10-11
12
Régie le 9-4-52
«Miksalapâli»
INDOCHINE FRANÇAISE
RÉGIE DU DÉPÔT LÉGAL

មិត្តសាលាបាលី

ទស្សនាវដ្ដីផ្សាយពុទ្ធសាសនា នឹង អក្សរសាស្ត្រខ្មែរ

ចេញរាល់ខែ

U-45-
M-205 1-5-7-
N-2849-

ឆ្នាំទី២ តុលា-វិច្ឆិកា-ធ្នូ លេខ ១០-១១-១២

ព.ស. ២៤៩៤ — គ.ស. ១៩៥១

ទស្សនាវដ្ដីអនុមាសផ្សាយព្រះពុទ្ធសាសនានិងអក្សរសាស្ត្រខ្មែរ

បណ្ណាធិការ ឈឹម-ក្រសេម

សំណាក់ការ លេខ ៣៥ អា, វិថីឧកញ៉ាពេជ្រ ក្រុងភ្នំពេញ

បញ្ជីរឿង

		ទំព័រ
វិចារណកថា		៣៦១
សេចក្ដីពិតក្នុងព្រះពុទ្ធសាសនា	សុភមិត្ត	៣៦៥
សុទ្ធាសុទ្ធិកថា	កីម - តួរ	៣៨៩
អធិបតេយ្យកថា	សួរ - ហាយ	៤០០
សកុន្តលា (តមក)	ហេង - យ៉ាន់	៤១០
ការកសាងខ្លួនដើម្បីទទួលសេចក្ដីសុខ (តចប់)	ហេង - យ៉ាន់	៤៣៤
មនុស្សជាតិ	ភ៉យ - ល្អុត	៤៧០
បញ្ចតន្ត្រៈ (តមក)	សេចក្ដីប្រែរបស់ភិក្ខុប៉ាង - ខាត់	៤៧៦

ថ្លៃជាវប្រចាំឆ្នាំ ១០០ រៀល

អ្នកអានទាំងឡាយ! សូមអញ្ជើញចុះឈ្មោះជាវ!

និងបបួលញាតិមិត្តជួយជាវ!

ជីវិតទស្សនាវដ្ដីសូមផ្ញើលើលោកអ្នក ។

1951-(10,11,12)

វិចារណកថា

ពាក្យថា "ប្រព្រឹត្តដេកលក់" តាមភាសាធម៌ស៊ីសេចក្ដីថា "ស្លាប់គំនិត" ។ មនុស្សស្លាប់គំនិតនោះ ដេកលក់ក្ដី ភ្ញាក់ក្ដី ទុកដូចជាស្លាប់ទៅហើយ ព្រោះថាមនុស្សស្លាប់គំនិតឥតបានដឹងអ្វី លោកចំរើនក្ដី លោកវិនាសក្ដី ក៏មិនបានដឹងសោះ ។ ធម្មតាមនុស្សមិនដឹងអ្វី ធ្វើម្ដេចឡើយនឹងបានធ្វើប្រយោជន៍ឲ្យកើតសេចក្ដីចំរើនដល់ខ្លួន ព្រមទាំងដល់លោកបាន? ហេតុនេះ ការប្រព្រឹត្តិដេកលក់គឺស្លាប់គំនិតនេះឯង ជាប្រធាននៃសេចក្ដីវិនាស ។ ព្រះពុទ្ធជាម្ចាស់ ទ្រង់ប្រកបដោយមេត្តាករុណា ទ្រង់ឈ្វេងយល់ឃើញទោសនៃការស្លាប់គំនិតដូច្នេះហើយ ទើបទ្រង់ប្រោសប្រទានទុកថា :–

"ក្នុងពេលដែលលោកប្រមាទហើយស្លាប់គំនិតសូន្យឈឹង អ្នកមានប្រាជ្ញាដ៏ឧត្ដម រមែងមានសតិភ្ញាក់រលឹកជាប្រក្រតី ហើយធ្វើការឲ្យដើរលឿនដឿនទៅមុខ ឈ្នះអ្នកស្លាប់គំនិតដាច់ស្រឡះ ដូចសេះលឿនផាយចោលសេះខ្សោយ ដាច់ស្រឡះមិនជាប់កន្ទុយ" ។

ពិតមែនហើយ អ្នកដេក ធ្វើម្ដេចនឹងឲ្យលឿនទៅមុខដូចអ្នកដើរ អ្នកដើរនោះតែលឿនដឿនទៅមុខ, ឯអ្នកដេក អាល័យតែដេក បានតែដេកក្រោកម្ដងៗ លោតែលាន់មាត់ថា "ហឺ! សាបមាត់ណាស់" ហើយដេកទៅវិញ ។ អស់លោកអ្នកទាំងឡាយ! ក្នុងសាសនាព្រះជិនស្រី

នេះ យើងបានពោលប្តេជ្ញាថ្វាយខ្លួនថាជាសិស្សព្រះពុទ្ធហើយ យើងមិនត្រូវដេកទ្រមក់ស្ងាប់គំនិតសូន្យឈឹងទេ មិនត្រូវទ្វេឡានៅក្រោយគេទេ ត្រូវតែក្រោកឡើងមុនគេ បើកភ្នែកធំៗ មៀងមើលទិសទាំង ៤ ឲ្យឃើញច្បាស់លាស់ ហើយត្រូវខំប្រឹងរៀនសូត្រឲ្យកើតគំនិតកើតប្រាជ្ញា ធ្វើការជាប្រយោជន៍ដល់ខ្លួនទាំងដល់សាសនា ដោយមានស្មារតីភ្ញាក់រលឹករស់រវើកជានិច្ច, ធ្វើអ្វីៗ ត្រូវប្រើគំនិតថា អាត្មាអញមុនគេៗ យ៉ាងនេះជាដរាប ហើយញ៉ាំងការនោះៗ ឲ្យដើរទៅ ឲ្យដើររឿយទៅមុខ ឆ្ពោះទៅកាន់សេចក្ដីចំរើនសាសនា ទាំងចំរើនលោក ៗ លោក គេដើរលឿនទៅមុខខ្លាំងណាស់ទៅហើយ ត្រូវយើងមើលខ្លួនយើងថា តើយើងបានធ្វើអ្វីខ្លះជាប្រយោជន៍ហើយឬនៅ? បើមិនទាន់បានធ្វើអ្វីទេ ត្រូវប្រញាប់ប្រញាល់ធ្វើទៅ ត្រូវមើលទោសខ្លួនយើង កុំមើលទោសគេ ធ្វើដូចជាយើងឆ្លុះកញ្ចក់មើលមុខយើងដូច្នោះ តែកុំមើលកញ្ចក់ឲ្យបុះក្ដុងគិតថា "ឆ្លុះកញ្ចក់ឆ្លុះនេត្រា" នោះឡើយ បើឃើញទោសយើងយ៉ាងណាខ្លះ ចូរខំប្រញាប់បន្សាត់ចោលបង់ឲ្យស្រឡះទៅ ត្រូវធ្វើខ្លួនត្រាប់សត្វឆ្មា ធម្មតាឆ្មាវាទៅផ្ទះណា វាតែងស៊ីកណ្ដុរផ្ទះនោះ ៗ

ទោសធំដែលមើលឃើញក្នុងអង្គការសាសនាព្រះជិនស្រីនៅប្រទេសយើងនេះ គឺ:-

១– ការសិក្សានៅទន់ខ្សោយ

២– សេចក្ដីប្រតិបត្តិខ្សោយណាស់

អង្គការទាំងពីរនេះ ពិតមែនតែមានក្រសួងសង្ឃ មានក្រសួងធម្មការខាងព្រះរាជរដ្ឋាភិបាលរៀបចាត់ចែងសម្រាប់ឲ្យធ្វើតាមក៏ពិតមែនហើយ ប៉ុន្តែយើងមិនត្រូវងំអករង់ចាំទាល់តែមានបង្គាប់បង្ខិតបង្ខំ ទើបយើងទទួលប្រតិបត្តិតាមនោះឡើយ គឺយើងត្រូវតែមានករណីយកិច្ចធ្វើខ្លួនយើងដោយមិនចាំបាច់មានបង្គាប់ជាដកប ព្រោះមានអង្គការមួយធំ គឺព្រះពុទ្ធោវាទដែលព្រះអង្គទ្រង់ត្រាស់បង្គាប់ស្រេចមកហើយថា "សាក្យបុត្រ ជាអ្នកសិក្សា ជាអ្នកប្រតិបត្តិ" ។ យើងគួបហើយនៅ អង្គគុណព្រះពុទ្ធសាសនាថា "១– បរិយត្តិ, ២– បតិបត្តិ, ៣– បដិវេធ" ។ ក្រោកឡើង! ធ្វើទៅ! ធ្វើទៅ! ធ្វើទៅ! ឥតមាននរណាឃាត់ទេ សូមតែកុំដើរបំពានក្រោក ៗ ដោយពិត, យើងក្រាញជ្រុលណាស់ ជ្រុលដល់ជាកេះមិនរបើក ហើយចង់ឲ្យគេអួតថាខ្លួនគ្រាន់បើ ចង់ឲ្យគេថ្វាយបង្គំតែខ្លួន ៗ ចូរលះបង់គំនិតក្រាញនេះចោលឲ្យស្រឡះទៅ !

មួយទៀត, ចូរជញ្ជឹងគិតមើលថា ក្នុង ព. ស. ២៤៩៨ នេះ អាត្មាអញបានធ្វើអ្វីខុសខ្លះ បានធ្វើអ្វីត្រូវខ្លះ ត្រង់ណាខុស ៗ ត្រូវលះបង់ចោលទៅ ត្រង់ណាត្រូវ ៗ ចូររើសមកសន្សំទុក ឲ្យបានច្រើននៅក្នុងខ្លួន ហើយចូររៀបចំកម្មវិធី ព. ស. ២៤៩៩ ទុកឲ្យស្រេចថា អាត្មា

អញ្ចឹងត្រូវធ្វើការនេះផង ត្រូវធ្វើការនោះផង, រៀបគ្រោងការទុកឲ្យស្រេច ហើយចាប់ផ្ដើមប្រកបការងារនោះៗ ភ្លាមទៅតាមកម្មវិធីដែលបានដាក់ទុក កុំរេរាគំនិត កុំកុហកខ្លួនឯងទៀតឡើយ ៗ ធ្វើដូច្នេះ ទើបសមឈ្មោះថាជាសិស្សព្រះពុទ្ធដែលជាកំពូលអ្នកប្រាជ្ញ ៗ

សមាគម “មិត្តសាលាបាលី” បានបំពេញករណីយកិច្ចយកសាច់ឈាម យកកម្លាំង យកពេលកំសាន្ត មកធ្វើជាសៀវភៅទស្សនាវដ្ដីចេញរាល់ខែ ទោះជាមានឧបសគ្គ ស្ទុះដំណើរតាមផ្លូវខ្លះ ក៏ចេះតែចំប្រឹងដើរតទៅមុខ ដើម្បីជួយផ្ដល់ប្រយោជន៍ដល់ញាតិមិត្ត, ក្នុង ព.ស. ២៤៩៤ នេះ គ្រប់ជា ១២ សៀវភៅហើយ សូមផ្សាយកុសលដែលកើតពីធម្មទាននេះ

— ថ្វាយព្រះករុណាជាម្ចាស់ជីវិត ព្រះប្រិយមហាក្សត្រិយ៍

— ប្រគេនព្រះមហាថេរានុត្ថេរទាំងឡាយ

— ជូនពុទ្ធបរិសទ្យទាំងឡាយ

សូមឲ្យឋិតនៅជាសុខសប្បាយ ក្នុងព្រះសិរីរាជសម្បត្តិតរៀងឆ្ងាយទៅ,

សូមព្រះករុណា គ្រប់ព្រះអង្គ នឹងពុទ្ធបរិសទ្យទាំងឡាយ ឋិតនៅក្នុងពរ ៤ ប្រការ គឺ: អាយុ-វណ្ណ-សុខ-ពល គ្រប់កាលទាំងពួង ៗ

> ម្នាលអានន្ទ! អ្នកណាមួយ ទោះជាភិក្ខុក្ដី ជាភិក្ខុនីក្ដី ជាឧបាសកក្ដី ជាឧបាសិកាក្ដី ប្រតិបត្តិធម៌សមគួរដល់ធម៌ ប្រតិបត្តិដោយសេចក្ដីគោរពក្រែង ប្រព្រឹត្តតាមធម៌, អ្នកនោះទើបឈ្មោះថា ធ្វើសក្ការៈ គោរព រាប់អាន នឹងបូជា ចំពោះតថាគត ដោយការបូជាដ៏ប្រសើរបំផុត ។
>
> មហាបរិនិព្វានសូត្រ មហា. ទីឃ.

សេចក្ដីពិតក្នុងព្រះពុទ្ធសាសនា

តាំងអំពីបុរាណកាលយូរអង្វែងរហូតមកដល់សព្វថ្ងៃនេះ មនុស្សលោកតែងតែស្វះស្វែងរកសេចក្ដីពិត រកហេតុផលនៃវត្ថុផ្សេងៗ ឬព្រឹត្តិការណ៍ដែលខ្លួនបានជួបប្រទះ ហើយដែលពុំទាន់បានស្គាល់យល់សេចក្ដីដោយច្បាស់ប្រាកដតាមយថាភូត មានប្រស្នាសេចក្ដីស្លាប់, វាសនាមនុស្សក្រោយពីមរណកាលទៅ. ការទាក់ទងរវាងមនុស្សនិងលោកនិងការប្រាកដនៃធម្មជាតិជាដើម ។ ការស្វែងរកនោះមានវត្ថុបំណងដើម្បីបំពេញនូវសេចក្ដីត្រូវការចង់ដឹងផង ដើម្បីបំភ្លឺនូវរឿងកំបាំងផង ព្រោះរឿងឯណាដែលជាអាថ៌កំបាំង រឿងនោះជាគ្រឿងនាំឲ្យមនុស្សរអែងខ្លាច ដូចជាខ្លាចងងឹត ខ្លាចសូរសំរសៀវប្រាកៗក្នុងដើមឈើជាដើម, លុះកាលណាបានដឹងដោយការពិសោធន៍ថា ក្នុងទីងងឹតនោះពុំមានអ្វីទេ

គេអាចបំភ្លឺដោយពន្លឺ ចង្កៀងប្រទៀនបាន, សូររសិបរសៀវក្នុងដើមឈើ មកពីខ្យល់បក់ប៉ះស្លឹកឈើ ឬក៏មកពីសត្វល្អិតៗ វាយំ, នោះគេក៏បាត់សេចក្ដីភិតភ័យមួយរំពេច ព្រោះបានដឹងសេចក្ដីពិត ។

ឯសេចក្ដីពិតដែលមនុស្សបានស្វែងរកនេះ មានសភាពផ្សេងៗ គ្នា តាមលំដាប់កាលវេលា បួនក៏ស្រាវជ្រាវរកឃើញហេតុផលបានសមរម្យ ទៅតាមទំនងនៃវត្ថុនោះៗ បួនកាលកំរគេពុំឃើញ ហើយទាល់គំនិតស្រញប្រាជ្ញា ទើបជឿថាហេតុនោះៗ កើតឡើងដោយអំណាចភូតបិសាច ឬទេវតានោះៗ បានសំដែងឫទ្ធិ ដូចយ៉ាងកូនក្មេងរត់ទៅចំពប់ដើមទីងមេទាវ បានសេចក្ដីឈឺចាប់ពេកខ្លាំង រកហេតុផលពុំឃើញ ស្មានជាមេទាវគាបបេះវាយវា ក៏ស្ទុះទៅទះតប់វាយសំពងមេទាវនោះទៅវិញ ។ ព្រោះហេតុរកសេចក្ដីពិតពុំឃើញនេះឯង ទើបកើតមានការជឿភូត ខ្មោចបិសាច អារក្ស ទេព្រក្សជាដើម ដេញរហូតដល់ទៅអាទិទេព ដោយយល់ថា មានតែអាទិទេពមួយព្រះអង្គទេដែលជាអ្នកបង្កបង្កើតលោកនេះ ព្រមទាំងតែងតាំងច្បាប់សម្រាប់លោកនេះផង, កាលបើដូច្នេះ, ការបន់ស្រន់ បូជា ពលិកម្ម សែនព្រេនជាដើម ក៏កើតឡើងដែរ ដើម្បីសុំឲ្យបានទទួលសេចក្ដីអនុគ្រោះ ប្រោសប្រាណអំពីពួកទេព ឬអាទិទេពនោះឯង ។ តែសូម្បីដល់អាទិទេពយ៉ាងនេះហើយ ការចង់ដឹងរបស់មនុស្ស ក៏នៅតែមិនទាន់អស់ហើយនៅឡើយ ព្រោះការប្រាកដនៃអាទិទេពនោះមិនអាច

នឹងកំចាយប្រស្នាកំបិទកំបាំងឲ្យអស់ដើងជ្រះស្រឡះដែរ ។ ឯការស្វែងរកសេចក្ដីពិត បានចូលមកក្នុងការពិនិត្យចំពោះតួអត្តភាពមនុស្សតែម្ដង គឺជាពិចារណាខាងក្រៅខ្លួនអស់ចិត្តហើយ បែរមកពិចារណាក្នុងខ្លួនវិញ ។

ប្រស្នាមនុស្សនេះ ព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធបានស្រាវជ្រាវរកអស់កំណត់វេលា ៦ ឆ្នាំគត់ ទើបបានចួបប្រទះ ។ ឯសេចក្ដីពិតឬធម៌ដែលព្រះអង្គបានរកឃើញនោះ ពុំមែនបានក្ដីដោយបញ្ញារបស់ព្រះអង្គឯងៗ ដូចជាមាននរណាមកបង្ហាញប្រាប់ ឬបញ្ចូលចិត្តនោះទេ, ពុំមែនជាធម៌ដែលអាចចាក់ធ្លុះបានដោយការត្រិះរិះតាមតក្កវិជ្ជានោះទេ, គឺជាធម៌ដែលទ្រង់បានពិចារណា បានពិសោធ បានពិនិត្យឈ្លេចឈ្លើចំពោះព្រះអង្គឯងដោយអំណាចពោធិញ្ញាណដ៏ខ្ពង់ខ្ពស់របស់ព្រះអង្គ ។ រីធម៌នោះសោតព្រះអង្គពុំបានបង្កើតថ្មីទេ ជាធម៌ដែលមានមកជាធម្មតា សូម្បីមានព្រះពុទ្ធត្រាស់ក្ដី ពុំមានព្រះពុទ្ធត្រាស់ឡើងក្ដី, ជាអកាលិកធម៌ ព្រោះហេតុនោះទើបព្រះបរមគ្រូ មិនបានបង្ខំឲ្យធ្មេចភ្នែកជឿធម៌នោះទេ, ទ្រង់ពន្យល់ផ្លូវឲ្យពិចារណាខ្លួនឯង ហើយប្រតិបត្តិតាមទំនងដែលបានពិចារណាដោយប្រពៃ ដើម្បីឲ្យបានឃើញពិត ដឹងពិតចំពោះខ្លួនឯង ។ ឯការរកឲ្យបានឃើញពិតដឹងពិតនោះ ឥតមាននរណាធ្វើជំនួសនរណាបានទេ តោងតែធ្វើ តោងតែពិសោធខ្លួនឯង, ព្រះពុទ្ធគ្រាន់តែជាអ្នកបង្ហាញផ្លូវប៉ុណ្ណោះ ។

បុះសេចក្ដីពិតនោះ ដូចម្ដេច?

សេចក្ដីពិតនោះដូច្នេះ, លោកនេះមានច្បាប់បដិច្ចសមុប្បាទគ្រប់គ្រង ជាច្បាប់នៃហេតុនិងបច្ច័យ, សភាវធម៌ទាំងឡាយពុំអាចកើតឡើងឯង ៗ ដោយឥតហេតុទេ, កាលបើហេតុនៅមានដកបណា បច្ច័យដែលទាក់ទងគ្នាក៏រមែងនៅមានដកបនោះ ៗ ជាតិគឺការប្រប្រមនៃផលទាំង ៥ កង បច្ចុប្បន្នកាលគឺ វិញ្ញាណ ១ នាមរូប ១ សឡាយតនៈ ១ ផស្សៈ ១ វេទនា ១ តែងប្រកបព្រមដោយទុក្ខជាអនេកប្បការ ព្រោះតែការត្រេកអរជាប់ជំពាក់ស្រឡាញ់កៀកកិតចំពោះខន្ធទាំង ៥ ហើយខន្ធទាំងនោះមិនគង់ទ្រង់ឋិតថេរ តែងប្រែប្រួលទៅ តែងប្លែកខុសប្រក្រតីទៅជាធម្មតា គឺប្រកបដោយអនិច្ចលក្ខណៈ ទើបកើតមានចិត្តសោកសៅ សេចក្ដីតក់ស្លុត សេចក្ដីអាឡោះអាល័យ សេចក្ដីសោក សេចក្ដីខ្សឹកខ្សួល ទុក្ខទោមនស្ស និងសេចក្ដីចង្អៀតចង្អល់គ្រប់ចំពូក ដោយការប្រែប្រួលនិងការប្លែកទៅមិនគង់នៅតាមបំណាំ តាមចិត្តប្រាថ្នានោះឯង ដូច្នេះ ការជាប់ជំពាក់កង់ខន្ធជាអនិច្ចំ ឈ្មោះថាជាប់ជំពាក់កង់ទុក្ខ ស្រឡាញ់ខន្ធគឺស្រឡាញ់ទុក្ខ ៗ

តណ្ហា គឺសេចក្ដីប្រាថ្នា សេចក្ដីត្រេកត្រអាលវះវាមកង់អារម្មណ៍ គឺរូប សំឡេង ក្លិន រស ផោដ្ឋព្វ ជាហេតុនាំឲ្យជាប់ជំពាក់កង់ខន្ធ ឬនាមរូប ដើម្បីប្រើអាយតនៈទាំងឡាយនៃនាមរូបនោះឲ្យទទួលនូវអារម្មណ៍ជាទីពេញចិត្ត ឲ្យត្រេកអរជាតិអារម្មណ៍នោះៗតាមបំណង ៗ

តែតណ្ហារមែងមិនចេះឆ្អែត មិនចេះស្កប់ស្កល់ដោយអារម្មណ៍ឡើយ ព្រោះអារម្មណ៍ទាំងអស់នោះមិនតាំងនៅយូរ តែងប្រែប្រួលវិនាសទៅ ដោយឆាប់រហ័សដូចសភាវធម៌ទាំងឡាយ ជាហេតុនាំឲ្យស្រេកឃ្លាន អារម្មណ៍ថ្មីទៀត មិនចេះអស់ មិនចេះហើយ សូម្បីរងទុក្ខវេទនាដ៏សាហាវ ក្រៃលែងយ៉ាងណា ព្រោះតែការស្ទុះស្ទារត់រកអារម្មណ៍នោះក៏ដោយ រហូតដល់ពេលទៀបស្លាប់ ក៏គង់នឹកអាឡោះអាល័យស្តាយអារម្មណ៍នោះ ទៀតពុំខាន រមែងផ្តោតចិត្តឲ្យប្រកាន់ខ្ជាប់មាំក្នុងភព ចាប់យកកំណើត ជាថ្មីតាមនិស្ស័យរបស់ខ្លួន ៗ ដូច្នេះ, តណ្ហាជាហេតុឲ្យកើតជាតិ, ការ កើតមានឡើងនៃជាតិ ឈ្មោះថាជាការកើតឡើងនៃទុក្ខ ការតាំងនៅនៃ រោគ រហូតដល់ការកើតប្រាកដនៃមរណៈ ។

កាលបើដូច្នោះ, មានផ្លូវតែមួយទេ ដែលអាចនាំយើងឲ្យចេញ ផុតពីទុក្ខបាន គឺការអស់ទៅនៃតណ្ហា ការឈប់ស្រឡាញ់ខ្លួន និងការ ឈប់ត្រេកត្រអាលស្ងួនស្ងាលបបោសអង្អែលខ្លួន ៗ លុះត្រាតែកំណត់ ដឹងដោយជាក់លាក់ថា: ខ្លួនពុំមែនជារបស់ខ្លួន ពុំមែនជាខ្លួន ពុំមែនជា ខ្លួនរបស់ខ្លួនទេ ទើបកើតសេចក្តីនឿយណាយចាកខ្លួនហើយប្រឹងប្រែង រលាស់ចោលនូវខ្លួននោះចេញ, កាលបើបុសគល់នៃខ្លួន យើងបាន គាស់រំលើងចោលឥតសេសសល់ហើយ ខ្លួនក៏មិនអាចនឹងតាំងនៅបាន ជាតិក៏អស់សូន្យទៅមួយអន្លើដោយទុក្ខ ។ យើងមិនអើពើកើតទុក្ខ

ព្រោះដើមឈើផងដទៃដែលដល់នូវសេចក្តីវិនាសសាបសូន្យទៅយ៉ាង ណា, យើងមិនអើពើធ្វើដឹងចំពោះខ្លួនដែលប្រែប្រួលវិនាសទៅ ដោយ កំណត់ដឹងជាក់ថា ខ្លួននោះពុំមែនជាខ្លួនរបស់យើង ក៏យ៉ាងនោះដែរ ។ តែការផុតបំផ្លាញនូវតណ្ហា ពុំមែនបានសេចក្តីថា សំឡាប់បង់នូវការ ចង់រស់នៅដោយចំពោះនោះទេ ព្រោះអ្នកត្រូវការរំលើងតណ្ហា ក៏គង់នៅ ទ្រទ្រង់អត្តភាពដោយអាហារភោជនជាធម្មតា ; ការសម្លាប់តណ្ហាគឺការ ចៀសវាងមិនឲ្យបង្កើតជាតិថ្មីទៀត ព្រោះជាតិរមែងមានទុក្ខប្រចាំ គឺថា កំចាត់នូវទុក្ខជាទីបំផុតនោះឯង ។

ពិតមែនតែព្រះពុទ្ធសាសនាបានប្រកាសថា សង្ខារទាំងឡាយជា ទុក្ខ ហើយទុក្ខនេះមានតណ្ហាជាហេតុ ត្រូវសម្លាប់បង់នូវតណ្ហានោះ ទើបផុតចាកទុក្ខបាន, តែការសម្លាប់តណ្ហា ពុំមែនជាការបដិសេធន៍លោក ចោលស្រឡះ មិនគិតលោក ឈប់លែងធ្វើសកម្មភាពជាប្រយោជន៍ ដល់ខ្លួននឹងអ្នកដទៃដូចអ្នកខ្លះយល់នោះទេ ព្រោះព្រះពុទ្ធសាសនាពុំបាន បដិសេធដាច់ខាតថាលោកគ្មានទេ គ្រាន់តែពន្យល់ប្រាប់ថា លោក តាមដែលយើងបានសំគាល់ឃើញដោយអំណាចអវិជ្ជាបិទបាំង ស្មាន ថាជាវត្ថុរឹងរឿងដូចកដរថង់ចិរតែងត្រកាលនោះ គឺថាលោកជាមាយាទេ ថាលោកគ្រាន់តែកើតឡើងហើយតាំងនៅមួយខណៈ រូបប្រែប្រួលទៅ

វិនាសទៅតែយ៉ាងនេះជានិច្ចកាល ពុំមែនជាលោកបរិបូណ៌ដោយខ្លឹមសារដោយសម្រេចកើតតាមបំណងនោះទេ, កាលបើយើងបណ្តោយខ្លួនឲ្យជាប់ក្នុងអំណាចស្នេហ៍របស់លោក ក្នុងកលមាយារបស់លោកហើយ ឈ្មោះថាជាប់ជំពាក់ក្នុងលោក រកឳកាសដកខ្លួន ឲ្យចេញផុតពីលោកពុំបាន វង្វេងវិលវល់ចុះឡើងក្នុងសង្សារវដ្ត វិលកើតវិលស្លាប់ ជ្រមុជជ្រមុលក្នុងកើងទុក្ខ មិនងាយស្រាកស្រាន្តបានឡើយ, ព្រោះហេតុនោះទើបព្រះសម្ពុទ្ធទ្រង់ហៅពពួកសត្វឲ្យមើលលោកតាមពិត ហើយឲ្យប្រតិបត្តិតាមទំនងដែលបានពិចារណាឃើញហើយនោះឯង ។

តាមសេចក្តីពិត ខ្លួនទាំងឡាយតែងប្រែប្រួលទៅ ប្លែកទៅជាធម្មតា, កាលបើដូច្នោះ គ្មាននាំអ្វីក្រៅពីអំពីសេចក្តីទុក្ខមកប្រគល់ឲ្យអ្នកជាប់ជំពាក់ក្នុងខ្លួនទេ ដូចយើងបានឃើញពីខាងលើមកហើយ, វត្ថុឯណាដែលមិនទៀង វត្ថុនោះជាទុក្ខ កាលបើវត្ថុនោះមិនទៀងហើយជាទុក្ខដូច្នេះ តើគួរឲ្យយើងប្រកាន់ថា វត្ថុនោះជារបស់យើង ថាយើង ថាខ្លួនរបស់យើងបានឬ? បើជារបស់យើងមែន យើងអាចបង្គាប់បញ្ជាវត្ថុនោះបាន ប្រើឲ្យទៅជាដូច្នេះដូច្នោះបាន, វត្ថុនោះក៏មិនបានប្រព្រឹត្តទៅដើម្បីសេចក្តីទុក្ខឡើយ ។ កាលបើយើងដឹងថា ខ្លួនជារបស់មិនទៀង ជាទុក្ខ ជាអនត្តា ដូច្នោះហើយ តើយើងគប្បីក្រញាញុបក្រសោបថ្នាក់ថ្នមខ្លួននោះទៀតទេ? ធ្វើដូច្នេះ ឈ្មោះថាគាំទ្រនូវលក្ខណៈរបស់ធម្មជាតិ កំឡាំងធម្មជាតិ នាំ

ឲ្យបានតែសេចក្ដីទុក្ខប៉ុណ្ណោះ, បើចង់ឈ្នះមានតែត្រូវធ្វើខ្លួនឲ្យស្របតាមច្បាប់ធម្មជាតិ ត្រូវយល់ថា ធម្មជាតិ តែងមានបែបដូច្នោះ, ឧបមាថា បើយើងដឹងច្បាស់ថា ការហូបនាំឲ្យធាត់មិនល្អ ឲ្យអស់កំឡាំង ឲ្យក្ដៅឲ្យក្ដៀនណាមកជាដើម ជាទោសដែលយើងមិនត្រូវការ មានតែយើងតមកុំផឹកការហូបនោះ ទើបចួនផុតចាកទោសទាំងនោះបាន សេចក្ដីនេះយ៉ាងណា, ការស្គាល់ច្បាស់នូវលក្ខណៈរបស់លោក គួរនាំឲ្យយើងរកប្រឹងគេចឲ្យផុតពីលោក ក៏មានសេចក្ដីយ៉ាងនោះដែរ ។

គង់មានពាក្យសឹកសៀតថា បើប្រជុំខន្ធទាំង ៥ គឺរូប វេទនា សញ្ញា សង្ខារ វិញ្ញាណ ដែលគេសន្មតហៅថាសត្វថាបុគ្គលនោះ ពុំមែនជាយើងទេ នោះនឹងចាំបាច់ឲ្យមនុស្សប្រឹងប្រែងជួយគ្នាស្វះស្វែងរកសេចក្ដីល្អធ្វើអ្វី ព្រោះមាននរណានឹងទទួលសោយនូវសុខនឹងទុក្ខ? ម្យ៉ាងទៀតការផ្សាយមេត្តាករុណាដល់គ្នីគ្នានឹងបានផលប្រយោជន៍អ្វី គ្រាន់តែនៅស្ងៀមៗ ព្រងើយកន្តើយកុំរវល់ចង់រស់ប៉ុណ្ណោះក៏បានហើយ! ។ ពិតណាស់, ការយល់បែបនោះស្របគ្នានឹងលទ្ធិព្រាហ្មណ៍ ពួកយោគីខ្លះចំប្រឹងអង្គុយស្ងឹងស្ងាត់តែមួយកន្លែងកាន់ឆ្នាំ មិនកំរើកកាយ មិននិយាយស្ដី ជាការប្រព្រឹត្តិដែលព្រះពុទ្ធទាត់ថាជាអត្តកិលមថានុយោគ ឥតផលប្រយោជន៍ ។ ព្រោះអង្គទ្រង់ប្រដៅឲ្យស្វែងរកសេចក្ដីពិត ឲ្យកំចាត់បង់នូវអំពើឯណាដែលខុសចាកសេចក្ដីពិតនោះ ហើយប្រតិបត្តិតាមសេចក្ដី

ពិត ៗ ពុំមែនព្រោះខន្ធមិនមែនជារបស់ខ្លួន ទើបមិនត្រូវធ្វើឬធ្វើអ្វីពុំបានផលនោះទេ ៗ ព្រះដ៏មានបុណ្យជាម្ចាស់ បានត្រាស់សំដែងប្រាប់ថា ធ្វើល្អបានល្អ ធ្វើអាក្រក់ បានអាក្រក់ ឲ្យចៀសវាងអំពើអាក្រក់ ឲ្យសន្សំអំពើល្អ ឲ្យមានព្យាយាម ឲ្យមានសតិខ្ជាប់ខ្ជួនគ្រប់ពេល ៗ ដោយហេតុតែសត្វយល់ឃើញថា មានខ្លួនជារបស់ខ្លួន មានខ្លួនទៅក្នុងខន្ធ ជាប់ជំពាក់ក្នុងខន្ធនោះ ទើបកើតទុក្ខ ព្រោះខន្ធជាទុក្ខ ដូចអ្នកដែលពាល់ដៃទៅប៉ះខ្សែពួរ នឹកស្មានថាជាពស់នឹកភ័យខ្លាចតក់ស្លុតជាទីបំផុត ព្រោះការស្មានខុសនោះ, លុះដល់ដឹងថាខ្សែពួរទេ សេចក្ដីភ័យខ្លាចតក់ស្លុតនោះ ក៏អន្តរធានទៅឯង ៗ

អំពើដែលសត្វបានធ្វើហើយ ដោយចេតនាជាកុសលឬជាអកុសល គឺចេតនាដែលប្រកបដោយលោភៈ ទោសៈ ឬ មោហៈ ឬ ចេតនាដែលប្រាសចាកមូលហេតុនោះ លោកហៅថាកម្ម ៗ កម្មដែលបានធ្វើហើយមិនបាត់បង់ទៅណាទេ នៅរង់ចាំឲ្យផលតាមឱកាសហុចឲ្យ កម្មនោះមិនគឺអ្វី គឺមូលកម្លាំងចាំញ៉ាំងជីវិតសត្វឲ្យប្រព្រឹត្តទៅតាមប្រសិទ្ធិភាពនៃកម្លាំងធាតុ គឺប្រជុំខន្ធនិងប្រភេទនៃកម្លាំងនោះ, កម្លាំងនេះឯងជានិស្ស័យជាសន្តាននៃសត្វនោះៗ ៗ ដូច្នេះចិត្តចោរខុសគ្នាពីចិត្តអ្នកត្រង់ ព្រោះកម្មធ្លាប់សន្សំមក ឯកម្លាំងកម្មដែលជាតួសន្តានរបស់មនុស្សនោះ មានទាំងគុណវិបត្តិ ទាំងគុណសម្បត្តិដូចៗគ្នា តែមានកម្លាំងខ្លាំងខ្សោយ

ខុសៗគ្នា តាមដែលសាមីខ្លួនធ្លាប់ធ្វើគិតអ្វីច្រើន ក៏បាក់បង្អៀនទៅខាងនោះទៅ, អ្នកខ្លះជាមនុស្សខ្ជិល ខ្លះជាមនុស្សឧស្សាហ៍ ខ្លះខ្លាច ខ្លះហ៊ានខ្លះញាប់ញ័រ ខ្លះនឹងធឹង ខ្លះឆ្ងល់ច្របល់ ខ្លះស្ងប់រម្ងាប់ជាដើម បណ្ដានិស្ស័យខាងណាច្រើន ក៏ត្រាស់ទៅខាងនោះ, ឯនិស្ស័យដទៃគង់មានដែរតែខ្សោយពេកៗ ឯកម្លាំងទាំងនោះតែងប្រតិបត្តិការតាមទំនើងខ្លួនឥតមាននរណា ឬភ្នាក់ងារណាជួយរុញជួយច្រានទេ បើជួបរលកមួយច្រានរលកមួយឲ្យកើត ហើយរលកនោះញ៉ាំងរលកថ្មីមួយទៀតឲ្យកើតឡើង តែជួបប្រទះជាប់គ្នាៗទៅ ព្រោះហេតុនោះ ទើបក្រសែជីវិតរបស់សត្វ តែងហូរទៅមិនដាច់ៗ

