Chaste Life Seeking

ព្រហ្មចរិយេសនា

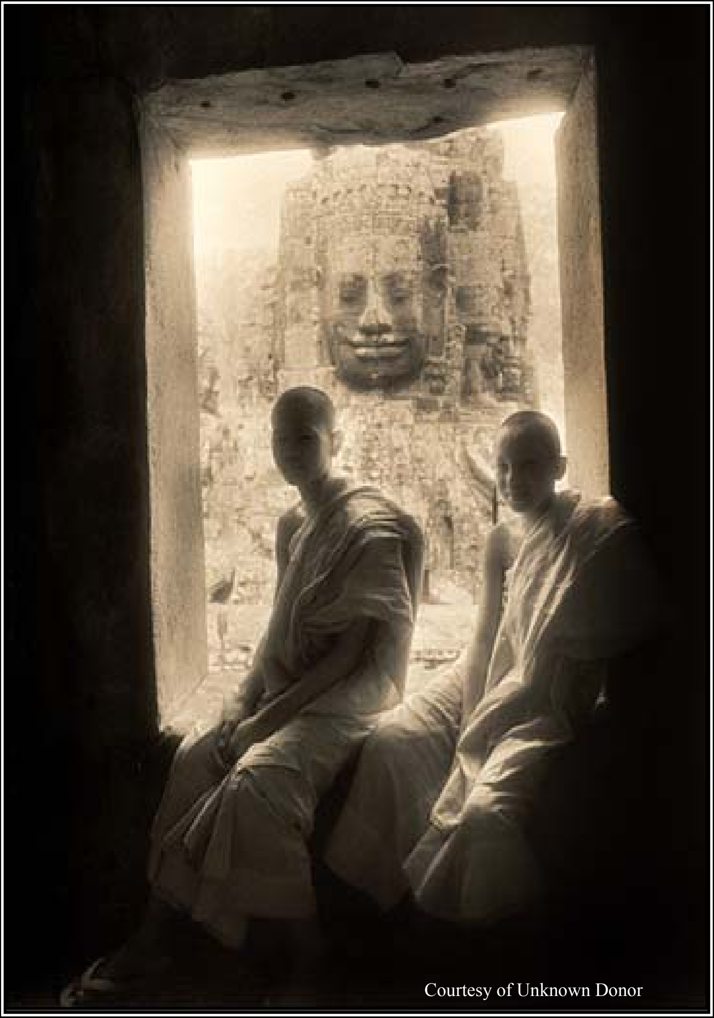
BASIC BUDDHISM

By Khemarak Kheng

អត្ថបទព្រះពុទ្ធសាសនាបែបសាមញ្ញងាយយល់

ដោយ ខេង ខេមរៈ

ព្រហ្មចរិយេសនា (Chaste Life Seeking)



BASIC BUDDHISM

អត្ថបទព្រះពុទ្ធសាសនាបែបសាមញ្ញងាយយល់

រៀបរៀងពីភាសាអង់គ្លេស និពន្ធ និងប្រែជាខេមរៈភាសា ដោយ ខេង ខេមរៈ

Compiled, Authored and Translated into Khmer by Khemarak Kheng

2467 Punderson Dr., Hilliard, Ohio, 43026, USA

Phone (614) 545-6671 Email: kkheng@vorys.com

B.E. 2554 **ពុទ្ធសករាជ ២៥៥៤** ** For Free Distribution only ** **គ្រឹស្តសករាជ ២០១០** A.D. 2010

បោះពុម្ពលើកទីពីរ (2nd Edition)

Contents
(មាតិការឿង)

ទំព័រ (Pages)

1 – ឧទ្ទិសកថា (Dedications) 5

2 – សេចក្តីថ្លែងអំណរគុណ (Acknowledgment) 9

3 – វាចាចិត្តអ្នករៀបរៀង (Compiler's Words) 11

4 – បុព្វកថា (Introduction) 15

5 – ព្រះពុទ្ធប្បវត្តិសង្ខេប (Brief of the Lord Buddha's Life) 18

6 – តើព្រះពុទ្ធសាសនាបង្រៀនអ្វីខ្លះ? What Does Buddhism Teach? 24

7 – ត្រៃសរណគមន៍ "ព្រះរតនត្រៃ " (Triple Gems of Buddhism) 26

8 – ត្រៃសិក្ខានៃព្រះពុទ្ធសាសនា (គោលពុទ្ធសាសន៍បីយ៉ាង Threefold of Buddhism) 29

1 – កុមារី លីលាន និង លោកតារបស់នាង (Lilian and Her Grandfather) 29

2 – ផលានិសង្សនៃតិសារពុទ្ធោវាទ (Merits of the Three Buddhist Essentials) 33

3 – តើត្រូវប្រព្រឹត្តតាមតិសារពុទ្ធោវាទ (គោលពុទ្ធសាសន៍បីយ៉ាង) ដោយវិធីណា? (How to Follow the Three Buddhist Essentials) 34

4 – តើហេតុអ្វីបានជាពុទ្ធបរិស័ទត្រូវដាក់បាត្រ ឬប្រគេនចង្ហាន់ដល់ព្រះសង្ឃ? Why Buddhists Have to Offer Alms to Monks? 35

5 – ជីវិតប្រចាំថ្ងៃនៃពុទ្ធសាសនិកជន (Buddhist's Daily Life) 36

9 – ត្រៃលក្ខណ៍ (The Three Characteristics of Existence) 38

1 – អនិច្ចំ (សភាពមិនទៀង Anicca) 38

2 – ទុក្ខំ (សភាពជាទុក្ខ Dukkha) 38

3 – អនត្តា (សភាពមិនមែនជារបស់ខ្លួន Anatta) 39

10 – បញ្ចសីលា (សីលប្រាំ The Five Precepts) 42

1 – ដំណាក់កាលនីមួយៗក្នុងការសមាទានសីល (Steps to taking Sila) 43

2– តើហេតុអ្វីបានជាការរក្សាសីលមានផលប្រយោជន៍ល្អ? Why it is Good to Observe Sila? 44

3 – តើនឹងមានហេតុអ្វីកើតឡើងដល់បុគ្គលដែលមិនបានរក្សាសីល What Will Happen to the Person Without Sila? 44

11 – ចតុរារិយសច្ចៈ "សច្ចធម៌ទាំងបួន" (The Four Noble Truths) 46

1 – ទុក្ខអរិយសច្ចៈ "ទុក្ខសោក" (The Noble Truth of Suffering) 46

2 – ទុក្ខសមុទយអរិយសច្ចៈ "ប្រភពនៃទុក្ខ" (The Noble Truth of the Origin of Suffering) 47

3 – ទុក្ខនិរោធអរិយសច្ចៈ "បំបាត់ទុក្ខ" The Noble Truth of the Extinction of Suffering 49

4 – ទុក្ខនិរោធគាមិនីបដិបទាអរិយសច្ចៈ “ផ្លូវដែលនាំទៅកាន់ទីរំលត់ទុក្ខ“
(The Noble Truth of the Path Leading to Extinction of Suffering) 49
12 – ព្រះមាគ៌ាកណ្តាល (The Middle Path) 51
1 – សម្មាទិដ្ឋិ “គំនិតយល់ត្រូវ“ (Right or Correct Understanding) 51
2 – សម្មាសង្កប្បៈ “ការត្រិះរិះត្រូវ“ (Right or Correct Thought) 52
3 – សម្មាវាចា “សំដីត្រូវ“ (Right or Correct Speech) 53
4 – សម្មាកម្មន្តៈ “ការងារត្រូវ“ (Right or Correct Action) 54
5 – សម្មាអាជីវៈ “កិរិយាចិញ្ចឹមជីវិតត្រូវ“ (Right or Correct Livelihood) 54
6 – សម្មាវាយាមៈ “ព្យាយាមត្រូវ“ (Right or Correct Effort) 55
7 – សម្មាសតិ “សេចក្តីរលឹកត្រូវ“ (Right or Correct Mindfulness) 56
8 – សម្មាសមាធិ “កិរិយាតំកល់ចិត្តហ្នឹងត្រូវ“ (Right or Correct Concentration) 56
13 – តិសម្ពហៈ ប្រជុំបីនៃអដ្ឋង្គិកមគ្គ ឬ ប្រជុំបីនៃផ្លូវប្រកបដោយអង្គប្រាំបី
(The Three Levels of Eightfold Path) 58
1 – សីលសិក្ខា (លំហាត់សីលធម៌ Sila or Moral Training Level) 58
2 –សមាធិសិក្ខា “ការធ្វើសមាធិ ឬ លំហាត់ចិត្ត“
(Samadhi or Meditation or Mind Training Level) 58
3 – បញ្ញាសិក្ខា (លំហាត់បញ្ញា Panna or Wisdom Training Level) 58
14 – សមាធិបែបព្រះពុទ្ធសាសនា (Buddhist Meditation) 60
1 – សមថកម្មដ្ឋាន (អប់រំចិត្តឲ្យស្ងប់ ឬ ឲ្យមានអារម្មណ៍ហ្នឹង Tranquil Meditation) 61
2 –វិបស្សនាកម្មដ្ឋាន (អប់រំចិត្តធ្វើបញ្ញាឲ្យភ្លឺស្វាង Insight Meditation) 62
15 – ព្រះពុទ្ធសាសនា និង ស្ត្រីភេទ (Buddhism and Womanhood) 65
16 – តើអ្វីទៅជាមាតាល្អម្នាក់? (What is a good Mother? 66
17 – ពុទ្ធបរិនិព្វាន (Buddha’s Noble Death) 68
18 – ទង់ជ័យព្រះពុទ្ធសាសនា (Buddhist Flag) 70
19– ពិធីបុណ្យសំខាន់ៗនៃព្រះពុទ្ធសាសនានៅប្រទេសកម្ពុជា 74
(The Most Important Buddhist Celebrations in Cambodia)
1–បុណ្យមាឃបូជា (Makha Puja) 74
2–ចូលឆ្នាំខ្មែរ (Khmer New Year) 76
3–បុណ្យវិសាខបូជា (Vasakha Puja “Full Moon Day“) 80
4–បុណ្យចូលព្រះវស្សា (Vassa In “Rainy Season Retreat”) 81
5–បុណ្យភ្ជុំបិណ្ឌ (Pchum Binda “Ancestors’ Day”) 82
6–បុណ្យចេញព្រះវស្សា (Vassa Termination) 86
7–បុណ្យកឋិនទាន (Kathina) 87

8–បុណ្យអុំទូក លយប្រទីប អកអំបុក សំពះព្រះខែ (Water Festival) 90

20 – សុភាសិត (Proverbs) 92

21 – ធម្មបទដ្ឋកថា (Dhamapada) 104

1–យមកវគ្គ (គូ) (The Pairs) 105

2– អប្បមាទវគ្គ (ការប្រុងស្មារតី) (Attention) 105

3–ចិត្តវគ្គ (គំនិត) (Thoughts) 106

4–បុប្ផវគ្គ (បុប្ផជាតិ) (Flowers) 107

5–ពាលវគ្គ (ជនពាល ឬ មនុស្សល្ងង់) (The Fool) 108

6–បណ្ឌិតវគ្គ (បញ្ញាជន ឬ អ្នកដែលប្រកបដោយគតិបណ្ឌិត) (The Wise Man) 108

7– ពុទ្ធវគ្គ (អ្នកដែលបានត្រាស់ដឹង) (The Enlightened) 109

8–សហស្សវគ្គ (មួយពាន់) (The Thousands) 110

9–បាបវគ្គ (អសីលធម៌) (Evil) 111

10-ទណ្ឌវគ្គ (ហឹង្សា) (Violence) 113

11–ជរាវគ្គ (ជរាភាព) (Old Age) 114

12–អត្តវគ្គ (អាត្មាឯង) (Self) 115

13–លោកវគ្គ (សកលលោក) (World) 117

14–ពុទ្ធវគ្គ (ព្រះពុទ្ធអង្គទាំងឡាយ) (The Buddhas) 117

15–សុខវគ្គ (សេចក្តីសប្បាយរីករាយ ឬសុភមង្គល) (Happiness) 119

16–បិយវគ្គ (ចំណង់ចំណូលចិត្ត) (Preference) 120

17–កោធវគ្គ (កំហឹង) (Anger) 122

18– មលវគ្គ (កំហុស) (Faults) 123

19– ធម្មដ្ឋវគ្គ (សេចក្តីទៀងត្រង់ ឬ សច្ចធម៌) (The Righteous) 124

20– មគ្គវគ្គ (មាគ៌ា) (The Way) 125

21– បកិណ្ណកវគ្គ (ភាពផ្សេងៗលាយឡំគ្នា) (Miscellaneous) 127

22– និរយវគ្គ (នរក) (Hell) 128

23– នាគវគ្គ (ដំរី, គុជសារ, នាគោ ឬ កុញ្ជរ) (The Elephants) 129

24– តណ្ហាវគ្គ (ចំណង់, តណ្ហា) (Craving) 131

25– ភិក្ខុវគ្គ (បព្វជិត) (The monk) 132

26– ព្រាហ្មណវគ្គ (ព្រាហ្មណ៍) (The Brahmin) 134

20 –ជាតក (រឿងល្បើក) (The Fables) 137

1 – ឈ្មួញលក់សត្វកណ្តុរ (The Mouse Merchant) 137

2 – ព្រះមហិស្សកុមារ និង អារក្សទឹក

(Prince Goodspeaker and the Water Demon) 144

3 – ចូរកុំឲ្យតម្លៃជីវិតដោយសារតែការលំបាកម្តងម្កាលដែលកើតមានឡើង
(Don’t Judge Life by One Difficult Season) 150
4 –រាជកុមារគ្មានបិតា (Little Prince no-Father) 151
5– ស្តេចម្រឹគឈ្មោះនិគ្រោធ (King Banyan Deer) 155
6 – កូនប្រើសចេះធ្វើពុតជាស្លាប់ (Fawn Who Played Dead) 163
7 – អាជនេយ្យ អស្សោត្តម (សេះប្រសើរ) : (The Great Horse Knowing-One) 166
8 – ព្រះបច្ចេកពុទ្ធ (Silent Buddha) 172
9 – គោឈ្មោះឧសភរាជ : (The Bull Called Delightful) 76
10 – កាឡគោណោ Grandma’s Blackie 180
11 – កូនចាបចៀបកប្បាសដែលមិនទាន់ចេះហើរ (Baby Quail Who Could Not Fly Away) 183
12 – ព្រះរាជកុមារដែលមានផែនការណ៍ល្អមួយ (The Prince Who Had a Plan) 186

ឧទ្ទិសកថា

ខ្ញុំព្រះករុណា ខ្ញុំបាទសូមឧទ្ទិសស្នាដៃដ៏ប្រសើរនេះជូនចំពោះ៖

- មាតុភូមិកម្ពុជាដ៏ជាទីស្រឡាញ់ និងកុលបុត្រកុលធីតារបស់លោកសូមអោយមានសុខភាពល្អ ប្រកបដោយសន្តិភាព, វិបុលភាព និងសុភមង្គល,

- មាតុភូមិថ្មី, សហរដ្ឋអាមេរិក ដែលជាទីស្រឡាញ់នៃយើង សូមប្រកបដោយ សម្បូរណ៍ភាព និង សន្តិភាព អស់កាលយូរលង់...

- វិញ្ញាណខ័ន្ធ លោកឪពុក យិន ខេង និង អ្នកម្តាយ ប៉ុក រឿន ដ៏ជាទីគោរពស្រឡាញ់ ដែលលោកជាអ្នកមានគុណបានផ្តល់កំណើត និង វិចារណញ្ញាណដល់ខ្ញុំព្រះករុណា ខ្ញុំបាទ,

- ភរិយា, បុត្រាបុត្រី និង ចៅប្រុសស្រីដ៏ជាទីស្រឡាញ់: អ្នកស្រី ខោល-មុំ, ល័ក្ខស្មី “Elizabeth”, ចាន់សាម៉ុន “Chansamon”, លីលាន “Lilian” , អ៊ីសាបែល “Isabel, អប្សរ “Sophia”, ស្រីនិច, ពិសី, វិសាល, វីណា, ច័ន្ទដារី និង អ៊ីង-អ៊ីង សូមអោយគេទាំងអស់មានតែសុភមង្គលល្អ ប្រកបដោយសន្តិភាព, វិបុលភាព, សុខភាព, សំណាងល្អ និងមានបញ្ញាភ្លឺថ្លា។

ខេង-ខេមរះ

Dedications

I would like to dedicate this Noble Work to:

My beloved Motherland, Cambodia and her children to be Healthy with Peace, Prosperity and Happiness,

My new beloved Homeland, America to be Prosperous and Peace and always…..

In memory of my beloved parents, Mr. Kheng Yin and Mrs. Roeurn Pok who gave me birth and Wisdom.

My dear wife, sons, daughters and grandchildren: Mrs. Mom Korl; Elizabeth, Chansamon, Lilian, Isabel, Sophia, Srey Nich, Pisey, Pisal, Rina, Chandavy and Ing Ing to be Happy with Peace, Prosperity, Good Health, Good Luck and Wisdom.

Khemarak Kheng

Acknowledgements

I personally would like to extend my sincere thanks to dear respected Venerable Soeung Eap for his kind assistance in editing this book in Bali and Khmer.

My sincerest thanks to my American friends, especially, my dear friends Valerie and Philip W. Stichter, Thomas G. Worley and my American mother, Jane McInnes, who all have helped my family and I assimilate smoothly into our new home, America.

My greatest appreciation to the Attorneys with the law firm of Vorys, Sater, Seymour and Pease LLP, Mr. Russell M. Gertmenian, and Mr. Bruce R. Henke, for their loving kindness in helping my family during our hardship; and Mr. David W. Cook for his kind contributions in helping my family and the Cambodian community in Columbus, Ohio for so many years.

My deepest gratification to the law firm of Vorys, Sater, Seymour and Pease LLP for its generous hospitality and loving kindness that helped heal my pain, suffering and family separation after the Killing Field. It offered me an employment opportunity with the firm that started my new life and helped me and my family during our hardships.

Khemarak Kheng

ទាចាចិត្តអ្នករៀបរៀង

ដោយទស្សនៈផ្ទាល់ ខ្ញុំព្រះករុណា ខ្ញុំបាទមានការព្រួយបារម្ភណ៍ និងយល់ឃើញថា វប្បធម៌, ប្រពៃណី និងព្រះពុទ្ធសាសនារបស់ខ្មែរយើង កាន់តែខើចខ្លីណាស់ទៅហើយ ដោយសារជីវភាពរស់នៅរបស់ប្រជាពលរដ្ឋខ្មែរ នៅឯប្រទេសកម្ពុជាសព្វថ្ងៃ ដែលជួបប្រទះតែអត្តខាត់ភាព ទុគ៌តភាព និងអនក្ខរភាព។

អត្តខាត់ភាព ទុគ៌តភាព និងអនក្ខរភាពជាជម្ងឺស៊ីរូង ដែលធ្វើឲ្យសង្គមជាតិខ្មែរក្នុងប្រទេសកម្ពុជាបាត់បង់តម្លៃគុណធម៌។ ព្រោះថា ដរាបណាក្រពះនៅតែមានសេចក្ដីអត់ឃ្លាន ហើយជីវភាពរស់នៅទៀតសោតមានតែក្ដីទុក្ខលំបាកវេទនាដ៏យូរអង្វែង ស្ទើរតែជាអចិន្ត្រៃ ដរាបនោះតម្លៃគុណធម៌ ដែលធ្លាប់មាននៅក្នុងសន្ដានចិត្តកុលបុត្រកុលធីតាខ្មែរម្នាក់ៗ នឹងរំសាយសាបរលាបបាត់បង់ទៅបន្តិចម្ដងៗ រហូតទាល់តែត្រូវធ្លាក់ទៅនៅក្រោមឥទ្ធិពល នៃអត្តខាត់ភាព ទុគ៌តភាព និងអនក្ខរភាព។ **ថ្វីបើយើងនៅនឹកគិតថា យើងនៅមានព្រះពុទ្ធសាសនា វប្បធម៌ និង ប្រពៃណីក៏ពិតមែន តែគុណធម៌នៃស្ថាបនជាតិខ្មែរទាំងបីនេះ គ្មានខ្លឹមសារពិត គ្រាន់តែជាស្នូរនៃស្គរប្រ-ហោងក្នុងតែប៉ុណ្ណោះ។** ដោយហេតុនេះ គុណធម៌ដែលជាគុណសម្បត្តិដ៏ប្រសើរបំផុតនៃសីលធម៌មនុស្សជាតិ បានរត់គេចពួនឆ្ងាយពីចិត្តថ្លើមខ្មែរ ហើយអសីលធម៌ផងទាំងពួងក៏បានចាប់ផ្ដើមដុះ លូតលាស់ ក្នុងសន្ដានចិត្តខ្មែរគ្រប់ស្រទាប់វណ្ណៈ ដោយសារតែឥទ្ធិពលនៃទុគ៌តភាព និងកង្វះវិជ្ជា ដែលជាសម្បត្តិដ៏ប្រសើរបំផុតសំរាប់បញ្ញា។ ជាបុថុជ្ជន គ្មាននរជនណាម្នាក់អាចនឹងមានសទ្ធាជ្រះថ្លាកសាងកុសលទាន ដែលប្រកបទៅ ដោយគុណធម៌ដ៏សច្ចៈ បានឡើយ លុះត្រាណាតែគេមានជីវភាពសម្បូរណ៍សប្បាយ និងមានវិជ្ជាជីវៈប្រចាំជីវិត ជាសម្បត្តិដ៏ប្រសើរ។ ផ្ទុយទៅវិញ បើកាលណាក្រពះជួបតែសេចក្ដីអត់ឃ្លាន ឯចិត្តថ្លើមទៀតសោតមានតែអវិជ្ជា ហើយសីលធម៌ សុភវិនិច្ឆ័យ ព្រមទាំងមេត្តាធម៌ ដែលនៅតែជាមួយនឹងអន្ធការភាពនៃអកុសលកម្មដូច្នេះនោះ មួយជីវិតនៃកុលបុត្រកុលធីតាខ្មែរ គេនឹងមិនមានវាសនាបានឃើញពន្លឺសុភមង្គល, សន្តិភាព និង វិបុលភាពដ៏សច្ចឡើយ។ ហេតុនេះហើយ វប្ប-ធម៌, ប្រពៃណី និងព្រះពុទ្ធសាសនារបស់ខ្មែរយើងនៅប្រទេសកម្ពុជានឹងត្រូវ រលាយបាត់ បង់សាបសូន្យពីលើលោកនេះ។ ឯយើងទាំងអស់គ្នាដែលជាខ្មែរក៏នឹងត្រូវបាត់បង់អត្តសញ្ញាណជាតិរបស់ខ្លួនផងដែរ។

ដើម្បីជួយធ្វើឲ្យជីវិតសម្ព័ន្ធនៃវប្បធម៌, ប្រពៃណី និងព្រះពុទ្ធសាសនាខ្មែរយើងនៅក្នុងប្រទេសកម្ពុជា នាពេលបច្ចុប្បន្ននេះ ឲ្យបានប្រសើរឡើងវិញ ជាបឋម យើងដែលជាសហគមន៍ខ្មែរ ទាំងក្រៅ និងក្នុងប្រទេស **មិនគួរកសាងតែវត្តអារាមព្រះពុទ្ធសាសនាប៉ុណ្ណោះទេ** គឺយើងគួរតែបំបែរមុខសញ្ញាកសាងទៅរកទិសដៅផ្សេងៗទៀតផងដែរ **ដោយសាងសង់រចនាសម្ព័ន្ធទ្រទ្រង់គុណភាពជីវិតរស់នៅរបស់ប្រជាជាតិខ្មែរ *ឲ្យមានសន្ទុះស្មើ ឬលឿនជាងការកសាងវត្តអារាម។*** ដោយនាំគ្នាធ្វើបុណ្យទានផ្សេងៗ ដើម្បីប្រមូលបច្ច័យទៅជួយកសាងផ្លូវថ្នល់ ប្រព័ន្ធទាក់ទងទំនើប និងប្រព័ន្ធកសិកម្មទូទាំងប្រទេស ដើម្បីផ្ដល់ភាពងាយស្រួលក្នុងការធ្វើដំណើរទៅមក នៅក្នុងស្រុក និងប្រើធារាសាស្ត្រ ដើម្បីជួយដល់កសិករក្នុងការបង្កបង្កើនផលឲ្យកាន់តែបានច្រើនពោរពាស។ នៅក្នុងពេលជាមួយគ្នានោះ យើងក៏ត្រូវនាំគ្នាសាងសង់អាគារសិក្សា និងមជ្ឈមណ្ឌលអប់រំវិជ្ជាជីវៈ ពីទីក្រុងរហូតទៅដល់ជនបទដាច់ស្រយាល ចាប់ពីបឋមសិក្សាទៅដល់ឧត្តមសិក្សា (នៅជនបទយ៉ាងហោចណាស់ត្រឹមអនុវិទ្យាល័យ)

ដើម្បីបង្កើនចំណេះដឹង និងការអប់រំវិជ្ជាជីវៈកំរិតផ្សេងៗ ដើម្បីជួយបង្កើនសម្បទាសិក្សា និងចំណេះដឹងដល់ប្រជាពលរដ្ឋខ្មែរទាំងអស់ ដែលមានសមត្ថភាព ឲ្យកាន់តែបានប្រសើរឡើង។

នៅពេលណា ប្រទេសកម្ពុជាមានផ្លូវគមនាគមន៍ច្រើនខ្វាត់ខ្វែង ប្រព័ន្ធទាក់ទង ប្រព័ន្ធធារាសាស្ត្រ អាគារសិក្សា មណ្ឌលសុខភាព និងមជ្ឈមណ្ឌលអប់រំវិជ្ជាជីវៈនៅក្នុងប្រទេស ជួយបង្កើនកំរិតជីវភាពរស់នៅរបស់ប្រជាពលរដ្ឋខ្មែរឲ្យបានល្អហើយ ពេលនោះឯងជីវភាពរស់នៅនឹងបានប្រសើរជាទីបំផុត។ ដូច្នេះហើយ សម្បូរណាភាព, សុភមង្គល និងភាពចុះសំរុងដ៏សែនសុខសាន្ត នឹងវិលមកសណ្ឋិតនៅហ្នឹងមាតុភូមិដ៏ជាទីស្រឡាញ់របស់យើងវិញជាមិនខានឡើយ។ អញ្ចឹងហើយ វប្បធម៌ ប្រពៃណី និងព្រះពុទ្ធសាសនារបស់ខ្មែរនៅក្នុងប្រទេសកម្ពុជាយើងនឹងមានជីវិតរស់ឡើងវិញយ៉ាងរុងរឿង បានដូចសេចក្តីប៉ងប្រាថ្នារបស់យើងទាំងអស់គ្នា។ ព្រមជាមួយគ្នានេះ ពុទ្ធសាសនិកជនខ្មែរ និងវត្តអារាមព្រះពុទ្ធសាសនាទាំងអស់នៅប្រទេសកម្ពុជា គួរតែរៀនបង្កើតពុទ្ធិកសមាគមសង្គ្រោះដើម្បីជួយដល់ប្រជាពលរដ្ឋទីទាល់ក្រ, កុមារកំព្រា ស្ត្រីមេម៉ាយ និងជនពិការ ឲ្យដូចជាអ្នកគ្រីស្តសាសនា ដែលគេមានសមាគមសង្គ្រោះរាបមិនអស់ក្នុងពិភពលោក។ ពុទ្ធសាសនិកជនខ្មែរក៏គួរតែមានលទ្ធភាពអាចជួយសង្គ្រោះបងប្អូនជនរួមជាតិយើងបានដែរ។

នៅទីបញ្ចប់នេះ ខ្ញុំព្រះករុណា ខ្ញុំបាទសូមខន្តីអភ័យទោសចំពោះ កំហុស កង្វះខាតមតិ អត្ថន័យ និងអក្ខរាវិរុទ្ធ ដែលកើតមានឡើងដោយអចេតនា និងរង់ចាំទទួលការរិះគន់កែរលំអរដោយសោមនស្សរីករាយជាទីបំផុត។

"មានជីវភាពសម្បូរណ៍សប្បាយប្រកបទៅដោយគុណធម៌
នោះទើបធ្វើឲ្យប្រទេស និងសាសនានឹងបានរីកចំរើនរុងរឿងល្អប្រពៃទៅបាន!!"

ខេង ខេមរះ ទីប្រឹក្សា វត្តសាមគ្គីសេរីរតនារាម

Khemarak Kheng Advisor of Columbus Buddhist Community, Inc.

Compiler's Words

In my humble opinion, I have great concerns regarding the withering of Khmer's Culture, Traditions and Buddhism due to miserable everyday life of the Khmer people in Cambodia that encounter deficiency, misery and illiteracy.

Deficiency, misery and illiteracy are chronic diseases that eat up the virtue of society in Cambodia. Because the stomach always stays starved, the standard of living stays extremely substandard for a long time, almost becoming permanent; this causes the value of virtue that used to exist in each Khmer children's mind to fade away little by little until it is ruled by the power of deficiency, misery and illiteracy.

Even though we think; we still have Buddhism, culture and tradition; but, the actual value of these three national establishments seems vacant; no true value, nothing but sounds of an empty hollow drum. Consequently , the virtue which is the high merit of human morality has almost completely disappeared from the Khmer's mind; and the unwholesomeness has started to take over in Khmer's mentality from every walk of life due to the power of poverty and lack of literacy which is the noble treasure of wisdom. As ordinary mankind, one cannot have the will to do wholesome acts purely, unless one's stomach is happy and a stable, career oriented life in which to treasure is obtained. On the other hand, if one is always hungry with a mind full of ignorance; virtue, common sense and kindness stay trapped in the darkness of unwholesomeness; thus, in a life time of Khmer's children, they will never have a chance see the light of true happiness, peace and prosperity. Therefore, Khmer's culture, tradition and Buddhism in Cambodia will vanish. As result, we Khmer will lose our national identity.

In order to improve the vitality of our Khmer culture, tradition and religion at present to flourish again; first, we all as Khmer communities in and outside of Cambodia must not only build Vihara and temples for Buddhism; but we should also turn to other directions by starting to build structural support to improve people's quality of life at equal or higher speeds alongside the religious temple constructions. By doing all kinds of fundraising to collect the means to construct roads, modern methods of communication and agricultural systems throughout Cambodia to accommodate travel back and forth in the country and using agricultural irrigation, assist farmers in producing more bountiful crops. At the same time, from cities to remote areas, we should also promote construction of school buildings and vocational centers offering elementary (In countryside at least there should be some middle school level) to college level courses and different levels of skill training to improve the educational aptitude and knowledge to all able Khmer citizens.

When Cambodia have more roads, communications, agricultural hydraulics systems, schools and vocational centers built in the country to help improve the living standards of Khmers people; life will improve exponentially; therefore, prosperity, happiness and harmony will return and resettle in our beloved Motherland again. As a result, culture, traditions and religion in Cambodia will indeed revive and flourish as we have wished for. At the same time, Khmer Buddhist and all Buddhist temples in Cambodia should learn to organize Buddhist Relief

Organizations to help miserable Cambodians, orphans, widows and disabled persons like Christians who have countless relief organizations throughout the world; Cambodian Buddhists should be able to help our compatriot as well.

Prosperous standards of living combined with virtue will make the Cambodia and Buddhist Religion flourish.

បុព្វកថា

ព្រះពុទ្ធសាសនាជាសាសនា**ចំបងទីបួន**នៅក្នុងសាកលលោកយើងនេះ ដែលនាំមុខដោយសាសនាគ្រីស្ត, សាសនាឥស្លាម និងសាសនាហិណ្ឌូ។ ព្រះពុទ្ធសាសនាត្រូវបានបង្កើតឡើង នៅភូមិភាគខាងជើងនៃប្រទេសឥណ្ឌា ដោយព្រះពុទ្ធជាម្ចាស់ ព្រះនាមព្រះសិទ្ធត្ថៈ គោតមៈ (Siddhartha Gautama) ដោយព្រះអង្គទ្រង់បានសំរេចព្រះសម្មាសម្ពោធិញ្ញាណ (អ្នកដែលបានយល់ដឹងច្បាស់ដោយប្រពៃ) បានត្រាស់ជាព្រះសព្វញ្ញុតញ្ញាណ។ ព្រះពុទ្ធបរមគ្រូជាម្ចាស់ ព្រះអង្គទ្រង់បានប្រទានដល់ពិភពលោកនូវសាសនាដ៏ប្រសើរមួយ ដែលមិនអាចប្រៀបប្រដូចបានក្នុងប្រវត្តិសាស្ត្រមនុស្សជាតិ។ ព្រះអង្គជាអគ្គមហាបុរស តំណាងនៃគុណធម៌ផងទាំងពួង ដែលបានធ្វើឲ្យព្រះអង្គមានគុណសម្បត្តិល្អឧត្តម ប្លែកប្រសើរលើសអស់អំពីបរមគ្រូនៃសាសនាដទៃផ្សេងទៀត ហើយកត្តាទាំងនេះបានធ្វើឲ្យព្រះអង្គក្លាយជាបរមានុភាព (Supreme ភាពឧត្តមបំផុត) នៃវត្ថុបំណងតែមួយគត់ ដែលពពួកសត្តនិករទាំងឡាយទទួលគោរពបូជា។

ព្រះពុទ្ធសាសនាមានលក្ខណៈជាពីរសណ្ឋាន៖ ព្រះពុទ្ធសាសនាផ្នែកមហាយាន (អាចរិយវាទ) និងព្រះពុទ្ធសាសនាផ្នែក ហិនយាន (ថេរវាទ)។ មហាយានមានន័យថា យានធំ ឬ និយាយឲ្យចំ មានន័យថា "រទេះធំ"។ ព្រះពុទ្ធសាសនា ផ្នែកមហាយាន ឬ ព្រះពុទ្ធសាសនាបែបអាចរិយវាទបានរួមផ្សំដោយព្រះពុទ្ធសាសនាបែបហ្សេន (Zen Buddhism) និងព្រះពុទ្ធសាសនាបែបជនជាតិទីបេ (Tibetan Buddhism) ដែលជាប្រភេទព្រះពុទ្ធសាសនាសេរីនិយម ហើយត្រូវបានគេឃើញមាននៅក្នុងប្រទេសចិន, ជប៉ុន, កូរ៉េ, ទីបេ, ម៉ុងហ្គោលី និង វៀតណាម ។ល។ រីឯព្រះពុទ្ធសាសនា បែប ថេរវាទ ឬ ព្រះពុទ្ធសាសនាផ្នែកហិនយាន ដែលមានន័យថាយានតូច ជាបែបព្រះពុទ្ធសាសនាអភិរក្សនិយម ហើយត្រូវបានគេឃើញមាននៅក្នុងតំបន់អាស៊ីភាគអគ្នេយ៍ ដោយត្រូវបានគេបង្កបង្កើតឡើងព្រមជាមួយគ្នានឹង របបរាជានិយមនៅក្នុងប្រទេសកម្ពុជា, ស្រីលង្កា, លាវ, ភូមា និង ថៃ ជាដើម។

ព្រះពុទ្ធសាសនាបែបថេរវាទ ជាបឋមយកចិត្តទុកដាក់យ៉ាងខ្លាំងនៅលើទង្វើសមាធិ និងការប្រមូលផ្ដុំអារម្មណ៍ ដែលជាសម្មាសមាធិទីប្រាំបីនៃនៃអដ្ឋង្គិកមគ្គ (ផ្លូវប្រតិបត្តិប្រកបដោយអង្គ៨ប្រការ Eightfold Path)។ ព្រះពុទ្ធសាសនាបែបថេរវាទនេះ បានសង្កត់គោលគំនិតជឿជាក់យ៉ាងខ្លាំងបំផុតទៅលើបព្វជិតភាព និងការចំណាយពេលវេលាដ៏ច្រើនក្នុងទង្វើសមាធិ។ ឯអ្នកកាន់ព្រះពុទ្ធសាសនាមហាយានវិញ គេមិនដែលបានយល់គិតថា ពួកគេជាអ្នកបានបង្កើតព្រះពុទ្ធសាសនាមួយទៀតបែបថ្មីនោះឡើយ តែគេបានយល់ថា ពួកគេជាអ្នកបានសើរើយកលំនាំដើមនៃឱវាទបង្ហាត់បង្រៀនរបស់ព្រះពុទ្ធជាម្ចាស់មកអនុវត្តឡើងវិញ។

ប្រវត្តិហេតុទាំងនេះ មានលំនាំដូចគ្នានឹងកាលដែលអ្នកកែទំរង់សាសនាគ្រីស្ត (Protestant reformers) ក្នុងសតវត្សទី១៦ នៅទ្វីបអឺរ៉ុបដែរ ដែលគេបានប្រកាសថា ពួកគេមិនបានបង្កើតគ្រិះសាសនាមួយទៀតបែបថ្មីនោះឡើយ តែគេបានសើរើយកលំនាំដើមនៃគ្រីស្តសាសនាមកអនុវត្តឡើងវិញ.......

ដោយសារតែព្រះពុទ្ធសាសនាមិនបានរួមបញ្ចូលនិយាយអំពីព្រះ អង្គណាមួយដែលជាអ្នកបង្កើតលោកនោះ បានជាមានមនុស្សខ្លះយល់ឃើញថា ព្រះពុទ្ធសាសនាពុំមានលក្ខណៈធម្មតាដូចជាសាសនាបែបអឺរ៉ុប។ គោលការណ៍សំខាន់នៃសិក្ខាបទរបស់ព្រះពុទ្ធសាសនាគឺ មានន័យត្រង់ហើយពិតជាក់ស្តែង យោលទៅតាមជីវិតរស់នៅប្រចាំថ្ងៃរបស់សត្តនិករទាំងអស់៖ គ្មានអ្វីជាអមតៈ ឬ អចិន្ត្រៃយ៍ឡើយ។ ទង្វើទាំងឡាយតែងតែមានលទ្ធ

ផលត្រឡប់មកវិញ។ ហើយការប្រែប្រួលដូរផ្លាស់នៃជីវិតតែងតែជាលទ្ធភាពជានិច្ច។ ដូច្នេះហើយ ព្រះពុទ្ធសាសនាបានប្រកាសប្រាប់ដល់មនុស្សជាតិទូទៅទាំងអស់ ដោយមិនប្រកាន់ពូជសាសន៍ សញ្ជាតិ ឬ ភេទប្រុសស្រីឡើយថា ព្រះពុទ្ធសាសនាប្រៀនប្រដៅរបៀបជាក់ស្តែង (ដូចជាទង្វើសមាធិ) ដែលអាចធ្វើឲ្យមនុស្សយល់ដឹង និងប្រើសិក្ខាបទរបស់ព្រះពុទ្ធសាសនាបាន ដើម្បីប្តូរយកការដកពិសោធន៍ផ្ទាល់ខ្លួន ឲ្យក្លាយទៅជាការទទួលខុសត្រូវទាំងស្រុងចំពោះជីវិតរស់នៅរបស់គេ និងបង្កើនគុណភាពដ៏ប្រសើរថែមទៀតសំរាប់គតិបណ្ឌិត និងចិត្តមេត្តាធម៌របស់គេ។

ព្រះពុទ្ធទ្រង់បានប្រសូតិនៅ ឆ្នាំ៥៦៣ មុន គ.ស. ហើយទ្រង់បានចូលព្រះបរិនិព្វានទៅនៅ ឆ្នាំ៤៨៣ មុន គ.ស.

Introduction

ЖЖЖ✵ЖЖЖ

Buddhism is the fourth largest religion in the world, being exceeded in numbers only by Christianity, Islam and Hinduism. It was founded in Northern India by the first known Buddha, Siddhartha Gautama. He attained enlightenment and assumed the title Lord Buddha (one who has awakened). Buddha was the greatest teacher, giving the world a noble religion unequal in human history. He embodied all virtues, which distinguished him from all others teachers and make him an object of supreme veneration for all living beings.

There are two forms of Buddhism, Mahayana[1] and Theravada. Mahayana means "Greater vehicle, literally means "The Greater Ox-Cart". Mahayana consist Zen Buddhism and Tibetan Buddhism which is more liberal, and can be found in China, Japan, Korean, Tibet, Mongolia, Vietnam, etc.). Theravada or Hinayana means "The Lesser Vehicle" which is more conservative and mostly is found in Southeast Asian with the establishment of the monarchies in Cambodian, Sri Langka, Laos, Birma, Thailand, etc.

Theravada Buddhism focused primarily on meditation and concentration, the eighth of the Eightfold Noble Paths; it centered on a monastic life and an extreme expenditure of time in meditation. Mahayanists, however, did not see themselves as creating a new start for Buddhism, rather they claimed to be recovering the original teachings of Buddha, in much the same way that the Protestant reformers of sixteenth century Europe claimed that they were not creating a new Christianity but recovering the original form………

Because Buddhism does not include the idea of worshipping a creator god, some people do not see it as a religion in the normal, Western sense. The basic tenets of Buddhist teaching are straightforward and practical: nothing is fixed or permanent; actions have consequences; change is possible. Thus Buddhism addresses itself to all people irrespective of race, nationality, or gender. It teaches practical methods (such as meditation) which enable people to realize and utilize its teachings in order to transform their experience, to be fully responsible for their lives and to develop the qualities of Wisdom and Compassion.

"Buddha Year of Noble Birth: 563 B.C. and Year of Noble Death: 483 B.C."

ព្រះពុទ្ធប្បវត្តិសង្ខេប

- ឆ្នាំព្រះពុទ្ធទ្រង់ប្រសូតិ: ឆ្នាំ៥៦៣ មុន គ.ស.

- ទីកន្លែងព្រះពុទ្ធទ្រង់ប្រសូតិ: កបិលភ័ស្តុ (Kapilvastthu ប្រទេសណេបាល់)

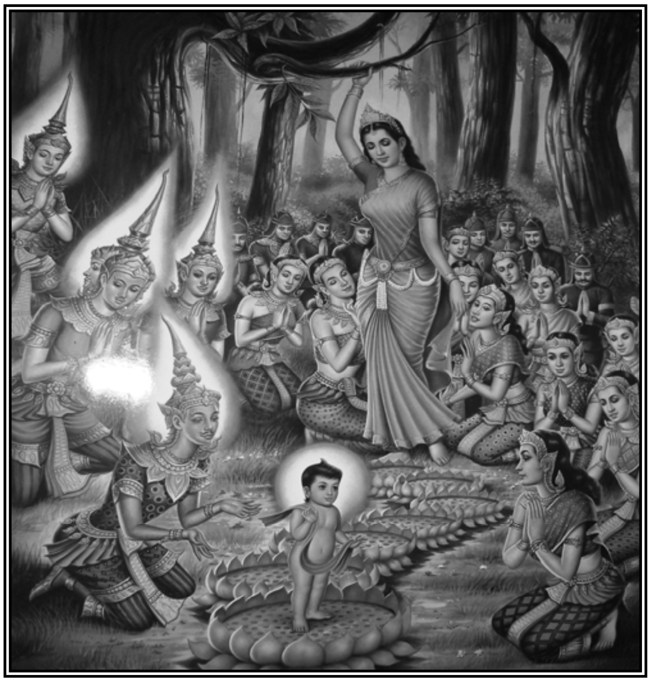
- ឆ្នាំព្រះពុទ្ធទ្រង់ចូលព្រះបរិនិព្វាន: ឆ្នាំ៤៨៣ មុន គ.ស.

កាលពីព្រេងនាយ នៅក្នុងប្រទេសណេប៉ាល់ នាទីក្រុងកបិលភ័ស្តុ (Kapilavatthu) នៃនគរមួយឈ្មោះ សក្យះ (Sakya) ក្នុងសួនលុម្ពិនី ឋិតនៅជិតទំនាបក្បែរជើងភ្នំហេមពាន្ត (នៅកាលនោះទឹកដីនេះជាចំណែកមួយនៃភូមិភាគខាងជើងរបស់ប្រទេសឥណ្ឌា)។ នាបច្ចុប្បន្ន ទឹកដីនេះនៅជាចំណែកមួយរបស់ប្រទេសណេប៉ាល់ ដែលជាប្រទេសតូចមួយស្ថិតនៅ ចន្លោះប្រទេសឥណ្ឌា និង ប្រទេសទីបេ មានព្រះទារកដ៏វិសាមញ្ញមួយអង្គ ទ្រង់បានប្រសូតិក្នុងត្រកូលគោតមៈ (Gautama) នាឆ្នាំ៥៦៣ មុន គ.ស.។

រាត្រីមួយ ព្រះនាងសិរីមហាមាយា ដែលជាព្រះរាជអគ្គមហេសីដ៏មានរូបឆោមលោមពណ៌ របស់ព្រះរាជានៃប្រទេសណេប៉ាល ព្រះនាម ព្រះបាទ សិរីសុទ្ធោទនៈ(Suddhodana) ទ្រង់បានសុបិន្តនិមិត្តឃើញដំរីសមួយចុះពីស្ថានសួគ៌មក ហើយបានចូលទៅក្នុងព្រះគ៌ភ (ស្បូន)ព្រះនាង។ ដំរីសចូលទៅក្នុងផ្ទៃព្រះគ៌ភ (ស្បូន)ព្រះនាង ជាអភូតហេតុមួយបានបញ្ជាក់យ៉ាងច្បាស់ថា នារាត្រីនោះឯងដែលព្រះនាងទ្រង់ចាប់ផ្តើមមានគភ៌ ដែលជាព្រះរាជបុត្រមួយអង្គដ៏បរិសុទ្ធប្រកបទៅដោយព្រះបារមីលើសអស់សត្តនិករទាំងឡាយ។ ដំរីសមួយចុះពីស្ថានសួគ៌បានបញ្ជាក់យ៉ាងច្បាស់ថា ព្រះរាជបុត្រទ្រង់បានយាងចុះមកពីស្ថានតុសិត សួគ៌ាភាល័យ (Tushita Heaven) ដែលជាស្ថានដ៏បរិសុទ្ធនៃព្រះពុទ្ធគ្រប់ៗព្រះអង្គ តែងបានកើតនៅស្ថានតុសិតនោះ ហើយបានយាងចុះមកកើតនៅឋានមនុស្សលោក នឹងបានត្រាស់ជាព្រះពុទ្ធមួយអង្គៗ (Every Buddha) ។ ក្រោយមក ព្រះនាងសិរីមហាមាយាទ្រង់បានប្រសូតិ ព្រះរាជបុត្រនៅក្រោមដើមសាលព្រឹក្សក្នុងសួនលុម្ពិនី នាថ្ងៃពេញបូណ៌មី ក្នុងខែពិសាខ (ខែពិសាខច្រើនកើតមានឡើងនៅចន្លោះសប្តាហ៍ចុងក្រោយនៃ ខែឧសភា និងដើមសប្តាហ៍នៃ ខែមិថុនា)។ ជាជាងទទួលការឈឺចាប់ ព្រះនាងបែរជាទទួលអារម្មណ៍ដ៏ពិសេស ដោយបាននិមិត្តឃើញឧប្បត្តិហេតុមួយ ថារូបព្រះនាងយកដៃស្តាំឈរតោង កាន់មែកដើមសាលព្រឹក្ស ហើយព្រះព្រហ្ម និងព្រះឥន្ទបានទ្រកាន់ព្រះពោធិសត្វដែលទ្រង់បានប្រសូតិចេញពីផ្ទៃព្រះនាង ដោយមិនបានធ្វើឲ្យព្រះនាងទទួលការឈឺចាប់អ្វីបន្តិចសោះឡើយ។ បន្ទាប់មក ព្រះឥន្ទ ព្រះព្រហ្ម និងទេវតាទាំងអស់បានប្រារព្ធពិធីជ័យន្តមង្គល ស្រង់ទឹកលាងសំអាតព្រះពោធិសត្វ។

នៅថ្ងៃទី៥បន្ទាប់ពីបានប្រសូតិ ទ្រង់ត្រូវបានគេថ្វាយព្រះនាមជាព្រះសិទ្ធត្ថ (Siddhattha) ដែលមានន័យថា "ញ៉ាំងប្រយោជន៍បានសម្រេចគ្រប់យ៉ាង ប្រាថ្នាបានពេញចិត្ត"។ ហើយមានព្រះគោត្តនាមជា គោតមះ (Gautama)។ ព្រះវរបិតារបស់ទ្រង់បាននិមន្តព្រាហ្មណ៍ម្នាក់ ឲ្យមកធ្វើការទស្សទាយនូវលក្ខណៈរបស់ទ្រង់។ ព្រាហ្មណ៍នោះបានទស្សទាយថា ព្រះសិទ្ធត្ថ (Siddhattha) នឹងមិនមានជាប់ជំពាក់ជាមួយនឹងសម្បត្តិលោកីយ៍ឡើយ ហើយទ្រង់នឹងក្លាយជាបណ្ឌិតដើរផ្សងព្រេងស្វែងរកសេចក្តីពិត ដើម្បីបំបាត់នូវការឈឺចាប់ និងសេចក្តីទុក្ខវេទនាទាំងឡាយ

[1] For more detail, please read Mahayana Buddhism by Richards Hines: hinesric@wsunix.wsu.edu



ព្រះពុទ្ធទ្រង់បានប្រសូតិនៅក្រោមដើមសាលព្រឹក្ស ក្នុងសួនលុម្ពិនី
Buddha was born Under Sala trees in Lumbini Park

ឲ្យអស់ពីលើលោកនេះ។ ដោយសេចក្តីភ័យខ្លាច ថាការទស្សទាយនេះនឹងអាចក្លាយទៅជាការពិតបាន ព្រះបាទសិរីសុទ្ធោទនៈ (Suddhodana) បានចិញ្ចឹមបីបាច់រក្សាព្រះរាជបុត្ររបស់ព្រះអង្គ ដោយបំពាក់បំប៉នតែប្រណិតភាព និងបានចៀសវាងមិនឲ្យរាជបុត្រជួបប្រទះនូវទុក្ខព្រួយអ្វីសោះឡើយ។ ទ្រង់ព្រះតំរិះថា ធ្វើបែបនេះនឹងបង្វែរព្រះទ័យ ព្រះសិទ្ធត្ថ (Siddhattha) ឲ្យចៀសឆ្ងាយផុតអំពីទុគ៌តភាព និងទុក្ខព្រួយផងទាំងពួងបាន។

ព្រះនាងសិរីមហាមាយាបានចូលទិវង្គតទៅ បន្ទាប់ពីព្រះនាងបានប្រសូតិព្រះសិទ្ធត្ថ (Siddhattha) បានប្រាំពីរថ្ងៃ។ ដោយសេចក្តីទុក្ខ ព្រះបាទសិរីសុទ្ធោទនៈ (Suddhodana) ទ្រង់បានរៀបអភិសេក ជាមួយព្រះអានុជរបស់ព្រះនាងសិរីមហាមាយា, ព្រះនាងបជាបតីគោតមី (Prajapati Gautami) ដែលក្រោយមកព្រះនាងបានបួសជា ព្រះភិក្ខុនីនៅក្នុងព្រះពុទ្ធសាសនា។

យោងទៅតាមព្រះជាតក ព្រះមហេសីរបស់ព្រះសិទ្ធត្ថ ព្រះនាងយសោធរាពិម្ពា (Yashodhara), ព្រះអានន្ទជាសាវក័, នាយសារថីឆន្ន, កាឡុទាយីអាមាត្យ, សេះអាជនេយ្យ ឈ្មោះកណ្ឋកៈ (Kanthaka), ដើមពោធិព្រឹក្ស, កំណប់ទ្រព្យទាំងបួន ដែលជាសម្បត្តិស្តេចមហាចក្រ **សុទ្ធតែបានកើតនៅក្នុងថ្ងៃជាមួយនឹងព្រះអង្គដែរ។**

ព្រះពុទ្ធជាម្ចាស់ ឬ អ្នកដែលបានត្រាស់ដឹង (the Enlightened One) ឬជាព្រះសក្យមុនី ក៏ព្រោះតែព្រះអង្គទ្រង់បានប្រសូតិនៅក្នុងត្រកូលសក្យៈ ឯគោត្តនាមព្រះអង្គជា គោតមះ (Gautama)។ ព្រះសិទ្ធត្ថ (Siddhattha) ត្រូវបានម្តាយមីង ជាព្រះមាតាចុង ព្រះនាងបជាបតីគោតមី (Prajapati Gautami) ចិញ្ចឹមបីបាច់រក្សាព្រះអង្គ។ នៅក្នុងវ័យកុមារភាព ព្រះសិទ្ធត្ថ (Siddhattha) ទ្រង់បានរស់នៅយ៉ាងសុខសាន្តជាមួយព្រះញាតិវង្ស ដែលឡោមព័ទ្ធទៅដោយប្រណិតភាព និងផាសុកភាព។ នៅពេលដែលព្រះអង្គមានព្រះជន្មដប់ប្រាំមួយព្រះវស្សា ទ្រង់បានរៀបអភិសេកជាមួយព្រះអនុជជីដូនមួយបង្កើតរបស់ទ្រង់ ព្រះអង្គម្ចាស់ក្សត្រីយសោធរាពិម្ពា (Yosadhara Bimba) ដ៏មានរូបឆោមលោមពណ៌ ដោយសេចក្តីស្រឡាញ់ពេញចិត្ត។ ស្វាមីភរិយាទាំងគូនេះបានរស់នៅយ៉ាងសុខសាន្ត

ក្នុងរយៈដប់បីឆ្នាំ ហើយបន្ទាប់មក ព្រះនាង យសោធរាពិម្ពា (Yosadhara) សោត ក៏ទ្រង់បានប្រសូតិព្រះរាជបុត្រ មួយអង្គ ព្រះនាម រាហុល (Rahula)។

ថ្វីបើព្រះបាទ សុទ្ធោទនៈ(Suddhodana) ទ្រង់បានបំពាក់បំប៉នប្រណិតភាព និងសេចក្តីត្រេកត្រអាល នៃលោកីយ៍ដ៏លើសលប់ដល់ព្រះសិទ្ធត្ថ (Siddhattha) ដើម្បីចៀសវាងនូវទុក្ខសោកទាំងឡាយ និងបញ្ជៀសមិនឲ្យទ្រង់បានយល់ដឹងពីជីវិតសោកសង្រេងពិតៗ នៅក្រៅកំពែងព្រះរាជវាំងរបស់ព្រះអង្គយ៉ាងណាក៏ដោយ។ តែអភិនីហាបារមីរបស់ព្រះអង្គ បានតំរូវចំពោះទ្រង់មករួចស្រេចទៅហើយ ទោះជាខំបញ្ជៀសឲ្យឆ្ងាយយ៉ាងណាក្តី ក៏ព្រះអង្គមិនអាចគេចវេះបានឡើយ។ ដូច្នេះហើយ មានថ្ងៃមួយ ព្រះអង្គម្ចាស់សិទ្ធត្ថ (Siddhattha) ទ្រង់បានបញ្ជះបញ្ចូលនាយសារថីឲ្យដឹកទ្រង់ទៅក្រៅកំផែងព្រះរាជវាំង។ នៅពេលនោះ ទ្រង់មានសេចក្តីតក់ស្លុតជាខ្លាំង ដោយទ្រង់បានឃើញ ជនជរាម្នាក់, ជនពិការម្នាក់, សាកសពមួយ និងភេទបព្វជិតមួយអង្គ។ មានតែភេទបព្វជិតមួយគត់ដែលផ្តល់ផាសុកភាពដល់ទ្រង់។ ព្រះអង្គទ្រង់គ្មានសេចក្តីទុក្ខសោកផ្ទាល់អាត្មាឡើយ ប៉ុន្តែទ្រង់មានអារម្មណ៍សែនអាណិតអាសូរ ដល់ទុក្ខសោករបស់មនុស្សជាតិជាអតិបរមា។

ទោះបីជាទ្រង់មានជីវភាពរស់នៅដ៏សែនសុខសាន្តកណ្តាលផាសុកភាព និងសម្បូរណភាពដ៏សែនត្រកុំត្រកាលពោរពាសយ៉ាងណាក៏ដោយ ក៏ទ្រង់នៅតែបានយល់យ៉ាងច្បាស់នូវសេចក្តីសោកសង្រេងនៃសកលភាព។ ការយល់ដឹងនេះ បានធ្វើឲ្យទ្រង់យល់ថា នៅមានអ្វីៗទៀតច្រើនសន្ធឹកសន្ធាប់ណាស់ ក្រៅពីសម្បូរណភាព និងប្រណិតភាពនៃជីវិត ដែលទ្រងកំពុងតែដឹកនាំរាស្ត្រប្រជានោះ។ ដោយសារតែការយល់ឃើញបែបនោះហើយ បានធ្វើឲ្យទ្រង់ចង់លះបង់ឲ្យអស់នូវសេចក្តីសប្បាយលោកីយ៍ផងទាំងពួង ដើម្បីនឹងស្រាវជ្រាវរកការត្រាស់ដឹង និង អត្ថន័យនៃជីវិត។

ទ្រង់មិនអាចមានព្រះទ័យសប្បាយរីករាយទៅបានឡើយ បើមនុស្សដទៃទៀតមានទុក្ខសោកសង្រេងនោះ។ ដូច្នេះ ទ្រង់ចង់រកឲ្យឃើញនូវសេចក្តីសប្បាយពិត ហើយជាសេចក្តីសប្បាយដែលអាចចែករំលែករួមសប្បាយជាមួយអ្នកដទៃផ្សេងផងទាំងឡាយបាន។ដោយសារតែការឈប់ស្រឡាញ់ចូលចិត្តចំពោះសេចក្តីសប្បាយនៃជីវិតលោកីយ៍កាន់តែមានច្រើនឡើងៗ បានបង្ខំព្រះទ័យទ្រង់ឲ្យចាកចេញពីព្រះមហេសី ព្រះនាង យសោធរាពិម្ពា (Yosadhara) ដ៏ស្រស់ស្អាត, បុត្រា, ប្រាង្គប្រាសាទ, រាជសម្បត្តិ និងសេចក្តីសប្បាយក្នុងលោកីយ៍ទាំងអស់ ទាំងកណ្តាលរាត្រីដ៏ស្ងាត់ជ្រងំមួយ ដោយទ្រង់បានទៅសាងផ្នួសជាព្រះសង្ឃស្មមយាចក, ជាព្រះសង្ឃអានាគារិក (Mendicant អ្នករស់នៅបានដោយសារទាន ឬសប្បុរសធម៍របស់អ្នកដទៃ) គ្មានផ្ទះសម្បែង នៅពេលដែលទ្រង់មានព្រះជន្ម ម្ភៃប្រាំបួនព្រះវស្សា។ ទ្រង់បានចំណាយពេលប្រាំមួយឆ្នាំរស់នៅក្នុងព្រៃភ្នំមួយ ដោយបានខំសិក្សារៀនសូត្រជាមួយគ្រូអាចារ្យព្រាហ្មណ៍ជាច្រើននាក់ ដោយអនុវត្តនូវទុក្ករកិរិយា (Self mortification or Extreme self-denial) ។ ទ្រង់បានចាកចេញពីគ្រូអាចារ្យទាំងនោះ នៅពេលដែលទ្រង់បានដឹងថា គ្រូអាចារ្យទាំងនោះមិនដឹងអំពីសច្ចភាព ឯទុក្ករកិរិយាក៏មិនបាននាំមកនូវសេចក្តីសប្បាយផងទេ។ ហើយទ្រង់ក៏បានដឹងដែរថា ជីវភាពរស់នៅពីពេលមុនរបស់ទ្រង់ជាព្រះរាជកុមារ ពោរពេញទៅដោយសម្បត្តិមហាចក្រ ក៏ពុំបាននាំមកនូវ សេចក្តីសុខសប្បាយពិតប្រាកដដែរ។ ជីវិតទាំងពីរប្រភេទនេះ បានធ្វើឲ្យទ្រង់រកឃើញមាគ៌ាមួយ នៅចន្លោះជីវិតទាំងពីរ ដែលយើងហៅថាព្រះមាគ៌ាកណ្តាល (មជ្ឈិមាបដិបទា)។

ប្រាំមួយឆ្នាំបន្ទាប់ពីព្រះអង្គបានរស់នៅជាភេទបព្វជិតអនាគារិក ((Mendicant អ្នករស់នៅបានដោយសារទាន ឬសប្បុរសធម៍របស់អ្នកដទៃ) គ្មានផ្ទះសម្បែងមក ថ្ងៃមួយ នាខែឧសភា (ខែពិសាខ ជាខែទីប្រាំមួយនៃខែក្នុង ចន្ទ

គតិ) នៅថ្ងៃពេញបូណ៌មី នៅពេលដែលទ្រង់កំពុងតែគង់នៅក្រោមដើមពោធិព្រឹក្ស (Bodhi tree) មួយដើម ធ្វើសមាធិយ៉ាងជ្រៅទៅក្នុងព្រះធម៌នោះ ទ្រង់ក៏បានរកឃើញនូវសេចក្តីសុខដ៏ពិតប្រាកដ ដែលទ្រង់បានខំស្វែងរក។ ព្រះពុទ្ធទ្រង់បានរកឃើញសច្ចធម៌យ៉ាងពិតប្រាកដ ដោយសេចក្តីព្យាយាមផ្ទាល់របស់ទ្រង់ ហើយសេចក្តីសប្បាយដ៏សែនបរិសុទ្ធនោះ ហៅថា សព្វញ្ញុតញ្ញាណ (Enlightenment)។ ចាប់តាំងពីពេលនោះមក ព្រះអង្គត្រូវបានពិភពលោកស្គាល់ព្រះអង្គច្បាស់ថា ជាព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធ ដែលមានន័យថា អ្នកដែលបានត្រាស់ដឹងនូវសម្មាសម្ពោធិញ្ញាណ ឬ សព្វញ្ញុតញ្ញាណ (The Enlightened One or the Awakened One)។ នៅក្នុងជីវិតរបស់ព្រះអង្គ ព្រះអង្គបានចំណាយពេលជាច្រើនបង្ហាត់បង្រៀនដល់សាវ័ករបស់ទ្រង់។ ព្រះអង្គទ្រង់បានសម្តែងអំពីចតុរារិយសច្ច: (The Four Noble Truths) និងគោលបំណងដើម្បីឲ្យបានសំរេចការត្រាស់ដឹងនូវព្រះអរហត្តមគ្គព្រះអរហត្តផល និងព្រះនិព្វាន (The Enlightenment State of Nirvana)។

ព្រះពុទ្ធទ្រង់បានបង្ហាត់បង្រៀនមនុស្សទាំងឡាយ នូវគោលសីលធម៌បីយ៉ាងនៃព្រះពុទ្ធសាសនា ដើម្បីដឹកនាំចិត្តគេក្នុងការគិតគូ និងអនុវត្តទៅតាមសកម្មភាពផ្សេងៗក្នុងជីវិតរស់នៅ។ គោលសីលធម៌ទាំងបីយ៉ាងនោះគឺ:

១ – កុំប្រព្រឹត្តអំពើបាប ឬ អំពើអាក្រក់ (Do not do evil)

២ – ធ្វើតែកុសលកម្ម ឬ អំពើល្អ (Do good deeds)

៣ – ធ្វើចិត្តឲ្យបរិសុទ្ធ (Purify the mind)

ពីរខែបន្ទាប់ពីទ្រង់បានត្រាស់ជាព្រះសព្វញ្ញុពុទ្ធមក ព្រះអង្គទ្រង់បានចាប់ផ្តើមប្រកាសផ្សព្វផ្សាយឱវាទប្រៀនប្រដៅអំពីសច្ចភាព និងព្រះធម៌ដល់អ្នកដែលជឿដើរតាមព្រះអង្គ (his followers)។ សាវ័ក សាវិកាជាច្រើននាក់បានទទួលសេចក្តីសុខពិតប្រាកដ ហៅថាឯកន្តបរមសុខ បន្ទាប់ពីបានត្រងត្រាប់តាមព្រះឱវាទប្រៀនប្រដៅរបស់ព្រះអង្គ។ ព្រះពុទ្ធទ្រង់បានផ្សព្វផ្សាយព្រះធម៌ទេសនា ដែលផ្តល់សេចក្តីសប្បាយដ៏ពិតប្រាកដដល់មនុស្សជាតិ ចំនួនសែសិបប្រាំវស្សា។

នៅពេលព្រះអង្គមានព្រះជន្មាយុប៉ែតសិបព្រះវស្សា ទ្រង់បានដឹងថាពេលវេលា ដែលទ្រង់នឹងចូលទីវង្គតកាន់តែបានខិតមកជិតណាស់ទៅហើយ។ ដូច្នេះ ទ្រង់បាននិមន្តទៅកាន់នគរ កុសិនារា (Kusinara) ហើយនៅទីនោះ ព្រះពុទ្ធជាម្ចាស់ព្រះអង្គបានចូលបរិនិព្វាន នៅថ្ងៃពេញបូណ៌មីនាខែពិសាខ នៅក្រោមដើមសាលព្រឹក្សទាំងគូ (Sala Grove trees)។ ព្រះអង្គទ្រង់បានបន្សល់ទុកនូវព្រះធម៌ប្រាំបីម៉ឺនបួនពាន់ ព្រះធម្មក្ខន្ធ(his most Valuable and enduring teaching) ដែលជាមាគ៌ាសំរាប់ស្វែងរកសេចក្តីសប្បាយដ៏ពិតប្រាកដរបស់សត្វលោកទាំងអស់ ហើយសិក្ខាបទរបស់ព្រះអង្គ ក៏បានរីកសព្វសាយពាសពេញទូទាំងពិភពលោកយើងនេះទៀតផង។

Brief of the Lord Buddha's Life

- **Birth:** 563 B.C.
- **Birthplace:** Kapilvastu, Nepal
- **Death:** 483 B.C. (possibly food poisoning)

Long ago in the country of Nepal, in the capital Kapilavatthu of a kingdom called Sakya, in Lumbinī Park in the Terai lowlands near the foothills of the Himalayas. At the time, this was part of northern India. It is now part of Nepal, a small country located between India and Tibet, an extraordinary child was born into the Gotama clan in 563 B.C.

One night, Nepalese rajah, King Suddhodana's beautiful wife, Queen Siri Maha Maya dreamed that a white elephant descended from heaven and entered her womb. The white elephant entering her womb indicated that on that very night she had conceived a child who was a pure and powerful being. The elephant's descending from heaven indicated that her child came from Tushita heaven, the Pure Land of Buddha Maitreya. Later, when she gave birth to the child under Sala trees in Lumbini Park on the full moon day of the lunar month which we call Vasakha (Vasakha month come around last week of May or early June), instead of experiencing pain the queen experienced a special, pure vision in which she stood holding the branch of a tree with her right hand while the gods Brahma and Indra took the child painlessly from her side. They then proceeded to honor the infant by offering him ritual ablutions.

On the fifth day after the prince's birth he was named Siddhattha which means "wish fulfilled". His family name was Gautama. His Father invited a brahmin to make predictions about the prince's future. The brahim prophecied that Siddhartha will get disillusioned with the material world and would venture out as a sage in search of wisdom to overcome suffering and misery from the world. Fearing that the prophecy might come true, King Suddhodana brought up his son in immence luxury and a world devoid of sorrow, thinking that this divert Siddhattha's mind from misery and sorrow.

Queen Maha Maya passed away seven days after Siddhattha's birth and the grief-stricken king married the queen's sister, Pajapati Gautami who become the Bhikkuni in Buddhism.

According to legend, Siddhartha's wife Yashodhara, his disciple Ananda , his charioteer Channa, his body guard (Kolutiyak), his horse Kantaka, Bodhi Tree and the four richest wealths were also born on Buddha Punnami day (holy full moon day).

The Buddha or the Enlightened One was also known as Shakyamuni because he belonged to the Shakya clan, while his family name was Gautama.

Siddhattha was raised by his aunt/stepmother, Mahapajapati. During his early years he lived happily with his family surrounded with luxury and comforts. At age sixteen, he married the beautiful Princess Yasodhara affectionately called Bimba, his own cousin. They lived a happy married life for the next thirteen years and during that time princess Yosadhara gave birth to a son who was named Rahula.

Eventhough, King Suddhodana immensed luxury and worldly pleasures to Prince Siddhattha to devoid of sorrow and kept him away from seeing and knowing real life outside of the palace walls; but destiny had something else in store for him. One day, Prince Siddhattha convinced his charioteer to take him outside the walls of his palace and he was shocked to see

the sight of an old man, a cripple, a corpse and an ascetic Brahmin monk. Only the Brahmin monk gave him comfort. He had no personal grief but he felt deep pity for suffering humanity. Amidst comfort and prosperity, he realized the universality of sorrow. The realization that there was more to life than the lavish and luxurious life he was leading, made him want to abandon all the worldly pleasures and search for enlightenment and the true meaning of life. He could never be happy while other people suffered. He then wanted to find real happiness, happiness that could be shared. Gradual disenchantment with worldly pleasures compelled him to leave his beautiful wife Yashodhara, son, palace, wealth and his worldly pleasure in the middle of a quiet night to lead the life of a mendicant, a homeless monk when he was twenty-nine years old.

He spent six years in a forest, studying with many Brahmin teachers and practicing extreme self-denial. He left those teachers when he discovered they did not know the truth and the extreme self-denial did not bring happiness. He knew his former life as a prince with worldly wealth did not bring happiness or reveal a path between the two, which we call the middle way.

Six years after becoming a homeless monk, while sitting under the Bodhi Tree on the full moon nigh of May (Vasakha the sixth lunar month), while meditating deeply he reached the real happiness he sought. In this way Buddha attained the truth by his own efforts and this genuine happiness is called the Enlightenment. From that time on he was known as Buddha which means the Enlightened One or the Awakened One. He spent his life teaching disciples about his beliefs (embodied in the Four Noble Truths) and the goal of achieving the enlightened state of Nirvana. Buddha taught people three principles of Buddhism to guide their thoughts and actions. These principles are as follows:

1 – Do not do evil.
2 – Do good deeds.
3 – Purify the mind.

Two months after his Enlightenment, Buddha began teaching the truth and the Dhamma to his followers. Many of his followers received real happiness after following his teaching. The Buddha preached the doctrines of real happiness to the people for forty-five years. At the age eighty, the Buddha felt that his end was coming closer. He went to Kusinara and there on the full moon day of Visakha month under two Sala Trees, he passed away. He left us with his most valuable and enduring teaching and the way to find real happiness and his teaching spread world-wide.

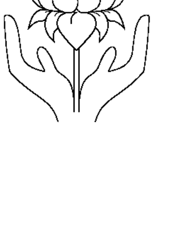
ពិធីបុណ្យកាន់បិណ្ឌនៅវត្តសាមគ្គីសេរីរតនារាម ថ្ងៃទី ២៤ ខែ កញ្ញា ព.ស. ២៥៤៩ គ.ស. ២០០៥
Kan Benda in Watt Samakyseriratanarama in Columbus, Ohio, USA, Sept. 24, 2005

តើព្រះពុទ្ធសាសនាបង្រៀនអ្វីខ្លះ?

❋❋❋✵❋❋❋

ភ្លាមនោះ បន្ទាប់ពីព្រះអង្គទ្រង់បានត្រាស់ដឹងព្រះសម្ពោធិញ្ញាណ ព្រះពុទ្ធជាម្ចាស់ លោកបានទ្រង់ញាណឃើញថា មនុស្សជាតិទាំងអស់ប្រៀបបានដើមឈូកដែលដុះនៅក្នុងបឹង។ ឈូកខ្លះនៅស្អិតជាប់នឹងភក់ល្បប់ ឈូកខ្លះទៀតទើបតែដុះពន្លកប៉ិចចេញពីភក់ ហើយឈូកដទៃទៀតបានលូតដុះចេញផុតពីភក់បំរុងនឹងចេញផ្កាទៀតផង។ បើនិយាយឲ្យស្រួលស្តាប់គឺមានន័យថា បុគ្គលទាំងអស់លើលោកនេះអាចមានសមត្ថភាព ឬកាយសម្បទាបញ្ចេញកំឡាំង ឬ សក្តានុពល (Potential) ដែលអាចរលាស់ខ្លួនចេញឲ្យផុតអំពីអវិជ្ជាបាន ដោយកំឡាំងបញ្ញារបស់ខ្លួនឯង ហើយបុគ្គលខ្លះទៀតគ្រាន់តែត្រូវការជំនួយបន្តិចបន្តួចតែប៉ុណ្ណោះ។ ដូច្នេះហើយ ព្រះពុទ្ធទ្រង់បានសំរេចព្រះទ័យផ្តល់ព្រះឱវាទប្រៀនប្រដៅដល់មនុស្សជាតិ។ ហើយពាក្យប្រៀនប្រដៅរបស់ព្រះពុទ្ធសាសនានោះទៀតសោត ក៏ហាក់ដូចជាមានការព្យាយាមធ្វើឲ្យទស្សនះនោះ មានភាពកាន់តែបានពេញលេញល្អប្រសើរឡើងសំរាប់នឹងជួយមនុស្សជាតិទាំងអស់ឲ្យមានចំណេះដឹង ដើម្បីឆ្ពោះមុខទៅរកការត្រាស់ដឹងដ៏ពិតប្រាកដក្នុងព្រះធម៌។

ទស្សនៈព្រះពុទ្ធសាសនាបានចង្អុលបង្ហាញថា ជីវិតជានីតិវិធី (Methods របៀប) នៃការប្រែប្រួលដូរផ្លាស់មិនឈប់ឈរ ហើយការអនុវត្តរបស់ព្រះពុទ្ធសាសនាទៀតសោត ក៏ឆ្លៀតទាញយកផលប្រយោជន៍ដ៏ល្អប្រសើរបានអំពីភាវៈពិតនេះដែរ។ បែបនេះគឺមានន័យថា បុគ្គលម្នាក់ៗអាចមានលទ្ធភាពធ្វើខ្លួនគេឲ្យល្អប្រសើរបាន។ ឯកត្តាក្នុងការសំរេចចិត្ត ដើម្បីធ្វើខ្លួនឲ្យបានប្រសើរនោះគឺ **ចិត្ត**។ ហើយ ព្រះពុទ្ធសាសនាក៏បានបង្កើតវិធីជាច្រើនបែបយ៉ាងដែរ ក្នុងជំនួយសំរួលដល់ការអប់រំចិត្តនេះ។ ភារៈកិច្ចសំខាន់ជាងគេបំផុត គឺពុទ្ធសាសនិកជនត្រូវតែខំធ្វើសមាធិ ដែលជាមធ្យោបាយមួយដើម្បីអភិវឌ្ឍន៍ឲ្យមានភាពកាន់តែជាក់ច្បាស់ ឬ វិជ្ជមាន (Positive) ជាច្រើនដែលមានលក្ខណះបង្ហាញឲ្យឃើញនូវភាពស្ងប់ស្ងាត់, ភាពដំកល់ចិត្តហ្មឹង, ភាពមានសតិសម្បជញ្ញះ និងភាពមានការរំជើបរំជួលក្នុងចិត្ត ដូចជាមេត្តាធម៌ជាដើម។ ការប្រើសតិសម្បជញ្ញះ ដែលអភិវឌ្ឍបានដោយទង្វើសមាធិ គឺជាលទ្ធភាពដែលអាចធ្វើឲ្យមនុស្សម្នាក់ៗមានការយល់ដឹងយ៉ាងពេញលេញអំពីបុគ្គលខ្លួនឯង អំពីអ្នកដទៃ និងអំពីធាតុពិតនៃជីវិត។ ព្រះពុទ្ធសាសនាមិនមានបំណងធ្វើការផ្សព្វផ្សាយទ្រឹស្តីសាសនា ឬបង្ខិតបង្ខំដល់អ្នកកាន់សាសនាដទៃទៀត ឲ្យផ្លាស់ប្តូរសាសនារបស់ខ្លួន ហើយបែរមកគោរពជឿព្រះពុទ្ធសាសនានោះឡើយ តែព្រះពុទ្ធសាសនាស្វែងឲ្យមានការផ្សព្វផ្សាយនូវឱវាទប្រៀនប្រដៅរបស់ព្រះពុទ្ធជាម្ចាស់ ឲ្យបានជ្រួតជ្រាបដល់មនុស្សជាតិទាំងឡាយណា ដែលមាននិស្ស័យ ឬ ការចាប់អារម្មណ៍នឹងព្រះពុទ្ធសាសនា ហើយបុគ្គលទាំងនោះឯង អាចក្រេបយកឱវាទប្រៀនប្រដៅរបស់ព្រះពុទ្ធបាន តាមសទ្ធាជ្រះថ្លាដែលមានរៀងៗខ្លួន ទោះតិចក្តីច្រើនក្តី។



What Does Buddhism Teach?

Soon after his Enlightenment the Buddha had a vision in which he saw the human race as a bed of lotus flowers. Some of the lotuses were still stuck in the mud, others were just emerging from it, and others again were on the point of blooming. In other words, all people had the ability to unfold their potential and some needed just a little help to do so. So the Buddha decided to teach, and all of the teachings of Buddhism may be seen as attempts to fulfill this vision - to help people grow towards Enlightenment.

Buddhism sees life as a process of constant change, and its practices aim to take advantage of this fact. It means that one can change for the better. The decisive factor in changing oneself is the mind, and Buddhism has developed many methods for working on the mind. Most importantly, Buddhists practice meditation, which is a way of developing more positive states of mind that are characterized by calm, concentration, awareness, and emotions such as friendliness. Using the awareness developed in meditation it is possible to have a fuller understanding of oneself, other people, and of life itself. **Buddhism does not seek to proselytize or coerce other people to adopt its teaching; but it does seek to make its teachings available to whoever is interested, and people are free to take as much or as little as they feel ready for. Buddhism also wishes that its teaching will assist the effort to make the world a better place for all living being's.**

ការជួបថ្វាយបង្គំ សំណេះសំណាលជាមួយព្រះសង្ឃ នៃពុទ្ធបរិស័ទ្ធចំណុះជើង វត្តសាមគ្គីសេរីរតនារាម
ថ្ងៃទី ២៤ ខែ កញ្ញា ព.ស. ២៥៥១ គ.ស. ២០០៧ នៅទីក្រុងកូឡុមបាស់ រដ្ឋអូហៃយ៉ូ សហរដ្ឋអាមេរិក
Members' Visitation at Watt Samakyseriratanarama in Columbus, Ohio, USA, Sept. 24, 2007

ត្រៃសរណគមន៍

ត្រៃសរណគមន៍នៃព្រះពុទ្ធសាសនាមាន៖

ព្រះពុទ្ធ ព្រះធម៌ និង ព្រះសង្ឃ

១ – ព្រះពុទ្ធ

ព្រះពុទ្ធបរមគ្រូជាម្ចាស់ ព្រះអង្គទ្រង់បានប្រទានដល់ពិភពលោកនូវសាសនាដ៏ប្រសើរមួយ ដែលមិនអាចប្រៀបប្រដូចបានក្នុងប្រវត្តិសាស្ត្រមនុស្សជាតិ។ ព្រះអង្គជាអគ្គមហាបុរស តំណាងនៃគុណធម៌ផងទាំងឡាយ ដែលបានធ្វើឲ្យព្រះអង្គមានគុណសម្បត្តិល្អឧត្តមប្លែកប្រសើរ លើសអស់អំពីបរមគ្រូនៃសាសនាដទៃផ្សេងទៀត ហើយកត្តាទាំងនេះបានធ្វើឲ្យព្រះអង្គក្លាយជាបរមានុភាព (ភាពឧត្តមបំផុត Supreme) នៃវត្ថុបំណាងមួយ ដែលពពួកសត្តនិករទាំងឡាយទទួលគោរពបូជា។

២ – ព្រះធម៌

ព្រះធម៌ជាឱវាទប្រៀនប្រដៅរបស់ព្រះពុទ្ធជាម្ចាស់។ ថ្វីបើព្រះរូបកាយរបស់ព្រះពុទ្ធជាម្ចាស់ លែងបាននៅឋិតស្ថេរជាមួយនឹងយើងទាំងអស់គ្នាទៀតទៅហើយក៏ដោយ ក៏ប៉ុន្តែយើងនៅមានឱវាទប្រៀនប្រដៅរបស់ព្រះអង្គ ដែលជាមគ្គទ្វេស និងជាបរមសាស្ដាចារ្យ នឹត្យនៅជាមួយនឹងយើងទាំងអស់គ្នានៅឡើយ។ ដូច្នេះ ព្រះធម៌មិនត្រឹមតែទទួលបំពេញភារកិច្ចជំនួសព្រះពុទ្ធជាម្ចាស់ប៉ុណ្ណោះទេ គឺអង្គព្រះធម៌ទាំងមូលបានទទួលនាទីធ្វើជាតំណាងព្រះពុទ្ធទៀតផង។ នៅក្នុងសច្ចភាព ព្រះពុទ្ធភាពគ្មានអ្វីផ្សេងទៀតក្រៅអំពីព្រះធម៌ឡើយ។ បានសំរេចព្រះពុទ្ធភាពក៏ដោយសារតែការយល់ដឹងយ៉ាងពិតប្រាកដនៃព្រះធម៌ដែរ។ មិនដែលមានព្រះពុទ្ធដោយគ្មានព្រះធម៌នោះឡើយ។ ដូចព្រះពុទ្ធទ្រង់បានសំដែងថា៖

"បុគ្គលណាដែលបានឃើញព្រះធម៌ បុគ្គលនោះឯងក៏បានឃើញតថាគត ហើយបុគ្គលណាដែលបានឃើញតថាគត បុគ្គលនោះឯងក៏បានឃើញព្រះធម៌ដែរ"

ព្រះធម៌គឺសំរាប់សិក្សា និងអនុវត្ត មិនសំរាប់ទន្ទេញចាំមាត់នោះឡើយ។ អនុវត្តព្រះធម៌ គឺដើរតាមគន្លងសិក្ខាបទរបស់ព្រះពុទ្ធជាម្ចាស់។ ចូរចង់ចាំក្នុងចិត្តថា ព្រះធម៌នឹងផ្តល់កុសលផលបុណ្យដល់យើងបាន លុះត្រាណាតែយើងប្រតិបត្តិព្រះធម៌ដោយចិត្តស្មោះត្រង់។

៣ – ព្រះសង្ឃ

ទីបីនៃត្រៃសរណគមន៍គឺព្រះសង្ឃ។ ព្រះពុទ្ធជាម្ចាស់ទ្រង់បានរកឃើញនូវព្រះធម៌ ហើយទ្រង់បានប្រៀនប្រដៅព្រះធម៌ដល់ពិភពលោកយើងនេះ ប៉ុន្តែបើគ្មានព្រះសង្ឃទេ សិក្ខាបទរបស់ព្រះអង្គក៏មិនបានរីកសព្វសាយ

ឬ ក៏នៅមិនយូរលង់បានឡើយ ហើយមនុស្សជាតិទាំងអស់នាបច្ចុប្បន្នទៀតសោត ក៏មិនបានទទួលគុណប្រយោជន៍ ឬ កុសលផលបុណ្យអំពីព្រះធម៌នេះដែរ។ សាវក័ដ៏ប្រសើរទាំងឡាយរបស់ព្រះពុទ្ធជាម្ចាស់បានយល់ដឹងអំពីផលប្រយោជន៍នៃព្រះធម៌ ក៏បាននាំគ្នាបន្តវេនផ្សព្វផ្សាយព្រះធម៌ដល់ជនានុជនទាំងឡាយក្នុងលោក ដើម្បីឲ្យគេបានយល់ដឹងនូវព្រះធម៌ផងដែរ។

ដូច្នេះ ព្រះសង្ឃមានតួនាទីយ៉ាងសំខាន់មួយ ក្នុងកិច្ចថែរក្សាការពារមិនឲ្យបាត់បង់ និងផ្សព្វផ្សាយព្រះពុទ្ធសាសនា។ ដោយពិតណាស់ យើងរាល់គ្នានៅតែមានឱកាសបានក្រេបជញ្ជក់សិក្ខាបទរបស់ព្រះពុទ្ធជាម្ចាស់ ជាង ២៥៥១ព្រះវស្សាមកហើយ តាំងតែពីទ្រង់បានចូលព្រះបរិនិព្វានមកនោះ ក៏ដោយសារតែការខំប្រឹងប្រែង និងពលិកម្មដ៏ធំធេងរបស់ព្រះសង្ឃដែរ។

យើងមិនមែនគោរពបូជាព្រះសង្ឃដូចជាព្រះពុទ្ធនោះឡើយ តែយើងគោរពបូជាព្រះអង្គជាសមាជិកមួយរូប ក្នុងសហគមដ៏ប្រសើរនៃសាវករបស់ព្រះពុទ្ធជាម្ចាស់។ បើគ្មានព្រះសង្ឃទេ យើងក៏មិនអាចបានស្គាល់ព្រះធម៌ឡើយ ព្រោះថាព្រះសង្ឃលោកបានថែរក្សាការពារមិនឲ្យបាត់បង់ នូវសិក្ខាបទរបស់ព្រះពុទ្ធជាម្ចាស់ អស់កាលជាង ២៥៥១ ព្រះវស្សាមកហើយ។ យ៉ាងនេះហើយ ដែលធ្វើឲ្យយើងនាំគ្នាគោរពបូជាព្រះសង្ឃ។ យើងប្រគេនចង្ហាន់ និងគ្រប់អ្វីៗដែលត្រូវការជាចាំបាច់សំរាប់ជីវភាពធម្មវិន័យ គន្ធធុរៈ និងវិបស្សនាធុរៈ ត្រៃសិក្ខារបស់ព្រះសង្ឃដែលលោកបានប្រៀនប្រដៅ និងផ្សព្វផ្សាយព្រះពុទ្ធសាសនាដល់ពិភពលោកយើងនេះ។ ហើយ ព្រះពុទ្ធសាសនាក៏បានប្រាថ្នាសូមឲ្យពាក្យប្រៀនប្រដៅរបស់ព្រះពុទ្ធជាម្ចាស់ នឹងបានចូលរួមចំណែកក្នុងការខិតខំធ្វើឲ្យពិភពលោកនេះ ទៅជាកន្លែងមួយដ៏ប្រសើរសំរាប់សត្វនិករទាំងអស់រស់នៅផងដែរ។

Triple Gems of Buddhism

The Triple Gems of Buddhism are:

Buddha, Dhamma and **Songha**

1. **Buddha**

Buddha was the greatest teacher, giving the world a noble religion unequal in human history. He embodied all virtues, which distinguished him from all others teachers and make him an object of supreme veneration for all living beings.

2. **Dhamma**

Dhamma is the teaching of the Buddha. Though, the Buddha in his physical form is no longer with us, but we still have the Dhamma as our guide and teacher. Thus, the Dhamma has not just taken the place of the Buddha, the Dhamma itself constitutes Buddhahood. And Buddhahood is, in truth, nothing but the Dhamma. Buddhahood is achieved through the realization of the Dhamma. There could never have been a Buddha without Dhamma. As Buddha said:

"He who sees the Dhamma, sees me and he who sees me, sees the Dhamma."

Dhamma is to study and practice not to memorize. To practice Dhamma is to follow the teaching of the Buddha. Remember that the Dhamma will benefit us only when we practice Dhamma sincerely.

3. **Sangha**

The third of the Three Gems is the Sangha (or monk). The Buddha discovered the Dhamma and taught it to the world, but without the Sangha his teachings would not have spread very far or lasted very long, nor could the world today benefit. The noble disciples, having realized the Dhamma, remained to instruct others and make them enlightened too.

The Sangha (the monk), therefore, plays an important role in the preservation and spread of Buddhism. The fact that we still have access to the Buddha's teaching over 2551years after his death is due largely to the effort and sacrifice of the Sangha.

We pay respect to the monk not as god, but as a member of the noble community of the Buddha's disciples. We know the Buddha teaching because of the Sangha. Without the Sangha we could not know the Dhamma because the Sangha has preserved the Buddha's teaching for over 2551 years. That is why we pay respect to the Sangha. We offer food and whatever is needed for monastic life to the monks who taught and spread Dhamma to the world. Buddhism also wishes that its teaching will assist the effort to make the world a better place for all living beings.

បុណ្យបញ្ចុះសីមានៅវត្តសាមគ្គីសេរីរតនារាម នៅ ថ្ងៃទី២០ ខែមិថុនា គ. ស. ២០០៤

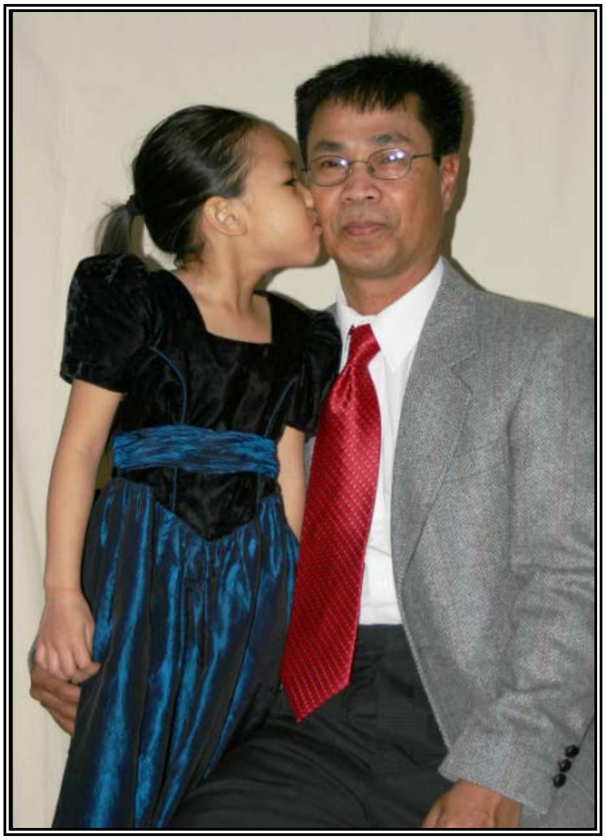
Celebration of the Defining of the Sacred Boundary of
Watt Samakyseriratanarama (Bon Banhchos Seima)
June, 18 to Saturday June 20, 2004

ត្រៃសិក្ខានៃព្រះពុទ្ធសាសនា

រូបមន្តមួយទៀតនៃមាគ៌ាព្រះពុទ្ធសាសនា គឺ ត្រៃសិក្ខា ដែលជាមាគ៌ាដ៏ប្រសើរនោះមាន៖ សីល, សមាធិ និងបញ្ញា។ មាគ៌ានេះជាវឌ្ឍនមាគ៌ា (Progressive path) ជាអរិយធម៌ទាំងឡាយដ៏ឧត្តម និងជាមនសិការមួយ “ដ៏ភ្លឺថ្លា ក្នុងការផ្តល់នូវមូលដ្ឋានដ៏សំខាន់មួយសំរាប់ទង្វើសមាធិ។ ហើយទង្វើសមាធិនេះទៀតសោត ក៏ជាជំហរដែលគតិបណ្ឌិតអាចអភិវឌ្ឍ (Develop) បាន។

កុមារី លីលាន (Lilian) និង លោកតារបស់នាង[២]

នៅព្រឹកថ្ងៃអាទិត្យមួយ ផ្ទៃមេឃខៀវស្រឡះល្អ គ្មានពពក គួរជាទីរីករាយ។ ថ្ងៃនោះ កុមារី លីលាន (Lilian) ភ្ញាក់ពីព្រលឹម។ រាល់ព្រឹកថ្ងៃអាទិត្យ កុមារី លីលាន (Lilian) តែងតែស្រស់ស្រូបអាហារពេលព្រឹកព្រលឹម ដើម្បីរៀបចំខ្លួនទៅវត្តជាមួយលោកតារបស់នាង។ រៀងរាល់ថ្ងៃ ពីថ្ងៃចន្ទដល់ថ្ងៃសុក្រ នាងទៅរៀននៅ



កុមារី លីលាន (Lilian) និង លោកតារបស់នាង
Lilian and Her Grandfather

សាលាសាធារណៈ។ នៅថ្ងៃអាទិត្យ ទោះជាក្នុងករណីយ៉ាងណាក៏ដោយ កុមារី លីលាន (Lilian) តែងតែជួយធ្វើកិច្ចការផ្ទះរហូតទាល់តែដល់ពេលទៅវត្ត ជាកន្លែង ដែលលោកតារបស់នាងតែងតែជួយរៀបចំចាត់ចែងកិច្ចការ

[2] Ven. C Phangcham, Ph.D.

ផ្សេងៗ ដើម្បីនឹងប្រារព្ធពិធីសមាទានសីល នៅថ្ងៃឧបោសថ។ រីឯ កុមារី លីលាន (Lilian) ក៏បានចូលថ្នាក់រៀនខំសិក្សាអំពីអក្សរសាស្ត្រខ្មែរដែរ។

នៅថ្ងៃអាទិត្យពេលមួយនោះ បន្ទាប់ពីបានជួយរៀបចំប្រគេនចង្ហាន់ដល់ព្រះសង្ឃ កុមារី លីលាន (Lilian) បានសួរលោកតានាងថា៖

"លោកតា ហេតុដូចម្តេចបានជាព្រះសង្ឃមិនធ្វើការងារដូចជាមនុស្សផងគ្នា?"

"ព្រះសង្ឃលោករស់នៅជាជីវិតអានាគារិក (Mendicant អ្នករស់នៅបានដោយសារទាន ឬសប្បុរសធម៌របស់អ្នកដទៃ)។" លោកតានាងមានប្រសាសន៍។

"ជីវិតអានាគារិកមានន័យយ៉ាងដូចម្តេចលោកតា?" កុមារី លីលាន (Lilian) សួរ។

"ព្រះសង្ឃលោករស់នៅបានដោយសារទឹកចិត្តជ្រះថ្លាដ៏បរិសុទ្ធ របស់ពុទ្ធសាសនិកជន។ ព្រះសង្ឃលោកគង់នៅបាន ដោយពឹងផ្អែកទាំងស្រុងទៅលើពុទ្ធសាសនិកជន ដូចជាចៅលីលាន (Lilian) និងលោកតាជាដើម។" លោកតារបស់នាងបានឆ្លើយតប ដោយមានការភ្ញាក់ផ្អើលជាខ្លាំងនឹងសំណួររបស់កុមារី។

"ហេតុយ៉ាងដូចម្តេចបានជាព្រះសង្ឃលោកត្រូវរស់នៅបែបនេះ?" កុមារីលីលាន (Lilian) សួរ។

"យោងទៅតាមទ្រឹស្តីព្រះពុទ្ធសាសនា " លោកតានាងមានប្រសាសន៍តប "ព្រះសង្ឃលោកត្រូវលះបង់ផ្ទះសម្បែងចេញ ហើយត្រូវរស់នៅក្នុងភាពជាអានាគារិកបុគ្គល។ ព្រះសង្ឃលោកបូជាការរស់នៅរបស់លោកដើម្បីសិក្សា និងអនុវត្តន៍តាមព្រះធម៌ ដែលព្រះពុទ្ធជាម្ចាស់លោកបានឱវាទប្រៀនប្រដៅ ដើម្បីធ្វើឲ្យចិត្តមានការអភិវឌ្ឍន៍ (Mind Development)។ ព្រះសង្ឃលោកបង្រៀនព្រះធម៌ដល់ឧបាសកឧបាសិកា។"

"លោកតា តើព្រះធម៌ជាអ្វីទៅ?" កុមារីលីលាន (Lilian) សួរលោកតារបស់នាង។

"ព្រះធម៌គឺជាឱវាទប្រៀនប្រដៅរបស់ព្រះពុទ្ធជាម្ចាស់ ដែលលោកជាអ្នកបានបង្កើតព្រះពុទ្ធសាសនា" លោកតាមានប្រសាសន៍។

"តើព្រះសង្ឃលោកបានបង្រៀនព្រះធម៌អ្វីខ្លះ? "

"អូ! ច្រើនណាស់ចៅអើយ " លោកតាមានប្រសាសន៍។

"តើព្រះធម៌ណាមួយដែលសំខាន់ជាងគេលោកតា?" កុមារីលីលាន (Lilian) សួរ។

លោកតារបស់កុមារីហាក់ដូចជាមានអារម្មណ៍ពិបាកឆ្លើយតបនឹងសំណួររបស់នាង តែរំពេចនោះ ទឹកមុខជ្រួញចិញ្ចើមរបស់លោកតាបានស្រស់ស្រាយឡើងវិញ ព្រមទាំងមានពន្លឺព្រេចៗ នៅក្នុងកែវភ្នែករបស់គាត់ ដែលជាសេចក្តីកោតសសើរដល់ចៅស្រី ចាំងឡើងភ្លាមមកផងដែរ ។ "លីលាន (Lilian) ចៅចំជាឆ្លាតណាស់ ហើយចង់ចេះដឹងពីព្រះធម៌ណាស់ទៀតផង។ គេនិយាយថា ឱវាទប្រៀនប្រដៅរបស់ព្រះពុទ្ធជាម្ចាស់សំខាន់ទាំងអស់ ប៉ុន្តែឱវាទដែលព្រះអង្គលោកបានបប្រៀនប្រដៅទាំងនោះ អាចចែកជាបីក្រុមបាន ដើម្បីឲ្យស្រួលងាយយល់ ជួនកាលគេហៅក្រុមទាំងបីនោះថា តិសារពុទ្ធោវាទ (គោលពុទ្ធសាសន៍បីយ៉ាង Three Essentials of Buddhism)។ លោកតាបានមានប្រសាសន៍ឆ្លើយតប ដោយមានសេចក្តីកោតសរសើដល់ចៅស្រីជាប់ក្នុងកែវភ្នែករបស់គាត់។

"លោកតា តើតិសារពុទ្ធោវាទ (គោលពុទ្ធសាសន៍បីយ៉ាង Three Essentials of Buddhism) មានអ្វីខ្លះទៅ?

"ទីមួយ: ត្រូវចៀសវាងគ្រប់អំពើបាប ទីពីរ: ត្រូវធ្វើឲ្យតែអំពើល្អ ហើយទីបី: ត្រូវធ្វើចិត្តឲ្យល្អបរិសុទ្ធ"។ លោកតារបស់នាងបានមានប្រសាសន៍ឆ្លើយតប។

កុមារីតូចច្រម៉ក់ហាក់មានអារម្មណ៍ច្រឡំច្របូកច្របល់នឹងចំឡើយលោកតារបស់នាង។ ដូច្នេះនាងក៏បានសួរតបទៅលោកតានាងវិញថា៖

"លោកតា តើត្រូវចៀសវាងគ្រប់អំពើបាប មានន័យយ៉ាងដូចម្តេចទៅ?"

