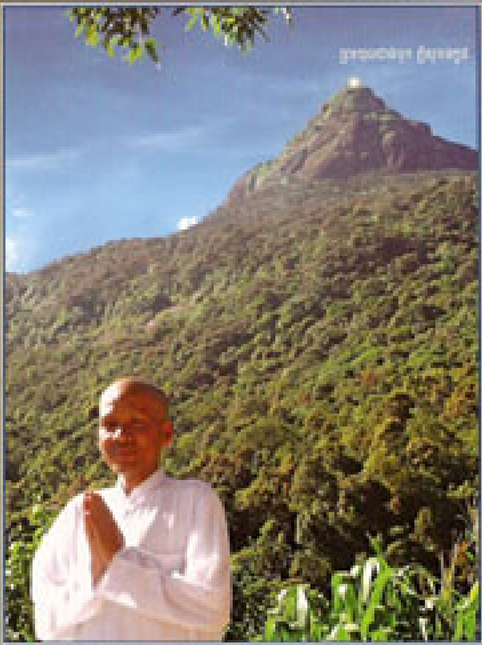
៥៨ ចម្លងសប្តាហ៍



រៀបរៀងដោយ
ខ្ញុំព្រះករុណា ខ្ញុំបាទ **ប៊ុត សាវង្ស**

១-អត់ធន់សិក្សានូវការពិត

មនុស្សយើងដែលរស់នៅរួមគ្នាក្នុងសង្គម ត្រូវអប់រំចម្រើនខន្តី ព្រោះមនុស្សមានចិត្តមិនស្មើគ្នា ឧបនិស្ស័យមិនដូចគ្នា ។ មនុស្សពួកខ្លះ ក្រាស់ដោយកិលេស ពួកខ្លះកិលេសស្រាលស្តើង ពួកខ្លះសុភាពរាបសា ឯពួកខ្លះទៀតកោងកាចខ្លាំងក្លា ព្រហើនព្រៃផ្សៃ ... ។

សភាពរបស់មនុស្សក្នុងសង្គម មានការពិតជាក់ស្តែងយ៉ាងណា ៗ រមែងប្រាកដគួរដល់ការសិក្សា ត្រូវចាំថា « យើងកើតមកបានជួបនឹងព្រះពុទ្ធសាសនា មានប្រយោជន៍ក្នុងការសិក្សានូវការពិត ដែលការពិតនោះមាននៅក្នុងជីវិតខ្លួនឯង ជីវិតអ្នកដទៃ និងក្នុងធម្មជាតិទាំងពួង » ។

ព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធទ្រង់ត្រាស់សម្តែងថា « អំណត់គឺសេចក្តីអត់ធន់ ជាតបធម៌ (តបៈ = ដុតនូវអកុសលធម៌)ដ៏

ឧត្តម » ដូច្នេះពុទ្ធបរិស័ទត្រូវចេះអត់ធន់ដើម្បីសេចក្តីសុខត្រជាក់ក្នុងចិត្តរបស់ខ្លួនឯងផង ដើម្បីមិនក្តៅក្រហាយដល់អ្នកដទៃផង ជាពិសេសដើម្បីមិនឈ្លោះគ្នា ។

-សូមអនុមោទនា !

២-ជួយខ្លួនដោយខ្លួនឯង

នៅក្នុងជីវិតមនុស្សយើងនេះ នរណាជាសត្រូវក៏ដោយ ក៏មិនកាចអាក្រក់ឱ្យដូចជាខ្លួនឯងធ្វើជាសត្រូវនឹងខ្លួនឯងទេ ។

អ្នកដទៃជាសត្រូវ អាចមានផ្លូវនឹងគេចជៀសបាន ខ្លួនឯងត្រូវរត់គេចយ៉ាងណា មានញាតិមិត្តជួយការពារផង ពឹងពាក់អាជ្ញាធរផង ក៏ល្មមផុតភ័យទៅបាន។ ទោះបី

ថា សត្រូវនោះមកបៀតបៀនប្រទូសរ៉ាយបានយ៉ាងណា អស់ខ្លាំងត្រឹមស្លាប់ប៉ុណ្ណោះ បើយើងជាមនុស្សប្រព្រឹត្តល្អ ស្លាប់ហើយមិនបានទៅអបាយភូមិឡើយ ។

ប៉ុន្តែ បើយើងជាសត្រូវនឹងខ្លួនឯង ដោយការប្រព្រឹត្តលះបង់អំពើល្អចោលដោយខ្លួនឯងហើយ គឺមិនមាននរណាអាចជួយបានឡើយ ។

មានទំនងដូចគ្នាដែរក្នុងការដែលមានអ្នកដទៃទំនុកបម្រុង ជួយធ្វើអ្វីៗឱ្យយើង គឺមិនដូចជាយើងធ្វើដោយខ្លួនឯងទេ ។ ឪពុកម្តាយ ញាតិមិត្តបងប្អូន លោកគ្រូអាចារ្យបានត្រឹមតែទូន្មាន ប្រៀនប្រដៅ អប់រំណែនាំប៉ុណ្ណោះ ចំណែកការចុះដៃធ្វើ ជារឿងរបស់យើង ។

គុណធម៌ សេចក្តីល្អក្នុងខ្លួន មនុស្សយើងត្រូវសាងដោយខ្លួនឯង ក្នុងលោកនេះ មិនមានព្រះណាអាចសាងឱ្យបានឡើយ ។

៣-សទ្ធានិងបញ្ញាជាគូគុណធម៌

ជំនឿជាមួយនឹងការឆ្លាតវៃ គឺត្រូវតែស្មើគ្នា ។ មនុស្សដែលមានការជឿច្រើន តែបញ្ញាតិច ទន់ខ្សោយក្នុងការសិក្សា រមែងចេះតែជឿ សូម្បីក្នុងរឿងដែលមិនគួរជឿ ឬចេះតែជឿដោយប្រាសចាកហេតុផល ។

ចំណែកមនុស្សដែលឆ្លាតពេកទៅ ប៉ុន្តែខ្សោយសទ្ធា រមែងមិនជឿសូម្បីតែព្រះពុទ្ធសាសនា ជាមនុស្សតម្កើងខ្លួន រួចហើយក៏ធ្លាក់ចុះក្នុងផ្លូវនៃការយល់ខុស ។

ព្រោះហេតុដូច្នេះ អ្នកដែលមានបញ្ញាតិច ត្រូវព្យាយាមសិក្សា ពិចារណាការពិត ស្រាវជ្រាវរកហេតុរកផល ឧស្សាហ៍ស្តាប់ធម៌ ឆ្ងល់ហើយសាកសួរ ។

ឯអ្នកដែលមានសទ្ធាទន់ខ្សោយ ដឹងខ្លួនថាមិនជឿនៅក្នុងសាសនា ជឿតែវិទ្យាសាស្ត្រនោះ ត្រូវពិចារណាកិលេសក្នុងខ្លួន ដូចជាលោភៈ ទោសៈ មោហៈ ទិដ្ឋិ មានះ កំណាញ់ និងច្រណែនជាដើម ។ គប្បីជ្រាបថា កិលេស

ទាំងនេះនៅមានព្រោះនៅល្ងង់ និងគប្បីពិចារណាគុណព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធឱ្យបានរឿយៗ ។

៤.សេចក្តីអត់ធន់ដែលល្អក្រៃលែង

អត់ធន់ចំពោះអារម្មណ៍ដែលនាំឱ្យកើតរាគៈជាដើម គឺជាការប្រសើរណាស់ ។ អារម្មណ៍ក្នុងលោក មានទាំងផ្នែកដែលនាំឱ្យកើតការពេញចិត្ត មានទាំងផ្នែកដែលនាំឱ្យកើតការទាស់ចិត្ត បើអត់ធន់ចំពោះអារម្មណ៍ដែលមិនជាទីពេញចិត្តបាន ចាត់ថាល្អហើយ ប៉ុន្តែបើអត់ធន់ចំពោះអារម្មណ៍ដែលជាទីពេញចិត្តបានវិញ គឺពិតជាល្អប្រសើរក្រៃលែងទៅទៀត ។

ការអត់ធន់ចំពោះអារម្មណ៍ដែលជាទីពេញចិត្ត រមែងត្រូវប្រើកម្លាំងចិត្ត ខ្ពស់ជាងការអត់ធន់ក្នុងអារម្មណ៍ដែលមិនជាទីពេញចិត្ត ។ អត់ធន់ចំពោះអារម្មណ៍ដែលមិនសមតាមប្រាថ្នា សូម្បីមនុស្សទន់ខ្សោយក៏ល្មមទ្រាំបាន ព្រោះចាំបាច់ត្រូវតែអត់ធន់ ចំណែកការអត់ធន់ចំពោះសេចក្តីសម្រេចសមតាមប្រាថ្នា ធ្វើចិត្តឱ្យតាំងនៅក្នុងឧបេក្ខាញាណបាននោះ គឺទាល់តែមនុស្សដែលមានចិត្តខ្ពស់ រឹងប៉ឹងមាំមួន ទើបអាចធ្វើបាន ។

ខ្លឹមសារនៃជីវិតគឺការប្រព្រឹត្តធម៌

៥.សុខកាយជាមួយនឹងសុខចិត្ត

សុខមានពីរយ៉ាង គឺសុខកាយ និងសុខចិត្ត ។ សេចក្ដីសុខផ្លូវកាយនោះ ឋិតនៅត្រឹមមួយរយៈពេលខ្លីប៉ុណ្ណោះ ឯចំណែកសេចក្ដីសុខផ្លូវចិត្តវិញ អាចឋិតនៅអស់កាលយូរ មានរហូតដល់ឋិតនៅបន្តអស់មួយជីវិតទៀតផង ។

ព្រោះហេតុដូច្នេះ ទើបគួរមានស្មារតីប្រុងប្រយ័ត្ន កុំដូរសេចក្ដីសុខផ្លូវចិត្ត ជាមួយនឹងសេចក្ដីសុខផ្លូវកាយឱ្យសោះ កុំឱ្យក្ដៅក្រហាយស្ដាយក្នុងកាលជាខាងក្រោយឡើយ ។ តែបើលះបង់សេចក្ដីសុខផ្លូវកាយ ដើម្បីបាននូវសេចក្ដីសុខផ្លូវចិត្តវិញ ត្រូវប្រញាប់ធ្វើឱ្យឆាប់ទៅចុះ នឹងបានផលស្ងប់ត្រជាក់ មានទីពឹងដ៏ប្រពៃពិតប្រាកដ ។

៦.មិនប្រជែងជាមួយអ្នកដទៃ

ភាពដ៏ប្រសើរលើស ដែលត្រឹមត្រូវពិតប្រាកដនោះ គឺការប្រសើរលើសលើខ្លួនឯង ដោយមិនមានការប្រៀបផ្ទឹមជាមួយអ្នកណាៗទាំងអស់ ។ ការប្រៀបផ្ទឹមថា «យើងប្រសើរជាងគេ ឬអន់ជាងគេ ឬក៏ស្មើនឹងគេ » ក្នុងព្រះធម៌សម្ដែងថា គឺជាតួមានះ (អកុសលចេតសិកមួយប្រភេទ) ។

បុគ្គលដែលមិនមានការប្រៀបផ្ទឹមខ្លួននឹងអ្នកដទៃ រមែងរស់នៅយ៉ាងស្ងប់រៀបរយ មិនចាញ់អ្នកណា ហើយក៏មិនឈ្នះអ្នកណាដែរ ជាបុគ្គលមានតែសេចក្ដីស្ងប់សុខ ធ្វើការងារអ្វី គឺធ្វើដោយអនុគ្រោះ សំដៅទៅរកប្រសិទ្ធ-ភាពក្នុងប្រយោជន៍នៃអ្នកដទៃ ។

បុគ្គលដូចពោលមកនេះ ជាបុគ្គលមិនប្រជែងជាមួយអ្នកណាៗឡើយ ព្រោះថាជាបុគ្គលបានប្រជែងឈ្នះជាមួយខ្លួនឯងរួចស្រេចហើយ ។

៧_ការយកឈ្នះអំណាចបាបធម៌

ការដែល នឹងអាចយកឈ្នះអំណាចនៃបាបធម៌បាន នោះ កម្លាំងដែលសំខាន់បំផុតគឺកម្លាំងចិត្ត បើមានកម្លាំងចិត្តរឹងប៉ឹងពិតប្រាកដ នឹងអាចយកឈ្នះបានគ្រប់យ៉ាង ។

ការដែលមនុស្សយើង ព្យាយាមឈប់ប្រព្រឹត្តនូវអំពើអាក្រក់ ឬព្យាយាមលះបង់នូវគ្រឿងញៀនអ្វីមួយ តែឈប់មិនបាន លះបង់មិនដាច់នោះ វាជាការគួរឱ្យអាណិតស្រណោះណាស់ ព្រោះគ្រប់យ៉ាងដែលបានធ្វើ រមែងមានការដឹងខ្លួនថាជាកំហុស ប៉ុន្តែត្រូវអំណាចនៃបាបធម៌បង្ខំឱ្យធ្វើ ដោយមិនអាចទប់ទល់នឹងអំណាចនោះបាន ។

សេចក្ដីសំខាន់ម្យ៉ាងទៀតក្នុងការយកឈ្នះបាបធម៌ ឬយកឈ្នះខ្លួនឯងបាននោះ គឺការហ្វឹកហាត់គេចជៀសចេញពីអ្វីដែលគួរគេចជៀសនោះឯង មិនគួរមើលកុំមើល មិនគួរស្ដាប់កុំស្ដាប់ មិនគួរប៉ះពាល់កុំប៉ះពាល់ មិនគួរជួប

កុំជួប មិនគួរគិតកុំគិត... មានការបន្ថយចុះរហូតទាល់តែអស់ ដោយការមិនប្រមាទ ។

៨_មិនបម្រើតណ្ហា

ការតាមចិត្តចង់របស់ខ្លួន ទៅតាមដែលចិត្តមិនបានសិក្សា មិនបានអប់រំ គឺជាមូលហេតុដ៏ចម្បងនៃការចាញ់ខ្លួនឯង ។ រីឯការប្រឆាំងជំទាស់នឹងចិត្តចង់របស់ខ្លួនឱ្យដំណើរជីវិតឋិតនៅក្នុងផ្លូវដែលព្រះធម៌បានកំណត់ឱ្យតែប៉ុណ្ណោះ មានគោលធម៌សម្រាប់កសាងខ្លួនច្បាស់លាស់ និងមានទិសដៅ នេះគឺជាមូលហេតុដ៏សំខាន់នៃការឈ្នះខ្លួនឯង ។

ធម្មជាតិប្រព្រឹត្តទៅតាមច្បាប់របស់ធម្មជាតិ មិនប្រព្រឹត្តទៅតាមតណ្ហាឡើយ បុគ្គលលុះតាមអំណាចតណ្ហារមែងជាទុក្ខ ជួបនឹងការខកចិត្ត ។ សភាពនៃតណ្ហា គឺមិនព្រមតាមការពិត ចេះតែចង់បានយ៉ាងនេះ ចង់បានយ៉ាងនោះ មានសភាពមិនស្ងប់ជាមួយនឹងធម្មជាតិ ។

ម្យ៉ាងទៀត សភាពនៃតណ្ហា គឺមិនមែនជាតួខ្លួនយើងឡើយ ។ ស្រឡាញ់ក្តី ចង់បានក្តី មិនមានអ្វីដែលចាំបាច់ត្រូវផ្គាប់ផ្គុនទេ ។

កើតមកជាមនុស្សបានទាន់ព្រះពុទ្ធសាសនា ត្រូវខំរកការចម្រើនផ្លូវចិត្ត មិនត្រូវគិតរកតែការសប្បាយ ហើយបណ្តោយឱ្យខ្លួននៅតែល្ងង់ខ្លៅនោះឡើយ ។

៩.បញ្ញាសំខាន់បំផុតសម្រាប់ជីវិត

បញ្ញាបានចូលទៅដឹងការពិតនៃជីវិត ការពិតនៃធម្មជាតិ មិននាំឱ្យជីវិតជួបប្រទះនៅក្នុងរឿងកើតទុក្ខ មិនសុខចិត្ត ដូចជាតណ្ហាឡើយ ។ ធម្មជាតិប្រព្រឹត្តទៅយ៉ាងណា បញ្ញាដឹងទាន់យ៉ាងនោះ ដែលជាហេតុនាំឱ្យស្ងប់ចិត្ត ។ បញ្ញាដឹងហេតុនៃសេចក្តីវិនាស ដឹងហេតុនៃសេចក្តីចម្រើន ហើយបានតម្កល់ជីវិតឱ្យឋិតនៅក្នុងហេតុនៃសេចក្តីសុខចម្រើនគ្រប់យ៉ាង ។

ការឈ្នះចិត្តអាក្រក់របស់ខ្លួនឯងបាន ឈ្នះអំណាចនៃធម៌ថោកទាប ឈ្នះកិលេស ហាមចិត្តមិនឱ្យសេពគប់នឹងបាបធម៌ អប់រំចិត្តឱ្យមានសីល មានកល្យាណធម៌ មានសតិ មានបញ្ញា មានភាពភ្លឺស្វាង នោះឯងគឺជាជ័យជម្នះដ៏ប្រសើរ គឺប្រសើរជាងឈ្នះមនុស្សរាប់លាននាក់ក្នុងសមរភូមិ ។

១០-ល្អដោយគុណធម៌

រូបកាយរឹតតែស្អាតល្អ ស្រស់សង្ហាទៅប៉ុនណា គឺរឹតតែជាទីត្រិះរិះរំពឹងនៃមហាជនច្រើនទៅប៉ុណ្ណោះដែរ វាបង្កឱ្យកើតកិលេសគឺកាមរាគៈដល់អ្នកដែលបានមើល បានឃើញ ជ្រួលច្របល់គគ្រឹកគគ្រេង វង្វេងបាត់បង់សតិ ។

រូប សំឡេង ក្លិន រស ផោដ្ឋព្វៈ គឺជាអន្ទាក់ចាប់សត្វលោកទុកក្នុងសេចក្ដីទុក្ខសោក ការភ័យខ្លាច ជម្លោះ និងការហត់នឿយលំបាកលំបិន ។

មនុស្សដែលកើតមក មានរូបរាងស្អាតលើសគេនឹងថាបានល្អ នាំមកនូវភ័ព្វសំណាងយ៉ាងនេះមួយ យ៉ាងនោះមួយក៏បាន ប៉ុន្តែវាអាចនាំមកនូវគ្រោះកាច គួរឱ្យខ្លាចផងដែរ ។ មនុស្សដែលកើតមកសប្បាយ មានសេចក្ដីសុខក្នុងជីវិត គឺមនុស្សដែលមិនស្អាតពេក មិនអាក្រក់មើលពេក ហើយបានបន្ថែមនូវភាពដែលគួរឱ្យស្រឡាញ់ គឺសំខាន់ត្រង់សេចក្ដីល្អដោយគុណធម៌ និង ជាអ្នកមានបុណ្យបានធ្វើទុកហើយ ។

១១-ភ្លើងកំហឹង

ការខឹងក្រោធធ្វើឱ្យចិត្តសៅហ្មង កករល្អក់ ក្ដៅក្រហាយក្រវល់ក្រវាយ នឹងដេកក៏មិនសុខ នឹងដើរក៏មិនសុខ នោះគឺជាភ្លើងខាងក្នុង ដែលកើតឡើងដុតបុគ្គលនោះឯង ។ បើមិនចេះពន្លត់វាទេ វានឹងដុតឱ្យក្ដៅរោលរាលជារឿយៗតទៅ តែបើពន្លត់បានក៏ត្រជាក់ជាសុខសប្បាយដោយខ្លួនឯង ។

អ្នកណាគេស្អប់យើងក៏ដោយចុះ តាមពិត ការស្អប់បានទម្លាយនូវសុខភាពផ្លូវកាយ និងផ្លូវចិត្តរបស់គេជាស្រេចទៅហើយ យើងមិនត្រូវស្អប់ត្រឡប់តបទៅគេវិញនោះទេ ព្រោះការស្អប់តប ប្រៀបបីដូចជាការទៅអុជភ្លើងតអំពីគេ មកដុតខ្លួនឯងដូច្នោះដែរ ។

ម្យ៉ាងទៀតស្អប់គេ គឺស្អប់ខ្លួនឯងជាង ព្រោះធ្វើសេចក្ដីសៅហ្មង សាងបាបធម៌ឱ្យខ្លួនឯង ។

១២-ភ្លើងព្យាបាទ

ព្យាបាទ គឺ គំនិតគិតប៉ងឱ្យគេវិនាសនូវប្រយោជន៍ និងសេចក្តីសុខ វាធ្វើឱ្យចិត្តក្តៅងំ ដូចយកភ្លើងមកបង្កាត់ត្រង់ដើមទ្រូងរបស់ខ្លួនឯង ទម្លាយសុខភាពផ្លូវចិត្ត ធ្វើឱ្យចិត្តខ្ទេចខ្ទាំគ្រាំគ្រា។ ពេលខ្លះអ្នកដែលយើងគិតដោយគំនិតព្យាបាទនោះ គេមិនទាំងបានដឹងរឿងអ្វីផង គឺយើងក្តៅក្រហាយដោយគំនុំ ឬដោយការច្រណែនទៅតែម្នាក់ឯង។

