



THE TESTS OF BAPAK
Sampson Rheams

Những Trắc nghiệm của Bapak

Nguyên tác The Test Of Bapak của Sampson Rheams

Minh Thần dịch 2020

Sửa lỗi: Hartini Tâm Đan - Hoàng Nam

© Điện sách 04.2021 Góc Nhỏ

Sampson Rheams

Những Trắc nghiệm của Bapak

Minh Thần

dịch 2020



NỘI DUNG

Vài lời của người dịch	9
PHẦN 1: NHỮNG NÓI CHUYỆN CỦA BAPAK	13
1. Colombo, Sri Lanka, March 21, 1981	13
2. Washington DC July 1, 1981	18
3. New York City, June 28, 1981	27
4. Hoboken, New Jersey, July 6, 1981	34
5. Sydney, Jan. 30, 1978	41
6. Vancouver, July 17, 1981	46
7. London, Oct. 10, 1983	56
8. Cilandak, July 5, 1984	64
9. Wolfsburg, July 7, 1977	69
10. Paris, France, Aug. 22, 1977	71
11. Vancouver, July 15, 1981	75
12. Aukland, N.Z. May 25, 1982	85
13. Lisbon, May 21, 1981	91
14. Newyork, June 21 1981	92
15. Lisbon, May 21 1981	95
16. Melbourne, April 29, 1982.	97
17. Wolfsburg, May 3, 1981	101

18. Cilandak, 29 May 1987	105
PHẦN 2: NHỮNG HỒI ỨC CỦA HỘI VIÊN	109
Thời gian: đầu năm 1950 - Nơi chốn: Yogyakarta	109
° Lấy trong History of Subud của Harlinah Longcroft	109
Thời gian: đầu năm 1950 - Nơi chốn: Jakarta	109
° Người thuật lại: Pak Rusli Alif	109
Thời gian: thời kì 1950-1960 - Nơi chốn: Cilandak	110
° Người thuật lại: Pak Rusli Alif	110
Thời gian: đầu năm 1960 - Nơi chốn: Cilandak	111
° Người thuật lại: một phụ tá lâu đời Indonesia ở Cilandak	111
Thời gian: 1957 - Nơi chốn: Coombe Springs	111
° Người thuật lại: một trong những nữ phụ tá Tây phương đầu tiên	111
Thời gian: 1957 - Nơi chốn: Coombe Springs và Alexandra Palace.	113
° Người thuật lại: một cặp vợ chồng là phụ tá ở Cilandak	113
Thời gian và nơi chốn: khác nhau	114
° Người thuật lại: hai phụ tá Anh lâu đời là vợ chồng	114
Thời gian và nơi chốn: khác nhau	117
° Người thuật lại: một hội viên Indonesia lâu đời ở Cilandak	117
Thời gian và nơi chốn: khác nhau	118
° Người thuật lại: một cặp vợ chồng là hội viên lâu đời ở Cilandak	118
Thời gian: 1963 - Nơi chốn: Briarcliff, New York	123
° Người thuật lại: một phụ tá nam	123
Thời gian: 1963 - Nơi chốn: khác nhau	124
° Người thuật lại: một nam hội viên lâu đời người Mỹ	124

Thời gian: 1963 - Nơi chốn: Cali, Columbia	126
° Người thuật lại: một hội viên lâu năm khai mở ở Coombe Springs và bà vợ	126
Thời gian: 1964 và sau đó – Nơi chốn: khác nhau	127
° Người thuật lại: những hội viên lâu đời và một cặp vợ chồng	127
Thời gian: July 1964 - Nơi chốn: Paris nơi căn nhà lúc đó Bapak ở	128
° Người thuật lại: một hội viên Pháp lâu đời	128
Thời gian: từ năm 1960 - Nơi chốn: nhiều nơi, phần nhiều ở Cilandak	129
° Người thuật lại: một phụ tá Indonesia	129
Thời gian: khác nhau - Nơi chốn: nhiều nơi	130
° Người thuật lại: một cặp vợ chồng là những phụ tá Anh lâu đời	130
Thời gian: 1968 – Nơi chốn: Melbourne, Úc.	133
° Người thuật lại: một hội viên được khai mở tại Coombe Springs	133
Thời gian: 1968 và sau đó – Nơi chốn: Cilandak	133
° Người thuật lại: một hội viên lâu đời sống ở Cilandak	133
Thời gian: khác nhau - Nơi chốn: khác nhau	137
° Người thuật lại: một nữ phụ tá lâu đời	137
Thời gian: 1968-1985 - Nơi chốn: Cilandak, và những nơi khác	141
° Người thuật lại: hai phụ tá sống lâu ở Cilandak	141
Thời gian: chuyến đi thế giới tại Mỹ trong năm 1968 hay 1969 - Nơi chốn: Los Angeles, Miramar Hotel ở Santa Monica	144
° Người thuật lại: một nữ hội viên	144
Thời gian và Nơi chốn: khác nhau	144
° Người thuật lại: một nữ hội viên	144

Thời gian: đầu những năm 1970 - Nơi chốn: Cilandak	145
° Người thuật lại: một hội viên Mỹ lâu đời	145
Thời gian: 1969 và sau đó - Nơi chốn: Cilandak	146
° Người thuật lại: một phụ tá nam lâu đời ở Cilandak	146
Thời gian: 1970 - Nơi chốn: những trung tâm ở London	148
° Người thuật lại: một cặp vợ chồng là những hội viên lâu đời người Anh	148
Thời gian và Nơi chốn: khác nhau	148
° Người thuật lại: một hội viên nữ	148
Thời gian: 1970 và sau đó - Nơi chốn: Cilandak	149
° Người thuật lại: một nữ phụ tá sống ở Cilandak	149
Thời gian: Ramadan, 1972 - Nơi chốn: Cilandak	150
° Người thuật lại: một người nam tới thăm Cilandak	150
Thời gian: 1975 và sau đó - Nơi chốn: khác nhau	151
° Người thuật lại: một phụ tá nữ tới thăm Cilandak	151
Thời gian: 1975 và sau đó - Nơi chốn: khác nhau	151
° Người thuật lại: một nữ phụ tá Anh có tiếng tăm	151
Thời gian: 1975 và sau đó - Nơi chốn: khác nhau	154
° Người thuật lại: một cặp vợ chồng là phụ tá ở Mỹ	154
Thời gian: chuyến đi thế giới 1976 - Nơi chốn: Los Angeles	156
° Người thuật lại: một phụ tá nữ	156
Thời gian: từ 1979 tới 1980 - Nơi chốn: Cilandak	157
° Người thuật lại: Ms. Harlinah Longcroft	157
Thời gian: 1977 - Nơi chốn: Lima, Peru, tại nhà của Eduardo Mazzini	161
° Người thuật lại: một phụ tá trước kia ở Nam Mỹ	161

Thời gian: 1977 - Nơi chốn: Los Angeles	162
° Người thuật lại: một người phụ tá nam chứng kiến trực nghiệm	162
Thời gian và Nơi chốn: khác nhau	162
° Người thuật lại: một cặp vợ chồng là hội viên có tiếng tăm	162
Thời gian: 1980 - Nơi chốn: Cilandak	163
° Người thuật lại: một phụ tá Tây phương cư ngụ tại Cilandak	163
Thời gian: tháng 8 1986 - Nơi chốn: Anugraha	163
° Người thuật lại: một hội viên Anh lâu đời	163

Vài lời của người dịch

The test of Bapak là một cuốn sách dạng E-book của Sampson Rheams trong Subud Library. Sách gồm hai phần chánh yếu: phần lấy từ những nói chuyện của Bapak và phần từ những hồi ức của hội viên.

Trong phần mở đầu, tác giả viết:

“Có một điều Bapak tuyên bố về trắc nghiệm được phổ biến lần đầu trong tháng 8 1968, và được trích dẫn trong cuốn *Helper's Subud Guide*: “Khi một phụ tá hay hội viên làm trắc nghiệm theo cách tâm linh (kejiwaan) của Subud, thì nó tương tự như làm latihan. Sự khác biệt là khi trắc nghiệm, ta trước hết có một câu hỏi trước khi làm latihan mà mình có thể nhận được một giải đáp trong bất cứ hình thức nào. Còn làm latihan thì trước hết là không tưởng tượng hay nghĩ tới bất cứ gì, chỉ quy thuận, tin cậy và chân thành tuân theo ý Thượng Đế biểu hiện trong latihan kedjiwaan.”

“Một điều trích dẫn thứ hai là từ một bức thư của Bapak viết ngày 6 tháng 5 1961: “Cách nên trắc nghiệm như thế nào là trước khi làm latihan ta phải cho biết mình muốn gì. Sau đó thì xua đuổi tất cả những mong muốn của mình để phó mặc tất cả cho sự Cao Cả của Thượng Đế.”

“Có một sự giải thích thứ ba về trắc nghiệm, và đó là từ

một bức thư Bapak viết tháng 9 1968 cho một hội viên: “Thực ra, trải nghiệm trong kedjiwaan là để nhận được một giải đáp của Nguồn Đại Lực nó không bị ảnh hưởng bởi những sức mạnh hạ đẳng. Thế nên, cách làm trải nghiệm y hệt như khi ta chuẩn bị tiếp nhận sự tỉnh thức của chân tâm, điều gọi là latihan kedjiwaan.

“VẬY, trước tiên, trước khi chuẩn bị có thể tiếp nhận từ đáy lòng một giải đáp về điều mình nghĩ tới, hay hỏi bằng lời nói, bạn nên hiểu rõ điều mình muốn hỏi có nghĩa gì. Tiếp theo là buông bỏ những gì mình nghĩ, cho tới khi không còn dấu vết nào của nó trong chân tâm, mà chỉ quy thuận một cách tin cậy và chân thành theo ý Thượng Đế.

“Nếu có thể làm như vậy, bạn sẽ nhận được một giải đáp từ đáy lòng, theo bất cứ hình thức nào mình quen thuộc lúc tiếp nhận những cử động và tác động (của latihan). Đây là một thí dụ: chẳng hạn, điều bạn muốn hỏi là có nên hay không mua một căn nhà nào đó, thì khi nhận được một giải đáp từ đáy lòng trong hình thức những cử động và tác động, đầu bạn có thể cúi xuống, rồi bạn ngã quỵ, hay thân thể bạn có thể xoay vòng quanh rồi ngã quỵ, hay tay chân bạn cảm thấy mất hết sức. Tất cả những điều đó có nghĩa là bạn không nên hay không thể mua căn nhà đó, bởi sẽ bị phiền phức, hay tối thiểu là sẽ gặp khó khăn.

“Mặt khác, nếu có thể mua căn nhà, bạn sẽ nhận được một giải đáp trong hình thức những tác động và cử động (của latihan), như tay mình van cầu đưa lên trên, đầu mình gật gù chấp thuận, miệng mình như đang cười và bạn cảm thấy vui sướng. Hay toàn thân bạn cảm thấy nhẹ nhàng, và bạn vui mừng nhảy múa.

“Đó là một thí dụ về việc làm trải nghiệm đúng cách. Vậy nên, tiếp nhận giải đáp bằng cách nói “Được” không thôi thì chưa đủ, bởi đó chỉ là do miệng mình nói, trong khi chưa có sự chứng kiến của những bộ phận khác của cơ

thể. Vậy nên vẫn còn thiếu sót rất nhiều: mình vẫn còn dễ bị ảnh hưởng bởi ham muốn và thị hiếu, vì mình thực sự thích căn nhà đó.

“Thế nên, hiển nhiên trắc nghiệm không là một chuyện dễ làm, đặc biệt nếu người làm trắc nghiệm chưa thành thạo tiếp nhận được những động tác hay chỉ dẫn của chân tâm, nói chung. Bởi nếu những động tác và sức mạnh của chân tâm nhập vào toàn thể bản ngã, thì như vậy có nghĩa là toàn thể chân tâm không còn dễ gì bị ảnh hưởng (của nafsu nằm trong tim can và trí óc)

“Ngoài ra còn có một sự giải thích khác nữa từ một buổi nói chuyện, 78 CDK 24, trong đó Bapak nói về trắc nghiệm và giải thích sự khó khăn của nó: “Cái kiến văn đó đến từ Thượng Đế; tim can và trí óc không thể tìm thấy nó. Điều đó tất cả các bạn đã nghiệm thấy, khi Bapak làm trắc nghiệm với các bạn. Đó là điều gì các bạn tự nhiên tiếp nhận được. Nó đúng hay sai là tùy thuộc mình có dùng tâm trí hay không. Nói cách khác, trắc nghiệm là đúng khi tâm trí được gạt bỏ qua bên. Nó là sai vì hoạt động của tâm trí.

“Tóm lại, theo những gì Bapak giải thích trên kia, trắc nghiệm có ba thành phần: dùng lời nói để hỏi; làm latihan để nhận được giải đáp; cuối cùng là tiếp nhận được giải đáp. Tất cả những thành phần đó là cốt yếu của trắc nghiệm. Khi dùng từ ‘tiếp nhận’ trong những buổi trắc nghiệm, Bapak đề cập tới thành phần thứ ba của trắc nghiệm. Có những lúc, thay vì đặt một câu hỏi, Bapak thường nói: “Hãy cho thấy...” Thực vậy, đó là ý định của Bapak, nhưng người được trắc nghiệm thì không có ý định nào, mà chỉ là một vật chứa đựng không do ý muốn, có thể nói vậy. Bapak thường trắc nghiệm chúng ta, để coi xem latihan chúng ta đã phát triển tới đâu. Thường thường thì hội viên đáp ứng giọng nói của Bapak, trước

khi họ hiểu được câu hỏi có nghĩa gì. Ý chí và đầu óc họ không xen vào trong lúc đó.

“Cho tôi xin được nói thêm vài điều:

“Bapak đôi khi thường tự biểu diễn trắc nghiệm trong một buổi nói chuyện, để minh họa những gì mình đang nói tới. Hiển nhiên trong khi có những gì đang xảy ra, Bapak không nhất thiết phải đặt một câu hỏi, hay có một latihan như hội viên Subud thường làm khi họ trắc nghiệm. Hình như chính Bapak cũng không phải trắc nghiệm, bởi người tức khắc nhận được giải đáp cho bất cứ câu hỏi nào. Nhưng vì lợi ích cho những người đang có mặt, Bapak thường biểu diễn cho họ thấy khi cần phải làm. Trong một buổi nói chuyện cho các ủy viên trong năm 1984 (84 CDK 12/13) Bapak xem xét một danh sách gồm những ứng cử viên là chuyên gia cho sự kiểm tra những kinh doanh Subud. Bapak xem xét từng người một, coi người này làm việc được, người kia thì không. Sau khi lựa xong một chủ tịch, Bapak nói: “Đó là trắc nghiệm theo quan điểm của kedjiwaan.” Đó là một trường hợp về “Trắc Nghiệm” trong cái bối cảnh rộng lớn của Bapak”.

Thực ra thì có nhiều định nghĩa khác về trắc nghiệm trong những nói chuyện của Bapak. Tôi thích nhất cái định nghĩa này: trắc nghiệm là một bài thi để coi xem latihan mình đã tiến bộ tới đâu.

Phần cuối sách tác giả không nhắc nhở ta điều hệ trọng này: những trắc nghiệm trong sách này là về những trắc nghiệm của Bapak, chứ không là về trắc nghiệm nói chung.

“Các bạn đừng nên tự mình làm những trắc nghiệm đó. Nói chung, Bapak nói rằng trắc nghiệm nên làm chung với các phụ tá”.

Minh Thần 2020

PHẦN 1: NHỮNG NÓI CHUYỆN CỦA BAPAK

1. Colombo, Sri Lanka, March 21, 1981

Xin tất cả các phụ tá đưa tay lên, (một người được lựa chọn). Mời bạn đứng trước mặt Bapak. Đứng đối diện cánh cửa. Bây giờ Bapak muốn bạn đi tới phía trước theo cách thông thường, cách bạn muốn đi. Đi về chỗ cũ. Được rồi. Bây giờ đừng dùng ý chí hay nafsu mình, mà chỉ việc tuân theo những cử động của đôi chân. Đừng đi cho tới khi mình được làm cho đi. Đi tới phía trước (trắc nghiệm). Yeah, Yeah, Yeah. Được rồi. Đi về chỗ cũ trở lại.

Bây giờ xin bạn nghe Bapak nói trong một lát, bởi Bapak muốn giải thích điều này: đó là điều bạn chưa thể tiếp nhận điều Bapak hỏi; khả năng tiếp nhận của bạn chưa đủ, vì bạn không tập latihan đầy đủ. Nói cách khác, bạn đã không đầy đủ siêng năng trong latihan. Sức mạnh phần bên trong bạn, jiwa bạn, và sức mạnh phần bên ngoài bạn, không được cân đối cho lắm. Lí do là bạn không siêng năng trong latihan; bạn không có đủ đức tin ở Thượng Đế. Đi đứng thực ra là điều gì căn bản, nên hiển nhiên bạn vẫn còn khó có thể nhận thấy sự hướng dẫn trong lòng mình về cách mình nên sống cuộc đời mình ra sao.

Thêm một lần nữa. Bây giờ Bapak sẽ giúp bạn. Hãy tiếp nhận. Xin Thượng Đế chỉ cho bạn A cách nên sống như thế nào trên cái thế gian này (trắc nghiệm). Yeah. Allah, Allah. Đó là điều bạn vừa tiếp nhận được; bạn có làm điều đó 100% trong đời mình? Bạn đưa ngón tay lên để chỉ cho thấy điều đó. Ngón tay nào: ngón tay cái là 100%, hay ngón tay nhỏ chỉ là một chút thôi? [trắc nghiệm] Bạn có thể tiến tới phía trước một chút? Đừng lo sợ.

Một lần nữa. Cứ tuân theo. Đừng thờ, trừ phi mình được khiến cho thờ. Hãy thờ vào [trắc nghiệm] Mạnh hơn. Yeah. Yeah.

Bây giờ Bapak hỏi bạn: Khi bạn nghiệm thấy điều đó ngay lúc này: đó là do ước muốn mình, hay do ý Thượng Đế? Nó không do ý định mình? Vậy, bây giờ bạn có bằng chứng về quyền năng của Thượng Đế thực ra rất gần cận mình trong mọi việc. Vậy, đừng bỏ qua chuyện dùng cái quyền năng đó. Đặc biệt là người Hồi giáo. Khi bạn nói: *Allahu Akbar*, điều này có nghĩa Thượng Đế là Toàn Năng. Bapak muốn biết: bạn có thường xuyên làm lễ solat? [cầu kinh] Vậy, mời bạn về chỗ ngồi. Bạn biết là ngay lúc này bạn đang chỉ đối diện Bapak, nhưng sau này bạn sẽ đối diện với các thiên thần. Bạn sẽ phải xử trí ra sao? Họ còn khó tính hơn.

Bây giờ Bapak muốn có một người khác, để họ có cơ hội cảm nhận được. [Một phụ tá thứ nhì được gọi lên] Cứ việc tuân theo: Bạn thắt cà-vạt như thế nào, nếu điều đó là do jiwa? Bắt đầu [trắc nghiệm]. Yeah, Yeah. Thôi đủ rồi.

Bapak xin được giải thích: hình như có khá nhiều người nơi đây không siêng năng trong latihan. Bạn đã trong Subud bao lâu rồi? Hai mươi ba năm. Như vậy thì đã lâu. Thực ra, bạn đã có thể làm được, vì cái động tác dùng tay mình không do ý định mình, nhưng bạn vẫn chưa thể thắt cà-vạt. Vẫn chưa thể. Mời bạn về chỗ ngồi.

Bapak sẽ cho thấy nó như thế nào. Lúc này Bapak là một ông cụ 83. Nếu đi đứng như một người bình thường 83, làm sao Bapak đi đứng được? [Bapak trặc nghiệm] Vậy, nếu Bapak đi đứng ngay thẳng, đó là vì jiwa mình, đó là vì ý Thượng Đế. Vậy, khi 90 tuổi, Bapak sẽ vẫn còn đi đứng như vậy. Vậy, chúng ta thực ra luôn được Thượng Đế hướng dẫn, suốt đời mình. Cho tới lúc cuối cùng, ta sẽ được Thượng Đế hướng dẫn.

[Một phụ tá thứ ba được trặc nghiệm] Cứ việc đứng thoải mái. Jiwa bạn C ước muốn như thế nào về việc đi đứng? Nó muốn bạn đi đứng như thế nào? [trặc nghiệm] Yeah. Cứ thoải mái, đi ngược trở lại. Thôi được rồi. Bạn đi đứng như vậy là vì điều Bapak nói lúc ban đầu, nhưng thông thường thì bạn đi đứng ra sao? Bapak muốn biết [Bapak cười]. Yeah, như một ông cụ. Bạn bao nhiêu tuổi? Với một người 55 tuổi thì trông như một ông cụ. Tuổi bạn kém với Bapak gần tới 30 năm.

Một lần nữa. Cứ việc tuân theo để cho cơ thể mình được mạnh khỏe. Hãy làm theo những cử động của cơ thể, hay của bản chất, khi đang múa và đồng thời hát, theo bất cứ những gì latihan khiến bạn làm [trặc nghiệm] Yeah, Yeah, đủ rồi. Bapak mong bạn sẽ tiếp tục tập latihan như vậy, khi Bapak ra đi. Bạn có thể tập ở nhà, hay tại bất cứ đâu. Tự mình. Cuối cùng thì bạn sẽ có thể ca hát lớn tiếng hơn.

Thế nên, nếu hiểu được điều này, trong tất cả các tôn giáo ca hát được coi là quan trọng, vì ca hát làm cho ngực mình được mạnh khỏe. Đừng có thói quen là luôn im lặng, bởi dần dần bạn sẽ trở thành như một cục đá.

Bapak biết là trong các bạn đây có những người từ Ấn Độ và những người từ Pakistan. Bapak mong cho các bạn có cơ hội nghiệm thấy thực tại của latihan kedjiwaan. Bapak trước hết xin được bắt đầu với những bạn từ Pakistan. Một bạn nào đó thích được lên đây? Chắc chắn bạn là một

người Hồi giáo, có đúng không? Nhưng điều quan trọng là bạn nên ý thức được thực tại của Hồi giáo trong bản chất mình.

Tĩnh tâm. Quy thuận. Đừng làm zikir, trừ phi mình được khiến cho làm từ đáy lòng. [trắc nghiệm] Yeah. Tiếp nhận: công việc nào bạn phải làm trên thế gian này, loại công việc thực sự có lợi cho mình? Cứ việc tuân theo, khiến bạn được chỉ cho thấy từ đáy lòng mình. [trắc nghiệm] Bạn đã hiểu rõ chưa? Vậy, nếu dùng ngôn từ, bạn hiểu điều đó là gì? [viết văn và vẽ tranh] Đúng là như vậy. Đó có phải là điều bạn hiện đang làm? [Phải] Có bao nhiêu hội viên ở Pakistan? Bạn có thể cảm nhận cái trắc nghiệm Bapak vừa làm với bạn?[Có]

Bapak muốn cho những ai đến từ một nơi xa cảm nhận được thực tại của latihan. Có những phụ nữ từ Pakistan? [Không] Từ Ấn Độ? [Không có phái nữ, chỉ có hai người phái nam. Bapak quyết định trắc nghiệm họ.] Cứ việc tuân theo. Các bạn đều từ Ấn Độ: bốn phần các bạn, theo ý Thượng Đế, đối với nhau là gì? [trắc nghiệm] Yeah, Yeah. Thôi được rồi.

Tên bạn là gì? [Tên E] Tên bạn kia là gì? [Tên F]. Bạn [E] biết được thế nào là tiếp nhận. Bạn muốn kết thân với nhau, ôm hôn nhau. Bạn [F] cũng rất muốn được đồng nhất, thống nhất. Tuy đều rất muốn như vậy, nhưng cả hai đã không gặp nhau! Đó thực ra là tình hình hiện nay ở Ấn Độ, mọi người đều muốn được thống nhất, nhưng vẫn còn những phân hóa, bất hòa, tranh cãi giữa các phe phái khác nhau. Như vậy là cần phải có latihan kedjiwaan, khiến chúng ta có thể đồng nhất.

Một lần nữa. Tiếp nhận. Khi bạn nói "Tôi" bạn hãy cho thấy cái "Tôi" đang nói tới đó ở đâu. Hãy cho thấy cái "Tôi" đó. [trắc nghiệm] Yeah, cứ tiếp tục. Gần như đúng, nhưng không là 100%. Tiếp nhận một lần nữa. Bây giờ

hãy cho thấy Thượng Đế ở đâu [trắc nghiệm] Cũng gần đúng, mà không là 100%; nhưng cái "Tôi" bạn, tư tưởng bạn, đã tại đó, thực ra đã thống trị tất cả.

Nên là như thế này [Bapak tự biểu diễn]. Một lần nữa. Tịnh tâm. Chỉ việc tuân theo bất cứ những gì xảy ra, bất cứ những gì muốn cho bản chất bạn. Bapak muốn biết những động tác của một người Ấn Độ là như thế nào. Nếu có thể, Bapak muốn nghe thấy bạn ca hát. Đừng hát cho tới khi được làm cho hát từ đáy lòng. Xin bắt đầu [trắc nghiệm]. Yeah, chỉ một chút thôi là đủ. Một lần nữa. Cứ đứng đó một lần nữa.

Bapak xin được giải nghĩa cho bạn: jiwa thì rất lớn, không như cơ thể vật chất. Vậy nên, jiwa có thể biết được tính tình một kẻ nào đó, ngay cả khi kẻ đó không cùng một quốc gia như mình. Bạn hãy đứng chỗ kia. Yeah, Yeah. Cứ việc tuân theo. Tiếp nhận: một người Anh cười như thế nào? [trắc nghiệm]. Một người Anh cư xử như thế nào khi tức giận? Một người Ấn Độ cư xử như thế nào khi tức giận? Những người Tích lan cư xử như thế nào khi tức giận? [tiếp tục trắc nghiệm] Yeah, Yeah, Yeah. Đủ rồi nhưng chưa hẳn. Tiếp nhận một lần nữa: Một người Ả Rập cư xử như thế nào khi tức giận? [trắc nghiệm] Yeah, Yeah. Thôi đủ rồi.

Bạn đã nếm thử được một chút như thế nào nhờ latihan mình biết được đặc tính những người khác. Kết quả là tại bất cứ đâu, nếu xa cách quê hương, mình sẽ không bao giờ cảm thấy xa lạ, hay không đúng chỗ. Bởi ta luôn có thể có một thái độ thích nghi với nơi chốn mình đến.

Đó là một trắc nghiệm khiến cho cảm thấy rất gần với quê hương mình. Bởi như Bapak đã nói hôm qua: biết được một thiên thần là một thiên thần khác. Biết được một thiên sứ là một thiên sứ khác. Đó là cách trở nên đồng nhất với bất cứ những gì Thượng Đế muốn mình biết. Hơn

nữa, với chúng ta, cái đặc ân này (latihan) là một phương cách, một kỹ thuật, khiến chúng ta tạo được hòa khí trên cái thế gian này, bằng cách hiểu được tính chất của nhau, tập tục của nhau, và vân vân.

2. Washington DC July 1, 1981

Bapak trước hết bắt đầu với phái nữ, tức là các phụ tá nữ. Bapak mong có khoảng 10 người bước lên. Mười người là đủ.

Các bạn hãy tự động đứng thành hàng. Tinh tâm theo cách thường làm như sắp tập latihan. Đừng để cho mình bị ảnh hưởng bởi những gì mình nghĩ. Hãy cho thấy với tay mình, chứ không với ước muốn mình. Cứ để cho nó đến từ đáy lòng, nếu Thượng Đế chỉ cho mình thấy.

Cho thấy với tay mình: quyền năng Thượng Đế ở đâu? [trắc nghiệm] Các bạn trở về chỗ đứng ban đầu của mình. Các bạn luôn dùng chữ "Tôi", như "Tôi đi tới đó", hay "Tôi trông thấy điều đó." Hãy cho thấy với tay mình: "Cái Tôi đó ở đâu?" Cho thấy rõ ràng và dứt khoát, cái "Tôi" đó ở đâu? Các bạn không cần phải di chuyển nhiều để tiếp nhận được. Cứ việc đứng đó [trắc nghiệm]. Bây giờ tiếp nhận: khi nói "Tôi đi tới phía trước", điều gì xảy ra? "Tôi đi giật lùi." [trắc nghiệm] "Tôi phụng thờ Thượng Đế." [trắc nghiệm] [Một vài phụ tá bắt đầu ca hát] Yeah. Thôi đủ rồi. Nhưng chưa tới phiên miêng.

"Tôi mến người chị em mình." Hãy cho thấy điều đó. Người chị em mình ở đâu? [trắc nghiệm] Vẫn chưa đủ. Tính chất tình thương đối với nhau của mình là gì, với người chị em mình? [trắc nghiệm] Trước tiên, người chị em mình ở đâu? [trắc nghiệm] Người đó là ai? [trắc nghiệm] Yeah, Yeah. Đủ rồi. Có những người đã tiếp nhận được, và những người không tiếp nhận được. Các bạn hãy trở về trạng thái bình thường của mình.

Cho thấy miệng mình ở đâu? [trắc nghiệm] Miệng các bạn ở đâu? Công dụng của nó là gì? [trắc nghiệm] Nó chỉ là để phát ra âm thanh? Bạn chưa từng ăn uống? Các bạn cũng phải ăn uống. Bây giờ hãy ăn uống [trắc nghiệm] Bây giờ hãy gọi tên của Thượng Đế. Các bạn có thể ca hát? Tiếp nhận [trắc nghiệm] Thôi đủ rồi. Nhưng chưa có một nhịp điệu, hay một giai điệu trong đó. Tiếp nhận. Bạn cảm thấy như thế nào, khi rất buồn chán? [trắc nghiệm] Yeah, đủ rồi. Và bây giờ các bạn hãy tiếp nhận sự trợ giúp của Thượng Đế, khiến mình cảm thấy hạnh phúc, an bình, được nâng lên một cảnh giới cao hơn [trắc nghiệm] Yeah, yeah.

Dấu hiệu của điều đó là cái cười. Nhưng thực ra thì trong lúc đang nghiệm được tất cả những điều đó, các bạn không có tiền. Tịch tâm một lần nữa. Hãy tiếp nhận bây giờ latihan của các thiên thần trên trời, những sinh linh đã nhận được ân huệ của Thượng Đế, đã trở nên thánh thiện và được ban ân cho hạnh phúc trong sự hiện hữu của họ. Bắt đầu. Yeah, như thế là đủ rồi. Cái cảm giác thấy mình được nâng lên một cảnh giới cao hơn, thấy cơ thể trở nên nhẹ nhõm, thực ra là một dấu hiệu hay dấu ấn về việc nafsu, nó luôn hoạt động và thống trị bản ngã mình, đã được giảm thiểu, khi các bạn nghiệm thấy điều đó.

Do đó mà Bapak nói với các bạn: đem ra thực hành những gì mình vừa tiếp nhận được. Điều Bapak muốn nói là những gì các bạn tiếp nhận, những gì các bạn cảm nhận được trong latihan, khi tập latihan mỗi Thứ Hai và Thứ Sáu, hay bất cứ đó là gì. Đừng mặc kệ để tiếp tục làm những gì như trước kia, mà hãy nghiệm được cái cảm giác y như vậy, cái trạng thái y như vậy, trong đời sống hằng ngày, trong bất cứ những gì mình làm. Như vậy thì các bạn sẽ thực sự được quyền năng của Thượng Đế giúp mình, trong bất cứ những gì mình làm, giữa những nơi dù đó là bất cứ ở đâu. Và các bạn cũng sẽ được che chở khỏi

những hành vi sai trái, khiến mình không còn phải thường xuyên làm những chuyện sai trái trong đời mình.

Các bạn cảm thấy như thế nào trong cái trắc nghiệm vừa rồi? Cảm thấy nhẹ nhõm? Yeah. Được rồi. Các bạn hãy ngồi xuống trở lại.

Và bây giờ Bapak xin mời thêm năm phụ tá nữa, hay những ai đã tập latihan lâu. Một lần nữa, xin mời phái nữ. Mục đích là cho các bạn có thể trợ giúp những ai chưa tập latihan lâu. Những ai cần sự trợ giúp của các bạn. Đừng bao giờ quên những gì mình có, những gì mình sở hữu. Bởi cuộc sống các bạn đã được khiến cho trở nên toàn diện với tất cả các ngũ quan của mình. Các bạn hãy cho thấy: cái phần nào thuộc tài sản mình được gọi là chân, và công dụng của nó là gì? [trắc nghiệm] Khiến cho các bạn không luôn như một con búp-bê không hiểu được nó có chân. Tiếp tục. Hãy cho thấy công dụng của chân. Đừng lo ngại gì. Hãy để cho chân mình tự nó cử động, để hiểu được nó. Các bạn hãy chạy ngay nơi đây. Yeah.

Những ai trong các bạn hơi mập sẽ trở nên thon hơn. Yeah. Yeah.

Các bạn hãy đứng trở lại vị trí mình. Hãy cho thấy và làm theo: một công chúa đi đứng như thế nào? Yeah. Bắt đầu. [trắc nghiệm] Các bạn được phép đi vòng quanh theo vòng tròn; làm như vậy thì được. Yeah, thôi đủ rồi. Thực vậy, một công chúa chính cống thì đi đứng chậm chạp, bởi điều đó phản ánh bản chất mình, một điều gì chậm chạp và tao nhã, chứ không thô kệch.

Và cũng đừng quên có bàn tay mình, bởi các bạn cần có bàn tay. Sau này, Thượng Đế sẽ hỏi: "Tay người ở đâu?" Bạn sẽ không biết nó ở đâu. Bạn đã để nó trong mồ chôn mình. Bởi bạn biết được, chẳng hạn, tuy toàn diện nhưng tay mình đã tê liệt; nói cách khác là nó đã mất hết nội

dung, nó hoàn toàn vô dụng.

Hãy cho thấy: tay mình ở đâu, và dùng nó để làm gì? [trắc nghiệm] Yeah. Tay bạn cử động ra sao, khi bạn đang phụng thờ Thượng Đế, theo tôn giáo mình? [trắc nghiệm] Nếu là người Thiên Chúa giáo, bạn hãy cho thấy tay mình cử động ra sao khi phụng thờ Thượng Đế [trắc nghiệm] Yeah, yeah, hãy tự tin. Dù là người Thiên chúa hay Hồi giáo, tất cả đều như nhau. Tất cả đều xuất phát từ Thượng Đế, Thượng Đế là Toàn Năng. Yeah

Bapak khuyên tất cả các bạn, đặc biệt bạn Z: khi đang trắc nghiệm, bạn mất quá nhiều thì giờ nhìn chung quanh. Chúng ta chưa đụng tới mắt. Chuyện đó sau này Bapak sẽ trắc nghiệm. Nhưng nếu nhìn chung quanh khi tiếp nhận, như vậy tức là bạn còn bị ảnh hưởng bởi nafsu.

Các bạn có thể cảm thấy bên trong tay mình có một nội dung, có gì đó sống động? Đó là cái các bạn nên cảm nhận được, mà không phải cử động. Có phải vậy không? Một lần nữa. Nhắm mắt lại, khiến nafsu không luôn phá rối mình. Bây giờ là bắt đầu cử động chân và tay mình, theo cách có nhịp điệu. Nói cách khác là có ý nghĩa, như nhảy múa. Bắt đầu. Đó là một lối múa của người Mỹ. Yeah. Cứ tiếp tục.

Bây giờ đổi qua lối múa của một công chúa trong cung điện [trắc nghiệm]. Yeah. Chẳng hạn, của ai đó trong cung điện vua chúa nước Áo xưa kia. Hãy làm theo: điều này không lạ gì với các bạn, điều người ta thường làm nơi đây! [trắc nghiệm] Lối này vẫn còn là của một công chúa Mỹ [cười]. Có một lối có tính cách của Áo hơn. Cứ việc tiếp tục. Đừng huýt sáo khi đang làm điều đó, bởi đó là lối múa của người Mỹ; ở Áo người ta không huýt sáo. Các bạn đang bắt đầu tỏ vẻ tao nhã hơn một chút, nhưng vẫn còn là sự tao nhã của người Mỹ. Yeah, cứ việc tiếp tục. Bây giờ tiếp nhận: lối múa của một công chúa ở Java, một

công chúa Java, như thế nào? Bắt đầu [trắc nghiệm]. Cái trắc nghiệm này còn không thích đáng hơn cái vừa qua. Chỗ kia thì tiếp nhận tốt, với bạn mặc đồ màu xanh và bạn nơi cuối phòng. Không có công chúa Java huyết sáo khi họ múa. Yeah. Đó chỉ là một chứng nghiệm, hay thí nghiệm, cho các bạn. Thực ra, đó là điều gì các bạn có thể tự mình làm. Tên bạn là gì? [T] Bạn đã tập latihan được bao lâu? [12 năm] Vậy thì bạn có thể làm lấy cho chính mình. Khi Bapak làm cái trắc nghiệm như vậy ở Anh, có rất nhiều hội viên đã có thể tiếp nhận đúng cách.

Một lần nữa, tịnh tâm. Chúng ta không được quên cái miệng, vì dù sao mình cũng cần tới cái miệng. Cuối cùng thì miệng lưỡi cũng phải trả lời cho Thượng Đế. Hãy cho thấy miệng lưỡi mình ở đâu? [trắc nghiệm] Nó dùng để làm gì? [Chỉ có một phụ nữ bắt đầu nói năng rất nhanh] [trắc nghiệm] Yeah, ngoài điều đó ra, nó cũng có thể làm những gì khác. Miệng các bạn có răng? Hãy cho thấy răng mình. Răng các bạn ở đâu, và dùng nó để làm gì? [trắc nghiệm] Để cắn thịt nướng, chứ không để cắn bàn tay người chồng mình, chẳng hạn. Yeah.

Và cũng để cười. Hãy cho thấy điều đó. [trắc nghiệm] Bây giờ thì đến phiên cái cười. Các bạn hãy cười. [trắc nghiệm] Một người Mỹ chính cống cười như thế nào?

[trắc nghiệm] Yeah, như vậy là đủ rồi. Đó là cái cười của một người Mỹ. Hãy làm theo: một phụ nữ Anh cười như thế nào? [trắc nghiệm] Yeah, Yeah. Nó hơi giống với một con cóc. Đủ rồi. Bây giờ tiếp nhận: một phụ nữ Pháp cười như thế nào? [Bapak biểu diễn] Yeah, Yeah.

Vậy, các bạn thấy được là theo cách đó ta có thể thích nghi với những người chung quanh mình. Yeah. Hãy cho thấy: cử động của chân, tay và miệng các phụ nữ Đức ra sao khi họ làm việc? Bắt đầu [trắc nghiệm] Yeah, Yeah. Vì thế mà luôn có những gì chung quanh họ được làm một

cách mãnh liệt. Bây giờ Bapak muốn biết các phụ nữ Mỹ làm việc ra sao [trắc nghiệm] Bây giờ thì các bạn có thể huýt sáo [cười].

Thưa các anh chị em, latihan thực sự là như vậy. Tất cả các bí mật của loài người trên cái thế gian này đều được vạch trần, tiết lộ, cho chúng ta trong latihan kedjiwaan. Tiếp nhận được là điều quan trọng cho các bạn. Thái độ đối với ông chồng mình nên ra sao, khi mình không cùng một ý kiến với ông? Bắt đầu [trắc nghiệm] Yeah, Yeah. Sự tiếp nhận của bạn Z chưa được rõ rệt trong trường hợp này. Bạn đã có chồng? [Có] Thái độ bạn ra sao, khi bạn tranh cãi với chồng mình, hay khi chồng mình giận mình? [“Không có gì là tốt,” Z đáp]

[Với tất cả các bạn phái nữ đang làm trắc nghiệm]: các bạn lại có thể tiếp nhận? Hãy cho thấy: mắt mình ở đâu và dùng để làm gì? [trắc nghiệm] Yeah, để nhìn. Hãy cho thấy: tai mình ở đâu và dùng để làm gì? [trắc nghiệm] Yeah. Các bạn đã từng nghe thấy một âm thanh, hay một giọng nói, không tại nơi đây; nói cách khác là những gì đi ra ngoài cái thông thường? Các bạn đã từng nghe thấy?

Một lần nữa. Hãy cho thấy: mũi mình ở đâu và dùng nó để làm gì? [trắc nghiệm] Chỉ việc tiếp nhận và làm theo. Bây giờ hãy hít thở một cách co giật, rồi êm thấm [trắc nghiệm] Khi các bạn đứng trước một người nào đó, và người đó là một kẻ hết sức kiêu ngạo, mũi mình cảm thấy như thế nào? [trắc nghiệm] Nó cảm thấy dài ra, có đúng không? Do đó mà các bạn thấy người ta làm điều gì như đặt bàn tay lên mũi. Bây giờ hãy cho thấy: miệng mình ở đâu? [trắc nghiệm] Tay các bạn không cần phải cùng làm, chỉ có miệng là được hỏi. Yeah. Nếu các bạn đối diện một kẻ tham lam, miệng mình cảm thấy như thế nào? [trắc nghiệm] Nó cảm thấy thật lớn, như một người khổng lồ. Vì thế nên miệng một người tính tình tốt luôn trông xinh

xắn, trông rất đẹp. Bây giờ để kết thúc, các bạn hãy tuân theo những cử động của chân, tay, và giọng nói có tính chất của điệu vũ, nhưng với những cử động có nhịp điệu và trật tự. [trắc nghiệm] Yeah, Yeah, đủ rồi.

Cái latihan các bạn vừa làm là điều các bạn có thể làm bất cứ lúc nào, ở nhà, trong phòng mình. Chẳng hạn, nếu thấy chán nản, hay đầu óc mình có đầy những điều này nọ, hay có điều gì khiến bức mình, các bạn có thể làm cái latihan đó. Nó là một thú vui, nó khiến cho tâm hồn mình được khuây khỏa, và các bạn sẽ cảm thấy mọi chuyện được tốt đẹp trở lại. Các bạn sẽ có thể ăn ngủ ngon lành sau đó. Các bạn sẽ không bao giờ lo sợ, vì Thượng Đế luôn có đó, bất cứ mình ở đâu. Cám ơn. Bấy nhiêu là hết. Mời các bạn ngồi xuống trở lại.

Bây giờ tới phái nam. Nhưng các bạn phải hiểu rằng phái nam ồn ào hơn, có nhiều cử động hơn phái nữ, nên chỉ là năm người nam. Có bảy người, như vậy cũng được. Tĩnh tâm. Tuy Bapak đã thường xuyên trắc nghiệm điều đó với các bạn, nhưng làm lại một lần nữa thì cũng tốt, để các bạn tin tưởng hơn. Hãy cho thấy với tay mình: Thượng Đế ở đâu? [trắc nghiệm] Đủ rồi. Các bạn thường nói "Tôi", hãy cho thấy cái "Tôi" đó ở đâu? [trắc nghiệm] Yeah. Bạn không cần phải đánh đập nó [một người nam đập vào ngực mình] Yeah, Yeah. Thôi đủ rồi. Hãy cho thấy tay mình, và dùng nó để làm gì? [trắc nghiệm] Yeah, đủ rồi. Những cử động tay và chân một viên cảnh sát đang đi tới thì như thế nào? [trắc nghiệm] Yeah, Yeah. Thôi đủ rồi. Bạn ZZ là một giáo sư, một giáo sư của con người. Bây giờ chúng ta làm giáo sư của jiwa. Một giáo sư đi đứng như thế nào? [trắc nghiệm] Vâng, một giáo sư của jiwa không ít thì nhiều làm bất cứ những gì mình muốn. Trước khi thành một giáo sư, lối hành xử và những động tác của bạn ZZ như thế nào? [trắc nghiệm] Thôi đủ rồi.

Các bạn đứng dậy một lần nữa. Tĩnh tâm trở lại. Bây giờ, tiếp nhận, mỗi người cho chính mình: tài năng mình là gì? [trắc nghiệm] Yeah, như vậy là đủ rồi. Thực vậy, bạn ZZ, đó là bốn phần bạn, bạn phải là một nhà văn [ZZ tiếp nhận được mảnh liệt lúc trắc nghiệm] Bây giờ tiếp nhận. Tiếp nhận toàn bộ bản chất mình, khiến bạn có thể thực hiện, có thể hoàn thành những gì mình phải làm. Bắt đầu. [trắc nghiệm] Yeah. Như thế đủ rồi. Một khi đã đứng, các bạn hãy đặt mình lại trong trạng thái yên tĩnh. Bapak mời các bạn về chỗ ngồi. Yeah. Như vậy là xong.

