

# នាវេនីភាគទី១

ទី២



ខ្លឹមសារខ្លីៗ

រៀបរៀងដោយ

គុំប្រាណសុខាណុ គុំប្រាណ ម៉ិត សាវណ្ណ

# ធារមី

ធារមី គឺជាគុណធម៌ទាំងឡាយ មានទានជាដើម កំណត់ដឹងដោយបញ្ញានៃបុគ្គលអ្នកឆ្លាតក្នុងឧបាយ មាន ករុណាដ៏ធំក្រៃលែងជាគ្រឿងទ្រទ្រង់ ដែលតណ្ហាមាន៖ និងទិដ្ឋិមិនអាចកម្ចាត់បង់បាន ។

ធារមី រមែងញ៉ាំងសត្វទាំងឡាយឱ្យបរិសុទ្ធ ហត់- ចត់ និងរមែងប្រកបសត្វទាំងឡាយទុកក្នុងព្រះនិព្វាន ដោយពិតប្រាកដ ។

# លំដាប់លំដោយនៃធារមី

\* សីលមានក្នុងលំដាប់នៃទានព្រោះ ៖

១.សីលធ្វើឱ្យមានភាពបរិសុទ្ធ ទាំងអ្នកឱ្យ ទាំងអ្នក ទទួល បានសម្រេចជាទក្ខិណារិសុទ្ធិដ៏ពិសេស ។

២.ពោលដល់ការអនុគ្រោះអ្នកដទៃដោយទាន ក៏ ត្រូវតែពោលដល់ការមិនបៀតបៀនអ្នកដទៃផងដែរ ។ ជា ការមិនសមគួរឡើយ កាលបើអនុគ្រោះហើយ បែរជា មានការបៀតបៀនទៅវិញនោះ ដូច្នោះ ឱ្យទានត្រូវតែ មានសីល ទើបសមគួរដោយពិត ។

៣.ពោលដល់ធម៌ដែលគួរធ្វើហើយ ត្រូវពោលដល់ ធម៌ដែលមិនគួរធ្វើផង ។ ទានជាធម៌គួរធ្វើ ឯការ បៀតបៀន ការសម្លាប់លួចប្លន់ ប្រព្រឹត្តខុសក្នុងកូនប្រពន្ធ អ្នកដទៃជាដើម ជាធម៌មិនគួរធ្វើ ទើបត្រូវពោលអំពីសីល ក្នុងលំដាប់នៃទាន ។

៤. កាលបើពោលពីហេតុនៃភោគសម្បត្តិ គឺត្រូវពោលអំពីហេតុនៃភវសម្បត្តិផងដែរ ។ បុគ្គលបរិភោគនូវភោគសម្បត្តិដែលជាផលរបស់ទាន ត្រូវបរិភោគក្នុងសុគតិភព ដែលសុគតិភពជាភវសម្បត្តិនេះ សម្រេចបានដោយប្រពៃព្រោះអំណាចកម្លាំងរបស់សីល ។

\* នេក្ខម្មៈ មានក្នុងលំដាប់នៃសីលព្រោះ ៖

១. ការសម្រេចនូវសីលសម្បត្តិដោយនេក្ខម្មៈ ពោលគឺនេក្ខម្មៈជាឧបការៈជួយឱ្យបានសម្រេចនូវសម្បត្តិសីល ។ ដូចជា នាគរាជព្រះបរមពោធិសត្វ រក្សាឧបោសថសីលនៅឋាននាគមិនបានស្រួល ទើបគេចេញពីទីនោះ មករក្សាឧបោសថសីលនៅលើផែនដី បំពេញនេក្ខម្មៈធារមីជាឧបការៈ ជួយញ៉ាំងឱ្យសីលធារមីបានសម្រេចដោយល្អបែបនេះជាដើម ។

២. ពោលដល់កាយសុចរិត និងវិចិត្រចរិតរួចហើយ ទើបពោលដល់មនោសុចរិតតាមក្រោយជាលំដាប់ ។ នេក្ខម្មៈ គឺជាមនោកម្ម រៀរចាកកាយតាមផ្លូវចិត្ត រម្ងាប់

អកុសលនីវរណៈ មានកាមច្ចន្ទៈ និងព្យាបាទជាដើម ។

៣. សីលបរិសុទ្ធរមែងឱ្យសម្រេចបាននូវឈាន ។ ឈាន គឺជានេក្ខម្មៈតាមផ្លូវចិត្ត ព្រោះឈានបានដុតនូវសេចក្តីត្រេកអរក្នុងកាមគុណទាំងឡាយ ។ ឈាន គឺជាចិត្តវិសុទ្ធិ ដែលអាស្រ័យឧបការៈអំពីសីលវិសុទ្ធិ ។

៤. ពោលដល់ការលះបង់នូវកិលេស ដែលគ្របសង្កត់ចិត្ត រូបវិតចិត្ត តាមលំដាប់នៃការលះបង់កិលេស គ្រោតគ្រោតបានហើយ ។ សីលលះបង់នូវកិលេសគ្រោត-គ្រោត ឯនេក្ខម្មៈលះបង់នូវកិលេសដែលគ្របសង្កត់ចិត្ត និងរូបវិតចិត្ត ។

\* បញ្ហាមានក្នុងលំដាប់នៃនេក្ខម្មៈព្រោះ ៖

១. ការសម្រេច និងសេចក្តីបរិសុទ្ធនៃនេក្ខម្មៈដោយបញ្ហា ។ បញ្ហាមានការចូលដល់សេចក្តីពិត ពោលគឺដឹងច្បាស់នូវទោសរបស់កាមទាំងឡាយ ជួយឧបការៈដល់នេក្ខម្មៈឱ្យសម្រេចនូវភាពបរិសុទ្ធ ។

២. ពោលដល់បញ្ហាដែលមានសមាធិជាបទដ្ឋាន គឺ

ហេតុផិត និងពោលដល់សមាធិមានបញ្ញាជាបច្ចុប្បដ្ឋាន គឺ ផល ។

៣.ពោលដល់ការឆ្លាតក្នុងឧបាយនៃការបំពេញនូវ ប្រយោជន៍ផ្សេងៗ ដោយការតាំងចិត្តមាំក្នុងការធ្វើនូវ ប្រយោជន៍នោះៗ ។

\* វិរិយៈមានក្នុងលំដាប់នៃបញ្ញាព្រោះ ៖

១.សេចក្តីសម្រេចកិច្ចដោយបញ្ញា អាស្រ័យមក អំពីការប្រារព្ធនូវសេចក្តីព្យាយាម ។

២.ពោលដល់ការពិចារណាមុនធ្វើ ហើយទើប ពោលដល់ការព្យាយាម ព្រោះការព្យាយាមរបស់អ្នកដែល ពិចារណាហើយទើបធ្វើ រមែងនាំមកនូវផលវិសេស ។

៣.ពោលដល់ការពិនិត្យ សម្លឹងមើលពួកសត្វដែល មានទុក្ខក្នុងវដ្តសង្សារ ហើយទើបពោលដល់ការប្រារព្ធនូវ សេចក្តីព្យាយាមដើម្បីប្រយោជន៍ដល់ពួកសត្វ ។

\* ខន្តីមានក្នុងលំដាប់នៃវិរិយៈព្រោះ ៖

១.សេចក្តីសម្រេចនៃការអត់ធន់ ដោយសេចក្តី

ព្យាយាម ពោលគឺការព្យាយាមនាំឱ្យបានសម្រេចនូវខន្តី ដោយការគ្របសង្កត់នូវទុក្ខលំបាក ។

២.សេចក្តីព្យាយាម ជាអលង្ការនៃសេចក្តីអត់ធន់ ពិតណាស់ សេចក្តីអត់ធន់របស់អ្នកដែលមានព្យាយាម រមែងប្រសើរស្រស់ស្អាត ។

៣.ពោលដល់ការលះខ្ទួច៖ និងទោសៈដោយ សេចក្តីព្យាយាម ។ ខ្ទួច៖ និងទោសៈលះបានដោយ សេចក្តីអត់ធន់ក្នុងការសម្លឹងមើលធម៌ ព្រោះថាខន្តីជា គុណជាតិស្ងប់ ពោលគឺស្ងប់នូវការរើរវាយ និងការខឹង ក្រោធជាដើមហ្នឹងឯង ប៉ុន្តែក៏ត្រូវអាស្រ័យការព្យាយាមដ៏ ខ្លាំងក្លាក្នុងការសម្លឹងមើលធម៌ទើបសម្រេចបាននូវសេចក្តី ស្ងប់នេះ ។

៤.ពោលដល់ការធ្វើនូវសេចក្តីព្យាយាម ជាប់តគ្នា នៃអ្នកដែលមាននូវសេចក្តីព្យាយាម បានសេចក្តីថា អ្នក ធ្ងន់ដោយខន្តីជាអ្នកមិនរើរវាយ គឺជាអ្នកមានព្យាយាម ជាប់តគ្នាហ្នឹងឯង បើខ្លះខន្តីហើយ មិនអាចជាអ្នកខ្លាំងក្លា

ដោយការព្យាយាមឡើយ ។

៥\_ពោលដល់សេចក្តីអត់ធន់ចំពោះទុក្ខវេទនា ដែល  
ទុក្ខវេទនានោះសម្រេចដោយសារអ្នកដទៃប្រហារ បៀត-  
បៀនដ៏សាហាវក្រៃលែង ក្នុងពេលដែលព្រារព្វនូវសេចក្តី  
ព្យាយាម ដើម្បីបានសម្រេចនូវប្រយោជន៍ដល់អ្នកដទៃ ។

\* សច្ចៈមានក្នុងលំដាប់នៃខន្តីព្រោះ ៖

១\_ខន្តីតាំងនៅបានយូរដោយសច្ចៈ គឺថា ព្រោះ  
រក្សានូវសច្ចៈទើបបានជាឧបការៈដល់ការតាំងនៅនៃខន្តី។

២\_ពោលដល់សេចក្តីអត់ធន់ ចំពោះសេចក្តីវិនាស  
អន្តរាយផ្សេងៗ សូម្បីដល់ថ្នាក់ត្រូវលះបង់ជីវិតដើម្បីរក្សា  
សច្ចៈ ពោលគឺអាចអត់ធន់ចំពោះអន្តរាយឬចំពោះឧបសគ្គ  
បាន ទើបអាចរក្សាសច្ចៈទៅបាន ទោះជាត្រូវលះបង់នូវ  
ជីវិតក៏ដោយ ។

៣\_ពោលដល់សេចក្តីអត់ធន់ក្នុងការសម្លឹងបរមត្ថ-  
ធម៌ ហើយពោលដល់ញាណសច្ចៈ គឺសច្ចៈដែលជា  
វិបស្សនា ក្នុងការទំនុកបម្រុងឱ្យកម្លាំងដល់ខន្តី គឺសេចក្តី

អត់ធន់នោះឯង ។

\* អធិដ្ឋានមានក្នុងលំដាប់នៃសច្ចៈព្រោះ ៖

១\_សេចក្តីសម្រេចនៃសច្ចៈដោយអធិដ្ឋាន គឺថាការ  
សម្រេចបាននូវវិរតិសច្ចៈក្តី ញាណសច្ចៈក្តី និងវចិសច្ចៈក្តី  
ដោយការតាំងចិត្តមិនញាប់ញ័រ ។

២\_ពោលដល់ការនិយាយពាក្យពិត ដែលជាវចិសច្ចៈ  
ហើយ ក៏ពោលដល់ភាពនៃបុគ្គលមិនញាប់ញ័រនៅក្នុងការ  
ពោលពាក្យពិតនោះ ពិតណាស់ បុគ្គលដែលទុកចិត្តបាន  
មិនញាប់ញ័រ ប្រព្រឹត្តសមគួរតាមពាក្យប្តេជ្ញា មានការ  
សន្យាថានឹងឱ្យទានជាដើម ។

៣\_ពោលដល់ញាណសច្ចៈ ដែលជាភាពពិតប្រាកដ  
មួយ គឺបញ្ញា ហើយទើបពោលដល់ការប្រព្រឹត្តទៅនៃ  
ពោធិសម្ភារទាំងឡាយ ។ ពោធិសម្ភារ គឺការសន្សំបន្តិ  
បុណ្យចារមី ដើម្បីឱ្យបានត្រាស់ដឹងជាព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធ  
ពិតណាស់ បុគ្គលមានញាណតាមសេចក្តីពិត រមែង  
អធិដ្ឋាននូវពោធិសម្ភារទាំងឡាយនិងញ្ចាំងនូវពោធិសម្ភារ

ទាំងឡាយនោះឱ្យបានសម្រេច ព្រោះមិនញាប់ញ័រដោយ  
បដិបក្ខទាំងឡាយ ។

\* មេត្តាមានក្នុងលំដាប់នៃសច្ចៈព្រោះ ៖

១\_សេចក្តីសម្រេចនៃអធិដ្ឋាន ដោយការសមាទាន  
នូវអំពើជាប្រយោជន៍ដល់អ្នកដទៃដោយមេត្តា ។

២\_ពោលដល់អធិដ្ឋានហើយ ទើបពោលដល់ការ  
នាំនូវប្រយោជន៍ចូលទៅដល់អ្នកដទៃ ព្រោះថា អ្នកដែល  
តាំងមាំនៅក្នុងពោធិសម្ភារ គឺជាអ្នកមានប្រក្រតីនៅ  
ដោយមេត្តា ។

\* ឧបេក្ខាមានក្នុងលំដាប់នៃមេត្តាព្រោះ ៖

១\_សេចក្តីបរិសុទ្ធនៃមេត្តាដោយឧបេក្ខា ។ កាល  
ដែលសត្វទាំងឡាយប្រព្រឹត្តទៅតាមបាបកម្ម ដែលខ្លួនបាន  
ធ្វើ រមែងមិនប្រព្រឹត្តទៅតាមមេត្តាដែលបំណងប្រាថ្នានូវ  
ប្រយោជន៍ឱ្យដល់សត្វលោកនោះឡើយ ដោយឧបេក្ខា  
បានកើតឡើង កាន់យកនូវការប្រព្រឹត្តទៅនៃសត្វលោក  
ព្រោះកម្មហ្នឹងឯងជាអារម្មណ៍ ជំនួសទោមនស្សនោះ

ដែលធ្វើឱ្យមេត្តាបរិសុទ្ធ ព្រោះបានរួចផុតពីទោមនស្សជា  
សត្រូវ ។ បើមិនពិចារណាឱ្យឃើញច្បាស់ថា សត្វលោក  
រមែងប្រព្រឹត្តទៅតាមកម្មទេ មេត្តារមែងជាបច្ច័យឱ្យកើត  
ទោមនស្ស ដោយឧបនិស្សយប្បច្ច័យ នៅពេលបុគ្គលដែល  
ខ្លួនមានមេត្តាជាមួយនោះ បានជួបនូវវិបត្តិអ្វីមួយ ។

ម្យ៉ាងទៀត ភាគរមែងកើតឡើងធ្វើឱ្យមេត្តាសៅ-  
ហុងទៅបាន កាលណាបើមិនពិចារណាអំពីការប្រព្រឹត្ត  
ទៅនៃសត្វលោកព្រោះកម្មទេនោះ ។

ដូច្នោះ ឧបេក្ខារមែងធ្វើឱ្យមេត្តាបានបរិសុទ្ធរួចផុត  
ពីសត្រូវរបស់ខ្លួន ( ទោមនស្ស និងភាគៈជាសត្រូវរបស់  
មេត្តាដោយពិត រមែងធ្វើឱ្យមេត្តាមានការសៅហុងជា  
រឿយៗ ) ។

២\_ពោលដល់ការនាំនូវប្រយោជន៍ ឱ្យដល់សត្វ  
ទាំងឡាយ ហើយទើបពោលដល់ការមិនសម្លឹងចាប់ទោស  
កំហុសរបស់អ្នកដទៃនោះ ដោយសេចក្តីថា មេត្តាជា  
បច្ច័យនៃឧបេក្ខាក្នុងមហាកុសលចិត្ត ។

៣. ពោលដល់មេត្តាការវនា ហើយពោលដល់សេចក្តីចម្រើនដែលជាផលរបស់មេត្តាការវនានោះ ដោយសេចក្តីថា មេត្តាជាបច្ច័យនៃឧបេក្ខាក្នុងរូបារាមកុសលចិត្ត ដោយឧបនិស្សយប្បច្ច័យ ។

៤. ពោលដល់សភាពនៃគុណ ដែលគួរអស្ចារ្យថា បុគ្គលអ្នកប្រឆើយកន្តើយក្នុងសត្វដោយឧបេក្ខា គឺជាអ្នកដែលប្រាថ្នានូវប្រយោជន៍ឱ្យដល់សត្វហ្នឹងឯង ព្រោះថា បុគ្គលអ្នកមានបញ្ញា យល់អំពីដំណើរជីវិតនៃសត្វលោក តាមសេចក្តីពិតនោះ រមែងជាអ្នកសាងនូវប្រយោជន៍ឱ្យដល់មនុស្សសត្វទាំងឡាយជាទូទៅ ដោយមនុស្សសត្វទាំងនោះសុទ្ធតែជាញាតិក្នុងសង្សារវដ្ត លុះមនុស្សសត្វនោះមានវិបត្តិ ឬមានដំណើរជីវិតទៅតាមកម្មយ៉ាងណាៗ ឧបេក្ខាប្រកបដោយបញ្ញារមែងកើតឡើង ព្រោះអំពើល្អដែលជាប្រយោជន៍ បានធ្វើស្រេចហើយឱ្យដល់ជីវិតទាំងនោះ ។

មនុស្សយើងបានកើតមកហើយ មានការជួបមុខ

គ្នាយ៉ាងណាៗ គួរតែធ្វើនូវអំពើជាប្រយោជន៍ឱ្យដល់គ្នាដែលអំពើជាប្រយោជន៍នោះ ព្រាសចាកនូវរាគៈដោយពិត ហើយគួរប្រព្រឹត្តនូវសុចរិតឱ្យជាប្រចាំ ដែលជាការបញ្ជាក់ថា មិនជាទាសៈរបស់លោកនេះ និងជាការឈ្នះ ព្រមទាំងរួចផុតស្រឡះអំពីលោកនេះផង ។

បុគ្គលអ្នកប្រាថ្នានូវប្រយោជន៍ គប្បីជ្រាបលំដាប់នៃធារមិទាំងឡាយនោះ ដោយប្រការដូច្នោះឯង ។

# លក្ខណៈទិចតុក្កៈរបស់ធារថី

## ទានធារថី

~~~~~

មានការបរិច្ចាគជាលក្ខណៈ មានការកម្ចាត់លោភៈ ក្នុងទេយ្យធម៌ជាតិច្ច មានភាពអង់អាចឬមានភាពសម្បូណ៌ នៃភព និងការផុតចាកភពជាបច្ចុប្បដ្ឋាន និងមានសទ្ធា ជ្រះថ្លាក្នុងការបរិច្ចាគនូវវត្ថុដែលគួរឱ្យជាបទដ្ឋាន ។

## សីលធារថី

~~~~~

មានការរៀរចាកដោយការសមាទាន និងមានការ តាំងមាំ ដែលជាទីតាំងនៃកុសលធម៌ទាំងពួងជាលក្ខណៈ មានការកម្ចាត់បង់នូវភាពទ្រុស្រុល ឬមានការមិនមាន

ទោសជាតិច្ច មានភាពស្អាតបរិសុទ្ធនៃការប្រព្រឹត្តដោយ កាយវាចាជាបច្ចុប្បដ្ឋាននិងមានហិរិឱត្តប្បៈជាបទដ្ឋាន ។

## ទេក្ខម្មធារថី

~~~~~

មានការចេញចាកកាមជាលក្ខណៈ មានការ ប្រកាសទោសនៃកាមនោះជាតិច្ច មានការបែរខ្នងដាក់ កាមដែលប្រកបដោយទោសនោះជាបច្ចុប្បដ្ឋាន និងមាន សេចក្តីសង្វេគជាបទដ្ឋាន ។

## បញ្ញាធារថី

~~~~~

មានការដឹងច្បាស់ ចាក់ធុះនូវសភាវធម៌ជាលក្ខណៈ មានការធ្វើអារម្មណ៍ឱ្យភ្លឺស្វាងជាតិច្ច មានការមិនវង្វេង ជាបច្ចុប្បដ្ឋាននិងមានសមាធិ ឬមានយោនិសោមនសិការ ជាបទដ្ឋាន ។



**វិធាន**

~~~~~

មានឧស្សាហៈជាលក្ខណៈ មានការឧបត្ថម្ភទំនុក  
បម្រុងនូវសហគមន៍ជាតិ មានការមិនលិចចុះ មិន  
រុញច្រានជាបច្ចុប្បន្ន និងមានសេចក្តីសង្ឃឹជាបទដ្ឋាន ។

**ខន្តិ**

~~~~~

មានសេចក្តីអត់ធន់ជាលក្ខណៈ មានការអត់ទ្រាំ  
ចំពោះអារម្មណ៍ដែលគួរព្រួយ និងមិនគួរព្រួយជាតិ  
មានការអត់ទ្រាំបាន ឬមានការមិនក្រោធជាបច្ចុប្បន្ន  
និងមានការឃើញតាមសេចក្តីពិតជាបទដ្ឋាន ។

**សច្ច**

~~~~~

មានការមិននិយាយខុសជាលក្ខណៈ មានការ

ប្រកាសតាមសេចក្តីពិតជាតិ មានការត្រជាក់ត្រជុំក្នុង  
ចិត្តជាបច្ចុប្បន្ន និងមានការឃើញតាមសេចក្តីពិតជា  
បទដ្ឋាន ។

**អធិដ្ឋាន**

~~~~~

មានការតាំងចិត្តក្នុងពោធិសម្ភារ ( ការសន្សំបន្ត  
បរិយោគស្រាវជ្រាវ ) ជាលក្ខណៈ មានការគ្របសង្កត់នូវ  
អ្វីដែលជាបដិបត្តរបស់ពោធិសម្ភារជាតិ មានការមិន  
ញាប់ញ័រក្នុងការគ្របសង្កត់នូវបដិបត្តនោះជាបច្ចុប្បន្ន  
និងមានពោធិសម្ភារជាបទដ្ឋាន ។

**មេត្តា**

~~~~~

មានការប្រព្រឹត្តទៅនៃអាការ ដែលជាប្រយោជន៍  
ដល់សត្វទាំងឡាយជាលក្ខណៈ មានការនាំប្រយោជន៍ចូល

ទៅ ឬមានការកម្ចាត់អាយាតព្យាបាទជាកិច្ច មានការ  
សុភាពជាបច្ចុប្បដ្ឋាន និងមានការឃើញសត្វទាំងឡាយ  
ជាទីគួរឱ្យមានមេត្តា ( ព្រោះគ្រប់ជីវិតសុទ្ធតែប្រាថ្នាសេចក្តី  
សុខ មានចិត្តមានគំនិត ចេះភ័យខ្លាច ចេះស្រឡាញ់ខ្លួន  
ឯង និងចេះស្រឡាញ់អ្នកដទៃ ) ជាបទដ្ឋាន ។

**ឧបេក្ខាធារមី**

~~~~~

មានការប្រព្រឹត្តទៅជាកណ្តាលក្នុងសត្វទាំងឡាយ  
ជាលក្ខណៈ មានការមើលឃើញនូវភាពស្មើគ្នាក្នុងពពួក  
សត្វដែលប្រព្រឹត្តទៅតាមកម្មជាកិច្ច មានការស្ងប់នូវ  
សេចក្តីចង្អៀតចង្អល់ជាបច្ចុប្បដ្ឋាន និងមានការពិចារណា  
ឃើញថា សត្វមានកម្មជារបស់ខ្លួនជាបទដ្ឋាន ។

