ឈ្វេងយល់អំពី

ព.ស ២៥៥៤

ជម្រើសនៃជីវិត

តាមរយៈទស្សនវិជ្ជា

ដ៏ប្រកបដោយវិចារណញ្ញាណរបស់ព្រះពុទ្ធសាសនា

ដោយខ្ញុំ.ជោតបណ្ឌិត

ជួន ចិន្តា

ធម្មធរអនុគណស្រុកថ្មគោល

ព្រះគ្រូសិរីសត្ថាអនុគណស្រុកថ្មគោល

ព្រះនាម ព្រហ្មាភិរក្ខិតោ **ហេង សុខន**

ព្រះឧបជ្ឈាយ៍របស់ខ្ញុំព្រះករុណា អាត្មាភាព

មួយជីវិតរបស់ព្រះអង្គ បូជាដើម្បីព្រះពុទ្ធសាសនា

និង៍សង្គមជាតិ

អ្នកម្តាយរបស់ខ្ញុំ ព្រះករុណា អាត្មាភាព
មាននាម ថោ យឿន

សូមឲ្យអ្នកម្តាយប្រកបដោយសេចក្តីសុខគ្រប់ប្រការ
សូមឲ្យអ្នកម្តាយមានសុខភាពល្អនៅក្នុងឆាកជីវិត
សូមកុំឲ្យអ្នកម្តាយអភ័ព្វដូចជាតិនេះទៀត
សូមអ្នកម្តាយទទួលយក ព្រះពុទ្ធ ព្រះធម៌ ព្រះសង្ឃ
ជាទីពឹងស្មើដោយជីវិត រៀងរហូតតទៅ

ជីវប្រវត្តិសង្ខេប

គោត្តនាម នាម : **ជួន ចិន្តា**

ថ្ងៃ-ខែ-ឆ្នាំកំណើត:០១/០២/១៩៨០

ឪពុកឈ្មោះ : **ជួន សារ៉ាន់ឌី** (ហៅអូន) ស្លាប់

ម្តាយឈ្មោះ : **ថៅ ឃឿន**

បងប្អូនបង្កើត :ចំនួន៥នាក់ ស្រី៣ ប្រុស២ (ជាកូនទី២)

ទីកន្លែងកំណើត :ជំរុំវិទ្ធិសែន

លំនៅបច្ចុប្បន្ន :ភូមិប៉ោយសំរោង ឃុំតាពូង ស្រុកថ្មគោល ខេត្តបាត់ដំបង។

បួសសាមណេរ : ១០-១១-១៩៩៦

បួសភិក្ខុ : ១៧-០២-២០០១

បច្ចុប្បន្ន :ចៅអធិការវត្ត **ជម្ពូវ័ន** "ប៉ោយសំរោង"ជា **ធម្មធរអនុគណ** និងជា **នាយកសាលាពុទ្ធិកសិក្សា** ស្រុកថ្មគោល។

សព្វថ្ងៃនេះជាសមណសិស្សពុទ្ធិកវិទ្យាល័យ អ៊ឹង ធួង

អានច្រើន ស្តាប់ច្រើន ចាំច្រើន ចម្រើនបញ្ញា

អារម្ភកថា

នេះជាចំណាងដៃថ្មីមួយទៀត ដែលខ្ញុំព្រះករុណា អាត្មាភាព បានប្រមូលគំនិតចងក្រងឡើង ហើយបានចំណាយរយៈពេល សរសេរសៀវភៅអស់ជាច្រើនខែ ។

សៀវភៅនេះ ចាប់សរសេរឡើង នៅថ្ងៃអង្គារ ១២រោច ខែភទ្របទ ឆ្នាំ ខាល ទោស័ក ព.ស.២៥៥៤ ត្រូវនឹងថ្ងៃទី ០៥ ខែតុលា ឆ្នាំ២០១០ ក្នុងអំឡុងពេលដែលខ្ញុំព្រះករុណា អាត្មាភាព បានកាន់ព្រះវស្សា នៅក្នុងវត្ត **ពោធិ៍ក្នុង** ក្រុងបាត់ដំបង និងបានបញ្ចប់នៅថ្ងៃពុធ ១៥ កើត ខែ ផល្គុណ ឆ្នាំ ខាល ទោស័ក ព.ស.២៥៥៤ ត្រូវនឹងថ្ងៃទី ១៩ ខែមិនា ឆ្នាំ ២០១១ ក្នុងវត្ត **ជម្ពូវ័នពោយសំរោង** ស្រុកថ្មគោល ខេត្តបាត់ដំបង ។

សម្រាប់ខ្សែជីវិតមនុស្សយើង មានផ្លូវជាច្រើន ដែលមនុស្សត្រូវដើរ ហើយផ្លូវទាំងអស់នោះ មានផ្លូវដែលត្រូវជួបនឹងឧបសគ្គ និងផ្លូវដែលមានសុវត្ថិភាព ទាំងអស់នេះហើយ គឺជាជម្រើសដែលមនុស្សយើង ត្រូវជ្រើសរើសយកមកដើរ ហើយនិងធ្វើការសម្រេចចិត្តទទួលយកវាមកអនុវត្តផងដែរ។

ខ្សែជីវិតនៃមនុស្សយើង មានប្រមាណតិចតួចណាស់ នៅក្នុងការរស់នៅប្រចាំថ្ងៃ ប្រសិនបើយើង មិនបានធ្វើការសិក្សា អំពីជីវិតឲ្យបានច្រើននោះទេ យើងនឹងមានការភាន់ច្រឡំ ក្នុងការទទួលយក ឬជ្រើសរើសផ្លូវជីវិតខុសជាក់ជាមិនខានឡើយ ព្រោះនៅក្នុងសម័យបច្ចុប្បន្នយើង គឺមានមនុស្សជាច្រើន បានជ្រើសរើសមាគ៌

ជីវិតខុស ហើយបានបណ្ដែតបណ្ដោយឲ្យពេលវេលាកន្លងទៅដោយឥតប្រយោជន៍ ហើយបានយកពេលវេលាដ៏មានតម្លៃ ទៅធ្វើរឿងដែលនាំឲ្យវិនាសទៅវិញ ហើយមិនបានឲ្យតម្លៃលើជីវិតរស់នៅរបស់ខ្លួនឯង ។

មនុស្សខ្លះ មិនបានប្រឹងប្រែងខ្លួនឯងទេ បែរជាស្ដីបន្ទោសចំពោះទេវតាឬព្រះ ព្រមទាំងព្រហ្មលិខិតថា ហេតុអ្វីមិនព្រមជួយដល់ខ្លួនផង បែរជាឲ្យជួបប្រទះ សេចក្ដីទុក្ខលំបាកក្រីក្រតោកយ៉ាកទៅវិញ ។

តើការស្ដីបន្ទោសបែបនេះសមហេតុផលដែរឬទេ ? សម្រាប់មនុស្សដែលមានការខ្ជិលច្រអូស មិនព្រមប្រកបកិច្ចការងារ ក្នុងមួយថ្ងៃៗខំប្រព្រឹត្តតែអំពើអបាយមុខ តើមានពេលឯណាទៅធ្វើការងារ ដើម្បីរកទ្រព្យសម្បត្តិយកមកឧបត្ថម្ភគ្រួសារបាន ។

ដោយការសម្លឹងឃើញហេតុផលទាំងអស់នេះ បានជារូបខ្ញុំផ្ទាល់ចាប់ផ្ដើមទាញយកខ្មៅដៃ ប៉ាកា ប៊ិច និងសៀវភៅយកមកសរសេរចងក្រងជាអត្ថបទព្រះធម៌ ដែលទាក់ទងនឹងជីវិតរស់នៅប្រចាំថ្ងៃរបស់មនុស្សគ្រប់គ្នា យកមកប្រៀបធៀបជាមួយនឹងធម៌របស់ព្រះមានព្រះភាគ ដើម្បីយកមកឆ្លុះបញ្ចាំងអំពីខ្សែជីវិតពិតផងដែរ ។

សៀវភៅនេះ មានឈ្មោះថា **ជម្រើសនៃជីវិត** ខ្ញុំបានទាញយកជីវិតពិតជាច្រើនមកឆ្លុះបញ្ចាំង ដើម្បីឲ្យមនុស្សគ្រប់គ្នា យកជាគតិពិចារណា ហើយត្រូវមានជម្រើសមួយដែលខ្លួនត្រូវជ្រើសយកមកដើរ ព្រោះជីវិតរបស់មនុស្សយើង ប្រៀបដូចជារឿងឆាកល្ខោន

ដែលបានចាប់ផ្ដើមសម្ដែងហើយនិងបញ្ចប់ទៅវិញដែរ ។ ឬក៏ប្រដូចទៅនឹងខ្សែទឹកហូរ ដែលមិនអាចត្រឡប់ថយក្រោយវិញបាន ពុំនោះសោតទេ ប្រដូចទៅនឹងទឹកសន្សើមដែល ត្រូវពន្លឺនៃព្រះអាទិត្យហើយ ក៏រលាយបាត់អស់ទៅ ។

ទាំងអស់នេះ សបញ្ជាក់ឲ្យឃើញថា សម្រាប់ខ្សែជីវិតមនុស្សយើង មិនអាចត្រឡប់ថយក្រោយវិញបានទេ តែងតែប្រែប្រួលទៅជាធម្មតា ឈានទៅរកសេចក្ដីចាស់ឈឺស្លាប់ នេះជាសភាវធម៌យ៉ាងពិតប្រាកដ ដែលមិនអាចបដិសេធបានឡើយ ។

កាលបើយើងមើលឃើញនូវខ្សែជីវិត ពិតប្រាកដយ៉ាងនេះ គួរតែខំប្រឹងប្រែងបំពេញការងារ ព្រមទាំងសេចក្ដីលំបាកគ្រប់បែបយ៉ាង ដើម្បីជួយគាំទ្រនូវស្ថានភាពនៃជីវិតឲ្យបានល្អប្រសើរឡើង ។

ដោយការសម្លឹងឃើញ រឿងរ៉ាវជីវិតពិតប្រាកដដូច្នេះហើយ បានជាខ្ញុំសរសេរចងក្រងសៀវភៅនេះ ដើម្បីបង្ហាញឲ្យឃើញនូវអ្វីដែលជាភាពវិជ្ជមាន និងភាពអវិជ្ជមាន សម្រាប់សង្គមមនុស្ស ។ មួយទៀតខ្ញុំគិតថា សៀវភៅនេះ នឹងបានជាឧត្ដមគតិសម្រាប់ប្រជាជន-ខ្មែរ ធ្វើការត្រិះរិះពិចារណា និងទុកជាការចូលរួមចែក រំលែកគំនិតដ៏តូចមួយ សម្រាប់ជាប្រយោជន៍ដល់សង្គមជាតិ និងសាសនា ។

ហេតុនេះ ប្រសិនបើខ្ញុំ សរសេរខុសឆ្គង ដោយប្រការណាមួយ ដោយអចេតនា សូមបណ្ឌិត កវី លោកអ្នកប្រាជ្ញ អ្នកនិពន្ធចងក្រង ពុទ្ធបរិស័ទមេត្តាខន្តីអភ័យទោសដល់រូបខ្ញុំផង ។

ខ្ញុំសង្ឃឹមថា សៀវភៅនេះនឹងបានជាប្រយោជន៍ដល់សង្គម-

ខ្មែរ គ្រប់ស្រទាប់វណ្ណៈ គ្រប់ពណ៌សម្បុរទាំងអស់ ពិសេសនោះ នឹងបានជាគតិសម្រាប់ យុវជន យុវនារី កុមារា កុមារី ជាកូនខ្មែរយកទៅធ្វើការអនុវត្តដកពិសោធ ដើម្បីឲ្យឃើញជាក់ច្បាស់រឿងរ៉ាវនៃជីវិតយ៉ាងពិតប្រាកដ ព្រមទាំងសុភមង្គល នៃការរស់នៅក្នុងក្រុមគ្រួសារ និងសង្គមជាតិ ។

វត្តជម្ពូវ័នប៉ោយសំរោង ថ្ងៃពុធ ១៥ កើត

ខែផល្គុណ ឆ្នាំ ខាល ទោស័ក ព.ស.២៥៥៤

រៀបរៀងដោយ

ជោតបណ្ឌិតោ ជួន ចិន្ដា

ឧទ្ទិសកថា

ក្នុងកិច្ចការជាធម្មទាន ដែលខ្ញុំព្រះករុណាអាត្មាភាព ខំប្រឹងប្រែងព្យាយាមសរសេរអស់កាលដ៏យូរនេះ ខ្ញុំព្រះករុណា សូមលើកនូវមហាកុសលដ៏ប្រសើរនេះ ឧទ្ទិសថ្វាយ ចំពោះសម្តេចសង្ឃរាជ ព្រះមហាសុមេធាធិបតី **ជោតញ្ញាណោ ជួន ណាត** ដែលជាបិតាអក្សរសាស្ត្រខ្មែរ ។

សូមឧទ្ទិសថ្វាយព្រះអតីត និង សម្តេចព្រះសង្ឃរាជ គ្រប់ព្រះអង្គ ។

សូមឧទ្ទិសថ្វាយប្រគេនជូន ព្រះរាជកុសល និងកុសលដ៏មហាប្រសើរនេះ ចំពោះសង្ឃ័តិកាចារ្យជាតិ គ្រប់រូប ដែលមានគុណូបការៈក្នុងការបកប្រែ និងរៀបចំបោះពុម្ពព្រះត្រៃបិដកជាភាសាខ្មែរ ។

សូមឧទ្ទិសថ្វាយចំពោះសម្តេចព្រះមហាឃោសនន្ទ **វ៉ា យ៉ាវ** សូមឱ្យព្រះអង្គ បានទៅកាន់សុគតិភព ។

សូមឧទ្ទិសថ្វាយព្រះរាជកុសល ចំពោះអតីតព្រះមហាក្សត្រ មហា-ក្សត្រីយានីគ្រប់ៗព្រះអង្គ ។

សូមប្រគេនចំពោះ **ព្រះវិសុទ្ធិវង្ស អ៊ុក មុត** ព្រះមេគណខេត្តបាត់ដំបង សូមឱ្យព្រះអង្គមានព្រះជន្មាយុវស្សាយឺនយូរ ដើម្បីគង់ជាម្លប់ដ៏ត្រជាក់ ដល់ភិក្ខុសង្ឃ សាមណេរ ក្នុងសាសនាឱ្យបានយូរអង្វែងតទៅ ។

សូមប្រគេនចំពោះ **ព្រះគ្រូសិរីសត្ថា ហេង សុខន** ដែលជាអនុគណស្រុកថ្មគោល និងជាព្រះឧបជ្ឈាយ៍របស់ខ្ញុំព្រះករុណា សូមឱ្យព្រះអង្គមានវស្សាយឺនយូរ គង់ជាម្លប់ដ៏ត្រជាក់ដល់ភិក្ខុសង្ឃ សាមណេរ យូរអង្វែងតទៅ ។

សូមថ្វាយព្រះរាជកុសល ចំពោះព្រះករុណា ព្រះបាទសម្តេចព្រះ-បរមនាថ **នរោត្តម សីហមុនី** ព្រះមហាក្សត្រនៃព្រះរាជាណាចក្រកម្ពុជា ។

សូមថ្វាយព្រះរាជកុសល ចំពោះព្រះករុណា ព្រះបាទ សម្តេចព្រះ **នរោត្តម សីហនុ** ព្រះមហាវីរក្សត្រ ព្រះវររាជបិតាឯករាជ្យ បូរណភាពទឹកដី និងឯកភាពជាតិខ្មែរ និង សម្តេចព្រះមហាក្សត្រី **នរោត្តម មុនីនាថ សីហនុ** ព្រះវររាជមាតាជាតិខ្មែរក្នុង សិរីភាពសេចក្តីថ្លៃថ្នូរ ក្នុងសុភមង្គល ព្រមទាំងព្រះរាជវង្សានុវង្ស ។

សូមជូនចំពោះ **ប្រមុខរាជរដ្ឋាភិបាល** មន្ត្រីរាជការគ្រប់លំដាប់ថ្នាក់ ។

ជូនបុណ្យកុសលនេះចំពោះអ្នកម្តាយ **ថៅ ឃឿន** ដែលបានបង្កើតរូបអាត្មាភាព ឱ្យមានជីវិតរស់ដល់សព្វថ្ងៃ សូមអ្នកម្តាយមានអាយុយឺនយូរបានជាម្លប់ដល់កូនចៅ ហើយឱ្យមានសុខភាពល្អក្នុងជីវិត កុំឱ្យមានរោគាមកបៀតបៀនឡើយ ។

ឧទ្ទិសជូន លោកតា លោកយាយ មីង ពូ របស់ខ្ញុំព្រះករុណាអាត្មាភាព និងញាតិទាំង៧សន្តាន ព្រមទាំងសព្វសត្វក្នុងវដ្តសង្សារនេះ សូមឱ្យរួចចាកសេចក្តីទុក្ខ ។

សូមផ្សាយនូវកុសលចេតនាដ៏ប្រសើរនេះ ជូនចំពោះពុទ្ធបរិស័ទ ទូទាំងសកលលោកសូមឱ្យបានជួបប្រទះតែសេចក្តីសុខនិងសេចក្តីចម្រើនតរៀងទៅ ។

សូមអនុមោទនា !!!!!

សេចក្តីថ្លែងអំណរគុណ

ជាដំបូងខ្ញុំព្រះករុណា អាត្មាភាព សូមថ្លែងអំណរគុណ ចំ-ពោះញោមប្រុសស្រី ដែលបានផ្តល់នូវកំណើតដ៏ល្អប្រសើរ សម្រាប់អាត្មា ហើយបានឲ្យចូលបួសក្នុងព្រះពុទ្ធសាសនា ស្គាល់ល្អ ស្គាល់អាក្រក់ ស្គាល់បុណ្យ ស្គាល់ បាប អ្វីដែលគួរធ្វើ និងអ្វីដែលមិនគួរធ្វើផងដែរ ។

សូមថ្លែងអំណរគុណ ចំពោះព្រះមហាសន្តិបាល **សំ សារ៉ូន** ដែលបានជួយរចនាក្របសៀវភៅយ៉ាងស្រស់ស្អាតនេះ ។

សូមថ្លែងអំណរគុណ លោកគ្រូ **សួន ប៊ុនធឿន** ប្រធានមន្ទីរធម្មការ និងសាសនាខេត្តបាត់ដំបង ។

សូមថ្លែងអំណរគុណ លោកគ្រូ **ឯម ធឿន** អនុប្រធានមន្ទីរធម្មការ និងសាសនាខេត្តបាត់ដំបង ។

សូមថ្លែងអំណរគុណ ចំពោះលោកគ្រូ នាយក នាយករង គ្រូឧទ្ទេសាចារ្យ លោកគ្រូ អ្នកគ្រូ ដែលបានបង្ហាត់បង្រៀន ខ្ញុំព្រះ-ករុណាអាត្មា នៅពុទ្ធិកវិទ្យាល័យ **អ៊ឹង ធួង** ។

សូមថ្លែងអំណរគុណ ចំពោះសព្រហ្មចារីទាំងអស់ ដែលតែងតែយកចិត្តទុកដាក់ក្នុងការជួយកែសម្រួលនិងពិនិត្យអក្ខរាវិរុទ្ធ ។

សូមថ្លែងអំណរគុណ ចំពោះញោមស្រី **ឈុំ សុធា** (ហួយ) ព្រមទាំង ក្រុមគ្រួសាររបស់ញោម ដែលតែងតែជួយព្យាបាលជំងឺ និងឧបត្ថម្ភបច្ច័យបួន ក្នុងការសិក្សារៀនសូត្រ ។

សូមថ្លែងអំណរគុណ ចំពោះពុទ្ធបរិស័ទគ្រប់មជ្ឈដ្ឋាន ដែលបានឧបត្ថម្ភបច្ច័យបួន និងជួយគាំទ្រក្នុងការបោះពុម្ពសៀវភៅធម៌ ។

សូមថ្លែងអំណរគុណ ចំពោះព្រះតេជគុណ អាចារ្យគណៈកម្មការ គ្រប់ទីអារាមទាំងអស់ ដែលតែងតែផ្សព្វផ្សាយដំណឹង បោះពុម្ពសៀវភៅធម៌ ដល់ពុទ្ធបរិស័ទបានជ្រាបនិងបានចូលរួម ។

សូមអរព្រះគុណ និងអរគុណ

មាតិកា

អត្ថបទ **ទំព័រ**

-រាយនាមអ្នកត្រួតពិនិត្យ..............................ឌ
-រាយនាមអ្នកមានឧបការៈក្នុងធម្មទាន.......................ណ
-ជីវិត..១
-ជីវិតស្ថិតក្នុងភាពអវិជ្ជា...............................៣
-ព្រះនិព្វានមាន២យ៉ាង....................................៩
-ពិធីការនាំទៅរកភាពជោគជ័យនៃជីវិត........................១៥
-តើហេតុអ្វីបានជាមនុស្សមួយចំនួនមានភាពក្រីក្រលំបាកតោក
យ៉ាក ?...២០
-តើអ្នកត្រូវចេះថ្លឹងថ្លែងច្នៃប្រឌិតដោយរបៀបណា ?........២៣
-ជីវិតមនុស្សប្រដូចទៅនឹងដួងព្រះច័ន្ទ.........................៣០
-ជីវិតក្នុងការសេពគប់មិត្ត...............................៣៥
-មិត្តល្អ មិត្តពិតប្រាកដមាន ៤ប្រភេទ.......................៣៦
-មិត្តអាក្រក់ មិត្តប្លម ៤ប្រភេទ...........................៣៩
-ហេតុអ្វីបានជាមនុស្សពេញចិត្តក្នុងការផឹកសុរាបើទោះវាដឹងថាវា
ប្រកបដោយទោសហើយ ?...............................៤៤
-តើដូចម្តេចទៅហៅថាសេចក្តីស្នេហា ?.......................៤៨
-ជំងឺស្នេហា...៥២
-អ្នកលេងល្បែងភ្នាល់ប្រកបដោយទោស៦.....................៥៩
-តើបារីរាប់បញ្ចូលជាប្រភេទគ្រឿងញៀនដែរឬទេ ?..........៦៦

-ពាណិជ្ជកម្មក្បត់វិទ្យាសាស្ត្រ.................................៧២

-តើជីវិតមនុស្សក្លាយជាត្បូងឯកនៅពេលណា ?..................៧៦

-របៀបគ្រប់គ្រងលុយ..៨០

-ស្ថានភាពទូទៅនៃជីវិត......................................៨៥

-គួរតែមើលនិងអានហើយពិនិត្យ............................៨៧

-វិន័យគ្រួសារពាចំនុច.......................................៨៨

-កម្រងកំណាព្យ...៨៩

-របៀបសំពះខ្មែរ...១១៧

-ពណ៌សំលៀកបំពាក់ប្រពៃណីរបស់ខ្មែរ....................១១៨

-បទលើកទង់ព្រះពុទ្ធសាសនា..............................១២១

-ឯកសារវិគ្រោះ...១២៥

រាយនាមអ្នកត្រួតពិនិត្យ

-ព្រះវិសុទ្ធិវង្ស **អ៊ុក មុត** ព្រះមេគណខេត្តបាត់ដំបង

-ព្រះគ្រូសិរីសត្ថា **ហេង សុខន** អនុគណស្រុកថ្មគោល

-ព្រះតេជគុណ **ឃុត អង** វិន័យធរអនុគណស្រុក

-លោក **សួន ប៊ុនធឿន** មន្ទីរធម្មការនិងសាសនាខេត្តបាត់ដំបង

-ព្រះមហា **កង សុវណ្ណមុនី** សមណនិស្សិតសកលវិទ្យាល័យ ព្រះសីហនុរាជ ។

-ព្រះមហា **សំ សារ៉ូន** សមណនិស្សិតសកលវិទ្យាល័យ ព្រះសីហនុរាជសាខាខេត្តបាត់ដំបង ។

-ព្រះមហា **ហ៊ុន ឃឿន** សមណនិស្សិតសកលវិទ្យាល័យ ព្រះសីហនុរាជសាខាខេត្តបាត់ដំបង ។

-ព្រះមហា **រួន សារ៉ុន** សមណនិស្សិតសកលវិទ្យាល័យ ព្រះសីហនុរាជសាខាខេត្តបាត់ដំបង ។

-ព្រះមហា **ឡុង កុសល** សមណនិស្សិតសកលវិទ្យាល័យ ព្រះសីហនុរាជសាខាខេត្តបាត់ដំបង ។

-ព្រះមហា **ភុំឈន់ តុលា** សមណនិស្សិតសកលវិទ្យាល័យ ព្រះសីហនុរាជសាខាខេត្តបាត់ដំបង ។

-ព្រះមហា **ជា សុផាន់ណា** សមណនិស្សិតសកលវិទ្យាល័យ

ព្រះសីហនុរាជសាខាខេត្តបាត់ដំបង ។

-ព្រះមហា **ឡើយ សៀន** សមណនិស្សិតសកលវិទ្យាល័យ

ព្រះសីហនុរាជសាខាខេត្តបាត់ដំបង ។

-ព្រះតេជគុណ **ជា សុភាព** សមណសិស្សពុទ្ធិកវិទ្យាល័យអ៊ុំង ធួង

-ព្រះតេជគុណ **ឆែម ឈឹម** សមណសិស្សពុទ្ធិកវិទ្យាល័យ អ៊ុំង ធួង

-ព្រះតេជគុណ **ទុយ លីណា** សមណសិស្សពុទ្ធិកវិទ្យាល័យអ៊ុំង ធួង

រាយនាមអ្នកមានឧបការៈក្នុងធម្មទាន

-សព្រហ្មចារី កង សុវណ្ណមុនី
-សព្រហ្មចារី រួន សារ៉ុន
-សព្រហ្មចារី ហ៊ុន ហឿន
-សព្រហ្មចារី ភុំឈន់ តុលា
-សព្រហ្មចារី ផា សុផាន់ណា
-សព្រហ្មចារី ឈួន ចិត្រា
-សព្រហ្មចារី វឿយ វៀន
-សាមណេរ ធី ចាន់ណា
-សព្រហ្មចារី សំ សារ៉ូន
-សព្រហ្មចារី ឡុង កុសល
-សព្រហ្មចារី នាង សុន
-សព្រហ្មចារី ព្រំ រស្មី
-សព្រហ្មចារី ផៃ ឫទ្ធិ
-សព្រហ្មចារី ផែម ឈឹម
-សព្រហ្មចារី ទុយ លីណា
-សាមណេរ រស់ រតនៈ

លោកឪពុកអ្នកម្តាយ

-លោកឪពុក កែវ ផា
-លោកឪពុក ម៉ាក់ ហេង
-លោកឪពុក ផា ចែម
-លោកឪពុក សោម សាខន
-លោកឪពុក ស៊ន ទូច
-លោកឪពុក លឹម ស៊ុយសុវត្ថា
-លោកឪពុក ជុំ ធឿប
-លោកឪពុក ប្រាក់ គីម
-លោកឪពុក ផា ឈុំ
-លោកឪពុក អ៊ូច ពុទ្ធី
-លោកឪពុក អ៊ូ ព្រឿង
-លោកឪពុក យស់ ណារ៉
-លោកឪពុក ជ្រូ ថុល
-លោកឪពុក ហ៊ុល

-លោកឪពុក ប៊ុន ហ៊ើ
-លោកឪពុក ត្រី លន់តែ
-អ្នកម្តាយ អ៊ុំ សុភាព
-អ្នកម្តាយ ឈុំ សុធា(ហួយ)
-អ្នកម្តាយ ផេន ស្រីមុំ
-អ្នកម្តាយ អ៊ឹម ចាន់ណា
-អ្នកម្តាយ ជួន ចន្ថា
-អ្នកម្តាយ សេង គឹមយុន
-អ្នកម្តាយ ប៉ូ គឹមសាន
-អ្នកម្តាយ យិន លីម
-អ្នកម្តាយ ខឹម សារេម(តែម)
-អ្នកម្តាយ ផាន ពៅ
-អ្នកម្តាយ ម៉ែ
-អ្នកម្តាយ ស៊ុត សារៀង
-អ្នកម្តាយ ឡៅ សាយហ៊ុច
-អ្នកម្តាយ កុយ គឹមអេង
-អ្នកម្តាយ សុក យឿន
-អ្នកម្តាយ ឡេ វ៉ាន់ឌី
-អ្នកម្តាយ លឹម សៀវហុង(ម៉ែរស្មី)

-លោកឪពុក វឿន ចិន្តា
-លោកឪពុក ស៊ុន ស៊ន
-អ្នកម្តាយ យស់ សុផុន
-អ្នកម្តាយ ហ៊ាង វណ្ណារ៉ុំ(មុំ)
-អ្នកម្តាយ ហេង ចន្ថា
-អ្នកម្តាយ គួ ប៊ុនគាង
-អ្នកម្តាយ ជួន សុភា
-អ្នកម្តាយ ទៀត សាម៉េត
-អ្នកម្តាយ កែ ផាន់ឌី
-អ្នកម្តាយ ប៉ូ សេរី
-អ្នកម្តាយ សេង សុមុនី
-អ្នកម្តាយ មិច ហាង
-អ្នកម្តាយ ពត យ៉ែម
-អ្នកម្តាយ វឿង ណារ៉ុង
-អ្នកម្តាយ ជា គឹមលី
-អ្នកម្តាយ យ៉ង់ សុខ
-អ្នកម្តាយ ភឿង សុភាព
-អ្នកម្តាយ ឡេ រ៉ាមី
-អ្នកម្តាយ វី ហឿន

ជីវិត

ជាដំបូង ខ្ញុំចង់ឲ្យអ្នកអានទាំងឡាយ បានសិក្សាឈ្វេងយល់អំពីពាក្យ ថា **ជីវិត** តើពាក្យនេះមានន័យដូចម្ដេច ? ។

ពាក្យថា **ជីវិត** មានន័យថាការរស់នៅ ឬការចម្រើនទៅសំដៅយកប្រមាណនៃអាយុរបស់សត្វទាំងឡាយ ដែលស្ថិតនៅក្នុងលោកសន្និវាស ។

ម្យ៉ាងទៀត ជីវិតសំដៅដល់រូបរាងកាយ និងចិត្តវិញ្ញាណរបស់សត្វលោក បើនិយាយដោយងាយ ខ្លួនប្រាណរបស់សត្វលោកគ្រប់គ្នា ដែលកំពុងធ្វើសកម្មភាពប្រកបមុខរបរចិញ្ចឹមជីវិតនោះឯង ។

ប៉ុន្ដែបើតាមបែបវិទ្យាសាស្ដ្រវិញ បាននិយាយថា **ជីវិត** គឺជាការកើតនឹងការរលត់បន្ដគ្នា ឥតឈប់ឈរ ហើយកោសិកាដែលរស់នៅក្នុងសារពាង្គកាយរបស់មនុស្សយើងម្នាក់ៗ កំពុងតែស្លាប់ឥតឈប់ឈរ និងជំនួសមកវិញដោយកោសិកាថ្មី ព្រោះហេតុនោះ ការកើតនិងការស្លាប់ប្រព្រឹត្តទៅគ្រប់ខណៈ ឬាតុភូតនៃសេចក្ដីស្លាប់គ្រាន់តែជាការបញ្ចប់បែបរឿងល្ខោននៃការកើតឡើងនៃជីវិត និងការកើតជាបន្ដបន្ទាប់តែប៉ុណ្ណោះឯង ។

ជីវិតគឺជាការសន្ទតិ របស់រូបធម៌ និងនាមធម៌តែប៉ុណ្ណោះ ហើយការរស់នៅប្រកបដោយសុខនិងទុក្ខយ៉ាងណានោះ អាស្រ័យលើសភាវធម៌នោះឯង។

ប៉ុន្ដែខ្លួនឯងផ្ទាល់តែម្ដង គឺមិនត្រូវផ្ដេកផ្ដួល ទៅតាមសភាវធម៌ទាំងអស់នោះទេ ត្រូវតែមានសេចក្ដីព្យាយាម ហើយមានគំនិត

ជ្រើសរើសយកគម្រោងឬផែនការអ្វីមួយ មកអនុវត្តជាផែនទីនៃជីវិត ហើយប្លង់នៃជីវិតនោះឯង ប្រសិនបើយើងជ្រើសរើសត្រូវនោះ នឹងធ្វើឲ្យជីវិតបានល្អប្រសើរ ប៉ុន្តែបើយើងដើរខុសផ្លូវវិញ យើងប្រាកដជាជួបគ្រោះថ្នាក់ និងសត្វកាចសាហាវមិនខានឡើយ ។

កំណាព្យបុរាណ

ផឹក មួយកែវ អភិប្រាយ
ផឹក ពីរកែវ ស្រាញចិញ្ចើម
ផឹក បីកែវ ដង្ហើមយក្ស
ផឹក បួនកែវ អារក្សធំ
ផឹក ប្រាំកែវ រងុំចិត្ត
ផឹក ប្រាំមួយកែវ អាណិតខ្លួន
ផឹក ប្រាំពីរកែវ ស្លួនចំណី
ផឹក ប្រាំបីកែវ សម្ដីខ្មោច
ផឹក ប្រាំបួនកែវ អាសោចកេរ្តិ៍
ផឹក ដប់កែវ ចង្អេរបក់
ផឹក ដប់មួយកែវ បន្តក់ទឹក.........។

អ្នកនិពន្ធសប្បុរស

ជីវិតស្ថិតក្នុងភាពអវិជ្ជា

ពាក្យថា **អវិជ្ជា** មានន័យថា ការមិនដឹង សេចក្តី ល្ងង់ខ្លៅ និងការដល់ព្រមដោយមោហៈ គឺការវង្វេង សត្វលោកដែលត្រូវអវិជ្ជារួបរឹតងងឹតភ័ន្តច្រឡំយល់ខុសថាត្រូវ យល់ត្រូវថាខុសទៅវិញ ។

អវិជ្ជា គឺជាធម្មជាតិម្យ៉ាង ដែលកើតឡើងអាស្រ័យនឹងជីវិតសត្វលោកគ្រប់គ្នាទាំងអស់ វៀរលែងតែព្រះអរិយបុគ្គលចេញ ព្រោះលោកបានសម្រេចជាព្រះអរហន្ត មិនជាប់ជំពាក់ក្នុងភពទៀតឡើយ ។

ជីវិតដែលស្ថិតនៅក្នុងភាពអវិជ្ជា ជាជីវិតដែលស្ថិតនៅក្នុងភាពងងឹតសូន្យឈឹង ជាជីវិតដែលមិនបានដឹងនូវអ្វីទាំងអស់ មិនស្គាល់ហេតុ មិនស្គាល់ផល មានតែការវង្វេងវង្វាន់ជានិច្ច ។

បើនិយាយឲ្យងាយស្តាប់វិញ បានដល់អវិជ្ជាទាំង ២ ប្រការគឺ:

១-ជីវិតអវិជ្ជានៅក្នុងផ្លូវលោក

២-ជីវិតអវិជ្ជានៅក្នុងផ្លូវធម៌

ដើម្បីឲ្យលោកអ្នកអានទាំងឡាយ ងាយយល់នោះ ខ្ញុំសូមលើកយកនូវជីវិតអវិជ្ជាផ្នែកខាងផ្លូវលោក មកបរិយាយជាមុនសិន តើដូចម្តេចទៅដែលហៅថា ជីវិតអវិជ្ជានៅក្នុងផ្លូវលោក ? ។

ពិតណាស់ នៅក្នុងសង្គមមនុស្សយើងបច្ចុប្បន្ននេះ ប្រទេសជាតិមានការអភិវឌ្ឍជារៀងរាល់ថ្ងៃ ចំពោះសង្គមមនុស្សវិញ គឺគេត្រូវការឲ្យមនុស្ស មាននូវចំណេះដឹងគ្រប់គ្នាផងដែរ ដើម្បីឲ្យមានការសមស្របទៅតាមប្រទេសរបស់ខ្លួន ។

យើងទាំងអស់គ្នា ត្រូវតែក្រលេកមើលផងដែរថា តើមនុស្ស

ដែលមានចំណេះដឹង និងមនុស្សដែលគ្មានចំណេះដឹងនោះ គឺមានចំនួនប៉ុន្មាននាក់ ? ហើយមនុស្ស ដែលយកចិត្តទុកដាក់រៀនសូត្រ និងមនុស្សដែលមិនបានសិក្សាមានចំនួនប៉ុន្មាននាក់ ? តើតុល្យភាព-នៃជីវិត របស់មនុស្សទាំងពីរប្រភេទនេះស្មើគ្នាដែរឬទេ ? តើមានមនុស្សប៉ុន្មាននាក់ ដែលស្ថិតនៅក្នុងភាពអវិជ្ជា ? ។

ទន្ទឹមនឹងការរីកចម្រើនរបស់សង្គម មនុស្សមួយចំនួន មានសេចក្តីភ្លើតភ្លើនក្នុងកាមារម្មណ៍ បានប្រព្រឹត្តនូវអំពើអសីលធម៌ក្នុងសង្គម មានការចាប់រំលោភបំពានទៅលើស្ត្រីភេទ ក្មេងស្រីមិនទាន់គ្រប់អាយុ កូនស្រីបង្កើត និងកូនស្រីចុងរបស់ខ្លួន ម្តាយបង្កើតរបស់ខ្លួន មានចិត្តឃោរឃៅ បានយកកូនប្រុសកូនស្រី ទៅលក់ឲ្យបំរើផ្លូវភេទជាដើម ។ ហើយក៏មានកូនមួយចំនួន បានប្រមាថមើលងាយឪពុកម្តាយរបស់ខ្លួន បានបង្កើតបក្សពួកជាបងតូចបងធំ ប្រើប្រាស់នូវគ្រឿងញៀនជាប្រចាំ ប្រើប្រាស់សម្ភារៈទំនើប មានការបង្កោះម៉ូតូ ជាមនុស្សស្អប់ការសិក្សារៀនសូត្រ ជាពិសេសនោះ នៅក្នុងជីវិតប្រចាំថ្ងៃរបស់ពួកគេ តែងតែប្រព្រឹត្តនូវអំពើអបាយមុខទាំង ៤ ប្រ-ការគឺ :

១-ការលេងល្បែងស្រី

២-ការលេងល្បែងសុរា

៣-ការលេងល្បែងស៊ីសង

៤-ការសេពគប់ជាមួយមិត្តអាក្រក់

អំពើអបាយមុខទាំងបួនប្រការនេះ ជាហេតុធ្វើឲ្យមនុស្សដល់នូវសេចក្ដីវិនាសដោយពិត គ្មានភាពរុងរឿងថ្លៃថ្លាឡើយ ប្រៀបទៅនឹងព្រះច័ន្ទ ដែលមានដុំពពកខ្មៅមកបាំងជិត មិនឲ្យបញ្ចេញពន្លឺរស្មីយ៉ាងណាមិញចំពោះអំពើអបាយមុខក៏ដូច្នោះដែរ ។

