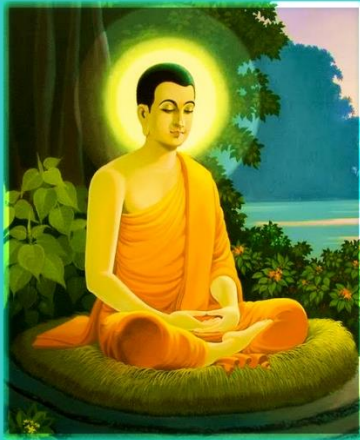


ព្រះអភិធម្ម ក្នុងជីវិតប្រចាំថ្ងៃ

ភាគ២



រៀបរៀងដោយ:

ពិភ្ជុ សុវណ្ណបិណ្ណោ យ៉ុន យី

ព.ស. ២៥៦៤

មាតិកា

និយមន័យចេតសិក..... ០១

ចេតសិកមាន៣ ប្រភេទធំ ០៤

សព្វចិត្តសាធារណៈ ៧ ០៥

បកិណ្ណកចេតសិក ៦..... ០៦

ជស្សចេតសិក ០៨

វេទនាចេតសិក ១០

វេទនា៣ ១២

វេទនា៥ ១៣

ឧបេក្ខា១០ យ៉ាង ១៤

សញ្ញាចេតសិក..... ១៨

ចេតនាចេតសិក..... ១៩

ឯកគ្គតាចេតសិក ២១

| | |
|--------------------------------------|----|
| ជីវិតិស្រ្តិយចេតសិក | ២៣ |
| មនសិការចេតសិក | ២៥ |
| មនសិការ: ៣ យ៉ាង | ២៥ |
| វិតក្កុចេតសិក | ២៧ |
| អកុសលវិតក្កុ: ៣ យ៉ាង | ២៨ |
| វិចារចេតសិក | ២៩ |
| អធិមោក្ខចេតសិក | ៣០ |
| វិរិយចេតសិក | ៣១ |
| ហេតុឱ្យកើតសេចក្តីព្យាយាម៨ យ៉ាង | ៣៣ |
| បីតិចេតសិក | ៣៤ |
| បីតិ ៥ យ៉ាង | ៣៥ |
| ឆន្ទចេតសិក | ៣៦ |
| ឆន្ទមាន ៣ យ៉ាង | ៣៧ |

| | |
|--------------------------------|----|
| មោហចេតសិក..... | ៣៩ |
| អវិជ្ជាមិនដឹងធម៌ ៨ | ៤០ |
| អហិរិកចេតសិក..... | ៤២ |
| អនោត្តប្បចេតសិក | ៤២ |
| ឧទ្ធចូចេតសិក | ៤៣ |
| លោភចេតសិក..... | ៤៥ |
| វេរិចនៈរបស់លោភ ១០ យ៉ាង | ៤៥ |
| ទិដ្ឋិចេតសិក | ៤៨ |
| មិច្ឆាទិដ្ឋិកើតដោយហេតុ ២ | ៤៩ |
| ព្រះសទ្ធម្ម ៣ ប្រការ..... | ៥១ |
| និយតមិច្ឆាទិដ្ឋិ ៣ | ៥២ |
| មានៈចេតសិក..... | ៥៣ |
| មានៈ ២ យ៉ាង | ៥៤ |

| | |
|-------------------------------|----|
| មានៈកើតព្រោះហេតុ ៦ យ៉ាង | ៥៥ |
| ទោសចេតសិក | ៥៦ |
| ទោសកើតដោយហេតុ ៥ យ៉ាង | ៥៧ |
| វិធីរម្ងាប់សេចក្តីក្រោធ | ៥៧ |
| វិធីឈ្នះមនុស្ស ៤ ប្រភេទ | ៥៨ |
| ឥស្សាចេតសិក | ៥៩ |
| ពិចារណាទោសនៃការច្រណែន | ៦០ |
| មច្ឆរិយចេតសិក | ៦២ |
| មច្ឆរិយៈ ៥ យ៉ាង | ៦២ |
| កុក្កុច្ចចេតសិក | ៦៣ |
| ចិនចេតសិក | ៦៥ |
| មិទ្ធុចេតសិក | ៦៦ |
| វិចិត្រចេតសិក | ៦៧ |

| | |
|-------------------------------------|----|
| វិចិត្រា (សង្ស័យ) ៨ យ៉ាង..... | ៦៧ |
| សទ្ធាចេតសិក | ៧០ |
| លោកសន្តិវាស..... | ៧១ |
| លក្ខណៈរបស់អ្នកមានសទ្ធា ៣ យ៉ាង | ៧២ |
| សតិចេតសិក | ៧៣ |
| ហិរិចេតសិក | ៧៥ |
| ហេតុឱ្យកើតហិរិមាន ៤ | ៧៦ |
| ឱត្តប្បចេតសិក..... | ៧៧ |
| ហេតុឱ្យកើតឱត្តប្ប | ៧៧ |
| អលោភចេតសិក | ៧៨ |
| កាមមានឈ្មោះ ៦ យ៉ាង | ៧៩ |
| អទោសចេតសិក | ៨០ |
| តត្រមជ្ឈត្តតាចេតសិក | ៨១ |

| | |
|-----------------------------------|----|
| កាយបស្សន្តិ ចិត្តបស្សន្តិ..... | ៨២ |
| កាយលហុតា ចិត្តលហុតា..... | ៨៤ |
| កាយមុទុតា ចិត្តមុទុតា | ៨៥ |
| កាយកម្មញ្ញតា ចិត្តកម្មញ្ញតា | ៨៦ |
| កាយបាគុញ្ញតា ចិត្តបាគុញ្ញតា..... | ៨៧ |
| កាយុជុកតា ចិត្តុជុកតា | ៨៩ |
| សម្មាវាចាចេតសិក | ៩១ |
| សម្មាកម្មន្តចេតសិក..... | ៩២ |
| សម្មាអាជីវចេតសិក..... | ៩៤ |
| វិរតិ៣ ផ្សេងទៀត..... | ៩៥ |
| ករុណាចេតសិក..... | ៩៧ |
| មុទិតាចេតសិក..... | ៩៨ |
| បញ្ញិទ្រ្ទិយចេតសិក | ៩៩ |

| | |
|---------------------------------|-----|
| ហេតុឱ្យកើតបញ្ញាមាន ២ យ៉ាង | ១០០ |
| សម្បយោគន័យ..... | ១០២ |
| អញ្ញសមាណាចេតសិក | ១០៤ |
| អកុសលចេតសិក | ១១១ |
| សោភណចេតសិក | ១១២ |
| អនិយតយោគី និងនិយតយោគី | ១១៧ |
| សង្គហន័យ..... | ១២២ |
| លោកុត្តរចិត្ត ៥ ន័យ..... | ១២៤ |
| មហគ្គតចិត្ត ៥ ន័យ..... | ១២៦ |
| កាមាវចរកុសលចិត្ត ៤ ន័យ | ១២៩ |
| មហាកិរិយាចិត្ត ៤ ន័យ | ១៣០ |
| មហាវិបាក ៤ ន័យ | ១៣១ |
| អកុសលចិត្ត ៧ ន័យ | ១៣៣ |

| | |
|-----------------------------|-----|
| សញ្ញាកុសលយោគីចេតសិក | ១៤០ |
| អហេតុកចិត្ត ៤ ន័យ..... | ១៤១ |
| តទុភយមិស្សកន័យ..... | ១៤៣ |
| អញ្ញសមាណាចេតសិក ១៣..... | ១៤៣ |
| អកុសលចេតសិក ១៤..... | ១៤៥ |
| សោភណសាធារណចេតសិក១៩ | ១៤៨ |
| វីរតិចេតសិក ៣ | ១៤៩ |
| អប្បមញ្ញាចេតសិក ២ | ១៥០ |
| បញ្ញាចេតសិក ១ | ១៥០ |
| ឈ្មោះអ្នកពិនិត្យសៀវភៅ | ១៥២ |
| ឯកសារពិគ្រោះ: | ១៥៣ |

បុព្វកថា

ខ្ញុំព្រះករុណាអាត្មាភាព ភិក្ខុអគ្គចិត្តោ
យ៉ុន ឃី បានរៀបចំសៀវភៅនេះឡើង ដោយចង់
 ផ្សារភ្ជាប់ជាមួយវីដេអូអប់រំខ្លី ដែលមានចំណងជើង
 ថា ព្រះអភិធម្មក្នុងជីវិតប្រចាំថ្ងៃ ដោយមានការគាំ
 ទ្រពីសំណាក់ ញាតិញ្ញាមជាសិក្ខាកាមទាំងឡាយ
 ដែលជាអ្នកចូលចិត្តសិក្សាព្រះអភិធម្ម តែអ្នកខ្លះមិន
 មានពេលគ្រប់គ្រាន់ក្នុងការរៀនសូត្រ ហើយមាន
 អ្នកខ្លះទៀតខ្លាចណាស់ឱ្យតែព្រះ ធម៌អភិធម្មជាធម៌
 សម្រាប់សូត្រពេលខ្មោចស្លាប់ ឬជាធម៌សម្រាប់អ្នក
 ត្រាស់ដឹងគឺព្រះអរិយៈទើបរៀនកើត។ ហេតុដូច្នេះ
 បានជាខ្ញុំមានគំនិតគិតថា ធ្វើយ៉ាងណាដើម្បីឱ្យ
 មនុស្សយល់ពីមេរៀនអភិធម្មនេះ ដែលជាមេរៀន
 សំខាន់ក្នុងជីវិតរបស់មនុស្សគ្រប់រូប មិនថាចាស់ឬ

ក្មេងទេធម៌របស់ព្រះពុទ្ធ ត្រូវគ្រប់វ័យ គ្រប់សម័យ
កាល។ ដោយមានការយល់ឃើញបែបនេះ ទើបខ្ញុំ
បានរៀបចំធ្វើវីដេអូខ្លីៗឡើង។

វត្តមណីរតនារាម ថ្ងៃអាទិត្យ ១ រោច ខែ កត្តិក

ឆ្នាំជូត ទោស័ក ព.ស. ២៥៦៤

ភិក្ខុអគ្គចិត្តោ យ៉ុន ឃី

សេចក្តីថ្លែងអំណរគុណ

ខ្ញុំព្រះករុណាអាត្មាភាព សូមថ្លែងអំណរព្រះគុណ
និងអរគុណចំពោះ៖

១. ព្រះឧបជ្ឈាយ័ ពោធិវង្សារិមល អ៊ុក ជុំ

២. លោកម្ចាស់គ្រូព្រះភិក្ខុវិហារប្បញ្ញោ សាន សុជា

៣. ព្រមទាំងលោកគ្រូដទៃៗទៀត ដែលបានធ្លាប់
ជួយបង្ហាត់បង្រៀនកន្លងមក

៤. សូមអរគុណចំពោះញោម ប្រុស ចេង យ៉ុន និង
ញោមស្រីម៉េង ង៉ា និងលោកយាយ ចេង ចិន ជា
យាយរបស់ខ្ញុំយ៉ាងក្រៃលែងដែលបានដឹកនាំខ្ញុំ ឱ្យ
បានបួសក្នុងព្រះពុទ្ធសាសនាដ៏ប្រសើរនេះ។

៥. ព្រមទាំងអនុមោទនាចំពោះទឹកចិត្តសទ្ធា ជ្រះថ្លា របស់ញាតិញ្ញាមទាំងឡាយ ដែលមានសទ្ធាជ្រះថ្លា ចែកធម្មទានទាំងឡាយនេះ។

ប្រសិនបើមានកំហុសឆ្គង ចំពោះអក្ខរាវិរុទ្ធក្នុង សៀវភៅនេះក្រែងពិនិត្យមិនបានអស់សេចក្តី ឬ យល់សេចក្តីនៃពុទ្ធវចនៈមិនអស់ សូមអភ័យអត់ ទោសអំពីសំណាក់វិញ្ញូជនទាំងឡាយផង។

ព្រះអភិធម្មក្នុងជីវិតប្រចាំថ្ងៃ

Abhidhamma in Daily Life.

VIDEO 1

និយមន័យចេតសិក

Definition of Mental Factor

ចេតសិកជាធម៌ដែលត្រូវអាស្រ័យនឹងចិត្តកើតឡើង ប្រៀបដូចជា សិស្សនិងអាចារ្យ (គ្រូ) បើមានអាចារ្យ ក៏ត្រូវមានសិស្ស ឬថាសិស្សក៏ត្រូវមានអាចារ្យ មិនអាចអត់ណាមួយបានទេ ព្រោះវត្ថុទាំង២ នេះ ប្រាកដព្រមគ្នា។ អាចារ្យប្រៀបដូចជាចិត្ត កូនសិស្ស ប្រៀបដូចជាចេតសិក ដូច្នោះចិត្តជាប្រធានគេក្នុង សម្បយុត្តធម៌។

វចនក្ត: ចេតសិ ភវំ ចេតសិកំ វា ចេតសិ
និយុត្តំ = ចេតសិកំ ធម្មជាតិកើតក្នុងចិត្ត ឬប្រកប

ក្នុងចិត្ត ឈ្មោះថា ចេតសិក ។

ចេតសិកប្រកបជាមួយនឹងចិត្តមានលក្ខណៈ ៤ គឺ

១. ឯកុប្បាទ: កើតជាមួយនឹងចិត្ត

-Mental factors arise with consciousness

២. ឯកនិរោធ: រលត់ជាមួយនឹងចិត្ត

-Ceasing together with consciousness

៣. ឯកាលម្ពន: មានអារម្មណ៍តែមួយជាមួយនឹង
ចិត្ត

-Having the same object (arammana) as
consciousness

៤. ឯកវត្ថុក: មានវត្ថុជាកន្លែងកើតជាមួយនឹង
ចិត្ត

-Having the same base as consciousness

(ចិត្តកើតអាស្រ័យកន្លែងណាចេតសិកអាស្រ័យ
កន្លែងនោះដែរ ឧទាហរណ៍ដូចជាចិត្តកើតនឹងភ្នែក
គឺចក្ខុវិញ្ញាណកើត ចេតសិកក៏កើតត្រង់ចក្ខុវិញ្ញាណ
ដែរ) ។

ឬតើចិត្តកើតគ្មានចេតសិកបានឬទេ?

វិ.ចិត្តកើតគ្មានចេតសិកមិនបាន ព្រោះចិត្តមានការ
ដឹងអារម្មណ៍ជាលក្ខណៈ ចិត្តមានសភាពស្អាតល្អ
មិនទាន់អាក្រក់ឬល្អទេប្រៀបដូចទឹកថ្លាដូច្នោះដែរ
តែ អាស្រ័យចេតសិកចូលទៅប្រកបជាមួយទើបធ្វើ
ចិត្តអាក្រក់ឬល្អអាស្រ័យចេតសិក ដូចជាទៅជា
លោភមូលចិត្ត គឺចិត្តដែលមានលោភចេតសិកជា
មូល ទើបចិត្តជាប់ជំពាក់ទៅ។ ឬប្រៀបដូចថ្នាក់រៀន
មានតែគ្រូតែគ្មានសិស្សក៏បង្រៀនមិនកើត។

ចេតសិក ៥២

The Fifty-Two Mental Factors

ចែកជា ៣ ប្រភេទធំ

Classified into three broad categories

១.អញ្ញសមាណចេតសិក ១៣

-The ethically variable factors 13

២.អកុសលចេតសិក ១៤

-Unwholesome Factors 14

៣.សោភណចេតសិក ២៥

-Beautiful Factors 25

ក.អញ្ញសមាណចេតសិក ១៣

The ethically variable factors 13

ចែកជា ២ គឺ

Classified into 2 categories

១.សព្វចិត្តសាធារណៈ ៧ គឺ

(ចេតសិកដែលកើតទូទៅដល់ចិត្តទាំងពួង)

The universals 7

(Metal factors which associate with all cittas)

១.ផស្ស្រចេតសិក ការប៉ះខ្ទប់

-Contact, mental impression

២.វេទនាចេតសិក ការសោយអារម្មណ៍

-Feeling, sensation

៣.សញ្ញាចេតសិក ការចាំអារម្មណ៍

-Perception

៤.ចេតនាចេតសិក ការតាំងចិត្ត

-Volition, intention

៥.ឯកក្កតាចេតសិក ការមិនរើរវាយ

-One-pointedness, concentration

៦.ជីវិតិស្រ្តិយចេតសិក មានការរក្សាសហជាត
ធម៌

-Mental life faculty, vitality

៧.មនសិការចេតសិក មានការបបួលបង្រួប
បង្រួមសហជាតធម៌ ។

-Attention, advertence

ខ.បកិណ្ណកចេតសិក ៦ គឺ

(ចេតសិកដែលរាត់រាយ)

Occasionals 6

(mental factors which selectively associate
with some cittas)

១.វិតត្តចេតសិក មានការព្រិះរិះអារម្មណ៍

-Initial application

២.វិចារចេតសិក មានការពិចារណាអារម្មណ៍

-Sustained application

៣. អធិបោក្ខចេតសិក

មានការសន្និដ្ឋាន

សម្រេចចិត្ត

-Decision or determination

៤. វិរិយចេតសិក មានការខុស្សាហ៍

-Effort or Exertion

៥. បីតិចេតសិក មានការពេញចិត្ត

-Zest/Joy/Rapture satisfaction

៦. ឆន្ទចេតសិក មានការប៉ុនប៉ងនឹងធ្វើ

-Desire or Will

VIDEO 2

អធិប្បាយអញ្ញាសមាណចេតសិក

Defining the ethically variable factors

អញ្ញាសមាណ (អញ្ញា+សមាណ) ស្មើនឹងធម៌

ដទៃៗដែរ គឺចេតសិកនេះប្រកបនឹងចិត្តជាអកុសល

ក៏ជាអកុសល ប្រកបនឹងកុសលក៏ជាកុសល ប្រកប
នឹងវិបាកក៏ជាវិបាក ប្រកបនឹងកិរិយាក៏ជាកិរិយា។

The expression literally mean comment to the
other (unwholesome or beautiful consciousness)

១. ផស្សៈចេតសិក

Contact

វចនក្ត: ផុស្សតីតិ = ផស្សៈ ធម៌ឈ្មោះថា ផស្សៈ
ព្រោះអត្ថថា ប៉ះខ្ទប់ ឬពាល់ត្រូវ ។

ផស្សៈ នេះព្រះនាគសេន ប្រៀបដូចជាពពែ ២ ជល់
គ្នា ក្បាលពពែមួយដូចចក្ខុបសាទ ក្បាលពពែមួយ
ទៀតដូចជារូប (វណ្ណៈ)។

ផស្សៈ មានវេទនាជាផល ។

ប្រជុំធម៌ ៣ ឈ្មោះថាជស្សៈ

Threefold defining of contact

១. អាម្មណ៍ មានរូបារម្មណ៍ ជាដើមដែលប្រាកដ
មកកាន់គន្លងរបស់ភ្នែកជាដើម។

Object- visible form object.

