# ប្រជុំបទកំណាព្យ

របស់

ភិក្ខុ ទិន តេន ឥន្ទប្បញ្ញោ

បោះពុម្ពចែកជាធម្មទាន

លើកទី ២ ចំនួន ២០០០ ក្បាល

ដោយ

ពុទ្ធបរិស័ទ វត្តពោធិវង្ស

ប្រទេសបារាំង

ព.ស.២៥៥៨ គ.ស.២០១៤

# អារម្ភកថា

កំណាព្យនេះ កើតឡើង ក្នុងពេលដែលប្រទេសកម្ពុជាយើង មានវិបត្តិយ៉ាងធ្ងន់ ប្រជាជនរងទុក្ខវេទនាយ៉ាងខ្លោចផ្សា...

នៅឆ្នាំ ១៩៧៥ ប្រទេសកម្ពុជា បានធ្លាក់ចុះក្នុងរបប ប៉ុល ពត ឆ្កួតវង្វេង មនោគមវិជ្ជាបរទេស ប្រល័យពូជសាសន៍ សម្លាប់ជាតិសាសនារបស់ខ្លួន ។ ក្នុងរយៈពេលតែជាង ៣ ឆ្នាំប្រជាជនខ្មែរស្លាប់អស់រាប់លាននាក់ រចនាសម្ពន្ធនៃប្រទេស បាក់បែកខ្ទេចខ្ទី ប្រពៃណី ទំនៀមទម្លាប់ វប្បធម៌ សាសនា វិនាសហិនហោចអស់ស្ទើរតែគ្មានសល់ឫសគល់ឡើយ ។

អ្នកបួសទាំងឡាយ រួមទាំងរូបខ្ញុំអាត្មាផង បានត្រូវបង្ខំចិត្ត លាសិក្ខាអស់ រលីង ។

នៅឆ្នាំ ១៩៧៩ យួនឆ្លៀតឱកាសនោះ បានបញ្ជូនកងទ័ព និង ប្រជាជន ចូលមកឈ្លានពាន លុកលុយ លួចប្លន់ ជិះជាន់ គ្រប់គ្រង ប្រទេសកម្ពុជា ក្នុងនាមអ្នករំដោះ ហើយតែងតាំងរដ្ឋាភិបាលអាយ៉ងមួយឡើង ។ គេរំដោះខ្មែរចេញពីរបប ប៉ុល ពត ហើយដាក់ខ្មែរ ក្នុងរបប កញ្ជះយួន ដែលមានខ្លួនគេជាអ្នកធ្វើភ្លៀង ធ្វើផ្គរ ។ ក្នុងរបបនេះ មើលសើលើ ៗ ឃើញបែបធូររលុង បើមើលជ្រៅដល់ក្នុងខ្មែរកម្ពុជា អាចនឹងរលាយ ទៅជាចម្ប៉ាទីពីរ... ។ សព្វថ្ងៃនេះ ខ្មែរកាន់តែទុក្ខ លំបាកធ្ងន់ ឡើង ៗ ពិបាករើខ្លួនមែនទែនហើយ ។

នៅដើមខែ មេសា ឆ្នាំ ១៩៧៩ ខ្ញុំ អាត្មាបានចូលបួសសាជាថ្មីឡើងវិញ ។ ព្រះសង្ឃរបបនេះ ភាគច្រើនថ្នាក់ដឹកនាំ ច្រើនតែឥតបើគិតរីករាយពេញចិត្តនឹងបម្រើគេ... ខុសប្លែកពីព្រះសង្ឃជំនាន់មុន ៗ ។ ចំណែកខ្ញុំ អាត្មា មិនដូចនោះទេ ក្រៅពីផ្សព្វផ្សាយព្រះធម៌ហើយ បានខិតខំពន្យល់ បំភ្លឺប្រជាជនឲ្យដឹងខុសត្រូវ គួរធ្វើ មិនគួរធ្វើជាដើម តាម លទ្ធភាពដែលអាចធ្វៀតបាន ។

នៅឆ្នាំ ១៩៩០ ដោយការឧបត្ថម្ភរបស់ ព្រះអង្គម្ចាស់ ស៊ី . ឥស្សរោ ខ្ញុំ អាត្មា បានឱកាសទៅព្យាបាលរោគនៅប្រទេសបារាំង ស្នាក់នៅវត្តពោធិវង្ស ហើយក៏ស្នាក់នៅជាប់រៀងរហូតមកដល់សព្វថ្ងៃនេះ ។ ក្នុងពេល ស្នាក់នៅនេះ ខ្ញុំអាត្មា បានធ្វើកិច្ចការផ្សេង ៗ តាមសមត្ថភាពរបស់ខ្លួន និង បានសរសេរកូនសៀវភៅធម៌តូច ៗ ចំនួនជាងសែសិបក្បាល ក្នុងនោះមាន បទកំណាព្យខ្លះផងដូចបានចម្លងចងក្រងទុកមកនេះស្រាប់ ។

ខ្ញុំអាត្មា មិនមែនជាអ្នកចេះកំណាព្យទេ គ្រាន់តែចូលចិត្ត បើលោក អ្នកឃើញមានខុសឆ្គងកន្លែងណា សូមមេត្តាជួយកែតម្រូវផង ៕

សូមអរគុណ

ថ្ងៃទី ៨ ខែតុលា ឆ្នាំ ២០១៤

**ភិក្ខុ ងិន ភេន ឥន្ទប្បញ្ញោ**

# អារម្ភកថា

ខ្លួនខ្ញុំនេះឯង មិនសូវចេះតែង ជាបទកំណាព្យ
តែខ្ញុំចូលចិត្ត រៀងរាបដរាប នូវបទកំណាព្យ
ដែលប្រាជ្ញតែងទុក។

ខ្ញុំសាកល្បងតែង កំណាព្យថ្វាថ្លែង រឿងរ៉ាវអ្នកស្រុក
នៃជនជាតិខ្មែរ វេទនារងទុក្ខ ឃ្លាតឆ្ងាយពីសុខ
ច្រើនសតវត្សរ៍ហើយ។

ហេតុមកពីអ្វី បងប្អូនប្រុសស្រី កុំស្ងៀមកន្តើយ
ត្រូវជួយគិតគូរ រិះរកចម្លើយ បើឃើញផ្លូវហើយ
នាំគ្នាដើរទៅ ។

ខ្ញុំតែងបានខ្លះ ក្រែងលោមិនច្បាស់ អាចមានខុសត្រូវ
សូមអស់លោកអ្នក ជួយកែតម្រូវ គ្រាន់បានជាផ្លូវ
ជូនជាតិខេមរា ។

ខ្ញុំបោះពុម្ពផ្សាយ ជូនលោកទាំងឡាយ ជួយពិចារណា
នេះជាសំណៅ មិនមែនតម្រា ខុសត្រូវម្តេចម្តា
មេត្តាអភ័យ ។

*ប្រសិនបើត្រូវ　　លោកអ្នកយកទៅ　　ខិតខំលកលៃ*
*នាំគ្នាបដិបត្តិ　　ឲ្យបានប្រពៃ　　ទុក្ខសោករោគភ័យ*
*នឹងអន្តរធាន ។*

*ក្តីសុខចំរើន　　ទ្រព្យធនកើតកើន　　មង្គលកើតមាន*
*ជនជាតិកម្ពុជា　　បានសុខក្សេមក្សាន្ត　　រស់នៅថ្កើងថ្កាន*
*តអង្វែងទៅ ៕*

ចាក ឈ្លោះគ្នាដល់ណា ឆ្នាំ ១៩៩៨

**បើមិនចេះនាំ　　កុំចង់ដើរមុខ**
**បើមិនចេះទំនុក　　កុំចង់នាំគេរាំ**

# ព្រះឱវាទ

ឱវាទនៃព្រះពុទ្ធ    ខ្លីបំផុតមានត្រឹមបី
ទីមួយឈប់ធ្វើអ្វី    ដែលអាក្រក់គ្រប់បែបយ៉ាង។
ទីពីរត្រូវធ្វើល្អ    កុសលធម៌សន្សំសាង
អំពើល្អគ្រប់យ៉ាង    ខំកសាងដោយផ្ចិតផ្ចង់ ។
ទីបីសំអាតចិត្ត    របស់ខ្លួនឲ្យផូរផង់
កិលេសគ្រឿងសៅហ្មង    ត្រូវលះបង់កុំឲ្យមាន ។
នេះជាព្រះឱវាទ    ព្រះលោកនាថអនន្តញ្ញាណ
យើងនាំគ្នាសូត្ររៀន    ចាំមែនទែនគ្រប់ៗគ្នា ។
យើងនាំគ្នាបដិបត្តិ    ដោយមធ្យ័តកើតផលា
ចម្រើនកើនទ្រព្យា    សិរីសុខាគ្រប់គ្នាហោង ៕

ចាក ពុទ្ធោវាទសង្ខេប ឆ្នាំ ១៩៩៨

**កុំគិតតែធ្វើបុណ្យ   ត្រូវគិតលះបាបផង**

**កិច្ឆោ មនុស្សប្បដិលាភោ កិច្ឆំ មច្ចានជីវិតំ**
**កិច្ឆំ សទ្ធម្មស្សវនំ កិច្ឆោ ពុទ្ធានមុប្បាទោ ។**

*ក្រនឹងបានកើតជាមនុស្ស ក្រនឹងបានរស់ដោយសុខា*
*ក្រនឹងបានស្តាប់ព្រះធម្មា ក្រនឹងបានជាព្រះសម្ពុទ្ធ ។*

*បើភ្ជាត់កើតជាសត្វហើយ*
*មិនងាយវិលមកកើតជាមនុស្សវិញទេ ។*

**កុម្ភូបមំ កាយមិមំ វិទិត្វា**
**នគរូបមំ ចិត្តមិទំ ថកេត្វា**
**យោធេថ មារំ បញ្ញាវុធេន**
**ជិតញ្ច រក្ខេ អនវេសនោ សិយា ។**

កាយនេះប្រៀបដូចជាផ្ទាំងដី មិនមាំមួនអ្វីបន្តិចសោះ
បណ្ឌិតបានជ្រាបច្បាស់ដូចនោះ មិនជាប់ចិត្តសោះនឹងរូបកាយ។
ខំថែរក្សាចិត្តឲ្យល្អ ដូចដែននគរផងទាំងឡាយ
មិនឲ្យសត្រូវទោះជិតឆ្ងាយ ធ្វើឲ្យអន្តរាយនគរបាន ។
ដោយសារអាវុធគឺបញ្ញា ច្បាំងនឹងមារាចិត្តសាមាន្យ
កិលេសតូចធំក្នុងសន្តាន កំចាត់ឲ្យបានកុំឲ្យសល់ ។
គប្បីរក្សាជ័យជំនះ កុំឲ្យក្រឡាស់ប្រែវិលវល់
មិនជាប់ជំពាក់មិនអំពល់ នឹងដោគជ័យផលដែលឈ្នះហើយ៕

ចាក ខយវយំ ឆ្នាំ ១៩៩៨

# ទីពឹងដ៏ក្សេមក្សាន្ត

ពហុំ វេ សរណំ យន្តិ | បព្វតានិ វនានិ ច
អារាមរុក្ខចេត្យានិ | មនុស្សា ភយតជ្ជិតា
នេតំ ខោ សរណំ ខេមំ | នេតំ សរណមុត្តមំ
នេតំ សរណមាគម្ម | សព្វទុក្ខា បមុច្ចតិ ។
យោ ច ពុទ្ធញ្ច ធម្មញ្ច | សង្ឃញ្ច សរណំ គតោ
ចត្តារិ អរិយសច្ចានិ | សម្មប្បញ្ញាយ បស្សតិ
ទុក្ខំ ទុក្ខសមុប្បាទំ | ទុក្ខស្ស ច អតិក្កមំ
អរិយញ្ចដ្ឋង្គិកំ មគ្គំ | ទុក្ខូបសមគាមិនំ
ឯតំ ខោ សរណំ ខេមំ | ឯតំ សរណមុត្តមំ
ឯតំ សរណមាគម្ម | សព្វទុក្ខា បមុច្ចតិ ។

*មនុស្សដ៏ច្រើន | កាលណាមានភ័យ*
*តែងពឹងអាស្រ័យ | ពំនឹងនានា*
*អ្នកខ្លះពឹងភ្នំ | ខ្លះព្រៃព្រឹក្សា*
*ខ្លះពឹងវត្តវ៉ា | ខ្លះពឹងចេតិយ ។*
*ពំនឹងទាំងនោះ | មិនបានក្សេមក្សាន្ត*
*មិនមែនជាឋាន | ឧត្តមប្រពៃ*

មិនរួចចាកទោស ទុក្ខគ្រប់វិស័យ
ព្រោះតែអាស្រ័យ ពំនឹងនោះឡើយ ។
រីជនឯណា បានដល់ព្រះពុទ្ធ
ព្រះធម៌វិសុទ្ធ និងព្រះសង្ឃហើយ
ឃើញសច្ចៈបួន និព្វានជាត្រើយ
នេះហើយដោយសារ បញ្ញាប្រពៃ ។
ឃើញទុក្ខឃើញហេតុ កើតឡើងនៃទុក្ខ
ឃើញនិរោធសុខ ឥតមានទុក្ខភ័យ
ឃើញមគ្គប្រកប ដោយអង្គប្រាំបី
នៃព្រះអរិយ៍ ថ្លៃវិសេសផង ។
ពំនឹងទាំងនោះ ជាទីក្សេមក្សាន្ត
ជាឧត្តមដ្ឋាន ប្រពៃកន្ទង
រួចផុតចាកទោស ទុក្ខទាំងបួនកង
សុខក្រៃពេកហោង ព្រោះពំនឹងនោះ ៕

ចាក ព្រះរតនត្រ័យ ឆ្នាំ ១៩៩៨

# ពុទ្ធភាសិត

សព្វទានំ ធម្មទានំ ជិនាតិ *ធម្មទានឈ្នះនូវទានទាំងអស់*
សព្វរសំ ធម្មរសោ ជិនាតិ *ធម្មរសឈ្នះរសគ្រប់ប្រការ*
សព្វរតឹ ធម្មរតិ ជិនាតិ *ធម្មរ័តិឈ្នះអស់រ័តិណា ៗ*
តណ្ហាក្ខយោ សព្វទុក្ខំ ជិនាតិ ។ *អស់តណ្ហាឈ្នះទុក្ខទាំងពួង ។*

ន បុប្ផគន្ធោ បដិវាតមេតិ *ក្លិនចន្ទន៍ក្រស្នា ឬ ផ្កាម្លិះ*
ន ចន្ទនំ តគរមល្លិកា វា *ក្លិននេះទៅប្រាសខ្យល់មិនបាន*
សតញ្ច គន្ធោ បដិវាតមេតិ *ក្លិនសប្បុរសស្រស់កល្យាណ*
សព្វា ទិសា សប្បុរិសោ បវាយតិ ។ *សាយប្រាសខ្យល់បានសព្វទិសា ។*

ចន្ទនំ តគរំ វាបិ *ក្លិនផ្កាទាំងនោះមិនសំខាន់*
ឧប្បលំ អថវស្សិកី *ឧប្បលខ្លឹមចន្ទន៍ម្លិះក្រស្នា*
ឯតេសំ គន្ធជាតានំ *ក្លិនសីលក្រអូបសាយអស្ចារ្យ*
សីលគន្ធោ អនុត្តរោ ។ *លើសអស់ក្លិនផ្កាក្នុងលោកិយ ។*

ចាក ព្រះរតនត្រ័យ ឆ្នាំ ១៩៩៨

# ព្រះរតនត្រ័យ

ព្រះរតនត្រ័យ　　វិសេសថ្លៃបីប្រការ
ដែលមនុស្សនិងទេព្តា　　តែងបូជាគ្រប់ទីឋាន ។
ទីមួយព្រះសម្ពុទ្ធ　　បញ្ញាមុតអនន្តញ្ញាណ
ព្រះធម៌ទុកដូចយាន　　នាំសត្វបានជាទីពីរ
ព្រះសង្ឃបរិសុទ្ធ　　វិសេសផុតស្ងប់ឥន្ទ្រិយ
ជួយអង្គព្រះមុនី　　គ្រប់ទិសទីជាទីបី ។
អ្នកដល់រតនត្រ័យ　　ផុតទុក្ខភ័យមានសិរី
ចាប់តាំងពីលោកិយ　　រៀងដរាបដល់និព្វាន ។
កុំគប្បីប្រមាទ　　ត្រូវសង្វាតខំសូត្ររៀន
ធម៌អាថ៌ព្រះទ្រង់ញាណ　　កុំបីខានគ្រប់ ៗ គ្នា ។
នាំគ្នាបដិបត្តិ　　រៀងរាល់រត្តិទិវា
ជោគជ័យសិរីសុខា　　ឈ្នះមារាគ្រប់គ្នាហោង៕

ចាក ព្រះរតនត្រ័យ ឆ្នាំ ១៩៩៨

# មគ្គមានអង្គ ៨

មគ្គមានអង្គ ៨ ជាវិថីដ៏ប្រសើរ
សំរាប់ឲ្យយើងដើរ ទៅរកសុខសួគ៌និព្វាន ។
មួយការយល់ឃើញត្រូវ ដែលជាផ្លូវបញ្ញាញាណ
ឃើញក្ដីទុក្ខបៀតបៀន ឥតស្រាកស្រាន្ត ១២ កង ។
ឃើញហេតុឲ្យកើតទុក្ខ គឺតណ្ហា ៣ នោះផង
ឃើញសុខក្រៃកន្ទង អស់សៅហ្មង គឺ និរោធ ។
ឃើញផ្លូវត្រូវកណ្ដាល យ៉ាងត្រកាលមិនគ្រោតគ្រោត
ឲ្យបានដល់សម្ដោធ និងនិព្វានក្សេមក្សាន្តហោង ។
ទីពីរការគិតត្រូវ ដែលជាផ្លូវចាកកាមផង
និងចិត្តគិតប៉ុនប៉ង សងគំនុំគុំព្យាបាទ ។
ចេញចាកវិហឹសា ការបៀតបៀនរលីងស្អាត
មិនមានក្ដីប្រមាថ ខំសង្វាតធម៌មេត្តា ។
ទីបីសំដីត្រូវ ដែលជាផ្លូវល្អថ្លៃថ្លា
វៀរចាកពាក្យមុសា ពាក្យញុះញង់ពាក្យទ្រគោះ ។
ពោយរាយឥតប្រយោជន៍ កេរ្ដិ៍អសោចមិនពីរោះ

ពាក្យសំដីឡេះឡោះ វៀរទាំងអស់មិនចរចា ។
ទីបួនការងារត្រូវ ដែលជាផ្លូវនៃកាយា
តែងវៀរចាកបាណា អទិន្នានិង កាមេ ។
មិនដែលសម្លាប់សត្វ លួចសម្បត្តិទ្រព្យរបស់គេ
មិនដែលខុសឆ្គងទេ ប្រពៃណីប្តី ប្រពន្ធ ។
ទីប្រាំធ្វើការងារ ជារបររកទ្រព្យធន
មិនដែលគេចវេះពន្ធ ក្លែងបន្លំ ធ្វើខុសច្បាប់ ។
ធ្វើតាមធម៌វិន័យ ព្រះជិនស្រីទ្រង់ប្រញប្ត
មិនមែនចង់មានឆាប់ ប្រញាប់យករស់តែឯង ។
ទីប្រាំមួយព្យាយាម ប្រព្រឹត្តតាមដោយប្រឹងប្រែង
បិទបាបគ្រប់កន្លែង មិនឲ្យវាកើតឡើងបាន ។
បាបចាស់ខំលះចេញ មិនឲ្យនៅពេញសន្តាន
អំពើបុណ្យកល្យាណ សាងឲ្យបានកាន់តែច្រើន ។
ទីប្រាំពីរសតិ រលឹកត្រូវផ្លូវចំរើន
ក្នុងកាយឲ្យបានច្រើន វេទនា និង ចិត្តផង ។
រលឹកដល់ព្រះធម៌ ដ៏បវរពេកកន្លង
ជាគោលធម៌ចម្បង គឺសតិប្បដ្ឋាន ៤ ។

ទីប្រាំបីសម្មា សមាធិតាំងមាំមួន
ចិត្តស៊ប់ក្នុងឈាន ៤ មានកុសលជាអារម្មណ៍ ។
ធ្វើវិបស្សនា ពិចារណាដោយខិតខំ
ប្រឹងប្រែងគ្មានសន្សំ កម្លាំងកាយ និងចិត្តឡើយ ។
យូរទៅគង់តែបាន សម្រេចធម៌ជាត្រាណត្រើយ
និព្វាននោះឯងហើយ ជាទីក្សេមចាកទុក្ខភ័យ ។
សាធុជនទាំងឡាយ ចូរខ្វល់ខ្វាយខំលកលៃ
ដើរតាមមគ្គ ៨ វៀងពល់ថ្ងៃកុំបីខាន ។
អ្នកនឹងបានចំរើន ស្ងប់ត្រជាក់សុខក្សេមក្សាន្ត
គ្រប់គ្នាពិតពុំខាន គ្រប់ៗប្រាណក្សាន្តភិរម្យ ។

ចាក ប្រស្នា អដ្ឋង្គិកមគ្គ ឆ្នាំ ១៩៩៤

សុខោ ពុទ្ធានមុប្បាទោ សុខា សទ្ធម្មទេសនា
សុខា សង្ឃស្ស សាមគ្គី សមគ្គានំ តបោ សុខោ ។

ព្រះពុទ្ធកើតឡើងសុខបវរ ការសម្តែងធម៌សុខឧត្តម
ព្រះសង្ឃព្រមព្រៀងសុខមនោរម្យ សង្គមសែនសុខព្រោះព្រមព្រៀង ។

# ចិត្តជាធម្មជាតិឆាប់ញាប់ញ័រ

ផន្ទនំ ចបលំ ចិត្តំ ទុរក្ខំ ទុន្និវារយំ
ឧជុំ ករោតិ មេធាវី ឧសុការោវ តេជនំ
វារិជោវ ថលេ ខិត្តោ ឱកមោកតឧព្ភតោ
បរិផន្ទតិទំ ចិត្តំ មារធេយ្យំ បហាតវេ ។

*ចិត្តតែងកម្រើកហើយញាប់ញ័រ ឃ្វេងឃ្វោងកម្រហាមឃាត់បាន*
*ប្រាជ្ញយកជាងព្រួញជាប្រមាណ ពត់ចិត្តត្រង់បានដូចប្រាថ្នា ។*
*ចិត្តដែលគេលើកចាកកាមគុណ តម្កល់ក្នុងបុណ្យវិបស្សនា*
*ញាប់ញ័ររន្ធត់រត់ឆ្វេឆ្វា ដូចជាមច្ឆាលើកចាកទឹក ។*
*យោគីយល់ន័យនេះខំប្រឹង តាំងសតិនឹងទាំងយប់ព្រឹក*
*ផ្ដោះវិបស្សនាក្លាពន្លឹក ពួកមារសន្ធឹករត់ខ្ចាយខ្ចាត់ ៕*

ចាក សមាធិសំរាប់មនុស្សគ្រប់វ័យ ឆ្នាំ ១៩៩៦

# បុត្តា វត្ថុ មនុស្សានំ

*កូនចៅ ជាអ្នកបន្តវេន ពីមនុស្សចាស់ ។*

*យុវជន យុវតី ទាំងប្រុសស្រីជាកម្លាំង*
*សាងជាតិរឹងមាំខ្លាំង បន្តវេនពីចាស់ទុំ ។*
*ចិញ្ចឹមមើលថែទាំ ពត់លត់ដំខំអប់រំ*
*សាងគេឲ្យសក្តិសម កូនឧត្តមបន្តវេន ។*

*ពត់ឈើទាន់វានៅទន់ខ្ចី*
*ពត់ជនប្រុសស្រីទាន់នៅក្មេង*
*ធំ ចាស់ មានៈធ្កុតវង្វេង*
*រឹងរូសក្រៃលែងមិនងាយពត់ ។*

ចាក សមាធិសំរាប់មនុស្សគ្រប់វ័យ ឆ្នាំ ១៩៩៦

# គំនិតពាល

បុត្តា មត្ថិ ធនមត្ថិ ឥតិ ពាលោ វិហញ្ញតិ
អត្តា ហិ អត្តនោ នត្ថិ កុតោ បុត្តា កុតោ ធនំ ។

*ជនពាលតែងក្តៅក្រហាយថា អាត្មាមានកូននិងមានទ្រព្យ*
*ព្រោះមិនបានគិតឲ្យសព្វគ្រប់ មានកូននិងទ្រព្យមកពីណា ។*
*តាមពិតខ្លួនឯងក៏គ្មានដែរ ប៉ុន្តែចេះតែនាំគ្នាថា*
*មានកូនមានទ្រព្យមានអត្តា នេះគ្រាន់តែជាគំនិតពាល ។៚*

# ត្រូវរៀបចំខ្លួនតាមវ័យ

*វ័យចាស់ត្រូវស្វះស្វែងរកធម៌ ជាទ្រព្យបវរកុំបីខាន*
*ទាន សីល ភាវនា ល្អចំណាន ជួយយើងឲ្យបានក្តីសុខា ។*
*ត្រជាក់កាយចិត្តនាមនុស្ស លុះស្លាប់ទៅកើតជាទេព្តា*
*សោយសុខសម្បត្តិទិព្វថ្លៃថ្លា វិមានអស្ចារ្យឥតប្រៀបបាន ។*
*ផុតទុក្ខបានសុខថ្លៃវិសេស ត្រូវលះកិលេសចូលនិព្វាន*
*ធ្វើវិបស្សនាកុំបីខាន លោកអ្នកនឹងបានសម្រេចអើយ ។*

# ងងឹត និង ភ្លឺ

លោកអ្នកទាំងឡាយអើយ　　ស្ដាប់ធម៌ហើយពិចារណា
តើខ្លួនអ្នកយ៉ាងណា　　យកបញ្ញាថ្លុះឲ្យយល់ ។
ងងឹត ឬមួយភ្លឺ　　អកុសល ឬកុសល
ទុច្ចរិតនាំសល់វ៉ល់　　ព្រះទសពលថា ងងឹត ។
សុចរិតចិត្តជ្រះថ្លា　　តាមធម៌អាថ៌ដ៏ពិសិដ្ឋ
នេះឯងព្រះពិជិត　　ត្រាស់ទុក្ខពិតហៅថាភ្លឺ ។
ដើរតាមផ្លូវងងឹត　　ឬ តាមផ្លូវមានពន្លឺ
អាក្រក់ល្អល្បីរន្ទឺ　　ស្រេចនៅលើខ្លួនទាំងអស់ ។
មិនមែនឥតហេតុផល　　ឬឥន្ទព្រហ្មណាសាងសោះ
គឺខ្លួនឯងទាំងអស់　　ជាអ្នកសាងឲ្យខ្លួនឯង ។
អ្នកដែលមកងងឹត　　កុំតូចចិត្ត គួរគិតឈ្វេង
ខំប្រឹងដើរខ្លួនឯង　　ងាកទៅរកផ្លូវភ្លឺវិញ ។
ដួលហើយមិនព្រមក្រោក　　ដេកក្នុងភក់ដូចម្ដេចមិញ
ត្រូវតែក្រោកឡើងវិញ　　លាងខ្លួនប្រាណដើរទៅទៀត។
អ្នកដែលកំពុងភ្លឺ　　កុំសប្បាយចោលមៀ្យត

ប្រយ័ត្នធ្លាក់ខ្លួនទៀត ទៅក្នុងផ្លូវងងឹតវិញ ។
ភ្លឺហើយត្រូវភ្លឺទៀត ធ្មៀតហើយធ្មៀតទើបចំណេញ
កុំឲ្យថយក្រោយវិញ មិនងាយរើខ្លួនឡើយណា ។
ជម្រាបន័យខ្លីៗ យើងគប្បីពិចារណា
ហើយដឹកនាំអាត្មា ទៅរកសុខ សួស្តីអើយ ៕

ចាក មនុស្ស ឆ្នាំ និង មង្គលសូត្រ ឆ្នាំ ១៩៩៣

## មិនមានអញ ក្នុងខន្ធប្រាំ

យើងសំគាល់រូបថារូបអញ វេទនា សញ្ញា អញដែរ
សង្ខារ វិញ្ញាណ អញហូរហែ អ្វីៗអញដែរ អញទាំងអស់។
បើរែកញែកមើលនៅក្នុងខ្លួន មិនឃើញមានអ្វីជាអញសោះ
ឃើញដីទឹកភ្លើងខ្យល់ប៉ុណ្ណោះ មិនឃើញអញសោះនៅត្រង់ណា។
វេទនា ដឹងសោយសុខទុក្ខ គ្រប់មុខពាល់រូបពាល់អាត្មា
ផ្សំគ្នាកើតឡើងតាមហេតុការណ៍ គ្មានអញអត្តាគួរអោឡោះ ។

ចំណែក សញ្ញាកត់ចំណាំ　　ចាំរូបសម្លេង ទាប និង ខ្ពស់
ខ្មៅ ស វែង ខ្លីអ្វីទាំងអស់　　ក្នុងនោះក៏គ្មានអត្តាដែរ ។
សង្ខារតាក់តែងផ្សំផ្គុំគិត　　កើតជាគំនិតច្រើនឥតល្ហែ
បាបបុណ្យគុណទោសរាល់ថ្ងៃខែ　　ក្នុងនោះក៏ដែរគ្មានអញទៀត។
វិញ្ញាណឃើញរូបឮសម្លេង　　ជុំក្លិនផ្សេងៗភ្លក្សរសជាតិ
រឹងទន់ត្រជាក់ក្តៅប៉ះបៀត　　ក្នុងនោះក៏ទៀតគ្មានអញឡើយ។
យើងជឿប្រកាន់ស្មានតាមគ្នា　　អស់ពេលវេលាមកយូរហើយ
កើតទុក្ខតានតឹងចិត្តឥតស្បើយ　　អ្នកកើយឈប់ជឿខុសទៀតទៅ៕

ចាក ទុក្ខកើតព្រោះអញ ឆ្នាំ ២០០០

អត្តា ហិ អត្តនោ នាថោ　　កោ ហិ នាថោ បរោ សិយា
អត្តនា ហិ សុទន្តេន　　នាថំ លភតិ ទុល្លភំ ។

ត្រូវយកខ្លួនឯងជាទីពឹង　　ពឹងជនដទៃបានពីណា
ទូន្មានខ្លួនបានល្អថ្លៃថ្លា　　បានជាពំនឹងពឹងក្រក្រៃ ។

# អស់អញបានសុខ

កើតចាស់ឈឺស្លាប់របស់វា　　យើងនាំគ្នាថា របស់អញ
កើតទុក្ខក្រៀមមុខបាយមិនឆ្ងាញ់　　ព្រោះមិនតាមអញបន្តិចសោះ។
កើតចាស់ឈឺស្លាប់របស់វា　　កុំនាំគ្នាសោកស្តាយស្រណោះ
ព្រោះសុទ្ធតែរឿងវាទាំងអស់　　គ្មានរឿងអញសោះបន្តិចណា។
បើយើងយល់ថាគ្មានអញទេ　　ទ្រូងយើងបានល្ហែស្បើយទុក្ខា
គ្មានខ្លួនគ្មានអញគ្មានអត្តា　　ជាដុំសង្ខារទេអ្នកកើយ ។
ដកចិត្តឲ្យផុតពីខន្ធប្រាំ　　លែងប្រកាន់មាំអ្វីទៀតឡើយ
អស់អញនិងរបស់អញហើយ　　បានដល់ត្រាណត្រើយបរមសុខ។

ចាក ទុក្ខកើតព្រោះអញ ឆ្នាំ ២០០០

អញរបស់អញ អញទាំងអស់　　តែគ្មានអញសោះ កន្លែងណា
ម្តេចមិននាំគ្នា ប្រើបញ្ញា　　ពិចារណ៍រកការណ៍ពិតរឿងអញ។

ចាក ទុក្ខកើតព្រោះអញ ឆ្នាំ ២០០០

# ផ្សាយមេត្តា

*យើងមិត្តរួមកើត ចាស់ឈឺស្លាប់ ស្ថិតនៅក្រោមច្បាប់សង្សារ*
*ត្រូវប្រកាន់ជាប់ធម៌មេត្តា ករុណាអាណិតគិតជួយគ្នា ។*
*ត្រូវកុំបៀតបៀនកុំធ្វើទុក្ខ បាបកម្មគ្រប់មុខពៀរវេរា*
*ត្រូវសាងសុខដល់គេរាល់គ្នា ឲ្យនៅសុខជា សុខ សុខ ចុះ ៕*

**ចាក កើត ស្លាប់ ឆ្នាំ ២០០៣**

*ឈ្នះលើខ្លួនឯងប្រសើរណាស់ ជាងឈ្នះលើពួកអ្នកដទៃ*
*ទូន្មានខ្លួនបានវិសេសថ្លៃ សង្រួមប្រពៃជាប់ជានិច្ច ។*
*ទេវត្តា មារ ព្រហ្ម និង គន្ធព្វ សញ្ជឹងសញ្ជប់គិតដូចម្ដេច*
*យកជ័យជននោះឲ្យសម្រេច ធ្វើម្ដេចក៏មិនអាចឈ្នះបាន ៕*

**ឈ្នះខ្លួនឯង ប្រសើរជាងឈ្នះអ្វីទាំងអស់**

# បច្ឆិមវាចា

## វាចាចុងក្រោយបំផុតរបស់ព្រះពុទ្ធ

| | |
|---|---|
| ហន្ទ: អ្នកទាំងឡាយ | គ្រប់រូបកាយមកអាយ៉ា |
| តថាគតនឹងមតា[១] | ចាកចោលបាតឡូវហើយ ។ |
| សង្ខារមិនទៀងទេ | ចូរគ្នាន់គ្នេរកុំកន្តើយ |
| វាអន់អស់ទៅហើយ | មិននៅឡើយដូចធម្មតា ។ |
| ប្រែប្រួលម្តងបន្តិច | ជាប់ជានិច្ចរាល់វេលា |
| យើងគេទាំងអស់គ្នា | គ្មាននរណាគេចផុតបាន ។ |
| អនិច្ចំ និង ទុក្ខា | អនត្តាមានគ្រប់ប្រាណ |
| អ្នកក្រ ឬ អ្នកមាន | ល្ងង់ ឬ ចេះមានស្មើគ្នា ។ |
| សូម្បីទ្រព្យសម្បត្តិ | វត្ថុអ្វីផងនានា |
| កើតឡើងក្នុងលោកា | នៅនាក្រោមច្បាប់ត្រៃលក្ខណ៍ ។ |
| ចូរនាំគ្នាសិក្សា | ពិចារណាឲ្យយល់ជាក់ |
| ច្បាស់ច្បាប់ព្រះត្រៃលក្ខណ៍ | ហើយពួកអ្នកកុំប្រកាន់ ។ |
| ឈប់យល់ថាខ្លួនអញ | ត្រូវយល់ថាជាបញ្ចក្ខន្ធ |

[១] មតា ត្រឹមត្រូវជាង មរណាមិនត្រូវទេ ប៉ុន្តែ គេចេះតែប្រើទៅ ។

គ្មានអ្វីគួរក្តួចកាន់ ថាជាអញយើងគេឡើយ ។
ប្រកាន់បានតែទុក្ខ ឈប់ប្រកាន់បានសុខស្បើយ
ឈប់ទូលរែកពុនហើយ ដាក់វាចុះអស់ធូន់ទៀត ។
ហេតុនេះអ្នកទាំងឡាយ គ្រប់រូបកាយកុំប្រមាទ
សតិខំសង្វាត លះអំពើទុច្ចរិត ។
ដោយកាយ និង វាចា បីនេះណាព្រមទាំងចិត្ត
មិច្ឆាទិដ្ឋិពិត ត្រូវតែលះបង់ចោលផង ។
ហើយនាំគ្នាចំរើន សុចរិតឲ្យហ្មត់ហ្មង
សម្មាទិដ្ឋិផង ត្រូវចំរើនឲ្យច្រើនណា៎ ! ។
សតិកុំត្រេកអរ ក្នុងអ្វីគួរគាប់ប្រាថ្នា
កុំក្រោធខឹងទោសា ក្នុងអ្វីគួរតែប្រទូស្ត ។
កុំមានក្តីវង្វេង ក្នុងអ្វីគួរវង្វេងនោះ
សតិតាំងចំពោះ រារាំងទប់ចិត្តឲ្យបាន ។
កុំឲ្យចិត្តស្រវឹង ក្នុងអារម្មណ៍ពាលសាមាន្យ
ប្រព្រឹត្តដូចតិរច្ឆាន មិនសមឋានជាមនុស្សឡើយ ។
អ្នកដែលប្រមាទនោះ សូម្បីរស់ដូចស្លាប់ហើយ
ព្រោះគ្មានក្តីល្អឡើយ កើតឡើងដោយក្តីប្រមាទ ។

*អ្នកដែលធ្វើល្អវិញ　　　　ចិត្តគេមិញជ្រះថ្លាស្អាត*
*ព្រោះគេមិនប្រមាទ　　　　សូម្បីស្លាប់ទុកដូចរស់ ។*
*ពាក្យនេះន័យជ្រៅណាស់　　　　រៀនឲ្យច្បាស់សព្វទាំងអស់*
*សង្ខេបត្រឹមណឹងចុះ　　　　ចប់ចរចូលនិព្វានហោង ៕*

ចាក សេចក្តីមិនប្រមាទ ឆ្នាំ ២០០១

យោ សហស្សំ សហស្សេន　　　　សង្គាមេ មានុសេ ជិនេ
ឯកញ្ច ជេយ្យមត្តានំ　　　　សវេ សង្គាមជុត្តមោ ។

*ឈ្នះមនុស្សមួយលានក្នុងសង្គ្រាម　　　　ពុំទាន់បាននាមថាប្រសើរ*
*ឈ្នះខ្លួនតែម្នាក់ឯងទេតើ　　　　ទើបបានប្រសើរ ក្នុងសង្គ្រាម ។*

**កុំចង់ឈ្នះគេ　　ត្រូវចង់ឈ្នះខ្លួនឯងផង**

# សង្គហធម៌

**បទព្រហ្មគីតិ**

*សង្គហធម៌ ៤ ត្រឹះមាំមួនជួយសង្គ្រោះ*
*ពួកមនុស្សឲ្យបានរស់ សុខសប្បាយគ្រប់ ៗ គ្នា ។*
*ទី ១ ត្រូវចែកទាន កុំកំណាញ់ក្រៅតម្រា*
*គិតត្រឹមតែអាត្មា និងបក្សពួកញាតិផង់ខ្លួន។*
*ត្រូវគិតអ្នកដទៃ ចែកទានលៃឲ្យសមសួន*
*កុំចង់រស់តែខ្លួន មិនសុខទេណាអ្នកអើយ ។*
*ទី ២ ពេលធ្វើទាន មានសំដីសាសង់ឆ្លើយ*
*ពីរោះផ្អែមឆ្ងាញ់ហើយ ទើបអ្នកផង់គេចូលចិត្ត ។*
*ទី ៣ ធ្វើប្រយោជន៍ ទោះល្អិតល្អោច ឬ ប្រណីត*
*ជួយធ្វើដោយពេញចិត្ត នឹកអាណិតដល់អ្នកក្រ ។*
*ទោះទៅកាន់ទីណា តែងឧស្សាហ៍ធ្វើការល្អ*
*មិនបាច់គេអង្វរ ដោយស្មោះសរឥតបង្ខំ ។*
*ទី ៤ ដាក់ខ្លួនស្មើ មិនដែលធ្វើឫកអ្នកធំ*
*សុភាពល្អសមរម្យ គួរនិយមគួរសេពគប់ ។*
*បើបានធ្វើមេបា សង្ឃឹមថាបានជាម្ចប់*
*ត្រូវដាក់ទាំងថ្ងៃយប់ គេគោរពគ្រប់គ្នាផង់ ។*