ចំពោះបុគ្គល ដែលមានការស្រឡាញ់ពេញចិត្ត ក្នុងការលេងល្បែងស្រីក្ដី ល្បែងសុរាក្ដី ល្បែងស៊ីសងក្ដី និងការសេពគប់ជាមួយបាបមិត្តក្ដី រមែងធ្វើឲ្យជីវិតរបស់ខ្លួន ស្ថិតនៅក្នុងភាពអវិជ្ជាយ៉ាងពិតប្រាកដ ព្រោះជាហេតុធ្វើឲ្យបុគ្គលមានសេចក្ដីខ្ជិលច្រអូស មិនមានការសិក្សារៀនសូត្រ មិនប្រឹងប្រែងប្រកបការងារទេ គឺមិនសូវខ្វល់អំពីអនាគតកូនៗ និងអនាគតរបស់ខ្លួនឡើយ ជាមនុស្សទ្រមក់មានសេចក្ដីធ្វេសប្រហែសច្រើន ហើយគិតតែបណ្ដែតបណ្ដោយឲ្យ-ពេលវេលាកន្លងផុតទៅ ជាមនុស្សរងប់ងល់តែនឹងអំពើអបាយមុខតែប៉ុណ្ណោះឯង ដូចជារាត្រីកាលដែលគ្មានពន្លឺរស្មីនៃដួងព្រះច័ន្ទ ។

ហេតុទាំងអស់នេះ មិនមែនធ្វើឲ្យជីវិតមនុស្សយើង មានភាពរុងរឿងថ្លៃថ្លានោះទេ មានតែធ្វើឲ្យជីវិតស្ថិតនៅក្នុងអវិជ្ជា ទទួលនូវភាពបរាជ័យ គ្មានចំណេះដឹង មិនអាចជួយដល់សង្គមជាតិបានឡើយ ព្រមទាំងបានបង្ហាញនូវគំរូអាក្រក់ ដល់កុលបុត្រកុលធីតាខ្មែរជំនាន់ក្រោយទៀតផង ។

អំពើ ឬហេតុការណ៍ទាំងអស់នេះ ជាការចង្អុលប្រាប់ឲ្យដឹងថាសកម្មភាពដែលបុគ្គលម្នាក់ៗ បានប្រព្រឹត្តដូចខាងលើនេះ ឈ្មោះថាធ្វើជីវិតឲ្យស្ថិតក្នុងភាពអវិជ្ជាខាងផ្លូវលោកដោយពិត ព្រោះបុគ្គលមិន

បានប្រើប្រាស់នូវបញ្ញារបស់ខ្លួនឲ្យល្អ បែរជាប្រព្រឹត្តអំពើដែលនាំឲ្យខ្លួនដល់នូវសេចក្ដីវិនាសទៅវិញ ។

ចំណែកឯជីវិតអវិជ្ជាក្នុងផ្លូវធម៌វិញនោះ បានដល់ជីវិតដែលបណ្ដែតបណ្ដោយទៅតាមកិលេស និងតណ្ហារបស់ខ្លួន ដោយគ្មានការត្រិះរិះពិចារណានូវរឿងរ៉ាវនៃជីវិតឡើយ ដោយគ្មានសេចក្ដីសង្វេគចំពោះសត្វ និងសង្ខារ ជីវិតយើងទាំងអស់គ្នា បានកើតមកជាមនុស្សនេះ អាស្រ័យដោយបុណ្យកុសល ដូច្នេះមិនត្រូវបណ្ដែតបណ្ដោយឲ្យជីវិតសប្បាយភ្លើតភ្លើនទៅតាមកាមារម្មណ៍ មានរូបារម្មណ៍ជាដើមនោះទេ ហើយក៏មិនត្រូវធ្វើជាមនុស្សស្រវឹងវង្វេងក្នុងភោគទ្រព្យ រូប-សម្បត្តិ យសសក្តិ និងការមិនមានរោគជាដើមនោះដែរ ។

បុគ្គលមិនបានត្រិះរិះពិចារណាក្នុងហេតុអវិជ្ជាទាំង៤ប្រការគឺ :

១. ទុក្ខេ អញ្ញាណំ ការមិនដឹងក្នុងកងទុក្ខ

២. ទុក្ខសមុទយេ អញ្ញាណំ ការមិនដឹងនូវហេតុដែលនាំឲ្យកើតសេចក្ដីទុក្ខ

៣. ទុក្ខនិរោធេ អញ្ញាណំ ការមិនដឹងទីរលត់នៃសេចក្ដីទុក្ខ

៤. ទុក្ខនិរោធគាមិនីបដិបទាយេ អញ្ញាណំ ការមិនដឹងនូវបដិបទាជាផ្លូវទៅកាន់ទីរលត់សេចក្ដីទុក្ខ ។

ការដែលមិនដឹងនូវហេតុ ឬលក្ខណៈទាំងបួនប្រការនេះ ឲ្យឈ្មោះថា **អវិជ្ជា** ឬ **អញ្ញាណ** មានន័យថា ការមិនដឹង ភាពងងឹត ភាពល្ងង់ខ្លៅ ការមិនដឹងហេតុ មិនដឹងផល ។

១-ការមិនដឹងក្នុងកងទុក្ខ:ពាក្យថា **ទុក្ខ** មានន័យថា ការមិន-

សុខកាយមិនសប្បាយចិត្ត សេចក្តីព្រួយ សេចក្តីលំបាក ធម្មជាតិដែលជនអត់ទ្រាំបានដោយកម្រ ឬកិរិយាអត់ទ្រាំបានដោយកម្រ ។

សេចក្តីទុក្ខនេះ បើពោលដោយពិស្តារបានដល់ទុក្ខ **១២** កង ប៉ុន្តែបើពោលដោយសង្ខេបខ្លីវិញនោះ បានដល់ទុក្ខ **៤** កងគឺ :

១-ជាតិទុក្ខ ទុក្ខព្រោះការកើត

២-ជរាទុក្ខ ទុក្ខព្រោះការចាស់

៣-ព្យាធិទុក្ខ ទុក្ខព្រោះការឈឺ

៤-មរណទុក្ខ ទុក្ខព្រោះការស្លាប់

បុគ្គលគ្រប់រូប ដែលបានកើតមក ក្នុងលោកសន្និវាសយើងនេះ សុទ្ធសឹងតែមានសេចក៏ទុក្ខដូចគ្នា គ្រាន់តែច្រើន តិច ខ្លាំង ខ្សោយ តែប៉ុណ្ណោះឯង គ្មានបុគ្គលណាមួយ ឬសត្វលោកណាមួយ អាចជៀសចេញ អំពីសេចក្តីទុក្ខទាំងអស់នោះបានឡើយ ព្រោះរូបយើងទាំងអស់គ្នា សុទ្ធសឹងតែជាមនុស្សនៅមានកិលេស នៅជាមនុស្សបុថុជ្ជន ព្រោះមិនទាន់បានសម្រេចធម៌ដរាបណា សេចក្តីទុក្ខក៏នៅតែមានដរាបនោះ ហេតុនេះហើយ បុគ្គលគ្រប់រូបត្រូវតែហ៊ានទទួលស្គាល់នូវអំពើដែលខ្លួនឯង បានធ្វើ បានដឹង បានឮ ហើយមិនត្រូវបដិសេធចោល មិនទទួលស្គាល់សេចក្តីទុក្ខ បែរជាបណ្តែតបណ្តោយឲ្យជីវិតធ្លាក់ទៅក្នុងភពអន្ធការ ងងឹតសូន្យឈឹង មិនឃើញនូវពន្លឺរស្មីនៃជីវិត សូម្បីតែបន្តិចបន្តួចឡើយ ។

២-ការមិនដឹងនូវហេតុ ដែលនាំឲ្យកើតសេចក្តីទុក្ខទាំង ១២ កងនោះគឺ បណ្តាលមកពីតណ្ហាទាំង៣ មានកាមតណ្ហា១ ភវតណ្ហា១

វិភវតណ្ហា១ ។ បើពោលដោយពិស្តារមាន១០៨ គឺតណ្ហាខាងក្រៅ ១៨ តណ្ហាខាងក្នុង១៨ រួមជា៣៦ ។ ចាត់ជាអតីត៣៦ អនាគត៣៦ បច្ចុប្បន្ន៣៦ ត្រូវជាចំនួន១០៨ ។

កាមតណ្ហា ជាតណ្ហាប្រព្រឹត្តទៅក្នុងកាម ដោយការអន្ទះ-អន្ទែងក្នុងបញ្ចកាមគុណទាំងប្រាំ មានរូបជាដើម ហើយញ៉ាំងចិត្ត របស់សត្វលោក ឲ្យមានសេចក្តីប្រាថ្នាជាប់ជំពាក់នៅក្នុងការកើត ក្នុង កាមភពទាំង១១ជាន់ អបាយភូមិ៤ មនុស្ស១ និងសួគ៌ទេវលោកទាំង៦ ជាន់ ។ សេចក្តីប៉ុនប៉ង ប្រាថ្នារបស់សត្វលោក មានការជាប់ស្អិតតែ នៅក្នុងកាមភព១១ជាន់ ដោយមិនបានពិចារណាឃើញនូវទោសរបស់ វត្ថុកាមឡើយ ហើយតណ្ហានេះ រមែងនាំចិត្តសត្វឲ្យញៀនញ៉ាមលិច លង់ក្រាញនៅក្នុងកាមភព ដែលមិនអាចរលាស់ខ្លួន ចេញចាកភព បានឡើយ ។

ភវតណ្ហា តណ្ហាប្រព្រឹត្តទៅក្នុងភព សេចក្តីអន្ទះអន្ទែង ប្រាថ្នាចង់កើតនៅក្នុងរូបភពទាំង១៦ជាន់ ដោយកិលេសជាតិ ដែលនាំ ចិត្តរបស់យោគាវចរទាំងឡាយ ឲ្យចម្រើននូវរូបជ្ឈានដើម្បីប្រាថ្នាកើត ក្នុងរូបព្រហ្មដោយអំណាចនៃចិត្តដែលនឿយណាយចាកកាមភព ។

វិភវតណ្ហា ជាតណ្ហាដែលប្រព្រឹត្តទៅ ដើម្បីប្រាសចាកភព សេចក្តីប្រាថ្នារបស់សត្វលោកទាំងឡាយ ដែលមានការប្រាថ្នាចង់កើត នៅក្នុងអរូបភព៤ជាន់ ដោយកិលេសជាតិបានដឹកនាំចិត្តព្រះយោគា-វចរទាំងឡាយ ឲ្យចម្រើននូវអរូបជ្ឈាន ដើម្បីបានកើតក្នុងអរូបព្រហ្ម

ដោយអំណាចនៃចិត្តនឿយណាយចាកកាមភព និងរូបភព ។

៣-ការមិនដឹងទីរលត់នូវសេចក្តីទុក្ខ ពិតណាស់ព្រះនិព្វាន គឺជាទីស្ថានរំលត់បង់នូវទុក្ខទាំងពួង ។

ព្រះនិព្វានមាន ២ យ៉ាងគឺ

១-សឧបាទិសេសនិព្វាន ការរលត់កិលេសដែលមានបញ្ចក្ខន្ធសល់នៅ (ដូចជាព្រះអរហន្តអង្គខ្លះអស់កិលេសប៉ុន្តែនៅមានជីវិត)។

២-អនុបាទិសេសនិព្វាន ការរលត់កិលេសមិនមានបញ្ចក្ខន្ធសល់នៅ (ដូចជាព្រះអរហន្តអង្គខ្លះអស់កិលេសហើយបរិនិព្វាន) ។

ពាក្យថា **និព្វាន** មានន័យថា ការមានគ្រឿងចាកដោតនាំចេញហើយ ឬមានកិលេសជាតិ ជាគ្រឿងចាក់ស្រេះនាំចេញហើយធម្មជាតិចេញផុតស្រឡះចាកកិលេសនិងតណ្ហា ។ និព្វានជាឈ្មោះគុណធម៌ដ៏បរិសុទ្ធបំផុត ឥតមានសេចក្តីសៅហ្មង ដោយកិលេសជាគ្រឿងចាក់ស្រេះរួបរឹតឡើយ ។

ដូច្នេះហើយពពួកសត្វទាំងឡាយ ដែលមានសេចក្តីប្រាថ្នាចង់បាននូវព្រះនិព្វាននោះ លោកមិនបានរាប់ថា ជាតួនៃតណ្ហាឡើយ ព្រោះជាឆន្ទៈដើម្បីរួចចាកទុក្ខ ។ សេចក្តីប្រាថ្នារបស់បុគ្គល ដែលប្រកបដោយឧត្តមគតិយ៉ាងនេះ ដែលមានចិត្តផ្តោតទៅរកចំពោះព្រះនិព្វានតែមួយគត់ ព្រោះមិនអាល័យជាប់ជំពាក់នៅក្នុងភព ព្រោះព្រះនិព្វានជាបរមសុខដ៏ក្រៃលែង រកសេចក្តីសុខដទៃស្មើដោយព្រះនិព្វានមិនមាន (**នត្ថិ សន្តិ បរំ សុខំ**) ។

ព្រះនិព្វានជាទីប្រាសចាករាគៈ មិនមានតម្រេកក្នុងកាមទាំង-

ឡាយ១ ព្រះនិព្វានជាទី រំលត់បង់នូវភ្លើងទុក្ខ១ ព្រះនិព្វានជាទីលះបង់នូវតណ្ហា១ ព្រះនិព្វានជាទីរួចផុតស្រឡះ ចាករអាសវៈដែលជាគ្រឿងត្រាំ១ ព្រះនិព្វានមិនមានសេចក្តីអាឡោះអាល័យ ក្នុងកាមគុណប្រាំ១ ព្រះនិព្វានជាទីអស់ទៅនៃរាគៈ ទោសៈ មោហៈ ១ ព្រះនិព្វានមិនមានការកើតទៀត១ ព្រះនិព្វានមិនមាននិមិត្ត១ ព្រះនិព្វានមិនមានអ្វីសម្រាប់តម្កល់នូវបញ្ចក្ខន្ធ១ ព្រះនិព្វានមិនបានប្រមូលនូវបញ្ចក្ខន្ធ១ ព្រះនិព្វានគឺមិនមាន ភាពចាស់ជរា ភាពឈឺ ភាពស្លាប់ ភាពសោកសៅ ភាពខ្សឹកខ្សួល ភាពអាក់អួលក្នុងចិត្ត ។

ដូច្នេះហើយ មានតែព្រះនិព្វានតែមួយគត់ ដែលជាទី រំលត់បង់នូវសេចក្តីទុក្ខនោះបាន ហើយលុះត្រាតែរំលត់បង់នូវតណ្ហាចេញសិនដែរ ទើបមិនមានការកើតជាបនោះ សមដូចព្រះពុទ្ធដីកាបានពោលថា :

យថា ហិ មូលេ អនុបទ្ទវេ ទឡ្ហេ ឆិន្នោបិ រុក្ខោ បុនរេវ រូហតិ
ឯវម្បិ តណ្ហានុសយេ អនុហតេ និព្វត្តេ ទុក្ខមិទំ បុនប្បុនំ ។

ដើមឈើ ដែលគេកាត់ដាច់ហើយ តែឫសនៅមាំមួន មិនទាន់មានសេចក្តីអន្តរាយ ឲ្យខូចនៅកន្លែងណាទេ ក៏គង់ដុះឡើងបានយ៉ាងណាមិញ តណ្ហានុស័យដែលព្រះយោគាវចរ មិនទាន់កំចាត់បង់ដោយអរហត្តមគ្គញ្ញាណទេ សេចក្តីទុក្ខគង់កើតឡើងរឿយៗ ដូច្នោះឯង ។

៤-ការមិនដឹងក្នុងបដិបទា ជាផ្លូវទៅកាន់ទីរលត់នូវសេចក្តីទុក្ខសំដៅយកការប្រព្រឹត្តិវង្វេងខុសផ្លូវ នៃមនុស្សដែលមានភាពល្ងង់ខ្លៅហើយប្រតិបត្តិឃ្វាង ឬខុសអំពីអដ្ឋង្គិកមគ្គ ប្រាសចាកអំពីព្រះនិព្វាន

មិនមែនជាផ្លូវដ៏ត្រង់ នៃព្រះអរិយបុគ្គលឡើយ ។ លុះត្រាតែបុគ្គលគ្រប់រូប បានធ្វើដំណើរតាមអដ្ឋង្គិកមគ្គទាំងប្រាំបីនេះ ទើបអាចដល់នូវព្រះនិព្វានបាន នេះជាផ្លូវប្រតិបត្តិមិនខុសហើយ ជាផ្លូវដ៏ត្រង់ដែលព្រះអរិយៈទាំងឡាយបានដើររួចហើយ ។ ដូច្នេះហើយ មនុស្សយើងត្រូវប្រតិបត្តិទាំងបច្ចុប្បន្នកាល អតីតកាល អនាគតកាល ។

អរិយមគ្គទាំង៨ ជាឧបាយសម្រាប់រំលត់កងទុក្ខគឺ

១-សម្មាទិដ្ឋិ ប្រាជ្ញាយល់ត្រូវ គឺការយល់ឃើញ ត្រូវនូវសេចក្តីទុក្ខ ការយល់ឃើញក្នុងហេតុដែលនាំឲ្យកើតសេចក្តីទុក្ខ ការយល់ឃើញទីកន្លែងរលត់នូវសេចក្តីទុក្ខ ការយល់ឃើញក្នុងផ្លូវបដិបត្តិដែលជាដំណើរទៅកាន់កន្លែងរលត់នូវសេចក្តីទុក្ខ ។

សម្មាទិដ្ឋិមាន ២ យ៉ាងគឺ

លោកិយសម្មាទិដ្ឋិ ប្រាជ្ញាយល់ឃើញត្រូវតាមផ្លូវលោក ដូចជាការយល់ឃើញថា ធ្វើល្អបានល្អ ធ្វើអាក្រក់ បានអាក្រក់ជាដើម១ ។

លោកុត្តរសម្មាទិដ្ឋិ ប្រាជ្ញាយល់ឃើញត្រូវ ជាផ្លូវនៃលោកុត្តរការមើលឃើញច្បាស់នូវអរិយសច្ច៤ មានទុក្ខសច្ចជាដើម១ បើចែជាបុគ្គលវិញនោះ មាន៣ប្រភេទ **បុថុជ្ជនសម្មាទិដ្ឋិ** បញ្ញាយល់ឃើញត្រូវនៃបុថុជ្ជន១ **សេក្ខសម្មាទិដ្ឋិ** បញ្ញាយល់ឃើញត្រូវនៃសេក្ខបុគ្គលប្រាំពីរពួក ដែលមានសោតាបត្តិមគ្គដ្ឋៈជាខាងដើម និងមានអរហត្តមគ្គដ្ឋៈជាបរិយោសាន១ **អសេក្ខសម្មាទិដ្ឋិ** បញ្ញាយល់ឃើញត្រូវរបស់អសេក្ខបុគ្គល គឺព្រះអរហន្ត១ ។

២-សម្មាសង្កប្បោ គំនិតត្រិះរិះត្រូវ គឺមានសេចក្តីត្រិះរិះក្នុង-

នេក្ខម្មសង្កប្បោ ការត្រិះរិះដើម្បីចេញចាកកាម១ អព្យាបាទសង្កប្បោ ការត្រិះរិះ ក្នុងសេចក្តីមិនព្យាបាទអ្នកដទៃ១ អវិហឹសាសង្កប្បោ ការត្រិះរិះក្នុងការមិន បៀតបៀនអ្នកដទៃ១ ។

៣-សម្មាវាចា សំដីពោលត្រូវ គឺមុសាវាទាវេរមណី វៀរចាកពាក្យកុហក១ បិសុណាវាចាវេរមណី វៀរចាកពាក្យញុះញង់១ ផរុសវាចាវេរមណី វៀរចាកការពោលពាក្យទ្រគោះបោះបោក១ សម្ផប្បលាបាវេរមណី វៀរចាកការពោលពាក្យឥតប្រយោជន៍១ ។

៤-សម្មាកម្មន្តោ ការងារត្រូវ គឺវៀរចាកការសម្លាប់សត្វ១ វៀរចាកការលួចទ្រព្យអ្នកដទៃ១ វៀរចាកការប្រព្រឹត្តខុស ក្នុងកាមទាំងឡាយ១ ហើយខិតខំបំពេញនូវបុណ្យ កុសលទាំងផ្លូវកាយ វាចា ចិត្ត មានការបោសច្រាសទីព្រះចេតិយ ពោធិព្រឹក្សជាដើម ។

៥-សម្មាអាជីវោ ការចិញ្ចឹមជីវិតត្រូវ ពោលគឺត្រូវលះបង់ចោលមិច្ឆាជីវោ ការចិញ្ចឹមជីវិតខុស បើសិនជាគ្រហស្ថវិញលះបង់នូវជំនួញខុសច្បាប់៥ប្រការ បើបព្វជិតវិញលះបង់នូវអនេសនៈ២១ និងបាបធម៌៥ជាដើម ។

៦-សម្មាវាយាមោ ការព្យាយាមត្រូវពោលគឺ ព្យាយាមរក្សាចិត្តមិនឲ្យបាបអកុសលកើតឡើង១ ដើម្បីលះបង់ចោល នូវបាបអកុសល១ ដើម្បីញុំាំងកុសលដែលមិនទាន់កើតឲ្យកើតឡើង១ ខំរក្សាកុសលដែលកើតឡើងហើយមិនឲ្យវិនាស ១ ។

៧-សម្មាសតិ សតិរឭកត្រូវ គឺបុគ្គលព្យាយាមរឭកឲ្យឃើញនូវសតិប្បដ្ឋានទាំង៤ មានកាយានុបស្សនាជាដើម ហើយព្យាយាមកំចាត់បង់នូវអភិជ្ឈានិងទោមនស្ស ព្រមទាំងរឭកឃើញនូវអនុស្សតិ កសិណ

និងអសុភជាដើម ។

៨-សម្មាសមាធិ ការតម្កល់ចិត្តត្រូវ ពោលគឺទោះបីជាគ្រហស្ថក្តី បព្វជិតក្តី ដែលមានសេចក្តីព្យាយាមចម្រើនផ្នែកខាងកម្មដ្ឋាន ដើម្បីឲ្យស្ងាត់ចាកបាបនិងអកុសលធម៌ទាំងឡាយ ដោយការចូលកាន់ឈាន ប្រកបដោយ វិតក្កៈ វិចារៈ ហើយមានបីតិនិងសុខ ដែលកើតអំពីវិតក្កៈ លុះរម្ងាប់បង់នូវ វិតក្កៈ វិចារៈ ហើយរមែងចូលទៅកាន់ឈានជាបន្តបន្ទាប់ ដែលជាសទ្ធាថ្លៃថ្លាផូរផង់តាំងនៅក្នុងចិត្ត ។ ការហ្វឹកហាត់ធ្វើសមាធិក្តី វិបស្សនាក្តី សុទ្ធសឹងតែជាការបំពេញនូវកុសលធម៌ដ៏ធំធេង ព្រោះជាហេតុធ្វើឲ្យកិលេស និងតណ្ហាបាន ស្រាលស្តើងចេញអំពីខន្ធសន្តាន ការប្រាថ្នាដើម្បីបានព្រះនិព្វានផងដែរ ។

បណ្តាកុសលធម៌ទាំងឡាយ ក្នុងព្រះពុទ្ធសាសនា គឺមានតែវិបស្សនាកម្មដ្ឋាននេះទេ ដែលជាកុសលដ៏កំពូល ព្រោះតែបុគ្គលបានពិចារណារាវរកនូវអនិច្ចសញ្ញា ដូច្នេះការអប់រំចម្រើនអនិច្ចសញ្ញា មិនមានកុសលណាមួយប្រៀបផ្ទឹមបានឡើយ ព្រោះជាការចម្រើនបញ្ញាដើម្បីធ្វើឲ្យឃើញច្បាស់នូវព្រះនិព្វាន ដែលជាធម៌រំលត់ទុក្ខទាំងពួង ។ ដូច្នេះផល ឬអានិសង្សខ្ពស់បំផុតក្នុងព្រះពុទ្ធសាសនា ទើបមិនមែនជាការបាននូវបញ្ចកាមគុណ ឬឥដ្ឋារម្មណ៍ជារបស់ទិព្វទេ តែដែលពិតនោះ ដើម្បីការអស់ទៅនៃកិលេសដោយសមុច្ឆេទប៉ុណ្ណោះឯង ។

ការចម្រើនកុសលដែលមានអានិសង្សច្រើន ជាកុសលដែលប្រព្រឹត្តទៅដើម្បីដុសខាត់នូវកិលេស បើលះកិលេសបានច្រើនប៉ុណ្ណាផលដ៏ប្រណីតក៏សម្រេចបានប៉ុណ្ណោះដែរ ព្រោះកុសលធម៌មិនបាននៅលាយឡំដោយសេចក្តីសៅហ្មងទាំងឡាយ មានលោភៈនិងសេចក្តីវង្វេងជាដើម ។

លោកអ្នកអានទាំងឡាយ ខ្ញុំចង់ពន្យល់បញ្ជាក់ថា ការសិក្សាស្វែងយល់អំពីអរិយសច្ចទាំង៤ ជាដំបូងសូមឲ្យលោកអ្នក មានសេចក្តីប្រណិប័តន៍តាមផ្លូវដ៏ប្រពៃប្រាំបីប្រការ ដែលមានសម្មាទិដ្ឋិជាដើម ព្រោះផ្លូវទាំងនេះមិនមែនសម្រាប់តែព្រះអរិយតែប៉ុណ្ណោះទេ សូម្បីតែមនុស្សបុថុជ្ជនធម្មតា ក៏អាចប្រណិប័តន៍បានដែរ ។ ប្រសិនបើមនុស្សយើង បានដើរតាមលំអាននៃផ្លូវទាំងនេះ ជីវិតនឹងភ្លឺថ្លាមិនមានអ្វីមករារាំងការអភិវឌ្ឍផ្លូវជីវិតឡើយ ។

<u>គំនិតគួរពិចារណា</u>

ជីវិតមានខ្លឹមសារ ដូចចំការដាំក្រូច

ជីវិតឥតប្រយោជន៍ ដូចវាលដាំបន្លា។

ជីវិតថោកថ្លៃអាស្រ័យការងារ

ជីវិតធម្មាមនុស្សម្នាកោតក្រែង

ជីវិតខ្លឹមពិតគឺពឹងខ្លួនឯង

ពិធីការនាំទៅរកភាពជោគជ័យនៃជីវិត

(ឥទ្ធិបាទធម៌ទាំង ៤ ជាក្បួននៃសេចក្តីសម្រេច)

១.ឆន្ទៈ សេចក្តីប្រាថ្នាបំណងចង់បាន បំណងចង់ធ្វើ ពេញចិត្តនឹងធ្វើ ។

២.វិរិយៈ សេចក្តីព្យាយាម អត់ធ្មត់ដើម្បីឲ្យបាន សម្រេចដូចបំណង ។

៣.ចិត្តៈ សេចក្តីតាំងចិត្ត យ៉ាងមុតមាំមិនងាករេ ស្រឡាញ់ប្តូរផ្តាច់ និងផ្តោតចិត្តពិចារណា ។

៤.វីមំសា ត្រិះរិះរកហេតុផល កែលម្អខ្លួនឲ្យល្អ និងការឆ្លាតវៃសាកល្បងដកពិសោធន៍ ។

ធម៌ទាំងបួនប្រការនេះ គឺជាគុណជាតិ ជាវិធីដែលដឹកនាំជីវិតមនុស្សសត្វគ្រប់គ្នា ឲ្យឈានទៅរកភាពជោគជ័យ នៃជីវិតយ៉ាងពិតប្រាកដ ទៅតាមវត្ថុបំណងដែលជាសេចក្តីប្រាថ្នារបស់ខ្លួន ។ ធម៌ទាំងនេះជាមូលដ្ឋានគ្រឹះ និងជាកត្តាដំបូង សម្រាប់ឲ្យមនុស្សយើងយកមកអនុវត្តចេះស្វែងរកគោលដៅនៃភាពជោគជ័យសម្រាប់ជីវិតផងដែរ។

ប្រសិនបើមនុស្សយើង គ្មានធម៌ទាំងបួននេះទេ ភាពរីករាយភាពរុងរឿង ភាពថ្លៃថ្លានៃជីវិតក៏គ្មានដែរ ។ ដោយសារតែមនុស្សមិនយកនូវធម៌ទាំងនេះមកអនុវត្ត ម្ល៉ោះហើយខ្សែជីវិតរមែងជួបតែភាពអាប់អួ ភាពបរាជ័យ ភាពសៅហ្មង ភាពសោកស្តាយ និងមានវិប្បដិសារីអស់មួយជីវិតទៀតផង ។

ពាក្យថា **ឥទ្ធិបាទ** ប្រែថា គុណធម៌ដែលជាជំហរនាំឲ្យសម្រេច

នូវប្រយោជន៍ ឬក្បួននៃសេចក្ដីសម្រេច ។

ពិតណាស់ ការដែលមនុស្សយើងគ្រប់គ្នា ប្រកបកិច្ចការអ្វីមួយ ទោះការងារជាកសិករក្ដី អាជីវករក្ដី ការងារសិក្សារៀនសូត្រក្ដី ទាល់តែដល់ព្រមដោយ **ឆន្ទៈ១ វិរិយៈ១ ចិត្តៈ១ វិមំសា១** ទើបអាចញុំាងការងារនោះៗ ឲ្យសម្រេចតាមគោលបំណងនៃសេចក្ដីប្រាថ្នាបាន ព្រោះសេចក្ដីសម្រេចក្នុងទីនេះ សំដៅយកផលដែលត្រូវទទួលបានអំពីការប្រាថ្នាប៉ុនប៉ងរបស់ខ្លួននោះឯង ។ មិត្តអ្នកអានគប្បីជ្រាបថា ធម៌ទាំងបួននេះ ត្រូវមានទំនាក់ទំនងគ្នាទៅវិញទៅមក មានហេតុមានផលដល់គ្នានិងគ្នា បើមានឆន្ទៈជាហេតុនាំឲ្យកើតវិរិយៈ បើមានវិរិយៈជាហេតុនាំឲ្យកើតចិត្តៈ បើមានចិត្តៈជាហេតុនាំឲ្យកើតវិមំសា គឺរមែងកើតឡើងជាធម្មសាមគ្គី គឺព្រមព្រៀងគ្នាទាំងអស់ អាចដឹកនាំបុគ្គលឲ្យសម្រេចជោគជ័យ តាមបំណងគ្រប់ប្រការ ។

-ឆន្ទៈ សេចក្ដីប្រាថ្នាបំណងចង់បាន បំណងចង់ធ្វើពេញចិត្តនឹងធ្វើ ។ នៅក្នុងលោកនៃមនុស្សយើងនេះ ចំពោះការងារមានច្រើនប្រភេទ ច្រើនប្រការណាស់ ទាំងការងារសុចរិត និងទុច្ចរិត ។

ប្រសិនបើ បុគ្គលមានសេចក្ដីពេញចិត្ត ហើយមានបំណងដើម្បីប្រកបការងារជាអំពើទុច្ចរិត ជាហេតុនាំឲ្យមានផលប៉ះពាល់ដល់សីលធម៌របស់សង្គម ធ្វើឲ្យកើតអសន្តិសុខសង្គម កើតនូវមហន្តរាយធ្វើឲ្យមនុស្សមានភាពវង្វេងវង្វាន់ មិនស្គាល់គុណមាតាបិតា បងប្អូនកូនប្រពន្ធប្ដី មិនស្គាល់ល្អអាក្រក់ លោកមិនបានរាប់ចូលជាឆន្ទៈឡើយ ព្រោះបុគ្គលបានបំពេញការងារ មិនស្របនឹងច្បាប់ មានការ

ជួញដូរមនុស្ស ថ្នាំញៀន អាវុធខុសច្បាប់ និងបង្ខិតបង្ខំស្ត្រីឲ្យបំរើសេវាផ្លូវភេទជាដើម ។

មុខរបរទាំងអស់នេះ សុទ្ធសឹងតែនាំឲ្យសង្គមធ្លាក់ទៅក្នុងភក់ជ្រាំ ហើយឈានទៅរកសេចក្តីវិនាសយ៉ាងពិតប្រាកដ ហើយមិនអាចញុំាំងបុគ្គល ឲ្យសម្រេចនូវប្រយោជន៍ទាំងបច្ចុប្បន្ន និងអនាគតឡើយ ។

ចំពោះសេចក្តីប្រាថ្នា បំណងចង់បាន ចូលចិត្តស្រឡាញ់ក្នុងកិច្ចការងារ ដែលជាអំពើសុចរិតធម៌វិញ ទើបលោកឲ្យឈ្មោះថា **ឆន្ទៈ** ព្រោះកើតចេញពីមនសិការ ក្នុងកិច្ចការទាំងឡាយ ដែលស្របទៅតាមច្បាប់របស់សង្គមជាតិ ។ ដូចជាការសិក្សារៀនសូត្រ និងការធ្វើពាណិជ្ជកម្ម កសិកម្ម ពលកម្ម សិប្បកម្ម អាជីវកម្ម ឧស្សាហកម្ម សុទ្ធតែជាការងារដ៏ល្អ ហើយការដែលសម្រេចជោគជ័យបាន ដោយអាស្រ័យទៅលើទង្វើរបស់បុគ្គល ដែលជាអ្នកធ្វើខ្លួនឯងផ្ទាល់តែម្តង ព្រោះការងារណាក៏ដោយ ទាល់តែមានឆន្ទៈជាចម្បង ហើយស្រឡាញ់ពេញចិត្ត ចំពោះការងារនោះផងដែរ ។ បើគ្មានឆន្ទៈទេ មិនអាចសម្រេចតាមការប្រាថ្នាបានឡើយ បុគ្គលនឹងក្លាយជាមនុស្សមិនបានប្រយោជន៍ មានជីវិតរស់នៅត្រឹមតែដកដង្ហើមចេញចូលតែប៉ុណ្ណោះឯង ប៉ុន្តែគ្មានប្រយោជន៍សោះសម្រាប់ក្រុមគ្រួសារ និងសង្គមជាតិ ។

-វីរិយៈ សេចក្តីព្យាយាម ការអត់ធ្មត់ដើម្បីឲ្យបាន សម្រេចដូចបំណង ។ កាលបើបុគ្គល មាននូវឆន្ទៈ ហើយខ្វះសេចក្តីព្យាយាម គឺមិនអាចប្រព្រឹត្តទៅបានទេ ដូចជាការសិក្សា មនុស្សយើងតែងតែ-

មានការប្រឹងប្រែងជានិច្ច ទើបអាចសម្រេចបាន មិនត្រូវធ្វើឲ្យពេលវេលាកន្លងទៅដោយឥតប្រយោជន៍ឡើយ ហើយមិនត្រូវឲ្យសេចក្ដីខ្ជិលច្រអូសទាំងពួងមកគ្របសង្កត់លើផ្លូវចិត្តរបស់ខ្លួននោះទេ ត្រូវបំពេញគ្រប់ការងារ មិនត្រូវគិតថាក្ដៅពេក ត្រជាក់ពេក រងាពេក ព្រឹកពេក ល្ងាចពេក យប់ពេក ព្រោះថាការដែលគិតអំពីបញ្ហាទាំងនេះ គឺជាហេតុធ្វើឲ្យមនុស្សខ្ជិលច្រអូស ខ្វះការព្យាយាម និងទទួលនូវភាពក្រីក្រលំបាក បែរជាដេករងចាំព្រេងវាសនាទៅវិញ ។

បុគ្គលគ្រប់រូប តែងតែមានសេចក្ដីប្រាថ្នារៀងៗខ្លួន ហើយចង់បានផលអំពីការប្រាថ្នានោះ ប៉ុន្តែបើខ្វះនូវការព្យាយាមប្រឹងប្រែងហើយ មិនអាចទទួលនូវប្រយោជន៍នោះបានឡើយ ព្រោះតែបុគ្គលមានការធ្វេសប្រហែសច្រើនពេក ដូចពាក្យមួយលោកបានពោលទុកថា ***“មនុស្សយើងតែងតែប្រាថ្នារឿងនៃអនាគត ហើយតែងតែសោកស្ដាយរឿងអតីតកាល ប៉ុន្តែមានសេចក្ដីធ្វេសប្រហែសក្នុងបច្ចុប្បន្នកាល”*** ។

-ចិត្តៈ សេចក្ដីតាំងចិត្តយ៉ាងមុតមាំមិនងាករេ គឺស្រឡាញ់ប្ដូរផ្ដាច់និងផ្ដោតចិត្តពិចារណា ។ ការតាំងចិត្តធ្វើអ្វីមួយគឺធ្វើពិត ដោយមិនបណ្ដែតបណ្ដោយ ឲ្យពេលវេលាកន្លងផុតទៅដោយឥតប្រយោជន៍ បើការសិក្សារៀនសូត្រវិញ គិតតែខិតខំប្រឹងរៀនមិនដាក់ធុរៈចោល សម្រាប់ការងារស្រែចំការ ការធ្វើនូវអាជីវកម្ម មានចិត្តតស៊ូប្រឹងទាល់តែបានសម្រេច និងបានចំណេញទោះបីមានឧបសគ្គ សម្រាប់ខ្លួនក៏ដោយ ក៏នៅមិនរាថយចុះថាញ់ឡើយ ។

ឧទាហរណ៍ ដូចជាការសិក្សា បុគ្គលប្រឡងធ្លាក់ក្នុងឆ្នាំនេះ ឆ្នាំក្រោយព្យាយាមប្រឡងទៀត ការធ្វើអាជីវកម្មក៏ដូចគ្នា ជួនកាលខាត ជួនកាលចំណេញ ប្រសិនបើយើងមានការខាតបង់ ហើយបែរជាភ័យនោះ មិនអាចសម្រេចនូវជោគជ័យបានឡើយ ដូចពាក្យមួយថា ***"ការបរាជ័យជាមាតានៃជ័យជំនះ"*** ។

ចិត្តជាវត្ថុធាតុមួយ ដែលមាននៅក្នុងខ្លួនមនុស្ស ហើយបុគ្គលមិនអាចមើលឃើញ ចាប់បានឡើយ ចិត្តជាប្រធានសម្រាប់បញ្ជាប្រព័ន្ធរាងកាយ កម្លាំងចិត្តជាថាមពលមួយដ៏អស្ចារ្យ ដែលអាចញ៉ាំងបុគ្គលម្នាក់ៗ ឲ្យសម្រេចប្រយោជន៍តាមគោលដៅដែលខ្លួនឯងប្រាថ្នា ព្រោះថាបើបុគ្គលមានការតាំងចិត្តធ្វើអ្វីមួយ ហើយបានព្យាយាមធ្វើវានោះ រមែងសម្រេចតាមសេចក្ដីប្រាថ្នាមិនខាន ។ ប៉ុន្តែផ្ទុយទៅវិញ បើបុគ្គលមិនបានទូន្មានអប់រំចិត្តឲ្យបានល្អនោះទេ បែរជាបណ្ដែតបណ្ដោយទៅតាមតណ្ហារបស់ខ្លួន មានការរាយមាយផ្លូវចិត្ត ឧទាហរណ៍ រៀនសូត្រមិនចំជារៀនសូត្រ ធ្វើស្រែមិនចំជាធ្វើស្រែ ប្រកបអាជីវកម្មមិនចំជាអាជីវកម្ម ចាប់នេះបន្តិចចាប់នោះបន្តិច មិនពិតប្រាកដត្រង់ណា ហើយក៏បោះបង់កិច្ចការនោះចោល មានចិត្តភ័យចំពោះឧបសគ្គបន្តិចបន្តួចមិនអាចសម្រេចប្រយោជន៍បានឡើយ ដូច្នេះការយកចិត្តទុកដាក់ចំពោះមុខងារ ដោយមិនងាករេទៅណានោះ រមែងបានសម្រេចតាមសេចក្ដីប្រាថ្នាដោយពិត ។

-វីមំសា ត្រិះរិះរកហេតុផល កែលម្អខ្លួនឲ្យល្អ និងការឆ្លាតវៃសាកល្បងដកពិសោធន៍ ។ មនុស្សយើងត្រូវតែមានគំនិតត្រិះរិះពិចារ

ណា ដើម្បីរកឧបាយដ៏ត្រឹមត្រូវមួយ ហើយចេះស្វែងរកនូវកំហុសរបស់ខ្លួនឯង ព្រោះមនុស្សយើងសុទ្ធសឹងតែមានកំហុសគ្រប់គ្នា ការដែលចេះទទួលស្គាល់កំហុសរបស់ខ្លួន លោករាប់ថាជាមនុស្សល្អ ។ ហើយនៅពេលដែលបានពិចារណា ឃើញកំហុសហើយ ក៏កែលម្អនូវកំហុសនោះ ឲ្យក្លាយទៅជាមនុស្សល្អត្រឹមត្រូវវិញ។

ចំពោះការងារវិញក៏ដូច្នោះដែរ ប្រសិនបើមនុស្ស គ្រាន់តែមានឆន្ទៈ វិរិយៈ ចិត្តៈ ហើយខ្វះនូវវីមំសា គឺមិនអាចសម្រេចបានទេ ព្រោះរាល់កិច្ចការទាំងអស់ អាស្រ័យដោយប្រាជ្ញាឆ្លាតវៃ ហើយឧស្សាហ៍ឃ្មាតខ្មីត្រិះរិះពិចារ ណារកហេតុផលរបស់វាផងដែរ ត្រូវតែចេះបង្កើតគំនិតច្នៃប្រឌិត រកវិធីសាស្ត្រស្ថាបនាឲ្យទៅជារបស់ថ្មី ដោយឧបាយនៃប្រាជ្ញា នៃភាពសុចរិតទៀងត្រង់ និងធ្វើឲ្យជីវិតមានភាពរុងរឿងថ្កើងថ្កាជានិច្ច ដោយការប្រណិបត័ន៍តាមធម៌ទាំងបួនប្រការនេះ។

តើហេតុអ្វីបានជាមនុស្សមួយចំនួនមានភាពក្រីក្រលំបាកតោកយ៉ាក ?

