# ពរ៤ប្រការ

**ពរ** បាលីថា **វរ** (អានថា **វៈរៈ**) ប្រែថា «ប្រសើរ, ដែលគួរប្រាថ្នា , គួរចង់បាន , គួរជ្រើសយក » ។

មនុស្សយើងគ្រប់គ្នាចង់បានរបស់ប្រសើរ របស់ល្អ , ដូចជារបស់របរប្រើប្រាស់ សំពត់ខោអាវ បាយទឹក ចំណីអាហារ ផ្ទះសម្បែងជាដើម ។

បោកគក់ខោអាវ ព្រោះចង់បានប្រសើរ ងូតទឹកក៏ព្រោះចង់ប្រសើរ តាក់តែងកាយ រៀបចំផ្ទះ បោសជូតសំអាតទីកន្លែង ដុសឆ្នាំងលាងចាន ។ល។ សុទ្ធតែចង់បានល្អប្រសើរទាំងអស់ សរុបមក របស់ប្រសើរឬអ្វីៗដែលប្រសើរទាំងអស់ សុទ្ធតែមនុស្សចង់បាន ។

មានរបស់ល្អប្រសើរខ្លះដែលមនុស្សខ្លះមិនបានដឹងតាមពិត ឬក៏មកអំពីការយល់ច្រឡំ ដូច្នេះហើយទើបរបស់ប្រសើរនោះ មិនជាទីប្រាថ្នានៃមនុស្សនោះៗ ម្យ៉ាងទៀតមកអំពីរបស់ដ៏ល្អប្រសើរនោះ មិនមែនជាវិស័យរបស់ខ្លួន

ប្រៀបដូចគ្រាប់ពេជ្រ ផុតវិស័យនៃសត្វមាន់ ។ ពាក្យថា **"វិស័យ"** បានដល់អ្វីដែលគេអាចទទួលបាន ( អារម្មណ៍ ចំណីអាហារ ការងារ ទីអាស្រ័យ នាទី ផ្នែក... ) បើរបស់ល្អប្រសើរនោះផុតវិស័យ គេពុំអាចដឹងថា ជាអ្វីតាមពិតឡើយ ហើយគេក៏មិនចង់បានរបស់នោះផងដែរ។

នៅក្នុងព្រះគាថាធម្មបទ ព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធ ទ្រង់ត្រាស់សម្តែងនូវរបស់ប្រសើរ៤យ៉ាង គឺ : **អាយុ វណ្ណៈ សុខៈ** និង **ពលៈ** របស់ប្រសើរ ៤ យ៉ាងនេះ បុរសស្ត្រីគ្រប់គ្នារមែងប្រាថ្នាត្រូវការចង់បាន ប៉ុន្តែរបស់ខ្លះបានហើយ បែរត្រឡប់ទៅជាមិនចេះថែរក្សាឱ្យល្អ ឯចំណែករបស់ខ្លះទៀត មិនដឹងត្រូវបានដោយវិធីដូចម្តេច ព្រោះអ្នកជទៃឱ្យពរគ្រាន់តែជាការគួរសមប៉ុណ្ណោះ ម្ល៉ោះហើយក៏ចេះតែប្រព្រឹត្តធ្វើអំពើផ្តេសផ្តាស ដែលអំពើនោះមិនមែនជាហេតុនាំឱ្យបានសម្រេចនូវរបស់ដ៏ប្រសើរឡើយ ។

# អាយុ

**អាយុ** ជារបស់ប្រសើរទី១ ក្នុងពរ ៤ ប្រការ ។ អាយុ គឺជាពេលវេលានៃការរស់នៅ ដំណើរប្រព្រឹត្តទៅនៃជីវិត ពេលវេលាដែលជីវិតកំពុងនៅមាន សូមមនុស្សគ្រប់គ្នាកុំភ្លេចថា អាយុជារបស់ប្រសើរទី ១ ។

ដើម្បីឱ្យបានដឹងថា ជីវិតមនុស្សយើងនេះ ប្រសើរយ៉ាងណានោះ យើងត្រូវពិចារណាមើលសេចក្តីស្លាប់ តើអ្នកណាដែលចង់ស្លាប់ មិនចង់រស់នៅនោះ គេលះបង់ទ្រព្យដើម្បីការពារអវយវៈ គេលះបង់អវយវៈដើម្បីការពារជីវិត នៅពេលដែលការពារជីវិតមិនបាន គេសែនសោកស្តាយ និងតក់ស្លុតដ៏ក្រៃលែង ដូច្នេះ ជីវិតថ្លៃពេកពន់មហាសេដ្ឋី មហាមូលធន ក៏មិនអាចយកប្រាក់ទិញជីវិតបានដែរ បើទិញបានគេមិនព្រមស្លាប់ឡើយ ។

មួយនាទីនៃជីវិតដែលកន្លងទៅ គឺជាការបាត់បង់នូវរបស់ដ៏មានតម្លៃ បើជីវិតថ្លៃម្ល៉ឹងៗ ទាំងដែលកំពុងអស់

ទៅរាល់ថ្ងៃយ៉ាងហ្នឹង តើយើងគិតដូចម្តេច ? យើងគិតឱ្យវាអស់ទៅទទេៗ ឬយ៉ាងណា ? ឬក៏ត្រូវយកជីវិតដ៏ប្រ-សើរនេះទៅប្រព្រឹត្តនូវអំពើថោកទាបផ្សេងៗទៅវិញ ?

អំពើថោកទាប គឺជាអំពើបាប ជាលាមក មិនមែនជាគ្រឿងប្រដាប់សម្រាប់លំអជីវិតទេ ។ យុវវ័យស្រឡាញ់សេចក្តីស្អាតចំពោះរូបកាយ រមែងខ្ពើមឆ្អើមសាកសពដែលជាប់នឹងខ្លួន គឺជាសាកសពសត្វកណ្តុរ ឬ សត្វពស់ស្អុយរលួយនោះ យ៉ាងណាមិញ មនុស្សដែលមានស្មារតីបានដឹងថា ជីវិតនេះមានតម្លៃប្រសើរពេកពន់ពិតប្រាកដហើយ ក៏រមែងជាអ្នកខ្ពើមឆ្អើមនូវអំពើថោកទាបទាំង-ឡាយ ហើយចៀសចេញឆ្ងាយពីអំពើសៅហ្មង យ៉ាងនោះដែរ ។

**មនុស្សខ្លះបាត់បង់នូវស្មារតី** គិតឃើញថា ជីវិតនេះនាំមកនូវវិបត្តិ ក៏កាត់ទោសប្រហារជីវិតខ្លួនឯងហើយក៏ធ្វើអត្តឃាត សម្លាប់ខ្លួនទៅ ។ តាមពិតជីវិតជាភាជនៈមួយដ៏មានតម្លៃ ព្រោះជីវិតមនុស្សនេះ មកដោយ-



សារបុណ្យជាអ្នកបញ្ជូនមក ឯរឿងវិបត្តិដែលធ្លាក់ចូលមកក្នុងភាជន៍ជីវិតនេះ វាជារបស់មួយដោយឡែក ផ្សេងអំពីជីវិត។ សំរាម ឬកណ្តុរស្លាប់ក្នុងផ្ទះ គេមិនមែនសំអាតផ្ទះដោយវិធីដុតផ្ទះចោលទេ យ៉ាងណា ការដោះស្រាយវិបត្តិក្នុងជីវិតពិតជាមិនត្រូវធ្វើអត្តឃាតឡើយ ជីវិតក៏ជាភាជនៈសម្រាប់ទទួលនូវសម្បត្តិទាំងពួងផងដែរ ដូច្នេះមនុស្សយើងត្រូវតែរក្សាជីវិតក្នុងការដោះស្រាយបញ្ហាគ្រប់បែបយ៉ាង ។

ជីវិតមនុស្សអាចទទួលនូវគុណសម្បត្តិដ៏ធំធេង អាចទទួលបាននូវសព្វញ្ញុតញ្ញាណ ( ញាណ ឬ ប្រាជ្ញាដែលដឹងសព្វគ្មានចន្លោះរបស់ព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធ ) មិនមានរបស់ប្រសើរណាមួយ ដែលជីវិតមនុស្សទទួលមិនបាននោះទេ ជីវិតប្រៀបដូចជាផ្តិលមាស អាចទទួលបាននូវទឹកមន្តដ៏ស័ក្តិសិទ្ធិ ពោលគឺ ជីវិតអាចទទួលបាននូវចំណេះវិជ្ជាគ្រប់បែបយ៉ាង ដែលមានអំណាចអាចឱ្យសម្រេចនូវប្រយោជន៍បាន ដាច់ខាតសូមកុំយកលាមកដាក់ក្នុងផ្តិលមាស ។

**មនុស្សខ្លះទៀតខ្វះស្មារតី** ទុកជីវិតដ៏មានតម្លៃសម្រាប់លេងល្បែងភ្នាល់ ហាក់ដូចជាចាញ់ជីវិតមួយទៅនៅសល់ជីវិតរាប់រយទៀតអីចឹងឯង គេជិះម៉ូតូលឿនៗកាច់ចុះកាច់ឡើងពេញតែផ្លូវនៅតាមទីក្រុង គេមិនបាននឹកដល់កម្លាំងញើសឈាមរបស់មាតាបិតា ដែលប្រឹងធ្វើការដើម្បីរកអាហារចិញ្ចឹមខ្លួនគេជាកូននោះទេ ។ ទម្រាំខ្លួនគេបានធំ តើមាតាបិតានឿយហត់ប៉ុនណា រវល់ប៉ុន-ណា គិតគូរដល់ជីវិតរបស់គេប៉ុនណានោះ គេពុំបាននឹករលឹកឃើញឡើយ ។ មនុស្សដែលមើលងាយជីវិតខ្លួនឯងមិនឱ្យតម្លៃជីវិតតាមសេចក្ដីពិតសោះអីចឹង តើនឹងឱ្យគេដឹងគុណមាតាបិតា ដែលជាអ្នកចិញ្ចឹមជីវិតគេមកនោះយ៉ាងដូចម្ដេចទៅ ព្រោះមនុស្សដែលចេះដឹងគុណមាតាបិតា គឺមានតែមនុស្សដែលឃើញតម្លៃរបស់ជីវិតតាមពិតប៉ុណ្ណោះ ។

**ជីវិតពិតជាទាក់ទងនឹងច្បាប់សង្គម** ក្នុងសង្គមមនុស្ស មានច្បាប់សម្រាប់មនុស្ស គឺច្បាប់ក្នុងប្រទេស



ច្បាប់ក្នុងសាសនា ការមិនគោរពច្បាប់ ជាការបន្ថោកជីវិតរបស់ខ្លួន ។

ឧទាហរណ៍ ដូចជាការមិនគោរពច្បាប់ចរាចរណ៍ជាដើម បើមិនបានគិតទេ ហាក់ដូចជាមិនមានអ្វីទាក់ទងនឹងជីវិតដ៏ប្រសើរនេះឡើយ តាមពិតការមិនគោរពច្បាប់គឺមិនគោរពខ្លួនឯងថាជាមនុស្ស ព្រោះច្បាប់បញ្ញត្តឡើងសម្រាប់មនុស្ស មិនមែនសម្រាប់គោក្របីឯណា ។

ច្បាប់មិនគោរព ប៉ុន្តែបែរជាខ្លាចប៉ូលិសម្នាក់ដែលចាំពួនស្ទាក់ចាប់ ពិន័យ ឬទាល់តែប៉ូលិសឈរនៅចាំដេញដូចដេញគោ ដេញក្របី ទើបបានរត់ប្រសេចប្រសាច ។ ខ្លាចប៉ូលិស តែមិនគោរពច្បាប់ប្រទេស ឈ្មោះថាប្រមាថមើលងាយប្រទេសជាតិរបស់ខ្លួន ឯចំណែកអ្នកបួសក្នុងព្រះពុទ្ធសាសនា បើថាមិនគោរពវិន័យព្រះទេ គឺជាអ្នកប្រមាថមើលងាយព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធដោយពិត ។

សុជីវធម៌ ទាក់ទងនឹងអាយុជីវិតដែលជា **៣៖ទី១** សុជីវធម៌ គឺជាធម៌ចាំបាច់បំផុតសម្រាប់ជីវិតនេះ។ការរស់-

នៅដោយល្អអាស្រ័យការយល់ដឹង ហៅថា“**សុជីវធម៌**” ។ សណ្ដាប់ធ្នាប់ល្អ ការចេះដឹងប្រមាណ ការគួរសមដោយកាយដោយវាចា ជាមួយនឹងអ្នកដទៃ និងអ្វីៗទៀតដែលជាការប្រព្រឹត្តសមរម្យក្នុងសង្គម មនុស្សត្រូវតែចេះដឹង ហើយហ្វឹកហាត់អប់រំកាយវាចាឱ្យទៅជាទម្លាប់ មានជីវិតរស់នៅដោយប្រពៃ អាស្រ័យការងារប្រាសចាកទោស ។

ក្បួនសុជីវធម៌ គឺនៅលើយើងម្នាក់ៗដែលចេះគិតហ្នឹងហើយ គឺយើងចេះគិតឱ្យបានសមរម្យជាមួយនឹងខ្លួនឯងផង ជាមួយនឹងអ្នកដទៃផង ។ ចេះបារម្ភ ចេះវង្វៀសក្រែងទាស់អធ្យាស្រ័យអ្នកដទៃទាំងពួង ដូចជាការជក់បារីក្នុងចំណោមមនុស្សច្រើនវាអាចប៉ះពាល់ដល់អ្នកដទៃដែលធុំផ្សែងបារីមិនបាន ។ជិះឡានម៉ូតូតាមទីក្រុង ខាកទឹកមាត់ស្ដោះចុះមកលើថ្នល់ ឬក៏ចោលសំរាម វាជាការឆ្គាំឆ្គង ។ ហាលខោអាវរយីករយាកតាមផ្ទះក្នុងទីក្រុង ជាការពុំសមរម្យ ។ ធ្វើឱ្យមានសម្លេងខ្លាំងៗ ទោះជាសម្លេងអ្វីក៏ដោយខុសពេលវេលា រំខានអ្នកដទៃ ។ ពេលទទួលទានបាយជុំ



ជាមួយភ្ញៀវ និយាយទាំងបាយនៅក្នុងមាត់ ខ្ជាក់ឆ្អឹងម្ហូបពីមាត់ចោលឥតរបៀប ជ្រុះគ្រាប់បាយពីមាត់ បរិភោគរួចហើយសល់គ្រាប់បាយហៀរមាត់ចាន ចាក់ធ្មេញមិនបាំងមាត់ ប៉ុណ្ណេះជាដើម។ កាលបើមនុស្សយើងចេះគិតចេះខ្លាចចិត្តអ្នកដទៃ យើងរមែងមិនរំខានអ្នកដទៃឡើយ យើងធ្វើអ្វីៗ តែងតែប្រុងប្រយ័ត្នជានិច្ច ព្រមដោយការសង្កេត ពិនិត្យ សិក្សាស្វែងយល់អំពីសង្គមមនុស្សផង យើងពិតជាបានរស់នៅដោយល្អប្រពៃ ។

សរុបមក សុជីវធម៌ គឺជាការមិនបៀតបៀនអ្នកដទៃ សូម្បីបន្តិចបន្តួច មិនរំខានភ្នែក ត្រចៀក ច្រមុះ អណ្ដាត កាយ ចិត្តរបស់អ្នកដទៃ ថែមទាំងចេះគួរសម និងជួយធ្វើអ្វីៗ ឱ្យអ្នកដទៃបានសុខ បានសប្បាយទៀតផង ។ យើងគួរអធិដ្ឋានចិត្តថា« អាត្មាអញត្រូវតែជាមនុស្សល្អម្នាក់ក្នុងសង្គមសត្វលោក » ដើម្បីឱ្យបានសម្រេចតាមការអធិដ្ឋាន ធម៌ណាដែលល្អ ពិតជាកុសល ត្រូវកំណត់ថាជាថ្នាំរបស់ជីវិត ចំណែកធម៌ណាដែលអាក្រក់ សៅហ្មង

ពិតជាអកុសល ត្រូវកំណត់ថាជារោគ ។

**ធម៌**ជាសារៈសំខាន់របស់មនុស្ស ធម៌ធ្វើឱ្យជីវិតល្អស្រស់កាន់តែប្រសើរឡើងថែមទៀត ធម៌ធ្វើឱ្យសង្គមមនុស្សរស់នៅបានដោយល្អ ធម៌ជាគ្រឿងចាំបាច់សម្រាប់មនុស្សគ្រប់គ្នា គ្រប់វ័យ គ្រប់ភេទ ប្រៀបដូចជាបាយ ប្រៀបដូចជាទឹក ឬ ប្រៀបដូចជាខ្យល់សម្រាប់ដកដង្ហើម ដែលមិនអាចអត់បានឡើយ ។

ការសិក្សាដែលល្អត្រូវមានធម៌ សិស្សសាលាមានការសិក្សារៀនសូត្រនូវមុខវិជ្ជាផ្សេងៗ ចាំបាច់ត្រូវមានធម៌ផង ទើបនឹងបានសម្រេចនូវប្រយោជន៍ពិតប្រាកដ។ សិស្សទាំងឡាយ ដែលកំពុងរៀនសូត្រ ត្រូវខំពិចារណា ឱ្យបានយល់ថា "ការមានធម៌ទើបមានការសិក្សានូវវិជ្ជាល្អ" ព្រោះគុណតម្លៃ និងអត្ថប្រយោជន៍ដែលជាទិសដៅនៃការសិក្សាគឺនៅត្រង់ដោះស្រាយបញ្ហាជីវិតរបស់ខ្លួនឯងផង សង្គមគ្រួសារផង សង្គមជាតិផង ។ បញ្ហាទាំងអស់របស់មនុស្សរួមមកហៅថា "ទុក្ខ" ។ សូមអ្នករៀនសូត្រទាំងឡាយ ចង



ចាំទុកថា អាត្មាអញចូលសាលារៀននេះ គឺរៀនយកនូវចំណេះវិជ្ជាសម្រាប់ទប់ទល់ ដោះស្រាយនូវសេចក្ដីទុក្ខក្នុងជីវិត ដែលសេចក្ដីទុក្ខនេះមានអវិជ្ជាជាឫសគល់ ជាប្រភពជាដែនកើត ។

ដរាបណាការរៀនសូត្រមិនទាន់បានសម្រេចដល់គោលដៅទេ សូមសិស្សទាំងឡាយកុំទាន់ចង់បានសប្បាយកុំទាន់ទាមទារការស្រណុកសុខស្រួល ហើយបោះបង់ការរៀនសូត្រចោលឱ្យសោះ ព្រោះការចង់សប្បាយចង់ស្រ-ណុកសុខស្រួល ស្នេហាកាមគុណក្នុងយុវវ័យ និងសេចក្ដីខ្ជិលជាដើម វាជាសំណាញ់របស់អវិជ្ជា ។ ខ្លួនឯងនៅពឹងខ្លួនឯងមិនទាន់បាន កំពុងរៀនសូត្រ ត្រូវពឹងលើអ្នកឧបត្ថម្ភទំនុកបម្រុងមានមាតាបិតាជាដើម ដូច្នេះបើរវល់តែខ្ជិល ហើយប្រមាទធ្វេសប្រហែស តើនឹងបានទីពឹងខ្លួនឯងមកអំពីណា។ សូមយល់ដឹងថា ទីពឹងអ្នកដទៃទុកគ្រាន់តែជាឧបករណ៍ប៉ុណ្ណោះ ឯទីពឹងពិតប្រាកដគឺ ទីពឹងខ្លួនឯងទាល់តែមានវិជ្ជា ទើបមានខ្លួនឯងជាទីពឹង បុគ្គលល្ងង់-

ខ្លៅ មានខ្លួនឯងជាសត្រូវ គឺជាមេសត្រូវដ៏ធំបំផុតនៅក្នុងលោកនេះ ជាអ្នកបៀតបៀនខ្លួនឯង ញុាំងនូវសេចក្ដីទុក្ខឱ្យដល់ខ្លួនឯង ។

សូមសិស្សានុសិស្សទាំងឡាយ រំលឹកខ្លួនឯងឱ្យបានរឿយៗថា អាត្មាអញរៀនសូត្រនេះ គឺមានទិសដៅដើម្បីដោះស្រាយបញ្ហាជីវិត បញ្ហាសង្គម មិនមែនគ្រាន់តែទៅសាលាដើម្បីជួបជុំគ្នាសប្បាយ ហើយមានឱកាសនាំគ្នាដើរលេង មិនរង្កៀសចំពោះសេចក្ដីល្ងង់ដែលនៅក្នុងខ្លួននោះឡើយ អនាគតទុក្ខ នៅរង់ចាំជានិច្ចចំពោះបុគ្គលដែលមានសេចក្ដីប្រមាទ គឺការធ្វេសប្រហែស ។

សូមកូនប្រុសស្រី កុំអាងឪពុកម្ដាយខ្លួនជាអ្នកមានទ្រព្យសម្បត្តិ ឬបុណ្យស័ក្តិឫទ្ធិអំណាច ហើយខ្លួនឯងខ្ជិលរៀនសូត្រឱ្យសោះ ព្រោះបើក្នុងលោកនេះមានការអាង ឬមានទីពឹងរបៀបនេះបានពិតប្រាកដមែននោះ ម្ល៉េះសមមាតាបិតាមិនចាំបាច់បញ្ជូនកូន ឱ្យទៅរៀននៅសាលាឡើយ តាមពិតបើកូនល្ងង់ហើយ ទ្រព្យសម្បត្តិ និងបុណ្យ-



ស័ក្តិរបស់ម៉ែឪ វាទៅជាគ្រឿងស្រវឹង និងជាថ្នាំពិសពុលរបស់កូនដោយពិត ហើយកូនល្ងង់រមែងរំខានម៉ែឪក្រៃ-លែងជាងរោគក្នុងខ្លួនគាត់ទៅទៀត ។

ចង់ស្រណុកហើយខ្ជិលស្វែងរកវិជ្ជា មិនរួចអំពីសេចក្ដីទុក្ខឡើយ ស្វែងរកវិជ្ជាហើយ ខ្វះធម៌ក៏មិនរួចអំពីក្រញាំទុក្ខដែរ ព្រោះកាលបើមានទុក្ខសោកក្នុងរឿងអ្វីមួយមកដល់ សូម្បីរៀនសូត្រនូវវិជ្ជាការផ្សេងៗដ៏ច្រើន បានសម្រេចហើយក៏ដោយ ប៉ុន្តែមិននឹកដល់ធម៌ទេ ក៏ដោះស្រាយបញ្ហានៅក្នុងចិត្តរបស់ខ្លួនឯងមិនបានដែរ ។

នៅក្នុងសង្គមតូចធំ កាលបើខ្វះធម៌ហើយ គឺមានតែសេចក្ដីក្ដៅក្រហាយ ជ្រួលច្របល់ ក្រវល់ក្រវាយពេញទៅដោយការបៀតបៀន និងសេចក្ដីទុក្ខ ។ បុគ្គលណាដែលបានសិក្សារៀនសូត្រហើយ តែប្រាសចាកធម៌ បុគ្គលនោះ ផ្ទុយពីការនាំយកនូវសិល្បវិជ្ជា មុខជំនាញបច្ចេក-ទេសទៅប្រើក្នុងផ្លូវចម្រើនកើនប្រយោជន៍សុខ បែរជានាំយកសិល្បវិជ្ជា មុខជំនាញនោះ ទៅបង្កនូវសេចក្ដីទុក្ខ

លំបាក ក្ដៅក្រហាយឱ្យដល់អ្នកដទៃក្នុងសង្គម ដោយអគតិ និង ទុច្ចរិតផ្សេងៗទៅវិញ រមែងបង្កនូវភាពរីករវរឱ្យដល់ប្រទេសជាតិរបស់ខ្លួន និងដល់សង្គមលោកទាំងមូល ។ កាលបើការសិក្សាជាហេតុបង្កបញ្ហាឱ្យដល់ខ្លួនឯង និង សង្គមជាតិយ៉ាងនេះ តើនឹងចាត់ទុកថាជាការសិក្សាដ៏ពិតប្រាកដ និងជាការសិក្សាដោយល្អដូចម្ដេចបានទៅ ។

ចំណែកមនុស្សមានធម៌ រមែងដោះស្រាយបញ្ហា កម្ចាត់នូវសេចក្ដីទុក្ខក្នុងខ្លួន ធ្វើចិត្តឱ្យស្ងប់ផ្ងូរផង់ បាននូវសេចក្ដីសុខ។សង្គមមនុស្សមានធម៌រមែងរស់ដោយសេចក្ដីសុខស្ងប់ គ្មានការបៀតបៀនដល់គ្នានឹងគ្នាឡើយ ។ កាលបើសិស្សក្នុងសាលា ទាំងក្នុងវិទ្យាល័យ ទាំងមហាវិទ្យាល័យតាំងនៅក្នុងធម៌ បរិយាកាសនៅក្នុងក្រសួងអប់រំ រមែងរៀបរយ ជ្រោមជ្រែងដល់ការសិក្សារៀនសូត្រ និង ជ្រោមជ្រែងដល់ការបដិបត្តិទៅតាមមុខនាទីគ្រប់យ៉ាង ។ ការទំនាក់ទំនងគ្នារវាងគ្រូជាមួយគ្រូ រវាងគ្រូជាមួយសិស្ស និង រវាងសិស្សជាមួយសិស្សជាដើម រមែងប្រព្រឹត្តទៅ



ដោយមេត្តា ដោយការទុកចិត្តស្និទ្ធស្នាល ធ្វើឱ្យគ្រប់គ្នាមានសេចក្ដីសុខ និងជួយឱ្យកិច្ចការទាំងអស់ប្រព្រឹត្តទៅដោយល្អ ។

បុគ្គលដែលសម្រេចនូវការសិក្សាហើយ កាលបើជាអ្នកមានធម៌ផង ក៏រមែងនាំយកនូវចំណេះវិជ្ជារបស់ខ្លួនទៅបដិបត្តិដោយសុចរិត ស្មោះត្រង់តាមតួនាទី ធ្វើការសាងនូវប្រយោជន៍សុខឱ្យសម្រេច សមតាមទិសដៅនៃវិជ្ជាការដែលបានសិក្សាមក ។ សូមអ្នកស្វែងរកការងារទាំងឡាយចងចាំទុកថា «ការងារសុចរិត ជាការងារមានកិត្តិយស» បុគ្គលមានវិជ្ជាផង មានធម៌ផង រមែងដោះស្រាយនូវបញ្ហារបស់ខ្លួនបានផង និងបំបាត់នូវទុក្ខរបស់សង្គមបានទៀតផង ។ ការសិក្សាដែលមានធម៌ជាគ្រឿងគ្រប់គ្រង ទើបរាប់បានថា ជាការសិក្សាពិតប្រាកដ ។ មនុស្សដែលមានព្រមទៅដោយវិជ្ជា និងការប្រព្រឹត្តល្អគឺជាមនុស្សដ៏ប្រសើរក្នុងពួកមនុស្សដែលប្រសើរទាំងឡាយ ។ ការរៀនសូត្របានសម្រេចនូវវិជ្ជារមែងរកបាននូវកិត្តិយស

ចំណែកការហ្វឹកហាត់បដិបត្តិតាមធម៌ រមែងរកបាននូវសេចក្តីស្ងប់ឱ្យជីវិត វិជ្ជានិងបដិបត្តិធម៌ តែងតែជួយគ្នាទៅវិញទៅមក វិជ្ជាទុកដូចជាភ្នែក បដិបត្តិធម៌ទុកដូចជាជើងដើរ កិត្តិយសនិងសេចក្តីស្ងប់ជាទិសដៅ ។

**សត្វលោកគ្រប់គ្នាត្រូវការធម៌** គុណតម្លៃរបស់ធម៌ស្ថិតនៅត្រង់សេចក្តីត្រូវការធម៌ហ្នឹងឯង ដូចដែលគ្រប់គ្នាមិនចង់ស្លាប់ ត្រូវការមានជីវិតរស់នៅ ទើបអាយុជារបស់ប្រសើរទី១ក្នុងពរ៤ប្រការ ដែលបានសម្តែងពីខាងដើមរួចហើយ ។