ចំណែកឯការចាប់ជាតិថ្មីដោយអំណាចតណ្ហានោះ គឺកម្មនេះឯងដែលស្ទុះទៅកាន់នាមរូបថ្មី ទៅសួនបាននាមរូបថ្មី ទើបលោកសន្មតថាចាប់បដិសន្ធិ គឺការបន្តកម្លាំងកម្ម ដូចគ្នានឹងការបន្តភ្លើងទៀន ព្រោះហេតុនោះ ទើបយើង (គឺពាក្យសន្មតហៅប្រជុំខន្ធដោយវោហារ) ត្រូវតែទទួលផលនៃកម្មខានពុំបាន ព្រោះប្រជុំខន្ធនោះជាបាតុភាពនៃថាមពលរបស់កម្មនោះឯងៗ តែកម្មពុំមែនជាច្បាប់តឹងរឹង គេចមិនផុត ចៀសមិនបាន តែប្រែមិនកើត ដូចព្រហ្មលិខិត ឬ ដូចពាក្យសាមញ្ញថា "មានទំនាយ" ឬ "ទេវតាគួសក្រយៅ" នោះទេ ព្រោះថា ប្រសិនបើអំណាចកម្មបានកំណត់ដាច់ស្រេចទុកជោគវាសនារបស់យើងឲ្យទៅជាដូច្នេះជា

ដូច្នោះ ដោយជាក់លាក់បំរះមិនរួចដូច្នោះមែន ទឹងមិនមានប្រយោជន៍អ្វី ក្នុងការទំប្រឹងប្រែងធ្វើល្អទេ ឯសទ្ធិវាបទក៏ពុំមានដែរ ផ្សូវច្ចងទុក្ខក៏ពុំមាន ៗ តែពុំមែនដូច្នោះទេ យើងអាចកែប្រែកម្លាំងកម្មបាន ឲ្យទៅជាអហោសិកម្ម គឺកម្មដែលសាបសូន្យលែងឲ្យផលបាន ដោយការសាងកម្មថ្មីឲ្យមានកម្លាំងខ្លាំងលើសលុបកម្មចាស់ មានអំណាចឲ្យផលល្អជាជំនួសបាន ហៅថា ទិដ្ឋធម្មវេទនីយកម្ម ៗ ព្រោះហេតុនោះ ទើបយើងអាចបណ្តុះនិស្ស័យល្អ កំចាត់និស្ស័យអាក្រក់បាន ធ្វើខ្លួនអាក្រក់ឲ្យទៅជាអ្នកល្អ អ្នកខ្ជិលឲ្យទៅជាអ្នកឧស្សាហ៍ អ្នកល្ងង់ឲ្យទៅជាអ្នកចេះបាន ឬក៏ឧហាតតែសន្សំនិស្ស័យអាក្រក់ ក៏អាចនាំខ្លួនជាអ្នកល្អទៅជាអ្នកអាក្រក់វិញក៏បាន ព្រោះយើងអាចកែប្រែប្រួលខ្លួនឲ្យជាអ្នកអាក្រក់ ឬជាអ្នកល្អបាន ៗ កាលបើដូច្នោះ ការយល់ខុសថាព្រះពុទ្ធសាសនាប្រដៅឲ្យនៅស្ងៀមមិនធ្វើអ្វី ក៏នឹងវិនាសទៅឯង ៗ

បើនឹងប្រើគ្រឿងប្រៀបធៀប ដើម្បីឲ្យយល់ច្បាស់ពីប្រតិបត្តិការរបស់កម្មក្នុងការឲ្យផល ខ្ញុំយល់ថាគួរទុកអត្តភាពរាងកាយដូចជាខ្ទះទឹក, កម្មជាទឹកដែលដាក់ក្នុងខ្ទះនោះ ទឹកមានវត្ថុធាតុច្រើនយ៉ាងបំរុះគ្នា ជាផ្នែកកុសលខ្លះ ជាផ្នែកអកុសលខ្លះ គឺថាមានលាយជាតិប្រៃ ប្រេងកាត ជ័រទឹក ៗល ៗ តណ្ហាជាឧសបុស្បុងដេះដុតខ្ទះនោះឲ្យក្តៅ ឲ្យពុះចេញចំហាយដើម្បីផ្សំជាកំឡាំង ជាថាមពលញុំាងសរីរយន្តឲ្យប្រព្រឹត្តទៅ ដូច

គ្មានទឹងកំលាំងចំហាយទឹក ដែលញុំាងគ្រឿងចក្រឲ្យដើរ ៗ ឯធាតុទាំងនោះពុះមិនស្មើគ្នាទេ ទឹកពុះដល់កំដៅ ១០០ អង្សា ប្រេងកាត ២២០ អង្សា ប្រេង ៣៥០ អង្សា ដែរ ១១៥ អង្សា ចំហាយដែលហុយជាថាមពលនោះ ចេញពីធាតុណា ស្រេចហើយនឹងកំដៅខ្ពុះក្នុងវេលានោះ ៗ បើក្តៅ, កំដៅ ១០០ អង្សា គឺចំហាយទឹក, កំដៅ ២២០ អង្សា គឺចំហាយប្រេងកាតជាដើម មិនទៀងជាចំហាយធាតុណា សុទ្ធតែចំហាយធាតុណាទេ តាមកំដៅកំដៅនាពេលនោះៗ ៗ ចំហាយណាស្ទុះខ្លាំងជាងគេ ចំហាយនោះលុបចំហាយចាស់នាំទៅជាមួយ ហើយឲ្យផលជាជំនួសឡើង ឯចំហាយធាតុដទៃទឹងកកើតឡើងពុំបានក្នុងពេលនោះ ព្រោះក្តៅពុំទាន់ដល់កំដៅទឹងស្ទុះចេញបាន ៗ

របៀមសេចក្តីទៅ យើងបានដឹងថា ខ្លួនទាំងឡាយតែងប្រែប្រួលទៅ ប្តូរទៅជាធម្មតា យើងជាប់ជំពាក់នឹងខ្លួននោះ បានសេចក្តីទុក្ខព្រោះការប្រែប្រួលនឹងការប្តូរទៅនៃខ្លួន, ដូច្នេះ បើចង់ឲ្យផុតពីទុក្ខលុះត្រាតែនឿយណាយចាកខ្លួន, តែការនឿយណាយចាកខ្លួនបាន ទាល់តែកើតបញ្ញាយល់ច្បាស់ថា ខ្លួនទាំងនោះពុំមែនជារបស់យើង ពុំមែនជាយើង ជាខ្លួនរបស់យើងទេ ពុំគួរនឹងយើងព្រមទទួលនូវភារៈដ៏ធ្ងន់ពោលគឺបញ្ចក្ខន្ធនោះសោះ គប្បីតែរលាស់ចោលចេញ ៗ តណ្ហាជាមេនាំឲ្យត្រេកត្រអាលដោយខ្លួន ឲ្យធ្វើកម្មផ្សេងៗ, កម្មដែលបានប្រព្រឹត្ត

ហើយមិនបានសាបសូន្យទេ នៅសល់ជាតួវិបាកចាំឲ្យផលជានិច្ច ជាអណ្តូងនៃកំឡាំងដែលបញ្ចេញនូវថាមពលផ្សេងៗ ប្រកាសចេញទៅតាមការញាប់ញ័រនៃថាមពលនោះ ជានិស្ស័យ ទឹកចិត្ត គំនិត អធ្យាស្រ័យ ។ល។ ក្នុងខណៈនោះៗ ។ ការបែកធ្លាយទៅនៃបញ្ចក្ខន្ធ ដែលយើងសន្មតហៅថាស្លាប់ គ្រាន់តែជាការអស់ទៅនៃការប្រមូលផ្តុំនៃធាតុរបស់បញ្ចក្ខន្ធនោះប៉ុណ្ណោះ ចំណែកឯមូលធាតុ កំឡាំងធាតុ ទឹងរលកធាតុ ឬថាមពលនៃបញ្ចក្ខន្ធ ដែលជាតួវិបាករបស់កម្ម ឥតមានសាបសូន្យទេ នៅស្ទុះស្ទាញាប់ញ័រតាមធម្មតា នៃប្រសិទ្ធិភាពរបស់កំឡាំងទាំងឡាយ រេកផ្សុំផ្គុំគ្នាជាដើម តាមដែលសមរម្យនឹងផ្សុំផ្គុំបាន ដូចគ្នានឹងរលកសំឡេងអ្នកនិយាយវិទ្យុ ដែលរត់ទៅកាន់ប្រដាប់ស្រូបសម្លេងប្រកាសចេញជាថ្មីទៀត តែបានត្រង់ប្រដាប់ដែលមានកំរិតរលកធាតុដូចគ្នា ។

តណ្ហានៅមានដរាបណា ចេតនាតែងធ្វើសន្សំនូវកម្មដរាបនោះ ត្រូវតែគ្រប់គ្រងកម្មនោះដោយល្អ ឈប់ធ្វើកម្មឲ្យលែងឲ្យផលតទៅទៀតអស់ព្រមទាំងកម្មចាស់កម្មថ្មី គឺថាបានសម្រេចព្រះអរហត្តផល ជាសភាវនៃអ្នកដែលមានកម្មចាស់អស់ហើយ កម្មថ្មីរមែងមិនកើតប្រាកដ ។ តណ្ហាគឺភ្លើងរលត់ហើយ។ ពុំមានអ្វីផុតខ្ទះបង្កបង្កើតបំហាយថាមពលជាថ្មីទៀតទេ តែគ្រឿងចក្រនៅវិលនៅឡើយ ដោយកម្លាំងថាមពលដែលសេសសល់នៅ លុះអស់កម្លាំងថាមពលដែលសេសសល់នោះកាលណា

គ្រឿងចក្រក៏ឈប់ដើរគាលនោះ ។ ការរលត់នៃភ្លើងនេះឈ្មោះថានិព្វាន គឺរលត់ភ្លើងទុក្ខ ភ្លើងកិលេស ឥតសេសសល់, ដើម្បីឲ្យបានលុះដល់ព្រះនិព្វានព្រះពុទ្ធសាសនាបានតាំងកម្មវិធី សម្រាប់ប្រតិបត្តិ ៨ ថ្នាក់ ហៅថា អដ្ឋង្គិកមគ្គ គឺ:

១ — សម្មាទិដ្ឋិ សេចក្ដីយល់ត្រូវ
២ — សម្មាសង្កប្បៈ សេចក្ដីត្រិះរិះត្រូវ
៣ — សម្មាវាចា វាចាត្រឹមត្រូវ
៤ — សម្មាកម្មន្ដៈ ការងារត្រឹមត្រូវ
៥ — សម្មាអាជីវៈ ការចិញ្ចឹមជីវិតត្រូវ
៦ — សម្មាវាយាមៈ សេចក្ដីព្យាយាមត្រូវ
៧ — សម្មាសតិ សេចក្ដីរលឹកត្រូវ
៨ — សម្មាសមាធិ ការតាំងចិត្តខ្ជាប់ខ្ជួនត្រូវ ។

ចែកចូលជាសិក្ខា ៣ គឺ:

ក) សីលសិក្ខា
- ១ — សម្មាវាចា
- ២ — សម្មាកម្មន្ដៈ
- ៣ — សម្មាអាជីវៈ
- ៤ — សម្មាវាយាមៈ

ខ) សមាធិសិក្ខា
- ១ – សម្មាសតិ
- ២ – សម្មាសមាធិ

គ) បញ្ញាសិក្ខា
- ១ – សម្មាទិដ្ឋិ
- ២ – សម្មាសង្កប្បៈ

សីលគឺការវៀសវាងមិនប្រព្រឹត្តអំពើអាក្រក់ ខិតខំសន្សំអំពើល្អ ៗ ការទំលាប់ធ្វើអំពើអ្វីមួយ ៗ រមែងជាប់និស្ស័យដុះក្នុងសន្តាន ទំលាប់ធ្វើអាក្រក់ និស្ស័យអាក្រក់ ផលក៏អាក្រក់ ព្រោះហេតុនោះគោងកុំសន្សំអំពើជាអកុសល, អកុសលធម៌ជាមេបណ្ដាលតណ្ហាឲ្យស្ទុះស្ទា, ការធ្វើសីលគឺញុំាងក្តីឲ្យត្រៀមដោយមិនគរខសង្ឃជាដើម ៗ សីលមានកិច្ចញុំាងកាយវាចាឲ្យរៀបរយមិនឲ្យប៉ះទង្គិចដល់អ្នកដទៃ មានការហាមមិនឲ្យប្រព្រឹត្តអំពើអាក្រក់ ដោយអនុគ្រោះដល់កៀនរួមទុក្ខជាមួយគ្នា ព្រោះយើងត្រូវការសុខស្អប់ទ្វេមទុក្ខយ៉ាងណា អ្នកដទៃក៏ត្រូវការសុខស្អប់ទ្វេមទុក្ខយ៉ាងនោះដែរ ការធ្វើឲ្យគេបានទុក្ខ ពុំមែនបានសុខមកលើយើងទេ ព្រោះជាអំពើអកុសល ៗ ព្រះបរមគ្រូជាម្ចាស់ពុំបានប្រដៅឲ្យតែវៀរបាកអកុសលកម្មប៉ុណ្ណោះទេ ទ្រង់ទូន្មានឲ្យបំពេញកិច្ចការជាកុសលផង ឲ្យជួយអ្នកដទៃឲ្យញុំាងប្រយោជន៍ដល់អ្នកដទៃផង មានការធ្វើទានជាដើម ព្រោះសីលពុំអាចនឹងតាំងនៅបាន ដោយប្រាសចាកមេត្តានឹងករុណាធម៌ទេ ៗ ផលនៃការរក្សាសីល គឺការញុំាងចិត្តឲ្យស្ងប់ស្ងាប់

មិនរវើរវាយក្ដៅក្រហាយស្ដាយក្រោយ ព្រោះធ្វើអំពើដែលមិនគួរធ្វើ ព្រោះហេតុនោះទើបសីលជាជំនួយឲ្យកើតសមាធិ ។

សីលបានបង្អន់តណ្ហា មិនឲ្យមានកម្លាំងថ្មីថែមទៀត តែអំណាចកម្មដែលធ្លាប់សន្សំមកហើយរាប់ហ្មឺនសែនជាតិ នៅមានកំឡាំងខ្លាំងក្លាជាប់ជាប់ស្អិតស្អាងខ្ជាប់ខ្ជួននៅឡើយ ដូច្នេះយើងត្រូវកំចាត់កិលេស គឺ លោភៈ ទោសៈ មោហៈ ឲ្យឆ្ងាយចាកខន្ធសន្តាន នេះជាកិច្ចរបស់សមាធិ ដែលលោកឧបមាដូចគោមចង្កៀងមានពន្លឺពីក្នុង ហើយអ្នកប្រតិបត្តិអាចសំឡឹងមើលគោមនោះដោយច្បាស់លាស់ អាចដឹងថានៅមានសៅហ្មងត្រង់កន្លែងណាខ្លះ ហើយព្យាយាមដុសខាត់ត្រង់នោះឲ្យស្អាត ។ ចិត្តរបស់យើងរមែងមាននីវរណធម៌រុបរឹតជុំជិតនឹងឥតស្កន់ ៥ ប្រការ គឺកាមច្ឆន្ទៈ សេចក្ដីពេញចិត្តក្នុងកាម ១ ព្យាបាទៈ សេចក្ដីប្រទុស្តចំពោះអារម្មណ៍មិនជាទីប្រាថ្នា ១ ថីនមិទ្ធៈ សេចក្ដីរួញរាថុញថប់ប្រអូសកាយប្រអូសចិត្ត ១ ឧទ្ធច្ចកុក្កុច្ចៈ សេចក្ដីរាយមាយអណ្ដែតអណ្ដូង ១ វិចិកិច្ឆា សេចក្ដីសង្ស័យមិនអស់មិនហើយ ១ ។ កម្មទាំងឡាយអាក្រក់ក្ដី ល្អក្ដី ស្រេចហើយពីចិត្ត មានចិត្តជាធំជាប្រធាន ឯសុខទុក្ខក៏កើតមកពីចិត្ត; ក្នុងព្រះពុទ្ធសាសនា ចិត្តនេះសំខាន់ណាស់ ហើយជាធម្មជាតិពិបាករក្សាជាទីបំផុត ព្រោះហេតុនោះ ទើបគប្បីពត់ចិត្តឲ្យបានបទក្ខុបណ្ដោយឲ្យស៊ុះស៊ាកន្ទុះរកអារម្មណ៍ គាំងចិត្តឲ្យស្ងប់រំងាប់នៅនឹងតែក្នុងអារម្មណ៍ណាមួយប៉ុណ្ណោះ ។

ចិត្តជាសមាធិ ជាហេតុនាំឲ្យកើតបញ្ញាអាចដោះស្រាយប្រស្នាផ្សេងៗ បានដោយងាយ បានដោយច្បាស់លាស់ ឲ្យបែងច្បាស់ប្រាកដនូវហេតុនឹងបច្ច័យនៃនាមរូបតាមយថាភូត គឺថានាមរូបគ្រាន់តែជាការផ្សំផ្គុំនៃខន្ធទាំង ៥ ដូចការផ្សំនៃរថប៉ុណ្ណោះ តែងធ្លាក់ក្នុងសាមញ្ញលក្ខណៈ គឺអនិច្ចតា ទុក្ខតា អនត្តា សុទ្ធសឹងសោះសូន្យចាកខ្លួន ចាកសត្វ ចាកបុគ្គល ចាកវត្ថុជារបស់ខ្លួន ជារបស់គួរខ្លាច គួរខ្ពើម គួរនឿយណាយ ។ លុះនឿយណាយចាកសង្ខារគឺធម៌ផ្សំផ្គុំតុបតែងនាមរូបហើយ ក៏លែងត្រូវការប្រាថ្នាត្រេកត្រអាលអាឡោះអាល័យនាមរូបនោះបង់ ធ្វើឲ្យទីតាំងនៃនាមរូបអស់លើងទៅឥតសេសសល់ ជាតិថ្មីក៏គ្មាន ទុក្ខក៏រលត់សូន្យដូចភ្លើងអស់ប្រេងនឹងប្រឆេះ នេះហើយជាគោលបំណងនៃការប្រតិបត្តិតាមព្រះពុទ្ធសាសនា ជាឧត្តមគតិដ៏ខ្ពង់ខ្ពស់ដែលគេអាចនឹងសម្រេចបានគឺព្រះនិព្វាន ។

ប្រស្នានិព្វាននេះ ជាប្រស្នាពិបាកនឹងដោះស្រាយណាស់ ព្រោះហួសវិស័យបុថុជ្ជននឹងគិតបាន ផុតផ្លូវឧបាយស្រាវជ្រាវដោយបញ្ញាលោកិយ ដោយសេចក្ដីឧបមាក្ដី ដោយប្រើតក្កវិជ្ជាក្ដី ដោយហេតុថាយើងមិនអាចនឹងនិយាយពីអ្វី ដែលយើងមិនដែលបានយល់ មិនដែលបានឃើញ មិនដែលបានពិសោធនោះបានឡើយ ។ តែព្រះដ៏មានព្រះភាគទ្រង់សំដែងប្រាប់ថា ព្រះនិព្វានជាបរមសុខ ពាក្យថាបរមសុខពុំ

មែនជាសភាវៈរបស់ចិត្តទេ ព្រោះបើដូច្នោះ នឹងជាអារម្មណ៍របស់ចិត្ត ហើយចិត្តនោះក៏គង់ជាចិត្តទៀងទាត់ឋិតថេរ ទើបអាចសោយសុខខ្ជាប់ខ្ជួនបាន នឹងជួយដល់អនត្តាធម៌ ហើយជាសស្សតទិដ្ឋិផង ។ នឹងជាជាការសូន្យបាត់ខ្លួនឬអត្តៈក៏ពុំមែន ព្រោះអត្តៈនោះគ្មានពិតប្រាកដទេ ជាមាយារបស់ចិត្តប៉ុណ្ណោះ នឹងជាសូន្យទេក៏ពុំត្រូវ ព្រោះនឹងបាត់ជាឧច្ឆេទទិដ្ឋិ ។ ដូច្នេះ និព្វានជាការអស់ទៅនៃទុក្ខ ដោយការអស់ទៅនៃតណ្ហា ដែលជាហេតុឲ្យកើតទុក្ខ អស់ហេតុអស់បច្ច័យ ដូចភ្លើងដែលអស់ប្រេងនឹងអស់ប្រឆេះដូច្នោះឯង ។

មានអ្នកខ្លះចោទប្រកាន់ព្រះពុទ្ធសាសនាថា ជាសាសនាបណ្ដាប់មិនឲ្យធ្វើអ្វី មិនរវល់ដល់លោក គឺមនុស្សសត្វទូទៅ ព្រោះសាសនានេះបានប្រកាសថា សេចក្ដីបរិសុទ្ធនឹងមិនបរិសុទ្ធកើតចំពោះអំពីខ្លួន ឥតមាននរណាឲ្យនរណា ឬ ធ្វើជួសនរណាបានទេ គឺបានសុខបានទុក្ខចំពោះខ្លួនឯង បើដូច្នោះគេនឹងបានប្រយោជន៍អ្វីនឹងសង្គ្រោះអ្នកដទៃ ជួយបំបាត់ទុក្ខអ្នកដទៃផង ? ឯសេចក្ដីមេត្តាសោតក៏គ្មានផលអ្វីក្រៅពីការសំឡឹងប្រយោជន៍ផ្ទាល់ខ្លួនទេ ។ មួយវិញទៀតការសង្គ្រោះអ្នកមានទុក្ខនោះនាំឲ្យខូចប្រយោជន៍អ្នកទាំងនោះទៅវិញ ព្រោះថាអ្នកទាំងនោះកំពុងសោយនូវផលនៃកម្មអាក្រក់របស់ខ្លួន ពេលយើងទៅជួយ ហាក់ដូចជាគ្រាន់តែបន្ថយពេលមិនឲ្យផលអាក្រក់ផ្ដន្ទាក្នុងពេលនោះប៉ុណ្ណោះ តែឲ្យ

រង់ចាំដល់ពេលក្រោយ នាំឲ្យរឹតតែយូរពេលវេលាទៅវិញ ព្រោះជួយមិនរួចដដែល ។

ព្រះពុទ្ធសាសនាហាមប្រាមមិនឲ្យធ្វើនូវអំពើបាប មិនឲ្យសន្សំអកុសលធម៌ គឺៈ លោភៈ ទោសៈ មោហៈ មែន តែកុំនឹកស្មានថា គ្រាន់តែនៅស្ងៀមមិនធ្វើអ្វីសោះ មានមិននិយាយស្ដី មិនធ្វើសកម្មភាពជាដើម អាចផុតពីអកុសលធម៌បានជ្រះស្រឡះ, មិនដូច្នោះទេ អកុសលជាសត្រូវរបឹងរបាញនៃយើង បើបណ្ដោយឲ្យយកប្រៀបបានហើយ នឹងចាប់យើងធ្វើជាឈ្លើយ ប្រើយើងតាមអំណាច តាមចិត្តយើងជាខ្ញុំ ជាទាសៈ បំរើវាជានិច្ច បើចង់ឈ្នះ គោងប្រឹងប្រែងតតាំងច្បាំងនឹងសត្រូវហាវហាននោះគ្រប់ពេល រហូតដល់បានជាអ្នកឈ្នះ, ធម្មតាអ្នកឈ្នះពុំមែនអង្គុយស្ងៀមហើយបានជ័យជំនះឯង ៗ ទេ ។ គម្ពីរមជ្ឈិមនិកាយមានសម្ដែងថា "ម្នាលឧបកៈ មានតែអ្នកឈ្នះដូចតថាគតទេ ទើបអាចផុតបំផ្លាញនូវអាសវៈបាន តថាគតបានឈ្នះអស់កិលេសហើយ ព្រោះហេតុនោះ ទើបតថាគតបានឈ្មោះថាជិនៈ" ។ ឯសាវករបស់ព្រះអង្គបានឈ្មោះជាជិនបុត្រ ។ ដូច្នេះ សាសនាព្រះពុទ្ធជាសាសនាឲ្យយកឈ្នះ ឲ្យតស៊ូឲ្យប្រឹងប្រែងជានិច្ច ហើយការឈ្នះនោះ ជាការឈ្នះដាច់ស្រេចឥតវិលត្រឡប់ចាញ់វិញ ។

គេអាចធ្វៀតសួរសៀតឲ្យថា តែការឈ្នះនោះ ជាការឈ្នះខាងផ្លូវចិត្ត ជាការប្រឹងប្រែងខាងក្នុង ពុំមែនជាការជួយស្រោចស្រង់នរណា

ទេ ៗ ។ អ្នកនោះប្រហែលជាមិនដឹងថា កិច្ចការអ្វីទាំងអស់មានចិត្តជាធំ ជាប្រធាន ស្រេចហើយអំពីចិត្ត ព្រោះកាយកម្មក្តី វចីកម្មក្តី មិនអាចនឹងប្រព្រឹត្តទៅបាន បើគ្មានចិត្តត្រិះរិះជាមុនហើយបង្គាប់បញ្ជាទេ កាលចិត្តបានបទល្អហើយ កម្មទាំងឡាយក៏បានផលល្អ បំរើនសុខទាំងអ្នកធ្វើទាំងអ្នកដទៃ ៗ មួយវិញទៀត ព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធប្រដៅឲ្យផ្សាយមេត្តាចិត្តដល់សព្វសត្វទៅមិនរើសមុខ ទុកជាសត្រូវក៏ដោយ ហើយឲ្យធ្វើទាន ជួយសង្គ្រោះអ្នករងទុក្ខវេទនា ដោយការឲ្យអាហារ ឲ្យសំលៀកបំពាក់ ឲ្យថ្នាំសង្កូវ សង់ស្ពាន-សាលា នឹងសង្គហកិច្ចនានា ជាប្រយោជន៍សាធារណៈទូទៅ នឹងជួយណែនាំឲ្យបានល្អ ឲ្យស្គាល់ខុសត្រូវគុណទោសជាដើម ៗ ព្រះជិនស្រីបានផ្ដាំពួកភិក្ខុសង្ឃឲ្យធ្វើប្រយោជន៍ខ្លួននឹងប្រយោជន៍អ្នកដទៃ ឲ្យកើតឡើង សូម្បីព្រះអង្គក៏ទ្រង់ចិតខំណែនាំវេនេយ្យសត្វអស់កំណត់ ៤៥ ឆ្នាំ ដោយឥតគិតនឿយព្រះកាយពលឡើយ ៗ ដូច្នេះ ពាក្យចោទថា ការបំពេញកុសលកិច្ចទាំងឡាយ ព្រោះតែប្រយោជន៍ផ្ទាល់ខ្លួន ជាពាក្យចោទប្រកាន់ឥតសមហេតុសមផលទេ, នឹងថាឲ្យគិតប្រយោជន៍ផ្ទាល់ខ្លួនដូចម្ដេចបាន បើពុទ្ធសាសនិកៈត្រូវតែលះបង់នូវទិដ្ឋិសំគាល់ប្រយោជន៍ខ្លួន របស់ខ្លួន សំគាល់ខ្លួន ព្រោះខ្លួននោះមិនមានពិតប្រាកដទេ ៗ

ប្រសិនបើការសង្គ្រោះទាំងឡាយ ឥតផលប្រយោជន៍ដល់ជនដទៃមែន ព្រះបរមគ្រូជាម្ចាស់ពុំបានប្រឹងប្រែងសម្ដែងព្រះសទ្ធម្មទេសនាប្រដៅសត្វ

ទេ ឯសត្វលោកក៏កម្រនឹងរកផ្លូវរំលត់ទុក្ខបានណាស់ ៗ តែព្រះអង្គគ្រាន់តែជាអ្នកបង្ហាញផ្លូវប៉ុណ្ណោះ ឯការដើរទៅតាមផ្លូវស្រេចហើយនឹងយើងរាល់គ្នា មួយវិញទៀត ព្រះអង្គប្រោសបានចំពោះតែអ្នកមាននិស្ស័យដែរ ដូចទេវទត្តនឹងនាងមាគន្ទិយា បានជួបព្រះអង្គ បានស្តាប់ធម៌ទេសនារបស់ព្រះអង្គដែរ តែមិនអាចកែខ្លួនឲ្យល្អបានឡើយ ត្រឡប់ជាប្រទុស្តរាយដល់ព្រះអង្គវិញ ៗ ព្រះពុទ្ធសាសនាជាឧបាយរំលត់ទុក្ខគប្បីតែមានកិច្ចប្រតិបត្តិសំរាប់កំចាត់បង់ទុក្ខនៃអ្នកដទៃ ទើបសមរម្យជាឧបាយរំលត់ទុក្ខមែន ត្រូវតែសង្គ្រោះគ្នាទៅវិញទៅមក ត្រូវតែមានសាមគ្គីធម៌ មានមេត្រីរាប់អានគ្នា ទើបអាចផ្សាយសេចក្តីសុខជុំវិញខ្លួនបាន ៗ ចំណែកអ្នករង់ទុក្ខលំបាក ពុំមែនសុទ្ធតែបានបំពេញអកុសល-កម្មទេ គង់មានធ្វើកុសលកម្មខ្លះ ទើបគួរឲ្យទទួលនូវសេចក្តីសង្គ្រោះអំពីអ្នកដទៃបាន ខ្លះអ្នករងវេទនាគរគោកក្នុងលោក តែយើងបានជួបប្រទះតែអ្នកដែលសមទទួលនូវទានឬសេចក្តីទំនុកបំរុងពីយើងប៉ុណ្ណោះ ៗ យើងកុំភ្លេចថា ជនមួយរូប ៗ អាចកែប្រែកែសកម្មរបស់ខ្លួនបាន គប្បីតែយើងជួយណែនាំ ជួយពន្យល់ ជួយឧបត្ថម្ភឲ្យកើតនិស្ស័យ បានល្អជាដរាប ព្រោះហេតុនោះ ទើបលោកទុកធម្មទានជាទានដ៏ប្រសើរក្រៃ-លែង ៗ ពិតណាស់ ការធ្វើល្អស្រេចហើយនឹងសាមីខ្លួនធ្វើ តែជួនកាលអ្នកនោះធ្វេសប្រហែសពុំបានជាគិត លុះយើងណែនាំទៅ ស្រាប់

តែភ្ញាក់ខ្លួនប្រឹងធ្វើទៀតក៏មាន ឬក៏ឃើញធ្វើល្អទៅរក អ្នកនោះប្រែជាទឹកអៀនខ្លួនត្រឡប់ធ្វើល្អវិញ ។ ដូច្នេះការធ្វើល្អ ការផ្សាយមេត្តា ការធ្វើទាន ពុំមែនគ្មានផលប្រយោជន៍ដល់អ្នកដទៃទេ ។

សូមប្រារព្ធសេចក្តីជាបញ្ចប់ៈ សេចក្តីពិតដែលឥតប្រែក្លាយជាដទៃវិញ ដែលមានក្នុងព្រះពុទ្ធសាសនានោះ គឺៈ លោកនេះគ្រប់គ្រងដោយច្បាប់បដិច្ចសមុប្បាទ ជាច្បាប់នៃហេតុនិងបច្ច័យ នេះមានទើបនោះកើត បដិសេធនូវអាទិទេពអ្នកកសាងលោក ។ ឯច្បាប់ហេតុនិងបច្ច័យគ្រប់គ្រងមនុស្សនោះ គឺកម្ម ដែលជាកំឡាំងកផ្តុំចាកបតិបត្តិការនៃប្រជុំធាតុ ឬប្រជុំខន្ធ តណ្ហាជាមេរុញច្រាននូវប្រតិបត្តិការនោះ ឲ្យប្រព្រឹត្តទៅ ព្រោះផ្ដិតផ្ដាបដោយមូលអកុសល ៣ ប្រការ គឺ លោភៈ ទោសៈ មោហៈ ។ តណ្ហាការរវះរក់មត្រេកត្រអាលក្នុងអារម្មណ៍ជាហេតុនាំឲ្យកើតទុក្ខ ព្រោះអារម្មណ៍ទាំងនោះមិនឋិតថេរគង់ទ្រង់នៅដូចចិត្តបំណង មិនរង់ចាំឲ្យក្រេបរសជាតិឲ្យឆ្អែតឆ្អន់ តែងប្រែប្រួលទៅ ប្លែកទៅ វិនាសបង់ទៅ, ទុក្ខនេះជាទីស្អប់ខ្ពើមនៃសត្វទាំងឡាយ បង់ឲ្យអស់ទុក្ខគោងសំឡាប់តណ្ហា ការអស់ទៅនៃតណ្ហាឈ្មោះថានិព្វាន ឯផ្លូវដែលឆ្ពោះទៅកាន់ការរលត់នៃតណ្ហានោះ គឺអដ្ឋង្គិកមគ្គមានសិក្ខា ៣ គឺសីលសិក្ខា សមាធិសិក្ខា បញ្ញាសិក្ខា ជាផ្លូវប្រតិបត្តិឲ្យឃើញច្បាស់ថា ខន្ធទាំងឡាយមិនទៀង ជាទុក្ខជាអនត្តា ជាភារៈដ៏ធ្ងន់ក្រៃលែង គួរតែនឿយ

ណាយ គួរតែរលាស់ចោល ។ ការប្រតិបត្តិមានទាំងកិច្ចគួរលះបង់ គួរវៀរចាក ទាំងកិច្ចគួរបំពេញ ដើម្បីជាប្រយោជន៍ដល់ខ្លួនឯងនិងជាប្រយោជន៍ដល់អ្នកដទៃ, កិច្ចទាំងនោះតាំងនៅលើមេត្តាធម៌ ផ្សាយទូទៅលើសត្វទាំងឡាយឥតរើសមុខ ។ ការយកឈ្នះតណ្ហាជាការលំបាកក្រៃលែង តោងប្រើព្យាយាមនឹងសតិគ្រប់គ្រាន់រាល់ពេលវេលា ជាការតស៊ូឥតមានរសាយ ជាកិច្ចត្រូវធ្វើដោយខ្លួនឯង ព្រោះជាការឈ្នះចំពោះខ្លួន ។

ឯសេចក្ដីពិតក្នុងព្រះពុទ្ធសាសនា ជាសេចក្ដីពិតដែលអ្នកត្រូវការស្វែងរកអាចពិសោធ អាចដឹងពិតឃើញពិតក្នុងចិត្តនៃខ្លួន ពុំមែនជាសេចក្ដីពិតដែលគេសូនប៉ាន់ឲ្យ ហើយបង្ខំឲ្យជឿតាមទេ ។ លោកនេះគ្រប់គ្រងដោយច្បាប់បដិច្ចសមុប្បាទ តាមហេតុនឹងបច្ច័យប្រព្រឹត្តជាប់ទាក់ទងជាដំណតៗគ្នា ឯជីវភាពរបស់មនុស្សតែងប្រព្រឹត្តទៅតាមច្បាប់នៃកម្មគឺអំពើដែលខ្លួនបានធ្វើមកហើយ ពុំមែនព្រោះមានអានុភាពស័ក្តិសិទ្ធិឯណាគូសផោតក់ស្លាឲ្យទេ ឯច្បាប់កម្មនោះសោត ក៏ពុំមែនជាច្បាប់តឹងរ៉ឹងកែប្រែពុំបានឡើយ មនុស្សអាចកែប្រែក្រសែកម្មបានគ្រប់កាលបានទាំងខាងអាក្រក់ទាំងខាងល្អ ៗ បានជាខំសំនរកម្មទាំងនោះ ព្រោះយល់ថាមានខ្លួនជារបស់ខ្លួន ជាសស្សតវត្ថុស្ថិតថេរបីកាលទៀងទាត់ តែសភាវៈទាំងឡាយតែងប្រែប្រួលទៅ ប្លែកទៅជាធម្មតា ក៏បានសេចក្ដីទុក្ខ ព្រោះការជាប់ជំពាក់ក្នុងវត្ថុដែលតែងប្រែប្រួលតែងប្លែកគ្រប់ពេលនោះ ៗ ដូច្នេះ តណ្ហាការស្រវាស្រទេញរត់ប្រដេញតាមវត្ថុដែលមិន

