng ta.

Sự việc như thế đó, chúng ta quên, chúng ta quên những thứ chúng ta có mà chúng ta có thể làm thỏa mãn tất cả những nhu cầu của chúng ta. Thêm vào sự lãng quên này là khi hậu ở đây nóng bức nên chúng ta trở nên lười biếng. Bởi vì chúng ta lười nên sự bành trướng và sự phát triển mà chúng ta phải có đã bị cầm lại. Điều này tiếp tục càng lâu bao nhiêu thì chúng ta lại càng ít quan tâm đến bấy nhiêu nên sau này quý vị trở thành những người, hay trở thành một quốc gia đi thụt lùi lại sau.

Thưa quý vị, như thế đó, vì thế người ta có thể gọi sự lười biếng là một bệnh rất ghê gớm đối với người ta hay đối với một quốc gia. Như thế, nếu quý vị muốn bản chất bên trong quý vị hay bản ngã quý vị được tấn tới, hay quý vị muốn trở nên những con người có giá trị ở trên thế giới

thì quý vị đừng lười biếng. Quý vị hãy tự thoát ra khỏi sự lười biếng và hãy tuân theo những huấn giới của Thiêng-Liêng đã ban cho tất cả quý vị. Và quý vị hãy luôn luôn theo sự nhịn ăn mỗi tháng Ramadhan trong mỗi năm.

Những điều Bapak vừa nói là nguồn gốc của sự kiến thức của mọi sự kiến thức mà đó là quyền của con người, là tài năng thiên bẩm của con người. Quốc gia chúng ta nhất là Nam Dương đây quả thật rất phong phú. Như thế, chúng ta phải sử dụng thích đáng về sự phong phú đó.

Bởi vì quý vị là những người trong Subud đã được trong đây với Quyền-Năng của Thiêng-Liêng vừa cả phần bên trong và phần bên ngoài, nên mặc dù là sau này quý vị trở nên những người giàu có hay quý vị làm cho phát triển quốc gia của quý vị và quý vị muốn Nam-Dương trở thành một nước giàu, thịnh, quý vị sẽ không hành động bằng bất cứ một cách nào hay quý vị làm bất cứ một điều gì nó gây nên sự khó khăn, gầy go cho người khác. Được như thế thì bất cứ công việc gì quý vị làm sẽ thật sự có lợi ích cho đời sống nhân loại hay xã hội nhân loại trên thế giới.

Thưa quý vị, Bapak xin lỗi quý vị đã tiếp tục giải thích về sự nhịn ăn và các vấn đề khác liên quan với sự nhịn ăn đến 12 giờ khuya. Bapak xin kết thúc buổi họp này và chúc tất cả quý vị một đêm an lành.

Xin cảm ơn quý vị

*MARDI-NING-SIH dịch*



# HỘI SUBUD VIET NAM



**TRUNG-ƯƠNG SAIGON :** 306/328, đường Hồng - Thập - Tự.  
Trong khi tại Saigon có giới-nghiêm  
buổi tối, các buổi Latihan được xếp  
đặt như sau :

*Giờ Latihan :* Thứ Hai — Thứ Tư — Thứ Sáu  
Đợt I : từ 16 g 30 đến 17 giờ 15  
Đợt II : từ 17 g 15 đến 18 giờ 00  
Đợt III : từ 18 g 15 đến 19 giờ 00  
Tối thứ sáu từ 20g00 đến 20g45  
Thứ Bảy :

Đợt I : từ 16 g 30 đến 17 giờ 15  
Đợt II : từ 17 g 15 đến 18 giờ 00

Chủ Nhật :

Đợt duy nhất từ 16g30 đến 17 giờ 15

**Chi - Hội VĨNH - LONG :** Ô. Đinh-văn-Tiết 87/5, ấp Tân-sinh  
Trường-an, xã Tân-Ngãi

*Giờ Latihan :* Thứ tư 16g45 — 17 giờ 30  
Chủ nhật 16g30 — 17 giờ 15

**Chi - Hội VŨNG - TÀU :** 17 Phan-thanh-Giản

*Giờ Latihan :* thứ hai, thứ sáu 18g30 đến 19g00

**Chi - Hội CẦN - THƠ :** c/o Ô. Nguyễn-Trí-Dũng  
10 Hai Bà Trưng (cũ)

*Giờ Latihan :* Chủ nhật 18g30 đến 19g15.

**Nhóm SUBUD BIÊN - HÒA :** c/o Ô. Nguyễn-như-Tuyền  
19c Quốc lộ 15 (vườn mít).

*Giờ Latihan :* Chủ nhật 10g15 đến 11g00.  
Thứ năm 16g30 đến 17g15.

**Hội - Viên SUBUD tại :** Bạc-Liêu—Bến-Tre—Bình-Dương—  
Châu-Đốc—Gò-Công—Hà-Tiên—Long-Xuyên—Rạch-Gía—Thủ-Đức—  
Tây-Ninh — (muốn biết địa chỉ, xin liên-lạc với Văn-Phòng Trung-Ương).

**GIÁ : 200\$**