ហេតុនេះអស់លោកអ្នក ស្តាប់ឲ្យជាក់ចេះចាំចង
ធ្វើតាមកុំឲ្យហ្មង បានសុខហោងគ្រប់គ្នាអើយ៕

**ចាក ព្រះត្រៃលក្ខណ៍ និង សង្គហធម៌**

**បុណ្យ ១០០ ថ្ងៃ លោក នេត្រ គួន ឆ្នាំ ២០០១**

**បទពាក្យ ៩**

សង្គហៈ ធម៌ជាលក្ខ គោលបួនយ៉ាង
ជាតឹកតាង បដិវត្តន៍ ជួយសង្គ្រោះ
សម្រាលទុក្ខ បង្កើតសុខ ដល់មនុស្ស
ឲ្យបានរស់ សុខសប្បាយ គ្រប់ ៗ គ្នា ។
ត្រូវចែកទាន ឲ្យគេបាន រស់សុខផង
ជាចំណង សាមគ្គី ញាតិអាត្មា
កុំកំណាញ់ ឬខ្ជះខ្ជាយ ក្តីកាមា
ចាយហ៊ឺហា សុខសប្បាយ តែគ្នាឯង ។
ព្រះសម្ពុទ្ធ ជាមកុដ ផុតលោកា
ត្រាស់ទេសនា ប្រៀនប្រដៅ យ៉ាងជាក់ស្តែង

បាយមួយដុំ　　បើគេសុំ　　ត្រូវតែបែង
ចែកគេឯង　　ឲ្យបានស៊ី　　ចុកសុខផង ។
ស៊ីតែឯង　　មិនគិតក្រែង　　ស្មានថាសុខ
ថ្ងៃទៅមុខ　　ទុក្ខអនេក　　ពេកកន្ទង
ភ្ញាក់រលឹក　　នឹកដល់ពាក្យ　　ព្រះច្បាស់ច្បង
ចែកទានផង　　ទើបគួរគាប់　　ជាប់និស្ស័យ ។
ពេលឲ្យទាន　　ត្រូវតែមាន　　ពាក្យពីរោះ
កុំទ្រគោះ　　ពាក្យខ្មោះខ្មួរ　　ជួពេកក្រៃ
គេមិនចង់　　ទទួលទេ　　ទានអប្រិយ
បើសំដី　　ទន់ផ្អែមល្ហែម　　ទើបចង់បាន ។
ពាក្យទ្រគោះ　　មិនពីរោះ　　កើតអមិត្ត
ពីរោះពិត　　ចងជាប់ចិត្ត　　មិត្តកល្យាណ
យើងជាមនុស្ស　　ពោលពីរោះ　　គ្រប់ ៗប្រាណ
ទើបសមឋាន　　បានកើតជា　　សត្វប្រសើរ ។
ធ្វើប្រយោជន៍　　កុំចាំពឹង　　តែលើទ្រព្យ
ខ្លួនយើងរាប់　　ថាជាទ្រព្យ　　គាប់ណាស់តើ
ជួយអ្វីបាន　　ជួយសាងសុខ　　គេបណ្ដើរ

ខ្លួនហ្នឹងតើ ចាត់ជាទ្រព្យ គាប់ពេកក្រៃ ។
ជួយដោយកាយ វាចាចិត្ត គំនិតល្អ
ចិត្តស្មោះសរ ជួយសាងសុខ រៀងរាល់ថ្ងៃ
កុំនៅស្ងៀម មើលបំណាំ ធ្វើវាហី
ចង្អៀតដី គេមិនរាប់ ថាប់អសារ ។
សង្គ្រោះគេ កុំវាយឫក ចង់ធ្វើធំ
គេមិនសម មិនគប់រក យកជាគ្នា
ទុកដាក់ខ្លួន យ៉ាងសមសួន តាមធម្មតា
គេត្រូវការ គេគោរព ដោយចិត្តស្មោះ។
អ្នកឫកធំ នាំធ្វើអ្វី មិនបានការ
គេចាត់ថា ជាមនុស្ស អសប្បុរស
គេមិនព្រម រួបរួមចូល ជាមួយសោះ
គេស្មគ្រ័ស្មោះ ជាមួយអ្នក ស្មើ ៗ ភាព ។
ហេតុនេះហើយ ត្រូវតែឈប់ វាយឫកធំ
វាមិនថ្កុំ ថ្កើងរុងរឿង នាំថោកទាប
សូវធ្វើឫក ស្មើ ៗ គ្នា យ៉ាងសុភាព
ទើបគេក្រាប លើកតម្កើង ឲ្យឡើងខ្ពស់ ។

*នេះជាគោល　　សង្គហៈ　　ធម៌ថ្លៃថ្លា*
*ព្រះសាស្តា　　បរមគ្រូ　　ដ៏ទ្រង់យស*
*សម្តែងទុក　　ឲ្យយើងយក　　ទៅសង្គ្រោះ*
*ជួយមនុស្ស　　ឲ្យបានរស់　　សុខសប្បាយ ៕*

# ឧបេក្ខាចិត្ត

*តាំងចិត្តនឹងមាំស្ងប់　　កុំឲ្យស្អប់កុំស្រឡាញ់*
*ឧបេក្ខាចិត្តវិញ　　មានសតិ សម្បជញ្ញៈ ។*
*ឃើញរូបឮសំឡេង　　មិនវង្វេងជាប់ជំពាក់*
*ក្លិន រស ផោដ្ឋព្វៈ　　និង ធម្មៈ កើតក្នុងចិត្ត ។*
*ទោះបី ខ្មៅ ឬ ស　　អាក្រក់ ល្អ ដ៏ប្រណីត*
*មិនអាចអូសទាញចិត្ត　　ឲ្យស្រឡាញ់ឬស្អប់ឡើយ។*
*អ្នកធ្វើបានយ៉ាងនេះ　　ឃើញធម៌ច្បាស់ប្រាកដហើយ*
*ដល់ទីពឹងត្រាណត្រើយ　　សុខឥតស្បើយនិព្វានហោង៕*

**ចាក ឧបករណ៍ សមថ វិបស្សនា ឆ្នាំ ២០០២**

*កុំដេករង់ចាំ កុំខំប្រាថ្នា　　ត្រូវតែឧស្សាហ៍បដិបត្តិធម៌*
*ធ្វើរៀងរាល់ថ្ងៃទើបបានក្តីល្អ　　មង្គលបវរកើតឡើងពុំខាន៕*

# សទ្ធា និង បញ្ញា

*មានតែសទ្ធាអត់បញ្ញា ដូចឆ្មេចនេត្រាដើរពេលយប់*
*គេចមិនផុតទេតែងជំពប់ ជឿច្រើនជ្រុលជ្រប់* ចាញ់បោកគេៗ
*មានតែបញ្ញាអត់សទ្ធា ដូចអត់គ្នីគ្នាជួយកាញ់គ្នេរ*
*បញ្ញាម្នាក់ឯងតែងជ្រៀងជ្រេ ទេរទៅជា* មិច្ឆាទិដ្ឋិ៕

ចាក ពុទ្ធសាសនា រុងរឿង ឬ អោយអ្សេរ ឆ្នាំ២០០២

មធុវា មញ្ញតី ពាលោ យាវ បាបំ ន បច្ចតិ
យទា ច បច្ចតី បាបំ អថ ទុក្ខំ និគច្ឆតិ ។

*ពេលដែលបាបមិនទាន់ឲ្យផល ជនពាលសំគាល់ដូចទឹកឃ្មុំ*
*លុះបាបឲ្យផលពាលទួញយំ រងទុក្ខក្តៅធំព្រោះបាបផ្តល់ ។*

# ដកចិត្តចេញពីកាយ

*រូបកាយទាំងឡាយនៃយើងគេ ជាសង្ខារទេ នៃ ! លោក អ្នក*
*ចូរដឹងគ្រប់គ្នាឲ្យច្បាស់ជាក់ កុំឲ្យទាមទាក់ជាប់នឹងវា ។*
*វាកើតវាចាស់វាឈឺស្លាប់ វាមិនដែលស្តាប់យើងបញ្ជា*
*វាតែងប្រែប្រួលរាល់វេលា ទៅតាមរឿងវាជាធម្មតា ។*
*យើងកុំស្រឡាញ់យើងកុំស្អប់ ត្រូវប្រែត្រឡប់ឧបេក្ខា*
*ទោះបីរូបកាយឯងយ៉ាងណា ចេះលៃអាត្មាឲ្យសុខបាន ។*
*បើកាយឯងចាស់ឯងឈឺធ្ងន់ ចិត្តអញអត់ធន់មិនរំខាន*
*ទោះបីឯងស្លាប់អញរ៉ាប់បាន ចិត្តសុខក្សេមក្សាន្តតាមព្រះធម៌។*
*ជម្រុះអញ និង របស់អញ ពីដួងចិត្តចេញចិត្តស្អាតល្អ*
*ភ្លឺស្វាងត្រជាក់ស្ងប់បវរ បានដល់ព្រះធម៌និព្វានហោង ៕*

ចាក កើត ស្លាប់ ឆ្នាំ ២០០៣

# សាសនា

*លោកថា ព្រះសង្ឃកំពង់សត្វ　　　ពេលមានវិបត្តិមានទុក្ខភ័យ*
*ព្រះសង្ឃតែងតែជួយលកលៃ　　　កំចាត់ទុក្ខភ័យប្រជាជន ។*
*ជួយគិតជួយប្រាប់ជួយនាំធ្វើ　　　ជួយសព្វសារពើជួយកែកុន*
*ទោះបីហេតុការណ៍មហាធ្ងន់　　　ព្រះសង្ឃជួយគន់គិតកែបាន ។*
*ហេតុនេះ ព្រះសង្ឃត្រូវដើរមុន　　　នាំប្រជាជនកុំបីខាន*
*សាងជាតិសាសនាឲ្យថ្កើងថ្កាន　　　រុងរឿងឡើងបានសាន្តសុខសព្វ ៕*

ចាកមហាសុបិន ១៦ ប្រការ ឆ្នាំ ២០០៣

# បាប និង បុណ្យ

*បាបគឺអំពើដ៏អាក្រក់　　　សម្លាប់លួចឆក់ខុសកាមេ*
*ជាមួយប្ដីប្រពន្ធកូនគេ　　　កុហករៀចវេរបោកបញ្ឆោត ។*
*ផឹកទឹកស្រវឹងគឺសុរា　　　មេរ័យកញ្ឆាអាភៀនសោត*
*ចិត្តលោភវង្វេង និងក្រេវក្រោធ　　　ទាំងអស់នោះសោតសុទ្ធតែបាប ។*
*រីឯបុណ្យគឺអំពើល្អ　　　ចិត្តស្អាតបវរជាជរាប*

*វៀរចាកទាំងអស់អំពើបាប ជោកទាបឆ្អេះឆ្អាបគ្រឿងសៅហ្មង។*
*ធ្វើតែទាន សីល ភាវនា គុណាគាប់ល្អជាពេកកន្ទង*
*សាងសុខដល់ខ្លួននិងអ្នកផង ឥតមានមោះហ្មងរាល់វេលា ៕*

ចាក បាប និង បុណ្យ ឆ្នាំ ២០០៣

ឧទ្ទិសកុសលចំពោះ ឧបាសិកា ទិត ឡេង

# ផលបុណ្យ និង បាប

*អំពើបុណ្យ និង អំពើបាប វាមានសភាពផ្ទុយពីគ្នា*
*បុណ្យតែងនាំឲ្យបានសុខជា បាបនាំទុក្ខាជាប់ជានិច្ច ។*
*បុណ្យដឹកនាំគេឲ្យរាប់អាន បាបនាំរុញច្រានឲ្យគេភ្លេច*
*បុណ្យតែងជួយឲ្យបានសម្រេច បាបជួយកាត់ផ្ដាច់ខ្ទេចអសារ។*
*បុណ្យនាំឲ្យសុខស្រុកមនុស្ស ឯបាបទុយ៌សនាំទុក្ខា*
*បុណ្យនាំទៅកើតស្រុកទេព្ដា បាបនាំអាត្មាចុះនរក ។*
*បុណ្យតែងធ្វើចិត្តឲ្យភ្លឺថ្លា បាបធ្វើចិន្ដាឲ្យលាមក*
*បុណ្យនាំរើខ្លួនចេញពីភក់ បាបនាំដេកលក់ក្នុងភក់ជ្រាំ ។*
*បុណ្យនាំសម្រេចព្រះនិព្វាន បាបឃាត់ទប់ប្រាណនៅសោយកម្ម*
*ទុក្ខសោកពេគភ័យអង្វែងឆ្នាំ ដូចនេះត្រូវចាំ កុំធ្វើបាប ៕*

# គេចមិនផុតពី បាបទេ

អ្នកធ្វើបាបកម្មកុំយល់ខុស ថា បាបកម្មនោះដូចទឹកឃ្មុំ
តែពិតបាបនោះពិសពុលធំ ឲ្យទោសក្តៅធំគេចមិនផុត ។
ទោះបីទៅពួនក្នុងអាកាស ក្នុងជលសាមហាសមុទ្រ
ឬក្នុងរូងភ្នំក៏មិនផុត នឹងគេចវេះរត់ក៏មិនបាន ។
ទីណាដែលផុតពីផលបាប ពោលពាលឆេះឆាបឥតស្រាកស្រាន្ត
ទីនោះព្រះពុទ្ធដ៏ទ្រង់ញាណ សម្តែងថាគ្មានសោះទេឡើយ។
ដូចនេះត្រូវគិត គេចជាមុន គឺខំធ្វើបុណ្យណាអ្នកអើយ
ឯត្រង់បាបកម្មកុំធ្វើឡើយ ផុតពីបាបហើយសុខក្សេមក្សាន្ត ៕

# រូបំ ជីរតិ មច្ចានំ នាមគោត្តំ ន ជីរតិ

រូបកាយនៃសត្វ តែងចាស់ជរា
នាម និង គោត្តា មិនជរាឡើយ
ដោយសារខំលះ អាក្រក់នោះហើយ
មិនជរាឡើយ ព្រោះខំធ្វើល្អ ។

*ជម្រះកិលេស ដែលនៅដេកត្រាំ*
*ច្រើនថ្ងៃ ខែ ឆ្នាំ ដូចជាកករ*
*ក្នុងសន្ដានចិត្ត ឲ្យបានបវរ*
*ចិត្តផូរផង់ល្អ សុខសាន្តត្រាណាអើយ ៕*

**ចាក អលព្ពនីយធម៌ ឆ្នាំ ២០០៥**

**កិច្ឆោ មនុស្សបដិលាភោ កិច្ឆំ មច្ចានជីវិតំ**
**កិច្ឆំ សទ្ធម្មស្សវនំ កិច្ឆោ ពុទ្ធានមុប្បាទោ ។**

*ក្រនឹងបានកើតជាមនុស្ស ក្រនឹងបានរស់សោយសុខា*
*ក្រនឹងបានស្ដាប់ព្រះធម្មា ក្រនឹងបានជាព្រះសម្ពុទ្ធ ។*

# ព្រហ្មវិហារធម៌

ព្រហ្មវិហារធម៌ ៤ ប្រការ　　១ គឺមេត្តា ក្តីរាប់អាន
២ ករុណាអាណិតចិត្តសន្តាន　　ជួយឲ្យគេបានរួចចាកទុក្ខ។
៣ គឺមុទិតាចិត្តទន់　　រីករាយអនន្តមិនរើសមុខ
ពេលឃើញគេបានសេចក្តីសុខ　　សប្បាយរីកមុខឥតឫស្យា។
៤ ឧបេក្ខាចិត្តកណ្តាល　　ស្មោះត្រង់គ្រកាលគ្រប់រូបា
ឥតមានលំអៀងទៅខាងណា　　ដើរតាមធម៌អាថ៌ជាបន្ទាត់ ។
ធម៌ ៤ យ៉ាងនេះរបស់ព្រហ្ម　　ឬអ្នកដឹកនាំបដិបត្តិ
អ្នកឋានៈធំពិតប្រាកដ　　ក៏ត្រូវបដិបត្តិដូចគ្នាដែរ ។
បើបដិបត្តិត្រឹមត្រូវហើយ　　ទុក្ខសោកក៏ស្បើយសុខឥតល្ហែ
សប្បាយរីករាយរាល់ថ្ងៃខែ　　ជនរួមជាតិខ្មែរថ្កើងឡើងវិញ។
ដូចនេះត្រូវនាំគ្នាសិក្សា　　រៀនធម៌រៀនអាថ៌ខំទន្ទេញ
កាន់ព្រហ្មវិហារឲ្យពោរពេញ　　ជាតិបានចំណេញសុខសាន្តអឺយ។

**ចាក ទសពិធរាជធម៌ ឆ្នាំ ២០០៥**

# អគតិធម៌

អគតិធម៌ ៤ ប្រការ　　１ គឺឆន្ទាគតិចិត្ត
លំអៀងព្រោះស្រឡាញ់គេពិត　　បានដឹកនាំចិត្តឲ្យធ្វើខុស។
២ គឺទោសាគតិផ្អៀង　　ប្រព្រឹត្តលំអៀងព្រោះស្អប់នោះ
បានជានាំចិត្តធ្វើដូចនោះ　　កើតជាកំហុសព្រោះទោសៈ។
៣ គឺមោហាគតិធម៌　　វង្វេងត្រាច់ចរដូចគេខ្វាក់
លំអៀងព្រោះមិនបានដឹងជាក់　　នាំឲ្យគ្រោះថ្នាក់ដល់អ្នកផង ។
៤ គឺភយាគតិពិត　　ព្រោះតែភ័យភិតចិត្តសៅហ្មង
បានជាលំអៀងចាកច្បាប់ផង　　និងខុសគន្លងព្រះធម្ម ។
បើដើរតាមអគតិធម៌　　មិនភ្លឺស្វាងល្អមិនសុខជា
ទ្រង់ត្រាស់ប្រៀបដូចព្រះចន្ទ្រា　　ដែលស្ថិតនៅនាខាងរនោច។
បើគេវៀរអគតិធម៌　　សុខចំរើនល្អលែងហិនហោច
រីងរឹតតែភ្លឺស្វាងរុងរោចន៍　　ទ្រង់ប្រៀបប្រដូចចន្ទខាងខ្នើត។
ដូចនេះបងប្អូនខ្មែរទាំងឡាយ　　បើចង់សប្បាយថ្ងៃថ្ងាធើត
ដូចជាព្រះចន្ទនៅខាងខ្នើត　　លះកុំឲ្យកើតអគតិធម៌ ៕

ចាក ទសពិធរាជធម៌ ឆ្នាំ ២០០៥

# សង្គហធម៌

*សង្គហធម៌ ៤ ប្រការ          ១ ទាន:ការដាក់ទានឲ្យ*
*នូវទ្រព្យរបស់អ្វីក៏ដោយ          ឬមួយក៏ឲ្យនូវវិជ្ជា ។*
*២ បិយវាចាពាក្យសំដី          ពីរោះឥតបីនឹងពណ៌នា*
*គេចូលចិត្តស្ដាប់គ្រប់ៗគ្នា          ព្រោះមានខ្លឹមសារសំខាន់ណាស់។*
*៣ អត្ថចរិយាការប្រព្រឹត្ត          ជាប្រយោជន៍ពិតឃើញជាក់ច្បាស់*
*ជួយធ្វើកិច្ចការនៃក្មេងចាស់          ប្រឹងខិតខំណាស់សីលធម៌។*
*៤ សមានត្តតាការទុកដាក់          ខ្លួននៅក្នុងថ្នាក់ដ៏បវរ*
*មិនខ្ពស់មិនទាបសមរម្យល្អ          ទោះជនណាក៏រាប់អានបាន។*
*បើគិតសង្គ្រោះអ្នកដទៃ          ចូរខំលកលៃកុំបីខាន*
*យកសង្គហ:ជាលំអាន          នោះអ្នកនឹងបានជោគជ័យល្អ។*
*បើអ្នកគិតរកតែអំណោយ          ដើម្បីចែកឲ្យអ្នកក្រីក្រ*
*តែអ្នកប្រព្រឹត្តមិនសូវល្អ          ទោះយ៉ាងណាក៏គ្មានជោគជ័យ។*
*ហេតុនេះអស់លោកអ្នកសង្គ្រោះ          ទាំងស្រីទាំងប្រុសត្រូវរំពៃ*
*ធ្វើតាមសង្គហធម៌ថ្វាថ្ងៃ          នឹងបានជោគជ័យបរិបូណ៌ហោង៕*

**ចាក ទសពិធរាជធម៌ ឆ្នាំ ២០០៥**

# រាជសង្គហធម៌

រាជសង្គហធម៌ ៤ ប្រការ សំរាប់រាជាដ៏ជាធំ
និងអស់លោកអ្នកថ្នាក់ដឹកនាំ ត្រូវតែខិតខំរៀនឲ្យចាំ។
១ សស្សមេធៈចែកពូជស្រូវ ឬចែកឲ្យនូវពូជដំណាំ
ដល់កសិករអ្នកដុះដាំ ធ្វើការប្រចាំស្រែចំការ ។
ជួយរកវិធីបង្កើនផល ដើម្បីនឹងផ្តល់គេផងណា
បើគេបានផលច្រើនអស្ចារ្យ នឹងជួយរដ្ឋាឲ្យវឌ្ឍនា។
២ បុរិសមេធៈឆ្មៀវឆ្លាតក្នុង ទំនុកបំរុងអ្នករាជការ
ទាហានស៊ីវិលទាំងអស់គ្នា ឲ្យបានសុខាសមរម្យផង។
ជួយមនុស្សល្អ និង ពូកែ ឲ្យរឹងរឹតតែល្បីចម្បង
បញ្ចេញស្នាដៃសាងជាតិផង ឲ្យច្រើនកន្ទងល្អប្រពៃ ។
៣ សម្មាបាសៈអន្ទាក់ល្អ ជួយអ្នកក្រីក្រអ្នកកែច្នៃ
ចង់បង្កើតមុខរបរអ្វី មានទ្រព្យឲ្យខ្ចីធ្វើដើមទុន។
៤ វាជបេយ្យៈពាក្យពីរោះ មានខ្លឹមសារខ្ពស់កបដោយគុណ
មានផលប្រយោជន៍ច្រើនអនន្ត ស្តាប់មិនឆ្អែតឆ្អន់ចង់ស្តាប់ទៀត។
បើអ្នកដឹកនាំធ្វើដូចនេះ គេទុកជាចេះមិនចោលម្បៀត
គេទុកជូនលោកដឹកនាំជាតិ បន្តទៅទៀតអង្វែងទៅ។
បើធ្វើមិនបានកុំមុខក្រាស់ ខំក្រាញខ្លាំងណាស់ចង់តែនៅ

ចុះទៅឲ្យបាត់ស្រមោលទៅ កុំចង់ស្ថិតនៅខ្មាសកង្កែប។
និយាយប៉ុណ្ណោះត្រូវចេះស្តាប់ បញ្ចប់សាសព្ទដោយសង្ខេប
បើចង់ដឹងរឿងសត្វកង្កែប ដើរស្តាប់អែបៗគង់តែដឹង៕

ចាក ទសពិធរាជធម៌ ឆ្នាំ ២០០៨

# នាយកធម៌

នាយកធម៌ ៦ ប្រការ ទី ១ ខមាការអត់ធន់
ទោះក្តៅត្រជាក់ស្រាលឬធ្ងន់ មិនដែលទម្រន់ស៊ូជានិច្ច។
២ ជាគរិយៈភ្ញាក់រលឹក ពេលយប់ពេលព្រឹកមិនដែលភ្លេច
ការងារដែលជាករណីយកិច្ច ប្រយ័ត្នជានិច្ចឥតចន្លោះ។
៣ ឧដ្ឋានៈ ការប្រឹងប្រែង ខ្មីឃ្មាតស្វះស្វែងគ្រប់ទាំងអស់
ធ្វើកិច្ចការអ្វីឥតមានខ្ចោះ កើតបានទាំងអស់ព្រោះឧស្សាហ៍។
៤ សំវិភាគការបែងចែក ភោគផលចំណែកគ្រប់រូបា
ដើម្បីគេបានបរិភោក្តា និងបានសុខារីករាយផង។
៥ គឺទយាក្តីអាណិត អាសូរគេពិតពេកកន្លង
តែងជួយឲ្យគេរួចទុក្ខផង មិនដែលមួហ្មងបៀតបៀនឡើយ។

៦ ឥតខ្វណា ការរំពៃ មើលខុសត្រូវអ្វីឥតកន្តើយ
ត្រិះរិះម៉ត់ចត់ប្រាកដហើយ មិនធ្វើគោះតើយដោយប្រមាទ។
លោកអ្នកដឹកនាំសក្តិសមល្អ រឿងនាយកធម៌លោកសង្វាត
ឬប្រឹងធ្វើតាមមិនខ្វះខាត ដើម្បីសុខស្អាតគ្រប់ៗគ្នា៕

**ចាក ទសពិធរាជធម៌ ឆ្នាំ ២០០៥**

# អបរិហានិយធម៌

អបរិហានិយធម៌ ៧ ប្រការ ១ គឺ ឧស្សាហ៍ប្រជុំគ្នា
ដើម្បីសម្រេចកិច្ចនានា ត្រូវប្រជុំគ្នាសួរយោបល់។
កុំធ្វើអ្វីអត្តនោម័តិ ក្រែងមានវិបត្តិអកុសល
ជាហេតុដែលនាំមកនូវផល ទុក្ខភ័យធ្លាក់ដល់យើងរាល់គ្នា។
២ពេលប្រជុំត្រូវព្រមព្រៀង ធ្វើការឲ្យទៀងតាមវេលា
កុំទម្លាប់ធ្វើការខ្ជីខ្ជា មិនត្រូវវេលាដែលកំណត់។
ពេលឈប់ប្រជុំត្រូវព្រមព្រៀង ធ្វើការឲ្យទៀងតាមសន្មត
កុំចេញមុនគេគ្មានបែបបទ ធ្វើឲ្យម៉ត់ចត់ហើយស្រេចបាច់។
នឹងត្រូវព្រមព្រៀងធ្វើកិច្ចការ ដែលយើងរួមគ្នាបានសម្រេច

ត្រូវរួមគ្នាធ្វើឲ្យហើយស្រេច ទៅតាមសម្រេចយ៉ាងរហ័ស ។
៣ មិនបញ្ញត្តច្បាប់ឡើងថ្មី ឬមិនឃ្មាតខ្មីលុបច្បាប់ចាស់
ដើម្បីផលប្រយោជន៍ខ្លួនច្បាស់ ផលរាស្ត្រច្រើនណាស់ទៅជាខូច។
ត្រូវតែរក្សាច្បាប់ដែលមាន ទុកជាប្រធានទាំងធំតូច
ព្រោះអីច្បាប់នោះមិនមានខូច ផលរាស្ត្រធំតូចណាទាំងអស់។
បើធ្វើច្បាប់ថ្មីឬលុបចាស់ ផលល្អច្រើនណាស់ទុកជាស្រស់
បានដល់រដ្ឋរាស្ត្រសព្វទាំងអស់ ធ្វើឬលុបចុះមិនទាស់អ្វី ។
៤ ត្រូវគោរពលោកចាស់ទុំ នៅក្នុងសង្គមទាំងប្រុសស្រី
បើលោកឲ្យនូវយោបល់អ្វី គោរពសំដីលោកនោះផង ។
៥ ត្រូវគោរពកុលស្ត្រី និងកុមារីកុំកន្ទង
រំលោភប្រពៃណីគេផង ដោយក្ដីប៉ុនប៉ងចង់សប្បាយ ។
៦ ត្រូវគោរពបូជា ចេតិយនានាផងទាំងឡាយ
កុំទៅកាប់គាស់រើកកាយ ធ្វើឲ្យប្រែក្លាយវិនាសបង់ ។
ទាំងផលប្រយោជន៍នៃចេតិយ ដែលជនប្រុសស្រីគេថ្វាយសង្ឃ
កុំទៅប៉ះពាល់ឲ្យបាត់បង់ ត្រូវទុកថ្វាយសង្ឃលោកចាត់ការ។
៧ ត្រូវតែខំគោរព ថែរក្សាគ្រប់អរហន្តា
ព្រមទាំងព្រះសង្ឃសាវកា ឲ្យគង់សុខាតរៀងទៅ ។
បើមិនទាន់មកសូមឲ្យមក បើលោកលែលកចង់គង់នៅ
ស្រេចតែព្រះអង្គសម្រេចទៅ សុខចិត្តគង់នៅយើងត្រេកអរ ។

*ព្រះពុទ្ធជាម្ចាស់ទ្រង់ត្រាស់ថា　　　បើរដ្ឋឯណាប្រព្រឹត្តធម៌*
*ប្រាំពីរប្រការឲ្យបានល្អ　　　មង្គលបវរនឹងកើតមាន ។*
*បើបរទេសចិត្តអាក្រក់　　　ចូលមកលួចឆក់ឬឈ្លានពាន*
*មិនអាចសម្រេចបំណងបាន　　　ព្រោះរដ្ឋនោះមានសាមគ្គីល្អ។*
*ហេតុនេះលោកអ្នកដឹកនាំខ្មែរ　　　ចូរនាំគ្នាប្រែប្រព្រឹត្តធម៌*
*ឲ្យបានត្រឹមត្រូវដោយស្មោះសរ　　　ខ្មែរសុខសាន្តល្អតរៀងទៅ ៕*

**ចាក ទសពិធរាជធម៌ ឆ្នាំ ២០០៥**

# ទសពិធរាជធម៌

*ទសពិធរាជធម៌ ១០ ប្រការ　　　១ ទានៈការចែកទានដល់*
*ជនអ្នកក្រីក្រជាបុគ្គល　　　ឬមួយក៏ផ្ដល់ជាសាធារណ៍ ។*
*សាងប្រយោជន៍រួមក្នុងសង្គម　　　ឲ្យបានសុខដុមរមនា*
*រីករាយសប្បាយទាំងអស់គ្នា　　　សាងកម្ពុជាល្អថ្លៃថ្លា ។*
*២ គឺសីលៈរក្សាសីល　　　ជម្រះមន្ទិលកាយវាចា*
*កាន់ប្រាំជានិច្ចរាល់វេលា　　　ហើយថែមរក្សា ៨ ផង ។*
*៣ គឺបរិច្ចាគលះគំនុំ　　　មិនទុកឲ្យរុំចិត្តសៅហ្មង*
*លះទាំងក្ដីសុខផ្ទាល់ខ្លួនផង　　　ជីវិតកន្លងហ៊ានលះដែរ។*

ដើម្បីក្តីសុខប្រជាជន    នៅគ្រប់តំបន់ទឹកដីខ្មែរ
ស៊ូប្តូរជីវិតដោយក្តីស្នេហ៍    ខំរក្សាថែកេរដូនតា ។
៤ អាជ្ជវៈស្មោះត្រង់ពិត    ឥតមានគំនិតវៀចតិចណា
ចំពោះបុគ្គលឬរដ្ឋា    ឥតមានប្រជាភិបុតិឡើយ ។
៥ មទ្ទវៈឬកសុភាព    ទន់ភ្លន់ដរាបមិនចេះងើយ
ការងាររឹងប៉ឹងម៉ត់ចត់ហើយ    មិនដែលកន្តើយម្តងណាសោះ។
៦ តបៈ ដុតកិលេស    ដែលនៅសល់សេសឲ្យឆេះអស់
ឆ្លៀតខំធ្វើធម៌ឲ្យបានខ្ពស់    ដើរតម្រង់ឆ្ពោះវិបស្សនា ។
និងដុតពួកជនដែលខិលខូច    ដើរឆក់ប្លន់លួចទ្រព្យនានា
នាម៉ឺនទុច្ចរិតក៏ដូចគ្នា    ត្រូវដុតពួកវាជាប្រញាប់ ។
កុំឲ្យមាននិទណ្ឌភាព    រួចខ្លួនដរាបនៅលើច្បាប់
ត្រូវរកឲ្យឃើញហើយចងចាប់    ដាក់វាក្រោមច្បាប់យ៉ាងតឹងរឹង។
ទី ៧គឺអក្កោធៈ    ចិត្តមិនថ្នាំងថ្នាក់មិនក្រោធខឹង
មិនសម្រេចចិត្តតាមបណ្តឹង    ត្រូវតែថ្លៃងថ្លឹងរកការពិត ។
មិនដែលសៅហ្មងឬខូចការ    ព្រោះមានមេត្តាប្រចាំចិត្ត
ធ្វើអ្វីតែងមានក្តីអាណិត    អាសូរគេពិតចង់ឲ្យសុខ ។
៨ គឺអវិហឹសា    មានករុណាជួយដោះទុក្ខ
មិនដែលបៀតបៀនមិនបុករុក    ធ្វើបាបអ្នកស្រុកដោយរឿងអ្វី។
មិនកេណ្ឌកម្លាំងឬយកពន្ធ    ដារដាទម្ងន់ទៅលើដី

ឬទៅលើមុខរបរអ្វី　　តែងមានប្រណីរាស្ត្រប្រជា ។
៩ ខន្តីក្តីអត់ធន់　　ទោះស្រាលឬធ្ងន់គ្រប់ការងារ
តស៊ូជានិច្ចមិនរួញរា　　គ្រប់ពេលវេលាការស្របច្បាប់។
១០ គឺអវិរោធនៈ　　ចិត្តរឹងមាំជាក់មិនឡើងធាប់
ឬចុះមកវិញជាប្រញាប់　　អារម្មណ៍ប៉ះប៉ាប់ឃ្វេងឃ្វាងឡើយ។
មិនដែលប្រព្រឹត្តល្មើសច្បាប់ផង　　មិនឃ្លាតគន្លងធម៌ជាត្រើយ
បើធ្វើយ៉ាងនេះត្រឹមត្រូវហើយ　　រាស្ត្រនឹងបានស្បើយទុក្ខពុំខាន។
ស្តេចឬអស់លោកអ្នកដឹកនាំ　　ត្រូវតែខិតខំធ្វើឲ្យបាន
នូវធម៌ ១០ យ៉ាង យ៉ាងចំណាន　　ជាតិយើងថ្កើងថ្កានសុខសាន្តអឺយ។

**ចាក ទសពិធរាជធម៌ ឆ្នាំ ២០០៥**

ពេលវេលាទុកជាឃ្លាំងមាសប្រាក់
អ្នកប្រាជ្ញផ្ទៀតផ្ទាក់ធ្វើប្រយោជន៍បាន
ជនពាលកំជិលខិលខូចសាមាន្យ
ខូចខាតខកខានមិនចេះប្រើពេល ។

# កម្រកើតជាមនុស្ស

កើតមកជាមនុស្ស ជាសត្វខ្ពង់ខ្ពស់ ជាងសត្វនានា
ត្រូវខំសិក្សា ចំណេះវិជ្ជា និងរកទ្រព្យា
សាងខ្លួនសាងជាតិ។

ចូរកុំធ្វើបាប អំពើថោកទាប ទុក្ខតាមមិនឃ្លាត
ផ្តល់ក្នុងលោកនេះ និងលោកមុខទៀត ចូលមកជ្រែកជ្រៀត
មិនបានសុខឡើយ។

ចូរខំធ្វើបុណ្យ អំពើជាគុណ កុសលនេះហើយ
បានជាទីពឹង ពំនាក់ត្រាណត្រើយ បានសុខល្ហែល្ហើយ
ដល់លោកមុខផង។

អ្នកមានមាសប្រាក់ មានយសមានសក្តិ សុខក្រៃកន្លង
ជួបជុំម៉ែឪ និងញាតិប្អូនបង ព្រោះបុណ្យផ្សំផង
ទើបបានយ៉ាងនេះ។

អ្នកវេរឃ្នើស៍គុណ មិនដឹងស្គាល់បុណ្យ អួតអាងចំណេះ
គ្មានបុណ្យណាជួយ ឲ្យសុខសាន្តនេះ គេថ្កើងដូចនេះ
ដោយសារខ្លួនគេ។

មិនធ្វើសីលទាន ជាតិមុខមិនបាន ជាមនុស្សវិញទេ
នឹងកើតជាសត្វ វិបត្តិទុក្ខទ្វេ គួរគិតរិះរេ

កែកុនឲ្យហើយ។
បើមិនជឿព្រះ　　នឹងខុសស្រឡះ　　គ្មានសុខសោះឡើយ
កើតទៅជាតិមុខ　　ទូទុក្ខមិនស្បើយ　　នែ !កូនចៅអើយ
ភ្ញាក់ឡើងឲ្យឆាប់៕

**ចាក ចៅថ្មឹងវង្សា ឆ្នាំ ២០០៦**

ធ្វើបាបខ្លួនឯងខ្លួនសៅហ្មង　　មិនធ្វើបាបផងចិត្តភ្លឺថ្លា
បរិសុទ្ធសៅហ្មងក្នុងចិន្តា　　គ្មានជនឯណាធ្វើជួសបាន ។
ហេតុនេះត្រូវខំធ្វើទានសីល　　ភាវនាកុំខ្ជិលគ្រប់ ៗ ប្រាណ
ខំសំអាតចិត្តផូរផង់បាន　　ស្ងប់សុខក្សេមក្សាន្តនិព្វានអើយ ៕

កុំដេករង់ចាំកម្មឲ្យផល　　ត្រូវក្រោកខ្វាយខ្វល់ធ្វើការងារ
ឲ្យឆាប់ទាន់ពេលទាន់វេលា　　ទើបកម្ពុជាផុតទុក្ខភ័យ ។

# សេចក្ដីប្រៀបធៀបខន្ធ ៥

ផេណបិណ្ឌូបមំ រូបំ
វេទនា បុព្វុឡូបមា
មរីចិកូបមា សញ្ញា
សង្ខារា កទលូបមា
មាយូបមញ្ច វិញ្ញាណំ
ទេសិតាទិច្ចពន្ធុនា[២] ។

*រូបកាយដូចដុំពពុះទឹក កុំនាំគ្នានឹកថាមាំមួន*
*វា អនត្តា មិនមែនខ្លួន មិននៅខ្ជាប់ខ្លួនទេអ្នកអើយ ។*
*វេទនាដូចជាក្រពេញទឹក ពុះព្រួចពីទឹកមិនយូរឡើយ*
*កើតឡើងរលត់ទៅវិញហើយ នែ!លោកអ្នកអើយកុំជាប់ចិត្ត។*
*សញ្ញាប្រៀបដូចជាព្រេញថ្ងៃ មើលពីចម្ងាយឃើញមានពិត*
*តែពេលដែលគេចូលទៅជិត វាគ្មាននិមិត្តអ្វីសោះឡើយ ។*
*សង្ខារប្រៀបដូចជាដើមចេក បើគេក្រឡេកទៅឃើញហើយ*
*ស្មានថាមានខ្លឹមពុំខានឡើយ តែក្ដីពិតហើយសោះសូន្យទេ ។*
*វិញ្ញាណប្រៀបដូចជាកិច្ចកល ដែលមាយាការគេគិតគ្នេរ*

---

[២] *សុត្តន្តបិដក សំយុត្តនិកាយ ខន្ធវារ ៣៣/២៤/៣២៥*

រឿងដែលមិនពិតអ្វីសោះទេ តែគេធ្វើឲ្យឃើញដូចពិត ។
ព្រះពុទ្ធជាម្ចាស់បរមគ្រូ ពូជពង្សអម្បូរព្រះអាទិត្យ
ព្រះអង្គត្រាស់ទុកជាភាសិត ឲ្យយើងដឹងពិតរឿងខន្ធប្រាំ៕

ចាក វិបស្សនាភូមិ ឆ្នាំ ២០០៦

# ដាក់ភារៈចុះ បានសេចក្ដីសុខ

ខន្ធប្រាំជាភារៈដ៏ធ្ងន់ តែបុថុជ្ជនមិនយល់ដឹង
បេះតែនាំគ្នាខិតខំប្រឹង ទូលភារៈហ្នឹងស្រែកថាធ្ងន់ ។
ព្រះពុទ្ធជាម្ចាស់ត្រាស់ប្រាប់ថា ចូរអ្នករាល់គ្នាខំគិតគន់
បើអ្នកទាំងឡាយចង់បាត់ធ្ងន់ ឈប់ទូលរែកពុនភារៈទៅ ។
ដាក់ភារៈចុះអ្នកស្រាលខ្លួន សុខភាពមាំមួនចិត្តតាំងនៅ
ស្ងប់សុខត្រជាក់ឥតមានក្ដៅ ឥតមោះហ្មងសៅសុខសាន្តហោង៕