Bapak cho thêm một phiên khác, một cơ hội khác cho năm hay sáu người. Bây giờ thì có chín người. Tĩnh tâm. Đừng vội bắt đầu có latihan. Cứ đứng thoải mái, tức là như bình thường. Để cho các bạn không chỉ luôn cho là mình có chân, hay nói về chân mình. Bây giờ, hãy cho thấy chân mình ở đâu? [trắc nghiệm] Đừng nhìn các bạn bè mình; cứ để cho chân mình làm công việc của nó, vì nó không có mắt. Yeah. Các bạn có thể chạy ngay tại đây? [trắc nghiệm] Yeah. Nhanh hơn! Yeah, Yeah. Hãy đứng lại một lần nữa. Xin lỗi, anh bạn Việt Nam: bạn nói tiếng Anh, bạn có hiểu được tiếng Anh? [Có] Bạn cảm nhận được trắc nghiệm? [Không hoàn toàn]

Như các bạn đã biết, sau này khi mình chết, mỗi thành phần của cơ thể, của giác quan, từng cái một, sẽ bị các thiên thần hỏi han, bị các thiên thần tra vấn, từng cái một, nên chúng phải biết cách trả lời. Do đó mà các bạn đã rất may mắn là mình có thể bây giờ bắt đầu tiếp nhận được thực tại của điều đó.

Thế nên, đừng giả bộ; chỉ cử động khi nào thực sự có thể. Chỉ cử động khi nào thực sự là tự động, khiến các bạn biết được mình đã tiến xa tới mức nào. Bởi sau này khi các bạn bị các thiên thần tra vấn, tim can và trí óc mình, mọi thứ, đều bị khóa kín, bị đóng kín, khiến chúng không thể trả

lời cho mình.

Hãy cho thấy: tay mình ở đâu và dùng để làm gì? Công dụng của nó là gì? [trắc nghiệm] Cứ tiếp tục. Tay các bạn cử động ra sao, nếu các bạn lái xe? [trắc nghiệm] Anh bạn này lái quá nhanh, nên xe bị méo mó từ chỗ này tới chỗ kia. Tay các bạn cử động ra sao, nếu là một võ sĩ quyền Anh? [trắc nghiệm] Anh bạn này cử động như một võ sĩ tiếng tăm của Pháp. Yeah. Tay một họa sĩ cử động như thế nào? Sẽ thành một bức tranh rất kỳ lạ. Bây giờ thì trở nên khá hơn, thanh nhã hơn.

Công dụng của điều đó là nếu có những câu hỏi của những anh chị em muốn biết công việc nào thích hợp với họ, các bạn có thể trắc nghiệm. Và tất nhiên là tự mình. Tay các bạn cử động ra sao nếu là một nhà buôn hay một doanh gia? [trắc nghiệm] Tay các bạn cử động ra sao khi mình là một bác sĩ [trắc nghiệm] Hình như bệnh nhân của bạn đã chết rồi [cười] Bạn đang điền giấy chứng nhận [bệnh nhân đã chết]. Yeah, Yeah, như vậy là đủ rồi.

Hãy cho thấy mắt mình ở đâu, dùng nó để làm gì. [trắc nghiệm] Đề nhìn. Đó là cái nhìn của jiwa, khiến các bạn có thể hỏi điều này. Tiếp nhận: người ta nói rằng Chúa Giê-Su hiện đang trên trời, vì không còn trên thế gian này nữa. Ngay trên trời, người có thể nhìn thấy hay không? [trắc nghiệm] Nếu có thể nhìn thấy, thì tức là với những con mắt có thể nhìn thấy. [trắc nghiệm] Như vậy, các bạn có thể chứng thực được cho chính mình, tuy đã chết, thực ra Chúa Giê-Su vẫn còn sống. Hãy cho thấy tai mình ở đâu, dùng nó để làm gì? [trắc nghiệm] Để nghe. Hãy cho thấy mũi mình ở đâu, và dùng nó để làm gì? Tiếp nhận. Hãy để cho hơi thở ra vào một cách co giật. Bây giờ thì một cách êm thấm. Bây giờ thì thở ra và hít vào nhưng không với phổi, mà với dạ dày, để cho phổi được nghỉ ngơi. Một lần nữa với phổi [tiếp tục trắc nghiệm] Bây giờ

hãy hít sâu vào, cho ngực trở nên rộng lớn. Yeah. Hãy cho thấy miệng mình ở đâu [trắc nghiệm] Dùng nó để làm gì? Để ăn uống, nhưng không phải là lúc nào cũng ăn uống. [Có nhiều người bắt đầu ca hát] Yeah. Thôi đủ rồi. Đứng yên tĩnh trở lại, có ý thức và trật tự. Thế là xong. Yeah.

3. New York City, June 28, 1981

Bapak chỉ muốn có một người đã tập latihan lâu. Bạn Z có đây? Bapak hiểu được bạn đã lâu năm học khiêu vũ. Bạn có thể biểu diễn lối khiêu vũ đã học, nó như thế nào? Yeah, được rồi. Đó là điều bạn đã học, nhưng có thêm cái gì đó từ kedjiwaan. Có đúng vậy không? Bây giờ tiếp nhận [một lối khiêu vũ] chỉ từ kedjiwaan. [trắc nghiệm] Thôi, đủ rồi. Vẫn còn cứng nhắc. Thực ra, khi quay thân, bạn không cần phải ngưng lại; đáng lý ra bạn phải có khả năng làm điều đó một cách liên tiếp. Dù sao, bạn cũng cảm thấy sự khác biệt giữa lối thứ nhất và lối thứ hai. Nếu bạn biểu diễn lối thứ hai trước công chúng, thiên hạ chắc chắn sẽ hỏi bạn lấy nó ở đâu, bạn học ở đâu, bạn học của ai.

Văn hóa là như vậy, cái văn hóa đích thực. Thực ra, từ *kebudaiaan*, văn hóa, là do từ *budaia*, nghĩa là bản tính. Cho tới nay thì chỉ là những động tác, nhưng cần phải kèm theo giọng nói. Bạn có thể biểu diễn những gì đã học về ca hát, hay cách dùng giọng nói mình? [Z ca hát] Được rồi.

Đó là điều gì bạn tiếp nhận được từ kedjiwaan. Bây giờ điều Bapak muốn biết là bạn đã học những gì, những thứ bạn đã học. [Z nói mình đã không học ca hát] Bapak không biết bạn đã không học ca hát, nhưng trước hết Bapak muốn được nghe bạn hát theo lối thông thường, như đang hát điều gì đó bạn thường làm. Bapak muốn biết sự khác biệt trong giọng hát [Z ca một bài hát ngắn] Bây giờ hát một bài y như vậy, với một nội dung y như vậy với

sự trợ lực của kedjiwaan [trắc nghiệm]. Yeah, như vậy đó. Đã gần đúng hơn, đã có một hình thức.

Điều đáng buồn là khi tập luyện, bạn không tập luyện theo cách đó. Đó là điều đáng lý ra bạn phải tập: ca hát theo cách đó. Thực ra, khi hát lần thứ hai, giọng hát bạn rõ rệt hơn lần đầu. Bạn hãy đứng đó để nghe.

Đây là giọng hát của Bapak khi tại Coombe Springs [Bapak hát]. Bây giờ là giọng hát của Bapak [Bapak hát một lần nữa]. Có khác nhau hay không? Vậy, do kedjiwaan, giọng hát mình luôn có thể thay đổi, luôn có thể biến đổi. Một lần nữa, đây là một giai điệu Indonesia hay Java, với một nội dung Ả Rập [Bapak hát một lần nữa]. Ý nghĩa của điều Bapak vừa hát là bất cứ ai tiếp nhận được ân huệ của Thượng Đế thì sẽ tiếp nhận được bất cứ những gì mình cần cho đời mình, dù trong hình thức của giọng nói, hay trong hình thức của động tác. Vậy nên cuối cùng thì đời sống mình sẽ không thiếu thốn bất cứ gì, không thiếu hụt bất cứ gì. Ta sẽ trở thành một người thực sự có giá trị đối với xã hội. Đó là vận may của những ai đã tiếp nhận được đặc ân của Thượng Đế, tuy không thể sánh với những gì của các thiên sứ. Thôi, như vậy là đủ rồi.

Bây giờ để cho Z thành một người thực sự có giá trị, bạn hãy tuân theo cái latihan của điệu múa mình, điều đích thực là tài năng mình. [trắc nghiệm] Yeah, như vậy đủ rồi. Bạn hãy nghỉ một chút. Thở vào và hít ra cho nó mạnh khỏe. Cứ việc yên tĩnh, thanh thản và trở nên sáng suốt. Xong rồi.

Bạn thực sự cần phải tập luyện như vậy, và không chỉ nhớ lại mình là một phụ tá.

Bạn phải có cái gì của chính mình, chứ không là lấy của những người khác. Bởi cuối cùng thì bạn sẽ chỉ đi tìm latihan của thiên hạ, mà không có gì cho chính mình. Điều

đáng buồn là bạn đã trở mất 10 năm. Bạn vào Subud khi nào? [cách đây 20 năm] Bạn đã bỏ mất 10 năm, và trước đó bạn có 11 năm. Nếu bạn tập luyện điều đó lúc ban đầu, thì bây giờ tên tuổi bạn đã nổi danh. Bạn có thể ngồi xuống.

Ai khác đã là phụ tá hay lâu năm trong Subud? Bất cứ ai, miễn là đừng e thẹn. Một người nữ khác. Y, bạn đã tập latihan được bao lâu? [18 năm] Nào, bắt đầu. Trước hết, Bapak muốn bạn cho thấy, hay làm bất những gì mình thường làm trước đó, những gì thuộc công việc mình. Nói cách khác, khi bạn là một diễn viên. Hãy cho thấy những gì bạn thường làm. [Y diễn xuất một cách rụt rè] Yeah, Yeah, cứ tiếp tục. Đó chưa là một latihan; cứ để tự nhiên cho có latihan. Bạn có thể nói năng, bạn có thể diễn xuất theo cách mình thường làm.

Hãy diễn xuất như thế nào đó [Y diễn xuất và nói năng một cách mạnh bạo hơn]

Bây giờ hãy thử tiếp nhận và cho thấy sự khác biệt khi mình làm theo sự hướng dẫn của Thượng Đế [trắc nghiệm]. Bất cứ những gì xuất phát khiến mình diễn xuất hay nói năng, bạn cứ để cho tự nhiên xảy ra với giọng nói, khiến cho được toàn diện. [Y tiếp tục trắc nghiệm, lần này với giọng nói] Yeah. Bạn đã từng tiếp nhận được điều gì như vậy trước kia? Một cách rõ rệt như thế? Bapak nói thực ra giọng nói và những động tác của bạn đã có sự tiếp xúc với latihan. Cái còn thiếu là ý nghĩa những gì bạn đang hát. Đó là vì bạn đã không siêng năng tiếp nhận, hay tuân theo latihan, không thì bạn đã đạt được điều đó. Thôi, đủ rồi.

Hiển nhiên bạn đã có thể tiếp nhận những động tác, kể cả giọng nói mình, nhưng vẫn chưa có một nội dung. Do đó mà bạn chưa thể nói những gì, hay biểu đạt những gì tự nhiên xuất phát; nói cách khác là những lời lẽ không do suy nghĩ.

Bapak mình giải điều đó một lần nữa. Những lời lẽ mà Bapak nói ra cho tất cả các bạn thực ra là những lời lẽ của Thượng Đế. Tùy theo mức độ các bạn tuân theo những lời Bapak đang nói, các bạn sẽ có thể tiếp nhận được một tình trạng thực sự hạnh phúc của đời người, một hạnh phúc từ jiwa. Tuy đời mình không là của một kẻ rất giàu có, các bạn sẽ không thiếu thốn bất cứ gì, tâm hồn mình sẽ được bình yên và đầy đủ cho tất cả những gì mình cần cho cuộc sống. Vậy, tuy không được xa hoa như những kẻ rất giàu có, nhưng đời mình sẽ được bình yên và đầy đủ trên cái thế gian này. Nếu Bapak diễn tả điều đó một cách ngắn gọn hơn với một vài điều, thì đó sẽ như những gì Bapak viết trong cuốn Susila Budhi Dharma. Chẳng hạn, khi viết cuốn Susila Budhi Dharma, Bapak đã không viết với ý nghĩ mình, mà đã được khiến cho viết với quyền năng của Thượng Đế.

[Bapak hát bằng tiếng Java được dịch thành tiếng Indonesia] Nếu các bạn thực sự muốn biết, đây là Sứ Giả của Thượng Đế đang cho tất cả các bạn hay, khiến tất cả các bạn nên có khả năng hiểu được Thượng Đế là Toàn Năng. Tất cả các bạn đã may mắn tiếp nhận được Ân Huệ của Thượng Đế. Tất cả các bạn đã hiểu được cuộc sống mình: cuộc sống vĩnh hằng và không giới hạn. Đó là những gì được biểu đạt cho các bạn hay.

Tất cả những điều đó không do suy tư, hay do nafsu, mà do ân huệ và lòng nhân từ của Thượng Đế. Thượng Đế thực sự rất thương xót loài người. Chỉ có vậy thôi.

Vậy, tất cả những gì Bapak diễn đạt đều không do suy nghĩ, mà chỉ việc tự động xảy ra. Đó là điều gì cũng sẽ xảy ra cho các bạn. Những gì Bapak vừa làm là một nhịp thơ, hay bài thơ gọi là *Matupat*. Tất cả chỉ việc tự động xảy ra. Trong trường hợp các bạn, nếu là người nói tiếng Anh, đương nhiên điều xảy ra sẽ bằng tiếng Anh. Dù quốc

tịch bạn là gì, điều xảy ra sẽ trong ngôn ngữ mình, theo văn hóa mình. Điều đó tự động xảy ra. Nếu là người Ả Rập, thì sẽ bằng tiếng Ả Rập. Với Thiên Sứ Muhammed thì cũng vậy. Khi ăn nói, khi tụng niệm kinh Quran, người đã không nghĩ ra trước đó. Nó tự động xảy ra, với sự hướng dẫn của quyền năng Thượng Đế. Thế nên, người Hồi giáo nói rằng kinh Quran là Lời Nói của Thượng Đế, trực tiếp từ Thượng Đế.

Bây giờ thay vì chỉ nói không thôi, chúng ta hãy quan tâm tới phái nam. Bapak muốn tới phiên phái nam. Công việc của bạn là gì, trước khi bạn được khai mở, trước khi bạn tập latihan? [A làm việc xây cất, và hiện nay là đốc công] Bây giờ thử tiếp nhận [A làm latihan] Đó cũng là một chứng nghiệm đích thực; với thời gian nó sẽ trở nên thâm sâu hơn. Bây giờ Bapak chỉ muốn hỏi bạn điều này: bạn chỉ việc trả lời như thường. Trong công việc của bạn, sự phát triển mà bạn nhận thấy, nói cách khác có phải đó là lúc trước khi bạn làm việc mà thiếu kiến thức, thiếu ý thức, chỉ làm việc tay chân. Bây giờ thì đạt được một trình độ cao hơn, bạn phải ý thức được những gì mình đang làm. Đó có phải là điều gì xảy ra, sau khi bạn tập latihan kedjiwaan? [Phải]

Vậy, chính đó là một chứng nghiệm cho bạn: một sự thật về lợi ích của cái latihan kedjiwaan mà bạn đã có thể tiếp nhận như thế. Với thời gian, nó sẽ tiếp tục phát triển và trở nên lớn mạnh thêm. Bapak muốn biết: bạn có ý thức được sự phát triển đó? [Có]

Như vậy là đủ rồi. Bapak muốn giải nghĩa điều này. Tên bạn là gì? Vậy, thực ra những gì đã được chứng tỏ cho tới lúc này, bởi hai người nữ và bạn A, là sự thật về điều Bapak đã nói: chính nhờ latihan kedjiwaan, kết quả của latihan kedjiwaan, nên cuộc sống ngoài đời mình được phát triển.

Điều đó thực ra chúng tỏ latihan kedjiwaan là điều gì có lợi, rất có lợi, cho cuộc sống chúng ta. Như Bapak đã nói, chẳng hạn, chứng nghiệm của A thực ra rất đáng kể, bởi như những người xưa kia, anh bắt đầu trong sự không được ăn học, không có một tài nghệ đặc biệt nào, hay điều gì như vậy. Nhưng anh đã có thể phát triển cuộc đời mình, phát triển công việc mình, và tiến bộ được nhờ trải nghiệm của mình.

Bapak nói thực ra điều đó không khác gì mấy với những thí dụ Bapak thường dùng là hoàn cảnh của Chúa Giê-Su và Thiên Sứ Muhammed, bởi họ cũng bắt đầu với việc không được ăn học. Họ đã có thể phát triển không chỉ thành đốc công, mà còn thành những người có một sự hiểu biết đích thực, một sự hiểu biết thâm sâu, điều gì còn hơn cả những gì là thông thường với thiên hạ. Tới một một phần nào đó, bạn A đã nghiệm được điều đó, bởi anh ý thức được những gì đã xảy ra.

Bapak cũng nói ta có thể sánh điều đó với một tình trạng thông thường trong đời sống hằng ngày: chẳng hạn như với tổng thống Reagan. Ai có thể ngờ được một diễn viên một ngày nào đó trở thành tổng thống của Hoa Kỳ? Sự khác biệt với A là A ý thức được sự phát triển của mình là do quyền năng của Thượng Đế, tình thương của Thượng Đế. Nhờ sự tiến bộ đó, đức tin ở Thượng Đế của anh sẽ tăng thêm. Đó là điều gì rất quan trọng, đó đích thực là lợi ích của latihan kedjiwaan. Bạn có hiểu những gì Bapak đang nói? [Bapak tiếp tục trải nghiệm với một nhóm nam] Hãy biểu diễn, mỗi người cho chính mình, điều gì là công việc mình thường làm [trải nghiệm] Bây giờ Bapak trước hết lấy bạn B. Trong lúc làm chủ một tiệm ăn, bạn đã nhận thấy một sự phát triển nào đó, hay điều gì mới lạ trong công việc mình? [B trả lời] Bây giờ hãy đứng đó. Tiếp nhận. Hãy cầu xin Thượng Đế chỉ cho mình thấy bằng cách nào bạn có thể hoàn thành những mong ước và lý

tưởng của mình [trắc nghiệm] Yeah, Yeah, Yeah. Đúng như vậy: tất cả những gì bạn cần là lòng cương quyết, nghị lực và một ý chí mạnh. Điều bạn muốn làm thì khó khăn, nhưng sẽ làm được. Cám ơn.

[Bapak trắc nghiệm một người nam thứ ba là C] Bapak trước hết hỏi bạn: khi bạn làm công việc mình, điều đó có dễ dàng và có tiến bộ? Bạn có bị mắc kẹt hay đình trệ? [C đáp mình bị mắc kẹt] Bạn chỉ việc đứng đó để tiếp nhận. Bây giờ hãy cầu xin Thượng Đế chỉ cho mình thấy mình nên hành động và thái độ mình như thế nào, nếu có tiến bộ trong công việc, và ngay cả nếu nó không tiến bộ nhanh, thì như vậy cũng là latihan có một bước tiến tốt đẹp. [trắc nghiệm] Yeah. Thôi, đủ rồi. Điều xảy ra với bạn là khi mọi việc trở nên khó khăn, bạn thường dừng chân. Như bạn đã chán ngấy. Khi mọi việc trở nên khó khăn, đứng ra tất cả những gì bạn phải làm là tiếp tục tiến tới. Tất cả những gì bạn cần là lòng cương quyết.

Thực vậy, sự tiếp nhận của bạn B thật rõ rệt. Tình trạng các bạn hầu hết đều như nhau. Miễn là tiếp tục, các bạn sẽ vượt qua được. Không cần phải dừng chân lại khi gặp khó khăn. Đừng nhìn qua bên phải và bên trái, khi mọi việc trở nên khó khăn. Do đó mà bạn dừng chân: bạn nhìn qua bên phải rồi bên bên trái, và bạn ngừng chân tại đó. Có đúng vậy không? [trắc nghiệm]

Đó là cách phải như vậy khi Bapak làm trắc nghiệm. Phải mất nhiều thì giờ. Bapak đã chỉ trắc nghiệm có năm người, nhưng phải mất tới một tiếng đồng hồ, hay điều gì như vậy. Bapak nói không có lý do gì cho tự mình không làm điều đó, đặc biệt là các phụ tá. Đó là lý do các phụ tá phải cùng nhau tập latihan. Đừng lãng phí thì giờ, khi các phụ tá cùng nhau tập latihan, mà chỉ trắc nghiệm những chuyện không quan trọng cho người ta, như có nên đổi chỗ ở hay không, có nên đi từ Đông sang Tây hay không,

hay loại quần áo nào nên mặc, hay có nên tắm gội hay không, hay những chuyện gì như vậy. Tất cả những câu hỏi đó thực sự không quan trọng. Thực ra, các bạn chỉ lãng phí thời gian mình.

Ngược lại, các bạn nên làm một trải nghiệm như vậy. Trải nghiệm chính mình: nói cách khác là trải nghiệm bản ngã mình, kiểm nghiệm bản ngã mình, trải nghiệm theo đúng nghĩa của trải nghiệm.

Bạn X có thể bước lên phía trước? Nhưng bạn không được phép e thẹn. Bapak biết bạn hiện đang trong tình trạng mất người thân. Bây giờ chồng bạn đã chết, jiwa bạn muốn gì cho bạn? [trải nghiệm] Vậy, điều đó có nghĩa gì thì rất dễ hiểu: hiện nay bạn X quy thuận quyền năng của Thượng Đế nhiều hơn.

Nhưng bây giờ bước kế tiếp là như thế nào Thượng Đế sẽ hướng dẫn X? Theo chiều hướng nào Thượng Đế sẽ hướng dẫn X, để chị có thể đạt được một cuộc sống thực sự mãn nguyện, thực sự hạnh phúc và sâu rộng? [trải nghiệm] Bây giờ hãy kèm theo điều đó với giọng nói mình [trải nghiệm] Lớn hơn. Yeah, thôi đủ rồi. Bây giờ hãy biểu lộ với giọng nói mình điều gì có ý nghĩa hay nội dung, tùy theo văn hóa mình, tức cái quốc gia là gốc của mình, Bắt đầu [trải nghiệm] Yeah, thôi xong rồi.

Nhờ lòng chân thành, X đã có thể tiếp nhận được từ Thượng Đế cái khả năng viết văn, viết về bất cứ gì, dù là lịch sử, truyện ngắn, hay gì đi nữa, kể cả về ca hát. Vấn đề là bạn có vui lòng thực hiện điều đó? [Tôi sẽ cố gắng] Đừng cố gắng! Bapak nói bạn không cần phải dùng từ cố gắng. Cảm ơn.

4. Hoboken, New Jersey, July 6, 1981

Bây giờ Bapak sẽ trải nghiệm và thử coi một điều này với

các bạn. Một vài người nơi đây có lẽ sẽ tiếp nhận được, và những người khác thì có thể là chưa. Tĩnh tâm. Trong lúc này các bạn đang ngồi trên ghế: Hãy tiếp nhận: các bạn thực sự đang ngồi trên ghế, hay ghế đang trên đầu mình? [trắc nghiệm]

Yeah. Như thế nào? Ghế đang trên đầu, hay mình ngồi dưới nó? Đừng lo sợ phải trả lời, hay nói điều gì không đúng, bởi điều Bapak đang trắc nghiệm với các bạn là điều gì có thật. [M nói mình nghĩ nó phía dưới mình] Đừng nghĩ gì; đừng dùng câu "Tôi nghĩ nó phía dưới mình, nó có phía dưới mình hay không?" [Thực đó, nó phía dưới tôi] Đúng vậy, với nhiều người trong các bạn thì nó vẫn trên đầu mình. Điều đó có nghĩa là trong cái trắc nghiệm theo đó ghế quả thực phía dưới mình, thì như vậy bạn không còn bị ảnh hưởng bởi sức mạnh vật chất. Nhưng nếu tiếp nhận ghế trên đầu mình, thì tức là bạn vẫn còn bị ảnh hưởng bởi sức mạnh vật chất.

Một lần nữa. Tĩnh tâm. Tiền bạc các bạn trên ngực mình, hay sau lưng mình? [trắc nghiệm] Như thế nào? Trên ngực mình. Có lẽ các bạn nghĩ như vậy là đúng, nhưng thực ra là sai. Bởi nếu trên ngực thì tức là các bạn luôn đối diện tiền bạc mình. Nhưng sau lưng mình tức là không bị nó ảnh hưởng tới nữa. Ảnh hưởng của sức mạnh vật chất tới con người tinh vi tới như vậy. Một lần nữa. Nếu trông thấy một triệu Đô trước mặt mình, mắt các bạn trở nên lớn hơn hay nhỏ hơn? [trắc nghiệm] Lớn hơn. *Wah* [Bapak cười] Các bạn luôn phải nhớ rằng ảnh hưởng của vật chất lớn mạnh vô cùng. Bởi lúc này các bạn đang chứng kiến thực tại, sự thật.

Nếu là một con người toàn thiện tiếp nhận được ân huệ của Thượng Đế, và trông thấy trước mặt mình 10 triệu Đô, cái nhìn của mình sẽ như thế nào? [trắc nghiệm] Nó vô hình. Các bạn đã tiếp nhận được? Có khác với sự tiếp

nhận lần đầu không? [Có]

Thưa các anh chị em, đó là điều gì các bạn có thể tự mình trải nghiệm, tự mình làm. Nói cách khác là các bạn có thể tự mình xem xét những sai lầm của mình, những sai trái của mình, tình trạng mình. Đó là lợi ích của latihan kedjiwaan.

Một lần nữa. Các bạn có hai con mắt: bên phải một con, bên trái một con. Nếu con mắt bên phải nhìn qua bên phải, con mắt bên trái sẽ nhìn qua đâu? [trải nghiệm] Nó như thế nào? Con mắt bên trái không theo con mắt bên phải. Vậy, điều đó như là có hai con mắt nhưng chỉ dùng một con. Điều này có hấp dẫn với mình không, cái ý nghĩ một khi lên thiên đàng bạn chỉ có một con mắt? Chắc là không. Các bạn có thể tự mình so sánh. Một lần nữa. Phần đông các bạn là những người Thiên Chúa giáo, những tín đồ của Chúa Giê-Su. Chúa Giê-Su trên thiên đàng: người có thể nhìn thấy hay không? Hãy tiếp nhận điều đó, hay cho thấy một dấu hiệu với mắt của chính mình [trải nghiệm] Yeah. Thôi đủ rồi. Mắt các bạn trở nên trong sáng trong cái tiếp nhận đó. Với những người Hồi giáo thì cũng vậy. Người Hồi giáo có thể dùng cái khuôn thước của họ là Thiên Sứ Muhammed. Trong mọi việc ta phải có một hệ thống đo lường hay một quy mô. Đừng chỉ có đức tin, hay đừng chỉ tin tưởng những gì mình không có bằng chứng.

Một lần nữa. Một người với một linh hồn thánh thiện, hay một nội dung thánh thiện, tiếp nhận được sự tha thứ của Thượng Đế, ân huệ của Thượng Đế, thì những ý nghĩ người đó như thế nào? [trải nghiệm] Được rồi. Và bây giờ một kẻ hoàn toàn không có đức tin ở Thượng Đế, một kẻ không tiếp nhận được bất cứ gì là hình thức một đặc ân hay ân huệ, những ý nghĩ họ như thế nào khi chết? [trải nghiệm] Được rồi. Hoàn toàn đen tối. Các bạn đã tiếp

nhận được?

Đó là điều Bapak gọi là *chứng kiến*. Thực vậy, các bạn phải chứng kiến được mọi điều, các bạn phải có được bằng chứng cho chính mình. Đó là điều gì ta không thể nghiên cứu, mà chỉ hiểu được từ cái latihan kedjiwaan mà các bạn luôn tiếp nhận.

Bây giờ Bapak muốn chỉ có một người bước tới trước, một phụ tá nam. Bạn có thể đứng đó nhưng hướng về chỗ này? Bapak muốn bạn hướng tới đó, bởi nếu đang nhìn Bapak, bạn sẽ nghĩ Bapak là người có quyền hành trong vụ này. Tĩnh tâm.

Đừng phát ra âm thanh, trừ phi tự động xảy ra. Âm thanh có thể là bất cứ gì, dù là danh hiệu của Thượng Đế, hay bất cứ gì xảy ra. Bạn hãy dùng giọng nói mình, nhưng không với nafsu. Hãy làm theo [Người nam đó làm latihan nhưng giọng nói hơi yếu] Bapak nói: đó là vì vẫn còn bị nafsu áp bức. Bây giờ quy thuận Thượng Đế. Lớn tiếng hơn. Yeah, đủ rồi.

Bây giờ bạn có thể hướng về chỗ này? Bạn Z, bạn có thể cảm nhận được mình đã được làm cho có một giọng nói, gây ra một tiếng động, gây ra một âm thanh? [Có, tôi cảm thấy có một nơi chốn được dọn sạch] Yeah, Yeah. Tới một phần nào, bạn đã tiếp nhận được sự tha thứ của Thượng Đế. Điều được cho thấy bởi sự việc bạn đã có thể tiếp nhận một giọng nói không do nafsu.

Bây giờ hãy làm theo, với những cử động, những dấu hiệu bên trong những cử động của mình, và đừng dùng nafsu, khiến bạn không cảm thấy lúng túng. Bắt đầu. [trắc nghiệm] Cứ tiếp tục. Và bây giờ hãy cử động theo một cách có trật tự. Cứ làm theo như bạn đang khiêu vũ. Cứ tiếp tục, bạn có thể chạy nhảy chung quanh, theo bất cứ những gì xảy ra. Cho tới khi cảm thấy cơ thể mình nhẹ

nhàng. Bạn sẽ cảm thấy như có gì đó nâng mình lên một nơi cao hơn, hay chống đỡ cho mình. Yeah, Yeah, Yeah. Bạn cảm thấy như mình sắp bay bổng.

Vậy, từ điều đó bạn đã có thể cảm thấy nafsu là cái gì khiến cho nặng nề. Thế nên, ngày nào còn bị ảnh hưởng bởi nafsu, ta sẽ không bao giờ đi ra ngoài được cái thế giới này. Biểu tượng của sự thật đó là cuộc đời của Chúa Giê-Su: sau khi chết và được mai táng, người đã sống lại để lên thiên đàng. Cũng như trong Hồi giáo, trong lúc người còn sống, Thượng Đế đã muốn cho Thiên Sứ Muhammed nghiệm được sự thăng thiên, khi người được đem ra ngoài cái thế giới này.

Bây giờ, một lần nữa, hãy thử tiếp nhận. Bapak phân chia bạn thành bốn phần. Sức mạnh vật chất là chân bạn. Sức mạnh thực vật là bụng bạn. Sức mạnh thú vật là ngực bạn. Sức mạnh con người là đầu bạn. Bạn Z, bạn ở đâu trong hệ thống chia độ của cơ thể mình? [trắc nghiệm] Trong ngực rồi tới đầu. Yeah. Như vậy tức là bạn đã tại nơi đó, không còn bị ảnh hưởng nhiều bởi sức mạnh vật chất và thực vật, nhưng vẫn còn bị bởi sức mạnh thú vật. Nhưng đó không là vấn đề, bởi bạn vẫn còn trẻ. Thôi xong rồi.

Tất cả những gì Bapak đã làm với bạn, bạn có thể tự làm cho mình. Điều đó quả thực tối cần thiết. Miễn là còn tiếp nhận latihan kedjiwaan, bạn phải thường xuyên kiểm chứng, bạn phải thường xuyên xem xét, bạn phải thường xuyên trắc nghiệm chính mình, khiến biết được những gì là phải trái trong những hành vi của mình.

Bây giờ Bapak muốn làm thêm một chút trắc nghiệm. Bapak muốn để lại cho các bạn một vật lưu niệm. Ngày mai Bapak sẽ ra đi, và Bapak muốn để lại cho các bạn cái gì đó. Lần này, Bapak muốn có một người nữ, một phụ tá trong phái nữ. Ai thích bước lên? Tốt, hai người cũng

được. Các bạn nên hướng tới phía này vì có hai người.

Bapak muốn các bạn đi tới phía trước với ý chí của tim can. Bapak muốn các bạn đi tới phía trước với thị hiếu của tim can, theo cách các bạn thường làm, khi các bạn cảm thấy như đang đi [trắc nghiệm] Yeah, Yeah, Yeah. Ô kê, các hãy đi ngược lại. Bây giờ đi một lần nữa, nhưng không với ý chí. Không mong muốn: không mong muốn mình đi đúng [trắc nghiệm]. Đi ngược lại một lần nữa. Yeah. Đứng lại. Các bạn có thể cảm thấy sự khác biệt giữa cách thứ nhất và thứ hai? Yeah.

Bapak muốn biết các bạn bao nhiêu tuổi, mỗi người. Hãy làm theo, tiếp nhận: các bạn đi tới phía trước theo cách mình thường làm lúc 15 tuổi [trắc nghiệm] Đi ngược lại. Yeah. Một lần nữa. Bây giờ hãy làm theo và tiếp nhận: các bạn đi đúng như thế nào khi 25 tuổi? [trắc nghiệm] Đi ngược lại một lần nữa. Đứng lại. Yeah. Và bây giờ tiếp nhận và làm theo latihan cách mình đi đúng theo cái tuổi hiện nay của các bạn [Hai người nữ làm latihan] Yeah. Thôi đủ rồi.

Các bạn cứ đứng đó một lần nữa. Hãy làm theo những gì mình được chỉ cho thấy. Điều gì các bạn nên làm với cái tuổi của một phụ nữ như mình? [trắc nghiệm] Yeah, Yeah, thôi đủ rồi. Bạn R, bạn hiện đang làm gì? [R nói mình làm thơ và chơi đùa với con cháu] Bạn có nhiều con cháu? [Có, tôi có bảy đứa, và một đứa nữa sắp chào đời] Thực ra, tài năng đích thực của bạn là một nhà giáo dục, hay một giáo viên. [R thú nhận mình đã từng là giáo viên]

Còn bạn [người nữ thứ hai] hiện bạn đang làm gì? [Chị nói mình dạy học cho người điếc] Cả hai đều là giáo viên. [Với người nữ thứ nhất] Bạn nhận thấy mình có thể viết văn? [Một chút, chị nói] Tại sao bạn không viết nhiều hơn? [Tôi lười biếng] Bạn không được phép lười biếng. Vẫn còn chưa muộn. Thời gian bạn còn dài với cái tuổi 54. Bapak nói cả

hai đều có khả năng của một nhà văn.

Công việc đúng hợp với hai người các bạn là của một giáo viên. Và đừng nói là đã quá muộn.

Còn những người nữ nào khác? Một lần nữa: đừng quá nhiều. Bapak chỉ muốn những ai chưa được trải nghiệm. Các bạn có thể tự dàn xếp với nhau? Tịch tâm, theo cái latihan của mình. Bây giờ tiếp nhận và cho thấy cái tài năng đích thực của mình [trải nghiệm]. Cứ tiếp tục. Yeah. Được rồi. Bapak bắt đầu từ chỗ này. Công việc thông thường của bạn là gì? Bạn làm gì? [Chị nói mình là công nhân dệt vải] Còn bạn? [một nữ y tá và bà nội trợ] Bạn có bằng cấp y tá? [Có] Công việc đó thích hợp với bạn.

[Người nữ kế tiếp nói mình làm trong kinh doanh] Trong lĩnh vực nào? [Xuất nhập cảng và bán thuốc tây] Đó là điều gì mới mẻ, hay bạn đã từng làm lâu rồi? [Mới đây, chị nói, trước kia thì là giáo viên] Bapak nói công việc đúng hợp với bạn không là kinh doanh, mà là dạy học, và bạn cũng có thể trở thành một nhà văn. Bạn đã từng học môn văn chương và sinh ngữ? [Có] Vậy, tại sao bạn không theo ngành đó?

Còn bạn? [Với người nữ kế tiếp] [Chị nói mình dạy vẽ tranh] Như vậy thì đúng: công việc đúng hợp với bạn là của một họa sĩ. [Người nữ kế tiếp nói mình là một nữ tiếp viên] Bạn vẫn còn cơ hội học hành: công việc đích thực cho bạn là trang trí nội thất. Tại sao bạn lại cười? [Thật không ngờ!]

[Người kế tiếp là một thư kí nhưng đã thất nghiệp] Bapak nói: công việc đó thích hợp, và bạn sẽ kiếm được một chỗ làm khác. [Người nữ kế tiếp có bảy đứa con, và đang bắt đầu làm vải batik. Bapak nói công việc thích hợp cho chị là bà nội trợ] Ông chồng bạn có một việc làm tương đối khá? [Chị nói anh là dịch giả]

Bapak muốn tất cả các bạn tập cái latihan thông thường của mình [Các người nữ bắt đầu làm latihan] Đủ rồi. Bây giờ các bạn đã biết cái tài năng đúng hợp của mình; tất cả những gì các bạn phải làm đem ra thực hành.

Còn bạn M, bạn có khả năng viết lách, bạn không cần phải buôn bán thuốc men. Bạn đã từng viết bất cứ gì? [Chưa] Chỉ có vậy thôi.

5. Sydney, Jan. 30, 1978

Bây giờ Bapak muốn có hai phụ tá bước lên, hai người nam. Các bạn có thể đi giày nếu muốn. Bapak muốn các bạn đối diện nhau.

Bapak muốn biết tên của hai bạn [A và B] Bạn A, bạn tiếp nhận: Thượng Đế sẽ chỉ cho bạn thấy, và bạn sẽ cho thấy những gì Thượng Đế chỉ cho mình: B có những tính nết gì? [trắc nghiệm] Yeah. Được rồi. Và bây giờ Bapak thay đổi. Bạn B: tiếp nhận, Thượng Đế sẽ chỉ cho bạn thấy, khiến bạn sẽ cho thấy được tính tình A ra sao [trắc nghiệm] Được rồi. Bây giờ Bapak muốn các bạn nghe Bapak nói trong một lát. Các bạn hãy ngồi xuống trở lại. Trắc nghiệm tính tình có những mục đích khác nhau, và có lợi là cho thấy chỗ mạnh và chỗ yếu của những ai làm phụ tá. Sự tiếp nhận của hai người các bạn còn rất thiếu thốn, bởi các bạn đã chỉ cho thấy chính mình. Mỗi người các bạn đã cho thấy bản chất mình. Như vậy tức là không ai đã tiếp nhận điều gì không bị ảnh hưởng bởi bản chất mình vì vẫn còn sự che lấp của bản chất mình. [Bapak đứng lên để chỉ cho cử tọa thấy điều mình đang nói tới, bằng cách tự trắc nghiệm lấy mình] Đây là Bapak; các bạn đã quen biết Bapak. Nhưng Bapak chỉ là một nơi chứa đựng. Chẳng hạn, có thể so sánh Bapak với một luật sư. Bapak sẽ không bào chữa cho những ai không có lợi cho mình, mà sẽ luôn hành động và bào chữa cho những gì cần phải

làm, cho những người cần được bào chữa.

[Bapak tự hỏi mình trong trắc nghiệm] Tính tình bạn A ra sao? [Bapak trắc nghiệm] Bản chất của A là chỉ thích theo những gì, hay những ai mà mình thấy là đúng, là thật hay mạnh, nhưng về phần mình anh cảm thấy yếu và thấp. Vậy trong khi chỉ thích theo những ai là mạnh, anh luôn cảm thấy chán nản và mất hướng đi. Thái độ anh nên như thế nào? [Bapak hỏi và tự trắc nghiệm mình một lần nữa] Điều quan trọng cho A là trong bất cứ những gì anh suy tính, anh nên suy tính trong sự tĩnh lặng và yên bình, và đừng bao giờ hấp tấp. Anh nên có đức tin ở Thượng Đế, và đừng bao giờ cảm thấy mình nhỏ bé. Đừng bao giờ.

Nếu có thể tập cho mình cái tính tình đó, A sẽ tìm thấy được đường đi đúng hợp cho mình, khiến cuối cùng anh sẽ lấy làm hãnh diện về chính mình. Điều đó thực ra là mục đích việc các phụ tá tập latihan chung với nhau, khiến họ có thể sửa chữa cho nhau. [Bapak hỏi] Bạn B, bạn có gì phản đối không, nếu Bapak cho thấy tính tình và những bí mật của bạn?

Có hay không? Không sao chứ, nếu Bapak tiếp nhận về bạn? [B chấp thuận] Bapak không phe phái hay thiên vị bất cứ ai, hay điều gì như vậy; Bapak chỉ phó thác cho Thượng Đế. Tính tình bạn B ra sao? [Bapak trắc nghiệm] Chúng ta không thể tiến bộ nếu không làm việc. Tại sao bạn luôn buồn ngủ như vậy? [có những tiếng động ồn ào từ trắc nghiệm và tiếng cười từ cử tọa] Có đúng hay không? [hội viên vỗ tay, nên không nghe thấy câu trả lời của B]

Bapak tiếp tục: như vậy là tốt nhưng bây giờ Bapak sẽ cho các bạn thấy điều còn tốt hơn [Một lần nữa Bapak tự trắc nghiệm mình] Như vậy các bạn sẽ làm cho những người khác có nghị lực, nhưng theo một cách không thô bạo, không ép buộc người ta. Vậy, điều tốt đẹp là bạn khuyến

khích thiên hạ hợp tác với mình; nói cách khác là mời họ hợp tác. Các bạn nắm tay nhau cùng đi với nhau. Bạn dạy cho người ta cách làm việc chung với nhau, và làm như vậy là đúng. Đừng tìm cách ép buộc thiên hạ, còn nếu người ta không theo mình, bạn loại trừ họ, đá họ ra ngoài.

Và bây giờ thêm một vài điều cho bạn B. Ý của Thượng Đế cho bạn B là gì, với tư cách là phụ tá? [Bapak trắc nghiệm một lần nữa] Điều đó có nghĩa là chăm chỉ làm việc mà không quên phụng thờ Thượng Đế. Bạn có thể phụng thờ Thượng Đế trong lúc viết văn, chẳng hạn vậy, vì nội dung của những gì bạn viết là "Tôi gần cận Thượng Đế, tôi gần cận Thượng Đế, tôi gần cận Thượng Đế." Khi bạn đang làm việc tay chân cực nhọc: Allah, Allah. [Bapak nói điều đó, vì trắc nghiệm cho thấy sự làm việc bằng tay chân] Vậy hãy chứa đựng tất cả những gì mình làm với sự phụng thờ Thượng Đế. Hãy gần gũi Thượng Đế. Nên đó là điều đúng ra phải nhập vào tâm hồn mình.

[Bapak trở về chỗ ngồi, và trắc nghiệm B một cách trực tiếp] Bạn B, bây giờ tịnh tâm. Hãy làm theo những động tác và lối hành xử của một võ sĩ quyền Anh [trắc nghiệm] Những động tác của võ sĩ quyền Anh như thế nào? Được rồi. Vẫn còn chứa những gì của tim can bạn. Xin bạn ngồi xuống. Bạn A: Như vậy là để cho bạn trở nên can đảm hơn trong tương lai. Tịnh tâm: hãy tuân theo những động tác của tay và cơ thể, như một võ sĩ quyền Anh đang đấu võ [trắc nghiệm]. Mạnh hơn nữa, cứ tiếp tục. Một cách thật mạnh. [A tiếp tục trắc nghiệm nhưng một cách mạnh bạo hơn] Yeah, Yeah, Yeah. Mời bạn ngồi xuống. Nếu làm như vậy, chẳng bao lâu địch thủ sẽ bị đánh gục!

Một phụ tá khác. Chỉ một người, một người thôi. Tất cả những động tác, tất cả những hành động, tất cả những lối hành xử của con người, đều được Thượng Đế hướng dẫn.

Thực vậy, Thượng Đế biết được tất cả về các lĩnh vực của

những sinh hoạt của con người. Hãy làm theo: một người Anh đi đứng như thế nào? [trắc nghiệm] Yeah, Yeah. Cứ tiếp tục: bạn không phải đứng nguyên một chỗ. Bây giờ một trắc nghiệm khác. Bây giờ làm theo: cách đi đứng, những hành động và lối cư xử của một người Pháp thì như thế nào? [trắc nghiệm] [tiếng cười lớn từ Bapak và cử tọa] Yeah, Yeah. Đúng là như vậy. Bây giờ tuân theo những động tác, chân và tay, của một võ sĩ quyền Anh đang đánh võ [trắc nghiệm] Điều đó chấp nhận được, nếu bạn có thể đấu với Muhammed Ali [một nhà vô địch quyền Anh]!

Bapak chỉ lấy một vài người để cho các bạn có một hương vị, hay một thí dụ, bởi nếu Bapak lấy hết mọi người, thì phải mất cả ngày. Điều Bapak làm với các bạn hôm nay, là điều các bạn có thể làm lại, điều các bạn có thể tự tập luyện, điều các bạn có thể tập luyện mỗi lần các phụ tá tập latihan chung với nhau.

Latihan không giới hạn cho một điều duy nhất, hay cho một kiểu động tác duy nhất, như Bapak đã nói. Khi lần đầu tiếp nhận latihan, Bapak được khiến cho tập latihan trong một ngàn đêm. Nhưng những gì Bapak nghiệm được là latihan luôn thay đổi. Latihan không là chỉ có một kiểu động tác duy nhất cứ lặp đi lặp lại hoài. Bapak thấy một vài người trong các bạn đã trong Subud được năm hay sáu năm, hay lâu hơn, nhưng vẫn còn làm những gì y như trước trong latihan, những động tác luôn y như trước. Nếu tự huấn luyện mình như Bapak nói mỗi lần có latihan phụ tá, thì nó sẽ càng lúc càng trở nên êm thắm hơn, càng lúc càng dễ dàng hơn cho các bạn tiếp nhận được.