សេចក្តីត្រូវការធម៌ ជាគ្រឿងចង្អុលបង្ហាញប្រាប់ថាធម៌ជារបស់មានតម្លៃ មនុស្សលោកត្រូវការធម៌គ្រប់ៗគ្នា ប៉ុន្តែភាគច្រើន មនុស្សមិនបានដឹងថា វត្ថុបំណងដែលខ្លួនឯងត្រូវការនោះ មានឈ្មោះថាជាធម៌ ។ វាជាការងាយយល់ណាស់ ដែលពោលថាមនុស្សគ្រប់គ្នាត្រូវការធម៌នោះ គឺមនុស្សគ្រប់គ្នាចង់រស់ ទើបត្រូវការ *ធម៌មិនសម្លាប់* អំពីអ្នកដទៃ ។ មនុស្សគ្រប់គ្នាចង់ឱ្យទ្រព្យសម្បត្តិគង់វង្ស ទើប



ត្រូវការ *ធម៌មិនលួចមិនប្លន់មិនឆបោក* អំពីអ្នកដទៃ ។ មនុស្សគ្រប់គ្នាចង់បានសេចក្តីបរិសុទ្ធអំពីបុត្រភរិយា និងស្វាមីរបស់ខ្លួន ទើបត្រូវការ *ធម៌មិនប្រព្រឹត្តអនាចារ* អំពីអ្នកដទៃ ។ មនុស្សគ្រប់គ្នាចង់បានដឹងការពិត ចង់ដឹងសច្ចធម៌ ទើបត្រូវការសម្តីពិត គឺ *ធម៌មិនកុហក* អំពីអ្នកដទៃ ។ មនុស្សគ្រប់រូបចង់បានសេចក្តីសុខ មិនត្រូវការឱ្យអ្នកដទៃណាមកបៀតបៀនខ្លួន និងក្រុមគ្រួសាររបស់ខ្លួនឡើយ ត្រូវការឱ្យអ្នកដទៃប្រព្រឹត្តតែអំពើអ្វីៗដែលប្រកបដោយស្មារតីមកលើខ្លួននិងសង្គមជាតិរបស់ខ្លួនតែប៉ុណ្ណោះ ការបរិភោគនូវគ្រឿងស្រវឹង នាំឱ្យបាត់បង់សតិសម្បជញ្ញៈ ដែលសតិសម្បជញ្ញៈនេះ មានឧបការៈដ៏ក្រៃលែងដល់សង្គមជាតិទាំងមូល ។ អ្នកបរិភោគនូវគ្រឿងស្រវឹង ហ៊ានប្រព្រឹត្តធ្វើនូវអំពើឃោរឃៅផ្សេងៗ ដូច្នេះមនុស្សគ្រប់គ្នាទើបត្រូវការ *ធម៌មិនប្រមាទ* អំពីអ្នកដទៃ ។

មនុស្សយើងត្រូវការ *ភាពយុត្តិធម៌* អំពីសង្គម ត្រូវការឱ្យសង្គមមាន *សីលធម៌* ត្រូវការ *មេត្តាធម៌* *,មនុស្ស-*

*ធម៌* , *សុចរិតធម៌* , *សន្តិធម៌* , *គារវធម៌* ។ល។ ពេលខ្លះមនុស្សយើងចាំបាច់ត្រូវសុំ *ធម៌ព្រោសប្រណី* អំពីអ្នកដទៃ សុំ *សេចក្តីអនុគ្រោះ* សុំ *ខន្តិធម៌* ។ មនុស្សទាំងអស់ត្រូវការធម៌អំពីអ្នកដទៃ ដូចជីវិតសព្វថ្ងៃត្រូវការខ្យល់ដកដង្ហើមអ៊ីចឹងឯង ។បើធម៌មានតម្លៃពិតៗយ៉ាងនេះ រឿងអ្វីដែលមនុស្សយើងម្នាក់ ៗ មិនបណ្តុះធម៌ទុកក្នុងខ្លួនឯង មិនចូលចិត្តធម៌ មិនចង់ស្តាប់ពាក្យទូន្មានដែលព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធទ្រង់ត្រាស់សម្តែងទុកមក ដែលជាពាក្យទូន្មានដើម្បីឱ្យមនុស្សមានធម៌នោះ ។

ប្រទេសជាតិ ត្រូវការចាំបាច់ឱ្យអ្នករៀនទាំងឡាយមានធម៌ ព្រោះអ្នករៀនមានធម៌ រមែងជួយឱ្យជីវិតផ្ទាល់ខ្លួនឯង មានសេចក្តីសុខស្ងប់ ដោះស្រាយបញ្ហាផ្ទាល់ខ្លួនបានផង យកការចេះដឹងមកបម្រើប្រទេសជាតិ ដោយសុចរិតត្រឹមត្រូវ តាំងចិត្តធ្វើបុណ្យជាមួយមនុស្សរាប់លាននាក់ ក្នុងប្រទេសរបស់ខ្លួន បង្កើតប្រយោជន៍សុខដល់ជីវិតក្នុងសង្គមយ៉ាងពិតប្រាកដទៀតផង និងដែលសំខាន់



យ៉ាងក្រៃលែង គឺជួយឱ្យសាលារៀនជាកន្លែងមួយ មានមុខងារបំរើព្រះធម៌ ជួយញុាំងព្រះធម៌ឱ្យប្រព្រឹត្តទៅក្នុងសង្គមជាតិ សមទៅតាមទិសដៅរបស់ក្រសួងអប់រំ ដែលក្រសួងមួយនេះមានការទទួលខុសត្រូវចំពោះសង្គម និងមនុស្សជាតិ នេះជាការចាំបាច់ណាស់ ដែលមនុស្សចេញអំពីសាលារៀន មកបម្រើប្រទេសជាតិ នាំយកធម៌មកជាមួយផង ។ គួរតែពោលបន្ថែមទៀតថា ការបំរើព្រះធម៌នេះឯង គឺជាតួនាទីដ៏ប្រពៃនៃលោកគ្រូអ្នកគ្រូ និងនិស្សិតក្នុងមហាវិទ្យាល័យគ្រប់គ្នា ។ ការបានបម្រើព្រះធម៌ គឺជាការបានបម្រើសង្គមផងដែរ ហើយការដែលបម្រើសង្គមនោះ ក៏បានប្រព្រឹត្តទៅយ៉ាងត្រឹមត្រូវទៀតផង ដូច្នេះ សូមឱ្យសាលារៀនជាវិជ្ជាស្ថានផង និង ជាធម្មស្ថានផង ។

**អំពីធនធានមនុស្ស** ក្នុងសម័យបច្ចុប្បន្ននេះយើងតែងឮពាក្យថា *ធនធានមនុស្ស* ពាក្យថា"ធនធាន" ប្រែថាទ្រព្យសម្បត្តិដែលគង់នៅ ( **ធន** "ទ្រព្យ , សម្បត្តិ"+**ធាន**

"ការទ្រទ្រង់") ។ នៅក្នុងសេចក្ដីនេះ មនុស្សគឺជាទ្រព្យសម្បត្តិ ឬជាទុន ឬជារបស់ដែលត្រូវនាំយកមកប្រើក្នុងការទំនុកបម្រុង ជ្រោមជ្រែង ខាងវិស័យសេដ្ឋកិច្ច ដើម្បីអភិវឌ្ឍន៍ដល់សង្គមជាតិ ដូច្នេះការប្រើពាក្យថា"*ធនធានមនុស្ស*" ទើបធ្វើឱ្យយើងមើលឃើញ " **មនុស្ស** " ក្នុងនិមិត្ត(គ្រឿងសំគាល់)មួយដែលសម្ព័ន្ធជាមួយនឹងសេដ្ឋកិច្ច ដោយយកមនុស្សមកប្រើជាធនធាន ឬ ជាដើមទុនម៉្យាងដូចជាធនធានដទៃទៀតអ៊ីចឹងដែរ ដើម្បីកសាងឱ្យចម្រើនខាងវិស័យសេដ្ឋកិច្ច រហូតដល់ការរីកចម្រើនលើគ្រប់វិស័យ ។

និយាយឱ្យងាយៗ ពាក្យថា "**ធនធានមនុស្ស**" គឺមនុស្សក្នុងឋានៈដែលជា "**ទុន**" ឬជា "**បច្ច័យ**" ក្នុងការញ៉ាំងកិច្ចដ៏ប្រសើរ (សេដ្ឋកិច្ច)របស់សង្គមឱ្យរីកចម្រើន ។

យ៉ាងណាក៏ដោយ ក្នុងបច្ចុប្បន្ននេះ យើងប្រើពាក្យ "**ធនធានមនុស្ស**" ទៅតាមការនិយម ប៉ុន្តែសមស្រប នឹងពរទី១ គឺអាយុជារបស់ប្រសើរ ដែលកំពុងតែ អធិប្បាយ



នេះ ។ យើងត្រូវយល់ជ្រាបឱ្យបានច្បាស់ថា អាយុជីវិតរបស់មនុស្សមានភាពប្រសើរ មានសេចក្ដី សំខាន់ក្នុងតួជីវិតខ្លួនឯង។ ជីវិតមនុស្សនេះ អាចសម្បូរ ទៅដោយរបស់ដ៏ប្រសើរ របស់ដ៏អស្ចារ្យ ព្រមទៅដោយ គុណធម៌ដ៏បរិសុទ្ធផូរផង់ សុខ ស្ងប់ ប្រណីត ផុតទុក្ខ កង្វល់ ដូច្នេះ ជីវិតមនុស្សជាធនធានមួយ សម្រាប់យកមកកសាងនូវវត្ថុដទៃឱ្យមានសេចក្ដីចម្រើននៅលើសាកលលោក មិនត្រឹមតែប៉ុណ្ណោះ ជីវិតគឺមានអ្វីៗគ្រប់យ៉ាង សុខស្ងប់ ផុតទុក្ខកង្វល់ក្នុងតួជីវិតខ្លួនឯងតែម្ដង កាលណា បើបានអប់រំគុណធម៌ដល់កំរិតហើយនោះ ។

ជីវិតមនុស្សជា "ធនធាន" សម្រាប់យកមកប្រើជាប្រយោជន៍ ក្នុងការធ្វើរបស់ដទៃ គឺខាងវិស័យសេដ្ឋកិច្ច ដើម្បីសង្គមជាតិមានការរីកចម្រើន និងដើម្បីឱ្យជីវិតមានសេចក្ដីសុខទៅបាន ។ ក្នុងពរទី ១ ដែលពោលអំពីជីវិតមនុស្សនេះ បានចែកមនុស្សជាពីរថ្នាក់ទៅតាមលំដាប់នៃការសិក្សាអប់រំ ÷

**ថ្នាក់ទី ១** មនុស្សក្នុងឋានៈដែលជា «**ធនធាន**» ធនធានមនុស្សជាធនធានពិសេស មានសេចក្តីសំខាន់ជាងធនធានដទៃទៀតទាំងអស់ នៅក្នុងការកសាងសេដ្ឋកិច្ច ដើម្បីអភិវឌ្ឍន៍ដល់ប្រទេសជាតិ បើធនធានមនុស្សមិនល្អ មិនមានគុណភាពនិងប្រសិទ្ធិភាពទេ ការកសាងសេដ្ឋកិច្ចសង្គមក៏មិនបានសម្រេចផលល្អឡើយ ឬសម្រេចបានផលតិច ដូច្នេះទើបប្រទេសជាតិ ត្រូវការមនុស្សដែលរឹងប៉ឹង មានសុខភាពល្អ មានសតិបញ្ញា ជំនាញក្នុងវិជ្ជាការ ឬវិជ្ជាជីវៈនោះៗ ជាមនុស្សមានស្នាដៃពូកែ មានការប្រព្រឹត្តល្អមិនឡេះឡោះ ស្រឡាញ់ការងារចេះទទួលខុសត្រូវមានសេចក្តីតស៊ូព្យាយាម មានសេចក្តីអត់ធន់ និងមានសុជីវៈធម៌ជាដើម ដើម្បីជាកម្លាំងដ៏មានគុណភាព ក្នុងការស្តារ និងកសាងនូវសេដ្ឋកិច្ច ដើម្បីអភិវឌ្ឍន៍ដល់សង្គមជាតិ ។

**ថ្នាក់ទី ២** មនុស្សក្នុងឋានៈដែលជា «**ជីវិត**» ជីវិតមនុស្សជាជីវិតពិសេស មានសេចក្តីសំខាន់ជាងជីវិតក្នុងកំណើតដទៃៗទៀតទាំងអស់ ដែលនៅក្នុងតួជីវិតខ្លួនឯង



អាចធ្វើឱ្យជាជីវិតបរិសុទ្ធ បរិបូណ៌ទៅដោយគុណធម៌ ។ ភិក្ខុសាវ័ករបស់ព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធ ដែលមុននឹងបានស្តាប់នូវព្រះធម៌ គឺជាឃាតករក៏មាន ជាចោរក៏មាន ជាអ្នកមានមិច្ឆាទិដ្ឋិក៏មាន ជាអ្នកចិញ្ចឹមជីវិតដោយការនាំយកលាមកអំពីផ្ទះរបស់គេទៅចាក់ចោលក៏មាន ប៉ុន្តែជីវិតទាំងអស់នេះមានវឌ្ឍនភាព ដោយបានអប់រំតាមរយៈធម៌ទេសនារបស់ព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធ ក៏បានក្លាយទៅជាជីវិតដ៏បរិសុទ្ធ និងបរិបូណ៌ទៅដោយគុណធម៌ ជាទីគោរពរបស់ទេវតា និងព្រហ្មទាំងឡាយ ។

**ការអប់រំមនុស្សដោយធម៌** រមែងធ្វើមនុស្សឱ្យមាន "**ជីវិត**" ល្អបរិសុទ្ធ មានឥស្សរភាពលើតណ្ហា មានសេចក្តីសុខក្នុងតួជីវិតខ្លួនឯង ។ មនុស្សកើតមកហើយត្រូវមានការសិក្សា ព្រោះមនុស្សជាសត្វដែលត្រូវសិក្សា ឬជាសត្វដែលត្រូវហ្វឹកហាត់អប់រំ បើមិនហ្វឹកហាត់សិក្សាអប់រំទេ មនុស្សមិនអាចល្អទៅបានឡើយ ហើយជីវិតដ៏ប្រសើរដែលបុណ្យបានតាក់តែងមក ក៏ត្រូវអស់ទៅវិញ

ដោយឥតប្រយោជន៍ នេះជារឿងធម្មជាតិរបស់មនុស្ស ។ មនុស្សផ្សេងអំពីសត្វតិរច្ឆាន គឺ នៅត្រង់មនុស្សជាសត្វពិសេស អាចហ្វឹកហាត់អប់រំឱ្យមានការចម្រើន រហូតដល់ថ្នាក់ទេវតា ឥន្ទ្រព្រហ្មគោរពបូជា ។ គុណធម៌ដែលមានក្នុងមនុស្ស មិនមានគុណធម៌ណាមួយដែលកើតមានឯងៗនោះឡើយ គឺសុទ្ធតែជាលទ្ធផលនៃការអប់រំចម្រើនទាំងអស់ ។

កាលបើធម្មជាតិរបស់មនុស្សមានសភាពយ៉ាងនេះ មនុស្សយើងមិនគួរគប្បី មានសេចក្ដីប្រមាទសោះឡើយ គួរយកការសិក្សាអប់រំជាគោលសំខាន់ សម្រាប់ទូន្មានខ្លួនឱ្យជាប្រចាំក្នុងជីវិតរាល់ថ្ងៃ មិនថាតែ វ័យក្មេង វ័យកណ្ដាល ឬ វ័យចាស់នោះទេ គឺគ្រប់វ័យទាំងអស់ឱ្យតែនៅមានអវិជ្ជា និងតណ្ហា ។ ធ្វើជាមនុស្សមិនត្រូវបញ្ចប់ការសិក្សា ដោយត្រឹមតែបាននូវការចេះដឹងក្នុងមុខវិជ្ជាជីវៈប៉ុណ្ណឹងទេ គឺត្រូវហ្វឹកហាត់អប់រំនូវចំណេះដឹង ឱ្យក្រៃលែងឡើងថែមទៀត ព្រោះសេចក្ដីប្រសើររបស់មនុស្ស ដែល



មានរហូតដល់អស់អវិជ្ជា និងតណ្ហាជាប្រភពនៃសេចក្ដីទុក្ខសោកនោះ គឺស្ថិតនៅលើការសិក្សាអប់រំហ្វឹកហាត់រឿយៗហ្នឹងឯង នេះជាសេចក្ដីសំខាន់ពិសេសនៃជីវិតមនុស្ស ។

ការដែលមិនបោះបង់នូវជីវិតឱ្យផុតអំពីការសិក្សាអប់រំ ព្រោះមាននូវស្មារតីចងចាំថា «ជីវិតកាន់តែប្រ-សើរឡើង កាន់តែភ្លឺស្វាងឡើង ដោយសារការអប់រំនេះឯង» ។ ដរាបណាដែលនៅមិនទាន់បានជាព្រះអរហន្តទេ គ្រប់គ្នាត្រូវនៅក្នុងការសិក្សារហូតអស់ជីវិត ព្រោះហេតុនេះហើយ បានជាបុគ្គលដែលបដិបត្តិតាមព្រះពុទ្ធ-សាសនា មានការចម្រើននូវគុណធម៌ បានសម្រេចជាសោតាបន្ន ជាសកទាគាមី និងជាព្រះអនាគាមី ដែលហៅថា ព្រះអរិយៈ បុគ្គល៣ ពួកនេះ ហៅម្យ៉ាងទៀតថា ព្រះសេក្ខបុគ្គល គឺជាបុគ្គលដែលនៅមានការសិក្សា ។ សូម្បីដល់ថ្នាក់ជាព្រះអរិយបុគ្គលយ៉ាងនេះហើយក៏ដោយក៏នៅតែមានការសិក្សា លុះត្រាតែបានសម្រេចជាព្រះ-អរហន្ត ទើបហៅថា ព្រះអសេក្ខបុគ្គល គឺបុគ្គលគ្មានការ

សិក្សាហ្វឹកហាត់ ដើម្បីកម្ចាត់នូវភាពសៅហ្មងអំពីសន្តាន ទៀតឡើយ ព្រោះសេចក្តីសៅហ្មងទាំងអស់ត្រូវបានលះ ផ្តាច់ដោយអរហត្តមគ្គទៅហើយ ។ នេះឯងគឺជាការសិក្សា អប់រំឱ្យបានសម្រេចដល់ទីបញ្ចប់ ដែលជីវិតមនុស្សត្រូវបាន បញ្ចប់ទុក្ខកង្វល់ក្នុងវដ្តសង្សារ ជាសារៈដ៏សំខាន់នៃជីវិត និងដែលជីវិតមនុស្សអាចទទួលបាន ។ ដំណើរជីវិតតាម គោលព្រះពុទ្ធសាសនា គឺជាជីវិតស្ថិតនៅក្នុងការសិក្សា អប់រំដោយសេចក្តីមិនប្រមាទអស់កាលជានិច្ច ។

សូមមនុស្សទាំងឡាយ សម្លឹងមើលជីវិតខ្លួនឯង និងជីវិតអ្នកដទៃក្នុងនិមិត្តមួយ ដែលត្រូវមានសម្ព័ន្ធជាមួយ នឹងការសិក្សាអប់រំ ព្រោះមនុស្សជាសត្វវិសេសដែលត្រូវ ទទួលការហ្វឹកហាត់ ហើយអាចហ្វឹកហាត់បានរហូតដល់ ពេលហៀបនឹងស្លាប់ និងរហូតដល់បានជាមនុស្សបរិសុទ្ធ គឺព្រះអរហន្ត ដូច្នេះបើមនុស្សយើងត្រូវការពរទី ១ គឺ អាយុ ព្រោះបានឃើញសារៈសំខាន់របស់អាយុ សូមកុំ មើលរំលងអាយុដែលកំពុងមាននៅក្នុងថ្ងៃនេះ កាលដែល



យើងកំពុងរស់នៅនេះ ឈ្មោះថាយើងកំពុងមាននូវរបស់ ដ៏ប្រសើរហើយ ។ ដើម្បីឱ្យសមនឹងរបស់ដែលប្រសើរ យើងត្រូវយកការសិក្សាអប់រំជាគ្នា ជាខ្មែយ ជាកល្យាណ-មិត្ត ជាអាចារ្យ ជាគ្រឿងអលង្ការ ជាប្រទីប ជាផ្លូវដើរ និងជាដំណើរ ដើម្បីផុតចាកអំពីសេចក្តីកង្វល់គ្រប់យ៉ាង ក្នុងលោកនេះ ។

**ចប់ពរទី១**

## សុជីវធម៌

-សុជីវធម៌តែងលំអមនុស្ស គ្រប់ជនស្រីប្រុសដែលកាន់រក្សា
ទោះមានឬក្រធំតូចយ៉ាងណា បានកាន់រក្សាថ្លៃថ្លាឧត្តម ។
-អំពើផ្តាំផ្គងគន្លងមិនល្អ សុជីវធម៌ជាអ្នករៀបចំ
ដកចោលអំពើណាដែលពុំសម រើសស្រង់សន្សំទុកអំពើល្អ ។
-ចេះខ្មាសខ្លួនឯងក្រែងអ្នកដទៃ ចេះលកចេះលៃវិន័យឬធម៌
រស់សមជាមនុស្សខ្ពង់ខ្ពស់បវរ បើមនុស្សឥតធម៌ស្មើនឹងតិរច្ឆាន។

ដោយឧបាសក **គុយ-សុធន**

# វណ្ណៈ

**វណ្ណៈ** គឺជាពណ៌សម្បុរ , **វណ្ណៈ** គឺជាគុណ ឬជាកេរ្តិ៍ឈ្មោះល្អដែលគួរដល់ការពោលសរសើរ ។

**វណ្ណៈ** គឺជាពណ៌សម្បុរដែលមនុស្សនិងទេវតាត្រូវការ ។ នៅក្នុងលោកនេះ បុគ្គលដែលមានរូបល្អស្អាតជាងគេ គឺ ព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធ ព្រោះព្រះអង្គបរិបូណ៌ទៅដោយបុណ្យ ។ ព្រះអង្គមានពន្លឺរស្មីចេញអំពីព្រះវរកាយ ។ ព្រះរូបកាយដ៏ល្អស្អាតរបស់ព្រះអង្គ រមែងបានជាឧបករណ៍ម្យ៉ាងសម្រាប់ទាក់ទាញអ្នកដែលចូលចិត្តមើលរូប ឱ្យបានចូលមកជិតព្រះអង្គ ហើយក៏បានស្តាប់នូវព្រះធម៌ ។ រីឯសំឡេងរបស់ព្រះអង្គទៀតសោត ក៏ពីរោះពន់ពេក ដែលសុទ្ធតែជាឧបករណ៍ក្នុងការប្រមូលសត្វលោក ឱ្យបានស្តាប់នូវព្រះធម៌ទេសនារបស់ព្រះអង្គ ។

សីលជាគ្រឿងប្រដាប់តាក់តែងរូបកាយរបស់បុរសស្ត្រី គ្រហស្ថបព្វជិត សីលជាសំលៀកបំពាក់សមរម្យគ្រប់



វ័យ ។ សូមមនុស្សទាំងឡាយនិយមយកសីលជាគ្រឿងប្រដាប់កាយ ព្រោះសីលជាអលង្ការដ៏ប្រសើរក្រៃលែង សីលរមែងជួយធ្វើឱ្យវណ្ណៈនៃរូបកាយល្អថ្លៃថ្លា ។ អ្នកមានសីល ជាអ្នកឱ្យការមិនភ័យខ្លាចដល់អ្នកដទៃ ឱ្យការទុកចិត្តឱ្យនូវភាពជាមិត្ត ឱ្យជីវិត ឱ្យទ្រព្យសម្បត្តិ ឱ្យការសប្បាយចិត្ត និងឱ្យសេចក្តីសុខផ្សេងៗទៀតដល់អ្នកដទៃ ។ ការឱ្យព្រោះមានសីលនេះជាតួចេតនា ដូច្នេះចេតនាបានដាំនៅក្នុងផែនដីគឺសន្តានចិត្ត ដែលនឹងបង្កើតផលតាមសមគួរដល់ពេលវេលា ក្នុងបណ្តាផលទាំងឡាយដ៏ច្រើននោះមានវណ្ណរូបដ៏ល្អស្អាតមួយផងដែរ ។

**ការមិនខឹងក្រោធ** នាំឱ្យមានពណ៌សម្បុរមុខស្រស់ស្អាត ផ្ទុយមកវិញ បើបុរសស្ត្រីណាមានការខឹងក្រោធហើយ សម្បុរមុខមិនស្អាតឡើយ រូបកាយទាំងមូលជាទីរង្កៀសនិងភ័យខ្លាចរបស់អ្នកដទៃ សូម្បីមានការប្រដាប់តាក់តែងកាយទៅដោយអលង្ការមាសពេជ្រ និងគ្រឿងលាបផ្សេងៗយ៉ាងណាក៏ដោយ ។ មនុស្សដែលមានសេចក្តី

ក្រោធ រមែងដេកជាទុក្ខ សូម្បីផ្ទះធំ គ្រែពូកសុទ្ធតែថ្លៃពិសេសយ៉ាងណាក៏ដោយ ក៏មិនអាចដេកជាសុខបានដែរ តាមពិត កាលបើចិត្តជាសុខព្រោះគ្មានការខឹងក្រោធ និងគ្មានទុក្ខកង្វល់ផ្សេងៗទៀតទេនោះ បញ្ហាជីវិតរមែងមិនមាន ឯសម្បុរមុខក៏ផូរផង់គួរជាទីជ្រះថ្លា។ «ការសុខចិត្ត» ជារបស់សំខាន់បំផុតក្នុងជីវិត គឺជាឈ្មោះរបស់ចិត្តដែលមានបញ្ញា យល់ព្រមទៅតាមសច្ចធម៌របស់ធម្មជាតិ វាផ្ទុយអំពី «ការមិនសុខចិត្ត » ដែលការមិនសុខចិត្តនេះ វាជាទុក្ខ ។ មនុស្សយើងច្រើនមើលរំលងសេចក្តីសុខផ្លូវចិត្ត ដោយសំឡឹងមើលទៅវត្ថុបំណងផ្សេងៗ តាមអំណាចការញុះញង់របស់តណ្ហា ម៉្លោះហើយ បញ្ហាគឺការមិនសុខចិត្ត ចេះតែមាន ចេះតែមកដល់ ដែលធ្វើឱ្យទឹកមុខម្តងស្រស់ម្តងក្រៀម... ។

**ទណ្ណៈ** ដែលសំខាន់ជាងពណ៌សម្បុរគឺ កេរ្តិ៍ឈ្មោះ ឈ្មោះល្អរមែងបានមកអំពីការប្រព្រឹត្តល្អ ។ ឈ្មោះល្អគឺជាក្លិនដ៏ក្រអូបបក់ផ្សាយទៅគ្រប់ទិស ។ ឈ្មោះល្អនាំឱ្យអ្នក



ដទៃទទួលស្គាល់ ឈ្មោះល្អគឺជាយីហោនៃជីវិត ។ ឈ្មោះល្អ នាំឱ្យអ្នកដទៃចូលមករក កាលបើអ្នកដទៃចូលមករកហើយ រមែងបាននូវប្រយោជន៍ដល់អ្នកដែលចូលមករកនោះ ។

ព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធ ព្រះអង្គមានវណ្ណៈល្អគ្រប់យ៉ាង ព្រះកិត្តិស័ព្ទរបស់ព្រះអង្គ ល្បីខ្ចរខ្ចាយទៅគ្រប់ទិស តំបន់ជនបទ និងរាជធានី ។ ព្រះអង្គទ្រង់យាងទៅកាន់ទីចារិកណាៗ មហាជនតែងតែផ្អើលឈូឆរមកមើលព្រះអង្គ រួចហើយ ក៏បាននូវប្រយោជន៍ដ៏ធំធេងអំពីការដែលបាននាំគ្នាមករកព្រះអង្គនោះ ។