"អ្នក! គឺមានន័យថា: មិនសំឡាប់ជីវិត មិនលួចរបស់គេ មិនប្រព្រឹត្តកាមលើប្តី ឬ ប្រពន្ធកូនគេ មិនសេពគ្រឿងស្រវឹង ឬ គ្រឿងញៀន មិនប្រើពាក្យគ្មានសុជីវធម៌/ពាក្យមិនពិរោះពិសារ ឬ ពាក្យរអេចរអូច និងមិនគិតអាក្រក់ពីអ្នកដទៃ។" លោកតាមានប្រសាសន៍តប។

កុមារី លីលាន (Lilian) ក៏ចាប់ពិពណ៌នាជំរាបលោកតានូវហេតុការណ៍មួយដែលបានកើតមានឡើង នៅពេលដែល កុមារី អាលីស្តា (Alista) និង កុមារី ណាណា (Nana) បានជួយដោះស្រាយទំនាស់មួយ ដែលមានឡើងនៅក្នុងពិធីខួបកំណើតរបស់ កុមារី ឡេឡា (Layla)។ មិត្តភក្តិរបស់គេទាំងនោះ បានឈ្លោះប្រកែកគ្នាដណ្តើមតុក្កតាមួយ ដោយសារតែគេមិនព្រមចែកគ្នាលេង។ កុមារី អាលីស្តា (Alista) និង កុមារី ណាណា (Nana) បានដើរតួជាបងស្រីលើពួកគេ និងបានសំរុះសំរួលឲ្យពួកគេស្រឡាញ់គ្នាជាមិត្តភក្តិឡើងវិញ ហើយចេះចែកគ្នាលេងទៀតផង។ ហើយកុមារី អាលីសា (Alissa) ក៏បានធ្វើល្អដែរ ដោយនាងបានឲ្យតុក្កតាដែលនាងស្រឡាញ់បំផុតនោះទៅទារិកា ឡាលីតា (Lalita) លេង។ កុមារី អាលីសា (Alissa) ក៏បានធ្វើឲ្យទារិកា ឡាលីតា (Lalita) ឈប់យំស្រែក ហើយមានការសប្បាយរីករាយឡើងវិញ។

កុមារី លីលាន (Lilian) បានឈប់ផ្អាកបន្តិច ហើយក៏បន្តទៅទៀត៖ "លោកតា យោងទៅតាមឱវាទប្រៀនប្រដៅរបស់ព្រះពុទ្ធជាម្ចាស់ នៅពេលមនុស្សឈ្លោះប្រកែកគ្នា មានន័យថា គេបានធ្វើអំពើអាក្រក់ មែនទេលោកតា?

លោកតាបានមានប្រសាសន៍ថា៖ "ពិតណាស់ចៅ! គេគួរតែខំស្រឡាញ់រាប់អានគ្នា ជាជាងឈ្លោះប្រកែកគ្នា។ អាលីស្តា (Alista) ណាណា (Nana) និង អាលីសា (Alyssa) បានធ្វើល្អ ដោយបានជួយសំរុះសំរួលដល់មិត្តភក្តិ ឲ្យពួកគេស្រឡាញ់រាប់អានគ្នាឡើងវិញបាន។ យោងទៅតាមឱវាទប្រៀនប្រដៅរបស់ព្រះពុទ្ធជាម្ចាស់ គេទាំងបីនាក់បានធ្វើអំពើល្អណាស់ ហើយឪពុកម្តាយរបស់គេក៏គួរតែមានមោទនភាពចំពោះពួកគេ។

"អញ្ចឹងចៅយល់ហើយលោកតា" កុមារី លីលាន (Lilian) បានពោល "ចុះពុទ្ធោវាទទីពីរយ៉ាងណាទៅវិញលោកតា?

"ត្រូវធ្វើតែអំពើល្អមានន័យថា: ចៅត្រូវស្រឡាញ់អ្នកដទៃដូចជាចៅស្រឡាញ់ខ្លួនចៅអញ្ចឹង ហើយត្រូវជួយយកអាសារគេដោយចិត្តស្មោះ បើគេសុំពឹងឲ្យចៅជួយ។ ចៅត្រូវទៅសាលារៀន ធ្វើកិច្ចសាលាឲ្យហើយជានិច្ច និងត្រូវស្តាប់ពាក្យទូន្មានរបស់មាតាបិតា ចាស់ទុំ និងលោកគ្រូ អ្នកគ្រូ។" លោកតាមានប្រសាសន៍។

"តែប៉ុណ្ណឹងទេ ឬ លោកតា?" កុមារី លីលាន (Lilian) សួរ។

"ទេចៅស្រី មានច្រើនណាស់ តែចៅត្រូវចាំថា ចំណុចដែលសំខាន់នៃឱវាទប្រៀនប្រដៅរបស់ព្រះពុទ្ធជាម្ចាស់គឺ ត្រូវធ្វើ ឬ និយាយស្តីតែអ្វីៗ ដែលមិនធ្វើឲ្យមានការឈឺចាប់ ឬ បង្កើតបញ្ហាដល់ខ្លួនឯង ឬ ដល់អ្នកដទៃ។ តើចៅយល់ឬទេ?" លោកតាបានសួរទៅកុមារី លីលាន (Lilian)។

"ចា! លោកតា ចុះពុទ្ធោវាទក្រោយគេបង្អស់នោះមានន័យយ៉ាងណាដែរ?" កុមារី លីលាន (Lilian) បានសួរទៅលោកតា។

“ត្រូវធ្វើចិត្តឲ្យល្អបរិសុទ្ធមានន័យថាៈ ជំរះការលោភលន់ និងកំហឹងឲ្យអស់ពីក្នុងចិត្ត។ នៅពេលណាក៏ដោយ ដែលចៅមានការលោភលន់ ឬ មានកំហឹងក្នុងចិត្ត ចៅត្រូវចាំថា វាមិនល្អទេដែលចៅប្រព្រឹត្តបែបនេះ។ នៅពេលនោះឯង ការលោភលន់ និងកំហឹងដែលនៅក្នុងចិត្តរបស់ចៅ នឹងរលាយបាត់ទៅដោយខ្លួនឯង។“ លោកតាមានប្រសាសន៍ “។

“អញ្ចឹងចៅយល់ហើយលោកតា ប៉ុន្តែតើផលានិសង្សនៃតិសារពុទ្ធោវាទ (Merits of the Three Buddhist Essentials) បានផលអ្វីខ្លះ?” កុមារី លីលាន (Lilian) បានសួរទៅលោកតារបស់នាង ដោយមិនទាន់មានបំណងចង់ឈប់រៀនសូត្រពីធម៌អាថ៌ជាមួយលោកតានៅឡើយទេ។

Threefold of Buddhism[3]

Another formulation of the path is the Threefold Way of ethics, meditation, and wisdom. This is a progressive path, as ethics and a clear conscience provides an indispensable basis for meditation; and meditation is the ground on which wisdom can develop.

Lilian and her Grandfather:

It was Sunday morning; the sky was cloudless and blue. The day begins early for twelve year old Lilian. Lilian had her breakfast early on Sunday morning and got ready to go to the temple with her grandfather. Lilian attends public school Monday through Friday. On Sunday mornings, Lilian always helps at home until it is time to go to the temple where her grandfather usually helps prepare and get ready for ritual celebration on Uposatha Day (Holy day) and Lilian attends Sunday school studying Khmer language earnestly.

On Sunday, after helping serve food to the monks, Lilian asked, “Grandpa, why don’t the monks work? “

“The monk lives on mendicant life. " said her grandfather.

“What is mendicant life grandpa?” asks Lilian.

"They live on the generosity of the people. Their lives depend on lay people like you and me", her grandfather responded and was quite surprised by her question.

“How come?” asked, Lilian.

“According to Buddhism,” said her grandfather, “Monks must leave their home and become homeless. They dedicate their lives to studying and practicing the Buddha’s Dhamma for mind development. They teach the Dhamma to lay people.”

"What is the Dhamma?" questioned Lilian.

"It is the teaching of the Buddha who founded Buddhism", stated her grandfather.

"What kinds of Dhamma did he teach?" asked Lilian.

"Oh, many!" said her grandfather.

"What’s the most important one grandpa?" asked Lilian.

Grandfather felt he was in awkward moment, but then the lines on his face relaxed and a sudden admiration for his granddaughter dawned in his eyes. “Lilian, you are so smart and

[3] Ven. C Phangcham, Ph.D.

curious about Dhamma! It is said that all Buddha’s teachings are important, but everything he taught can be simplified into three groups, sometimes called the Three Essentials of Buddhism.” said her grandfather with admiration for Lilian in his eyes.

"What are they, grandpa?"

"The first is **to avoid all evil deeds**, the second is **to do all good things** and the third is **to make** your **mind pure**," said her grandfather.

The little girl felt confused. Then she asked “Grandpa, what does it mean to avoid all evil deeds?

"Well, it means not to kill, steal, commit a sexual sin, lie, drink intoxicants or take drugs, use impolite/harsh words or gossip and never to think ill of others" said her grandfather.

Lilian told grandpa what happened when Allista and Nana helped to settle down a quarrel one day at baby Layla’s birthday party. Their friends fought over a Barbie toy because they did not want to share. Allista and Nana acted as big sisters and helped them to became friends again and to share toys. Alyssa was also nice at Layla’s birthday party and gave her favorite toy to the baby Lalita who was crying for her toy. Alyssa made the baby Lalita happy again.

Lilian paused and then she continued, “Grandpa did people do a bad thing when they fight with each other according to the Buddha’s teaching?”

"Oh, yes they did. They should try to get along instead of arguing. Allista, Nana and Alyssa did the right thing by helping their friends to settle down. They have done well according to the Buddha’s teaching and their parents should be proud of them." said grandpa.

"Now I understand grandpa," said Lilian. "Now how about the second one ?

"To do all good thing means you must love others as you love yourself, help others sincerely if they need help, go to school and get your home work done all the time and listen to your parents, elders and teachers", said grandpa.

"That is all?" asked Lilian.

"No, there are many but just remember the important part of his teaching is doing or speaking anything that will not hurt or cause trouble to you or others. Do you understand sweetie?" asked grandpa

"I think so. What about the last one?" asked Lilian.

"To make your mind pure means getting rid of greed and anger. Whenever you get greedy or angry, just remember that it’s not good for you to behave so. Then your greed or anger will disappear", said grandpa.

“Ok, Grandpa, but what are merits of the Buddhist Essentials?" asked Lilian not quite ready to stop learning Dhamma from her grandfather.

ផលានិសង្សនៃតិសារពុទ្ធោវាទ

១ – គ្មាននរណាម្នាក់នឹងមានបញ្ហាដោយសារអំពើ ឬ ពាក្យសំដីទាំងឡាយរបស់អ្នក

២ – អ្នកនឹងគ្មានសត្រូវ

៣ – ជីវិតរបស់អ្នកនឹងពោរពេញទៅដោយសុភមង្គល និងសន្តិភាព

៤ – ការអនុវត្តន៍តាមព្រះធម៌របស់អ្នកនឹងមានផលប្រយោជន៍ល្អដល់គ្រួសារ និងសហគមន៍របស់អ្នកទាំងមូល

៥ – អ្នកជាប្រភពនៃសន្តិភាព

ប្រសិនបើបុគ្គលណាម្នាក់មានជីវិតរស់នៅដោយគ្មានតិសារពុទ្ធោវាទ (Three Essentials of Buddhism) នេះទេ ជីវិតរបស់គេនឹងពោរពេញទៅដោយបញ្ហា។ ហើយជួនការគេអាចក្លាយទៅជាឧក្រិដ្ឋជនម្នាក់បាន។ គ្មានអ្នកណាស្រឡាញ់ចូលចិត្តបុគ្គលបែបនេះឡើយ។ បុគ្គលប្រភេទនេះគួរគេហៅថា អ្នកបង្កើតបញ្ហា ឬ អ្នកបង្កើតទុក្ខសោក។

Merits of the Three Buddhist Essentials[4]:

1. Nobody will get into trouble because of your actions or speech.
2. You will have no enemies.
3. Your life will be happy and peaceful.
4. Your practice will benefit your family, community as a whole.
5. You are the source of peace

If a person lives without the Three Buddhist Essentials; his or her life is full of trouble. And sometimes he or she may become a criminal. Nobody loves such a person. He or she should be called problem maker or suffering maker.

តើត្រូវប្រព្រឹត្តតាមតិសារពុទ្ធោវាទដោយវិធីណា?

ក្នុងនាមជាពុទ្ធសាសនិកជនម្នាក់ អ្នកអាចប្រព្រឹត្តតាមតិសារពុទ្ធោវាទ (Three Essentials of Buddhism) នេះបាន ដោយធ្វើតាមដំណាក់កាលដូចមានខាងក្រោមនេះ៖

១ – ជានិច្ចជាកាលអ្នកនិយាយតែពាក្យសច្ចៈ ហើយប្រកាន់ពាក្យសត្យាជានិច្ច។

២ – ជួយយកអាសារបងប្អូន មិត្តភក្តិ និងអ្នកដទៃដោយសុឆន្ទៈ និងដោយគ្មានចង់បានផលប្រយោជន៍ត្រឡប់មកមកវិញ។

៣ – មានចិត្តស្មោះត្រង់ជានិច្ច។

៤ – ជាមនុស្សចេះរាក់ទាក់ និងជាមនុស្សចេះគួរសមចំពោះអ្នកផង ដោយមិនរើសអើងថាជាមនុស្សចាស់ឬក្មេង, មានពណ៌សម្បុរ, ជំនឿសាសនា, មានបញ្ញាបែបណា, ប្រុសឬស្រី, ក្រមាន ឬ បុណ្យសក្តិខ្ពស់ទាបយ៉ាងណានោះឡើយ។

៥ – ជាមនុស្សគោរពប្រណិប័តន៍តាមដំបូន្មាន និងជាមនុស្សមានសេចក្តីរីករាយជានិច្ច។ ការគោរពប្រណិប័តន៍តាមដំបូលន្មាន ត្រូវចាប់ផ្តើមពីក្នុងគ្រួសាររបស់អ្នក។ ប្រសិនបើមាតាបិតាអ្នក លោកដាក់វិន័យឲ្យអ្នកប្រព្រឹត្តតាម អ្នកត្រូវតែប្រព្រឹត្តតាមដោយចិត្តរីករាយ និងដោយវិចារណញ្ញាណ។

[4] By Ven. C Phangcham, Ph.D.

How to follow the Three Buddhist Essentials:

As a Buddhist you can follow the Three Essentials of Buddhism by taking the following steps:

1. Always tell the truth and keep your promises.
2. Offer help willingly to member of your family, friends and others without pay or reward.
3. Be honest
4. Be friendly and polite to everyone regardless of age, color, faith, intelligence, sex and wealth or position.
5. Be obedient and cheerful. Obedience begins in your home. If your parent make rules for you to follow, follow them cheerfully and wisely.

តើហេតុអ្វីបានជាពុទ្ធបរិស័ទត្រូវដាក់បាត្រ ឬប្រគេនចង្ហាន់ដល់ព្រះសង្ឃ?

បើនិយាយអំពីការដាក់បាត្រ ឬការប្រគេនចង្ហាន់ដល់ព្រះសង្ឃ អ្នកខ្លះសង្ស័យថាមិនបានផលប្រយោជន៍អ្វី ហើយគេហាក់ដូចជាយល់ថា ព្រះសង្ឃប្រាថ្នាចង់រស់នៅក្នុងជីវិតងាយស្រួល ដោយមិនចាំបាច់ប្រកបការងារអ្វី ប៉ុន្តែគេមិនបានយល់នូវអត្ថន័យពិតថា បព្វជិតជាអ្នកស្វែងរកសច្ចធម៌ឡើយ។ ហើយម៉្យាងទៀត ព្រះសង្ឃលោកត្រូវរស់នៅជាជីវិតអានាគារិក។ ព្រះសង្ឃលោករស់នៅបានដោយសារទឹកចិត្តជ្រះថ្លាដ៏បរិសុទ្ធរបស់មនុស្សទូទៅ។ លោកគង់នៅបានដោយពឹងផ្អែកទាំងស្រុងទៅលើពុទ្ធបរិស័ទ។ យោងទៅតាមធម្មវិន័យ ព្រះសង្ឃ លោកត្រូវលះបង់ផ្ទះសម្បែងចេញ ហើយត្រូវរស់នៅក្នុងភាពជាអានាគារិកបុគ្គល។ ព្រះសង្ឃលោកបូជាការរស់នៅ របស់លោក ដើម្បីសិក្សាព្រះធម្មវិន័យ និងអនុវត្តន៍តាមព្រះធម្មវិន័យ ដែលព្រះពុទ្ធជាម្ចាស់លោកបានឱវាទប្រៀនប្រដៅ ដើម្បីធ្វើឲ្យមានអភិវឌ្ឍន៍ចិត្ត (Mind Development)។ ព្រះសង្ឃលោកបង្រៀនព្រះធម៌ដល់ឧបាសក ឧបាសិកា។

ជីវិតរបស់ព្រះសង្ឃជាជីវិតមួយដ៏សែនលំបាក ព្រះសង្ឃមិនមានគ្រួសារ លោកមិនអាចជ្រើសរើសចង្ហាន់តាមចំណូលចិត្ត ហើយលោកមិនអាចចូលរួមចំណែកជាមួយពិធីកំសាន្តផ្សេងៗ ដូចជាទៅមើលកុនល្ខោន ឬកីឡាប្រកួតបានឡើយ។ ព្រះសង្ឃលះបង់គ្រប់ប្រណីតភាពនៃកន្លែងគង់នៅ ល្បែងកំសាន្ត ការជ្រើសរើសស្បង់ចីពរសំរាប់គ្រង និងចង្ហាន់សំរាប់ឆាន់ ដើម្បីស្វែងរកសច្ចធម៌ និងជួយអ្នកដទៃឲ្យរកឃើញសច្ចធម៌ផងដែរ។

នៅពេលដែលអ្នកណាម្នាក់ប្រគេនចង្ហាន់ដល់ព្រះសង្ឃ កាយវិការរបស់គេនោះនឹងជាអំពើមួយដែលនឹងផ្តល់កុសលផលបុណ្យដល់ភាគីទាំងសងខាង: ព្រះសង្ឃ និងអ្នកដែលប្រគេនចង្ហាន់ដល់ព្រះសង្ឃ។ អ្នកធ្វើទាននឹងបានទទួលបុណ្យកុសលពីកុសលកម្មរបស់គេ ព្រោះថាគេមានចិត្តធ្វើទាននៅពេលដែលគេប្រគេនចង្ហាន់ដល់ព្រះសង្ឃ: កាលណាសប្បុរសធម៌កើតមាន កាលនោះឯងសេចក្តីលោភលន់ឬចំណង់លោកីយ៍ (ឧបាទាន) នឹងមិនកើតមានឡើយ។ ឯព្រះសង្ឃដែលជាអ្នកទទួលយកទាននោះសោត ក៏នឹងបានទទួលកុសលផលបុណ្យពីអំពើល្អរបស់អ្នកធ្វើទាននោះដែរ ព្រោះថា ព្រះសង្ឃលោកត្រូវបានអ្នកធ្វើទាននោះជួយជម្រុញលើកទឹកចិត្ត ឲ្យលោកកាន់តែឧស្សាហ៍ខិតខំសិក្សា និងប្រព្រឹត្តតាមការឱវាទប្រៀនប្រដៅរបស់ព្រះពុទ្ធជាម្ចាស់ និងជួយដល់មនុស្សផងគ្នា ឲ្យបានយល់ដឹងនូវឱវាទប្រៀនប្រដៅរបស់ព្រះពុទ្ធជាម្ចាស់ផងដែរ។ ព្រះសង្ឃលោកត្រូវដឹងថា ចង្ហាន់ដែលលោកបានទទួលនោះ គឺជាការតព្វកិច្ចមួយតម្រូវឲ្យលោកប្រព្រឹត្តខ្លួនឲ្យបានល្អប្រពៃ ដើម្បីឲ្យសមនឹងតម្លៃនៃទាននោះ ដោយខិតខំព្យាយាមឲ្យមានសុខុមាលភាពដល់ព្រះពុទ្ធសាសនាទូទៅទាំងពិភពលោក។ ព្រះសង្ឃលោកត្រូវបានគេរំលឹកជានិច្ចជាកាល នូវការទទួលខុសត្រូវទាំងឡាយរបស់លោកក្នុងនាមជាបព្វជិត ហើយលោកត្រូវប្រតិ-

បត្តិតាមវិន័យ នៃបាតិមោក្ខសំវរសីល (Patimokkha) ពីរដងក្នុងមួយខែ ដែលជាកាតព្វកិច្ចមួយ របស់លោកត្រូវទទួលបន្ថែមទៀត។ ជាបន្ថែមទៀតទៅ ពេលណាដែលអ្នកដែលទទួលយកនូវទេយ្យទាន (ព្រះសង្ឃ) បានយល់ដឹងនូវសទ្ធាជ្រះថ្លានៃភាវចិត្ត (Mental State) របស់អ្នកធ្វើទាន លោកនឹងមានសោមនស្សរីករាយ ជាមួយនឹងសទ្ធាដ៏ជ្រះថ្លារបស់អ្នកធ្វើទាននោះដែរ។ ដូច្នេះហើយ ព្រះសង្ឃលោកក៏នឹងមានភាវចិត្ត (Mental State) ប្រកបទៅដោយសទ្ធាជ្រះថ្លាដូចគ្នានឹងអ្នកធ្វើទានដែរ។ គឺព្រះសង្ឃលោកត្រូវបានទទួលការជួយជម្រុញលើកទឹកចិត្តឲ្យមានសទ្ធាជ្រះថ្លាដោយសារតែការធ្វើទានរបស់អ្នកដែលប្រគេនចង្ហាន់ដល់លោក។

Why Buddhists Have to Offer Alms to the Monks[5]?

As Regards the giving of food to the monks, some people doubt whether that is of any use. They are inclined to think that the monks want to have an easy life and that they do not have to work at all, but they forgot that the real meaning of being a monk is seeking the truth; and the the monk lives on mendicant life. They live on generosity of the people. Their lives depend on lay people. According to DhammaVinaya monk must leave their home and become homeless. They dedicate their lives to stuying and practicing the Buddha’s Dhamma for mind development. They teach the Dhamma to lay people.

A monk’s life is a hard life, he does not have a familiy life, he cannot choose his own food and he does not take part in any entertainment such as going to the movies or football matches. He renounces the luxuries of a home, entertainment, choice of clothing and food., in order tt seekthe truth and to help other people to find the truth as well.

When one gives food to the monks his/her act is one which will be fruitful for both parties. The giver will benefit from his/her act because he/she has a wholesome mental state at the time of giving: When there is generosity there is no greed or attachment. The receiver will also benefit from the act of the giver because he is encouraged to study and practice the Buddha’s teachings more earnestly and to help other people to know the teachings as well. He knows that thwe food rereceived puts him under an obligation to be worthy of the gift, to work for the spiritual welfare of the whole world. Monks are continually reminded of their responsibility as monks, and twice a month they recite the rules of “Patimokkha“in which their obligations are summed up. Furthermore, when the receiver is aware of the wholesome state of mind of the giver, he will rejoice in the good deeds of the giver and thus he will have a wholesome mental state as well; he will be inspired by the generosirty of the giver.

ជីវិតប្រចាំថ្ងៃរបស់ពុទ្ធសាសនិកជន

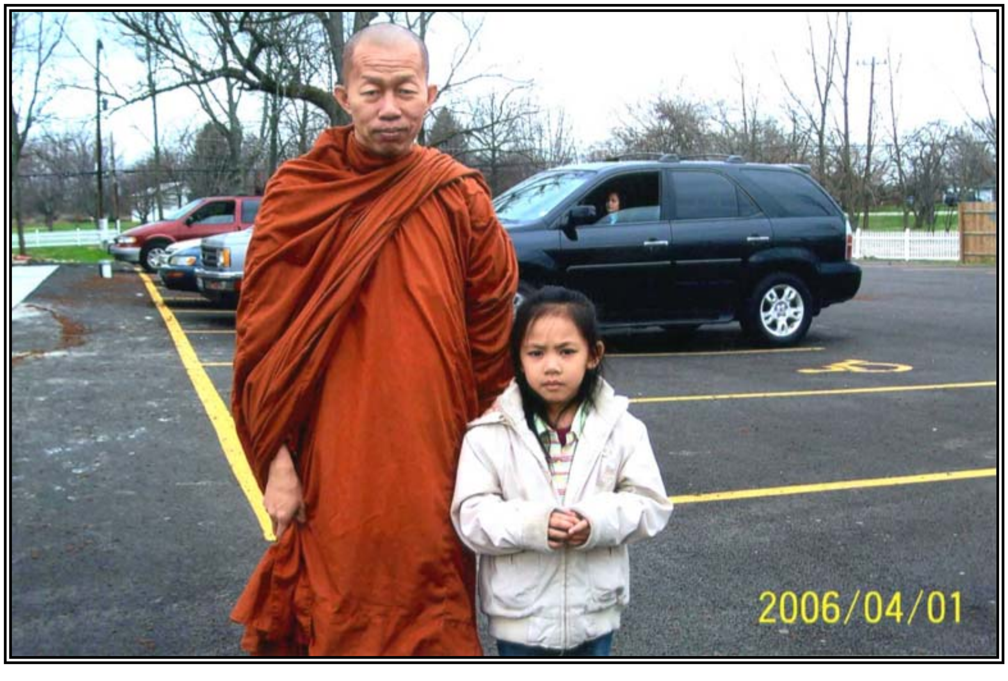
ចំពោះជនបរទេស ឬមនុស្សថ្មីម្នាក់ដែលទើបតែនឹងជួបព្រះពុទ្ធសាសនាជាលើកដំបូង ជាបឋមគេនឹងបានប្រទះឃើញនូវរបៀបបទ នៃការគោរពបូជាព្រះពុទ្ធសាសនា ដែលជាទំនៀមទំលាប់ប្រពៃណីយ៍របស់អ្នកកាន់ព្រះពុទ្ធសាសនាមានភាពខុសប្លែកផ្សេងអំពីរបៀបរបបរបស់គេៈ ដូចជាការប្រគេនចង្ហាន់ដល់ព្រះសង្ឃ ការគោរពបូជាព្រះបដិមា ឬនមស្សការព្រះរតនត្រៃសមាទានសីល នៅថ្ងៃឧបោសថសីល (Uposatha Day or Holy Day) ដែលជាថ្ងៃរក្សាសីលមួយ ដែលពុទ្ធបរិស័ទអាចប្រតិបត្តិបួនដង ក្នុងមួយខែៈ គឺថ្ងៃប្រាំបីកើត ថ្ងៃពេញបូណ៌មី ថ្ងៃប្រាំបីរោច និងខែដាច់ (ជាថ្ងៃ១៥រោច ឬជួនកាលជាថ្ងៃ១៤រោច) ដោយរក្សាសីលប្រាំ ឬសីលប្រាំបី និងទៅវត្តសមាទានសីល។ ក្នុងការរស់នៅប្រចាំថ្ងៃ ពុទ្ធសាសនិកជននឹងអាចទទួលកុសលផលបុណ្យបានកាន់តែប្រសើរទ្វេឡើងថែមទៀត ដោយសារតែការគោរពបូជាព្រះពុទ្ធជាម្ចាស់ ប្រសិនបើគេបានធ្វើឡើងដោយកាយវិការ ដែល

[5] Buddhism In Daily Life by Nina Van Gorkom Published by Zalag.co.UK

មានអត្ថន័យថែមជាងនេះទៅទៀត ដូចជា៖ ដោយការគោរពបូជាព្រះពុទ្ធជាម្ចាស់ គេត្រូវជៀសវាងមិនប្រព្រឹត្តនូវគ្រប់អំពើអាក្រក់ផងទាំងពួង, គេគប្បីចេះជួយយកអាសារអ្នកដទៃ, គេត្រូវខំសិក្សាឲ្យបានយល់ថែមទៀតនូវឱវាទប្រៀនប្រដៅរបស់ព្រះពុទ្ធជាម្ចាស់ និងជួយណែនាំមនុស្សដទៃឲ្យបានយល់ច្បាស់នូវឱវាទប្រៀនប្រដៅរបស់ព្រះពុទ្ធជាម្ចាស់។ តែទោះជាយ៉ាងណា ការយល់ដឹងនូវឱវាទប្រៀនប្រដៅរបស់ព្រះពុទ្ធជាម្ចាស់នេះ មានច្រើនដំណាក់កាលណាស់។

Buddhist's Daily Life[6]

For a foreigner or a stranger to Buddhism, oneis first confronted with the practice of Buddhism when one sees different customs of the Buddhists, such as giving food to the monks, paying respect to the Buddha image or reciting the "precepts"on the special occasions such as "Uposatha Day". A day of vigil or fasting which laypeople may observe four tinme a month: the days of the new moon, Full moon and the two days of the half moon) by undertaking moral precepts and by visiting the temple. In daily life, laypeople would receive greater benefit from their act of paying respect to the Buddha if this were done in a more meaningfull way. They could, for exemple, pay respect to the Buddha by Abstaining from ill deeds, in serving other people, in learning more about the teachings of the Buddha and in helping other people to understand the teaching. Though, there are many levels of understanding the Buddha teachings.



កុមារីលីលាន និង ព្រះតេជគុណ អៀប ស៊ឹង ចៅអធិការ វត្តសាមគ្គីសេរីរតនារាម
នៅទីក្រុងកូឡុមបាស់ រដ្ឋអូហៃយូ សហរដ្ឋអាមេរិក ថ្ងៃទី០១ ខែមេសា ឆ្នាំ២០០៥
Lilian and Ven. Soeung Eap Abbot of Watt Samakyseriratanarama

[6] Buddhism In Daily Life by Nina Van Gorkom Published by Zalag.co.UK

ត្រៃលក្ខណ៍

អ្នកប្រហែលជាអាចចង់ដឹងដែរថា តើព្រះពុទ្ធជាម្ចាស់ទ្រង់បានប្រៀនប្រដៅអំពីបាតុភូតធម្មជាតិ និងអត្ថិភាព (Existence) របស់ធម្មជាតិយ៉ាងណានោះ? ព្រះពុទ្ធជាម្ចាស់ទ្រង់បានប្រៀនប្រដៅថា វត្ថុមានវិញ្ញាណ និងវត្ថុគ្មានវិញ្ញាណទាំងអស់មានលក្ខណៈពិសេសបី។ លក្ខណៈពិសេសទាំងបីនោះមានដូចតទៅៈ

១ – អនិច្ចំ (Impermanence)

អនិច្ចំ (Impermanence): មានន័យថាជាបឋមលក្ខណ៍សំគាល់នៃភាពមិនអចិន្ត្រៃយ៍។ វត្ថុទាំងអស់ លើលោកសន្និវាសនេះ តែងតែមានការប្រែប្រួលជានិច្ចជាកាល, ត្រូវកំណត់ទៅដោយសេចក្តីវិនាស, មិនឋិតថេរ និងមិនអាចទុកចិត្តបានឡើយ។ វត្ថុទាំងអស់តែងតែទ្រុឌទ្រោមរលេះរលួយ ទៅជានិច្ចជាកាល។ ទោះបីជាយើងខំប្រឹងប្រែងទ្រទ្រង់ យ៉ាងខ្ជាប់ខ្ជួនយ៉ាងណាក៏ដោយ ក៏គ្មានវត្ថុអ្វីមួយណាអាចនៅរក្សាភាពដើមរបស់ខ្លួនក្នុងនាទីនេះបានដូចពីមួយស្របក់ដែលទើបតែនឹងកន្លងផុតមកនោះឡើយ។ ឧទាហរណ៍: កាលណាយើងមើលអណ្តាតភ្លើងទៀនមួយដែលកំពុងតែឆាបឆេះ យ៉ាងយកចិត្តទុកដាក់ និងដោយពិចារណាផង។ យើងពិនិត្យមើលអណ្តាតភ្លើងទៀននោះ និងលក្ខណៈពិសេសទាំងប្រាំរបស់វា យើងនឹងឃើញថា: រំពេចនោះ អណ្តាតភ្លើងឆាប់ឆេះយ៉ាងសន្ធោសន្ធៅឡើង, កាន់តែឆេះខ្លាំងឡើងៗ មិនឈប់ឈរ, អណ្តាតភ្លើងចេះតែបន្តការឆេះក្នុងសភាពធម្មតា, អណ្តាតភ្លើងចាប់បន្ថយការឆាបឆេះបន្តិចម្តងៗ ហើយក៏រលត់បាត់ទៅ។ ដោយការសង្កេត និងការកត់ចំណាំនូវទ្រង់ទ្រាយពិសេសទាំងប្រាំយ៉ាងនោះ មនុស្សម្នាក់ៗអាចយល់ដឹងថា អណ្តាតភ្លើងជាវត្ថុមិនអចិន្ត្រៃយ៍។ ដូចគ្នានេះដែរ បាតុភូតនេះអាចឲ្យយើងយល់ថា វត្ថុនាៗទាំងអស់លើលោកនេះតែងតែប្រែប្រួល ហើយមិនអចិន្ត្រៃយ៍ឡើយ។

នេះជាធម្មជាតិនៃវត្ថុទាំងឡាយ និងជីវិតខ្លួនឯង ទោះជាមនុស្ស សត្វ ឬ រុក្ខជាតិក៏ដោយ។ រៀងៗខ្លួនសុទ្ធតែធ្លាប់បានដឹង បានស្គាល់នូវការដុះលូតធំធាត់, ការដុះលូតធំធាត់ចេះតែទៅមុខ, ចាស់ទុំជោររលេះរលួយ និងស្លាប់បាត់បង់ទៅ ប្រៀបដូចទារកម្នាក់បានកើត, ធំធាត់, ធំពេញរូបរាង, ទៅជាចាស់ជរា, មានសុខភាពល្អ, ទៅជាឈឺថ្កាត់, នៅរស់រានមានជីវិត បន្ទាប់មកក៏ត្រូវស្លាប់បាត់បង់ជីវិតទៅ។ គ្រាប់ពូជបានកើតទៅជារុក្ខជាតិដែលផលិតផ្កា, ផ្កានោះសោតរីកសាយ, ក្រៀមស្វិតស្រពោន ហើយស្លាប់ទៅដើម្បីបញ្ចេញគ្រាប់ពូជ, ហើយមែកធាងរបស់វាក៏ខូចរលួយទៅក្នុងដី នឹងធ្វើឲ្យដីមានជីវជាតិសំរាប់គ្រាប់ពូជថ្មីចាប់ដុះពន្លកបាន។

២ – ទុក្ខំ (Suffering)

ទុក្ខំមានន័យថា ការមានពិសោធន៍នឹងសេចក្តីមិនពេញចិត្តក្នុងជីវិតរបស់មនុស្ស និងសត្វ ដែលត្រូវជាទុតិយលក្ខណ៍សំគាល់ដោយការរងទុក្ខ, ភាពតានតឹង, ភាពរួញរា ឬ ការអាក់អន់ចិត្ត, ការឈឺចាប់, រោគាព្យាធិ, ភាពមិនឋិតថេរ ភាពទ្រាំមិនបាន។ល។ ភាពមិនអចិន្ត្រៃយ៍ ក៏ត្រូវបានសំគាល់ ដោយការរងទុក្ខ ឬ សេចក្តីមិនពេញចិត្តក្នុងជីវិត ហើយបានធ្វើឲ្យបុគ្គលអន្ធបុថុជ្ជនមានការភ័យខ្លាចជាខ្លាំង តែបញ្ញាជន ឬ កល្យាណបុថុជ្ជនបានទទួលស្គាល់ថា ភាពមិនអចិន្ត្រៃយ៍នេះជាវាលវដ្តសង្សារ ឬ ការវិលវល់កើតស្លាប់របស់ជីវិតទៅវិញ។

បើនិយាយឲ្យខ្លី នៅក្នុងជីវិតរស់នៅប្រចាំថ្ងៃរបស់មនុស្សយើងម្នាក់ៗ មានការរងទុក្ខសោក យ៉ាងតិចដប់បីយ៉ាង ដែលមានឈ្មោះជា៖

១ – ការរងទុក្ខសោកនៅពេលសំរាលទារក

២ – ការរងទុក្ខសោក ដោយសារភាពចាស់ទ្រុឌទ្រោម

៣ – ការរងទុក្ខសោក ដោយរាគាព្យាធិប្រចាំខ្លួន

៤ – ការរងទុក្ខសោក ដោយសារជម្ងឺសសៃប្រសាទ

៥ – ការរងទុក្ខសោក ដោយសារសេចក្ដីស្លាប់

៦ – ការរងទុក្ខសោក ដោយសារទុក្ខព្រួយ

៧ – ការរងទុក្ខសោក ដោយការសោកស្ដាយ

៨ – ការរងទុក្ខសោក ដោយសេចក្ដីអស់សង្ឃឹម

៩ – ការរងទុក្ខសោក ដោយការព្រាត់ប្រាស់ពីអ្នកដែលជាទីស្រឡាញ់

១០ – ការរងទុក្ខសោក ដោយសារបានទទួលនូវវត្ថុដែលមិនគប្បីនឹងទទួល

១១ – ការរងទុក្ខសោក ដោយសារមិនបានដូចបំណង

១២ – ការរងទុក្ខសោក ដោយសារសេពគប់មិត្តអាក្រក់

១៣ – ការរងទុក្ខសោក ដោយមានការរស់នៅក្នុងកាលៈទេសៈមិនល្អ

សេចក្ដីសុខសប្បាយនៃលោកីយ៍យើងនេះមិនមានការឋិតថេរឡើយ កើតមានរូបមកហើយ ក៏នឹងរលាយបាត់បង់ទៅវិញជាប្រាកដ នៅទីបំផុតនឹងក្លាយជាសេចក្ដីទុក្ខសោកចៀសមិនរួច។

៣ – អនត្តា (Soulless, None Soul or Selflessness)

អនត្តា ឬ ភាពមិនមែនជាខ្លួន ឬ ភាពមិនមែនជាកម្មសិទ្ធិរបស់ខ្លួនយើង ដែលគេសំគាល់ជាទូទៅ ថាជាត្រៃលក្ខណ៍ចុងក្រោយនៃវត្ថុមានជីវិតទាំងអស់។ យើងមិនអាចរកឃើញនូវចំណែកមួយភាគនៃវត្ថុទាំងអស់ណាដែលហៅថាជាតួខ្លួនឯងបានឡើយ។ ដូច្នេះគ្មានអ្វីដែលយើងត្រូវធ្វើជាកម្មសិទ្ធិ ឬ គ្រប់គ្រងបានឡើយ។ សត្តនិករនិមួយៗដែល ហៅថា "សត្វមានជីវិតន្ទ្រីយ៍" ត្រូវបានរួមផ្សំដោយខន្ធប្រាំយ៉ាង៖ រូបក្ខន្ធ វេទនាខន្ធ សញ្ញាខន្ធ(ការសំគាល់) សង្ខារក្ខន្ធ និង វិញ្ញាណក្ខន្ធ ។ គ្មានខន្ធណាមួយ នៅទោលតែឯកឯងក្នុងចំណោមខន្ធរួមផ្សំទាំងនោះដែលគេអាចហៅជាតួដោយខ្លួនបានឡើយ។ ហើយនៅពីខាងក្រៅនៃកត្តាទាំងប្រាំនោះក៏គ្មានខ្លួនឯង ជាអចិន្ត្រៃយ៍ដែរ។ ប្រសិនបើខន្ធមួយណាត្រូវបានគេយកចេញពីធាតុរួមផ្សំទាំងប្រាំនោះ វាក៏នឹងគ្មានធាតុអ្វីមួយណាដែលនឹងអាចនៅសេសសល់បានឡើយ។

វត្ថុមានវិញ្ញាណ និងវត្ថុឥតវិញ្ញាណទាំងអស់ត្រូវតែប្រកបទៅដោយធាតុទ្រទ្រង់បួនយ៉ាង ដែលហៅថាមហាភូតរូប ៖ ដី, ទឹក, ភ្លើង និងខ្យល់។ សរីរាង្គរបស់មនុស្សអាចបំបែកថែមទៅទៀតបានជាធាតុផ្សំ ជាអាការៈសាមសិបពីរប្រការ មានចំណែកខុសៗគ្នា ដូចជា៖ សក់, រោម, ក្រចក, ធ្មេញ, ស្បែក, សសៃ, ទឹកមូត្រ, ឈាម, ទឹកភ្នែក, ប្រេងមត្ថលុង្គ (ខួរក្នុងក្បាល "Oil phlegm"), ទឹកមាត់, ឆ្អឹង, សាច់, ថ្លើម, សួត ជាដើម។ ហើយប្រសិនបើធាតុផ្សំណាមួយទាំងនេះមិនអាចបំពេញនាទីរបស់ខ្លួនបានដូចប្រក្រតីទេ សរីរាង្គ ឬ ជីវិតក៏ពុំអាចតាំងនៅឋិតថេរបានដែរ។ ព្រះពុទ្ធជាម្ចាស់ទ្រង់បានត្រាស់ដឹង និងបានឱវាទប្រៀនប្រដៅថា លុះត្រាតែកិលេសមារទាំងបី៖

រាគៈ (តម្រេកតណ្ហា), ទោសៈ (ប្រទូស្តរាយ កំហឹង សំអប់) និងមោហៈ (ការយល់ខុស) បានរលាយបាត់បង់ទៅ ទើបបុគ្គលផងគ្នាអាចរួចចាកអំពីចំណងកម្មសិទ្ធិលោកីយ៍ ពោលគឺឧបាទានក្ខន្ធ (Bondage) ឬ អាត្មាឯង (Self) បាន។ ដូច្នេះហើយ អវិជ្ជាក៏នឹងត្រូវបានបំផ្លាញចោល ហើយសតិបញ្ញាក៏នឹងបានយល់ដឹងអំពីព្រះធម៌នៅពេលនោះដែរ។

The Three Characteristics of Existence[7]

You may want to know what Buddha taught about natural phenomena of the existence of things. Buddha taught that all living and nonliving have three unique characteristics. They are as follows:

1. Anicca: Impermanence
2. Dukkha: Suffering
3. Anatta: Selflessness

Anicca:

Anatta: means the mark of impermanence. Everything is ever-changing, subject to destruction, quite unstable and unreliable. Things are constantly decaying. No matter how much we may try to hold it, no single thing stays the same at this present moment as it was one moment ago. For example, when we closely observe and consider the flame of a burning candle; we observe the flame and its five unique characteristics: momentarily arising, constantly developing, continuing in its normal state, dying down, and dying away. By observing and taking note of these five unique features one can understand that the flame is an impermanent thing. Similarly it could be understood that all things are changing and impermanent.

This is the nature of things and life itself, whether human, animal or tree. Each experience growth, continuance, decay and death like a baby is born, grows up, was young, becomes old, was healthy, becomes ill, was alive then dies. Seeds become plants which yield flowers which wither and die to bring seeds and its stalks decay to provide rich soil for new seeds to sprout from.

Dukkha:

Dukkha means dissatisfaction experienced by humans and animals, marked by suffering, stress, frustration, pain, illness, unhappiness, instability and so forth. Impermanence is also marked by suffering or dissatisfaction, feared by ignorance people and recognized by wise people as Samsara, the cycle of birth and death.

Briefly speaking, there are at least thirteen marks of everyday suffering, namely:

1. Suffering of birth
2. Suffering of decay
3. Suffering of bodily illness
4. Suffering of mental illness
5. Suffering of death
6. Suffering of sorrow

[7] By Ven. C Phangcham, Ph.D.

7. Suffering of lamentation
8. Suffering of despair
9. Suffering due to separation from loved ones
10. Suffering due to getting undesirable things
11. Suffering due to non-fulfillment of wishes
12. Suffering due to association with unpleasant people
13. Suffering due to living in bad circumstances.

Worldly happiness comes and goes, eventually becoming suffering.

Anatta:

Anatta or selflessness is the last common mark of every thing exists. We cannot find a part in anything which can be called the self. Therefore, there is nothing to possess or control. Each so-called "being" is composed of five components of existence: body, feeling, perception (memory), mental function and consciousness. No single one of these components can be called self. Outside of these five factors there is no permanent self. If one removed one factor of these components nothing remains.

All living and nonliving things consist of the four elements of Earth, Water, Fire and Wind. The human body can be further divided into thirty two different component parts such as water, blood, tears, oil phlegm, saliva, bones, teeth, nails, hairs, flesh, liver, lungs and so on. If any one of these parts is not functioning on the proper way; neither body nor life can exist. The Buddha realized and taught that only when the three fundamental evils of desire (Raga), hatred (Dhosa) and delusion (Moha) cease, one is freed from the bondage* of self or ego**. Then ignorance is destroyed and mind becomes enlightened.

Note: * Bondage means servant, slavery, the condition of being bound.
** Self means I, me, my, such as "I am a rich man, do not tell me that," "This is mine," etc.

បុណ្យកឋិនទាន ដង្ហែចូលវត្តសាមគ្គីសេរីរតនារាម (Kathina)
រដ្ឋអូហៃយូ សហរដ្ឋអាមេរិក ព.ស. ២៥៥០ គ.ស. ២០០៦

បញ្ចសីលា

ꕥꕥꕥ (សីលប្រាំ) ꕥꕥꕥ

តើអ្វីទៅជាបញ្ចសីលា?

សិក្ខាបទទាំងប្រាំដែលគេស្គាល់ជាទូទៅគឺ "បញ្ចសីលា"។ បញ្ចសីលាជាធម្មវិន័យ ឬ ជាគុណសម្បត្តិដ៏ប្រសើរដែលពុទ្ធសាសនិកជនប្រព្រឹត្តតាម ក្នុងការគ្រប់គ្រងលើកាយ និងវាចា ដែលធ្វើ និងនិយាយស្តីនូវអ្វី ដែលមិនសមប្រកបដោយគុណធម៌ និងមិនបានផលល្អ។ មានការបកស្រាយជាច្រើនបែបយ៉ាងចំពោះបញ្ចសីលានេះ។ បញ្ចសីលាមានដូចតទៅ៖

១ – ជៀសវាងមិនឲ្យសំឡាប់ ឬ ធ្វើទុក្ខទោសដល់សត្វមានជីវិត (*បាណាតិបាតា វេរមណី*)

២ – ជៀសវាងមិនឲ្យលួចទ្រព្យរបស់អ្នកដទៃ (*អទិន្នាទានា វេរមណី*)

៣ – ជៀសវាងមិនឲ្យសេពកាម ឬ ផិតក្បត់ជាមួយប្តី/ប្រពន្ធកូនរបស់អ្នកដទៃ (*កាមេសុមិច្ឆាចារា វេរមណី*)

៤ – ជៀសវាងនិយាយពាក្យមិនពិត, ពាក្យមិនគួរសម, ពាក្យចាក់ចុចឲ្យគេឈ្លោះប្រកែកគ្នា, ខ្សឹបខ្សៀវ ឬ រអេចរអូចឥតប្រយោជន៍ (*មុសាវាទា វេរមណី*)

៥ – ជៀសវាងកុំសេពគ្រឿងស្រវឹង ឬ គ្រឿងញៀន (*សុរាមេរយមជ្ជប្បមាទដ្ឋានា វេរមណី*)

នៅក្នុងចំណោមបញ្ចសីលា សិក្ខាបទទីប្រាំជាសិក្ខាបទដែលសំខាន់ជាងគេទាំងអស់។ បើបុគ្គលណាម្នាក់ប្រមាទដល់សិក្ខាបទទីប្រាំ នឹងអាចធ្វើឲ្យមានទុក្ខសោកកើតមានទៅបាន ហើយនឹងអាចកើតមានការប្រមាទទៅដល់សិក្ខាបទបួនផ្សេងទៀតដោយងាយបំផុត។ បុគ្គលដែលអាចគ្រប់គ្រងលើអំពើ និងពាក្យសំដីរបស់ខ្លួនឯងបាន បុគ្គលនោះ ជាអ្នកដែលប្រកបដោយសីលធម៌, គុណធម៌ ឬ ក៏ជាមនុស្សដែលប្រកបដោយមេត្តាធម៌។

The Five Precepts[8]

ꕥꕥꕥ✻ꕥꕥꕥ

What are the Five Precepts?

The Five Precepts commonly known as "Pancasila". Pancasila are five rules or qualities used by Buddhist to control verbal actions and to refrain from doing and speaking what is unwholesome and not beneficial. There are various interpretations of the five precepts. The Five Precepts are as follows:

1. Abstention from killing or harming living beings
2. Abstention from stealing
3. Abstention from improper sexual conduct and adultery
4. Abstention from telling lies, Abstention from impolite speech, Abstention from setting people against each other, Abstention from idle gossiping & Abstention from backbiting
5. Abstention from taking intoxicant drinks and harmful drugs.

[8] By Ven. C Phangcham, Ph.D.

Of the Five Precepts, the fifth is by far the most important. If a person disregards the fifth Precepts; he or she can commit many harmful deeds and break the other four Precepts easily. A Person in control of her/his bodily and verbal actions is a person with Sila, virtue or humane living being. .

ដំណាក់កាលនីមួយៗក្នុងការសមាទានសីលៈ

មានរបៀបពីរយ៉ាងក្នុងទង្វើសមាទានសីល។ ទីមួយ អ្នកអាចជ្រើសរើសយកសីលណាមួយក្នុងចំណោមសីល ទាំងប្រាំ (បញ្ចសីលា) មកសមាទានបាន។ សមាទានសីលបែបនេះ អាចធ្វើនៅពេលណា ឬ ទីកន្លែងណាក៏បានដោយគ្មានព្រះសង្ឃ។ ទីពីរ អ្នកត្រូវអង្គុយនៅពីមុខព្រះសង្ឃដោយសេចក្តីគោរព។ បន្ទាប់មក អ្នកត្រូវថ្វាយបង្គំ ព្រះសង្ឃដោយលើកដៃសំពះ ហើយសុំនិមន្តព្រះសង្ឃប្រទានសីលដល់អ្នក។ មានដំណាក់កាលជាច្រើនដែលត្រូវធ្វើសំរាប់មនុស្សថ្មី ដែលទើបតែចាប់ផ្តើមរៀនធ្វើសមាទានសីល។ ប្រសិនបើ អ្នកមិនអាចសមាទានសីលទាំងប្រាំបានក្នុងពេលជាមួយគ្នានោះទេ អ្នកអាចជ្រើសរើសយកសីលណាមួយក្នុងចំណោមសីលទាំងប្រាំដែលអ្នកអាចយកមកសមាទានបាន។ ហើយអ្នកអាចរើសបន្ថែមយកសីលដទៃទៀតម្តងមួយៗ ទាល់តែគ្រប់សីលទាំងប្រាំ។ ប្រសិនបើ អ្នកមិនអាចសមាទានសីលបានរាល់ថ្ងៃទេ អ្នកអាចសមាទានសីលមួយសប្តាហ៍ម្តងក៏បាន។ ខាងក្រោម នេះជា របៀបវិធីសមាទានសីលខ្លួនឯង ដោយគ្មានព្រះសង្ឃ។

១ - ខ្ញុំព្រះករុណាសូមសមាទាននូវសិក្ខាបទ គឺចេតនាជាហេតុវៀរចាកកិរិយាធ្វើសត្វមានជីវិត ឲ្យធ្លាក់ចុះកន្លង គឺសម្លាប់សត្វ។

២ - ខ្ញុំព្រះករុណាសូមសមាទាននូវសិក្ខាបទ គឺចេតនាជាហេតុវៀរចាកកិរិយាកាន់យកនូវវត្ថុ ដែលគេមិនបានឲ្យដោយកាយ ឬ ដោយវាចា។

៣ - ខ្ញុំព្រះករុណាសូមសមាទាននូវសិក្ខាបទ គឺចេតនាជាហេតុវៀរចាកកិរិយាប្រព្រឹត្តខុសក្នុងកាមទាំងឡាយ។

៤ - ខ្ញុំព្រះករុណាសូមសមាទាននូវសិក្ខាបទ គឺចេតនាជាហេតុវៀរចាកកិរិយាពោលនូវពាក្យកុហក។

៥ - ខ្ញុំព្រះករុណាសូមសមាទាននូវសិក្ខាបទ គឺចេតនាជាហេតុវៀរចាកហេតុជាទីតាំង នៃសេចក្តីប្រមាទគឺផឹកនូវទឹកស្រវឹង គឺសុរា និងមេរ័យ។

ចូរចងចាំក្នុងចិត្តថា នៅពេលណាដែលអ្នកកាន់តែបានសមាទានសីលយ៉ាងទៀងទាត់ អ្នកនឹងកាន់តែមានសេចក្តីសោមនស្សរីករាយ និងភាពស្ងប់ស្ងាត់ក្នុងចិត្តទ្វេឡើង។

Steps to taking Sila:

There are two ways to taking Pancasila or the Five Precepts. First you take the precepts that are prescribed for each Sila. This method can be used wherever and whenever there is no monk. Second, you sit respectfully before the monk. Then you must pay respect to the monk with folded palms and request him to give you Sila. For the beginner, there are steps that can be taken. If you cannot observe all the Sila, then just choose and abserve any one of the five that you can. And you can increase the number of Silas up to five. If you can not observe Sila daily, you can also observe Sila once a week. The following is how to observe Sila by yourself with no monk:

1. I undertake the precept to abstain from killing and harming living beings.

2. I undertake the precept to abstain from stealing.
3. I undertake the precept to abstain from adultery and sexual misconduct.
4. I undertake the precept to abstain from lying and false speech
5. I undertake the precept to abstain from intoxicating drinks and harmful drugs.

Please keep in mind that the more you can observe Sila; the more happiness and peace you will have.

តើហេតុអ្វីបានជាការរក្សាសីលមានផលប្រយោជន៍ល្អ?

ពីព្រោះថា សមាទាននូវសិក្ខាបទទាំងប្រាំ នឹងផ្តល់ផលល្អដល់មនុស្សគ្រប់ៗគ្នា។ ការសមាទានសីល នាំឲ្យមានសេចក្តីស្ងប់ និងសោមនស្សរីករាយដល់ក្រុមគ្រួសារ និងដល់សហគមន៍៖

១- បុគ្គលទាំងឡាយណាដែលរក្សាសីលនឹងនាំមុខទៅរកសុភមង្គលក្នុងជីវិត

២ – គ្មាននរជនណាស្អប់ខ្ពើមបុគ្គលដែលរក្សាសីលឡើយ

៣ – បុគ្គលដែលរក្សាសីលចាត់ទុកជាមនុស្សពេញលក្ខណៈ

៤ – បុគ្គលដែលរក្សាសីលជាមិត្តល្អម្នាក់របស់មនុស្សទូទៅ

Why it is good to observe Sila?

Because to observe the Precepts is good for all people; it brings peace and happiness to family and community as benefit below:

1. One with Sila leads a happy life.
2. Nobody hates one who practices Sila.
3. One with Sila is regarded as a complete human being.
4. One with Sila is a good friend to everyone.

តើនឹងមានហេតុអ្វីកើតឡើងដល់បុគ្គលដែលមិនបានរក្សាសីល?

បុគ្គលដែលមិនរក្សាសីលបង្កើតបញ្ហាជាច្រើនសង្គមជាតិ៖

១ – បុគ្គលនោះឯងនឹងអាចក្លាយជាជនឃោរឃៅ

២ – បុគ្គលនោះឯងនឹងអាចក្លាយទៅជាឧក្រិដ្ឋជនម្នាក់

៣ – គ្មាននរជនណាស្រឡាញ់ ឬ ទុកចិត្តបុគ្គលដែលមិនរក្សាសីលឡើយ

៤ – បុគ្គលដែលមិនរក្សាសីលតែងតែបង្កើតបញ្ហាដល់ខ្លួនឯង និងដល់អ្នកដទៃ។ មនុស្សល្អផងគ្នាមិនចង់រាប់អានជាមួយជនប្រភេទនេះឡើយ។

កំណាត់ចំណាំ: ជាធម្មតា ពុទ្ធសាសនិកជនទាំងអស់ត្រូវកាន់សីលប្រាំដោយម៉ឌ្ឋចត់បំផុត។ ប្រសិនបើមនុស្សទាំងអស់លើលោកយើងនេះរក្សាកាន់សីលប្រាំ (បញ្ចសីលា) ដោយសេចក្តីស្មោះត្រង់ គ្រួសារទាំងអស់នឹងមានសេចក្តីសុខ ព្រមទាំងសុភមង្គល។ ប្រសិនបើគ្រួសារមួយមានសេចក្តីសុខ និងសុភមង្គល សង្គមនឹងមានសេចក្តីសុខ និងសុភមង្គលទៅតាមនោះដែរ ហើយពិភពលោកយើងនេះ ក៏នឹងក្លាយទៅជាទីកន្លែងមួយដ៏ល្អប្រសើរ សំរាប់សត្វលោកទាំងអស់រស់នៅបានយ៉ាងសុខសាន្ត។

What will happen to the person without Sila?

One without Sila cause many problems in society:
1. One becomes cruel
2. One may become a criminal.
3. Nobody loves or trusts such a person
4. One always causes trouble for oneself and others.
   Good people do not want to associate with such a person. .

NOTE: Usually all Buddhist are expected to observe the five Precepts completely. If all people observed Five Precepts sincerely, families would be peaceful and happy. If the individual family has peace and happiness, society will be peaceful and the world will be a good place to live in.

Buddhist Ordination Ritual in Cambodia **បំបួសនាគខ្លួន**

ចតុរារិយសច្ចៈ[៩]

ៜៜៜ✵ៜៜៜ

គេអាចសួរថា តើអ្វីទៅជាគ្រឹះនៃព្រះពុទ្ធសាសនា? មូលដ្ឋាននៃព្រះពុទ្ធសាសនាគឺ **ចតុរារិយសច្ចៈ** ឬ សច្ចធម៌ទាំងបួន ៖

១ –ទុក្ខអរិយសច្ចៈ (សេចក្តីទុក្ខជាធម៌ពិតរបស់ព្រះអរិយៈ) ព្រះអរិយបុគ្គល ពិចារណាឃើញច្បាស់ថា ខន្ធ[១០]៥ជាតួទុក្ខគួរកំណត់ដឹង។

២ –ទុក្ខសមុទយអរិយសច្ចៈ (តណ្ហាជាធម៌ពិតរបស់ព្រះអរិយៈ) ព្រះអរិយបុគ្គល ពិចារណាឃើញច្បាស់ថា សេចក្តីទុក្ខទាំងអស់កើតអំពីតណ្ហា។ គួរលះបង់។

៣- ទុក្ខនិរោធអរិយសច្ចៈ (ទុក្ខនិរោធ សេចក្តីរំលត់ទុក្ខជាធម៌ពិតរបស់ព្រះអរិយៈ) សេចក្តីពិតដ៏ប្រសើរ គឺកិរិយារំលត់បង់ភ្លើងទុក្ខ ភ្លើងកិលេស ជាធម៌គួរធ្វើឲ្យជាក់ច្បាស់។

៤- ទុក្ខនិរោធគាមិនីបដិបទាអរិយសច្ចៈ (មគ្គសច្ចៈ គឺផ្លូវប្រតិបត្តិជាកណ្តាល ហៅថា មជ្ឈិមាបដិបទា ឆ្ពោះទៅកាន់ទីរំលត់ទុក្ខ ជាធម៌ពិតរបស់ព្រះអរិយៈ) សេចក្តីពិតដ៏ប្រសើរ គឺផ្លូវប្រតិបត្តិ ដើម្បីទៅកាន់ទីរំលត់ទុក្ខ ជាធម៌គួរចម្រើន។

The Four Noble Truths

ៜៜៜ✵ៜៜៜ

One may ask, what is the foundation of Buddhism? The foundation of Buddhism is the Fourth Noble Truths:

- The Noble Truth of Suffering
- The Noble Truth of the Origin of Suffering
- The Noble Truth of the Extinction of Suffering
- The noble Truth of the Path Leading to Extinction of Suffering

១ - ទុក្ខអរិយសច្ចៈ (ទុក្ខសោក)

ការរងទុក្ខសោក ឬ ការមិនបានបំពេញបំណងតែងតែកើតមានឡើងជានិច្ចក្នុងជីវិតប្រចាំថ្ងៃ ដូចជាពេលចាប់បដិសន្ធិក្នុងផ្ទៃមាតា ពេលប្រសូតិ, ទារកភាព, ជរាភាព, រោគាព្យាធិ, មរណៈ, ទុក្ខព្រួយ, សំណោកស្តាយ និងការអាក់អន់ ឬ ការខកចិត្តគ្រប់បែបយ៉ាង។ ការបានទទួលនូវអ្វីៗ ដែលមិនប្រាថ្នាចង់បាន ឬ មិនបានទទួលនូវអ្វីៗ ដែលប្រាថ្នាចង់បានគឺជាសេចក្តីឈឺចាប់។ មនុស្សម្នាក់ៗតែងតែខំចៀសវាង មិនឲ្យមានការឈឺចាប់គ្រប់យ៉ាងកើតមានទៅបាន ឬ ខំធ្វើយ៉ាងណាដើម្បីកុំឲ្យមានបញ្ហាកើតមានឡើងដល់ខ្លួន។

---

[9] By Ven. C Phangcham, Ph.D.

[10] ខន្ធ (Khandhas= Body, Mass, Composite, Element of Being) ខន្ធទាំងប្រាំ The five components of intelligent being: 1- រូបខន្ធ (Form), 2- សង្ខារខន្ធ (Judgment), 3-សញ្ញាខន្ធ (perception), 4- វិញ្ញាណខន្ធ (Conscience), 5- វេទនាខន្ធ (Sensation) ឧ. ទំលាយខន្ធ = រំលោងខន្ធ = to die រំលត់ខន្ធ = to achieve nirvana

សច្ចភាពនេះដោះស្រាយបញ្ហាទាំងឡាយ ឬ ស្ថានការណ៍ទាំងឡាយដែលមានបញ្ហា ដោយយកបញ្ហាទាំងនោះមកសង្កេតពិចារណា និងឲ្យបានយល់ដឹងយ៉ាងច្បាស់នូវបច្ច័យរបស់វា។ បើគ្មានការពិនិត្យសង្កេតលើខ្លួនយើងផ្ទាល់ទេ យើងនឹងមិនអាចដឹងទេថា សេចក្តីថ្លែងការណ៍ខាងលើនេះពិតឬយ៉ាងណាឡើយ។ ដោយការសង្កេតពិចារណាយ៉ាងយកចិត្តទុកដាក់លើការរស់នៅក្នុងជីវិត យើងអាចយល់ដឹងថា គ្រប់ល័ក្ខខ័ណ្ឌទាំងអស់នៃជីវិតគ្មានចិរភាព (Unstable) ឡើយ។ មនុស្សជាច្រើន ដែលទើបនឹងដឹងស្គាល់ព្រះពុទ្ធសាសនា បាននិយាយថា ទស្សនះរបស់ពុទ្ធសាសនិកជនជាសាសនាទុទិដ្ឋិនិយម។ ទេ! ទស្សនះរបស់ពុទ្ធសាសនិកជនមិនមែនទាំងទុទិដ្ឋិនិយម ឬ ក៏សុទិដ្ឋិនិយមឡើយ។ គឺទស្សនះរបស់ពុទ្ធសាសនិកជនជាទស្សនះដែលមានភាពប្រាកដនិយម។ ព្រះពុទ្ធសាសនាផ្តល់ឱកាសឲ្យមនុស្សជាតិមើល វិភាគ ពិនិត្យ និងយល់ដឹងនូវសច្ចភាពនៃជីវិត ដែលជាច្បាប់នៃបាតុភូតធម្មជាតិ។ **ព្រះពុទ្ធសាសនាផ្តល់ពេលវេលាដល់មនុស្សជាតិឲ្យបានឃើញ បានដឹងនូវបច្ច័យពិតនៃវត្ថុអ្វីនិមួយៗយ៉ាងជាក់ស្តែងដោយខ្លួនឯង ដោយមិនបាច់ជឿទៅលើអ្នកណាម្នាក់ ឬជឿទៅលើអ្វីមួយទាំងងងឹតងងល់ឡើយ។**

1. **The Noble Truth of Suffering**

Suffering or dissatisfaction on the basic level deals with the problem of daily life such as birth, old age, disease, death, sorrow, lamentation and frustrations of every kind. Getting an undesirable is painful, as well as not getting what is desired. One tries his/her best to avoid suffering and to be free from troubles.

This Truth treats the problems and problematic situations that are to be observed and comprehended; without self-investigation we can not know if these statements are really true. With careful observation in life, we can see that all conditions of life are unstable. Many people, who are new to Buddhism, said that Buddhist’s view is pessimistic religion. No! Buddhist’s view is neither pessimistic nor optimistic. Buddhist view is realistic view. Buddhism offers opportunity to people to look, analyze, examine and realize the truth of life, the law of natural phenomena. **Buddhism gives time to people to see the thing as it really is, as they really are without believing in someone or some things blindly.**

២ – ទុក្ខសមុទយអរិយសច្ចៈ (តណ្ហា ឬ ប្រភពនៃទុក្ខ)

អរិយសច្ចៈនេះ ព្រះពុទ្ធជាម្ចាស់ទ្រង់បានសំដែងពន្យល់ថា សេចក្តីទុក្ខសោកកើតមានឡើងដោយសារមូលហេតុ និងល័ក្ខខ័ណ្ឌជាច្រើនយ៉ាង។ ទុក្ខសោកមួយបែបៗមានប្រភពដើមរបស់វា ដោយមកអំពីចំណង់ខ្លាំង ឬតម្រេកនៃអត្តទត្ថភាព ដែលជាលទ្ធផលនៃអវិជ្ជា ឬ ការយល់ខុស។ ជួនកាល បញ្ហាកើតមានឡើងនៅក្នុងថ្នាក់រៀនរបស់អ្នក។ អ្នកខំរៀនយ៉ាងយកចិត្តទុកដាក់ ប្រសិនបើមានសំឡេងអ៊ូរអរ ឬ មិត្តភក្តិរំខានដល់អ្នក អ្នកអាចនឹងមានអារម្មណ៍មិនសប្បាយចិត្ត. អ្នកអាចនឹងមានទុក្ខបាន។ ជួនកាល ហេតុការណ៍មួយដែលប្រកបទៅដោយអយុត្តិធម៌ ឬ ភាពមិនត្រឹមត្រូវ នឹងធ្វើឲ្យអ្នកមានអារម្មណ៍មិនសប្បាយចិត្ត ឬ រងទុក្ខ។ ប្រសិនបើអ្នកសង្កេតដោយយកចិត្តទុកដាក់ទៅលើអារម្មណ៍ទាំងនោះរបស់អ្នក អ្នកនឹងឃើញថា ភាពស្ងប់ស្ងាត់ ភាពស្ងាត់ស្ងៀម ធ្វើត្រឹមត្រូវ និងសន្តិភាពតែងតែនាំមកនូវសេចក្តីសោមនស្សរីករាយជានិច្ច។

ដូច្នេះហើយ ក៏អាចនិយាយបានដែរថា មូលហេតុទាំងឡាយនៃសេចក្តីទុក្ខសោក គឺសំអប់ តម្រេកនៃអត្តទត្ថភាព ឬ ចិត្តលោភលន់ និងអវិជ្ជា។ ទុក្ខសោក ឬ បញ្ហាទាំងឡាយដែលមាននៅក្នុងជីវិតប្រចាំថ្ងៃបណ្តាលមកពីប្រភពទាំងបី ឬ ប្រភពមួយណាក្នុងចំណោមប្រភពទាំងបីខាងក្រោមនេះ។

មានចំណង់បីយ៉ាងដែលមានឈ្មោះដូចតទៅនេះ៖

- ចំណង់ដើម្បីសេចក្ដីរីករាយក្នុងការប្រាថ្នាវត្ថុផ្សេងៗ ដោយភាពត្រេកត្រអាល (កាមតណ្ហា)
- ចំណង់ដើម្បីស្នេហភាពនៃជីវិត ក្នុងទីកន្លែងស្នាក់នៅនីមួយៗ (ភវតណ្ហា)
- ចំណង់ដើម្បីអស្នេហភាពនៃជីវិត ឬ ទង្វើឲ្យសាបសូន្យចាកទីដល់ខ្លួនឯង (វិភវតណ្ហា)

ការចង់បាន និងចំណង់ដ៏លើសលប់របស់យើងជាមូលហេតុនៃបញ្ហារបស់យើងក្នុងជីវិតប្រចាំថ្ងៃ។ ឧទាហរណ៍ នាងកញ្ញាផលាចង់បានឡានមួយ។ ដូច្នេះនាងត្រូវតែខំធ្វើការយ៉ាងខ្លាំង និងសន្សំលុយដើម្បីទិញឡានមួយ។ បន្ទាប់មកនាងចង់បានកាណូតមួយ ផ្ទះមួយ និងឡានពីរបីទៀត។ នាងត្រូវតែខំធ្វើការយ៉ាងខ្លាំងជួនកាលធ្វើ ១៥ ឬ ១៦ ម៉ោងក្នុងមួយថ្ងៃ។ នាងគ្មានពេលសំរាក និងគ្មានពេលសប្បាយគាប់ចិត្តនឹងការរស់នៅរបស់នាងឡើយ។ នាងខំធ្វើការពេកទាល់តែទន់ខ្សោយកំឡាំង ហើយធ្លាក់ខ្លួនឈឺ។ នេះគឺមានន័យថា នាងកំពុងតែរងទុក្ខ។ រូបភាពនេះបានបង្ហាញឲ្យឃើញថា ការចង់បាន និងចំណង់ដ៏លើសលប់របស់យើងជាមូលហេតុនៃបញ្ហា។ ដូច្នេះ បុគ្គលម្នាក់ៗគប្បីសប្បាយរីករាយជាមួយអ្វីដែលខ្លួនមាន។ ពោលបែបនេះមិនមែនមានន័យថា បុគ្គលម្នាក់ៗត្រូវរស់នៅក្នុងភាពក្រីក្រនោះឡើយ គឺព្រះពុទ្ធសាសនាបានធ្វើសំណើរមកថា ការចង់មានចង់បាននូវគ្រប់អ្វីៗទាំងអស់លើលោកនេះ គួរធ្វើតែក្នុងភាពសមរម្យ ឬ ជាមធ្យមភាគ។

2. **The Noble Truth of the Origin of Suffering**

In this Truth, the Buddha explained how suffering arises through various causes and conditions. Every kind of suffering has its origins in craving or selfish desire, which is the result of ignorance or delusion. Sometimes problems happen in your classroom at school. When you try to study, if the room is too noisy or your friends disturb you; you may feel unhappy, you may suffer. Sometimes unjust or unfair events happens that make you feel unhappy or suffer. If you pay attention to your feelings, you will find that calmness, quietness, fair play and peace usually bring happiness.

It can be said that causes of suffering are hatred, selfish desire or greedy mind, and ignorance. Suffering or problems in daily life were caused by these three origins or any one of these.

There are three kinds of craving, namely:

- Craving for pleasure
- Craving for existence
- Craving for non-existence or self-annihilation.

Our excessive wants and desires are the causes of our problem in daily life. For example, Phaula wants to get a car. She works hard and saves her money to buy a car. Then she wants a boat, a house and more cars. She must work long hours sometimes 15 or 16 hours each day. She has no time to rest and enjoy her life. She becomes weak and ill. She is suffering. This illustration shows that excessive wants and desires are cause of problem. Therefore, one should be happy with what he/she has. This does not mean one should live in poverty, but moderation is suggested in all things

៣ – ទុក្ខនិរោធអរិយសច្ចៈ (សេចក្តីរំលត់ទុក្ខ ឬ បំបាត់ទុក្ខ)

វត្ថុបំណាងដ៏ខ្ពង់ខ្ពស់បំផុតនៃព្រះពុទ្ធសាសនា គឺបញ្ចប់នូវសេចក្តីទុក្ខសោក, ការលោភលន់, សំអប់ និងការយល់ខុសឲ្យអស់ពីលើលោកយើងនេះ។ កាលណាចំណង់ខ្លាំង ឬ ការស្រេកឃ្លាននូវកម្មសិទ្ធិផងទាំងពួងបានត្រូវបំផ្លាញចោលអស់ ហើយនិព្វានដែលជាភាវៈផ្លូវចិត្ត (State of mind) ក៏នឹងត្រូវបានយល់ដឹងជាប្រាកដ។ និព្វានមានន័យថា សូន្យ (Extinction) ឬ ធ្វើឲ្យសូន្យ (Annihilation)។ តើអ្វីទៅដែលបានត្រូវសូន្យ ឬ បានធ្វើឲ្យ សូន្យ? គឺកងទុក្ខ (Round of suffering) នៅក្នុងអាណាចក្រនៃកិលេស (Defilement or Kilesa) អំពើ (Kamma) និង លទ្ធផលនៃអំពើខុស (Vipaka) ដែលត្រូវបានសូន្យ ឬ ត្រូវបានធ្វើឲ្យសូន្យ។ ដើម្បីបញ្ចប់បញ្ហាផងទាំងពួងនៃការលោភលន់, សំអប់ និងការយល់ខុស នរជនម្នាក់ៗត្រូវតែចង់ដឹង អនុវត្ត និងប្រព្រឹត្តតាមអដ្ឋង្គិកមគ្គ ផ្លូវប្រតិបត្តិដ៏ប្រ-សើរ ដ៏ប្រកបព្រមដោយអង្គប្រាំបីប្រការ (Eightfold Path) និង អរិយសច្ចៈទីបួន ឬ ទុក្ខនិរោធគា មិនីបដិបទា គឺផ្លូវប្រតិបត្តិ ដើម្បីទៅកាន់ទីរំលត់ទុក្ខ (The Fourth Noble Truth) ចតុរារិយសច្ចៈ ។

ចតុរារិយសច្ចៈ ឬ សច្ចធម៌ទាំងបួន ចែកជាបួនផ្នែកគឺ៖ ទុក្ខ គួរកំណត់ដឹង, សមុទយ គួរលះបង់, និរោធ គួរធ្វើឲ្យជាក់ច្បាស់ និង មគ្គ គួរចម្រើន។

ទុក្ខនិរោធគាមិនីបដិបទាអរិយសច្ចៈ ចែកជាលំហាត់បីថ្នាក់៖ លំហាត់សីលធម៌ (Moral Training) ទង្វើសមាធិ ឬ លំហាត់ផ្លូវចិត្ត (Meditation or Mind Training) និងលំហាត់បញ្ញា (Wisdom Training)។

ពីរខាងដើមគឺ សម្មាទិដ្ឋិ សម្មាសង្កប្បៈ បញ្ញា (Wisdom Training).

3. **The Noble Truth of the Extinction of Suffering**

(Problem solving)

The highest goal of Buddhism is to end suffering, greed, hatred and delusion. When craving or thirst to possess is completely destroyed, Nirvana or Nibbana (Nirvana is in Sanskrit), the state of perfect and peaceful mind will be realized. Nibbana means extinction or annihilation. What is extinguished or annihilated? The cycle of suffering in the realm of defilement *(kilesa),* of action *(kamma)* and of result of action *(vipaka)* is extinguished or annihilated. To end the problems of greed, hatred and delusion, one needs to understand, practice and follow the Eightfold Path and the Fourth Noble Truth.

The Four Noble Truth consists of three levels of training called: Moral training, meditation or mind training and wisdom training.

៤ – ទុក្ខនិរោធគាមិនីបដិបទាអរិយសច្ចៈ (ផ្លូវដែលនាំទៅកាន់ទីរំលត់ទុក្ខ)

សច្ចធម៌នេះចង្អុលបង្ហាញអំពីជីវភាពរស់នៅប្រចាំថ្ងៃរបស់ពុទ្ធបរិស័ទ និងមនុស្សគ្រប់រូប ។ មានការបង្រៀនអំពីសីលធម៌ និងការហ្វឹកហាត់គ្រប់យ៉ាងទាំងអស់នៅក្នុងព្រះពុទ្ធសាសនា។ សច្ចធម៌នេះផ្តល់នូវមធ្យោបាយជាច្រើន ដើម្បីឲ្យយើងបានយល់ដឹងនូវគោលបំណងនៃសច្ចធម៌ទីបីដែលបានបរិយាយមក។ មធ្យោបាយនេះហៅថា អង្គប្រាំបីប្រការ (Eightfold Path) ដោយហេតុថា មានកត្តាទាំងអស់ប្រាំបីយ៉ាងនៅក្នុងមធ្យោបាយទាំងនោះ។

១ - គំនិតយល់ត្រូវ	២ - ការត្រិះរិះត្រូវ
៣ - សំដីត្រូវ	៤ - ការងារត្រូវ
៥ - កិរិយាចិញ្ចឹមជីវិតត្រូវ	៦ - ព្យាយាមត្រូវ
៧ – សេចក្តីរលឹកត្រូវ	៨ - កិរិយាតំកល់ចិត្តហ្នឹងត្រូវ

បើនិយាយឲ្យខ្លីមានន័យថា ដើម្បីដោះស្រាយបញ្ហាណាមួយ យើងគប្បីសមាទានសីល (គ្រប់គ្រងខ្លួន, សីលធម៌ Self Control, Morality) សមាធិ (Mind Control or Meditation) និងប្រើបញ្ញា (Wisdom) ទៅតាមអង្គទាំងប្រាំបីប្រការ (Eightfold Path) ទើបបានសំរេចផលល្អ។

4. **The noble Truth of the Path Leading to Extinction of Suffering**

This Truth defines the Buddhist way of life. It contains all the ethical teaching and practices of Buddhism. It provided the way and means to realize the goal set forth in the Third Truth. This way is called the Noble Eightfold Path since it consists of eight factors. It is also known as the Middle Path.

1. Right Understanding,	2. Right Thought,
3. Right Speech,	4. Right Action,
5. Right Livelihood	6. Right Effort,
7. Right Mindfulness	8. Right Concentration.

In short, to solve any problem, we have to observe Sila (Self control, morality), Samadhi (Mind control), and Panna (Wisdom) by following the Eightfold Path.

បុណ្យផ្កាប្រាក់ ហែចូលវត្តសាមគ្គីសេរីរតនារាម (Fund Raising Celebration in 2006)
នៅទីក្រុងកូឡុមបាស់ រដ្ឋអូហៃយូ សហរដ្ឋអាមេរិក ថ្ងៃទី៥ ខែសីហា ព.ស. ២៥៥០ គ. ស.២០០៦

ព្រះមាគ៌ាកណ្តាល

ꕥꕥꕥ❋ꕥꕥꕥ

មាគ៌ាកណ្តាលបំបាត់ចោលគំនិតមិនត្រឹមត្រូវ និងចរិយាទាំងឡាយដែលនាំឲ្យមានក្តីសៅហ្មងរបស់យើង។ បុគ្គលម្នាក់ៗអាចបំបាត់សេចក្តីទុក្ខសោកបានដោយយល់ដឹង និងប្រព្រឹត្តតាមផ្លូវនៃមាគ៌ាកណ្តាល ដែលជាមធ្យោបាយជាក់ស្តែងនៃជីវិត។ មាគ៌ាកណ្តាលជាមាគ៌ាមួយធ្វើឲ្យយើងឈ្នះលើអាត្មាខ្លួនឯង ដែលជាបច្ច័យនាំយើងឆ្ពោះមុខទៅរកវត្ថុបំណងដ៏ឧត្តុងឧត្តម គឺសេចក្តីសោមនស្សរីករាយដ៏ពិតប្រាកដ និងសន្តិភាពដ៏សុក្រិត។

The Middle Path[11]

ꕥꕥꕥ❋ꕥꕥꕥ

This path eliminates our unwholesome thoughts and improper harmful conducts. One can end suffering by understand, adopting and following the path of the Middle Path, which is a practical way of life. The Middle Path is a path of self-conquest which leads to the ultimate goal, real happiness, and perfect peace.

១ - សម្មាទិដ្ឋិ "គំនិតយល់ត្រូវ Right or Correct Understanding"

ដើម្បីចាប់ផ្តើមធ្វើអ្វីមួយឲ្យបានត្រឹមត្រូវល្អ ឬ ដំណោះស្រាយបញ្ហាអ្វីមួយ យើងត្រូវធ្វើចិត្តយើងឲ្យស្ងប់ជាមុនសិន។ បន្ទាប់មក យើងត្រូវបំបែកបញ្ហានោះឲ្យដាច់ពីគេពីឯង ហើយត្រូវស្គាល់លក្ខណៈនៃបញ្ហានោះឲ្យបានច្បាស់ត្រឹមត្រូវ យល់ដឹងអំពីបញ្ហានោះ និងស្គាល់មូលហេតុទាំងឡាយនៃបញ្ហានោះ។ ដូច្នេះ គំនិតយល់ត្រូវ ត្រូវតែមាននៅក្នុងចិត្តជានិច្ច មុននឹងចាប់ផ្តើមធ្វើសកម្មភាព។ ប្រសិនបើអ្នកធ្វើអ្វីមួយដោយមិនច្បាស់លាស់ក្នុងចិត្ត ឬគ្មានគំនិតយល់ត្រូវ (Right understanding) ក្នុងចិត្តទេនោះ អ្នកនឹងមិនបានជោគជ័យល្អក្នុងកិច្ចការនោះឡើយ។ ឧទាហរណ៍ ប្រសិនបើអ្នកមិនយល់ច្បាស់រូបមន្តគណិតវិទ្យា អ្នកក៏ធ្វើវិញ្ញាសាខុសរូបមន្ត ហើយអ្នកក៏នឹងបានចំឡើយខុសដែរ។ ដូច្នេះ អ្នកត្រូវតែមានការយល់ជាក់ច្បាស់ក្នុងចិត្ត និងគំនិតយល់ត្រូវ (Right understanding) ក្នុងចិត្ត ដើម្បីដោះស្រាយបញ្ហាអ្វីមួយ។ ហេតុនេះហើយ ទើបព្រះពុទ្ធជាម្ចាស់ទ្រង់បានសំដែងថា៖ សមាធិ ឬលំហាត់ផ្លូវចិត្ត (Meditation or Mind Training) ត្រូវលត់ហាត់មុនអ្វីៗទាំងអស់។

ដើម្បីចាប់ផ្តើមប្រព្រឹត្តតាមមាគ៌ា យើងត្រូវតែយល់ឃើញឲ្យច្បាស់អំពីជីវិតផ្ទាល់របស់យើង និងលក្ខណៈទាំងបីនៃជីវិតជាទូទៅ៖ អនិច្ចំ (Impermanence), ទុក្ខំ (Suffering), អនត្តា (Soulless, None Soul or Selflessness)។ គឺយើងត្រូវតែធ្វើឲ្យមានការយល់ដឹងយ៉ាងច្បាស់អំពីធម្មជាតិនៃអត្ថិភាព (Nature of existence) ឬ ច្បាប់សីលធម៌នៃមនុស្សជាតិ (Moral laws of human living) និងធម្មជាតិនៃកត្តាជាច្រើនយ៉ាង ព្រមទាំងបំណែកធាតុផ្សំទាំងឡាយដែលមាននៅក្នុងការវិលបន្តមិនឈប់ឈររបស់វាលវដ្តសង្សារនៃការកើត និងស្លាប់។ ទាំងនេះ ជាដំណាក់កាលទីមួយនៃព្រះមាគ៌ាកណ្តាល (Middle path)។

[11] by Cambodian Institue (Research in Buddhim)

1. **Right or Correct Understanding**

To begin doing something correctly or solving a problem, we must clear our mind first. Then we must isolate and recognize the problem, comprehend the problem and know the causes of the problem. Right understanding, must, therefore, come first before action. If we do something without clear and right understand we may not success in our work. For example, if we misunderstand the formula of mathematics we will go wrong then get wrong result. Therefore, right understanding and clear mind is needed. That is why the Buddha said that mind training come first.

ព្រះពុទ្ធទ្រង់បានត្រាស់ដឹងនូវសម្មាសម្ពោធិញ្ញាណ ឬ សព្វញ្ញុតញ្ញាណBuddha Achieved The Enlightenment

To start working upon the Path, we must see our life and the three characteristics of life in general: impermanence, suffering and selflessness. We must posse a clear understanding of the nature of existence, (or moral laws of human living) and of the factors and component elements which comprise the continuing cycle of birth and death. This is the first step of the Middle Path.

២-សម្មាសង្កប្ប: “ការត្រិះរិះត្រូវ Right or Correct Thought“

មុននឹងចាប់ផ្តើមធ្វើអ្វីមួយ យើងត្រូវតែជម្រុះឲ្យអស់នូវតម្រិះមិនត្រឹមត្រូវទាំងឡាយ ដែលមាននៅក្នុងចិត្តយើង។ ធ្វើបែបនេះ ចិត្តរបស់យើងនឹងអាចស្អាតបរិសុទ្ធល្អ ហើយនឹងប្រុងប្រៀបធ្វើនូវអ្វីមួយបានគ្រប់សកម្មភាព ឬ ធ្វើដំណោះស្រាយនូវបញ្ហាអ្វីមួយបាន។ បើបុគ្គលណាម្នាក់មានការត្រិះរិះខុស ចិត្តរបស់គេក៏នឹងត្រូវបានដឹកនាំដោយឥទ្ធិពលនៃតម្រិះខុសនោះ ដូច្នេះ ដំណោះស្រាយរបស់គេនឹងមិនបានប្រកបដោយគតិយុត្តិធម៌ឡើយ

ហើយនឹងអាចធ្វើឲ្យមានការខូចខាតដល់សាធារណៈជនទៀតផង។ ដូចនេះហើយ ចូរអ្នកគិតវិភាគ និងថ្លឹងថ្លែងជាមុនសិន មុននឹងធ្វើកិច្ចការអ្វីមួយ។

ពេលយ៉ាងនេះមានន័យថា ចិត្តរបស់យើងស្អាតបរិសុទ្ធ មិនមានមន្ទិលជាមួយតណ្ហា, បំណាងអាក្រក់, ភាពឃោរឃៅ, សំអប់, សង្ស័យ, បារម្មណ៍, ភាពតានតឹង, ភាពអន្ទះអន្ទែង និងកំជិលឡើយ។ ហើយនៅក្នុងពេលជាមួយគ្នានោះ យើងក៏ត្រូវតែមានសុឆន្ទះលះបង់នូវអ្វីៗដែលនឹងមករារាំងចិត្ត ឬ វឌ្ឍនភាពនៃចិត្តរបស់យើង នៅពេលកំពុងតែអនុវត្តធ្វើសមាធិ។ នេះជាដំណាក់កាលទីពីរនៃព្រះមាគ៌ាកណ្តាល (Middle path)។

2. Right or Correct Thought

The mind should be clear of unwholesome thoughts before we act. By doing this, the mind can be pure and ready for any action or problem solving. Someone has a bad thought his mind was influenced by that thought then he does unjust thing and harmful result to public. Acting this way people get suffering. Therefore, think, analyze and judge first before doing any thing.

Another word, it means our mind is free from sensory desire, ill-will, cruelty, hatred, doubts, worries, tension, anxiety and laziness. At the same time, we should be willing to relinquish anything that obstructs our mental and psychological progress in meditation practice. This is the second step to the Middle Path.

៣ – សម្មាវាចា “សំដីត្រូវ Right or Correct Speech“

មុននឹងធ្វើសមថកម្មដ្ឋាន (អប់រំចិត្តឲ្យស្ងប់ ឬ ឲ្យមានអារម្មណ៍ហ្នឹងតែមួយ Tranquil Meditation) យើងត្រូវតែធ្វើខ្លួនយើងឲ្យស្អាតបរិសុទ្ធពីការនិយាយពាក្យមិនពិត, និយាយដើមអាក្រក់ពីអ្នកដទៃ, និយាយពាក្យមិនពិរោះពិសារ ហើយនិងនិយាយពាក្យខ្សឹបខ្សៀវឥតប្រយោជន៍។ យើងត្រូវបង្កើតសម្ព័ន្ធភាពទាក់ទងរវាងគំនិត និងសកម្មភាព ឬ ការគិត និងការធ្វើ ដែលជាលក្ខណៈគតិបណ្ឌិត និងមេត្តាធម៌។ សំដីត្រូវគឺប្រកបទៅដោយពាក្យសព្ទល្អប្រពៃ ដែលមិនព្រពេក ឬ មានភាពក្រោធរំជើបរំជួលនៅក្នុងនោះ។ សំដីត្រូវមិនមានបុរេវិនិច្ឆ័យ (Prejudice) ឬ បង្កប់ទៅដោយបំណាងអាក្រក់ ឬ គំនិតអាត្មានិយមនៅក្នុងនោះឡើយ។ សំដីត្រូវនឹងមិនធ្វើឲ្យមានការរោលរាលដោយតណ្ហា ឬ ការរំជួលចិត្តដោយប្រការផ្សេងៗណាមួយឡើយ។ សំដីត្រូវគួរតែជាទីស្រឡាញ់, មានសច្ចភាព, សមពេល និងសមវេលា និងជាទីពេញចិត្តដល់ត្រចៀកអ្នកស្តាប់ផងគ្នា។ នេះជាដំណាក់កាលទីបីនៃព្រះមាគ៌ាកណ្តាល (Middle path)។

3. **Right or Correct Speech**

Before we practice tranquility meditation, we must clear ourselves by refraining from lying, back-biting, harsh talk and also from idle gossip. We create a connecting link between thought and action or thinking and doing characterized by wisdom and loving-kindness. Correct speech is full of good words, not loud or excited. Correct speech is not prejudiced or bearing ill-will or selfish interest. Correct speech should not arouse passion or emotions. Correct speech should be lovely, truthful, timely and appropriate to the situation and the listeners. This is the third step of the Middle Path.

៤ – សម្មាកម្មន្តៈ “ការងារត្រូវ Right or Correct Action“

ការងារត្រូវ (សម្មាកម្មន្តៈ) ជាទូទៅមានការសមាទានសីលប្រាំ (បញ្ចសីលា Five Precepts) ដែលជាគោលការណ៍សំខាន់សំរាប់ជីវិតរស់នៅប្រចាំថ្ងៃនៃអ្នកកាន់ព្រះពុទ្ធសាសនា។ ដំបូន្មានជាវិជ្ជមាន (Positive) ឬ អវិជ្ជមាន (Negative) របស់ពុទ្ធសាសនិកជនគឺ៖

១ – មិនសំឡាប់សត្វ ហើយប្រព្រឹត្តតែមេត្តាធម៌ចំពោះសត្វមានជីវិតទាំងអស់

២ – មិនយករបស់ដែលគេមិនបានឲ្យ ហើយប្រព្រឹត្តតែសប្បុរសធម៌ និងករុណាធម៌

៣ – មិនបណ្តោយខ្លួនឲ្យមានអារម្មណ៍ (កាយ, ចិត្ត និងវាចា) ផ្តេសផ្តាស់ ប៉ុន្តែប្រព្រឹត្តតែចិត្តបរិសុទ្ធ និងមានការគ្រប់គ្រងលើចិត្តរបស់ខ្លួនជានិច្ច។

៤ – មិនបណ្តោយខ្លួនឲ្យនិយាយពាក្យមិនពិត ឬ ពាក្យមិនពិរោះពិសារ ហើយមានការរាក់ទាក់ស្និទ្ធស្នាល, ស្មោះត្រង់ និងមានតែពាក្យសំដីប្រកបដោយគតិបណ្ឌិត

៥ – មិនក្រេបគ្រឿងស្រវឹង ឬ គ្រឿងញៀន ដែលអាចបណ្តាលឲ្យមានការប្រព្រឹត្តអាកប្បកិរិយាមិនសមរម្យ តែមានការអត់ធ្មត់ និងមានមនសិការជានិច្ច។

ជាចាំបាច់ណាស់ ចំពោះបុគ្គលទាំងឡាយណាដែលប្រាថ្នារកជីវិតរស់នៅប្រកបទៅដោយធម៌ ត្រូវតែរស់បែបនេះ និងត្រូវតែប្រព្រឹត្តតាមគោលការណ៍ទាំងនេះ។ ប្រសិនបើបុគ្គលណាប្រព្រឹត្តតាមគោលការណ៍ទាំងនេះ ជីវិតរស់នៅ និងអំពើរបស់បុគ្គលនោះឯងនឹងមិនធ្វើឲ្យមានការឈឺចាប់ដល់ខ្លួនគេ ឬ ដល់អ្នកដទៃឡើយ។ នេះជាដំណាក់កាលទីបួននៃព្រះមាគ៌ាកណ្តាល (Middle path)។

4. **Right or Correct Action**

Right Action generally consists of observing the Five Precepts that are the basic principals of the Buddhist way of life. Their positive and negative injunctions are:

1. Not to kill, but to practice loving-kindness to all living beings.
2. Not to take what is not given, but to practice charity and generosity.
3. Not to misuse the senses, but to practice purity and self-control.
4. Not to indulge in lying or harsh speech, but to practice sincerity, honesty and thoughtful speech.
5. Not to take any intoxicating drinks or harmful drugs which will lead to uncontrolled behavior, but to practice restraint and mindfulness.

It is essential that those who seek the highest to live-life by and to practice these principles. If one follows these principles, one’s life and work will not harm oneself or others. This is the Fourth step of the Middle Path.

៥ – សម្មាអាជីវៈ “កិរិយាចិញ្ចឹមជីវិតត្រូវ Right or Correct Livelihood“

កិរិយាចិញ្ចឹមជីវិតត្រូវ មានទំនាក់ទំនងជាមួយអាជីព (Occupation) ជាច្រើន ដែលនឹងមិនធ្វើឲ្យមានការឈឺចាប់ដល់អ្នកណាម្នាក់ឡើយ។ ឧបាសកឧបាសិកា ឬ ពុទ្ធសាសនិកជនគួរតែចៀសវាងនូវការជួញដូរប្រាំប្រភេទ។ ការជួញដូរទាំងប្រាំប្រភេទនោះគឺ៖

១ – ការជួញដូរគ្រឿងអាវុធ

២ – ការជួញដូរមនុស្ស តាមគ្រប់រូបភាព ដែលជាហេតុបន្ទាបបន្ថោកមនុស្សជាតិផងទាំងពួង

៣ - ការជួញដូរគ្រឿងស្រវឹង ឬ គ្រឿងញៀន

៤ – ការលក់ដូរថ្នាំពុល

៥ – រកស៊ីចងការប្រាក់ដោយយកការប្រាក់ថ្លៃហួសហេតុ

យើងត្រូវតែគិតពិចារណាដល់ការទទួលខុសត្រូវច្រើនបែប ច្រើនយ៉ាងចំពោះខ្លួនយើង និងចំពោះអ្នកដទៃ នៅពេលដែលយើងត្រូវជ្រើសរើសយកកិច្ចប្រកបការងារដ៏ប្រសើរមួយក្នុងការរកកំរៃចិញ្ចឹមជីវិត។ ពុទ្ធសាសនិកជនគប្បីប្រតិបត្តិ និងប្រព្រឹត្តតាមអាជីពដែលល្អត្រឹមត្រូវ ដោយមិនរាប់បញ្ចូលនូវការជួញដូរទាំងប្រាំប្រភេទ ដែលបានរៀបរាប់ពីខាងលើនោះ។ អាជីពត្រូវ ឬ កិរិយាចិញ្ចឹមជីវិតត្រូវ នឹងជួយបុគ្គលម្នាក់ៗឲ្យប្រព្រឹត្តបានល្អប្រពៃ ក្នុងការរក្សាសីលប្រាំ (បញ្ចសីលា Five Precepts)។

5. **Right or Correct Livelihood**

Right livelihood deals with occupations which are not harmful to anyone.
The lay Buddhist should avoid from five kinds of trades. They are:

1. Trading in weapons,
2. Demeaning people in various ways,
3. Trading in liquor,
4. Selling poison,
5. Lending money at excessive high interest.

We must consider our responsibilities to ourselves and others when choosing the best way to earn a living. Buddhist should observe and follow right occupations which exclude the five kinds of work mentioned above. Right occupation helps one to follow the five Precepts.

៦ - សម្មាវាយាម: “ព្យាយាមត្រូវ Right or Correct Effort“

ព្យាយាមធ្វើខ្លួនឲ្យទៅជាមនុស្សល្អ ធ្វើតែអំពើល្អ និងចៀសវាងនូវកិរិយាមិនប្រពៃ គឺជាការព្យាយាមដ៏ត្រឹមត្រូវនៅក្នុងព្រះពុទ្ធសាសនា។ ព្យាយាមត្រូវមានបួនចំណែក៖

១ – ព្យាយាមបំបាត់ឲ្យអស់នូវតម្រិះដែលមិនប្រកបដោយធម៌ដែលមាននៅក្នុងចិត្ត

២ – ព្យាយាមការពារមិនឲ្យតម្រិះថ្មីដែលមិនប្រកបដោយធម៌កើតមាននៅក្នុងចិត្តបាន

៣ – ព្យាយាមអប់រំចិត្តឲ្យមានតម្រិះប្រកបដោយគុណសម្បត្តិដែលមានផលប្រយោជន៍ល្អប្រពៃ

៤ – ព្យាយាមផ្សព្វផ្សាយតម្រិះប្រកបទៅដោយគុណសម្បត្តិដែលមានផលប្រយោជន៍ល្អ និងជាតម្រិះដែលធ្លាប់បានអប់រំក្នុងចិត្តពីមុនមកហើយផង

6. **Right or Correct Effort**

Trying to be a good person, to do good and avoid unwholesome behavior are right efforts in Buddhism. The right effort consist fourfold endeavor:

1. The effort to eliminate unwholesome that has already arisen in mind.
2. The effort to prevent new unwholesome in the mind.

3. The effort to cultivate beneficial qualities in the mind.
4. The effort to promote the beneficial quality which has already been cultivated.