បើយើងចាប់ភ្លើងគប់គ្រវែងទៅរកអ្នកដទៃ ភ្លើងរមែងឆេះដៃយើងមុន ហើយបើគ្រវែងទៅគេមិនត្រូវទេ ភ្លើងនោះឯង គឺបានឆេះចំពោះយើងតែម្ខាងប៉ុណ្ណោះ ។

ព្រះធម៌ បានទូន្មានយើងឱ្យលះព្យាបាទដោយមេត្តា ពោលគឺឱ្យមានបំណងល្អ ប្រាថ្នាល្អចំពោះអ្នកដទៃ និងឱ្យមានខ្លួនឯងជាឧបមា ។ សូម្បីយើងមិនឱ្យទុក្ខដល់គេទេ តែគ្រប់គ្នា ក៏មានទុក្ខស្រេចតាមសភាពរបស់ខ្លួនម្នាក់ៗជាធម្មតាទៅហើយ ដូចជាខ្លួនយើងអីចឹងដែរ ដែលចេះតែ

មានទុក្ខ រឿងនេះ រឿងនោះ ទាំងដែលមិនមានអ្នកណាមកធ្វើទុក្ខនោះៗឱ្យយើងផង ។

១៣-ការស្វែងរកសេចក្តីសុខ

ការស្វែងរកសេចក្តីសុខ ដែលគួរតិះដៀលក៏មាន ដែលគួរសរសើរក៏មាន ។

ការស្វែងរកសេចក្តីសុខដើម្បីខ្លួនឯង ដោយការបង្កទុក្ខភ័យឱ្យដល់អ្នកដទៃ ជាការដែលគួរឱ្យតិះដៀល ។

ការស្វែងរកសេចក្តីសុខដើម្បីខ្លួនឯង ដោយមិនបង្កទុក្ខភ័យឱ្យដល់អ្នកដទៃ ជាកិច្ចដែលគួរឱ្យសរសើរ ។

ចំណែកការស្វែងរកសេចក្តីសុខដើម្បីខ្លួនឯង ដោយការឱ្យសុខដល់អ្នកដទៃ គឺគួរឱ្យសរសើរផង ត្រេកអរផង និងគួរឱ្យគោរពផង ។

១៤~ប្រដៅមនុស្ស

មនុស្សយើងដោយប្រក្រតី គឺមិនចូលចិត្តឱ្យអ្នកណាប្រដៅឡើយ រឹតតែមិនចូលចិត្តឱ្យអ្នកណាមកប្រាប់ថាខ្លួនធ្វើអ្វីខុសនោះទៅទៀត ។ ព្រោះហេតុដូច្នោះ វិធីដែលល្អក្នុងការប្រដៅមនុស្ស គឺការប្រដៅដោយមិនឱ្យគេដឹងខ្លួនថាយើងទូន្មានប្រៀនប្រដៅគេ ម្យ៉ាងទៀតវិធីអប់រំទូន្មានដែលល្អជាទីបំផុត គឺការធ្វើខ្លួនជាគំរូល្អឱ្យគេមើល ។

បណ្ឌិតគួរតម្កល់ខ្លួនឯង ឱ្យតាំងនៅក្នុងគុណធំសមគួរជាមុនសិនចាំប្រដៅអ្នកដទៃជាខាងក្រោយ ទើបមិនលំបាក ។

ធម្មបទ អត្តវគ្គ

១៥~មេត្តាធម៌

មេត្តាជាគុណធម៌ក្នុងដួងចិត្តដែលល្អិតល្អន់ និងស្រស់ស្អាត ប្រាសចាកសេចក្តីក្តៅក្រហាយ ប៉ុន្តែចំពោះសេចក្តីស្រឡាញ់វិញ មិនថាត្រជាក់ល្អកទៅប៉ុនណានោះឡើយ វារមែងបង្កប់នូវសេចក្តីក្តៅក្រហាយ ញាប់ញ័រ និងការភ័យខ្លាចដោយប្រការផ្សេងៗ ។

មនុស្សដែលយើងស្រឡាញ់ យើងរមែងជួយគេទាំងក្នុងពេលដែលគេបានសុខ និងទាំងក្នុងពេលដែលគេបានទុក្ខ តែចំពោះមនុស្សដែលយើងមានមេត្តាទៅរកវិញយើងនឹងជួយគេក្នុងករណីដែលគេមានទុក្ខតែប៉ុណ្ណោះ ។

យើងមិនអាចនឹងដាក់ចិត្តឧបេក្ខាបានឡើយ នៅពេលដែលមនុស្សជាទីស្រឡាញ់របស់យើង មាននូវទុក្ខទោសភ័យវិបត្តិអ្វីមួយនោះ តែយើងអាចដាក់ចិត្តឧបេក្ខាបានក្នុងរឿងហួសវិស័យ ទៅជាមួយនឹងមនុស្សដែលយើងមានត្រឹមតែមេត្តា មិនច្រឡូកច្រឡំដោយរាគៈនោះ ។

សេចក្តីស្រឡាញ់ មានសភាពរីករាយភ្លើតភ្លើន នៅពេលដែលសមតាមបំណង សម្រេចបានតាមរាគៈ រួចហើយរមែងទុក្ខសោកបោកខ្លួនបោកប្រាណ នៅពេលខកចិត្ត ឬព្រាត់ប្រាស តែមេត្តាគឺជាសភាពស្រស់ស្រាយទន់ភ្លន់នៃដួងចិត្ត ដែលពេញទៅដោយការប្រាថ្នាល្អចំពោះអ្នកដទៃ និងជាចុងក្រោយក្នុងរឿងហួសវិស័យ មេត្តាក៏ជាបច្ច័យនៃឧបេក្ខា ព្រោះថាសត្វលោករមែងប្រព្រឹត្តទៅតាមកម្មរបស់ខ្លួនឯង ។

១៦-សុខព្រោះមិនបៀតបៀនអ្នកដទៃ

ព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធទ្រង់ត្រាស់សម្តែងថា « កិរិយាសង្រួម គឺការមិនបៀតបៀនដល់សត្វទាំងឡាយ នាំមកនូវសេចក្តីសុខក្នុងលោក » ។

សូម្បីយើងកំពុងឈឺដោយរោគផ្លូវកាយអ្វីមួយ ក៏យើងអាចសម្រេចបាននូវសេចក្តីសុខផ្លូវចិត្តដែរ ព្រោះយើងឈឺតែម្នាក់យើង ដោយការឈឺនេះ មិនមែនជាអំពើបៀតបៀនដល់អ្នកណាៗឡើយ ។

ទោះបីយើងក្រលំបាកតោកយ៉ាក ឬទទួលអកុសលវិបាកផ្សេងៗយ៉ាងណាក៏ដោយ សម្រាប់យើងម្នាក់មិនជាអ្វីឡើយ កុំឱ្យតែមនុស្សសត្វដទៃមានសេចក្តីទុក្ខដោយសារយើង ។

យើងកើតមកក្នុងលោកនេះ បានត្រឹមតែមិនបៀតបៀនដល់មនុស្សសត្វដទៃ វាប្រពៃណាស់ហើយ បើបានបន្ថែមទឹកចិត្តមេត្តា ប្រាថ្នាឱ្យសព្វសត្វបានសេចក្តីសុខទៀតនោះ គឺរឹតតែប្រពៃក្រៃលែង ជីវិតរមែងរស់នៅជាសុខ មានចិត្តស្ងប់ ។

១៧-ឱ្យអភ័យជានិច្ច

ការឱ្យអភ័យ ជាសេចក្ដីល្អមួយដ៏ចាំបាច់ណាស់ក្នុងការសមាគមជាមួយនឹងមនុស្ស ព្រោះមនុស្សចំនួនច្រើនដែលតែងតែមានការខ្វះខាតនូវចំណុចនេះ ចំណុចនោះ ពោលគឺនៅមានកំហុស ដោយចំពោះមនុស្សដែលរស់នៅក្នុងកាមតណ្ហា គឺពិតជាមិនខ្វះនូវឱកាសនៃការភ្លាំងភ្លាត់ឡើយ ។

បើយើងតាំងចិត្តសេពគប់សមាគមជាមួយនឹងអ្នកណាៗ ហើយនោះ យើងត្រូវត្រៀមខ្លួនជានិច្ចដើម្បីនឹងឱ្យអភ័យ បើមិនដូច្នោះទេ យើងមិនអាចសេពគប់ជាមួយអ្នកណាបានឡើយ ។ មនុស្សខ្លះមានកំហុសត្រឹមតែបន្តិចបន្តួចប៉ុណ្ណោះ បើយើងកាន់យកជារឿងធំ យើងនឹងបែកមិត្ត សឹងជាមិត្តល្អទៀតផង ។

១៨-សុខព្រោះមិនកើតទុក្ខ

យើងតែងតែកើតទុក្ខមិនសុខចិត្តក្នុងរឿងផ្សេងៗនេះមកពីយើងទម្លាប់ស្វែងរកសេចក្ដីសុខពីរបស់ខាងក្រៅចំពោះរបស់ដែលយើងពេញចិត្ត ព្រោះហេតុដូច្នេះ ទើបយើងគេចមិនរួចពីការទាស់ចិត្ត ជាទុក្ខទោមនស្សហ្នឹងឯង ។

តាមពិត បើយើងរៀនអប់រំមិនឱ្យចិត្តកើតទុក្ខហើយ គឺជាសេចក្ដីសុខស្រេចទៅហើយ ដែលជាសេចក្ដីសុខ ដោយមិនចាំបាច់ស្វែងរកពីរបស់ដែលពេញចិត្តជាខាងក្រៅនោះឡើយ ។

ការមិនកើតទុក្ខ ជាសុខក្រៃលែង

១៩.អំណាចនៃសេចក្ដីល្អ

សេចក្ដីល្អមានអំណាចសំខាន់ដ៏ក្រៃលែងក្នុងខ្លួនមនុស្ស ធ្វើឱ្យជាទីគោរពលើកតម្កើងរបស់មនុស្សទាំង-ឡាយ ។ រីតតែមានច្រើន ឬរីតតែប្រើច្រើន គឺ រីតតែល្អ និងជាពិសេស គឺមិនមានអ្នកណាមកទម្លាយបាន ។ ឯចំណែកខ្លួនឯងវិញក៏រមែងសប្បាយចិត្ត មានសេចក្ដីសុខក្នុងជីវិត ដែលជាផលត្រូវឃើញច្បាស់ក្នុងបច្ចុប្បន្នទាន់ភ្នែក ។ រីឯអ្នកដទៃដែលមានទំនាក់ទំនងសេពគប់ ក៏បានសុខត្រជាក់ស្រួលក្រោមម្លប់នៃគុណធម៌ផងដែរ ។

សូម្បីមិនមានការអួតអាង និងមិនចាំបាច់មានការនិយាយឃោសនា បបួលឱ្យអ្នកណាៗមករាប់អាន ក៏សេចក្ដីពិតនៃគុណធម៌នោះៗ មានប្រាកដនៃខ្លួនឯងដែរ ។ គុណធម៌ជាអំណាចដ៏រឹងមាំ និងឋិតថេរយូរអង្វែង មិនចាំបាច់ប្រជែងដណ្ដើមពីអ្នកដទៃ មិនមានការចុះទុនដោយ

ការប្រព្រឹត្តអាក្រក់បៀតបៀនគ្នា និងមិនមានភ័យពីអ្នកដទៃដណ្ដើមយកឡើយ ។

អំណាចនៃគុណធម៌ រមែងធ្វើឱ្យថ្ងៃ ខែ ឆ្នាំ ទាំងអស់ក្នុងជីវិត ទៅជា ថ្ងៃ ខែ ឆ្នាំ ល្អទាំងអស់សម្រាប់អ្នកដែលមាននូវគុណធម៌នោះ ។

ជាពិសេសបំផុត គឺអំណាចនៃគុណធម៌អាចកម្ចាត់បង់សត្រូវក្នុងខ្លួនគឺកិលេសដែលជាមេនៃសេចក្ដីទុក្ខបាន។

២០.មនុស្សគួរដល់ការហ្វឹកហាត់

មនុស្សដែលគួរឱ្យគោរព គឺមនុស្សដែលបំពេញតួនាទីរបស់ខ្លួនដ៏យ៉ាងល្អជាទីបំផុត មានការអើពើយកចិត្ត

ទុកដាក់ចំពោះអ្នកតូចទាប ទាំងកិរិយាមារយាទ ទាំងវាចា និងទាំងទឹកចិត្ត ។

មនុស្សដែលគួរឱ្យសរសើរ គឺមនុស្សដែលបានធ្វើនូវប្រយោជន៍ឱ្យដល់ខ្លួនឯង និងសង្គម ស័ក្តិសមក្នុងភាពនៃខ្លួនជាមនុស្សដែលជាអ្នកមានចិត្តប្រសើរខ្ពង់ខ្ពស់ ។

មនុស្សដែលឆ្លាតក្នុងការនិយាយ គឺមនុស្សណាដែលនិយាយមិនឱ្យទាស់ត្រចៀកនៃអ្នកស្តាប់ និយាយឱ្យគេសប្បាយចិត្ត មានសេចក្តីសុខនៅពេលដែលគេបានស្តាប់ឮ មិននិយាយលើកតម្កើងខ្លួនឯង ហើយបង្អាប់បង្អោនអ្នកដទៃ ។ មនុស្សដែលចេះអត់ធន់ចំពោះពាក្យសម្តីអ្នកដទៃ គឺមនុស្សដែលមិនក្តៅក្រហាយចិត្ត នៅពេលដែលបានស្តាប់ឮពាក្យអាក្រក់គ្រោតគ្រាតពីអ្នកដទៃ ជាអ្នករក្សាចិត្តបានដោយល្អ មិនទទួលយកអារម្មណ៍ខាងក្រៅមកទម្លាយនូវសេចក្តីសុខស្ងប់នៃចិត្តរបស់ខ្លួនឡើយ។

២១-ការសិក្សាដែលល្អពិត

ការសិក្សាដែលល្អពិត គឺការប្រព្រឹត្តល្អតាមដែលបានសិក្សាចេះដឹងមកនោះឯង ព្រមទាំងការនាំយកនូវចំណេះដឹងនោះ មកប្រើឱ្យកើតជាប្រយោជន៍ដល់សង្គម។

ម្យ៉ាងទៀត បុគ្គលដែលមានការសិក្សាដោយល្អនោះ គឺត្រូវសម្បូណ៌ទៅដោយគុណសម្បត្តិទាំងផ្លូវលោក ទាំងផ្លូវធម៌ ពោលគឺមានចំណេះដឹងក្នុងការងារអាជីព ដើម្បីរស់នៅឱ្យបានល្អក្នុងលោក និងជាអ្នកមានសីលធម៌ ដើម្បីរស់នៅជាសុខដោយការមិនក្តៅក្រហាយចិត្ត ព្រម-ទាំងជាគំរូដ៏ល្អនៃបរិវារជន និងអនុជនទៀតផង ។

ការងារសុចរិតជាការងារមានកិត្តិយស

ប្រាសចាកភ័យនិងពៀរវេរា ។

២២-ដើមឈើ

ដើមឈើពឹងខ្លួនឯងជាមុន ប្រឹងប្រែងតាំងតែអំពីគ្រាប់ពូជតូចមួយរហូតដល់ធំ រួចហើយទើបបានជាទីពឹងឱ្យដល់អ្នកដទៃ ។ ធម្មជាតិមនុស្សយើងក៏ដូចគ្នា គឺអាចប្រឹងប្រែងជួយខ្លួនឯង ហ្វឹកហាត់អប់រំទូន្មានខ្លួនរហូតទាល់តែបានដល់នូវសេចក្តីសម្រេច ធ្វើជាទីពឹងនៃខ្លួនឯងបាន រួចហើយក៏បានធ្វើជាទីពឹងឱ្យដល់អ្នកដទៃដូច្នោះដែរ។

មនុស្ស និង សត្វទាំងឡាយ សុទ្ធតែបានទទួលនូវប្រយោជន៍សន្ធឹកសន្ធាប់អំពីដើមឈើ រាប់តាំងតែពីគ្រឿងស្លៀកដណ្តប់ ទីជ្រកនៅអាស្រ័យ ថ្នាំកែរោគ អាហារបរិភោគ រហូតដល់គ្រឿងប្រើប្រាស់ផ្សេងៗរាប់មុខមិនអស់ ។

មនុស្សយើង កើតមកដើម្បីសាងខ្លួនឯងឱ្យជាប្រយោជន៍ដល់មនុស្សផងគ្នា និងសត្វលោកទាំងឡាយ ។ មនុស្សត្រូវចេះទូន្មានខ្លួន ប្រឹងប្រែងសិក្សាស្រាវជ្រាវ ឱ្យ

ដូចជាឫសឈើចាក់ចុះទៅក្នុងផែនដី ញ៉ាំងដើមឱ្យធំ និងមាំមួនរឹងប៉ឹងល្អ ទ្រាំទ្រចំពោះខ្យល់ ចំពោះកម្តៅថ្ងៃបាន។

មនុស្សយើងបើមិនរឹងប៉ឹងទេ លុះដល់ធំឡើង ក៏ជាមនុស្សទន់ខ្សោយនឹងដួលរលំបានដោយងាយ នៅពេលដែលបានជួបជាមួយនឹងឧបសគ្គផ្សេងៗ គឺជាអ្នកបរាជ័យចាញ់ជីវិតខ្លួនឯង ។

ស្លឹកឈើ នៅពេលដែលធំពេញទី ក៏រមែងផ្លាស់ប្តូរពីពណ៌ខៀវបៃតងមកជាពណ៌លឿង ហើយក៏ជ្រុះចុះមកលើផែនដី ត្រឡប់ក្លាយទៅជាជី ។ មនុស្សយើងក៏នឹងដល់ភាពមិនទៀងនៃជីវិត កើត ចាស់ ឈឺ ហើយក៏ស្លាប់ព្រាត់ប្រាសគ្នាទៅ ។ ស្លឹកឈើទុំជ្រុះ ដើម្បីឱ្យស្លឹកថ្មីដុះបន្តយ៉ាងណា មនុស្សយើងកាលដល់ពេលហើយ ក៏ត្រូវចាកលោកទៅ ដើម្បីឱ្យមនុស្សកើតមកក្រោយៗបំពេញកិច្ចការជាបន្តក៏យ៉ាងនោះដែរ ។ គ្រប់យ៉ាងមានការប្រែប្រួលជានិច្ច ឱ្យតែជាសង្ខារធម៌ ។

ដើមឈើទ្រាំនៅហាលថ្ងៃ ហាលខ្យល់ ហាល

ភ្លៀង ដើម្បីជាម្លប់ដល់ពួកមនុស្សសត្វទាំងឡាយ ។ មនុស្សយើងពេលខ្លះក៏ត្រូវព្រមលំបាកដែរ ដើម្បីធ្វើជាជម្រកឱ្យដល់អ្នកដទៃ ។

ដើមឈើជាធម្មជាតិមាននៅឱ្យមនុស្សយើងសិក្សារៀបចំដំណើរជីវិតឱ្យមានប្រយោជន៍ពិតៗ ។

គួរមើលដើមឈើជាតួយ៉ាង
បានជាភ័ស្តុតាងដាស់តឿនចិត្ត
ដើមឈើទ្រាំក្តៅទ្រាំខ្យល់ពិត
ទុកដូចជាមិត្តឱ្យទីជ្រក ។

២៣_ការដើរព្រៃ

ដំណើរជីវិតរបស់មនុស្សយើង ដូចគ្នានឹងការដើរព្រៃ ដើម្បីឱ្យបានដល់គោលដៅ យើងត្រូវតែយល់ដឹងនិងឆ្លាតផង ។

ការដើរក្នុងព្រៃ កន្លែងខ្លះត្រូវជួបនឹងបន្លា កន្លែងខ្លះមានរណ្តៅ ឬត្រូវជួបនឹងព្រៃស្តុក ព្រមទាំងអាចមានឧបសគ្គពីសត្វសាហាវផ្សេងៗ ។ បើយើងរវល់តែកាប់បន្លា ឆ្ការព្រៃ លុបរណ្តៅឱ្យស្មើ និងសម្លាប់សត្វសាហាវឱ្យអស់នោះ យើងប្រាកដជាទៅមិនដល់ទិសដៅឡើយ ។