**ធារមីទាំងអស់**

~~~~~

មានការអនុគ្រោះអ្នកដទៃជាលក្ខណៈ មានការធ្វើ  
នូវឧបការៈដល់អ្នកដទៃជាកិច្ច ឬមានការមិនញាប់ញ័រជា  
កិច្ច មានការស្វែងរកនូវប្រយោជន៍ជាបច្ចុប្បដ្ឋាន ឬមាន  
ភាពជាព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធជាបច្ចុប្បដ្ឋាន និងមានមហា-  
ករុណាជាបទដ្ឋាន ឬមានភាពជាអ្នកឆ្លាតក្នុងឧបាយនៃ  
ករុណាជាបទដ្ឋាន ។



## បច្ច័យនៃធារមីទាំងឡាយ

បច្ច័យនៃធារមីទាំងឡាយមាន ៧ គឺ :

- ១-អភិវិហារ
- ២-បញ្ញា និងករុណា
- ៣-ឧស្សាហៈជានឹង
- ៤-អធិប្បវិស័យ ៦ យ៉ាង
- ៥-អធិប្បវិស័យក្នុងធារមី
- ៦-ពិចារណានោសនិទាននិសង្ស
- ៧-ចរណធម៌ ១៥

### ១-អភិវិហារ

អភិវិហារជាបច្ច័យនៃធារមីទាំងឡាយ ព្រះដ៏មាន  
ព្រះភាគទ្រង់ត្រាស់ថា អភិវិហាររមែងសម្រេចព្រោះ  
ធម្មសមោធាន ៨ ប្រការ គឺ ភាពជាមនុស្ស ១ លិង្គ-

សម្បត្តិ ១ ហេតុ ១ សក្ការទស្សន៍ ១ បញ្ចជ្ជា ១  
គុណសម្បត្តិ ១ អធិការ ១ និង ធនតា ១ ។

មនុស្សត្តិ លិង្គសម្បត្តិ ហេតុ សក្ការទស្សន៍  
បញ្ចជ្ជា គុណសម្បត្តិ អធិការ ច ធនតា  
អដ្ឋង្គម្ហូសមោធានា អភិវិហារ សមិជ្ឈតិ ។

ក្នុងបទទាំង ៨ នោះគឺ :

១-មនុស្សត្តិ បានដល់អត្តភាពរបស់មនុស្ស ព្រោះ  
សេចក្តីប្រាថ្នារមែងសម្រេចដល់អ្នកដែលតាំងនៅក្នុងអត្ត-  
ភាពរបស់មនុស្សតែប៉ុណ្ណោះ ហើយដែលការប្រាថ្នានោះ  
គឺប្រាថ្នាជាព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធ ។ រមែងមិនសម្រេចដល់អ្នក  
ដែលតាំងនៅក្នុងជាតិផ្សេងមាននាគ និងគ្រុឌជាដើម  
ឡើយ ។ បើសួរថាព្រោះហេតុអ្វី ? គប្បីតបថា ព្រោះ  
មនុស្សសមគួរដល់ភាពជាព្រះពុទ្ធ ។

២-លិង្គសម្បត្តិ សូម្បីតាំងនៅក្នុងអត្តភាពជា  
មនុស្សហើយ តែសេចក្តីប្រាថ្នារមែងសម្រេចបានចំពោះ  
តែមនុស្សប្រុសប៉ុណ្ណោះ ។ រមែងមិនសម្រេចដល់ស្ត្រី

ឬខ្លឹម ឬមនុស្សដែលមានភេទពីរឡើយ ។ បើសួរថា ព្រោះអ្វី ? គប្បីឆ្លើយថា ព្រោះភេទប្រុសសមគួរដល់ភាព ជាព្រះពុទ្ធ និងព្រោះមានភាពបរិបូណ៌នៃលក្ខណៈ ។

៣.ហេតុ គឺដល់ព្រមដោយឧបនិស្ស័យ ពិត ណាស់ សេចក្តីប្រាថ្នារមែងសម្រេច ដល់មនុស្សប្រុស ដែលសម្បូណ៌ដោយឧបនិស្ស័យ បើមិនប្រាថ្នាជាព្រះពុទ្ធ ទេ អាចបានជាព្រះអរហន្តក្នុងជាតិនោះ ព្រោះហេតុ សម្បត្តិ ។ ក្រៅអំពីនេះគឺមិនអាចសម្រេចបានឡើយ ។

៤.សក្តារទស្សន៍ គឺការដែលមានព្រះសាស្តានៅ ចំពោះមុខ ព្រោះសេចក្តីប្រាថ្នារមែងសម្រេចដល់បុគ្គល ណា ដែលប្រាថ្នាក្នុងសំណាក់នៃព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធទ្រង់គង់ ព្រះជន្មនៅឡើយ ។ កាលបើព្រះដ៏មានព្រះភាគទ្រង់ បរិនិព្វានហើយ សេចក្តីប្រាថ្នារមែងមិនសម្រេចក្នុងមុខ ព្រះចេតិយ គល់ព្រះពោធិព្រឹក្ស ទីព្រះបដិមា ឬទីសំណាក់ នៃព្រះបច្ចេកពុទ្ធ និងព្រះសារកំរបស់ព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធ ឡើយ ។ ព្រោះហេតុអ្វី ទើបមិនសម្រេច ? ព្រោះមិន

មានអធិការ គឺការពេញចិត្តដ៏មានកម្លាំងក្នុងការធ្វើដ៏ ក្រៃលែង ។

៥.បព្វជ្ជា គឺសេចក្តីប្រាថ្នារមែងសម្រេច ដល់ អ្នកប្រាថ្នាក្នុងសំណាក់របស់ព្រះដ៏មានព្រះភាគ ត្រូវតែជា អ្នកបួសជាតាបស ឬបួសក្នុងសំណាក់ភិក្ខុទាំងឡាយ និង ជាអ្នកជឿកម្មនិងផលរបស់កម្ម ។ មិនសម្រេចដល់អ្នក ដែលតាំងនៅក្នុងភេទជាគ្រហស្ថឡើយ ។ ព្រោះហេតុអ្វី? ព្រោះគ្រហស្ថមិនសមគួរជាព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធ ។ មានតែ បព្វជិតប៉ុណ្ណោះជាព្រះមហាពោធិសត្វ ហើយបានសម្រេច នូវព្រះសម្មាសម្ពោធិញ្ញាណ ព្រោះដូច្នោះ ក្នុងពេលតាំង ប្រណិធានគួរជាភេទបព្វជិតតែប៉ុណ្ណោះ ជាការអធិដ្ឋាន ដោយគុណសម្បត្តិដ៏យ៉ាងពិតប្រាកដ ។

៦.គុណសម្បត្តិ គឺដល់ព្រមដោយគុណ មាន អភិញ្ញាជាដើម ។ សេចក្តីប្រាថ្នារមែងសម្រេចដល់បព្វជិត ដែលបានសមាបត្តិ ៨ និងអភិញ្ញា ៥ ។ រមែងមិនសម្រេច ដល់អ្នកដែលប្រាសចាកនូវគុណសម្បត្តិទាំងនេះឡើយ ។

ព្រោះហេតុអ្វី ? ព្រោះអាចស្រាវជ្រាវរកបានមើលឃើញបាន។ ព្រះមហាបុរសបំពេញអភិវឌ្ឍន៍ ជាអ្នកអាចស្រាវជ្រាវរកឃើញនូវបរិយាកាសដោយខ្លួនឯង ជាអ្នកប្រកបដោយឧបនិស្សយសម្បត្តិ និងអភិវឌ្ឍន៍ម្បត្តិ ។

៧. អធិការ គឺមានឧបការៈដ៏ក្រៃលែង ។ ពិតណាស់ បុគ្គលណាដល់ព្រមដោយគុណសម្បត្តិតាមដែលបានពោលហើយ ទោះបីជីវិតរបស់ខ្លួនក៏ហ៊ានលះបង់បូជាចំពោះដល់ព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធដែរ រមែងធ្វើនូវឧបការៈដ៏យ៉ាងក្រៃលែងក្នុងកាលនោះ ។ អភិវឌ្ឍន៍រមែងសម្រេចដល់បុគ្គលនោះឯង រមែងមិនសម្រេចដល់បុគ្គលក្រៅអំពីនេះឡើយ ។

៨. ឆន្ទតា គឺពេញចិត្តក្នុងកុសល ដោយបំណងប្រាថ្នានឹងធ្វើ ។ សេចក្តីប្រាថ្នារមែងសម្រេចដល់អ្នកដែលប្រកបដោយធម៌តាមដែលបានពោលហើយ មានការពេញចិត្តខ្លាំង បំណងនឹងធ្វើដ៏ក្រៃលែងដើម្បីប្រយោជន៍ដល់ធម៌ដែលធ្វើឱ្យបានសម្រេចជាព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធតែប៉ុណ្ណោះ ។

អភិវឌ្ឍន៍ប្រកបដោយអង្គ ៨ នេះ គប្បីជ្រាបថា ចិត្តប្បាទដែលប្រព្រឹត្តទៅបានប្រជុំដោយអង្គ ៨ នេះឯង។ ចិត្តប្បាទនោះ មានការតាំងចេតនាយ៉ាងមាំ ដើម្បីសម្មាសម្ពោធិញ្ញាណជាលក្ខណៈ មានសេចក្តីប្រាថ្នាមានជាអាទិ៍យ៉ាងនេះថា «ឱ! យើងគប្បីត្រាស់ដឹងជាព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធយើងគប្បីញ៉ាំងប្រយោជន៍សុខឱ្យសម្រេចដល់សត្វ » ជាកិច្ច មានភាពជាហេតុនៃពោធិសម្ភារជាបច្ចុប្បដ្ឋាន និងមានមហាករុណាជាបទដ្ឋាន ឬមានឧបនិស្សយសម្បត្តិជាបទដ្ឋាន ។

ក្នុងអភិវឌ្ឍន៍នោះ គប្បីជ្រាបបច្ច័យ ៤ ហេតុ ៤ និង ពលៈ ៤ ។

បច្ច័យ ៤ នៃអភិវឌ្ឍន៍

១. ព្រះមហាបុរសក្នុងលោកនេះ រមែងឃើញព្រះតថាគតដែលកំពុងសម្តែងបាដិហារ្យដ៏អស្ចារ្យ ដោយពុទ្ធានុភាព ។ ចិត្តរបស់ព្រះមហាបុរសនោះ រមែងតាំងនៅក្នុងមហាពោធិញ្ញាណ ធ្វើបាដិហារ្យនោះឱ្យជា

អារម្មណ៍ ។ ព្រះមហាបុរសមានការនឹកដល់ព្រះតថាគត  
នោះថា ព្រះដ៏មានព្រះភាគជាម្ចាស់ មានធម៌គួរអស្ចារ្យ  
មិនធ្លាប់មានមកពីមុន និងមានអានុភាពជាអចិន្ត្រៃយ៍យ៉ាង  
នេះ ព្រោះបានជាក់ច្បាស់នូវធម្មធាតុណា ធម្មធាតុនេះ  
មានអានុភាពដ៏ក្រៃលែងហ្ន៎ ។ ព្រះមហាបុរសបង្ហានទៅ  
ក្នុងសម្តោធិព្រាណ ធ្វើធម្មធាតុនោះឱ្យជាបច្ច័យ ដោយ  
អាស្រ័យការឃើញនូវមហានុភាពនោះឯង ហើយក៏បាន  
តាំងចិត្តទុកក្នុងអភិវិហារនោះ ។ នេះជាបច្ច័យទី ១ នៃ  
អភិវិហារ ។

២\_ព្រះមហាបុរស មិនបានឃើញនូវអានុភាពដ៏ធំ-  
ធេងនៃព្រះតថាគត តាមដែលបានពោលហើយ ប៉ុន្តែបាន  
ស្តាប់ថា ព្រះដ៏មានព្រះភាគជាម្ចាស់អង្គនោះ ដូចនេះនិង  
ប្រព្រឹត្តទៅយ៉ាងនេះ ។ ព្រះមហាបុរសនោះ បង្ហានទៅ  
ក្នុងសម្តោធិព្រាណ ធ្វើធម្មធាតុនោះឱ្យជាបច្ច័យ អាស្រ័យ  
ព្រះដ៏មានព្រះភាគ ក៏រមែងតាំងចិត្តទុកក្នុងអភិវិហារ  
នោះ ។ នេះជាបច្ច័យទី ២ នៃអភិវិហារ ។

៣\_ព្រះមហាបុរស មិនបានឃើញនូវអានុភាពដ៏ធំ-  
ធេងនៃព្រះតថាគត ទាំងមិនបានស្តាប់មហានុភាពនោះ  
អំពីអ្នកដទៃឡើយ តែកាលព្រះតថាគតទ្រង់សម្តែងព្រះធម៌  
ព្រះមហាបុរសរមែងស្តាប់ធម៌ ដែលព្រះធម៌ប្រព្រឹត្តទៅ  
ដោយពុទ្ធានុភាព មានន័យជាអាទិ៍ថា « ម្នាលភិក្ខុ  
ទាំងឡាយ តថាគតប្រកបដោយកម្លាំង ១០ » ។ ព្រះ  
មហាបុរសនោះបង្ហានក្នុងសម្តោធិព្រាណ ធ្វើធម្មធាតុ  
នោះឱ្យជាបច្ច័យ អាស្រ័យពុទ្ធានុភាព រមែងតាំងចិត្តទុក  
ក្នុងអភិវិហារនោះ ។ នេះជាបច្ច័យទី ៣ នៃអភិវិហារ ។

៤\_ព្រះមហាបុរស មិនបានឃើញនូវអានុភាពដ៏ធំ-  
ធេងនៃតថាគត ទាំងមិនបានស្តាប់មហានុភាពនោះអំពី  
អ្នកដទៃ ហើយក៏មិនបានស្តាប់ព្រះធម៌របស់ព្រះតថាគត  
ដែរ តែជាអ្នកមានអធ្យាស្រ័យទូលំទូលាយ មានការតាំង  
ចិត្តដោយប្រពៃថា យើងនឹងរក្សារងរូបរបស់ព្រះពុទ្ធ បែប  
ដែនរបស់ព្រះពុទ្ធ ប្រពៃណីរបស់ព្រះពុទ្ធ ភាវៈជាធម៌  
របស់ព្រះពុទ្ធ ហើយសក្តារៈ គោរពរាប់អាន បូជាធម៌តែ

ប៉ុណ្ណោះ ។ ព្រះមហាបុរសប្រព្រឹត្តធម៌បង្ហោនទៅក្នុង  
សម្ពោធិញ្ញាណ ធ្វើធម្មធាតុនោះឱ្យជាបច្ច័យ អាស្រ័យធម៌  
រមែងតាំងចិត្តទុកក្នុងអភិនិហារនោះ ។ នេះជាបច្ច័យទី ៤  
នៃអភិនិហារ ។

ហេតុ ៤ នៃអភិនិហារ

១-ព្រះមហាបុរសក្នុងលោកនេះ តាមប្រក្រតី  
ជាអ្នកសម្បូណ៍ដោយឧបនិស្ស័យ សាងសន្សំអធិការក្នុង  
ព្រះពុទ្ធទាំងឡាយអំពីមុនៗ ។ នេះជាហេតុទី ១ នៃ  
អភិនិហារ ។

២-ព្រះមហាបុរសតាមប្រក្រតី ជាអ្នកមាននូវ  
អធ្យាស្រ័យករុណា បង្ហោនទៅក្នុងករុណា បំណងនឹងនាំ  
ទុក្ខរបស់សត្វទាំងឡាយឱ្យចេញចេញឆ្ងាយអស់ទៅ ដោយ  
ព្រះមហាបុរសសុខចិត្តព្រមលះបង់កាយ និងជីវិតរបស់  
ខ្លួន ។ នេះជាហេតុទី ២ នៃអភិនិហារ ។

៣-ព្រះមហាបុរសប្រឹងប្រែងព្យាយាម ដោយមិន  
ធុញទ្រាន់នឿយណាយពីការប្រព្រឹត្តកិច្ច ដែលធ្វើបាន

ដោយលំបាកក្នុងវដ្តទុក្ខអស់កាលជាអង្វែងក្រែកលែង ដើម្បី  
ជាប្រយោជន៍ដល់សត្វ មិនតក់ស្លុតចំពោះទុក្ខលំបាកក្នុង  
សង្សារវដ្ត ព្រោះហេតុតែពេញចិត្តខ្លាំងចំពោះសព្វញ្ញ-  
តញ្ញាណ រហូតដល់បានសម្រេចនូវប្រយោជន៍តាមដូច  
ដែលប្រាថ្នា ។ នេះជាហេតុទី ៣ នៃអភិនិហារ ។

៤-ព្រះមហាបុរស ជាអ្នកអាស្រ័យនូវកល្យាណមិត្ត  
ដែលកល្យាណមិត្តនោះ ជាអ្នកហាមឃាត់អំពើមិនជា  
ប្រយោជន៍ ដឹកនាំឱ្យតាំងនៅក្នុងអំពើជាប្រយោជន៍ ។  
នេះជាហេតុទី ៤ នៃអភិនិហារ ។

គប្បីជ្រាបឧបនិស្សយសម្បទារបស់ព្រះមហាបុរស  
ដែលជាហេតុនៃអភិនិហារទី ១ ដូចតទៅ :

អធ្យាស្រ័យរបស់ព្រះមហាបុរសនោះ ទន់ទោរទៅ  
បង្ហោនទៅក្នុងសម្មាសម្ពោធិញ្ញាណ តែម្យ៉ាងប៉ុណ្ណោះ  
យ៉ាងណា ការប្រព្រឹត្តធ្វើនូវប្រយោជន៍ឱ្យដល់សត្វទាំង-  
ឡាយ ក៏យ៉ាងនោះដែរ ។ ព្រះមហាបុរសនោះ បានធ្វើនូវ  
ការតាំងចិត្តមាំទាំពិតប្រាកដ ដើម្បីសម្មាសម្ពោធិញ្ញាណ

ក្នុងសំណាក់នៃព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធក្នុងកាលមុនៗ ដោយចិត្ត  
និងវាចាថា សូម្បីអាត្មាអញ ក៏នឹងយ៉ាងនោះដែរ គឺនឹងជា  
ព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធ ញ៉ាំងប្រយោជន៍សុខឱ្យសម្រេចដល់សត្វ  
ទាំងឡាយដោយប្រពៃហ្នឹងឯង ។ ព្រះមហាបុរសដល់  
ព្រមដោយឧបនិស្ស័យ មានឥន្ទ្រិយបរិសុទ្ធ មានញាណ  
បរិសុទ្ធ ព្រះមហាបុរសជាអ្នកបដិបត្តិដើម្បីប្រយោជន៍  
អ្នកដទៃ មិនមែនដើម្បីប្រយោជន៍ខ្លួនឯងឡើយ (សូម្បី  
ព្រះអង្គបានត្រាស់ដឹងជាព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធ ដែលចាត់ថាជា  
ប្រយោជន៍ចំពោះព្រះអង្គ តែនេះក៏ដើម្បីជាប្រយោជន៍  
ដល់អ្នកដទៃដែរ ក្នុងពុទ្ធកិច្ចទាំងឡាយ ) ។ ជាការពិត  
ណាស់ អ្នកដទៃទៀតមិនបានបដិបត្តិដូចយ៉ាងព្រះមហា  
បុរសឡើយ គឺព្រះមហាបុរសបដិបត្តិដើម្បីប្រយោជន៍  
ដើម្បីសេចក្តីសុខដល់ទេវតា និងមនុស្សទាំងឡាយ ។ ព្រះ  
មហាបុរសជាបុគ្គលឆ្លាតក្នុងប្រយោជន៍សុខ ដោយបដិ-  
ភាណ ដែលកើតឡើងតាមឋានៈ ព្រមទាំងជាបុគ្គលឆ្លាត  
ក្នុងឋានៈ និងអដ្ឋានៈដ៏យ៉ាងអស្ចារ្យ ។

អធ្យាស្រ័យនៃព្រះមហាបុរស ប្រព្រឹត្តទៅក្នុង  
ទានបារមី មានសេចក្តីជាអាទិ៍ថា ប្រក្រតីនៃព្រះមហា  
បុរសមានអធ្យាស្រ័យក្នុងទាន ត្រេកអរក្នុងទាន កាលមាន  
ទេយ្យធម៌រមែងលះបង់ឱ្យទៅជាទានតែម្តង ។ មិននឿយ  
ណាយចាកភាពជាអ្នកមានប្រក្រតីចែកចាយរឿយៗជានិច្ច  
មានចិត្តអើពើនិងវិករាយក្នុងការឱ្យ គួរដល់ការសូម និង  
ត្រេកអរក្នុងការចែករំលែក ។ កាលឱ្យទាន សូម្បីទេយ្យ-  
ធម៌ច្រើនសន្ធឹកសន្ធាប់ហើយ តែក៏នៅមិនផ្អាកក្នុងការឱ្យ  
ដូច្នោះមិនចាំបាច់និយាយក្នុងការឱ្យតិចឡើយ ។ កាលដែល  
ញ៉ាំងនូវឧស្សាហៈឱ្យកើតឡើងដល់អ្នកដទៃ រមែងពោល  
ដល់គុណនៃការឱ្យ ពោលគឺ សម្តែងធម៌ពណ៌នាអំពីទាន-  
កថា ។ ឃើញអ្នកឱ្យទានរមែងពេញចិត្ត ។ ឱ្យអភ័យដល់  
អ្នកដទៃ ។

អធ្យាស្រ័យនៃព្រះមហាបុរស ប្រព្រឹត្តទៅក្នុង  
សីលបារមី មានសេចក្តីជាអាទិ៍ថា ព្រះមហាបុរសរមែង  
ខ្មាសខ្ពើម និងខ្លាចនូវធម៌លាមកទាំងឡាយ មានការ



សម្លាប់សត្វជាដើម។ ជាអ្នកមិនបៀតបៀនសត្វទាំងឡាយ ត្រេកអរក្នុងកុសលធម៌ មានសីល មិនអួតអាង មិនមាន មាយា ស្មោះត្រង់ ប្រដៅងាយ ប្រកបដោយធម៌ដែលធ្វើ ឱ្យជាអ្នកប្រដៅងាយ ទន់ភ្លន់ មិនរឹងក្តឹង មិនមើលងាយ អ្នកដទៃ មិនកាន់យករបស់អ្នកដទៃ ដោយទីបំផុតសូម្បីតែ ស្មៅ ឬកាលបើអ្នកដទៃភ្លេចរបស់អ្វីនៅនឹងកន្លែងរបស់ ខ្លួន ក៏ប្រាប់ឱ្យគេដឹងហើយប្រគល់ឱ្យគេវិញ ។ មិនជាអ្នក លោភលន់ សូម្បីគ្រាន់តែចិត្តលាមកក្នុងការកាន់យករបស់ អ្នកដទៃ ក៏មិនឱ្យកើតឡើងដែរ ។ រៀរចាកការប្រព្រឹត្ត ខុសក្នុងស្ត្រីទាំងឡាយតាំងតែពីចម្ងាយ ។ និយាយពិត ទុក ចិត្តបាន ផ្សះផ្សាមនុស្សដែលបែកគ្នា ផ្តល់នូវអ្វីដែលជា ប្រយោជន៍ឱ្យ និយាយពីរោះ មុខមាត់ស្រស់បស់ និយាយ ប្រកបដោយអត្ថ ប្រកបដោយធម៌ មិនមានអភិជ្ឈា មិនមានព្យាបាទ មានសម្មាទិដ្ឋិដោយដឹងថា សត្វទាំង- ឡាយមានកម្មជារបស់ខ្លួន កំណត់ដឹងអរិយសច្ច មាន កតញ្ញកតវេទី មានការគោរពឱនលំទោនដល់បុគ្គលដែល

ចម្រើនដោយគុណ មានអាជីពបរិសុទ្ធ ប្រាថ្នាធម៌ បបួល អ្នកដទៃឱ្យតាំងនៅក្នុងធម៌ ហាមសត្វទាំងឡាយចាកអ្វី ដែលមិនគួរធ្វើដោយប្រការទាំងពួង ហើយឱ្យតាំងនៅក្នុង អ្វីដែលគួរធ្វើវិញ ។

អធ្យាស្រ័យនៃព្រះមហាបុរស ប្រព្រឹត្តទៅក្នុង នេក្ខមុតារមី មានសេចក្តីជាអាទិ៍ថា ព្រះមហាបុរស ជា បុគ្គលមានកិលេសស្រាលស្តើង មាននិវរណៈតិចតួច មាន អធ្យាស្រ័យក្នុងសេចក្តីស្ងាត់ មិនរើរវាយ វិតក្តដ៏លាមក មិនហូរចូលទៅកាន់ចិត្តនៃព្រះមហាបុរសឡើយ ។ ចិត្ត របស់ព្រះមហាបុរសនោះ ដល់នូវសេចក្តីស្ងាត់ តាំងមាំ ដោយមិនលំបាក ។ ភាពជាបុគ្គលមានមេត្តា ប្រព្រឹត្តទៅ បានយ៉ាងឆាប់ រកបុគ្គលសូម្បីជាសត្រូវ មិនចាំបាច់ និយាយដល់បុគ្គលដទៃទៀតឡើយ ។ ជាអ្នកមានសតិ រលឹកដល់អ្វីៗ ដែលបានធ្វើ និងសូម្បីពាក្យសម្តីដែល និយាយយូរហើយ ។ ជាអ្នកមានបញ្ញា និងជាអ្នកឆ្លាតក្នុង កិច្ចដែលគួរធ្វើនោះៗ ។ ជាអ្នកប្រារព្ធនូវសេចក្តីព្យាយាម

ក្នុងការធ្វើប្រយោជន៍ឱ្យដល់សត្វទាំងឡាយ ។ ជាអ្នក  
ប្រកបដោយកម្លាំងខ្លី អត់ធន់បានទាំងអស់ ។ ជាអ្នក  
មានការតាំងចិត្តមិនញាប់ញ័រ សមាទានមាំទាំ ។ ជាអ្នក  
មានមេត្តា និងជាអ្នកព្រងើយក្នុងធម៌ទាំងឡាយ ដែលជា  
ទីតាំងនៃឧបេក្ខា ។

កាលដែលព្រះមហាបុរសប្រកបដោយលក្ខណៈនៃ  
ពោធិសម្ភារទាំងនេះដោយប្រការដូច្នោះ លោកទើបពោល  
ថា ការអាស្រ័យនូវកល្យាណមិត្តជាហេតុនៃអភិនិហារ ។  
កល្យាណមិត្តក្នុងលោកនេះ ជាអ្នកដល់ព្រមដោយសទ្ធា  
សីល សុតៈ ចាគៈ វិរិយៈ សតិ សមាធិ និងបញ្ញា ។

ជឿការត្រាស់ដឹងរបស់ព្រះតថាគត និងផលរបស់  
កម្ម ដោយសទ្ធាសម្បត្តិ ។

មិនលះបង់នូវការស្វែងរកប្រយោជន៍ ឱ្យដល់សត្វ  
ទាំងឡាយ ដែលជាហេតុនៃសម្មាសម្ពោធិញ្ញាណ ជាទី  
ស្រឡាញ់ពេញចិត្ត និងជាទីគោរពលើកតម្កើងរបស់សត្វ  
ទាំងឡាយ ជាអ្នករំលឹកដាស់តឿន តិះដៀលអំពើអាក្រក់

និងអត់ធន់ចំពោះពាក្យសម្តី ដោយសីលសម្បត្តិ ។

ជាអ្នកពោលធម៌ជ្រៅជ្រះ ល្អិតល្អន់ នាំមកនូវ  
ប្រយោជន៍សុខដល់សត្វទាំងឡាយ ដោយសុតសម្បត្តិ ។

ជាអ្នកព្រាថ្នាតិច សន្តោស ស្ងប់ស្ងាត់ និងមិន  
ច្របូកច្របល់ដោយពួកគណៈ ដោយចាគសម្បត្តិ ។

ជាអ្នកព្រារព្វសេចក្តីព្យាយាមក្នុងការបដិបត្តិ ដើម្បី  
ប្រយោជន៍ដល់សត្វទាំងឡាយ ដោយវិរិយសម្បត្តិ ។

ជាអ្នកមានសតិមាំទាំ ក្នុងធម៌ដែលមិនមានទោស  
ដោយសតិសម្បត្តិ ។

ជាអ្នកមិនរើរវាយ មានចិត្តមាំទាំ ដោយសមាធិ  
សម្បត្តិ ។

ជាអ្នកដឹងសេចក្តីច្បាស់មិនវិបរិត ដោយបញ្ញា  
សម្បត្តិ ។

ព្រះមហាបុរសនោះ ស្វែងរកគតិនៃកុសលធម៌  
និងអកុសលធម៌ដោយសតិ ។ ដឹងអ្វីជាប្រយោជន៍ និងអ្វី  
ដែលមិនមែនជាប្រយោជន៍ របស់សត្វទាំងឡាយ តាម

សេចក្តីពិត ដោយបញ្ហា ។ មានចិត្តនឹងផឹងក្នុងធម៌នោះ ដោយសមាធិ ។ ហាមសត្វទាំងឡាយចាកសភាវៈដែល មិនជាប្រយោជន៍ ហើយឱ្យប្រកបក្នុងសភាវៈជាប្រយោជន៍ ដោយវិរិយៈ ។ ដូចព្រះដ៏មានព្រះភាគ ទ្រង់ត្រាស់ថា :

**មហាបុរស ជាបុគ្គលក្នុងស្រុកឡាវ ក្នុងគោរព ក្នុង លើកតម្កើង អត់ធន់ចំពោះពាក្យសម្តី ព្យាយាមពន្យល់ ប្រាប់លើកដាស់តឿនអ្នកដទៃ ពោលពាក្យមានជម្រៅ មិនដឹកនាំក្នុងផ្លូវខុស ។**

ព្រះមហាបុរស អាស្រ័យកល្យាណមិត្ត ប្រកប ដោយគុណយ៉ាងនេះហើយ រមែងញ៉ាំងឧបនិស្ស័យសម្បត្តិ របស់ខ្លួនឱ្យផ្លូវផងដោយប្រពៃនោះឯង និងជាអ្នកប្រកប ដោយអធ្យាស្រ័យបរិសុទ្ធដោយល្អ ប្រកបដោយពលៈ ៤ ញ៉ាំងអង្គ ៨ ឱ្យប្រជុំគ្នាធ្វើមហាភិទីហារ មានសភាពមិន វិលត្រឡប់វិញជាធម្មតា ជាបុគ្គលទៀងទាត់តែនឹងបាន សម្រេចនូវ អនុត្តរសម្មាសម្ពោធិញ្ញាណ ក្នុងកាលខាងមុខ គឺព្រះមហាបុរសជានិយតពោធិសត្វ ។

ពលៈ ៤ របស់អភិទីហារ

១-អជ្ឈត្តិកពលៈ គឺកម្លាំងខាងក្នុង បានដល់ការ ពេញចិត្តគោរពធម៌ក្នុងខ្លួន ប្រព្រឹត្តទៅដើម្បីសម្មាសម្ពោ- ធិញ្ញាណ ជាអ្នកមានអធ្យាស្រ័យបង្ហោនទៅតែម្យ៉ាង ប៉ុណ្ណោះ ។

ព្រះមហាបុរស មានខ្លួនឯងជាធំ មានការខ្មាស ខ្ពើមបាបជាទីពឹងអាស្រ័យ និងដល់ព្រមដោយអភិទីហារ បំពេញបារមីហើយបានសម្រេចនូវសម្មាសម្ពោធិញ្ញាណ ។

២-ពាហិរពលៈ គឺកម្លាំងខាងក្រៅ បានដល់ ការ ពេញចិត្តអាស្រ័យអ្នកដទៃ ប្រព្រឹត្តទៅដើម្បីសម្មាសម្ពោ- ធិញ្ញាណ ជាអ្នកមានអធ្យាស្រ័យបង្ហោនទៅតែម្យ៉ាង ប៉ុណ្ណោះ ។

ព្រះមហាបុរសមានលោកជាធំ មានការរាប់អាន ជាទីពឹងអាស្រ័យ និងដល់ព្រមដោយអភិទីហារ បំពេញ បារមីហើយបានសម្រេចនូវសម្មាសម្ពោធិញ្ញាណ ។

៣-ឧបនិស្ស័យពលៈ គឺកម្លាំងឧបនិស្ស័យ បានដល់

ការពេញចិត្ត ដោយឧបនិស្សយសម្បត្តិប្រព្រឹត្តទៅដើម្បី សម្ភាសម្តោធិញ្ញាណ ជាអ្នកមានអធ្យាស្រ័យបង្ហោនទៅ តែម្យ៉ាងប៉ុណ្ណោះ ។

ព្រះមហាបុរស មានឥន្ទ្រិយចាស់ក្លា មានការឆ្លាត ឈ្លាស អាស្រ័យសតិ និងដល់ព្រមដោយអភិវិហារ បំពេញបារមីហើយបានសម្រេចនូវសម្ភាសម្តោធិញ្ញាណ ។