Object filed that has come into focus.

២. វត្ថុ មាន៦ គឺ ចក្ខុវត្ថុ សោតវត្ថុ យានវត្ថុ ជិវ្ហាវត្ថុ
កាយវត្ថុ ហឫទ័យវត្ថុ (បេះដូង) ។

There are six bases, namely, eye-base, ear base, nose-base, tongue-base, body-base and heart-base.

៣. វិញ្ញាណ មានចក្ខុវិញ្ញាណជាដើម ។

-Eye-consciousness

នៅពេលមានអារម្មណ៍ មកប៉ះខ្ទប់នឹងវត្ថុហើយ វិញ្ញាណកើតឡើង នោះឈ្មោះថាផស្សៈកើតឡើង នាំឱ្យមានវេទនាជាសុខឬជាទុក្ខអាស្រ័យលើការប៉ះ ខ្ទប់នោះ។

-The contact between visual object, visual organ(eye) and eye-consciousness is accompanied by pleasurable feeling or unpleasant feeling.

២. វេទនាចេតសិក

Feeling

វចនក្តៈ វេទិយតិ អាណម្ពណសំ អនុតថ តីតិ = វេទនា ដែលឈ្មោះថា វេទនា ព្រោះអត្ត ថា ដឹងខ្លួន គឺសោយរសនៃអារម្មណ៍។

Feeling - the taste of the sense-object

វេទនាសោយអារម្មណ៍ហើយក៏រលត់ទៅ មានបច្ច័យ
ដទៃទៀតក៏កើតជាបន្តបន្ទាប់។

In the Law of Dependent Origination, contact is the condition for the next arising feelings, and feelings is conditioning for the arising of craving.

ប្រៀបដូចជាព្រះរាជាអ្នកសោយក្រយាហារ។

ចំណែកចេតសិកដទៃ ៗ ប្រើដូចជាចុងភៅដាំស្ល
ថ្វាយព្រះរាជា មានសិទ្ធិអាចនឹងភ្នក់អាហារបន្តិច
បន្តួចតាមសមគួរ មិនដូចព្រះរាជាមានសិទ្ធិ
បរិបូណ៌ក្នុងការសោយ។

While the mental factors are compared to a cook who prepares a dish for a king and only samples the food. Unlike the king who enjoys the meals as much as he likes.

វេទនាមាន ៣ ដោយការសោយអារម្មណ៍

**Three affective mode in which the object
is experienced**

១.សុខវេទនា សោយអារម្មណ៍ជាសុខ

-Experiencing desirable aspect of the object

២.ទុក្ខវេទនា សោយអារម្មណ៍ជាទុក្ខ

-Experiencing painful feeling

៣.អទុក្ខមសុខវេទនា សោយអារម្មណ៍មិន

មែនសុខ មិនមែនទុក្ខ ។

-Experiencing neutral feeling

វេទនា ៥ ដោយស្យាស្ត្រិយ

Feeling in fivefold is analyzed

by way of the governing faculty:

១.សុខវេទនា សោយអារម្មណ៍សុខតាមផ្លូវ
កាយ Body-consciousness accompanied by
pleasant feeling.

២.ទុក្ខវេទនា សោយអារម្មណ៍ទុក្ខតាមផ្លូវកាយ
Body-consciousness accompanied by painful
feeling.

៣.សោមនស្សវេទនា សោយអារម្មណ៍រីករាយ
តាមផ្លូវចិត្ត Consciousness accompanied by
pleasant mental feeling.

៤. ទោមនស្សវេទនា សោយអារម្មណ៍លំបាក
តាមផ្លូវចិត្ត Consciousness accompanied by
displeasure mental feeling.

៥. ឧបេក្ខាវេទនា សោយអារម្មណ៍ជាកណ្តាល
តាមផ្លូវចិត្ត។ Consciousness accompanied by
neutral mental feeling.

VIDEO 3

ឧបេក្ខា ១០ យ៉ាង

១. ឥន្ទ្រុបេក្ខា ឧបេក្ខាណាជាធម៌បរិសុទ្ធជា
ប្រក្រតីជាគន្លងនៃអារម្មណ៍ ៦ ដែលគួរប្រាថ្នា ឬមិន
គួរប្រាថ្នាកក់ដោយក្នុងទ្វារ៦របស់ព្រះខីណាស្រព។

២. ព្រហ្មវិហារុបេក្ខា ឧបេក្ខាណា ជាកណ្តាល
ក្នុងសត្វទាំងឡាយ (ឧបេក្ខាក្នុងព្រហ្មវិហារ)។

៣. ពោជ្ឈនុបេក្ខា ឧបេក្ខាណាមានភាពជាកណ្តាលក្នុងសហជាតធម៌ ដែលអាស្រ័យវិវេកធម៌ បានដល់ ឧបេក្ខាសម្ពោជ្ឈង្គ ។

៤. វិវិយុបេក្ខា ឧបេក្ខាណា មានសេចក្តីព្យាយាម មិនរាថយនិងមិនប្រឹងប្រែងខ្លាំងពេក (ជាកណ្តាល) បានដល់ វិវិយចេតសិក ។

៥. សទ្ធារុបេក្ខា ឧបេក្ខាណា មានអាការៈជាកណ្តាលដែលកំណត់ពិចារណាធម៌ មាននីវរណៈ ជាដើម បានដល់ បញ្ញាចេតសិក ។

៦. វេទនុបេក្ខា ឧបេក្ខាណា ដែលសម្គាល់ចាំក្នុង សេចក្តីមិនមែនទុក្ខ មិនមែនសុខ (ឧបេក្ខាវេទនា)។

៧.វិបស្សនូបេក្ខា ឧបេក្ខាណា មានភាពជាកណ្តាលក្នុងការពិចារណា ដែលមានក្នុងបាលីថា:

យទត្តិ យំ ភូតំ តំ បឌហតិ ឧបេក្ខំ បដិលតតិ = ភិក្ខុ រមែងបាននូវឧបេក្ខាថា ខន្ធបញ្ចកៈណាដែលកើតមាន អញ្ញលៈនូវខន្ធបញ្ចកៈនោះចេញ (បញ្ញាចេតសិក) ។

៨.តត្រមជ្ឈត្តុបេក្ខា ឧបេក្ខាណា ញ៉ាំងសហជាតធម៌ឱ្យប្រព្រឹត្តទៅជានិច្ច (តត្រមជ្ឈត្តតាចេតសិក) ។

៩.តត្រមជ្ឈត្តុបេក្ខា ឧបេក្ខាណា ជាធម្មជាតិធ្លាក់ទៅក្នុងសេចក្តីសុខនៃឈាននោះ សូម្បីជាសុខដ៏ប្រសើរលើស (តត្រមជ្ឈត្តតាចេតសិក) ។

១០. បារិសុទ្ធិឧបេក្ខា ឧបេក្ខាណា បរិសុទ្ធិចាក
បច្ចនិកធម៌មិនត្រូវខ្វល់ខ្វាយក្នុងការរម្ងាប់បច្ចនិក
ធម៌ទេ (តត្រមជ្ឈត្តតាចេតសិក) ។

បុ.តើធ្វើចិត្តឱ្យជាឧបេក្ខានោះវាល្អសម្រាប់យើងឬ?

វិ.មិនមែនធ្វើចិត្តឱ្យជាឧបេក្ខា វាសុទ្ធតែល្អនោះទេ
ឧបេក្ខាមានក្នុងអកុសលក៏មាន ក្នុងកុសលក៏មាន
តែបើកុសលថ្នាក់ឈាន ឧបេក្ខាចិត្តនោះកាន់តែ
ប្រណិតជាងសោមនស្ស មានចិត្តនឹងជឹងព្រោះជា
ឈានថ្នាក់ខ្ពស់ ។

VIDEO 4

៣.សញ្ញាបេតសិក

Perception

វចនក្ត: និរោទិភេទារម្មណំ សញ្ញានាតិ សញ្ញំ ភត្វា ជាតាតិ = សញ្ញា ធម្មជាតិដែលឈ្មោះថា សញ្ញា ព្រោះអត្ថថា ចាំអារម្មណ៍ ដែលមានពណ៌ខៀវជាដើម គឺធ្វើគ្រឿងកំណត់សម្គាល់ ។

Takes note of the sense – objects as colour, form, shape, etc.

ជីវិតប្រចាំថ្ងៃនិសញ្ញា

សញ្ញានេះព្រះពុទ្ធប្រៀបដូចជាថ្ងៃបណ្តើរកូន នៅពេលដែលយើងឈរកណ្តាលថ្ងៃត្រង់ យើងនឹង

ឃើញព្រេចៗ តាមពន្លឺព្រះអាទិត្យដូចជាមានអ្វីរត់
 តាមពន្លឺ ហាក់បីដូចជាមានរូបអ្វីម្យ៉ាងកំពុងមាន
 ចលនារត់ ដល់យើងទៅមើលជិតវាគ្មានមានអ្វីនោះ
 ទេ វាមានសភាពទទេស្អាត យ៉ាងណាជីវិតរបស់
 យើងដូចគ្នារាល់ការចងចាំទាំងឡាយ វាគ្រាន់តែ
 មានក្នុងគំនិតរបស់យើងប៉ុណ្ណោះ អ្វីៗគ្រប់យ៉ាង
 ត្រូវបាត់បង់អស់ ឧទាហរណ៍អនុស្សាវរីយ៍ល្អៗ ការ
 ពិបាកចិត្ត បញ្ហាក្នុងជីវិតផ្សេងៗ ការព្រាត់ប្រាស
 មនុស្សជាទីស្រឡាញ់ជាដើម។

VIDEO 5

៤. ចេតនាចេតសិក

Volition

**វចនក្ត: ចេតេតិ អត្តនា សម្បយុត្តធម្មេ អរេ
 ម្ពណេ អភិសន្តហតិ សទ្ធិតាភិសទ្ធិរណេ**

១ ក្សាណុបាសាបដ្ឋតីតិ = ចេតនា ធម្មជាតិ
 ដែលឈ្មោះថាចេតនា ព្រោះអត្ថថា តាំងចិត្ត គឺ
 ញាំងសម្បយុត្តធម៌ឱ្យព្រមព្រៀងជាមួយនឹងខ្លួនក្នុង
 អារម្មណ៍ ឬឈ្មោះថា ចេតនា ព្រោះអត្ថថា ដល់នូវ
 សេចក្តីខ្វល់ខ្វាយក្នុងការតាក់តែងធម៌ ដែលជា
 សង្ខតៈ។

Organizes its associated mental factors in acting upon the object.

**បុ.តើមានពេលណាដែលចិត្តយើងកើតគ្មានចេតនា
 ដែរឬទេ?**

**វិ.គ្មានពេលណាដែលចិត្តកើតគ្មានចេតនាចេតសិក
 ទេ ព្រោះចេតនាកើតជាមួយចិត្តគ្រប់ដួង គ្រាន់ក្នុង
 វិន័យព្រះពុទ្ធលើកសិក្ខាបទខ្លះ ដែលមិនដាច់ព្រោះ**

អចេតនា ដូចជាសិក្ខាបទបាណាតិបាត បើគ្មាន
 ចេតនាចង់សម្លាប់មិនដាច់បាណាតិបាតទេ ប៉ុន្តែ
 នេះគ្រាន់តែគ្មានចិត្តប៉ងនឹងសម្លាប់ តែចេតនាវា
 បានកើតរួចហើយ គឺកើតក្នុងការរៀនចាកមិនធ្វើការ
 សម្លាប់សត្វ ព្រោះវាកើតជាមួយចេតនាជាកុសល
 សីល ដូចព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធសម្តែងថា **ចេតនាហំ
 ភិក្ខុវេ សីលំ វណមិ** ចេតនាជាកុសល ។

VIDEO 6

៥. ឯកគុតាចេតសិក

One-pointedness

វចនក្តៈ **នាណលម្ពនវិក្ខេបាតាវេន ឯកំ
 អោម្មណំ អគ្គំ ឥមិស្សាតិ ឯកគ្គំ ចិត្តំ តស្ស**

ភារោ = ឯកគ្គតា ចិត្តដែលឈ្មោះថា ឯកគ្គៈ ដោយអត្ថថា មានអារម្មណ៍មួយ ព្រោះមិនមានសេចក្តីរើរវាយ ទៅក្នុងអារម្មណ៍ផ្សេងៗ ភាវៈនៃចិត្តមានអារម្មណ៍មួយនោះ ឈ្មោះថា ឯកគ្គតា។

Unification of the mind on its object
(non-distraction)

ជីវិតប្រចាំថ្ងៃនិងឯកគ្គតា

ប្រសិនបើមនុស្សយើងមានការអប់រំចិត្តច្រើន រៀនប្រមូលចិត្តឱ្យតាំងនៅក្នុងអារម្មណ៍តែមួយ យើងមិនសូវភ្លេចទេ ពេលខ្លះចិត្តរបស់យើងមិនស្ងប់ពេលធ្វើការងារតែងភ្លេច ព្រះពុទ្ធសម្តែងក្នុងមង្គល

សូត្រថា **អនាគុណ ច កម្មន្តា** ការងារមិនច្របូក
ច្របល់គឺជាមង្គលដ៏ឧត្តម ។

VIDEO 8

៦.ជីវិតិស្រ្តិយចេតសិក

Mental life faculty

វចនក្ត: **ជីវិតិ តេន សម្បយុត្តធម្មាតិ ជីវិតំ
តទេវ សហជាតានុបាលនេ អធិបច្ចយោ
តេន ឥស្រ្តិយន្តិ = ជីវិតិស្រ្តិយំ** ឈ្មោះថា ជីវិត
ព្រោះអត្ថថា ជាក្រឡឹងតាំងនៅនៃសម្បយុត្តធម៌ ក៏
ជីវិតនោះឯង ជាធំក្នុងការរក្សាសហជាតធម៌ដោយ
គួរដល់សេចក្តីជាធំ ព្រោះដូច្នោះ ទើបឈ្មោះថា
ជីវិតិស្រ្តិយ ។

Mental life faculty which vitalizes the associated mental states and physical.

បុ.តើឥន្រ្ទិយជាធំលើអ្វី?

វិ.ភាពជាធំ គឺជាធំលើធម៌ដែលកើតជាមួយនឹងខ្លួន
តាំងនៅបាន មាននាមនិងរូបរស់នៅក្នុងការដឹង
អារម្មណ៍ ។ ប្រៀបដូចជាអាហារដែលជួយឱ្យ
មនុស្សដែលបរិភោគរស់នៅធំធាត់និងរស់បាន ឬក៏
ដូចជាដី ដែលជួយឱ្យដើមឈើតាំងនៅនិងលូត
លាស់ទៅមុខបានដូច្នោះដែរ។

VIDEO 9

៧. មនសិការចេតសិក

Attention

**វចនគ្គៈ ករណំ ករោ មនស្មី ករោ = មនសិ
ករោ ការធ្វើឈ្មោះថា ការៈ ការធ្វើទុកក្នុងចិត្ត
ឈ្មោះថា មនសិការៈ ។**

Mind's advertence to the object

មនសិការមាន ៣ យ៉ាង

Attention in threefold

**១. វិចីបដិបាទកមនសិការៈ = មនសិការៈ
ដែលធ្វើឱ្យវិចីចិត្តកើត គឺបញ្ចុទ្ធារាវជួនចិត្ត ជា
អនន្តរប្បច្ច័យឱ្យចក្ខុវិញ្ញាណ ជាដើមកើត។**

អិក្ខុ អគ្គមិត្តោ យុន យី

Abhidhamma in daily life.