តាមការពិត ក្នុងសង្គមមនុស្សយើងនេះ មានរណ្តៅចម្រូង និងបន្លាជាដើមសន្ធឹកសន្ធាប់ ដែលរារាំងដំណើរផ្លូវនៃជីវិតរបស់យើង ជារឿងរំខានចិត្តឱ្យគិតកង្វល់គ្រប់ពេលវេលា ។ បើយើងបានយល់ដឹងដោយប្រពៃ ពិចារណាតាមហេតុផលនៃសភាពការណ៍ យើងនឹងកំណត់ដឹងនូវឧបសគ្គទាំងនោះ ពេលខ្លះយើងអាចលុបបាន ក៏គួរលុបទៅ បើសៀវបាន គឺត្រូវតែសៀវទៅឱ្យផុត ... ។

២៤-មនុស្សស្លឹកឈើជ្រុះនិងមនុស្សផ្កាយ

មនុស្សខ្លះប្រៀបបីដូចជាស្លឹកឈើជ្រុះ ស្រេចតែខ្យល់បក់ទៅខាងណា ក៏ទៅខាងនោះ មិនមានទិសដៅនៃជីវិតពិតប្រាកដឡើយ មនុស្សដែលមានសភាពបែបនេះ គឺមានច្រើននៅក្នុងលោក ។

មនុស្សខ្លះ ប្រៀបបីដូចជាផ្កាយ ដែលដើរទៅតាមផ្លូវរបស់ខ្លួន មានឧត្តមគតិនិងដំណើរជីវិតពិតប្រាកដ មនុស្សដូចនេះមានតិចនៅក្នុងលោក ប៉ុន្តែច្រើនតែបានជួបប្រសព្វនូវសេចក្តីសម្រេចដ៏ធំធេង និងជាទីគោរពរាប់អានលើកតម្កើងនៃពពួកជនក្នុងលោក ។

បើយើងមិនអាចកំណត់ដំណើរនៃជីវិតរបស់យើងបានទេ សង្គមហ្នឹងឯងរមែងកំណត់ឱ្យយើងដើរតាម មានជីវិតបណ្តោយទៅតាមខ្យល់ គឺលោកធម៌ ដែលប្រាសចាកទិសដៅ ព្រោះថាក្នុងសង្គមមានការច្របូកច្របល់លាយ-

ឡំគ្រប់បែបយ៉ាង ច្រើនទៅដោយការប្រជែង លោភលោភលន់ និងព្យាបាទបៀតបៀន ។

មនុស្សដែលអាចបង្គាប់ខ្លួនឯង ឱ្យឋិតនៅក្នុងផ្លូវដែលឆ្ពោះទៅរកទិសដៅនៃសេចក្តីសម្រេចបាន គឺមនុស្សដែលចេះគិត មានសតិបញ្ញា មានការព្យាយាម អត់ធន់ប្រព្រឹត្តទៅតាមគន្លងផ្លូវនៃសប្បុរសទាំងឡាយ ។

មនុស្សផ្កាយ គឺជាមនុស្សដែលធ្វើឱ្យខ្លួនឯង និងសង្គមមានសេចក្តីសុខស្ងប់ មានលក្ខណៈផ្ទុយទាំងស្រុងពីមនុស្សស្លឹកឈើជ្រុះ ។

ឥឡូវនេះ អ្នកជាមនុស្សបែបណាដែរ ?

ធ្វើអ្វីទៅតាមតែតណ្ហា នឹងជួបសោកាចបាខ្វាយខ្វល់
ធ្វើអ្វីទៅតាមបញ្ញាយល់ នឹងបានអស់ខ្វល់សល់តែសុខ ។

២៥-គុម្ពឫស្សី

ដើមឫស្សីដុះជុំគ្នាជាគុម្ព យើងអាចសិក្សាពីការព្រមព្រៀងគ្នាក្នុងសង្គម ខ្យល់បក់មិនរលំ ព្រោះជួយទប់គ្នា ។ ដើម្បីការព្រមព្រៀងគ្នា យើងត្រូវចេះឱ្យតម្លៃ ឱ្យកិត្តិយសដល់អ្នកដទៃ ឬក៏ឱ្យនូវអ្វីៗ ដែលអាចធ្វើឱ្យអ្នកដទៃមានទឹកចិត្ត ល្មមនឹងស្មោះត្រង់រកគ្នាបាន ។

គុម្ពឫស្សី រមែងមានបន្លាព័ទ្ធជុំវិញគល់ខាងក្រោម ជាប្រយោជន៍ការពារខ្លួន មិនឱ្យគេចូលមកកាប់ទម្លាយបានដោយងាយ និងការពារទំពាំងរបស់ខ្លួន ។ មនុស្សយើងក៏ដូចគ្នា ត្រូវចេះរបៀបការពារខ្លួន ការពារទ្រព្យសម្បត្តិ រក្សាវង្សត្រកូលទុកក្នុងសេចក្ដីថ្លៃថ្នូរ និងរក្សានូវអ្វីៗទៀត តាមដែលត្រូវថែរក្សា ។ ការថែរក្សា និងការពារនេះគឺជាស្មារតីប្រុងប្រយ័ត្ន ប្រព្រឹត្តទៅដោយសេចក្ដីមិនប្រមាទ មិនមែនជាការហួងហែង ប្រកាន់មាំព្រោះសេចក្ដីវង្វេងនោះឡើយ ។

បើនិយាយអំពីប្រយោជន៍វិញ ឫស្សីមានប្រយោជន៍ដល់ការប្រើប្រាស់ច្រើនយ៉ាងណាស់ ដូចជាក្បូន រនាប បំពង់ទឹក ក្ដាក់ បង្គោង បង្គី រោង រន្ទាជាដើម ។

មនុស្សយើងកើតមក ក៏គួរតែជាមនុស្សដែលមានប្រយោជន៍ដល់អ្នកដទៃ ត្រូវសិក្សាអំពីធម្មជាតិដែលមានប្រយោជន៍ក្នុងលោក និងត្រូវគិតថា « អាត្មាអញកំពុងធ្វើអ្វី » ។

ឫស្សីអាងបន្លាការពារខ្លួន ប្រាជ្ញអាងច្បាប់ក្បួនការពារខុស
ឫស្សីបែកគុម្ពទំពាំងដុះ សាមគ្គីគ្នារស់បែកគ្នាស្លាប់ ។

២៦-ដួងព្រះអាទិត្យ

ក្នុងបណ្ដាធម្មជាតិទាំងឡាយដែលមានវិញ្ញាណនិង អត់វិញ្ញាណក្នុងលោកយើងនេះ សុទ្ធតែបានទទួលឥទ្ធិពល អំពីព្រះអាទិត្យទាំងអស់។ ព្រះអាទិត្យមានកម្លាំងអានុភាព ដ៏ក្រៃលែង បង្កឱ្យមានឥទ្ធិពលផ្សេងៗកើតឡើង ដូចជា ការប្រព្រឹត្តទៅនៃរដូវកាល ការចម្រើនធំធាត់នៃមនុស្ស សត្វ តិណជាតិ រុក្ខជាតិជាដើម ទាំងអស់នេះសុទ្ធតែត្រូវ បានទទួលពីកម្លាំងការងារនៃព្រះអាទិត្យដោយពិត ។

ព្រះអាទិត្យចាប់ផ្ដើមរះពីទិសខាងកើត ធ្វើដំណើរ យឺតៗសន្សឹមៗ ប៉ុន្តែនឹងធឹងមាំមួនណាស់ ។ បញ្ចេញរស្មី ស្វាងស្រឡះ កម្ដៅនៅស្រទន់ពេលព្រឹកព្រលឹម ញ៉ាំង លោកនេះឱ្យស្រស់បស់ ។ លុះដល់ថ្ងៃខ្ពស់រហូតត្រង់ ក៏ បន្ថែមកម្ដៅខ្លាំងឡើងៗ រួចហើយក៏ធ្លាក់ចុះ ធ្វើដំណើរ ឆ្ពោះទៅទិសខាងលិច លុះដល់ពេលល្ងាចក៏ត្រជាក់ ថយ ចុះនូវកម្ដៅ ត្រូវគ្នានឹងមនុស្ស ដែលធ្វើការហត់នឿយ

អស់កម្លាំង ហើយតាំងនាំគ្នាសម្រាកសម្រាន្ត ។ ទីបំផុត ព្រះអាទិត្យក៏អស្តង្គតរលត់ចូលកាន់រាំងននៃរាត្រី ។

កិច្ចការងារនៃដួងព្រះអាទិត្យ ១២ ម៉ោងនោះខ្លាំង ក្លាក្រៃលែងណាស់ សូម្បីការដើរយឺត (ដើរយឺតនេះពោល ដោយសន្មតិ តាមការមើលឃើញ) ប៉ុន្តែនឹងធឹងមាំមួន មានកម្លាំងខ្លាំងមហិមា ។

មនុស្សយើងគិតមើលឱ្យល្អចុះ ដួងព្រះអាទិត្យតែ មួយដួង ក៏មានរឿងឱ្យគិត ឱ្យពិចារណាច្រើនផ្នែកច្រើន ប្រការ ។ នៅក្នុងការងារដែលមានរបៀបរៀបរយ សាង ប្រយោជន៍ឱ្យសម្រេចយ៉ាងធំធេង គឺមិនប្រញាប់ប្រញាល់ កញ្ឆក់កញ្ឆេង មិនចិត្តក្ដៅធ្វើអ្វីរម៉ាំងរម៉ោកនោះឡើយ ប៉ុន្តែទ្រទ្រង់កម្លាំងដ៏ខ្លាំងក្លារឹងប៉ឹងមាំមួន ។

ព្រះអាទិត្យមានកម្ដៅធ្វើអ្វីឱ្យស្ងួតហួតហែង យ៉ាង ណា ការបដិបត្តិធម៌ក៏រមែងព្យាយាមដុតនូវកិលេសឱ្យអស់ ទៅដូច្នោះដែរ ។

ព្រះអាទិត្យកម្ចាត់នូវភាពងងឹត ចំណែកអ្នកបដិបត្តិធម៌រមែងកម្ចាត់នូវអវិជ្ជា ។

ព្រះអាទិត្យអណ្តែតក្នុងលំហអាកាស មានកិច្ចសំខាន់ណាស់ចំពោះលោកនេះ យ៉ាងណា យោនិសោមនសិការក៏ពិនិត្យ ពិចារណានូវសង្ខារលោករឿយៗយ៉ាងនោះឯង ។

ព្រះអាទិត្យមានរស្មីដោយជុំវិញ ឯអ្នកបដិបត្តិធម៌វិញ ក៏មានអារម្មណ៍នៃព្រះកម្មដ្ឋានដោយជុំវិញដែរ ពោលគឺបញ្ញាដឹងអារម្មណ៍ជុំវិញជីវិត ។

ព្រះអាទិត្យ ញ៉ាំងលោកឱ្យប្រព្រឹត្តទៅ ទាំងសត្វលោក ទាំងធម្មជាតិដែលឥតមានវិញ្ញាណ យ៉ាងណា មនុស្សយើង កើតមកក៏គួរតែធ្វើប្រយោជន៍ឱ្យដល់លោកនេះ បើមិនបានច្រើន ក៏គង់តែខ្លះៗដែរ ។

ម្យ៉ាងទៀត ជីវិតដូចព្រះអាទិត្យដែលព្រះអាទិត្យមិនមានការឈប់នៅមួយកន្លែងឡើយ កាលមានពន្លឺរស្មីហើយ ក៏រះខ្ពស់ ខ្ពស់ហើយក៏ត្រង់ រួចក៏រសៀល ទីបំផុត

លិចបាត់ អស់ពន្លឺរស្មី អ្នកណាយំស្រែកអង្វរករឱ្យឈប់ស្ងៀមនៅយ៉ាងណា ក៏មិនស្តាប់ការអង្វររបស់អ្នកណាឡើយ ។

ព្រះអាទិត្យទៀបនឹងអស្តង្គត បានបង្ហាញនូវភាពស្អាត ដែលនាំឱ្យអ្នកផងទាំងពួងរីករាយក្នុងការមើល ចំណែកការអស្តង្គតនៃជីវិតវិញ តើយើងបានទុកសេចក្តីល្អយ៉ាងណាឱ្យលោកនេះ ។

ដួងសុរិយាបំភ្លឺនៅពេលថ្ងៃ
ចន្ទពេញបូណ៌មីបំភ្លឺពេលយប់
ព្រះធម៌ល្អណាស់ភ្លឺខ្លាំងលើសលប់
ទាំងថ្ងៃទាំងយប់កម្ចាត់មោហា ។

២៧_ដួងព្រះចន្ទ

ព្រះចន្ទខាងខ្នើត រមែងចម្រើនដោយរស្មី មានពន្លឺខ្លាំងឡើងៗ យ៉ាងណា ជនប្រុសស្រីគប្បីញ៉ាំងរស្មីនៃជីវិតឱ្យចម្រើនដូចព្រះចន្ទខាងខ្នើតដែរ ពោលគឺញ៉ាំងគុណធម៌ឱ្យមានការចម្រើនខ្ពស់ឡើងៗ ។

ព្រះចន្ទជាអធិបតីលើពួកផ្កាយទាំងឡាយ ដោយពន្លឺរស្មីមកលើផែនដី យ៉ាងណា បុគ្គលគប្បីប្រព្រឹត្តខ្លួនឱ្យជាអធិបតី គឺជាធំដោយឆន្ទាធិបតីជាដើម ប្រាថ្នានឹងកម្ចាត់បង់នូវកិលេស ដូច្នោះដែរ ។

ព្រះចន្ទរមែងប្រាកដឱ្យឃើញក្នុងវេលារាត្រី ថ្ងៃពេញបូណ៌មី រាត្រីកាន់តែស្ងាត់ យប់កាន់តែជ្រៅ មេឃស្រឡះ ពន្លឺរឹតតែច្បាស់ អាកាសធាតុត្រជាក់ សេចក្តីនេះយ៉ាងណា សមដូចព្រះពុទ្ធឧទានថា « សេចក្តីស្ងប់ស្ងាត់របស់អ្នកដែលត្រេកអរក្នុងទីស្ងាត់ ជាអ្នកមានធម៌បានស្តាប់ហើយ ពិចារណាឃើញនូវធម៌ នាំមកនូវសេចក្តីសុខ កិរិយាមិនបៀតបៀនគឺកិរិយាសង្រួមចំពោះសត្វទាំងឡាយ

នាំមកនូវសេចក្តីសុខក្នុងលោក » ។

មានព្រះពុទ្ធដីកាផ្សេងទៀត ព្រះអង្គទ្រង់ត្រាស់ថា « បុគ្គលណាប្រមាទពីពេលមុន លុះដល់ក្រោយមកជាបុគ្គលមិនប្រមាទ បុគ្គលនោះ រមែងញ៉ាំងលោកនេះឱ្យភ្លឺស្វាង ដូចព្រះចន្ទចេញផុតពីពពក » ឬម្យ៉ាងទៀតថា «បុគ្គលណាធ្វើបាបពីមុន លុះដល់ក្រោយមកជាអ្នកបិទនូវបាបនោះដោយកុសល បុគ្គលនោះរមែងញ៉ាំងលោកនេះឱ្យភ្លឺស្វាងដូចព្រះចន្ទចេញផុតពីពពក » ដូច្នេះជាដើម ។

ព្រះចន្ទមានរស្មីជាគ្រឿងលំអ អ្នកបួសទ្រង់ធម៌មានលម្អដោយសីល ។

ព្រះចន្ទញ៉ាំងជនទាំងឡាយ ឱ្យរីករាយសប្បាយក្នុងពន្លឺរស្មី រីឯជនប្រុសស្រីញ៉ាំងអ្នកដទៃឱ្យត្រេកអរនឹងការងាររបស់ខ្លួន ។

ព្រះចន្ទបំភ្លឺមិនរើសដំបូលផ្ទះ ទោះបីភូមិស្រុកទីក្រុងជនបទ យ៉ាងណា អ្នកចម្រើនមេត្តារមែងផ្សាយមេត្តាទៅដោយមិនរើសសព្វសត្វ ក៏យ៉ាងដូច្នោះដែរ ។

២៨. មហាសមុទ្រ

មហាសមុទ្រមិននៅរួមជាមួយនឹងសាកសព បើមានសាកសព រលកតែងនាំមកចោលលើច្រាំង យ៉ាងណា បុគ្គលល្អ រមែងមិននៅរួមជាមួយនឹងកិលេសគ្រឿងសៅហ្មងមានលោភៈ ទោសៈ និងមោហៈ ជាដើមឡើយ ក៏យ៉ាងនោះដែរ ។

មហាសមុទ្រ ទ្រទ្រង់រក្សាទុកនូវរតនៈច្រើនប្រការ មានកែវមុក្តា កែវពិទូរ្យ កែវប្រពាល កែវផលិក មាសនិងប្រាក់ ។ល។ រមែងរួបរួមទុក មិនឱ្យខ្ចាត់ខ្ចាយរាត់រាយទៅខាងក្រៅឡើយ ក៏ដូចជាព្រះអរិយបុគ្គលដែលទ្រទ្រង់នូវរតនៈគឺគុណវិសេសផ្សេងៗ មានសតិប្បដ្ឋាន ៤ ជាដើម រហូតដល់មគ្គផលជាលោកុត្តរ ហើយរក្សាទុកនៅខាងក្នុង មិនឱ្យផ្សព្វផ្សាយទៅខាងក្រៅដោយអំនួតអួតអាងឡើយ។

មហាសមុទ្រ រមែងជាទីនៅនៃសត្វធំៗ និងអមនុស្សផ្សេងៗ មានពពួកទេវតាជាដើម មានន័យដែល

គួរឱ្យសិក្សាត្រង់ដែលថាមនុស្សល្អ រមែងជាទីនៅរួមដោយកល្យាណមិត្តសំខាន់ៗ ជាមិត្តដែលបានទ្រទ្រង់នូវគុណមានការប្រាថ្នាតិច មានសន្តោស ចេះខ្មាសខ្លើមបាប និងមាននូវសីលជាទីស្រឡាញ់ជាដើម ។

មហាសមុទ្រ តែងមានទឹកថ្មីៗហូរចូលរាល់ថ្ងៃ ដោយទន្លេតូចធំទាំងឡាយរាប់មិនអស់ ព្រមទាំងទឹកភ្លៀងពីលើធ្លាក់ចុះ សូម្បីដល់ម្ល៉ោះក៏មិនបានកន្លងច្រាំងនៃមហាសមុទ្រឡើយ នេះតាមប្រក្រតីធម្មតា យ៉ាងណា សាវ័ករបស់ព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធ ជាបុគ្គលប្រាថ្នានូវសេចក្តីបរិសុទ្ធ ក៏មិនប្រព្រឹត្តកន្លងនូវសិក្ខាបទ ព្រោះហេតុនៃលាភ យសសរសើរ សុខ ឬព្រោះហេតុនៃជីវិតនោះឡើយ ក៏យ៉ាងនោះដែរ ។

មហាសមុទ្រ មិនចេះពេញទៅដោយទឹកដែលហូរចូលរាល់ថ្ងៃ ក៏មានសេចក្តីដូចជាបុគ្គលដែលមានជាតិជាបណ្ឌិត រមែងមិនចេះឆ្អែតក្នុងការស្តាប់នូវព្រះធម៌ដែលជាពាក្យប្រៀនប្រដៅរបស់ព្រះជិនស្រីឡើយ ។

២៩.ផែនដី

អ្នកណាៗ ដាក់ចុះទម្លាក់ចោលនូវរបស់ស្អាត ឬមិនស្អាតយ៉ាងណា ផែនដីក៏រមែងនៅស្ងៀមមានសភាពស្មើៗជានិច្ច មិនមានការស្រឡាញ់ ឬស្អប់ឡើយ ក៏ដូចជាមនុស្សដែលមានចិត្តបានអប់រំទូន្មានហើយ រមែងមិនមាននូវអាការឡើងចុះ គឺមិនស្រឡាញ់មិនស្អប់ចំពោះអារម្មណ៍ល្អ ឬមិនល្អនោះឡើយ ។

ផែនដីរមែងទ្រទ្រង់នូវអ្វីៗសព្វយ៉ាង ដូចជាផ្ទះ-សំបែងទីកន្លែង ដើមឈើ ព្រៃភ្នំ ទន្លេសមុទ្រ និងមនុស្សសត្វជាដើម ដោយមិនមានការខ្ជិលច្រអូសណាមួយទេ ក៏ដូចជាការមិនខ្ជិលច្រអូសនៃមនុស្សល្អ ព្យាយាមបំពេញនូវករណីយកិច្ចដ៏ប្រសើរទាំងឡាយ ទៅតាមតួនាទីរបស់ខ្លួន និងជាមនុស្សដែលមានសមត្ថភាពខ្ពស់ អាចជាទីអាស្រ័យនៅ នៃមនុស្សសត្វទាំងឡាយដទៃបានយ៉ាងច្រើនទៀតផង ។