បញ្ហាក្រីក្រលំបាកតោកយ៉ាក គឺមនុស្សយើងគ្រប់គ្នា មិនប្រាថ្នាចង់បាននោះទេ ចង់តែមានទ្រព្យសម្បត្តិដូចគ្នាទាំងអស់ ប៉ុន្តែវាអាស្រ័យលើជោគជតាកម្មដែលខ្លួនបានសាងទុកមកតែប៉ុណ្ណោះឯងនិយាយដោយត្រង់ទៅគឺខ្វះបុណ្យ និងការព្យាយាមប្រឹងប្រែងផងដែរ ពោលគឺមិនបានយល់អំពីធម៌ របស់ព្រះដ៏មានព្រះភាគ ។

ការរស់នៅក្នុងជីវភាពរកព្រឹកខ្វះល្ងាច រកល្ងាចខ្វះព្រឹក មិនមានបុគ្គលណាមួយក្នុងលោកនេះ អុជធូបបន់ស្រន់ប្រាថ្នាចង់បានឡើយ នេះមកពីវាមិនមែនជាសេចក្តីត្រូវការរបស់មនុស្ស ផ្ទុយទៅ-

វិញ មនុស្សត្រូវការរស់នៅប្រកបដោយសេចក្ដីសុខទាំងផ្លូវកាយ និងផ្លូវចិត្ត ហើយវិធីធ្វើឲ្យជីវិតរស់នៅប្រកបដោយសេចក្ដីសុខ មនុស្សជាច្រើនមានទស្សនៈផ្សេងៗគ្នា អំពីមាគ៌ាឆ្ពោះទៅរកសេចក្ដីសុខ ។

មានមនុស្សមួយចំនួន ហេតុតែចង់មានបាន និងរស់នៅដោយសុខស្រួលនោះ គឺបានប្រព្រឹត្តធ្វើនូវអំពើមិនល្អ មានទៅលួចទៅឆក់ ទៅប្លន់ និងសម្លាប់គេ ដើម្បីយកទ្រព្យសម្បត្តិ ដែលជាកម្មសិទ្ធិស្របច្បាប់របស់អ្នកដទៃ យកមកធ្វើជារបស់ខ្លួន ។

តើធ្វើបែបនេះ សង្គមនៃមនុស្សបានឱ្យតម្លៃដែរឬទេ ?

មិនត្រឹមតែប៉ុណ្ណោះ មនុស្សខ្លះ គ្រួសារខ្លះ មិនបានខិតខំប្រឹងប្រែងរកមុខរបរចិញ្ចឹមជីវិតដើម្បីគ្រួសារគាត់ទេ មួយថ្ងៃៗគិតតែដេក ហើយចំណាយពេលវេលាទៅធ្វើរឿងឥតប្រយោជន៍ ដល់ពេលក្រោកពីដេកឡើង អត់បាយស៊ី គាត់បែរជាស្រែកជេរ ថ្នាក់ដឹកនាំប្រទេសទៅវិញ ដោយគាត់មិនបានគិតទេថា នៅខាងក្រោយផ្ទះរបស់ខ្លួនមានដីធំល្វឹងល្វើយ និងមានស្រះទឹករអាច ដាំដុះបន្លែបង្ការ បានគាត់បែរជាមិនខំដាំដុះ នៅពេលត្រូវការស្លសម្ល ដូចជាសម្លកកូរ ប្រហើរ សំឡក់ គាត់បែរជាទៅទិញស្លឹកគ្រៃអំពីផ្សារទៅវិញ នេះឲ្យឈ្មោះថា **ក្រគំនិត** ***(សម្រាប់បុគ្គលដែលមានដីស្រែចំការ)*** ។ ចំពោះគ្រួសារដែលគ្មានដីស្រែចំការ ដីផ្ទះសម្បែង ខ្ញុំមិនបានលើកយកមកនិយាយឡើយ ព្រោះពួកគាត់មានជីវភាពលំបាកតោកយ៉ាកណាស់ រកព្រឹកខ្វះល្ងាច រកល្ងាចខ្វះព្រឹក ខំប្រឹងស៊ីឈ្នួលឲ្យគេ មានពេលឯណាទៅដាំដុះ **បើដីគ្មានផង** ។

ចំណែកឯបុគ្គលខ្លះទៀត គាត់ចង់មាន ចង់បានណាស់ ក្នុងមួយថ្ងៃៗទន្ទេញឲ្យពេញៗមាត់ តែដល់ពេលក្រឡេកមើលនូវសកម្មភាពប្រចាំថ្ងៃរបស់គាត់ ឃើញតែដើរផឹកស៊ី ស្រីញីអូនបងទៅវិញ ហើយវាយប្រពន្ធកូន ចៅ បោកចាន បោកឆ្នាំង លក់ទ្រព្យរបស់អស់ តើមានលុយកាក់មកពីណា ដើម្បីយកទៅផ្គត់ផ្គង់ក្រុមគ្រួសារបាន? ។ បើបានជាកើតមកក្នុងគ្រួសារដែលក្រីក្រទៅហើយ យើងត្រូវធ្វើជាអ្នកក្រមានគុណធម៌ និងមានតម្លៃ ដូចពាក្យខ្មែរយើងតែងនិយាយថា **"បើក្រ ក្រកុំឱ្យគេមើលងាយ"** ។

តើត្រូវរស់នៅក្នុងសេចក្តីក្រយ៉ាងណាដើម្បីឱ្យមានតម្លៃ ?

ដើម្បីឲ្យអ្នកភូមិផងរបងជាមួយគ្នា គេឲ្យតម្លៃមកលើយើងថាជាក្មេងប្រុសក្មេងស្រី ដែលចេះរស់នៅក្នុងសេចក្តីក្រនោះ យើងត្រូវចេះស៊ីពេលវេលា កុំបណ្តែតបណ្តោយឲ្យពេលវេលាទំពាស៊ីយើងបានឲ្យសោះ ។ យើងទាំងអស់គ្នា បានដឹងស្រាប់ហើយថា មនុស្សម្នាក់ៗមានពេលវេលាតែ២៤ម៉ោង ដូចគ្នាក្នុងមួយថ្ងៃៗ តើយើងយកពេលវេលា២៤ម៉ោងនេះទៅធ្វើអ្វីខ្លះ ? សម្រាប់បុគ្គលដែលចេះរស់នៅក្នុងសេចក្តីក្រ គេប្រាកដជាយកពេលវេលានោះ ទៅធ្វើរឿងដែលមានប្រយោជន៍ ដូចជាអានសៀវភៅ ទៅសិក្សារៀនសូត្រ ដាំដំណាំ ធ្វើអាជីវកម្ម ធ្វើជាកម្មករ ដើម្បីបានប្រាក់កម្រៃ ព្រមទាំងបំពេញនូវសេចក្តីល្អ ធ្វើបុណ្យកុសលសម្រាប់ខ្លួនផងដែរ ដោយបុគ្គលចេះប្រើខួរក្បាលគិតពិចារណាថ្លឹងថ្លែង ឲ្យបានល្អិតល្អន់ដោយប្រុងប្រយ័ត្ន

គំនិតច្នៃប្រឌិតផង ។

តើអ្នកត្រូវចេះថ្លឹងថ្លែងច្នៃប្រឌិតដោយរបៀបណា ?

មិត្តអ្នកអាន ដើម្បីឲ្យងាយយល់នូវគំនិត ដែលបានលើកឡើងខាងលើនេះ ខ្ញុំនឹងលើកយករឿងជីវិតពិតមួយ ដើម្បីយកមកឆ្លុះបញ្ចាំង ឲ្យមិត្តអ្នកអាន កាន់តែយល់ក្នុងជីវិតរស់នៅបន្ថែមទៀត ។

អ្នកមីង **ស៊ី និត** និងពូ **ហួត** គាត់ទាំងពីរនាក់ ជាកម្មករចៀជរកៅស៊ូ ក្នុងក្រុមហ៊ុនចំការកៅស៊ូជប់ ដោយសារប្រាក់ខែ គ្រាន់តែផ្គត់ផ្គង់គ្រួសារឲ្យមានការហូបចុកសមរម្យ គាត់ទាំងពីរមិនអាចមានលទ្ធភាពនឹងទិញសៀវភៅ ប៊ិច កាតាប និងលុយកាក់សំរាប់ឲ្យកូនៗរបស់គាត់ ទៅសាលារៀនបានឡើយ ។ ទោះបីជាមានការខ្វះខាតយ៉ាងណាក៏ដោយ គាត់ក៏មិនបានឲ្យកូនទាំង៦នាក់ឈប់រៀនទេ នៅតែបញ្ជូនឲ្យកូនទៅរៀនជានិច្ច ដោយគាត់នឹកឃើញថា បើបានជារូបគាត់ទាំងពីរនាក់ល្ងង់ទៅហើយ ពួកគាត់មិនចង់ឲ្យកូនៗរបស់គាត់ល្ងង់ទៀតឡើយ ដើម្បីឲ្យមានលុយទិញសម្ភារៈសិក្សា សម្រាប់កូនៗរបស់គាត់ ហើយគាត់តែងដឹកនាំកូនៗរបស់គាត់ ឲ្យទៅរើសគ្រាប់កៅស៊ូ និងសំបកកៅស៊ូ ។

នៅពេលខែវិស្សមកាលធំម្តងៗ រូបកូនៗរបស់គាត់មិនទំនេរទៅដើរលេងឥតប្រយោជន៍នោះទេ ចាប់តាំងតែពីព្រះអាទិត្យរះ ដែលអាចមើលឃើញគ្រាប់ និងសំបកកៅស៊ូ ពួកគេបានទៅដល់ចំការកៅស៊ូរួចជាស្រេច ទំរាំដល់ពេលចូលរៀនវិញ គឺពួកគេម្នាក់ៗអាច

មានលុយគ្រប់គ្រាន់ ដើម្បីទុកទិញសំលៀកបំពាក់ និងសម្ភារៈសិក្សា និងបង់ថ្លៃរៀនគួរ ។

ចំណែកឯលុយកាក់ខ្លះទៀត គាត់បានយកទៅទិញ មេមាន់មេទា ដើម្បីចិញ្ចឹម ។ តាមរយៈការធ្វើរបៀបនេះ កូនៗរបស់គាត់មិនមានអ្នកណាម្នាក់ត្រូវឈប់រៀនឡើយ ។

បើយើងធ្វើការវិភាគទៅលើរឿងនេះ ពិតជាបានផ្តល់នូវលទ្ធផលល្អច្រើនមែនទែន ពិសេសសម្រាប់កូនៗរបស់គាត់ ផ្ទាល់តែម្តង ហើយកូនៗរបស់គាត់ បានសិក្សាដកពិសោធន៍អំពីឆាកជីវិតផងដែរ ។

១-កូនៗរបស់គាត់បានចូលសាលារៀនទាំងអស់គ្នា ហើយរូបកូនៗទាំងនោះ នឹងមើលឃើញអំពីតម្លៃនៃការសិក្សាកាន់តែច្រើនឡើងថែមទៀត ។

២-កូនៗរបស់គាត់អាចមានការតស៊ូប្រឹងប្រែង ខំរៀនសូត្រថែមទៀត ព្រោះពួកគេបានមើលឃើញដោយខ្លួនឯងថា ការរកប្រាក់កម្រៃដោយប្រើកម្លាំងសុទ្ធសាធ គឺវាជាការលំបាកយ៉ាប់យ៉ឺនខ្លាំងណាស់ **(ត្រូវអង្គុយរើសគ្រាប់និងសំបកកៅស៊ូតាំងពីព្រឹករហូតដល់ល្ងាច)** ហើយមិនអាចនឹងផ្គត់ផ្គង់ជីវភាព ឲ្យមានការហូបចុកគ្រប់គ្រាន់បានឡើយ ទំរាំតែបានបាយញ៉ាំមួយចានៗ មួយស្លាបព្រាៗ ត្រូវប្រើកម្លាំងពេញមួយថ្ងៃ ។

៣-អាចថាបាន នេះជាវិធីម្យ៉ាង ដែលឪពុកម្តាយ ធ្វើដើម្បីបណ្តុះអត្តចរិកឲ្យកូន ស្គាល់សេចក្តីលំបាក ហើយឲ្យខិតខំរៀនសូត្រ

ដើម្បីទៅថ្ងៃខាងមុខ កូនៗបានស្គាល់សេចក្តីស្រណុកសុខស្រួល នេះជាគ្រួសារ ដែលចេះរស់នៅក្នុងសេចក្តីក្រីក្រ ។

ដើម្បីធ្វើឲ្យជីវិតរបស់យើង ចេះរស់នៅក្នុងភាពក្រីក្រ ត្រូវចេះយកមតិកពីធម្មជាតិ (**ខួរក្បាល**) មកធ្វើការត្រិះរិះពិចារណា ច្នៃប្រឌិតឲ្យសមស្របទៅនឹងច្បាប់សង្គម ការធ្វើដូច្នេះបុគ្គលនឹងត្រូវបានអ្នកភូមិឲ្យតម្លៃថា ជាមនុស្សចេះរស់នៅក្នុងភាពក្រីក្រ ។

ក្បាលមានលទ្ធភាព

ក្បាលមានលទ្ធភាពបែងភាគបែងភ័ព្វ
ប្រើចេះប្រើជាប់ជាទ័ពប៉ិនថ្នឹក
មានឫទ្ធិជ្រែកមេឃជ្រែកដីជ្រែកទឹក
ក្បាលគិតសន្លឹកព្រឹកល្ងាចគ្មានរា ។

បើមិនចេះប្រើឲ្យដៃកដុះស្នឹម
ពេលគិតមិនត្រឹមមិនត្រង់ការងារ
ដូចអូសឫស្សីច្រាសចុងវេទនា
ទោះមានវិជ្ជាក៏ប្រើមិនបាន ។

ចេះពីសាលាអាចារ្យបាធ្យាយ
ដែលលោកពង្រាយចំណេះចំណាន
គួរចេះយកមកពន្លកគ្រប់ប្រាណ
ខិតខំក្លាហានបណ្តុះបណ្តាល ។

ឲ្យបែកមែកធាងចេញជាផ្លែផ្កា

គំនិតរចនាជីវិតត្រកាល
គ្រួសារតូចធំជួបជុំត្រសាល
ឬទ្ធីខួរក្បាលចែងពេជ្រពណ្ណរាយ ។

(និពន្ធដោយ **អ៊ុំ ហួត**)

មនុស្សដែលគ្មានភាពជោគជ័យ តែងតែនឹកគិតពិចារណាវាវរកនូវហេតុពីរប្រការគឺ **បានតែគិត១ គិតខុសជានិច្ច១**។ ហេតុដូច្នេះហើយ ក្នុងនាមខ្ញុំ ជាអ្នកសរសេររៀបរៀង ខ្ញុំគិតថា មិត្តអ្នកអានទាំងឡាយ ប្រាកដជាញ៉ាំងជីវិតខ្លួនឯង ឲ្យទទួលបាននូវគោលដៅនៃភាពជោគជ័យ ហើយរមែងពង្រីកពង្រឹងនូវជំហររបស់ខ្លួន ឲ្យមានភាពរឹងប៉ឹងប្រាកដជាក់លាក់មិនខាន ព្រោះមនុស្សដែលមានភាពរឹងប៉ឹង ត្រូវដឹងដោយលក្ខណៈ ៥ ប្រការគឺ :

-ជាមនុស្សដែលមិនចេះរអ៊ូ ឬត្អូញត្អែរ ។

-ជាមនុស្សមិនមានការខ្វល់ខ្វាយអំពីពាក្យរិះគន់របស់អ្នកដទៃ ហើយមិនចង់ដឹងថា អ្នកដទៃគិតឃើញថាខ្លួនយ៉ាងដូចម្ដេច ។

-ជាមនុស្សមិនប្រាប់ពីអាថ៌កំបាំងរបស់ខ្លួនឱ្យអ្នកណាដឹង ហើយក៏មិនចង់ដឹងពីអាថ៌កំបាំងរបស់អ្នកដទៃដែរ ។

-ជាមនុស្សសម្លឹងមើលអ្វីគ្រប់យ៉ាងថាជារឿងល្អ មិនគិតថាខ្លួនជាមនុស្សមានគ្រោះកម្ម អាចនឹងយកហេតុការណ៍ផ្សេងៗ មកធ្វើប្រយោជន៍ដល់ខ្លួនបានទាំងអស់ ។

-ជាមនុស្សមានសតិ មានសម្បជញ្ញៈជាប្រចាំ ។

កាលបើមនុស្សយើងមានភាពរឹងប៉ឹងហើយ ភាពរុងរឿងថ្លៃថ្លា ភាពជោគជ័យ ភាពស្រណុកសុខស្រួល ភាពរីករាយនៃជីវិត រមែងកើតមានដល់បុគ្គលនោះមិនខានឡើយ ។ ដូច្នេះហើយ បានជាព្រះពុទ្ធសាសនា បានធ្វើការពន្យល់ណែនាំឲ្យមនុស្សប្រតិបត្តិតាមធម៌ទាំងបួនប្រការនេះ ព្រោះជាធម៌ដែលនាំឲ្យមនុស្ស បានសម្រេចតាមវត្ថុបំណងរបស់ខ្លួន ទើបអ្នកកាន់ព្រះពុទ្ធសាសនា តែងតែមានជំនឿលើអំពើផ្ទាល់ខ្លួន តាមរយៈ កាយ វាចា ចិត្ត ធ្វើល្អបានផលល្អ ធ្វើអាក្រក់បានផលអាក្រក់ ។ រឿងសំខាន់នោះ ព្រះពុទ្ធជាបរមគ្រូទ្រង់បានទុកបណ្តាំថា ខ្លួនជាទីពឹងរបស់ខ្លួនឯង (**អត្តា ហិអត្តនោ នាថោ**) ។

ឥទ្ធិបាទទាំងបួននេះ យើងអាចហៅថាជើងទ្រទាំងបួនក៏បាន ធម្មតា តុ កៅអី គ្រែ តែងតែមានជើងបួន ។ បើមានត្រឹមតែជើងបីនោះ ពុំអាចឈរនៅនឹងបានឡើយ យ៉ាងណាមិញចំពោះសកម្មភាពរបស់មនុស្សក៏យ៉ាងនោះដែរ បុគ្គលត្រូវតែប្រកាន់ខ្ជាប់តាមធម៌ទាំងបួននេះ ព្រោះជាឧបករណ៍ដ៏សំខាន់សម្រាប់សម្រេចតាមវត្ថុបំណងរបស់ខ្លួនជាស្ថាពរ ដូចមានមនុស្សម្នាក់ គាត់កំពុងអង្គុយសម្លឹងមើលផ្លែត្នោត ដែលស្ថិតនៅលើដើមត្នោត បើចង់បានផ្លែរបស់វាមកបរិភោគ គេត្រូវតែឡើងដើមរបស់វា ដូច្នេះរូបគាត់ត្រូវពេញចិត្តក្នុងសកម្មភាពឡើងត្នោតនេះហៅថា **ឆន្ទៈ** ព្រោះគាត់មានបំណងចង់ធ្វើ អំពើទាំងនោះ ពិតប្រាកដមិនរាយមាយឡើយ ។

នៅពេលដែលគាត់ឡើងដើមត្នោត រូបគាត់ឡើងដោយការលំបាកណាស់ ត្រូវតែប្រឹងប្រែងខ្លាំងក្លាបំផុត មិនដកថយអំពីការប្រឹងប្រែងនោះឡើយ នេះហើយហៅថា **វីរិយៈ** ទោះបីមានការបរាជ័យជាញឹកញាប់យ៉ាងណាក៏ដោយ ក៏មិនបន្ធូរតបន្ថយនូវការប្រឹងប្រែងព្យាយាមដែរ ។

ចំពោះ **ចិត្តៈ** គឺសម្រាប់ត្រិះរិះពិចារណា ស្រាវជ្រាវរកហេតុផលឲ្យបានដឹងអស់អាចិកំប៉ាំងថា តើធ្វើដូចម្ដេចដើម្បីឲ្យវាជឿនលឿន តើមានហេតុយ៉ាងណាដែលធ្វើឲ្យវាថមថយដូច្នេះជាដើម ។

ចំណែក **វីមំសា** ក្រោយពីការត្រិះរិះពិចារណារកហេតុផលរួចហើយ គាត់បានដកពិសោធកែលម្អ ឲ្យមានការប្រែប្រួលផ្លាស់ប្ដូរជាថ្មីទៀត ។ ការសាកល្បងជាញឹកញាប់នេះហើយ រមែងនាំឲ្យកិច្ចការ កាន់តែមានភាពប្រសើរឡើង ហើយឆ្ពោះទៅរកសេចក្ដីសម្រេចតាមវត្ថុបំណង បុគ្គលដែលបានឡើងត្នោតនោះ គាត់បានកាប់ផ្លែយកមកបរិភោគទៀត ។

ប៉ុន្តែវាមានធាតុផ្សំជាចាំបាច់ កម្លាំងកាយរបស់មនុស្សផងដែរ ហើយបំពេញតាមទំហំនៃការងារនីមួយៗ ដើម្បីអនុលោមតាមធម៌បួនប្រការ ដូចបានរៀបរាប់ខាងលើស្រាប់ ដូច្នេះគ្រប់ការងារលំបាកទាំងឡាយ ដែលមនុស្សអនុវត្តទទួលជោគជ័យបាននោះ ដោយការអាស្រ័យនឹងថាមពលនៃឥទ្ធិបាទ **ឆន្ទិទ្ធិបាទ វីរិយិទ្ធិបាទ ចិត្តិទ្ធិបាទ វីមំសិទ្ធិបាទ** ដែលជាធម៌សំខាន់នៅក្នុងព្រះពុទ្ធសាសនា ក្នុងការកសាង

សង្គម ជាតិឲ្យមានការរីកចម្រើនតរៀងទៅ ។

<u>គំនិតគួរពិចារណា</u>

រវល់........

១ រវល់ជជែកឥតខ្លឹមសារ រវល់ផឹកស្រាជុំមិត្តភ័ក្តិ
រវល់ដោះស្រាយឲ្យរាគៈ រវល់ជាប់ថ្នាក់នរកលោកីយ៍ ។

២ រវល់តែហូបបីប្អូនដង រវល់ខ្ជិលផងឥតធ្វើអី
រវល់ គ រៀងរាល់រាត្រី ធ្វើល្អស្រដីចាំអត់ពេល ។

ឪពុកម្តាយខ្សត់ខ្សោយ កុំបណ្តោយឲ្យអាប់យស
ខំរៀនឲ្យបានខ្ពស់ គ្រាន់សង្គ្រោះអ្នកមេបា

ជីវិតមនុស្សប្រដូចទៅនឹងដួងព្រះច័ន្ទ ៤ប្រភេទ

១-ព្រះច័ន្ទរមែងរះអំពីទីទាបទៅកាន់ទីខ្ពស់

២-ព្រះច័ន្ទមានពន្លឺភ្លឺបន្តិចម្តងៗរហូតពេញវង់

៣-ព្រះច័ន្ទមានពន្លឺជាគ្រឿងលម្អ

៤-ព្រះច័ន្ទតែងរក្សានូវភាពស្អាតត្រជាក់ជានិច្ច

ព្រះច័ន្ទជារូបធម៌ ដែលកើតមានឡើងសម្រាប់បំភ្លឺភពផែនដី នាពេលរាត្រីកាល ដែលបានផ្តល់នូវពន្លឺដ៏ត្រចះត្រចង់ត្រជាក់ស្រទន់ ញុំាងមនុស្សសត្វឲ្យមានសេចក្តីរីករាយ ត្រេកអរសាទរជាមួយផងដែរ នៅពេលណាដែលសត្វលោក មានសេចក្តីទុក្ខព្រួយ ឬការនឹករឭកចំពោះនរណាម្នាក់ ពេលដែលគេគេងមិនលក់ គេតែងសម្លឹងមើលដួងព្រះចន្ទ្រា ហើយគេតែងតែផ្តាំផ្ញើទុក្ខព្រួយនិងការនឹករឭកនោះ តាមដួងនៃព្រះច័ន្ទ ពន្លឺដ៏ស្រទន់ត្រជាក់នោះហើយ បានធ្វើឲ្យចិត្តរបស់មនុស្សសត្វបានស្ងប់ ដ៏ជាទីមនោរម្យ ហើយក៏លង់លក់ក្នុងដំណេកទៅ ។ បើប្រៀបធៀបមកជីវិតមនុស្សយើងវិញ ជាបុគ្គលដែលមានចិត្តត្រជាក់ ព្រមទាំងមានពន្លឺរុងរឿងដោយតម្លៃនៃគុណធម៌ សីលធម៌ របស់ខ្លួនជាទីរាប់អាននៃជនជាសប្បុរស និងជនទាំងឡាយដទៃទៀតផងដែរ ។

-ព្រះច័ន្ទរមែងរះអំពីទីទាបទៅកាន់ទីខ្ពស់ រឿងនេះពិតណាស់ ព្រោះដំណើរនៃដួងព្រះច័ន្ទ តែងតែរះអំពីទីទាប ទៅទីខ្ពស់ជាប្រក្រតី ប្រសិនបើយើង ធ្វើការប្រៀបធៀបនឹងដំណើរនៃជីវិតមនុស្សវិញនោះ មានន័យថា គឺជាបុគ្គលដែលចេះរៀបចំនូវខ្សែជីវិតរបស់ខ្លួនឲ្យមាន-

តម្លៃ និងខ្លឹមសារជានិច្ច ។

មនុស្សដែលបានកើតមក ក្នុងលោកយើងនេះ ការរស់នៅមិនមានភាពស្មើគ្នាទេ ដោយមនុស្សខ្លះ កើតមកមានទ្រព្យសម្បត្តិស្តុកស្តម្ភ មធ្យម ខ្សោយ ទោះបីមានទ្រព្យក្តី គ្មានទ្រព្យក្តី អាស្រ័យលើទង្វើដែលខ្លួនប្រព្រឹត្ត ។ ប្រសិនបើមនុស្សមានទ្រព្យ ប៉ុន្តែគុណធម៌ និងតម្លៃនៃជីវិតគ្មាន ក៏មិនប្រសើរដែរ តែផ្ទុយទៅវិញ បុគ្គលដែលគ្មានទ្រព្យ ប៉ុន្តែគុណតម្លៃនៃជីវិតមាន ឈ្មោះថាជាជីវិតដ៏ឧត្តម ។

ដើម្បីធ្វើជីវិតឲ្យដូចជាព្រះច័ន្ទ ដែលរះអំពីទីទាបទៅកាន់ទីខ្ពស់ មនុស្សគ្រប់រូបត្រូវចេះរៀបចំជីវិតរស់នៅប្រកបដោយគុណធម៌ និងសីលធម៌ ហើយត្រូវមើលនូវជីវិតឲ្យឃើញតែសច្ចភាព ។ ជាដំបូងត្រូវរៀនប្រណិប័តន៍គុណធម៌ថ្នាក់ទាប ពោលត្រូវរៀនបរិច្ចាគទានរៀនលះទ្រព្យសម្បត្តិរបស់ខ្លួនឲ្យដល់ជនដទៃ ដូចជាការសង្គ្រោះដល់កុមារកំព្រា ទុគ៌តជន ដូនចាស់ជរាគ្មានទីពឹង ជនកើតនិងផ្ទុកជំងឺអេដស៍ ព្រមទាំងការបូជាដល់សមណៈក្នុងព្រះពុទ្ធសាសនា ហើយរួមកសាងសាធារណប្រយោជន៍ ដូចជាផ្លូវថ្នល់ ស្ពាន មន្ទីរពេទ្យ សាលារៀន វត្តអារាម ស្រះទឹក ។ល។ នៅពេលដែលបុគ្គលបានរៀនឲ្យទានហើយ ចិត្តក៏កំចាត់បង់សេចក្តីកំណាញ់ ហើយចិត្តដល់ព្រមដោយមេត្តា ករុណា ចំពោះសត្វដទៃ បុគ្គលបានទាញយកសីលមកបដិបត្តិបន្ថែមទៀត ពេលដែលបានប្រណិប័តន៍សីលហើយ ឈានទៅរកគុណធម៌ដ៏ខ្ពង់ខ្ពស់បំផុត គឺវិបស្សនាកម្មដ្ឋានដែលធ្វើឲ្យចិត្តស្ងប់រម្ងាប់ស្រាលស្តើងចាកកិលេសនិងតណ្ហារមែងឈានទៅរកព្រះនិព្វានយ៉ាងឆាប់រហ័ស ដោយអំណាចនៃការចម្រើនវិបស្សនានោះឯង ។

-ព្រះច័ន្ទមានពន្លឺភ្លឺបន្តិចម្តងៗ រហូតពេញវង្ស យ៉ាងណាមិញ បើប្រៀបធៀបមកជីវិតមនុស្សវិញ បានសេចក្តីថា ជាមនុស្សដែលចេះប្រើប្រាស់ជីវិតឲ្យមានតម្លៃ មានខ្លឹមសារ មានប្រយោជន៍ក្នុងឆាកជីវិតរបស់ខ្លួន ដោយមានការពិចារណាឃើញសេចក្តីពិតនៃជីវិតដែលគ្រប់គ្រងដោយធម៌ទាំងបី **"អនិច្ចំ ទុក្ខំ អនត្តា"** គឺជាធម៌សម្រាប់មនុស្សសត្វទាំងអស់ មិនអាចបដិសេធបានឡើយ ដោយបុគ្គលបានធ្វើការពិចារណា ហើយក៏មានសេចក្តីតក់ស្លុតសង្វេគចំពោះសត្វ និងសង្ខារ ហើយព្យាយាមប្រឹងប្រែងសន្សំបុណ្យកុសលជារឿយៗ មិនដែលអាក់ខាន រហូតពេញដោយបុណ្យ ប្រៀបដូចជាក្អមទឹកដែលបុគ្គលយកទៅដាក់ក្នុងទីវាល ហើយចំហគម្រប រមែងពេញដោយតំណក់ទឹកភ្លៀងម្តងមួយតំណក់ៗ យ៉ាងណាមិញ ការសន្សំសេចក្តីល្អគឺបុណ្យកុសលក៏យ៉ាងនោះដែរ ដើម្បីរលាស់ខ្លួនចេញចាកភព ។

-ព្រះច័ន្ទមានពន្លឺជាគ្រឿងលម្អ : ចំពោះបញ្ហានេះ យើងអាចត្រិះរិះឃើញដោយបញ្ញាខ្លួនឯង ដោយការគិតការរាវរកហេតុផល និងការប្រាកដជាក់ស្តែង ។ សម្រាប់ជីវិតរស់នៅរបស់មនុស្សយើងវិញ តើត្រូវធ្វើជីវិតរស់នៅបែបណាដើម្បីធ្វើឲ្យជីវិតបានល្អប្រសើរ ។ ប្រសិនបើយើងនិយាយអំពីមនុស្ស ពោលគឺមនុស្សនោះត្រូវតែមានសីលទុកជាគ្រឿងលម្អ ទោះបីសីល៥ សីល៨ សីល១០ ក្តីវាអាស្រ័យទៅលើសន្តានចិត្ត និងសេចក្តីជ្រះថ្លារបស់ខ្លួនឯងតែប៉ុណ្ណោះ ដោយសីលនេះជាគ្រឿងការពាររារាំងមនុស្សសត្វ គឺមិនឲ្យធ្លាក់ទៅកាន់ទីដ៏ថោកទាបមានអបាយភូមិជាដើម ហើយតែងតែឃុំគ្រងសត្វលោក ឲ្យរីករាយក្នុងសុគតិភពអស់កាលជានិច្ច ។

ម្យ៉ាងទៀតសីលនេះ ជាគ្រឿងលម្អផ្លូវចិត្ត ពេលណាបាប អកុសលចូលមកជ្រៀតជ្រែករំខានចិត្ត គឺធ្វើឲ្យមនុស្សសត្វ ហ៊ានធ្វើអំពើណាមួយមិនគប្បីដល់ខ្លួន ព្រមទាំងក្រុមគ្រួសារនិងសង្គមជាតិ។

ប៉ុន្តែដោយអំណាចនៃសីល ដែលជាគុណជាតមួយ សម្រាប់ទូន្មាន កាយ វាចា ឲ្យមានសណ្តាប់ធ្នាប់ល្អ មិនឲ្យទៅប្រព្រឹត្តធ្វើអំពើអាក្រក់ណាមួយតាមទំនើងនៃចិត្ត ។ ដូច្នេះនិយាយបានថា សីលគឺជាគុណធម៌មួយ សម្រាប់លើកកម្ពស់មនុស្សសត្វដែលមានថ្នាក់ទាប ឲ្យក្លាយទៅជាឧត្តុង្គឧត្តមបាន និងជាទីរាប់អានអំពីបុគ្គលដែលជាបណ្ឌិតទាំងឡាយ ព្រមទាំងមហាជនផងដែរ ។

-ព្រះច័ន្ទតែងរក្សានូវភាពស្អាតត្រជាក់ជានិច្ច : សំរាប់មនុស្សយើងវិញ ក្នុងឆាកជីវិតរស់នៅត្រូវរក្សាសេចក្តីល្អអស់កាលជានិច្ចដែរ ពោលតែត្រូវឧស្សាហ៍ ឃ្មាតខ្មីធ្វើបុណ្យកុសល មានការបរិច្ចាគទាន រក្សាសីល ចម្រើនមេត្តាភាវនា មិនត្រូវមានការប្រមាទមើលងាយជីវិតខ្លួន ហើយមិនត្រូវស្រវឹងវង្វេងក្នុងទ្រព្យសម្បត្តិ វង្វេងក្នុងយសសក្តិ វង្វេងក្នុងចំណេះដឹង វង្វេងក្នុងវ័យ វង្វេងក្នុងការមិនមានរោគ វង្វេងក្នុងរូបសម្បត្តិ វង្វេងក្នុងគ្នីគ្នា ឬក្នុងបក្សពួក ហើយត្រូវតែសម្លឹងឲ្យឃើញនូវភាពធម្មតារបស់ជីវិត ដែលមានគ្រប់រូបា ដូចជាការចាស់ជរា ការឈឺថ្កាត់ ការស្លាប់ ការព្រាត់ប្រាស ព្រមទាំងជីវិតប្រព្រឹត្តទៅតាមកម្ម ដែលគួរដល់អំពើល្អ ឬអាក្រក់ដែលបុគ្គលបានធ្វើតែប៉ុណ្ណោះឯង ដូច្នេះកុំបណ្តែតបណ្តោយឲ្យជីវិតប្រព្រឹត្តទៅដោយឥតប្រយោជន៍ឲ្យសោះ ត្រូវតែជ្រើសរើសយកនូវជីវិតធម្មតាមកប្រណិប័តន៍ ទើបជីវិតរក្សាភាពស្អាតបាន ព្រោះព្រះធម៌រមែងរក្សា-