២. ជនបដិបាទកមលសិការៈ = មនសិការៈ
ដែលធ្វើឱ្យជវនចិត្តកើត គឺមនោទ្វារវជ្ជនចិត្ត ជា
អនន្តរប្បថ្មយឱ្យជវនចិត្តកើត។

៣. អារម្មណ៍បដិបាទកមលសិការៈ =
មនសិការចេតសិកធ្វើឱ្យអារម្មណ៍ប្រាកដ បើអត់
មនសិការចេតសិក អារម្មណ៍រមែងមិនប្រាកដ។

ឧទាហរណ៍ មនុស្សម្នាក់ចង់ដឹងរឿងចង់ឮសំឡេង
ត្រូវបង្ហោនយកចិត្តទុកដាក់ស្តាប់ បានដឹងច្បាស់គេ
និយាយអ្វី តែពេលខ្លះយើងមិនបានយកចិត្ត
ទុកដាក់ នៅក្បែរគេនិយាយដែរតែមិនដឹងថាគេ
និយាយដល់ណា ឬនិយាយពីអ្វីទេ។

VIDEO 10

បកិណ្ណកចេតសិក

The Occasionals 6

(Mental factors which selectively associate with some cittas)

១.វិភក្កុចេតសិក

Initial Application

**វិចនក្កុ: អារម្មណ៍ វិភក្កុតិ សម្បយុត្តបម្មេ
អតិទិរោចេតីតិ = វិភក្កុ ធម៌ណា រមែង
ត្រិះរិះ (នឹក) ដល់អារម្មណ៍ គឺលើកសម្បយុត្តធម៌
ឡើងកាន់អារម្មណ៍ ព្រោះហេតុនោះ ធម៌នោះ
ឈ្មោះថា វិភក្កុ: ។**

-Applies the mind to the object.

វិភក្កុ អត្តចិត្តោ យុន ឃី

Abhidhamma in daily life.

ឬ.តើការព្រិះរិះច្រើនល្អឬអាក្រក់?

វិ.ការព្រិះរិះអាក្រក់ក៏មានល្អក៏មាន ការព្រិះរិះល្អ
មានរហូតដល់បានឈានចិត្ត វិតក្កៈនេះ អាចគ្រប
សង្កត់នូវនីវរណៈធម៌គឺចិនមិទ្ធិៈ (ការងងុយដោក
ងក់) បានទៀតផង។

អក្ខសលវិធានៈមាន ៣ យ៉ាង

Initial Application in Threefold

១. ភាវវិធានៈ ការព្រិះរិះក្នុងកាម

-Thinking about sensual desire

២. ព្យាបាទវិធានៈ ការព្រិះរិះក្នុងការព្យាបាទ

-Thinking about hatred/ ill will/ averson

៣.វិហឹសាវិតក្កៈ ការត្រិះរិះក្នុងការបៀតបៀន
អ្នកដទៃ ចង់ឱ្យគេវិនាសប្រយោជន៍ ។

-Thinking about harming or ill-treating others.

VIDEO 11

២.វិចារបេតសិក

Sustained Application

**វចនក្កៈ អារម្មណ៍ តេន ធម្មេន ចិត្តំ វិចារ
សីតិ = វិចារេ** ចិត្តរមែងត្រាច់ទៅក្នុងអារម្មណ៍
ដោយធម៌នោះ ព្រោះហេតុនោះ ធម៌នោះឈ្មោះថា
វិចារៈ ។

Sustained application of the associated mental
phenomena to the object.

បុ.តើវិតក្កៈនិងវិចារៈខុសគ្នាដូចម្តេច?

វិ.វិតក្កៈ ប្រៀបដូចជាសត្វស្លាបដែលស្ទុះទៅហើរលើកដំបូង **វិចារៈ**ប្រៀបដូចសត្វត្រដាងស្លាបនៅពូជ័អាកាសដែលមានសភាពនឹងផឹងជាងវិតក្កៈ។

VIDEO 12

៣.អធិមោក្ខចេតសិក

Decision

វចនក្តៈ អធិមុច្ឆនំ = អធិមោក្ខោ សេចក្តីបង្កោនចិត្តទៅ (ជឿ) ឈ្មោះថា អធិមោក្ខ ។

Making the decision with respect to the sense-object.

បុ.តើអធិមោក្ខនេះដូចជាសទ្ធាដែរឬទេ?

ភិក្ខុ អគ្គមិគ្គោ យុន ឃី

Abhidhamma in daily life.

វិ.អធិមោក្ខៈ នេះប្រៀបដូចជាសរសរខ្លោង ព្រោះ ភាពនឹងថ្កល់ក្នុងអារម្មណ៍ ជាកុសលក៏មាន ជា អកុសលក៏មាន អធិមោក្ខល្អដែលជាសេចក្តីជ្រះថ្លា នេះជា **បសាទធិមោក្ខៈ**។ ចំណែកឯ សទ្ធាជា សេចក្តីជ្រះថ្លា កើតជាមួយកុសលតែម្យ៉ាង ។

VIDEO 13

៤. វិវិយបេតសិក

Effort/Energy

វចនក្តៈ **វិវាសំ ភាវោ កម្មំ វា វិវិណា ឥរយិតព្វំ បវត្តេតព្វន្តិ វា វិវិយំ = ឧស្សាហោ** ភាវៈឬអំពើនៃបុគ្គលអង់អាច ឈ្មោះ ថា **វិវិយ** មួយទៀត ធម្មជាតិណា ដែលបុគ្គលគប្បី

ឱ្យដំណើរទៅគប្បីឱ្យប្រព្រឹត្តទៅដោយវិធី (ការ
ទ្រទ្រង់ទុកវិសេស) ព្រោះហេតុនោះ ធម្មជាតិនោះ
ឈ្មោះថា **វិរយៈ** បានដល់ សេចក្តីព្យាយាម។

-The action of one who is vigorous.

ជីវិតប្រចាំថ្ងៃនិងវិរយៈ

មនុស្សយើង កាលបើមានវិរយធ្វើអ្វីៗតែបាន
ជោគជ័យ ព្រោះអាចឆ្លងកាត់ឧបសគ្គច្រើនយ៉ាង
បាន ដូចព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធសម្តែងថា **វិរិយេន ទុក្ខ
បច្ឆេតិ** ឆ្លងសេចក្តីទុក្ខបានព្រោះការព្យាយាម ។

ហេតុជិតនាំឱ្យកើតសេចក្តីព្យាយាម

មានសទ្ធមត្ត ៨ គឺ

១. ពិចារណាដល់ជាតិទុក្ខ

២. ពិចារណាដល់ជរាទុក្ខ

៣. ពិចារណាដល់ព្យាធិទុក្ខ

៤. ពិចារណាដល់មរណទុក្ខ

៥. ពិចារណាដល់អបាយិកទុក្ខ (ទុក្ខក្នុងអបាយភូមិ

៤ មាននរក ប្រេត តិរច្ឆាន អសុរកាយ)

៦. អតីតវដ្តមូលកទុក្ខ (ទុក្ខពីអតីតដែលមានវដ្តជាមូល)

៧.អនាគតវដ្តមូលកទុក្ខ (ទុក្ខអនាគតដែលមានវដ្ត
ជាមូល)

៨.ការពិចារណាដល់ទុក្ខក្នុងការស្វែងរកអាហារក្នុង
បច្ចុប្បន្ន។

VIDEO 14

៥.បីតិចេតសិក

Zest

វចនក្ត: **បីនយតិ កាយចិត្តំ តប្បេតិ វខ្មេ**
តីតិ វា = បីតិ ធម្មជាតិ ដែលឈ្មោះថា បីតិ ព្រោះ
អត្តថា ញ៉ាំងកាយនិងចិត្តឱ្យសើមជោក ឬញ៉ាំង
កាយនិងចិត្តឱ្យចម្រើន។

To refresh mind and body / to thrill with rapture

បីតិមាន ៥ យ៉ាង

Zest in Fivefold

១. ខុទ្ទកាបីតិ ត្រេកអរតិចៗ ត្រឹមព្រីរោម ព្រី
ស្បែក

The thrill of joy that causes the flesh to creep

២. ខណិកាបីតិ សេចក្តីត្រេកអរមួយខណៈៗ
ប្រាកដដូចជាផ្លែកបន្ទោរ

Instantaneous joy like a flesh of lightening

៣. ឱក្ខន្តកាបីតិ សេចក្តីត្រេកអររឿយៗ មាន
អាការប្រាកដដូចជាទឹករលកបោកខ្ទប់មកត្រូវ

The flood of joy like the breakers on a seashore

៤. ឧព្វេន្តាវីតិ សេចក្តីត្រេកអរខ្លាំង អាចញ៉ាំង
កាយឱ្យអណ្តែតឡើង

-Up-lifting of joy which may lift one to float in the air

៥. ផរណាវីតិ សេចក្តីត្រេកអរធ្វើឱ្យផ្សព្វផ្សាយ
ជ្រួតជ្រាបទូទៅក្នុងកាយ ។

- Suffusing joy which pervades the whole body.

VIDEO 15

៦. ឆន្ទចេតសិក

Desire

វចនក្ត: **ឆន្ទនំ = ឆន្ទោ** សេចក្តីពេញចិត្ត ឈ្មោះ
ថា ឆន្ទៈ ។

Desire to act / to perform an action

(It is like the stretching of the hand to)

ឆន្ទៈមាន ៣ យ៉ាង

Desire in Threefold

១. កត្តកម្មតាឆន្ទៈ ប្រាថ្នានឹងធ្វើ

Desire to act

២. តណ្ហាឆន្ទៈ ឆន្ទៈ គឺជាតណ្ហា

Desire in the reprehensible sense (greed, lust)

៣. វិវិធសឆន្ទៈ ឆន្ទៈគឺ មានសេចក្តីព្យាយាម ដើម្បីសម្រេចកិច្ច តាំងពីកិច្ចការតូចរហូតដល់ធំបានរហូតសូម្បីការត្រាស់ដឹងរបស់ព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធ ក៏ព្រោះមានឆន្ទៈជាកម្លាំងជួយឱ្យព្រះអង្គមិនដាក់ធុរៈចោលក្នុងការបំពេញបារមី។

Virtuous desire to achieve a worthy goal.

(ចប់អញ្ញាសមាណាចេតសិក ១៣)

VIDEO 16

អកុសលចេតសិក ១៤

The Unwholsome Factors 14

មោចតុក្កៈ ៤ គឺ

១.មោហាចេតសិក មានការមិនដឹង (សភាវៈធម៌)
តាមសេចក្តីពិត

-Delusion -mental blindness/ unknowing.

(concealment of the real nature of the object

(concealment of the real nature of the object)

២. អហិរិកចេតសិក មិនខ្មាសចំពោះទុច្ចរិត

Shamelessness/ lack of moral shame.

៣. អនោត្តប្បចេតសិក មិនពាក់ស្មុតចំពោះ
ទុច្ចរិត

Fearlessness of wrongdoing/ recklessness

៤. ឧទ្ធច្ចចេតសិក មិនចូលទៅស្ងប់

Restlessness – turmoil/ distraction

អធិប្បាយ

Difining

១. មោហចេតសិក

Delusion Mental Factor

វចនក្ត: អាម្មណោ មុយ្ហតីតិ = មោហោ ,
អញ្ញាណំ ធម៌ដែលឈ្មោះថា មោហា: ព្រោះអត្ត
ថា វង្វេងក្នុងការម្មណ៍ បានដល់ អញ្ញាណ ។

Ignorance of the true nature of sense-object

អវិជ្ជាមិនដឹងធម៌ ៨ យ៉ាង

Ignorance in Eightfold

- ១. ទុក្ខ អញ្ញាណំ មិនដឹងក្នុងទុក្ខ
- ២. ទុក្ខសមុទយេ អញ្ញាណំ មិនដឹងហេតុនាំឱ្យ
កើតទុក្ខ
- ៣. ទុក្ខនិរោធនេ អញ្ញាណំ មិនដឹងការរលត់ទុក្ខ

៤. ទុក្ខនិរោធគាមិនិបទិបទាយ អញ្ញារណំ

មិនដឹងក្នុងជួរវលត់ទុក្ខ ១២ កង

៥. បុព្វន្តេ អញ្ញារណំ មិនដឹងក្នុងខន្ធ អាយតនៈ
ធាតុ ដែលជាអតីត

៦. អបរន្តេ អញ្ញារណំ មិនដឹងក្នុងខន្ធ អាយតនៈ
ធាតុ ដែលជាអនាគត

៧. បុព្វន្តាបរន្តេ អញ្ញារណំ មិនដឹងក្នុងខន្ធ
អាយតនៈ ធាតុ ដែលជាអតីតនិងអនាគត

**៨. ឥទប្បច្ចយតា បទិច្ចសមុប្បន្តេសុ
ធម្មេសុ អញ្ញារណំ** មិនដឹងក្នុងបទិច្ចសមុប្បាទ គឺ
មិនដឹងក្នុងធម៌ទាំងឡាយ ដែលអាស្រ័យគ្នាកើត
ឡើងថា ធម៌នេះជាបច្ច័យ ។

ភិក្ខុ អគ្គមិគ្គោ យុន ឃី

Abhidhamma in daily life.

VIDEO 17

១.អហិរិកចេតសិក

Shamelessness

វចនក្ត: ន ហិរិយតិ ន លជ្ជិយតីតិ =
អហិរិកោ បុគ្គលោ ធម្មសមូហោ វា បុគ្គល
ឬប្រជុំ នៃធម៌ ឈ្មោះថា អហិរិក: ព្រោះអត្តថា មិន
ខ្មាស គឺមិនរង្គៀសចំពោះបាប ។

A person not to be ashamed of committing immoral actions.

VIDEO 18

៣.អនោក្កម្យចេតសិក

Fearlessness of Wrongdoing

វចនក្ត: ន ឱត្តប្បតិកិ = អនោត្តប្បំ ឈ្មោះថា
អនោត្តប្បៈ ព្រោះអត្ថថា មិនតក់ស្លុតចំពោះបាប។

A person not afraid of committing immoral action.

ការប្រៀបធៀបរវាងអហិរិកៈ

និងអនោត្តប្បៈ

អហិរិកៈ មិនខ្មាសខ្ពើមបាប ដូចជ្រូកមិនខ្ពើមលាមក
ចំណែកឯ**អនោត្តប្បៈ** មានការមិនតក់ស្លុតបាប ដូច
ជាសត្វមមាចមិនខ្លាចភ្លើង ។

VIDEO 19

៤. ឧទ្ធច្ចចេតសិក

Restlessness

វចនក្ត: ឧទ្ធតស្ស ភាវោ = ឧទ្ធច្នំ ភាវៈនៃចិត្ត
ដែលរវើរវាយទៅ (មិនស្ងប់) ឈ្មោះថា ឧទ្ធច្ចៈ ។

Unsettled state of mind

ជីវិតប្រចាំថ្ងៃ

ចិត្តរវើរវាយច្រើន គេងលក់មិនស្ងប់ អាចសុបិន
អាក្រក់ ឬយល់សប្តិច្រើន ធ្វើកិច្ចការងារអ្វីៗ មិនសូវ
បានល្អព្រោះតែចិត្តមិនតាំងមាំល្អក្នុងអារម្មណ៍។

VIDEO 20

៥.លោភចេតសិក

Greed

វិចនក្តៈ **លុត្តតិកិ** = **លោភោ** ឈ្មោះថា លោភៈ
ព្រោះអត្ថថា ចង់បាន ។ លោភនេះ កើតជាមួយ
លោភមូលចិត្តតែប៉ុណ្ណោះ។

-Greed is a strong desire for sensuous objects.

វេទចនៈនៃលោភៈ ១០ យ៉ាង

១.តណ្ហា សេចក្តីចង់បាន

២.រាគៈ តម្រេក

៣.ភាម សេចក្តីប្រាថ្នា

អិក្ខុ អគ្គមិគ្គោ យុន យី

Abhidhamma in daily life.