តាមពិត ព្រះពុទ្ធសាសនា គឺជាសារៈសំខាន់របស់ជីវិត និងសង្គម ។ ព្រះពុទ្ធសាសនាកើតឡើងក៏ដោយ-សារជីវិតនិងសង្គមនេះឯងត្រូវការ ព្រោះថាជីវិតត្រូវការព្រះពុទ្ធសាសនាក្នុងការដោះស្រាយបញ្ហានៃជីវិត ពោលគឺសេចក្តីទុក្ខទាំងឡាយ ឯសង្គមត្រូវការព្រះពុទ្ធសាសនា គឺ ដើម្បីឱ្យមនុស្សទាំងឡាយព្រមព្រៀងគ្នា សង្គ្រោះគ្នា

ជួយគ្នា និងដើម្បីឱ្យមនុស្សទាំងឡាយនោះ វៀរចាកនូវអំពើសៅហ្មងទាំងពួង ដែលជាអំពើនាំឱ្យសង្គមមានវិបត្តិ ព្រោះហេតុនេះទើបព្រះពុទ្ធសាសនា ជាសាសនាដែលមានការទាក់ទង ជាមួយជីវិតហើយនិងសង្គមយ៉ាងច្បាស់លាស់ ។

ពុទ្ធបរិស័ទតែងនាំគ្នាសូត្រនូវព្រះពុទ្ធគុណជារឿយៗ ដូចជា **ឥតិបិ សោ ភគវា អរហំ សម្មាសម្ពុទ្ធោ វិជ្ជាចរណសម្បន្នោ** រហូតដល់ **ពុទ្ធោ ភគវាតិ** ។ ព្រះគុណទាំងអស់នេះរួមសរុបមកមានពីរយ៉ាងគឺ ÷

**១-អត្តហិតសម្បត្តិ** សេចក្តីដល់ព្រមនូវប្រយោជន៍សម្រាប់ព្រះអង្គផ្ទាល់ ។

**២-បរត្ថប្បដិបត្តិ** ការប្រព្រឹត្តដើម្បីជាប្រយោជន៍ដល់អ្នកដទៃ ។

ព្រះគុណនេះឯងហើយ ដែលជាព្រះកិត្តិស័ព្ទល្បីរន្ទឺ គឺជាព្រះគុណដែលមានការទាក់ទងគ្នាជាមួយនឹងជីវិតសត្វលោក និងសង្គម ដូចជាទ្រង់ព្រះនាមថា **អរហំ** ព្រោះ



ព្រះអង្គឆ្ងាយចាកសឹកសត្រូវ ពោលគឺកិលេស ដូច្នេះព្រះ-អង្គជាបុគ្គលបរិសុទ្ធ ។ សេចក្តីបរិសុទ្ធនេះជាសម្បត្តិដែលព្រះអង្គបានសម្រេច ដោយសារការបំពេញបារមី បានដល់សេចក្តីល្អ ដែលជាគ្រឿងនាំឱ្យបានសម្រេចដល់ត្រើយ គឺព្រះនិព្វាន ។ ព្រះគុណដែលមានសេចក្តីបរិសុទ្ធទាំងអស់ជាប្រយោជន៍ដ៏ធំធេង គឺ ជាប្រយោជន៍សម្រាប់ព្រះអង្គផ្ទាល់ផង និងជាឧបការៈនាំឱ្យបានសម្រេចនូវប្រយោជន៍ដ៏ក្រៃលែងដល់អ្នកដទៃទៀតផង ។

គុណរបស់ព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធ ដែលពុទ្ធបរិស័ទសូត្ររំលឹក គ្រប់បទទាំងអស់ គឺ ជាការសម្តែងបញ្ជាក់អំពី«ប្រយោជន៍» ។ ព្រះអង្គកសាងនូវបារមីធម៌ អស់កាលដ៏យូរអង្វែង ដើម្បីជាប្រយោជន៍ឱ្យព្រះអង្គរួចផុតចាកទុក្ខផង ដើម្បីជាប្រយោជន៍ញ៉ាំងអ្នកដទៃឱ្យបានរួចផុតចាកទុក្ខផងដែរ ។ ទោះជាសង្ឃគុណ គឺគុណរបស់អរិយសង្ឃគ្រប់បទក៏ដោយ ក៏ជាការសំដែងអំពីប្រយោជន៍ទាំងពីរផ្នែកនេះដែរ ដោយមិនមានគុណក្នុងបទណាមួយដែលមិន

មែនជាប្រយោជន៍នោះឡើយ ដូច្នេះ ព្រះពុទ្ធសាសនាជាសាសនាសម្តែងអំពីប្រយោជន៍ និងជាសាសនានាំមកនូវប្រយោជន៍ដល់អ្នកប្រព្រឹត្តតាម ។

កាលណាបើពោលអំពីប្រយោជន៍ គ្មានរឿងអ្វីដែលថា មិនទាក់ទិនជាមួយនឹងជីវិតសត្វលោកនោះទេ ព្រោះថាសត្វលោកត្រូវការ ***អត្តហិតសម្បត្តិ*** គឺការដល់ព្រមទៅដោយប្រយោជន៍សម្រាប់ទំនុកបម្រុងដល់ខ្លួនឯង ពោលគឺការដល់ព្រមទៅដោយគុណធម៌ មានសតិបញ្ញាសម្រាប់នាំខ្លួនចេញចាកអំពីសេចក្តីទុក្ខ មានទុក្ខដែលកើតអំពីសេចក្តីល្ងង់ខ្លៅជាដើម និងម្យ៉ាងទៀត សត្វលោកត្រូវការនូវ ***បរត្ថប្បដិបត្តិ*** គឺការបដិបត្តិជាប្រយោជន៍ឱ្យដល់អ្នកដទៃ រាប់ចាប់តាំងអំពីញាតិមិត្ត បងប្អូន កូនចៅឡើងទៅ គឺជាប្រយោជន៍សម្រាប់សង្គម ។

ព្រះពុទ្ធគុណ គឺគុណរបស់ព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធ សរុបម្យ៉ាងទៀត គឺបញ្ញាគុណ និងករុណាគុណ ។ ព្រះប្រាជ្ញាញាណរបស់ព្រះអង្គ នាំឱ្យព្រះអង្គបានដល់នូវភាពបរិសុទ្ធ



ហើយបានញុំាងអ្នកដទៃឱ្យបរិសុទ្ធផងដែរ។ សេចក្តីបរិសុទ្ធជាគុណដែលសម្រេចបានដោយបញ្ញាប្រហារនូវកិលេស ។ ករុណាធម៌ មានសេចក្តីទុក្ខរបស់សត្វលោកជាអារម្មណ៍ ហើយព្រះទ័យរបស់ព្រះអង្គ បង្អោនទៅដើម្បីសង្គ្រោះនូវសត្វលោកដែលមានទុក្ខនោះៗ គឺជាមហាករុណាដ៏ធំធេងរបស់ព្រះអង្គ ដែលមហាករុណានេះឯងបានតាំងនៅក្នុងព្រះហឫទ័យរបស់ព្រះអង្គ អស់កាលដ៏យូរអង្វែងជាទីបំផុតមកហើយ ហើយដែលធ្វើឱ្យព្រះអង្គប្រាថ្នាពុទ្ធភូមិ គឺដើម្បីឱ្យបានត្រាស់ជាព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធ ក៏ដោយអាស្រ័យព្រះទ័យករុណានេះដែរ ។

ទោះជាព្រះគុណផ្នែកណាក៏ដោយ ក៏ជាការសម្តែងអំពីប្រយោជន៍ទាំងអស់ ដូច្នេះវណ្ណៈគឺជាកេរ្តិ៍ឈ្មោះ ដ៏ពីរោះក្រអូបសុសសាយរបស់ព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធ គឺស្ថិតនៅត្រង់ប្រយោជន៍ហ្នឹងឯង ។

ពុទ្ធបរិស័ទ កាលបើបានជ្រាបអំពីពុទ្ធគុណហើយ ក៏មានសេចក្តីជ្រះថ្លានឹងពុទ្ធចរិយា ហើយខំប្រឹងកសាងនូវ

ប្រយោជន៍ក្នុងវិស័យនៃខ្លួនឯងដែលជាពុទ្ធបរិស័ទ រៀបចំដំណើរជីវិតឱ្យស្ថិតនៅក្នុងផ្លូវដែលជាប្រយោជន៍ ពោលគឺ ***អត្តហិតសម្បត្តិ*** និង ***បរត្ថប្បដិបត្តិ*** សឹងមានធម្មៈដែលជាខ្លឹម ជាមូលដ្ឋាន គឺបញ្ញា និងករុណា ។

**បញ្ញា** ជាគុណធម៌សំខាន់ក្នុងជីវិតរបស់មនុស្សយើង ការដែលនឹងធ្វើឱ្យបានរួចផុតអំពីបញ្ហា និងធ្វើឱ្យបានសម្រេចកិច្ចសម្រេចការ គឺនៅលើបញ្ញានេះឯង ។ បញ្ញាធ្វើឱ្យបានសម្រេចនូវ ***អត្តហិតសម្បត្តិ*** ដែលជាប្រយោជន៍របស់ខ្លួន បានដល់ប្រយោជន៍ក្នុងបច្ចុប្បន្ន គឺការមានទ្រព្យសម្បត្តិប្រកបដោយធម៌ អាចចិញ្ចឹមជីវិតខ្លួនឯងបានដោយពុំចាំបាច់ធ្វើជាចោរ មានកេរ្តិ៍ឈ្មោះគួរសមក្នុងសង្គមថាជាមនុស្សល្អ និងមានកិត្តិយសជាដើម មិនត្រឹមតែបានសម្រេចប្រយោជន៍ក្នុងបច្ចុប្បន្នប៉ុណ្ណោះទេ ថែមទាំងបានសម្រេចនូវប្រយោជន៍ដែលជាទុនក្នុងដំណើរជីវិតសម្រាប់បន្តការរស់ទៅជាតិខាងមុខ ក្រោយអំពីលាចាកលោកនេះទៅទៀតផង និងរហូតដល់បានសម្រេចនូវ



ប្រយោជន៍ដ៏កំពូល គឺរួចផុតចាកទុក្ខទាំងពួង ព្រោះការអស់ទៅនៃតណ្ហា ។

ប្រយោជន៍មួយផ្នែកទៀត គឺ **ករុណា** ជាគុណធម៌ទំនុកបម្រុងឱ្យដល់សង្គម ឬជាគុណធម៌ដែលទ្រទ្រង់នូវទឹកចិត្តរបស់ពុទ្ធបរិស័ទឱ្យមានឆន្ទៈបដិបត្តិក្នុងការងារតាមតួនាទី សម្រេចប្រយោជន៍ដល់អ្នកដទៃ។ ករុណាធ្វើឱ្យបានសម្រេចនូវ ***បរត្ថប្បដិបត្តិ*** គឺការបដិបត្តិដើម្បីប្រយោជន៍ក្នុងសង្គម ឬប្រយោជន៍សម្រាប់អ្នកដទៃ ទោះជាប្រយោជន៍បច្ចុប្បន្នក្តី ប្រយោជន៍ជាតិមុខក្តី ប្រយោជន៍ដ៏ក្រៃលែងគឺការត្រាស់ដឹងនូវសច្ចធម៌ក្តី ជាប្រយោជន៍ដែលអ្នកដទៃត្រូវបានទទួលអំពីករុណាធម៌របស់ពុទ្ធបរិស័ទ ។

«សេចក្តីបរិសុទ្ធ និងមិនបរិសុទ្ធ ជារបស់ចំពោះខ្លួន អ្នកដទៃមិនអាចញុំាងអ្នកដទៃទៀត ឱ្យបរិសុទ្ធបានឡើយ» សេចក្តីនៃពុទ្ធភាសិតនេះ ធ្វើឱ្យមនុស្សមួយចំនួនយល់ច្រឡំថា ព្រះពុទ្ធសាសនាគិតតែពីយករួចខ្លួនឯង មិនបានគិតគួរដល់សង្គមផងឡើយ ប៉ុន្តែសេចក្តីនៃពុទ្ធភាសិត

បានបញ្ជាក់ការពិតរបស់ធម្មជាតិ គឺថាអ្នកដទៃ មិនអាចរំលត់កិលេសឱ្យអ្នកដទៃបានទេ គឺត្រូវពឹងខ្លួនក្នុងការស្វែងរកសេចក្តីបរិសុទ្ធឱ្យដល់ខ្លួនឯង។«អ្នកធ្វើបាបរមែងសៅហ្មងដោយខ្លួនឯង ចំណែកអ្នកមិនធ្វើបាបរមែងបរិសុទ្ធដោយខ្លួនឯង» ពុទ្ធភាសិតប៉ុណ្ណេះ ក៏ជាការជួយសង្គមមិនតិចឡើយ ព្រោះធ្វើឱ្យមនុស្សយល់ហេតុផលតាមការពិត ហើយយកការមិនធ្វើបាបជាព្រះសម្រាប់ជួយខ្លួនឯងឱ្យបានដល់នូវសេចក្តីបរិសុទ្ធ និងអប់រំចម្រើនបញ្ញា ដើម្បីកម្ចាត់នូវអវិជ្ជា និងតណ្ហាដោយខ្លួនឯងពិតៗ ។

ពិតមែនតែអ្នកដទៃ មិនអាចញ៉ាំងអ្នកដទៃទៀតឱ្យបរិសុទ្ធទៅបានក៏ដោយ តែមិនមែនមានន័យថា ជួយគ្នាមិនបាននោះទេ គឺជួយដោយការរំលឹកដាស់តឿន ជួយដោយការប្រាប់ពន្យល់ដល់ការពិត ដើម្បីឱ្យអ្នកដទៃនោះៗមានស្មារតី ហើយអាចសិក្សាអប់រំខ្លួនតទៅ រហូតបានដល់នូវសេចក្តីបរិសុទ្ធដែរ ។ សេចក្តីនេះប្រៀបដូចមនុស្សមួយគ្រួសារ ដែលកំពុងដេកលក់នៅក្នុងផ្ទះ កាលដែលមាន



ភ្លើងឆេះផ្ទះ មនុស្សម្នាក់ក្នុងផ្ទះនោះ បានភ្ញាក់ឡើងមុនគេ ការភ្ញាក់របស់មនុស្សម្នាក់មុនគេនោះ ពិតមែនតែមិនមែនជាការភ្ញាក់របស់អ្នកដទៃទៀត ប៉ុន្តែអ្នកភ្ញាក់មុនគេអាចស្រែកហៅអ្នកដទៃទៀតឱ្យភ្ញាក់មកដែរ ហើយក៏បានរត់រួចអំពីផ្ទះដែលត្រូវភ្លើងឆេះទាំងអស់គ្នាទៅ ។ មនុស្សម្នាក់ងូតទឹកសម្អាតកាយខ្លួនឯង ពិតជាមិនអាចញ៉ាំងអ្នកផ្សេង ដែលមិនបានងូតទឹកនោះឱ្យស្អាតបានឡើយ ប៉ុន្តែអាចរំលឹក អាចប្រាប់ អាចអញ្ជើញ ឱ្យអ្នកផ្សេងនោះៗមកងូតទឹកសម្អាតកាយ ដើម្បីបានស្អាតទាំងអស់គ្នា ។

ព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធ ព្រះអង្គមានតួនាទីប្រាប់ការពិតដល់សត្វលោក មិនចំពោះតែនៅលើអរិយសច្ចធម៌ ដែលជាធម៌ដ៏ជ្រៅបំផុតនោះទេ ធម៌អ្វីផ្សេងទៀតក៏ដោយឱ្យតែជាប្រយោជន៍ គឺប្រយោជន៍ក្នុងលោកនេះក្តី ប្រយោជន៍ក្នុងលោកខាងមុខក្តី ព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធទ្រង់សម្តែងប្រាប់ទាំងអស់ ព្រោះព្រះអង្គមានតួនាទីត្រាស់នូវវាចាពិតហើយមានប្រយោជន៍ដល់អ្នកស្តាប់ ។ ព្រះអង្គទ្រង់ត្រាស់

ជារឿយៗ ឱ្យមនុស្សយើងនឹកដល់សត្វទាំងឡាយដែលមានជីវិត គឺត្រូវនឹកដោយមេត្តាចិត្ត នឹកដោយក្ដីអាណិតដល់សត្វទាំងឡាយ ក្នុងឋានៈដែលសត្វទាំងអស់រួមរស់ជាមួយគ្នា រួមកើត រួមចាស់ រួមឈឺ រួមស្លាប់ រួមពិភពលោក គឺជាអ្នករួមសុខរួមទុក្ខជាមួយយើងទាំងអស់គ្នា ។ សត្វលោកក្នុងលោកសន្និវាស ជាអ្នកទោសត្រូវប្រហារជីវិត ដែលមិនមានជីវិតណាមួយគេចផុតបានឡើយ ។

ព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធ ព្រះអង្គជាគ្រូរបស់មនុស្ស និងទេវតា ព្រះអង្គបង្រៀនវិជ្ជាជីវិតឱ្យដល់សត្វលោក ឱ្យសត្វលោកចេះស្វែងរកសេចក្ដីសុខក្នុងចិត្តរបស់ខ្លួន ។ ព្រះអង្គមិនបានបដិសេធសេចក្ដីសុខ ដែលជាប់ទាក់ទងនឹងវត្ថុខាងក្រៅ មានជាប់ទាក់ទងនឹងទ្រព្យសម្បត្តិ សម្ភារៈប្រើ-ប្រាស់ជាដើមនោះទេ ប៉ុន្តែបើសត្វលោកខ្វះខាតនូវវិជ្ជាជីវិត គឺខ្វះខាតសតិបញ្ញាសម្រាប់កំណត់ដឹងនូវសង្ខារធម៌ ដែលជាធម្មជាតិគ្រប់យ៉ាង ខ្វះខាតសីលធម៌ និងខ្វះខាតមេត្តាករុណាជាដើម សត្វលោកពិតជាមិនអាចបានជួបប្រទះ



នូវសេចក្ដីសុខពិតប្រាកដឡើយ ព្រោះសេចក្ដីសុខពិតប្រា-កដ គេត្រូវបានរកឃើញតាមរយៈនៃសេចក្ដីសុខផ្លូវចិត្ត ។ ក្នុងលោកនេះពិតជាមានសេចក្ដីសុខបោកប្រាស់ ព្រោះហេតុដូច្នេះហើយ ទើបសត្វលោកបានធ្លាក់ចូលទៅក្នុងអន្លង់នៃសេចក្ដីទុក្ខសោកដ៏ជ្រៅ ។ សេចក្ដីសុខដែលជាប់ជាមួយវត្ថុសម្ភារៈផ្សេងៗ ឬសេចក្ដីសុខក្នុងកាមគុណដែលជាប់ក្នុងរូប សំឡេង ក្លិន រស សម្ផស្ស មិនមែនជាសេចក្ដីសុខពិតទេ គឺជាសុខក្លែងក្លាយ សុខបោកប្រាស់ ។ ជាមួយគ្នានឹងសត្វលោក ដែលមានបំណងចង់គេចចេញអំពីសេចក្ដីទុក្ខ ហើយស្វែងរកសេចក្ដីសុខពិតប្រាកដនោះ សុខក្លែងក្លាយ សុខបោកប្រាស់ ក៏មានក្នុងលោកនេះផងដែរ ។

សត្វលោកខ្វះខាតវិជ្ជាជីវិត បានសិក្សាតែវិជ្ជាជីវៈ ឬរៀនយកតែបច្ចេកវិជ្ជាបង្កើតវត្ថុនានា ជាអ្នកវិទ្យាសាស្ត្រ ក៏ក្លាយទៅជាអ្នកខ្វះខាតនូវសេចក្ដីសុខ ទាំងដែលខ្លួនឯងកំពុងតែស្វែងរកនូវសេចក្ដីសុខ ។ បុគ្គលដែលខ្វះខាតវិជ្ជា-

ជីវិត ទោះជាបានសម្រេចការសិក្សា រៀនចេះចប់នូវមុខវិជ្ជាក្នុងលោកនេះយ៉ាងណាៗ ប៉ុន្តែថា ជាអ្នកមិនមានសេចក្តីសុខក្នុងខ្លួនឯង គ្រាន់តែជាអ្នកអង់អាចក្នុងការស្វែងរកសេចក្តីសុខ ម្ល៉ោះហើយ ក៏ជាអ្នកស្ទុះស្ទានៅក្នុងលោក ព្រោះការស្រេកឃ្លាននូវសេចក្តីសុខ កាលបើស្រេកឃ្លានត្រូវការប្រាថ្នាសេចក្តីសុខ ក៏ស្វែងរកសេចក្តីសុខឱ្យខ្លួនឯង កាលបើជាអ្នកស្វែងរកសេចក្តីសុខ ព្រមដោយមុខមាត់កិត្តិយស តាមដែលខ្លួនឯងមាននូវវិជ្ជាខ្ពង់-ខ្ពស់ក្នុងលោក ក៏ត្រូវបៀតបៀនសង្គម បំផ្លាញធម្មជាតិបង្កសេចក្តីវិនាស ដោយប្រការផ្សេងៗ ព្រោះលោភៈ ទោសៈ មោហៈ ជាឫសគល់ ដូច្នេះធ្វើជាមនុស្សត្រូវសិក្សានូវវិជ្ជាជីវិតផង និង ត្រូវចេះសាងសេចក្តីសុខឱ្យជាគុណសម្បត្តិនៅក្នុងចិត្តរបស់ខ្លួនឯងផង ។

ព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធផ្សព្វផ្សាយព្រះធម៌ទេសនា ឱ្យអ្នកសិក្សាវិជ្ជាសិល្បៈក្នុងលោក មាននូវសេចក្តីសុខ ជាគុណសម្បត្តិក្នុងចិត្ត កាលបើគេមានសេចក្តីសុខក្នុងចិត្ត ហើយ



ជាមនុស្សពូកែទៀតនោះ គេរមែងចេញអំពីការសិក្សាមករស់នៅក្នុងសង្គម ដោយមិនបៀតបៀនអ្នកដទៃក្នុងការស្វែងរកសេចក្តីសុខឡើយ គេអាចបញ្ចេញសេចក្តីសុខរបស់គេ ធ្វើឱ្យអ្នកមានទុក្ខទាំងឡាយបានធូរស្បើយ មានសេចក្តីសុខក្នុងចិត្ត ។ ដោយគេជាមនុស្សល្អផង ពូកែផងគេរមែងសាងសេចក្តីសុខឱ្យសង្គម ឬថាគេរមែងបញ្ចេញសេចក្តីសុខក្នុងចិត្តរបស់គេ ឱ្យសង្គមមានសេចក្តីសុខ គឺគេមិនយកនូវសមត្ថភាពរបស់គេ ដែលខំសិក្សាអស់ច្រើនឆ្នាំ ដើម្បីគ្រាន់តែបម្រើនូវតណ្ហារបស់ខ្លួនគេនោះឡើយ។

ព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធទ្រង់សម្តែងនូវគុណធម៌ ១៥ យ៉ាងនៅក្នុងគម្ពីរទីឃនិកាយ <u>**សិង្គាលកសូត្រ**</u> ដែលជាធម៌ធ្វើឱ្យមាននូវកិត្តិយស កេរ្តិ៍ឈ្មោះគួរឱ្យសរសើរ និងបានញ៉ាំងភាពប្រសើរឱ្យដល់សង្គមគ្រួសារព្រមទាំងសង្គមជាតិផង។

គុណធម៌ ១៥ យ៉ាង គឺ ÷

**១-បណ្ឌិតោ សីលសម្បន្នោ = ជាបណ្ឌិតបរិបូណ៌ដោយសីល** ការសិក្សាស្វែងយល់ដើម្បីសាងចំណេះដឹង

សាងនូវគុណសម្បត្តិក្នុងខ្លួន ធ្វើខ្លួនឱ្យជាមនុស្សស្អាតស្អំ និងជួយបណ្តុះបណ្តាលនូវស្មារតីដល់អ្នកដទៃ ដើម្បីឱ្យអ្នកដទៃបានឃើញថា អំពើស្អាតស្អំ ជាគុណធម៌ដ៏មានតម្លៃសម្រាប់ជីវិត នេះជាគុណធម៌របស់បណ្ឌិតដែលបរិបូណ៌ដោយសីល ។ មិនត្រឹមតែប៉ុណ្ណឹង បណ្ឌិតជាអ្នកឈ្លាសវៃក្នុងតួនាទី គឺតួនាទីខ្លួនឯងជាកូនប្រុសស្រី ឬជាមាតាបិតា ជាសិស្ស ជាគ្រូអាចារ្យ ជាភរិយា ជាស្វាមី ជាមិត្តចិត្តល្អ ជាមិត្តមានឧបការៈ ។ល។ បណ្ឌិតមាននូវធម៌សង្គ្រោះដ៏ប្រសើរ ព្រមដោយការដឹងគុណជាដរាប ។

**២-សណ្ឋោ មានការប្រព្រឹត្តស្អិតល្អន់ហ្មត់ចត់** មិនឡេះឡោះក្នុងការងារ មានវាចាពីរោះ ជាសម្តីហ្មត់ចត់ប្រាកដប្រជា ។ មនុស្សដែលល្អិតល្អន់ហ្មត់ចត់ប្រាកដប្រជា រមែងមិន បណ្តែតបណ្តោយ សូម្បីតែគំនិត ជាអ្នកមាននូវស្មារតីគ្រប់គ្រងគំនិត មិនឱ្យភ្លាត់គំនិតដូចជាការដើរដួលក្នុងផ្លូវរអិលឡើយ ។ ជាធម្មតាក្នុងជីវិតរាល់ថ្ងៃ មានសុខមានទុក្ខតាមផ្លូវចិត្តទៅតាមគំនិត ព្រោះហេតុដូច្នេះហើយ



ទើបព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធ ទ្រង់បង្រៀនឱ្យមនុស្សយើងស្វែងរកនូវសេចក្តីសុខតាមផ្លូវចិត្ត ដោយការប្រយ័ត្នគំនិតខ្លួនឯង។ បើគ្រប់គ្រងគំនិតមិនបាន គំនិតហ្នឹងហើយដែលតែងតែបៀតបៀននូវចិត្តខ្លួនឯង នាំមកនូវសេចក្តីទុក្ខរឿយៗឱ្យដល់ចិត្តសន្តាន រហូតដល់ប្រព្រឹត្តនូវអំពើឃោរឃៅ ។

គំនិតប្រៀបដូចជាភ្លើងអុស បើគ្រប់គ្រងបានល្អក៏ជាប្រយោជន៍ តែបើគ្រប់គ្រងមិនបានល្អ រមែងឆេះផ្ទះឆេះភូមិ ឆេះស្រុក ដូច្នេះហើយទើបមនុស្សដែលល្អិតល្អន់ហ្មត់ចត់ គេប្រយ័ត្ននូវគំនិតនេះណាស់ ឯផលកម្រៃដែលត្រូវបាន គឺ សេចក្តីសុខស្ងប់ច្រើនៗ។

✍-**សូមមនុស្សទាំងឡាយ ខំប្រឹងប្រែងស្វែងរកនូវសេចក្តីសុខអំពីគំនិតរបស់ខ្លួនឯង** ។ គប្បីកំណត់ដឹងថា រឿងរ៉ាវទាំងឡាយទាំងពួងដែលបានមកដល់ជីវិតនេះ មិនមែននាំមកនូវសុខ ឬទុក្ខចូលដល់សន្តានចិត្តតែម្តងនោះទេ គឺវាអាស្រ័យនៅលើគំនិតឆ្លាត ឬល្ងង់ហ្នឹងឯង ដែលជាអង្គប្រកបខាងក្នុង សម្រេចឱ្យសុខឬទុក្ខក្នុងចិត្តកើតឡើង ។