ធម្មៈ គឺធម្មជាតិបានបង្រៀននូវសេចក្តីពិត ឱ្យយើងបានសិក្សាគ្រប់ពេលវេលា ត្រូវទៅតាមព្រះធម៌ដែលព្រះពុទ្ធបរមគ្រូទ្រង់ត្រាស់សម្តែង ។

ភិក្ខុណាមានចិត្តស្មើដោយផែនដី ប្រៀបដូចជាសសរខឿន មានគោលជំហររឹងប៉ឹង មានវត្តប្រតិបត្តិល្អ មានកិលេសដូចជាភក់ទៅប្រាសហើយ ដូចជាទន្លេដែលមិនកករល្អក់យ៉ាងនោះឯង មិនមានស្រឡាញ់ មិនមានស្អប់ ។ សង្សារវដ្តទាំងឡាយនឹងមិនមានដល់ភិក្ខុដែលមានគោលជំហររឹងប៉ឹងយ៉ាងនេះឡើយ ។

ធម្មបទអរហន្តវគ្គ

ធ្ងន់ណែននឹងធឹងដូចផែនដី
មិនមានជាប់អ្វីដូចអាកាស
ស្ងប់ស្ងៀមត្រជាក់សែនស្រឡះ
គឺសុខពិតណាស់ចិត្តអប់រំ ។

៣០-ទឹក

ទឹកឈប់ស្ងៀម នឹងស្មើទៅតាមប្រក្រតីរបស់ខ្លួន មិនល្អក់ គឺថ្លាស្អាតជានិច្ច ក្នុងន័យសិក្សាអប់រំឱ្យមនុស្ស យើង ស្ងប់ស្ងៀមប្រព្រឹត្តស្មើក្នុងកុសលកម្មបថ មាន មារយាទស្អាតបរិសុទ្ធ តាមសភាពរបស់ខ្លួនជាប្រក្រតី មិន និយាយឱ្យមានការកករល្អក់ចិត្តខ្លួនឯង និងអ្នកដទៃក្នុង រឿងអ្វីៗឡើយ ។

ទឹកមានប្រក្រតីធម្មតារបស់ខ្លួនគឺត្រជាក់ស្មើជានិច្ច ក៏ដូចជាមនុស្សដែលសម្បូណ៌ដោយមេត្តា ខន្តី សោរច្ចៈ អវិហិង្សា មានប្រក្រតីស្វែងរកប្រយោជន៍ទំនុកបម្រុង និង មានសេចក្តីអនុគ្រោះដល់សព្វសត្វទាំងឡាយ ។

ទឹក រមែងជម្រះនូវរបស់ដែលស្មោកគ្រោកឱ្យស្អាត ទៅបាន គឺបានដល់មនុស្សដែលនៅក្នុងទីណាៗ រមែងធ្វើ កិច្ចដែលជាប្រយោជន៍ដល់ពពួកជន គ្រប់ភេទ គ្រប់ឋានៈ

លាងជម្រះនូវអារម្មណ៍មិនល្អ ឱ្យបានទៅជាអារម្មណ៍ស្អាត ចិត្តស្អាត ដល់អ្នកគ្រប់គ្នា និងមានជីវិតស្រស់បស់ ។

ទឹកជាវត្ថុដែលជាទីត្រូវការយ៉ាងចាំបាច់បំផុត នៃ មនុស្សសត្វគ្រប់គ្នា នេះប្រៀបបាននឹងមនុស្សដែលបដិបត្តិ ខ្លួនឱ្យជាទីប្រាថ្នានៃសត្វលោក ជាទីគោរព ជាទីស្រឡាញ់ នៃអ្នកគ្រប់គ្នាដូច្នោះឯង ។

ទឹកស្អាតបរិសុទ្ធ មិននាំមកជាតិពិសពុលឱ្យដល់រូប កាយនៃអ្នកដែលអាស្រ័យនឹងខ្លួនឡើយ គឺឱ្យសម្រេចតែ ប្រយោជន៍ ដល់អ្នកដែលត្រូវការបរិភោគជាដើមប៉ុណ្ណោះ យ៉ាងណា មនុស្សបរិសុទ្ធ រមែងមិនបង្កនូវជម្លោះវិវាទ ទាស់ទែង មិនច្រណែនឈ្នានីស ចាំតែចាប់ទោសកំហុស នៃអ្នកដទៃនោះឡើយ មិនប្រព្រឹត្តទុច្ចរិតដោយកាយវាចា ចិត្ត មានតែប្រព្រឹត្តនូវប្រយោជន៍សុខដល់អ្នកណាៗដែល ត្រូវការខ្លួន ចូលមកសេពគប់អាស្រ័យនឹងខ្លួនតែម្យ៉ាង ប៉ុណ្ណោះ យ៉ាងនោះឯង ។

៣១-ភ្លើង

ជាធម្មតារបស់ភ្លើង រមែងដុតនូវរបស់ទាំងពួងឱ្យឆេះខ្ទេចខ្ទី យ៉ាងណា ការសិក្សាប្រព្រឹត្តបដិបត្តិ គឺជាភ្លើងដុតនូវកិលេសក៏យ៉ាងនោះដែរ ដូច្នេះទើបពុទ្ធបរិស័ទយើងត្រូវបង្កាត់ភ្លើងកុសលឱ្យបានដល់ព្រម ឱ្យឆេះតគ្នាជានិច្ច រហូតដល់បានសម្រេច រួចផុតពីសេចក្តីសៅហ្មង។

ភ្លើងពុំចេះករុណា អាណិតស្រណោះដល់ស្មៅដល់អុស រហូតដល់ផ្ទះសំបែងព្រៃព្រឹក្សាឡើយ ក៏ដូចជាអ្នកប្រព្រឹត្តធម៌ រមែងមិនអាណិតកិលេសដូច្នេះដែរ គឺថាត្រូវតែដុតកម្ទេចចោលដោយភ្លើង គឺញាណ បានដល់វិបស្សនាញាណ និងមគ្គញ្ញាណ ។

ភ្លើងចេះតែពីឆេះ កាលបើមានអ្វីត្រូវឆេះ ភ្លើងមិនញញើត មិនរួញរាឡើយ យ៉ាងណា ការតាំងចិត្តបដិបត្តិធម៌គឺត្រូវតែឱ្យពិតប្រាកដ បំពេញកិច្ចឱ្យហ្មត់ចត់

មិនខ្ជិលមិនរួញរា ហើយក៏មិនរាយមាយពីកិច្ចការតួនាទីរបស់ខ្លួន ក៏យ៉ាងនោះដែរ ។

ភ្លើងកម្ចាត់បង់នូវភាពត្រជាក់រងា ដូចគ្នានឹងការប្រព្រឹត្តធម៌រមែងបាននូវភាពកក់ក្តៅ បាននូវទីពឹង ប្រាស-ចាកភ័យ មិនមានសេចក្តីទុក្ខសោក អាឡោះអាល័យអ្វីឡើយ បីដូចនាងបដាចារាដែលបាននូវភាពកក់ក្តៅក្នុងព្រះសាសនាដូច្នោះឯង ។

ភ្លើងមានភាពភ្លឺស្វាង កម្ចាត់បង់នូវភាពងងឹត ជាការបញ្ជាក់ពិតៗដល់ពន្លឺនៃបញ្ញា ដែលមិនមានពន្លឺអ្វីប្រៀបស្មើទៀតផង ព្រោះពន្លឺនៃបញ្ញាអាចកម្ចាត់នូវភាពងងឹត គឺអវិជ្ជាបាន ។

ពន្លឺអ្វីស្មើដោយបញ្ញាមិនមាន

៣២‿ខ្យល់

ខ្យល់រមែងបក់ផាត់នូវក្លិនក្រអូបនៃផ្កាឈើក្នុងព្រៃ ធ្វើឱ្យក្រអូបឈ្ងុយឈ្ងប់ក្នុងព្រៃធំ យ៉ាងណា ព្រះយោគាវចរ រមែងត្រេកអរក្នុងសេចក្តីព្យាយាមរបស់ខ្លួន ប្រព្រឹត្តទៅក្នុងព្រៃដែលមានផ្កាឈើក្រអូបដ៏បរិសុទ្ធ គឺវិមុត្តិធម៌ក៏យ៉ាងនោះដែរ ។

ខ្យល់ព្យុះ រមែងបោកបក់ធ្វើឱ្យដួលរលំនូវដើមឈើទាំងឡាយ បាក់មែកបាក់ដើម រលើងឫស ប៉ើងទាំងគល់សណ្តកទាំងឫសកែវ យ៉ាងណា ចំណែកអ្នកប្រារព្ធនូវសេចក្តីព្យាយាម រមែងពិចារណាទៅក្នុងដងព្រៃគឺសង្ខារធម៌ ហើយកម្ចាត់បង់នូវកិលេស រលើងទាំងឫសគល់ គឺអវិជ្ជា ដូចគ្នានឹងខ្យល់ព្យុះដូច្នោះដែរ ។

ខ្យល់រមែងបក់ផាត់ទៅក្នុងអាកាស គឺដូចជាព្រះអរិយបុគ្គល ដែលបានធ្វើចិត្តឱ្យត្រាច់ទៅក្នុងលោកុត្តរធម៌ដូច្នោះឯង ។

ខ្យល់បក់នាំយកក្លិនផ្កាក្រអូបអប់ពេញសួនឧទ្យានមានន័យដូចជាអ្នកប្រាថ្នាសេចក្តីបរិសុទ្ធនៃសីល ក៏រមែងព្យាយាមប្រព្រឹត្តខ្លួនដោយសេចក្តីសង្រួម ព្រោះសេចក្តីព្យាយាមសង្រួមនោះឯង ក៏រមែងបក់ផ្សាយនូវក្លិនសីលដែលក្រអូបលើសក្លិននៃបុប្ផជាតិទាំងឡាយឱ្យសាយភាយរហូតដល់ឋាននៃទេវតា ។

ខ្យល់បក់ផាត់ទៅមក ដោយប្រាសចាកទីនៅអាស្រ័យ មិនអាល័យ មិនស្តាយទីណាៗ មានសេចក្តីដូចជាព្រះយោគាវចរដែលមិនអាល័យទីកន្លែង មិនហួងហែងអាវាស មិនជាប់នឹងត្រកូល ឬបុគ្គលណាៗ ដូច្នោះដែរ ។

របស់បានទទេគឺចាស់ជរា

របស់ប្រឹងរកគ្រប់គ្នាគឺគុណតម្លៃនៃជីវិត ។

៣៣_អាកាស

អាកាសគេមិនអាចចាប់កាន់បាន ក្នុងន័យប្រៀបអំពីអ្នកបដិបត្តិធម៌ ធ្វើចិត្តឱ្យដូចជាអាកាស មិនឱ្យកិលេសចាប់កាន់អាស្រ័យនៅ ឬប្រឡាក់សៅហ្មងឡើយ ។

អាកាសជាទីត្រាច់ទៅនៃបក្សាបក្សី ដងព្រៃជាទីនៅនៃម្រឹគា ទន្លេសមុទ្រជាទីនៅនៃមច្ឆា សង្ខារជាទីនៅនៃត្រៃលក្ខណ៍ អនិច្ចំ ទុក្ខំ អនត្តា ។

វិបស្សនារមែងប្រព្រឹត្តទៅក្នុងសង្ខារធម៌ ដូចជាអាកាស ដែលជាទីត្រាច់ទៅ នៃតាបសឬសីអ្នកមានឫទ្ធិដូច្នោះដែរ ។

អាកាសរកទីបំផុតមិនមានឡើយ ក្នុងន័យប្រៀបអំពីអ្នកស្រឡាញ់សីល រមែងមានសីលមិនមានទីបំផុតដោយលាភ ដោយយស ដោយញាតិ ដោយអវយវៈ និងដោយជីវិតដូច្នោះឯង ។

អាកាសមិនមានទាក់ជាប់នឹងអ្វី ក្នុងន័យប្រៀបអំពីអ្នកបដិបត្តិធម៌ មិនមានបលិពោធ កង្វល់ជាប់ជំពាក់នឹងត្រកូល ឬអាវាសជាដើមដូច្នេះដែរ ។

អាកាសមិនមានឋិតនៅក្នុងសំណុំរូប យ៉ាងណាអ្នកបដិបត្តិធម៌ចម្រើនវិបស្សនារំលត់សេចក្តីប្រកាន់ក្នុងបញ្ចក្ខន្ធ រមែងជាអ្នកមិនឋិតនៅក្នុងលោកនេះ មិនឋិតនៅក្នុងលោកដទៃ ពោលគឺផុតចាកភពបី យ៉ាងនោះឯង។

សុខលោកីយ៍ បានអ្វីៗ ត្រឹមមួយគ្រា
សុខធម្មា គ្រប់វេលា រហូតត្រើយ
ចង់គេចទុក្ខ កុំសម្រុក រឿងកៀកកើយ
រៀនធម៌ហើយ កុំព្រងើយ ត្រូវចេះក្រែង ។

៣៤-ព្រៃ

ព្រៃជ្រៅមិនមានផ្លូវទៅមកយ៉ាងណា អ្នកបដិបត្តិធម៌ រមែងបដិបត្តិកម្ចាត់ផ្លូវដែលជាទីទៅមកនៃកិលេសដូច្នោះឯង ។

ព្រៃធំស្ងាត់ជ្រងំ ប្រាសចាកជន យ៉ាងណា ចិត្តអ្នកបដិបត្តិធម៌ ក៏រមែងប្រាសចាកអកុសលនីវរណៈ ជាចិត្តស្ងប់ស្ងាត់ប្រព្រឹត្តទៅសែនសុខ យ៉ាងនោះដែរ ។

ក្នុងព្រៃហិមពាន្ត មានសម្រស់ស្អាត ផ្កាឈើក្លិនក្រអូប វាលស្មៅមនោរម្យ ស័ក្តិសមប្រៀបបាននឹងសន្តានព្រះអរិយៈ ដែលស្អាតបរិសុទ្ធមិនមានមន្ទិល និងប្រដាប់ទៅដោយផ្កាគឺគុណមានពោធិបក្ខិយធម៌ជាដើម ។

ព្រៃស្ងាត់ ជាទីពេញអធ្យាស្រ័យនៃព្រះអរិយសាវ័កអ្នកប្រព្រឹត្តនូវធុតង្គគុណ ចំណែកអ្នកបដិបត្តិធម៌គួរគប្បីមានសេចក្តីស្ងប់ស្ងាត់ចាកកិលេស ឱ្យបានជាទីអាស្រ័យសេពជានិច្ចរាល់ថ្ងៃនៃខ្លួនឯង គួរនាដូចជាព្រៃស្ងាត់ដែល

ជាទីសេពអាស្រ័យនៃព្រះអរិយភិក្ខុដូច្នោះដែរ ។

៣៥-ភ្នំ

ធម្មតាភ្នំជារបស់មិនញាប់ញ័រ មិនយោកចុះ មិនយោកឡើង សូម្បីខ្យល់ព្យុះប៉ុនណាក៏ដោយ ក៏មិនញាប់-ញ័រឡើយ មានគួរនាយ៉ាងណា ព្រះយោគាវចរ ក៏ជាអ្នកមាំទាំ មិនញាប់ញ័រក្នុងលោកធម៌ ក៏ដូច្នោះដែរ ។

ភ្នំខ្ពស់លើសហួសពីដីទួល មើលឃើញពីចម្ងាយយ៉ាងណា សប្បុរសដ៏ប្រសើរប្រកបដោយបញ្ញា រមែងខ្ពង់ខ្ពស់ហើយប្រាកដដល់មហាជនដូច្នោះដែរ ។

ភ្នំព្រះសុមេរុំគឺជាមេភ្នំ
ធំក្រៃលែងធំទ្រត្រៃត្រិង្សឋាន
តែគង់នៅតូចជាងម៉ែកល្យាណ
ព្រោះម៉ែទ្រឋានព្រះព្រហ្មមុខបួន ។

៣៦-ត្រី

ដោយធម្មជាតិ ត្រីតែងតែហែលបញ្ច្រាសខ្សែទឹក ដូចជានៅតាមស្ទឹងទន្លេជាដើម ។ ជាមួយគ្នានេះដែរ យើងឃើញត្រីដែលនៅតាមក្រសែទឹកហូរ គឺត្រីងាប់ ។

មនុស្សគ្រប់គ្នាដែលកើតមក រមែងជួបនូវឧបសគ្គ ដែលឧបសគ្គទាំងនោះជាគ្រឿងសាកល្បង ឬពិសោធ មើលកម្លាំងតស៊ូរបស់មនុស្ស ដូច្នេះការតស៊ូចំពោះ ឧបសគ្គគឺដើម្បីសេចក្ដីសម្រេចប្រយោជន៍ក្នុងជីវិត ពោល គឺឧបសគ្គរមែងមកមុន ឯសេចក្ដីសម្រេចនូវប្រយោជន៍ រមែងមកតាមក្រោយ ។

នៅក្នុងព្រះពុទ្ធសាសនា ព្រះអង្គទ្រង់សម្ដែងអំពី សេចក្ដីព្យាយាម នាំឱ្យឆ្លងនូវសេចក្ដីទុក្ខបាន ដូច្នេះ មនុស្សយើងត្រូវកុំធ្វើឱ្យដូចជាត្រីងាប់ ដែលអណ្ដែតទៅ តាមក្រសែទឹកនោះឡើយ ។

ម្យ៉ាងទៀត មានអត្ថន័យសម្រាប់ឱ្យពិចារណាថា មនុស្សដែលមិនមាននូវឧបសគ្គ គឺមានតែមនុស្សដែល ស្លាប់ទៅហើយតែប៉ុណ្ណោះ ហើយក៏ទៅតាមយថាកម្ម មិន អាចធ្វើអ្វីឱ្យសម្រេចបាននូវប្រយោជន៍ក្នុងលោកនេះទៀត ឡើយ ។

មើលសត្វកណ្ដៀរ កពូនដី
មើលសត្វបក្សីក្រងសម្បុក
មើលឃ្មុំជាដើមសាងក្ដីសុខ
ព្យាយាមសម្រុកបានសម្រេច ។
ទឹកស្រក់តក់ៗទម្លុះថ្ម
រលកតៗថ្មសឹកដាច់
កាន់ការងារអ្វីត្រូវប្ដូរផ្ដាច់
ផលល្អសម្រេចព្រោះព្យាយាម ។

៣៧-ឃ្មុំនិងរុយ

ឃ្មុំជាសត្វដែលមានសេចក្ដីព្យាយាម ឆ្លាតក្នុងការសន្សំ ពេញចិត្តនឹងរបស់ស្អាត និយមការព្រមព្រៀង ថែមទាំងបានជាប្រយោជន៍ដល់មនុស្សច្រើនប្រការទៀតផង ។

រុយជាសត្វមានរូបរាងស្រដៀងគ្នានឹងឃ្មុំដែរ តែមានសភាពចរិតនិស្ស័យ និងការរកស៊ីខុសគ្នាពីឃ្មុំដូចមេឃនិងដី ។ រុយចូលចិត្តតែរបស់ស្មោកគ្រោក ស្អុយរលួយ និងចម្លងរោគផ្សេងៗឱ្យដល់មនុស្សជាដើម ។

មនុស្សយើងកើតមក ក៏មានរូបរាងស្រដៀងៗគ្នាដែរ ប៉ុន្តែអ្វីដែលធ្វើឱ្យមនុស្សយើង មានសភាពផ្សេងគ្នានោះ គឺឧបនិស្ស័យពីអតីត និងការសេពគប់ក្នុងបច្ចុប្បន្ន ព្រមដោយការសិក្សា ។ល។ ទើបធ្វើឱ្យមនុស្សយើងទៅជាមនុស្សប្រភេទឃ្មុំ ឬប្រភេទរុយនោះឯង ។

រុយចូលចិត្តលាមក
មនុស្សគម្រក់សេពអធម៌
ឃ្មុំចូលចិត្តកេសរ
ជាតិមនុស្សល្អចូលចិត្តបុណ្យ ។

៣៨-សន្សំថាមពល

ដង្កូវមុននឹងទៅជាមេអំបៅ វាត្រូវសន្សំនូវកម្លាំងថាមពលទុកឱ្យច្រើន ដើម្បីនឹងបានប្រើប្រាស់នូវកម្លាំងនោះក្នុងពេលដែលត្រូវប្ដូរផ្លាស់រាងកាយទៅជាមេអំបៅដ៏ស្រស់ស្អាត ។