៤.នន្ទិ សេចក្តីរីករាយ

៥.អភិជ្ឈា ការសម្លឹងរំពៃ

៦.ជនេត្តិ មេឱ្យកើត

៧.បោនោព្ពវិកា អ្នកឱ្យកើតក្នុងភពថ្មី

៨.ឥច្ឆា សេចក្តីប្រាថ្នា ឬត្រូវការ

៩.អាសា ការប៉ុនប៉ង

១០.សញ្ញាជនៈ គ្រឿងចង។(បរមត្ថទីបនី)

ជីវិតប្រចាំថ្ងៃនៃលោកៈ

លោកៈ ព្រះពុទ្ធសម្តែងថា ជាហេតុនៃសេចក្តីទុក្ខ
ដូចជាទុក្ខពេលជួបរឿងមិនល្អក្នុងជីវិត ដូចជា

អិត្ត អគ្គមិគ្គោ យុន យី

Abhidhamma in daily life.

បាត់បង់មនុស្សជាទីស្រឡាញ់ ដូចព្រះពុទ្ធសម្តែង
 ថា **កាមតោ ជាយតេ សោកោ** សេចក្តីសោក
 កើតពីការស្រឡាញ់ បើយើងស្រឡាញ់តិចកើតទុក្ខ
 ក៏តិចទៅតាមចិត្តជាប់ជំពាក់ ឧទាហរណ៍ យើងបាត់
 ទូរស័ព្ទចាស់មួយគ្រឿងស្តាយល្មម ព្រោះយើងមិន
 សូវស្រឡាញ់ ពេលមួយស្រាប់តែបាត់ទូរស័ព្ទមាន
 តម្លៃថ្លៃ ទើបនឹងទិញយើងប្រាកដជាសោកស្តាយ
 ខ្លាំង គឺកើតទុក្ខខ្លាំងព្រោះរបស់នោះយើងស្រឡាញ់
 វាខ្លាំង ដូច្នោះ បានជាព្រះពុទ្ធសម្តែងថា **លោភៈជា**
ហេតុនៃសេចក្តីទុក្ខ ។

VIDEO 21

៦. ទិដ្ឋិ ចេតសិក

Wrong View

វចនក្ត: ទស្សនំ = ទិដ្ឋិ សេចក្តីយល់ឃើញ ឈ្មោះ
ថា ទិដ្ឋិ ។

Seeing what is right to be wrong and what is wrong to be right.

ពាក្យថា មិច្ឆា ទិដ្ឋិ

មិច្ឆា ប្រែថា ខុស ។ **ទិដ្ឋិ** ប្រែថា យល់ឃើញ ។

ទិដ្ឋិ ២ យ៉ាង

១.សាមញ្ញទិដ្ឋិ បានដល់ សក្កាយទិដ្ឋិដែលមានសេចក្តីយល់ខុសចាកពីបរមត្ថថា ជាមនុស្ស ជាសត្វ ជាអត្តា ។

២.ទិដ្ឋិតិសេស បានដល់ ទិដ្ឋិ ៦២ រៀរសក្កាយទិដ្ឋិ ព្រោះទិដ្ឋិនេះ មានដល់មនុស្សពួកខ្លះ និងឱកាសខ្លះ ដូចជានិយតមិច្ឆាទិដ្ឋិ ៣ គឺ (អភិរិយទិដ្ឋិ អហេតុកទិដ្ឋិ នត្តិកទិដ្ឋិ ។

បុ.តើទិដ្ឋិកើតដោយហេតុអ្វីប៉ុន្មានយ៉ាង?អ្វីខ្លះ?

វិ.មិច្ឆាទិដ្ឋិកើតដោយហេតុ ២ គឺ

១.បរតោ ឃោសោ ស្តាប់អសទ្ធម្មវាចាពីបុគ្គលដទៃ (គឺស្តាប់វាចាមិនមែនជាធម៌របស់សប្បុរស មិន

នាំឱ្យចិត្តស្ងប់ មិននាំឱ្យកើតសេចក្តីព្យាយាម កើត
សតិ សទ្ធាប្រញី និងយាយពីកាមគុណឬជំនឿផ្ដេស
ផ្ដាស ដូចជារឿងអ្នកតាសុំសេចក្តីសុខជាដើម)។

២.អយោនិសោមនសិការោ មិនធ្វើទុកក្នុងចិត្ត
ដោយខុបាយនៃប្រាជ្ញា (មិនយកចិត្តទុកដាក់ដោយ
ប្រើគំនិតមានសទ្ធានិងបញ្ញាមិនស្មើគ្នា ដូចជាទឹម
គោមិនស្មើគ្នា ឬមិនយកបញ្ញាទៅវិភាគពេលស្តាប់
ហើយរមែងក្លាយទៅជាមិច្ឆាទិដ្ឋិ) ។

ហេតុនាំឱ្យកើតមិច្ឆាទិដ្ឋិប្លៀងប្លាស់

- ១.មានការយល់ខុសជាអធ្យាស្រ័យ
- ២.សេពគប់នឹងបុគ្គលដែលយល់ខុស

៣. បែរមុខចេញពីព្រះសទ្ធម្ម

ព្រះសទ្ធម្មមាន ៣ ប្រការ

១. បរិយត្តិសទ្ធម្ម ការសិក្សាព្រះធម៌

២. បដិបត្តិសទ្ធម្ម ការគោរពប្រតិបត្តិ

តាមពុទ្ធវចនៈ

៣. បដិវេធសទ្ធម្ម ការចាក់ផ្លុះសច្ចៈធម៌

តាមសេចក្តីពិត

៤. ជាអ្នកច្រើនទៅដោយសេចក្តីត្រិះរិះខុស

៥. មិនពិចារណាដោយឧបាយនៃប្រាជ្ញា។

និយមិច្ឆាទិដ្ឋិ ៣ យ៉ាង

១.អភិវិយទិដ្ឋិ យល់ឃើញថា មិនជាអំពើកម្ម (មិនមានអ្នកធ្វើអាក្រក់និងល្អទេ ស្លាប់ទៅក៏គ្មាន ការទទួលផលអាក្រក់ល្អដែរ)។

២.អហេតុកទិដ្ឋិ យល់ឃើញថា មិនមានហេតុ (អ្វីៗ គ្រប់យ៉ាងដែលយើងបានរាល់ថ្ងៃ កើតមក ឯងៗ មិនបានមកដោយហេតុណាមួយនោះទេ ដូច ជាលាភ យសសក្តិជាដើម)។

៣.នត្តិកទិដ្ឋិ យល់ឃើញថា មិនមាន (សត្វ បុគ្គល មិនមានជាផលបុណ្យបាបទេ គ្រាន់តែជា ធាតុផ្សំ ស្លាប់ទៅក៏សូន្យ ប្រៀបដូចភ្លើងឆេះដើម

ឈឺឱ្យស្លាប់មិនមានបាបដល់ភ្លើង
មនុស្សធ្វើបាបបុណ្យក៏គ្មានដែរ) ។

យ៉ាងណា

VIDEO 22

៧. មានចេតសិក

Conceit

វចនក្ត: **សេយ្យោហមស្មីតិ អាទិនា មញ្ញតិកិ**
= **មានោ** ឈ្មោះថា **មានៈ** ព្រោះអត្តថា សម្គាល់
ខ្លួន ដោយលក្ខណៈមានជាដើមថា យើងជាអ្នក
ប្រសើរជាងគេ។

Self-exaltation / vainglory

មានៈ ២ យ៉ាង

**១.អយាថាវមានៈ មានៈដែលព្រះសោកាលៈ
បានមាន ៦ យ៉ាង**

១.ល្អជាងគេ សម្គាល់ថា ស្មើគេ

២.ល្អជាងគេ សម្គាល់ថា ទាបជាងគេ

៣.ស្មើគេ សម្គាល់ថា ល្អជាងគេ

៤.ស្មើគេ សម្គាល់ថា ទាបជាងគេ

៥.ទាបជាងគេ សម្គាល់ថា ល្អជាងគេ

៦.ទាបជាងគេ សម្គាល់ថា ស្មើគេ ។

**២. យាថាវមានៈ ដែលព្រះអរហន្តលះបានមាន
៣ យ៉ាង**

១. ល្អជាងគេ សម្គាល់ថា ល្អជាងគេ

២. ស្មើគេ សម្គាល់ថា ស្មើគេ

៣. ទាបជាងគេ សម្គាល់ថា ទាបជាងគេ ។

មានៈកើតព្រោះហេតុ ៦ យ៉ាង

១. ជាតិក្រកូល

២. ទ្រព្យសម្បត្តិ

៣. រូបសម្បត្តិ

៤. ការចេះដឹង

អិក្ខុ អគ្គមិគ្គោ យុន យី

Abhidhamma in daily life.

៥. យសសក្តិកំណែង

៦. បរិវារ (មានការរាប់អានច្រើន បរិស័ទច្រើន)។

VIDEO 23

៨. ទោសចេតសិក

Hatred

វចនត្ថ: ទុស្សតីតិ = ទោសោ ឈ្មោះថា

ទោស: ព្រោះអត្តថា ប្រទូសវាយ ។

Anger or violence of mind is hatred/ animosity

ទោស: នេះប្រៀបដូចជាទឹកមូត្រស្អុយលាយដោយ
ថ្នាំពិស ។

ទោសកើតដោយហេតុ ៤ យ៉ាង

- ១. មានអធ្យាស្រ័យជាអ្នកចង់នូវសេចក្តីក្រោធទុក
- ២. មានសភាពមិនសុខុមជាប្រក្រតី
- ៣. មានការស្តាប់នូវព្រះសទ្ធម្មតិច
- ៤. ប្រកបជាមួយនឹងអារម្មណ៍មិនល្អមិនគាប់ចិត្ត។

VIDEO 24

វិធីម្រាប់សេចក្តីក្រោធច (ទោស:)

ធម៌ដែលជាហេតុនេះ

ទោស: មាន ៦ ប្រការ

១. ការរៀននូវមេត្តានិមិត្ត

២. ការចម្រើននូវមេត្តាភាវនា

៣. ការពិចារណាថាសត្វមានកម្មជារបស់ខ្លួន

៤. ភាពជាអ្នកច្រើនទៅដោយការពិចារណា

៥. ភាពជាអ្នកមានកល្យាណមិត្ត

៦. សន្ទនារឿងដែលសប្បាយ (ដែលសមគួរ) ។

វិធីឈ្នះមនុស្ស ៤ ប្រភេទ

១. អកោធន ជិន កោនំ ឈ្នះបុគ្គលក្រោធ
ដោយការមិនក្រោធ

២.អសាដ្ឋំ សាធុនា ជិនេ ឈ្នះមនុស្សអាក្រក់
ដោយធ្វើល្អ

៣.ជិនេ កទរិយំ ទានេន ឈ្នះមនុស្សកំណាញ់
ដោយការឱ្យទាន

៤.សច្ចេ នាវិកវាទិនំ ឈ្នះមនុស្សពោល
ពាក្យមិនពិត ដោយពាក្យពិត។

VIDEO 26

៩.ឥស្សាចេតសិក

Envy

វចនត្ថៈ **ឥស្សតីតិ** = **ឥស្សា** ឈ្មោះថា ឥស្សា
ព្រោះបួស្សា ។ ឥស្សានេះ កើតឡើងហើយធ្វើឱ្យ

មានការប្រណែនគ្នា មិនឱ្យអ្នកដទៃបានលាភៈ
សក្ការៈ សេចក្តីគោរព សេចក្តីរាប់ជាដើម ។

-Being jealous of other's success.

ពិចារណាទោសនៃការប្រណែនអ្នកដទៃ

- ❖ ប្រណែននាំឱ្យបែកបាក់ញាតិមិត្ត
- ❖ ប្រណែននាំឱ្យខ្លួនសាងកម្មពៀរវេរាដ៏ច្រើន
- ❖ ប្រណែនធ្វើឱ្យខ្លួនរីកលចរិត ឆ្គួត
- ❖ ប្រណែននាំឱ្យមនុស្សរមិលគុណ
- ❖ ប្រណែនធ្វើឱ្យអស់កិត្តិយស
- ❖ ប្រណែនមិនអាចធ្វើឱ្យខ្លួនញញឹមបានទេ
- ❖ ប្រណែនអាចនាំទៅកាន់អបាយភូមិ
- ❖ ប្រណែនមិនអាចរកសច្ចៈបាន

❖ ប្រណែនធ្វើឱ្យខ្លួនវិនាសដូចភិក្ខុទេវទត្ត។

ជីវិតប្រចាំថ្ងៃនិងឥស្សា

បុគ្គលណាដែលប្រណែននឹងអ្នកដទៃហើយ រមែង
កើតទុក្ខជានិច្ច ព្រោះក្នុងចិត្តមិនមានសេចក្តីសុខ
មិនមានមុទិតាធម៌ មិនចេះត្រេកអរនឹងសេចក្តីសុខ
របស់អ្នកដទៃ មនុស្សបែបនេះកុំយកខ្លួនបៀត ល្អ
ជាង ព្រោះថ្ងៃណាមួយនឹងបៀតបៀនយើងប្រៀប
ដូចជាចិញ្ចឹមសត្វអសិរពិសដូច្នោះដែរ។

VIDEO 27

១០.មច្ឆ្រិយចេតសិក

Avarice/Stinginess

វចនក្ត: មច្ឆេស្ស្យ ភាវោ = មច្ឆ្រិយំ ភាវៈនៃ
បុគ្គលកំណាញ់ឈ្មោះថា មច្ឆ្រិយ ។

-Concealing one’s own success when it has been
or can be obtained.

មច្ឆ្រិយ ៥ យ៉ាង

១.អាវាសមច្ឆ្រិយ សេចក្តីកំណាញ់ទឹកនៃង

២.ភុលមច្ឆ្រិយ សេចក្តីកំណាញ់ត្រកូល

៣.លាភមច្ឆ្រិយ សេចក្តីកំណាញ់លាភ

៤. វណ្ណបច្ឆនិយ សេចក្តីកំណាញ់វណ្ណៈ

៥. ធម្មបច្ឆនិយ សេចក្តីកំណាញ់ធម៌ ។

VIDEO 28

១១. កុក្កច្ចុចេតសិក

Worry/remorse

វចនក្តី: កុកតស្ស ភារោ បវត្តនិមិត្តំ = កុក្កច្ចុ

ភាវៈ គឺនិមិត្ត ជាទីប្រព្រឹត្តទៅនៃកម្មដែលបណ្ឌិត

ស្អប់ ឈ្មោះថា កុក្កច្ចុៈ ។

-Remorse after having done wrong and the good that is not done.

វិចិត្រប្រចាំថ្ងៃនិងកុក្កុច្ចៈ

ជីវិតកាលណាបើមានកុក្កុច្ចៈក្នុងសន្តានហើយ ធ្វើ
 ឱ្យចិត្តក្តៅក្រហាយព្រោះរឿងមិនល្អ កង្វល់ចិត្តនឹក
 រឿងអតីតកាលមិនល្អ ដូចជាធ្លាប់សម្លាប់គេ ក្បត់
 ចិត្តប្រពន្ធ ធ្វើអាក្រក់ចំពោះអ្នកមានគុណជាដើម
 នាំឱ្យចិត្តមិនសុខ ។ ដូច្នេះត្រូវតាមដានចិត្តរឿយៗ
 ទើបនាំឱ្យយើងបានសុខ កុំព្យាយាមចាក់រុករយស
 ឱ្យក្លាយ តែត្រូវព្យាបាលជំងឺឱ្យជាពីរោគ ព្រោះតែ
 បានធ្វើរឿងអាក្រក់អំពីអតីតកាល។

VIDEO 29

១២. ជីនចេតសិក

Sloth

វចនក្ត: ជីនតា = ជីនំ សេចក្តីរួញរា ឈ្មោះថា
ជីនៈ។

-Sloth is sluggishness or dullness of mind.

ជាធម៌ដែលបៀតបៀនចិត្តឱ្យរាថយចាកអារម្មណ៍។

ជីវិតនឹងជីនៈ

ជីនៈ នេះកើតឡើងហើយ មិនចង់ធ្វើការងារ ចិត្តរា
ថយ មិនឧស្សាហ៍ ធុញការងារមិនចង់ធ្វើការងារមិន

ចង់រៀន មិនអាចបំពេញសេចក្តីល្អបានដូចជាធ្វើ
សមាធិជាដើមបាន។

១៣. មិទ្ធិចេតសិក

Torpor

វចនក្ត: មិទ្ធិនតា = មិទ្ធិ សេចក្តីងោកងុយ
ឈ្មោះថា មិទ្ធ: ។

-Torpor is the morbid state of the mental factors/
when one feels inactive.

និទមិទ្ធិ: ចេតសិកនេះ ប្រកបនឹងអកុសលស
សង្ខារិកចិត្ត ៥ ដួង **ចិន:** ប្រៀបដូចអណ្តាតភ្លើង
មិទ្ធ: ដូចពន្លឺ កាលភ្លើងធំ ពន្លឺក៏ច្រើន ពន្លឺតិចក៏ភ្លឺ
តិចដែរ។

VIDEO 29

១៤. វិចិកិច្ឆា ចេតសិក

Doubt

វចនក្ត: វិគតា វិកិច្ឆាតិ = វិចិកិច្ឆា ឈ្មោះថា
វិចិកិច្ឆា ព្រោះអត្ថថា មានសេចក្តីពិតក្នុងចិត្តទៅ
ប្រាសហើយ។

Doubt here signifies spiritual doubt, from a Buddhist perspective the inability to place confidence in the Buddha, the Dhamma , the Sangha and the trainng

វិចិកិច្ឆា (សង្ស័យ) ៨ យ៉ាង

១.សេចក្តីសង្ស័យក្នុងព្រះពុទ្ធ

Doubt that the Buddha

អិក្ខុ អគ្គមិគ្គោ យុន យី

Abhidhamma in daily life.