### ៣_បដិភាណវា  មានប្រាជ្ញាឈ្លាសវាងវៃ

**បដិភាណ  ទី១** =  ឆ្លាតវាងវៃក្នុងការសិក្សារៀនសូត្រ  ព្រោះមានឧបនិស្ស័យអំពីកំណើតមកផង (បដិសន្ធិព្រមដោយបញ្ញា  )  និងប្រកបព្យាយាមក្នុងបច្ចុប្បន្នផង ដោយការរៀនច្រើន អានសៀវភៅល្អៗច្រើន  ស្តាប់ពាក្យមានប្រយោជន៍ច្រើន ពិចារណាច្រើន  មិនប្រមាទនៅក្នុងកិច្ចការរបស់ខ្លួន  ។ មនុស្សជាសត្វពិសេស  អាចចម្រើនចំណេះដឹងនៅក្នុងខ្លួនបានជាអនេកប្បការ  ដូច្នេះធ្វើជាមនុស្សត្រូវចេះស្រឡាញ់ចំណេះដឹងទូទៅ  ជាពិសេសព្រះពុទ្ធវចនៈ  ត្រូវសិក្សារៀនសូត្រឱ្យបានច្រើន  ដើម្បីកសាងខ្លួនឱ្យបានពេញជាមនុស្សល្អ  ។

**បដិភាណទី២** =  ឆ្លាតវាងវៃនៅក្នុងការឆ្លើយតបបញ្ហា  ។ ការឆ្លើយតបបញ្ហាដោយមេត្តា  ដើម្បីឱ្យអ្នកសួរបានយល់ច្បាស់  បានចេះដឹង  មិនមែនមានបំណងតម្កើងខ្លួនដោយមានះ  ឆ្លើយនូវបញ្ហាដែលអ្នកដទៃបានសួរនោះឡើយ  ។



**បដិភាណទី៣** =  ឆ្លាតវាងវៃនៅក្នុងដំណើរទៅកាន់ទីរំលត់ទុក្ខ  ។ បញ្ញាឃើញសង្ខារធម៌ទាំងឡាយ មានការកើតហើយរលត់ទៅវិញ  ដូចជាផ្លេកបន្ទោរ  ។ របស់ទាំងឡាយជាលាភ  ជាយស  ជាការសរសើរ ឬជាសេចក្តីសុខ  ដែលកើតឡើងនៅក្នុងជីវិតរបស់យើង  ជាធម្មតាតែងតែប្រែប្រួល  ។  បើយើងចូលទៅនៃបនិត្យជិតដិតដោយសេចក្តីល្ងង់ខ្លៅ  យើងត្រូវបានទទួលនូវសេចក្តីទុក្ខជាពិតប្រាកដ  ប៉ុន្តែបើយើងចូលទៅដោយបញ្ញា  សិក្សាយល់ច្បាស់តាមការពិត  យើងរមែងរួចអំពីអន្ទាក់របស់មារមិនរងទុក្ខឡើយ ។ មនុស្សយើងបើធំតែកាយ  ធំតែផ្ទះ ធំតែឈ្មោះ  ធំតែយស ...  ធំតែសេចក្តីប្រកាន់អញ  ឯចំណែកបញ្ញាការឆ្លាតវៃ  ដែលអាចធ្វើឱ្យខ្លួនបានត្រជាក់-ត្រជុំ  សុខស្ងប់ក្សេមក្សាន្ត  រហូតដល់អ្នកដទៃក៏បានទទួលសេចក្តីសុខផងនោះ  មិនចម្រើនធំធាត់សោះ ហើយថែមទាំងមិនចូលចិត្តទំនុកបម្រុងឱ្យអាហារ  ដើម្បីការធាត់ធំនៃបញ្ញានោះផង  រមែងមិនរួចផុតចាកទុក្ខទាំងពួងឡើយ

តែងជួបនូវការកង្វល់រឿយៗ ក្ដៅក្រហាយចិត្ត មិនស្រាក-ស្រាន្ត ។ បដិភាណមានបីយ៉ាងដូចរៀបរាប់មកនេះឯង ។

( ខុទ្ទកនិកាយ ចូឡនិទ្ទេស ខគ្គវិសាណសុត្តនិទ្ទេស )

**៤-និវាតវុត្តិ មានការប្រព្រឹត្តឱនលំទោនជាប្រក្រតី**

ប្រព្រឹត្តិឱនលំទោនជាសីលធម៌ដ៏ប្រពៃ កម្ចាត់បង់នូវភាពរឹងត្អឹង កាយវិការច្រងេងច្រងាងនិងមានះ គឺការតម្កើងខ្លួនចេញអំពីសន្ដានចិត្ត នៅក្នុងមង្គលសូត្រ ព្រះសម្មា-សម្ពុទ្ធទ្រង់ត្រាស់សំដែងថា ជាមង្គលដ៏ឧត្ដម ។ មនុស្សដែលអាចប្រព្រឹត្តឱនលំទោនទៅបាន ព្រោះមានចិត្តសន្ដានបានអប់រំហើយដោយល្អ បានបង្ហាត់បង្រៀនដោយសារថីគីសតិ ឱ្យចិត្តហ្នឹងឯងមានសទ្ធា ចេះទទួលយកនូវគុណធម៌ មិនរឹងរូស មិនកោងកាច មានសភាពដូចជាគោបាក់ស្នែង ឬ ដូចជាពស់ពិសដែលគេបានដកចង្កូមហើយ ។ វាចារបស់អ្នកប្រព្រឹត្តឱនលំទោន ជាវាចាពីរោះស្ដាប់ មិនអួតក្អេងក្អាង មិនទ្រគោះបោះបោក ដោយពាក្យសម្ដីណាមួយឡើយ ។ អ្នកប្រព្រឹត្តឱនលំទោន



រមែងជាអ្នកគោរពច្បាប់ ទាំងច្បាប់រដ្ឋទាំងច្បាប់សាសនា គឺថាមិនតម្កើងខ្លួនហើយប្រព្រឹត្តល្មើសនឹងច្បាប់នោះទេ ។ ដោយឡែក មនុស្សដែលខ្វះការអប់រំទូន្មានខ្លួន រមែងលើកតម្កើងខ្លួនដូចជាទង់ ពោលគឺលើកឡើងនូវ «ទង់អញ» ហ៊ានប្រព្រឹត្តខុសច្បាប់ ហើយសំគាល់ថាខ្លួនឯងពូកែទៀតផង ។ សូមមនុស្សទាំងឡាយកុំច្រឡំថាខ្លួនឯងពូកែទាំងដែលភាពពិតនៃខ្លួនឯងជាមនុស្សអន់ណាស់នោះ ។ សូមដាក់ចុះនូវ«ទង់អញ» ហើយនាំគ្នាលើកឡើងនូវទង់ជាតិទង់សាសនា ធ្វើការគោរពឱ្យពេញលេញ ដើម្បីជាតិនិងសាសនារុងរឿងតទៅ ។ សូមនឹករលឹករឿយៗផងថា ទោះជាយើងខំប្រឹងលើកកម្ពស់ខ្លួនឯងយ៉ាងណា ខំអួតអាងយ៉ាងម៉េចក៏ដោយ ក៏វាមិនរួចពីស្លាប់ឡើយ ប៉ុន្តែរឿងដែលគួរឱ្យស្ដាយនោះ មិនមែនយើងដែលបានស្លាប់ទៅនោះទេ គឺប្រទេសជាតិ និងសាសនាដែលបានអន្តរាយខូចខាតខ្ទេចខ្ទាំដោយសារយើង ដែលជាអ្នកហ៊ានប្រព្រឹត្តល្មើសនឹងច្បាប់នោះទេតើ ដែលគួរឱ្យស្ដាយពេកពន់ ។

**៥_អត្តញ្ញូ មិនរឹងត្អឹង** មិនចចេសមុខរឹង គឺជាមនុស្សគួរដល់ការហ្វឹកហាត់ ។ ច្បាប់ប្រទេសក្តី ព្រះធម៌ព្រះវិន័យក្នុងព្រះសាសនាក្តី រមែងបានជាទីគោរព និង បដិបត្តិនៃមនុស្សមិនរឹងត្អឹងនេះឯង មនុស្សដែលមាននូវចរិយាដ៏ល្អបែបនេះ គឺជាមនុស្សប្រដៅបានដោយងាយ ជាមនុស្សមានសិរីមង្គលជាប់តាមខ្លួន ជាអ្នកតាំងនៅក្នុងធម៌ដែលនាំឱ្យមានសេចក្តីចម្រើន ៤ប្រការ បន្តគ្នាជាលំដាប់ ហៅថា **វុឌ្ឍិធម៌** គឺ ÷

<u>**វុឌ្ឍិធម៌ទី១**</u> **_សេពគបន្ទុំជាមួយសប្បុរស** សប្បុរសជាមនុស្សស្ងប់ ប្រព្រឹត្តសុចរិតដោយកាយវាចាចិត្ត ជាអ្នកគោរពច្បាប់ មានភូមិធម៌ មានភូមិបញ្ញា គួរដល់ការគោរពរាប់អាន ។ មនុស្សដែលមិនរឹងត្អឹង មិនចចេសមុខរឹង បានជ្រើសរើសយកសប្បុរសជាកល្យាណមិត្ត សេព-គប់ជិតដិត ។ មនុស្សមិនរឹងត្អឹងមានបំណងកសាងខ្លួនឱ្យបានជាមនុស្សល្អ រមែងស្វែងរកនូវសប្បុរសសម្រាប់រំលឹកដាស់តឿនខ្លួន រកទីប្រឹក្សាល្អ មិត្តល្អ សៀវភៅល្អ



រហូតដល់បរិយាកាសសង្គមជុំវិញខ្លួនក៏ល្អទៀតផង ដើម្បីជាឧបការៈឱ្យមានបញ្ញាស្មារតី ។

**វុឌ្ឍិធម៌ទី២_ ស្តាបន្ទុំធម៌របស់ន្ទុំសប្បុរស** ការសេពគប់ជាមួយសប្បុរសដើម្បីឱ្យបាននូវប្រយោជន៍ គឺត្រូវស្តាប់នូវព្រះធម៌ដោយការយកចិត្តទុកដាក់ ស្តាប់ក្រេបយកនូវអត្ថ-រសអំពីន័យសំខាន់ៗ ជាគ្រឿងដាស់ស្មារតីខ្លួនឱ្យភ្ញាក់រលឹកទាំងស្តាប់អំពីបុគ្គលផ្ទាល់ ទាំងអានសៀវភៅ តាំងចិត្តរៀន ស្រាវជ្រាវ សន្ទនាសាកសួរ ធ្វើឱ្យមានការចេះដឹងពិតប្រាកដ ។

**វុឌ្ឍិធម៌ទី៣_ ធ្វើទុកក្នុងចិត្តដោយឧបាយត្រូវទំនង** បានឃើញ បានឮ បានអាន បានស្តាប់ រួចហើយក៏ចេះគិតពិចារណាដោយខ្លួនឯង វែកញែករកហេតុផលថា នុ៎ះគឺអ្វី កើតឡើងបានយ៉ាងណា ដូចម្តេចបានជាយ៉ាងហ្នឹង តើហេតុផលនេះវាសមគ្នាដែរឬទេ ដូចនេះជាដើម ។

**វុឌ្ឍិធម៌ទី៤_ បដិបត្តិនូវធម៌ដ៏សមគួរតាមធម៌** គឺបដិបត្តិត្រឹមត្រូវតាមគោលរបស់ព្រះធម៌ នាំយកធម៌ដែល

បានស្តាប់បានរៀន និងបានត្រិះរិះឃើញច្បាស់ហើយ មកបដិបត្តិកម្ចាត់ភាពសៅហ្មងក្នុងសន្តាន ។ ការបដិបត្តិជាការងារនាំមកនូវផល ដែលផលរមែងសមស្របទៅតាមការងារជាហេតុដោយពិត ។(អង្គុត្តរនិកាយ ចតុក្កនិបាត)

**៦-ឧដ្ឋានគោ ជាអ្នកមានសេចក្តីព្យាយាម** សេចក្តីព្យាយាមរមែងនាំឱ្យបានសម្រេចប្រយោជន៍ ក្នុងការងារទាំងពួង ។ អ្នកគ្រប់គ្រងផ្ទះមាននូវកេរ្តិ៍ឈ្មោះល្អ ដោយមានព្យាយាមក្នុងការងារស្វែងរកទ្រព្យសម្បត្តិ ជាការងារប្រាសចាកទោស និងម្យ៉ាងទៀត ផលជាសុខ៤ប្រការរមែងបានសម្រេចដល់គ្រហស្ថអ្នកព្យាយាមនោះ គឺ ÷

សុខទី១-**អត្ថិសុខ** = សុខកើតអំពីការមានទ្រព្យ រីករាយក្នុងចិត្តព្រោះដឹងថាខ្លួនមាននូវភោគទ្រព្យ ជាទ្រព្យដែលបានមកដោយកម្លាំងព្យាយាមរបស់ខ្លួន ហើយតាមផ្លូវសុចរិតទៀតផង ។

សុខទី ២-**ភោគសុខ** = សុខកើតអំពីការបរិភោគ ប្រើប្រាស់ចាយវាយនូវទ្រព្យសម្បត្តិ រីករាយក្នុងចិត្ត ព្រោះ



ថា ខ្លួនបានប្រើប្រាស់ទ្រព្យដែលបានមកដោយសុចរិតកម្ម ចិញ្ចឹមខ្លួនឯងផង ចិញ្ចឹមមាតាបិតាបុត្រភរិយាផង ចិញ្ចឹមអ្នកផ្សេងទៀតដែលគួរចិញ្ចឹមផង និងបំពេញនូវគុណ-ប្រយោជន៍ដោយធ្វើទក្ខិណាទានផង ។

☆-គួរជ្រាបថា សេចក្តីសុខទាំងពីរយ៉ាងនេះគឺ **អត្ថិសុខ** និង **ភោគសុខ** រមែងមានការជាប់ទាក់ទងជាមួយបុណ្យ ដែលខ្លួនបានធ្វើទុកហើយក្នុងកាលមុនមកផង ព្រោះបើខ្វះបុណ្យ សូម្បីកំណើតជាមនុស្សនេះយើង មិនដឹងជាទាមទារយ៉ាងម៉េចបានទេ ចាំបាច់ពោលថ្វីដល់សេចក្តីសុខផ្សេងៗទៀតនោះ ហើយម្យ៉ាងទៀត បានកើតមកហើយខ្វះបុណ្យសម្រាប់ឱ្យមានអាយុវែង រមែងស្លាប់ទាំងនៅវ័យក្មេងក៏មិនដឹងតវ៉ាជាមួយអ្នកណាដែរ ។

សុខទី ៣-**អនណាសុខ**= សុខកើតអំពីការមិនជំពាក់បំណុលគេ រីករាយក្នុងចិត្តត្បិតមិនមានម្ចាស់បំណុលមកទាមទារ ។ ការជំពាក់បំណុលគេ រមែងតែងតែសង ម្យ៉ាងជំពាក់ប្រាក់ ម្យ៉ាងទៀតជំពាក់កម្ម ។ ការជំពាក់កម្ម

ព្រោះអត់សទ្ធា ហើយប្រព្រឹត្តនូវបញ្ចវេរាគី ពៀរ ៥ប្រការ មានការសម្លាប់សត្វ លួចទ្រព្យគេជាដើម ។ សម្លាប់សត្វ ជំពាក់ជីវិត ធ្វើការលួចប្លន់ជំពាក់ទ្រព្យគេ ប្រព្រឹត្តខុសក្នុងកាមគុណទាំងឡាយ ជំពាក់សេចក្ដីប្រសើរអ្នកដទៃ និយាយកុហក ជំពាក់សេចក្ដីពិតត្រង់ បរិភោគទឹកស្រវឹង បាត់បង់ស្មារតី ជំពាក់ការងារដ៏ប្រពៃនៅក្នុងសង្គម ។ នៅក្នុងលោកនេះ រមែងមានការសងបំណុលច្រើនណាស់ ព្រោះអំពើអាក្រក់ដែលខ្លួនបានប្រព្រឹត្តហើយ ដូច្នេះធ្វើជាមនុស្ស ត្រូវតែខំប្រឹងប្រែងដើម្បីឱ្យខ្លួនឯងជាអ្នកមិនជំពាក់បំណុលគេតទៅ ។

សុខទី ៤_**អនវជ្ជសុខ** = សុខកើតអំពីការងារប្រាស-ចាកទោស រីករាយក្នុងចិត្តឲ្យតខ្លួនមានការប្រព្រឹត្តសុចរិត ចិញ្ចឹមជីវិតដោយប្រពៃ មិនធ្វើជាទាសៈនៃចៅកែចាប ពោលគឺមិនតាមបំរើចិត្តបាបរបស់ខ្លួនឯងឡើយ ។

☆ _បណ្ដាសុខទាំង ៤ យ៉ាងនេះ សុខទី ៤ គឺ **អនវជ្ជសុខ** មានគុណតម្លៃប្រសើរដ៏ក្រៃលែង គឺប្រសើរ



ជាងសុខ ៣ យ៉ាងខាងដើម ។ សូមមនុស្សទាំងឡាយកុំមើលរំលងសេចក្ដីសុខទី ៤ នេះឱ្យសោះ ។

(សុខ៤យ៉ាង ស្រង់ចាក អង្គុត្តរនិកាយ ចតុក្កនិបាត)

**៧_អនលសោ ជាអ្នកមិនខ្ជិលច្រអូស** ព្រះសម្មា-សម្ពុទ្ធទ្រង់សម្ដែងអំពីសេចក្ដីព្យាយាមនៅក្នុងគុណធម៌ទី៦រួចហើយ ដែលសេចក្ដីព្យាយាមនាំឱ្យបានសម្រេចនូវប្រ-យោជន៍ ។ ចំពោះគុណធម៌ទី ៧ នេះគឺការមិនខ្ជិលច្រអូស ព្រះអង្គមានព្រះពុទ្ធបំណងឱ្យសត្វលោក ឃើញទោសនៃសេចក្ដីខ្ជិល ។ ទោសនៃសេចក្ដីខ្ជិលមាន ៦ប្រការ គឺ ៖

១_អាងលេសថាត្រជាក់ពេក ហើយមិនធ្វើការ

២_អាងលេសថាក្ដៅណាស់ ហើយមិនធ្វើការ

៣_អាងលេសថាល្ងាចហើយ រួចហើយមិនធ្វើការ

៤_អាងលេសថានៅព្រឹកណាស់ ហើយមិនធ្វើការ

៥_អាងលេសថាឃ្លានណាស់ ហើយមិនធ្វើការ

៦_អាងលេសថាស្រេកណាស់ ហើយមិនធ្វើការ ។

☝ _ការអាងលេសទាំង៦យ៉ាងនេះ មានទោសយ៉ាងណា ?

គឺមានទោសត្រង់មិនធ្វើការ ម្ល៉ោះហើយ សម្បត្តិណា ដែលនៅមិនទាន់កើត ក៏មិនបានកើតឡើង ឯសម្បត្តិណា ដែលកើតឡើងហើយ ក៏ចេះតែអស់ទៅសូន្យទៅ គឺការបាត់បង់នូវសេចក្ដីសុខ ។ សេចក្ដីខ្ជិលជាប្រធាននៃសេចក្ដីវិនាស ។ នៅក្នុងលោកនេះ មិនមានអ្នកណាម្នាក់គេចផុតអំពីទុក្ខដោយសារសេចក្ដីខ្ជិលឡើយ ។ ក្ដៅត្រជាក់ ល្ងាចព្រឹក ឃ្លានស្រេក ទាំង៦នេះវាមិននាំឱ្យអ្នកធ្វើការលំបាកជាងទុក្ខលំបាកព្រោះខ្ជិលនោះទេ ឯចំណែកលាភ យស សរសើរ សុខ គឺជាលទ្ធផលនៃការងារដែលអ្នកធ្វើការត្រូវបានទទួល ។ សម្បត្តិទាំងឡាយក្នុងលោកនេះ ក្នុងលោកខាងមុខ និងការរួចផុតចាកទុក្ខទាំងពួង សុទ្ធតែជាលទ្ធផលនៃការមិនខ្ជិលទាំងអស់ ។ បុគ្គលមានប្រាជ្ញា កាលប្រាថ្នាឆ្លងនូវអន្លង់ទុក្ខ រមែងជាអ្នកមិនខ្ជិលច្រអូស។ អ្នកមានប្រាជ្ញា រមែងពិចារណាឃើញពេលវេលាដែលអាចធ្វើការបាន មានតិចតួចណាស់ កាលនៅតូចរស់ដោយ-សារមាតាបិតាជាអ្នកចិញ្ចឹម ទម្រាំបានធំចេះគិតឃើញ



តម្លៃនៃការងារពិតប្រាកដ ពេលវេលាក៏កន្លងទៅជាច្រើនឆ្នាំ ។ នៅពេលធ្វើការងារបាននោះ ត្រូវមានឧបសគ្គមករារាំង មានគ្រោះថ្នាក់ផ្សេងៗ និង ជំងឺជាដើម មានឈឺដល់ទៅពិការ មិនអាចធ្វើការងារធ្ងន់ៗបានទៀតផង ។ មិនទាន់បានធ្វើអ្វីជាដុំកំភួនផង ជាងម្ភៃឆ្នាំបានកន្លងទៅបាត់ហើយ នៅសល់តែថ្ងៃចាស់ និងថ្ងៃជរាតែប៉ុណ្ណោះ ហើយក្នុងបណ្ដាថ្ងៃសម្រាប់ចាស់ជរានោះ មានមួយចំនួនដែលសម្រាប់ឈឺ ហើយក៏មានថ្ងៃមួយដែលសម្រាប់ស្លាប់ជាពិតប្រាកដផងដែរ ម្យ៉ាងទៀត ដែលគួរឱ្យតក់ស្លុតណាស់នោះ គឺស្លាប់មុនចាស់ ។ បើពេលធ្វើការមានតិច-តួចម្ល៉ឹងៗ តើយើងហ្នឹង គួរខ្ជះខ្ជាយពេលវេលាដោយសារខ្ជិលដែរឬទេ ? ឬក៏គួរគិតថា ត្រូវចែកពេលវេលាដ៏តិច-តួចនេះឱ្យដល់សេចក្ដីប្រមាទផង ឬយ៉ាងម៉េច ?

**៨-អាបទាសុ ន វេធតិ មិនញាប់ញ័រក្នុងអន្តរាយទាំងឡាយ** បើព្រមទទួលនៅពេលបាន ក៏ត្រូវតែព្រមចំណាយនៅពេលអន្តរាយផងដែរ ។ នៅក្នុងជីវិតរបស់

មនុស្សយើង មានតែពីរយ៉ាងប៉ុណ្ណោះ គឺការបាន១ និងការបាត់១ ដូច្នេះនៅពេលបានរបស់អ្វីមក មិនត្រូវវង្វេងស្រវឹងក្នុងរបស់នោះឡើយ គឺកុំឱ្យបានរបស់ជាទីពេញចិត្តមក បែរជាបាត់បង់នូវសតិទៅវិញនោះ ។ នៅពេលរបស់អ្វីនោះបាត់បង់ទៅវិញ ត្រូវទទួលច្បាប់អនិច្ចំ គឺការមិនទៀងរបស់ធម្មជាតិ ត្រូវលះ ឬចាគៈចេញអំពីបញ្ជីចិត្តឱ្យស្រឡះ ឱ្យវាខូចតែរបស់ទៅ តែកុំឱ្យខូចចិត្តតាមរបស់ដែលខូចនោះ ។ ការបាននូវអ្វីៗជាទីពេញចិត្ត ត្រូវប្រយ័ត្នការហួងហែង ព្រោះការហួងហែងវាជាហេតុនៃសេចក្តីទុក្ខសោក ។ ត្រូវនឹកឱ្យបានរឿយៗថា « បើវាមកបាន វាក៏ត្រូវទៅវិញបានដែរ » ។ ការអន្តរាយ លាភ យស សរសើរ សុខ ឬ ការអត់លាភ អត់យស និន្ទា ទុក្ខ មិនមានអ្នកណាពេញចិត្តជាពិតប្រាកដណាស់ ប៉ុន្តែយើងត្រូវជ្រាបថា វាជាលោកធម៌ គឺធម៌តែងមានប្រចាំលោក ។ ជាធម្មតា លោកធម៌រមែងមានទាំងផ្នែកល្អ និងផ្នែកមិនល្អ ទោះបីយើងស្អប់ខ្ពើម ឬខឹងក្រោធជាមួយលោកធម៌



ផ្នែកមិនល្អ គឺការអត់លាភ អត់យស និន្ទា ទុក្ខយ៉ាងណាក៏ដោយ តែដល់ពេលហើយ វាត្រូវតែមកដល់ជាធម្មតា ហើយបើយើងមានចិត្តប្រទូស្តតតាំង ព្រោះការមិនសុខចិត្ត វាត្រូវបង្កបញ្ហាក្នុងចិត្ត ធ្វើឱ្យចិត្តមានសេចក្តីទុក្ខក្តៅក្រហាយ ។ ប៉ុន្តែបើយើងទទួលយកដោយបញ្ញា មិនទំនាស់ជាមួយរបស់ធម្មតាក្នុងជីវិត វាក៏មិនមានបង្កបញ្ហាអ្វីនៅក្នុងចិត្តដែរ ម៉្លោះហើយសភាពនៃចិត្ត ក៏មិនបានញាប់ញ័រចំពោះអន្តរាយផ្សេងៗដែលបានមកដល់ឡើយ ។

**៩-អច្ឆិន្នវុត្តិ មានការប្រព្រឹត្តមិនដាច់** បានដល់ការប្រព្រឹត្តជាប់តគ្នា គឺជាសេចក្តីមិនប្រមាទ ។ នៅក្នុងគម្ពីរអភិធម្ម ព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធ ទ្រង់បានត្រាស់សម្តែងប្រភេទលក្ខណៈនៃសេចក្តីប្រមាទ គឺការធ្វេសប្រហែសដែលជាផ្លូវនៃសេចក្តីស្លាប់ មានដូចតទៅ :

☆ បណ្តាធម៌ទាំងនោះ សេចក្តីប្រមាទតើដូចម្តេច ?