Bây giờ tới lượt bạn C: điều Bapak làm thành một nơi chứa đựng không là bạn C nữa, mà là bản chất của một con người. Thượng Đế sẽ chỉ cho bạn cách chơi đàn vĩ cầm trước mặt Nga hoàng 100 năm trước kia [trắc nghiệm]

Yeah, và Nga hoàng sẽ nhìn như thế nào một người như vậy? Nhà vua sẽ coi như thế nào một nhạc sĩ như vậy? [trắc nghiệm] Yeah, Yeah.

Giả dụ bạn C chơi đàn trước mặt Nga hoàng thời đó: phản ứng của nhà vua sẽ ra sao? Nhà vua có hài lòng như bây giờ, hay còn điều gì đó thiếu thốn? [trắc nghiệm] Cái trắc nghiệm đó thực ra cho thấy rõ rệt sự hiểu biết và khả năng chơi đàn vĩ cầm của bạn C chưa đạt tới cái tiêu chuẩn mà Nga hoàng đòi hỏi, một người lừng danh rất thích âm nhạc, hiểu rất rõ về âm nhạc. Nên hồi đó âm nhạc của Nga rất có tiếng. Vậy nên, những gì ta hiểu được từ điều đó là có rất nhiều những gì mà mình có thể tiếp nhận từ latihan, nếu các bạn chân thành và thích đáng tập.

Bây giờ Bapak muốn có một vài người nữ bước lên. Ai muốn lên? [Một người bước lên] Bây giờ tịnh tâm, bắt đầu cái latihan của mình [latihan] Yeah, được rồi. Bây giờ đứng thẳng người. Bạn có cảm thấy latihan mình nhẹ nhõm? Hãy làm theo: Thượng Đế sẽ chỉ dẫn cho bạn, và bạn sẽ cảm nhận được latihan của các thiên thần trên thiên đàng. Hãy múa theo và ca hát. Yeah, bắt đầu [trắc nghiệm] Yeah, Yeah, được rồi. Bạn hãy đứng trở lại nơi mình. Tiếp nhận. Trong sự an bình, sáng suốt và tĩnh lặng. *Allah, Allah, Allah*. Yeah. Mời bạn ngồi xuống. Bạn có cảm thấy hay không mình được nâng lên một nơi cao hơn? Vậy nên, bạn có thể nhận thấy sự khác biệt từ cái trắc nghiệm đó. Latihan của bạn thật tốt; bạn cảm thấy nhẹ nhõm. Nhưng vẫn còn bị ảnh hưởng bởi nafsu.

Muốn tốt đẹp, muốn hiểu biết, muốn trở nên khá hơn, muốn được trong sạch, muốn được cao siêu, tất cả vẫn còn là nafsu. Nó vẫn còn đó. Cái latihan thứ nhì của bạn, cái latihan của thiên thần, là latihan của một sinh linh đã được thanh lọc, đã trở nên tinh khiết và không thể bị ảnh hưởng bởi nafsu. Thế nên, cái latihan đó là trong cõi giới

của rohani.

Bây giờ Bapak muốn một phụ tá nữ từ Sydney. Bất cứ ai. Trước mặt Thượng Đế không có ai là trẻ hay già, vì Thượng Đế không là trẻ và già. Vậy, bất cứ ai trong các bạn. [Hai người bước lên, Bapak chấp nhận họ] Cả hai, tiếp nhận. Thái độ các bạn đối với nhau ra sao? [trắc nghiệm] Như vậy đó, như vậy đó, rất tốt. Các đã được làm cho tiếp nhận, và các bạn có thể thấy yêu thương nhau là cần thiết, không lý do nào khác ngoài việc đó là ý Thượng Đế.

Tên bạn là gì? [A và B] Bạn A, giả dụ B buồn phiền, bạn có thấy điều đó và tiếp nhận như thế nào? [trắc nghiệm] Yeah, Yeah. Chỉ có vậy thôi. Rất tốt, mời các bạn ngồi xuống. Tất cả những điều đó chỉ là một hương vị, điều gì cho các bạn nếm trước. Do đó mà mỗi lần các bạn phải tập latihan chung với nhau. Vậy, các bạn bắt đầu thấy được latihan kedjiwaan có một mục đích, có những công dụng. Nên Bapak sẽ không chỉ nghe nói tới tất cả những sự tranh cãi đang xảy ra [Bapak cười].

6. Vancouver, July 17, 1981

Bapak trước hết sẽ làm một chút trắc nghiệm với các bạn. Mục đích là cho các bạn tự mình cảm nhận được công dụng là lợi ích của latihan kedjiwaan. Bây giờ Bapak bắt đầu với phái nữ, tất nhiên là những ai đã chưa trắc nghiệm trong dịp vừa qua. Mười người nữ, dù đó là phụ tá, nhân viên ban quản trị, hay những ai đã tập latihan hơn 5 năm. Đừng quá nhiều. Tịch tâm. Đừng vội cử động. Nghĩa của "tịch tâm" là các bạn chuẩn bị tiếp nhận và cảm nhận bất cứ những gì tiếp nhận và cảm nhận được. Bây giờ là lúc biết được tất cả những thành phần khác nhau của bản chất mình, tất cả những thành phần khác nhau của cơ thể mình, với những gì được cung cấp cho, để sau này lúc cuối đời mình khi mình ra khỏi cái thế giới này, các bạn thực sự

biết được mỗi thành phần của cơ thể mình.

Bây giờ hãy cho thấy, nhưng đừng với ý chí và ước muốn, bởi Bapak không đối diện ý chí và ước muốn, mà là jiwa các bạn. Vậy, hãy cử động với jiwa. Hãy cho thấy chân mình ở đâu, và dùng nó để làm gì. [trắc nghiệm] Yeah, như vậy là "chạy." Hãy chạy. Chạy ngay nơi này. [trắc nghiệm] Chạy nhanh hơn [trắc nghiệm] Yeah. Đứng lại.

Các bạn hãy đứng tại nơi của mình một cách có trật tự. Hãy cho thấy tay mình ở đâu, và dùng nó để làm gì? [trắc nghiệm] Công dụng của tay là gì? Có nhiều công dụng. Mỗi thành phần của cơ thể được bao quanh và bao che bởi định luật và chỉ thị của Thượng Đế. Vậy, tất cả những gì các bạn làm trong đời mình, các thiên thần và quyền năng của Thượng Đế sẽ biết được. Do đó mà ta không thể nói dối với Thượng Đế, bởi quyền năng của Thượng Đế và định luật của Thượng Đế có trong mỗi thành phần của bản chất mình.

Một lần nữa, hãy cho thấy công dụng của tay [trắc nghiệm] Tay các bạn cử động như thế nào nếu là họa sĩ? [trắc nghiệm] Tay các bạn cử động như thế nào nếu là thầy giáo? [trắc nghiệm] Chỉ việc làm theo những cử động của mình. Đừng nghĩ tới bất cứ gì, bởi như vậy thì điều trở nên khôn ngoan là nafsu và ý nghĩ các bạn, chứ không là jiwa. Tay các bạn cử động như thế nào, nếu là kiến trúc sư? [trắc nghiệm] Hiện nay có rất nhiều phụ nữ là kiến trúc sư. Dù các bạn không là kiến trúc sư, nhưng tay mình biết được điều đó như thế nào. Tay và chân các bạn cử động như thế nào nếu là nữ doanh nhân? [trắc nghiệm] Một nữ doanh nhân là người đi đứng nhanh nhẹn, có những cử động lanh lợi, đi tìm những thứ có thể mua và bán. Tay các bạn cử động như thế nào nếu lái xe? [trắc nghiệm] Bây giờ sau khi lái xe xong, các bạn phụng thờ Thượng Đế theo tôn giáo mình. Những ai theo Thiên Chúa giáo hay

Hồi giáo theo cách của họ [trắc nghiệm] Những ai theo Phật giáo theo cách của họ. Như thế thì tất cả các bạn, bất cứ những gì mình làm, trong lúc phụng thờ Thượng Đế và đang làm việc, sẽ không bao giờ tách biệt khỏi sự phụng thờ Thượng Đế. Phụng thờ Thượng Đế xong, các bạn lại làm điều gì đó khác.

Tay và chân các bạn cử động như thế nào nếu múa ba-lê? [trắc nghiệm] Bắt đầu. Hãy làm, làm theo bất cứ những gì tiếp nhận được [trắc nghiệm] Trong Subud cũng có vũ điệu ba-lê. Cái trắc nghiệm Bapak làm với các bạn là rất quan trọng cho các bạn, vì nó có thể khiến các bạn học được cách trả lời những câu hỏi về tài năng của chính mình. Một lần nữa. Hãy đứng thẳng và đừng cử động theo cách này cách nọ. Chỉ việc đặt mình trong trạng thái sẵn sàng. Vậy, các bạn tập cho mình cách hành động và cử động khi cần thiết, và đừng làm những gì không cần thiết.

Bây giờ bắt đầu với chân, eo, cánh tay, cổ và đầu, toàn thân mình trong hình thức một vũ điệu. Một vũ điệu đẹp và nhịp nhàng, điều gì hợp với tính tình của một phụ nữ tốt tính. Bắt đầu, đừng nghĩ tới bất cứ gì [trắc nghiệm] Yeah, thôi đủ rồi. Các bạn đứng lại tại nơi chốn mình. Bapak làm cái trắc nghiệm đó với các bạn, và hiển nhiên đó không là một latihan thông thường. Lý do và mục đích của điều đó là khi Bapak có một buổi nói chuyện, các bạn có thể thực sự tiếp nhận được những gì Bapak đang nói, khiến cho các bạn không chỉ hiểu phần lý thuyết, mà cả phần thực hành. Đủ rồi. Mời các bạn ngồi xuống.

Bây giờ mời một nhóm khác bước lên, nhưng là những ai chưa được trắc nghiệm. Chỉ những ai đã tập latihan trong một thời gian nào đó, như Bapak đã nói, trừ phi bạn là thành viên ban quản trị. Latihan kedjiwaan có nghĩa là sự tập luyện của jiwa, bởi jiwa được làm cho thức tỉnh bởi quyền năng của Thượng Đế biểu hiện trong bản chất

mình. Vậy, nó hoàn toàn không bị ảnh hưởng bởi tim can và trí óc.

Tim can và trí óc là nơi ở của nafsu. Cái nafsu đó rất dễ bị sức mạnh hạ đẳng vận dụng. Sức mạnh hạ đẳng đôi khi thì thâm điều này điều nọ trong tâm mình. Vậy, các bạn đừng cử động, trừ phi được làm cho cử động, bởi cái làm cho cử động là jiwa các bạn. Các bạn thực sự có chân? Chân mình ở đâu? Nó có mục đích gì? [trắc nghiệm]

Đừng cử động trừ phi được làm cho cử động từ nơi bên trong mình. Đừng nhìn những người bạn mình, những gì họ đang làm. Đó là điều gọi là đi đứng. Bây giờ các bạn bắt đầu chạy ngay tại chỗ [trắc nghiệm]. Nhanh hơn. Nhanh như một con ngựa. Yeah, được rồi. Cuối cùng thì các bạn đã có thể thực sự chạy nhanh. Đối với bạn này thì vẫn còn hơi mơ hồ, vẫn còn chưa được rõ.

Một lần nữa. Các bạn thực sự có tay? Tay mình ở đâu, dùng để làm gì? [trắc nghiệm] Để viết, để sờ mó, để cầm nắm. Tay mình cử động như thế nào nếu là một người nấu ăn tài ba? [trắc nghiệm] Một phụ nữ cần phải có tài nấu ăn, chứ không là có tài tranh cãi. Nấu ăn mọi thứ, những thứ mình thường làm. [Tiếp tục trắc nghiệm] Nếu nấu ăn theo lối Tàu, ta phải chuẩn bị nhiều thứ, những thứ rất phức tạp. Yeah. Tất nhiên, trong khi nấu ăn, ta thỉnh thoảng cũng phải nếm thử. Điều không nên làm là nấu ăn mà không nếm thử, bởi có thể ta nhận thấy là quá mặn, hay điều gì như vậy.

Bây giờ đã nấu ăn xong, các bạn phụng thờ Thượng Đế theo tôn giáo mình. Bắt đầu [trắc nghiệm] Các bạn cử động như thế nào trong lúc phụng thờ Thượng Đế theo tôn giáo mình?[trắc nghiệm] Để cho một khi đã nấu ăn, các bạn cũng biết cách phụng thờ.

Tay các bạn cử động ra sao, nếu là một doanh nhân, hay

một con buôn? Nếu chỉ phụng thờ Thượng Đế, các bạn sẽ không bao giờ có gì để ăn uống; các bạn cũng phải làm việc [trắc nghiệm] Có rất nhiều những điều các bạn làm, nếu là một doanh nhân. Có rất nhiều những thứ các bạn có thể mua và bán. Sau khi đã làm ăn xong, các bạn về lấy cây bút bi của mình và thành một thư kí. Tay các bạn cử động ra sao, nếu là một thư kí? [trắc nghiệm] Bây giờ chúng ta đổi từ một thư kí để là một nhà văn, một tác giả. Tay các bạn cử động ra sao, và lối hành xử các bạn ra sao? [trắc nghiệm]

Điều này quan trọng để giúp các bạn trả lời những câu hỏi về tài năng mình. Quả thực không có gì là sai trái nếu viết văn với một máy đánh chữ. Sau khi làm điều đó, chúng ta thay đổi nghề nghiệp một lần nữa, để thành một vũ sư môn vũ ba-lê [trắc nghiệm] Cứ tiếp tục, jiwa các bạn hiểu được tất cả những điều đó, tuy mình chưa từng học môn đó. Hãy cử động và trở nên năng động, nhưng một cách có trật tự. [trắc nghiệm tiếp tục]

Cứ tiếp tục, các bạn hãy đưa mình lên một nơi cao hơn, như là sắp bay bổng. Tiếp tục. Hãy cho thấy mình cử động nhanh chóng như thế nào. Đừng lo ngại. Không có gì phải lo ngại; các bạn sẽ không đụng vào bất cứ ai. Yeah, thôi đủ rồi. Các bạn hãy yên lặng đứng đó. Bapak muốn hỏi các bạn, các bạn cảm thấy như thế nào? Có cảm thấy nhẹ nhõm trong lòng mình hay không? Có hay không. Điều đó có nghĩa là các bạn đã cảm thấy động tác của jiwa, tuy không là 100% nhưng dù sao thì cũng cảm thấy mình đã tiếp nhận được. Đương nhiên là từ những gì nhỏ bé sẽ thành những gì lớn hơn; từ một động tác nhỏ bé sẽ thành điều gì thâm sâu hơn. Điều đó không luôn luôn là như vậy, vì nó sẽ tới cảm xúc, và cuối cùng là tới tri thức mình.

Các bạn không thể mong mình trở nên khôn ngoan hơn, ngay từ lúc bắt đầu học hành. Các bạn phải trải qua nhiều

giai đoạn. Các bạn cũng không thể mong mình trở thành một người lớn, mà không qua giai đoạn một đứa bé. Hiển nhiên là phải mất thời gian, phải có những giai đoạn của nó. Điều quan trọng là phó thác cho Thượng Đế, bởi chính tình thương của Thượng Đế sẽ hướng dẫn mình và giúp mình. Điều quan trọng cho trí óc mình, cho tư tưởng mình, là dùng nafsu, bởi chính nafsu sẽ khiến hăng say và có sức làm việc. Thế nên, trong Subud chúng ta có hai bổn phận, hai nhiệm vụ: phụng thờ Thượng Đế theo sự hướng dẫn của Thượng Đế, và dùng tâm trí cùng với nafsu để chăm lo cho đời sống mình trên cái thế gian này. Vậy, đừng xin Thượng Đế tiền, vì Thượng Đế không có tiền. Nhưng Thượng Đế là Đấng có quyền hành, vì đã tạo ra những kẻ làm ra tiền. Chỉ có vậy thôi, như vậy là đủ rồi và các bạn có thể ngồi xuống.

Bây giờ tới phiên phái nam. Bapak mong có những người nam, nhưng không quá nhiều, khoảng 12 người. Bapak chỉ muốn những ai chưa được trải nghiệm, những ai là phụ tá, những thành viên ban quản trị, hay những ai trong Subud hơn 5 năm. Bây giờ Bapak đối diện các bạn, không với tâm trí, mà với jiwa. Các bạn có thể nghe những gì Bapak nói, nhưng không được nghĩ tới bất cứ gì.

Đừng cử động, trừ phi được làm cho cử động, khiến cho jiwa có thể hoạt động. Hãy cho thấy chân mình ở đâu, và dùng nó để làm gì [trải nghiệm] Cứ tiếp tục. Để đi đứng, nhưng cũng để chạy nhảy. Vậy, hãy chạy ngay nơi đây. [trải nghiệm] Nhanh hơn. Như một con ngựa. Yeah, được rồi. Thượng Đế không tạo ra chân cẳng một cách vô ích. Thượng Đế đặt những công dụng vào chân cẳng: để ta đi đứng, để ta chạy nhảy, để ta đi đây đi đó tìm thứ này thứ nọ. Tất cả những điều đó đã được đặt vào chân cẳng mình.

Các bạn hãy đứng thoải mái, cứ để cho tay mình được

thong thả. Các bạn thực sự có tay? Hãy cho thấy tay mình ở đâu và dùng để làm gì? [trắc nghiệm] Đúng vậy, để rửa giặt, để viết lách, để làm mọi thứ. Sau này, các bạn sẽ được làm cho biết được những gì được phép và những gì không được phép. Nói cách khác là những hành vi được phép, và những hành vi bị cấm cản. Bởi định luật của Thượng Đế đã được viết vào bên trong tay các bạn. Hãy biểu diễn những động tác của bàn tay, nếu đang làm công việc của một kiến trúc sư. [trắc nghiệm] Sau khi làm xong công việc của một kiến trúc sư, hãy cho thấy những động tác của bàn tay, nếu là một thợ mộc đang xây một căn nhà [trắc nghiệm]. Vậy, các bạn có thể thành kiến trúc sư cũng như thợ mộc. Đúng vậy, phải đóng đinh, cửa gỗ [tiếp tục trắc nghiệm] Yeah.

Bây giờ thay đổi. Tay các bạn cử động như thế nào nếu là một y sĩ? [trắc nghiệm] Có thể là một nha sĩ, một y sĩ về mũi, một y sĩ về tai. Có nhiều loại y sĩ. Jiwa các bạn hiểu biết khá hơn ý nghĩ các bạn.

Các thiên sứ Abraham, Moses, Giê-Su và Mohammed, không ai trong họ đã học môn y khoa, hay điều gì như vậy, nhưng họ hiểu được cách làm việc của một y sĩ.

Bây giờ sau khi làm xong công việc của y sĩ, các bạn bước lên võ đài để thành một võ sĩ quyền Anh. Các bạn cử động như thế nào khi đang đấu võ? Đừng lo ngại, các bạn sẽ không đâm vào bất cứ ai. Tới lúc này thì đã đánh gục được địch thủ.

Các bạn có thể đổi diện hướng này? Các bạn thực sự có một cái miệng? Hãy phát ra một âm thanh [trắc nghiệm] Các bạn có thể nói "*Allah, Allah?*" [trắc nghiệm] Các bạn có thể cười? [trắc nghiệm] Yeah, Yeah, Yeah. Đó là cái cười của chính mình. Bây giờ hãy làm theo và tiếp nhận lối cười của một người Anh [trắc nghiệm]. Yeah . Bây giờ Bapak muốn biết: có y như hay khác với cái cười của một

người Mỹ? [trắc nghiệm] Yeah.

Bây giờ Bapak muốn biết và thấy jiwa các bạn có hiểu được hay không tại sao các người đàn ông Nhật có vẻ như làm xong công việc mình một cách rất nhanh chóng. Bapak mong có thể thấy: tay chân một người đàn ông Nhật cử động ra sao khi đang làm việc? Hãy cho thấy điều đó [trắc nghiệm] Thôi đủ rồi. Từ điều đó hiển nhiên ta thấy được tại sao các bạn bị tụt hậu, tại sao công việc mình không được nhanh chóng như người Nhật. Bây giờ Bapak cũng mong biết được các anh em Subud ở Anh làm việc như thế nào? [trắc nghiệm] Yeah. Không khác với các bạn. Thôi đủ rồi.

Điều đó thực sự đáng chú ý, bởi nó có nghĩa là nhờ latihan kedjiwaan ta có thể nhận biết được những gì sai trái với chính mình: những thiếu sót của mình, những gì không đúng với công việc mình, những gì không đúng với lối hành xử của mình. Vậy, điều đó như là một chứng nghiệm cho mình. Và cũng là điều gì mình có thể học hỏi. Khiến cho sau này các bạn có thể làm cái trắc nghiệm đó cho chính mình, sau khi Bapak không còn nơi đây với các bạn. Như vậy tức là các bạn sẽ trong vị thế có thể trả lời những câu hỏi của những anh em trong nhóm mình, những ai mong biết được tài năng và công việc đích đáng của họ.

Bây giờ để chân tâm mình được hài lòng một phần nào, các bạn hãy tuân theo những cử động của chân và tay mình một cách hết sức thoải mái, như mình đang khiêu vũ. Bắt đầu [trắc nghiệm] Thôi đủ rồi. Đó là điều Bapak đã nói: Bapak làm một vài trắc nghiệm với các bạn trước khi có buổi nói chuyện. Khiến cho sau này khi Bapak đang nói, các bạn có thể thực sự tự mình cảm nhận được sự thật của những gì Bapak đang nói. Chỉ có vậy thôi, thế là hết. Mời các bạn ngồi xuống trở lại.

Để đáp ứng những nhu cầu của các bạn, Bapak mong có

một nhóm nam thứ hai bước lên. Y như trước đây. Tĩnh tâm. Như Bapak đã từng nói, Bapak không đối diện tâm trí, mà là jiwa các bạn. Do đó mà chúng ta gọi cái latihan kedjiwaan này là một sự tập luyện của jiwa. Để có thể tiếp nhận, các bạn trước hết phải giới thiệu cho jiwa mỗi thành phần của cơ thể mình, mỗi thành phần của bản chất mình, bởi chính jiwa sẽ có quyền hành sau khi mình chết.

Các bạn thực sự có chân? Chân mình ở đâu? Hãy cho thấy điều đó, và công dụng của nó là gì? [trắc nghiệm] Hãy chạy ngay tại chỗ [trắc nghiệm] Yeah, Yeah, Yeah. Hầu hết các chân đều như nhau: chân các bạn, chân một động vật, tất cả đều như nhau. Đó là để đi đứng và chạy nhảy. Bây giờ tiếp nhận. Chân một con ngựa cử động ra sao khi nó đang đi? [trắc nghiệm] Của một con ngựa đang chạy? [trắc nghiệm] Tất nhiên một con ngựa không thả cà-vát khi đang chạy.

Vậy hiển nhiên, nếu tham dự một cuộc chạy đua, nhờ kedjiwaan, các bạn có thể mượn chân một con ngựa để chạy nhanh hơn những người khác. Các bạn thực sự có tay? Hãy cho thấy tay mình, và dùng nó để làm gì? [trắc nghiệm] Vậy, bên trong mỗi thành phần của bản chất các bạn, quyền năng của Thượng Đế đã khắc vào đó những công dụng. Các bạn, những người nên là chuyên gia về kedjiwaan, phải hiểu được mục đích của những gì được khắc vào mỗi thành phần của bản chất mình.

Tiếp tục. Hãy cho thấy công dụng của tay [trắc nghiệm] Nếu là kiến trúc sư, tay các bạn cử động như thế nào? [trắc nghiệm] Một cách khác: nếu là một thầy giáo, tay các bạn cử động như thế nào? [trắc nghiệm] Nếu thực sự kiên trì tập latihan, các bạn sẽ có thể minh họa rõ rệt một nghề nghiệp, khiến mình hiểu được năng khiếu của mình hay của một người nào đó khác.

Tay các bạn cử động như thế nào, nếu là một y sĩ? Một y

sĩ về mắt, một y sĩ về tai, một y sĩ về mũi, một nha sĩ? [trắc nghiệm] Bây giờ sau khi làm xong công việc một y sĩ, các bạn có thì giờ. Các bạn bước lên võ đài và trở thành một võ sĩ quyền Anh [trắc nghiệm] Đừng lo ngại; các bạn không bị người khác đánh trúng vào mình. Jiwa các bạn hiểu biết nhiều hơn các bạn. Mạnh hơn nữa. Đủ rồi. Bây giờ các bạn cần phải nghỉ ngơi, ngay cả khi đó chỉ là một trắc nghiệm ngắn ngủi, vì cần phải dùng nhiều sức. Tay các bạn có vô số công dụng, và một khi đã hiểu rõ được công dụng của nó, các bạn có thể làm đúng cách mọi thứ.

Các bạn có cái miệng? Hãy cho thấy: miệng mình ở đâu, và dùng nó để làm gì? [trắc nghiệm] Miệng các bạn phải cho thấy chính nó. Trong miệng có răng. Hãy cho thấy răng mình. Công dụng của răng là gì? [trắc nghiệm] Không chỉ để ăn. Hãy tuân theo giọng nói thốt ra từ miệng mình [trắc nghiệm] Đủ rồi. Miệng các bạn có thể nói thành tiếng *Allah* hay *Thượng Đế*? [trắc nghiệm] Đừng quá lớn tiếng, vì Thượng Đế có bên trong miệng các bạn. Bapak chưa nghe thấy gì. Yeah. Bây giờ hãy cười [trắc nghiệm] Thôi đủ rồi. Cái cười của các bạn không được lớn, có lẽ là vì các bạn thiếu tiền. Bây giờ tiếp nhận. Giả dụ các bạn có nhiều tiền, cái cười của mình sẽ như thế nào? [trắc nghiệm, có tiếng cười lớn] Đủ rồi. Đó là điều các bạn cần phải cảm thấy: ngay cả khi buồn phiền, các bạn cũng có thể cười. Giả dụ các bạn vui sướng vì có nhiều tiền. Tuy vậy, các bạn cũng có thể cảm thấy chẳng có lí do gì để cười. Hãy cho thấy: mũi mình ở đâu, và dùng nó để làm gì? [trắc nghiệm] Để hít thở. Hãy hít sâu vào [trắc nghiệm] Hít sâu vào với ngực mình. Bây giờ hãy thở với dạ dày, không với ngực [trắc nghiệm] Và một lần nữa với phổi [trắc nghiệm] Hãy cho thấy tai mình ở đâu, và dùng nó để làm gì? [trắc nghiệm] Để nghe ngóng. Hãy cho thấy mắt mình ở đâu, và dùng nó để làm gì? [trắc nghiệm] Để trông nhìn. Thế nên, nếu tập latihan mà thấy mắt mình được khiến cho mở ra, thì cứ việc mở ra. Các bạn không cần phải nhắm

mắt. Nhưng các bạn chưa tới được chỗ mắt mình tự động mở ra, thế thì tốt hơn là cứ nhắm mắt lại.

Hãy tuân theo những cử động của chân, cánh tay, cổ, đầu, của toàn thân trong hình thức một vũ điệu, một vũ điệu có trật tự. Bắt đầu [trắc nghiệm] Nếu giọng nói mình tự động phát ra, các bạn cứ để cho tự nhiên. Thôi đủ rồi. Các bạn hãy đứng lại một cách có trật tự và bình an. Thế là hết. Mời các ngài xuống trở lại.

7. London, Oct. 10, 1983

Bapak mong có hai phụ tá nam bước lên. Chỉ hai người. Vừa rồi có một câu hỏi về việc như thế nào, nếu đang đi xin việc, ta biết được tính tình, nhu cầu và sở thích của kẻ tạo công ăn việc làm cho mình. [Các phụ tá muốn biết trắc nghiệm một tình trạng như vậy có được hay không] Bây giờ điều Bapak trắc nghiệm trở nên sâu rộng hơn, và Bapak muốn dùng nó làm thí dụ. Tịch tâm.

Bây giờ Bapak lấy anh phụ tá A làm đối tượng, và anh phụ tá B làm chủ thể. Bạn B, bây giờ tiếp nhận: tính tình bạn A ra sao? [trắc nghiệm] Yeah, Yeah. Bạn có thể tiếp nhận được ý nghĩa của điều đó? [B mô tả A từ trắc nghiệm của mình] Yeah. Bạn B, tâm trí bạn có đồng ý với điều bạn vừa mô tả? [Anh đáp: Có, tôi đồng ý] Đó là vì công việc của A, những gì bạn quen biết về A, đã chứng tỏ được những tính chất của A. Nhưng nếu không biết gì về công việc của A, lai lịch của A, bạn sẽ không biết gì hết, bạn sẽ không thể xét đoán sự tiếp nhận của mình có đúng hay không. Một lần nữa. Tịch tâm. [Lần này, Bapak nói với cả hai anh phụ tá] Sức mạnh vật chất, nơi trú ngụ của nó là đâu bên trong bản chất các bạn? [trắc nghiệm] Bapak mong có thể hỏi những gì các bạn đã tiếp nhận được? Nó trong toàn thân mình, hay ở đâu? [A nói anh cảm thấy mảnh liệt nó trong đầu mình] Còn bạn? [B nói là trong ngực và

đầu] Vậy, hiển nhiên sức mạnh vật chất vẫn còn rất mạnh trong tư tưởng và trí óc bạn. Bạn A, đó không là điều đáng ngại.

Bởi được tiêu biểu mãnh liệt, sức mạnh vật chất ảnh hưởng rất mạnh tới đầu óc bạn, và như vậy tức là bạn có đầy những ý nghĩ về cái thế giới này. Bạn A, trong trường hợp của bạn thì đó tức là bạn có những ý kiến rất hay về những gì phải làm, hay nên làm, những gì như vậy, liên quan tới kinh doanh và vật chất. Nhưng với bạn B thì lại khác. Bởi cái sức mạnh bên trong bạn phần nhiều là trong tim can bạn.

Vậy, bạn có rất nhiều những ý nghĩ không thành sự thật. Bạn cũng có rất nhiều những ý nghĩ còn trong cảm xúc mình. Hầu hết đều không thực hiện được, không thành sự thật. Có đúng hay không? [Câu trả lời của B không được ghi chép lại, nhưng những tiếng cười của cử tọa chứng tỏ anh đồng ý về sự mô tả của Bapak] Làm những trải nghiệm như vậy là rất quan trọng với các bạn, bởi nhờ vậy các bạn sẽ tiến bộ hơn và phát triển hơn. Như trong trường hợp này, điều đó sẽ trở nên sâu rộng hơn nơi bên trong mình.

Bây giờ bạn A, bạn hãy tiếp nhận. Trong cách bạn làm việc, theo sự tiếp nhận của Bapak, bạn thường như một anh hề, bạn thích làm những trò hề. Nếu làm như vậy, bạn sẽ thành công, nhưng nếu tỏ vẻ nghiêm trọng, bạn sẽ thất bại! Nói cách khác, nếu chuyện trò với thiên hạ một cách vô tư lự, người ta sẽ tặng cho bạn kinh doanh của họ. Nhưng nếu bạn ăn nói nghiêm trọng, họ sẽ không cho bạn bất cứ gì.

Như vậy có đúng hay không [A nói mình chấp nhận là đúng] Đó là điều gì bạn có thể học hỏi qua việc cảm nhận cái thực tại nơi bên trong mình. Bằng cách bạn học hỏi những bí mật đó, cuộc đời bạn sẽ thành đạt, vì bạn biết

được cách hoạt động đúng hợp của mình. Bạn A, một lần nữa, bạn hãy tiếp nhận những cử động của mình, những gì mình đã làm, công việc mình làm, có được sự chấp thuận và hợp với ý Thượng Đế hay không. Có được sự chấp thuận hay không? [trắc nghiệm]. Yeah, Yeah. Như vậy là tốt. Đúng ra, đó là điều khiến cho vợ bạn được lành bệnh. Bạn là một anh hề của Thượng Đế.

Bapak mong có ai khác, hai nữ phụ tá. Tịnh tâm và tiếp nhận. Công việc nào bạn có thể làm, khiến đời mình được hạnh phúc? [trắc nghiệm] Yeah, đủ rồi. Bạn A, bạn hiểu được ý nghĩa của điều đó? [Công việc của A là viết văn, hay là một thư kí] Vậy, tại sao bạn đã học điệu vũ ba-lê trước đó? Chỉ mất tiền vô ích. Bạn bao nhiêu tuổi? [30] Vậy, chưa quá muộn, nhưng cũng hơi muộn rồi. Nên ai hưởng được sự thông minh của bạn là đứa con bạn. Nhưng điều đó tùy thuộc A, nếu bạn muốn hay không, vì vẫn còn thời gian.

[Với B] Năng khiếu của bạn như trang trí nội thất. "Tôi là một kiến trúc sư." [B tin điều mình tiếp nhận là nên dạy học, thay vì làm công việc một kiến trúc sư] Thực ra, bạn có thể làm cả hai, bởi những hiểu biết của bạn sẽ có lợi cho các học trò mình. Chỉ có vậy thôi. Nhưng bạn phải làm ngay bây giờ; bất cứ những gì tiếp nhận được, bạn phải thi hành ngay.

Bây giờ Bapak mong có thể trắc nghiệm với một vài người nữa. Khoảng 8 hay 10 người nữ có thể lên đây và đứng bên này? Thực ra, ăn mặc như thế này hay thế kia thì không ăn nhằm gì; các bạn không cần phải cởi bỏ những gì của mình ra để tiếp nhận được.

Mặt khác, trong các Thánh Thư cũng có nói rằng quần áo có thể là trở ngại hay cám dỗ, trong việc tiếp nhận sự hướng dẫn của Thượng Đế, hay trong việc phụng thờ Thượng Đế. Bapak cũng mang một vài thứ (đồ trang sức)

nhưng trong trường hợp mình, Bapak đã tách biệt mình khỏi chiếc nhẫn của mình. Vậy, tuy Bapak đeo một chiếc nhẫn, nó không là thành phần của Bapak. Trong trường hợp các bạn thì không dễ gì được như vậy: đeo nhẫn và tách biệt mình khỏi nhẫn.

Yeah, tịnh tâm. Các bạn mặc quần áo. Các bạn mặc quần áo, hay quần áo mặc mình? [trắc nghiệm] Nếu bạn chưa trả lời được, Bapak lấy một thí dụ. Hãy cảm nhận điều này: vị trí quần áo bạn là đâu trong quan hệ với bản chất mình? [trắc nghiệm] Có lẽ bạn cảm thấy mình bị nhốt kín, hay nhỏ bé, rất nhỏ bé, bản chất mình nhỏ xíu, rất nhỏ xíu, bên trong quần áo mình.

Tên bạn là gì, bạn nữ vừa cởi nhẫn ra? [C] Tịnh tâm. Bạn C ở đâu giữa quần áo mình? [trắc nghiệm] Quần áo bạn là đâu trong quan hệ với C? [trắc nghiệm] Nếu Bapak gọi C, ai sẽ trả lời? [Bapak gọi tên chị ba lần] "C! C! C!" [trắc nghiệm] Được rồi. Bây giờ Bapak sẽ giải thích.

Vậy, trước mặt Thượng Đế, những gì hiện hữu với bạn vẫn chỉ là quần áo mình. C vẫn còn nhỏ, rất nhỏ, nhỏ xíu trong đó. Tại sao lại vậy? [trắc nghiệm] Bởi vì tâm trí bạn vẫn còn coi quần áo mình là quan trọng hơn bản ngã mình. Và C nên có thái độ ra sao? [trắc nghiệm] Hãy phó thác cho Thượng Đế [trắc nghiệm] Yeah, cứ tiếp tục. Hãy nói theo những lời nói của Bapak: "Tôi," "Tôi," "Ah," "Ah." [trắc nghiệm] Tại sao bạn không phát ra được những lời nói đó? Đó là vì miệng bạn chưa trong sạch.

Một lần nữa [trắc nghiệm]. Hãy nói theo những gì Bapak nói. B, B, B [Trắc nghiệm bắt đầu, và chị lặp lại những chữ cái B, C...] C, C, D, D, E, E, F, F, G, G, H, H, L, M, O, P, Q, R, S, T, U, V, W, X, Z. Bây giờ hãy nói lại một lần nữa, để coi xem bạn có thể nói lại tất cả hay không. [Chị bắt đầu nói lại một cách chậm chạp, bỏ sót một vài chữ]

Bây giờ bạn muốn nói chuyện với Thượng Đế. Nếu tên bạn được hỏi, thì đó là gì? [trắc nghiệm] Tên bạn là gì? [Thứ lần thứ hai chị nói một cách chậm chạp và yếu ớt] C là ai? Tốt, như vậy thì tốt. Thượng Đế ở đâu? [trắc nghiệm] Yeah, tốt. Hãy làm theo: tiếp nhận và ca hát bất cứ điệu nhạc nào bạn có thể tiếp nhận. [Chị ca hát] Cứ tiếp tục. Bây giờ với những cử động. [latihan] Yeah, Yeah, được rồi. Khi làm như vậy, bạn không còn nghĩ tới những nhu cầu đời sống hằng ngày của mình, có đúng không? [Chị đồng ý] Bạn chỉ cảm thấy mãn nguyện, thâm sâu mãn nguyện.

Đó là cái cảm giác được mô tả trong sách Phúc Âm và kinh Koran. Những ai nghiệm được điều đó có cảm giác như mình đang trên thiên đàng. Đương nhiên, điều bạn nghiệm thấy không do ý định của mình, điều mình làm không do ý định, có đúng không?

Bạn C, bạn có thể lên đây và đứng giữa nơi đây, nơi bạn có nhiều chỗ hơn? Bạn theo đạo nào? [Thiên Chúa giáo] Như vậy thì tốt; không có sự khác biệt nào [giữa các tôn giáo] Tiếp nhận. Bạn không thể là một người Thiên Chúa giáo đích thực, nếu chưa gặp được Đức Mẹ. Thái độ của Đức Mẹ ra sao, khi bà phụng thờ Thượng Đế? [trắc nghiệm] Yeah, tốt. Thêm một điều nữa. Công việc đúng hợp cho C là gì trên cái thế gian này? [trắc nghiệm] Yeah, Yeah. Bản phận của C là khai mở cho những người khác, để họ có thể phụng thờ Thượng Đế và thành những người tính tình tốt? [trắc nghiệm] Yeah, Yeah, tốt. Cám ơn. Bạn sẽ tự mình biết được. Bạn có là phụ tá? [Có]

[Với người nữ kế tiếp] Bạn từ đâu đến? Ceylon? [Pakistan] Bạn có thể lên đây? Hồi giáo? [Tôi theo Hồi giáo] Hãy tuân theo những cử động của mình.

La ilaha illa ,llah, la ilaha illa ,llala, la ilaha illa 'llah. Cứ tuân theo. [Chị trắc nghiệm và ca hát] Yeah. Cứ tiếp tục. Yeah. Lí do nào, tại sao bạn đã không tiến bộ nhiều trong

sự phụng thờ của mình? Lý do nào? Hãy tiếp nhận, để Thượng Đế có thể chỉ cho bạn cách trả lời câu hỏi đó [trắc nghiệm] Đó là vì bạn đã nghĩ quá nhiều tới bản thân mình. Tình trạng thế gian của bạn ra sao: may mắn hay không? Hãy biểu lộ điều đó một cách rõ rệt, chân thành. [trắc nghiệm] Yeah, Yeah.

Bây giờ hãy nghe Bapak nói. Thông thường nếu ở gần hay sống gần một kẻ giàu có, thì ta cũng tối thiểu được chút của cải. Hay nếu luôn gần cận một kẻ rất thông thái, ta cũng sẽ tối thiểu trở nên thông thái được một chút. Nếu gần cận quyền năng của Thượng Đế, bạn chắc chắn sẽ không đi lạc hướng trong đời mình, hay đời mình sẽ chỉ khốn khổ. Nhưng điều sai lầm của bạn là bạn nghĩ ngợi quá nhiều về những chuyện buồn phiền và chán chường. Đừng làm vậy. Mà hãy phó thác mọi việc cho Thượng Đế, trong niềm tin mãnh liệt là Thượng Đế sẽ hướng dẫn mình, sẽ giúp mình, sẽ chỉ cho mình đường đi nước bước.

Bây giờ hãy tiếp nhận và cho thấy: nếu bạn làm những gì Bapak nói, Thượng Đế sẽ cho bạn những gì? Hãy cho thấy điều đó trong cách đi đứng của bạn [trắc nghiệm] Bạn cảm thấy vui sướng. Bạn có thể cười? [Chị cười] Vừa rồi trông bạn rất nghiêm trọng. Mời bạn về chỗ ngồi trở lại.

Và bây giờ với tất cả các bạn, bởi Bapak muốn chia thời gian đồng đều, nhưng lúc này đã là 12 giờ 30. Các bạn hãy tiếp nhận và đứng thoải mái: tiếp nhận những động tác của mình, những động tác của cơ thể làm cho mình thành một con người tinh khiết và trong sạch, thành tâm vâng lời Thượng Đế. Allahu Akbar [trắc nghiệm] Đủ rồi. Các bạn hãy đứng trở lại nơi chỗ ban đầu của mình.

Bây giờ Bapak mong có vài người nam bước lên: 10 người, 10 người nam. Tịch tâm. Tịch tâm tức là hoàn toàn trống không, không có bất cứ những gì mình tạo ra. Nơi các bạn đang đứng, hãy tiếp nhận và làm theo. Các bạn đi đứng

như thế nào, khi đi đứng không do ý chí? Nói cách khác là không bị ảnh hưởng bởi ý chí. Yeah, thôi đủ rồi.

Chắc chắn các bạn mong hiểu được rõ rệt hơn như thế nào những thứ vật chất mình đã tạo ra, hay con người đã tạo ra, lại có thể điều khiển mình. Các bạn đi đứng như thế nào, khi mang một khẩu súng trong bao súng nơi mình? [trắc nghiệm] Yeah, Yeah, Yeah. Thôi đủ rồi.

Từ những gì mình tiếp nhận, các bạn thấy rõ là một thứ vật chất mình đã tạo ra, hay bất cứ ai đã tạo ra, quả thực có thể điều khiển và ảnh hưởng tới mình. Bây giờ hãy cho thấy cách mình đi đứng, khi các bạn mặc những quần áo hết sức mắc. Chẳng hạn, giá tiền chiếc cà-vạt của mình là 75 pounds. Yeah, Yeah, như vậy đủ rồi.

Hiển nhiên đó là điều gì các bạn phải tự mình nghiệm thấy. Một lần nữa. Bây giờ hãy biểu diễn cách mình yêu mến người anh em ruột thịt, nếu bạn kiếm được 100 ngàn pounds mỗi ngày? [trắc nghiệm] Yeah, Yeah. Một chuyện tầm thường nhưng là một chứng nghiệm đích thực. Vậy, hiển nhiên chỉ vì đồng tiền mà ta có thể quên bạn bè, người anh em ruột thịt mình. Và điều đó giải thích tại sao thế giới không bao giờ được an bình, không bao giờ được yên lặng, vì ảnh hưởng của vật chất.

Một lần nữa. Tịnh tâm. Ngoài sự làm việc vì sinh nhai, ta cũng phải phụng thờ Thượng Đế? [trắc nghiệm] Yeah, đủ rồi. Bây giờ mỗi người trắc nghiệm cho chính mình: ảnh hưởng của nafs từ sức mạnh vật chất là tại đâu? Với phần đông các bạn là trong đầu mình, nhưng với một vài người thì là trong tim, nơi solar plexus (hệ thống dây thần kinh phía sau dạ dày). Tiếp nhận: làm cách nào loại trừ được nó khỏi óc não và tim can mình? [trắc nghiệm] Thôi đủ rồi.

Như các bạn đã thấy từ điều đó, những gì Bapak giảng

giải cho các bạn càng lúc càng trở nên rõ rệt hơn với thời gian. Và các bạn sẽ nghiệm được cái thực tại hay bằng chứng của nó, sẽ hiểu được những gì Bapak nói không chỉ là những chuyện tầm phào, mà là sự thật. Vậy, điều quan trọng là các bạn sẽ không dựa những hành động của mình trên những gì không có bằng chứng hay là sự thật.