៤.បយោគពលៈ គឺកម្លាំងព្យាយាម បានដល់ ការ ដល់ព្រមដោយសេចក្តីព្យាយាម ភាពជាអ្នកធ្វើដោយ សេចក្តីគោរព ធ្វើតជាប់គ្នា ប្រព្រឹត្តិទៅដើម្បីសម្ភាសម្តោ- ធិញ្ញាណ ជាអ្នកមានអធ្យាស្រ័យបង្ហោនទៅតែម្យ៉ាង ប៉ុណ្ណោះ ។

ព្រះមហាបុរស មានព្យាយាមបរិសុទ្ធ ធ្វើដោយ លំដាប់ និងដល់ព្រមដោយអភិវិហារ បំពេញបារមីហើយ បានសម្រេចនូវសម្ភាសម្តោធិញ្ញាណ ។

អភិវិហារនេះ ដែលដល់ព្រមដោយសមោធាន- ធម៌ មានអង្គ ៨ មានការផ្តើមដោយភាពសម្បូណ៌ទៅ

ដោយបច្ច័យ ៤ ហេតុ ៤ ពលៈ ៤ យ៉ាងនេះ ជាបច្ច័យ នៃបារមីទាំងឡាយ ព្រោះភាពជាមូលហេតុ ។

ម្យ៉ាងទៀត ធម៌ទាំងឡាយគួរអស្ចារ្យមិនធ្លាប់មាន ៤ ប្រការ រមែងតាំងនៅក្នុងព្រះមហាបុរស។ ៤ ប្រការគឺ

១.ព្រះមហាបុរសមានចិត្តប្រព្រឹត្តទៅក្នុងសព្វសត្វ ដោយការស្រឡាញ់ ដូចបុត្រកើតពីដើមទ្រូងរបស់ខ្លួន ។

២.ព្រះមហាបុរស មានចិត្តមិនសៅហ្មង ដោយ អំណាចនៃសេចក្តីសៅហ្មងផ្សេងៗចំពោះបុត្រឡើយ ។

៣.អធ្យាស្រ័យ និងសេចក្តីព្យាយាមរបស់ព្រះ- មហាបុរសនោះ រមែងនាំមកនូវប្រយោជន៍សុខដល់សត្វ ទាំងឡាយ ។

៤.ធម៌ដែលធ្វើឱ្យបានសម្រេចជាព្រះសម្ភាសមុទ្ធ រមែងចម្រើន រមែងមានផលក្រៃលែងឡើងៗ ។

ព្រះមហាបុរស ប្រកបដោយការបង្ហូរមកនៃបុណ្យ កុសលដ៏យ៉ាងក្រៃលែងបំផុត ជាបច្ច័យនៃសេចក្តីចម្រើន ទៅមុខ ជាអាហារនៃសេចក្តីសុខ ជាបុគ្គលគួរទទួលនូវ

ទត្តិណាទាន ជាបុគ្គលគួរដល់នូវសេចក្តីគោរពដ៏យ៉ាង  
ខ្ពង់ខ្ពស់ និងជាបុណ្យភ្នែករកបុគ្គលណាមួយដូចគ្នា ។

មហាអភិវឌ្ឍន៍ មានគុណសន្ធិកសន្ធាប់ មាន  
អានិសង្សដ៏យ៉ាងក្រៃលែងយ៉ាងនេះឯង គប្បីជ្រាបថា ជា  
បច្ច័យនៃពារមីទាំងឡាយ ។

**២-បញ្ញាទិវករុណា**

គប្បីជ្រាបអំពីបញ្ញា និងករុណា នៃព្រះមហាបុរស  
ដូចតទៅ :

-ខ្លួនឯងឆ្លងដោយបញ្ញា ញ៉ាំងអ្នកដទៃឱ្យឆ្លង  
ដោយករុណា ។

-កំណត់ដឹងទុក្ខរបស់អ្នកដទៃដោយបញ្ញា ប្រារព្ធ  
ជួយដោះទុក្ខអ្នកដទៃដោយករុណា ។

-ធុញទ្រាន់ នឿយណាយ ចំពោះទុក្ខដោយបញ្ញា  
ទទួលទុក្ខដោយករុណា ។

-ឆ្ពោះមុខទៅព្រះនិព្វានដោយបញ្ញា ដល់នូវវវដ្តៈ  
ដោយករុណា ។

-មិនត្រេកអរក្នុងសង្សារវដ្តដោយបញ្ញា ឆ្ពោះមុខ  
រកសង្សារវដ្តដោយករុណា ។

-នឿយណាយក្នុងទីទាំងពួងដោយបញ្ញា តែព្រោះ  
ប្រព្រឹត្តទៅដោយករុណា ទើបត្រូវអនុគ្រោះសត្វទាំងពួង។

-អាណិតសត្វទាំងពួងដោយករុណា តែព្រោះ  
ប្រព្រឹត្តទៅដោយបញ្ញា ទើបមានចិត្តនឿយណាយក្នុងទី  
ទាំងពួង ។

-ភាពជាបុគ្គលមិនមានអហង្ការមមង្ការដោយ  
បញ្ញា មិនមានការខ្ជិលច្រអូសដោយករុណា ។

-បានជាទីពឹងនៃខ្លួនឯង និងអ្នកដទៃ ដោយបញ្ញា  
ខ្លាំងក្លាតាមលំដាប់ដោយបញ្ញានិងករុណា ។

ជាអ្នកមិនធ្វើខ្លួនឯងឱ្យក្តៅក្រហាយ ហើយក៏មិន  
ធ្វើអ្នកដទៃឱ្យក្តៅក្រហាយផងដែរ ។ ការសម្រេច  
ប្រយោជន៍ខ្លួនឯង និងប្រយោជន៍អ្នកដទៃ ។ ភាពជាអ្នក  
មិនមានការភ័យខ្លាចតក់ស្លុត ។ ភាពជាអ្នកមានធម៌ជាធំ  
និងមានលោកជាធំ ។ ភាពជាអ្នកដឹងគុណនិងជាបុព្វការី។

ការប្រោសចាកមោហៈ និងតណ្ហា ។ ការសម្រេចវិជ្ជានិង  
ចរណៈ ។ ការសម្រេចពលៈ និងវេសារជ្ជៈគឺធម៌ធ្វើឱ្យ  
ក្លាហាន ។ ទាំងអស់នេះ គឺព្រោះអាស្រ័យបញ្ញា និង  
ករុណា ដែលបញ្ញា និងករុណានេះ ក៏ជាបច្ច័យនៃពារមី  
ទាំងឡាយដូចអភិវិហារនោះឯង ។

**៣-ឧស្សាហៈ ជាដើម**

ការឧស្សាហ៍ ១ បញ្ញា ១ ភាពមាំមួន ១ និង  
ការប្រព្រឹត្តជាប្រយោជន៍ ១ គប្បីជ្រាបថា ទាំង ៤ នេះ  
ជាបច្ច័យនៃពារមីទាំងឡាយ ។

១-ឧស្សាហៈ ឧស្សាហ៍ព្យាយាម ដោយសេចក្តី  
អត់ធន់យ៉ាងក្រៃលែង ក្នុងការបំពេញនូវពោធិសម្ភារ  
ទាំងឡាយ ប្រព្រឹត្តទៅក្នុងពារមី ដែលពារមីនោះលោក  
ពោលថាជាពុទ្ធកូមិ ព្រោះជាហេតុនៃការកើតបានជា  
ព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធ ។

២-បញ្ញា ការឆ្លាតក្នុងឧបាយនៃការបំពេញនូវ  
ពោធិសម្ភារទាំងឡាយ ។

៣-អវត្តាន ការតាំងចិត្តមាំ ព្រោះតាំងចិត្តមិន  
ញាប់ញ័រ ។

៤-ហិតចរិយា ការប្រព្រឹត្តជាប្រយោជន៍ ដោយ  
មេត្តាការវនា និងករុណាការវនា ។

**៤-អធិដ្ឋាន ៦ យ៉ាង**

អធិដ្ឋាន ៦ យ៉ាង ដែលមានប្រភេទជាដេក្ខម្មៈ  
បរិវេកៈ អលោកៈ អទោសៈ អមោហៈ និងនិស្សរណៈ ។  
អធិដ្ឋាន ៦ យ៉ាងនេះ របស់ព្រះបរមពោធិសត្វទាំង-  
ឡាយ គប្បីជ្រាបថាជាបច្ច័យនៃពារមីទាំងឡាយ ។

១-នេក្ខម្មៈ ព្រះបរមពោធិសត្វទាំងឡាយ ជាអ្នក  
ឃើញទោសក្នុងកាម និងក្នុងការគ្រប់គ្រងផ្ទះ ឈ្មោះថា  
មានអធិដ្ឋានក្នុងនេក្ខម្មៈ ។

២-បរិវេកៈ ព្រះបរមពោធិសត្វទាំងឡាយ ជាអ្នក  
ឃើញទោសក្នុងការច្របូកច្របល់ ឈ្មោះថា មានអធិដ្ឋាន-  
ស្រ័យដោយសេចក្តីស្ងប់ស្ងាត់ ។

៣-អលោកៈ ឃើញទោសក្នុងលោកៈ ឈ្មោះថា

មានអធ្យាស្រ័យមិនលោភ ។

៤.អទោសៈ ឃើញទោសក្នុងទោសៈ ឈ្មោះថា មានអធ្យាស្រ័យមិនក្រោធ ។

៥.អមោហៈ ឃើញទោសក្នុងមោហៈ ឈ្មោះថា មានអធ្យាស្រ័យមិនវង្វេង ។

៦.និស្សរណៈ ឃើញទោសក្នុងគ្រប់ភាវៈទាំងអស់ ឈ្មោះថាមានអធ្យាស្រ័យចេញចាកទុក្ខ ។

**៥.អធ្យាស្រ័យក្នុងទាន**

ភាពជាអ្នកមានអធ្យាស្រ័យក្នុងទានជាដើម ក៏ជា បច្ច័យ នៃពារមី មានទានពារមីជាដើមផងដែរ របស់ព្រះ បរមពោធិសត្វទាំងឡាយ អ្នកប្រព្រឹត្តដើម្បីពោធិញ្ញាណ។

ពិតណាស់ ព្រោះភាពជាអ្នកមានអធ្យាស្រ័យក្នុង ទាន ព្រះបរមពោធិសត្វទាំងឡាយ ទើបជាអ្នកឃើញ ទោសក្នុងសេចក្តីកំណាញ់ ដែលជាបដិបត្តចំពោះទាន នោះឯង ហើយរមែងបំពេញនូវទានពារមីឱ្យបរិបូណ៌ ដោយប្រពៃ ។

ព្រោះជាអ្នកមានអធ្យាស្រ័យក្នុងសីល ទើបជាអ្នក ឃើញទោសក្នុងការទ្រុស្តសីល ហើយរមែងបំពេញនូវ សីលពារមីឱ្យបរិបូណ៌ដោយប្រពៃ ។

ព្រោះជាអ្នកមានអធ្យាស្រ័យក្នុងនេក្ខម្ម ទើបជា អ្នកឃើញទោសក្នុងកាម និងការគ្រប់គ្រងផ្ទះ ហើយ រមែងបំពេញនូវនេក្ខម្មពារមីឱ្យបរិបូណ៌ដោយប្រពៃ ។

ព្រោះជាអ្នកមានអធ្យាស្រ័យក្នុងការដឹងតាមសេចក្តី ពិត ទើបជាអ្នកឃើញទោសក្នុងការមិនដឹង និងការ សង្ស័យ ហើយរមែងបំពេញនូវ បញ្ញាពារមីឱ្យបរិបូណ៌ ដោយប្រពៃ ។

ព្រោះជាអ្នកមានអធ្យាស្រ័យក្នុងសេចក្តីព្យាយាម ទើបជាអ្នកឃើញទោសក្នុងសេចក្តីខ្ជិល ហើយរមែង បំពេញនូវវិរិយពារមីឱ្យបរិបូណ៌ដោយប្រពៃ ។

ព្រោះជាអ្នកមានអធ្យាស្រ័យក្នុងសេចក្តីអត់ធន់ ទើបជាអ្នកឃើញទោសក្នុងការមិនអត់ធន់ ហើយរមែង បំពេញនូវខន្តិពារមីឱ្យបរិបូណ៌ដោយប្រពៃ ។

ព្រោះជាអ្នកមានអធ្យាស្រ័យក្នុងសច្ចៈ ទើបជាអ្នក  
ឃើញទោសក្នុងការនិយាយមិនពិត ហើយរមែងបំពេញ  
នូវសច្ចៈការមីឱ្យបរិបូណ៌ដោយប្រពៃ ។

ព្រោះជាអ្នកមានអធ្យាស្រ័យក្នុងការតាំងចិត្តមាំ  
ទើបជាអ្នកឃើញទោសក្នុងការមិនតាំងចិត្តមាំ ហើយ  
រមែងបំពេញនូវអធិដ្ឋានការមីឱ្យបរិបូណ៌ដោយប្រពៃ ។

ព្រោះជាអ្នកមានអធ្យាស្រ័យក្នុងមេត្តា ទើបជាអ្នក  
ឃើញទោសក្នុងព្យាបាទ ហើយរមែងបំពេញនូវមេត្តា  
ការមីឱ្យបរិបូណ៌ដោយប្រពៃ ។

ព្រោះជាអ្នក មានអធ្យាស្រ័យក្នុងការព្រងើយ-  
កន្តើយ ទើបជាអ្នកឃើញទោសក្នុងលោកធម៌ ហើយ  
រមែងបំពេញនូវឧបេក្ខាការមីឱ្យបរិបូណ៌ដោយប្រពៃ ។

ភាពជាអ្នកមានអធ្យាស្រ័យក្នុងទានជាដើម ជា  
បច្ច័យនៃការមី មានទានការមីជាដើម ព្រោះជាហេតុ  
ឱ្យសម្រេច ។

**៦. ពិចារណាទោសនិងអានិសង្ស**

ការពិចារណាឃើញទោសនិងអានិសង្ស តាម  
លំដាប់នៃការមិនបរិច្ចាគ និងការបរិច្ចាគជាដើម ជាបច្ច័យ  
នៃការមីទាំងឡាយ មានទានការមីជាដើម ។ គប្បីជ្រាប  
វិធីពិចារណាដូចតទៅ :

ពិចារណាទានការមី ទ្រព្យ នាំមកនូវសេចក្តី  
វិនាសច្រើនសន្ធឹកសន្ធាប់ យ៉ាងនេះគឺ

.\_ភាពជាអ្នកប្រាថ្នាច្រើនដោយវត្ថុកាម មានដីធ្លី  
ស្រែចំការ មាសប្រាក់ជាដើម នៃបុគ្គលទាំងឡាយដែល  
មានចិត្តហ្វូងហែង ជាប់ជំពាក់នៅក្នុងវត្ថុកាមនោះៗ ។

.\_សាធារណភ័យ មានចោរភ័យ រាជភ័យ និង  
អគ្គិភ័យជាដើម ។

.\_ការតាំងចិត្តឈ្លោះប្រកែកគ្នា ជាសត្រូវនឹងគ្នា  
បៀតបៀនគ្នាជាដើម ។

.\_របស់ដែលមិនមានខ្លឹមសារ ។

.\_ប្រព្រឹត្តទុច្ចរិតក្នុងការស្វែងរកទ្រព្យ ។



\_មានដំណើរទៅកាន់អបាយភូមិ នៃបុគ្គលដែល  
មានចិត្តសៅហ្មង ជាប់ជំពាក់ក្នុងទ្រព្យ ។

គួរធ្វើសេចក្តីមិនប្រមាទក្នុងការបរិច្ចាគថា ការ  
បរិច្ចាគវត្ថុទាំងនោះជាមង្គលដ៏ឧត្តម ។

ម្យ៉ាងទៀតគប្បីពិចារណាថា .

\_សូមជាបុគ្គលស្មោះស្មាលរបស់យើង ព្រោះប្រាប់  
អាថ៌កំបាំងរបស់ខ្លួនគាត់ឱ្យយើងដឹង ។

\_សូមជាអ្នកណែនាំដល់យើងថា អ្នកចូរលះទ្រព្យ  
ដែលមិនមានខ្លឹមសារ ហើយកាន់យកនូវទ្រព្យដែលមាន  
ខ្លឹមសារ ជារបស់ខ្លួនពិតទៅកាន់បរលោក ។

\_សូមគឺជាសម្លាញ់ជួយរែកជញ្ជូនទ្រព្យរបស់យើង  
អំពីលោកនេះ នៅពេលដែលខន្ធលោកនេះត្រូវភ្លើង គឺ  
មរណៈឆាប់រហ័ស ដូចផ្ទះដែលត្រូវភ្លើងនេះដូច្នោះឯង ។

\_សូមជាកល្យាណមិត្តដ៏ក្រៃលែង ព្រោះជាសម្លាញ់  
ក្នុងការឱ្យទាន និងព្រោះជាអ្នកជ្រោមជ្រែងជួយឱ្យបាន  
ដល់ពុទ្ធភូមិ ដែលបានដោយលំបាកដ៏ក្រៃលែងជាងសម្បត្តិ

ទាំងពួង ។

\_សូម ជាអ្នកលើកតម្កើងយើងក្នុងកម្មដ៏ក្រៃលែង  
ព្រោះដូច្នោះ គួរធ្វើនូវការលើកតម្កើងនោះ ឱ្យបាន  
សម្រេចជាការពិត ។

\_សូមឱ្យគេមិនសូម ក៏យើងដែរឱ្យ ព្រោះជីវិតរបស់  
គេប្រាកដច្បាស់ស្រេចហើយ មិនចាំបាច់និយាយដល់ការ  
សូមនោះឡើយ ។

\_សូមមកហើយដោយខ្លួនឯង ត្រូវតាមអធ្យាស្រ័យ  
ដ៏ក្រៃលែង មិនចាំបាច់ស្វែងរក គួរឱ្យដោយបុណ្យរបស់  
យើង ។

\_ការអនុគ្រោះរបស់យើងនេះ ដោយសំដៅដល់  
ការឱ្យទានដល់សូមយាចក យើងគួរអនុគ្រោះសត្វលោក  
ដូចអនុគ្រោះខ្លួនយើង ។

\_កាលបើសូមយាចកមិនមានទេ ទានពារមីរបស់  
យើងនឹងគប្បីពេញបានយ៉ាងដូចម្តេច ។

\_យើងគប្បីជាទីស្រឡាញ់ និងជាទីពេញចិត្តរបស់

សូមទាំងឡាយបានយ៉ាងណា ។

.\_សូមយាចកទាំងនោះ គប្បីជាទីស្រឡាញ់ ជាទីពេញចិត្តរបស់យើងបានយ៉ាងដូចម្តេចដែរ ។

.\_នៅពេលឱ្យ យើងក៏ពេញចិត្ត លុះឱ្យរួចហើយក៏រីករាយ កើតបីតិសោមនស្សបាននោះ តើយ៉ាងណាទៅ ។

.\_កាលបើទ្រព្យមាន សូមយាចក៏មាន តែមិនបរិច្ចាគ គឺវាជាការបោកបញ្ឆោតខ្លួនឯងដ៏ក្រៃលែង ។

ពិចារណាសីលធារមី

.\_សីលជាទឹកលាងនូវមន្ទិលគឺទោសៈ ដែលមិនអាចជម្រះបាន ដោយទឹកទន្លេគង្គាជាដើម ។

.\_សីលកម្ចាត់នូវអន្តរាយមានរាគៈជាដើម ដែលមិនអាចកម្ចាត់បានដោយចន្ទន៍ល្បឿងជាដើម ។

.\_សីល ជាគ្រឿងប្រដាប់យ៉ាងរិសេសរបស់មនុស្សល្អទាំងឡាយ ។

.\_សីល មានក្លិនក្រអូបជ្រុយទៅគ្រប់ទិស និងសមគួរគ្រប់កាល ។

.\_សីលមានអំណាចដ៏ក្រៃលែង ព្រោះនាំមកនូវគុណ ដែលក្សត្រមហាសាលជាដើម និងទេវតាទាំងឡាយគួរក្រាបសំពះ ។

.\_សីល ជាជណ្តើរឡើងទៅកាន់ទេវលោក មានឋានសួគ៌ជាន់ចាតុមហារាជិកាជាដើម ។

.\_សីល ជាឧបាយនាំឱ្យបានសម្រេចនូវឈាន និងអភិញ្ញា ។

.\_សីល ជាផ្លូវឱ្យទៅដល់មហានគរគឺព្រះនិព្វាន ។

.\_សីល ជាភូមិប្រតិស្ឋាននូវសាវ័កពោធិ បច្ចេកពោធិ និងសម្មាសម្តោធិញ្ញាណ ។

.\_សីល ដូចជាកែវទិញ ឬដើមកប្បព្រឹក្ស ព្រោះជាឧបាយឱ្យសម្រេចនូវអ្វីៗតាមដែលប្រាថ្នា ។

.\_សីល ព្រះដ៏មានព្រះភាគទ្រង់ត្រាស់ថា :

ម្នាលភិក្ខុទាំងឡាយ ប្រសិនបើភិក្ខុមានសេចក្តីប្រាថ្នាថា អាត្មាអញគប្បីជាទីស្រឡាញ់ ជាទីពេញចិត្ត ជាទីគោរព ជាទីលើកតម្កើង របស់សព្វហុចារីទាំងឡាយ

ភិក្ខុគប្បិជាអ្នកធ្វើឱ្យបរិបូណ៌ក្នុងសីលទាំងឡាយចុះ ។

ម្ចាស់អានន្ទ កុសលសីល មានការមិនក្តៅក្រហាយ ជាប្រយោជន៍ ។

ម្ចាស់គហបតីទាំងឡាយ នេះជាអានិសង្ស ៥ យ៉ាង របស់អ្នកមានសីល ។ ៥ យ៉ាងគឺ ១\_ដល់ព្រមដោយ ភោគសម្បត្តិ ; ២\_មានកិត្តិគុណ កិត្តិសព្ទល្បីខ្លួនខ្លាយទៅ ; ៣\_មានសេចក្តីភ្ញៀវភ្នាក់ក្នុងកណ្តាលបរិស័ទ ; ៤\_នឹងមិន វង្វេងនៅពេលជិតស្លាប់ ; ៥\_ស្លាប់ហើយនឹងទៅកើតនៅ សុគតិស្ថានទេវលោក ។

\_សីលជានិមិត្តនៃបីតិ និងសោមនស្ស ដោយការ មិនពិះដៀលខ្លួនឯងផង អ្នកដទៃមិនពិះដៀលផង វិញ្ញាជន សរសើរផង មិនមានអាជ្ញាក័យផង និងមិនមានទុក្ខភិក័យ ផង ។

\_សីលជាទីតាំងនៃសិរីសួស្តី ព្រោះតាំងចិត្តទុកក្នុង សេចក្តីមិនប្រមាទ និងព្រោះញ៉ាំងប្រយោជន៍ធំឱ្យសម្រេច ដោយមានការគ្រប់គ្រងរក្សាអំពីសីល ដែលសីលនេះជា

មង្គលដ៏ឧត្តម ។

\_សីលជាកុលសម្បត្តិ ព្រោះថាសូម្បីបុគ្គលមាន ជាតិត្រកូលទាបក៏ដោយ លុះដល់បានបួសជាភិក្ខុអ្នកមាន សីល ក៏ជាបូជនីយបុគ្គលរបស់ក្សត្រមហាសាលជាដើម ដោយពិត ។

\_សីលជាសម្បត្តិដ៏ប្រសើរ ក្រែកែងជាងសម្បត្តិ ខាងក្រៅ ព្រោះមិនទូទៅដល់ចោរ ដល់ទឹកភ្លើងជាដើម ព្រោះអនុគ្រោះដល់លោកខាងមុខ ព្រោះមានផលច្រើន និងព្រោះជាអធិដ្ឋានគុណ គឺជាទីតាំងនៃសមថៈ និង វិបស្សនាជាដើម ។

\_សីលជាធំ មានភាពជាឥស្សរៈដ៏ក្រៃលែង ជាង ព្រះមហាក្សត្រទៅទៀត ព្រោះជាឥស្សរៈមាំមួនផ្លូវចិត្ត មិនជាទាសៈក្នុងការប្រព្រឹត្តបញ្ចវេរាជាដើម ។

\_សីលប្រសើរជាងជីវិត និងធ្វើឱ្យជីវិតរស់នៅ សូម្បីតែមួយថ្ងៃ ប្រសើរជាងជីវិតអត់សីលហើយរស់នៅ អស់រយនៃឆ្នាំ ។

..សីលប្រសើរជាងរូបសម្បត្តិ ព្រោះសីលនាំមកនូវ  
ការពេញចិត្ត សូម្បីតែគេនោះជាសត្រូវ ឬចោរ និងព្រោះ  
ជរា រោគព្រមទាំងវិបត្តិផ្សេងៗគ្របសង្កត់មិនបាន ។ រូប  
កាយ ចាស់ជរា ឈឺ និងលំបាកថែរក្សារាល់ថ្ងៃ ហើយត្រូវ  
បញ្ចប់ត្រឹមស្លាប់ទៅត្រូវដុត ឬកប់ប៉ុណ្ណោះឯង ។

..សីលវិសេសលើសលំនៅឋាន មានវិមានប្រាសាទ  
ជាដើមទៅទៀត ព្រោះជាការតាំងចិត្តជីវិតសេស ជាសុខ-  
ភាពរបស់ចិត្ត សុខត្រជាក់ ដោយចិត្តមានសីលហ្នឹងឯង ។

..សីលជាញាតិដ៏ក្រៃលែង ព្រោះថាសូម្បីមាតាបិតា  
ក៏មិនអាចធ្វើឱ្យសម្រេចបានដែរ នូវអ្វីដែលជាប្រយោជន៍  
របស់សីល តែសីលអាចឱ្យសម្រេចបាននូវសម្បត្តិទាំងពួង  
នោះៗ ទាំងអនុគ្រោះដល់បរលោក ទាំងសម្បត្តិនិព្វាន ។

..សីលប្រសើរជាងចតុរង្គសេនា របស់ព្រះរាជា  
ព្រោះសីលច្បាំងឈ្នះកិលេសខ្លួនឯង ។

..សីលប្រសើរជាងមន្ត និងថ្នាំទិព្វ ព្រោះសីលជា  
គ្រឿងរក្សាខ្លួន ដែលគេរក្សាបានដោយកម្រ ។

..សីលនាំឱ្យមានខ្លួនឯងជាទីពឹង និងនាំឱ្យអ្នកមាន  
សីល មានអធ្យាស្រ័យប្រណីតឡើងៗ ។

ព្រះដ៏មានព្រះភាគទ្រង់ត្រាស់ថា « **ធម្មោ ធម្មោ  
រក្ខតិ ធម្មចារី ធម៌រមែងរក្សានូវអ្នកប្រព្រឹត្តធម៌** » ។

កាលព្រះមហាបុរស ពិចារណាឃើញថា សីល  
ប្រកបដោយគុណដ៏ច្រើនក្រៃលែងយ៉ាងនេះហើយ សីល-  
សម្បទាដែលនៅមិនទាន់បរិបូណ៌ ក៏ដល់នូវភាពបរិបូណ៌  
ដែលមិនទាន់បរិសុទ្ធ ក៏ដល់នូវភាពបរិសុទ្ធ ដោយប្រការ  
ដូច្នោះឯង ។

ប្រសិនបើធម៌ទាំងឡាយមានទោសៈជាដើម ជា  
បដិបក្ខដល់សីល គប្បីកើតឡើងដល់មហាបុរសនោះ ក្នុង  
រវាងៗដោយសន្សំសន្តានមកយូរហើយ បុគ្គលដែលជា  
ព្រះពោធិសត្វនោះ រមែងពិចារណាយ៉ាងនេះថា « អ្នក  
តាំងចិត្តពិតប្រាកដ ដើម្បីត្រាស់ដឹង ប៉ុន្តែសូម្បីសម្បត្តិជា  
លោកិយ អ្នកក៏នៅមិនអាចឱ្យដល់ទៅបានផង ដោយភាព  
មិនប្រក្រតីនៃសីល ព្រោះទោសៈនេះឯង ដូច្នោះមិន

ចាំបាច់និយាយដល់សម្បត្តិជាលោកុត្តរឡើយ ។ សីលជា  
អធិដ្ឋានដើម្បីសម្មាសម្ពោធិញ្ញាណ ដ៏លើសលប់ជាង  
សម្បត្តិទាំងពួង គួរឱ្យបានដល់ដោយឧក្រិដ្ឋក្រៃលែង ។  
ម្យ៉ាងទៀត ភាពជាអ្នកធ្វើនូវឧបការៈដល់សត្វទាំងឡាយ  
និងការបំពេញបារមី មានបញ្ញាបារមីជាដើមរបស់យើង  
ព្រមទាំងការប្រកបនូវគុណវិសេសមានឈានជាដើមនោះ  
រៀរចាកសេចក្តីបរិសុទ្ធនៃសីលហើយ រមែងសម្រេចមិន  
បានឡើយ ព្រោះហេតុនោះ អ្នកទើបគួរញ៉ាំងសីលឱ្យ  
បរិសុទ្ធដោយប្រពៃ » ។ នេះជាសេចក្តីដែលព្រះបរម-  
ពោធិសត្វពិចារណានូវគុណរបស់សីល ដើម្បីគ្របសង្កត់  
នូវធម៌បដិបក្ខរបស់សីល ។

ពិចារណានេក្ខម្មបារមី

គប្បីជ្រាបការពិចារណាក្នុងការគ្រប់គ្រងផ្ទះដោយ  
ន័យមានជាអាទិ៍ថា ការគ្រប់គ្រងផ្ទះចង្អៀតចង្អល់ជាផ្លូវ  
នៃធូលី គឺកិលេស ។ កាមទាំងឡាយឧបមាដូចជាគ្រោង  
ឆ្អឹងជាដើម សូម្បីបុត្រក៏ឈ្លោះនឹងមាតា ។ល។ ដូចបុរស

បុលបំណុលគេទៅប្រកបការងារ។ល។ គប្បីជ្រាបសេចក្តី  
ពិស្តារក្នុងទុក្ខកូនសូត្រ និងអាសិវិសូបមសូត្រជាដើម ។

ក្នុងនេក្ខម្មបារមី គប្បីជ្រាបដោយការពិចារណានូវ  
អានិសង្សក្នុងបញ្ញាជាដើម ដោយន័យមានជាអាទិ៍ថា  
បញ្ញាជាអញ្ជោកាស គឺឱកាសស្រឡះល្អដ៏ក្រៃលែង ។ល។

ពិចារណាបញ្ញាបារមី

គប្បីមនសិការដល់បញ្ញាគុណថា ធម៌ទាំងឡាយ  
មានទានជាដើម បើរៀរចាកបញ្ញាហើយ រមែងមិនអាច  
បរិសុទ្ធបានឡើយ ។ រមែងមិនមានសមត្ថភាពក្នុងការងារ  
ជារបស់ខ្លួន ។ ដូចសរីរយន្ត បើប្រាសចាកជីវិតហើយ ក៏  
រមែងមិនល្អមិនស្អាត ។ ឥន្ទ្រិយទាំងឡាយមានចក្ខុន្ទ្រិយ  
ជាដើម បើរៀរចាកនូវវិញ្ញាណហើយ ក៏មិនល្អមិនធ្វើ  
កិច្ច ក្នុងវិស័យរបស់ខ្លួនបាន យ៉ាងណា ឥន្ទ្រិយទាំងឡាយ  
មានសទ្ធិន្ទ្រិយជាដើម ក៏យ៉ាងនោះដែរ បើរៀរចាកបញ្ញា  
ហើយ ក៏មិនអាចបដិបត្តិកិច្ចរបស់ខ្លួនបាន ។

ព្រោះហេតុនោះ បញ្ញាទើបជាធំក្នុងការបដិបត្តិ

មានការបរិច្ចាគជាដើម ។ ពិតណាស់ ព្រះមហាពោធិសត្វ  
ទាំងឡាយ ជាអ្នកមានបញ្ញាចក្កុបើកហើយ ឱ្យទានសូម្បី  
តែអវយវៈតូចធំរបស់ខ្លួន ព្រមលះបង់នូវជីវិតក្នុងកិច្ច  
ដែលត្រូវលះ និងមិនលើកខ្លួនប្រៀបផ្ទឹមនឹងអ្នកដទៃ កើត  
សោមនស្សក្នុងកាលទាំង ៣ ដែលមិនអាចកំណត់បាន  
ប្រៀបដូចដើមឈើដែលជាថ្នាំ ។ ការបរិច្ចាគប្រកបដោយ  
បញ្ញាឆ្លាតក្នុងឧបាយ រមែងចូលដល់នូវភាពជាទានពារមី  
ព្រោះប្រព្រឹត្តទៅដើម្បីជាប្រយោជន៍ដល់អ្នកដទៃ ព្រោះ  
ថា ទានគឺដូចជាកម្រៃដែលជាប្រយោជន៍របស់ខ្លួន ។

ម្យ៉ាងទៀត សេចក្តីបរិសុទ្ធនៃសីល ដោយប្រាស-  
ចាកសេចក្តីសៅហ្មងមានតណ្ហាជាដើម រមែងសម្រេច  
មិនបានឡើយ បើមិនមានបញ្ញាទេនោះ ដូច្នោះអធិដ្ឋាន  
គុណដើម្បីភាពជាព្រះសព្វញ្ញនឹងសម្រេចបានមកពីណា ។

មានតែបុគ្គលមានបញ្ញាប៉ុណ្ណោះ ដែលពិចារណា  
ឃើញទោសក្នុងការគ្រប់គ្រងផ្ទះ ក្នុងកាមគុណទាំងឡាយ  
និងក្នុងវដ្តសង្សារ ហើយពិចារណាឃើញអានិសង្សក្នុង

ការបព្វជ្ជា ក្នុងឈានសមាបត្តិ និងក្នុងព្រះនិព្វានដោយល្អ  
និងព្រោះតែបញ្ញា ទើបញ្ចាំងការបូសឱ្យបានសម្រេចនូវ  