ការបណ្តោយចិត្ត ការឱ្យកម្លាំងដល់ការបណ្តោយចិត្ត ក្នុងកាយទុច្ចរិតក្តី ក្នុងវចីទុច្ចរិតក្តី ក្នុងមនោទុច្ចរិតក្តី

ក្នុងកាមគុណ៥ក្តី ឬ ការធ្វើដោយមិនគោរព ការធ្វើមិនឱ្យរឿយៗ ការធ្វើមិនខ្ជាប់ខ្ជួន ការប្រព្រឹត្តទម្រន់ ការដាក់ចុះនូវឆន្ទៈ ការដាក់ចុះនូវធុរៈ ការមិនគប់រក ការមិនអប់រំ ការមិនធ្វើឱ្យច្រើន ការមិនតាំងមាំ ការមិនប្រកបរឿយៗ ការធ្វេសប្រហែស **ក្នុងការចម្រើននូវពួកធម៌ជាកុសល** ។ ការធ្វេសប្រហែស អាការធ្វេសប្រហែស ភាពនៃសេចក្តីធ្វេសប្រហែស ឯណា ដែលមានសភាពយ៉ាងនេះ ហៅថាសេចក្តីប្រមាទ ។

ការប្រព្រឹត្តមិនដាច់ដែលជាគុណធម៌ទី៩នេះ បានដល់ការមិនធ្វើបាបទាំងពួង និងការបំពេញនូវសេចក្តីល្អផ្សេងៗ ព្រមទាំងព្យាយាមសម្អាតផ្លូវចិត្តផង មានការប្រព្រឹត្តទៅរឿយៗតជាប់គ្នាមិនដាច់ គឺមានសភាពផ្ទុយអំពីសេចក្តីប្រមាទ ។

**១០~មេធាវី មានប្រាជ្ញា** គឺប្រាជ្ញាដឹងហេតុ ដឹងផល ប្រាជ្ញាជាគ្រឿងរក្សាខ្លួន ស្គាល់គុណតម្លៃនៃសេចក្តីល្អ ឃើញទោសនៃបាបអកុសលទាំងពួង អ្នកមានគុណធម៌

-៦០-

ទាំងនេះ គឺជាអ្នកប្រាជ្ញ ។ នៅក្នុងគម្ពីរធម្មបទ ព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធ ទ្រង់ត្រាស់សម្តែងថា បុគ្គលពាលមិនមានបញ្ញា តែងប្រកបរឿយៗនូវសេចក្តីប្រមាទ គឺការធ្វេសប្រហែស ចំណែកអ្នកប្រាជ្ញ លោករក្សានូវសេចក្តីមិនប្រមាទ គឺការមិនធ្វេសប្រហែស ដូចជាគេរក្សានូវទ្រព្យដ៏ប្រសើរថ្លៃថ្លា អ្នកទាំងឡាយចូរកុំប្រកបរឿយៗនូវសេចក្តីប្រមាទ គឺការធ្វេសប្រហែសនេះឡើយ ចូរកុំគប្បីធ្វើសេចក្តីស្និទ្ធស្នាលត្រេកត្រអាលក្នុងកាមទាំងឡាយឡើយ ព្រោះថា បុគ្គលអ្នកមិនមាននូវសេចក្តីប្រមាទ មានការសម្លឹងពិនិត្យ រមែងបានដល់នូវសេចក្តីសុខដ៏ធំទូលាយ ។

អ្នកប្រាជ្ញលោករក្សានូវសតិ ព្រោះឃើញទោសនៃសេចក្តីប្រមាទ ដែលសេចក្តីប្រមាទនេះជាបទនៃសេចក្តីស្លាប់ ប្រៀបបីដូចជាបុរសអ្នកទោសដែលព្រះរាជាដាក់អាជ្ញាឱ្យរក្សាទឹកដ៏ពេញក្នុងផ្តិល ដោយព្រះរាជាបានបង្គាប់ឱ្យពេជ្ឈឃាតក្តង់ដាវពីក្រោយអ្នកទោសនោះ បណ្តើរកាត់តាមកន្លែងដែលគេលេងមហោស្រព ហើយព្រះរាជាបាន

-៦១-

ត្រាស់ថា បើអ្នកទោសនោះធ្វើទឹកឱ្យកំពប់ស្រក់តែមួយតំណក់ ត្រូវកាត់ក្បាលអ្នកទោសនោះទម្លាក់ចុះមកដីដូចទឹកកំពប់ស្រក់មួយតំណក់នោះដែរ ។ នៅក្នុងរោងមហោស្រព មាននាងកល្យាណីជាស្ត្រីរូបស្អាតដ៏ក្រៃលែងកំពុងតែរាំ ប៉ុន្តែទោះជាកល្យាណីរូបស្អាតយ៉ាងណា រាំចាក់ក្បាច់សែនសមយ៉ាងម៉េចក៏ដោយ ដែលមហាជនពោលសរសើរមិនដាច់ពីមាត់នោះ ក៏បុរសអ្នកទោសមិនហ៊ានធ្វេសប្រហែសដោយការនឹកចង់សម្លឹងមើលនាងកល្យាណីនោះឡើយ គឺត្រូវប្រយ័ត្នដៃ ប្រយ័ត្នជើង ប្រយ័ត្នដងខ្លួនប្រយ័ត្នភ្នែក ប្រយ័ត្នក្រែងអ្នកដទៃវាសដៃមកប៉ះ ។ល។ ត្រូវប្រយ័ត្នសព្វអន្លើដើម្បីការពារជីវិតរបស់ខ្លួន សេចក្តីនេះយ៉ាងណា អ្នកប្រាជ្ញរមែងរក្សាចិត្ត ដើម្បីគេចឱ្យផុតអំពីសេចក្តីស្លាប់ ក៏យ៉ាងនោះដែរ ។ ព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធទ្រង់ត្រាស់ថា «សេចក្តីមិនប្រមាទ ជាផ្លូវដើរទៅរកការមិនស្លាប់ ឯសេចក្តីប្រមាទជាផ្លូវដើរទៅរកសេចក្តីស្លាប់» វត្ថុកាមក្នុងលោក គឺ រូប សំឡេង ក្លិន រស ផោដ្ឋព្វៈ



ដែលជាទីប្រាថ្នា ជាទីត្រេកអរ ជាទីស្រឡាញ់ពេញចិត្តប្រកបដោយកាមជាទីតាំងនៃតម្រេក វាជាគ្រឿងនាំឱ្យធ្វេសប្រហែស ជាអន្ទាក់នៃសេចក្តីស្លាប់ ជានុយដែលមានរសជាតិផ្អែមល្ហែម ជាថ្នាំពិសក្នុងទឹកឃ្មុំ ដូច្នេះសាធុជនទាំងឡាយ ដែលស្រឡាញ់ជីវិត ស្រឡាញ់សេចក្តីសុខស្រឡាញ់កិត្តិយស ស្រឡាញ់កេរ្តិ៍ឈ្មោះ ស្រឡាញ់ក្រុមគ្រួសារនិងប្រទេសជាតិ ត្រូវមានស្មារតីជាគ្រឿងរក្សាចិត្តដូចសេចក្តីឧបមាអំពីអ្នកទោស ដែលរក្សាទឹកកុំឱ្យស្រក់ចុះមកដីនោះអ៊ីចឹងឯង គឺមិនគប្បីធ្វេសប្រហែសឡើយ ។

**១១-សង្គាហកោ ជាអ្នកមានធម៌សង្គ្រោះ** ដោយការសង្គ្រោះនៅក្នុងសង្គហវត្ថុ ៤ យ៉ាង គឺ ÷

សង្គហវត្ថុទី ១-**ទាន** ៖ មានការបែងចែកនូវសម្បត្តិរបស់ខ្លួន ជួយសង្គ្រោះអ្នកដទៃ សប្បាយចិត្តនឹងបរិច្ចាគអ្វីៗជារបស់ខ្លួន ដើម្បីឱ្យអ្នកដទៃបានទទួលនូវប្រយោជន៍ពិតៗ ការសប្បាយចិត្ត ជាសម្បត្តិដ៏ប្រសើរ ។ តាមពិតមនុស្សទាំងអស់គ្រប់គ្នា ចង់បានសម្បត្តិក្នុងលោក ព្រោះ

ដើម្បីបំពេញបំណងផ្សេងៗ សម្រេចសេចក្ដីមក គឺដើម្បី «សប្បាយចិត្ត» មានការសប្បាយចិត្តនឹងបរិភោគប្រើ-ប្រាស់ សប្បាយចិត្តនឹងបានរស់នៅ សប្បាយចិត្តនឹងឋានៈស័ក្តិយសជាដើម ប៉ុន្តែ ចំណុចត្រង់ការសប្បាយចិត្តនេះ មនុស្សយើងអាចគិតមិនដល់ផងដែរ ហើយបែរជាឱ្យទ្រព្យសម្បត្តិគ្របសង្កត់ចិត្ត មានទុក្ខកង្វល់ទៅវិញ ដូចជាមានទ្រព្យល្មមរស់បានហើយ តែដោយសារចំណង់តណ្ហា ក៏រំលងចោលការសប្បាយចិត្ត ដោយមិនដឹងថា ទិសដៅនៃជីវិតរបស់ខ្លួន គឺការសប្បាយចិត្តហ្នឹងឯង នេះគេហៅថា មនុស្សមិនដឹងទិសតំបន់ ទីបំផុតស្លាប់ទៅទាំងទុក្ខកង្វល់ ។ មនុស្សដែលដឹងទិសដៅនៃជីវិត គឺត្រង់ការសប្បាយចិត្ត គេមិនច្រឡំថា ទ្រព្យសម្បត្តិ គឺជាការសប្បាយចិត្តនោះទេ ព្រោះទ្រព្យសម្បត្តិក្ដី ឋានៈបុណ្យស័ក្តិក្ដី គ្រាន់តែជាឧបករណ៍មួយផ្នែកនៃការសប្បាយចិត្តតែប៉ុណ្ណោះ ឯការសប្បាយចិត្តពិតៗបានដល់«ចិត្តដែលភ្លឺស្វាង» ព្រោះបានអប់រំហើយដោយល្អ ។ ការសប្បាយចិត្តមិនមែនអាស្រ័យ



នៅលើការបានទ្រព្យសម្បត្តិ ឬ បាននូវយសស័ក្តិតែប៉ុណ្ណឹងនោះទេ ការជួយសង្គ្រោះឱ្យអ្នកដទៃបាននូវប្រ-យោជន៍ បានសុខបានចម្រើន ការមិនបៀតបៀនអ្នកដទៃ សេចក្ដីសន្ដោស ... រហូតដល់សីល សមាធិ និងបញ្ញានៅក្នុងព្រះពុទ្ធសាសនា ទាំងអស់នេះ សុទ្ធតែជាឧបករណ៍សំខាន់ៗ សម្រាប់ញ៉ាំងចិត្តឱ្យសប្បាយ សុខស្ងប់ ។

សង្គហវត្ថុទី ២. **បិយវាចា** និយាយពាក្យឱ្យជាទីស្រឡាញ់ គឺនិយាយពាក្យសុភាព ពីរោះគួរស្ដាប់ ចង្អុលបង្ហាញប្រាប់ ណែនាំក្នុងរបស់ដែលមានប្រយោជន៍ បំភ្លឺហេតុផលជាក់លាក់ និយាយឱ្យកម្លាំងចិត្តដល់អ្នកដែលប្រព្រឹត្តល្អ និយាយដោយចិត្តសប្បុរស មានមេត្តាវចីកម្មទាំងក្នុងទីចំពោះមុខ ទាំងក្នុងទីកំបាំងមុខ ។ មនុស្សយើងច្រើនតែនិយាយយកគួរសម នៅចំពោះមុខតែប៉ុណ្ណោះ នេះមិនល្អសោះទេ មិនមែនជាវាចាសប្បុរស មិនមែនជាមេត្តាវចីកម្មឡើយ ដូចជាការហៅឈ្មោះជាដើម បើនៅចំពោះមុខសុទ្ធតែ -សម្ដេច- ទ្រង់-ឯកឧត្តម-លោកជំទាវ-

លោក - លោកស្រី - លោកតា - លោកយាយ - លោកអ៊ំ ប្រុសស្រី -លោកមាអ្នកមីង ។ល។ ពីរោះណាស់ គួរសមណាស់ ប៉ុន្តែ កំបាំងមុខវិញ បានកាត់ពាក្យគួរសមចេញអស់ នៅត្រឹម -តានេះ - យាយនោះ ជួនកាលហៅតែឈ្មោះទទេដោយសម្ដីសោះកក្រោះ មានរហូតដល់ - តា-ប៉ិនេះ -យាយប៉ិនោះ ដោយចិត្តថ្នាំងថ្នាក់ខ្វះមេត្តាការរាប់-អានទៀតផង ។ ជួនកាលមិនថ្នាំងថ្នាក់ចិត្តអ្វីទេ ប៉ុន្តែចូលក្នុងបទព្រហើន ឫហ៊ានជ្រុល ដោយចង់សម្ដែងថា ខ្លួនឯងគ្រាន់បើ អ្នកនោះមិនស្មើនឹងអញឡើយ ។ យើងទាំងអស់គ្នាគួរអប់រំចម្រើននូវមេត្តាវចីកម្ម គឺការនិយាយដោយចិត្តមេត្តា ទាំងក្នុងទីចំពោះមុខ ទាំងក្នុងទីកំបាំងមុខ។

សង្គហវត្ថុទី ៣ - **អត្ថចរិយា** ធ្វើនូវប្រយោជន៍ឱ្យដល់អ្នកដទៃ គឺជួយដោយកម្លាំងកាយ និងខ្នះខ្នែងជួយកិច្ចការផ្សេង ៗ ដើម្បីបំពេញនូវសាធារណប្រយោជន៍ដែលជាប្រយោជន៍រួមនៅក្នុងសង្គម ព្រមទាំងជួយដោះស្រាយបញ្ហាក្នុងកិច្ចការលំបាក ដែលកើតមានក្នុងបុគ្គល



គណៈ ពួកក្រុមសង្គមតូចធំ និងជួយទំនុកបម្រុងដល់ផ្នែកសីលធម៌ គុណធម៌ជាដើម ឱ្យបានចម្រើននៅក្នុងសង្គមជាតិរបស់ខ្លួនទៀតផង ។

ព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធទ្រង់បានបំពេញនូវ **លោកត្ថចរិយា** គឺ ការធ្វើនូវប្រយោជន៍ឱ្យបានសម្រេចដល់ពពួកជនក្នុងលោក ដែលមិនមានបុគ្គលណាប្រៀបប្រដូចនឹងព្រះអង្គបានឡើយ ។ សព្វថ្ងៃនេះនៅមានព្រះធម៌ និងព្រះវិន័យជាសាស្ដាជំនួសព្រះអង្គ ដូច្នេះយើងជាអ្នកស្រឡាញ់នូវប្រយោជន៍ទាំងអស់គ្នា គួរផ្សព្វផ្សាយ គួរយកចិត្តទុកដាក់សិក្សាអប់រំ ឱ្យបានទូលំទូលាយក្នុងសង្គមជាតិរបស់យើង។ យើងទាំងអស់គ្នា គួរអប់រំចម្រើននូវមេត្តាកាយកម្ម គឺការងារដោយកាយប្រកបដោយចិត្តមេត្តា ទាំងក្នុងទីចំពោះមុខ ទាំងក្នុងទីកំបាំងមុខ ។

សង្គហវត្ថុទី ៤- **សមានត្តតា** តម្កល់ខ្លួនល្អនៅក្នុង **សមានគុណ** គឺសេចក្ដីល្អស្មើគ្នានឹងអ្នកដទៃ ធ្វើខ្លួនឱ្យល្អដើម្បីចូលចុះជាមួយនឹងអ្នកល្អទាំងឡាយ ដាក់ខ្លួនស្មើចុង

ស្មើដើមដោយការស្មោះស្ម័គ្រ ប្រព្រឹត្តស្មោះស្មើដោយមិនលំអៀង មានទូវសមានចិត្តរួមសុខរួមទុក្ខ រួមទទួលដឹងរួមដោះស្រាយបញ្ហា ដើម្បីឱ្យកើតប្រយោជន៍សុខរួមគ្នា។ **សមានត្តតា** គឺការតម្កល់ខ្លួនស្មើក្នុងគុណធម៌ ថ្លៃថ្នូរដោយគុណធម៌ មិនក្រអឺតក្រទមឆ្មើងឆ្មៃ មិនវាយឫកក្រអឺតក្រអោង ម្យ៉ាងទៀតថ្លៃថ្នូរដោយសមានចិត្ត មានមេត្តាមនោកម្ម គឺការនឹកទៅរកអ្នកដទៃដោយមេត្តា ទាំងក្នុងទីចំពោះមុខ ទាំងក្នុងទីកំបាំងមុខ ។

( សង្គហវត្ថុ៤យ៉ាងមានក្នុង ទីឃនិកាយ បាដិកវគ្គ សិង្គាលកសូត្រ )

**១២_មិត្តករោ រកមិត្តល្អដើម្បីសេពគបខ្ញុំ** ការគប់មិត្តជាកិច្ចសំខាន់នៅក្នុងជីវិត អង្គុលិមាលចោរ បានសម្លាប់មនុស្សអស់ច្រើនណាស់ ដោយសារការសេពគប់ខុស ប៉ុន្តែក្រោយមក នៅពេលដែលអង្គុលិមាលចោរកំពុងតែដេញព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធ ក្នុងបំណងសម្លាប់មនុស្សឱ្យបានមួយពាន់នាក់ ព្រះដ៏មានព្រះភាគទ្រង់សម្តែងឫទ្ធិ ធ្វើឱ្យអង្គុលិមាលចោរដែលរត់ពេញទំហឹង



ហើយនោះ តាមព្រះអង្គមិនទាន់ ទាំងដែលមើលទៅឃើញ ព្រះអង្គទ្រង់យាងក្នុងព្រះដំណើរជាប្រក្រតី ។ គ្រានោះអង្គុលិមាលចោរមានសេចក្តីត្រិះរិះថា យីអើអស្ចារ្យណាស់ យីអើ ចម្លែកណាស់ ព្រោះកាលពីមុនៗមកអញស្ទុះដេញដំរីកំពុងបោលក៏បាន ស្ទុះដេញចាប់សេះកំពុងផាយក៏បាន ស្ទុះដេញចាប់រថកំពុងលឿនក៏បាន ស្ទុះដេញចាប់ម្រឹគកំពុងបោលក៏បាន ចម្លែកតែម្តងនេះហេតុអ្វីបានជាអញរត់ពេញទំហឹងហើយ ក៏នៅតែមិនទាន់សមណៈនេះ ដែលដើរតាមដំណើរប្រក្រតីដូច្នេះ ។ អង្គុលិមាលចោរ បានឈប់ហើយឈរនៅមួយកន្លែងស្រែកឃាត់ព្រះដ៏មាន ព្រះភាគថា ឈប់សិនសមណៈ ឈប់សិនសមណៈ ។ ព្រះដ៏មានបុណ្យត្រាស់ថា នែអង្គុលិមាល តថាគតឈប់ហើយ អ្នកចូរឈប់ដែរទៅ។

គ្រានោះ អង្គុលិមាលចោរគិតថា ពួកសមណៈនេះជាសក្យបុត្រ ធ្លាប់និយាយតែពាក្យពិត ប្តេជ្ញាតែពាក្យពិត ចម្លែកតែសមណៈនេះកំពុងតែដើរសោះទេ ម្តេច

ឡើយក៏និយាយថា នែអង្គុលិមាល តថាគតឈប់ហើយអ្នកចូរឈប់ដែរទៅ បើដូច្នេះ អញត្រូវសួរសមណៈនេះមើល ។ លំដាប់នោះ អង្គុលិមាលចោរបានពោលនឹងព្រះដ៏មានព្រះភាគ ដោយគាថាដែលមានសេចក្ដីដូច្នេះថា នែសមណៈលោកកំពុងតែដើរសោះទេ តែត្រឡប់ជានិយាយថា តថាគតឈប់ហើយ ថែមទាំងពោលមកខ្ញុំ ដែលឈប់ហើយនោះ ថាអ្នកទេដែលមិនទាន់ឈប់ដូច្នេះវិញ នែសមណៈ ខ្ញុំសូមសួរដំណើរនុ៎ះនឹងលោក ដែលថាលោកឈប់នោះ តើដូចម្ដេច ? ឯខ្ញុំដែលថាមិនទាន់ឈប់ តើដូចម្ដេចដែរ ?

ព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធទ្រង់ត្រាស់ថា នែអង្គុលិមាល តថាគតបានឈ្មោះថាឈប់ហើយនោះ ព្រោះដាក់ចុះនូវគ្រឿងវាយដំចំពោះសត្វទាំងអស់ សព្វៗកាល ឯចំណែកអ្នកវិញជាអ្នកមិនសង្រួមក្នុងពពួកសត្វ ព្រោះហេតុនោះ តថាគតទើបឈ្មោះថា ជាអ្នកឈប់ហើយ ចំណែកអ្នកវិញឈ្មោះថា មិនទាន់ឈប់ ។

សេចក្ដីនៃព្រះពុទ្ធដីកា គឺ ព្រោះមិនមានសេចក្ដី



សង្រួមក្នុងសត្វទាំងឡាយ ទើបមេត្តាក្ដី ខន្តីក្ដី ការពិចារណាមុនធ្វើកិច្ចការក្ដី ការមិនបៀតបៀនក្ដី ការប្រព្រឹត្តណាដែលនាំឱ្យនឹករលឹកគ្នាក្ដី របស់អ្នកមិនមាន ដូច្នេះអ្នកទើបឈ្មោះថា នៅមិនទាន់ឈប់ គឺមិនទាន់ឈប់ធ្វើអំពើអាក្រក់ហ្នឹងឯង ។

លំដាប់នោះ អង្គុលិមាលគិតថា ការបន្លឺនូវសីហនាទ ( សូរស័ព្ទដ៏អស្ចារ្យដូចសម្រែករាជសីហ៍ ) ដ៏ក្រៃលែងនេះ មិនអាចជារបស់អ្នកដទៃណាបានឡើយ គឺ ពិតជារបស់ព្រះសមណៈជាម្ចាស់ ទ្រង់ព្រះនាមថា ព្រះ **សិទ្ធត្ថ** ជាឱរសរបស់ព្រះនាងសិរិមហាមាយា ឥឡូវនេះ ពិតជាព្រះអង្គបានត្រាស់ដឹងជាព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធហើយ ព្រះអង្គទ្រង់មាននូវចក្ខុដ៏ប្រសើរក្រៃលែង ទ្រង់ឃើញនូវអាត្មាអញដែលគួរប្រោស ទើបព្រះអង្គស្ដេចយាងមកកាន់ព្រៃធំនេះដើម្បីធ្វើការសង្គ្រោះដល់អាត្មាអញ ។

អង្គុលិមាល បានពោលទៅកាន់ព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធដូច្នេះថា បពិត្រព្រះសមណៈ ព្រះអង្គស្វែងរកនូវគុណដ៏ធំ

ព្រះអង្គជាបុគ្គលដែលទេវតា និងមនុស្សទាំងឡាយតែងបូជា យូរណាស់ហើយ ព្រះអង្គទើបតែយាងមកកាន់មហាវ័ន (ព្រៃធំ)នេះ ដើម្បីសង្គ្រោះដល់ខ្ញុំព្រះអង្គ ។ ខ្ញុំព្រះអង្គនឹងប្រព្រឹត្តបដិបត្តិតាម នឹងលះបង់នូវបាបចោលទាំងអស់ ព្រោះតែអាស្រ័យបានស្តាប់គាថារបស់ព្រះអង្គដែលប្រកបដោយធម៌ ។

អង្គុលិមាល បានគ្រវែងដាវនិងអាវុធផ្សេងៗទៀតចោលទៅក្នុងត្រពាំង ក្នុងជ្រោះ ក្នុងរណ្តៅ ហើយក៏ថ្វាយបង្គំព្រះបាទានៃព្រះសុគត សូមផ្នួសនឹងព្រះអង្គក្នុងទីនោះឯង ។

ព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធ ព្រះអង្គទ្រង់ប្រកបដោយមហា-ករុណា ទ្រង់ស្វែងរកនូវគុណដ៏ធំ ព្រះអង្គជាគ្រូនៃមនុស្សលោក និងទេវលោក បានត្រាស់ហៅអង្គុលិមាលនោះថា « អ្នកចូរមកជាភិក្ខុចុះ » ដូច្នេះ ក្នុងគ្រានោះ ភាវៈជាភិក្ខុក៏កើតមានដល់អង្គុលិមាលនោះឯង ។

គ្រានោះ ព្រះភគវន្តមុនី ទ្រង់នាំយកអង្គុលិមាល



ភិក្ខុដ៏មានអាយុជាបច្ឆាសមណៈ ទ្រង់ព្រះពុទ្ធដំណើរសំ-ដៅទៅក្រុងសាវត្ថី ។ ក្រោយមក ព្រះអង្គុលិមាលក៏បានសម្រេចជាព្រះអរហន្ត ដល់នូវសេចក្តីក្សេមក្សាន្ត ផុតទុក្ខផុតភ័យក្នុងសង្សារវដ្ត ដំណើរនេះ ក៏ព្រោះអាស្រ័យបានព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធ ជាកល្យាណមិត្ត ជាអ្នកនាំផ្លូវហ្នឹងឯង ។

**១៣-ទនញ្ញូ ជាអ្នកដឹងនូវពាក្យពោល** ខ្លួនឯងបាននិយាយសន្យាយ៉ាងណា ត្រូវដឹងនូវពាក្យនោះៗ ហើយគោរពឱ្យបានល្អ នេះជាការគោរពធម៌របស់ សប្បុរសផង គោរពខ្លួនឯងផង គឺបានដល់ការតម្កល់ខ្លួន ទុកនៅក្នុងធម៌របស់សប្បុរស ។ វាចាល្អក្នុងលោកនេះ មាន៥យ៉ាងគឺ ÷

វាចាល្អទី ១-**និយាយក្នុងកាលដែលគួរនិយាយ**

វាចាល្អទី ២-**និយាយដោយពាក្យពិតត្រង់**

វាចាល្អទី ៣-**និយាយពាក្យល្អ ពាក្យពីរោះ**

វាចាល្អទី ៤-**និយាយពាក្យមានប្រយោជន៍**

វាចាល្អទី ៥-**និយាយប្រកបដោយចិត្តមេត្តា** ។

( វាចាល្អ៥យ៉ាង ស្រង់ចាក មជ្ឈិមនិកាយ មូលបណ្ណាសក )

អ្នកសិក្សាទាំងឡាយគប្បីជ្រាបថា ជាធម្មតារបស់ត្រចៀក រមែងប៉ះខ្ទប់នឹងសំឡេង ត្រចៀកប្រៀបដូចជាផ្ទះសំណាក់ សំឡេងប្រៀបដូចជាភ្ញៀវ ចិត្តដឹងសំឡេងប្រៀបដូចជាអ្នកទទួលភ្ញៀវ ដូច្នេះ ក្នុងជីវិតប្រចាំថ្ងៃ គប្បីអប់រំចម្រើនសតិ រលឹកដឹងរឿយៗ នូវសភាវធម៌ពិតជាធម្មតាក្នុងជីវិត លះបង់សេចក្តីទាស់ចិត្តក្នុងរបស់ធម្មតា ដូចជាសំឡេងជាដើម ដែលជារបស់ធម្មតា តាមទ្វារត្រចៀក។

នៅក្នុងលោកនេះ មានសម្តីមិនល្អ ៥យ៉ាងផងដែរ គឺ ÷ ១-និយាយខុសកាល ; ២-និយាយនូវពាក្យមិនពិត ; ៣-និយាយពាក្យអាក្រក់ ទ្រគោះបោះបោក ; ៤-និយាយពាក្យឥតប្រយោជន៍ ; ៥-និយាយដោយចិត្តខឹងក្រោធ ។ កាលបើយើងបានស្តាប់ឮនូវពាក្យសម្តីមិនល្អទាំងអស់នេះ យើងគប្បីទប់ទល់ដោយស្មារតី ។ ពិតមែនតែគេនិយាយនូវពាក្យមិនល្អ ជាពាក្យឥតប្រយោជន៍ចំពោះយើងដែលបានស្តាប់ឮ ប៉ុន្តែការដែលសំខាន់ គឺខ្លួនយើងហ្នឹងឯង



ជាអ្នកសិក្សាអំពីការប្រព្រឹត្តទៅរបស់ធម្មជាតិ ជ្រាបច្បាស់អំពី «របស់ធម្មតា» ហើយមិនថ្នាំងថ្នាក់អាក់អន់ចិត្តអ្វីឡើយ ចំពោះទៅរកអ្នកដទៃដែលបាននិយាយនូវពាក្យមិនល្អនោះៗ នេះជាការធ្វើនូវប្រយោជន៍ឱ្យខ្លួនឯងពិតៗ ។ មនុស្សយើងតែងទាស់ចិត្តនឹងអ្នកដទៃ ដែលគេធ្វើអ្វីៗមិនល្អមកលើខ្លួន ព្រោះបានជាភ្លេចថា ការមិនទាស់ចិត្ត ការមិនក្រោធខឹង គឺជារបស់ល្អដ៏ក្រៃលែង ដែលខ្លួនយើងហ្នឹងតែម្តងជាអ្នកចាត់ចែងឱ្យខ្លួនឯង គឺ មិនមែនប្រទូស្តនឹងចិត្តខ្លួនឯង ហើយបែរត្រឡប់ជាចង់បានតែសេចក្តីល្អអំពីអ្នកដទៃនោះឡើយ ។ តាមពិត អ្នកដទៃទាំងអស់ក្នុងលោក ទោះបីគេធ្វើអំពើអាក្រក់អាក្រីយ៉ាងណាមកលើយើងក៏ដោយ ក៏គេមិនអាចវាយប្រហារចិត្តរបស់យើងបានដែរ ប៉ុន្តែមានតែខ្លួនយើងហ្នឹងឯង ដែលអាចវាយ
-៧៦-
ប្រហារ និងប្រទូសរ៉ាយជាមួយចិត្តខ្លួនឯងបាន ដូច្នេះ សូមកុំច្រឡំថា អ្នកនេះ អ្នកនោះគេធ្វើបាបចិត្តរបស់យើងឱ្យសោះ គឺត្រូវដឹងឱ្យច្បាស់ថា «ខ្លួនដែលល្ងង់ហ្នឹងហើយ