ចាក វិបស្សនាភូមិ ឆ្នាំ ២០០៦

# រំលឹកអ្នកវិបស្សនាខ្មែរ

អ្នកវិបស្សនា ត្រូវនាំគ្នាគិតវែងឆ្ងាយ
កុំគិតឃើញត្រឹមបាយ ត្រូវគិតឆ្ងាយដល់ស្រែផង...។
កុំគិតត្រឹមគ្រែដេក សប្បាយពេកត្រេកកន្ទង
ភ្លេចផ្ទះភ្លេចរបង តើយើងប៉ងដេកម្តេចកើត ។
ត្រូវគិតរកឧបាយ ជួយដោះស្រាយឲ្យបានឆើត
បើគិតពីខាងកើត គិតឲ្យឆើតខាងលិចផង ។
កុំគិតខ្វីកំប៉ិត ឬមួយគិតវែងកន្ទង
ទៅនិព្វានតែម្តង ភ្លេចផាកផងមើលស្រុកមនុស្ស ។
លុះដល់ពេលស្រេកឃ្លាន ចង់បានមានបាយដាក់ពោះ
បើភ្លេចស្រុកមនុស្ស តើបាយនោះបានពីណា ។
ឲ្យគេទៅនិព្វាន តែចង់បានបច្ច័យា
សាងកុដិសាងសាលា បានពីណាបើមិនរក ។
រៀនធម៌កុំងងឹត ត្រូវតែគិតគ្រប់ច្រកល្ហក
កុំដើរផ្លូវខុសខក យួនសៀមយកទឹកដីអស់។
លុះគេយកអស់ហើយ ទុក្ខឥតស្បើយស្តាយស្រណោះ
រៀនធម៌អ្វីដូចនោះ មិនដឹងខុសមិនដឹងត្រូវ ។
ហើយថាខ្លួនគ្រាន់បើ នាំគេភ្លើដើរខុសផ្លូវ

បើអស់ទឹកដីទៅ          តើកូនចៅនៅឯណា ៚

**ចាក វិបស្សនាធូមិ ឆ្នាំ ២០០៦**

# គុណធម៌ល្អឯក

គុណធម៌ល្អឯកអនេកលន់          មានគុណអនន្តរាប់មិនបាន
សូមបងប្អូនខ្មែរយើងគ្រប់ប្រាណ          បណ្តុះឲ្យបានធម៌ខ្ពង់ខ្ពស់។
គុណធម៌គឺជាសេចក្តីល្អ          សំរាប់ជួយ កសាងចិត្តមនុស្ស
ពីទាបឡើងទៅកាន់ទីខ្ពស់          សមជាមនុស្សពិតប្រាកដ។
ប្រែពីបៀតបៀនមកមេត្តា          និងករុណា ខន្តីអត់
តែងជួយសង្គ្រោះអ្នកក្រខ្សត់          កុំឲ្យគ្នាអត់ឃ្លានទៀតឡើយ។
ទោះមិនសម្បូរល្មមធន់បាន          ទុក្ខគ្នាស្រាកស្រាន្តបានស្រាលស្បើយ
ធូរទ្រូងរីកមុខសុខល្ហៃល្ហើយ          គុណធម៌នេះហើយសាងក្តីសុខ។
គុណធម៌សាងជាតិឲ្យចំរើន          លូតលាស់កើតកើនលឿនទៅមុខ
សម្បូណ៌សប្បាយគ្រប់ភូមិស្រុក          មានតែក្តីសុខគ្រប់ ៗ គ្នា ។
គុណធម៌នេះភ្លឺស្វាងអស្ចារ្យ          ក្នុងព្រះសាស្នានៃគគវា
នាំសត្វឲ្យបានសុខសួគ៌ា          ចេញចរយាត្រាដល់និព្វាន។
ហេតុនេះ សូមបងប្អូនទាំងឡាយ          ខិតខំខ្វល់ខ្វាយគ្រប់ៗប្រាណ

លះក្តីអាក្រក់កុំបីខាន បណ្តុះឲ្យបាននូវគុណធម៌។
ជាតិ សាសនាយើងថ្កើងឡើងវិញ ញាតិមិត្រពោរពេញមូលកុះករ
យើងរស់រួមគ្នាដោយស្មោះសរ ថ្ងៃថ្លាបវរអង្វែងទៅ ៕

ចាក គុណធម៌ កសាងជាតិ ឆ្នាំ ២០០៧

# ចូឡកម្មវិភង្គសូត្រ

ប្រែជាកំណាព្យ

# នរណាចាត់ចែងសត្វលោក

មនុស្សក្នុងលោក មានច្រើនគរគោក តែមិនដូចគ្នា
ខ្លះរូបអាក្រក់ ខ្លះល្អសោភា ខ្លះមានរោគា
ខ្លះសុខសប្បាយ ។
ខ្លះក្រទ្រព្យធន ខ្លះមានពេកពន់ ប្រាក់មិនខ្លះចាយ
ចំណីចំណុក ទាំងយប់ទាំងថ្ងៃ ឯងរកតែបាយ
ស៊ីឆ្អែតមិនបាន ។
គេសក្តិធំខ្ពស់ ឯងសោតអប្បយស ថោកដូចតិរច្ឆាន

ត្រកូលក៏ទាប   គេមិនរាប់អាន   ឯគេថ្កើងថ្កាន
ត្រកូលគេខ្ពស់ ។
ហេតុមកពីអ្វី   នរណាលកលៃ   បែងចែកមនុស្ស
ឲ្យល្អអាក្រក់   ឲ្យមានទាបខ្ពស់   មានយសអប្បយស
ខុសគ្នាយ៉ាងនេះ ។
សុភមាណព   ទាំងថ្ងៃទាំងយប់   គន់គិតត្រិះរិះ
រាវរកចម្លើយ   បញ្ហាអស់នេះ   ប្រឹងអស់ចំណេះ
រកមិនឃើញសោះ ។
ទើបគាត់ចូលទៅ   កាន់ទីគង់នៅ   ព្រះពុទ្ធទ្រង់យស
ជាវត្តអារាម   ជេតពនឈ្មោះ   ល្បីល្បាញពីរោះ
សុះសព្វទិសា ។
ក្រាបបង្គំទូល   ព្រះពុទ្ធកំពូល   ក្នុងត្រៃលោកា
សូមទានព្រះអង្គ   ទ្រង់ព្រះមេត្តា   ដោះអាថ៌ប្រស្នា
ដែលមានជាក់ស្តែង ។
ដោយសារហេតុអ្វី   ខ្លះអាយុខ្លី   ខ្លះអាយុវែង
អ្នកខ្លះរោគតិច   ខ្លះច្រើនក្រៃលែង   មិនដូចគេឯង
រាល់គ្នាឡើយណា ។

អ្នកខ្លះរូបល្អ សម្បុរគេ ស គួរឲ្យស្នេហា
ខ្លះរូបអាក្រក់ មិនគួរប្រាថ្នា ជួបនឹងនរណា
គេមិនចង់ជិត ។

ខ្លះយសសក្តិធំ អ្នកផងនិយម ទាក់ទងជិតស្និទ្ធ
អ្នកខ្លះសក្តិតូច គ្មានគេនែបនិត្យ និងរកញាតិមិត្រ
ជួយផងក៏ក្រ ។

ខ្លះមានទ្រព្យច្រើន ចេះតែកបកើន សុទ្ធតែល្អ ៗ
អ្នកខ្លះទីទ័ល ខ្លះទាំងអង្ករ ហូបតែបបរ
ព្រោះអត់ប្រាក់ចាយ ។

ខ្លះត្រកូលខ្ពស់ កេរ្តិ៍ក៏ពីរោះ ឮល្បីខ្ចរខ្ចាយ
ខ្លះត្រកូលទាប គួរឲ្យជិនណាយ គេគេចជៀសឆ្ងាយ
មិនចង់ទាក់ទង ។

ខ្លះមានបញ្ញា គំនិតភ្លឺថ្លា គិតការអ្វីផង
ដឹងត្រូវដឹងខុស ឥតមានមោះហ្មង បានដូចបំណង
សឹងគ្រប់ប្រការ ។

ខ្លះគិតការអ្វី មិនបានដូចក្តី ប៉ុនប៉ងប្រាថ្នា
ព្រោះតែខ្លួនឯង អប្បឥតប្រាជ្ញា តើហ្នឹងដោយសារ

មកពីហេតុអ្វី ។

ព្រះពុទ្ធត្រាស់ថា មិនមាននរណា អ្នកចាត់ការអី
តែកម្មនៃយើង ជាអ្នកលកលៃ ឲ្យជនប្រុសស្រី
មានភាពប្លែកគ្នា ។

សុភមាណព ទូលព្រះចមភព អង្គភគវា
សូមទ្រង់សម្តែង ចែកឲ្យពិស្តារ ព្រោះខ្ញុំកូណា
ស្តាប់មិនទាន់បាន ។

ព្រះពុទ្ធត្រាស់ថា នរោអ្នកណា ចិត្តពាលសាមាន្យ
ចូលចិត្តសម្លាប់ សត្វសព្វទីស្ថាន រឹលកើតថ្មីបាន
មានអាយុខ្លី ។

អ្នកវៀរសម្លាប់ ចិត្តគេប្រដាប់ ដោយធម៌ប្រណី
អាណិតសព្វសត្វ ស្មើរមិនសល់អ្វី លុះកើតជាថ្មី
មានអាយុវែង ។

រីអ្នកបៀតបៀន មានចិត្តជាប់ញៀន ធ្វើឥតកោតក្រែង
កើតជាតិណា ៗ រោគច្រើនក្រៃលែង ផលបានជាក់ស្តែង
ព្រោះបៀតបៀនគេ ។

អ្នកមិនបៀតបៀន ចិត្តជាប់សីលទាន មិនមានទំនេរ

មិនដែលឲ្យទុក្ខ សព្វសត្វសោះទេ កើតវិលវឹងចេរ
មិនសូវមានរោគ ។

រីអ្នកច្រើនខឹង ក្នុងលោកយើងហ្នឹង មានច្រើនគរគោក
នរណាខឹងច្រើន ក្រពះកើតរោគ កើតជាតិមុខមក
មានរូបអាក្រក់ ។

អ្នកមិនសូវខឹង ក្រញូវក្រញឹង សម្ងឹងសម្ងក់
ចិត្តគេត្រជាក់ មិនដែលតក់ម៉ក់ រឿងរូបអាក្រក់
មិនជួបសោះឡើយ ។

អ្នករោគប្រណែន គេបានម៉ឺនសែន ចិត្តណែនមិនស្បើយ
តានតឹងក្នុងចិត្ត ដេកមិនលក់ឡើយ ប្រណែននេះហើយ
នាំមានសក្តិតូច ។

ចិត្តមុទិតា រីករាយណាស់ណា អរហាក់បីដូច
ជាខ្លួនឯងបាន មិនប្រណែនខូច រីករាយមិនតូច
នាំមានសក្តិធំ ។

អ្នកមិនធ្វើទាន គិតចង់តែមាន ខិតខំសន្សំ
ព្រោះក្តីកំណាញ់ វាមករឹតរុំ កើតជាតិមុខចំ
ជាអ្នកក្រីក្រ ។

អ្នកមានសទ្ធា ចិត្តគេជ្រះថ្លា លះដោយស្មោះសរ
ចែកទានឲ្យគេ មិនខ្លាចខ្លួនក្រ ទានឲ្យផលមក
កើតជាអ្នកមាន ។
រឹងត្អឹងមានះ មិនចេះសំពះ ឈ្នះទាំងបំពាន
ខំវាយឫកធំ នាំអន្តរធាន កើតជាតិមុខមាន
ត្រកូលទន់ទាប ។
គោរពសំពះ មិនរឹងមានះ ទន់ភ្លន់សុភាព
ចេះទុកដាក់ខ្លួន សមគួរនឹងញាតិ អនាគតជាតិ
កើតត្រកូលខ្ពស់ ។
ជួបនឹងសមណៈ មិនដែលបញ្ជាក់ ឲ្យដឹងត្រូវខុស
អ្វីបាបអ្វីបុណ្យ អ្វីគុណអ្វីទោស កើតជាតិមុខនោះ
មានបញ្ញាតិច ។
ជួបសមណៈហើយ មិននៅកន្តើយ តែងសួរឈ្ងីឈ្ងេច
ឲ្យដឹងពាក់ជ្រៅ ខុសត្រូវជានិច្ច កើតជាតិមុខស្រេច
មានបញ្ញាច្រើន ។
កាលព្រះមានជោគ ខ្ពង់ខ្ពស់លើសលោក ក្រៃលែងចំរើន
ទេសនាទូន្មាន តឿនរំលឹកក្រើន មាណពកើតកើន

បញ្ញាភ្ញីថ្វា ។

ក្រៃលែងពីពោះ ព្រះធម៌ខ្ពង់ខ្ពស់ អនេកប្រការ

ដូចបើករបស់ ផ្កាប់ឲ្យវាផ្ងារ ខ្ញុំព្រះកូណា

ជ្រះថ្លាពេកក្រៃ ។

ខ្ញុំសូមថ្វាយខ្លួន ទុកបូជាជូន ព្រះរត្នត្រៃ

ព្រះពុទ្ធព្រះធម៌ និងព្រះសង្ឃថ្លៃ ចាប់តាំងពីថ្ងៃ

នេះតរៀងទៅ ៕

ចាក បុណ្យចំរើនព្រះជន្ម ព្រះអង្គម្ចាស់ ស៊ីសុវត្ថិ ឥស្សរា ឆ្នាំ ២០០៣

សទ្ធា អត់ បញ្ញា មិនរាប់ថាសទ្ធាទេ

ហេតុនោះទើបបានគេ ដាក់ឈ្មោះថាសទ្ធាខ្វាក់ ។

# វិចេយ្យ ទានំ ទាតព្វំ

វិចេយ្យ ទានំ ទាតព្វំ
ព្រះពុទ្ធអរហំ ទ្រង់សម្ដែងថា
ធ្វើបុណ្យធ្វើទាន ត្រូវមានបញ្ញា
គិតពិចារណា រកខុសរកត្រូវ ។
រកគួរមិនគួរ អាក្រក់ល្អ
រកខ្មៅនិងស ក្នុងពេលឥឡូវ
កុំចេះតែជឿ ធ្វើតាមគេទៅ
នាំឲ្យអាស្រូវ បង់ទ្រព្យអសារ ។
ធ្វើបុណ្យធ្វើទាន កុំឲ្យជ្រុលជ្រួស
ដើរហួសមនុស្ស ទៅរកទេព្ដា
ត្រូវជួយមនុស្ស ឲ្យបានសុខា
រឿងទេវតា គង់តែនឹងបាន ។
ធ្វើបុណ្យធ្វើទាន ត្រូវគិតឲ្យសព្វ
កុំឲ្យចាយទ្រព្យ ច្រើនហួសប្រមាណ
ពេលមានអាសន្ន រកទ្រព្យចាយគ្មាន
កើតក្ដីរំខាន នឹកស្ដាយស្រណោះ ។
ធ្វើបុណ្យធ្វើទាន មានចេតនាបី

មុន កំពុងក្ដី ឬ ក្រោយពេលនោះ
ចិត្តបរិសុទ្ធ ជ្រះថ្លាឥតខ្ចោះ
អានិសង្សនោះ ច្រើនក្រៃកន្ទង់ ។
ធ្វើបុណ្យធ្វើទាន កុំឲ្យលោភលន់
ប្រាថ្នាទ្រព្យធន និង បុណ្យសក្ដិផង
ចង់បានរូបល្អ បវរឥតហ្មង
ប្រាថ្នានេះគ្រង នាំឲ្យវង្វេង ។
ធ្វើបុណ្យធ្វើទានចង់រំលត់ទុក្ខ
បានសេចក្ដីសុខសន្តិជំផេង
ត្រូវដាក់ចិន្តា បញ្ញាភ្លឺទែង
ឥតមានចំបែង រឿងអ្វីទាំងអស់ ។
បងប្អូនខ្មែរអើយ ចូរធ្វើបុណ្យទាន
កុំឲ្យចិត្តមាន រើសមុខឲ្យសោះ
កុំប្រកាន់បក្ស ពួកអ្វីទាំងអស់
ឲ្យតែខ្មែរនោះ បងប្អូនយើងហើយ ។
បងប្អូនខ្មែរយើង អ្នកក្រច្រើនណាស់
កំពុងតែខ្វះ គ្រប់មុខនៅឡើយ
បងប្អូនអ្នកមាន កុំនៅព្រងើយ
វេលាដល់ហើយ យើងត្រូវជួយគ្នា ។

កំចាត់ទុក្ខសោក ពោគភ័យទាំងឡាយ
ឲ្យផុតឃ្លាតឆ្ងាយ ពីកម្ពុជា
ខ្មែរយើងរួបរួម សាមគ្គីគ្នា
សុខដុមរមនា យូរអង្វែងទៅ ៕

ចាក បាប និង បុណ្យ ឆ្នាំ ២០០៩

# ដោយសារបុណ្យ

រូបល្អ និង សម្លេងពីរោះ ត្រកូលខ្ពង់ខ្ពស់មានយសសក្តិ
មានទ្រព្យសម្បត្តិច្រើនអនេក្ខ បានជាស្តេចចក្រក្នុងលោកា ។
សម្បត្តិគ្រប់យ៉ាងស្រុកមនុស្ស សម្បត្តិខ្ពង់ខ្ពស់ស្រុកទេព្តា
វិជ្ជា វិមុត្តិ វិមោក្ខា បានមកដោយសារបុណ្យទាំងអស់។
បានឋានៈជាព្រះសាវ័ក បច្ចេកពុទ្ធជាក់យ៉ាងល្អស្រស់
សម្មាសម្ពុទ្ធដ៏ខ្ពង់ខ្ពស់ បានតំណែងនោះដោយសារបុណ្យ ៕

ចាក បាប និង បុណ្យ ឆ្នាំ ២០០៩

# ទីបំផុតលោក

*ទោះបីក្នុងកាលណាក៏ដោយចុះ*
*មិនដែលមានមនុស្សឬសត្វណាដល់*
*ទីបំផុតលោកដែលអស់កង្វល់*
*ដោយហោះទៅដល់ឬដោយថ្មើរជើង ។*
*មិនទាន់ដល់ទីបំផុតលោកសោះ*
*កុំអាលលោតផ្លោះថាអស់ពួកយើង*
*រួចផុតចាកទុក្ខបានសុខថ្កុំថ្កើង*
*ជាការស្រមើស្រមៃទេណា ។*
*អ្នកដឹង អ្នកឃើញ ឬ អ្នកទៅដល់*
*លោកអស់កង្វល់អ្នកមានបញ្ញា*
*ឃើញច្បាស់នូវលោក ហើយអស់សង្កា*
*លែងមានប្រាថ្នាលោកអ្វីទៀតហើយ [៣]។*

**ចាក អនិច្ចាបច្ចវេក្ខណា ឆ្នាំ ២០១១**

---

[៣] *សុត្តន្តបិដក សំយុត្តនិកាយ សគាថវគ្គ ២៩ - ២៩៩ - ១៦៦*

# ពិចារណារឿយៗ

សម្មាសម្ពុទ្ធសម្តែងថា　　ស្ត្រីក្តីណាឬបុរស
ទោះបព្វជិតឬគ្រហស្ថ　　ទាំងអស់គប្បីពិចារណា ។
អាត្មាអញមានចាស់ជរា　　ប្រែប្រួលគ្រាំគ្រាជាធម្មតា
មិនអាចគេចទៅកាន់ទីណា　　ផុតពីជរាទៅបានឡើយ ។
អាត្មាអញតែងមានជម្ងឺ　　តម្កាត់មុតឈឺមិនសូវស្បើយ
ឈឺក្បាលវិលមុខចុកចាប់ហើយ　　លោកអ្នកនាងអើយឈឺគ្រប់គ្នា។
អាត្មាអញត្រូវមានក្តីស្លាប់　　ទោះយូរឬឆាប់គង់តែវា
មកដល់មិនខានហួសការពារ　　ឲ្យផុតពីវាបានឡើយណា ។
អាត្មាអញត្រូវតែព្រាត់ប្រាស　　និរាសចាកសត្វ និង សង្ខារ
ជាទីស្រឡាញ់ពេញចិន្តា　　វាប្រែក្រឡាឃ្លាតឃ្លាទៅ ។
អាត្មាអញមានកម្មធម្មតា　　ដោយកាយវាចាចិត្តតាំងនៅ
នាំកាយវាចាធ្វើការទៅ　　ជួនខុសជួនត្រូវចម្រុះគ្នា ។
កម្មគឺជាទ្រព្យរបស់ខ្លួន　　ស្ថិតនៅជាប់ជួនរាល់វេលា
ថ្ងៃយប់សុខទុក្ខជាមួយគ្នា　　មិនដែលឃ្លាតឃ្លាគ្រាណាឡើយ។
តាំងពីជាតិនេះដល់ជាតិមុខ　　កម្មរក្សាទុកនៅកៀកកើយ
ជាប់គ្នាជានិច្ចមិនឃ្លាតឡើយ　　គឺកម្មនេះហើយរបស់ខ្លួន។
កម្មជាអ្នកបង្កើតមនុស្ស　　ត្រកូលទាបខ្ពស់យ៉ាងសមសួន

តាមកម្លាំងកម្មរបស់ខ្លួន
សុខទុក្ខផ្ទួន ៗ យុត្តិធម៌ ។
កម្មទុកជាសាច់ញាតិសន្តាន
ទោះបីយើងមានឬមួយក្រ
មិនបាច់ហាមាត់សុំអង្វរ
មានក្តីស្មោះសរជួយពិត ៗ ។
កម្មជាទីពឹងដ៏ប្រសើរ
សំរាប់ដំណើរនៃជីវិត
បើធ្វើកម្មល្អកុំភ័យភិត
កម្មជួយជីវិតពិតបានសុខ ។
យើងអ្នកទទួលផលនៃកម្ម
ចូរចេះចងចាំកម្មគ្រប់មុខ
កម្មណាអាក្រក់ឲ្យជាទុក្ខ
បានផលជាសុខព្រោះកម្មល្អ ។
បើយើងធ្វើនូវកម្មឯណា
ល្អអាក្រក់ម្តេចម្តាខ្មៅឬស
វានឹងបញ្ចេញផលបន្ត
ផលនោះយើងក៏ត្រូវទទួល៕

ចាក អនិច្ចាបច្ចុប្បន្នណា ឆ្នាំ ២០១១

# ធម៌ទាំងឡាយកើតពីហេតុ

ធម៌ទាំងឡាយមានដែនកើតគឺហេតុ
រលត់ច្បាស់ក្រឡែតអស់ហេតុហើយ
បានទុក្ខបានសុខសាន្តឥតខានឡើយ
ដោយសារហេតុនេះហើយជាអ្នកសាង ។
ដូចនេះយើងត្រូវធ្វើតែហេតុល្អ

*នាំសុខសាន្តបវរជាតំណាង*
*ហេតុអាក្រក់នាំទុក្ខជាភស្តុតាង*
*យើងគេចកែកុំសាងវាឲ្យសោះ ។*
*ទៅស្ថានសួគ៌និព្វានដោយសារហេតុ*
*ទានសីលខ្ពស់ត្រដែតហេតុទាំងនោះ*
*ទៅនរកប្រេតខេត្តដែនអប្បយស*
*ព្រោះហេតុអាក្រក់នោះឆក់លួចប្លន់ ។*
*ជាប់គុកជាប់ច្រវាក់គេចាក់កាប់*
*វាយដំសម្លាប់ឃើញទាន់ហន់*
*ព្រោះហេតុនោះហើយព្រះភគវន្ត*
*ប្រោសសត្វយ៉ាងរួសរាន់ឲ្យស្គាល់ហេតុ ៕*

**ចាក បដិច្ចសមុប្បាទ ឆ្នាំ ២០១១**

**យេ ធម្មា ហេតុប្បភវា**

**ធម៌ទាំងឡាយកើតពីហេតុ**

# ជឿព្រះសាស្តា

បើអស់លោកអ្នក សទ្ធាជឿជាក់ លើព្រះសាស្តា
គប្បីខិតខំ ពិចារណា ធម៌ប្រាំប្រការ
នេះឲ្យរឿយៗ ។
ព្យាយាមរិះគិត សំភីពិនិត្យ កុំខ្លាចហត់នឿយ
ពិចារណ៍យូរទៅ ឃើញធម៌រឿយ ៗ បដិបត្តិជឿយ ៗ [៤]
នឹងកើតបញ្ញា ។
ដឹងច្បាប់ធម្មជាតិ ដែលព្រះលោកនាថ ហៅថាសង្ខារ
ផ្សំគ្នាកើតឡើង តាមធម្មតា មានចាស់ជរា
និង មរណៈ ។
នេះធម្មតាទេ ទាំងយើងទាំងគេ មិនគួរផ្អើលភ្ញាក់
ដឹងច្បាប់ធម្មជាតិ នេះប្រាកដជាក់ ឈប់លែងផ្អើលភ្ញាក់
ភ័យខ្លាចទៀតហើយ។
មានកើតមានស្លាប់ ទុកដូចជាប្រាប់ ព្រាត់មិនខានឡើយ
បើចេះការពារ យូរយារអ្នកអើយ ព្រាត់មកដល់ហើយ
មិនសូវទុក្ខពេក ។

---

[៤] តាំងចិត្តជាឧបេក្ខា បដិបត្តិរឿយៗ ។

គិតរឿយ ៗទៅ បញ្ញារឹតជ្រៅ កើតធម្មសង្វេគ
ស្រឡាញ់ខ្លួនពិត មិនគួរឃ្លានស្រេក លោភលន់អ្វីពេក
បាបអកុសល ។

ដឹងច្បាស់ឃើញច្បាស់ ព្រះពុទ្ធទ្រង់ត្រាស់ រឿងកម្មនិងផល
រត់មិនរួចទេ យើងគេឈប់ឆ្ងល់ វាគង់តែផ្តល់
ផលវិញពុំខាន ។

ហិរិឱត្តប្បៈ សទ្ធាជឿជាក់ ចាប់ធ្វើសីលទាន
ចំរើនភាវនា បញ្ញាកើតមាន មគ្គទុកជាយាន
សាងសុខលោកិយ ។

បដិបត្តិច្រើន ចិត្តរឹតចំរើន បញ្ញាដុះថ្មី
ចាកបុថុជ្ជន ចូលដល់អរិយ មគ្គកើតឡើងថ្មី
កាត់កិលេស បាន ។

លះសំយោជនៈ អនុសយៈ កិលេសប៉ុន្មាន
ដាច់អស់រលីង ស្អួតផេងឥតមាន ចិត្ត បានសុខសាន្ត
ចូលនិព្វានហោង៕

ចាក អតិណ្ណាបច្ចវេក្ខណា ឆ្នាំ ២០១១

# ពុទ្ធភាសិត

វិវាទំ ភយតោ ទិស្វា អវិវាទញ្ច ខេមតោ
សមគ្គា សខិលា ហោថ ឯសា ពុទ្ធានុសាសនី ។

*ឃើញជម្លោះគ្នាជាទុក្ខភ័យ*
*ឃើញក្តីមិនឈ្លោះជាសុខសាន្ត*
*ចូរអ្នករួបរួមគ្នាឲ្យបាន*
*នេះព្រះទ្រង់ញាណសម្តែងទុក ។*

ចាក ប្រស្នា អដ្ឋង្គិកមគ្គ ឆ្នាំ ១៩៩៨

# សាមគ្គី

*សាមគ្គី សាមគ្គី សាមគ្គី រួបរួមមូលមីរខ្មែរប្រុសស្រី*
*នាំគ្នាសាងជាតិសាងទឹកដី និងរដ្ឋបុរីថ្ងៃថ្កើងថ្កាន។*
*ខ្មែរធ្លាប់មានអារ្យធម៌ខ្ពស់ ល្បីល្បាញសាយសុសពីបុរាណ*
*ដោយសារពលរដ្ឋខ្មែរគ្រប់ប្រាណ សាងសាមគ្គីបានល្អប្រពៃ ។*
*ក្រោយមកជាតិខ្មែរចុះដុនដាប ថោកទាបដរាបដល់សព្វថ្ងៃ*
*បាក់បែកសាមគ្គីអាក្រក់ក្រៃ ខ្មែរអស់តម្លៃគួរអនិច្ចា ។*
*ក្រោកឡើង ៗសាមគ្គី រួបរួមមូលមីរជាតិខេមរា*
*សាងជាតិឡើងវិញឲ្យថ្ងៃថ្លា ស្តារកេរដូនតាខ្មែរអង្គរ ៕*

ចាក ប្រស្នា អដ្ឋង្គិកមគ្គ ឆ្នាំ ១៩៩៤

*ខ្មែររស់ ឬ ស្លាប់ដោយសារខ្មែរ កែ ឬ មិនកែហេតុឲ្យត្រូវ*
*បើមិនកែហេតុស្លាប់ឥឡូវ បើកែហេតុត្រូវរស់ឡើងវិញ ។*

# ពរឆ្នាំថ្មី

ឆ្នាំថ្មីមកដល់ហើយ បងប្អូនអើយគិតដូចម៉េច
គិតអោយសព្វសេចគ្រេច ក្រែងលោភ្លេចដូចឆ្នាំចាស់។
ឆ្នាំចាស់ដើរខុសផ្លូវ ធ្លាក់ខ្លួនទៅជ្រៅខ្លាំងណាស់
ពាលាល្បែងផ្តេសផ្តាស ស្រាស្រីពាសពេញបន្ទុក។
មិនគិតកសាងខ្លួន ប្រពន្ធកូនរកទ្រព្យទុក
ចាយវាយគ្មានទំនុក ប្រទេសស្រុកមិនគិតសោះ។
បាក់បែកសាមគ្គី ជេរខ្មេចខ្ទីគ្មានចន្លោះ
គ្មានសល់មួយណាសោះ នេះកំហុសរបស់យើង។
សាសនាព្រះជិនស្រី អាប់រស្មីមិនថ្កុំថ្កើង
ដោយសារព្រះសង្ឃយើង មិនតម្កើងបដិបត្តិ។
ឆ្នាំថ្មីមកដល់ហើយ កុំកន្តើយប្រុងប្រយ័ត្ន
កុំឲ្យមានវិបត្តិ កើតភ្លាំងភ្លាត់ក្នុងឆ្នាំថ្មី។
កុំហុសទាំងប៉ុន្មាន កប់ឲ្យបានជ្រៅក្នុងដី
កុំឲ្យវិលវិងខ្មី យើងលកលៃតែរឿងត្រូវ។
ឈប់លេងល្បែងពាលា រឿងកម្មពៀរនាំអាស្រូវ

បាក់បែកដើរខុសផ្លូវ　　យើងកុំទៅត្រង់ហ្នឹងទៀត ។
សាមគ្គី សាមគ្គា　　រួបរួមគ្នាកុំរវាត
យើងនាំគ្នាសាងជាតិ　　និង សាសនារបស់យើង ។
ពូជអង្គរថ្លៃថ្លា　　ខេមរាធ្លាប់ថ្កុំថ្កើង
កុលបុត្តធីតាយើង　　ចូរក្រោកឡើងឲ្យបានឆាប់ ។
សាងកម្ពុជាថ្មី　　មានសេរីជាប្រញាប់
ជាតិយើងលែងអោនអាប់　　ល្អចំណាប់ក្នុងលោកា ។
សាសនារបស់ជាតិ　　រៀបចំទៀតឲ្យថ្លៃថ្លា
សមជាទីសក្ការ៍　　នៃប្រជាអង្វែងទៅ ។
សូមជូនពរឆ្នាំថ្មី　　ជនប្រុសស្រីទាំងក្នុងក្រៅ
សូមរួបរួមគ្នាទៅ　　លែងហ្មងសៅកើតសុខា ។
អាយុ និង វណ្ណៈ　　មាន សុខៈ គ្រប់អាត្មា
កម្លាំង និង បញ្ញា　　សាងកម្ពុជារុងរឿងអើយ ៕

ឆ្នាំ ១៩៩១

# ជយោ ! ឆ្នាំថ្មី

ជយោឆ្នាំថ្មី សាងសុខសេរី ឲ្យកម្ពុជា
បងប្អូនជាតិខ្មែរ ឈប់ទាស់ទែងគ្នា រួមសាមគ្គា
សាមគ្គីជាតិ ។
ចងបាច់មួយមាំ មួនមកជួបជុំ មូលមីរមិត្រញាតិ
ចាប់ដៃគ្នាជាប់ មិនឲ្យរវាត ខ្មែររួមលែងឃ្លាត
សាងជាតិសុខសាន្ត ។
ការពារទឹកដី សម្បត្តិពិសី តាំងពីបុរាណ
ដូនតាសាងទុក ឲ្យខ្មែរគ្រប់ប្រាណ ខំថែឲ្យបាន
ណាកូនខ្មែរអើយ ។
ផ្លូវរស់តែមួយ វិនាសទុក្ខព្រួយ តាមមិនទាន់ឡើយ
គឺសាមគ្គី រួមគ្នានេះហើយ នែកូនចៅអើយ
រួមគ្នាឲ្យធាប់ ។
មានះរៀងខ្លួន ជឿសៀមជឿយួន ជាតិមុខជាស្លាប់
ជឿខ្មែរគ្នាឯង ជាតិលែងឱនអាប់ ថ្កុំថ្កើងចំណាប់
ចាំទុកគ្រប់គ្នា ។

*សាមគ្គី សាមគ្គី　　រួបរួមមូលមីរ　　ខ្មែរបានសុខជា*
*ចំរើនជឿនលឿន　　ខ្លាំងមហិមា　　សាងកម្ពុជា*
*ខ្មែរអង្គរអើយ ៕*

**ឆ្នាំ ១៩៩១**

# ចំរើនពរ យាយតា

*សូមចំរើនពរ　　មង្គលបវរ　　ពុទ្ធបរិស័ទ*
*វត្តស្វាយពពៃ　　ខំបដិបត្តិ　　ដោយបរមត្ថ*
*អត្ថព្រះសាសនា។*

*មមីរដាច់ហើយ　　ឱតាយាយអើយ　　គិតពិចារណា*
*ដល់រូបរាងកាយ　　នៃយើងរាល់គ្នា　　ដែលចាស់ជរា*
*គ្រប់គ្នាទាំងអស់។*

*ឆ្នាំចាស់ដាច់ទៅ　　តែងនាំយកនូវ　　មិនឲ្យសល់សោះ*
*អ្វីដែលកើតហើយ　　ប្រែប្រួលទាំងអស់　　ទៅតាមវានោះ*

ជានិច្ចនិរន្តរ៍ៗ

ពីដើមមាំមួន ឥឡូវទ្រមខ្លួន ទុរាទុរន់

កម្លាំងក៏ខ្សោយ ភ្នែកសោតក៏អន់ គ្មានអ្វីដែលគ្រាន់

ដូចមុនទៀតឡើយ។

មិនឈប់ត្រឹមនេះ បេះតែចបេស ដើរទៅមុខហើយ

រោគាព្យាធិ កើតមានមិនស្បើយ មិនយូរសោះឡើយ

ស្លាប់នឹងមកដល់ ។

លោកគ្រូក៏ដែរ ស្រុកបារាំងខ្មែរ កើតស្លាប់មិនសល់

គេចមិនរួចទេ យាយតាកុំឆ្ងល់ កុំឲ្យចិត្តខ្វល់

នឹកដល់លោកគ្រូ ។

ត្រូវនឹកដល់ធម៌ ថ្លៃថ្លាបវរ នៃសព្វញ្ញូ

យកធម៌វិន័យ ធ្វើជាលោកគ្រូ យើងពឹងបានយូរ

តអង្វែងទៅ ។

ជាតិនេះពឹងធម៌ សុខក្សេមក្សាន្តល្អ ត្រជាក់ពេកកូវ

ជាតិមុខយើងស្លាប់ បានធម៌នាំផ្លូវ ដឹកនាំយើងទៅ

កាន់ទីសុខសាន្ត ។

ជូនពរឆ្នាំថ្មី យាយតាប្រុសស្រី ក្មេងចាស់គ្រប់ប្រាណ

*បានសុខចម្រើន កាយចិត្តក្សេមក្សាន្ត ធម៌ព្រះទ្រង់ញាណ*
*បានគ្រប់គ្នាអើយ៕*

**ឆ្នាំ ១៩៩១**

# បែកគ្នារុងរឿង បែកគ្នាវេចរឹល

*បែកមាន២ យ៉ាង មួយបែករុងរឿង មួយបែកវេចរឹល*
*ត្រូវយល់ឲ្យច្បាស់ កុំឲ្យស្រពិល ប្រយ័ត្នវេចរឹល*
*ជាតិអន្តរាយ ។*
*មួយបែករុងរឿង ជាតិរឹតថ្កុំថ្កើង ដីរីកទូលាយ*
*បែកជាកិច្ចកល ជានយោបាយ បែកប៉ុនលែបខាយ*
*យកផលជូនជាតិ ។*
*លះបង់ទ្រព្យធន ទាំងកូនប្រពន្ធ នូវអស់ពួកញាតិ*
*សូម្បីបុណ្យស័ក្តិ មិនប្រាថ្នាទៀត គិតឲ្យតែជាតិ*
*រុងរឿងថ្កើងថ្កាន។*

មួយបែករេចរឹល　បែកជាមន្ទិល　មានះក្នុងប្រាណ
បែកចង់ធ្វើធំ　ចង់បានធនធាន　ចង់ធ្វើអ្នកមាន
លើគេរាល់គ្នា ។

មិនដែលលះបង់　ចិត្តមិនស្មោះត្រង់　នឹងកម្ពុជា
ខំស្រែកថាជាតិ　ឲ្យយើងរាល់គ្នា　ចូលដៃនឹងវា
គ្រាន់បានធ្វើធំ ។

បងប្អូនទាំងឡាយ　គិតឲ្យវែងឆ្ងាយ　កុំឲ្យច្រឡំ
តើមួយណាទៅ　ដែលល្អសក្តិសម　គួរនឹងដឹកនាំ
យើងកសាងជាតិ ។

កុំចេះតែបែក　ខ្ទេចខ្ទីរហែក　ខ្ទាត់ខ្ទាយឃ្លាឃ្លាត
រួបរួមគ្នាវិញ　មូលមីរខ្មីឃ្មាត　នាំគ្នាសាងជាតិ
កម្ពុជាសុខសាន្ត ៕

ឆ្នាំ ១៩៩១

**ត្រូវចេះបែក　ត្រូវចេះរួម**

# ចំរើនពរអ្នកដឹកនាំ

សូមចំរើនពរអ្នកដឹកនាំ　　ទាំងតូចទាំងធំគ្រប់រូបា
ដឹកនាំនាវាកម្ពុជា　　សូមពិចារណាឲ្យប្រចក្ស ។
ជាតិខ្មែរបាត់បង់អស់ទឹកដី　　ទ្រព្យមានតម្លៃច្រើនអនគ្ឃ
រេចរឹលថោកទាបព្រោះបែកបាក់　　រហូតដល់ថ្នាក់កញ្ជះគេ ។
ឥឡូវសហប្រជាជាតិ　　នាំគ្នាខ្មីឃ្មាតជួយរិះរេ
រួបរួមជាតិខ្មែរឲ្យស្ថិតស្ថេរ　　រុងរឿងដូចគេតរៀងទៅ ។
យើងខ្មែរត្រូវរួមសាមគ្គា　　សាមគ្គីគ្នាទាំងក្នុងក្រៅ
អ្នកមានអ្នកក្រ ចេះល្ងង់ខ្លៅ　　សម្បុរសខ្មៅខ្មែរដូចគ្នា ។
កុំចេះពូកែតែគ្នាឯង　　ត្រូវក្រែងដល់អ្នកមានវិជ្ជា
បើកឲ្យគេជួយគិតច្រើនគ្នា　　សាងកម្ពុជាបានសុខសាន្ត ។
កុំស្រឡាញ់បុណ្យជាងជាតិខ្មែរ　　កុំមើលឃើញតែទ្រព្យធនធាន
កុំគិតតែបក្ស  ញាតិសន្តាន　　គិតជាតិថ្កើងថ្កានប្រសើរគាប់ ។
កុំលុះដោយអគតិធម៌　　ខ្មៅទៅជាស នាំអភ័ព្វ
សុចរិតស្មោះត្រង់កាន់ឲ្យជាប់　　ទុកជាទម្លាប់អ្នកសាងជាតិ ។
កុំគិតប្រណែនប៉ែងជើងគ្នា　　កម្មពៀរវេរាមិនរវាត