២.សេចក្តីសង្ស័យក្នុងព្រះធម៌

Doubt that the Dhamma

៣.សេចក្តីសង្ស័យក្នុងព្រះសង្ឃ

Doubt that the Sangha

៤.សេចក្តីសង្ស័យក្នុងសិក្ខា (សីល សមាធិ បញ្ញា)

Doubt that the training

៥.សេចក្តីសង្ស័យក្នុងអតីត

Doubt that past existences

៦.សេចក្តីសង្ស័យក្នុងអនាគត

Doubt that in future lives

៧.សេចក្តីសង្ស័យក្នុងអតីតនិងអនាគត

Doubt about past and future results of kamma

៨.សេចក្តីសង្ស័យក្នុងបដិច្ចសមុប្បទ គឺធម៌ដែល
អាស្រ័យគ្នានិងគ្នាកើតឡើង។

Doubt about the Law of Dependent Origination.

VIDEO 30

សោភណបេតសិក ២៥

The Beautiful (Wholesome)

Mental Factors - 25

បែកចេញជា ៥ ន័យ

Classified in 5 Categories

១.សោភណសាធារណបេតសិក ១៩

The Universal Beautiful Factors

២. វិចិត្រចេតសិក ៣ The Abstinenences

៣. អធិប្បបញ្ញា ២ The Illimitables.

៤. បញ្ញា ១ The Wsdom Faculty

អធិប្បាយសោភណសាធារណចេតសិក

Difining the Universal Beautiful Factors

១. សទ្ធាចេតសិក

Faith

សទ្ធា បានដល់ សេចក្តីជឿ ជ្រះថ្លា ក្នុងវត្ថុដែលគួរ
ជឿ និងជ្រះថ្លាមានព្រះពុទ្ធជាដើម។

វចនក្តុៈ សទ្ធិហតីតិ = សទ្ធា ពុទ្ធាទិស្តុ
បសាទោ ធម្មជាតិណា រមែងជឿ ព្រោះហេតុនោះ

អិក្ខុ អគ្គមិគ្គោ យុន យី

Abhidhamma in daily life.

ធម្មជាតិនោះ ឈ្មោះថា **សទ្ធា** បានដល់ សេចក្តី
ជ្រះថ្លា ក្នុងព្រះពុទ្ធជាម្ចាស់ជាដើម។

The first the beautiful cetasikas is faith, which has the characteristic of placing faith or of trusting.

True faith consists of purity of mind and belief in the Dhamma. (Bhikkhu Bodhi, 2010)

លោកសន្តិវាសមាន ៤

១. រូបធម្មមានោ អ្នកកាន់យករូបជាប្រមាណ

២. ធម្មសធម្មមានោ អ្នកកាន់យកសំឡេង
ជាប្រមាណ

៣. ល្អខធម្មមានោ កាន់យកភាពសៅហ្មងជា
ប្រមាណ

៤. ធម្មប្បមាណោ កាន់យកធម៌ជាប្រមាណ។

លក្ខណៈសម្គាល់អ្នកមានសទ្ធា ៣ យ៉ាង

១. ចង់ឃើញបុគ្គលមានសីល

២. ចង់ស្តាប់ព្រះសទ្ធម្ម

៣. មានចិត្តប្រាសចាកសេចក្តីកំណាញ់ ជាមន្ទិល
នៅគ្រប់គ្រងផ្ទះ មានការលះរួចហើយ មានដៃលាង
ហើយ ត្រេកអរក្នុងការលះ ជាអ្នកគួរដល់ស្នូម ជាអ្នក
ត្រេកអរក្នុងការឱ្យនិងការចែករំលែក។ (ចិ.៤១៩.១២០)

បុ.តើសទ្ធាប្រែថាការជឿអាចមានការជឿខុសឬទេ?

វិ.សទ្ធាតាមមេរៀនអភិធម្ម ជាសោភណសាធារណ
ចេតសិក ជាចេតសិកដែលកើតបានជាមួយ
សោភណចិត្ត (ចិត្តល្អ) ប៉ុណ្ណោះ ដូច្នេះពាក្យថា

ភិក្ខុ អគ្គមិគ្គោ យុន ឃី

Abhidhamma in daily life.

សទ្ធាមានតែក្នុងរឿងត្រឹមត្រូវមិនមែនជឿខុសនោះ
ឧទាហរណ៍ថា យើងជឿថា ចង់បានសេចក្តីសុខទៅ
អុចធ្ងបសុំសេចក្តីសុខពីព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធ ដោយជឿ
ថាព្រះពុទ្ធ ផ្តល់សេចក្តីសុខឱ្យ ឬអាចសម្រេចតាម
សេចក្តីប្រាថ្នាបាននេះជាមិច្ឆាទិដ្ឋិទេ មិនមែនជា
សទ្ធាទេ។

VIDEO 31

២.សតិចេតសិក

Mindfulness

វចនក្តី: **សរណំ = សតិ អសម្មោសោ** សេចក្តី
រលឹក ឈ្មោះថា **សតិ** បានដល់ សេចក្តីមិនវង្វេង
ភ្លេច។

-Recollecting, remembering, attentiveness

-If one is mindful at the six sense-doors to note what one observes just as ‘seeing, seeing’ or ‘hearing, hearing’ one can stop defilements from entering the mind.

សតិ ដូចជាសសរ ព្រោះដោតមាំក្នុងអារម្មណ៍។

សតិ ដូចជាអ្នកយាមទ្វារ ព្រោះរក្សានូវឥន្ទ្រិយ ទាំងឡាយមានចក្ខុន្ទ្រិយជាដើម។

ជីវិតប្រចាំថ្ងៃនឹងសតិ

ជីវិតរបស់មនុស្សយើង បើមិនមានសតិជាប្រចាំទេ ធ្វើអ្វីក៏មិនបានល្អ ឱកាសនៃអកុសលកើតកាន់តែ ច្រើន។ មនុស្សសម័យព្រះពុទ្ធនៅដែនក្រុង ចម្រើន

ដោយសតិគ្រប់កាល សេចក្តីប្រមាទរបស់ពួកគេក៏
មិនសម្បូរនោះដែរ។

VIDEO 32

៣.ហិរិចេតសិក

Shame

វចនក្ត: **ហិរិយតិ កាយទុច្ចរិតាទិហិ ជិគុច្ច
តីតិ = ហិរិ** ធម្មជាតិដែលឈ្មោះថា **ហិរិ** ព្រោះអត្ត
ថា ខ្មាស គឺរង្គៀសខ្ពើមចំពោះទុច្ចរិត មានកាយ
ទុច្ចរិត ជាដើម ។

Moral shame refers to those who value their honor and dignity.

Hiri opposes ahirika which would commit any evil without the least compunction.

ហេតុឱ្យកើតហិរោន ៤ យ៉ាង

១. ពិចារណាយើញជាតិត្រកូល អាត្មាអញជា
មនុស្សខ្ពង់ខ្ពស់ អាត្មាអញមិនគួរធ្វើអាក្រក់ ការធ្វើ
អាក្រក់ជារបស់មនុស្សថោកទាប។

២. ពិចារណាយើញវ័យ ថាសេចក្តីអាក្រក់ជារបស់
មនុស្សអ្នកមានអាយុតិច។

៣. ពិចារណាយើញនៃខ្លួនជាអ្នកភ្លៀវភ្លា ថាសេចក្តី
អាក្រក់ជារបស់មនុស្សកំសាក មិនគួរធ្វើទេ។

៤. ពិចារណាយើញភាពនៃខ្លួនជាពហុស្ស្រុត ថា
សេចក្តីអាក្រក់ ជាកម្មរបស់អ្នកមិនបានសិក្សា។
(ឯកនិបាតជាតក)

VIDEO 33

៤. ឱតប្បបេតសិក

Fear of Wrongdoing

វចនក្ត: តេហិយេវ ឱតប្បតីតិ= ឱត្តប្ប
ធម្មជាតិរមែងក្រែងខ្លាចចំពោះទុច្ចរិត ទាំងនោះឯង
ព្រោះហេតុនោះ ធម្មជាតិនោះ ឈ្មោះថា ឱត្តប្បៈ។

Fear to do evil, because it is aware of the manifold evil consequences.

ហេតុឱ្យកើតឱត្តប្បៈមាន ៤ យ៉ាង

១. ភ័យព្រោះការពិះដៀលខ្លួនឯង

២. ភ័យព្រោះខ្លាចអ្នកដទៃពិះដៀល

៣. ភ័យព្រោះអាជ្ញា

៤. ភ័យព្រោះទៅកាន់ទុក្ខតិរិក្ស។

VIDEO 34

៥. អលោភចេតសិក

Greedlessness

វចនក្តុះ លោភបដិបក្ខោ = អលោភោ ធម៌
ដែលជាបដិបក្ខចំពោះលោភៈឈ្មោះថា**អលោភៈ**។

Non-attachment to sense-objects and greedlessness.

Alobha is opposed to lobha

When one is not attached to one's possession, one can give away things in charity.

ជីវិតប្រចាំថ្ងៃនិងអលោកៈ

អលោកៈ ចេតសិកនេះ កើតក្នុងសន្តានរបស់បុគ្គលណា ធ្វើឱ្យចិត្តមិនជាប់ជំពាក់ មិនប្រកាន់ច្រើន ចេះស្គាល់ប្រមាណ ដឹងទោសនៃការជាប់ជំពាក់។

កាមមានឈ្មោះ ៦ យ៉ាង

- ១.សេចក្តីភ័យខ្លាច
- ២.ទ្រាំបានដោយលំបាក
- ៣.ជាបូស
- ៤.ជារោគ
- ៥.ការជាប់ស្អិត

៦. ជំពូក់ ១

VIDEO 35

៦. អទោសចេតសិក

Hatelessness

វចនក្តុះ ទោសបដិបក្ខោ = អទោសោ ធម៌
ដែលជាបដិបក្ខចំពោះទោសៈឈ្មោះថា អទោសៈ។

Non-anger, loving kindness, goodwill

Adosa is opposed to dosa and it can overcome dosa, also reflected as goodwill for its nature of kindness and helpfulness.

អទោសៈនិងជីវិតប្រចាំថ្ងៃ

មនុស្សយើង បើមានសេចក្តីក្រោធច្រើនបៀមនូវ
សេចក្តីទុក្ខច្រើន ដូចជាពាក្យលោកពោលថា ឈឺ
បៀមទឹកឆាប់ពុក មនុស្សកើតទុក្ខឆាប់ចាស់។ បើ
ចិត្តរបស់យើងមិនមានការក្រោធ ធ្វើឱ្យចិត្តបាន
សុខច្រើន មានសេចក្តីអត់ធន់ មានមេត្តាចិត្តច្រើន។

VIDEO 36

៧. ត្រមជ្ឈត្តតាចេតសិក

Neutrality of Mind

វិចនក្កៈ តេសុ តេសុ ធម្មេសុ មជ្ឈត្តតា =
ត្រមជ្ឈត្តតា ភាពជាកណ្តាលក្នុងធម៌នោះៗ
ឈ្មោះថា ត្រមជ្ឈត្តតា ។

តក្រមជ្ឈត្តតាចេតសិកនេះ គឺមានសភាពព្រងើយ
 នៃចិត្តនិងចេតសិកទាំងឡាយ កើតក្នុងចិត្តណា
 ហើយធ្វើឱ្យចិត្តនោះមានសភាពជាកណ្តាល ប្រៀប
 ដូចជាសារថី សម្លឹងមើលព្រងើយៗ នូវសេះ
 អាជានេយ្យដែលរត់ទៅស្មើល្អហើយដូច្នោះ។

Mental balance (impartial view of objects)

It is a synonym for equanimity, not as neutral feeling. It should be seen as the state of looking on with equanimity in the citta and cetasikas.

VIDEO 37

យុគលធម៌ ៦ គូ

The Six Pairs

៨. កាយបស្សន្តិ ៩. ចិត្តបស្សន្តិ

Tranquillity of Body and Consciousness

វចនក្ត: កាយស្សបស្សម្ពុនំ = កាយបស្សទ្ធិ

សេចក្តីស្ងប់កាយ ឈ្មោះថា កាយបស្សទ្ធិ ។

ស្ងប់កាយបានដល់ នាមក្ខន្ធន ៣ គឺ វេទនាខន្ធ សញ្ញាខន្ធ សង្ខារខន្ធ។

វចនក្ត: ចិត្តស្ស បស្សម្ពុនំ = ចិត្តបស្សទ្ធិ

សេចក្តីស្ងប់ចិត្ត ឈ្មោះថា ចិត្តបស្សទ្ធិ ។ បានដល់ស្ងប់វិញ្ញាណក្ខន្ធ។

The twofold tranquillity has the characteristic of the quieting down of disturbances

It should be regarded as opposed to such defilements as restlessness.

គូទី១ បស្សទ្ធិ បដិបក្ខនីងឧទ្ធច្ចៈ។

ភិក្ខុ អគ្គមិគ្គោ យ៉ុន យី

Abhidhamma in daily life.

VIDEO 38

១០. កាយលឿន ១១. ចិត្តលឿន

Lightness of Mental Body and Consciousness

**វិធីនេះកាយស្ប លឿននោះ = កាយ-
លឿន សេចក្តីស្រាលនៃកាយ ឈ្មោះថា
កាយលឿន ។**

**ចិត្តស្ប លឿននោះ = ចិត្តលឿន សេចក្តី
ស្រាលនៃចិត្ត ឈ្មោះថា ចិត្តលឿន ។**

មានការស្ងប់ភាពធ្ងន់នៃកាយនិងចិត្តជាលក្ខណៈ។

Suppressing the heaviness of the mental factor.

It should be regarded as opposed to such defilements as sloth and torpor, which create heaviness.

គូទី២ **លហុតា** បដិបក្កនឹងចីនៈមិទ្ធាៈ។

VIDEO 39

១២.កាយមុទុតា ១៣.ចិត្តមុទុតា

Malleability of Body and Consciousness

វិចារក្កៈ **កាយស្ស មុទុតាវោ = កាយមុទុតា**

ភាពទន់នៃកាយ ឈ្មោះថា កាយមុទុតា ។

ចិត្តស្ស មុទុតាវោ = ចិត្តមុទុតា ភាពទន់នៃ

ចិត្ត ឈ្មោះថា ចិត្តមុទុតា ។

It should be regarded as opposed to such defilements as wrong views and conceit, which create rigidity.

មានការស្ងប់ភាពរឹងរបស់នាមក្ខន្ធទាំង ៣ និងចិត្ត ជាលក្ខណៈ ។

គូទី៣ មុខុតា បដិបក្ខនឹងទិដ្ឋិ មានៈ។

VIDEO 40

១៤. កាយកម្មញ្ញតា ១៥. ចិត្តកម្មញ្ញតា

**Adaptability of Mental Body and
Consciousness**

វចនត្តៈ កាយស្ស កម្មញ្ញតាវោ = កាយកម្មញ្ញតា សេចក្តីគួរដល់ការងារនៃកាយ ឈ្មោះថាកាយកម្មញ្ញតា ។

វចនក្ត: **ចិត្តស្ស កម្មញ្ញតារោ** =
ចិត្តកម្មញ្ញតា សេចក្តីគួរដល់ការងារនៃចិត្ត
 ឈ្មោះថា ចិត្តកម្មញ្ញតា ។

Its opposed to the remaining hindrances

មានការស្ងប់កាយ និងចិត្តដែលមិនគួរដល់ការងារ
ជាលក្ខណៈ ។

គូទី៤ **កម្មញ្ញតា** បដិបក្ខនឹងនីវរណៈដែលនៅ
សល់ ។

VIDEO 41

១៦. ភាយចាតុញ្ញតា ១៧. ចិត្តចាតុញ្ញតា

**Proficiency of Mental Body
and Consciousness**

**វចនក្ត: កាយស្ស ទានុញ្ញតាវោ = កាយ-
ទានុញ្ញតា** ការស្នាត់ជំនាញនៃកាយ ឈ្មោះថា
កាយបាគុញ្ញតា ។

ចិត្តស្ស ចិត្តទានុញ្ញតាវោ = ចិត្តទានុញ្ញតា
ការស្នាត់ជំនាញនៃចិត្ត ឈ្មោះថា ចិត្តបាគុញ្ញតា ។

មានការស្ងប់ភាពឈឺកាយ និងចិត្ត ជាលក្ខណៈ។

-Its opposed to lack of faith, which cause
unhealthiness of the mental body and
consciousness.