នូវបុគ្គលណា ដែលប្រណិប័តន៍ចំពោះព្រះធម៌ ហេតុនេះត្រូវព្យា-យាមបំពេញសេចក្តីល្អឲ្យបានច្រើន ។

សេចក្តីប្រៀបធៀបជីវិតមនុស្ស ប្រដូចទៅនឹងដួងនៃព្រះច័ន្ទទាំងបួនប្រភេទ ដើម្បីឲ្យមិត្តអ្នកអានទាំងអស់ ងាយយល់អំពីជីវិត ហើយដើម្បីជាការបានឆ្លុះបញ្ចាំង នូវសភាវៈពិតនៃជីវិតរស់នៅប្រចាំថ្ងៃរបស់មនុស្សម្នាក់ៗផងដែរ ចេះឲ្យតម្លៃការរស់នៅរបស់ខ្លួន និងការគោរពសិទ្ធិរស់នៅនៃជនដទៃ មិនប្រកាន់យកត្រូវតែម្នាក់ឯងនោះទេ ត្រូវតែវិភាគរកហេតុផលត្រិះរិះឲ្យបានគ្រប់ជ្រុងជ្រោយ ហើយត្រូវយល់ថា យើងចង់រស់នៅប្រកបដោយសុខយ៉ាងណា ចំពោះអ្នកដទៃក៏យ៉ាងនោះដែរ ។ ចិត្តគេ ចិត្តយើង ត្រូវចេះរៀនរួមរស់ ជាមួយគ្នាត្រូវយល់អំពីអារម្មណ៍របស់អ្នកដទៃ កុំគិតតែអារម្មណ៍របស់ខ្លួនឲ្យសោះ ។

ខ្ញុំសង្ឃឹមថា លោកអ្នកជាសប្បុរស នឹងរៀបចំនូវខ្សែជីវិតឲ្យមានការអភិវឌ្ឍ ទៅតាមស្ថានភាពមណ្ឌលព្រះច័ន្ទមិនខានឡើយ ។

<u>គំនិតគួរពិចារណា</u>

កុំជឿលអ្នកស្រែ ត្រកូលឯងខ្មែរ កុំប្រែក្រឡាស់
ក្រឡេកឃើញគុណ ទន់ខ្លួនសំពះ កុំធ្វើអ្នកណាស់
កុំធ្លុះអ្នកក្រ។

ច្បាប់ល្បើកថ្មី

ជីវិតក្នុងការសេពគប់មិត្ត

ពាក្យថា **មិត្ត** មានន័យថា អ្នកដែលរាប់អានគ្នាជិតដិតមនុស្ស ដែលស្រឡាញ់រាប់រកគ្នា យ៉ាងជិតស្និទ្ធ សំឡាញ់និងគ្នា ។

មិត្តភាពជាទំនាក់ទំនង រវាងមនុស្សពីរនាក់ឬច្រើនគ្នា ដែលមានសេចក្តីពេញចិត្តនឹងគ្នា ដោយមានការប្តូរបទពិសោធន៍ និងការប្រាស្រ័យទាក់ទងជាមួយគ្នា ដោយមិនមានការប្រកាន់នូវពណ៌សម្បុរ ប្រកាន់ពូជសាសន៍ ជាតិសាសនាអ្វីឡើយ ព្រមទាំងទីកន្លែងនិងពេលវេលាផងដែរ ។

កាលណាយើងមានមិត្តភ័ក្តិ ជីវិតរបស់យើង កាន់តែមានការចាប់អារម្មណ៍ ហើយយើងទាំងអស់គ្នា តែងមានការជ្រើសរើសមិត្តទៅតាមចំណូលចិត្ត និងការវិនិច្ឆ័យរបស់ខ្លួនយើងគ្រប់គ្នា ព្រោះយើងត្រូវការឲ្យអ្នកដទៃ រួមចំណែកសប្បាយរីករាយ និងជួយរំលែកទុក្ខព្រួយផងដែរ ព្រោះយើងត្រូវការមិត្តជួយផ្តល់យោបល់ និងលើកទឹកចិត្ត ផ្តល់កម្លាំងចិត្ត ព្រមទាំងជួយណែនាំផង ដើម្បីជួយតម្រង់ទិសដៅនៃជីវិតឲ្យកាន់តែប្រសើរឡើងថែមមួយកំរិតទៀត ។

មិត្តភាពនេះ បើតាមទស្សនៈអប់រំ របស់ព្រះពុទ្ធសាសនា ដែលព្រះពុទ្ធជាបរមគ្រូ ទ្រង់បានត្រាស់សម្តែងទុកមកថា :

មិត្តមាន ២ ប្រភេទ គឺ

១-កល្យាណមិត្ត មិត្តល្អ មិត្តពិតប្រាកដ

២-បាបមិត្ត មិត្តអាក្រក់ មិត្តប្លម

សម្រាប់មិត្តល្អ មិត្តពិតប្រាកដ គឺជាមិត្តដែលមានភាពស្មោះត្រង់ជាមួយមិត្ត មានចិត្តបុណ្យ វាចាល្អ សណ្ដាប់ធ្នាប់ល្អ និងការតស៊ូព្យាយាមស្វិតស្វាញក្នុងការសិក្សារៀនសូត្រ ។ តម្លៃចំណងមិត្តភាពរវាងគ្នានិងគ្នា ស្មោះសនិងការរួមសុខទុក្ខ ដែលជាមធ្យោបាយឲ្យមនុស្សជាតិរស់នៅបានសុខសាន្ត និងកសាងជីវភាពឲ្យបានសម្បូររុងរឿងទៅអនាគតទៀតផង ។

មិត្តល្អ មិត្តពិតប្រាកដមាន ៤ ប្រភេទ

ក/ ឧបការកោ មិត្តមានឧបការៈ

ខ/ សមានសុខទុក្ខោ មិត្តរួមសុខរួមទុក្ខ

គ/ អត្ថក្ខាយី មិត្តប្រាប់នូវប្រយោជន៍

ឃ/ អនុកម្បកោ មិត្តមានចិត្តចេះឈឺឆ្អាល

-មិត្តមានឧបការៈ ចំពោះមិត្តប្រភេទទីមួយនេះ ជាមិត្តដែលចេះជួយមិត្ត ដោយចិត្តស្មោះស ហើយជាទីពឹងបាននៅពេលដែលយើងមានភ័យអន្តរាយណាមួយ បើជួយអ្វីមួយ ការជួយនោះ គឺលើសពីសំណូមពររបស់យើងទៅទៀត ។ នៅពេលដែលមិត្ត រូបគាត់មានសេចក្ដីប្រមាទភ្លេចខ្លួន ដោយប្រការណាមួយ ហើយខ្ទះខ្ទាយទ្រព្យសម្បត្តិ ដោយមិនយកចិត្តទុកដាក់ចំពោះទ្រព្យ មិនខ្វល់ពីភាពអត់ឃ្លានទៅថ្ងៃខាងមុខ ឬមានភ័យអន្តរាយកើតមានចំពោះមិត្ត ពេលមិត្តមានការចាំបាច់អ្វីមួយ ។ ចំពោះមិត្តដែលមានឧបការៈ បានយកចិត្តទុកដាក់បំផុតក្នុងការជួយថែរក្សាទ្រព្យសម្បត្តិឲ្យមិត្ត គឺឲ្យមានការគង់

វង្ស ហើយតែងតែយកខ្លួនឯង ដើម្បីធ្វើឲ្យមិត្តបានជាទីពឹងបាន ប្រ-សិនបើមិត្តគ្មានទ្រព្យសម្បត្តិទេ ក៏ជួយចេញទ្រព្យរបស់ខ្លួន ជួសមិត្ត ឲ្យដល់មិត្តច្រើនជាង ដែលមិត្តសុំឲ្យជួយទៅទៀត ។

-មិត្តរួមសុខរួមទុក្ខ ជាមិត្តមានសន្តានចិត្តទៀងត្រង់ ស្មោះស ចំពោះមិត្ត ហើយតែងតែយករឿងសម្ងាត់ផ្ទាល់ខ្លួន ប្រាប់ដល់មិត្តជានិច្ច ជួយរក្សាការពាររឿងអាថ៌កំបាំងរបស់មិត្ត មិនឲ្យនរណាម្នាក់បានដឹងឡើយ ។ នៅពេលណាមិត្តមានសេចក្តីទុក្ខព្រួយ ឬជួបប្រទះដោយគ្រោះភ័យប្រការណាមួយនោះ មិនបានលះបង់មិត្តចោលឡើយ ស៊ូយកខ្លួនមករាំងការពារ និងជួយរំលែកនូវសេចក្តីទុក្ខជាមួយមិត្ត សូម្បីតែជីវិតក៏ហ៊ានលះបង់ដើម្បីមិត្តបានដែរ ។

-មិត្តប្រាប់នូវប្រយោជន៍ ជាមិត្តដែលចាំតែធ្វើរឿង ដែលមានប្រយោជន៍សម្រាប់មិត្ត ចាំដាស់តឿនមិត្ត និងក្រើនរំឭកចំពោះមិត្ត ពេលដែលឃើញមិត្ត បំរុងធ្វើនូវរឿងវិនាសដល់ខ្លួន ព្រមទាំងក្រុមគ្រួសារ និងសង្គមជាតិនោះ ក៏ហាមប្រាមមិត្ត មិនឲ្យធ្វើជាដាច់ខាត ហើយបានណែនាំមិត្ត ឲ្យខំបំពេញនូវសេចក្តីល្អ ដោយកាយវាចាចិត្ត បានពន្យល់មិត្តឲ្យមានសេចក្តីភ័យខ្លាចចំពោះទុគ្គតិភព ព្រមទាំងដឹកនាំមិត្តឲ្យបានស្តាប់ បានដឹងនូវអ្វី ដែលមិត្តមិនធ្លាប់បានស្តាប់ បានដឹង ហើយប្រាប់នូវផ្លូវប្រណិប័តន៍ទៅកាន់ស្ថានសួគ៌ដល់មិត្តទៀតផង ។

-មិត្តមានចិត្តចេះឈឺឆ្អាល នៅពេលដែលមិត្ត កើតមានសេចក្តីទុក្ខមិត្តក៏កើតទុក្ខដែរ ហើយនៅពេលដែលមិត្តបានទទួលសេចក្តីសុខ

មិត្តមានចិត្តត្រេកអរសប្បាយរីករាយជាមួយ ហើយពេលដែលបាន
ឮអ្នកដទៃគេពោលទិតៀននិយាយអាក្រក់អំពីមិត្ត ហើយរកមធ្យោ
បាយនិយាយការពារមិត្ត ប្រសិនបើឮគេនិយាយសរសើរអំពីមិត្តវិញ
នោះ ក៏ជួយនិយាយសរសើរបន្ថែមទៀត ។

ការសេពគប់ ឬរាប់អានមិត្តភ័ក្តិ គឺជារឿងសំខាន់ណាស់
សម្រាប់ជីវិតយើងគ្រប់គ្នា ជាពិសេសនោះ គឺរូបប្អូនៗយុវវ័យតែម្តង
ព្រោះជាវ័យដែលត្រូវការមិត្តភ័ក្តិ ដើម្បីផ្សារភ្ជាប់នូវចំណងមិត្តភាព ។
ដូច្នេះហើយ មុននឹងរាប់អានមិត្ត យើងត្រូវតែពិនិត្យមើល ឲ្យបាន
ច្រើនដង ច្រើនសាសិន រួចហើយត្រូវពិនិត្យមើលនូវអត្តចរិករបស់
បុគ្គលនោះថែមទៀតផង ។

នៅក្នុងទស្សនៈព្រះពុទ្ធសាសនា បានសម្តែងទុកថា :

យាទិសំ កុរុតេ មិត្តំ យាទិសញ្ចូបសេវតិ សោបិ

តាទិសកោ ហោតិ សហវាសោ ហិ តាទិសោ ។

បុគ្គលយកជនបែបណាជាមិត្ត ទាំងចូលទៅសេពគប់នូវជន
បែបណា គេក៏នឹងទៅជាជនបែបនោះដែរ ។

ក្នុងសេចក្តីនេះ បានពន្យល់ថា ប្រសិនបើយើងរាប់អានមិត្ត
ល្អ រូបយើងក៏ក្លាយទៅជាមនុស្សល្អដែរ ប៉ុន្តែប្រសិនបើរាប់អានមិត្ត
អាក្រក់វិញ រូបយើងក៏មានឈ្មោះអាក្រក់ដែរ ព្រោះការសេពគប់នូវ
បុគ្គលពាលរមែងមានក្លិនស្អុយផ្សាយទៅទិសទាំងពួងមិនខានឡើយ ។

បូតិមច្ឆំ កុសគ្គេន យោ នរោ ឧបនយ្ហតិ កុសាបិ

បូតី វាយន្តិ ឯវំ ពាលូបសេវនា ។

នរជនខ្ចប់ត្រីស្អុយដោយស្លឹកស្លា នឹងនាំឲ្យស្លឹកស្លាមានក្លិន-ស្អុយផ្សាយទៅយ៉ាងណាមិញ ការចូលទៅសេពគប់នឹងជនពាល ក៏នឹងនាំឲ្យស្អុយខ្លួនដូច្នោះដែរ ។

មិត្តអាក្រក់ មិត្តប្លម ៤ ប្រភេទ

ក/ អញ្ញទត្ថុហរោ មនុស្សគិតតែពីខាងបាន

ខ/ វចីបរមោ មនុស្សល្អតែសម្ដី

គ/ អនុប្បិយភាណី មនុស្សចេះតែនិយាយចាក់បណ្ដោយឲ្យគាប់ចិត្ត ។

ឃ/ អបាយសហាយោ មនុស្សដឹកនាំទៅរកសេចក្ដីវិនាស ។

-មនុស្សគិតតែពីខាងបាន ជាមនុស្សចូលចិត្តអែបអប គ្មាននូវសេចក្ដីស្មោះត្រង់ មនុស្សប្រភេទនេះធ្វើនូវកិច្ចការអ្វីមួយ មានចិត្តនឹកគិតតែខ្លួនឯងម្នាក់ប៉ុណ្ណោះ ហើយជាមនុស្សព្រមខូចប្រយោជន៍តែបន្តិចបន្តួច ចង់បានតែច្រើនអំពីមិត្តភក្ដិ នៅពេលដែលខ្លួនឯងមានភ័យអន្តរាយ ទើបស្ទុះទៅជួយធ្វើកិច្ចការរបស់មិត្ត ហើយការរាប់អានមិត្ត មិនបានសេពគប់ដោយភាពស្មោះត្រង់នោះទេ ព្រោះតែសម្លឹងឃើញនូវប្រយោជន៍អ្វីមួយ ។

-មនុស្សល្អតែសម្ដី ជាមនុស្សបានតែនិយាយ គ្មានការពិតពោលពាក្យថាឲ្យតែវាចា ឯការនិយាយដូចជាសំដីស្រូវ (មានតែសំបក

ទទេ) ។ គឺជាមនុស្សចូលចិត្ត ឬពូកែយករឿងដែលអស់ហើយមក និយាយ ហើយក៏ពូកែលើកយករឿងដែលមិនទាន់មកដល់ យកមក ប្រាស្រ័យ រៀបរាប់បញ្ចេញបញ្ចូលផងដែរ នៅពេលដែលខ្លួនជួយ សង្គ្រោះដល់មិត្ត ជួយតែរបស់ណាដែលគ្មានប្រយោជន៍ ពេលដែល មិត្តមានធុរៈត្រូវពឹងអាងលេសថាជាប់រវល់ ឬមានកិច្ចយ៉ាងនេះយ៉ាង នោះជានិច្ច ដោយមិនខ្វីរវល់អំពីមិត្តឡើយ ហើយគិតតែខ្លួនឯង ជាចំបង ។

-មនុស្សចេះតែនិយាយចាក់បណ្ដោយឱ្យគាប់ចិត្ត គឺជាមនុស្សចូល ចិត្ត ប្រចុបប្រចែងគេប៉ិនប្រសប់ខាងរកពាក្យបញ្ចោរណាស់ ហើយ ពេលដែលឃើញមិត្តធ្វើនូវអំពើអាក្រក់ ក៏ត្រេកអរសាទរជាមួយ ប្រ សិនបើមិត្តធ្វើអំពើល្អវិញ ក៏ត្រេកអរសាទរជាមួយដែរ ពេលដែល នៅចំពោះមុខមិត្ត តែងតែពោលសរសើរជារឿយៗ ប៉ុន្តែនៅខាង ក្រោយខ្នងវិញនោះ បែរជានិយាយរិះគន់និន្ទាតិះដៀលមិត្តទៅវិញ ។

-មនុស្សដឹកនាំទៅរកសេចក្ដីវិនាស មនុស្សប្រភេទទីបួននេះ ជា បុគ្គលដែលពិបាកបំផុត ព្រោះជាមនុស្សដែលដឹកនាំមិត្តភក្តិ ឲ្យឈាន ទៅរកសេចក្ដីវិនាសទាំងបច្ចុប្បន្ន និងអនាគត ពោលគឺដឹកនាំមិត្តភក្តិ ឲ្យប្រព្រឹត្តធ្វើនូវអំពើអបាយមុខទាំង៤ប្រការគឺ :

១-ឥត្ថីធុត្ត ជាអ្នកលេងល្បែងស្រី

២-សុរាធុត្ត ជាអ្នកផឹកសុរា

៣-អក្ខធុត្ត ជាអ្នកលេងល្បែងភ្នាល់

៤-**បាបមិត្ត** *យកមនុស្សអាក្រក់ធ្វើមិត្ត*

មិត្តអ្នកអាន ជាទីរាប់អាន ក្នុងនាមខ្ញុំផ្ទាល់ ជាអ្នកសរសេរ សូមលើកយកនូវសេចក្តីនេះ មកបញ្ជាក់បន្ថែមទៀតថា : ***អបាយមុខ*** *(ហេតុដែលនាំឲ្យវិនាស) មិនមែនមានតែបួនប្រភេទប៉ុណ្ណោះទេ ។*

ក្នុងកន្លែងខ្លះព្រះដ៏មានបុណ្យបានត្រាស់សម្តែងថា **អបាយមុខ** *បួនប្រការក៏មាន ប្រាំមួយប្រការក៏មាន ក្នុងសេចក្តីនោះ ដោយគ្រាន់តែបន្ថែម* **ការដើរលេងយប់មួយ ការដើរមើលមហោស្រពមួយ ការខ្ជិលច្រអូសមួយ** *។ ចំណែកបីប្រភេទទៀត ដូចអបាយមុខបួន ដូច្នេះ-ហើយសូមមិត្តអ្នកអាន កុំមានទស្សនៈភាន់ច្រឡំ ដោយប្រការណាមួយឲ្យសោះ ព្រោះនេះជាធម៌ដែលព្រះមានព្រះភាគ ទ្រង់សម្តែងទៅតាមពួកធម៌និមួយៗតែប៉ុណ្ណោះ ។*

-ឥត្ថីធុត្ត *ជាអ្នកលេងល្បែងស្រី ពួកមិត្តអាក្រក់តែងតែដឹកនាំមិត្តឲ្យមានសេចក្តីពេញចិត្តញៀនញ៉ាមក្នុងល្បែងស្រី ។ ការលេងល្បែងស្រី ជាប្រភពមួយដែលនាំឲ្យបុរសក្នុងលោក ដល់នូវសេចក្តីវិនាសដោយពិត ។ សម្រាប់បុរសវិញ ទោះនៅលីវក្តី មានគ្រួសារហើយក្តី បានទៅប្រសព្វជាមួយស្ត្រីដែលរកស៊ីផ្លូវភេទ នឹងក្លាយទៅជាមនុស្សដែលខ្ជិលច្រអូស មិនខំសិក្សារៀនសូត្រ មិនប្រកបការងារ មិនខ្វល់អំពីផ្ទះសម្បែងប្រពន្ធកូនចៅ គិតតែចំណាយប្រាក់កាសលើស្ត្រីនោះទៅវិញ រហូតដល់លក់ទ្រព្យសម្បត្តិ ដែលជាកេរមរតកម៉ែឪទៀតផង ហើយបង្កជម្លោះជាមួយប្រពន្ធកូន ពុំនោះសោតអាចទទួលរោគដ៏កាចសាហាវ យកទៅចម្លងដល់ប្រពន្ធកូន ធ្វើឲ្យកូនៗ*

គ្មានអនាគតល្អ ដូច្នេះជាហេតុធ្វើឲ្យបុគ្គលវិនាសដោយពិតប្រាកដ ។

មិត្តអ្នកអាន តើអ្នកទាំងអស់គ្នាមានសេចក្ដីជឿងឆ្ងល់ដូចជារូបខ្ញុំដែរ ឬទេ? ហេតុអ្វីបានជាក្នុងសេចក្ដីនេះថាការលេងល្បែងស្រីនាំឱ្យវិនាស? ចុះចំ-ពោះបុរសវិញហេតុអ្វីមិនព្រមវិនាសផង? ក្នុងរឿងនេះ ប្រសិនបើយើងស្ដាប់ទៅហាក់បីដូចជាអគតិណាស់ សម្រាប់ស្ត្រីភេទក្នុងសកលលោក។

សំណួរនេះ មានញោមស្រីម្នាក់ ដែលមានអាយឌីថា **វាលវដ្ដ-សង្សារ** គាត់បានសួរក្នុងបន្ទប់ធម៌ ព្រះពុទ្ធសាសនាថេរវាទ តាមប្រព័ន្ធអ៊ិនធើណេត (Internet) ដែលមានព្រះសង្ឃចូលរួមបកស្រាយជាច្រើនអង្គ ។ ចំពោះរូបខ្ញុំផ្ទាល់ ជាអ្នករៀបរៀង ក៏បានចូលរួមបកស្រាយផងដែរ ព្រោះពាក្យទាំងអស់នេះ ជាសំណួរដ៏ល្អបំផុតសម្រាប់ឲ្យយើងទាំងអស់គ្នា យកជាគតិពិចារណា ។

ក្នុងន័យនេះ ប្រសិនបើយើងវិភាគឲ្យបានទូលំទូលាយ យើងនឹងត្រិះរិះឃើញថា ព្រះពុទ្ធជាម្ចាស់ ទ្រង់បានត្រាស់សម្ដែង ប្រកបដោយអត្ថន័យយ៉ាងទូលំទូលាយជ្រាលជ្រៅបំផុត ។ ដោយខ្ញុំរឭកនឹកឃើញពាក្យមួយ នៅក្នុងពុទ្ធគុណបានពោលថា ***បុរិសទម្មសារថិ*** ទ្រង់ព្រះនាមថា ***បុរិសទម្មសារថិ*** ព្រោះព្រះអង្គជាអ្នកទូន្មាន នូវបុរសដែលមានឧបនិស្ស័យគួរនឹងទូន្មានបាន ។

ពាក្យថា **បុរស** ក្នុងន័យនេះ ព្រះអង្គទ្រង់ត្រាស់សម្ដែង រាប់បញ្ចូលទាំងបុរស ទាំងស្ត្រី មិនបានរាប់តែបុរសម្នាក់ឯងប៉ុណ្ណោះទេ ។

ដូច្នេះហើយ សបញ្ជាក់ឲ្យយើងឃើញថា ការលេងល្បែងស្រី

ដែលជាហេតុនាំឲ្យវិនាសនេះ គឺមិនបានរាប់បញ្ចូលតែរូបស្ត្រីភេទតែប៉ុណ្ណោះទេ សូម្បីតែបុរសក៏អាចរាប់បញ្ចូលផងដែរ (***នេះជាការគិតត្រិះរិះពិចារណារបស់ខ្ញុំ***) ។ ព្រោះថាទោះបីជា បុរសក្តី ស្ត្រីក្តី ឲ្យតែមានការប្រព្រឹត្តល្មើស ឬបានប្រព្រឹត្តក្បត់ចិត្តភរិយាស្វាមី បានទៅប្រសព្វបុរសស្ត្រីដទៃវិញ រមែងដល់នូវសេចក្តីវិនាសដូចគ្នា ពោលគឺត្រូវវិនាសនូវទ្រព្យសម្បត្តិ ខាតបង់ពេលវេលា មានជម្លោះក្នុងក្រុមគ្រួសារ អាចទទួលនូវរោគដ៏កាចសាហាវទៀតផង ។

ប្រសិនបើការគិតរបស់ខ្ញុំ គឺខុសដោយអចេតនានោះ សូមកល្យាណមិត្ត មេត្តាកែលម្អដោយកុសលផងចុះ ហើយសូមមិត្តអ្នកអាន កុំប្រកាន់យកពាក្យនោះឡើយ ក្រែងប្រាសចាកពីព្រះពុទ្ធដីកា ដូច្នេះត្រូវធ្វើការត្រិះរិះឲ្យបានល្អិតល្អន់ មុននឹងជឿលើអ្វីមួយកុំឲ្យមានការភាន់ច្រឡំឲ្យសោះ ។

-សុរាធុត្ត ជាអ្នកផឹកសុរា សុរាជាវត្ថុធាតុមួយ ដែលគេផ្សំឡើងដោយវត្ថុជាច្រើន មានមេត្រាំម៉ែលាយជាមួយ និងបាយដែលគេដាំឆ្អិន បន្ទាប់មកគេយកទៅត្រាំផ្អាប់ពីរ ឬបីថ្ងៃទើបគេយកទៅចំហុយយកស្រា ជួនកាលបើគេចង់ឲ្យស្រាខ្លាំង គេអាចដាក់លាយអង់ទ្រីនខ្លះៗដែរ ប៉ុន្តែវាបន្តិចបន្តួចទេ ការដាក់នូវគ្រឿងផ្សំវាឡើងគឺដើម្បីធ្វើឲ្យខ្លាំង ហើយនៅពេលដែលមនុស្ស បានផឹកវាចូលទៅក្នុងខ្លួន បានធ្វើឲ្យមានអារម្មណ៍ប្រែប្រួលខុសប្រក្រតី មនុស្សដែលធ្លាប់តែស្លូតបូតបែរទៅជាកាចសាហាវ មនុស្សដែលមានសតិគ្រប់គ្រាន់

វិបរជាវង្វេងស្មារតីទៅវិញ ។

ការផឹកសុរានេះ ប្រកបដោយទោសច្រើនប្រការណាស់ នៅពេលដែលបុគ្គលបានផឹកវា នឹងមើលឃើញនូវអ្វីៗជុំវិញខ្លួន សុទ្ធតែទើសទាំងអស់ មើលឃើញគេតូចជាងខ្លួនជានិច្ច បង្កើតអំពើហិង្សាក្នុងក្រុមគ្រួសារ ប្លោកចាន ប្លោកឆ្នាំង វាយជេរប្រទេចផ្តាសាប្រពន្ធកូនចៅ ។ ការផឹកស្រានាំឲ្យមានការប៉ះពាល់ដល់សុខភាព អាចកើតនូវជម្ងឺមហារីកសួត ក្រិនថ្លើម ទាចទឹក ធ្វើឲ្យហើមរាងកាយ ព្រមទាំងជំងឺដទៃច្រើនប្រការទៀត ។

ហេតុអ្វីបានជាមនុស្សយើងពេញចិត្តក្នុងការផឹកសុរា បើទោះវាដឹងថាវាប្រកបដោយទោសហើយ ?

បញ្ហាផឹកស្រានេះ មានច្រើនប្រការណាស់ មួយផឹកសុរាគ្រាន់តែបរិភោគបាយឲ្យឆ្ងាញ់ មួយផឹកដោយសារឆ្លងទន្លេ មួយផឹកដោយសារមានកម្មវិធីជប់លៀង ឬកម្មវិធីអាពាហ៍ពិពាហ៍ មួយទៀតផឹកចង់បង្អួតប្រាប់គេថាខ្លួនខ្លាំង មួយទៀតផឹកស្លូត មួយទៀតផឹកកាចវាយប្រពន្ធកូន មួយទៀតឲ្យតែបានផឹកច្រើនតែមានគំនិតខិល-ខូច ។ល។ ប្រសិនបើយើង ធ្វើការត្រិះរិះពិចារណាមើលទៅឃើញថាសុរាគ្មានអ្វីឆ្ងាញ់នោះទេ ក្លិនក៏មិនសូវល្អ ប៉ុន្តែមនុស្សបែរជាពេញចិត្តចំពោះវាទៅវិញ នៅពេលដែលបានផឹកវា ចូលទៅក្នុងខ្លួនហើយវាធ្វើឲ្យរាងកាយរបស់យើង ក្តៅអន្ធះអន្តែង រហូតមានការក្អួតចង្អោរជួនកាលអាចបណ្តាលឲ្យឈឺពេញរាងកាយ វិលមុខឈឺក្បាល ស្ទើរតែនឹងដាច់ខ្យល់ស្លាប់ ការដកដង្ហើមសែនពិបាកនៅក្នុងខ្លួនជាខ្លាំង ។

ហេតុដែលនាំឱ្យមនុស្សចេះផឹកសុរាមាន ៣ ប្រការ

១-ការផឹកតំណពូជ

២-ការសេពគប់មិត្តអ្នកផឹក

៣-រោគចិត្ត

-ការផឹកតំណពូជ *ប្រសិនបើយើង ធ្វើការសិក្សាស្រាវជ្រាវមើលទៅ យើងនឹងឃើញថា មានក្រុមគ្រួសារជាច្រើន ដែលចេះផឹកសុរា ជាពិសេសប្អូនៗយុវវ័យតែម្តង ដោយពួកគេកំពុងតែភ្លើតភ្លើនចង់ស្គាល់ ចង់ដឹង ចង់ឃើញ ចង់ពុ ចង់ភ្លក្ស នូវអ្វីដែលប្លែកៗ ។*

ហើយពួកគេ ចាំមើលបំណាំឪពុកម្តាយរបស់ពួកគេ នៅក្នុងចំណោមពួកគាត់ ប្រសិនបើមានអ្នកណាម្នាក់ចេះផឹកសុរានោះ កូនៗរបស់គាត់ នឹងរៀនផឹកដូចជាពួកគាត់ដែរ ជួនកាលឪពុកម្តាយខ្លះបែរជាបង្ហាត់បង្រៀនកូន ឲ្យចេះផឹកដូចរូបគាត់ទៅវិញ ។ ហើយគ្រួសារដែលចេះផឹកស្រាតំណពូជនោះ ច្រើនតែមានជីវភាពពុំប្រសើរ បើ-ប្រសើរច្រើនតែអវិជ្ជា ភាគច្រើនជាគ្រួសារ ដែលរស់នៅតំបន់ណាដែលមិនទាន់មានការអភិវឌ្ឍ ជាមនុស្សមិនសូវឲ្យតម្លៃលើការសិក្សាប៉ុន្មានទេ ច្រើនតែស្អប់អ្នកសិក្សារៀនសូត្រទៅវិញ ហើយឲ្យតម្លៃខ្ពស់លើការផឹកស៊ីជាធំ ។ ក្នុងរឿងនេះខ្ញុំ មិនបានរៀបរាប់ច្រើនទេគ្រាន់តែចង់ឲ្យលោកអ្នក យកបញ្ហាមកត្រិះរិះពិចារណា ដោយខ្លួនឯងបន្ថែមទៀតចុះ ដើម្បីឲ្យកាន់តែប្រសើរ កាន់តែយល់ច្បាស់ស៊ីជម្រៅនៅក្នុងរឿងនោះ ។

-ការសេពគប់មិត្តអ្នកផឹក *ការរាប់អានមិត្តភ័ក្តិ គឺជារឿងមួយ-*

ដែលជីវិតយើងគ្រប់គ្នា មិនអាចជៀសបានឡើយ ព្រោះវាជាទំនាក់-ទំនងមួយដ៏ល្អក្នុងការរស់នៅ ប៉ុន្តែការរស់នៅបានដោយល្អ ឬមិនបានដោយល្អ ត្រូវអាស្រ័យលើទំនាក់ទំនងមិត្តភ័ក្តិទាំងស្រុងផងដែរ ។

នៅពេលដែលរូបយើង បានសេពគប់រាប់អានមិត្តភ័ក្តិដែលចេះផឹកស្រា យើងប្រាកដជាចេះផឹកសុរាដូចជាមិត្តមិនខាន ។ ហើយប្រជាជនខ្មែរយើងតែងតែមានទម្លាប់អាក្រក់មួយថា ***“មកសំឡាញ់យើងផឹកទាំងអស់គ្នា ប្រសិនបើឯងមិនចូលរួមផឹកជាមួយគ្នាទេ ប្រហែលជាឯងស្អប់គ្នាហើយមើលទៅ ឬឯងមិនចង់រាប់អានគ្នាជាមិត្តភ័ក្តិទេដឹង”*** ពាក្យទាំងអស់នេះហើយ ដែលរូបខ្ញុំធ្លាប់តែបានឮចេញពីបុគ្គល ជាក្រុមអ្នកផឹកសុរាមួយចំនួន ។

ប្រសិនបើយើង មិនបានចូលរួមផឹកជាមួយពួកគេទេ ពួកគេនឹងខឹងជាមួយរូបយើង ជាក់ជាមិនខានឡើយ ដើម្បីចង់រាប់អានមិត្តភ័ក្តិ ឬបង្កើតសម្ព័ន្ធភាពនឹងគ្នា ក៏សម្រេចចិត្តចូលរួមផឹកជាមួយពួកគេទៅ ទីបញ្ចប់ខ្លួនក៏ចេះផឹកដែរ បានក្លាយទៅជាមនុស្សញៀនសុរាទៅវិញ បើមិនបានផឹកទេធ្វើការងារអ្វីក៏មិនកើត រាងកាយល្ហិតល្ហៃ ដៃជើងញ័រទទ្រើក មិនអាចឈប់ផឹកសុរាបានឡើយ ។ ផ្ទុយទៅវិញ ខ្លួនក៏ក្លាយទៅជាអ្នកប្រមឹក ប្រព្រឹត្តតែសុរាជាប្រចាំថ្ងៃមិនដែលខាន ។ បុគ្គលដែលពេញចិត្តនឹងសុរា ឈ្មោះថាជាមនុស្សធ្វើបាបខ្លួនឯង ហើយការងារផ្ទះសម្បែងក៏មិនបានជួយធ្វើ មានតែការឈ្លោះប្រកែកគ្នា ជាមួយប្តីប្រពន្ធកូនខ្លួនទៅវិញ ជាមនុស្សខាតបង់ទាំងប្រយោជន៍បច្ចុប្បន្ននិងប្រយោជន៍អនាគត ។ ***សម្រាប់រូបខ្ញុំវិញនោះ***

ខ្ញុំសូមមានសត្រូវជាបណ្ឌិត ប្រសើរជាងមានមិត្តជាជនពាល ដែលនាំឱ្យជីវិតឈាន ទៅរកសេចក្ដីវិនាស ។

លោកអ្នកអាន ជាទីស្រឡាញ់រាប់អាន ប្រសិនបើជារូបខ្ញុំការ រាប់អានមិត្តដោយយកការផឹកសុរាជាធំនោះ ខ្ញុំសុំគ្មានមិត្ត ប្រសើរជាង មានមិត្តដែលនាំទៅរកសេចក្ដីវិនាស ព្រោះការរាប់អានមិត្ត មិនមែន រាប់អានដោយការបង្ខិតបង្ខំផ្លូវចិត្ត ឲ្យសម្រុបតាមខ្លួន ឬត្រូវតែចេះ ផឹកដូចខ្លួននោះទេ យើងត្រូវរាប់អានគ្នាដោយចិត្តស្មោះស ហើយបើក ចំហផ្លូវចិត្តឲ្យបានទូលំទូលាយ មិនត្រូវរាប់អានដោយសម្លឹងឃើញនូវ ផលប្រយោជន៍អ្វីមួយនោះទេ ហើយក៏មិនត្រូវដឹកនាំមិត្តភ័ក្តិឲ្យឈាន ទៅរកសេចក្ដីវិនាស ត្រូវពន្យល់ណែនាំមិត្ត ឲ្យចេះធ្វើនូវប្រយោជន៍ ដល់ខ្លួនរបស់គេ ហើយនិងសង្គមជាតិ សង្គមសាសនា នោះទើបជា ការរាប់អានដ៏បរិសុទ្ធពិតប្រាកដ ។

-រោគចិត្ត ជាជំងឺមួយដែលពិបាកព្យាបាលបំផុត បើកើតមាន ចំពោះបុគ្គលណាហើយ បុគ្គលនោះប្រាកដជាប្រែខុសប្រក្រតី ឆេវ ឆាវឆាប់ខឹង មានអារម្មណ៍ថាខ្លួនឯងឯកោ គ្មានភាពកក់ក្ដៅ ។

រោគចិត្តនេះមានច្រើនប្រការ ហើយយើងអាចហៅពាក្យនេះ ថា: **"ឆ្កួតចិត្ត"** ក៏បានដែរ ដូច្នេះហើយពាក្យខ្មែរបូរាណ លោកបាន ពោលទុកមកថា ឆ្កួតមានបីប្រការ គឺ : ***(ឆ្កួតស្រា ឆ្កួតស្រី ឆ្កួតល្បែង)*** រហូតដល់បច្ចុប្បន្ននេះ ក៏មិនទាន់សាបរលាបដែរ ។

បណ្ដាឆ្កួតទាំងបីប្រការនេះ គឺឆ្កួតស្រីមានកម្លាំងខ្លាំងជាងគេ

ព្រោះជាប់ជំពាក់ដោយបញ្ចកាមគុណ មានរូប សម្លេង ក្លិន រស សម្ផស្ស ដែលញុំាងឲ្យសត្វលោកតែងតែស្វែងរកវា បើបានដូចចិត្តក៏មានសេចក្តីត្រេកអររីករាយទៅ បើមិនបានដូចចិត្តទេ ដេកកើតទុក្ខតែម្នាក់ឯង ។

បើនិយាយដោយន័យត្រង់ទៅ គឺកើតជំងឺស្នេហា ព្រោះថាជំងឺនេះ មានកម្លាំងខ្លាំងក្លាជាងអ្វីៗទាំងអស់ អាចញុំាងឲ្យមនុស្សសត្វហ៊ានធ្វើអ្វីគ្រប់យ៉ាងដើម្បីវា សូម្បីតែឪពុកម្តាយ មីងមា បងប្អូន ឬក៏ជីវិតខ្លួនឯងក៏ហ៊ានលះបង់ដែរ ។ ហើយបញ្ហារោគចិត្តនេះ បានធ្វើឲ្យយុវជនយុវនារី បានបញ្ឈប់ការសិក្សារៀនសូត្រជាច្រើន ដោយអំ-ណាចអនិដ្ឋាមកបិទបាំង ធ្វើឲ្យអ្នកទាំងអស់នោះ មានគំនិតគិតខ្លីទៅវិញ មិនខ្វីរវល់អំពីពាក្យណែនាំរបស់ឪពុកម្តាយ ។ អ្នកខ្លះបានយកសុរាធ្វើជាត្រីមុខ ហើយបានព្យាយាមផឹកវា ដើម្បីឲ្យសុរានោះជួយរំលែកទុក្ខសោកនិងវិបត្តិរបស់ខ្លួន ។

តើដូចម្តេចទៅដែលហៅថាសេចក្តីស្នេហា ?