ទុក្ខកម្មជាមិនឃ្លាឃ្លាត		យើងកសាងជាតិមិនកើតទេ ។
អ្នកអាក្រក់ល្អ ស ឬ ខ្មៅ		រាស្ត្រនាំគ្នាទៅគិតគ្នាន់គ្នេរ
រាស្ត្រអ្នកដាក់តម្លៃឲ្យទេ		យើងល្អជាងគេគង់តែបាន ។
យើងស្រឡាញ់ជាតិត្រូវស្តាប់រាស្ត្រ		កុំធ្វើផ្តេសផ្តាសពាលសាមាន្យ
កុំទុកដាក់រាស្ត្រដូចតិរច្ឆាន		ការអម្បាលម៉ានស្រេចចិត្តខ្លួន។
យើងចង់ឲ្យជាតិយើងលូតលាស់		ចំរើនភោគភ័ស្តុរឹងមាំមួន
ត្រូវយកសម្លេងរាស្ត្រជាក្បួន		កុំតាមចិត្តខ្លួនមិនកើតទេ ។
អ្នកឥតបញ្ញាក្តីថ្វាយង់		ត្រូវហ៊ានលះបង់ទុកឲ្យគេ
កុំក្រាញចង់ធំមិនល្អទេ		ជាតិយើងខ្ញុំគេទៀតមិនខាន ។
ថៃគេមិនក្រាញដូចយើងទេ		ជាតិគេគង់វង់រុងរឿងបាន
រៀនសូត្យតាមគេខ្លះកុំខាន		ដើម្បីជាតិបានសុខសាន្តអើយ ។
ចំរើនពរមកខ្ញីប៉ុណ្ណោះ		សូមស្នេះសេចក្តីឈប់សិនហើយ
សូមអ្នកដឹកនាំកុំកន្តើយ		វាសនាខ្មែរអើយផ្ញើលើអ្នក ៕

ឆ្នាំ ១៩៩១

# សំណូមមាតា

កូនកម្ពុជាទាំងឡាយអើយ ម្ដាយរងទុក្ខហើយអ្នកត្រូវជួយ
កុំធ្វើព្រងើយឥតទុក្ខព្រួយ ត្រូវនាំគ្នាជួយជាតិផងអ្នក ។
ជាតិយំថ្ងូរស្រែកទឹកភ្នែកស្រក់ ធ្លាក់ចុះតក់ៗឥតមានអាក់
ឈាមហូរហោមហៀរសស្រាក់ ម្ដេចអ្នកនៅស្ងៀមធ្វើមិនដឹង ។
តើអ្នកជាជាតិខ្មែរដែរឬ បើអ្នកបានឮត្រូវជួយប្រឹង
កុំនៅឈរស្ងៀមធ្វើអ៊ីចឹង យ៉ាងហ្នឹងជាតិមុខជាស្លាប់ហើយ។
ជាតិមិនចង់ស្លាប់ចោលអ្នកទេ ឱ! កូនមាសមេថ្ងៃម្ដាយអើយ
ជាតិខំតស៊ូពុំកន្តើយ កូនអើយជួយជាតិកុំបង្អង់ ។
កូនត្រូវលះបង់ទ្រព្យសម្បត្តិ មាសប្រាក់ជីវិតចិត្តស្មោះត្រង់
ទោះបីគ្រហស្ថ ឬ ព្រះសង្ឃ ត្រូវហ៊ានលះបង់ជួយជាតិយើង។
កុំគិតត្រឹមតែមាសនិងប្រាក់ ពួកបក្សបុណ្យស័ក្តិធំថ្កុំថ្កើង
ត្រូវខំជួយជាតិរបស់យើង បានរស់រុងរឿងតទៅទៀត ។
បើទុកឲ្យជាតិស្លាប់អាម៉ាស់ ចោលកេរ្តិ៍ចោលខ្មាសឥតមារយាទ
កូននៅឯក្រោយមិនសុខទៀត ជាតិគេធ្មៀតថា ឥតមេបា ។
ក្រោកឡើង ៗ រួបរួមគ្នា សាមគ្គី សាមគ្គាកុំសារ៉ា

ខុសត្រូវតិចតួចដូចម្តេចម្តា សូមកូនមេត្តាអភ័យគ្នា ។
រួមជាធ្លុងមួយឲ្យបានឆាប់ ប្រញាប់ឲ្យទាន់ពេលវេលា
បើរួបរួមគ្នាយើងសុខជា ខ្ពង់ខ្ពស់ថ្លៃថ្លាជាអនេក ។
កូនអើយ ៗ ជឿម្តាយចុះ កុំឈ្លោះទាស់ទែងកុំបាក់បែក
ទ្រូងម្តាយចុកណែនស្ទើរនឹងបែក ប្រឹងស្រែកប្រាប់កូនដោយមេត្តា ។
ជនខេមរាទាំងឡាយអើយ ពេលនេះឯងហើយជាងពេលណា
ត្រូវរួបរួមគ្នាកុំធ្វេស្វា ចេះស្តាប់មេបាស្តារជាតិអើយ ៕

ឆ្នាំ ១៩៩១

ប្រាសាទព្រះវិហារ

# បទសរតេញ្ញ វសន្តតិលកា

| | |
|---|---|
| ខ្ញុំសូមជម្រាបជាតិខេមរា | ប្រុសស្រីគ្រប់គ្នាទាំងក្នុងក្រៅ |
| ជាតិយើងសព្វថ្ងៃកើតហ្មងសៅ | មានទុក្ខក្តួលក្តៅដោយសារអើ។ |
| ដោយសារយើងចាញ់ល្បិចកលយួន | សម្លាប់ជាតិខ្លួនឥតប្រណី |
| ឈាមខ្មែរហូរជោកជាំផែនដី | អ្នកគំនិតខ្វីយល់ថាត្រូវ ។ |
| ជាតិយើងវិនាសអន្តរាយ | រសាំរសាយខ្ទាំងពេកកូវ |
| ពេលនោះឯងហើយវាតម្រូវ | ឲ្យយួនអាស្រូវចូលឈ្វានពាន។ |
| យួនវាប្រាប់ថាជួយរំដោះ | សង្គ្រោះឲ្យខ្មែរបានសុខសាន្ត |
| យួនចូលស្រុកខ្មែរសព្វទីស្ថាន | ហើយបង្កើតបានអាយ៉ងក្វាម។ |
| ដើរតួជាអ្នកស្នេហាជាតិ | តែពិតមារយាទតាមវៀតណាម |
| គេប្រើឲ្យធ្វើខំធ្វើតាម | ឈាមខ្មែររហាមច្បាំងគ្នាឯង ។ |
| ខ្មែរក្រៅក៏ណាស់ទាស់ទែងគ្នា | បាក់បែកសាមគ្គាឃើញជាក់ស្តែង |
| ខំរំដោះជាតិឈ្មោះគ្នាឯង | បែកខ្នែងដូចនេះមិនកើតទេ ។ |
| សូមបងប្អូនខ្មែរទាំងក្នុងក្រៅ | ភ្ញាក់ក្រោកឡើងទៅគិតគ្នាន់គ្នេរ |
| ផ្លូវរស់មានតែមួយនេះទេ | ផុតពីខ្ញុំគេគឺសាមគ្គី ។ |
| ឈប់ចាញ់ល្បិចកលយួនបោកប្រាស់ | ខ្មែរត្រូវយល់ច្បាស់គ្រប់ទិសទី |
| វិលមករួបរួមសាមគ្គី | បបួលគ្នាគ្នីកំចាត់យួន ។ |
| កុំទុកឲ្យវាលេបទឹកដី | កេរដ៏ពិសីពីតាដូន |

រំដោះជាតិយើង នៃបងប្អូន		កុំចាញ់បោកយួនដល់ណាទៀត។
ក្រោកឡើង ៗ សាមគ្គី		រួបរួមមូលមីរអស់មិត្រញាតិ
យើងចាប់ដៃគ្នាកសាងជាតិ		មិនឲ្យរវាតជាតិសុខសាន្ត ។
រៀបចំសាសនាព្រះជិនស្រី		ស្អាតស្អំជាថ្មីថ្ងៃថ្កើងថ្កាន
ជួយប្រជាជនគ្រប់ទីស្ថាន		ជាតិខ្មែរយើងបានរុងរឿងអើយ ៕

**ឆ្នាំ ១៩៩១**

# បទត្រពាំងពាយ

**ចម្រៀងរំឭកកាលដែលសត្រូវយួនជិះជាន់ស្រុកខ្មែរ**

ផ្គរលាន់ចុងឆ្នាំ		សួរផ្តាំគ្រប់ទិស		កាលអុងមានពិស
ដូចពស់កងកេង ។
បុណ្យអុងនៅឡើយ		គគ្រឹកគគ្រេង		អន្តរជានជេង
រលីងថយទៅ ។
អាសួរជូនតា		គេយកក្បាលធ្វើពៅ		កូនចៅតទៅ
មិនត្រូវចងពន្ធ[៥] ។

---

[៥] កំណត់ចំណាំ : ៦ បន្ទាត់ខាងលើ ចម្លងចេញពីសៀវភៅលំនាំសង្ខេប នៃភ្លេងខ្មែររបស់អ្នកស្រី ពេជ សល់ ។ ឯខាងក្រោម ខ្ញុំតែងពន្យល់បន្ថែម ដើម្បីងាយយល់តទៅទៀត ។

កូនចៅខ្មែរអើយ ចូរអ្នកគិតគន់ មិនត្រូវចង់ពន្ធ
គឺមិនចងមិត្រ ។
ជាមួយនឹងអុង មិនត្រូវទុកចិត្ត បើយើងជិតស្និទ្ធ
មុខជាក្ងាត់ខ្លួន ។
យកក្បាលធ្វើពៅ គឺចង្ក្រានយួន ដាំតែទុកជូន
ចំពោះអុងលើង ។
តើក្ដៅយ៉ាងណា ឱ ដូនតាយើង គេដុតនឹងភ្លើង
ទាំងរស់ដូចនេះ ។
ភ្លេចហើយកូនចៅ រឿងរ៉ាវអស់នេះ បើនៅចាំចេះ
ចៀសវាងឲ្យឆាប់ ។
គេចចេញពីអុង ឲ្យបានប្រញាប់ កុំជឿកុំស្ដាប់
ពាក្យវាបោកប្រាស់។
យួនវាប្រាប់ថា ពួកវាល្អណាស់ បើពិនិត្យច្បាស់
ខ្លាចាស់ចាំសីល ។
យើងត្រូវកំចាត់ ឲ្យអស់ពូជខិល យើងត្រូវផ្ដាច់ផ្ដិល
កុំឲ្យមានសល់ ។
យើងទុកចិត្តវា ខ្មែរអើយកុំឆ្ងល់ ទ្រព្យយើងមិនសល់
រលីងថយទៅ ។
ពេលមុនវាថយ ពេលនេះចង់នៅ កៀចមិនព្រមទៅ

ចង់បានដីទៀត ។
បើយើងខ្លាចវា មុខជាភ្ញាត់ស្មៀត ដីបានវាទៀត
យើងខ្ញុំវាហើយ ។
ក្រោកឡើង ៗ នៃកូនចៅអើយ កុំនៅកន្តើយ
រួមគ្នាឲ្យបាន ។
ដេញពួកពាក់ដួន ចោរយួនសាមាន្យ ឲ្យអន្តរធាន
វិនាសខ្ចាត់ខ្ចាយ ។
តទៅថ្ងៃមុខ ស្រុកយើងសប្បាយ រីករាយក្អាកក្អាយ
យើងជួបជុំគ្នា ។
សាងជាតិខ្មែរយើង រុងរឿងថ្ងៃថ្លា សប្បាយអស្ចារ្យ
ខេមរាសុខសាន្ត ។
រៀបចំសាសនា នៃព្រះទ្រង់ញាណ ថ្ងៃថ្លាថ្កើងថ្កាន
ជាសាសនាជាតិ ។
ជួយប្រជាជន មិនឲ្យឃ្លាឃ្លាត រួមគ្នាសាងជាតិ
សុខសប្បាយអើយ៕

ឆ្នាំ ១៩៩១

# បទល្ខោនបាសាក់

ស្រណោះដីខ្មែរ　　កេរដូនតា　　អាចោរឫស្យា
ពាលសាមាន្យ　　បន្តុបអាយ៉ង　　ធ្វើជាយាន
ចូលមកឈ្លានពាន　　យកទឹកដី ។

អាយ៉ងស្រវឹង　　បុណ្យនិងសក្តិ　　បានមាសបានប្រាក់
ស្រានិងស្រី　　ទុកជាគេប្រើ　　ឲ្យធ្វើអ្វី
អស់ទឹកអស់ដី　　ក៏លែងគិត ។

ជាតិបាត់បង់អស់　　សេរីភាព　　ធ្លាក់ខ្លួនថោកទាប
មិនមានសិទ្ធិ　　ឲ្យមានខ្វះដែរ　　តែមិនពិត
បើយើងពិនិត្យ　　គេបោកប្រាស់ ។

គួរឈឺចុកចាប់　　ទាំងអស់គ្នា　　ក្រោកឡើងម្ចីម្នា
រើបម្រះ　　កំចាត់អាខ្មាំង　　ទាំងក្មេងចាស់
ឲ្យឆាប់រហ័ស　　កុំយូរយារ ។

បើយើងរវល់　　តែជជែក　　បាក់បែកមិនចេះ
ព្រមជានារ　　ដីយើងមុខជា　　បានទៅវា
ឱកូនកម្ពុជា　　ភ្ញាក់ខ្លួនឡើង ។

*ក្រោកឲ្យបានឆាប់ ប្រញាប់ការ ស្តារកេរដូនតា*
*លើកតម្កើង រួបរួមគ្នីគ្នា សាងជាតិយើង*
*ឲ្យបានថ្កុំថ្កើង រុងរឿងអើយ ៕*

**ឆ្នាំ ១៩៩១**

*កុំវង្វេងជ្រុលមិនដឹងផាប់ ប្រយ័ត្នចូលជាប់ជង់ជុចយួន*
*គេធ្វើប៉ុណ្ណឹងមិនដឹងខ្លួន ប្រយ័ត្នខ្ញុំយួនដូចជាចាម ។*

ចាស់ឡើង ព្រើលឡើង ចាស់ឡើង ព្រើលឡើង
ចាស់ឡើង ព្រើលឡើង

# បទឆៃយ៉ាំ

ខ្មែរអើយក្រោកឡើង — ខ្មែរអើយក្រោកឡើង
រំដោះជាតិយើង — ចេញពីចោរយួន ។
កំចាត់ឲ្យអស់អាចោរពាក់ដួន — កំចាត់ឲ្យអស់អាចោរពាក់ដួន
កុំទុកឲ្យយួន — ឈ្លានពានស្រុកបាន ។
ខ្មែរអើយក្រោកឡើង — ក្រោកឡើងគ្រប់ប្រាណ
ដេញចោរសាមាន្យ — សត្រូវស្លពូជ ។
កំចាត់ឲ្យអស់អាចោរកំហូច — កំចាត់ឲ្យអស់អាចោរកំហូច
ទាំងធំទាំងតូច — កុំឲ្យមានសល់ ។
ដេញខ្មាំងអស់ហើយ — ខ្មែរអើយខ្វាយខ្វល់
ដេញខ្មាំងអស់ហើយ — ខ្មែរអើយខ្វាយខ្វល់
បង្កើតភោគផល — សាងជាតិជាថ្មី
រៀបចំសាសនា ព្រះជិនស្រី — រៀបចំសាសនា ព្រះជិនស្រី
ជាតិ សាសនា ថ្មី — ស្អាតបាតរុងរឿង ៕

ឆ្នាំ ១៩៩១

# បទសារិកា

ឱ ! បងប្អូនខ្មែរ　　អ្នកស្រុកបារាំង　　យើងសប្បាយខ្លាំង
តែកុំភ្លេចខ្មែរ ។
ជាតិយើងសព្វថ្ងៃ　　ក្រុងចំការស្រែ　　កើតទុក្ខឥតល្ហែ
ព្រោះគេឈ្លានពាន។
យើងត្រូវតស៊ូ　　ប្រយុទ្ធក្លាហាន　　ដេញចោរសាមាន្យ
រំដោះជាតិយើង ។
កុំនៅដេកលក់　　ត្រូវតែក្រោកឡើង　　ដោះទឹកដីយើង
កេរពីដូនតា ។
កុំឲ្យគិតខ្លី　　ត្រឹមតែអាត្មា　　សប្បាយហេហា
ភ្លេចជាតិបស់ខ្លួន ។
ជាតិយើងរងទុក្ខ　　ដោយសារតែយួន　　អាចោរពាក់ដួន
សត្រូវសួពូជ ។
យើងត្រូវខំប្រឹង　　ទាំងធំទាំងតូច　　ដេញអាកំហូច
វិនាសខ្ចាត់ខ្ចាយ ។
អ្នកមានមាសប្រាក់　　កុំខំសប្បាយ　　ចូរខំសំចៃ

ជួយជាតិយើងផង ។
បើជាតិយើងផុត ពីចោរយង់ឃ្នង ជួបជុំប្អូនបង
សែនសប្បាយអើយ៕

ឆ្នាំ ១៩៩១

# ពរឆ្នាំថ្មី

ឆ្នាំថ្មីចូលមកដល់ទៀតហើយ បងប្អូនខ្មែរអើយគ្រប់រូបា
អ្នកក្រុងអ្នកស្រែអ្នកចំការ ចូរពិចារណាឲ្យម៉ត់ចត់ ។
ថ្ងៃ ខែ និង ឆ្នាំ ជាវេលា ដែលបណ្ឌិតាលោកកំណត់
ជាគ្រឿងចំណាំចាំចារកត់ ទុកជាសន្មតតាមលោកិយ ។
អ្នកមានបញ្ញាភ្លឺថ្លាស្អាត ខិតខំសង្វាតខំឃ្មាតខ្មី
ប្រឹងធ្វើការងារកាប់គាស់ដី ទិញលក់ដូរអ្វីបានចំរើន ។
អ្នកឥតបញ្ញាងងឹតឈឹង ដេកស្មៀមរំពឹងចង់បានច្រើន
បន់អស់ទេព្ដាក្រែងកបកើន មិនបានចំរើនទេអ្នកអើយ ។
យើងត្រូវពឹងកម្មគឺការងារ ពិតជាវានឹងជួយយើងហើយ
បានទ្រព្យសម្បត្តិមិនខ្វះឡើយ បងប្អូនខ្មែរអើយចូរពឹងកម្ម៕

ចាក កម្មជាច្បាប់ធម្មជាតិ ឆ្នាំ ១៩៩២

# កុំបន់ស្រន់

បន់ស្រន់បួងសួងអស់ទេព្តា អារក្សអ្នកតាខ្មោចបិសាច
គេជឿថាមានឫទ្ធិអំណាច ពូកែអង់អាចជួយគេបាន ។
វាមិនដែលពិតដូចនោះសោះ នាំឲ្យតែអស់ទ្រព្យធនធាន
ខាតពេលវេលានាំវិនាស មិនដែលឃើញបានប្រយោជន៍អ្វី។
រឿងបន់ស្រន់នេះព្រះសម្ពុទ្ធ ដែលជាមកុដផុតលោកិយ
បានត្រាស់ដឹងច្បាស់សព្វសេចក្តី ថាគ្មានបានអ្វីត្រូវឈប់បន់។
បើអ្នកមិនជឿចូរសាកល្បង នាំអស់ញាតិផងជួយបន់ស្រន់
បន់ឲ្យដុំថ្មមានទម្ងន់ អណ្តែតលើសលន់លើទឹកបាន។
ឬ បន់ឲ្យប្រេងលិចទឹកទៅ កុំឲ្យស្ថិតនៅនាំវិនាស
គេប្រើប្រាស់ទឹកមិនសូវបាន មេត្តាជួយប្រានឲ្យលិចទឹក ។
បើអ្នកអាចបន់ដូចនេះបាន សមតាមលំអានដែលអ្នកនឹក
ឃើញច្បាស់ស័ក្តិសិទ្ធិពិតសន្ធឹក នាំគ្នាក្ជូកក្ជឹកបន់ទៀតចុះ ។
បើបន់ទៅហើយមិនបានការ អ្នកមានបញ្ញាទាំងស្រីប្រុស
ត្រូវពិចារណារកត្រូវខុស ចប់ត្រឹមណឹងចុះរឿងបន់ស្រន់៕

ចាក មង្គលសុត្តគាថា ឆ្នាំ ១៩៩២

# កុំជឿពេលវេលា

កុំប្រកាន់ជឿពេលវេលា ថាថ្ងៃល្អជាថ្ងៃចង្រៃ
ឲ្យលាភឲ្យសុខឲ្យទុក្ខភ័យ តាមពិតខែថ្ងៃឆ្នាំធម្មតា ។
អ្នកជឿថ្ងៃខែខូចប្រយោជន៍ នាំឲ្យហិនហោចខាតកិច្ចការ
ប្រយោជន៍កើតឡើងវេលាណា ជានក្ខត្តាឫក្សពារពិត ។
ព្រះពុទ្ធគោតមសម្ដែងថា បើពួកសត្វណាធ្វើសុចរិត
ស្អាតបាតដោយកាយវាចាចិត្ត ព្រឹកត្រង់ល្ងាចពិតពេលល្អហើយ។
ចូរអ្នកទាំងឡាយភ្ញាក់រលឹក ធ្វើការយប់ព្រឹកកុំកន្តើយ
យកសុចរិតជាគោលហើយ នឹងបានសុខស្បើយជោគជយា។

ចាក មង្គលសុត្តគាថា ឆ្នាំ ១៩៩២

អ្វី ៗ កើតមកពីគំនិត ខ្មែរនាំគ្នាគិតប្រឌិតច្នៃ
ធ្វើកើតល្អធើតមានតម្លៃ ហ្នឹងហើយស្នាដៃពូជអង្គរ ។

# កុំគ្រាន់តែប្រាថ្នា

មនុស្សយើងចូលចិត្តប្រាថ្នាណាស់ ទាំងក្មេងទាំងចាស់ប្រុសឬស្រី
ប្រាថ្នាសម្បត្តិក្នុងលោកិយ ចង់បានអ្វីៗ តែគ្រប់គ្នា ។
ប្រាថ្នាមាសប្រាក់ឬស័ក្តិយស ប្រាថ្នាឋានខ្ពស់សុខសួគ៌ា
ប្រាថ្នានិព្វានហួសពណ៌នា តើអ្នករាល់គ្នាយល់ថាម៉េច ។
ព្រះពុទ្ធជាម្ចាស់សម្តែងថា បើសត្វប្រាថ្នាបានសម្រេច
ដូចក្តីបំណងសព្វសេចគ្រេច តើហេតុដូចម្តេចបានជាក្រ ។
ប្រាថ្នាតែម៉្យាងមិនប្រពៃ ត្រូវខំលកលៃធ្វើការល្អ
ទើបបានសម្រេចផលបវរ ជាទីត្រេកអរពិតពុំខាន ។
មេមាន់ប្រាថ្នាឲ្យកូនញាស់ មិនក្រាបពងសោះតាមលំអាន
តើកូនមាន់ណាអាចញាស់បាន មនុស្សគ្រប់ប្រាណគប្បីយល់ ។
មេមាន់មិនមានប្រាថ្នាសោះ តែក្រាបពងនោះសព្វឥតសល់
ដល់ពេលកូនញាស់មិនបាច់ខ្វល់ ញាស់អស់គ្មានសល់ទេអ្នកអើយ។
ផលល្អអាក្រក់មកពីធ្វើ ខុសត្រូវអំពើនេះឯងហើយ
មិនមែនមកពីប្រាថ្នាឡើយ អ្នករាល់គ្នាអើយយល់ឲ្យច្បាស់។
បើប្រាថ្នាល្អ ធ្វើត្រូវផង ដើរតាមទំនងព្រះជាម្ចាស់

ប្រាជ្ញាហើយធ្វើធាប់រហ័ស សម្រេចជាក់ច្បាស់មិនទាស់ទេ៕

ចាក មង្គលសុត្តគាថា ឆ្នាំ ១៩៩២

# គុណមាតាបិតា

មាតាបិតា លោកមានមេត្តា ករុណាអាណិត
មុទិតារីក រាយសប្បាយចិត្ត ឧបេក្ខាពិត
ស្មោះចំពោះកូន ។

ចិញ្ចឹមថែទាំ រាល់ថ្ងៃខែឆ្នាំ បងដូចជាប្អូន
ទំនុកបម្រុង មិនចង់ឲ្យសូន្យ ឃ្លាតចេញពីខ្លួន
ទៅឆ្ងាយឡើយណា ។

ទោះបីនឿយហត់ មិនដែលលាន់មាត់ ខិតខំធ្វើការ
ស្វះស្វែងរកទ្រព្យ ដើម្បីគ្រួសារ និងកូនស្ងួនភ្ងា
ស្មើជីវិតថ្លៃ ។

មានគុណពេកពន់ អនេកអនន្ត ហួសកាត់តម្លៃ
ប៉ុណ្ណេះប៉ុណ្ណោះ ពុំបានឡើយនៃ ចូរកូនប្រុសស្រី
រំពឹងឲ្យសព្វ ។

*បើបានយល់ហើយ    កុំស្មៀមកន្តើយ    ចូរខំគោរព*
*ចិញ្ចឹមថែទាំ    ទាំងថ្ងៃទាំងយប់    ឲ្យបានសព្វគ្រប់*
*កុំបីបង្អង់ ។*

*អាយុសង្ខារ    មិនទៀងទ្បើយណា    ឥតមានវេរង់*
*បណ្តោះបណ្តែ    បង្អែបង្អង់    តាមចិត្តយើងចង់*
*ដល់តិចណាទ្បើយ ។*

*បុណ្យបច្ច័យបួន    ធ្វើជូនម៉ែឪ    ត្រូវធ្វើឲ្យហើយ*
*ភ្នែកលោកឃើញច្បាស់    ចិត្តជ្រះថ្លាហើយ    នៃកូនចៅអើយ*
*បានបុណ្យច្រើនណាស់ ។*

*លោកស្លាប់បាត់ទៅ    ធ្វើបុណ្យឧទ្ទិស    មិនប្រាកដច្បាស់*
*បានបុណ្យខ្លះដែរ    តែមិនក្រៃលក្រាស់    ព្រោះត្បិតលោកខ្វះ*
*ចេតនាបី ។*

*ចូរខំសិក្សា    ពិចារណា    រាល់កូនប្រុសស្រី*
*ឲ្យបានយល់ច្បាស់    កុំឲ្យសង្ស័យ    ហើយខំលកលៃ*
*ធ្វើបុណ្យឲ្យត្រូវ ។*

*កូនកតញ្ញូ    កតវេទី    ប្រសើរពេកក្រូវ*
*ចេះដឹងសព្វគ្រប់    កិច្ចការរាក់ជ្រៅ    សងគុណម៉ែឪ*
*មិនឲ្យមានហ្មង ។*

*មនុស្សនិងទេព្តា    តាមថែរក្សា    ឲ្យពរជ័យផង*

*បានសុខចំរើន ច្រើនក្រៃកន្ទង់ សមតាមបំណង*
*ប៉ង់ប្រាថ្នាអើយ ៕*

**ចាក បុគ្គលរកបានដោយកម្រ ឆ្នាំ ១៩៩២**

*អ្នកកតញ្ញូ គោរពគុណគ្រូ មាតាបិតា*
*ទោះបីនឹងទៅ នៅក្នុងទីណា តែងមានទេព្តា*
*រក្សាជានិច្ច ៕*

**ចាក បុគ្គលរកបានដោយកម្រ ឆ្នាំ ១៩៩២**

*កូនប្រុសស្រីពេញដោយគុណធម៌ ជាមាសពេជ្រល្អនៃត្រកូល*
*ថែមទាំងត្រូវចាត់ទុកស្នូល ឲ្យជាតិវិលចូលភាពថ្កើងថ្កាន ។*

# ទោស មាតាបិតា មិនឲ្យកូនរៀនសូត្រ

មាតា សត្តុ បិតា វេរី យេន ពាលោ ន បាថិតោ
ន សោភតេ សភាមជ្ឈេ ហំសមជ្ឈេ ពកោ យថា

*មាតាទុកដូចជាសត្រូវ បិតាក្លាយទៅជាមានពៀរ*
*ព្រោះមិនឲ្យកូនរៀនវិជ្ជា ល្ងង់ខ្លៅពាលាវេទនាធំ ។*
*លុះដល់កូនធំឡើងកាលណា ចូលក្នុងសភាទីប្រជុំ*
*អប្បកិត្តិយសមិនឧត្ដម មិនសមដូចកុកចូលហ្វូងហង្ស ៕*

ចាក បុគ្គលរកបានដោយកម្រ ឆ្នាំ ១៩៩២

# កុំជឿមង្គលបួម

*កុំជឿស្ទីកមៀនស្ទីកឫស្សី ឬវត្ថុអ្វីជាមង្គល*
*នាំយើងឲ្យបានលាភភោគផល បានសុខច្រើនថ្កល់សិរីសួស្ដី។*
*ជឿធ្មេចដូចនេះមិនល្អទេ នាំយើងនាំគេឲ្យអប្រិយ*
*ខាតពេលខូចទ្រព្យបាត់ស្មារតី គ្មានបានការអ្វីឈប់ជឿទៅ ។*

| | |
|---|---|
| ព្រះពុទ្ធជាម្ចាស់សម្ដែងថា | ត្រូវមានបញ្ញាស្គាល់រាក់ជ្រៅ |
| ស្គាល់ភូតស្គាល់មែនស្គាល់ខុសត្រូវ | ស្គាល់ណាជាផ្លូវមានមង្គល។ |
| កុំចូលចិត្តសេពគប់ជនពាល | វានាំបណ្ដាលឲ្យវិលវល់ |
| វង្វេងធ្វើតែអកុសល | នាំទុក្ខជាផលឥតស្រាកស្រាន្ត។ |
| សេពគប់គោរពតែបណ្ឌិត | កាយវាចាចិត្តល្អកល្យាណ |
| តែងជួយដឹកនាំយើងគ្រប់ប្រាណ | បានសុខក្សេមក្សាន្តសិរីសួស្ដី។ |
| មង្គលកើតពីយើងធ្វើល្អ | ប្រព្រឹត្តតាមធម៌ព្រះជិនស្រី |
| មង្គលមានសាមសិបប្រាំបី | សម្រាយបាលីមានហើយស្រាប់។ |
| សូមបងប្អូនខ្មែរភ្ញាក់រលឹក | គគ្រេងគគ្រឹកយ៉ាងប្រញាប់ |
| សាងជាតិសាសនាឲ្យបានឆាប់ | ដើរតាមក្បួនច្បាប់មង្គលអើយ៕ |

ចាក មគ្គលសុត្តគាថា ឆ្នាំ ១៩៩២

**ត្រូវប្រើ សទ្ធា បូកនឹង បញ្ញា**

# មនុស្សបួនពួក

មនុស្សក្នុងលោក មានច្រើនគរគោក រៀបរាប់មិនអស់
និយាយតាមក្បួន មានបួនប៉ុណ្ណោះ ចូរចាំទុកចុះ
កូនប្រុសស្រីអើយ។

មួយមនុស្សតិរច្ឆាន ចិត្តពាលសាមាន្យ សន្ដានឆ្គងឈ្លើយ
ជួបនឹងចាស់ទុំ វាយប្ញកព្រងើយ គ្មានគួរសមឡើយ
កូនអើយកុំត្រាប់។

ពួកនេះត្រេងត្រាង ប្រងើងប្រងាង អួតអាងចាក់កាប់
លួចឆក់ទ្រព្យធន ប្លន់បាញ់សម្លាប់ មិនគោរពច្បាប់
និងប្រពៃណី ។

សប្បាយហ៊ឺហា បារីកញ្ឆា ល្បែងបៀស្រាស្រី
មិនយល់កូនចៅ ឬ ប្រពន្ធ ប្ដី នៃជនដទៃ
ដល់តិចឡើយណា។

មិនស្គាល់បុណ្យទាន ធម៌អាថ៌មិនរៀន ចិត្តគ្មានមេត្តា
ចូលចិត្តសេពគប់ តែជនពាលា អ្នកប្រាជ្ញល្អជា
មិនចូលជិតឡើយ។

ទីពីរមនុស្សប្រេត　　សុីមិនចេះឆ្អែត　　រឹបជាន់មិនស្បើយ
យកទ្រព្យសម្បត្តិ　　គេធ្វើព្រងើយ　　គ្មានគិតតិចឡើយ
ដល់អ្នកក្រីក្រ ។

ប្រមូលបានច្រើន　　ទ្រព្យចេះតែកើន　　ចិត្តមិនត្រេកអរ
ចេះតែស្រេកឃ្លាន　　ចង់បានបន្ត　　គ្មានទឹកដល់ធម៌
សន្តោសសោះឡើយ។

បីមនុស្សមនុស្ស　　បញ្ញាភ្លឺថ្លុះ　　ស្គាល់ខុសត្រូវហើយ
ខំធ្វើការងារ　　មិនស្ងៀមព្រងើយ　　បានទ្រព្យមកហើយ
លៃលកទុកដាក់។

ចាត់ចែងចាយវាយ　　សន្សំសំចៃ　　ការពារគ្រោះថ្នាក់
មានទ្រព្យសល់ខ្លះ　　គ្រាន់ជាពំនាក់　　ពេលទុក្ខធុរៈ
យកទ្រព្យដោះស្រាយ។

ស្គាល់បងស្គាល់ប្អូន　　ជីតាជីដូន　　ញាតិមិត្តជិតឆ្ងាយ
តែងជួយសង្គ្រោះ　　ទោះសម្បូបាយ　　ទ្រព្យធនទាំងឡាយ
ចែកចាយគ្រប់គ្នា។

មានមនុស្សធម៌　　ចិត្តថ្លៃបវរ　　ជ្រះថ្លាសទ្ធា
រឿងបុណ្យកុសល　　មិនដែលរួញរា　　សាមគ្គីសាមគ្គា

នាំគ្នាកសាង ។

ប្អូនមនុស្សទេវតា ប្រសើរថ្លៃថ្លា ទុកជាបែបយ៉ាង
ធ្វើល្អគ្រប់មុខ ទុកជាភ័ស្តុតាង ហើយថែមទាំងសាង
គុណធម៌តទៀត ។

ខ្ពើមបាបខ្លាចបាប អំពើថោកទាប មិនយកខ្លួនបៀត
រឿងបុណ្យកុសល ខ្វាយខ្វល់ខំធ្មៀត ធ្វើហើយធ្វើទៀត
មិនដែលជិនណាយ។

មានចិត្តមេត្តា អាសូរករុណា មនុស្សទាំងឡាយ
តែងជួយសង្គ្រោះ រំដោះទុក្ខភ័យ បានសុខសប្បាយ
កាយចិត្តគ្រប់គ្នា។

យើងជាមនុស្សពិត ស្គាល់ធម៌ពិសិដ្ឋ ត្រូវពិចារណា
រំពឹងមើលខ្លួន នៃយើងរាល់គ្នា កែច្នៃយ៉ាងណា
ឲ្យបានខ្ពង់ខ្ពស់ ។

ឲ្យសមនឹងជាតិ សមនឹងកំណើត កើតមកជាមនុស្ស
កុំឲ្យថយថោក នាំឲ្យអប្បយស អាស្រូវកេរ្តិ៍ឈ្មោះ
កូនប្រុសស្រីអើយ៕

ចាក មនុស្ស និង បុគ្គលសូត្រ ឆ្នាំ ១៩៩៣

# ខ្លួនអ្នកយ៉ាងណា

លោកអ្នកទាំងឡាយអើយ ស្ដាប់ធម៌ហើយពិចារណា
តើខ្លួនអ្នកយ៉ាងណា យកបញ្ញាធ្ងុះឲ្យយល់ ។
ងងឹត ឬ មួយភ្លឺ អកុសល ឬ កុសល
ទុច្ចរិតនាំសល់វ៉ល់ ព្រះទសពលថា ងងឹត ។
សុចរិតចិត្តជ្រះថ្លា តាមធម៌អាថ៌ដ៏ពិសិដ្ឋ
នេះឯងព្រះពិជិត ត្រាស់ទុកពិតហៅថាភ្លឺ ។
ដើរតាមផ្លូវងងឹត ឬ តាមផ្លូវមានពន្លឺ
អាក្រក់ល្អល្បីរន្ទឺ ស្រេចនៅលើខ្លួនទាំងអស់ ។
មិនមែនឥតហេតុផល ឬឥន្ទព្រហ្មណាសាងសោះ
គឺខ្លួនឯងទាំងអស់ ជាអ្នកសាងឲ្យខ្លួនឯង ។
អ្នកដែលមកងងឹត កុំតូចចិត្ត គួរគិតឈ្វេង
ខំប្រឹងដើរខ្លួនឯង ងាកទៅរកផ្លូវភ្លឺវិញ ។
ដួលហើយមិនព្រមក្រោក ដេកក្ដុងភក់ដូចម្ដេចមិញ
ត្រូវតែក្រោកឡើងវិញ លាងខ្លួនប្រាណដើរទៅទៀត
។

អ្នកដែលកំពុងភ្លឺ　　　　កុំសប្បាយចោលម្សៀត
ប្រយ័ត្នធ្លាក់ខ្លួនទៀត　　　　ទៅក្នុងផ្លូវងងឹតវិញ ។
ភ្លឺហើយត្រូវភ្លឺទៀត　　　　ឆ្លៀតហើយឆ្លៀតទើបចំណេញ
កុំឲ្យថយក្រោយវិញ　　　　មិនងាយរើខ្លួនឡើយណា ។
ជម្រាបន័យខ្លី ៗ　　　　យើងគប្បីពិចារណា
ហើយដឹកនាំអាត្មា　　　　ទៅរកសុខ សួស្តី អើយ ៕

**ចាក មនុស្ស និង បុគ្គលស្មូត្រ ឆ្នាំ១៩៩៣**

# ការងារប៉ុនភ្នំមិនគិត ទៅគិតឯស្គរកំបែកមាត់

ការស្រុកទេសធំ　　　　ការងារប៉ុនភ្នំ　　　　មិននាំគ្នាគិត
ការងារស្លាប់រស់　　　　អាយុជីវិត　　　　មិននាំគ្នាគិត
គិតតែសប្បាយ ។
គិតពួកគិតបក្ស　　　　គិតបុណ្យគិតសក្តិ　　　　គិតមាសប្រាក់ចាយ
គិតឡើងសម្តេច　　　　គិតចង់ពាក់ផ្កាយ　　　　គិតចង់សប្បាយ

ស៊ីផឹកស្រាស្រី ។

គិតរាំគិតរែក　　នឹងស្គរកំបែក　　មាត់ធ្វើពីដី
មិនគិតជាតិស្លាប់　　អាប់ឱនរស្មី　　ជាតិខ្មែរប្រុសស្រី
រងទុក្ខហួសថ្ងៃ។