ប្រយោជន៍ ញ្ចាំងឈានសមាបត្តិឱ្យកើត ឆ្ពោះមុខទៅ  
ព្រះនិព្វាន ព្រមទាំងញ្ចាំងមនុស្សដទៃឱ្យតាំងនៅក្នុងឈាន  
សមាបត្តិនោះៗទៀតផង ។

បញ្ញា មិនបានញ្ចាំងនូវសេចក្តីព្យាយាមឱ្យប្រាស-  
ចាកបញ្ញាប្រព្រឹត្តទៅនោះឡើយ ហើយក៏មិនមែនដោយ  
គ្រាន់តែតាំងសេចក្តីប្រាថ្នាទុក ឱ្យសម្រេចទៅបានដោយ  
ចាប់ផ្តើមព្យាយាមមិនល្អទៅនោះដែរ ព្រោះថា ការមិន  
ចាប់ផ្តើម វាប្រសើរជាងការចាប់ផ្តើមមិនល្អ ។

បញ្ញារមែងញ្ចាំងសេចក្តីព្យាយាមឱ្យប្រព្រឹត្តទៅ  
ដោយឧបាយដ៏ប្រសើរ ចាប់ផ្តើមក្នុងការងារជាប្រយោជន៍  
ប្រាសចាកទោស និងអនុគ្រោះដល់អ្នកដទៃ ។

បុគ្គលមានបញ្ញា ជាអ្នកមានសេចក្តីអត់ធន់ចំពោះ  
វិបត្តិផ្សេងៗ ក្នុងជីវិត មិនក្តៅក្រហាយចិត្ត ។ ក្នុងសេចក្តី  
នេះ បុគ្គលល្ងង់ខ្លៅមិនជាអ្នកអត់ធន់ឡើយ សេចក្តីវិនាស

ដែលអ្នកដទៃនាំមកឱ្យដល់បុគ្គលល្ងង់ខ្លៅ រមែងចម្រើន  
កព្វនូវធម៌ជាបដិបក្ខដល់ខន្តីសេចក្តីអត់ធន់ ប៉ុន្តែសេចក្តី  
វិនាសទាំងនោះ ដែលបានមកដល់អ្នកមានបញ្ហា រមែង  
ប្រព្រឹត្តទៅ ដើម្បីភាពមាំមាំនៃខន្តីនោះ ធ្វើឱ្យមានការ  
កព្វនច្រើនឡើងនូវសេចក្តីអត់ធន់ ។

មានតែអ្នកមានបញ្ហាប៉ុណ្ណោះ ដែលដឹងនូវសច្ចៈ៣  
យ៉ាង (វចីសច្ចៈ ញាណសច្ចៈ និងវីរតិសច្ចៈ ) ដឹងហេតុនៃ  
សច្ចៈទាំងនោះ និងដឹងធម៌បដិបក្ខតាមសេចក្តីពិត ហើយ  
គឺជាអ្នកមិននិយាយខុសចំពោះអ្នកដទៃ ។

បុគ្គលអ្នកឧបត្ថម្ភខ្លួនដោយកម្លាំងនៃបញ្ហា រមែង  
ជាអ្នក តាំងចិត្តសមាទានមិនញាប់ញ័រ មានអធិដ្ឋានធម៌  
ក្នុងបារមីទាំងពួង ដោយការដល់ព្រមដោយបញ្ហា ។

មានតែអ្នកមានបញ្ហាប៉ុណ្ណោះ ដែលមិនធ្វើការ  
បែងចែកមនុស្សជាទីស្រឡាញ់ មនុស្សកណ្តាលនិងមនុស្ស  
ដែលជាសត្រូវ ។ ជាអ្នកឆ្លាតក្នុងមេត្តា មានការនាំទៅនូវ  
ប្រយោជន៍ឱ្យដល់សត្វទាំងពួង ។

ជាអ្នកមានភាពជាកណ្តាល គឺឧបេក្ខា មិនមានការ  
ខុសប្រក្រតី នៅពេលជួបប្រសព្វនូវលោកធម៌មានលាភ  
អត់លាភជាដើម ដោយអំណាចនៃបញ្ហា ។

បញ្ហាតែប៉ុណ្ណោះ ជាហេតុនៃសេចក្តីបរិសុទ្ធរបស់  
បារមីទាំងពួងដោយប្រការដូច្នោះ ព្រោះហេតុនោះ បុគ្គល  
គួរពិចារណាគុណរបស់បញ្ហា ។

ម្យ៉ាងទៀត បើរៀបបញ្ហាហើយ ទិដ្ឋិសម្បទា  
រមែងមានមិនបានឡើយ ។ បើរៀនទិដ្ឋិសម្បទាដោយរវាង  
ចន្លោះហើយ សីលសម្បទាក៏មិនអាចមានបានដែរ ។  
បុគ្គលប្រាសចាកនូវសីលសម្បទា និងទិដ្ឋិសម្បទា គឺមិន  
អាចធ្វើឱ្យសមាធិសម្បទាសម្រេចទៅបាន ។ បើបុគ្គល  
មានចិត្តមិនតាំងមាំហើយ រមែងមិនអាចញ៉ាំងសូម្បីតែ  
ប្រយោជន៍ខ្លួនឱ្យសម្រេចបាន មិនចាំបាច់និយាយទៅថ្វី  
ដល់ប្រយោជន៍អ្នកដទៃក្នុងថ្នាក់ឧក្រិដ្ឋនោះ ព្រោះហេតុ  
នោះ ព្រះបរមពោធិសត្វ ជាអ្នកបដិបត្តិដើម្បីប្រយោជន៍  
អ្នកដទៃ ទើបប្រដៅខ្លួនថា « អ្នកគួរធ្វើនូវសេចក្តី

ព្យាយាមក្នុងសេចក្តីចម្រើននៃបញ្ហាដោយគោរព មិនមែន ទេបូ ? »។ ពិតណាស់ ព្រះមហាពោធិសត្វតាំងមាំក្នុង អធិដ្ឋានធម៌ ៤ ដោយបុញ្ញានុភាព អនុគ្រោះសត្វលោក ដោយសង្គហៈ ៤ រមែងញ៉ាំងសត្វទាំងឡាយឱ្យធ្លាក់ចុះ កាន់មគ្គ ដែលជាការចេញចាកទៅ និងញ៉ាំងឥន្ទ្រិយរបស់ សត្វទាំងនោះ ឱ្យចម្រើនជាភិយ្យភាព ។

គប្បីកំណត់គុណរបស់បញ្ហាដ៏ខ្លាំងក្លា មានន័យ ជាអាទិ៍ថា បុគ្គលច្រើនដោយការស្រាវជ្រាវក្នុងខន្ធជាតុ អាយតនៈជាដើម ដោយកម្លាំងបញ្ហាកំណត់ដឹងនូវការ ប្រព្រឹត្តទៅ និងការវិលត្រឡប់ (គឺចេញចាកកិលេស ) តាមសេចក្តីពិត ។ ណែនាំគុណមានទានជាដើម ដែលជា ចំណែកនៃចំណេះដឹងយ៉ាងវិសេស ។ រមែងជាអ្នកធ្វើឱ្យ បរិបូណ៌ក្នុងការសិក្សា ហើយគប្បីកព្វនូវបញ្ហាបារមី ។

ពិចារណាវិរិយបារមី

កម្មដែលជាលោកិយ សូម្បីប្រាកដ ក៏មិនអាច សម្រេចបានដោយសេចក្តីព្យាយាមថោកថយ ។ បុគ្គល

ដែលប្រារព្ធនូវសេចក្តីព្យាយាម មិនគិតដល់សេចក្តីលំបាក រមែងនឹងបានសម្រេចដោយពិត ។ ពិតណាស់ អ្នកដែល មានសេចក្តីព្យាយាមថោកថយ មិនអាចប្រារព្ធបានថា យើងនឹងញ៉ាំងសត្វសត្វឱ្យធ្លាក់ចុះចាកសមុទ្រសង្សារឡើយ ចំណែកអ្នកដែលមានសេចក្តីព្យាយាមឧក្រិដ្ឋ សម្លឹងដល់ សេចក្តីទុក្ខរបស់សត្វក្នុងវដ្តសង្សារ រមែងសម្រេចនូវបារមី ដែលជាសេចក្តីព្យាយាម ។

ព្រោះហេតុនោះ គប្បីពិចារណាដល់គុណនៃវិរិយ- សម្បត្តិ ដោយន័យមានជាអាទិ៍យ៉ាងនេះថា ការប្រារព្ធ ដើម្បីវើខ្លួនចាកអន្លង់ភក់គឺសង្សារវដ្តរបស់បុគ្គលណា ការ បានដល់ទីបំផុតនៃសេចក្តីប្រាថ្នា ក្នុងភាពជាអ្នកមាន សេចក្តីព្យាយាមអន់ថយ សូម្បីតែខ្លួនឯងនៃបុគ្គលនោះក៏ មិនអាចឱ្យសម្រេចទៅបាន មិនចាំបាច់និយាយដល់ការ សាងនូវអភិវឌ្ឍន៍ ដើម្បីជួយសង្គ្រោះដល់មនុស្សលោក និងទេវលោកឡើយ ។ ព្រោះពួកកិលេសជាគ្រឿង ប្រទូសវាយ មានរាគៈជាដើម គឺហាមឃាត់បានដោយ



លំបាក ដូចជីវិតចុះប្រេង ។ ព្រោះ ការសមាទានកម្មដែល មានកិលេសជាគ្រឿងប្រទូសរាយនោះជាហេតុ ដូចជា ពេជ្ជយាតងាដាវ ដោយទុក្ខតិដែលជានិមិត្តនៃកម្មនោះ បើកទ្វារជានិច្ចគ្រប់ពេល ។ ព្រោះបាបមិត្តបបួលក្នុងកម្ម នោះ បានត្រៀមចាំហើយគ្រប់កាល និងព្រោះធ្វើតាម ពាក្យណែនាំរបស់បាបមិត្តនោះឯង ។ ដូច្នេះទើបពោលថា បុគ្គលដែលមានព្យាយាមអន់ថយ មិនទាំងអាចជួយខ្លួន ឯងរួចផង ។

ក្នុងការមានសតិរបស់បុព្វជន ទើបគួរចេញចាក សង្សារទុក្ខដោយខ្លួនឯងបាន ព្រោះហេតុនោះ មិច្ឆារិតក្ក រមែងនៅឆ្ងាយដោយអានុភាពនៃសេចក្តីព្យាយាម ។ បើ ថាអាចសម្រេចនូវសម្មាសម្ពោធិញ្ញាណបាន ដោយសេចក្តី ព្យាយាមរបស់ខ្លួនទៅហើយនោះ តើមានអ្វីទៀតទៅដែល ធ្វើបានដោយលំបាកក្នុងសេចក្តីនេះ ។

ពិចារណាខន្តិចារមី

ខន្តិជាអារុំធាតុម្នាក់សេចក្តីក្រោធជាគ្រឿងអលង្ការ

របស់អ្នកប្រាជ្ញ ជាកម្លាំងរបស់សមណព្រាណំ ។

ខន្តិជាទឹកពន្លត់ភ្លើង គឺសេចក្តីក្រោធជាមន្តនិង ជាថ្នាំជីវិសេស សម្រាប់រម្ងាប់ពិស គឺពាក្យអាក្រក់របស់ មនុស្ស ជាគ្រឿងចង្អុលប្រាប់ដល់ទីកើតនៃកិក្ខិសព្វដ៏ ប្រសើរ ជាប្រក្រតីរបស់អ្នកមានបញ្ញាតាំងនៅក្នុងការ សង្រួម ។

ខន្តិជាសាគរ ព្រោះអាស្រ័យភាពដ៏មានជម្រៅ ជា ត្រើយនៃមហាសាគរគឺទោសៈ ជាសន្លឹកទ្វារ បិទទ្វារ អបាយភូមិ ជាជណ្តើរឡើងទៅកាន់ទេវលោក និងព្រហ្ម- លោក ជាកូមិនិងជាទិស្ថិតនៅនៃគុណទាំងពួង ជាសេចក្តី បរិសុទ្ធនៃកាយ វាចា និងចិត្ត ដ៏យ៉ាងខ្ពង់ខ្ពស់ ។ គប្បី មានមនសិការដោយប្រការដូច្នោះ ។

សត្វទាំងឡាយក្នុងលោកនេះ មានសេចក្តីក្តៅ ក្រហាយ ព្រោះមិនមាននូវខន្តិសម្បត្តិ ។ អត្តភាពដែលជា ដែនរបស់ទុក្ខ និងកម្មដែលជាពូជនៃទុក្ខនោះ គឺយើងបាន តាក់តែងហើយ នេះឯងជាហេតុនៃការជំពាក់បំណុលទុក្ខ

គប្បីពិចារណាយ៉ាងនេះឯង នៅពេលណាដែលមានអ្នក ដទៃធ្វើនូវសេចក្តីវិនាសឱ្យ ។ កាលបើមិនមានអ្នកធ្វើ នូវសេចក្តីវិនាសឱ្យទេ ខន្តិសម្បទារបស់យើងនិងកើតបាន យ៉ាងណាទៅ ។

គេធ្វើសេចក្តីវិនាសដល់យើងដោយធម៌ណា និង ធ្វើក្នុងទីណា ធម៌នោះទាំងអស់ក៏រលត់ទៅក្នុងខណៈនោះ ឯង ។ ឥឡូវនេះតើអ្នកណាធ្វើនូវសេចក្តីក្រោធឱ្យដល់ អ្នកណា និងអ្នកណាខុសចំពោះអ្នកណា ព្រោះធម៌ ទាំងពួងជាអនត្តា ។ ពិចារណាយ៉ាងនេះហើយ គួរកព្វន នូវខន្តិសម្បទា ដោយប្រការដូច្នោះ ។

សត្វលោកទាំងអស់នេះ ព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធជាម្ចាស់ គ្រប់គ្រងដូចបុត្រកើតអំពីព្រះអង្គ ព្រោះហេតុដូច្នោះ យើងមិនគួរញ៉ាំងចិត្តក្រោធឱ្យកើតឡើងក្នុងសត្វទាំងអស់ នេះទេ ។

កាលបើអ្នកធ្វើខុសនោះមានគុណ យើងមិនគួរធ្វើ សេចក្តីក្រោធទៅក្នុងអ្នកមានគុណនោះឡើយ តែបើមិន

មាននូវគុណទេ យើងគួរសម្តែងនូវការអាណិតឱ្យជា ពិសេស ។

យសសីរី និងគុណរបស់យើង រមែងសាបសូន្យ ព្រោះសេចក្តីក្រោធ ។ របស់ដែលជាសត្រូវទាំងឡាយ មានពណ៌សម្បុរសៅហ្មង និងការរស់នៅជាទុក្ខជាដើម រមែងមកដល់យើង ដោយសេចក្តីក្រោធរបស់យើង ។

ឈ្មោះថាសេចក្តីក្រោធនេះ រមែងធ្វើនូវអ្វីដែល មិនជាប្រយោជន៍បានគ្រប់យ៉ាង ហើយថែមទាំងញ៉ាំង ប្រយោជន៍ទាំងពួងឱ្យវិនាសទៀតផង វាជាសត្រូវដ៏មាន កម្លាំងខ្លាំងក្លា ។

កាលមានខន្តិ សត្រូវអ្វីៗក៏មិនមាន យើងក៏មិន មានទុក្ខ ។ កាលបើយើងគ្របសង្កត់បាននូវសេចក្តីក្រោធ ដោយខន្តិ អំពើដែលជាទាសភាពនៃសេចក្តីក្រោធនោះ ក៏ នឹងត្រូវគ្របសង្កត់បានដែរដោយប្រពៃ ។

កាលបើមានសេចក្តីក្រោធ ដែលជាសត្រូវទម្លាយ នូវគុណធម៌ គុណទាំងឡាយមានសីលជាដើមនឹងបរិបូណ៌

ដល់យើងបានយ៉ាងណា ។ កាលបើមិនមាននូវគុណធម៌  
មានសីលជាដើមនោះ យើងជាអ្នកច្រើនដោយឧបការៈ  
ដល់សត្វទាំងឡាយ និងដល់នូវសម្បត្តិដ៏ខ្ពង់ខ្ពស់សមគួរ  
ដល់ការប្តេជ្ញាបានយ៉ាងណា ។

ម្យ៉ាងទៀត បុគ្គលតាំងនៅក្នុងខន្តី រមែងសមគួរ  
ដល់ការសម្លឹងមើលធម៌ ព្រោះជាអ្នកមិនតាំងនៅក្នុង  
អហង្ការ មមង្ការ ។ កាលណាបើប្រាសចាកការប្រកាន់  
ខ្លួនហើយ ធម្មជាតិជាធម្មតា រមែងប្រាកដនូវការកើត ការ  
វិនាស តាមបច្ច័យទាំងឡាយរបស់ខ្លួន រមែងមិនមកអំពី  
ទីណាៗ រមែងមិនទៅក្នុងទីណាៗ ទាំងមិនតាំងនៅក្នុង  
ទីណាៗ និងមិនមានការខ្វល់ខ្វាយអ្វីៗឡើយ ។ ព្រះនិយត  
ពោធិសត្វ ជាបុគ្គលទៀងចំពោះពោធិព្វាណ ជាអ្នកមិន  
ត្រឡប់វិញជាធម្មតា ដោយប្រការដូច្នោះ ។

ពិចារណាសច្ចុចារមី

គប្បីពិចារណាការដល់ព្រមដោយសច្ចុចារមី ដោយ  
ន័យមានជាអាទិ៍ថា ព្រោះរៀនចាកសច្ចៈហើយ សីលជា-

ដើមក៏មិនអាចមានទៅបាន ដោយមិនមានការបដិបត្តិឱ្យ  
សមគួរតាមការប្តេជ្ញា ។

បុគ្គលមិនមាននូវសច្ចៈ ជាបុគ្គលដែលមិនអាចឱ្យ  
ជឿទុកចិត្តបាន ព្រោះពោលពាក្យដែលមិនពិត ព្រោះរួម  
ធម៌ដ៏លាមកទាំងពួង និងព្រោះកន្លងនូវសច្ចៈ ។

បុគ្គលដែលសម្បូណ៌ដោយសច្ចៈ ជាអ្នកតាំងមាំ  
ក្នុងគុណធម៌ទាំងពួង ជាអ្នកអាចបំពេញនូវពោធិសម្ភារ  
ទាំងពួងឱ្យបរិសុទ្ធបាន ធ្វើកិច្ចក្នុងពោធិសម្ភារទាំងពួង  
ដោយមិនខុសចំពោះសភាវធម៌ និងបានសម្រេចក្នុងការ  
បដិបត្តិរបស់ព្រះបរមពោធិសត្វ ។

ពិចារណាអធិដ្ឋានចារមី

គប្បីពិចារណាគុណនៃអធិដ្ឋានចារមី ដោយន័យ  
មានជាអាទិ៍ថា ការសមាទានដោយមាំទាំក្នុងទានជាដើម  
និងការអធិដ្ឋានមិនញាប់ញ័រនៃគុណទាំងនោះ ទប់ទល់  
ចំពោះធម៌ដែលជាបដិបត្តិទាំងឡាយ ។

ការសន្សំចារមីមានទានចារមីជាដើម ដែលមាន

សម្ពោធិញ្ញាណជានិមិត្ត បើរៀរចាកនូវបញ្ញា និងភាព  
ខ្លាំងក្លានៃអធិដ្ឋាននេះហើយ គឺមិនអាចប្រព្រឹត្តទៅបាន  
ឡើយ ។

ពិចារណាមេត្តាបារមី

គប្បីពិចារណាគុណរបស់មេត្តា ដោយន័យមានជា  
អាទិ៍យ៉ាងនេះថា បុគ្គលដែលមិនមានការតាំងចិត្តសំដៅ  
ទៅរកប្រយោជន៍ឱ្យបានសម្រេចដល់សព្វសត្វ គឺមិនអាច  
ញ៉ាំងសត្វលោកឱ្យបាននូវសម្បត្តិក្នុងលោកនេះ និងលោក  
ខាងមុខឡើយ ចាំបាច់និយាយថ្វីដល់ការដែលថា អាច  
ញ៉ាំងសត្វលោកឱ្យបាននូវនិព្វានសម្បត្តិនោះ គឺពិតជាមិន  
អាចទេ ។

ព្រោះដូច្នោះ គប្បីជាអ្នកមាននូវអធ្យាស្រ័យបំពេញ  
ប្រយោជន៍ដល់សព្វសត្វ ព្រមជាមួយនឹងការយល់ដឹងដ៏  
ពិសេសថា សត្វទាំងនេះ ជាបុព្វត្រួតយ៉ាងក្រៃលែង ជា  
អណ្តូងកើតនៃកុសលដ៏យ៉ាងសំខាន់ ជាទីតាំងនៃសេចក្តី  
គោរពដ៏ខ្ពង់ខ្ពស់របស់យើង ព្រោះជាហេតុឱ្យសម្រេចនូវ

សេចក្តីចម្រើនក្នុងពុទ្ធកុណទាំងពួង ។

គប្បីកព្វនមេត្តាទៅរកសព្វសត្វ ព្រមដោយការ  
អធិដ្ឋាននូវកុណាយ៉ាងពិតប្រាកដ ក្នុងបំណងកម្ចាត់នូវអ្វី  
ដែលមិនមានប្រយោជន៍ និងទុក្ខរបស់សត្វទាំងនោះ ។

បួសគល់ដ៏មានកម្លាំងមាំទាំ រមែងកើតឡើងដល់  
បុគ្គល ដែលត្រេកអរក្នុងការនាំនូវប្រយោជន៍សុខចូលទៅ  
ឱ្យដល់សត្វទាំងឡាយ ដោយមេត្តាចិត្ត ដែលមិនមាន  
ព្រំដែន ។

កុណា ជាខាងដើម ជាចរណៈ ជាគោល ជាបួស  
គល់ ជាប្រមុខនៃពុទ្ធការកធម៌ទាំងឡាយ ទាំងពួង ។

ពិចារណាឧបេក្ខាបារមី

គប្បីពិចារណាឧបេក្ខាបារមី ដោយន័យមានជា  
អាទិ៍ថា សេចក្តីវិនាសដែលសត្វទាំងឡាយធ្វើ ព្រោះមិន  
មានឧបេក្ខា ទើបឱ្យកើតនូវភាពពិការផ្លូវចិត្ត កាលដែល  
ចិត្តពិការ ក៏មិនមានការសន្សំនូវបារមី មានទានបារមី  
ជាដើម ។

កាលចិត្តនៅជាប់ជំពាក់ដោយមេត្តា បើរៀននូវ ឧបេក្ខាហើយ ការសន្សំពារមីរមែងមិនមាន ។

បុគ្គលមិនមាននូវឧបេក្ខា មិនអាចនឹងបង្ហោននូវ បុញ្ញសម្ភារ និងប្រយោជន៍ក្នុងការទំនុកបម្រុងដែលជា ផលនៃបុញ្ញសម្ភារនោះ ឱ្យប្រព្រឹត្តទៅក្នុងការសន្សំបាន ឡើយ ។

ព្រោះមិនមានឧបេក្ខា ទើបគេមិនអាចធ្វើការចែក ទេយ្យធម៌ និងបដិគ្គាហកបាន ហើយក៏មិនអាចបរិច្ចាគ បាន ។

ព្រោះប្រាសចាកឧបេក្ខា ទើបមិនមានមនសិការ ដល់អន្តរាយនៃបច្ច័យដែលជាគ្រឿងនាំមកនូវជីវិត និងមិន មានមនសិការដល់អន្តរាយនៃជីវិត ហើយក៏មិនអាចធ្វើ សីលឱ្យបរិសុទ្ធបាន ។

សេចក្តីសម្រេចនៃការតាំងចិត្តសមាទាននូវពោធិ- សម្ភារទាំងពួងឱ្យបរិបូណ៌ រមែងសម្រេចដោយអានុភាព នៃឧបេក្ខាទាំងអស់ ។

\* ការពិចារណានូវទោស និងអានិសង្ស តាមលំដាប់ នៃការមិនបរិច្ចាគ និងបរិច្ចាគជាដើម យ៉ាងនេះ គប្បី ឃើញថា ជាបច្ច័យនៃពារមីទាំងឡាយមានទានពារមី ជាដើម ។

**៧. ចរណធម៌ ១៥**

គប្បីជ្រាប ចរណធម៌ ១៥ និងអភិញ្ញា ៥ ព្រម ដោយធម៌ជាបរិវារ ដូចតទៅនេះគឺ —

ផ្នែកសីលមាន ៤ :

១. សីលសំរេ ការសង្រួមក្នុងសីល កាយវាចា រៀបរយ ។

២. ឥន្ទ្រិយសំរេ ការសង្រួមឥន្ទ្រិយ៦ មានចក្ខុន្ទ្រិយ ជាដើម ។

៣. ភោជនេ មត្តញ្ញតា ការស្គាល់ប្រមាណក្នុង ភោជន ។

៤. ជាគរិយានុយោគ ការភ្ញាក់ឡើង ប្រឹងប្រែង ព្យាយាមមិនគិតតែពីដេកលក់នោះឡើយ ។

ក្នុងចរណៈផ្នែកសីលទាំង ៤ នេះ មានធុតង្គ ១៣ និងការប្រាថ្នាតិចជាដើមជាបរិវារ ។

ផ្នែកព្រះសទ្ធម្ម ៧ :

១.សទ្ធា ជំនឿត្រឹមត្រូវ មាន ពុទ្ធានុស្សតិ សង្ស្ា-  
នុស្សតិ សីលានុស្សតិ ចាគានុស្សតិ ទេវតានុស្សតិ ការ  
រៀរចាកបុគ្គលដែលសៅហ្មង ការសេពគប់បុគ្គលដែល  
បរិសុទ្ធ ហ្មត់ចត់ល្អ និងការពិចារណាធម៌ដែលនាំមកនូវ  
សេចក្តីជ្រះថ្លា ជាបរិវារ ។

២.ហិរិ ការខ្មាសខ្ពើមបាប ។

៣.ឱត្តប្បៈ ការខ្មាចបាប ហិរិ និងឱត្តប្បៈមាន ភាព  
នៃចិត្តដែលបង្កាន់ទៅក្នុងការពិចារណាទោសនៃអកុសល  
ទោសទុក្ខក្នុងអោយភូមិ ហើយពិចារណានូវគុណនៃ  
កុសលធម៌ មានការរៀរចាកនូវបុគ្គលដែលប្រាសចាកហិរិ  
ឱត្តប្បៈ ជាបរិវារ ។

៤.ពាហុសច្ចៈ ការចេះដឹងច្រើន មាន ការចាស់ក្លា  
នៃឥន្ទ្រិយ ដោយការសន្សំសន្សិទ្ធិន្ទ្រិយជាដើម ការសាកសួរ

ការប្រកបព្យាយាមពីខាងដើម ការតាំងនៅក្នុងព្រះសទ្ធម្ម  
ការតាំងនៅក្នុងវិជ្ជាដែលប្រាសចាកទោស និងចិត្តឆ្ងាយពី  
កិលេស បង្កាន់ទៅក្នុងការស្តាប់ច្រើន ជាបរិវារ ។

៥.វិរិយៈ ឧស្សាហ៍ព្យាយាម មាន ភាពនៃចិត្តដែល  
បង្កាន់ទៅក្នុងការពិចារណា ឃើញភ័យក្នុងអោយភូមិ  
ពិចារណា ឃើញផ្លូវដើររបស់ព្រះអរិយបុគ្គលទាំងឡាយ  
ពិចារណា ដល់ការបូជាធម៌ ពិចារណាដល់ការកម្ចាត់បង់  
នូវចិនមិទ្ធុៈ ការរៀរចាកបុគ្គលខ្ជិលច្រអូស និងការ  
សេពគប់បុគ្គលមានព្យាយាមត្រូវ ជាបរិវារ ។

៦.សតិ ស្មារតីភ្ញាក់រលឹក មាន ភាពនៃចិត្តដែល  
បង្កាន់ទៅក្នុងការរៀរចាកបុគ្គលខ្វះសតិសម្បជញ្ញៈ និង  
សេពគប់រកបុគ្គលដែលមានចិត្តតាំងមាំ ជាបរិវារ ។

៧.បញ្ញា ការចូលដល់សេចក្តីពិត មាន ការចម្រើន  
សតិឱ្យដល់នូវភាពបរិបូណ៌នៃឥន្ទ្រិយមានសទ្ធិន្ទ្រិយជាដើម  
ឆ្លាតឈ្លាសក្នុងការសាកសួរ ការរៀរចាកបុគ្គលល្ងង់ខ្លៅ  
ការគប់រកបុគ្គលដែលមានបញ្ញា និងការពិចារណាដល់

ការប្រព្រឹត្តទៅនៃបញ្ញាដ៏ជ្រៅជ្រះ ជាបរិវារ ។

ផ្នែកឈាន ៤ :

១. បឋមជ្ឈាន គ្របសង្កត់នូវអកុសលនីវរណៈ

២. ទុតិយជ្ឈាន លះបង់នូវវិកត្តៈ និងវិចារៈ

៣. តតិយជ្ឈាន លះបង់នូវបីតិ

៤. ចតុត្ថជ្ឈាន លះបង់នូវសោមនស្ស ។

ឈានទាំង ៤ នេះ មានផ្នែកសីលទាំង ៤ ផង មានបុព្វភាគនៃការនាផង មានការហាត់នូវវិសិឱ្យមាន ជំនាញក្នុងឈានផង ជាបរិវារ ។

\* ចរណធម៌ទាំង ១៥ ក្តី អភិញ្ញា ៥ ក្តី ជាបច្ច័យនៃ ការសន្សំពារមីទាំងឡាយ មានទានពារមីជាដើម ។

**ចប់ធារមីភាគទី ១**

**ខ្លឹមសារខ្លីៗ**

១. គ្រប់សត្វមានជីវិត សុទ្ធតែមានចិត្តជាប្រធាន មានចិត្តជាធំ ។ មនុស្សមានវិធីអប់រំចិត្ត តែសត្វតិរច្ឆាន មិនមានឡើយ ដូច្នេះជីវិតមនុស្ស និងជីវិតសត្វតិរច្ឆាន ទើបផ្សេងគ្នា ពោលគឺមនុស្សបានប្រសើរត្រង់មានការ ចម្រើនផ្លូវចិត្ត ចម្រើនគុណធម៌ អប់រំរឿយៗ ។

២. បើមិនអាចធ្វើការងារធំឱ្យមកជាតូចក្នុងឆន្ទៈទេ គឺមិនអាចធ្វើការងារធំបានឡើយ ។

៣. គុណធម៌ ទាល់តែសាងទើបកើត ។ មនុស្ស សាងគុណធម៌ឱ្យកើតឡើងជាមុន ទើបគុណធម៌សាង មនុស្សនោះវិញតាមក្រោយ ។

៤. ទាល់តែកុំទាញទើបមិនតឹង លែងឱ្យវាទៅតាម  
ធម្មជាតិ ។ រស់នៅជាមួយនឹងការមិនប្រកាន់ ទុក្ខក្នុងចិត្ត  
រមែងមិនមាន ។

៥. ការងារដែលជាតួនាទីរបស់មនុស្ស មិនមែន  
គាំទ្របាបទេ គឺកម្ចាត់បាប ។ បាបកើតពីមនុស្សណា វា  
រមែងទម្លាយនូវមនុស្សនោះ ដូចច្រែះកើតពីដែកណា ក៏  
រមែងទម្លាយនូវដែកនោះ ដូច្នោះដែរ ។

៦. យើងទៅណាមួយយប់ពីរយប់ ក៏គង់រៀបឥរ៉ាន់  
ដាក់ទៅដែរ ចាំបាច់និយាយថ្វី ក្នុងដំណើរចេញពីភពមួយ  
ទៅកាន់ភពមួយទៀត ដោយអត់ត្រឡប់វិញ ថាមិនចាំបាច់  
រៀបឥរ៉ាន់គឺបុណ្យកុសលឱ្យដល់ព្រមនោះ ។

៧. បើមិនចង់ស្លាប់ កុំផឹកថ្នាំពិស បើមិនចង់ទុក្ខ  
កុំសន្សំបាប ។ ព្រះបរមពោធិសត្វសន្សំបារមី ញាតិញោម

ប្រុសស្រី អបអរសាទរសន្សំបុណ្យ ។

៨. វិញ្ញាជនចែកបានថា អ្វីណាដែលជាសារៈ និងអ្វី  
ណាដែលមិនជាសារៈ ហើយជ្រើសរើសធ្វើតែក្នុងរបស់  
ដែលមានសារៈ ទើបបានជួបតែរបស់ដែលមានសារៈខ្លីម-  
សារហ្នឹងឯង ។

៩. មនុស្សដែលកើតមកក្នុងលោកនេះ កាល  
និយាយដល់របស់ដែលគួរស្វែងរក របស់នោះក៏គឺសារៈនៃ  
ជីវិត ដែលជាផ្លូវនៃសេចក្តីសុខ និងសេចក្តីចម្រើន ។

- ..សារៈនៃទ្រព្យ គឺការឱ្យទាន
- ..សារៈនៃចំណេះដឹង គឺសង្គ្រោះអ្នកដទៃ
- ..សារៈនៃការសង្គ្រោះនោះ គឺប្រាប់ផ្លូវត្រូវ
- ..សារៈនៃរូបកាយ គឺប្រើរូបកាយសាងប្រយោជន៍
- ..សារៈនៃជីវិត គឺការប្រព្រឹត្តធម៌ដែលជាខ្លឹមសារ  
សំខាន់បំផុតក្នុងជីវិត ។