មិត្តអ្នកអាន ជាទីរាប់អាន ក្នុងនាមខ្ញុំជាអ្នកសរសេរ ចង់ធ្វើការពន្យល់ណែនាំ និងបង្ហាញឲ្យដឹងនូវសេចក្តីខ្លះៗ ដែលទាក់ទងនឹងពាក្យថា ស្នេហា មានន័យថា សេចក្តីស្រឡាញ់ ។ ម្យ៉ាងទៀតលោកពោលថា ស្នេហា គឺជាច្បាប់ធម្មជាតិរបស់មនុស្សសត្វគ្រប់រូប ។

ស្នេហាមាន ២ យ៉ាងគឺ :

១-ស្នេហាដែលប្រកបដោយសេចក្តីមេត្តា

២-ស្នេហាដែលប្រកបដោយកាមគុណ

-ស្នេហាដែលប្រកបដោយសេចក្ដីមេត្តា គឺសំដៅយកមាតាបិតារបស់យើងគ្រប់គ្នាតែម្ដង ព្រមទាំងរូបកូនប្រុស-ស្រីផងដែរ ។ មាតាបិតាតែងតែមានសេចក្ដីស្នេហាចំពោះបុត្រធីតារបស់ខ្លួន ព្រោះមាតាបិតាជាប្រភពនៃសេចក្ដីស្នេហា ហើយមានភាពទន់ភ្លន់ត្រាប្រណីចំ-ពោះរូបកូនគ្រប់គ្នា សេចក្ដីស្នេហានេះ ប្រកបដោយព្រហ្មវិហារធម៌ទាំងបួនប្រការ មានមេត្តា ករុណា មុទិតា ឧបេក្ខា ។ ចំណែកឯបុត្រធីតាវិញនោះ ក៏មានសេចក្ដីស្នេហាទៅកាន់ឪពុកម្ដាយវិញដែរ បើរូបយើងមានស្នេហាជាមួយនឹងមាតាបិតា ដោយមានសេចក្ដីស្រឡាញ់អាណិតអាសូរ ដល់ជីវិតរូបរាងកាយរបស់លោកទាំងពីរនោះ ជាការប្រសើរក្រៃលែងណាស់ ។ ហើយស្នេហានេះ ប្រកបដោយទឹកចិត្តមេត្តាករុណា ជាស្នេហាដ៏មានគុណធម៌ ព្រោះយើងបានបង្អោនចិត្តជ្រះថ្លាទៅរកការដឹងគុណចំពោះ មាតាបិតា ។ នេះគឺជាស្នេហារវៀងមាតាបិតា និងបុត្រធីតា ហើយរវៀងបុត្រធីតា និងមាតាបិតា ។

-ស្នេហាដែលប្រកបដោយកាមគុណ អ្នកប្រាជ្ញវិទ្យាសាស្ត្របានឲ្យន័យថា សេចក្ដីស្នេហា គឺជាអន្ទាក់ដែលធម្មជាតិសន្ធឹងទាក់មនុស្សលោក ប្រយោជន៍ដើម្បីឲ្យបានបន្តពូជជាមនុស្សតរៀងទៅ ។ ន័យនេះត្រូវដែរតែគ្រាន់តែបានមួយចំណែកតែប៉ុណ្ណោះ ត្បិតនៅខ្វះចំណែកមួយយ៉ាងទៀតគឺចំណែកផ្លូវចិត្ត ។ ស្នេហានេះ គឺមានបីចំណែកជាសំខាន់ និងជាគ្រឿងចងភ្ជាប់ឲ្យទៅជារបស់តែមួយគឺ :

ក-ចំណងនៃភេទ ហើយគេច្រើននិយមហៅថា រន្ធះស្នេហា គឺចំណែកនេះហើយ ដែលយើងអាចចាត់ឲ្យទៅតាមន័យ របស់អ្នកប្រាជ្ញវិទ្យាសាស្ត្រខាងលើថាត្រូវបាន ដោយចំណាងជាដំបូងធ្វើឲ្យយើងប្រាថ្នាចង់បាន ចង់យករបស់នោះមកធ្វើជារបស់ខ្លួន ។ រន្ធះស្នេហានេះកម្លាំងមោះមុតណាស់ កម្លាំងនេះហើយដែលធ្វើឲ្យយុវជនយុវនារីទាំងបុរសទាំងស្ត្រីភាំងស្មារតីបំភ្លេចសីលធម៌ចេញអស់ពីខ្លួន ។

ឧទាហរណ៍ថា មានបុរសម្នាក់ ឃើញរូបនារីម្នាក់ ដែលលោមពណ៌ល្អឆើតឆាយ សម្រស់នារីនោះបានធ្វើឲ្យបុរសនឹកស្ងើចសរសើរ ហើយក៏ចាប់ចិត្តស្រឡាញ់ភ្លាមតែម្តង ជួនកាលក៏ភ្លេចខ្លួនដល់ទៅជ្រុលមាត់ថាយិះ ! ស្រស់ស្អាតមែន ល្អណាស់ហើយ ធ្វើឲ្យភាំងស្មារតី ដោយមានបំណងចង់បាននារីនោះ មករួមមេត្រីជាមួយភ្លាម នេះហើយដែលលោកហៅថា រន្ធះស្នេហា ជាសេចក្តីស្នេហាដែលមានកម្លាំង ប្រៀបបានទៅនឹងកម្លាំងរន្ធះដែលមានសន្ទុះយ៉ាងលឿនដែលមិនអាចប៉ាន់ស្មានបាន ។

ខ-ចំណងផ្លូវបញ្ញា និងផ្លូវសិល្បៈ ការដែលមានយោបល់ស្រប គ្នា អាចរួមគ្នាជាមិត្តបាន ។ ឧបមាថា មានជនពីរនាក់ ចូលចិត្តការអានសៀវភៅ ការរៀនសូត្រដូចគ្នា ចូលចិត្តផ្នែកវិទ្យាសាស្ត្រដូចគ្នា ផ្នែកសិល្បៈក៏ដូចគ្នា ហេតុនេះអាចចែកសេចក្តីរីករាយដល់គ្នា និងគ្នាបាននេះហើយហៅថាចំណងផ្លូវចិត្ត ។

ឧទាហរណ៍ថា មាននារីម្នាក់ពុំសូវចូលចិត្តតែងខ្លួន ពុំសូវចូល

ចិត្តដើរលេង ពុំសូវចូលចិត្តហាសគមន៍ និងមនុស្សនិយាយលេងឥត ប្រយោជន៍ច្រើន ហើយនារីនោះនឹកចូលចិត្តគប់រកមិត្តដែលមានចិត្ត ដូចគ្នា ហើយបើមើលទៅបុរសវិញនោះ ចូលចិត្តតែបុរសណាដែល និយាយតែពាក្យបានការ ពុំសូវតុបតែងខ្លួនតែចូលចិត្តការស្អាត ។

គ-ចំណងស្នេហាពិត ចំណងនេះអាចភ្ជាប់នឹងចិត្តទន់ភ្លន់នៃ មនុស្សម្នាក់ទៅមនុស្សម្នាក់ទៀត ហើយអាចបូជាតស៊ូនឹងឧបសគ្គជា និច្ច ដើម្បីជនដែលខ្លួនពេញចិត្ត គឺអាចប្រគល់សុភមង្គលរបស់ខ្លួន ឲ្យទៅមនុស្សដែលគេស្រឡាញ់ទៀត នេះគឺដោយសារតែគេចង់បាន សុភមង្គលបរិបូណ៌ ។

សេចក្តីស្នេហា ត្រូវតែមានចំណងទាំងបីប្រការនេះ បើសិន ជាខ្វះចំណងណាមួយហើយ សេចក្តីស្នេហានេះនឹងអាចរលាយបាត់ ទៅវិញ ក្នុងពេលណាមួយប្រាកដជាក់ជាពុំខានឡើយ ។

យើងគប្បីត្រលប់មកពិចារណាអំពីរន្ទះស្នេហាវិញ ព្រោះថា រន្ទះស្នេហាជាចំណងភេទយ៉ាងអាក្រក់គួរខ្ពើម ត្បិតវាបណ្តាលឲ្យជីវិត អាពាហ៍ពិពាហ៍ក្លាយទៅជាថ្នុកកំប្លែងទៅវិញ ។ ឧបមាថា មានបុរស ម្នាក់ បានរៀបអាពាហ៍ពិពាហ៍ជាមួយនារីម្នាក់ ដោយគ្រាន់តែឃើញ នារីនោះមានរូបឆើតឆាយលើសគេឯង តែពុំបានពិចារណាអំពីហេតុ ការណ៍ផ្សេងៗទៀតទេ បុរសនេះបានបណ្តោយខ្លួនឲ្យដួល ទៅតាម រន្ទះស្នេហា លុះរួមសុខទុក្ខនឹងគ្នាទៅក៏ឃើញថា ខ្វះការយល់ស្របគ្នា ខ្វះចំណងស្នេហាដទៃទៀត ហើយរន្ទះស្នេហាក៏រលាយបាត់ទៅ រួច ហើយបុរសនោះក៏ដាច់ចិត្តបោះបង់នារីនោះចោល ដែលហៅថាជីវិត

អាពាហ៍ពិពាហ៍ឆាកកំប្លែងទៅវិញ ។ ចំពោះអាពាហ៍ពិពាហ៍ពិតនោះ ជាជីវិតអាពាហ៍ពិពាហ៍ ដែលជាលទ្ធផលនៃចំណងស្នេហាទាំងបីដូចបានពោលមកខាងលើស្រាប់ ។ យើងត្រូវដឹងថា សេចក្តីរីករាយក្នុងកិច្ចស្នេហា ស្ថិតនៅតែមួយពេលតែប៉ុណ្ណោះ ចំណែកឯសេចក្តីទុក្ខព្រួយក្នុងកិច្ចស្នេហាវិញ អាចស្ថិតនៅអស់មួយជីវិត ។

ហេតុនេះហើយ សូមយុវជន យុវនារីគប្បីដកខ្លួនចេញឲ្យផុតអំពីរន្ទះស្នេហា ដែលតែងតែគ្របសង្កត់លើខ្លួនមួយពេលៗនោះ ។

ជំងឺស្នេហា

ស្នេហាអាចបណ្តាលឲ្យទៅជាជំងឺយ៉ាងធ្ងន់ធ្ងរមួយ ប្រសិនបើយុវជន យុវនារីពុំចេះយកការពិចារណាឲ្យបានវែងឆ្ងាយទេ ។ ជំងឺនេះអាចបណ្តាយឲ្យមនុស្សស្គមរីងរៃ ជួនកាលអាចបណ្តាល ឲ្យទៅជាស្លាប់បាត់បង់ជីវិតក៏សឹងតែមាន ត្បិតគ្មានថ្នាំគ្មានពេទ្យជួយកែ ឬព្យាបាលបានឡើយ កាលបើមនុស្សនោះ ចេះបណ្តោយឲ្យជំងឺនេះ គ្របសង្កត់លើផ្លូវចិត្តខ្លួនបាន ។

មានបុរសខ្លះ គ្រាន់តែបានឃើញរូបនារី ដែលមានសម្រស់ស្រស់ល្អឆើតឆាយ ក៏ចាប់ចិត្តស្រឡាញ់ភ្លាម ហើយមានបំណងចង់បានរូបនារីនោះ យកមកធ្វើជាភរិយារបស់ខ្លួន ។ ពេលក្រោយមកខំព្យាយាមរកស្គាល់នារីនោះ លុះត្រាតែបានស្គាល់ដូចបំណង ។ ជួន-កាលបំណងនោះពុំបានសម្រេចឡើយ ដោយនារីនោះពុំព្រមចាប់ចិត្តស្រឡាញ់តបវិញសោះ ។ ជួនកាលអ្នកទាំងពីរ មានសេចក្តីពេញចិត្តហើយបានចាប់ចិត្តនឹងគ្នាទៅវិញទៅមក ប៉ុន្តែពុំបានសម្រេចដល់ការ

រៀបអាពាហ៍ពិពាហ៍ទេ ដោយមានឧបសគ្គផ្សេងៗ ដូចជាមានឃោ-បល់ជំទាស់របស់មាតាបិតាទាំងសងខាង ឬក៏ចំណោមអ្នកទាំងពីរនោះមាននរណាម្នាក់ បានបែកចិត្តទៅស្រឡាញ់អ្នកដទៃទៀត នេះក៏ជាហេតុបង្កនាំឲ្យកើតជំងឺស្នេហាដែរ ។ មាននារីខ្លះចិត្តទន់ពេកលង់ខ្លួនទៅស្រឡាញ់បុរស ដែលគេគ្មានចិត្តស្រឡាញ់តបវិញឡើយ តែគេគ្រាន់តែធ្វើហាក់ដូចជាស្រឡាញ់នាងដែរប៉ុណ្ណោះ ។ នេះជាទឹកចិត្តនៃបុរសខិលខូច ប៉ុន្តែសូមអ្នកទាំងអស់គ្នាកុំភ្លេចថា ***"ស្នេហាពុំដែលថាមិនទទួលស្គាល់ស្នេហាវិញឡើយ"*** ។ ស្នេហា គឺជានុយសម្រាប់យកស្នេហាមួយទៀត តែបើនុយនោះពុំមែនជាវត្ថុឆ្ងាញ់ពិសារទេ ស្នេហាមួយទៀត ដែលគ្រាន់តែរត់មកក្រេបជញ្ជក់យករសជាតិ បន្តិចនោះនឹងអាចដកខ្លួនចូលទៅសម្ងំរម្យទំវិញជាក់ជាពុំខានឡើយ ។

ចំពោះនារី ដែលពុំសូវយកចិត្តទុកដាក់ស្តាប់ពាក្យទូន្មានរបស់មាតាបិតា ព្រោះពួកគាត់ទាំងពីរជាអ្នកមានបទពិសោធន៍ច្រើន ប៉ុន្តែកូនស្រីរបស់គាត់មិនព្រមស្តាប់ទេ បែរជាទៅសេពគប់ជាមួយមិត្តនារីដែលមានភាពរវើយរវាយ នារីនោះច្រើនធ្លាក់ខ្លួនក្នុងជំងឺស្នេហា ។

អ្នកខ្លះឆ្ងល់ថាហេតុដូចម្តេច បានជាបុរសចូលចិត្តតែបោកបញ្ឆោតនារីម្ល៉េះ ។ ត្រង់នេះហើយចូរយើងទាំងអស់គ្នាយល់ថា បុរសគឺជាមនុស្សមានចិត្តរឹងប៉ឹងជាង ចំណែងខាងនារីវិញ ច្រើនតែមានសតិទន់ខ្សោយណាស់ ហេតុនេះហើយបានជានារីត្រូវមានការអប់រំខ្ពស់ និងទំនៀមទម្លាប់ជាគ្រឿងយន្ត សម្រាប់ទប់កង់ស្នេហារបស់

នារីកុំឲ្យបរលឿនពេក ។ សម្រាប់កងស្នេហារបស់នារី បើបានទៅហើយពុំងាយបញ្ឈប់វិញទេ ។ ចំពោះនារីដែលមិនគោរពតាមទំនៀមទម្លាប់ ពុំស្តាប់តាមបង្គាប់ឪពុកម្តាយក្នុងកិច្ចស្នេហា ដោយអាងថាខ្លួនចេះគិតគ្រប់គ្រាន់ហើយដែរនោះ ច្រើនតែខកខ្លួន ខូចចិត្ត ខ្លះនឹកឃើញកំហុសខ្លួន ខ្មាស់គេណាស់ក៏សុខចិត្តសម្លាប់ខ្លួន ដើម្បីទុកកេរ្តិ៍ឈ្មោះដល់គ្រួសារផងក៏សឹងតែមាន ។

ជំងឺស្នេហានេះ ធ្វើឲ្យពួកគេគេងពុំបាន រៀនពុំចូល ភ្លេចមុខភ្លេចក្រោយ ធ្វើការអ្វីពុំកើត ។ មនុស្សដែលមានជំងឺនេះ ជួនកាលចូលចិត្តនិយាយរឿងខ្លួនឯងឲ្យគេជួយគិត ។

ដើម្បីឲ្យឆាប់បានជាពីជំងឺនេះ សូមមិត្តអ្នកអាន គប្បីពន្យល់អំពីកំហុសរបស់អ្នកមានជំងឺ ហើយគប្បីនាំមនុស្សនោះ ដើរលេងកំសាន្ត និយាយតែរឿងអាក្រក់ៗអំពីភាគីម្ខាងទៀត ដើម្បីធ្វើឲ្យភាគី-ម្ខាង កាត់ចិត្តចេញ ហើយព្យាយាមដកចិត្តដែលធ្លាប់ស្រឡាញ់ឲ្យផុតស្រឡះ ។ ដូច្នេះហើយ ក្នុងនាមខ្ញុំ ជាអ្នករៀបរៀង សូមផ្តែផ្តាំចំពោះប្អូនៗដែលជាយុវវ័យ កុំបណ្តោយឲ្យសេចក្តីស្នេហាមកគ្របសង្កត់លើផ្លូវចិត្តបានឲ្យសោះ រួចហើយត្រូវតែព្យាយាម ធ្វើជាមនុស្សប្រកបដោយសីលធម៌ ក្នុងការរសនៅដោយបរិបូណ៌ ។

មនុស្សខ្លះទៀត កើតរោគចិត្តនេះ ដោយសារតែកូនប្រុស-ស្រីមិនស្តាប់បង្គាប់ មកពីកូនៗទាំងនោះ ប្រើប្រាស់គ្រឿងញៀនប្រព្រឹត្តអំពើអនាចារ មិនខ្វល់អំពីវង្សត្រកូលធ្វើឲ្យពួកគាត់ខ្មាសញាតិជិតខាង ខ្លះទៀតដោយសារតែស្វាមីភរិយាក្បត់ ខ្លះទៀតដោយសារ

តែជីវភាពគ្រួសារ ម្ល៉ោះហើយធ្វើឲ្យពួកគាត់គិតអ្វីមិនចេញ បែរជាយកសុរាធ្វើជាមិត្តទៅវិញ ដោយពួកគាត់យល់ឃើញថា មានតែស្រានេះទេដែលអាចជួយរំលែកទុក្ខគាត់បាន ហើយអាចជួយដោះស្រាយនូវបញ្ហាគាត់ទៀតផង ។ ដូច្នេះហើយ នៅពេលដែលរូបគាត់កើតទុក្ខម្តងៗ គាត់ក៏យកស្រាមកផឹក គាត់ព្យាយាមធ្វើរបៀបនេះយូរៗទៅក៏ក្លាយទៅជាអ្នកប្រមឹក មិនអាចអត់សុរាបានទេ ។

ការប្រព្រឹត្តិរបៀបនេះ មិនមែនជាដំណោះស្រាយដ៏ត្រឹមត្រូវនោះទេ ពោលគឺជាមនុស្សឆោតល្ងង់ខ្លៅ មានតែភាពបរាជ័យក្នុងឆាកជីវិតជាមនុស្សទន់ជ្រាយ ជាមនុស្សគិតខ្លី ដោយមិនបានឲ្យតម្លៃលើជីវិតខ្លួនឯងទៅវិញ ជាមនុស្សគ្មានការត្រិះរិះពិចារណា រកហេតុផលឲ្យបានត្រឹមត្រូវ ព្រោះជីវិតនៃមនុស្សយើងគ្រប់គ្នា គឺមានតម្លៃមហាសាល រកវត្ថុអ្វីមកប្រៀបផ្ទឹមពុំបានឡើយ ។ សូម្បីបុគ្គលយកមាស និងប្រាក់ ឬទ្រព្យដ៏មានតម្លៃដទៃទៀត យកមកទិញ យកមកដូរ យកមកលក់ ក៏មិនបានផង ។

ព្រោះរូបយើងទាំងអស់គ្នា បានមកកើតជាមនុស្សនេះ ដោយអំណាចនៃបុណ្យកុសលតាក់តែងមកតែប៉ុណ្ណោះឯង បើគ្មានបុណ្យទេ ជីវិតយើងក៏គ្មានដែរ ដូច្នេះយើងត្រូវសម្លឹងមើលឲ្យបានវែងឆ្ងាយ ត្រូវរកវិធីសាស្ត្រដោះស្រាយនូវបញ្ហានោះ មិនត្រូវបណ្តែតបណ្តោយទៅតាមអកុសលចិត្ត មកបញ្ជាលើផ្លូវចិត្តរបស់យើងនោះទេ ត្រូវពង្រឹងជំហរផ្លូវចិត្តឲ្យបានរឹងមាំត្រូវគិតទៀត ថាមនុស្សដែលបានកើតមកក្នុងលោកនេះ ត្រូវតែមានបញ្ហាដូចគ្នា គ្រាន់តែច្រើនតិចប៉ុណ្ណោះ

មិនត្រូវធ្វើជាមនុស្សមិនដឹងខ្យល់ ហើយបែរជាយកសុរាធ្វើជាមិត្តល្អទៅវិញ រឿងនេះខុសស្រឡះនៅពេលដែលយើងព្យាយាមផឹកវាញយៗទៅឈ្មោះថាជាមនុស្សធ្វើបាបខ្លួនឯង ចំពោះសុខភាពកាន់តែចុះខ្សោយទៅៗ ធ្វើការអ្វីក៏មិនកើតដែរ ។

ចំណែកក្រុមគ្រួសារវិញ ក្នុងសមាជិកគ្រួសារទាំងអស់ ត្រូវពិបាកចិត្តជាខ្លាំង រកធ្វើអ្វីនិយាយក៏មិនកើត មានតែភាពអាប់អួគ្មានសុភមង្គល ដោយពួកគាត់ម្នាក់ៗ គិតខ្វល់ខ្វាយតែរឿងរ៉ាវរបស់យើង ម្ល៉ោះហើយក្នុងកិច្ចការប្រកបមុខរបរចិញ្ចឹមជីវិតក៏ខានអស់ដែរទីបញ្ចប់ក្នុងក្រុមគ្រួសារ បែរជាស្ងាត់ជ្រងំសោះកក្រោះ មានតែភាពសោកសៅ ជីវភាពក៏ស្រុតចុះជាខ្លាំង រកព្រឹកខ្វះល្ងាច រកល្ងាចខ្វះព្រឹកទៅវិញ ។

ដូច្នេះហើយ សូមឲ្យមិត្តអ្នកអាន មុននឹងមានការសម្រេចចិត្តធ្វើអ្វីមួយ ត្រូវត្រិះរិះគិតឲ្យបានល្អិតល្អន់ ឲ្យបានច្រើនលើកច្រើនសាកុំឲ្យបញ្ហាបន្តិចបន្តួចមកញាំញីដួងចិត្តបានឲ្យសោះ ព្រោះរាល់បញ្ហាឬវិបត្តិសុទ្ធសឹងតែមានដំណោះស្រាយរបស់វា ដូច្នេះត្រូវតែព្យាយាមដោះស្រាយវាបន្តិចម្តងៗ កុំទាន់អាលបង្ខំវាអី យូរៗទៅគង់សម្រេចដូចការប្រាថ្នា ជាក់ជាមិនខានឡើយ ។ ជាពិសេសនោះ គឺសូមឲ្យប្អូនៗយុវជន យុវនារី ដែលស្ថិតនៅក្នុងវ័យសិក្សារៀនសូត្រ មិនត្រូវបណ្តែតបណ្តោយឲ្យរឿងស្នេហា មកជាន់ឈ្លីផ្លូវចិត្ត និងការសិក្សានោះទេ ត្រូវតែកាន់យកជម្រើសដ៏ល្អមួយ ដើម្បីឈានទៅរកអនាគតដ៏ភ្លឺស្វាង កុំធ្វើបាបខ្លួនឯងឲ្យសោះ ត្រូវតែយកជំនះលើឧបសគ្គ

នោះឲ្យបាន មិនត្រូវខ្លាចរអាវា ឬចុះញ៉មចំពោះវាឡើយ ទើបធ្វើឲ្យជីវិតយើង មានរស្មីស្រស់បំព្រងទៅបាន ដោយហេតុមកពីរូបយើងចេះស្រឡាញ់ ចេះរក្សាខ្លួនបានល្អប្រសើរនោះឯង ។

-អក្ខធុត្ត ជាអ្នកលេងល្បែងភ្នាល់ ល្បែងជាប្រភពមួយដែលនាំមនុស្សឲ្យឈានទៅរកសេចក្តីវិនាស ទោះបីជាល្បែងប្រភេទណាក៏ដោយ ឲ្យតែហ៊ានប្រព្រឹត្តវា នឹងនាំឲ្យបុគ្គលវិនាសភ្លាម មានការលក់ទ្រព្យរបស់របរក្នុងផ្ទះ មានចានឆ្នាំង ផ្ទះសម្បែង ដីស្រែចំការលក់គ្មានសល់ ថែមទាំងហ៊ានលក់ប្រពន្ធកូនប្តីទៀតផង ព្រោះតែមនុស្សយើងសព្វថ្ងៃនេះ មានការប្រមាទច្រើនមិនជឿលើព្រះពុទ្ធដីកា ហើយបានធ្វើខ្លួនឲ្យធ្លាក់ទៅក្នុងអន្លង់កម្មដ៏សែនជ្រៅ មិនអាចងើបមុខបានដែលបុរាណខ្មែរយើងតែងតែហៅថា “ ***ខ្មោចល្បែង***”ពេលដែលញៀន-ខ្លាំងពេក សូម្បីតែបាយទឹកលែងឃ្លាន លែងស្រេកផងដែរ ។

ខ្ញុំបានស្តាប់ព័ត៌មានមួយ បានផ្សព្វផ្សាយថា មានគ្រួសារមួយ ដែលរស់នៅឯខេត្តសៀមរាប ភរិយាជាមនុស្សចូលចិត្តលេងល្បែងជាខ្លាំង ថ្ងៃមួយស្វាមីរបស់គាត់ បានដឹកគោក្របីទៅភ្ជួរស្រែពេលជិតថ្ងៃត្រង់ក៏ត្រឡប់មកផ្ទះវិញមិនឃើញភរិយា ហើយចូលទៅបើកឆ្នាំងបាយឆ្នាំសម្លមើល មិនឃើញមានបាយនិងសម្ល ចំណែកកូនៗវិញគ្នាឃ្លានបាយ ខ្លះយំ ខ្លះធ្វើមុខស្រពោន បុរសជាឪពុកឃើញដូច្នោះ ក៏បង្កាត់ភ្លើងលាងឆ្នាំងដាំបាយដើម្បីឲ្យកូនបានបរិភោគព្រមទាំងខ្លួនឯងដែលមកពីការនឿយហត់ផងដែរ ។

បុរសជាប្តីមិនបានខឹងនឹងភរិយាឡើយ ផ្ទុយទៅវិញបានដួស

បាយគ្របទុកឲ្យភរិយាទៀងផង គាត់សម្រាកបានបន្តិចដល់ម៉ោងទៅភ្ជួរស្រែទៀត គាត់ក៏ធ្វើដំណើរទៅស្រែ លុះដល់ល្ងាចគាត់ត្រឡប់មកផ្ទះវិញ ហើយចូលទៅបើកឆ្នាំងបាយទៀត មិនឃើញមានបាយក៏ដើរទៅហៅភរិយា ឲ្យមកដាំបាយឲ្យកូនហូបដោយសេចក្តីល្អ ស្រាប់តែភរិយាទាញដំបងបួនជ្រុងវាយក្បាលប្តីបែកហូរឈាម ចំណែកឪពុកក្មេកឃើញកូនស្រីខ្លួនខុសហើយ គាត់មិនបានហាមឃាត់ទេបែរជាយកដំបងនោះ វាយកូនប្រសាបន្ថែមទៀត ។

នេះប្រហែលជាភរិយា និងឪពុកក្មេក លេងចាញ់ល្បែងហើយមើលទៅ បានជាខឹងប្តី ខឹងកូនប្រសា មិនព្រមរកហេតុផលឲ្យបានត្រឹមត្រូវ ពេលនោះអ្នកជិតខាងបាននាំប្តីរបស់នាង ទៅកាន់មន្ទីរពេទ្យដើម្បីព្យាបាល ។

ចំពោះប្តីជាមនុស្សសប្បុរស មិនបានខឹងសម្បាភរិយា និងឪពុកក្មេកឡើយ ប៉ុន្តែផ្ទុយទៅវិញ បើយើងវិភាគក្នុងរឿងនេះ ហាក់បីដូចជាអយុត្តិធម៌ខ្លាំងណាស់ សម្រាប់បុរសជាស្វាមី ដែលតែងតែមានសេចក្តីអនុគ្រោះដល់នាងជាភរិយា ព្រោះមិនចង់ឲ្យខូចអនាគតរបស់កូនៗ ម្ល៉ោះហើយស៊ូអត់ទ្រាំទៅ ។

ខ្ញុំសង្ឃឹមថា មិត្តអ្នកអានទាំងឡាយ ប្រាកដជាមិនធ្វើដូច្នោះទេ ក្នុងរឿងនេះ ខ្ញុំគ្រាន់តែលើកយកមកបង្ហាញ ដើម្បីកុំឲ្យប្រជាពលរដ្ឋខ្មែរ យកគំរូតាមនាងជាភរិយា និងឪពុកក្មេកឲ្យសោះ ព្រោះវាជាអំពើអសីលធម៌មួយ សម្រាប់ការរស់នៅរួមគ្នា ក្នុងក្រុមគ្រួសារថែមទាំងគ្មានសុភមង្គលទៀងផង។

អ្នកខ្លះញៀនខ្លាំងពេក លេងភ្លេចផ្ទះ ភ្លេចកូន ភ្លេចប្រពន្ធ

ភ្លេចប្តី (មានទ្រព្យសម្បត្តិទៀតផង) មួយថ្ងៃៗសំកុកនៅតែក្នុងវង់ល្បែង ការងារមិនខ្ចីធ្វើ គ្មានប្រាក់ចំណូលចូលផ្ទះ បានធ្វើឲ្យគ្រួសារមានការលំបាកវេទនាជាខ្លាំង មិនមានការទទួលខុសត្រូវ ចំពោះក្រុមគ្រួសារ ទីបញ្ចប់ក៏ធ្លាក់ខ្លួនក្រ រករអង្ករច្រកឆ្នាំងគ្មាន ធ្វើឲ្យកូនចៅអត់បាយក្រហាយទឹក ការដែលប្រព្រឹត្តលេងល្បែងស៊ីសងយ៉ាងនេះរមែងមានទោសច្រើនប្រការ ។

អ្នកលេងល្បែងភ្នាល់ប្រកបដោយទោស ៦ យ៉ាង

១-ជយំវេរំបសវតិ អ្នកលេងឈ្នះរមែងធ្វើឲ្យអ្នកចាញ់ចងវេរា

២-ធនស្សំរិសោចតិ អ្នកលេងចាញ់ រមែងសោកស្តាយទ្រព្យដែលវិនាសទៅ ។

៣-សន្ទិដ្ឋិកាធនជានី សេចក្តីវិនាសទ្រព្យនិងឃើញច្បាស់ទាន់ភ្នែក

៤-សភាគតស្សវចនំនរុហតិ ពាក្យរបស់អ្នកលេងល្បែងភ្នាល់យកជាសាក្សីជាបន្ទាល់ពិតមិនបាន ។

៥-មិត្តាមច្ចានំបរិភូតាហោតិ ពួកមិត្រសំឡាញ់ដែលគេមិនលេងល្បែងភ្នាល់តែងមើលងាយ ។

៦-អាវាហវិវាហកានំអបត្ថិតោហោតិ ពួកជនអ្នកធ្វើនូវអាវាហាវិវាហមង្គល គេមិនត្រូវការឡើយ ។

-អ្នកលេងឈ្នះរមែងធ្វើឱ្យអ្នកចាញ់ចងវេរា ធម្មតានៃអ្នកលេងល្បែងស៊ីសង តែងតែមានការឈ្នះនិងការចាញ់ សម្រាប់បុគ្គលដែលជាអ្នកប្រព្រឹត្តវា ហើយអ្នកដែលឈ្នះ តែងតែមានទឹកមុខស្រស់ប្រិម

ប្រិយញញឹមញញែម សប្បាយរីករាយគ្រប់ឥរិយាបថទាំងបួនប្រការ សម្រាប់បុគ្គលដែលចាញ់គេវិញនុ៎ះ មានទឹកមុខស្រពោន មិនមានការសប្បាយរីករាយ ត្រេកអរសាទរជាមួយគេទេ មានតែការអាក់អន់ស្រពន់ចិត្តទៅវិញ ហើយថែមទាំងមាននូវអារម្មណ៍ ឆាប់ក្រេវក្រោធឆាប់ខឹង ប្រសិនបើមានបុគ្គលណាមួយ គាត់បានមកសួរនាំចំពោះរូបគេ ។

អ្នកចាញ់តែងតែមានគំនិត ត្រិះរិះគ្រប់បែបយ៉ាងទាំងអស់ ដើម្បីរកវិធីសាស្ត្រ ក្នុងការលេងល្បែងឲ្យឈ្នះគេ ព្រោះខ្លួនធ្លាប់ទទួលនូវការអាម៉ាស់ជាច្រើនលើក ច្រើនសាហើយ មិនចង់ទទួលការអាម៉ាស់នោះទៀតឡើយ ហើយក្នុងមួយថ្ងៃៗ មាត់តែងទន្ទេញចង់ឈ្នះជានិច្ច គឺចង់ឲ្យបុគ្គលដែលធ្លាប់ឈ្នះខ្លួន ត្រឡប់ជាចាញ់ខ្លួនវិញ ទើបអស់ចិត្ត ប្រសិនបើមិនដូចការគិតទេ នឹងរកនូវឧបាយកលថ្មីថែមទៀត ធ្វើយ៉ាងណាឲ្យតែខ្លួនបានឈ្នះ ។

-អ្នកលេងចាញ់រមែងសោកស្ដាយទ្រព្យដែលវិនាសទៅ រឿងនេះពិតណាស់ សម្រាប់បុគ្គលដែលជាអ្នកចាញ់ទ្រព្យមាន **(មាស ប្រាក់ លុយកាក់)** តែងតែមានវិប្បដិសារី សោកស្ដាយចំពោះទ្រព្យដែលវិនាសទៅនោះជានិច្ច ដោយនឹកឃើញនូវហេតុផលជាច្រើន ក្នុងការប្រើប្រាស់ទ្រព្យនោះ ប្រសិនបើខ្លួនយកទៅប្រកបមុខរបរវិញនោះ រមែងបានប្រាក់ចំណេញខ្លះមិនខានឡើយ បើទិញសម្ភារៈប្រើប្រាស់វិញប្រាកដជាមានប្រយោជន៍ បើទិញរបស់បរិភោគវិញ ប្រាកដជាបានឆ្អែតមិន

ខាន ប៉ុន្តែបែរជាចាញ់ល្បែងអស់ទៅវិញ មានតែភាពសោកស្តាយ មិនអាចបានទ្រព្យនោះមកវិញឡើយ ដើរទាត់ខ្យល់ និងបោសគូថ-ខោទៅផ្ទះទាំងមុខស្រពោនតែប៉ុណ្ណោះ ។

ចំពោះពេលវេលាវិញ ចំណាយពេលឲ្យកន្លងទៅ ដោយឥត ប្រយោជន៍មិនបានធ្វើអ្វីសម្រាប់ខ្លួន និងក្រុមគ្រួសារ សង្គមជាតិសូម្បី តែបន្តិចបន្តួច បែរជាយកពេលវេលា ទៅប្រព្រឹត្តល្បែងស៊ីសងទៅ វិញ នៅទីបញ្ចប់គឺមានតែភាពវិនាសទ្រព្យសម្បត្តិ ធ្វើឲ្យខ្លួនធ្លាក់ក្នុង រណ្តៅដីសែនជ្រៅ មិនអាចរកសុភមង្គលបាន ក្លាយទៅជាមនុស្ស ក្រីក្រលំបាកតោកយ៉ាក ព្រោះតែការចាញ់ល្បែង ។

-សេចក្តីវិនាសទ្រព្យនិងឃើញច្បាស់ទាន់ភ្នែក សម្រាប់អ្នកលេង ល្បែងស៊ីសងភាគច្រើននោះ ច្រើនតែចាញ់អស់ទ្រព្យសម្បត្តិ ពីផ្ទះ សម្បែងអស់រលីង យើងទាំងអស់គ្នា អាចមើលឃើញប្រាកដភ្នែក ច្បាស់តែម្តង ។

ចូរយើងទាំងអស់គ្នា ធ្វើការពិចារណាមើលថា តើមានមនុស្ស ប៉ុន្មាននាក់ ? ដែលចូលទៅលេងក្នុងវង់ល្បែងហើយបានឈ្នះ និង នៅសល់លុយកាក់ត្រឡប់មកផ្ទះវិញ ? រឿងនេះមានតិចតួចណាស់ សំរាប់អ្នកឈ្នះ ភាគច្រើននោះ មានតែមនុស្សចាញ់ទ្រព្យអស់រលីង សូម្បីតែលុយកាក់ មាសពេជ្រ កែវកង កង់ ម៉ូតូ ស៊ីក្លូ ឡាន លក់គ្មានសល់ ដីស្រែចំការ ក៏ហ៊ានលក់ផងដែរ ។ ទាំងអស់នេះ មក ពីការលេងល្បែង ហើយនៅទីបញ្ចប់មានតែទឹកមុខក្រៀមក្រំ គ្មាន ការសប្បាយរីករាយ ដើរបោសតែគូថខោចេញអំពីវង់ល្បែង មានតែ

ភាពសោកស្តាយ ចំពោះទ្រព្យនោះតែប៉ុណ្ណោះឯង ទោះបីខំប្រឹងប្រែង យ៉ាងណា ក៏មិនអាចយកមកវិញបានដែរ ពុំនោះសោតអុជធូបបន់ស្រន់ចំពោះទេវតា ឬព្រះអាទិទេពក៏មិនអាចជួយបានដែរ មានតែភាពអាម៉ាស់តែប៉ុណ្ណោះ ។