គូទី៥ **ទានុញ្ញតា** បដិបក្ខនឹងការមិនមានសទ្ធា។

VIDEO 42

១៨. កាយុជុតតា ១៩. ចិត្តុជុតតា

Rectitude of the Body and Consciousness
(uprightness)

វេនត្តៈ កាយស្ស ឧជុតតាវោ = កាយុជុតតា សេចក្តីត្រង់កាយ ឈ្មោះថា កាយុជុតតា ។

ចិត្តស្ស ឧជុតតាវោ = ចិត្តុជុតតា សេចក្តីត្រង់ចិត្ត ឈ្មោះថា ចិត្តុជុតតា ។

Its opposed to crookedness, deception and craftiness due to illusion or deceit and treachery.

មានការត្រង់នៃកាយនិងចិត្ត ជាលក្ខណៈ ។

គូទី៦ **ឧដុកតា** បដិបក្ខនឹងមាយា និងសាថេយ្យៈ
ជាដើម ។

VIDEO 43

វិវេកចេតសិក ៣

The Abstineneces - 3

១.សម្មាវាចាចេតសិក សំដីត្រូវ

Right Speech

២.សម្មាកម្មន្តចេតសិក ការងារត្រូវ

Right Action

៣.សម្មាអាជីវចេតសិក ការចិញ្ចឹមជីវិតត្រូវ។

Right Livelihood

២០. សម្មាវាចា

Right Speech

វចនក្ត: សម្មា វចនន្តិ ឯកាយាតិ = សម្មាវាចា
 វចិទុច្ឆរិតវិភិ ប្រែថា វិភិ ឈ្មោះថា សម្មាវាចា
 ព្រោះអត្ថថា ជាគ្រឿងនិយាយដោយប្រពៃនៃបុគ្គល
 បានដល់ ការរៀនចាកវចិទុច្ឆរិត ៤។

Deliberate abstinence from wrong conduct by way of speech.

សម្មាវាចាមាន ៤ យ៉ាង

The Right Speech Is Fourfold

- ១. ចេតនារៀនចាកការនិយាយកុហក ឆបោក
- Abstaining from false speech

២.ចេតនាវៀរចាកការនិយាយញុះញង់ បំបែក

បំបាក់ Abstaining from slandering speech

៣.ចេតនាវៀរចាកការនិយាយពាក្យអាក្រក់ ជេរ

ប្រទេច Abstaining from harsh speech

៤.ចេតនាវៀរចាកការនិយាយរោយរាយ តីត

ប្រយោជន៍ Abstaining from frivolous talk

VIDEO 44

២១.សម្មាភម្មន្តចេតសិក

Right Action

វិចិត្តៈ សម្មា បវត្តោ ភម្មន្តោ = សម្មា-
ភម្មន្តោ កាយទុច្ចរិតវិភិ ប្រែថា វិកិ ការងារ

ប្រព្រឹត្តទៅដោយប្រពៃ ឈ្មោះថា សម្មាភម្មន្តៈ បាន
ដល់ ចេតនាជាគ្រឿងរៀបចំកាយទុច្ចរិត ។

Deliberate abstinence from wrong bodily action

សម្មាភម្មន្តៈមាន ៣ យ៉ាង

The Right Action Is Threefold

១.ចេតនារៀបចំការសម្លាប់សត្វ

Deliberate abstinence from killing

២.ចេតនារៀបចំការលួចទ្រព្យគេ

Deliberate abstinence from stealing

៣.ចេតនារៀបចំការប្រព្រឹត្តិខុក្កងកាម

Deliberate abstinence from sexual misconduct

VIDEO 45

២២.សម្មាអេជីវចេតសិក

Right Livelihood

វចនក្ត: សម្មា អេជីវន្តិ ឯតេនាតិ = សម្មាអេជីវោ មិច្ឆាជីវវិរតិ ប្រែថា វិរតិ ឈ្មោះថា សម្មាអាជីវៈ ព្រោះអត្ថថា ជាគ្រឿងចិញ្ចឹមជីវិត ដោយប្រពៃនៃសត្វទាំងឡាយ បានដល់ ចេតនារៀវ ចាកមិច្ឆាអាជីវៈ ។

Deliberate abstinence from wrong livelihood that brings harm to other beings, such as trading in arms, living beings, intoxicating drinks and poison as well as slaughtering.

សម្មាអាជីវៈមាន ៧ យ៉ាង គឺវៀរចាកកាយទុច្ចរិត ៣
វៀរចាកវចីទុច្ចរិត ៤ ។

វិរតិ ៣ ឆ្មេងឆ្មៅត

១.សម្មត្តិវិរតិ វៀរចាកបាបក្នុងវេលាដែលគួរ
វៀរចាក ឧទហរណ៍មានទ្រព្យសម្បត្តិអ្នកដទៃរួស ឬ
ទុកប្រហែសគួរនឹងយកបាន តែមិនហ៊ានលួច
យក។ Natural abstinence

២.សមាទានវិរតិ វៀរចាកបាបដោយ ការកាន់
យកដោយល្អនូវសិក្ខាបទ ដែលព្រះពុទ្ធបញ្ញត្តទុក
មាន សីល ៥ សីល ៨ ឬ១០ ។

Abstinence by undertaking precepts

៣.សមុច្ឆេទវិភេទី ការរៀរចាកបាបដោយកាត់
ផ្តាច់ ដោយអរិយមគ្គកើតឡើង។

Abstinence by eradication

VIDEO 46

អប្បមញ្ញាចេតសិក ២

The Illimitables

Attitudes Toward Living Beings

១.ករុណាចេតសិក ២.មុទិតាចេតសិក

វចនក្ត: **អប្បមាណេសុ សត្តេសុ ភវតីតិ =**
អប្បមញ្ញា ធម្មជាតិ ឈ្មោះថា **អប្បមញ្ញា** ព្រោះ
អត្តថា ប្រព្រឹត្តទៅក្នុងសត្វមិនមានប្រមាណ ។

Compassion and appreciative joy

អិក្ខុ អគ្គមិគ្គោ យុន យី

Abhidhamma in daily life.

២៣. ករុណា បេតសិក

Compassion

វចនក្ត: បទុក្ខេ សតិ សាធុនំ កម្មនំ
ករោតីតិ = ករុណា ធម្មជាតិណា កាលសត្វដទៃ
 មានទុក្ខ រមែងធ្វើសេចក្តីញាប់ញ័រ (នៃចិត្ត) ឱ្យសាធុ
 ជនទាំងឡាយ ព្រោះហេតុនោះ ធម្មជាតិ ឈ្មោះថា
 ករុណា ។

Promoting the removal of suffering in others.

សម្បត្តិជាដើមរបស់ករុណា

- ❖ ករុណាមានការចូលទៅរម្ងាប់សេចក្តី
 បៀតបៀន ជាសម្បត្តិ

- ❖ មានការកើតឡើងនៃសេចក្តីសោក ជាការវិបត្តិ
- ❖ មានការខូចចិត្តដែលអាស្រ័យកាមគុណ ជាសត្រូវជិត
- ❖ មានការបៀតបៀនសត្វ ជាសត្រូវឆ្ងាយ។

VIDEO 47

២៤. មុទិតាចេតសិក

Appreciative Joy

វចនក្ត: មោទន្តិ ឯតាយាតិ = មុទិតា បុគ្គល
 រមែងត្រេកអរ ដោយធម្មជាតិនេះ ព្រោះហេតុនោះ
 ធម្មជាតិនោះ ឈ្មោះថា មុទិតា ។

Gladness at the success of others.

សម្បត្តិរបស់មុទិតាជាដើម

- ❖ មានការចូលទៅស្ងប់ អរតិ គឺសេចក្តីមិន ត្រេកអរ ជាសម្បត្តិ
- ❖ មានសេចក្តីរីករាយ ជាការរឹបត្តិ
- ❖ មានសោមនស្សដែលអាស្រ័យកាមគុណ ជាសត្រូវជិត
- ❖ មានការមិនត្រេកអរ ជាសត្រូវឆ្ងាយ ។

VIDEO 48

២៥. បញ្ញិស្តិយចេតសិក

The Wisdom Faculty

(Wisdom or Insight)

វចនក្ត: បដាសាតីតិ = បញ្ញា ឈ្មោះថា បញ្ញា
 ព្រោះអត្ថថា ដឹងទូទៅ គឺដឹងអរិយសច្ចៈ ជាដើម
 បញ្ញានុ៎ះឯង ឈ្មោះថា ជាតន្ត្រីយ ព្រោះហេតុនោះ
 ឈ្មោះថា បញ្ញន្ត្រីយ ។

Knowing things as they really are, in the light of
 impermanence, suffering and not-self.

ហេតុឱ្យកើតបញ្ញាមាន ២ យ៉ាង

Association of Mental Factors

១. បរតោយោស ស្តាប់ពីអ្នកដទៃ គឺការស្តាប់ពី
 សប្បុរសអ្នកចេះដឹងជ្រៅជ្រះក្នុងពុទ្ធវចនៈ ។

២. យោនិសោមនសិការ ការធ្វើទុកក្នុងចិត្ត
 ដោយឧបាយនៃប្រាជ្ញា គឺ មិនគ្រាន់តែស្តាប់ឱ្យតែ

ឮទេ យកចិត្តទុកដាក់ស្តាប់ហើយធ្វើការពិចារណា
រកហេតុផលឱ្យបានត្រឹមត្រូវ ទើបធ្វើឱ្យបញ្ញាកើត
ឡើងបាន ។

នត្តិ បញ្ញា សមា អាតា ពន្លឺស្មើដោយបញ្ញាមិន
មាន ។

បញ្ញាជីវី ជីវិតមាហុ សេដ្ឋំ អ្នកមានបញ្ញា
ទើបជីវិតប្រសើរ។

បញ្ញានរាណំ រតនំ បញ្ញាជារតនៈរបស់មនុស្ស
ទាំងឡាយ ។

VIDEO 49

សម្បយោគន័យ

Association of Mental Factors

ដោយសង្ខេបមាន ៤

In Fourfold

ន័យទី ១ សព្វចិត្តសាធារណៈ៧ ប្រកបក្នុងចិត្ត
គ្រប់ដួង

ន័យទី ២ បកិណ្ណកចេតសិក ៦ ប្រកបក្នុងចិត្ត
តាមសមគួរ

ន័យទី ៣ អកុសលចេតសិក ១៤ ប្រកបក្នុង
អកុសលចិត្ត ១២

ន័យទី ៤ សោភណចេតសិក ២៥ ប្រកបបាន
ចំពោះតែក្នុងសោភណចិត្ត ៥៩ ឬ៩១ ដួងប៉ុណ្ណោះ

ដោយពិស្តារមាន ១៦ យ៉ាង

- ❖ **សព្វចិត្តសាធារណៈ ៧ មាន១ ន័យ**
- ❖ **បកិណ្ណកចេតសិក៦ មាន ៦ ន័យគឺ**

វិតក្កៈ១ ន័យ វិចារៈ ១ន័យ អធិមោក្ខៈ ១ ន័យ វីរិយៈ
១ ន័យ បីតិ ១ន័យ ឆន្ទៈ ១ ន័យ ។

- ❖ **អកុសលចេតសិក ១៤ មាន ៥ ន័យ**

មោចតុក្កៈ ១ ន័យ លោតិកៈ ១ ន័យ ទោចតុក្កៈ ១
ន័យ ចីទុកៈ ១ន័យ វិចិកិច្ចា ១ ន័យ ។

សោភណចេតសិក ២៥ មាន ៤ ន័យ

- ❖ សោកណសាធារណចេតសិក ១ នំយ
- ❖ វិរតិ ១ នំយ
- ❖ អប្បមញ្ញា ១ នំយ
- ❖ បញ្ញិន្រ្ទិយ ១ នំយ។

អធិប្បាយសម្បយោគន័យ

ន័យទី ១ សព្វចិត្តសាធារណៈ ៧ ប្រកបក្នុងចិត្ត
ទាំងអស់ ។

បកិណ្ណកចេតសិក ៦ គឺ

ន័យទី ១ វិតក្កប្រកបជាមួយចិត្ត ៥៥ ដូងគឺ

- ✓ កាមាវចរចិត្ត ៤៤ (វៀរទ្វិបញ្ចវិញ្ញាណ១០)
- ✓ បឋមជ្ឈានចិត្ត ១១

មិនប្រកប ៦៦ ដួង

- ✓ ទ្វិបញ្ជាវិញ្ញាណចិត្ត ១០ ដួង
- ✓ ឈានចិត្ត ៥៦ ដួង។

ន័យទី ២ វិចារចេតសិក ប្រកបជាមួយចិត្ត ៦៦ ដួងគឺ

- ✓ កាមាវចរចិត្ត ៤៤ (រៀរទ្វិបញ្ជាវិញ្ញាណ១០)
- ✓ បឋមជ្ឈានចិត្ត ១១
- ✓ ទុតិយជ្ឈានចិត្ត ១១

មិនប្រកប ៥៥ ដួងគឺ

- ✓ ទ្វិបញ្ជាវិញ្ញាណចិត្ត ១០ ដួង
- ✓ ឈានចិត្ត ៤៥ ដួង។

ន័យទី ៣ អធិមោក្ខចេតសិក ប្រកបជាមួយចិត្ត
៧៨ ឬ១១០ ដួង គឺ

- ✓ កាមាវចរចិត្ត ៤៣ (រៀរទ្វិបញ្ញាណ១០
និងវិចិកិត្តាសម្បយុត្តចិត្ត ១)
- ✓ មហាគ្គតចិត្ត ២៧
- ✓ លោកុត្តរចិត្ត ៨ ឬ ៤០។

មិនប្រកប ១១ គឺ

- ✓ ទ្វិបញ្ញាណចិត្ត ១០
- ✓ វិចិកិត្តាសម្បយុត្តចិត្ត ១ ។

ន័យទី ៤ វិរិយចេតសិក ប្រកបជាមួយចិត្ត ៧៣
ឬ១០៥ គឺ

- ✓ កាមាវចរចិត្ត ៣៨ (រៀរទ្វិបញ្ញាណិ ១០
សន្តិរណចិត្ត ៣និងមនោធាតុចិត្ត ៣)
- ✓ មហាគ្គតចិត្ត ២៧
- ✓ លោកុត្តរចិត្ត ៨ ឬ ៤០។

មិនប្រកប ១៦ ដួង

- ✓ ទ្វិបញ្ញាណិចិត្ត ១០
- ✓ សន្តិរណចិត្ត ៣
- ✓ មនោធាតុ ៣។

ន័យទី ៥ បីតិចេតសិក ប្រកបជាមួយចិត្ត ៥១ ដួង

- ✓ កាមសោមនស្សសហគតចិត្ត (លោភមូល
ចិត្ត ៤ សោមនស្សសន្តិរណ ១

ហសិតុប្បាទចិត្ត ១ និងសោមនស្សកាមា
វចរសោភណចិត្ត ១២)

- ✓ ឈានចិត្ត ៣៣ ដួង ។

មិនប្រកប ៧០ ដួង

- ✓ អកុសលចិត្ត ៨
- ✓ ទ្វិបញ្ចវិញ្ញាណចិត្ត ១០
- ✓ ឧបេក្ខាសន្តិរណចិត្ត ២
- ✓ មនោធាតុ ៣
- ✓ មនោទ្វារវជ្ជនចិត្ត ១
- ✓ ឧបេក្ខាកាមាវចរសោភណចិត្ត ១២
- ✓ ចតុត្ថជ្ឈានចិត្ត ១១
- ✓ បញ្ចមជ្ឈានចិត្ត ២៣ ។

- ✓ **ន័យទី ៦** ឆន្ទចេតសិក ប្រកបជាមួយចិត្ត
៦៩ ដួងគឺ
- ✓ កាមាវចរចិត្ត ៣៤ (រៀរមោហមូលចិត្ត២
អហេតុកចិត្ត ១៨)
- ✓ មហគ្គតចិត្ត ២៧
- ✓ លោកុត្តរចិត្ត ៨ ឬ ៤០ ។

មិនប្រកប ២០ ដួង គឺ

- ✓ មោហមូលចិត្ត២ និង អហេតុកចិត្ត ១៨។

តារាងបកិណ្ណកថេតសិក

ប្រកបនិងមិនប្រកប

| បេតសិក | ប្រកប | មិនប្រកប |
|-----------|----------|----------|
| វិតក្កៈ | ៥៥ | ៦៦ |
| វិចារៈ | ៦៦ | ៥៥ |
| អធិមោក្ខៈ | ៧៨ ឬ ១១០ | ១១ |
| វិយៈ | ៧៣ ឬ ១០៥ | ១៦ |
| បីតិ | ៥១ | ៧០ |
| ឆន្ទៈ | ៦៩ ឬ ១០១ | ២០ |