១០. កាលមនុស្សយើងកើតមក ភាគច្រើន គឺ ច្រើនតែស្វែងរកសុខប៉ុណ្ណោះ មិនស្វែងរកសេចក្តីចម្រើន ឡើយ ។ ចំពោះសុខណាដែលបានមកពីវត្ថុខាងក្រៅខ្លួន រមែងប្រឹងប្រែងអន្ទះអន្ទែង ស្វែងរកយកមក ដោយប្តូរ ស្លាប់ប្តូររស់ បុន្តែផ្នែកខាងការចម្រើនផ្លូវចិត្តវិញ ដែល ជាសារៈសំខាន់នៃកំណើតមនុស្ស បែរជាមិនសូវចូលចិត្ត ឡើយ ។

១១. កើតមកជាមនុស្ស គួរអត់ធន់ហើយអត់ទ្រាំ ទៀត ចំពោះពាក្យសម្តីហួសប្រមាណរបស់អ្នកដទៃ ឱ្យដូច ជាជីវដែលអត់ធន់ចំពោះកូនព្រួយ ដែលគេបាញ់មករក ក្នុងសមរម្យ ។ សេចក្តីអត់ធន់ធ្វើក្រដាសត្រចៀកឱ្យស្លឹក ដូចស្បែកជីវ ។

១២. និយាយល្អ តែគេអ្នកស្តាប់មិនបានធ្វើល្អតាម និយាយ ពាក្យនិយាយនោះ គឺជាសម្តីឥតផល ដូចផ្កាឈើ

ស្អាតតែអត់ក្លិនក្រអូប ។

១៣. មនុស្សដែលប្រកបដោយគុណធម៌ រមែង សាងខ្លួនឯងឱ្យមានតម្លៃឡើងជានិច្ច មិនថានៅក្នុង តំណែងណាឡើយ ។

១៤. មនុស្សយើងត្រូវរក្សាទ្រព្យសម្បត្តិ ប៉ុន្តែការ ចេះដឹងរក្សាមនុស្សយើង ដូច្នោះការចេះដឹងទើបប្រសើរ ជាងទ្រព្យសម្បត្តិ ។ ការចេះដឹងធ្វើឱ្យមនុស្សមានទឹកចិត្ត ធ្វើឱ្យចិត្តភ័យស្ងាម និងជាប្រភពនៃសម្បត្តិទាំងពួងព្រមទាំង សេចក្តីសុខចម្រើន ។

១៥. មនុស្សមានបញ្ហា មិនត្រូវការសម្លាប់សត្រូវ ឡើយ រមែងសម្លាប់ចំពោះតែភាពជាសត្រូវរបស់គេតែ ប៉ុណ្ណោះ ហើយធ្វើសត្រូវឱ្យត្រឡប់មកជាមិត្ត ។ ព្រះ បរមពោធិសត្វ ឃើញបច្ចាមិត្តជាអ្នកជួយឱ្យព្រះអង្គ

សម្រេចនូវពារមីដ៏ខ្ពង់ខ្ពស់ គឺបរមត្ថពារមី ដូច្នោះទើប ព្រះអង្គមានមេត្តាចំពោះសូម្បីតែបច្ចាមិត្ត ។

១៦\_អនាគតនោះ យើងសាងដោយខ្លួនឯង លុប អាក្រក់ នៅត្រង់ខ្លួនរបស់យើង ។ ជីវិតជារបស់ដែល ធម្មជាតិប្រគល់ឱ្យ វាស្រេចតែយើងប្រើក្នុងផ្លូវល្អ ឬ អាក្រក់ប៉ុណ្ណោះ ។

១៧\_អ្នកណាប្រមាទភ្លេចខ្លួនក៏ដោយចុះ យើងកុំ ប្រមាទ អ្នកណាដេកលក់សប្បាយក៏ដោយចុះ យើង ព្យាយាមភ្ញាក់ដឹងខ្លួនអប់រំទូន្មានចិត្ត ។ បុគ្គលឆ្លាតយល់ ដល់រឿងនេះហើយ រមែងស្ទុះលឿនទៅមុខ ដូចសេះជើង ល្អរត់ចោលសេះខ្នុរជើងដូច្នោះឯង ។

១៨\_ត្រីរស់ក្នុងទឹក ព្រមហែលបញ្ជ្រាសទឹកជានិច្ច មានតែត្រីងាប់ទេដែលអណ្តែតតាមបណ្តោយទឹកនោះ ។

មនុស្សត្រូវតស៊ូចំពោះឧបសគ្គ បុគ្គលដែលបណ្តោយជីវិត ទៅតាមជោគជតា ក៏ដូចត្រីស្លាប់ដូច្នោះឯង ។

១៩\_នៅក្នុងសង្គម មនុស្សរមែងដល់នូវភាពជាធំ ទៅបាន គឺត្រូវឱ្យអ្នកដទៃលើកតម្កើង ប៉ុន្តែភាពជាធំខាង ផ្លូវចិត្តវិញនោះ គឺយើងត្រូវលើកដោយខ្លួនឯង ។

២០\_ឧបនិស្ស័យមិនល្អ ដែលបុគ្គលសាបព្រោះ បណ្តុះឡើងខាងក្នុង ជាសត្រូវដ៏កាច នៅចាំទម្លាយ សេចក្តីចម្រើនរបស់មនុស្សជានិច្ច ដូចមេរោគដែលចូល ក្នុងខ្លួន មានតែទម្លាយសុខភាពឱ្យវិនាសដូច្នោះឯង ។

២១\_ជីវិតជារបស់កណ្តាលៗ មានប្រយោជន៍ ក៏ មាន ឥតប្រយោជន៍ក៏មាន បើហ្វឹកហាត់អប់រំ រក្សាបានល្អ គឺមានប្រយោជន៍ តែបើខ្វះការហ្វឹកហាត់អប់រំ និងរក្សា មិនបានល្អទេ គឺពិតជាអត់ប្រយោជន៍ ។ ជីវិតមានខ្លឹមសារ ដូចចម្ការដាំក្រូច ជីវិតឥតប្រយោជន៍ដូចវាលដុះបន្លា ។

២២\_« ការកើត » មាតាបិតាព្រមទាំងមនុស្ស  
ជុំវិញ សប្បាយរីករាយត្រេកអរ មានទាំងការរៀបចំពីដី  
អបអរសប្បាយរីករាយក្នុងពេលខ្លះទៀតផង តែការចាស់  
ការមានរោគ ការឈឺ ការស្លាប់ និងការអ្វីៗដែលមិនល្អ  
ទាំងឡាយផ្សេងទៀត ដែលជាប់តាមមកជាមួយនឹង  
« ការកើត » មនុស្សត្រឡប់ទៅជាក៏យខ្លាចដ៏ក្រៃលែង ។  
រឿងនេះគួរគិត ព្រះបរមពោធិសត្វឃើញទោសនៃការ  
កើតពិតប្រាកដ ។

២៣\_មនុស្សស្អាត ខ្លើមរអើមរបស់ស្មោកត្រោក  
ចំណែកមនុស្សល្អវិញ ខ្លើមធ្វើមអំពើបាបរបស់ខ្លួនឯង ។

២៤\_ពេលប្រយុទ្ធត្រូវការមនុស្សខ្លាំងក្លា  
ពេលមានបញ្ហាត្រូវការបណ្ឌិត  
ពេលដែលមានទុក្ខត្រូវការធម៌ពិត  
បានឃើញចិត្តមិត្តនៅពេលអន្តរាយ ។

២៥\_មនុស្សជាមួយនឹងស្វា មានខួរក្បាលស្រដៀង  
គ្នា មនុស្សខ្លះមានខួរក្បាល តែប្រាសចាកបញ្ហា មិនចេះ  
ស្វែងរកទីពឹងឱ្យខ្លួនឯង គេហៅមនុស្សប្រភេទនេះថា  
មនុស្សខួរក្បាលស្វា ។

២៦\_មនុស្សមិនល្អ ចេះគិតដល់មាតាបិតា និងអ្នក  
មាននូវឧបការគុណផ្សេងទៀត គឺនៅពេលណាដែលខ្លួន  
មានទុក្ខមកដល់តែប៉ុណ្ណោះ ផ្ទុយគ្នាពីមនុស្សល្អ ។ មនុស្ស  
ល្អ រមែងគិតដល់មាតាបិតានិងអ្នកមានឧបការគុណផ្សេង  
ទៀត នៅពេលដែលមានសេចក្តីសុខ មានលាភ មានយស  
ហើយសប្បាយចិត្តដោយមានឱកាសបានតបគុណ ។

២៧\_ឪពុកម្តាយ មានតែពាក្យថាឱ្យ... ឱ្យ... ឱ្យ...  
ជាមួយកូន ប៉ុន្តែមានកូនមួយជំពូក ម៉ែឱ្យប៉ុណ្ណាក៏  
មិនចេះគ្រប់ ធ្វើខ្លួនជាមនុស្សឃ្លានរហូត កូនដូចនេះគេ  
ហៅថា កូនប្រេត ។

២៨. កើតជាមនុស្ស បើចាំបង្ហាន់ខ្លួនមកបម្រើ  
អ្នកណាៗ ក៏ចូរធ្វើខ្លួនជាសេះឱ្យចៅហ្វាយនាយជិះគ្រប់  
ពេលវេលាទៅ ប៉ុន្តែបើចៅហ្វាយនាយគាត់មើលមកទុក  
ដាក់យើងជាសេះ យើងត្រូវតែរើខ្លួនចេញជាប្រញាប់  
ដើម្បីរក្សាកិត្តិយសយើងជាមនុស្សជាតិ ។

២៩. ពាក្យណែនាំល្អ អ្នកណាៗជាអ្នកឱ្យមិនសំខាន់  
ឡើយ ដូចជាជុំមាស សូម្បីសត្វតិរច្ឆានប្រគល់ឱ្យក៏ទទួល  
ទៅ ព្រោះមាសគឺមាស ។

៣០. ពេលវេលាមានស្មើគ្នា ប៉ុន្តែអ្នកមានព្យាយាម  
ភ្នាក់ពីពេលមិនទាន់ភ្លឺ រមែងមានពេលវេលាច្រើនជាង  
ហើយម្យ៉ាងទៀត វាសំខាន់ត្រង់ការប្រើប្រាស់នូវពេល  
វេលានោះ បានប្រយោជន៍ ឬអត់ប្រយោជន៍ ប្រយោជន៍  
ខាងសប្បាយកាយ ឬប្រយោជន៍ខាងចម្រើនចិត្ត ។

៣១. ផ្កាយរាប់ពាន់ដួង ភ្លឺចាញ់ដួងខែ ដែលដួងខែ  
មានតែមួយប៉ុណ្ណោះ ក៏ដូចជាមិត្តប្អូនរាប់ពាន់នាក់ មិន  
អាចប្រៀបបាននឹងមិត្តល្អម្នាក់ ដូច្នោះដែរ ។

៣២. ភរិយានិងស្វាមី ពេលស្រឡាញ់គ្នាព្រមព្រៀង  
គ្នាបាន តែនៅពេលក្រោយ ត្រូវកុំក្រោធព្រមគ្នា ។

៣៣. ក្រោធដូចភ្នក់ភ្លើង ដូច្នោះកុំយកភ្លើងមកលត់  
ភ្លើង ត្រូវលត់ភ្លើងកំហឹងដោយទឹកមេត្តា ភ្លើងរលត់កាល  
ណា ផ្ទះក្លាយជាវិមានកាលណោះ ដោយអំណាចមេត្តា  
ភាវនាហ្នឹងឯង ។

៣៤. មើលសមត្ថភាពប្តីពេលទុក្ខលំបាក  
ពេលក្រ តោកយាក ឃើញចិត្តប្រពន្ធ ។

៣៥. ថ្នាំសំខាន់ពេលឈឺ ទឹកចិត្តសំខាន់ពេលក្រ ។

៣៦. ល្អព្រោះទឹកចិត្ត  
ស្អាតពិតព្រោះចរិយា  
ចាស់មានប្រយោជន៍ចាស់បញ្ញា  
ខ្លឹមអលង្ការគឺខន្តី ។

៣៧. បុគ្គលពាលគិតថា គុណ ត្រូវសងឱ្យរួចគ្នា  
ដោយប្រាក់និងវត្ថុផ្សេងៗ ឯបណ្ឌិតវិញគិតថាគុណត្រូវតប  
ស្នងដោយសប្បាយចិត្តអស់កាលជានិច្ច មិនមានថ្លៃចប់ ។

៣៨. សាសនាក្នុងលោកនេះ មាន ២ គឺ ទេវនិយម  
និងកម្មនិយម ។ ទេវនិយម ប្រដៅឱ្យមនុស្សអរគុណព្រះ  
ជាម្ចាស់ តែកម្មនិយមប្រដៅឱ្យមនុស្សអរគុណមាតាបិតា  
និងអ្នកមានឧបការគុណដទៃទៀតទាំងអស់ ដោយកតញ្ញុ-  
តាធម៌ ។ កម្មនិយមមានបញ្ញាជាធំ ឯទេវនិយមមាន  
ជំនឿជាធំ ។

៣៩. សាស្តាក្នុងគ្រប់សាសនា ប្រដៅមនុស្សឱ្យ  
រៀនអាក្រក់ ធ្វើល្អ តែព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធវិសេសជាង គឺ  
ប្រដៅឱ្យមនុស្សសម្អាតចិត្តឱ្យស្អាតផ្លូវផង រួចផុតចាក  
មន្ទិលសៅហ្មងទាំងពួង ។

៤០. ចិត្តដែលអប់រំល្អហើយ សភាវៈអាក្រក់រមែង  
ចូលទៅមិនដល់ ដូចភ្លៀងដែលមិនអាចធ្លាក់ចុះចូលក្នុង  
ផ្ទះដែលគេប្រក់ជិត ដូច្នោះឯង ។

៤១. មនុស្សធ្វើនូវអំពើអាក្រក់ រមែងក្តៅក្រហាយ  
ទាំងថ្ងៃទាំងយប់ ទាំងក្នុងលោកនេះ ទាំងក្នុងលោកខាង  
មុខ ចំណែកមនុស្សធ្វើនូវអំពើល្អរមែងផ្ទុយគ្នាអំពីនេះ ។

៤២. សូម្បីលើកផែនដីទាំងអស់ ឱ្យដល់មនុស្ស  
អកតញ្ញ ក៏មិនអាចធ្វើឱ្យគេដឹងគុណបានដែរ ។

៤៣. អ្នកនិយាយធម៌ ដោយមិនបានបដិបត្តិតាមធម៌  
ដែលខ្លួននិយាយនោះ រមែងមិនបានទទួលផលនៃធម៌នោះ  
ឡើយ ដូចអ្នកស៊ីឈ្នួលមើលគោឱ្យគេ រមែងមិនបានទទួល  
ផលគឺទឹកដោះគោនោះឡើយ បានតែតម្លៃឈ្នួលបន្តិច  
បន្តួចប៉ុណ្ណោះ ។

៤៤. កាយនេះមិននៅយូរប៉ុន្មានឡើយ ។ ដុំពុះ  
ទឹកនិងរូបកាយ មានលក្ខណៈដូចគ្នា ផ្សេងគ្នាតែពេល  
វេលាប៉ុណ្ណោះ ។

៤៥. ឈ្នះមនុស្សទន់ខ្សោយ ដោយការសង្គ្រោះ  
ឈ្នះមនុស្សខ្ពង់ខ្ពស់ ដោយការគោរព  
ឈ្នះមនុស្សស្មើគ្នាព្យាយាមថ្លៃយប់  
ឈ្នះសព្វឈ្នះគ្រប់ឈ្នះចិត្តខ្លួនឯង ។

៤៦. ជម្នះណា ដែលត្រឡប់ចាញ់វិញ ជម្នះនោះ  
ជាជម្នះធម្មតា តែជម្នះណាដែលមិនត្រឡប់ចាញ់វិញ ជម្នះ  
នោះប្រសើរបំផុត ។

៤៧. ភ្និនក្រអូបគ្រប់យ៉ាង បព្រាសខ្យល់មិនបាន  
ឡើយ ប៉ុន្តែភ្និនសីល និងភ្និនកិត្តិយសកេរ្តិ៍ឈ្មោះរបស់  
មនុស្ស រមែងក្រអូបបព្រាសខ្យល់ដោយពិត ។

៤៨. មនុស្សល្ងង់ បើដឹងថាខ្លួនឯងល្ងង់ពិត នៅ  
ល្មមអាចបានទៅជាបណ្ឌិត ប៉ុន្តែបើល្ងង់ហើយសំគាល់ថា  
ខ្លួនជាបណ្ឌិត គឺពិតជាល្ងង់រហូត ។

៤៩. មនុស្សល្ងង់នៅជិតបណ្ឌិតរហូតជីវិត ក៏មិន  
អាចបាននូវវសជាតិព្រះធម៌អំពីបណ្ឌិតដែរ ដូចវែកមិនដឹង  
វសសម្ម ។

៥០. មនុស្សឆ្លាតចូលជិតបណ្ឌិត សូម្បីតែមួយភ្លែត  
រមែងបានទទួលនូវធម្មរសយ៉ាងឆាប់រហ័ស ដូចអណ្តាត  
ដឹងរសសម្ល ។

៥១. បុគ្គលពាលល្ងង់ខ្លៅ ធ្វើខ្លួនឱ្យជាសត្រូវនឹង  
ខ្លួនឯង ដើរសាងបាបកម្មសព្វបែបយ៉ាង ដែលជាហេតុនាំ  
មកនូវសេចក្តីក្តៅក្រហាយ ។

៥២. មនុស្សអាក្រក់ ឃើញអំពើអាក្រក់ដូចទឹកឃ្នុំ  
ដរាបណាដែលអំពើអាក្រក់មិនទាន់ឱ្យផល លុះដល់កាល  
ណាអំពើអាក្រក់ឱ្យផល កាលនោះឯង មនុស្សអាក្រក់  
រមែងជួបប្រសព្វនូវទុក្ខធំ ។

៥៣. អ្នកស្រែតែងបាចទឹកបញ្ចូលស្រែ ជាងឈើ  
តែងចាំងឈើ ជាងព្រួញតែងពត់ព្រួញ ចំណែកបណ្ឌិត  
រមែងទូន្មានខ្លួន ។

៥៤. ការមើលឃើញសេចក្តីល្អ ឬសេចក្តីអាក្រក់  
របស់ខ្លួន ដោយខ្លួនឯង ល្អជាងដែលអ្នកដទៃគេឃើញ ។

៥៥. បើឃើញថាសេចក្តីល្អ គឺពិតជាល្អ ក៏ចូរធ្វើនូវ  
សេចក្តីល្អនោះឱ្យបានរឿយៗចុះ ថែមទាំងពេញចិត្តចំពោះ  
សេចក្តីល្អនោះផង ព្រោះការសន្សំនូវសេចក្តីល្អ ធ្វើឱ្យកើត  
នូវសេចក្តីសុខ ។

៥៦. មនុស្សអាក្រក់ឃើញអំពើអាក្រក់ថាល្អ រហូត  
ពេលវេលាដែលអំពើអាក្រក់មិនទាន់ឱ្យផល លុះដល់កាល  
ណាអំពើអាក្រក់ឱ្យផល ទើបឃើញអំពើអាក្រក់ថាជា  
សេចក្តីអាក្រក់ពិតមែន ។

៥៧. បុគ្គលមិនគួរមើលងាយសេចក្តីអាក្រក់ថា  
បន្តិចបន្តួចៗ ព្រោះបើធ្វើរឿយៗ ក៏នឹងក្លាយជាបុគ្គល  
ដែលពេញទៅដោយបាប ដូចក្តមដែលពេញទៅដោយទឹក

ដោយគ្រាន់តែទឹកស្រក់ចូល ម្តងមួយតំណក់ៗ តែ ប៉ុណ្ណោះ ។

៥៨\_ការសាងផ្ទះ ត្រូវប្រើពេលវេលា ក្នុងការរៀប ឥដ្ឋ បុគ្គលដែលបានជួបប្រសព្វនូវសេចក្តីសម្រេចក្នុងជីវិត ក៏ត្រូវប្រើពេលវេលាដូចគ្នាដែរ ។ សេចក្តីសម្រេច មិន មែនជារបស់ដែលមនុស្សអាចបានដោយងាយៗឡើយ បើ ប្រាសចាកនូវការតាំងចិត្តពិតៗនោះ ។

៥៩\_រូបគ្រប់យ៉ាងដែលភ្នែកបានឃើញ និងសំឡេង គ្រប់បែបដែលត្រចៀកបានឮ គឺសុទ្ធតែជាអាចារ្យប្រដៅ យើងទាំងអស់ ។ សេចក្តីដូចដែលពោលមកនេះ វានៅ លើការធ្វើទុកក្នុងចិត្តនៃបុគ្គលនោះៗ ។

៦០\_ការគិតនិងការធ្វើ ដូរផ្លាស់មនុស្សឱ្យទៅជាអ្វី ក៏បាន ។ ព្រះជាម្ចាស់ មិនធ្លាប់បណ្តាលឱ្យអ្នកណាទៅជា

អ្វីនោះទេ តែការគិត និងការធ្វើរបស់ខ្លួនឯងតែប៉ុណ្ណោះ ដែលជាអ្នកបណ្តាល ។

៦១\_បើម្សិលមិញក៏មាន ថ្ងៃនេះក៏មាន ស្តេកក៏មាន នឹងបដិសេធចាំ ជាតិមុខមិនមាន បានយ៉ាងដូចម្តេចទៅ ព្រោះទាំងអស់នេះ វាជាតំណនៃវិញ្ញាណ និងព្រោះមាន បច្ច័យ ។

៦២\_ការមាននូវសេចក្តីគោរព និងការឱនលំទោន ទន់ភ្លន់រាបសា នាំមកនូវសិរីមង្គលដ៏ឧត្តម ធ្វើឱ្យចៅ- ហាយនាយ រមែងមានមេត្តាអនុគ្រោះ ឱ្យនូវវត្ថុនេះនោះ ខ្លះ និងឱ្យនូវឱវាទប្រៀនប្រដៅខ្លះ ។

៦៣\_មាតាបិតាជាអ្នកមាននូវឧបការៈ ចិញ្ចឹមបីបាច់ ថែរក្សា បង្ហាញលោកនេះដល់បុត្រ ។ ការធ្វើមាតាបិតា ដែលមិនមានសទ្ធាឱ្យមានសទ្ធា ដែលមិនមានសីលឱ្យមាន



សីល ដែលមិនមានបញ្ញាឱ្យមានបញ្ញា ឱ្យចេះធ្វើទាន ឱ្យ  
ចេះស្តាប់ធម៌ បានឈ្មោះថា ជាការតបស្នង សងគុណ  
មាតាបិតាដ៏យ៉ាងប្រសើរ ។

៦៤.សម្បត្តិក្នុងលោកនេះ មានពីរយ៉ាងគឺ វត្ថុ-  
សម្បត្តិ និងធម្មសម្បត្តិ តែធម្មសម្បត្តិសំខាន់ជាង ព្រោះ  
ជាសម្បត្តិរបស់ចិត្ត ធ្វើចិត្តឱ្យស្អាតជូរជង់ទៅបាន ។ ធម្ម-  
សម្បត្តិ អាស្រ័យបានទាំងក្នុងលោកនេះ ទាំងក្នុងលោក  
ខាងមុខ ឯវត្ថុសម្បត្តិមិនមានខ្លឹមសារ ប៉ុន្តែអ្នកមានបញ្ញា  
អាចធ្វើវត្ថុសម្បត្តិឱ្យមានប្រយោជន៍ ទាំងក្នុងលោកនេះ  
ទាំងក្នុងលោកខាងមុខបាន ដូចគ្នាដែរ ។

៦៥.បុគ្គលដែលជាទីពឹង ធ្វើជាម្ចាស់ឱ្យត្រជាក់ដល់  
អ្នកដទៃទៅបាន ត្រូវតែជាអ្នកមានសេចក្តីអត់ធន់ចំពោះ  
សេចក្តីលំបាកសព្វគ្រប់ប្រការ ដូចដើមឈើធំដែលនៅជា  
ម្ចាស់ឱ្យមនុស្សសត្វបានជ្រក ទាំងដែលខ្លួនឯងទទួលនូវ

កម្ដៅថ្ងៃយ៉ាងខ្លាំងដូច្នោះឯង ។

៦៦.ត្រីធំច្រើនតែនៅក្នុងសមុទ្រទឹកជ្រៅ បើយើង  
ធ្វើខ្លួនជាទូកតូច នៅតែក្បែរៗមាត់ច្រាំង នឹងចាប់ត្រីធំ  
បានយ៉ាងដូចម្ដេចទៅ ។

៦៧.លោកដែលគ្រប់គ្នាប្រាថ្នា ត្រូវការដក់ក្រែកលែង  
នោះ មុននឹងបានសម្រេចសឹងតែយកជីវិតទៅប្តូរ ។

៦៨.ប្រយោជន៍ធំបំផុតនៅក្នុងជម្រាបមីបដិបត្តិ ។  
បើមានត្រឹមតែសីល ៥ ប៉ុណ្ណោះ វានៅកៀក នៅក្បែរនឹង  
កាមគុណពេកណាស់ ត្រូវសមាទានឧបោសថ មាននូវ  
នេក្ខម្មៈ មានការអប់រំចិត្ត និងចម្រើននូវបញ្ញា លះបង់  
រឿងរ៉ាវក្នុងលោកិយចូលកាន់ផ្លូវនៃជីវិតបរិសុទ្ធ មិនប្រាថ្នា  
ភព ផុតចាកពីតណ្ហា នេះទើបជាការបានសម្រេចនូវ  
ប្រយោជន៍ធំ ។

៦៩\_កិច្ចការទាំងឡាយ សម្រេចបានដោយការចុះ  
ដៃធ្វើ ព្រោះបើមិនធ្វើ ឱកាសដែលនឹងបានសម្រេចរមែង  
មិនមានដោយពិត ដូចជាការដើរផ្លូវ បើមិនដើរទេ ឱកាស  
ដែលនឹងដល់ទិសដៅពិតជាមិនមាន ដូច្នោះឯង ។

៧០\_សមត្ថភាពខ្លាំង ឬខ្សោយ គុណប្រយោជន៍ធំ  
ឬតូច ប៉ុណ្ណាៗរបស់មនុស្ស គេមើលនៅត្រង់ផលនៃ  
ការងារ ដូចស្នាមបាទជើងរបស់សត្វ វាជាការបញ្ជាក់  
ប្រាប់ដល់ទំហំមាឌរបស់សត្វនោះដូច្នោះឯង ។

៧១\_មនុស្សយើង មានដំណើរជីវិតទៅតាមប្រក្រតី  
មិនសាងសេចក្តីក្តៅក្រហាយឱ្យដល់ខ្លួនឯង និងអ្នកដទៃ  
ក៏រាប់បានថា ជីវិតរាល់ថ្ងៃបានធ្វើបុណ្យហើយ ។

៧២\_ជីវិតក៏ដូចជាគ្រឿងយន្តដែរ តែងតែមាន  
បញ្ហានិច្ច ។ ជាងគ្រឿងយន្តដែលធ្លាក់ ដោះស្រាយ

បញ្ហាគ្រឿងយន្តបានដោយងាយយ៉ាងណា មនុស្សធ្លាក់  
ដោះស្រាយបញ្ហាជីវិតបានដោយងាយដូចគ្នាដែរ ឯអ្នក  
ល្ងង់ខ្លៅ មិនដឹងសភាពពិត រមែងមានការផ្ទុយគ្នាពីអ្នក  
ធ្លាក់ ។

៧៣\_ការកើតនៃសព្វសត្វមាន ៤ ប្រភេទគឺ កើត  
ក្នុងស៊ុត កើតក្នុងគភ៌ កើតក្នុងទឹកព្រាំ ឬទីដែលមាន  
ចំហាយស្តុយរលួយ និងកើតដោយឧបបត្តិផ្តស្រេចតែម្តង  
ការកើតឡើងក្រៅអំពីនេះទៀតមិនមានឡើយ ។ សភាវៈ  
ជាធំក្នុងការបញ្ជូនសត្វលោកឱ្យកើតក្នុងភពនោះៗ ក៏គឺ  
កម្មដែលសត្វនោះៗបានធ្វើហើយ ។

៧៤\_ការសាងសេចក្តីសង្ឃឹម ដើម្បីសេចក្តីសម្រេច  
ក្នុងជីវិតដោយការខ្ជិល គឺដូចគ្នានឹងការសាងវិមានក្នុង  
អាកាស ។

៧៥. ក្រមាសប្រាក់ចាយ មិនក្តៅក្រហាយ ដល់អ្នកដទៃ  
បើក្រទឹកចិត្ត ដូចរាំងស្ងួតដី មនុស្សសត្វឈឺព្រៃ  
ជួបភ័យអន្តរាយ ។

៧៦. នៅក្មេងៗ ចូលចិត្តនិយាយរឿងបច្ចុប្បន្ន ដល់  
វ័យកំលោះក្រមុំចូលចិត្តនិយាយរឿងអនាគត ចូលដល់វ័យ  
ចាស់ចូលចិត្តនិយាយពីអតីត ឯបណ្ឌិតចូលចិត្តនិយាយ  
អប់រំគ្រប់រឿងទាំងអស់ ។

៧៧. បក្សីនៅក្នុងទ្រុងមានដែលមនុស្សសាងឡើង  
តាមពិតទ្រុងនោះធ្វើអំពីអ្វីក៏ដោយ គឺសុទ្ធតែជាទោស  
ទាំងអស់ ព្រោះឃុំឃាំងហាមឃាត់សេរីភាព ។ មនុស្ស  
ដែលគិតថា ខ្លួនឯងឆ្លាតជាងសត្វ ប៉ុន្តែបែរជាត្រេកអរ  
នឹងទ្រុងសម្បត្តិ ទ្រុងមាន ទ្រុងប្រាក់ ដែលខ្លួនឯងសាង  
ឡើង ប្រព្រឹត្តទៅជាពន្ធនាគារ (អាការចងរូបវិត ) ចំពោះ  
ខ្លួនឯងរហូតគ្រប់វេលា ។

៧៨. ដើមផ្កានៅក្នុងផ្ទះធំ តែបើដើមផ្កានោះ  
ស្តុយបូសទៅហើយ ដីក្នុងផ្ទះក៏មិនអាចផ្តល់ប្រយោជន៍  
អ្វីឱ្យដើមផ្កាបានដែរ ដូចមនុស្សយើងដែលមានមាតាបិតា  
បិតនៅក្នុងឋានៈខ្ពង់ខ្ពស់ល្អ មានទាំងបណ្ឌិតសប្បុរស  
មានទាំងព្រះត្រៃបិដកគ្រប់គ្រាន់ទាំងអស់ ប៉ុន្តែបែរជា  
មានចិត្តខូច គិតជាមិនអាចស្រូបយកនូវអ្វីៗដែលល្អ មក  
ទំនុកបម្រុងខ្លួនបានឡើយ មិនខុសពីដើមផ្កាដែលរលួយ  
បូសនោះឯង ។

៧៩. ការមានចរិយាមារយាទល្អ មានសីលគុណ  
ក្នុងជីវិតរស់នៅ ជីវិតពិតជាបានប្រសើរ គុណធម៌ផ្សេងៗ  
ទៀតរមែងចម្រើនជានិច្ច ដូចបូសឈើស្រូបយកជីវជាតិ  
ពីផែនដីដែលនៅជុំវិញដើម មកចិញ្ចឹមដើមមែកស្លឹកផ្លែផ្កា  
ឱ្យលូតលាស់ដូច្នោះឯង ។

៨០. ការឈានទៅមុខ ការឈប់នៅមួយកន្លែងនិង

ការឈានចម្រើន អំពើទាំងនេះ រមែងឱ្យផលដល់  
មនុស្សយើង គឺធ្វើឱ្យស្ថិតនៅក្នុងកន្លែងផ្សេងគ្នា ។

៨១\_សេចក្តីសុខទាំងឡាយ ដែលត្រូវអាស្រ័យវត្ថុ  
ខាងក្រៅ វាមិនមែនជាសេចក្តីស្ងប់ចិត្តនោះទេ ព្រោះ  
សេចក្តីសុខដែលជាសេចក្តីស្ងប់ចិត្ត មិនត្រូវអាស្រ័យ  
អ្នកណាៗ ឬអ្វីៗ ជាខាងក្រៅនោះឡើយ ។

៨២\_ការមិនជំពាក់បំណុលគេ ជាសុខក្នុងលោក  
ដូច្នោះ បើចូលដេកដោយមិនមានអាហារល្ងាច វាប្រសើរ  
ជាងភ្ញាក់ឡើងមកជាមួយគ្នានឹងជាប់បំណុល ។ សេចក្តី  
នេះយ៉ាងណា បំណុលកាមក៏មានន័យយ៉ាងនោះដែរ ។

៨៣\_មនុស្សល្ងង់មានទ្រព្យហើយ តែមិនប៊ុន-  
ប្រសប់ក្នុងការចាយវាយ លុះចាយអស់ទ្រព្យ កិត្តិយសក៏  
អស់ មិត្តក៏បាត់ ភ័យក៏មកដល់ រមែងជាទុក្ខក្តៅក្រហាយ

ដូចបក្សីជាប់អន្ទាក់ព្រាន ។

៨៤\_ភ្លៀងធ្លាក់ហើយរាំង ប្រាំងហើយវស្សា  
នាឱ្យកាចេះតែដើរ ដំណើរជីវិតពិតជាមិនបង្កង់ សូម្បីមួយ  
វិនាទី ទោះបីជួបប្រទះនូវគ្រោះកាច ឬគ្រោះជា ជីវិតត្រូវ  
តែទៅមុខជានិច្ច ។

៨៥\_ចំពោះការងារ ពេញចិត្តហើយធ្វើក៏បាន  
ពេញចិត្តហើយមិនធ្វើក៏បាន មិនពេញចិត្តហើយមិនធ្វើក៏  
បាន តែកុំឱ្យធ្វើទាំងមិនពេញចិត្ត ជាដាច់ខាត ។

៨៦\_ការព្យាយាមហ្វឹកហាត់អប់រំខ្លួនឯង ការញ៉ាំង  
សេចក្តីសុខស្ងប់ឱ្យដល់អ្នកដទៃ ការធ្វើចិត្តរបស់ខ្លួនឯងឱ្យ  
សម្បូណ៌ទៅដោយគុណធម៌ និងមានការគ្រប់គ្រងដោយ  
ល្អ នេះជាបេះដូងរបស់អ្នកប្រាជ្ញ ។