ក្លាមនៅពេលសកហើយ វាត្រូវសន្សំកម្លាំងទុក ដើម្បីឱ្យបានទៅជាស្នូកដែលរឹងក្នុងដំណើរជីវិតរបស់ខ្លួន។

ធម្មជាតិនៃសត្វទាំងពីរមុខនេះ ដាស់តឿនឱ្យយើងដឹងថា :

ការប្តូរផ្លាស់ទៅកាន់ភាពរឹងប៉ឹង និងល្អប្រសើរបាននោះ គឺមនុស្សយើងត្រូវសន្សំកម្លាំងថាមពលរបស់ខ្លួនឱ្យបានដល់ព្រម បានដល់ ការចេះដឹង សមត្ថភាព ព្រមដោយការប្រព្រឹត្តល្អ ។

មនុស្សដែលបានអប់រំខ្លួនរាល់ថ្ងៃ មានចិត្តមាំមួនអធិដ្ឋានតាំងចិត្តពិតប្រាកដ បដិសេធនូវអារម្មណ៍ដែលនាំឱ្យភ្លើតភ្លើនផ្សេងៗ រមែងបានទៅជាព្រះអរិយបុគ្គល អស់ទុក្ខ អស់កង្វល់ ជាពិតប្រាកដ និងឆ្លងនូវសង្សារវដ្តបានពុំខានឡើយ ។

៣៩-សត្វប្រើស

មានរឿងនិទានពីសត្វប្រើស ស្រឡាញ់ពេញចិត្តនឹងស្នែងវែង បែកចម្លាម ច្រដេងច្រដាងរបស់ខ្លួន តែមិនស្រឡាញ់ពេញចិត្តនឹងជើងទាំងបួនរបស់ខ្លួនទេ ព្រោះមិនស្អាតដូចជាស្នែងឡើយ ។

លុះកាលដែលមានភ័យមកដល់ ត្រូវនាយព្រានដេញបាញ់ដោយធ្នូ ជើងដែលខ្លួនមិនពេញចិត្តនោះឯងត្រឡប់ទៅជានាំខ្លួនរត់បានយ៉ាងរហ័ស ហើយក៏រួចខ្លួនបាន ។

ថ្ងៃក្រោយមកទៀត ពេលមានភ័យមកដល់ ខ្លួនរត់មិនរួច ព្រោះទាក់ស្នែងនឹងមែកឈើ ជីវិតក៏ត្រូវក្ស័យ ។ ប្រើសបានស្លាប់ខ្លួន ព្រោះអាស្រ័យមកអំពីស្នែងដែលខ្លួនតែងតែស្រឡាញ់ពេញចិត្តហ្នឹងឯង ។

នៅក្នុងលោកនេះ ពេលខ្លះយើងក៏ត្រូវអរគុណដល់ភាពខ្វះខាតផ្សេងៗ ដែលមិនបានឱ្យយើងស្លាប់ និង

ម្យ៉ាងទៀត ការខ្វះខាតក្តី កំហុសភ្លាំងភ្លាត់ក្តី និងភាពក្រីក្រជាដើមនោះ អាចធ្វើឱ្យយើងមិនប្រមាទ ដាស់តឿនស្មារតីជានិច្ច រហូតនាំយើងឱ្យបានដល់នូវសេចក្តីសម្រេចតាមប្រាថ្នាទៀតផង ។

ចំណែកឯភាពមាំមួនដោយសុខភាព ទ្រព្យសម្បត្តិ និងការបានអ្វីៗសមតាមប្រាថ្នា ព្រមទាំងភាពសម្បូណ៌សប្បាយទាំងឡាយផ្សេងៗនៃជីវិតវិញនោះ ពេលខ្លះក៏ធ្វើឱ្យយើងវង្វេងភ្លេចខ្លួន មានសេចក្តីប្រមាទ ប្រព្រឹត្តបាបកម្មរហូតដល់នាំខ្លួនឱ្យធ្លាក់ដល់នរកអវិចីទៅបាន ។

សេចក្តីទុក្ខក្នុងជីវិត ដែលមនុស្សយើងមិនត្រូវការ ប៉ុន្តែថា ព្រោះទុក្ខនៃជីវិតហ្នឹងឯងហើយ ដែលធ្វើឱ្យមនុស្សយើងមិនស្រវឹងក្នុងជីវិត ខំប្រឹងប្រព្រឹត្តធម៌ ទីបំផុតក៏បានរួចផុតពីជាតិ ជរា និងមរណៈ ។

មានពាក្យដាស់តឿនមួយបទ បានពោលថា « មិនបាច់ស្អប់ កុំតែជាប់ទៅបានហើយ » ។

៤០-មាន់ព្រៃជល់គ្នា

មាននិទានពីមាន់ព្រៃជល់គ្នា កាលជល់គ្នាមួយសន្ទុះធំមក ក៏ដឹងចាញ់ឈ្នះ មាន់ដែលចាញ់ក៏រត់គេចបាត់ទៅ ចំណែកមាន់ដែលឈ្នះក៏សប្បាយចិត្ត ទទះស្លាបនិងសម្តែងអាកប្បកិរិយាផ្សេងៗ បង្អួតមាន់មេដែលនៅក្បែរនោះទៀតផង រួចហើយក៏ហើរទៅទំលើដំបូកខ្ពស់ ស្រែករងាវប្រកាសពីជ័យជម្នះរបស់ខ្លួន ។

ពេលនោះ មានសត្វឥន្ទ្រីដ៏ធំមួយ បានហើរបោះពួយមកឆាបយកមាន់ដែលជាអ្នកឈ្នះនោះ ទៅធ្វើជាអាហារដ៏ឆ្ងាញ់មួយរំពេចទៅ ។

រឿងមាន់ព្រៃដែលជល់ឈ្នះគេនេះបានអប់រំមនុស្សយើងយ៉ាងល្អ គឺពេលដែលយើងបានជួបប្រសព្វនូវសេចក្តីសម្រេចក្នុងកិច្ចការយ៉ាងណាមួយ យើងមិនត្រូវមកអួតក្អេងក្អាង លើកតម្កើងខ្លួនឯងនោះឡើយ ព្រោះការអួត

ក្មេងក្មាង វានាំឱ្យដូចជារឿងនិទានពីមាន់ព្រៃ ដែលជល់ឈ្នះគេនោះឯង ។

ក្នុងលោកនេះ អ្នកដែលបានដល់នូវសេចក្ដីសម្រេច រមែងជាទីតាំងនៃការសម្លឹងមើលនៃអ្នកដទៃ ដ៏យ៉ាងច្រើន ដូច្នេះ យើងគួរតែទន់ភ្លន់ បន្ទន់បន្ទាបខ្លួន ទើបអាចរស់នៅបានយូរតទៅ ហើយក៏រមែងមាននូវមិត្តភក្ដិច្រើន ឯសត្រូវវិញបើមានក៏តិចតួចប៉ុណ្ណោះ ។

មានព្រះពុទ្ធភាសិតមួយឃ្លា បានសម្ដែងទុកមកថា « ឈ្នះខ្លួនឯងប្រសើរជាង » ។

ម្យ៉ាងទៀត សត្វឥន្ទ្រីក្នុងរឿងនិទាននេះ ជាឈ្មោះនៃកិលេសមារ ។

សត្វស្លាប់ដោយសារសាច់

កាមគុណផ្តាច់ជីវិតមនុស្ស ។

៤១-ចេតិយជីវិត

ចេតិយធំហើយខ្ពស់ ព្រមទាំងបញ្ចុះនូវព្រះបរម-សារីរិកធាតុនៃព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធទៀតផង ទើបជាចេតិយពិសេសអស្ចារ្យ គួរដល់ការគោរពបូជានៃមហាជនជាពុទ្ធបរិស័ទ ។

ការកសាងជីវិតមនុស្សយើងក៏ដូចគ្នា ត្រូវមានទាំងកម្ពស់ មានទាំងទំហំធំ និងគុណវិសេសដែលគួរដល់ការគោរពបូជា ។

កម្ពស់ មនុស្សយើងខ្ពង់ខ្ពស់ទៅបាន មិនមែនដោយជាតិត្រកូល ឬដោយទ្រព្យសម្បត្តិនោះទេ គឺខ្ពង់ខ្ពស់ដោយគុណសម្បត្តិ គឺបានដល់មានការចេះដឹងល្អ មានការងារល្អ ចិញ្ចឹមជីវិតដោយប្រពៃ មានសេចក្ដីព្យាយាមប្រកបដោយស្មារតី និងមានចិត្តស្ងប់រម្ងាប់ ព្រមដោយការមាននូវសមត្ថភាពគ្រប់គ្រាន់ ។

ទំហំធំ ភាពជាធំព្រមដោយគ្រឹះមាំវាជាការពិសេសសម្រាប់ជីវិត ។ មនុស្សយើងយកតែខ្ពស់តែម្យ៉ាង នៅមិនបានឡើយ វាងាយក្នុងការបាក់រលំ ដូច្នេះត្រូវមានអ្នកទំនុកបម្រុងគាំទ្រ មានគ្រឹះមាំល្អ មានបរិវារជន ។ មនុស្សដែលជាអ្នកធំទៅបាន ត្រូវមានទឹកចិត្ត ឬមានមេត្តាដល់អ្នកតូច ដែលធ្វើឱ្យអ្នកនៅជុំវិញមានការគោរពស្រឡាញ់ និងស្មោះស្ម័គ្រ។

គុណវិសេស ជាសេចក្ដីល្អ ដែលមាននៅក្នុងខ្លួនមនុស្ស បានដល់សច្ចៈ គឺការពិត ត្រង់ត្រឹមត្រូវ មនុស្សដែលមិនពិតប្រាកដ មិនស្មោះត្រង់ មិនត្រឹមត្រូវ រមែងមិនមានអ្នកណាគេចង់រាប់អានឡើយ ពោលគឺជាមនុស្សដែលគេមិនគោរពបូជាហ្នឹងឯង ។

សេចក្ដីពិតនោះ គឺត្រូវពិតចំពោះតួនាទីកិច្ចការងារ ពាក្យសម្ដី ខ្លួនឯង និងអ្នកដទៃ ទើបជាសេចក្ដីពិតដ៏ត្រឹមត្រូវ ដែលមនុស្សយើងគួរតែរក្សាទុកក្នុងខ្លួនឱ្យបានល្អ គឺជាការរក្សាសេចក្ដីល្អដូចជាវត្ថុស័ក្ដិសិទ្ធិទុកក្នុងជីវិតដូច្នោះឯង ។

ចេតិយជីវិត ធ្វើឱ្យខ្លួនឯង និងគ្រួសារព្រមទាំងសង្គមជាតិ បានរស់នៅជាសុខ ត្រជាក់ត្រជុំក្សេមក្សាន្ត ។

៤២.រថយន្តជីវិត

ជីវិតរបស់មនុស្សយើង ក៏ដូចជារថយន្តមួយគ្រឿង ដែលគេផលិតមកប្រើអ៊ីចឹងឯង បើថែទាំរក្សាបានល្អក៏រមែងគង់វង្សនៅបានយូរ ។

រថយន្តត្រូវការល្បឿន រីឯមនុស្សក៏ត្រូវការឈានទៅមុខ ។ មនុស្សយើងដែលអាចឈានទៅមុខបាន គឺត្រូវតែជាមនុស្សដែលពិតប្រាកដក្នុងការងារ មិនឡេះឡោះធ្វើអ្វីៗ គឺធ្វើយ៉ាងពិតមែនទែន មិនទម្រន់ មិនរូញរាស្មោះត្រង់នឹងការងារ ស្មោះត្រង់នឹងខ្លួនឯង ព្រមទាំងស្មោះត្រង់នឹងអ្នកដទៃ ។

រថយន្តត្រូវតែបញ្ឈប់ឱ្យបានទាន់ពេល នៅពេលមានឧបសគ្គ ឬភ្លើងក្រហមជាដើម រីឯមនុស្សយើងវិញក៏ត្រូវតែបញ្ឈប់ នៅពេលដែលគួរឈប់ ត្រូវមានសតិរក្សាចិត្តរបស់ខ្លួន បញ្ឈប់អបាយមុខ គ្រឿងស្រវឹងគ្រឿងញៀនបញ្ឈប់អំពើទុច្ចរិត និងហាមចិត្តបញ្ឈប់សេចក្តីខឹងក្រោធជាដើម ។

រថយន្តជីវិត បើមិនឈប់ឱ្យបានទាន់ពេលទេ វារមែងមានគ្រោះថ្នាក់ជាពិតប្រាកដ នាំទុក្ខនាំទោសឱ្យដល់អ្នកដទៃ ពេញទឹកពេញដីពេញផ្ទៃនគរទៀតផង ។

រថយន្តត្រូវការជួរប្រេងម៉ាស៊ីនជាដើម ដើម្បីឱ្យម៉ាស៊ីនដំណើរការបានស្រួល រីឯមនុស្សក៏ត្រូវចេះលះបង់បែងចែកទ្រព្យសម្បត្តិ កម្លាំងកាយ កម្លាំងបញ្ញា តាមដែលអាចប្រព្រឹត្តទៅបាន ដែលអាចឱ្យជីវិតរស់នៅយ៉ាងមានសេចក្តីសុខ ។

ចំពោះការប្រើរថយន្ត ត្រូវចេះ និងគោរពច្បាប់ចរាចរ វិន័យក្នុងការបើកបរ សូម្បីតែភ្លើងបៃតងហើយ ក៏មិនត្រូវទៅទាំងមិនមើលឆ្វេងស្តាំនោះឡើយ យ៉ាងណាដំណើរជីវិតក៏ដូចគ្នា ត្រូវចេះដឹងនិងអនុវត្តនូវច្បាប់សង្គមបើមិនដូច្នោះទេ ជីវិតនឹងជួបនូវគ្រោះថ្នាក់ពុំខាន សូម្បីត្រូវនឹងច្បាប់អនុញ្ញាតហើយក៏ដោយ ក៏ត្រូវមានស្មារតីប្រយ័ត្នប្រយែង កុំឱ្យទាស់ទែងនឹងអ្នកដទៃផងដែរ ។

៤៣-ផ្លែស្វាយ

ផ្លែស្វាយនៅខ្ចីជូរ លុះដល់ទុំទៅរមែងផ្អែម យ៉ាងណា ការអប់រំបន្ទុំចិត្ត ក៏ត្រូវតែប្ដូរផ្លាស់ពីជូរមកផ្អែម យ៉ាងនោះដែរ ពោលគឺធ្លាប់តែមិនជ្រះថ្លា ក៏មកជាជ្រះថ្លានឹងគុណព្រះរតនត្រៃ ធ្លាប់តែកំណាញ់ក៏មកជាមានទឹកចិត្តចេះឱ្យទាន ធ្លាប់តែទ្រុស្តសីល ក៏មកជាមានសីល ។ល។

ផ្លែស្វាយនៅខ្ចី រឹង លុះដល់ទុំទៅរមែងទន់ យ៉ាងណា ការអប់រំបន្ទុំចិត្ត ក៏ដូចគ្នាដែរ គឺចិត្តរមែងទន់ដោយសទ្ធា គួរដល់ការងារ ទាន សីល ភាវនា ងាយប្រដៅ ងាយទូន្មានតាមព្រះធម៌ព្រះវិន័យ មិនចចេសរឹងរូសកោងកាចឡើយ ។

ផ្លែស្វាយ នៅខ្ចី ពណ៌មិនល្អដូចជាស្វាយទុំទេ មានគួរនាដូចជាមនុស្សយើង ដែលមិនទាន់បានទូន្មានខ្លួនដូច្នោះឯង លុះដល់បានអប់រំទូន្មានខ្លួនហើយ ក៏រមែងមានឥន្ទ្រិយស្រគត់ស្រគំគួរឱ្យជ្រះថ្លា មានការសង្រួមកាយ

វាចា សង្រួមឥរិយាបថ ពិតដូចជាផ្លែស្វាយដែលបន្ទុំទុំហើយមានពណ៌ដូចជាមាស ដូច្នោះដែរ ។

ផ្លែស្វាយខ្ចីមិនក្រអូបទេ លុះដល់បន្ទុំឱ្យទុំល្អហើយរមែងមានក្លិនក្រអូបផ្អែម ក្នុងន័យសេចក្ដីបីដូចជាក្លិនកេរ្តិ៍ឈ្មោះល្អរបស់អ្នកមានសីល មានកល្យាណធម៌ រមែងក្រអូបសាយទៅគ្រប់ទិសានុទិស ។

មនុស្សយើង គួរតែជឿជាក់ក្នុងផលនៃការអប់រំទូន្មានខ្លួន ហើយត្រូវហ្វឹកហាត់អប់រំកាយវាចាចិត្តជានិច្ចតាមបែបផែនព្រះពុទ្ធសាសនា ។

បព្វជិតមិនសង្រួម នឹងទ្រោមចុះនូវសទ្ធា
គ្រហស្ថអត់ការងារ ប្រាកដជានឹងធ្លាក់ចុះ ។
រស់នៅឥតវិន័យ ដូចក្របីឥតកន្ទុះ
បើអត់ធម៌វិញនោះ ដូចឈើងក្រួសផះងាក់គេ ។

៤៤_ដើមអំពៅ

ដើមអំពៅរមែងផ្អែមគល់ រីឯចុងរមែងសាប ។ ការបរិភោគកាមគុណ ប្រៀបបីដូចជាការបរិភោគអំពៅដេញពីគល់មករកចុង ដូច្នោះឯង ។ ក្នុងរឿងនេះ គូស្វាមីភរិយាថ្មីថ្មោង ដែលកំពុងតែផ្អែមល្ហែមជាក់គ្នា ក៏គួរតែសិក្សាអំពីដើមអំពៅ ។

ដើមអំពៅពិតមែនតែផ្អែមគល់ សាបចុង ប៉ុន្តែមានលក្ខណៈមួយទៀតដែលយើងត្រូវសិក្សា គឺដើមអំពៅភាគច្រើន គឺរមែងត្រង់ ។ យើងត្រូវកាន់យកគតិទៀងត្រង់ ពោលគឺស្មោះត្រង់ដល់គ្នានឹងគ្នា ស្មោះត្រង់ចំពោះការងារ ប្រព្រឹត្តតែសុចរិត មានការរាប់អាន មានការអាណិត រាគៈសាបពិតតែចិត្តនៅផ្អែម គឺផ្អែមដោយសច្ចៈ។

ផ្ទុយពីការបរិភោគកាម គឺការប្រព្រឹត្តធម៌ ។ ការប្រព្រឹត្តធម៌ រមែងនាំមកនូវសេចក្តីសុខស្ងប់ច្រើនឡើងៗ ដូចជាការបរិភោគអំពៅពីចុងដេញមករកគល់អ៊ីចឹងដែរ ។

៤៥_ទូកក្តោង

យើងមិនអាចបង្វែរទិសដៅនៃខ្យល់បាន តែយើងអាចចាត់ចែងក្តោងទូករបស់យើងបាន ដើម្បីឱ្យទូកបានទៅដល់ទិសដៅ ។

ហេតុការណ៍ខាងក្រៅ ប្រៀបដូចជាទិសដៅនៃខ្យល់ រឿងដែលត្រូវមកដល់ហើយ យើងមិនអាចបញ្ចៀសបាន តែយើងអាចអប់រំចិត្តឱ្យទទួលយកនូវការពិត និងសម្របសម្រួលទៅតាមការពិតនៃសង្គម ជីវិតរមែងជាសុខ ។

មនុស្សយើងដែលចេះតែមានទុក្ខ ក៏ព្រោះមកអំពីព្យាយាមរៀបចំរបស់ខាងក្រៅ តម្រូវតាមចិត្តរបស់ខ្លួន ។ អ្វីៗ ក្នុងសាកលចក្កវាឡនេះ មិនមែនកើតឡើងមកដើម្បីតម្រូវនឹងសេចក្តីត្រូវការរបស់អ្នកណាមួយឡើយ គឺវាប្រព្រឹត្តទៅតាមតែហេតុប៉ុណ្ណោះ បើវាស្របតាមសេចក្តីប្រាថ្នា ក៏បានត្រឹមតែមួយរយៈដែលវាប្រព្រឹត្តទៅតែប៉ុណ្ណឹង

ឯង ហើយបើយើងមិនសិក្សាឱ្យឃើញលោកនេះ ទៅតាមសេចក្ដីពិតទេ យើងនឹងអន្ទះសាដេញចាប់របស់ដែលបាត់ទៅ និងអន្ទះសាចង់បានរបស់ដែលអត់ គឺជាទុក្ខ ។