៧ - សម្មាសតិ “សេចក្តីភ្ញាក់រលឹកត្រូវ Right or Correct Mindfulness“

“សេចក្តីភ្ញាក់រលឹកត្រូវ“ ជាការចំរើនឡើងនៃសម្បជញ្ញៈ នៅក្នុងកិច្ចធ្វើឲ្យមានការជឿនលឿនផ្នែកខាងការគ្រប់គ្រងផ្លូវចិត្ត ដែលមានន័យថា សមាធិ (លំហាត់ផ្លូវចិត្ត Meditation or Mental Training), មានសម្បទាអាចពិនិត្យពិច័យវត្ថុផ្សេងៗ និងអាចសំគាល់បានថាអ្វីដែលសំខាន់ ដោយមិនបណ្តោយឲ្យធ្លាក់ខ្លួនវង្វេងទៅក្នុងផ្លូវអសីលធម៌។ អ្វីៗដែលយើងធ្វើ យើងគួរតែធ្វើដោយមនសិការ ដោយយកចិត្តទុកដាក់ជាទីបំផុត។ ពេលណាយើងធ្វើអ្វីមួយដោយយកចិត្តទុកដាក់ យើងនឹងបានទទួលផលល្អ។ ប្រសិនបើអ្នកធ្វើអ្វីមួយដោយមនសិការ អ្នកនឹងមិនធ្វើអ្វីខុសឆ្គងងាយៗឡើយ។ មនសិការជាឧបករណ៍ដ៏សំខាន់មួយនៃលំហាត់ផ្លូវចិត្ត (Mental Training)។ នៅដំណាក់កាលខ្ពស់បំផុតនៃលំហាត់ផ្លូវចិត្ត (Mental Training) ពេលណា អ្នកធ្វើសមាធិ អ្នកនឹងយល់ដឹងនូវគ្រប់អ្វីៗដែលលេចឡើងនៅក្នុងចិត្តរបស់អ្នក។ ហើយអ្នកក៏គួរតែដឹងដែរថា សេចក្តីរលឹកខុស ក៏មានដែរក្នុងចិត្តរបស់អ្នក។ បោកប្រាស់ គៃបន្លំ ផិតក្បត់ ឬ លួចប្លន់គេ ក៏អាចត្រូវធ្វើដោយយកចិត្តទុកដាក់ដែរ តែជាការយកចិត្តទុកដាក់ខុសសីលធម៌។

7. **Right or Correct Mindfulness**

Right Mindfulness is the development of awareness in the service of spiritual progress which simply means mental training, ability to examine thing and to recognize what is important and not to be led astray into unwholesomeness. Whatever we do we should do mindfully, paying full attention. When you work with full attention; you will get good results. If you work mindfully; you will do good and make few mistakes. Mindfulness is an important instrument of work. At a higher level, when you meditate you are aware of all things appearing in the mind. There is also wrong or incorrect mindfulness. Cheating or stealing can be done mindfully, but this is wrong application of mindfulness.

៨ - សម្មាសមាធិ “កិរិយាតំកល់ចិត្តហ្មឹងត្រូវ Right or Correct Concentration“

“កិរិយាតំកល់ចិត្តហ្មឹងត្រូវ“ ជាដំណាក់កាលចុងក្រោយនៃអង្គទាំងប្រាំបីប្រការ (Eightfold Path) ឬជាមាគ៌ាកណ្តាលនៃព្រះពុទ្ធសាសនា។ ហើយក៏មានន័យដែរថាជាការយកចិត្តទុកដាក់ខ្លាំងបំផុតទៅលើចិត្ត។ អនុវត្តធ្វើសមាធិនឹងនាំទៅរកការយល់ដឹងទាំងស្រុងនៃភាពមិនអចិន្ត្រៃយ៍របស់សត្វមានជីវិត និងវត្ថុគ្មានជីវិតទាំងអស់។ ពេលណាអ្នកចង់ធ្វើអ្វីមួយ អ្នកត្រូវប្រមូលអារម្មណ៍ (តំកល់ចិត្តឲ្យបានហ្មឹង) ជាមុនសិន។ ប្រមូលអារម្មណ៍ (តំកល់ចិត្តឲ្យបានហ្មឹង) មុនពេល និងក្នុងពេលដែលអ្នកកំពុងតែសិក្សា ឬ ធ្វើការងារ ។ល។ ដូច្នេះហើយ អ្នកនឹងបានទទួលលទ្ធផលល្អ។ ការតំកល់ចិត្តឲ្យបានហ្មឹង ត្រូវតែអនុវត្ត ម្តងហើយ ម្តងទៀត ជានិច្ចជាកាល។

8. **Right or Correct Concentration**

Right Concentration is the final step of the Eightfold Path, the Middle Path of Buddhism. It means focusing the mind. The practice of meditation leads to full understanding of the impermanence of all living being and things. When you want to do something you must concentrate first. Concentrate your mind before and while you study or work, etc. You will then get good results. Concentration needs to be practiced again and again.

Lay People and Children Pray and Worship the Buddha statues
at Vihearsour Monastery in Cambodia

ឧបាសក ឧបាសិកា និងកុមារាកុមារីគោរពបូជាព្រះបដិមានៅវត្តព្រះវិហារសួគ៌

ត្រិសម្ភារះ

(ប្រជុំបីនៃអដ្ឋង្គិកមគ្គ ឬ កំរិតទាំងបីនៃមាគ៌ាកណ្តាល)

The three levels of Eightfold Path[12]

ឈឈឈ✵ឈឈឈ

ប្រជុំបីនៃអដ្ឋង្គិកមគ្គ ឬ កំរិតទាំងបីនៃមាគ៌ាកណ្តាលរបស់អង្គទាំងប្រាំបីប្រការ (Eightfold Path or Middle Path) គឺ៖

១ -សីលសិក្ខា ២ -សមាធិសិក្ខា ៣ -បញ្ញាសិក្ខា

The three levels of the Eightfold Path (or Middle Path) are:

1. Sila (Moral) level 2. Samadhi (Mind Training) level 3. Panna (Wisdom) level:

១ - សីលសិក្ខា (កំរិតរៀនសមាទានសីល Sila or Moral Training Level)

មាន៖ សំដីត្រូវ, ការងារត្រូវ និង កិរិយាចិញ្ចឹមជីវិតត្រូវ។ ទាំងនេះជាការហ្វឹកហាត់ដ៏សំខាន់ (ទៅកាន់ថ្នាក់សមាធិ) សំរាប់ពុទ្ធសាសនិកជន ឬ ឧបាសកឧបាសិកា។

1. **Sila (Moral) level:**

Right Speech, Right Action, Right Livelihood. This is the basic training for lay people.

២ - សមាធិសិក្ខា (កំរិតរៀនធ្វើសមាធិ Samadhi or Meditation or Mind Training Level)

មាន៖ ព្យាយាមត្រូវ, សេចក្តីរលឹកត្រូវ និង កិរិយាតំកល់ចិត្តហ្នឹងត្រូវ។ នេះជាកំរិតកណ្តាលនៃការហាត់ធ្វើសមាធិ សំរាប់បុគ្គលទាំងឡាយណាដែលប្រាថ្នាឲ្យបានសំរេចដល់ ថ្នាក់ខ្ពស់មួយកំរិតទៀតក្នុងការហាត់ធ្វើសមាធិ ឬ លំហាត់ផ្លូវចិត្ត (Meditation or Mind Training)។

2. **Samadhi (Mind Training) level:**

Right effort, right mindfulness and right concentration. This is the middle level of training for those who wish to attain a higher level of mind training.

៣ - បញ្ញាសិក្ខា (កំរិតរៀនដុសខាត់បញ្ញា Panna or Wisdom Training Level)

មាន៖ គំនិតយល់ត្រូវ និង ការត្រិះរិះត្រូវ។ នេះជាកំរិតទីបីនៃការហាត់ធ្វើសមាធិ ឬ លំហាត់ផ្លូវចិត្ត (Meditation or Mind Training) សំរាប់បព្វជិត និងអ្នកដែលប្រាថ្នារកការត្រាស់ដឹងនៅក្នុងជាតិនេះ។ បញ្ញាសិក្ខា (កំរិតរៀនដុសខាត់បញ្ញា) នេះ វិវឌ្ឍកើតមកពីកំរិតទីពីរ គឺសមាធិសិក្ខា (កំរិតរៀនធ្វើសមាធិ)។ បុគ្គលទាំងឡាយត្រូវតែធ្វើចិត្តឲ្យស្អាតបរិសុទ្ធ មុននឹងចាប់ផ្តើមធ្វើសកម្មភាពអ្វីមួយ។

---

[12] Cambodian Institue (Research in Buddhim)

អង្គទាំងប្រាំបីប្រការ (Eightfold Path or Middle Path) នេះ អាចយកទៅអនុវត្តប្រើនៅគ្រប់ពេលប្រកបការងារអ្វីៗទាំងអស់បាន។ ហើយអង្គទាំងប្រាំបីប្រការ (Eightfold Path or Middle Path) នេះគឺជាវិធីសាស្ត្ររបស់ព្រះពុទ្ធសាសនាក្នុងការអប់រំអភិវឌ្ឍចិត្ត (Mind development)។

3. **Panna (Wisdom) level:**

Right understanding and right thought. This is the third level of training for monastic life and those who wish to attain enlightenment in this very life. It is derives from the second level. One must clear the mind before starting any action.

The Eightfold path can be applied to any kind of work. It is Scientific method of Buddhist mind development.

ពិធីបុណ្យចម្រើនព្រះជន្មមាតាបិតាបែបព្រះពុទ្ធសាសនា
អ្នកស្រី ខោល មុំ, អ្នកស្រី យិន រក្សា និង យុវជន សាង វិសាល
Buddhist Celebration of Parents' Birthday

សមាធិបែបព្រះពុទ្ធសាសនា

៙៙៙✵൙൙൙

លើលោកសន្និវាសយើងនេះ មានអ្វីៗច្រើនប្រភេទច្រើនយ៉ាងណាស់ដែលធំធេងហួសពីការគ្រប់គ្រង របស់មនុស្សជាតិ។ តែទោះជាយ៉ាងណាក៏ដោយ វាអាចមានលទ្ធភាពជានិច្ចក្នុងកិច្ចធ្វើឲ្យមានការទទួលខុសត្រូវ ចំពោះភាវៈផ្លូវចិត្ត (State of mind) និងការប្តូរផ្លាស់ភាវៈផ្លូវចិត្តរបស់បុគ្គលម្នាក់ៗឲ្យមានភាពប្រសើរឡើងបាន។ យោងទៅតាមទ្រឹស្តីព្រះពុទ្ធសាសនា ទង្វើនេះជាអំពើដ៏សំខាន់មួយ ដែលយើងអាចធ្វើទៅបាន ហើយព្រះពុទ្ធសាសនាក៏បានបង្រៀនថា ទង្វើនេះជាសារធាតុ (Antidote) ពិត តែមួយគត់ដែលបំបាត់តំហាប់អារម្មណ៍ (Anxiety) សំអប់ (Hatred) ក្តីទោមនស្ស (Discontenment) សេចក្តីមិនភ្ញាក់រលឹក (Sleepiness) និងការភាន់ច្រឡំដែលគ្របដណ្តប់លើសតិបញ្ញារបស់មនុស្សជាតិ។

សមាធិជាមធ្យោបាយមួយដែលអាចប្តូរសភាពរបស់ចិត្តឲ្យមានគុណសម្បត្តិប្រសើរបាន។ អនុវត្តសមាធិបែបព្រះពុទ្ធសាសនាជាវិធីច្រើនបែបដែលជួយជំរុញទឹកចិត្ត និងអភិវឌ្ឍនូវភាពស្ងប់ក្នុងចិត្ត ភាពភ្លឺច្បាស់ក្នុងចិត្ត និងវិជ្ជមានភាពនៃអារម្មណ៍ (Emotional positivity)។ សមាធិជាមធ្យោបាយដែលបុគ្គលម្នាក់ៗអាច គ្រប់គ្រងលើចិត្តរបស់ខ្លួនឯង និងធ្វើឲ្យមានចិត្តហ្នឹងស្ងប់ស្ងាត់បាន។ សមាធិជាចំណុចមុតស្រួច (Pointedness) តែមួយគត់នៃចិត្ត។ សមាធិជាមធ្យោបាយមួយដែលធ្វើចិត្តឲ្យបរិសុទ្ធពីតម្រិះមិនសមប្រពៃ ដូចជា៖ សំអប់ (Hatred) តណ្ហាដែលពោរពេញទៅដោយអត្តទត្ថភាព (Selfish desire) សេចក្តីលោភលន់ (Greed) អវិជ្ជា (Ignorance) សេចក្តីប្រមាថ (Mistreatment or Looking Down) ឬ ភាពមិនបរិសុទ្ធទាំងឡាយនៅក្នុងចិត្ត (Mental defilement or impurities)។ សមាធិមានផលប្រយោជន៍ល្អណាស់ សំរាប់មនុស្សគ្រប់វ័យទាំងអស់គ្នា។

បន្ទាប់ពីបានសំរេចចិត្តអនុវត្តធ្វើសមាធិបែបណាមួយ (តាមសមថកម្មដ្ឋានទាំង៤០) ដោយពិតប្រាកដហើយនោះ បុគ្គលម្នាក់ៗនឹងបានយល់ដឹងនូវគំរូ និងទំលាប់ជាច្រើនរបស់ចិត្ត ឯការអនុវត្តន៍ធ្វើសមាធិនេះនឹងផ្តល់នូវមធ្យោបាយមួយដើម្បីបណ្តុះ ឲ្យកាន់តែមានវិធីវិជ្ជមាន (Positive way) ថ្មីជាច្រើន ថែមទៀតក្នុងជីវិតរស់នៅជាមនុស្សជាតិ។ វិន័យ និងការអត់ធ្មត់នឹងធ្វើឲ្យចិត្តដែលហ្នឹង ហើយផ្តោតភ្ជាប់ទៅលើតែសមាធិ អាចបានយល់ដឹងកាន់តែជ្រាលជ្រៅទៅក្នុងភាវៈផ្លូវចិត្ត (State of mind) ដែលប្រកបទៅដោយភាពដ៏សែនស្ងប់ស្ងាត់ និងថាមពលដ៏ខ្លាំងក្លា។ បទពិសោធន៍ទាំងនេះអាចមានឥទ្ធិពលប្រែធាតុមួយ ហើយអាចនាំមុខទៅរកសេចក្តីយល់ដឹងថ្មីមួយទៀតនៃជីវិត។ នៅក្នុងព្រះពុទ្ធសាសនា ចិត្តជាធាតុមួយដែលសំខាន់បំផុតសំរាប់មនុស្សលោក។ អំពើទាំងអស់ រួមទាំងអំពើល្អ និងអំពើអាក្រក់សុទ្ធតែជាលទ្ធផលនៃពិធីការ (Process) របស់ចិត្ត។ ហេតុនេះហើយ បានជាព្រះពុទ្ធសា-សនាតែងតែប្រកាសបង្ហាញម្តងហើយ ម្តងទៀតថា ចិត្តជាអ្នកនាំមុខនូវគ្រប់សកម្មភាពអ្វីៗទាំងអស់ ឬ ក៏ជាប្រមុខនៃអ្វីៗទាំងអស់។ ដូច្នេះ ចិត្តគួរតែប្បីតែទទួលការហ្វឹកហាត់ និងធ្វើឲ្យកាន់តែបានប្រសើរឡើង។ ទង្វើសមា-ធិនឹងជួយហ្វឹកហាត់ និងធ្វើឲ្យចិត្តកាន់តែបរិសុទ្ធល្អប្រសើរបាន។ ការធ្វើសមាធិមានពីរយ៉ាង គឺ៖

1 – សមថកម្មដ្ឋាន (អប់រំចិត្តឲ្យស្ងប់ ឬ ឲ្យមានអារម្មណ៍ហ្នឹងតែមួយ Tranquil Meditation)

2 – វិបស្សនាកម្មដ្ឋាន (អប់រំចិត្តធ្វើបញ្ញាឲ្យភ្លឺស្វាង Insight Meditation)

Buddhist Meditation[13]

ᏍᏍᏍ❋ᏘᏘᏘ

There are many things in life that are beyond our control. However, it is possible to take responsibility for and to change one’s state of mind. According to Buddhism this is the most important thing we can do, and Buddhism teaches that it is the only real antidote to the anxiety, hatred, discontenment, sleepiness, and confusion that beset the human condition.

Meditation is a means of transforming the mind. Buddhist meditation practices are techniques that encourage and develop concentration, clarity, and emotional positivity. It is the way to control one’s own mind and to concentrate. It is single pointedness of mind. Meditation is the way to purify the mind from unwholesome thoughts such as: hatred, selfish desire, greed, ignorance, mental defilement or impurities. It is good for people at all age.

By engaging with a particular meditation practice one learns the patterns and habits of the mind, and the practice offers a mean to cultivate new, more positive ways of being. With discipline and patience these calm and focused states of mind can deepen into profoundly tranquil and energized states of mind. Such experiences can have a transformative effect and can lead to a new understanding of life. In Buddhism, the mind is the most important element in the human being. All deeds, wholesome or unwholesome, are the result of process of the mind. That is why the Buddha has repeatedly proclaimed that the mind is the forerunner of all actions, the chief of all things. Therefore, the mind should be trained and refined. Meditation helps in training and refining the mind. There are two kinds of meditation: Tranquil Meditation (Samatha Bhavana) and Insight Meditation (Vipassana Bhavana).

១ – សមថកម្មដ្ឋាន (អប់រំចិត្តឲ្យស្ងប់ ឬ ឲ្យមានអារម្មណ៍ហ្នឹងតែមួយ Tranquil Meditation)

សមថកម្មដ្ឋាន (Tranquil Meditation) សំដៅចំពោះការហ្វឹកហាត់ចំណុចដ៏ស្រួចតែមួយគត់ (Single-Pointedness of Mind) របស់ចិត្ត។ ធ្វើបែបនេះ ដោយចងចិត្តភ្ជាប់អារម្មណ៍តែទៅលើវត្ថុអ្វីមួយ ដូចជារូបព្រះបដិមា ឬ ថាសមូលមួយដែលមានលាបពណ៌យ៉ាងពិសេស។ អ្នកសំឡឹងមើលដោយផ្តោតអារម្មណ៍យ៉ាងម៉ោះមុតទៅលើវត្ថុមួយនោះ រហូតទាល់តែអ្នកចងចាំវត្ថុនោះបានយ៉ាងច្បាស់លាស់។ ហើយអ្នកធ្មេចភ្នែកសន្សឹមៗយ៉ាងយឺតៗ ដោយមិនគិតអំពីអ្វីក្រៅផ្សេងឡើយ។ បន្តការផ្តោតអារម្មណ៍ទៅលើវត្ថុមួយនោះរហូតទាល់តែអ្នកចង់ឈប់សំរាកពីការធ្វើសមាធិ។ នេះគឺជាមធ្យោបាយដែលបណ្តោយឲ្យចិត្តអាចមានភាពស្ងប់ហ្នឹងជាបណ្តោះអាសន្នបាន។ ពេលនោះ កំហឹង ព្រួយបារម្ភ ការត្រេកត្រអាលមិនឈប់ឈរ និងមន្ទិលត្រូវបង្ក្រាបបានជាបណ្តោះអាសន្ន។

1. **Tranquil Meditation**

(Concentration Meditation)

Tranquil Meditation aims at training single-pointedness of mind. It is done by fixing the mind on a chosen object such as image of the Buddha or a circular disc painted in particular color. You focus the mind on an object until you remember that object clearly. Then close your eyes slowly and do not think of anything else. Keep your mind on that object until you want to stop meditating. This is the way that temporarily allows the mind to become calm. Now anger, worry, restlessness lust and doubt are temporarily suppressed.

---

[13] Cambodian Institue (Research in Buddhim)

២ – វិបស្សនាកម្មដ្ឋាន (អប់រំចិត្តធ្វើបញ្ញាឲ្យភ្លឺស្វាង Insight Meditation)

វិបស្សនាកម្មដ្ឋាន គឺជាសេចក្ដីព្យាយាមឲ្យបានសំរេចនូវការយល់ដឹង យ៉ាងជ្រះជ្រៅទាំងអស់នូវគ្រប់បាតុភូតធម្មជាតិ។ នេះជាការយល់ដឹងនូវធាតុពិតនៃវត្ថុផ្សេងៗដែលមានលើលោកសន្និវាសយើងនេះ។ អ្នកអនុវត្តធ្វើសមាធិត្រូវអង្គុយនៅពេលសមាធិ ដោយបិទភ្នែកស្ដាប់ដង្ហើមដែលខ្លួនដកចេញចូលដោយយកចិត្តទុកដាក់ និងដោយយឺតៗជាទីបំផុត។ នៅពេលណាដែលចិត្តបានស្ងប់ និងស្អាតបរិសុទ្ធហើយ អ្នកធ្វើសមាធិអាចយកចិត្តដែលស្ងប់ និងស្អាតបរិសុទ្ធនោះទៅសង្កេត និងស្ទឹងស្ទាធីចំពើនភាវនាមើលតម្រិះ និងអារម្មណ៍របស់ខ្លួន។ នៅពេលដែលកំពុងសង្កេតមើលនូវការឡើងចុះនៃដង្ហើមរបស់ខ្លួននេះ បុគ្គលនោះឯងនឹងបានឃើញការប្ដូរផ្លាស់ និងភាពមិនអចិន្ត្រៃយ៍របស់ដង្ហើម និងរបស់ជីវិត។ នៅពេលណាចិត្តបានឃើញ និងបានយល់ដឹងពីសភាវៈនេះហើយ ពេលនោះចិត្តនឹងមិនមានប្រាថ្នាតោងស្អិត ឬ ជាប់ទាក់ទងជាមួយនឹងអ្វីទាំងអស់។ ដូច្នេះ ចិត្តក៏ក្លាយជាមានសិរីភាពពុំមានការទាក់ទិន និងចំណងទាក់ទងជាមួយអ្វីទៀតឡើយ។ នេះជាមធ្យោបាយមួយនៃវិបស្សនាកម្មដ្ឋាន (អប់រំចិត្តធ្វើបញ្ញាឲ្យភ្លឺស្វាង Insight Meditation) ។

មានមនុស្សជាច្រើននាក់អនុវត្តការរៀនធ្វើចិត្តឲ្យស្ងប់បែបសាមញ្ញតាមការដកដង្ហើម។ ធ្វើដូច្នេះ នៅពេលសមាធិ បុគ្គលម្នាក់ៗអាចសង្កេតពិនិត្យ ហើយឃើញធាតុពិតនៃអ្វីៗទាំងអស់ ដែលប្រែប្រួល ឡើងចុះដូចដង្ហើមដកចេញចូលនោះដែរ។

សមថកម្មដ្ឋាន (Tranquil Meditation អប់រំចិត្តឲ្យស្ងប់ ឬ ឲ្យមានអារម្មណ៍ហ្នឹងតែមួយ) ជួយអ្នកធ្វើសមាធិក្នុងការសំរេចផ្លូវបញ្ញា។ ដើម្បីឲ្យបានសំរេចលទ្ធផលល្អនូវគ្រប់កិច្ចប្រកបការងារធម្មតា ឬ ការងារដ៏សំខាន់ទាំងអស់លើលោកនេះ បុគ្គលម្នាក់ៗត្រូវមានចិត្តស្ងប់ ឬ អារម្មណ៍ហ្នឹងហ្ន និងមានមនសិការជានិច្ច។ អ្នកអនុវត្តធ្វើសមាធិ ជាចាំបាច់ត្រូវមានការណែនាំ និងការត្រួតមើលអំពីគ្រូអាចារ្យ ដែលមានបទពិសោធដើម្បីណែនាំគេក្នុងការអនុវត្តធ្វើសមាធិ។

តើនឹងមានហេតុអ្វីកើតមានឡើង ប្រសិនបើគេអនុវត្តធ្វើសមាធិដោយគ្មានអារម្មណ៍ហ្នឹងហ្ន និងគ្មានការយកចិត្តទុកដាក់នៅក្នុងចិត្តនោះ? ការធ្វើសមាធិដោយគ្មានអារម្មណ៍ហ្នឹងហ្ន និងគ្មានមនសិការនៅក្នុងចិត្តនឹងមិនអាចទទួលផលពេញលក្ខណៈបានឡើយ។ ប្រសិនបើសិស្សម្នាក់រៀនសូត្រ ដោយគ្មានមនសិការ និងមិនយកចិត្តទុកដាក់ គេនឹងមិនអាចចងចាំប្រធានបទដែលគេបានរៀន ហើយក៏មិនអាចមានចំណេះចេះដឹងដែរ។ ដូចគ្នានេះដែរ ការយល់ដឹង និងប្រាជ្ញាមោះមុតជាឧបករណ៍លោកីយ៍ ដែលត្រូវតែយកមកប្រើនៅគ្រប់ពេល ដែលគេចាប់ផ្ដើមធ្វើការងារអ្វីៗទាំងអស់។ នេះហើយជាមុខនាទីរបស់បញ្ញាសំរាប់មនុស្សគ្រប់ៗរូប ក្នុងការរស់នៅប្រចាំថ្ងៃ។

តើការធ្វើសមាធិបានផលប្រយោជន៍យ៉ាងណាខ្លះ?

ការធ្វើសមាធិជួយ៖

១ – ធ្វើចិត្តឲ្យស្ងប់។ ប្រសិនបើមានចិត្តស្ងប់ និងចិត្តរឹងប៉ឹង យើងនឹងអាចប្រឈមមុខជាមួយនឹងបញ្ហា និងភាពលំបាកលំបិនគ្រប់ប្រភេទក្នុងជីវិតរស់នៅប្រចាំថ្ងៃរបស់យើងបាន ដោយទុកចិត្តលើខ្លួនឯងជាទីបំផុត។

២ – ដល់ការប្រមូលអារម្មណ៍ឲ្យបានកាន់តែប្រសើរឡើង ដោយដុសខាត់ញាណសតិ (Mental faculty) របស់យើងឲ្យកាន់តែឆ្លាតវៃប្រសើរថែមទៀត។

៣ – ជួយធ្វើឲ្យយើងលែងមានភាពតានតឹង (Stress), ការព្រួយបារម្ភណ៍ (Worries) និងភាពអន្ទះអន្ទែង (Anxieties) នៅក្នុងចិត្ត។

៤ – ជួយចំរើនសុខភាពនៃចិត្ត និងសរីរាង្គកាយរបស់យើងឲ្យកាន់តែបានប្រសើរ។

៥ – ជួយអភិវឌ្ឍចិត្ត និងរាងកាយឲ្យបានរឹងប៉ឹង ដោយជំរះឲ្យអស់នូវភាពមិនបរិសុទ្ធទាំងឡាយ។

៦ – ជួយបណ្តុះឲ្យកើតមានមេត្តាធម៌ (Loving-kindness) ករុណាធម៌ (Compassion) ភាពស្ងប់ស្ងៀម (Inner peace) និងសុភាពរាបសារ/ភាពទន់ភ្លន់ (នតិភាព ឬភាពដាក់ខ្លួន Humility) នៅក្នុងចិត្ត។

៧ – ធ្វើមិនឲ្យមានសំអប់ (Hatred) ការលោភលន់ (Greed) តណ្ហាត្រេកត្រអាល (Passion) អត្តទត្ថភាព (Selfishness) និងការច្រណែនឈ្នានីស (Jealousy)។

ទាំងនេះជាផលប្រយោជន៍ដ៏ល្អដែលបានមកពីការធ្វើសមាធិ គឺសំរាប់ទាំងការស្វែងរកកុសលផលបុណ្យសំរាប់ទៅអនាគតជាតិ និងបច្ចុប្បន្នជាតិ។ តែទោះជាយ៉ាងណា ការធ្វើសមាធិត្រូវការមានបរិយាកាសល្អ ទំនុកចិត្តលើខ្លួនឯង អនុវត្តន៍ឲ្យបានញឹកញាប់ និងឲ្យបានទៀងទាត់ ទើបនឹងអាចយល់ដឹងនូវផលប្រយោជន៍ដ៏ល្អនៃការធ្វើសមាធិបាន។

កំណត់សំគាល់ក្នុងការធ្វើសមាធិ:

រួមសេចក្តីទៅ បច្ចេកវិធីក្នុងការធ្វើសមាធិងាយស្រួលអនុវត្តធ្វើតាមជាទីបំផុត។ តែទោះជាយ៉ាងណា ការធ្វើសមាធិដោយអានមើលតាមក្បួននៅក្នុងសៀវភៅម្នាក់ឯង មិនអាចជំនួសបានជាមួយនឹងការអនុវត្តន៍ធ្វើសមាធិដោយមានការណែនាំពីគ្រូអាចារ្យ ដែលមានបទពិសោធ និងជាទីទុកចិត្តបានឡើយ។ គ្រូអាចារ្យអាចមានលទ្ធភាពផ្តល់នូវការណែនាំ ថាតើត្រូវអនុវត្តតាមបច្ចេកទេសបែបណា និងត្រូវធ្វើយ៉ាងណានៅពេលដែលមានការពិបាកផ្សេងៗ។ ហើយសំខាន់បំផុតគ្រូអាចារ្យអាចផ្តល់នូវការលើកកំឡាំងចិត្ត និងជាគំរូដែលធ្វើឲ្យយើងចង់ត្រងត្រាប់តាម។

2. **Insight Meditation**:

Insight Meditation is the endeavor to achieve complete insight into the real nature of all phenomena. It is realization of understanding things as they really are. The meditation practitioner sits for meditation practice, closing his/her eyes observing his/her breathing-in and breathing-out carefully and slowly. When the mind becomes calm and clear, the meditation practitioner may apply a calm and clear mind in observing and contemplating his/her thought and feelings. In observing the rising and falling of the breath, one sees the change and impermanence of breath and of life. When the mind sees and understands this, it does not desire to cling or to attach anything. The mind then becomes free from clinging and attachment. This is one way of insight meditation.

Many people practice basic concentration on breathing. One can then observe the moment and see everything as it really is, rising and falling like breath.

Tranquil meditation helps on achieve wisdom. To get goods results in any kind of ordinary or worldly work, one needs concentration and mindfulness. The meditation practitioner needs the guidance and supervision from an experienced and profound teacher to lead him/her in practice.

What would happen if one worked without concentration and mindfulness? Meditation without concentration and mindfulness, work cannot be perfected. If student studies without mindfulness and full attention; he or she can remember the subject; and him or her never learn. In the same way, understanding and insight are worldly tools to be used at the start of any work. This is also the role of insight in everyday life.

What are the benefits of meditation?

Meditation helps:

1. To calm our mind. With calm and strong mind we may be able to face all kinds of problem and difficulties in daily life confidently,
2. To concentrate better by sharpening our mental faculties.
3. To free us from all kinds of stress, worries and anxieties.
4. To improve our mental and physical health.
5. To develop a sound mind and body by cleansing impurities.
6. To cultivate loving-kindness, compassion, inner peace and humility.
7. To prevent hatred, greed, passion, selfishness and jealousy.

These are the benefits for Buddhist meditation, both in our spiritual life and in worldly endeavors. However, the proper atmosphere, self-confidence, frequency and regularity of practice are all needed to realize the benefits of meditation.

Note on Meditation:
Over all, the techniques of meditation are very simple. However, reading about them is no substitute for learning from an experienced and reliable teacher. A teacher will be able to offer you guidance in how to apply the technique and how to deal with difficulties. Perhaps most importantly, a teacher can offer the encouragement and inspiration of their own example.

បុណ្យដង្ហែគម្ពីរព្រះត្រៃបិដក ថ្ងៃទី ៥ ខែ សីហា ពស ២៥៥០ ២០០៦

វត្តសាមគ្គីសេរីរតនារាម នៅទីក្រុងកូឡុមបាស់ រដ្ឋអូហៃយូ សហរដ្ឋអាមេរិក

Parade of Three Baskets (Ti Pidaka) Celebration in August, 2006

ព្រះពុទ្ធសាសនា និង ស្ត្រីភេទ

៙៙៙❋៚៚៚

គុណសម្បត្តិសំខាន់បំផុតនៃព្រះពុទ្ធសាសនា ត្រូវតែរួមបញ្ចូលមនុស្សជាតិទាំងប្រុសទាំងស្រី។ ព្រះពុទ្ធជាម្ចាស់ទ្រង់បានផ្សព្វផ្សាយគំនិតនៃភាពជាបងប្អូនប្រុសស្រី សមភាព សេរីភាព ក្នុងការគោរពបូជាសាសនា សេរីភាព និងមាគ៌ាទាំងឡាយដល់មនុស្សជាតិ ដើម្បីឲ្យទទួលបទពិសោធនូវការត្រាស់ដឹងអំពីព្រះធម៌។ មុនសម័យព្រះពុទ្ធសាសនា ជាញឹកញយណាស់ ស្ត្រីភេទតែងតែបិតនៅក្នុងកាលៈទេសៈដែលមិនអនុញ្ញាតដល់គេ។ ជំនឿសាសនាថ្មីនេះជាការប្រសិទ្ធិពរជ័យមួយដ៏ប្រពៃ។ ស្ត្រីភេទ, មាតា, បុត្រធិតា ទាំងឡាយនៃគ្រួសារត្រកូលអភិជន ឬគ្រួសារសាមញ្ញ, ស្ត្រីមេម៉ាយ, ម្តាយទាំងឡាយដែលកំពុងតែកាន់ទុក្ខ, ស្ត្រីដែលគ្មានទីពឹងទីពំនាក់ និង(អតីត) ស្រីពេស្យា ។ល។ អ្នកទាំងអស់នេះសុទ្ធតែបានទទួលសេចក្តីសប្បាយរីករាយដ៏សុទ្ធចិត្ត ប្រកបទៅដោយសុខសន្តិភាពនៅក្នុងព្រះពុទ្ធសាសនា។ ស្ត្រីភេទជាច្រើននាក់បានទទួលសិទ្ធិសេរីភាពឲ្យបានមកជ្រកកោននៅក្រោមម្លប់ព្រះពុទ្ធសាសនា។ ព្រះពុទ្ធជាម្ចាស់ទ្រង់ជាមេដឹកនាំទីមួយនៃសាសនាចំបង ដែលផ្តល់កិត្តិយសដល់ស្ត្រីភេទ និងបានជួយដល់ពួកគេឲ្យបានយល់ឃើញនូវពិភពនៃសច្ចភាព។ អ្វីៗដែលព្រះពុទ្ធទ្រង់បានស្វែងរកឃើញ គឺសុទ្ធតែជាច្បាប់សកលមួយដែលបានកើតមានឡើងជានិច្ចជាមួយព្រះពុទ្ធគ្រប់ៗអង្គ ដែលទ្រង់បានត្រាស់រួចមកហើយ ហើយក៏ជាច្បាប់ដែលជនានុជនប្រុស ឬ ស្រីនឹងអាចស្វែងរកឃើញបានផងដែរ ដោយត្រូងត្រាប់ប្រព្រឹត្តតាមឱវាទប្រៀនប្រដៅរបស់ព្រះពុទ្ធជាម្ចាស់។ ទាំងជំនឿសាសនានៃព្រះពោធិសត្វ ការគោរពបូជាព្រះសារីរិកធាតុ និងការគោរពប្រតិបត្តិព្រះពុទ្ធជាម្ចាស់ ក្រោយមកត្រូវបានគេអភិវឌ្ឍឲ្យមានឡើង ទាំងខាងព្រះពុទ្ធសាសនាផ្នែកមហាយាន និង ព្រះពុទ្ធសាសនាផ្នែកហិនយាន តែពុំមានសេចក្តីថ្លែងការណ៍ណាមួយឲ្យបានច្បាស់លាស់គ្រប់គ្រាន់ឡើយនៅក្នុងព្រះពុទ្ធវិន័យ។

ឯលក្ខណៈដែលសំខាន់នៃទ្រឹស្តីព្រះពុទ្ធសាសនា គឺការបានសន្មត់ឲ្យមានសមភាពរវាងភេទប្រុស និងភេទស្រី តែទោះជាយ៉ាងណាក៏ដោយនៅក្នុងជីវិតលោកីយ៍នេះ ឧបាសិកានៅតែមានឋានៈទាបជាងឧបាសកជានិច្ច។

នៅក្នុងព្រះពុទ្ធសាសនា ស្ទើរតែគ្រប់ករណីទាំងអស់ ស្ត្រីត្រូវបានចាត់ទុកថាមានឋានៈស្មើគ្នានឹងបុរសដោយយោងទៅតាមច្បាប់នៃព្រះធម៌។ ដូចព្រះពុទ្ធជាម្ចាស់ទ្រង់បានសំដែងប្រាប់ដល់ក្សត្រមួយអង្គ ដែលទ្រង់បានគង់នៅនាកាលវេលាចុងក្រោយនៃព្រះជន្មាយុរបស់ព្រះពុទ្ធជាម្ចាស់ មុនពេលដែលព្រះអង្គទ្រង់ចូលព្រះបរិនិព្វាន។ “តថាគតបានឆ្វេងយល់ថា សមាជិកនៃស្ត្រីភេទទាំងអស់ គឺជាមាតាដែលបានបង្កើតមនុស្សលោកគ្រប់ជាតិសាសន៍ ដូច្នេះហើយ ស្ត្រីភេទទាំងឡាយគប្បីត្រូវបានទទួលការគោរពសសើរ និងផ្តល់កិត្តិយសឲ្យមានឋានៈស្មើគ្នានឹងបុរសភេទផងដែរ”។ ដោយសារតែមនោសញ្ចេតនានេះហើយ ព្រះពុទ្ធទ្រង់ស្វាគមស្ត្រីឲ្យចូលកាន់ផ្នួសដូចដែលទ្រង់បានធ្វើចំពោះបុរសដែរ នៅក្នុងលក្ខណៈនេះគេហៅថា ភិក្ខុនី (Nuns សីលមាតា ឬ សិក្ខមាតា)។ ក្នុងចំណោមភិក្ខុនី (Nuns សីលមាតា ឬ សិក្ខមាតា) ជាច្រើនអង្គនោះ មានភិក្ខុនីមួយអង្គបានសំរេចវាស្នាដ៏ប្រសើរ បំផុតជាព្រះអរហន្តី (An Arahanta) និងជាអគ្គសាវិកាផ្នែកភិក្ខុនី ។

Buddhism and Womanhood

The essential spirit of Buddhism absolutely includes all beings, male and female. The Buddha spread the idea of brotherhood/Sisterhood, equality, spiritual liberation, freedom and the ways to experience enlightenment for all. Before the advent of Buddhism, women were often in unfavorable circumstance. This new order was a great blessing. Women, mothers, daughters of noble and ordinary families, widows, bereaved mothers, helpless women, and (former) prostitutes all enjoyed perfect happiness and peace in Buddhism. Many gained liberation by seeking refuge in Buddhism. The Buddha was the first major religious leader in history to honor women and helped open their eyes to the world of Truth.

What the Buddha discovered was a universal law which existed independently of all the Buddha, and which others, male or female, can discover by following the directions of the Buddha. The cult of the Buddha's person, the worship of relics and the conduct of the "Buddha pûjâs" were all later developments, both in the Theravada and the Mahayana, and have scant justification in the discourses of the Buddha. The spirit of essential Buddhist doctrines assumes equality between male and female, although in the mundane world the position of Buddhist women is lower than that of Buddhist men.

In Buddhism, women, in most cases, were considered equal within the law of the Dharma. So goes a saying of the Buddha to a monarch who lived during the Buddha's final lifetime. The Sage had come to the realization that it was the members of the female gender who bore all the members of the human race and were thus deserving of praise and a dignity on a level equal to that of their male counterparts. By this very sentiment he effectively extended his personal welcome to women to become part of the monastic community as he had done for the men; in this capacity, they would be known as "nuns." Many a nun has since attained to that most sublime of destinies: an Arahant.

តើអ្វីទៅជាមាតាល្អម្នាក់?

កាលណាយើងនិយាយអំពីភាពជាមាតាម្នាក់, ខ្មែរយើងតែងនឹកគិតអំពីព្រហ្មវិហារធម៌ ដែលជាមូលដ្ឋាននៃវិន័យដ៏រឹងមាំសំរាប់ខ្លួននាងជាម្តាយ និងកុលបុត្រកុលធីតារបស់នាង។

ព្រហ្មវិហារធម៌របស់ម្តាយចំពោះកូនមានដូចតទៅនេះ៖ **មេត្តា ករុណា មុទិតា និង ឧបេក្ខា**

- មេត្តា= រាប់អាន (Mercy, Compassion)
- ករុណា= អាណិតអាសូរ (Pity, Mercy Compassion)
- មុទិតា= ចិត្តទោទន់ ឬការមានចិត្តត្រេកអរដោយឃើញអ្នកដទៃបានសុខ
  (Sympathetic joy "Opposite of jealousy")
- ឧបេក្ខា= មានចិត្តជាកណ្តាល ដោយប្រើបញ្ញាជាធំ សំឡឹងទៅរកសេចក្តីថ្កុំថ្កើងរុងរឿង
  (Neutrality, indifference)

មេត្តាគឺជាសេចក្តីស្រឡាញ់របស់មាតាចំពោះបុត្រ។ ជាសេចក្តីស្នេហាដែលគ្មានល័ក្ខខ័ណ្ឌ។ ករុណាគឺ

ជាការថែរក្សា និងការពារដល់បុត្រប្រុសស្រី។

មាតាទាំងអស់ត្រូវតែមានគុណធម៌ទាំងបួនដើម្បីចិញ្ចឹមរក្សាកូនប្រុសស្រីរបស់ខ្លួនឲ្យបានល្អប្រសើរ។ ប្រសិនបើ មាតាខ្វះនូវគុណធម៌ណាមួយនៃព្រហ្មវិហារធម៌នេះ អនាគតរបស់កូននាងនឹងមិនបានជោគជ័យល្អប្រសើរដូចបំណងឡើយ។

នៅក្នុងប្រទេសដែលមានការចំរើនលូតលាស់ដូចជាសហរដ្ឋអាមេរិក មាតាខ្លះមានអាយុតិចជាង១៨ឆ្នាំ។ នេះជាសញ្ញាចង្អុលបង្ហាញថាឪពុកម្តាយ របស់យុវមាតាដ៏ក្មេងខ្ចីទាំងនោះខ្វះគុណធម៌ទាំងបួន។

នៅចុងសតវត្សទី២០ និងដើមសតវត្សទី២១ ព្រហ្មវិហារធម៌កាន់តែមានឥទ្ធិពលខ្លាំងក្លាទ្វេឡើងទៅទៀត សូម្បីតែវិទ្យាសាស្ត្របានពង្វាតគ្រប់ទិសទីយ៉ាងណាក៏ដោយ។

ដោយអ្នកស្រី: ស លក្ខិណា

What is a good Mother?

When we talk about being a Mother, Cambodians think about the basic attribute of a pure noble nature or Brahmavihara Dharma (Divine State of mind), the strong foundation of disciplining herself and her children.

Brahmavihara Dharma from a mother for her children are as follows:

- Meta (Mercy, Compassion) is the love for her children. It is unconditional.
- Kak Ruk Na (Pity, Mercy Compassion) is to take care and protect.
- Obekha (Neutrality, indifference) to be neutral and use intelligent to make any judgment, and always look on the positive side for their betterment in life.
- Muteta (Sympathetic joy "Opposite of jealousy") Always enjoy seeing other has hapiness

All mothers should have all four dharma in order to raise their children. If she lacks one of them, the future of her children will not be of a successful one.

In a developed Country like the USA, some mothers are under 18 years old; this is a sign showing that her parents lacked of Brahmavihara Dharma.

At the end of the 20 century and beginning of the 21st century, Brahmavihara Dharma is even more powerful eventhough sciences have expanded everywhere.

By Ms. Lakhana Sar

ព្រះពុទ្ធបរិនិព្វាន[14]

ឥឥឥ✵លលល

ព្រះពុទ្ធបរមគ្រូជាម្ចាស់ព្រះអង្គទ្រង់បានចូលបរិនិព្វានដោយសារទ្រង់បានសោយចង្ហាន់ ដែលកូនប្រុសរបស់ជាងមាសម្នាក់ឈ្មោះ នាយចុន្ទកម្មារបុត្រ (Cunda) នៅក្នុងនគរបាវ៉ា (Pava) បានឲ្យគេធ្វើម្ហូបពីសាច់ជ្រូក ។ ក្នុងពុទ្ធប្រវត្តិនិទានអំពីរឿងនេះ មានសំដែងច្បាស់លាស់នៅក្នុងសុត្តន្តបិដក ទីឃនិកាយ (Long Discourses) មហាវគ្គ លេខ១៦ ត្រង់មហាបរិនិព្វានសូត្រទំព័រ ២៦៨ និងទំព័រ ២៨៦ សំដែងអំពីចង្ហាន់ បិណ្ឌបាត្រចុងក្រោយ។ ព្រះពុទ្ធទ្រង់បានប្រាប់ឲ្យនាយចុន្ទកម្មារបុត្រ (Cunda) ឲ្យយកចង្ហាន់ដែលនៅសល់ទៅកប់ចោល ដោយមិនអនុញ្ញាតឲ្យអ្នកណាម្នាក់ទទួលទានម្ហូបពីក្នុងចាននោះឡើយ។ ព្រះពុទ្ធជាម្ចាស់ ព្រះអង្គទ្រង់បានឆ្វេងយល់ថា ទ្រង់នឹងត្រូវចូលបរិនិព្វានក្នុងថ្ងៃនោះតែម្តង គឺថ្ងៃពេញបូណ៌មី ខែវិសាខ ឆ្នាំម្សាញ់ បញ្ចស័ក ថ្ងៃអង្គារ វេលារាត្រីទៀបភ្លឺ។ ព្រះអង្គទ្រង់បានសំដែងប្រាប់ព្រះអានន្ទ នូវការរៀបចំទុកដាក់ព្រះសពរបស់ទ្រង់។ ព្រះអង្គទ្រង់បានប្រៀនប្រដៅដល់សាវ័ករបស់ទ្រង់ជាចុងក្រោយ។ ព្រះអង្គទ្រង់បានផ្តល់ភាពកក់ក្តៅ និងទ្រង់បានសរសើរព្រះអានន្ទដោយបរិយាយជាច្រើន។ ព្រះអានន្ទបានទូលស្នើនិមន្តព្រះពុទ្ធជាម្ចាស់ សូមទ្រង់រើសទីកន្លែងសំរាប់ព្រះអង្គចូលបរិនិព្វាន។ ព្រោះទីកន្លែងដែលព្រះពុទ្ធទ្រង់ផ្ទំបរិនិព្វាននោះ ជានគរតូចមួយនៅក្នុងព្រៃសាលវនោទ្យាន ឈ្មោះនគរ កុសិនារា (Kusinara)។ ព្រះអានន្ទបានទូលស្នើព្រះអង្គឲ្យទ្រង់វិលត្រឡប់ទៅទីក្រុងពារាណសី (Varanasi) សាវត្ថី រាជគ្រិះ ឬទីក្រុងធំៗដទៃទៀតដែលត្រូវមានមនុស្សជាច្រើនពាន់នាក់នឹងបានឃើញ និងបានធ្វើជាសាក្សី នៃព្រឹត្តិការណ៍ជាប្រវត្តិសាស្ត្រនេះ។ តែផ្ទុយទៅវិញ ព្រះអង្គបានសំរេចជ្រើសយកនគរតូចមួយ ដែលនៅឆ្ងាយដាច់ស្រយាលសំរាប់ព្រះបរិនិព្វានរបស់ព្រះអង្គ ដើម្បីជានិមិត្តរូបរបស់ភាពមិនសំខាន់ នៃសេចក្តីស្លាប់របស់បុគ្គលម្នាក់ៗ និង ជានិមិត្តរូបនៃសារៈសំខាន់នូវបេសកកម្មដែលព្រះអង្គសន្សល់ទុកឲ្យសាវ័ករបស់ទ្រង់ ផ្សព្វផ្សាយព្រះពុទ្ធសាសនាឲ្យបានដល់គ្រប់ទីកន្លែងទូទៅទាំងពិភពលោកយើងនេះ។

ព្រះពុទ្ធជាម្ចាស់ព្រះអង្គទ្រង់បានប្រថាប់គង់នៅក្នុងព្រៃសាលព្រឹក្សតូចមួយ ជាមួយព្រះអានន្ទ (Ananda) និងព្រះសង្ឃដែលជាសាវ័កជាច្រើនអង្គ ដោយមានទាំងទេវតាជាច្រើនអង្គបានមកចូលរួមផង។ ព្រះអង្គក៏ទ្រង់បានសំដែងព្រះធម៌ទេសនាជាចុងក្រោយថា (**ហន្ទទានិ ភិក្ខវេ អាមន្តិយាមិ វោ វយធម្មា សង្ខារា អប្បមាទេន សម្បា ទេថ**) ម្នាលភិក្ខុទាំងឡាយ ណេ្ហីយចុះ ឥឡូវនេះតថាគតប្រាប់អ្នកទាំងឡាយឲ្យបានដឹង សង្ខារទាំងឡាយមានសេចក្តីសាបសូន្យជាធម្មតា អ្នកទាំងឡាយចូរញ៉ាំងកិច្ចទាំងពួងឲ្យសម្រេច ដោយសេចក្តីមិនប្រមាទចុះ។ នេះជាបច្ឆិមវាចារបស់ព្រះតថាគត។ “(All individuall things pass away. Seek your liberation with diligence)“ រួចហើយ ព្រះអង្គក៏ទ្រង់បានចូលព្រះបរិនិព្វាននៅពេលនោះទៅហោង។

[14] ព្រះត្រៃសុត្តន្តបិដក ទីឃនិកាយ មហាវគ្គ ១៦

Buddha's Noble Death

The Buddha died after eating poisoned pork meat food served by the son of a blacksmith named Cunda in the town of Pava. The stories has been specified clearly in Theravada or Hinayana Buddhism book “The Long Discourses” 16th Grand Chapter, pages 268 and 286 which indicated about Buddha last meal. The Buddha instructed Cunda to bury the leftovers without letting anyone else eat from the bowl. The Buddha saw he would die the veryday which was Tuesday, the full moon of the month of Visakha at dawn time. He instructed Ananda as how to made his funeral arrangements. He gave several final teachings to his followers. He comforted his beloved disciple Ananda and praised him for his archievement with many kind comments. Ananda suggested the Buddha to choose where he would die, for the city the Buddha chose was a small city deep in the jungle called Kusinara. Ananda urged him to return to Varanasi or some other big city where his death could be witnessed by thousands. Instead he chose a city nearly off the map, symbolizing how unimportant is the death of one man, and how important is the mission he left to his followers to spread Buddhism to all parts of the world.

The Buddha then sat in a grove of Sala trees with Ananda and a followers of monks plus a crowd of gods. He spoke his final words; "All individual things pass away. Seek your liberation with diligence." And he died.

ព្រះពុទ្ធបរិនិព្វាន (Buddha's Noble Death)

ទង់ជ័យព្រះពុទ្ធសាសនា

ពណ៌ទាំងប្រាំមួយមានៈ ពណ៌ខៀវ (Nila) ពណ៌លឿង (Pita) ពណ៌ក្រហម (Lohita) ពណ៌ស (Odata) ពណ៌ស្លាទុំ (ហង្សបាទ Manjestha) និង ពណ៌ផ្លេកៗ (Mix color) នៃទង់ព្រះពុទ្ធសាសនា ជាតំណាងពណ៌ឆព្វណ្ណរង្សីនៃអាការៈ ដែលចាំង សាយភាយចេញមកពីរាងកាយព្រះពុទ្ធជាម្ចាស់ នៅពេលដែលទ្រង់បានសំរេចព្រះសម្មាសម្ពោធិញ្ញាណនៅក្រោមដើមពោធិព្រឹក្ស។

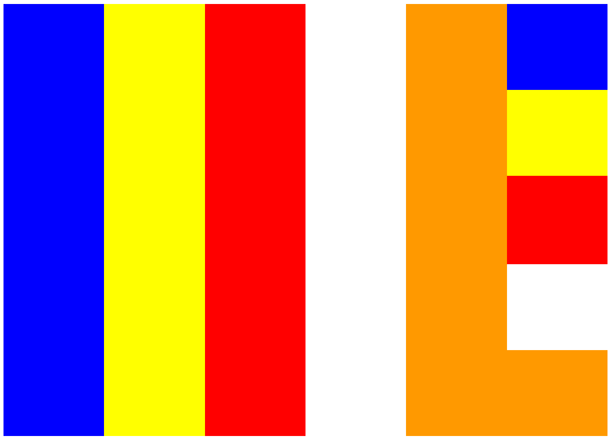
ឆ្នូតផ្តេកទាំងប្រាំមួយពណ៌តំណាងជាតិសាសន៍ទាំងឡាយលើពិភពលោក ដែលរស់នៅដោយភាពស្រុះស្រួលដ៏សែនសុខសាន្ត ហើយឆ្នូតបញ្ឈរទាំងប្រាំមួយពណ៌ក៏ជាតំណាងសន្តិភាពនៃពិភពលោក ដែលគ្មានទីបញ្ចប់។ ពណ៌ទាំងប្រាំមួយតំណាងសុក្រិតភាពនៃព្រះពុទ្ធភាព (Buddhahood) និងព្រះធម៌ (Dhamma)។

- កាំរស្មីពណ៌ខៀវ (Nila) ដែលចាំងចេញពីព្រះកេស (សក់ Hair) របស់ព្រះពុទ្ធ ជានិមិត្តរូបនៃព្រលឹងរបស់មេត្តាអប្បមញ្ញាធម៌ជាសកល សំរាប់មនុស្សជាតិទាំងអស់។

- កាំរស្មីពណ៌លឿង (Pita) ដែលចាំងចេញពីព្រះតចៈ (ស្បែក Epidermis) របស់ព្រះពុទ្ធ ជានិមិត្តរូប នៃព្រះមាគ៌ាកណ្តាល (Middle Path) ដែលចៀសវាងនូវគ្រប់ភាពតឹងតែងគ្រប់បែបយ៉ាង និងនាំមកនូវតុល្យភាព (Balance) និងសេរីភាពពីអវិជ្ជា។

- កាំរស្មីពណ៌ក្រហម (Lohita) ដែលចាំងចេញពីព្រះមំសា (សាច់ Flesh) របស់ព្រះពុទ្ធ ជានិមិត្តរូបនៃសព្ទសាធុការពរទាំងឡាយ ដែលនាំមកដោយសារតែគោរពប្រព្រឹត្តតាមឱវាទបង្រៀនប្រដៅរបស់ព្រះពុទ្ធ។

- កាំរស្មីពណ៌ស (Odata) ដែលចាំងចេញពីព្រះអដ្ឋិ (ឆ្អឹង Bones) និងព្រះទន្តា (ធ្មេញ Teeth) របស់ព្រះពុទ្ធ ជានិមិត្តរូបនៃបរិសុទ្ធភាពនៃឱវាទបង្រៀនប្រដៅរបស់ព្រះពុទ្ធ និងជានិមិត្តរូបនៃសេរីភាពពីអវិជ្ជា ដែលបានមកពីការគោរពប្រព្រឹត្តតាមឱវាទបង្រៀនប្រដៅរបស់ព្រះពុទ្ធ។



ទង់ជ័យព្រះពុទ្ធសាសនា (Budhhist Flag)

- កាំរស្មីពណ៌ស្លាទុំ (Manjestha) ដែលចាំងចេញពីបាតដៃ (Palms) កែងជើង (Heels) បបូរមាត់ (Lips) របស់ព្រះពុទ្ធ ជានិមិត្តរូបនៃគតិបណ្ឌិតនៃឱវាទបង្រៀនប្រដៅរបស់ព្រះពុទ្ធ ដែលមិនអាចធ្វើឲ្យរង្គោះរង្គើបាន។ ចំរុះពណ៌ទាំងប្រាំបញ្ចូលគ្នា គឺជានិមិត្តរូបសាកលភាពរបស់សច្ចធម៌នៃឱវាទបង្រៀនប្រដៅរបស់ព្រះពុទ្ធ សម្រាប់មនុស្សគ្រប់រូប គ្រប់ជាតិសាសន៍ទាំងអស់នៅក្នុងពិភពលោកប្រតិបត្តិតាម ដែលនឹងអាចសម្រេចមគ្គផលព្រះនិព្វានបានដូចៗគ្នា។ (អ្នកកាន់ព្រះពុទ្ធសាសនាជនជាតិភូមាបានយកពណ៌ផ្កាឈូកមកដាក់ជំនួសពណ៌ទាំងប្រាំ ដែលចំរុះបញ្ចូលគ្នានេះ)។

ដូច្នេះសំរួមសេចក្តីទៅ ទង់ជ័យព្រះពុទ្ធសាសនាជាតំណាង៖

មិនថាជាសាសន៍ណា សញ្ជាតិណា, ក្រុមអ្វី ឬ ពណ៌សម្បុរអ្វីទេ គឺមនុស្សគ្រប់ជាតិសាសន៍ទាំងអស់នឹងអាចមានបទពិសោធន៍នៃព្រះពុទ្ធភាព (Buddhahood) បាន។

Buddhist Flag

The six colors; Blue (nila), Yellow (pita), Red (lohita), White (odata), Scarlet (manjestha), and the mixture of these six colors (prabaswara) of the flag represent the colors of the aura that emanated from the body of the Buddha when He attained Enlightenment under the Bodhi Tree.

The *Horizontal Stripes* represent the races of the world living in harmony and the *Vertical Stripes* represent eternal world peace. The colors symbolize the perfection of Buddhahood and the Dharma.

The Blue light that radiated from the Buddha's hair symbolizes the spirit of Universal Compassion for all beings. The Yellow light that radiated from the Buddha's epidermis symbolizes the Middle Way which avoids all extremes and brings balance and liberation.

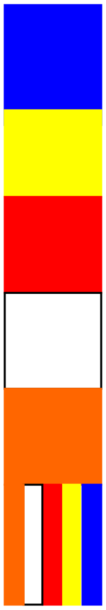
The Red light that radiated from the Buddha's flesh symbolizes the blessings that the practice of the Buddha's Teaching brings.

The White light that radiated from the Buddha's bones and teeth symbolizes the purity of the Buddha's Teaching and the liberation it brings.

The Orange light that radiated from the Buddha's palms, heels and lips symbolizes the unshakable Wisdom of the Buddha's Teaching. The Combination Color symbolizes the universality of the Truth of the Buddha's Teaching. (Burmese Buddhist replaced with Pink.)

Therefore, the overall flag represents that: Regardless of race, nationality, division or color, all sentient beings possess the potential of Buddhahood.

ពណ៌ទាំងប្រាំមួយត្រូវបានគេបកស្រាយឲ្យងាយយល់គឺ៖



១ – ពណ៌ខៀវមានន័យថា មេត្តាធម៌ និងសន្តិភាពក្នុងព្រះពុទ្ធសាសនា។

២ – ពណ៌លឿងមានន័យថា មាគ៌ាកណ្តាល ដែលជាអវត្តមានទាំងស្រុងនៃរូបរាង (Form) និង ភាពទទេ (Emptiness)។

៣ – ពណ៌ក្រហមមានន័យថា ការបានសំរេចជោគជ័យ គុណធម៌ ជោគវាស្នា និងសេចក្តីថ្លៃថ្នូរ។

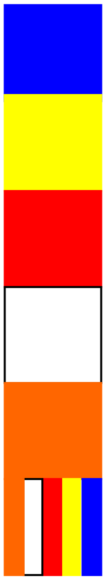
៤ – ពណ៌សមានន័យថា បរិសុទ្ធភាព ការរំដោះខ្លួនចេញពីអវិជ្ជា និងមានន័យថាព្រះពុទ្ធ សាសនានឹងនៅស្ថិតថេរជានិច្ចជាកាល ទោះជានៅពេលណា ឬ អវកាសណាក៏ដោយ។

៥ – ពណ៌ស្លាទុំជាគ្រឹះ ឬ ជាខ្លឹមសារនៃព្រះពុទ្ធសាសនាដែលពោរពេញទៅដោយគតិបណ្ឌិត ឋាមពល និងសេចក្តីថ្លៃថ្នូរ។

៦ – ពណ៌ចំរុះលាយគ្នាទាំងប្រាំជានិមិត្តរូបបញ្ជាក់ថា នេះជាសច្ចធម៌ ហើយក៏ជាសច្ចធម៌តែមួយ គត់។

ឆ្នូតផ្តេកទាំងប្រាំមួយពណ៌មានន័យថា សន្តិភាព និងភាពស្រុះស្រួលដ៏សែនសុខសាន្តរវាងគ្រប់ជាតិ សាសន៍ទូទៅទាំងពិភពលោក។ ឯឆ្នូតឈរទាំងប្រាំមួយពណ៌ដំណាងសន្តិភាពដ៏យូរអង្វែងនៅក្នុងលោកយើង នេះ។ បើនិយាយឲ្យងាយស្រួលស្តាប់មានន័យថា ទង់ជ័យព្រះពុទ្ធសាសនាបញ្ជាក់ជាន័យកំបាំង (Imply) ថាគ្មានការ ប្រកាន់ពូជសាសន៍, សញ្ជាតិ, ទីកន្លែង ឬ ពណ៌សម្បុរអ្វីឡើយ ហើយមនុស្សម្នាក់ៗគ្រប់ជាតិសាសន៍ទាំងអស់នឹង អាចសំរេចបានជាព្រះពុទ្ធមួយអង្គគ្រប់ៗគ្នា។

The six colors are better interpreted as :



1. Blue: signifying the concept of loving kindness and peace in Buddhism
2. Yellow: signifying the Middle Path, that is the complete absence of form and emptiness
3. Red: signifying achievement, wisdom, virtue, fortune and dignity.
4. White: signifying purity, emancipation that the Dharma will always exist regardless of time or space.
5. Orange: The essence of Buddhism which is full of wisdom, strength and dignity.
6. The combination of these five colors symbolizes that it is the one and only Truth

The horizontal bars signify peace and harmony between all races through out the world while the vertical bars represent eternal peace within the world. In simple terms, the Buddhist Flag implies that there is no discrimination of races, nationality, areas or skin color; that every living being possess the Buddha Nature and all have the potential to become a Buddha.

ពិធីបុណ្យពិសាខបូជានៅវត្តសាមគ្គីសេរីរតនារាម ថ្ងៃទី ៥ ខែ ឧសភា ព.ស. ២៥៥១ គ.ស. ២០០៧
នៅទីក្រុងកូឡុមបាស់ រដ្ឋអូហៃយ៉ូ សហរដ្ឋអាមេរិក
Visakha Puja at Watt Samakyseriratanarama in Columbus, Ohio, USA, May 5, 2007

ពិធីបុណ្យសំខាន់ៗនៃព្រះពុទ្ធសាសនា
នៅប្រទេសកម្ពុជា

ꩶꩶꩶ ✲ ꩶꩶꩶ

ក្នុងនាមជាពុទ្ធសាសនិកជន យើងប្រារព្ធពិធីបុណ្យផ្សេងៗបែបព្រះពុទ្ធសាសនា ដោយយោងទៅតាមប្រតិទិនចន្ទគតិ។ ប្រទេសកម្ពុជាមានពិធីបុណ្យបែបព្រះពុទ្ធសាសនាសំខាន់ៗប្រាំបី ដែលត្រូវតែងតែប្រារព្ធជារៀងរាល់ឆ្នាំ តាមប្រតិទិនចន្ទគតិ៖ ១-បុណ្យមាឃបូជា (Makha Puja), ២ -ចូលឆ្នាំខ្មែរ (Khmer New Year), ៣ -បុណ្យវិសាខបូជា (Vasakha Puja or Full moon day), ៤ -បុណ្យចូលព្រះវស្សា (Vassa or Rainy Season Retreat), ៥ -បុណ្យភ្ជុំបិណ្ឌ (Pchum Binda or Ancestors' Day), ៦-បុណ្យចេញព្រះវស្សា (Vassa Termination), ៧ -បុណ្យកឋិនទាន (Kathina) និង ៨ -បុណ្យអុំទូក លយប្រទីប អកអំបុក សំពះព្រះខែ (Water Festival)

The Most important Buddhist Celebrations in Cambodia

ꩶꩶꩶ ✲ ꩶꩶꩶ

As Buddhists, we observe our religious holidays according to the lunar calendar year. There are seven most important Buddhist celebrations throughout the lunar calendar year in Cambodia: 1 -Makha Puja, 2 -New Year, 3 -Visakha Puja, 4 -Vassa, 5 -Prachum Benda, 6 -Vassa Termination, 7 –Kathina, and 8 – Water Festival.

១ - បុណ្យមាឃបូជា (Makha Puja)

បុណ្យមាឃបូជា ជាថ្ងៃបុណ្យសំខាន់មួយក្នុងព្រះពុទ្ធសាសនា ហើយក៏ជាថ្ងៃដែលពុទ្ធសាសនិកជនទាំងអស់នាំគ្នាធ្វើសក្ការបូជាដោយកម្រងផ្កាផ្សេងៗបូជាចំពោះព្រះពុទ្ធ ព្រះធម៌ និងព្រះសង្ឃ ដើម្បីបានផលានិសង្ស និង បានបច្ច័យកសាងវត្តអារាម (Making merits)។ ថ្ងៃបុណ្យមាឃបូជាត្រូវបានប្រារព្ធធ្វើឡើងជារៀងរាល់ឆ្នាំ នៅថ្ងៃពេញបូណ៌មី ក្នុងខែទីបីនៃប្រតិទិនចន្ទគតិ ដែលជាខែកុម្ភៈ។ ការប្រារព្ធធ្វើបុណ្យមាឃបូជា គឺជាកិច្ចរំលឹកនូវព្រឹត្តិការណ៍ថ្ងៃអភិលក្ខិតកាល (កាលដ៏អស្ចារ្យ) ពីរយ៉ាង ដែលបានកើតមានឡើងនៅក្នុងពេលដែលព្រះពុទ្ធជាម្ចាស់លោកនៅគង់មានព្រះជន្មាយុនៅឡើយ។

១-ព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធទ្រង់បានធ្វើចតុរង្គសន្និបាត្រ (Fourfold Assembly) ប្រកាសតែងតាំងអគ្គសាវ័កទាំងពីរព្រះអង្គ ព្រមទាំងសំដែងឱវាទបា្បតិមោក្ខ។

២-ទ្រង់បានដាក់ព្រះជន្មាយុសង្ខារនៅ៣ខែខាងមុខ។

បន្ទាប់ពីបានបង្ហាត់បង្រៀន (Vassa retreat) ធ្វើសមាធិកម្មដ្ឋាន និងសិក្សាព្រះបរិយត្តិធម៌ (ធម្មវិន័យ) លើកទីមួយនៅសួនឧទ្យាន ព្រៃវេឡុវ័ន(ព្រៃឫស្សី Dear Park) ជាទីឲ្យអភ័យដល់សត្វកង្ហែន ជិតក្រុងរាជគ្រិះ (Raja gaha)។ ព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធទ្រង់បានធ្វើចតុរង្គសន្និបាត (Fourfold Assembly) ដែលមានសាវ័ក ១,២៥០អង្គ (ដែលសុទ្ធ

តែជាព្រះអរហន្តា ខីណាស្រព Arahantas) បានសំរេចចតុបដិសម្ភិទាញាណ និងអភិញ្ញាប្រាំមួយគ្រប់ ព្រះអង្គ និងបាន ប្រកាសតែងតាំងអគ្គសាវ័ក និងទុតិយសាវ័កក្នុងពេលនោះ។ បន្តបន្ទាប់មក ទ្រង់បានបញ្ជូនសាវ័កទាំងនោះនិ-មន្តផ្សព្វផ្សាយព្រះពុទ្ធសាសនារហូតរៀងមក។ សាវ័កទាំង ១,២៥០អង្គ (ដែលបានសំរេចជាព្រះអរហន្តាខីណាស្រព (Arahantas) បាននិមន្តត្រឡប់មកពីផ្សព្វផ្សាយសាសនាព្រះពុទ្ធ និងបាននិមន្តទៅចូលជួបថ្វាយបង្គំដល់ព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធដោយមិនបានណាត់ទុកជាមុន។

មហាសន្និបាតសង្ឃនេះជាមហាសន្និបាតដែលប្រកបដោយអង្គបួន (ចតុរង្គសន្និបាត Fourfold Assembly)

បុណ្យមាឃបូជា Makha Puja

ដែលមាន៖

១ - ព្រះសង្ឃទាំង ១,២៥០ អង្គសុទ្ធតែបានបានសំរេចជាព្រះអរហន្តាខីណាស្រព (Arahantas) និងបានសំរេចចតុបដិសម្ភិទាញាណគ្រប់ព្រះអង្គ។

២ - ព្រះសង្ឃទាំង ១,២៥០ អង្គបានត្រូវបំបួសដោយព្រះពុទ្ធជាម្ចាស់ជាឯហិភិក្ខុ។

៣ - ព្រះសង្ឃទាំងអស់នោះបាននិមន្តមកធ្វើមហាសន្និបាតសង្ឃដោយមិនបានព្រាងទុកជាមុន។

៤ - ជាថ្ងៃពេញបូណ៌មីនៃខែមាឃ។

ព្រះពុទ្ធជាម្ចាស់ទ្រង់បានសម្តែងធម៌ប្រោសសព្វសត្វជាច្រើនអស់រយៈពេល៤៥ព្រះវស្សា។ លុះដល់ថ្ងៃ ១៥កើត ខែមាឃ ឆ្នាំម្សាញ់ ទ្រង់បានដាក់ព្រះជន្មាយុសង្ខារនៅបាវាលចេតិយ។

នៅពេលយើងប្រារព្ធធ្វើពិធីបុណ្យមាឃបូជា យើងនាំគ្នាអុចទៀនបំភ្លឺព្រោងព្រាត គោរពបូជាដល់ព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធជាម្ចាស់ និងពិធីនមស្សការព្រះរតនត្រៃជាដើម។

1. **Makha Puja**

Makha Puja is another important Buddhist holy day, which Buddhists can perform merit-makings during the day. Makha Puja Day takes place on the full moon day of the third lunar month, February. Celebrating Makha Puja is to commemorate two glorious events in life of the Lord Budhha.

1 - Buddha congregated the Fourfold Assembly and assigned two executive Disciples to help preaching the Buddha Dhamma with lecture and
2 - When Buddha anticipating of his death in three months.

After the first Rains Retreat at Deer Park, Lord Buddha went to Rahagaha City. There were 1,250 Arahantas (enlightened followers) returned from their mission without prior appointment to pay respect to the Lord Buddha. This assembly is called the Fourfold Assembly as a result from 4 special factors:

1. All 1250 monks were Arahants.
2. All 1250 had been ordained by the Lord Budhha.
3. They assembled by themselves without prior call.
4. It was the full moon day of Makha month.

During the celebration, we perform candle processions to maintain religious commandment, to practice Dhamma and to worship the Lord Buddha.

២- បុណ្យចូលឆ្នាំខ្មែរ (Khmer New Year)

បុណ្យចូលឆ្នាំថ្មីបែបព្រះពុទ្ធសាសនាក៏ដូចគ្នានឹងបុណ្យចូលឆ្នាំថ្មីនៃសាសនាដទៃទៀតដែរ។ ព្រោះថា ព្រះពុទ្ធសាសនាមានមនុស្សជាច្រើនគោរពបូជានៅតាមប្រទេសផ្សេងៗ និងស្ថិតនៅចំកណ្តាលវប្បធម៌ប្រពៃណីយ៍ជាច្រើនបែបច្រើនយ៉ាងទៀតផង។ ហើយមានភាពខុសផ្លែកគ្នាច្រើនណាស់ ក្នុងការប្រារព្ធពិធីបុណ្យចូលឆ្នាំថ្មីបែបព្រះពុទ្ធសាសនានេះ រួមទាំងពេលវេលា និងកិច្ចប្រារព្ធពិធីបុណ្យ។

ប្រតិទិនព្រះពុទ្ធសាសនាត្រូវបានគេប៉ាន់ស្មានខុសៗគ្នា ដោយអាស្រ័យទៅតាមដំបន់ផ្សេងៗ ទូទៅទាំងពិភពលោក។

ប្រតិទិនព្រះពុទ្ធសាសនាជាទូទៅប្រើទៅតាមដំណើរព្រះចន្ទ្ទ (ចន្ទ្គតិ) ហើយដើមឆ្នាំចាប់ផ្តើមនៅរង្វង់ចុងខែធ្នូ ឬ ដើមខែមករា នៃប្រតិទិនសុរិយគតិ (Gregorian Calender or Lunar Calendar)។ មួយខែៗនៃប្រតិទិនចន្ទ្គតិមាន២៩ថ្ងៃ ទៅ ៣០ថ្ងៃ យោលទៅតាមរយៈពេលវែងខ្លីនៃដំណើរព្រះចន្ទ្ទក្នុងខែនិមួយៗ។ គេបន្ថែមមួយខែ គឺមានខែបឋមាសាធ និងទុតិយាសាធ ខែទាំងពីរនេះ មាន៣០ថ្ងៃដូចគ្នា (ទៅជាមាន១៣ខែក្នុងមួយឆ្នាំ) រៀងរាល់បួនឆ្នាំម្តង។ នៅឆ្នាំបន្ទាប់ គេតែងតែបន្ថែមមួយថ្ងៃទៅលើខែទីប្រាំពីរ គឺដាច់ខែជេស្ឋនៅថ្ងៃ ទី១៥រោច (ទៅជាមាន៣០ថ្ងៃ)។ ដោយសារតែប្រព័ន្ធប្រតិទិនរបៀបនេះ ពីមួយឆ្នាំទៅមួយឆ្នាំ គេមានការពិបាកនឹងដឹងជាមុនថា តើនៅថ្ងៃណាគេនឹងត្រូវប្រារព្ធពិធីបុណ្យបែបព្រះពុទ្ធសាសនាអ្វីមួយនោះ។

នៅពេលប្រារព្ធពិធីបុណ្យចូលឆ្នាំថ្មីម្តងៗ យើងតែងគិតពិចារណា និងកែលំអកំហុសពីឆ្នាំចាស់ ដើម្បីឲ្យមានសិរីសួស្តីនៅវេលាចូលឆ្នាំថ្មី ហើយខិតខំជម្រុះចោលនូវគំនិតអាក្រក់ ជាចិត្តដែលប្រកបទៅដោយអកុសល អភិជ្ឈា ព្យាបាទ មិច្ឆាទិដ្ឋិ គំនំគុំគួន អារិភាព ឲ្យជ្រះស្រឡះ ហើយចំរើនឡើងវិញនូវចិត្តដែលប្រកបដោយព្រហ្ម

វិហារធម៌៖ **មេត្តា ករុណា មុទិតា និង ឧបេក្ខា** (មេត្តា=រាប់អាន, ករុណា=អាណិតអាសូរ, មុទិតា=ចិត្តទោទន់ ឬការមានចិត្តត្រេកអរដោយឃើញអ្នកដទៃបានសុខ, និង ឧបេក្ខា=មានចិត្តជាកណ្តាល ដោយប្រើបញ្ញាជាធំ សំឡឹងទៅរកសេចក្តីថ្កុំថ្កើងរុងរឿង) ធ្វើបុណ្យសុន្ទរ៍ទានតាមប្រពៃណីយ៍ រក្សាសីល៥ឲ្យបានជាប់ជានិច្ច នោះទើបទេវតា លោកនឹងប្រទានពរសព្ទសាធុការ ហើយលោកអ្នកនឹងមានសិរីសួស្តី សុភមង្គល វិបុលសុខគ្រប់ប្រការ រកស៊ីមានបាន ត្រជាក់ ត្រជុំអាយុយឺនយូរតរៀងទៅ។ គំនិតពិចារណា ក្តីសង្ឃឹម និងការតាំងចិត្ត ជាវត្ថុធាតុសំខាន់ណាស់សំរាប់ជីវិតរស់នៅរបស់ពុទ្ធសាសនិកជនម្នាក់ៗ។

នៅប្រទេសកម្ពុជា បុណ្យចូលឆ្នាំខ្មែរ ជាទំនៀមទំលាប់មួយដ៏ប្រពៃណាស់ ហើយក៏ជាបុណ្យជាតិដ៏ធំមួយ ព្រោះថា ជាពិធីបុណ្យបីថ្ងៃ ហើយជួនកាលបួនថ្ងៃ ឬក៏ច្រើនថ្ងៃជាងនេះទៅទៀតផង។ បុណ្យចូលឆ្នាំខ្មែរជាធម្មតាតែងតែចាប់ផ្តើម នៅថ្ងៃទី១៣ ឬ ថ្ងៃទី១៤ ខែមេសា យោងទៅតាមមហាសង្ក្រាន "Lunar Calendar" ដែលជាក្បួនទស្សន៍ទាយបែបបុរាណមួយ។ ការពិត បុណ្យចូលឆ្នាំខ្មែរពីដើមដំបូងមក បានចាប់ផ្តើមនៅថ្ងៃទី១ ក្នុងខែទី១ នៃប្រតិទិនចន្ទគតិ (មហាសង្ក្រាន Lunar Calendar) ដែលអាចមាននៅក្នុងខែវិច្ឆិកា ឬ ដើមខែធ្នូ។ នាសម័យអង្គរ ក្នុងសតវត្សទី១៣ ព្រះបាទសូរិយាវរ្ម័នទី២ ឬក៏ ព្រះបាទ ជ័យវរ្ម័នទី៧ ជាអ្នកបានដូរពេលប្រារព្ធបុណ្យ ចូលឆ្នាំខ្មែរទៅធ្វើនៅខែទី៤ ដែលជាខែមេសា នៃប្រតិទិនសុរិយគតិ (Solar Calendar) វិញ។ ៩៥ភាគរយនៃប្រជាពលរដ្ឋខ្មែរទាំងអស់ជាកសិករ។ នៅក្នុងចន្លោះ ខែវិច្ឆិកា និងខែមិនាជារដូវច្រូតកាត់ដែលប្រជាកសិករខ្មែររវល់យ៉ាងមមាញឹកក្នុងការប្រមែប្រមូលភោគផលទុកដាក់។ បន្ទាប់ពីរដូវច្រូតកាត់ ប្រជាកសិករខ្មែរអាចមានពេលទំនេរបានព្រោះថាគ្មានភ្លៀង ឯអាកាសធាតុទៀតសោតក៏ក្តៅហួតហែងផងដែរនៅក្នុងខែមេសានោះ។ ដូច្នេះប្រជាកសិករខ្មែរអាចសំរាកលំហែរកាយបាន ក្រោយពីការខំប្រឹងប្រែងយ៉ាងហត់នឿយក្នុងការប្រមូលទុកដាក់ និង លក់ដូរភោគផលយកកំរៃចិញ្ចឹមគ្រួសារ។ ដូច្នេះហើយ ខែមេសានេះត្រូវជាឱកាសល្អ ដែលប្រជាពលរដ្ឋខ្មែរទូទាំងប្រទេសកម្ពុជា នាំគ្នាប្រារព្ធពិធីបុណ្យចូលឆ្នាំថ្មី។ បុណ្យចូលឆ្នាំខ្មែរមានដើមកំណើតមកពីព្រហ្មញ្ញសាសនា ដែលជាចំ-ណែកមួយនៃសាសនាហិណ្ឌូ ហើយជាសាសនាដែលខ្មែរយើងធ្លាប់មានជំនឿ មុនពេលដែលយើងបានបែរមកកាន់ជឿគោរព បូជាព្រះពុទ្ធសាសនា។ បន្ទាប់មក ពិធីបុណ្យព្រះពុទ្ធសាសនាផ្សេងៗក៏បានយករបៀបរបប និងក្បួនខ្នាតសំខាន់ៗ ជាច្រើនពីព្រហ្មញ្ញសាសនាមកបញ្ចូល រួមផ្សំជាមួយពិធីបុណ្យរបស់ខ្លួន។

ជាធម្មតា គេប្រារព្ធពិធីបុណ្យចូលឆ្នាំខ្មែរអស់រយះពេលបីថ្ងៃ៖

ថ្ងៃទីមួយគេហៅថា **មហាសង្ក្រាន** (Moha Sangkran) បើបរិយាយឲ្យងាយស្រួលស្តាប់គឺ ជាថ្ងៃគោរពទទួលទេវតាឆ្នាំថ្មី (New Year Deity) ដែលលោកយាងមកថែរក្សាពិភពលោកក្នុងរយះពេលនៃឆ្នាំថ្មីនេះ។ ប្រជាជនានុជនប្រុសស្រីទាំងឡាយត្រូវបោសសំអាត និងតុបតែងផ្ទះសម្បែង ហើយរៀបចំគ្រឿងសក្ការបូជា (សូមអានរណ្តាប់ទទួលទេវតានៅវគ្គខាងក្រោម) មានទៀនធូប ផ្កាភ្ញី ថ្វាយព្រះរតនត្រ័យ និងនំចំណី ផ្លែឈើជាដើម ជូនមាតាបិតា អាណាព្យាបាល បុព្វការីជន ព្រមទាំងទទួលស្វាគមន៍ទេវតាឆ្នាំថ្មី នៅតាមផ្ទះរៀងៗខ្លួន។ លោកយាយ លោកតា ច្រើនចូលចិត្តធ្វើសមាធិ ឬ សមាទានសីលនៅពេលជាមួយគ្នានោះដែរ ដោយមានជំនឿថា ទេវតាឆ្នាំថ្មីដែលលោកយាងមកតាមផ្ទះរបស់គាត់នឹងគង់នៅជាមួយគាត់ និងជួយថែរក្សាគ្រួសាររបស់គាត់ពេញមួយឆ្នាំថ្មីនេះ។ នៅព្រឹក ថ្ងៃទីមួយ ប្រជាជនានុជនភាគច្រើនរៀបចំ ចំអិនម្ហូប ចំណីធ្វើជាចង្ហាន់យកទៅប្រគេនព្រះសង្ឃនៅតាមវត្តអារាម ដើម្បីប្រាថ្នា សុំពរសព្ទសាធុការ និងសុំសេចក្តីសុខសប្បាយក្នុងឱកាសចូលឆ្នាំថ្មីនេះ។ បុណ្យចូលឆ្នាំខ្មែរជាឱកាសដ៏ល្អមួយ ដែលក្រមុំកម្លោះខ្មែរត្រូវបានមាតាបិតា អនុញ្ញាតឲ្យពួកគេជួបជុំគ្នាលេងកំសាន្តល្បែងប្រជា

ប្រិយ៍ជាតិ នៅតាមទីធ្លាវត្តអារាម ឬ ទីធ្លាណាមួយនៅក្នុងស្រុកភូមិរបស់គេ។ ហើយក៏ជាពេលវេលាដ៏ប្រសើរមួយ ដែលយុវជនយុវនារី ម្នាក់ៗសង្កេតសំគាល់រកមើលអនាគតគូស្រករបស់ខ្លួនផងដែរ។

ថ្ងៃទី២ជាវារៈវនប័ត (Varavanabot Day) ដែលមានន័យថាជាថ្ងៃដែលកូនចៅទាំងអស់ត្រូវជូនអំណោយ ដល់មាតាបិតា ជីដូនជីតា និងចាស់ព្រឹទ្ធាចារ្យទាំងឡាយ។ ជាធម្មតា ប្រជាពលរដ្ឋខ្មែរតែងតែធ្វើអំណោយឲ្យដល់ កូនឈ្នួល ឬ បុគ្គលិកធ្វើការរបស់ខ្លួន និងចែកអំណោយទានជាលុយកាក់ ឬ សំពត់ខោអាវដល់អ្នកក្រខ្សត់។ ហើយនៅពេលរសៀល គេនាំគ្នាទៅវត្តដើម្បីពូនភ្នំខ្សាច់ និងនិមន្តព្រះសង្ឃសូត្រធម៌ប្រោះព្រំពរជ័យ សុំឲ្យបាន សេចក្ដីសុខសប្បាយ និងឲ្យមានសន្តិភាព។

ថ្ងៃទី៣គឺជា**ថ្ងៃវារៈឡើងស័ក** (Leung Sakk) ដែលមានន័យថាសករាជឆ្នាំថ្មីបានចាប់ផ្ដើមរាប់ពីថ្ងៃនេះទៅ ហើយ។ តាមប្រពៃណី នៅព្រឹកថ្ងៃទីបីយើងតែងនាំគ្នាទៅវត្តប្រារព្ធពិធីពូនភ្នំខ្សាច់ដើម្បីឲ្យបានសិរីសួស្ដី។ ហើយនៅពេលល្ងាច ដើម្បីជាកិច្ចបង្ហើយបុណ្យ ពុទ្ធសាសនិកជនខ្មែរត្រូវប្រារព្ធធ្វើពិធីស្រង់ព្រះ ដែលមានន័យ ថាយើងផ្ងូតទឹក ឬ ប្រោះទឹកថ្វាយព្រះបដិមា ប្រគេនព្រះសង្ឃ និងជូនព្រឹទ្ធាចារ្យ មាតាបិតា និងជីដូនជីតា ដើម្បី សុំខមាទោស នូវកំហុសខុសឆ្គងទាំងឡាយដែលកូនចៅបានធ្វើឡើង ដោយចេតនាក្ដី ឬ អចេតនាក្ដី ចំពោះ លោកទាំងអស់ និងដើម្បីសំដែងនូវការដឹងគុណចំពោះលោកផងដែរ។ នៅក្នុងពេលនោះ ម្នាក់ៗតែងតែមាន សេចក្ដីសប្បាយរីករាយ ព្រោះថា នេះជាឱកាសសំរាប់យើងគ្រប់ៗគ្នា ចាស់ និងក្មេង ប្រុស និងស្រីសប្បាយប្រោះ ទឹកដាក់គ្នាទៅវិញទៅមក។

បុណ្យចូលឆ្នាំខ្មែរមិនត្រឹមតែជាបុណ្យប្រពៃណីជាតិមួយដ៏ថ្លៃថ្លាប៉ុណ្ណោះទេ គឺបុណ្យចូលឆ្នាំនេះក៏បាន ធ្វើឲ្យប្រជាពលរដ្ឋខ្មែរយើងម្នាក់ៗ មានកម្រងអនុស្សាវរីយ៍ជាច្រើន ដែលមិនអាចបំភ្លេចបានទៀតផង។

បុណ្យចូលឆ្នាំខ្មែរ Cambodian New Year

របៀបរណ្តាប់ទទួលទេវតា[១៥]:

របៀបរណ្តាប់រៀបទទួលទេវតាឆ្នាំថ្មី តាមទំនៀមពីបុរាណរៀងរហូតមក មានរានទទួលទេវតា តាំងគ្រឿងពលីការផ្សេងៗ។ ត្រូវរៀបក្រាលសំពត់ពណ៌ស ហើយរៀបបាយសី៩ថ្នាក់មួយគូ បាយសី៧ថ្នាក់មួយ គូ បាយសី៥ថ្នាក់មួយគូ បាយសី៣ថ្នាក់មួយគូ បាយសីប៉ាឆាមមួយគូ ស្លាធម៌មួយគូ ទឹកអប់មួយគូ ទៀន៥ ធូប៥ លាច៥ ផ្កា៥ បារីដាក់លើជើងពានមួយគូ ចេកនួន ចេកណាំវ៉ាពីរស្និត ផ្លែឈើ១១មុខ រៀបដាក់ជើងពានជាគូៗ ដូងទ្បៅ (ចោះមាត់) មួយគូ។

2. **Cambodian New Year**[16]

Buddhist New Year is like any other New Year. Because this religion covers so many countries and exists amid so many host cultural traditions, there is an amazing diversity in the timing of the New Year and in the observances. The Buddhist Calendar is calculated differently in various parts of the world.

The most common type of Buddhist calendar is lunar and begins roughly in December or January of the Gregorian calendar. Each month is approximately 29 or 30 days, depending upon the length of the each moon. Every few years an extra intercalary or leap day is added after the 7th Month. Occasionally, an extra month is added there as well. Because of this system, it is often quite difficult to predict when Buddhist holidays will be celebrated from year to year[17].

In Observance of the New Year, We reflect upon and correct our past mistakes and look forward to a better life in the New Year. Reflection, hope and resolution are some of the basic elements of a Buddhist's life.

In Cambodia, Khmer New Year is the greatest traditional festival, and also it is the greatest national holiday because it is three days of festival and sometimes can be four or event longer. Khmer New Year begins on April 13th or can be on April 14th, depending on the "MohaSangkran," which is the ancient horoscope. In fact, Khmer New Year originally began on the first day of the first month in lunar calendar, which can be in November or the beginning of December. In the Angkor Era, the 13th Century, the Khmer King, either Suriyavaraman II or Jayavaraman VII, was the one who changed the New Year to the fourth month of the lunar calendar, in April by the solar calendar. 95% of Khmer populations are farmers, and the period from November through March is the busiest season for Khmer farmers to reap or harvest the crops from the rice fields. Khmer people can find free time in April because there is no rain, and it is very hot, so Khmer farmers have the time to take vacation after they have worked very hard to gather the rice crops from their rice fields to get their income. Therefore, April is the right time for Khmer in Cambodia to celebrate New Year. The Khmer New Year festival originated from Bramhmanism, a part of Hinduism, which was a religion that Khmer believed in before Buddhism. Later on Buddhism became associated with the festival and then took all the important roles in the festivity.

---

[15] សៀវភៅមហាសង្ក្រានឆ្នាំច ព ស ២៥៥០ គ ស ២០០៦ ទំព័រ៧

[16] Leng Lim, Author, Secretary of board directors of Khmer Community, Seattle, WA

[17] By Brooke Schedneck

Usually, Khmer New Year is celebrated for three days:

The first day of New Year is called as Moha Sangkran, and it can be described simply as the inauguration of the New Angels who come to care the world for a one-year period. People need to clean and decorate the house and also prepare fruits and drinks for the New Year inauguration and to welcome the New Angels at every single home. Elderly people like to meditate or pray the Dharma at that time because they believe that any angel who comes to their houses at that time will stay with them and take care of their family for the whole year. Actually, in the morning at the first day of New Year, most Khmer people prepare food to offer the monks at Khmer temple to get blessed. It is a great time for boys and girls to play traditional games together at the temple or any field or playground in their village because it is only at the New Year time that boys and girls are allowed to play or to get together. Also it is a wonderful time for single people to search for the special partner to get married in the future.

The second day of New Year is called as Varavanabot Day, which means day of offering gifts to the parents, grandparents and elders. Usually, Khmer People like to share gifts or presents to employees and also donate money or clothes to poor people. In the evening, people go to temple to build a mountain of sand and ask the monks to give them a blessing of happiness and peace.

The third day is called as day of "Leung Sakk" that means the year starts to be counted up from this day. Traditionally, in the morning, we used to go to the temple to perform the ceremony of the mountain of sand to get blessed. In the evening, to complete the New Year festival, our Khmer people need to perform the last ceremony, called as "Pithi Srang Preah", which means giving a special bath or a special shower to Buddha statues, the monks, elders, parents, grand parents to apologize for any mistake we have done to them and to gratify them. Every one must have a wonderful time during this ceremony because it is a great opportunity for every one, young and old, man and woman to have much fun by spreading out water to each other. Khmer New Year is not just the great traditional festival for Cambodian, and it can make Cambodian to build up many unforgettable souvenirs.

៣ - បុណ្យវិសាខបូជា (Vasakha Puja or Full Moon Day)

បុណ្យវិសាខបូជា (ច្រើនប្រារព្ធនៅអំឡុងថ្ងៃចុងខែឧសភា ឬដើមខែមិថុនា) ជាថ្ងៃដ៏សំខាន់នៅក្នុងទំនៀមទំលាប់នៃព្រះពុទ្ធសាសនា គឺជាទិវារំលឹកដល់មហាព្រឹត្តិការណ៍បី ដែលបានកើតឡើងក្នុងខែពិសាខពេញបូណ៌មី៖ – នៅឆ្នាំច ព្រឹត្តិការណ៍ដំបូង គឺពេលដែលព្រះពុទ្ធទ្រង់បានប្រសូតិ, ព្រឹត្តិការណ៍បន្ទាប់មកទៀត គឺព្រះពុទ្ធទ្រង់បានត្រាស់ក្នុងឆ្នាំរកា និងព្រឹត្តិការណ៍ចុងក្រោយ គឺពេលដែលព្រះពុទ្ធទ្រង់យាងចូលបរិនិពាន្ទ ដោយអនុបាទិសេសនិព្វានក្នុងឆ្នាំម្សាញ់។

ជារៀងរាល់ឆ្នាំ នៅពេលដែលថ្ងៃដ៏សំខាន់នេះបានមកដល់ យើងជាពុទ្ធសាសនិកជនតែងតែឆ្លៀតយកឱកាសដ៏ប្រសើរនេះ ធ្វើការគោរពបូជាដ៏ជ្រាលជ្រៅចំពោះព្រះពុទ្ធជាម្ចាស់ ដើម្បីសំដែងការដឹងគុណចំពោះព្រះករុណាធម៌របស់ព្រះអង្គ ដែលទ្រង់បានប្រោសមនុស្សសត្វទាំងអស់។ នៅថ្ងៃនោះ យើងបានលះបង់ការងារប្រចាំថ្ងៃ ដោយធ្វើបុណ្យកុសលទាំងឡាយ ដើម្បីឲ្យបានទទួលផលានិសង្ស (Merits) ដោយប្រព្រឹត្តនូវមេត្តាធម៌, រក្សា

សីលប្រាំ ស្តាប់ធម៌ទេសនា និងធ្វើសមាធិកម្មដ្ឋានជាដើម។ ប្រព្រឹត្តបែបនេះ ហៅថាការគោរពបូជាដ៏ជ្រាលជ្រៅ ចំពោះគុណធម៌របស់ព្រះរតនត្រ័យ (Triple Gem) ឬ ត្រៃសរណគមន៍នៃព្រះពុទ្ធសាសនា៖

ព្រះពុទ្ធ ព្រះធម៌ និង ព្រះសង្ឃ។

3. **Visakha Puja** (Full moon day)

Visakha Puja (*Visakha Puja day is around the full moon of late May/early June*) is an extremely important day in the Buddhist tradition, which commemorates three miraculous events that took place during full moon of the month of Visakha. In the year of dog, Buddha was **born** on the full moon of Thursday night during the full moon of the month of Visakha. Next, Buddha achieved the **Enlightenment** which is a final blessed state marked by the absence of desire or suffering. This also occurred on the full moon of Wednesday night of the month of Visakha in the year of cock. Finally, the third occurrence was the Noble **death** of the Buddha, which happened once again during the full moon of Tuesday night of month of the Visakha in the year of snake.

Every year when this important day comes around again, we Buddhists take the opportunity to pay homage to the Buddha as a way of expressing our gratitude for his goodness. We sacrifice our daily affairs to make merit in a skillful way by doing such things as practicing generosity, observing the precepts, and listening to the Dhamma. This is called paying homage to the virtues of the Triple Gem: the Buddha, Dhamma, and Sangha.

៤ - បុណ្យចូលព្រះវស្សា (Vassa In or Rainy Season Retreat)

បុណ្យចូលព្រះវស្សាគឺជាប្រពៃណីរបស់ព្រះពុទ្ធសាសនាដែលបានប្រារព្ធមកមកតាំងតែពីសម័យព្រះពុទ្ធគង់ធរមាននៅមកម្លេះ។ ហើយដើមហេតុដំបូងដែលនាំឲ្យមានការចូលព្រះវស្សា គឺព្រះពុទ្ធអង្គបានឆ្វេងយល់ និងទ្រង់បានទទួលដំណឹងពីប្រជាពលរដ្ឋពុទ្ធបរិស័ទក្នុងសម័យនោះថា៖ ព្រះសង្ឃសាវ័កដែលមានចំនួនដ៏ច្រើន បាននិមន្តត្រេចចរបិណ្ឌបាត្រ ពីភូមិមួយទៅភូមិមួយ ពីស្រុកមួយទៅស្រុកមួយ ស្ទើរតែគ្រប់ទីកន្លែងក្នុងរដូវវស្សា ដែលមានភ្លៀងធ្លាក់។ ហើយជួនកាលខ្លះបានធ្វើឲ្យប៉ះពាល់ជាន់ទៅលើផលដំណាំស្រូវរបស់អ្នកស្រុក ដែលជាការមួយហាក់ដូចជាពុំសមសោះសំរាប់ភេទជាបព្វជិត។ ដោយយល់ឃើញ និងបានដឹងយ៉ាងដូច្នោះ ទើបព្រះពុទ្ធអង្គទ្រង់បានបញ្ញត្តិដាក់កំណត់ថ្ងៃចូលព្រះវស្សាដល់ព្រះភិក្ខុសង្ឃ និងសាមណេរតាំងតែពីពេលនោះដ៏រាបរៀងមក។ ថ្ងៃ បុណ្យចូលព្រះវស្សាជាពេល ដែលភិក្ខុសង្ឃគ្រប់អង្គត្រូវតែចាំបាច់រៀនធ្វើសមាធិកម្មដ្ឋាន និងសិក្សាព្រះបរិ-យត្តិ ធម៌ក្នុងរដូវវស្សា អស់ត្រីមាសបីខែ។ នៅពេលនោះ ព្រះសង្ឃត្រូវរៀន បតិបត្តិធម៌យ៉ាងម៉ឹងម៉ាត់បំផុត ដោយធ្វើសមាធិ និងសិក្សាព្រះបរិយត្តិធម៌ (ធម្មវិន័យ) ដែលជាការបង្ហាត់បង្រៀន និងជាវិន័យរបស់ព្រះពុទ្ធជាម្ចាស់ ដោយព្រះសង្ឃត្រូវគង់នៅតែមួយកន្លែងក្នុងទីអាវាសណាមួយ ដោយមិនអាចនិមន្តទៅណារហេតរហូតអស់រយៈកាល ៣ខែ ចាប់ពីថ្ងៃ១ រោច ខែអាសាធ ឬ ទុតិយាសាធ ដល់ ថ្ងៃ១៥ កើត ខែអស្សុជ លើកលែងតែមានការនិមន្ត និងមានធុរៈជាចាំបាច់។ ការប្រារព្ធពិធីបុណ្យចូលព្រះវស្សាមានទាំងការហែទៀនព្រះវស្សា ដែលមានអុជទៀនបំភ្លឺព្រោងព្រាតក្នុងទីអារាម។ ពីមួយឆ្នាំទៅមួយឆ្នាំ បុណ្យចូលព្រះវស្សាច្រើនតែត្រូវគេប្រារព្ធនៅចន្លោះខែកក្កដា និងខែសីហា។ ជាពិសេស ការប្រារព្ធបុណ្យចូលព្រះវស្សាជាគុណប្រយោជន៍ដ៏សំខាន់មួយ សំរាប់ពុទ្ធបរិស័ទក្នុងការ

បំពេញទាន ធ្វើបុណ្យប្រកបទៅដោយភាពសាមគ្គីធម៏ដ៏ល្អមួយ ដូចជាការផ្គត់ផ្គង់ដល់ព្រះសង្ឃ ដោយប្រគេននូវបច្ច័យបួនយ៉ាង (Four requisites)៖ ចីវរបច្ច័យ (សំពត់សាដក Rainy season cloths), ចង្ហាន់បិណ្ឌបាត្រ (Food), សេនាសនៈ (Residence) និង គិលានភេសជ្ជៈ/ថ្នាំសង្កូវ (Beverage/Medicine) ជាដើម។

4. **Vassa** *(Rainy Season Retreat)*

The Vassa is the three-month rainy season retreat. It has been strictly observed by Buddhist monks since the lifetime of Lord Buddha. During observation of the Vassa retreat, the Buddhist monks are to have intensive training in both meditation and study of the Dhamma-Vinaya which are the Budhha's teaching and discipline. They are to stay in a temple or a place; and no travel is allowed for three months period with an exception of an invitation or an emergency. The festivity will also consist March of the Vassa with candles to light up the temple. The Vassa begins between July and October of each year. On the occasion of the Vassa celebration Buddhist make offerings mainly four requisites to the monks: Rainy Season Cloths, Food, Residence and Beverage/Medicine.