៨៧. ការងារសាងមនុស្សឱ្យមានកិត្តិយស ក្បែរ-  
ឈ្មោះ ភាពមាំមួន និងសេចក្តីសុខ ប៉ុន្តែមុននឹងការងារ  
សាងមនុស្សនោះ មនុស្សត្រូវសាងការងារជាមុនសិន ។

៨៨. យើងត្រូវជាអ្នកកំណត់ជោគជតា ឱ្យខ្លួនយើង  
មិនត្រូវរង់ចាំឱ្យជោគជតាមកកំណត់យើងឡើយ ។

៨៩. មោឃបុរស គឺមនុស្សដែលកើតមកហើយ  
ស្លាប់ទៅដោយមិនមានកប់សេចក្តីល្អនៅក្នុងចិត្តនៃខ្លួន ។

៩០. បុគ្គលដែលមិនមានការតស៊ូព្យាយាម  
បណ្តោយជីវិតមួយថ្ងៃៗ ឱ្យអស់ទៅ រស់នៅដោយគ្មាន  
គោលដៅអ្វីសោះ នោះមិនខុសគ្នាពីសាកសពដែលដើរ  
បានឡើយ ។

៩១. សេចក្តីសង្ឃឹម គ្រប់គ្នាតែងមានរហូតគ្រប់  
ពេលវេលា ប៉ុន្តែការសមតាមសេចក្តីសង្ឃឹម គ្រប់គ្នាបាន

សម្រេចម្តងៗប៉ុណ្ណោះ ។

៩២. បើមិនចង់ឱ្យខកចិត្ត ទាល់តែកុំសង្ឃឹម ។ បើ  
មិនឱ្យមានការសង្ឃឹម ហាក់ដូចជាអត់កម្លាំងចិត្តក្នុងការ-  
ងារ ដូច្នេះគ្រប់គ្នាគប្បីសិក្សាថា « អាត្មាអញ ធ្វើល្អ  
ព្រោះពេញចិត្តនឹងសេចក្តីល្អ » ។

៩៣. បើយើងធ្វើល្អ ព្រោះពេញចិត្តនឹងសេចក្តីល្អ  
យើងនឹងបានសេចក្តីល្អតបស្នងជានិច្ចគ្រប់ពេល ដូចព្រះ-  
ពុទ្ធភាសិតថា « ធ្វើល្អ បានល្អ » ពាក្យថាបានល្អ គឺ  
សេចក្តីល្អដែលខ្លួនធ្វើនោះឯង ។

៩៤. បើយើងធ្វើល្អដើម្បីលាភ យស សរសើរ សុខ  
យើងអាចនឹងខកចិត្ត ព្រោះពេលខ្លះ កាលដែលយើងធ្វើ  
នូវសេចក្តីល្អហើយ ជំនួសដែលនឹងបានពាក្យសរសើរ  
ត្រឡប់ជាត្រូវនិន្ទា បានពាក្យបន្ទោសស្តីថា ឬជំនួសដែល

នឹងត្រូវបានសុខ ត្រឡប់ជាបានទុក្ខ ដូច្នោះជាដើម ។ កាល  
បើបែបនេះ យើងអាចនឹងយល់ខុសថា « ធ្វើល្អមិនបាន  
ល្អ » ហើយក៏មិនចង់ធ្វើល្អទៅទៀត ។

៩៥\_មនុស្សល្អ ធ្វើល្អព្រោះស្រឡាញ់សេចក្តីល្អ ។  
សេចក្តីល្អជាសម្បត្តិរបស់ចិត្ត ជាខ្លឹមសារនៃជីវិត ជាទឹក  
លាងជម្រះនូវមន្ទិលសៅហ្មងរបស់ចិត្ត ជាសម្បត្តិដែល  
ត្រូវសន្សំ ព្រោះនាំឱ្យសម្រេចនូវសេចក្តីប្រាថ្នាគ្រប់យ៉ាង  
សមទៅតាមពេលវេលា ។

៩៦\_ការសាងសេចក្តីស្រឡាញ់ ឱ្យកើតឡើងក្នុង  
បេះដូង ប្រព្រឹត្តទៅក្នុងការងារ ទោះជាការងារអ្វីក៏ដោយ  
ដែលយើងត្រូវធ្វើ គឺពិតជាមានកម្លាំងខ្លាំង ឧបសគ្គធំ  
មហិមាប៉ុណ្ណា ក៏រារាំងការងារយើងមិនបានដែរ ។

៩៧\_ឧបសគ្គ គឺជាគ្រឿងពិសោធកម្លាំងចិត្ត ដែល  
សេចក្តីសម្រេចបានបញ្ជូនមក បើយើងអាចយកឈ្នះវា  
បាន សេចក្តីសម្រេចក៏នឹងមកតាមក្រោយ ។

៩៨\_តាមពិត សេចក្តីសម្រេច នៅត្រង់ការឈ្នះ  
ឧបសគ្គហ្នឹងឯង ។ សេចក្តីសម្រេចមិនមែនជារបស់ដែល  
ត្រូវប្រគល់ឱ្យអ្នកណាៗ បានដោយងាយនោះឡើយ លុះ-  
ត្រាតែបានពិសោធដឹងថា បុគ្គលនោះជាអ្នកសមគួរនឹង  
ទទួលបាន ។

៩៩\_រលកធ្វើឱ្យសមុទ្រស្អាត យ៉ាងណាឧបសគ្គក៏  
ធ្វើឱ្យជីវិតរុងរឿងស្រស់ល្អ ដូច្នោះដែរ បុគ្គលទើបមិនត្រូវ  
ចាញ់ជាមុនឡើយនៅពេលជួបឧបសគ្គ ។

១០០\_ការច្រណែន រមែងទម្លាយលោកនេះ ឱ្យ  
វិនាស រួមទាំងបុគ្គលអ្នកច្រណែននោះផង ។

១០១\_បើយើងចង់មើលរបស់ល្អ គប្បីមើលខ្លឹម-  
សារព្រះត្រៃបិដក ចំណែកអ្វីៗផ្សេងៗទៀត យើងមិន  
ចាំបាច់ទាស់ចិត្តដោយគិតថា មិនល្អនោះទេ ខ្លួនយើងហ្នឹង  
ឯង ដែលត្រូវរៀបចំឱ្យអ្វីៗបានល្អប្រសើរនោះ ។

១០២\_តាមពិត វាមិនមានអ្វីដែលអាក្រក់សម្រាប់  
យើងទេ បើយើងមិនគិតថាអាក្រក់ទេនោះ អ្វីៗក៏យើង  
អាចបំពេញ ឱ្យសម្រេចបានជាបរិយាយ ជាមួយនឹងអ្វីនោះ  
ដែរ ។ កាលបើដូច្នោះ តើយើងចង់ឱ្យរបស់អ្វីទៅជាអ្វីវិញ  
ទោះជាអ្វីនោះល្អប្រសើរគាប់ចិត្តយ៉ាងណា ក៏វាមិនល្អ  
ពូកែស័ក្តិសិទ្ធិដូចជាបរិយាយដែរ ។

១០៣\_គួររកប្រយោជន៍ឱ្យបាន សូម្បីពីបុគ្គលដែល  
មិនមានប្រយោជន៍ ។

\_១០៧\_

១០៤\_អ្នកសិក្សាសាសនា គួរនាំយកចំណេះដឹង  
ទៅប្រើ កាលដែលមានហេតុត្រូវប៉ះពាល់ដល់ចិត្តកើត  
ឡើង ទើបអាចដឹងថា ខ្លួនបានទទួលប្រយោជន៍ពីសាសនា  
ប៉ុណ្ណា ឬអត់ទេ ។

១០៥\_ខ្លួនយើងមិនប្រាថ្នារបស់ណា ចូរកុំធ្វើរបស់  
នោះជាមួយនឹងអ្នកដទៃ ចូរមានខ្លួនឯងជាឧបមា ។

១០៦\_បណ្ឌិតតែម្នាក់សរសើរ ល្អជាងបុគ្គលពាល  
រាប់ពាន់នាក់សរសើរ ។

១០៧\_អំពើដែលមិនល្អ និងមិនមានប្រយោជន៍  
មនុស្សអាក្រក់ធ្វើបានដោយងាយ តែមនុស្សល្អធ្វើបាន  
ដោយកម្រ ។ អំពើដែលល្អផង មានប្រយោជន៍ផង  
មនុស្សល្អធ្វើបានដោយងាយ មនុស្សអាក្រក់ធ្វើបានដោយ  
កម្រ ។

\_១០៨\_

១០៨.សង្គ្រាមរវាងប្រទេស មានកម្លាំងទ្រព្យ និង កម្លាំងអារុធសំខាន់ពិសេស តែសង្គ្រាមជីវិត មានកម្លាំង ចិត្តសំខាន់ជាទីបំផុត ។

១០៩.ជីវិតដែលមិនមានប្រយោជន៍ គឺស្លាប់មុន ដល់ពេលស្លាប់ ។ អ្នកប្រាជ្ញបានដាស់តឿនថា « សូមឱ្យ អ្នករស់នៅរហូតក្នុងជីវិតរបស់អ្នក សូមកុំឱ្យអ្នកស្លាប់មុន ដល់ថ្ងៃស្លាប់ » ។

១១០.អំណាច ប្រាក់ ធ្លាក់ទៅនៅជាមួយបុគ្គល អាក្រក់កាលណា កាលនោះវានឹងទម្លាយអ្វីៗគ្រប់យ៉ាង និងជាទីបំផុតវាក៏ទម្លាយនូវបុគ្គលអាក្រក់នោះឯង ។

១១១.អ្នកសាបព្រោះពូជ រមែងមិនបាននូវពូជ នោះ តែត្រូវបាននូវផលរបស់ពូជ យ៉ាងណាមិញ អ្នកធ្វើ ទាន រមែងមិនបាននូវទ្រព្យដែលខ្លួនបរិច្ចាគនោះដែរ ប៉ុន្តែ

គប្បីបាននូវសេចក្តីល្អក្នុងសន្តាន និងទទួលបាននូវ ផលរបស់ទាននោះសមគួរតាមកាល ដូចជាការសម្រេច បាននូវផលរបស់ពូជដូច្នោះឯង ។

១១២.មានកូនអកតញ្ញ ១០០ នាក់ មិនស្មើនឹង មានឈើច្រត់ ១ ឬដើមស្វាយ ១ ដើមឡើយ ។

១១៣.គប្បីឈ្នះមនុស្សនិយាយឡេះឡោះ ដោយ និយាយពាក្យពិត ឈ្នះមនុស្សអាក្រក់ដោយសេចក្តីល្អ ។

១១៤.សេចក្តីក្រោធជាហេតុនៃរោគផ្លូវកាយច្រើន មុខ ទាំងជាមេរោគក្នុងចិត្ត ដូច្នោះសម្លាប់សេចក្តីក្រោធ បាន រមែងនៅជាសុខ ទាំងអាចឈ្នះមនុស្សក្រោធបាន ដោយការមិនក្រោធទៀតផង ។

១១៥.ដែលឈ្មោះថាសេចក្តីអាក្រក់ មិនថាបព្វជិត ឬគ្រហស្ថធ្វើឡើយ គឺវាអាក្រក់តែម្យ៉ាងហ្នឹងឯង ។



១១៦\_ចិត្តជាធំ ចិត្តជាប្រធាន បើចិត្តអាក្រក់ហើយ  
ការនិយាយ និងការធ្វើ ក៏រមែងអាក្រក់ទៅផងដែរ ។

១១៧\_សេចក្តីអាក្រក់ និងសេចក្តីល្អ ឱ្យផលមិនដូច  
គ្នាឡើយ សេចក្តីអាក្រក់ឱ្យផលជាទុក្ខ សេចក្តីល្អឱ្យផល  
ជាសុខ ។

១១៨\_អ្នកយំរកបុគ្គលដែលស្លាប់ទៅហើយ ជាមួយ  
នឹងអ្នកយំព្រោះប្រាថ្នាចង់បានដូងចន្ទ និងដូងអាទិត្យ អ្នក  
ទាំងពីរនាក់នេះ អ្នកណាល្ងង់ជាងអ្នកណា ។

១១៩\_ការចងចិត្តទុកជានិច្ចថា អ្នកនេះបានជេរ  
យើង អ្នកនោះបាននិន្ទាយើង ឯអ្នកនោះទៀតបានលួច  
ទ្រព្យរបស់យើង ជាដើមយ៉ាងនេះ ពៀរនឹងរម្ងាប់បាន  
យ៉ាងណា ។

១២០\_ពៀររម្ងាប់បានដោយការមិនចងពៀរ គឺមិន  
អាចរម្ងាប់បានដោយការចងពៀរឡើយ ។

១២១\_ដើរផ្លូវម្នាក់ឯង ល្អជាងរួមដំណើរជាមួយ  
មនុស្សអាក្រក់ ព្រោះភាពជាមិត្តសម្លាញ់ រមែងមិនមាន  
ក្នុងបុគ្គលពាលទេ ។

១២២\_មិនសេពគប់ មិនមែនបានន័យថាស្អប់នោះ  
ទេ ត្រូវប្រយ័ត្នបុគ្គលពាលក្លាយជាសត្រូវ ។

១២៣\_មនុស្សមានបញ្ហា មានចិត្តមាំទាំ ធ្វើការងារ  
ដោយការតាំងចិត្តឱ្យសម្រេច រមែងមិនញាប់ញ័រនឹង  
ឧបសគ្គដែលមកប៉ះខ្ទប់ដូចភ្នំថ្មតាន់មិនរលំនឹងខ្យល់ព្យុះ ។

១២៤\_អ្វីៗដែលកើតឡើង រមែងតាំងនៅនិងរលត់  
ទៅ យើងខ្លួនឯងក៏មិនអាចគេចផុតពីសភាពបែបនេះដែរ។

១២៥.សេចក្តីល្អ រមែងតាមគ្រប់គ្រងរក្សាចំពោះ  
អ្នកធ្វើល្អ ដូចគ្រប់គ្រងតាមចាំការពារភ្លៀង ឬក្តៅ ចំពោះ  
អ្នកចាំធនត្រ ដូច្នោះឯង ។

១២៦.មនុស្សយើងកើតមក រមែងប្រាថ្នាក្នុងរបស់  
ផ្សេងៗ មានទ្រព្យសម្បត្តិ មានប្រាក់លុយកាក់កែវកង  
ជាដើម ក្នុងបណ្តារបស់ទាំងអស់នោះ សេចក្តីសុខជា  
កំពូលនៃសេចក្តីប្រាថ្នាទាំងពួង ។

១២៧.ក្នុងលោកនេះ មានហេតុនៃសេចក្តីសុខ  
ច្រើនណាស់ ដូចជាការមានសទ្ធា ការមិនធ្វើបាបបៀត-  
បៀនអ្នកដទៃ ការសន្សំបុណ្យ ការមានសីល ការសេពគប់  
នឹងសប្បុរស ការស្តាប់ព្រះសទ្ធម្មជាដើម ជាពិសេសការ  
អប់រំទូន្មានចិត្ត ។

១២៨.សត្រូវជួបសត្រូវ រមែងធ្វើនូវសេចក្តីវិនាស

ឱ្យដល់គ្នា តែការតម្កល់ចិត្តខុស រមែងធ្វើនូវសេចក្តីវិនាស  
ឱ្យដល់ខ្លួនឯង ក្រែកលែងជាង ។

១២៩.ជនជាទីស្រឡាញ់ទាំងឡាយ មានមាតាបិតា  
ជាដើម រមែងសាងសេចក្តីល្អ ធ្វើល្អក្នុងបុគ្គលដែលខ្លួន  
ស្រឡាញ់ ប៉ុន្តែចិត្តដែលតម្កល់ត្រូវហើយ រមែងធ្វើនូវ  
សេចក្តីចម្រើនឱ្យដល់ខ្លួនឯងយ៉ាងពិសេសក្រែកលែងជាង ។

១៣០.កូនល្អដែលមាតាបិតាទំនុកបម្រុងហើយ  
រមែងចម្រើនដុះដាលដោយចំណេះដឹង ចរិយាមារយាទ  
។ល។ ឱ្យដូចជាកូនឈើដែលគេស្រោចទឹកដាក់ជីដូច្នោះ  
ដែរ ។

១៣១.ធម៌សប្បុរស និងធម៌អសប្បុរស រមែងឆ្ងាយ  
អំពីគ្នា ជាងត្រើយមហាសមុទ្រពីម្ខាងទៅម្ខាងទៀត ។

១៣២-អ្នកមានបញ្ហា សូម្បីអត់ទ្រព្យក៏រស់នៅបាន ល្អ ចំណែកអ្នកដែលមានទ្រព្យតែប្រាសចាកបញ្ហាវិញនោះ រមែងរស់នៅដោយលំបាក ។

១៣៣-អ្នកមានបញ្ហា មានចិត្តមាំមាំ រស់នៅមួយ ថ្ងៃ ប្រសើរជាងអ្នកអត់បញ្ហាមានចិត្តរាយមាយ រស់នៅ សូម្បីអស់រយនៃឆ្នាំ ។

១៣៤-បុគ្គល បានអាស្រ័យនៅក្នុងម្លប់ឈើណា មិនគួរទម្លាយសូម្បីគ្រាន់តែមែកនៃដើមឈើនោះ នេះជា ឱវាទដាស់តឿនមិនឱ្យទ្រុស្តមិត្ត ។

១៣៥-ការអូតខ្លួនឯង និងមើលងាយអ្នកដទៃ ជា អាការនៃមនុស្សអាក្រក់ បណ្ឌិតមិនប្រព្រឹត្តឡើយ ។

១៣៦-បើអ្នកខ្លាចទុក្ខ និងមិនពេញចិត្តចំពោះទុក្ខ ទេ ចូរអ្នកកុំធ្វើបាប ទាំងក្នុងទីវាល និងក្នុងទីកំបាំង ។

១៣៧-សព្វសត្វ មានការស្រឡាញ់ខ្លួនឯងដ៏ក្រៃ- លែង បណ្ឌិតដឹងសេចក្តីនេះហើយ រមែងមិនបៀតបៀន សត្វដទៃណាៗទាំងអស់ ។

១៣៨-អ្នកគ្រប់គ្រងផ្ទះ គប្បីសង្រួមក្នុងកាមទាំង- ឡាយ ត្រូវតែសន្តោសចំពោះភរិយារបស់ខ្លួន មិនត្រូវទៅ ជ្រមុជជ្រមុលនឹងស្រីពេស្យា និងមិនត្រូវទាក់ទងស្នេហា ចំពោះភរិយារបស់អ្នកដទៃជាដាច់ខាត ព្រោះវាជាផ្លូវ របស់បិសាច ។

១៣៩-ភាជនៈដ៏ដែលស្នូនឆ្នាំងធ្វើហើយ មានការ បែកធ្លាយជាទីបំផុត យ៉ាងណាមិញ ជីវិតរបស់សត្វ ទាំងឡាយ ដែលជាងគឹកម្មបានសាងឡើងហើយ ក៏រមែង បែបធ្លាយយ៉ាងនោះដែរ ដូច្នេះទើបមិនគួរប្រមាទ ។

១៤០-បុគ្គលគប្បីហ្វឹកហាត់ខ្លួនឱ្យបានល្អ ព្រោះខ្លួន ជាទីពឹងនៃខ្លួនឯងដ៏ពិសេសក្រៃលែង ។

១៤១. ជាតិក្រកូល មិនមែនជាគ្រឿងវាស់ថាល្អ ឬ អាក្រក់ឡើយ ការធ្វើនូវកម្មផ្សេងៗទើបជាវាស់មនុស្សថា ល្អ ឬអាក្រក់ពិតប្រាកដ ។

១៤២. រវៀងផ្លូវនាំឱ្យខូចពេល និងបង់ខាតអ្វីៗ បន្តិចបន្តួចទៀត មិនខូចខាតច្រើនដូចជាការរវៀងផ្លូវនៃ ជីវិតឡើយ ។

១៤៣. សេចក្តីសុខជារឿងរបស់ចិត្ត មនុស្សក្រ អាចមានសេចក្តីសុខដូចតែអ្នកមានដែរ បើចេះស្វែងរក ។

១៤៤. ធម្មជាតិទាំងអស់ជាកន្លែងសិក្សា បញ្ជានាំ ឱ្យបរិសុទ្ធពិត ជីវិតជាក្បួនតម្រា ។

១៤៥. បើមិនចាំបាច់កុំនិយាយ កាលចាំបាច់ត្រូវ និយាយ គប្បីនិយាយដោយធម៌ ។

១៤៦. កម្ចាត់បង់កិលេស ទើបជាការងារពិសេស របស់មនុស្ស ។

១៤៧. ចែកកិលេសចេញពីខ្លួនប្រាណ ទើបក្លាហាន ហ៊ានសម្លាប់កិលេស ។ មនុស្សយើងកាលណាយល់ថា កិលេសជាខ្លួន ឬខ្លួនជាកិលេសហើយ ទើបមិនឃើញ កិលេសដែលជិះចិត្តខ្លួនឯង ម្ល៉ោះហើយត្រូវកិលេសបោក ប្រើរហូត ។ មនុស្សយើងយល់ថា ខ្លួនជាសត្វប្រសើរ ខ្ពង់ខ្ពស់ ប៉ុន្តែដែលពិតគឺជាទាសៈដ៏ស្មោះត្រង់ មានភក្តីដ៏ ក្រៃលែងចំពោះកិលេស ។ កិលេសតែម្យ៉ាងប៉ុណ្ណោះដែល ពូកែជាងមនុស្ស ទើបគ្របសង្កត់ចិត្តមនុស្សទុកប្រើអស់ កាលជានិច្ច ។

១៤៨. ប្រសិនបើមានអំនួតក្នុងចិត្តកើតឡើង គិត ថាខ្លួនឯងពូកែ នេះជាចំណុចខ្សោយមួយ មិនយូរប៉ុន្មាន នឹងបានជួបការពិត គឺចំណុចអន់របស់ខ្លួន ។ នេះព្រោះ

មកអំពីចំណុចខ្លាំងពុកក្នុងលោកមិនមានទីបំផុត ប៉ុន្តែបើ  
 យើងមិនអួតខ្លួនឯង ហើយក៏មិនមើលងាយខ្លួនឯងដែរ  
 នោះ វាជាការសមរម្យហើយ ។

១៤៩. គេនិយាយថា

**ឱ ! បុណ្យចូលឆ្នាំថ្មីទើយ**

|                                      |                                          |
|--------------------------------------|------------------------------------------|
| បុណ្យចូលឆ្នាំថ្មីសិរីមង្គល           | តែបើឃើញយល់សង្វេគអស្ចារ្យ                 |
| ជុំគ្នាលេងបៀទទូលទេវតា                | ក្លែមសាច់ធីកស្រាទទួលឆ្នាំថ្មី ។          |
| ក្រមុំគប់ទឹកតម្រង់កំលោះ              | បុរសបន្តិចប៉ះស្រីៗ                       |
| គប់គេចចុះឡើងជួបនឹងគ្រោះភ័យ           | តើចូលឆ្នាំថ្មីសិរីត្រង់ណា ។              |
| បុណ្យចូលឆ្នាំថ្មីដែលប្រពៃពិត         | ជួបជុំញាតិមិត្តមាតាបិតា                  |
| ធ្វើបុណ្យដាក់បាត្រស្លាប់ធម៌ទេសនា     | ចម្រើនមេត្តាដល់គ្នានឹងគ្នា ។             |
| ព្រោះពេលរស់នៅមានតិចតួចណាស់           | អាចស្លាប់ត្រាត់ប្រាសគ្រប់ពេលវេលា         |
| ម្យ៉ាងក្មេងឥឡូវច្រើនមិនសូវជា         | គ្រោះថ្នាក់គ្រាំគ្រាស្លាប់ច្រើនជាងចាស់ ។ |
| ព្រោះតែភ្លើតភ្លើនភ្លាំងភ្លាត់ស្មារតី | ទាំងប្រុសទាំងស្រីពុំសូវអៀនខ្មាស          |
| មិនស្តាប់ម៉ែឪមិនគោរពចាស់             | ពូកែខ្លាំងណាស់ខាងអនាចារ ។                |
| អ្នកនារីកវរបង្កជម្លោះ                | អ្នកនារីរងគ្រោះដល់ជាតិសាសនា              |
| ស្រុកភូមិវិកវរព្រោះក្មេងបួស្យា       | មាតាបិតាខ្លោចផ្សាព្រោះកូន ។              |
| សូមចូលឆ្នាំខ្មែរប្រែមានរស្មី         | ទទួលសិរីកុំបីសាបសូន្យ                    |
| ជួបជុំសាច់ញាតិសង្គ្រោះបងប្អូន        | ម៉ែឪជួបកូនសប្បាយដោយធម៌ ។                 |
|                                      | ដោយអំប្រុស <b>គុយ សុយន</b>               |

**ធារមិទ្រៀវព្រះពុទ្ធសាសនា**

ទឹកចិត្តស្នេហាកាប់គ្នារវ័ណ្ណៈ ទឹកជន់ហូរចាក់ទម្លាក់ច្រាំងដី  
 ផ្លូវចាស់បាក់ទៅបង្កើតផ្លូវថ្មី មនុស្សនិងផែនដីអ្នកណាជាម្ចាស់ ។  
 អតីតអស់ទៅតែនៅបច្ចុប្បន្ន អនាគតមកទាន់តើសល់អ្វីខ្លះ  
 ចុងក្រោយគឺស្លាប់ចោលដីស្រឡះ អ្នកណាជាម្ចាស់យូរណាស់មកហើយ ។  
 កាលដើមឆ្នាប់ល្បីលើទ្វីបលោកា ដើរខុសមួយក្តារសង្រ្គាមឥតស្បើយ  
 ដំរីក្លាយជាស្រមោចភ្លើងហើយ ប្រឹងទៅពៅអើយក្រែងជួបដុំស្តុរ ។  
 ប្រាសាទបុណ្យអើយចាំដល់ណាទៀត ផុសមកជួយជាតិខ្ញុំសូមអង្វរ  
 ឱ្យខ្ញុំបានទាន់ជំនាន់មនុស្សល្អ រស់មានសីលធម៌ចេះគោរពគ្នា ។  
 ដ្បិតរោគជរាវាមកទាន់ហើយ ក្រែងលោកពុំស្បើយពុំមានវេលា  
 ពុំបានរស់ទាន់ជាតិរូបរួមគ្នា មច្ចុទាមទារជារៀងរាល់ថ្ងៃ ។  
 សូមភ្នំដងរែកដែលមានបារមី ជួយថែដែនដីដែលមានតម្លៃ  
 កោះកុងលយក្នុងសមុទ្រទឹកប្រៃ អ្នកកុំកាឡែប្រពៃណិជាតិ ។  
 អូរជ្រៅកុំរាក់លាក់ព្រំដែនចាស់ កុំធ្វើផ្តួសផ្តាសឱ្យព្រំចាកឃ្នាត  
 ហើយប៉ែតសូមអ្នកកុំនាំវិវាទ រក្សាធម្មជាតិព្រៃចែកដែនដី ។

ប៉ែលិនត្បូងពេជ្រលង់លិចដល់បាត តើលោកយាយយ៉ាតកំពុងធ្វើអ្វី  
 សូមឱ្យដួនពេញបញ្ចេញរស្មី បំភ្លឺផ្ទៃដីដែនកម្ពុជា ។  
 គិរីវង់អើយកុំរត់ចោលស្រែ កេរពិធីម៉ែត្រូវតែការពារ  
 ស្រុករមាសហែកស្រុកកំចាយមារ រំដួល ចន្ទ្រា បារិតភិតភ័យ ។  
 រើនសែ តារីង រតនគិរី ព្រៃភ្នំជាទីជម្រកសត្វព្រៃ  
 មណ្ឌលគិរី អូររាំង អូរឆៃ ឧត្តរមានជ័យក្រចេះស្ទឹងព្រៃតង ។  
 សូមមុនីឥសីដែលជាគ្រូខ្ញុំ ជួយដាស់អាគមដាស់យំនួកនៃរូង  
 ដាស់លេខអក្ខរាសិមាកំផែង អង្វែនកំហែងបាតស្ទឹងសង្កែ ។  
 មន្តមហាទន្សាយស្រឡាយដំរី បាំងចុកបាំងវាយបាំងទាំងដួងខែ  
 មន្តបំបាំងកាយកូចដើមស្រងៃ អញ្ជើញគ្រូស្នេហ៍លិនថោងសារិកា ។  
 គ្រូសក់កណ្តាញ់ទាំងតូចទាំងធំ ទាំងគ្រូសំណុំទាំងគ្រូសង្វារ  
 គ្រូផ្ចិតរមួល ទាំងស្នូមេបា អារក្សអ្នកតាដំឡើងរាសី ។  
 ពួកម្រេញគង្វាលនិងព្រាយកុមារ ក្រមួនគោបាព្រាយក្បាលប្រាំបី  
 ម្ចាស់ភូមិម្ចាស់ស្រុកដែលមានបារមី រួមកម្លាំងដៃនឹងឥសីមុនី ។  
 ប៉ែតដានសាដានសាដោះបញ្ហា ថ្ងៃងវិជ្ជាការសម្តែងបូទី  
 ចុចម្រាមជើងមួយរំជួយធរណី ចុចម្រាមជើងពីររន្ទះពេញមេឃ ។  
 ចុចម្រាមជើងបីបែងភាគបាំងខ្លួន ចុចម្រាមជើងបួនអាកាសរហែក  
 ចុចម្រាមជើងប្រាំធ្លាក់ភ្លៀងពីមេឃ លើកដៃបាំងភ្នែកភ្លៀងរាំងថ្ងៃរះ ។

តន្ត្រីជើងម្ខាងសត្រូវវិករី តន្ត្រីជើងពីរបានជ័យជំនះ  
 មាត់សូត្របួងសួងដៃផ្តុំសំពះ យកជ័យជម្នះឈ្នះមារសត្រូវ ។  
 នេះគ្រាន់តែជាការគិតស្រមៃ បច្ចុប្បន្នសព្វថ្ងៃពូកែអ្វីទៅ  
 គ្រាន់តែរោគអេដស៍ក៏ពេទ្យអស់ផ្លូវ រស់ថាថ្ងៃទៅនៅទាំងអ្នកអាប់ ។  
 តែទោះពូកែមានប្ញទ្ធិក៏ដោយ រឿងរ៉ាវចុងក្រោយក៏ត្រូវតែស្លាប់  
 កុំអាងមានប្ញទ្ធិបំពានលើច្បាប់ អ្នកកើតតែងស្លាប់ជាច្បាប់ធម្មជាតិ ។  
 ក្រោយពេលដែលបានស្លាប់ចែកស្ថានទៅ បុណ្យបាបនាំផ្លូវរហូតឥតឃ្លាត  
 អ្នកដែលសាងល្អបុណ្យតាមជាញាតិ សាងបាបជួជាតិធ្លាក់ទៅអបាយ ។  
 ខ្ញុំសូមប្រមូលកងបុណ្យកុសល ឧទ្ទិសជូនដល់លោកអ្នកទាំងឡាយ  
 សូមឱ្យអានហើយមានចិត្តរសាយ សប្បាយសុខស្ងប់រហូតតទៅ ។  
 ពេលមានកង្វល់ធុញទាល់គំនិត សូមឱ្យជួបមិត្តដែលដឹងរាក់ជ្រៅ  
 រឿងណាសៅហ្មងគិតនាំអាស្រូវ ឈប់គិតវាទៅអានសៀវភៅវិញ ។  
 សៀវភៅជាមិត្តឥតកាត់ថ្លៃបាន កាន់អានធ្វើរម៉ានឥតមានម្តេម្តេញ  
 គំនិតខ្លះខាតសៀវភៅបំពេញ បញ្ចេញភោគផលផ្តល់ឱ្យបញ្ហា ។  
 ដោយអំប្រុស **គុយ សុដន**

**ទាមពុទ្ធបរិស័ទអ្នកមានឧបការៈ**  
**ក្នុងការងារធម្មទាន**

- ១. ឧបាសក សំរឹង វណ្ណ
- ២. ឧបាសក យន្ត សួន
- ៣. ឧបាសក គួង លាងផេង
- ៤. ឧបាសក មួង យេន
- ៥. លោកគ្រូ រស់ សុផាត
- ៦. ឧបាសក អ៊ិត ប្រាំង
- ៧. នាង ជា សុណារី
- ៨. នាង យុន សួនីម៉ា
- ៩. ឧបាសិកា ហួនចាន់បូដា
- ១០. ឧបាសក វ៉ាន់ ខុនណា
- ១១. ឧបាសក គុយ សុផន
- ១២. ឧបាសក ជឹង រឹងអារ
- ១៣. ឧបាសក ជីម ជំនិត
- ១៤. ឧបាសក ហាយ ចំរើន
- ១៥. ឧបាសិកា ប៊ុត ម៉ាលី
- ១៦. ឧបាសិកា ហាយ ច័ន្ទធីរី
- ១៧. លោកគ្រូ ជួ ប៊ុនយូ
- ១៨. លោកគ្រូ លាក់ តុង
- ១៩. ឧបាសក អ៊ុយ តា