គួរឲ្យអៀនខ្មាស　　គួរឲ្យអាម៉ាស់　　គួរឲ្យចំបែង
ជាតិខ្មែរធ្លាប់ថ្កើង　　សៀមយួនស្ញប់ស្ញែង　　ឥឡូវគេលែង
ខ្លាចក្រែងខ្មែរហើយ។

គេមើលងាយខ្មែរ　　ដូចកញ្ជះគេ　　មិនដឹងទេឡើយ
លោកអ្នកដឹកនាំ　　ល្មមភ្ញាក់ខ្លួនហើយ　　ខ្មែរទុក្ខឥតស្បើយ
ដោយសារលោកអ្នក។

នាំគ្នាក្រោកឡើង　　កុំនៅសើងម៉ើង　　យល់ការណ៍ឲ្យជាក់
ឈប់គិតបក្សពួក　　ឈប់គិតបុណ្យស័ក្តិ　　ឈប់គិតមាសប្រាក់
គិតជាតិជាធំ ។

ប្រមូលគ្នីគ្នា　　រួបរួមសាមគ្គា　　សាមគ្គីជួបជុំ
ខ្មែរចេះខ្មែរល្ងង់　　ខ្មែរតូចខ្មែរធំ　　រួមប្រមូលផ្តុំ
នាំគ្នាសាងជាតិ ។

បើធ្វើដូចនេះ　　ទុក្ខសោករបេះ　　បាត់បង់ឃ្លាឃ្លាត

ជួបជុំវង្សា និង គណាញាតិ ខ្មែរយើងច្រើនទៀត
ពិតពុំខានឡើយ ៕

**ឆ្នាំ ១៩៩៨**

❁ សៀមមិនចោលក្បួន យួនមិនចោលពុត
ខ្មែរមោះមុតមិនចោលក្លាហាន ។

❁ ពេលនេះ...ជាងពេលណាទាំងអស់ ខ្មែរត្រូវតែមាន
ចិត្តមួយ ថ្លើមមួយ រួបរួមគ្នាថែរក្សា ការពារ កសាង
មាតុភូមិកម្ពុជា ឲ្យបានគង់វង់ល្អ ៕

**ចាក ប្រស្នា អដ្ឋង្គិកមគ្គ ឆ្នាំ១៩៩៨**

# ស្រណោះស្រុកខ្មែរ

ស្រណោះស្រុកខ្មែរ មានចំការស្រែ ផ្កាផ្លែពេញពាស
ក្នុងទឹកមានត្រី ក្នុងដីមានមាស មានត្បូងដេរដាស
ឱភាសថ្ងៃថ្លា ។
មានឈើឫស្សី មានសព្វសត្វព្រៃ បក្សីបក្សា
មានបឹងសមុទ្រ ទន្លេសាបណា មច្ឆោមច្ឆា
សម្បូរច្រើនក្រៃ ។
មានសព្វមានគ្រប់ និយាយមិនចប់ សង្ខេបខ្លីៗ
កេរពីដូនតា បុព្វការី កសាងទឹកដី
ទុកឲ្យកូនចៅ ។
ឥឡូវខ្ទេចខ្ទី ពាសពេញធរណី ឃើញតែហ្មងសៅ
អត់បាយអត់ទឹក ព្រាត់កូនព្រាត់ចៅ កើតទុក្ខក្ដុលក្ដៅ
ពុំទាន់បានល្ហែ ។
ល្មមភ្ញាក់ខ្លួនហើយ បងប្អូនខ្មែរអើយ អ្នកចំការស្រែ
អ្នកក្រៅអ្នកក្រុង យើងសុទ្ធតែខ្មែរ កុំចាញ់បោកគេ
បំផ្លាញជាតិឯង ។
រួបរួមសាមគ្គី សាមគ្គាគ្នាគ្នី គ្រប់ទីកន្លែង
មានចិត្តមេត្តា ករុណាចំបែង អត់មានកំហែង

មានតែសង្គ្រោះ ។

កុំលោភកុំលន់ ចង់បានទ្រព្យធន បុណ្យស័ក្តិខ្ពង់ខ្ពស់
ត្រូវគិតជួយរាស្ត្រ ត្រូវចែកគ្នារស់ ទើបជាតិយើងខ្ពស់
ថ្កុំថ្កើងឡើងបាន ។

ទេព្តាឆ្នាំថ្មី សូមលោកប្រណី ជួយខ្មែរគ្រប់ប្រាណ
មានធម៌មេត្តា ករុណាពប់អាន រួបរួមគ្នាបាន
ក្សេមក្សាន្តទៅហោង៕

ឆ្នាំ ១៩៩៨

# ឈ្លោះគ្នាដល់ណា

ឈ្លោះគ្នាដល់ណា បងប្អូនខេមរា គិតសាជាថ្មី
ឈ្លោះគ្នាយូរទៅ អស់ទឹកអស់ដី ខ្មែរគ្មានបានអ្វី
ចំណេញតែខាត ។

វិនាសទ្រព្យធន អនេកអនន្ត សម្បត្តិធម្មជាតិ
ទាហានស៊ីវិល ស្លាប់បង់ព្រោងព្រាត កូនប្រពន្ធញាតិ
រងទុក្ខវេទនា ។

ដាច់ជើងដាច់ដៃ ឈាមហូររាល់ថ្ងៃ គួរឲ្យអនិច្ចា
ខ្លះរត់ចោលស្រែ ខ្លះចោលចំការ ចោលភូមិនានា
ឥតមានពំនឹង ។

ខ្មែរអើយ ៗ ខ្មែរ ទុក្ខធ្ងន់ឥតល្ហែ ទ្វេអ្វីដល់ម្លឹង
មកពីនរណា បានជាអីចឹង បើតាមខ្ញុំដឹង
គឺមេដឹកនាំ ។

ដើរតាមប្លង់គេ សៀមយួនគិតគ្មេរ យូរអង្វែងឆ្នាំ
ផ្តែផ្តាំកូនចៅ ឲ្យកត់ចំណាំ ទន្ទេញឲ្យចាំ
ក្បួនសម្លាប់ខ្មែរ ។

សម្លាប់ចេញមុខ យើងមិនបានសុខ ត្រូវគិតកែប្រែ
ញុះញង់ឲ្យខ្មែរ កាប់សម្លាប់ខ្មែរ ជួសយើងវិញទេ
ទើបបានជោគជ័យ។

ល្មមភ្ញាក់ខ្លួនហើយ បងប្អូនខ្មែរអើយ បើចង់ផុតភ័យ
ពីសៀម និង យួន គិតលេបទឹកដី រៀសរវៃ
ចាប់ឈប់ឈ្លោះគ្នា។

ប្រមូលប្រមែ បងប្អូនជាតិខ្មែរ នៅសព្វទិសា
ឲ្យវិលចូលមក រួមសាមគ្គា សាមគ្គីគ្នា
សាងជាតិឡើងវិញ។

ឆ្នាំ ១៩៩៦

# ម្លូរវារតាមជន្លង់

ម្លូរវារតាមជន្លង់ កូនរៀបត្រង់តាមមេបា
អ្នកដឹកនាំថ្លៃថ្លា ជាតិសាសនាសុខចម្រើនថ្កាន។
អ្នកដឹកនាំដើរខុស ជាតិធ្លាក់ចុះទុក្ខឥតស្រាន្ត
ខុសត្រូវអម្បាលម៉ាន មកពីមេអ្នកដឹកនាំ។

ចាក សមាធិ សំរាប់មនុស្សគ្រប់វ័យ ឆ្នាំ១៩៩៦

ម៉ែឪត្រូវទុកជាមេពុម្ព យើងត្រូវតែខំសាងគុណធម៌
ទើបកូនចៅយើងរៀនធ្វើល្អ បន្តវេនពីឪពុកម្តាយ ។

# ល្អពុម្ព ល្អព្រះ

ល្អពុម្ពល្អព្រះ តូចធំស្តើងក្រាស់ សមឬមិនសម
ស្រេចនៅលើពុម្ព ដែលជាងខិតខំ គិតគូរឆ្លាក់ផ្សំ
ជាពុម្ពនោះឯង ។

ធ្វើពុម្ពបានល្អ ព្រះស្អាតបវរ ល្អល្អះចិញ្ចែង
ឆ្លាក់ពុម្ពយ៉ាងណា ព្រះយ៉ាងនោះឯង ដូចពុម្ពជាក់ស្តែង
គ្មានខុសត្រង់ណា ។

ម៉ែឪជាពុម្ព រីអ្នកដឹកនាំ ជាពុម្ពដូចគ្នា
កូនចៅប្រុសស្រី និងពួកប្រជា ជនទាំងអស់គ្នា
ធ្វើត្រាប់តាមពុម្ព ។

ហេតុនេះអ្នកនាំ ត្រូវតែខិតខំ ធ្វើឲ្យសមរម្យ
តាមគន្លងធម៌ និងច្បាប់ជាធំ ទើបគេនិយម
គោរពបូជា ៕

ចាក សមាធិ សំរាប់មនុស្សគ្រប់វ័យ ឆ្នាំ ១៩៩៦

# ធម្មិកសូត្រ

គុន្នញ្ចេ តរមានានំ　　ជិម្ហំ គច្ឆតិ បុង្គវោ
សព្វា តា ជិម្ហំ គច្ឆន្តិ　　នេត្តេ ជិម្ហំ គតេ សតិ
ឯវមេវ មនុស្សេសុ　　យោ ហោតិ សេដ្ឋសម្មតោ
សោ ចេ អធម្មំ ចរតិ　　បគេវ ឥតរា បជា
សព្វំ រដ្ឋំ ទុក្ខំ សេតិ　　រាជា ចេ ហោត្យធម្មិកោ។
គុន្នញ្ចេ តរមានានំ　　ឧជុំ គច្ឆតិ បុង្គវោ
សព្វា តា ឧជុំ គច្ឆន្តិ　　នេត្តេ ឧជុំ គតេ សតិ
ឯវមេវ មនុស្សេសុ　　យោ ហោតិ សេដ្ឋសម្មតោ
សោ ចេ ធម្មំ ចរតិ　　បគេវ ឥតរា បជា
សព្វំ រដ្ឋំ សុខំ សេតិ　　រាជា ចេ ហោតិ ធម្មិកោ ។

*កាលណាហ្វូងគោហែលឆ្លងកាត់ទឹក*
*បើមេហ្វូងដឹកនាំហែលខុសផ្លូវ*
*កូនហ្វូងដែលនាំគ្នាហែលតាមទៅ*
*តែងហែលខុសផ្លូវទៅតាម ៗ គ្នា ។*
*ដូចជាមនុស្សនៅក្នុងសង្គម*
*បើលោកអ្នកជំដឹកនាំប្រជា*
*មិនគោរពច្បាប់ និងព្រះធម្មា*
*ពលរដ្ឋគ្រប់គ្នាតែងយកតម្រាប់ ។*

ប្រទេសជាតិ និង ពួកប្រជាជន
ទុក្ខសោកធួរធួន់សល់សែនឱនអាប់
វិនាសសាបសូន្យយ៉ាងរហ័សឆាប់
ព្រោះដើរខុសច្បាប់គ្រប់ ៗ គ្នាទៅ។
កាលណាហ្វូងគោហែលឆ្លងកាត់ទឹក
បើមេហ្វូងដឹកនាំហែលត្រូវផ្លូវ
កូនហ្វូងដែលនាំគ្នាហែលតាមទៅ
តែងហែលត្រូវផ្លូវទៅតាម ៗ គ្នា ។
ដូចជាមនុស្សនៅក្នុងសង្គម
បើលោកអ្នកធំដឹកនាំប្រជា
គោរពតាមច្បាប់និងព្រះធម្មា
ពលរដ្ឋគ្រប់គ្នាតែងយកតម្រាប់ ។
ប្រទេសជាតិនិងពួកប្រជាជន
ចំរើនទ្រព្យធននិងកិត្តិស័ព្ទ
ថ្កុំថ្កើងរុងរឿងយ៉ាងរហ័សឆាប់
ព្រោះដើរត្រូវច្បាប់គ្រប់ ៗ គ្នាអើយ៕

ចាក ពុទ្ធោវាទ ឆ្នាំ ១៩៩៨

# អ្នកជ្រើសរើស

បងប្អូនខ្មែរអើយ ពេលនេះឯងហើយ ចូរអ្នកពិនិត្យ
ពិច័យពិចារ ណារកការណ៍ពិត យើងត្រូវប្រើសិទ្ធិ
សាងសុខជូនជាតិ ។

យើងកុំចាញ់បោក ល្បិចកលទាបថោក ពួកអ្នកលក់ជាតិ
ពូកែកុហក អ្នកស្នេហ៍ហិនជាតិ កុំយកខ្លួនបៀត
នាំជាតិលិចលង់ ។

យើងពិចារណា ជ្រើសរើសនរណា ចរិយាខ្ពស់ខ្ពង់
អ្នកស្នេហាជាតិ គំនិតស្មោះត្រង់ នាំជាតិគង់វង់
រុងរឿងថ្កើងថ្កាន ។

យើងអ្នកបោះឆ្នោត កុំចាញ់បញ្ឆោត ឬបោះព្រាវស្មាន
ត្រូវស្គាល់ឲ្យច្បាស់ លុះលាស់ក្លាហាន ទើបយើងរើសបាន
អ្នកស្នេហាជាតិ ។

បងប្អូនខ្មែរអើយ ពេលល្អដល់ហើយ ត្រូវនាំគ្នាឆ្លៀត
ប្រើសិទ្ធិ សេរី យកជ័យជូនជាតិ ខ្មែរយើងនឹងឃ្លាត
ចាកទុក្ខសុខហោង៕

ឆ្នាំ ១៩៩៣

# អ្នកស្នេហាជាតិ

អ្នកស្នេហាជាតិ គំនិតល្អស្អាត គិតជាតិជាធំ
ប្រយោជន៍ផ្ទាល់ខ្លួន បន្ទាប់បន្សំ ថ្លៃថ្លាឧត្តម
គឺប្រយោជន៍ជាតិ ។
អ្នកស្នេហាជាតិ គំនិតល្អស្អាត ខិតខំខ្មីឃ្មាត
ប្រមែប្រមូល បងប្អូនរួមជាតិ បក្សពួកមិត្រញាតិ
រួមសាមគ្គី ។
អ្នកស្នេហាជាតិ គំនិតល្អស្អាត គិតគ្រប់គ្នាគ្នី
មើលសុខទុក្ខរាស្ត្រ សព្វគ្រប់ទិសទី ពេញប្រឹថពី
មិនដែលរើសមុខ ។
អ្នកស្នេហាជាតិ គំនិតល្អស្អាត គោរពអ្នកស្រុក
ទោះឆ្ងាយឬជិត ពិបាកស្រណុក តែងដើរតត្រុក
ខំជួយចែវចូក ។
អ្នកស្នេហាជាតិ គំនិតល្អស្អាត មិនស៊ីសំណូក
ទ្រព្យសម្បត្តិអ្វី ច្រើនក្រៃគរគោក គេយកមកសូក
ពុំព្រមយកឡើយ ។

អ្នកស្នេហាជាតិ គំនិតល្អស្អាត យុត្តិធម៌ហើយ
ខុសត្រូវតាមច្បាប់ ចែងទុក្ខជាត្រើយ មិនលំអៀងឡើយ
តាមអំពើចិត្ត ។
អ្នកស្នេហាជាតិ គំនិតល្អស្អាត តែងតែអាណិត
រាស្ត្រអ្នកក្រីក្រ ឆោតល្ងង់ខ្លៅពិត ករុណាចិត្ត
ជួយដោះស្រាយទុក្ខ។
អ្នកស្នេហាជាតិ គំនិតល្អស្អាត ផុតអបាយមុខ
ពាលាស្រាស្រី អំពើពាលពុក នាំវងក្តីទុក្ខ
មិនប្រព្រឹត្តទេ ។
អ្នកស្នេហាជាតិ គំនិតល្អស្អាត មិនប៉ែងដើងគេ
ឃើញគេធ្វើល្អ ជួយគិតគ្នាន់គ្នេរ បើកផ្លូវឲ្យគេ
មិនប្រណែនឡើយ ។
អ្នកស្នេហាជាតិ គំនិតល្អស្អាត លើកអ្នកចេះហើយ
តម្កុំតម្កើង ទុកជាត្រាណត្រើយ អ្នកចេះនេះហើយ
បានជារស្មី ។
អ្នកស្នេហាជាតិ គំនិតល្អស្អាត បើកសិទ្ធិសេរី
ស្តាប់សម្ដេងរាស្ត្រ ប្រជាធិបតេយ្យ កិច្ចការអ្វីៗ

យករាស្ត្រជាធំ ។

អ្នកស្នេហាជាតិ　　គំនិតល្អស្អាត　　ចូលចិត្តសន្សំ
សំចៃទ្រព្យរដ្ឋ　　សម្បត្តិតូចធំ　　ចាត់ចែងរៀបចំ
ថែទាំគង់វង្ស ។

អ្នកស្នេហាជាតិ　　គំនិតល្អស្អាត　　ថ្លៃថ្នាខ្ពស់ខ្ពង់
បុរាណវត្ថុ　　ឧត្តមឧដុង្គ　　ប្រយ័ត្នប្រឹងប្រុង
រក្សាជានិច្ច ។

អ្នកស្នេហាជាតិ　　គំនិតល្អស្អាត　　ការពារមិនភ្លេច
សម្បត្តិវប្បធម៌　　ទឹកដីមាសពេជ្រ　　ទោះច្រើនឬតិច
ពុំដែលមានធ្វេស ។

អ្នកស្នេហាជាតិ　　គំនិតល្អស្អាត　　មិនជឿបរទេស
ជឿខ្មែរគ្នាឯង　　ប្រសើរវិសេស　　ពួកបរទេស
គ្រាន់ជាមិត្រភក្តិ ៕

**ឆ្នាំ ១៩៩៣**

កុំគិតមើលងាយប្រជាជន　　ប្រយ័ត្នទុក្ខធ្ងន់ធ្លាក់ដល់ខ្លួន
ព្រោះខ្មែរពាក់មួកមិនមែនដួន　　បើចង់រួចខ្លួនចោលយួនទៅ ។

# សាមគ្គីបើកភ្នែក

សាមគ្គី សាមគ្គី មហាសាមគ្គី    រូបរួមមូលមីរខ្លាំងក្លាក្រៃ
សាមគ្គី បើកភ្នែក វិសេសថ្ងៃ    សាមគ្គីចង្រៃបិទមាត់ជិត ។
ធម៌សាមគ្គីនេះ ល្អហើយ    តែកូនខ្មែរអើយត្រូវពិនិត្យ
កុំឮខ្លាំងហៅចូលទៅជិត    ប្រយ័ត្នអស់ទឹកដីខាននៅ ៕

**ចាក ឈ្លោះគ្នាដល់ណា ១៩៩៧**

កុំជឿជ្រុលពេកក្លាយជាឆោត    កុំកោតជ្រុលពេកក្លាយជាល្ងង់
កុំលើសជ្រុលពេកក្លាយជាលង់    កុំរុងជ្រុលពេកក្លាយជារេច ៕

**ចាក មហាសុបិន ឆ្នាំ១៩៩៧**

ស្រវឹងអំណាច    ជាតិសាសនាអាច    លិចលង់ផុងជ្រៅ
ដោយសារស្ដេចពាល    ស្រើបស្រាលមួម៉ៅ    វង្វេងល្ងង់ខ្លៅ
ស្លាប់ជាតិសាសនា ។

# អ្នកស្នេហ៍ហិនជាតិ

អ្នកស្នេហ៍ហិនជាតិ គំនិតមារយាទ ចង់បានបុណ្យស័ក្តិ
ដើម្បីងាយស្រួល ប្រមូលយកប្រាក់ មាសពេជ្រអនគ្ឃ
ដើម្បីអាត្មា ។
អ្នកស្នេហ៍ហិនជាតិ គំនិតមារយាទ ចង់តែហ៊ឺហា
ស្រើបស្រាលសប្បាយ នឹងក្តីកាមា ពាលាស្រីស្រា
ជាអចិន្ត្រៃយ៍ ។
អ្នកស្នេហ៍ហិនជាតិ គំនិតមារយាទ អប្រិយចង្រៃ
សំណូកសូកប៉ាន់ ស៊ីទាំងយប់ថ្ងៃ ខិតខំលកលៃ
ឲ្យខាងតែបាន ។
អ្នកស្នេហ៍ហិនជាតិ គំនិតមារយាទ គិតញាតិសន្តាន
និងខ្លួនអាត្មា ជាងជាតិថ្កើងថ្កាន ផលអម្បាលម៉ាន
បានមកតែខ្លួន ។
អ្នកស្នេហ៍ហិនជាតិ គំនិតមារយាទ ស្វែងរកគាប់ជួន
ឆ្លៀតឆក់ឱកាស រកប្រយោជន៍ខ្លួន ចូលនឹងសៀមយួន
ក្ងេចប្រយោជន៍ខ្មែរ។

អ្នកស្នេហ៍ហិនជាតិ គំនិតមារយាទ គ្មានចេះជួយថៃ
បុរាណវត្ថុ កេរពីឪម៉ែ កាប់គាស់លក់ដែរ
គ្មានដឹងខុសត្រូវ ។

អ្នកស្នេហ៍ហិនជាតិ គំនិតមារយាទ អាក្រក់ពេកកូវ
ទ្រព្យសម្បត្តិរដ្ឋ សម័យឥឡូវ លក់ឲ្យគេទៅ
យកមាសប្រាក់ចាយ។

អ្នកស្នេហ៍ហិនជាតិ គំនិតមារយាទ មើលមិនឃើញឆ្ងាយ
ព្រោះចង់បានប្រាក់ បាក់បែកបន្ទាយ លង្វែកខ្វាត់ខ្វាយ
ក្លាយជាទុក្ខទោស ។

អ្នកស្នេហ៍ហិនជាតិ គំនិតមារយាទ គ្មានធម៌សន្តោស
សង្កត់សង្កិន រឹបជាន់គាបកោស គ្មានមេត្តាប្រោស
ដល់អ្នកក្រីក្រ ។

អ្នកស្នេហ៍ហិនជាតិ គំនិតមារយាទ អយុត្តិធម៌
ខុសទៅជាត្រូវ ខ្មៅទៅជាស អាក្រក់ជាល្អ
ស្រេចតែនឹងចិត្ត ។

អ្នកស្នេហ៍ហិនជាតិ គំនិតមារយាទ ខិតខំបំបិទ
សិទ្ធិ សេរីភាព ជាមូលដ្ឋានពិត ថ្លៃថ្លាពិសិដ្ឋ

ពុំឲ្យមានឡើយ ។

អ្នកស្នេហ៍ហិនជាតិ គំនិតមារយាទ ព្រងើយតោះតើយ
មិនស្ដាប់សម្ដែង ពស្ត្រឯងជាត្រើយ ត្រីវិស័យហើយ
ទៅទាំងមានះ ។

អ្នកស្នេហ៍ហិនជាតិ គំនិតមារយាទ ចបេសចង់ឈ្នះ
កវី បណ្ឌិត បុរោហិតចាស់ ប្រាប់ហេតុផលច្បាស់
ក៏ពុំព្រមស្ដាប់ ។

អ្នកស្នេហ៍ហិនជាតិ គំនិតមារយាទ អាងកាប់សម្លាប់
ពួកបាតុករ ពួកកាសែតប្រាប់ ឲ្យសូន្យសុងធាប់
សោះទើសមុខខ្លួន ។

អ្នកស្នេហ៍ហិនជាតិ គំនិតមារយាទ គិតពឹងសៀមយួន
ក្មេងបងប្អូនខ្មែរ រួមជាតិផងខ្លួន ភាន់ថាសៀមយួន
ស្រឡាញ់ខ្លួនពិត៕

**ចាក ឈ្លោះគ្នាដល់ណា ឆ្នាំ១៩៩៨**

# អ្នកជួយជាតិ

លោកអ្នកជួយជាតិ ទឹកចិត្តល្អស្អាត សាងជាតិឲ្យថ្កើង
អ្វីមិនទាន់មាន នាំគ្នាសាងឡើង ជួយលើកតម្កើង
ជាតិឲ្យខ្ពង់ខ្ពស់ ។

អ្វីដែលមានហើយ មិនធ្វើតោះតើយ ថែទាំឥតខ្ចោះ
គ្រប់សម្បត្តិជាតិ ឥតឃ្លាតបាត់សោះ គង់វង់ទាំងអស់
កេរពីដូនតា ។

ដាស់រាស្ត្រឲ្យភ្ញាក់ ក្រោកឡើងគ្រប់ថ្នាក់ ខិតខំធ្វើការ
អ្នកក្រុងអ្នកក្រៅ អ្នកស្រែចំការ ទោះទាំងអ្នកផ្សារ
ការងារគ្រប់ដៃ ។

បង្កើនភោគផល លក់ចេញទៅដល់ ប្រទេសដទៃ
មាសប្រាក់ហូរចូល ដល់រាស្ត្ររាល់ថ្ងៃ សម្បូណ៌សប្បាយ
ពេកក្រៃកន្ទង ។

លះល្បែងពាលា អាគៀនកញ្ឆា និងស្រីស្រាផង
ទាំងឈ្នួញទុច្ចរិត ក៏មិនទាក់ទង ព្រោះវាចម្លង
មេរោគចង្រៃ ។

បរទេសឈ្លានពាន ចូលមករុករាន លួចលេបទឹកដី
នាំគ្នាតស៊ូ អាចោរអប្រិយ កំចាត់ឲ្យឆ្ងាយ

*ពីទឹកដីខ្មែរ ។*

*លោកអ្នកជួយជាតិ ចិត្តបរិសុទ្ធស្អាត គិតជាតិឥតល្ហែ*
*ខ្លួនឯងមិនចង់ បានមានលើសគេ ត្រូវការត្រឹមតែ*
*រស់ដើម្បីជាតិ ។*
*ខ្មែរទាំងអស់គ្នា មានចិត្តសទ្ធា ជឿជាប់មិនឃ្លាត*
*ពីអ្នកដឹកនាំ ជួយកសាងជាតិ មិនងាករវាត*
*គោរពជានិច្ច ៕*

ចាក ឈ្មោះគ្នាដល់ណា ឆ្នាំ១៩៩៨

ចេះ អភិធម្ម ជាការល្អ
តែស្រវឹង ធម៌ មិនល្អទេ ៗ

# អ្នកជួញជាតិ

ពួកអ្នកជួញជាតិ　　គំនិតមារយាទ　　គិតតែប្រាក់មាស
ឡានផ្ទះវិឡា　　ស្រីស្រាពេញពាស　　ជាតិស្លាប់វិនាស
មិនរវល់គិត ។

ទ្រព្យធនមានហើយ　　លោភលន់មិនស្បើយ　　សេពគប់ជិតដិត
នឹងពួកខិលខូច　　ឈ្មួញទុច្ចរិត　　នាំគ្នារិះគិត
បំបាត់ពន្ធដារ ។

នៅតែមិនស្កប់　　បានមួយខ្វះដប់　　កិលេសតណ្ហា
លក់សម្បត្តិជាតិ　　លួចទ្រព្យរដ្ឋា　　ព្រោះគេត្រូវការ
ធ្វើមហាសេដ្ឋី ។

រត់ពន្ធគ្រឿងញៀន　　កញ្ឆាអាភៀន　　ល្បែងភ្នាល់ស្រាស្រី
ធ្វើបនពេស្យា　　ពាសពេញផែនដី　　នាំរោគចង្រៃ
សម្លាប់ជាតិខ្មែរ ។

ទោះគេធ្វើអ្វី　　លៃលកដើម្បី　　ផលប្រយោជន៍គេ
អ្នកបញ្ញាតិច　　គិតមិនយល់ទេ　　នឹកស្មានថាគេ
ជួយសាងជាតិខ្មែរ។

គេធ្វើបុណ្យទាន　លើកថ្នល់សង់ស្ពាន　សាលារៀនដែរ
ដើម្បីបំភាន់　គំនិតកូនខ្មែរ　រឿងពិតសុទ្ធតែ
ប្តឹនក្អែកខេមរា ។

ពួកអ្នកជួញជាតិ　គំនិតមារយាទ　ប្រមូលដុល្លារ
យកទៅផ្ញើទុក　ក្នុងធនាគារ　នៅប្រទេសនា
ក្រៅឯនោះសោះ ។

ខ្មែរអើយចូរចាំ　មុខអ្នកដឹកនាំ　ជួញជាតិអស់នោះ
បើយើងទុកវា　ជាតិយើងមិនរស់　ព្រោះហេតុដូចនោះ
ត្រូវទាត់វាចោល ៕

**ចាក ឈ្លោះគ្នាដល់ណា ឆ្នាំ ១៩៩៨**

គ្រូមានគុណច្រើនជាអនន្ត　តែគេគិតគន់មើលមិនយល់
បើថ្នាក់ដឹកនាំមិនរវល់　ងងឹតងងល់ជាតិ និង ស្លាប់ ។

សិស្សមិនដឹងគុណគ្រូអាចារ្យ　គង់តែថ្ងៃណានឹងចេញផល
ទុក្ខក្តៅក្រហាយសាយសែនសល់　វិលធ្លាក់មកដល់ខ្លួន និង ជាតិ ។

# អ្នកនយោបាយ

អ្នកនយោបាយ គំនិតវែងឆ្ងាយ គិតក្រោយគិតមុខ
ធ្វើកិច្ចការអ្វី មិនស៊ុកគ្រលុក គម្រោងធ្វើទុក
ដើម្បីសាងជាតិ ។

អ្នកនយោបាយ ចិត្តថ្លើមទូលាយ មិនតូចចង្អៀត
មិនគិតត្រឹមខ្លួន និងបក្សពួកញាតិ តែងគិតដល់ជាតិ
ជាងអ្វីទាំងអស់ ។

អ្នកនយោបាយ ចិត្តមុតខ្លាំងក្រៃ ការពារកេរកោះ
ទោះទាំងទឹកដី ព្រឹក្សព្រៃភ្នំជ្រោះ គ្មានសល់ចន្លោះ
គង់វង់ដរាប ។

អ្នកនយោបាយ ចិត្តវិសេសថ្លៃ តែងឆ្ងាយពីបាប
អំពើពាលា ស្រាស្រីថោកទាប មិនអាចជ្រួតជ្រាប
ដឹតដាមតាមដល់ ។

អ្នកនយោបាយ ចិត្តប្រសើរក្រៃ មិនទាមទារផល
ដើម្បីខ្លួនប្រាណ ថ្កើងថ្កានសែនសល់ នាំទុក្ខអំពល់
សល់រ៉ល់ដល់ជាតិ ។

*អ្នកនយោបាយ ខិតខំខ្វល់ខ្វាយ នននៈនរនាទ*
*នាំគ្នាធ្វើស្រែ ចំការព្រោងព្រាត សាងសេដ្ឋកិច្ចជាតិ*
*រីកចំរើនឡើង ។*
*អ្នកនយោបាយ គំនិតវាងវៃ លើកស្ទួយតម្កើង*
*ប្រជាធិបតេយ្យ សិទ្ធិសេរីឡើង សង្គមជាតិយើង*
*ខ្ពង់ខ្ពស់ថ្លៃថ្លា ។*
*អ្នកនយោបាយ គំនិតប្រពៃ ពាស្ត្រតែងជ្រះថ្លា*
*គោរពជឿស្តាប់ ដោយចិត្តសទ្ធា យើងរាស្ត្ររាល់គ្នា*
*មិនភ្លេចគុណឡើយ៕*

ចាក ឈ្លោះគ្នាដល់ណា ឆ្នាំ ១៩៩៨

# អ្នកឃោឃោក

អ្នកឃោឃោក គំនិតទាបថោក រកប្រយោជន៍ខ្លួន
ធ្វើឫកខែងរែង បែបឯងមាំមួន អួតអាងថាខ្លួន
ស្រឡាញ់ជាតិខ្មែរ។

អ្នកឃោឃោក គំនិតទាបថោក សាងជាតិខ្វះដែរ
ដើម្បីបំភាន់ គំនិតកូនខ្មែរ ងាយស្រួលងាករេ
ឲ្យបានសមស្រប។

អ្នកឃោឃោក គំនិតទាបថោក ប្រាជ្ញព្រោកប្រឹងប្រប
ទៅលិចទៅកើត ទ្រមូឡឹមទ្រប់ទ្រប អោនអោយអែបអប
ដើររកទីស្នាក់ ។

អ្នកឃោឃោក គំនិតទាបថោក ចង់បានបុណ្យស័ក្តិ
ជាមធ្យោបាយ ដើម្បីរកប្រាក់ មាសពេជ្រអនគ្ឃ
សប្បាយហ៊ឺហា ។

អ្នកឃោឃោក គំនិតទាបថោក ចូលចិត្តស្រីស្រា
និងល្បែងស៊ីសង នានប្បការ អំពើពាលា
ត្រូវគ្នាពេកក្រៃ ។

អ្នកឃោឃោក គំនិតទាបថោក ចូលជើងចូលដៃ
នឹងឈ្នួញទុច្ចរិត ពាលពិតចង្រៃ ខំគិតលកលៃ

*ចែកចំណោញគ្នា ។*

| | | |
|---|---|---|
| *អ្នកនយោបាក* | *គំនិតទាបថោក* | *លបលួចពុះពារ* |
| *លក់ទ្រព្យសម្បត្តិ* | *នៃរដ្ឋកម្ពុជា* | *យកប្រាក់ដុល្លារ* |
| | *ធ្វើមហាសេដ្ឋី ។* | |
| *អ្នកនយោបាក* | *គំនិតទាបថោក* | *លក់ទឹកលក់ដី* |
| *ដូរយកអំណាច* | *ជំពេងអប្រិយ* | *សូម្បីជាតិក្បែរ* |
| | *ក៏អញមិនគិត ។* | |
| *ឱបងប្អូនអើយ* | *ពេលនេះឯងហើយ* | *អ្នកត្រូវពិនិត្យ* |
| *ពិចារណា* | *រកសេចក្ដីពិត* | *តើអ្នកចូលចិត្ត* |
| | *នយោមួយណា៕* | |

ចាក ឈ្មោះគ្នាដល់ណា ឆ្នាំ ១៩៩៨

| | | |
|---|---|---|
| *អញអើយ* | *អើយអញ* | *អញច្រើនណាស់* |
| *អញពេញ* | *អញពាស* | *គ្រប់តែគ្នា* |
| *អញច្រើន* | *ទុក្ខច្រើន* | *រាល់វេលា* |
| *នាំគ្នាលះអញ* | *ចេញចោលទៅ៕* | |

ចាក ទុក្ខកើតព្រោះអញ ឆ្នាំ ២០០០

# មនុស្សជាសត្វប្រសើរ

*យើងបានកើតមកជាមនុស្ស ត្រូវមានចិត្តខ្ពស់ជាងតិរច្ឆាន*
*កុំបង្កទុក្ខឥតស្រាកស្រាន្ត មិនសមនឹងប្រាណជាមនុស្ស។*
*មនុស្សត្រូវបណ្ដុះគុណធម៌ សាងចិត្តឲ្យល្អបវរខ្ពស់*
*មេត្តា ករុណា ជួយសង្គ្រោះ សព្វមនុស្សនិងសត្វសុខសប្បាយ។*
*មនុស្សចាត់ជាសត្វសង្គម ប្រសើរឧត្តមពន់ពេកក្រៃ*
*ជាងសត្វនានាផងទាំងឡាយ ដោយចេះកែច្នៃសាងសង្គម។*
*បានសុខចំរើនថ្កើងថ្កៃថ្កូវ សប្បាយសម្បូរទាំងតូចធំ*
*មានសិទ្ធិ សេរី ថ្លៃឧត្ដម សក្តិសមកំណើតជាមនុស្ស។*
*អ្នកបង្កទុក្ខឲ្យសង្គម អ្នកនោះហៅចំជាសែនខុស*
*ចាត់ជាជនក្បត់ចិត្តមិនស្មោះ មិនគួររួមរស់ក្នុងសង្គម ៕*

ចាក ដៃគូមនុស្ស ឆ្នាំ ១៩៩៩

# អញរំដោះក្បាលឯង

អញរំដោះក្បាលឯងរាល់គ្នា ម៉េចចង់ទាមទាររកអីទៀត
ពួកឯងរាល់គ្នាចោលម្សៀត អ្នកមានមារយាទគឺពួកអញ ។
អញថាយ៉ាងម៉េចធ្វើអីចឹង កុំអួតចេះដឹងនាំឲ្យក្អាញ់
ប្រយ័ត្នអញឲ្យគេលបបាញ់ សម្លាប់ចោលចេញអស់ផុតពូជ។
រឿងអីទាំងអស់ស្រេចតែអញ ពួកឯងអ្នកចាញ់កុំចេចចូច
និយាយពីរឿងអញខិលខូច ប្រយ័ត្នផុតពូជពីកម្ពុជា ។
ទ្រព្យធនទឹកដីព្រៃព្រឹក្សា អនេកប្រការអញចែកគ្នា
បក្សប្រជាជនកម្ពុជា និង អ្នកលូនវារគាំទ្រអញ ។
ពួកឯងគ្រាន់តែរស់បានហើយ នែវ៉ឺយ ! កុំចង់ទាររកឆ្ងាញ់
សប្បាយហ៊ឺហាស្រេចពួកអញ ត្រង់ណាខ្លាញ់ៗអញចែកគ្នា។
អញចង់ធ្វើអីស្រេចតែអញ ពួកអញរំដោះកម្ពុជា
ចំណែកពួកអ្ហែងរាល់គ្នា រស់ក្បាលដោយសារតែអញទេ។
អញអើយអើយអញធំអ្វីម៉្លេះ ម្តេចអ្នកមិនចេះគិតគ្មានគ្នេរ
ទឹកដីទ្រព្យធនដែលជាកេរ ជូនតាយើងគេទាំងអស់គ្នា ។
អញធំតែឯងនាំជាតិវិនាស ប្រសើរខ្ពស់គាប់សាមគ្គា

សាមគ្គីចែកសុខគ្រប់គ្នីគ្នា ទើបកម្ពុជាថ្កើងឡើងបាន។

ចាក ទុក្ខកើតព្រោះអញ ឆ្នាំ ២០០០

# រឿងពិតនៅត្រង់ណា ?

អ្នកខ្លះគេថាគេរំដោះ ឲ្យខ្មែររួចរស់ពីប៉ុលពត
ខ្មែរខ្លះគេថាពួកហ្នឹងឆោត ធ្វើឈ្នាន់យួនលោតចូលស្រុកខ្មែរ។
យួនធ្វើផែនការមកយូរហើយ រង់ចាំតែដល់ថ្ងៃដល់ខែ
នាំទ័ពចូលមកយកដីខ្មែរ ហូរហែក្នុងនាមអ្នករំដោះ ។
រឿងរ៉ាវដែលពិតវាយ៉ាងម៉េច រាស្ត្រខ្លះមិនទាន់ដឹងច្បាស់សោះ
នរណាដឹងពិតយ៉ាងក្បាយក្បោះ ប្រាប់រាស្ត្រឲ្យអស់សង្ស័យទៅ ។
កុំនាំគ្នាកាន់គ្នាច្រឡំ ទុកអ្នកមានគុណជាសត្រូវ
បើយួនមានធម៌ដូចម៉ែឪ ខ្មែរត្រូវគោរពត្រូវសងគុណ ។
បើយួនកាន់សីលដូចខ្វាចាស់ ខ្មែរត្រូវយល់ច្បាស់កុំស៊ិយស៊ុន
កុំទុកវាជាអ្នកមានគុណ ត្រូវទុកដូចមុន សត្រូវស្នូពូជ ៕