ជាអ្នកបៀតបៀននូវខ្លួនឯងនោះ » ។

**ទនញ្ញូ** គឺជាអ្នកប្រាជ្ញ ដឹងនូវសម្តីរបស់ខ្លួនឯង ដែលបាននិយាយហើយ កំពុងនិយាយ និង នឹងនិយាយ ព្រមទាំងដឹងនូវពាក្យសម្តីក្នុងលោកផង ជាអ្នកសិក្សា ឃើញការពិត ជាអ្នកចេះដឹងរឿងរបស់សត្វលោក ចាក់ផ្ទះក្នុងធម្មជាតិ មិនទំនាស់ជាមួយរបស់ធម្មតា ។

**១៤-ទីតមច្ឆរោ ជាអ្នកប្រាសចាកសេចក្តីកំណាញ់** មនុស្សយើងខ្លះមិនបានដឹងថា សេចក្តីកំណាញ់ជារបស់អាក្រក់ក្នុងចិត្តនោះយ៉ាងណា មិនដឹងថា ជាបាបនោះយ៉ាងដូចម្តេចទេ ព្រោះទ្រព្យសម្បត្តិគ្របសង្កត់ចិត្ត ។ ពាក្យថា ទ្រព្យសម្បត្តិគ្របសង្កត់ចិត្ត ព្រោះយល់ខុសថា មានតែទ្រព្យសម្បត្តិនេះឯង ដែលនាំឱ្យសប្បាយចិត្ត គេតែងពោលថា «មានលុយ គឺមានអ្វីៗទាំងអស់» ពាក្យនេះពុំត្រឹមត្រូវទេ មើលចុះ អ្នកមានលុយច្រើនៗហើយ ប៉ុន្តែនៅកើតទុក្ខមិនសុខចិត្តក្នុងរឿងផ្សេងៗ រាប់មិនអស់ ព្រោះខ្វះធម៌ស្ងប់ក្នុងចិត្ត។ ធម៌ស្ងប់មិនមែនព្រោះអាស្រ័យ



តែទ្រព្យសម្បត្តិប៉ុណ្ណឹងបាននោះទេ បើខ្វះបញ្ញា ទ្រព្យសម្បត្តិដែលបានមកនោះ ទៅជាបង្កបញ្ហានេះ បញ្ហានោះមិនចេះចប់ឡើយ ។ តាមពិត ទាល់តែ «មានបុណ្យទើបមានអ្វីៗទាំងអស់» ព្រោះថា កំណើតមនុស្សក្តី ជីវិតបាននៅរស់មកដល់សព្វថ្ងៃនេះក្តី សុខភាពល្អក្តី និង បញ្ញាក្នុងបច្ចុប្បន្នដែលនាំឱ្យចិត្តស្ងប់ក្តី សុទ្ធតែអាស្រ័យបុណ្យទាំងអស់ គឺបុណ្យដែលបានធ្វើហើយផង បុណ្យក្នុងបច្ចុប្បន្ននេះផង ។

សូមមនុស្សលោកគិតឱ្យឃើញថា ទិសដៅនៃជីវិតរបស់ខ្លួនគឺ «ស្ងប់ចិត្ត សប្បាយចិត្ត» កុំច្រឡំទិសដៅឱ្យសោះ បើមានការយល់ច្រឡំ នាំឱ្យដើរខុសផ្លូវ ដូច្នេះអ្នកដំណើរត្រូវកំណត់ទិសដៅរបស់ខ្លួនឱ្យបានច្បាស់លាស់ ។ មានមនុស្សច្រើនណាស់តែងពោលថា « ខ្ញុំឱ្យតែមានលុយគឺសប្បាយចិត្តហើយ »ខ្លះទៀតតែងពោលថា «ខ្ញុំលំបាកចិត្តតែម្យ៉ាង គឺគ្មានប្រាក់ » គេតែងគិតថា បានប្រាក់នាំឱ្យសប្បាយចិត្ត ប៉ុន្តែគេភ្លេចគិតថា ប្រាក់នោះ មិនទាន់

ទាំងបានវាផង ត្រូវកើតទុក្ខជាមួយវាស្រេចទៅហើយ ។ យើងត្រូវសិក្សាអំពី **សប្បាយសម្បជញ្ញៈ** ៤យ៉ាងគឺ ÷

សប្បាយទី ១. **ធម្មសប្បាយ** ស្តាប់ធម៌នាំឱ្យកើតសទ្ធា បើសទ្ធាមានហើយក៏រឹងរឹតតែចម្រើន ព្រោះសទ្ធាជាទ្រព្យដ៏ប្រសើរ នាំឱ្យសប្បាយចិត្តដល់បុរសស្ត្រីក្នុងលោកនេះ ម្យ៉ាងទៀត មានការជ្រើសរើសអារម្មណ៍សមថកម្មដ្ឋាន ឱ្យសមគួរដល់ចរិតអធ្យាស្រ័យ និងចម្រើននូវសតិប្បដ្ឋាន-វិបស្សនា ក្នុងការលះបង់នូវឫសគល់នៃសេចក្តីកង្វល់ក្នុងសង្សារវដ្ត ។

សប្បាយទី ២- **បុគ្គលសប្បាយ** សេពគប់បុគ្គលដែលមានសីលាចារ្យវត្ត មានធម៌ស្ងប់ក្នុងខ្លួន ដែលនាំឱ្យសប្បាយក្នុងការបដិបត្តិធម៌ ។

សប្បាយទី ៣. **អាវាសសប្បាយ** ទីកន្លែងសមរម្យស្ងប់ស្ងាត់ល្អដោយមិនមានអ្វីរំខាន ដែលជាប្រទេស ឬកន្លែងដ៏សមគួរ ។

សប្បាយទី ៤. **អាហារសប្បាយ** មាននូវអាហារ



បរិភោគជាទីសប្បាយ អាហារដែលប្រាសចាកទោស ។

( សប្បាយ៤យ៉ាង ស្រង់ចាក សៀវភៅឃ្លាំងបរិយត្តិ )

ចិត្តដែលប្រាសចាកនូវសេចក្តីកំណាញ់ គឺ ជាចិត្តក្សេមក្សាន្ត មិនមានរោគ មិនមានទោស គឺជាប្រភេទនៃចិត្តសប្បាយដ៏ប្រសើរ ។ នៅក្នុងលោកនេះ មិនមែនមានតែចិត្តចង់បានទ្រព្យទេ គឺ ពិតជាមានចិត្តចង់បរិច្ចាគទ្រព្យឱ្យជាទានផងដែរ ការបរិច្ចាគនេះមានសភាពផ្ទុយស្រឡះអំពីចំណង់ដែលចង់បានទ្រព្យ ហើយទៅប្រព្រឹត្តចោរកម្ម ។ សេចក្តីសប្បាយក្នុងលោកមានពីរយ៉ាងគឺ ÷ សេចក្តីសប្បាយក្នុងកាមគុណ ១ , សេចក្តីសប្បាយក្នុងសម្បជញ្ញៈ ១ ។ សេចក្តីសប្បាយក្នុងកាមគុណជារបស់ក្លែងក្លាយ ប្រៀបដូចជារបស់ក្លែងក្លាយដែលគេដាក់លក់នៅទីផ្សារ ចំណែកសេចក្តីសប្បាយក្នុងសម្បជញ្ញៈ ជាសេចក្តីសប្បាយពិតប្រាកដ ជារបស់មិនក្លែងក្លាយ ។ ដែលថាក្លែងក្លាយព្រោះមានទុក្ខជាផល មិនក្លែងក្លាយព្រោះមានសុខជាផល ។

ប្រាក់មិនមែនជាទិសដៅនៃជីវិតទេ សេចក្តីសប្បាយទើបជាទិសដៅនៃជីវិតគ្រប់គ្នា ប៉ុន្តែ សូមមនុស្សគ្រប់គ្នាប្រយ័ត្នសេចក្តីសុខសប្បាយក្លែងក្លាយ ។ បើយើងទិញចំរបស់ក្លែងក្លាយយើងគ្រាន់តែខាតប្រាក់ប៉ុណ្ណោះ ឯចំណែកការបាននូវសេចក្តីសុខសប្បាយក្លែងក្លាយ វាត្រូវខាតពេលវេលាបំពេញសេចក្តីល្អផង ធ្វើឱ្យទន់ខ្សោយនូវស្មារតីនិងបាត់បង់នូវប្រាជ្ញាឆ្លាតវាងវៃ បន្តិចម្តងៗផង បើសប្បាយជ្រុលហួស ត្រូវបាត់បង់កិត្តិយស រហូតដល់អស់ជីវិតដោយប្រការផ្សេងៗផង ដូច្នេះសូមមនុស្សគ្រប់គ្នាស្វែងរកនូវសេចក្តីសប្បាយ ដែលប្រាសចាកទោសវិញ រៀបចំដំណើរជីវិតក្នុងផ្លូវត្រជាក់ត្រជំ រកទ្រព្យផង បរិភោគផង រកមិត្តល្អដើម្បីសេពគប់ផង មានការរស់នៅល្អ ព្រោះចិញ្ចឹមជីវិតដោយប្រពៃផង ធ្វើទានសង្គ្រោះអ្នកដទៃផង រក្សាសីលផង ស្តាប់ធម៌ផង បំរើអ្នកមានគុណទាំងឡាយផង ។ល។ ធ្វើអ្វីក៏បានដែរ ឱ្យតែចម្រើនសុខភាពផ្លូវចិត្ត គឺចិត្តបានសប្បាយក្នុងសេចក្តីស្ងប់ជាប់តគ្នា ។ បុគ្គលដែល



ចម្រើនទៅដោយសេចក្តីស្ងប់កង្វល់ សប្បាយរីករាយដោយសម្បជញ្ញៈ រមែងមានចិត្តប្រាសចាកនូវការកំណាញ់ ៥ យ៉ាងគឺ ÷

១- ប្រាសចាកការកំណាញ់ទីកន្លែង

២- ប្រាសចាកការកំណាញ់ត្រកូល

៣- ប្រាសចាកការកំណាញ់លាភក្នុងបច្ច័យ ៤

៤- ប្រាសចាកការកំណាញ់វណ្ណៈ គឺកេរ្តិ៍ឈ្មោះ

៥- ប្រាសចាកការកំណាញ់ធម៌សិក្សារៀនសូត្រ ។

( កំណាញ់៥យ៉ាង ស្រង់ចាក ខុទ្ទកនិកាយ ចូឡនិទ្ទេស )

**១៥-នេតា វិនេតា អនុនេតា ជាអ្នកដឹកនាំពន្យល់នូវកិច្ចការផ្សេងៗ ជាអ្នកដឹកនាំរឿយៗ**

មាតាបិតាគប្បីឧស្សាហ៍ណែនាំកូន កុំឱ្យធ្វើនូវអំពើអាក្រក់ ឱ្យកូនចេះប្រព្រឹត្តធ្វើនូវអំពើល្អ និងឱ្យខំសិក្សារៀនសូត្រស្វែងរកចំណេះដឹងទូទៅ ។ លោកគ្រូអាចារ្យគប្បីឧស្សាហ៍ណែនាំសិស្សឱ្យល្អ ខំបង្រៀនចំណេះវិជ្ជាដោយការយកចិត្តទុកដាក់ ។ បព្វជិតក្នុងព្រះពុទ្ធសាសនា

គប្បីហាមប្រាមគ្រហស្ថក្នុងត្រកូលកុំឱ្យធ្វើបាប ណែនាំឱ្យតាំងនៅក្នុងសេចក្ដីល្អ អនុគ្រោះពុទ្ធបរិស័ទដោយទឹកចិត្តមេត្តា ឱ្យបានស្ដាប់ធម៌ដែលមិនធ្លាប់បានស្ដាប់ ឱ្យកាន់តែច្បាស់ឡើងនូវធម៌ដែលធ្លាប់បានស្ដាប់ហើយ និងបង្ហាញផ្លូវនៃជីវិតឱ្យបានជួបប្រសព្វសេចក្ដីសុខចម្រើន ។ បុគ្គលដែលមានតួនាទីជាអ្នកបង្រៀនសិស្ស គប្បីប្រកបដោយគុណសម្បត្តិ ៧ ប្រការគឺ ÷

គុណសម្បត្តិប្រការទី ១. **បិយោ** ចេះធ្វើខ្លួនឱ្យជាទីស្រឡាញ់ចូលដល់ក្នុងចិត្តរបស់សិស្ស សាងនូវភាពជិតដិតស្និទ្ធស្នាល ដើម្បីជាប្រយោជន៍ឱ្យសិស្សចូលចិត្តមករៀនជាមួយ និងហ៊ានប្រឹក្សាសាកសួរបញ្ហាផ្សេងៗ ។

គុណសម្បត្តិប្រការទី ២. **គរុ** ធ្វើខ្លួនឱ្យថ្លៃថ្នូរ គួរដល់ការគោរព និង កោតសរសើរអំពីសិស្សទាំងឡាយ មានការប្រព្រឹត្តដ៏សមគួរដល់ឋានៈ ធ្វើឱ្យកើតការកក់ក្ដៅបានជាទីពឹង និងបានជាប្រយោជន៍ដល់សិស្សពិតប្រាកដ ។

គុណសម្បត្តិប្រការទី ៣. **ភាវនីយោ** អប់រំទូន្មានខ្លួន



ឱ្យមានការចម្រើនទៅដោយចំណេះដឹង ទ្រទ្រង់នូវភូមិបញ្ញាពិតប្រាកដ ( ការទូន្មានខ្លួន ជាកន្លែងកើតនៃបញ្ញា ) ជាអ្នកហ្វឹកហាត់ ថែបំប៉នចិត្ត ដោយមាននូវស្មារតីជាអចិន្ត្រៃយ៍ គួរជាទីលើកតម្កើង និងជាទីសង្ឃឹមកក់ក្ដៅក្នុងចិត្ត រីករាយក្នុងចិត្ត នៅពេលដែលសិស្សមានការនឹករលឹកឃើញទៅដល់លោកគ្រូ ព្រមទាំងយកជាគំរូទៀតផង ។

គុណសម្បត្តិប្រការទី ៤. **វត្តា** ចេះនិយាយឱ្យបានផល គឺចេះពន្យល់ឱ្យសិស្សយល់ ដឹងថាពេលណាគួរនិយាយអ្វី ហើយនិយាយយ៉ាងណា និងព្យាយាមរឿយៗក្នុងការពន្យល់ណែនាំ រំលឹកដាស់តឿន ព្រមទាំងជាទីប្រឹក្សាដែលល្អ ។

គុណសម្បត្តិប្រការទី ៥. **វចនក្ខមោ** អត់ធន់ចំពោះសម្ដីនៃអ្នកដទៃ គឺ ព្រមពេលដែលបានស្ដាប់ពាក្យប្រឹក្សាសាកសួរឥតប្រយោជន៍ គ្រាន់តែជាការរំខានក្ដី ពាក្យរបស់អ្នកដទៃពោលបង្អាប់ ឬ ចាក់រុកអុជអាលក្ដី សូម្បីពាក្យពោលរំលឹកដាស់តឿនអំពីអ្នកដទៃ ដែលគេបានឃើញនូវ

កំហុសត្រង់ណាមួយក្តី រមែងអាចអត់ទ្រាំស្តាប់បាន ដោយមិនថ្នាំងថ្នាក់អាក់អន់ចិត្ត ឬខូចចិត្តអ្វីឡើយ និងចេះឃើញកំហុសរបស់ខ្លួន ចេះសុំខមាទោស ព្រមទាំងចេះកែនូវកំហុសតាមវិស័យនៃអ្នកកសាងខ្លួនទៀតផង ។

គុណសម្បត្តិប្រការទី ៦. **គម្ភីរញ្ច កថំ កត្តា** ពោលពាក្យមានជម្រៅ ជ្រៅធម៌ ជ្រៅសេចក្តី គឺពោលចង្អុលធម៌ផ្សេងៗក្នុងជីវិត ឱ្យឃើញមានជម្រៅទៅតាមសេចក្តីពិតនៃសច្ចធម៌ និងពោលនូវពាក្យណាដែលជ្រៅលំបាក ឱ្យមកជារាក់ ដូចបើករបស់ដែលកំបាំង ឬផ្ងាររបស់ដែលផ្កាប់ ដើម្បីឱ្យអ្នកស្តាប់បានយល់ប្រាកដក្នុងចិត្ត ព្រមទាំងពោលតាមលំដាប់ មិនស្រូតកាត់ឱ្យខូចសេចក្តីជាការជម្រាលសេចក្តីទៅរកជម្រៅ ទន់ទេរទៅដូចជាច្រាំងនៃមហាសមុទ្រ ។

គុណសម្បត្តិប្រការទី ៧. **នោ ចដ្ឋានេ និយោជយេ** មិនដឹកនាំទៅរកផ្លូវនៃសេចក្តីវិនាស ឬ ផ្លូវដែលមិនមែនជាហេតុនៃសេចក្តីចម្រើន របៀបដូចជាអាចារ្យដើមរបស់



អង្គុលិមាលនោះឡើយ ។ អង្គុលិមាល កាលដើមជាទីស្រឡាញ់របស់គ្រូ រហូតដល់សិស្សដទៃមានការច្រណែន ហើយបានញុះញង់គ្រូឱ្យមានការភ័យខ្លាចថា អង្គុលិមាលក្បត់ចិត្ត ។ ហេតុតែគ្រូល្ងង់ហើយខ្វះនូវគុណសម្បត្តិទី ៧ នេះ ក៏បានដឹកនាំបញ្ឆោតឱ្យអង្គុលិមាលទៅសម្លាប់មនុស្សមួយពាន់នាក់ ដើម្បីប្រកបនូវមន្តវិជ្ជាពិសេស ក្នុងបំណងឱ្យគេសម្លាប់អង្គុលិមាលដែលជាមនុស្សអាក្រក់ បានជាភ្លេចថា ខ្លួនឯងជាគ្រូបានប្រព្រឹត្តដូចនេះ វាអាក្រក់ជាងអង្គុលិមាលទៅទៀត ។

ពុទ្ធគាថាអំពីគុណសម្បត្តិរបស់គ្រូ៧យ៉ាងដែលបានអធិប្បាយរួចហើយ :

**បិយោ ច គរុ ភាវនីយោ វត្តា ច វចនក្ខមោ**
**គម្ភីរញ្ច កថំ កត្តា នោ ចដ្ឋានេ និយោជយេ។**

គ្រូអាចារ្យធ្វើខ្លួនឱ្យជាទីស្រឡាញ់ផង គួរគោរពផង គួរសរសើរផង ឧស្សាហ៍ប្រៀនប្រដៅផង អត់ធន់ចំពោះពាក្យផង ជាអ្នកនិយាយពាក្យជ្រៅផង ទាំងមិន

ដឹកនាំក្នុងហេតុដែលមិនគួរផង ។

គុណធម៌ទាំងនេះ មានក្នុងគ្រូអាចារ្យណា ក្នុងលោកនេះ គ្រូអាចារ្យនោះជាមិត្តពិតប្រាកដ ជាអ្នកប្រាថ្នាអនុគ្រោះនូវប្រយោជន៍ ។ បុគ្គលណាដែលមានសេចក្ដីត្រូវការដោយមិត្ត គួរសេពគប់នូវមិត្ត ដែលមានសភាពបែបនេះ ទោះបីជាត្រូវលោក ពោលបណ្ដេញដោយប្រការណាក៏ដោយ ។

( គោលធម៌ស្រង់ចាក អង្គុត្តរនិកាយ សត្តកនិបាត ទុតិយសក្ខាសូត្រ )

( ព្រះសូត្រសម្ដែងអំពីមិត្តសម្លាញ់ )

នៅក្នុងសេចក្ដីអធិប្បាយអំពី **វណ្ណៈ** ដែលជាពរប្រការទី ២ នេះ សូមប្រមូលគុណធម៌ ១៥ យ៉ាងមកវិញ ដោយពុទ្ធគាថា :

**បណ្ឌិតោ សីលសម្បន្នោ សណ្ហោ ច បដិភាណវា**
**និវាតវុត្តិ អត្ថទ្ធោ តាទិសោ លភតេ យសំ ។**

បណ្ឌិតបរិបូណ៌ដោយសីល មានវាចាដ៏ពីរោះ មានប្រាជ្ញាឈ្លាសវៃ មានការប្រព្រឹត្តឱនលំទោនជាប្រក្រតី មិនរឹងត្អឹង បុគ្គលមានសភាពដូច្នេះ រមែងបាននូវយស ។

**ឧដ្ឋានកោ អនលសោ អាបទាសុ ន វេធតិ**
**អច្ឆិទ្ទវុត្តិ មេធាវី តាទិសោ លភតេ យសំ ។**

បុគ្គលមានការព្យាយាមរវៀសរវៃ មិនខ្ជិលច្រអូស មិនញាប់ញ័រក្នុងអន្តរាយទាំងឡាយ មានកិរិយាប្រព្រឹត្តមិនដាច់ មានប្រាជ្ញាវាងវៃ បុគ្គលមានសភាពដូច្នេះ រមែងបាននូវយស ។

**សង្គាហកោ មិត្តករោ វទញ្ញូ វីតមច្ឆរោ**
**នេតា វិនេតា អនុនេតា តាទិសោ លភតេ យសំ។**

បុគ្គលមានសេចក្ដីសង្គ្រោះ ជាអ្នកចងមិត្ត ជាអ្នកដឹងនូវពាក្យពោល ជាអ្នកប្រាសចាកនូវសេចក្ដីកំណាញ់ ជាអ្នកដឹកនាំពន្យល់ការណ៍ផ្សេងៗ ជាអ្នកណែនាំរឿយៗ បុគ្គលមានសភាពដូច្នេះ រមែងបាននូវយស ។

**<u>យសមានបីយ៉ាង</u>** គឺ ÷

**១- បរិវារយស** = សេចក្ដីថ្កើងថ្កានដោយមានមនុស្សស្មោះត្រង់នៅជុំវិញ ហែហមអមដំណើរ ។

## 2-កិត្តិយស -

សេចក្តីថ្កើងថ្កានដោយកេរ្តិ៍ឈ្មោះ ពីរោះល្អ ខ្ចរខ្ចាយសព្វទិសានុទិស ។

## 3-ឥស្សរិយយស- សេចក្តីថ្កើងថ្កានដោយភាពជាធំ ជាចម្បងលើជនទាំងពួង ។

ពាក្យកាព្យបុរាណថា :

ស័ក្តិពុំស្មើយស នាអ្នកខ្ពង់ខ្ពស់ ពុំស្មើចិត្តជា
វីអ្នកមានយស សម្បូរគ្នីគ្នា សុទ្ធសឹងមិត្តភ្ជា
ជួយជាកម្លាំង ។

សាស្ត្រាច្បាប់ រាជនេតិ ថា :

ស័ក្តិពុំស្មើយស អ្នកមានរបស់ ពុំស្មើសក្តា
សូវបង់ធនធាន កុំខុសអាជ្ញា សូវមានរោគា
កុំឱ្យមើលងាយ ។

ពាក្យកាព្យនេះមាននៅក្នុង វចនានុក្រមសម្តេចព្រះសង្ឃរាជ ជួន_ណាត (ពន្យល់ពាក្យ **យស** ) ។

**ចប់ពរទី២តែប៉ុណ្ណោះ**



# សុខៈ

សុខមានពីរយ៉ាង គឺ ÷

**១-សុខផ្លូវកាយ** **២-សុខផ្លូវចិត្ត**

**សេចក្តីសុខផ្លូវកាយ** ទាក់ទងនឹងសម្លៀកបំពាក់ អាហារបរិភោគ ទីជម្រកផ្ទះសម្បែង និងថ្នាំកែរោគផ្សេងៗនៅពេលដែលមានជំងឺ នៅជាប់ទាក់ទងនឹងរបស់ផ្សេងៗទៀត ព្រមទាំងការបដិបត្តិត្រឹមត្រូវក្នុងកិច្ចរក្សាសុខភាពផង ដូចជាការប្រើប្រាស់របស់មានអនាម័យ លំនៅស្ថានស្អាតបាត មិនស្មោកគ្រោក ខ្យល់អាកាសល្អ និងពលកម្ម បញ្ចេញកម្លាំងកាយ ឬហាត់ប្រាណជាដើម។

ពិតមែនតែសេចក្តីសុខផ្លូវកាយនេះ ចាំបាច់ត្រូវអាស្រ័យបច្ច័យ ៤ ជាដើម ប៉ុន្តែ តួសភាវៈដែលសោយអារម្មណ៍ជាសុខ ព្រមជាមួយនឹងកាយវិញ្ញាណនោះ គឺជាផលរបស់កុសលកម្មសុទ្ធ (ផលបុណ្យ) ។ បុណ្យដែលបាន

សេចក្ដីសុខផ្លូវកាយនេះឯង បើសម្បូរបុណ្យពីមុនមក យើងមិនសូវមានជំងឺទេ សមដូចពាក្យថា « កុសលកម្ម ជំនួសថ្នាំមួយហាង » ។

**សេចក្ដីសុខផ្លូវចិត្ត** ជាប់ទាក់ទងជាមួយ នឹងផ្លូវធម៌ ត្រូវមានធម៌ជាសម្លៀកបំពាក់ ជាអាហារ ជាជម្រក និងជាឱសថ ។ សូមមនុស្សទាំងឡាយ ប្រើប្រាស់នូវបច្ច័យ ៤ទំនុកបម្រុងរាងកាយ ដោយបញ្ញាពិចារណាផង គឺត្រូវកំណត់ព្រំដែននៃការប្រើប្រាស់ថា បច្ច័យ ៤ មានសម្លៀកបំពាក់ និងអាហារបរិភោគជាដើម សម្រាប់ដោះស្រាយសេចក្ដីទុក្ខលំបាកផ្លូវកាយតែប៉ុណ្ណោះ មិនអាចជ្រុលមកដោះស្រាយ ឱ្យទុក្ខលំបាកផ្លូវចិត្តផងបានឡើយ គ្រាន់តែបានធូរចិត្តមួយផ្នែក ដោយមិនភ័យព្រួយនឹងការអត់ឃ្លានជាដើមប៉ុណ្ណឹងឯង ។

ហេតុជាឫសគល់នាំឱ្យកង្វល់ផ្លូវចិត្ត នៅមានច្រើនទៀតណាស់ ទោះបីមាននូវបច្ច័យ ៤ សម្រាប់ទំនុកបម្រុងផ្លូវកាយច្រើនប៉ុនណាហើយក៏ដោយ ដូច្នេះ បានជាត្រូវ



ស្វែងរកនូវបច្ច័យ ៤ ដែលជាធម៌ សម្រាប់ទំនុកបម្រុងផ្លូវចិត្តទៀត ទើបចិត្តបាននូវសេចក្ដីសុខពិតប្រាកដ ។ ចិត្តអត់ធម៌រមែងខ្វះខាតនូវសេចក្ដីសុខ ព្រោះហេតុនេះ យើងទាំងអស់គ្នាដែលស្រឡាញ់សេចក្ដីសុខស្ងប់ គប្បីកសាងនូវព្រះចេតិយនៃសេចក្ដីសុខដ៏ពិតប្រាកដមួយ ក្នុងសន្ដានចិត្តនៃជីវិតយើងគ្រប់គ្នា ។ ពាក្យថាព្រះចេតិយនៃសេចក្ដីសុខបានដល់សេចក្ដីសុខដែលប្រាសចាកទោសទាំងឡាយ ជាសេចក្ដីសុខដែលគួរដល់ការគោរពបូជា ព្រោះជាសេចក្ដីសុខដែលបានកសាងឡើងដោយ សីល សមាធិ និងបញ្ញា ។