~~~~~

**រាយនាមពុទ្ធបរិស័ទក្នុងសហគមន៍ធម្មទាន  
ឧបត្ថម្ភប្រាក់ដ្ឋានប្រាក់ប្រចាំឆ្នាំ**

- ១. ឧ.ស. យូសាង ងួនលី និង ឧ.សិ. លីម យឹម .... ស.វ.អ.
- ២. ឧ.ស. ឆាយ អ៊ុំសាង និងឧ.សិ.ហុង គឹមសៃ .... ស.វ.អ.
- ៣. ឧ.ស. ឆាយអ៊ុំ ព្រេងលីម និងឧ.សិ.ហួត យឹម... ស.វ.អ.
- ៤. ឧ.ស. ហៃ ប៊ុនណារិន និងឧ.សិ.អោង ស៊ីថាន់ ... ស.វ.អ.
- ៥. ឧ.ស. ហៀប ហេ និងឧ.សិ. ឡៅ កែវម្លិះ ..... ស.វ.អ.
- ៦. ក្រុមឧ.ស. ឈុំ កុសល និងឧ.ស. អ៊ុន ឆាយត្រី.... ស.វ.អ.
- ៧. ក្រុមឧ.ស. លីម សាង ( ហៅ ទូច ) ..... ស.វ.អ.
- ៨. ឧ.ស. យន្ត សួន ឧ.សិ. តាំង ឈុងប៊ុយ និងបុត្រ .... ភ.ព.
- ៩. ឧ.ស.ប៊ុន ហេង ឧ.សិ.ជុំ សុខុម ព្រមទាំងបុត្រ... អូស្ត្រាលី
- ១០. ឧ.សិ.ឌឹម លក្ខណា ព្រមទាំងបុត្រធីតា ..... អូស្ត្រាលី
- ១១. លោក យូណូស អាស៊ីស អ្នកស្រី ហុក ណារី + បុត្រ .បារាំង
- ១២. ឧ.ស.អ៊ុំ ជួនណារេត ឧ.សិ.អ៊ុំ សោភ័ណ+ បុត្រ.....បារាំង
- ១៣. ឧ.ស. ម៉ៅ វង់ និង ឧ.សិ. ឆាន់ កាន់ជួង ..... ស.វ.អ.
- ១៤. ឧ.ស.សយ ស៊ីផាន់ណា និងឧ.សិ.ម៉ៅ សុផល + បុត្រ ភ.ព.
- ១៥. ឧ.សិ. ច័ន្ទ បុប្ផាណា ព្រមទាំងបុត្រធីតា ..... ភ.ព.