ចាក ទុក្ខកើតព្រោះអញ ឆ្នាំ ២០០០

# កុំកាន់សាសនាឲ្យជ្រុល

*កុំកាន់សាសនាឲ្យជ្រុលជ្រួស ហួសដល់ជាតិស្លាប់ក៏មិនគិត*
*ស្មានថាខ្លួនឯងជាបណ្ឌិត តែពិតជាល្ងិតពាលសោះទេ។*
*ព្រះពុទ្ធឲ្យធ្វើប្រយោជន៍ពីរ គឺប្រយោជន៍ខ្លួនប្រយោជន៍គេ*
*ម្ដេចអ្នកមិនចេះគិតគ្នាន់គ្នេរ វេគិតធ្វើតែប្រយោជន៍ខ្លួន ។*
*ជាតិមានទុក្ខធំមិនជួយកែ បែរកាន់សាសនាបែបមាំមួន*
*ទុកជាតិឲ្យស្លាប់ដោយសៀមយួន ខ្លួនហ្នឹងពិតជាពាលពេញទី ។l*

ចាក ទុក្ខកើតព្រោះអញ ឆ្នាំ ២០០០

# ត្រូវជឿកម្មផល

*យើងអ្នកកាន់ពុទ្ធសាសនា ត្រូវដឹកនាំគ្នាជឿកម្មផល*
*ដែលព្រះទ្រង់ញាណទសពល សម្ដែងពន្យល់ដល់សព្វសត្វ ។*
*កម្មគឺអំពើដែលយើងធ្វើ ចេតនាអើពើបដិបត្តិ*
*ដោយកាយវាចា ឬដោយចិត្ត អាក្រក់ល្អពិតហៅថាកម្ម ។*

បើមានកម្មហើយត្រូវមានផល ត្រឡប់មកដល់ជាប្រចាំ
ទោះបីយូរថ្ងៃ ខែ ឬ ឆ្នាំ គង់តែកម្មឲ្យផលពុំខាន ។
ធ្វើល្អបានល្អតទៅមុខ ផុតទុក្ខបានសុខចិត្តក្សេមក្សាន្ត
ធ្វើបាបអាក្រក់ទាំងប៉ុន្មាន គង់តែនឹងបានទុក្ខទោសទណ្ឌ ។
សុខទុក្ខកើតមកពីយើងធ្វើ មិនមែនមកពីការបន់ស្រន់
អារក្សអ្នកតា អ្នកមានបុណ្យ ចូលរូបបញ្ចាន់មកសណ្ឋិត ។
ល្បិចកលបញ្ឆោតនិងបោកប្រាស់ ភូតភរផ្តេសផ្តាសឥតមានពិត
អ្នកអប្បបញ្ញាថា ស័ក្តិសិទ្ធិ តែតាមរឿងពិតគឺឆោតល្ងង់ ។
កុំជឿបែបនេះតទៅទៀត នាំជាតិសាសនាយើងលិចលង់
ត្រូវជឿកម្មផលទើបរឿងរុង ផុតផុងភិតភ័យស្បើយទុក្ខា ។
ព្រះសង្ឃកុំនាំគេផ្តេសផ្តាស ប្រាសធម៌វិន័យព្រះសាស្តា
ត្រូវជួយសាងជាតិខេមរា ឲ្យថ្កើងថ្លៃថ្លាអង្វែងទៅ៕

ចាក កម្មផល ឆ្នាំ ២០០០

# សេចក្ដីស្រវឹង

ខ្ញុំនឹងថ្វាថ្លែងថែងសេចក្ដី　　ជូនជនប្រុសស្រីឲ្យបានដឹង
រៀបរៀងរាយរាប់រឿងស្រវឹង　　ទុកជាដំណឹងតរៀងទៅ ។
ស្រវឹងកញ្ឆាស្រាអាភៀន　　ហេរ៉ូអ៊ីនញៀនពេលឥឡូវ
ជក់ផឹក ឬ លេបវាចូលទៅ　　លែងស្គាល់ខុសត្រូវឪម៉ែឯង ។
គេប្រើធ្វើអ្វីក៏ធ្វើដែរ　　លួចប្លន់ហួរហែឃើញជាក់ស្ដែង
ស៊ីឈ្នួលសម្លាប់ឥតកោតក្រែង　　ព្រមលក់ខ្លួនឯងបម្រើគេ ។
ស្រវឹងប្រុសស្រីក្ដីស្នេហា　　ជាប់ចិត្តប្រាថ្នារឿងកាមេ
មិនយល់ប្ដីកូនប្រពន្ធគេ　　រិះរេធ្វើម៉េចខាងតែបាន ។
មិនខ្លាចផលបាបអកុសល　　ដែលផ្ដល់ទុក្ខសោកមកដល់ប្រាណ
ចុះនរកប្រេតតិរច្ឆាន　　បាបបុណ្យប៉ុន្មានលែងខ្វីគិត ។
ស្រវឹងយសសក្តិប្រាក់អំណាច　　អត់ខ្លាចដល់រាស្ត្រជាម្ចាស់សិទ្ធិ
ធ្វើកិច្ចការរដ្ឋស្រេចតែចិត្ត　　ប្រយោជន៍ជាតិពិតបាត់បង់អស់ ។
នរណាហ៊ានថាសម្លាប់ចោល　　សូម្បីស្រមោលអត់ឃើញសោះ
ទ្រព្យរដ្ឋយកលក់ឥតស្រណោះ　　សម្បត្តិជាតិអស់ស្ទើរគ្មានសល់ ។
រាស្ត្រត្រូវក្រោកឡើងអូសទម្លាក់　　ពួកអ្នកស្រវឹងអកុសល
ទុកយូរទៅទៀតនាំសល់រ៉ល់　　ជាតិលិចលង់ដល់កែលែងកើត ។
ស្រវឹងទ្រព្យធននិងពូជពង្ស　　ថាវង្សត្រកូលខ្លួនល្អឆើត

ពូជគេឯទៀតសុទ្ធមិនកើត　　ល្អផើតសុទ្ធតែពូជពង្សខ្លួន ។
តាមពិតគឺពូជពួកខ្លួនដែរ　　កាត់ទឹកដីខ្មែរ ឲ្យសៀមយួន
ជញ្ជក់ឈាមរាស្ត្ររបស់ខ្លួន　　បានពេញសំនួនមើលងាយគ្នា ។
ស្រវឹងនឹងលេងបៀអាប៉ោង　　កាស៊ីណូផងល្បែងនានា
ស្រវឹងជ្រប់ជ្រុលចោលការងារ　　ចាញ់អស់ទ្រព្យាដើរលួចប្លន់ ។
ស្រវឹងវ័យថាខ្លួននៅក្មេង　　គិតតែរឿងលេងគ្មានបង្អន់
ស្រវឹងអត់ពោគថាខ្លួនគ្រាន់　　មិនទាន់ប្រញាប់ធ្វើការងារ ។
ស្រវឹងថាខ្លួនមិនទាន់ស្លាប់　　ជីវិតស្ថិតជាប់តាមពូជធារ
កុំអាលធ្វើទាន សីល ភាវនា　　ពួកយើងរាល់គ្នាមិនចាស់ទេ ។
ខ្វះស្រវឹង ទាន សីល ភាវនា　　ផងយើងរាល់គ្នាគ្រាន់ជាងគេ
គ្មាននរណាស្មើនឹងយើងទេ　　ប្រសើរលើសគេគឺពួកយើង ។
ស្រវឹងទាំងលោកទាំងបាសក　　ថោកទាបអាក្រក់មិនថ្កុំថ្កើង
ជាតិនិងសាសនារបស់យើង　　រុងរឿងមិនរួចព្រោះស្រវឹង ។
ស្រវឹងហ្នឹងហើយគឺប្រមាទ　　លោកនាថសម្តែងទុកអីចឹង
នាំគ្នាប្រមាទច្រើនម៉្លឹង ៗ　　ជាតិសាសន៍យើងហ្នឹងសូន្យពុំខាន។
ភ្ញាក់ឡើងក្រោកឡើងបងប្អូនខ្មែរ　　ពូជយើងពូកែពីបូរាណ
ឈប់ប្រមាទទៀតជាតិថ្កើងថ្កាន　　សាសនាយើងបានរុងរឿងអើយ ៕

ចាក សេចក្តីមិនប្រមាទ ឆ្នាំ ២០០១

# អាការៈរបស់អ្នកប្រមឹក

*សម្បើមយក្ស អារក្សសន្ធំ រង្គំចិត្ត អាណឹតខ្លួន*
*ស្អូនចំណី សំដីខ្មោច អាសោចកេរ្តិ៍ ចង្អើរបក់*
*បន្តក់ទឹក ដេកវាស់ព្រឹក ដាស់លែងភ្ញាក់ ដាក់មឈូស*
*អូសទៅកប់ ផាប់តាយហោង។*

ចាក សេចក្តីមិនប្រមាទ ឆ្នាំ ២០០១

# កុំឲ្យអន់ជាងសត្វ

*គោក្របីស្លាប់ទុកស្នែងស្បែក ចំណែកដំរីទុកភ្លុកវា*
*យើងជាមនុស្សទាំងអស់គ្នា បានអ្វីទុកជា កេរដំណែល ។*
*ឃើញមានសល់ឆ្អឹងគ្រប់តែគ្នា ហូរហៀរពេញពាសច្រើនក្រាស់ក្រែល*
*មិនខ្ពស់មិនជ្រោរពក់កំកែល ប្រហែលរកកល់អន់ជាងសត្វ ។*
*ត្រូវទុក្ខចំណោះ និង ស្នាដៃ សាងប្រឌិតច្នៃ ប្រសើរក្តាត់*

*ទាំងចរិយាការបដិបត្តិ    ខ្ពង់ខ្ពស់ជាងសត្វទើបគ្រាន់បើ។*
*ទុកកេរឲ្យកូនគួរខ្វះដែរ    ទុកជូនជាតិខ្មែរទើបប្រសើរ*
*ទុកជូនសត្វលោកគ្មានអ្វីស្មើ    ប្រសើរលើសលប់ក្នុងលោកា។*
*ហេតុនេះពួកយើងទាំងអស់គ្នា    ត្រូវខំម្ចីម្នាកែអាត្មា*
*សាងខ្លួនឲ្យល្អមានខ្លឹមសារ    មុនអស់ជីវ៉ាទុកស្នាដៃ ៕*

**ចាក បុណ្យ ១០០ ថ្ងៃ ឆ្នាំ ២០០២**
**លោកស្រី ជ្រា ហែម ប៊ុនណាង**

# ជាតិខ្មែរ

*ពីដើមខ្មែរមានកិត្តិយស    ល្បីល្បាញខ្ពង់ខ្ពស់ភ្ញីអស្ចារ្យ*
*ឥឡូវខ្មែរថោកទាបក្រៃណា    គួរខេមរាភ្ញាក់ខ្លួនឡើង ។*
*ពីដើមគេចេះរួបរួមគ្នា    សាងកម្ពុជាបានថ្កុំថ្កើង*
*ឥឡូវបែកបក្សពួកគេយើង    ដណ្ដើមគ្នាឡើងធំភ្លេចជាតិ ។*
*កុំយកប្រយោជន៍បក្សជាធំ    ឬប្រយោជន៍ក្រុម និង ពួកញាតិ*
*គ្មានអ្វីធំជាងប្រយោជន៍ជាតិ    កុំធ្វើមារយាទកញ្ជះគេ ៕*

**ចាក មហាសុបិន ១៦ ប្រការ ឆ្នាំ ២០០៣**

# ហេតុអ្វីបានជាយើងយល់សប្តិ

ចិត្តមានកិលេសគឺលោភៈ ទោសៈ មោហៈ ជាឫសគល់
នៃអំពើបាបអកុសល នាំចិត្តវិលវល់ឲ្យយល់សប្តិ ។
លះរាគាទិកិលេសហើយ ចិត្តស្បើយផុតទុក្ខគ្មានធុញថប់
ដេកលក់ជាសុខគ្មានយល់សប្តិ ចិត្តត្រជាក់ស្ងប់ភ្លឺរុងរោចន៍ ។

ចាក មហាសុបិន ១៦ ប្រការ ឆ្នាំ ២០០៣

# កូន ៣ ប្រការ

គម្ពីរបាលី ព្រះជិនស្រី សម្ដែងប្រាប់ថា
កូននៅក្នុងលោក មាន ៣ ប្រការ ចូរអ្នករាល់គ្នា
ចាំទុកឲ្យច្បាស់ ។
១ - អតិជាត បុត្រនេះល្អស្អាត ប្រសើរពេកណាស់
ខ្លួននៅក្មេងទេ គំនិតគេចាស់ មិនបាច់តឿនដាស់
ភ្ញាក់រលឹកមុន ។
ដឹងបុណ្យដឹងបាប ស្គាល់ខ្ពស់ស្គាល់ទាប ស្គាល់ទោសស្គាល់គុណ
ស្គាល់ខាតចំណេញ ស្គាល់ចេញដើមទុន ស្គាល់ក្រោយស្គាល់មុន
ស្គាល់ខុសស្គាល់ត្រូវ។

សុចរិតធម៌ ទានសីលបវរ ល្អលើសម៉ែឪ
មានចិត្តមេត្តា ករុណាពេកកូវ គោរពម៉ែឪ
មិនធ្គងសោះឡើយ។
២ - អនុជាត បុត្រនេះមិនឃ្លាត នៅជិតបង្កើយ
ធ្វើតាមលំអាន អ្នកមានគុណហើយ គ្មានចន្លោះឡើយ
ដូចម៉ែដូចឪ ។
ទានសីលគួរគាប់ ទំនៀមទម្លាប់ តាមខែរដូវ
ម៉ែឪធ្វើម៉េច ធ្វើតាមត្រឹមត្រូវ មិនលើសម៉ែឪ
ដល់តិចឡើយណា។
៣ - អវជាត បុត្រអត់មារយាទ គំនិតមិនថ្វា
ចូលចិត្តដើរលេង សប្បាយហ៊ឺហា មិនខំសិក្សា
ធ្វើការងារអ្វី ។
អបាយមុខបួន ពាលាពេញខ្លួន បៀប៉ោស្រាស្រី
គប់បាបមិត្រ ចិត្តអាក្រក់ក្រៃ នាំឲ្យហិនហែ
ពូជពង្សអម្បូរ ។
កូនអើយស្តាប់ចុះ មាន ៣ ប៉ុណ្ណោះ ចូរកូនគិតគូរ
ខំកសាងខ្លួន ពូជពង្សអម្បូរ ឲ្យបានថ្លៃថ្នូរ
យូរអង្វែងទៅ ៕

**ចាក អនិច្ចា វត សង្ខារា ឆ្នាំ ២០០៤**

# ខ្មែរភ្ញាក់រលឹក

*ខ្មែរយើងពីដើមភ្ញាក់រលឹក    ឥឡូវសម្លឹកខ្មែរភ្ញាក់ផ្អើល*
*រត់លោតកញ្ឆាត់លាត់កញ្ជើល    តើអ្នកភ្ញាក់ផ្អើលទៅរកអ្វី ។*
*អ្នកមានបុណ្យកើតសព្វទិសស្ថាន    ទោះតិរច្ឆានសត្វលូនដី*
*កង្កែប ឬ ពស់ ឈើ ឬស្សី    ខ្មែរនាំគ្នាច្នៃថាអ្នកបុណ្យ ។*
*អ្នកមានបុណ្យកើតមិនចេះចប់    តែខ្មែរជិតផាប់ចូលជាប់កុន*
*រវល់តែភ្លុកអ្នកមានបុណ្យ    យួនសៀមចូលប្លន់យកដីអស់ ។*
*ស្រុកគេគ្មានអ្នកមានបុណ្យកើត    តែចំរើនឆើតលឿនដូចហោះ*
*ឯងកើតអ្នកបុណ្យមិនឈប់សោះ    តែខ្មែរស្រុតចុះជិតខ្ញុំគេ ។*
*ប៉ុណ្ណឹងល្មមគិតពិចារណា    យល់ដឹងសព្វការណ៍ហើយផាករេ*
*ការពារសាងជាតិឲ្យស្ថិតស្ថេរ    រុងរឿងលើសគេដូចអង្គរ ។*
*ឈប់ឆ្កួតឈប់លោភខឹងរង្វេង    ឈប់ឈ្លោះគ្នាឯងនាំវិកវរ*
*រួមគ្នាឲ្យមាំរឹងជំហរ    មូលមីរកុះករសាងជាតិយើង។*
*សុខចិត្តខាតបង់ប្រយោជន៍ខ្លួន    សាងជាតិមាំមួនរីកថ្កុំថ្កើង*
*ជាតិបានថ្ងៃថ្នូរខ្ពង់ខ្ពស់ឡើង    យើងមុខជាថ្កើងរុងរឿងដែរ។*
*ចាំទុក ៗ ខ្មែរគ្រប់គ្នា    យើងកម្ពុជាពូជពូកែ*
*គេកោតស្ញប់ស្ញែងស្នាដៃខ្មែរ    ពូជយើងពូកែសាងអង្គរ ។*
*ភ្ញាក់ឡើង ៗ ភ្ញាក់រលឹក    ឈប់ភ្ញាក់ផ្អើលភ្លឹកនាំវិកវរ*

*ភ្ជាក់ឡើងក្រោកឡើងខ្មែរអង្គរ　　　សាងជាតិស្ថាពរអង្វែងទៅ៕*

**ចាក ព្រះស៊ីអារ្យមេត្រីយ ឆ្នាំ ២០០៨**

# វិធីរំលត់ទុក្ខ

*ធម្មតាកើតមកក្នុងលោកិយ　　ទោះប្រុស ឬ ស្រី ក្មេង ឬ ចាស់*
*ត្រូវតែយល់ដឹងឲ្យបានច្បាស់　　កើតហើយពិតណាស់ជាមានទុក្ខ។*
*បើមានទុក្ខហើយកុំបន់ស្រន់　　ឬស្រោចទឹកមន្តសុំក្តីសុខ*
*អំពើទាំងនោះមិនសមមុខ　　យើងកើតក្នុងស្រុកជាមនុស្សឡើយ។*
*បន់ស្រន់ឬស្រោចទឹកមន្តនោះ　　ព្រះដ៏ទ្រង់យសបានប្រាប់ហើយ*
*ថាមិនបានការទេអ្នកអើយ　　កុំធ្វើទៀតឡើយចាញ់បោកគេ។*
*ប្រសិនបើយើងមានទុក្ខហើយ　　កុំនៅកន្តើយត្រូវគ្នាន់គ្នេរ*
*ប្រើបញ្ញាយើងគិតរិះរេ　　រកឲ្យឃើញមេហេតុនៃទុក្ខ ។*
*កើតមកពីកម្មចាស់ឬថ្មី　　ឬសង្គមលៃខុសទំនុក*
*បានជាពួកយើងគ្មានក្តីសុខ　　ត្រូវវាយសម្រុកកែសង្គម ។*
*ឬមួយកើតពីយើងគិតខុស　　ផ្ទុយពីទ្រង់យសបានអប់រំ*
*បានជាពួកយើងកើតទុក្ខធំ　　ក្តុកក្តួលក្តៅធំព្រោះយល់ខុស ។*
*ឬមួយកើតពីមិនស្តាប់ធម៌　　ឲ្យយល់ច្បាស់ល្អទៅតាមន័យ*

*កម្មដ្ឋានមិនដែលបានធ្វើសោះ ព្រោះតែហេតុនោះទើបមានទុក្ខ។*
*ឬមួយកើតពីបែកសាមគ្គី គ្រប់ទិសគ្រប់ទី ភូមិ ឃុំ ស្រុក*
*ខេត្ត ក្រុង រាជធានីគ្រប់មុខ មានតែកើតទុក្ខទាស់ទែងគ្នា ។*
*ទាំងក្នុងទាំងក្រៅនៅបរទេស មុខរឹងចចេស វិវាទា*
*អួតអាងពូកែតែរាល់គ្នា មិនរួមសាមគ្គា សាមគ្គីឡើយ ។*
*បាក់បែកយ៉ាងនេះមិនបានសុខ វិនាសអស់ស្រុក ទឹក ដី ហើយ*
*តើយល់ ឬ ទេបងប្អូនអើយ ទុក្ខខ្មែរមិនស្បើយព្រោះហេតុហ្នឹង។*
*បើយើងរកហេតុវាឃើញហើយ បងប្អូនខ្មែរអើយចូរខំប្រឹង*
*កែឲ្យត្រូវចំហេតុវាហ្នឹង ទុក្ខទោសតានតឹងនឹងស្បើយបាន។*
*ហើយយើងខំសាងតែហេតុល្អ ថ្លៃថ្លាបវរដែលទ្រង់ញាណ*
*បានសម្ដែងប្រាប់ប្រោសប្រទាន ជាដំបូន្មានទុកឲ្យយើង ។*
*បើបដិបត្តិតាមព្រះអង្គ ឲ្យបានត្រូវត្រង់ខ្ជាំងក្លាឡើង*
*ប្រទេសជាតិយើងនឹងថ្កុំថ្កើង សប្បាយរុងរឿងអង្វែងទៅ៕*

ចាក វិធីរំលត់ទុក្ខ ឆ្នាំ ២០០៥

# ព្រះសង្ឃកំពង់សត្វ

*សង្ឃកំពង់សត្វ ពេលមានវិបត្តិ សង្ឃតែងតែជួយ*
*ត្រិះរិះរកផ្លូវ កំចាត់ទុក្ខព្រួយ ដើម្បីលើកស្ទួយ*
*ឲ្យផុតពីទុក្ខ ។*

*ទុក្ខតូចទុក្ខធំ ទុក្ខជាតិសង្គម ទុក្ខសព្វគ្រប់មុខ*
*សង្ឃត្រូវតែចូល រួមសុខរួមទុក្ខ ជាមួយអ្នកស្រុក*
*និង មហាជន ។*

*ស្រុកខ្មែរសព្វថ្ងៃ ទុក្ខធ្ងន់ខ្លាំងក្រៃ កំពង់ជាប់កុន*
*សូមយើងជាសង្ឃ ដែលជាអ្នកបុណ្យ ជួយប្រជាជន*
*ឲ្យផុតទុក្ខភ័យ ។*

*កុំបែកបែរចិត្ត រត់ចោលញាតិមិត្ត ចូលជាតិដទៃ*
*ភ្ជាក់ឡើងឲ្យឆាប់ រៀសរវៃ ជួយគ្នាលកលៃ*
*រំដោះជាតិយើង។*

*យើងរួបរួមគ្នា សាងកម្ពុជា ជាតិខ្មែរខ្ពស់ឡើង*
*បានសុខសប្បាយ ចំរើនថ្កុំថ្កើង សម្បូររុងរឿង*
*រៀងរហូតទៅ៕*

**ចាក វិធីរំលត់ទុក្ខ ឆ្នាំ ២០០៥**

# ផ្គរលាន់ទិសបូព៌ា

ផ្គរលាន់ឯបូព៌សូរកណ្តុក　　លោកតាចាស់ស្រុកកើតទុក្ខធ្ងន់
ព្រោះអីសព្វថ្ងៃមានទុជ៌ន　　គិតតែលួចប្លន់ជាតិខ្លួនឯង ។
លក់ទឹកលក់ដីព្រៃព្រឹក្សា　　ទ្រព្យរដ្ឋនានាច្រើនកន្លែង
យកប្រាក់ចែកបក្សពួកគ្នាឯង　　ធ្វើមានសម្ញែងរាស្ត្រអ្នកក្រ ។
រាស្ត្រអត់ដីធ្លីអត់បាយទឹក　　ស៊ីល្ងាចខ្វះព្រឹកអត់អង្ករ
គេមិនដោះស្រាយឲ្យបានល្អ　　មានតែជាន់កដកស្វាបទៀត ។
ពួកគេឥឡូវខ្លាំងៗណាស់　　នរណាហ៊ានប៉ះស្លាប់ចោលម្សៀត
ព្រោះមានចៅហ្វាយគេនៅបៀត　　ប្រើល្បិចកលស្មៀតមិនឈប់ឈរ។
បង្ករឿងរ៉ាវហេតុផ្សេង ៗ　　ឲ្យខ្មែរវង្វេងវិលវឹកវរ
យួនចូលពេញស្រុកពេញនគរ　　រឿងច្បាប់អន្តោធ្វើមិនចេញ ។
ព្រំដែនដីគោកទឹកសមុទ្រ　　យួនវាសម្កុតសែនមាត់ស្មេញ
វាប្រាប់ថាខ្មែរបានចំណេញ　　ត្រូវតែបំពេញហត្ថលេខា ។
ចុះយល់ព្រមតាមវាឲ្យផាប់　　ធ្វើឲ្យត្រូវច្បាប់កម្ពុជា
រដ្ឋាភិបាលរដ្ឋសភា　　មហាក្សត្រាត្រូវតែឡាយ ។
សែនខំកំញើញគេគ្រប់គ្នា　　ថាបើនរណាមិនដោះស្រាយ
ព្រះមហាក្សត្របើមិនឡាយ　　សែននឹងកែខៃផ្លាស់របប ។
ប្រមាថមើលងាយព្រះចេស្តា　　ជាទីសក្ការ៍ឥតខ្លាចខ្លប

នាំប្រទេសជាតិធ្វើវិណាប ពួកយួនកន្ទុបខ្លាំងសួពូជ ។
នេះហៅនាយកកញ្ជះគេ ដែលខ្លាំងពូកែខាងខិលខូច
ខ្មែរយើងត្រូវចាំផៅពង្សពូជ ជនក្បត់កំហូចត្រូវដេញចេញ ។
សំណូកសូកប៉ាន់ពុករលួយ ស៊ីឫសស៊ីត្រួយរលីងធេញ
រដ្ឋកម្ពុជានៅគាំងស្ទេញ ដោះស្រាយមិនចេញព្រោះអត់ប្រាក់។
រឿងខុសជាត្រូវខ្មៅជាស អយុត្តិធម៌ឡើងដល់ថ្នាក់
ឲ្យតែនរណាគេមានប្រាក់ រឿងនោះច្បាស់ជាក់ជាឈ្នះពិត។
ឯតុលាការជាទីងមោង ធ្វើតាមគម្រោងច្នៃប្រឌិត
ដែលអ្នកដឹកនាំគេអ្នកគិត យកមេគំនិតមកពីយួន ។
ល្បែងភ្នាល់ពាលាអាវ៉ាសែ ស្រុកក្រុងស្រុកស្រែពេញសំនួន
បើលេងអស់ទ្រព្យលេងទាំងខ្លួន នេះហើយគឺក្បួនយួនបង្រៀន ។
គ្រឿងស៊ីគ្រឿងជក់មិនចេះខ្វះ មានច្រើនបែបណាស់រឿងគ្រឿងញៀន
សុរាកញ្ឆា ឬ អាភៀន ឲ្យតែគ្រឿងញៀនមានគ្រប់ម៉ាក ។
អ្នកចង់សប្បាយនឹងកាមគុណ គេមានគ្រប់ធុនទុកឲ្យសាក
កូនចៅអ្នកក្រអ្នកតោកយ៉ាក គេយកមកសាកលេងតាមចិត្ត ។
ទ្រព្យគ្នាក៏បង់ផង់ក៏ដាច គេអាងអំណាចអត់អាណិត
គេឈប់សប្បាយគេអស់ចិត្ត គេបោះចោលពិតដូចសំរាម។
រាស្ត្រខ្មែរកើតទុក្ខច្រើនមុខណាស់ ទាំងក្មេងទាំងចាស់យំរហាម
ទឹកភ្នែកស្ទើរចេញមកជាឈាម ដោយសារសង្គ្រាមយួនឈ្លានពាន។

កូនចៅអើយកុំអស់សង្ឃឹម យើងត្រូវញញឹមហើយក្លាហាន
ឲ្យតែសាមគ្គីពួកយើងមាន អាចោរឈ្នានពានលែងហ៊ានទៅ ។
វាខ្លាចខ្មែរកាប់ដូចមុនទៀត នាំស្ទាប់ចោលម្សៀតកេរ្តិ៍អាស្រូវ
ខានឃើញប្រពន្ធកូនម៉ែឪ លែងហ៊ានក្រាញនៅស្រុកខ្មែរហើយ។

**ចាក វិធីរំលត់ទុក្ខ ឆ្នាំ ២០០៨**

# ផ្គរលាន់ទិសពាយ័ព្យ

ផ្គរលាន់ពាយ័ព្យញាប់រណ្តំ ពួកសៀមខិតខំខ្លាំងណាស់ដែរ
រុករានទន្ទ្រានទឹកដីខ្មែរ កាត់ច្រឹបឥតល្ហែតាមព្រំដែន ។
រាស្ត្រខ្មែរឃើញហើយនិយាយប្រាប់ រាយការណ៍ប្រញាប់ជូនហ៊ុនសែន
តែពួកគេខ្លាចអស់សំណៃន ជំនួញជាយដែនជាមួយថៃ ។
ជួញស្វាត់យកប្រាក់ដាក់ហោប៉ៅ មិនមែនចូលទៅឃ្លាំងរដ្ឋអី
បើទុកជារដ្ឋបាត់ទឹកដី ក៏គេមិនខ្វីធ្វើដឹងឡើយ ។
ថៃលក់ឲ្យយើងសឹងគ្រប់មុខ ចេះតែត្រសុកទិញគេហើយ
មួយឆ្នាំ ៗ មិនតិចឡើយ ថៃចំណេញហើយរាប់ពាន់លាន។
គេទិញឯងវិញតិចតួចណាស់ បើចាំមិនច្បាស់សឹងតែគ្មាន
របស់ដែលគេទិញប៉ុន្មាន សុទ្ធតែធនធានដើមទាំងអស់។

*គេយកវាទៅច្នៃប្រឌិត      រោងចក្រផលិតល្អឥតខ្ចោះ*
*លក់បានចំណេញរាប់មិនអស់      បញ្ញាគេស្រស់គ្រាន់ជាឯងៗ*
*វប្បធម៌ថៃចូលគ្រឹកគ្រាក់      មិនបាច់លបលាក់ឃើញជាក់ស្តែង*
*សូម្បីតែផ្ទះក្លោងទ្វារឯង      ក៏ខំតាក់តែងតាមគេដែរៗ*
*ថៃមានវប្បធម៌មកពីណា      គេមានបញ្ញាប្រសប់កែ*
*គេច្នៃតែវប្បធម៌ខ្មែរ      ឡើងល្បីពូកែខ្មែរតាមគេៗ*
*ហេតុនេះកូនខ្មែរគិតជាថ្មី      ត្រូវចេះលកលៃចេះគិតគ្នេរ*
*កុំចេះតែនឹកកោតជាតិគេ      ជាតិយើងធ្លាប់មេគេពីដើមៗ*
*យើងរួមគ្នាសាងកម្ពុជា      ឲ្យល្បីអស្ចារ្យសង្ហាឆ្នើម*
*ទុកជាបេះដូងប្រមាត់ថ្មើម      កម្ពុជាសម្បើមវិញពុំខានៗ។*

**ចាក វិធីរំលត់ទុក្ខ ឆ្នាំ ២០០៥**

# ផ្គរលាន់ក្លាំង ៗ

ផ្គរលាន់ក្លាំង ៗ ឮសូរចំរាំង ក្រុងកម្ពុជា
ធ្វើឲ្យខ្មែរយើង ព្រឺព្រួចគ្រប់គ្នា តើមានហេតុការណ៍
អ្វីនឹងកើតឡើង។
ទេព្តាស្វេតច្ឆ័ត្រ ដែលរក្សារដ្ឋ ឲ្យបានថ្កុំថ្កើង
លោកយាងមកប្រាប់ ក្សត្រដែលទ្រង់ឡើង គ្រងរាជ្យថ្កានថ្កើង
រដ្ឋកម្ពុជា ។
ដឹងទេសព្វថ្ងៃ ស្រុកកើតចង្រៃ រាស្ត្រភ័យគ្រប់គ្នា
យួនចូលរុករាន ឈ្លានពានរដ្ឋា ថែមអ្នករាជ្ការ
ចូលដៃនឹងយួន។
កាត់ទឹកកាត់ដី កេរដំពិសី ពីដូនតាខ្លួន
ប្រគល់ជូនឲ្យ អាកំប៉ោយយួន ឲ្យតែពួកខ្លួន
បានឡើងធ្វើធំ។
មិនដឹងទេរ៉ី រាស្ត្រអស់ទឹកដី នាំគ្នាស្រែកយំ
ម៉េចក៏សុខចិត្ត ធ្វើស៊ុំគ្រលំ តាមគេបង្គំ
ចុះហត្ថលេខា។
ចុះទឹកក្រពើ លុះឡើង ទៅលើ ជួបនឹងសត្វខ្លា
ចូលទៅក្នុងព្រៃ សុទ្ធតែបន្លា លុះចុះទៅផ្សារ

ជួបប៉ុលពតទៀត។

តើរាស្ត្រពឹងអី បើស្តេចមន្ត្រី សុទ្ធតែចោលម្សៀត
ស្រឡាញ់ពួកយួន ជាងកូនចៅញាតិ ពឹងតទៅទៀត
តើដូចម្តេចបាន។

ត្រូវគិតជាថ្មី ការពារទឹកដី កេរពីបុរាណ
ត្រូវហ៊ានតស៊ូ នឹងចោរសាមាន្យ ដែលចូលរុករាន
រដ្ឋរាជបូរី ។

ខ្មែរត្រូវតែប្តូរ ជីវិតតស៊ូ ទាំងប្រុសទាំងស្រី
ទាំងស្តេចទាំងរាស្ត្រ នាម៉ឺនមន្ត្រី សូម្បីសង្ឃក្តី
ត្រូវតែរួមគ្នា ។

ទេព្តានឹងជួយ កុំឲ្យយើងព្រួយ ឲ្យតែសាមគ្គា
សាមគ្គីផ្ចុងមួយ នឹងបានជយា ឈ្នះអស់ពួកមារ
សត្រូវមិនខាន៕

ចាក វិធីរំលត់ទុក្ខ ឆ្នាំ ២០០៥

# ផ្គរលាន់ថ្ងៃត្រង់

ផ្គរលាន់ឮឡើងកណ្ដាលថ្ងៃត្រង់
មកក្រាបទូលសង្ឃវត្តឧណ្ណាលោម
លោកថ្នាក់ដឹកនាំទាំងលើទាំងក្រោម
ជាមេចង្កោមនៃព្រះសង្ឃខ្មែរ ។
សង្ឃយើងពីដើមតែងជួយអ្នកស្រុក
ពេលជាតិមានទុក្ខព្រះសង្ឃជួយកែ
នៅកៀកជាមួយប្រជាជនដែរ
នរណាប៉ះខ្មែរសង្ឃជួយជានិច្ច។
សង្ឃគេឥឡូវហាក់ប្លែកពីមុន
ពេលជាតិជាប់គុនព្រះសង្ឃធ្វើភ្លេច
អង្គខ្លះឃើញច្បាស់ថាពិតជាគេច
ចូលជាតិគេស្រេចភ្លេចជាតិផងខ្លួន ។
អង្គខ្លះសប្បាយនឹងបានបុណ្យសក្ដិ
ដែលគេបំពាក់តាមល្បិចកលយួន
ដើម្បីនាំខ្មែរឲ្យស្រឡាញ់ជួន

បោះបោលមួកខ្លួនកេរពីដូនតា។
អង្គខ្លះគាបសង្ឃឲ្យបម្រើបក្ស
ដែលគេមិនស្ម័គ្រគេមិនជ្រះថ្លា
ព្រោះអីបក្សនោះកាត់ដីខេមរា
ទឹកជលសាឲ្យទៅជាតិយួន ។
ថ្នាក់ដឹកនាំសង្ឃត្រូវតែយល់ដឹង
អំពើបែបហ្នឹងមិនត្រូវតាមក្បួន
សម្ដេចសង្ឃខ្មែរត្រូវតែថែធួន
រក្សាជាតិខ្លួនជាមួយកូនចៅ ។
បើសម្ដេចសង្ឃធ្វើបានយ៉ាងនេះ
កេរ្តិ៍ឈ្មោះក៏ចេះតែក្រអូបទៅ
បើចេះតែនាំគេដើរខុសផ្លូវ
ពេលសុគតទៅកេរ្តិ៍ឈ្មោះអសោចិ៍។
ហេតុនេះសម្ដេចត្រូវគិតសាថ្មី
តាមជាតិដទៃនាំឲ្យហិនហោច
ត្រូវជួយជាតិខ្មែរទើបមានប្រយោជន៍
បាត់ក្លិនអសោចិ៍ក្រអូបប្រាសខ្យល់៕

# តើគិតយ៉ាងណា

ដីខ្មែរពីដើម រីកធំសម្បើម ទៅគ្រប់ទិសា
ខាងជើងទល់ចិន ខាងលិចភូមា ខាងទិសបូព៌ា
ទល់នឹងសមុទ្រ។

មិនមែនតែដី វប្បធម៌ក៏ល្បី ខ្ពង់ខ្ពស់បំផុត
ប្រាសាទសិលា ថ្ងៃថ្លាជាមកុដ ប្រសើរវិសុទ្ធ
នៅក្នុងលោកា។

ជាតិសៀមនិងយួន ធ្លាប់មកជ្រកកោន ក្រោមម្លប់ចេស្តា
ចម្លងចំណេះ សិល្បៈវិជ្ជា វប្បធម៌នានា
ពីជាតិខ្មែរយើង។

ប៉ុន្តែសព្វថ្ងៃ ដោយគេចេះច្នៃ ប្រឹងប្រែងឡើង
ជាតិគេចំរើន រុងរឿងថ្កុំថ្កើង គេលែងស្គាល់យើង
ដូចមុនទៀតហើយ។

មាត់គេរាប់អាន ចិត្តពាលសាមាន្យ គ្មានស្មោះត្រង់ឡើយ
គេគិតលេបយក ទឹកដីយើងហើយ បងប្អូនខ្មែរអើយ
តើគិតយ៉ាងណា?។

ដេកលក់មិនភ្ញាក់ ស្រវឹងពួកបក្ស យសសក្តិស្រីស្រា
ស្រវឹងអំណាច ស្រវឹងទ្រព្យា ស្រវឹងឈ្មោះគ្នា

*សម្លាប់ជាតិឯង។*

*បើមិនភ្ញាក់ខ្លួន ទឹកដីបានយួន និងសៀមមិនលែង*

*ព្រោះយើងស្រវឹង ដើរខុសខ្លួនឯង កើតទុក្ខចំបែង*

*តកូនតចៅ។*

*ភ្ញាក់ឡើងក្រោកឡើង បងប្អូនខ្មែរយើង ទាំងក្នុងទាំងក្រៅ*

*សាមគ្គីមូលមិត្ត ឥតមានហ្មងសៅ កំចាត់សត្រូវ*

*លេបទឹកដីយើង៕*

ចាក អនុស្សាវរីយ បុណ្យ ១០០ ថ្ងៃ លោកតា ប៊ុន ថាន់ ឆ្នាំ ២០០៥

ស្មូវស្លាប់ខ្លួន កុំឲ្យជាតិស្លាប់

# ខ្មែរជិតធ្លាក់ខ្លួន

ខ្មែរជិតធ្លាក់ខ្លួនខ្ញុំគេហើយ បងប្អូនខ្មែរអើយគិតយ៉ាងម៉េច
អ្នកដឹកនាំខ្លះបែបលោកក្មេង ព្រោះចង់ធ្វើស្តេចធ្វើនាយក...។
ស្តេចខ្លះលោកមិនបានក្មេងទេ តែមន្ត្រីខ្មែរខ្លះគម្រក់
ព្រោះតែចង់បានធ្វើនាយក សុខចិត្តព្រមលក់ដីឲ្យយួន។
ឯករាជ្យមានតែសម្បកក្រៅ ខ្មែរខ្លះល្ងង់ខ្លៅមិនដឹងខ្លួន
នឹកស្មានថាខ្មែរនៅមាំមួន តែពិតពួកយួនក្តាប់ពីលើ។
អ្នកខ្លះសប្បាយនឹងបុណ្យសក្តិ បានមាសបានប្រាក់មិនចង់រើ
នឹកស្មានថាខ្លួនឯងគ្រាន់បើ មិនដឹងជាក្អើកញ្ញេះគេ ។
បើយើងសម្ងំតាមពួកនេះ យើងមិនខំរិះរើខ្លួនទេ
ជាតិយើងនឹងទៅជាខ្ញុំគេ ថ្ងៃមុខផាករលែងបានហើយ។
គេភ្ញាក់រើខ្លួនគ្រប់តែគ្នា ម្តេចកម្ពុជានៅកន្តើយ
បើអ្នកមិនព្រមរើខ្លួនហើយ តើអ្នកណាឡើយរើជួសអ្នក ។
រស់នៅខ្ញុំគេគ្មានតម្លៃ បើទុកជាក្ស័យថ្ងៃអនគ្ឃ
បូជាជូនជាតិដោយក្តីស្ម័គ្រ ជាតិចងចាំដាក់ទុកមិនភ្លេច ។
ជាតិណាក៏គេលះបង់ដែរ ម្តេចយើងជាតិខ្មែរបែរកលគេច
តើឲ្យគេយល់ថាយ៉ាងម៉េច ទុកខ្មែរជាពេជ្រ ឬដុំក្រួស ។
ដូចនេះជាតិខ្មែរទាំងប្រុសស្រី អ្នកស្រុកភូមិក្តី ឬអ្នកបួស