អ្វីៗក្នុងលោកសុទ្ធតែជាធម្មជាតិ មិនស្តាប់អ្នកណាឡើយ ប្រព្រឹត្តទៅតាមតែហេតុ តាមតែបច្ច័យប៉ុណ្ណោះ ។ យើងអាចអប់រំចិត្ត អប់រំគំនិត និងរៀបចំដំណើរនៃជីវិតទៅតាមសេចក្ដីពិត ឱ្យបានសម្រេចដល់គោលដៅ នេះឯងជាដំណើរដ៏ល្អបំផុតក្នុងព្រះពុទ្ធសាសនា ។

បើយកពិត យកប្រាកដជាមួយនឹងលោកនេះពេកទៅនឹងត្រូវដេកស្លាប់ព្រោះសោកសៅ បើមិនចង់ផ្សាក្តៅ ត្រូវយកឈ្នះចិត្តខ្លួនឯង ។

៤៦-ដើមឈើមាត់ច្រាំងនិងភ្នំថ្មតាន់

ដើមឈើមាត់ច្រាំងទន្លេ នៅចំមុខទឹក វាងាយនឹងរលំរលើងណាស់ នៅក្នុងន័យនេះព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធព្រះអង្គទ្រង់ត្រាស់សម្ដែងថា :

កិលេសមាររមែងបៀតបៀនបុគ្គល ដែលឃើញនូវអារម្មណ៍មានរូបជាដើមថាល្អ ថាស្អាត កាន់យកនូវនិមិត្តថាស្រី ថាប្រុស ហើយនិមិត្តនោះក៏គ្របសង្កត់ចិត្តឋិតនៅជាអ្នកមិនសង្រួមក្នុងឥន្ទ្រិយទាំងឡាយ មានភ្នែកជាដើម មិនស្គាល់ប្រមាណនៃការបរិភោគ និងខ្ជិលច្រអូស ទន់ខ្សោយដោយសេចក្ដីព្យាយាម ដូចជាខ្យល់ដែលបក់បោកនូវដើមឈើ ធ្វើឱ្យដើមឈើដែលនៅមាត់ច្រាំងទន្លេជាប់ឫសតែបន្តិចបន្តួចនោះដួលរលំចូលក្នុងទន្លេ ដូច្នោះឯង ។

រីឯភ្នំថ្មតាន់វិញ រឹងមាំណាស់ មិនដូចជាដើមឈើនៅមាត់ច្រាំងទន្លេនោះឡើយ ព្រះអង្គទ្រង់ត្រាស់សម្ដែងដូច្នេះថា :

កិលេសមារ មិនអាចបៀតបៀននូវបុគ្គល ដែលសម្លឹងមើលឃើញអារម្មណ៍ថា មិនល្អ មិនស្អាត សង្រួមឥន្ទ្រិយ ស្គាល់ប្រមាណក្នុងភោជន និងជាអ្នកមានសទ្ធា ប្រារព្ធនូវសេចក្តីព្យាយាមនោះបានឡើយ ដូចជាខ្យល់បក់បោកភ្នំថ្មតាន់ឱ្យដួលរលំបាក់បែកមិនបាន ក៏យ៉ាងនោះដែរ ។

លោកនេះឆេះសន្ធោសន្ធៅ សត្វលោកផ្សាក្តៅ

ព្រោះនៅក្នុងចិត្តខ្វះព្រះធម៌ ។

៤៧-ឆ្នាំងដី

ពួកជនណាៗ ទោះបីក្មេងក្តី ចាស់ក្តី ពាលក្តី បណ្ឌិតក្តី អ្នកមានក្តី អ្នកក្រក្តី ជនទាំងអស់នោះ តែងមានសេចក្តីស្លាប់នៅពីខាងមុខ ។ ឆ្នាំងដីដែលស្មូនឆ្នាំងធ្វើហើយ ទោះបីតូចក្តី ធំក្តី ឆ្អិនក្តី ឆៅក្តី ឆ្នាំងទាំងអស់នោះ មានកិរិយាបែកធ្លាយជាទីបំផុតយ៉ាងណា ជីវិតរបស់សត្វទាំងឡាយ ក៏យ៉ាងនោះដែរ ។

ព្រះបរមសាស្តា ទ្រង់មានព្រះបន្ទូល ដូច្នេះតទៅទៀតថា :

វ័យរបស់តថាគត ចាស់ហើយ ជីវិតរបស់តថាគតមានប្រមាណតិច តថាគតនឹងលះបង់អ្នកទាំងឡាយហើយទៅ ឯទីពឹងរបស់ខ្លួន តថាគតបានធ្វើទុកហើយ ។

ម្នាលភិក្ខុទាំងឡាយ អ្នកទាំងឡាយចូរកុំប្រមាទ ត្រូវមានស្មារតី មានសីលល្អ មានតម្រិះតម្កល់ស្មើល្អ ចូររក្សាចិត្តរបស់ខ្លួនឱ្យរឿយៗចុះ ។ ភិក្ខុណាមិនប្រមាទ

ហើយនៅក្នុងធម្មវិន័យនេះ ភិក្ខុនោះ នឹងលះបង់ជាតិសង្សារ ហើយធ្វើនូវព្រះនិព្វាន ជាទីបំផុតនៃទុក្ខបានមិនខាន ។

ព្រះឱវាទក្នុងមហាបរិនិព្វានសូត្រ

បណ្ឌិត ដឹងច្បាស់នូវកាយនេះថា ដូចជាឆ្នាំងដី
គប្បីរក្សាចិត្តនេះ ដូចជាគេរក្សានូវនគរ យ៉ាងនោះឯង
គប្បីច្បាំងជាមួយនឹងមារដោយអាវុធគឺបញ្ញា
គប្បីរក្សានូវជម្នះដែលបានឈ្នះហើយ
តែមិនត្រូវជាប់ជំពាក់ក្នុងជម្នះនោះឡើយ ។

ធម្មបទចិត្តវគ្គ

៤៨-ក្បូន

ព្រះដ៏មានព្រះភាគ ទ្រង់ត្រាស់ដូច្នេះថា ម្នាលភិក្ខុទាំងឡាយ ដូចជាបុរសអ្នកដើរផ្លូវឆ្ងាយ បុរសនោះឃើញ

នូវអន្លង់ទឹកដ៏ធំ មានត្រើយខាងអាយប្រកបដោយសេចក្តីរង្កៀស ប្រកបដោយភ័យ មានត្រើយខាងនាយដ៏ក្សេម ប្រាសចាកភ័យ តែថាទូក ក្បូន ឬស្ពានសម្រាប់ឆ្លងពីត្រើយអាយទៅត្រើយនាយ នៃបុរសនោះមិនមានឡើយ បុរសនោះមានសេចក្តីត្រិះរិះយ៉ាងនេះថា អន្លង់ទឹកដ៏ធំនេះ មានត្រើយខាងអាយប្រកបដោយសេចក្តីរង្កៀសនិងភ័យ មានត្រើយខាងនាយដ៏ក្សេម ប្រាសចាកភ័យ ទូកក្បូន ឬស្ពានសម្រាប់ឆ្លងពីត្រើយខាងអាយទៅត្រើយខាងនាយក៏គ្មាន បើដូច្នោះ មានតែអាត្មាអញប្រមូលស្មៅកំណាត់ឈើ មែកឈើ និងចំបើង យកមកចងធ្វើជាក្បូន ហើយអាស្រ័យនូវក្បូននោះ ព្យាយាមដោយដៃនិងជើង ឆ្លងទៅកាន់ត្រើយខាងនាយដោយសួស្តីបាន ។ ម្នាលភិក្ខុទាំងឡាយ លំដាប់នោះឯង បុរសនោះក៏ប្រមូលស្មៅកំណាត់ឈើ មែកឈើ និងចំបើង មកចងជាក្បូន ហើយបានអាស្រ័យក្បូននោះ ព្យាយាមដោយដៃនិងជើង ឆ្លងទៅកាន់ត្រើយខាងនាយបានដោយសួស្តី កាលបុរសនោះឆ្លង

ទៅដល់ត្រើយខាងនាយហើយ ក៏មានសេចក្តីត្រិះរិះយ៉ាងនេះថា ក្បូននេះមានឧបការៈច្រើនដល់អាត្មាអញ ៗ បានអាស្រ័យក្បូននេះ ព្យាយាមដោយដៃនិងជើង ឆ្លងដល់ត្រើយដោយសួស្តីបាន បើដូច្នោះមានតែអាត្មាអញលើកក្បូននេះទូលលើក្បាល ឬលីនឹងក ដើរចេញទៅកាន់ទីគួរតាមប្រាថ្នា ។ ម្នាលភិក្ខុទាំងឡាយ អ្នកទាំងឡាយសំគាល់សេចក្តីនោះថាដូចម្តេច បុរសនោះធ្វើយ៉ាងនេះ បានឈ្មោះថាជាអ្នកធ្វើសេចក្តីសមគួរដល់ក្បូននោះឬទេ ។ បពិត្រព្រះអង្គដ៏ចម្រើន ហេតុនោះមិនមែនដូច្នោះទេ ។ ម្នាលភិក្ខុទាំងឡាយ ចុះបុរសនោះ ធ្វើដូចម្តេច ទើបបានឈ្មោះថាធ្វើសេចក្តីសមគួរដល់ក្បូននោះ ។ ម្នាលភិក្ខុទាំងឡាយ បុរសនោះឆ្លងដល់ត្រើយនាយក្នុងទីឯនោះគួរតែត្រិះរិះយ៉ាងនេះថា ក្បូននេះមានឧបការៈច្រើន ដល់អាត្មាអញ ។ អាត្មាអញបានអាស្រ័យនូវក្បូននេះហើយព្យាយាមដោយដៃនិងជើង ឆ្លងមកដល់ត្រើយនាយបានដោយសួស្តី បើដូច្នោះមានតែអាត្មាអញលើកក្បូននេះ

ដាក់លើគោក ឬពន្លិចក្នុងទឹក ហើយដើរចេញទៅកាន់ទីគួរតាមប្រាថ្នា ។ ម្នាលភិក្ខុទាំងឡាយ បុរសនោះ ដែលធ្វើយ៉ាងនេះបាន ឈ្មោះថាជាអ្នកធ្វើសេចក្តីសមគួរដល់ក្បូននោះ ។ ម្នាលភិក្ខុទាំងឡាយ ធម៌មានឧបមាដូចជាក្បូនដែលតថាគតសម្តែងហើយ ដើម្បីឱ្យរលាស់ខ្លួនចេញ មិនមែនដើម្បីឱ្យនៅប្រកាន់ឡើយ ម្នាលភិក្ខុទាំងឡាយ កាលបើអ្នកទាំងឡាយ ដឹងច្បាស់នូវធម៌ មានឧបមាដូចក្បូនដែលតថាគតសម្តែងហើយ គប្បីលះបង់ធម៌ [១] ទាំងឡាយចេញ នឹងចាំបាច់ពោលទៅថ្វីដល់អកុសលធម៌ ។

ចប់

១-អដ្ឋកថា ថា បានដល់ សមថៈ និងវិបស្សនា ។ ដែលព្រះសាស្តាឱ្យលះនោះ គឺឱ្យលះឆន្ទរាគៈក្នុងសមថៈ និងវិបស្សនានោះឯង ។

ខ្សែបូកាត់ស្រេចផ្ដាច់ចិត្តកំណាញ់

រៀនរិះរេរករឿងរ៉ាវរៀបរាប់   រៀនយកទម្លាប់ឱ្យធ្លាប់ធ្វើល្អ
បើរៀនបានខ្ពស់មានឈ្មោះបវរ   បើបានស្ដាប់ធម៌ល្អរឹតតែស្រស់ ។
រៀនខ្ពស់មានធម៌ល្អក្រៃកន្លង   បើបដិបត្តិផងល្អឥតមានខ្ចោះ
ទាំងក្នុងទាំងក្រៅល្អឥតអ្វីទាស់   ល្អគ្រប់ទាំងអស់ស្មោះនឹងកុសល ។
មិនប្រព្រឹត្តខុសកន្លងព្រះធម៌   មិនធ្វើរឹករវរ មិនធ្វើកង្វល់
មិនធ្វើសង្គមឱ្យចលាចល   មិននាំអំពល់ដល់អ្នកផងគ្នា ។
ជីវិតរស់នៅកុំដើរផ្លូវខ្មោច   ត្រូវធ្វើប្រយោជន៍គ្រប់ពេលវេលា
ឱ្យអ្នកដទៃអាស្រ័យសុខជា   បានពឹងជាគ្នាគ្រាពេលមានភ័យ ។
ហូបតែមួយពោះរស់តែមួយជាតិ   កុំឱ្យឃ្លៀងឃ្លាតពីធម៌វិន័យ
ទោះជាក្រីក្រក៏មានមេត្រី   មានទ្រព្យលក់លៃជួយជាតិសាសនា ។
ខ្សែបូក្រហមអមម្ចាស់សទ្ធា   មុខកុដិខ្លោងទ្វារវិហារសាលា
កសាងរួចស្រេចដូចក្ដីប្រាថ្នា   សូត្រមន្តទេសនាវេរដារឆាន់ឆ្លង ។
ខ្សែបូល្អស្រស់របស់ម្ចាស់បុណ្យ   ចាយប្រាក់ដាក់ទុនបុណ្យជាសំណង
ធ្វើបុណ្យដាក់បាត្រជុំញាតិអ្នកផង   ចិត្តឥតសៅហ្មងក្រងបុណ្យឆ្លងត្រើយ ។
ខ្សែបូកាត់ស្រេចផ្ដាច់ចិត្តកំណាញ់   លែងជាភណ្ឌអញភណ្ឌឯងទៀតហើយ
ក្លាយជាគរុភណ្ឌសង្ឃទៅហើយ   គ្មានចោរណាឡើយលួចបានទេពៅ ។

ទោះទៅទីណាភ្លឺថ្លាជានិច្ច   បុណ្យមិនបំភ្លេចចងចិត្តចាំនៅ
តែងទ្រទ្រង់ម្ចាស់រហូតតទៅ   ឆ្លងផុតជ្រោះជ្រៅទៅត្រើយនិព្វាន ។
សូមញាតិទាំងឡាយព្រមដោយសទ្ធា   អនុមោទនាទទួលផលទាន
ដែលលោកម្ចាស់បុណ្យធ្វើទាំងប៉ុន្មាន   ទទួលឱ្យបានកុំបីខានឡើយ ។
ទោះជាលំបាកតោកយ៉ាកយ៉ាងណា   ជរាពិការខ្វាក់ខ្វិនក៏ដោយ
បើមានសន្ដោសក្នុងសន្ដានហើយ   ឥតខ្វះអ្វីឡើយចិត្តស្រួលស្រណុក ។
បើគ្មានសន្ដោសនៅក្នុងសន្ដាន   ទោះមានប៉ុន្មានក៏ពុំបានសុខ
ទោះស្រួលផ្លូវកាយក៏ចិត្តរងទុក្ខ   ទ្រព្យមានគ្រប់មុខចិត្តក្ររហាម ។
សូមជូនមគ្គផលដល់អ្នកទាំងឡាយ   សូមឱ្យសុខកាយចិត្តក៏សុខតាម
សម្បូរសប្បាយចិត្តឥតរហាម   ប្រព្រឹត្តតាមស្នាមព្រះយុគលបាទ ។
កុំឱ្យបែកបែរប្រែជាដទៃ   ផុតទុក្ខផុតភ័យបញ្ញាវៃឆ្លាត
កម្លាំងខ្លាំងក្លារាងកាយល្អស្អាត   ពាក្យថាខ្វះខាតកុំបីជួបឡើយ ។

ដោយឧបាសក **គុយ សុធន**

នាមពុទ្ធបរិស័ទអ្នកមានឧបការៈ
ក្នុងការងារធម្មទាន

១. ឧបាសក សំរ៉ង វណ្ណ   ២. ឧបាសក យន្ត សួន

៣. ឧបាសក គួង លាងផេង   ៤. ឧបាសក មួង យេន

៥. លោកគ្រូ រស់ សូផាត   ៦. ឧបាសក អ៊ិត ប្រាំង

៧. នាង ជា សុណារី   ៨. នាង យុន សូនីម៉ា

៩. ឧបាសិកា ហួនចាន់បូដា   ១០. ឧបាសក វ៉ាន់ ខុនណា

១១. ឧបាសក គុយ សុធន   ១២. ឧបាសក ជឹង វេងអ៊ាវ

១៣. ឧបាសក ជឹម ជំនិត   ១៤. ឧបាសក ហាយ ចំរើន

១៥. ឧបាសិកា ប៊ុត ម៉ាលី   ១៦. ឧបាសិកាហាយ ច័ន្ទធរី

១៧. លោកគ្រូ ជូ ប៊ុនយូ   ១៨. ឧបាសក ង៉ូវ គា

១៩. ឧបាសក ម៉ៅ ផុន

រាយនាមពុទ្ធបរិស័ទក្នុងសហគមន៍ធម្មទាន
ឧបត្ថម្ភប្រាក់ផ្សព្វផ្សាយព្រះធម៌ប្រចាំឆ្នាំ

១. ឧ.ស. យូស៊ាង-ងួនលី និង ឧ.សិ. លីម-ឃីម ..... ស.រ.អ.

២. ឧ.ស. ឆាយ-អ៊ីវស៊ាង និងឧ.សិ.ហុង-គឹមសែ .... ស.រ.អ.

៣. ឧ.ស. ឆាយអ៊ីវ-ស្រេងលីម និងឧ.សិ.ហួត-ឃីម... ស.រ.អ.

៤. ឧ.ស. ហៃ-ប៊ុនណារិន និងឧ.សិ.អោង-ស៊ីថាន់ ... ស.រ.អ.

៥. ឧ.ស. ហៀប-បេ និងឧ.សិ. ឡៅ-កែវម្លិះ .... ស.រ.អ.

៦. ក្រុមឧ.ស. ឈុំ-កុសល និងឧ.ស. អ៊ុន-ឆាយគ្រី.... ស.រ.អ.

៧. ក្រុមឧ.ស. លឹម -ស៊ាង (ហៅ ទូច) .... ស.រ.អ.

៨. ឧ.ស. ម៉ៅ វង់ និង ឧ.សិ. ឆាន់ កាន់ជួង .... ស.រ.អ.

៩. ឧ.សិ.ប៊ិតថងខាំ+ឧ.សិ.សានគីន+ឧ.សិ.សានផល្លីន.ស.រ.អ.

១០. ឧ.ស. យន្ត-សួន ឧ.សិ. តាំង ឈុងប៊ួយ និងបុត្រ .... ភ.ព.

១១. ឧ.ស.សយ ស៊ីផាន់ណា និងឧ.សិ.ម៉ៅ សុផល+បុត្រ . ភ.ព.

១២. ឧ.សិ. ច័ន្ទ-បុប្ផាណា ព្រមទាំងបុត្រធីតា .... ភ.ព.

១៣. ឧ.ស.ប៊ុន-ហេង ឧ.សិ.ជុំ-សុខុម ព្រមទាំងបុត្រ... អូស្ត្រាលី

១៤. ឧ.សិ.ឱម-លក្ខណា ព្រមទាំងបុត្រធីតា .... អូស្ត្រាលី

១៥. លោក យូណូស អាស៊ីស អ្នកស្រី ហុក ណារី +បុត្រ .បារាំង

១៦. ឧ.ស.ង៉ូវ ជូនណារេត ឧ.សិ.ង៉ូវ សោភ័ណ+បុត្រ.....បារាំង

១៧. ឧ.ស. ឡុក ប៊ុនអ៊ីវ និងឧ.សិ.តាន់ ស៊ីវឡាង+បុត្រ . បារាំង

១៨. ឧ.សិ. អ៊ា នៅ ព្រមទាំងបងប្អូនកូនចៅ .... កាណាដា

១៩. ឧ.ស. យូ ម៉េង .... ក.ព.ស.

២០. ឧ.ស.ម៉ៅ_សុគន្ធ ឧ.សិ.អ៊ឹង_យ៉េកហួយ និងបុត្រ ... ភ.ព.

២១. ឧ.សិ. អ៊ឹង_យ៉េកសាង ព្រមទាំងបុត្រ .... បារាំង

២២. ឯ.ឧ. អ៊ិត_ប្រាំង និង ជ.ទ.ញ៉ែម_សេដ្ឋា +បុត្រ .... ភ.ព.

២៣. ឯ.ឧ. ងី តាយី និង ជ.ទ. ហេង មុនីរ័ត្ន +បុត្រ ...... ភ.ព.

២៤. ឯ.ឧ.ចែម វីឌ្យ៉ា និង ជ.ទ.សុខា ស៊ូលីវណ្ណ +បុត្រ ....ភ.ព.

២៥. ឯ.ឧ.ឧកញ៉ា ប៊ុត គីមស៊ាន និងជ.ទ.ឈួន ទូច+បុត្រ .ប.ប.

២៦. ឧកញ៉ា សេង ឆាយអ៊ួរ ឧ.សិ.កាំង ហ្គិចណៃ+បុត្រ ...ភ.ព.