## ព្រះចេតិយនៃសេចក្ដីសុខ

មានការមិនបៀតបៀនគ្នា ជាគ្រឹះខាងក្រោមនៃព្រះចេតិយ ។ មានការស្ងប់រម្ងាប់នូវសេចក្ដីពេញចិត្តក្នុងកាមគុណ មិនជាទាសៈនៃកាមតណ្ហា ជាតួកណ្ដាលនៃព្រះចេតិយ ។ មានការរំលត់នូវសេចក្ដីប្រកាន់ ជាកំពូលព្រះចេតិយនៃសេចក្ដីសុខ ។

## សុខដែលជាគ្រឹះគ្រោះ

ការមិនបៀតបៀនគ្នា គឺមិនបៀតបៀនទាំងខ្លួនឯងផង មិនបៀតបៀនទាំងអ្នកដទៃផង ។ ក្នុងលោកនេះ ហេតុរមែងឱ្យកើតផល គឺថាបើយើងបៀតបៀនគេជាហេតុឱ្យកើតការបៀតបៀនតបមកវិញ ក្លាយទៅជាការបៀតបៀនគ្នាទៅវិញទៅមក ម្ល៉ោះហើយយើងក៏ត្រូវបានក្លាយទៅជាមនុស្សដែលមានការភ័យខ្លាច ជាប់ខ្លួន រមែងជាទុក្ខកង្វល់ មិនសុខមិនស្ងប់ជានិច្ចកាល សូម្បីតែដេកលក់ក៏នៅយល់សប្តិអាក្រក់យ៉ាងនេះ យ៉ាងនោះដែរ ។ ដូច្នេះ យើងត្រូវចាំកុំភ្លេចថា ការបៀតបៀនគេ គឺជាការបៀតបៀនខ្លួនឯង ជាការដុតរោលខ្លួនឯង ។ នៅក្នុងរឿងនេះ ប្រសិនបើអ្នកដទៃមិនបៀតបៀនមកវិញក៏ដោយ វានៅតែ ជាការបៀតបៀនខ្លួនឯងហ្នឹងដដែល ព្រោះទោសៈកើតឡើង បានដុតចិត្តខ្លួនឯង បានប្រទូសរ៉ាយបានប្រហារសន្តានចិត្តឱ្យខ្មៅខ្នាំគ្រាំគ្រា ថែមទាំងនាំយកនូវកម្មពៀរវេរា មកទុកនៅក្នុងចិត្តសន្តានរបស់ខ្លួនឯង

-៤២-

ទៀតផង ។

ការប្រព្រឹត្តនូវអបាយមុខ ៨ ប្រការ គឺ ÷

១.លេងស្រី

២.បរិភោគទឹកស្រវឹង សេពគ្រឿងញៀន

៣.ស៊ីចាយសប្បាយខ្ជះខ្ជាយ

៤.លេងល្បែងភ្នាល់ ល្បែងស៊ីសង

៥.ដើរយប់តាមច្រកល្ហករឿយៗ

៦.ដើរមើលមហោស្រពរបាំរាំរែករឿយៗ

៧.ប្រកបរឿយៗនូវសេចក្តីខ្ជិល

៨.សេពគប់បាបមិត្ត ។

ការប្រព្រឹត្តអបាយមុខទាំងនេះ ទោះបីមិនមែនជាការបៀតបៀនអ្នកដទៃដោយត្រង់ចំពោះក៏ដោយ តែវាជាការបៀតបៀនដោយអែបខាងៗ សន្សឹមៗ ស្ងាត់ៗ ដូចជា ខ្លះទៅជាមនុស្សអត់បានការ ខ្លះទៅជាទីរង្កៀសភ័យខ្លាច និងរំខានដល់អ្នកផ្ទះជិតខាង បញ្ចុះតម្លៃនៃជីវិតរបស់ខ្លួន ធ្វើឱ្យបុត្រភរិយា ឬវង្សត្រកូល សន្សឹមៗក្លាយ

-៤៣-

ទៅជាត្រកូលអន់ថយ ប្រាសចាកនូវសេចក្ដីសុខ ។ ការប្រព្រឹត្តអបាយមុខរមែងកាត់បន្ថយនូវស្មារតី ដែលជារបស់មានតម្លៃបំផុតសម្រាប់ជីវិតមនុស្ស គឺ ជាការបៀតបៀនសង្គមដោយប្រយោល ឬ ដោយត្រង់តែម្ដង ព្រោះការបាត់បង់នូវស្មារតីហ្នឹងឯង ។

អបាយមុខជាខ្លោងទ្វារនៃនរក ជាមេរោគ ជាហេតុនាំឱ្យធ្វើការងារប្រកបដោយទោស គឺជាប្រធាននៃសេចក្ដីវិនាសគ្រប់យ៉ាង ។ តាមពិត មនុស្សយើងមិនគួរបៀតបៀនខ្លួនឯងទេ ព្រោះមិនមានអ្នកណាជាទីស្រឡាញ់របស់យើង ជាងខ្លួនឯងឡើយ ហើយក៏មិនមានអ្នកណាជួយយើង ឱ្យដូចជាខ្លួនយើងដែរ ដូច្នេះទើបមនុស្សយើងគ្រប់គ្នាត្រូវតាំងចិត្តជួយខ្លួនឯង ប្រឹងប្រែងកុំឱ្យបាត់បង់ស្មារតី ឱ្យស្មារតីរឹងរឹតតែចម្រើនឡើង ទើបជាការប្រពៃ ។

សេចក្ដីសុខ ដែលកើតមកអំពីការមិនបៀតបៀនគ្នានាំឱ្យមានការសមាគមគ្នាបានត្រជាក់ត្រជុំ ស្និទ្ធស្នាលសម្លឹងមើលគ្នា ដោយក្រសែភ្នែកសំដែងនូវការស្មោះត្រង់



មិនគេចមុខនៅពេលជួបគ្នា រលាយចូលគ្នាដូចជាទឹកនិងទឹកដោះ មិនប្រឆាំងគ្នា មិនស្អប់គ្នាដូចជាទឹកនិងប្រេងឡើយ ។ សេចក្ដីសុខដែលកើតមកអំពីការមិនបៀតបៀនដល់គ្នានិងគ្នា ធ្វើឱ្យម្នាក់ៗ មានសេចក្ដីដឹងខ្លួនថា មនុស្សទាំងអស់ក្នុងលោក សុទ្ធតែជាញាតិមិត្តនឹងគ្នា មិនមានអ្វីដែលនាំឱ្យខ្លាចក្រែងរអែង ភ័យព្រួយអ្វីឡើយ ទាំងពេលដេកលក់ ទាំងពេលភ្ញាក់ ។

☆ **-ការមិនសម្លាប់ខ្ទុំសត្វ** ជាការឱ្យនូវរបស់ដ៏ប្រសើរច្រើនយ៉ាងដល់សត្វទាំងឡាយ គឺ ÷

១. ឱ្យជីវិតជារបស់ដ៏ប្រសើរក្រៃលែង

២. ឱ្យការមិនព្រាត់ចាកបុគ្គលជាទីស្រឡាញ់

៣. ឱ្យការមិនភ័យតក់ស្លុត

៤. ឱ្យសេចក្ដីសុខកាយ សប្បាយចិត្ត

៥. ឱ្យរូបរាងកាយមុខមាត់ស្រស់បស់

៦. ឱ្យអវយវៈគ្រប់គ្រាន់ និងសម្បត្តិទាំងពួង

៧. ឱ្យការមិនឈឺចាប់ និងកម្លាំងកាយ

៨. ឱ្យការមិនមានសត្រូវនៅចាំប្រហារ

៩. ឱ្យការមិនព្យាបាទ មិនបៀតបៀន

១០. ឱ្យការមិនមានរោគ សម្លេងពីរោះ ។

☆ .**ការមិនប្រព្រឹត្តចោរកម្ម** ជាការឱ្យនូវរបស់ដ៏ប្រសើរដល់អ្នកដទៃ គឺ ÷

១. ឱ្យទ្រព្យសម្បត្តិដែលជាទីពេញចិត្ត

២. ឱ្យជីវិតរស់នៅជាសុខ ជាមួយទ្រព្យសម្បត្តិ

៣. ឱ្យការមិនតក់ស្លុត មិនភ័យខ្លាច

៤. ឱ្យសេចក្តីសុខកាយ សប្បាយចិត្ត

៥. ឱ្យការដេក ដើរ ឈរ អង្គុយជាសុខ

៦. ឱ្យការមិនសោកស្តាយ មិនព្រួយបារម្ភ

៧. ឱ្យការមិនចេះអត់ មិនចេះខ្វះ

៨. ឱ្យការមិនរំខានអំពីចោរកម្ម

៩. ឱ្យការមិនព្យាបាទ មិនបៀតបៀន

១០.ឱ្យការមិនស្រេកឃ្លាន មិនរហេមរហាម។

☆ .**ការមិនប្រព្រឹត្តខុសក្នុងកាមទាំងទឡ្សាយ** ជាការឱ្យ នូវរបស់ដ៏ប្រសើរដល់អ្នកដទៃ គឺ ÷



១. ឱ្យការស្អាតស្អំ សេចក្តីបរិសុទ្ធ

២. ឱ្យកិត្តិយសកេរ្តិ៍ឈ្មោះប្រពៃ

៣. ឱ្យការមិនខូចចិត្ត មិនអស់សង្ឃឹម

៤. ឱ្យសេចក្តីថ្លៃថ្នូរ ភាពរុងរឿង

៥. ឱ្យសេចក្តីអង់អាចក្លៀវក្លា

៦. ឱ្យការមិនសោកស្តាយ មិនភ័យព្រួយ

៧. ឱ្យការមិនមានបញ្ហាស្មុគស្មាញ

៨. ឱ្យការមិនមើលងាយ មិនមើលថោក

៩. ឱ្យការមិនព្យាបាទ មិនបៀតបៀន

១០.ឱ្យការមិនមានរោគ សុខភាពល្អ ។

☆ .**ការមិននិយាយកុហក** ជាការឱ្យនូវរបស់ដ៏ប្រសើរដល់អ្នកដទៃ គឺ ÷

១. ឱ្យការពិតប្រាកដត្រឹមត្រូវ

២. ឱ្យការមិនវង្វេង មិនយល់ខុស

៣. ឱ្យការមិនចាញ់បោក មិនខកចិត្ត

៤. ឱ្យនូវរបស់ដ៏មានតម្លៃ គឺសម្តីពិត

៥. ឱ្យភាពយុត្តិធម៌ មិនលំអៀង

៦. ឱ្យការមិនក្តៅក្រហាយ មិនស្តាយក្រោយ

៧. ឱ្យការកក់ក្តៅ មានការទុកចិត្ត

៨. ឱ្យការមិនភ្ញាក់ផ្អើលក្នុងរឿងមិនពិត

៩. ឱ្យការមិនព្យាបាទ មិនបៀតបៀន

១០. ឱ្យការមិនខូចប្រយោជន៍ មិនខាតពេល ។

☆ –**ការមិនបរិភោគទឹកស្រវឹង មិនជាបខ្ញុំគ្រឿងញៀន** ជាការឱ្យនូវរបស់ដ៏ប្រសើរដល់អ្នកដទៃ គឺ ÷

១. ឱ្យសម្រេចកិច្ចការល្អប្រពៃ

២. ឱ្យសេចក្តីគោរពកោតក្រែង

៣. ឱ្យការមិនមានជម្លោះទាស់ទែង

៤. ឱ្យសេចក្តីថ្លៃថ្នូរ ភាពភ្លឺស្វាង

៥. ឱ្យនូវឧត្តមគតិ

៦. ឱ្យជាទីពឹងក្នុងទីប្រឹក្សា

៧. ឱ្យការកក់ក្តៅ មានការទុកចិត្ត



៨. ឱ្យការមិនរំខាន មិនរង្កៀស

៩. ឱ្យការមិនព្យាបាទ មិនបៀតបៀន

១០. ឱ្យការងាររីកចម្រើនក្នុងសង្គម ។

☆ – **អ្នកកាន់ខ្ជាប់សីល៥** ជាអ្នកមានមេត្តាករុណា មានការចិញ្ចឹមជីវិតដោយប្រពៃ មានធម៌សន្តោសចំពោះ ភរិយាស្វាមី មានវចីសច្ចៈ និង មាននូវសតិសម្បជញ្ញៈ។ អ្នកកាន់សីល៥ បានឱ្យនូវរបស់ដ៏ប្រសើរច្រើនយ៉ាងណាស់ ដូចដែលបានរៀបរាប់ ដប់ៗ នៅក្នុងសិក្ខាបទមួយៗនោះ គ្រាន់តែជាមេៗប៉ុណ្ណោះ ដូច្នេះមនុស្សយើងគួរតែរីករាយ ក្នុងការដែលបានឱ្យនូវរបស់ដ៏ប្រសើរ ដល់មនុស្ស សត្វ ទាំងឡាយ ដែលគ្រប់គ្នាតែងតែចង់បានជានិច្ច ។ សរុប មក សីល៥ គឺជា **អភយទាន**ការឱ្យនូវសេចក្តីក្សេមក្សាន្ត មិនមានភ័យ ឬ **ជីវិតទាន** ការឱ្យនូវរបស់ដ៏ប្រសើរទី ១ គឺអាយុ ។

សេចក្តីសុខ ដែលបានផលិតចេញមកអំពីការមិន បៀតបៀន ចេញមកអំពីការរក្សាសីល ៥ រមែងរីកផ្សាយ

ទៅក្នុងលោក ជាឫសគល់នៃសេចក្តីសុខខ្ពស់ៗឡើងបន្តទៅទៀត។សន្តិសុខរបស់ពិភពលោក ដែលក្នុងពិភពលោកត្រូវការ គឺ ការមិនបៀតបៀនដល់គ្នានិងគ្នានេះឯង ។

សេចក្តីដែលព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធទ្រង់មិនលើកយកមាសប្រាក់កែវកងបុត្រភរិយា ផ្ទះធំទ្រនំខ្ពស់ថាជា « សេចក្តីសុខរបស់ពិភពលោក » ពីព្រោះរបស់នោះ គ្រាន់តែជាគ្រឿងភ្លើតភ្លើន ឬ គ្រាន់តែជាគ្រឿងស្រណុកស្រណានកម្សាន្តចិត្តតែប៉ុណ្ណោះ នៅមិនទាន់ជាតួនៃសេចក្តីសុខស្ងប់ច្បាស់លាស់ពិតប្រាកដ ឱ្យដូចជាការមិនបៀតបៀនគ្នានេះឡើយ ។ ព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធទ្រង់បរិបូណ៌ដោយបញ្ញាគុណ ព្រះអង្គទ្រង់ប្រកាសនូវព្រហ្មចរិយធម៌ គឺសីល សមាធិ និងបញ្ញា ដែលជាព្រះចេតិយនៃសេចក្តីសុខ ។ ព្រះអង្គបានចាត់សេចក្តីសុខថ្នាក់ទាបបំផុត នៅត្រឹមការមិនបៀតបៀនគ្នាហ្នឹងឯង មិនបានទាបមកដល់សេចក្តីសុខថ្នាក់មានមាសប្រាក់ បុត្រភរិយាស្វាមីជាដើមនោះទេ ព្រោះ « មិនមែនជាតួសន្តិសុខ» និងព្រោះ « មិនមែន



ជាតួគ្រឹះនៃសេចក្តីសុខខ្ពស់ឡើងទៅទៀត» ។ សេចក្តីសុខព្រោះមានទ្រព្យសម្បត្តិ និងសេចក្តីសុខព្រោះការបរិភោគប្រើប្រាស់ របស់អ្នកគ្រប់គ្រងផ្ទះទាំងឡាយនោះៗ ព្រោះមានជំនួយឧបការៈ អំពីសេចក្តីសុខដោយការមិនបៀតបៀនជាពិតប្រាកដណាស់ ព្រោះហេតុដូច្នេះ អ្នកកាន់សីល ៥ ប្រព្រឹត្តការមិនបៀតបៀន ញុំាងអ្នកដទៃឱ្យមានសេចក្តីសុខក្នុងជីវិតរស់នៅ គឺជាអ្នកមានគុណដល់មនុស្សសត្វក្នុងលោក ។

**នៅក្នុងលោកនេះ តើអ្វីដែលល្អជាងគេសម្រាប់មនុស្សយើង ?** គឺ ខ្លួនយើងជាមនុស្សល្អហ្នឹងឯង ។ បើយើងជាមនុស្សអាក្រក់ មានចិត្តបាប ប្រព្រឹត្តទុច្ចរិត អត់គោរពវិន័យ បៀតបៀនអ្នកដទៃ ទោះបីយើងមាននូវដុំពេជ្រ ភ្នំមាស និងសម្បត្តិផ្សេងៗទៀត ពោរពាសយ៉ាងណាក៏ដោយ ក៏យើងមិនអាចល្អបានដែរ ព្រោះយើងជាមនុស្សអាក្រក់ស្រេចទៅហើយ ។ មនុស្សយើងរមែងស្រឡាញ់ខ្លួនឯង តែងគាំទ្រខ្លួនឯង តម្កល់ខ្លួនឯងក្នុង

កន្លែងគ្រាន់បើ ឬ កន្លែងខ្ពស់ ប៉ុន្តែនៅក្នុងសភាពបែបនេះ យើងត្រូវប្រយ័ត្នឱ្យណាស់ចំពោះគំនិតម្យ៉ាងដែលគិតថា «បើយើងមានប្រាក់ច្រើន យើងនឹងគ្រាន់បើ» ព្រោះបើយើងមិនបានប្រយ័ត្នចំពោះគំនិតនេះទេ យើងនឹងធ្លាក់ទៅក្នុងទីដ៏ថោកទាប ដោយសារការប្រព្រឹត្តទុច្ចរិតក្នុងបំណងរកប្រាក់។ម្យ៉ាងទៀតត្រូវប្រយ័ត្នគំនិតគិតចង់សប្បាយផងដែរ ព្រោះបើមិនបានប្រយ័ត្ន វានឹងនាំឱ្យយើងរកការសប្បាយក្នុងផ្លូវបិសាច ហើយក៏ត្រូវប្រយ័ត្នចំពោះចិត្តស្រឡាញ់របស់យើងរាល់ថ្ងៃផងទៀត ព្រោះចិត្តស្រឡាញ់នាំឱ្យមានការហួងហែង ការហួងហែងជាមាត់ជ្រោះដ៏រអិល គឺថា វាងាយនឹងធ្វើឱ្យយើងធ្លាក់ចុះទៅក្នុងជម្លោះឈ្លោះទាស់ទែង ពោលពាក្យអាក្រក់ ពាក្យកុហក ពាក្យញុះញង់ ប្រព្រឹត្តការបៀតបៀនអំពើឃោរឃៅ ។

ព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធទ្រង់ត្រាស់សម្តែង នៅក្នុងគាថាធម្មបទ **អត្តវគ្គ** ថា «បើបុគ្គលបានដឹងថា ខ្លួនឯងជាទីស្រឡាញ់របស់ខ្លួន គប្បីរក្សាខ្លួនឱ្យជាការរក្សាដ៏ល្អ» ។



ពាក្យថា«រក្សា» យើងស្តាប់បានគ្រប់គ្នា គ្រាន់តែថា ការរក្សាខ្លួនឱ្យល្អនោះ តើត្រូវរក្សាដូចម្តេច ? ហើយខ្លួនដែលត្រូវរក្សានោះ តើជាអ្វី ? ពាក្យថា « ខ្លួន » ក្នុងទីនេះ បានដល់ដំណើរជីវិតរបស់យើង ដំណើរជីវិតគឺជាក្រសែរបស់ចិត្ត ដូច្នេះ ដែលថារក្សាខ្លួន បានដល់ការរក្សាចិត្តហ្នឹងឯង ។ ពាក្យថា « ឱ្យល្អ »គឺ មិនឱ្យអាក្រក់ មិនឱ្យសៅហ្មង ឱ្យតាំងនៅតែក្នុងធម៌របស់សប្បុរស ឱ្យល្អទៅដោយគុណធម៌ សុចរិតធម៌ ព្រហ្មចរិយធម៌ និងសុជីវធម៌ ។ រួមពាក្យចូលគ្នាមក ពាក្យថា«រក្សាខ្លួនឱ្យល្អ» បានសេចក្តីថា រក្សាចិត្ត ទូន្មានចិត្ត គ្រប់គ្រងដំណើរជីវិតឱ្យមានព្រហ្មចរិយធម៌ ឱ្យភ្លឺស្វាងរុងរឿង ឱ្យបានជួបប្រសព្វនឹងសេចក្តីសុខ ។

មនុស្សយើងគ្រប់គ្នាសុទ្ធតែស្រឡាញ់ខ្លួន ប៉ុន្តែបើមិនបានកំណត់ដឹងរបស់ដែលជាទីស្រឡាញ់គឺខ្លួននេះ ឱ្យច្បាស់លាស់ទេ ការតាំងចិត្តរក្សារមែងមិនមាន បើការតាំងចិត្តរក្សាមិនមានទេ ឈ្មោះថា មាននូវសេចក្តីប្រមាទ

ដូច្នេះ ដំណើរជីវិតពិតជាមិនបានល្អឡើយ ។ តាមពិតមនុស្សគ្រប់គ្នា រស់នៅជាមួយនឹងខ្លួនឯងរហូត តាំងពីកើតដល់ស្លាប់ ស្លាប់ហើយត្រូវបន្តការរស់នៅជាមួយនឹងខ្លួនឯងទៀត ជារៀងរហូត ទាល់តែជីវិតត្រូវបានបញ្ចប់ក្នុងសង្សារវដ្ត បើយើងមិនបានរក្សាខ្លួនឱ្យល្អទេ យើងរមែងរស់នៅជាមួយនឹងខ្លួនឯង ដែលជាមនុស្សអាក្រក់រហូតតទៅ ។ ដូច្នេះ សូមមនុស្សទាំងឡាយកុំប្រព្រឹត្តនូវអំពើអាក្រក់ គប្បីរក្សាខ្លួនឱ្យល្អ ព្រោះថា លទ្ធផលនៃការប្រព្រឹត្តអាក្រក់ ដែលនៅសល់ជាមួយនឹងយើងនោះ គឺខ្លួនយើងជាមនុស្សអាក្រក់ហ្នឹងឯង ។

**ការដឹងកំហុសនឹកចង់កសាងខ្លួន** ជាលាភដ៏ធំបំផុតរបស់អ្នកដែលបានប្រព្រឹត្តខុសរួចហើយ និងជាលាភរបស់ប្រទេសជាតិ ព្រមទាំងសាសនាទៀតផង សេចក្តីនេះសំខាន់ណាស់ ចំពោះមនុស្សយើង បើមិនមានការនឹកចង់កសាងខ្លួនទេ ទោះជានៅក្នុងប្រទេសមានច្បាប់ច្រើនប៉ុនណា នៅក្នុងសាសនាមានធម៌វិន័យល្អយ៉ាងម៉េច



ក៏ដោយ គឺមិនអាចធ្វើឱ្យប្រទេសមានការរីកចម្រើន និងសាសនាបានរុងរឿងឡើយ ព្រោះមនុស្សអ្នកប្រព្រឹត្តតាមច្បាប់ និងគោរពតាមវិន័យ មិនមាន ។

**ការនឹកចង់កសាងខ្លួននាំឱ្យមានការសិក្សា** ការសិក្សាគឺអ្វី ? គឺការហ្វឹកហាត់អប់រំទូន្មានខ្លួន ដើម្បីឱ្យខ្លួនមានសេចក្តីចម្រើនលូតលាស់ នៅក្នុងផ្នែកផ្សេងៗ ឱ្យខ្លួនបានជាមនុស្សល្អ មានដំណើរជីវិតស្រស់បំព្រង ។

**តើយើងត្រូវសិក្សានៅលើអ្វី ?** គឺត្រូវសិក្សាទៅលើអ្វីៗ ដែលយើងបានឃើញ បានឮ បានប៉ះពាល់ និងបានជ្រាបដឹងតាមផ្លូវចិត្ត ។ តើយើងមានការសម្លឹងមើលអ្វីៗនៅក្នុងលោកនេះដោយការសិក្សាដែរឬទេ? បើយើងជាមនុស្សចង់កសាងខ្លួន យើងត្រូវខិតខំសិក្សា រៀនដឹងអំពីធម្មជាតិតាមសេចក្តីពិត ។ ជាធម្មតារបស់មនុស្សយើងដែលមិនមានការសិក្សា មិនមានការហ្វឹកហាត់អប់រំទូន្មានខ្លួន កាលបើមានអារម្មណ៍ចូលមកប៉ះខ្ទប់ រមែងមានការតបទៅវិញដោយការស្រឡាញ់ ឬស្អប់ គឺថា បើត្រូវចិត្ត

ក៏ស្រឡាញ់ភ្លាម តែបើមិនត្រូវចិត្តទេ ក៏ស្អប់ភ្លាមដែរ សភាពរបស់ចិត្តដែលមិនបានហ្វឹកហាត់រមែងតែងតែយ៉ាងនេះឯង ព្រោះហេតុដូច្នេះ ទើបចេះតែមានបញ្ហាកើតឡើងនៅក្នុងជីវិតនៃសត្វលោក ។

នៅក្នុងការទទួលដឹងអារម្មណ៍ ដោយមិនមានការសិក្សា រមែងមានបញ្ហា គឺថា បើអារម្មណ៍ ឬរឿងមិនល្អមកដល់ខ្លួនពេលណា សេចក្តីក្រោធក៏កើតឡើងពេលនោះ មានការស្អប់ខ្ពើម ឈ្លោះប្រកែកទាស់ទែង រហូតដល់ថ្នាក់មានការព្យាបាទបៀតបៀនគ្នាដោយសព្វគ្រប់ បើជាអារម្មណ៍ ឬរឿងដែលនាំឱ្យពេញចិត្តទៅវិញ ក៏ធ្វើឱ្យជំពាក់ចិត្តហើយចង់បានយកមកឱ្យខ្លួន កើតគំនិតចង់បានខ្លាំងក្លា រហូតហ៊ានប្រព្រឹត្តនូវអំពើទុច្ចរិតមានចោរកម្មជាដើម។ ទាំងផ្នែកប្រទូស្ត ទាំងផ្នែកចាប់យកនេះ គឺមិនមែនជាការរៀនដឹង និងមិនមែនជាការសិក្សាអប់រំចិត្តឡើយ ។

មនុស្សដែលចង់កសាងខ្លួន ទោះបីបានជួបប្រសព្វហេតុការណ៍អ្វីក៏ដោយ ក៏គេរៀនពិនិត្យ សិក្សានូវហេតុ-



ការណ៍នោះ ដើម្បីសេចក្តីចម្រើននូវចំណេះដឹង និងដើម្បីចិត្តរឹងមាំ ។ «ការរៀនដឹង» គឺជាខ្លឹមនៃការសិក្សា ត្រូវបានសាងឡើងដោយគំនិតគិតចង់កសាងខ្លួនហ្នឹងឯង ទីបំផុតគេបានយល់ដឹងថា អ្វីៗគ្រប់យ៉ាងដែលបានមកដល់ជីវិតរបស់គេរាល់ថ្ងៃនេះ គឺសុទ្ធតែគួរដល់ការសិក្សារៀនដឹងទាំងអស់ ។