កុំទុកឲ្យពេលវាដើរហួស យើងគ្មានអ្វីជួសជុលបានឡើយ។
ភ្ញាក់ឡើងក្រោកឡើងរើបម្រះ ទាំងក្មេងទាំងចាស់កុំកន្តើយ
រំដោះជាតិយើងរួចផុតហើយ ទុក្ខខ្មែរបានស្បើយសុខសាន្តហោង៕

ចាក ទសពិធរាជធម៌ ឆ្នាំ ២០០៩

## សុភាសិតខ្លី ៗ

កុំមានចិត្តលលើ ពឹងក្រពើឲ្យចម្លង កុំកាច់អុសរបង
រាំងចំណារឯអាត្មា។
កុំគិតពឹងសៀមយួន ថាមាំមួនជាងខេមរា ត្រូវពឹងខ្មែរដូចគ្នា
ទើបកម្ពុជាផុតទុក្ខភ័យ៕

កុំខ្វាំងពូកែតែគ្នាឯង ត្រូវចេះគិតក្រែងដល់គ្នីគ្នា
ខ្មែរភាគច្រើនណាស់ទុក្ខវេទនា ត្រូវខំជួយគ្នាឲ្យសុខផង ៕

*ទំនៀមទម្លាប់វប្បធម៌ខ្មែរ កុំនាំគ្នាកែដោយល្ងិតល្ងង់*
*គំនិតមិនដល់នាំលិចលង់ វប្បធម៌សូន្យសុងជាតិរលាយ៕*

**ចាក គុណធម៌ កសាងជាតិ ឆ្នាំ ២០០៧**

*រួមគ្នាជាតិរស់ ឈ្លោះគ្នាជាតិស្លាប់*
*ជាតិចុះអន់អាប់ ព្រោះអ្នកដឹកនាំ ។*

*ជួយយួនជាតិវិនាស ជួសរាស្ត្រជាតិរុងរឿង ។*

*ជាតិល្អតលាស់ ដោយសារសាមគ្គី*
*ជាតិខ្ទេចខ្ទី ដោយសារការបាក់បែក ។*

ឈ្នះដើម្បីខ្លួន ឈ្នះដើម្បីយួន ឬជាតិដទៃ
ឈ្នះជាតិលិចលង់ ឈ្នះសែនចង្រៃ ឈ្នះល្អប្រពៃ
ឈ្នះដើម្បីខ្មែរ ។

ចាក សេចក្ដីមិនប្រមាទ ឆ្នាំ ២០០១

អ្នកធ្វើនយោបាយផ្ដាច់ការ ដឹកនាំរដ្ឋាទៅរកទុក្ខ
គង់តែទេព្ទាបរាមុខ សោយទុក្ខទាន់ហន់គេចមិនផុត ។

កុំខ្លាំងពូកែតែគ្នាឯង ត្រូវចេះគិតក្រែងគិតវែងឆ្ងាយ
ខ្មែរយើងពីដើមសុខសប្បាយ ដីធំទូលាយព្រោះសាមគ្គី ។

ធ្វើនយោបាយបំបែកបក្ស ចង់បានយសសក្តិប្រាក់ខែចាយ
គេស្គាល់មារយាទគេទាត់ឆ្ងាយ កើតក្ដៅក្រហាយព្រោះក្ដីក្បត់ ។

ចាក សេចក្ដីមិនប្រមាទ ឆ្នាំ ២០០១

ទាន់គេខាងហូបនិងខាងប្រើ ពិតពុំប្រសើរខ្មែរគួរគិត
បើយើងទាន់គេខាងផលិត នោះពិតជាខ្មែរស្នេហាជាតិ ។

ស្រុកខ្មែរស្រុកធ្វើកសិកម្ម ស្រូវបន្លែដាំមិនគ្រប់ស៊ី
រវល់តែឈ្លោះគ្នារក់រី រាស្ត្រអត់អីស៊ីទិញសៀមយួន ។
សៀមយួនគេធ្វើនាំលក់ចេញ គេបានចំណេញតែរៀងខ្លួន
ជាតិគេធំធាត់រឹងមាំមួន បើកភ្នែកគ្រលួងសម្ងក់ខ្មែរ ។

បំផុសគ្នានិយមខាងផលិត កុំគិតនិយមតែបរិភោគ ។

អ្នកស្រឡាញ់ជាតិ កុំឃ្លាតពីសាសនា
អ្នកអត់ធម៌អាចំ កុំនឹកថាដឹកនាំកើត ។

បើស្រឡាញ់ជាតិ កុំគិតលោភលន់
បើស្រឡាញ់ធន កុំគិតធ្វើធំ
ធ្វើមេដឹកនាំ កុំចង់គំនុំ
បើចង់ជួបជុំ ត្រូវយុត្តិធម៌ ។

គេឈ្លានពានមកមិនតវ៉ា វាយសិស្សសាលាឲ្យបិទមាត់
គ្រប់គ្រងបែបហ្នឹងមុខជាក្ងាត់ បាត់ទឹកដីវដ្តពិតពុំខាន ។

គេស្រឡាញ់ជាតិរឹតតែមាន មាសប្រាក់ធនធានរាប់មិនអស់
ឯងស្រឡាញ់ជាតិគ្មានអីសោះ តើមានទំនាស់មកពីអ្វី ? ។

ខ្ញុំបខ្វាចបាក់ស្បាតដាំដើមគរ ដើរអង្គុយឈរបិទមាត់ឈឹង
ធ្វើម្ដេចកូនចៅនឹងយល់ដឹង អំពើបែបហ្នឹងជាតិរលាយ ។

ចាក សេចក្ដីមិនប្រមាទ ឆ្នាំ ២០០១

កុំដោរចង់បានពាក្យសរសើរ ពាក្យនោះទុកស្មើថ្នាំពិសពុល
ចូលទៅពេលណាចិត្តផប់ផុល វក់វង្វេងជ្រុលលែងដឹងពិត ។

មិនមាននាយក គង់តែវិនាស នាយកច្រើនពាសវិនាសដូចគ្នា
នាយកល្វិតល្វង់មិនគង់ទ្រព្យា ត្រូវរួបរួមគ្នាជួយគិតដោះស្រាយ។

ទ្រព្យសម្បត្តិជាតិគិតតែលក់ គំនិតគម្រក់ចង់បានប្រាក់
ផងឹតផងល់ដូចមនុស្សខ្វាក់ មើលមិនឃើញជាក់ហេតុវិនាស ។

នាំគ្នាទៅកាន់ការបាក់បែក ហើយខំប្រឹងស្រែកថាចំរើន
ទោះជួយយ៉ាងណាក៏មិនកើន ទុក្ខកើតរន្ថើនច្រើនឥតអាក់ ។

**ចាក សេចក្តីមិនប្រមាទ ឆ្នាំ ២០០១**

ស្រឡាញ់ខ្លួនឲ្យស្លូនព្រះធម៌ ស្រឡាញ់ល្អឲ្យស្លូនខន្តី ។

ជូនពរឆ្នាំថ្មី បងប្អូនប្រុសស្រី បានជោគជយា
អាយុ វណ្ណៈ សុខៈពលា កើតមានគ្រប់គ្នា
កុំបីឃ្លៀងឃ្លាត ។
កុំរស់តែឯង ត្រូវចេះចែកបែង ដល់គេឯទៀត
កើតមកជាខ្មែរ ពូកែមារយាទ គិតប្រទេសជាតិ
និងព្រះសាសនា ។

ការជាតិការខ្មែរទាំងអស់គ្នា ម្តេចគេធ្វើជារបស់ខ្លួន
ធ្វើខុសខូចខាតចាញ់បោកយួន គេប្រាប់ផ្ទួនៗត្រូវតែស្តាប់ ។

បើកាន់សាសនាកុំភ្លេចជាតិ ព្រោះជាតិជាលំនឹងសាសនា
បើជាតិលិចលង់បង់ទៅរ៉ា សាសនាតាំងនៅដូចម្តេចបាន ។

ចាក សេចក្តីមិនប្រមាទ ឆ្នាំ ២០០១

*ស្រុកខ្មែរស្រុកធ្វើកសិកម្ម　　　រាស្ត្រខិតខំដាំសព្វបន្លែ*
*បើរដ្ឋមិនជួយគាំទ្រខ្មែរ　　　បន្លែបរទេសចូលពេញស្រុក ។*

*អ្នកគំនិតខ្វី　　　មិនគិតទឹកដី　　　គិតតែអាត្មា*
*នៅស្ងៀមព្រងើយ　　　ដូចអត់បញ្ហា　　　ទុរជនអសារ*
*គួរកំចាត់ចោល ។*

*បើស្រឡាញ់ជាតិ　　　កុំឃ្លាតពីធម៌　　　បើស្រឡាញ់ល្អ*
*កុំល្អម្នាក់ឯង　　　បើស្រឡាញ់ជាតិ　　　កុំស្ដាយតំណែង*
*ត្រូវហ៊ានលាលែង　　　ទុកជាតិឲ្យរស់ ។*

*បើស្រឡាញ់ធម៌　　　កុំអរកុំអន់　　　ចិត្តស្មើពេកពន់*
*ពេលជួបអារម្មណ៍　　　ត្រូវមានសតិ　　　ទប់ចិត្តឲ្យមាំ*
*ខិតខំសន្សំ　　　បានធម៌ពិតហោង ។*

ចាក សេចក្ដីមិនប្រមាទ ឆ្នាំ ២០០១

*បេះឯងឲ្យក្រេងបេះគេ   បេះគិតគ្នាន់គ្នេរ   ដល់បេះគេផង*
*បេះច្រើនគ្នាល្អកន្ទង   សាកសួរសាសង   សន្សំគំនិត ។*

*ថ្ងៃយប់នាំយក   អាយុសត្វលោក   ទាំងប្រុសទាំងស្រី*
*ឥតបង្អង់ឈប់   មួយនាទីអី   បើមិនលកលៃ*
*ស្លាប់បង់អសារ ។*

*ភ្ញាក់ឡើងក្រោកឡើង   កុំនៅចចើង   ជាប់ចិត្តកាមា*
*ត្រូវរៀនសមថៈ   វិបស្សនា   ដឹកនាំអាត្មា*
*ទៅរកក្តីសុខ ។*

*ផ្លូវទៅស្ថានសួគ៌ដើរទក់ ៗ   ផ្លូវទៅនរកដើរខ្ទង់ដី*
*ទៅកាន់វត្តរ៉ា គ្នាពីរបី   ទៅកាន់ស្រាស្រីរាប់មិនអស់ ។*

**ចាក សេចក្តីមិនប្រមាទ ឆ្នាំ ២០០១**

ទៅវត្តគ្រាន់តែជាពិធី　　　　មិនគិតសំគីខំរកធម៌
អប់រំខ្លួនប្រាណឲ្យបានល្អ　　　　ទោះវត្តណាក៏ជួយមិនបាន ។
ទៅដល់ស្រះទឹកហើយមិនងូត　　　　ស្រូតរូតក្រេបផឹកចំអែតប្រាណ
តើស្រះទឹកណាជួយអ្នកបាន　　　　ឲ្យស្អាតឆ្អែតប្រាណជួសខ្លួនអ្នក ។

រៀនធម៌ត្រូវតែបដិបត្តិ　　　　កុំហាត់ត្រឹមចេះចាំសូត្របាន
យើងគេបានក្ដីសុខក្សេមក្សាន្ត　　　　ព្រោះបានបដិបត្តិមិនមែនសូត្រ ។

បើកាន់សាសនាកុំថាតែមាត់　　　　ត្រូវចូលទៅវត្តបដិបត្តិធម៌ផង
ជួយថែរក្សានិពន្ធចម្លង　　　　ផ្សព្វផ្សាយធម៌ផងទើបបានប្រសើរ ។

អប់រំចិត្តឲ្យស្ងប់　　　　កុំឲ្យស្អប់កុំស្រឡាញ់
ឧបេក្ខាចិត្តវិញ　　　　បានចំណេញប្រសើរជាង ។

**ចាក សេចក្ដីមិនប្រមាទ ឆ្នាំ ២០០១**

ព្រះពុទ្ធនាំគេឲ្យបដិបត្តិ មិនដែលហ្វឹកហាត់ឲ្យបន់ស្រន់
បើអ្នកចូលចិត្តតែបំណន់ អញ្ជើញទៅបន់អ្នកតាចុះ ។

មនុស្សប្រើប្រាក់ត្រជាក់ក្សេមក្សាន្ត ប្រាក់ប្រើមនុស្សបានទុក្ខក្តៅក្រហាយ
អ្នកមានបញ្ញាគេគិតវែងឆ្ងាយ តែងឲ្យតម្លៃទៅលើមនុស្ស ។

ចាក សេចក្តីមិនប្រមាទ ឆ្នាំ ២០០១

មនុស្សមិនទាន់ឈប់លោភលន់ ចង់បានទ្រព្យធននិងមុខមាត់
បើយើងប្រហែសមុខជាភ្ញាត់ ត្រូវប្រុងប្រយ័ត្នកុំភ្លេចខ្លួន ។
ពិសេសរឿងជាតិ និង សាសនា ត្រូវថែរក្សាយ៉ាងខ្ជាប់ខ្ជួន
ការពារម៉ត់ចត់ និង មាំមួន ទើបបានរួចខ្លួនពីទុក្ខភ័យ ៕

ចាក ពុទ្ធសាសនា រុងរឿង ឬអោយរៀវ ឆ្នាំ ២០០២

# កុំកាន់សាសនាភ្លេចប្រពន្ធកូន

កុំកាន់សាសនាភ្លេចប្រពន្ធកូន
ភ្លេចបងភ្លេចប្អូនភ្លេចឪពុកម្តាយ
ភ្លេចប្រទេសជាតិជាទីអាស្រ័យ
ហៅសែនចង្រៃព្រោះតែកាន់ខុស ។
កុំប្រកាន់បក្សដល់ថ្នាក់ភ្លេចជាតិ
ជាតិស្លាប់ ៗ ចុះឲ្យតែបក្សរស់
បើបក្សយើងឈ្នះយើងបានធំខ្ពស់
ពួកយើងនឹងរស់ជញ្ជក់ឈាមទៀត ។
ជាតិស្លាប់បក្សរស់នៅយូរម្តេចបាន
គង់តែធ្លាក់ប្រាណខ្ញុំគេចោលម្សៀត
អាប់មុខទុក្ខក្តៅព្រោះតែមារយាទ
លើកបក្សជាងជាតិបានជាអន្តរាយ ។
ជាតិស្លាប់ ៗ ចុះឲ្យតែយើងមាន
បានទ្រព្យធនធានមាសពេជ្រប្រាក់ចាយ
លក់ជាតិគ្រឿងញៀនអាភៀនអបាយ
អ្នកលក់ជិតឆ្ងាយក្លែងក្លាយតាមចិត្ត ។
ចូរយើងចាំមុខពួកខ្មែរចិត្តខ្មាំង

*ដល់ពេលជ្រើសតាំងយើងកុំអាណិត*
*ទម្លាក់វាចោលកុំឲ្យវាស្ថិត*
*នៅធ្វើធំទៀតបំផ្លាញជាតិយើង ៕*

**ចាក ហីនយាន មហាយាន ឆ្នាំ ២០០៧**

# ចង់សុខសប្បាយក្នុងស្ថានសួគ៌

*ចង់សុខសប្បាយក្នុងស្ថានសួគ៌ មិនបានគិតគូរក្នុងជាតិនេះ*
*រវល់ធ្វើបុណ្យភ្លេចត្រិះរិះ មិនដឹងជាតិនេះទុក្ខអ្វីខ្លះ។*
*ទុក្ខនៅប្រចាំគ្រប់អាត្មា កើតមានរូបាត្រូវតែចាស់*
*ឈឺចាប់និងស្លាប់ប្រាកដណាស់ បាក់បែកប្រាត់ប្រាសជាធម្មតា។*
*ទុក្ខក្រៅពីនេះមានច្រើនទៀត ម៉េចអ្នកមិនធ្មៀតពិចារណា*
*ទុក្ខអស់ទឹកដីស្រែចំការ អស់កម្ពុជាពូជពង្សខ្មែរ ។*
*ទុក្ខព្រោះអស់សិទ្ធិសេរីភាព ធ្លាក់ខ្លួនថោកទាបអន់ជាងឆ្កែ*
*យួនចូលរុករានឥតមានល្ហែ ជញ្ជក់ឈាមខ្មែរសោះអស់ហើយ។*
*រត់ចោលកូនចៅទៅស្ថានសួគ៌ ជាការមិនគួរសមសោះឡើយ*
*កូនចៅរងទុក្ខពុំមានស្បើយ អំពើហ្នឹងហើយឬ ថាល្អ ។*
*នាំគ្នាប្រមាទមិនដោះស្រាយ ហើយខំសប្បាយ ថាបានធម៌*

នាំតែអស់បាយអស់សម្ល ពួកអ្នករៀនធម៌ហើយបិទភ្នែក។
ចាប់បើកភ្នែកមើលឥឡូវហ្នឹង ត្រូវតែយល់ដឹងកុំចាំស្អែក
នាំគ្នាដោះស្រាយឈប់បាក់បែក ឈប់នាំជជែករករឿងឈ្លោះ។
នាំគ្នាដេញយួនឲ្យចេញទៅ កុំឲ្យវានៅនាំមានគ្រោះ
ជាតិយើងបាត់បង់កិត្តិយស កើតទុក្ខពីព្រោះយួននេះឯង។
នាំគ្នាសាងជាតិនិងសាសនា ឲ្យបានថ្ងៃថ្លាភ្លឺចិញ្ចែង
ពឹងលើកម្លាំងខ្មែរគ្នាឯង ខ្មែរយើងខែងរ៉ែងមិនចាញ់គេ។
ខ្មែរនឹងសប្បាយដូចស្ថានសួគ៌ មិនអន់អាប់អួដូចនេះទេ
ព្រោះយើងម្ចាស់ស្រុកពិតស្ថិតស្ថេរ ស្មើមុខដូចគេអង្វែងទៅ៕

**ចាក ហីនយាន មហាយាន ឆ្នាំ ២០០៧**

មានះ អួតអាង ថាគ្រាន់បើ
វាមិនប្រសើរទេអ្នកអើយ
នាំឲ្យកើតទុក្ខឥតមានស្បើយ
បើអ្នកយល់ហើយត្រូវលះចេញ ៕

# សម្មតិសង្ឃ

ដឹកនាំត្រឹមត្រូវតាមធម៌អាថ៌ ជាតិ និង សាសនាសុខសប្បាយ  
កេរ្តិ៍ឈ្មោះពីរោះល្បីសុសសាយ ខ្មែរគ្រប់រូបកាយសូមគោរព ។  
សូមលើកឡើងជាបុព្វការី មានបុណ្យបារមីដ៏ជាម្ចប់  
ខ្មែរសូមជ្រកកោនទាំងថ្ងៃយប់ នឹកគុណមិនឈប់រៀងរាល់ថ្ងៃ ។  
ដឹកនាំខ្មែរទៅកាន់ស្ថានសួគ៌ ទើបបានសមគួរបុព្វការី  
ដឹកនាំខ្មែរទៅកាន់អវចី ជាបុព្វការីម្តេចនឹងបាន ។  
ដឹកនាំទៅព្រាហ្មណ៍ចោលព្រះពុទ្ធ ជាចមមកុដដ៏ថ្លើងថ្កាន  
ទៅជិតអបាយឆ្ងាយនិព្វាន ធ្វើម្តេចនឹងបានបុព្វការី ។  
ដឹកនាំឲ្យអាប់ឱនថោកទាប ឲ្យខ្មែរលុតក្រាបជាតិដទៃ  
ជាខ្ញុំកញ្ជះគេដាច់ថ្លៃ ជាបុព្វការីដូចម្តេចបាន ។  
ដឹកនាំរកប្រយោជន៍ផ្ទាល់ខ្លួន និងប្រយោជន៍យួនពាលសាមាន្យ  
មិនជួយឲ្យខ្មែរសុខក្សេមក្សាន្ត តើខ្មែរគ្រប់ប្រាណ គិតយ៉ាងម៉េច៕

គុណធម្មី កសាងជាតិ ឆ្នាំ ២០០៧

## ពុទ្ធបរិស័ទត្រូវដឹង

*លោក អ្នកពុទ្ធបរិស័ទ　　ដែលបដិបត្តិតាមសាសនា*
*ត្រូវមានសទ្ធា និង បញ្ញា　　ទាំងពីរប្រការនេះកុំខាន ។*
*ដើម្បីនាំ និង បំភ្លឺផ្លូវ　　ឲ្យបានដល់ទៅទីថ្កើងថ្កាន*
*ទីរំលត់ទុក្ខ គឺនិព្វាន　　ស្ងប់សុខក្សេមក្សាន្តក្រៃកន្លង ។*
*ត្រូវឧបត្ថម្ភពុទ្ធសាសនា　　ទុកជាភេត្រាជួយចម្លង*
*ឲ្យពួកអ្នកក្រោយគេបានឆ្លង　　ដល់និព្វានផង កុំបីខាន ៕*

**គុណធម្មី កសាងជាតិ ឆ្នាំ ២០០៧**

## កុំអាយុវែងដូចអណ្តើក

*ឱ ! អនិច្ចាសត្វអណ្តើក　　ទទ្រេកទទ្រើកចាស់ជរា*
*មានអាយុវែងទ្រមគ្រាំគ្រា　　មើលទៅវេទនាភ្នែកពន់ពេក។*
*ស្បែកចាស់កន្ទក់ពណ៌ប្រផេះ　　ឯមុខក្រៀមផ្អេះហូរទឹកភ្នែក*
*ស្វែងរកចំណីបំបាត់ស្រេក　　ឃ្លានក្លាខ្លាំងពេកទប់ពុំបាន។*
*ជួនបានជួនអត់ព្រោះខ្សត់ក្រ　　ខំប្រឹងត្រដររមិនដែលខាន*

*ស្វែងរកចំណីចំអែតប្រាណ ទោះបានមិនបានត្រូវតែប្រឹង។*
*មិនមែនស្វែងរកត្រឹមចំណី ឯរឿងបេតីកាមគុណហ្នឹង*
*អណ្ដើកកកញ្ចាស់នៅខំប្រឹង ក្អែកស្ទក់ល្អក់ស្ទឹងគួរអនិច្ចា!។*
*រីឯព្រះធម៌ស្ដាប់មិនបាន ព្រោះខ្លួនតិរច្ឆានគ្មានវាសនា*
*តើមានរឿងអ្វីគួរអស្ចារ្យ ហ្នឹងលោកហៅថាជីវិតសត្វ។*
*មនុស្សយើងបើមានអាយុវែង ត្រូវចេះតាក់តែងកែវិបត្តិ*
*កុំវែងអាយុដូចជាសត្វ ត្រូវស្វះស្វែងស្ដាត់រកព្រះធម៌។*
*ព្រះធម៌ជាថ្នាំរំលត់ទុក្ខ ជួយសាងក្ដីសុខដ៏បវរ*
*នៅក្នុងជាតិនេះយើងបានល្អ ជាតិទៅមុខក៏បានល្អទៀត។*
*ហេតុនេះនរជនទាំងប្រុសស្រី យើងគួរគប្បីខំប្រឹងធ្មៀត*
*បដិបត្តិធម៌ផ្សំថែមទៀត ទើបយើងបានឃ្លាតផុតទុក្ខភ័យ៕*

ចាក យើងអាចចំរើនអាយុបាន ឆ្នាំ ២០០៦

**វែងមានប្រយោជន៍ ល្អប្រសើរ**

**វែងឥតអំពើ នាំតែខាត**

# ពូជ គឺ គំនិត

ពូជ គឺ គំនិត និង ចំណេះ    វិជ្ជាវិសេសល្បីអស្ចារ្យ
កសាងប្រាង្គប្រាសាទសីលា    វប្បធម៌ថ្លៃថ្លា...ចរិយាខ្មែរ ។
កូនចៅជាន់ក្រោយកុំព្រងើយ    របស់មានហើយត្រូវជួយថែ
ចេះកសាងខ្លួនខ្លាំងពូកែ    កុំឲ្យចាញ់គេជាតិដទៃ ។
អ្វីដែលនៅខ្វះមិនទាន់មាន    ត្រូវតែខំរៀនគិតលកលៃ
ធ្វើឲ្យកើតឡើងទើបផុតភ័យ    ពឹងជាតិដទៃមិនស្រួលទេ ។
អ្វីដែលមិនល្អឬមិនសម    ត្រូវតែកែផ្សំខំផាកវេ
កែច្នៃឲ្យល្អមាំស្ថិតស្ថេរ    ពេញនិយមគេត្រូវការវិញ ។
អ្វីដែលអាក្រក់ខូចប្រយោជន៍    នាំឲ្យហិនហោចគ្មានចំណេញ
ត្រូវតែលះបង់វាចោលចេញ    ស្វែងរកថ្មីវិញកុំអាល័យ ។
យើងកសាងជាតិត្រូវសាមគ្គី    រួបរួមមូលមីរថែតម្លៃ
វប្បធម៌ជាតិយើងឲ្យថ្វាថ្លៃ    នឹងនាំគ្នាច្នៃលូតខ្ពស់ឡើង ។
កុំឈ្លោះទាស់ទែងបាក់បែកគ្នា    ជាតិកម្ពុជាយើងមិនថ្កើង
មេត្តាករុណាគ្នាច្រើនឡើង    ទើបជាតិយើងថ្កើងឡើងវិញបាន។
បងប្អូនខ្មែរអើយភ្ញាក់រលឹក    គគ្រេងគគ្រឹកកុំបីខាន
កសាងការពារជាតិឲ្យបាន    កម្ពុជាក្សេមក្សាន្តអង្វែងទៅ ៕

**ចាក ខ្មែរមានពូជ ឆ្នាំ ២០០៩**

# កំណាព្យ

*ជាពាក្យរំលឹកដាស់តឿនខ្ញុំៗ សេចក្ដីចប់ក្នុងឃ្លាក្រុមខ្លួន មិនបាច់មានចុងចួនទៅឃ្លាមួយទៀតទេ ។*

*១-កុំស៊ីសប្បាយតែពួកគ្នាឯង*
*ត្រូវចេះគិតក្រែងដល់ខ្មែរគ្រប់គ្នា*
*រាស្ត្រខ្មែរមានទុក្ខពេញកម្ពុជា*
*ត្រូវតែជួយគ្នាឲ្យបានសុខផង ។*

*២-យកសម្បត្តិជាតិធ្វើសម្បត្តិខ្លួន*
*គប់គិតនឹងយួនសត្រូវស្លួពូជ*
*លក់លួចទ្រព្យជាតិវិនាសហិន ហោច*
*ជាពួកកំហូចក្បត់ជាតិផងខ្លួន ។*

*៣-កុំស៊ីច្រើនពេកប្រយ័ត្នបែកពោះ*
*កេរ្តិ៍មិនពីរោះជាប់ដល់កូនចៅ*
*ជាតិស្លុមរីងរៃរាស្ត្ររឹតតែក្ដៅ*
*ទ្រាំលែងបានទៅប្រយ័ត្នតាយហោង ។*

*៤-ព្រោះតែរឿងស្រីអស់ទឹកដីជាតិ*
*គំនិតមារយាទអន់ជាងតិរច្ឆាន*
*សត្វមិនដូរដីព្រោះស្រីកល្យាណ*
*ដើម្បីឲ្យបាននំអាកោគេ ។*

*៥-សំណូកសូកប៉ាន់កិបកេងប្រវ័ញ្ចន៍*
*គេគាបចម្រាញ់សូម្បីអ្នកក្រ*
*គ្នាខ្វះសព្វគ្រប់តាំងពីអង្ករ*
*គួរតែមានធម៌មេត្តាគ្នាផង ។*

*៦-អ្នកស៊ីសំណូកទុកដូចជាក្បត់*
*ព្រោះមិនម៉ត់ចត់ខ្វះក្តីស្មោះត្រង់*
*ត្រូវដាក់ទោសធ្ងន់ ឬ កំចាត់បង់*
*ដើម្បីតម្រង់សង្គមជាតិយើង ។*

*៧-កុំអាងពូកែគេចពីច្បាប់រដ្ឋ*
*តែគេចមិនផុតពីច្បាប់នៃកម្ម*
*ទោះបីអស់ពេលយូរអង្វែងឆ្នាំ*
*គង់តែផលកម្មតាមទាន់ពុំខាន ។*

៨-កុកភ្លេចគិតជង់ព្រោះចង់បានត្រី
ជង់ដេកនៅជីឥតភ្លេចកុកទេ
បើកម្មមកដល់កុកអើយកុំវេ
មិនរួចខ្លួនទេព្រោះមើលងាយជង់ ។

៩-ស្រឡាញ់យសសក្តិហើយនិងប្រាក់មាស
ភ្លេចអស់ខ្មែរពាស្រ្តជាតិរបស់ខ្លួន
ចោលសាច់យកឆ្អឹងទៅពឹងសៀមយួន
ពិតពុំរួចខ្លួនត្រូវភ្នាក់រលឹក ។

១០-ល្បែងអបាយមុខពាលាស្រាស្រី
ល្បែងភ្នាល់អ្វី ៗ មិនល្អទាំងអស់
ត្រូវជៀសឲ្យឆ្ងាយកុំលេងឲ្យសោះ
ព្រោះល្បែងអស់នោះនាំឲ្យហិនហោច។

១១-សុខចិត្តស្លាប់ខ្លួនកុំឲ្យជាតិស្លាប់
ទោះបីគេកាប់ដូចលោក សឺន គុយ
រស់បំផ្លាញជាតិមានតែក្លិនស្អុយ
ស្លាប់ដូច សឺន គុយ ក្រអូបប្រាសខ្យល់ ។

*១២-សុខចិត្តស្លាប់ខ្លួនកុំឲ្យជាតិស្លាប់*
*តស៊ូចាក់កាប់ទាំងក្មេងទាំងចាស់*
*មិនត្រូវសុំរស់ធ្វើខ្ញុំកញ្ជះ*
*ថោកទាបខ្លាំងណាស់ស្លាប់ប្រសើរជាង ។*

*១៣-បើជាតិយើងរស់អ្វី ៗ ក៏រស់*
*បើជាតិយើងអស់អ្វី ៗ ក៏ស្លាប់*
*វប្បធម៌សាស្នាគង់តែឱនអាប់*
*មិនយូរមិនឆាប់ស្លាប់អស់រលីង ។*

*១៤-ស្រឡាញ់ជាតិខ្មែរត្រូវតែការពារ*
*លះទ្រព្យនានាសូម្បីជីវិត*
*ឲ្យតែជាតិរស់ខ្លួនឯងសុខចិត្ត*
*សូម្បីជីវិតក៏ហ៊ានពលី ។*

*១៥-ស្រឡាញ់ជាតិខ្មែរត្រូវថែវប្បធម៌*
*កេរតំណែលល្អ ត ពីដូនតា*
*ទប់ទល់វប្បធម៌បរទេសពាលា*
*យើងកុំនាំវាចូលមកស្រុកយើង ។*

១៦-ស្រឡាញ់ជាតិខ្មែរត្រូវថាខ្លួនខ្មែរ
កុំខំគេចកែថាសែចិនយួន
ពួកស្អប់មួកណាស់ស្រឡាញ់តែដួន
យើងត្រូវភ្ញាក់ខ្លួនទាត់វាចោលទៅ ។

១៧-ស្រឡាញ់ជាតិខ្មែរត្រូវតែខំគិត
កែច្នៃប្រឌិតខំគិតជានិច្ច
គិតហើយខំធ្វើមិនដែលមានភ្លេច
ខ្មែរល្បីឮលេចព្រោះគិតធ្វើល្អ ។

១៨-ស្រឡាញ់ជាតិខ្មែរត្រូវនិយមខ្មែរ
កុំគិតផ្តាកបែររកតែបរទេស
ទុករបស់ខ្មែរឲ្យនៅក្រៀមផ្អេះ
អំពើបែបនេះមិនសមជាខ្មែរ ។

១៩-ស្រឡាញ់ជាតិខ្មែរកុំសាងអាក្រក់
អ្វីនាំឲ្យល្អក់សៅហ្មងជាតិយើង
សាងតែរឿងល្អបវរថ្កុំថ្កើង
កេរ្តិ៍ឈ្មោះរុងរឿងសាយសព្វទិសា ។

*២០-រឿងអាក្រក់ចាស់ត្រូវបំបាត់ចោល*
*កុំយកមកពោលមកបដិបត្តិ*
*កប់វាឲ្យជ្រៅទុកនៅស្ងៀមស្ងាត់*
*យូរទៅរសាត់បាត់បង់ទៅឯង ៕*

**ចាក ខ្មែរមានពូជ ឆ្នាំ ២០០៩**

# ស្រឡាញ់ពូជខ្មែរ

*ស្រឡាញ់ពូជខ្មែរត្រូវថែរក្សា*
*កេរពីដូនតាទុកឲ្យគង់វង់*
*ដែលលោកខំសាងដោយក្ដីផ្ចិតផ្ចង់*
*មិនឲ្យបាត់បង់ត្រង់ណាមួយសោះ ។*
*ស្រឡាញ់ពូជខ្មែរត្រូវថែរក្សា*
*អ្នកមានបញ្ញាចេះដឹងឥតខ្ចោះ*
*គេបានសិក្សាសព្វសិល្ប៍ទាំងអស់*
*លោកអ្នកប្រាជ្ញនោះជួយសាងជាតិយើង ។*
*ស្រឡាញ់ពូជខ្មែរត្រូវថែរក្សា*

នគរវត្តវ៉ាឲ្យចំរើនឡើង
ទៅទន្ទឹមគ្នាទាំងពីររុងរឿង
ប៉ុន្តែពួកយើងទុកជាតិជាធំ ។
ស្រឡាញ់ពូជខ្មែរត្រូវថែរក្សា
ធម៌ ៤ ប្រការលោកហៅថាព្រហ្ម
ទោះបីអ្នកតូច ឬមួយអ្នកធំ
ត្រូវមានធម៌ព្រហ្មវិហារធំផុត ។
ស្រឡាញ់ពូជខ្មែរត្រូវថែរក្សា
អប់រំបញ្ញាចិត្តថ្លាបរិសុទ្ធ
ដឹងខុសដឹងត្រូវបញ្ញាភ្លឺមុត
អាចនាំឆ្ងងផុតក្តីទុក្ខក្តុលក្តៅ ។
ស្រឡាញ់ពូជខ្មែរត្រូវថែរក្សា
ទម្លាប់ដូនតាបំបួសកូនចៅ
អប់រំឲ្យឆ្អិនកុំឲ្យនៅឆៅ
ពេលប្រើការទៅបានផលប្រចក្ស ។
ស្រឡាញ់ពូជខ្មែរត្រូវថែរក្សា
និយមអាហារសំលៀកបំពាក់
និងប្រពៃណីថ្ងៃថ្លាអនគ្ឃ
ខ្មែរត្រូវរួមរក្សាទុកឲ្យល្អ ។

*ស្រឡាញ់ពូជខ្មែរត្រូវថែរក្សា*
*រួមជាតិខេមរាឲ្យមូលកុះករ*
*នាំគ្នាសាងជាតិឲ្យថ្កើងបវរ*
*ល្បីដូចអង្គរខ្ចាយខ្ចរគ្រប់ទិស ៕*

**ចាក ខ្មែរមានពូជ ឆ្នាំ ២០០៩**

# ចង់បានក្ដីសុខ ទី ១

*ចង់បានក្ដីសុខ ឈប់គិតស្រុកទេស*
*នាំគ្នាប្រហែសហើយថាបានធម៌*
*សុខចិត្តឲ្យខ្មាំងចូលមកឈូឆរ*
*យកមុខរបរក៏មិនខ្វល់ឡើយ ។*
*ស្រវឹងក្ដីសុខនាំគ្នាសប្បាយ*
*សើចលេងក្អាកក្អាយច្រៀងរាំព្រងើយ*
*បានសុខប៉ុណ្ណោះថាប្រសើរហើយ*
*បងប្អូនខ្មែរអើយឈប់គិតគូរទៅ ។*
*ខ្មាំងឲ្យខ្មែរសុខពិតមែន ឬ ទេ*

ម្ដេចមិនគ្នាន់គ្នេរគិតគួរឲ្យជ្រៅ
យើងនឹងធ្លាក់ខ្លួនខ្ញុំគេឥឡូវ
ថោកទាបពេកកូវគួរឲ្យអាម៉ាស់ ។
ចង់បានក្ដីសុខមិនហ៊ាននិយាយ
ការពិតទាំងឡាយឲ្យឃើញជាក់ច្បាស់
សុខចិត្តឥតខួរហ្នឹង ឬ ល្អណាស់
គួរឲ្យអៀនខ្មាសសព្វសត្វទាំងឡាយ ។
បងប្អូនប្រុសស្រីយើងខ្មែរអង្គរ
កុំនៅស្ងៀមឈរវំពឹងឲ្យឆ្ងាយ
សាមគ្គីផ្ទុងមួយគិតជួយដោះស្រាយ
កំចាត់កំចាយសត្រូវឈ្មានពាន ។
សម័យឧដុង្គខ្មែរប្រុងស្មារតី
ទាំងប្រុសទាំងស្រីចិត្តខ្លាំងក្លាហាន
ក្រោកស៊ូប្រយុទ្ធដេញចោរសាមាន្យ
ឲ្យអន្តរធានចេញពីស្រុកខ្មែរ ។
សម័យភ្នំពេញយើងវិញយ៉ាងម៉េច
គិតឲ្យសម្រេចផលដូចគេដែរ
បំណាច់យើងកើតមកជាកូនខ្មែរ
ពូជខ្លាំងពូកែកុំធ្វើខ្ញុំគេ ។

គ្រហស្ថព្រះសង្ឃស្មោះត្រង់ប្រញាប់
រួមគ្នាឲ្យផាប់កុំនៅទំនេរ
ដេញខ្មាំងគ្រប់ទិសឥតមានសល់ទេ
តាមយើងគ្មានគេរបានព្រមព្រៀងគ្នា ។
ពួកខ្មាំងអប្រិយចង្រៃអស់ហើយ
យើងបានធូរស្បើយសាងកម្ពុជា
បានសុខចំរើនកើនវឌ្ឍនា
ខ្មែរកម្ពុជាសម្បូរសប្បាយ ៕

ចាក អានាបានស្បូតិ ឆ្នាំ ២០១០ បោះនៅស្រុកបារាំង

## ចង់បានក្ដីសុខ ទី ២

ចង់បានក្ដីសុខ ត្រឹមតែសាច់ស្បែក
ស៊ីផឹករាំរែកស្រែកច្រៀងហេហា !
ល្បែងភ្នាល់គ្រឿងញៀនអាកៀនកញ្ឆា
ពាលាស្រីស្រាហើយថាបានសុខ ។
សុខព្រោះសាច់ស្បែកពេលខ្ចីបន្តិច