៥ - បុណ្យភ្ជុំបិណ្ឌ[១៨] (Pchum Binda or Ancestors' Day)

ពុទ្ធសាសនិកជនខ្មែរជឿថា ទោះជាយ៉ាងណាសត្វនិករមានជីវិតទាំងអស់ នៅពេលដែលស្លាប់ទៅហើយ តែងតែមកកើតចាប់ជាតិជាថ្មីជានិច្ច តែដោយយោងទៅតាមអំពើអាក្រក់ (Bad karma) ដែលខ្លួនបានសាងពីអតីតជាតិមក ព្រលឹងខ្លះមិនអាចទៅចាប់ជាតិជាថ្មីបានឡើយ ហើយត្រូវជាប់នៅនឹងស្ថាននរក។ មួយឆ្នាំៗ ព្រលឹងអ្នកស្លាប់ទាំងនោះ ត្រូវបានស្ដេចយមរាជដោះលែងឲ្យមានសិរីភាពចំនួន១៥ថ្ងៃ ដើម្បីស្វែងរកញាតិសាច់សាលោហិតដែលនៅរស់, ដើម្បីភាវនាធម៌ និងដើម្បីសំដែងវិប្បដិសារីចំពោះអំពើដែលខ្លួនបានសាងពីជាតិមុនមក។ ដប់ប្រាំថ្ងៃដែលពុទ្ធសាសនិកជនប្រារព្ធពិធីកាន់បិណ្ឌ គឺជាពេលដែលសាច់សារលោហិតដែលនៅរស់ទាំងអស់ នាំគ្នារំលឹកទៅដល់បុព្វការីជនរបស់ខ្លួនដែលលោកបានធ្វើអនិច្ចកម្មទៅ ដោយរៀបចំម្ហូបចំណីសែនព្រេនជូនទៅដល់

---

[18] យោងតាមប្រសាសន៍ លោកព្រឹទ្ធាចារ្យ មៀច-ប៉ុន ទីប្រឹក្សាក្រុមជំនុំទំនៀមទំលាប់ខ្មែរ នៃពុទ្ធសាសនបណ្ឌិត៖ "បុណ្យភ្ជុំបិណ្ឌនេះមានប្រភពចេញមកពីទស្សនះព្រលឹងនិយម មិនមែនមកពីព្រះពុទ្ធសាសនាទេ។ ព្រោះថា កាលពីបុព្វសម័យនៅពេលដែលសង្គមខ្មែរយើងមិនទាន់បានទទួលឥទ្ធិពលព្រហ្មញ្ញសាសនា និង ព្រះពុទ្ធសាសនាមកពីប្រទេសឥណ្ឌានៅឡើយនោះ ខ្មែរយើងបានកាន់សាសនាមួយ ហៅថាសាសនាព្រលឹងនិយម គឺមានន័យថាគោរពព្រលឹងដូនតា។ មូលហេតុដែលបង្កើតឲ្យមានបុណ្យភ្ជុំបិណ្ឌនេះ ដោយខ្មែរយើងជាពូជសាសន៍មួយ ដែលតែងតែលើកដំកើងខ្ពស់នូវគុណូបការៈ និងគុណរបស់ អ្នកមានគុណទាំងឡាយ មានបុព្វការីជន មាតាបិតា ជីដូនជីតា ញាតិការប្រាំពីរសន្តាន។ មិនគ្រាន់តែលើកដំកើងគុណប៉ុណ្ណោះទេ យើងបាននាំគ្នារៀបចំធ្វើពិធីតបស្នងសងគុណលោកតាមការសែនព្រេនជាចំណីអាហារ ជាពិសេសបាយបិណ្ឌ។ បាយបិណ្ឌគឺ ជាបាយដំណើបលាយល្ងរខ្មៅ ដែលជាចំណីខ្មែរយើងនិយមណាស់តាំងតែពីមុនសម័យអង្គររហូតរៀងមក។ ក្រោយមកទៀត យើងបានប្រារព្ធធ្វើពិធីសែនបាយបិណ្ឌនេះនៅក្នុងរជ្ជកាលព្រះបាទយសោវរ្ម័ន (ពីគ្រឹស្តរាជ៨៨៩ ដល់ គ្រឹស្តរាជ៩១០)។ ការប្រារព្ធធ្វើពិធីបូជាបាយបិណ្ឌជាកិច្ចរំលឹកដល់វិញ្ញាណខ័ន្ធអ្នកស្លាប់ក្នុងចំបាំង។ ព្រោះថា ខ្មែរយើងលើកគុណសម្បត្តិខ្ពស់ណាស់ ចំពោះវិរជនស្នេហាជាតិ ដែលលោកបានបូជាជីវិតនៅក្នុងសង្គ្រាម។ នៅពេលដែលគេប្រារព្ធធ្វើពិធីសែនបាយបិណ្ឌ គឺគេគោរពបូជាដល់ វិញ្ញាណខ័ន្ធវិរបុរសដែលបានស្លាប់ក្នុងចំបាំងផង និងចំពោះព្រលឹងខ្មោចដែលគ្មានញាតិមិត្តផង។ បន្ទាប់មក នៅក្រោយសម័យអង្គរ ខ្មែរយើងបានគោរពបូជាកាន់ព្រះពុទ្ធសាសនាយ៉ាងពេញទំហឹង ហើយពេលនោះខ្មែរយើងមានគំនិតមួយចង់ផ្សាភ្ជាប់បញ្ចូល បុណ្យប្រពៃណីភ្ជុំបិណ្ឌនេះជាមួយនឹងព្រះពុទ្ធសាសនា ដោយបានខំរិះរកអត្ថន័យ និងមធ្យោបាយណាមួយ ដែលសមទំនងមកអនុវត្តប្រើ។ ពេលនោះ អ្នកប្រាជ្ញខាងព្រះពុទ្ធសាសនាខ្មែរយើងបានគិតឃើញថា នៅរដូវវស្សាជារដូវភ្លៀងជោគជាំ ដែលជាពេលធ្វើឲ្យមានការលំបាកជាខ្លាំងក្នុងការធ្វើដំណើរទៅមកពីកន្លែងមួយទៅកន្លែង។ នៅតាមផ្លូវនាៗក៏មានភក់ជ្រាំ ហើយនៅពេលនោះសោត ព្រះសង្ឃត្រូវចូលព្រះវស្សាទៀតផង នៅពេលលោកនិមន្តចេញបិណ្ឌបាត្ររកចង្ហាន់ លោកត្រូវនិមន្តដើរកាត់ភ្លៀង លុយទឹក កាត់ភក់ កាត់ល្បប់ លំបាកលំប៊ិនយ៉ាងវេទនា។ ដូច្នេះ ដើម្បីធ្វើឲ្យព្រះសង្ឃលោកមានការងាយស្រួលក្នុងជីវភាពរស់នៅ ពុទ្ធបរិស័ទក៏នាំគ្នាសន្មត់យក ថ្ងៃ១រោជ ខែភទ្របទ ដល់ថ្ងៃ១៥រោជ ខែភទ្របទ ជាថ្ងៃកាន់បិណ្ឌ និងភ្ជុំបិណ្ឌដើម្បីឧបត្ថម្ភដល់ព្រះសង្ឃដែលគង់ចាំព្រះវស្សានៅក្នុងអាវាសណាមួយ។ ប៉ុន្តែសូមចាំថា នៅក្នុងគម្ពីរព្រះត្រៃបិដកព្រះពុទ្ធសាសនាមិនបានកំណត់ថា យើងត្រូវប្រារព្ធធ្វើពិធីកាន់បិណ្ឌពីថ្ងៃណាដល់ខែណាឡើយ។"

ព្រលឹងដែលទទួលទុក្ខទោសជាប់នៅឯស្ថាននរកយ៉ាងស្រេកឃ្លានទាំងនោះ។ ជាពិសេសថែមទៀត ពេលនោះជាឱកាសល្អសំរាប់សាច់សារលោហិតដែលនៅមានជីវិតរស់ទាំងអស់ អាចភាវនាធម៌ និងឱទ្ទិសមគ្គផលកុសល ផលបុណ្យជូនទៅដល់ព្រលឹងនៃបុព្វការីជនរបស់ខ្លួនសូមឲ្យឆាប់រួចទុក្ខទោស ដើម្បីនឹងអាចទៅចាប់ជាតិកំណើតជាថ្មីបាន។ ភ្ជុំបិណ្ឌមានន័យថាប្រជុំបិណ្ឌ គឺប្រជុំមានន័យជាជួបជុំ ឬ ប្រមូលផ្តុំគ្នា ឯពាក្យបិណ្ឌមានន័យថាដុំ ម្ហូបអាហារ (ដុំបាយនំចំណី)។ ហើយបើរួមសេចក្តីទៅ ពាក្យថាភ្ជុំបិណ្ឌមានន័យថា ជួបជុំគ្នាធ្វើបុណ្យជូនទៅដល់ព្រលឹងនៃបុព្វការីជន។ ការប្រារព្ធពិធីកាន់បិណ្ឌនេះចាប់ផ្តើមឡើងនៅពាក់កណ្តាលខែកញ្ញា ហើយមានរហូតទៅដល់ចុងខែនៃសុរិយគតិ ប្រតិទិន គឺជាពេលវេលាដប់ប្រាំថ្ងៃដែលព្រលឹងដ៏សែនទុក្ខវេទនា និងការស្រេកឃ្លាននៃអ្នកស្លាប់ទាំងនោះត្រូវបានដោះលែងឲ្យមានសិរីភាពដើម្បីមករកជួបកូនចៅដែលនៅមានជីវិតរស់នៅ។

ថ្ងៃភ្ជុំបិណ្ឌជាថ្ងៃទីដប់ប្រាំ និងជាថ្ងៃចុងក្រោយដែលពុទ្ធសាសនិកជនទាំងប្រុសស្រីជាច្រើនសន្ធឹកសន្ធាប់ មកជួបជុំគ្នានៅតាមវត្តអារាម ដើម្បីប្រារព្ធធ្វើបុណ្យភ្ជុំ ដោយមានម្ហូបចំណីពោរពាសប្រគេនដល់ព្រះសង្ឃ និងជាភោជនាហាររួមសំរាប់គេទាំងអស់គ្នានៅពេលនោះផងដែរ។ ថ្ងៃនីមួយៗ ចាប់តាំងពីថ្ងៃកាន់បិណ្ឌទីមួយទៅដល់ថ្ងៃទីដប់ប្រាំក៏ជាថ្ងៃសំខាន់ដែរ។ ពីមួយថ្ងៃ ទៅមួយថ្ងៃ ក្នុងរយៈពេលដប់បួនថ្ងៃ មានគ្រួសារជាច្រើនបានបណ្តាក់វេនគ្នាកាន់បិណ្ឌនៅឯវត្ត។ ហើយថ្ងៃទាំងដប់បួនមុនថ្ងៃភ្ជុំបិណ្ឌនេះ គេហៅថាជាថ្ងៃកាន់បិណ្ឌ។

មុនថ្ងៃដល់វេនរបស់ខ្លួន គ្រួសារ និងមិត្តជិតស្និទ្ធនៃអ្នកកាន់វេន នឹងត្រូវទៅវត្តដើម្បីប្រុងប្រៀបរៀបចំសំរាប់ថ្ងៃវេនរបស់ខ្លួន។ នៅពេលដែលប្រុងប្រៀបរៀបចំនោះ កោដ្ឋដាក់ធាតុបុព្វការីជនរបស់ខ្លួនដែលគេបានរក្សាទុកនៅក្នុងទីវត្ត ក៏ត្រូវបានគេយកមកជុសសំអាត ហើយយកទៅដាក់នៅក្នុងព្រះវិហារ (កន្លែងជួបជុំគ្នាសមាទានសីល)។ ហើយ ឈ្មោះរបស់បុព្វការីជនទាំងអស់ក៏បានកត់ត្រានៅបញ្ជីអញ្ជើញមួយ។ បញ្ជីអញ្ជើញនេះសំខាន់ណាស់ ព្រោះថាព្រលឹងខ្មោចទាំងនោះ នឹងមិនអាចទទួលបាននូវកុសលផលបុណ្យដែលកូនចៅបានបញ្ជូនទៅឲ្យពួកគាត់ឡើយ ប្រសិនបើគ្មានកូនចៅដែលនៅរស់ណាម្នាក់ចុះឈ្មោះពួកគាត់នៅក្នុងបញ្ជីអញ្ជើញនោះទេ។ នៅពេលល្ងាចនៃថ្ងៃប្រុងប្រៀបនោះ ក្រុមគ្រួសារ និងមិត្តភក្តិរបស់អ្នកត្រូវកាន់បិណ្ឌ នឹងទៅជួបជុំគ្នានៅឯព្រះវិហារជាមួយព្រះសង្ឃដើម្បីធ្វើសមាធិ និងសូត្រធម៌សមាទានសីល។ ព្រះសង្ឃនឹងសំដែងព្រះធម្មទេសនាណែនាំ និងប្រោះព្រំប្រសិទ្ធពរជ័យដល់អ្នកមានវត្តមានទាំងអស់នៅពេលនោះ។

ស្អែកឡើងមុនពេលព្រះអាទិត្យរះនៅថ្ងៃកាន់បិណ្ឌ ម្ហូបចំណីពិសេសៗជាច្រើនមុខត្រូវបានចំអិនសំរាប់ដាក់សែនព្រេនជូនដល់ដូនតាដែលលោកបានចាកឋានទៅ។ ម្ហូបចំណីជាច្រើនមុខ, ច្រើនរសជាតិ និងច្រើនពណ៌គ្រប់បែបយ៉ាងដែលដូនតាចូលចិត្តក៏ត្រូវបានរៀបចំដាក់ជូនយ៉ាងពោរពាស។ មានតាំងតែពីនំអន្សម រហូតទៅដល់អាម៉ុក។ ហើយជាអកប្បកិរិយាដែលប្រកបទៅដោយករុណាធម៌ អ្នកដែលកាន់បិណ្ឌ ក៏បានធ្វើជាបាយបិណ្ឌដោយពូតបាយដំណើបជាមួយគ្រាប់ល្ងជាដុំៗ ហើយបាចគ្រវែងចោលទៅតាមទីកន្លែងងងឹតនាៗនៅក្នុងទីធ្លាវត្ត សំរាប់ចែកចាយទៅឲ្យព្រលឹងខ្មោចស្រេកឃ្លានទាំងឡាយ ដែលមិនមានញាតិសាច់សាលោហិតនៅរស់ធ្វើបុណ្យបញ្ជូនឲ្យដល់ពួកគេ។

នៅមុនថ្ងៃត្រង់នៃថ្ងៃកាន់បិណ្ឌនោះ ទៀន និងធូបជាច្រើនត្រូវបានគេដុតឡើងភ្លឺព្រោងព្រាត ហើយម្ហូបចំណីជាច្រើនត្រូវបានគេរៀបចំជាចង្ហាន់ប្រគេនដល់ព្រះសង្ឃគ្រប់អង្គ។ បញ្ជីឈ្មោះដូនតា និងបងប្អូនដែលចាកស្ថានទៅ ក៏ត្រូវបានគេអានឡើង រួចហើយគេក៏ដុតបញ្ជីនោះឲ្យទៅជាផេះ។ លំអានឈ្មោះ និងការដុតបញ្ជីឈ្មោះគឺជាការប្រារព្ធពិធីមួយដើម្បីរំលឹក និងនាំផ្លូវដល់ព្រលឹងដូនតាទាំងនោះឲ្យបានមកទទួលសំណែន

សែនព្រេន ដែលកូនចៅបានបញ្ជូនមគ្គផលទៅជូន។ បន្ទាប់ពីព្រះសង្ឃបានឆាន់ចង្ហាន់រួចហើយ លោកក៏ចាប់ផ្តើមសូត្រមន្តប្រសិទ្ធីពរនូវសព្ទសាធុការ និងប្រោះព្រំទឹកមន្តដល់ក្រុមគ្រួសារអ្នកកាន់បិណ្ឌ, ជនានុជន ព្រមទាំងព្រលឹងដូនតាទាំងអស់ដែលបានមកចូលរួមនៅក្នុងពេលនោះ។ ថ្ងៃកាន់បិណ្ឌជាពេលដែលយើងត្រូវចងចាំ និងជាឱកាសដែលយើងត្រូវសន្សំកុសល ផលបុណ្យឲ្យបានច្រើនដើម្បីបញ្ជូនទៅដល់ដូនតារបស់យើង ដែលលោកបានចែកស្ថានទៅហើយ។

ថ្ងៃកាន់បិណ្ឌចេះតែប្រារព្ធជាបន្តបន្ទាប់ចំនួនដប់បួនថ្ងៃ។ នៅថ្ងៃទីដប់ប្រាំជាថ្ងៃបុណ្យភ្ជុំបិណ្ឌ គ្រួសារទាំងឡាយនាំគ្នារៀបចំម្ហូបអាហារធ្វើចង្ហាន់ប្រគេនដល់ព្រះសង្ឃនៅតាមវត្តអារាមនានា ដើម្បីរំលឹកដល់វិញ្ញាណខ័ន្ធរបស់បុព្វការីជនរបស់ខ្លួនដែលលោកបានចែកស្ថានទៅហើយ និងជួបជុំគ្នាទទួលទានភោជនាហាររួមនៅក្នុងឱកាសប្រារព្ធពិធីបុណ្យភ្ជុំបិណ្ឌនោះដែរ។ ថ្ងៃនេះសំខាន់ណាស់ ព្រោះថា ប្រសិនបើដូនតាណាម្នាក់ដែលបានស្លាប់ទៅ ហើយចាប់កំណើតជាប្រេត នរកដោយសារតែបាបកម្មរបស់លោកដែលបានសាងនោះ ថ្ងៃភ្ជុំបិណ្ឌនេះជាថ្ងៃតែមួយគត់ដែលប្រេត នរក (Priad) ទាំងនោះអាចទទួលសំណែន និងកុសលផលបុណ្យបានពីកូនចៅដែលធ្វើបញ្ជូនទៅដល់លោក។ ប្រេត នរក (Priad) ជាព្រលឹងយ៉ាងសែនវេទនានៃខ្មោចអាសូរិកាយទាំងឡាយដែល បានសាងបាបកម្មអាក្រក់កាលពីនៅរស់។ ខ្មោចប្រេត នរកនេះមិនមែនដូចខ្មោចដទៃទៀតទេ គឺគេខ្លាចពន្លឺភ្លើង ហើយគេនឹងអាចទទួលកុសលផលបុណ្យ និងសំណែនពីកូនចៅដែលធ្វើបញ្ជូនទៅដល់គេបានតែនៅថ្ងៃដែលងងឹតគ្មានពន្លឺ (ថ្ងៃ១៥ រោចនៃប្រតិទិនចន្ទគតិ) ឬ ជាថ្ងៃភ្ជុំបិណ្ឌ។

ការចូលរួមប្រារព្ធធ្វើពិធីបុណ្យភ្ជុំបិណ្ឌ ទោះជាអ្នកកាន់បិណ្ឌ ឬគ្រាន់តែជាអ្នកចូលរួមក៏ដោយ ទាំងនេះសុទ្ធតែជាទិដ្ឋភាពដ៏សំខាន់មួយសំរាប់ប្រពៃណីខ្មែរយើង។ ថ្ងៃបុណ្យភ្ជុំបិណ្ឌជាពេលវេលាដែលយើងបានជួបជុំគ្នា និងជាថ្ងៃដែលយើងត្រូវចងចាំមិនអាចបំភ្លេចបាន។ ថ្ងៃបុណ្យភ្ជុំបិណ្ឌក៏ជាឱកាសដែលយើងត្រូវសំដែងនូវសេចក្តីស្រឡាញ់ និងការពេញចិត្តពេញថ្លើមរបស់យើងចំពោះបុព្វការីជន។ ដោយការសែនព្រេននូវចំណីអាហារ និងការឧទ្ទិសមគ្គផលជូនដល់ព្រលឹងដូនតា ដែលប្រហែលជាលោកបានទៅចាប់កំណើតឯស្ថាននរក ដែលកូនចៅបានធ្វើ នឹងអាចជួយសំរាលទុក្ខទោស និងជួយណែនាំផ្លូវដល់ព្រលឹងពួកលោកឲ្យទៅរកចាប់ជាតិក្នុងវាលវដ្តសង្សារបាន។ បន្ទាប់ពីដូនតាបានទៅចាប់ជាតិជាថ្មីហើយ លោកអាចមានឱកាសធ្វើបុណ្យសន្សំកុសលដោយខ្លួនឯង ហើយនឹងអាចប្រាថ្នាស្វែងរកបាននូវសេចក្តីសុខសប្បាយក្នុងផ្លូវសាសនា ដែលជាពរសព្ទសាធុការកូនចៅទាំងអស់គ្នាតែងតែប្រាថ្នាសុំឲ្យកើតមានដល់ចំពោះបុព្វការីជនរបស់គេគ្រប់ៗគ្នាក្នុងពិធីបុណ្យភ្ជុំបិណ្ឌនេះ ។

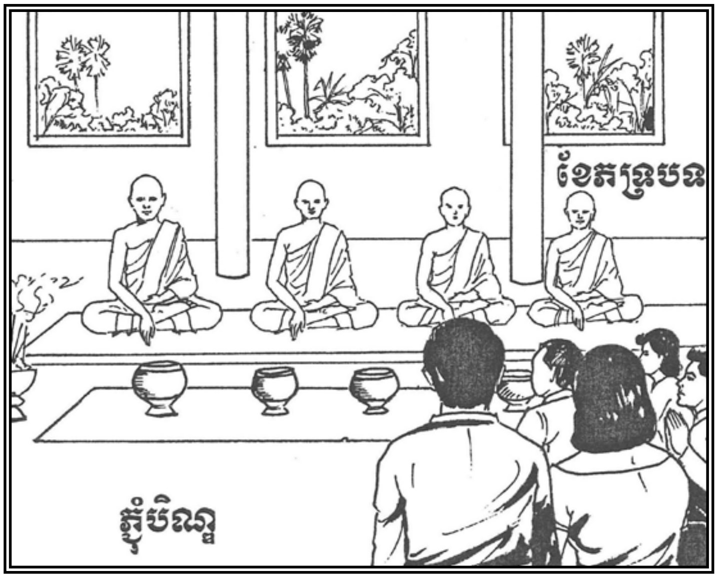
5. **Prachum Benda**[19] *(Ancestors' Day)*

Cambodians believe that although most living creatures are reincarnated at death, due to bad karma, some souls are not reincarnated but rather remain trapped in the spirit world. Each year, for fifteen days, these souls are released from the spirit world to search for their living relatives, meditate and repent. The fifteen-day observance of *Prachum Benda*, or Ancestors' Day,is a time for living relatives to remember their ancestors and offer food to those unfortunate enough to have become trapped in the spirit world. Furthermore, it is an important opportunity for living relatives to meditate and pray to help reduce the bad karma of their ancestors, thus enabling the ancestors to become reincarnated and leave the torment and misery of the spirit

[19] Cambodian Institue: Researched and written by Vathany Say

world. *Prachum Benda*, better known colloquially as *Pchum Ben in Khmer*, may be translated as "gathering together to make offerings" (*prachum* meaning "gathering together" and *benda* meaning "offering"). The observance usually begins in mid-September and lasts an entire lunar cycle, constituting the fifteen days that ancestral spirits are given to visit their living relatives.

Pchum Ben is the fifteenth and final day of the observance and consists of a large gathering of laity for festivities at the local Buddhist temple. Each day leading up to the fifteenth, however, is also important and special. Different families host services at the temple on each of the fourteen days prior to the final celebration. The days leading up to *Pchum Ben* are known as *Kann Ben* (*kann* meaning "hosting or holding") and are numbered one through fourteen accordingly.



Prachum Benda (Ancestors' Day)

Prior to the day a family or families are scheduled to host a *Kann Ben*, relatives and close family friends will go to the temple to make preparations. During the preparations, urns of ancestors, traditionally kept on temple grounds, are polished and brought to the *viheara* (the main chanting room). Also, the names of ancestors are recorded onto an invitation list. This is important because spirits cannot receive offerings unless they are first invited to do so by living relatives. In the evening, the host family and other participants will join the monks in the *viheara* for meditation and chanting. The monks will then pass on the Buddha's teachings, as well as offer blessings and guidance to those present.

Before sunrise on the morning of the *Kann Ben*, special food is prepared for the ancestral spirits to enjoy. Favorite dishes of various flavors and colors are offered. They range from the simple and traditional *nom ansom* (sticky rice wrapped in banana leaves with assorted fillings) to the more elaborate and rich *amok* (steamed fish fillet marinated in a complex mix of spices and herbs). As a gesture of kindness, the hosts also prepare *bai ben* (steamed sticky rice mixed with sesame seeds and then formed into balls) to be thrown into shaded areas about the temple grounds. This mixture is an offering to the hungry souls who have been forgotten or no longer have living relatives to make them offerings.

Before noon on *Kann Ben*, candles and incense are lit and the various dishes are offered to the monks. The prepared list of names is then recited and burned. The reading and burning of the list is a ritual performed to alert and direct the wandering souls to the location of their families. It is an invitation for the ancestral spirits to join their living relatives as they commemorate life. After consuming the proffered meal, the monks continue to chant blessings, sprinkling (or showering) holy water onto the families and their visiting ancestral spirits. The *Kann Ben* is a time of remembrance and an opportunity to accumulate good karma on behalf of one's ancestors.

The rituals of *Kann Ben* continue for fourteen days. On the fifteenth day, the traditionally observed *Pchum Ben*, families in the local area gather to perform the same ritual of ancestral remembrance and offer an immense communal feast. This day is especially important because if any ancestors are unfortunate enough to have become Priad spirits, it is the only day that they may receive offerings of food and benefit from the good karma earned by their relatives. Priads are the most miserable of all souls due to their exceptional bad karma. Unlike other spirits, *Priads* fear light and can only receive prayers, food and be reunited with their living relatives during the darkest day of this lunar cycle, the day of *Pchum Ben*. Participating in the *Pchum Ben*, whether as a host or participant, is a very important aspect of Cambodian culture. It is a time of reunion and commemoration. It is a time to express love and appreciation for one's ancestors. By offering food and good karma to those possibly trapped in the spirit world, living relatives help assuage their misery and guide them back into the cycle of reincarnation. After the ancestors are reincarnated, they have the opportunity to accumulate good karma on their own and look forward to attaining a peaceful inner spirit, which is the best blessing a living relative can wish for their ancestors.

៦ - បុណ្យចេញព្រះវស្សា (Vassa Termination Or Vassa Out)

បុណ្យចេញព្រះវស្សាតាមប្រពៃណីត្រូវចប់នៅថ្ងៃពេញបូណ៌មីខែអស្សុជ (ជាធម្មតានៅខែតុលា)។ បុណ្យចេញព្រះវស្សាជាថ្ងៃដែលព្រះសង្ឃបញ្ចប់ការហាត់រៀន (Vassa retreat) ធ្វើសមាធិកម្មដ្ឋាន និងសិក្សាព្រះបរិយត្តិធម៌ (ធម្មវិន័យ) ដែលមានរយៈពេលបីខែជារៀងរាល់រដូវវស្សា ដោយបានគង់នៅតែមួយកន្លែងក្នុងទីអារាម ឬ អាវាសណាមួយ។ ដោយយោងទៅតាមជំនឿ ពុទ្ធសាសនិកជនជឿថា ព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធលោកបានយាងចុះពីស្ថានសួគ៌តាវតឹង្សានៅថ្ងៃចេញព្រះវស្សានេះ បន្ទាប់ពីទ្រង់បានសំដែងព្រះធម៌ (Abhidhamma) ចំនួនបីខែប្រោសដល់ព្រះពុទ្ធមាតា។

6. **Vassa Termination**

Vassa traditionally ends on the full moon day of the month of Assayuja (generally in October). It is the day when Buddhist monks celebrate the termination of Vassa retreat after confining themselves for three months in the temple. According to Buddhist believe, the Buddha descended on that day from the Tavattingsa, Heaven after he had preached on the Abhidhamma to his mother for three months.

៧ - បុណ្យកឋិនទាន[២០] (Kathina)

បុណ្យកឋិនទានជាពិធីបុណ្យពិសេសមួយដែលមានកំណត់ពេលត្រូវធ្វើបានក្នុងរយៈពេលមួយខែ ហើយគេតែងតែប្រារព្ធធ្វើបានគ្រប់ពេល ចាប់ពីថ្ងៃមួយរោចខែតុលា រហូតដល់ថ្ងៃពេញបូណ៌មី ខែវិច្ឆិកា។ បុណ្យកឋិនទានអាចប្រារព្ធធ្វើបាន នៅថ្ងៃបន្ទាប់ពីចេញព្រះវស្សា ជាថ្ងៃដែលព្រះសង្ឃបញ្ចប់ការហាត់រៀន (Vassa retreat) ធ្វើសមាធិកម្មដ្ឋាន និងសិក្សាព្រះបរិយត្តិធម៌ (ធម្មវិន័យ) ដែលមានរយៈពេលបីខែ។ នៅគ្រប់វត្តព្រះពុទ្ធសាសនា

---

[20] ពាក្យថា កឋិនស័ព្ទនេះ បើតាមអដ្ឋកថាលោកសំដៅយក ពុទ្ធដីកាដែលសម្មាសម្ពុទ្ធទ្រង់សម្ដែង បញ្ញត្តិទុកថា ការរួបរួមរូបធម៌ និងនាមធម៌ ហៅថាកឋិន។ កឋិននេះ លោកពន្យល់ថា មកពី កឋ: ធាតុដែលប្រព្រឹត្តទៅក្នុងអត្ថពីរយ៉ាងគឺ

១- ប្រែថារស់នៅបានដោយកម្រ សមដូច វិគ្គហៈថា កថតិ កិច្ឆេន ជីវតីតិ>កឋិនោ សភាវឯណា រស់នៅបានដោយកម្រ សភាវនោះ ហៅថា កឋិន ព្រោះលោកប្រៀបថា ដូចជាឈើស្ងួត ដែលបុគ្គលកាត់ចេញចាកដើម ហើយយកទៅបោះភ្ជាប់នឹងផែនដី រមែងដុះលូតលាស់ ឫរស់ នៅបានដោយកម្រយ៉ាងណា ឯកិច្ចដែលនឹងកើត ឡើងឫតាំងនៅជាកឋិនពេញទី គឺបានដោយ កម្រពន់ពេកណាស់ ក៏យ៉ាងនោះដែរ។

២-ប្រែថា ពោលសរសើរ ព្រោះចីវរទានដែលយើងបានសាងជាកឋិននោះ ជាទានវិសេសជាង ទានដទៃៗ ដែលព្រះអរិយបុគ្គលទាំងឡាយ មានព្រះសម្ពុទ្ធជាប្រធាន តែងពោលសរសើរ ថាជាទានវិសេសអាចរួបរួម ឫសង្គ្រោះទុក នូវអានិសង្ស ៥ យ៉ាងរបស់ភិក្ខុអ្នកក្រាលគ្រង មិនឲ្យទៅកាន់ទីដទៃបាន សមដូចបទវិគ្គហៈថា បញ្ច អានិសំសេ អញ្ញត្ថ ទន្តុំ អាទត្វា កថតិ សង្គណ្ហាតីតិ> កឋិនំ ធម្មជាតិឯណា ក្រៀកទុក ឫសង្គ្រោះទុក នូវអានិសង្សទាំងប្រាំ មិនឲ្យទៅ ក្នុងទីដទៃបាន ធម្មជាតិនោះ ឈ្មោះថា កឋិន។ កឋិននេះ អាចឲ្យសម្រេចអានិសង្ស ដល់បុគ្គល ទាំងពីរផ្នែក គឺទាយកអ្នកឲ្យ ក៏ត្រូវបានអានិសង្សច្រើន ត្រូវទទួលផលប្រយោជន៍ក្នុងពេល អនាគតដែលត្រូវបាន មានការទទួលនូវសម្បត្តិក្នុងឋានទេវលោកជាដើម ចំណែកបដិគ្គាហកៈ ព្រមទាំងព្រះសង្ឃដែលបានអនុមោទមា ក៏បានអានិសង្សទាំងប្រាំប្រការ ពេញលេញ គ្រប់គ្រាន់ ដរាបដល់រយៈកាលនៃកឋិនខេត្ត។ មូលហេតុដែលនាំឲ្យកើតឡើងកឋិននេះ ដោយមាននិទានថាៈ សម័យមួយនោះ នៅក្នុងរវាងមជ្ឈិមពោធិកាល ព្រះមានព្រះភាគ ទ្រង់គង់នៅក្នុងវត្តជេតពន ដែលជា អារាមរបស់អនាថបណ្ឌិកសេដ្ឋីសាងថ្វាយទៀបក្រុងសាវត្ថី គ្រានោះមានភិក្ខុ ៣០ អង្គឈ្មោះថា ភទ្ទវគ្គិយត្ថេរ ក្នុងដែនបាថេយ្យ ជាអ្នកប្រព្រឹត្តនៅក្នុងព្រៃជាវត្ត ។ល។ ក៏នាំគ្នាចេញ អំពីទីនោះមកកាន់ក្រុងសាវត្ថី ដើម្បីគាល់ព្រះដ៏មានព្រះភាគ ទើបតែមកដល់ពាក់កណ្ដាលផ្លូវ ជួនជាដល់ថ្ងៃចូលព្រះវស្សា នឹងស្រូតមកទៀតមិនទាន់ ក៏នាំគ្នាស្វែងរកសេនាសន; នៅចាំវស្សា ទៀបក្រុងសាកេតនាពាក់កណ្ដាលផ្លូវនោះទៅ។ ភិក្ខុទាំងនោះ មានសេចក្ដីអផ្សុកជាខ្លាំង ដោយគិតឃើញថា ព្រះដ៏មានព្រះភាគ ទ្រង់គង់នៅក្នុងទីជិតចម្ងាយ ៦ យោជន៍ទៀតសោះ មិនសមបើយើងទាំងឡាយស្កុនដំណើរ មិនបានទៅគាល់បម្រើព្រះអង្គ។ លុះដល់ថ្ងៃ ចេញវស្សា បវារណាស្រេចហើយ លោកក៏នាំគ្នាស្រូតចេញពីទីនោះមកទៀត។ ទទួលរដូវនោះនៅមានភ្លៀងរលឹមជោគជាំនៅឡើយ តាមផ្លូវដែលទៅមក ពោរពាសទៅដោយទឹក និងភក់ រអិលប៉ប៉ិចប៉ប៉ាច់ ។ល។ លុះដល់ក្រុងសាវត្ថីហើយ ចូលទៅកាន់វត្តជេតពន ដែលព្រះមាន ព្រះភាគទ្រង់គង់នៅ ក្រាបថ្វាយបង្គំព្រះមានព្រះភាគរួចស្រេចហើយ ក៏អង្គុយក្នុងទីដ៏សមគួរ។ លំដាប់នោះ ព្រះមានព្រះភាគ ទ្រង់មានព្រះបន្ទូលរាក់ទាក់ទៅរកភិក្ខុទាំងនោះថា ម្នាលភិក្ខុ ទាំងឡាយ សរីយន្តរបស់អ្នកទាំងឡាយ ល្មមអត់សង្កត់បានឫទេ? ល្មមប្រព្រឹត្តទៅបានឫទេ? អ្នកទាំងឡាយមានសេចក្ដីព្រមព្រៀងគ្នា ស្មោះត្រង់ ឥតមានសេចក្ដីវិវាទទាស់ទែងគ្នាឫទេ? ភិក្ខុទាំងឡាយនោះ ក្រាបទូលតាមដំណើររួចហើយ ក៏ក្រាបទូលសេចក្ដីលំបាករបស់ខ្លួន ដែលមកតាមផ្លូវដោយសព្វគ្រប់តាមដំណើរ។ លំដាប់នោះព្រះដ៏មានព្រះភាគ ទ្រង់សំដែងធម្មី កថា ប្រារព្ធអំពីវដ្ដសង្សារមិនមានទីបំផុត ប្រោសប្រទានភិក្ខុទាំងនោះ លុះចប់ធម៌ហើយ ភិក្ខុទាំងនោះ ក៏បានជាព្រះអរហន្តទាំងអស់អង្គ ហើយនាំគ្នាហោះតាមអាកាសទៅកាន់ទីលំនៅ របស់ខ្លួនអស់ទៅ។ បន្ទាប់ពីនោះមកព្រះមានព្រះភាគទ្រង់មានព្រះតម្រិះថា ប្រសិនបើជា តថាគតបានតែងតាំងកឋិនត្ថារកិច្ចទុកអំពីគ្រាមុន ម្លេះសមភិក្ខុទាំងនោះ នឹងបានលះចីវរមួយ ទុកនៅនឹងកន្លែងជាប់មកតែស្បង់ចីពរប៉ុណ្ណោះ នឹងមានអត្តភាពស្រាល មិនលំបាកយ៉ាងនេះ សោះឡើយ ហើយកឋិនត្ថារកិច្ចនេះសោត ព្រះពុទ្ធទាំងឡាយរាល់ព្រះអង្គ តែងទ្រង់អនុញ្ញាតិទុក ដល់សាវ័កពុំដែលលះបង់ផង ។ ព្រះមានជោគទ្រង់ព្រះតម្រិះដូច្នេះហើយ ទើបទ្រង់ត្រាស់ហៅ ភិក្ខុទាំងឡាយមក ទ្រង់អនុញ្ញាតកឋិនត្ថារកិច្ចនេះ ដោយព្រះពុទ្ធដីកាថាៈ អនុជានាមិ ភិក្ខវេ វស្សំ វុដ្ឋានំ ភិក្ខូនំ កឋិនំ អត្ថរិតុំ អត្ថត កឋិនានំ វោ ភិក្ខវេ បញ្ច កប្បិស្សន្តំ។ ប្រែថា ម្នាលភិក្ខុទាំងឡាយ តថាគតអនុញ្ញាតឲ្យភិក្ខុទាំងឡាយ ដែលបាននៅចាំវស្សារួចហើយ ទទួលក្រាលកឋិន ម្នាលភិក្ខុទាំងឡាយ កាលបើភិក្ខុទាំងឡាយ បានក្រាលកឋិនហើយ នឹងបាន សម្រេចអានិសង្ស៥ប្រការៈ មានសំដែងពិស្ដារ នៅក្នុងវិន័យបិដក មហាវគ្គ តតិយភាគ លេខ២៨ ត្រង់កឋិនក្ខន្ធកៈ កឋិនទានានិសង្សកថា យេ ជនា សុខមិច្ឆន្តា ទត្វាន កឋិនចីវរំ តេបិ ទុក្ខា បមុញ្ចន្តុ ភុត្វា ទេវេសុ មនុស្សេសុ នរកាទីនំ ន ជាយន្តិ កឋិនទានស្សិទំផលំ ឆ ទេវលោកេ ចិរំ ភុត្វា ទិព្វសម្បត្តិំ តតោ ចវិត្វា មនុស្សលោកេ រាជា ហោន្តិ មហព្វលា សត្តរតនសម្បន្នា ចតុទីបេសុ ឥស្សរា តេជនា សំសរន្តាបិ អបាយេ ន គមិស្សន្តិ ទ្វេ កុលេ ឧបបជ្ជន្តិ ខត្តិយេ ចាបិ ព្រាហ្មណេ ហីនេ កុលេ ន ជាយន្តិ កឋិនទានស្សិទំ ផលំ។ ប្រែថា ជនទាំងឡាយឯណា ប្រាថ្នានូវសេចក្ដីសុខ ឲ្យនូវចីវរ ដើម្បីកឋិនទាន ជនទាំងឡាយនោះឯង រមែងរួចចាកទុក្ខក្នុងទេវតា និងមនុស្សទាំងឡាយ នឹងមិនទៅកើត ក្នុងអបាយទាំងឡាយ មាននរកជាដើម នេះជាផលរបស់កឋិនទាន ជនទាំងឡាយនោះ នឹងបានសោយនូវសម្បត្តិដ៏ជាទិព្វក្នុងទេវលោកទាំងប្រាំមួយជាន់ អស់កាល ដ៏យូរអង្វែង លុះច្យុតអំពីទេវលោកនោះមក នឹងបានជាស្ដេចក្នុងមនុស្សលោកនេះ ជាស្ដេចមានកម្លាំងច្រើន បរិបូណ៌ដោយរតនៈទាំងប្រាំពីរប្រការ នឹងបានជាធំក្នុងទ្វីបទាំងបួន កាលបើនៅអន្ទោលក្នុង មនុស្សលោកនេះ នឹងមិនបានទៅក្នុងអបាយ ទាំងឡាយ រមែងកើតក្នុងត្រកូលពីរ គឺ ខត្តិយត្រកូលមួយ ព្រាហ្មណត្រកូលមួយ មិនកើតក្នុងត្រកូលថោកទាបឡើយ នេះជាផល របស់កឋិនទាន ដែលជនទាំងឡាយបានកសាងហើយ។

**** ចំឡងទាំងស្រុងចេញពីសៀវភៅប្រជុំបុញ្ញប្រវត្តិ រៀបរៀងដោយ លោកបណ្ឌិត យីន វន់ ក្នុងទសវត្សទី៦០ ដោយៈ

ព្រះភិក្ខុ ខេមបាលោ អៀប ស៊ីម ចៅអធិការវត្ត វត្តសាមគ្គីសេរីរតនារាម ទីក្រុងកូឡំបាស់ រដ្ឋអូហាយូ, សហរដ្ឋអាមេរិក

ផ្នែកហីនយាន ព្រះសង្ឃគ្រប់ព្រះអង្គចាំបាច់ ត្រូវតែរៀនហ្វឹកហាត់យ៉ាងម៉ឺងម៉ាត់បំផុត ទាំងធ្វើសមាធិ និងសិក្សាព្រះបរិយត្តិធម៌ (ធម្មវិន័យ) ដែលជាការបង្ហាត់បង្រៀន និងជាវិន័យ (Dhamma-discipline or Dhamma-Vinaya) របស់ព្រះពុទ្ធជាម្ចាស់។ បុណ្យកឋិនជាពេលដែលពុទ្ធសាសនិកជនទាំងអស់ប្រគេនស្បង់ចីពរ និងសំភារៈចាំបាច់ផ្សេងៗដល់ព្រះសង្ឃដែលលោកបានគង់ចាំព្រះវស្សាអស់រយៈពេលបីខែមកហើយនោះ ឲ្យមានសំភារៈប្រចាំថ្ងៃប្រើប្រាស់គ្រប់គ្រាន់ឡើងវិញ។ ក្រៅពីស្បង់ចីពរថ្មី សៀវភៅធម៌ សំភារៈប្រើប្រាស់ក្នុងចង្ក្រាន, បច្ច័យ និងសំភារៈសំណង់ ក៏ត្រូវបានប្រគេនដល់ព្រះសង្ឃនៅពេលនោះដែរ។

បុណ្យកឋិនទានមានដំណាលមកយ៉ាងដូច្នេះ៖

កាលដែលភិក្ខុសង្ឃមួយក្រុមមានគ្នាសាមសិបអង្គ បានប្រាថ្នានាំគ្នានិមន្តទៅកាន់ព្រះវស្សា (Rainy season retreat) ជាមួយព្រះពុទ្ធជាម្ចាស់ តែភិក្ខុសង្ឃទាំងសាមសិបអង្គនោះត្រូវមានការពន្យាពេលហើយត្រូវបញ្ឈប់ការធ្វើដំណើរ ដោយត្រូវតែនាំគ្នាកាន់ព្រះវស្សានៅកន្លែងផ្សេងទៅវិញ។ នៅពេលចេញព្រះវស្សាភិក្ខុសង្ឃទាំងសាមសិបអង្គនោះលោកបាននិមន្តបន្តដំណើរទៅវត្តជេតពននៅនគរសាវត្ថី (Jetavana, Savatthi) ដែលជាអារាមរបស់អនាថបណ្ឌិកសេដ្ឋីសាងថ្វាយព្រះដ៏មានព្រះភាគដើម្បីទ្រង់គង់នៅ។ នៅពេលដែលព្រះភិក្ខុសង្ឃទាំងសាមសិបអង្គកំពុងបន្តដំណើរនោះក៏មានភ្លៀងធ្លាក់ជោគជាំ មានទឹកហូរពាសពេញគ្រប់ទីកន្លែង បង្កើតជាវាលភក់ល្បប់ធ្វើឲ្យមានការពិបាកក្នុងពេលធ្វើដំណើរនោះ។ នៅពេលដែលទៅដល់គោលដៅ ស្បង់ចីពរសង្ឃាដីត្រូវភ្លៀងទទឹកជោគ ហើយព្រះសង្ឃទាំងសាមសិបអង្គទៀតសោតក៏មានការល្ហើយល្ហឿយជាខ្លាំង។ ព្រះពុទ្ធជាម្ចាស់ទ្រង់បានឮការខកចិត្តរបស់ព្រះភិក្ខុសង្ឃទាំងនោះ។ ព្រះភិក្ខុសង្ឃទាំងសាមសិប អង្គក៏បានវិលត្រឡប់ទៅវិញបន្ទាប់ពីបានស្តាប់ព្រះធម៌ទេសនា។ បន្ទាប់មក ព្រះពុទ្ធជាម្ចាស់ទ្រង់បានអនុញ្ញាត កឋិនត្ថារកិច្ចដល់ព្រះភិក្ខុសង្ឃ ទើបទ្រង់ត្រាស់ហៅភិក្ខុទាំងឡាយដែលគង់នៅក្នុងវត្តជេតពនមកជួបជុំគ្នា ហើយទ្រង់មានព្រះពុទ្ធដីកាថា៖

ម្នាលភិក្ខុទាំងឡាយ តថាគតអនុញ្ញាតឲ្យភិក្ខុទាំងឡាយ ដែលបាននៅចាំវស្សារួចហើយ ទទួលក្រាលគ្រងកឋិន ម្នាលភិក្ខុទាំងឡាយ កាលបើភិក្ខុទាំងឡាយបានក្រាលគ្រងកឋិនហើយ នឹងបានសម្រេចអានិសង្ស៥ប្រការរហូត ផុតកំណត់នៅថ្ងៃពេញបូណ៌មីខែផល្គុន។

អានិសង្សប្រាំប្រការគឺ៖

១-អនាមន្តចារោទៅណាមកណាមិនបាច់លាភិក្ខុផងគ្នាមិនត្រូវអាបត្តិក្នុងចារិត្តសិក្ខាបទ អស់កំណត់៥ខែ។

២-អសមាទានចារោ ទៅណាមកណាមិនបាច់យកសង្ឃាដិ និងបាត្រទៅជាមួយទេមិនត្រូវអាបត្តិ ក្នុងទុតិយកឋិនសិក្ខាបទអស់កំណត់៥ខែ។

៣-គណភោជនំទទួលនិមន្តឆាន់គណៈភោជនទាំងឡាយបានមិនត្រូវអាបត្តិក្នុងភោជនសិក្ខាបទអស់កំណត់ប្រាំខែ។

៤-យាវទត្ថចីវរំ ទទួលទុកដាក់អតិរេកចីវរមិនបានវិកប្បមិនបានពិន្ទុលើសពី១០ថ្ងៃបានមិនត្រូវអាបត្តិបានចំនួនប្រាំខែ។

៥-យោចតត្ថចីវរុប្បាទោសោនេសំភវិស្សតិចីវរណា កើតក្នុងអារាមនោះចីវរនោះនឹងមានដល់ភិក្ខុទាំងឡាយ (អ្នកនៅចាំវស្សាក្នុងអារាម) នោះមានសិទ្ធទទួលនូវចីវរក្នុងអារាមនោះ ភិក្ខុមកពីក្រៅអារាមនោះពុំមានសិទ្ធទទូលចីវរនោះឡើយ។

ចាប់តាំងពីពេលនោះរៀងមក បុណ្យកឋិនទានបានក្លាយជាទំនាមទម្លាប់មួយ សំរាប់ពុទ្ធសាសនិកជន ដើម្បីយកចិត្តទុកដាក់ជួយឧបត្ថម្ភដល់ព្រះសង្ឃក្នុងការខ្វះខាត បន្ទាប់ពីលោកបានកាន់ព្រះវស្សា អស់រយះពេលបីខែកន្លងមក។ តែទោះជាយ៉ាងណា ព្រះសង្ឃដែលមិនបានកាន់ព្រះវស្សា មិនត្រូវបានរួមបញ្ចូលទេ។ ហើយព្រះសង្ឃ លោកក៏មិនអាចបិណ្ឌបាត្រសុំឲ្យពុទ្ធសាសនិកជនហែបុណ្យកឋិនទានចូលវត្ត ដែលលោកគង់នៅបានឡើយ។ ការហែបុណ្យកឋិនទាននេះ សំរេចទៅលើសទ្ធាជ្រះថ្លារបស់ពុទ្ធសាសនិកជនតែប៉ុណ្ណោះ។

7. **Kathina**[21]

Kathina is a festival month between the days after full moon in October lasting through the full moon of November. Kathina may be observed at the end of the Vassa[22], the three-month rains retreat. At Buddhist Theravada temples, monks have observed the Vassa as a period of intensive training in both meditation and study of the Dhamma-discipline or Dhamma-Vinaya, the Buddha's teaching and discipline. Kathina is when lay-people can make special offerings of robe and other requisites, to see that the basic needs of the monks are met. Besides new robes, Buddhist literature, kitchen equipment, financial contributions and building materials are also presented to monks on this occasion.

បុណ្យកឋិនទាន Kathina

This is how the Kathina originated: When a group of thirty bhikkhus were traveling together, intending to spent the Vassa (rainy season) with the Buddha, they were delayed and had to end their travels and retreat elsewhere. At the ending of Vassa they continued on their journey to Jetavana, Savatthi, where the lord was staying. It was raining and the waters were gathering, while swamp were forming. By the time the monks arrived at their destination, their robes were drenched and they were exhausted. Lord Buddha heard of their disappointment; thirty bhikkhus returned after Lord Buddha gave a sermon. Later Lord Buddha gave religious regulations to all monk in Jetavana monastery by addressing: "Monks, I allow monks who have completed

[21] Kathina Then and Now by Aggacitta Bhikkhu published by Buddha Dharma Education Association, Inc.
[22] Vassa is a Pali abbreviation for Vassāvāsa, which mean "rainy-season residence"

the vassa to spread kathina. Five privileges, monks will be allowable to you who have spread the kathina:

1 – Going (around) without having informed another monk for 5 months period without being violated the Dhamma Vinaya.

2 – Going (around) without taking Aml bowl and Double robes for 5 months period

3 – A group meal for 5 months period without being violated the Dhamma Vinaya.

4 – As many robes as you require (without having to determine or assign them according to Vinaya regulations)

5 – Exclusive right to Sanghika robes (the full set of three robes ត្រៃចីវរ) given at one's vassa monastery.

Since then it has become a tradition for Buddhist devotees to help in the fulfillment of this special provision. Monks who have not completed the rainy season retreat are, however, excluded from this privilege. The monks cannot request Kathina; so this is a ceremony that is entirely up to the initiative of lay-followers.

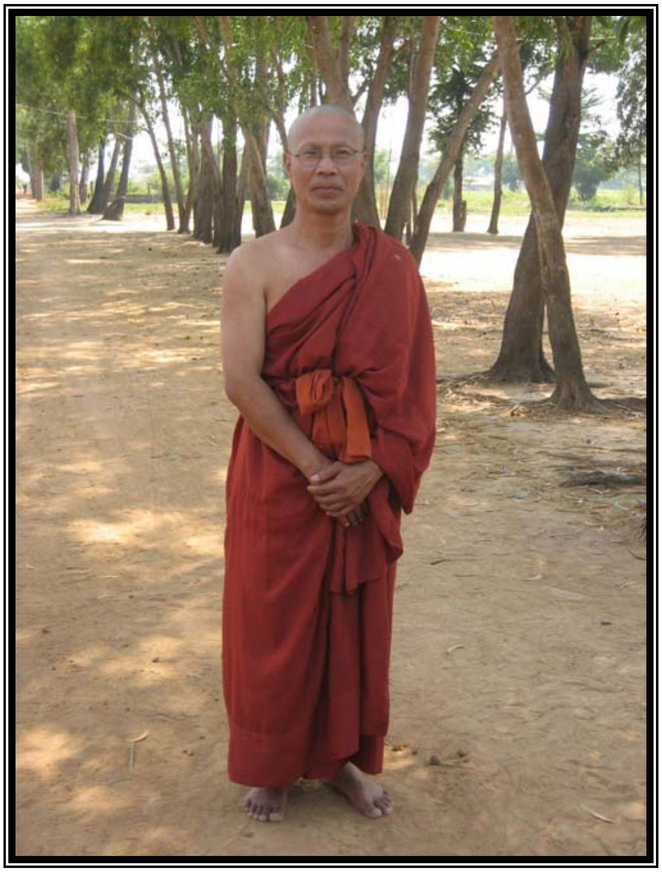
៨-បុណ្យអុំទូក លយប្រទីប អកអំបុក សំពះព្រះខែ[២៣] (Water Festival)

បុណ្យអុំទូក លយប្រទីប អកអំបុក សំពះព្រះខែ ជាបុណ្យប្រពៃណីខ្មែរសំខាន់ណាស់ និងមានជាប់ទាក់ទងជា មួយព្រះពុទ្ធសាសានាផង។ បុណ្យនេះគេធ្វើនៅថ្ងៃ ពេញបូរមី ខែកក្ដិក ដោយប្រារព្ធយកហេតុផ្សេងៗ តាមក្បួនបូរាណខ្មែរ និងរឿងនិទានជាតកៈ បុណ្យអុំទូក លយប្រទីប គឺជាការរំឭកដល់គុណព្រះគង្គា ដែលបានផ្ដល់ទឹកជូនដល់កសិករធ្វើស្រែចំការបានភោគផលផ្លែផ្កាល្អ។ ជនជាតិខ្មែរជាអ្នកដឹងគុណចំពោះបុព្វការីជនទាំងអស់ ទោះណាជាធម្មជាតិក៏ដោយ ក៏លោកតែងរំឭកគុណជានិច្ច។ ដើម្បីជាសក្ខីភាពឲ្យឃើញជាក់ច្បាស់ លោកបានបង្កើតបុណ្យមួយនេះឡើង។ ម្យ៉ាងទៀត មានឯកសារពង្សាវដាខ្មែរ បាននិទានអំពីកងទ័ពជើងទឹកខ្មែរច្បាំងឈ្នះលើបច្ចាមិត្រ។

Water Festival

[23] រៀបរៀងដោយ ព្រះភិក្ខុ ខេមបាលោ អៀប ស៊ីន ចៅអធិការវត្ត វត្តសាមគ្គីសេរីរតនារាម ទីក្រុងកូឡំបាស់ រដ្ឋអូហាយូ, សហរដ្ឋអាមេរិក

ដើម្បីរំឭកអនុស្សាវរីយ៍កាលណោះ ក៏បានរៀបចំបុណ្យអំទូក បណ្តែបប្រទីបនេះឡើង។ តាមអត្ថន័យព្រះពុទ្ធសាសនា បុណ្យអុំទូក លយប្រទីប គឺជាការរំឭកគុណ និងបូជាដល់ព្រះចង្កូមកែវរបស់ព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធ ដែលទ្រង់ ប្រតិស្ឋានតម្កល់ទុកនៅឋានព្រះជង្គនាគ។ បុណ្យអកអំបុក សំពះព្រះខែ ជាប្រពៃណីខ្មែរមួយយ៉ាងសំខាន់។ ព្រោះថា នៅពេលចុងរដូវវស្សា (វស្សានរដូវ ខែកក្តិក) ស្រូវក្នុងស្រែមានផ្លែលឿងទុំបណ្តើរៗហើយ។ ពួកកសិករ អ្នកមានស្រូវទុំល្មមច្រូតមកដាល់ជាអំបុកបាន ក៏ច្រូតមកហើយបានមកប្រជុំគ្នានៅពេលយប់។ ដាក់លីងស្រូវថ្មីក្នុងអំបែងនាំគ្នាដាល់អំបុក រួចហើយក៏អុំយកកន្ទក់ចេញឲ្យស្អាត ចាប់រំលែកទុកយកទៅប្រគេនព្រះសង្ឃនៅថ្ងៃស្អែកខ្លះ ហើយមួយចំណែកទុកជូនមាតាបិតា ចាស់ព្រឹទ្ធាចារ្យ ហើយនៅសេសសល់ប៉ុន្មានលាយជាមួយចេក ឬដូង រួចហើយក៏នាំគ្នាបង្អុកដាក់ក្នុងមាត់ទៅវិញ ទៅមក យ៉ាងសប្បាយ ជាមូលហេតុនាំឲ្យមានការសាមគ្គីស្រឡាញ់រាប់ អានគ្នា និងនាំឲ្យបរិយាកាសរីករាយសប្បាយក្រៃលែង។ តាមប្រពៃណីព្រះពុទ្ធសាសនាគឺធ្វើបុណ្យអកអំបុក សំពះព្រះខែ ដើម្បីរំឭកគុណធម៌របស់ព្រះពោធិសត្វ កាលដែលទ្រង់បានយោនយកកំណើតជាសត្វទន្សាយ ឈ្មោះ សសបណ្ឌិត ដែលបានបូជាជីវិតដល់ឥន្ទព្រាហ្មណ៍។ តាមរឿងនិទាន សត្វទន្សាយចូលចិត្តទទួលទានអាហារចេក អំបុក ដែលជាតំណាងភោគផលកសិកម្មរបស់កសិករ។ យើងមានការថែរក្សាប្រពៃណីនេះជាប់រហូតមក ឲ្យតែដល់ថ្ងៃពេញបូរមី ខែកក្តិក រៀងរាល់ឆ្នាំ យើងតែងរៀបចំធ្វើបុណ្យអុំទូក លយប្រទីប អកអំបុក សំពះព្រះខែ ជារៀងរហូតមក។



ខេង-ខេមរៈ បានទ្រទ្រង់ភេទជាព្រះសង្ឃ នៅថ្ងៃទី ២៧ ខែវិច្ឆិកា ឆ្នាំ២០០៧

Khemarak Kheng Was Ordained His Monkhood in Nov. 27, 2007

ពុទ្ធសុភាសិត

(Proverbs)

៙៚❈៙៚

A dog is not considered a good dog because he is a good barker. A man is not considered a good man because he is a good talker. Buddha

ឆ្កែមួយដែលគេចាត់ទុកថាជាឆ្កែល្អ មិនមែនមកពីឆ្កែនោះប៉ិនព្រុសទេ ហើយមនុស្សម្នាក់ដែលគេចាត់ទុកជាមនុស្សល្អ ក៏មិនមែនមកពីមនុស្សនោះពូកែនិយាយស្ដីនោះដែរ។ ព្រះពុទ្ធ

All things appear and disappear because of the concurrence of causes and conditions. Nothing ever exists entirely alone; everything is in relation to everything else. Buddha

អ្វីៗទាំងអស់ដែលលេចមានរូបរាងឡើង ហើយលិចបាត់រូបរាងទៅវិញគឺដោយសារតែភាពស្របផ្គួនៗគ្នានៃមូលហេតុ ព្រមជាមួយនិងលក្ខ័ខណ្ឌផ្សេងៗជាច្រើន។ គ្មានវត្ថុណាមួយដែលអាចកើតមានរូបរាងឡើងបានដោយខ្លួនឯងទេ គឺអ្វីៗទាំងអស់សុទ្ធតែមានទំនាក់ទំនងជាមួយនឹងអ្វីៗផ្សេងៗទៀត។ ព្រះពុទ្ធ

All wrong-doing arises because of mind. If mind is transformed can wrong-doing remain? Buddha

អំពើអាក្រក់ទាំងអស់ដែលកើតមានឡើងក៏ដោយសារតែចិត្ត។ ប្រសិនបើចិត្តត្រូវបានបំផ្លែងឲ្យបានប្រសើរហើយ តើអំពើអាក្រក់ទាំងអស់នោះនៅមានទៀតទេ? ព្រះពុទ្ធ

Ambition is like love, impatient both of delays and rivals. Buddha

មហិច្ឆតាគឺដូចជាសេចក្ដីស្រឡាញ់ ហើយមហិច្ឆតាក៏ជាការមិនចេះអត់ធ្មត់ ដែលជាការពន្យាពេលច្រើនលើកច្រើនសា និងជាគូបដិបក្សជាច្រើនប្រភេទ ច្រើនបែបយ៉ាង។ ព្រះពុទ្ធ

An idea that is developed and put into action is more important than an idea that exists only as an idea. Buddha

គំនិតល្អមួយបានគិតឃើញ ហើយយកទៅអនុវត្តធ្វើតាម វាសំខាន់ជាងគំនិតល្អមួយដែលមានហើយតែបាននៅត្រឹមតែជាគំនិត។ ព្រះពុទ្ធ

An insincere and evil friend is more to be feared than a wild beast; a wild beast may wound your body, but an evil friend will wound your mind. Buddha

មិត្តភក្តិម្នាក់ដែលមិនស្មោះត្រង់ និងគ្មានសីលធម៌គួរជាទីខ្លាចរអាជាងសត្វសាហាវទៅទៀត។ ព្រោះថាសត្វសាហាវអាចធ្វើឲ្យរបួសបានតែខ្លួនប្រាណអ្នកប៉ុណ្ណោះ តែមិត្តដ៏អសីលធម៌អាចធ្វើរបួសដល់ដួងចិត្តរបស់អ្នកបាន។ ព្រះពុទ្ធ

Believe nothing, no matter where you read it, or who said it, no matter if I have said it, unless it agrees with your own reason and your own common sense.   Buddha

កុំជឿនូវអ្វីៗទាំងអស់ មិនថាឡើយអ្នកបានអានពីទីកន្លែងណា ឬក៏លោកអ្នកណាម្នាក់បាននិយាយប្រាប់ ឬក៏តថាគតបានសំដែងពាក្យនោះក៏ដោយ។ អ្នកគួរជឿបាន លុះត្រាណាតែវាសមស្របជាមួយយោបល់ និង សុភ-វិនិច្ឆ័យរបស់អ្នក។   ព្រះពុទ្ធ

Chaos is inherent in all compounded things. Strive on with diligence. Buddha

ភាពវឹកវរតែងតែជាមរតកមានជាប់មកជាមួយសមាសធាតុនៃវត្ថុទាំងឡាយជានិច្ចជាកាល។ ដូច្នេះ ចូរអ្នកខំតស៊ូប្រឹងប្រែងឡើង តែត្រូវខំតស៊ូប្រកបទៅដោយតែសេចក្តីថ្លៃថ្នូ។   ព្រះពុទ្ធ

Do not dwell in the past, do not dream of the future, concentrate the mind on the present moment.   Buddha

កុំរស់នៅជាមួយអតីតកាល, កុំយល់សប្តិអំពីអនាគតកាល តែត្រូវផ្ចិតផ្ចង់ស្មារតីចំពោះបច្ចុប្បន្នកាល។

ព្រះពុទ្ធ

Do not overrate what you have received, nor envy others. He who envies others does not obtain peace of mind.   Buddha

កុំឲ្យតម្លៃនូវអ្វីដែលអ្នកបានទទួលខ្លាំងហួសហេតុពេក និងកុំច្រណែនឈ្នានិះនឹងអ្នកដទៃ។ បុគ្គលដែលច្រណែនឈ្នានិះនឹងអ្នកដទៃមិនដែលមានសេចក្តីសុខក្នុងចិត្តឡើយ។   ព្រះពុទ្ធ

Ennui has made more gamblers than avarice, more drunkards than thirst, and perhaps as many suicides as despair.

Buddha

ការអស់កំឡាំងចិត្តបានធ្វើឲ្យកើតមានអ្នកលេងល្បែងច្រើនជាងភាពកំណាញ់ស្វិត ធ្វើឲ្យកើតមានអ្នកប្រមឹកច្រើនជាងសេចក្តីស្រេកឃ្លាន ហើយប្រហែលជាធ្វើឲ្យមានអ្នកសំឡាប់ខ្លួន ច្រើនជាងសេចក្តីអស់សង្ឃឹម។

ព្រះពុទ្ធ

Every human being is the author of his own health or disease.   Buddha

មនុស្សជាតិម្នាក់ៗជាកវីនិពន្ធនៃសុខភាព ឬក៏ជម្ងឺរបស់ខ្លួនឯង។   ព្រះពុទ្ធ

He is able who thinks he is able. Buddha

អ្នកដែលមានលទ្ធភាព ជាមនុស្សដែលតែងតែគិតថាខ្លួនគេមានលទ្ធភាព។   ព្រះពុទ្ធ

He who experiences the unity of life sees his own self in all beings, and all beings in his own Self, and looks on everything with an impartial eye.   Buddha

បុគ្គលដែលមានបទពិសោធជាមួយការបង្រួបបង្រួមនៃជីវិត នឹងឃើញបុគ្គលខ្លួនឯងមានជីវិតរស់នៅជាមួយមនុស្សគ្រប់ៗគ្នា ហើយឃើញមនុស្សគ្រប់ៗគ្នាមានជីវិតរស់ជាមួយបុគ្គលខ្លួនឯង។ ព្រះពុទ្ធ

He who loves 50 people has 50 woes; he who loves no one has no woes. Buddha

បុគ្គលដែលស្រឡាញ់មនុស្ស៥០នាក់ បុគ្គលនោះមានទុក្ខសោក៥០យ៉ាង។ ហើយបុគ្គលដែលមិនស្រឡាញ់អ្នកណាម្នាក់នោះ ក៏មិនមានទុក្ខសោកឡើយ។ ព្រះពុទ្ធ

Holding on to anger is like grasping a hot coal with the intent of throwing it at someone else; you are the one who gets burned. Buddha

បៀមកំហឹងនៅក្នុងចិត្ត គឺដូចជាស្រវាចាប់រងើកធ្យូងមួយដុំដែលកំពុងឆេះ ក្រវែងទៅលើអ្នកណាម្នាក់ផ្សេងទៀត តែខ្លួនអ្នកទេដែលត្រូវរលាកនឹងដុំភ្លើងនោះ។ ព្រះពុទ្ធ

However many holy words you read, however many you speak; what good will they do yourself; you do not act on upon them? Buddha

ទោះជាអ្នកបានអាននូវពាក្យធម៌អាថ៌ជាច្រើន, ទោះជាអ្នកបាននិយាយស្ដីអំពីធម៌អាថ៌ជាច្រើន តើវាបានផលអ្វីដល់អ្នកខ្លះទៅ បើអ្នកមិនដែលទាំងប្រព្រឹត្តតាមគន្លងនៃធម៌អាថ៌ទាំងនោះផង។ ព្រះពុទ្ធ

I never see what has been done; I only see what remains to be done. Buddha

តថាគតមិនដែលមើលនូវអ្វីៗដែលគេបានធ្វើរួចហើយនោះទេ គឺតថាគតមើលតែអ្វីៗដែលគេមិនទាន់បានធ្វើ។ ព្រះពុទ្ធ

In a controversy the instant we feel anger we have already ceased striving for the truth, and have begun striving for ourselves. Buddha

ក្នុងការជជែកតវ៉ាមួយ នៅក្នុងខណៈដែលយើងចាប់ផ្ដើមខឹង គឺយើងបានបញ្ឈប់ការព្យាយាមស្វែងរកសច្ចភាពរួចទៅហើយ ហើយយើងបែរជាចាប់ផ្ដើមខំប្រឹងប្រែងដើម្បីខ្លួនយើងទៅវិញ។ ព្រះពុទ្ធ

It is a man's own mind, not his enemy or foe, that lures him to evil ways. Buddha

គឺចិត្តបុគ្គលខ្លួនឯងទេដែលទាក់ទាញខ្លួនឯងឲ្យដើរតាមផ្លូវបាបកម្ម មិនមែនសត្រូវ ឬបច្ចាមិត្ររបស់ខ្លួនឯងនោះឡើយ។ ព្រះពុទ្ធ

It is better to conquer yourself than to win a thousand battles. Then the victory is yours. It cannot be taken from you, not by angels or by demons, heaven or hell. Buddha

ឈ្នះលើខ្លួនឯងប្រសើរជាងឈ្នះសង្គ្រាមមួយពាន់ដង។ ដូច្នេះជោគជ័យនេះជារបស់អ្នក គ្មាននរណាអាចឆក់យកចេញពីអ្នកបានឡើយ ទោះបីជាទេវតា ឬខ្មោចអារក្ស ស្ថានសួគ៌ ឬស្ថាននរកក៏ដោយ។ ព្រះពុទ្ធ

It is better to travel well than to arrive. Buddha

គប្បីប្រុងប្រៀបរៀបចំការធ្វើដំណើរឲ្យបានល្អប្រពៃ ប្រសើរជាងការធ្វើដំណើរដែលឲ្យតែបានទៅដល់។ ព្រះពុទ្ធ

Just as a candle cannot burn without fire, men cannot live without a spiritual life. Buddha

ដូចជាទៀនមួយដើម វាមិនអាចឆេះដោយគ្មានភ្លើងទេ ហើយបុគ្គលម្នាក់ៗក៏មិនអាចរស់នៅដោយគ្មានជំនឿសាសនានោះដែរ។ ព្រះពុទ្ធ

Just as treasures are uncovered from the earth, so virtue appears from good deeds, and wisdom appears from a pure and peaceful mind. To walk safely through the maze of human life, one needs the light of wisdom and the guidance of virtue. Buddha

ដូចជាកំណប់ដែលគេរកឃើញបានមកពីក្នុងដី ឯគុណធម៌កើតឡើងដោយសារអំពើល្អ ហើយគតិបណ្ឌិតក៏កើតមានឡើងដោយសារតែចិត្តបរិសុទ្ធ និងចិត្តស្ងប់ស្ងាត់ដែរ។ ចូរអ្នកធ្វើដំណើរឲ្យបានសុវត្ថិភាពលើមាគ៌ាជីវិតដែលប្រកបទៅដោយផ្លូវខ្វាត់ខ្វែងច្រើនរាប់មិនអស់ និងពិបាករកច្រកចេញទាំងនោះផងចុះ។ ព្រះពុទ្ធ

Let us rise up and be thankful, for if we didn't learn a lot today, at least we learned a little, and if we didn't learn a little, at least we didn't get sick, and if we got sick, at least we didn't die; so, let us all be thankful. Buddha

ចូរយើងនាំគ្នាក្រោកឡើង និងសំដែងការដឹងគុណផង ព្រោះថា បើថ្ងៃនេះទោះជាយើងមិនបានរៀនចេះដឹងច្រើន យ៉ាងហោចណាស់ក៏យើងបានរៀនខ្លះដែរ ហើយបើយើងមិនបានរៀនបន្តិចសោះ យ៉ាងហោចណាស់ក៏យើងមិនមានជម្ងឺឈឺថ្កាត់អ្វី ហើយទោះបើយើងឈឺថ្កាត់ យ៉ាងហោចណាស់ក៏យើងនៅមិនទាន់ស្លាប់ដែរ។ ដូច្នេះគួរតែយើងនាំគ្នា ត្រេកអរទៅវិញទើបប្រសើរ។ ព្រះពុទ្ធ

On life's journey faith is nourishment, virtuous deeds are a shelter, wisdom is the light by day and right mindfulness is the protection by night. If a man lives a pure life, nothing can destroy him. Buddha

លើមាគ៌ាជីវិត ជំនឿសាសនាជាជីវជាតិដែលចិញ្ចឹមរាងកាយឲ្យធំធាត់, គុណធម៌ជាជម្រកមួយ, គតិបណ្ឌិតជាពន្លឺនៅពេលថ្ងៃ ហើយមនសិការជាការគាំពារនៅពេលយប់។ ប្រសិនបើបុគ្គលម្នាក់រស់នៅដោយជីវិតបរិសុទ្ធនឹងគ្មានអ្វីអាចបំផ្លាញគេបានឡើយ។ ព្រះពុទ្ធ

Peace comes from within. Do not seek it without. Buddha

សន្តិភាពកើតមកពីចិត្ត។ កុំស្វែងរកសន្តិភាពដោយគ្មានចិត្តឲ្យសោះ។ ព្រះពុទ្ធ

Teach this triple truth to all: A generous heart, kind speech, and a life of service and compassion are the things which renew humanity. Buddha

ចូរបង្រៀនសច្ចធម៌ទាំងបីដល់មនុស្សជាតិទាំងអស់៖ ចិត្តសប្បុរស, ពាក្យសំដីដែលពោរពេញទៅដោយមេត្តាធម៌, និងជីវិតមួយដែលពោរពេញទៅដោយសេវាកម្ម និងករុណាធម៌ ទាំងនេះជាវត្ថុដែលធ្វើឲ្យមនុស្សជាតិកើតជាថ្មីឡើងវិញបាន។

ព្រះពុទ្ធ

The foot feels the foot when it feels the ground. Buddha

ជើងដឹងថាជាជើង នៅពេលណាជើងប៉ះដី។ ព្រះពុទ្ធ

The secret of health for both mind and body is not to mourn for the past, nor to worry about the future, but to live the present moment wisely and earnestly. Buddha

អាថ៌កំបាំងនៃសុខភាពទាំងចិត្ត និងកាយ គឺមិនកាន់ទុក្ខនូវអតីតកាល និងមិនព្រួយបារម្ភណ៍ពីអនាគតកាល តែត្រូវរស់នៅដោយបញ្ញាឆ្លាតវៃ និងឧស្សាហ៍ព្យាយាមនាបច្ចុប្បន្នកាល។ ព្រះពុទ្ធ

The tongue like a sharp knife... Kills without drawing blood. Buddha

អណ្តាតប្រៀបបាននឹងកាំបិតដ៏មុតស្រួចមួយ ដែលសំឡាប់ដោយមិនបាច់បង្ហូរឈាម។ ព្រះពុទ្ធ

The virtues, like the Muses , are always seen in groups. A good principle was never found solitary in any breast. Buddha

គុណធម៌ប្រៀបបាននឹងការសញ្ជឹងគិត ដែលគេតែងតែឃើញមានជាក្រុមៗជានិច្ច។ ហើយគេក៏មិនដែលឃើញថាមានគោលសីលធម៌ដ៏ល្អណាមួយ ដែលនៅឯកោក្នុងចិត្តនរជនណាម្នាក់ឡើយ។ ព្រះពុទ្ធ

The wise ones fashioned speech with their thought, sifting it as grain is sifted through a sieve. Buddha

គតិជនទាំងឡាយគេយកគំនិតទៅតុបតែងពាក្យសំដីរបស់គេឲ្យបានល្អ គេតែងរែងត្រងរើសរកពាក្យសំដីល្អទាំងនោះ ប្រៀបបាននឹងគេរែងត្រងគ្រាប់ធញ្ញជាតិនឹងតន្ត្រងដូច្នោះដែរ។ ព្រះពុទ្ធ

The world, indeed, is like a dream and the treasures of the world are an alluring mirage! Like the apparent distances in a picture, things have no reality in themselves, but they are like heat haze. Buddha

ពិតណាស់ ពិភពលោកនេះប្រៀបបាននឹងសុបិន្តមួយ ហើយទ្រព្យសម្បត្តិទាំងឡាយនៃពិភពលោកក៏គ្រាន់តែជាសេចក្តីសង្ឃឹមដ៏ស្រមើលស្រមៃមួយប៉ុណ្ណោះ! ប្រៀបបាននឹងគំហើញរូបភាពមួយដែលនៅសែនឆ្ងាយ គឺវត្ថុទាំងឡាយគ្មានភាពប្រាកដប្រជាឡើយនៅក្នុងរូបភាពនោះ ហើយវត្ថុទាំងនោះប្រៀបដូចជាចំហាយនៃកំដៅដ៏សែនក្តៅតែប៉ុណ្ណោះ។ ព្រះពុទ្ធ

There are five things which no one is able to accomplish in this world: first, to cease growing old when he is growing old; second, to cease being sick; third, to cease dying; fourth, to deny dissolution when there is dissolution; fifth, to deny non-being. Buddha

មានវត្ថុប្រាំយ៉ាងដែលគ្មាននរជនណាម្នាក់អាចបញ្ចប់ដោយជោគជ័យបានឡើយ៖ ទីមួយ បញ្ឈប់មិនឲ្យមានវ័យចាស់ នៅពេលដែលខ្លួនមានវ័យចាស់។ ទីពីរ ធ្វើឲ្យខ្លួនឈប់ឈឺ។ ទីបី ធ្វើឲ្យខ្លួនមិនចេះស្លាប់។ ទីបួន ប្រកែកមិនឲ្យខ្លួនសាបសូន្យ នៅពេលដែលត្រូវសាបសូន្យ។ ទីប្រាំ បដិសេធចំពោះភាពមិនមានជីវិត។ ព្រះពុទ្ធ

There are only two mistakes one can make along the road to truth; not going all the way, and not starting. Buddha

នៅលើមាគ៌ាដែលឆ្ពោះទៅរកសច្ចភាព មានតែកំហុសពីរគត់ ដែលបុគ្គលម្នាក់ៗអាចធ្វើឲ្យកើតមានទៅបាន គឺ មិនបានទៅឲ្យដល់គោលដៅ និងមិនបានចាប់ផ្តើមទៅ។ ព្រះពុទ្ធ

There is nothing more dreadful than the habit of doubt. Doubt separates people. It is a poison that disintegrates friendships and breaks up pleasant relations. It is a thorn that irritates and hurts; it is a sword that kills. Buddha

គ្មានអ្វីដែលគួរឲ្យភ័យខ្លាចជាងទំលាប់នៃមន្ទិលសង្ស័យទេ។ មន្ទិលសង្ស័យធ្វើឲ្យមនុស្សមានការប្រេះឆារវាងគ្នានឹងគ្នា។ វាជាពិសពុលដែលបំបាក់មិត្តភាព និងបំបែកចំណងមេត្រីភាពផងទាំងពួង។ វាជាបន្លាមួយដែលធ្វើឲ្យក្រហល់ក្រហាយ និងធ្វើឲ្យឈឺចាប់។ វាជាដាវមួយដែលសំឡាប់ជីវិត។ ព្រះពុទ្ធ

Those who are free of resentful thoughts surely find peace. Buddha

បុគ្គលទាំងឡាយណាដែលរំដោះផុតពីគំនិតល្វីងជូរចត់បាន បុគ្គលនោះឯងប្រាកដជាស្វែងរកសន្តិភាពឃើញ។ ព្រះពុទ្ធ

Thousands of candles can be lighted from a single candle, and the life of the candle will not be shortened. Happiness never decreases by being shared. Buddha

ទៀនមួយពាន់ត្រូវអាចអុជឆេះបានដោយសារតែទៀនមួយដើម ហើយជីវិតទៀនមួយដើមនោះសោតក៏មិនឆាប់ឆេះអស់ដែរ។ សុភមង្គលក៏មិនដែលអន់ថយ ដោយសារតែចែករំលែកដល់អ្នកដទៃនោះឡើយ។

ព្រះពុទ្ធ

វត្តពុទ្ធិការាម នៅរដ្ឋធានីវ៉ាស៊ីនតោន សហរដ្ឋអាមេរិក
Buddhikaram Temple in Washington D.C., USA

Three things cannot be long hidden: the sun, the moon, and the truth.   Buddha
មានវត្ថុបីដែលមិនអាចលាក់បាំងយូរបាន៖ ព្រះអាទិត្យ, ព្រះច័ន្ទ និងសច្ចភាព។   ព្រះពុទ្ធ

To be idle is a short road to death and to be diligent is a way of life; foolish people are idle, wise people are diligent.   Buddha

ធ្វើខ្លួនឲ្យខ្ជិលច្រអូសជាផ្លូវដ៏ខ្លីមួយទៅរកសេចក្តីស្លាប់ ហើយធ្វើខ្លួនឲ្យមានការឧស្សាហ៍ព្យាយាមជាមធ្យោបាយមួយនៃជីវិត។ ជនអវិជ្ជាជាមនុស្សខ្ជិល ឯបញ្ញាជនជាមនុស្សឧស្សាហ៍ព្យាយាម។   ព្រះពុទ្ធ

To enjoy good health, to bring true happiness to one's family, to bring peace to all, one must first discipline and control one's own mind. If a man can control his mind he can find the way to Enlightenment, and all wisdom and virtue will naturally come to him.   Buddha

ដើម្បីធ្វើឲ្យបានសប្បាយរីករាយជាមួយសុខភាពល្អ ដើម្បីធ្វើឲ្យមានសុភមង្គលពិតប្រាកដដល់គ្រួសារអ្នកណាម្នាក់ ដើម្បីធ្វើឲ្យមានសន្តិភាពដល់មនុស្សគ្រប់ៗគ្នា ជាដំបូងបុគ្គលនោះឯងត្រូវមានវិន័យ និងមានការគ្រប់គ្រងចិត្តឲ្យបានល្អ។ ប្រសិនបើបុគ្គលនោះឯងអាចគ្រប់គ្រងចិត្តបាន គេអាចស្វែងរកឃើញមាគ៌ាទៅរកការយល់ដឹងពីព្រះធម៌ ហើយគតិបណ្ឌិត និងគុណធម៌ទាំងឡាយនឹងកើតមាននៅក្នុងចិត្តគេដោយឯកឯង។   ព្រះពុទ្ធ

To live a pure unselfish life, one must count nothing as one's own in the midst of abundance.   Buddha

ដើម្បីរស់នៅក្នុងជីវិតដ៏បរិសុទ្ធមួយដែលគ្មានអត្តទត្ថភាព នៅពេលដែលរស់កណ្តាលភាពសំបូរពោរពាស បុគ្គលម្នាក់ៗត្រូវតែគិតថា របស់ទាំងនោះគ្មានអ្វីមួយដែលជារបស់ខ្លួនឡើយ។   ព្រះពុទ្ធ

Unity can only be manifested by the binary. Unity itself and the idea of Unity are already two.   Buddha

មានតែភាពនៃមួយគូទេដែលអាចបញ្ជាក់នូវសាមគ្គីភាពបាន។ សាមគ្គីភាព និងគំនិតនៃសាមគ្គីភាពមានចំនួនពីររួចស្រេចទៅហើយ។ ព្រះពុទ្ធ

Virtue is persecuted more by the wicked than it is loved by the good. Buddha

គុណធម៌ច្រើនទទួលធ្វើទុក្ខបុកម្នេញពីមនុស្សអាក្រក់ ជាងបានទទួលការស្រឡាញ់ពីមនុស្សល្អ។ ព្រះពុទ្ធ

We are formed and molded by our thoughts. Those whose minds are shaped by selfless thoughts give joy when they speak or act. Joy follows them like a shadow that never leaves them. Buddha

ខ្លួនយើងត្រូវបានបង្កបង្កើត និងចាក់ពុម្ពឲ្យមានរូបរាងឡើងដោយសារគំនិតទាំងឡាយរបស់យើង។ បើបុគ្គលទាំងឡាយណា ដែលមានរូបរាងឡើងដោយសារគំនិតដែលមិនគិតដល់ផលប្រយោជន៍ខ្លួនឯង បុគ្គលនោះតែងតែបានទទួលសោមនស្សរីករាយ នៅពេលណាដែលគេនិយាយស្តី ឬ ធ្វើអ្វីមួយ។ ព្រះពុទ្ធ

We are what we think. All that we are arises with our thoughts. With our thoughts, we make the world. Buddha

ខ្លួនយើងជាអ្វីដែលយើងគិត។ ដូច្នេះ យើងនាំគ្នាក្រោកឡើងជាមួយនឹងគំនិតរបស់យើង។ ជាមួយនឹងមនោគតិរបស់យើង យើងកសាងពិភពលោកឲ្យបានល្អ។ ព្រះពុទ្ធ

What is the appropriate behavior for a man or a woman in the midst of this world, where each person is clinging to his piece of debris? What's the proper salutation between people as they pass each other in this flood? Buddha

តើអាកប្បកិរិយាបែបណាដែលសមទំនងសំរាប់មនុស្សប្រុសស្រីម្នាក់ៗនៅកណ្តាលលោកនេះ ដែលជាកន្លែងដែលគេម្នាក់ៗកំពុងតែតោងកាន់យ៉ាងជាប់ស្អិតនូវបំណែកមួយនៃកំទេចកំទីរបស់គេនោះ? ហើយ តើការគោរពស្វាគមន៍រវាងគ្នានឹងគ្នាបែបណាដែលល្អប្រសើរ នៅពេលដែលមនុស្សម្នាទាំងឡាយដើរទៅមក ជួបគ្នានៅកណ្តាលទឹកជំនន់នៃលោកីយ៍នោះ? ព្រះពុទ្ធ

What we think, we become. Buddha

យើងគិតឃើញយ៉ាងណា ខ្លួនយើងជាមនុស្សយ៉ាងនោះ។ ព្រះពុទ្ធ

Whatever words we utter should be chosen with care for people will hear them and be influenced by them for good or ill. Buddha

ពាក្យអ្វីក៏ដោយដែលយើងសំដែងចេញពីមាត់ គួរតែជាពាក្យត្រូវបានជ្រើសរើសយ៉ាងសិរិតសំរាំង ព្រោះថា មនុស្សទាំងឡាយគេនឹងបានឮពាក្យទាំងនោះ ហើយពាក្យទាំងនោះនឹងអាចមានឥទ្ធិពលល្អ ឬ អាក្រក់ទៅលើមនុស្សទាំងនោះផងដែរ។ ព្រះពុទ្ធ

When one has the feeling of dislike for evil, when one feels tranquil, one finds pleasure in listening to good teachings; when one has these feelings and appreciates them, one is free of fear.

Buddha

នៅពេលដែលគេមានអារម្មណ៍មិនចូលចិត្តអំពើអាក្រក់, នៅពេលដែលគេមានអារម្មណ៍ស្ងប់ស្ងាត់ គេនឹងមានសោមនស្សរីករាយដោយបានស្តាប់ឱវាទប្រៀនប្រដៅរបស់ព្រះពុទ្ធជាម្ចាស់។ នៅពេលដែលចាប់មានអា-រម្មណ៍ ហើយពេញចិត្តពេញថ្លើមនឹងអារម្មណ៍ទាំងនោះ គឺគេជានរជនដែលលែងមានការភ័យខ្លាចទៀតហើយ។

ព្រះពុទ្ធ

Without health life is not life; it is only a state of languor and suffering - an image of death.

Buddha

ជីវិតដែលគ្មានសុខភាពមិនមែនជាជីវិតទេ។ ជីវិតបែបនេះគ្រាន់តែជាសភាពនៃការមិនក្លៀវក្លា និងការរងទុក្ខសោកតែប៉ុណ្ណោះ – នេះជារូបភាពនៃសេចក្តីស្លាប់។ ព្រះពុទ្ធ

Work out your own salvation. Do not depend on others. Buddha

សាងកុសលដើម្បីរំដោះខ្លួនឲ្យរួចពីបាបកម្មដោយខ្លួនឯង។ កុំពឹងផ្អែកលើអ្នកដទៃឲ្យសោះ។ ព្រះពុទ្ធ

Lay People Parade Ordainees Around Three Times Before Enterting Into Vihara to Proceed Ordination Ritual Ceremony

ហែរនាគប្រទក្សិណាព្រះវិហារ

Your work is to discover your world and then with all your heart give yourself to it.
Buddha

កិច្ចការរបស់អ្នក គឺស្វែងយល់ដឹងអំពីខ្លួនអ្នក ដូច្នេះត្រូវខំប្រឹងប្រែងអស់សមត្ថភាពក្នុងការស្វែងយល់នេះ។
ព្រះពុទ្ធ

Knowing yourself is True Wisdom;
Knowing others is Intelligent;
Mastering yourself is True Strength;
Mastering others is Power.
Speak only well of people and you need never whisper. -Fortune Cookie
ស្គាល់ខ្លួនឯងគឺជាគតិបណ្ឌិតពិត
ស្គាល់អ្នកដទៃគឺឆ្លាតវៃ
គ្រប់គ្រងខ្លួនឯងបានគឺជាកម្លាំងពិត
គ្រប់គ្រងអ្នកដទៃបានគឺជាអានុភាព
ចូរនិយាយតែអំពីសេចក្ដីល្អរបស់អ្នកដទៃ ហើយអ្នកក៏នឹងមិនបាច់និយាយខ្សឹបឡើយ។

Write down the advice of him who loves you, though you like it not at the present.
---English Proverb

ចូរកត់ទុកនូវពាក្យណែនាំរបស់មនុស្សដែលស្រឡាញ់រាបអានអ្នក ទោះបីពេលនោះ អ្នកមិនចូលចិត្តការណែនាំនោះក៏ដោយ។

Those who wish to sing always find a song. ---Swedish proverb
អ្នកដែលប្រាថ្នាចង់ច្រៀង តែងតែរកបានចំរៀងមួយមកច្រៀងជានិច្ច។

If we are facing in the right direction,
all we have to do is keep on walking.
---Ancient Buddhist Proverb
ប្រសិនបើយើងកំពុងតែបែរមុខទៅចំត្រូវទិសដៅដែលយើងត្រូវធ្វើនោះ
គឺមានតែខំដើរទៅមុខទៀតតែប៉ុណ្ណោះ។

May those that love us, love us
And those that don't love us,
May God turn there hearts,
And if he doesn't turn there hearts,
May he turn there ankles,
So we'll know them by their limping.
---Old Irish Saying
សូមឲ្យអ្នកដែលស្រឡាញ់យើងចេះតែស្រឡាញ់យើង
ហើយអ្នកដែលមិនស្រឡាញ់យើង
សូមឲ្យព្រះបង្វែរចិត្តគេមកស្រឡាញ់យើង
ហើយបើព្រះមិនអាចបង្វែចិត្តគេទេ សូមឲ្យព្រះបំបាក់កជើងរបស់គេចុះ

ធ្វើដូច្នេះ យើងនឹងអាចស្គាល់ថាអ្នកណាជាមិត្ត អ្នកណាជាសត្រូវ។

Life's journey is the reward.
---Chinese Proverb
ដំណើរជីវិតគឺជារង្វាន់

Patience is a bitter plant, but it has a sweet fruit.
---German Proverb
ការអត់ធ្មត់ជាដើមឈើល្វីងជូរចត់មួយដើម តែផ្លែវាមានរសជាតិផ្អែមពិសារ។

Do not look where you fell, but where you slipped.
---African Proverb
កុំមើលកន្លែងដែលអ្នកដួល តែត្រូវមើលកន្លែងដែលអ្នករអិល។

An ounce of patience is worth a pound of brains.
---Dutch Proverb
មួយហ៊ុននៃការអត់ធ្មត់ មានតម្លៃស្មើនឹងមួយដំឡឹងនៃប្រាជ្ញា។

It's good to be clever, but not to show it.
----French Proverb
ល្អណាស់ដែលមានប្រាជ្ញា តែកុំបង្ហាញឲ្យគេឃើញ។

In love, there is always one who kisses and one who offers the cheek.
---French Proverb
ក្នុងរឿងស្នេហា តែងតែមានម្នាក់ជាអ្នកថើប ហើយម្នាក់ជាអ្នកហុចថ្ពាល់។

Life is half spent before one knows what it is.
---French Proverb
ទាល់តែបានពាក់កណ្តាលអាយុ ទើបមនុស្សដឹងថាជីវិតជាអ្វី។

Who dig a pit for others will fall in themselves.
---German Proverb
អ្នកដែលជីករណ្តៅមួយសំរាប់អ្នកដទៃ នឹងធ្លាក់ចូលក្នុងរណ្តៅនោះខ្លួនឯង។

No answer is also an answer.
----German Proverb
គ្មានចំឡើយ គឺជាចំឡើយមួយ។

Who has never tasted what is bitter does not know what is sweet.
---German Proverb
អ្នកមិនដែលធ្លាប់បានភ្លក់នូវរសជាតិអ្វីដែលល្វីង នោះក៏មិនដឹងថាអ្វីដែលផ្អែមឡើយ។

To him who is determined it remains only to act. ---Italian Proverb
ចំពោះអ្នកដែលបានប្តេជ្ញាចិត្តរួចស្រេចហើយ គឺនៅសល់តែសកម្មភាពប៉ុណ្ណោះដែលត្រូវធ្វើ។

He who enjoys good health is rich, though he knows it not. ---Italian Proverb
អ្នកដែលសោមនស្សរីករាយជាមួយសុខភាពល្អជាមនុស្សដែលមានទ្រព្យ ថ្វីបើគេដឹងថាគេគ្មានសម្បត្តិក៏ដោយ។

The lazier a man is, the more he plans to do tomorrow. ---Norwegian Proverb

មនុស្សកាន់តែខ្ជិល កាន់តែមានកម្រោងការណ៍ខ្ជិលថែមទៀតនៅថ្ងៃស្អែក។

For those who believe, no proof is necessary. For those who don't believe, no proof is possible.
---Traditional Saying
ចំពោះអ្នកជឿ ភស្តុតាងមិនជាចាំបាច់ទេ។ សំរាប់អ្នកមិនជឿ គ្មានភស្តុតាងណា
ដែលអាចធ្វើឲ្យគេជឿបានឡើយ។

The man who removes a mountain begins by carrying away small stones. -Chinese Proverb
មនុស្សម្នាក់ដែលអាចរំលាយភ្នំមួយបាន គឺដោយយកដុំថ្មតូចៗចេញ។

Watch your Thoughts; they become Words.
Watch your Words, they become Actions.
Watch your Action; they become Habits.
Watch your Habits; they become Character.
Watch your Character; it becomes your Destiny.
-- Author Unknown
ប្រយ័ត្នចំពោះការរិះគិតរបស់អ្នក។ គំនិតទាំងនោះនឹងក្លាយទៅជាពាក្យសំដី។
ប្រយ័ត្នចំពោះពាក្យសំដីរបស់អ្នក។ សំដីទាំងនោះនឹងក្លាយទៅជាអំពើ។
ប្រយ័ត្នចំពោះអំពើរបស់អ្នក។ ទង្វើទាំងនោះនឹងក្លាយទៅជាទម្លាប់។
ប្រយ័ត្នចំពោះទម្លាប់របស់អ្នក។ ទម្លាប់ទាំងនោះនឹងក្លាយទៅជាអត្តចរិត។
ប្រយ័ត្នចំពោះអត្តចរិតរបស់អ្នក។ ចរិតទាំងនោះនឹងក្លាយទៅជាព្រេងវាសនារបស់អ្នក។

ពុទ្ធសាសនិកជនសូត្រធម៌នមស្សការ ព្រះរតនត្រ័យ និង សមាទានសីល
Lay People Paying respect to the Triple Gem and Taking the five Precepts

ធម្មបទដ្ឋកថា
Dhamapada[24]

១ -យមកវគ្គ (គូ The Pairs)

Others may not understand that we must practice self-control, but quarrelling dies away in those who understand this fact.

អ្នកដទៃ ប្រហែលជាមិនយល់ទេថា យើងត្រូវតែអនុវត្តរៀនគ្រប់គ្រងចិត្តខ្លួនយើង ព្រោះថា ជម្លោះទាំងឡាយនឹងរលាយបាត់ទៅឯកឯង ចំពោះបុគ្គលណាដែលយល់ច្បាស់នូវភាពពិតនេះ។

The Tempter masters the lazy and irresolute man who dwells on the attractive side of things, ungoverned in his senses, and unrestrained in his food, like the wind overcomes a rotten tree.

អ្នកបញ្ចុះបញ្ចូលអាចគ្រប់គ្រងទាក់ទាញចិត្តមនុស្សខ្ជិល និងមនុស្សដែលគ្មានការតាំងចិត្ត មើលឃើញថាខ្លួនល្អប្រសើរលើសគេឯងនូវគ្រប់អ្វីៗទាំងអស់ ដោយខ្វះការពិចារណា និងជាមនុស្សល្មោភស៊ី បានយ៉ាងងាយស្រួល ប្រៀបបាននឹងខ្យល់បក់រំលើងដើមរុក្ខជាតិមួយដើមដែលរលួយឬសដូច្នោះដែរ។

But the Tempter cannot master a man who dwells on the distasteful side of things, self-controlled in his senses, moderate in eating, resolute and full of faith, like the wind cannot move a mountain crag.

ប៉ុន្តែ អ្នកបញ្ចុះបញ្ចូលមិនអាចទាក់ទាញចិត្តមនុស្សដែលមិនគិតងាយ មានការពិចារណានូវគ្រប់អ្វីៗ ជាមនុស្សមានការគ្រប់គ្រងចិត្តខ្លួន ស៊ីចុកគិតប្រមាណ មានការតាំងចិត្ត និងមានជំនឿជឿជាក់ក្នុងផ្លូវសាសនា ប្រៀបដូចជាខ្យល់ដែលមិនអាចបក់រំលើងច្រាំងថ្មភ្នំដូច្នោះដែរ។

The man who wears the yellow-dyed robe but is not free from stains himself, without self-restraint and integrity, is unworthy of the robe.

អ្នកដែលគ្រងស្បង់ជីពរជ្រលក់ពណ៌លឿង តែមិនអាចគេចឲ្យរួចពីប្រឡាក់ខ្លួន មិនបានភិបាលចិត្ត និងគ្មានសេចក្តីសុចរិត គឺបុគ្គលនោះឯងមិនសមនឹងគ្រងស្បង់ជីពរនោះឡើយ។

But the man who has freed himself of stains and has found peace of mind in an upright life, possessing self-restraint and integrity, he is indeed worthy of the dyed robe.

តែអ្នកដែលអាចធ្វើឲ្យខ្លួនមិនមានស្នាមប្រឡាក់ ហើយជាអ្នកបានភិបាលចិត្ត និងមានចិត្តស្ងប់ ជាអ្នករក្សាឧបោសថសីល មានការគ្រប់គ្រងចិត្ត និងជាមនុស្សសុចរិត នរជនេះទើបសក្តិសមនឹងគ្រងស្បង់ជីពរនោះ។

To see the essence in the unessential and to see the essence as unessential means one can never get to the essence, wandering as one is in the road of wrong intentions.