មនុស្សខ្លះ ហេតុតែញៀននឹងល្បែងខ្លាំងពេក បានអុជធូបទៀនបន់ស្រន់សូមអង្វរករឲ្យទេវតា ព្រះអាទិទេពជួយដល់ខ្លួន ប៉ុន្តែការធ្វើរបស់មនុស្សទាំងអស់នោះ ជាការគិតខុសទាំងស្រុងតែម្តង ។ ប្រសិនបើមនុស្សយើង ចង់មានទ្រព្យសម្បត្តិ ទាល់តែមានការប្រឹងប្រែងរកទ្រព្យនោះ ឲ្យបានត្រឹមត្រូវទៅតាមសម្មាអាជីវៈ មិនមែនស្វែងរកទ្រព្យ ដោយការលេងល្បែងស៊ីសងនោះទេ ។

-ពាក្យរបស់អ្នកលេងល្បែងភ្នាល់និងយកជាសក្សីជាបន្ទាល់ពិតមិនបាន

អ្នកលេងល្បែងភ្នាល់ ពេលដែលខ្លួនចាញ់ល្បែង តែងតែមានការខ្ចីបុលគ្នាទៅវិញទៅមក ប៉ុន្តែបញ្ហាខ្ចីបុល នឹងយកជាការពិតមិនបាន ព្រោះថាមនុស្សដែលញៀនល្បែង ពេលដែលខ្លួនចាញ់អស់ តែងមានសម្តីផ្អែមល្ហែមប្រាថ្នាដើម្បីខ្ចីបុលទ្រព្យរបស់អ្នកដទៃ ហើយបានពោលសន្យាថា នឹងសងនៅក្នុងថ្ងៃនេះថ្ងៃនោះ ដោយអះអាងថាខ្លួនមានអ្នកនេះអ្នកនោះជាសក្សី ប្រសិនបើរូបយើង បានលង់ក្នុងសម្តីផ្អែមនោះ យើងប្រាកដជាខកចិត្តមិនខានឡើយ ។

ព្រោះទម្លាប់អ្នកលេងល្បែង តែងតែរកពាក្យដោះសាជានិច្ច ព្រមទាំងដើរគេចមុខ ពីម្ចាស់បំណុលទៀតផង ពេលដែលបានជួបបែរជានិយាយថា ចាំថ្ងៃនេះថ្ងៃនោះទៅវិញ ។ តាមពិតទៅគេមិនចង់

សងវិញឡើយ មានទ្រព្យឯណានឹងសងគេ បើខ្លួនក្នុងមួយថ្ងៃៗ នៅតែក្នុងវង់ល្បែងមានពេលឯណានឹងទៅរកទ្រព្យ ដូច្នេះហើយយើងមិនត្រូវជឿលើពាក្យសម្ដីរបស់អ្នកលេងល្បែង ឬក៏យកមកធ្វើជាសាក្សីសម្រាប់រឿងរ៉ាវអ្វីមួយពុំបាន ច្រើនតែជាមនុស្សមិនទៀងត្រង់ មានការកុហកភូតភរនិងមានកលល្បិចច្រើន ពូកែខាងរកពាក្យនិយាយដោះសាណាស់ ។

សម្រាប់បុគ្គលដែលមានទ្រព្យធនធាន មុននឹងសម្រេចចិត្តឲ្យអ្នកលេងល្បែងខ្ចីបុល ត្រូវធ្វើការត្រិះរិះឲ្យបានល្អិតល្អន់ ហើយត្រូវរកមនុស្សធ្វើជាសាក្សី ឲ្យបានច្បាស់លាស់ ដូចជាអ្នករក្សានូវសីលមេភូមិ មេឃុំ ។ល។ ដើម្បីកុំឲ្យមានការខាតបង់ទ្រព្យសម្បត្តិ ដោយឥតប្រយោជន៍ឲ្យសោះ ។ ព្រោះទ្រព្យសម្បត្តិរកបានមកដោយលំបាកណាស់ គឺមិនត្រូវមានសេចក្ដីធ្វេសប្រហែសក្នុងរឿងនោះឡើយ ។

-ពួកមិត្តសំឡាញ់ ដែលគេមិនលេងល្បែងភ្នាល់ តែងមើលងាយ រឿងនេះពិតប្រាកដមែន ហើយត្រឹមត្រូវទៀតផង សម្រាប់មនុស្សម្នាជាច្រើន ទោះបីពួកមិត្តសំឡាញ់ក្ដី ពួកសប្បុរសក្ដី មិនបានស្រឡាញ់ពេញចិត្តក្នុងការលេងល្បែងស៊ីសងទេ ព្រោះជាហេតុធ្វើឲ្យជីវិតដល់នូវសេចក្ដីវិនាស ។

ដូច្នេះហើយ ពួកមិត្តសំឡាញ់ដែលជាសប្បុរសតែងតែពោលដាស់តឿន ចំពោះមិត្តដែលបានដើរផ្លូវខុស ឲ្យកែប្រែជីវិតដើរតាមគន្លងធម៌ដ៏ត្រឹមត្រូវវិញ ព្រមទាំងពោលតិះដៀល ចំពោះអបាយមុខទៀតផង ។ ជាពិសេសការលេងល្បែងភ្នាល់នេះ តែងតែកាត់បង់នូវ

ប្រយោជន៍ទាំងពីរ ទាំងផ្លូវបច្ចុប្បន្ន និងទាំងអនាគត ។

មួយថ្ងៃៗរស់តែនៅក្នុងវង់ល្បែង មានពេលឯណាសិក្សារៀនសូត្រ មានពេលឯណាប្រកបកិច្ចការងារ មានពេលឯណាស្វែងរកទ្រព្យសម្បត្តិ មានពេលឯណាសង្គ្រោះមាតាបិតា មានពេលឯណាថែរក្សាកូនចៅ មានពេលឯណាជួយសង្គ្រោះដល់ជនទុគ៌ត មានពេលឯណាកសាងបុណ្យកុសលសំរាប់ភពថ្មីទៀតនោះ ។

ម្យ៉ាងវិញទៀត សម្រាប់បុគ្គលដែលពេញចិត្តនឹងល្បែងតែងតែមានការប្រមាថមើលងាយច្រើន អំពីមនុស្សដែលមានសេចក្តីព្យាយាមប្រឹងប្រែងក្នុងការស្វែងរកទ្រព្យ និងបុណ្យកុសលនានា ដើម្បីធ្វើឲ្យជីវភាពគ្រួសារ និងសង្គមជាតិមានការរីកចម្រើនជានិច្ច គឺពីមួយថ្ងៃទៅមួយថ្ងៃ មានតែការអភិវឌ្ឍទៅរកភាពសម្បូរសប្បាយ និងសុខសន្តិភាព គ្មានអំពើអបាយមុខ ។

-ពួកជនអ្នកធ្វើនូវអាវាហវិវាហមង្គលគេមិនត្រូវការឡើយ ចំពោះក្រុមគ្រួសារ ដែលរៀបចំអាពាហ៍ពិពាហ៍ឲ្យកូនប្រុស-ស្រី ពួកគេមិនត្រូវការមនុស្ស ដែលញៀនញ៉ាមនឹងល្បែង មកធ្វើជាកូនកំដរ ឬបំរើការងារក្នុងពិធីមង្គលការនោះឡើយ ដោយពួកជនទាំងអស់នោះយល់ឃើញថា មនុស្សដែលលេងល្បែងភ្នាល់ តែងតែផ្តល់នូវភាពអពមង្គលដល់កូនប្រុស-ស្រី អាចដឹកនាំឲ្យកូនរបស់ខ្លួន ចេះលេងល្បែងតាមដែរ ។ ហេតុនេះ បានជាពួកគាត់ មិនត្រូវការយកជនទាំងនោះមកប្រើប្រាស់ទេ ព្រោះនេះជារឿងសុភមង្គលជីវិតកូនគ្រប់គ្នាគេមិនអាចបណ្តែតបណ្តោយឲ្យបាបធម៌ ចូលមកលាយឡំច្របូកច្រ-

បល់ ព្រមទាំងជៀសវាងគំរូដ៏រអាក្រក់ទាំងឡាយផងដែរ ។

-បាបមិត្ត យកមនុស្សអាក្រក់ធ្វើមិត្ត ការដែលយកមនុស្សអាក្រក់មកធ្វើមិត្ត មិនដែលដឹកនាំរូបយើងឲ្យទៅរកសេចក្តីចម្រើនទេ មានការដឹកនាំឲ្យឈានទៅរកសេចក្តីវិនាស វិនាសទាំងផ្នែកសុខភាព និងតម្លៃនៃជីវិតរស់នៅផងដែរ ។ ព្រោះបាបមិត្តទាំងនោះ បានដឹកនាំឬពន្យល់ណែនាំយើង ឲ្យចេះលួច ចេះកុហក ចេះផឹកសុរា ចេះ-សេពឬប្រើប្រាស់គ្រឿងញៀន ។

នៅក្នុងបច្ចុប្បន្នកាលនេះ ក្នុងប្រទេសយើងមានប្អូនៗយុវជន យុវនារី កុមារា កុមារី ជាច្រើនដែលបានប្រើប្រាស់គ្រឿងញៀន ជាពិសេសនោះ គឺតាមច្រកព្រំដែននៃប្រទេសជិតខាងតែម្តង ដែលត្រូវជនខិលខូចនាំចូលមក យកមកបំពក់បំពុលកូនខ្មែរ ឲ្យវង្វេងភ្លេចស្មារតី ភ្លេចការសិក្សា ភ្លេចផ្ទះសម្បែង ភ្លេចឪពុកម្តាយ ភ្លេចមីងមា ភ្លេចបងភ្លេចប្អូន ។

គ្រឿងញៀនទាំងអស់នេះ មានថ្នាំអាភៀន ថ្នាំយ៉ាម៉ា ថ្នាំ-ហេរ៉ូអ៊ីន ថ្នាំយ៉ាម៉ាទឹកកក ។ល។ ដែលមនុស្សមួយចំនួន បានប្រើប្រាស់វា ហើយថ្នាំញៀនទាំងអស់នេះ មនុស្សដែលប្រើប្រាស់វាបាន យកមកជក់ យកមកលេប យកមកផឹក យកមកចាក់ អ្នកខ្លះបានហិតការទៀតផង ធ្វើឲ្យសតិវង្វេងវង្វាន់មិនសូវដឹងអ្វីទាំងអស់ ពេលដែលមនុស្សបានប្រើប្រាស់វា មនុស្សស្លូតបែរជាកាចសាហាវ មនុស្សដែលមានស្មារតីគ្រប់គ្រាន់ បែរជាភ្លេចមុខភ្លេចក្រោយ មានមនុស្សខ្លះធ្លាប់តែមានកម្លាំងកំហែងបែរជាគ្មានកម្លាំងទៅវិញ ។ មានយុវជន

យុវនារី មួយចំនួនបានប្រើប្រាស់គ្រឿងញៀនហើយ កាចសាហាវ បានគំរាមកំហែងឪពុកម្តាយ បងប្អូន អ្នកខ្លះហ៊ានសម្លាប់ម៉ែឪទៀតផង បានធ្វើឲ្យសង្គមមានភាពអសន្តិសុខ ។

ដូច្នេះហើយ **បានជាប្រមុខនៃរាជរដ្ឋាភិបាល** បង្កើតនូវមណ្ឌលកែប្រែជាច្រើនកន្លែង ដើម្បីយកមនុស្សទាំងនោះ មកធ្វើការកែប្រែអប់រំឲ្យក្លាយទៅជាកូនល្អ សិស្សល្អ ប្រជាពលរដ្ឋល្អ ពុទ្ធបរិស័ទល្អ ហើយឲ្យកសាងអនាគតសាជាថ្មី មិនត្រូវធ្វើជីវិតឲ្យធ្លាក់ក្នុងភក់ជ្រាំម្តងទៀតឡើយ ។ ទាំងអស់នេះ គឺជាការយកចិត្តទុកដាក់បំផុត សម្រាប់អាជ្ញាធរដែនដីគ្រប់លំដាប់ថ្នាក់ ជាពិសេសនោះ ថ្នាក់ដឹកនាំប្រទេស គឺរាជរដ្ឋាភិបាលតែម្តង ។

តើបារីរាប់បញ្ចូលជាប្រភេទគ្រឿងញៀនដែរឬទេ ?

បារីក៏អាចរាប់បញ្ចូលជាប្រភេទគ្រឿងញៀនបានដែរ ប៉ុន្តែ-ជាប្រភេទគ្រឿងញៀនកំរិតស្រាល ដែលពិភពលោកបានអនុញ្ញាតឲ្យប្រើប្រាស់ឬជក់វាបាន ហើយមានប្រទេសជាច្រើន ដែលផលិតនិងជក់វា មានប្រទេសខ្លះមិនបានអនុញ្ញាតឲ្យមានឬឲ្យជក់ដែរ ។ ដូច្នេះយើងអាចត្រិះរិះពិចារណា អំពីភាពវិជ្ជមាន និងភាពអវិជ្ជមាន ដោយហេតុថា បារីជំនាន់ដើមធ្វើដោយថ្នាំជក់សុទ្ធសាធ គេមិនបានលាយដោយជាតិគីមីអ្វីទាំងអស់ ពេលដែលមនុស្សជក់វាមិនសូវប៉ះពាល់ដល់សុខភាពឡើយ។ ហើយបារីសព្វថ្ងៃនេះគេផ្សំ ដោយសារធាតុគីមីជាច្រើន នៅពេលដែលមនុស្សបានជក់វា មានការប៉ះពាល់ដល់សុខភាព

ជាខ្លាំង ដូច្នេះបានជាអង្គការសុខភាពពិភពលោក បានប្រកាសជាសា-ធារណៈ ឲ្យដឹងអំពីផលវិបាកនៃការជក់បារី អាចនាំឲ្យកើតរោគជាច្រើនទៀតផង ។ បារីទោះបីជាមានការអនុញ្ញាតឲ្យជក់ក្តី មានការបិទនូវផ្លាកសញ្ញា ឲ្យយើងដឹងអំពីផលប៉ះពាល់របស់វាដែរ ហើយមានប្រទេសជាច្រើននៅលើពិភពលោក បានចេញបទបញ្ជាបញ្ញត្តិមិនឲ្យជក់បារីតាមសាធារណៈ ប្រទេសខ្លះទៀតបញ្ញត្តិមិនឲ្យមានតែម្តង។

មិត្តអ្នកអាន ជាទីស្រឡាញ់រាប់អាន ក្នុងនាមខ្ញុំជាអ្នកសរសេរមិនបានបដិសេធចោលទាំងស្រុងដែរ ព្រោះថាកាលដើមឡើយ រូបខ្ញុំផ្ទាល់ក៏ជាអ្នកជក់បារីមួយរូបដែរ ពេលដែលខ្ញុំបានប្រើប្រាស់ឬជក់វាជាលើកដំបូងហាក់បីដូចជាឆ្ងាញ់ណាស់ នៅពេលដែលជក់បានច្រើនឆ្នាំទៅបានធ្វើឲ្យសុខភាពរបស់ខ្ញុំចុះខ្សោយហើយធ្វើឲ្យប្រព័ន្ធដកដង្ហើមពិបាកដកជាខ្លាំង ហើយឆាប់ហត់ ធំក្លិនមាត់ ព្រមទាំងរលាកបំពង់កទៀតផង ។

ដោយឃើញនូវផលវិបាកទាំងអស់នេះហើយ បានជាធ្វើឲ្យខ្ញុំសម្រេចចិត្តឈប់ជក់បារីតាំងតែពីឆ្នាំ២០០៣ រហូតដល់បច្ចុប្បន្ននេះ ហើយការដកដង្ហើម ក៏បានស្រួលដូចដើមវិញ មិនមានការហត់ដូចមុនទៀតឡើយ ព្រមទាំងមិនមានការភ័យព្រួយ អំពីជំងឺមហារីកសួតទៀត ។

នៅក្នុងផ្សែងបារីមានសារធាតុគីមីសំខាន់ៗបួនក្រុមគឺ :

-នីកូទីន សារធាតុបណ្តាលឲ្យញៀន និងបណ្តាលឲ្យកើតជំងឺបេះដូង និងជំងឺសរសៃឈាម ។

-កាបូនម៉ូណូអុកស៊ីត វាកាត់បន្ថយអុកស៊ីសែនដែលទៅចិញ្ចឹមជាលិកា ដោយសារធាតុភ្ជាប់នឹងគោលិកា បានខ្លាំងជាង ។

-ជ័រថា ជាសារធាតុគីមីដែលបណ្តាលឲ្យកើតជំងឺមហារីក ។

-សារធាតុពុល បំពុលចំពោះរោមតូចៗ ដែលពពួកសារធាតុដែលបណ្តាលឲ្យកើតជំងឺហើមសួតនិងមហារីក ។

ដូចនេះសារធាតុទាំងបួនប្រភេទនេះហើយ ដែលបណ្តាលឲ្យអ្នកជក់បារីកើតជំងឺច្រើនយ៉ាង មានអ្នកជក់បារីខ្លះបានស្លាប់ ព្រោះតែកើតរោគទាំងអស់នេះឯង ខ្លះទៀតមានជំងឺរ៉ាំរ៉ៃ ពិបាកក្នុងខ្លួនជាខ្លាំង ។

ផលប៉ះពាល់លើសុខភាពនៃការស្រូបផ្សែងបារីពីគេចំពោះស្ត្រី និងកុមារ

-ជំងឺផ្លូវដង្ហើម

-បន្ថយការលូតលាស់នៃមុខងាររបស់សួត

-ជំងឺហឺត និងជំរុញ ឲ្យកាន់តែមានសភាពធ្ងន់ធ្ងរ

-ជំងឺមហារីកដូចជា សួត ឈាម ខួរក្បាល

-ការលូតលាស់មិនបានល្អផ្នែកសរសៃប្រសាទ និងភាពឆ្លាតវៃ ផលវិបាកលើ សរសៃឈាម និងបេះដូង ។

ផលប៉ះពាល់លើសុខភាពដទៃទៀតនៃការស្រូបផ្សែងបារី

-ភ្នែក : ក្រហម រមាស់ ហៀរទឹកភ្នែក

-ច្រមុះ : តឹងច្រមុះ ហៀរសំបោរ កណ្តាស

-បំពង់ក : រមាស់ ក្អក ឈឺបំពង់ក

-សក់ និងធ្មេញ : ធំក្លិនមិនល្អ ធ្មេញខ្មៅ ។

ផលប៉ះពាល់នៃការជក់បារីចំពោះស្ត្រី និងទារក

-មហារីកដោះ

-មហារីកមាត់ស្បូន

-អាចមិនមានកូនបាន

-សំរាលកូនមិនគ្រប់ខែ

-ធ្លាប់អស់រដូវ

-ទារកមានការលូតលាស់យឺត

-កូនកើតមកមិនគ្រប់គីឡូ

-អន់ថយភាពវៃឆ្លាត

-កូនកើតមកស្លាប់ ។

សូមមេត្តាកុំជក់បារីតាមសាធារណៈ ឬទីប្រជុំជន ពីព្រោះ

១-ការជក់បារីបណ្តាលឲ្យកើតជំងឺ :

-មហារីក :បំពង់ក បំពង់សម្លេង បំពង់អាហារ សួត ក្រពះ លំពែង ថ្លើម ប្លោកនោម ឈាម មាត់ស្បូន តំរងនោម ។

-បេះដូង និង សរសៃឈាម :

ដាច់សរសៃឈាមក្នុងខួរក្បាល គាំងបេះដូង ក្រិន និង ស្ទះសរសៃឈាម ។

-ផ្លូវដង្ហើម

រលាកទងសួត ហើមសួត ស្ទះផ្លូវដង្ហើម បង្កើនភាពធ្ងន់ធ្ងរនៃជំងឺហឺត ជំងឺសួតរាំរ៉ៃ ។

-ជំងឺបៅក្រពះ និងជំងឺផ្សេងៗជាច្រើនទៀត ។

២-អ្នកស្រូបផ្សែងបារីពីគេ គឺបណ្តាលឲ្យទទួលរងនូវជំងឺជាច្រើនប្រភេទ ដូចជាអ្នកជក់ដែរ ។

៣-តាមរបាយការណ៍របស់អង្គការសុខភាពពិភពលោកបានបង្ហាញថា មានប្រជាពលរដ្ឋទូទាំងពិភពលោក ប្រមាណ**៥លាននាក់**ស្លាប់ជារៀងរាល់ឆ្នាំបណ្តាលមកជំងឺដែលបង្កឡើងដោយការជក់បារី ។

ការស្រឡាញ់បារីឈ្មោះថាស្អប់ខ្លួនឯង

ហេតុនេះហើយ ក្នុងនាមខ្ញុំជាអ្នកសរសេរ គ្រាន់តែស្នើសុំឲ្យអ្នកជក់បារីទាំងអស់ មាននូវក្រមសីលធម៌ សុជីវធម៌ ក្នុងការរស់

នៅរួបរួមគ្នា មិនត្រូវជក់បារីក្នុងទីប្រជុំជន មានសាលាបុណ្យ សាលារៀន ទីផ្សារជាដើម ដែលនាំឲ្យហុយផ្សែងទៅលើអ្នកដទៃ អាចធ្វើឲ្យគេពិបាកក្នុងការដកដង្ហើម និងក្អកទៀតផង ព្រោះរូបគេទាំងអស់នោះមិនបានចេះជក់បារីដូចជាយើងទេ ដូច្នេះហើយក្នុងនាមយើងជាអ្នកជក់បារីគួរតែទៅជក់ក្នុងទីកំបាំងតែម្នាក់ឯង កុំឲ្យប៉ះពាល់ដល់សុខភាពរបស់អ្នកដទៃ ។

ត្រង់ចំណុចនេះ ប្រជាជនខ្មែរយើងមួយចំនួនតូច បានប្រព្រឹត្តខុសឆ្គងទៅហើយ ដោយមិនបានគិតអំពីអារម្មណ៍របស់អ្នកដទៃ បើនិយាយឲ្យងាយស្តាប់ទៅ ខ្វះក្រមសីលធម៌ និងសុជីវធម៌ ក្នុងការរស់នៅក្នុងសង្គមជាមួយគ្នា ដូច្នេះហើយខ្ញុំសង្ឃឹមថា មិត្តអ្នកអានប្រាកដជាធ្វើការត្រិះរិះពិចារណាជាក់ជាមិនខានឡើយ អំពីផលប៉ះពាល់ទាំងអស់នោះ ។

<u>គំនិតគួរពិចារណា</u>

បើអ្នកបានចេះ ក្នុងលោកីយ៍នេះ មានគេរាប់អាន

បូជាមាសប្រាក់ យសសក្តិថ្កើងថ្កាន ចូរអ្នករៀនអាន

សព្វៗថ្ងៃហោង ។

ពាណិជ្ជកម្មក្បត់វិទ្យាសាស្ត្រ

បច្ចុប្បន្ននេះ នៅក្នុងប្រទេសកម្ពុជាយើង កំពុងតែមានការរីកចម្រើនជាខ្លាំង និងឆាប់រហ័សទៀតផង ។ ការរីកចម្រើនមានស្ទើរតែគ្រប់វិស័យទាំងអស់ នៅក្នុងនោះមានវិស័យពាណិជ្ជកម្មផងដែរ ដែលគួរឲ្យកត់សម្គាល់បាន ទាំងផ្នែកវិជ្ជមាន និងអវិជ្ជមាន ។

ទន្ទឹមនឹងប្រទេស កំពុងតែមានការបោះជំហាន ទៅមុខជាបណ្ដើរៗនោះហើយក៏កំពុងតែទទួលនូវការញាំញីជាច្រើនអន្លើផងដែរ ដោយសារតែមនុស្សរស់នៅក្នុងសង្គមមួយចំនួន ហាក់បីដូចជាកំពុងតែមើលរំលងនូវយន្តការមួយ ដែលមានលក្ខណៈវិទ្យាសាស្ត្រ ហើយពួកគេបែរជានាំគ្នាខំប្រឹងចាប់យកនូវទស្សនៈមួយ ដែលខ្វះនូវខ្លឹមសារប្រកបដោយសីលធម៌ឬវិទ្យាសាស្ត្រយ៉ាងណាមិញ យើងមើលឃើញហើយថា ទ្រឹស្ដីមួយចំនួនដែលដូនតាយើងធ្លាប់បានឲ្យតម្លៃថា ដែលជាទ្រឹស្ដីដែលមានលក្ខណៈវិទ្យាសាស្ត្រ រហូតដល់ពួកគាត់យកមកចងក្រងធ្វើជាក្បួនច្បាប់ សម្រាប់ឲ្យកូនចៅជំនាន់ក្រោយរៀនសូត្រ និងយកតម្រាប់តាម ត្រូវបានគេជាន់ឈ្លី មើលស្រាលដោយការកែប្រែទ្រឹស្ដីវិទ្យាសាស្ត្រទាំងនោះ ឲ្យក្លាយទៅជាទ្រឹស្ដីបំបែកបំបាក់ ខ្វះការសាមគ្គីគ្នាមិនទុកចិត្តគ្នាទៅវិញ ពិសេសទៅទៀតនោះ គេបានយកនូវទ្រឹស្ដីទាំងនោះ មកបំរើមហិច្ឆិតាផ្ទាល់ខ្លួនទៅវិញ មិនតែប៉ុណ្ណោះនៅក្នុងការផ្សព្វផ្សាយពាណិជ្ជកម្ម គេក៏មើលឃើញផងដែរថា មានពាណិជ្ជកម្មខ្លះ មានលក្ខណៈក្បត់វិទ្យាសាស្ត្រទាំងស្រុងតែម្ដង ។

តើពាណិជ្ជកម្មនិងទស្សនៈក្បត់វិទ្យាសាស្ត្រអ្វីខ្លះ

ដែលយើងតែងតែបានឮជារឿយៗនៅក្នុងជីវិតប្រចាំថ្ងៃ?

ព្រះពុទ្ធមានពុទ្ធដីកាថា **"ធ្វើល្អបានល្អធ្វើអាក្រក់បានអាក្រក់"** តាមរយៈទស្សនៈនេះ ព្រះពុទ្ធអង្គនៃយើង ចង់អប់រំដល់មនុស្សទាំងអស់ឲ្យចេះកសាងកុសលធម៌ ធ្វើបុណ្យដាក់ទានដល់អ្នកក្រីក្រ អ្នកដែលខ្វះខាត រកព្រឹកខ្វះល្ងាច រកល្ងាចខ្វះព្រឹក អំពើល្អដែលយើងបានធ្វើវានឹងមកជួយឃុំគ្រងថែរក្សាខ្លួនយើងវិញ មិនថាជាតិនេះ ឬជាតិណាឡើយ កុសលផលបុណ្យដែលយើងបានខិតខំធ្វើ ទាំងកម្លាំងកាយនិងកម្លាំងចិត្តនោះ មិនបានបាត់ទៅណាឡើយ ផ្ទុយទៅវិញបើយើងគិតធ្វើអំពើអាក្រក់ទៅលើនរណាម្នាក់នោះ អំពើដែលយើងបានធ្វើវានឹងហុចផល មកដល់យើងវិញជាប្រាកដ ។

ឧទាហរណ៍ បើឪពុកម្ដាយអប់រំយើង ឲ្យខិតខំរៀនសូត្រឲ្យស្ដាប់បង្គាប់លោកគ្រូ អ្នកគ្រូ តែយើងមិនស្ដាប់ យើងនៅតែដើរលេង សេពគប់មិត្តភ័ក្តិមិនល្អនោះ នៅថ្ងៃខាងមុខយើង នឹងត្រូវប៉ូលីសចាប់ញាត់គុកប្រាកដជាមិនខានឡើយ ។

មនុស្សខ្លះ គេមិនបានយកទ្រឹស្ដីនេះ ទៅធ្វើការពិចារណាឲ្យបានដិតដល់នោះទេ គេបែរជាកែឬក៏បង្កើតទ្រឹស្ដីមួយ ដែលមានលក្ខណៈក្បត់វិទ្យាសាស្ត្រទាំងស្រុងទៅវិញ ជាក់ស្ដែងគេបានធ្វើការកែប្រែទ្រឹស្ដីថា: ***ធ្វើល្អបានល្អ ធ្វើអាក្រក់បានអាក្រក់ ទៅជាធ្វើល្អបានល្អ ធ្វើអាក្រក់បានស៊ីទៅវិញ*** ។

តាមពិតបើអ្នកធ្វើអាក្រក់ ហើយបានទៅលួចឆក់ប្លន់ សម្លាប់គេនោះ អ្នកនឹងត្រូវបានគេចាប់ដាក់គុកច្រវាក់ជាក់ជាមិនខាន ។ ទោះបីថ្ងៃនេះ អ្នកមិនទាន់ត្រូវបានគេចាប់ដាក់គុកក៏ដោយចុះ គង់មានថ្ងៃណាមួយ គេនឹងរកឃើញការពិត ហើយចាប់ដាក់ពន្ធនាគារជាក់ជា

មិនខាន ។ ដូច្នេះចូរអ្នកគិតទៅមើល តើការធ្វើរអាក្រក់នេះវាបានស៊ី ឬវាជាប់គុក ។

មានមនុស្សខ្លះ ដើម្បីឲ្យផលិតផលរបស់ខ្លួន លក់ឆាប់ដាច់ គេបានប្រើប្រព័ន្ធផ្សព្វផ្សាយ តាមរយៈវិទ្យុនិងទូរទស្សន៍ដោយនិយាយថា ***"ការផឹកស្រា នាំមកនូវកម្លាំងខ្លាំងក្លា ប្រាជ្ញាឆ្លាតវាងវៃ សាច់ឈាមស្រស់ស្អាត"*** នេះជាទស្សនៈក្បត់វិទ្យាសាស្ត្រ ក្បត់ពីការពិត តាមពិតការផឹកស្រាច្រើនៗ ជារឿយៗជាប្រចាំ វាមិនបានធ្វើឲ្យមនុស្សឆ្លាតស្អីនោះទេ គឺវាមានតែការបំផ្លាញសុខភាពរបស់មនុស្សទៅវិញទេតើ ។

បើសិនជាកុមារ ដែលបានទទួលការអប់រំ យ៉ាងដិតដល់ជាទីបំផុតក្នុងក្រុមគ្រួសារកុមារនោះ នឹងមិនក្លាយជាមនុស្សដែលចេះផឹកស្រា ឬ ញៀនស្រាតាំងពីក្មេងឡើយ ។ តែប្រសិនបើកុមាររូបនោះមិនបានទទួលនូវការអប់រំយ៉ាងដិតដល់នោះទេ ឬដោយសារតែគ្មានឪពុកម្តាយ ឬក៏មានឪពុកម្តាយដែរ តែមិនបានអប់រំដោយសារតែគ្មានពេល ក្មេងនោះប្រហែលជាក្លាយជាក្មេងម្នាក់ ដែលចេះផឹកស្រាពីក្មេងទៅតែម្តង ដូច្នេះហើយចំណេះដឹងដំបូងរបស់កុមារគឺការរៀនផឹកស្រាទៅវិញ ។

បារីក៏ជាពាណិជ្ជកម្មក្បត់វិទ្យាសាស្ត្រដែរ ដោយនៅក្នុងវិទ្យុនិងទូរទស្សន៍គេថា ***ជក់បារីនាំឱ្យមានអារម្មណ៍ស្រស់ថ្លាបរិសុទ្ធ*** តាមពិតបើសិនជាមនុស្សម្នាក់ៗ តែងតែជក់បារីជារឿយៗ ជាប្រចាំរាល់ថ្ងៃនោះ វានឹងនាំឲ្យប៉ះពាល់ដល់សុខភាពយ៉ាងខ្លាំង ហើយក្នុងថ្ងៃណាមួយជីវិតមនុស្សដែលជក់បារីជារឿយៗនោះ ប្រាកដជាបាត់បង់សមត្ថភាពក្នុងការប្រកបរបរចិញ្ចឹមជីវិត ។

ទោះបីជាមានការផ្សព្វផ្សាយ អំពីផលប៉ះពាល់សុខភាព ដែលចេញផ្សាយ អំពីក្រសួងសុខាភិបាលយ៉ាងណាក៏ដោយ ក៏នៅតែមានមនុស្សមួយចំនួនជក់បារីដដែល ព្រោះនៅពេលដែលគេជក់ គេថាមិនឃើញខូចសុខភាពឬស្លាប់ឡើយ ។ ត្រង់នេះខ្ញុំសូមបញ្ជាក់ថា បារីមិនអាចធ្វើឲ្យខូចសុខភាពភ្លាមៗបានទេ រាល់ការជក់បារីរបស់យើងម្តងៗ គឺវាបានសន្សំទុកនូវកំរិតនៃការធ្វើឲ្យខូចសុភាពនោះ ពេលដែលវាដល់កំរិតខ្ពស់ហើយ វានឹងបំផ្លាញសមត្ថភាពនិងជីវិតរបស់យើងយ៉ាងពិតប្រាកដ ។

ដូច្នេះដើម្បីធ្វើឲ្យប្រទេសកម្ពុជា ក្លាយជាប្រទេសមួយ ដែលមានការអភិវឌ្ឍ និងប្រកបទៅដោយនិរន្តរភាព យើងត្រូវគិតឲ្យបានច្បាស់លាស់ក្នុងការបង្កើត ឬកែប្រែនូវទស្សនៈណាមួយ ព្រោះវាមានតម្លៃ និងឥទ្ធិពលយ៉ាងខ្លាំងក្លា ទៅនឹងជីវភាពរស់នៅប្រចាំថ្ងៃរបស់មនុស្ស។ ពិសេសទៅទៀតនោះ រាល់ការផ្សព្វផ្សាយ អំពីពាណិជ្ជកម្មអ្វីមួយ គឺគេត្រូវគិតអំពីជីវិតរបស់មនុស្សជាដំបូងផងដែរ ។

<u>គំនិតគួរពិចារណា</u>

តួអក្សរសាស្ត្រ ប្រាជ្ញលោកប្រកាស ថាពិតប្រាកដ

ជាពន្លឺជាតិ ភ្លឺស្អាតហ្មត់ចត់ បើអក្សររលត់

ជាតិក៏រលាយ ។

តើជីវិតមនុស្សយើងក្លាយជាតួឯងនៅពេលណា?