ទៅស្ងៀមនោះ ជាហេតុនាំឲ្យកើតទុក្ខ ព្រោះមិនសមដូចបំណង កាលបើដូច្នោះ តោងលះបង់តណ្ហានោះចេញទើបរួចពីទុក្ខបាន តោងឲ្យយល់ថាខ្លួនតាំងឡាយមិនទៀង ជាទុក្ខជាអនត្តា, ការឧបក្រសោបខ្លួន ជាការឧបក្រសោបទុក្ខ ចង់លះបង់ទុក្ខ តោងលះបង់ខ្លួន ការរលត់អស់ទៅនៃតណ្ហាឥតសេសសល់ហៅថា និព្វាន, ផ្លូវទៅកាន់និព្វានមានគោលការណ៍ ៣ យ៉ាង គឺ សីល សមាធិ និងបញ្ញា ដែលអ្នកប្រាជ្ញថាសុខ គប្បីចំរើន គប្បីប្រព្រឹត្តដោយខ្លួនឯង ដោយសេចក្តីព្យាយាមដ៏ខ្ជាប់ខ្ជួន ។

សេចក្តីពិតនេះមានវិធីឲ្យស្វែងរក ឲ្យពិនិត្យពិចារណា ដោយខ្លួនឯង ជាសេចក្តីពិតគួរឲ្យទុកចិត្តក្រៃលែង ។ ឧបមាថាមានអ្នកបញ្ជីម្នាក់អួតអាងខ្លួនជាអ្នកជំនាញខាងការបញ្ជី ជំរះបញ្ជីយកមកបង្ហាញយើងហើយប្រាប់ថា បញ្ជីនេះត្រឹមត្រូវហើយកុំឲ្យសង្ស័យ ទទួលយកដូច្នេះចុះ, ឯអ្នកមួយទៀតថា បញ្ជីនេះឃើញដូច្នេះ ពិនិត្យបែបនេះមួយ បែបនោះមួយ នឹងអាចពិសោធឲ្យឃើញពិតដោយខ្លួនឯងថា ជាបញ្ជីខុសឬត្រូវ, តើយើងគួរទុកចិត្តអ្នកបញ្ជីណា? ឃើញថាគួរទុកចិត្តដល់អ្នកដែលបើកឱកាសឲ្យយើងពិនិត្យដោយខ្លួនយើង សេចក្តីនេះយ៉ាងណាមិញ ក៏ឯធម៌របស់ព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធក៏យ៉ាងនោះដែរ ។ យើងមានសំណាងបានជួបប្រទះនូវធម៌នោះហើយ គួរពេញចិត្តនឹងប្រតិបត្តិតាម ពិចារណាឲ្យឃើញពិតដឹងពិតដោយខ្លួនឯង ចាប់ប្រឹងប្រែងពីពេលនេះ ជាលំដាប់ទៅ កុំធ្វេសប្រហែសភ្លេចខ្លួនឡើយ ។

សុកមិត្ត

សុទ្ធាសុទ្ធិគាថា

ពុទ្ធភាសិត ដែលយើងបានដកស្រង់ពីក្នុងគម្ពីរធម្មបទខុទ្ទកនិកាយ ត្រង់អត្តវគ្គ មករៀបរៀងកំណត់ឲ្យឈ្មោះបករណៈនេះថា សុទ្ធាសុទ្ធិកថា គឺសំដែងអំពីសេចក្តីបរិសុទ្ធិ និងសេចក្តីមិនបរិសុទ្ធិ ដូចមានបាលីថា គោលតទៅនេះ:

សុទ្ធិ អសុទ្ធិ បច្ចត្តំ នាញ្ញោ អញ្ញំ វិសោធយេ

"សេចក្តីបរិសុទ្ធិនិងសេចក្តីមិនបរិសុទ្ធិ រមែងកើតឡើងចំពោះខ្លួន អ្នកដទៃមិនអាចធ្វើអ្នកដទៃឲ្យបរិសុទ្ធ (ឬសៅហ្មង) បានឡើយ" ។

អធិប្បាយថា សុទ្ធិ ដែលប្រែថា សេចក្តីបរិសុទ្ធិគឺស្អាតហ្មត់ចត់មិនសៅហ្មងដោយកាយ វាចា ចិត្ត បានដល់កុសលកម្ម ។ អសុទ្ធិ ដែលប្រែថា សេចក្តីមិនបរិសុទ្ធិ គឺមិនស្អាត មិនហ្មត់ចត់ សៅហ្មងដោយកាយ វាចា ចិត្ត បានដល់អកុសលកម្ម ។ សេចក្តីបរិសុទ្ធិនិងសេចក្តីមិនបរិសុទ្ធិទាំងពីរនេះ រមែងកើតឡើងឲ្យផលដល់បុគ្គលអ្នកធ្វើដោយខ្លួនឯង, បើនិយាយតាមសាមញ្ញវោហារថា "អ្នកណាធ្វើក៏ជារបស់អ្នកនោះ" មិនមែនអ្នកណាធ្វើឲ្យអ្នកណាបរិសុទ្ធឬសៅហ្មងបានឡើយ ។

លទ្ធិព្រាហ្មណ៍មានសេចក្តីយល់ប្រកាន់ថា អំពើបាបដែលបុគ្គលធ្វើហើយគេអាចបណ្តែតឬបន្សាត់ដោយធ្វើពិធីងូតទឹក គឺក្នុងពេលដែលកំពុងងូតទឹកជំរះមន្ទិលកាយ បាបនោះឯងក៏ជ្រះស្អាតអណ្តែតរសាត់ទៅតាមខ្សែទឹកជាមួយនឹងមន្ទិលកាយដែរ ។

មានលទ្ធិដទៃខ្លះទៀតយល់ប្រកាន់ថា អំពើបាបដែលបុគ្គលធ្វើហើយ គេអាចទៅលន់តួអង្វរករសូមខមាទោសចំពោះព្រះម្ចាស់សួគ៌ ដើម្បីឲ្យព្រះម្ចាស់សួគ៌នោះ ប្រោសប្រាណត្រាប្រណី លើកទោសកំហុសរបស់ខ្លួនចោលចេញបាន ដូចគ្នានឹងមហាក្សត្រម្ចាស់ផែនដី ទ្រង់ប្រោសប្រាណលើកទោស ព្រះរាជទានដល់អ្នកធ្វើខុសឲ្យផុតចាកព្រះរាជអាជ្ញាដែរ យ៉ាងនេះជាដើម ។

បំណែកខាងព្រះពុទ្ធសាសនា មានសេចក្ដីផ្ទុយគ្នានឹងលទ្ធិទាំងពីរដូចបានពោលមកហើយនោះយ៉ាងនេះថា អំពើបាបដែលបុគ្គលធ្វើដោយខ្លួនឯង រមែងសៅហ្មងដោយខ្លួនឯង មិនធ្វើបាបដោយខ្លួនឯង រមែងបរិសុទ្ធដោយខ្លួនឯង ។ សេចក្ដីបរិសុទ្ធនឹងសេចក្ដីសៅហ្មង រមែងកើតចំពោះខ្លួនអ្នកធ្វើ ។ បុគ្គលដែលសៅហ្មងព្រោះធ្វើអកុសលកម្ម ដែលបរិសុទ្ធចាកសេចក្ដីសៅហ្មងបាននោះក៏ព្រោះបញ្ញា សមដោយពុទ្ធភាសិតក្នុងគម្ពីរសំយុត្តនិកាយថា "បញ្ញាយ បរិសុជ្ឈតិ បុគ្គលរមែងបរិសុទ្ធបានព្រោះបញ្ញា" អធិប្បាយថា អ្នកណាពិចារណាឃើញច្បាស់ដោយបញ្ញាថា ការប្រព្រឹត្តធ្វើអកុសលកម្ម គឺអំពើបាបជាអកុសលផ្សេងៗ មានសម្លាប់សត្វនឹងលួចលាក់ឆក់ដណ្ដើមកំហែងយកទ្រព្យសម្បត្តិគេជាដើម ទាំងនេះសុទ្ធតែជាកម្មមានទោសជាផ្លូវអបាយ មិនប្រព្រឹត្តទៅដើម្បីប្រយោជន៍ដល់ខ្លួននឹងអ្នកដទៃ ដូច្នេះហើយក៏លះបង់ គឺមិន

ធ្វើអកុសលកម្មនោះតទៅទៀត អ្នកនោះឈ្មោះថាជាអ្នកបរិសុទ្ធស្អាត សូម្បីជាអ្នកមានសេចក្ដីសៅហ្មងដិតជាមជាប់មកអំពីមុនខ្លះ ព្រោះអកុសលកម្ម ដែលខ្លួនធ្វើដោយសេចក្ដីល្ងង់ខ្លៅ ក៏គង់ត្រឡប់ទៅជាអ្នកបរិសុទ្ធហ្មត់ចត់បាន ដោយសារកុសលកម្មដែលខ្លួនធ្វើ ក្នុងកាលជាខាងក្រោយដោយពិត; សមដោយព្រះពុទ្ធដីកាក្នុងគម្ពីរធម្មបទខុទ្ទកនិកាយថា

យោ ច បុព្វេ បមជ្ជិត្វា បច្ឆា សោ នប្បមជ្ជតិ
សោមំ លោកំ បភាសេតិ អព្ភា មុត្តោវ ចន្ទិមា

សេចក្ដីថា ជនណាធ្វេសប្រហែសក្នុងកាលមុន លុះកាលខាងក្រោយមក ក៏ងាកបែរទៅជាមិនធ្វេសប្រហែសវិញ ជននោះឈ្មោះថាធ្វើលោកនេះឲ្យមានពន្លឺភ្លឺ ដូចព្រះចន្ទដែលចេញផុតពីពពក ។

អធិប្បាយសេចក្ដីនៃពុទ្ធភាសិតនេះថា: ជនណា កាលពីពេលមុនមកមានសេចក្ដីធ្វេសប្រហែសដែលធ្វើអំពើអាក្រក់ ដោយកាយ វាចា ចិត្ត ដែលអ្នកប្រាជ្ញលោកតែងតិះដៀលថា ជាអំពើលាមកកខ្វក់សៅហ្មងមិនស្អាត លុះកាលជាខាងក្រោយមកក៏បែរជាភ្ញាក់គំនិតដឹងខ្លួនហើយលះបង់សេចក្ដីធ្វេសប្រហែស ដែលធ្លាប់ប្រព្រឹត្តធ្វើអំពើអាក្រក់នោះៗចោលចេញ ហើយប្រព្រឹត្តធ្វើតែអំពើល្អដោយកាយ វាចា ចិត្ត មានឲ្យទានរក្សាសីលជាដើម ជននោះឯងឈ្មោះថាធ្វើខ្លួនឲ្យមានពន្លឺភ្លឺបរិសុទ្ធស្អាត ទាំងកេរ្តិ៍ឈ្មោះរបស់ជននោះសោត ក៏ត្រូវផ្សាយទៅដោយសេចក្ដី

រុងរឿងក្នុងលោកនេះ ប្រៀបដូចជាព្រះចន្ទពេញវង់ ដែលលឿនឃ្លាត ផុតពីមន្ទិលមានពពកជាដើមដូច្នោះឯង ។ ដែលពណ៌នាមកប៉ុណ្ណោះនេះ ដើម្បីបញ្ជាក់ឲ្យឃើញថា ក្រៅអំពីខ្លួនរបស់ខ្លួនឯង អ្នកណាទីពឹង ផ្ញើអ្នកណាឲ្យបរិសុទ្ធឬសៅហ្មងនោះពុំបានឡើយ ។

មានជនខ្លះក្នុងលោកនេះ មានសេចក្ដីយល់ច្រើនថា កុសលក្ដី អកុសលក្ដី សម្រេចមកតែអំពីចិត្ត ឬដំណើរទៅកាន់សុគតិក្ដី ទៅកាន់ទុគ្គតិក្ដី ក៏សម្រេចមកតែអំពីចិត្តដែរ ហេតុនោះយើងមិនចាំបាច់ធ្វើទេ ដូចជាបុណ្យកុសលអ្វីផ្សេងៗ យើងកុំចាំបាច់ធ្វើ ឬកុំចាំបាច់ហាត់គិតទុកជាមុននាំឲ្យខាតទ្រព្យ ឬនាំឲ្យវល់ខាតពេលវេលាទេ ចាំពេលណាដែលយើងត្រូវការសេចក្ដីល្អ ឬក៏ក្នុងពេលជិតស្លាប់សឹមយើងតាំងចិត្តឲ្យបរិសុទ្ធស្អាតល្អ ដើម្បីឈោងចាប់យកសុគតិតែម្ដង ។ អ្នកមានគំនិតយល់ដូច្នេះ ប្រហែលជាស្មានថា ចិត្តនេះជាធម្មជាតដ៏អាចប្រែទៅហ្វឹកហាត់ពត់តម្រង់ទៅយ៉ាងណាឲ្យបានបែបបទភ្លាមៗ យ៉ាងនោះតាមបំណងខ្លួនទេដឹង? ការយល់ដូច្នេះមិនត្រូវបែបមិនត្រូវទំនង មិនសមហេតុផលសោះឡើយ ។ បើតាមពិតនោះធម្មជាតទាំង ៣ យ៉ាងគឺ កាយ វាចា ចិត្ត មានលក្ខណៈពិបាកទូន្មានប្រៀនប្រដៅឲ្យបានបែបបទ ដោយអាការផ្សេងគ្នាដូច្នេះ ឯកាយដែលធ្វើអ្វីទៅកើត ដូចជាបេះសរសេរអក្សរល្អក្ដី បេះធ្វើគ្រឿងអលង្ការអំពីមាសនឹងប្រាក់ សម្រាប់តាក់តែងកាយនៃបុរសនឹងស្ត្រីឲ្យមាន

ក្បាច់ក្បូរក្ញីវល្លិល្អក្តី បេះគូររូបគំនូរល្អក្តីដូចបេះជាដើម លុះណាតែបានរៀន បានហាត់ឲ្យស្ទាត់ទុកជាមុន ទើបប្រើការឲ្យសម្រេចប្រយោជន៍ទៅបាន ៗ បំណែកវាចាគឺសំដីសោតទៀតក៏ប្រហែលគ្នា ដូចជាបេះនិយាយការឲ្យគេស្តាប់ ឬក៏បេះស្មូត្រសុន្ទរកថាជាដើមក្នុងទីប្រជុំជនមិនមានការណ៍ពាស់ក្តង់ លុះតែបានហាត់អានឲ្យស្ទាត់ទុកជាមុនសិនដែរ ទើបវាចានោះឯងជាវាចាពីរោះចាប់ចិត្តដល់អ្នកស្តាប់គួរគេយកគម្រាប់តាម ៗ កាយទឹងវាចាទាំងពីរនេះជាធម្មជាតិមើលទៅឃើញច្បាស់ដោយភ្នែក ស្តាប់ឮច្បាស់ដោយត្រចៀក មែ៉បគង់ពិបាកខ្លួនម្ល៉េះទៅហើយ បំណង់បើចិត្តជាអតិសុខមជាតល្អិតក្រៃលែង គ្មានរូបពណ៌សណ្ឋានទ្រង់ទ្រាយអ្វីជាគ្រឿងប្រាកដសោះផង សមទឹងពិបាកខ្លួនយ៉ាងណាទៅទៀត, ហេតុនោះការខ្លួនហាត់ចិត្ត ឲ្យបានបែបបទបរិសុទ្ធស្អាតល្អនោះ មិនមែនជាការងាយទេ ក្រជាទីបំផុត ព្រោះថាចិត្តនោះជាធម្មជាតល្អិតហួសវិស័យទឹងប្រដូចមានសន្ទុះលឿនក្រៃលែង ទឹងរកអ្វីប្រៀបឲ្យស្មើពុំបានជាធម្មជាតប្រែប្រួលឆាប់ញាប់ញ័រឃ្លេងឃ្លោងទ្ធេា ម្តងដូច្នេះម្តងដូច្នោះ ទឹងចាប់ពត់តម្រង់ឲ្យត្រង់ល្អតាមគន្លងធម៌នោះ បានដោយកម្រពេកណាស់, សេចក្តីនេះសមដូចពុទ្ធភាសិតក្នុងគម្ពីរធម្មបទខុទ្ទកនិកាយថា:

ផន្ទនំ ចបលំ ចិត្តំ ទុរក្ខំ ទុន្និវារយំ
ឧជុំ ករោតិ មេធាវី ឧសុការោវ តេជនំ

សេចក្ដីថា “អ្នកប្រាជ្ញតែងធ្វើចិត្ត ដែលញាប់ញ័រ ឃ្លេងឃ្លោងធ្វេធ្វា រក្សាបានដោយកម្រ ហាមឃាត់បានដោយកម្រ ឲ្យជាចិត្តត្រង់បាន, ដូចជាជាងពត់ព្រួញឲ្យត្រង់បានដូច្នោះឯង” ។

អធិប្បាយសេចក្ដីនៃពុទ្ធភាសិតនេះថា ព្រះសម្ពុទ្ធជាម្ចាស់ ទ្រង់សំដែងបញ្ជាក់អំពីចិត្តរបស់មនុស្សនឹងសត្វឲ្យឃើញថា ជាធម្មជាតពិបាកនឹងប្រដៅពេកណាស់ ព្រោះចិត្តនេះឯងតែងតែកម្រើកញាប់ញ័រ ឃ្លេងឃ្លោងធ្វេធ្វាស្ទុះស្ទាប្រុលប្រែកទៅរកវិសភាគារម្មណ៍មានរូបជាដើម ពិបាកនឹងរក្សា ឬ ហាមឃាត់ពត់តម្រង់ឲ្យត្រង់ ឬឲ្យនឹងនៅស្ងៀមស្ងប់តែមួយកន្លែង សូម្បីតែមួយស្របក៏មិនងាយនឹងធ្វើបាន ប្រៀបដូចជាកូនក្មេងដែលទើបនឹងចេះអង្គុយចេះដើរ ចេះរត់តតិះតតះ មិនអាចនឹងធ្វើឲ្យវានៅស្ងៀមតែក្នុងឥរិយាបថមួយៗបាន, ពុំនោះសោតប្រៀបដូចជាគោដែលឥតបេបខិលខូបចេះតែគេចវៀះសសៀរទៅជិតសំណាប ក្នុងទីដែលបង្អៀតគាន់គាប់ដោយសំណាប ពិបាកម្ចាស់នឹងចាប់ចងប្រុងប្រយ័ត្នថែរក្សាវា ឲ្យជាប់នៅនឹងកន្លែងមួយបានដូច្នោះដែរ ។ ប៉ុន្តែចិត្តនេះបើទុកជាពិបាកថែរក្សាដូចពោលមកហើយនោះក្ដី ក៏គង់តែមានអ្នកប្រាជ្ញអាចពត់ដម្រង់ឲ្យត្រង់ដោយគ្រឿងពត់ផ្សេងៗ ដកបទាល់តែត្រង់ស្រួលទៅបាន, ប្រៀបដូចជាជាងពត់ព្រួញ នាំយកឈើមួយកំណាត់ មកបកសំបកវាចេះហើយលាបដោយទឹកបាយឬប្រេងឲ្យជោក ហើយយកទៅ

រោលកំដៅនឹងរងើកភ្លើងឲ្យមានសាច់ទន់ ហើយយកទៅសិតក្នុងឃ្នាប គាបពត់ដម្រង់ឲ្យត្រង់ល្អមិនឲ្យមានវៀចកោង ឲ្យជារបស់គួរដល់ការបាញ់ សូម្បីបាញ់ពេមព្រោយដែលជារបស់ល្អិតឆ្មារ ក៏អាចបាញ់បាន លុះហាត់បាញ់បានការហើយ ក៏ទៅសំដែងបង្ហាញសិល្បសាស្ត្ររបស់ខ្លួននោះ ចំពោះព្រះមហាក្សត្រិយ៍និងពួកមន្ត្រីឲ្យជ្រាបថា ខ្លួនជាអ្នកបាញ់មានថ្វីដៃស្ទាត់ជំនាញមែន ក៏រមែងបានលាភសក្ការៈនិងយសសក្តិដ៏ខ្ពង់ខ្ពស់ ព្រមទាំងសេចក្តីរាប់អានជាច្រើន, សេចក្តីនេះមានឧបមាយ៉ាងណា បណ្ឌិតបុរស អ្នកមានប្រាជ្ញាអាចចាប់យកចិត្ត ដែលមានសភាពរបិញរបុញនោះ មកបកសំបកគឺកិលេសដ៏គ្រោតគ្រាត ធ្វើឲ្យប្រាសចាកសន្តានដោយអំណាចធុតង្គ, ហើយលាបដោយទឹកបាយឬប្រេង គឺសទ្ធាសេចក្តីជឿ, រួចយកទៅរោលភ្លើង គឺវីរិយៈ សេចក្តីព្យាយាមដែលប្រកបដោយកាយនិងចិត្ត ហើយយកទៅសិតគាបក្នុងឃ្នាប គឺសមថកម្មដ្ឋាន និងវិបស្សនាកម្មដ្ឋាន ពត់តម្រង់ឲ្យទៅជាចិត្តត្រង់បានមិនឲ្យមានវៀចកោង មិនឲ្យមានពុតកំណាច រួចហើយក៏រំពឹងពិចារណាឃើញសង្ខារទាំងអស់ថាជាត្រៃលក្ខណ៍ ហើយទំលាយគំនរអវិជ្ជាសេចក្តីល្ងង់ខ្លៅឲ្យឃ្លាតផុតចេញចាកសន្តាន ហើយធ្វើគុណវិសេសគឺលោកុត្តរធម៌ដ៏ខ្ពង់ខ្ពស់ឲ្យតាំងនៅក្នុងកណ្តាប់ដៃ របស់ខ្លួនបានហើយ ក៏សម្រេចទៅជាបុគ្គលប្រសើរបំផុតក្នុងត្រៃលោក ជាអ្នកគួរទទួលគារវកិច្ច អំពីទេវតានិងមនុស្សទាំងឡាយយ៉ាងប្រពៃ ក៏មានឧបមេយ្យដូច្នោះឯង ។

ហេតុនោះ ការដែលទឹងហាត់ពត់សម្រួលចិត្ត ឲ្យបានបែបបទប្រព្រឹត្តទៅក្នុងផ្លូវស្អាតផ្លូវល្អនោះ ជាការក្រពេកណាស់ មិនមែនជាការងាយស្រួល ដូចជនខ្លះដែលមានសេចក្តីយល់ច្រើនដូចបានពោលមកហើយនោះទេ ។

មានជនខ្លះទៀត យល់ថា សេចក្តីបរិសុទ្ធិស្អាតក្នុងជីវិតរបស់មនុស្សម្នាក់ៗ ដែលកើតមកក្នុងលោកនេះ គឺមកអំពីមានជាតិគោត្រត្រកូលពូជពង្សខ្ពង់ខ្ពស់ ឬមកអំពីមានទ្រព្យសម្បត្តិច្រើន, នេះហើយឈ្មោះថាជាសេចក្តីបរិសុទ្ធិស្អាតរបស់មនុស្ស ។ ការយល់ដូច្នេះ ទុកជាគំនិតយល់ខុសច្រើនផ្ទុយគ្នានឹងសេចក្តីត្រូវសេចក្តីពិត តែបើតាមសេចក្តីពិតមែននោះ គឺសេចក្តីបរិសុទ្ធិស្អាតនៅត្រង់កាយ វាចា ចិត្ត បើបានដុសខាត់សំអាតកាយ វាចា ចិត្ត កុំឲ្យប៉ះពាល់ដល់ទង្គិចខូចសិទ្ធិរបស់អ្នកដទៃដោយគុណធម៌ណាមួយ ទើបបានឲ្យឈ្មោះថាជាសេចក្តីបរិសុទ្ធិស្អាតរបស់មនុស្សក្នុងនេះបាន; សមដូចពុទ្ធភាសិតក្នុងគម្ពីរវិសុទ្ធិមគ្គ ត្រង់សីលនិទ្ទេសសម្តែងថា:

កម្មំ វិជ្ជា ច ធម្មោ ច សីលំ ជីវិតមុត្តមំ
ឯតេន មច្ចា សុជ្ឈន្តិ ន គោត្តេន ធនេន វា

ប្រែថា សត្វទាំងឡាយរមែងបរិសុទ្ធស្អាត ដោយគុណធម៌ ៥ យ៉ាងនេះ គឺកម្ម ១ វិជ្ជា ១ ធម៌ ១ សីល ១ ជីវិតដ៏ឧត្តម ១ មិនមែនបរិសុទ្ធស្អាត ដោយគោត្រនឹងទ្រព្យទេ" ។

អធិប្បាយសេចក្ដីនៃពុទ្ធភាសិតនេះថា បណ្ដាសត្វទាំងឡាយដែលកើតមកក្នុងលោកសន្និវាសនេះ ទឹងត្រូវធ្វើខ្លួនឲ្យបរិសុទ្ធស្អាតចាកគ្រឿងសៅហ្មងគ្រប់ប្រការទៅបាននោះ មិនមានផ្លូវដទៃក្រៅអំពីគុណធម៌ ៥ យ៉ាងនេះទេ ឯគុណធម៌ ៥ យ៉ាងនោះ គឺ: ទី ១ កម្មៈ ក្នុងទីនេះបានដល់មគ្គចេតនា គឺចេតនាប្រកបដោយមគ្គ ឬចេតនារបស់បុគ្គលដែលត្រិះរិះរំពឹងពិចារណាស្វែងរកឧបាយ ទឹងធ្វើខ្លួនឲ្យបានបរិសុទ្ធស្អាតចាកគ្រឿងសៅហ្មងគឺកិលេស ។ ទី ២ វិជ្ជា ។ បានដល់សម្មាទិដ្ឋិសេចក្ដីយល់ត្រូវ គឺយល់ត្រូវចូលចិត្តទៅទាំងផ្លូវលោក - ទាំងផ្លូវធម៌ តាមលំអានលោកិយមគ្គនិងលោកុត្តរមគ្គ ។ ទី ៣ ធម៌ ។ ក្នុងទីនេះ បានដល់មគ្គទាំង ៤ គឺ: សម្មាសង្កប្បៈសេចក្ដីត្រិះរិះត្រូវ មានការត្រិះរិះរកឧបាយនឹងចេញចាកកាមជាដើម ១, សម្មាវាយាមៈ សេចក្ដីព្យាយាមត្រូវ គឺព្យាយាមក្នុងសម្មប្បធាន ៤ យ៉ាង គឺ: មានសេចក្ដីព្យាយាមរាំង ប្រុងប្រយ័ត្នមិនឲ្យអកុសលកើតឡើងក្នុងសន្ដានជាដើម ១, សម្មាសតិ សេចក្ដីរលឹកត្រូវ គឺរលឹកក្នុងសតិបដ្ឋាន ៤ គឺ: មានសតិ ជាគ្រឿងនឹកកំណត់ពិចារណានូវកាយជាអារម្មណ៍ថា កាយនេះគ្រាន់តែជាកាយ មិនមែនសត្វ បុគ្គល ខ្លួនប្រាណយើង ខ្លួនប្រាណគេទេ, ហៅថាកាយានុបស្សនាសតិបដ្ឋានជាដើម ១, សម្មាសមាធិ ការតាំងចិត្តខ្ជាប់ខ្ជួនត្រូវ គឺដំកល់ចិត្តឲ្យនឹងធឹងខ្ជាប់ខ្ជួនក្នុងឈានទាំង ៤ បានដល់កិរិយាធ្វើចិត្តឲ្យស្អាតប្រាសចាក

កាមារម្មណ៍ស្ងាត់ចាកអកុសលធម៌ មាននីវរណធម៌ ៥ ជាដើម ១ ។ ទី ៤ សីល ។ ក្នុងទីនេះបានដល់សម្មាវាចា នឹងសម្មាកម្មន្តៈ ។ សម្មាវាចា វាចាត្រូវ គឺពោលពាក្យវៀរចាកវចីទុច្ចរិត ៤ យ៉ាង គឺ មាននិយាយពាក្យកូតកុហក ប្រវញ្ចន៍បោកប្រាស់គេជាដើម ១ សម្មាកម្មន្តៈ ការងារត្រូវ គឺធ្វើការងារវៀរចាកទុច្ចរិត ៣ យ៉ាង មានសម្លាប់សត្វជាដើម ១ ។ ទី ៥ ជីវិតដ៏ឧត្តម បានដល់សម្មាអាជីវៈ ការចិញ្ចឹមជីវិតត្រូវ គឺ វៀរចាកការចិញ្ចឹមជីវិតខុសគ្រប់យ៉ាងទាំងផ្លូវលោកផ្លូវធម៌ ។ បើខាងឃរាវាស ត្រូវវៀរចាកមិច្ឆាវណិជ្ជា គឺជំនួញខុសធម៌ ៥ យ៉ាង មានលក់គ្រឿងប្រហារជាដើម, បើខាងបព្វជិត ត្រូវវៀរចាកការស្វែងរកជាលោកវជ្ជៈ មានទោសតាមផ្លូវលោក និងបណ្ណត្តិវជ្ជៈ មានទោសព្រោះគន្លងបញ្ញត្តិ ។

គុណធម៌ទាំង៥យ៉ាងដូចបានពោលមកដោយសង្ខេបនេះ ជាសេចក្ដីប្រតិបត្តិដោយផ្លូវចិត្តដុសខាត់គំនិតអធ្យាស្រ័យរបស់សត្វ ឲ្យបរិសុទ្ធផុតចាកគ្រឿងសៅហ្មង ពោលគឺកិលេសទាំងពួង មិនមែនបរិសុទ្ធដោយសារគោត្រត្រកូលដ៏ខ្ពង់ខ្ពស់នោះទេ ទាំងមិនមែនបរិសុទ្ធដោយសារទ្រព្យសម្បត្តិច្រើននោះទេ ។ ព្រោះហេតុនោះ អស់លោកសប្បុរសជាពុទ្ធ-មាមកជនគួរជ្រាបថា បើប្រាថ្នាសេចក្ដីបរិសុទ្ធិឲ្យកើតឡើងដល់ខ្លួនត្រូវតែខ្លួនយើងប្រតិបត្តិធ្វើបំពេញកិច្ចផ្ទាល់ដោយខ្លួនយើង ឬសេចក្ដីសៅហ្មង

កើតឡើងដល់ខ្លួនហើយ ត្រូវតែខ្លួនយើងលាងជំរះសំអាតផ្ទាល់ ដោយខ្លួនឯង នឹងពឹងពាក់គេអ្នកដទៃឲ្យធ្វើជំនួសខ្លួនពុំបានឡើយ, សេចក្តីនេះប្រៀបដូចជនអ្នកបរិភោគអាហារឆ្អែតស្កប់ស្កល់ហើយ ឃើញជនម្នាក់មិនទាន់បរិភោគអាហារសោះ កំពុងមានសេចក្តីស្រេកឃ្លាន ហើយចង់ចែកឆ្អែតរបស់ខ្លួន ឲ្យទៅជនដែលកំពុងឃ្លាននោះបានឆ្អែតដូចខ្លួនផង តើជនឆ្អែតនោះ អាចបេះរំលែកឆ្អែតចែកឲ្យទៅជនឃ្លាននោះខ្លះផងបានឬទេ? ម្យ៉ាងទៀត ប្រៀបដូចជនម្នាក់កំពុងអន្ទះសាដោយសេចក្តីឃ្លាន បានឃើញជនម្នាក់ដើរមកជិត ហើយចង់ចែកឃ្លានរបស់ខ្លួន ឲ្យទៅជនម្នាក់នោះ ឲ្យគេជួយឃ្លានដូចខ្លួនផង តើជនឃ្លាននោះនឹងបេះរំលែកឃ្លានឲ្យទៅជនឯទៀតឲ្យគេជួយឃ្លានខ្លះផងបានឬទេ? ជនទាំងពីរនាក់ គឺជនឆ្អែតនឹងជនឃ្លាននឹងបេះរំលែកឆ្អែតនឹងឃ្លានចែកឲ្យដល់គ្នានឹងគ្នាផងពុំបានឡើយ សេចក្តីនេះមានឧបមាយ៉ាងណា, ឯសេចក្តីបរិសុទ្ធិនឹងសេចក្តីសៅហ្មងទាំងពីរ ក៏រមែងកើតឡើងអំពីខ្លួនរបស់ខ្លួនឯង បុគ្គលមួយរូបៗនឹងអាចបេះរំលែកចែកសេចក្តីបរិសុទ្ធិនឹងសៅហ្មង ឲ្យដល់គ្នានឹងគ្នាទៅវិញទៅមកពុំបានសោះឡើយ ក៏មានឧបមេយ្យដូច្នោះឯង ៗ

ព្រះគ្រូសិរីសោភ័ណ ភិម-ត្នូរ

អធិបតេយ្យកថា

ការសំដែងអំពីអធិបតេយ្យ តទៅនេះ ជាការបញ្ជាក់ចំពោះលោកអ្នកបានមើលនឹងបានត្រិះរិះពិចារណា តាមក្រសែសេចក្ដីអធិប្បាយ សម្រាប់ប្រតិបត្តិក្នុងផ្លូវធម៌ក៏បាន ផ្លូវលោកក៏បាន ។ ការធ្វើគុណប្រយោជន៍ សេចក្ដីល្អណាមួយចំពោះព្រះពុទ្ធសាសនា ឬ ប្រទេសជាតិ ដើម្បីឲ្យចំរើនទាំងប៉ុន្មាន តែងធ្លាក់ចុះក្នុងអធិបតេយ្យពុំខាន, ទោះបីកិច្ចការអ្វីទាំងអស់ ក៏សុទ្ធតែសង្គ្រោះចូលក្នុងផ្លូវអធិបតេយ្យ ៣ យ៉ាងណាមួយពុំខាន ដូចសេចក្ដីពណ៌នាចំពោះអត្ថបទមួយៗ តទៅ ។

ពាក្យថា ‘ អធិបតេយ្យ ” នេះ ប្រែថា “ ភាពនៃការធ្វើឲ្យជាអធិបតី” ឬថា “ភាពនៃឋានៈជាធំជុំ ។

អធិបតេយ្យនេះមាន ៣ យ៉ាង

១– អត្តាធិបតេយ្យ ភាពនៃខ្លួនជាធំ

២– លោកាធិបតេយ្យ ភាពនៃលោកជាធំ

៣– ធម្មាធិបតេយ្យ ភាពនៃធម៌ជាធំ ។

អធិប្បាយអត្តាធិបតេយ្យ

ការធ្វើបុណ្យកុសល ឬប្រព្រឹត្តិសេចក្ដីល្អ មានការឲ្យទានរក្សាសីលជាដើម ឬធ្វើសេចក្ដីល្អណាមួយដល់ប្រទេសជាតិ ដែលប្រារព្ធយកខ្លួនឯងជាធំលើអ្នកឯទៀត ដើម្បីឲ្យស្រួលដល់ខ្លួនឯងតែម្យ៉ាង, ខំប្រឹង

ពត់សំណាបបញ្ហួសហេតុឲ្យខ្លួនឯងមានមុខមាត់ខ្ពស់ជាងគេ, ចូលចិត្តឲ្យតែគេស្ដាប់បង្គាប់ខ្លួនម្នាក់ឯង មិនព្រមស្ដាប់ មិនព្រមយកមតិអ្នកណាមួយ, លក្ខណៈបុគ្គលបែបនេះ, គេតែងហៅថា “ការដណ្ដើមយកមុខយកមាត់” ដែលអ្នកផងក៏គួរវះគេចពេបជ្រាយឲ្យបាន ។