Hãy tiếp nhận và làm theo: Bapak muốn biết tại sao nói chung người Anh không thể chăm chỉ làm việc, khiến cho họ ít khi kiếm được đủ tiền để đáp ứng những nhu cầu của cuộc sống. Bapak mong biết được nguyên nhân của điều đó. Bapak mong thấy được: nói chung, người Anh làm việc như thế nào? Hãy cho thấy điều đó [trắc nghiệm] Thôi đủ rồi. Từ cái trắc nghiệm đó có rất nhiều những gì Bapak dần dần hiểu được về cách làm việc của người Anh. Nói chung, khi có được một chút tiền, người Anh trở nên lười biếng và không muốn làm việc nữa. Nói cách khác, nghĩ tới chuyện làm việc thì họ cảm thấy chán. Bây giờ tiếp nhận. Thiên hạ ở Đức làm việc như thế nào? [trắc nghiệm] Thôi đủ rồi. Tuy các bạn không là người Indonesia nhưng Bapak cũng mong biết được điều này, để các bạn hiểu được tại sao Indonesia còn tiến bộ ít hơn Anh. Thực ra thì không có nhiều khác biệt, nhưng hình như nước Anh còn tiến bộ hơn. Hãy tiếp nhận và cho thấy: người Java làm việc như thế nào? [trắc nghiệm]

Vậy, với cái latihan kedjiwaan này các bạn được khiến cho biết được mọi chuyện. Một lần nữa. Hãy làm theo và cho thấy với những động tác của mình: người Mỹ làm việc như thế nào? [trắc nghiệm] Thôi đủ rồi. Quả thực người Mỹ di chuyển rất nhiều, họ rất năng động. Vậy, khi người Anh và người Mỹ tìm cách làm việc chung với nhau, người Anh thấy lúng túng, rất lúng túng.

Và bây giờ là để tẩy trừ bất cứ vết bẩn hay dấu vết nào của những gì các bạn đã trắc nghiệm, những gì có thể

bám vào mình. Các bạn tiếp nhận sự phụng thờ Thượng Đế như thế nào? Bắt đầu [trắc nghiệm] Hãy đứng yên lặng trở lại. Các bạn đương nhiên có thể trắc nghiệm bất cứ những gì mình muốn, nhưng khi làm xong, các bạn nên điềm tĩnh đứng thẳng mình để phụng thờ Thượng Đế. Làm như vậy nghĩa là các bạn tẩy trừ, các bạn tẩy sạch, bất cứ những gì mình đã cảm nhận hay tiếp nhận. Bây giờ Bapak hỏi các bạn: lúc này các bạn cảm thấy như thế nào? Các bạn có cảm thấy tươi mát và mãn nguyện không? [Có] Vâng, mời các bạn ngồi xuống chỗ của mình.

8. Cilandak, July 5, 1984

Bapak muốn trắc nghiệm điều này với các bạn, để cho các bạn có kinh nghiệm, tin tưởng phần nào những gì Bapak đang nói. Có thể là không tất cả, nhưng phần đông các bạn sẽ cảm nhận được sau này. Vận may các bạn, tức con đường dẫn tới hạnh phúc của mình, là đằng trước hay đằng sau các bạn? [trắc nghiệm] Nó đằng sau các bạn. Các bạn có thể tiếp nhận một lần nữa, với tư cách chứng nhân: Vận may, hay con đường dẫn tới hạnh phúc cho Muhammad Subuh, nó đằng trước hay đằng sau ông? Nó đằng trước [trắc nghiệm].

Các bạn có cảm nhận được điều đó, có hay không? Hay chưa có. Các bạn có thể trắc nghiệm bất cứ gì. Với điều kiện là không bị ảnh hưởng bởi nafsu. Bởi cái nafsu muốn thành công hay đạt được điều gì đó, thì luôn mãnh liệt hơn cái nafsu không muốn như vậy. Ngày nào còn bị ảnh hưởng bởi nafsu, các bạn sẽ luôn bị ảnh hưởng theo cái chiều hướng đó trong trắc nghiệm của mình.

Chẳng hạn, khi sắp mua một vé xổ số, các bạn trắc nghiệm: "Tôi có trúng số hay không?" Bởi sự mong muốn trúng lớn hơn sự mong muốn không trúng, nên các bạn luôn tiếp nhận được: "Mình sẽ trúng số." Trừ phi các bạn

có khả năng không làm cho nafsu ảnh hưởng tới mình. Vậy, khi các bạn làm việc, thì đừng tìm cách đặt trước mặt mình những mong muốn và ước ao thành công của mình. Các bạn phải gạt bỏ hết để chỉ làm công việc mình, làm bất cứ những gì phía trước mình, và như vậy thì các bạn sẽ đạt được điều gì đó. Tất cả chúng ta đã biết được là như vậy, tất cả chúng ta đã nghiệm thấy là như vậy. Nếu mua một vé số với ý định trúng số, các bạn sẽ không bao giờ trúng.

Nhưng nếu có ai đó đến gặp mình và ép mình mua một vé số, ngoài ý muốn mình, thường thường thì các bạn sẽ trúng số. Đó là một ví dụ. Vậy, đừng làm việc với lòng mãnh liệt mong muốn thành công. Các bạn phải gạt bỏ điều đó ra ngoài, để chỉ làm công việc mình, và như vậy thì sẽ rất có triển vọng thành công. Một thí dụ khác của việc đó là bất cứ những gì xảy ra, đều xảy ra do ý Thượng Đế. Ý Thượng Đế có tính chất là luôn bất ngờ xảy ra. Sự khác biệt của những gì xảy ra giữa ý Thượng Đế và ý chí các bạn là điều rất dễ cảm nhận được trong latihan kedjiwaan.

Thưa các anh chị em, khi mua khu đất trên đó chúng ta đang ngồi, Bapak chỉ có một điều duy nhất trong đầu óc mình. Điều Bapak có trong đầu óc mình là muốn một nơi có thể xây cất một căn nhà cho mình, và là nơi cho tất cả các hội viên Subud đến tập latihan. Bapak hoàn toàn không nghĩ tới chuyện kiếm lời. Nhưng sự kiện là khi Bapak mua khu đất này, nó đáng giá 40 rupiah mỗi mét vuông. Và bây giờ khi Bapak cần tiền, nó đáng giá 450,000 rupiah mỗi mét vuông.

Chắc các bạn nghĩ là Bapak đã dự tính tất cả, Bapak đã dự tính kiếm nhiều tiền. Không phải vậy. Bapak chỉ cần một nơi để sống, một nơi cho những ai từ nước ngoài. Hoàn toàn đã không được dự tính. Bapak mua khu đất hiện trên

đó có trung tâm S.Widjojo, Bapak mua với giá 22,500 rupiah. Hiện nay giá của nó là 500,000 rupiah. Vậy, tất cả là một món quà của Thượng Đế. Đó là điều gì các bạn không cần phải tìm kiếm. Tất cả những gì các bạn cần là kiên cường có đức tin ở Thượng Đế, và không để cho nafsu ảnh hưởng tới mình.

[Đoạn tiếp theo Bapak nói tới nhiệm vụ của phụ tá địa phương, quốc gia vv...]

Khi Bapak còn nơi đây, Bapak luôn là người cuối cùng có thể giải quyết những câu hỏi làm bối rối các phụ tá quốc tế. Nhưng một ngày nào đó Bapak sẽ không còn nơi đây. Như vậy thì dewan phụ tá quốc tế sẽ quyết định theo khả năng mình những gì phải làm trong trường hợp đặc biệt đó.

Sau khi Bapak mất, dewan phụ tá quốc tế, như hiện nay, sẽ thay phiên nhau mỗi lần là 5 năm. Trong 5 năm là những người này, trong 5 năm kế tiếp là những người khác. Như vậy thì sẽ không có sự ganh ghét và cạnh tranh giữa người này và người kia.

Điều đó rất hệ trọng. Hiện nay Bapak thấy có khá nhiều những sự cạnh tranh giữa các phụ tá. Cũng có cạnh tranh ngay cả với những nhóm địa phương, ai là khá hơn, ai là đúng hơn và vân vân. Sự thật là chẳng ai đúng hết. Chỉ Thượng Đế mới là đúng. Còn tất cả chúng ta đều sai. Chúng ta là những con người, và theo định nghĩa thì chúng ta luôn sai, chúng ta luôn lầm. Bất cứ những gì chúng ta làm đều có những sai lầm trong đó.

Vậy, cạnh tranh thì chẳng được gì hết, và ngày nào còn cạnh tranh, các bạn sẽ chẳng đi tới đâu hết. Miễn là các bạn thành tâm, miễn là các bạn hạn chế mình theo những gì mình hiểu, theo những gì mình có thể làm, thì sẽ không có sự phân hóa giữa tất cả các bạn. Điều đó sẽ tạo nên

một mối liên hệ khăng khít của tình thương giữa tất cả chúng ta trong Subud. Như vậy thì chúng ta sẽ thành công trong tất cả những gì mình làm.

Điều Bapak hiểu về sự tự trọng là thiên hạ sẽ nghe các bạn nói, thiên hạ sẽ quý trọng mình, thiên hạ sẽ thương mến mình, nhưng đó là điều hiện nay thiếu thốn. Thiếu thốn là vì vẫn không có nhiều những gì các phụ tá có thể làm cho hội viên tin cậy và nghe theo. Vẫn còn thiếu thốn những gì các phụ tá có thể khuyên bảo. Chúng ta không có nhiều thời gian, và thay vì nói chuyện, Bapak mong có trải nghiệm. Trải nghiệm tức là đem ra thực hành, cảm nghiệm cái thực tại của tất cả những gì có nơi bên trong mình, của tất cả những gì quen thuộc với mình. Như các bạn đã biết, giữa các bạn với nhau là những phụ tá quốc tế, quốc gia và địa phương. Vậy, Bapak sẽ phân chia trải nghiệm. Bapak mong được bắt đầu với các phụ tá quốc tế. Bapak mong họ bước lên. Trước hết là phái nữ. Tịnh tâm. Các bạn chỉ việc tiếp nhận và thực hành.

Là một phụ tá quốc tế, thái độ các bạn đối với Subud nói chung thì ra sao? [trải nghiệm] Cứ tiếp tục. Tiếp nhận. Nếu ở Mỹ, thái độ mình nên như thế nào? [trải nghiệm] Các bạn có thể nghiệm được, bằng cách xem xét những gì mình có thể tiếp nhận. Tính tình người Mỹ nói chung là như thế nào? [trải nghiệm] Yeah, Yeah.

Và bây giờ tính tình các phụ nữ Anh là như thế nào? [trải nghiệm] Hãy cho thấy tính tình của phụ nữ Pháp. [trải nghiệm] Yeah. Đó là tính tình của phụ nữ Pháp: đôi khi không thể làm được điều gì đó, họ cho là mình có thể. Họ làm ra vẻ ta đây, nhưng chẳng có chút bằng chứng hay thực tại của những gì họ làm.

Đó là cái thực tại mà các bạn phải ý thức được, khiến cho tại bất cứ đâu mình đến, các bạn có thể hòa hợp với những người chung quanh mình. Một lần nữa. Tính tình và

lỗi tiếp cận của phụ nữ Đức là như thế nào? [trắc nghiệm] Quả thực là khi làm bất cứ gì, người Đức đều làm một cách nhanh chóng. Tiếp nhận một lần nữa [trắc nghiệm] Tính tình của phụ nữ Java là như thế nào? [trắc nghiệm] Họ thích nhường nhịn.

Họ không thích coi mình là sang trọng, hay thông minh. Vậy, các bạn đừng để cho tim can mình trở nên cứng đờ, khi tiếp xúc với những phụ nữ Java. Bởi vì người Java thích làm mọi việc một cách chậm chạp. Họ tin ở câu châm ngôn 'chậm chạp nhưng chắc ăn.'

Hãy tiếp nhận và thực hành: điều chúng ta gọi các thiên thần trên thiên đàng là gì? [trắc nghiệm] Giả dụ họ tập latihan, latihan họ như thế nào? [trắc nghiệm] Yeah, Yeah. Cứ tiếp tục. Những gì các bạn biểu diễn tất nhiên đều không y như nhau. Tất cả các bạn không có những phản ứng y như nhau, mỗi người các bạn đang cho thấy một latihan rất tinh khiết, rất tinh vi, rất nhẹ nhõm.

Tiếp nhận: mỗi người các bạn hát theo lời của quốc gia mình, những người Chi-lê theo tiếng Tây Ban Nha, những người Java theo tiếng Java. Bapak muốn thấy mỗi người các bạn hát theo lời của mình. Bắt đầu [trắc nghiệm] Yeah, thôi đủ rồi. Quả thực mọi việc phải bắt đầu từ những gì nhỏ để trở thành những gì lớn hơn, từ những gì thấp để thành những gì cao hơn. Vậy, tất cả những gì các bạn phải làm là tiếp nhận, tiếp nhận và thực hành. Dần dần các bạn sẽ quen thuộc với việc thích nghi mình tại bất cứ đâu mình đến. Đó mới đúng điều được gọi là một phụ tá quốc tế. Xong rồi, chỉ có vậy thôi.

Bapak không cần phải kêu các phụ tá lên từng lớp một, bởi những bạn còn lại có thể suy luận từ những gì mình trông thấy. Các bạn sẽ tự mình hiểu được. Bây giờ Bapak mong có những phụ tá quốc tế nam. Bapak vừa mình giải việc một phụ tá không thể hạn chế mình nơi quốc gia

mình, mà phải có khả năng bao gồm những gì bên ngoài quốc gia mình, tại bất cứ đâu mình đến.

Phản ứng của các bạn là thế nào, khi đang ở Đức? [trắc nghiệm] Yeah, Yeah, cứ tiếp tục. Đừng để cho những gì của quốc gia mình can dự vào cái trắc nghiệm này. Phản ứng của các bạn ra sao khi đối diện những anh em Mỹ? [trắc nghiệm] Yeah. Đúng là như vậy. Nói chung thì người Mỹ hành động như là họ không màng tới bất cứ gì. Họ thích giễu cợt khi đang làm việc, và họ làm việc có hiệu quả. Phản ứng của các bạn ra sao khi đối diện những phụ tá Nhật? [trắc nghiệm] Phản ứng của các bạn ra sao, khi đối diện những anh em hay phụ tá ở Canada? [trắc nghiệm] Bây giờ, người Nhật làm việc như thế nào? [trắc nghiệm] Đúng vậy, trông họ như họ không biết mình đang làm gì, nhưng dù sao thì họ cũng đã làm. Người Chi-lê làm việc như thế nào? [trắc nghiệm] Yeah. Khi làm việc, người Chi-lê thường cà kê với bạn bè mình. Nếu không có nhiều bạn bè chung quanh, họ không thể làm việc.

Đó là một hướng vị cho các bạn về việc các bạn nên có khả năng thích nghi mình tại bất cứ đâu mình đến. Nhưng Bapak nói, đó không chỉ là *nên*, mà là sẽ có khả năng thích nghi mình tại bất cứ đâu mình đến. Chẳng hạn, khi ở Chi-lê, các bạn sẽ biết là thiên hạ không bao giờ giữ lời hứa. Nếu họ nói đến lúc 10 giờ, thì có lẽ họ sẽ đến lúc 11 hay 12 giờ. Chỉ có vậy thôi. Cám ơn.

9. Wolfsburg, July 7, 1977

Điều quan trọng bây giờ là thực hành và tiếp nhận. Sự tiếp nhận này thật quan trọng, để các bạn dần dần tin tưởng sự thật của những gì Bapak đang nói.

Vậy, Bapak mong các bạn chuẩn bị cho mình đứng tại nơi ngồi của mình, nhưng theo cách như chuẩn bị làm latihan. Nếu chúng ta nói "Allah" thì đầu mình ở đâu?

[trắc nghiệm] Nếu Bapak nói thì khác (những ai không tiếp nhận được đúng cách thì đừng nên lo ngại) nhưng khi các bạn nói thì đầu mình là như thế này [cúi xuống] vì Thượng Đế không ở đó. Khi nói "Allah", đầu luôn hướng về phía sau như thế này.

Một lần nữa: *Allah*. [trắc nghiệm] Bây giờ các bạn đã tiếp nhận được. Lần này thì các bạn nhìn chính mình. *Allah, Allah, Allah*. [trắc nghiệm] Các bạn đã tiếp nhận được ?

Một lần nữa. Nếu vẫn còn bị ảnh hưởng bởi sức mạnh vật chất, khuôn mặt mình như thế nào? [trắc nghiệm] Mũi mình ở đâu? [trắc nghiệm] Mắt mình ở đâu? [trắc nghiệm] Miệng mình ở đâu? [trắc nghiệm] Tai mình ở đâu? [trắc nghiệm] Tất cả những cái đó đều không có. Hình dạng của nó hoàn toàn méo mó. Một lần nữa, hãy cho thấy: Khuôn mặt Chúa Giê-Su như thế nào? [trắc nghiệm] Mắt, mũi, tai, miệng của người ở đâu? [trắc nghiệm]

Tất cả vẫn còn đó. Như vậy mới đích thực là một con người. Các bạn đã có thể tiếp nhận? Có chứ?

Bây giờ Bapak mong có một người làm thí dụ. Bapak mong là không ai sẽ cảm thấy bị xúc phạm.

Tất cả các bạn chắc chắn đã biết, vì đã đọc trong những tạp chí về sắc đẹp một diễn viên tiếng tăm. Hãy tiếp nhận: Khuôn mặt diễn viên đó như thế nào? [trắc nghiệm] Thật khủng khiếp. Tại sao lại vậy? Vì bị ảnh hưởng nhiều, rất nhiều, bởi sức mạnh vật chất, và bởi chưa từng tiếp nhận được latihan kedjiwaan.

Một lần nữa, hãy cho thấy: khuôn mặt Đức Mẹ như thế nào? [trắc nghiệm] Rất đẹp, đang mỉm cười.

Một lần nữa: Với một kẻ chưa từng tiếp nhận latihan kedjiwaan, nếu kẻ đó nhìn thấy một vật gì trước mặt mình, hẳn nhìn với cái gì? [trắc nghiệm] Hẳn mù lòa. Một lần

nữa: Nếu một kẻ chưa từng tiếp nhận latihan kedjiwaan mà nhìn thấy một đồng tiền trước mặt mình, mắt hấn như thế nào? [trắc nghiệm] Mắt hấn lồi ra.

Một lần nữa: nếu một kẻ chưa từng tiếp nhận latihan kedjiwaan, và chưa từng tiếp nhận bất cứ gì của Thượng Đế, thì sẽ như thế nào khi hấn trông thấy một thiên thần? [trắc nghiệm] Hấn thích cái gì hơn, thiên thần hay tiền tài? [trắc nghiệm] Yeah, Yeah. Một vài người trong các bạn đã không ít thì nhiều tiếp nhận được.

10. Paris, France, Aug. 22, 1977

Thưa các anh chị em, để kiểm chứng hay chứng thực cho mình sự thật của những gì Bapak đang nói, các bạn hãy tiếp nhận. Bapak nói *Allah, Allah, Allah, Allah, Allah, Allah*. [trắc nghiệm] Các bạn có cảm nhận được? Những gì cảm thấy có ứng hợp với những gì đã nói?

Từ cái chứng nghiệm đó, có lẽ các bạn đã suy luận: nếu là vậy thì *Allah* là điều gì rất có uy quyền, hay rất thánh thiện. Nhưng nếu lời nói đó là của một kẻ khác không như Bapak, các bạn sẽ chẳng cảm thấy gì. Có lẽ các bạn cũng đã từng nói như vậy và cũng chẳng cảm thấy gì. Một lần nữa: Thượng Đế, Thượng Đế, Thượng Đế.

Thượng Đế, Thượng Đế, Thượng Đế, Thượng Đế là Toàn Năng, Thượng Đế là Toàn Năng [trắc nghiệm] Các bạn đã có thể cảm nhận được, tiếp nhận được? Có chứ? Vậy, không có sự khác biệt giữa hai cái đó. Một lần nữa: các bạn có một tim can thâm sâu, tim can của cảm xúc. Vị trí của nó hơi phía bên trái của ngực. Nếu Bapak nói, tim can đó sẽ cử động theo những gì Bapak đang nói: tock, tock, tock, tock tock, Allah, Allah, Allah, Allah [trắc nghiệm]

Yeah, các bạn đã tiếp nhận được? Đừng lo ngại, nếu vài người trong các bạn chưa thể tiếp nhận, bởi sau này mình

sẽ tiếp nhận được. Cái trắc nghiệm này thực ra là một cách đo lường, đo lường chính mình.

Một lần nữa: các bạn có một tim can thâm sâu, và vị trí của nó hơi phía bên trái của ngực. Hãy cho nó cử động theo lối thường. Bây giờ Bapak di chuyển nó qua bên phải [trắc nghiệm] Bây giờ cho nó trở qua bên trái. [trắc nghiệm] Bapak lại di chuyển nó qua bên phải. [trắc nghiệm] Bapak di chuyển nó xuống rốn. Bapak di chuyển nó qua bên trái trở lại [trắc nghiệm]

Các bạn đã tiếp nhận được? Có lẽ đó là điều thường làm cho bác sĩ lúng túng khi họ khám nghiệm Bapak. [Mọi người đều cười, kể cả Bapak] Một lần nữa: các bạn có hai con mắt. Một bên phải và một bên trái. Bapak sẽ nói và mắt các bạn sẽ cử động theo những gì Bapak nói. Hãy cử động mắt bên trái [trắc nghiệm] Bây giờ tới mắt bên phải. Nhanh hơn. Bên trái. Nhanh hơn. Bây giờ hãy trở về trạng thái bình thường.

Các bạn đã cảm nhận được? Vậy, đừng tin các thần chú. Điều phải làm là tin Thượng Đế qua chính mình, qua bản chất mình.

Một lần nữa: các bạn có thể nuốt nước miếng. Hãy nuốt nước miếng của mình. Bapak sẽ làm cho điều đó ngưng lại [trắc nghiệm] [Bapak cười] Yeah. Đó là cái bí mật của những trò chơi về kedjiwaan.

Một lần nữa: các bạn có hai tay, phải và trái. Trong một giây lát chúng sẽ cử động theo những gì Bapak sẽ nói. Hãy cử động tay phải [trắc nghiệm] Cử động tay phải. Cử động tay phải. Bây giờ là cả hai. Nhanh hơn. Chậm lại. Được rồi.

Các bạn đã cảm nhận được? Đó là thành quả của sự siêng năng tập latihan. Vậy, nếu siêng năng tập latihan, các bạn sẽ luôn tiếp nhận được bất cứ lúc nào.

Một lần nữa: một kẻ đầy tội lỗi chưa từng tiếp nhận được latihan kedjiwaan, một kẻ sắp nhận được một món quà của Thượng Đế, tay phải hẳn có thể nhận lấy được? [trắc nghiệm] Vậy, hiển nhiên món quà đó đã bị gạt qua một nơi khác. Thôi đủ rồi.

Một lần nữa: một kẻ đầy tội lỗi chưa từng tiếp nhận được latihan kedjiwaan mà được cho điều gì đó ăn uống từ trên trời, hẳn có thể mở miệng ra? [trắc nghiệm] Nếu ép hẳn phải mở miệng ra? Không thể được, không thể mở miệng hẳn ra.

Bây giờ một trường hợp khác. Một kẻ mà tội lỗi được Thượng Đế tha thứ và tiếp nhận được latihan kedjiwaan theo sự hướng dẫn và ân huệ của Thượng Đế, kẻ đó có thể mở miệng ra? [trắc nghiệm] Yeah.

Các bạn đã tiếp nhận được? Yeah. Một lần nữa: một kẻ có tiền bạc trong nhà và trong ngân hàng, nếu hẳn cho người ta thấy ví đựng tiền mình, cái ví đó sẽ có đầy tiền. Bây giờ Bapak hỏi bạn, và bạn đừng tìm cách tránh né đáp án, vì jiwa bạn sẽ cho thấy đáp án. Bạn U [một người nữ] có nhiều tiền không? [trắc nghiệm] Túi quần bạn U ra sao? [trắc nghiệm] Ví tiền bạn U ra sao? [trắc nghiệm] Yeah. Được rồi. Không có nhiều nhưng cũng là tiền. Vậy, các bạn không hay là Bapak biết hết được mọi chuyện.

Và bây giờ Bapak mong được thử một lần nữa, lần này với ai đó thuộc phái nam. Bạn D có nhiều tiền, có lẽ trong ngân hàng, hay không? Túi quần bạn như thế nào? Ví tiền bạn như thế nào? [trắc nghiệm] Thẳng đơ. Tuy vậy, bạn D luôn làm việc.

Ngoài một tim can thâm sâu, ta còn có một tim can thô thiển. Cái tim can thô thiển đó là nơi ta cảm nhận được hết điều này tới điều nọ. Nói cách khác, đó là nơi chốn của nafsu. Cái nơi chốn đó nằm giữa nơi cơ thể. Và chính cái

đó có một nhịp đập. Bây giờ bạn có thể cảm thấy nó đập. Mạnh hơn [trắc nghiệm] Chậm hơn. Bây giờ mạnh hơn.

Nhịp đập tìm một người mạnh khỏe như thế nào? [trắc nghiệm]

Đó là hệ thống thần kinh. Bây giờ chúng ta lên tới trí óc, óc não, nơi tư duy. Khi ta tư duy, vị trí của tư tưởng là đâu? [trắc nghiệm] Khi còn là đứa bé, ta thấy được nơi chốn đó, tức là tại một nơi mềm mỏng trong đầu đứa bé.

Tiếp nhận : *Allah, Allah, Allah*. Nếu điều đó đi xuống và nhập vào mắt, mắt mình hoạt động như thế nào? [trắc nghiệm] Nếu đặt nó nơi tai, tai mình hoạt động như thế nào? [trắc nghiệm] Nếu đặt nơi mũi, mũi mình hoạt động như thế nào? [trắc nghiệm] Nếu đặt nơi miệng, miệng mình hoạt động như thế nào?

[trắc nghiệm] Bây giờ chúng ta trở về nơi chốn của tim, cái tim can thô thiên nơi giữa ngực mình [trắc nghiệm]

Một lần nữa: Ta có mắt. Như Bapak đã nói trước đó, mắt được dùng chung, đôi khi dùng chung với sức mạnh vật chất, đôi khi với sức mạnh thực vật, đôi khi với sức mạnh thú vật. Và cũng được dùng với sức mạnh con người hay *jasmani*.

Khi được dùng bởi sức mạnh vật chất, mắt phản ứng như thế nào khi nhìn thấy một thiên thần, hay chẳng hạn, khi đang nhìn kinh Phúc Âm, hay kinh Quran?

Bây giờ theo cách khác: mắt có đầy sức mạnh thực vật và thú vật. Mắt phản ứng như thế nào, khi nhìn thấy kinh Phúc Âm, hay kinh Quran? [trắc nghiệm] Lại một cách khác: mắt được dùng bởi sức mạnh thú vật thì sẽ như thế nào? [trắc nghiệm] Sẽ như thế nào nếu được dùng bởi sức mạnh con người? [trắc nghiệm]

Tất nhiên sự tiếp nhận của các bạn chưa được rõ, và bây

giờ thì Bapak sẽ giải thích. Nếu mắt dùng sức mạnh vật chất để nhìn, kinh Phúc Âm và kinh Quran chỉ là một cuốn sách. Nếu dùng sức mạnh thực vật, thì đó là cái gì có thể tăng trưởng, như một thảo mộc, nhưng vẫn chưa có một tiếng nói và ý nghĩa. Nếu dùng sức mạnh thú vật, kinh Phúc Âm và kinh Quran có thể biểu lộ chân nghĩa của nó, lợi ích của nó. Đó là điều gì các bạn có thể nghiệm được, nếu thành tín tuân theo latihan, và siêng năng tập latihan.

11. Vancouver, July 15, 1981

Bây giờ Bapak sẽ bắt đầu với phái nữ, với 10 người. Các bạn có thể bước tới phía trước, dù là phụ tá, hay những ai đã tập latihan hơn 5 năm. Tĩnh tâm như các bạn thường làm. Hãy nghe Bapak nói trong một lát. Khi sắp làm latihan, các bạn phải trong thế sẵn sàng. Sẵn sàng không có nghĩa là mình đang làm điều gì, mà là đang đợi chờ điều gì; các bạn đang đợi chờ những gì sắp xảy ra, các bạn đang đợi chờ những mệnh lệnh sắp có. Tĩnh tâm. Trong thế sẵn sàng.

Khi các bạn nói "Tôi nhìn lên trên," các bạn đang làm gì? Điều gì xảy ra? [trắc nghiệm] Yeah, một lần nữa; điều đó không có sự tham gia của tay mình. Khi Bapak nói nhìn lên trên, đó tức là đầu, mắt các bạn. Trong thế sẵn sàng: khi các bạn nói "Tôi nhìn lên trên," trạng thái mình như thế nào? Điều gì xảy ra nơi bên trong các bạn? [trắc nghiệm] Nếu chưa thể làm được, đừng làm với ý nghĩ mình. "Tôi cúi đầu xuống," [trắc nghiệm] "Tôi nhìn qua bên trái, và chào những thiên thần nơi địa ngục." [trắc nghiệm] "Tôi nhìn qua bên phải, nghĩa là tôi chào những thiên thần nơi thiên đàng." [trắc nghiệm] Đừng cười. Các thiên thần không cười. "Tôi nhìn phía trước, ngay phía trước." [trắc nghiệm] Hãy cho thấy với tay: quyền năng của Thượng Đế ở đâu? [trắc nghiệm] Hãy cho thấy điều các bạn gọi là "Tôi", cái "Tôi" đó ở đâu? [trắc nghiệm]

Cái "Tôi" đó ở đâu, khi các bạn nói "Tôi đi đứng, tôi làm điều này, tôi thấy điều nọ." Cái "Tôi" đó ở đâu? Cái "Tôi" đó là ai? [trắc nghiệm] Yeah. Vậy, hiển nhiên cái "Tôi" đó là chính mình. Cùng với cái "Tôi" đó, hay được ban cho nó, là tất cả các thành phần của cơ thể và giác quan. Bây giờ Bapak muốn biết: chân các bạn ở đâu? [trắc nghiệm] Hãy cho thấy chân mình, và dùng nó để làm gì? [trắc nghiệm] Yeah, để đi đứng, để chạy nhảy. Hãy cho thấy: các bạn chạy ngay nơi đây. [trắc nghiệm] Nhanh hơn. Yeah. Hãy đứng lại tại chỗ ban đầu của mình.

Đó là latihan kedjiwaan. Bây giờ Bapak đang trước mặt các bạn, không với nafsu, mà với jiwa. Tất cả các bộ phận của cơ thể đều mang trong đó mục đích, công dụng, tính chất, những gì phải làm. Chẳng hạn, chân các bạn đã mang trong đó cách phải đi đứng, những gì phải làm, nơi nào phải tới để đáp ứng những nhu cầu thể gian. Nó không là dùng cho những điều như đá dít người ta và vân vân. Tất cả những hành động và lối ứng xử của chân sẽ lộ diện và bị xét xử trước quyền năng của Thượng Đế sau khi mình chết.

Các bạn có tay: hãy cho thấy tay mình [trắc nghiệm] Dùng nó để làm gì? [trắc nghiệm] Chúng ta chưa tới miệng; chúng ta đang chỉ nói tới tay. Nếu bây giờ các bạn dùng miệng, thì như là người ta hỏi mình cây bút bi của mình ở đâu, mình lại đưa cho họ chiếc kéo. Công dụng của tay là gì? [trắc nghiệm] Làm vô số những động tác khác nhau.

Hãy cho thấy năng khiếu mình, năng khiếu tay mình. Vậy, các bạn không cần phải hỏi Bapak năng khiếu mình là gì, mà còn có thể trả lời cho những hội viên hỏi mình về điều đó [trắc nghiệm tiếp tục] Tay các bạn cử động ra sao nếu là nhạc sĩ? [trắc nghiệm] Một người chơi đàn ghi-ta, hay thổi sáo, hay chơi đàn dương cầm. Tay các bạn cử động ra sao nếu là thư ký? [trắc nghiệm] Tay các bạn cử động ra

sao nếu làm nghề xoa bóp? [trắc nghiệm] Hiện nay nghề xoa bóp trở nên rất thông thường. Có nhiều người làm nghề đó, vì có nhiều người cảm thấy mệt mỏi.

Tay các bạn cử động ra sao, nếu là thầy giáo? [trắc nghiệm] Tất nhiên có những ai là thầy giáo trong những trường mẫu giáo, những ai là thầy giáo dạy những lớp cao hơn. Tay các bạn cử động ra sao, nếu là y tá? [trắc nghiệm] Đích thực là một y tá. Một y tá không cần phải huýt sáo, bởi các bệnh nhân sẽ bỏ chạy.

Điều đó rất quan trọng, khiến các bạn biết được năng khiếu mình, và trả lời cho những hội viên hỏi về năng khiếu họ. Như vậy các bạn sẽ không phải gửi thư về Jakarta, để cho Bapak được dịp ngủ. Và bây giờ để cho những động tác trong latihan các bạn trở nên nhẹ nhàng và dễ dàng hơn, điều tốt hơn là thực hành. Đừng cử động, nếu không được làm cho cử động. Cử động toàn thân mình: chân mình, eo mình, cánh tay mình, đầu mình, cổ mình. Chỉ là cử động. Bắt đầu [trắc nghiệm] Bây giờ hãy tuân theo những động tác như của một vũ điệu. Nói cách khác là những động tác có trật tự. [trắc nghiệm] Cứ tiếp tục, khiến cho có một nhịp điệu trong những động tác của mình. Bởi những động tác của cơ thể mình cho thấy, hay là dấu hiệu sự tao nhã của tính tình, phẩm chất của tính tình. Như vậy, các bạn sẽ cảm thấy sự khác biệt giữa cái tính tình hiện nay của mình với cái là thông thường trước kia. [trắc nghiệm tiếp tục]

Các bạn không cần phải dừng lại để nghỉ ngơi, khi Bapak nói với các bạn, vì Bapak đang nói với jiwa các bạn, chứ không với trí óc các bạn. Yeah, bắt đầu có vẻ khá hơn. Cứ tiếp tục. Các bạn không được cười. Như tại trường học, có một thầy giáo dạy học cho mình, và các bạn không được cười. Sự khác biệt duy nhất là Bapak thông thường không trừng phạt các bạn. Nếu đó là một thầy giáo, các bạn sẽ

bị trừng phạt.

Yeah, các bạn hãy trở về chỗ ban đầu mình, nơi mình bắt đầu. Bapak đối xử với các bạn một cách rất tử tế, không như các thiên thần, bởi khi làm điều đó với các bạn, các thiên thần rất thô bạo. Có một lỗi lầm, họ đánh đập các bạn. Các bạn hãy điềm nhiên và an bình đứng thẳng. Xong rồi.

Bây giờ Bapak mong có 10 người nữ bước lên, phụ tá hay những hội viên hơn 5 năm. Chuẩn bị. Nếu là trong quân đội, người ta sẽ nói "Nghiêm!" Toàn bộ những thành phần của bản thân mình, những bộ phận của cơ thể mình, nếu đầy đủ, tạo thành bản thân mình.

Vậy, nếu sống động, tất cả các thành phần của cơ thể đều có một cái tên. Nhưng nếu có những thành phần chưa sống động, nói cách khác là không thể phản ứng khi được kêu gọi, thì như vậy tức là mình chưa có một cái tên. Mỗi thành phần của cơ thể, mỗi thành phần của chính mình, đều có trong đó một mục đích, một định luật của chính nó. Vậy, định luật của mỗi thành phần đã có sẵn trong đó. Nên sau này khi bị Thượng Đế tra hỏi, mỗi thành phần phải có khả năng trả lời cho những hành vi của mình, theo cái định luật được đặt sẵn cho mình.

Các thánh thư đều nói rằng khi ta chết, mỗi thành phần của bản chất mình, mỗi bộ phận của cơ thể mình, sẽ bị quyền năng của Thượng Đế xét xử và tra hỏi về những gì thường làm trên cái thế gian này.

Những ai đã được trải nghiệm, như hiện đang được Bapak trải nghiệm, trong lúc mình còn sống trên cái thế gian này, thì những thành phần của cơ thể họ sẽ có thể trả lời. Mỗi bộ phận cơ thể các bạn đã ý thức được định luật của Thượng Đế, trong lúc còn trên cái thế gian này. Tức là các bạn đã không làm những gì sai trái, những hành vi của

mình đã không đi ra ngoài những gì Thượng Đế muốn. Tới lúc đó thì tâm trí các bạn đã bị khóa kín, nên nó không thể đóng góp bất cứ gì cho những gì các bộ phận của cơ thể phải đáp, khi bị Thượng Đế tra hỏi. Chuẩn bị. Chân các bạn ở đâu, và mục đích của nó là gì? [trắc nghiệm] Chân các bạn đã được ghi khắc vào đó là có khả năng chạy. Vậy, các bạn có thể chạy? [trắc nghiệm] Chạy ngay nơi đây. Nhanh hơn. Yeah, như vậy đủ rồi. Vậy trong chân mình đã được ghi khắc: chân này có thể chạy, chân này có thể đứng thẳng, nhưng không được phép cho thiên hạ một cú đá.

Các bạn đã cho ai một cú đá? Sao? [trắc nghiệm] Không, mọi người đều không? Có một vài người là "Có." Đôi khi xảy ra điều là người vợ cho người một cú đá. Thực ra, đó là điều không được phép làm. Hãy cho thấy tay mình, và dùng nó để làm gì?[trắc nghiệm] Hãy cho thấy tất những gì các bạn có thể làm với tay. Để viết, bởi trong tay mình đã được ghi khắc là có khả năng viết. Viết những gì tốt lành, thuật lại những gì đã xảy ra, chứ không là những gì xấu xa. Tay không là dùng để viết những gì sai, những gì xấu. Tay không được phép viết cho người yêu mình để đề nghị cả hai đều bỏ trốn ra đi, mà không báo cho ai biết.

Tay các bạn cử động ra sao, nếu là một thầy giáo? [trắc nghiệm] Có cả một người thầy về môn thể thao, một người thầy trường mẫu giáo, đủ hạng người. Tay các bạn cử động ra sao, nếu là nhạc sỹ? Tất nhiên có đủ loại nhạc cụ mình có thể chơi. [trắc nghiệm] Thực ra, Bapak chưa từng thấy một nhạc cụ như nơi kia [của một hội viên được trắc nghiệm] Yeah, có sáo, đàn ghi-ta, đàn dương cầm, trống đặt giữa hai đầu gối. Điều quan trọng là các bạn nhận diện được năng khiếu mình, để có thể trả lời cho những hội hỏi mình năng khiếu họ là gì. Yeah, cứ tiếp tục. Đừng chỉ đứng yên một chỗ. Điều này rất hệ trọng cho cuộc đời các bạn, để khỏi biến thành cuộc đời một tượng

đá. Do đó mà các tôn giáo cấm cản thờ bái tượng đá, để cho bản chất mình khỏi thành như tượng đá. Bây giờ hãy tuân theo và tiếp nhận: cơ thể mình cử động ra sao, nếu múa vũ điệu ba-lê? [trắc nghiệm] Nên những ai trong các bạn hơi mập thì có thể trở nên thon dẻo hơn. [tiếp tục trắc nghiệm] Đừng lúng túng và rụt rè. Yeah, các bạn hãy về đứng lại chỗ ban đầu của mình.

Bây giờ Bapak bắt đầu, nhưng trước hết các bạn nên đặt mình trong một trạng thái yên tĩnh. Một lần nữa, hãy tuân theo những cử động: tay và chân mình cử động như thế nào, nếu là một doanh nhân, hay một con buôn? [trắc nghiệm] Các bạn vừa làm với tay và chân, bây giờ tới miệng. Bạn nữ đứng khoanh tay, như vậy tức là công việc làm ăn của bạn chưa mang lợi. Cứ tiếp tục. Những động tác của bạn nên như thế nào, nếu công việc làm ăn của mình có triển vọng thành công? [trắc nghiệm] Đúng là vậy. Nếu chuyên nghề buôn bán, điều đó tức là bạn có khả năng giao tiếp với những thứ mình buôn bán.

Những động tác và lối hành xử của các bạn là thế nào, nếu là kiến trúc sư? [trắc nghiệm] Jiwa mình sẽ cho các bạn thấy những gì mình cần làm. Biết đâu chừng? Các bạn có thể trở thành một kiến trúc sư tài ba. [tiếp tục trắc nghiệm] Trông như các bạn đã có thể tiếp nhận, nhưng Bapak muốn biết tại sao chỉ tới lúc này các bạn mới bắt đầu. Có lẽ các bạn đã ngủ quá nhiều trước đó.

Bapak không nói tới cái ngủ thông thường, mà là cái ngủ của jiwa các bạn, bởi những ý nghĩ của các bạn đã làm việc quá nhiều. Do đó mà phải tổ chức lại. Trong Subud có cả kedjiwaan lẫn kinh doanh. Yeah.

Một lần nữa. Các bạn cử động như thế nào, nếu là họa sĩ vẽ tranh? [trắc nghiệm] Yeah. Bapak muốn nhìn thấy một họa sĩ đích thực, chứ không là một kẻ chiêm chuối. [Bapak cười] Yeah. Đừng quá thô bạo, không thì bức tranh các

bạn sẽ rách nát. Một họa sĩ là một người vẽ tranh trên những bức họa, chứ không là một kẻ quét vôi trên tường, hay điều gì như vậy. Yeah. Bapak có thể thấy với phần đông các bạn, những bộ phận của cơ thể các bạn đã trở nên sống động và có thể tiếp nhận, và tất nhiên là Bapak chưa trải nghiệm tất cả. Bapak sẽ làm thêm một vài trải nghiệm lần tới.

Nhưng cho lúc này, để cho các bạn cảm thấy hài lòng, các bạn hãy điềm tĩnh đứng trở lại. Hãy tuân theo những cử động của chân và tay, trong hình thức một điệu vũ, nhưng là điệu gì có trật tự và nhịp điệu. Bắt đầu [trải nghiệm]. Hãy làm theo những gì trông đẹp mắt. Thôi đủ rồi. Các bạn hãy trở về chỗ ban đầu của mình. Tuy các bạn đã chỉ làm một chút trải nghiệm, Bapak muốn biết được các bạn bây giờ cảm thấy như thế nào? Các bạn có cảm thấy nhẹ nhõm hơn? Các bạn có cảm thấy mãn nguyện? Bapak mời các bạn ngồi xuống trở lại.

Bapak mong có vài người nam bước lên, phụ tá hay những hội viên với 5 năm trong Subud. Mười người. Thường thường, jiwa hiểu biết nhiều hơn trí óc, nên tuy đông người, chắc chắn các bạn sẽ không đụng vào nhau. Chuẩn bị, tịnh tâm, hãy để cho tay mình được thông thả. Các bạn cho là mình có chân: hãy cho thấy chân mình ở đâu, và dùng nó để làm gì? [trải nghiệm] Chân có thể đi, chân có thể ngồi, các bạn có thể ngồi? Nếu có thể ngồi, thì có thể đứng. Đứng lên. Ngồi xuống trở lại. Đứng lên. Chỉ thử hai lần là đủ rồi.

Ngoài ra, chân mình còn làm gì được? Hãy chạy ngay nơi đây. [trải nghiệm] Đừng nghĩ tới điều mình già hay trẻ, vì điều này làm cho những người già trở nên trẻ hơn. Chạy nhanh hơn. Yeah, đứng lại. Vậy, các bạn đừng coi thường những gì được ghi khắc trong chân mình. Khi làm một thứ gì đó, chẳng hạn như xe hơi, ta ghi khắc vào mỗi thành

phần của chiếc xe những gì nó phải làm, được dùng như thế nào. Đối với Thượng đế thì còn là thật hơn.

Các bạn có tay? Hãy cho thấy tay mình, và dùng nó để làm gì? [trắc nghiệm] Tay có nhiều công dụng. Tay mình cử động ra sao, nếu là thợ thủ công hay một thợ mộc? Ta phải cưa, ta phải khoan, ta phải đóng đinh. Yeah, sau khi là thợ mộc, các bạn trở thành một giáo sư. Tay mình cử động ra sao, nếu là giáo sư? [trắc nghiệm] Với những ai trong các bạn là giáo sư, các bạn biết điều đó như thế nào. Nhưng những ai không là giáo sư thì cũng biết được, bởi jiwa biết được điều đó. Bây giờ không còn là giáo sư nữa, chúng ta thành những võ sĩ quyền Anh. Một võ sĩ quyền Anh cử động ra sao khi đấu võ? [trắc nghiệm]

Vậy, trong Subud chúng ta có đủ loại tài nghệ. Ta có thể học đủ thứ: ta có thể học cách thành một giáo sư, một võ sĩ quyền Anh. Các bạn đừng lo ngại mình sẽ đánh trúng vào nhau, bởi jiwa hiểu biết rõ hơn trí óc. Dù mình đã lớn tuổi cũng không thành vấn đề: ta vẫn có thể trở thành một võ sĩ kì khôi. Yeah, như vậy đủ rồi.

Bây giờ chúng ta về nhà sau khi lên võ đài, để trở thành một kiến trúc sư, một kẻ làm đồ án nhà cửa. Hãy cho thấy một kiến trúc sư hành xử như thế nào. [trắc nghiệm] Sau khi phác họa xong một đồ án, chúng ta phụng thờ Thượng đế. Phụng thờ Thượng đế theo tôn giáo mình. [trắc nghiệm] Người Thiên Chúa giáo theo cách của Thiên Chúa giáo, người Hồi giáo theo cách của Hồi giáo. Điều này là hệ trọng để cho các mục sư, các tu sĩ, các lật ma, không giận Bapak, vì họ sẽ trách Bapak làm cho các bạn coi thường tôn giáo mình. [tiếp tục trắc nghiệm] Như vậy, các bạn được huấn luyện để gần cận Thượng đế, để cảm thấy sự gần gũi của Thượng đế trong mọi hành vi, trong bất cứ những gì mình làm.