សម្រាប់ជីវិតមនុស្សយើង ដែលបានកើតមកក្នុងលោកសន្និវាសនេះ មិនសូវខុសគ្នាប៉ុន្មានទេ ដោយជោគជតាកម្មបានកំណត់ទុកឲ្យ នឹងចារទុកមកសម្រាប់ជីវិតរបស់មនុស្សម្នាក់ៗផងដែរ ។

ដោយហេតុថា ការរស់នៅគឺមានជីវភាពខុសគ្នា ព្រោះកម្មបានចាត់ចែង ឲ្យកើតមកមិនមានឋានៈដូចគ្នាទេ គឺមានឋានៈឧត្តម ឋានៈកណ្តាល ឋានៈទាបបំផុត ។ ប៉ុន្តែសម្រាប់ការសម្តែងជាតួឯកវិញមិនខុសគ្នាទេ ដូចគ្នាទាំងស្រុងតែម្តង ទោះបីបុគ្គលមានក្រយ៉ាងណាក៏ដោយ ។

ការក្លាយជាតួឯកមាន ៣ ដំណាក់កាល

ក/ ពេលដែលប្រសូត

ខ/ ពេលដែលរៀបអាពាហ៍ពិពាហ៍

គ/ ពេលដែលធ្វើមរណៈកាល

-ពេលដែលប្រសូត សម្រាប់រឿងរ៉ាវ នៃជីវិតរបស់មនុស្សក្នុងការសម្តែងជាតួឯក តែងតែធ្វើឲ្យប្រិយមិត្តមានការចាប់អារម្មណ៍ ក្នុងខណៈពេលដែលខ្លួន បានមកចាប់បដិសន្ធិនៅក្នុងឧទរនៃមាតា ។ ដោយញាតិមិត្តជាច្រើនបានយកចិត្តទុកដាក់ ពួកគាត់ទាំងអស់គ្នាចង់ឃើញ ចង់យល់ ចង់ស្គាល់ រូបរាងនៃទារកនៅក្នុងផ្ទៃជាខ្លាំង ។

លុះដល់ពេលដែលប្រសូតចេញ អំពីឧទរនៃមាតាហើយ ជាពេលដែលធ្វើឲ្យមនុស្សគ្រប់គ្នា មានភាពភ័យព្រួយ តក់ស្លុតរន្ធត់

ញាប់ញ័រក្នុងចិត្តជាខ្លាំង និងភាពសប្បាយរីករាយ រំភើបក្នុងអារម្មណ៍ ហើយពួកគេតែងតែត្រេកអរសាទ ដោយឃើញទារកប្រសូតមក-ដោយសុវត្ថិភាពល្អ មិនមានគ្រោះថ្នាក់ដល់ជីវិតមាតា ព្រមទាំងជីវិតរបស់ទារក ។ ដោយឃើញតួឯកបានកើតឡើងក្នុងលោកនេះ ហើយពួកគេចង់ដឹងអំពីការរស់នៅរបស់តួឯកនោះ តើក្នុងថ្ងៃនៃអនាគតមានសភាពទៅជាយ៉ាងណា ? ។

-ពេលដែលរៀបអាពាហ៍ពិពាហ៍ សម្រាប់ជីវិតនៃតួឯក មិនមែននៅតែដដែលនោះទេ ហើយតែងមានការលូតលាស់អភិវឌ្ឍន៍ទៅជានិច្ច ពីមួយឆ្នាំទៅមួយឆ្នាំ គឺធំបន្តិចម្តងៗ រហូតដល់ពេញក្រមុំពេញកម្លោះ ។

នៅពេលដែលពេញវ័យហើយ ជីវិតអាពាហ៍ពិពាហ៍បានកើតឡើង សម្រាប់មនុស្សទាំងពីរភេទ រវាងបុរសនិងស្ត្រី ។ ហើយអ្នកទាំងពីរ បានក្លាយជាកូនក្រមុំ កូនកម្លោះ យ៉ាងស្រស់ស្អាតស្រស់សង្ហា និងជាទីពេចពិលរមិលមើលនៃពពួកញាតិមិត្ត គួរឲ្យចង់គយគន់ គឺមិនចង់ដាក់ភ្នែក តែងតែព្យាយាមសម្លឹងមើលជានិច្ច ។

ដោយពួកញាតិមិត្ត បានគិតពិចារណាថា តើរូបអ្នកទាំងពីរក្នុងថ្ងៃនៃអនាគតនឹងក្លាយជាយ៉ាងណា ? ត្រូវតែមានការទទួលខុសត្រូវខ្ពស់ សម្រាប់ជីវិតរបស់ខ្លួននិងក្រុមគ្រួសារ ព្រោះថាអ្នកទាំងពីរត្រូវបានក្លាយជាឪពុកម្តាយ របស់គេក្នុងថ្ងៃអនាគតផងដែរ នេះគឺជារឿងដែលមិនអាចជៀសបានឡើយ ។

-ពេលដែលធ្វើមរណៈកាល ក្រោយពេលដែលជីវិតអាពាហ៍-ពិពាហ៍បានកន្លងទៅជាច្រើនខែឆ្នាំ សម្រាប់រូបអ្នកទាំងពីរបានឈាន ទៅរកភាពចាស់ជរា មានភាពទ្រុឌទ្រោមជាខ្លាំង ចាស់ទាំងភ្នែក ចាស់ទាំងត្រចៀក ចាស់ទាំងច្រមុះ ចាស់ទាំងអណ្តាត ចាស់ទាំងកាយ ព្រមទាំងចិត្តផងដែរ ។

មិនអាចមានភាពរឹងមាំដូចដើមទៀតឡើយ គឺរោគាតែងតែ បៀតបៀនជានិច្ច មិនយូរប៉ុន្មានសេចក្តីស្លាប់ក៏មកដល់ បានផ្តាច់ យកជីវិតនៃអ្នកទាំងពីរនាក់ ឲ្យឃ្លាតចាកលោកនេះទៅ បានបន្សល់ ទុកនៅរូបកូនៗឲ្យកំព្រា ព្រមទាំងអនុស្សាវរីយ៍ជាច្រើន ។

ធ្វើឲ្យញាតិមិត្ត កូន ចៅ មានភាពសោកសង្រេង ស្រងេះ-ស្រងោចខ្លោចផ្សាក្នុងចិត្ត ក្តុកក្តួលអួលណែនឱរា ពើតផ្សាបេះដូង អាឡោះអាល័យ សោកស្តាយចំពោះរូបអ្នកទាំងពីរជាខ្លាំង មានតែការ សម្រក់ទឹកភ្នែក និងការជូនដំណើរទៅកាន់ទីប៉ាឆា កន្លែងដែលបូជា សពតែប៉ុណ្ណោះឯង ។

ទាំងអស់នេះ សបញ្ជាក់ឲ្យឃើញថា ជីវិតមនុស្សយើងមាន ភាពសំខាន់ក្នុងការសម្តែងជាតួឯក គឺមានតែបីដំណាក់កាលនេះឯង ហើយប្រសិនបើយើងធ្វើការសិក្សាពិចារណាទៅ ជីវិតនេះហាក់បីដូច ជាគ្មានខ្លឹមសារ សូម្បីតែបន្តិចបន្តួច ព្រោះការរស់នៅមានប្រមាណ ខ្លីណាស់ មិនបានប៉ុន្មានផងក៏ឃ្លាតចាកលោកនេះទៅហើយ បន្សល់ ទុកនៅតែកេរ្តិ៍ឈ្មោះតែប៉ុណ្ណោះឯង ។

សម្រាប់កេរ្តិ៍ឈ្មោះទៀតសោត បើជីវិតមនុស្សយើង ក្នុងការរស់នៅធ្វើអំពើអាក្រក់វិញ នោះនឹងទទួលការនិន្ទាអំពីមនុស្សម្នារជាច្រើន បន្សល់ទុកតែភាពអសោចិ៍ ដែលគួរឲ្យខ្លាចរអាទៅវិញ និងជាទីស្អប់ខ្ពើមអំពីសំណាក់ជនជាសប្បុរសផងដែរ ។ ប៉ុន្តែផ្ទុយទៅវិញ សម្រាប់មនុស្ស ដែលបានបំពេញសេចក្ដីល្អ ហើយបានសាងសន្សំប្រយោជន៍ទាំងពីរ ទាំងបច្ចុប្បន្ន និងអនាគត ។

មានន័យថា មនុស្សបានបំពេញបុណ្យកុសលទុកសម្រាប់ខ្លួន ព្រមទាំងសាងប្រយោជន៍ជាសាធារណៈ មានការកសាងផ្លូវថ្នល់ មន្ទីរពេទ្យ សាលារៀន ស្ពាន អណ្ដូងទឹក ស្រះទឹក វត្តអារាម និងការជួយសង្គ្រោះដល់ទុគ៌តជន កុមារកំព្រា ដូនចាស់ជរា ។ល។ ទាំងអស់នេះ ជាសេចក្ដីល្អដែលបុគ្គលទាំងឡាយ បានធ្វើរមែងមានកេរ្តិ៍ពិរោះក្បោះក្បាយ និងចារទុកជាប្រវត្តិសាស្ត្រទៀតផង។

✵ ✵ ✵ ✵ ✵ ✵ ✵

គំនិតគួរពិចារណា

ខ្ជិលបង្ហិនលោក ខ្ជិលបានទុក្ខសោក ខ្ជិលអាប់ប្រាជ្ញា

ខ្ជិលធ្លាក់នរក ខ្ជិលចោកសាសនា ខ្ជិលឥតវិជ្ជា

ខ្ជិលជាតិលិចលង់ ។

របៀបគ្រប់គ្រងលុយ

-ចេះរកលុយ តាមពិតលុយពិបាករកក៏ថាបាន ស្រណុករកក៏ថាបាន បើយើងដឹងពីវិធីរកវានោះ លុយស្រណុករកណាស់ តែបើយើងមិនដឹងពីរបៀបរកវាទេ នោះលុយពិបាករកណាស់ ។ វិធីដែលសាស្ត្ររកលុយមានច្រើនយ៉ាង អ្នកខ្លះគេរកតាមវិធីនេះ អ្នកខ្លះរកតាមវិធីនោះតែរៀងៗខ្លួន ។ ការប្រកបរអាជីវកម្ម មានលក់ដូរធ្វើពាណិជ្ជកម្មផ្សេងៗ សុទ្ធតែជារបៀបរកលុយរបស់គេទាំងអស់ ។ ចេះរកលុយទីនេះ គឺមិនមែនគ្រាន់តែចេះ រកតាមវិធីធម្មតាហៅថាចេះរកដែរនោះទេ លុះត្រាតែចេះពីរបៀបរកលុយ ដោយភាពឆ្លាតវៃ និងប៉ិនប្រសប់ ដែលធ្វើឲ្យអ្នកដទៃមិនចេះ មិនដឹង ទើបឈ្មោះឲ្យថា **ចេះរកលុយ** ។

ព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធទ្រង់ត្រាស់សម្តែងថា **ឧដ្ឋានសម្បទា** គឺការយល់ព្រមដោយការខំប្រឹងស្វះស្វែង ប្រឹងប្រែងរកទ្រព្យសម្បត្តិយកមកទុកដាក់សម្រាប់ចិញ្ចឹមជីវិត ទើបឈ្មោះថា **ចេះរកលុយ** ។

-ចេះទុកដាក់លុយ ពេលរកលុយបានមកហើយ ត្រូវចេះទុកដាក់លុយទៀត ទើបលុយហ្នឹងនៅគង់វង្សបានល្អ ។ អ្នកខ្លះរកលុយបានមកហើយ តែមិនចេះរក្សាលុយ មិនចេះទុកដាក់លុយ ប្រើប្រាស់លុយខ្ជះខ្ជាយ មិនដឹងយកលុយធ្វើអ្វី ក្រៅពីចំណាយប្រចាំថ្ងៃដូច្នេះហើយ បានជាត្រូវបាត់បង់លុយនឹងក្លាយខ្លួនជាអ្នកក្រទៅវិញ។

អារក្ខសម្បទា ការយល់ព្រមដោយការរក្សាទ្រព្យ ដែលខ្លួនរក-

បានមកដោយកម្រ មិនឲ្យចោរលួច ចោរប្លន់ ទឹកលិច និងភ្លើងឆេះ ជាដើមឈ្មោះថា ***ចេះទុកដាក់លុយបានល្អ*** ។

-ចេះចាយលុយ អ្នកស្រីម៉ៃគិតថា ប្រសិនបើអ្នកមានលុយ ១០០០ដុល្លារ តើអ្នកនឹងចាយវាទាំងអស់ឬយ៉ាងណា ? តើអ្នកយកលុយនោះទៅធ្វើអ្វី ? ឬមួយក៏ទុកទាំងអស់ មិនចាំបាច់ចាយវាយ ឬប្រើប្រាស់ ? មែនទែនទៅគឺមិនដូច្នោះទេ ប្រសិនបើអ្នកមានលុយ១០០០ដុល្លារ អ្នកគួរតែយកលុយនោះ ទៅប្រើប្រាស់ឲ្យចំគម្រោងរបស់អ្នកដែលចង់ធ្វើអ្វីនោះ ទោះជាអ្នកមានលុយរាប់ម៉ឺនសែនលានដុល្លារ ក៏មិនសល់ដែរអ្នកត្រូវតែចេះសន្សំសំចៃ ។

សមជីវិតា ការរស់នៅដោយសមរម្យមិនខ្វះខ្វាយពេក មិនត្បិតត្បៀតពេក គឺឲ្យល្មមសមគួរ តាមកាលសម័យ និងនិច្ចសម័យ ។ ឧទាហរណ៍ ដូចជារបស់ចាស់ចេះសម្អាតឲ្យថ្មី របស់ខូចចេះកែខៃឲ្យបានល្អ ដែលអាចយកទៅប្រើប្រាស់បន្តទៀត បានយ៉ាងនេះហៅថា ***ចេះចាយលុយបានត្រឹមត្រូវ*** ។

-ចេះចាត់ចែងលុយ ការចេះចាត់ចែងលុយក៏ជារឿងមួយសំខាន់ដែរ ក្នុងការប្រកបរអាជីវកម្ម ព្រោះអ្នកខ្លះមិនចេះចាត់ចែងលុយឲ្យបានត្រឹមត្រូវតាមខ្ទង់លុយទេ។ ការបែងចែកលុយសម្រាប់ទុកធ្វើនេះផង និងធ្វើនោះផង ត្រូវដឹងថាចំណាយ ធ្វើនេះប៉ុណ្ណេះ ចំណាយធ្វើនោះប៉ុណ្ណោះ ទើបចាត់ទុកថាចេះចាត់ចែងលុយបានត្រឹមត្រូវ ។ ក្នុងទ្រឹស្តីព្រះពុទ្ធសាសនាបានបញ្ជាក់ថា ការបែងចែកទ្រព្យសម្បត្តិ គឺជា

ការធ្វើឲ្យជីវិតមានសេចក្ដីសុខ ហើយការបែងចែកទ្រព្យសម្បត្តិចែកជាបួនយ៉ាងគឺ : ***សងបំណុលចាស់*** ការចិញ្ចឹមឪពុកម្ដាយ ***ឲ្យបំណុលថ្មី*** បានដល់ការចិញ្ចឹមកូន ***ពោះចោលក្នុងជ្រោះជ្រៅ*** បានដល់ការចិញ្ចឹមគ្រួសារ ***កប់ទុកជាកំណប់ព្រេង*** បានដល់ការធ្វើទាន ដល់អ្នកមានសីល និងជួយសង្គ្រោះដល់ជនទុរគតមានស្មូមយាចកជាដើម ។ ពេលណាយើង មានការចាត់ចែងលុយបានត្រឹមត្រូវ ហើយពេលនោះយើងក៏បានឈ្មោះថា ***ជាអ្នកចេះប្រើប្រាស់លុយដែរ*** ។

-ចេះសន្សំសំចៃលុយ អ្នកខ្លះអាចរកលុយបានច្រើនណាស់ ក្នុងមួយថ្ងៃៗ គេអាចរកលុយបានរាប់ពាន់ដុល្លារ តែគេលេងល្បែងស៊ីសងសេពគ្រឿងញៀន លេងល្បែងភ្នាល់ និងប្រើប្រាស់ក្នុងអំពើផ្សេងៗ គេមិនចេះសន្សំសំចៃ នៅទីបំផុតគេទទួលនូវសេចក្ដីវិនាសអន្តរាយ ។ ចំណែកឯអ្នកខ្លះទៀត រកលុយបានមកសន្សំទុកធ្វើជាអ្នកមាន ដូចកណ្ដៀរកពូនដីបន្តិចម្ដងៗ រហូតដល់បានជាភ្នំដំបូកមួយយ៉ាងធំអញ្ចឹង ***ព្រោះគេចេះសន្សំសំចៃ*** ។ គ្មានរបស់ណាដែលកើតឡើងដោយគ្មានការសន្សំសំចៃនោះទេ សូម្បីតែបុណ្យនិងបាបកើតឡើងដោយសារការសន្សំសំចៃដែរ ។

-ចេះប្រើលុយឱ្យកើតកូន រកលុយមកហើយ មិនមែនយកលុយនោះទៅទុកក្នុងហិបឬទូនោះទេ ត្រូវចេះប្រើលុយបង្កើតលុយ គឺយកលុយនោះទៅធ្វើអ្វីផ្សេងទៀត ដើម្បីស្រូបទាញយកលុយពីទីផ្សេងៗមកឲ្យកាន់តែច្រើន តាមរយៈការដាក់វិនិយោគទុនធ្វើអ្វីមួយ បើទុក

លុយនៅតែក្នុងទូនោះ លុយមិនកើតកូនទេ តែបើយកលុយទៅរកស៊ីទើបលុយអាចបង្កើតកូនបាន ។ ភាគច្រើនអ្នកក្រមិនសូវចេះប្រើលុយឲ្យកើតកូនទេ ចេះតែពីចាយប៉ុណ្ណោះ ម្យ៉ាងទៀតរកលុយបានមកមិនយកលុយទៅរកស៊ីទេ បែរជាទៅទិញខ្សែកចិញ្ចៀនពាក់បង្អួតគេឯងទៅវិញ ។ ចំណែកអ្នកមាន រូបគេមិនដែលធ្វើយ៉ាងនេះទេ គឺធ្វើអ្វីគឺធ្វើដើម្បីមាន គិតអ្វីគឺគិតដើម្បីមាន ព្រោះគេមិនចង់បង្ហាញប្រាប់នរណាម្នាក់ ហើយគេព្យាយាមធ្វើដូចជាអ្នកក្រ ។

-ចេះទិញ ការចេះទិញក៏ជាវិធីមួយ នៃការគ្រប់គ្រងលុយដែរ ពាក្យថា ទិញនៅទីនេះ មិនមែនសំដៅត្រឹមតែទិញសម្ភារះប្រើប្រាស់នោះទេ គឺសំដៅដល់ការធ្វើអ្វីទាំងអស់ ឲ្យតែទាក់ទងទៅនិងការបានមកដូចជា: ការទិញសម្ភារ: ការចរចា ការតថ្លៃ ការទំនាក់ទំនាក់ទំនង និងការសុំបញ្ចុះជាដើម ។ បើយើងជាអ្នកទិញ យើងចេះតែទិញមិនចេះតថ្លៃ យើងជាអ្នកចរចា យើងចេះតែចរចា យើងមិនចេះប្រើវិធីចរចា តើយើងនិងទទួលបានអ្វី ? តាមធម្មតាធាតុពិតអ្នកលក់តែងតម្លើងតម្លៃឲ្យហួសពីតម្លៃដើម សម្រាប់ទុកឲ្យអ្នកទិញធ្វើការចរចាតម្លៃនិងសុំបញ្ចុះតម្លៃ ។ តែបើយើងជាអ្នកទិញ មិនចេះតថ្លៃនោះយើងទេជាអ្នកខាត ។ ហើយយើងក៏មិនអាចគ្រប់គ្រងលុយរបស់យើងបានល្អដែរ ។

-ចេះលក់ ការចេះលក់ក៏ដូចគ្នាដែរ ប្រសិនបើយើងជាអ្នកលក់ យើងមិនចេះវិធីលក់ យើងមិនអាចរកចំណូលបានច្រើនដែរ ។ អ្នក

ទិញតែងធ្វើការតថ្លៃ ចំណែកឯអ្នកលក់វិញ ក៏ត្រូវតែកាត់ថ្លៃឲ្យតម្លៃនៅត្រឹមតែអ្វីដែលខ្លួនបានកំណត់ទុកនោះ គឺយើងមិនត្រូវធ្វើឲ្យខាតបង់ហួសហេតុនោះទេ ។

ឧទាហរណ៍ អ្នកលក់ទាំងអស់ សុទ្ធប្រើដើមទុនក្នុងការរកស៊ីដូចជាទិញសម្ភារៈមួយយកមកលក់មានតម្លៃ១០០០០រៀល ដល់លក់ទៅវិញ មិនត្រូវលក់ត្រឹមតែមួយម៉ឺនរៀលនោះទេគឺ ត្រូវលក់យ៉ាងណាឲ្យបានលើសតម្លៃដើមបន្តិច ។ បើមិនដូច្នោះទេ យើងមិនអាចគ្រប់គ្រងលុយដែលជាដើមទុន របស់យើងបានល្អទេ ។

-ចំណាយឱ្យតិចជាងចំណូល ការរកលុយបានមកដោយលំបាក និងរក្សាលុយទុកដោយល្អ គឺជាវិធីសន្សំលុយឲ្យបានច្រើន ។ មនុស្សមួយចំនួនតែងប្រើប្រាស់លុយមិនចេះគិត គឺចាយច្រើនជាងចំណូល ការចាយច្រើនជាងចំណូល ធ្វើឲ្យកម្រិតជីវភាព កាន់តែខ្សោយទៅៗជាលំដាប់ ។ ព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធទ្រង់ត្រាស់សម្តែង នៅក្នុងប្រយោជន៍បច្ចុប្បន្នថា បើយើងរកចំណូលក្នុងមួយថ្ងៃបានតែ១០០០រៀល យើងត្រូវចេះចាយពាក់កណ្តាល ទុកពាក់កណ្តាល សម្រាប់យកទៅធ្វើអ្វីផ្សេងៗទៀតមានដូចជាបង្ការក្រែងមានជំងឺឈឺដង្កាត់ជាដើម ។ ដោយហោចទៅធ្វើយ៉ាងណា កុំឲ្យចេញច្រើនជាងចូលទៅបានហើយ ការធ្វើយ៉ាងនេះ បានឈ្មោះថាប្រាក់ចំណូលរបស់យើង ចេះតែកើនឡើង និងអាចគ្រប់គ្រងលុយបានយ៉ាងល្អប្រសើរ ។

ស្ថានភាពទូទៅនៃជីវិត

-ជីវិត	ប្រៀបដូច	ជាគុកឃុំសត្វលោក
-ជីវិត	ប្រៀបដូច	ជាដំណក់ទឹកសន្សើម
-ជីវិត	ប្រៀបដូច	ជាខ្សែទឹកហូរ
-ជីវិត	ប្រៀបដូច	ជាលតាជាតិ
-ជីវិត	ប្រៀបដូច	ដួងព្រះចន្ទ្រា
-ជីវិត	ប្រៀបដូច	ជាសត្វឃ្មុំ
-ជីវិត	ប្រៀបដូច	ជាសត្វរុយ
-ជីវិត	ប្រៀបដូច	ជាផ្កាឈូក
-ជីវិត	ប្រៀបដូច	ជារុក្ខជាតិ
-ជីវិត	ប្រៀបដូច	ជាសត្វកណ្ដៀរ
-ជីវិត	ប្រៀបដូច	ជាសត្វស្រមោច
-ជីវិត	ប្រៀបដូច	ជាសត្វបក្សី
-ជីវិត	ប្រៀបដូច	ជាដំណាំ
-ជីវិត	គឺជា	ភាពអនិច្ចា
-ជីវិត	គឺជា	ការតស៊ូ
-ជីវិត	គឺជា	ភាពជោគជ័យ
-ជីវិត	គឺជា	ភាពបរាជ័យ

-ជីវិត គឺជា បញ្ហា

-ជីវិត គឺជា សន្តិភាព

-ជីវិត គឺជា អនិច្ចា

-ជីវិត គឺជា ទុក្ខតា

-ជីវិត គឺជា អនត្តា

-ជីវិត ក្នុងការ សេពគប់មិត្ត

-ជីវិត ក្នុងការ រួមរស់ជាមួយគ្នា

-ជីវិត ក្នុងការ ដំណោះស្រាយ

-ជីវិត ក្នុងការ ស្វែងរកទីពឹង ។

គួរតែមើលនិងអានហើយពិនិត្យ

មនុស្សវៀរចាកអាការៈ១០យ៉ាងខាងផ្លូវគំនិតនិងជំនឿ

១-កុំប្រកាន់ដោយគ្រាន់តែឮតាមគ្នាឬកុំអាលជឿពាក្យដែលឮតាមគ្នា(*អនុស្សវា*) ។

២-កុំប្រកាន់តាមពាក្យបរម្បរាឬកុំអាលជឿអ្វីដែលគេប្រព្រឹត្តធ្វើតគ្នា (*បរម្បរ*) ។

៣-កុំប្រកាន់ដោយបានឮថាដូច្នេះឬកុំអាលជឿរឿងព្រេងឬរឿងប្រឌិត(*ឥតិកិរ*) ។

៤-កុំប្រកាន់ដោយអាងក្បួនតម្រាឬកុំអាលជឿតាមតែក្បួនតម្រាឬគម្ពីរ (*បិដកសម្បទាន*) ។

៥-កុំប្រកាន់តាមហេតុដែលត្រិះរិះ ឬកុំអាលជឿតាមតែការត្រិះរិះឬស្មានតាមហេតុផល (*តក្កហេតុ*) ។

៦-កុំប្រកាន់ដោយកាត់ដំរូវយផ្ទៀងផ្ទាត់ឬកុំអាលជឿតាមទៅតម្រុយន័យ(*នយហេតុ*) ។

៧-កុំប្រកាន់ដោយគ្រាន់តែត្រិះរិះនូវអាការ ឬកុំអាលជឿអ្វីតាមការប្រាកដខាងក្រៅ (*អាការបរិវិតក្ក*) ។

៨-កុំប្រកាន់ដោយសេចក្ដីពេញចិត្តតាមការពិនិត្យថាសមនឹងសេចក្ដីយល់ឃើញ ឬកុំអាលជឿអ្វីដែលស្របនិងគំនិតឬលិទ្ធិរបស់ខ្លួន(*ទិដ្ឋិនិជ្ឈានក្ខន្តិ*) ។

៩-កុំប្រកាន់ដោយយល់ថាមានសភាពគួរ(ជឿ) ឬកុំអាលគ្រាន់តែឃើញគេជាអ្នកចេះដឹងច្រើន (*ភព្វរូបតិ*) ។

១០-កុំប្រកាន់ដោយគិតថាសមណៈ(នេះ)ជាគ្រូរបស់យើង ឬកុំអាលជឿដោយអាងថាអ្នកនោះជាគ្រូខ្លួន (*សមណោនោគរុ*) ។

ចាកគម្ពីរកាលាមសូត្រ ដែលព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធ ទ្រង់ត្រាស់សម្ដែងទូន្មានឲ្យមនុស្សវៀរចាកអាការៈ១០យ៉ាងខាងផ្លូវគំនិតនិងជំនឿ ។ (សុ.អ.តិ) ភាគ៤១

ទំព័រ២១៦ ។ ក្នុងអាការៈទាំងឡាយនេះ កាលណាអាការៈណា១ កើតឡើង ហើយយើងត្រូវប្រើវិចារណញ្ញាណ (វិមំសា) ពិចារណាឲ្យហ្មត់ចត់ ហើយយល់ច្បាស់ផងសិមជឿ ឬមិនជឿជាខាងក្រោយ ។

វិន័យគ្រួសារ ៧ ចំនុច

១-ត្រូវយកព្រះរតនៈត្រ័យ(ពុទ្ធរតនៈ ធម្មរតនៈ និងសង្ឃរតនៈ)ជាទីពឹងទីរលឹកតែម្យ៉ាង

២-ត្រូវមានសទ្ធារក្សាសីល៥ ដែលជាតំលៃរបស់មនុស្ស(ខ្លឹមសារនៃការរស់នៅ) ។

៣-ត្រូវឲ្យទានរឿយៗដោយសទ្ធាជ្រះថ្លាជាប្រចាំ (មិនមានក្តីកំណាញ់ទោះជាក្រយ៉ាងណាក៏ដោយ) ។

៤-ត្រូវស្តាប់ព្រះធម៌(តាមវិទ្យុឬMP3)សិក្សាធម៌រឿយៗ(គម្ពីរព្រះត្រ័យបិដកជាដើម) តាមសមគួរ ។

៥-ត្រូវនមស្ការព្រះរតនៈត្រ័យព្រឹកល្ងាច (រឿយៗ) ។

៦-ត្រូវគោរពរៀមច្បងក្នុងគ្រួសារ ។

៧-ត្រូវវៀរចាក អបាយមុខគ្រប់យ៉ាង(គឺអំពើបាបទាំងពួង ដោយកាយ វាចា ចិត្ត) ។

ត្រូវព្យាយាមបដិបត្តិឲ្យបានរហូតដល់អស់ជីវិត !

<u>គំនិតគួរពិចារណា</u>

សត្វស្លាបស្លាប់រស់ព្រោះតែជើង មនុស្សលោកយើងស្លាប់រស់ព្រោះអណ្តាត

កុំនិយាយច្រើននាំបង់ខាត អណ្តាតធ្វើឱ្យមនុស្សស្លាប់បាន ។

កម្រងកំណាព្យ

បណ្តាំពុទ្ធព្យានៈ

✍..... **ក** កើតកបកាយជាកូនខ្មែរ

ខ ខិតខំថែជាតិសាសនា

គ គិតវិចិត្រក្រែងអសារ

ឃ ឃើញសិក្សាជាការធំ ។

ង ងើបមុខឡើងព្រមៗគ្នា

ច ចងសាមគ្គីជាសង្គម

ឆ ឆាប់ជ្រោមជ្រែងក្រែងរលំ

ជ ជួយជាតិខ្ញុំឲ្យល្បីឈ្មោះ ។

ឈ ឈានទៅមុខរកសុខសាន្ត

ញ ញឹមក្នុងប្រាណដ៏ស្ម័គ្រស្មោះ

ដ ដឹកនាំគ្នាឲ្យខ្ពង់ខ្ពស់

ឋ ឋិតថេរយសជាតិខេមរា ។

ឌ តម្កើងស្អួយវប្បធម៌ជាតិ

ឍ ធ្វើនកុំឃ្លាតពុទ្ធសាសនា

ណ ណែនាំគ្នាខំបូជា

ត តាមសទ្ធាយើងគ្រប់ប្រាណ ។

ថ ថែខ្លួនយើងឲ្យបានសុខ

ទ ទៀងប្រមុខកុសលថ្កាន

ធ ធនធានមានខំធ្វើទាន

ន នឹងសុខសាន្តបរលោកនាយ ។

ម មុនធ្វើអ្វីពិចារណា

យ យកធម្មាត្រិះរិះគិត

រ រឿងអាក្រក់កុំប្រព្រឹត្ត

ល លះទុច្ចរិតបីប្រការ ។

វ វ័យនៅក្មេងខំធ្វើបុណ្យ

ស សាងដើមទុនពេលមរណា

ហ ហុចផលឲ្យដូចប្រាថ្នា

ឡ ឡើងសួគ៌ាផុតអបាយ ។

អ អោយកំចាត់អកុសល

តែងតែអំពល់មិនរសាយ

ជួបក្តីវិបត្តិភាពអន្តរាយ

គួរខំខ្វល់ខ្វាយធ្វើសីលទាន ។

✍.............**ជោតបណ្ឌិតោ ជួន ចិន្តា**

ជីវិតប្រដូចដួងព្រះចន្ទ្រា

✍..... ជីវិតប្រដូចដួងព្រះចន្ទ្រា

ភ្លឺល្អឱភានាពេលរាត្រី

យប់យន់ត្រជាក់សន្សើមជោកដី
ញុំាំងសត្វប្រុសស្រីលង់ក្នុងដំណេក ។
ព្រះច័ន្ទតែងរះពីទាបទៅខ្ពស់
ប្រៀបដូចកេរ្តិ៍ឈ្មោះពីអោះល្អឯក
ខ្ពស់ដោយគុណធម៌ជាច្រើនអនេក
ប្រសើរពន់ពេកក្នុងលោកា ។
ពន្លឺព្រះច័ន្ទភ្លឺបន្តិចម្ដង
យប់ថ្ងៃកន្លងចេះតែយាត្រា
ក្លាយជាពេញវង់ល្អស្រស់អស្ចារ្យ
បំបាត់សោកាឲ្យសត្វលោកីយ៍ ។
ជីវិតមនុស្សយើងក៏ដូចគ្នា
ត្រូវមានធម្មាជាប្រក្រតី
ត្រូវសាងសន្សំប្រយោជន៍ទាំងបី
ជាដងវិថីដែលត្រូវគោចរ ។
ព្រះច័ន្ទតែងតែមាននូវពន្លឺ
រុងរឿងបំភ្លឺជាគ្រឿងលម្អ
រស្មីត្រជាក់ដ៏ស្រស់បវរ
ជាទីសាទរនារាត្រីកាល ។
ជីវិតមនុស្សយើងត្រូវតែមានសីល
លះបង់ការខ្ជិលន៎ុះទាំងអម្បាល
សីលជាលម្អហើយអភិបាល

សម្រាប់ជាថ្នាលនៃខ្សែជីវិត ។

ព្រះច័ន្ទតែងតែស្រស់ស្អាតជានិច្ច
ចែងចាំងរំលេចទ្វីបលោកប្រណីត
ពន្លឺភ្លឺថ្លាគួរឲ្យនៃបនិត្យ
មនុស្សម្នាពេញចិត្តជិតក្នុងអារម្មណ៍ ។

ជីវិតមនុស្សយើងត្រូវតែធ្វើល្អ
បំពេញមនុស្សធម៌នៅក្នុងសង្គម
ត្រូវសាងសន្សំហើយអភិរម្យ
ជាបុណ្យឧត្តមសម្រាប់អាត្មា ។

ជីវិតរស់នៅត្រូវសាងទានសីល
ភាវនាកុំខ្ជិលក្នុងអង្គកាយា
មើលឃើញការពិតអនិច្ចំអនត្តា
ទុក្ខសោកមរណាមានគ្រប់សត្វលោក ។

✍ …………… ជោតបណ្ឌិតោ ជួន ចិន្តា

អ្វីៗក្នុងលោក

✍….. រឿងរ៉ាវជីវិតមានច្រើនយ៉ាង
អភ័ព្វសំណាងកម្មចាត់ចែង
មានសក្តិមានយសព្រោះខ្លួនឯង
ព្រះទ្រង់សម្តែងច្បាប់ធម្មជាតិ ។

អ្វីៗក្នុងលោកមានហេតុផល
កម្មជាអ្នកផ្តល់មិនឃ្លៀងឃ្លាត

អាក្រក់ល្អសខ្មៅមាសប្រាក់ញាតិ
ទើបព្រះលោកនាថត្រាស់ធម្មា ។
ជីវិតមានក្រព្រោះសន្សំ
ទាបខ្ពស់ឧត្តមតាមមាគ៌ា
ដែលខ្លួនបានសាងគ្រប់វេលា
គ្រប់ទិនទិវានៃអាត្មា ។
សន្សំអាក្រក់ផ្តល់ទុក្ខសោក
តែងតែវិយោគគ្រប់បញ្ហា
ក្រីក្រលំបាកខ្វះសុខា
រស់ក្នុងលោកាគ្មានរស្មី ។
សន្សំក្តីល្អបវរប្រសើរ
ដើរតាមដំណើរព្រះជិនស្រី
គួរខំប្រណិប័តន៍ទាំងប្រុសស្រី
ជាតិនេះភពថ្មីរស់សុខសាន្ត ។
ជីវិតកើតមកតិចតួចណាស់
ទោះក្មេងឬចាស់ទាំងប៉ុន្មាន
មិនត្រូវសប្បាយហួសការស្មាន
វង្វេងភ្លេចប្រាណភ្លេចមរណា ។
សូរិយារះហើយតែងលិចទៅ
សត្វលោកស្ថិតនៅធម៌អនិច្ចា
តែងតែប្រែប្រួលគ្រប់រូបា

ទុក្ខំអរនត្ថាជាប្រចាំ ។

គួរខំធ្វើបុណ្យទុនជីវិត
សន្សំសុចរិតកុសលកម្ម
តាមពាក្យឱវាទព្រះទ្រង់ផ្ដាំ
ត្រូវមានសីលប្រាំប្រចាំកាយ ។

ហេតុនេះមិនត្រូវគិតប្រមាថ
គួរខំសង្វាតគិតខ្វល់ខ្វាយ
រឿងវដ្ដសង្សារសែនវែងឆ្ងាយ
នាំសត្វទាំងឡាយកើតវិលវល់ ។

មានតែនិព្វានជាស្ថានសុខ
គឺជាប្រមុខផុតកង្វល់
កើតចាស់ឈឺស្លាប់ឈប់លែងយល់
និព្វានបានផ្ដល់សុខក្សេមក្សាន្ត ។

✍ .... **ជោតបណ្ឌិតោ ជួន ចិន្ដា**

យប់ថ្ងៃ២២

✍..... យប់ថ្ងៃ២២ជាទីរន្ធត់
ដួងចិត្តតក់ស្លត់ញាប់ញ័រកាយា
កើតមានគ្រោះភ័យក្នុងខែវិច្ឆិកា
ផ្ដាច់យកសង្ខារជីវិតកូនខ្មែរ ។

ថ្ងៃបុណ្យអុំទូកធ្លាប់តែសប្បាយ
ឥឡូវប្រែក្លាយទុក្ខសោកឥតល្ហែ

ផ្ញើលរត់ជាន់គ្នាចងឆ្វាក់ដូចខ្សែ
ខ្លះស្រែករកម៉ែឪពុកបងប្អូន ។
ស្រវាតោងគ្នាជាន់ឫាក់ដៃជើង
ជាប់ស្អិតដូចឈ្លើងស្ទើរជីវិតសូន្យ
ស្លាប់ឪពុកម្ដាយនៅសល់តែកូន
ជីតាជីដូនសម្រក់ទឹកភ្នែក ។
ខ្លះភ័យញាប់ញ័រភាំងអស់ខ្លួនប្រាណ
សាច់ឈាមប៉ុន្មានក្ដៅដូចជាដែក
ឮតែសម្លេងនៃមនុស្សយំស្រែក
ច្រើនហួសអនេកលើស្ពានកោះពេជ្រ ។

✍ .... **ជោតបណ្ឌិតោ ជួន ចិន្ដា**

រាត្រីកោះពេជ្រ

✍..... ឆ្នាំ២០១០ក្នុងខែវិច្ឆិកា
រឿងធំអស្ចារ្យលើស្ពានកោះពេជ្រ
យប់ថ្ងៃ២២ចែងចាំងរំលេច
រស្មីដូចពេជ្រនាពេលរាត្រី ។
បងប្អូនកម្ពុជានាំគ្នាធ្វើបុណ្យ
ជាមហាជួបជុំនៅក្នុងបុរី
ថ្ងៃបុណ្យអុំទូកប្រជាប្រុសស្រី
នាំគ្នាឃ្មាតខ្មីដើរលេងកំសាន្ត ។
ជួនជាចៃដន្យគ្រោះថ្នាក់មកដល់

នាំឲ្យកង្វល់ដល់ខ្មែរគ្រប់ប្រាណ
ផ្ទើលរត់ឈូឆរនាំគ្នារុញច្រាន
ស្លាប់ញាតិសន្តានលើស្ពានកោះពេជ្រ ។

ស្លាប់៣៥០គួរឲ្យអាណិត
នេះជារឿងពិតមិនអាចបំភ្លេច
អ្នកមានជីវិតស្រវារត់គេច
ទោះធ្វើដូចម្តេចគេចមិនផុតឡើយ ។

អ្នករងរបួសច្រើនហួសការស្មាន
ក្មេងចាស់ប៉ុន្មានសឹងគ្មានចម្លើយ
ដង្ហើមចង្អិតស្ទើរផុតទៅហើយ
មិនដែលជួបឡើយក្នុងឆាកជីវិត ។

សូមពួកសប្បុរសទាំងអស់គ្នា
ជួយថែគាំពារជាតិខ្មែរយើងពិត
ចូលរួមឧបត្ថម្ភតាមតែទឹកចិត្ត
ស្រោចស្រង់ជីវិតជនខេមរាផង ។

✍ ....**ជោតបណ្ឌិតោ ជួន ចិន្តា**

ខ្ញុំសូមចូលរួមរំលែកមរណទុក្ខ អំពីមិត្តរួមជាតិទាំងឡាយ ដែលទទួលការរងគ្រោះ ឧបទ្ទវហេតុនៅលើស្ពានកោះពេជ្រ សូមឲ្យអ្នកទាំងអស់គ្នា បានទៅកាន់សុគតិភព កុំឲ្យអភ័ព្វដូចជាជាតិនេះទៀតណា

និច្ចំ ទុក្ខំ អនត្តា

ធម៌ទាំងបីនេះមានគ្រប់សត្វលោកទាំងអស់ គឺមិនអាចជៀសបានឡើយ ។

ស្ពានកោះពេជ្រ

✍..... ២២វិច្ឆិកាប្រហារចិត្តខ្ញុំ
ទ្រូងសែនក្តៅងំទួញយំសោកា
បានព្នងំណឹងស្រយុតចិន្តា
បងប្អូនខេមរាលាចាកលោកិយ៍ ។

ចិត្តសែនតក់ស្លុតស្រយុតពេកក្រៃ
កម្មកាចចង្រៃមិនត្រាប្រណី
ផ្ដាច់យកជីវិតខេមរាប្រុសស្រី
តាមដងវិថីគួរឲ្យសង្វេគ ។

ឱស្ពានកោះពេជ្រវរលេចសាកសព
ទូងញ័រចំប្រប់កាយាពុះជ្រែក
បាត់បង់បងប្អូនជាច្រើនអនេក
កូនត្រូវឃ្លាតបែកពីឪពុកម្ដាយ ។

បាត់ប្អូនបាត់ប្ដីបាត់កូនប្រពន្ធ
ឱរងទុក្ខធ្ងន់ម៉ែសែនសោកស្ដាយ
ខានឃើញមុខកូនរូបស្រស់ឆោមឆាយ
សូម្បីរូបកាយក៏ខានឃើញដែរ ។