[24] Translated from Bali into English by John Richards

អ្នកដែលឃើញខ្លឹមសារនៅក្នុងន័យមិនមានខ្លឹមសារ ហើយឃើញខ្លឹមសារទៅជាឥតខ្លឹមសារ មានន័យថា បុគ្គលនោះឯងនឹងមិនអាចបានយល់ដឹងនូវខ្លឹមសារឡើយ និងគ្រាន់តែជាមនុស្សម្នាក់ដែលចេះតែដើរតត្រុកគ្មានទីកំណត់ ខុសគោលបំណងតែប៉ុណ្ណោះ។

But to see the essence in the essential and the unessential as the unessential it is means one does get to the essence, being on the road of right intentions.

តែអ្នកដែលឃើញខ្លឹមសារជាមានខ្លឹមសារ ហើយឃើញឥតខ្លឹមសារជាឥតខ្លឹមសារ មានន័យថា បុគ្គលនោះឯងនឹងអាចបានយល់ដឹងនូវខ្លឹមសារ និងជាមនុស្សម្នាក់ដែលដើរលើផ្លូវត្រូវ សមតាមគោលបំណងដែលប្រាថ្នា។

Here and beyond he is punished. The wrong-doer is punished both ways. He is punished by the thought, "I have done evil", and is even more punished when he comes to a bad state.

ទោះជាជាតិនេះ ឬជាតិក្រោយគេតែងតែទទួលទុក្ខទោស។ អ្នកសាងបាបកម្មត្រូវតែទទួលទណ្ឌកម្មពីរយ៉ាង។ គេត្រូវទទួលបាបដោយនឹកឃើញថា “អាត្មាអញបានសាងបាបកម្ម“ ហើយគេត្រូវទទួលទណ្ឌកម្មកាន់តែខ្លាំងថែមទៀត នៅពេលដែលគេកំពុងតែនៅក្នុងក្ដីទុក្ខវេទនា។

Here and beyond he rejoices. The doer of good rejoices both way. He rejoices at the thought, "I have done good", and rejoices even more when he comes to a happy state.

ទោះជាជាតិនេះ ឬជាតិក្រោយគេតែងតែមានសោមនស្សរីករាយ។ អ្នកសាងកុសលត្រូវបានទទួលសោមនស្សរីករាយពីរយ៉ាង។ គេមានសោមនស្សរីករាយដោយនឹកឃើញថា “អាត្មាអញបានសាងកុសលកម្ម“ ហើយគេក៏កាន់តែមានសោមនស្សរីករាយខ្លាំងថែមទៀត នៅពេលដែលបានជួបសភាពដ៏មានសុភមង្គលមួយ។

២ – អប្បមាទវគ្គ (ការប្រុងស្មារតី ឬការយកចិត្តទុកដាក់ Attention)

Attention leads to immortality. Carelessness leads to death. Those who pay attention will not die, while the careless are as good as dead already.

ការប្រុងស្មារតីនឹងនាំទៅរកអមតៈភាព។ ការធ្វេសប្រហែសនឹងនាំទៅរកមរណភាព។ អ្នកដែលយកចិត្តទុកដាក់នឹងមិនស្លាប់ឡើយ ឯអ្នកដែលធ្វេសប្រហែសទោះជានៅរស់ ក៏ដូចជាបានស្លាប់បាត់រួចទៅហើយ។

So having clearly understood the value of attention, wise men take pleasure in it, rejoicing in what the saints have practiced.

ដោយបានយល់ដឹងយ៉ាងច្បាស់នូវតម្លៃនៃការយកចិត្តទុកដាក់ ជាបញ្ញាជនគេនឹងមានសេចក្ដីរីករាយ ដោយការប្រុងស្មារតីនេះ គេនឹងមានសោមនស្សរីករាយ នូវអ្វីដែលសន្តបុគ្គលទាំងឡាយបានប្រព្រឹត្ត។

When a man is resolute and recollected, pure of deed and persevering, when he is attentive and self-controlled and lives according to the Teaching, his reputation is bound to grow.

ពេលណាគេជាមនុស្សដែលមានការតាំងចិត្ត ប្រព្រឹត្តតែអំពើបរិសុទ្ធ និងខិតខំព្យាយាម ជាមនុស្សប្រុងស្មារតី ហើយមានការគ្រប់គ្រងលើខ្លួនឯង និងមានការរស់នៅប្រកបទៅតាមឱវាទប្រៀនប្រដៅរបស់ព្រះពុទ្ធជាម្ចាស់ កិត្តិនាមរបស់គេនឹងកាន់តែល្បីសុះសាយខ្ទរខ្ទើង។

By resolution and attention, by discipline and self-control, a clever man may build himself an island that no flood can overthrow.

ដោយសារតែការតាំងចិត្ត និងការយកចិត្តទុកដាក់ ដោយមានវិន័យ និងមានការគ្រប់គ្រងលើខ្លួនឯងបាន មនុស្សឆ្លាតម្នាក់នេះអាចសាងសង់កោះមួយសំរាប់ ខ្លួនគេបាន ដែលមិនមានទឹកជំនន់ណានឹងអាចធ្វើឲ្យលេចលង់បានឡើយ។

When a wise man has carefully rid himself of carelessness and climbed the High Castle of Wisdom, sorrowless he observes sorrowing people, like a clear-sighted man on a mountain top looking down on the people with limited vision on the ground below.

ពេលដែលបញ្ញាជនណាម្នាក់បានរំដោះខ្លួនគេឲ្យបានរួចអំពីការធ្វេសប្រហែស ហើយតោងឡើងលើប្រាសាទនៃគតិបណ្ឌិតដ៏សែនខ្ពស់បានហើយ គេក៏នឹងលែងមានទុក្ខព្រួយ នៅពេលដែលគេសង្កេតឃើញមនុស្សទាំងឡាយដែលកំពុងមានទុក្ខសោក។ នោះប្រៀបដូចជាបុគ្គលម្នាក់ដែលនៅលើកំពូលភ្នំអាចមើលឃើញនូវអ្វីៗនៅឯជើងភ្នំបានយ៉ាងច្បាស់ នៅពេលដែលគំហើញរបស់អ្នកនៅឯជើងភ្នំមានកំរិតខណ្ឌ គ្មានភាពទូលំទូលាយ។

A monk taking pleasure in being attentive, and recognizing the danger of carelessness, makes progress like a forest fire, consuming all obstacles large or small in his way.

ព្រះសង្ឃដែលមានសោមនស្សរីករាយដោយការយកចិត្តទុកដាក់ និងយល់ស្គាល់យ៉ាងច្បាស់នូវមហន្តរាយនៃសេចក្តីធ្វេសប្រហែស លោកនឹងមានការវឌ្ឍនម៍យ៉ាងឆាប់រហ័ស ប្រៀបបាននឹងភ្លើងដ៏សន្ធោសន្ធៅដែលឆាបឆេះព្រៃ គឺឆេះបំផ្លាញនូវគ្រប់ឧបសគ្គតូចធំទាំងអស់ដែលនៅរាំងផ្លូវ។

៣ – ចិត្តវគ្គ (គំនិត Thoughts)

A wise man should guard his mind for it is very hard to keep track of, extremely subtle, and follows its own desires. A guarded mind brings happiness.

បញ្ញាជនគប្បីឃ្លាំចិត្តខ្លួនឲ្យបានល្អ ព្រោះថាចិត្តនោះពិបាកតាមមើល, មានកលល្បិចច្រើនអនេក និងដើរតាមចំណង់តណ្ហារបស់វាមិនឈប់ឈរ។ ចិត្តដែលឃ្លាំបានល្អតែងនាំមកនូវសុភមង្គល។

The mind goes wandering off far and wide alone. Incorporeal, it dwells in the cavern of the heart. Those who keep it under control escape from Mara's bonds.

ចិត្តតែងតែដើរតត្រុកទៅកន្លែងឆ្ងាយៗគ្មានទីដៅតែម្នាក់ឯង។ ចិត្តជាអរូបី វារស់នៅក្នុងគូហានៃបេះដូង។ បុគ្គលណាដែលគ្រប់គ្រងចិត្តបាន នឹងអាចរំដោះខ្លួនរួចផុតអំពីចំណងមារផ្ចាញ់ទាំងឡាយបាន។

If he is unsettled in mind, does not know the true Teaching, and has lost his peace of mind, a man's wisdom does not come to fulfillment.

ប្រសិនបើចិត្តមានអថេរភាពនៅក្នុងសតិអារម្មណ៍ មិនយល់សច្ចធម៌នៃឱវាទប្រៀនប្រដៅរបស់ព្រះពុទ្ធជាម្ចាស់ ហើយបាត់បង់សន្តិភាពនៅក្នុងចិត្ត គតិបណ្ឌិតរបស់គេនឹងមិនបានពេញលេញឡើយ។

Seeing your body as no better than an earthen pot, make war on Mara with the sword of wisdom, and setting up your mind as a fortress, defend what you have won, remaining free from attachment.

ចូរមើលឃើញខ្លួនប្រាណអ្នក វាក៏មិនប្រសើរជាងថូដីមួយឡើយ ចូរច្បាំងជាមួយមារផ្ចាញ់ដោយយកបញ្ញាជាអាវុធ ហើយយកចិត្តរបស់អ្នកធ្វើជាបន្ទាយការពារមួយ ចូរការពារឲ្យបាននូវអ្វីៗដែលអ្នកយកបានមកហើយ ចូរព្យាយាមជានិច្ចធ្វើឲ្យខ្លួនមិនមានជាប់ចំណងនឹងតណ្ហាលោកីយ៍។

៤ – បុប្ផវគ្គ (បុប្ផជាតិ Flowers)

Seeing the foam-like nature of the body, and awakening to its mirage-like quality, one can escape the sight of the King of Death, snapping Mara's flowery bonds.

កាលណាមើលឃើញខ្លួនប្រាណមានសភាពដូចជាពពុះ ហើយភ្ញាក់រលឹកនឹងគុណភាពបំភាន់ភ្នែករបស់ខ្លួនប្រាណនោះ ពេលនោះឯងគេគេចផុតអំពីការមើលឃើញរបស់ស្ដេចមច្ចុរាជ និងកាច់បំបាក់បាននូវចំណងបញ្ឆោតទាក់ទាញចិត្តទាំងឡាយរបស់មារផ្ចាញ់បាន។

A holy man should behave in the village like a bee which takes its food from a flower without hurting its appearance or its scent.

នៅក្នុងភូមិស្រុក វិសុទ្ធជនគប្បីប្រព្រឹត្តខ្លួនឲ្យដូចជាសត្វឃ្មុំមួយ ដែលក្រេបលំអងផ្កាជាចំណី តែវាមិនបានធ្វើឲ្យខូចសម្រស់ ឬ គន្ធផ្កាឡើយ។

It is no the shortcomings of others, nor what others have done or not done that one should think about, but what one has done or not done oneself.

មិនមែនជាកំហុសរបស់អ្នកដទៃ ឬក៏មកពីអ្នកដទៃបានធ្វើ ឬមិនបានធ្វើនោះឡើយ ដែលមនុស្សម្នាក់ៗត្រូវរិះគិត ប៉ុន្តែ ដែលត្រូវរិះគិតនោះគឺ អ្វីដែលខ្លួនឯងម្នាក់ៗបានធ្វើ ឬមិនទាន់បានធ្វើនោះទេវិញទេ។

Just as one can make a lot of garlands from a heap of flowers, so man, subject to birth and death as he is, should make himself a lot of good karma.

ប្រៀបដូចជាមនុស្សម្នាក់ដែលអាចក្រងកម្រងផ្កាបានយ៉ាងច្រើនពីពំនូកផ្កា ដោយហេតុថា មនុស្សលោកតែងតែមានការចាប់កំណើត និងមរណភាពនោះ មនុស្សម្នាក់ៗគប្បីកសាងនូវកុសលកម្មឲ្យបានយ៉ាងច្រើនសំរាប់ខ្លួន។

Perfect of virtue, always acting with recollection, and liberated by final realization -- Mara does not know the path such people travel.

ដោយមានសុក្រិតភាពនៃគុណធម៌ គេតែងតែប្រព្រឹត្តនូវគ្រប់អំពើអ្វីៗតាមឱវាទប្រៀនប្រដៅរបស់ព្រះពុទ្ធជាម្ចាស់ជានិច្ចជាកាល ហើយគេរំដោះខ្លួនបានរួចផុតអំពីកិលេសតណ្ហា ដោយសារការយល់ដឹងជាចុងក្រោយ -- ហេតុនេះហើយ មារផ្ចាញ់នឹងមិនអាចស្គាល់ផ្លូវដែលនរជននេះត្រាច់ចរឡើយ។

៥ - ពាលវគ្គ (ជនពាល, ជនអវិជ្ជា ឬ មនុស្សល្ងង់ The Fool)

"I've got wealth." This is the way a fool brings suffering on himself. He does not even own himself, so how can he have wealth?

"អាត្មាអញមានទ្រព្យសម្បត្តិ" នេះហើយជាមាគ៌ាដែលជនអវិជ្ជានាំទុក្ខសោកមកដល់ខ្លួន។ គេមិនទាំងមានកម្មសិទ្ធភាពលើខ្លួនគេផង តើធ្វើម្តេចឡើយគេអាចមានទ្រព្យសម្បត្តិទៅបាន?

A fool thinks it like honey so long as the bad deed does not bear fruit, but when it does bear fruit he experiences suffering.

ជនអវិជ្ជាតែងតែគិតថាអ្វីៗផ្អែមដូចជាទឹកឃ្មុំ ដរាបណាដែលកម្មផលអាក្រក់មិនទាន់មកដល់ ប៉ុន្តែនៅពេលដែលបាបកម្មអាក្រក់នោះមកដល់ គេនឹងទទួលទុក្ខសោកជាក់ជាប្រាកដ។

One way leads to acquisition , the other leads to nirvana. Realizing this a monk, as a disciple of the Buddha, should take no pleasure in the respect of others, but should devote himself to solitude.

ផ្លូវមួយនាំទៅរកការនៅចង់មានចង់បាន ហើយផ្លូវមួយទៀតនាំទៅរកនិព្វាន។ ដោយយល់ច្បាស់អំពីមាគ៌ាទាំងពីរនេះ ព្រះសង្ឃដែលជាសាវ័ករបស់ព្រះពុទ្ធជាម្ចាស់ មិនគប្បីមានសោមនស្សរីករាយដោយការគោរពកោតខ្លាចដល់អ្នកដទៃឡើយ ប៉ុន្តែលោកគួរតែបូជាខ្លួនចំពោះភាពឯកោវិញ។

៦ - បណ្ឌិតវគ្គ (បញ្ញាជន ឬ បុគ្គលដែលមានគតិបណ្ឌិត The Wise Man)

If a man disciplines, instructs and restrains them from what is not right, he will be dear to the good, and disliked by the bad.

ប្រសិនបើបុគ្គលណាម្នាក់ដាក់វិន័យ, បង្ហាត់បង្ហាញ និងភិបាលមនុស្សទាំងឡាយមិនឲ្យធ្វើអ្វីៗដែលមិនមែនជាកុសល នរជននោះឯងនឹងទៅជាអ្នកដែលជាទីស្រឡាញ់រាប់អាននៃកុសលជនផងគ្នា ហើយក៏ជាមនុស្សដែលអកុសលជនមិនស្រឡាញ់ចូលចិត្តដែរ។

Don't cultivate the company of bad companions. Don't cultivate depraved men. Cultivate companions of good character. Cultivate superior men.

កុំបណ្តុះបណ្តាលឲ្យមានមិត្តអាក្រក់។ កុំបណ្តុះបណ្តាលឲ្យមានមនុស្សអសីលធម៌។ តែគួរកុំបណ្តុះឲ្យមានសហជីវិនដែលមានអត្តចរិតល្អ។ ត្រូវបណ្តុះមនុស្សល្អឲ្យបានច្រើននាក់។

He who drinks in the Truth will live happily with a peaceful mind. A wise man always delights in the Truth taught by the saints.

បុគ្គលដែលមានការរស់នៅទៅតាមគន្លងសច្ចធម៌ នឹងមានសុភមង្គលប្រកបទៅដោយចិត្តមួយដ៏មានសន្តិភាព។ ជាបញ្ញាជនម្នាក់តែងតែមានសោមនស្សរីករាយតាមគន្លងសច្ចធម៌ ដែលបានប្រៀនប្រដៅដោយសន្តបុគ្គល (Saint) ផងទាំងឡាយ។

Navies channel water, fletchers fashion arrows, and carpenters work on wood, but the wise disciple themselves.

នាវិកទាំងឡាយត្រូវតែធ្វើនាវាចរតាមផ្លូវទឹក រីឯអ្នកធ្វើធ្នូស្នាតែងតែខំផ្ចិតផ្ចង់បិតផ្លែព្រួញឲ្យបានល្អ ហើយជាងឈើក៏តែងតែធ្វើនូវអ្វីៗអំពីឈើ ឯនរជនដែលមានគតិបណ្ឌិតទាំងឡាយក៏តែងតែមានវិន័យចំពោះខ្លួនគេដែរ។

The wise find peace on hearing the truth, like a deep, clear, undisturbed lake.

នរជនដែលមានគតិបណ្ឌិតតែងតែមានសន្តិភាពដ៏សែនស្ងប់ក្នុងចិត្តនៅពេលគេបានឮនូវអ្វីៗអំពីសច្ចធម៌ ដែលប្រៀបបាននឹងដងស្ទឹងដ៏សែនស្ងៀមហ្នឹងមួយ មានទឹកដ៏ជ្រៅថ្លាឆ្វេងដូច្នោះដែរ។

The good renounce everything. The pure don't babble about sensual desires. Whether touched by pleasure or pain, the wise show no change of temper.

សន្តបុគ្គល (Saint) តែងតែលះបង់នូវគ្រប់អ្វីៗទាំងអស់។ ឯវិសុទ្ធជនក៏មិនប្រឡែងលេងជាមួយតម្រេកតណ្ហាដែរ។ អ្វីៗ ដែលកើតបានដោយសារតែភាពរីករាយ ឬការឈឺចាប់ ក៏នឹងមិនអាចធ្វើឲ្យគតិជនមានអារម្មណ៍ប្រែប្រួលបានដែរ។

A wise man, abandoning the principle of darkness, should cultivate what is pure. Leaving home for the homeless life, let him seek his joy in the solitude which people find so hard to enjoy, and, abandoning sensual pleasures, let him cleanse himself of inner defilements, looking on nothing as his own.

ជាបញ្ញាជនម្នាក់គួរលះបង់នូវគ្រប់គោលការណ៍ខ្មៅងងឹតផងទាំងពួង ហើយគប្បីបណ្តុះឲ្យមានឡើងនូវអ្វីដែលបរិសុទ្ធ។ ដោយបានលះបង់ផ្ទះសម្បែងរស់នៅក្នុងភាពអានាថា, ដូច្នេះ សូមឲ្យគេស្វែងរកបាននូវសោមនស្សរីករាយនៅក្នុងភាពឯកោ ដែលមនុស្សទាំងឡាយពិបាកនឹងទទួលយកបាន។ និងដោយសារតែបានលះបង់តម្រេកតណ្ហា សូមឲ្យគេជំរះភាពក្រខ្វក់ឲ្យស្អាតអស់ពីក្នុងចិត្ត ដោយមើលឃើញសព្វអ្វីៗទាំងអស់មិនមែនជារបស់ខ្លួន។

៧ – ពុទ្ធវគ្គ (អ្នកដែលបានត្រាស់ដឹង ឬ ព្រះអរហន្ត The Enlightened)

Those for whom there is no more acquisition, who are fully aware of the nature of food, whose dwelling place is an empty and imageless release -- the way of such people is hard to follow, like the path of birds through the sky.

ចំពោះព្រះអរហន្តនឹងគ្មានអ្វីទៀតឡើយដែលលោកត្រូវការ, លោកជាអ្នកយល់ដឹងយ៉ាងច្បាស់នូវធម្មជាតិនៃម្ហូបចំណី ឯទីកន្លែងស្នាក់នៅទៀតសោតក៏គ្រាន់តែជាទីល្ហល្ហេវ និងមើលឃើញជាភាពអរូបតែប៉ុណ្ណោះ។ ការរស់នៅ

របស់នរជនប្រភេទនេះ ពិបាកនឹងឲ្យអ្នកដទៃទៀតធ្វើតាមបានណាស់ ប្រៀបដូចជាផ្លូវដែលបក្សាបក្សីហោះហើរនៅលើមេឃាដូច្នោះដែរ។

He whose inflowing thoughts are dried up, who is unattached to food, whose dwelling place is an empty and imageless release -- the way of such a person is hard to follow, like the path of birds through the sky.

ចំពោះនរជនដែលអស់មានការនឹកគិតរវើរវាយ ជាអ្នកដែលមិនជាប់ជំពាក់ជាមួយចំណីភោគ្គា ឯភូមិដ្ឋានអាស្រ័យនៅទៀតសោតក៏ជាកន្លែងល្ហល្ហេវ និងមើលឃើញជាភាពអរូបតែប៉ុណ្ណោះ – ការរស់នៅរបស់នរជនប្រភេទនេះពិបាកនឹងឲ្យមនុស្សដទៃធ្វើតាមបានណាស់ ប្រៀបបាននឹងផ្លូវដែលបក្សាបក្សីហោះហើរនៅលើមេឃាដូច្នោះដែរ។

Like the earth he is not disturbed, like a great pillar he is firmly set and reliable, like a lake he is free from defilement. There are no more rebirths for such a well set man.

ប្រៀបដូចព្រះធរណី គ្មានអ្វីធ្វើឲ្យចិត្តលោកកំរើករំជួយបានឡើយ, លោកដូចជាសរសរស្តម្ភធំមួយដ៏រឹងមាំ ហើយអាចឲ្យមនុស្សសត្វទាំងឡាយមានទំនុកចិត្តបាន, លោកជាបឹងទន្លេមួយដែលមានទឹកថ្លាឆ្វេងមិនមានភាពកករល្អក់សោះឡើយ។ ចំពោះពិសុទ្ធជនម្នាក់នេះលោកនឹងលែងមានការកើតស្លាប់ក្នុងវាលវដ្តសង្សារនេះទៀតហើយ។

Freed by full realization and at peace, the mind of such a man is at peace, and his speech and action peaceful.

គេអាចរំដោះខ្លួនរួចផុតអំពីចំណងលោកីយ៍ និងមានសន្តិភាពនៅក្នុងចិត្តបាន ក៏ដោយសារតែគេមានការយល់ដឹងដ៏ពេញលេញអំពីព្រះធម៌, ចិត្តរបស់នរជននេះតែងតែមានសន្តិភាពជានិច្ច ហើយពាក្យសំដី និងទង្វើរបស់គេទៀតសោតក៏តែងតែប្រកបទៅដោយសន្តិភាព។

៨ - សហស្សវគ្គ (ច្រើនពាន់ The Thousands)

Victory over oneself is better than that over others. When a man has conquered himself and always acts with self-control, neither devas, spirits, Mara nor Brahma can reverse the victory of a man like that.

យកជ័យជំនះលើបុគ្គលខ្លួនឯងបាន ប្រសើរជាងយកឈ្នះលើអ្នកដទៃ។ នៅពេលណាដែលគេបានឈ្នះលើខ្លួនគេហើយធ្វើអ្វីៗតែងតែមានការគ្រប់គ្រងចិត្តជានិច្ចជាកាលនោះ ពេលនោះឯង ទោះជាទេវតា ខ្មោចអារក្ស មារផ្ចាញ់ ឬព្រះឥន្ទ ព្រះព្រហ្ម ក៏មិនអាចកែប្រែជ័យជំនះរបស់នរជននោះឲ្យទៅជាបរាជ័យវិញបានឡើយ។

Though one were to perform sacrifices by the thousand month after month for a hundred years, if another were to pay homage to a single inwardly perfected man for just a moment, that homage is better than the hundred years of sacrifices.

ទោះជាមនុស្សម្នាក់គេបានខំធ្វើពិធីបូជាយញ្ញរាប់ពាន់ដង ពីមួយខែទៅខែ អស់ពេលមួយរយឆ្នាំនោះក៏ដោយ, តែប្រសិនបើមនុស្សម្នាក់ទៀតគេគ្រាន់តែបានគោរពបូជាចំពោះសុក្រិតជនតែម្តងក្នុងមួយរយៈពេលសោះនោះ ក៏ការគោរពបូជានោះ វាប្រសើរជាងការបូជាយញ្ញរាប់រយឆ្នាំទៅទៀត។

Four principal things increase in the man who is respectful and always honors his elders -- length of life, good looks, happiness and health.

កុសលបួនយ៉ាងនឹងកើនមានឡើងចំពោះបុគ្គលដែលតែងតែគោរពប្រណិប័តន៍ និងផ្តល់កិត្តិយសដល់ព្រឹទ្ធាចារ្យរបស់ខ្លួនៈ អាយុយឺនយូរ ពណ៌សម្បុរល្អ សុភមង្គល និងសុខភាពល្អ។

Though one were to live a hundred years immoral and with a mind unstilled by meditation, the life of a single day is better if one is moral and practices meditation.

មានតែអសីលធម៌ និងមិនមានចិត្តស្ងប់ស្ងៀមដោយមិនបានបតិបត្តិធ្វើសមាធិ ទោះជាគេអាចរស់នៅបានមួយរយឆ្នាំក៏ដោយ ក៏ជីវិតរស់នៅបានតែមួយថ្ងៃវាប្រសើរជាង ប្រសិនបើគេជាមនុស្សដែលមានសីលធម៌ ហើយបតិបត្តិធ្វើសមាធិ។

Though one were to live a hundred years without wisdom and with a mind unstilled by meditation, the life of a single day is better if one is wise and practices meditation.

ដោយគ្មានគតិបណ្ឌិត និងមិនមានចិត្តស្ងប់ស្ងៀមដោយមិនបានបតិបត្តិធ្វើសមាធិ ទោះជាគេអាចរស់នៅបានមួយរយឆ្នាំក៏ដោយ ក៏ជីវិតរស់នៅបានតែមួយថ្ងៃវាប្រសើរជាង ប្រសិនបើគេជាមនុស្សដែលមានគតិបណ្ឌិត ហើយអនុវត្តធ្វើសមាធិ។

Though one were to live a hundred years without seeing the rise and passing of things, the life of a single day is better if one sees the rise and passing of things.

ដោយមិនបានឃើញការកើត និងការបាត់បង់ទៅវិញនៃវត្ថុទាំងឡាយ ទោះជាគេអាចរស់នៅបានមួយរយឆ្នាំក៏ដោយ ក៏ជីវិតរស់នៅបានតែមួយថ្ងៃវាប្រសើរជាង ប្រសិនបើគេបានឃើញការកើត និងការបាត់បង់ទៅវិញនៃវត្ថុទាំងឡាយនោះ។

Though one were to live a hundred years without seeing the deathless state, the life of a single day is better if one sees the deathless state.

ដោយមិនបានឃើញសភាពនៃអមរណកម្ម ទោះជាគេអាចរស់នៅបានមួយរយឆ្នាំក៏ដោយ ក៏ជីវិតរស់នៅបានតែមួយថ្ងៃវាប្រសើរជាង ប្រសិនបើគេបានយល់ដឹងនូវសភាពនៃអមរណកម្ម។

Though one were to live a hundred years without seeing the supreme truth, the life of a single day is better if one sees the supreme truth.

ដោយមិនបានឃើញមហាសច្ចធម៌ ទោះជាគេអាចរស់នៅបានមួយរយឆ្នាំក៏ដោយ ក៏ជីវិតរស់នៅបានតែមួយថ្ងៃវាប្រសើរជាង ប្រសិនបើគេបានយល់ដឹងនូវមហាសច្ចធម៌។

៩ - បាបវគ្គ (អសីលធម៌ Evil)

If a man has done evil, let him not keep on doing it. Let him not create an inclination to it. The accumulation of evil means suffering.

ប្រសិនបើមនុស្សម្នាក់គេបានធ្វើអកុសលកម្ម សូមឲ្យគេឈប់ធ្វើអកុសលកម្មនោះ។ ចូរកុំឲ្យគេប្រកែកនឹងបំណងល្អនេះ។ ព្រោះថា ការសាងអកុសលកម្មមានន័យថាធ្វើឲ្យមានការរងទុក្ខសោក។

If a man has done good, let him keep on doing it. Let him create an inclination to it. The accumulation of good means happiness.

ប្រសិនបើមនុស្សម្នាក់គេបានធ្វើកុសលកម្ម សូមឲ្យគេចេះតែធ្វើកុសលកម្មនោះជាបន្តទៅទៀត។ សូមឲ្យគេបង្កើតឲ្យមានទំនោរទោរទន់មួយទៅរកការធ្វើកុសលកម្ម។ ព្រោះថា ការសាងកុសលកម្មមានន័យថាធ្វើឲ្យមានសុភមង្គល។

Do not think lightly of evil that not the least consequence will come of it. A whole water pot will fill up from dripping drops of water. A fool fills himself with evil, just a little at a time.

ចូរកុំគិតងាយថា បាបកម្មតិចតួចនឹងមិននាំមកនូវផលវិបាកឲ្យសោះ។ ក្អមទឹកទាំងមូលមួយអាចមានទឹកពេញទៅបាន ក៏ដោយសារតែសំរក់ទឹកមួយតំណាក់ម្តងៗ។ រីឯជនអវិជ្ជាសាងអកុសលកម្មឲ្យខ្លួន ក៏ដោយសារតែធ្វើអំពើអាក្រក់ម្តងបន្តិចៗដែរ។

Do not think lightly of good that not the least consequence will come of it. A whole water pot will fill up from dripping drops of water. A wise man fills himself with good, just a little at a time.

ចូរកុំគិតថាអំពើល្អតិចតួចនឹងមិនបានផលអ្វីឲ្យសោះ។ ក្អមទឹកទាំងមូលមួយអាចមានទឹកពេញទៅបាន ក៏ដោយសារតែសំរក់ទឹកមួយតំណាក់ម្តងៗ។ រីឯបុគ្គលដែលមានគតិបណ្ឌិតដែលសាងកុសលឲ្យខ្លួន ក៏ដោយសារតែបានធ្វើអំពើល្អម្តងបន្តិចៗដែរ។

One should avoid evil like a merchant with much goods and only a small escort avoids a dangerous road, and like a man who loves life avoids poison.

បុគ្គលម្នាក់ៗគប្បីចៀសវាងអំពើបាបកម្ម ឲ្យដូចជាឈ្មួញម្នាក់ដែលមានឥវ៉ាន់យ៉ាងច្រើន និងមានអ្នកតាមការពារតែពីរបីនាក់ ដោយដើរគេចពីផ្លូវដែលមានគ្រោះថ្នាក់ដូច្នោះដែរ។

If there is no wound on one's hand, one can handle poison. Poison has no effect where there is no wound. There is no evil for the non-doer.

ប្រសិនបើគ្មានរបួសនៅលើដៃទេ គេអាចចាប់កាន់ជាតិពុលបាន។ ថ្នាំពុលនឹងមិនមានប្រសិទ្ធភាពឡើយនៅលើកន្លែងដែលគ្មានរបួស។ គឺគ្មានបាបកម្មឡើយសំរាប់អ្នកដែលមិនសាងបាប។

Whoever does harm to an innocent man, a pure man and a faultless one, the evil comes back on that fool, like fine dust thrown into the wind.

អ្នកណាក៏ដោយដែលធ្វើឲ្យមានការឈឺចាប់ដល់មនុស្សគ្មានទោស, មនុស្សបរិសុទ្ធ និងមនុស្សគ្មានកំហុស កម្មអាក្រក់នោះនឹងវិលមកផ្តន្ទាជនអវិជ្ជានោះវិញ ប្រៀបដូចជាលំអងធូលីដែលគេបាចទៅលើខ្យល់ដូច្នោះដែរ។

Not in the sky, nor in the depths of the sea, nor hiding in the cleft of the rocks, there is no place on earth where one can take one's stand to not be overcome by death.

ទោះជានៅលើមេឃ, នៅជម្រៅបាទសមុទ្ទ ឬពួននៅក្រហែងថ្មណាក៏ដោយ ក៏នៅលើផែនដីនេះមិនមានកន្លែងណាដែលអាចពួនគេចរួចផុតពីមិនស្លាប់បានឡើយ។

១០- ទណ្ឌវគ្គ (ហឹង្សា Violence)

All fear violence, all are afraid of death. Seeing the similarity to oneself, one should not use violence or have it used.

មនុស្សគ្រប់ៗរូបតែងតែខ្លាចអំពើហឹង្សា, មនុស្សគ្រប់ៗរូបតែងតែភ័យខ្លាចនឹងសេចក្តីស្លាប់។ កាលណាមនុស្សម្នាក់ៗដឹងថាខ្លួនគេក៏មានការភ័យខ្លាចយ៉ាងនេះដែរនោះ គេគប្បីកុំប្រើអំពើហឹង្សា ឬធ្វើឲ្យមានអំពើហឹង្សាឲ្យសោះ។

All fear violence, life is dear to all. Seeing the similarity to oneself, one should not use violence or have it used.

មនុស្សគ្រប់ៗរូបតែងតែខ្លាចអំពើហឹង្សា, មនុស្សម្នាក់ៗស្រឡាញ់ជីវិតរបស់ខ្លួនណាស់។ កាលណាមនុស្សម្នាក់ៗដឹងថាខ្លួនគេក៏មានការភ័យខ្លាច និងស្រឡាញ់ជីវិតដូចគ្នាយ៉ាងនេះដែរនោះ គេគប្បីកុំប្រើអំពើហឹង្សា ឬធ្វើឲ្យមានអំពើហឹង្សាឲ្យសោះ។

Don't speak harshly to anyone. If you do people will speak to you in the same way. Harsh words are painful and their retaliation will hurt you.

មិនគប្បីនិយាយពាក្យធ្ងន់ ឬពាក្យមិនពិរោះពិសារទៅកាន់អ្នកដទៃឡើយ។ កាលណាអ្នកនិយាយទៅកាន់គេយ៉ាងណា មនុស្សដទៃនឹងនិយាយមកកាន់អ្នកយ៉ាងនោះដែរ។ ពាក្យធ្ងន់ ឬពាក្យមិនពិរោះពិសារធ្វើឲ្យមានការឈឺចាប់ ហើយបើគេនិយាយពាក្យទាំងនោះមកកាន់អ្នកវិញ នឹងធ្វើឲ្យអ្នកឈឺចាប់។

If you don't disturb yourself, like a broken gong does not vibrate, then you have achieved nirvana. Irritability no longer exists for you.

ប្រសិនបើអ្នកមិនរំខានខ្លួនឯង ឲ្យដូចជាគងបែកដែលមិនញ័រនោះ ដូច្នេះអ្នកបានសំរេចនិព្វានហើយ។ ភាពដែលអាចរំខានបាន នឹងលែងកើតមាននៅក្នុងចិត្តអ្នកទៀតហើយ។

Even when he is doing evil, the fool does not realize it. The idiot is punished by his own deeds, like one is scorched by fire.

ថ្វីបើពេលដែលគេធ្វើអំពើអាក្រក់ ជនអវិជ្ជាមិនដឹងថាខ្លួនកំពុងធ្វើអំពើបាបឡើយ។ មនុស្សភ្លើលីលានេះនឹងត្រូវទទួលបាបកម្មយ៉ាងក្តៅផ្សាដោយសារតែអំពើរបស់ខ្លួនឯង ដូចជាមនុស្សដែលត្រូវភ្លើងឆេះរោលរាលលើខ្លួនប្រាណដូច្នោះដែរ។

Even if richly dressed, when a man behaves even-mindedly and is at peace, restrained and established in the right way, chaste and renouncing violence to all forms of life, then he is a Brahmin, he is a holy man, he is a true Buddhist monk.

ថ្វីបើលោកបានគ្រងទៅដោយសំពត់ក្រណាត់ដែលមានតម្លៃ តែលោកមានបុកពារប្រកបដោយមនសិការ និងមានសន្តិភាពក្នុងចិត្ត, ភិបាលចិត្ត (Restrained) និងប្រព្រឹត្តខ្លួនយ៉ាងត្រឹមត្រូវ, បរិសុទ្ធដោយចិត្ត និងកាយ ហើយបោះបង់អំពើហឹង្សានូវគ្រប់រូបភាពនៃជីវិត ដូច្នេះលោកជាព្រាហ្មណ៍ម្នាក់, លោកជាពិសុទ្ធជនមួយរូប, លោកជាព្រះសង្ឃដ៏ពិតប្រាកដមួយអង្គ។

Like a thoroughbred horse touched by the whip, be strenuous and determined. Then you will be able to rid yourself of this great suffering by means of faith, morality, energetic behavior, stillness of mind and reflection on the teaching, after you have become full of wisdom, good habits and recollection.

ត្រូវខ្លាំងក្លា និងមានការប្តេជ្ញាចិត្ត ឲ្យដូចជាសេះពូជល្អដែលស្ទុះរត់យ៉ាងលឿនត្របាញ់ពេលដែលត្រូវរំពាត់ខ្សែរតី។ ដូច្នេះហើយ អ្នកនឹងអាចមានលទ្ធភាពរំដោះខ្លួនរួចអំពីទុក្ខសោកបាន ដោយជំនឿជឿជាក់, ចរិយាធម្ម, អាកប្បកិរិយា ប្រកបដោយឋាមភាព, ភាពស្ងប់ស្ងាត់នៃចិត្ត និងការចងចាំចំពោះសិក្ខាបទរបស់ព្រះពុទ្ធជាម្ចាស់ បន្ទាប់ពីអ្នកមានគតិបណ្ឌិតយ៉ាងពេញលេញ ទម្លាប់ល្អ និងការចងចាំបានហើយ។

១១- ជរាវគ្គ (ជរាភាព Old Age)

What is this laughter, what is this delight, forever burning (with desires) as you are? Enveloped in darkness as you are, will you not look for a lamp?

តើអ្វីទៅជាសំណើច, តើអ្វីទៅជាសេចក្តីរីករាយ ដែលឆាបឆេះមិនឈប់ឈរ (ដោយតម្រេកតណ្ហា) ដូចជារូបអ្នក? គ្របដណ្តប់ដោយអន្ធការភាពដូចជារូបអ្នកយ៉ាងនេះ? តើអ្នកនឹងមិនស្វែងរកពន្លឺចង្កៀងទេឬ?

Look at the decorated puppet, a mass of wounds and of composite parts, full of disease and always in need of attention. It has no enduring stability.

ចូរមើលរូបអាយ៉ងដែលមានពាក់គ្រឿងតុបតែង, ចូរមើលដំបៅរបួសយ៉ាងធំមួយ និងបំណែកជាច្រើននៃសមាសធាតុ (Composite) ធំមួយ ដែលពោរពេញទៅដោយរោគាព្យាធិ ហើយតែងតែទាមទារឲ្យមានការយកចិត្តទុកដាក់ជានិច្ច។ ខ្លួនប្រាណនេះគ្មានលំនឹងឋិតថេរឡើយ។

This body is worn out with age, a nest of diseases and falling apart. The mass of corruption disintegrates, and death is the end of life.

ខ្លួនប្រាណត្រូវទ្រុឌទ្រោមដោយសារវ័យជរា, ខ្លួនប្រាណជាសំបុករោគាព្យាធិទាំងឡាយ និងចាប់ផ្តើមរង្គោះរង្គើបន្តិចម្តងៗ។ សរីរាង្គដ៏ស្អុយក្រខ្វក់នេះនឹងត្រូវរលះរលួយ ហើយសេចក្តីស្លាប់ក៏ជាដំណាក់កាលចុងក្រោយនៃជីវិត។

When these grey bones are cast aside like gourds in autumn, what pleasure will there be in looking at them?

នៅពេលដែលឆ្អឹងពណ៌ប្រផេះនេះត្រូវបានគេក្រវែងចោលទៅម្ខាងដូចជាឃ្លោកជាក់ទឹកនៅសរទរដូវ។ តើនឹងសប្បាយអ្វីទៅ មើលសំបកឃ្លោកនោះ?

It is a city built of bones, and daubed with flesh and blood, in which old age and death, pride and hypocrisy are the inhabitants.

ខ្លួនប្រាណនេះជាបុរីដែលសង់ឡើងដោយគំនរឆ្អឹង ហើយពោកប៉ាតពីលើដោយសាច់ និងឈាម ដែលជ្រកនៅដោយជរាព្យាធិ និងសេចក្តីស្លាប់, ការក្រអឺតក្រទម និងការលាក់ពុតត្បុត។

Even kings' splendid carriages wear out, and the body is certain bound to grow old, but the Truth found by the saints is not subject to aging. That is what the saints themselves proclaim.

សូម្បីតែព្រះមហារាជរថក៏ត្រូវរិចរិលទៅដែរ ឯខ្លួនប្រាណទៀតសោតប្រាកដជាត្រូវចាស់ទ្រុឌទ្រោមជាប្រាកដ ប៉ុន្តែសច្ចធម៌ដែលសន្តបុគ្គល (Saint) លោកបានស្វែងយល់ នឹងមិនទៅជាចាស់ទ្រុឌទ្រោមឡើយ។ នេះជាការសំដែងប្រកាសរបស់សន្តបុគ្គល (Saints) ទាំងឡាយ។

An ignorant man ages like an ox. His flesh may increase, but not his understanding.

ជនអវិជ្ជានឹងឆាប់ចាស់ដូចជាសត្វគោ។ សាច់ឈាមគេប្រហែលជាធាត់ធំក៏ពិតមែន ប៉ុន្តែការយល់ដឹងរបស់គេនឹងមិនមានការចំរើនធំធាត់ឡើយ។

១២- អត្តវគ្គ (អាត្មាឯង Self)

Knowing that one is dear to oneself, one should guard oneself well.
ដោយដឹងថាបុគ្គលម្នាក់ៗស្រឡាញ់ខ្លួនឯងជាទីបំផុត ដូច្នេះគេគេគប្បីថ្នាំខ្លួនគេឲ្យបានល្អប្រពៃ។

First he should establish himself in what is right. Then if he teaches others, the wise man will not be corrupted.

ជាបឋម គេគប្បីធ្វើខ្លួនគេឲ្យបានល្អទៅតាមគន្លងសីលធម៌ជាមុនសិន។ បន្ទាប់មកទើបគេអាចបង្ហាត់បង្រៀនដល់អ្នកដទៃទៀតបាន។ នរជនដែលមានគតិបណ្ឌិត នឹងមិនពុករលួយឡើយ។

If one would only apply to oneself what one teaches others, when one was well disciplined oneself one could train others. It is oneself who is hard to train.

ប្រសិនបើបុគ្គលណាអាចធ្វើតាមបាន នូវអ្វីដែលគេបានហ្វឹកហ្វឺនដល់អ្នកដទៃ ហើយក៏គេជាមនុស្សដែលដាក់វិន័យលើខ្លួនឯងបាន គឺបុគ្គលនោះឯងដែលអាចហ្វឹកហ្វឺនដល់អ្នកដទៃបាន។ គឺខ្លួនឯងទេដែលពិបាកហ្វឹកហ្វឺន។

One is one's own guardian. What other guardian could one have? With oneself well disciplined one obtains a rare guardian indeed.

បុគ្គលម្នាក់ៗជាឆ្នាំរបស់បុគ្គលខ្លួនឯង។ តើមានអ្នកដទៃណាផ្សេងទៀតដែលអាចធ្វើជាឆ្នាំលើបុគ្គលរបស់ខ្លួនឯងបាននោះ? ប្រសិនបើគេជាមនុស្សដែលដាក់វិន័យល្អលើបុគ្គលខ្លួនឯងបាន គឺគេប្រាកដជាឆ្នាំម្នាក់ដែលពិបាកនឹងរកបានណាស់។

The evil he has done himself and which had its origin and being in himself breaks a fool, like a diamond breaks a precious stone.

ជនអសីលធម៌បានសាងអំពើបាបឲ្យដល់ខ្លួនឯង ហើយដែលជាប្រភពដើម និងដោយសារតែអំពើបាបមាននៅក្នុងចិត្តគេផងនោះ អំពើបាបនោះនឹងបំផ្លាញខ្លួនគេ ប្រៀបបាននឹងត្បូងពេជ្យដែលបំបែកត្បូងដទៃទៀតដូច្នេះដែរ។

A man of great immorality is like a creeper, suffocating the tree it is on. He does to himself just what an enemy would wish him.

ជនដ៏អសីលធម៌ប្រៀបបាននឹងវល្លិដែលវារតោងរួបរិតសំឡាប់ដើមឈើដែលខ្លួនពឹងពាក់។ គឺគេបំផ្លាញខ្លួនគេដូចជាសត្រូវដែលចង់បំផ្លាញលើខ្លួនគេដូច្នេះដែរ។

Things which are wrong and to one's own disadvantage are easily enough done, while what is both good and advantageous is extremely hard to do.

អំពើខុសឆ្គង និងអំពើដែលធ្វើឲ្យខាតអត្ថប្រយោជន៍ដល់ខ្លួនឯងងាយស្រួលធ្វើណាស់ ឯអំពើដែលល្អគាប់ប្រសើរ និងអំពើដែលធ្វើឲ្យមានអត្ថប្រយោជន៍ដល់ខ្លួនឯង ពិបាកធ្វើជាទីបំផុត។

The fool, who out of attachment to a wrong view speaks ill of the religion of the enlightened and noble ones who live according to truth, brings forth fruit to his own downfall, like the offspring of the bamboo.

ជនអវិជ្ជាដែលជាអ្នកមានទស្សនះខុសនិយាយមិនគប្បីអំពីសាសនា, អំពីព្រះដែលលោកបានត្រាស់ដឹង និងអំពីលោកអ្នកដ៏ប្រសើរទាំងឡាយ ដែលរស់នៅប្រកបទៅដោយសច្ចធម៌ គេនឹងទទួលផលអាក្រក់ម្តងហើយម្តងទៀតមិនឈប់ឈរ ដោយសារការធ្វើខុសរបស់គេ ប្រៀបដូចជាទំពាំងឫស្សីដែលដុះកើតរាលពាសពេញទីដូច្នោះដែរ។

By oneself one does evil. By oneself one is defiled. By oneself one abstains from evil. By oneself one is purified. Purity and impurity are personal matters. No one can purify someone else.

ដោយខ្លួនឯងជាអ្នកសាងបាបឲ្យដល់ខ្លួនឯង។ ដោយខ្លួនឯងជាអ្នកធ្វើខ្លួនឯងឲ្យមានបាប។ ដោយខ្លួនឯងជាអ្នកធ្វើខ្លួនឯងឲ្យជៀសឆ្ងាយផុតអំពីបាបកម្ម។ ដោយខ្លួនឯងជាអ្នកធ្វើខ្លួនឯងឲ្យទៅជាមនុស្សបរិសុទ្ធបាន។ បរិសុទ្ធភាព និងអបរិសុទ្ធភាពជាផ្លូវជ្រើសរើសផ្ទាល់ខ្លួនរបស់បុគ្គលម្នាក់ៗ។ គ្មានបុគ្គលណាម្នាក់អាចធ្វើឲ្យបុគ្គលម្នាក់ផ្សេងទៀតបរិសុទ្ធបានឡើយ។

One should not neglect one's own welfare for that of someone else, however great. When one has understood what one's own welfare really consists of, one should apply oneself to that welfare.

បុគ្គលម្នាក់ៗមិនគប្បីធ្វេសប្រហែសនឹងសុខុមាលភាពរបស់ខ្លួនដើម្បីសុខុមាលភាពរបស់អ្នកដទៃផ្សេងឡើយ ទោះបីគេនោះជាជនដែលមានវណ្ណៈខ្ពង់ខ្ពស់ថ្លៃថ្នូរយ៉ាងណាក៏ដោយ។ ពេលណាបុគ្គលម្នាក់ៗបានយល់ដឹងយ៉ាង

ច្បាស់ថា សុខុមាលភាពរបស់ខ្លួនប្រកបទៅដោយសារធាតុសំខាន់អ្វីខ្លះនោះ គេត្រូវតែយកចិត្តទុកដាក់នឹងសុខ-
មាលភាពរបស់ខ្លួនគេ។

១៣ – លោកវគ្គ (សកលលោក The World)

Don't practice an ignoble way of life; don't indulge in a careless attitude. Don't follow a wrong view, and don't be attached to the world.

ក្នុងជីវិតរស់នៅគេមិនត្រូវប្រព្រឹត្តនូវអ្វីដែលថោកទាប។ កុំបណ្តែតបណ្តោយខ្លួនឲ្យមានអាកប្បកិរិយាធ្វេស
ប្រហែសឲ្យសោះ។ ចូរកុំប្រព្រឹត្តតាមទស្សនៈខុស ហើយចូរកុំឲ្យមានការជាប់ជំពាក់នឹងលោកីយ៍ឲ្យសោះ។

Wake up and don't be careless, but lead a life of well-doing. He who follows righteousness lives happily in this world and the next.

ភ្ញាក់រលឹកឡើង ហើយកុំធ្វេសប្រហែសឲ្យសោះ តែត្រូវធ្វើឲ្យជីវិតឆ្ពោះទៅរកវឌ្ឍនភាព។ បុគ្គលដែលប្រព្រឹត្តតាម
សេចក្តីយុត្តិធម៌ទៀងត្រង់ នឹងបានរស់នៅក្រុបដោយសុភមង្គលក្នុងលោកនេះ និងលោកខាងមុខ។

Wild swans take the path of the sun. Men with powers travel through space, but the wise step right out of the world, by conquering Mara and his host.

ក្ងានព្រៃហោះហើរទៅតាមមាគ៌ានៃព្រះអាទិត្យចរ។ ឯមនុស្សលោកធ្វើដំណើរលើអវកាសដោយសារកំឡាំងថាម
ពល ប៉ុន្តែអ្នកមានគតិបណ្ឌិតលាលោកនេះទៅ ដោយបានឈ្នះអស់មារផ្ចាញ់ និងគ្នីគ្នារបស់វា។

When a man has already violated one rule; when he is a liar and rejects the idea of a future world, there is no evil he is not capable of.

នៅពេលមនុស្សណាម្នាក់បានធ្វើខុសវិន័យអ្វីមួយ ហើយពេលនោះគេក៏ជាមនុស្សភតកុហកម្នាក់ និងជាមនុស្ស
ដែលទាត់ចោលនូវគំនិតគិតគូរអំពីលោកខាងមុខ គឺមានន័យថាគ្មានអំពើអាក្រក់ណាដែលគេធ្វើមិនបានឡើយ។

១៤ – ពុទ្ធវគ្គ (ព្រះពុទ្ធអង្គទាំងឡាយ The Buddhas)

He who has no entrapping, clinging desire to lead him in any direction, that Buddha, whose home is in the infinite, pathless as he is, by what path will you lead him?

អ្នកដែលមិនជាប់ មិនជំពាក់ជាមួយតណ្ហាលោកីយ៍ដឹកនាំទៅទីណាមួយនោះ នោះគឺជាព្រះពុទ្ធជាម្ចាស់ ដែលទី
ស្នាក់អាស្រ័យនៅរបស់ព្រះអង្គនៅឯអនន្តស្ថាន (Infinite), ព្រះអង្គយាងតាមមាគ៌ាដែលគ្មានផ្លូវ។ តើទៅតាមផ្លូវ
ណាដែលអ្នកនឹងនាំមុខព្រះអង្គបាន?

A human birth is hard to achieve. Difficult is the life of mortals. To hear the true teaching is difficult, and the achievement of Buddhahood is difficult.

ការចាប់កំណើតជារបស់មនុស្សពិបាកនឹងបានសំរេចណាស់។ ពិបាកជាជីវិតរបស់សត្តនិករទាំងអស់នៅលើ
វាលវដ្តសង្សារនេះជាការពិបាក។ ឲ្យបានឮសិក្ខាបទដ៏ពិតជាការពិបាក។ ហើយការបានសំរេចនូវពុទ្ធភាពក៏ពិបាក។

To abstain from all evil, the practice of good, and the thorough purification of one's mind -- this is the teaching of the Buddha.

ជៀសវាងនូវគ្រប់អំពើអាក្រក់, ប្រព្រឹត្តតែអំពើល្អ ហើយធ្វើចិត្តខ្លួនឲ្យបានបរិសុទ្ធ នេះជាសិក្ខាបទរបស់ព្រះពុទ្ធជាម្ចាស់។

Long-suffering patience is the supreme ascetic practice. Nirvana is supreme, say the Buddha. He is certainly not an ascetic who hurts others, and nor is he a man of religion who causes suffering to others.

ការស៊ូទ្រាំបាននឹងការរងទុក្ខសោកដ៏យូរអង្វែងជាការប្រព្រឹត្តដ៏ឧត្តមរបស់តាបស។ ព្រះពុទ្ធជាម្ចាស់លោកសំដែងថា និព្វានជាគុណជាតិដ៏ឧត្តម។ អ្នកដែលធ្វើឲ្យមានការឈឺចាប់ដល់អ្នកដទៃ ពិតជាមិនមែនតាបសឡើយ។ ហើយអ្នកដែល បណ្តាលឲ្យមានការរងទុក្ខសោកដល់អ្នកដទៃ ក៏មិនមែនជាអ្នកកាន់សាសនាដែរ។

Not to speak harshly and not to harm others, self restraint in accordance with the rules of the Order, moderation in food, a secluded dwelling, and the cultivation of the higher levels of consciousness -- this is the teaching of the Buddha.

មិននិយាយពាក្យធ្ងន់ និងមិនធ្វើបាបអ្នកដទៃ, ភិបាលខ្លួនឲ្យមានការអត់ធ្មត់បានតាមក្បួនវិន័យ, បរិភោគចំណីអាហារដោយសមគួរ, ធ្វើធុតុង្គ និងបណ្តុះបណ្តាលសតិស្មារតីឲ្យមានវឌ្ឍនភាពកើនកំរិតកាន់តែខ្ពស់ឡើង --- នេះជាសិក្ខាបទរបស់ព្រះពុទ្ធជាម្ចាស់។

There is no satisfying the senses, not even with a shower of money. "The senses are of slight pleasure and really suffering." When a wise man has realized this, he takes no pleasure, as a disciple of the Buddha, even in the pleasures of heaven. Instead he takes pleasure in the elimination of craving.

គ្មានអ្វីធ្វើឲ្យចិត្តមានអារម្មណ៍គ្រប់គ្រាន់បានឡើយ សូម្បីតែមានលុយកាក់ដែលហូរចូលដូចភ្លៀងក៏ដោយ។ “អារម្មណ៍ទាំងនេះជាសេចក្តីសប្បាយរីករាយដ៏តិចតួច និងជាការរងទុក្ខដ៏ពិត។“ ពេលបញ្ញាជនណាម្នាក់យល់ដឹងរឿងនោះ គេនឹងមិនមានសោមនស្សរីករាយដោយសារតែបានធ្វើជាសាវ័ករបស់ព្រះពុទ្ធជាម្ចាស់ ឬសូម្បីតែសោមនស្សរីករាយនៃស្ថានសួគ៌ឡើយ។ ផ្ទុយទៅវិញគេនឹងមានសោមនស្សរីករាយដោយបានបំបាត់អស់នូវចំណង់ខ្លាំងបាន។

Driven by fear, men take to many a refuge, in mountains, forests, parks, sacred groves and shrines, but these are not a secure kind of refuge. By taking to this sort of refuge one is not released from suffering. He who has gone to Buddha, Dhamma and Sangha for refuge, though, and who with true wisdom understands the Four Noble Truths of Suffering, the Origin of Suffering, the End of Suffering and the Noble Eightfold Path, leading to the Elimination of Suffering, this is a secure refuge, this is the ultimate refuge; by taking to this refuge one is indeed released from all suffering.

ដោយសារតែការភ័យខ្លាច មនុស្សជាច្រើនបានរត់ភៀសខ្លួនទៅជ្រកពួនតាមរូងភ្នំ, ព្រៃជ្រៅ, សួន, ព្រៃពិសិដ្ឋ និងទីធ្វើសក្ការបូជាផ្សេងៗ តែទីកន្លែងទាំងនោះមិនមែនជាប្រភេទជម្រកជ្រកកោនដ៏សុខសាន្តពិតប្រាកដឡើយ។

ដោយជ្រកកោននឹងជម្រកប្រភេទនេះ គេនៅតែមិនអាចរំដោះខ្លួនឲ្យរួចផុតអំពីការរងទុក្ខសោកបានឡើយ។ ឯបុគ្គលទាំងឡាយណាដែលបានយកព្រះពុទ្ធ, ព្រះធម៌ និងព្រះសង្ឃជាទីពឹងជាទីរពឹក ហើយជាបុគ្គលដែលមានគតិបណ្ឌិតដ៏ពិតចេះយល់ដឹងយ៉ាងច្បាស់អំពីចតុរារិយសច្ចៈ (The Four Noble Truths) នៃការរងទុក្ខសោក, ប្រភពនៃការរងទុក្ខ សោក, បញ្ចប់នៃការរងទុក្ខសោក និងអង្គប្រាំបីប្រការ (Eightfold Path) ដែលនាំទៅរកបំបាត់ការរងទុក្ខសោក នេះ ទើបជាជម្រកដែលមានសុវត្ថិភាពមួយ។ នេះទើបជាមហាជម្រកដ៏សែនសុខសាន្តប្រាកដ។ ដោយបានយកជម្រក នេះជាទីពឹងជាទីរពឹក នរជនទាំងឡាយនោះប្រាកដជាបានរំដោះខ្លួនរួចផុតអំពីគ្រប់ការរងទុក្ខសោកបាន។

Happy is the attainment of Buddhahood; happy is the teaching of the true Teaching; happy is the concord of the Sangha; happy is the training of those in concord.

សោមនស្សរីករាយជាការសម្រេចនូវពុទ្ធភាព។ សោមនស្សរីករាយជាឱវាទប្រៀនប្រដៅនៃសិក្ខាបទដ៏សច្ចៈ។ សោមនស្សរីករាយជាកិច្ចព្រមព្រៀងនៃព្រះសង្ឃ។ សោមនស្សរីករាយជាការហ្វឹកហាត់នៃអ្នកដែលមានកិច្ចព្រមព្រៀង។

When a man venerates those worthy of veneration, be their Buddhas or their disciples, who have transcended all obstacles and passed beyond sorrow and tears -- venerating such as these, whose passions are extinguished and for whom there is no further source for fear, no one can calculate how great his merit is.

ពេលបុគ្គលណាម្នាក់ធ្វើសក្ការៈបូជាចំពោះសក្ការៈជនដែលគួរជាទីគោរពដូចជាព្រះពុទ្ធ ឬព្រះសាវ័កទាំងឡាយរបស់ព្រះពុទ្ធជាម្ចាស់ ដែលលោកបានពុះពារ និងឆ្លងកាត់គ្រប់ឧបសគ្គហួសផុតអំពីទុក្ខសោក និងជលនេត្រហូរស្រក់ផងទាំងពួង - ធ្វើសក្ការៈបូជាចំពោះសក្ការៈជនដែលតម្រេកតណ្ហារបស់លោកត្រូវបានរំលត់បាត់អស់ និងជាសក្ការៈជនដែលលែងមានប្រភពនៃសេចក្តីភ័យខ្លាច នឹងគ្មានអ្នកណាអាចវាស់បាន ថាតើផលានិសង្ស (Merits) របស់បុគ្គលនោះធំធេងយ៉ាងណាបានឡើយ។

១៥ - សុខវគ្គ (សោមនស្សរីករាយ/សុភមង្គល Happiness)

Happy indeed we live who are free from hatred among those who still hate. In the midst of hate-filled men, we live free from hatred.

ពិតណាស់ យើងរស់នៅដោយមានសុភមង្គល ដោយគ្មានសំអប់នៅក្នុងចិត្ត នៅក្នុងចំណោមអ្នកដែលនៅមានការស្អប់ខ្ពើមគ្នា។ នៅកណ្តាលចំណោមអ្នកដែលនៅមានការស្អប់ខ្ពើម យើងរស់នៅដោយគ្មានសំអប់។

A victor only breeds hatred, while a defeated man lives in misery, but a man at peace within lives happily, abandoning up ideas of victory and defeat.

ជ័យជំនះគ្រាន់តែបានបង្កបង្កើតឲ្យមានសំអប់តែប៉ុណ្ណោះ នៅពេលដែលអ្នកចាញ់រស់នៅដោយទុគ៌តភាព។ ប៉ុន្តែបុគ្គលដែលមានសន្តិភាពក្នុងចិត្ត រស់នៅដោយសោមនស្សរីករាយ ដោយបោះបង់ចោលអស់នូវគំនិតឈ្នះ និងផ្ចាញ់។

There is no fire like desire. There is no weakness like anger. There is no suffering like the khandhas. There is no happiness greater than peace.

គ្មានភ្លើងណាដែលឆាបឆេះខ្លាំងដូចភ្លើងតណ្ហា។ គ្មានភាពទន់ខ្សោយណាដែលខ្សោយដូចភ្លើងកំហឹង។ គ្មានការរងទុក្ខសោកណារងទុក្ខដូចការរងទុក្ខនៃខន្ធទាំងប្រាំ (**Khandhas** n. = Element of Being; ខន្ធទាំងប្រាំ: ១-រូបខន្ធ (Form), ២-វេទនាខន្ធ (Sensation), ៣-សង្ខារខន្ធ (Judgment), ៤– សញ្ញាខន្ធ (ភវេចផេតៀន), ៥– វិញ្ញាណខន្ធ (Conscience), ។ ហើយក៏គ្មានសុភមង្គលណាដែលសុខសាន្តជាងសន្តិភាពក្នុងចិត្តឡើយ។

After enjoying the taste of solitude and the taste of peace, one is freed from distress and evil, as one enjoys the taste of spiritual joy.

បន្ទាប់ពីមានសោមនស្សរីករាយដោយបានស្គាល់នូវរស់ជាតិនៃភាពឯកោ និងរស់ជាតិនៃសន្តិភាពមក គេនឹងលែងមានទុក្ខព្រួយ និងអសីលធម៌នៅក្នុងចិត្តទៀតហើយ គឺគេនឹងមានសោមនស្សរីករាយដោយរស់ជាតិនៃបីតិសោម-នស្សនៃផ្លូវសាសនា។

It is good to meet with the saints. Living with them is always sweet. By not meeting fools one can be happy all the time.

ជាភ័ព្វសំណាងណាស់ដែលមានវាស្នាបានជួបសន្តបុគ្គល (Saint)។ រស់នៅជាមួយសន្តបុគ្គល តែងតែមានភាពពិរោះពិសារ។ ដោយមិនបានជួបនឹងជនអវិជ្ជា ឬជនពាល នឹងអាចមានសោមនស្សរីករាយជានិច្ច។

Therefore, if he is a man of understanding and penetration, learned and habitually moral, devout and noble, one should cultivate the company of that just and wise man, in the same way as the moon keeps to a path among the stars.

ដូច្នេះ ប្រសិនបើគេជាមនុស្សដែលមានការយល់ដឹង និងវាងវៃ, មានចំណេះ និងចរិយាធម៌ជាប្រចាំ, ជឿជាក់ និងថ្លៃថ្នូរ គេគួរបណ្តុះបណ្តាលឲ្យមានតែមិត្តភក្តិជានរជនដែលមានសច្ចយុត្តិធម៌ និង គតិបណ្ឌិត ឲ្យដូចជាព្រះចន្ទដែលតែងតែចរយាត្រាលើ វេហាស៍ជាមួយហ្វូងតារាជានិច្ចជាកាលដូច្នោះដែរ។

១៦ - បិយវគ្គ (ចំណង់ចំណូលចិត្ត Preference)

Never have anything to do with likes and dislikes. The absence of what one likes is painful, as is the presence of what one dislikes.

មិនត្រូវធ្វើអ្វីឲ្យទាក់ទងជាមួយនឹងចូលចិត្ត ឬមិនចូលចិត្តនោះឡើយ។ អវត្តមាននូវអ្វីដែលគេចូលចិត្ត ឬស្រឡាញ់ជាការឈឺចាប់ ហើយវត្តមាននៃការមិនចូលចិត្ត ឬមិនស្រឡាញ់ក៏ជាការឈឺចាប់ដូចគ្នាដែរ។

Therefore don't take a liking to anything. To lose what one likes is hard, but there are no bonds for those who have no likes and dislikes.

ដូច្នេះ កុំឲ្យជាប់ចិត្តស្រឡាញ់នឹងអ្វីឲ្យសោះ។ បាត់បង់នូវអ្វីដែលគេស្រឡាញ់ជាការពិបាកពេកណាស់ ប៉ុន្តែនឹងគ្មានចំណងទាក់ទងអ្វីឡើយ សំរាប់អ្នកដែលមិនមានជាប់ចិត្តជាមួយស្រឡាញ់ ឬមិនស្រឡាញ់នោះ។

From preference arises sorrow, from preference arises fear, but he who is freed from preference has no sorrow and certainly no fear.

មកពីការស្រឡាញ់ចូលចិត្តទុក្ខសោកនឹងកើតមានឡើង, មកពីការស្រឡាញ់ចូលចិត្ត ភ័យខ្លាចនឹងកើតមានឡើង ប៉ុន្តែអ្នកដែលបានរំដោះខ្លួនរួចផុតអំពីការស្រឡាញ់ចូលចិត្ត និងគ្មានទុក្ខសោកនឹងពិតជាគ្មានការភ័យខ្លាចឡើយ។

From affection arises sorrow, from affection arises fear, but he who is freed from affection has no sorrow and certainly no fear.

មកពីមេត្រីភាពទុក្ខសោកនឹងកើតមានឡើង, មកពីមេត្រីភាពភ័យខ្លាចនឹងកើតមានឡើង ប៉ុន្តែអ្នកដែលបានរំដោះខ្លួនរួចផុតអំពីមេត្រីភាព និងគ្មានទុក្ខសោកនឹងពិតជាគ្មានការភ័យខ្លាចឡើយ។

From pleasure arises sorrow, from pleasure arises fear, but he who is freed from pleasure has no sorrow and certainly no fear.

មកពីការសប្បាយរីករាយទុក្ខសោកនឹងកើតមានឡើង, មកពីការសប្បាយរីករាយភ័យខ្លាចនឹងកើតមានឡើង ប៉ុន្តែអ្នកដែលបានរំដោះខ្លួនរួចផុតអំពីការសប្បាយរីករាយ និងគ្មានទុក្ខសោកនឹងពិតជាគ្មានការភ័យខ្លាចឡើយ។

From sensuality arises sorrow, from sensuality arises fear, but he who is freed from sensuality has no sorrow and certainly no fear.

មកពីតម្រេកកាមគុណទុក្ខសោកនឹងកើតមានឡើង, មកពីតម្រេកកាមគុណភ័យខ្លាចនឹងកើតមានឡើង ប៉ុន្តែអ្នកដែលបានរំដោះខ្លួនរួចផុតអំពីតម្រេកកាមគុណ និងគ្មានទុក្ខសោកនឹងពិតជាគ្មានការភ័យខ្លាចឡើយ។

From craving arises sorrow, from craving arises fear, but he who is freed from craving has no sorrow and certainly no fear.

មកពីចំណង់ខ្លាំងទុក្ខសោកនឹងកើតមានឡើង, មកពីចំណង់ខ្លាំងភ័យខ្លាចនឹងកើតមានឡើង ប៉ុន្តែអ្នកដែលបានរំដោះខ្លួនរួចផុតអំពីចំណង់ខ្លាំង និងគ្មានទុក្ខសោកនឹងពិតជាគ្មានការភ័យខ្លាចឡើយ។

When a man who has been away a long time at last comes home safely from far away, his family, friends and acquaintances rejoice to see him back. In the same way, when a man who has done good goes from this world to the next, his good deeds receive him like relations welcoming a loved one back again.

នៅពេលអ្នកណាម្នាក់ដែលបានឃ្លាតឆ្ងាយពីស្រុកភូមិអស់ពេលយ៉ាងយូរ ហើយទីបំផុតបានវិលត្រឡប់មកវិញដោយសុវត្ថិភាព ក្រុមគ្រួសារ មិត្តភក្តិ និងញាតិមិត្តរបស់គេនឹងមានសោមនស្សរីករាយដោយបានឃើញគេបានវិលត្រឡប់មកវិញ។ ដូចគ្នានេះដែរ នៅពេលដែលបុគ្គលណាម្នាក់ដែលបានសាងកុសលធម៌ហើយលាចាកលោកនេះទៅ ផលានិសង្សរបស់បុគ្គលនោះនឹងស្វាគមន៍ដល់គេ ដូចជាក្រុមគ្រួសារ មិត្តភក្តិ និងញាតិមិត្តស្វាគមន៍ដល់អ្នកដែលជាទីស្រឡាញ់របស់គេដូច្នោះដែរ។

១៧ - កោធវគ្គ (កំហឹង Anger)

Overcome anger with freedom from anger. Overcome evil with good. Overcome meanness with generosity, and overcome a liar with truthfulness.

យកឈ្នះលើកំហឹងដោយមិនមានកំហឹង។ យកឈ្នះលើអកុសលកម្មដោយកុសលកម្ម។ យកឈ្នះលើភាពកំណាចដោយសប្បុរធម៌ និងយកឈ្នះលើការភូតភរដោយសេចក្តីទៀងត្រង់។

Speak the truth, don't get angry, and always give, even if only a little, when you are asked. By these three principles you can come into the company of the divas.

និយាយតែពាក្យពិត, កុំឲ្យមានកំហឹងនៅក្នុងចិត្ត ហើយបើមានគេសុំទានត្រូវធ្វើទានជានិច្ចទោះតិចតួចក្តី។ ដោយប្រព្រឹត្តបានតាមគោលការណ៍ទាំងបីនេះ អ្នកអាចចូលក្នុងចំណោមនរជនដែលមានចិត្តប្រកបទៅដោយធម៌បាន។

It is not just so today; They criticize one who sits in silence, they criticize one who talks a lot. They even criticize one who speaks in moderation. There is no one in the world who is not criticized.

មិនថាតែបច្ចុប្បន្ននេះទេ គេទិតៀនបន្ទោសចំពោះមនុស្សណាដែលអង្គុយស្ងៀមមិននិយាយស្តី, គេទិតៀនបន្ទោសចំពោះមនុស្សណាដែលនិយាយច្រើនពេក។ សូម្បីតែអ្នកដែលនិយាយជាមធ្យមក៏ត្រូវគេទិតៀនបន្ទោសដែរ។ នៅលើលោកនេះគ្មាននរណាម្នាក់ដែលគេចរួចបានពីគេទិតៀនឡើយ។

Guard against physical unruliness. Be restrained in body. Abandoning physical wrong doing, lead a life of physical well doing.

ឆ្មាំប្រឆាំងនឹងកាយវិការដែលគ្មានវិន័យ។ គប្បីភិបាលសារពាង្គកាយ។ លះបង់ឲ្យអស់នូវអំពើប្រព្រឹត្តខុសឆ្គងដោយផ្លូវកាយ។ គប្បីដឹកនាំខ្លួនឆ្ពោះទៅរកការប្រព្រឹត្តគាប់ប្រសើរដោយផ្លូវកាយ។

Guard against mental unruliness. Be restrained in mind. Abandoning mental wrong doing, lead a life of mental well doing.

ឆ្មាំប្រឆាំងនឹងចិត្តដែលគ្មានវិន័យ។ គប្បីភិបាលចិត្តឲ្យបានល្អ។ លះបង់ឲ្យអស់នូវគ្រប់គំនិតខុស។ គប្បីដឹកនាំខ្លួនឆ្ពោះទៅរកការនឹកគិតដែលគាប់ប្រសើរ។

Guard against verbal unruliness. Be restrained in speech. Abandoning verbal wrong doing, lead a life of verbal well doing.

ឆ្មាំប្រឆាំងនឹងពាក្យសំដីដែលគ្មានវិន័យ។ គប្បីភិបាលពាក្យសំដីឲ្យបានល្អ។ លះបង់ឲ្យអស់នូវពាក្យសំដីខុសឆ្គង។ គប្បីដឹកនាំខ្លួនឆ្ពោះទៅរកការនិយាយស្តីដែលគាប់ប្រសើរ។

The wise who are restrained in body, speech and mind -- such are the well and truly restrained.
អ្នកមានគតិបណ្ឌិតដែលបានភិបាលខ្លួន, ពាក្យសំដី និងចិត្តបានល្អ បុគ្គលបែបនេះគឺពិតជាអ្នកបានភិបាលខ្លួនដ៏សច្ចៈ។

១៨ - មលវគ្គ (កំហុស Faults)

You are now like a withered leaf. Death's messengers themselves are in your presence. You are standing in the jaws of your departure, and provisions for the road you have none.

ឥឡូវនេះ ខ្លួនអ្នកប្រៀបបាននឹងស្លឹកឈើដែលក្រៀមស្វិតមួយសន្លឹក។ អ្នកនាំសារនៃស្តេចមច្ចុរាជជាច្រើននាក់មានវត្តនៅចំពោះមុខអ្នក។ អ្នកក៏កំពុងតែឈរនៅក្នុងចង្កូមស្តេចមច្ចុរាជនៃការលាចាកលោកនេះរបស់អ្នក ហើយស្បៀង (កុសលកម្ម/ផលានិសង្ស) ទៀតសោត ក៏មិនបានប្រុងប្រៀបសំរាប់ការធ្វើដំណើរនេះដែរ។

Little by little, moment by moment, a wise man should cleanse himself of blemishes, like a smith purifying silver.

ម្តងបន្តិចៗ, ពីមួយខណៈទៅមួយខណៈបញ្ញាជនគប្បីសំអាតខ្លួនឲ្យស្អាតអស់នូវភាពសៅហ្មង ឲ្យដូចជាជាងធ្វើប្រាក់ ដែលដុតដេញសាច់ប្រាក់ឲ្យបានបរិសុទ្ធដូច្នោះដែរ។

Just as the rust which develops on iron, derives from it but then proceeds to eat it away, so a person of unrestrained behavior is drawn to hell by his own actions.

ប្រៀបដូចជាច្រេះដែលដុះលើដុំដែក វាកើតពីដែក តែបន្ទាប់មកវានឹងស៊ីរូងសាច់ដែកទាល់តែអស់។ ដូច្នេះ មនុស្សដែលមិនបានភិបាលអាកប្បកិរិយាខ្លួន នឹងត្រូវធ្លាក់ទៅនរកដោយសារតែអំពើរបស់ខ្លួន។

The blight of a woman is misconduct. The blight of a giver is meanness. Bad mental states are indeed blights in this world and the next.

សេចក្តីវិនាសរបស់ស្ត្រីគឺដោយសារមាយាទមិនល្អ។ សេចក្តីវិនាសរបស់អ្នកឲ្យទានគឺការកំណាញ់ស្វិត។ ភាវៈអាក្រក់នៃចិត្តគឺជាក់ជាវិនាសសកម្មនៅក្នុងលោកនេះ និងលោកខាងមុខ។

But the supreme bight, ignorance, is the blight of blights. Destroying this blight, be free of blights, monks.

ប៉ុន្តែមហាវិនាសកម្ម អវិជ្ជា គឺជាវិនាសកម្មមួយនៃវិនាសកម្មទាំងឡាយ។ ចូរបំផ្លាញវិនាសកម្មនេះ, ចូរនាំគ្នាធ្វើខ្លួនឲ្យដូចជាព្រះសង្ឃដែលលោកបានរំដោះខ្លួនរួចផុតអំពីវិនាសកម្ម។

When a man takes life, tells lies, takes what he is not entitled to in the world, resorts to other men's wives and indulges in drinking wine and spirits -- such a man is digging up his own roots.

នៅលើលោកនេះ ពេលណាអ្នកណាម្នាក់សំឡាប់ជីវិត, និយាយភូតភរ ហើយយករបស់អ្វីមួយដែលមិនមែនជាកម្មសិទ្ធិរបស់ខ្លួន, លេងសើចផិតក្បត់ជាមួយប្តីប្រពន្ធរបស់អ្នកដទៃ និងបណ្តោយខ្លួនឲ្យប្រព្រឹត្តនូវគ្រឿងស្រវឹង ព្រមទាំងគោរពបូជាខ្មោចអារក្ស អ្នកតា – ជនប្រភេទនេះគឺជីករំលើងឫសគល់របស់ខ្លួនឯង។

There is no fire like desire. There is no hold like anger. There is no net like ignorance. There is no river like craving.

គ្មានភ្លើងណាដែលឆាបឆេះដូចភ្លើងតណ្ហា។ គ្មានអ្វីដែលដុតរោលក្នុងចិត្តបានឃោរជាងភ្លើងកំហឹង។ គ្មានសំណាញ់ណាដែលជាប់ស្អិតដូចសំណាញ់អវិជ្ជា។ គ្មានស្ទឹងណាដែលហូរខ្លាំងដូចជាស្ទឹងចំណង់ខ្លាំងឡើយ។

១៩ – ធម្មដ្ឋវគ្គ (សេចក្តីទៀងត្រង់ ឬ សច្ចធម៌ The Righteous)

One is not righteous if one decides a case without due consideration, but the wise man who takes into account both for and against, and comes to his decision about others with due consideration -- such a man of discrimination who keeps to the truth, he is to be called righteous.

គេមិនមែនជាមនុស្សទៀងត្រង់ឡើយ ប្រសិនបើកាលណាគេសំរេចលើករណីណាមួយដោយមិនមានការពិចារណា។ ប៉ុន្តែ អ្នកដែលមានគតិបណ្ឌិតគេយកចិត្តទុកដាក់ពិចារណាអំពីភាគីទាំងសងខាង ចុងចោទ និងដើមចោទ មុននឹងធ្វើការសំរេចចិត្ត – ប្រភេទអ្នកមានវិនិច្ឆ័យល្អដែលជាអ្នកប្រកាន់ខ្ជាប់នូវសច្ចធម៌យ៉ាងនេះ ទើបគេហៅថាអ្នកទៀងត្រង់។

One is not a learned man by virtue of much speaking. He who is patient, without anger and fearless, he is to be called learned.

ជាអ្នកដែលមានចំណេះដឹងប្រកបដោយគុណធម៌មិនមែនមកពីគេនិយាយច្រើនទេ។ បុគ្គលដែលជាមនុស្សមានអំណត់ ដោយគ្មានហឹង្សា និងគ្មានការភ័យខ្លាច។ នរជននេះទើបគេហៅថាអ្នកមានចំណេះដឹង។

One is not an elder by virtue of having white hair. One is just advanced in years, and called "grown old in vain ". He in whom there is truthfulness, non violence, restraint and self control, however -- that wise and faultless sage is to be called an elder.

ជាមនុស្សចាស់ដែលប្រកបដោយគុណធម៌មិនមែនមកពីគាត់មានសក់សនោះទេ។ មនុស្សដែលចាស់តែឆ្នាំ គេហៅ ថាចាស់អត់ប្រយោជន៍។ យ៉ាងណាមិញ មនុស្សចាស់ដែលមានសច្ចធម៌ អហឹង្សា អត់ធ្មត់ និងគ្រប់គ្រងខ្លួនបានល្អ ជាអ្នកមានបញ្ញា និងមានគតិបណ្ឌិត នោះទើបគេហៅលោកថាជាព្រឹទ្ធាចារ្យម្នាក់។

It is not just by fine speech or by flower-like beauty that one is admirable, if one is envious, mean and deceitful, but when that sort of behavior has been eliminated, rooted out and destroyed, that faultless sage is said to be admirable.

មិនមែនដោយសារពាក្យសំដីថ្លៃថ្នូរ ឬមានរូបឆោមស្រស់ស្អាតដូចផ្កាទេដែលធ្វើឲ្យគេកោតសរសើរនោះ ប្រសិនបើគេជាមនុស្សច្រណែន កាចសាហាវ និងមិនស្មោះត្រង់។ ប៉ុន្តែ នៅពេលដែលអាកប្បកិរិយាទាំងនោះត្រូវបានគេបោះបង់ ដកលើងឫសគល់ និងបំផ្លាញចោលអស់ហើយនោះ អ្នកមានគតិបណ្ឌិតដ៏សុក្រិដ្ឋនេះទើបគេហៅថាជាអ្នកដែលគួរឲ្យកោតសរសើរមែន។

A shaven head does not make one a man of religion, if one is irreligious and untruthful. How could a man full of desires and greed be a man of religion? But when a man has put aside all evil deeds, both great and small, by that putting away of evil deeds he is indeed called a man of religion.

កោរសក់ក្បាលមិនអាចធ្វើឲ្យមនុស្សម្នាក់ក្លាយជាអ្នកបួសបានឡើយ ប្រសិនបើគេមិនមែនជាអ្នកកាន់សាសនា និង មិនស្មោះត្រង់នោះ។ តើធ្វើម្ដេចឡើយ មនុស្សដែលពោរពេញទៅដោយតម្រេកតណ្ហា និងលោភលន់នឹងអាចទៅជាអ្នកកាន់សាសនាម្នាក់បាននោះ? ប៉ុន្តែ ប្រសិនបើមនុស្សម្នាក់ដែលបានរុញចោលនូវអំពើអាក្រក់អស់ ទាំងតូច ទាំងធំទៅម្ខាងបាន – ហើយដោយសារតែគេបានបោះបង់ចោលអស់នូវអំពើអាក្រក់ផងទាំងពួង ទើបគេអាចហៅនរជននោះថាជាអ្នកកាន់សាសនាបាន។

One is not a bhikkhu by virtue of taking alms from others. By taking up any old teaching, one is not a bhikkhu on that account. But he who has here and now ejected both good and evil, and in leading the holy life lives in accordance with reason -- he is indeed called a bhikkhu.

គ្រាន់តែជាអ្នកបួសម្នាក់ដែលបិណ្ឌបាត្រចង្ហាន់ពីពុទ្ធបរិស័ទ មិនអាចធ្វើឲ្យគេទៅជាភិក្ខុសង្ឃមួយអង្គដែលមានគុណធម៌បានឡើយ។ អ្នកបួសម្នាក់ដែលគ្រាន់តែបានរៀនសូត្រតាមសិក្ខាបទបែបបូរាណរបស់ព្រះពុទ្ធជាម្ចាស់តែមួយមុខប៉ុណ្ណោះ មិនអាចធ្វើឲ្យគេទៅជាភិក្ខុសង្ឃបានឡើយ។ ប៉ុន្តែ អ្នកបួសដែលពេលនេះបានច្រានចោលអស់ទាំងសភាវៈល្អ និងអាក្រក់ ដឹកនាំខ្លួនឆ្ពោះទៅរកជីវិតបុណ្យ ហើយរស់ទៅតាមទស្សនៈនោះ -- អ្នកបួសនេះទើបគេហៅលោកថាជាព្រះភិក្ខុសង្ឃមួយអង្គបាន។

One is not noble if one harms other living creatures. It is by non violence to all forms of life that one is called noble.

គេមិនអាចជានរជនដ៏ប្រសើរបានទេ ប្រសិនបើគេធ្វើឲ្យមានការឈឺចាប់ដល់អ្នកដទៃនោះ។ គឺដោយបានប្រព្រឹត្តអហិង្សាចំពោះគ្រប់រូបភាពទាំងអស់នៃជីវិតនោះទេ ទើបគេហៅបុគ្គលនោះថាជានរជនដ៏ប្រសើរបាន។

២០ - មគ្គវគ្គ (មាគ៌ា The Way)

Of paths the Eightfold one is best, and of truths the Fourfold. Dispassion is the best of mental states, and of human beings the best is the seer.

អង្គ៨ប្រការ (Eightfold) ជាមាគ៌ាមួយដ៏ប្រសើរបំផុតក្នុងចំណោមមាគ៌ាទាំងអស់ ហើយការព្យាយាមទាំងបួន (Fourfold) ក៏ជាសច្ចធម៌ដ៏ប្រសើរមួយក្នុងចំណោមសច្ចធម៌ទាំងអស់។ ការឥតកង្វល់ជាភាពប្រសើរបំផុតនៃភាវៈផ្លូវចិត្ត។ ហើយអ្នកដែលមានការរិភាគគិតគូរដល់អនាគត (ព្យាការី) ក៏ជានរជនម្នាក់ដ៏ប្រសើរបំផុតក្នុងចំណោមមនុស្សជាតិទាំងអស់។

This indeed is the Way -- there is no other -- for the purification of one's vision. Follow this way. It leads to Mara's confusion.

ពិតណាស់ នេះជាមាគ៌ាតែមួយគត់ -- គ្មានមាគ៌ាណាផ្សេងទៀតឡើយ -- ដើម្បីសុទ្ធិកម្មទស្សនៈបុគ្គលម្នាក់ៗ។ ចូរដើរតាមមាគ៌ានេះ។ មាគ៌ានេះនឹងនាំអ្នកឆ្ពោះទៅរកការវង្វេងច្រឡំភាន់របស់មារផ្ចាញ់។

Following this Path you will put an end to suffering. I have taught you the Way after realizing the removal of the arrow myself.

ដើរតាមមាគ៌ានេះអ្នកនឹងបានទៅដល់ទីបញ្ចប់នៃការរងទុក្ខសោក។ តថាគតបានឱវាទប្រៀនប្រដៅអ្នកទាំងឡាយអំពីព្រះមាគ៌ានេះ បន្ទាប់ពីតថាគតបានយល់ដឹងនូវការដោះទុក្ខសោកនេះដោយព្រះអង្គឯង។

Making the effort is your affair. The Buddha has pointed out the Way. Those who are on the way and practicing meditation will be freed from Mara's bonds.

ខំប្រឹងប្រែងសន្សំកុសលជាកិច្ចការរបស់អ្នក។ ព្រះពុទ្ធជាម្ចាស់លោកបានចង្អុលបង្ហាញផ្លូវរួចហើយ។ បុគ្គលទាំងឡាយណាដែលបានដើរលើមាគ៌ា ហើយអនុវត្តធ្វើសមាធិ នឹងបានរំដោះខ្លួនរួចផុតអំពីចំណោងទាំងឡាយរបស់មារផ្ចាញ់។

All processes are impermanent. When one sees this with understanding, then one is disillusioned with the things of suffering. This is the Path of Purification.

និតិវិធីទាំងអស់សុទ្ធតែមិនអចិន្ត្រៃយ៍។ នៅពេលដែលបុគ្គលណាមើលឃើញដោយមានការយល់ដឹងនូវភាពមិនអចិន្ត្រៃយ៍នេះហើយ គេនឹងកើតមានការខកចិត្តចំពោះការរងទុក្ខសោកនៃអ្វីៗទាំងអស់។ នេះហើយជាមាគ៌ានៃសុទ្ធិកម្ម។

All processes are painful. When one sees this with understanding, then one is disillusioned with the things of suffering. This is the Path of Purification.

និតិវិធីទាំងអស់សុទ្ធតែជាការឈឺចាប់។ នៅពេលដែលបុគ្គលណាមើលឃើញដោយមានការយល់ដឹងនូវភាពមិនអចិន្ត្រៃយ៍នេះហើយ គេនឹងកើតមានការខកចិត្តចំពោះការរងទុក្ខសោកនៃអ្វីៗទាំងអស់។ នេះហើយជាមាគ៌ានៃសុទ្ធិកម្ម។

All processes are out of my control. When one sees this with understanding, then one is disillusioned with the things of suffering. This is the Path of Purification.

និតិវិធីទាំងអស់សុទ្ធតែហួសពីការគ្រប់គ្រងរបស់តថាគត។ នៅពេលដែលបុគ្គលណាមើលឃើញដោយមានការយល់ដឹងនូវភាពមិនអចិន្ត្រៃយ៍នេះហើយ គេនឹងកើតមានការខកចិត្តចំពោះការរងទុក្ខសោកនៃអ្វីៗទាំងអស់។ នេះហើយជាមាគ៌ានៃសុទ្ធិកម្ម។

Since he will not exert himself at the time for exertion, and although young and strong is full of indolence and irresolution and idleness, the lazy man is incapable of recognizing the way of wisdom.

ដោយហេតុថា គេនឹងមិនធ្វើខ្លួនគេឲ្យខំព្យាយាមឡើយ នៅពេលដែលគេត្រូវខំព្យាយាមនោះ ទោះបីជាគេនៅក្មេង និងមានកំឡាំងពលំក៏ពិតមែន តែគេបែជាមានតែភាពព្រងើយកន្តើយ, ស្ទាក់ស្ទើរ និងឥតបានការ។ ជនកំជិលនេះនឹងមិនមានលទ្ធភាពអាចយល់ដឹងនូវមាគ៌ានៃគតិបណ្ឌិតឡើយ។

Be guarded in speech, restrained of mind and not doing anything wrong physically. Perfect these three forms of action, and fulfill the way taught by the sages.

ចូរផ្តាំពាក្យសំដី, ភិបាលចិត្តឲ្យបានល្អ និងមិនត្រូវធ្វើនូវអ្វីដែលខុសឆ្គងដោយផ្លូវកាយ។ ចូរសុក្រិតសកម្មភាពទាំងបីរូបភាពនេះ ហើយប្រតិបត្តិតាមមាគ៌ាដែលបណ្ឌិតជនទាំងឡាយលោកបានឱវាទប្រៀនប្រដៅ។

From meditation springs wisdom. From lack of meditation, loss of wisdom. Recognizing these alternative roads of progress and decline, one should so direct oneself so that one's wisdom will increase.

គតិបណ្ឌិតដុះលូតលាស់ដោយសារការធ្វើសមាធិ។ ដោយខ្វះការធ្វើសមាធិ គតិបណ្ឌិតនឹងមិនដុះលូតលាស់។ ដោយយល់ដឹងនូវផ្លូវមានវឌ្ឍនភាព និងថយចុះឆ្លាស់គ្នាទាំងនេះ បុគ្គលម្នាក់ៗគួរដឹកនាំខ្លួនទៅរកផ្លូវដែលមានវឌ្ឍនភាព ធ្វើដូច្នេះគតិបណ្ឌិតនឹងកើនដុះលូតលាស់ដល់ខ្លួនគេ។

២១ - បកិណ្ណកវគ្គ (ភាពផ្សេងៗផ្លែកខុសៗគ្នា Miscellaneous)

A good awakening has ever Gotama's disciples, whose recollection is always established, day and night on the Buddha.

ចូរភ្ញាក់រលឹកឲ្យដូចជាសាវ័ករបស់ព្រះសមណៈគោតមៈ (Gautama’s disciple) ដែលទាំងយប់ទាំងថ្ងៃការស្មឹងស្មាធិ៍របស់លោកតែងតែកើតមានឡើងជានិច្ចចំពោះព្រះពុទ្ធជាម្ចាស់។

A good awakening has ever Gotama's disciples, whose recollection is always established, day and night on the Teaching.

ចូរភ្ញាក់រលឹកឲ្យដូចជាសាវ័ករបស់ព្រះសមណៈគោតមៈ (Gautama’s disciple) ដែលទាំងយប់ទាំងថ្ងៃការស្មឹងស្មាធិ៍របស់លោកតែងតែកើតមានឡើងជានិច្ចចំពោះព្រះធម៌។

A good awakening has ever Gotama's disciples, whose recollection is always established, day and night on the Order.

ចូរភ្ញាក់រលឹកឲ្យដូចជាសាវ័ករបស់ព្រះសមណៈគោតមៈ (Gautama’s disciple) ដែលទាំងយប់ទាំងថ្ងៃការស្មឹងស្មាធិ៍របស់លោកតែងតែកើតមានឡើងជានិច្ចចំពោះព្រះសង្ឃ។

A good awakening has ever Gotama's disciples, whose recollection is always established, day and night on the body.

ចូរភ្ញាក់រលឹកឲ្យដូចជាសាវ័ករបស់ព្រះសមណៈគោតមៈ (Gautama’s disciple) ដែលទាំងយប់ទាំងថ្ងៃការស្មឹងស្មាធិ៍របស់លោកតែងតែកើតមានឡើងជានិច្ចចំពោះរាងកាយ។

A good awakening has ever Gotama's disciples, whose minds are always rejoicing in non violence.

ចូរភ្ញាក់រលឹកឲ្យដូចជាសាវ័ករបស់ព្រះសមណៈគោតមៈ (Gautama’s disciple) ដែលចិត្តរបស់លោកតែងតែមានសោមនស្សរីករាយនិច្ចនឹងអហឹង្សា។

A good awakening has ever Gotama's disciples, whose minds are always rejoicing in the practice of meditation.

ចូរភ្ញាក់រលឹកឲ្យដូចជាសាវ័ករបស់ព្រះសមណៈគោតមៈ (Gautama’s disciple) ដែលចិត្តរបស់លោកតែងតែមានសោមនស្សរីករាយជានិច្ចនឹងការធ្វើសមាធិ។

It is hard to take up a life of renunciation, and difficult to find satisfaction in it, but it is also difficult to live in bad households, and painful to live with people unlike oneself, when one is forever tangled in suffering and restless. Therefore don't always be restless, and don't let yourself be tangled in suffering.

កាលណាបុគ្គលម្នាក់ៗនៅពាក់ពន្ធ័ជាមួយនឹងការរងទុក្ខ និងភាពអន្ទះអន្ទែង វាជាការពិបាកនឹងធ្វើណាស់រស់នៅក្នុងជីវិតលះបង់នោះ ហើយក៏ពិបាកនឹងធ្វើឲ្យមានការពេញចិត្តពេញថ្លើមនៅក្នុងជីវិតលះបង់នេះដែរ។ ប៉ុន្តែក៏ពិបាកនឹងរស់នៅណាស់ដែរក្នុងគ្រួសារដែលគ្មានសុភមង្គល, ហើយជាការឈឺចាប់ណាស់ ដែលត្រូវរស់នៅជាមួយនឹងមនុស្សដែលមិនដូចខ្លួនយើង។ ដូច្នេះ ចូរកុំឲ្យមានភាពអន្ទះអន្ទែងនៅក្នុងចិត្តជានិច្ចជាកាលឲ្យសោះ ហើយក៏កុំធ្វើឲ្យខ្លួននៅជាប់ជំពាក់ជាមួយនឹងការរងទុក្ខសោកឲ្យសោះ។

When a man has faith, is endowed with virtue, and possessed of fame and wealth, wherever he lives he will be honored.

កាលណាគេមានជំនឿជឿជាក់នឹងសាសនា ជាអ្នកប្រកាន់នូវសីលធម៌ ហើយមានកិត្តិយស និងសម្បត្តិទ្រព្យផងនោះ ទោះជាគេទៅរស់នៅទីណា ក៏គេនឹងតែងតែមានកិត្តិយសជានិច្ច។

The good are conspicuous a long way off, like a Himalayan peak, while the bad are just not noticed, like arrows shot into the dark.

មនុស្សល្អតែងតែមានកិត្តយសខ្ពស់ត្រដែតដ៏យូរលង់ ដូចជាកំពូលមួយរបស់ភ្នំហេមពាន្ត រីឯមនុស្សអាក្រក់វិញគ្មានត្រូវបានអ្នកណាគេមើលឃើញឡើយ ប្រៀបដូចជាផ្លែព្រួញដែលគេបាញ់ចូលទៅក្នុងទីងងឹតដូច្នោះដែរ។

២២- និរយវគ្គ (នរក Hell)

He who speaks untruth goes to hell, as does he who, having done something, says, "I didn't do it." Men of ignoble behavior, they both end up the same bad place.

អ្នកដែលនិយាយពាក្យមិនពិតនឹងធ្លាក់ទៅស្ថាននរក ក៏ដូចគ្នានឹងអ្នកដែលបានធ្វើអ្វីមួយ ហើយនិយាយថា “ខ្ញុំមិនបានធ្វើទេ។“ ជនដែលមានអាកប្បកិរិយាថោកទាបទាំងពីរប្រភេទនេះនឹងធ្លាក់ទៅស្ថាននរកដូចតែគ្នា។

It is better to swallow a red-hot, flaming iron ball than for an unrestrained and immoral person to eat the alms food of the land.

អ្នកបួសដែលមិនបានភិបាលខ្លួន និងជាមនុស្សអសីលធម៌ គួរតែលេបដុំដែកដែលឆេះក្រហមក្តៅ ប្រសើរជាងឆាន់ចង្ហាន់ដែលដាំដុះលើព្រះធរណី។

The thoughtless man who consorts with another man's wife encounters four things -- accumulation of demerit, disturbed sleep, thirdly disgrace, and hell fourth.

ជនអគតិដែលប្រព្រឹត្តអនាចារ្យផិតក្បត់ជាមួយនឹងប្តីប្រពន្ធរបស់អ្នកដទៃ នឹងជួបអកុសលកម្មបួនយ៉ាងដោយគេចមិនរួចឡើយ៖ សន្សំអកុសលកម្មកាន់តែច្រើនឡើងៗ, ខ្វល់ខ្វាយរំខានចិត្តដេកមិនលក់, ទីបី អាប់ឱនកិត្តិយស និង ទីបួន ត្រូវធ្លាក់ទៅស្ថាននរក។

Accumulation of demerit, a bad rebirth and the slight pleasure of a frightened man and a frightened woman -- while the authorities impose a severe penalty too. Therefore a man should not consort with another man's wife.

ដោយបានសាងសន្សំតែអកុសលកម្ម មនុស្សអាក្រក់នឹងចាប់ជាតិជាមនុស្សភ័យខ្លាច – ហើយផ្នែកអាណាចក្រទៀតសោតក៏នឹងត្រូវគេផ្តន្ទាទោសយ៉ាងធ្ងន់ធ្ងរណាស់ដែរ។ ដូច្នេះ មនុស្សម្នាក់ៗមិនគប្បីប្រព្រឹត្តអានាចារ្យផិតក្បត់ជាមួយនឹងប្តីប្រពន្ធរបស់អ្នកដទៃទ្បើយ។

In the same way that a wrongly handled blade of grass will cut one's hand, so a badly fulfilled life in religion will drag one down to hell.

ដូចអ្នកដែលចាប់កាន់ស្លឹកស្មៅនោះដែរ បើកាលណាគេចាប់កាន់ស្លឹកស្មៅមិនត្រូវរបៀប ស្លឹកស្មៅនឹងមុតដៃគេ ដូច្នេះ ជីវិតដែលពោរពេញទៅដោយអកុសលកម្មនៅក្នុងផ្លូវសាសនា នឹងអូសទាញគេឲ្យធ្លាក់នរកមិនខានឡើយ។

If it ought to be done, then do it; apply yourself to it strenuously. A lax man of religion just spreads even more dust.