បុគ្គលខ្លះ, ក្នុងពេលដែលត្រូវពិភាក្សាការណាមួយ ក្នុងគណៈកម្មការដែលមានសមាជិកជាច្រើននាក់, ចូលចិត្តចង់និយាយតែម្នាក់ឯង ចង់ឲ្យតែគេស្ដាប់ខ្លួនម្នាក់ឯង, យកតែគំនិតដែលខ្លួនគិតឃើញម្នាក់ឯង មកដណ្ដើមជជែកនិយាយមិនចេះចប់ ទាំងមិនចេះបើកឱកាសឲ្យគេនិយាយផងសោះ, បុគ្គលខ្លះ, បើមានគេនិយាយឡើងកាលណា ក៏ចេះតែរកឧបាយចាប់ថ្នាក់បន្ទុះបង្អាប់ផ្ចាញ់ផ្ចាល់គេក្នុងកាលនោះ; បុគ្គលអ្នកមានលក្ខណៈដូច្នេះ ច្រើនតែកេះបំពោះតែសំដីរបស់ខ្លួនម្នាក់ឯង ហើយច្រើនតែសំដែងអាការឆ្អើងឆ្អៃចំពោះពាក្យសំដីរបស់អ្នកដទៃជាដរាប, ជួនកាល បើមានគេនិយាយអំពីកិច្ចការណាមួយដែលគួរស្ដាប់ដែរ ក៏ត្រឡប់ជានិយាយបន្ទុបន្ទាប់ឲ្យខូចដំណើរការនោះទៅវិញក៏មាន, ជួនកាលបើមានគេនិយាយរឿងអ្វីមួយដែលជារឿងប្លែកគួរចង់ដឹងចង់ស្ដាប់ ដែលខ្លួនមិនធ្លាប់ចេះមិនធ្លាប់ដឹងសោះ ក៏សំដែងអាការធ្វើហាក់ដូចជាខ្លួនធ្លាប់ចេះធ្លាប់ដឹងដែរ ហើយក៏ប្រណាំងប្រជែងដណ្ដើមនិយាយគ្រលុកលាយឡំឲ្យទាល់តែច្របូកច្របល់បាត់គ្រោងសេចក្ដីរបស់អ្នកនិយាយនោះ អស់

នៅក៏មាន ជួនកាលសំដែងអាការធ្វើពើឮហើយធ្វើហាក់ដូចជាមិនឮ បើទុកជាអ្នកនិយាយនោះ មានពាក្យសំដីសម្ដែងឮច្បាស់ណាស់ក៏ដោយ ក៏បេះតែពោលពាក្យសាកសួរសាំសឹនសាញប្រជាញក៏មាន ៗ ដំណើរការនៃបុគ្គលដែលមានសភាពដូចពោលមកនេះ ជាបុគ្គលខ្វះខាតបុគ្គលិក-សម្បត្តិឬបុគ្គលិកលក្ខណៈឈ្មោះថា ជាអ្នកប្រាព្ធលើកខ្លួនជាធំទាំងអស់ៗ

លក្ខណៈនៃអត្តាធិបតេយ្យនេះ នាំឲ្យឃើញថា “ករណីយកិច្ចដែលគេធ្វើទាំងប៉ុន្មាន បេះតែទាស់បេះតែខុស សូម្បីខ្លួនឯងធ្វើកិច្ចអ្វីៗ ហើយមានក្ដាំងក្ដាត់ក៏ប្រឹងលាក់បិទបាំង ទាំងត្រដរបេះបេសប្រកាន់មានះ ឥតមានទទួលព្រមថាខ្លួនក្ដាំងក្ដាត់ឬទាស់ខុសសោះ គឺជាគំនិតខ្លួនឯង, ការខ្លួនឯង បេះតែល្អបេះតែត្រូវ, ចំណែកខាងគំនិតគេ, ការគេ បេះតែអាក្រក់បេះតែទាស់ខុស, នេះឈ្មោះថា លក្ខណៈអត្តាធិបតេយ្យ” ៗ បុគ្គលអ្នកមានកិរិយាប្រព្រឹត្តិលុះអំណាចនៃអត្តាធិបតេយ្យដូច្នេះ ឈ្មោះថាជាបុគ្គលមានមាយា ជាឧបក្កិលេសមួយដ៏ក្រាស់ក្នុងសន្ដាន ៗ បុគ្គលណាមួយ គ្រហស្ថឬបព្វជិត ដែលប្រកបកិច្ចការជាប្រយោជន៍ ផ្លូវធម្មិក្ដី ផ្លូវលោកក្ដី ដែលច្រើនតែប្រាព្ធលើកដំកើងខ្លួនឯងជាធំ ឲ្យខ្លួនមានអំណាចត្រួតត្រាលើគេ ធ្វើកិច្ចការធំ-តូចគ្រប់យ៉ាង រមែងយកតាមតែទស្សនៈ ឬគំនិតរបស់ខ្លួនម្នាក់ឯង ដោយអស្មិមានះរឹងបេស ឥតមានចម្លងយោបល់អ្នកណាសោះ, បើទុកជាយកយោបល់អ្នកណាមួយ

កំលបយកដោយលាក់គំនួបលួចគំនិតរបស់គេ ដើម្បីឲ្យអ្នកផងសរសើរខ្លួន ។ បុគ្គលដែលមានលក្ខណៈប្រាកដដូច្នេះ ឈ្មោះថាជាអ្នកប្រកបដោយអត្តាធិបតេយ្យ ទោះបីធ្វើបុណ្យកុសល ក៏ពុំបានបរិសុទ្ធដោយបុណ្យកុសលពេញលេញឡើយ ។

អត្តាធិបតេយ្យ ជាធម្មជាតមានលក្ខណៈរឹងរូសមិនសូវជឿស្តាប់អ្នកដទៃ, មិនសូវមានការគោរពចំពោះអ្នកដទៃ, មិនសូវដឹងសុខទុក្ខរបស់អ្នកដទៃ ច្រើនគិតតែប្រយោជន៍សុខចំរើនចំពោះខ្លួន ប្រកបដោយអត្តុក្កំសនា (ការលើកខ្លួន) នឹងបរវម្ភនា (ការបន្ថោកបន្ទាបអ្នកដទៃ) អត្តាធិបតេយ្យនេះច្រើនកើតមានក្នុងសន្តានចិត្តនៃឥស្សរជននឹងវុឌ្ឍបុគ្គល (អ្នកមានអាយុច្រើន) ។

អត្តាធិបតេយ្យនេះ មានលក្ខណៈលាក់ពុតខ្លួនឯង សំដែងទោសគេ, មានលក្ខណៈឡើងដោរជំហរអួតខ្លួន ដែលអ្នកផងក៏អាចសង្កេតដឹងបាន ។ អត្តាធិបតេយ្យនេះ បើប្រៀបនឹងលទ្ធិរបស់ឥស្សរជនក្នុងលោក គួររាប់បញ្ចូលក្នុងលទ្ធិឯកាធិបតេយ្យ គឺជាលទ្ធិផ្តាច់ការដោយខ្លួនឯងម្នាក់ឯង. ឬហៅថាលទ្ធិលើកខ្លួនម្នាក់ឯងឲ្យជាធំដូច្នេះក៏បាន ។

អធិប្បាយលោកាធិបតេយ្យ

លោកាធិបតេយ្យនេះ មានសេចក្តីថា "ការប្រារព្ធយកលោកជាធំ គឺការអ្វីៗ ទាំងអស់ដែលត្រូវចាប់ធ្វើឡើង តែងតែលលកស្ទាបស្ទង់ចម្ងន់

យកបែប ឬមតិរបស់មហាជនភាគច្រើនមកជាប្រមាណ ” ។ ពាក្យថា “លោក ' ក្នុងធម៌នេះសំដៅយកប្រជាជន មិនមែនសំដៅយកផ្ទៃផែនទឹកផែនដីនោះទេ ។ បុគ្គលដែលធ្វើបុណ្យកុសលណាមួយក្នុងព្រះពុទ្ធ-សាសនាក្តី ធ្វើសេចក្តីល្អណាមួយដល់ប្រទេសជាតិក្តី ដោយការនិយមកាន់យកយោបល់របស់ប្រជាជនមកជាមេគំនិត ឬកាន់យកចំនៀមទម្លាប់ដែលជាប្រពៃណីរបស់បុព្វបុរសមកជាធំ ដូច្នេះជាដើម ហៅថាបុគ្គលប្រកបដោយលោកាធិបតេយ្យ ។

កិច្ចវត្តណាមួយក្នុងព្រះពុទ្ធសាសនា ឬផែនការរបស់រដ្ឋាភិបាលដែលគេធ្លាប់កាន់ ធ្លាប់ប្រតិបត្តិមកជាយូរយារហើយ, ជាបែបផែនដែលទាស់ខុសឆ្គងនឹងច្បាប់បច្ចុប្បន្នក៏មាន, ហួសកាលសម័យនិយមដែលមិនគួរយកមកប្រើក៏មាន ។ កិច្ចវត្តឬផែនការ ជារបស់ចាស់បុរាណនោះ នៅល្អត្រឹមត្រូវគួរប្រតិបត្តិតាមក៏មាន ជារបស់ទាស់ខុសវៀងឃ្លាតអំពីគោលលក្ខន្តិកៈ តាមកាលសម័យក៏មាន, មួយទៀតប្រជាជនជាបុព្វបុរសជាអ្នកនាំយើងឲ្យបែរមុខឈមទៅរកវឌ្ឍនធម៌ ឬ អរិយធម៌ក្នុងសម័យពីដើមជាមនុស្សអ្នកចេះដឹងយល់ប្រយោជន៍ល្អ ត្រឹមត្រូវតាមធម៌ តាមច្បាប់ក៏មាន, ជាមនុស្សល្ងង់ខ្លៅគ្មាននយោបាយក្នុងការណែនាំក៏មាន ។ ព្រោះហេតុនោះ ការប្រារព្ធធ្វើបុណ្យកុសល ឬធ្វើសេចក្តីល្អណាមួយដល់សាសនាដល់ប្រទេសជាតិ ដោយអាស្រ័យតែផ្អែកលើដំនៀមទម្លាប់

គំនិតចំពោះតែទំនៀមទម្លាប់បុរាណពេកក៏ពុំកើតដែរ ទឹងត្រឡប់បាន ឈ្មោះថា ជាអ្នកខ្វះសមត្ថភាពពុំខាន ដូចជាគេប្រកាន់មាំនូវទំនៀមខ្លះ ដែលមិនសមហេតុផលថា "ការប្រព្រឹត្តិនេះ ជាប្រពៃណីទំនៀមទម្លាប់របស់លោកគ្រូព្រះសពយើង, ជាបែបផែននៃជីដូន - ជីតា - មាតា - បិតាយើង" ដូច្នេះជាដើម ហៅថា បុគ្គលអ្នកលុះអំណាចនៃលោកាធិបតេយ្យ ។

លក្ខណៈរបស់លោកាធិបតេយ្យនេះ ច្រើនតែមានការជឿគោរពតាមទម្លាប់ដែលខ្លួនធ្លាប់ប្រតិបត្តិតាមៗមកអំពីបុព្វបុរស ដូចបុគ្គលខ្លះ, កាលបើមានគេនិយាយជាសំនៀនដឹកនាំទៅរកសេចក្ដីចំរើន ប្លែកអំពីបែបបទដែលខ្លួនធ្លាប់ប្រកាន់នោះ ក៏អាចពោលតាំងថា "បើគ្រូបាធ្យាយម្ដាយឪពុករបស់ខ្ញុំដែលប្រព្រឹត្តប្រកាន់បុរាណដូច្នោះ ហើយធ្លាក់ទៅក្នុងនរក ខ្លួនយើងខ្ញុំ ក៏សុំឱ្យធ្លាក់ទៅក្នុងនរកតាមដែរ" ។ បុគ្គលអ្នកមានពាក្យពោលប្រថុយដល់ថ្នាក់ដូច្នេះក៏ព្រោះតែចិត្តដែលធ្លាប់ផ្ដេកផ្ដួល ធ្លាប់គ្រាញនៅក្នុងលទ្ធិបុរាណនោះ តាំងពីព្រេងព្រឹទ្ធយូរអង្វែងណាស់មកហើយ ៗ សេចក្ដីប្រកាន់ស្អិតតាមទំនៀមទម្លាប់ដែលជាប់មកអំពីបុព្វបុរស មានការគោរពជឿខ្លាចបិសាចបុជៀមឆ្គលកុហកជាដើម នេះជាលក្ខណៈនៃលោកាធិបតេយ្យទាំងអស់ ព្រោះជំនឿនោះបានផ្ញើទៅលើបុព្វបុរសជាយូរណាស់មកហើយ, កាលបើមិនគោរពជឿដូច្នោះក្រែងគេនិន្ទា, ឬខ្លាចគេមិនរាប់អាន, មិនបូជា, មិនទទួលស្គាល់ ៗ.

ក្នុងអាការៈ ១០ យ៉ាង, មានអត្ថបទថា "សមណោ នោ គរុ" ប្រែថា សមណៈជាគ្រូយើងធ្លាប់ប្រព្រឹត្តមកយ៉ាងណា យើងក៏ត្រូវតែប្រព្រឹត្តតាមយ៉ាងនោះដែរ ។ ការប្រកាន់មាំដូច្នេះ, ព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធទ្រង់សំដែងថា មិនមែនជាធម៌ មិនមែនជាវិន័យ មិនមែនជាសត្ថុសាសនៈទេ ។ បើតាមព្រះពុទ្ធដីកាប៉ុណ្ណេះឃើញថា ព្រះអង្គជាអ្នកនាំប្រជាជនកុំឲ្យប្រកាន់មាំ ព្រះអង្គជាអ្នកធ្វើបដិវត្តន៍ គឺការរើរុះកែប្រែរកសេចក្ដីសុខ សេចក្ដីចំរើនឲ្យដល់ប្រជាជនដោយជាក់ប្រាកដ ពុំមែនបណ្ដោយឲ្យយើងប្រកាន់មាំតាមធ្លាប់ដូច្នោះឡើយ ។

លក្ខណៈរបស់លោកាធិបតេយ្យ ច្រើនប្រកបដោយមោហៈទឹង សន្ទិដ្ឋបរាមាសៈ (ការប្រកាន់តាមទម្លាប់ឃើញមក) ។ មួយទៀត លោកាធិបតេយ្យនេះ មានរបៀបល្អជាងអត្តាធិបតេយ្យ ព្រោះប្រារព្ធយកលោកគឺប្រជាជនជាធំនោះ មានទំនងខាងត្រឹមត្រូវច្រើនជាងខាងខុស ។ មួយវិញទៀត លោកាធិបតេយ្យនេះ បើប្រៀបធៀបទឹងលទ្ធិរបស់ប្រជាជន គួរប្រៀបទឹងលទ្ធិប្រជាធិបតេយ្យក៏ថាបាន ព្រោះមានដំណើរអាងយកមតិរបស់មហាជនភាគច្រើនដូចគ្នា ។

អធិប្បាយធម្មាធិបតេយ្យ

ធម្មាធិបតេយ្យនេះ មានសេចក្ដីថា "ការប្រារព្ធយកធម៌ជាធំ" ។ ពាក្យថា "ធម៌" ក្នុងទីនេះ សំដៅយកច្បាប់ គឺទាំងច្បាប់ក្នុងពុទ្ធ-

សាសនាក្តី ច្បាប់គន្លងផ្លូវលោកសម្រាប់ប្រទេសក្តី ហៅថាធម៌បានទាំងអស់ ៗ បុគ្គលក្នុងលោកនេះ ទោះជាបព្វជិតឬគ្រហស្ថ, កាលបើផ្តើមធ្វើកុសលណាមួយ ឬធ្វើប្រយោជន៍សេចក្តីល្អ ដើម្បីសាសនា, ប្រទេសជាតិមាតុភូមិ ក៏ធ្វើទៅតាមច្បាប់ដែលអនុញ្ញាតឱ្យ មិនមែនធ្វើតាមទំនើងចិត្តរបស់ខ្លួន ដែលប្រកបដោយអស្មិមានះ ប្រកាន់រឹងត្អឹងហួសហេតុនោះឡើយ ៗ ករណីយកិច្ចណាមួយ ដែលបុគ្គលអ្នកមានសមត្ថភាពក្នុងវិជ្ជាផ្លូវលោកឬវិជ្ជាផ្លូវធម៌ ចាប់ផ្តើមប្រតិបត្តិការ តែងប្រារព្ធលើកយកធម៌គឺច្បាប់មកជាអធិបតី ទើបហៅថា ធម្មាធិបតេយ្យ ៗ

ធម៌វិន័យដែលព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធទ្រង់សំដែងបញ្ញត្តទុកមក ដើម្បីឱ្យពុទ្ធបរិស័ទទាំងបព្វជិតទាំងគ្រហស្ថសិក្សាប្រតិបត្តិ ពត់កាយ វាចា ចិត្តឱ្យស្លូតត្រង់បរិសុទ្ធ ទាំងលោកអ្នកប្រាជ្ញក្នុងពុទ្ធសាសនា ក៏បានដកស្រង់រៀបរៀងសំដែងទុកមក ដែលមានដំណើរយ៉ាងណាៗ, អ្នកប្រាជ្ញធម៌ល្អតែងប្រតិបត្តិតាមយ៉ាងនោះៗ ចំណែកខាងច្បាប់អាណាចក្រសម្រាប់ប្រទេស មានច្បាប់រដ្ឋធម្មនុញ្ញ, ព្រះរាជក្រមឬសារាចរជាដើម សម្រាប់ពលរដ្ឋទាំងមន្ត្រីទាំងរាស្ត្រដែលត្រូវប្រតិបត្តិតាមដោយទៀងទាត់ ៗ អ្នករាជការធំ - តូចគ្រប់តំណែង ដែលបានប្រតិបត្តិតាមច្បាប់ដោយសុចរិតយុត្តិធម៌តាមអំណាចច្បាប់, មិនអើពើក្នុងអំណាចរបស់ខ្លួន មិនប្រកាន់រើសបេសតាមយោបល់ខុសរបស់ខ្លួនម្នាក់ៗ, មានចិត្តស្មោះត្រង់ចំពោះ

មហាក្សត្រ ចំពោះរាស្ត្រ គោរពច្បាប់ លើកយកច្បាប់មកជាធំ មិនធ្វើការដើម្បីឲ្យគេសរសើរ ឬមិនខ្លាចពាក្យតិះដៀល ។ អ្នករាជការដែលបានប្រតិបត្តិតាមច្បាប់ដោយទៀងទាត់ដូច្នេះ ឈ្មោះថា ជាអ្នកប្រកបដោយលក្ខណៈធម្មាធិបតេយ្យ ។

ធម្មាធិបតេយ្យ ជាកម្មវិធីដ៏បរិសុទ្ធជាទីបំផុត មានលក្ខណៈប្រកបដោយបញ្ញា, ដោយសុចរិត, ដោយសច្ចធម៌, ដោយសតិដ៏បរិបូណ៌ ។ បុគ្គលអ្នកធ្វើបុណ្យ ឬធ្វើសេចក្តីល្អណាមួយ ដែលកាន់យកច្បាប់មកជាទីតាំងឃើញថាកិច្ចនោះៗ ត្រឹមត្រូវតាមធម៌តាមច្បាប់ ដែលមានហេតុផលល្អគួរធ្វើ ទើបធ្វើ មិនមែនធ្វើតាមចំណង់ចិត្តខ្លួនម្នាក់ៗ ឬតាមទំនៀមផែនការចាស់គំរលដែលខុសកាលសម័យនោះឡើយ ។ ការធ្វើកុសលកម្មដែលកាន់យកច្បាប់មកជាព័ស្តុតាង មិនកាន់យកខ្លួនឯង មិនកាន់យកលោកគឺប្រជាជន ហៅថា "ធម្មាធិបតេយ្យ" ។

បណ្តាអធិបតេយ្យ ៣ នេះ, ធម្មាធិបតេយ្យប្រសើរជាងអធិបតេយ្យពីរយ៉ាងខាងដើម ព្រោះហេតុថា ធម្មាធិបតេយ្យជាធម្មជាតិបរិសុទ្ធផុតចាកឧបក្កិលេសគ្រប់យ៉ាង ។ ចំណែកខាងអត្តាធិបតេយ្យនិងលោកាធិបតេយ្យ នៅមានជាប់មន្ទិលសៅហ្មងដោយឧបក្កិលេសខ្លះ បើមិនមានច្រើនក៏មានតិចមិនខាន ព្រោះហេតុនោះ ការធ្វើបុណ្យកុសលណាមួយ ដែលអនុវត្តទៅតាមលក្ខណៈអត្តាធិបតេយ្យនិងលោកាធិបតេយ្យ

នោះ មិនបានទៅជាបុណ្យកុសលបរិសុទ្ធហ្មត់ចត់ទេ ឈ្មោះថាជាអំពើលាយឡំប្រឡាក់ដោយឧបក្កិលេស ឬ លោកធម៌ណាមួយពុំខាន ។ ប៉ុន្តែលោកាធិបតេយ្យក៏ឈ្មោះថាមានគុណភាពប្រសើរខ្ពង់ខ្ពស់ជាងអត្តាធិបតេយ្យ តែថាមានគុណភាពមិនប្រសើរខ្ពង់ខ្ពស់ស្មើនឹងធម្មាធិបតេយ្យឡើយ ។

អធិបតេយ្យ ៣ យ៉ាង ដូចសំដែងមកនេះ ទុកជាច្បាប់ពិសេសមួយដែលគួរពិចារណាកាន់យកជាមេគំនិតក្នុងការធ្វើបុណ្យកុសលក្នុងព្រះពុទ្ធសាសនាក្តី ក្នុងការធ្វើប្រយោជន៍ប្រទេសជាតិខាងផ្លូវលោកក្តី ដើម្បីនឹងទាយខ្លួនឯងឬទាយអ្នកដទៃថា "អ្នកនោះមានលក្ខណសម្បត្តិថ្លៃថ្នូរប្រកបដោយឧត្តមគតិ, អ្នកនោះខ្វះលក្ខណសម្បត្តិ ជាអ្នកប្រកបដោយហីនគតិ" ។

មនុស្សទាំងអស់ ទោះអ្នកធំក្តី អ្នកតូចក្តី នឹងនៅតាមទំនើងខ្លួនម្នាក់ៗពុំបាន សុទ្ធតែត្រូវប្រស្រ័យទាក់ទងគ្នាជាដរាប ព្រោះហេតុនោះយើងត្រូវមានច្បាប់សម្រាប់ប្រតិបត្តិចំពោះគ្នានឹងគ្នា តម្រូវអធ្យាស្រ័យឲ្យបានស្រួលក្នុងរវាងអ្នកធំអ្នកតូច ដែលនៅក្នុងសង្គមរួមជាតិរួមប្រទេសរួមសាសនាជាមួយគ្នា ដើម្បីចៀសវាងការគាក់អនដែលជាហេតុនាំឲ្យប្រេះឆាសាមគ្គីធម៌ ។

ព្រះទេពសត្ថា សួរ-បាយ

អក្សរសាស្ត្រជាពន្លឺជាតិ ជាគោលចារិកជាតិ
អក្សរសាស្ត្ររលត់ ជាតិរលត់ ។

សកុន្តលា (តមក)

— ៥ —

ព្រាត់ប្រាសគ្នា

ពេលសន្ធ្យាគ្រាមួយថ្ងៃព្រៃស្ងប់ស្ងាត់
អស់សត្វសត្វបាត់បរបាសាសង់សត្វ
ពពកល្បឿងព្រឿងដើរមេឃផ្តេកក្តងកព
ព្រៃបោលម្យូបឈប់សំរាកផ្អាកសំរាន្ត ។
ស្តេចទុស្សន្តកាន់ដៃស្ងួននួនពុំងា
ប្រលោមលាផងច្រើនសាពុំគ្នាបាន
ទឹងយាងយាត្រឡៀឃ្លាតឆ្ងាយកាយកល្យាណ
សែនរំខានប្រាណរន្ធត់ស្លុតស្មារតី ។
តែជិតយប់ទឹងឈប់ខានពុំគួរគាប់
គោងប្រញាប់ឆាប់ត្រឡប់វិលបុរី
ដោយបែកមករកគោមស្រស់យុវអស្តី
គួរគប្បីឃ្លាតខ្លីទៅនៅគ្រប់គ្រង ។

ទើបព្រះអង្គផ្ចង់ព្រះទ័យលៃយាត្រា
ចាកជីតាស្នេហាសុទ្ធចិត្តសៅហ្មង
ធ្វៀតបំពាក់ព្រះទំរង់ទ្រង់ផ្កាផង
ឲ្យទូនល្អងនាងចងចាំបណ្ដាំថា: ។
"កែវមាសម៉ុមកុំមួហ្មងបងណាស្ងួន
គង់ប្អបប្អូនគួនប្អបជាក់ក្បែរគនិដ្ឋា
ប្ញកល្យាណគានដោយស្ព័គ្រសត្រូអក្ខា
នាមជេដ្ឋាចារទំរង់រង់នេះនៃ ។
ក្ដុងមួយថ្ងៃមួយតួស្អួដល់ចប់
បាននាមសត្រូគប់ហើយគន់គន់រំពៃ
ទឹងលេចរថបត់ក្ដីប្រាលកណ្ដាលព្រៃ
បងវិលវៃគិតលៃលកមកយកបៅ" ។
ផ្ដាំហើយស្រេចស្ដេចចេញចរបររថទៅ
ចោលពាលពៅនៅតែឯងចម្បែងក្ដៅ
តាមមើលជានប្រាណរៀមបងដោយហ្មងសៅ
រថស្ដុងស្ងៅចេញក្រៅបានទានយល់អង្គ ។
ប្អូនព្រលប់យប់ងងឹតគិតតត់គាក់
នេត្រស្រោក់ជោកកក្ដ្រាកំឡុងផ្ដង់
វិលទៅខ្ទមទ្រមដោយទុក្ខបុកស្រយង់

ទំដំរង់អង្គស្រយុតផុតសង្ឃឹម ។
ឯមាលីសួរគីស្រីខ្ទីបូលអម
យ៉ាងថ្នាក់ថ្នមដោយស្ងប់ស្ងាត់បាត់ញញឹម
ជិតអែបអង្គផ្ទង់ដំណើរដើរសន្សឹម
ទ្រនិតត្រឹមផ្ទប់ផ្គរលាន់មិនអន់ស្ងាត់ ។
ទុស្ស័ន្តធ្លាយកាយដូចលោកប្រាសអាទិត្យ
ស្ងប់ងឹតងិតងុំប្រាណរំខានទក្តាត់
ស្ទើរលេះស្ទុះរលួយថ្លើមប្រមាត់
កម្មមកកាត់ផ្តាត់សង្ក្រាសង្ស័យលន់ ។
ផល់ដំណាក់កក្តៅក្រៀមក្រំបូលដំណោក
ស្រណោះពេកក្រវេកខ្វាំងគាំងគិតគន់
នាងអួលណែនសែនវិយោគសោកពេកពន់
ទុក្ខទ្រន់ធ្ងន់ដូចភ្នំយោបំថា ។
“ម្តេចព្រះបង់ម្តងប្រាសបាត់ខ្វាត់បាកទៅ
នាំពាលពៅនៅពោរពេញម្ទេញទុក្ខា
គ្មានអាណិតគិតអនាថខាតស្នេហា
កាត់មេត្តាការមេត្រីពីស្រីទៅ ។
កម្មមកណែកែមកនាំឲ្យគ្រាំគ្រា

វែងកំព្រាពកំប្រោនឱនមុខទៅ
តែងសន្ធឹងតឹងសន្ធឹកទឹកនិត្យនៅ
ឲ្យតែក្តៅគៅតែក្តួលធ្លួលជាប់ជិត ។
តែឯកឯងតែងអួលអាក់ញាក់អស្ចារ្យ
គិតសង្ស្រារការសង្ស័យអាល័យមិត្រ
ប្រាសខានស្នេហ៍ប្រែខានស្នាលត្រកាលស្ងួន
គួរជីវិតគិតជីវ៉ាជីតាផង ។
វ៉ាយោផាត់វ៉ាត់យោកផាយសាយស្អុកពេប
ក្អួបមម៉ើក្អើមមាយទាយទំនង
ស្ម័គ្រជាបានស្មានជាបែបអែបព្រះបង
បិត្តនួនល្អងបងនិត្យល្អតតាំងនៅ ។
ស្មានខុសសោះស្មោះខាងសៅក្តៅទុក
ផ្សាំទុក្ខាផ្សាទុក្ខចាំតែទ្រាំទៅ
ពិតតាំនៀវពៀវពីនាយរ៉ាយប្អូនពៅ
ផ្ដាំនិត្យនៅផ្ដៅនិត្យនែបអែបផ្គួន្នា" ។
លុះទៀបភ្លឺក្តុសក្តុមាន់រន្ទាន់ស្រែក
សែនសញ្ញាកក្តែកផ្ដារផ្ទនទន់អង្គា
សមខ្យល់ល្ហើយស្បើយទ្រូងល្ហែប្រែទិត្រា

ដោមតាំងលាទុក្ខលក់លក់ទាំងគ្រា ។
លុះដល់ភ្ញាក់ភ្ញាក់ទាំងទុក្ខមុខមួហ្មង
ទឹកបាទបង់បង់ចាំបិត្តចិត្តចំទ្រោ
រីងរលឹកទឹកគ្មានអាក់ក័ក្ត្រទៅជាំ
បុកមួនមាំគ្រាឧកផ្សាបម្បែង ។
វែងស្រស់ស្រួលទទួលកប់រកកៀវផង
ឲ្យតែខ្ទង់បង់ទេ្វហាតុថាថ្ងៃ
កូនប្រើសក្បូរកំគ្រូវជិនមិនប្រែលែង
បក្សឯងកំលែងជិតគិតឲ្យធី ។

ឯគុម្ពផ្កាស្នេហាស្និទ្ធឥតជិតសោះ
នៅម៉ង់ម៉ោះតែមុខខ្ទមស្តុមអស់ក្តី
ចាំទន្ទឹងទឹងបានប្អូនប្អូនបស្វាមី
ម្តេចបក្រើក្រមកដល់ខ្វល់ចិន្តា ។
នាថ្ងៃមួយនាងព្រួយខ្លាំងកាំងវិយោគ
ទឹកនេត្រជោកស្រោកសស្រាក់លើកក្ត្រា
កំពុងងប់ផ្ដេប់ផ្ដេលស្ទង់កង់ហត្ថា
ឧរិះតាមហាត់សីទ្វីបបួលមក ។
តែកល្យាណាពុំបានយល់វល់យំ

ទុក្ខប៉ុនភ្នំមុ៉មឥតដឹងប្រឹងតែក្អក
ដល់ទុស្សន្តប្រកាន់ផាប់ឥតរាប់រក
នឹងកៀវមកជ្រែកគា យាក្សង៏អាស្រម ។
ឯទុវិះមានបុត្រីអគ្គីនេត្រ
គ្មានសង្កេតហេតុប្រណីតាមក្តីសម
គ្មានសណ្តាប់ធាប់តែខឹងប្រឹងខះខំ
សំឡឹងបំផ្សំភ្លើងឆេះផាផេះខ្មី ។
ទោះជួបព្រះនាងនាថឥតគិតធ្វើឃើញ
មិនអញ្ជើញដោយរាក់ទាក់ហាក់ហ៊ី
តាមទំលាប់ធ្លាប់សំអាតបាទសី
ពេលនោះស្រីមិនខ្ញីដឹងប្រឹងសោកា ។
ទុវិះក្តៅសៅហ្មងចិត្តឥតប្រៀបបាន
ខឹងញ័រប្រាណរំខានគេចប្រទេចថា
“ហង៏នេះព្រើលមើលងាយអញព្រោះស្នេហា
អញផ្តាសាឲ្យមហាក្សត្របាត់ស្គាល់ហង៏” ។
ផុតវាចាតាត់សើដើរបុំទៅ
ឯស្រីពៅនៅឥតដឹងគាត់ខឹងផង
បណ្តាសាយ៉ាងណាក្តីស្រីតត់ហ្មង

កែវនួនល្អងគ្មានអម្ពល់រល់ឡើយ ។
ឯមាលីស្បូរគីតៅទៅបេះផ្កា
ផិតនោះណាត្រួសសីស្តីបោះហើយ
នាងកិតភ័យលៃតាមតាពុំកទ្ដើយ
សោកឥតស្បើយ ហើយលុតជង្ឃអង្វរករ ។
ខំសង្វាតផ្ចួតបារាគាត់សី
ទឹងកេសស្រីដំរះដោយស្មោះសរ
ធ្វើតាល់តែគាត់ប្រែចិត្តស្និទ្ធត្រេកអរ
បានលើកករផ្អែលក្បាលសំពលថា: ។
“ ណ្ហើយបុះទៅកុំសៅសោកចាប់ក្រោកឡើង
ព្រោះវាធ្វើងបានជាអញផ្ដាញវាណា
បើឯងសុំអញក៏ល្ហៃកែផ្តាសា
តាមចិន្តាជីតាស្រស់តាំងពីប្រាណ ។
ថ្ងៃណាមួយជួយឲ្យស្ដេចបានយល់យង់
ព្រះទំរង់រង់វៃផលធ្លាក់នាមអវតាន
ទើបលែងគ្រួចគេចទឹកក្ខុករកកល្យាណ
ទឹងក្សេមក្សាន្តបានចួបគ្នាជានិច្ចទៅ” ។
នាងតាំងទូក៏ម្នីម្នាលាវិលវិង

ឲ្យដំណឹងព្រលឹងស្ងួនឯលំនៅ
នឹងបានស្រាន្តប្រាណល្ហែល្ហើយធូរស្បើយទៅ
កុំឲ្យនៅសៅជ្រប់មុខទុក្ខទំប្រាណ ។
សកុន្តលាផ្កាក្តៅពេកវិវេកទ្រម
ឥតគិតព្រមល្មមគិតកែល្ហែក្រមក្សាន្ត
រង់តែចាំកុំវៃចិត្តឥតឈប់ខាន
កែវកល្យាណស្មានព្រះអង្គគង់ព្រះទ័យ ។
វង់ទន្ទឹងវង់ទន្ទេញនាមចមប័ក្រ
ដែលចារឆ្លាក់ជាក់ទំរង់រង់ប្រពៃ
គ្រប់អក្ខរាសាប្រើនដង់ផ្សង់មៃ
ពុំឃើញព្រៃលៃនាំរថបត់មកសោះ ។
ប្រិនទិវាត្រិធ្ងន់កន្ទង់ទៅ
ស្រស់ពាលពៅនៅចាំស្ងៀមរងឹងក្រៀមក្រោះ
ស្ងួតទឹកភ្នែកសញ្ញែកចិត្តរឹតស្រណោះ
ឬក្យត្រដោះបោះបង់ចោលឲ្យចម្បង ។
អនិច្ចារថាបាត់ស្ងាត់ស្ងួនឈឹង
ឥតវិលវិញសំឡឹងមើលព្រឹលម្នាក់ឯង
រថនុកាសនិកសពីទឹកខ្វែង

មិនឃើញស្ងួនចែងស្មើជាថ្មីឡើយ ។

អនិច្ចារថាថៃថ្ងៃសំដៅ
បួលព្រៃព្រៅទៅបង់បាត់ស្ងាត់ព្រងើយ
ពេលថ្ងៃលិចព្រឹបពន្លឺភ្លឺបង្ហើយ
កាលណាអើយទឹងស្បើយទឹករព្ទកណាស់ ។

ទុស្សន្តស្តេចត្រាច់ចេញទៅនៅប្រាសាទ
ប្រសើរស្អាតគាមាត្យជុំគាល់អម្ចាស់
ស្រីស្នំផងស្នងស្នេហ៍សិទ្ធត់តមានខ្វាស
ភ្លេចទីពាស់ផ្លាស់ចិន្តាប្រែអារម្មណ៍ ។

ឯស្តេចគង់លើពង្សមាសឧកាសសាយ
ឆ្ងាយសែនឆ្ងាយឆ្ងាយពិតពីទីអាស្រម
កង់វេលាកង់ទីទីព្រៃធំ
នៅសំនំក្រមុខខ្ញុមទ្រមចាំក្សត្រ ។

កាលពីដើមផ្តើមមួយឥតព្រួយឡើយ
ពេលនេះអើយព្រងើយព្រាត់ភ្លាត់វិបត្តិ
ពេលមុនជួបប្រួបប្រមគ្នាជាសុខក្តាត់
ពេលនេះស្ងាត់បែកខ្ចាត់ខ្ចាយឆ្ងាយពីគ្នា ។

សាលាគារជាតិ ... លេខភាគ : ... លេខបញ្ជី : ...