ឱសែនអនិច្ចាបងប្អូនខ្មែរអើយ
អ្នកមិនគួរឡើយឃ្លាតចាកពុកម៉ែ
ឃ្លាតភូមិកំណើតឃ្លាតស្រុកឃ្លាតស្រែ
ញាតិមិត្តផងដែរលែងបានយល់ភក្ត្រ ។

ខ្ញុំសូមឧទ្ទិសនូវបុណ្យកុសល
សូមឲ្យបានដល់ជនខេមរាជាក់
កើតក្នុងភពថ្មីសូមឲ្យរូបអ្នក
កុំឲ្យបែកបាក់ពីគ្រួសារហោង ។

✍.............. **ជោតបណ្ឌិតោ ជួន ចិន្តា**

តាមតែធម្មជាតិ

✍..... ព្រះទិនករចរចេញយាត្រា
ពីទិសបូព៌ាបំភ្លឺទ្វីបលោក
បក្សាបក្សីចេញចាកជម្រក
ហិចហើរទៅមកជាមួយគូវា ។

ទឹកហូររលេញប្រដេញផ្ទាំងថ្ម
មច្ឆាឈ្មូលរហែលប្រដេញគ្នា
ដងជ្រោះព្រៃភ្នំទីស្ថានម្រឹគា
រុក្ខជាតិនានាបញ្ចេញផ្កាផ្លែ ។

មនុស្សរស់បានអាស្រ័យការងារ
គ្រប់ពេលវេលាគ្មានភាពត្អូញត្អែរ
តស៊ូយប់ថ្ងៃមិនបានល្ហើយល្ហែ
ពីព្រោះហេតុតែដើម្បីជីវិត ។

ជីវិតរស់នៅមិនត្រូវភ្លេចធម៌
ជាផ្លូវបវរសាងធម៌សុចរិត
ផ្តល់សុខក្សេមក្សាន្តបានត្រជាក់ចិត្ត
នេះជាសុខពិតមិនប្រែក្រឡាស់ ។

ធម្មជាតិកើតមកតែងតែប្រែប្រួល
ប្រឹងកែសម្រួលក៏នៅតែចាស់
ការកើតឡើងហើយមិនអាចប្តូរផ្លាស់
ព្រះអង្គទ្រង់ត្រាស់ថាត្រៃលក្ខណ៍ធម៌ ។

✍ .... **ជោតបណ្ឌិតោ ជួន ចិន្តា**

ពុទ្ធំ សរណំ គច្ឆាមិ ធម្មំ សរណំ គច្ឆាមិ
សង្ឃំ សរណំ គច្ឆាមិ

ជីវិតព្រះសង្ឃ

✍..... គួរឲ្យអាសូរជីវិតព្រះសង្ឃ
ខំប្រឹងផ្ចិតផ្ចង់តម្រង់សិក្សា
ដើរតាមលំអានព្រះពុទ្ធសាសនា
បួសរៀនធម៌អាថ៌សិក្ខាវិន័យ ។

ព្យាយាមបដិបត្តិដុសខាត់ចិត្តកាយ
បាបធម៌ទាំងឡាយក្នុងដួងហឫទ័យ
សីលសមាធិបញ្ញាប្រពៃ
វិជ្ជាថ្លាថ្លៃវិស័យចាកលោក ។

បួសខំតស៊ូប្ដូរយកវិជ្ជា
ដែលជាមាគ៌ាប្រាសចាកទុក្ខសោក
ចំណេះជាយានយាត្រាទៅមក
ផ្លូវធម៌ផ្លូវលោកយល់គ្មានចន្លោះ ។

ចេញពីសាលាយាត្រាបិណ្ឌបាត
តាមយុគលបាទសែនល្អឥតខ្ចោះ
ប្រោសពួកបរិស័ទដោយដួងចិត្តស្មោះ
ដើម្បីអនុគ្រោះបំពេញសទ្ធា ។

កិច្ចវត្តព្រឹកល្ងាចធ្វើជាប្រចាំ
ផ្សាយកុសលកម្មដល់សត្វគ្រប់គ្រា
គំនុំគុំកួនចងពៀរវេរា
ទេសនាធម្មាដោយចិត្តមេត្តា ។

បួសជាព្រះសង្ឃនៅគេរិះគន់
មិនអាចផ្ដាប់ផ្គុនសត្វក្នុងលោកា
នេះជាលោកធម៌នៃវដ្តសង្សារ
មនុស្សនិងទេវតាថាបានទាំងអស់ ។

សរសើរនិន្ទាស្អប់ខ្ពើមស្រឡាញ់
ងង៉ក់ក្អក់ក្អាញ់ចាញ់នឹងសម្រស់
មានលាភឥតលាភសុខទុក្ខសន្ដោស
ល្បីល្បាញខ្ពង់ខ្ពស់យសសក្ដិ លោកីៗ

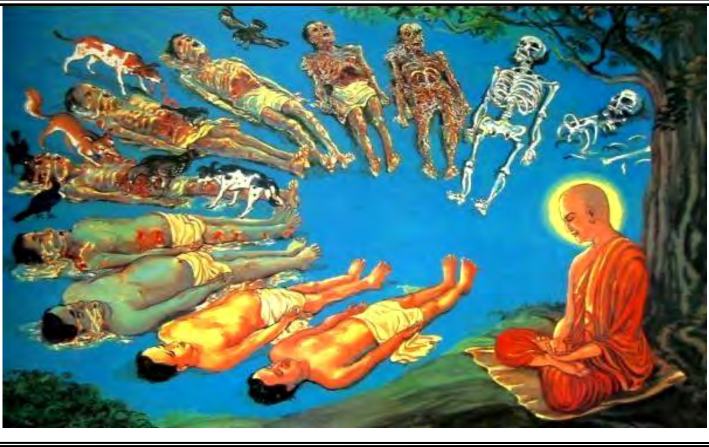
នេះហើយលោកធម៌ប្រាំបីប្រការ
សូមជនខេមរាចាំទាំងប្រុសស្រី
ជាច្បាប់ធម្មជាតិនៅក្នុងភពបី
គ្មានវត្ថុអ្វីប្ដូរផ្លាស់បានឡើយ ។

សូមសាធុជន ! យើងទាំងអស់គ្នា
បដិបត្តិធម្មានុះនឹងដល់ត្រើយ
ស្ថានព្រះនិព្វានសុខឥតល្ហៃល្ហើយ
រួចចាកពីត្រើយនៃវដ្តសង្សារ ។

✍ .... ជោតបណ្ឌិតោ ជួន ចិន្ដា

តើជីវិតយើងមានខ្លឹមសារដែលឬទេ?

យើងត្រូវសិក្សាដូចម្ដេចដើម្បីមើលនូវខ្សែជីវិតឲ្យឃើញតែសច្ចភាព ហើយក៏ដើម្បីរាវរកនូវខ្លឹមសារនៃជីវិតក្នុងការរស់នៅប្រកបដោយវិចារណញ្ញាណតាមរយៈទស្សនព្រះពុទ្ធសាសនា ពោលគឺវិបស្សនាកម្មដ្ឋាន



កម្មលិខិត

✍..... រាត្រីត្រជាក់ធ្លាក់សន្សើម
រុក្ខជាតិចាប់ផ្ដើមលាស់ត្រួយខ្ចី
ព្រឹកព្រៀងភ្លឺស្វាងជះរស្មី
សត្វក្នុងលោកីយ៍តែងប្ដូរផ្លាស់ ។
ជីវិតប្រែប្រួលបន្តិចម្ដង
យប់ថ្ងៃកន្លងឆាបរហ័ស
ធ្លាប់តែក្មេងវ័យឥឡូវចាស់
ខំប្រឹងកែណាស់តែមិនបាន ។
មើលឃើញការពិតយ៉ាងនេះហើយ
ចុះហេតុម្ដេចឡើយអ្នកភ្លេចប្រាណ
ស្រវឹងវង្វេងភ្លេចទីស្ថាន
រឿងរ៉ាវប៉ុន្មាននៃជីវិត ។
ធម្មជាតិក្នុងលោកមិនទៀងទេ
គ្រប់រូបឃើញគេត្រិះរិះគិត
មានកើតឡើងហើយវិនាសពិត
តាមកម្មលិខិតកំណត់ឲ្យ ។

✍ .... **ជោតបណ្ឌិតោ ជួន ចិន្ដា**

ជីវិតមនុស្ស

✍..... កើតមកជាមនុស្សរស់ប្រសើរ

គួរខិតខំធ្វើអំពើកុសល
គួរសាងប្រយោជន៍កុំសាងកង្វល់
នាំឲ្យអំពល់នៅក្នុងសន្តាន ។
ត្រូវធ្វើជីវិតឲ្យមានរស្មី
គ្រប់កិច្ចការអ្វីប្រសើរថ្កើងថ្កាន
ព្យាយាមសិក្សាឲ្យបានគ្រប់ប្រាណ
ទើបខ្លួនយើងបានស្ថានសុខបវរ ។
គ្រប់ពេលវេលាមានតម្លៃណាស់
មិនគួរបួរផ្លាស់ភ្លេចសាងក្តីល្អ
ទានសីលភាវនាជាគ្រឿងលម្អ
បំពេញមនុស្សធម៌ល្អគ្រប់វិស័យ ។
ជីវិតកើតមកក្នុងលោកនេះ
ត្រូវគិតត្រិះរិះទាំងយប់ថ្ងៃ
មានក្រទាបខ្ពស់យសសក្តិថ្លាថ្លៃ
គ្រប់រឿងអ្វីៗនៅក្នុងលោកា ។

✍ .... **ជោតបណ្ឌិតោ ជួន ចិន្តា**

អនិច្ចាជីវិតម៉ែ

✍..... ឱសែនអនិច្ចាជីវិតម៉ែ
ខំប្រឹងឥតល្ហែបំពេញការងារ
ក្រោមកំដៅថ្ងៃសែងសូរិយា
ឲ្យបុត្រស្នេហារស់បានសុខសាន្ត ។

ភ្លៀងផ្គរគំរាមព្យុះខ្សែជីវិត
ពពកបាំងបិទងងឹតសព្វឋាន
រូបកាយអ្នកម្តាយញ័រពេញអង្គប្រាណ
ម៉ែអត់ទ្រាំបានមិនដែលរួញរា ។

ជាតិជាស្ត្រីរស់សែនអភ័ព្វ
ពីព្រឹកទល់យប់គ្មានស្រាកមួយគ្រា
មើលផ្ទះថែប្តីរក្សាបុត្រភ្វា
មុនចូលនិទ្រារែងគិតខ្វល់ខ្វាយ ។

អស់ប្រាំបួនខែកូនរស់ក្នុងផ្ទៃ
ម្តាយរក្សាថ្លៃគ្មានចិត្តជិនណាយ
ថ្ងៃកូនប្រសូតម៉ែសែនសប្បាយ
ព្រោះឃើញឆោមឆាយញញឹមដាក់ម៉ែ ។

សម្លេងកូនតូចគួចក្នុងអារម្មណ៍
សូរសព្ទទួញយំភ័យព្រួយឥតល្ហែ
ដួងចិត្តអរក្រៃយល់ភក្ត្រមាសមេ
ម៉ែច្រៀងបំពេបំបៅទឹកដោះ ។

ទឹកដោះម្តាយឆ្ងាញ់កាត់ថ្លៃពុំបាន
រូបកូនគ្រប់ប្រាណបានសុខឥតខ្ចោះ
ឈាមម៉ែប្រែក្លាយទៅជាទឹកដោះ
តែងតែសង្គ្រោះដល់កូនប្រុសស្រី ។

គួរឲ្យអាសូរអាណិតអ្នកម្តាយ
ហត់នឿយស្គមកាយមិនដែលពោលស្តី

ប្រឹងចិញ្ចឹមកូនទាំងប្រុសទាំងស្រី
ស្វែងរកវិធីចម្លងបុត្រភ្ញា ។
ម៉ែតែងសង្ឃឹមញញឹមក្នុងចិត្ត
ពេលកូនធំពិតប្រាសចាកវេទនា
ព្រោះមានចំណេះទុកជាទ្រព្យា
បំពេញការងារប្រសើរថ្លៃថ្លា។

✍ .... ជោតបណ្ឌិតោ ជួន ចិន្តា

ស្ពានចម្លងបុត្រ

✍..... ពុកម៉ែថែកូនទាំងយប់ថ្ងៃ
ពុំដែលគិតអ្វីការនឿយហត់
លំបាកយ៉ាងណាខំអំណត់
ស្ពានចម្លងបុត្រឆ្លងដល់ត្រើយ ។
ធ្វើស្រែចំការច្បារដំណាំ
ពុកចេញពលកម្មឥតល្ហែល្ហើយ
ម៉ែប្រឹងលក់ដូរមិនព្រងើយ
រួចហើយរូបគាត់កាន់គេហា ។
ដើរគិតដេកគិតគ្មានស្រាកស្រាន្ត
ខ្លាចកូនកល្យាណរងទុក្ខា
សំលៀកបំពាក់ម្ហូបអាហារ
ថ្លៃបង់សាលាឲ្យចរណៃ ។
កូនត្រូវខំរៀនយកវិជ្ជា

នេះជាទ្រព្យរក្សាថ្លៃ
ជីវិតខ្ពស់ខ្ពង់ហួសវិស័យ
គ្មានអ្វីកាត់ថ្លៃប្រៀបផ្ទឹមបាន ។

វិជ្ជាប្រទីបបំភ្លឺលោក
ស្រស់កែវពន្លកចាំគ្រប់ប្រាណ
ជាញាតិជិតស្និទ្ធនិងកល្យាណ
លើកស្ទួយកូនបានចាកវេទនា ។

កូនត្រូវជៀសវាងពីគ្រឿងញៀន
បើហ៊ានបំពានកើតរោគា
វង្វេងស្មារតីស្ទើរឆ្កួតជា
រងទុក្ខវេទនាស្ទើរក្សិណក្ស័យ ។

ពុកម៉ែផ្ដែផ្ដាំកូនមាសស្ងួន
កូនកុំជាប់ជួនណាចរណៃ
គ្រឿងញៀនបំផ្លាញនូវស្មារតី
កោងកាចអប្រិយគ្មានកោតក្រែង។

សម័យឥឡូវជឿនលឿនណាស់
ពុកម៉ែដឹងច្បាស់ហើយសម្ដែង
លើកមកពន្យល់ប្រាប់កូនឯង
កូនត្រូវស្វះស្វែងរកទីពឹង ។

ចូរកូនមានចិត្តកុំប្រមាទ
គួរគិតសង្វាតណាព្រលឹង

ចំណេះជាទ្រព្យក្តីរំពឹង
បុណ្យជាពុំហ្នឹងរស់សុខសាន្ត ។

✍ .... ជោតបណ្ឌិតោ ជួន ចិន្តា

ឱវាទរំឭកចំពោះយុវជន

✍..... ហៃពួកយុវជនអ្នកកំសត់
បើកុំបានវត្តជ្រកអាស្រ័យ
សមអ្នកនឹងឥតមានតម្លៃ
យប់ថ្ងៃហួសទៅឥតប្រយោជន៍។
គួរអ្នកកុំភ្លេចវត្តលំនៅ
ទោះអ្នកចេញទៅឆ្ងាយស្រទ្បាច
គួរដឹងគុណវត្តកុំបង្អោច
ប្រយោជន៍និងផលផ្តល់ពុំមាន ។
បើមានគេសួរពីការរៀន
ចំណេះរបៀនទាំងប៉ុន្មាន
អ្នកកុំនិយាយបង្វែរដាន
ត្រូវប្រាប់ថាបានចេះព្រោះវត្ត ។
កុំពោលបង្អួតពួកស្រីៗ
ត្រូវស្តីតាមត្រង់កុំបំភ្លាត់
បំផ្លើងបំភ្លើសបំភ្លេចវត្ត
ក្រែងទោសទាញទាត់ឲ្យវិនាស ។
ឲ្យវត្តជាភាជន៍មានព្រលឹង

គួរនឹករំពឹងកុំទីសទាស
នាម៉ឺនមន្ត្រីមកពីរាស្ត្រ
គឺរាស្ត្រឡើងមកជាមន្ត្រី ។

បាយផ្ទះបាយវត្តដូចតែគ្នា
ចំរែអរតរអាត្មាមានជីវី
ឆ្អែតហើយរៀនសូត្រចេញខ្ទេចខ្ទី
មុនីកើតមានដោយសារវត្ត។

សាធុ ! សូមឲ្យអ្នកបានសុខ
និរទុក្ខនិរភ័យសិរីភទ្រ
ជាជនសប្បុរសរបស់រដ្ឋ
មានបែបមានបទប្រសើរហោង។

✍ …… រាជនិពន្ធ **សម្តេចព្រះសង្ឃរាជ ជួន ណាត**

លុយ.....!!!!!

✍..... **លុយ** ជាឱសថដ៏ស័ក្តិសិទ្ធ
លុយ ជាអ្នកគិតស្រាយបញ្ហា
លុយ ជាអ្នកផ្តល់នូវប្រាជ្ញា
លុយ ជាអ្នកតាឥតវិញ្ញាណ ។

លុយ ជាថ្នាំពុលដ៏សាហាវ
លុយ ជាជ័រការបិទជាប់ប្រាណ
លុយ ជាគ្រូធ្មប់យ៉ាងចំណាន

លុយ ជាក្តារស្ពានឆ្លងឧបសគ្គ ។

លុយ ជាកាំបិតមានមុខមុត

លុយ ជាអាវុធឈាមប្រឡាក់

លុយ ជាឧបករណ៍យកធ្វើថ្នាក់

លុយ ជាអន្ទាក់ផ្តាក់ជីវិត ។

លុយ ជាទឹកឃ្មុំជាតិផ្អែមឆ្ងាញ់

លុយ ជាសម្លាញ់យ៉ាងជិតស្និទ្ធ

លុយ ជាតន្ត្រីថ្នាក់ថ្នមចិត្ត

លុយ ជាខ្សែវិតរបស់ព្រាន ។

លុយ ជាសត្រូវនឹងអ្នកក្រ

លុយ ជាមិត្តល្អនឹងអ្នកមាន

លុយ ជាសន្ទូចស្ទូចអ្នកឃ្លាន

លុយ ជាជើងពានទ្រឲ្យខ្ពស់ ។

លុយ ជាដុំពេជ្រមានតម្លៃ

លុយ ជាអ្នកច្នៃកេរ្តិ៍កិត្តិយស

លុយ ជាអ្នកធ្វើឲ្យខូចឈ្មោះ

លុយ ជាជម្លោះអ្នកលោភលន់ ។

✍ .... **គីម សារីយឿន** (កម្ពុជាក្រោម)

ជម្លោះរវាងគ្រោះខ្លួនឯង

✍..... ដៃពីរថាយើងធ្វើឥតឈប់

ពីព្រឹកទល់យប់គ្មានទំនេរ
ភោគផលផ្ដល់មកបានទៅគេ
មិនសុខចិត្តទេត្រូវតែគិត ។

ជើងថានែដៃកុំគ្រាន់បើ
យើងខំប្រឹងដើរទោះឆ្ងាយជិត
ខ្ញុំនេះជាអ្នកនឿយហត់ពិត
ព្យុះផ្គរងងឹតមិនរួញរា ។

មាត់ថាខ្ញុំប្រឹងប្រែងណាស់
កុំពោលផ្ដេសផ្ដាសអ្នករាល់គ្នា
ចំណីអាហារខ្ញុំទំពា
ពាក្យឆ្លើយឆ្លងគ្នាខ្ញុំអ្នកយ៉ាប់ ។

ច្រមុះថាខ្ញុំដកដង្ហើម
មាត់កុំសម្បើមចេញឲ្យឆាប់
បើគ្មានដង្ហើមមុខជាស្លាប់
ឯងចាំស៊ីស្រាប់កុំប្រឹងស្រែក ។

ច្រមុះ មាត់ ដៃ ជើង ទាំង៤
ខំប្រឹងរៀងខ្លួនគ្មានចំណែក
ភោគផលបានមកទាំងគ្រប់ផ្នែក
ក្រពះអនេកចាំទទួល ។

គិតទៅអ្នកហត់អត់បានផល
ក្រពះពុំខ្វល់រស់យ៉ាងស្រួល

អ្នកទាំងបួនខឹងឈប់ស៊ីឈ្នួល
ឲ្យក្រពះដួល ដួលខ្លួនឯង ។
ក្រពះ ច្រមុះ មាត់ ដៃ ជើង
ជម្លោះនោះយើងឃើញជាក់ស្តែង
ព្រោះតែច្រណែនសែនចំបែង
ត្រូវដួលខ្លួនឯងយ៉ាងវេទនា ។
ដូចនេះច្រមុះមាត់ជើងដៃ
ពីថ្ងៃនេះទៅឈប់និន្ទា
ប្រឹងប្រែងរួបរួមសាមគ្គីគ្នា
កាន់កិច្ចការងារទើបបានសុខ ។
(កម្រងកំណាព្យខ្មែរ រស់ អមតៈ របស់ **លោក កុក រស់**)

ខ្មែរនៅឯណា ?

✍..... សម័យអង្គរខ្មែរមានឈ្មោះល្បី
ពិភពលោកីយ៍គេកោតស្ញប់ស្ញែង
មានប្រាង្គប្រាសាទស្ទើរគ្រប់កន្លែង
បាពួន បាខែង អង្គរតូច-ធំ ។
ព្រះខ័ណ្ឌ នាគព័ន្ធបាយ័នតាព្រហ្ម
បន្ទាយឆ្មារយំស្រែករកអ្នកជួយ
ស្រក់ជលនេត្រាខ្លាចផ្សាព្រោះព្រួយ
ខ្លាចថ្ងៃណាមួយអស់ពីស្រុកខ្មែរ ។
បាយ័ន អង្គរ ឈ្មញរកមុខដៃរ

ដបស្រាថាស្នេហ៍ស្និទ្ធនឹងអ្នកណាស់
ពេលផឹកស្រវឹងខឹងខោកផ្តេសផ្តាស
អង្គរអ្នកច្បាស់អាប់ឈ្មោះបាត់ ។
បាយ័នមុខបួនពួនក្នុងព្រៃស្ងាត់
គេនៅតែស្កាត់នាំយកទៅផ្សារ
បើបាត់អង្គរកខ្មែរឯណា ?

“ខ្មែរនៅដបស្រា-កញ្ចប់បារី” ។

ឱ ! ខ្មែរអើយខ្មែរគួរស្នេហ៍ទឹកដី
កុំស្នេហ៍បារី-ស្រី-ស្រា ពាលា
រួបរួមគ្នាឡើងខ្មែរទាំងអស់គ្នា
កុំអោយមានពៀរបាត់ពូជពង្សខ្មែរ ។

(*កម្រងកំណាព្យខ្មែរ រស់អមតៈរបស់* **លោក កុក រស់**)

ភាព្យពាក្យ ៧ ស្តីពីអបាយមុខ

អបាយមុខជង្រុកហិន សង្កិនឲ្យក្តៅដួងហឫទ័យ
ច្រើននាំអ្នកលេងឲ្យសន្ទៃ យប់ថ្ងៃដេកព្រួយនឹកស្តាយក្រោយ ។
កំពុងប្រព្រឹត្តងងឹតឈឹង លុះដល់វិពឹងឃើញញឹកញយ
ទើបបានយល់ច្បាស់ថាខ្លួនធ្លោយ ជួនក៏បណ្តោយដេញជើងទៀត ។
ដេញជើងគ្រាតែឃើញលិចលង់ រឹតតែល្ងង់ទ្រូងចង្អៀត
អ្នកខ្លះម្លឹងហើយនៅតែឆ្លៀត អង្រៀតនិងស្លាប់ទើបថយក្រោយ ។
ទំរាំធ្លាក់ខ្លួនជួនអស់ទ្រព្យ ជួនកាលធ្លាប់ជាប់ដល់រូបខ្សោយ

កើតអាគឈឺចាប់ស្លាប់បណ្តាយ គួរឲ្យព្រឺខ្លាចអព្ភាយមុខ ។
ហេតុនោះយុវនៃយុវតី នាងអ្នកប្រុសស្រីគួរខ្លាចទុក្ខ
ឲ្យហើយពីក្មេងទាន់មានសុខ ត្រូវខំសម្រុកប្រឹងរៀនសូត្រ ។
នាងអ្នកចូររៀនកុំធុញទ្រាន់ ទាន់វ័យនៅក្មេងត្រូវខំស្រូត
ស្រូតរៀនឲ្យទាន់តែរហូត បានដល់កោះត្រើយសឹមសម្រាក ។
វិទ្យាជាទ្រព្យដ៏ចម្បង កន្លងលើសលែងឥតទ្រព្យសាក
ជាទ្រព្យស្រាលផងមិនលំបាក វេចជាបង្វេចស្ពាយពុនរែក ។
ទៅមកយកជាប់ទៅជាមួយ វិទ្យាអាចជួយឃើញទាន់ភ្នែក
ចង់បានអ្វីៗវិទ្យាស្រែក ហៅទ្រព្យប្លែកៗឲ្យមូលមក ។

(សម្តេចព្រះសង្ឃរាជ **ជួន ណាត** ជោតញ្ញាណោ)

សុខព្រោះ......

សុខព្រោះ មិនមាននូវការប្រមាទ
សុខព្រោះ ខ្ញុំហាតរម្ងាប់សង្ខារ
សុខព្រោះ មិនព្យាបាទនិងនរណា
សុខព្រោះ ចិន្តាបាត់ក្តីកង្វល់ ។
សុខព្រោះ សន្តោសតាមមានតាមបាន
សុខព្រោះ សន្តានអប់រំជិតដល់
សុខព្រោះ បុណ្យព្រេងតាមមកឱ្យផល
សុខព្រោះ ការផ្តល់នូវធម្មទាន ។
សុខព្រោះ ការកើតនៃអង្គព្រះពុទ្ធ

សុខព្រោះ រលត់អស់ខន្ធទាន
សុខក្រៃលែងគឺព្រះនិព្វាន
ព្រោះអីលែងមានកើតចាស់ឈឺស្លាប់ ។

ដោយខន្ធាសក: ជាំ ទូច

របៀបសំពះខ្មែរទាំងប្រាំយ៉ាង

គឺជាការគោរព ដែលបង្កប់ទៅដោយខ្លឹមសារ នៃការដឹងគុណ ស្វាមីភក្តិ ស្មោះត្រង់ប្រកបដោយមនោសញ្ចេតនា យ៉ាងជ្រាលជ្រៅបំផុត

វប្បធម៌បរទេសហូរចូលមកជ្រែក កូនខ្មែរប្រែពេកស្ទុះទៅចាប់
ខំពត់ធ្វើតាមទទួលឆាប់ បណ្តុះបង្អាប់ជាតិខ្លួនឯងវិញ។
តាំងពីទីក្រុងស្លូងដល់ស្រែ មើលទៅប្រួលប្រែសែនទោម្នេញ
ស្ទុះស្ទាធ្វើតាមយ៉ាងរម៉ិញ មើលទៅពោរពេញបាត់ស្រមោល។
អរិយធម៌ខ្មែរថែរក្សា កុំធ្វេសចិត្តាកេរតែលតោល
យករបស់គេយើងទុកចោល ខ្មែរនឹងដួលត្នោលបាត់ឈ្មោះខ្មែរ។

របៀបក្រាបថ្វាយបង្គំព្រះរតនត្រ័យ

របៀបនៃការរៀបចំឥរិយាបថទី ១

របៀបនៃការរៀបចំឥរិយាបថទី ២

ឧបាសក អង្គុយលុតជង្គង់ ហើយ
បន្ទាប់មកលើកដៃប្រណម្យស្មើដើមទ្រូង

ឧបាសិកា អង្គុយរាបស្មើ ហើយ
បន្ទាប់មកលើកដៃប្រណម្យស្មើដើមទ្រូង

របៀបនៃការរៀបចំឥរិយាបថទី ៣

ឧបាសក លើកប្រណម្យស្មើថ្ងាស
រួចឱនក្បាលចុះបន្តិច

ឧបាសិកា លើកប្រណម្យស្មើថ្ងាស
រួចឱនក្បាលចុះបន្តិច

របៀបនៃការរៀបចំឥរិយាបថទី ៤

ឧបាសក ក្រាបថ្វាយបង្គំ ហើយ
កែងដៃដាក់ទល់ជង្គង់ក្រាប
ថ្ងាសដល់កំរាលដៃរាបស្មើ

ឧបាសិកា ក្រាបថ្វាយបង្គំ ហើយ
កែងដៃរាបស្មើចេញក្រៅជង្គង់
ក្រាបថ្ងាសដល់កំរាល

បទលើកទង់ព្រះពុទ្ធសាសនា

១-សូមមើលទង់ជ័យ ឆព្វណ្ណរង្សី ដែលមានរស្មីភ្លឺស្រស់ល្អ
ខៀវលឿងក្រហម ព្រមទាំងពណ៌ស ហង្សបាននិងពណ៌ដ៏ភ្លឺផ្លេក ។
២-ប្រទេសតូចធំ បានស្ម័គ្រស្វាគមន៍ ជំនុំគ្នាច្រើនអនេក
ព្រមយករស្មី ព្រះពុទ្ធគួរត្រេក ប្រសើរពន់ពេកក្រៃកន្លង ។
៣-ធ្វើជាសញ្ញា ទង់ជ័យសាសនា នៃព្រះសម្ពុទ្ធធំចម្បង
ចូរយើងរាល់គ្នា យកចិត្តចាំចង នឹកដល់ព្រះអង្គ ជាអង្គម្ចាស់ ។
៤-ទោះជាតិផ្សេងៗគ្នា ក៏ត្រូវដឹងថា សុទ្ធសឹងតែជាពុទ្ធសាសន៍
ត្រូវមានសាមគ្គី ទាំងក្មេងទាំងចាស់ ប្រឹងប្រែងឱ្យណាស់គ្រប់ៗគ្នា ។
៥-សូមសាសនាពុទ្ធ ថ្កុំថ្កើនខ្ពស់ផុត រុងរឿងវិសុទ្ធដ៏ថ្លៃថ្លា
ហើយមានជ័យជោគ ផ្សាយពេញលោកា ដោយជនជ្រះថ្លាច្រើនសែនលាន ។
៦-មានចិត្តស្នេហា គោរពបូជា ចំពោះព្រះធម៌ដ៏កល្យាណ
ទាំងមនុស្សទេវតា ស្នេហាគ្រប់ប្រាណ ប្រាថ្នាចង់បានសេចក្តីសុខ ។
៧-យើងខេមរៈជាតិ នាំគ្នាខ្មីឃ្មាត កាន់ធម៌និងចាកផុតទុក្ខ
រួបរួមសាមគ្គី ពីនេះទៅមុខ យើងនិងបានសុខ ក្សេមក្សាន្តត្រាណ ។
៨-ព្រមព្រៀងប្រព្រឹត្ត កាន់ធម៌សុចរិត ឆ្ពោះទៅកាន់ឋាននិព្វាន
ជាទីផុតទុក្ខ បានសុខក្សេនក្សាន្ត ជាតិយើងនិងបានសោយសុខា ។

បទដាក់ទង់ព្រះពុទ្ធសាសនា

១-ពួកយើងអ្នកកាន់សាសនា ត្រូវដឹងច្បាស់ថា ព្រះពុទ្ធជិនស្រី
ទ្រង់មានឆព្វណ្ណរង្សី គឺព្រះរស្មី ទាំងប្រាំមួយពណ៌ ។

២-ផ្សាយចេញពីព្រះកាយទ្រង់ រុងរឿងឫទ្ធិរុង ប្រសើរបវរ
ឆ្វៀងឆ្វាត់កាយឆើតឆាយល្អ ទាំងប្រាំមួយពណ៌ ស្រស់ល្អសោភា ។
៣-កំណើតនៃព្រះរស្មី កើតដោយបារមី នៃព្រះភគវា
ធ្វើទានឥតមានរុញរា កាលដែលនូវជា ព្រះពោធិសត្វ ។
៤-រស្មីពណ៌ខៀវនោះណា កាលឆ្វៀលនេត្រា ទ្រង់ដោយចិត្តកាត់
ធ្វើទានដល់ឥន្ទព្រាហ្មណ៍ពិ កាលនូវជាក្សត្រ នាមស្រីពីរាស្ត្រ ។
៥-រស្មីពណ៌លឿងភ្លឺថ្លា កាលដែលទ្រង់អារ សាច់ផៃធ្វើមាស
បិទពុទ្ធរូបភ្លឺឱភាស ព្រះឥន្ទជាងមាស ទ្រង់វ័យបណ្ឌិត ។
៦-រស្មីក្រហមនោះណា កាលដែលមាតា ពស់ខាំស្លាប់ពិត
បទុមស៊ូប្តូរជីវិត កាត់បេះដូងបិទ ធ្វើថ្នាំមាតា ។
៧-រស្មីពណ៌ស សុទ្ធសាធ កាលដែលព្រះបាទ វេស្សន្តរក្សត្រា
ឱ្យដីរី សសោភា ដល់ព្រាហ្មណ៍ប្រាថ្នា យកពោធិញ្ញាណ ។
៨-រស្មីពណ៌ដូចជើងហង្ស កាលមាតាទ្រង់ យក្ខចាប់យកបាន
វិជ្ជាធរអារសាច់ខ្លួនប្រាណ ឱ្យយក្ខសាមាន្យ ស៊ីប្តូរជីវិត ។
៩-រស្មីពណ៌ផ្លែកពណ្ណរាយ កើតជាទន្សាយ ឈ្មោះសោមបណ្ឌិត
ឱ្យទានសាច់ឈាមជីវិត ដល់ឥន្ទព្រាហ្មណ៍ពិត ថាអត់អាហារ ។
១០-រស្មីខៀវ លឿង ក្រហម ស ហង្សបាទព្រ ភ្លឺផ្លែកអស្ចារ្យ
ត្រូវជាប្រាំមួយប្រការ ក្មេងចាស់កុមារ ចូលចាំទុកអើយ ។

បទ ពង្សាវតារខ្មែរ

ខ្មែរអើយ ចូរចាំជាក់ថា តាមសាវតារ

ជាតិខេមរា ធ្លាប់តែថ្កើង ទឹកដីខ្មែរធំ
ទូលំទូលាយ ផ្សព្វផ្សាយរុងរឿង គេឯង
តែងលើកតម្កើង តម្កល់ជាតិយើង ចាត់ទុកឡើង
ជាជាតិច្បង ។
អារ្យធម៌ ខ្ពង់ខ្ពស់ឆើតឆាយ បានចេញផ្សព្វផ្សាយ
គ្រប់ទិសទាំងទឡ្លាយ ចុងបូព៌ា សាសនាសិល្ប
ចម្លាក់វិចិត្រ គំនិតសិក្សា តន្ត្រី
ទស្សនវិជ្ជា ព្រះពុទ្ធសាសនា ជាគោលការណ៍
ខ្មែរផ្សាយទៅ ។
ខ្មែរអើយ ចូរស្តាប់សាវតារ ដែលបានចរចា
បញ្ជាក់ប្រាប់ថា ពូជខ្មែរថ្កើង តាំងចិត្តឱ្យមាំ
ខិតខំប្រឹងវិញ សាមគ្គីជាតិយើង ក្នុងចិត្តតម្កើង
តម្លៃខ្មែរយើង ឱ្យបានរុងរឿងជា ថ្មីឡើងតាមសាវតារ ។

រាជនិពន្ធ **សម្តេចព្រះសង្ឃរាជ ជួន ណាត**

យប់យូរសម្រាប់អ្នកដេកមិនលក់ យោជន៍ឆ្ងាយសម្រាប់អ្នកស្បៀយកម្លាំង
វដ្តសង្សារវែងឆ្ងាយសម្រាប់បុគ្គលពាលដែលមិនបានឃើញធម៌ ។
មានតែនេក្ខម្ម:មួយទេ ដែលដឹកនាំជីវិតឲ្យឈានទៅរកសុខសន្តិភាពបាន
ពោលគឺមិនមានការកើត ការចាស់ ការឈឺ ការស្លាប់ ព្រោះតែការអស់ទៅនៃ
អាសវ:ធម៌ទាំងឡាយ បានឈានទៅរកព្រះនិព្វានយ៉ាងពិតប្រាកដ ។

ឯកសារពិគ្រោះ

-វចនានុក្រមខ្មែរ	សម្តេច ជួន ណាត	ព.ស.២៥១២
-នមស្ការព្រះរតនត្រ័យ	សម្តេចព្រះមហាឃោសានន្ទ	
-ពរ៤ប្រការ	ប៊ុត សាវង្ស	ព.ស.២៥៤៥
-ប្រជុំកងធម៌ពិស្តារថ្នាក់ត្រី	ឈឹម ទូច	១៩៧២
-ប្រជុំកងធម៌ថ្នាក់ទោ	សូរ ហាយ	១៩៥៨
-យុវសន្តិភាព	ព្រឹត្តិបត្រស្រាវជ្រាវ	២០០៨
-ល្ខោនជីវិត	សន្តិបាលភិក្ខុ សំ សារ៉ូន	ព.ស.២៥៥៤

ឈ្មោះសៀវភៅដែលខ្ញុំព្រះករុណាអាត្មាភាពបានបោះពុម្ពកន្លងមក

-ពន្លឺធម្មទេសនា	ក្នុងឆ្នាំ	២០០៦
-អានិសង្សសីល	ក្នុងឆ្នាំ	២០០៧
-ភស្តុតាងទាំងប្រាំនៃព្រះពុទ្ធសាសនា		២០០៨
-អរិយមគ្គពិស្តារ	ក្នុងឆ្នាំ	២០០៩
-ដំណើរនៃជីវិតពុកម៉ែ	ក្នុងឆ្នាំ	២០១០

ទំនាក់ទំនងទូរស័ព្ទ
វត្តជម្ពូវ័នប៉ោយសំរោង
ព្រះភិក្ខុ ជួន ចិន្តា
០១២ ២៨៤ ៥២៧
០៩៧៧ ៩៩៩ ៤៦០

ជីវិតកើតមកតែងជួបបញ្ហា ក្មេងចាស់កុមារសឹងដូចតែគ្នា

ខ្លះមានជីវិតរស់សែនវេទនា ខ្លះព្រោះវេរាតាមមកប្រល័យ

ជីវិតធម្មារស់ប្រសើរពិត ព្រោះមានគំនិតប្រាសចាកភពបី

ជីវិតទុច្ចរិតរស់អាប់រស្មី នាំជនប្រុសស្រីឲ្យចាកអាត្មា ។

ជម្រើសល្អរបស់ពុទ្ធសាសនាគឺ

ព្រះនិព្វាន

បំណងល្អពីខ្ញុំ ដោតបណ្ឌិត ជួន ចិន្តា