VIDEO 50

សម្បយោគន័យអកុសលចេតសិក

ន័យទី ១ មោចតុក្កចេតសិក ៤ ប្រកបក្នុង
អកុសលចិត្ត ១២ ដួង

ន័យទី ២ លោតិកចេតសិក ៣ ប្រកបជាមួយ
លោភមូលចិត្ត ៨ ដួង

ន័យទី ៣ ទោចតុក្កៈ ៤ ប្រកបជាមួយទោសមូល
ចិត្ត ២ ដួង

ន័យទី ៤ ចីទុកៈ ២ ប្រកបជាមួយអកុសល
សសង្ហារិកចិត្ត ៥ ដួង

ន័យទី ៥ វិចិត្របដិវង្ស ១ ប្រកបជាមួយ
វិចិត្របដិវង្សសម្បយុត្តចិត្ត ១ ដួង ។

VIDEO 51

សម្បយុត្តចិត្តសោភណចេតសិក

The Beautiful Factors

ន័យទី ១ សោភណសាធារណចេតសិក ១៩
ប្រកបជាមួយសោភណចិត្តបានទាំង ៥៩ ឬ៩១
ដួងគឺ

- ✓ កាមាវចរសោភណចិត្ត ២៤ ដួង
- ✓ មហត្តចិត្ត ២៧ ដួង
- ✓ លោកុត្តរចិត្ត ៨ ឬ ៤០ ដួង។

ន័យទី ២ វិរតិចេតសិក ៣ ប្រកបជាមួយ
សោភណចិត្ត ១៦ ឬ ៤៨ ដួង គឺ

- ✓ មហាកុសលចិត្ត ៨ ដួង
- ✓ លោកុត្តរចិត្ត ៨ ឬ ៤០ ដួង។

មិនប្រកប ៤៣ ដួងគឺ

- ✓ មហាវិបាកចិត្ត ៨ ដួង
- ✓ មហាកិរិយាចិត្ត ៨ ដួង
- ✓ មហាគ្គតចិត្ត ២៧ ដួង។

វិរតិចេតសិក កាលណាប្រកបក្នុងលោកុត្តរចិត្ត
រមែងប្រកបបានពិតប្រាកដ ហើយព្រមគ្នាទាំង៣

ក្នុងឋានៈជាអ្នកប្រហារ មិច្ឆាវាចា មិច្ឆាកម្មន្តៈ និង មិច្ឆាអាជីវៈជាសមុច្ឆេទ។

ប៉ុន្តែកាលណាប្រកបក្នុងមហាកុសលវិញ រមែង ប្រកបជាមួយ គឺមិនប្រាកដទេ ហើយមិនព្រមគ្នា ទៀត មួយដួងៗ ព្រោះមានអារម្មណ៍ផ្សេងគ្នា។

ហេតុផលដែល **វិរតិ ៣** នេះមិនកើតក្នុងមហាវិបាក និងមហាកិរិយាចិត្តនោះ ពីព្រោះវិរតិចេតសិកនេះ គឺ កើតឡើងដោយការរៀនចាកនូវទុច្ចរិតដែលជាតទង្គ ក្នុងលោកិយនោះ រមែងជាកុសលជាតិជានិច្ច និង ជាវិបាកជាតិ ឬកិរិយាជាតិមិនបាន។ ម្យ៉ាងទៀត ព្រោះមហាវិបាកចិត្តមិនមានវិរមិតព្វវត្ថុ (វត្ថុដែល គប្បីរៀនដែលកំពុងប្រាកដចំពោះមុខ) ព្រោះមហា

កិរិយាចិត្តនោះ ជាចិត្តរបស់ព្រះអរហន្ត ដែលលោក
បានប្រហារទុច្ចរិតកម្ម ដោយសមុច្ឆេទប្បហាន
សម្រេចហើយ។

ហេតុផលដែល វិរតិចេតសិក ៣ នេះ មិនកើតក្នុងម
ហគ្គតចិត្ត ព្រោះមហគ្គតកុសលនិងកិរិយានេះ
រមែងកើតឡើងអាស្រ័យដោយ បរិកម្មសមាធិ
ឧបចារសមាធិ កើតឡើងពីភាវនាដែលមាន
កម្មដ្ឋានជាអារម្មណ៍ មិនកើតឡើងដោយអាស្រ័យ
វៀរទុច្ចរិតដែលមានវិរមិតព្វវត្ថុជាអារម្មណ៍ ប្រការ
ណាមួយឡើយ។

ន័យទី ៣ អប្បមញ្ញាចេតសិក គឺករុណានិងមុទិតា
២ នេះប្រកបជាមួយចិត្ត ២៨ ដូចគឺ

មហាកុសលចិត្ត ៨ ដួង

- ❖ មហាកិរិយាចិត្ត ៨ ដួង
- ❖ រូបាវចរចិត្ត ១២ ដួង (រៀរូបាវចរ
បញ្ចមជ្ឈានចិត្ត៣)។

មិនប្រកប ៣១ ឬ ៦៣ ដួងគឺ

- ❖ មហាវិបាកចិត្ត ៨ ដួង
- ❖ រូបាវចរបញ្ចមជ្ឈានចិត្ត ៣ ដួង
- ❖ អរូបាវចរឈានចិត្ត ១២ ដួង
- ❖ លោកុត្តរចិត្ត ៨ ឬ ៤០ ដួង។

ន័យទី ៤ បញ្ញាចេតសិក ប្រកបជាមួយសោភណ
ចិត្តបាន ៤៧ ឬ ៧៩ ដួង

- ✓ កាមាវចរសោភណញ្ញាណសម្បយុត្តចិត្ត
១២ ដួង
- ✓ មហាគ្គតចិត្ត ២៧ ដួង
- ✓ លោកុត្តរចិត្ត ៨ ឬ ៤០ ដួង
- ✓ មិនប្រកបជាមួយចិត្ត ១២ ដែលជា
កាមាវចរសោភណញ្ញាណវិប្បយុត្តចិត្ត។

VIDEO 51

អនិយតយោគីចេតសិក និង

និយតយោគីចេតសិក

Fixed and unfixed Adjuncts

អនិយតយោគីចេតសិក ជាចេតសិកដែល
កើតឡើងក្នុងចិត្តមិនទៀងទាត់ មិនប្រាកដជូន

អិក្ខុ អគ្គមិគ្គោ យុន យី

Abhidhamma in daily life.

កាលប្រកបជួនកាលមិនប្រកប

អនិយតយោគី

ចេតសិកមាន ១១ ចេតសិកគឺ

- ✓ ឥស្សា មច្ឆរិយៈ កុក្កុច្ចៈ
- ✓ លោកិយវីរតិ ៣
- ✓ អប្បមញ្ញា ២
- ✓ មានៈ
- ✓ ច័នមិទ្ធាៈ។

អនិយតយោគីចេតសិក

ចែកជា ៣ ប្រភេទ

១.នានាកទាថិចេតសិក

២.កទាថិចេតសិក

៣.សហកទាចិចេតសិក

ក.នាណកទាចិចេតសិកមាន ៨

- ✓ ទោចតុក្កៈ ៣ គឺ ឥស្សា មច្ឆរិយ កុក្កច្ចៈ (រៀរ ទោស)
- ✓ លោកិយវិរតិ ៣ គឺសម្មាវាចា សម្មាកម្មន្តៈ សម្មាអាជីវៈ
- ✓ អប្បមញ្ញា ២ គឺករុណា មុទិតា

ចេតសិកនេះប្រកបជាមួយចិត្តមិនប្រាកដទេ គឺគ្រាខ្លះប្រកប គ្រាខ្លះមិនប្រកប ពេលប្រកបបានម្តងមួយៗ ប៉ុណ្ណោះ ។

ខ.កទាវិចេតសិក គឺមានចេតសិក រមែងប្រកប
ជាមួយទិដ្ឋិគតវិប្បយុត្តចិត្ត ៤ ណាមួយ គឺគ្រាខ្លះមិន
ប្រកប។

គ.សហកទាវិចេតសិក ច័នៈនិងមិទ្ធៈ កើតរួម
ជាមួយគ្នាជានិច្ច មិនប្រាសចាកគ្នា ជាចេតសិកកើត
មិនប្រាកដ កើតជាមួយអកុសលសសង្ខារិកចិត្ត ៥
ជួង។

និយតយោគីចេតសិក

បាណជលំ ចេតសិក ៤១ គឺ

- ✓ សព្វចិត្តសាធារណចេតសិក ៧
- ✓ បកិណ្ណកចេតសិក ៦
- ✓ មោចតុក្កៈ ៤

- ✓ លោកចេតសិក ១
- ✓ ទិដ្ឋិចេតសិក ១
- ✓ ទោសចេតសិក ១
- ✓ វិចិកិត្តាចេតសិក ១
- ✓ សោភណសាធារណចេតសិក ១៩
- ✓ បញ្ញាចេតសិក ១ ។

ចប់សម្បយោគន័យ

VIDEO 52

សង្គហន័យ

Combinations of Mental Factors

សង្គហៈ ប្រែថា ការរួបរួម ឬការសង្រ្គោះ គឺបាន ដល់ការរួបរួម គឺការរាប់ចិត្តនីមួយៗ ដែលមាន ចេតសិកកើតរួមជាមួយផង មានចេតសិកអ្វីខ្លះ ឬ ការរាប់ចេតសិកទាំងឡាយ ដែលកើតរួមជាមួយ ចិត្តតែមួយៗ។

សង្ខេប ៥ ន័យ

១.លោកុត្តរេចិត្ត ៨ មានចេតសិកកើតរួម ៣៦
មាន ១ ន័យ

២.មហាគ្គតចិត្ត ២៧ មានចេតសិកកើតរួម ៣៥
មាន ១ ន័យ

៣.កាមាវចរសោភណចិត្ត ២៤ មាន
ចេតសិកកើតរួម ៣៨ មាន ១ ន័យ

៤.អកុសលចិត្ត ១២ មានចេតសិកកើតរួម ២៧
មាន ១ ន័យ

៥.អបោតុកចិត្ត ១៨ មានចេតសិកកើតរួម ១២
(រៀរឆន្ទ) មាន ១ ន័យ

ដោយពិស្តារមាន ៣៣ ន័យ

១.លោកុត្តរចិត្ត ៤០ មាន ៥ ន័យ

២.មហាគ្គតចិត្ត ២៧ មាន ៥ ន័យ

អិក្ខុ អគ្គចិត្តោ យុំន ឃី

Abhidhamma in daily life.

៣.កាមាវចរសោភណចិត្ត ២៤ មាន ១២ ន័យ

៤.អកុសលចិត្ត ១២ មាន ៧ ន័យ

៥.អហេតុកចិត្ត ១៨ មាន ៤ ន័យ

រួមចិត្តសរុប ១២១ មាន ៣៣ ន័យ

លោកុត្តរចិត្ត ៥ ន័យ

ន័យទី ១ លោកុត្តរបឋមជ្ឈានចិត្ត ៨ មាន
ចេតសិក កើតរួម ៣៦ គឺ

- ✓ អញ្ញសមានាចេតសិក ១៣
- ✓ សោភណចេតសិក ២៣ (រៀរអប្បមញ្ញា២)។

ន័យទី ២ លោកុត្តរទុតិយជ្ឈានចិត្ត ៨ មាន
ចេតសិក កើតរួម ៣៥ គឺ

- ✓ អញ្ញសមាណាចេតសិក ១២ (រៀវរិតក្ក)
- ✓ សោភណចេតសិក ២៣ (រៀវអប្បមញ្ញា)។

ន័យទី ៣ លោកុត្តរតតិយជ្ឈានចិត្ត ៨ មាន
ចេតសិក កើតរួម ៣៤ គឺ

- ✓ អញ្ញសមាណាចេតសិក ១១ (រៀវរិតក្ក វិចារ)
- ✓ សោភណចេតសិក ២៣។

ន័យទី ៤ លោកុត្តរចតុត្ថជ្ឈានចិត្ត ៨ មាន
ចេតសិក កើតរួម ៣៣គឺ

- ✓ អញ្ញសមាណាចេតសិក ១០ (រៀវរិតក្ក វិចារ បីតិ)

- ✓ សោភណចេតសិក ២៣ (រៀនអប្បមញ្ញា២)
- ✓ **ន័យទី ៥** លោកុត្តរបញ្ចមជ្ឈានចិត្ត ៨ មាន
ចេតសិក កើតរួម ៣៣ គឺ
- ✓ អញ្ញសមាណាចេតសិក ១០ (រៀនវិតក្ក វិចារ
បីតិ)
- ✓ សោភណចេតសិក ២៣ (រៀនវីរតិ៣)។

មហាគ្គតចិត្ត ២៧ មាន ៥ ន័យ

ន័យទី ១ រូបាវចរបឋមជ្ឈានចិត្ត ៣ មានចេតសិក
៣៥ គឺ

- ✓ អញ្ញសមាណាចេតសិក ១៣
- ✓ សោភណចេតសិក ២២។

- ✓ **ន័យទី ២** រូបាវចរទុតិយជ្ឈានចិត្ត ៣ មាន
ចេតសិក ៣៤ គឺ
- ✓ អញ្ញសមាណាចេតសិក ១២ (រៀវរិតក្ក)
- ✓ សោភណចេតសិក ២២។

ន័យទី ៣ រូបាវចរតតិយជ្ឈានចិត្ត ៣ មាន
ចេតសិក ៣៣ គឺ

- ✓ អញ្ញសមាណាចេតសិក ១១ (រៀវរិតក្ក វិចារ)
- ✓ សោភណចេតសិក ២២។

ន័យទី ៤ រូបាវចរចតុត្ថជ្ឈានចិត្ត ៣ មានចេតសិក
៣២ គឺ

- ✓ អញ្ញសមាណាចេតសិក ១០ (រៀនវិញ្ញាណ វិចារ បីតិ)
- ✓ សោភណាចេតសិក ២២។

ន័យទី ៥ រូបាវចរមញ្ញមជ្ឈានចិត្ត ៣ មានចេតសិក ៣០ គឺ

- ✓ អញ្ញសមាណាចេតសិក ១០ (រៀនវិញ្ញាណ វិចារ បីតិ)
- ✓ សោភណាចេតសិក ២០ (រៀនអប្បមញ្ញា២)
- ✓ ៣.កាមាវចរសោភណចិត្ត ២៤ ចាត់ជាគូមាន ១២ គូ។

ការវាចាបកុសលមាន ៤ ន័យ

ន័យទី ១ មហាកុសលចិត្ត ១,២ មានចេតសិក ៣៨ គឺ

- ✓ អញ្ញសមាណាចេតសិក ១៣
- ✓ សោភណចេតសិក ២៥ ។

ន័យទី ២ មហាកុសលចិត្ត ៣,៤ មានចេតសិក ៣៧ គឺ

- ✓ អញ្ញសមាណាចេតសិក ១៣
- ✓ សោភណចេតសិក ២៤ (រៀបបញ្ញា)។

ន័យទី ៣ មហាកុសលចិត្ត ៥,៦ មានចេតសិក ៣៧ គឺ អញ្ញសមាណាចេតសិក ១២ (រៀបបីតិ)

✓ សោភណចេតសិក ២៥ ។

ន័យទី ៤ មហាកុសលចិត្ត ៧,៨ មានចេតសិក ៣៦ គឺ អញ្ញសមាណាចេតសិក ១២ (រៀបបីតិ)

✓ សោភណចេតសិក ២៤ (រៀបបញ្ញា) ។

មហាកិរិយាចិត្តមាន ៤ ន័យ

ន័យទី ១ មហាកិរិយាចិត្ត ១,២ មានចេតសិក ៣៥ គឺ

✓ អញ្ញសមាណាចេតសិក ១៣

✓ សោភណចេតសិក ២១ (រៀបរីតិ ៣)។

ន័យទី ២ មហាកិរិយាចិត្ត ៣,៤ មានចេតសិក ៣៤ គឺ អញ្ញសមាណាចេតសិក ១៣

✓ សោភណចេតសិក ២១ (រៀរវីរីតិ ៣ បញ្ញា១)

ន័យទី ៣ មហាកិរិយាចិត្ត ៥,៦ មានចេតសិក
៣៤ គឺ

✓ អញ្ញសមាណាចេតសិក ១២ (រៀរឋីតិ)

✓ សោភណចេតសិក ២២ (រៀរវីរីតិ ៣)។

ន័យទី ៤ មហាកិរិយាចិត្ត ៧,៨ មានចេតសិក
៣៣ គឺ អញ្ញសមាណាចេតសិក ១២ (រៀរឋីតិ)

✓ សោភណចេតសិក ២១ (រៀរវីរីតិ ៣ បញ្ញា១)

មហាវិបាកចិត្តមាន ៤ ន័យ

ន័យទី ១ មហាវិបាកចិត្ត ១,២ មានចេតសិក
៣៣ គឺ

- ✓ អញ្ញសមាណាចេតសិក ១៣
- ✓ សោភណាចេតសិក ២០ (រៀបរឹតិ ៣ និងអប្បមញ្ញា ២) ។

ន័យទី ២ មហាវិបាកចិត្ត ៣,៤ មានចេតសិក ៣២ គឺ

- ✓ អញ្ញសមាណាចេតសិក ១៣
សោភណាចេតសិក ១៩ (រៀបរឹតិ ៣ និងអប្បមញ្ញា ២ បញ្ញា ១) ។

ន័យទី ៣ មហាវិបាកចិត្ត ៥,៦ មានចេតសិក ៣២ គឺ

- ✓ អញ្ញសមាណាចេតសិក ១២ (រៀបរឹតិ)

- ✓ សោភណចេតសិក ២០ (រៀបរឹតិ ៣ និង អប្បមញ្ញា ២) ។

ន័យទី ៤ មហារិបាកចិត្ត ៧,៨ មានចេតសិក ៣១ គឺ

- ✓ អញ្ញសមាណាចេតសិក ១២ (រៀបរឹតិ)
- ✓ សោភណចេតសិក ១៩ (រៀបរឹតិ ៣ និង អប្បមញ្ញា ២ បញ្ញា ១) ។

អកុសលចិត្ត ៧ ន័យ

ន័យទី ១ លោកមូលចិត្តដួង ទី១ ដួងទី៣ មាន ចេតសិកប្រកប ១៩ គឺ

លោកមូលចិត្តដួងទី ១ មាន

- ❖ អញ្ញសមាណាចេតសិក ១៣
- ❖ មោចតុក្កចេតសិក ៤
- ❖ លោភចេតសិក ១
- ❖ ទិដ្ឋិចេតសិក ១ ។

លោកមូលចិត្តដួងទី ៣ មាន

- ❖ អញ្ញសមាណាចេតសិក ១៣
- ❖ មោចតុក្កចេតសិក ៤
- ❖ លោភចេតសិក ១
- ❖ មានៈចេតសិក ១ ។

ន័យទី ២ លោកមូលចិត្តដួង ទី៥ ដួងទី៧ មាន
ចេតសិកប្រកប ១៨ គឺ

ភិក្ខុ អគ្គមិគ្គោ យុន យី

Abhidhamma in daily life.