ចេញបាកអាស្រម

ពាក្យ ១០

ឯកាមទេពបរយាត្រារកស្វាមី
ឲ្យសមបុត្រីស្រីកល្យាណសព្វបានបិត
ពុំបានពើបពះប្រទះឡើយស្បើយអស់ចិត្ត
ទញ្ញទាល់គំនិតទើបគិតគានថ្កានវ៉ងខ្ញុំ ។
ប្អូនប្អូនសន្ធយានាថ្ងៃមួយអស់ព្រួយព្រុណ
ឥសីដល់បានបានជួបជុំគោតមី
សិស្សគណត្រេកអរស្មោះសរបោមទាំងប្រុសស្រី
ស្ងួរសោកសេចក្តីស្តីពក់ទាក់កក្រោតពណ្ណភ័យ ។
ប៉ាត់តែនួននាងសក្តិលាផីតាសួន
ពុំឃើញនឹមនួនប្អូលខ្លួនមករករែកភាយ
ឥសីសង្ស័យប្រស្រ័យស្ងួរការសម្លាយ
អស់សិស្សទាំងឡាយស្រាយសារសព្វប្រាប់ឥតសល់ ។
ទើបលោកឲ្យហៅពៅពន្លកប្អូលមកគ្នាម
នាងពុំទីមទាមតាកលំនៅភ្លោះទៅដល់
ឧបបាទឥសីស្រីសោយសោកគាំមោក្ខខ្វល់

តឹងទ្រូងស្ទះខ្យល់ផល់ថ្ងាថ្លែងពុំបានឡើយ ៗ
ត់សើអង្អែលក្បាលបុត្រីស្ដីលួងថា
« ឱ មាសបិតាកុំទុក្ខអ្ហីកូនស្រីអើយ
បុណ្យឯងច្រើនថ្កានបានបមបក្រុមក្សត្រហើយ
ជាទីត្រាណត្រើយគួរគាប់ចិត្តសុទ្ធស្នេហា ៗ

ដូរបេះបូរឯងតែងគួរទៅពៅកល្យាណ
ទៅព្រះរាជស្ថានឲ្យបានចួបផ្ទុកស្ដា
ទុំសោតស្មោះសរសេរឲ្យឯងកបបេស្ដា
សូមអស់ទេព្ដារក្សាពៅនៅចាំថែ » ៗ
ព្រឹព្រួចក្នុងចិត្តឥតឧបមាធីតាស្ងួន
វិលមកហាននួនរៀបខ្លួនប្រាណទ្រូងបានល្ហ
មិត្តពីរបូលផិតសិតសក់ឲ្យដោយក្ដីស្នេហ៍
រួចស្រេចគេចកែសម្បកឈើធ្វើអាវពាក់ ៗ
មាលីស្បូវកើតពុំអស់ចិត្តផ្សែតគ្មានអ្វី
ប្រដាប់ប្អូនស្រីឲ្យឧត្ដមបានសមសក្ដិ
ទើបគិតរបនាផ្កាកំរងចងបំពាក់
ផ្ទុកវរលក្ខណ៍គាពអ្នកព្រៃលែតាមក្រ ៗ
ទងឈ្លូកសំអាងតាងខ្សែដៃឆ្នៃតាមគួរ

ក្នុងម៉្ទះពីរជួរជំនួសមកុដស្ទួសាបស
យកសំបកឈើធ្វើសំលៀកស្លៀកមិនល្អ
យ៉ាងនេះម្ដេចក៏នឹងសមស័ក្ដិអគ្គមហេសី ។
នាងពីរត្អូញត្អែរប្រែស្រែកប្រៀងសូរសៀងថា
« ឱះឱទេវតាមេត្តាជួយប្រោសប្រណី
ឲ្យបានខ្សែមាសឱកាសលេចពេជ្រពិសី
សំពត់ស្ទួចថ្មីឲ្យស្រីគាត់តែងកាយ » ។

អស់ទេពអាណិតលៃឲ្យសមតាមបំណង
ទំលាក់នូវកងត្រាមខ្សែដៃស្បៃសុវណ្ណា
ខ្សែកដាំពេជ្ររំលេចក្បាច់រស្មីថ្លា
ប្រដាប់អាត្មាសង្ហាឯកថ្លៃកសមសួន ។
សកុន្ដលាធីតាត្រៃតែងខ្លួនហើយ
ចិត្តបានល្ហែល្ហើយស្បើយអស់ទុក្ខពីកង្វល់
ហាក់ពន្លឺទេពីក្បែរស្រស់ទំមនួន
ទើបកែវមាសសួនរៀបខ្លួនបរបាកលំនៅ ។
ដល់ពេលយាង យាសនិកសពីទសាលា
ដើរកែវកល្យាមិនក្លាហានបំពានទៅ
ហៅសនសព្ទាករលេកចិត្តគិតពក់ព្រួ

ជាគួរខឹងនៅប្ដូរទៅតាមព្រះស្វាមី ។
បើខឹងចេញចាកលំបាកចិត្តឥតឧបមា
ឆ្ងាយពីព្រឹក្សាស្រមហានអស់បក្សី
ព្រមទាំងមិត្តភ័ក្ត្រធ្លាប់ស្ម័គ្រស្មោះជាប្រក្រតី
ឃ្លាតគេគាត់មិតសីសុទ្ធផ្សិតក្ដីស្នេហ៍ ។
ខឹងនៅយូរទៅឃើញជាស្លាប់ធ្លាប់ពុំខាន
កើតទុក្ខស្គមប្រាណកាលវេលាឥតមានល្ហែ
បើទៅបានសុខមុខជាខឹងប្រឹងគេចកែ
សងគុណឪម៉ែដែលថែទាំឥតមោះហ្មង ។
ឯប្រើសកំព្រាក៏ដើរតាមតែនាងនាថ
គុម្ពផ្កាព្រោងព្រាតលាតស្លឹកបីស្ដីសាសង
លួងលោមឲ្យនៅកុំទៅប្ដីស្រីនួនល្អង
នាងពីរជាបងប្អូនគ្នាយំរងៃព្រៃ ។
ឃើញហ្នោះនួននាងសកុន្តលាអាល័យលន់
ស្ទើរស្លាប់ចិត្តទន់គន់គិតគ្រប់ឈប់លកលែ
តែខឹងខកខានពុំបានឡើយជាប់ហឫទ័យ
ខឹងចេញចាកព្រៃក្ដុងវៃនោះផ្ដែផ្ដាំថា: ។
"ឱលោកឪពុកមើលថែប្រើសឲ្យខ្ញុំផង

ដែលខ្ញុំស្នេហ៍ស្និទ្ធដូចបងពៅម្តាយណា
ពេលនេះខ្ញុំឃ្លាតរាតឆ្ងាយសូមមេត្តា
ជួយថែរក្សាព់ឲ្យល្អជាប្រក្រតី ។
នៃបងសំឡាញ់កុំបីល្ហែជួយថែផ្កា
មានពណ៌ត្រៀបត្រាព្រមបុបពាកពន្លកថ្មី
វល្លិ៍ស្មៅកូនឈើទឹងកូនខ្ទមព្រមបក្សី
រាល់ថ្ងៃកុំបីឲ្យមានអាក់ណាអ្នកបង" ។
នៅក្បែរដើមពោធិ៍មិត្តភក្តិទាំងបីនាក់
ទឹកភ្នែកស្រស្រាក់គាក់អួលផ្សាពេកកន្លង
នាងពីរផ្តែផ្តាំ "ឲ្យចាំជាក់ណាមាសបង
ចិញ្ចៀនដែលបងនៅជាយស្បៃដ៏ថ្លៃថ្លា ។
កុំឲ្យជ្រុះបាត់ប្រយ័ត្នថែតែរាល់ថ្ងៃ
ក្រែងក្លាត់ពីស្បៃចៀនដល់ខ្វល់ចិន្តា
សូមឲ្យគង់នៅយកទៅថ្វាយព្រះភស្តា
ដែលចាំកល្យាផ្សាព្រះនេត្រសង្កេតគន់" ។
ពាលពៅលំអុតលុតជង្គង់លាទេត្តា
លាព្រះបិតាមាតាថ្ងៃពួកសិស្សគណ
ឃ្លាឃ្លាតញាតិមិត្តធ្លាប់ស្គាល់ស្និទ្ធស្មើជីវិតជន

ទៅកាន់តំបន់ដែលពុំធ្លាប់ប្រសព្វផង ។
ពួកសិស្សស្មោះសរបរជូននាងដល់ក្រោយបាន
ជាទុក្ខរំខានពុំបញ្ចេញស្តីថាអ្វីផង
លុះដល់ផ្លូវបែកស្រែកឲ្យពររខួរអឺងកង
សួស្តីទូនល្អងឲ្យបានសមតាមបំណង ។
ទួននាងបែរលាពបក់ដៃថ្ងៃសង្វើគ
អាណិតខ្លួនពេកពុំគួរសោះមកបោះបង់
ចោលទីកន្វែងសួះស្វែងទៅតែឯកអង្គ
ទើបចិត្តខំផ្ចង់ស្មារតីទៅទាំងអាឡោះ ។

បក្សាឃ្មាតខ្ទីផ្លូនស្រែតៅទៅពេញព្រៃ
ពួកម្រឹគទីទៃហាស្ទាត់ស្ងៀមយ៉ាងក្រៀមក្រោះ
ទឹកភ្នែកសស្រោកជ្រួងអួលណែនសែនស្រណោះ
អាល័យអាឡោះមិនអស់ចិត្តគិតធីតា ។
កូនប្រើសកំព្រាពារហាមតាមនាងនាថ
លុះដល់ពេលឃ្លាតព្រាឈរទ្រឹងរំពឹងថា
ឱថ្ងៃនេះអើយម្តេចឡើយផ្តាសប្រាសកល្យា
តើបានទរណារក្សាអេះម៉េះសមស្មាត់ ។
លុះនាងឱបលាក់ស្រងល់ខ្វល់ចិត្តក្រៃ

បែរលិទ្ធចរណៃផ្នោយស្នេហ៍តាមភាពសត្វ
កាលនាងថយចេញម្នេញស្រុបសៅក្លួលក្តៅក្តាត់
រលួយប្រែមាត់ប្តាត់មាត់ឈឹងប្រឹងតែស្តាយ ។
បក្សីទឹងម្រឹគទឹករំពឹងសញ្ជឹងជ្រប់
ជីវិតហាក់ឈប់ព្រលឹងឃ្លាតរាត់ឆ្ងាយ
បីដូចអណ្តែតត្រែសែតចេញចាករាងកាយ
ទៅតាមនោមឆាយដែលឆ្ងាយទៅទៅចោលហើយ ។
បំណែកព្រឹក្សព្រៃលំនើតឲ្យបានខ្ពស់
តាមមើលនោមស្រស់ឲ្យអស់ចិត្តគ្រាន់ទឹងស្បើយ
បក្សីការវិបគ្រប់ៗ គ្នាលាត្រាណាត្រើយ
ជាកិច្ចបង្ហើយរបស្ប់ស្វាត់បាត់បរបា ។
អស់សត្វនានាលីលាចរិលទីបាន
ទុក្ខទំកុង់ប្រាណរំខានចិត្តឥតឧបមា
ពន្ធឺឃ្លាតក្លាយឆ្ងាយលំនៅទៅហើយណា
ហាក់អនាថាគ្មានទីពឹងពំនឹងស្ម័គ្រ ។
ខណៈនោះឯងសែងស្បូវប្រាថ្វាស្រទន់
លួស្រស់ពេកពន់គន់គួរគាប់ចិត្តអនគ្ស
តែគេព្រួយខ្វល់គ្មានរវល់ករមរក្ស
បែកពន្ធូនអ្នកហាក់ងងឹតងងិតងុំប្រាណ ។

អំណាចបណ្ដាសា

ពាក្យ ១១

លុះក្នុងអំណាចបណ្ដាសាតាត់សីទុំរិសៈ
មហាក្សត្រទុស្សន្តៈភ្លេចនូវអ្នកសកុន្តលា
ភ្លេចទាំងពាក្យបណ្ដាំលែងចាំចងចង់ស្នេហា
ភ្លេចទាំងទីឋានសាលាអាស្រមសោះសូន្យឈឹង ។
គង់ក្នុងប្រាង្គណ៍ប្រាសាទស្អាតបរិញ្ចូងតែងក្រសាល
អស់ស្រីស្នំស្រើបស្រាលត្រអាលត្រេកភ្លេចព្រលឹង
ឯមទ័យគ្មានក្ដាត់មាត់រំលឹកជាដំណឹង
រវល់តែគិតជញ្ជឹងសំឡឹងម្ហូបបំណាច់ ។
ប្រាសាទប្រសើរប្លែកបែកជាប្រាំពីរកន្លែង
ប្រាំពីរយោជន៍ប្រវែងជាប់ខ្វែងខ្វាត់ជាលំដាប់
ទីមួយមាសបរិញ្ចូងកន្លែងទុកអស់ក្បួនច្បាប់
រកទុសត្រូវតាមសណ្ដាប់សំរាប់ជនប្រុសស្រី ។
មួយនោះមានវិហារជញ្ជាំងមាសឧកាសជាប់
សឹងវិចិត្រក្បូរក្បាច់សត្វសាច់ពេជ្រលេចល្បាញល្បី
ផ្លែឈើផ្តើពីត្បូងស្លឹកបវរណៃថ្លៃពិសី

សាធារណរដ្ឋប្រជាមានិតកម្ពុជា
បណ្ណាល័យជាតិ
លេខកូដ : ....

បូជាភ្លើងជាប្រក្រតីស្ដីក្រសត្វកាល ៗ
ទីមួយបាំពភ័កសំណាក់ជាប់ភ្លៀវពប់ពាន់
ម្ហូបអាហារគ្រប់គ្រាន់ទាន់វេលាលៀងក្រសាល
ផ្គត់ផ្គង់រាល់ព្រឹកល្ងាចលើភាជន៍មាសយ៉ាងត្រកាល
គួរជាទីត្រេកត្រអាលស្រាលចិត្តឥតបំព្រួយ ៗ
ខាងនោះកន្ទ្រងរាំនាំគ្នាលេងរាល់វេលា
លើថ្ពពណ៌នានាចង្ក្រង់ខ្ញ័ររញ៉េររង្វួយ
តាមជញ្ជាំងចរណៃឃើញស្រីចាក់ក្បាច់មួយៗ
នាំរំភើបចិត្តរំជួយស្ងួយនូវកាមតណ្ហា ៗ
ឯណោះទីតន្ត្រីស្រីប្រុសលេងភ្លេងរងំ
ខ្លះប្រួចប្រៀងផ្សែផ្សំស្នូរពិរម្យតាមចិន្តា
ទុស្សន្តៈព្រះភូមីគង់ទីខែនសុវណ្ណា
ឥតអម្ពល់ខ្វល់ឲ្យក្សត្រាសុខក្សេមក្សាន្ត ៗ
ខ្យល់ទិសត្បូងបក់ផាត់ផាយផ្សាយផ្សព្វក្លិនបុប្ផា
ចាកចេញពីទីសាលាក្លាចូលប្រាសាទឋាន
តែក្សត្រភ្លេចស្នេហ៍ស្និទ្ធឥតរំពឹងដឹងដើមដាន
ខ្យល់រំលឹកប្រាប់ប៉ុន្មានគ្មានបានចាំអ្វីឡើយ ៗ
ស្ដេចផ្ទំលើទីខែនដែនសុវណ្ណស្រួលព្រះកាយ

តន្ត្រីសូរសៀងសាយសប្បាយ ស្រួលឆ្អើតឆ្អើយ
គគទឹកនាសួនក្សាប្រិយមេត្រីកត្រាណាត្រើយ
ត្រូវមន្តទ្រឹសៈហើយឡើយក្តុបសកុន្តលា ។
បំណែកកងសកុន្តលាធីតាខំត្រាប់បរ
ដោយរែកពយត្រេកអរស្មោះសរដាក់ទឹងក្សត្រា
ស៊ូនឿយព្រួយលំបាកគ្មានផ្អាកឈប់ទប់កាយា
ចិតខំប្រឹងតែយាត្រាកាត់ក្រៀងផ្លូវប៉ូក្តៅ ។
ព្រោះតែក្តីស្នេហាកល្យាប្រឹងឥតបង្អង់
ត្រូវរះគ្រោះជំរង់លង់លុះផល់ផ្ទៃកំងក្រៅ
សុំគេចូលគាល់ស្តេចកាត់ក្តីខ្ញុំសចូលហៅពៅ
យល់ស្វាមីស្រីនោមឆ្មៅអរឥតឯង្ហឹមបាន ។

ស្ទុះក្រាបទៀបបាទក្ខាងនាងសោកាសល់សែនថ្លាត់
ព្រួចព្រឹតថ្លើមប្រមាត់ស្ងាត់ស្ងៀមនៅពៅព្រួញប្រាណ
ទឹកថាអស់គោកយ៉ាកលំបាកព្រួយទុក្ខប៉ុន្មាន
ដោយហេតុតែកែវកល្យាណស្ថានជាស្តេចចាំស្រី ។
ឯស្តេចឃើញនាងហើយឆ្លើយស្ងើយសាកសួរពៅថា
“ នាងមកពីទីឋានណាប្រាថ្នាបងបានអ្វី
ពេជ្រមាសប្រាក់សំពត់អាវសាវស្បៀងប្តូរផ្ទះថ្មី

ឬមានរឿងផាប់ទោទក្តី ស្តីប្រាប់អញឲ្យច្បាស់ ។
នួននាងព្រួពោះហើយឆ្លើយអាក់អួលតបរងស្នង
“ប្អូនទេ គ្មានប៉ុនប៉ង ប្រាថ្នាអ្វីទោះបន្តិចសោះ
ស៊ូលះផ្ទះសម្បែងស្វែងមកពីទីឆ្ងាយណាស់
រំពឹងតែរូបអម្ចាស់ប៉ុណ្ណោះទេព្រះអង្គ ។
ទ្រង់ជាឆ្នើមជីវិតប្អូនពិតណាស់ម្ចាស់កុំលាក់
ផ្ទាំងបងបានស្មោះស្ម័គ្របំពាក់ផ្កាស្រស់បញ្ចាំង
ជុំវិញកខ្ញុំម្ចាស់ច្បាស់ប្រាកដដោយស្មោះត្រង់
ខ្ញុំត្រូវការតែព្រះអង្គគត់បងបានអ្វីទេ” ។

ស្តេចស្រែកសន្ធាប់ក្បាង “នាងឯងនេះមិនបេះខ្មាស
ហ៊ានមកពោលផ្តេសផ្តាសឲ្យអ្នកឲ្យកទៅមុខគេ
ខ្លួនឯងជាកូនព្រៃលៃម្តេចហ៊ានសុំណាប្រុពេ
អញជាស្តេចម្តេចគេចវេឲ្យមេពាក់កន្លងផ្កា ។
បើចង់បានប្រាក់ចាយមិនស្តាយទេអញឲ្យបាន
ឬត្រូវការទីឋានសួគ្រការត្តគេ ដែមាសថ្លៃថ្លា
អញឲ្យបានតាមចិត្តមោះកុំតែកែប្រាថ្នា
ជាមហេសីអញនេះណា អញថាឯងឆ្គួតពិត” ។
បានព្រះវាចាធីតាញាប់ញ័រចំប្រប់

គានគឹងដង្ហើមថប់ប្រឡប់សោកទូលទ្រង់ធរិទ្ធិ
" ព្រះអង្គមិនគួរសោះដោះដៃចោលខ្ញុំលែងគិត
លែងនឹកនាគួនៃបនិត្យពិតហើយបុរដ្ឋ ៗ
សូមព្រះអង្គទ្រង់ស្រមៃដល់ថ្ងៃមួយឥតព្រួយព្រាណ
មិត្តស្រីៗ ឥតវិវាទកំសាន្តលេងកង់គុម្ពផ្កា
ទាំងបីអ្នកក្រស្នេហ៍ស្និទ្ធឥតកង្វល់ខ្វល់សង្កា
ជាមនោរម្យក្នុងព្រឹក្សាថ្នាបិត្តស្អាតបវរ ៗ
ស្រាប់តែព្រះភូមីលេចពីណា យាត្រាដល់
ជាកៀវថ្មីនាំស្រីខ្វល់វល់ផ្អើលឈូធរ
នាងទាំងពីរឥតក្តីកងឯទឹកស្រប់បាទភូធរ
ឯខ្ញុំម្ចាស់ត្រកាលអរថ្វាយផ្លែឈើនានា ៗ
ទ្រង់សោយដោយស្រស់ស្រាយក្អាកក្អាយស្រួលព្រះទ័យក្តាត់
បែរនេត្រទតសត្វសត្វហើរខ្វាត់ខ្វែងប្រឡែងគ្នា
គយគន់អស់ព្រៃព្រឹក្សនឹកស្រណោះអស់ម្រឹគា
មួលមេត្រីពល់វេលាជាសុខសាន្តសំរាន្តក្តាត់ ៗ
កាប់ស៊ីកឈូកផ្ទើកផ្អោងទ្រង់ឈោងទៅដងទឹក
ឲ្យក្លូនប្រើសខ្ញុំផឹកមោះរាំប្រែតែបាត់
ទ្រង់ល្ងង់លោមផ្តួចម្ដូចរាគេចទៅពួនស្ងប់ស្ងាត់

ព្រោះពុំធ្លាប់គាប់ទឹកក្ស័ត្រពុំហានស្និទ្ធអម្ចាស់ ៗ
ទញ់ទាល់ព្រះហឫទ័យលៃពុំគប់ដូចចិន្ដា
កាលនោះខ្ញុំនេះណា ហាហៅក៏ៗ រហ័ស
មកផឹកទឹកឥតគួរល់ក្នុងក៏បង់ដៃខ្ញុំម្ចាស់
ទើបព្រះអង្គស្ងើចពេកណា ស់ត្រាស់សរសើរខ្ញុំផង ៗ
ហេតុនិស្ស័យព្រៃដូចគ្នាជាហេតុឲ្យមូលមិត្ត
ស្មោះស្ម័គ្រក្រៃទេបនិត្យជិតជុំគ្នាឥតមោះហ្មង ៗ
ព្ភុប្ដោះនាងពីរស៊ើបនាំខ្ញុំអៀនពេកកន្លង
ឱនមុខផ្ងប់ខ្មាស ព្រះបង់ចង់ចាំពាក្យមិនភ្លេច ៗ
ទ្រង់គង់ក្នុងអាស្រមប្រឹមដូចជាឥសី
សោយផ្លែឈើចាស់ខ្ចីនិងទឹកស្ទឹងថ្លាដូចពេជ្រ
លុះរាត្រីខាងខ្ទើតធើតឆា យារស្មីលេច
តើចាំទេទ្រង់បានគេចស្ដេចផ្ទុកង៏គម្ពា ៗ
ចំណែកខ្ញុំព្រះអង្គនៅត្រង់នោះចាំក្ស័ត្រថ្ងៃ
ទៀបផ្លូវផលស័យផ្លែបំពាក់ក្លិនបុប្ផា
ព្រះហស្ដក្ដាន់បីបមថ្នមចាក់ប្អូនដោយស្នេហា
រួចតមកព្រះក្សត្រា . . . . . ភ្លេចហើយប៉ុចក្រី ? ៗ
នៅរួមរក្សស្ម័គ្រស្មោះពីរអង្គា នាគម្ពា

ឥតគ្នាន់ឃ្នើសចិន្ដាប្រស្រ័យលេងដោយមេត្រី
រហូតដល់បែកគ្នាលាប្អូនពៅទៅបុរី
ដោះទំរង់ប្រទានស្រីស្ដីផ្ដាំបណ្ដាំថា ។

" កែវមាសមុំកុំមួហ្មងបងលាសួន
គង់ជួបប្អូនកូនជួបជាក់រក្សាក្រនិផ្គា
ចូរកល្យាណគានដោយស្ម័គ្រសព្វអក្ខរា
នាមដេផ្គាចារទំរង់វង់នេះនៃ ។

ក្នុងមួយថ្ងៃគានមួយតួសួដល់ចប់
បាននាមសព្វគ្រប់ហើយតន់គន់រំពៃ
នឹងលេបរថបត់ក្ដីប្រាលកណ្ដាលព្រៃ
បងវិលវៃគិតលៃលកមកនាំទៅ " ។

ព្រះអង្គឥតបង់ចាំបណ្ដាំសោះបែរគោះតើយ
បាត់រថពុំយល់ឡើយក្រៀមក្រោះមុខរង់ទុក្ខក្ដៅ
សំរក់តែទឹកនេត្រសង្រេកតគន់ចាំងហ្មងសៅ
ពុំយល់រថបមទៅក្ដុកក្ដួលចិត្តឥតប្រៀបបាន ។

បើជាទ្រង់គេចកែប្រដោះដៃលែងស្នេហ៍ស្និទ្ធ
ម្ដេចទ្រង់ពុំភាណិតមានដំណឹងឲ្យដឹងផង
សោះសង្ស័យក្នុងចិត្តគិតស្ម័គ្រស្មោះអស់ពីប្រាណ

បណ្ដោយឲ្យទុក្ខរុញច្រានចាកស្ថានបានជួបផល” ។

នាងទូលដូចម្ដេចម្ដាក្យត្រាគ្មានចាំអ្វីឡើយ

អស់កិច្ចទ្រង់ថ្លាស្ងើយ “ណ្ហើយចុះកុំកង្វល់

បង្ហាញព្រះទំរង់រង់នោះមកសោះអញឆ្ងល់

សន្និះក្រែងឯងក្លែងកលខ្វល់ចិត្តឥតអំពើ” ។

កាលនោះសកុន្ដលាប្រញាប់ចាប់ទាញស្បៃ

រកបិទពៀនថ្ពាថ្ពៃដៃរាវស្ទាបសព្វអន្ទើ

មុខគួរអនិច្ចាគ្មានពើបព្រះប្រទះលើ

ព្រះទំរង់នោះឯងតើបាត់បង់ទៅណាទៅ? ។

បាត់កាលមុជទឹកស្ទឹងមុននឹងចូលគាល់ក្សត្រា

អំណាចបណ្ដាសាតាទុរ្វាសៈចាំនៅ

បណ្ដាលឲ្យភ្លាត់ខ្លាត់បាត់ពីស្បៃថ្ងៃពាលពៅ

ធ្លាក់ចុះដល់បាតស្ទឹងជ្រៅព្រាត់ប្រាសចាកសាក្សី ។

គ្មានទីពឹងនឹងអ្នកណាធីតារង់វែងអក់ព្វ

ចុកខុរាផ្សាសព្វសន្លប់បង់បាត់ស្មារតី

ពោកក្បាលលើថ្មក្រាលឈាមច្រាលឆ្អៅជោកខ្លួនស្រី

ពួកនាហ្មឺនមុខមន្ត្រីប្រណីនាងគ្រប់គ្នា ។

ការកសាងខ្លួនដើម្បីទទួលសេចក្ដីសុខ

(ត—ចប់)

ការហ្វឹកហ្វឺនចិត្ត

យើងបានឃើញកន្លងមកហើយថា សេចក្ដីសុខពុំមែនអ្នកមានបុណ្យអានុភាពស័ក្តិសិទ្ធិឯណា ប្រសិទ្ធិឲ្យយើងទេ យើងជាអ្នកកសាងសេចក្ដីសុខរបស់យើង តែយើងត្រូវដឹងច្បាស់នូវសមត្ថភាពរបស់យើង កាលបើយើងដឹងមិនដល់ យើងនឹងមានសេចក្ដីភ័ន្តច្រឡំជឿអារក្សទេព្ដាក្បត្តអស្ចារ្យជាដើម ។ សូមដំណាលរឿងអ្នកដំណើរ ៣ នាក់ ដែលគេតែងនិទានសំរាប់បញ្ជាក់សេចក្ដីពិតនេះ ។

មានសេចក្ដីដំណាលថា កាលនោះមានអ្នកដំណើរ ៣ នាក់ដើរផ្លូវឆ្ងាយអស់កំឡាំងខ្លាំង បានចូលទៅសំណាក់ក្នុងគោដ្ឋានមួយ លុះបរិភោគអាហារស្កប់ស្កល់ហើយ នាំគ្នាចូលកាន់ដំណេក តែត្រូវពន្លត់ភ្លើងទៀនជាមុន ។ អ្នកដំណើរទីមួយប្រឹងពន្លត់ទៀននោះ តែមិនរលត់ ព្រោះចបូរមាត់ក្រោមចេញវែងជាងចបូរមាត់លើ ផ្លុំទៅខ្យល់ផះចូលច្រមុះ មិនត្រូវភ្លើងទៀនសោះ អ្នកដំណើរទីពីរល្បងពន្លត់ទៀនទៀត តែមាត់អ្នកនោះ ពេលផ្លុំភ្លើងកាច់ក្រវៀចទៅខាងស្ដាំ ឥតបានផលអ្វី អ្នកទីបីស្ទុះទៅសាកមើល តែមាត់ខ្លួនកាច់វៀចទៅខាងឆ្វេងពុំអាចផ្លុំភ្លើងទៀនឲ្យរលត់បាន ។ អ្នកទាំងបីទាល់ចំណេះហើយក៏យកខ្ចប

ជាទីបំផុត ដោយយល់ថាទៀននោះ ជាក់ជាមានខ្មោចកាន់ ក៏នាំគ្នារត់រកអ្នកម្ចាស់ផ្ទះ ។ អ្នកម្ចាស់ផ្ទះមាត់ជាល្អធម្មតា ផ្លុំតែបន្តិចក៏រលត់ភ្លើងទៀននោះទៅ ហើយត្រូវអ្នកដំណើរទាំងបីនាក់នឹកសើចសរសើរទុកជាអ្នកខ្លាំងពូកែ ។

រឿងនេះជារឿងកំប្លែងទេ អ្នកខ្លះបានឮហើយគង់អស់សំណើច ឬនឹកញញឹម តែគង់មានពេលខ្លះ យើងធ្លាប់ធ្លាក់ខ្លួនក្នុងឋានៈអ្នកដំណើរទាំង ៣ នាក់នោះដែរ ព្រោះមិនដឹង មិនយល់សេចក្តីពិត ។ រឿងដំណាលខាងលើនេះមានសេចក្តីយ៉ាងណា ការស្វែងរកសេចក្តីសុខក៏មានសេចក្តីយ៉ាងនោះដែរ ។

សេចក្តីសុខពុំមែនស្ថិតនៅក្នុងការគៀគរទ្រព្យសម្បត្តិ ក្នុងការខិតខំសំរេចនូវសេចក្តីប្រាថ្នា សក្តិយស ឬ កិត្តិសព្ទនោះទេ វត្ថុទាំងអស់នោះ ពុំមែនជាគូសេចក្តីសុខដ៏ពិតប្រាកដទេ សេចក្តីសុខស្ថិតក្នុងខ្លួនយើង ហើយសម្តែងឲ្យឃើញពេញលេញក្នុងកិច្ចការរបស់យើង ក្នុងសុខភាពរបស់យើង និងក្នុងសេចក្តីរាប់អានរបស់យើង ។ តែការស្គាល់ទីតាំងនៃសេចក្តីសុខ មិនទាន់គ្រប់គ្រាន់នៅឡើយ តោងស្គាល់វិធីសាងសេចក្តីសុខ ឧបាយនិងឧបករណ៍សំរាប់បំរើនៃសេចក្តីសុខផង ។ យើងដឹងហើយថាសេចក្តីសុខនៅក្នុងខ្លួនយើង ខ្លួនយើងជាអ្នកសាងសុខនោះ ដូច្នេះ ឧបាយនិងឧបករណ៍ ដើម្បីបានមកនូវសុខនោះក៏នៅក្នុង

ខ្លួនយើងដែរ គប្បីតែយើងស្គាល់ខ្លួនយើងដោយច្បាស់លាស់ ។ លោកវិចទ័រហ៊ូហ្គោបានសរសេរថា "បើឯងចង់ឈ្នះលោក តោងយកឈ្នះខ្លួនឯងជាមុនសិន" ។

ឈ្នះលោកគឺការបានមកនូវសម្បត្តិទាំងឡាយ ដែលមានក្នុងលោក ឬមួយគឺការឈ្នះជោគវាសនារបស់ខ្លួន ៗ ចុះជោគវាសនានោះគឺអ្វី? ជោគវាសនាគឺជាប្រជុំហេតុនិងបច្ច័យ ដែលមានក្នុងរូបជននីមួយ ៗ មានចំណែកជាសុខខ្លះ ជាទុក្ខខ្លះ តាមកម្លាំងនៃអំពើដែលជននោះៗ ធ្លាប់បានប្រព្រឹត្តកន្លងមកហើយ កំពុងប្រព្រឹត្ត និងប្រព្រឹត្តទៅក្នុងកាលខាងមុខ គឺច្បាប់កម្មនោះឯង ៗ តែច្បាប់កម្មពុំបានតឹងរ៉ឹង មានកំណត់ដាច់ណាត់ចាំឲ្យផលទៀងទាត់ឥតកែប្រែបានដូចព្រហ្មលិខិត ឬ ព្រះហស្តអាទិទេពនោះទេ យើងអាចកែប្រែកែសកម្មបាន ដោយការកសាងខ្លួនជាអ្នកញ៉ាំងជីវិតឲ្យប្រព្រឹត្តទៅដោយសេរី តាមសេចក្តីត្រូវការរៀងខ្លួន ដោយការដោះខ្លួនឲ្យផុតចាកទាសភាពនៃមនោសញ្ចេតនានៃជនដទៃ នៃសេចក្តីប្រកាន់របស់សង្គម នៃសេចក្តីធ្វេសប្រហែស និងអកុសលធម៌ដែលដេកត្រាំក្នុងសន្តានចិត្តរបស់យើង ៗ លោកសាមូអែលស្មាយល៍ បានធ្វើសេចក្តីសង្កេតពីរឿងនេះថា "លក្ខណចិត្តជាការផ្ដុំផ្គុំនូវហេតុការណ៍បន្តិចបន្តួចដោយច្រើន ដែលជាបច្ច័យកើតអំពីបុគ្គលនីមួយ ៗ ៗ ពុំមានវិថីណាមួយដែលកន្លងទៅហើយដោយមិនពាល់លក្ខណចិត្តជាល្អក្តី ជាអាក្រក់ក្តីនោះទេ

ពុំមានអំពើឯណាទីមួយ នោះគឺចិត្តក្តី ដែលមិននាំមកនូវផលទាំង-ឡាយនៃអំពើនោះជាប់មកជាមួយផងនោះឡើយ អំពើទីមួយ ៗ ចិន្តាទីមួយ ៗ មនោសញ្ចេតនាទីមួយ ៗ ជាហេតុនាំឲ្យផ្សំជាអធ្យាស្រ័យរបស់យើង ជាទំលាប់របស់យើង ជាបញ្ញារបស់យើង" ។

ដូច្នេះ យើងឃើញថា ពុំមានបច្ច័យដោយឥតហេតុទេ បំបាត់ហេតុចោល គឺជាឃាំងបច្ច័យមិនឲ្យកើត ។ ឃើញថាការស្គាល់ច្បាស់នូវខ្លួនយើង នាំឲ្យយើងស្គាល់ច្បាស់នូវហេតុនិងបច្ច័យ ស្គាល់ហេតុនូវបច្ច័យនោះច្បាស់លាស់ហើយ យើងអាចឃាំងផលអាក្រក់មិនឲ្យកើត បណ្ដុះបណ្ដាលផលល្អឲ្យចំរើនលូតលាស់ឡើង បានដូចសេចក្តីប្រាថ្នារបស់យើង ។

ឯការកសាងខ្លួនស្វែងរកសេចក្តីសុខនោះ ពុំមែនធ្វើបានដោយងាយទេ ព្រោះត្រូវយកឈ្នះហើយយកឈ្នះទៀតកបឆ្នាំ តែបើយើងចាប់ប្រតិបត្តិពេលណា នឹងបានផលគួរពេញចិត្តបន្តិចម្តងៗ ចាប់ពី ២ ឬ ៣ ខែដំបូងតទៅ ដូចអ្នកលោតកំពែងដែលយើងតែងសរសេរ កាលពីប៉ុន្មានឆ្នាំមុននោះ ពុំមែនជាអ្នកប៉ិនប្រសប់ប៉ុន្មានទេ តែខំប្រឹងប្រែង ខំអត់ទ្រាំហ្វឹកហាត់យូរខែថ្ងៃទៅ ដោយអំណាចសេចក្តីព្យាយាមដ៏ខ្ជាប់ខ្ជួន ក៏បានជាអ្នកឈ្នះឯកខាងការលោតកំពែង ចំណែកការហ្វឹកហ្វឺនខ្លួនយើងឲ្យបានជាអ្នកជាន់ខ្ពស់នោះ ពុំមែនជាលំបាកជាងការហាត់លោត