Sau khi phụng thờ xong, chúng ta làm việc trở lại, lần này

là một y sĩ. Động tác mình như thế nào trong công việc một y sĩ? [trắc nghiệm] Vậy, hiển nhiên tuy làm công việc một y sĩ, ta sẽ không bê tha sự phụng thờ Thượng đế. Y sĩ có nhiều ngành chuyên môn: y sĩ tai, y sĩ mắt, y sĩ mũi, y sĩ nội khoa, y sĩ đa khoa.

Sau khi là y sĩ, bây giờ ta là một quân nhân. Một sĩ quan trong quân đội đi đứng như thế nào? [trắc nghiệm] Cách đi đứng của họ biểu lộ quyền thế. Nhưng cách đi đứng của các bạn không chỉ là một người lính buồn ngủ. Bây giờ hãy đi đứng như một người lính. [trắc nghiệm] Một sĩ quan Đức đi đứng như thế nào? Yeah, Yeah. Thôi đủ rồi. Điều đó thật căng thẳng: các bạn cần phải giữ hơi thở mình trong một giây.

Bây giờ thì cần phải cảm nhận những cử động của mình, của toàn thân, với một nhịp điệu và giai điệu, khiến các bạn cảm thấy như thế nào đó được mãn nguyện. Vậy, hãy khiêu vũ theo một cách trông đẹp mắt. [trắc nghiệm] Hãy tuân theo một giai điệu và lối khiêu vũ hợp với nguồn gốc mình, với dân tộc và đất nước mình. [trắc nghiệm] Thôi đủ rồi, các bạn hãy đứng lại chỗ ban đầu của mình.

Bapak mong được vặn tắt hỏi các bạn bây giờ cảm thấy như thế nào? Các bạn có cảm thấy như thế nào đó trong lòng mình thấy nhẹ nhõm hơn? Các bạn có cảm thấy mãn nguyện? Bởi Bapak đã chỉ trắc nghiệm một vài người trong các bạn, và vẫn còn nhiều người chưa được trắc nghiệm. Bapak thấy như thế là đủ rồi, để cho những người khác có cơ hội. Cám ơn.

Bây giờ tới phiên một nhóm nam khác, chỉ những ai là phụ tá và hơn 5 năm trong Subud, nhưng đừng quá nhiều. Tịnh tâm, hoàn toàn thả lỏng. Các bạn đã từng nghe nói là Bapak đang đối diện các bạn, nhưng không với ý nghĩ mà với jiwa các bạn. Vậy, các bạn có thể nghe Bapak nói với tai mình, nhưng những cử động của mình phải do jiwa.

Nói cách khác là phải tự nhiên xảy ra; nguồn gốc những động tác là không do chính mình.

Yeah, tinh tâm. Nếu các bạn nói "Tôi", cái "Tôi" đó là gì? [trắc nghiệm] Nếu các bạn nói "Thượng đế" hay "Allah", hãy cho thấy quyền năng của Thượng đế ở đâu? [trắc nghiệm] Yeah. Bây giờ Bapak mong thấy được những thành phần khác nhau của cơ thể các bạn. Chân các bạn như thế nào, các bạn có chân hay không và nó ở đâu? Dùng nó để làm gì? [trắc nghiệm] Yeah. Để đi đứng và chạy nhảy. Hãy chạy ngay nơi đây. [trắc nghiệm] Như một con ngựa Ả Rập. Bây giờ như một con ngựa Úc. Vậy, tối thiểu các bạn cũng có thể trở thành một kẻ cưỡi ngựa đua! Các bạn có tay hay không? Hãy cho thấy tay mình và dùng nó để làm gì [trắc nghiệm] Hãy cho thấy tất cả những động tác khác nhau mà tay có thể làm. Bởi Thượng đế là Toàn Năng khi chỉ thị cho con người, nên tay mình chứa những kiến thức về cách viết, cách vẽ, cách làm điều này điều nọ. [tiếp tục trắc nghiệm] Tay các bạn cử động như thế nào, nếu là kiến trúc sư? Để cho các bạn cảm thấy sự khác biệt: tay mình cử động như thế nào, nếu là một thợ mộc xây cất một căn nhà? [trắc nghiệm] Yeah. Một thợ mộc phải cưa, đóng đinh, nhưng một kiến trúc sư thì phải vẽ đồ án, quyết định mọi việc được dàn xếp ra sao. Sau khi đã làm xong công việc của thợ mộc xây cất căn nhà, bây giờ bạn về nhà để cầu kinh. Hãy cầu kinh theo tôn giáo mình [trắc nghiệm] Người Hồi giáo theo Hồi giáo, người Thiên Chúa giáo theo Thiên Chúa giáo. Mục đích là để chứng tỏ cho các bạn thấy trong suốt đời mình, bất cứ những gì mình làm, ta không xa cách sự phụng thờ Thượng đế là điều hướng dẫn mình.

Sau khi cầu kinh xong, các bạn đi làm trở lại, lần này là một doanh nhân. Động tác mình như thế nào, nếu là một doanh nhân hay con buôn? [trắc nghiệm] Động tác mình như thế nào để kiếm lời? [trắc nghiệm] Thế nên, khi làm

ăn, người ta thường nói “thời gian là vàng.”

Bạn này sẽ kiếm được nhiều lời vì làm việc chăm chỉ. Từ điều đó, các bạn có thể biết cách làm việc, nếu là một doanh nhân. Bây giờ Bapak mong biết được: các bạn làm việc như thế nào.

Giả dụ bạn là doanh nhân. [Trắc nghiệm] Do đó mà mình không kiếm lời được là bao. Bây giờ đã biết được là như vậy, bây giờ hãy thử xem [qua trắc nghiệm] người Nhật làm kinh doanh như thế nào. [tiếng cười từ cử tọa] Thực ra, các bạn không thể làm gì hơn để kiếm lời được như người Nhật, đó là cái mức tối đa có thể đạt được.

Để cảm thấy mãn nguyện một phần nào, hãy tuân theo những cử động của chân, eo, cánh tay, cổ và đầu, của toàn thân mình, trong hình thức một vũ điệu, với một nhịp điệu trông coi được. Bắt đầu. Allah, Allah. [trắc nghiệm] Yeah, các bạn hãy trở về chỗ đứng ban đầu của mình. Thế là hết, cảm ơn.

12. Auckland, N.Z. Mạỵ 25, 1982

[Trong một latihan đặc biệt với phái nữ, Bapak nói] Bây giờ các bạn hãy tuân theo những cử động của chân, eo, cánh tay, cổ, của toàn thân, nhưng theo một cách có thể coi là nhịp điệu. Đừng rụt rè hoặc hoàn toàn tự kiềm chế mình. Chẳng hạn, nếu cử động theo vũ điệu ba-lê, thì đừng kiềm chế mình, vì đó cũng là điều gì xuất phát từ một nội tâm tĩnh lặng, và là một hình thức của văn hóa.

Nếu được khiến cho cử động theo một vũ điệu của cung đình, như ở Java, thì như vậy cũng được. Đừng tỏ ra lúng túng hay xấu hổ, mà chỉ việc tuân theo bất cứ những gì xảy ra. Mọi cái phải được cử động, như ngón tay, theo kiểu những vũ điệu ở Bali, trong đó các ngón tay cũng cử động, bởi tất cả các bộ phận của cơ thể luôn bị ảnh hưởng

và thắm nhập bởi nafsu. Bắt đầu [Các người nữ làm theo chỉ thị]

[Bapak trắc nghiệm 10 người nữ] Hãy tuân theo những cử động cho thấy năng khiếu mình. Cử động của tay, của chân. Bắt đầu [trắc nghiệm] [Bapak hỏi một trong những người nữ]: Bạn A, bạn hiểu được những cử động tiếp nhận được có nghĩa gì? [Bapak trắc nghiệm riêng với chị] Hãy tiếp nhận [Bapak nhìn xem chị tiếp nhận rồi hỏi]:

Có điều đó phát triển nơi bạn, hay bạn đã làm gì đó trước đó? [Chị nói là mình đã học trước đó trước khi được khai mở] [Bapak yêu cầu chị đi đứng theo lối thường, không trong latihan, đi ngang qua phía trước mình] [Bapak nói] Bây giờ trở về chỗ cũ, nhưng chỉ đi đứng khi được làm cho đi đứng [trắc nghiệm] [Bapak nói] Bạn có thể làm công việc đó, nhưng coi chừng: điều đó vẫn còn chứa nafsu, nhưng chưa thực sự do Thượng đế.

Tiếp nhận một lần nữa; đừng cử động, trừ phi được làm cho cử động. [Bapak bắt đầu hát] Chị đáp ứng và vừa hát vừa làm latihan. [trắc nghiệm] [Bapak hỏi] Có sự khác biệt nào giữa những gì bạn vừa tiếp nhận và cái latihan thông thường của mình? [Chị nói nó nhẹ nhàng hơn] Bapak nói với chị: Sau này, bạn hãy tập latihan như vậy, theo những gì mình vừa nghiệm được. Như vậy thì sẽ không lẫn lộn, vì đó thực sự là do Thượng đế.

[Bapak trắc nghiệm một người nữ thứ hai] Bạn B, năng khiếu của bạn là gì theo ý Thượng đế? [trắc nghiệm] Bạn có hiểu không? Bạn nghĩ nó là gì? [Chị đáp đó là điều gì như hóa trang; Bapak nói như thế là đúng]

[Bapak trắc nghiệm một người nữ thứ ba] Hãy cho thấy năng khiếu của bạn là gì? [trắc nghiệm] Bạn có hiểu không? Nó nghĩa là gì? [Chị nói mình không biết chắc] Hãy thử một lần nữa, để cầu xin Thượng đế cho mình hiểu

rõ, cho có một sự tiếp nhận rõ rệt. [Chị trải nghiệm một lần nữa] Bapak hỏi: Bạn là gì ? [Chị nói mình là một bà nội trợ đang quay tơ] Đó là điều bạn có vẻ như đang làm, nhưng bạn vẫn còn căng thẳng về điều đó.

[Một người nữ thứ tư được trải nghiệm] Bây giờ tiếp nhận. Hãy cho thấy qua những động tác của mình, năng khiếu bạn. Sau trải nghiệm Bapak hỏi: bạn có hiểu không? Nghề nghiệp bạn là gì? [Một đoạn không nghe rõ] Nhưng có một vấn đề: Nếu đó là năng khiếu mình, tại sao bạn không tích cực theo cái nghề đó, tại sao bạn đã không thành danh? [Chị nói mình đã chuyển tới New Zealand từ Scotland, và mới đây chưa theo cái nghề hợp với năng khiếu mình. Bapak bảo chị làm trải nghiệm] Nơi chốn sinh sống nào thích hợp với bạn? Anh? Úc? New Zealand? [Chị trải nghiệm cả ba nơi đó] Nơi chốn thích hợp có vẻ là Úc?

Bây giờ tiếp nhận: lí do nào khiến bạn cho tới nay không làm gì được nhiều? [trải nghiệm] Bởi bạn mang một gánh nặng của những gì mình suy tính, có quá nhiều trong đầu óc bạn.

[Bapak bình luận] Điều này rất hệ trọng. Bapak đã làm như vậy để chỉ cho bạn thấy. Bởi những ai trong các bạn là phụ tá phải có khả năng làm được y như Bapak, cho hội viên và cũng cho chính mình. Bởi như vậy thì Subud Auckland sẽ tự động tiến bộ.

[Bapak trải nghiệm thêm một lần nữa tất cả những ai đang được trải nghiệm] Bây giờ hãy tiếp nhận và cho thấy. Công việc phụ tá là gì theo ý Thượng đế? Hãy tuân theo các động tác. Bắt đầu [trải nghiệm] Được rồi. Bapak mong có bạn X bước lên phía trước. Hãy làm theo và tiếp nhận: những động tác bạn vừa làm có nghĩa gì? Bắt đầu [trải nghiệm] [Bapak nói] Nghĩa của nó là bạn dẫn những ai muốn tiếp nhận tới nơi của Thượng đế. Có đúng vậy không? [Chị gật đầu] Bạn đã có thể tiếp nhận tuy chưa là

phụ tá. [Chị nói mình chỉ trong Subud được hơn một năm rưỡi] Không hề chi. Do đó mà Bapak muốn các phụ tá đề nghị những ai dự bị làm phụ tá. Bất cứ ai trong nhóm mà latihan đã tương đối tốt.

Bapak hỏi: Bạn...có thể bước lên phía trước? Bạn chưa là phụ tá? Bây giờ tiếp nhận và cho thấy những gì bạn nói trong lúc trải nghiệm có nghĩa gì, vì bạn đã chưa hiểu. Tiếp nhận [trải nghiệm] [Bapak nói] Yeah, Bapak sẽ nói điều đó có nghĩa gì, và nếu đúng thì bạn gật đầu, còn nếu sai thì bạn lắc đầu. Điều có nghĩa là phụ tá phải quan tâm tới hội viên. Có đúng hay không? [Chị nói có]

[Bapak nói với tất cả những người nữ làm latihan trước đó] Bây giờ bắt đầu làm latihan thêm một lần nữa, nhưng với nhiều động tác, bởi đó là điều mà các bạn cần. Khi lần đầu tiên tiếp nhận latihan, mỗi đêm Bapak đều có những động tác, mà là những động tác luôn thay đổi, khiến Bapak không bao giờ ngủ được trong lúc đó. Đó không là điều gì dễ dàng chịu đựng được. Bapak cho các bạn biết thêm điều này. Trước hết, trước khi các bạn bắt đầu cử động, Bapak mong được cho các bạn gì khác. Hãy có một latihan với chỉ giọng nói mình. Tức là ca hát: hãy thử tiếp nhận một bài hát có ý nghĩa.

Tịnh tâm. "Bắt đầu [trải nghiệm] [Bapak nói:] Lớn tiếng hơn, lớn tiếng hơn. Nói lớn tiếng sẽ khiến mình mạnh khỏe, và làm cho phổi có thêm sức mạnh. Bây giờ mỗi người các bạn hãy nói "Tôi nhìn lên trên" [trải nghiệm] Yeah, Yeah. "Tôi nhìn xuống dưới" [trải nghiệm] Yeah, Yeah. Các bạn nói "Tôi nhìn xuống dưới", nhưng lại không thực sự nhìn xuống dưới! Như vậy tức là điều các bạn nói không đáng là gì với các thiên thần. Họ không tin những gì các bạn nói. "Tôi đi tới phía trước" [trải nghiệm] Đứng lại, đứng lại. Đi ngược lại. "Tôi đi ngược lại." Yeah, Yeah. Thôi đủ rồi. Bapak sẽ có một bài toán đố khác cho các

bạn. Tinh tâm: "Tôi phụng thờ Thượng đế." [trắc nghiệm] Yeah, Yeah. Các bạn hãy về chỗ đứng ban đầu của mình.

Bapak mong tất cả các bạn, các phụ tá, những ai trong ban quản trị, những ai đã tập latihan lâu, sẽ luôn tập latihan, bởi vẫn còn rất nhiều những gì các bạn cần phải tiếp nhận. Thượng đế hiện diện trong tất cả những gì ta làm: cái nghe của mình, cái nhìn của mình, cái nói của mình, cái nghĩ của mình, tất cả. Thượng đế hiện diện trong đó. Đây là một thí dụ [Bapak hát và tự trắc nghiệm mình, rồi giải thích] Lưỡi Bapak tự ý cử động. [Bapak hát một lần nữa rồi nói] Lần này thì kèm theo những động tác. [trắc nghiệm] Yeah, Yeah.

Hôm nay Bapak đã cho các bạn thấy một thí dụ hay khuôn mẫu, nhưng điều cốt yếu là các bạn phải có khả năng đem ra thực hành. Thượng đế sẽ chấp nhận sự hối cải của các bạn về những việc sai trái đã qua, nhưng chỉ nếu miệng lưỡi mình đã trong sạch, và nếu đó là sự hướng dẫn của Thượng đế. Bây giờ hãy làm theo và tiếp nhận. Miệng lưỡi các bạn sẽ được hướng dẫn, sẽ cử động và cầu nguyện tùy theo sự hướng dẫn của quyền năng Thượng đế. [trắc nghiệm] Yeah, được rồi. Lúc này thì đã xong xuôi, phòng này bây giờ là cho phái nam. Bapak cầu nguyện những gì Bapak mong cho tất cả các bạn sẽ thành sự thật. Cảm ơn.

[Phái nam bước lên, và Bapak nói] Đứng tịnh tâm, tức là không bị áp lực của tim can, khiến các bạn không tự ép buộc mình theo bất cứ cách nào. Hãy tuân theo những động tác của toàn thân, của chân, eo, ngực, cánh tay, cổ, đầu. [trắc nghiệm] Yeah, cứ tiếp tục. Yeah, được rồi. Các bạn đứng lại chỗ ban đầu của mình. Tịnh tâm một lần nữa.

Các bộ phận của cơ thể phải hiểu biết, do đó mà Bapak sẽ làm một điều giúp toàn thân các bạn cử động. Hãy cho thấy chân mình ở đâu và dùng nó để làm gì [trắc nghiệm] Các bạn có thể đi đứng với chân? [trắc nghiệm] Bây giờ

chạy ngay tại chỗ. [trắc nghiệm] Đừng lo ngại, chân của jiwa sẽ biết đi tới nơi nào. Nhanh hơn. Yeah, thôi đủ rồi. Các bạn có tay? Hãy cho thấy tay mình ở đâu và dùng để làm gì. [trắc nghiệm] Bằng cách đó các bạn sẽ tìm ra tài năng đích thực của mình. Hãy làm theo các động tác [trắc nghiệm] Eo các bạn ở đâu? [trắc nghiệm] Hãy cho thấy eo mình cử động làm mất đi những cơn đau của lưng. [trắc nghiệm] Cử động như một người trẻ, cử động một cách thanh nhã. Nên là như vậy khi các bạn tập latihan, mỗi thành phần của mình phải cử động, khiến cho được mạnh khỏe.

Bây giờ tới phiên miệng. Các bạn có một cái miệng? Hãy cho thấy miệng mình ở đâu? Dùng để làm gì? [trắc nghiệm] Các bạn hãy la hét! Yeah, Yeah, được rồi. Jiwa làm cho la hét để ngực được mạnh khỏe và sống động. Các bạn có thể hô hấp?

Hãy cho thấy sự hô hấp của mình. Bắt đầu [trắc nghiệm] Mạnh hơn. Bây giờ hãy hô hấp với dạ dày, không với phổi. Bắt đầu [trắc nghiệm] Để cho phổi nghỉ ngơi. Bây giờ một lần nữa với phổi. [trắc nghiệm] Bây giờ với phổi bên trái [trắc nghiệm] Với phổi bên phải [trắc nghiệm] Với cả hai phổi [trắc nghiệm] Hãy cho thấy: mắt mình ở đâu và dùng để làm gì? [trắc nghiệm] Các bạn có thể nhìn qua bên phải và bên trái? [trắc nghiệm] Đó là điều gọi là *zikir*.

Bây giờ hãy làm theo những cử động của toàn thân trong hình thức một vũ điệu, để cho cơ thể trở nên sống động. Bắt đầu [trắc nghiệm] Yeah, cứ tiếp tục. [Những người nam tự động ngưng tập. Bapak nói] Bất cứ lúc nào sắp tập xong latihan, các bạn trước hết phải yên tĩnh, sau đó thì mới hết latihan. Bây giờ Bapak muốn kết thúc và chúc các bạn có một giấc ngủ ngon lành.

13. Lisbon, Mạყ 21, 1981

Bapak sẽ làm một vài trắc nghiệm, để cho các bạn nhận thấy sự thật của những gì Bapak nói và là chứng nhân cho cái sự thật đó. Bây giờ hãy làm theo, những ai đã tập latihan, những ai có thể tiếp nhận quyền lực của sự sống, những ai có thể tiếp nhận sự sống của những quần áo mình mặc trong lúc phụng thờ Thượng đế: trạng thái chiếc cà-vạt mình là như thế nào? Nó có thể cử động? [trắc nghiệm] Do đó mà trong lịch sử của sự sống, người ta nói rằng bất cứ những gì con người đụng vào sẽ được khiến cho có sự sống do con người.

Các bạn có thể cảm nhận được mình đang ngồi trên ghế, hay ghế ngồi trên mình? Các bạn có thể tự mình cảm nhận được? [trắc nghiệm] Các bạn đang thực sự ngồi trên ghế, hay ghế ngồi trên đầu mình?

Một lần nữa. Các bạn đang đứng trên trái đất, trên mặt đất. Như vậy tức là các bạn vẫn còn bị ảnh hưởng bởi vật chất. Bây giờ hãy thử cảm nhận, thử tiếp nhận điều gì xảy ra, khi trái đất trên đó mình đứng chợt biến mất. Tình trạng mình sẽ như thế nào? [trắc nghiệm] Các bạn có cảm thấy trái đất xoay chiều, khiến nó bên trên mình? Trái đất bên trên Chúa Giê-Su đã biến mất. [trắc nghiệm] Chúa Giê-Su hiện hữu, nhưng trái đất thì không.

Tịnh tâm. Sau lúc chết chân tâm một kẻ lúc sống thường dùng tà thuật, thuật thông linh thì ra sao? [trắc nghiệm] Đó chỉ là một hương vị của những gì sẽ y như vậy, nhưng cái hương vị đó là bằng chứng của sự kiện chân tâm kẻ đó trở thành như một cục đá: bất động và thiếu hẳn sự sống.

Một lần nữa: Đầu các bạn cảm thấy như thế nào, khi mình suy nghĩ quá nhiều? [trắc nghiệm] Các bạn nên bớt suy nghĩ, khiến đầu mình cảm thấy nhẹ nhõm và thanh thoát hơn. Vậy, bằng cách nhắc đi nhắc lại danh hiệu của

Thượng đế, "Allah", tất cả những cái nặng nề đó sẽ mất đi. Allah, thế là chẳng còn gì nữa, mất hết. [trắc nghiệm] Nó có là như vậy hay không? Có. Các bạn cảm thấy như thế nào sau một chút trắc nghiệm như vậy? Tại sao lại như thế? Đó là vì "Allah" là một danh từ thánh thiện, một danh từ sống động.

Hãy để cho một phụ tá nữ thử, chỉ một người thôi. Bạn hãy làm theo những gì Bapak nói. Allah. Allah. Hãy tuân theo những động tác của mình. [Chị trắc nghiệm khi Bapak hát] Đó là cái tính chất thiêng liêng của danh từ đó, trở nên thánh thiện bởi quyền năng của Thượng đế. Với Bapak thì là như vậy, và Bapak mong cho bạn sẽ được như Bapak. Lúc này bạn chỉ cảm thấy mình không có nơi đây.

Bây giờ để cho bạn thử. Bạn đừng để cho mình thấy bị cản trở, nếu là tài tử điện ảnh có ý định tới Hollywood. Tiếp nhận [trắc nghiệm] Bạn cảm thấy thế nào?

14. Newyork, June 21 1981

[Sau khi có buổi nói chuyện, Bapak bắt đầu làm trắc nghiệm với cử tọa] Bây giờ tiếp nhận. Các bạn hãy hô hấp, nhưng chỉ với lỗ mũi bên phải [trắc nghiệm] Bây giờ đổi qua lỗ mũi bên trái [trắc nghiệm] Bây giờ cảm nhận lưỡi mình đang rung động. [trắc nghiệm] Bây giờ là răng: cử động từng cái răng. [trắc nghiệm] Bây giờ là cổ họng: làm cho nó cử động, rung động. [trắc nghiệm] Bây giờ là cho cái tim can thâm sâu, tim can của cảm xúc, cử động. [trắc nghiệm] Allah, Allah. Yeah, Yeah, thôi đủ rồi. Và bây giờ hãy để cho rỗng cử động [trắc nghiệm] Thôi đủ rồi.

Dù có cố gắng tới đâu đi nữa, các bạn không thể che giấu cái bí mật đó với Bapak, hay với Thượng đế [Bapak cười]. Bapak không đang nói tới một Bapak mà các bạn nhìn thấy phía trước mình, mà là một Bapak khác đã tiếp nhận được tình thương và ân huệ của Thượng đế. Một lần nữa:

bây giờ hãy để cho tim can của cảm xúc làm zikir hay cầu nguyện [trắc nghiệm] Cứ để cho nó trở nên lớn hơn. Bây giờ thì cho nó trở nên nhỏ lại. [tiếp tục trắc nghiệm] Bây giờ thì cho nó có hình tròn. Bây giờ là hình vuông. Bây giờ nó trở nên dài hơn. Bây giờ là bình thường trở lại. Thôi được rồi.

Một khi đã nghiệm được một điều như vậy, các bạn hoàn toàn không còn phải lo sợ về bệnh tật. Bởi các bạn sẽ tự động ý thức được nơi chính mình là mọi người sẽ phải chết. Các bạn sẽ ý thức được, biết được cái chết của mình sẽ đến ngay lúc Thượng đế muốn mình chết. Vậy, nếu đó quả thực là lúc chết, các bạn sẽ chết; nếu không là vậy, dù mình có bệnh hoạn tới đâu đi nữa, có tuyệt vọng tới đâu đi nữa, các bạn sẽ luôn được mạnh khỏe trở lại do ý Thượng đế, do sự hỗ trợ của Thượng đế nơi mình.

Vậy, nếu các thực sự nghiệm được một điều như vậy, thì tất cả những lo ngại về cái chết sẽ không còn nữa. Bởi sẽ như là chỉ có một đường thẳng rất mong manh giữa sự sống và sự chết, điều có thể hoàn toàn mất đi vì một động tác nhỏ bé: cả hai đều trở thành một.

Bây giờ Bapak muốn truyền cho các bạn thêm một vài kinh nghiệm, huấn luyện các bạn, hay chỉ cho các bạn biết các hướng dẫn các anh chị em mình, khi Bapak không còn nơi đây với các bạn. Điều này thật hệ trọng. Bapak mong được dùng bạn D là một thí dụ. Bạn D có thể bước lên trên? Xin bạn đứng đó, nhưng nhìn theo hướng này.

Cầu xin Thượng đế cho gạt bỏ tất cả những nafs của D khỏi bản chất của bạn D. Bạn hãy cảm nhận với chân mình trái đất này đang xoay tròn. [trắc nghiệm] Yeah, được rồi. Bạn có thể cảm thấy sự chuyển động của trái đất? Vậy, từ kinh nghiệm của mình, từ cái thực tại của mình, bạn biết được cái thế giới này lắc lư khi đang xoay tròn. Đó là một thí dụ cho thấy tất cả sự sống đều rung

động hay chuyển động.

Một lần nữa. Bapak muốn biết tên người cha bạn [Ông E] Cha bạn, ông E, trước khi bạn được khai mở: ông ấy sống hay chết? Nếu sống thì như thế nào? Nếu chết thì như thế nào? [trắc nghiệm] Yeah, Yeah. Đủ rồi. Bây giờ bạn cảm thấy như thế nào, khi người cha mình đã được đem lên thiên đàng nhờ quyền năng của Thượng đế? Vậy, bạn đã không tốn tiền khi tới đây từ Nam Phi, tuy vé máy bay rất mắc! Bapak muốn cho biết là những gì bạn vừa nghiệm được không là mệnh lệnh của Bapak, mà là cái kinh nghiệm của chính bạn, cái thực tại của chính bạn.

Bapak mong có một trong các người nữ lên thử, như vậy thì có một sự cân bằng giữa nam và nữ. Bapak mong có một người nữ, một cố vấn kedjiwaan, hay điều gì như vậy, một người đã khá lâu trong Subud. [Bapak chọn một người cũng đến từ Nam Phi] Tĩnh tâm theo cách như bạn sắp làm latihan. Bapak mong cho bạn có thể hoàn toàn gạt bỏ những nafsu luôn là bão táp, luôn thúc ép trong lòng mình. Hãy tuân theo các động tác. Allah, Allah. [Bapak hát]

Hãy tuân theo những động tác của cơ thể với một giai điệu và nhịp điệu thật đẹp đẽ, điều chúng tỏ bản chất bạn đã thay đổi và trở nên tốt đẹp. [Bapak hát trong lúc chị làm trắc nghiệm] Bây giờ hãy trắc nghiệm bản chất mình: tình trạng người cha đã chết của bạn như thế nào? [trắc nghiệm] Yeah, Yeah. Đủ rồi.

Thực ra thì bạn chưa thể hiện rõ rệt tiếp nhận tình trạng người cha mình. Người cha bạn vẫn còn đang chờ đợi những hành động hay latihan của bạn. Ông vẫn còn mong đợi cho latihan bạn trở nên thâm sâu và lớn mạnh hơn. Nhưng tình trạng ông đã bắt đầu được cải thiện.

15. Lisbon, Mạყ 21 1981

Tịnh tâm. Bapak sẽ làm trắc nghiệm với các bạn, để coi xem các bạn có nhận được hay không những lợi ích của latihan sau nhiều năm trong Subud. Chỉ việc làm theo. Đừng làm bất cứ những động tác nào không xuất phát từ trong tâm mình, không từ jiwa. Các bạn thất cà-vạt như thế nào? [trắc nghiệm]

Điều khiến phần đông các bạn không tiếp nhận được là vì trong công việc hằng ngày của mình các bạn vẫn còn chẳng có gì, chẳng tiếp xúc được với quyền năng của Thượng đế. Một lần nữa: tịnh tâm, hãy cho thấy và tiếp nhận chân tài mình cho cuộc sống trên cái thế gian này, cho việc kiếm sống để nuôi ăn gia đình mình. [trắc nghiệm]

Nhiều người trong các bạn vẫn còn chưa thể tiếp nhận. Tại sao lại vậy? Đó là vì những gì các bạn làm vẫn còn thiếu sự sống. Bapak sẽ cho một thí dụ điều đó như thế nào với mình. [Bapak đứng lên biểu diễn một vài điều] Chẳng hạn: Bapak tự hỏi mình: công việc nào đúng hợp với Bapak? [Bapak trắc nghiệm] Và như vậy Bapak hiểu được công việc mình là tất cả những gì mình làm cho các bạn: làm thức tỉnh sự sống của mọi người, khiến họ nhận biết được quyền năng của Thượng đế bên trong và bên ngoài chính mình. Còn Bapak đối với tất cả các bạn thì như thế nào? [Bapak trắc nghiệm] Như đối với con cái của chính mình.

Thưa các anh chị em, vì vẫn còn thời gian nên Bapak sẽ làm một điều đem lại sự sống cho toàn thân các bạn. Hãy tuân theo những động tác của chân, eo, ngực, cổ và đầu. Bắt đầu [trắc nghiệm] Vậy, latihan của Subud là nguồn gốc của thể thao và văn hóa.

Hãy làm theo một lần nữa. Đừng cử động nếu đó không là do jiwa. Các bạn cười như thế nào? [trắc nghiệm] Một

trắc nghiệm khiến các bạn ý thức được sự hướng dẫn của Thượng đế không chỉ là bảo mình đi đứng như thế nào, mà là cách làm mọi việc. Một lần nữa: một người Mễ Tây Cơ cười như thế nào?

Người xưa và các sử giả của Thượng đế thường nói rằng ai hiểu được một thiên thần thì người đó là một thiên thần. Ai hiểu được một người Mễ Tây Cơ thì đó là một con người. Nếu không hiểu được những tập tục của loài người, làm sao các bạn có thể mong hiểu được một thiên thần? Một lần nữa, hãy làm theo để hiểu được sự khác biệt giữa loài người: một người Anh cười như thế nào? [trắc nghiệm]

Bapak không trách cứ người Anh, nhưng khi cười thì họ tỏ ra như xem thường những người khác, như người Mễ Tây Cơ. Đó là cách họ thường cười. Một lần nữa: một người Pháp cười như thế nào? [trắc nghiệm]

Một lần nữa, để cho các bạn cảm nhận được những định luật của nhân sinh trên thế giới: khi tức giận một người Đức tỏ ra như thế nào? [trắc nghiệm]

Vậy, Bapak không ngạc nhiên khi trông thấy các bạn đang tức giận, vì đó là cách của người Đức khi họ tức giận. Một lần nữa, để cho các bạn hiểu được: người Java cư xử như thế nào khi tức giận? [trắc nghiệm]

Như là họ không thực sự tức giận, vì họ có điều giống với người Anh. Hãy thử tiếp nhận: khi tức giận một người Anh tỏ ra như thế nào? [trắc nghiệm]

Nói chung, khi tức giận người Anh có vẻ như không tức giận, nhưng thực ra thì là tức giận. Người Anh khác với người Đức. Hãy cho thấy một lần nữa người Đức tỏ ra như thế nào khi tức giận [trắc nghiệm]

Tập latihan với một vài trắc nghiệm khiến cho các bạn có thể thực sự cảm nhận được công dụng của latihan

kedjiwaan của Subud, để sau này các bạn nhận thấy lợi ích của nó.

16. Melbourne, April 29, 1982.

[Bapak trước hết nói với phái nữ] Tịnh tâm. Bapak mong nhìn ra latihan các bạn đã tiến bộ như thế nào. Đừng nghĩ tới bất cứ gì, chỉ việc cảm nhận và tin ở sự cao cả của Thượng đế. Bắt đầu. Allah, Allah. [latihan] Cần phải làm cho tất cả các thành phần của cơ thể, của bản chất mình cử động, vì đó là dấu hiệu hay quá trình những nhơ nhuốc và lảm lạc của mình được thanh lọc. Thông thường chỉ tâm trí là hiểu biết được những bộ phận đó.

Nhưng bây giờ thì cần phải làm cho jiwa hiểu biết được mỗi thành phần của bản chất mình, vì như vậy tức là jiwa sẽ phát triển những gì là của chính mình. Bapak sẽ làm cho sống lại, giúp cho những bộ phận của cơ thể sống lại. Các bạn đừng cử động, nếu đó không do đáy lòng mình, không tự nhiên xảy ra. Bởi nếu được tự nhiên, thì tức là các động tác đều chứa sự sống. Hãy cho thấy, nếu được, chân mình ở đâu và mục đích của nó là gì. Yeah, thôi đủ rồi. Tuy không ai dạy bảo nó, chân mình có thể đi đứng, vì đó là ý muốn hay thánh chỉ của Thượng đế.

Hiển nhiên tuy cái cơ thể vật chất này bị phá hủy hay thủ tiêu, jiwa vẫn còn được toàn diện và giữ lại được những khả năng của nó. Các bạn sẽ hiểu được toàn bộ bản chất mình. Cơ thể mình ta dùng nó hằng ngày trong cuộc sống, nên trước hết mình phải yêu quý nó, và kể đến là hiểu biết nó rõ rệt. Bởi nếu không thì chân mình là mượn của một con thú vật, hay cánh tay hoặc bàn tay mình là mượn của một con thú vật, và như vậy thì ta sẽ không được toàn diện.

Một lần nữa. Các bạn có tay? Hãy cho thấy tay mình ở đâu, và dùng để làm gì? [trắc nghiệm] Như vậy các bạn

sẽ thực sự hiểu biết được tay mình. Tay mình trở nên có nhân tính, những bàn tay sẽ không đánh đập hay làm hại người ta.

Thế nên, xưa kia con cái các vua chúa, hay những ai gần cận nhà vua, những cận thần, luôn phải học cách khiêu vũ, mục đích là làm cho toàn thân họ trở nên sống động. Các thiên thần trên thiên đàng cũng là những vũ công tài ba. Hãy tuân theo những cử động của ngón tay trong lúc múa. [trắc nghiệm] Đừng tỏ ra lúng túng và suy nghĩ về bất cứ gì. Do đó mà người ta gọi khiêu vũ là văn hóa của sự sống.

Bây giờ hãy tuân theo những cử động của miệng lưỡi bằng cách hát, bởi miệng lưỡi cũng phải trở nên sống động. [trắc nghiệm] Thôi đủ rồi. Các bạn hãy trở về nơi chốn ban đầu của mình, và đứng đó một cách có kỷ luật. Bởi khi làm bất cứ gì, ta luôn phải có kỷ luật.

Đó là cách tập luyện cho chính mình, khiến cho sau này khi đứng trước mặt Thượng đế, tình trạng mình là sự phục tùng kỷ luật. Trước mặt Bapak những gì các bạn làm không có gì là hệ trọng, bởi Bapak là một con người. Nhưng sau này đứng trước mặt Thượng đế, các bạn sẽ đối diện tất cả các thiên thần, và họ thì rất cao lớn và rất khắt khe.

Hãy thông thả và tự nhiên đứng đó. Tiếp nhận. Các bạn vừa rồi đã tiếp nhận được những cử động của miệng lưỡi khi ca hát, nhưng miệng lưỡi mình còn có những công dụng khác. Các bạn hãy cười [trắc nghiệm]

Yeah, đủ rồi. Vây, Thượng đế hướng dẫn chúng ta theo nhiều cách, kể cả cái cười của mình. Bởi đó chính là điều phân biệt chúng ta với thú vật. Có những thú vật trông như con người, và có một sự thông minh hơi giống với của con người, và đó là loài khỉ. Nhưng chúng không thể cười. Hiển nhiên con người khác hẳn với thú vật. Nếu được

Thượng đế hướng dẫn trong cái cười, đương nhiên ta cũng sẽ được hướng dẫn trong cái khóc.

Các hạn hãy khóc. Khóc thực sự. Bắt đầu [trắc nghiệm] Thôi đủ rồi. Do đó mà sau khi cười chúng ta phải khóc, bởi khóc có nghĩa là xin Thượng đế tha thứ, và cười là cảm tạ Thượng đế đã ban cho mình một đặc ân. Nếu các bạn nhận thấy mình đang khóc trong latihan, thì đó tức là trên thực tế ta đang xin Thượng đế tha thứ cho những tội lỗi của mình, bởi ta luôn phạm tội.

Bây giờ tiếp nhận. Giả dụ ta phạm tội: ta có thể khóc trước khi tiếp nhận latihan? Tình trạng mình như thế nào? [trắc nghiệm] Như một hòn đá. Chỉ miệng thôi thì vẫn chưa đủ. Ngoài miệng ra, ta còn có mũi. Công dụng của mũi là gì? [trắc nghiệm] Cuối cùng thì các bạn cũng có thể ngửi thấy sự trong sạch hay thiếu trong sạch của mình. Tiếp nhận: một kẻ tự cao tự đại, hình dạng mũi kẻ đó như thế nào? [trắc nghiệm] Ta cảm thấy nó thật dài, có phải vậy không? Khi còn bé, các bạn đã hay được là mình thường đặt bàn tay lên mũi như thế này [Bapak đặt tay lên mũi mình] Hiển nhiên những đứa bé cũng có thể tiếp nhận được điều tuy không hiểu đó là gì.

Ngoài mũi ra, các bạn còn có mắt? Công dụng của nó là gì? [trắc nghiệm]

Để nhìn, nhìn xa theo khả năng có thể nhìn. Một kẻ đần độn và lười biếng, mắt kẻ đó như thế nào? [trắc nghiệm] Trông nhỏ bé và biếng nhác. Ngoài mũi ra, các bạn còn có tai. Tai có thể nghe được đủ thứ, nghe những lời khuyên răn, nghe xúi giục làm những chuyện xấu. Nghe những điều nên nghe, cũng như những gì không nên nghe.

Tai các bạn ở đâu? Dùng nó để làm gì? [trắc nghiệm] Để nghe ngóng. Một kẻ đầy tội lỗi nghe đọc kinh Phúc Âm, tai kẻ đó cảm thấy gì? Nó như điếc, bị khóa kín. Một người

jiwa trong sạch nghe đọc các Thánh Thư, tai người đó cảm thấy gì? Nó hoàn toàn cõi mở.

Vậy, những dấu hiệu đó nằm trong lòng các bạn. Đó là công dụng và mục đích của latihan kedjiwaan Subud. Hiển nhiên nó xuất phát từ quyền năng của Thượng đế. Nó không bị ảnh hưởng bởi tâm trí và nafsu.

Bắt đầu. [latihan] Các bạn hãy đứng tại chỗ ban đầu của mình. Bản chất các bạn có một sự sống vô giới hạn, không chỉ là tay chân, tứ chi và cơ thể. Nó bao gồm nhiều thứ: giọng nói, mắt, tai, cảm xúc, ý thức.

Bây giờ Bapak làm một loại latihan khác với các bạn. Tĩnh tâm. Hãy bắt đầu, bây giờ là với toàn thân mình: chân, cánh tay, toàn thân, một cách tự nhiên tối đa, nhưng cùng với ca hát. Bắt đầu [latihan]

Bởi đã tiếp nhận được latihan, tức là ân huệ của Thượng đế, nên các bạn được quyền hỏi, hỏi Thượng đế, tại sao mình không thể tiếp nhận điều này hay điều nọ, chẳng hạn không thể tiếp nhận với tay hay chân. Để làm cho các bạn bắt đầu tiếp nhận được, Bapak sẽ thử một cách khác. Hãy cho thấy tay một võ sĩ quyền Anh thì như thế nào khi đấu võ. Bắt đầu, và đừng lo ngại mình sẽ đánh trúng ai, bởi điều đó sẽ không xảy ra. [trắc nghiệm]

Tiếp nhận một lần nữa. Thái độ người Đức ra sao khi họ làm việc? [trắc nghiệm] Và bây giờ Bapak sẽ coi xem tình trạng các bạn như thế nào khi làm việc. [trắc nghiệm] Yeah, Yeah, thôi đủ rồi. Điều đó khiến các bạn hiểu được tại sao mình không tiến được như người Đức, vì các bạn không làm việc chăm chỉ như họ. Đó là cách các bạn có thể đo lường được chính mình. Các bạn có thể đo lường sự tiến bộ hay thiếu tiến bộ của mình.

Một lần nữa, tiếp nhận. Thái độ của người Nhật như thế nào khi họ làm việc? [trắc nghiệm] Vậy, các bạn có thể tự

mình nghiệm được tại sao người Nhật làm mọi việc một cách thật nhanh chóng. Họ không để cho bất cứ gì ngăn trở mình.

Bởi có nhiều người Anh ở đây, Bapak sẽ trải nghiệm thái độ của người Anh như thế nào khi họ làm việc. Bắt đầu [trải nghiệm] Có thể mô tả theo một phương châm của người Hà Lan là chậm chạp nhưng chắc chắn. Để kết thúc, Bapak mong các bạn tiếp nhận một lần nữa một latihan bao gồm toàn bộ bản chất mình, toàn thân mình, cả giọng nói lẫn cơ thể các bạn, tất cả những gì khác. Các bạn cứ việc cử động một cách hết sức tự nhiên, khiến cho mình thực sự tiếp nhận được của Thượng đế. Bắt đầu [latihan]

Các bạn hãy tịnh tâm một lần nữa và đứng tại chỗ ban đầu của mình. Bapak mong buổi họp này được kết thúc, và cầu nguyện Thượng đế cho các bạn được tiến bộ. Không chỉ là latihan, mà là tình trạng hằng ngày của các bạn. Cám ơn.

17. Wolfsburg, Mạy 3, 1981

Bapak sẽ thử làm một trải nghiệm này với các bạn. Nhiều người trong các bạn sẽ có thể tiếp nhận được, nhưng cũng có nhiều người không tiếp nhận được. Điều quan trọng là các bạn sẽ có điều gì đó để tham chiếu, điều gì đó để đích thực là một kinh nghiệm mà các bạn có thể dùng để so sánh với trường hợp của mình. Nó như là các bạn sắp tiếp nhận latihan: chỉ việc tịnh tâm.

Ngay lúc Bapak nói "tịnh tâm," các bạn cảm thấy gì? [trải nghiệm]. Bây giờ trở lại trạng thái không tịnh tâm, trạng thái bình thường. [trải nghiệm] Có phải là khi Bapak nói "tịnh tâm", trạng thái các bạn là như thế này, và khi Bapak nói "đừng tịnh tâm nữa" trạng thái các bạn là như thế kia?

Một lần nữa [với hai cử chỉ khác nhau của tay] Như thế này tức là không có nafsu, và như thế kia tức là nafsu

bành trướng. Một lần nữa, không tịnh tâm. Một lần nữa, tịnh tâm. [trắc nghiệm] Có phải là vậy không? Các bạn có cảm thấy không? Làm sao các bạn có thể ghi chép lại điều đó? Bởi cách duy nhất Bapak cho các bạn thấy là làm như thế này với tay, và như thế kia với tay. Nếu các bạn ghi chép lại là Bapak làm như thế này với tay, và như thế kia với tay, thiên hạ sẽ càng thấy khó hiểu hơn. Một khi các bạn có thể thực sự cảm nhận được "thế này," "thế kia," thì các bạn sẽ tiếp nhận được bất cứ những gì mình cần cho cuộc sống.