លោកមូលចិត្តដួងទី ៥ មាន

- ❖ អញ្ញសមាណាចេតសិក ១២ (រៀបបីតិ)
- ❖ មោចតុក្កចេតសិក ៤
- ❖ លោភចេតសិក ១
- ❖ ទិដ្ឋិចេតសិក ១ ។

លោកមូលចិត្តដួងទី ៧ មាន

- ❖ អញ្ញសមាណាចេតសិក ១២ (រៀបបីតិ)
- មោចតុក្កចេតសិក ៤
- ❖ លោភចេតសិក ១
- ❖ មានៈចេតសិក ១ ។

ន័យទី ៣ លោកមូលចិត្តដួង ទី២ និង ទី៤ មាន
ចេតសិកប្រកប ២១ គឺ

អិត្ត អគ្គមិគ្គោ យុន យី

Abhidhamma in daily life.

លោកមូលចិត្តដួងទី ២ មាន

- ❖ អញ្ញសមាណាចេតសិក ១៣
- ❖ មោចតុក្កចេតសិក ៤
- ❖ លោភចេតសិក ១
- ❖ ទិដ្ឋិចេតសិក ១
- ❖ ថីទុកចេតសិក ២ ។

លោកមូលចិត្តដួងទី ៤ មាន

- ❖ អញ្ញសមាណាចេតសិក ១២ (រៀបបីតិ)
- ❖ មោចតុក្កចេតសិក ៤
- ❖ លោភចេតសិក ១
- ❖ មានៈចេតសិក ១
- ❖ ថីទុកចេតសិក ២ ។

ន័យទី ៤ លោកមូលចិត្តដួងទី៦ និង ដួងទី៨ មាន
ចេតសិកប្រកប ២០ គឺ

លោកមូលចិត្តដួងទី ៦

- ❖ អញ្ញសមាណាចេតសិក ១២ (រៀបបីតិ)
- ❖ មោចតុក្កចេតសិក ៤
- ❖ លោភចេតសិក ១
- ❖ ទិដ្ឋិចេតសិក ១
- ❖ ថីទុកចេតសិក ២ ។

លោកមូលចិត្តដួងទី ៨

- ❖ អញ្ញសមាណាចេតសិក ១២ (រៀបបីតិ)
- ❖ មោចតុក្កចេតសិក ៤
- ❖ លោភចេតសិក ១
- ❖ មានៈចេតសិក ១

❖ ថ្ងៃទុកចេតសិក ២ ។

ទោសមូលចិត្ត ២ ដួងមាន ២ ន័យ

**ន័យទី ១ ទោសមូលចិត្តដួង ទី១ មានចេតសិក
ប្រកប ២០ គឺ**

- ❖ អញ្ញសមាណាចេតសិក ១២ (រៀបបីតិ)
- ❖ មោចតុក្កចេតសិក ៤
- ❖ ទោចតុក្កចេតសិក ៤ ។

**ន័យទី ២ ទោសមូលចិត្តដួងទី ២ មានចេតសិក
ប្រកប ២២ គឺ**

- ❖ អញ្ញសមាណាចេតសិក ១២ (រៀបបីតិ)
- ❖ មោចតុក្កចេតសិក ៤

- ❖ ទោចតុក្កុចេតសិក ៤
- ❖ ចីទុកចេតសិក ២ ។

មោហមូលចិត្ត ១ ន័យ

ន័យ ១ នោះគឺមោហមូលចិត្តទាំង ២ ដួង មាន
ចេតសិកប្រកប ១៥ គឺ

១. ឧបេក្ខាសហគតវិចិកិត្តាសម្បយុត្តមាន

អញ្ញសមាណាចេតសិក ១០ (រៀរអធិមោក្ខៈ បីតិ
ឆន្ទៈ)

- ❖ មោចតុក្កុចេតសិក ៤
- ❖ វិចិកិត្តាចេតសិក ១ ។

២. ឧបេក្ខាសហគតឧទ្ធចូសម្បយុត្តចិត្តមាន

- ❖ អញ្ញសមាណាចេតសិក ១១ (រៀបបីតិ
ឆន្ទៈ)
- ❖ មោចតុក្កចេតសិក ៤។

សព្វាភ្នុសលយោគីចេតសិក

ចេតសិកដែលកើតទូទៅគ្រប់អកុលសចិត្តទាំង ១២
មាន ១៤។

- ❖ មោចតុក្កចេតសិក ៤
- ❖ សព្វចិត្តសាធារណចេតសិក ៧
- ❖ បកិណ្ណកចេតសិក ៣ គឺ វិតក្កៈ វិចារៈ វីរិយៈ
(រៀបអធិមោក្ខៈ បីតិ ឆន្ទៈ)

អហោតុកចិត្តមាន ៤ ន័យ

ន័យទី១ ហសិតុប្បាទចិត្ត ១ មានចេតសិកកើត
១២ គឺ

❖ អញ្ញសមាណាចេតសិក ១២ (រៀរឆន្ទៈ)

ន័យទី ២ មនោទ្វារវជ្ជនចិត្ត ១ ដួង សោមនស្ស
សន្តិរណចិត្ត ១ ដួង នីមួយៗមានចេតសិកកើតរួម
១១ គឺ

មនោទ្វារវជ្ជនចិត្តមានចេតសិក ១១ គឺ

✓ អញ្ញសមាណាចេតសិក ១១ (រៀរឆន្ទៈ បីតិ)

សោមនស្សសន្តិរណចិត្តមានចេតសិក ១១ គឺ

❖ អញ្ញសមាណាចេតសិក ១១ (រៀរឆន្ទៈ វិរិយ)

ន័យទី ៣ បញ្ចទារាវជ្ជនចិត្ត ១ ដួង សម្បជិច្ឆន្តចិត្ត ២ និងឧបេក្ខាសន្តិរណចិត្ត ២ ដួង មានចេតសិក កើតរួម ១០ ដួងគឺ

✓ អញ្ញសមាណាចេតសិក ១០ (រៀរឆន្ទៈ វិរិយៈ បីតិ)

ន័យទី ៤ ទ្វិបញ្ជាវិញ្ញាណចិត្ត ១០ មានចេតសិក កើតរួម ៧ ដួងគឺ

✓ សព្វចិត្តសាធារណាចេតសិក ៧។

VIDEO 53

តទុកយមិស្សកន័យ

គឺជាការរាប់ចំនួនចេតសិកទាំងឡាយដែលប្រកប
រួមក្នុងចេតសិក ៥២ ដូចនោះ។

អញ្ញសមាណចេតសិក ១៣

ផស្សៈ មានចេតសិកប្រកប ៥១ (រៀរខ្លួនឯង)

វេទនា មានចេតសិកប្រកប ៥១ (រៀរខ្លួនឯង)

សញ្ញា មានចេតសិកប្រកប ៥១ (រៀរខ្លួនឯង)

ចេតនា មានចេតសិកប្រកប ៥១ (រៀរខ្លួនឯង)

ឯកគ្គតា មានចេតសិកប្រកប ៥១ (រៀរខ្លួនឯង)

ដ៏វិចិត្រនិយម មានចេតសិកប្រកប ៥១ (រៀរខ្លួនឯង)

មនសិការ មានចេតសិកប្រកប ៥១ (រៀរខ្លួនឯង)

បកិណ្ណកចេតសិក

វិចិត្ត: មានចេតសិកប្រកប ៥១ (រៀរខ្លួនឯង)

វិចារ: មានចេតសិកប្រកប ៥១ (រៀរខ្លួនឯង)

អធិហេត្វ: មានចេតសិកប្រកប ៥០ (រៀរវិចិត្តិកិច្ចា
និងខ្លួនឯង)

វិរិយ: មានចេតសិកប្រកប ៥១ (រៀរខ្លួនឯង)

មិតិ មានចេតសិកប្រកប ៤៦ (រៀរទោចតុក្កៈ ៤
វិចិត្តិកិច្ចា១ និងខ្លួនឯង)

ឆន្ទៈ មានចេតសិកប្រកប ៥០ (រៀវិចិត្តិក្ខា១ និង ខ្លួនឯង)

អកុសលចេតសិក

មោហៈ មានចេតសិកប្រកប ២៦ គឺ អញ្ញសមាសា ចេតសិក ១៣ អកុសលចេតសិក ១៣ (រៀវខ្លួនឯង) ព្រោះតាមសម្បយោគន័យមោហៈនេះ ប្រកបបាន ក្នុងអកុសលចិត្តទាំងអស់ ហើយអកុសលចិត្តទាំង អស់ តាមសង្គហន័យ រមែងមានចេតសិកប្រកប ២៧ ដួង តាមសមគួរដូច្នោះចេតសិក ដែលប្រកប នឹងមោហៈទើបមាន ២៦ ដួង (រៀវខ្លួនឯង)។

មោចតុក្កដែលនៅសល់ ៣ ទៀត ក៏មានសេចក្តីដូច គ្នាគឺ

អហិរិកៈ មានចេតសិកប្រកប ២៦ (វៀរខ្លួនឯង)

អនោត្តប្បៈ មានចេតសិកប្រកប ២៦ (វៀរខ្លួន
ឯង)

ឧទ្ធច្ចៈ មានចេតសិកប្រកប ២៦ (វៀរខ្លួនឯង)

លោតិកចេតសិក ៣

លោតៈ មានចេតសិកប្រកប ២១ គឺ អញ្ញសមាណ
ចេតសិក ១៣ អកុសលចេតសិក ៨ (វៀរទោចតុក្កុៈ
៤ វិចិកិញ្ញា១ ខ្លួនឯង១) ។

ទិដ្ឋិ មានចេតសិកប្រកប ២០ (វៀរមានៈនិងខ្លួន
ឯង)

មានៈ មានចេតសិកប្រកប ២០ (វៀរទិដ្ឋិនិងខ្លួន
ឯង)

ទោចតុក្កុបេតសិក ៤

ទោសៈ មានចេតសិកប្រកប ២១ គឺ

អញ្ញសមានចេតសិក ១២ (វៀរបីតិ) អកុសល
ចេតសិក ៩ (វៀរលោតិកៈ ៣ វិចិកិច្ចានិងខ្លួនឯង)

ឥស្សា មានចេតសិកប្រកប១៩ (វៀរបីតិ១
លោតិក៣ វិចិកិច្ចា១ មច្ឆវិយៈ១ កុក្កច្ចៈ១ ខ្លួនឯង១)

មច្ឆវិយៈ មានចេតសិកប្រកប១៩ (វៀរបីតិ ១
លោតិកៈ៣ វិចិកិច្ចា១ ឥស្សា១ កុក្កច្ចៈ១ ខ្លួនឯង១)

កុក្កុច្ចៈ មានចេតសិកប្រកប ១៩ (វៀរវីតិ ១
លោតិកៈ ៣ វិចិកិច្ចា ១ ឥស្សា ១ មិច្ឆិរិយៈ ១ ខ្លួនឯង ១)

ជីទុកៈ ២ នីមួយៗ មានចេតសិកប្រកប ២៥ គឺ
អញ្ញសមាណាចេតសិក ១៣ អកុលចេតសិក ១២
(វៀរវិចិកិច្ចា និងខ្លួនឯង)

វិចិកិច្ចាចេតសិក មានចេតសិកប្រកប ១៤ គឺ
អញ្ញសមាណាចេតសិក ១០ (អធិមោក្ខៈ បីតិ ឆន្ទៈ)
និងមោចតុក្កចេតសិក ៤។

សោភណចេតសិក

សោភណសាធារណចេតសិក ១៩ ដួង មាន
ចេតសិកប្រកបនីមួយៗ ៣៧ គឺ

- ✓ អញ្ញសមាណាចេតសិក ១៣
- ✓ សោភណាចេតសិក ២៤ (រៀរខ្លួនឯង)

លោកិយវិវេកិចេតសិក ៣ នីមួយៗ មាន
ចេតសិកប្រកប ៣៣ គឺ

- ✓ អញ្ញសមាណាចេតសិក ១៣
- ✓ សោភណសាធារណចេតសិក ១៩
- ✓ បញ្ញា ១ (ព្រោះរៀរវិវេកិ ៣ និងអប្បមញ្ញា២
រួម ៥ ដួងនេះកើតរួមគ្នាមិនបាន)។

លោកុត្តរវិវេកិចេតសិក ៣ មួយដួងៗ មាន
ចេតសិកប្រកប ៣៥ គឺ

- ✓ អញ្ញសមាណាចេតសិក ១៣

- ✓ សោភណសាធារណចេតសិក ១៩ វិរតិ២ (រៀរខ្លួនឯង)
- ✓ បញ្ញា ១ (ព្រោះលោកុត្តរវិរតិជាអង្គមគ្គ ជា និយតឯកតោចេតសិក)។

អប្បមញ្ញាចេតសិក ២ មួយដួងៗ មាន ចេតសិកប្រកប ៣៣ ដួង គឺ

- ✓ អញ្ញសមាណាចេតសិក ១៣
- ✓ សោភណសាធារណចេតសិក ១៩
- ✓ បញ្ញា ១ (ព្រោះវិរតិ ៣ និងអប្បមញ្ញា២ រួម ៥ ដួង នេះកើតរួមគ្នាមិនបាន)។

បញ្ញាចេតសិក ១ មានចេតសិកប្រកប ៣៧ គឺ

- ✓ អញ្ញសមាណាចេតសិក ១៣
- ✓ សោភណាចេតសិក ២៤ (រៀរខ្លួនឯង)

(ចប់ចេតសិកបរមត្ត)

អ្នកចន្យក្រប

-សាមណេរជោតិវិរិយោ យ៉ាត ឡង់ឌី

អ្នកពិនិត្យ

១.ភិក្ខុបធានជ្ជោតោ ម៉ាន់ សុភាព

២.ភិក្ខុសាសនរក្ខិតោ សុខ ចន្ទ

៣.ភិក្ខុវិរិយឆន្នោ ម៉ៅ មី

ឯកសារពិគ្រោះ

១.បរិច្ឆេទទី ២ ចេតសិកបរមត្ត

២.វចនានុក្រមសម្តេចព្រះសង្ឃរាជ ជោតញ្ញាណោ ជួន
ណាត

៣.សទ្ទានុក្រមព្រះពុទ្ធសាសនា

៥.វិធីសាស្ត្រសាងសុភមង្គល រៀបរៀងភិក្ខុ អគ្គចិត្តោ
យ៉ុន ឃី ព.ស. ២៥៦៣

៦.ឃ្លាំងបរិយត្តិភាគ ១

៧.សៀវភៅមេត្តាចិត្ត

៨.បិដកភាគ ៤០

៩. A Manual of Abhidhamma By Narada
Maha Thera, 1979

១០.A Comprehensive Manual of
Abhidhamma by Bhikkhu Bodhi, Reprinted
2010

ភិក្ខុ អគ្គចិត្តោ យ៉ុន ឃី

Abhidhamma in daily life.