កំរៃឲ្យប៉ុន្មានទេ ស្រេចហើយនឹងព្យាយាមធ្វើ ដំបូងពិបាកបន្តិចមែន យូរៗទៅក៏កាន់តែងាយឡើងៗ ជាលំដាប់ ៗ កម្មវិធីត្រូវប្រតិបត្តិតាម នោះដូច្នេះ :–

១) ការគ្រប់គ្រងគំនិតឲ្យបានបទ គឺឲ្យយល់ច្បាស់លាស់នូវវត្ថុបំណងដែលគប្បីញ៉ាំងឲ្យសំរេច ដោយការចំរើនសម្បទាដូចតទៅនេះ :–

ក) សមាធិដែលប្រកបដោយសភាពចិត្ត ៣ ប្រការ គឺការប្រុងប្រយ័ត្ន ១ ការគ្រប់គ្រងខ្លួនឯង ១ ការបំពេញកិច្ចការឲ្យជាប់ជាដំណត ៗ គ្នា ១ ។

ខ) ការបង្គាប់ខ្លួនឯង ។

គ) សតិ ។

២) ការដាស់កម្លាំងចិត្តឲ្យខែងរែង កម្លាំងចិត្តគឺការសំរេចគំនិតឲ្យកើតជាផល ដោយប្រើឧបាយដូចតទៅនេះ

ក) ឧបាយខាងកាយ មានអាកប្បកិរិយាជាអ្នកខែងរ៉ែង ជាជនជាន់ខ្ពស់ បំបាត់អាការៈដែលឥតផលប្រយោជន៍ រក្សាដំណើរអ្នកអង់អាចអ្នកខែងរ៉ែង ។

ខ) ឧបាយខាងចិត្ត គ្រប់គ្រងខ្លួនឯង យកឈ្នះខ្លួន ចំរើនសេចក្ដីស្ងប់ ប្រឹងប្រែងធ្វើឲ្យបានល្អប្រពៃជានិច្ច ព្យាយាមធ្វើមិនរសាយចិត្ត ធ្វើកិច្ចការអ្វីធ្វើលុះត្រាតែហើយស្រេចជាទីបំផុតទើបឈប់ ។

៣) របៀបចាត់ចែងការងារ – ធ្វើអ្វីៗ ចេះចាត់ចែងឲ្យមានរបៀបរៀបរយ ឲ្យមានវិធីការគឺ:

ក) របៀបរៀបរយក្នុងពេលវេលា ។

ខ) របៀបរៀបរយក្នុងទីស្ថាន ។

ការគ្រប់គ្រងគំនិតឲ្យបានល្អ

ជីវិតដែលប្រព្រឹត្តទៅរៀងរាល់ថ្ងៃតែងប្រកបដោយចិន្តា ឬគំនិត ជាប់តៗគ្នា យើងមិនអាចរស់នៅបានដោយមិនគិតអ្វីទេ ហើយយើងគិតយ៉ាងណា យើងក៏ជាមនុស្សបែបនោះ លោកដេស្ការត៍បានបញ្ជាក់ថា "ខ្ញុំគិតដូច្នេះខ្ញុំរស់នៅ" ។ ឯគំនិតនេះមានចិត្តជាអ្នកត្រិះរិះ ចិត្តស្ថិតក្នុងរាងកាយ តែពុំមែនកាយជាហេតុជាបច្ច័យឲ្យកើតចិត្ត គឺរាងកាយឯណោះ ដែលមិនអាចនឹងទ្រទ្រង់បានបើគ្មានចិត្ត ហើយរាងកាយនោះសោតជាបាតុភាពរបស់ចិត្ត ជាសំណុំធាតុដែលកំរើកញាប់ញ័រជានិច្ចដោយអំណាចថាមពលផ្សាយចេញពីចិត្តមក ចិត្តបញ្ចេញថាមពលគឺកម្លាំងញាប់ញ័រចេញជាចិន្តា ឬគំនិត គំនិតនោះមានកម្លាំងទន់ ឬខ្សោយ ស្រេចហើយនឹងចិត្តបញ្ចេញកំឡាំងច្រើនឬតិច គំនិតមានការញាប់ញ័រខ្លាំងអាចចេញជាអំពើសំរេចផលដោយខែងរែង ។ ព្រោះហេតុនោះ យើងគោងបណ្តុះកំលាំងគំនិតឲ្យខ្លាំងក្លា ដោយវិធីការដ៏ច្បាស់លាស់ហើយយ៉ាងងាយផង ។

វិធីការសំកប់គ្រប់គ្រងគំនិតឲ្យបានបទនោះ មាន ៤ ប្រការ គឺ:

១) ធ្វើវិវេក

២) សមាធិ

៣) ការបង្កាប់ខ្លួនឯង

៤) សតិ

១.— ធ្វើវិវេក

ចិត្តរបស់យើងសព្វថ្ងៃរវើរវាយពន់ពេកណាស់ តែងផ្លាស់តែរក អារម្មណ៍ផ្សេងៗ ដោយឆាប់រហ័ស មិនទៅនឹងគង់អារម្មណ៍ណាមួយៗ ដោយច្បាស់លាស់ ដើម្បីតាំងចិត្តឲ្យស្ងប់ល្អ ដើម្បីគិតតែអ្វីមួយដោយហ្មត់ចត់ដោយត្រៀវត្រា យើងគោងប្រើសេចក្តីវិវេកដូចតទៅនេះ ។

ជ្រើសរើសពេលណាដែលបានស្ងប់ល្អ ចូលកាន់បន្ទប់ដើម្បីធ្វើ សេចក្តីស្ងាត់ឲ្យកើត បន្ទប់នោះឲ្យងងឹតបន្តិច អង្គុយដោយស្រួលលើ កៅអី ឬ ដេកផ្ងារលើគ្រែ តែកុំកើយខ្ចីយ ដោះសំលៀកបំពាក់បង្អៀត ប្តូរចេញ ហើយតាំងចិត្តធ្វើវិវេកឲ្យកើត គង់បាន: ៣ យ៉ាង:

ក) វិវេកក្នុងទ្វារប្រសាទ.— ដកដង្ហើមឲ្យពេញលេញបរិបូណ៌ ដើម្បីញ៉ាំងសេចក្តីស្ងប់ឲ្យកើត សំរាកកាយឲ្យស្រួលកុំឲ្យមានកំរើកកង ដុំសាច់ណាមួយ ទាល់តែដឹងខ្លួនថានៅនឹងថ្កល់ដូចរូបថ្ម រហូតដល់ចង់ លក់ ដែលជាសញ្ញាឲ្យដឹងថានឹងថ្កល់បរិបូណ៌ហើយ កងពេលនោះ

យើងលែងដឹងជើងដៃខ្លួនប្រាណ ឯត្រចៀករបស់យើងក៏ត្រូវតែស្ងប់ស្ងាត់ដែរ លែងរវល់អើពើដល់សំឡេងមកពីក្រៅ ។

ខ) វិវេកក្នុងចំណង់ ៈ— គួរធ្វើនាពេលរៀបដេក ពេលស្ងប់កាយដូចខាងលើ ពេលនោះស្រាប់តែយើងប្រវត្តិដល់ហេតុការណ៍ថ្ងៃស្អែកដល់សេចក្តីប្រមាថដែលបានទទួលពីពេលថ្ងៃ កើតរសាប់រសល់ចិត្តនាំឱ្យខូចការហ្វឹកហាត់របស់យើង នាំឱ្យខូចវិវេក នោះយើងត្រូវខំតស៊ូកំចាត់គំនិតទុត្យាទនោះចេញឱ្យបាន បើធ្វើដម្បូង យើងមិនអាចយកឈ្នះបានភ្លាម ៗ ទេ កុំបេស រង់ចាំពេលក្រោយសឹមតស៊ូទៀត តែគោងតាំងចិត្តព្យាយាមលុះត្រាតែសំរេចដូចបំណង ។

គ) វិវេកក្នុងចិន្តា.— គឺហាត់កុំគិតអ្វីបានមួយពេលមួយខណៈ ៗ ពេលយើងទំរេតកាយបានស្រួលហើយ ធ្មេចភ្នែកព្រិម ៗ យើងត្រូវកំចាត់ចិន្តាទាំងឡាយកុំឱ្យកើតក្នុងចិត្ត កុំគិតអ្វីទាំងអស់ឱ្យបានចំនួន ១២ ឬ ១៥ វិនាទី ៗ លំដាប់ពីនោះមក យើងផ្ចង់ចិត្តផ្ចង់គំនិតគិតតែរឿងណាមួយដែលបានជ្រើសរើសដ៏ល្អហើយ ហើយបដិសេធរឿងដទៃឱ្យអស់ ៗ

ដូចជាចាប់ចិត្តទឹងគំនិតបែបនេះ "សេចក្តីស្ងប់មានបរិបូណ៌ក្នុងខ្លួនខ្ញុំហើយ សេចក្តីស្ងប់នោះជ្រួតជ្រាបសព្វសាច់សរសៃរបស់ខ្ញុំ ពុំមានអានុភាពអ្វីអាចទឹងទាញខ្ញុំឱ្យចេញចាកសេចក្តីស្ងប់នោះបានទេ" ៗ

ឬក៏ផ្ចង់គិតពីនាលិកា ឱ្យឃើញរូបកង់ទ្រង់ទ្រាយ ក្បាច់ក្បូរគ្រឿងប្រដាប់ ការទាក់ទងរវាងគ្រឿងប្រដាប់ គំនូសម៉ោង ឱ្យសព្វគ្រប់

កុំបោះបង់គំនិតនេះចោលឲ្យសោះ បើរវើរវាយពេលណា តោងទាញចិត្ត វិញភ្លាមដោយឆាប់រហ័ស ប្រុងឲ្យមូលចិត្តស្ងប់ក្នុងគំនិតនេះ ៗ

២ — តាំងចិត្តជាសមាធិ

យើងបានឃើញពីខាងលើមកហើយថា ចិន្តាជារលកថាមពល ដែលញាប់ញ័រចេញទៅក្នុងសរីរកាយ ប្រកាសចេញទៅក្រៅជាអំពើ ចិន្តានឹងមានកម្លាំងខ្លាំង ឬខ្សោយ ស្រេចហើយនឹងការគិត បើគិតរវើរវាយ ចិន្តាពុំមានកម្លាំងល្មមនឹងសម្តែងឲ្យឃើញប្រចក្សទេ បើគិតតែពីចិន្តា នោះដោយយកចិត្តទុកដាក់ ទើបចិន្តានោះប្រកបដោយកម្លាំងវែងវ៉ែង វិធីញ៉ាំងចិន្តាឲ្យវែងវ៉ែងល្អ គឺសមាធិ ៗ សមាធិក្នុងទីនេះ សំដៅយក ការផ្ចង់កម្លាំងចិត្ត សំដៅចំពោះចំណុចណាមួយដោយមិនរវើរវាយឬងាក ទៅរកអារម្មណ៍ ឬហេតុការណ៍ដទៃដែលប្រាកដនៅទីជិតខាងនោះ ៗ កែវ ធ្លុះដែលទាញរស្មីព្រះអាទិត្យប្រមូលផ្តុំទៅលើក្រដាសមួយសន្ទឹក ក្រដាស នោះក៏ឆេះ មានសេចក្តីយ៉ាងណាមិញ ឯការប្រមូលកម្លាំងចិត្តផ្តុំទៅក្នុង អារម្មណ៍តែមួយ អាចឲ្យចេញពន្លឺបានក៏យ៉ាងនោះដែរ ដូច្នេះការតាំងចិត្ត ជាសមាធិនាំឲ្យងាយដោះស្រាយនូវប្រស្នាផ្សេង ៗ ឲ្យគិតការអ្វីមួយបាន ដោយឆាប់រហ័ស ឲ្យចេះចាត់ការបានភ្លាម ៗ ឲ្យធ្វើកិច្ចការទាំងឡាយ បានដោយរហ័សហើយល្អផង ៗ សមាធិចិត្តជាលក្ខណៈនៃជនជា ឯកទគ្គបុគ្គល ៗ

យើងជាអ្នកប្រាថ្នាសេចក្ដីសុខ សេចក្ដីចំរើនទាំងការឈ្នះ សម្រេចកិច្ច-ការទាំងឡាយ ជាអ្នកបំពេញកិច្ចការឲ្យបានល្អពេក ហើយឆាប់រហ័សផង យើងគោងហ្វឹកហាត់ឲ្យកើតសមាធិចិត្តគ្រប់វេលា ៗ ត្រូវចេះគ្រប់គ្រងចិត្តឲ្យបានបទ កុំបណ្ដោយចិត្តឲ្យរាយមាយគិតនេះ គិតនោះមិនឆ្ពោះត្រង់ណា គោងគិតតែពីរឿងណាដែលយើងត្រូវគិត ហើយបដិ-សេធរឿងដទៃចោលឲ្យស្រឡះ ទោះធ្វើកិច្ចការអ្វីក្ដី គប្បីធ្វើដោយប្រុងប្រយ័ត្ន ដោយគិតតែពីធ្វើការនោះ លុះត្រាតែហើយស្រេចជាទីបំផុត ។ ដូចជាកំពុងសរសេរ កុំរវល់ទឹកចង់ដើរលេង ត្រចៀកប្រុងស្ដាប់ក្លង ក្នុករគយគន់ធម្មជាតិបណ្ដើរឲ្យសោះ ៗ ឯពាក្យនិយាយសោត ក៏ត្រូវគ្រប់គ្រងដែរ ពាក្យណាដែលនាំឲ្យស្ដាយក្រោយ ពាក្យនោះកុំពោល ព្រោះឲ្យកើតវិប្បដិសារៈទំលាយសមាធិចិត្ត កុំនិយាយលេងប៉ប៉ិច ប៉ប៉ូចសើចលេងឥតប្រយោជន៍ ជាហេតុនាំឲ្យខាតកម្លាំងផង ឲ្យចិត្តរាយមាយរសាប់រសល់ផង និយាយពីអ្វី គោងផ្ចង់ចិត្តចង់គំនិតតែក្នុងការនិយាយនោះ ហើយនិយាយឲ្យចប់រឿងសឹមឈប់ ។

របៀបដែលត្រូវហ្វឹកហាត់ឲ្យកើតសមាធិចិត្តនោះ ដូច្នេះ

ក) ហ្វឹកហាត់ដោយការអាន .— យកអត្ថបទយ៉ាងខ្លីមកអានយ៉ាងសន្សឹមៗ រាំសមនោភាពតាមការអានឲ្យឃើញប្រចក្សទឹងក្នុក គឺថាដូចបានឃើញមែនៗ កុំគិតដល់សំនួនវោហារ ឬពាក្យពេចន៍ កាលបានអានចប់

មួយវគ្គហើយ វគ្គយ៉ាងខ្លីបំផុត គោងគិតពន្យល់រឿងដល់អ្នកឯណាមួយ ដែលពុំសូវមានការចេះដឹង គិតពន្យល់តែក្នុងចិត្តយើង ឲ្យគេយល់រឿងនោះផងចំនួន ១៥ នាទី ហើយចំរើនខាងអក្សរសាស្ត្រផង ត្រូវយកអត្ថបទដែលមកអានម្តងទៀត ដោយយកចិត្តទុកដាក់តែខាងពាក្យពេចន៍ អានចប់បិទសៀវភៅទុក រួចល្បងសរសេរចម្លងតាមអត្ថបទនោះតាមផ្ទៃរឿងដែលចាំបាន តែកុំអាងដល់ស្មារតីពូកែចាំ ខំប្រឹងលុះត្រាតែសរសេរឲ្យដូចអ្នកនិពន្ធដើម ។

១) ហ្វឹកហាត់របៀបរូបថ្ម.– តាំងខ្លួនដូចរូបថ្ម គឺសំរាកកាយស្រួល តែនៅនឹងថ្កល់មិនកំរើកឲ្យសោះ ធ្មេចភ្នែកធ្វើសេចក្តីស្ងាត់ក្នុងចិត្ត ដកដង្ហើមសន្សឹមៗ តិចៗ បញ្ចេញគំនិតទាំងឡាយមិនឲ្យចូលក្នុងចិត្ត ជាការគ្រប់គ្រងខ្លួនឯងដោយខែងរ៉ែង ជាវិធីបើកឲ្យបណ្តេញគំនិតអកុសលបានតាមចិត្ត ។

៣— ការបង្គាប់ខ្លួនឯង

តាមអ្នកចិត្តសាស្ត្រ គេយល់ថាចិត្តរបស់យើងនេះមានសភាព ២ ប្រការ គឺសភាពដឹងខ្លួន ឬប្រកបដោយចេតនា ១ និងសភាពមិនដឹងខ្លួន ឬមិនប្រកបដោយចេតនា ១ ។ ឧបមាយើងកំពុងដើរតាមផ្លូវជាមួយនឹងមិត្តភក្តិ យើងដឹងថាយើងនិយាយដូចម្តេចខ្លះ ដឹងថាយើងត្រូវទៅកាន់ទីណាកន្លែងណា នេះជាសភាពដឹងខ្លួននៃចិត្ត ឯជើងរបស់យើង

ដែលបោះជំហានទៅមុខ ដែលទាត់ដុំក្រួសដែលជួបប្រទះ ដែលបត់បែន ចុះទៅកាន់ទីបំណង ព្រោះការធ្លាប់ធ្វើដំណើរ កាយវិញ្ញត្តិរបស់យើង គឺការលើកដៃបោះដៃជាដើម ប្រកបផ្សំនឹងពាក្យនិយាយនោះ ព្រមទាំងពាក្យពេចន៍ដែលយើងនិយាយ នៅក្នុងការគ្រប់គ្រងនៃសភាពមិនដឹងខ្លួន នៃចិត្តដែលបង្គាប់យើងធ្វើដោយឯកឯង ដោយយើងមិនដឹងខ្លួនផង ។ តែយើងអាចញ៉ាំងសភាពមិនដឹងខ្លួនឲ្យជាក់ច្បាស់ដល់ចិត្តរបស់យើងបាន ដោយអាស្រ័យសតិនឹងសម្បជញ្ញ របស់យើង ដែលជាវិធីបើកឲ្យយើងស្គាល់ហេតុនៃអំពើរបស់យើង ឲ្យរេះជ្រើសរើសពាក្យពេចន៍របស់យើង ឲ្យបង្គាប់បញ្ជាការដើររបស់យើង ពេលខ្លះយើងអផ្សុកក្នុងចិត្តពុំដឹងមកពីហេតុអ្វី កាលយើងពិនិត្យក្នុងខ្លួនទៅ យើងក៏ដឹងថាមកពីហេតុណាមួយដោយច្បាស់លាស់ នេះហើយគឺសភាពមិនដឹងខ្លួននៃចិត្តចូលក្នុងវង់ចិត្តសភាពដឹងខ្លួនរបស់យើង បង្ហាញហេតុឲ្យយើងដឹងដោយច្បាស់លាស់ ។

ចិត្តវិទ្យាបានចែកសភាពមិនដឹងខ្លួននៃចិត្តជា ២ ប្រការគឺទៅទៀត

១ – ហៅថាចិត្តខាងក្រោម

២ – ហៅថាចិត្តជាន់ខ្ពស់ ឬ កល្យាណចិត្ត ។

កល្យាណចិត្តជាទីតាំងនៅនៃសោភណធម៌ សុចរិតធម៌ មេត្តាករុណា មុទិតា ជាដើម មាននៅតែក្នុងជនជាមហាបុរស វីរបុរស ឬអ្នកសិល្បៈ មនុស្សប្រាសចាកសីលធម៌ពុំមានកល្យាណចិត្តទេ ។

ចិត្តខាងក្រោមជាទីជ្រកនៃសតិ ទំលាប់ ទិស្ស័យ សភាវគតិ សទ្ធា ភាសា កាយវិញ្ញត្តិ អធ្យាស្រ័យ សម្បទាជាដើម គឺជាចំណែកសំខាន់នៃជីវិតខាងក្នុងរបស់យើង នឹងអត្តលក្ខណ របស់យើង ចិត្តនេះត្រូវគ្នានឹងពាក្យថា "វាស្នា" ។

ឯចិត្តធម្មតានោះ ជាទីអាស្រ័យនៅនៃតក្កៈ តក្កវិចារណ៍ ការត្រិះរិះ ការតាំងចិត្តនឹងធ្វើកិច្ចការផ្សេងៗ ដែលគេយល់ថានៅក្នុងខួរក្បាល ។ ចិត្តនេះហើយដែលបង្ហាញនូវគុណវិបត្តិដែលយើងត្រូវកំចាត់ នឹងសម្បទាដែលយើងត្រូវបណ្តុះបណ្តាល អាចឲ្យជ្រើសរើសនូវការបង្គាប់ខ្លួនយើងឲ្យធ្វើល្អ ។

ឯចិត្តដែលសំខាន់នោះ គឺចិត្តខាងក្រោម ព្រោះជាផ្លូវវាស្នារបស់យើង បើយើងចង់បានប្រសើរ យើងគប្បីតែដាស់វាស្នាល្អរបស់យើងឲ្យចេញមកប្រតិបត្តិការ វាស្នាគឺជាការសន្សំនៃទំលាប់ទាំងឡាយឲ្យដុះជាប់ជាទិស្ស័យ បើយើងទំលាប់ធ្វើល្អ ទិស្ស័យក៏បានល្អ ការគិតការធ្វើរបស់យើងក៏បានល្អដូចគ្នា ដូច្នេះការបណ្តុះទិស្ស័យល្អនេះ ជាកិច្ចសំខាន់បំផុតក្នុងការដំកុំដំកើងជីវិតរបស់យើងឲ្យបានថ្លៃថ្លា រុងរឿងវិសេសឡើង វិធីបណ្តុះទិស្ស័យនោះ គឺការបង្គាប់ខ្លួនឯងជានិច្ច ។

ដើម្បីនឹងសំរេចផលឲ្យសមដូចសេចក្តីបំណងបាន យើងតោងជាអ្នកគ្មានមន្ទិល ជាអ្នកខែងរែង ជាអ្នកមានវិន័យ ជាអ្នកមានរបៀបជា

ដើម ៗ ដូច្នេះគាំងយកកំហុសរបស់យើងទីមួយៗ មកពិចារណាមើល
ហើយខ្នះខ្នែងនឹងបំបាត់នូវកំហុសនោះ ៗ ដូចជាយើងជាអ្នកចិត្តស្រាល
ឆាប់ខឹង ឆាប់ច្រឡោត យើងត្រូវនិយាយបង្គាប់ខ្លួនយើងជារឿយៗ ថា
"អញជាអ្នកអំណត់" មានហេតុអ្វីពីក្រៅចូលមកធ្វើឲ្យយើងខឹង យើង
ប្រាប់ខ្លួនយើងភ្លាមថា "អញជាអ្នកអំណត់" ធ្វើដូច្នេះបាន ១ ថ្ងៃ យើង
គង់សង្កេតឃើញថា យើងធ្លាប់ច្រឡោត ១០ ដង ឥឡូវនៅត្រឹម ៣
ឬ ៤ ដងប៉ុណ្ណោះ បើព្យាយាមប្រព្រឹត្តការបង្គាប់ខ្លួនយើងយូរថ្ងៃទៅ
យើងនឹងបានជាអ្នកអត់ធ្មត់យ៉ាងសំខាន់ ៗ

តែកុំប្រើការបង្គាប់ជារបៀបបដិសេធ ដូចជា "អញមិនជាអ្នកឆាប់
ច្រឡោតទេ" ឬ "អញមិនធ្វើអាក្រក់ទេ" ឲ្យសោះ ព្រោះការបង្គាប់
បែបនោះ ពុំមានកំលាំងនាំឲ្យប្រឹងប្រែងធ្វើ គ្រាន់តែឲ្យចៀសប៉ុណ្ណោះ
ដូចជាអ្នកប្រដាល់គ្រាន់តែគេចឲ្យផុតពីដៃគេដាល់មក កាលណានឹងយក
ឈ្នះបាន ពេលដែលកំពុងបង្គាប់ខ្លួនយើងនោះ គោងបង្គាប់ដោយ
ខែងរ៉ែង ដោយជឿទុកចិត្តខ្លួនថាពិតជាដូច្នោះមែន ៗ

ឯការបង្គាប់ខ្លួនឯងនេះ ប្រកបដោយអង្គ ៣ ប្រការ គឺ ១– មនោភាព
២– រូបមន្ត ៣– ការប្រឹងប្រែងធ្វើ ៗ ដូចជាយើងជាអ្នកអៀនប្រៀន
មិនហ៊ាននិយាយកណ្ដាលប្រជុំជន ជាដំបូងត្រូវយើងតាំងមនោភាពឲ្យ
ឃើញរបៀបអ្នកដែលអង់អាចក្នុងប្រជុំជន តាំងខ្លួនឲ្យដូចអ្នកនោះ ហើយ

ទន្ទេញនូវរូបមន្តថា "អញជាអ្នកក្លាហាន អង់អាច ចូលចិត្តនិយាយកណ្ដាលប្រជុំជន" តែការទន្ទេញនោះពុំទាន់គ្រួនល្មមនៅឡើយទេ គេតោងរកឱកាសធ្វើពិសោធផង ទាល់តែសំរេចដូចបំណងពិតៗ ពុំមែនគ្រាន់តែគិតនោះទេ ។

ពុំមែនមានតែរូបមន្តប៉ុណ្ណោះទេ ដែលជាការបង្ហាប់ខ្លួនយើងនោះ គំនិតដែលយើងគិតក្ដី កិច្ចការដែលយើងធ្វើក្ដី ក៏ជាការណែនាំខ្លួនយើងដែរ ព្រោះការគិត ឬ ការធ្វើអស់នោះព្រមទាំងការនិយាយផង សូម្បីកន្លងទៅហើយក៏មិនបាត់បង់ទៅណា នៅជាប់ស្និទ្ធក្នុងសន្ដានរបស់យើង ក៏ជាកស្ពារបស់យើង ។ ព្រោះហេតុនោះ យើងតោងប្រុងប្រយ័ត្នក្នុងការគិត ការនិយាយ ការធ្វើរបស់យើងដោយមធ្យ័តពិនិត្យឲ្យស្របទៅតាមឧត្ដមគតិរបស់យើងជាដរាប ។

៤.- សតិ

សតិ គឺការរលឹកចាំបាននូវកិច្ចការដែលបានធ្វើហើយ ពាក្យពេចន៍ដែលបានពោលហើយ វត្ថុដែលបានឃើញ បានឮហើយ ជាគុណ-ធម៌ដ៏សំខាន់មួយក្នុងការកសាងខ្លួនឲ្យបានល្អ ដោយអាស្រ័យសតិនេះហើយ ទើបយើងអាចយកខ្លួនជាគតិរបស់ខ្លួនបាន គឺអាចពិចារណាខ្លួនឲ្យបានដឹងថា តើបានចំរើនដល់កំរិតណា នៅសៅហ្មងបែបណា ខ្លះ ហើយខំប្រឹងកែប្រែឲ្យបានវិសេសឡើង ។

ដើម្បីចំរើនសតិខាងទស្សនភាព ត្រូវយើងបង្ហាត់ខ្លួនយើងឲ្យចេះសំឡឹងមើលវត្ថុនានាឲ្យអស់ជើង មានសណ្ឋានទ្រង់ទ្រាយ ពណ៌ សម្បុរ ទំហំ ទម្ងន់ជាដើម កុំឲ្យក្អែករេរាយមាយទៅត្រឹមវត្ថុដោយឥតយកចិត្តទុកដាក់ គឺសំឡឹងមើលដោយពិនិត្យពិច័យ កុំឲ្យគ្រាន់តែឃើញ ។

ចំណែកសតិខាងសុតភាព ក៏ត្រូវហាត់ស្តាប់ឲ្យចាំជាក់កុំឲ្យគ្រាន់តែឮ ការរៀនភាសាតាងប្រទេសតាមថាសជាការហាត់សតិសុតភាពយ៉ាងសំខាន់ ។

ត្រូវប្រើការបង្គាប់ខ្លួនយើងផ្ទាល់ផងថា "ខ្ញុំហ្វឹកហ្វឺនសតិរបស់ខ្ញុំគ្រប់ពេល" ។

ដើម្បីជួយសតិរបស់យើងឲ្យប្រតិបត្តិការដោយខែងរ៉ែង យើងគោងធ្វើអ្វីដោយមូលអារម្មណ៍ចំពោះកិច្ចការនោះ កុំបណ្តោយគំនិតឲ្យរាយមាយផ្តេសផ្តាស ។

ពេលចូលកាន់ដំណេក មុននឹងលង់លក់ទៅនោះ យើងគួរសំរាកពង្រាយកាយឲ្យបានស្រួល លុះឈប់គិតអ្វីទាំងអស់បានមួយស្របក់យើងត្រូវតាំងចិត្តរំលឹកដល់ហេតុការណ៍ ដែលកន្លងហួសមកហើយក្នុងកំឡុងថ្ងៃនោះ បានចំនួន ៥ នាទីរៀងរាល់រាត្រី ចាប់ពីពេលចូលកាន់ដំណេកនាថ្ងៃនេះ អនុលោមស្ទួចុះដល់ពេលក្រោកចាកដំណេកកាលពីព្រឹកនៃថ្ងៃនោះ លុះរំលឹកនឹកឃើញសព្វគ្រប់ហើយ គេគង់ប្រើសេចក្តីពិចារណា

ថា តើហេតុការណ៍អស់នោះស្របទៅតាមសេចក្ដីបំណងរបស់យើងហើយឬនៅ គឺថាត្រឹមត្រូវទៅតាមរបៀបការកសាងខ្លួនដែលយើងបានរៀបចំមកហើយឬនៅ បើមានខុសប្រហែសត្រង់ណា យើងគោងប្រដៅខ្លួនយើងកុំធ្វើអំពើត្រង់នោះទៀត ហើយបង្គាប់ខ្លួនយើងឲ្យបំពេញនូវអំពើដែលប្រពៃឲ្យបានបរិបូណ៌ឡើង ដោយតាំងចិត្តថា "ក្នុងថ្ងៃស្អែកនេះខ្ញុំប្រឹងប្រែងឲ្យបានប្រសើរលើសថ្ងៃនេះ" ។ គិតដូច្នេះហើយសឹមយើងបណ្ដោយខ្លួនឲ្យដេកលក់ស្ងប់ក្នុងគំនិតដ៏ល្អនោះ ។

ការបណ្ដុះកំលាំងចិត្ត

យើងបាននិយាយពីការគ្រប់គ្រងគំនិតឲ្យបានបទមករួចហើយ យើងដឹងថាគំនិតដែលយើងបានត្រិះរិះដ៏ខ្លាំងក្លានោះ នឹងចេញជាអំពើ លំដាប់ពីនេះ យើងនឹងពោលអំពីការប្រកាសគំនិតឲ្យចេញមកក្រៅឲ្យឃើញរូបប្រាកដឡើង ដែលជាកិច្ចនៃកម្លាំងចិត្ត ។ កម្លាំងចិត្តជាសមត្ថផលសំរាប់បំពេញកិច្ចការឲ្យបានសំរេច មានសេចក្ដីបំណងជាដើមកំណើត បើមានសេចក្ដីបំណងខ្លាំងក្លានឹងសំរេចផលហើយ នឹងជាជំនួយដល់កម្លាំងចិត្តក្នុងការពុះពារឧបសគ្គទាំងឡាយបានដោយងាយ ដូច្នេះ គួរបណ្ដុះបណ្ដាលបំណងរបស់យើងឲ្យមានបរិបូណ៌ឡើង តែបណ្ដុះបណ្ដាលតែបំណងណាដែលនាំនូវសេចក្ដីចំរើននឹងសេចក្ដីសុខមកដល់ខ្លួនយើង ឯបំណងអាក្រក់គួរលះបង់ចោល ។

បំណងរបស់យើងនោះ យើងគោងត្រិះរិះដោយល្អិតល្អន់ដើម្បីឲ្យដឹងជាក់ច្បាស់ថា យើងត្រូវការជាមនុស្សបែបណា មានឧត្តមគតិបែបណា ឯបំណងរបស់យើងនោះអាចសម្ដែងដូចេះ "ឧត្តមគតិរបស់ខ្ញុំ គឺការធ្វើខ្លួនឲ្យបានជាមនុស្សប្រសើរ ជាអ្នកអាចសំរេចប្រយោជន៍បានគ្រប់យ៉ាង ទាំងប្រយោជន៍អ្នកដទៃ ទាំងប្រយោជន៍របស់ខ្ញុំ" ជាដើម ។ កាលយើងតាំងឧត្តមគតិរបស់យើងបានហើយ យើងគោងកសាងនូវគុណសម្បត្តិ សំរាប់ញាំងខ្លួនឲ្យបានសំរេចនូវឧត្តមគតិនោះដោយអំណាចកំឡាំងចិត្ត ។

ឯកំឡាំងចិត្តនឹងខែងវ៉ែងបាន ដោយអាស្រ័យមធ្យោបាយខាងកាយ នឹងខាងចិត្ត ។

មធ្យោបាយខាងកាយនោះ គឺ:

ក) ការរក្សាពន់កាយឲ្យមានសុខភាពបរិបូណ៌

ខ) ការប្រើអាកប្បកិរិយាខែងវ៉ែងជាអ្នកជាន់ខ្ពស់ ។

ឯការរក្សាពន់កាយឲ្យប្រកបដោយសុខភាពបរិបូណ៌នោះ បានពណ៌នាក្នុងភាគដើមមកហើយ មិននាំមកនិយាយក្នុងទីនេះទៀតទេ ។

ការប្រើអាកប្បកិរិយា

អាកប្បកិរិយារបស់មនុស្សរមែងប្លែកៗគ្នា ពីរូបមួយទៅរូបមួយ អ្នកធ្លាប់នៅក្រោមបង្គាប់គេមានឫកពា សំដីសំដៅ ត្រមទាំងកិរិយាប្លែកពីអ្នក

ជានាយលើគេ អ្នកមានប្លែកពីអ្នកក្រ អ្នកក្លាហានប្លែកពីអ្នកខ្លាចជាដើម អាកប្បកិរិយានេះជាគ្រឿងសម្គាល់នូវបុគ្គលិកលក្ខណៈរបស់យើង ៗ ក្នុងការទាក់ទងគ្នាធម្មគ្នា អ្នកដទៃតែងប្រព្រឹត្តខ្លួនឲ្យស្របតាមអាកប្ប-កិរិយារបស់យើង សមដូចពុទ្ធភាសិតមួយថា "អ្នកបូជាតែងបានបូជាតប" ចំណែកហេតុការណ៍ផ្សេងៗ ក៏ទទួលនូវអានុភាពនៃអាកប្បកិរិយារបស់យើងដែរ ព្រោះលោកខាងក្រៅពុំមែនជាអាក្រក់ ឬ ជាល្អតាមធម្មជាតិទេ ដែលនឹងត្រឡប់ទៅជាអាក្រក់ ឬ ជាល្អបាន ព្រោះការទាក់ទងរវាងយើងនឹងលោកនោះប៉ុណ្ណោះ ក្នុងរឿងនេះលោកគ្រូពេទ្យវិចទ័របូសេតបានសរសេរថា: "លោកនេះជាកញ្ចក់ដែលយើងតែងឆ្លុះមុខរបស់យើង បើយើងញញឹម លោកក៏ញញឹមដាក់ បើយើងបង្ហាញមុខមិនស្រស់លោកក៏ធ្វើមុខដូរតបមកវិញ" ដូច្នេះ យើងប្រើអាកប្បកិរិយាបែបណាអ្នកដទៃនឹងហេតុការណ៍ក៏ប្រព្រឹត្តស្របតាមអាកប្បកិរិយាបែបនោះ ៗ