ប្រសិនបើអ្វីដែលគួរនឹងធ្វើ ត្រូវតែធ្វើ។ ហើយត្រូវដាក់ខ្លួនធ្វើការនោះឲ្យបានខ្លាំងក្លាជាទីបំផុត។ មនុស្សដែលមិនយកចិត្តទុកដាក់ក្នុងផ្លូវសាសនាគ្រាន់តែធ្វើឲ្យមានធូលីដីកាន់តែហុយខ្លាំងឡើងតែប៉ុណ្ណោះ។

A bad action is best left undone. One is punished later for a bad action. But a good deed is best done, for which one will not be punished for doing it.

អំពើអាក្រក់គួរតែទុកចោលកុំធ្វើឲ្យសោះ។ ដោយសារតែប្រព្រឹត្តអំពើអាក្រក់ ក្រោយមកគេត្រូវបានទទួលការផ្តន្ទាទោស។ ប៉ុន្តែ កុសលកម្មត្រូវតែធ្វើ ព្រោះហេតុថា អ្នកធ្វើអំពើល្អមិនដែលត្រូវគេផ្តន្ទាទោសឡើយ។

២៣ - នាគវគ្គ (ដំរី, គុជសារ, នាគោ ឬ កុញ្ជរ The Elephant)

One can take a trained elephant even into a crowd. The king himself will ride a trained elephant. He who is disciplined is the best of men, since he can bear criticism.

គេអាចជិះដំរីមួយដែលបានពង្រាបហើយ សូម្បីតែជិះចូលក្នុងហ្វូងមនុស្សកុះករក៏ដោយចុះ។ ឯអង្គក្សត្រាក៏អាចគង់លើគុជសារីមួយដែលបានពង្រាបហើយដែរ។ ហើយបុគ្គលដែលមានវិន័យល្អជានរជនដែលប្រសើរបំផុតលើសអស់មនុស្សផងគ្នា ព្រោះថាគេអាចទ្រាំទ្រនឹងការរិះគន់ផងទាំងឡាយបាន។

Trained mules are excellent, and so are thoroughbred horses from the Sindh, and so are great battle elephants, but more excellent than them all is a disciplined man.

សត្វលាដែលគេបានពង្រាបហើយជាសត្វលាដែលល្អបំផុត ហើយពូជសេះចម្បាំងមកពីស្រុកស៊ីដហ៍ប្រទេសឥណ្ឌាក៏ជាសេះដែលល្អបំផុតល្អដែរ។ រីឯដំរីចម្បាំងក៏ជាដំរីល្អបំផុតដែរ ប៉ុន្តែដែលល្អប្រសើរលើសអស់ពីចតុបាទទាំងនោះ គឺជានរជនម្នាក់ដែលមានវិន័យ។

My mind used formerly to go off wandering wherever it felt like, following its own inclination, but today I shall control it carefully, like a mahout does a rutting elephant.

ចិត្តតថាគតពីដើមធ្លាប់តែដើរតត្រុកគ្មានទិសដៅ នៅពេលណាវាចង់ វាដើរតាមតែចិត្តរបស់វា។ ប៉ុន្តែថ្ងៃនេះ តថាគតត្រូវគ្រប់គ្រងវាដោយយកចិត្តទុកដាក់ជាទីបំផុត ឲ្យដូចជាហ្មដំរីដែលថែដំរីចុះប្រេងដូច្នោះដែរ។

Take pleasure in being careful. Guard your mind well. Extricate yourself from the mire, like a great tusker sunk in the mud.

ចូរមានសោមនស្សរីករាយដោយសេចក្តីប្រុងប្រយ័ត្ន។ ចូរផ្ចាំចិត្តឲ្យបានល្អ។ ចូររលាស់ដោះខ្លួនឲ្យរួចផុតអំពីភក់ជ្រៅ ឲ្យដូចជាមហាដំរីដែលជាប់ផុងរលាស់ខ្លួនឲ្យរួចផុតអំពីភក់ល្បប់ជ្រៅដូច្នោះដែរ។

If you find an intelligent companion, a wise and well-behaved person going the same way as yourself, then go along with him, overcoming all dangers, pleased at heart and mindful.

ប្រសិនបើអ្នកបានជួបមិត្តម្នាក់ដែលមានបញ្ញាវាងវៃ ជាអ្នកមានគតិបណ្ឌិត និងមានអាកប្បកិរិយាល្អដើរផ្លូវតែមួយដូចជាខ្លួនអ្នកដែរនោះ ដូច្នេះ ចូររួមដំណើរជាមួយគេចុះ ដោយពុះពារយកឈ្នះនូវគ្រប់គ្រោះថ្នាក់ឲ្យអស់ពីចិត្តពីថ្លើម។

But if you do not find an intelligent companion, a wise and well-behaved person going the same way as yourself, then go on your way alone, like a king abandoning a conquered kingdom, or like a great elephant in the deep forest.

ប្រសិនបើអ្នកមិនបានជួបមិត្តម្នាក់ដែលមានបញ្ញាវាងវៃ ជាអ្នកមានគតិបណ្ឌិត និងមានអាកប្បកិរិយាល្អ ដើរផ្លូវតែមួយដូចជាខ្លួនអ្នកដែរទេនោះ ដូច្នេះ ចូរអ្នកធ្វើដំណើរម្នាក់ឯងចុះ ឲ្យដូចជាក្សត្រាមួយអង្គដែលលះបង់ចោលព្រះនគរ ដែលទ្រង់ច្បាំងយកបាន ឬក៏ដូចជាដំរីដ៏ធំសម្បើមមួយដែលដើរម្នាក់ឯងនៅក្នុងដងព្រៃជ្រៅ។

It is good to have companions when occasion arises, and it is good to be contented with whatever comes. Merit is good at the close of life, and the elimination of all suffering is good.

ជាការល្អណាស់ដែលមានមិត្តភក្តិនៅពេលដែលឱកាសហុចឲ្យ ហើយក៏ជាការល្អដែរដែលមានការពេញចិត្តនូវគ្រប់អ្វីៗដែលកើតមាន។ ផលានិសង្សល្អណាស់នៅទីបំផុតនៃជីវិត ហើយការបំបាត់ឲ្យអស់នូវគ្រប់ការរងទុក្ខសោកក៏ល្អដែរ។

២៤ - តណ្ហាវគ្គ (ចំណង់តណ្ហា Craving)

In the same way that even a felled tree will grow again if its root is strong and undamaged, so if latent desire has not been rooted out, then suffering shoots up again and again.

ដូចគ្នានឹងដើមឈើដែលរលំដួលទៅហើយ វាក៏នឹងអាចដុះឡើងវិញបានដែរ បើប្រសិនណាឫសរបស់វានៅមានកំឡាំង ហើយមិនខូចខាត។ ដូច្នេះ ប្រសិនបើតណ្ហាដែលមើលមិនឃើញទាំងអស់ មិនត្រូវបានជីករំលើងឫសឲ្យអស់ទេនោះ ទុក្ខសោកនឹងកើតមានឡើងវិញម្តងហើយម្តងទៀតមិនឈប់ឈរឡើយ។

When the thirty six pleasure-bound streams of craving are strong in a man, then numerous desire-based thoughts pull the deluded man along.

កាលណាតម្រេកតណ្ហានៃចំណង់ទាំងសាមសិបប្រាំមួយមានកំឡាំងខ្លាំងក្លានៅក្នុងចិត្តអ្នកណាម្នាក់ហើយ គំនិតមកពីប្រភពតណ្ហាជាច្រើននឹងប្រអូសប្រទាញមនុស្សនោះឲ្យទៅជាមួយមិនខានឡើយ។

Let go the past, let go the future, and let go what is in between, transcending the things of time. With your mind free in every direction, you will not return to birth and aging.

ព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធទ្រង់គង់លើរតនបល្ល័ង្គ ក្រោមដើមពោធិព្រឹក្ស នៅថ្ងៃ ពុធ ពេញបូរមី
ខែវិសាខ ឆ្នាំរកា ក្នុងព្រះជន្ម ៣៥ ព្រះវស្សា ទ្រង់បានត្រាស់ដឹង ជាសព្វញ្ញុតញ្ញាណ

បុត្រីទាំងបីរបស់មារ (រាគី តណ្ហា និង អារតី) ផ្ចាញ់ព្រះពុទ្ធ

The Three daughters of the Mara, the Evil (Craving, Lust & Boredome) Tempting the Lord

នាំគ្នាបំភ្លេចចោលអតីតកាល, នាំគ្នាបំភ្លេចចោលអនាគតកាល ហើយនាំគ្នាបំភ្លេចចោលនូវអ្វីៗដែលនៅចន្លោះអតីតកាល និងអនាគតកាល និងពុះពារឲ្យឈ្នះពេលវេលា។ ជាមួយចិត្តរបស់អ្នកដែលលែងមានការជាប់ជំពាក់នឹងអ្វីៗទាំងអស់ពីគ្រប់ទិសទីនោះ អ្នកនឹងឈប់វិលមករកវដ្តសង្សារកើតស្លាប់ទៀតហើយ។

Free of craving and without clinging, an expert in the study of texts, and understanding the right sequence of the words, he may indeed be called "In his last body", "Great in wisdom" and a "Great man".

ជាអ្នកមានជំនាញខាងសិក្សាអត្ថបទម្នាក់ និងមានការយល់ដឹងយ៉ាងច្បាស់នូវលំដាប់លំដោយរបស់ពាក្យសព្ទទាំងនោះ ដោយមិនមានចំណង់ខ្លាំង និងដោយគ្មានការជាប់ជំពាក់ នរជននេះពិតជាគេអាចហៅថា “នៅក្នុងរាងកាយចុងក្រោយ“, “មហាគតិបណ្ឌិត“ និងជា “ឧត្តមជនដ៏ឆ្នើមម្នាក់“។

Riches destroy a fool, but not those who are seeking the other shore. The fool destroys himself by his craving for riches, as he destroys others too.

ទ្រព្យសម្បត្តិបំផ្លាញជនអវិជ្ជា តែមិនបំផ្លាញអ្នកដែលស្វែងរកត្រើយធម៌ឡើយ។ ជនអវិជ្ជាបំផ្លាញខ្លួនឯងដោយចំណង់ស្រេកឃ្លាននឹងទ្រព្យសម្បត្តិ ហើយគេក៏បំផ្លាញអ្នកដទៃផងដែរ។

២៥ – ភិក្ខុវគ្គ (បព្វជិត, ព្រះសង្ឃ The Monk)

Restraint of the eyes is good. So is restraint of the ears. Restraint of the nose is good, and so is restraint of the palate.

ភិបាលភ្នែកគឺល្អ។ ភិបាលត្រចៀកក៏អញ្ចឹងដែរ។ ភិបាលច្រមុះគឺល្អ។ ភិបាលរសជាតិក៏អញ្ចឹងដែរ។

Restraint of the body is good. So is restraint of speech. Restraint of mind is good, and so is restraint in everything. The monk who is restrained in everything, is freed from all suffering.

ភិបាលកាយគឺល្អ។ ភិបាលពាក្យសំដីក៏អញ្ចឹងដែរ។ ភិបាលចិត្តគឺល្អ។ ភិបាលអ្វីៗទាំងអស់ក៏អញ្ចឹងដែរ។ បព្វជិតដែលភិបាលអ្វីៗទាំងអស់បាន លោកនឹងលែងមានការរងទុក្ខសោកទៀតហើយ។

Restrained of hand, restrained of foot, restrained of speech and restrained in his highest faculty, with his joy turned inwards, his mind still, alone and contented -- that is what they call a monk.

ដោយបានភិបាលដៃ, ភិបាលជើង ភិបាលពាក្យសំដី និងភិបាលកាយចិត្ត (ញាណសតិ) ដ៏ខ្ពង់ខ្ពស់បំផុតរបស់លោក ជាមួយនឹងសោមនស្សរីករាយនៅក្នុងអារម្មណ៍, ចិត្តរបស់លោកទៀតសោតមានភាពស្ងប់ ឯកោ និងសែនពេញចិត្ត – នេះទើបបានគេហៅលោកថាជាព្រះសង្ឃមួយអង្គ។

When a monk is restrained of tongue, quotes wise sayings, and is peaceful, expounding both letter and spirit -- his speech is good to hear.

នៅពេលណាដែលព្រះសង្ឃលោកបានភិបាលអណ្តាត ថេរដិការរបស់លោកនឹងប្រកបដោយគតិបណ្ឌិត និង សន្តិភាព ដោយអធិប្បាយនូវអត្ថន័យយ៉ាងច្បាស់ទាំងខាងអក្សរសាស្ត្រ និងផ្លូវចិត្ត -- ថេរដិការរបស់លោកទៀត សោតក៏គួរឲ្យចង់ស្តាប់ទៀតផង។

One should not underestimate what one has got, and one should not live envying others. A monk who envies others does not achieve stillness of mind in meditation.

មនុស្សម្នាក់ៗមិនគប្បីវាយតម្លៃនូវអ្វីដែលខ្លួនមាន ហើយមនុស្សម្នាក់ៗក៏មិនគប្បីរស់នៅដោយច្រណែននឹងអ្នក ដទៃដែរ។ អ្នកបួសដែលច្រណែននឹងអ្នកដទៃនឹងមិនបានសំរេចចិត្តស្ងប់នៅក្នុងការធ្វើសមាធិឡើយ។

When a man is without self-identification with any object or idea, and does not grieve for what does not exist -- that is what is called a monk.

ពេលបុគ្គលណាម្នាក់រស់នៅបានដោយគ្មាននាមគ្មានឈ្មោះជាមួយនឹងវត្ថុ ឬគំនិតអ្វីមួយ ហើយក៏មិនមានអារម្មណ៍ សោកស្តាយនូវអ្វីដែលមិនមានអត្ថិភាព (Exist) នោះ - នេះហើយដែលគេហៅថាជាព្រះសង្ឃមួយអង្គ។

The monk who lives full of goodwill, with faith in the religion of the Buddha -- he will reach the place of peace, the satisfaction of stilling the functions of the mind.

ព្រះសង្ឃដែលគង់នៅប្រកបទៅដោយឆន្ទៈល្អ និងមានជំនឿជឿជាក់ក្នុងព្រះពុទ្ធសាសនា – លោកនឹងបានទៅ ដល់ស្ថានសន្តិភាព និងមានការពេញចិត្តពេញថ្លើមនឹងសេចក្តីស្ងៀមស្ងាត់នៃមុខការទាំងឡាយរបស់ចិត្ត។

There is no meditation without wisdom, and there is no wisdom without meditation. When a man has both meditation and wisdom, he is indeed close to nirvana.

គ្មានការធ្វើសមាធិណាដែលធ្វើទៅបានដោយគ្មានគតិបណ្ឌិតឡើយ ហើយក៏គ្មានគតិបណ្ឌិតណាដែលកើតមាន ឡើងបានដោយមិនមានការធ្វើសមាធិដែរ។ ពេលនរជនណាដែលមានទាំងការធ្វើសមាធិ និងគតិបណ្ឌិត នរជន នោះពិតជាកាន់តែបានទៅជិតនិព្វានមែនទែនហើយ។

In the same way that the jasmine drops its withered flowers, you too should discard desire and aversion, monk.

ដូចជាផ្កាម្លិះដែលតែងតែជម្រុះផ្កាក្រៀមស្វិតទាំងឡាយឲ្យរបេះចាកទង ឯអ្នកដែលជាបព្វជិតក៏គួរតែជម្រុះតម្រេក តណ្ហា ហើយនិងសំអប់ឲ្យអស់ពីក្នុងចិត្តដែរ។

Peaceful of body, peaceful of speech and with his mind thoroughly stilled, the monk who has rid himself of attachment to the world -- is called "at peace".

ព្រះសង្ឃដែលលោកបានលះបង់អស់នូវចំណងលោកីយ៍ ដោយមានសន្តិភាពខាងផ្លូវកាយ, ដោយមានសន្តិភាព ខាងថេរដិការ និងដោយមានចិត្តដ៏សែនស្ងប់ស្ងៀម – នេះហើយគេហៅថា “មានសន្តិភាពនៅក្នុងចិត្ត“។

You should encourage yourself, yourself. You should restrain yourself, yourself. When you are self-protected like that, you will live happily as a monk.

ម្នាល! អ្នកគប្បីជួយជម្រុញលើកទឹកចិត្តខ្លួន ដោយខ្លួនឯង។ អ្នកគប្បីភិបាលចិត្តខ្លួន ដោយខ្លួនឯង។ កាលណាអ្នកការពារខ្លួនដោយខ្លួនឯងយ៉ាងនេះបានហើយ អ្នកនឹងរស់នៅបានដោយសន្តិភាពជាព្រះសង្ឃមួយអង្គ។

២៦ - ព្រាហ្មណវគ្គ (ព្រាហ្មណ៍ The Brahmin)

Meditating, free from stain, settled in mind, with job accomplished, without inflowing thoughts, and having achieved the supreme purpose -- that is what I call a brahmin.

ប្រព្រឹត្តធ្វើសមាធិយ៉ាងខ្ជាប់ខ្ជួន, ធ្វើឲ្យខ្លួនស្អាតបរិសុទ្ធអំពីភាពហ្មងសៅ, ដោយបានសំរេចភារៈកិច្ច, ដោយគ្មានការនឹកគិតរវើរវាយ និងបានសំរេចនូវវត្ថុបំណងដ៏ឧត្តម -- នេះហើយដែលតថាគត ហៅថាជាព្រាហ្មណ៍ម្នាក់។

One should not strike a brahmin, and nor should a brahmin lose his temper. Shame on him who strikes a brahmin, and shame on him who loses his temper because of it.

គេមិនគួរគប្បីប៉ះទង្គិចជាមួយនឹងព្រាហ្មណ៍ណាម្នាក់ឡើយ ហើយព្រាហ្មណ៍ក៏មិនគប្បីបណ្តោយឲ្យមានកំហឹងកើតមាននៅក្នុងចិត្តដែរ។ គួរឲ្យខ្មាស់អៀនណាស់អ្នកដែលប៉ះទង្គិចជាមួយនឹងព្រាហ្មណ៍ ហើយក៏គួរឲ្យខ្មាស់អៀនណាស់ដែរដែលព្រាហ្មណ៍ណ្តោយឲ្យមានកំហឹងកើតមាននៅក្នុងចិត្តបាន។

Nothing is better in a brahmin than this -- that he restrains his mind from pleasurable things. Suffering disappears for him to the same extent that he gets rid of thoughts of harming anyone.

ចំពោះព្រាហ្មណ៍គ្មានអ្វីដែលប្រសើរជាង – ដែលលោកបានភិបាលចិត្តអំពីវត្ថុត្រេកត្រអាលទាំងឡាយ។ ទុក្ខសោកបានរលាយបាត់អស់ពីក្នុងចិត្តរបស់លោក ដូចគ្នានឹងការដែលលោកបានជម្រុះឲ្យអស់រលីងនូវគំនិតទាំងឡាយដែលធ្វើឲ្យមានការឈឺចាប់ដល់អ្នកដទៃ។

He who does no wrong with body, speech or mind, but is restrained in all three spheres -- that is what I call a brahmin.

បុគ្គលដែលមិនប្រព្រឹត្តខុសដោយផ្លូវកាយ វាចា ឬ ចិត្ត តែបានភិបាលខ្លួនបានគ្រប់គោលការណ៍ទាំងបី -- នេះហើយដែលតថាគត ហៅថាជាព្រាហ្មណ៍ម្នាក់។

One is not a brahmin by virtue of matted hair, lineage or caste. When a man possesses both Truth and truthfulness, then he is pure, then he is a brahmin.

ជាព្រាហ្មណ៍ម្នាក់ដែលប្រកបដោយគុណធម៌មិនមែនដោយសារតែមានសក់ក្បាលកន្ទ្រីងកន្ទ្រើង ត្រកូល ឬវណ្ណៈនោះឡើយ។ គឺពេលណាគេមានសច្ចធម៌ និងភាពស្មោះត្រង់ទាំងពីរនេះ។ ដូច្នេះលោកគឺជាពិសុទ្ធជន។ អញ្ចឹងហើយ លោកគឺជាព្រាហ្មណ៍ម្នាក់។

What use is your matted hair, you fool? What use is your antelope skin? You are tangled inside, and you are just making the outside pretty.

ម្នាលឯងឆ្កួតហើយ តើសក់ក្បាលកន្ទ្រើងកន្ទ្រើងមានប្រយោជន៍អ្វីទៅ?តើស្បែកឈ្លូសម្យ៉ាងដ៏ស្អាតល្អនោះវាបាន ប្រយោជន៍អ្វី? បើម្នាលឯងនៅមានជាប់ជំពាក់ជំពិននៅក្នុងចិត្តនៅឡើយ ហើយម្នាលឯងគ្រាន់តែធ្វើឲ្យសំបកខ្លួន ស្អាតល្អមើលតែប៉ុណ្ណោះ។

I do not call him a brahmin who is so by natural birth from his mother. He is just a supercilious person if he still has possessions of his own. He who owns nothing of his own, and is without attachment -- that is what I call a brahmin.

តថាគតមិនហៅគេថាជាព្រាហ្មណ៍ម្នាក់បានឡើយ ដែលគេគ្រាន់តែបានប្រសូតិពីពោះម្តាយរបស់គេតាមធម្មជាតិ នោះ គឺគេគ្រាន់តែជាមនុស្សវង្សឹតម្នាក់ប៉ុណ្ណោះ ប្រសិនបើគេនៅមានកម្មសិទ្ធផ្ទាល់ខ្លួននោះ។ ឯនរជនដែលមិនមាន កម្មសិទ្ធផ្ទាល់ខ្លួន និងដោយគ្មានចំណងលោកីយ៍ -- នេះហើយដែលតថាគត ហៅថាជាព្រាហ្មណ៍ម្នាក់។

He who endures undisturbed criticism, ill-treatment and bonds, strong in patience, and strength is his power -- that is what I call a brahmin.

នរជនដែលធន់ទ្រាំបាននឹងការរិះគន់ទិតៀន ការធ្វើទុក្ខបុកម្នេញ និងចំណងលោកីយ៍ទាំងឡាយ, ពូកែអត់ធ្មត់ ហើយមានកំឡាំងរឹងមាំជាថាមពលរបស់គេ នេះហើយដែលតថាគត ហៅថាជាព្រាហ្មណ៍ម្នាក់។

Without anger, devout, upright, free from craving, disciplined and in his last body -- that is what I call a brahmin.

ដោយគ្មានកំហឹង ស្មិទ្ធស្មាល ទៀងត្រង់ គ្មានចំណង់ត្រេកត្រអាល មានវិន័យ ហើយរាងកាយនេះសោតជារាង កាយចុងក្រោយ -- នេះហើយដែលតថាគត ហៅថាជាព្រាហ្មណ៍ម្នាក់។

Abandoning violence to all living creatures moving or still, he who neither kills or causes killing -- that is what I call a brahmin.

លះបង់ហឹង្សាចំពោះគ្រប់សត្វមានជីវិតទាំងអស់ ទោះជាសត្វដែលដើរវារបាន ឬនៅស្ងៀម, ជាអ្នកមិនសំឡាប់ជីវិត ឬបណ្តាលឲ្យមានការសំឡាប់ជីវិត -- នេះហើយដែលតថាគត ហៅថាជាព្រាហ្មណ៍ម្នាក់។

Unagitated amongst the agitated, at peace among the violent, without clinging among those who cling -- that is what I call a brahmin.

មិនរំជើបរំជួលក្នុងចំណោមអ្នករំជើបរំជួល មានសន្តិភាពក្នុងចំណោមមនុស្សឃោរឃៅ ដោយគ្មានចំណងក្នុង ចំណោមអ្នកមានចំណងលោកីយ៍ស្អិតជាប់ខ្លួន -- នេះហើយដែលតថាគត ហៅថាជាព្រាហ្មណ៍ម្នាក់។

He who utters only gentle, instructive and truthful speech, criticizing no-one -- that is what I call a brahmin.

ជានរជនដែលសំដែងតែពាក្យសំដីទន់ភ្លន់ ណែនាំ និងពិតត្រង់, មិនរិះគន់ទិតៀនជនណាម្នាក់ឡើយ នេះហើយ ដែលតថាគត ហៅថាជាព្រាហ្មណ៍ម្នាក់។

He who takes nothing in the world that has not been given him, long or short, big or small, attractive or unattractive -- that is what I call a brahmin.

ជានរជនដែលក្នុងលោកនេះ មិនយករបស់អ្វីមួយឡើយដែលគេមិនបានឲ្យដល់ខ្លួន ទោះជារបស់នោះវែង ឬខ្លី, ធំ ឬតូច, ល្អ ឬអាក្រក់ នេះហើយដែលតថាគត ហៅថាជាព្រាហ្មណ៍ម្នាក់។

Noble, a hero, a great sage, and a conqueror, he who is motionless of mind, washed clean and awakened -- that is what I call a brahmin.

ជាមនុស្សថ្លៃថ្នូរ ជាវិរជន ជាគតិជនដ៏ឧត្តម និងជាអ្នកមានជោគជ័យម្នាក់ ជានរជនដែលគ្មានអារម្មណ៍នៅក្នុងចិត្ត សំអាតចិត្តបានយ៉ាងស្អាតបរិសុទ្ធ និងជាមនុស្សភ្ញាក់រលឹក នេះហើយដែលតថាគត ហៅថាជាព្រាហ្មណ៍ម្នាក់។

កុមារីលីលាន ថ្វាយបង្គំព្រះនៅ វត្តសាមគ្គីសេរីរតនារាម
Lilian Paying Respect to the Buddha Statue at Samakyseriratanarama Temple

ជាតក
("រឿងល្បើកព្រះពុទ្ធសាសនា"

១ – ឈ្មួញលក់កណ្ដុរងាប់ (វីរិយភាព និងការដឹងគុណ)

កាលពីព្រេងនាយ មានទីប្រឹក្សាសំខាន់ម្នាក់របស់ព្រះមហាក្សត្រមួយអង្គបានចេញដំណើរទៅគាល់ព្រះមហាក្សត្រ និងជួបជាមួយទីប្រឹក្សាដទៃទៀត។ ក្នុងពេលកំពុងធ្វើដំណើរនោះ ដោយឡើងកន្ទុយភ្នែក លោកបានឃើញខ្មោចកណ្ដុរមួយនៅលើចិញ្ចើមថ្នល់។ លោកក៏បាននិយាយទៅកាន់សហការីទាំងអស់ដែលរួមដំណើរជាមួយថា៖ "សូម្បីតែការចាប់ផ្ដើមរកស៊ីដោយមានដើមទុនដ៏តិចតួចបំផុតដូចជាតម្លៃខ្មោចកណ្ដុរនេះក៏ដោយ ក្មេងមានកំឡាំង អាចសន្សំរកទ្រព្យសម្បត្តិស្ដុកស្ដម្ភសំរាប់ខ្លួនបាន ប្រសិនបើគេខំប្រឹងប្រែងធ្វើការងារ ហើយប្រើបញ្ញារបស់គេ, គេអាចចាប់ផ្ដើមរបរកស៊ីមួយ ហើយផ្គត់ផ្គង់ភរិយា និងគ្រួសារបាន។ "

មាណពម្នាក់ដែលដើរជិតនោះបានឮការកត់សំគាល់នេះ។ ហើយមាណពក៏ដឹងដែរថា អ្នកដែលពោលពាក្យកត់សំគាល់នោះ ជាទីប្រឹក្សាដ៏ល្បីល្បាញម្នាក់របស់ព្រះមហាក្សត្រ ដូច្នេះគេក៏សំរេចចិត្តធ្វើតាមពាក្យរបស់ទីប្រឹក្សានោះ។ គេបានឱនចាប់យកខ្មោចកណ្ដុរនោះ ដោយកាន់កន្ទុយវាហើយដើរចេញទៅ។ ដោយភព្វសំណាងដែលត្រូវមាន គេយួរកាន់ខ្មោចកណ្ដុរដើរមិនបានមួយថ្នល់ផង មានអ្នកថែរក្សាហាងទំនិញមួយហៅគេឲ្យឈប់សិន។ អ្នកថែរក្សាហាងទំនិញនោះបាននិយាយថា៖ "ឆ្មាខ្ញុំវាបានរំខានខ្ញុំពេញមួយព្រឹកហើយ។ លក់ខ្មោចកណ្ដុរនេះឲ្យខ្ញុំមក ខ្ញុំនឹងឲ្យតម្លៃអ្នកពីរសេន"។ មាណពក៏លក់ខ្មោចកណ្ដុរនោះ ដោយបានកំរៃពីរសេន។

មាណពក៏យកលុយពីរសេននោះទៅទិញនំផ្អែម និងទឹក យកទៅលក់តាមចិញ្ចើមផ្លូវមួយ។ ដូចតាមការនឹកគិតរបស់មាណព មានអ្នកស៊ីឈ្នួលបេះផ្កាយកទៅក្រុងខ្លះកំពុងតែវិលត្រឡប់មកពីបេះផ្កាវិញ។ ដោយការហត់នឿយ ពួកគេឃ្លានហើយស្រេកទឹកទៀតផង ពួកគេក៏យល់ព្រមទិញនំផ្អែម និងទឹកនោះ ដោយឲ្យផ្កាមួយបាច់ជាតម្លៃនំមួយៗ។ ហើយពេលរសៀលមាណពក៏យកផ្កាទាំងនោះទៅលក់នៅឯទីប្រជុំជន។ ជាមួយលុយដែលចំណេញបានមកពីលក់ផ្កាទាំងនោះ មាណពក៏ទៅទិញនំផ្អែមថែមទៀត ហើយថ្ងៃបន្ទាប់មកគេយកទៅលក់ឲ្យអ្នកបេះផ្កា។

គេរកស៊ីលក់ដូរបែបនេះបានមួយរយៈ រហូតដល់ថ្ងៃមួយមានខ្យល់ព្យុះដ៏កំណាចមួយ ជាមួយភ្លៀងនិងខ្យល់បានបក់បោកយ៉ាងខ្លាំង។ នៅពេលដែលគេកំពុងតែដើរជិតឧទ្យានកំសាន្តមួយរបស់ព្រះមហាក្សត្រ គេបានឃើញមែកឈើជាច្រើនត្រូវខ្យល់ព្យុះបក់បោកជ្រុះរាយបាយគ្រប់ទិសទី។ ឃើញដូច្នេះ គេក៏សុំស្នើដល់អ្នកថែរក្សាឧទ្យាន ថាគេនឹងជួយរើសសំអាតមែកឈើទាំងនោះឲ្យស្អាតអស់ បើអ្នកថែឧទ្យានព្រមឲ្យមែកឈើទាំងនោះដល់គេ។ អ្នកថែឧទ្យានដ៏កំជិលនោះក៏យល់ព្រមភ្លាម។ នៅឯសួនមួយទៀតម្ខាងថ្នល់ជិតនោះ មាណពបានឃើញមាន ក្មេងខ្លះកំពុងតែរត់ប្រឡែងគ្នាលេង។ ដោយមាណពបានឲ្យនំម្នាក់មួយ ក្មេងទាំងនោះសប្បាយរីករាយនឹងនាំ

គ្នាជួយរើសមែកឈើ និងបោសសំអាតច្រកចូលឧទ្យានបានយ៉ាងស្អាត។ ហើយនៅពេលជាមួយគ្នានោះ អ្នកដាំស្លក្នុងព្រះរាជដំណាក់តែងតែត្រូវការអុសដុតជានិច្ចសំរាប់ចង្រ្កានគុក ដែលមានអណ្តាតភ្លើងឆេះមិនឈប់ឈររបស់គេ។ នៅពេលដែលអ្នកដាំស្លនោះ ឃើញគំនរអុសដែលពួកក្មេងកំពុងប្រមូលគរជាគំនរ គេក៏បានសុំទិញដោយឲ្យតម្លៃយ៉ាងសមរម្យដល់មាណព។ គេក៏ថែមទាំងបានដោះដូរឆ្នាំងអំបែងខ្លះជាមួយនឹងថៅមាណពទៀតផង។

ដោយបានកំរៃមកពីលក់ផ្កា និងមែកអុស ថៅមាណពក៏យកលុយនោះទៅបើកហាងលក់ភេសជ្ជៈមួយ។ មានថ្ងៃមួយនោះ ពួកអ្នកច្រូតស្មៅទាំងអស់ដែលនាំគ្នាធ្វើដំណើរឆ្ពោះទៅទីក្រុង បាននាំឈប់សំរាកនៅហាងលក់ភេសជ្ជៈរបស់ថៅមាណព។ ថៅមាណពក៏បានឲ្យនំ និងទឹកដល់អ្នកច្រូតស្មៅទាំងនោះទទួលទានដោយឥតយកថ្លៃ។ អ្នកច្រូតស្មៅទាំងនោះមានការភ្ញាក់ផ្អើលជាខ្លាំងចំពោះសប្បុរសធម៌របស់ថៅមាណព ហើយក៏បានសួរថាៈ "តើពួកយើងខ្ញុំអាចធ្វើអ្វីមួយជួយដល់អ្នកបានទេ?" ថៅមាណពឆ្លើយថា គ្មានអ្វីឲ្យពួកគេធ្វើទេពេលនេះ ប៉ុន្តែថៅមាណពនឹងប្រាប់ពួកគេឲ្យដឹងនៅពេលអនាគត។

មួយសប្តាហ៍ក្រោយមក ថៅមាណពបានឮថាមានឈ្មួញលក់សេះម្នាក់នឹងនាំសេះ៥០០ក្បាលមកលក់នៅទីក្រុង។ ដូច្នេះហើយ ថៅមាណពបានទាក់ទងជាមួយពួកអ្នកច្រូតស្មៅទាំងអស់ដោយប្រាប់ពួកគេម្នាក់ៗថា សុំឲ្យគេឲ្យស្មៅមកខ្លួនម្នាក់មួយដុំ។ ហើយថៅមាណពក៏បានប្រាប់អ្នកច្រូតស្មៅទាំងនោះថា កុំទាន់លក់ស្មៅទៅឲ្យឈ្មួញលក់សេះនោះឲ្យសោះ ចាំគេលក់ស្មៅរបស់គេឲ្យអស់ជាមុនសិន។ ធ្វើបែបនេះថៅមាណពនឹងបានទទួលតម្លៃខ្ពស់។ ពេលវេលាចេះតែកន្លងទៅរហូតដល់មានថ្ងៃមួយ នៅហាងលក់ភេសជ្ជៈរបស់ថៅមាណព អតិថិជនខ្លះបាននិយាយប្រាប់គេថា មាននាវាដឹកជំនួញថ្មីមួយមកពីបរទេសទើបតែនឹងបោះយុថ្កាចតនៅកំពង់ផែ។ ថៅមាណពមើលឃើញថា នេះជាឱកាសល្អមួយដែលគេកំពុងតែរង់ចាំ។ គេនឹកគិតម្តងហើយ នឹកគិតម្តងទៀត រហូតទាល់តែគេរកនឹកឃើញនូវផែនការណ៍ធ្វើជំនួញដ៏ល្អមួយ។

ជាដំបូង គេបានទៅជួបជាងធ្វើអលង្ការម្នាក់ដែលជាមិត្ត ដោយចំណាយសាហ៊ុយតែបន្តិចបន្តួចធ្វើចិញ្ចៀនមួយវង់ដ៏មានតម្លៃ ដោយដាក់ត្បូងទទឹមក្រហមយ៉ាងស្អាតមួយគ្រាប់ទៀតផង។ ថៅមាណពក៏ដឹងដែរថា សំពៅនោះមកពីប្រទេសមួយដែលមិនមានរ៉ែត្បូងទទឹមទាល់តែសោះ ហើយមាសទៀតសោតក៏មានថ្លៃពេកណាស់ដែរ។ ដូច្នេះហើយ គេបានឲ្យចិញ្ចៀនដ៏ល្អស្អាតនោះដល់នាយសំពៅជាកំរៃជើងសារ (Commission) ទុកជាមុន។ ដើម្បីឲ្យបានទទួលកំរៃជើងសារនោះ នាយសំពៅបានយល់ព្រមបញ្ជូនអ្នកដំណើរទាំងអស់ឲ្យទៅថៅមាណពធ្វើជាឈ្មួញកណ្តាល ដើម្បីជួយពួកគេក្នុងការទិញដូរឥវ៉ាន់ផ្សេងៗ។ ដោយថៅមាណពធ្វើជាមគ្គុទ្ទេសនាំអ្នកដំណើរទាំងនោះទៅរកហាងជំនួញល្អៗនៅក្នុងទីក្រុង។ ហើយផលដែលបានមកវិញ គឺម្ចាស់ហាងជំនួញទាំងនោះបានឲ្យឥវ៉ាន់ផ្សេងៗជាការដឹងគុណដល់ថៅមាណពដែលបានបញ្ជូនអតិថិជនឲ្យទៅទិញដូរនៅហាងរបស់ពួកគេ។ ថៅមាណពធ្វើជាឈ្មួញកណ្តាលរបៀបនេះជាមួយសំពៅបួនប្រាំទៀតដែលបានមកចត់នៅកំពង់ផែ។ គេក៏បានក្លាយទៅជាអ្នកមានម្នាក់ដែលមានទ្រព្យយ៉ាងស្តុកស្តម្ភ។ ដោយសោមនស្សរីករាយនឹងជោគជយ័របស់ខ្លួន ថៅមាណពក៏បាននឹកឃើញដែរថា ជោគជ័យទាំងនេះបានចាប់ផ្តើមដោយពាក្យសំដីរបស់ទីប្រឹក្សាម្នាក់របស់ព្រះមហាក្សត្រ។ ដូច្នេះហើយ គេក៏បានសំរេចចិត្តជូនកាក់មាស ដប់ម៉ឺនកាក់ ដល់ទីប្រឹក្សានោះ។ ជំនួនទាំងនោះមានតម្លៃស្មើពាក់កណ្តាលនឹងទ្រព្យទាំងអស់ដែលគេមាន។ បន្ទាប់ពីបានចាត់ចែងដើម្បីរៀបជូនជំនូននោះ ថៅមាណពក៏បានជួបជាមួយនឹងទីប្រឹក្សាព្រះមហាក្សត្រ ហើយក៏បានជូនជំនូនទាំងនោះដល់លោកជាមួយនឹងការអរគុណដ៏សុភាពរាប

សារទៀតផង។ លោកទីប្រឹក្សាមានសេចក្តីភ្ញាក់ផ្អើលជាខ្លាំង ដោយលោកបានសួរថា៖ “តើអ្នកធ្វើយ៉ាងណាដែលអាចរកទ្រព្យសម្បត្តិបានយ៉ាងច្រើន ហើយអាចធ្វើជំនួនដ៏សន្ធឹកសន្ធាប់យ៉ាងនេះបាន?“ ចៅមាណពបាននិយាយប្រាប់ថា ទាំងអស់នេះចាប់ផ្តើមឡើងបាន ដោយសារតែសំដីរបស់លោកទីប្រឹក្សាផ្ទាល់ នៅពេលដែលទើបនឹងកន្លងទៅមិនយូរប៉ុន្មាន។ ឱវាទនោះបានដឹកនាំឲ្យខ្ញុំទៅជួបខ្មោចកណ្តុរមួយ, ឆ្មាឃ្លានចំណីមួយ, បាច់ផ្កាជាច្រើន, មែកឈើជាច្រើនដែលបាក់ធ្លាក់ដោយសារព្យុះភ្លៀង, ក្មេងលេងនៅក្នុងសួន, ចុងភៅព្រះមហាក្សត្រ, ហាងលក់ភេសជ្ជៈ, ស្មៅសំរាប់សេះ៥០០, ចិញ្ចៀនមាសមួយវង់, ទំនាក់ទំនងល្អក្នុងការរកស៊ី ហើយទីបំផុត គឺទ្រព្យសម្បត្តិដ៏សន្ធឹកសន្ធាប់។

ដោយបានឮគ្រប់ពាក្យរៀបរាប់ទាំងនោះ លោកទីប្រឹក្សាបានគិតថា៖ “នឹងគួរឲ្យស្តាយណាស់ ប្រសិនបើត្រូវបាត់បង់មនុស្សដែលប៉ិនប្រសប់ដ៏មានថាមភាពនេះ អាត្មាអញក៏មានទ្រព្យសម្បត្តិច្រើន ហើយកូនស្រីជាទីស្រឡាញ់របស់អញក៏មានទ្រព្យសម្បត្តិច្រើនដែរ ឯមាណពនេះសោតក៏ជាមនុស្សនៅលីវ គេសមនឹងរៀបការជាមួយនឹងនាងណាស់។ ធ្វើដូច្នេះគេនឹងអាចស្នងទ្រព្យសម្បត្តិអាត្មាអញជាមួយនឹងសម្បត្តិរបស់គេ ហើយកូនស្រីរបស់អញក៏មានអ្នកថែរក្សាទៀតផង។“ ហេតុការណ៍ទាំងនោះក៏កើតមានដូចបំណង ហើយបន្ទាប់ពីលោកទីប្រឹក្សាបានស្លាប់ទៅ អ្នកដែលបានធ្វើតាមឱវាទរបស់លោកបានក្លាយទៅជាអ្នកមានទ្រព្យសម្បត្តិច្រើនជាងគេនៅក្នុងទីក្រុង។ ព្រះមហាក្សត្រក៏បានតែងតាំងចៅមាណពឲ្យទទួលដំណែងជាទីប្រឹក្សារបស់ព្រះអង្គ។ ដោយករុណាធម៌ក្នុងជីវិតដែលនៅសល់ជាចុងក្រោយរបស់គេ គេតែងតែធ្វើបុណ្យដាក់ទានលុយកាក់ផ្ទាល់ខ្លួន ដើម្បីសេចក្តីសុខនិងសុខុមាលភាពនៃមនុស្សម្នាជាច្រើននាក់។

ដំបូន្មាន: ជាមួយថាមពល និងការប៉ិនប្រសប់, ទ្រព្យសម្បត្តិដ៏ស្តុកស្តម្ភ ក៏នឹងអាចកើតមានបានដែរមកពីការចាប់ផ្តើមដ៏តូចមួយ។

1 - The Mouse Merchant (Diligence and Gratitude)

Once upon a time, an important adviser to a king was on his way to a meeting with the king and others advisers. Out of the corners of the eye, he saw a dead mouse by the roadside. He said to those who were with him. “Even from such small beginning as this dead mouse, an energetic young fellow could build a fortune. If he worked hard and used his intelligence, he could start a business and support a wife and family.“

A passer-by heard the remark. He knew this was a famous adviser to the king, so he decided to follow his words. He picked up the dead mouse by the tail and went off with it. As luck would have it, before he had gone even a block, a shopkeeper stopped him. He said, “My cat has been pestering me all morning. I’ll give you two copper coins for that mouse.” So it was done.

With the two copper coins, he bought sweet cakes, and waited by the side of the road with them and some water. As he expected, some people who picked flowers for making garlands were returning from work. Since they were all hungry and thirsty, they agreed to buy sweet cakes and water for the price of a bunch of flowers from each of them. In the evening, the man sold the flowers in the city. With some of the money he bought more sweet cakes and returned the next day to sell to the flower pickers.

This went on for a while, until one day there was a terrible storm, with heavy rains and high winds. While walking by the king’s pleasure garden, he saw that many branches had been

blown off the trees and were lying all around. So he offered to the king's gardener that he would clear it all away for him, if he could keep the branches. The lazy gardener quickly agreed.

The man found some children playing in a park across the street. They were glad to collect all the branches and brush at the entrance to the pleasure garden, for the price of just one sweet cake for each child.

Along came the king's potter, who was always on the lookout for firewood for his glazing oven. When he saw the piles of the wood the children had just collected, he paid the man a handsome price for it. He even threw into the bargain some of his pots.

With his profits from selling the flowers and the firewood, the man opened up a refreshment shop. One day all the grass mowers, who were on their way into town, stopped in his shop. He gave them free sweet cakes and drinks. They were surprised at his generosity and asked , "What can we do for you?" He said there nothing for them to do now, but he would let them know in the future.

A week later, he heard that a horse dealer was coming to the city with 500 horses to sell. So he got in touched with the grass mowers and told each of them to give him a bundle of grass. He told them not to sell any grass to the horse dealer until he had sold his. In this way he got a very good price.

Time passed until one day, in his refreshment shop, some customers told him that a new ship from a foreign country had just anchored in the port. He saw this to be the opportunity he had been waiting for. He thought and thought until he came up with a good business plan.

First, he went to a jeweler friend of his and paid a low price for a very valuable gold ring, with a beautiful red ruby in it. He knew that the foreign ship was from a country that had no rubies of its own, where gold was too expensive. So he gave the wonderful ring to the captain of the ship as an advance on his commission. To earn his commission the captain agreed to send all his passengers to him a broker. He would then lead them to the best shops in the city. In turn, the man got the merchants to pay for him a commission for sending customers to them.

Acting as a middle man in this way, after several ships came into port, the man became very rich. Being pleased with his success, he also remembered that it had all started with the words of the king's adviser. So he decided to give him a gift of 100,000 gold coins. This was half of his entire wealth. After making the proper arrangement, he met with the king's adviser and gave him the gift, along with his humble thanks.

The adviser was amazed, and he asked, "How did you earn so much wealth to afford such a generous gift?" The man told him it had all started with the adviser's own words not long ago. They had led him to a dead mouse, a hungry cat, bunches of flowers, storm damaged tree branches, children in park, the king's potter, a refreshment shop, grass for 500 horse, a golden ruby ring, good business contacts, and finally a large fortune.

Hearing all this, the royal adviser thought to himself, "It would not be good to lose the talents of such an energetic man. I too have much wealth, as well as my beloved only daughter. As this man is single, he deserved to marry her. Then he can inherit my wealth in addition to his own, and my daughter will be cared for."

This all came to pass and after the wise adviser died, the one who had followed his advise became the richest man in the city. The king appointed him to the adviser's position. Throughout his remaining life, he generously gave his money for the happiness and well being of many people.

The moral is: *With the energy and ability, great wealth comes even from small beginning*

២ - ព្រះមហិស្សកុមារ និងអារក្សទឹក (Price Goodspeaker and the Water Demon)

កាលពីព្រេងនាយ មានព្រះមហាក្សត្រមួយអង្គប្រកបដោយសច្ចយុត្តិធម៌។ ទ្រង់មានព្រះមហេសីមួយអង្គមានរូបឆោមលោមពណ៌ ដែលបានប្រសូតិព្រះរាជឱរសយ៉ាងស្រស់សង្ហាមួយអង្គ។ ព្រះរាជាបានសំរេចព្រះទ័យដាក់ព្រះនាមថ្វាយដល់ព្រះរាជបុត្រា។ ព្រះនាមនោះជាព្រះនាមមួយដែលប្រហែលអាចនឹងជួយដល់ទ្រង់នៅជាតិមុខបាន។ ដូច្នេះ ព្រះអង្គបានហៅទ្រង់ថាជា ព្រះមហិស្សកុមារ។

ដោយភ័ព្វសំណាង ព្រះរាជកុមារក៏មិនមែនជាក្មេងធម្មតា។ ហើយជាតិនេះទៀតសោត ក៏មិនមែនជា ជាតិទីមួយ ឬជាជាតិដែលទ្រង់ទើបតែបានចាប់កំណើតជាលើកដំបូងដែរ។ រាប់ពាន់ជាតិមកហើយដែលទ្រង់បានធ្វើជាអ្នកគោរពបដិបត្តិមួយអង្គ តាមឱវាទប្រៀនប្រដៅរបស់ព្រះពុទ្ធជាម្ចាស់ ដែលគេបានបំភ្លេចចោលមកជាយូរយារណាស់មកហើយ។ ម៉្យាងទៀតព្រះពុទ្ធក៏ជាព្រះមួយអង្គ ដែលទ្រង់បានសំរេចនូវសម្មាសម្ពោធិញាណ។ ហើយព្រះមហិស្សកុមារ ទ្រង់បានប្រាថ្នាយ៉ាងប្តូរផ្តាច់សូមឲ្យព្រះអង្គបានត្រាស់ជាព្រះពុទ្ធមួយអង្គដូចជាព្រះពុទ្ធជាម្ចាស់ដែលជាព្រះបរមសាស្តាចារ្យដ៏ជាទីគោរពស្រឡាញ់របស់ទ្រង់ដែរ។

លោកបានចាប់កំណើតជាច្រើនជាតិ – ជួនកាលជាតិរច្ឆានដ៏ទន់ខ្សោយ, ជួនកាលទៀត ជាព្រះឥន្ទទេវតាដែលមានជន្មាយុយ៉ាងយូរអង្វែង ហើយជួនក៏កាលជាមនុស្សជាតិ។ ទ្រង់តែងតែបានរៀនសូត្រអំពីកំហុសរបស់ទ្រង់ផ្ទាល់ ហើយអភិវឌ្ឍនូវកុសលកម្មទាំងដប់ប្រការ (Ten Perfections) " ធ្វើបែបនេះ ទ្រង់អាចសុក្រិតចិត្ត និងអាចជម្រះចោលចេញអស់នូវឫសគល់នៃមូលហេតុអកុសលទាំងបីដែលបណ្តាលឲ្យមានអកុសលកម្មផ្សេងៗ៖ ពិសពុលនៃចំណង់ ស្រេកឃ្លាន កំហឹង និងសេចក្តីភាន់ភាំងនៃការផ្តាច់អាត្មាឯង លោភៈ ទោសៈ មោហៈ (a Separate Self)។ ដោយប្រព្រឹត្តកាយសុចរិត វចីសុចរិត មនោសុចរិត, អំពើ និងគំនិតពិសពុល ដែលធ្លាប់មាននៅក្នុងចិត្តទាំងឡាយ នឹងត្រូវជំនួសបានដោយគេសុចរិតា (សុចរិតទាំងបីប្រការ) ៖ គ្មានជំពាក់ចិត្ត (Non-attachment), មេត្តាធម៌ (Loving-Kindness), និង គតិបណ្ឌិត (Wisdom)។

ព្រះពោធិសត្វអង្គនេះទ្រង់តែងតែធ្វើជាសាវ័កមួយអង្គរបស់ព្រះពុទ្ធជាម្ចាស់ដែលមនុស្សម្នាទាំងឡាយបានភ្លេចមកជាយូរយារណាស់មកហើយ។ គោលបំណងរបស់ទ្រង់គឺដើម្បីឲ្យបានសំរេចនូវសម្មាសម្ពោធិញាណដូចជាព្រះពុទ្ធរាល់ព្រះអង្គ ដែលបានសម្រេចនោះដែរ – គឺបទពិសោធន៍នៃសច្ចធម៌ដ៏ពិតប្រាកដ។ ដូច្នេះហើយប្រជានិករទាំងឡាយតែងតែនាំគ្នាហៅព្រះអង្គថា ព្រះពោធិសត្វ (Bodhisatta) ដែលមានន័យថា "អ្នកជាប់ជំពាក់ក្នុងការស្វែងរកពោធិញ្ញាណ"។ គ្មាននរណាម្នាក់ដឹងអំពីជីវិតរាប់ពាន់ជាតិ ដែលព្រះពោធិសត្វអង្គនេះបានរស់នៅឡើយ។ តែមានប្រវត្តិជាច្រើន ដែលគេបាននិយាយប្រាប់គ្នាតៗមក រួមទាំងរឿងព្រះមហិស្សកុមារនេះផងដែរ។ បន្ទាប់ពី ព្រះអង្គទ្រង់បានចាប់កំណើតជាច្រើនជាតិមក ព្រះអង្គក៏បានសំរេចនូវសម្ពោធិញាណ និងបានត្រាស់ជាព្រះពុទ្ធអង្គ ដែលគេតែងតែនឹករលឹក និងគោរពបូជាទូទាំងពិភពលោកនាបច្ចុប្បន្ននេះ។

ក្រោយមកព្រះមហេសីបានប្រសូតិព្រះរាជបុត្រាមួយអង្គទៀត ដែលមានព្រះនាមថា ព្រះច័ន្ទកុមារ។ មិនយូរប៉ុន្មាន បន្ទាប់ពីរាជកុមារទាំងពីរអង្គចេះដើរតេសតាស់ ព្រះមាតារបស់ទ្រង់ចាប់ប្រឈួនជាទម្ងន់ ហើយក៏បានចូលទីវង្គត់ទៅ។

ដើម្បីជួយដល់ព្រះអង្គក្នុងការថែរក្សារាជកុមារទាំងពីរដែលកំពុងពេញវ័យ ព្រះរាជាបានជួបព្រះអង្គម្ចាស់ក្សត្រីមួយអង្គ ហើយក៏បានរៀបអភិសេកជាក្សត្រីថ្មីជាមហេសីរបស់ព្រះអង្គតែម្តងទៅ។ ពីរបីឆ្នាំក្រោយមកម្ចាស់ក្សត្រីក៏ប្រសូតិបានរាជកុមារដ៏ស្រស់សង្ហាមួយអង្គ។ ព្រះរាជកុមារទ្រង់ព្រះនាមថា ព្រះសូរ្យកុមារ។ ព្រះ

មហាក្សត្រទ្រង់សព្វព្រះទ័យជាខ្លាំងនឹងព្រះមហេសី ដោយព្រះនាងបានប្រសូតិបុត្រាដ៏ស្រស់ស្អាតមួយអង្គថ្វាយព្រះអង្គ ហើយដើម្បីផ្គាប់ចិត្ត និងជារង្វាន់ដែលព្រះមហេសីបានចិញ្ចឹមបីបាច់រក្សាបុត្រាទាំងបីរហូតដល់បានពេញវ័យ ព្រះអង្គក៏បានសន្យាថានឹងប្រទានពរមួយដល់ព្រះនាង បើព្រះនាងប្រាថ្នាចង់បានអ្វីមួយ ព្រះអង្គនឹងបំពេញប្រាថ្នានោះឲ្យបានសំរេច។ ព្រះមហេសីទ្រង់បានពិចារណា ហើយមានព្រះសុវណ្ណីថា "ខ្ញុំម្ចាស់សូមអរព្រះគុណព្រះអង្គ! ខ្ញុំម្ចាស់នឹងប្រាថ្នាផ្សេងសុំព្រះអង្គនៅពេលអនាគតខាងមុខក្រាបទូល។"

ពេលវេលាចេះតែកន្លងទៅ ឯរាជបុត្រទាំងបីអង្គក៏កាន់តែធំចំរើនចូលដល់វ័យជំទង់ពេញនឹងការលេងសើចសប្បាយក្នុងកុមារភាព។ ព្រះមហេសីទ្រង់បានឃើញថា ព្រះមហិស្សកុមារមានបញ្ញាឆ្លាតវៃ និងយល់ដឹង។ ព្រះនាងទ្រង់ព្រះតំរិះ, "ប្រសិនបើបុត្រាច្បងទាំងពីរគង់នៅក្នុងព្រះរាជវាំង បុត្រាយើង ព្រះសូរ្យកុមារ នឹងមិនមានឱកាសបានធ្វើជាព្រះមហាក្សត្រឡើយ។ ដូច្នេះយើងត្រូវធ្វើយ៉ាងណាដើម្បីឲ្យបុត្រយើងបានធ្វើជាអនាគតព្រះមហាក្សត្រឲ្យបាន។"

ថ្ងៃមួយ នៅពេលព្រះមហាក្សត្រទ្រង់មានអារម្មណ៍ល្អ ដោយសេចក្តីគោរពព្រះមហេសីក៏បានចូលគាល់ព្រះរាជា ដោយបានរំលឹកព្រះអង្គអំពីពរដែលទ្រង់បានសន្យា។ ទ្រង់សព្វព្រះទ័យជាខ្លាំង ហើយមានព្រះបន្ទូលថា៖ "សុំពរអ្វីក៏បានដែរតាមតែបំណងម្ចាស់អូន!" ព្រះមហេសីបានមានព្រះសុវណ្ណីថា៖ "ឱ! ព្រះស្វាមី និងព្រះករុណាជាម្ចាស់ សូមព្រះអង្គប្រទានសេចក្តីប្រាថ្នានេះដល់ខ្ញុំម្ចាស់ចុះ បន្ទាប់ពីពេលដែលព្រះអង្គសោយទីវង្គត់, គឺសូមឲ្យព្រះរាជបុត្រារបស់ខ្ញុំម្ចាស់ ព្រះសូរ្យកុមារ នឹងត្រូវបានឡើងសោយរាជ្យបន្តពីព្រះអង្គ។"

ព្រះរាជាមានសេចក្តីភ្ញាក់ផ្អើលជាខ្លាំងនឹងសេចក្តីសុំនេះ។ ទ្រង់ប្រែរជាក្រេវក្រោធ ហើយមានព្រះបន្ទូលថា៖ "រាជបុត្រាច្បងទាំងពីររបស់យើងប្រៀបបាននឹងផ្កាយដ៏មានពន្លឺចាំងចែង! តើធ្វើម្តេចឡើយ យើងនឹងអាចប្រគល់ព្រះនគរឲ្យទៅបុត្រាទីបីបាន? ប្រជានុរាស្ត្រទាំងអស់នឹងបន្ទោសយើងមិនខាន។ យ៉ាងនេះ មិនអាចធ្វើទៅបានទេ!" ពេលនោះព្រះមហេសីបានគង់យ៉ាងស្ងៀមស្ងាត់មិនហ៊ានមាត់កអ្វីឡើយ។

ដោយធ្លាប់តែជាព្រះរាជាដែលមានសោមនស្សរីករាយជានិច្ច ពេលនេះព្រះអង្គក៏ក្លាយជាព្រះរាជាដែលមានតែក្តីទោមនស្ស។ ទ្រង់មានសេចក្តីភ័យខ្លាច និងមានអារម្មណ៍ពោរពេញដោយមន្ទិលសង្ស័យ។ ទ្រង់សង្ស័យថា ព្រះមហេសីនឹងបំផ្លាញបុត្រាច្បងទាំងពីរ ដោយមធ្យោបាយអាក្រក់ណាមួយមិនខានឡើយ។ ព្រះអង្គបានសំរេចព្រះទ័យ ត្រូវធ្វើយ៉ាងណាឲ្យបុត្រាច្បងទាំងពីររបស់ទ្រង់មានសន្តិសុខ។

ដោយសំងាត់ ព្រះរាជាមានបន្ទូលកោះហៅព្រះមហិស្សកុមារ និង ព្រះច័ន្ទកុមារឲ្យទៅគាល់ព្រះអង្គ។ ព្រះអង្គបានមានបន្ទូលប្រាប់បុត្រាអំពីមហិច្ឆិតាដ៏មានគ្រោះថ្នាក់របស់ព្រះមហេសី។ ទ្រង់មានបន្ទូលដោយក្រៀមក្រំថា មានតែបុត្រាទាំងពីរត្រូវចាកចេញពីព្រះនគរទេទើបបានសុខ។ បុត្រាទាំងពីរនឹងមិនអាចវិលមករកព្រះនគរវិញបានទេ ត្រូវចាំទាល់តែបន្ទាប់ពីព្រះបិតាចូលទីវង្គត់សិន។ បុត្រាដែលស្តាប់ឱវាទទាំងពីរព្រះអង្គ បានគោរពទទួលបញ្ជាពីព្រះវរបិតា ហើយក៏នាំគ្នាប្រុងប្រៀបរៀបចំព្រះកាយដើម្បីនឹងធ្វើដំណើរចាកចេញពីព្រះនគរ។

ក្នុងរយៈពេលបីថ្ងៃបុត្រាទាំងពីរព្រះអង្គបានរៀបចំរួចស្រេច។ ទ្រង់ថ្វាយបង្គំលាព្រះបិតា និងមិត្តភក្តិទាំងអស់ ហើយក៏បានចាកចេញពីព្រះដំណាក់។ នៅពេលដែលព្រះរាជកុមារទាំងពីរកំពុងតែយាងកាត់តាមសួនឧទ្យាននៃព្រះរាជវាំង ទ្រង់ក៏បានជួបនឹងព្រះសូរ្យកុមារ។ ព្រះសូរ្យកុមារតែងតែមានសេចក្តីស្រឡាញ់ស្មោះស្ម័គ្រ និងរាក់ទាក់ស្និតស្នាលជាមួយរាមច្បងបិតាតែមួយមាតាផ្សេងគ្នាទាំងពីរព្រះអង្គ។ ទ្រង់មានក្តីរំខានចិត្តជាខ្លាំងដោយឮ

ថាព្រះរាមទាំងពីរព្រះអង្គត្រូវចាកចេញពីព្រះនគរនៅពេលយ៉ាងយូរ។ ទ្រង់ក៏បានសំរេចព្រះទ័យនឹងចាកចេញពីព្រះនគរដែរ។ រាជកុមារដ៏រាក់ទាក់ស្លូតបូតទាំងបីព្រះអង្គក៏បានចេញដំណើរជាមួយគ្នានៅពេលនោះទៅ។

រាជកុមារទាំងបីព្រះអង្គបានធ្វើដំណើរអស់ពេលជាច្រើនខែ រហូតទាល់តែទៅដល់ព្រៃនៃភ្នំហេមពាន្តដ៏សែនមហាស្ចារ្យ។ ទាំងបីព្រះអង្គមានការហត់នឿយជាខ្លាំង ហើយនាំគ្នាអង្គុយសំរាកក្រោមដើមឈើមួយ។ ព្រះមហិស្សកុមារដែលជារៀមច្បងបង្អស់ បានមានបន្ទូលទៅកាន់អនុជពៅ ព្រះសូរ្យកុមារថា៖ “អនុជ ចូរប្អូនចុះទៅរកទឹក នៅក្នុងបឹងជិតនោះ ហើយខ្ចប់ទឹកនឹងស្លឹកឈូកមកយើងនឹងបានសោយទាំងអស់គ្នា។“

ទាំងបីព្រះអង្គមិនបានដឹងទេថា បឹងដែលមានទឹកថ្លាដ៏ខៀវស្រងាត់នោះ មានអារក្សទឹកជាអ្នកថែរក្សា! ហើយអារក្សទឹកនោះ បានត្រូវស្តេចអារក្សទឹកអនុញ្ញាតឲ្យវាស៊ីបាន នូវមនុស្ស/សត្វណាដែលវាអាចបញ្ចុះបញ្ចូលឲ្យចុះទៅក្នុងទឹកបឹងនោះបាន។ ហើយក៏មានល័ក្ខខ័ណ្ឌមួយដែរថា វាមិនអាចស៊ីអ្នកណាដែលអាចឆ្លើយបាននឹងប្រស្នាសួរមួយថា៖ “តើអ្វីទៅជាសិក្ខាបទរបស់ព្រះ?“

នៅពេលដែលព្រះសូរ្យកុមារបានទៅដល់លើមាត់ច្រាំងបឹង ដោយខ្សោះខ្លួនស្រេកទឹក និងប្រឡាក់ខ្លួនស្រម៉ក ហើយហេវហត់យ៉ាងខ្លាំងផងនោះ ទ្រង់ក៏យាងតំរង់ទៅក្នុងទឹកតែម្តង ដោយមិនបានពិនិត្យពិច្ច័យអ្វីឡើយ។ រំពេចនោះ អារក្សទឹកក៏បានផុសចេញពីក្នុងទឹកបឹងមក ហើយក៏បានចាប់ទ្រង់ជាប់។ អារក្សទឹកបានសួរទ្រង់ថា៖ “តើអ្វីទៅជាទេវធម៍?“ ព្រះសូរ្យកុមារមានបន្ទូលថា៖ “យើងដឹងចំឡើយនេះ! ព្រះអាទិត្យ និងព្រះចន្ទ័ជាទេវធម៍។“ “អ្នកឯងមិនដឹងអំពីទេវធម្មទេ អញ្ចឹងអ្នកឯងជារបស់យើង។“ អារក្សទឹកនិយាយ។ ដូច្នេះហើយ អារក្សទឹកក៏ចាប់ទាញព្រះសូរ្យកុមារទៅក្នុងបាតបឹង និងឃុំទ្រង់ជាប់នៅក្នុងគុហារជ្រៅមួយ។

ដោយបាត់ព្រះច័ន្ទកុមារយូរមិនឃើញមក ព្រះមហិស្សកុមារបានសុំឲ្យព្រះអនុជទីពីរ ព្រះច័ន្ទកុមារឲ្យចុះទៅរកទឹកនៅក្នុងបឹង ហើយខ្ចប់ទឹកនឹងស្លឹកឈូកត្រឡប់ឡើងមកវិញ។ ព្រះច័ន្ទកុមារបានយាងទៅដល់មាត់បឹង ទ្រង់ក៏អញ្ចឹងដែរ គឺយាងសំដៅទៅក្នុងទឹកបឹងតែម្តង ដោយគ្មានការពិនិត្យមើលឲ្យបានសព្វគ្រប់ឡើយ។ អារក្សទឹកក៏បានផុសចេញពីក្នុងទឹកបឹងមកម្តងទៀត ចាប់ទាញព្រះច័ន្ទកុមារជាប់ ហើយសួរថា៖ “តើអ្វីទៅជាសិក្ខាបទរបស់ព្រះ?“ ព្រះច័ន្ទកុមារមានបន្ទូលថា៖ “យើងដឹងចំឡើយនេះ! គឺទិសទាំងបួនៈ ទិសឧត្តរ ទិសបូព៌ា ទិសទក្សិណា និងទិសបស្ចឹម។ ទាំងនេះហើយជាសិក្ខាបទរបស់ព្រះ“ “អ្នកឯងមិនដឹងអំពីសិក្ខាបទរបស់ព្រះ អញ្ចឹងអ្នកឯងជារបស់យើង។“ អារក្សទឹកឆ្លើយតប។ ដូច្នេះហើយ អារក្សទឹកក៏បានចាប់ឃុំព្រះច័ន្ទកុមារនៅក្នុងគុហារបាតបឹងជាមួយព្រះសូរ្យកុមារទៅ។

នៅពេលដែលមិនឃើញព្រះអនុជទាំងពីរអង្គត្រឡប់មកវិញនោះ ព្រះមហិស្សកុមារចាប់ផ្តើមមានក្តីបារម្មណ៍ថា អនុជទាំងពីរអង្គប្រហែលជាមានគ្រោះអន្តរាយ។ ដូច្នេះហើយ ទ្រង់ក៏យាងចុះទៅរកបឹងដែលមានពណ៌ខៀវស្រងាត់ដ៏សែនស្រស់ស្អាតនោះ។ ដោយទ្រង់ជាមនុស្សឆ្លាតវៃ ហើយមានការប្រុងប្រយ័ត្នផងនោះ ទ្រង់មិនយាងតម្រង់សំដៅទៅក្នុងទឹកបឹងតែម្តងទេ តែផ្ទុយទៅវិញ ទ្រង់បានស៊ើបអង្កេតមើល ហើយបានឃើញស្នាមជើងពីរគូ ដែលដើរតម្រង់ទៅក្នុងបឹង តែមិនឃើញស្នាមត្រឡប់មកវិញទេ! ដើម្បីការពារព្រះកាយ ទ្រង់ក៏បានប្រុងប្រៀបព្រះខាន់ ធ្នូរស និងផ្លែព្រួញជាស្រេច។ ហើយក៏ទ្រង់ចាប់ផ្តើមយាងចុះ យាងឡើងជុំវិញមាត់បឹង។

ដោយឃើញថា ព្រះរាជកុមារមិនយាងសំដៅទៅក្នុងទឹកបឹង អារក្សទឹកក៏លេចខ្លួនឡើងឲ្យព្រះមហិស្សកុមារឃើញ ដោយបានក្លែងខ្លួនវាជាអ្នកស្រុកស្លូតត្រង់ម្នាក់។ វាបាននិយាយទៅកាន់រាជកុមារថា៖ “មិត្តជាទី

ស្រឡាញ់ មើលទៅអ្នកដូចជាហត់នឿយណាស់ ហើយស្រេកទឹកទៀតផង ដោយសារតែការធ្វើដំណើរឆ្ងាយ។ ហេតុអ្វីបានជាអ្នកមិនចុះទៅក្នុងទឹក ហើយមុជសំអាតខ្លួន ផឹកទឹក និងបេះម៉ើមឈូកខ្លះមកឆីទៅ?"

ដោយទ្រង់នឹកឃើញស្នាមជើងដែលមានតែដានដើរចូលទៅក្នុងទឹក ទ្រង់ក៏មានព្រះបន្ទូលថា៖ "អ្នកពិតជាអារក្សអ្វីមួយដែលបានក្លែងខ្លួនជាមនុស្សម្នាក់! តើអ្នកបានធ្វើអ្វីដល់ព្រះអនុជយើង?" ភ្ញាក់ផ្អើលជាខ្លាំងដោយត្រូវបានទ្រង់ស្គាល់ថាវាជាអ្នកណាភ្លាមនោះ វាក៏ប្រែខ្លួនទៅជារូបដើមដែលឃើញជាអារក្សទឹកកាចសាហាវមួយ។ វាបានឆ្លើយតបទៅព្រះកុមារដ៏ឆ្លាតវៃថា៖ "តាមសិទ្ធិរបស់យើង យើងបានចាប់ព្រះអនុជរបស់ទ្រង់ទាំងពីរអង្គ!" ព្រះកុមារក៏បានសួរថា៖ "តើដោយមូលហេតុអ្វី?" "ដូច្នេះមិនយូរប៉ុន្មានយើងអាចត្របាក់ឆីសាច់គេទាំងពីរ" អារក្សទឹកបានឆ្លើយ "យើងមានការអនុញ្ញាតិពីស្តេចអារក្ស ឲ្យយើងឆីអ្នកណាក៏ដោយដែលដើរចូលទៅក្នុងទឹកបឹង ហើយមិនដឹងថា តើសិក្ខាបទរបស់ព្រះរបស់ព្រះជាអ្វី។ ប្រសិនបើអ្នកណាដែលដឹងថា តើសិក្ខាបទរបស់ព្រះជាអ្វីនោះ គឺយើងមិនអាចឆីអ្នកនោះបានឡើយ។

ព្រះមហិស្សកុមារបានសួរថា៖ "ហេតុអ្វីបានជាអ្នកត្រូវការចង់ដឹងចំឡើយនោះ? តើបានផលប្រយោជន៍អ្វីដល់អារក្សទឹកដូចជារូបអ្នក ថាតើសិក្ខាបទរបស់ព្រះជាអ្វីនោះ?។ អារក្សទឹកបានឆ្លើយតបថា៖ "យើងដឹងថា ត្រូវតែមានប្រយោជន៍ខ្លះដល់យើងមិនខាន។" "ដូច្នេះយើងនឹងប្រាប់អ្នកថាតើសិក្ខាបទរបស់ព្រះជាអ្វី។" ព្រះមហិស្សកុមារទ្រង់បានមានព្រះបន្ទូលថា៖ "តែយើងមានបញ្ហាមួយ។ ចូរអ្នកមើលមកយើងចុះ។ យើងប្រឡាក់ខ្លួនស្រម៉កដោយធូលីដីដោយសារការធ្វើដំណើរ យើងមិនអាចនិយាយអំពីសិក្ខាបទរបស់ព្រះដ៏មានគតិបណ្ឌិតក្នុងសភាពបែបនេះឡើយ។"

មកដល់ពេលនេះអារក្សទឹកដឹងថា រាជកុមារអង្គនេះមានបញ្ញាឆ្លាតវាងវៃពិសេសណាស់។ ដូច្នេះហើយវាក៏បានស្រង់ទឹកលាងសំអាត ថ្វាយចំណី ព្រមទាំងអនុញ្ញាតឲ្យទ្រង់សំរាកសំរួលព្រះកាយ។ វាបានថ្វាយទឹកខ្ទប់នឹងស្លឹកឈូក ម៉ើមឈូកខ្ចីៗដល់ទ្រង់ជាក្រយាស្ងោយ។ វាបានរៀបចំកន្លែងអាសនៈមួយយ៉ាងសមរម្យ តុបតែងដោយផ្កាព្រៃយ៉ាងស្រស់ស្អាតសំរាប់ទ្រង់គង់។ បន្ទាប់ពីទ្រង់បានដាក់ព្រះខាន់ ធ្នូរស និងផ្លែព្រួញទៅម្ខាង ព្រះពោធិសត្វក៏ទ្រង់ឡើងគង់នៅលើអាសនៈដែលមានផ្កាតុបតែងយ៉ាងល្អស្អាតនោះ។ អារក្សទឹកកំណាចបានអង្គុយអែបនឹងជើងព្រះអង្គ ដូចជាកូនសិស្សម្នាក់ដែលអង្គុយស្តាប់លោកគ្រូអាចារ្យដ៏ជាទីគោរពម្នាក់អញ្ចឹង។

ព្រះមហិស្សកុមារទ្រង់បានមានព្រះបន្ទូលថា "នេះគឺជាសិក្ខាបទរបស់ព្រះ៖

- គួរឲ្យខ្មាស់អៀនណាស់ដែលអ្នកបានប្រព្រឹត្តអំពើអាក្រក់ ឬបាបកម្ម។
- អ្នកគួរតែភ័យខ្លាចក្នុងការប្រព្រឹត្តអំពើអាក្រក់ ឬបាបកម្ម។
- ជានិច្ចជាកាល អ្នកគប្បីប្រព្រឹត្តតែអំពើល្អ ជាអំពើដែលនាំមកនូវសុភមង្គលដល់អ្នកដទៃ និងជួយដល់មនុស្សជាតិ។
- ដូច្នេះអ្នកនឹងមានអារម្មណ៍ថា មានពន្លឺចាំងចែងពីក្នុងចិត្តប្រកបដោយភាពសែនស្ងប់ និងសន្តិភាព។

អារក្សទឹកពេញចិត្តនឹងចំឡើយនេះ ហើយវាបានក្រាបទូលថា៖ "ព្រះរាជកុមារដ៏ថ្លៃថ្លា ព្រះអង្គបានឆ្លើយតបនឹងសំណួររបស់ទូលព្រះបង្គំបានយ៉ាងពេញចិត្តជាទីបំផុត។ ព្រះអង្គបានធ្វើឲ្យទូលព្រះបង្គំសប្បាយចិត្តខ្លាំងណាស់ ដូច្នេះទូលព្រះបង្គំនឹងថ្វាយព្រះអនុជមួយអង្គដល់ព្រះអង្គវិញ។ តើព្រះអង្គចង់បានអង្គមួយណាក្រាបទូល?"

ព្រះមហិសូរកុមារទ្រង់ក៏មានព្រះបន្ទូលថា៖ "ចូរអ្នកដោះលែងអនុជពៅ ព្រះសូរ្យកុមារ" ឮដូច្នេះអារក្សទឹកក៏បានតបថា៖ "ព្រះម្ចាស់របស់ទូលព្រះបង្គំ ព្រះអង្គដ៏មានគតិ ព្រះអង្គចេះយល់ដឹងអំពីសិក្ខាបទរបស់ព្រះ តែព្រះអង្គមិនបដិបត្តិតាមសោះ!"

ព្រះរាជកុមារក៏បានសួរវិញថា៖ "ហេតុដូចម្តេចបានជាអ្នកពោលដូច្នេះ?" អារក្សទឹកបានទូលថា៖ "ព្រោះថាព្រះអង្គសុខចិត្តទុកឲ្យព្រះកុមារបងនៅស្លាប់ ហើយបែរជាសង្គ្រោះព្រះកុមារប្អូនទៅវិញ។ ព្រះអង្គមិនគោរពព្រឹទ្ធាចារ្យទេ!"

ដូច្នេះព្រះកុមារក៏តបថា៖ "ឱអារក្សអើយ យើងដឹងអំពីសិក្ខាបទរបស់ព្រះ ហើយយើងថែមទាំងបានបដិបត្តិតាមទៀតផង។ យើង រាជកុមារទាំងបីអង្គបានមកដល់ព្រៃនេះ ក៏ដោយសារតែព្រះអនុជពៅដែរ។ ព្រះមាតារបស់ទ្រង់បានសុំព្រះបិតាឲ្យប្រទានព្រះនគរដល់ទ្រង់។ ដើម្បីឲ្យមានសន្តិសុខដល់យើងទាំងពីរ ទើបបានជាព្រះបិតាបញ្ជូនយើងឲ្យមកដល់ទីនេះ។ ព្រះអនុជពៅបានយាងមកជាមួយយើង ក៏ដោយសារតែមេត្រីភាពរវាងយើងទាំងបីអង្គ។ ប៉ុន្តែ ប្រសិនបើយើងត្រឡប់ទៅព្រះនគរវិញដោយគ្មានអនុជពៅទេ ហើយនិយាយថាអនុជពៅត្រូវបានអារក្សទឹក ដែលចង់ដឹងពីឱវាទបង្រៀនប្រដៅរបស់ព្រះទាំងឡាយ ឆីបាត់ទៅហើយ តើអ្នកណាគេជឿនឹងយើងបាននោះ? គេនឹងគិតថា យើងប្រាកដជាបានសំឡាប់ព្រះអនុជហើយ ព្រោះថាទ្រង់នេះហើយដែលជាមូលហេតុ នៃគ្រោះថ្នាក់របស់យើងទាំងពីរនាក់។ បែបនេះនឹងធ្វើឲ្យយើងមានក្តីអាម៉ាស់ និងអព្វមង្គលដល់ព្រះ នគរ។ ដោយខ្លាចនូវលទ្ធិផលអាក្រក់យ៉ាងនេះ យើងសូមប្រាប់ម្តងទៀត ចូរអ្នកដោះលែងអនុជ ព្រះសូរ្យកុមារ មកចុះ។"

អារក្សទឹកសែនពេញចិត្តនឹងចំឡើយនេះ ហើយវាបានទូលថា៖ "ប្រសើរណាស់! ប្រសើរណាស់ក្រាបទូល ព្រះអង្គដឹងអំពីសិក្ខាបទដ៏សច្ចៈ ហើយថែមទាំងបានប្រដិបត្តិតាមសិក្ខាបទដ៏សច្ចៈទៀតផង។ ដោយសោមនស្សរីករាយ ទូលព្រះបង្គំនឹងដោះលែងព្រះអនុជទាំងពីរថ្វាយព្រះអង្គ។" ទូលហើយ អារក្សទឹកក៏បានចុះទៅបាតបឹង ហើយនាំព្រះរាជកុមារទាំងពីរអង្គត្រឡប់មកលើមាត់បឹងវិញ។ ព្រះកុមារទាំងពីរទទឹកព្រះកាយជោគ តែមិនមានទុក្ខទោសអ្វីឡើយ។

ក្រោយមកទៀត ព្រះពោធិសត្វ (Bodhisatta) ទ្រង់បានប្រទានឱវាទដែលមានប្រយោជន៍ជាបន្ថែមទៀតដល់អារក្សទឹក។ ទ្រង់បានមានព្រះបន្ទូលថា៖ "ឱ! ម្នាលអារក្សទឹក សំឡាញ់ថ្មីរបស់យើង អ្នកប្រាកដជាបានសាងអំពើបាបជាច្រើននៅអតីតជាតិ បានជាជាតិនេះអ្នកបានកើតមកជាអារក្សស៊ីសាច់ឆៅដូច្នេះ។ បើអ្នកនៅតែបន្តធ្វើបែបនេះ អ្នកនឹងត្រូវធ្លាក់នៅក្នុងសភាពដែលគួរឲ្យភ័យខ្លាច សូម្បីនៅជាតិមុខក៏ដោយ។ ព្រោះថា អំពើបាបនឹងនាំទៅរកសេចក្តីអាម៉ាស់ សេចក្តីភ័យខ្លាច និងអព្វមង្គលនៅជាតិមុខ។ ប៉ុន្តែ ការសាងកុសលកម្ម ឬអំពើល្អនឹងនាំទៅរកការគោរពចំពោះខ្លួនឯង (Self-respect), សន្តិភាព និងសុភមង្គលនៅជាតិខាងមុខ។ ដូច្នេះ ជាការប្រសើរណាស់ ដែលអ្នកគប្បីសាងតែអំពើបរិសុទ្ធ ជាជាងអំពើមិនបរិសុទ្ធ ពីពេលនេះទៅ។" ទាំងនេះបានធ្វើឲ្យអារក្សទឹកកែខ្លួន បោះបង់ចោលចរិកចាស់ ហើយព្រះរាជកុមារទាំងបីព្រះអង្គបានរស់នៅជាមួយគ្នាដោយសុភមង្គលក្រោមកិច្ចការពាររបស់អារក្សទឹក។

ថ្ងៃមួយ មានដំណឹងមកថាព្រះមហាក្សត្រទ្រង់បានសោយទិវង្គត់ទៅហើយ។ ដូច្នេះហើយ ព្រះរាជកុមារទាំងបីព្រះអង្គ និងអារក្សទឹកជាមិត្តបាននាំគ្នានិវត្តិទៅកាន់ព្រះរាជធានីវិញ។ ព្រះមហិសូរកុមារទ្រង់បានឡើងសោយរាជ្យជាព្រះមហាក្សត្រ។ ព្រះច័ន្ទកុមារបានទទួលព្រះដំណែងជានាយករដ្ឋមន្ត្រី ហើយព្រះសូរ្យកុមារក៏បានក្លាយជាអគ្គមេបញ្ជាការទ័ព។ ឯអារក្សទឹកក៏ត្រូវបានទទួលឲ្យមានជម្រករស់នៅមួយកន្លែងប្រកបដោយសុវត្ថិភាព

ជារង្វាន់ ដោយត្រូវបានគេចិញ្ចឹមបំប៉ន និងកំដរដោយល្បែងកំសាន្តសប្បាយអស់មួយជីវិត។ យ៉ាងនេះហើយ ទាំងអស់គ្នាបានទទួលនូវការនឹកគិតអំពីកុសលផលបុណ្យដ៏គួរឲ្យសរសើរ ដែលនាំទៅរកការចាប់ជាតិកំណើតជាថ្មីនៅក្នុងលោកដ៏សុខសាន្តមួយ។

ដំបូន្មាន: អំពើបាបនឹងនាំមកនូវសេចក្តីអាម៉ាស់ និងសេចក្តីភ័យខ្លាច។
កុសលកម្ម ឬអំពើល្អនឹងនាំមកនូវសេចក្តីគោរពចំពោះខ្លួនឯង (Self-respect) និងសន្តិភាព។

2 - Price Goodspeaker and the Water Demon

Once upon a time, there was a very righteous king. He had a lovely queen who gave birth to a beautiful baby. This made the king very happy. He decided to give his son a name that might help him in later life. So he called him Prince Goodspeaker.

It just so happened that the prince was no ordinary baby. This was not his first life or his first birth. Millions of years before, he had been a follower of a long-forgotten teaching "Buddha", a fully "Enlightened One". He had wished with all his heart to become a Buddha just like his beloved master.

He was reborn in many lives – sometimes as poor animal, sometimes as long-living gods and sometimes as human beings. He always tried to learn from his mistakes and develop the "Ten Perfections", This was so he could purify his mind and remove the three root causes of unwholesomeness: The poisons of craving, anger and delusion of a separate self. By using the perfections, he would someday be able to replace the poisons with the tree purities: Non-attachment, loving-Kindness and wisdom.

This "Great Being" had been a humble follower of the forgotten Buddha. His goal was to gain the same enlightenment of a Buddha – the experience of a complete Truth. So People call him "Bodhisatta" which means "Enlightenment Being". No one really knows about the millions of lives lived by this great hero. But many stories have been told – including this one about a prince called Goodspeaker. After many more rebirths, he became Buddha who is remembered and loved in all the world today.

In time, the queen gave birth to another son, who was named Prince Moon. Shortly after both children began walking about; their mother suddenly became very sick, and died.

To help him look after his playful children, the king found a princess to become his new queen. In a few years, this queen gave birth to a beautiful little boy. He was named Prince Sun. Since the king was so happy, he wanted to please his queen, and reward her for bringing up all three children. So he promised to grant her one wish. The queen considered, and said, "Thank you my lord, I will make my wish at some time in the future."

As time went on, the three princes grew into wonderful playful youngsters. The queen saw that the Prince Goodspeaker was intelligent and understanding. She thought, "If these two older princes remain in the palace, my son, Prince Sun, will never get a chance to be king. Therefore, I must do something to make him the next king."

One day, when the king was in a good mood the queen respectfully approached him and reminded him of the promised wish. He was very happy and said, "Ask whatever you want!" The queen said, "Oh my husband and king, grant that after the course of your life is over, my son, Prince Sun, will be the next king. "

The king was shocked by the request. He became angry and said, “My first two children are like bright stars! How can I give the kingdom to my third son? All the people will blame me. That cannot be done! The queen kept silent.

As happy as the king had been; he now became just as unhappy, He was afraid and filled with doubts. He suspected that the queen might destroy his first-born children by some wicked means. He decided that he must make sure his children were safe.

Secretly, the king called Prince Goodspeaker and Prince Moon to him. He told them of the queen’s dangerous desire. He sadly said that the only safe thing for them to do was to leave the kingdom. They should return only after their father’s death. The two obedient princes accepted their father’s order and prepared to leave.

In a few days they were ready. They said their good-byes to their father and friends, and left the palace. On their way through the royal gardens, they came upon Prince Sun. He had always been very affectionate and friendly toward his two older half-brothers. He was upset to hear that they were leaving for a long time. So he decided that he too would leave the kingdom. The three friendly princes departed together.

For several months they traveled, until they reached the forest country of the mighty Himalayas. They were very tired and sat down under a tree. The oldest brother, Prince Goodspeaker, said to the youngest, Prince Sun, “Please go down to the nearby lake and fill some lotus leaves with water. Bring them back here so we all can drink.”

They did not know that the beautiful dark blue lake was possessed by a water demon! He was permitted by his demon ruler to eat any beings that he could convince to go into the water. There was also one condition. He could not eat anyone who knew the answer to the question, “What is the teaching of the gods?”

When Prince Sun arrived at the shore of the lake, being dry and dirty and tired, he went directly into the water without any investigation. Suddenly the water demon rose up from under the water and captured him. He asked him, “What is the teaching of the gods?“ Prince Sun Said, “I know the answer to that! The sun and the moon are the teachings of the gods.” “You don’t know the teaching of the gods, so you belong to me!” said the water demon. Then he pulled Prince Sun under the water and locked him up in a deep cave.

Since Prince Sun was delayed, Prince Goodspeaker asked the second brother, Prince Moon, to go down to the lake and bring back water in lotus leaves. When he got there, he too went directly into the water without examining. Again the water demon appeared, grabbed him and asked, “What is the teaching of gods?” Prince Moon said, “I know the answer to that! The four directions: North, East, South & West. – these are the teaching of the gods.” You don’t know the teaching of the gods, so you belong to me!” replied the water demon. Then he locked up Prince Moon in the same underwater cave with Prince Sun.

When both his brothers did not return, Prince Goospeaker began to worry that they might be in some danger. So he himself went down to the beautiful dark blue lake. As he was a wise and careful person, he did not go directly into the water. Instead, he investigated and saw that there were two sets of footprints leading into the lake – but not coming out again! To protect himself, he got his sword and bow and arrows ready. He began to walk around the lake.

Seeing that this prince did not go straight into the lake, the water demon appeared to him disguised as a humble village. He said to the Prince, “My dear friend, you look tired and dirty from much walking. Why don’t you get into the water and bathe, drink and eat some lotus roots?”

Remembering the one-way footprints, Prince Goospeaker said, “You must be some kind of demon disguised as a human! What have you done with my brothers?” Surprised at being recognized so quickly, the water demon returned to his true ferocious appearance. He replied to the wise Prince, “By my rights, I have captured your brothers!”

The prince asked, “For what reason?” “So that soon I can gobble them up!” The demon answered, “I have permission from my demon ruler to eat all those who go into this lake who do not know the teaching of the gods. If anyone does know the teaching to the gods, I am not allowed to eat him.”

The Prince asked, “Why do you need to know this? What is the advantage to a demon like you, to know the teaching of the gods?” The water demon replied, “I know there must be some advantage to me.” “Then I will tell you what the gods teaching,” said the Prince Goodspeaker, “but I have a problem. Look at me. I am covered with dust and dirt from traveling. I cannot speak about wise teachings in this condition.”

By now, the demon realized that this prince was especially wise. So he washed and refreshed him. He gave the Prince water to drink from lotus leaves, and tender lotus roots to eat. He prepared a comfortable seat for him, decorated with pretty wild flowers. After laying aside his sword and bow and arrows, the Enlightenment Being sat on the adorned seat. The ferocious demon sat by his feet, just like a student listening to a respected teacher.

Prince Goodspeaker said, “This is the teaching of the gods:

You should be ashamed to do unwholesome deeds.

You should be afraid to do unwholesome deeds.

You should always do wholesome deeds – that bring happiness to others, and help mankind.

Then you will shine with the inner light of calm and peacefulness.”

The water demon was pleased with this answer, and said, “Worthy Prince, you have completely satisfied my question. You have made me so happy that I will give you back one of your brothers. Which one do you choose?”

Prince Goodspeaker said, “Release my youngest brother, Prince Sun.” To this the demon replied, “My lord Prince, wise one, you know the teaching of gods but you do not practice it!’ The Prince asked, “Why do you say that?” The demon said, “Because you leave the older one to die, and save the younger. You do not respect elders!”

The Prince then said, “Oh demon, I know the teaching of the gods, and I do practice it. We three princes came to this forest because of the youngest brother. His mother requested our father’s kingdom for him. So it was for our protection that our father sent us here. The youngest Prince Sun joined us out of friendship. But if we return to the court without him, and say he was eaten by a water demon who wanted to know the teaching of gods, who would believe us? They would think we killed him because he was the cause of our danger. This would bring shame to us and unhappiness to the kingdom. Fearing such unwholesome results, I tell you again to release the young Prince Sun.”

The water demon was so pleased with this answer that he said, “Well done, well done, my lord. You know the true teaching of the gods, and you do practice that true teaching. I will gladly give back both your brothers!” So saying, he went down into the lake and brought both princes back to shore. They were wet, but unharmed.

Later on, the Bodhisatta gave further helpful advice to the demon. He said “Oh water demon, my new friend, you must have done many unwholesome deeds in your previous lives, so that you were born as a flesh eating demon. And if you continue in this way, you will be trapped

in a terrible state even in later lives; for unwholesome deeds lead to shame, fear and unpleasant rebirth. But wholesome deeds lead to self-respect, peace and pleasant rebirth. Therefore, it would be much better for you to do pure deeds, rather than impure deeds, from now on." This turned the demon from his past ways, and the princes lived together happily under his protection.

One day, word came that the king had died. So the three princes, as well as their friend the water demon, returned to the capital city. Prince Goodspeaker was crowned as king. Prince Moon became the chief minister, and Prince Sun became commander of the army. The water demon as awarded a safe place to live, where he was well fed, cared for and entertained for the rest of his life. In this way they all acquired wholesome meritorious thoughts, leading to rebirth in a heaven world.

The moral is: Unwholesome actions bring shame and fear;
wholesome actions bring self-respect and peace.

ព្រះពោធិសត្វទ្រង់កាត់ព្រះកេសា ដើម្បីទ្រង់ចេញជាអ្នកបួស និងស្វែងរកព្រះធម៌ នៅថ្ងៃពេញបូរមី
ខែអាសាឍ ឆ្នាំថោះ វេលាមជ្ឈិមយាម ក្នុងព្រះជន្មាយុ ២៩ ព្រះវស្សា
At age 29, at Midnight on a Full Moon in the Year of the Rabbit Bodhisatta
Cut off His Hair to Ordaine His Monkhood and Began His Search for Dharma.

៣ – ចូរកុំឲ្យតម្លៃជីវិតដោយសារតែការលំបាកដែលកើតមានឡើងម្តងម្កាល

មានបុរសម្នាក់មានកូនប្រុសបួននាក់។ គាត់បង្រៀនកូនទាំងបួននាក់ ឲ្យចេះគិតពិចារណា កុំឲ្យវិនិច្ឆ័យអ្វីមួយ ដោយប្រញាប់ប្រញាល់ហួសពេក។ ដូច្នេះ គាត់បានបញ្ជូនកូនម្នាក់ៗឲ្យទៅស្វែងរកអ្វីមួយ។ ដើម្បីរៀនវិនិច្ឆ័យ គាត់បានឲ្យកូនទាំងបួននាក់នោះ ទៅមើលដើមទន្លាប់មួយដើមដែលដុះនៅកន្លែងឆ្ងាយមួយ។

កូនច្បងទីមួយត្រូវទៅមើលដើមទន្លាប់នោះនៅពេលរដូវ[25]ព្រិលធ្លាក់ (សិសិររដូវ), កូនទីពីរនៅនិទាឃរដូវ (រដូវស្លឹកឈើលាស់), កូនទីបីគិម្ហរដូវ (រដូវក្តៅ) និងកូនពៅទៅមើលដើមទន្លាប់នោះនៅសរទរដូវ (រដូវស្លឹកឈើជ្រុះ)។ បន្ទាប់ពីកូនទាំងបួននាក់ទៅមើលដើមទន្លាប់ និងបានត្រឡប់មកវិញទាំងអស់គ្នារួចហើយ មាណពជាឪពុកក៏បានហៅឲ្យកូនទាំងអស់ មកសំដែងពិពណ៌នានូវអ្វីដែលគេម្នាក់ៗបានឃើញ។

កូនច្បងទីមួយបាននិយាយថា ដើមទន្លាប់នោះមានរូបរាងអាក្រក់ពេកណាស់ កោងហើយរមួលទៀតផង។ កូនទីពីរនិយាយថា ទេ! មិនអញ្ចឹងទេបង ដើមទន្លាប់នោះប៉ិចពន្លកត្រួយពណ៌បៃតងយ៉ាងច្រើន ហើយសង្ឃឹមថានឹងបានផ្លែច្រើនទៀតផង។ កូនទីបីជំទាស់, ទេ! វាមានផ្ការីកច្រើនឡើងទន់មែកទន់ធាង មានក្លិនក្រអូប ហើយល្អស្អាតគួរឲ្យគយគន់ណាស់ ខ្ញុំមិនដែលឃើញអ្វីស្អាតយ៉ាងហ្នឹងទេ។ ឯកូនពៅក៏បានជំទាស់នឹងបងៗទាំងបី ដោយនិយាយថា៖ ដើមទន្លាប់នោះ មានផ្លែច្រើនទុំក្រហមទន់មែក, មានភាពរស់រវើក និងពោរពេញទៅដោយការពេញចិត្តពេញថ្លើម។

ដូច្នេះហើយ បុរសជាឪពុកក៏បានពន្យល់ដល់កូនទាំងបួនថា កូនទាំងអស់និយាយត្រូវដូចៗគ្នា ព្រោះថាកូនម្នាក់ៗបានឃើញតែមួយរដូវប៉ុណ្ណោះក្នុងជីវិតនៃដើមទន្លាប់នោះ។ បុរសក៏បានប្រាប់កូនទាំងបួនទៀតថា កូនមិនអាចឲ្យតម្លៃដើមឈើមួយដើម ឬមនុស្សម្នាក់ ថាល្អឬអាក្រក់ដោយសារហេតុផលតែមួយនោះឡើយ។ ឯចំណុចសំខាន់នោះគឺ ថាតើគេជាមនុស្សប្រភេទណា និងក្តីសោមនស្ស, ការសប្បាយរីករាយ ហើយនិងសេចក្តីស្រឡាញ់នៅក្នុងជីវិតរបស់គេ ក៏ត្រូវតែយកមកពិចារណាឲ្យបានល្អិតល្អន់សព្វគ្រប់ផងដែរ នោះទើបយើងវិនិច្ឆ័យជាចុងក្រោយបង្អស់ នៅពេលដែលរដូវទាំងអស់បានមកដល់រួចហើយ។ ប្រសិនបើកូនបោះបង់ចោលការតស៊ូនៅក្នុងរដូវធ្លាក់ព្រិលនោះ កូននឹងមិនបានជួបសេចក្តីសង្ឃឹមនៃនិទាឃរដូវ, សម្រស់ស្រស់ស្អាតនៃវស្សានរដូវ និងភាពពេញចិត្តពេញថ្លើមនៃសរទរដូវឡើយ។

ដំបូន្មាន: កុំឲ្យតម្លៃជីវិតដោយសារតែការលំបាកម្តងម្កាល

[25] Refer to Cambodian-English dictionary by Catholic University of America Press, Washington D.C. 1977:
According to Solar Calendar there are 4 Seasons:
1 -Spring និទាឃរដូវ(រដូវស្លឹកឈើលាស់), 2 –Summer គិម្ហរដូវ (រដូវក្តៅ), 3 -Autumn or Fall សរទរដូវ (រដូវស្លឹកឈើជ្រុះ, រដូវចុះអ័ព្ទ), និង 4 –Winter សិសិររដូវ (រដូវព្រិលធ្លាក់)។
According to Lunar Calendar there are 3 Seasons:
1 -Cold season (Season marked by heavy dew) ហេមន្តរដូវ, 2 –Hot season គិម្ហរដូវ (រដូវក្តៅ), និង 3 –Rainy season វស្សានរដូវ (រដូវភ្លៀង)។
According to ancient Khmer writings there are 6 seasons of 59 days each: Cold season ហេមន្ត, រដូវរងា, very cold season សិសិរៈ, រដូវរងាខ្លាំង, season of growth (in trees) វសន្តៈ, hot season គិម្ហៈ, រដូវក្តៅ, rainy season វស្សានរដូវ, រដូវភ្លៀង, foggy season សរទរដូវ, រដូវចុះអ័ព្ទ

3 - Don't Judge Life By One Difficult Season

There was a man who had four sons. He wanted his sons to learn not to judge things too quickly. So he sent them each on a quest, in turn, to go and look at a persimmon tree that was a great distance away.

The first son went in the winter, the second in the spring, the third in summer, and the youngest son in the fall. When they had all gone and come back, he called them together to describe what they had seen.

The first son said that the tree was ugly, bent, and twisted. The second son said no it was covered with green buds and full of promise.

The third son disagreed; he said it was laden with blossoms that smelled so sweet and looked so beautiful, it was the most graceful thing he had ever seen. The last son disagreed with all of them; he said it was ripe and drooping with fruit, full of life and fulfillment.

The man then explained to his sons that they were all right, because they had each seen but only one season in the tree's life.
He told them that you cannot judge a tree, or a person, by only one season, and that the essence of who they are and the pleasure, joy, and love that come from that life can only be measured at the end, when a ll the seasons are up. If you give up when it's winter, you will miss the promise of your spring, the beauty of your summer, fulfillment of your fall. *Author Unknown*

The Moral is : Don't judge life by one difficult action.