- ១៦. ឧ.សិ. អ៊ា នៅ ព្រមទាំងបងប្អូនកូនចៅ ..... កាណាដា
- ១៧. ឧ.ស. ឡុក ប៊ុនអ៊ុំ និងឧ.សិ.តាន់ ស៊ីវឡាង+ បុត្រ . បារាំង
- ១៨. ឧ.សិ.ប៊ិតថងខាំ និង ឧ.សិ.សាន គីន + ឧ.សិ.សាន ផល្លែន.
- ១៩. ឧ.ស. យូ ម៉េង ..... ក.ព.ស.
- ២០. ឧ.ស.ម៉ៅ សុគន្ធ ឧ.សិ.អ៊ឹង យ៉េកហូយូ និងបុត្រ .. ភ.ព.
- ២១. ឧ.សិ. អ៊ឹង យ៉េកសាង ព្រមទាំងបុត្រ ..... បារាំង
- ២២. ឯ.ឧ. អ៊ុត ប្រាំង និង ជ.ទ. ញ៉ៃម សេដ្ឋា + បុត្រ .... ភ.ព.
- ២៣. ឯ.ឧ. ពី តាយី និង ជ.ទ. ហេង មុនីវត្ត + បុត្រ ..... ភ.ព.
- ២៤. ឯ.ឧ. ថែម វិឌ្យា និង ជ.ទ.សុខា ស៊ូលីវណ្ណ + បុត្រ .... ភ.ព.
- ២៥. ឯ.ឧ.ឧកញ៉ា ប៊ុត គឹមសាន និងជ.ទ.ឈួន ទូច+ បុត្រ ប.ប.
- ២៦. ឯ.ឧ.ប៊ុល រោង និង ជ.ទ.ត្រៀល ស៊ីយ៉ា + បុត្រ .... ភ.ព.
- ២៧. ឧ.ស. ស៊ិន សុខា និងឧ.សិ. សុខា ផល្លែ និងបុត្រ ... ភ.ព.
- ២៨. ឧ.សិ. ស៊ីវ យក់លុយ ..... ស.វ.អ.
- ២៩. ឧ.ស. អ៊ុត ឆៃវ៉ាន ឧ.សិ. ធាន ស៊ិនលី និងបុត្រ .. ស.វ.អ.
- ៣០. ឧ.ស. ប្លោក ងួនថៃ ឧ.សិ.ធាន ត្រលុច និងបុត្រ . ស.វ.អ.
- ៣១. ឧបាសិកា អ៊ឹង ស៊ីវន ..... ស.វ.អ.
- ៣២. ឧ.សិ.ហេង ស៊ីវខេង + ម្តាយឈ្មោះ អៀង ហ្គិច ..កណ្តាល
- ៣៣. ឧ.ស.យឹម ស៊ីមុន្នី ឧ.សិ.យូ ប៊ូលីន និងបុត្រ ..... ភ.ព.
- ៣៤. ឧ.ស. ឡាយ សុខុម ឧ.សិ. សួន ចន្ទា និងបុត្រ .....ភ.ព.



- ៣៥. ឧ.ស. ធីម ញាណ ឧ.សិ. កាំង ប្លូលីន និងបុត្រ ...ក.ព.ស.
- ៣៦. ឧបាសិកា អ៊ី.អ៊ិន
- ៣៧. ឧ.សិ. ប៊ូអាន ស៊ីវុត្តា ..... ក.ព.
- ៣៨. ឧ.សិ. ប៊ូ ផារ៉ាណ .....ក.ព.
- ៣៩. ឧ.សិ. ម៉ៅ សុន្តា .....ក.ព.
- ៤០. ឧ.សិ. សាក់ សាំងអេង ព្រមទាំងបុត្រ
- ៤១. ឧ.សិ. ជា ផាត ព្រមទាំងបុត្រ
- ៤២. ឧ.ស. ស៊ីវ សេវី និង ឧ.សិ. ស្រៀង រូចលាង
- ៤៣. ឧ.ស.សូ ហុកឡុង ឧ.សិ.កាន់ ឈីវហា ..... ស.វ.អ.
- ៤៤. ឧបាសិកា គា ស៊ីន ..... ប.ប.
- ៤៥. ឧ.ស.អ៊ុក សាម៉ាណារ៉ា ឧ.សិ.ហ៊ាប តេង និងបុត្រ ...ក.ព.
- ៤៦. ឧ.ស. ម៉ៅ ស្រីន ឧ.សិ. ទូច ស៊ីនហ៊ិន និងបុត្រ..... ក.ព.
- ៤៧. ឧ.ស.ពុធ ប៉ោលាង ឧ.សិ. ហ៊ុន ស៊ីវអៀង ..... កាណាដា
- ៤៨. Chhem Sokreth et Puth Kunthea ..... កាណាដា
- ៤៩. ឧ.ស. ឡោ សេងជ្រុន ឧ.សិ.ផាំង លី និងបុត្រ..... បារាំង
- ៥០. ឧ.ស. ម៉ែន សៀន ឧ.សិ. អៀង ណារី និងបុត្រ .... ក.ព.
- ៥១. ឧ.សិ. សយ វណ្ណា និង ស្វាមី ព្រមទាំងបុត្រ ..... ក.ព.
- ៥២. ឧ.សិ.ហេង ប៊ូរីស្រីនាថ និងកូនឯមភក្ដី+ ភរិយា+ បុត្រ ក.ព.
- ៥៣. ឧ.សិ. ចំណាន ព្រមទាំងក្រុមគ្រួសារ ..... កាណាដា

- ៥៤. ឧ.សិ. លី វន ព្រមទាំងក្រុមគ្រួសារ ..... កាណាដា
- ៥៥. ឧ.ស. ហួន ប៉ាន់ ឧ.សិ. ថៃ នាថ និងបុត្រ
- ៥៦. លោក ស៊ា រស់ អ្នកស្រី ញ៉ែប ជាវើត និងបុត្រ
- ៥៧. លោក រឿង សេដ្ឋា អ្នកស្រី នាង ជួនអេង និងបុត្រ
- ៥៨. លោក សែន សុវណ្ណវិទ្ធី និងភរិយា ..... ក.ព.
- ៥៩. ឧ.ស. ប៊ូច ប៊ូរី ព្រមទាំងបុត្រ
- ៦០. ឧ.ស. អៀង ឆាយ និងឧ.សិ. អៀ កេសរ + បុត្រ... ស.វ.អ.
- ៦១. លោកតា តាន់ ឈីវហា និងលោកយាយ ស៊ូ ចិត្តា
- ៦២. ឧ.សិ. តែ សាយជូ ព្រមទាំងកូនចៅ
- ៦៣. ឧ.សិ. តាន់ ជាលី និងពុទ្ធបរិស័ទខេត្តសៀមរាប ..... ស.វ.អ.
- ៦៤. ឧ.សិ. ឯម សុខន ព្រមទាំងបុត្រ និងចៅ ..... ក.ព.
- ៦៥. ឧ.សិ. ម៉ិល យ៉ែម ..... ស.វ.អ.
- ៦៦. ឧ.សិ. កង ភឹម
- ៦៧. ឧ.សិ. ម៉ក់ នាង
- ៦៨. ពុទ្ធបរិស័ទ ចាន់ នារីសុខ និងក្រុមគ្រួសារ ..... ស.វ.អ.
- ៦៩. ពុទ្ធបរិស័ទ ភឿក កុំ
- ៧០. ឧ.សិ. ជុំ ឆាយ
- ៧១. ឧ.សិ. ស៊ីវ យក់លី ..... ក.ព.
- ៧២. ឧ.ស. ជាន យ៉ែត ឧ.សិ. សុក ចេង ព្រមទាំងបុត្រ ...ក.ព.

- ៧៣. ឧ.ស. សោម រតនៈ ឧ.សិ. ស៊ុប វណ្ណា ព្រមទាំងបុត្រ ព.វ.
- ៧៤. ឧ.ស. ហេង សម្បជ្ជ ឧ.សិ. ស៊ិនគន្ធា ..... ភ.ព.
- ៧៥. ញោមប្រុសនិងញោមស្រីរបស់សាមណេរ ជា សុភក្ត្រ.ភ.ព.
- ៧៦. ឧ.ស.សារឿន ឧ.សិ.លាប+ឧ.ស.ហ៊ុស៊ី ឧ.សិ.អាន ស.វ.អ.
- ៧៧. លោក សួន បូកា អ្នកស្រី ហួន ចាន់ធួ ព្រមទាំងបុត្រ
- ៧៨. លោកស្រី ហ៊ុយ សុខម៉ា និងស្វាមី ព្រមទាំងបុត្រ
- ៧៩. ឧបាសក តាំង ស៊ិនម៉ាប
- ៨០. ឧបាសិកា ចៅ សារួន
- ៨១. ឧបាសិកា ឱប រះ ..... ស.វ.អ.
- ៨២. ឧ.ស.គង់ សុគន្ធ ហៅជូតិមសៃ + បុត្រីគន្ធច័ន្ទដារា....ភ.ព.
- ៨៣. ឧ.សិ. វណ្ណ មុនី ព្រមទាំងបុត្រ និងចៅ ..... ភ.ព.
- ៨៤. ឧ.សិ. លីម ប៊ូ ព្រមទាំងបុត្រធីតា
- ៨៥. ឧ.សិ. ឈុន លន
- ៨៦. ឧ.ស. ស៊ុយ ជូ និងឧ.សិ. តាំង ឡេង
- ៨៧. ឧ.សិ. ព្រុំ សុភាព ..... ភ.ព.
- ៨៨. ឧ.ស.ហេង គីមរិន ឧ.សិ. ហោ ចន្ទ ព្រមទាំងបុត្រ...បារាំង
- ៨៩. ឧ.សិ. សុខ ភួង និង ឧ.សិ. សុខ ផៃ \_២០៥\_
- ៩០. ឧ.សិ. អួន ញ៉ី ឧ.សិ. រស់ លីនណា និងបុត្រ ..... ស.វ.អ.
- ៩១. លោក ចក់ ឈុន និង អ្នកស្រី វណ្ណារី សុខ

- ៩២. ឧ.សិ. អ៊ុក លន់ និងក្រុមវេន ព្រមទាំងបុត្រ ..... ភ.ព.
- ៩៣. ឧ.សិ. ជា គីមហៀន ព្រមទាំងបុត្រ
- ៩៤. ឧបាសិកា អ៊ុវ ថា ព្រមទាំងក្មួយ និងចៅ
- ៩៥. ឧបាសិកា ឈុន តាំងសៀក ព្រមទាំងបុត្រ និងចៅ
- ៩៦. ឧ.សិ. ជា ម៉ាកលាង
- ៩៧. ឧ.ស.ហ្វាន់ រ៉ាន់ហូ និងឧ.សិ.ហ្វាន់ យូលាង..... បារាំង
- ៩៨. ឧ.ស.លីម ជិនសូ ឧ.សិ. អ៊ឹង ឆាយហូ + បុត្រ. ... អូស្ត្រាលី
- ៩៩. ឧ.ស.ឡុង អាំងលី ឧ.សិ. សេង ចិន្តា + បុត្រ ..... អូស្ត្រាលី
- ១០០. ឧ.សិ. ទិត នាង ..... អូស្ត្រាលី
- ១០១. ឧ.ស. ប៉ុច រឿត ឧ.សិ.ញួង សាំងម៉េង + បុត្រ .. អូស្ត្រាលី
- ១០២. ឧ.ស.ខ្នង ឆែម ឧ.សិ.អ៊ុយ អ៊ាត និងបុត្រ ....
- ១០៣. ឧ.ស. ឡឿ សេង ឧ.សិ.លីម យី និងបុត្រ .....
- ១០៤. ឧ.ស. សុខ សារឿន ឧ.សិ.ទូច ម៉ុម និងបុត្រ ..
- ១០៥. ឧ.សិ. ទូច លីមអាំង និងឧ.សិ.ទូច សុផានី .....
- ១០៦. ឧ.សិ. គង់ ម៉ៃ ច្បារអំពៅ ..... ភ.ព.
- ១០៧. ឧ.ស. កែវ ឆាត ឧ.សិ.កាន គីរសុខា + កូនចៅ ..
- ១០៨. លោកយាយ ពិន សាត ..... ស.វ.អ.
- ១០៩. លោក ចាន់ ម៉ល់ និងអ្នកស្រី ជា សុផា ..... ស.វ.អ.
- ១១០. ភិក្ខុ ឈម បូ (វិជ្ជាសម្បទា )..... ស.វ.អ.

- ១១១. ឧ.ស.ឈឹម ហុកអាន ..... បារាំង
- ១១២. ឧ.សិ.មុំ ទូច និងកូនឧ.សិ.សាមុល គឹមធន់ ..... ក.ព.
- ១១៣. លោក ងួន បាន និងអ្នកស្រី លិន ដាណារី ..... ស.វ.អ.
- ១១៤. ឧ.សិ.រស់ សើរី និងឧ.សិ.សៀ ចន្ទា
- ១១៥. ឧ.សិ.លី ស៊ីវ័ជ្ជ ព្រមទាំងបុត្រ ..... ក.ព.
- ១១៦. ឧ.សិ. ឈ គឹមស៊ិន និង ក្រុមគ្រួសារ ..... អូស្ត្រាលី
- ១១៧. លោក ជា ស៊ីវត្តានា និង អ្នកស្រី យុន សុនីម៉ា .. ស.វ.អ.
- ១១៨. ឧ.សិ.លីប្លូលីនស៊ីមប្លូ ព្រមទាំងបុត្រធីតា ..... ស.វ.អ.
- ១១៩. ឧ.ស.ហាក់ ច័ន្ទសុផល ឧ.សិ.រាំង ស៊ីណា+បុត្រ ស.វ.អ.
- ១២០. ឧ.សិ.ស្រង់ អៃ ..... ស.វ.អ.
- ១២១. ឧ.ស.ស៊ិន ដារិន និង ឧ.សិ.ទូច ចន្ទី ..... ស.វ.អ.
- ១២២. ឧ.សិ.រស់ សុផល និងកូន ស៊ិន ..... ស.វ.អ.
- ១២៣. ឧ.សិ.ង៉ៅ ស៊ូអេង ព្រមទាំងក្រុមគ្រួសារ ..... ស.វ.អ.
- ១២៤. ឧ.សិ.ស្រី រ័ត្ន ..... ស.វ.អ.
- ១២៥. ឧ.សិ.សក់ សាន់នី និង ឧ.សិ.សក់ សាលី ..... ស.វ.អ.
- ១២៦. លោក សម ហិន និង អ្នកស្រី ខាំ យ៉ាន ..... ស.វ.អ.
- ១២៧. ឧ.សិ.ថេង ម៉េងជ្ជ ព្រមទាំងបុត្រធីតា ..... ស.វ.អ.
- ១២៨. ឧ.សិ.សុផាណី ..... ស.វ.អ.
- ១២៩. ឧ.សិ.សៀង ភាច ..... ស.វ.អ.

- ១៣០. ឧ.សិ.ស៊ិន យូង + លោក គយ សេង និងគ្រួសារ ..... ក.ព.
- ១៣១. អ្នកស្រី គយ ហ្គេច ..... ក.ព.
- ១៣២. អ្នកស្រី ផាន់ ណាលី និងក្រុមគ្រួសារ ..... ក.ព.
- ១៣៣. ឧ.សិ.ធុច ហូល ព្រមទាំងកូនចៅ ..... ក.ព.
- ១៣៤. ឧ.សិ.ម៉ម នាង ..... ក.ព.
- ១៣៥. ឧ.ស.គឹម ចាន់ជា ..... ក.ព.
- ១៣៦. ពុទ្ធបរិស័ទ វត្តសុរិយរង្សី ..... ស.វ.អ.
- ១៣៧. ឧ.សិ.ស៊ុយ ជារលី ព្រមទាំងកូនចៅ ..... ក.ព.
- ១៣៨. ឧ.ស.ឡាវ លាងថេង និង ឧ.សិ.ពីង ឈីវអាន.កាណាដា
- ១៣៩. ឧ.សិ.គឹម មុយ ព្រមទាំងក្រុមគ្រួសារ ..... បារាំង
- ១៤០. ឧ.សិ.ទាវ គឹមហ៊ុន ព្រមទាំងកូនចៅ ..... បារាំង
- ១៤១. ឧ.សិ.ជៀប រុន ព្រមទាំងបុត្រធីតា ..... បារាំង
- ១៤២. ឧ.សិ.ឡោត កិណរី ព្រមទាំងក្រុមគ្រួសារ ..... បារាំង
- ១៤៣. ឧ.សិ.តា យូអេង ព្រមទាំងបុត្រ និងចៅ ..... ក.ព.
- ១៤៤. លោក ម៉េង ហិ អ្នកស្រី ម៉ាន ស៊ីសុថា និងបុត្រ ..ក.ព.
- ១៤៥. ឧ.ស.ចៅ ហ្វា ឧ.សិ.ឡា គឹមសាន និងបុត្រ ... ក.ព.
- ១៤៦. ឧ.ស.ជិន ផេត និង ភរិយា ព្រមទាំងបុត្រ ..... ក.ព.
- ១៤៧. ឧ.សិ.រឿន គង់+ស្វាមី និង ឧ.សិ.អ៊ុច សានី+ស្វាមី ក.ព.
- ១៤៨. ក្រុមឧ.ស.អ៊ុច សុខុន វេនប្រចាំខែវត្តសុវណ្ណបុគ្គល. ក.ព.

- ១៤៩. ក្រុមឧ.ស. ម្ដង យេន វត្តសំពៅមាស ..... ក.ព.
- ១៥០. ក្រុមឧ.ស. ផាន់ សារី វត្តទួលទំពូង ..... ក.ព.
- ១៥១. ក្រុមវេនចង្កាន់ ១កើតសំពៅមាស ៦កើតចំបក់មានជ័យ  
 ១១កើតសុវណ្ណបទុម ១រោចផុតង្គ ៦រោចនិគ្រោធរ័ន  
 ១០រោចវេឡរ័ន ..... ក.ព.
- ១៥២. មណ្ឌលសិក្សាព្រះពុទ្ធសាសនាមណីវត្ត ខេត្តពោធិ៍សាត់ ..
- ១៥៣. ក្រុមពុទ្ធបរិស័ទនៅទីក្រុងស៊ីតនី ប្រទេសអូស្ត្រាលី .....
- ១៥៤. ក្រុមពុទ្ធបរិស័ទស្រុកមង្គលបូរី សិរីសោភ័ណ ... ប.ម.ជ.
- ១៥៥. ក្រុមពុទ្ធបរិស័ទចិត្តបុណ្យក្នុងសហគមន៍ធម្មទាន

~~~~~

# I

## ស្ថានីយ៍វិទ្យុ ផ្សព្វផ្សាយព្រះធម៌ព្រះពុទ្ធសាសនា ដោយសហគមន៍ធម្មទាន នៃពុទ្ធបរិស័ទ

| ខេត្ត-ក្រុង    | វេលាផ្សាយ | ស្ថានីយ៍វិទ្យុ |
|----------------|-----------|----------------|
| រាជធានីភ្នំពេញ | -04h45 mn | -FM 98 MHz     |
|                | -05h00 mn | -FM 99 MHz     |
|                | -12h15 mn | -FM 96 MHz     |
|                | -18h00 mn | -FM 95 MHz     |
|                | -19h00 mn | -AM 918 KHz    |
|                | -20h00 mn | -FM 98 MHz     |
|                | -20h30 mn | -FM 96 MHz     |
| ក្រុងព្រះសីហនុ | -05h30 mn | -FM100.5MHz    |
|                | -06h00 mn | -FM 92 MHz     |
|                | -13h00 mn | -FM 92 MHz     |
|                | -20h00 mn | -FM100.5MHz    |
| ខេត្តបាត់ដំបង  | -05h30 mn | -FM103.2MHz    |
|                | -06h00 mn | -FM 96 MHz     |
|                | -18h00 mn | -FM 91 MHz     |
|                | -18h30 mn | -FM 96 MHz     |
|                | -19h30 mn | -FM103.2MHz    |

**សុខោ បុព្វាស្ស ឧច្ចយោ**  
 ការសន្សំបុណ្យ នាំមកនូវសេចក្ដីសុខ

## II

### ស្ថានីយវិទ្យុ ផ្សព្វផ្សាយព្រះធម៌ព្រះពុទ្ធសាសនា ដោយសហគមន៍ធម្មទាន នៃពុទ្ធបរិស័ទ

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

**សុខា សង្ឃប្បទេសនា**  
ការសម្តែងនូវព្រះសទ្ធម្ម នាំមកនូវសេចក្តីសុខ

### សៀវភៅដែលរៀបរៀងដោយ

✍ គ្រូព្រះករុណា គ្រូបាទ ប៊ុន សាវណ្ណ ✍

១. ពន្លឺធម៌ព្រះពុទ្ធ
២. ជំនួយសតិភាគ ១ ដល់ភាគ ១០
៣. មនុស្សជាមួយនឹងការងារ
៤. សិក្ខាបទមនុស្សល្អ
៥. ពរ ៤ ប្រការ
៦. ព្រះពុទ្ធភាសិត ៤៣ គាថា
៧. ខ្លឹមសារគួរយល់ដឹង
៨. ព្រះពុទ្ធសាសនា
៩. កូនមាសឪពុក
១០. ម៉ែ !!!
១១. វិធីរម្ងាប់សេចក្តីក្រោធ
១២. សុខចិត្ត និងគុណភាពនៃជីវិត
១៣. មេរៀនជីវិត
១៤. ពាក្យពេចន៍ម៉ែឪ
១៥. បទពិចារណា

**ពាក្យប្រធាន**

សៀវភៅ « ពន្លឺធម៌ព្រះពុទ្ធ » នេះ ខ្ញុំព្រះករុណា ខ្ញុំបាទចាប់ផ្តើមសរសេរនៅប្រទេសអាមេរិក បន្តសរសេរ នៅប្រទេសកាណាដា រហូតមកបញ្ចប់នៅប្រទេសខ្មែរ ក្នុង ព.ស.២៥៤៩ ។

មនុស្សយើង ប្រកបឡើងបានជាជីវិត ដោយសារ មានចំណែកសំខាន់ ២ ផ្នែក គឺ កាយ និងចិត្ត មិតនៅជា បច្ច័យដល់គ្នាទៅវិញទៅមក ។ យើងបានឱ្យសេចក្តីសំខាន់ និងអស់ពេលវេលាជាមួយនឹងការទំនុកបម្រុងជីវិត ទៅ លើរូបកាយយ៉ាងច្រើន ប៉ុន្តែខ្លះការយកចិត្តទុកដាក់ចំពោះ ជីវិតផ្នែកខាងចិត្ត ដែលចិត្តនេះអាចឱ្យសុខ ឱ្យទុក្ខដល់ យើងយ៉ាងខ្លាំងក្លា ។

ព្រោះហេតុដូច្នោះ ជីវិតដែលជាចំណែកខាងក្នុង ទើបខ្លះនូវភាពស្រស់បស់ ពោលគឺសភាពនៃចិត្តពេញទៅ

ដោយភាពក្រវល់ក្រវាយ ក្តៅក្រហាយ និងតក់ស្លុត ព្រម- ទាំងសោកសៅ សូម្បីមានទ្រព្យសម្បត្តិច្រើនយ៉ាងណា ក៏ដោយ។

ដំណើរជីវិតពិតជាងងឹតព្រោះអវិជ្ជា ។ មនុស្ស យើងស្វែងរកសេចក្តីសុខ ដោយមិនស្គាល់ទុក្ខពិតប្រាកដ ម៉្លោះហើយ វាបែរទៅជាគាំទ្រនូវទុក្ខ ដោយការសាង ហេតុនៃទុក្ខក្នុងការស្វែងរកនូវសេចក្តីសុខនោះៗ ។

ដូច្នោះ ក្នុងដំណើរជីវិតដែលឆ្លងកាត់នូវភាពងងឹត គួរអ្នកដំណើរកាន់នូវប្រទីបគឺធម៌ព្រះពុទ្ធ ដើម្បីបំភ្លឺផ្លូវកុំឱ្យ វង្វេង ។

ពន្លឺធម៌ព្រះពុទ្ធ ធ្វើឱ្យចិត្តភ្លឺស្វាង កាន់យកនូវ ប្រយោជន៍ពិត និងធ្វើឱ្យជីវិតមានខ្លឹមសារ ។

**ដោយបំណងផ្តល់ជូនក្រែកលែង**

**ប៊ុត សាវណ្ណ**

**ថ្ងៃ១៥កើត ខែមិគសិរ ព.ស.២៥៤៩**

**សារបណ្ណ**

**ឈ្មោះអត្ថបទ**

**ទំព័រ**

|                                        |    |
|----------------------------------------|----|
| ១_សិរីជាទ្រព្យដ៏ប្រសើរ.....            | ១  |
| ២_ចំណុចខ្លះខាតនៃជីវិត .....            | ៥  |
| ៣_ការព្រមព្រៀងគ្នា .....               | ៩  |
| ៤_ត្រួតត្រាមើលខ្លួនឯង .....            | ១៤ |
| ៥_ឈ្នះនិងសុខ .....                     | ១៨ |
| ៦_ឈ្នះនិងសុខ ( ក ) .....               | ២៣ |
| ៧_វាសនាបារមី .....                     | ២៨ |
| ៨_មុទិតាចិត្ត .....                    | ៣២ |
| ៩_លក្ខណៈមនុស្សពូកែ .....               | ៣៦ |
| ១០_សុខនិងទុក្ខនៅក្នុងចិត្ត .....       | ៤០ |
| ១១_សុខនិងទុក្ខនៅក្នុងចិត្ត ( ក ) ..... | ៤៤ |

|                                         |     |
|-----------------------------------------|-----|
| ១២_សទ្ធា .....                          | ៤៨  |
| ១៣_សីល .....                            | ៥២  |
| ១៤_សុតៈ .....                           | ៥៦  |
| ១៥_ចាតៈ .....                           | ៦០  |
| ១៦_បញ្ញា .....                          | ៦៤  |
| ១៧_សាងមនុស្ស .....                      | ៦៨  |
| ១៨_បញ្ជាក់អត្ថន័យក្នុងពាក្យផ្សេងៗ ..... | ៧៣  |
| ១៩_អនត្តានិងកម្ម .....                  | ៧៨  |
| ២០_អនត្តាទំនាស់ជាមួយកម្មឬទេ .....       | ៨២  |
| ២១_គុណសម្បត្តិនៃពុទ្ធបរិស័ទល្អ .....    | ៨៦  |
| ២២_ទ្រទ្រង់ព្រះពុទ្ធសាសនា .....         | ៩០  |
| ២៣_បណ្តុះពូជមេត្តា .....                | ៩៣  |
| ២៤_ទន់ភ្លន់ .....                       | ៩៥  |
| ២៥_សម្បត្តិពិត .....                    | ៩៧  |
| ២៦_សម្បត្តិស្តេចចក្រពត្តិ .....         | ១០០ |
| ២៧_មរកររបស់ម៉ែឪ .....                   | ១០៤ |

២៨\_មេមាន់និងកូនមាន់ ..... ១០៧

២៩\_ស្រណោះមេអក ..... ១១០

៣០\_ប្រើសជាមួយគុម្ពព្រៃ ..... ១១៤

៣១\_ព្រះតេជ្ជ\_ព្រះគុណ ..... ១១៧

៣២\_ឈប់ ..... ១២០

៣៣\_រូបស្អាតក្លិនក្រអូប ..... ១២២

៣៤\_រាជសីហ៍មិនបរិភោគសាច់ស្អុយ ..... ១២៥

៣៥\_បង្គុយបានមាស ..... ១២៦