យើងចង់បានសេចក្ដីសុខ សេចក្ដីចំរើន គឺថាចង់ឈ្នះទុក្ខនឹងសេចក្ដីវិនាស យើងគោងតែមានអាកប្បកិរិយាជាអ្នកឈ្នះគ្រប់ពេលគឺឈ្នះខ្លួនជាមុន ដោយបញ្ចេញសេចក្ដីល្អរបស់យើងឲ្យឃើញប្រចក្សឡើងកំចាត់បង់សេចក្ដីអាក្រក់របស់យើងឲ្យអស់ទៅ ញ៉ាំងសេចក្ដីទុកចិត្តក្នុងគុណ-សម្បត្តិរបស់យើងឲ្យកើតឡើង ឲ្យជឿជាក់ក្នុងខ្លួនយើងថាយើងជាអ្នកមានគុណសម្បត្តិទាំងនោះពេញបរិបូណ៌ ជាកំលាំងវិសេសមួយក្នុងការ

ផ្ចាញ់ឧបសគ្គទាំងឡាយ ៗ សេចក្តីទុកចិត្តក្នុងខ្លួននាំឲ្យមានអាកប្បកិរិយាជាអ្នកឈ្នះ ជាជនប្រកបដោយសេរី ដូចអ្នកដែលមានការក្រៀងដណ្តប់កាយ មានម្កុដពាក់ ដើរកាត់ក្រៀងយ៉ាងសង្ហា ជាអ្នកឈ្នះកម្លាំងធម្មជាតិ ៗ

អ្នកឈ្នះជាអ្នកបញ្ចេញឫកពាជាជនជាន់ខ្ពស់ ជាអ្នកដំណើរអង់អាច ខែងរ៉ែង មិនលុះក្នុងអានុភាពឯណាទីមួយ យើងត្រូវប្រើអាកប្បកិរិយាដូចតទៅនេះ ឲ្យបានគ្រប់ពេល :

ក) ការគោរព.– បើយើងចង់ឲ្យគេគោរពយើង តោងយើងគោរពគេជាមុន គឺមិនត្រូវប្រើកិរិយាគោងកាច ធ្វើងឆ្មៃ ឬ ព្រៃផ្សៃទេ ត្រូវធ្វើខ្លួនជាអ្នកសុភាពរៀបសារល្អ ទាំងឫកពា ទាំងសំដីសំដៅ តែតោងគោរពដល់ខ្លួនផង គឺថាតោងបញ្ចេញសេចក្តីថ្លៃថ្នូរជាដរាប ចំពោះជនណាក៏ដោយ ថ្លៃថ្នូរដោយសំលៀកបំពាក់សមរម្យ ដោយខ្លួនប្រាណស្អាតបាត ដោយរាបារៀបរយ និយាយទៅរកអ្នកឯណា ងើបមុខមើលចំអ្នកនោះ កុំឱនដាក់មុខ ឯកិរិយាក៏ត្រូវឲ្យខែងរ៉ែង មិនទន់ខ្លួនសំឡុបស្ងាធ្វើកំប្រុាន ដែលជាលក្ខណៈអ្នកជាន់ទាប អាកប្បកិរិយាបែបនេះ នឹងបង្ខំឲ្យអ្នកដទៃគោរពយើងវិញដោយពិត ៗ

ខ) ការប្រស្រ័យទាក់ទងគ្នា.– ក្នុងការបរចារកគ្នា តោងយើងនិយាយដោយសំដីខែងរ៉ែង ឲ្យច្បាស់លាស់ កុំញាំត្រណោត កុំបៀម

ពាក្យកុំបំពង់ក ទីងពេលអ្នកគោរពពិនិត្យពាក្យពេចន៍ជាមុនសឹមហានិយាយ វាចាសោតត្រូវប្រើតែវាចាណាដែលមិនធ្វើឲ្យគេអន់ចិត្ត ដែលមិនខាំឲ្យយើងស្ដាយក្រោយ បើមានការជជែកគ្នាពីប្រស្នាណាមួយ ត្រូវប្រើសេចក្ដីស្ងប់គ្រប់ពេល កុំឆាប់ប្រឡូតពោលសំដីឥតគិត ចាំភាសិតមួយបទថា “អ្នកស្ងប់រំងាប់រៀបរយ មិនមានកន្ទីណា ទន្ទុះមិនបានជាទីប្រជុំឡើយ” ។

គ) ការរាប់អានគ្នា .– យើងចូលចិត្តឲ្យគេរាប់អានយើងគ្រប់ៗគ្នា ដូច្នោះយើងគោរពតាំងចិត្តរាប់អានគេវិញឲ្យបានគ្រប់ៗរូប រក្សាសមាន-ចិត្តឲ្យបានគ្រប់ពេលវេលា ពុទ្ធភាសិតបានប្រដៅថា “ពៀរទាំងឡាយមិនដែលស្ងប់រម្ងាប់ដោយពៀរទេ” ព្រោះហេតុនោះ យើងគោរពតែផ្សាយមេត្រីចិត្តដល់ជនគ្រប់រូបទោះជាសត្រូវនឹងយើងក្ដី កាយវាចារបស់យើង ព្រមទាំងអាកប្បកិរិយារបស់យើងត្រូវបញ្ចេញនូវមេត្រីភាពនោះឲ្យពេញបរិបូណ៌ កិច្ចការដែលយើងធ្វើដោយកាយក្ដី ដោយវាចាក្ដី ត្រូវឲ្យបានជាប្រយោជន៍ដល់ខ្លួនយើងផង ដល់ជនដទៃផង ។

ឃ) ការស្ងួនទឹកមុខ .– ទឹកមុខរបស់យើងគោរពសម្ដែងឲ្យឃើញថាយើងជាអ្នកមានសេចក្ដីទុកចិត្តក្នុងខ្លួនយើង ជាអ្នកសុទិដ្ឋិ គឺមិនចេះត្អូញត្អែរឥតផលប្រយោជន៍ ជាអ្នកទទួលនូវហេតុការណ៍មិនល្អដោយញញឹមញញែម មិនតក់ស្លុត ព្រោះជឿជាក់ថានឹងអាចផ្ចាញ់នូវហេតុ

អាក្រក់នោះបានបានក្លាម ឬក្នុងពេលមុខ ដូច្នេះត្រូវចៀសវាងការធ្វើមុខក្រញូវមុខជូរ ឬសម្តែងអាការតូចចិត្តអន់ចិត្តជាដើម ជាហេតុនាំឲ្យគេអាណិតនោះ ធ្វើឲ្យគេអាណិតគឺប្រកាសឲ្យគេដឹងថាអន់ជាងគេ ។

ង) ការរៀបដំណើរឲ្យបានល្អ — ដំណើររបស់យើងតោងបញ្ចេញឲ្យឃើញថាជាអ្នកថ្លៃថ្នូរ អ្នកអង់អាច តែពុំមែនជាអ្នកព្រហើនកោងកាចទេ ទោះនៅចំពោះមុខគេក្តី គង់មានដំណើរដូចប្រក្រតីធម្មតា មិនអៀន មិនខ្មាស់ បើយើងនឹកថាមិនអាចសូនដំណើររបស់យើងឲ្យបានប្រក្រតីធម្មតា ក្នុងពេលដែលដើរកាត់មុខអ្នកដទៃច្រើន ឬពេលដឹងថាគេចាំគន់មើលជាដើម ត្រូវធ្វើតយកឱកាសនោះ ដើម្បីហ្វឹកហាត់ឲ្យបាត់សេចក្តីអៀន អាចដើរបានដូចធម្មតា ។

ច) ការកំចាត់អាការៈឥតផលប្រយោជន៍.— ពេលអង្គុយគោងអង្គុយឲ្យស៊ប់សំរាកកាយដោយស្រួល កុំទោកជើង ៗ កុំទំលាប់គោះដៃ អេះក្បាល កេះចង្កា ញាក់ប្រមុះ ក្រវីក្បាល យោកខ្លួនក្នុងពេលនិយាយគ្នា ឬកាច់ម្រាមដៃឲ្យលាន់ព្រឺប្រែះប្រាសជាដើម ដែលជាលក្ខណៈនៃអ្នកមិនមានសេចក្តីស្ងប់ ហើយជាហេតុនាំឲ្យខូចកំឡាំងធាតុឥតអំពើផង នាំឲ្យខ្សោយចាញ់ប្រៀបគេផង ការកាសដៃ ញាក់មុខ ត្រូវកុំធ្វើឲ្យហួសហេតុពេក គ្រាន់តែជាសញ្ញាឲ្យគេស្តាប់បានប៉ុណ្ណោះល្មមហើយ ឯការកាច់ពងរេ ក៏ជាការឥតប្រយោជន៍ដែរ ។

ឯមធ្យោបាយខាងចិត្តនោះ មាន ៤ ប្រការ គឺ:

១ – ការយកឈ្នះខ្លួនឯង

២ – ការស្ងួនរក្សាសេចក្តីស្ងប់

៣ – ការប្រយ័ត្នប្រយែងក្នុងការងារ

៤ – សេចក្តីព្យាយាមធ្វើឲ្យបានសំរេច ។

ការយកឈ្នះខ្លួនឯង

យើងចង់បានជាអ្នកឈ្នះ យើងត្រូវយកឈ្នះខ្លួនយើងជាមុនសិន ព្រោះខ្លួនយើងតែងប្រកបដោយសេចក្តីល្អ និងសេចក្តីអាក្រក់លាយឡំគ្នា តែសេចក្តីអាក្រក់យើងធ្វើបានដោយងាយ បានជាសេចក្តីល្អដែលយើងត្រូវការនោះ នៅក្រិនជាពូជមិនលូតលាស់ក្នុងសន្តានចិត្តរបស់យើង ការយកឈ្នះខ្លួន គឺការបង្ក្រាបសេចក្តីអាក្រក់ឲ្យបាក់បបខ្ទប់ខ្ទាប រត់ចេញពីខ្លួនយើងបាត់ទៅ បញ្ចេញសេចក្តីល្អរបស់យើងឲ្យស្រស់ស្រាយបំព្រងឡើង សេចក្តីល្អនោះ នឹងលើកយើងឲ្យផុតពីជោគអាក្រក់ទាំងឡាយ ព្រមទាំងភាពខ្សត់ខ្សោយរបស់យើងផង ហើយទ្រទ្រង់យើងឲ្យដើរតាមផ្លូវត្រង់ជានិច្ច ដែលជាលក្ខណសម្បត្តិនៃសេចក្តីសុខ សេចក្តីចំរើនគ្រប់ប្រការ សមដូចពុទ្ធភាសិតសម្តែងថា "ការយកឈ្នះខ្លួនឯងបាន ជាការប្រសើរណាស់" ។

យើងដឹងស្រាប់ហើយថា ចិត្តរបស់យើងតែងកន្ទុះរា ស្ទុះលោតយ៉ាងឆាប់ ទៅរកអារម្មណ៍ថ្មីៗ ជាដរាប មានលក្ខណៈបីដូចសត្វស្វា ដែលតែងតោងស្ទួពីមែកមួយទៅមែកមួយ លោតចុះលោតឡើងមិនចេះនៅស្ងៀមមួយកន្លែងសោយអារម្មណ៍ផ្សេងៗ ជាទុក្ខខ្លះ ជាសុខខ្លះ កើតសប្បាយរីករាយខ្លះ កើតស្អប់ខ្លះ កើតបារម្ភខាបខ្លះ កើតទន្ទាឈ្នានីសខ្លះ តែងប្រែប្រួលទៅតាមប្រភេទនៃវេទនាអស់នោះ ជាហេតុនាំឲ្យឧប្បត្តិ-ហេតុផ្សេងៗ បង្កឲ្យកើតសេចក្តីទុក្ខព្រួយ ព្រមទាំងឧបសគ្គទាំងឡាយផង រវល់តែទឹងឈប់គ្រប់ដំហាន រេទៅតាមសន្ទុះខ្យល់បក់ពោលគឺកម្លាំងខាងក្រៅ ដែលបានយើងទៅខាងកើតម្តង ខាងលិចម្តង ៗ ព្រោះហេតុនោះ យើងគោងកៃខ្សែបង្ហៀរ ដើម្បីទប់ទល់ការទទួលវេទនា ឬ វេទនាការទាំងនោះឲ្យបានជានិច្ច គឺត្រូវធ្វើខ្លួនជាអ្នកស៊ូប៉ុងស៊ូដើម ឬ ជាអ្នកមានសមានភាព ។

យើងតែងសង្កេតឃើញសមាគមនានា នៅស្រុកខ្មែរយើង មិនរស់នៅបានយូរទេ បានពីរបីឆ្នាំប៉ុណ្ណោះក៏រយេករយាកឬរលត់រលាយបាត់ទៅ តាំងដម្បូងដូចជាបំរុងទឹងដុះដាលល្អណាស់ តែយូរទៅកាន់តែរសាយណាយចិត្តសព្វខ្លួន ទាំងនេះមកពីអ្វី មកពីយើងខ្វះសមានភាពនោះឯង ។ សមានភាព ធ្វើឲ្យយើងនៅទឹងជាដរាប ឲ្យឈានទៅមុខយ៉ាងជាក់លាក់ប្រាកដប្រជា មិនរាកថយក្រោយ ឬបត់បែនទៅខាង

ណាទេ អ្នកមានសមានភាពជាអ្នកនៅដដែលជានិច្ច មិនម្តងបែបនេះ ម្តងបែបនោះទេ ជាអ្នកបែរមុខសំឡឹងឧបសគ្គទាំងឡាយដោយសេចក្តីស្ងប់មិនតក់ស្លុតរន្ធត់ចិត្ត ហើយជាអ្នកតាំងចិត្តនឹងផ្ចាញ់នូវឧបសគ្គនោះ មិនព្រមបណ្តោយឲ្យឧបសគ្គច្រានថយក្រោយ ឬបង្ខំឲ្យលះបង់សេចក្តីសង្ឃឹមទេ ជាអ្នកដំកល់ចិត្តនៅនឹងថ្កល់ស្មើល្អ មិនស្អប់ព្រឹក ស្រឡាញ់ល្ងាច ជាអ្នកមិនចេះប្រែឡាតខ្ចឹង មិនចេះព្រួយបារម្ភ អ្នកប្រកបដោយសមានភាពតែងគ្រប់គ្រងវត្ថុអប់រំ ហើយអាចផ្សាយអានុភាពទៅលើវត្ថុទាំងនោះផង ។

ដើម្បីបណ្តុះនូវសមានភាពឲ្យមានក្នុងខ្លួនយើង យើងត្រូវបណ្តុះនិស្ស័យដូចតទៅនេះ

ក) ចុះដៃធ្វើភ្លាម .— បើយើងប្រាថ្នានឹងធ្វើអ្វីហើយ តោងចាប់ធ្វើភ្លាមមួយរំពេច កុំរេរង់បង្អង់ចាំឱកាស ។

ខ) ធ្វើឲ្យហើយស្រេច.— ចាប់ការអ្វីធ្វើហើយ ត្រូវធ្វើការនោះឲ្យហើយស្រេចជាទីបំផុត កុំបោះបង់ចោល ដូចពាក្យចាស់លោកប្រដៅថា "ធ្វើអ្វីធ្វើឲ្យហើយ កុំទុកឡើយបង្កើតកេរ្តិ៍" ។ ចាប់អានសៀវភៅអ្វី អានសៀវភៅនោះឲ្យចប់ តាំងចិត្តនឹងធ្វើអ្វី ១០ នាទី ត្រូវធ្វើឲ្យគ្រប់ ១០ នាទីសឹមឈប់ កុំឲ្យខ្វះ កុំឲ្យលើស ។

គ) ត្រូវជាអ្នកដឹងខ្លួន.— ការៈជាអ្នកដឹងខ្លួន ឬអ្នកមានសម្បជញ្ញៈ គឺអ្នកគោរពសិក្ខាបទដែលបានដំរូវជាទឹងកាន់តាមហើយ ឥតបីធ្វេសប្រហែស ដូចជាហាមប្រាមខ្លួនយើងឲ្យតមស្រាអាភៀន មិនពោលពាក្យឡេះឡោះជាដើម យើងកាន់ច្បាប់នោះទៀងទាត់មិនឲ្យភ្លាត់ក្នុងឱកាសណាក៏ដោយ ត្រូវជាអ្នកដឹងខ្លួនជានិច្ចថា ខ្លួនយើងជាមនុស្សមានថ្លៃថ្នូរ មានសីលធម៌ មានចិត្តខែងរ៉ែង មិនកន្លងនូវវិន័យរបស់ខ្លួន ។

ឃ) មិនទំលាយសេចក្ដីសំងាត់.— យើងមិនត្រូវបើកខ្លួនយើងឲ្យគេមើលធ្លុះចិត្តគំនិតរបស់យើង ដូចជាគេបើកទ្វារទូនោះទេ ធ្វើបែបនេះនាំឲ្យគេស្គាល់យើងច្បាស់លាស់ គេអាចប្រើអានុភាពផ្សាយមកលើយើងបាន ធ្វើឲ្យយើងចាញ់ប្រៀបគេ ដូចជាអ្នកប្រដាល់ណាដៃដាល់ទាល់តែអស់ដៃ កន្ទ្រាក់មកការខ្លួនវិញមិនទាន់ គោងតែទទួលកណ្ដាប់ដៃគេ ដូច្នេះយើងត្រូវប្រយ័ត្នអណ្ដាតយើងឲ្យមែនទែន យើងចង់ឲ្យគេដឹងរឿងត្រឹមណា និយាយតែត្រឹមប៉ុណ្ណោះ ហើយចង់និយាយត្រឹមណា ត្រូវនិយាយតែត្រឹមនោះឲ្យច្បាស់លាស់ កុំចេះតែរលាស់អណ្ដាតឥតគិត ពាក្យចាស់មានត្រាទុកមកថា “អណ្ដាតជាអាចិ៍កន្លង” ។

ង) ធ្វើអ្វីៗដោយប្រយ័ត្នប្រយែង.— មុននឹងធ្វើអ្វីៗ យើងគោងត្រិះរិះជញ្ជឹងគិតជាមុនសិន លុះបានត្រិះរិះឃើញថាធ្វើយ៉ាងណាហើយ គប្បីធ្វើតែយ៉ាងនោះ តែកុំប្រយ័ត្នប្រយែងហួសពេក រហូតដល់ខ្លាចមិន

បានធ្វើអ្វីក្រែងខុសនោះ ។ ច្បាប់កេរ្តិ៍កាលប្រដៅថា "សន្សឹមកុំបំបោល ក្រែងពុំដល់ដូចប្រាថ្នា" សន្សឹមក្នុងទីនេះ ពុំមែនបង្គាប់ឲ្យធ្វើអ្វីមួយ ៗ យឺត ៗ នោះទេ ព្រោះតែយឺតចាញ់គេហើយ ត្រូវតែធ្វើឲ្យរហ័ស តែកុំបំបោល គឺកុំធ្វើអ្វីៗ ដោយមិនបានគិតមុនហើយចាប់ធ្វើទៅទាំងបំពាន ត្រោកបំពានត្រាំង ។

ខ) កុំខ្លាចពាក្យដំនៀល.– យើងជាអ្នកកសាងខ្លួនឲ្យមានបុគ្គលិកលក្ខណៈខែងរ៉ែង យើងមិនត្រូវស្លុតក្នុងអានុភាពនៃពាក្យគេថាទេ អ្នកខ្លាចគេថាជាអ្នកខ្លាចច្រើនធ្វើការអ្វីមិនចំរើន រវល់តែចាំស្តាប់តែគេសរសើរ បុទិទ្វា អ្នកខ្លះចាំលតែគេបញ្ជោរប្តូលើកជើងសរសើរទើបចំប្រឹងប្រែង សរសើរនឹងនិន្ទាជាធម៌នៃជនជាន់ទាបទេ យើងមិនត្រូវខ្លាចពាក្យដំនៀលទេ តែក៏មិនមែនចេះតែអ្វីធ្វើតាមចិត្តនោះដែរ ត្រូវឲ្យពេញចិត្តក្នុងខ្លួនរបស់យើងផង គឺធ្វើកិច្ចការអ្វីធ្វើឲ្យបានល្អ ធ្វើដោយហ្មត់ចត់ឥតបណ្តែតបណ្តោយឲ្យតែរួចពីដៃ កាលយើងពេញចិត្តក្នុងខ្លួនយើងហើយ រកបន្ទោសខ្លួនយើង ព្រោះធ្វេសប្រហែសពុំបាន តើយើងនឹងបានផលប្រយោជន៍អ្វីដែលនឹងចង់ដឹងថាគេនឹងយល់ដូចម្តេច ពាក្យគេថានោះមិនចេះចប់ទេ ។ ដូច្នេះ ត្រូវយើងតាំងចិត្តធ្វើអ្វី ធ្វើឲ្យបានប្រសើរវិសេសជានិច្ច ឲ្យបានពេញចិត្តដល់ខ្លួនយើងពិត ៗ ហើយកិច្ចការនោះជាប្រយោជន៍ដល់អ្នកដទៃព្រមទាំងខ្លួនយើងផង ។

ង) តាំងចិត្តឲ្យខងវ៉ែង – ចិត្តខងវ៉ែងទាញយើងឲ្យចាំមិនភ្លេចនូវការដាច់ស្រេចរបស់យើងថានឹងធ្វើអ្វី នូវវត្ថុបំណងដែលយើងបានគោលទុកហើយ សូម្បីបើមានសេចក្ដីរាយមាយមួយជនមួយ យាមចិត្តខងវ៉ែងនឹងបង្ខំយើងឲ្យវិលទៅកាន់គំនិតដើមវិញជាដរាប ដូច្នេះគួរយើងតាំងចិត្តនឹងធ្វើអ្វីធ្វើឲ្យហើយស្រេចជាទីបំផុត ហើយធ្វើចិត្តឲ្យរឹងប៉ឹងដើម្បីធ្វើកិច្ចការនោះផង ។

ការសួគសេចក្ដីសុខ

រាងកាយរបស់យើងត្រូវការអាហារយ៉ាងណា ចិត្តរបស់យើងក៏ត្រូវការអាហារយ៉ាងនោះដែរ តែយើងចូលចិត្តរប់អានតែអាហារណាដែលនាំឲ្យកំរើបឲ្យកើបរំជួល ខាងកេសដ្ឋៈចូលចិត្តសុរានឹងមេរ័យ ដែលឲ្យស្រវឹងឲ្យខូចខ្លួន ខូចកេរ្តិ៍ឈ្មោះ ព្រោះសុរាជាអបាយមុខដ៏លាមកមួយជាគ្រោះអាក្រក់ដល់សង្គម បើខាងល្បែងវិញ គាប់ចិត្តតែល្បែងណាដែលនាំឲ្យជ្រួលច្របល់ ឬដែលនាំឲ្យសំរើប ឲ្យស្រៀវសព្វសាច់សរសៃសមដូចលោកហ្វេណេឡុងពោលថា "ជនដែលមានគ្រោះអាក្រក់ចំណាប់ខ្លួនក្នុងគ្រឿងកំសាន្តផ្សេងៗហើយ នឹងលែងចូលចិត្តគ្រឿងកំសាន្តធម្មតា ហើយកើតសេចក្ដីអផ្សុកជានិច្ច ក្នុងការស្វែងរកដោយព្រួយបារម្ភនូវសេចក្ដីសប្បាយ" ។ យើងយល់ថាសេចក្ដីសុខជាវត្ថុដែលយើងគាន់តែ

រត់តាមរក ហើយចេះតែរត់តាមរកឥតស្រាកដោយរុញច្រានវត្ថុនោះឲ្យរអិលទៅមុខ ៗ

ការរត់រកសេចក្ដីសប្បាយបែបដូច្នេះ នាំឲ្យអស់ទាំងកម្លាំងកាយ ទាំងកម្លាំងចិត្ត ហើយញុំាងចិត្តនោះឲ្យរំភើបញាប់ញ័រជានិច្ច កាលបើកម្លាំងសរសៃប្រសាទហួសខ្នាតទៅ ក៏កើតសេចក្ដីនឿយហត់នាំឲ្យខ្ជិលច្រអូស ឲ្យអស់សេចក្ដីក្លាហាន នាំឲ្យខ្លាច ឲ្យព្យាបាទ ឲ្យសំឡឹងមើលតែខាងអាក្រក់ ឲ្យទាស់ចិត្តគ្រប់យ៉ាង ព្រោះតែការនឿយហត់អស់កម្លាំងរកធ្វើអ្វីមិនបានដូចសេចក្ដីបំណងនោះឯង ៗ ដើម្បីចៀសវាងនូវទោសទាំងនោះ គប្បីតែយើងស្ងួនសេចក្ដីស្ងប់ក្នុងកាយនឹងក្នុងចិត្តឲ្យបានជាប់ជានិច្ច ស្វែងរកតែអាហាររបស់កាយក្ដីរបស់ចិត្តក្ដី ដែលញុំាងសេចក្ដីស្ងប់ឲ្យមានបរិបូណ៌ ៗ

សេចក្ដីខ្លាច.— សេចក្ដីខ្លាច សេចក្ដីញញើតញញើម នាំឲ្យតក់ស្លុត នាំឲ្យខូចកម្លាំងចិត្ត ធ្វើអ្វីមិនបានសំរេចដូចបំណង ធ្វើយូរជាងគេផង ហើយមិនបានល្អផង មកពីមិនទុកចិត្តខ្លួនឯង រអែងក្រែងខុសនាំឲ្យគេបំអកឲ្យ ដូនខ្លាចកប៉ាល់ ខ្លាចរន្ទះ ខ្លាចខ្យល់ព្យុះ ជាដើម រវល់តែព្រួយបារម្ភជានិច្ច រកសុខពុំឃើញ ៗ ទាំងអស់នេះ ដោយភាគច្រើនមកពីការអប់រំពីតូចមកពីកាលនៅក្មេង ចាស់ៗច្រើនបន្លាចឲ្យខ្លាចទទុយ ខ្លាចឆ្មាគោង ឲ្យខ្លាចនេះខ្លាចនោះជាដើម ត្រង់នេះគួរមាតាបិតា

ទាំងឡាយទៀតរកងកុំបន្ទាបកូនតូចៗ ឲ្យសោះ ខ្វះអ្វីវិធីដទៃសំរាប់លួងក ឲ្យបាត់គិតកុកកប្តុំនោះៗ ចំណែកអ្នកធ្លាប់ខ្លាចមកហើយ ត្រូវពិចារណា ឲ្យឃើញថា យើងជាមនុស្សមិនត្រូវខ្លាចខុសទំនងទេ ខ្លាចចំពោះវត្ថុណា ពិចារណាវត្ថុនោះឲ្យច្បាស់លាស់ ឲ្យដឹងថាជាវត្ថុមិនគួរខ្លាចទេ ៗ ឯការ ខ្លាចគេសើចវិញនោះ យើងគោងចាំថាការធ្វើអ្វីមែងមានខុសជាដរាប ការខុសនេះជាគ្រូនាំឲ្យយើងធ្វើត្រូវ ៗ ឯវិធីហាត់នោះ គឺវិធីដក ដង្ហើមដូចបានអធិប្បាយមករួចហើយ ៗ

សេចក្តីព្យាបាទ — សេចក្តីព្យាបាទ មួយអន្ទើដោយសេចក្តីឥស្សា ឈ្នានីស ដោយសេចក្តីថ្នាក់ថ្នាំងចិត្ត ទឹងសេចក្តីខឹងជាបរិការ ជាជាតិ ពុលអាក្រក់មួយដែលបំផ្លាញសុខភាពរបស់យើង បំផ្លាញកម្លាំងសរសៃ ប្រសាទរបស់យើង ព្រមសេចក្តីខ្ពង់ខ្ពស់របស់យើង មិនឲ្យយល់សេចក្តី អាក្រក់ល្អគុណទោស ធ្វើឲ្យរកាតសាមគ្គីរវាងមនុស្សនឹងមនុស្សឲ្យខូច មេត្រីភាព ឲ្យសំឡឹងមើលមុខដោយចង់ស៊ីសាច់ហុតឈាមគ្នា ៗ គួរ ទុកកម្លាំងអស់នោះសំរាប់កសាងខ្លួនយើងវិញ ទើបប្រសើរជាងការរក រឿងរកហេតុនឹងអ្នកដទៃ បានប្រយោជន៍អ្វីទៅ គិតបំផ្លាញគេនោះ ៗ ដូច្នេះ យើងជាអ្នកប្រាថ្នាសេចក្តីសុខ យើងគោងផ្សាយសេចក្តីសុខនោះ ដល់អ្នកដទៃ ត្រូវផ្សាយមេត្តាចិត្តគ្រប់ពេល ត្រេកអរក្នុងសុខនៃជនដទៃ បបួលគ្នាចំរើនតែសេចក្តីសុខ សេចក្តីប្រេមគ្នាដោយសួស្តី ៗ

ទុទិដ្ឋិ — មនុស្សប្រកបដោយទុទិដ្ឋិ សំឡឹងមើលអ្វីក៏ឃើញតែពីខាងអាក្រក់ទាំងអស់ និយាយពីគេក្ដី ឃើញតែគេក្ដីខូច មិនបានទទបែប ពោលពីអ្នកដទៃវិញ ថាសុទ្ធតែមិនសុចរិត មិនចេះការ ធ្វើអ្វីមិនកើត ពោលពីអ្នកខ្លួនថាខ្ជិលច្រអូស ទុច្ចរិតជាដើម និយាយអ្វីក៏និយាយតែពីរឿងអាក្រក់ មិនចេះសរសើរម្ដងទេ ហើយចូលចិត្តដកដង្ហើមធំ តែឥតធ្វើអ្វីដើម្បីឲ្យបានល្អដូចចិត្តខ្លួនទេ បានតែពីត្អូញត្អែរប៉ុណ្ណោះ ទាំងនេះ មកពីទុកចិត្តខ្លួនឯងថាគ្រាន់បើហួសហេតុ ថាប្រសើរជាងគេជាដរាប មិនសំរបខ្លួនទៅតាមលោក កើតបដិបក្ខនឹងលោកជាដរាប ជាហេតុនាំឲ្យឃ្លាតឆ្ងាយពីផ្លូវសុខ ។ ដូច្នេះត្រូវធ្វើខ្លួនឲ្យជាអ្នកសុទិដ្ឋិ សំឡឹងមើលលោកខាងផ្លូវល្អ ដើម្បីធ្វើខ្លួនឲ្យបានល្អឡើង រកឧបាយធ្វើឲ្យបានល្អជាដរាប បើជារិះគន់វិញ ត្រូវរិះគន់ឲ្យមានផលប្រយោជន៍ ឲ្យមានទំនងល្អមកសាងសេចក្ដីល្អឡើងបាន ។

ដើម្បីរក្សាសុខឲ្យបានគ្រប់ពេល ត្រូវយើងតាំងចិត្តកុំឲ្យស្លុតរន្ធត់ចំពោះឧប្បត្តិហេតុទាំងឡាយ ចៀសវាងអាហារដែលនាំឲ្យកំរើបដូចកាហ្វេ សូកូឡា ស្រា ជាដើម ចៀសវាងសេចក្ដីសំរើប ឬហេតុដែលនាំឲ្យរំជួលកាយដូចជាកំរែកប្រទុបគ្នា ការបរិភោគតាមហួសកំណត់ជាដើម ចៀសវាងហេតុនាំឲ្យរំជួលចិត្ត ដូចជាការអានសៀវភៅ ឬ មើលមហោស្រពដែលនាំឲ្យរំភើបរំជួលខ្លាំង ចៀសវាងអ្នកភ្ញាក់ផ្អើលច្រើន សមាគម

ជាមួយអ្នកទឹងជឹង បំបាត់អាកប្បកិរិយាដែលបញ្ចេញនូវគ្រឿងភ្ញាក់ផ្អើល ពោលចេញដូចជាជេរតូងតាង សំដីរញ៉ីងរញ៉ាំងគោះគុ ហួចជាដើម ។

សេចក្ដីប្រយ័ត្នប្រយែងក្នុងការងារ

ការងារទាំងឡាយ ដែលយើងត្រូវធ្វើសុទ្ធតែគួរដល់ការប្រយ័ត្នប្រយែងទាំងអស់ គឺត្រូវយើងបំពេញការងារដែលយើងធ្វើទាំងប៉ុន្មានដោយយកចិត្តទុកដាក់មិនមានបណ្ដែតបណ្ដោយត្រង់ណាមួយ ដោយចង់ឲ្យបានល្អវិសេសគ្មានត្រូវកែប្រែត្រង់កន្លែងណាបានទៀត ទោះបិតខ្មៅដៃក្ដី សិតសក់ក្ដី ពាក់ស្រោមជើងក្ដី ក៏ប្រឹងធ្វើដោយមធ្យ័តមិនត្រូវអាងថាជាកិច្ចបន្ទាប់បន្សំ មិនសមនឹងសំអិតសំអាងនោះទេ ។ ពេលធ្វើអ្វីធ្វើនោះដោយផ្ចិតផ្ចង់ ទាំងកាយទាំងចិត្តគំនិត ទំលាប់ល្អបែបនេះនាំឲ្យយើងមានសមត្ថភាពខ្លាំងក្លា ឲ្យយើងបានសេចក្ដីសំរេចប្រសើរក្នុងការប្រកបអាជីវកម្មរបស់យើង ។

គ្រប់ៗពេល យើងត្រូវប្រើសេចក្ដីប្រយ័ត្នប្រយែងក្នុងកិច្ចការរបស់យើងទាំងអស់ ធ្វើអ្វីៗតោងរំលឹកដាស់តឿនខ្លួនយើងថា "ខ្ញុំធ្វើការនោះដោយផ្ចិតផ្ចង់ឲ្យបានប្រសើរវិសេស" លុះដៃធ្វើអ្វីហើយ ត្រូវធ្វើឲ្យហើយស្រេចដោយសេចក្ដីព្យាយាមជាប់ជានិច្ច មិនប្រយ័ត្នប្រយែងពេលនេះ បណ្ដែតបណ្ដោយពេលនោះឡើយ ពាក្យថាស្មោះងារមិនអាចនឹងយកមកបន្ទោសដល់កិច្ចការណាមួយរបស់យើងទេ បើយើងមិនលឿនទៅ

មុខទេ មុខជាយើងថយក្រោយ កាលបើយើងថយក្រោយហើយ មុខជាមានអ្នកដទៃគេល្បឿនជាងយើង ដើរមុនយើង យកសេចក្ដីសំរេចផលមុនយើងហើយ ។ វត្ថុបំណងរបស់យើងបាញ់ទៅកាន់ទីណា គោងយើងប្រយ័ត្នប្រយែងដើរឲ្យរហ័ស ហើយដោយពិនិត្យពិច័យឲ្យបានទៅដល់ទីនោះ ឲ្យដល់ទីនោះប្រកបដោយសុខភាពដ៏បរិបូណ៌ ដោយសមគ្គភាពបាសក្ដា ដើម្បីទទួលនូវផលល្អនោះឲ្យបានពេញបន្ទុក ។

ការងាររបស់យើងពុំមែនគ្រាន់តែជាការដោះបំណុលចំពោះសង្គម ដើម្បីមិនធ្វើខ្លួនជាបន្ទុកដល់សមូហភាព ឬ ជាមនុស្សបញ្ញើក្អែកប៉ុណ្ណោះទេ គឺជាកិត្តិយសមួយដល់យើងផង ព្រោះការងារនេះហើយដែលញុំាងសេចក្ដីថ្លៃថ្នូរឲ្យមានដល់យើង ហើយជាគ្រឿងអម្ពរប្រដាប់តាក់តែងជីវិតរបស់យើងឲ្យបានថ្លៃថ្លា ប្រសិនបើយើងគ្មានការងារអ្វីទឹងប្រកបទេ មុខជាយើងកើតអផ្សុកពេញមួយថ្ងៃ ៗ ដែលហាក់ដូចជាវែងណាស់ ហើយគ្មានខ្លឹមសារអ្វីសោះ សេចក្ដីអផ្សុកនេះឯងជាមេបណ្ដាលឲ្យយើងប្រព្រឹត្តអកុសលកម្មផ្សេង ៗ ។ យើងទឹងបានឋានៈឧត្តុង្គឧត្តមក្នុងសង្គមនោះ ពុំមែនព្រោះជាតិកំណើត ព្រោះទ្រព្យសម្បត្តិទេ គឺមកពីការងារដែលយើងបានបំពេញដោយប្រយ័ត្នប្រយែង ដោយយកចិត្តទុកដាក់ដោយចំប្រឹងប្រែងឲ្យបានប្រសើរវិសេសជាដកបនោះឯង ការងារប្រគល់នូវធីរភាពដល់មនុស្ស ។