Các bạn cảm thấy vui vẻ như lúc đang cười, tai mình cảm thấy như thế nào? [trắc nghiệm] Tất nhiên là khó tiếp nhận được, nhưng đã có những bạn đã tiếp nhận được. Tai mình có cảm giác là đang nghe một âm thanh êm dịu. Đó cũng là cười, nhưng là cái cười của tai. Một lần nữa: cái cảm giác vui sướng mà mũi tiếp nhận được thì như thế nào? [trắc nghiệm] Nó như là mình đang ngửi thấy một mùi thơm tho.

Một lần nữa: cái cảm giác vui sướng là như thế nào khi mắt tiếp nhận được? [trắc nghiệm] Mắt như đang lấp lánh, khiến nhìn được rất rõ.

Một lần nữa. Các bạn đã có cái căn bản Bapak đã cho: tai, mắt, miệng, tất cả là như thế nào, khi các bạn đối diện một kẻ đầy ác ý? [trắc nghiệm] Tất cả đều thấy sự đen tối. Có phải vậy không? Bây giờ một lần nữa. Để tránh khỏi cái trắc nghiệm vừa rồi Bapak đã làm, bây giờ các bạn chợt gặp một người tốt, rất tốt, có tâm tính rất tốt. Như vậy thì rất rộng lớn, rất rõ rệt, rất tốt lành [trắc nghiệm]

Trong ngực mình có phổi. Phổi là dụng cụ cho cuộc sống để chúng ta có thể thở. Do đó mà phổi cử động: cách cử động của nó là thở ra và hít vào.

Các bạn hãy tiếp nhận sự hoạt động của phổi. [trắc

nghiệm] Cứ để nó hoạt động và hoạt động. Bây giờ thì phổi bên trái hoạt động, nhưng phổi bên phải thì không. [trắc nghiệm] Bây giờ thay đổi cho phổi bên phải hoạt động, còn phổi bên trái thì cho nghỉ. [trắc nghiệm] Bây giờ thì cả hai đều hoạt động. [trắc nghiệm] Đủ rồi. Có phải là vậy không? Làm sao Bapak có thể kiểm soát được? Đó là vì Bapak đã đồng hóa với tất cả các bạn. Thực ra, điều khiến cho việc đó có thể xảy ra không là Bapak, mà là quyền năng của Thượng đế. Thế nên, khi khai mở cho một hội viên mới, các bạn hãy để cho sự phụng thờ Thượng đế của mình làm công việc khai mở. Vậy nên, sự phụng thờ Thượng đế của các bạn và của người hội viên được khai mở sẽ không bị ô nhiễm bởi những gì có nơi các bạn và nơi người hội viên.

Một lần nữa. Tâm trí là thành phần của sự sống nơi bản chất mình. Tịnh tâm. Mọi việc đều dựa trên sự tịnh tâm, bởi "tịnh tâm" có nghĩa là mình quy thuận Thượng đế thì Thượng đế sẽ có đó. Một tâm trạng buồn chán ảnh hưởng tới chân tâm mình như thế nào? [trắc nghiệm] Nếu trong lúc này các bạn nhìn thấy, cái nhìn của mình như thế nào? Nếu các bạn nghe thấy, cái nghe của mình bị ảnh hưởng như thế nào? [trắc nghiệm] Nếu các bạn hô hấp, sự hô hấp của mình như thế nào? [trắc nghiệm] Nếu các bạn nuốt, cái nuốt đó như thế nào trong lúc đó? [trắc nghiệm] Bị ảnh hưởng là như vậy.

Còn cái ngủ? [trắc nghiệm] Cảm giác trong miệng ra sao? [trắc nghiệm] Tất cả khiến cảm thấy là như có một căn phòng thoáng khí và sạch sẽ, đầy những thứ khiến mình vui thích. Tất cả những cái đó quan trọng cho những ai vẽ tranh, vì có thể cảm nhận được, có thể vẽ một bức tranh diễn đạt trạng thái của jiwa, trạng thái cảm nhận được trong lúc đó. Thực ra, đó là điều mà phái trừu tượng tìm cách đạt được.

Một lần nữa. Các bạn hô hấp, và tất nhiên là hô hấp qua mũi, bởi hai lỗ mũi là để cho hít thở. Như vậy tức là các bạn dùng sự hô hấp của mình, nhưng thực ra thì sự hô hấp dùng các bạn. Tiếp nhận: Hãy chỉ thở qua lỗ mũi bên phải. [trắc nghiệm] Các bạn cũng có thể ép mình thở qua lỗ mũi bên trái. Nhưng vẫn chỉ là lỗ mũi bên phải nó thở. Bây giờ đổi qua bên trái. [trắc nghiệm] Bây giờ thì với cả hai. [trắc nghiệm] Các bạn nghe thấy một tiếng nói với tai bên phải [Bapak hát] Và bây giờ với tai bên trái. Với cả hai [trắc nghiệm]

Lấy trường hợp một kẻ đã không tiếp nhận latihan kedjiwaan và không gia nhập Subud: nếu mắt mình nhìn qua bên phải, mắt bên trái sẽ nhìn qua đâu? [trắc nghiệm] Mắt bên trái nhìn qua bên trái, mắt bên phải sẽ nhìn qua đâu? [trắc nghiệm] Giả dụ mắt bên phải nhìn thấy Thượng đế trước mặt mình, mắt bên trái sẽ nhìn qua đâu? [trắc nghiệm]

Bây giờ là cân bằng, khiến các bạn hiểu được khi nào có, và khi nào không có. Khi Chúa Giê-Su nhìn thấy Thượng đế trước mặt mình, mắt bên trái người nhìn qua đâu? [trắc nghiệm] Đều như nhau, cả hai đã thành một. Với các thường nhân thì khác, mắt này nhìn qua bên này, mắt kia nhìn qua bên kia.

Một lần nữa. Các bạn có thể tự cảm thấy tình cảnh của chính mình? Các bạn ngồi trên ghế. Thực ra, ghế đang đang ngồi trên các bạn, hay các bạn đang ngồi trên ghế? [trắc nghiệm]

Cái ghế ở đâu? Với phần đông các bạn, ghế vẫn còn trên đầu mình. Điều đó có nghĩa là phần đông các bạn vẫn còn bị ảnh hưởng bởi sức mạnh vật chất. Trước mặt mình có một miếng bánh mì. Các bạn ăn bánh mì, hay bánh mì ăn mình? [trắc nghiệm]

Nếu xem xét mình thâm sâu, ta nhận thấy sự vinh quang của con người vẫn còn yếu kém, rất yếu kém. Nếu óc não mình bỏ rơi mình, các bạn còn có thể suy nghĩ? [trắc nghiệm] Nếu óc não, trí óc Chúa Giê-Su bỏ rơi người, tư tưởng của người thì như thế nào? [trắc nghiệm] Nó còn đầy đủ. Với người Thiên Chúa giáo, Chúa Giê-Su là người lãnh đạo, người dẫn đường, cột chỉ đường của họ.

Vậy, nếu là người Thiên Chúa giáo, các bạn cũng phải tối thiểu là 5% của Đức Ki Tô. Bapak không nói tới bất cứ ai, vì nếu mà nghe biết được, người đó sẽ giận Bapak. Nói chung thì các nhà trí thức là những người rất thông minh. Khi họ đối diện cái chết, tình cảnh họ lúc đó ra sao? [trắc nghiệm] Họ không thể suy nghĩ tới bất cứ gì. Vì tư tưởng họ đã chết.

Bây giờ một cách khác. Với tất cả các bạn, tuy quá trình latihan mình chưa hoàn toàn, nhưng các bạn đã có thể trắc nghiệm về bản thân mình. Toàn thể bản chất mình, kể cả tư tưởng mình, sẽ cảm thấy như thế nào lúc đối diện cái chết? [trắc nghiệm] Rất tốt, bởi đó là một tình trạng thư thái, an bình. Không phải là mọi người, nhưng có những người trong các bạn là như vậy.

18. Cilindak, 29 Mayıs 1987

[Bapak bắt đầu latihan với phái nữ] Như thông lệ, chỉ việc để cho tự nhiên: cứ thả lỏng, đừng tự hạn chế mình, khiến các bạn có thể thực sự cử động khi làm latihan. Bởi các động tác là sự tẩy sạch, thanh lọc bản chất mình. Đừng rụt rè hay lúng túng. [latihan] Bởi đêm nay mọi người đều lẫn lộn với nhau, nên Bapak thấy hơi khó có thể làm trắc nghiệm để coi xem các bạn đã tiến bộ tới đâu. Tuy thế, Bapak sẽ làm một vài trắc nghiệm với các bạn đêm nay.

Tiếp nhận. Nếu đau buồn, các bạn cảm thấy ra sao trong tâm mình? [trắc nghiệm] Nhiều người trong các bạn vẫn

còn tiếp nhận theo cách thô thiển, trong cái bản ngã thô thiển. Nhưng nếu vui sướng hay được vận may, các bạn cảm thấy như thế nào trong tâm mình? Vẫn còn nhiều người trong các bạn chưa nhận được rõ 100%. Nhưng các bạn cũng đã tối thiểu có thể tiếp nhận được điều gì qua các động tác.

Một lần nữa. Đừng nghĩ tới bất cứ gì. Hãy cho thấy các thiên thần là gì và ở đâu? [trắc nghiệm] Các thiên thần cùng có với và tách biệt khỏi những sinh vật của Thượng đế. Vậy, đừng nghĩ rằng họ không hiểu được tình trạng mỗi sinh vật của Thượng đế, tình trạng từng cá nhân. Thế nên, ta phải cư xử tốt đẹp với hết khả năng mình trong cuộc đời trên cái thế gian này. Thái độ các bạn nên ra sao đối với các thiên thần? [trắc nghiệm]

Nếu một thiên thần nhìn thấy những hành vi thích đáng của mình, các bạn sẽ cảm thấy như thế nào ngay lúc đó? [trắc nghiệm] Đó là một cảm giác của sự tin cậy hoàn toàn, của sự mãn nguyện hoàn toàn. Đó là lúc điều đó đã đồng hóa với mình. Đây là một thí nghiệm các bạn khó tiếp nhận được, nếu sự thanh lọc của mình chưa tiến tới cái mức đó.

Do đó mà các bạn cần phải cử động rất nhiều trong latihan. Vậy nên, đừng tự kiểm chế mình. Cứ để cho mình la hét, hay làm bất cứ những gì xảy ra, vì đó là cách thanh lọc tiến bộ.

Các bạn có thể khóc mà không có lý do nào để khóc? [trắc nghiệm] Thực ra thì không là như vậy, bởi khi các bạn khóc không lý do, điều xảy ra là các bạn khóc vì những tội lỗi của mình. Ngay lúc đó, các bạn xin Thượng đế tha thứ cho mình, tha thứ cho tất cả những gì sai trái và tác hại mình đã làm. Do đó mà latihan các bạn cần phải có rất nhiều động tác, những động tác tác động tới phần bên trong và bên ngoài của mình.

Bây giờ hãy cười không lý do [trắc nghiệm] Vậy, các bạn sẽ có thể cười không chỉ vì mình đang xem một diễn viên hài, mà bản chất mình còn có thể là một diễn viên hài.

Bây giờ tiếp nhận bằng chứng của việc các bạn nói "*Allahu Akbar*, Thượng đế là Toàn năng." [trắc nghiệm] Đã nói điều đó, các bạn cảm thấy ngay lúc đó một sự mãn nguyện hoàn toàn, không có bất cứ chướng ngại nào, không có bất cứ vấn đề gì trong đời mình.

[Bapak kêu phái nam lên trắc nghiệm] Bapak bắt đầu latihan với „*Allahu Akbar*“. Latihan các bạn đã đi được trên một con đường dài, nhưng đi được trên một con đường dài thì ích lợi gì, nếu con ngựa của mình bị đau ốm. Tức là cái cảm giác tiếp nhận được latihan thì thiếu dũng cảm. Nên latihan các bạn thiếu hiệu quả, thiếu kết quả trong cuộc sống.

Tại sao chỉ có duy nhất Bapak, một ông già, là người đã tiến bộ? Chỉ có sự tiến bộ của Bapak là được thấy rõ ngoài đời, trong khi tất cả các bạn thì không có gì thay đổi. Sự kiện là với quyền năng của Thượng đế chúng ta được hướng dẫn về mọi chuyện, học hỏi được đủ điều, bởi Thượng đế là Toàn năng, là Đại phú, là Đại trí và Toàn trí. Nếu muốn là một tài tử điện ảnh, chúng ta sẽ thành công; nếu muốn là một diễn viên hài, chúng ta sẽ thành công. Với bất cứ gì mình muốn, chúng ta sẽ thành công, nhưng với điều kiện là phải dũng cảm. Đó là tất cả những gì thiếu thốn. Vậy, Bapak mong các bạn sẽ tập latihan với lòng dũng cảm, chấp nhận, quy phục và kiên nhẫn. Chỉ có vậy thôi.

Cái căn bản cho tất cả những điều đó đã có, và đó là những hiểu biết hằng ngày của mình. Nhưng không có gì đã xảy ra, đã phát triển, vì các bạn thiếu dũng cảm. Có một châm ngôn là ai đã tiếp nhận được ân huệ của Thượng Đế thì có thể làm được bất cứ gì, đạt được bất cứ

gì. Nhưng tại sao những kẻ có những hiểu biết y như của các bạn, những kẻ không tiếp nhận được latihan, thì lại thành công hơn, làm được nhiều hơn các bạn? Đó là vì các bạn thiếu dũng cảm, nên những gì mình tiếp nhận được không được dùng tới và phát triển. Một khi nơi bên trong mình thức tỉnh, thì tất cả những gì có nơi bên trong mình cũng thức tỉnh. Nó cũng có thể phát triển. Nên ta sẽ thành một con người toàn thiện.

Thế nên, Bapak cầu nguyện cho các bạn thực sự tiếp nhận được ân huệ của Thượng đế, cho những gì các bạn mong ước trong đời mình sẽ phần nào được phát huy, phần nào có kết quả. Chỉ có thể thôi. Xin mời nhóm thứ hai bước lên. Bapak nói vài lời vừa rồi để đánh thức ý chí các bạn, khiến nó trở nên nồng nhiệt hơn, sáng rực hơn, chứ không như từ trước cho tới nay.

Tĩnh tâm. Bắt đầu [latihan] Các bạn đứng thẳng người, trong trạng thái ý thức. Latihan các bạn đã tiến bộ được nhiều; điều còn thiếu là kết quả, là thực tại. Cái thực tại đó sẽ giúp nhiều cho lòng dũng cảm, kiên nhẫn, chấp nhận và quy phục.

Và các bạn không phải lo ngại, vì latihan là sự hướng dẫn của Thượng đế. Nếu những gì mình làm là ngay phải, là không đi ra ngoài sự thật, thì các bạn không có gì phải lo ngại. Trong tất cả những hành vi của mình, những hoạt động của mình, các bạn luôn nhận thấy trong tâm mình điều gì đó là sự giáo hóa và hướng dẫn. Chỉ có vậy thôi. Cám ơn.

PHẦN 2: NHỮNG HỒI ỨC CỦA HỘI VIÊN

Thời gian: đầu năm 1950 - Nơi chốn: Yogyakarta

° Lấy trong History of Subud của Harlinah Longcroft

Chính trong những trường hợp đó Bapak làm một vài trắc nghiệm với Ibu Rochanawati trước mặt các hội viên, và điều đó đã để lại một ấn tượng sâu đậm cho nhiều người, kể cả Ibu Sanyoto -họ nhớ rất rõ. Bapak bảo Ibu Rochanawati trắc nghiệm coi xem trong tương lai Bapak có bao nhiêu tiền. Đang ngồi trên mặt đất trước mặt Bapak, bà hầu như ngã nhào vì sức nặng của tất cả tiền bạc, điều bà nói bằng tiếng Java có nghĩa là "rất nhiều." Ibu Sanyoto cũng nhớ lại là Ibu Rochanawati nói rằng đó là *mar'ifat*, điều Bapak mô tả (1980) là *hakekat* của sự phụng thờ trong chân ngã.

Thời gian: đầu năm 1950 - Nơi chốn: Jakarta

° Người thuật lại: Pak Rusli Alif

Sau Hội nghị Subud Thế giới lần đầu tại Coombe Spring, Bapak yêu cầu anh Rusli đi tìm một khu đất thích hợp để xây cất một trung tâm Subud cho những người đến thăm là những hội viên Subud Tây phương. Rusli tìm thấy ba nơi có thể xây cất. Nơi đầu tiên thuộc một chủ nhân tên là Sharif. Cái tên đó có nghĩa là Cao Quý, điều đó thì đúng

với Bapak. Khi tham quan, Bapak tỏ vẻ trầm lặng, rồi yêu cầu cho mình đi coi nơi thứ hai. Nơi thứ hai đó có chủ nhân tên là Rashid. Tên đó nghĩa là Thủ Lãnh, và điều đó cũng đúng với Bapak.

Bapak một lần nữa trầm lặng trặc nghiệm. Người yêu cầu Rusli lái xe đem mình tới nơi thứ ba. Chủ nhân nơi đó tên là Ibrahim (Abraham), một nơi xa xôi tại một vùng đồng quê. Người đó mời Bapak và Rusli dùng những thứ giải khát. Bapak trầm lặng nhìn lướt qua những cánh đồng, rồi nói: "Nơi này thì được." Pak Rusli cho hay là Bapak thấy có nhiều nước dưới mặt đất, như giếng nước Zam-Zam tại Mecca mà Thượng đế ban cho vợ con Abraham là Ismail và Siti Hagar.

Thời gian: thời kì 1950-1960 - Nơi chốn: Cilandak

◦ Người thuật lại: Pak Rusli Alif

Đang đứng giữa phòng tập, Bapak kêu một phụ tá lâu năm lên đứng đằng sau mình. Bapak tự coi mình là một Imam bắt đầu hành lễ buổi tối, rồi nói với người hội viên đó: "Hãy cầu nguyện." Anh cầu nguyện, rồi Bapak bảo anh tiếp nhận trong tâm anh : "*Allahu Akbar*." Anh nói mình cảm thấy mãnh liệt quyền năng của Thượng đế được truyền xuống. Anh nhận thức được cái quyền năng tác động qua trung gian Bapak là "*Imam Mahdi*." Nhưng không là Bapak, mà chính Thượng đế là Đấng Mahdi ¹ hướng dẫn chúng ta.

¹ Người Hồi giáo tin là trong tương lai sẽ xuất hiện một Mahdi để cứu giúp nhân loại. Trong lịch sử của Hồi giáo có nhiều kẻ tự nhận mình là một Mahdi, và gần đây không ai khác hơn là Osama Bin Laden. Theo phái Shia của Hồi giáo, một Mahdi phải thuộc dòng dõi của Thiên Sứ Muhammed.

Thời gian: đầu năm 1960 - Nơi chốn: Cilandak

◦ Người thuật lại: một phụ tá lâu đời Indonesia ở Cilandak đang nói chuyện với một vài hội viên, Bapak kêu một hội viên trong cơ quan thư kí: "Mời bạn bước lên để tiếp nhận là so sánh dầu hỏa của vùng biển Java với của Trung Đông." Sau trải nghiệm, người hội viên là phụ tá lâu đời đó nói rằng so với vùng biển Java là một cái hồ, dầu hỏa ở Trung Đông chỉ là một cái thùng. Cũng theo hội viên đó, Bapak sau này nói: "Nếu tìm thấy nơi đây chỗ là vị trí của dầu hỏa, ta có thể hút hết dầu hỏa của Trung Đông."

Có những trải nghiệm khác của Bapak với hội viên mà anh thuật lại: Thái độ của một người Âu Châu và một người Đông phương là như thế nào? Người Âu Châu đi đứng ra sao? Người Indonesia đi đứng ra sao? Người miền Trung Java đi đứng ra sao?

Người phụ tá lâu đời đó còn thuật lại việc Bapak trải nghiệm: "Một sinh vật trên Mộc Tinh (Jupiter) đối với chúng ta nơi đây trên trái đất thì như thế nào?" Người nói: "Khi họ thở hay ngủ thì với chúng ta là 100 năm."

Thời gian: 1957 - Nơi chốn: Coombe Springs

◦ Người thuật lại: một trong những nữ phụ tá Tây phương đầu tiên

Hồi đó Bapak không dùng từ "trải nghiệm." Người yêu cầu một trong những người nữ Tây phương đầu tiên được khai mở làm latihan. Người nữ đó không biết Bapak có ý định gì. Khi chị làm latihan, Bapak hỏi: "Hãy cho thấy latihan từ đâu đến." Chị nói tay phải mình đưa lên một cách không khó khăn, ngón tay chỉ thẳng lên trên. Chị nói ngay lúc đó trong tâm mình chị biết đó là từ Bên Trên.

Bapak liền nói: "Bạn cứ tiếp tục làm latihan. Bây giờ hãy cho thấy: "Bapak đang ở đâu?" Chị nghĩ điều này thật quái lạ, vì Bapak đang ngồi trên một chiếc ghế trước mặt mình, cách mình chỉ hơn một thước. Nhưng chị vẫn làm latihan và thấy cánh tay mình đưa lên bên trên đầu, còn mình thì bị khiến xoay vòng quanh. Ngay lúc đó chị hiểu rằng Bapak có khắp nơi, mọi nơi trên khắp thế giới. Chị hiểu được Bapak quả thực là từ Thượng đế.

Bapak nói: "Bây giờ thì tới Rapustin. Hãy cho thấy cái quyền năng của ông là từ đâu." Trong latihan chị đưa tay lên, vòng quanh nơi nơi bên cạnh và phía dưới mình; ngón tay chỉ xuống mặt đất. Bapak nói: "Quyền năng của Rapustin là của những khoáng vật của trái đất, đó là Tà Thuật. Do đó mà khó có thể giết chết Rapustin."

Đó là trải nghiệm đầu tiên của chị về điều sau này gọi là trắc nghiệm. Chị phản ứng một cách tự nhiên mà không hay biết gì trước, không được chỉ thị hay mong đợi bất cứ gì. Điều đó làm cho những gì chị trải nghiệm trở nên khả tín hơn. Đó có lẽ là lần đầu tiên Bapak biểu diễn trắc nghiệm ở Tây phương.

Hồi đó cũng tại Coombe Springs Bapak thường kêu một nhóm nữ lên để hỏi: "Tay các bạn ở đâu? Chân các bạn ở đâu? Hãy cho thấy một phụ nữ Indonesia khiêu vũ như thế nào? Một phụ nữ Java cười như thế nào? (Họ tỏ vẻ bẽn lẽn lấy tay che miệng khi cười) Một người Mỹ cười như thế nào? Một người Nhật đi đứng như thế nào? Một người Nhật kinh doanh như thế nào?"

Tại Cilandak có lần Bapak yêu cầu chị cho thấy: "Mariam (Đức Mẹ) tỏ vẻ ra sao khi chung đưng với thiên hạ? Các phụ tá tiếp nhận được Mariam cử động chậm chạp, rất chậm chạp và chần chẫn. Bà luôn cởi mở với những ai bên cạnh mình. Bà luôn ôm hôn họ, và phụ tá tiếp nhận được trong cảm xúc là bà rất thương cảm những kẻ nghèo khó.

Bapak liền nói: "Hãy cho thấy Mariam cười như thế nào." Vị phụ tá đó thuật lại là cái cười đó mỏng manh tới nỗi hầu như bà không đang cười. Đó là cái cười rất nhỏ bé và dễ thương, một cái cười của nội tâm. Bapak nói: "Yeah, Mariam không bao giờ cười nhiều." Vị phụ tá đó nhận xét trong những trải nghiệm đó mình cảm thấy vừa vui vừa buồn về cách đối xử của Đức Mẹ.

Khi tới Cilindak sinh sống, vị phụ tá đó thường hỏi Bapak về những vấn đề cá nhân. Bapak thường nói với chị: "Bây giờ tiếp nhận. Sẽ như thế nào nếu...có thể thành tâm phó thác điều đó cho Thượng đế?" Chị nói đó là đáp vấn hoàn toàn cho mình. Chị cảm thấy cái khả năng phó thác đó là một ân huệ của Thượng đế, và Bapak đã giúp cho chị được như vậy. Bapak cũng tập cho chị cách dùng latihan trong đời sống cá nhân của mình.

Thời gian: 1957 - Nơi chốn: Coombe Springs và Alexandra Palace.

◦ Người thuật lại: một cặp vợ chồng là phụ tá ở Cilindak

Tại phòng ăn ở Coombe Springs, trong những năm đầu của 1957, Bapak hỏi: "Đầu mình như thế nào khi các bạn tập latihan?" Theo những gì người hội viên đó nhớ lại, chị thấy đầu mình như một cái hộp hình vuông mở nắp.

Tại Alexandra Palace trong lúc đi thăm vùng Bắc London, trong năm 1970, Bapak trải nghiệm phái nữ: "Cái thế giới có thật ở đâu?" Một trong các phụ tá nhớ lại là khi trở về chỗ ngồi, chị cảm thấy mình vừa đi khỏi cái thế giới có thật để trở về cái thế giới không có thật.

Tại Manchester, trong năm 1967, Bapak trải nghiệm những người nam và nữ đang ngồi trong một buổi nói chuyện: "Các bạn cảm thấy tim can mình như thế nào, nếu nó hoạt động như một động cơ hơi nước?" Tiếp theo

là: "Tim can thâm sâu của mình như thế nào nếu nó như một tàu thủy đang di chuyển?"

Tại Alexandra Palace Bapak trải nghiệm: "Tiếp nhận: là một võ sĩ quyền Anh thì như thế nào?" "Hãy ca hát như các thiên thần." "Tay các bạn dùng để làm gì?" "Miệng dùng để làm gì?"

Thời gian và nơi chốn: khác nhau

◦ Người thuật lại: hai phụ tá Anh lâu đời là vợ chồng

Tại Anh trong năm 1967 ở Coombe Springs: "Linh hồn rời khỏi thể xác như thế nào lúc chết?" (Theo những gì được thuật lại là qua cửa miệng)

Tại Singapore trong năm 1967 sau Hội Nghị Tokyo, Bapak kêu hai người nam bước lên đứng trước mình, cả hai đều là người Anh chính cống. Bapak hỏi họ: "Một người Anh cưới ngựa như thế nào?" Cả hai đều cưới theo đúng cách của người Anh, ngồi thẳng đứng, cánh tay khép lại, đôi chân bám chặt vào ngựa, lưng cứng đờ. Hiển nhiên họ đang chạy nước kiệu, khi lên...khi xuống...Bapak liền nói: "Một người Mỹ cưới ngựa như thế nào?" Đột nhiên cánh tay họ dang ra, chân cũng dang ra, và họ bắt đầu đánh vào hông ngựa. Và kêu la Yahoo, Yahoo. Sự tương phản thật rõ rệt.

Tại Alexandra Palace trong năm 1970, Bapak làm trải nghiệm với phái nam về những sức mạnh hạ đẳng. Bapak hỏi: "Cái sức mạnh vật chất có nữ tính nơi các bạn thì như thế nào?" Và "Cái sức mạnh vật chất có nam tính nơi các bạn thì như thế nào?"

Tại London trong thời kì năm 1970 Bapak hỏi những người nam: "Một người nam chơi môn đánh gôn như thế nào?"

Tại London trong những năm 1970 Bapak trải nghiệm hơn

100 người nam. Bapak hỏi: "Một người nam đánh quyền Anh như thế nào?" Mọi người đều bắt đầu đánh quyền Anh, nhưng không ai đã đánh trúng vào người khác, tuy đông người. Bapak liền hỏi: "Một con ngựa chạy như thế nào?" Mọi người đều chạy vòng quanh như những con ngựa. Có một vị nhảy dựng đứng trông thật đẹp.

Trong một buổi nói chuyện tại Rotterdam ở Hà Lan, trong năm 1974 hay 1975, Bapak nói: "Trắc nghiệm: những đĩa ăn xúp của các sinh vật ở Jupiter lớn như thế nào?" Bapak cho biết: "Lớn khoảng Địa Trung Hải." "Đầu họ ở đâu?" Một hội viên thuật lại là giữa đôi chân. Những người khác thì trên lưng họ.

Ngày 14 tháng 6 1975 Bapak trắc nghiệm tại Wolfsburg: "Đứng trước một người được trắc nghiệm xem có thích hợp là phụ tá hay không, các bạn sẽ cảm thấy như thế nào? Nếu người đó không thích hợp thì như thế nào?" "Đứng trước một hội viên mình muốn giúp, phụ tá sẽ cảm thấy như thế nào?" "Tại sao Subud đã không bành trướng trên thế giới?"

Tại Salzburg, trong lúc các hội viên đang ngồi, Bapak nói là phần đông chưa phát triển qua mức độ vật chất. Bapak liền yêu cầu các hội viên tiếp nhận, coi chân mình là vật chất, dạ dày là thực vật, ngực là thú vật và đầu là mức độ con người; đó là cái trình độ hiện nay của họ.

Tại Anh, Bapak thường trắc nghiệm: "Hãy nhảy múa như các thiên thần."

Có lần Bapak trắc nghiệm với các hội viên đang ngồi: "Hãy cảm nhận tim mình. Tiếp theo là "Hãy cảm nhận phần bên phải, hay bên trái, của tim." "Mắt mình cảm thấy như thế nào trước mặt một kẻ gian lận?" "Mũi mình cảm thấy như thế nào trước mặt một kẻ gian lận?"

"Latihan các bạn như thế nào cách đây 5 năm? Và hiện

nay nó như thế nào?" Bapak liền nói "Yeah, nó đang thụt lùi."

Bapak làm trắc nghiệm với phái nữ: "Một phụ nữ Anh trang điểm khuôn mặt mình như thế nào?" Các người nữ vỗ nhẹ một cách rời rạc trên khuôn mặt. Đúng là vậy. "Một phụ nữ Mỹ trang điểm khuôn mặt mình như thế nào?" Các người nữ cảm thấy phấn khởi và tỏ ra chuyên nghiệp hơn, nhưng một cách hơi thất thường. "Một phụ nữ Pháp trang điểm khuôn mặt mình như thế nào?" Các người nữ rất chú ý tới các chi tiết, cái nghệ thuật của trang điểm; họ vuốt ve khuôn mặt, một cách chuyên nghiệp và tế nhị.

Tại Pháp Bapak trắc nghiệm: "Các bạn cười như thế nào lúc 5 tuổi? Lúc 10 tuổi? Bây giờ thì các bạn cười như thế nào?"

Khoảng năm 1980 Bapak hỏi các người nữ tại một khách sạn ở Hammersmith: "Sức mạnh vật chất biểu hiện như thế nào?" Vị nữ nhân mô tả cái trắc nghiệm đó nói rằng cái sức mạnh đó rất mạnh, đầy nghị lực nơi chân. "Sức mạnh thực vật biểu hiện như thế nào?" Điều được cảm thấy là có một nơi lắc lư qua, lắc lư lại. Nó thật dễ chịu và nhẹ nhàng. "Sức mạnh thú vật biểu hiện như thế nào?" Cái trắc nghiệm đó tạo nên một cảm giác có nghị lực khiến đứng lên đi đây đó, khiến hân hoan. "Sức mạnh con người biểu hiện như thế nào?" Cái sức mạnh đó tạo nên một cảm giác thanh tịnh tươi đẹp.

Với những người nam tại Anugraha: "Thái độ các bạn ra sao khi đối diện một tai ương?" (bình tĩnh và sẵn lòng) Ngoài ra: "Một người Anh đi đứng như thế nào? Một người Đức đi đứng như thế nào? Một người Java đi đứng như thế nào? Một người Anh cười như thế nào? Một người Mỹ cười như thế nào? Một người Mỹ Tây Cơ cười như thế nào?" "Một tướng lãnh đi đứng như thế nào?"

Thời gian và nơi chốn: khác nhau

◦ Người thuật lại: một hội viên Indonesia lâu đời ở Cilandak
Tại Coombe Springs Bapak hỏi một vài phụ tá: "Linh hồn Hitler ra sao, và linh hồn Mussolini ra sao?"

Tại Anh và Đức Bapak biểu diễn trắc nghiệm bằng cách lấy chính mình làm thí dụ. "Văn hóa của loài người xảy ra như thế nào?" "Từ latihan." Bapak thường hát để cho thấy điều đó.

Trong những ngày đầu tiên tại Đức và Anh (1957-1959) Bapak thường trắc nghiệm với hội viên. "Một người Anh đi đứng như thế nào? Một người Đức đi đứng như thế nào? Một người Indonesia đi đứng như thế nào?" Sau này, tại Cilandak Bapak thường trắc nghiệm: "Một người Solo đi đứng như thế nào? Một người Yogyakarta đi đứng như thế nào?"

Trong phòng tập xưa kia tại Cilandak, trong lúc có latihan phụ tá, Bapak hỏi một trong những vị phụ tá Indonesia có tiếng tăm: "Một ngọn núi nào đó tại Java có thể nhập vào lòng con?" Có thể được. Khi vị phụ tá đó hỏi một ngọn núi khác có thể nhập vào mình hay không, điều đó cũng có thể được. Một hội viên thứ nhì được kêu lên để làm một trắc nghiệm tương tự. Nhưng sau khi ngọn núi thứ nhất đã trong lòng anh, như vậy là đã đầy đủ!

Một hội viên lâu đời được Bapak trắc nghiệm. Bapak hỏi anh: "Tình trạng ông nội con ra sao?" Bapak nói: "Ông nội con đã tiếp xúc được với latihan."

Một cặp vợ chồng nọ được kêu lên làm trắc nghiệm trước mặt Bapak tại Indonesia. Bapak hỏi: "Hôn nhân các con ra sao?" Bapak bình luận: "Nó như một xe lửa, với đầu máy và toa chở hành khách. Cái này kéo thì cái kia được kéo theo."

Thời gian và nơi chốn: khác nhau

◦ Người thuật lại: một cặp vợ chồng là hội viên lâu đời ở Cilandak

Năm 1963 tại Briarcliff Bapak kêu các hội viên lên trải nghiệm về những bộ phận của cơ thể [Hồi đó họ chưa biết đó là gì] Có những câu hỏi như: "Chân mình ở đâu? Dùng chân để làm gì? Đầu mình ở đâu? Tay mình ở đâu?" Các hội viên biết được là các thành phần của cơ thể có thể tự động đáp ứng khi được hỏi. Chẳng hạn, có những hội viên lấy tay chỉ vào đầu mình, khi được hỏi "Đầu mình ở đâu?" Bapak giải thích nếu đầu được hỏi, thì đầu phải trả lời, phải đáp ứng.

Một Chủ Nhật nọ, khi chỉ có riêng mình với Ibu và ba phụ nữ Tây phương lớn tuổi, Bapak biểu diễn một vài trải nghiệm. Người đứng lên làm trải nghiệm: "Đức Mẹ phụng thờ Thượng đế như thế nào?" Các động tác tỏ vẻ cực kì có nữ tính, trầm lặng, và có sự vuốt ve ngực. Bapak nói: "Thượng đế đã cho Bapak nhìn thấy thế giới trong lúc thăng thiên." Với bàn tay, Bapak làm thành hình một quả cầu nhỏ bé, rồi nói: "Nó nhỏ bé như thế này." Bapak cũng trải nghiệm các phụ nữ đang có mặt: "Các bạn có thể nhận được một hạt giống có Nhân Tính?"

Tại hội nghị Briarcliff trong năm 1963, Bapak làm một trong những trải nghiệm tập thể đầu tiên nơi một phòng tập đầy nhóc người, cả nam lẫn nữ. Bapak gõ lên mặt bàn: "Các bạn có thể tiếp nhận trong bộ phận sinh dục mình?"

Trong buổi nói chuyện tại Briarcliff, Bapak nói tất cả chúng ta bề ngoài trông như con người, nhưng lại chứa một cơ thể tâm linh có thể không có tính người. Bapak tự trải nghiệm về cơ thể tâm linh của một trong những hội viên New York đầu tiên đã quá cố, rồi nói: "Đầu anh ấy như

một cái bấu bằng gỗ!" Bapak cũng cho hay trung tâm của cơ thể thông thường là tại khu vực của rốn. Bapak trải nghiệm một hội viên nữ để coi trung tâm của chị là tại đâu. Cái trung tâm đó là tại tim. Bapak nói đó là điều tại sao chị lo lắng mình bị đau tim.

Một đêm nọ tại Briarcliff trong năm 1963, Bapak kêu một phụ tá nữ lên trải nghiệm: "Thế nào là cảnh giới của thực vật?" Chị thuật lại là trong cái trải nghiệm đó chị nghiệm thấy một cảm giác của sự rộng lớn vô cùng.

Năm 1967 tại Manchester Bapak trải nghiệm cổ của mọi người: "Với cổ các bạn thì ra sao? Cổ một kẻ sân si thì như thế nào?" Trong cái trải nghiệm về cổ một kẻ sân si, một hội viên nhận xét anh cảm thấy đầu muốn lặn lóc trên sàn nhà, khi cổ anh lắc lư từ bên này qua bên kia một cách mãnh liệt.

Tại hội nghị Tokyo trong năm 1967 một hội viên nữ được gọi lên làm trải nghiệm: "Tiếp nhận. Hãy tuân theo latihan." Hội viên đó làm latihan, rồi Bapak nói: "Đó là quyền năng của Thượng đế." Với cử tọa Bapak nói: "Các bạn có thể hỏi chị ấy."

Năm 1967 tại hội nghị Tokyo Bapak trải nghiệm những ứng viên cho chức vụ chủ tịch Hội đồng Subud Thế giới. Các ứng viên được yêu cầu đi ra ngoài phòng, để những hội viên khác làm trải nghiệm thay cho họ. Bapak hỏi về anh Richard Crowdson, vì anh là một ứng viên có uy tín. Một trong những vị làm trải nghiệm ngã xuống đất. Mọi hội viên khác được yêu cầu cho thấy tay của Varindra Vittachi sẽ như thế nào, tay của Richard Engels sẽ như thế nào, tay của Sharifin Gardiner sẽ như thế nào, vân vân. Trong trường hợp của Richard Engels, tay hội viên đó nhảy qua bàn. Bapak nói: "Hội chúng ta chưa sẵn sàng cho điều đó." Bapak giải thích Varindra là sự lựa chọn tốt nhất cho lúc này.

Năm 1970 tại Leicester Bapak trắc nghiệm chức vụ chủ tịch hội đồng quốc gia của Anh quốc. Bapak yêu các ứng viên trắc nghiệm trước mặt mình. "Khả năng làm chủ tịch của các bạn là như thế nào?" Tất cả các ứng viên, ngoại trừ anh Edward van Hien, đều đưa tay lên không trung nói "*Allahu Akbar, Allahu Akbar...*" Còn Edward van Hien thì chỉ đứng yên như một pho tượng, đầu xoay tròn từ bên này qua bên kia, trông anh vô cùng khốn khổ. Ngay lập tức Bapak chọn anh Edward! Một hội viên nhận xét không biết làm sao Bapak đã quyết định như vậy.

Năm 1970 tại Anh Bapak trắc nghiệm một nhóm hội viên: "Chân các bạn ở đâu? Một vài hội viên nằm xuống đạp xe đạp. Thấy điều đó nhiều người cười. Bapak quay qua phía họ nói: "Không có gì đáng cười." Một câu hỏi khác cho một nhóm thứ hai là "Các bạn sẽ ra sao nếu điều gì bất hạnh vô cùng, hay một tai ương, xảy ra cho mình trên cái thế gian này?" Hầu hết mọi người đều rên rỉ và la khóc. Chỉ có hai người là rú lên với tiếng cười. Câu hỏi kế tiếp là "Thái độ mình nên như thế nào nếu một chuyện bất hạnh khủng khiếp xảy ra cho mình?" Sự tiếp nhận được là cười và vui vẻ. Một hội viên nói rằng với cái quyền năng đó của latihan ta có thể đổi diện bất cứ gì.

Năm 1971 tại Hội nghị Thế giới ở Cilandak, Bapak kêu một phụ tá nữ lên để yêu cầu chị tiếp nhận: "Trong tương lai ngân hàng sẽ ra sao?" Chị tiếp nhận được là nó sẽ rất lớn và làm ăn khấm khá. Bapak vui vẻ cười. Sau này, ngân hàng Subud có vấn đề, nên càng lúc càng trở nên nhỏ bé hơn, và cuối cùng thì phải bán đi. Nhưng hiện nay trong năm 1991 ngân hàng BSB (Bank Susila Bakti) trở nên phát đạt cho những chủ nhân mới của nó, và có các chi nhánh khắp Jakarta!

Năm 1978 một nữ hội viên lâu đời sinh sống ở Cilandak được yêu cầu lên làm trắc nghiệm. Bapak hỏi: "Với người

vợ của Abraham thì như thế nào?" và "Với Đức Mẹ thì như thế nào?" Trong cái trắc nghiệm về Đức Mẹ sự tiếp nhận của hội viên đó cho thấy một con người rất nghiêm trang, rất điềm tĩnh, và không biểu lộ nhiều cử động. Bapak nhận xét: "Thực vậy, với bà ta thì chẳng có nhiều chuyện để cười."

Cái trắc nghiệm cuối cùng là "Với con gái Thiên Sứ Muhammed thì như thế nào?" Hội viên đó cho thấy đó là một cô gái đầy nữ tính, nghịch ngợm và vui tính: một trắc nghiệm đáng kể về một cô gái rất trẻ bởi một hội viên lớn tuổi. Bapak nhận xét: "Yeah, Thiên Sứ đã gặp nhiều vấn đề với cô con gái mình. Hội viên đó nói rằng mình có thể nhận thấy cơn ác mộng của những người cha có một cô con gái trẻ đẹp, duyên dáng. Ngoài ra, hội viên đó còn nói: quả thực là như vậy, ta có thể biết được tất cả những chuyện đó, những chuyện chúng ta dễ dàng hiểu được, những gì là sự thật, qua trắc nghiệm."

Năm 1979 ở Cilindak Bapak hỏi phái nữ có ai tình nguyện lên làm trắc nghiệm hay không. Bapak hỏi một người trong họ: "Hãy cho thấy sự tin cậy Thượng đế của mình." Bapak nhận xét: "Yeah, chị ta là một người can đảm trong mọi trường hợp."

Một dịp nọ tại Cilindak trong những năm 1980 Bapak trắc nghiệm một vài hội viên nam cùng những bà vợ họ. Bapak trắc nghiệm một phụ nữ về thái độ của chị đối với chồng. Chị đi đứng đây đó, la mắng, vẫy ngón tay đe dọa chồng, tỏ ra mình là một người khéo léo và tự kiêu. Tức khắc, Bapak yêu cầu chị cho thấy cách nên đối xử ra sao với chồng, trong lúc chị vẫn còn làm cái trắc nghiệm đầu tiên. Chị ngã trên mặt đất và hôn chân chồng mình. Anh hội viên nhìn xem cái trắc nghiệm đó nói rằng anh hiểu được tại sao người chồng khó hoàn thành được công việc mình, vì không được sự hỗ trợ của người vợ. Những trắc

nghiệm đó rất mãnh liệt, gần như trở nên tàn nhẫn với những ai đứng xem.

Cũng trong hôm đó Bapak kêu một vị trong gia đình lên làm trắc nghiệm. Bapak hỏi vị đó: "Điều này sẽ như thế nào, nếu con ra nước ngoài ở lại với các hội viên trong một thời gian?" Ban đầu thì rất dễ chịu nhưng tiếp theo đó thì trắc nghiệm không được tốt đẹp cho lắm. Bapak nói phải trắc nghiệm cho tới cùng. Khi cái trắc nghiệm đó xong mà kết quả không mấy thoải mái, Bapak nói với vị đó: "Nếu con muốn đi mà xem thường cái trắc nghiệm đó, thì con phải mang theo nhiều tiền, không thì con sẽ không thể trở về nước."

Cũng trong đêm đó, Bapak kêu một hội viên sinh sống tại Cilandak và có tiếng tăm trong cộng đồng Tây phương lên trắc nghiệm. Bapak hỏi: "Bạn hãy cho thấy mình như thế nào trong lúc này?" Vị đó chạy lòng vòng theo vòng tròn, hai tay vẫy trong không trung. Điều đó khiến nhiều người rất ngạc nhiên, vì họ nghĩ vị đó luôn làm việc có hiệu quả. Nhưng Bapak nói: "Sự thật là như vậy...Anh ta không thể tập trung hay định tâm vào bất cứ gì."

Cũng tại Cilandak Bapak làm một vài trắc nghiệm với phái nữ. Với một phụ nữ họ Bapak nói chị từng là một người rất đẹp khi còn trẻ, và có nhiều đàn ông muốn hỏi làm vợ. Bapak hỏi điều đó có đúng không thì chị gật đầu. Bapak liền nói chị nên làm nghề sửa sắc đẹp, nhưng bây giờ thì đã quá muộn. Với một phụ nữ khác Bapak nói chị nên làm nghề trang trí cành hoa.

Có lần Bapak trắc nghiệm về những đường lối tu tập khác, vì người ta không hiểu rõ sự khác biệt của Subud với những đường lối đó. Một hội viên nữ họ được yêu cầu đứng lên làm trắc nghiệm: "Chúng ta sẽ như thế nào khi chết nếu đã theo tập yoga?" Chị hội viên đó ngã lả xuống đất.