២៧. ឧ.សិ.ប៉ក់ សូត្រសុភាព ព្រមទាំងបុត្រ .... ភ.ព.

២៨. ឧ.ស.ប៉ុល_នាង និង ឧ.សិ.គ្រៀល_ស៊ីយ៉ា +បុត្រ ... ភ.ព.

២៩. ឧកញ៉ា ស៊ិន សុខា និងលោកជំទាវ សុខា ផល្លី .... ភ.ព.

៣០. ឧ.សិ. ស៊ីវ យក់លុយ .... ស.រ.អ.

៣១. ឧ.ស. អ៊ុត_ឆៃវ៉ាន ឧ.សិ. ធាន ស៊ុនលី និងបុត្រ .. ស.រ.អ.

៣២. ឧ.ស. ប្លោក_ងួនថៃ ឧ.សិ.ធាន ត្រលុច និងបុត្រ . ស.រ.អ.

៣៣. ឧបាសិកា អ៊ឹង ស៊ីវន .... ស.រ.អ.

៣៤. ឧបាសិកា អ៊ុំ_អ៊ន់ .... ស.រ.អ.

៣៥. ឧ.សិ.ហេង_ស៊ីវខេង +ម្តាយឈ្មោះ អៀង_ហ្គិច ...កណ្តាល

៣៦. ឧ.ស.យឹម_ស៊ីមុន្នី ឧ.សិ.យូ_ប៉ូលីន និងបុត្រ .... ភ.ព.

៣៧. ឧ.ស. ឡាយ_សុខុម ឧ.សិ. សួន_ចន្ថា និងបុត្រ ......ភ.ព.

៣៨. ឧ.ស.ងឹម_ញាណ ឧ.សិ. កាំង_ប៉ូលីន និងបុត្រ .. ក.ព.ស.

៣៩. ឧ.សិ. ប៉ូអាន_ស៊ីវុត្ថា .... ភ.ព.

៤០. ឧ.សិ. ប៉ូ ផាវ៉ាណ ....ភ.ព.

៤១. ឧ.សិ. ម៉ៅ សុន្ថា ....ភ.ព.

៤២. ឧ.សិ. សាក់_ស៊ាងអេង ព្រមទាំងបុត្រ

៤៣. ឧ.សិ. ជា_ផាត ព្រមទាំងបុត្រ

៤៤. ឧ.ស. ស៊ីវ សៅរ៍ និង ឧ.សិ. ស្រៀង រួចលាង

៤៥. ឧ.ស.សូ ហុកឡុង ឧ.សិ.កាន់ ឈីវហា .... ស.រ.អ.

៤៦. ឧបាសិកា គា_ស៊ីន ព្រមទាំងបុត្រ .... ភ.ព.

៤៧. ឧ.ស.អ៊ុក_សាម៉ាណារ៉ា ឧ.សិ.ហ៊ាប_តេង និងបុត្រ ..ភ.ព.

៤៨. ឧ.ស. ម៉ៅ_ស្រ៊ុន ឧ.សិ. ទូច_ស៊ីនហ៊ន និងបុត្រ...... ភ.ព.

៤៩. ឧ.សិ.ឆាយ ស៊ន ព្រមទាំងបុត្រ+ចៅ+ចៅទួត.... កាណាដា

៥០. ឧ.ស.ពុធ_ប៉ោលាង ឧ.សិ. ហ៊ុន_ស៊ីវអៀង ..... កាណាដា

៥១. Chhem Sokreth et Puth Kunthea ...... កាណាដា

៥២. ឧ.ស. ឡៅ សេងជ្រុន ឧ.សិ.ផាំង លី និងបុត្រ...... បារាំង

៥៣. ឧ.ស. ម៉ែន-សឿន ឧ.សិ. អៀង ណារី និងបុត្រ .... ភ.ព.
៥៤. ឧ.សិ. សយ វណ្ណា និង ស្វាមី ព្រមទាំងបុត្រ .... ភ.ព.
៥៥. ឧ.សិ.ហេង បូរីស្រីនាថ+ កូនឯមភក្តី+ភរិយា+បុត្រ .ភ.ព.
៥៦. ឧ.សិ. ចំណាន ព្រមទាំងក្រុមគ្រួសារ .... កាណាដា
៥៧. ឧ.សិ. លី វន ព្រមទាំងក្រុមគ្រួសារ .... កាណាដា
៥៨. ឧ.ស. ហួន ចាន់ ឧ.សិ. ថៃ នាថ និងបុត្រ
៥៩. លោក ស៊ា រស់ អ្នកស្រី ញ៉េប ដារ៉េត និងបុត្រ
៦០. លោក រឿង សេដ្ឋា អ្នកស្រី នាង ជូនអេង និងបុត្រ
៦១. លោក សែន-សុវណ្ណរិទ្ធ និងភរិយា .... ភ.ព.
៦២. ឧ.ស. ប៉ូច បូរី ព្រមទាំងបុត្រ
៦៣. ឧ.ស. អៀង ឆាយ និងឧ.សិ. អៀ-កេសរ +បុត្រ . ស.រ.អ.
៦៤. លោកតា តាន់-ឈីវហា + លោកយាយ ស៊ូ-ចិន្ត្រ ...ស.រ.អ.
៦៥. ឧ.សិ. តែ-សាយជូ ព្រមទាំងកូនចៅ ....ស.រ.អ.
៦៦. ឧ.ស.ជិម អេងស្រ៊ន និង ភរិយា ព្រមទាំងបុត្រ .. ស.រ.អ.
៦៧. ពុទ្ធបរិស័ទ ចាន់ នារីសុខ និងក្រុមគ្រួសារ .... ស.រ.អ.
៦៨. ពុទ្ធបរិស័ទ ភឿក.កុំ .... ស.រ.អ.
៦៩. ឧ.សិ. ម៉ិល-យ៉ែម .... ស.រ.អ.
៧០. ឧ.សិ. កង-ភីម .... ភ.ព.
៧១. ឧ.សិ. តាន់-ជាលី និងពុទ្ធបរិស័ទខេត្តសៀមរាប ..... ស.រ.

-៨៧-

៧២. ឧ.សិ. ឯម សុខន ព្រមទាំងបុត្រ និងចៅ .... ភ.ព.
៧៣. ឧ.សិ. ជុំ ឆាយ និង ឧ.សិ.ជុំ ណារ៉ា .... ភ.ព.
៧៤. ឧ.សិ. ស៊ីវ យក់លី .... ភ.ព.
៧៥. ឧ.ស. ជាន យ៉ែត ឧ.សិ. សុក ចេង ព្រមទាំងបុត្រ ...ភ.ព.
៧៦. ឧ.ស. សោម រតនៈ ឧ.សិ. ស៊ិប វណ្ណា ព្រមទាំងបុត្រ .ព.វ.
៧៧. ឧ.ស. ហេង សម្បូរវឌ្ឍ ឧ.សិ. ស៊ិនគន្ធា .... ភ.ព.
៧៨. ញោមប្រុសនិងញោមស្រីរបស់សាមណេរ ជា សុភក្រ្ត.ភ.ព.
៧៩.ឧ.ស.សារឿន ឧ.សិ.លាប+ឧ.ស.ហ៊ីស៊ី ឧ.សិ.អាន.ស.រ.អ.
៨០. លោក សួន បូភា អ្នកស្រី ហួន ចាន់ថូ ព្រមទាំងបុត្រ
៨១. ឧ.សិ.ហ៊ុយ សុខម៉ា និងស្វាមី ព្រមទាំងបុត្រ .... ភ.ព.
៨២. ឧបាសក តាំង ស៊ុនម៉ាប .... ស.រ.អ.
៨៣. ឧបាសិកា ចៅ សារួន .... ស.រ.អ.
៨៤. ឧបាសិកា ឱប រះ ....ស.រ.អ.
៨៥. ឧ.ស.គង់ សុគន្ធ ហៅជូគឹមសែ +បុត្រីគន្ធច័ន្ទដារា.....ភ.ព.
៨៦. ឧ.សិ. វណ្ណ មុនី ព្រមទាំងបុត្រ និងចៅ .... ភ.ព.
៨៧. ឧ.សិ. លឹម ប៊ូ ព្រមទាំងបុត្រធីតា
៨៨. ឧ.ស.តៅ ឃាង និង ឧ.សិ. ឈុន លន និងកូនចៅ . ភ.ព.
៨៩. ឧ.ស. ស៊ុយ ជូ និងឧ.សិ. តាំង ទៀង
៩០. ឧ.សិ. ព្រុំ សុភាព .... ភ.ព.

-៨៨-

៩១. ឧ.សិ. សុខ ភួង និង ឧ.សិ. សុខ ផៃ .... ភ.ព.

៩២. ឧ.សិ. អួន ញ៉ ឧ.សិ. រស់ លីនណា និងបុត្រ .... ស.រ.អ.

៩៣. លោក ចក់ ឈុន និង អ្នកស្រី វណ្ណារី សុខ .... ស.រ.អ.

៩៤. ឧ.សិ. អ៊ុក លន់ និងក្រុមវេន ព្រមទាំងបុត្រ .... ភ.ព.

៩៥. ឧ.សិ. ជា គឹមហឿន ព្រមទាំងបុត្រ

៩៦. ឧបាសិកា អ៊ីវ ថា ព្រមទាំងក្មួយ និងចៅ

៩៧. ឧបាសិកា ឈុន តាំងសៀក ព្រមទាំងបុត្រ និងចៅ

៩៨. ឧ.សិ. ជា ម៉ាក់លាង .... បារាំង

៩៩. ឧ.ស.ហ្វាន់ វ៉ាន់ហួ និងឧ.សិ.ហ្វាន់ យូលាង......... បារាំង

១០០. ឧ.ស.លីម ធីនសួ ឧ.សិ. អ៊ឹង ឆាយហួ +បុត្រ. . អូស្ត្រាលី

១០១. ឧ.ស.ឡុង អ៊ាងលី ឧ.សិ. សេង ចិន្តា +បុត្រ ... អូស្ត្រាលី

១០២. ឧ.សិ. ទិត នាង .... អូស្ត្រាលី

១០៣. ឧ.ស.ប៉ុច រឿត ឧ.សិ.ញួង ស៊ាងម៉េង+បុត្រ ... អូស្ត្រាលី

១០៤. ឧ.សិ. ឈ គឹមស៊ីន និង ក្រុមគ្រួសារ .... អូស្ត្រាលី

១០៥. ឧ.ស.ឌួង ឆែម ឧ.សិ.អ៊ុយ អ៊ាត និងបុត្រ ....

១០៦. ឧ.ស. ឌឿ សេង ឧ.សិ.លឹម យី និងបុត្រ .....

១០៧. ឧ.ស.សុខ សារឿន ឧ.សិ.ទូច ម៉ុម ហៅឃីម និងបុត្រ ..

១០៨. ឧ.សិ. ទូច លឹមអាំង និងឧ.សិ.ទូច សុផានី .....

១០៩. ឧ.សិ. គង់ ម៉ៃ ច្បារអំពៅ .... ភ.ព.

១១០. ឧ.សិ.លី ស៊ីវជូ ព្រមទាំងបុត្រ .... ភ.ព.

១១១. ឧ.សិ.មុំ ទូច និងកូនឧ.សិ.សាមុល គឹមធន់ .... ភ.ព.

១១២. ឧ.ស. កែវ ឆាត ឧ.សិ.កាន គីរីសុខា +កូនចៅ ..

១១៣. ឧ.សិ.រស់ សេរី និងឧ.សិ.សឿ ចន្ថា

១១៤. លោកយាយ ពិន សាត .... ស.រ.អ.

១១៥. លោក ចាន់ ម៉ល់ និងអ្នកស្រី ជា សុផា .... ស.រ.អ.

១១៦. ភិក្ខុ ឈម បូ (វិជ្ជាសម្បទា)..................... ស.រ.អ.

១១៧. លោក ងួន បាន និងអ្នកស្រី លិន ដាណារី ...... ស.រ.អ.

១១៨. ឧ.ស. ជា ស៊ុវត្ថានា និង ឧ.សិ.ឃុន សូនីម៉ា .... ស.រ.អ.

១១៩. ឧ.សិ.លីប៉ូលីនស៊ីមប៉ូ ព្រមទាំងបុត្រធីតា .... ស.រ.អ.

១២០. ឧ.ស.ហាក់ ច័ន្ទសុផល ឧ.សិ.វ៉ាង ស៊ីណា+បុត្រ. ស.រ.អ.

១២១. ឧ.ស.ស៊ុន ដារិន និង ឧ.សិ.ទូច ចន្ទី .... ស.រ.អ.

១២២. ឧ.សិ.រស់ សុផល និងកូន ស៊ុន .... ស.រ.អ.

១២៣. ឧ.សិ.ង៉ោ ស៊ូអេង ព្រមទាំងក្រុមគ្រួសារ .... ស.រ.អ.

១២៤. ឧ.សិ.ស្រី រ័ត្ន .... ស.រ.អ.

១២៥. ឧ.សិ.សក់ សាន់នី និង ឧ.សិ.សក់ សាលី .... ស.រ.អ.

១២៦. លោក សម ហ៊ន និង អ្នកស្រី ខាំ យ៉ាន .... ស.រ.អ.

១២៧. ឧ.សិ.ថេង ម៉េងជូ ព្រមទាំងបុត្រធីតា .... ស.រ.អ.

១២៨. ឧ.សិ.សុផាណី .... ស.រ.អ.

១២៩. ឧ.សិ.សៀង ភាច .... ស.រ.អ.
១៣០. ឧ.សិ.ស៊ុន យូង +លោក គយ សេង និងគ្រួសារ. ស.រ.អ.
១៣១. អ្នកស្រី គយ ហ្គេច ....ស.រ.អ.
១៣២. អ្នកស្រី ផាន់ ណាលី និងក្រុមគ្រួសារ ....ស.រ.អ.
១៣៣. ឧ.សិ.ធុច ហួល ព្រមទាំងកូនចៅ .... ស.រ.អ.
១៣៤. ឧ.សិ.ម៉ម នាង .... ស.រ.អ.
១៣៥. ឧ.ស.គឹម ចាន់ជា ....
១៣៦. ពុទ្ធបរិស័ទ វត្តសុរិយរង្សី .... ស.រ.អ.
១៣៧. ឧ.សិ.ស៊ុយ ជាវលី ព្រមទាំងកូនចៅ .... កាណាដា
១៣៨. ឧ.ស.ឡាវ លាងថេង ឧ.សិ.ពឹង ឈីវអ៊ាន..... កាណាដា
១៣៩. ឧ.ស.ឈឹម ហុកអ៊ាន ព្រមទាំងបុត្រ និងចៅ ..... បារាំង
១៤០. ឧ.សិ.គឹម មុយ ព្រមទាំងក្រុមគ្រួសារ .... បារាំង
១៤១. ឧ.សិ.ទាវ គឹមហ៊ួន ព្រមទាំងកូនចៅ .... បារាំង
១៤២. ឧ.សិ.ដៀប រុន ព្រមទាំងបុត្រធីតា .... បារាំង
១៤៣. ឧ.សិ.ឡោត កិណរី ព្រមទាំងក្រុមគ្រួសារ .... បារាំង
១៤៤. ឧ.សិ.តា យូអេង ព្រមទាំងបុត្រ និងចៅ .... ភ.ព.
១៤៥. លោក ម៉េង ហ៊ី អ្នកស្រី ម៉ាន ស៊ីសុថា និងបុត្រ ....ភ.ព.
១៤៦. ឧ.ស.ចៅ ហ្វា ឧ.សិ.ឡា គឹមសាន និងបុត្រ .... ភ.ព.
១៤៧. ឧ.ស.ជិន ដេត និង ភរិយា ព្រមទាំងបុត្រ .... ភ.ព.

១៤៨. ឧ.សិ.វៀន គង់+ឧ.សិ.អ៊ុច សានី+ឧ.សិ.គឹម ហ៊ាង. ភ.ព.
១៤៩. ឧ.សិ.ឯម សុខឃីម និង ស្វាមី ព្រមទាំងបុត្រ ....ភ.ព.
១៥០. លោកយាយ ប៊ុន យ៉ាំ ព្រមទាំងកូន និងចៅ .... ភ.ព.
១៥១. ឧ.ស.សុខ និង ឧ.សិ.សៅ ព្រមទាំងនាង សឹង គា . ភ.ព.
១៥២. ឧ.ស.កាន់រ៉ាត់ ឧ.សិ.កែវកល្យាណ+ក.កាន់សុថារ័ត្ន.ភ.ព.
១៥៣. ឧ.សិ.អ៊ិតឆេងស៊ី ក្រុមវេនថ្ងៃ២កើតវត្តព្រះពុទ្ធមានបុណ្យ
១៥៤. ឧ.សិ.វៀលយ៉ូន ព្រមទាំងបុត្រ ....
១៥៥. ឧ.សិ.អៀ ជាលៀង ....
១៥៦. លោក តាំង តៃស្រ៊ុវ អ្នកស្រី ឈឹម ចាន់ណា និងបុត្រ ....
១៥៧.ឧ.សិ.ឃឹមសារ៉ុន+ឧ.ស.ស៊ិនម៉េងស្រុន+ឧ.សិ.ស៊ិនជុំបូ ...
១៥៨. ឧ.សិ.តាំង ស៊ុយគីម ព្រមទាំបុត្រ និងចៅ .... ភ.ព.
១៥៩. ឧ.ស.ឡុង សុវត្ថិ .... ស.រ.អ.
១៦០. ឧ.សិ.ម៉ាក លាង .... បារាំង
១៦១. ឧ.សិ.សេង ឈុន .... អូស្ត្រាលី
១៦២. ក្រុមឧ.ស.អ៊ុច សុខុន វេនប្រចាំខែវត្តសុវណ្ណបទុម.. ភ.ព.
១៦៣. ក្រុមឧ.ចាបម៉ុងឡេង+ឈាង ហុង វេន៩កើតសំពៅមាស.
១៦៤. ឧ.ស.ហេង ផៃទិត ឧ.សិ.រស់ ម៉ាលី ព្រមទាំងបុត្រ .ភ.ព.
១៦៥. ឧ.សិ.សំរិត ស៊ីវន .... អូស្ត្រាលី
១៦៦. ឧ.សិ. អ៊ុក ណារី ព្រមទាំងបុត្រ .... អូស្ត្រាលី

១៦៧. ឱ.ស.ឈាង ប៉េងស៊ីវ ឱ.សិ.ចន ផាង និងបុត្រ...ស.រ.អ.

១៦៨. ឱ.សិ.តាន់ ភិចជូ ព្រមទាំងបុត្រធីតា និងចៅៗ .. ស.រ.អ.

១៦៩. ឱ.ស.កៅ សេក ឱ.សិ.យី សាគុណ និងបុត្រ .....ស.រ.អ.

១៧០. ឱ.សិ.ស្រង់ អែ និង ឱ.សិ.ស្រង់ ឡេង .... ស.រ.អ.

១៧១. ឱ.ស.ឈឹម ឈុំនេតរឿង ....ស.រ.អ.

១៧២. ឱ.សិ.នួន ប៊ុត នួន នឿន ....ស.រ.អ.

១៧៣. ឱ.សិ.ហេង មុំ ....ស.រ.អ.

១៧៤. ឱ.សិ.ណែម ....ស.រ.អ.

១៧៥. ឱ.សិ.ថាប់ គៀងភៀង ....ស.រ.អ.

១៧៦. ឱ.សិ.ខៀវ សាន ....ស.រ.អ.

១៧៧. ឱ.សិ.លឹម ម៉ៃ ....ស.រ.អ.

១៧៨. ឱ.សិ.ចេង មាន ....ស.រ.អ.

១៧៩. ឱ.ស.ហោ លាន និង ភរិយា ....ស.រ.អ.

១៨០. ឱ.ស.ចេ យឿន និង ឱ.សិ.គួយ ឡេង ....ស.រ.អ.

១៨១. ឱ.សិ.លឹមហ្គិចឆាយ+ឱ.សិ.ទីគីមបួយ+ឱ.ស.សួសហ៊ុន.ដ.

១៨២. ឱ.សិ.ជា គីមហៀន ព្រមទាំងបុត្រធីតា .... ភ.ព.

១៨៣. ឱ.ស.ឡាយហ៊ុយទ្រៀង ឱ.សិ.លាកណាក់ និងបុត្រ.ភ.ព.

១៨៤. ឱ.ស.តូច ផាន់ណាស៊ី ឱ.សិ.សុខ ច័ន្ទណារិទ្ធ+បុត្រ..ភ.ព.

១៨៥. ឱ.ស.សួរ សារឹម ឱ.សិ.បុង ផល្លី ព្រមទាំងបុត្រ ....ភ.ព.