តែនឹងប្រកបការងារដោយប្រយ័ត្នប្រយែងទៅបាន លុះត្រាតែយើងចេះស្រឡាញ់ការងារនោះផង ទើបយើងអាចឧទ្ទិសសមត្ថគុណរបស់យើងទាំងប៉ុន្មានក្នុងការសំរេចការងារនោះ ឲ្យសមដូចវត្ថុបំណង ដូច្នេះ “ ធ្វើអ្វីឲ្យបានប្រពៃជាងអ្នកដទៃ ហើយក្នុងថ្ងៃទីមួយធ្វើឲ្យបានប្រពៃជាងថ្ងៃដែលកន្លងមកហើយ ” ។ ធ្វើការអ្វីតោងស្រឡាញ់ការនោះ បើយើងមិនពេញចិត្តក្នុងការនោះហើយ យើងនឹងធ្វើការនោះមិនបានល្អទេ យើងត្រូវនឹកថាការដែលយើងធ្វើនោះអាចញុំាងប្រយោជន៍ខ្លះដល់អ្នកដទៃច្រើនរូប ដែលយើងបានជួយឲ្យបានទទួលនូវផាសុកមួយចំណែកដោយអាស្រ័យកិច្ចការរបស់យើង ព្រោះហេតុនោះយើងគប្បីតែស្រឡាញ់ការរបស់យើង លើកដំកើងជាសិល្បៈមួយដែលយើងជាអ្នកស្ទាត់ជំនាញ សេចក្ដីយល់នឹងសេចក្ដីប្រតិបត្តិបែបហ្នឹងនឹងនាំយើងទៅកាន់ឋានៈខ្ពង់ខ្ពស់ សេចក្ដីចំរើន សេចក្ដីសុខដោយពិត ។

សេចក្ដីព្យាយាមអត់ធ្មត់ធ្វើឲ្យបានសំរេច

គុណសម្បត្តិដទៃ ដែលជាលក្ខណសម្បត្តិនៃផលសំរេច យើងបានកសាងសន្សំពេញបរិបូណ៌ហើយ តែបើខ្វះសេចក្ដីព្យាយាមអត់ធ្មត់ ផលសំរេចនោះមិនអាចនឹងដុះឡើងតាមបំណងរបស់យើងបានឡើយ ដូច្នេះយើងត្រូវបណ្ដុះសេចក្ដីព្យាយាមអត់ធ្មត់ឲ្យមានឡើង ៗ ប្រារព្ធនឹងធ្វើកិច្ចការអ្វីពិចារណាកិច្ចការនោះដោយឲ្យហ្មត់ចត់ តើជាអាចនឹងធ្វើឲ្យសំរេច

បានឬទេ បើអាចធ្វើបានហើយចង់ធ្វើ ត្រូវចុះដៃធ្វើតាមកុំបីបង្អែបង្អង់ ស្ងប់ចិត្ត ស្ងប់គំនិតចំពោះតែកិច្ចការនោះ លុះត្រាតែបានធ្វើហើយស្រេច ស្រួលបួលជាទីបំផុត កំពុងធ្វើនេះ ឃើញនោះស្រួលធ្វើផង ពេញចិត្តផង កុំលះបង់ចាស់ទៅចាប់ធ្វើថ្មី រួចវេមករកចាស់វិញ ឬរើរកថ្មីដទៃទៀត ចុះក្នុងតម្រាចាប់នេះចាប់នោះមិនឆ្ពោះត្រង់ណា រួចទាំងទន្សាយ រួចទាំងត្រីរស់ ។

ពេលចាប់ធ្វើអ្វីនីមួយៗ គោងតាំងចិត្តថានឹងអត់ធ្មត់ធ្វើជាប់ជានិច្ច ឲ្យទាល់តែហើយ ទំលាប់បែបនេះឲ្យបានគ្រប់កិច្ចការទាំងអស់ ចាប់អានសៀវភៅណាហើយ ត្រូវអានសៀវភៅនោះឲ្យចប់ចុងចប់ដើម កុំអាន ២ ឬ ៣ ទំព័រហើយចោល ស្ទុះទៅអានសៀវភៅដទៃទៀត នាំឲ្យចិត្តរវើរវាយឥតបទ ហើយពុំបានប្រយោជន៍ចាកការអាននោះផង បើហាត់ប្រាណគោងកំណត់ថានឹងហាត់ឲ្យបានចំនួន ១៥ នាទីរាល់ៗព្រឹក ទុកជាយ៉ាងណាក៏ត្រូវតែធ្វើឲ្យបានពេញ ១៥ នាទីកុំឲ្យតិចជាង ១៥ នាទី ឬឲ្យលើសពី ១៥ នាទីឡើយ ។

ការព្យាយាមអត់ធ្មត់នេះ ជាមូលដ្ឋាននៃផលសំរេចទាំងឡាយ យើងជាអ្នកតស៊ូចំពោះនិស្ស័យអាក្រក់ អានុភាពអាក្រក់ បើយើងមិនចេះអត់ធ្មត់ទេ កាលណានឹងសំរេចផលបានដូចប្រាថ្នា ព្រោះយើងមិនព្រមអត់ទ្រាំធ្វើឲ្យបានផលដែលបំរុងតែនឹងចូលមកនោះផង យើងមិនត្រូវ

ពោលការព្រោះមានសេចក្ដីលំបាកស្កាត់ចាំពីមុខទេ ហើយមិនត្រូវពោលការកំពុងធ្វើ ព្រោះបួលចិត្តចង់ធ្វើការថ្មីឡើយ ត្រូវខំអត់ធ្មត់ធ្វើអ្វីធ្វើឲ្យហើយ កុំឲ្យកើតកេរ្ដិ៍អាក្រក់ ដែលសឲ្យឃើញថា យើងជាអ្នកមិនចេះអត់ធ្មត់ ធ្វើអ្វីមិនសំរេច ឬមិនបានល្អបរិបូណ៌ ។ ដើម្បីចៀសវាងកេរ្ដិ៍នោះ ត្រូវយើងខំស្វាហាប់លើកដាស់តឿនខ្លួនយើងថា "ខ្ញុំជាអ្នកអត់ធ្មត់ ធ្វើអ្វីធ្វើឲ្យហើយ ឲ្យហើយដោយល្អវិសេស" ។

ហេង - យ៉ាន

ក្នុងឆ្នាំ ១៩៥២ ទស្សនាវដ្ដីមិត្តសាលាបាលី នឹងមានផ្សាយចេញតទៅទៀត ។ អត្ថបទដែលបំរុងចុះផ្សាយ នឹងមានសេចក្ដីល្អៗវិសេស ប្លែកជាងឆ្នាំ ១៩៥១នេះ ។

មិត្តសាលាបាលី មានសេចក្ដីសង្ឃឹមទុកជាមុនថា អស់លោកអ្នក ដែលធ្លាប់បានជាវពីឆ្នាំចាស់មកហើយ គង់នឹងមិនភ្លេចទេក្នុងការចុះឈ្មោះជាវតទៅទៀត, ចំណែកអស់លោក-អ្នកចុះឈ្មោះជាវថ្មីៗ មុខជានឹងមានចំនួនច្រើនទៀតពុំខាន ។ ឯមាតិការឿងដែលនឹងត្រូវចុះផ្សាយ ព្រមទាំងតម្លៃក្នុងឆ្នាំ ១៩៥២ នឹងជូនដំណឹងក្នុងពេលឆាប់ៗនេះ តាមសេចក្ដីផ្សាយមួយផ្សេង ។

មិត្តសាលាបាលី

មនុស្សជាតិ

នរជនណាក៏ដោយ ឲ្យតែជឿថា មនុស្សមានរូបមានចិត្ត ត្រូវតែចង់ដឹងថា ចុះមនុស្សយើង មានប្រុសមានស្រី តើមនុស្សពីរនាក់នេះកើតពីណាមក ជាដំបូងគេទាំងអស់?

អ្នកប្រាជ្ញក្នុងពិភពលោក លោកបានរើសរឿងនេះដេញដោលធ្វើអត្ថាធិប្បាយរៀងកល់ខ្លួន មូលយោបល់គ្នាថា ព្រះអាទិទេព (Dieu) ជាអ្នកបង្កើតមនុស្សប្រុស ១ ស្រី ១ ជាដំបូង ដែលលោកសន្មតឲ្យឈ្មោះថា "អាដាម" (ប្រុស) "អែវ" (ស្រី) ។

ពាក្យថា "អាទិទេព" មិនមែនបានសេចក្ដីថា មនុស្ស, សត្វ, របស់, ទឹក, ដី, ខ្យល់, ភ្លើង, ធាតុ, មេឃ, ផ្កាយ, ព្រះអាទិត្យ, ព្រះចន្ទ... ឬក៏ថា អ្វីមួយទេ... ព្រះអាទិទេព គឺជា "អ្វីទុះ!" ដែលអាចបង្កើត, អាចធ្វើឲ្យវិនាស, ឲ្យល្អ ឲ្យអាក្រក់... ឬក៏ថាព្រះអាទិទេព គឺ "ក្ដៅត្រជាក់" "សខ្មៅ"... ជាពាក្យពីរផ្ទុយគ្នារួមជាមួយម៉ាត់យ៉ាងនេះក៏បាន ។ ព្រះអាទិទេពហ្នឹងហើយ! ដែលលោកបង្កើតអាដាមនឹងអែវ ។

សេចក្ដីព្រមព្រៀងគ្នាត្រង់ខនេះ កើតមានហើយ ទើបអ្នកប្រាជ្ញទាំងឡាយនោះក្នុងពិភពលោក ដេញដោលតទៅទៀត ចង់ដឹងថាតើអាដាមនឹងអែវកើតនៅប្រទេសណា?

អ្នកប្រាជ្ញជាតិជ្វីហ្វ (Juif) បានសើរើគម្ពីរបុរាណៗ ឃើញថា អាដាមនឹងអែវ ពិតជាជាតិជ្វីហ្វ និយាយភាសាជ្វីហ្វ ដូចជាពាក្យជ្វីហ្វ “អាដាម” បានសេចក្ដីថា “មនុស្សក្រហម”, “អែវ” ថា “ស្រីធរណី” ប៉ុន្តែគន្លឹងធរណី តាមភាសាខ្មែរយើង ។ អ្នកប្រាជ្ញជ្វីហ្វនោះ ប្រកាសជាខ្លាំងថា “អ្នកទាំងឡាយត្រូវជឿយ៉ាងនេះចុះមិនខុសទេ”! ។

ឮយ៉ាងនេះ, អ្នកប្រាជ្ញជាតិ “គ្រិក” (grec) និកតូចចិត្តណាស់ថា ជាតិជ្វីហ្វនេះ ជាជាតិក្បត់ព្រះម្ចាស់សួតយេស៊ូគ្រិស្ដ មិនសមឡើយនឹងទៅថា អាដាមនឹងអែវជាជាតិជ្វីហ្វ ក៏តាំងសើរើគម្ពីរដីកាបុរាណៗ ក្នុងប្រទេសខ្លួន ឃើញតឹកតាងជាក់ស្ដែងថា អាដាមនឹងអែវ ពិតជាជាតិ “គ្រិក” និយាយភាសាគ្រិកជាទៀងណាស់ មិនចាំបាច់បញ្ចេញទ្រឹស្ដីណាមកតក៉ទៀតទេ ។

ក្នុងសតវត្សទី ៧ នៃគ.ស. អ្នកប្រាជ្ញជាតិស៊ីរី (syrie) បានយកបញ្ហាដ៏ជ្រាលជ្រៅនេះមកពិនិត្យ ។ បណ្ដាឯកសារបុរាណជាច្រើន មានគម្ពីរមួយឈ្មោះថា “កំណប់ទ្រព្យ” បានសំដែងយ៉ាងពិស្ដារ ពីដើមកំណើតមនុស្ស ចង្អុលហេតុផលជាក់ស្ដែងថា អាដាមនឹងអែវជាតិស៊ីរី និយាយភាសាស៊ីរី ក៏អ្នកប្រាជ្ញនេះរាយឈ្មោះគោះគង់ប្រាប់គេឯងឲ្យជឿយ៉ាងនេះជាស្ថាពរចុះ ។

អ្នកប្រាជ្ញជាតិអារ៉ាប់ (arabe) បានយកទ្រឹស្តីរបស់អ្នកប្រាជ្ញជ្វីហ្វ ដែលបានធ្វើហើយនោះ មកពិនិត្យពិភាក្សាយ៉ាងល្អិតល្អ ឃើញថា អ្នកប្រាជ្ញជ្វីហ្វនិយាយត្រូវ! ហើយក៏យល់សេចក្ដីថា អាដាមនឹងអែវ ពិតជាបិតានៅត្រង់កន្លែងទីក្រុងបាប៊ីឡូនសព្វថ្ងៃនេះ ម៉្លោះហើយអាដាមនឹងអែវប្រាកដជាជាតិអារ៉ាប់ និយាយភាសាអារ៉ាប់ ។

ក្នុងយុគកណ្ដាលនៃ គ.ស. អ្នកប្រាជ្ញជាតិបាស្គ (Basque) បានប្រកាសឡើងថា ភាសាដែលពិបាករៀន ពិបាកបេះជាងគេទាំងអស់ក្នុងលោកគឺភាសាបាស្គ តែថ្វីបើភាសានេះពិបាកទាំងម៉្លេះ គង់លោកឡារ៉ាម៉ង់ឌី (Larramendi) ដែលជាជាតិបាស្គធ្វើវេយ្យាករណ៍ជាភាសាអេស្ប៉ាញកើត, ជាតិបាស្គត្រូវជាជាតិចាស់ជាងគេទាំងអស់ ក្នុងបណ្ដាជាតិមនុស្សនៅលើដី ហេតុនេះអាដាមនឹងអែវត្រូវនិយាយភាសាបាស្គ គឺអាដាមនឹងអែវជាតិបាស្គនោះឯង ។ អ្នកប្រាជ្ញជាតិបាស្គដែរ ឈ្មោះឌីហារសឺប៊ីដាស្សូអេត (Diharce de Bidassouet) បានធ្វើអត្ថាធិប្បាយទាញហេតុផលយ៉ាងជាក់ស្ដែងថា លោកឡារ៉ាម៉ង់ឌី និយាយត្រូវពេញទី ព្រោះពាក្យបាស្គ "អាដាម, អែវ" បានសេចក្ដីថា "ប្រុសទី ១ ស្រីទី ១" មួយទៀតគម្ពីរបុរាណៗ ទាំងប៉ុន្មាន សុទ្ធតែសរសេរជាភាសាបាស្គទាំងអស់ ខុសតែពាក្យ 'បាស្គ" មួយម៉ាត់នេះទេ ថ្វីបើមិនបានសេចក្ដីថា ប៉ោម (Pomme) ក៏គង់មានដើមគម្ពីរឆ្លើយថា "បាស្គ" បានសេចក្ដី

ថា "ក្រូចថ្លុង" ដែរ ។ ព្រះអាទិទេពដែលហាមអែវ មិនឲ្យបរិភោគ ប្រាកដជាហាមមិនឲ្យបរិភោគក្រូចថ្លុង មិនមែន "ប៉ោម" ទេ ។ ក្រូចថ្លុង ភាសាបាស្កថា ឡារង់ជា (laranja) ពាក្យនេះពិតជាក្លាយមកពីពាក្យអេស្ប៉ាញ "ណារង់ជា" (Naranja) នោះឯងដែលបានសេចក្ដីថា ក្រូចថ្លុង ។

ក្នុងសតវត្សដដែលនោះ អ្នកប្រាជ្ញជាតិស៊ុយអែត (Suède) ជាច្រើន មានឈ្មោះរុដប៊ិក (Rudbeck) ជាដើម បានសរសេរឈ្លោះគ្នាយ៉ាងសំបើម អំពីថា អាដាមនឹងអែវពិតជានៅប្រទេសស៊ុយអែតហើយ តែតាស់ទែងខ្លាំងត្រង់អ្នកខ្លះថានៅកន្លែងនេះ ខ្លះទៀតថានៅកន្លែងនោះ ។

អ្នកប្រាជ្ញស៊ុយអែតកំពុងតែឈ្លោះគ្នាឯង មានអ្នកប្រាជ្ញជាតិណរវែស (Norvège) មួយនាក់ ស្រែកព្រុសស្ការថា អាដាមនឹងអែវ ពិតជានៅប្រទេសណរវែសកន្លែងណាមួយតាមដងភ្នំ ព្រោះកន្លែងទាំងនោះមានភាពល្អៗណាស់ ត្រូវជាស្ថានដែលអាដាមនឹងអែវនៅជាទៀងណាស់ ដូចមានពស្តុតាងខ្លះជាក់ស្ដែងស្រាប់ ។

ក្នុងសតវត្សទី ១៩ ដែលជាសតវត្សផុសអ្នកប្រាជ្ញច្រើន, លោករ៉ូរីម៉ាកលាន (Rory Macléan) បានសរសេរសៀវភៅមួយក្នុង គ.ស. ១៨២១ ពន្យល់ជាក់ស្ដែងថា អាដាមនឹងអែវជាតិហេប្រីត (Hébrides) ។ នៅប្រទេសហេប្រីត ពាក្យថា "ម៉ាកអាដាម" បានសេចក្ដីថា

«គូរបស់អាដាម» ហេតុនេះអាដាមនឹងអែវត្រូវនៅប្រទេសហេប្រិតនោះឯង ។

រឿងក្តីនេះនៅមានតទៅទៀត ។ ក្នុង គ.ស. ១៨៤០ អ្នកប្រាជ្ញជាតិហុងគ្រី (Hongrois) ឈ្មោះស្តេហ្វានហរវ៉ាត្ត (StéphaneHorvath) គេគ្អងគ្អាងកងរំពងថា អាដាមនឹងអែវមិនមែនជាតិហុងគ្រីឥតអង្គីមានឡើយ ; មនុស្សពីររូបនេះជាក់ជាស្ថិតនៅត្រង់កន្លែងទីក្រុងប៊ុដាពេស (Budapest) សព្វថ្ងៃនេះមានឡាក់គោលច្បាស់ណាស់ ។

លោកស្តេហ្វានហរវ៉ាត្តកំពុងតែត្រដាងទ្រឹស្តីរបស់ខ្លួន មានអ្នកប្រាជ្ញជាតិអាហ្សង់ទីន (Argentine) ឈ្មោះអមិគហិណូ (Ameghino) ដើរប្រមូលធាតុមនុស្សយកមកផ្ទៀបប្រៀបផ្គូផ្គងគ្នា ក៏ភយៈសបក្តថា អាដាមនឹងអែវជាតិអាហ្សង់ទីន ជាដាច់ខាត ដោយប្រកាសឡើងថា មិនត្រូវអាងគម្ពីរទេក្នុងការស្រាវជ្រាវរកអាដាមអែវ ; តាមវិទ្យាសាស្ត្រសម័យថ្មី គេត្រូវទុកជាការពិតបាន លុះតែឃើញធាតុមនុស្សនៅទីងកន្លែងយ៉ាងហ្នឹង ។

ចុងក្រោយបំផុត ក្នុង គ.ស. ១៩១៤ អ្នកប្រាជ្ញជាតិចិនយ៉ាងឆ្អិនខាងធម៌ក្នុង ឈ្មោះ «ជេឆាន» (Tsé Tsan) បានលើកបញ្ហាស្មុកស្មាញនេះ មកអង្គុយភាវនាហើយផ្ទៀងនឹងគម្ពីរចិនបុរាណ ៗ ឃើញថាស្របគ្នាពិត នាកាលវស្សាកន្លងរំលងទៅហើយឥតគណនាកើត អាដាមអែវ

ពិតជានៅប្រទេសតួរកេស្តង់ចិន (Turkestan chinois) គឺអាដាមអែវ ជាជាតិចិននេះឯង ។

ក្នុងព.ស. ២៤៩៤ គ.ស. ១៩៥១ នេះ យើងជាតិជាខ្មែរពុទ្ធមាមក: ជឿព្រះពុទ្ធសាសនាស៊ប់ គួរចូលប្រឡូកជជែករក អាដាម អែវ និងគេ ផងដែរឬអី? ព្រោះយើងជាមនុស្សមានរូបមានចិត្ត ។ រឿងនេះបើស្តី ឲ្យវែងក៏វែង ឲ្យខ្លីក៏ខ្លី ។ ក្នុងទីនេះយើងយកធម៌ខ្លី ស្តីថាទ្រឹស្តីទាំងប៉ុន្មាន ដែលបាននិទានមានខាងលើនេះ ខ្មែរពុទ្ធមាមក មិនគួរទុកជាគតិជាប្រមាណសោះឡើយ ចំពោះរឿងអាដាម អែវ នេះ យើងគ្រាន់តែជា មនុស្សបដិសន្ធិបានក្នុងកំណើតពីរ គឺជលាម្ពុជកំណើត កើតក្នុងគភ៌មាតា និងឧបបាតិកកំណើត គឺឧប្បត្តិកើតឯងគ្មានមាតាបិតា ឧទា-ហរណ៍ នាងអម្ពបាលិកា (ស្រី) និងព្រាហ្មណ៍ឈ្មោះបោក្ខរសាតិ (ប្រុស) ដែលមានដំណាលក្នុងគម្ពីរព្រះពុទ្ធសាសនា ដែលខ្មែរជឿហើយ ដោយយល់ឃើញថា ព្រះពុទ្ធទ្រង់មិនដែលកុហកនរណា ប្រាថ្នាយកអ្វីឡើយ បើឆ្លើយសាសេចក្តីឲ្យគួរស្តាប់ថា ធម្មជាតិមនុស្សប្រុសស្រី ដែលកើតក្នុងកំណើតពីរយ៉ាងស្តីខាងលើនេះ គួរយើងត្រិះរិះសន្និដ្ឋានបានថា ស្ថានលំនៅរបស់អាដាមអែវ គឺដី បើស្តីបញ្ជាក់ថា "កើតដីកើតប្រុសកើតស្រី" ជាប្រាកដសន្ទូតថាចប់ហោងដោយសង្ខេប បើប្រសិនជាលៃបខាយតតងអារ៉ែងអ្វែងទៅទៀត គឺជាការឥតប្រយោជន៍ ។

ប៉ុយ - លុត

បញ្ចតន្ត្រៈ (តមក)

គិតគូរយ៉ាងនេះស្រេចហើយ បរិវារជាអ្នករក្សាទាំងឡាយបបួលគ្នាដើរត្រសងទៅកាន់ព្រះរាជាហើយក្រាបទូលថា "សូមទ្រង់ព្រះមេត្តាប្រោស! សូមទ្រង់ព្រះរាជទានអភ័យទោស ទូលព្រះបង្គំទាំងអស់គ្នាមិនដឹងជាមានហេតុដូចម្ដេចសោះ ស្រាប់តែមានមនុស្សចូលទៅក្នុងព្រះរាជដំណាក់នៃព្រះរាជបុត្រីបាន ទូលព្រះបង្គំទាំងអស់គ្នាចាំថែរក្សាប្រយ័ត្នអស់បុណ្ណឹងហើយ នៅតែមានបុរសណាមួយអាចហានចូលទៅបាន ហេតុនេះ ទូលព្រះបង្គំទាំងអស់គ្នាចូលមកក្រាបបង្គំទូលសូមទ្រង់ជ្រាបតាមតែព្រះករុណា ទ្រង់ព្រះមេត្តាប្រោសអភ័យទោសឲ្យទាន ។ កាលនោះ ព្រះរាជាលុះបានជ្រាបសេចក្ដីយ៉ាងនេះហើយ ទ្រង់មានព្រះទ័យព្រួយបារម្ភដ៏ក្រៃលែង(១) ទើបទ្រង់មានព្រះបន្ទូលរហស្សកម្មនេះជាមួយនឹងព្រះនាងទេវីក្នុងទីស្ងាត់តែពីរព្រះអង្គថា: 'ទេវី! ត្រូវតែយើងពិនិត្យ

១ បញ្ចតន្ត្រៈ សេចក្ដីប្រែជាភាសាបារាំងនៃលោកឡង់ស៊ីរ្យមានគាថាលើសដូច្នេះ គឺ: ក — កូនស្រីកើតឡើងជាទុក្ខព្រួយធំណាស់នៅក្នុងលោកនេះ គួរឲ្យកូនស្រីនោះទៅអ្នកណា? នេះជាការគិតគូរមាំមួនណាស់, កាលបើបានឲ្យកូនស្រីនោះទៅអ្នកណាហើយ កូនស្រីនេះនឹងបានសុមង្គលឬទេ? ការជានជាបិតានៃកូនស្រីណាមួយប្រាកដជាទុក្ខលំបាកឥតប្រកែកបានឡើយ ។ ខ — ស្ទឹងនឹងស្រីមានកម្លាំងប៉ុនគ្នា ទឹកធ្វើឲ្យច្រាំងបាក់ មារយាទអាក្រក់ស្រីធ្វើឲ្យអប្បយសត្រកូល ច្រាំងនឹងត្រកូលបានទុក្ខដូចគ្នា ។ គ — កូនស្រីកើតឡើងធ្វើឲ្យមាតាពីករាយសប្បាយចិត្ត តែកូនស្រីនោះ នាំឲ្យកើតទុក្ខព្រួយដល់មិត្រសំឡាញ់ទាំងឡាយ; បើទុកជាគេប្រតិបត្តិល្អចំពោះកូនស្រីនោះក៏ដោយ កូនស្រីនេះរមែងតែប្រព្រឹត្តអាក្រក់ កូនស្រីជាអពមង្គលដែលគេមិនអាចជៀសវៀងបានឡើយ ។

មើលរឿងនេះ ឲ្យឃើញពិតប្រាកដតាមពាក្យដែលពួកស្រីស្នំក្រមការទាំងឡាយមកប្រាប់យើង" ។ កាលនោះ ព្រះនាងទេវី លុះទ្រង់បានព្រះសណ្ដាប់ព្រះរាជតម្រាស់នេះហើយ ទ្រង់ស្ទុតព្រះទ័យក្រៀមក្រំក្រា ហើយស្ដេចយាត្រាទៅកាន់ព្រះរាជដំណាក់នៃព្រះរាជបុត្រីមួយរំពេច ស្ដេចទៅដល់ឃើញព្រះរាជបុត្រីមានព្រះឧស្ឋប្រែះ មានព្រះសពាង្គកាយក្រវែមក្រវាមដោយចុងក្រចក ទើបទ្រង់មានព្រះសៅរណីបន្ទោសថា: "នែមេចង្រៃ! មេហាងឯងម្ដេចក៏ហ៊ានបំបាក់មុខមាត់វង្សត្រកូលអីដល់ម្ល៉េះ? ម្ដេចមេហាងឯងបំផ្លិចបំផ្លាញសេចក្ដីល្អខ្លួនឯងដូច្នេះ? នរណា មើលឃើញព្រៃងសំណាងហើយហ៊ានចូលមកក្នុងទីនេះ ចូរមេហាងឯងនិយាយប្រាប់អញឲ្យពិតមកមើល" ។ ព្រះរាជបុត្រី បានព្រះសណ្ដាប់ព្រះវរមាតាបន្ទោសដូច្នោះ ទ្រង់ភ័យញ័រចំប្រប់ ដាក់ព្រះភក្ត្រឱនចុះក្រោមដោយអៀនខ្មាស ហើយខំតាំងព្រះស្មារតីហើយក្រាបបង្គំទូលតបតាមដំណើរ ដែលព្រះនារាយណ៍ដ៏មានបុណ្យស្ដេចចុះមកសព្វគ្រប់ប្រការ ។ ព្រះនាងទេវី លុះទ្រង់បានព្រះសណ្ដាប់ពាក្យព្រះរាជ-បុត្រីចប់ហើយ ក៏ត្រឡប់មានព្រះភក្ត្រស្រស់បំព្រងឡើងវិញ ព្រោះព្រះលោមាសព្វសពាង្គកាយ ស្ដេចប្រញាប់ប្រញាល់ត្រឡប់យកសេចក្ដីទៅក្រាបបង្គំទូលព្រះរាជស្វាមីវិញ ទៅដល់ហើយក្រាបទូលថា "សូមទ្រង់ព្រះមេត្តាប្រោស! ព្រះករុណាថ្លៃវិសេសនឹងមានព្រះបស្ដាបារមីនឹងកើត

តែចំរើនថែមឡើងទៀត ព្រោះព្រះនារាយណ៍ដ៏មានបុណ្យស្ដេចយាង មកកាន់ដំណាក់ព្រះរាជបុត្រីយើងរៀងរាល់តែរាត្រីកាល ហើយទ្រង់បាន ធ្វើវិវាហមង្គលតាមបែបគន្ធព្វវិវាហជាមួយបុត្រីយើង ហេតុនេះ សូមទ្រង់ ព្រះករុណាទឹងខ្ញុំព្រះអង្គ ទៅលបចាំមើលនៅបង្អួចដំណាក់កូនយើងពេល យប់នេះ ព្រោះព្រះនារាយណ៍មិននិយាយជាមួយមនុស្សលោកទេ ” ។ ព្រះរាជាទ្រង់បានព្រះសណ្ដាប់ហើយ ទ្រង់ត្រេកអរយ៉ាងក្រៃលែងទ្រង់ រង់ចាំមើល, តែទ្រង់ឃើញថាពេលរាត្រីដែលត្រូវស្ដេចចេញទៅទតនោះ យឺតយូរណាស់ ហាក់ដូចជាពេលមួយឆ្នាំ ។ ដល់រាត្រីកាល ស្ដេចចេញទៅមួយអន្លើដោយព្រះអគ្គមហេសី ស្ដេចលបឃ្លាំចាំមើល នៅក្បែរកៅរគា ព្រះនេត្របាញ់ត្រង់ទៅអាកាសវេហាស៍ មិនយូរប៉ុន្មាន លេចឃើញគ្រុឌរាជបក្សីហោះហើរ នាំព្រះនារាយណ៍ចុះពីនភាល័យមក មានសង្ខ៍មានចក្រមានដំបង ផ្កាឈូក នៅព្រះហស្ដមានលក្ខណៈជា ព្រះនារាយណ៍ពិតប្រាកដ ។ កាលនោះ ព្រះរាជាទ្រង់រីករាយព្រះ ទ័យបំផុត យល់ព្រះអង្គហាក់ដូចជាបុរសម្នាក់ដែលហោះហើរលេងយ៉ាង សប្បាយក្នុងអាកាសវេហា ហើយមានព្រះបន្ទូលនឹងព្រះរាជធិតាថា: “ ឱហមាសថ្លៃបងអើយ! នៅក្នុងលោកនេះឥតមាននរណារីករាយសប្បាយ ដូចបងនឹងប្អូនមាសថ្លៃទេ ដោយភ័ព្វព្រេងដែលព្រះនារាយណ៍ ស្ដេច ហោះហ្យានចុះមកប្រោសប្រាណកូនយើងនេះ សេចក្ដីបំណងយើងទាំង

ប៉ុន្មានទឹងសម្រេចក្តីពេលនេះហើយ ចាប់ពីពេលនេះតទៅ បងនឹងវាយយកលោកទាំងមូលនេះ ឲ្យចំណុះយើងទាំងអស់ ដោយអំណាចតេជានុភាពនៃកូនប្រសាយើងនេះ" ។ លុះទ្រង់តាំងព្រះទ័យមាំយ៉ាងនេះហើយ ព្រះរាជាទ្រង់ប្រកាសឲ្យលើកពលសកលយោធាវាយលុកព្រំប្រទល់សាមន្តរាជទាំងឡាយ ៗ សាមន្តរាជទាំងឡាយ លុះឃើញការរំលោភព្រំប្រទល់ប្រទេសគ្រប់ព្រះអង្គដូច្នេះហើយ ក៏រួបរួមចងសម្ព័ន្ធលើកសកលយោធាធ្វើសង្គ្រាមវាយប្រយុទ្ធតតបវិញ ។ កាលនោះ ព្រះរាជាមានព្រះបន្ទូលបង្គាប់ឲ្យព្រះអគ្គមហេសី ទៅនិយាយនឹងព្រះរាជបុត្រីព្រះអង្គសូមព្រះរាជធីតុបតិជួយច្បាំងថា "កូនអើយ! សមបើដែរ កូនឯងជាបុត្រីយើង ឯព្រះនាភយណ៍ង៏មានបុណ្យជាព្រះរាជធីតុបតីរបស់យើង ហើយបណ្តាយឲ្យស្តេចសាមន្តរាជប្រកាសសង្គ្រាមតនឹងយើងយ៉ាងនេះ បើដូច្នេះ ចូរកូនទៅនិយាយនឹងស្វាមីកូន ឲ្យបំផ្លិចបំផ្លាញសត្រូវវៃរីទាំងឡាយឲ្យហិនហោចខ្លោចអន្តរធានទៅ" ។ ដល់ពេលរាត្រីកាល អ្នកដម្បាញមកដល់ដូចសព្វកាល ព្រះរាជបុត្រីក្រាបទូលដោយគោរពថា "ភគវាន! ទ្រង់ជាព្រះរាជធីតុបតី មិនគួរគប្បីឲ្យព្រះវរបិតាខ្ញុំព្រះអង្គបរាជ័យចាញ់អរិន្ទរាជទេ សូមទ្រង់មេត្តាប្រោសបំផ្លិចបំផ្លាញសត្រូវព្រះវរបិតាខ្ញុំព្រះអង្គឲ្យវិនាសអន្តរាយទៅ" ។ អ្នកតម្បាញឆ្លើយដោយងាយៗថា "មាសថ្លៃបងអើយ! កុំថប់បារម្ភបី និយាយថ្វីសព្វបើសត្រូវព្រះវរបិតា

ប្អូនបន្ទិចបន្តួចប៉ុណ្ណោះនេះ ចូរមាសថ្លៃនៅឲ្យសុខសប្បាយចុះ ទុកឆ្ការឲ្យបងចុះ បងនឹងយកកង់ចក្រសុទស្សនៈ(១) ពោលកំទេចឲ្យល្អិតជាផង់ធូលីមិនឲ្យនៅតែមួយដុំទាស់ដៃ ” ។ តមកមិនយូរប៉ុន្មាន, សែនព្រានុភាពស្តេចសាមន្តរាជវាយលុកយកដីស្មើរតែអស់ នៅសល់តែកំពែងព័ទ្ធព្រះរាជវាំង ។ ព្រះរាជានៅតែមិនទ្រង់ជ្រាបថា ព្រះរាជធីតុបតិនោះជាអ្នកតម្បាញក្អែងកេចជាព្រះនារាយណ៍មកល្បួងបុត្រីព្រះអង្គ ទ្រង់គ្រាន់តែទ្វេបំប៉នព្រះរាជធីតុបតិដោយគ្រឿងក្រអូបដូចគប្បូរ ក្រស្នា នឹងឈ្មុសទេសជាដើម ព្រមទាំងគ្រឿងអលង្ការព្រះពស្ត្រភូសា ផ្កាកំរង អាហារ តេសជ្ជៈទាំងឡាយជាអនេក ហើយត្រាស់បង្គាប់ឲ្យព្រះរាជបុត្រីទៅក្រាបទូលព្រះរាជធីតុបតិតាមព្រះរាជបន្ទូលថា: ភគវាន នៅព្រឹកនេះ ព្រះរាជធានីនេះ មុខជាសត្រូវវាយបែកហើយ ព្រោះយើងមិនមានស្បៀងអាហារសោះ សូម្បីតែស្មៅនឹងទឹកក៏គ្មានដែរ ឯទាហានសេនាយោធាក៏ត្រូវរបួសសុសសព្វសពាន្តកាយអស់ទៅហើយ មិនអាចនឹងធ្វើចម្បាំងតទៅទៀតបាន ទាហានដែលស្លាប់ទៅហើយ ក៏ច្រើនណាស់ បើជ្រាបសេចក្តីនេះហើយ ចូរគិតធ្វើដូចម្តេចឲ្យបិតាមានជ័យទាន់កាលវេលា ” ។

(នៅមានត)

---

១ ឈ្មោះកង់ចក្រព្រះនារាយណ៍ ។