Trong việc này có một chuyện về một hội viên dự bị Indonesia tại Đức: anh yêu cầu các phụ tá khai mở lập tức cho mình, và nói mình không phải chờ đợi vì đã được khai mở. Anh cho hay mình là thành viên của phái *Sumarah*, một phái tu tập ở Indonesia, trong đó các thành viên cũng làm những gì tương tự với latihan của Subud. Tò vè thận trọng, phụ tá viết thư hỏi thì Bapak đáp hội viên đó cũng phải chờ đợi ba tháng để được khai mở đúng cách.

Bapak cho hay phái *Sumarah* dùng một sức mạnh thấp hơn vật chất! Sau này, các phụ tá hay được nhân vật lập nên phái *Sumarah* đã được Bapak khai mở ngay từ lúc ban đầu. Nhân vật cựu Subud đó đã lập nên một môn phái của chính mình, nhưng không có cái latihan chúng ta biết, mà chỉ là một lối thể dục như latihan của Subud nhìn từ bên ngoài, thiếu hẳn cái cội nguồn là quyền năng của latihan.

Thời gian: 1963 - Nơi chốn: Briarcliff, New York

°Người thuật lại: một phụ tá nam

Sau hội nghị Briarcliff trong năm 1963, trong lúc có một buổi nói chuyện, Bapak kêu chị A lên trắc nghiệm. Chị A luôn thấy khó chịu vì một cơn đau nhức ở đầu gối. Chị lập tức cảm thấy chân mình như có một sức mạnh truyền vào khi chị đứng trước Bapak. Tất cả những cơn đau của chị tức khắc biến mất, và chị không bao giờ còn cảm thấy đau nữa.

Bapak còn trắc nghiệm: "Một phụ nữ hạnh phúc có chồng cư xử như thế nào?" Chị có một latihan êm dịu. "Một phụ nữ có chồng nhưng không hạnh phúc cư xử như thế nào?" Chị có một latihan ồn ào và khó khăn. "A nên cư xử như thế nào trong hôn nhân?"

Chị bắt đầu la hét và hung dữ đập trên sàn nhà. Sau cái trắc nghiệm đó, A nhận xét với chồng mình là chị hiểu

được quyền năng của Bapak, điều trước kia chị không ý thức được.

Thời gian: 1963 - Nơi chốn: khác nhau

◦ Người thuật lại: một nam hội viên lâu đời người Mỹ

Sau hội nghị Briarcliff được một tuần trong năm 1963, có một cặp hội viên trẻ yêu nhau và muốn lấy nhau. Bởi cô gái chỉ mới 17 tuổi và có tiếng là một kẻ yêu đó rồi bỏ đó, nên mẹ cô thúc đẩy họ tới xin sự chấp thuận của Bapak. Một trong các nữ phụ tá, chị B, cho Bapak hay về yêu cầu của người mẹ. Bapak yêu cầu một nữ phụ tá khác, chị A, tiếp nhận câu hỏi: "Điều này sẽ như thế nào nếu cặp trai gái đó là vợ chồng?"

Chị A múa một vài điệu. Khi xong, Bapak tạ ơn chị rồi nói về hôn nhân: "Không được." Chị B sửng sốt. Chị nói: "Bapak, cái trắc nghiệm đó trông rất tốt đẹp. Tại sao Bapak lại nói là không được?" Khi chị A đi ra ngoài phòng, Bapak nói: "Bạn B, bạn hãy trắc nghiệm." Bapak hỏi chị y như điều đã hỏi A.

B làm trắc nghiệm và gặp đôi người lại như bị đau đớn. Ngay lúc đó A bước vào phòng, và đương nhiên lấy làm lạ tại sao Bapak nói hôn nhân đó không được. Bapak yêu cầu chị trắc nghiệm một lần nữa, nhưng lần này thì là "Điều này sẽ như thế nào, nếu là hôn nhân chân chính?"

A múa một vài điệu như trước kia, với những điệu bộ tương tự. Khi xong, chị nói: "Bây giờ thì tôi mới hiểu. Lần này thì có một cảm giác, lần trước thì chẳng có gì, chỉ là hình thức bề ngoài." Đôi trai gái đó coi trọng cái trắc nghiệm đó nên không kết hôn.

Tại Los Angeles trong năm 1967 Bapak hỏi cử tọa trong một buổi nói chuyện: "Các bạn đang ngồi trên ghế, hay

ghế ngồi trên mình?”

Tại Los Angeles trong một buổi trải nghiệm tập thể với phái nam, một hội viên nhớ lại thật rõ việc Bapak hỏi nếu thành triệu phú thì sẽ như thế nào. Vị hội viên đó nhớ lại là ngay lúc đó anh quỳ xuống trên đầu gối, và cảm thấy hình như mình đang tìm cách đập đầu mình trên sàn nhà. Hiển nhiên như vậy là “không thể có chuyện đó” nên anh cảm thấy như đang cười. Vài năm sau đó, anh nhận xét là mức thu nhập của mình vẫn còn vừa phải, chỉ đủ chi tiêu cho những chuyện thường nhật. Sự tiếp nhận đó như vậy là đúng.

Tại San Mateo County trong năm 1968, Bapak hỏi loài người sống cách đây 300.000 năm trông như thế nào. Trong cái trải nghiệm đó các phụ tá nam tiếp nhận được họ dang rộng cánh tay, như để cho thấy loài người hồi đó rất cao lớn, những động tác của họ biểu lộ một sự ịch kéo lết. Chứng kiến điều đó khiến hơi rợn tóc gáy.

Cũng tại Mateo Bapak trải nghiệm: “Hãy cử động cánh tay nhanh chóng như một võ sĩ quyền Anh!” Hội viên quả thực thấy mình đắm vào không khí, nhưng không ai đánh trúng vào ai. Thật hứng thú.

Cùng lúc đó Bapak trải nghiệm cái cười của những người nam. Khi cười như một người Anh, ta quả thực cảm thấy như có một cái mũi rộng, và cười trong ngực và cổ họng, một cách nhẹ nhàng, như có ý đề nén những gì muốn tự do thoát ra ngoài. Kế tiếp, khi cười như một người Mỹ Tây Cơ, cái cười thoát ra từ ruột như một cơn gió mạnh, khiến gập người và vui vẻ vỗ đùi.

Tại Los Angeles trong năm 1981 Bapak làm cho một nhóm khoảng 10 phụ tá tiếp nhận được, để minh họa những gì mình đang nói.

Bapak yêu cầu họ tiếp nhận tình cảnh của những người

ở Iran và Iraq trong cuộc chiến dài lâu của họ. Các người nam có những động tác và âm thanh kinh khiếp biểu lộ sự khốn khổ, đau đớn và hỗn loạn. Bapak liền yêu cầu họ cho thấy tình cảnh thực sự của thế giới. Một lần nữa có những âm thanh kinh khiếp và quang cảnh một sự đau khổ vô cùng. Bapak liền hỏi tình trạng sẽ ra sao, nếu chỉ có một phần ba loài người trên thế giới được khai mở và tập latihan. Sự tương phản thật phi thường. Những động tác của các người nam trở nên hòa dịu.

Thời gian: 1963 - Nơi chốn: Cali, Columbia

° Người thuật lại: một hội viên lâu năm khai mở ở Coombe Springs và bà vợ

Tháng 4 năm 1963 tại Cali, Columbia, trong một tiệm ăn hay phòng ăn một khách sạn. Dịp đó là một cuộc gặp gỡ bất chính thức buổi tối giữa một bên là Bapak và thông ngôn Pak Usman, bên kia là các phụ tá cùng với những hội viên Columbia mới được khai mở. Anh Z là người khai mở cho những hội viên mới đó một vài tháng trước đó. Chỉ vào một trong những hội viên Columbia, Bapak hỏi một điều mà Usman thông ngôn là "Thấy latihan như thế nào?" Z không hiểu, nên anh không biết phải trả lời như thế nào. Khuôn mặt anh tỏ sự bối rối, anh yêu cầu Usman lặp lại câu hỏi. Usman xác nhận câu hỏi, chỉ vào người hội viên đó là Bapak muốn biết "Thấy latihan như thế nào?" Cuối cùng, Z thông ngôn lại từng chữ.

Người hội viên mới được khai mở đó tức khắc nháy nhót, vùng tay lên không trung, và làm những động tác của latihan. Bapak cười toe toét, nhìn anh Z như muốn nói "Thấy đó."

Z liền hiểu được, và sau này nhận thức được sự thật của điều Bapak đã từng nói là ta có thể khai mở cho ai đó, nhưng người đó lại có tiếp nhận được khá hơn chính mình.

Người hội viên đó đã hiểu ngay được câu hỏi và tiếp nhận được câu trả lời, còn Z là người thông ngôn thì không.

Thời gian: 1964 và sau đó – Nơi chốn: khác nhau

◦ Người thuật lại: những hội viên lâu đời và một cặp vợ chồng

Tại Wolfsburg trong năm 1964 Bapak trắc nghiệm phái nữ: “Bên phải các bạn ở đâu?”

Tại Wolfsburg trong năm 1964 Bapak trắc nghiệm phái nam: “Hãy cười như một người Ả Rập.”

Tại Alexander Palace trong năm 1970 Bapak trắc nghiệm phái nam. Một trong những trắc nghiệm đó là “Mũi mình cảm thấy như thế nào trước mặt một kẻ bất lương. ” Một hội viên thuật lại cái trắc nghiệm đó là “Tôi ngửi thấy một mùi gắt có hơi ẩm của cống rãnh; tôi ngửi thấy một con chuột.” Anh hiểu được ý nghĩa thâm sâu của câu châm ngôn “Ngửi thấy một con chuột” [tiếng Anh là *to smell a rat*, tức là tình nghi có một trò bịp bợm] Cái trắc nghiệm đó được ghi khắc vào kí ức anh, và sau này trong doanh trường anh nhận thấy sự thật của nó. Anh cũng hiểu được câu châm ngôn “Lôi kéo ai bằng lỗ mũi” [tiếng Anh là *leading someone by the nose*] Nếu lỗ mũi bị bít lại, ta không thể ngửi thấy gì, nên bị lừa bịp.

Tại Leicester Bapak trắc nghiệm các người nam theo từng nhóm: “Chân mình ở đâu?” Một hội viên thuật lại cái trắc nghiệm đó nói rằng chân anh chưa từng cử động trong những trắc nghiệm như vậy, nên anh cảm thấy lúng túng làm cái trắc nghiệm đó trước mặt mọi người. Nhưng anh tự nói với mình là chẳng sao hết, và chỉ việc đứng đó. Trong lúc trắc nghiệm, anh thấy chân mình lần đầu tiên cử động, vì anh đã quy thuận.

Tại Cilandak, trong năm 1974 hoặc 1975, trong một buổi nói chuyện, Bapak nói về tiền bạc và tác động của đồng tiền. Chợt nhiên Bapak đứng lên biểu diễn trắc nghiệm về một phụ tá Indonesia của cơ quan thư kí. Bapak nói: "Bapak sẽ cho thấy đồng tiền tác động tới X như thế nào."

Bapak hỏi: "Nếu nhận được một triệu Đô, X sẽ như thế nào?" Bapak lẩn té trên mặt đất. Bapak đứng dậy hỏi: "X sẽ như thế nào nếu nhận 100 ngàn Đô?" Bapak xoay tròn thân mình như một con quay. Bapak trắc nghiệm tiếp: 50 ngàn Đô, 10 ngàn Đô và vân vân cho tới khi chỉ là một số tiền tương đối nhỏ.

Vị phụ tá đó chỉ có thể dùng một ngàn Đô hay khoảng đó. Anh hội viên thuật lại cái chứng nghiệm đó tin rằng Bapak cũng gián tiếp trắc nghiệm tất cả các hội viên, để cho họ thấy nhược điểm của họ đối với đồng tiền hồi đó.

Thời gian: July 1964 - Nơi chốn: Paris nơi căn nhà lúc đó Bapak ở

°Người thuật lại: một hội viên Pháp lâu đời

Vừa rồi, ông Bennett đã không còn hoạt động trong Subud, vì ông đã đi tìm một đường lối tu tập khác của một Sufi. Mọi người đang bàn luận về chuyện đó, thì đột nhiên Bapak yêu cầu anh A làm trắc nghiệm. Bapak để một cây bút vào túi áo trên ngực A: "Đây là quyền năng của Thượng đế, hãy cho thấy như thế nào ông Bennett đi tìm quyền năng của Thượng đế." A bận rộn đi kiểm trong các đồ đạc trong nhà, dưới tấm thảm, tại bất cứ góc cạnh nào; tóm lại là khắp nơi, chứ không trong túi áo mình. Anh V lẩn ra cười.

Bapak cộc lốc nói với anh: "Đừng cười. Nhờ ông Bennett mà bạn đã vào Subud, cũng như đối với nhiều anh chị em khác. Đáng lí ra bạn phải mang ơn ông. Bị trừng trị thích

đáng, V xin Bapak tha thứ cho mình.

Thời gian: từ năm 1960 - Nơi chốn: nhiều nơi, phần nhiều ở Cilandak

°Người thuật lại: một phụ tá Indonesia

Trong năm 1964 Bapak yêu cầu một trong các phụ tá lâu đời của Indonesia trắc nghiệm về một tổ chức tâm linh tên là Pangas II. Bapak hỏi: "Pangas II thì như thế nào?" Sau khi vị phụ tá đó trắc nghiệm, Bapak giải thích: "Chúng ta không trách họ, chúng ta không chỉ trích họ, trong đó không có gì thực sự là quy thuận. Họ vẫn còn dùng trí óc cho sự tiến bộ, cho tham vọng của họ, họ cũng mong ước ngay cả trong cái latihan của họ. Nhưng trong Subud chúng ta chỉ việc quy thuận."

Trong những năm 1960 Bapak trắc nghiệm một giáo sư về tôn giáo có tiếng tăm của Indonesia, một người đã được khai mở nhiều năm trước đó: "Xin ông hãy kêu gọi danh hiệu của Thượng đế." Nhưng vị giáo sư không thể thốt ra câu "Allah".

Tại Cilandak trong những năm cuối của thời kỳ 1970, Bapak yêu cầu một phụ tá được trọng vọng trắc nghiệm: "Cái ghế ở đâu?" Vị phụ tá đó gặp khó khăn với cái trắc nghiệm đó. Ông có lúc đặt cái ghế lên đầu mình, có lúc không thể đặt nó tại bất cứ đâu. Bapak trắc nghiệm tiếp: "Hãy chỉ cho thấy phương Bắc ở đâu? Phương Nam ở đâu? Tay mình ở đâu?" Vị phụ tá vẫn gặp khó khăn, và không thể trả lời bất cứ câu hỏi nào.

Thời gian: khác nhau - Nơi chốn: nhiều nơi

°Người thuật lại: một cặp vợ chồng là những phụ tá Anh lâu đời

Bapak trải nghiệm những người nam tại The Hague, Hà Lan, trong năm 1965: "Hãy tiếp nhận qua cơ thể nghề nghiệp nào đích đáng với mình". Một hội viên thuật lại cái trải nghiệm đó nói rằng anh cảm thấy mình như một nhà nông. Anh cảm thấy chân mình tiếp xúc với mặt đất một cách đặc biệt. Anh cầm thứ gì đó trong tay, nhìn nó và đặt nó xuống đất, như đang gieo hạt. Trong lúc đang gieo, anh nhìn kĩ những hạt giống để tìm xem cách gieo nào tốt đẹp nhất.

Bapak tự biểu diễn trải nghiệm tại Odeon Theater cuối những năm 1970: "Một người từ Solo đi đứng như thế nào?" (Bapak hầu như không đi đứng, một cách rất chậm chạp)

Bapak cũng trải nghiệm những hội viên đang ngồi: "Các bạn như thế nào lúc ăn uống?" Bapak nói rằng chúng ta trở nên sống động trong lúc ăn uống. Các hội viên ý thức được điều đó trong cái trải nghiệm đó.

Cũng trong lúc đó, Bapak trải nghiệm: "Hãy hô hấp chỉ với phổi bên trái. Tiếp theo chỉ hô hấp với phổi bên phải. Đức Mẹ hô hấp như thế nào?" Chị hội viên thuật lại điều đó nói rằng chị chợt ngưng thở, và ý thức được có một cách thở khác đang xảy ra, như một cảm giác nhấp nhô. Sau đó, Bapak bình luận: những ai thuộc trình độ rohani không hô hấp theo cách thông thường.

Bapak cũng trải nghiệm: "Hãy nhận thức được tim can mình đang đập. Ta cũng có một tim can tâm linh. Nó đập như thế nào? Nó ở đâu?" Hội viên thuật lại điều đó nói rằng vị trí cái tim can đó là bên phải, có phần như nằm

dưới cái tim can thẽ xác, nhưng nó đập một cách khác hẳn. Ý thức được cái tim can đó, ta trở nên cực kì điềm nhiên và yên tĩnh.

Bapak liền cười nói rằng: "Bây giờ các bạn biết mình phải làm gì bất cứ lúc nào thấy buồn phiền, lo lắng và chán nản. Tất cả những gì phải làm là đổi qua cái tim tâm linh, như vậy thì sẽ hết buồn lo".

Bapak nói rằng ta có thể dùng latihan trong đời sống hằng ngày. Nếu trong doanh trường và làm ăn với một người nào đó, ta có thể hỏi mũi mình kẻ đó có lương thiện hay không. Bapak trầm nghiệm: "Mũi mình cảm thấy như thế nào, khi ta nói chuyện với một kẻ bất lương." Hội viên nói rằng mũi cảm thấy bị cong.

Bapak trầm nghiệm: "Sẽ như thế nào nếu các bạn có nhiều tiền? Thái độ mình ra sao đối với đồng tiền?" Trong cái trầm nghiệm có nhiều tiền thì như thế nào, hội viên thuật lại rằng anh để nó đằng sau mình, và không muốn dính dáng gì tới nó. Anh nói mình cảm thấy khó chịu vô cùng, cho tới khi Bapak trầm nghiệm thái độ mình ra sao. Cũng y như nhau. Anh cảm thấy vui vẻ vì thái độ mình! Bapak nói dù có nhiều tiền hay không, ta nên cảm thấy y nhau đối với đồng tiền.

Bapak trầm nghiệm phái nữ: "Sẽ như thế nào khi các bạn trang điểm khuôn mặt mình? Sẽ như thế nào khi các bạn chải tóc? Sẽ như thế nào khi các bạn làm cho mình trở nên đẹp đẽ?" Bapak nói rằng phái nữ nên làm cho mình trở nên đẹp đẽ một cách tối đa, còn phái nam thì nên trở nên sạch sẽ và bảnh bao (Hồi đó nhiều người nam có râu rậm, nhưng ngày hôm sau nhiều người đã cạo râu)

Tại West Centre Hotel Bapak trầm nghiệm một vài người nam trong lúc cuối của những năm 1970: "Các bạn tạo ra những ý nghĩ của mình như thế nào?" Ý nghĩ của một

người nam nọ có vẻ như đến một cách rất nhanh chóng, trong sáng và sắc bén. Một người khác thuật lại rằng những ý nghĩ của anh đến một cách chậm chạp, như phải khó khăn vào dạ dày, để bị tiêu hóa trong một lúc, trước khi đi từ tim vào đầu, theo một quá trình cực nhọc.

Bapak trải nghiệm nhiều người nam tại khách sạn Hilton: "Cơ thể các bạn cảm thấy như thế nào khi mình đang chạy?" Hai người nam được trải nghiệm là những người thích môn jogging [chạy bộ để tập thể dục] Bapak nói: "Như vậy thì tốt, nhưng đừng trở nên cuồng tín về điều đó."

Cũng trong dịp đó, Bapak hỏi những người nam: "Phản ứng các bạn ra sao khi nhìn thấy một phụ nữ đẹp?" Bapak hỏi tiếp: "Phản ứng mình ra sao lúc tuổi 20? Lúc tuổi 30? Lúc tuổi 60? Lúc tuổi 70?" Hội viên thuật lại cái trải nghiệm đó nói rằng trong cái trải nghiệm cuối cùng anh gật đầu để xác định. Bapak giải thích: "Lúc lớn tuổi, đàn ông vẫn còn muốn chuyện đó, nhưng đàn bà thì không."

Tại Wolfsburg Bapak trải nghiệm âm nhạc một đội đồng ca gồm phái nữ. Họ tiếp nhận được âm nhạc mình là cái gì đã chết, được soạn từ lâu. Bapak nói ta nên nghe chim hát, vì chúng thực ra biểu lộ sự gần gũi jiwa chúng với Tạo Hóa. Có một tổ chim trên nóc nhà. Ngay lúc đó, nhiều con chim thành linh thò đầu để lớn tiếng cá hát!

Bapak trải nghiệm: "Sẽ như thế nào khi các bạn cười với nội tâm? Sẽ như thế nào khi các bạn cầu nguyện với các thiên thần?"

Thời gian: 1968 – Nơi chốn: Melbourne, Úc.

° Người thuật lại: một hội viên được khai mở tại Coombe Springs

Trắc nghiệm theo mô tả của hội viên: Bapak nhận thấy một trong những hội viên lâu đời không tiếp nhận được. Người kêu anh hội viên đó bước lên để trắc nghiệm hỏi xem bộ phận nào của cơ thể khiến anh không tiếp nhận được.

Anh không thể tiếp nhận được câu trả lời. Bapak liền kêu anh Isaac Gerson bước lên để trắc nghiệm xem bộ phận nào của cơ thể đã làm cho anh hội viên đó không tiếp nhận được. Isaac khoanh tay đặt trên ngực trong một thế phòng thủ.

Ngày hôm sau, vì vẫn chưa hiểu rõ sự khó khăn của mình, nên anh hội viên đó xin Bapak giải thích cho mình. Bapak nói tim can anh đã không còn tin cậy Thượng đế vì một biến cố rất đau buồn trong quá khứ. Bapak còn nói thêm liều thuốc tốt nhất cho anh là hôn nhân.

Thời gian: 1968 và sau đó – Nơi chốn: Cilandak

° Người thuật lại: một hội viên lâu đời sống ở Cilandak

Bapak hỏi anh A: "Bạn có thể nói lên tiếng *Ahu*, có thể nói lên tiếng *Tôi*?" Bapak nói: "*Belum ada*, vẫn chưa được. Vẫn chưa có *Tôi*. Làm sao bạn có thể tiếp nhận nếu không có *Tôi*?" Bapak tỏ ra nhấn tâm với mọi người, hỏi từng phụ tá trước mặt những phụ tá khác những gì có tính cá nhân để phơi ra những nhược điểm của họ.

Bapak trắc nghiệm sức mạnh vật chất ở đâu nơi chúng ta, bên trong chúng ta, bên ngoài chúng ta, đằng sau chúng ta, trong ngực chúng ta và vân vân.

Một buổi tối nọ Bapak yêu cầu một trong những phụ tá lâu đời ở Indonesia trải nghiệm tất cả những người khác: "... sẽ phản ứng ra sao trong lúc đối diện những khó khăn?" Một vị nọ đi ngược lại khiến đụng vào cửa. Một vị khác cầu xin sự khoan dung của Thượng đế, một vị khác nữa thì chậm chạp đi tới phía trước. Sau khi mỗi người được trải nghiệm xong, Bapak bình luận: "Bạn này không thể đối diện khó khăn; bạn này thì chỉ cầu xin sự trợ lực của Thượng đế nhưng chẳng làm bất cứ gì; bạn này thì bắt đầu làm một vài điều."

Có lần Bapak trải nghiệm Pak Musa, một vị đã quá cố: "Thiên Sứ Mose hành động như thế nào?" Chợt nhiên Pak Musa có vẻ như cao lên, trong lúc lớn tiếng chỉ thị bằng tiếng Hebrew những điều này nọ. Bapak nói: "Pak Musa không nên nghĩ mình giống với Thiên Sứ Mose. Trải nghiệm như là wayang: Thượng đế đem tới một nhân vật, và làm cho nhân vật đó diễn ra tất cả những gì chúng ta hỏi, nên Pak Musa có thể tiếp nhận Thiên Sứ Mose ra sao."

Một đêm nọ Bapak trải nghiệm một phụ tá (anh B) vì anh khó khăn không tiếp nhận được. Bapak nói: "Bạn cười một con ngựa đang chạy. Bạn cảm thấy thế nào?" Nhưng vị phụ tá đó hầu như không cử động được, nên anh A được yêu cầu bước lên đứng gần một phụ tá khác. Bapak lại nói: "Bạn cười một con ngựa đang chạy. Bạn cảm thấy thế nào?" Anh A chạy vòng quanh phòng la hét như một cao bồi. Vị phụ tá thuật lại điều đó có nhận xét là anh tin rằng Bapak đã tìm cách tạo nên một sự tương tác giữa các phụ tá.

Năm 1980 trong một buổi nói chuyện, Bapak kêu anh B, một phụ tá từ cử tọa lên trải nghiệm: "Hãy đánh võ như một võ sĩ quyền Anh." Nhưng đó là những thế đánh diễn ra rất chậm chạp. Tiếp theo, Bapak nói với A bên cạnh B: "Người Pháp có một lối múa truyền thống. Bạn có thể cho

chúng ta thấy?" A bắt đầu múa, Bapak nói: "Thực ra, lối múa này ban đầu là võ tự vệ; trông bạn như đang múa, nhưng bạn luôn trong thế thủ; nếu ai đến quá gần mình, bạn có thể đá vào cằm hắn. Bây giờ là âm nhạc, bài hát đi theo lối múa. Bây giờ bạn hãy đến gần B, và sắp tấn công anh ta. Bạn tự coi mình trong thế tự vệ. "ĐỨNG LẠI, ĐỨNG LẠI," Bapak nói, khi anh đến quá gần.

A nhớ tới việc có lần Bapak tức giận và lo lắng vì nghe nói tới một phụ tá tại trung bộ Java có vấn đề với hội viên. Người kêu một số phụ tá tại Cilandak trắc nghiệm coi người phụ tá đó thực ra đã làm gì. Bapak hỏi: "Các bạn có thể tiếp nhận những gì đã thực sự xảy ra?" Sự tiếp nhận là người phụ tá đó ảnh hưởng tới hội viên một cách sai trái, bằng cách lạm dụng latihan.

Năm 1979 hay 1980 trong một buổi nói chuyện Bapak trắc nghiệm anh A: "Thượng đế hướng dẫn bạn như thế nào trong đời sống hằng ngày?" A trắc nghiệm. Bapak nói: "Vẫn chưa rõ. Bạn như một người mù đối với sự hướng dẫn của Thượng đế." "Hãy tiếp nhận một lần nữa: Tại sao lại thế?" "Đó là vì tâm bạn quá lười biếng. Bây giờ điều gì sẽ xảy ra khi tâm bạn được latihan đung vào? Như vậy thì đường đi sẽ mở rộng cho bạn, và bạn có thể hỏi mọi điều. Những câu hỏi đó sẽ nhận được giải đáp nhờ latihan, và đó là mục đích của latihan."

Trong mùa Ramadan trong năm 1985 hay 1986 Bapak trắc nghiệm một vài phụ tá: "Các bạn cầu nguyện Thượng đế như thế nào?" Một vài vị cầu nguyện theo lối Hồi giáo, những vị khác thì nhảy lên vì vui mừng. Bapak nói: "Nên là như vậy, nếu cầu nguyện thì chỉ việc cầu nguyện, chứ đừng nhảy múa."

Tối hôm đó, Bapak làm trắc nghiệm nói lớn tiếng: "Bapak muốn các bạn cho thấy chân tài của mình, những gì các bạn đem ra dùng ngay lúc này, ngay bây giờ." Anh A nhận

xét cái trắc nghiệm đó rất hệ trọng với mình. Trước đó trong lần Ramadan đó, Bapak trắc nghiệm hội viên với những câu hỏi: "Chân tài mình là gì? Thế nào là một kiến trúc sư? Thế nào là một họa sĩ."

Trong một buổi nói chuyện những năm cuối đời mình, Bapak mô tả latihan. Người nói rằng cái cơ thể tâm linh phải trở nên sống động; nếu không thì khi đi đứng trên đường phố mà chợt chết, điều gì sẽ xảy ra nếu chân mình chưa sống động?" Bapak biểu diễn bằng trắc nghiệm; người chợt đứng lên nói: "Nếu Bapak chết mà chân chưa sống động, điều gì sẽ xảy ra?" Bapak chợt lặn trên mặt đất, điều khiến cô cháu gái Muti hết sức kinh hoàng. Cô giật nẩy người đứng lên khỏi ghế ngồi, vì Bapak té ngã với một tiếng động ồn ào. Bapak nói: "Chớ đừng, chớ đừng, Bapak đang tiếp nhận. Không có gì đáng ngại cả." Bapak đứng dậy tiếp tục trắc nghiệm: "Các bạn thấy đó, mình sẽ té ngã. Nếu Bapak chết trong lúc đi đứng, nhưng toàn thân đã sống động, điều gì sẽ xảy ra? Bapak vẫn đi đứng. Ta đã chết nhưng vẫn còn đi đứng."

Khi Bapak bị bệnh tim, tim Bapak trở nên 'loạn xạ ngẫu,' nhịp tim là 170 mỗi phút. Điều đó liên tục trong ba ngày. Bác sĩ Rachman không tìm thấy được nguyên nhân. Nên Bapak được đưa vào bệnh viện St. Carolus tại Jakarta. Bác sĩ tim gắp một thiết bị vào cổ tay Bapak để điều chỉnh tốc độ của tim. Nhưng hình như chẳng được việc gì. Chợt nhiên mọi việc có vẻ như biến chuyển, thiết bị hoạt động thích đáng trở lại, và bác sĩ thấy không có gì phải thắc mắc. Sharif và A canh gác suốt đêm bên ngoài phòng Bapak. Buổi sáng Tuti tới vào phòng Bapak. Cô ra ngoài nói là Bapak mời họ vào. Khi họ bước vào phòng, Bapak làm một điệu bộ với cánh tay trái, đưa tay lên nói: "Không sao hết, đây là nơi họ đã mổ, nhưng không sao hết." Bapak liền nói về những gì đã xảy ra: "Các thiên thần tới nói với Bapak là 'Ông thích trắc nghiệm thiên hạ,

nhưng cũng có lúc ông phải được trải nghiệm để coi xem thể đứng của ông vững vàng như thế nào.”

Thời gian: khác nhau - Nơi chốn: khác nhau

◦ Người thuật lại: một nữ phụ tá lâu đời

Có lần tại Anh, sau khi quyết định không hoạt động cho Subud nữa, ông John Bennett tới thăm Bapak tại nhà một hội viên. Sau khi ông ra về, Bapak nói: “Ông Bennett đã không còn tin tưởng latihan.” Bapak yêu cầu một trong những phụ tá nữ bước lên làm trải nghiệm: “Bây giờ hãy tiếp nhận và cho thấy sự tiến bộ của bạn trong latihan.” Chị nói cái trải nghiệm đó nhẹ nhõm, chị cảm thấy có những động tác thoải mái. Bapak nói: “Thực vậy, ông Bennett sẽ rất ngạc nhiên nếu hay được bạn đã tiến triển như thế nào.” Theo ý kiến chị, Bapak muốn cho thiên hạ nhìn thấy cái trải nghiệm đó để họ hiểu được quyền năng của latihan mãnh liệt như thế nào, và như thế nào ông Bennett đã hiểu lầm latihan.

Lúc có Hội nghị Thế giới tại Indonesia trong năm 1972, một vị có chức vụ trong ISC đến hỏi Bapak: “Bapak, nhiều hội viên đến gặp tôi để than phiền về anh X (một nhân vật hồi đó là nguyên nhân nhiều vụ tranh cãi trong giới Subud) Tôi nên làm gì đây?” Bapak nói: “Trải nghiệm: vai trò của bạn là gì trong vụ này?” Vị đó ngã ụch. Bapak nói: “Thực vậy, bạn không có vai trò gì. Những gì anh X làm là định mệnh anh, nghiệp chướng anh, và các thiên thần sẽ trừng phạt anh. Những người quả thực có tội là những ai đã theo anh X, và đặt anh trước cả Thượng đế.”

Trải nghiệm này xảy ra tại Cilandak với một hội viên Tây phương lớn tuổi, một vị đã phục vụ trong những hội đồng Subud hồi đó: “Thái độ bạn như thế nào với công việc mình làm cho Subud.” Vị đó đi đứng như con chim bắt bình, theo nhận xét một người chứng kiến. Anh đặt tay

sau lưng, trông anh như đang trong thế thủ, hoàn toàn không tích cực với công việc mình.

Bapak yêu cầu anh trải nghiệm lại: "Thái độ bạn ra sao với công việc đó cho Subud." Sự tiếp nhận của anh trở nên cởi mở và thư thái hơn. Bapak kêu chị vợ anh lên trải nghiệm và nói: "Nếu bạn làm công việc một cách tốt đẹp, bạn sẽ được vợ mình hỗ trợ."

Bapak bảo chị trải nghiệm: "Thái độ bạn ra sao với chồng mình?" Chị vừa đi vừa lắc ngón tay. Bapak nói: "Phải là như vậy, vì đó là bản tính của chị ta, của một thầy giáo. Nhưng điều đó không mấy tốt cho công việc của người chồng."

Bapak nói tiếp: "Bây giờ trải nghiệm xem thái độ bạn nên ra sao, nếu những gì bạn làm thực sự là của một người vợ." Chị trở nên van xin, xin anh tha thứ cho mình, thậm chí còn quỳ trên mặt đất trước mặt anh. Bapak nói: "Là như vậy, phải là như vậy, điều bạn A cần có ở người vợ để làm công việc mình." Bapak kêu một trong những cô cháu mình lên làm một trải nghiệm y như vậy. Nhưng cô từ chối.

Cũng trong dịp đó, Bapak kêu lên một hội viên lâu đời, một người Tây phương sinh sống ở Cilandak hồi đó, để trải nghiệm: "Thái độ bạn ra sao với công việc mình?" Vị đó lơ lửng đây đó như một con chim to lớn, và đôi khi như vớ lấy một cái gì đó. Bapak đếm: "Một, hai, ba," rồi nói: "Đủ rồi, đủ rồi. Nếu bạn dính líu tới quá nhiều việc, bạn sẽ chỉ hoang mang. Bạn nên tập trung vào một việc duy nhất." Tiếp theo đó, Bapak kêu bà vợ anh lên trải nghiệm: "Là người vợ, bạn hãy cho thấy mình đối xử với chồng mình như thế nào." Trải nghiệm đó tốt đẹp, và Bapak lấy làm hài lòng.

Những năm 1970, trong những buổi latihan với phái nữ

tại nhà mình, Bapak kêu một hội viên lâu đời là một phụ nữ Tây phương lên trải nghiệm: "Bạn hãy cho thấy mình là một diễn viên." Vị đó tiếp nhận rất yếu ớt. Bapak chợt đứng lên nói: "Đừng, đừng làm như vậy." Bapak liền cử động như một diễn viên kịch Shakespeare một cách hết sức sinh động. Người diễn vai một nhân vật của kịch với một dáng đi khệnh khạng.

Trong một buổi trải nghiệm với phái nữ, Bapak hỏi một trong các phụ nữ: "Điều này là như thế nào nếu ăn một trái táo trên hành tinh Jupiter?" Trong trải nghiệm đó, chị tiếp nhận được một cảm giác là mình đang giữ trong cánh tay một vật hình tròn lớn vô cùng, lớn tới nỗi thậm chí không thể cầm được một miếng rất nhỏ. Bapak nói: "Ta không thể ngay cả ăn được một trái táo trên Jupiter. Nếu ngồi xuống nơi đây ở London, một đứa bé từ Jupiter sẽ chiếm lấy tất cả các chỗ ngồi ở London."

Trong một trải nghiệm, có lần Bapak hỏi một trong các người nữ: "Điều này là như thế nào khi các thiên thần tắm gội?" Vị đó làm những động tác kỳ lạ. Bapak ngăn chị ta lại nói: "Không được, không được, Tất nhiên các thiên thần không bao giờ tắm." Bapak đã chỉ nói đùa.

Trong một buổi họp phụ tá, Bapak trải nghiệm một phụ tá nữ mà tâm trạng lúc đó không được vui: "Hãy cho thấy... đi đứng ra sao khi...giận chồng mình?" Chị nói cái trải nghiệm đó điều gì sửa chỉnh cho mình.

Trong một buổi họp của phụ tá nữ, Bapak trải nghiệm một vị nọ: "Hãy cho thấy tình yêu của chồng bạn với bạn." Đó là điều gì thân thiết, khẩn khít nhưng đau đớn. Bapak nói tiếp: "Hãy cho thấy tình yêu của bạn với chồng mình." Chị tiếp nhận được điều trái ngược với trước đó. Chị nhận xét điều đó giúp mình đối phó một vài vấn đề hôn nhân hồi đó.

Có lần trong một buổi họp của phụ tá nữ, Bapak yêu cầu một vị nọ trải nghiệm : "Cảm xúc của bạn như thế nào." Chị đưa cánh tay ra vẫy, trông hơi giống như một thân cây trong cơn gió. Bapak nói: "Được, nhưng chưa vững chắc." Chị nói cái trải nghiệm đó cho thấy điều gì về chính mình, giúp mình thay đổi.

Trong một chuyến đi của Bapak tại Tân Tây Lan, một nữ hội viên hỏi ý kiến Bapak về sự nghiệp mình. Bapak khiến chị trải nghiệm, nhưng chị không nhận được một giải đáp minh bạch. Chỉ là vẫy cánh tay, la hét, nói Allah v.v... Bapak kêu một phụ tá nữ lâu đời trong đoàn tùy tùng trải nghiệm một câu hỏi y như vậy. Chị rõ rệt nhận được là "Được" hay "Không được." Bapak nói: "Đó chính là cách đáng lí ra bạn phải trải nghiệm được."

Bapak trải nghiệm một trong những người nữ lớn tuổi mà cuộc đời không được hạnh phúc trước khi chị tới Indonesia. Tiếng tăm chị không mấy tốt đẹp với hầu hết những người nữ tại những khu nhà của Subud. Bapak kêu chị lên trải nghiệm bằng cách để cho chị làm latihan. Người nói: "Latihan bạn thật tốt, bạn có một latihan mạnh, Thượng đế đã tha thứ cho những lỗi lầm của bạn. Bây giờ hãy dùng latihan trong đời hằng ngày của bạn."

Một trong những người nữ theo dõi điều đó có nhận xét là tình thương của Thượng đế thật bao la, Thượng đế luôn tha thứ, chứ không như loài người với những phán đoán nhỏ nhen của họ, và chúng ta thật may mắn vì được Thượng đế tha thứ.

Trong một buổi nói chuyện tại tư gia, Bapak yêu cầu một trong những hội viên đầu tiên của Indonesia làm trải nghiệm: "Hãy cho thấy mình cầu nguyện như thế nào." Vị đó bắt đầu cầu nguyện theo lối Hồi giáo, nhưng một cách chậm chạp, rất chậm chạp. Bapak bảo anh ngưng lại, rồi nhận xét: "Với cái tốc độ đó, ta sẽ không bao giờ

cầu nguyện hết được.”

Tại Brisbane trong một chuyến đi thể giới của mình, Bapak trải nghiệm hai nữ ứng cử viên cho chức vụ phụ tá vùng. Một vị là một hội viên lớn tuổi có một latihan yên lặng, một người hòa nhã; vị kia là một phụ nữ trẻ không được nhiều người ưa, nhưng năng động, khó tính và có tiếng là luôn gây rắc rối trong nhóm.

Bapak yêu cầu hai vị đó lên trải nghiệm, bằng cách để họ làm latihan. Vị thứ nhất có một latihan quy thuận tốt đẹp, latihan vị thứ nhì thì ồn ào và năng động. Bapak nói: “Được rồi.” Người chọn vị thứ nhì. Sau đó, một người trong đoàn tùy tùng hỏi Bapak tại sao lại chọn vị thứ hai. Bapak ngạc nhiên ngược mắt nhìn rồi nói: “Người thứ nhất không có bất cứ cá tính nào.”

Thời gian: 1968-1985 - Nơi chốn: Cilandak, và những nơi khác

◦ Người thuật lại: hai phụ tá sống lâu ở Cilandak

Trong năm 1968 tại Santa Monica: “Phụ nữ nên ăn mặc như thế nào, nên đối với chồng mình như thế nào, và nên chải tóc như thế nào?”

Trong năm 1968 tại Santa Monica: “Tình trạng linh hồn hay nội tâm một kẻ dùng ma túy thì như thế nào?” Hội viên nhận xét đó là lần đầu tiên Bapak để cho thiên hạ trải nghiệm một điều khiến xuống tinh thần; thường thường thì người trải nghiệm điều gì khiến họ lên tinh thần.

Tại Tokyo lúc Hội nghị Thế giới trong năm 1969 và tại Santa Monica trong năm 1976, trước một cử tọa gồm nam và nữ, Bapak gõ vào chiếc mi-crô rồi nói: “Các bạn chắc phải cảm thấy được điều này trong bộ phận sinh dục mình.”

Với phái nữ tại Cilandak trong năm 1969-1970: "Mắt mình có thể nhìn thấy các thiên thần? Có thể nhìn thấy Đức Mẹ?" Với phái nam: "Các bạn cảm thấy mắt của Đức Mẹ như thế nào?" (Trầm tĩnh và hợp nhất)

Trong một chuyến đi thế giới, Bapak trả lời một điều mà một phụ nữ hỏi riêng mình: "Tất cả các hội viên Subud đều tiếp nhận được khá tốt, nhưng họ không thể lý giải những gì họ tiếp nhận."

Với phái nữ trong thời kì 1970-1974: "Nguyên nhân bệnh ung thư là gì?" và "Cách nào trị được bệnh ung thư?" (Nguyên nhân là một trí tuệ luôn bận rộn, luôn không hài lòng. Cách chữa trị là một sự an bình thâm sâu, một hạnh phúc từ thế giới tâm linh.) Những ai làm cái trắc nghiệm đó, không ai mà không muốn nó được tiếp tục.

Tại Tokyo trong một chuyến đi trong năm 1976, các phụ nữ đều có trước mặt Bapak một latihan mà thân thể họ cử động rất mạnh. Bapak nhận xét: "Nếu mỗi ngày làm điều đó, các bạn sẽ không mập thêm."

"Các thiên thần sẽ như thế nào khi họ tức giận?" (không biết tại đâu và lúc nào)

Trong năm 1980 các người nữ làm latihan trước mặt Bapak với trắc nghiệm "*Allahu Akbar*." Họ làm latihan mà không muốn dứt, cho tới khi mọi người đều kiệt sức nằm trên mặt đất. Bapak khó có thể ngăn cản họ ngưng trắc nghiệm, vì với họ đó là điều gì tốt đẹp, rất tốt đẹp. Bapak nói: "Đó đích thực là người chồng các bạn."

Với phái nam: "Hãy thở chỉ với phổi bên trái. Thở từ dạ dày. Thở từ bên ngoài mình" Với phái nữ: "Thở từ lỗ rốn" (Hơi thở trực tiếp đi qua ngực)

Có lần trước mặt những người nữ, Bapak tự mình biểu diễn trắc nghiệm cách mình đi đứng với latihan, cách mình

đứng lên với latihan, cách mình ngồi xuống với latihan, và người tiếp tục làm những trải nghiệm đó trong một thời gian dài lâu. Sau một lúc, những người nữ lấy làm lạ về những gì người đang làm. Bapak cười tủm tỉm nói: “Đó như là một mát-xa rất thoải mái.” Hiển nhiên Bapak thích làm như vậy mà không muốn ngưng.

Bapak thường trải nghiệm thiên hạ đi đứng như thế nào. Người có nhận xét là bằng cách xem xét cách đi đứng của người ta, mình có thể biết được họ có bao nhiêu phần trăm từ nafsu và bao nhiêu phần trăm từ chân ngã. Bapak bắt chước cách đi đứng của một kẻ vai khom và đầu nghiêng tới phía trước: điều đó cho thấy cách đi đứng của kẻ đó hoàn toàn do óc não. Một lần khác, Bapak đi đứng ưỡn ngực, cổ thẳng đứng, và nói người đó như thế nào. Một lần khác nữa, Bapak nói một kẻ đi đứng tư thế như sắp đụng độ với ai, như Arjuna trong truyện Wayang, chúng tôi là một kẻ can đảm trong sự đối diện với sự thật.

Bapak trải nghiệm các sinh vật trên hành tinh Venus (Kim tinh) và Jupiter (Mộc tinh) là như thế nào.

Một buổi trong những buổi trải nghiệm mỗi tháng với phái nam, Bapak nói tới sự tiếp nhận “Bản Ngã Đức Ki Tô.” Người cho hay mỗi thiên sứ và tôn giáo của họ đều chứa một nội dung đặc biệt. Người gọi cái nội dung của Đức Ki Tô là “Bản Ngã Đức Ki Tô,” và của Muhammed là Islam (quy thuận). Những cái đó hiện hữu và có thể được cảm thấy là một sự chấn động khi trải nghiệm. Khi các người nam trải nghiệm và tiếp nhận được “Bản Ngã Đức Ki Tô,” cánh tay họ đưa qua dạ dày trong thế chấp lại. Khi trải nghiệm nội dung của Islam, họ tiếp nhận được thể đầu tiên của sự lay quỵ.