-៩៣-

១៨៦. ឱ.សិ.ហែម វណ្ណា និងឱ.សិ.ហែម វុឌ្ឍី +បុត្រ ..... ភ.ព.

១៨៧. ឱ.ស.យ៉ាំ ស្រេន ឱ.សិ.អ៊ុល សេងលាង និងបុត្រ..ភ.ព.

១៨៨. ឱ.ស.ស៊ីនវ៉ា+យានថៃ+ឱ.ស.ស៊ីនម៉េងស្រ៊ុន+ប្ញជុំស៊ីន .ដ.

១៨៩. ឱ.សិ.ពិនណារី ប៉ាន់ .... ស.រ.អ.

១៩០. ឱ.ស.បាន ណារិន ឱ.សិ.ហោ ចន្ធូ និងបុត្រ ....បារាំង

១៩១. ឱ.សិ.លាន ម៉ិច .... កាណាដា

១៩២. ឱ.សិ.ឧត្តមា ពេជ្រ អ្វូន .... ស.រ.អ.

១៩៣. ឱ.ស.ធ្វាំ (ធម្ម) ប៊ុនស្រុន ឱ.សិ.យ៉ែម សួស្តី+បុត្រ ភ.ព.

១៩៤. ឱ.សិ. សេង សៀងឈុន ព្រមទាំងបុត្រ ....អូស្ត្រាលី

១៩៥. ឱ.សិ.យាន ច័ន្ទលី ....

១៩៦. ឱ.សិ.លឹម រ៉ួចហ៊ាង ព្រមទាំងបុត្រ និងចៅ ....

១៩៧. ឱ.សិ.ជា សុណារី .... ភ.ព.

១៩៨. ឱ.ស.ស្រួ ងាម និង ឱ.សិ.ហ៊្លួង ម៉ន ....

១៩៩. ឱ.ស.ម៉ៅ វ៉ាន និង ឱ.សិ.ធន់ សំបូរ ព្រមទាំងបុត្រ ......

២០០. ឱ.សិ.លិម អេង ព្រមទាំងបុត្រ ....

២០១. ឱ.សិ.ថៅ ហៀក ព្រមទាំងបុត្រ ....

២០២. ឱ.សិ.យឹម សាវ៉ាត និងឱ.សិ.លី ហ្គេចឡាង+ស្វាមី+បុត្រ.

២០៣. ឱ.ស.ភាវ សាន និងឱ.សិ.ប៉ក់ សុបុណ្យ+បុត្រ..... ភ.ព.

២០៤. ឱ.ស.គង់ សៀងហៃ និងឱ.សិ.ប៉ក់ សួត្រតារាភិឱិន+បុត្រ.

-៩៤-

២០៥- ឧ.ស.ម៉ូង យឿនវណ្ណៈ ឧ.សិ.ប៉ក់ សូត្រសុន្ទី+បុត្រ.. ភ.ព.
២០៦- ឧ.សិ.ឈួន គឹមនី និងបងប្អូន កូនក្មួយ .... ភ.ព.
២០៧- ឧ.សិ.គ្រី ណៃប៊ួយ ព្រមទាំងបុត្រ .... ភ.ព.
២០៨- ឧ.សិ.ច្រឹង គឹមស្រ៊ី ព្រមទាំងបុត្រ .... ភ.ព.
២០៩- ឧ.ស.ម៉ៅ ផុន និងមាតា យស សម្បត្តិ .... ភ.ព.
២១០- ឧ.ស.ម៉ៅ សយ និងឧ.សិ.គង់ ចំរើន +បុត្រ ...... ភ.ព.
២១១- ឧ.សិ.ហ៊ុយ ព្រឿងគិមស្រ៊ាង +បុត្រ និងចៅ....... ភ.ព.
២១២- កញ្ញា ស៊ុយ ដាណែត .... អូស្ត្រាលី
២១៣- ឧ.ស.យ៉ង់ សិន និងឧ.សិ.នន់ ហេង +បុត្រ... អូស្ត្រាលី
២១៤- ឧ.ស.សំ សុខគុណ ឧ.សិ.លីសៀមហៀង+បុត្រ អូស្ត្រាលី
២១៥- ឧ.ស.សរ ប៊ុនធៀង ព្រមទាំងបុត្រ និងចៅ.... អូស្ត្រាលី
២១៦- ឧ.សិ.នូ ធុច ព្រមទាំងបុត្រ និងចៅ........... អូស្ត្រាលី
២១៧- ឧ.សិ.ប្រាក់ខាត់+ឧ.ស៊ិនសាន+សម្បត្តិ គង់..... អូស្ត្រាលី
២១៨- ឧ.ស.រស់ សារ៉េន ឧ.សិ.គង់ សារឿង+បុត្រ... អូស្ត្រាលី
២១៩- ឧ.ស.ង៉ូវ ឈីវ ឧ.សិ.ពា ស៊ីម +បុត្រនិងចៅ .. អូស្ត្រាលី
២២០- ឧ.ស.ឃិន ថុងអ៊ាន ឧ.សិ.ម៉េងគិមស៊ាន+បុត្រ. អូស្ត្រាលី
២២១- ឧ.ស.សុខ សារឿន ឧ.សិ.មោក មី +បុត្រ..... អូស្ត្រាលី
២២២- ក្រុមវេនចង្ហាន់ព្រះសង្ឃថ្ងៃ ៤ កើត វត្តធុតង្គ (ចម្ការដូង)
២២៣- ក្រុមឧ.ស. មួង -យេន វត្តសំពៅមាស .... ភ.ព.

២២៤- ក្រុមវេនចង្ហាន់ ១កើតសំពៅមាស ៦កើតចំបក់មានជ័យ ,១១កើត សុវណ្ណបទុម ១រោចធុតង្គ ៦រោចនិគ្រោធវ័ន ១០រោចវេឡុវ័ន.ភ.ព.
២២៥- មណ្ឌលសិក្សាព្រះពុទ្ធសាសនាមណីវត្ន ខេត្តពោធិ៍សាត់ ..
២២៦- ក្រុមពុទ្ធបរិស័ទនៅទីក្រុងស៊ីតនី ប្រទេសអូស្ត្រាលី ....
២២៧- ក្រុមពុទ្ធបរិស័ទស្រុកមង្គលបូរី+សិរីសោភ័ណ ...ប.ម.ជ.
២២៨- ក្រុមពុទ្ធបរិស័ទចិត្តបុណ្យក្នុងសហគមន៍ធម្មទាន

≈≈≈≈≈≈≈≈≈≈≈≈≈≈≈≈≈≈≈≈≈≈≈≈

សព្វទានំ ធម្មទានំ ជិនាតិ

ធម្មទានឈ្នះអស់ទានទាំងពួង ។

I

ស្ថានីយវិទ្យុ ផ្សព្វផ្សាយព្រះធម៌ព្រះពុទ្ធសាសនា
ដោយសហគមន៍ធម្មទាន នៃពុទ្ធបរិស័ទ

ខេត្ត-ក្រុង	វេលាផ្សាយ	ស្ថានីយវិទ្យុ
រាជធានីភ្នំពេញ	-04h50 mn -05h00 mn -05h30 mn -12h10 mn -18h00 mn -19h00 mn -20h00 mn -20h30 mn	-FM 98 MHz -FM 99 MHz -FM 96 MHz -FM 96 MHz -FM 95 MHz -AM 918 KHz -FM 98 MHz -FM 96 MHz
ក្រុងព្រះសីហនុ	-06h00 mn -13h00 mn -17h30 mn	-FM 92 MHz -FM 92 MHz -FM100.5MHz
ខេត្តបាត់ដំបង	-05h30 mn -06h00 mn -18h00 mn -18h30 mn -19h30 mn	-FM103.2MHz -FM 92.7MHz -FM 91 MHz -FM 92.7MHz -FM103.2MHz

សុខា សទ្ធម្មទេសនា

ការសម្តែងនូវព្រះសទ្ធម្ម នាំមកនូវសេចក្តីសុខ។

II

ស្ថានីយវិទ្យុ ផ្សព្វផ្សាយព្រះធម៌ព្រះពុទ្ធសាសនា
ដោយសហគមន៍ធម្មទាន នៃពុទ្ធបរិស័ទ

ខេត្ត-ក្រុង	វេលាផ្សាយ	ស្ថានីយវិទ្យុ
ក្រុងប៉ៃលិន	-18h00 mn	-FM 90.5 MHz
ខេត្តសៀមរាប	-05h00 mn -05h30 mn -18h30 mn	-FM 98 MHz -FM 97.5 MHz -FM 100.5 MHz
ខេត្តពោធិ៍សាត់	-06h00 mn	-FM 98.5 MHz
ខេត្តកំពត	-05h00 mn -18h30 mn	-FM 93.25 MHz -FM 103.5 MHz
ខេត្តព្រះវិហារ	-18h30 mn	-FM 99 MHz
ខេត្តបន្ទាយមានជ័យ	-05h20 mn -17h00 mn	-FM 96.5 MHz
ខេត្តស្វាយរៀង	-05h30 mn	-FM103.75MHz

សុខោ បុញ្ញស្ស ឧច្ចយោ

ការសន្សំបុណ្យ នាំមកនូវសេចក្តីសុខ ។

សៀវភៅដែលរៀបរៀងដោយ

ខ្ញុំព្រះករុណា ខ្ញុំបាទ

✍ ប៊ុត_សាវង្ស ✍

១. ៤៨ ធម្មទស្សន៍

២. ជំនួយសតិភាគទី ១ ដល់ភាគទី ១១

៣. មនុស្សជាមួយនឹងការងារ

៤. សិក្ខាបទមនុស្សល្អ

៥. ពរ ៤ ប្រការ

៦. ព្រះពុទ្ធភាសិត ៤៣ គាថា

៧. ខ្លឹមសារគួរយល់ដឹង

៨. ព្រះពុទ្ធសាសនា

៩. កូនមាសឪពុក

១០. ម៉ែ !!!

១១. វិធីរម្ងាប់សេចក្ដីក្រោធ

១២. សុខចិត្ត និងគុណភាពនៃជីវិត

១៣. មេរៀនជីវិត

១៤. ពាក្យពេចន៍ម៉ែឪ

១៥. បទពិចារណា

១៦. ពន្លឺធម៌ព្រះពុទ្ធ

១៧. បារមីភាគទី ១ និងខ្លឹមសារខ្លីៗ

១៨. បារមីភាគទី ២ និងខ្លឹមសារខ្លីៗ

សូមអនុមោទនាធម្មទាន !

បោះពុម្ពជាធម្មទាន ៥០.០០០ ក្បាល

ក្នុងតម្លៃ ១៣.៥០០ ដុល្លារ

រោងពុម្ពមិត្តភាពកម្ពុជា_ជប៉ុន

✍📖✍

ពាក្យប្រារព្ធ

សៀវភៅ **៤៨ ធម្មទស្សន៍**នេះ ជាធម្មទានក្នុងបុណ្យខួបកំណើតគម្រប់ ៤៧ ឆ្នាំ ឈានចូល ៤៨ ឆ្នាំនៃខ្ញុំព្រះករុណា ខ្ញុំបាទ ។ សៀវភៅនេះ ចាប់ផ្តើមសរសេរនៅប្រទេសអូស្ត្រាលី ហើយមកបញ្ចប់នៅប្រទេសខ្មែរ ក្នុង ព.ស.២៥៥០ ។

ធម្មទស្សន៍ទាំង ៤៨ គឺជាទស្សនៈក្នុងជីវិត ដែលជីវិតត្រូវប្រដាប់ដោយគុណធម៌ និង ជាទស្សនៈក្នុងធម្មជាតិ ដែលធម្មជាតិទាំងនោះ ហាក់ដូចជាកំពុងតែបង្រៀនមនុស្សយើង ព្រមទាំងមានរឿងនិទានដែលជាទស្សនគតិសមគួរដល់ការសិក្សាផងដែរ ។

មនុស្សយើងមានសមត្ថភាព អាចសាងបញ្ញាបានក៏ដូចជាសាងសេចក្តីសុខឱ្យដល់ខ្លួនឯង និងអ្នកដទៃដែរ ។ ការសាងបញ្ញាទាក់ទងនឹងការសិក្សា ប្រើភ្នែក ត្រចៀកជាដើម ឱ្យមានប្រយោជន៍ ចម្រើនទៅដោយការចេះដឹង

វហូតដល់បានជាទីពឹងនៃខ្លួនឯងពិតប្រាកដ ។

មានរឿងនិទានមួយយ៉ាងគួរស្តាប់ ថាមានកង្កែប១ អាស្រ័យនៅនឹងស្រះទឹកក្នុងវត្ត ក្បែរកុដិលោក ។ ពេលព្រឹកកង្កែបឃើញព្រះសង្ឃនិមន្តបិណ្ឌបាត បានចង្ហាន់មកឆាន់យ៉ាងសប្បាយ កង្កែបក៏គិតប្រាថ្នាជាព្រះសង្ឃមួយអង្គ « បើអាត្មាអញបានយ៉ាងនោះមែនជាការល្អណាស់ » ។

បន្តមក កាលភិក្ខុលោកឆាន់រួចហើយ ក៏យកបាយសល់ខ្លះទៅចាក់ឱ្យមាន់ កង្កែបឃើញមាន់បានបាយដោយមិនចាំបាច់បញ្ចេញកម្លាំង ក៏ប្តូរគំនិតជាថ្មីថា « បានជាមាន់ល្អជាងព្រះសង្ឃទៅទៀត » ។

ខណៈនោះ មានឆ្កែវត្ត ១ មកដណ្តើមបាយពីមាន់ ធ្វើឱ្យមាន់រត់ចេញជាប្រញាប់ ។ លើកនេះកង្កែបគិតឃើញថា « ឆ្កែទើបពូកែមែនទែន » ហើយក៏ចង់ទៅជាឆ្កែវិញ ។

មានបុរសម្នាក់ដើរចូលមកក្នុងវត្ត ហើយទៅឈរជិតឆ្កែនោះ ឆ្កែក៏គ្រហឹមបញ្ចេញចង្កូមដាក់ បុរសនោះឯង

ក៏យកដំបងវាយ ព្រមទាំងដេញសម្រុក ធ្វើឱ្យផ្លែឈើស្រែករត់គេចទៅបាត់ ។ កង្កែបក៏គិតទៀតថា « ធ្វើដូចម្ដេចហ្ន៎ នឹងបានជាមនុស្សដ៏អស្ចារ្យយ៉ាងនេះ » ។

បន្តិចក្រោយមក បុរសនោះក៏មកអង្គុយនៅមាត់ស្រះ មានរុយរោមរំខានជាខ្លាំង បុរសនោះឯងក៏ក្រោកដើរចេញទៅទាំងពោលថា « រំខានមែនទែនរ៉ុយអារុយអស់នេះ » ។ កង្កែបបានឮក៏នឹកថា « សូម្បីមនុស្សហើយក៏គង់នៅតស៊ូនឹងរុយមិនបានដែរ » ហើយក៏ចង់ធ្វើជារុយវិញ ។

ទទួលពេលនោះមានរុយ១ បានហើរមកទំនឹងចុងច្រមុះកង្កែបនោះល្មម កង្កែបក៏លៀនអណ្ដាតភ្លែត ចាប់ភ្លឹប បានរុយជាអាហារលេបចូលពោះក្នុងគ្រានោះឯង ។ លើកក្រោយនេះកង្កែបបានស្វែងរកការពិតឃើញ គឺថាទោះជាអ្វីក៏មិនសំខាន់ជាងខ្លួនឯងដែរ ។

មនុស្សយើងរាល់ថ្ងៃនេះមិនខុសគ្នាពីសត្វកង្កែបប៉ុន្មានឡើយ សេចក្ដីទុក្ខរមែងកើតឡើងពីការដែលមិន

ចេះពេញចិត្តនឹងរបស់ដែលខ្លួនមានហ្នឹងឯង ។

យើងសឹងតែមិនបានគិតសោះថា « ឥឡូវនេះយើងមានអ្វីខ្លះ » ប៉ុន្តែយើងចេះតែពីគិតថា « យើងខ្វះអ្វីខ្លះហ្ន៎ » ។ តាមពិតសមត្ថភាពរបស់មនុស្សយើង ទាក់ទងនឹងអវយវៈផ្សេងៗ មានដៃជើងជាដើម ព្រមទាំងមានភ្នែក ត្រចៀក ច្រមុះ អណ្ដាត កាយ ចិត្ត អាចអប់រំចម្រើនរហូតដល់បានសម្រេចនូវទីពឹងពិតប្រាកដនោះឯង ។

សូមពុទ្ធបរិស័ទប្រើប្រាស់នូវអ្វីដែលខ្លួនមាន ឱ្យសម្រេចនូវប្រយោជន៍គួរជាទីពេញចិត្តនៃខ្លួនឯងចុះ ។

ដោយបំណងល្អដ៏ក្រៃលែង

ប៊ុត សាវង្ស

ថ្ងៃ១៥កើត ខែផល្គុន ព.ស.២៥៥០

សារបណ្ណ

ឈ្មោះអត្ថបទធម៌	ទំព័រ
១.អត់ធន់សិក្សានូវការពិត	១
២.ជួយខ្លួនដោយខ្លួនឯង	២
៣.សទ្ធានិងបញ្ញាជាគូគុណធម៌	៤
៤.សេចក្ដីអត់ធន់ដែលល្អក្រៃលែង	៥
៥.សុខកាយជាមួយនឹងសុខចិត្ត	៧
៦.មិនប្រជែងជាមួយអ្នកដទៃ	៨
៧.ការយកឈ្នះអំណាចបាបធម៌	៩
៨.មិនបម្រើតណ្ហា	១០
៩.បញ្ហាសំខាន់បំផុតសម្រាប់ជីវិត	១២
១០.ល្អដោយគុណធម៌	១៣
១១.ភ្លើងកំហឹង	១៤
១២.ភ្លើងព្យាបាទ	១៥
១៣.ការស្វែងរកសេចក្ដីសុខ	១៦
១៤.ប្រដៅមនុស្ស	១៧
១៥.មេត្តាធម៌	១៨

១៦.សុខព្រោះមិនបៀតបៀនអ្នកដទៃ	១៩
១៧.ឱ្យអភ័យជានិច្ច	២១
១៨.សុខព្រោះមិនកើតទុក្ខ	២២
១៩.អំណាចនៃសេចក្ដីល្អ	២៣
២០.មនុស្សគួរដល់ការហ្វឹកហាត់	២៤
២១.ការសិក្សាដែលល្អពិត	២៦
២២.ដើមឈើ	២៧
២៣.ការដើរព្រៃ	២៩
២៤.មនុស្សស្លឹកឈើជ្រុះនិងមនុស្សផ្កាយ	៣១
២៥.គុម្ពឫស្សី	៣៣
២៦.ដួងព្រះអាទិត្យ	៣៥
២៧.ដួងព្រះចន្ទ	៣៩
២៨.មហាសមុទ្រ	៤១
២៩.ផែនដី	៤៣
៣០.ទឹក	៤៥
៣១.ភ្លើង	៤៧
៣២.ខ្យល់	៤៩
៣៣.អាកាស	៥១

៣៤_ព្រៃ	៥៣
៣៥_ភ្នំ	៥៤
៣៦_ត្រី	៥៥
៣៧_ឃ្មុំនិងរុយ	៥៧
៣៨_សន្សំថាមពល	៥៨
៣៩_សត្វប្រើស	៦០
៤០_មាន់ព្រៃជល់គ្នា	៦២
៤១_ចេតិយជីវិត	៦៤
៤២_រថយន្តជីវិត	៦៦
៤៣_ផ្លែស្វាយ	៦៩
៤៤_ដើមអំពៅ	៧១
៤៥_ទូកក្តោង	៧២
៤៦_ដើមឈើមាត់ច្រាំងនិងភ្នំថ្មតាន់	៧៤
៤៧_ឆ្នាំងដី	៧៦
៤៨_ក្បូន	៧៧

មនុស្សប្រសើរជាងសត្វព្រោះគុណធម៌

គ្រប់សត្វមានជីវិត សុទ្ធតែមានចិត្តជាប្រធាន មានចិត្តជាធំ ។ មនុស្សមានវិធីអប់រំចិត្ត តែសត្វតិរច្ឆានមិនមានឡើយ ដូច្នេះជីវិតមនុស្ស និងជីវិតសត្វតិរច្ឆានទើបផ្សេងគ្នា ពោលគឺមនុស្សបានប្រសើរត្រង់មានការចម្រើនផ្លូវចិត្ត ចម្រើនគុណធម៌ អប់រំរឿយៗ ។

បោះពុម្ពជាធម្មទាន ៥០.០០០ ក្បាល
ក្នុងតម្លៃ ១៣.៥០០ ដុល្លារ
រោងពុម្ពមិត្តភាពកម្ពុជា_ជប៉ុន