៤ – រាជកុមារគ្មានបិតា (ឥទ្ធិពលនៃសច្ចធម៌)

កាលពីព្រេងនាយ មានព្រះមហាក្សត្រមួយអង្គសោយរាជ្យនៅនគរពារាណសី ទ្រង់បានចេញទៅប្រពាតព្រៃមួយ។ សោភ័ណភាពស្រស់ឆើតឆាយនៃបុប្ផជាតិ រុក្ខជាតិ និងផ្លែឈើផ្សេងៗបានធ្វើឲ្យទ្រង់សព្វព្រះទ័យជាខ្លាំង។ ដោយសេចក្តីសោមនស្សរីករាយជាមួយនឹងសោភ័ណភាពទាំងនោះ ទ្រង់ក៏បានយាងកំសាន្តចូលជ្រៅទៅៗក្នុងទ្រូងព្រៃ។ មិនយូរប៉ុន្មានទ្រង់បានបែកដាច់ឆ្ងាយពីកងពលសេនាទាំងអស់ ហើយក៏បានដឹងថា ទ្រង់នៅតែមួយអង្គឯងនៅកណ្តាលទ្រូងព្រៃនោះ។

រំពេចនោះ ទ្រង់ក៏បានឮសូរសំឡេងដ៏សែនពិរោះរបស់ស្ត្រីក្មេងម្នាក់ឯម្ខាងព្រៃ។ នាងកំពុងតែច្រៀងបណ្តើររើសអុសបណ្តើរ។ ដើម្បីកុំឲ្យមានការភ័យខ្លាចដោយសារនៅតែមួយអង្គឯងក្នុងព្រៃ ទ្រង់ក៏បានយាងតាមសំឡេងដ៏សែនពិរោះគួរឲ្យស្រឡាញ់នោះ។ នៅពេលដែលទ្រង់បានទៅដល់ជិតអ្នកច្រៀងចំរៀងនោះ ព្រះអង្គបានឃើញថា នាងជាស្រីក្មេងមានរូបស្រស់យ៉ាងសមរម្យម្នាក់ ហើយរំពេចនោះទ្រង់ក៏បានកើតចាប់ចិត្តប្រតិព័ទ្ធស្រឡាញ់លើរូបនាង។ ទាំងពីរអង្គាក៏មានភាពស្និទ្ធស្នាលរវាងគ្នានឹងគ្នាជាខ្លាំង, ហើយនៅទីបំផុតព្រះមហាក្សត្រក៏បានក្លាយទៅជាព្រះស្វាមីរបស់កូនស្ត្រីអ្នករើសអុសនោះទៅ។

បន្ទាប់មក ព្រះអង្គក៏បានរៀបរាប់អំពីមូលហេតុដែលធ្វើឲ្យទ្រង់វង្វេងនៅក្នុងព្រៃ ហើយទ្រង់ក៏បានធ្វើឲ្យនាងជឿជាក់ថាទ្រង់ពិតជាព្រះមហាក្សត្រនៃនគរពារាណសី។ នាងបានបង្ហាញផ្លូវដល់ទ្រង់សំរាប់វិលត្រឡប់ទៅរកមហាប្រាសាទរបស់ទ្រង់វិញ។ ព្រះមហាក្សត្រទ្រង់ក៏បានប្រទានចិញ្ចៀនត្រាដ៏មានតម្លៃមួយវង់ដល់នាង ដោយមានព្រះបន្ទូលថាៈ ប្រសិនបើនាងសំរាលបានកូនស្រី ចូរនាងលក់ចិញ្ចៀននេះ ហើយយកលុយមកចិញ្ចឹមរក្សាកូន

ស្រីឲ្យបានល្អ។ ប្រសិនបើកូននោះជាកូនប្រុសទៅវិញ ចូរនាងនាំកូននោះទៅឲ្យយើង ដោយយកចិញ្ចៀននេះទៅជាមួយផងជាការសំគាល់។ មានព្រះបន្ទូលរួចហើយ ទ្រង់ក៏បានចេញដំណើរឆ្ពោះទៅរកនគរពារាណសីវិញ។

ដល់ពេលគ្រប់ខែ ស្ត្រីអ្នករើសអុសនោះសំរាលបានកូនប្រុសម្នាក់។ ដោយសារតែជាស្ត្រីមានការអៀនខ្មាស់ រស់នៅម្នាក់ឯង នាងមានការភ័យខ្លាចនឹងនាំកូនទៅកាន់ព្រះរាជវាំងដ៏ស្រស់សង្ហានៃនគរពារាណសី ប៉ុន្តែនាងក៏បានថែរក្សាទុកចិញ្ចៀនត្រាដែលព្រះមហាក្សត្រទ្រង់បានប្រទានឲ្យ។

ពីរបីឆ្នាំក្រោយមក ទារកនោះក៏បានក្លាយជាក្មេងប្រុសតូចម្នាក់។ នៅពេលដែលកុមារប្រឡែងលេងជាមួយក្មេងដទៃទៀតនៅក្នុងភូមិ ក្មេងទាំងនោះតែងតែបង្អាប់ និងធ្វើបាបកុមារជានិច្ច ហើយជួនកាលបានវាយតប់ជាមួយគេទៀតផង។ ព្រោះតែម្តាយគេមានកូនឥតខាន់ស្លា បានជាធ្វើឲ្យក្មេងទាំងនោះឆាឆៅធ្វើបាបដល់គេ។ ក្មេងទាំងនោះ តែងតែស្រែកជេរគេថា៖ អាកូនអត់ឪ! អាកូនអត់ឪ!

ពិតណាស់ ហេតុការណ៍ទាំងនោះបានធ្វើកុមារតូចមានក្តីអាម៉ាស និងឈឺចាប់ហើយតូចចិត្តជាខ្លាំង។ ជាញឹកញាប់ណាស់ ដែលគេតែងតែរត់ទៅផ្ទះយំស្រែករកម្តាយ។ ថ្ងៃមួយកុមារបាននិយាយប្រាប់ម្តាយគេពីមូលហេតុដែលក្មេងទាំងនោះជេរប្រមាថគេថា៖ "អាកូនអត់ឪ! អាកូនអត់ឪ!"

– "ឈ្មោះកូនមិនមែនជាអាកូនអត់ឪទេ"។ ម្តាយក៏បាននិយាយលួងលោមកូន ហើយប្រាប់បន្តទៀតថា៖ "កុំមានក្តីអាម៉ាស់កូនប្រុស, កូនមិនមែនជាក្មេងធម្មតាទេ, ឪពុកកូនជាព្រះមហាក្សត្រមួយព្រះអង្គសោយរាជ្យ គ្រប់គ្រងនៅគរពារាណសី!"។

កុមារតូចមានការភ្ញាក់ផ្អើលជាខ្លាំង។ គេក៏បានសួរម្តាយថា៖ តើអ្នកម្តាយមានអ្វីជាភស្តុតាង? នាងជាម្តាយក៏បានរៀបរាប់ប្រាប់កូនអំពីរឿងដែលព្រះមហាក្សត្របានឲ្យចិញ្ចៀនត្រា និងថាបើទារកជាកូនប្រុស នាងគប្បីនាំកូនប្រុសនោះទៅថ្វាយព្រះអង្គនៅឯនគរពារាណសី ដោយនាំយកចិញ្ចៀននោះទៅជាមួយផង ដើម្បីធ្វើជាភស្តុតាង។ ដូច្នេះកុមារតូចក៏និយាយថា៖ អញ្ចឹង យើងនាំគ្នាទៅម៉ែ!

ដោយហេតុការណ៍ដែលបានកើតមានដល់កូន នាងជាម្តាយក៏យល់ព្រម ហើយថ្ងៃបន្ទាប់មកគេក៏បាននាំគ្នាចេញដំណើរឆ្ពោះទៅនគរពារាណសី។

នៅពេលដែលគេទាំងពីរនាក់បានទៅដល់មហាប្រាសាទរបស់ព្រះមហាក្សត្រ ឆ្មាំយាមទ្វារបានទូលព្រះមហាក្សត្រថា មានស្ត្រីអ្នករើសអុសម្នាក់ និងកូនប្រុសរបស់នាងចង់ចូលមកគាល់ព្រះអង្គ។ ហើយគេទាំងពីរនាក់ក៏បាននាំគ្នាដើរចូលទៅកាន់រោងជំនុំ ដែលមាននាម៉ឺនសព្វមុខមន្ត្រី និងទីប្រឹក្សារបស់ព្រះមហាក្សត្រជាច្រើននាក់នៅទីនោះ។ នាងបានរំលឹកដល់ព្រះមហាក្សត្រអំពីកាលវេលាដែលនាង និងព្រះអង្គនៅក្នុងព្រៃជាមួយគ្នា។ ហើយនៅទីបំផុត នាងបានទូលថា៖ ព្រះករុណាជាម្ចាស់ នេះជាបុត្រារបស់ព្រះអង្គហើយក្រាបទូល។

ព្រះមហាក្សត្រទ្រង់មានក្តីអាម៉ាសជាខ្លាំងនៅចំពោះសុភាពនារី និងសុភាពបុរសទាំងអស់ដែលនៅក្នុងសាលាជំនុំ។ បើទោះបីជាទ្រង់ដឹងថានាងបានទូលនូវពាក្យពិតក៏ដោយ ក៏ព្រះអង្គបានមានបន្ទូលប្រកែកថា៖ "វាមិនមែនជាបុត្រាយើងទេ!" នាងយុវមាតាដ៏គួរឲ្យស្រឡាញ់នោះ ក៏បានបង្ហាញចិញ្ចៀនត្រាជាភស្តុតាង។ ដោយក្តីអាម៉ាស ទ្រង់ក៏បានប្រកែកម្តងទៀតជាមួយនឹងសេចក្តីពិត ដោយមានបន្ទូលថា៖ "នេះមិនមែនជាព្រះទម្រង់យើងទេ!"

ឮដូច្នេះ នាងក៏បាននឹកគិតក្នុងចិត្តម្នាក់ឯង, "ខ្ញុំគ្មានសាក្សី និងគ្មានភស្តុតាងនឹងអាចបញ្ជាក់ថា ពាក្យដែលខ្ញុំបាននិយាយជាពាក្យពិតបានឡើយ។ ខ្ញុំមានតែការជឿជាក់ទៅលើឥទ្ធិពលនៃសច្ចធម៌តែមួយប៉ុណ្ណោះ"។ គិត

ឃើញយ៉ាងនេះហើយ នាងក៏បានក្រាបទូលដល់ព្រះមហាក្សត្រដោយសេចក្តីឆ្លាតវៃថា៖

“ប្រសិនបើទូលបង្គំលើកបោះកូនប្រុសនេះទៅលើអាកាស ហើយបើវាពិតជាព្រះរាជបុត្រារបស់ព្រះអង្គមែន សូមឲ្យកូននេះនៅហ្នឹងថ្កល់មួយកន្លែង កុំឲ្យវាធ្លាក់មកដីឲ្យសោះ។ តែបើវាមិនមែនជាព្រះរាជបុត្រារបស់ព្រះអង្គទេនោះ សូមព្រះអង្គទុកឲ្យកូននេះធ្លាក់មកដីស្លាប់ទៅចុះ!“

រំពេចនោះ នាងក៏បានចាប់ជើងកុមារតូចបោះទៅលើអាកាសភ្លាមតែម្តង។ ដោយសភាវគតិ ព្រោះតែមានឈាមជ័រជាឪពុកម្នាក់ ទ្រង់ក៏ស្ទុះហក់ចេញពីព្រះអាសនៈ ហើយត្រងចាប់បុត្រាយ៉ាងថ្នាក់ថ្នមជាទីបំផុត ដាក់នៅក្នុងព្រះហត្ថាទាំងសង្ខាង នៅគ្រាដែលកុមារតូចបានធ្លាក់ចុះមកដីវិញ។ គ្រប់ៗគ្នាមានក្តីរំភើបជាខ្លាំង។ នៅលើហត្ថាព្រះមហាក្សត្រ រាជកុមារទ្រង់បានមានព្រះបន្ទូលថា៖ “ព្រះករុណាជាម្ចាស់ ខ្ញុំព្រះករុណាជាបុត្រារបស់ព្រះអង្គយ៉ាងប្រាកដណាស់។ ព្រះអង្គអាចថែរក្សាប្រជាពលរដ្ឋជាច្រើនម៉ឺននាក់បាន ដែលគេគ្មានជាប់សាច់ឈាមអ្វីនឹងព្រះអង្គសោះ។ ព្រះអង្គចិញ្ចឹមដំរី សេះ និងសត្វដទៃទៀតច្រើនរាប់មិនអស់។ តែព្រះអង្គមិនដែលនឹកនាថានឹងចិញ្ចឹមរក្សាបុត្រាបង្កើតរបស់ព្រះអង្គនៅឡើយទេ។ ដូច្នេះសូមទ្រង់ប្រោសមេត្តាថែរក្សាទូលបង្គំ និងម្តាយទូលបង្គំផងចុះ ក្រាបទូល“។

ដោយបានឮពាក្យសំដីទាំងនោះ មោទនភាព ឬភាពក្រអឺតក្រទមរបស់ព្រះរាជាក៏ត្រូវរលាយបាត់អស់។ ហើយទ្រង់បានដាក់ព្រះកាយយ៉ាងទន់ភ្លន់ដោយសារសច្ចភាពនៃសំដីដ៏មានឥទ្ធិពលរបស់កុមារតូច។ ដោយនៅកាន់បីកុមារតូចក្នុងព្រះហស្តទាំងពីរ ព្រះរាជក៏ទ្រង់មានព្រះបន្ទូលថា៖ “បុត្រជាទីស្រឡាញ់របស់បិតា បិតានឹងបីបាច់ថែរក្សាបុត្រ។“ ដោយភ្ញាក់ផ្អើលយ៉ាងខ្លាំងនឹងភាពដ៏អស្ចារ្យនេះ មនុស្សម្នាទាំងអស់នៅក្នុងរោងជំនុំបានបោះដៃលោទៅរកកុមារតូចគ្រប់ៗគ្នា។ គេទាំងអស់គ្នាក៏បានសុំឲ្យកុមារតូចបានមកនៅក្នុងរង្វង់ដៃរបស់ពួកគេផងដែរ។ បីបុត្រានៅលើភ្លៅបណ្តើរ ព្រះរាជាទ្រង់មានព្រះរាជបន្ទូលប្រកាសបណ្តើរថា៖ “បុត្រនេះនឹងបានឡើងសោយរាជ្យ ហើយព្រះមាតារបស់ទ្រង់នឹងឡើងជាព្រះអគ្គមហេសីរបស់ព្រះអង្គ“។

ហេតុការណ៍ទាំងនេះ បានធ្វើឲ្យព្រះមហាក្សត្រ និងនាម៉ឺនសព្វមុខមន្ត្រីទាំងអស់នៅក្នុងរោងជំនុំ បានយល់ដឹងយ៉ាងច្បាស់ពីអានុភាពនៃសច្ចធម៌។ ចាប់តាំងពីពេលនោះមក នគរពារាណសីក៏ត្រូវបានគេស្គាល់ថាជានគរមួយនៃសេចក្តីសុចរិតយុត្តិធម៌។ នៅពេលដែលព្រះរាជាទ្រង់បានចូលទីវង្គត់ទៅ ព្រះរាជកុមារដែលធំពេញរូបរាងទៅហើយនោះក៏ទ្រង់បានឡើងសោយរាជ្យ។ ដោយទ្រង់ចង់បង្ហាញឲ្យប្រជានុរាស្ត្រទាំងអស់ដឹងថា មនុស្សម្នាក់ៗសមនឹងមានការគោរព មិនថាគេមានកំណើត ឬត្រកូលអ្វីឡើយ។ ដូច្នេះហើយ ទ្រង់បានឡើងសោយរាជ្យ

ដោយបានដាក់ព្រះនាមថាជា “រាជកុមារគ្មានបិតា“។ ព្រះអង្គបានគ្រប់គ្រងព្រះនគរប្រកបដោយករុណាធម៌ និងយុត្តិធម៌ជារៀងតទៅហោង។

ដំបូន្មាន: ពាក្យពិតតែងតែមានអានុភាពជាងពាក្យមិនពិត (ពាក្យពិតមិនស្លាប់ សច្ចំ វេ អមតា វាចា)

4 - Little Prince No-father (The power of Truth)

Once upon a time, the king of Benares went on a picnic in the forest. The beautiful flowers and trees and fruits made him very happy. As he was enjoying their beauty, he slowly went deeper and deeper into the forest. Before long, he became separated from his companions and realized that he was all alone.

Then he heard the sweet voice of a young women. She was singing as she collected firewood. To keep from being afraid of being alone in the forest, the king followed the sound of the lovely voice. When he finally came upon the singer of the songs, he saw that she was a beautiful fair young woman, and immediately fell in love with her. They became very friendly, and the king became the father of the firewood woman's child.

Later, he explained how he had gotten lost in the forest, and convinced her that he was indeed the king of Benares. She gave him directions for getting back to his palace. The king gave her his valuable signet ring, and said, "If you give birth to a baby girl, sell this ring and use the money to bring her up well. If our child turns out to be a baby boy, bring him to me along with this ring for recognition." So saying, he departed for Benares.

In the fullness of time, the firewood woman gave birth to a cute little baby boy. Being a simple shy woman, she was afraid to take him to the fancy court in Benares, but she saved the king's signet ring.

In a few years, the baby grew into a little boy. When he played with the other children in the village, they teased him and mistreated him, and even started fights with him. It was because his mother was not married that the other children picked on him. They yelled at him, "No-father!" No-father! Your name should be , No-father!"

Of course this made the little boy feel ashamed and hurt and sad. He often ran home crying to his mother. One day, he told her how the other children called him, "No-father! No-father! Your name should be No-father!" Then his mother said, Don't be ashamed, my son. You are not just an ordinary little boy. Your father is the king of Benares!"

The little boy was very surprised. He asked his mother "Do you have any proof of this?" So she told him about his father giving her the signet ring, and that if the baby was a boy she should bring him to Benares, along with the ring as proof. The little boy said, Let's go then." Because of what happened she agreed, and the next day they set out for Benares.

When they arrives at the king's palace, the gate keeper told the king the firewood woman and her little son wanted to see him. They went into the royal assembly hall, which was filled with the king's ministers and advisers. The woman reminded the king of their time together in the forest. Finally she said, "Your majesty, here is your son."

The king was ashamed in front of all the ladies and gentlemen of his court. So, even though he knew the woman spoke the truth, he said, "He is not my son!" Then the lovely young mother showed the signet ring as proof. Again the king was ashamed and denied the truth, saying, "It is not my ring!"

Then the poor woman thought to herself, "I have no witness and no evidence to prove what I say. I have only my faith in the power of truth." So wisely she said to the king, If I throw this little boy up into the air, If he truly is your son, may be he remain in the air without falling. If he is not your son, may he fall to the floor and die!"

Suddenly, she grabbed the boy by his foot and threw him up into the air. Instinctively, as a father, the king jump out of his seat and gently snared the little boy with his two arms as the boy was falling back down. Everyone was astonished, Remaining in the king arms the little boy spoke to the mighty king. "My lord, I am indeed a son born to you. You take care of many people who are not related to you. You even maintain countless elephants, horses and other animal. And yet, you do not think of looking after and raising me, your own son. Please take care of me and my mother."

Hearing this, the king's pride was overcome. He was humble by the truth of the little boy's powerful words. Holding the little boy in his arms the king said, "My dear son, I will take good care of you."

Amazed by such a wonder, all the others in the court put out their arms. They too asked the little boy to come to their arms. With his son seated on his lap, the king announced that he would be the crown prince, and his mother would be the number one queen.

In this way, the king and all his court learned the power of truth. Benares became known as a place of honest justice. In the time the king died the grown up crown prince wanted to show the people that all deserve respect, regardless of birth. So he had himself crowned under the official name, "King-No-father!" He went on to rule the kingdom in a generous and righteous way.

The moral is: *The truth is always stronger than lie.*

Munisotaram Temple in Minnesota, USA

វត្តមុនីសុតារាម នៅរដ្ឋមិនីសូតា សហរដ្ឋអាមេរិក

៥ – ស្តេចម្រិគឈ្មោះនិគ្រោធ (មេត្តាធម៌ និងសិក្ខាបទ)

កាលពីព្រេងនាយ មានសត្វប្រើសចំឡែកមានរូបស្រស់សង្ហាមួយ បានកើតនៅក្នុងព្រៃជិតនគរពារាណសី នៅតំបន់ផ្នែកខាងជើងនៃប្រទេសឥណ្ឌា។ ទោះបីជាកូនប្រើសនោះមានមាឌធំប៉ុនកូនសេះក៏ដោយ ក៏មេវាមិនមានការពិបាកបន្តិចបន្តួចឡើយនៅពេលបង្កើតឲ្យកំណើតវានោះ។ នៅពេលវាបើកភ្នែកឡើង ភ្នែកទាំងពីរមានពន្លឺ

ចិញ្ចាចដូចរតនវត្ថុ។ មាត់វាមានពណ៌ក្រហមទុំដូចផ្លែឈើព្រៃ។ ឯក្រចកទៀតសោតក៏ខ្មៅរលោងដូចថ្មរុងថ្មដែល គេខាត់។ ស្នែងតូចទាំងពីរចាំងផ្លេកៗដូចប្រាក់។ ហើយរោមវាមានពណ៌មាស ប្រៀបបាននឹងពន្លឺព្រះសូរិយាដែល ទើបនឹងរះ នៅពេលព្រលឹមនាវស្សានរដូវដ៏សុក្រិតមួយ។ នៅពេលដែលវាបានធំពេញរូបរាង មានហ្វូងប្រើស មួយមានប្រើស៥០០បានប្រមូលគ្នាមករស់នៅជាបរិវាររបស់គេ ហើយគេក៏ក្លាយជាស្តេចម្រិគឈ្មោះនិគ្រោធ។ ក្នុងពេលជាមួយគ្នានោះ នៅមិនឆ្ងាយពីនោះប៉ុន្មានក៏មានកូនប្រើសមួយទៀតបានកើតមកដែរ។ កូនប្រើសនោះ ក៏ មានរូបឆោមស្រស់ស្អាត ពណ៌មាសល្អដូចជាស្តេចម្រិគនិគ្រោធដែរ។ ព្រមទាំងមានប្រើសជាបរិវារ៥០០ដូចគ្នា។ ហើយក៏មាននាមជា ស្តេចម្រិគឈ្មោះវិសាខៈ។ ចំណែកឯព្រះមហាក្សត្រនៃនគរពារាណសី ព្រះអង្គទ្រង់សព្វព្រះ ហឫទ័យសោយតែសាច់ប្រើស។ ដូច្នេះហើយ ជានិច្ចជាកាលទ្រង់តែងតែចេញបរបាញ់ ហើយសំឡាប់យកសាច់ ប្រើសមកធ្វើជាព្រះក្រយាស្ងោយ។ នៅពេលព្រះអង្គចេញទៅបរបាញ់ ម្តងទ្រង់យាងទៅភូមិនេះ ម្តងទ្រង់យាងទៅ ភូមិនោះ ហើយបានបញ្ជាឲ្យអ្នកភូមិចេញមកបំរើព្រះអង្គនៅពេលនោះទៀតផង។ អ្នកភូមិទាំងនោះត្រូវឈប់ធ្វើការ ងារអ្វីទាំងអស់ ទោះជាភ្ជួររាស់ ឬច្រូតកាត់អ្វីក៏ដោយ ហើយត្រូវតែមកជួយបំរើការបរបាញ់ និងពិធីជប់លៀងរបស់ ព្រះអង្គ។

ដោយមានការរំខានជាច្រើនបានកើតមានដល់ជីវភាពរស់របស់ប្រជានុរាស្ត្រ។ អ្នកស្រុកអ្នកភូមិមិនសូវ មានពេលដាំដុះបានផលច្រើនឡើយ ហើយការងាររកស៊ីទៀតសោតក៏មិនសូវបានប្រាក់ចំណូលច្រើនដែរ។ ដូច្នេះ ហើយ អ្នកស្រុកបានមកជួបជុំគ្នាហើយបានសំរេចចិត្តសាងសង់សួនសត្វប្រើសមួយយ៉ាងធំ សំរាប់ព្រះមហាក្សត្រ នៃនគរពារាណសី។ នៅទីនោះ ព្រះអង្គអាចធ្វើការបរបាញ់កំសាន្តតែមួយព្រះអង្គឯងបាន។ ដោយមិនបាច់ត្រូវការ បញ្ជាឲ្យពួកអ្នកស្រុកមកបំរើទៀតឡើយ។ ដូច្នេះហើយ អ្នកស្រុកអ្នកភូមិបានធ្វើសួនសត្វប្រើសមួយ។ គេក៏បាន ធ្វើស្រះជាច្រើនសំរាប់ឲ្យសត្វប្រើសទាំងនោះមកផឹក ហើយគេបានដាំដើមឈើជាច្រើនដើម និងស្មៅសំរាប់សត្វ ទាំងនោះស៊ី។ នៅពេលដែលសួននោះបានធ្វើរួចហើយ គេបានបើទ្វារសួនចំហរយ៉ាងធំ ហើយនាំគ្នាចូលព្រៃជិតៗ នោះ និងបានលោមព័ទ្ធហ្វូងប្រើសទាំងអស់ ទាំងហ្វូងប្រើសស្តេចម្រិគនិគ្រោធ និងទាំងហ្វូងប្រើសស្តេច ម្រិគ វិសាខៈ។ ក្នុងពេលនោះ គេក៏បាននាំគ្នាយកដំបង និងអាវុធផ្សេងៗ ព្រមទាំងសំឡេងស្រែកហ៊ោរកញ្ជ្រៀវ ដេញ គៀងបង្អើល នាំឲ្យហ្វូងប្រើសទាំងនោះភ័យរត់ចូលជ្រៅទៅក្នុងសួន ហើយអ្នកស្រុកក៏បាននាំបិទទ្វាររបងឲ្យប្រើស ទាំងនោះជាប់នៅក្នុងសួនសត្វនោះតែម្តងទៅ។

បន្ទាប់ពី ហ្វូងប្រើសទាំងនោះបានរស់នៅស្ងប់ស្ងាត់ស្រួលបួលហើយ អ្នកស្រុកបាននាំគ្នាទៅទូលព្រះ រាជាថា៖ “ផលដំណាំ និងប្រាក់ចំណូលរបស់ពួកទូលព្រះបង្គំទាំងអស់គ្នា មានការខូចខាតជាខ្លាំង ដោយសារតែ ការតម្រូវលើការបរបាញ់សត្វរបស់ព្រះអង្គ។ ពេលនេះ ទូលព្រះបង្គំទាំងអស់គ្នាបានធ្វើសួនប្រើសដ៏មានសុវត្ថិភាព មួយថ្វាយព្រះអង្គកំសាន្ត និងជាសួនមួយដែលព្រះអង្គអាចធ្វើការបរបាញ់តែមួយព្រះអង្គឯងបានតាមតែព្រះអង្គ សព្វព្រះទ័យ។ ដោយមិនបាច់ត្រូវការមានជំនួយពីពួកទូលព្រះបង្គំទាំងអស់គ្នា ហើយព្រះអង្គអាចគាប់ព្រះទ័យទាំង ការបរបាញ់ និងការសេពសោយសាច់ប្រើសផងដែរ។“

ព្រះរាជាទ្រង់បានយាងទៅកាន់សួនសត្វប្រើសដែលទើបនឹងធ្វើហើយថ្មីៗ។ នៅទីនោះព្រះអង្គទ្រង់សព្វ ព្រះទ័យជាខ្លាំងដោយទតឃើញថាមានហ្វូងសត្វជាច្រើននៅក្នុងសួន។ នៅក្នុងពេលដែលទ្រង់កំពុងទតក្រសាល ហ្វូងប្រើសទាំងនោះ ព្រះអង្គទ្រង់បានគាប់ភ្នែកនឹងប្រើសសម្បុរពណ៌មាសដ៏ឆើតឆាយពីរក្បាល ដែលមានស្នែង ធំយ៉ាងពេញរូបរាង។

ដោយទ្រង់មានការកោតសរសើរនូវសម្រស់មិនធម្មតានេះ ទ្រង់ក៏បានប្រទានអភ័យឯកសិទ្ធដល់ប្រើសទាំងពីរនោះ។ ដោយទ្រង់បានបញ្ជាឲ្យប្រើសទាំងពីរនេះមានសុវត្ថិភាពពេញលេញទាំងស្រុង ដោយមិនឲ្យអ្នកណាម្នាក់អាចធ្វើឲ្យមានមហន្តរាយ ឬ ប្រហារជីវិតប្រើសទាំងពីរនេះបានឡើយ។

ម្តងមួយៗ ព្រះមហាក្សត្រទ្រង់បានមកក្រសាល ហើយសំឡាប់ប្រើសធ្វើជាព្រះស្ងោយ។ នៅពេលខ្លះដែលព្រះរាជាទ្រង់មានព្រះរាជកិច្ចរវល់ខ្លាំងពេកមិនបានមកធ្វើការបរបាញ់ គឺគេត្រូវធ្វើយ៉ាងនេះ។ សត្វប្រើសមួយត្រូវគេបាញ់ប្រហារយកមកដាក់លើជ្រុញដើម្បីប្រលះសាច់ធ្វើជាព្រះស្ងោយ។

នៅពេលដែលប្រើសទាំងនោះឃើញធ្នូ និងព្រួញ វាតែងតែមានការតក់ស្លត់ភ័យខ្លាចចំពោះជីវិតរបស់ពួកវា។ វាបាននាំគ្នាជ្រួលច្របល់រត់ប្រសេចប្រសាចពាសវាលពាសកាលខ្វះសណ្តាប់ធ្នាប់ បណ្តាលឲ្យមានការខូចខាតនិងរបួសជាច្រើន, ហើយក៏មានប្រើសជាច្រើនត្រូវបានទទួលការរងទុក្ខជាខ្លាំងទៀតផង។

ថ្ងៃមួយ ស្តេចម្រិគនិគ្រោធ បានកោះប្រមូលប្រើសទាំងអស់មកជួបជុំគ្នាជុំវិញព្រះអង្គ។ ទ្រង់ក៏បានយាងស្តេចម្រិគវិសាខៈ (**Branch Deer**) ហើយប្រើសទាំងពីរហ្វូងបានមកជួបគ្នាដើម្បីបើកអង្គប្រជុំមួយ។ ស្តេចម្រិគនិគ្រោធបានធ្វើសេចក្តីថ្លែងការណ៍ទៅកាន់ប្រើសទាំងអស់ថា៖ “ថ្វីបើនៅទីបំផុត គ្មានការរត់គេចរួចផុតអំពីសេចក្តីស្លាប់ក៏ដោយ ក៏ការរងទុក្ខសោកឥតប្រយោជន៍ដោយសារការខូចខាត និងរបួសទាំងឡាយនោះ ក៏យើងអាចការពារបាន មិនឲ្យវាកើតមាន។ ព្រោះថា ព្រះរាជាទ្រង់ប្រាថ្នាសោយសាច់មួយថ្ងៃ តែប្រើសមួយប៉ុណ្ណោះ ចូរយើងធ្វើយ៉ាងនេះ ក្នុងមួយថ្ងៃ យើងនាំគ្នាជ្រើសរើសយកប្រើសមួយក្នុងចំណោមយើងទាំងអស់គ្នា ឲ្យទៅប្រគល់ខ្លួនដាក់លើជ្រុញ។ មួយថ្ងៃជ្រើសយកពីហ្វូងរបស់យើង ថ្ងៃបន្ទាប់រើសយកពីហ្វូង ស្តេចម្រិគវិសាខៈ (**Branch Deer**) ហើយ ប្រើសដែលត្រូវរងគ្រោះ មានតែប្រើសមួយប៉ុណ្ណោះ មួយថ្ងៃពីហ្វូងមួយ។“ ស្តេចម្រិគវិសាខៈ បានយល់ព្រមតាមសំណូមពរនេះ។ ចាប់ពីថ្ងៃនោះមក ប្រើសណាដែលដល់វេនត្រូវតែចូលខ្លួន ហើយដេកដាក់កនៅលើជ្រុញ។ ជារៀងរាល់ថ្ងៃ ចុងភៅមកគ្រាន់តែសំឡាប់ប្រើសដែលដេកចាំនោះ, ហើយក៏រៀបចំធ្វើព្រះស្ងោយតែម្តងទៅ។

ថ្ងៃមួយ ដោយព្រេងវាស្នាត្រូវដល់វេនប្រើសញីដែលមានគភ៌មួយនៅខាងហ្វូង ស្តេចម្រិគវិសាខៈ (**Branch Deer**)។ ដោយគិតបារម្ភណ៍ដល់អ្នកដទៃផង ខ្លួនឯងផង និងទារកក្នុងគភ៌ផង នាងប្រើសញីក៏បានទៅជួបស្តេច ម្រិគវិសាខៈ (**Branch Deer**) ដោយទូលថា៖ “ព្រះអង្គម្ចាស់ ទូលព្រះបង្គំមានផ្ទៃពោះ សូមមេត្តាប្រោសឲ្យទូលព្រះបង្គំនៅរស់មានជីវិតសិនទំរាំប្រសូតិទារក។ ដូច្នេះយើងនឹងអាចមានវេនដល់ទៅពីរដង ជាជាងមានតែមួយវេន។ ធ្វើយ៉ាងនេះយើងនឹងបានចំណេញមួយវេន ដោយឲ្យជីវិតរស់បានវែងមួយថ្ងៃទៀត។“

ស្តេចម្រិគវិសាខៈ(**Branch Deer**) ទ្រង់ឆ្លើយតបថា៖ “ទេ! ទេ យើងមិនអាចដូរបទបញ្ជានៅកណ្តាលការយ៉ាងនេះបានទេ ដោយឲ្យអ្នកដទៃទទួលជំនួសវេនរបស់នាងនោះ។ មានពោះមានពុងជារឿងរបស់នាង ឯកូនចៅក៏ជាការទទួលខុសត្រូវរបស់នាងផ្ទាល់ដែរ។ ឥឡូវនេះនាងចេញទៅវិញចុះ។“

ដោយមិនបានជោគជ័យជាមួយស្តេចម្រិគវិសាខៈ នាងប្រើសទុក៌តក៏បានទៅរកស្តេចម្រិគនិគ្រោធ ហើយនាងបានទូលពន្យល់អំពីស្ថានភាពរបស់នាង។ ស្តេចម្រិគនិគ្រោធទ្រង់បានតបទៅនាងវិញយ៉ានទន់ភ្លន់ “ចូរនាងទៅដោយសន្តិភាពចុះ យើងនឹងដូរបទបញ្ជានៅកណ្តាលការ ហើយឲ្យប្រើសមួយផ្សេងទៀតទទួលយកវេនរបស់នាង។ ស្តេចម្រិគនិគ្រោធក៏បានដើរសំដៅទៅរកជ្រុញកាប់សាច់ ហើយបានដាក់កពណ៌សុវណ្ណរបស់ទ្រង់នៅលើជ្រុញនោះតែម្តងទៅ។

នៅពេលនោះ មានភាពមហាសែនស្ងាត់ឈឹងមួយបានធ្លាក់មកគ្រប់សង្រ្គប់លើសួនសត្វប្រើសទាំងមូល។ ហើយអ្នកខ្លះដែលដំណាលរឿងនេះ ថែមទាំងបាននិយាយថា ភាពមហាសែនស្ងាត់នោះក៏បានធ្លាក់ទៅគ្រប់សង្កត់លើលោកដទៃផ្សេងៗទៀតដែរ ដែលយើងមើលមិនឃើញពីលោកនេះទៅ។

មិនយូរប៉ុន្មាន ចុងភៅព្រះរាជាបានដើរមកបំរុងសំឡាប់ប្រើសរងគ្រោះដែលស្មគ្រ័ចិត្តដាក់កនៅលើជ្រុញ។ ប៉ុន្តែ នៅពេលដែលគេឃើញថាប្រើសនោះជាប្រើសមួយក្នុងចំណោមប្រើសមានទាំងពីរ ដែលព្រះរាជាបានដាក់រាជបញ្ជាមិនឲ្យសំឡាប់។ ចុងភៅមានការភ័យខ្លាចមិនហ៊ានសំឡាប់ស្តេចប្រើស។ ដូច្នេះហើយ គេក៏បានទៅគាល់ព្រះមហាក្សត្រនៃនគរពារាណសី។

មហាក្សត្រមានការភ្ញាក់ផ្អើល ទ្រង់ក៏បានយាងទៅសួនសត្វប្រើស។ ព្រះរាជាទ្រង់បានមានព្រះបន្ទូលទៅកាន់ស្តេចប្រើសពណ៌មាសដែលនៅដេកដាក់កលើជ្រុញនៅឡើយថា៖ “ ឱ!ស្តេចម្រឹគ តើយើងមិនបានសន្យាថានឹងមិនសំឡាប់ជីវិតអ្នកទេឬ? តើមានយោបល់យ៉ាងណា ដែលអ្នកមកធ្វើដូចជាប្រើសដទៃទៀតយ៉ាងនេះ?“

ស្តេចម្រឹគនិគ្រោធបានទូលតបថា៖ “ឱ! ស្តេចមនុស្ស ពេលនោះជាវេនសំណាងអាក្រក់ត្រូវស្លាប់របស់ប្រើសញីមួយដែលមានផ្ទៃពោះ នាងបានសុំអង្វរយើងឲ្យជួយលែងជីវិតនាង ដើម្បីជាប្រយោជន៍ដល់អ្នកដទៃផង, ទារករបស់នាងផង និងដល់ខ្លួននាងផងដែរ។ យើងមិនអាចអត់ទ្រាំទេ បើមិនបានធ្វើខ្លួនយើងឲ្យនៅជំនួសកន្លែងនាង និងមិនបានទទួលអារម្មណ៍រងទុក្ខសោកដូចជារូបនាងនោះ។ យើងមិនអាចទប់ទឹកភ្នែកយើងមិនឲ្យហូរបានឡើយ នៅពេលដែលយើងនឹកគិតឃើញថា កូនប្រើសដ៏ក្មេងខ្ចីប្រហែលជាគេនឹងមិនមានឱកាសបានឃើញពន្លឺថ្ងៃរះ នឹងមិនបានភ្លក់រស់ជាតិទឹកសន្សើមឡើយ។ ហើយម៉្យាងទៀត យើងក៏មិនអាចបង្ខំឲ្យអ្នកដទៃទៀតដែលគ្នាមានអារម្មណ៍ធូរស្រាល ដោយបានដឹងថា ថ្ងៃនេះមិនមែនជាវេនរបស់ខ្លួន បែរជាមកទទួលយកសេចក្តីស្លាប់ទៅវិញនោះ។ ដូច្នេះ ព្រះមហាក្សត្រដ៏មានអានុភាព យើងសូមថ្វាយជីវិត ដើម្បីជាប្រយោជន៍ដល់មេប្រើសញី និងកូនរបស់នាងដែលមិនទាន់កើត និងសូមធានាថាគ្មានហេតុផលអ្វីផ្សេងទៀតឡើយ។

ព្រះមហាក្សត្រនៃនគរពារាណសីទ្រង់រំជួលព្រះហឫទ័យជាអតិបរមា។ ជាព្រះមហាក្សត្រដ៏មានអានុភាពដូចជារូបព្រះអង្គហើយ នៅតែមានជលនេត្រមួយដំណក់ស្រក់ហូរកាត់លើព្រះគណ្ឌ។ ដូច្នេះហើយ ព្រះអង្គទ្រង់មានព្រះបន្ទូលថា៖ “ឱ! ព្រះអង្គដ៏មហិមា ស្តេចម្រឹគពណ៌សុវណ្ណ សូម្បីតែនៅក្នុងចំណោមមនុស្សជាតិ ក៏ទូលព្រះបង្គំមិនដែលឃើញនរណាម្នាក់មានឧត្តមគតិល្អថ្លៃថ្លាដូចជាព្រះអង្គឡើយ។ ដោយមេត្តាធម៌ដ៏ឧដុង្គឧត្តម សុខចិត្ត ជួយរំលែកយកសេចក្តីទុក្ខសោកពីអ្នកដទៃ។ ដោយសប្បុរសធម៌ដ៏មហិមា សុខចិត្តបូជាជីវិតជំនួសអ្នកដទៃ។ ដោយករុណាធម៌ និងសេចក្តីស្រឡាញ់ដ៏ទន់ភ្លន់ដល់ប្រើសទាំងអស់ជាម្រឹគរួមជាតិរបស់ព្រះអង្គ! សូមព្រះអង្គក្រោកឡើង។ ទូលព្រះបង្គំសូមចេញព្រះរាជក្រិត្យថា នៅក្នុងព្រះរាជាណាចក្ររបស់ទូលព្រះបង្គំ ទោះបីជាខ្លួនទូលព្រះបង្គំ ឬអ្នកណាក៏ដោយនឹងគ្មានសិទ្ធពិឃាដព្រះអង្គ មេប្រើស និងកូនរបស់នាងឡើយ។ “

ដោយមិនងើបព្រះកេស ស្តេចម្រឹគពណ៌សុវណ្ណបានសួរថា៖ “តើមានតែពួកយើងទេឬដែលត្រូវបានសង្គ្រោះជីវិត? ចុះចំណែកប្រើសដទៃទៀតនៅក្នុងសួន ជាមិត្ត ជាសាច់ញាតិយើងទាំងនោះយ៉ាងណាដែរ?“ ព្រះរាជាទ្រង់បានតបថា៖ “ព្រះជាម្ចាស់ ទូលព្រះបង្គំមិនអាចប្រកែកនឹងបំណងរបស់ព្រះអង្គបានទេ ទូលព្រះបង្គំនឹងយល់ព្រមប្រទានសន្តិសុខ និងសិរីភាពឲ្យដល់ប្រើសទាំងអស់នៅក្នុងសួន។“ “ចុះចំណែកប្រើសដែលនៅក្រៅសួននោះ ពួកគេនឹងត្រូវបានគេពិឃាដជាមិនខាន។“ ស្តេចម្រឹគនិគ្រោធបានសួរទៅវិញ។ “មិនមែនទេព្រះជាម្ចាស់ ទូលព្រះបង្គំដោះលែងប្រើសទាំងអស់ដែលនៅក្នុងព្រះរាជាណាចក្រយើងឲ្យរួចរានមានជីវិត។“

ស្តេចម្រិគពណ៌សុវណ្ណនៅតែមិនព្រមងើបព្រះកេស។ ទ្រង់បានសុំអង្វរថា៖ “ដូច្នេះប្រើសទាំងអស់នឹងមានសន្តិសុខ តើសត្វចតុបាទដទៃទៀតនឹងបានសន្តិសុខដែរទេ?“ “ក្រាបទូល នៅក្នុងព្រះនគរយើង សត្វទាំងនោះក៏នឹងមានសន្តិសុខដែរ។“ “ចុះសត្វបក្សាបក្សី ពួកគេក៏ចង់រស់ដែរ?“ “ក្រាបទូល បក្សាបក្សីទាំងអស់នឹងរួចផុតពីសេចក្តីស្លាប់ក្នុងដៃមនុស្ស។“ “ចុះចំណែកមច្ឆាដែលរស់នៅក្នុងទឹក?“ “សូម្បីតែត្រីក៏នឹងបានរស់នៅដោយសិរីដែរ ព្រះជាម្ចាស់។“ ដូច្នេះហើយ ព្រះមហាក្សត្រនៃនគរពារាណសីទ្រង់បានប្រទានអភ័យឯកសិទ្ធិដល់សត្វទាំងអស់ដែលនៅក្នុងព្រះនគររបស់ព្រះអង្គឲ្យបានរស់នៅដោយសុខសិរីភាព។

ដោយអង្វរសុំសង្គ្រោះជីវិតសត្វលោកបានហើយ ព្រះពោធិសត្វដ៏ឆ្នើមទ្រង់ក៏បានក្រោកឈរឡើង។ ដោយមេត្តាធម៌ និងកតវេទិការធម៌ ស្តេចម្រិគនិគ្រោធជាតួអង្គព្រះពោធិសត្វ ទ្រង់បានប្រទានសិក្ខាបទដល់ព្រះមហាក្សត្រនៃនគរពារាណសី។ ដោយទ្រង់បានប្រទានឱវាទឲ្យព្រះរាជាទ្រង់តោងឡើងលើមាគ៌ាទាំងប្រាំដំណាក់ការ (The five steps of training) ដើម្បីបន្សុទ្ធចិត្ត។ ព្រះពោធិសត្វទ្រង់បានពិណ៌នាដោយមានព្រះបន្ទូលថា៖ “នឹងមានផលប្រយោជន៍ដល់ព្រះអង្គ ប្រសិនបើព្រះអង្គលះបង់អំពើអកុសលទាំងប្រាំ។

អំពើអកុសលទាំងប្រាំនោះគឺ៖

- សំឡាប់ជីវិត, ព្រោះថានេះមិនមែនជាមេត្តាធម៌ទេ។
- យករបស់អ្វីមួយដែលគេមិនបានឲ្យ, ព្រោះថានេះមិនមែនជាសប្បុរសធម៌ទេ។
- សេពកាមដោយខុសសីលធម៌, ព្រោះថានេះមិនមែនជាមេត្តាធម៌ទេ។
- និយាយពាក្យមិនពិត, ព្រោះថានេះមិនមែនជាសច្ចធម៌ទេ។
- បាត់បង់ស្មារតីដោយសារគ្រឿងស្រវឹង, ព្រោះថានេះនឹងនាំទៅរកបរាជ័យនៃដំណាក់កាលទាំងបួនខាងលើ។“

ព្រះពោធិសត្វថែមទាំងបានប្រទានឱវាទដល់រាជាឲ្យទ្រង់សាងកុសលកម្ម។ កុសលកម្មនេះនឹងនាំមកនូវសុភមង្គលនៅក្នុងជាតិនេះ និងជាតិខាងមុខ។ ហើយស្តេចម្រិគនិគ្រោធ និងប្រើសទាំងពីរហ្វូងបានវិលត្រឡប់ទៅក្នុងព្រៃវិញ។

ដល់ពេលគ្រប់ខែ មេប្រើសមានគភ៌ដែលបានរស់នៅជាមួយស្តេចម្រិគនិគ្រោធ កើតបានកូនប្រើសមួយ។ កូនប្រើសនោះមានរូបឆោមស្រស់ស្អាតប្រៀបបាននឹងផ្កាឈូករីកមួយទងដែលជាដង្វាយព្រះ។

នៅពេលដែលកូនប្រើសនោះលូតធំធាត់ចូលវ័យជំទង់ គេចាប់ផ្តើមប្រលែងលេងជាមួយប្រើសក្នុងហ្វូងស្តេចម្រិគវិសាខៈ។ ឃើញយ៉ាងនេះ នាងមេប្រើសជាម្តាយបាននិយាយថាទៅកាន់កូនប្រើសថា៖ “សុខចិត្តស្លាប់ដោយអាយុខ្លីទៅចុះ ឲ្យតែបានរស់នៅជិតអ្នកដែលមានមេត្តាធម៌ ជាជាងរស់នៅមានអាយុវែងដោយរស់នៅជាមួយមនុស្សធម្មតា។“ តាំងតែពីពេលនោះមក កូនប្រើសរបស់នាងបានរស់នៅយ៉ាងសុខសាន្តជាមួយហ្វូងប្រើសរបស់ស្តេចម្រិគនិគ្រោធ។

នៅឯក្នុងព្រះនគរវិញ អ្នកដែលមិនសប្បាយចិត្តគឺកសិករ និងអ្នកស្រុកអ្នកភូមិ។ ព្រោះថា ដោយសារតែព្រះមហាក្សត្រទ្រង់បានប្រទានអភ័យឯកសិទ្ធិទាំងស្រុង ប្រើសបានចាប់ផ្តើមស៊ីផលដំណាំរបស់ប្រជាកសិករដោយមិនខ្លាចរអាអ្វីឡើយ។ ប្រើសទាំងនោះ ថែមទាំងចូលស៊ីចំការបន្លែក្នុងភូមិ និងក្នុងទីក្រុងនៃនគរពារាណសីទៀតផង។

ដូច្នេះ អ្នកស្រុកអ្នកភូមិបាននាំគ្នាទៅតូញត្អែរទូលដល់ព្រះមហាក្សត្រ និងសុំអនុញ្ញាតសំឡាប់ប្រើសខ្លះជាការព្រមាន។ ប៉ុន្តែ ព្រះរាជាទ្រង់បានមានព្រះបន្ទូលថា៖ “យើងខ្លួនឯងបានប្រទានអភ័យឯកសិទ្ធិទាំងស្រុងដល់ស្តេចម្រិគនិគ្រោធ។ យើងសុខចិត្តដាក់រាជ្យ មុននឹងយើងលេបសំដីរបស់យើង។ គ្មានរណាអាចធ្វើឲ្យមានមហន្តរាយ សូម្បីតែដល់ប្រើសមួយក៏ដោយ!“

នៅពេលដែលស្តេចម្រិគនិគ្រោធបានឮរឿងនេះ ទ្រង់ក៏បានមានព្រះបន្ទូលទៅកាន់ហ្វូងសត្វប្រើសថា៖ “ម្នាលប្រើសទាំងឡាយ អ្នកមិនគប្បីនាំគ្នាស៊ីផលដំណាំដែលជារបស់អ្នកដទៃឡើយ។“ ហើយទ្រង់ក៏បានផ្ញើសារមួយឲ្យទៅដល់អ្នកស្រុក។ ជាជាងនាំគ្នាធ្វើរបង ទ្រង់បានសុំឲ្យអ្នកស្រុកនាំគ្នាចងចង្កោមស្លឹកឈើធ្វើជាព្រំសីមាសំរាប់សំគាល់ខ្សែខ័ណ្ឌដីស្រែចំការរបស់ពួកគេ។ នេះក៏បានចាប់ផ្តើមទៅជាទំនាមទំលាប់មួយនៅក្នុងប្រទេសឥណ្ឌា ដោយគេចងស្លឹកឈើជាចង្កោមៗតាមជាយស្រែចំការ ដើម្បីការពារជារៀងរាល់ថ្ងៃមិនឲ្យសត្វប្រើសទាំងឡាយចូលស៊ីដំណាំរបស់ពួកគេ។

ស្តេចម្រិគនិគ្រោធ និងព្រះមហាក្សត្រនៃនគរពារាណសីទាំងពីរព្រះអង្គ បានរស់នៅប្រកបដោយសន្តិភាពតរៀងទៅអើយ។

ដំបូន្មាន: អ្វីក៏ដោយដែលបានរកឃើញ មានតែមេត្តាធម៌ទេដែលជាសញ្ញាមួយនៃឧត្តមភាព។

5 - King Banyan Deer (Compassion and Teaching)

Once upon a time, an unusual and beautiful deer was born in the forest near Benares, in northern India. Although he was as big as young colt, it was easy for his mother to give birth to him. When he opened his eyes, they were as bright as sparkling jewels. His mouth was as red as the reddest forest berries. His hoofs were as black as polish coal. His little horns glistened like sliver. And his color was golden, like a perfect summer’s dawn. As he grew up, a herd of 500 deer gathered around him, and he became known as king Banyan Deer.

Meanwhile, not far away, another beautiful buck deer was born, just as splendidly golden in color. In time, a separate herd of 500 deer cam to follow him, and he was known as Branch Deer.

The King of Benares at that time was very fond of eating venison. So he regularly hunted and killed deer. Each time he hunted, he went to a different village and ordered the people to serve him. They had to stop what they were doing, whether plowing or harvesting or whatever, and work in the king’s hunting party.

The people’s lives were upset by these interruptions. They grow less crops, and business also had less income. So they came together and decided to build a large deer park for the king, at Benares. There he, could hunt by himself. With no need to command the services of the villagers.

So the people built a deer park. They made ponds where the deer could drink, and added trees and grasses for them to eat from. When it was ready, they opened the gate and went out into the nearby forest. They surrounded the entire herds of Banyan and Branch deer. Then, with sticks and weapons and noise makers, they drove them all into the deer park trap, and locked the gate behind them.

After the deer had settled down, the people went to the king and said, “Our crops and income have suffered because of your hunting requirements. Now we had made you a pleasant

safe deer park, where you can hunt by yourself as you like. With no need of our aid, you can enjoy both the hunting and eating of deer."

The King went to the new deer park. There he was pleased to see the vast herds. While watching them, his eye was caught by the two magnificent golden deer, with large fully grown antlers.

Because he admired their unusual beauty, the king granted immunity to these two alone. He ordered that they should be completely safe. No one could harm or kill them.

Once a day the king would come and kill a deer for his dinner table. Sometimes, when he was too busy, the royal cook would do this. The body would then be brought to the chopping block to be butchered for the oven.

Whenever the deer saw the bow and arrows, they went into a panic, trembling for their lives. They ran around wildly, some being injured and some wounded, many suffering great pain.

One day, King Banyan Deer's herd gathered around him. He called Branch Deer, and the two herds joined for a meeting. King Banyan Deer addressed them. "Although in the end, there is no escape from death, this needless suffering due to injuries and wounds can be prevented. Since the king only wishes to meat of one deer per day, let one be chosen by us each day to submit himself to the chopping block. One day from my herd, and the next day from Branch Deer's herd, the victim's lot will fall to one deer at a time."

Branch Deer agreed. From then on, the one whose turn it was, meekly surrendered himself and laid his neck on the block. The cook came each day, simply killed the waiting victim. and prepared the king's venison.

One day, the turn fell by chance to a pregnant doe in Branch Deer's herd. Caring for the others as well as herself and the unborn one, she went to Branch Deer and said, "My lord, I am pregnant. Grant that I may live until I have delivered my fawn. Then we will fill two turns rather than just one. This will save a turn, and thereby a single life for one long day."

Branch Deer replied, "No, no, I cannot change the rules in midstream and put your turn upon another. The pregnancy is yours, the baby is your responsibility. Now Leave Me."

Having failed with Branch Deer, the poor mother doe went to King Banyan Deer and explained her plight. He replied gently, "Go in peace. I will change the rules in midstream and put your turn upon another."

And the deer king went to the executioner's block, and laid down his own golden neck upon it.

A silence fell in the deer park. And some who tell the story even say, that silence also fell in other worlds not seen from here.

Soon the royal cook cam to kill the willing victim on the block; but when he saw it was on of the two golden deer the king ordered spared, he was afraid to kill him. So he went and told the king of Benares.

The king was surprised, so he went to the park. He said to the golden deer still lying on the block, "Oh king of deer did I not promise to spare your life? What is the reason you come here like the others?"

King Banyan Deer replied, "Oh king of men, this time a pregnant doe was unlucky enough to be the one to die. She pleaded for me to spare her, for the sake of others as well as her unborn baby and herself. I could not help but feel myself in her place, and feel her suffering. I could help but weep, to think the little one would never see dawn, would never taste the dew. And yet, I could not force the pain of death on another, relieved to think it was not his turn today. So mighty king, I offer my life for the sake of the doe and the unborn fawn. Be assured there is no other reason."

The king of Benares was overwhelmed. Powerful as he was, a tear rolled down his cheek. Then he said, "Oh great lord, the golden king of deer, even among human beings, I have not seen any such as you! Such great compassion, to share in the suffering of others! Such great generosity, to give your life for others! Such great kindness and tender love for all your fellow deer! Arise. I decree that you will never be killed by me or anyone else in my kingdom; and so too the doe and her baby."

Without yet raising his head, the golden one asked, "Are only we to be saved? What of the other deer in the park, our friends and kin?" The king replied, "My lord, I cannot refuse you, I grant safety and freedom to all the deer in the park." "And what of the deer outside the park, will they be killed?" asked Banyan. "No my lord, I spare all the deer in my whole kingdom."

Still the golden deer did not rise up his head. He pleaded, "So the deer will be safe, but what will the other four-footed animals do?" "My lord, from now on they too are safe in my land." "And what of the birds? They too want to live." "Yes my lord, the birds to will be safe from death at the hands of men." "And what of the fish, who live in the water?" "Even the fish will be free to live my lord." So saying, the king of Benares granted immunity in his land.

Having pleaded for the lives of all creatures, the great Being arose.

Out of compassion and gratitude, King Banyan Deer – the Enlightenment Being, taught the king of Benares. He advised to climb the five steps of training, in order to purify his mind. He described them by saying, "It will benefit you, if you give up the five unwholesome actions. There are:

. Destroying life, for this is not compassion
. Taking what is not given, for this is not generosity
. Doing wrong in sexual ways, for this is not loving-kindness
. Speaking falsely, for this is not Truth
. Losing your mind from alcohol, for this leads to falling down the first four steps.

He further advised the king to do wholesome actions that would bring happiness in his life and beyond. Then King Banyan Deer, and both herds, returned to the forest.

In the fullness of time, the pregnant doe that had stayed with Banyan's herd gave birth to a fawn. He was as beautiful as a lotus blossom given as an offering to the gods.

When the fawn had grown into a young buck deer, he began playing with Branch Deer's herd. Seeing this his mother said to him, "Better to die after a short life with the great compassionate one, than to live a long life with an ordinary one." Afterwards, her son lived happily in the herd of King Banyan Deer.

The only ones felt unhappy, were the farmers and villagers of the kingdom. For, given total immunity by the king, the deer began to fearlessly eat the people's crops. They even grazed in the vegetables garden inside the villages and the city of Benares itself.

So the people complained to the king, and asked permission to kill at least some of the deer as a warning. But the king said, "I myself promised complete immunity to King Banyan Deer. I would give up the kingship before I would break my word to him. No one may harm a deer!"

When King Banyan Dear heard of this, he said to all deer. "You should not eat the crops that belong to others." And he sent a message to the people. Instead of making fences, he asked people to tie up bunches of leaves as boundaries around their field. This began the Indian custom

of making fields with tied up leaves, which have protected them from deer to this very day. Both King Banyan Deer and the King of Benares lived out their lives in peace.

The moral is: *Whatever it is found, compassion is a sign of greatness.*

៦ – កូនប្រើសចេះធ្វើពុតជាស្លាប់ (វត្តមាន ឬការយកចិត្តទុកដាក់រៀនសូត្រ)

កាលពីព្រេងនាយ មានប្រើសមួយហ្វូងរស់នៅក្នុងព្រៃ។ នៅក្នុងហ្វូងប្រើសនោះមានលោកគ្រូអាចារ្យម្នាក់មានបញ្ញាឆ្លៀសវៃ ហើយជាទីកោតគោរពទៀតផង។ លោកបានបង្ហាត់បង្រៀនល្បិច និងយុទ្ធសាស្ត្រឧត្តរជីវិត (Survival) ដល់កូនប្រើសទាំងអស់។

ថ្ងៃមួយ ប្អូនស្រីរបស់លោកគ្រូអាចារ្យបាននាំកូនប្រុសមកជួបនឹងលោក ដើម្បីឲ្យលោកបង្ហាត់បង្រៀននូវអ្វីៗដែលចាំបាច់សំរាប់សត្វប្រើស។ នាងបាននិយាយថា៖ “ឱ បងប្រុសអាចារ្យ នេះជាកូនប្រុសរបស់ខ្ញុំ។ សូមលោកបងបង្ហាត់បង្រៀនល្បិច និងយុទ្ធសាស្ត្រឧត្តរជីវិត (Survival) នៃសត្វប្រើសដល់កូនប្រុសរបស់ខ្ញុំផង។“ លោកអាចារ្យបានមានប្រសាសន៍ទៅកាន់កូនប្រើសជាក្មួយថា៖ “អញ្ចឹង ស្អែកនេះឯងមកពេលថ្មើនេះចុះ ដើម្បីរៀនមេរៀនទីមួយរបស់ឯង។“

កូនប្រើសនោះតែងមករៀនមេរៀនតាមការតម្រូវរបស់លោកគ្រូអាចារ្យជានិច្ច នៅពេលដែលសិស្សដទៃឯទៀតបែរជាគេចវេសមិនចូលថ្នាក់រៀន ទៅដើរលេងក្រៅសាលាពេញមួយថ្ងៃទៅវិញ។ កូនប្រើសមកថ្នាក់រៀន ហើយយកចិត្តទុកដាក់ស្តាប់លោកគ្រូអាចារ្យដ៏ល្អរបស់គេជានិច្ច។ គេទទួលការរាប់អានពីកូនប្រើសដទៃទៀត ទាំងញី ទាំងឈ្មោល ហើយគេនឹងរត់លេងសប្បាយតែពេលណាកិច្ចការរបស់គេបានធ្វើចប់សព្វគ្រប់។ ដោយសារតែគេជាអ្នកចង់ចេះចង់រៀន គេតែងតែមករៀនទាន់ពេលវេលាជានិច្ច។ គេក៏ជាកូនប្រើសមួយដែលមានអំណត់ជាមួយកូនប្រើសដែលជាសិស្សដទៃទៀតដែរ ដោយគេបានយល់ដឹងថា កូនប្រើសខ្លះរៀនឆាប់ចេះ ឆាប់យល់ជាងកូនប្រើសដទៃឯទៀត។ គេតែងមានសេចក្តីកោតគោរពដល់លោកគ្រូប្រើស ចំពោះចំណេះដឹងរបស់គេ នឹងមានកតញ្ញូតាធម៌ដែលលោកមានឆន្ទះចែករំលែកចំណេះទាំងនោះ។ ថ្ងៃមួយ កូនប្រើសបានដើរចូលទៅក្នុងអន្ទាក់មួយនៅក្នុងព្រៃ ហើយត្រូវគេចាប់បាន។ គេទទួលការឈឺចាប់លើខ្លួនប្រាណជាខ្លាំង។ យ៉ាងនេះ បានធ្វើឲ្យកូនប្រើសដទៃទៀតភ័យខ្លាចជាខ្លាំង ហើយនាំគ្នារត់ត្រឡប់ទៅរកហ្វូងវិញ និងបានប្រាប់ដល់មេប្រើសដែលជាម្តាយ។ នាងមេប្រើសភ័យជាខ្លាំង ហើយបានរត់ទៅរកបងប្រុសដែលជាគ្រូ។ នាងបាននិយាយទៅកាន់បងប្រុសទាំងញ័ររន្ធត់ដោយសេចក្តីភ័យខ្លាច និងយំស្រែកដោយទឹកភ្នែកហូរសស្រាក់ថា៖ “ឱ បងប្រុសជាទីស្រឡាញ់របស់ខ្ញុំ តើបងមានបានឮដំណឹងទេថា កូនប្រើសឈ្មោលរបស់ខ្ញុំបានចូលស៊ងជាប់អន្ទាក់ព្រានព្រៃ? តើខ្ញុំត្រូវធ្វើយ៉ាងណាដើម្បីជួយសង្គ្រោះជីវិតកូនតូចរបស់ខ្ញុំបាន? នៅហ្នឹងមុខលោកបង តើវាបានយកចិត្តទុកដាក់រៀនសូត្រទេ?“

បងប្រុសនាងក៏ឆ្លើយថា៖ “ប្អូនស្រី កុំបីភ័យព្រួយឲ្យសោះ។ បងមិនសង្ស័យឡើយ ថាគេនឹងអាចគេចរួចផុតពីគ្រោះថ្នាក់បាន។ គេស្វាធ្យាយ ហើយតែងតែខំរៀនសូត្រជាទីបំផុត។ គេមិនដែលគេចវេសថ្នាក់រៀន ហើយយកចិត្តទុកដាក់ណាស់។ ដូច្នេះហើយ មិនចាំបាច់សង្ស័យ ឬមានការឈឺចាប់ក្នុងចិត្តថ្វី។ គេនឹងមិនមានការរងទុក្ខសោកដោយសារមនុស្សណាម្នាក់ឡើយ។ កុំព្រួយបារម្ភណ៍។ បងជឿជាក់ក្នុងចិត្តច្បាស់ណាស់ ថាគេនឹងវិលមករកប្អូនស្រី ហើយគេនឹងធ្វើឲ្យប្អូនស្រីបានសប្បាយរីករាយឡើងវិញជាមិនខាន។ គេបានរៀនចេះដឹងអស់នូវល្បិច

និង យុទ្ធសាស្ត្រឧត្តរជីវិត (Survival) ដែលសត្វប្រើសបានប្រើដើម្បីបញ្ឆោតព្រានព្រៃ។ ដូច្នេះហើយ ចូរខំអត់ធ្មត់ឡើង។ គេនឹងវិលមកវិញ!"

នៅពេលជាមួយគ្នានោះ កូនប្រើសដែលបានជាប់អន្ទាក់ព្រានក៏កំពុងរិះគិតដែរថា៖ "មិត្តភក្តិខ្ញុំទាំងអស់ភ័យខ្លាច ហើយរត់បាត់អស់។ គ្មាននរណាម្នាក់ជួយខ្ញុំឲ្យបានរួចចេញពីអន្ទាក់ប្រល័យជីវិតនេះទេ។ ពេលនេះ ខ្ញុំត្រូវតែប្រើល្បិច និងយុទ្ធសាស្ត្រឧត្តរជីវិតដែលខ្ញុំបានរៀនពីលោកគ្រូអាចារ្យដ៏មានគតិ ដែលលោកបានបង្ហាត់បង្រៀនបានយ៉ាងស្ទាត់ជំនាញជាទីបំផុត។ "

យុទ្ធសាស្ត្រដែលកូនប្រើសបានសំរេចចិត្តយកមកប្រើ ជាយុទ្ធសាស្ត្រមួយដែលគេហៅថា "ធ្វើពុតជាស្លាប់។" ជាបឋមគេបានយកក្រចកជើងធាក់ដី និងស្មៅឲ្យមានស្នាមឃើញហាក់ដូចគេបានខំប្រឹងននះននាលយ៉ាងខ្លាំង ដើម្បីឲ្យបានរួចខ្លួនចេញពីអន្ទាក់។ ហើយគេបានបញ្ចេញលាមក និងទឹកមូត្រ។ យ៉ាងនេះ ព្រោះថា នៅពេលជាប់អន្ទាក់សត្វប្រើសតែងតែរើបម្រះខំប្រឹងយ៉ាងននះននាលទាល់តែលេចអាចម៍ លេចនោមរហូតដល់ដាច់ខ្យល់ស្លាប់ទាំងភ័យរន្ធត់។ បន្ទាប់មកទៀត គេបានស្តោះទឹកមាត់ពាសពេញលើខ្លួនគេ។

ដេកស្តូកផ្អៀងខ្លួន គេបានធ្វើឲ្យដងខ្លួនគេឡើងតឹងរឹង និងលាជើងទាំងបួនត្រង់ភ្លឹង។ គេធ្វើភ្នែកក្រឡាប់ទៅលើ ហើយលៀនអណ្តាតធ្លាក់ផ្លឹមចេញមកក្រៅនៅម្ខាងច្រវ៉ែកមាត់។ គេបានស្រូបខ្យល់យ៉ាងច្រើនចូលទៅក្នុងសួត ហើយបំប៉ោងពោះឲ្យធំកំប៉េង។ ទីបំផុត គេបានដាក់ក្បាលដេកផ្អៀង ហើយដកដង្ហើមតាមរន្ធច្រមុះមួយដែលនៅផ្អឹបជាប់នឹងដី តែមិនដកដង្ហើមតាមច្រមុះមួយទៀតដែលនៅលើឆ្ងាយពីដីទេ។

គេដេកស្ងៀមដោយមិនកំរើកខ្លួន មើលទៅឃើញដូចជាខ្មោចប្រើសមួយងាប់ហើមរឹងខ្លួនមានរុយរោមអែរ ដែលទាក់ទាញដោយក្លិនអាក្រក់។ ក្អែកជាច្រើនទំនៅក្បែរនោះក៏រង់ចាំស៊ីសាច់គេដែរ។

មិនយូរប៉ុន្មាននៅពេលព្រឹកព្រលឹម ព្រានព្រៃបានដើរមកមើលអន្ទាក់ដែលគេបានដាក់។ គេបានឃើញកូនប្រើសដែលធ្វើពុតជាស្លាប់, ព្រានព្រៃនោះក៏យកដៃទះពោះប្រើសដែលហើមប៉ោងនោះ ហើយឃើញថាពោះហើមស្កឹងទៅហើយ។ ដោយឃើញរុយរោម និងលាមក, ទឹកនោម និងទឹកមាត់ប្រឡាក់ពាសពេញ ព្រានព្រៃបាននឹកថា៖ "អ្ហស់ វាងាប់ឡើងរឹងខ្លួនយ៉ាងនេះទៅហើយ ប្រហែលជាវាបានជាប់អន្ទាក់ទាំងតែពីព្រលឹមស្រាងៗមកម្លេះ។ យើងដឹងច្បាស់ណាស់ថាសាច់វាបានចាប់ផ្តើមស្អុយតិចៗហើយ។ យើងនឹងព្រលាត់ស្បែក និងព្រលះយកសាច់ប្រើសងាប់នេះ នៅហ្នឹងកន្លែងនេះតែម្តង ហើយយកតែសាច់ទៅផ្ទះចុះ។" ដោយជឿជាក់ថា កូនប្រើសនេះពិតជាស្លាប់ប្រាកដមែននោះ គេក៏ដោះអន្ទាក់ចេញពីខ្មោចប្រើស និងយកអន្ទាក់ទៅសំអាត ហើយចាប់ផ្តើមយកស្លឹកឈើមករាយធ្វើជាកំរាលដើម្បីព្រលះសាច់ប្រើស។ ដោយដឹងថា ខ្លួនមានសេរីភាពហើយ ភ្លាមនោះ កូនប្រើសក៏ស្ទុះងើបឈរភ្លែត។ ហើយស្ទុះបោលរត់យ៉ាងលឿនត្រឡប់ទៅរកផាសុកភាព និងសុវត្ថិភាពពីមេប្រើសជាម្តាយរបស់គេវិញ ប្រៀបដូចជាដុំពពកតូចមួយដែលរសាត់យ៉ាងលឿនលយ ដោយសារខ្យល់បក់បោកដូច្នេះដែរ។ ប្រើសទាំងអស់នៅក្នុងហ្វូងសប្បាយអបអរសាទរនឹងការរួចរស់មានជីវិតរបស់គេ និងសំដែងការអរគុណដល់ចំណេះដឹងដែលបានរៀនចេះយ៉ាងស្ទាត់ជំនាញពីលោកគ្រូអាចារ្យដ៏មានគតិ។

ដំបូន្មាន: យកចិត្តទុកដាក់រៀនសូត្រ នឹងនាំមកនូវរង្វាន់ដ៏ល្អប្រពៃ

6 - The Fawn Who Played Dead (Attendace)

Once upon a time, there was a herd of forest deer. In this herd was a wise and respected teacher, cunning in the ways of deer. He taught the tricks and strategies of survival to the young fawns.

On day, his younger sister brought her son to him, to be taught what is so important for deer. She said, "Oh brother teacher, this is my son. Please teach him the tricks and strategies of deer." The teacher said to the fawn, "Very well, you can came at this time tomorrow for your first lesson."

The young deer came to the lessons as he was supposed to. When others cut classes to spend all day playing, he remained and paid attention to the good teacher. He was well liked by the other young bucks and does, but he only played when his class work was complete. Being curious to learn, he was always on time for the lessons. He was also patient with the other students, knowing that some learn more quickly than others. He respected the teacher deer for his knowledge and with grateful for his willingness to share it. One day, the fawn stepped in a trap in the forest and was captured. He cried out in great pain. This frightened the other fawns, who ran back to the herd and told his mother. She was terrified, and ran to her brother the teacher. Trembling with fear, crying big tears, she said to him, "Oh my dear brother, have you heard the news that my son has been trapped by sortie hunter's snare? How can I save my little child's life? Did he study well in your presence?"

Her brother said, "My sister, don't be afraid. I have no doubt he will be safe. He studied hard and always did his best. He never missed a class and always paid attention. Therefore, there is no need to have doubt or pain in your heart. He will not be hurt by any human being. Don't worry. I am confident he will return to you and make you happy again. He has learned all the tricks and strategies used by deer to cheat the hunters. So be patient. He will return!"

Meanwhile, the trapped fawn was thinking, "All my friends were afraid and ran away. There is no one to help me get out of this deadly trap. Now I must use the tricks and strategies I learned from the wise teacher who taught so well."

The deer strategy he decided to use was the one called, "Playing dead." First, he used his hoofs to dig up the dirt and grasses, to make it look like he had tried very hard to escape. Then he relieved his bowels and released his urine, because this is what happens when a deer is caught in a trap and dies in very great fear. Next, he covered his body with his own saliva.

Lying stretched out on his side, he held his body rigidly and stiffened his legs out straight. He turned up his eyes, and let his tongue hang out of the side of his mouth. He filled his lungs with air and puffed out his belly. Finally, with his head leaning on one side, he breathed through the nostril next to the ground, not through the upper one.

Lying motionless, he looked so much like a stiff corpse that flies flew around him, attracted by the awful smells. Crows stood nearby waiting to eat his flesh.

Before long it was early morning and the hunter cam to inspect his traps. Finding the fawn who was playing dead, he slapped the puffed up belly and found if stiff. Seeing the flies and the mess he thought, "Ah it has already started to stiffen. He must have been trapped much earlier this morning. No doubt the tender meat is already starting to spoil. I will skin and butcher the carcass right here, and carry the meat home." Since he completely believed the deer was dead, he removed and cleaned the trap, and began spreading leaves to a place to do the

butchering. Realizing he was free, the fawn suddenly sprang to his feet. He ran like a little cloud blown by a swift wind, back to the comfort and safety of his mother. The whole herd celebrated his survival, thanks to learning so well from the wise teacher.

The moral is: *Well-learned lessons bring great rewards.*

៧ – អាជនេយ្យ អស្សេរ្ភាគ្គម (ក្លាហានអង់អាច)

កាលពីព្រេងនាយ ព្រះបាទព្រហ្មទត្តទ្រង់បានសោយរាជ្យនៅនគរពារាណសី ដែលស្ថិតនៅភូមិភាគខាងជើងនៃប្រទេសឥណ្ឌា។ ទ្រង់មានអាជនេយ្យមួយ ដែលបានកើតនៅស្រុកស៊ីនដ៍ (Sindh) ក្នុងជ្រលងភ្នំស្ទឹងឥណ្ឌូស (Indus) នៅតំបន់ខាងលិចនៃប្រទេសឥណ្ឌា។ ពិតណាស់ អាជនេយ្យមួយនេះជាតួអង្គព្រះពោធិសត្វ។ អាជនេយ្យនោះមានមាឌធំហើយមានកំឡាំងខ្លាំងក្លា ថែមទាំងមានបញ្ញាវាងវៃ និងប្រកបដោយគតិបណ្ឌិតទៀតផង។ កាលពីអាជនេយ្យនោះនៅក្មេង មនុស្សម្នាទាំងឡាយតែងតែសង្កេតឃើញថា គេដឹងចិត្តម្ចាស់មុនពេលដែលម្ចាស់គេនិយាយប្រាប់ឲ្យគេធ្វើអ្វីមួយ។ ដូច្នេះហើយ គេនាំគ្នាហៅអាជនេយ្យនោះថាជា អាជនេយ្យ អស្សេរ្ភាគ្គម។

មនុស្សទាំងអស់បានចាត់ទុកថាអាជនេយ្យ អស្សេរ្ភាគ្គម ជាសេះមួយដ៏មហិមាក្នុងចំណោមសេះរាជទាំងអស់ ហើយត្រូវបានគេផ្គត់ផ្គង់នូវគ្រប់អ្វីៗដែលល្អប្រសើរបំផុត។ ក្រោលរបស់អាជនេយ្យ អស្សេរ្ភាគ្គម ត្រូវបានគេតុបតែងលំអរ ហើយថែរក្សាឲ្យបានស្អាតល្អស្រស់ជានិច្ច។ ជាពិសេស អាជនេយ្យ អស្សេរ្ភាគ្គមតែងមានភក្តីភាព និងកតញ្ញូតាជានិច្ច ចំពោះការបីបាច់រក្សារបស់ព្រះរាជាលើរូបគេ។ ក្នុងចំណោមសេះរាជទាំងអស់ អាជនេយ្យ អស្សេរ្ភាគ្គម ជាសេះមួយដែលក្លាហានជាងគេ។ ដូច្នេះហើយ ព្រះរាជាតែងកោតគោរព និងទុកចិត្តទុកថ្លើមលើ អស្សេរ្ភាគ្គមជាទីបំផុត។

មកដល់ពេលមួយ នគរជិតខាងទាំងប្រាំពីរបានរួមដៃគ្នាធ្វើសង្គ្រាមជាមួយព្រះបាទព្រហ្មទត្ត។ ស្តេចនគរនីមួយៗបានលើកយកកងទ័ពដ៏ខ្លាំងក្លាទាំងបួនផ្នែករបស់ខ្លួនមកធ្វើសង្គ្រាមៈ កងទ័ពដំរី, កងទ័ពសេះ, កងទ័ពរទេះចម្បាំងមួយកងពលតូច និងទ័ពថ្មើរជើង។ ស្តេចទាំងប្រាំពីរនគរ និងកងទ័ពទាំងអស់បានរួមគ្នាមកឡោមព័ទ្ធទីក្រុងនៃនគរពារាណសី។

ព្រះបាទព្រហ្មទត្តទ្រង់បានកោះប្រជុំគណៈរដ្ឋមន្ត្រី និងទីប្រឹក្សាទាំងអស់ដើម្បីរៀបចំផែនការណ៍ ការពារព្រះនគរ។ អង្គប្រជុំបានថ្វាយយោបល់ថា៖ "សូមព្រះអង្គកុំចុះចាញ់គេឲ្យសោះក្រាបទូល។ យើងត្រូវតែប្រឆាំងតទល់ ដើម្បីការពារកិត្តិនាមព្រះនគរយើង។ ប៉ុន្តែ សូមព្រះអង្គកុំប្រថុយជីវិតពលទាហាននៅពេលចាប់ផ្តើមឲ្យសោះ។ តែផ្ទុយទៅវិញ ព្រះអង្គគួរបញ្ជូនអ្នកចំបាំងជើងឯកនៃកងអស្សឫទ្ធិ (Knight) ឲ្យទៅប្រយុទ្ធលើសមរភូមិជាតំណាងព្រះអង្គ។ ប្រសិនបើគេបរាជ័យ មានតែព្រះអង្គទេដែលត្រូវចេញទៅប្រយុទ្ធផ្ទាល់។"

ដូច្នេះហើយ ព្រះរាជាបានកោះហៅអ្នកចំបាំងជើងឯកមកគាល់ព្រះអង្គ ហើយទ្រង់បានសួរគេថា៖ "តើអ្នកអាចយកជ័យជំនះលើស្តេចទាំងប្រាំពីរអង្គនោះបានទេ?" អ្នកចំបាំងជើងឯកបានទូលថា៖ "ប្រសិនបើព្រះអង្គអនុញ្ញាតឲ្យទូលព្រះបង្គំជិះព្រះអាជនេយ្យ អស្សេរ្ភាគ្គម នោះទូលព្រះបង្គំនឹងអាចមានជោគជ័យលើការប្រយុទ្ធបានក្រាបទូល។" ព្រះរាជាយល់ព្រមហើយទ្រង់មានព្រះបន្ទូលថា៖ "អ្នកចំបាំងជើងឯករបស់យើង នេះស្រេចតែលើរូបអ្នក និងអាជនេយ្យ អស្សេរ្ភាគ្គមទេ ដែលអាចស្រោចស្រង់ប្រទេសជាតិនៅពេលមានអាសន្ន។ ចូរអ្នកយកទៅតាមខ្លួននូវគ្រប់អ្វីៗដែលអ្នកត្រូវការ។ "

អស្សប្ញទ្ធិជើងឯកបានដើរទៅកាន់រោងសេះរបស់ព្រះរាជា។ គេបានបញ្ជាឲ្យមនុស្សបំប៉នចំណីអាហារល្អៗ និង ស្លៀកក្រោះឲ្យអាជនេយ្យ អស្សោត្តមជាគ្រឿងការពារ ដែលប្រកបដោយរំយោលក្បាច់យ៉ាងសង្ហារ។ អស្សប្ញទ្ធិ (Knight) បានបន្ទន់ខ្លួនគោរព មុននឹងគេឡើងជិះអាជនេយ្យ អស្សោត្តមលើកែបដ៏សែនល្អស្អាត។

អាជនេយ្យ អស្សោត្តមដឹងសភាពការណ៍ច្បាស់ណាស់។ គេក៏បាននឹកគិតថា៖ "ព្រះមហាក្សត្រទាំងប្រាំពីរអង្គបាននាំគ្នាមកវាយប្រហារព្រះនគរ និងព្រះមហាក្សត្ររបស់យើង ដែលជាអ្នកចិញ្ចឹមបីបាច់ថែរក្សា និងទុកចិត្តទុកថ្លើមលើយើងជាទីបំផុត។ មិនត្រឹមតែព្រះមហាក្សត្រទាំងប្រាំពីរអង្គទេ សូម្បីតែកងទ័ពពលសេនាយ៉ាងច្រើនសន្ធឹកសន្ធាប់ដ៏មានឥទ្ធិពលក៏បានមកគំរាមកំហែងដល់ព្រះមហាក្សត្រយើង និងប្រជានុរាស្ត្រទាំងអស់នៃនគរពារាណសីដែរ។ យើងមិនអាចឲ្យពួកគេមានជោគជ័យបានឡើយ។ ប៉ុន្តែ យើងក៏មិនអាចអនុញ្ញាតឲ្យអស្សប្ញទ្ធិសំឡាប់ព្រះរាជាទាំងប្រាំពីរព្រះអង្គនោះដែរ។ បើមិនអញ្ចឹងទេ យើងក៏នឹងត្រូវទទួលចំណែកនូវការប្រព្រឹត្តអំពើអកុសល ក្នុងការសំឡាប់ជីវិតមនុស្សដទៃទៀតដែរ ដោយសារតែយកឈ្នះលើជ័យជំនះដ៏ធម្មតាមួយនោះ។ តែផ្ទុយទៅវិញ យើងនឹងបង្រៀននូវមធ្យោបាយថ្មីមួយ។ គឺយើងនឹងចាប់ព្រះរាជាទាំងប្រាំពីរព្រះអង្គនោះឲ្យបាន ដោយមិនឲ្យមានស្លាប់ជីវិតមនុស្សសូម្បីតែម្នាក់ឡើយ។ នោះទើបជាជោគជ័យមួយដ៏សច្ចៈ!"

ដូច្នេះហើយ អស្សោត្តមក៏បាននិយាយទៅកាន់អ្នកជិះលើខ្នងគេថា៖ "លោកអស្សប្ញទ្ធិ យើងត្រូវនាំគ្នាដណ្ដើមយកជោគជ័យក្នុងការប្រយុទ្ធនេះឲ្យបានតាមមធ្យោបាយថ្មីមួយ ដោយមិនបាច់សំឡាប់ជីវិតមនុស្ស។ លោកត្រូវតែចាប់ព្រះរាជាគ្រប់អង្គទាំងនោះ ម្ដងតែមួយអង្គបានហើយ ហើយលោកត្រូវជិះលើខ្នងខ្ញុំឲ្យជាប់លាប់មែនទែន។ ទុកឲ្យខ្ញុំជាអ្នកធ្វើតាមវិធានការដ៏សច្ចៈមួយ តាមចន្លោះជួរកងទ័ពសត្រូវដ៏សន្ធឹកសន្ធាប់ទាំងនោះ។ លោកត្រូវចាំមើលសកម្មភាពដែលខ្ញុំធ្វើ ក្នុងខណៈដែលលោកកំពុងតែជិះនៅលើខ្នងខ្ញុំ ហើយខ្ញុំនឹងបង្ហាញឲ្យលោកឃើញនូវសេចក្ដីក្លាហានមួយ ដែលនឹងធ្វើបានហួសឆ្ងាយលើសពីមធ្យោបាយចាស់ ដែលជាមធ្យោបាយសំឡាប់ជីវិត!"

នៅពេលដែលអស្សោត្តមបាននិយាយអំពី "មធ្យោបាយថ្មីមួយ" ហើយ "វិធានការដ៏សច្ចៈមួយ" និង "សេចក្ដីក្លាហានមួយដែលនឹងធ្វើបានហួសឆ្ងាយលើសពី" នោះ តួអង្គព្រះពោធិសត្វដ៏មហិមាក៏ហាក់ដូចជាដឹងថា លោកមានភាពធំធេងជាងជីវិត។ ភ្លាមនោះ អាជនេយ្យអស្សោត្តមក៏ញោចខ្លួនទៅក្រោយបន្តិច ហើយឈរជំទើតយ៉ាងសង្ហាលើជើងទាំងបួនយ៉ាងមានមហិទ្ធិឫទ្ធិ បន្ទាបក្បាលចុះ រេកន្ទុយភ្នែកសំឡឹងមើលទៅជួរទ័ពបច្ចាមិត្រដែលហ៊ុមព័ទ្ធរាជធានី។ ភាពប្រកបដោយសីហវិសាល (Majestic) នេះ បានទាក់ទាញខ្សែរភ្នែកទាំងអស់ឲ្យផ្ដោតជាប់ មកលើតួព្រះពោធិសត្វដ៏មហិមាមួយអង្គនេះ។ ព្រះធរណីបានកក្រើករញ្ជួយ នៅពេលដែលក្រចកជើងមុខទាំងពីរធ្លាក់មកប៉ះដីវិញ ក្នុងខណៈដែលអស្សោត្តមស្ទុះបោលសំរុក ចូលទៅចំកណ្ដាលជួរកងទ័ពទាំងបួនរបស់ព្រះរាជាអង្គទីមួយ។ អស្សោត្តមហាក់មានសន្ទុះរហ័សប្រៀបនឹងផ្លេកបន្ទោរ ហាក់មានឥទ្ធិពលស្មើនឹងដីរីមួយរយ ហើយ ហាក់ដូចជាមានជំនឿជឿជាក់ដ៏សែនឧដុង្គឧត្តមរបស់នរជនណាម្នាក់ដែលមកពីពិភពផ្សេង។

ដីរីទាំងអស់មិនដែលជួបប្រទះឃើញអាជនេយ្យដ៏មហិមាយ៉ាងអាជនេយ្យ អស្សោត្តមនេះសោះឡើយ។ ដូច្នេះហើយ ដោយសេចក្ដីភ័យខ្លាច ពលដីរីក៏បាក់ទ័ពរត់ខ្ចាត់ខ្ចាយអស់។ ឯទ័ពសេះទៀតសោតក៏បានដឹងដែរថា ញាតិសន្តានរបស់ពួកគេមួយអង្គនេះ ជាស្ដេចអាជនេយ្យលើសអស់សេះនាៗ ហើយសមនឹងគោរពបូជាជាទីបំផុត។ ដូច្នេះហើយ កងទ័ពសេះ និងកងរទេះចម្បាំងក៏ជានាំគ្នាឈរស្ងៀមបន្ទន់ខ្លួនគោរព ធ្វើគារវកិច្ចដល់តួអង្គ

ព្រះពោធិសត្វដ៏មហិមា នៅពេលដែលទ្រង់បានយាងកាត់ជួរពួកគេ។ ឯកងទ័ពថ្មើជើងក៏បានបាក់ទ័ពរត់ខ្ចាត់ខ្ចាយ ប្រៀបបាននឹងហ្វូងរុយដែលហោះភៀស គេចខ្លួនមុននឹងខ្យល់ព្យុះខ្លាំងមកដល់ដូច្នោះដែរ។

នៅមុនពេលដែលព្រះរាជាអង្គទីមួយទ្រង់មិនទាន់ទាំងបានដឹងថា មានហេតុការណ៍អ្វីបានកើតមានឡើងផងនោះ ព្រះអង្គត្រូវគេចាប់ខ្លួនបានយ៉ាងងាយបំផុត ហើយក៏ត្រូវបានគេនាំព្រះកាយយកទៅដល់រាជធានីនៃនគរពារាណសីរួចស្រេចទៅហើយ។ ឯព្រះរាជាអង្គទីពីរ ទីបី ទីបួន និងអង្គទីប្រាំក៏ត្រូវចាប់បានដូចគ្នានេះដែរ។ ហើយក៏មានលក្ខណៈដូចគ្នានេះដែរ ដែលព្រះរាជាអង្គទីប្រាំមួយត្រូវចាប់ខ្លួនបាន។ ប៉ុន្តែ រំពេចនោះមានអង្គរក្សម្នាក់របស់ព្រះរាជាអង្គទីប្រាំមួយ បានលោតចេញមកពីកន្លែងពួនមួយ ហើយបានបុកផ្លែដាវរបស់គេចាក់ចូលជ្រៅចំប្រឡោះឆ្អឹងជំនីរបស់អាជនេយ្យ អស្សេវ្រាត្តមដ៏ក្លានក្លា។ ទោះជា មានលោហិតហូរសស្រាក់តាមមុខរបួសក៏ដោយ ក៏អាជ-នេយ្យ អស្សេវ្រាត្តមបាន បញ្ជិះអស្សប្ញទ្ធិជើងឯក និងព្រះរាជាអង្គទីប្រាំមួយដែលជាចំណាប់ខ្មាំង ទាល់តែត្រឡប់ទៅដល់រាជធានីវិញ។

ភ្លាមនោះ នៅពេលដែលអស្សប្ញទ្ធិឃើញមុខរបួសដ៏ជ្រៅយ៉ាងនេះ គេក៏មានការភ័យខ្លាចលែងហ៊ានចង់ជិះលើខ្នងអាជនេយ្យ អស្សេវ្រាត្តម ទៅប្រឆាំជាមួយនឹងព្រះរាជាអង្គទីប្រាំពីរ។ ដូច្នេះហើយ គេក៏ចាប់ផ្តើមស្លៀកក្រោះឲ្យសេះចំបាំងមួយផ្សេងទៀតដែលមានកំឡាំងខ្លាំងក្លា។ ឃើញដូច្នេះ ទោះបីជាមានការឈឺចាប់ជាខ្លាំងនឹងមុខរបួសដ៏សែនសាហាវយ៉ាងណាក៏ដោយ អាជនេយ្យ អស្សេវ្រាត្តមបាននឹកថា៖ “អស្សប្ញទ្ធិជើងឯករូបនេះឆាប់បាត់បង់សេចក្តីក្លាហានជាទីបំផុត គេមិនយល់ច្បាស់អំពីធម្មជាតិពិតនៃឥទ្ធិពលរបស់យើង ដែលជាចំណេះដឹងថា សន្តិភាពដ៏សច្ចៈដែលនឹងមានជោគជ័យបាន គឺឈ្នះដោយសារតែមធ្យោបាយដែលប្រកបដោយសន្តិភាពតែប៉ុណ្ណោះ។ គេចង់សាកល្បងធ្វើឲ្យព្រះរាជាអង្គទីប្រាំពីរ និងកងទ័ពរបស់ព្រះអង្គបរាជ័យតាមមធ្យោបាយធម្មតា និងជិះសេះធម្មតា។“

“បន្ទាប់ពីយើងបានចាប់ផ្តើមធ្វើការប្រយុទ្ធដោយលះបង់ការសំឡាប់ជីវិតមកដល់ត្រឹមនេះ យើងនឹងមិនឈប់កណ្តាលទីជាដាច់ខាត។ បើមិនដូច្នោះទេ ការខំព្យាយាមបង្រៀនមធ្យោបាយថ្មីរបស់យើងនឹងរលាយបាត់បង់ ដូចជាខ្សែដែលគេគូសលើទឹកអញ្ចឹង។“

អាជនេយ្យ អស្សេវ្រាត្តមក៏បាននិយាយទៅកាន់អស្សប្ញទ្ធិជើងឯកថា៖ “លោកអស្សប្ញទ្ធិ ព្រះរាជាអង្គទីប្រាំពីរ និងកងទ័ពរបស់ព្រះអង្គមានឥទ្ធិពលខ្លាំងក្លាបំផុតលើសអស់កងទ័ព ក្នុងចំណោមប្រទេសទាំងប្រាំពីរ។ ជិះសេះធម្មតាក្នុងការប្រយុទ្ធនេះ ទោះជាលោកសំឡាប់បានពលទាហាន និងសត្វរាប់ពាន់ក៏ដោយ ក៏គេនឹងធ្វើឲ្យលោកទទួលបរាជ័យបានជាមិនខាន។ យើងជាស្តេចអាជនេយ្យដ៏មហិមា លើសអស់សេះទាំងអស់នៃស្រុកស៊ីនដ៍ (Sindh) ជាអាជនេយ្យតែមួយគត់ដែលគេហៅថា អាជនេយ្យ អស្សេវ្រាត្តម។ យើងជាអាជនេយ្យតែមួយគត់ ដែលអាចបោលកាត់ពលទ័ពទាំងនោះបានដោយមិនធ្វើឲ្យមានអន្តរាយដល់នរណាម្នាក់ឡើយ ហើយនឹងអាចចាប់ព្រះរាជាអង្គទីប្រាំពីរទាំងរស់នាំត្រឡប់មកវិញបានទៀតផង!“

អស្សប្ញទ្ធិជើងឯកចាប់ផ្តើមមានសេចក្តីក្លាហានឡើងវិញ។ អាជនេយ្យដ៏ក្លាហានខំប្រឹងឈរទាំងលំបាកដោយការឈឺចាប់ពើតផ្សាជាខ្លាំងនឹងមុខរបួស។ នៅពេលដែលឈាមកំពុងតែហូរសស្រាក់មិនឈប់ឈរ អាជ-នេយ្យ អស្សេវ្រាត្តមញោចខ្លួនទៅក្រោយបន្តិច ហើយក៏ស្ទុះបោលសំរុកចូលទំលាយកំឡាំងកងទ័ពទាំងបួន ឯអស្សប្ញទ្ធិជនក៏ចាប់បានព្រះរាជាចុងក្រោយបង្អស់ក្នុងចំណោមព្រះរាជាទាំងប្រាំពីរអង្គ ដែលចូលចិត្តធ្វើសង្គ្រាមនាំត្រ-ឡប់មកវិញ។ លើកនេះក៏ដូចគ្នាដែរ ទាំងមនុស្សទាំងសត្វដែលនៅតាមផ្លូវដែលអាជនេយ្យ អស្សេវ្រាត្តមបោលកាត់

នោះ បានរួចផុតពីទុក្ខភ័យគ្រប់ៗគ្នា។ ដោយឃើញព្រះរាជាទាំងប្រាំពីរអង្គរបស់ពួកគេត្រូវចាប់ខ្លួនបានដូច្នេះ កងទ័ពទាំងអស់បាននាំគ្នាដាក់អាវុធចុះចាញ់ ហើយសុំឲ្យមានសន្តិភាព។

ដោយដឹងថា អាជនេយ្យ អស្សេរាត្តមនឹងមិនអាចមានជីវិតឆ្លងផុតពីរាត្រីនេះទេ ព្រះបាទព្រហ្មទត្តក៏ទ្រង់បានយាងទៅសួរសុខទុក្ខដោយផ្ទាល់ព្រះអង្គ។ ទ្រង់បានចិញ្ចឹមបីបាច់ថែរក្សាអាជនេយ្យ អស្សេរាត្តមតាំងតែពីតូចក្រូចឆ្មាមកម្លេះ ដូច្នេះហើយ ព្រះអង្គស្រឡាញ់អាជនេយ្យ អស្សេរាត្តមជាទីបំផុត។ នៅពេលដែលព្រះអង្គបានឃើញអាជនេយ្យ អស្សេរាត្តមស្ថិតនៅក្នុងសភាពជិតដាច់ខ្យល់ស្លាប់ដូច្នេះ ធ្វើឲ្យនេត្រារបស់ព្រះអង្គពោរពេញទៅដោយជលនេត្រ។

អាជនេយ្យ អស្សេរាត្តម៖ "ព្រះករុណាជាម្ចាស់ ទូលព្រះបង្គំបានបំរើព្រះអង្គដោយអស់ពីចិត្តពីថ្លើមហើយក្រាបទូល។ ហើយទូលព្រះបង្គំបានធ្វើលើសពីនេះទៅទៀត និងបានបង្ហាញនូវមធ្យោបាយថ្មីមួយ។ ឥឡូវនេះ ព្រះអង្គ ត្រូវតែប្រទានសំណើសុំចុងក្រោយមួយដល់ទូលព្រះបង្គំ។ គឺព្រះអង្គមិនត្រូវពិឃាដព្រះរាជាទាំងប្រាំពីរអង្គនោះ ឡើយ ទោះបីជាព្រះអង្គទាំងនោះបានធ្វើមិនគប្បីនឹងព្រះអង្គ។ ព្រោះថា ជោគជ័យដោយការបង្ហូរឈាមនឹងបណ្តុះឲ្យមានសង្គ្រាមមួយទៀត ជាបន្តនៅពេលក្រោយ។ សូមព្រះអង្គមេត្តាប្រទានទោសដល់ការវាយប្រហារដែលព្រះរាជាទាំងប្រាំពីរអង្គបានធ្វើមកលើព្រះអង្គផងចុះ ដោយអនុញ្ញាតឲ្យព្រះរាជាទាំងប្រាំពីរអង្គវិលត្រឡប់ទៅកាន់ព្រះនគរព្រះអង្គវិញ និងសូមឲ្យព្រះអង្គព្រមទាំងព្រះរាជាគ្រប់អង្គទាំងនោះ គង់នៅជិតខាងនឹងគ្នាប្រកបដោយសន្តិភាព ចាប់តាំងពីពេលនោះតទៅ។

រង្វាន់អ្វីក៏ដោយដែលព្រះអង្គបំរុងនឹងប្រទានដល់ទូលព្រះបង្គំ សូមព្រះអង្គមេត្តាប្រទានឲ្យទៅអស្សបុទ្ធិជើងឯកចុះ។ សូមព្រះអង្គធ្វើតែកុសលកម្ម មានសប្បុរសធម៌ គោរពសច្ចធម៌ និងមិនត្រូវសំឡាប់ជីវិតសត្វលោកឡើយ។ សូមព្រះអង្គសោយរាជ្យប្រកបដោយគតិយុត្តិធម៌ និងករុណាធម៌។"

រួចហើយ អាជនេយ្យ អស្សេរាត្តមបានបិទនេត្រា ហើយដកដង្ហើមជាគ្រាបង្ហើយ។ ព្រះមហាក្សត្រទ្រង់បានព្រះកន្សែងសោយសោក ហូរជលនេត្រាសស្រាក់ ឯមនុស្សទាំងអស់ក៏បាននាំគ្នាកាន់មរណទុក្ខគ្រប់ៗគ្នា។ ដោយមហាកិត្តិយសដ៏ខ្ពង់ខ្ពស់ ព្រះសពរបស់អាជនេយ្យ អស្សេរាត្តម តួអង្គព្រះពោធិសត្វបានត្រូវគេបូជាដ៏មហោ-ឡារិកជាទីបំផុត។

ព្រះបាទព្រហ្មទត្តទ្រង់បានឲ្យគេនាំព្រះរាជាទាំងប្រាំពីរអង្គមកគាល់ព្រះអង្គ។ ព្រះរាជាគ្រប់អង្គទាំងអស់ក៏បានថ្វាយកិត្តិយសដល់តួអង្គព្រះពោធិសត្វដ៏មហិមាផងដែរ ដែលទ្រង់បានផ្ចាញ់កងទ័ពដ៏ច្រើនសម្បើម ដោយមិនបានធ្វើឲ្យស្រក់លោហិតមួយតំណក់ឡើយ លើកលែងតែព្រះលោហិតផ្ទាល់របស់ព្រះអង្គតែប៉ុណ្ណោះ។ ដើម្បីជាការគោរពដល់ព្រះវិញ្ញាណខ័ន្ធ អង្គព្រះពោធិសត្វ ព្រះរាជាគ្រប់អង្គទាំងអស់បាននាំគ្នាធ្វើឲ្យមានសន្តិភាព ហើយព្រះរាជាទាំងប្រាំពីរអង្គ និងព្រះបាទព្រហ្មទត្តក៏លែងធ្វើឲ្យមានសង្គ្រាមរវាងគ្នានឹងគ្នាទៀតជារៀងរហូតទៅហោង។

ដំបូន្មាន: សន្តិភាពដ៏សច្ចៈដែលនឹងមានជោគជ័យបាន គឺឈ្នះដោយមធ្យោបាយដែលប្រកបដោយសន្តិភាពតែប៉ុណ្ណោះ។

7 - The Great Horse Knowing-one (Courage)

Once upon a time, King Brahmadatta ruled in Benares, in northern India. He had a mighty horse, who had been born in the land of Sindh, in the Indus River valley of Western India. Indeed, this horse was the Enlightenment Being.