Bapak trải nghiệm với phái nam: “Linh hồn Hitler ở đâu?“, “Linh hồn Marilyn Monroe ở đâu?” (Ghi chú: có người nhận xét Marilyn Monroe có linh hồn của một ni cô)

Trong năm 1987 Bapak dạy phái nam cách trắc nghiệm: "Nafsu mình (hay tim can mình) đối với một cái gì đó thì như thế nào?" và "Chân ngã mình đối với nó thì như thế nào?" Người nhận xét là tiếp tục so sánh như vậy, ta sẽ khiến cho tim can luôn được tiếp xúc với chân ngã. Và đó là việc đánh bóng tim can. Kết quả là tim can và chân ngã sẽ luôn tiếp xúc với nhau.

Thời gian: chuyến đi thế giới tại Mỹ trong năm 1968 hay 1969 - Nơi chốn: Los Angeles, Miramar Hotel ở Santa Monica

◦ Người thuật lại: một nữ hội viên

Bapak nói chuyện với một đám người đang ngồi nghe: "Mũi mình cảm thấy như thế nào trước mặt một kẻ tính tình xấu?" Bapak nói cái chứng nghiệm đó là một thí dụ về sự hướng dẫn của latihan. Phản ứng của hội viên là lỗ mũi mình như đang tìm cách tránh một mùi thối.

Một vài trắc nghiệm khác. "Các bạn trang điểm như thế nào?" "Thượng đế sẽ khiến cho mình làm điều đó như thế nào?" "Các thiên thần trang điểm như thế nào?" hoặc "Chúng ta sẽ làm như thế nào nếu được các thiên thần giúp?" Phản ứng của hội viên là một động tác dụi dàng nhẹ nhàng của tay chung quanh khuôn mặt.

Thời gian và Nơi chốn: khác nhau

◦ Người thuật lại: một nữ hội viên

Tại New York ở nhà thờ Universalist trong năm 1967 Bapak trắc nghiệm các người nữ: "Tiếp nhận, tóc các thiên thần dài tới đâu?" Hội viên nhận xét: "Tôi tìm cách chải ngược tóc, nhưng cánh tay tôi không đủ chiều dài để làm được. Nó sẽ dài tới mặt đất."

Tại New York trong cao ốc của Liên hiệp quốc trong năm 1972, Bapak trắc nghiệm: "Kích thước con người trên trái đất cách đây 500 ngàn năm là bao nhiêu?" Hội viên nhận xét: "Họ là người những khổng lồ cao lớn."

Tại London sau Hội nghị Thế giới trong năm 1983, Bapak trắc nghiệm: "Các bạn nên đối xử với các anh chị em mình ra sao để hòa hợp với họ?" Hội viên nhận xét: "Tôi đi vòng quanh bắt tay mọi người. Nhưng cái cảm giác của việc làm đó thì khó mô tả, nó bao gồm cả cởi mở lẫn chấp nhận."

Thời gian: đầu những năm 1970 - Nơi chốn: Cilandak

° Người thuật lại: một hội viên Mỹ lâu đời

Đó là lúc có một buổi họp phụ tá dưới sự chủ tọa của Bapak. Hai hội viên, một từ Âu Châu và một từ Phi Châu, tuổi họ xấp xỉ 50, vừa mới cắt bao quy đầu [theo lễ nghi của tôn giáo] Bapak nói đáng lý ra họ nên làm điều đó trong thời thanh thiếu niên, khiến cho những ảnh hưởng tiêu cực của tổ tiên nơi bao quy đầu được thanh lọc trước khi họ kết hôn. Bapak yêu cầu hai vị đó tiếp nhận cách họ dùng bộ phận sinh dục mình như thế nào trong lúc giao cấu. Khi xong Bapak cho hay mình đã "làm căng ra" bộ phận sinh dục "tâm linh" của họ. Tiếp theo Bapak nói dài dòng những điều không được chính thức thông ngôn, nên một phụ tá Indonesia giải thích cho hội viên những gì Bapak nói: nói theo lối ẩn dụ, một phụ nữ có bầy cánh cửa. Bất cứ người đàn ông nào cũng có thể mở cánh cửa thứ nhất, và đó là cánh cửa của thể xác, còn những cánh cửa khác thì cần phải có "chìa khóa."

Tiếp theo Bapak nói tới việc cần phải cử động một cách tự nhiên và mạnh mẽ trong latihan. Để chứng minh điều đó, Bapak kêu một phụ tá Indonesia lớn tuổi lên trắc nghiệm, một vị trong Subud khoảng 25 năm. Bapak yêu cầu vị đó làm latihan và cử động cơ thể mình như thường làm.

Trong lúc anh bước tới nơi chính giữa để trải nghiệm, trông anh nhỏ bé và yếu ớt, nhưng khi anh bắt đầu cử động trong latihan, những động tác của anh trở nên sống động và uyển chuyển, như của một thanh niên. Với những ai đang chứng kiến thì đó như là một con bướm nhẹ nhàng bay từ cành hoa này qua cành hoa khác.

Trong một dịp trải nghiệm khác, Bapak yêu cầu một phụ tá Indonesia thâm niên nhất (Sudarto) lên biểu diễn điều gì xảy ra cho chân ngã trong sự hoàn toàn quy thuận Thượng đế. Bapak nói trong lúc đó linh hồn có thể rời bỏ thể xác, và đó như là sự chết. Bapak yêu cầu vị phụ tá thâm niên đó nói "Allahu Akbar" (Thượng đế thật cao cả) tiếp theo mình. Sudarto làm theo, khuôn mặt ông ngược lên trên, và ông có vẻ như đứng trên ngón chân mình. Trông như có một sức mạnh xuất phát và thoát ra từ một nơi thâm sâu của ông, khi ông nói những lời đó. Khi làm như vậy, ông hầu như có vẻ như bị dội ngược lại và gục ngã, như thần hồn ông đã rời bỏ ông.

Thời gian: 1969 và sau đó - Nơi chốn: Cilandak

◦ Người thuật lại: một phụ tá nam lâu đời ở Cilandak

Một buổi tối nọ trong năm 1969, trong một buổi họp của phụ tá tại Cilandak, Bapak kêu một phụ tá bước lên. Người yêu cầu vị đó đứng thẳng, làm latihan và trải nghiệm ba câu hỏi.

a. X có đủ to lớn để chứa Núi Gunung Agung trong lòng mình? Bapak nói có, anh đủ to lớn

b. X có đủ to lớn để chứa một cây đa trong lòng mình? Bapak nói gần như, nhưng đỉnh cây lòi ra một chút trên đầu anh.

c. X có đủ to lớn để chứa một con voi trong lòng mình?

Bapak nói không, điều đó không được. Xong trắc nghiệm!

Trong một buổi họp phụ tá tại Cilandak, Bapak trắc nghiệm một vị phụ tá đến thăm: "Những sinh vật trên hành tinh Jupiter hô hấp như thế nào?" Vị phụ tá đó té ngã và ngưng thở. Bapak vội vã nói: "Xong rồi. Thực vậy, họ hô hấp mỗi lần là sáu tháng. Tô canh họ to lớn như thế nào nếu ăn canh? To lớn như Đại Tây Dương, Bapak nói."

Tại nhiều đô thị, đặc biệt trong những chuyến đi, Bapak trắc nghiệm tập thể những bộ phận của cơ thể, sau hoặc trong lúc latihan.

- a. Chân mình ở đâu?
- b. Dùng chân để làm gì?
- c. Cánh tay mình ở đâu?
- d. Dùng cánh tay để làm gì?
- e. Bàn tay mình ở đâu?
- f. Dùng bàn tay để làm gì?
- g. Miệng mình ở đâu?
- h. Dùng miệng để làm gì?
- i. Mắt mình ở đâu?
- j. Dùng mắt để làm gì?
- k. Bây giờ trong latihan hãy nhảy múa bằng cách dùng cánh tay, bàn tay, miệng và toàn thân để phụng thờ Thượng đế.

Bapak gọi điều đó là 'trắc nghiệm toàn bộ cơ thể.' Một vài phụ tá tin là Bapak làm như vậy để có thể dễ dàng coi xem các hội viên đáp ứng latihan như thế nào. Đó cũng là điều rất có lợi cho hội viên, vì nhờ vậy tất cả các bộ phận

của cơ thể họ trở nên sống động. Như thế thì các hội viên sẽ có một latihan tốt để đáp ứng thách nghiệm một cách tốt đẹp. Bapak nói với các phụ tá trong chuyến đi 1981 là họ nên làm loại thách nghiệm đó với hội viên.

Thời gian: 1970 - Nơi chốn: những trung tâm ở London

◦ Người thuật lại: một cặp vợ chồng là những hội viên lâu đời người Anh

Tại tòa thị chính St. Pancras Bapak thách nghiệm phái nữ: "Các bạn ăn ở với chồng mình như thế nào?" Một hội viên thuật lại là mình dài lâu và mãi liệt quay tròn. Sau thách nghiệm Bapak nói với chị: "Đó là vì người vợ và người chồng đòi hỏi ở nhau quá nhiều."

Bapak thách nghiệm phái nữ: "Sẽ như thế nào nếu các bạn thấy có một triệu pound (đồng bảng Anh)?"

Bapak thách nghiệm phái nam tại Reigate: "Hãy cho thấy với tay mình nếu trở thành triệu phú."

Bapak tự biểu diễn thách nghiệm tại một khách sạn: "Một nhạc sĩ chơi đàn vi-ô-lông như thế nào?" Người cử động cánh tay phải như đang cầm một cây cung. Một hội viên nơi cử tọa cảm thấy trong bàn tay và cánh tay mình cách Bapak cầm cây cung, một cách rất thư thái.

Thời gian và Nơi chốn: khác nhau

◦ Người thuật lại: một hội viên nữ

Bapak thách nghiệm: "Nội tâm các bạn cảm thấy như thế nào nếu các bạn ăn mặc hở hang?" Một hội viên cảm thấy như đang tìm cách che lấp mình khắp nơi.

"Các bạn cảm thấy như thế nào nếu người bạn mình kết giao với một người đàn ông không xứng đáng?" Một hội

viên cảm thấy bị đau ồm và nôn mửa, sau khi gặp một trong những người bạn mình kết giao với một bạn trai mới.

"Cái phần bên trong của một phụ nữ ở đâu?" Bapak nhận xét: "Thực vậy, là trong ngực giữa đôi vú. Thế nên, người đàn ông luôn nhìn nơi đó."

"Các thiên thần cảm thấy gì về việc tập latihan của các bạn?" Một hội viên thuật lại chị cảm thấy sự tiếp nhận của mình rất sung sướng và nhẹ nhõm.

"Tổ tiên các bạn cảm thấy gì về việc các bạn tập latihan?" Sự tiếp nhận của hội viên là họ khuyến khích và rất mang ơn.

Thời gian: 1970 và sau đó - Nơi chốn: Cilandak

° Người thuật lại: một nữ phụ tá sống ở Cilandak

Bapak làm trắc nghiệm với các người nữ trong thời kỳ 1970. Người kê một phụ nữ có chồng bước lên, chồng chị có mặt trong cử tọa. Bapak nói: "Hãy cho thấy chồng bạn ở đâu?" Mắt nhắm, chị quay mình và chỉ thẳng vào chồng mình.

Ngày 16 tháng 3 1975 Bapak trắc nghiệm các người nữ trong một buổi nói chuyện: "Mục đích sự hiện hữu của con người trên trái đất là gì?" Và "Tại sao chúng ta có mặt nơi đây?" Một trong những hội viên tiếp nhận được mục đích là được hạnh phúc. Chị nghĩ: "Thật là một ân phước không thể tả!"

Mùng 1 tháng 4 1978 Bapak làm trắc nghiệm với phái nữ: "Chân các bạn phản ứng như thế nào khi ông xếp mình kê gọi mình?" Bapak hỏi tiếp: "Hãy cho thấy miệng mình, dùng nó để làm gì?" "Hãy nói Allahu." "Hãy phụng thờ theo tôn giáo mình." Bapak nói: "Hãy cảm nhận chính

mình, nhờ vào đó các bạn giao tiếp được với quyền năng của Thượng đế." "Hãy cảm nghiệm sự đầy đủ của latihan. "Hãy ca hát." "Hãy may vá." "Một nhà nông làm việc như thế nào?"

Ngày 26 tháng 5 1987 Bapak trắc nghiệm tất cả các người nữ: "Các bạn cảm thấy như thế nào khi rất đau buồn?" "Các bạn cảm thấy như thế nào khi rất may mắn?" "Các thiên thần là gì và ở nơi đâu?" " Các bạn cảm thấy như thế nào, nếu một thiên thần theo dõi mình, trong lúc mình làm điều gì đúng đắn và hài lòng với chính mình?" Bapak nói tiếp: "Các bạn cần phải theo dõi lẽ lối cư xử của mình, bởi các thiên thần luôn theo dõi các bạn!" "Hãy cười mà không có lí do nào để cười. "Khóc mà không có lý do nào để khóc." "Hãy kêu gọi danh hiệu của Thượng đế. Điều đó như thế nào?" Bapak liền nói: "Các bạn có toàn bộ các chứng nghiệm của latihan. Tất cả là để cho các bạn sử dụng." [ghi chú: không đầy một tháng sau đó Bapak mất]

Thời gian: Ramadan, 1972 - Nơi chốn: Cilandak

° Người thuật lại: một người nam tới thăm Cilandak

Bapak yêu cầu các người nam tiếp nhận: "Hãy cho thấy cách đi đứng của thiên sứ Abraham. Hãy cho thấy cách đi đứng của thiên sứ Moses. Hãy cho thấy cách đi đứng của Chúa Giê-Su. Hãy cho thấy cách đi đứng của Thiên Sứ Muhammed."

Một hội viên nhận xét: "Trong khi những trắc nghiệm đó xảy ra, đầu óc tôi hỏi là như thế nào Bapak có thể trắc nghiệm những điều đó, như thế nào Bapak có thể có một quyền hành như vậy, khi thậm chí chúng ta không thể nghĩ tới những câu hỏi như vậy." Sau đó anh nói là mình nhận thức được Bapak không những có quyền sử dụng bày trình độ của các *roh*, mà còn cả *Roh Ilofi* và *Roh Kudus*. Sự nhận thức đó khiến anh cảm thấy mình rất nhỏ bé.

Anh chỉ tự hỏi mình điều đó, nhưng lại tiếp nhận được trong trạng thái latihan. Chợt nhiên anh mở mắt trông thấy Bapak đang ngồi trên khán đài cùng với vô số các thiên thần!

Thời gian: 1975 và sau đó - Nơi chốn: khác nhau

◦ Người thuật lại: một phụ tá nữ tới thăm Cilandak

Tại Anh lúc hội nghị Anugraha Bapak trải nghiệm cử tọa: "Tiếp nhận, các bạn đang ngồi trên ghế, hay ghế đang ngồi trên mình?" Bapak nói: "Cái mức độ mình ở trên hay dưới mặt đất là cái mức độ mình vẫn còn bị ảnh hưởng bởi sức mạnh vật chất." Một hội viên thuật lại là nếu ngồi yên lặng trong thế giữa thấp và cao, chị vẫn còn thấy mình đang ngồi. Nhưng nếu trí óc mình đi lang thang, chị chợt thấy mất hướng, và thế ngồi mình bị đảo ngược. Khi quy thuận và làm cho mình ngồi giữa thấp và cao, chị ngồi đúng thế trở lại.

Bapak trải nghiệm tại Cilandak: "Các bạn nên như thế nào nếu đối diện quyền năng của Thượng đế?" Phần đông mọi người đều quỳ trên đầu gối. Một vài người không làm được như vậy. Bapak nói với họ: "Thực vậy, các bạn có thể quỳ trước đồng tiền, nhưng trước Thượng đế thì khó khăn."

Thời gian: 1975 và sau đó - Nơi chốn: khác nhau

◦ Người thuật lại: một nữ phụ tá Anh có tiếng tăm

Tại Cilandak trong năm 1978, trong lúc có một buổi nói chuyện, Bapak kêu hai người khách mới từ Anh tới bước lên. Bapak trải nghiệm bản tính mỗi người. Người thứ nhất là một thanh niên. Bapak nói anh là một người rất thông minh, nhưng đầu óc anh có thể trở nên tham lam như dạ dày anh. Anh đòi học môn này và môn nọ. Người

thứ hai là một nữ hội viên mới đến cách đó vài tiếng đồng hồ. Bapak trải nghiệm bản tính và năng khiếu chị. Bapak nói chị rất thông minh và có bản tính của một cố vấn. Chị giống với Margaret Thatcher, và có năng khiếu làm chính trị. Nếu theo con đường của chính trị thay vì tâm linh, chị có thể trở thành một nữ thủ tướng đầu tiên của Anh.

Tại London ở khách sạn Cunard, Bapak trải nghiệm phái nữ: "Các thiên thần nhảy múa như thế nào trên thiên đàng?" Một nữ hội viên cảm thấy mình không có thân xác trong lúc đó, mình hoàn toàn trong suốt.

Tại London trong năm 1979, Bapak trải nghiệm chức vụ chủ tịch hội đồng quốc gia. Hai ứng viên đầu tiên là X và Y, một nữ và một nam. Sau trải nghiệm Bapak nói X rất dũng cảm, còn Y thì không mấy. Nên X sẽ là chủ tịch, còn Y là phó chủ tịch phục vụ như một cái phanh! Các ứng viên khác không cần phải trải nghiệm.

Tại Toronto (lúc Hội nghị Thế giới năm 1979) một trong các ứng viên được trải nghiệm cho chức vụ chủ tịch của WSC là một phụ nữ. Sau trải nghiệm Bapak nói mình sẽ không bổ nhiệm chị vì cái nhìn của chị quá rộng lớn ²

Tại Sao Paulo (1981) Bapak trải nghiệm như thường lệ chân cẳng hội viên, trong đó có việc đi đứng với nafsú và đi đứng với jiwa. Kế tiếp, Bapak trải nghiệm một người nam có ý định di chuyển tới một đô thị khác. Bapak yêu cầu anh cho thấy với chân mình bằng cách đi đứng là mình có muốn đi hay không. Anh lập tức đi tới một chỗ khác, tuy thường nói là mình không thích đi đâu hết.

Bapak trải nghiệm những ứng viên cho chức vụ chủ tịch S.D.I. Một hội viên nữ tiếp nhận được và lớn tiếng nói bằng tiếng Indonesia: "Không thích hợp trong lúc này."

² Tiếng Anh là *her vision was too wide*, có lẽ điều muốn nói là có những đường lối hay kế hoạch quy mô không thể thực hiện.

Bởi chị không biết tiếng Indonesia, nên sau đó một hội viên khác cho chị biết những gì chị đã nói.

Bapak nói với các người nữ là mình sẽ trải nghiệm họ sau này để họ hiểu được thực tại của Subud. Một người trong họ chột lớn tiếng nói trong lúc latihan: "Tất cả đã có trong đó." Chị cười và tiếp tục vừa nói vừa chạy vòng quanh. Bapak chưa từng trải nghiệm, nhưng chị nghĩ là Bapak đang trải nghiệm, một cách âm thầm.

Trong năm 1981 Bapak tới Slough có một buổi nói chuyện tại Fulcrum Center. Người yêu cầu tất cả những ai đã bảy năm trong Subud bước lên để mình có thể thấy ai làm phụ tá được. Người yêu cầu họ làm latihan. Sau một lúc, Bapak ngưng latihan họ lại và yêu cầu một nữ hội viên đứng trước mặt những người đang làm latihan. Chị nói mình có một latihan rất mạnh và sâu sắc. Bapak nói mọi người đều thích đáng, nhưng chị đặc biệt là người thích đáng nhất. Nếu chị khai mở cho ai đó, họ sẽ nhanh chóng tiếp nhận được, nhưng chị phải báo cho họ biết trước là đừng sợ hãi. Tiếp theo, Bapak được cho hay hôm đó là ngày sinh nhật chị. Bapak đứng lên đến bắt tay chị.

Tại Đức Bapak trải nghiệm các nữ phụ tá. Bapak bảo họ tiếp nhận: "Đặc ân mà Thượng đế ban cho cuộc sống các bạn trên thế gian này là gì?" Chỉ có một vị tiếp nhận được là mình có thể có bất cứ những gì mình muốn. Tuy nhiên, khi nghe lại bằng thân thanh buổi nói chuyện, chị nhận thấy đó là một câu hỏi khác!

Tại tư gia mới của mình ở Pamelang trong năm 1987, Bapak trải nghiệm: "Cỏ dại cử động như thế nào?"

Trong năm 1987 tại Cilandak lúc cuối Ramadan, Bapak trải nghiệm những người nước ngoài cư ngụ tại Cilandak: "Ta nên như thế nào trước mặt Thượng đế?" Một vị nữ nọ tức khắc quỳ trên đầu gối, và Bapak chột lớn tiếng nói: "Cúi

mình xuống.” Chị liền nằm thẳng người trên sàn nhà. Sau đó, chị nhận thức được là có vài người đã ngay cả không quỳ trên đầu gối, mà vẫn còn đứng. Bapak nói: “Các bạn không được quên Thượng đế tối thiểu mỗi ngày là 100 lần.

Tại Reigate Bapak yêu cầu một phụ tá nam bước lên. Bapak cho anh trải nghiệm cái chân tài của mình là gì. Anh bắt đầu có những cử động viết lách với bàn tay. Bapak nói anh có thể giải thích những điều này nọ với lối viết văn của mình, và khi được cho phép dùng bàn tay mình để viết, anh sẽ đem tới sự thật và thực tại.

Thời gian: 1975 và sau đó - Nơi chốn: khác nhau

◦ Người thuật lại: một cặp vợ chồng là phụ tá ở Mỹ

Tại Hội nghị Wolfsburg tháng 7 1975 Bapak chia những người nam thành nhóm và trải nghiệm với một nhóm: “Một con ngựa chạy nước kiệu như thế nào?” Một hội viên thuật lại là chân mình cảm thấy như có thêm sức mạnh, thêm bắp thịt. Bapak hỏi tiếp: “Sẽ như thế nào khi một con ngựa phi nước đại?” Anh nói điều đó như là phòng tập đang có một đàn ngựa tiếng chạy vang như sấm sét. Chân anh cử động nhanh hơn, và anh cảm thấy nó rất có sức mạnh. Bapak nói tiếp: “Nhanh hơn, nhanh hơn.” Mọi người đều chạy nước đại theo hết khả năng mình, và có lẽ có cả tiếng ngựa hí. Khi Bapak nói “Thôi được rồi” anh cảm thấy như mình hiểu được phần nào thế nào là một con ngựa.

Tại New York tháng 4 1976 Bapak cho các phụ tá nữ làm latihan và trải nghiệm riêng với họ. Một hội viên thuật lại chị mới là phụ tá cách đây không bao lâu nên thoái chí vì những trách nhiệm mới của mình. Bapak trải nghiệm một số câu hỏi.

“Những phụ nữ đã chết và được Thượng đế vinh danh thì

như thế nào? Đó là những thiên thần. Tiếp nhận." Ban đầu trí óc chị không thể thích ứng với sự liên quan đó nên chị nghĩ: "Điều đó mình không thể tiếp nhận được, nhưng cứ thử xem sao." Chị chẳng cảm thấy gì hết nên nghĩ: "Cũng chẳng sao, tình trạng mình là vậy." Chị chợt cảm thấy cái tình trạng chẳng có gì hết đó trở nên sâu sắc hơn, như mình đang trong một nơi hoàn toàn trống vắng, như ngoài không gian. Chị ý thức được tất cả những "mỏ neo" thông thường mà cái Tôi của mình bám vào, như mục tiêu, ước mơ, tình yêu, hận thù, lo sợ - tất cả đã không còn nữa. Một phần nào của bản thân chị cảm thấy như vậy là quá mức, nhưng chị lại không thấy lo sợ và cảm thấy mình cứ việc tiếp tục. Một cách tinh tế và dần dà, chị cảm thấy mình cần phải làm việc, nhưng làm cho ai và cho cái gì thì chị không biết. Điều đó càng trở nên mãnh liệt hơn, nhẹ nhõm hơn, có tính phụng thờ hơn.

Chị có thể cảm thấy mỗi thứ, mỗi mảnh của bản chất mình trở nên lớn hơn với cái nhu cầu làm việc cho Thượng đế. Chẳng bao lâu sau đó, chị tìm thấy nguồn năng lượng mà mình rất cần nên ngưng latihan lại, tuy một cách miễn cưỡng. Chị hoàn toàn kiệt sức nhưng thấy mình được nâng lên một cảnh giới cao hơn. Chị liền nhận thức được những tiếng ca hát vui vẻ chung quanh mình, tuy trước đó mình không nhận thấy gì hết.

Tại London tháng 6 hay 7 năm 1977 Bapak cho các phụ tá nữ làm latihan và trắc nghiệm. Phòng tập rộng lớn có đầy nhóc những người nữ. Bapak hỏi họ: "Cái cảm giác về động tác của những cảnh giới vật chất, thực vật, thú vật, con người và rohani thì như thế nào?"

Một hội viên thuật lại mình cảm thấy như sau về các cảnh giới.

Về vật chất thì như đập cái gì đó với một chiếc búa nặng. Nó rất nặng, gắn bó với trái đất, có tính chất phân chia.

Về thực vật thì cảm thấy như có động tác liên tục, có chiều hướng, có sự lên tới mặt trời. Nó mềm dẻo và quanh co, mục đích của toàn thể là sự tăng trưởng.

Về thú vật thì là sự nhanh chóng, năng lượng mãnh liệt của cơ thể, việc chạy một cách nhất quyết và bức bách. Cái gì đó có mục đích, phẩm cách và sự tự nhận thức.

Về con người thì là một cảm giác mãnh liệt về cá tính và nhân cách, về phẩm cách và sự tự trọng, về sự khiêm tốn, tự chủ và sáng suốt. Đó là cái khả năng cảm nhận được những gì đang xảy ra và biết cách đối phó, cái khả năng điều hòa với bất cứ gì, điều đình và tránh né các chướng ngại. Và cũng là một cảm giác về trách nhiệm và sự tự do của cá nhân.

Với rohani thì là một động tác hướng lên trên. Bởi hướng của vật chất rõ rệt và mãnh liệt là xuống phía dưới, nên sự hướng lên trên đó kèm theo việc vui vẻ ca hát có tính phụng thờ và hoàn toàn thành tâm với Thượng đế mà không nghĩ tới bản thân. Đó là điều gì tuyệt đối và hoàn toàn.

Thời gian: chuyến đi thế giới 1976 - Nơi chốn: Los Angeles

◦ Người thuật lại: một phụ tá nữ

Bapak trải nghiệm các phụ tá nữ: "Óc não các bạn cử động như thế nào từ trái qua phải?" Một hội viên nhận xét: "Trong lúc trải nghiệm tôi không cảm thấy gì. Sau này, trong lúc đang đậu xe tại phi trường, tôi chợt mãnh liệt tiếp nhận được và cảm thấy óc não mình cử động!"

Thời gian: từ 1979 tới 1980 - Nơi chốn: Cilandak

◦ Người thuật lại: Ms. Harlinah Longcroft

Cái trắc nghiệm mà tôi làm khi tôi viết cuốn *History of Subud* đã được thâm thành. Đó là một trong những bài nói chuyện, nhưng trong đó không nhắc tới tất cả những gì đã thực sự xảy ra.

Đặc biệt buổi sáng hôm đó, tôi rất bực mình. Tuy làm việc cho ISC nhưng tôi không đồng ý với họ. Đó là trong tháng Giêng năm 1979. Nhiệm vụ của tôi là sắp xếp chén đĩa cho Bapak: lấy nó ra từ nhà tôi rồi sắp xếp nó trên chiếc bàn trước mặt Bapak, làm trà cho Bapak, hay nước ngọt, hay bất cứ những gì có trong lúc đó, thu xếp các thức ăn từ bất cứ đâu và đặt nó trên bàn và vân vân. Có một hay hai người giúp tôi. Sáng hôm đó, tôi không đụng vào bất cứ những gì của Bapak vì tâm trạng mình không được vui. Cuối cùng chúng tôi đã sắp đặt đâu vào đó và đi vào phòng tập. Bapak bắt đầu có buổi nói chuyện. Cơ tức giận của tôi đến như những đợt sóng, nên tôi tìm cách gạt bỏ nó ra, cố gắng tìm cách gạt bỏ nó ra, để quy thuận và nghe buổi nói chuyện. Nhưng những đợt sóng đó luôn trở lại.

Bapak trắc nghiệm anh A và anh B, rồi kêu tôi bước lên. Điều đó là sau hai tiếng đồng hồ nói chuyện. Đó chính là lúc tôi muốn cho Bapak trắc nghiệm mình, vì tâm trạng mình không được vui.

Buổi trắc nghiệm đêm trước đó, Bapak nói việc tôi nên làm gì thì thật rõ rệt. Một buổi tối Thứ Bảy nọ là lúc chúng tôi thường làm latihan trước mặt Bapak, phái nữ khoảng một tiếng đồng hồ, rồi tới phái nam cũng khoảng một tiếng đồng hồ. Trong những lúc đó, Bapak trắc nghiệm, nhưng cũng có nhiều lúc Bapak chỉ theo dõi latihan chúng tôi.

Ngày hôm sau, lúc sáng Chủ Nhật, chúng tôi nghe Bapak nói chuyện. Lúc tối Thứ Bảy, tôi ngồi đầu đó gần phía trước. Tôi nằm ngả lưng nói *Allahu Akbar* và khó có thể đứng dậy. Có lẽ sau đó tôi cũng đã đứng lên và vừa đi vòng quanh vừa viết và nghe thiên hạ nói, như mình thường làm trong trắc nghiệm. Nhưng tôi không nhớ rõ được tất cả.

Tất cả những gì tôi còn nhớ là lúc Bapak kêu tôi lên và việc nằm dài trên mặt đất nói *Allahu Akbar*. Nên khi Bapak nói đêm hôm qua những gì tôi nên làm thì thật rõ rệt, tôi thật hoang mang. Tôi không biết Bapak đang nói tới gì. Thấy tôi hoang mang nên Bapak nói là sẽ trắc nghiệm với tôi về những gì tôi nên làm. Tôi đi vòng quanh và nghĩ là mình làm việc tổ chức ngân hàng Susila Bakti, vì hồi đó tôi làm việc trong đó. Khi trắc nghiệm xong, tôi nói điều đó và anh Sharif nói lại cho Bapak.

Tỏ vẻ ngạc nhiên, Bapak nói: "KHÔNG ĐƯỢC. Bây giờ Bapak sẽ giúp bạn tiếp nhận, nhưng trước hết bạn phải cầu xin Thượng đế cho mình tiếp nhận được những gì mình nên làm." Tôi cảm thấy mình vô cùng không được an toàn, vì đang đứng trước mặt Bapak và tối thiểu là 750 người trong phòng tập. Tôi cố gắng cầu nguyện, nhưng lại cảm thấy những cầu nguyện của mình là không xứng đáng. Tuy nhiên, tôi cũng cố làm hết sức mình. Bapak nói: "Trắc nghiệm lại một lần nữa." Trong dịp trắc nghiệm tiếp theo, tôi vừa đi vừa viết và nghe thiên hạ nói như thông thường, và còn chụp hình, vì đó là điều tôi thường làm tại nhiều nơi. Bapak ngưng latihan tôi lại nói: "Như vậy thì những gì bạn phải làm là thật rõ rệt, có đúng không?" Phải nói là tôi vẫn còn hoang mang, tôi vẫn chưa biết chắc những gì mình phải làm, trừ viết văn ra. Bapak nhìn Sharif, và khi tôi sắp nói mình sẽ viết văn, thì Bapak đã nói: "Về lịch sử, chị ta nên là một chuyên gia về lịch sử!" Bapak liền nhìn tôi rồi nói: "Tại sao bạn không làm điều

đó?”

Điều này thật khôi hài, bởi Bapak đã đặt tôi vào ngân hàng Susila Bakti, và tôi cũng không muốn làm việc trong đó. Tôi cố sức thoát ra khỏi đó hai hay ba lần, và mỗi lần Bapak đều nói: “Chị ta nghĩ mình đang làm gì? Chị ta nên ở đó, vì ai sẽ viết cho những người đầu tư nếu chị ta không làm?” Vậy nên, tôi vẫn còn bị giữ lại trong ngân hàng, và tất nhiên là không thể làm bất cứ gì. Dù sao thì tôi cũng thật hoang mang nhìn Bapak, khi người hỏi mình tại sao tôi không làm điều đó. Tôi không thích nói là mình chưa từng nghĩ tới việc viết lịch sử.

Bapak nói là sẽ giúp tôi hiểu được. Nên người trắc nghiệm: “Bạn làm gì lúc 19 tuổi? Bạn như thế nào lúc 19 tuổi?” Sự tiếp nhận của tôi phần nào là một thiếu nữ hết sức nghiêm túc, thích tưởng tượng đôi chút, nhưng biết mình đang đi tới đâu. Tôi dứt khoát đi tới nơi mình nghĩ mình đang tới trong lúc đó. Tôi làm việc cho những tờ báo ở London. Bapak chợt hỏi nói: “Bây giờ thì trắc nghiệm nó như thế nào khi bạn có chồng.” Ngay lúc đó, tôi bịt tai lại, đặt khuỷu tay lên dạ dày, ôm đầu gào thét. “Được rồi, được rồi, được rồi,” Bapak ngừng tôi lại, để cho tôi ngồi và nói vài điều về hôn nhân. Khi ngồi xuống, tôi tiếp nhận được, tôi bắt đầu tiếp nhận được là mình nên viết ba bộ sách về lịch sử của Subud. Tôi nhìn thấy được toàn cảnh, thậm chí thấy được những gì nên làm trong lúc làm điều đó.

Sau buổi nói chuyện khi tôi đi ra ngoài phòng tập, thiên hạ đến gặp tôi, chỉ có vài người. Chắc là năm hay sáu người, họ nói: “Harlinah, khi bạn làm trắc nghiệm với Bapak, chúng tôi tiếp nhận được bạn nên viết về lịch sử của Subud. Tôi chỉ để chuyện đó qua một bên, và nghĩ điều đó thật thú vị. Trong liên tiếp ba ngày, tôi như đang trên tầng mây thứ chín, tôi bay lượn đây đó trong không trung tới nơi này nơi kia. Tôi tiếp tục tiếp nhận được về

ba bộ sách về lịch sử của Subud, ba cuốn thật dày. Tất nhiên, bằng thu thanh buổi nói chuyện đã tới tay anh Faisal Sillem và anh Robin Drewett, và cuối cùng là được bán trên khắp thế giới. Khoảng 18 tháng hay hai năm sau đó, tôi bắt đầu nhận được thư từ của đủ hạng người, có cả một vài vị mình không quen biết. Họ nói: "Harlinah, khi chúng tôi nghe bằng thu thanh buổi nói chuyện, khi chúng tôi nghe những câu hỏi Bapak trắc nghiệm với bạn và những gì người nói, tối thiểu là một hay hai câu hỏi, chúng tôi tiếp nhận được là bạn nên viết về lịch sử của Subud. Điều đó thật thú vị, vì trong lúc đó Bapak cũng nói một ngày nào đó có lẽ tôi sẽ viết về lịch sử của Subud. Và đó là điều cuối cùng tôi đã làm.

Hôm qua khi nói tới chuyện đó, tôi nhắc tới việc, có lẽ khoảng sáu năm trước đó, trong những latihan tập chung với mọi người, tôi thường thấy mình viết văn. Không chỉ là viết để nhìn những chữ đẹp mình viết, hay điều gì như vậy, mà là viết như đang vẽ một bức tranh tường. Tôi vẽ một bức tiểu họa, viết như đang khắc họa, viết từ tim can, viết từ đầu óc. Tất cả các cách viết. Viết vì điều này, viết vì điều kia, viết theo nhiều cách trong những năm tháng tập latihan, viết suốt đời. Có thể có những thay đổi. Tôi viết theo cách này, và cảm thấy phải thay đổi đôi chút; tôi viết từ một nơi khác, và cảm thấy phải thay đổi đôi chút, như những hình ảnh trong xi-nê, những gì thay đổi nhanh chóng khi tôi viết.

Và bất cứ lúc nào được Bapak trắc nghiệm trong những latihan tập chung với mọi người, trắc nghiệm về những gì mình có thể làm, tôi luôn thấy chung quanh mình có đầy sách báo và những thứ này nọ, trong lúc tôi đang viết và nghiên cứu. Tất cả những điều đó xảy ra trước khi tôi thực sự cam kết sẽ viết về lịch sử của Subud.

Bapak trắc nghiệm phái nữ, đó là trong lúc có một buổi

nói chuyện tại Wisma Subud. Tình cờ tôi đứng gần nơi phía trước. Bapak cho chúng tôi trải nghiệm: "Sẽ như thế nào nếu các bạn chết trong lúc này?" Tôi tiếp nhận được mình làm việc chăm chỉ, và có rất nhiều những gì phải làm. Tôi nghĩ: "Trời ơi, như vậy thì không được, trong lúc mọi người đều ca hát như các thiên thần." Bapak ngưng trải nghiệm nói: "Như vậy đó, như vậy đó. Khi chết và nếu may mắn, ta cũng sẽ phải làm việc."

Cũng ngày hôm đó hay một thời gian không bao lâu sau đó, Bapak trải nghiệm chúng tôi về jiwa: "Jiwa các bạn như thế nào? Thấy nó ra sao?" Đó là một lúc nào đó trong năm 1984 trước khi Bapak mất.

Tôi thấy một cái gì lạ lùng, trông nó béo mập và như...hầu như hình thuôn. (Như một đĩa bay?) Không, nó chuyển động như một a-míp, đúng hơn thì như vậy. Hình như nó có...Tôi nghĩ mình đã nhìn thấy những con mắt khắp nơi. Nếu tôi còn nhớ đúng thì Bapak đã nói: "Thực vậy, có những ánh sáng nhỏ bé bao quanh nó." Hay có lẽ tôi nhìn thấy những ánh sáng mà Bapak nói là những con mắt.

Thời gian: 1977 - Nơi chốn: Lima, Peru, tại nhà của Eduardo Mazzini

◦ Người thuật lại: một phụ tá trước kia ở Nam Mỹ

Bapak làm trải nghiệm với một nhóm khoảng 10 hay 11 người. Người trải nghiệm những câu hỏi dưới đây với họ.

Có loài người 1 triệu năm trước đây? Đáp: Có

Có loài người 2 triệu năm trước đây? Đáp: Có

Có loài người 3 triệu năm trước đây? Đáp: Có

Có loài người 4 triệu năm trước đây? Đáp: Có

Có loài người 5 triệu năm trước đây? Đáp: Có

Bapak nhận xét: "Thực vậy, với nội tâm ta có thể nhận biết được nhiều hơn với sách viết tay hay được in là những thứ không tồn tại được lâu."

Thời gian: 1977 - Nơi chốn: Los Angeles

◦ Người thuật lại: một người phụ tá nam chứng kiến trải nghiệm

Bapak kêu ba người nam lên trải nghiệm: "Hãy cho thấy nam tính của mình." Không ai trong họ đã cử động. Cử tọa cười. Bapak nghiêm khắc nói: "Không có gì đáng cười."

Thời gian và Nơi chốn: khác nhau

◦ Người thuật lại: một cặp vợ chồng là hội viên có tiếng tăm

Trong lúc nói chuyện với cử tọa và các hội viên hội đồng tại Sao Paulo trong năm 1981, Bapak trải nghiệm: "Sẽ như thế nào khi các bạn 70 tuổi?"

Một vị có mặt trong lúc đó nhận xét: "Hầu như mọi người đều loạng choạng đi đây đó, làm như mình đã già, rất già. Chỉ có một hội viên là vui vẻ nhảy múa. Bapak nhận xét: "Anh ấy có mặt Ả Rập trong miệng!" (Điều được coi là thuốc trường sinh bất lão của người Hồi giáo)

Tại Cilandak sau hội nghị Indonesia năm 1972, Bapak làm trải nghiệm với hội viên: "Hãy đọc thuộc lòng những chữ cái A, rồi chữ cái B rồi chữ cái C, và vân vân. Trong lúc tiếp nhận cái trải nghiệm đó, một hội viên hiểu được rằng tất cả kiến thức của nhân loại đều chứa trong đó.

Thời gian: 1980 - Nơi chốn: Cilandak

◦ Người thuật lại: một phụ tá Tây phương cư ngụ tại Cilandak

Trong một buổi nói chuyện Bapak đứng lên nói: "Nó như thế nào khi Bapak cầu nguyện Thượng đế?" Người đứng thẳng, hai cánh tay giơ lên, lòng bàn tay mở ra, như bắt đầu cầu kinh theo Hồi giáo. Bapak hỏi tiếp: "Nó như thế nào khi thiên hạ cầu nguyện hay xin xỏ điều gì của Thượng đế?" Bapak xoay mình, cúi xuống, làm nhô lên phần đũng sau mình. Mọi người đều cười, đương nhiên kể cả Bapak. Người nói: "Là như vậy đó, nó đơn giản tới nỗi ta không biết cách tiếp nhận được. Thực ra thì Thượng đế sẽ thỏa mãn bất cứ những yêu cầu nào của mình. Nhưng vấn đề với chúng ta là cái khả năng tiếp nhận được của mình. *Belum bisa* (chưa thể được). Bapak là người duy nhất thực sự có khả năng tiếp nhận được."

Bapak trắc nghiệm một vài cặp vợ chồng sinh sống tại khu vực của Subud, đương nhiên là nam và nữ tách biệt. "Những nhu cầu của mình là gì trong cuộc sống?" và "Hãy cho thấy nó như thế nào trong 10 năm?"

Bapak kêu lên trắc nghiệm một hội viên người Anh, nhiều người quen biết anh, đến thăm Cilandak trong lúc đó: "Hãy cho thấy nghề nghiệp đích thực của bạn." Anh ca hát và nhảy nhót quanh phòng. Bapak nói: "Bạn thấy đó, bạn nên là một ca sĩ, và biết đâu chừng cũng có thể trở thành một Elvis Presley? Nhưng bây giờ thì quá muộn."

Thời gian: tháng 8 1986 - Nơi chốn: Anugraha

◦ Người thuật lại: một hội viên Anh lâu đời

Bapak kêu ba nam và ba nữ phụ tá bước lên: "Tĩnh tâm. Tiếp nhận: Hãy cho thấy những gì ở trên. Hãy cho thấy

những gì ở dưới. Hãy cho thấy những khó khăn riêng tư của mình. Hãy phó thác và quy thuận. Đủ rồi. Mời các bạn về chỗ ngồi trở lại.”

(Thêm bốn phụ tá khác) “Tĩnh tâm, đừng suy nghĩ gì, chỉ việc làm theo những động tác của nội tâm. Tiếp nhận: Hãy cho thấy những khó khăn (Những động tác biểu lộ đau buồn) Hãy cho thấy sự vui sướng (Những động tác đơn giản biểu lộ ca hát và sự thư thái) Đủ rồi! Hãy cầu xin Thượng đế cứu giúp mình. Hãy cho thấy lòng khuây khỏa. Mãn nguyện? (Những động tác và lời nói nhẹ nhàng). Hãy cười (Những tiếng cười ồn ào, có vẻ như không kiềm chế được). Đủ rồi (Một hội viên thuật lại là anh thấy mình tự nhiên cười, mà chẳng có lý do gì để cười.) Hạnh phúc và khó khăn đều cùng có bên nhau. Hãy hiểu được quyền năng của Thượng đế để cảm nghiệm được lòng mãn nguyện.”

Bapak kêu bốn vị nam và bốn vị nữ từ hải ngoại bước lên. “Hãy làm theo những động tác của chính mình. Một cách điềm nhiên. Thượng đế có thể đem lại sự sống cho những gì đã chết để làm cho ngay thẳng. Tất cả các tạo vật của Thượng đế đều đi tìm sự sống. Thượng đế luôn gần cận. Bây giờ hãy cười. Đủ rồi.”

Bapak kêu thêm lên những người từ hải ngoại và từ Scotland, tất cả những ai có mặt trong phòng. “Tiếp nhận (latihan trong nửa tiếng đồng hồ) Các bạn cảm thấy như thế nào? Nhẹ nhõm? Không lo nghĩ gì? Hãy cười để cho thấy mình hài lòng. (Những tiếng cười vui vẻ). Nhẹ nhõm? Hài lòng? Hãy cho thấy điều đó. Hãy cười. Hãy ca hát. Đó chỉ là những gì rất nhỏ bé của quyền năng Thượng đế mà trong lúc này mình cảm thấy được gần gũi. Hãy luôn gần cận Thượng đế. Phụ tá phải luôn gần cận hội viên. Hãy cho nhân loại thấy được cái gương mẫu chúng ta có thể cùng nhau chung sống trong hòa bình.