ត្រឹមតែពព្រិចភ្នែកមួយសំកុក
សុខបាត់ទៅក្លាមនៅសល់តែទុក្ខ
ទ្រូងក្តៅប៉ផ្លុកទុក្ខច្រើនកន្ទង់ ។
មិនចប់ជាតិនេះរហូតជាតិមុខ
បាបកម្មទោសទុក្ខជាប់តាមទៅផង
ក្នុងអបាយភូមិត្រូវគេចាប់ចង
វាយកាប់ចាក់ផងរងទុក្ខពេកក្រៃ ។
កើតជាមនុស្សសត្វមានបញ្ញា
ស្វែងរកធម៌អាថ៌ជួយគិតកែច្នៃ
កសាងជីវិតឲ្យមានតម្លៃ
បានសុខថ្លាថ្លៃគឺសុខផ្លូវចិត្ត ។
មិនលោភមិនលួចមិនខឹងវង្វេង
ត្រូវដាក់ថ្នាឈ្វេងមេត្តាអាណិត
ជួយពួកសព្វសត្វឲ្យបានសុខពិត
មិនខ្ជីកំបិត គិតតែផ្ទាល់ខ្លួន ។
អ្នកមានចិត្តធម៌បវរថ្លៃថ្លា
ធម៌តាមរក្សាផ្គត់ផ្គង់ថែថួន
ឲ្យបានសុខចិត្តសុខកាយមាំមួន
យ៉ាងល្អសមសួនប្រសើរពេកក្រៃ ។

*តាំងពីជាតិនេះរហូតជាតិមុខ*
*បានជួបតែសុខចំរើនថ្វាថ្ងៃ*
*សព្វរត្តិន្ទិវាទាំងយប់ទាំងថ្ងៃ*
*នេះជាកម្រៃនៃចិត្តមានធម៌ ។*
*ហៃសាធុជនទាំងប្រុសទាំងស្រី*
*អ្នកគួរគប្បីគិតគូរឲ្យល្អ*
*សាងសុខផ្លូវចិត្តឲ្យច្រើនកុះករ*
*ថ្ងៃថ្នូរបវរយូរអង្វែងឆ្ងាយ ។*
*សូមជូនពរជ័យសិរីមង្គល*
*ចូរកើតមានដល់បងប្អូនទាំងឡាយ*
*បានសុខផ្លូវចិត្តនិងសុខផ្លូវកាយ*
*សម្បូរសប្បាយអាយុយឺនយូរ ៕*

ចាក អានាបានស្សតិ ឆ្នាំ ២០១០ បោះនៅស្រុកខ្មែរ

# ភុជង្គលីលា

*សមាគមដូនជីខ្មែរ   នាំគ្នាជួយថែ   ជាតិនិងសាស្នា ។*
*ឲ្យបានគង់វង្សថ្លៃថ្លា   ល្បីល្បាញអស្ចារ្យ   ក្នុងពិភពលោក ។*
*កូនចៅខ្មែរយើងគរគោក   ភ្ញាក់ឡើងចូលមក   រួមសាមគ្គី ។*
*ចង់បាច់តែមួយឥតពីរ   ខ្មែរគ្រប់ទិសទី   ក្រោកព្រមគ្នាឡើង។*
*សាងជាតិសាស្នាឲ្យថ្កើង   ថ្លៃថ្នូររុងរឿង   ដូចសម័យអង្គរ ។*
*ឈប់ឈ្លោះគ្នាឯងរឹករវ   មានចិត្តស្មោះសរ   មេត្តារាប់អាន ។*
*ទុកគ្នាជាសាច់សន្តាន   ឈប់គិតមានបាន   សប្បាយតែឯង ។*
*ភាគច្រើនគេទុក្ខចំបែង   ត្រូវបេះកោតក្រែង   ចែកសុខគេផង ។*
*យើងសុខសប្បាយអឹងកង   ដូចប្អូននិងបង   គ្រួសារតែមួយ ។*
*កម្ពុជាយើងអស់ទុក្ខព្រួយ   ដោយសាស្នាជួយ   សម្រួលផ្សំផង ។*
*ដូនជីខ្មែរអរកន្ទង   បានដូចបំណង   ខ្មែរយើងគ្រប់គ្នា*
*សូមឲ្យរដ្ឋកម្ពុជា   សុខវឌ្ឍនា   រុងរឿងរហូតទៅ ៕*

ចាក លក្ខន្តិក: សមាគមដូនជីខ្មែរ ឆ្នាំ ២០១១

*ទុក្ខចំពោះមុខមិនដោះស្រាយ*
*នាំគ្នាសប្បាយថាបានសុខ*
*ខ្វះគិតនាំគ្នារត់ចោលស្រុក*
*តើគួរចាត់ទុកគេយ៉ាងម៉េច ៕*

**ចាក បដិច្ចសមុប្បាទ និង ឥទប្បច្ចយតា ឆ្នាំ ២០១១**

## កុំស្លាប់ដូចពស់...

*កុំស្លាប់ដូចពស់រស់ដូចកង្កែប*
*ពួននៅអបអែបក្បែរគល់គុម្ពផ្កា*
*តែវាមិនដឹងក្លិនក្លែបគន្ធា*
*ចាញ់ភមរាដែលនៅទីឆ្ងាយ ។*
*ពស់ពេលរស់នៅមានពិសពន្លឹក*
*ជ្រួតជ្រាបដូចទឹកសព្វសព៌ាង្គកាយ*
*ពេលវាស្លាប់ទៅឆ្អឹងនៅអន្តរាយ*
*អាចមុតប្រែក្លាយជាពិសស្លាប់បាន ។*

*រស់នៅមិនគាប់ស្លាប់ទៅមិនគួរ*
*នាំឲ្យហ្មងមួអួអាប់រំខាន*
*មិនដែលសាងឲ្យគេបានសុខសាន្ត*
*ទើបចាស់បុរាណពោលទុកថ្នោះឯង ។*
*យើងជាមនុស្សកុំយកតម្រាប់*
*ដូចសត្វអកព្វរស់ស្លាប់ចំបែង*
*ត្រូវខំព្យាយាមតស៊ូស្វះស្វែង*
*សាងឲ្យគេឯងបានសុខសព្វកាល ៕*

ចាក អតិណ្ហាបច្ចវេក្ខណា ឆ្នាំ ២០១១

# រស់ទម្ងន់ផែនដី

*រស់នៅទម្ងន់ធ្ងន់តែផែនដី*
*មិនបានការអ្វីដល់ផែនដីសោះ*
*ខ្លួនឯងបានសព្វរៀបរាប់មិនអស់*

*លុះផែនដីខ្សោះនាំគ្នារត់ចេញ ។*
*ស្រុកនេះមានទុក្ខក្ដៅក្រហាយណាស់*
*យើងប្រែក្រឡាស់ទៅស្ថានសួគ៌វិញ*
*ទីនោះសុខសាន្តពិតបានចំណេញ*
*ពួកយើងចេញ ចេញ ! កុំស្ដាយវាអី ។*
*អួតអាងបានធម៌ល្អឥតប្រយោជន៍*
*អន់ជាងពួកខ្មោចគោ និង ក្របី*
*វារស់វាស្លាប់ចំរើនផែនដី*
*ធម៌អន្យតិរ្ថិយ៍ចង្រៃពោរពេ ។*
*បងប្អូនរួមជាតិមើលឲ្យជាក់ច្បាស់*
*មុននឹងសំពះមុននឹងគោរព*
*បើជួយសាងសុខចំរើនសព្វគ្រប់*
*គោរព គោរព ! លើកតម្កើងចុះ ៕*

ចាក ពុទ្ធសាសនា និង សង្គម ឆ្នាំ២០១២

# កាន់ពុទ្ធសាសនា

*គេកាន់ពុទ្ធសាសន៍សុខចំរើន　　ភោគផលកើតកើនច្រើនសុខា*
*សម្បូណ៌សប្បាយគ្រប់អាត្មា　　រុងរឿងថ្ងៃថ្វាដោយសារពុទ្ធ ។*
*ឯងកាន់ពុទ្ធសាសន៍ដូចគេដែរ　　តែបាក់បែកបែរប្រែចុះស្រុត*
*ពលរដ្ឋស្រែកយំសែនរន្ធត់　　ជាតិធ្លាក់ទុគ៌តគួរឲ្យព្រួយ ។*
*រឿងនេះតើមកពីនរណា　　មកពីសាសនាមិនគិតជួយ*
*ឬ ពួកមន្ត្រីពុករលួយ　　ដឹងហើយត្រូវជួយកែលំអ ។*
*រួមគ្នាសាងជាតិ និង សាសនា　　ចំរើនផលាស្រូវអង្ករ*
*អប់រំកាយចិត្តប្រព្រឹត្តធម៌　　ត្រឹមត្រូវបវរតរៀងទៅ ។*
*រីឯអ្នកដែលធ្វើខុសវិញ　　ត្រូវធាប់ចុះចេញកុំក្រាញនៅ*
*ដើម្បីជាតិយើងរស់តទៅ　　សាសនាគង់នៅរីកថ្កើងថ្កាន ។*
*ពួកអ្នកគាំទ្រក៏ដូចគ្នា　　ត្រូវឈប់ការពារចោរសាមាន្យ*
*ទម្លាក់វាចុះអស់រំខាន　　ជាតិសាសន៍យើងបានសុខសាន្តហោង។*

**ចាក ត្រៃសិក្ខា និង ត្រៃលក្ខណ៍ ឆ្នាំ ២០១៣**

# ទូកធំក្ដោងធំ

*ទូកធំក្ដោងធំ បេះលែលកផ្សំ អាចនាំទូកបាន*
*ផលរីកចំរើន កើតកើនសុខសាន្ត សម្បូរថ្កើងថ្កាន*
*ព្រោះប៉ិនប្រសប់ ។*
*ទូកធំក្ដោងតូច អូសទូកមិនរួច នឹងកើតធុញថប់*
*ដាក់នេះទៅខុស ដាក់នោះទៅស្អប់ ងងឹតដូចយប់*
*ព្រោះអត់បញ្ញា ។*
*ទូកធំល្អពេក គិតតែជជែក មិនខំធ្វើការ*
*គិតធ្វើ...គិតធ្វើ នឹងកើតបញ្ញា ស្មុគ្រស្មាញបញ្ហា*
*នឹងដោះស្រាយបាន។*
*ឈប់ឈ្លោះទាស់គ្នា សាមគ្គីសាមគ្គា រួមគ្នាគ្រប់ប្រាណ*
*សាងក្ដោងឲ្យធំ សមនឹងប្រមាណ អូសទូកយើងបាន*
*សុខសាន្តត្រាណអើយ៕*

**ជ្រងោប៉ុនគល់ មិនយល់ប៉ុនសក់**

# កុំដុតឲ្យខ្លោច

*កុំដុតឲ្យខ្លោចកុំពោចឲ្យឆៅ*
*ព្រេងព្រឹទ្ធប្រដៅកូនចៅត្រូវយល់*
*ដុតភ្លើងខ្លាំងពេកខ្លោចដូចអុសគល់*
*លុះយើងបានផលហូបចូលម្ដេចបាន ។*
*ពោចភ្លើងខ្លាំងពេកវាគេចជាឆៅ*
*យើងហូបចូលទៅឈឺក្ដៅក្នុងប្រាណ*
*បើដុតភ្លើងល្មមសមតាមប្រមាណ*
*ពួកយើងនឹងបានកល្យាណភោជន៍ផល ។*
*តិរច្ឆានស្ដាប់នាថ្ងៃថ្វាអនេក*
*តិរច្ឆានបំបែកហួរហែកខ្វក់ខ្វល់*
*បង្កាច់បង្ខូចចេចចូចសល់រល់*
*នាំទុក្ខជាផលដាបដល់នរក ។*
*ឱ ! កូនចៅអើយអ្នកក្ដើយកាន់ធម៌*
*ខំសាងកម្មល្អកុំ ក កម្មលាមក*
*គេចចេញឲ្យឆ្ងាយអបាយនរក*
*អ្នកនឹងដេកលក់សុខសប្បាយអើយ ៕*

# យុវជន យុវតី

*យុវជនយុវតី ជាកូនខ្មែរ*
*ត្រូវជួយថែកេរមរតកពីដូនតា*
*ទុកឲ្យគង់គង់តពូជពង្សជាតិខេមរា*
*ថ្កើងថ្លៃថ្លាក្នុងលោកាអង្វែងទៅ ។*
*យុវជនយុវតី រៀនភាសា*
*ជាតិខេមរាឲ្យចេះស្ទាត់ហ្ន៎ា ! ពាលពៅ*
*និង អក្សរ វប្បធម៌ជាតិកុំស្មៀមនៅ*
*ប្រើការទៅជាតិនឹងថ្កើងខ្ពស់ឡើងពិត ។*
*យុវជនយុវតី ចរិយាល្អ*
*មានសីលធម៌ថ្លៃបវរល្អប្រណីត*
*គេរាប់អានគេស្រឡាញ់គេពេញចិត្ត*
*ចង់ផ្ដេកផ្ដិតស្និទ្ធិមេត្រីគ្រប់ ៗ គ្នា ៕*

**ទំពាំង ស្នងឫស្សី**

# ស្ត្រីជាមាតាពិភពលោក

*ស្រីជាមាតាពិភពលោក ប្រុសច្រើនគរគោកមិនគិតគន់*
*គិតត្រឹមថាស្រីជាប្រពន្ធ បម្រើកាមគុណរបស់ប្រុស ។*
*ធ្វើអ្វីតាមចិត្តមិនគិតគូរ អាណិតអាសូរដល់ស្រីសោះ*
*ឲ្យធ្វើការផ្ទះឥតចន្លោះ ឯកិត្តិយសគ្មានសោះឡើយ ។*
*តាមពិតពួកយើងទាំងអស់គ្នា បានកើតមកជាមនុស្សហើយ*
*ដោយសារស្រីៗណាអ្នកអើយ តើហេតុម្ដេចឡើយភ្លេចគុណគេ។*
*កើតមុនដំបូងជាទារក ដេកនឹងលាមកមិនដឹងទេ*
*តើបានអ្នកណាចិញ្ចឹមគេ ថ្នាក់ថ្នមបំពេរថៃគ្រប់មុខ ។*
*អ្នកនោះគឺពិតជាស្រីហើយ ធ្វើការឥតស្បើយឲ្យកូនសុខ*
*ទោះបីពិបាក ឬ ស្រណុក មាតាចេញមុខធ្វើសព្វគ្រប់ ។*
*បើឮកូនយំនៅពេលថ្ងៃ ឬមានទុក្ខភ័យនៅពេលយប់*
*ម្ដាយស្ទុះទៅភ្លាមឥតឈរឈប់ មើលសព្វមើលគ្រប់ជួយស្ងួនភ្ងា។*
*គុណនៃមាតាមានច្រើនពេក អនន្តអនេកនឹងពណ៌នា*
*ចូរកូនប្រុសស្រីទាំងអស់គ្នា គោរពបូជាកុំភ្លេចគុណ ។*
*ប្រុសឃើញស្រីៗ កុំមើលងាយ ត្រូវនឹកដល់ម្ដាយទុកជាមុន*
*ព្រោះស្រីនេះហើយអ្នកមានគុណ កូនកើតលើសលន់ពេញលោកា៕*

ចាក សិទ្ធិ របស់ ស្ត្រី ឆ្នាំ ២០១៨

# ប្រវត្តិខ្លះ របស់ អ្នកនិពន្ធ

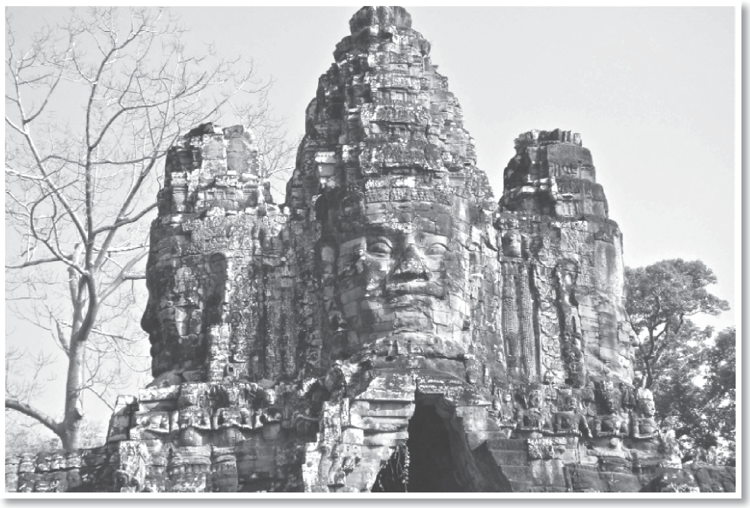
*ភិក្ខុ ងិន គេន កើតថ្ងៃអាទិត្យ ៨ តុលា ១៩២៨ ក្នុងឃុំភ្នំដិន ស្រុកគិរីវង់ ខេត្ត តាកែវ ។ ឪពុកឈ្មោះ រ័ត្ន ងិន ម្ដាយ ឈ្មោះ ម៉ៅ ង៉ែត របររកស៊ីធ្វើស្រែ ។*

*បានរៀនសូត្រចប់នៅសាលាវត្តក្នុងឃុំរបស់ខ្លួន បានចូលរៀនធម្មវិន័យ និង បានសមាទានសីល ២ ឆ្នាំ រួចហើយបានចូលបួស...បានសិក្សាប្រឡងជាប់សញ្ញាប័ត្រ សាលាបាលីជាន់ខ្ពស់ ក្រុងភ្នំពេញ ។*

*បានទទួលអាហារូបករណ៍ទៅបន្តការសិក្សានៅ មហាមកុដរាជវិទ្យាល័យ ប្រទេសថៃ អស់រយៈពេល ៨ ឆ្នាំ ប្រឡងជាប់សញ្ញាប័ត្រសាសនសាស្ត្របណ្ឌិត និទ្ទេសកិត្តិយស ។*

*ត្រឡប់មកកម្ពុជាវិញ បានទទួលតំណែង ព្រះរាជាគណៈថ្នាក់ពិសេស ព្រះមហាសាសនវង្សាធិបតី មេគណក្រុងភ្នំពេញ , អគ្គាធិការរងនៃពុទ្ធិកសិក្សា , សមាជិកគណៈកម្មការវេយ្យាករណ៍ខ្មែរក្រសួង អប់រំជាតិ ។ ល ។*

សម័យ ប៉ុល ពត គេបង្ខំឲ្យលាសិក្ខា ទៅជាទាសករ...សម័យយួនឈ្លានពាន បានចូលបួសវិញ គេឲ្យបុណ្យសក្តិខ្លះដែរ ជាសមាជិកគណៈកម្មការសង្ឃរដ្ឋធានី គណៈកម្មការត្រួតពិនិត្យ ការបោះពុម្ពសៀវភៅធម៌ និង ការសម្តែងធម៌ទេសនាតែខ្ញុំមិនពេញចិត្ត នឹងបម្រើ យួនទេ... ឆ្នាំ ១៩៩០ មកព្យាបាលរោគនៅប្រទេសបារាំង ហើយស្ថិតនៅទីនេះរៀងរហូតសព្វថ្ងៃ មានគេមកស្នើសុំប្រវត្តិរូប ដើម្បីឲ្យតំណែងដែរ តែខ្ញុំមិនទទួល ៕



# មាតិកាធម៌


| | | |
|---|---|---|
| ១ - | អារម្ភកថា | ១ |
| ២ - | អារម្ភកថាកំណាព្យ | ៣ |
| ៣ - | ព្រះឱវាទ | ៥ |
| ៤ - | ក្រនឹងបានកើតជាមនុស្ស | ៦ |
| ៥ - | កាយនេះប្រៀបដូចជាផ្ទាំងដី | ៧ |
| ៦ - | ទីពឹងដ៏ក្សេមក្សាន្ត | ៨ |
| ៧ - | ពុទ្ធភាសិត | ១០ |
| ៨ - | ព្រះរតនត្រ័យ | ១១ |
| ៩ - | មគ្គមានអង្គ ៨ | ១២ |
| ១០ - | ចិត្តជាធម្មជាតិឆាប់ញាប់ញ័រ | ១៥ |
| ១១ - | បុត្តា វត្ថុ មនុស្សធំ | ១៦ |
| ១២ - | គំនិតពាល | ១៧ |
| ១៣ - | ត្រូវរៀបចំខ្លួនតាមវ័យ | ១៧ |
| ១៤ - | ផងឹត និង ភ្លឺ | ១៨ |
| ១៥ - | មិនមានអញ ក្នុងខន្ធប្រាំ | ១៩ |

១៦ - អស់អញបានសុខ ២១
១៧ - ផ្សាយមេត្តា ២២
១៨ - បច្ចិមវាចា ២៣
១៩ - សង្គហធម៌ ២៦
២០ - ឧបេក្ខាចិត្ត ៣០
២១ - សទ្ធា និង បញ្ញា ៣១
២២ - ដកចិត្តចេញពីកាយ ៣២
២៣ - សាសនា ៣៣
២៤ - បាប និង បុណ្យ ៣៣
២៥ - ផលបុណ្យ និង បាប ៣៤
២៦ - គេចមិនផុតពីបាបទេ ៣៥
២៧ - រូបំ ជីរតិ មច្ចានំ នាមគោត្តំ ន ជីរតិ ៣៥
២៨ - ព្រហ្មវិហារធម៌ ៣៧
២៩ - អគតិធម៌ ៣៨
៣០ - សង្គហធម៌ ៣៩
៣១ - រាជសង្គហធម៌ ៤០
៣២ - នាយកធម៌ ៤១

៣៣ - អបរិហានិយធម៌ ៤២
៣៤ - ទសពិធរាជធម៌ ៤៤
៣៥ - កម្រកើតជាមនុស្ស ៤៧
៣៦ - សេចក្ដីប្រៀបធៀបខន្ធ ៥ ៤៩
៣៧ - ដាក់ភារៈចុះបានសេចក្ដីសុខ ៥០
៣៨ - រំលឹកអ្នកវិបស្សនាខ្មែរ ៥១
៣៩ - គុណធម៌ល្អឯក ៥២
៤០ - ចូឡកម្មវិភង្គសូត្រ នរណាចាត់ចែងសត្វលោក ៥៣
៤១ - វិចេយ្យ ទានំ ទាតព្វំ ៦០
៤២ - ដោយសារបុណ្យ ៦២
៤៣ - ទីបំផុតលោក ៦៣
៤៤ - ពិចារណារឿយ ៗ ៦៤
៤៥ - ធម៌ទាំងឡាយកើតពីហេតុ ៦៥
៤៦ - ជឿព្រះសាស្ដា ៦៧
៤៧ - ពុទ្ធភាសិត ៦៩
៤៨ - សាមគ្គី ៧០
៤៩ - ពរឆ្នាំថ្មី ៧១

៥០ - ជយោ ! ឆ្នាំថ្មី ៧៣
៥១ - ចំរើនពរ យាយតា ៧៤
៥២ - បែកគ្នារុងរឿង បែកគ្នារេចរឹល ៧៦
៥៣ - ចំរើនពរអ្នកដឹកនាំ ៧៨
៥៤ - សំណូមមាតា ៨០
៥៥ - បទសរភញ្ញ វសន្តតិលកា ៨២
៥៦ - បទត្រពាំងពាយ ៨៣
៥៧ - បទល្ខោនបាសាក់ ៨៦
៥៨ - បទផៃយុាំ ៨៨
៥៩ - បទសារិកា ៨៩
៦០ - ពរឆ្នាំថ្មី ៩០
៦១ - កុំបន់ស្រន់ ៩១
៦២ - កុំជឿពេលវេលា ៩២
៦៣ - កុំគ្រាន់តែប្រាថ្នា ៩៣
៦៤ - គុណមាតាបិតា ៩៤
៦៥ - ទោស មាតាបិតា មិនឲ្យកូនរៀនសូត្រ ៩៧
៦៦ - កុំជឿមង្គលបូម ៩៧

៦៧ - មនុស្សប្អូនពូក ៩៩
៦៨ - ខ្លួនអ្នកយ៉ាងណា ១០២
៦៩ - ការងារ ប៉ុនភ្នំមិនគិត ទៅគិតឯស្គរកំបែកមាត់ ១០៣
៧០ - ស្រណោះស្រុកខ្មែរ ១០៦
៧១ - ឈ្មោះគ្នាដល់ណា ១០៧
៧២ - ម្ជូរវាវតាមជន្ទង់ ១០៩
៧៣ - ល្អពុម្ព ល្អព្រះ ១១០
៧៤ - ធម្មិកសូត្រ ១១១
៧៥ - អ្នកជ្រើសរើស ១១៣
៧៦ - អ្នកស្នេហាជាតិ ១១៤
៧៧ - សាមគ្គីបើកភ្នែក ១១៧
៧៨ - អ្នកស្នេហ៍ហិនជាតិ ១១៨
៧៩ - អ្នកជួយជាតិ ១២១
៨០ - អ្នកជួញជាតិ ១២៣
៨១ - អ្នកនយោបាយ ១២៥
៨២ - អ្នកនយោបោក ១២៧
៨៣ - មនុស្សជាសត្វប្រសើរ ១២៩

៨៤ - អញរំដោះក្បាលឯង ១៣០
៨៥ - រឿងពិតនៅត្រង់ណា ១៣១
៨៦ - កុំកាន់សាសនាឲ្យជ្រុល ១៣២
៨៧ - ត្រូវជឿកម្មផល ១៣២
៨៨ - សេចក្ដីស្រវឹង ១៣៤
៨៩ - អាការៈរបស់អ្នកប្រមឹក ១៣៦
៩០ - កុំឲ្យអន់ជាងសត្វ ១៣៦
៩១ - ជាតិខ្មែរ ១៣៧
៩២ - ហេតុអ្វីបានជាយើងយល់សប្ដិ ១៣៨
៩៣ - កូន ៣ ប្រការ ១៣៨
៩៤ - ខ្មែរភ្ញាក់រលឹក ១៤០
៩៥ - វិធីរំលត់ទុក្ខ ១៤១
៩៦ - ព្រះសង្ឃកំពង់សត្វ ១៤៣
៩៧ - ផ្គរលាន់ទិសបូព៌ា ១៤៤
៩៨ - ផ្គរលាន់ទិសពាយ័ព្យ ១៤៦
៩៩ - ផ្គរលាន់ខ្លាំង ៗ ១៤៨
១០០ - ផ្គរលាន់ថ្ងៃត្រង់ ១៥០

១០១ - តើគិតយ៉ាងណា ១៥២

១០២ - ខ្មែរជិតធ្លាក់ខ្លួន ១៥៤

១០៣ - សុភាសិតខ្លីៗ ១៥៥

១០៤ - កុំកាន់សាសនាក្មេចប្រពន្ធកូន ១៦៦

១០៥ - ចង់សុខសប្បាយក្នុងស្ថានសួគ៌ ១៦៧

១០៦ - សម្មតិសង្ឃ ១៦៩

១០៧ - ពុទ្ធបរិស័ទត្រូវដឹង ១៧០

១០៨ - កុំអាយុវែងដូចអណ្ដើក ១៧០

១០៩ - ពូជ គឺ គំនិត ១៧២

១១០ - កំណាព្យ ១៧៣

១១១ - ស្រឡាញ់ពូជខ្មែរ ១៧៨

១១២ - ចង់បានក្ដីសុខទី ១ ១៨០

១១៣ - ចង់បានក្ដីសុខទី ២ ១៨២

១១៤ - កុជង្គលីលា ១៨៥

១១៥ - កុំស្លាប់ដូចពស់ ១៨៦

១១៦ - រស់ទម្ងន់ផែនដី ១៨៧

១១៧ - កាន់ពុទ្ធសាសនា ១៨៩

១១៨ - ទូកធំក្ដោងធំ ១៩០

១១៩ - កុំដុតឲ្យខ្មោច ១៩១

១២០ - យុវជន យុវតី ១៩២

១២១ - ស្ត្រីជាមាតាពិភពលោក ១៩៣

១២២ - ប្រវត្តិខ្លះរបស់អ្នកនិពន្ធ ១៩៤

១២៣ - មាតិកាធម៌ ១៩៦

១២៤ - លោកអ្នកសប្បុរសដែលជួយឧបត្ថម្ភការបោះពុម្ព ២០៤

# លោកអ្នកសប្បុរស ដែលជួយឧបត្ថម្ភការបោះពុម្ព

| | | |
|---|---|---|
| ១ - | ឧបាសក ឆ្វី ហុក ឧបាសិកា ឡោត កិណ្ណារី | ១០០ € |
| ២ - | លោក តាន់ គិមលាង | ១០០ € |
| ៣ - | ឧបាសិកា ជ្រា ស៊ីណាន និង កូនចៅ | ១០០ € |
| ៤ - | ឧបាសក មិន ធូ ឧបាសិកា តាំង វួចប៉ោ | ១០០ € |
| ៥ - | ឧបាសក ខេង នៅ ឧបាសិកា តែ ចាយ | ១០០ € |
| ៦ - | ឧបាសិកា នេត្រ គួន | ១០០ € |
| ៧ - | ឧបាសិកា គុល ទូច | ១០០ € |
| ៨ - | លោក លីម ហ៊ុយគៀង អ្នកស្រី ម៉ៅ ទៀង | ១០០ $ |
| ៩ - | ឧបាសិកា ឈា ឡេងហាក់ | ១០០ $ |
| ១០ - | សីលវតី ប៊ុន ហ៊ុលឃុត ព្រមទាំងកូនចៅ | ៥០ € |
| ១១ - | លោក ប៊ុន ធី | ៣០ € |
| ១២ - | លោក ស៊ីវ ឡេង ប៉ាវ | ៥០ € |
| ១៣ - | ឧបាសិកា ណៃម លិម អ៊ាន | ២០ € |
| ១៤ - | ឧបាសិកា ណៃម លិម អ៊ិន | ២០ € |
| ១៥ - | ឧបាសិកា សៅ ស៊ីយិន | ៣០ € |

| | | | |
|---|---|---|---|
| ១៦ | - | ឧបាសិកា គី ស៊ីវលេន ហៅ គីលាង | ៤០ € |
| ១៧ | - | ឧបាសិកា កិម សូផន ព្រមទាំងកូនចៅ | ២០ € |
| ១៨ | - | ឧបាសិកា ប៊ុន ហ៊ុនគី និង គ្រួសារ | ២០ € |
| ១៩ | - | ឧបាសិកា ប៉ុត សេង និង គ្រួសារ | ១០ € |
| ២០ | - | ឧបាសិកា ទី វណ្ណាហង្ស | ១០ € |
| ២១ | - | ឧបាសិកា សុត សុផានី | ១៥ € |
| ២២ | - | ឧបាសិកា សេក ហេង | ២០ € |
| ២៣ | - | ឧបាសិកា ស៊ី ក្រិត្យនារី | ២០ € |
| ២៤ | - | ឧបាសិកា អាត អេង | ២០ € |
| ២៥ | - | ឧបាសិកា តេង សម្បត្តិ | ២០ € |
| ២៦ | - | ឧបាសិកា អៀង ហុង | ២០ € |
| ២៧ | - | ឧបាសិកា អ៊ឹង ម៉ាឡេង | ១០ € |
| ២៨ | - | ឧបាសក អាន តាំគីម និង គ្រួសារ | ២០ € |
| ២៩ | - | ឧបាសក ខៀវ ឡេង និង ភរិយា | ២០ € |
| ៣០ | - | ឧបាសក ម៉ន ផល្លី ព្រមទាំងភរិយា និង បុត្រធីតា | ២០ € |
| ៣១ | - | អាចារ្យ ញាណ ឆាន ព្រមទាំង ភរិយា និង បុត្រធីតា | ២០ € |
| ៣២ | - | ឧបាសក ជួន ទីម ឧបាសិកា ទិត ពៅ | ១០ € |

| | | | |
|---|---|---|---|
| ៣៣ | - | ឧបាសិកា ឌី សាមារ៉ាន់ គ្រួសារ និង កូន ប្រុសស្រី | ២០ € |
| ៣៤ | - | ឧបាសក អ៊ិន សារ៉េន ឧបាសិកា គយ សំជិត | ១០ € |
| ៣៥ | - | M. IN Dana | ៥ € |
| ៣៦ | - | M. IN Dano | ៥ € |
| ៣៧ | - | M. IN Danea | ៥ € |
| ៣៨ | - | Mlle IN Mada | ៥ € |
| ៣៩ | - | លោក ណុប ពុទ្ធីរ៍ និង គ្រួសារ | ២០ € |
| ៤០ | - | លោក យឹ សេង ឡុង និង ភរិយា | ៣០ € |
| ៤១ | - | ឧបាសិកា សេហ្គា ឡី និង កូនចៅ | ២០ € |
| ៤២ | - | ឧបាសិកា ឈុន ហ៊ូគិមទៀង | ២០ € |
| ៤៣ | - | ឧបាសិកា ម៉ា វណ្ណា និង កូនចៅ | ២០ € |
| ៤៤ | - | ឧបាសិកា គិម មួយ | ២០ € |
| ៤៥ | - | ក្រុមវេនបិណ្ឌ ឧបាសិកា អេងឡាំ | ៥០ € |
| ៤៦ | - | ឧបាសក តាន់ ណាំ និង កូនចៅ | ៥០ € |
| ៤៧ | - | ឧបាសិកា នៅ ទាវខេង និង កូនចៅ | ២០ € |
| ៤៨ | - | ឧបាសិកា ថ្វាង អាង និង កូនចៅ | ២០ € |
| ៤៩ | - | ឧបាសិកា ពៅ គាតសូរី និង កូនចៅ | ២០ € |

៥០ - ឧបាសិកា ជិប ហុងយេន និង កូនចៅ ២០ €

៥១ - ឧបាសិកា អ៊ុក សារ៉េត ២០ €

៥២ - ឧបាសិកា ជូ ម៉ាក់ ២០ €

៥៣ - ឧបាសិកា ឃិន ហុកទីវ និង កូនចៅ ១៥ €

៥៤ - ឧបាសិកា ស៊ាប គិមហ៊ាង ១៥ €

៥៥ - ឧបាសិកា ទា គិមលី ៥០ €

៥៦ - ឧបាសិកា ទា គិមលន់ ១០ €

៥៧ - ឧបាសិកា ចាន់ហឿន និង កូនចៅ ៥០ $

៥៨ - ឧបាសិកា ឃុន តាំងអ៊ីម និង កូនចៅ ១៥ €

៥៩ - លោកស្រី អ៊ុច វស្សាន និង លោក ពិន សំអឿន ២០ €

៦០ - អ្នកស្រី ស៊ាម ហ៊ុច និង គ្រួសារ ១៥ €

៦១ - លោក ឡៅសារុន និង ភរិយា ២០ €

៦២ - លោក និង លោកស្រី យូ ដួនថៃ ២០ €

៦៣ - ឧបាសិកា លីម សួវធីង ២០ €

៦៤ - ឧបាសិកា ម៉ក់ សារឿង ១០ €

៦៥ - ឧបាសក ធុងប៉េងវី ឧបាសិកា ម៉េងហ៊ាង ២០ €

៦៦ - អ្នកស្រី អ៊ា ទុង ហួង និង បុត្តធីតា ២០ €

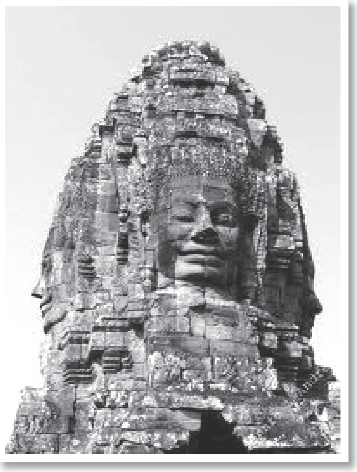
| | | |
|---|---|---|
| ៦៧ - | លោក និង លោកស្រី សួង ណារឿន | ២០ € |
| ៦៨ - | ឧបាសិកា អ៊ុំ យន | ១០ € |
| ៦៩ - | លោកស្រី អ៊ូ ស៊ីម ស៊ីវតេង | ២០ € |
| ៧០ - | ឧបាសក ឡៅ ហេង ឧបាសិកា តាន់ សាយយុត | ១៥ € |
| ៧១ - | ឧបាសិកា ឡៅ សាយ ឃីម | ១៥ € |
| ៧២ - | លោក ផុង ហុងកៅ អ្នកស្រី ឡៅ ហុងឡាយ | ១៥ € |
| ៧៣ - | អ្នកស្រី ឡៅ ហុងស៊ីម និង បុត្តធីតា | ១៥ € |
| ៧៤ - | ផុង សូនីថា និង ស៊ុនណារ៉េត | ១៥ € |
| ៧៥ - | ឧបាសិកា ញ៉ឹក សាយ៉ាន់ | ១៥€ |
| ៧៦ - | ឧបាសិកា យក់ លាន | ២០ € |
| ៧៧ - | អ្នកស្រី គង់ គិន | ២០ € |
| ៧៨ - | លោកយាយ មេត្តា | ៣០ € |
| ៧៩ - | ឧបាសិកា សាន សម្បត្តិ | ១០ € |
| ៨០ - | ឧបាសិកា ហុក នាង | ១០ € |
| ៨១ - | ឧបាសិកា ខាត់ ឡាយ | ១០ € |
| ៨២ - | ឧបាសិកា ទេស ពៅ | ១០ € |
| ៨៣ - | ឧបាសក ឧបាសិកា កុយ សុរិយា | ២០ € |

| | | |
|---|---|---|
| ៨៤ - | ឧបាសក ឧបាសិកា ចេត សេម | ២០ € |
| ៨៥ - | លោក និង លោកស្រី ជា ស៊ីវឃួន | ៥០ € |
| ៨៦ - | លោក អ៊ឹង គិរុន អ្នកស្រី អ៊ឹង គិមរឿន | ២០ € |
| ៨៧ - | លោក និង លោកស្រី ឯក សម | ៣០ € |
| ៨៨ - | អ្នកស្រី យុគ ស្តេផាន់នី | ១០ € |
| ៨៩ - | លោក សួស ប៊ុនធឿន | ១០ € |
| ៩០ - | ឧបាសិកា សួស សុភាព | ១០ € |
| ៩១ - | លោកយាយ ពៅ យី | ១០ € |
| ៩២ - | អ្នកស្រី សួស សោភា | ១០ € |
| ៩៣ - | សំអឿន | ១០ € |
| ៩៤ - | អ៊ិន គឹម គន | ១០ € |
| ៩៥ - | កុមារា អ៊ិន ទេព កុសុន | ១០ € |
| ៩៦ - | M. THONG Remy | ៥ € |
| ៩៧ - | M. THONG Teddy | ៥ € |
| ៩៨ - | Mlle THONG Samantha | ៥ € |
| ៩៩ - | ឧបាសិកា ស៊ុន បូទុម | ៥០€ |
| ១០០ - | ឧបាសក តាំង ជិនឡុង ឧបាសិកា លឹម សៀវផាន់ | ១០០€ |

១០១-   ភិក្ខុ យឿង ឡុងវិវឌ្ឍន :   ២៦០ €

១០២ -  ភិក្ខុ ងិន ភេន ឥន្ទប្បញ្ញោ   ៥០ €

យើងខ្ញុំ សូមឧទ្ទិសចំណែកបុណ្យកុសលនេះ ចំពោះលោក អ្នកដ៏មានគុណទាំងឡាយ មានមាតាបិតា ជីដូនជីតា គ្រូឧបជ្ឈាយាចារ្យ និងញាតិកាសាលោហិត មិត្រសំឡាញ់ជាដើម ។ សូមលោកអ្នកដ៏មានគុណទាំងឡាយជាដើមនោះ អនុមោទនាចំពោះបុណ្យកុសលនេះ ហើយទទួលយក នូវឥដ្ឋមនុញ្ញផល ជាទីគាប់ចិត្ត កុំបីអាក់ខានឡើយ ៕



ចប់

# ពុទ្ធភាសិត

# មិនមែនសត្វទេ បើមិនមានសប្បុរស

---

បោះពុម្ព នៅវត្តពោធិវង្ស ប្រទេសបារាំង

101 Boulevard de la République
77420 Champs-sur-Marne
Tél. : 01 60 06 44 98