As well as being big and strong, he was very intelligent and wise. When he was still young, people noticed that he always seemed to know what his rider wanted before being told. So he was called knowing-one.

He was considered the greatest of royal horses, and was given the very best of everything. He stall was decorated and was always kept clean and beautiful. Knowing-one was especially loyal, and was grateful for how well the king cared for him. Of all the royal horses, Knowing-one was also the bravest. So the king respected and trusted him.

It came to pass the seven neighboring kings joined together to make war on king Brahmadatta. Each king brought four great armies – an elephant cavalry, a horse cavalry, a chariot brigade and ranks of foot solders. Together the seven kings, with all their armies, surrounded the city of Benares.

King Brahmadatta assembled his ministers and advisers to make plans for defending the kingdom. They advised him "Do not surrender. We must fight to protect our high positions. But you should not risk your royal person in the beginning. Instead, send out the champion of all the knights to represent you on the battlefield. If he fails, only then must you yourself go."

So the king called the Champion to him and asked, "Can you be victorious over these seven kings?" The knight replied, "If you permit me to ride out on the bravest and wisest, the great horse Knowing-one, only then can I win the battle. " The king agreed and said, "My champion, it is up to you and Knowing-one to save the country in its time of danger. Take with you whatever you need."

The champion knight went to the royal stable. He ordered that Knowing-one be will fed and dressed in protective armor, with all the finest trimmings. Then he bowed respectfully and climbed into the beautiful saddle.

Knowing-one knew the situation. He thought, "These seven kings have come to attack my country and my king, who feeds and cares for and trusts me. Not only the seven kings, but also their large and powerful armies threaten my king and all in Benares. I cannot let them win. But I also cannot permit the champion knight to kill those kings. Then I too would share in the unwholesome action of taking the lives of others, in order to win and ordinary victory. Instead, I will teach a new way. I will capture all seven kings without killing one. That would be a truly great victory.!"

The knowing-one spoke to his rider. "Sir knight, let us win this battle in a new way, without destroying life. You must only capture each king one at a time, and remain firmly on my back. Let me find the true course through the many armies. Watch me as you ride, and I will show you the courage that goes beyond the old way, the killing way!"

As he spoke of "a new way", and "the true course" and "the courage that goes beyond', it seemed the noble steed became larger than life. He reared up majestically on his powerful hind legs, and looked down on all the armies surrounding the city. The eyes of all were drawn to this magnificent one. The earth trembled as his front hoofs returned to ground and he charged into the midst of the four armies of the first king. He seemed to have speed of lightning, the might of a hundred elephants, and the glorious confidence of one from some other world.

The elephants could remember no such horse as this, and so the elephant cavalry retreated in fear. The horses knew that this their relative was the worthy master of them all, and so the horse cavalry and the chariot brigade stood still and bowed as the great Being passed. And the ranks of foot-solders scattered like flies before a strong wind.

The first king hardly knew what had happened, before he was easily captured and brought back into the city of Benares. And so too with the second, third, fourth and fifth kings.

In the same way the sixth king was captured. But one of his loyal bodyguards leaped out from hiding and thrust his sword deep into the side of the brave Knowing-one. With blood streaming from the wound, he carried the champion knight and captured sixth king back to the city.

When the knight saw the terrible wound, he suddenly became afraid to ride the weakened Knowing-one against the seventh king. So he began to dress in armor another powerful war horse, who was really just as big as knowing-one. Seeing this, though suffering in great pain from his deadly wound, Knowing-one thought "This Champion knight has lost his courage so quickly. He has not understood the true nature of my power – the knowledge that true peace is only won by peaceful means. He tries to defeat the seventh king and his armies in the ordinary way, riding and ordinary horse."

"After taking the first step of giving up the killing of living beings, I cannot stop part way. My great effort to teach a new way would disappear like a line drawn in water!"

The great horse Knowing-one spoke to the champion knight, "Sir knight, the seventh king and his armies are mightiest of all. Riding an ordinary horse, even if you slaughter a thousand men and animals, you will be defeated. I of the mighty tribe of Sindh horses, the one called Knowing-one, only I can pass through them harming none, and bring back the seventh king alive!"

The champion knight regained his courage. The brave horse struggled to his feet, in great pain. While the blood continued to flow, he reared and charged through the four armies, and the knight brought back the last of the seven warlike kings. Again all those in his path were spared from harm. Seeing their seven kings in captivity, all the armies laid down their weapons and asked for peace.

ព្រះសង្ឃប្រសិទ្ធិពរជ័យដល់ទារិកា

Buddhist Monk Blessing a Newborn Baby
(Ven. Soeung Eap, Chansamon, Lilian and Isabel)

Realizing the great horse Knowing-one would not live through the night, King Brahmadatta went to see him. He had raised him from a colt, so he loved him. When the king saw that he was dying, his eyes filled with tears.

Knowing-one said, "My lord king, I have served you well. And I have gone beyond and shown a new way. Now you must grant my last request. You must not kill these seven kings, even though they have wronged you. For, a bloody victory sows the seeds of the next war. Forgive their attack on you, let them return to their kingdoms, and may you all live in peace from now on.

"Whatever reward you would give to me, give instead to the champion knight. Do only wholesome deeds, be generous, honor the Truth, and kill no living being. Rule with justice and compassion. "

Then he closed his eyes and breathed his last. The king burst into tears, and all mourned his passing. With the highest honors, they burned the body of the great horse Knowing-one – the Enlightenment Being.

King Brahmadatta had the seven kings brought before him. They too honored the great one, who had defeated their vast armies without spilling a drop of blood, except his own. In his memory they made peace, and never again did these seven kings and Brahmadatta make war on each other.

The moral is: *True Pease is only won by peaceful means.*

៨- ព្រះបច្ចេកពុទ្ធ (សប្បុរសធម៌, សទ្ធាទាន)

កាលពីព្រេងនាយ នៅក្នុងនគរពារាណសីឯភូមិភាគខាងជើងនៃប្រទេសឥណ្ឌា មានបុរសម្នាក់ជាកុដុម្ពីក៍មានទ្រព្យសម្បត្តិយ៉ាងស្តុកស្តម្ភ ។ នៅពេលដែលឪពុករបស់បុរសនោះធ្វើមរណកាលទៅ គេក៏បានទទួលកេរ្តិ៍មរតកច្រើនថែមទៀត។ បុរសនោះក៏បានគិតថា៖ "ហេតុអ្វីក៏អាត្មាអញ ត្រូវចាយទ្រព្យសម្បត្តិដ៏ច្រើននេះតែម្នាក់ឯងដូច្នេះ? អាត្មាអញគប្បីធ្វើឲ្យមនុស្សដទៃទៀតបានទទួលផលអំពីទ្រព្យសម្បត្តិទាំងនេះផងដែរ។"

ដូច្នេះហើយ បុរសនោះក៏បានសង់សាលាឆទាន នៅតាមមាត់ទ្វារក្រុងទាំងបួនទិសៈ ខាងជើង, ខាងកើត, ខាងត្បូង និងខាងលិច។ នៅក្នុងសាលាឆទានទាំងនោះគេបានដាក់ទានចំណីអាហារដោយឥតគិតថ្លៃដល់មនុស្សទាំងឡាយណាដែលត្រូវការ។ បុរសនោះក៏មានកេរ្តិ៍ឈ្មោះល្បីរន្ទឺដោយសារតែសប្បុរសធម៌របស់គេ។ ហើយមនុស្សផងគ្នាក៏បានដឹងដែរថា បុរស និងអ្នកដើរតាមបុរសនោះ គ្រប់ៗគ្នាជាអ្នកគោរពបដិបត្តិសិក្ខាបទទាំងប្រាំ ឬបញ្ចសីលា (Five Training Steps)។

នាកាលនោះ មានព្រះបច្ចេកពុទ្ធមួយអង្គកំពុងធ្វើសមាធិនៅក្នុងព្រៃជិតនគរពារាណសីនោះ។ ដែលគេហៅព្រះអង្គថាជាព្រះបច្ចេកពុទ្ធព្រោះថាព្រះអង្គទ្រង់បានសំរេចព្រះបច្ចេកសម្ពោធិញ្ញាណ។ នេះមានន័យថាទ្រង់លែងមានឧបាទាន (ការប្រកាន់មាំ) ថា ខ្លួនព្រះអង្គ ដែលគេហៅថាខ្ញុំ ឬអាត្មាទៀតហើយ និងមានន័យថាជាតួអង្គព្រះបច្ចេកពុទ្ធ គឺមានភាពខុសប្លែកគ្នាគ្រប់វិស្ស័យទាំងអស់ ពីសត្តនិករមានជីវិតទាំងឡាយដោយខ្លួនឯង។ ដូច្នេះហើយ ព្រះអង្គមានសតិសម្បជញ្ញៈ ពិសោធន៍ជីវិត ក្នុងធាតុពិតរបស់ជីវិតបានគ្រប់ខណៈក្នុងពេលបច្ចុប្បន្ន។

ដោយសារតែទ្រង់ជាជីវិតមួយក្នុងចំណោមជីវិតនៃសត្តនិករទាំងអស់ ព្រះអង្គតែងតែមានព្រះទ័យពោរពេញទៅដោយព្រហ្មវិហារធម៌ និងមានសមានចិត្តសន្តោសប្រោសប្រណី អាណិតអាសូរដល់គ្រប់សត្វលោកទាំង

ឡាយណាដែលគ្មានសុភមង្គល។ ដូច្នេះហើយ ព្រះអង្គប្រាថ្នាឲ្យឱវាទប្រៀនប្រដៅ និងជួយសង្គ្រោះដល់សត្វលោកទាំងអស់ ឲ្យបានសំរេចនូវព្រះបច្ចេកសម្ពោធិញ្ញាណដូចជាព្រះអង្គដែរ។ ប៉ុន្តែ នាកាលវេលានៅក្នុងរឿងយើងនេះ ជាកាលវេលាដ៏សែនអភ័ព្វ និងជាកាលដ៏សែនសោកសៅមួយ (ក្នុងពេលលង្វែកព្រះពុទ្ធសាសនា)។ គឺជាកាលមួយដែលគ្មាននរណាម្នាក់អាចមានលទ្ធិភាពយល់អំពីសច្ចៈ និងពិសោធន៍ជីវិតក្នុងធាតុពិតរបស់ជីវិតបានឡើយ។ ហើយ ដោយសារតែព្រះបច្ចេកពុទ្ធអង្គនេះ លោកបានយល់អំពីរឿងនេះ ទើបបានជាព្រះអង្គសង្រួមឥរិយាបថរបស់ព្រះអង្គតាមសមគួរដល់ភេទបព្វជិត។

ក្នុងខណៈដែលកំពុងតែចម្រើនសមាធិកម្មដ្ឋាន វិបស្សនាកម្មដ្ឋាននៅក្នុងព្រៃ ព្រះអង្គក៏បានសម្រេចបច្ចេកសម្ពោធិញ្ញាណ បានទៅជាព្រះបច្ចេកពុទ្ធមួយព្រះអង្គ ដែលបានសំរេចគុណធម៌ដ៏ខ្ពស់មួយនៃភាវៈផ្លូវចិត្ត គឺព្រះអរហត្តផល។ ការខំសញ្ជឹងគិតប្រមូលអារម្មណ៍របស់ព្រះអង្គបានឡើងដល់កំរិតដ៏ឧត្តម ដោយទ្រង់ចូលនិរោធសមាបត្តិគង់នៅស្ងៀមតែមួយឥរិយាបថ បានប្រាំពីរយប់ប្រាំពីរថ្ងៃ ដោយមិនសោយអាហារចំណី ឬ ទឹកសោះឡើយ។

នៅពេលដែលព្រះអង្គបានភ្ញាក់ដឹងស្មារតីវិលត្រឡប់មកសភាពធម្មតាវិញ ព្រះអង្គក៏ឋិតនៅក្នុងសភាពធម្មតា ដោយកំឡាំងឈាននិរោធសមាបត្តិ ។ ជាធម្មតា រៀងរាល់ថ្ងៃព្រះបច្ចេកពុទ្ធលោកតែងតែនិមន្តទៅបិណ្ឌបាត្រនៅវិមានរបស់កុដុម្ពីក៍ បុរសអ្នកមានទ្រព្យសម្បត្តិស្តុកស្តម្ភនៃនគរពារាណសី។

នៅពេលដែលកុដុម្ពីក៍ទើបតែអង្គុយចុះរៀបនឹងបរិភោគអាហារថ្ងៃត្រង់ គេក៏បានឃើញព្រះបច្ចេកពុទ្ធព្រះអង្គកំពុងតែកាន់បាត្រនិមន្តចូលមក។ បុរសក៏ងើបចេញពីកៅអីដោយសេចក្តីគោរពជាទីបំផុត។ គេបានប្រាប់អ្នកបំរើឲ្យទៅដាក់បាត្រប្រគេនដល់ព្រះបច្ចេកពុទ្ធអង្គនោះ។

នៅពេលជាមួយគ្នានោះ ទេវបុត្តមារកំពុងតែសង្កេតមើលហេតុការណ៍ទាំងនេះ។ ទេវបុត្តមារជាអ្នកបញ្ចុះបញ្ចូលឥទ្ធិពលអាក្រក់ដល់គ្រប់សត្តនិករឲ្យឈ្លក់វង្វេងនឹងសេចក្តីលោភលន់។ ទេវបុត្តមារអាចមានឥទ្ធិពលអាក្រក់នេះបាន ដោយសារតែសត្វលោកមានការភ័យខ្លាចនឹងសេចក្តីស្លាប់។

ពីព្រោះតែពីមួយខណៈទៅមួយខណៈ កាលដែលព្រះពុទ្ធមួយអង្គៗលោកមានព្រះជន្មគង់នៅនោះ គឺលោកគង់នៅប្រកបដោយជីវិតយ៉ាងពេញលេញមួយ គឺព្រះអង្គគ្មានប្រាថ្នានឹងជីវិតនៅអនាគតជាតិ និងគ្មានការភ័យខ្លាចចំពោះសេចក្តីស្លាប់នៅអនាគតជាតិទាល់តែសោះ។ ដូច្នេះ ដោយសារតែមារមានចិត្តបាបមិនអាចប្រើឥទ្ធិពលទៅលើព្រះបច្ចេកពុទ្ធបាន ទេវបុត្តមារក៏មានបំណងចង់បំផ្លាញព្រះបច្ចេកពុទ្ធឲ្យបាន។ នៅពេលដែលទេវបុត្តមារឃើញថា ព្រះបច្ចេកពុទ្ធលោកជិតនឹងដាច់ព្រះសង្ខារ មកពីការអត់អាហារនោះ មារដឹងថាខ្លួននឹងអាចមានឱកាសសំរេចជោគជ័យបាន។

មុនពេលនឹងអ្នកបំរើអាចដាក់ចង្ហាន់ដល់ទៅក្នុងបាត្រព្រះបច្ចេកពុទ្ធបាន មារមានចិត្តបាបក៏បានបណ្តាលហេតុ ឲ្យមានរណ្តៅភ្លើងដែលមានរងើកធ្យូងឆាបឆេះក្រហមយ៉ាងក្តៅមួយ លេចធ្លោឡើងនៅចំចន្លោះ ព្រះបច្ចេកពុទ្ធ និងអ្នកបំរើ។ រណ្តៅភ្លើងនោះប្រៀបហាក់ដូចជាមាត់ទ្វារទៅកាន់ស្ថាននរក។

នៅពេលឃើញដូច្នេះ អ្នកបំរើក៏មានការភ័យរន្ធត់ខ្លាចស្លាប់។ អ្នកបំរើក៏បានរត់ទៅរកលោក កុដុម្ពីក៍វិញ។ កុដុម្ពីក៍បានសួរថា ហេតុអ្វីបានជាត្រឡប់មកវិញដោយមិនបានដាក់បាត្រ។ អ្នកបំរើបានឆ្លើយថា៖ "លោកម្ចាស់ជាទីគោរពអើយ មានរណ្តៅជ្រៅមួយមានរងើកធ្យូងឆាបឆេះក្រហម យ៉ាងក្តៅនៅចំពីមុខព្រះបច្ចេកពុទ្ធ ។" កុដុម្ពីក៍បានគិតថា៖ "អ្នកបំរើនេះប្រាដកជាបានឃើញអ្វីហើយ!" ដូច្នេះ កុដុម្ពីក៍ក៏បានបញ្ជូនបំរើម្នាក់ទៀតឲ្យយកចង្ហាន់

ទៅដាក់បាត្រប្រគេនដល់ព្រះបច្ចេកពុទ្ធ។ បំពើទីពីរក៏មានការភ័យខ្លាចនឹងរណ្ដៅភ្លើងដ៏ក្ដៅនោះដែរ។ បំពើជាច្រើននាក់ត្រូវបានបុរសអ្នកមានទ្រព្យបញ្ជូនឲ្យយកចង្ហាន់ទៅដាក់បាត្រ តែម្នាក់ៗបានត្រឡប់មកវិញ ដោយភ័យរន្ធត់ខ្លាចស្លាប់គ្រប់ៗគ្នា។

ដូច្នេះហើយ កុដុម្ពីក៍បានគិតថា៖ "មិនបាច់សង្ស័យទេ គឺពិតជាទេវបុត្តមារដែលជាស្ដេចមារមានចិត្តបាបបានព្យាយាមរារាំងមិនឲ្យយើងធ្វើអំពើល្អ ដោយដាក់បាត្រប្រគេនចង្ហាន់ដល់ព្រះបច្ចេកពុទ្ធ។ ព្រោះថា អំពើល្អទាំងឡាយគឺជាការចាប់ផ្ដើមនៃមាគ៌ា ឆ្ពោះទៅរកការសំរេចបាននូវសម្មាសម្ពោធិញ្ញាណ។ ហេតុនេះហើយ មារមានចិត្តបាបបានព្យាយាមរកគ្រប់មធ្យោបាយទាំងអស់ដើម្បីបញ្ឈប់យើង។ ប៉ុន្តែ មារមានចិត្តបាបមិនបានដឹងច្បាស់អំពីការជឿជាក់របស់យើងចំពោះព្រះបច្ចេកពុទ្ធ និងការប្ដេជ្ញាចិត្តរបស់យើងក្នុងការធ្វើទានទេ។"

ដូច្នេះហើយ បុរសនោះក៏បានយកចង្ហាន់ទៅដាក់បាត្រប្រគេនដល់ព្រះបច្ចេកពុទ្ធដោយខ្លួនឯង។ គេក៏បានឃើញរណ្ដៅភ្លើងនោះដែរ។ ឃើញយ៉ាងនេះ គេងើយមើលទៅលើក៏បានឃើញទេវបុត្តមារដ៏អាក្រក់អណ្ដែតនៅលើមេឃ។ គេក៏បានសួរថា៖ "តើអ្នកឯងជានរណា?" ទេវបុត្តមារឆ្លើយថា "យើងជាទេវបុត្តមារ!"

"តើអ្នកឯងជាអ្នកបង្កើតរណ្ដៅភ្លើងនេះឬ?" បុរសអ្នកមានទ្រព្យបានសួរ។ "យើងជាអ្នកបង្កើត" ទេវបុត្តមារឆ្លើយ។ "ហេតុដូចម្ដេចបានជាអ្នកធ្វើយ៉ាងដូច្នេះ?" "ដើម្បីរារាំងមិនឲ្យអ្នកអាចដាក់បាត្របាន ហើយមធ្យោបាយនេះនឹងបណ្ដាលឲ្យព្រះបច្ចេកពុទ្ធក្ស័យព្រះជន្មាយុ! ហើយក៏រារាំងមិនឲ្យអ្នកធ្វើអំពើល្អដែលជាអំពើនឹងជួយអ្នកឲ្យឆ្ពោះទៅរកមាគ៌ានៃការសំរេចបាននូវបច្ចេកសម្ពោធិញ្ញាណ។ ដូច្នេះហើយ អ្នកឯងក៏នឹងនៅតែពីក្រោមឥទ្ធិពលរបស់យើងជានិច្ច! "

បុរសអ្នកមានទ្រព្យនៃនគរពារាណសីបាននិយាយថា៖ "ឱ ទេវបុត្តមារ, បីសាចដ៏អាក្រក់អើយ អ្នកមិនអាចសំឡាប់ព្រះបច្ចេកពុទ្ធបានឡើយ ហើយអ្នកក៏មិនអាចរារាំងដល់ទានដ៏ប្រពៃរបស់យើងបានដែរ! ដូច្នេះ យើងនាំគ្នាមើលចុះ ថាតើការប្ដេជ្ញាចិត្តរបស់អ្នកណាខ្លាំងជាងគេ!"

រួចហើយ កុដុម្ពីក៍ក៏បានសំឡឹងមើលកាត់រណ្ដៅភ្លើងដែលឆេះសន្ធោរសន្ធៅនោះ ហើយក្រាបទូលទៅកាន់ព្រះបច្ចេកពុទ្ធដ៏ស្ងប់ស្ងៀម និងទន់ភ្លន់ថា៖ "ឱព្រះអង្គជាម្ចាស់ សូមឲ្យពន្លឺនៃសច្ចធម៌ជះរស្មីជាបន្តទៅទៀតចុះ ដើម្បីជាគំរូមួយដល់យើងទាំងអស់គ្នា។ សូមព្រះអង្គទ្រង់ទស់ចង្ហាន់ជីវិតនេះ ដែលខ្ញុំព្រះករុណាប្រគេនថ្វាយ!"

ពេលដែលគេបានក្រាបទូលដូច្នេះ គេហាក់ដូចជាភ្លេចខ្លួន ហើយក្នុងខណៈនោះគេក៏គ្មានការភ័យខ្លាចនឹងសេចក្ដីស្លាប់សោះឡើយ។ ពេលដែលគេបោះជំហានដើរចូលទៅក្នុងរណ្ដៅភ្លើង គេមានអារម្មណ៍ហាក់ដូចជាអណ្ដែត ដោយមានផ្កាឈូកដ៏ត្រជាក់ស្រស់ស្អាតមួយទ្រខ្លួនគេឡើង។ លំអងនៃបដិហារិយ៍បានរោយសព្វសាយទៅក្នុងអាកាស និងគ្របដណ្ដប់លើខ្លួនគេដោយពន្លឺពណ៌សុវណ្ណដ៏សន្ធោរសន្ធៅ។ នៅពេលដែលកំពុងឈរនៅចំកណ្ដាលផ្កាឈូក នរជនដ៏មហិមាក៏បានចាក់ចង្ហាន់ទៅក្នុងបាត្ររបស់ព្រះបច្ចេកពុទ្ធ។ ពេលនោះឯង ទេវបុត្តមារក៏ត្រូវបានផ្ចាញ់!

ដើម្បីសំដែងការពេញព្រះទ័យចំពោះទានដ៏ឧត្តុងឧត្តមនោះ ព្រះបច្ចេកពុទ្ធ ព្រះអង្គក៏បានលើព្រះហត្ថមួយឡើង និងសូត្រគាថាជូនពរថា ឥច្ឆិតំ បត្ថិតំ តុយ្ហំ ខិប្បមេវ សមិជ្ឈតុ "ជាកិច្ចប្រសិទ្ធពរជ័យ "។ បន្ទាប់មក ព្រះបច្ចេកពុទ្ធព្រះអង្គក៏បាននិមន្តចាកចេញពីនគរពារាណសី ហើយនិមន្តទៅកាន់ព្រៃនៃភ្នំហេមពាន្ត។ ឈរលើផ្កាឈូកដ៏អស្ចារ្យដែលមានសាយពណ៌សុវណ្ណ លោកម្ចាស់ដ៏មានសប្បុរសធម៌ក៏បានឲ្យឱវាទប្រៀនប្រដៅដល់អ្នកដែលដើរតាមលោកទាំងអស់គ្នា។ លោកបាននិយាយប្រាប់ពួកគេថា គោរពបដិបត្តិសិក្ខាបទទាំងប្រាំ ឬ បញ្ចសីលា

(Five Training Steps) ជាជំហានចាំបាច់ទៅរកបន្សុទ្ធចិត្ត។ លោកបាននិយាយប្រាប់ពួកគេដែរថា ដោយមានចិត្តបរិសុទ្ធ ការដាក់បាត្រនឹងបានទទួលផលានិសង្ឃច្រើនណាស់ – ពិតណាស់ នេះហើយជាទានដ៏សច្ចៈនៃជីវិត!

នៅពេលលោកបានបញ្ចប់ឱវាទប្រៀនប្រដៅ រណ្តៅភ្លើងឆេះសន្ធោរសន្ធៅ និងផ្កាឈូកដ៏ត្រជាក់ស្រស់ស្អាតក៏បានរលាយបាត់ទៅហោង។

ដំបូន្មាន: អ្នកមិនត្រូវភ័យខ្លាចអ្វីឡើយ នៅពេលដែលអ្នកធ្វើអំពើល្អ។

8 - The Silent Buddha (Generosity)

Once upon a time, there was a very rich man living in Benares, in the northern India. When his father died, he inherited even more wealth. He thought, “Why should I use this treasure for myself alone? Let my fellow beings also benefit from these riches.”

So he built dining halls at the four gates of the city – North, East, South and West. In these halls he gave food freely to all who wished it. He became famous for his generosity. It also became known that he and his followers were practicers of five Training Steps.

In those days, there was a Silent Buddha meditating in the forest near Benares.

He was called Buddha because he was enlightened. This means that he no longer experienced himself, the one called “I or me”, as being in any way different from all life living itself. So he was able to experience life as it really is, in every present moment.

Being one with all life, he was filled with compassion and sympathy for the unhappiness of all being; so he wished to teach and help them to be enlightened just as he was. But the time of our story was a most unfortunate time, a very sad time. It was a time when no one else was able to understand the Truth, and experience life as it really is. And since this Buddha knew this, that was why he was Silent.

While meditating in the forest, the Silent Buddha entered into a very high mental state. His concentration was so great that he remained in one position for seven days and nights, without eating or drinking.

When he returned to the ordinary state, he was in danger of dying from starvation. At the usual time of day, he went to collect alms food at the mansion of the rich man of Benares.

When the rich man had just sat down to have lunch, he saw the Silent Buddha coming with his alms bowl. He rose from his seat respectfully. He told his servants to go and give alms to him.

Meanwhile, Mara, the god of death, had been watching. Mara is the one who is filled with greed for power over all beings. He can only have this power because of the fear of death.

Since a Buddha lives life fully in each moment, he has no desire for future life, and no fear of future death. Therefore, since Mara could have no power over the Silent Buddha, he wished to destroy the Silent Buddha. When he saw that he was near death from starvation, he knew that he had a good chance of succeeding.

Before the servant could place the food in the Silent Buddha’s alms bowl, Mara caused a deep pit of red hot burning coals to appear between them. It seems like the entrance to a hell world.

When he saw this, the servant was frightened to death. He ran back to his master. The rich man asked him why he returned without giving the alms food. He replied, “My dear lord, there is a deep pit full of red hot burning coals just in front of the Silent Buddha.”

The rich man thought, “This man must be seeing things!” So he sent another servant with alms food. The second servant was also frightened by the same pit of fiery coals. Several servants were sent, but all returned frightened to death.

Then the master thought, “There is no doubt that Mara, the god of Death, must be trying to prevent my wholesome deed of giving alms food to the silent Buddha. Because wholesome deeds are the beginning of the path to enlightenment, this Mara wished to stop me at all costs. But he does not understand my confidence in the Silent Buddha and my determination to give.”

So he himself took the alms food to Silent Buddha. He too saw the flames rising from the fiery pit. Then he looked up and saw the terrible god of death, floating above in the sky. He asked, “Who are you?” Mara replied, “I am the god of death!”

“Did you create this pit of fire?” asked the rich man. “I did,” said the god of the death. “Why did you do so?” “To keep you from giving alms food, and in this way to cause the Silent Buddha to die! Also to prevent your wholesome deed from helping you on the path to enlightenment, so you will remain in my power!”

The rich man of Benares said, “Oh Mara, god of death, the evil one, you cannot kill the Silent Buddha, and you cannot prevent my wholesome giving! Let us see whose determination is stronger!”

Then he looked across the raging pit of fire, and said to the calm and gentle Enlightenment One, “Oh Silent Buddha, let the light of Truth continue to shine as an example to us. Accept this gift of life!”

So saying, he forgot himself entirely, and in that moment there was no fear of death. As he stepped into the burning pit, he felt himself being lifted up by a beautiful cool lotus blossom. The pollen from this miraculous spread into the air, and covered him with the glowing color of gold. While standing in the heart of the lotus, the Great Being poured the alms food into the bowl of the Silent Buddha. Mara, god of death, was defeated!

In appreciation for this wonderful gift, the Silent Buddha raised his hand in blessing. The rich man bowed in homage, joining his hands above his head. Then the Silent Buddha departed from Benares, and went to the Himalayan forests. Still standing on the wonderful lotus, glowing with color of gold, the generous master taught his followers. He told them that practicing the Five Training Steps is necessary to purify the mind. He told them that with such a pure mind, there is great merit in giving alms – indeed it is truly the gift of life!

When he had finished teaching, the fiery pit and lovely cool lotus completely disappeared.

The moral is: *Have no fear when doing wholesome deeds.*

៩ – គោឈ្មោះឧសភរាជ: (មនុស្សម្នាក់ៗត្រូវមានការគោរពពីអ្នកដទៃ)

កាលពីព្រេងនាយ នៅនគរគ្នាន់ដារា (Grandhara) ក្នុងភូមិភាគខាងជើងនៃប្រទេសឥណ្ឌាមានបូរីមួយឈ្មោះហៅថាតក្កសិលា។ ហើយនៅក្នុងបូរីតក្កសិលានោះមានព្រះពោធិសត្វ ទ្រង់បានយោនយកកំណើតជាកូនគោមួយ។ ដោយហេតុថា គេបានបង្កាត់ពូជឲ្យមានកំឡាំងខ្លាំងក្លា កូនគោនោះក៏ត្រូវបានកុដុម្ពីក៍ម្នាក់ទិញយក។ ដោយមានភាពទន់ភ្លន់ កូនគោនោះបានធ្វើឲ្យកុដុម្ពីក៍ស្រឡាញ់ពេញចិត្តជាខ្លាំង ហើយក៏ដាក់ឈ្មោះថា “ឧសភរាជ“។ កុដុម្ពីក៍ចិញ្ចឹមថែរក្សា និងបំប៉នឧសភរាជតែចំណីអាហារណាល្អៗតែប៉ុណ្ណោះ។

នៅពេលដែលឧសភរាជធំពេញវ័យជាគោមួយយ៉ាងសង្ហា និងមានកំឡាំងមាំមួន គេបានគិតថា៖ "យើងបានត្រូវបុរសដ៏មានសប្បុរសធម៌នេះចិញ្ចឹមថែរក្សារហូតដល់ធំពេញរូបរាង។ គាត់បំប៉នយើងតែចំណីអាហារល្អៗ និងតែងតែយកចិត្តថែរក្សារូបយើងជានិច្ចជាកាល ទោះបីពេលខ្លះមានការលំបាកយ៉ាងណាក៏ដោយ។ នៅពេលនេះយើងបានធំពេញរូបរាង ហើយក៏គ្មានគោមួយណាអាចអូសរទេះដែលផ្ទុកទម្ងន់ធ្ងន់ខ្លាំងដូចជាយើងអាចអូសបានឡើយ។ ដូច្នេះ យើងចង់ប្រើកំឡាំងមាំមួនរបស់យើងដើម្បីធ្វើអ្វីមួយជាផលប្រយោជន៍ជូនដល់ម្ចាស់យើងវិញ។" អញ្ចឹងហើយ ឧសភរាជក៏បាននិយាយទៅកាន់ម្ចាស់ថា៖ "បពិត្រលោកម្ចាស់, សូមលោករកមើលឈ្មួញអ្នកមានទ្រព្យណាម្នាក់ ដែលមានអំនួតអួតអាងដោយសារមានគោមានកំឡាំងខ្លាំងច្រើនក្បាល។ ចូរលោកភ្នាល់នឹងគេចុះ ដោយនិយាយប្រាប់គេថា គោរបស់លោកអាចអូសរទេះគោផ្ទុកទំនិញធ្ងន់បានម្តងមួយរយទេះ។"

ធ្វើតាមការណែនាំរបស់ឧសភរាជ កុដុម្ពិក៍បានទៅជួបឈ្មួញម្នាក់បែបនោះ ហើយក៏បានជាប់មាត់ ជាប់កនិយាយពិភាក្សាគ្នាលេង។ មួយសន្ទុះក្រោយមក កុដុម្ពិក៍បានបញ្ចេញគំនិត ថាតើនៅក្នុងធានីនេះ តើគោអ្នកណាដែលមានកំឡាំងខ្លាំងក្លាជាងគេ។

ឈ្មួញនោះបាននិយាយថា៖ "មនុស្សច្រើននាក់ណាស់ដែលមានគោមានកំឡាំងខ្លាំង ប៉ុន្តែ គ្មាននរណាម្នាក់ដែលមានគោខ្លាំង ដូចជាគោរបស់ខ្ញុំទេ។" កុដុម្ពិក៍ក៏និយាយថា៖ "លោក ខ្ញុំមានគោមួយអាចអូសរទេះគោផ្ទុកទំនិញយ៉ាងធ្ងន់ បានម្តងមួយរយទេះ។" "ទេសំឡាញ់ តើធ្វើម្តេចឡើយនឹងមានគោបែបនេះទៅកើត? នេះ មិនគួរឲ្យជឿបានទេ!" ឈ្មួញបាននិយាយ។ កុដុម្ពិក៍ក៏ឆ្លើយតបថា៖ "ខ្ញុំពិតជាមានគោខ្លាំងបែបនេះមែន ហើយខ្ញុំមានបំណងចង់ភ្នាល់គ្នាទៀតផង។"

ឈ្មួញនោះបាននិយាយថា៖ "ខ្ញុំហ៊ានភ្នាល់បើគោនោះអាចអូសរទេះផ្ទុកទំនិញធ្ងន់បានម្តងមួយរយទេះនោះ។"

ឈ្មួញនោះក៏និយាយទៀតថា៖ "ខ្ញុំភ្នាល់ដាក់កាក់មាសមួយពាន់ ថាគោរបស់លោកមិនអាចអូសរទេះផ្ទុកទំនិញធ្ងន់ម្តងមួយរយទេះបានឡើយ។" ដូច្នេះហើយ គេក៏នាំគ្នាភ្នាល់ដាក់លុយ ហើយយល់ព្រមណាត់ថ្ងៃ និងពេលវេលាដើម្បីធ្វើការភ្នាល់គ្នា។

ឈ្មួញបានចងរទេះមួយរយភ្ជាប់បន្តកន្ទុយគ្នាដោយផ្ទុកខ្សាច់ និងគ្រួសយ៉ាងធ្ងន់លើរទេះទាំងនោះ។

កុដុម្ពិក៍បានបំប៉នស្រូវល្អបំផុតជាចំណីដល់គោឈ្មោះឧសភរាជ។ គេជូតទឹកឲ្យឧសភរាជ ហើយតុបតែងឲ្យឧសភរាជ និងពាក់ផ្កាមួយកំរងយ៉ាងស្រស់ស្អាតជុំវិញកឧសភរាជទៀតផង។ បន្ទាប់មក កុដុម្ពិក៍បានដាក់នឹមទឹមឧសភរាជនឹងរទេះទីមួយ ហើយឡើងបររទេះនោះតែម្តង។ ដោយមានវណ្ណៈខ្ពស់ស្រាប់ផង កុដុម្ពិក៍មិនអាចទប់នឹងចិត្តអំនួត ដែលធ្វើខ្លួនគេហាក់ដូចជាមនុស្សកាន់តែសំខាន់ខ្លាំងឡើងៗ។ ដូច្នេះ គេក៏បានរលាស់រំពាត់ខ្សែតី ទៅលើខ្យល់មួយឆ្វាច់ ហើយស្រែកទៅកាន់គោដ៏មានភក្តីថា៖ "អូសភ្លាមទៅអាសត្វគោភ្លើ! អញបញ្ជាឲ្យឯងអូស រទេះអាសត្វភ្លើ!"

គោឈ្មោះឧសភរាជបាននឹកគិតថា៖ "ការបបួលប្រកួតគ្នានេះជាគំនិតរបស់យើង។ តែយើងមិនដែលធ្វើអ្វីអាក្រក់លើម្ចាស់យើងទេ ប៉ុណ្ណឹងហើយ លោកនៅតែជេរប្រមាថមាក់ងាយដល់យើង ដោយប្រើពាក្យធ្ងន់មិនពិរោះពិសារលើយើងបែបយ៉ាងនេះ។" គិតដូច្នេះហើយ ឧសភរាជក៏នៅស្ងៀមហ្នឹងមួយកន្លែង មិនព្រមអូសរទេះទាំងនោះឡើយ។

ឈ្មួញបានសើចចំអក ហើយទាមទាយកប្រាក់ឈ្នះពីការដាក់ភ្នាល់របស់ខ្លួន។ កុដុម្ពីក៍បានសងកាក់មាសមួយពាន់ដល់ឈ្មួញនោះ។ គេបានវិលត្រឡប់ទៅផ្ទះវិញ ហើយអង្គុយសំកុកដោយទុក្ខព្រួយនឹងការចាញ់ភ្នាល់របស់គេ ព្រមទាំងមានការអាម៉ាស់ជាខ្លាំងនឹងអំនួតរបស់ខ្លួន។

ឧសភរាជស៊ីស្មៅដោយស្ងប់ស្ងៀមពេលដើរត្រឡប់មកផ្ទះវិញ។ នៅពេលមកដល់ផ្ទះ ឧសភរាជបានឃើញម្ចាស់ដេកផ្អៀងខ្លួនដោយក្រៀមក្រំ។ ឧសភរាជក៏បានសួរថា៖ "លោកម្ចាស់ ហេតុអ្វីក៏លោកដេកសន្ទឹងសន្ធៃបែបនេះ? លោកងងុយសំរានឬយ៉ាងម៉េច? លោកដូចមានការព្រួយបារម្ភណ៍ក្នុងចិត្ត។"កុដុម្ពីក៍បានតបថា៖ "យើងចាញ់ភ្នាល់អស់កាក់មាសដល់ទៅមួយពាន់កាក់ដោយសារតែឯង។ បើចាញ់ម្លឹងៗឲ្យយើងធ្វើម៉េចដេកលក់ទៅបាន? "

ឧសភរាជបានតបថា៖ "លោកម្ចាស់ លោកបានហៅខ្ញុំថាអាសត្វគោភ្លើ! ហើយថែមទាំងរលាស់រំពាត់ខ្សែតីទៅលើខ្យល់មួយឆ្វាច់លើក្បាលខ្ញុំទៀតផង។ មួយជីវិតខ្ញុំនេះ តើខ្ញុំដែលធ្វើឲ្យបាក់អ្វី, ជាន់លើអ្វី, ពង្រាយអ្វីខុសកន្លែង ឬក៏ធ្វើកិរិយាណាមួយជាគោភ្លីភ្លើម្តងណាទេ?" កុដុម្ពីក៍បុរសបានឆ្លើយថា៖ "មិនមានទេ គោសំណាប់ចិត្តខ្ញុំ។"

ឧសភរាជនិយាយថា៖ "បើអញ្ចឹង ហេតុដូចម្តេចបានជាលោកម្ចាស់ហៅខ្ញុំថាអាសត្វភ្លើ ហើយជេរប្រមាថខ្ញុំនៅចំពោះមុខអ្នកដទៃទៀតផង។ កំហុសនេះជាកំហុសរបស់លោក។ ខ្ញុំមិនបានធ្វើខុសឆ្គងសោះឡើយ។ ប៉ុន្តែដោយសារខ្ញុំមានការសោកស្តាយជំនួសលោក ដូច្នេះចូរលោកម្ចាស់ទៅជួបឈ្មួញនោះ និងធ្វើការភ្នាល់ដូចពីលើកមុន តែដាក់ប្រាក់ពីរពាន់កាក់មាស ហើយត្រូវចាំថា សូមប្រើតែពាក្យគោរពគោរពណាដែលខ្ញុំសមនឹងទទួល។ អញ្ចឹងហើយ កុដុម្ពីក៍បានត្រឡប់ទៅជួបឈ្មួញ ហើយភ្នាល់គ្នា ដោយដាក់ប្រាក់ពីរពាន់កាក់មាស។ ឈ្មួញបាននឹកគិតថានេះជាលុយដែលរកបានដោយងាយៗ។ លើកនេះក៏ដូចពេលមុនដែរ ឈ្មួញបានចងរទេះមួយរយភ្ជាប់បន្តកន្ទុយគ្នា ដោយផ្ទុកឥវ៉ាន់យ៉ាងធ្ងន់លើរទេះទាំងនោះ។ ហើយ លើកនេះក៏ដូចលើកមុនដែរ កុដុម្ពីក៍បានបំប៉នហើយផ្ងូតទឹកឲ្យឧសភរាជ និងបានពាក់កំរងផ្កាមួយនៅជុំវិញកឧសភរាជ។

នៅពេលដែលពិធីភ្នាល់គ្នាបានប្រុងប្រៀបជាស្រេចហើយនោះ កុដុម្ពីក៍លែងប្រើរំពាត់ខ្សែតី ហើយបែជាស្ទាបថ្ងាស់ឧសភរាជនឹងផ្កាឈូកមួយទងទៅវិញ។ គិតដោយសេចក្តីស្រឡាញ់ដល់ឧសភរាជ ប្រៀបដូចជាកូនបង្កើតរបស់ខ្លួន កុដុម្ពីក៍បាននិយាយថា៖ "កូនប្រុស ត្រូវផ្តល់កិត្តិយសដល់ឪពុក ចូរកូនអូសរទេះទាំងមួយរយនេះឲ្យបាន។ "

មើលចុះ ដោយកំឡាំងដ៏មហិមា ឧសភរាជដ៏អស្ចារ្យបានអូសទាញរទេះដ៏ធ្ងន់ទាំងនោះទៅមុខ រហូតទាល់តែរទេះចុងក្រោយបំផុតបានមកនៅលើកន្លែងរបស់រទេះទីមួយ។

ឈ្មួញឈរភ្លឹកធ្លាក់ចង្កាមកក្រោម ដោយមិនជឿភ្នែកខ្លួនឯង។ គេក៏បានប្រគល់ប្រាក់ពីរពាន់កាក់មាសឲ្យទៅកុដុម្ពីក៍។ អ្នកឈរមើលទាំងអស់មានការស្ញើចជាខ្លាំង ហើយគេបានផ្តល់រង្វាន់ផ្សេងៗជាកិត្តិយសដល់ឧសភរាជ។ ប៉ុន្តែ ដែលសំខាន់ខ្លាំងជាងជោគជ័យ គឺការធ្វើឲ្យអាម៉ាស់មុខ និងសេចក្តីគោរព ជាមេរៀនដ៏មានតម្លៃបំផុតសំរាប់កុដុម្ពីក៍។

ដំបូន្មាន: ពាក្យមិនពិរោះពិសារនឹងមិននាំមកនូវរង្វាន់ជាទីគាប់ចិត្តឡើយ។
ពាក្យដែលប្រកបដោយសេចក្តីគោរព នឹងនាំមកនូវកិត្តយសដល់មនុស្សគ្រប់រូប។

9- The Bull Called Delightful

(All Deserve Respect)

Once upon a time, in the country of Grandhara in northern India. There was a city called Takkasila. In that city the Enlightenment Being was born as a certain calf. Since he was well bred for strength, he was bought by a high class rich man. He became very fond of this gentle animal and called him “Delightful”. Ho took good care of him and fed him only the best.

When Delightful grew up into a fine strong bull, he thought, “I was brought up by this generous man. He gave me such good food and constant care, even though sometimes there were difficulties. Now I am a big grown up bull and there is no other bull can pull as heavy as a load as I can. Therefore, I would like to use my strength to give something in return to my master.”

So he said to the man, “Sir, please find some wealthy merchant who is proud of having many strong bull. Challenge him by saying that your bull can pull one hundred heavily loaded bullock carts.”

`Following his advice, the high class rich man went to such a merchant and struck up a conversation. After a while, he brought up the idea of who had the strongest bull in the city.

The merchant said, “Many have bulls, but no one has any as strong as mine.” The rich man Said, “Sir, I have a bull who can pull one hundred heavily loaded bullocks carts.” ”No, friend, how can there be such a bull? That is unbelievable!” said the merchant. The other replied, “I do have such a bull, and I am willing to make a bet.”

The merchant said: I will bet a thousand gold coins that your bull cannot pull a hundred loaded bullock carts.” So the bet was made and they agreed on a date and time for the challenge.

The merchant attached together one hundred big bullock carts. He filled them with sand and gravel to make them very heavy.

The high class rich man fed the finest rice to the bull called Delightful. He bathed him and decorated him and hung a beautiful garland of flowers around his neck.

Then he harnesses him to the first cart and climbed up into it. Being so high class, he could not resist to urge to make himself seem very important. So he cracked a whip in the air, and yelled at the faithful bull, “Pull, you dumb animal! I command you to pull, you big dummy!”

The bull called Delightful thought, “This challenge was my ideal. I have never done anything bad to my master, and yet he insult me with such hard and harsh words!” So he remained in his place and refused to pull the carts.

The merchant laughed and demanded his winnings from the bet. The high class rich man had to pay him the one thousand gold coins. He returned home and sat down, saddened by his lost bet, and embarrassed by the blow to his pride.

The bull grazed peacefully on his way home. When he arrived, he saw his mater sadly lying on his side. He asked, “Sir why are you lying there like that? Are you sleeping?” You look sad.” The man said, I lost a thousand gold coins because of you. With such a loss, how could I sleep?”

The bull replied. “” Sir, you called dummy. You even cracked a whip in the air over my head. In all my life, did I ever break anything, step on anything, make a mess in wrong place, or behave like a dummy in any way?” He answered, “No my pet.”

The bull said, “Then sir why did you call me ‘dummy animal’, and insult me even in the presence of others?” The fault is yours. I have done nothing wrong. But since I feel sorry for you, go again to the merchant and make the same bet for two thousand gold coins, And remember to use only the respectful words I deserve so well.”

Then the high class rich man went back to the merchant and made the bet for two thousand gold coins. The merchant thought it would be easy money. Again The merchant set up the one hundred heavily loaded bullock carts. Again the rich man fed and bathed the bull, and hang a garland of flowers around his neck.

When all was ready, the rich man touched Delightful's forehead with a lotus blossom, having given up the whip. Thinking of him as fondly as if the bull was hid own child, he said, "My son, please do me the honor of pulling these one hundred bullock carts."

Lo and behold, the wonderful bull pulled with all his might and dragged the heavy carts until the last one stood in the place of the first.

The merchant, with his mouth hanging open in disbelief, had to pay the two thousand gold coins. The onlookers were so impressed that they honored the bull with gifts. But even more important to the high class rich man than his winning, was his valuable lesson in humility and respect.

The moral is: *Harsh words bring no reward. Respectful words bring honor to all.*

១០ - កាឡគោណោ (មេត្តាធម៍)

កាលពីព្រេងនាយ នៅពេលដែលព្រះបាទព្រហ្មទត្តកំពុងបានសោយរាជ្យនៅនគរពារាណសី មានដូនចាស់ម្នាក់បានចិញ្ចឹមកូនគោមួយ។ កូនគោនោះជាកូនគោមានសម្បុរខ្មៅរលោងស្រស់សង្ហា។ ការពិត កូនគោនោះជាគោមួយខ្មៅឃ្លីចគ្មានពណ៌សបន្តិចណាឡើយ។ កូនគោនោះសោតជាតួអង្គព្រះពោធិសត្វ (Bodhisatta)។

ដូនចាស់ចិញ្ចឹមបីបាច់រក្សាកូនគោនោះដូចជាចិញ្ចឹមកូនបង្កើតរបស់គាត់។ គាត់បំប៉នតែអង្ករដែលល្អបំផុត និងបបរដល់កូនគោនោះ។ គាត់តែងតែយកដៃអង្អែលក្បាល និងកវា ហើយវាក៏លិតដៃគាត់វិញ។ ដោយដូនចាស់និងកូនគោមានការជិតស្និទ្ធយ៉ាងនេះ អ្នកស្រុកអ្នកភូមិក៏ចាប់ផ្តើមហៅកូនគោនោះថា "កាឡគោណោ"។

ទោះបីជាវាបានធំពេញវ័យមានកំឡាំងមាំមួនទៅហើយក៏ដោយ ក៏កាឡគោណោនៅតែសាំង ហើយទន់ភ្លន់។ ក្មេងៗកូនអ្នកភូមិចូលចិត្តប្រឡែងលេងជាមួយកាឡគោណោ ដោយតោងក និងត្រចៀង និងស្នែង។ ជួនកាល ក្មេងទាំងនោះច្បាមចាប់កន្ទុយ ហើយលោតឡើងជិះលើខ្នងកាឡគោណោលេង។ កាឡគោណោស្រឡាញ់ចូលចិត្តកូនក្មេងណាស់ ដូច្នេះកាឡគោណោមិនដែលរអ៊ូរទាំឡើយ។

គោដ៏ស្លូតនេះបានគិតថា៖ "ដូនចាស់ជាទីស្រឡាញ់ ដែលចិញ្ចឹមបីបាច់ថែរក្សាខ្ញុំ គាត់ដូចជាមាតាដែលមានធម៌មេត្តាម្នាក់ចំពោះខ្ញុំ។ គាត់បីបាច់ចិញ្ចឹមរក្សាខ្ញុំដូចជាកូនបង្កើតរបស់គាត់។ ពិតណាស់គាត់ជាអ្នកក្រ ប៉ុន្តែគាត់ដាក់ខ្លួនល្អណាស់ មិនសុំខចិត្តឲ្យខ្ញុំជួយធ្វើការគាត់ឡើយ។ គាត់ទន់ភ្លន់ មិនបង្ខំឲ្យខ្ញុំធ្វើការងារអ្វីទាំងអស់។ ហើយខ្ញុំក៏គោរពស្រឡាញ់គាត់ណាស់ដែរ ខ្ញុំមានបំណងចង់ឲ្យគាត់បានរំដោះខ្លួនរួចផុតអំពីទុក្ខសោក នៃសេចក្តីទីទ័លក្រ។" អញ្ចឹងហើយ កាឡគោណោក៏ចាប់ផ្តើមដើររកការងារធ្វើ។

ថ្ងៃមួយ មានក្បួនរទេះ៥០០បរកាត់ភូមិនោះ។ ក្បួនរទេះនោះត្រូវបានឈប់នៅកន្លែងដ៏ពិបាកដោយត្រូវឆ្លងកាត់ស្ទឹងមួយ។ គោទាំងអស់មិនមានសមត្ថភាពអាចអូសទាញរទេះទាំងនោះឆ្លងកាត់ស្ទឹងនោះបានឡើយ។ មេក្បួនរទេះក៏ចងគោទាំង៥០០នឹមទៅនឹងរទេះទីមួយ។ ប៉ុន្តែ ដោយចរន្តទឹកស្ទឹងហូរកញ្ជ្រោលបោកបាចខ្លាំងហួសហេតុពេក គោទាំង៥០០នឹមនោះមិនទាំងអាចទាញរទេះមួយនោះបានផង។

ប្រឈមមុខចំពោះបញ្ហានេះ មេក្បួនរទេះបានចាប់ផ្តើមស្វែងដើររកគោថែមទៀត។ គេគ្រប់គ្នាបានដឹងថា បុរសមេក្បួនរទេះនេះ ជាមនុស្សជំនាញខាងមើលគុណសម្បត្តិរបស់គោ។ នៅពេលដែលគេដើរសង្កេតមើលហ្វូងគោអ្នកភូមិដែលដើរតត្រុកចុះឡើងទាំងនោះ គេបានសំគាល់ឃើញកាឡគោណោ។ ភ្លាមនោះ គេបាននឹកក្នុងចិត្តថា៖ "គោដ៏ល្អនេះ ដូចជាមានកំឡាំងថាមពល និងឆន្ទៈអូសទាញរទេះរបស់ខ្ញុំទាំងអស់ឆ្លងកាត់ស្ទឹងបាន។"

គេក៏បានសួរអ្នកភូមិដែលឈរជិតនោះ៖ "តើម្ចាស់គោខ្មៅនេះជានរណាទៅហ្ន៎? ខ្ញុំចង់ប្រើគោនេះឲ្យទាញរទេះខ្ញុំទាំងអស់ឆ្លងស្ទឹង ហើយខ្ញុំនឹងបង់ថ្លៃសេវាទាំងនោះជូនទៅម្ចាស់វា។" អ្នកភូមិទាំងនោះបានឆ្លើយថា៖ "អញ្ជើញយកចុះ។ ម្ចាស់គោនេះមិននៅផ្ទះទេ។"

អញ្ជឹងហើយ បុរសមេក្បួនរទេះក៏យកខ្សែរជាក់កន្លះកាឡគោណោ។ ប៉ុន្តែនៅពេលគេទាញ កាឡគោណោនៅស្ងៀមមិនព្រមកំរើកសោះ។ កាឡគោណោកំពុងតែគិតថា៖ "រហូតទាល់តែគាត់និយាយថា ឲ្យថ្លៃសេវាខ្ញុំធ្វើការនេះប៉ុន្មានសិន ទើបខ្ញុំព្រមដើរ។"

ដោយសារតែគេជាមនុស្សជំនាញខាងមើលលក្ខណៈរបស់គោ បុរសមេក្បួនរទេះបានយល់ដឹងភ្លាមពីហេតុផលរបស់កាឡគោណោ។ ដូច្នេះគេក៏បាននិយាយថា៖ "ឱម្ចាលគោជាទីស្រឡាញ់អើយ បន្ទាប់ពីឯងបានអូសរទេះយើងទាំង៥០០ឆ្លងកាត់ស្ទឹងរួចហើយ យើងនឹងឲ្យឈ្នួលឯងពីរកាក់មាសសំរាប់រទេះមួយ – គឺពីរកាក់ មិនមែនមួយកាក់ទេ!" គ្រាន់តែឮពាក្យនេះភ្លាម កាឡគោណោក៏ព្រមដើរទៅតាមបុរសមេក្បួនរទេះមួយរំពេច។

បុរសនោះក៏បានទឹមកាឡគោណោទៅនឹងរទេះទីមួយ។ កាឡគោណោបានចាប់ផ្តើមទាញរទេះទីមួយនោះឆ្លងកាត់ស្ទឹងទាល់តែបាន។ ទំនាញនេះគឺជាទំនាញដែលគោមួយពាន់ក្បាលមិនអាចទាញរួចកាលពីពេលមុន។ ដូចៗគ្នា កាឡគោណោបានទាញរទេះដែលនៅសល់ទាំង៤៩៩ មួយម្តងៗ ដោយមិនបានពន្យឺតដំណើរបន្តិចសោះឡើយ!

នៅពេលដែលរទេះទាំងអស់ត្រូវបានទាញរួចស្រេចអស់ហើយ បុរសមេក្បួនរទេះបានខ្ចប់កញ្ចប់ដោយដាក់តែកាក់មាសមួយសំរាប់រទេះមួយ។ គឺទាំងអស់៥០០កាក់មាស។ បុរសបានយកកញ្ចប់មាសនោះទៅពាក់នៅនឹងកគោដ៏មានអានុភាព។ កាឡគោណោនឹកគិតថា៖ "បុរសនេះបានសន្យាថា ឲ្យពីរកាក់មាសសំរាប់រទេះមួយ, ប៉ុន្តែកញ្ចប់មាសដែលពាក់នៅនឹងកយើងនេះ មិនមានចំនួនដូចពាក្យគេសន្យាទេ។ យើងនឹងមិនបណ្តោយឲ្យគេទៅណាបានឡើយ។" គិតដូច្នេះហើយ កាឡគោណោបានដើរទៅឈរពាំងផ្លូវពីមុខក្បួនរទេះ។ បុរសមេក្បួនបានខំប្រឹងរុញកាឡគោណោចេញពីមុខផ្លូវ តែកាឡគោណោនៅឈរស្ងៀមមិនព្រមដើរចេញសោះឡើយ។ បុរសមេក្បួនក៏បានព្យាយាមបរវាងគេចចេញពីកន្លែងដែលកាឡគោណោឈរ។ ប៉ុន្តែ ដោយគោទាំងអស់បានឃើញថាកាឡគោណោមានអានុភាពខ្លាំងក្លាយ៉ាងណាហើយនោះ ដូច្នេះពួកវាក៏មិនហ៊ានកំរើកទៅណាដែរ!

បុរសមេក្បួនបានគិតថា៖ "មិនបាច់ឆ្ងល់ទេ គោនេះមានបញ្ញាវាងវៃណាស់ វាបានដឹងថាយើងបានឲ្យប្រាក់ឈ្នួលតែពាក់កណ្តាលទេ។" គិតឃើញដូច្នេះហើយ បុរសមេក្បួនបានខ្ចប់កញ្ចប់ថ្មីមួយទៀត ដោយដាក់មាសគ្រប់ចំនួន ហើយយកទៅពាក់នៅនឹងកកាឡគោណោជំនួសកញ្ចប់ទីមួយវិញ។

បន្ទាប់មកកាឡគោណោបានឆ្លងស្ទឹងត្រឡប់មកភូមិវិញ ហើយដើរតម្រង់ទៅរកដូនចាស់ជាម្តាយរបស់គេ។ នៅតាមផ្លូវ ក្មេងៗបាននាំគ្នាខំឆក់យកកញ្ចប់មាសលេងជាល្បែង តែកាឡគោណោបានគេចរួចផុតទាំងអស់។

នៅពេលដែលដូនចាស់បានឃើញកញ្ជប់ដ៏ធ្ងន់ គាត់ក៏មានការភ្ញាក់ផ្អើលជាខ្លាំង។ ក្មេងៗបាននិយាយរៀបរាប់ប្រាប់គាត់ពីហេតុការណ៍ទាំងអស់ដែលបានកើតមានឡើងនៅក្នុងស្ទឹង។ គាត់បានលាកញ្ជប់ ហើយឃើញកាក់មាសមួយពាន់។

ដូនចាស់ក៏បានឃើញភាពហត់នឿយនៅក្នុងភ្នែកកូនរបស់គាត់ដែរ។ គាត់បាននិយាយថា៖ “ឱកូនប្រុសអើយ កូននឹកថាម្តាយនឹងរស់នៅលើគំនរប្រាក់ដែលកូនរកបាននេះឬ? ហេតុអ្វីក៏កូនចង់ធ្វើការដ៏លំបាក ហើយធ្វើបាបខ្លួនយ៉ាងនេះ? ទោះបីជាម្តាយមានការលំបាកលំបិនយ៉ាងណាក៏ដោយ ក៏ម្តាយនៅតែបារម្ភណ៍ និងថែរក្សាកូនជានិច្ច។“

បន្ទាប់មក ដូនចាស់ក៏បានផ្ងូតទឹកលាងសំអាតកាឡូគោណោជាទីស្រឡាញ់របស់គាត់ ហើយលាបប្រេង និងច្របាច់សសៃសាច់ដុំដែលរវើយស្មើយរបស់កូនឲ្យបានស្រួលខ្លួនឡើងវិញ។ គាត់បានផ្តត់ផ្គង់ចំណីល្អៗ និងថែរក្សាកាឡូគោណោរហូតទាល់តែដល់ទីបញ្ចប់នៃជីវិតដ៏មានសុភមង្គលរបស់គេទាំងពីរទៅហោង។

ដំបូន្មាន: មេត្តាធម៌ធ្វើឲ្យគ្រួសារដ៏ទុរគតមួយ មានអារម្មណ៍ថាជាគ្រួសារមានសម្បត្តិស្តុកស្តម្ភ និងមានសុភមង្គលមួយទៅវិញ។

10 - Grandma’s Blackie (Loving-kindness)

Once upon a time, when king Brahmadatta was ruling in Benares, there was an old woman who had a calf. This calf was of a noble dark color. In fact, he was jet black without a spot of white. He was the Bodhisatta – the Enlightenment Being.

The old woman raised the little calf just as though the was her own child. She fed him only the very best rice and rice porridge. She petted his head and neck, and he licked her hand. Since they were so friendly, people began calling the calf “Grandma’s Blackie”.

Even after he grew up into a big strong bull. Grandma’s Blackie remained very tame and gentle. The village children played with him, holding onto his neck and ears and horns. They would even grab his tail and swing up onto his back for a ride. He liked children, so he never complained.

The friendly bull thought, “The loving old woman, who brought me up, is like a kind mother to me. She raised me as if I was her own child. She is poor and in need, but to humble to ask for my help. She is too gentle to force me to work. Because I also love her, I wish to release her from the suffering of poverty.” So he began looking for work.

One day a caravan of 500 carts came by the village. It stopped at a difficult place to cross the river. The bullocks were not able to pull the carts across. The caravan leader hooked up all 500 pairs of bullocks to the first cart. But the river was so rough that they could not pull across even that one cart.

Faced with this problem, the leader began looking for more bulls. He was known to be an expert judge of the qualities of bulls. While examining the wandering village herd, he noticed Grandma’s Blackie. At once he thought, “This noble bullock looks like he has the strength and the will to pull my carts across the river.”

He said to the villagers standing by, “To who does this big black bull belong? I would like to use him to pull my caravan across the river, and I am willing to pay his owner for his services.” The people said, “ By all means, take him. His master is not here.”

So he put a rope through Grandma’s Blackie’s nose. But when he pulled, he could not budge him! The bull was thinking, “Until this man says what he will pay for my work, I will not move.”

Being such a good judge of bulls, The caravan leader understood his reasoning. So he said, “My dear bull, after you have pulled my 500 carts across the river, I will pay you two gold coins for each cart – not just one but two!” Hearing this, Grandma’s Blackie went with him at once.

Then the man harnessed strong black bull to the first cart. He proceeded to pull it across the river. This was what all one thousand bulls could not do before. Likewise, he pulled across each of the other 499 carts, one at a time, without slowing down a bit!

When all was done, the caravan leader made a package containing only one gold coin per cart, that is 500 coins. He hung this around the mighty bullock’s neck. The bull thought, “ This man promised two coins per cart, but that is not what he has hung around my neck. So I will not let him leave!” He went to the front of the caravan and blocked the path.

The leader tried to push him out of the way, but he would not move. He tried to drive the carts around him. But all the bulls had seen how strong he was, so they would not move either!

The man thought, “There is no doubt that this is a very intelligent bull, who knows I have given him only half-pay.” So he made a new package containing the full one thousand gold coins, and hung it instead around the bull’s neck.

Then Grandma’s Blackie re-crossed the river and walked directly toward the old woman, his mother. Along the way, the children tried to grab the money package, thinking it was a game. But he escape them.

When the woman saw the heavy package, she was surprised. The children told her all about what happened down the river. She opened the package and discovered the one thousand gold coins.

The old woman also saw the tired look in the eyed of her child. She said, “Oh my son, do you think I wish to live off the money you earn? Why did you wish to work so hard and suffer so? No matter how difficult it may be, I will always care for and look after you.”

Then the kind woman washed the lovely bull and massaged his tired muscles with oil. She fed him good food and cared for him, until the end of their happy lives together.

The moral is: *Loving-kindness makes the poorest house into the richest home.*

១១-កូនចាបចៀបកប្បាសដែលមិនទាន់ចេះហើរ

(ឥទ្ធិពលនៃសច្ចធម៌, កុសលធម៌ និងករុណាធម៌)

កាលពីព្រេងនាយ មានព្រះពោធិសត្វមួយអង្គទ្រង់បានយោនយកកំណើតជាកូនចាបចៀបកប្បាស។ កូនចាបចៀបកប្បាសនោះមានជើង និងស្លាបតូចៗនៅឡើយ, មិនទាន់ចេះដើរ ឬហោះហើរបាននៅឡើយទេ។ មេបាវាទាំងពីរខិតខំប្រឹងប្រែងជាខ្លាំងដើម្បីស្វែងរកចំណីយកមកសំបុក ដើម្បីបញ្ចុកចំណីវាតាមចំពុះ។

នៅតំបន់ព្រៃដែលចាបចៀបកប្បាសបានយោនយកកំណើតនោះ ជាភូមិភាគមួយក្នុងលោកយើងនេះ ដែលតែងតែមានភ្លើងឆេះព្រៃជារៀងរាល់ឆ្នាំ។ នាកាលវេលាឆ្នាំនោះឯង ក៏មានភ្លើងចាប់ឆាបឆេះព្រៃម្តងទៀត។ បក្សាបក្សីទាំងអស់ដែលមានលទ្ធភាព ក៏បាននាំគ្នាហើរទៅឆ្ងាយចាប់តាំងតែពីសញ្ញាមានផ្សែងជាដំបូងមកម្លេះ។ ដោយហេតុថា ភ្លើងកាន់តែឆាបឆេះមកជិតសំបុកកូនចាបចៀបកប្បាសបន្តិចម្តងៗហើយនោះ។ មេ និងបាទាំងពីរនាំគ្នាបន្សល់ខ្លួននៅជាមួយនឹងកូន។ នៅទីបំផុត ភ្លើងបានឆាបឆេះមកជិតមែនទែន ដែលបានធ្វើឲ្យមេបាទាំងពីរបង្ខំចិត្តហើរចាកចេញយករួចតែជីវិតខ្លួន ចោលកូនចាបសំឡាញ់ទាំងចិត្តក្តុកក្តួលជាអនេក។

ដើមឈើទាំងអស់ ទាំងតូចទាំងធំត្រូវបានភ្លើងឆេះបាក់រលំដួល ជាមួយនឹងសំឡេងផ្ទុះរប៉េះរប៉ោះជាខ្លាំង។ កូនចាបចៀបកប្បាសបានឃើញអ្វីៗត្រូវបានភ្លើងឆេះបំផ្លាញយ៉ាងសាហាវ ដោយគ្មានអ្វីអាចគ្រប់គ្រងបានឡើយ។ វាមិនអាចធ្វើអ្វី ដើម្បីជួយដល់ជីវិតខ្លួនវាបានឡើយ។ នៅក្នុងខណៈនេះ ចិត្តកូនចាបចៀបកប្បាសមានអារម្មណ៍ពោរពេញទៅដោយសេចក្តីអស់សង្ឃឹមជាខ្លាំង។

តែរំពេចនោះ កូនចាបចៀបកប្បាសបាននឹកភ្នកក្នុងចិត្តថា៖ “មេ និងបាខ្ញុំ លោកអាណិតស្រឡាញ់ខ្ញុំខ្លាំងណាស់។ ដោយមិនខ្លាចនឿយហត់អ្វីទាំងអស់ លោកបានធ្វើសំបុកមួយសំរាប់ខ្ញុំ និងចិញ្ចឹមបំប៉នរក្សាខ្ញុំ ដោយគ្មានការលោភលន់អ្វីសោះឡើយ។ នៅពេលភ្លើងបានឆាបឆេះចូលជិតមក លោកទាំងពីរបាននាំគ្នាបន្សល់ខ្លួននៅជាមួយខ្ញុំ រហូតដល់នាទីចុងក្រោយបំផុត។ បក្សាបក្សីទាំងអស់ដែលមានលទ្ធភាពអាចហោះហើរបាន គេបាននាំគ្នាហើរចេញទៅឆ្ងាយ តាំងតែពីមុនយូរណាស់មកហើយ។

អញ្ចឹងហើយ មេត្តាធម៌របស់មេ និងបាដែលលោកមានចំពោះខ្ញុំធំធេងណាស់។ លោកបានបន្សល់ខ្លួននៅជាមួយខ្ញុំដោយផ្សងព្រេងនឹងគ្រោះថ្នាក់នៃជីវិតរបស់លោកទាំងពីរ។ តែ ទោះជាយ៉ាងណាក៏ដោយ ក៏លោកនៅតែគ្មានសង្ឃឹមថានឹងអាចជួយយកអាសារជីវិតខ្ញុំបាន។ ដូច្នេះហើយ ដោយសារតែលោកមិនអាចបីពរយកខ្ញុំទៅជាមួយបាន ទើបលោកដាច់ចិត្តហោះចេញទៅតែខ្លួន។ ខ្ញុំសូមអរគុណដល់លោកទាំងពីរ ចំពោះសេចក្តីស្រឡាញ់របស់លោក ដែលមានចំពោះរូបខ្ញុំ ទោះជាលោកទាំងពីរទៅដល់ទីណាក៏ដោយ។ ខ្ញុំសូមផ្សងដោយអស់ពីចិត្ត សូមឲ្យលោកទាំងពីរបានរួចផុតពីគ្រោះថ្នាក់ មានសុខមាលភាព និងសុភមង្គល។“

“ឥឡូវនេះ ខ្ញុំនៅតែម្នាក់ឯងតែលតោល។ គ្មានអ្នកណាម្នាក់ដែលខ្ញុំទៅរកឲ្យជួយបានទេ។ ខ្ញុំមានស្លាប តែខ្ញុំមិនអាចហើរឲ្យរួចខ្លួនបាន។ ខ្ញុំមានជើង តែខ្ញុំមិនអាចរត់គេចចេញបាន។ ប៉ុន្តែ ខ្ញុំនៅអាចគិតបាន។ សល់តែចិត្តប៉ុណ្ណោះ ដែលខ្ញុំនៅប្រើបាន គឺជាចិត្តដែលបរិសុទ្ធ។ ក្នុងជីវិតដ៏ខ្លីរបស់ខ្ញុំ សត្វលោកដែលខ្ញុំស្គាល់ មានតែមេ និងបារបស់ខ្ញុំតែប៉ុណ្ណោះ។ ហើយចិត្តរបស់ខ្ញុំសោត ក៏ពោរពេញទៅដោយក្តីមេត្តាករុណាចំពោះលោកទាំងពីរ។ ខ្ញុំមិនដែលបានធ្វើអំពើអាក្រក់ ដល់អ្នកណាម្នាក់ឡើយ។ ខ្ញុំមានតែសច្ចភាពនៃទារកនិរទោស (New-born innocent) តែប៉ុណ្ណោះ។“

រំពេចនោះ បាដិហារដ៏មហាស្ចារ្យមួយបានកើតមានឡើង។ សច្ចភាពនៃនិរទោសនេះបានរីកធំឡើងៗ រហូតដល់បានធំជាងខ្លួនកូនចាបចៀបកប្បាស។ ចំណេះដឹងចំពោះសច្ចធម៌នេះ មានកេរ្តិ៍ខ្ពស់ហួសឆ្ងាយផុតពីជីវិតរស់នៅរបស់បុគ្គលម្នាក់ៗ។ ចំណេះដឹងនេះព្រះពោធិសត្វ លោកមិនត្រឹមតែយល់ចេះដឹងតែនៅក្នុងជាតិនេះទេ គឺលោកក៏មានចំណេះដឹងនេះតាំងតែពីគ្រប់ជាតិមុនៗមកផងដែរ ចំណេះដឹងទាំងនេះ ហៅថា បុព្វេជាតិស្សរញ្ញាណ ប្រែថា (ប្រាជ្ញារលឹកជាតិកំណើត ពីក្នុងអតីតកាលបាន)។ នរជនដែលបានយោនយកកំណើតពីជាតិមុនយ៉ាងនេះ បាននាំឲ្យមនុស្សជាតិស្គាល់ថា ជាព្រះពុទ្ធមួយអង្គ ដែលលោកជាអ្នកដែលបានសំរេចសម្មាសម្ពោធិញ្ញាណ ស្គាល់

សច្ចធម៌ច្បាស់លាស់ លោកជាអ្នកមានអានុភាព នៃសច្ចធម៌, ភាពបរិសុទ្ធនៃកុសលធម៌ និងគោលបំណងនៃមេត្តាធម៌។

ដូច្នេះហើយ ព្រះពោធិសត្វដែលជាកូនចាបចៀបកប្បាស លោកបានអធិដ្ឋានតាំងមាំក្នុងចិត្តថា៖ “សូមឲ្យសច្ចភាពនៃទារកនិរទោសនេះបានជួបជុំជាមួយភាពបរិសុទ្ធនៃកុសលធម៌ និងអានុភាពនៃសច្ចធម៌ដ៏បុរាណផងចុះ។ សូមឲ្យបក្សាបក្សី និងសត្វនិករទាំងអស់ ដែលនៅជាប់អន្ទាក់ភ្លើងឆេះព្រៃនេះ បានរួចផុតពីគ្រោះភ័យ។ និងសូមឲ្យទីកន្លែងត្រង់នេះបានចៀសរួចផុតពីភ្លើងព្រៃមួយលានឆ្នាំទៅហោង ។“

ហើយអ្វីៗក៏បានសំរេចដូចសេចក្តីអធិដ្ឋានតាំងចិត្តសច្ចាប្រាថ្នារបស់ព្រះពោធិសត្វមែន។

ដំបូន្មាន: សច្ចធម៌, កុសលធម៌ និងករុណាធម៌អាចសង្គ្រោះពិភពលោកបាន។

11 - The Baby Quail Who Could Not Fly Away

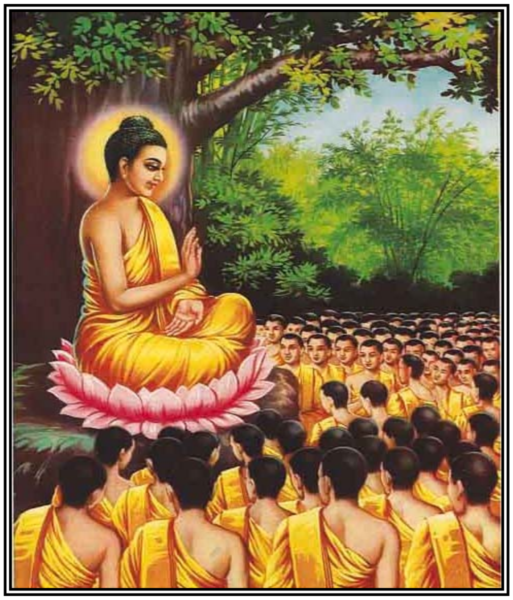
(The Power of Truth, Wholesomeness and Compassion)

Once upon a time, the Enlightenment Being was born as a tiny quail. Although he had little feet and wings, he could not yet walk or fly. His parents worked hard bringing food to the nest, feeding him from their beaks.

In that part of the world, there were usually forest fires every year. So it happened that a fire began in that particular year. All the birds who were able, flew away at the first sign of smoke. As the fire spread, and got closed and closer to the nest of the baby quail, his parents remained with him. Finally the fire got so close, that they too had to fly away to save their lives.

All the trees, big and small, were burning and cracking with a loud noise. The little one saw that everything was being destroyed by the fire that raged out of control. He could do nothing to save himself. At that moment his mind was overwhelmed by a feeling of helplessness.

Then it occurred to him, “My parents loved me very much. Unselfishly they built a nest for me, and then fed me without greed. When the fire came, they remained with me until the last moment. All the other birds who, could had flown away a long time before.



ចតុរង្គសន្និបាត (Fourfold Assembly)

So great was the loving-kindness of my parents, they had stayed and risked their lives, but still they were helpless to save me. Since they could not carry me, they were forced to fly away alone. I thank them, wherever they re, for loving me so. I hope with all my heart they will be safe and well and happy.

“Now I am all alone. There is no one I can go to for help. I have wings, but I cannot fly away. I have feet, but I cannot run away. But I can still think. All I have left to use is my mind – a mind that remains pure. The only beings I have known in my short life were my parents, and my mind has been filled with loving-kindness toward them. I have done nothing unwholesome to anyone. I am filled with new-born innocent truthfulness.”

Then an amazing miracle took place. This innocent truthfulness grew and grew until it became larger than the little baby bird. The knowledge of truth beyond that one lifetime, and many previous births became known. One such previous birth had led to knowing a Buddha, a fully enlightened knower of truth – one who had power of Truth, the purity of wholesomeness, and the purpose of compassion.

Then the Great Being within the tiny baby quail thought, “May this very young innocent truthfulness be united with that ancient purity of wholesomeness and power of Truth. May all birds and other beings, who are still strapped by the fire be saved. And may this spot be safe from fire for a million years!”

And so it was.

The moral is: *Truth, wholesomeness and compassion can save the world.*

១២ – ព្រះរាជកុមារដែលមានផែនការណ៍ល្អមួយ (អានុភាពនៃអបីយ៍ជំនឿ)

កាលពីព្រេងនាយ ព្រះបាទព្រហ្មទត្តទ្រង់សោយរាជ្យនៅនគរពារាណសី នៅភូមិភាគខាងជើងនៃប្រទេសឥណ្ឌា។ ហើយព្រះពោធិសត្វទ្រង់បានចាប់កំណើត ជាព្រះរាជបុត្រារបស់ព្រះអង្គ។ ដោយមានបញ្ញាឆ្លាតវាងវៃ ទ្រង់ក៏បានបញ្ចប់ការសិក្សា ទាំងអស់របស់ទ្រង់នៅព្រះជន្មាយុ១៦ព្រះវស្សា។ ដូច្នេះហើយ ព្រះវរបិតាបានចាត់តាំងទ្រង់ឲ្យធ្វើជាព្រះមហាឧបរាជ នៅក្នុងវ័យដ៏ខ្ចីវស្សានេះ។

នាកាលវេលានោះ ប្រជានុរាស្ត្រភាគច្រើននៅក្នុងនគរពារាណសីភាគច្រើន បានគោរពបូជារុក្ខទេវតា អារក្សអ្នកតា។ ប្រជានុរាស្ត្រទាំងនោះក៏មានអបីយ៍ជំនឿខ្លាំងណាស់ទៀតផង។ គេតែងតែជឿថា រុក្ខទេវតា អារក្សអ្នកតាបានបណ្តាលឲ្យមានហេតុផ្សេងៗកើតមាន ដល់ចំពោះពួកគេ ជាជាងជឿថាជាលទ្ធផលដែលគេធ្វើបានដោយខ្លួនគេ។ ដូច្នេះហើយ គេតែងតែបន់ស្រន់រុក្ខទេវតា អារក្សអ្នកតាទាំងនោះ និងប្រាថ្នាសុំអ្វីៗជាពិសេសទៀតផង។ គេបានបន់ស្រន់សុំឲ្យមានអាពាហ៍ពិពាហ៍ល្អ ឬសុំឲ្យមានកូន ឬឲ្យរកស៊ីមានបាន ឬក៏មានកិត្តិនាមជាដើម។

ដោយគេនឹងសន្យាជាមួយរុក្ខទេវតា អារក្សអ្នកតាទាំងនោះថា ប្រសិនបើសេចក្តីប្រាថ្នារបស់គេបានសំរេច គេនឹងមានបំណាន់ ដោយថ្វាយសក្ការៈផ្សេងៗ។ ហើយបន្ថែមពីលើផ្កា និងទឹកអប់ គេបានស្រម៉ៃថារុក្ខទេវតា អារក្សអ្នកតាទាំងនោះចង់បានពិធីបូជាយញ្ញសត្វផ្សេងៗ។ ដោយគេបានជឿថា រុក្ខទេវតា អារក្សអ្នកតាទាំងនោះបាន ជួយដល់ពួកគេ គេក៏បានសំឡាប់សត្វជាច្រើន ដូចជា ពពែ ចៀម មាន់ ជ្រូក និងសត្វដទៃផ្សេងៗទៀត។

ព្រះរាជកុមារបានឃើញហេតុការណ៍ទាំងអស់នេះ ហើយទ្រង់ក៏បានគិតថា៖ "សត្វដែលគ្មានទីពឹងទាំងនេះ ក៏ជាបញ្ហាដែលព្រះមហាក្សត្រត្រូវតែគិតគូរដែរ ដូច្នេះខ្ញុំត្រូវតែការពារសត្វទាំងនោះ។ ប្រជានុរាស្ត្រប្រព្រឹត្តអំពើអកុសលទាំងនោះដោយសារតែអវិជ្ជា និងអបិយ៍ជំនឿ។ នេះមិនអាចជាជំនឿពិត នាំមកនូវប្រយោជន៍ឡើយ។ ព្រោះថា ជំនឿពិតជាជំនឿដែលផ្តល់អត្ថប្រយោជន៍ដល់ជីវិតពិតៗ មិនមែនបែរជាទៅសំឡាប់ជីវិតសត្វ ដើម្បីឲ្យខ្លួនឯងបានសុខនោះឡើយ។ ជំនឿពិតនឹងធ្វើឲ្យមានសន្តិភាពក្នុងចិត្ត មិនមែនធ្វើឲ្យមានភាពឃោរឃៅក្នុងចិត្តឡើយ។ ជាប្រយោជន៍ដល់ជីវិតពិតៗ មិនមែនបែរទៅសំឡាប់ជីវិតអ្នកដទៃនោះឡើយ។"

"ខ្ញុំខ្លាចតែ អបិយ៍ជំនឿរបស់ប្រជានុរាស្ត្រទាំងនោះខ្លាំងហួសហេតុពេក ដែលគេមិនអាចនឹងជម្រុះចោលបាន។ នេះគួរឲ្យព្រួយបារម្ភណ៍ពេកណាស់។ ប៉ុន្តែ យ៉ាងហោចណាស់ ជំនឿរបស់ពួកគេប្រហែលជាអាចធ្វើឲ្យទៅជាមានប្រយោជន៍វិញបាន។ នៅថ្ងៃណាមួយខ្ញុំនឹងក្លាយទៅជាព្រះមហាក្សត្រ។ ដូច្នេះហើយ ខ្ញុំត្រូវតែរៀបចំផែនការណ៍មួយ ដោយធ្វើឲ្យអបិយ៍ជំនឿរបស់គេជួយពួកគេវិញ។ ពួកគេត្រូវតែធ្វើពលិកម្ម ដោយមិនឲ្យពួកគេសំឡាប់សត្វ តែឲ្យពួកគេសំឡាប់ភាពលោភលន់ និងសំអប់របស់គេចោលចេញទៅវិញ។ ធ្វើដូច្នេះ នឹងបានផលប្រយោ-ជន៍ល្អដល់ព្រះនគរទាំងមូល។"

ដូច្នេះហើយ ព្រះរាជកុមារបានបង្កើតផែនការណ៍ដ៏ឆ្លាតវៃមួយសំរាប់ពេលយូរ។ ជាញឹកញាប់ណាស់ ព្រះរាជកុមារតែងតែយាងដោយរាជរថទៅកាន់ដើមអជបាលនិគ្រោធ (Banyan Tree)ដុះនៅក្រៅរាជធានី ដែលជាកន្លែងមនុស្សផងគ្នានិយមទៅ។ ដើមឈើនោះជាដើមឈើមួយដើមយ៉ាងធំ ជាកន្លែងដែលអ្នកស្រុកអ្នកភូមិទៅបន់ស្រន់ និងថ្វាយបំណាន់ដល់ រុក្ខទេវតា អារក្សអ្នកតា ដែលពួកគេនឹកគិតថាលោកគង់នៅនឹងដើមឈើនោះ។ ព្រះរាជកុមារបានយាងចុះពីរាជរថ ហើយធ្វើការបន់ស្រន់ និងថ្វាយបំណាន់ដូចមនុស្សដទៃដែរ ដោយមានធូប, ផ្កា, ទឹកអប់ និងទឹក ប៉ុន្តែ មិនមានការបូជាជីវិតសត្វឡើយ។

ធ្វើយ៉ាងនេះជាការបង្ហាញមួយយ៉ាងធំ ហើយដំណឹងពីការបន់ស្រន់របស់រាជកុមារនេះ ត្រូវបានគេផ្សព្វផ្សាយ។ មិនយូរប៉ុន្មាន ប្រជានុរាស្ត្រទាំងអស់បានគិតថា ទ្រង់ក៏ជាអ្នកជឿពិត ដល់រុក្ខទេវតា អារក្សអ្នកតានៃដើមអជបាលនិគ្រោធនេះដែរ។

កាលវេលាបានមកដល់ ស្តេចព្រហ្មទត្តទ្រង់បានចូលទីវង្គត ហើយព្រះរាជបុត្រក៏បានឡើងសោយរាជ្យ។ ព្រះអង្គសោយរាជ្យជាព្រះមហាក្សត្រដែលប្រកបដោយទសពិធរាជធម៌មួយអង្គ។ ហើយព្រះអង្គបានទទួលផលពីទង្វើនេះ។ អញ្ចឹងហើយ ប្រជានុរាស្ត្រទាំងអស់ដែលនៅក្រោមការគ្រប់គ្រងរបស់ព្រះអង្គ មានទំនុកចិត្ត និងគោរពប្រណិបត្តិព្រះអង្គជាព្រះមហាក្សត្រមួយអង្គ ដែលមានយុត្តិធម៌ និងកិត្តិយស។

បន្ទាប់មកនាកាលថ្ងៃមួយ, ព្រះអង្គបានសំរេចព្រះទ័យថា នេះជាពេលដែលព្រះអង្គត្រូវធ្វើបញ្ចប់គំរោងចុងក្រោយ នៃផែនការណ៍របស់ព្រះអង្គហើយ។ ដូច្នេះ ទ្រង់ក៏បានកោះអញ្ជើញមេដឹកនាំទាំងអស់ មកជួបប្រជុំគ្នានៅរោងជំនុំក្នុងព្រះរាជវាំង។ ព្រះអង្គទ្រង់បានសួរថា៖ "អស់លោកគណៈរដ្ឋមន្ត្រី, និងនាម៉ឺនទាំងអស់ តើលោកដឹងទេថា ខ្ញុំបានធ្វើយ៉ាងណាដើម្បីឲ្យប្រាកដថា ខ្ញុំពិតជានឹងបានឡើងសោយរាជ្យ?" គ្មាននរណាម្នាក់អាចឆ្លើយបានឡើយ។

ទ្រង់បានមានព្រះបន្ទូលថា៖ "អស់លោកចាំទេថា ខ្ញុំតែងតែថ្វាយដង្វាយល្អៗដល់រុក្ខទេវតា អារក្សអ្នកតានៃដើមអជបាលនិគ្រោធ?" "ក្រាបទូល ព្រះករុណាជាម្ចាស់ជីវិតលើត្បូង។" នាម៉ឺនសព្វមុខមន្ត្រីបាននិយាយ។

ព្រះមហាក្សត្រទ្រង់បានមានព្រះបន្ទូលបន្តថា៖ "មួយលើកៗដែលខ្ញុំបានទៅបន់ស្រន់នោះ ខ្ញុំបានសន្យានឹងព្រះដើមអជបាលនិគ្រោធដ៏អស្ចារ្យជានិច្ច។ ខ្ញុំបានបន់ព្រះអង្គថា ឱ!ព្រះអង្គដ៏មានឫទ្ធិអើយ ប្រសិនបើព្រះអង្គធ្វើឲ្យទូលព្រះបង្គំបានឡើងសោយរាជ្យនៅនគរពារាណសី, ទូលព្រះបង្គំនឹងបូជាដង្វាយដ៏ពិសេសដល់ព្រះអង្គដែលប្រសើរលើសលប់ជាងផ្កា និងទឹកអប់ទៅទៀត។"

ព្រោះថា ពេលនេះខ្ញុំបានធ្វើជាព្រះមហាក្សត្រហើយ។ អស់លោកទាំងអស់អាចឃើញនឹងភ្នែកខ្លួនឯងស្រាប់ហើយ ថារុក្ខទេវតា អារក្សអ្នកតាដើមជ្រៃនោះ លោកបានជួយឲ្យបានសំរេចតាមការបន់ស្រន់របស់ខ្ញុំមែន។ ដូច្នេះ ឥឡូវនេះខ្ញុំត្រូវតែគោរពតាមពាក្យសន្យារបស់ខ្ញុំ ដោយបូជាដង្វាយពិសេសដល់រុក្ខទេវតា អារក្ស អ្នកតា អង្គនោះ។"

នាម៉ឺនសព្វមុខមន្ត្រីនៅក្នុងរោងជំនុំទាំងអស់គ្នាបានយល់ព្រម។ ហើយពួកគេបាននិយាយថា៖ "យើងត្រូវតែរៀបចំពិធីបូជាយញ្ញនេះភ្លាម។ តើសត្វអ្វីដែលព្រះអង្គចង់បូជា?"

ព្រះមហាក្សត្រទ្រង់បានមានព្រះបន្ទូលថា៖ "អស់លោកជាទីស្រឡាញ់ ខ្ញុំមានសេចក្តីត្រេកអរណាស់ដែលអស់លោកមានចិត្តចង់ចូលរួម។ ខ្ញុំបានសន្យានឹងរុក្ខទេវតា អារក្សអ្នកតាដើមអជបាលនិគ្រោធដ៏អស្ចារ្យថា ខ្ញុំនឹងបូជាយញ្ញអ្នកណាដែលមិនរក្សាសីលប្រាំ (បញ្ចសីលា Five Precepts)។ នោះមានន័យថា អ្នកដែលសំឡាប់ជីវិត, អ្នកដែលយករបស់អ្វីមួយដែលគេមិនបានឲ្យ, លួចផិតក្បត់ប្តីប្រពន្ធកូនគេ, អ្នកនិយាយភូតកុហកអ្នកដែលសេព គ្រឿងស្រវឹង ជាគ្រឿងបំពុលស្មារតី។ ខ្ញុំបានសន្យាថា ប្រសិនបើនរណាប្រព្រឹត្តិអំពើទាំងនេះ ខ្ញុំនឹងបូជាពោះវៀន ពោះតាំង ទាំងសាច់ និងឈាមរបស់គេដាក់លើអាសនៈថ្វាយរុក្ខទេវតា អារក្សអ្នកតា!"

ដោយហេតុថាជាអ្នកមានអបិយ៍ជំនឿ អ្នកទាំងអស់គ្នានៅក្នុងរោងជំនុំបានយល់ព្រម ថាត្រូវតែធ្វើតាមការសន្យានេះជាដាច់ខាត បើមិនដូច្នេះទេ រុក្ខទេវតា អារក្សអ្នកតាលោកនឹងដាក់ទោសដល់ព្រះមហាក្សត្រ និងព្រះនគរជាមិនខានឡើយ។

ព្រះមហាក្សត្រទ្រង់បាននឹកក្នុងព្រះទ័យថា៖ "អស្ចារ្យណាស់ ឥទ្ធិពលនៃអបិយ៍ជំនឿនេះ បានធ្វើឲ្យប្រជានុរាស្ត្រទាំងនេះបាត់បង់អស់នូវសុភវិនិច្ឆ័យ! ពួកគេមិនអាចយល់ឃើញទេថា ដំណាក់កាលទីមួយនៃសីលទាំងប្រាំ (បញ្ចសីលា) គឺមិនឲ្យសំឡាប់ជីវិត ប្រសិនបើខ្ញុំបូជារាស្ត្រណាម្នាក់របស់ខ្ញុំ គឺខ្ញុំនឹងទៅជាមនុស្សទីពីរដែលត្រូវគេដាក់លើអាសនៈថ្វាយរុក្ខទេវតា អារក្សអ្នកតា! " ដោយសារតែឥទ្ធិពលនៃអបិយ៍ជំនឿនេះហើយដែលខ្ញុំអាចធ្វើ ការសន្យានេះទៅបាន ហើយខ្ញុំក៏មិនបាច់ធ្វើតាមពាក្យសន្យានេះសោះដែរ!"

ដូច្នេះហើយ ដោយមានការជឿជាក់ទាំងស្រុងទៅលើឥទ្ធិពលនៃអបិយ៍ជំនឿ ព្រះមហាក្សត្រក៏បានមានព្រះបន្ទូលទៅកាន់មន្ត្រីមេដឹកនាំទាំងអស់ថា៖ "ចូរអស់លោកនាំគ្នាទៅផ្សព្វផ្សាយឲ្យបានពេញទាំងព្រះនគរ ពីបំណន់ដែលខ្ញុំបានបន់នឹងរុក្ខទេវតា អារក្សអ្នកតា។ ហើយបញ្ជាក់ទៀតថា មនុស្ស១០០០នាក់មុនគេដែលធ្វើខុសសីលទាំងប្រាំដំណាក់កាល (បញ្ចសីលា Five Precepts) នឹងត្រូវយកទៅបូជាយញ្ញថ្វាយរុក្ខទេវតា អារក្សអ្នកតាដើម្បីលាបំណន់របស់ព្រះមហាក្សត្រ។"

ចូរមើលចុះ ប្រជារាស្ត្រនៃនគរពារាណសីក្លាយជាមានកេរ្តិ៍ឈ្មោះ ដោយសារតែគេរក្សាសីលប្រាំ (បញ្ចសីលា Five Precepts) យ៉ាងយកចិត្តទុកដាក់។ ហើយ ព្រះមហាក្សត្រដ៏ល្អដែលទ្រង់យល់ចិត្តប្រជានុរាស្ត្ររបស់ព្រះអង្គច្បាស់ ទ្រង់មិនបាច់បូជាជីវិតប្រជានុរាស្ត្រណាម្នាក់ឡើយ។

ដំបូន្មាន: បូជាអំពើខុសឆ្គង់ផ្ទាល់របស់ខ្លួនឯង កុំបូជាសត្វដែលគ្មានទីពឹងនោះ។

12- The Prince Who Had a Plan (The Power of Superstition)

Once upon a time, King Brahmadatta was ruling in Benares, in the northern India. The Enlightenment Being was born as his son the prince. Being quite intelligent, he completed his entire education by the age of 16. So, at this early age, his father made him second in command.

In those days, most people in Benares worshiped gods. They were very superstitious. They thought gods caused thing to happen to them, rather than being results of their own actions. So they would pray these gods and ask special favors. They would ask for a lucky marriage, or the birth of a child or riches or fame.

They would promise, the gods that, if their prayers were answered, they would pay them, my making offerings to them. In addition to flowers and perfumes, they imagined the gods desired the sacrifice of animals. So, when they thought the gods had helped them, they killed many animals – goats, lambs, chickens, pigs and others.

The prince saw all this and thought, “These helpless animals are also subjects of the king, so I must protect them. The people commit these unwholesome acts due to ignorance and superstition. This cannot be true religion. For true religion offers life as it really is., not killing. True religion offers peace of mind, not cruelty.”

“I fear these people believe in their superstitions too strongly to give them up. This is very sad. But perhaps their beliefs can at least be put to good use. Some day I will become king. So I must begin to make a plan to let their superstitions help them. It they must offer sacrifices, let them kill their own greed and hatred, instead of these animals! Then the whole kingdom will benefit.”

So the prince devised a clever long term plan. Every so often, he rode in his grand chariot to a popular banyan tree just outside the city. This was a hue tree, where the people prayed and made offerings to a god they thought lived here. The prince cam down from his chariot and made the same offerings as the others – incense, flowers, perfumes and water – but not animal sacrifices.

In this way he made a great show, and the news spread about his offerings. Pretty soon, all the people thought he was a true believer in the great god of the Banyan tree.

In due time, King Brahmadatta died and his son became king. He ruled as a righteous king. And he benefited. So all his subjects came to trust and respect him as a just and honorable king.

Then one day, he decided it was the right time to carry out the rest of his plan. So he called all the leading citizens of Benares to the royal assembly hall. He asked them, “Worthy ministers and royal subjects, do you know how I was able to make sure that I would become king?” No one could answer.

He said, “Do you remember that I often gave wonderful sweet offerings to the great god of the banyan tree?” “Yes , our lord,” they said.

The king continued, “At each of those times, I made a promise to the powerful god of the tree. I prayed, Oh mighty One, if you make me king of Benares, I will offer a special sacrifice to you, far greater than flowers and perfumes.”

“Since I am now the king, you all can see for yourself that the god has answered my prayers. So now I must keep my promise and offer the special sacrifice.”

All those in the assembly hall agreed. They said, “We must prepare this sacrifice at once. What animal do you wish to kill?”

The king said, “My dear subjects, I am glad you are so willing to corporate. I promised the great god of the banyan tree that I would sacrifice anyone who fails to practice the five Training Steps. That is, anyone who destroys life, takes what is not given, does wrong in sexual ways, speaks falsely, or loses his mind from alcohol. I promised that, if any do these things, I will offer their guts, and their flesh and blood on the great god’s altar!”

Being so superstitious, all those in the hall agreed that this must be done, or the god would surely punish the king and the kingdom.

The king thought, “Ah, such is the power of superstition that these people have lost all common sense.! They cannot see that, since the first training step is to give up killing, if I sacrificed one of my subjects, I would be next on the altar! And such is the power of superstition that I could make such a promise, and never have to carry it out!”

So, with full confidence in the power of superstition, the king said to the leading citizens, “Go into all the kingdom and announce the promise I made to god. Then proclaim that the first one-thousand who break any of the training steps will have the honor of being sacrificed, to keep the kink’s promise.”

Lo and behold, the people of Benares became famous for carefully practicing the Five Training Steps. And the good king , who knew his subjects so well, sacrificed no one.

The moral is: *Sacrifice your own wrong doing, not some helpless animals.*

ចេតិយ៍ព្រះពុទ្ធសាសនាមួយនៅប្រទេសកម្ពុជា

A Buddhist Stupa in Cambodia