មនុស្សយើងម្នាក់ៗមានភ្នែក ត្រចៀក ច្រមុះ អណ្តាត កាយ ចិត្ត ទាំង៦នេះគឺជាសាលាសម្រាប់រៀនដឹង ឬថា ជាកន្លែងសិក្សាហ្វឹកហាត់អប់រំចិត្ត កាលបើយើងបានចូលសិក្សា រៀនដឹង នៅក្នុងសាលាលោក៦នេះនឹងកាត់បន្ថយបញ្ហាក្នុងជីវិត ។ អ្វីណាដែលល្អមានប្រ-យោជន៍ ក៏បានរៀនដឹងនៅក្នុងផ្នែកដែលមានប្រយោជន៍នោះ ហើយអ្វីដែលមិនល្អ ជាទោស ក៏បានរៀនដឹងនៅក្នុងផ្នែកដែលថា វាជាទោសយ៉ាងណា ការសិក្សាយ៉ាងនេះនាំឱ្យកើតការចេះដឹង និងការយល់អំពីរឿងរបស់លោកជំនួសការដែលនឹងត្រូវមានបញ្ហា គឺការបាននូវបញ្ញា ។

**កម្លាំងចិត្តក្នុងការសិក្សា** ជាធម្មតានៃការមិនសិក្សាអប់រំ ចិត្តរមែងមានកម្លាំងដោយអំណាចតណ្ហា វាជាធម្មជាតិប្រព្រឹត្តទៅរកបញ្ហា និង ការកង្វល់ ប៉ុន្តែលុះដល់មានការសិក្សាកើតឡើង ហេតុការណ៍របស់ចិត្តក៏បានផ្លាស់ប្តូរ ជំនួសការទទួលអារម្មណ៍ដោយសេចក្តីស្រឡាញ់ស្អប់ គឺការទទួលអារម្មណ៍ដោយការរៀនដឹង មានកម្លាំងចិត្តដោយ **ឆន្ទះ** ពេញចិត្តនឹងស្វែងរកសេចក្តីពិត ដែលជាសច្ចធម៌របស់លោក ពេញចិត្តនឹងការកសាងជីវិតរបស់ខ្លួនឱ្យភ្លឺស្វាងរុងរោចន៍ ។ កាលបើយកចិត្តទុកដាក់នឹងសេចក្តីល្អ ហើយស្វែងរកការចេះដឹងពិតប្រាកដ ឬ យកចិត្តទុកដាក់នឹងបញ្ហាក្នុងការនាំខ្លួនទៅរកសេចក្តីសុខស្ងប់ យ៉ាងនេះ ការទទួលអារម្មណ៍បែបតណ្ហា ក៏ក្លាយមកជា **ឆន្ទះ** វិញ ដែលឆន្ទៈ ជាកម្លាំងចិត្តផ្ទុយគ្នាអំពីកម្លាំងតណ្ហា ។

នៅក្នុងព្រះពុទ្ធសាសនា ព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធ ទ្រង់ត្រាស់ថា ឆន្ទៈជាគុណធម៌ដើម នាំឱ្យបានសម្រេចនូវប្រ-យោជន៍ គឺ ប្រយោជន៍គ្រប់យ៉ាងដែលត្រូវបានសម្រេច



ព្រោះមានឆន្ទៈពេញចិត្តក្នុងការងារជាធម៌ផ្តើម ឱ្យកម្លាំងដល់សេចក្តីព្យាយាម ។ឆន្ទៈនៅក្នុងការសិក្សាជាកម្លាំងចិត្តសម្រាប់ដោះស្រាយបញ្ហាអាថ៌កំបាំងមួយដ៏ធំនៅក្នុងសង្គម ព្រោះមនុស្សក្នុងសង្គម ដែលមិនមានការសិក្សាអប់រំចិត្ត រមែងមានកម្លាំងចិត្តធ្វើការងារដោយអំណាចតណ្ហា មានះ និង ទិដ្ឋិ កិលេសទាំង ៣ ប្រភេទនេះ ជាគ្រឿងចងសត្វលោកឱ្យជាប់នៅជាមួយនឹងបញ្ហា ។

មនុស្សដែលមានឆន្ទៈល្អ រមែងជាអ្នកយកចិត្តទុកដាក់ជាមួយអំពើល្អ រៀបចំដំណើរជីវិតដោយសេចក្តីមិនប្រមាទ រហូតដល់យកចិត្តទុកដាក់ទៅលើសង្គម ត្រូវការឱ្យសង្គមបានល្អ បានស្អាត មានរបៀបវិន័យត្រឹមត្រូវ ប្រាថ្នាឱ្យមនុស្សក្នុងសង្គមជាតិមានសេចក្តីសុខ រស់នៅជាមួយគ្នា ដោយមិនបៀតបៀនគ្នា ។

បើមិនមានឆន្ទៈដ៏ស្អាតល្អជាកម្លាំងចិត្តទេ មនុស្សយើងត្រូវបានកិលេសជាគ្រឿងជំរុញ ឬ ជាគ្រឿងដាស់-តឿនផ្តល់នូវកម្លាំងចិត្ត ដូចជាការជំរុញដោយមានះថា

អ្នកចូរតាំងចិត្តរៀនសូត្រទៅណា៎ ប្រឹងប្រែងយកចិត្តទុក-ដាក់ឱ្យមែនទែនទៅ ព្រោះបើយើងរៀនបានច្រើន យើងមានចំណេះ យើងនឹងបានជាអ្នកធំមានមុខមានមាត់បានធ្វើជាចៅហ្វាយនាយរបស់គេ បើយើងខ្ជិលរៀន យើងគ្មានចំណេះ យើងមុខតែនៅក្រោមបង្គាប់គេហើយ ឬក៏ជំរុញដាស់តឿនផ្តល់កម្លាំងចិត្តដោយតណ្ហាថា អ្នកចូរតាំងចិត្តរៀនសូត្រទៅ កុំខ្ជិលកុំបណ្តែតបណ្តោយណា៎ តទៅយើងបានចំណេះ យើងធ្វើការកន្លែងសំខាន់ (កន្លែងខ្លាញ់) យើងរកប្រាក់បានច្រើន យើងរអែងបន្តិចទៅ យើងនឹងបានជាអ្នកមាន យើងនឹងក្លាយជាសេដ្ឋី ការផ្តល់កម្លាំងចិត្តដោយមានះ ឬ ដោយតណ្ហាបែបនេះ ក៏អាចជំរុញឱ្យព្យាយាមរៀនសូត្រ បានដូចគ្នានឹងឆន្ទៈដែរ ។

អាការៈលក្ខណៈដែលប្រាកដចេញមក គឺជាការប្រឹងប្រែង ខិតខំព្យាយាមដូចគ្នា ប៉ុន្តែ ខុសគ្នាត្រង់ដែលថា អ្នកដែលព្យាយាមដោយតណ្ហាមានះ ជាអ្នកត្រូវការស្វែងរកផលប្រយោជន៍ផ្ទាល់ខ្លួន រកធំ រកមុខ រកមាត់



ជាមេគេ ជាចៅហ្វាយគេ ចំណែកអ្នករៀនសូត្រដោយកម្លាំងឆន្ទៈ បំណងកសាងជីវិតខ្លួនឯង ឱ្យបានជាជីវិតដ៏ល្អស្អាត និងដើម្បីកសាងសង្គមឱ្យបានជាសង្គមថ្លៃថ្នូរ មានរបៀបវិន័យល្អ មានសេចក្តីសុខស្ងប់ ឱ្យមនុស្សរស់នៅរួមគ្នាដោយសុខសប្បាយ ជាសង្គមស្អាត ។ សភាពទាំងពីរផ្នែកនេះ វាអាស្រ័យនៅលើកម្លាំងជំរុញហ្នឹងឯង តើកម្លាំងដែលជំរុញឱ្យប្រឹងព្យាយាមរៀនសូត្រនោះ វាជាកម្លាំងផ្នែកណាមួយ បើត្រូវការឱ្យកម្លាំងចិត្ត ប្រព្រឹត្តទៅដើម្បីរៀនសូត្រ និងសិក្សាពិតប្រាកដ ហើយឱ្យបានត្រឹមត្រូវតាមសីលធម៌ច្បាប់វិន័យរបស់សង្គម គឺត្រូវផ្លាស់ប្តូរពីការពឹងពាក់កម្លាំងរបស់តណ្ហាមានះ មកជាការពឹងពាក់កម្លាំងឆន្ទៈ ក្នុងការជំរុញដាស់តឿនផ្តល់កម្លាំងចិត្តវិញ ។

បើយើងមិនមានសតិសម្បជញ្ញៈ ភ្ញាក់ខ្លួនឃើញគុណតម្លៃនៃសេចក្តីល្អ ក្នុងការកសាងខ្លួន និងការកសាងសង្គមទេ គឺយើងនៅតែយល់ថា « បើធ្វើត្រឹមត្រូវទៅបានអ្វីស៊ី បានអ្វីធ្វើជាអ្នកមាន បានអ្វីយកមកសប្បាយ ... »

ហើយរមែងយល់ដូច្នេះទៀតថា ដើម្បីកសាងប្រទេសទៅបាន យើងត្រូវមានសេចក្តីប្រាថ្នាឱ្យបានប្រាក់ច្រើនៗ ធ្វើជាអ្នកមាននៅក្នុងប្រទេស បើយើងជាអ្នកមានហើយ ប្រទេសក៏បានចម្រើនដែរ នេះជាកម្លាំងចិត្តក្នុងការងារដែលមានតណ្ហាជាអ្នកជំរុញ ។ លទ្ធផលដែលបានមកពីខ្វះការសិក្សាអប់រំ គឺខ្លួនយើងជាមនុស្សមានចិត្តប្រចាំក្នុងការងារ ធ្វើការងារមានទិសដៅដើម្បីតែប្រាក់ត្រង់លទ្ធផលនៃការងារទាក់ទងទៅក្នុងសង្គមជាតិនោះយ៉ាងណាៗ គឺមិនបានយកចិត្តទុកដាក់ឡើយ យកចិត្តទុកដាក់ចំពោះតែប្រាក់ ដើម្បីហ៊ឺហាទៅដោយសម្ភារៈទំនើបៗ ។ យើងមិនបានគិតសោះថា ការងារដើម្បីប្រទេសជាតិ គឺជាបុណ្យដ៏ធំ ព្រោះជាការងារកសាងសង្គម ជ្រោមជ្រែងមនុស្សរាប់លាននាក់ ដែលក្នុងនោះ មានអ្នកមានសីលផង មានទាំងមាតាបិតារបស់យើងផង ។ ដោយគិតតែពីប្រយោជន៍ផ្ទាល់ខ្លួនយើងតែម្យ៉ាង យើងរមែងមិនគោរពនៅក្នុងតួនាទី មិនគោរពការងារត្រឹមត្រូវ ហើយក៏អាចរត់



ចោលការងារថ្លៃថ្នូរ (ការងារដែលសុចរិតគ្រប់យ៉ាង ជាការងារថ្លៃថ្នូរ) ព្រោះគិតថាបានប្រាក់តិច ត្រឡប់ទៅជាប្រព្រឹត្តអំពើដែលមានទោស ជ្រុលជ្រួសរហូតដល់ខ្លួនឯងក្លាយជាមហាចោរទៀតផង។ ទោះបីយើងមានប្រាក់ច្រើន សម្ភារៈទំនើបៗ ថ្លៃៗ ទាន់សម័យនិយមយ៉ាងណា អាហារបរិភោគប្រណីតអស្ចារ្យយ៉ាងម៉េចក៏ដោយ ប៉ុន្តែធាតុពិតខ្លួនឯងជាចោរទៅហើយ តើយើងមានអ្វីខ្លះជារបស់យើងពិតប្រាកដ ? តើយើងមានសល់អ្វីដែលសម្រាប់ឱ្យយើងត្រេកអរជាមួយនឹងខ្លួនឯងខ្លះ ? ជាទីបំផុតប្រទេសជាតិត្រូវមានបញ្ហាស្មុគស្មាញ សង្គមត្រូវចុះខ្សោយ ភាពក្រីក្រចម្រើនឡើងនៅក្នុងប្រទេស នេះជាលទ្ធផលនៃការរៀនសូត្រ ដែលមានតណ្ហាផ្តល់ឱ្យនូវកម្លាំងចិត្ត ។ តាមសភាពបែបនេះ តើយើងអាចនិយាយថា យើងខំប្រឹងរៀនដប់ម្ភៃឆ្នាំ ដើម្បីប្រឡងចេញធ្វើចោរបានដែរឬទេ ?

បញ្ហាខ្វះសីលធម៌ ខ្វះសុជីវធម៌ មិនគោរពច្បាប់ ជាបញ្ហាមិនងាយដោះស្រាយ ប៉ុន្តែ យើងគួរស្រាវជ្រាវ

រាវរកហេតុ តើហេតុអ្វីដែលធ្វើឱ្យមនុស្សសាហាវដល់ថ្នាក់សម្លាប់ ដោយមិនគិតថា បើសម្លាប់គេទៅ គេបានអ្វីរស់នៅតទៅទៀត ។ ហេតុអ្វីទើបមនុស្សមិនឃើញតម្លៃពិសេសនៅត្រង់ខ្លួនអាចចិញ្ចឹមខ្លួនឯងឱ្យរស់បាន ដោយមិនចាំបាច់ធ្វើចោរ ។ ហេតុអ្វីទើបមនុស្សធ្វើការជុំគ្នាដើម្បីប្រយោជន៍រួម ចេះតែបានផលមិនល្អ ច្រើនតែឈ្លោះទាស់ទែងគ្នា បែកបាក់គ្នា ។ ហេតុអ្វីដែលធ្វើឱ្យមនុស្សនិយមអបាយមុខ ក្មេងៗជាប់គ្រឿងញៀនពេញទឹកពេញដី ។ ហេតុអ្វីទើបមនុស្សមិនមានរបៀបវិន័យ មិនគោរពច្បាប់ទម្លាប់ប្រពៃណីអរិយធម៌ ។ ហេតុអ្វីទើបមនុស្សចូលចិត្តបង្អួតមុខមាត់ បង្អួតឋានៈ បង្អួតសម្ភារៈ បង្អួតមានបង្អួតបាន ចូលចិត្តលើកកម្ពស់វាយឫក ។ ហេតុអ្វីបានជាមនុស្សរស់នៅក្នុងប្រទេស បែរជាមិនចេះស្រឡាញ់ប្រទេសជាតិរបស់ខ្លួន ចេះស្រឡាញ់តែប្រយោជន៍ផ្ទាល់ខ្លួនកេងប្រវ័ញ្ចសម្បត្តិរួម លួចប្លន់សម្បត្តិជាតិ មិនទាំងដឹងពាក្យថា ស្រឡាញ់ប្រទេសជាតិនោះមានន័យយ៉ាងណា



ត្រូវធ្វើយ៉ាងម៉េចផងទេ ។ល។ និង ។ល។

តាមការសំដែងព្រះធម៌របស់ព្រះពុទ្ធជាអង្គម្ចាស់ ធ្វើឱ្យយើងស្រាវជ្រាវរាវរកហេតុនៃបញ្ហា យើងបានឃើញថា តួ **មានះ** សេចក្តីប្រកាន់ខ្លួនប្រៀបផ្ទឹមនឹងអ្នកដទៃជាហេតុដ៏ចម្បងនៃបញ្ហា ។ នៅក្នុងផ្ទះនីមួយៗច្រើនតែលើកយកតួ មានះ នេះឯង មកជាគ្រឿងផ្តល់កម្លាំងចិត្តឱ្យកូនចៅរៀនសូត្រ «កូនឯងខំប្រឹងព្យាយាមរៀនសូត្រឱ្យបានខ្ពស់ទៅ គ្រាន់បានធ្វើការមានមុខមានមាត់ហ្នឹងគេ តែកូនឯងខ្ជិលរៀនលំបាកធ្វើស្រែហើយ» មានរហូតដល់លើកយកតួមានះនេះ មកធ្វើជាតួព្យាយាមទៀតផង «ត្រូវខំមានះយកឈ្នះក្រ យកឈ្នះលំបាក» ។

តាមពិត **មានះ**មិនមែនជាសេចក្តីព្យាយាមទេ ប៉ុន្តែជាតួជំរុញឱ្យមានសេចក្តីព្យាយាម ពោលតាមព្រះអភិធម្មគឺមានះជាបច្ច័យនៃវីរិយៈដោយឧបនិស្សយប្បច្ច័យ (មានះជាទីអាស្រ័យដ៏មានកម្លាំង ញុំាងសេចក្តីព្យាយាមឱ្យកើតឡើង) ។ កាលណាបើយើងពឹងពាក់មានះ ដាស់មានះឱ្យ

ភ្ជាក់ឡើងក្នុងខ្លួនរបស់កូន ដើម្បីឱ្យមានះជួយកូន ធ្វើឱ្យកូនខំប្រឹងរៀន មានះក៏បានចម្រើនឡើងក្នុងចិត្តរបស់កូន គ្រប់គ្រងចិត្ត ដឹកនាំចិត្ត សូម្បីតែកូនមិនមានលទ្ធភាពរៀនតទៅទៀតក៏ដោយ ក៏មានះនេះបានជាប់ជាឧបនិស្ស័យក្នុងសន្តានទៅហើយ ម្យ៉ាងទៀត បរិយាកាសសង្គមក៏បានជួយជ្រោមជ្រែងនូវមានះរបស់កូនផងដែរ ។

**មានះ** ជាអនុស័យ (គ្រឿងដេកសម្ងំ) ជាកិលេស (គ្រឿងធ្វើឱ្យចិត្តសៅហ្មង) ជាសំយោជនៈ (គ្រឿងចងសត្វឱ្យជាប់នៅក្នុងបញ្ហា) ជាបបញ្ចធម៌ (ធម៌ធ្វើឱ្យមានកងទុក្ខវែងឆ្ងាយមិនងាយបញ្ចប់) កាលបើយើងពឹងសត្រូវគឺមានះនេះ ជាគ្រឿងជំរុញផ្តល់កម្លាំងចិត្ត ប្រយោជន៍ពិតជាអាចសម្រេចបាន ប៉ុន្តែ ជាមួយគ្នាហ្នឹងដែរ ក៏ជាប់ឧបនិស្ស័យលើកកម្ពស់ ភាពរឹងត្អឹងប្រកាន់ខ្លួនមិនយកគំ-និតអ្នកដទៃមកពិចារណា រហូតប្រព្រឹត្តខុសច្បាប់ហើយសប្បាយចិត្តថា ខ្លួនអញហ៊ានគ្រាន់បើ ទាំងអស់នេះជាមេរោគជាប់នៅក្នុងចិត្ត មិនងាយព្យាបាល ។



នៅក្នុងក្រុម ឬនៅក្នុងសមាគមនីមួយៗនាំគ្នាធ្វើការដើម្បីប្រយោជន៍អ្វីមួយ យើងយកមុខ យកពូកែតែឯងមិនបានឡើយ ត្រូវឱ្យពូកែជាពួកជាគណៈ គឺម្នាក់ៗធ្វើការដើម្បីប្រយោជន៍របស់ការងារជាសំខាន់ ប្រយោជន៍រួមគ្នាជាប្រយោជន៍ដែលយើងម្នាក់ៗត្រូវគោរពបូជា គឺយើងហ៊ានលះបង់ប្រយោជន៍ផ្ទាល់ខ្លួន ឱ្យតែការងាររួមគ្នានោះមានដំណើរប្រសើរឡើង ។ ធ្វើការងាររួមគ្នា ត្រូវម្នាក់ៗព្រមស្តាប់ការគិតឃើញនៃគ្នានិងគ្នា ដោយមិនត្រូវនឹកចង់យកឈ្នះគ្នាឡើយ ពោលគឺត្រូវចេះស្តាប់អ្នកដទៃផង ប៉ុន្តែកាលដែលមាននូវមានះ ក៏ធ្វើឱ្យព្រមមិនបានឡើយ រមែងចង់ឈ្នះ ចង់ពូកែ ចង់គ្រាន់ ត្រូវតែតាមគំនិតខ្លួន ព្រោះខ្លួនធ្លាប់ធ្វើការកន្លងមកយ៉ាងហ្នឹង ធ្លាប់ចេះ ធ្លាប់ដឹង... ។ បុគ្គលដែលមាននូវមានះ ជាតួបង្កប់នៅក្នុងចិត្តដូចនេះហើយ រមែងមិនគោរពបូជានូវប្រយោជន៍រួមឡើយ ព្រោះចង់យកឈ្នះយកគ្រាន់ កាលចង់យកឈ្នះយកគ្រាន់ក៏ព្រម-ព្រៀងគ្នាមិនបាន កាលព្រមព្រៀងគ្នាមិនបានក៏ធ្វើការរួម

គ្នាដើម្បីប្រយោជន៍រួមមិនបានដែរ ព្រោះហេតុយ៉ាងនេះ ការងាររមែងមិនសម្រេច ។

មួយផ្នែកទៀតរបស់មានះ គឺអ្នកសម្បូណ៌នូវមានះ រមែងត្រូវការសេចក្ដីស្ញើចសរសើរ ចង់សម្ដែងឱ្យអ្នកដទៃដឹង ឱ្យអ្នកដទៃស្គាល់នូវអ្វីៗ ដែលជារបស់ខ្លួន ដោយដំណើរអួត ពោលគឺចង់បង្អួតខ្លួនហ្នឹងឯង ។ កាលដែលត្រូវការបង្អួតខ្លួនដល់អ្នកដទៃ ក៏សម្ដែងរបស់ល្អៗ ដូចជាផ្ទះសម្បែងកន្លែងនៅ សម្ភារះប្រើប្រាស់ អាហារបរិភោគជាដើម របស់ដែលសម្រាប់បង្អួតអ្នកដទៃមានច្រើនបែបណាស់ រហូតដល់មានរបស់ខ្លះរំខានដល់អ្នកដទៃទៀតផង ព្រោះខ្វះសុជីវធម៌ ។មានះផ្នែកនេះមានទោសយ៉ាងណា? ទោសបន្ទាប់បន្សំអាចជាការខ្ជះខ្ជាយទ្រព្យសម្បត្តិ ចំណែកទោសឡើងទៅទៀតនោះគឺ របស់សម្រាប់បង្អួតទាំងអស់ជាគ្រឿងស្រវឹង នាំឱ្យបាត់បង់នូវសតិ ព្រោះហេតុដូច្នេះទើបមានអ្នកធ្វើនូវអំពើទុច្ចរិតផ្សេងៗ ដើម្បីបាននូវរបស់យកមកបង្អួតអ្នកដទៃ ។ មានះបែបនេះ រមែងកាត់បន្ថយ

-១១៨-

បុណ្យអំពីអ្នកដែលធ្វើបុណ្យទាំងឡាយ មានះនេះចម្រើនឡើងប៉ុនណា តណ្ហាក៏ចម្រើនឡើងប៉ុណ្ណោះ ជាហេតុនៃការបៀតបៀនខ្លួនឯងផង បៀតបៀនអ្នកដទៃផង បើមិនមានសីលធម៌ជាគ្រឿងទប់ស្កាត់ទេនោះ ។

សម្ដែងឱ្យឃើញដល់តួមានះជាខ្សែរយៈរបស់អវិជ្ជា ជាមេរោគក្នុងចិត្ត ជាសត្រូវខាងក្នុង និងជាហេតុនៃការមិនស្ងប់នៅក្នុងសង្គមជាតិ ។ មានះនាំមកនូវទោសច្រើនប្រការ សូម្បីរឿងខ្វះខាតរបៀបវិន័យក្នុងផ្ទៃប្រទេស ក៏ព្រោះមាននូវមានះនេះជាមេបណ្ដាលដែរ ពោលគឺមានះមិនគោរពច្បាប់ ។ មានះធ្វើឱ្យមនុស្សយើងមាននូវសេចក្ដីដឹងក្នុងខ្លួនថា បើយើងធ្វើតាមចិត្តខ្លួនឯងបាន បញ្ជាក់ថាខ្លួនយើងនេះវាពូកែ វាជាមនុស្សខ្លាំង វាជាអ្នកធំ តួយ៉ាងដូចជាការមិនគោរពភ្លើងសញ្ញាចរាចរ ឬទៅតាមផ្លូវដែលត្រូវច្បាប់ហាមឃាត់ ក៏សំគាល់ថាខ្លួនពូកែ ខ្លួននៅពីលើច្បាប់បាន យើងមិនប្រព្រឹត្តតាមច្បាប់ ក៏បានដែរ ។ ការមិនប្រព្រឹត្តតាមច្បាប់ គឺជាការមិនតម្កល់ខ្លួនឱ្យប្រពៃ

-១១៩-

មានរឿងខ្លះជាការបៀតបៀនដល់សង្គម ខូចប្រយោជន៍រួម ដូចជា រថយន្តដឹករបស់ធ្ងន់ហួសនាំឱ្យស្រុតថ្នល់ ខូចស្ពានជាដើម ប៉ុន្តែបែរជាសប្បាយចិត្តទៅវិញ ព្រោះខ្លួនឯងពូកែ ។ ដោយឧបនិស្ស័យនៃមានះជាប់ក្នុងសន្តានមនុស្សយើងច្រើនណាស់ដែលមានសេចក្តីសំគាល់ថា ខ្លួនពូកែ ព្រោះមិនចាំបាច់ធ្វើតាមច្បាប់ ។ តាមពិតមនុស្សដែលល្អ គឺជាមនុស្សគោរពច្បាប់ គោរពធម៌វិន័យ ដែលជាមនុស្សគួរឱ្យសរសើរ ។ មនុស្សល្អ គឺជាតម្រួតម្នាក់ដែលត្រួតខ្លួនឯងបាន ដោយមិនចាំបាច់ទាល់តែគេត្រួតឡើយ មិនដូចជាមនុស្សដែលល្មើសច្បាប់ ហើយប៉ូលិសចាប់មិនបាន តាំងអួតប្រាប់គេថា ខ្លួនឯងគ្រាន់បើនោះទេ ។

**ប្រភពនៃបញ្ហាក្នុងសង្គមមួយទៀតគឺទិដ្ឋិ** តណ្ហា មានះ ទិដ្ឋិ ជាគ្រឿងនាំមកនូវបញ្ហាវែងឆ្ងាយ ធ្វើឱ្យមានសេចក្តីលំបាកស្មុគស្មាញមិនងាយដោះស្រាយ លុះត្រាតែមានការសិក្សាអប់រំ ធ្វើឱ្យមនុស្សយើងម្នាក់ៗមាននូវឆន្ទៈពេញចិត្តក្នុងអំពើល្អ មិនឃើញមានអ្វីដែលល្អសម្រាប់ខ្លួន



ឱ្យក្រៃលែងជាងខ្លួនឯងដែលជាមនុស្សល្អឡើយ ដូច្នេះទើបអាចដោះស្រាយទៅបាន ។

**ទិដ្ឋិ** គឺជាសេចក្តីប្រកាន់តាមការគិតឃើញរបស់ខ្លួន ។ កាលស្វែងរកសច្ចធម៌ ក៏ជាប់នឹងទិដ្ឋិ ធ្វើឱ្យមិនអាចចូលដល់សេចក្តីពិតបាន ។ ដោយសារមនុស្សយើងម្នាក់ៗជាប់នៅក្នុងទិដ្ឋិ ប្រកាន់នៅក្នុងទិដ្ឋិរបស់ខ្លួនឯងថា «ការយល់របស់យើងត្រឹមត្រូវ» ព្រោះដូច្នេះ ការស្វែងរកសេចក្តីពិត ការព្យាយាមស្រាវជ្រាវដើម្បីស្វែងយល់របស់មនុស្សគ្រប់គ្នារមែងប្រព្រឹត្តទៅមិនបាន គឺជាប់នៅក្នុងទិដ្ឋិរបស់ខ្លួនដោយការយល់ខុសផ្សេងៗ ។

កាលជាប់ជំពាក់នៅក្នុងទិដ្ឋិ មានះក៏ចូលមកជំនួយការស្រាវជ្រាវរាវរកសេចក្តីពិត ក៏ត្រូវឈប់ ត្រូវឱ្យអ្នកដទៃព្រមទទួលទិដ្ឋិ គឺការគិតឃើញរបស់ខ្លួនឯង ហើយតអំពីហ្នឹងទៅ សច្ចធម៌មិនសំខាន់ដូចទិដ្ឋិរបស់ខ្លួនឡើយ ត្រូវលើកទិដ្ឋិរបស់ខ្លួននេះថាជាការសំខាន់ ថាជាការត្រឹមត្រូវចំណែកតួសច្ចធម៌ គឺសេចក្តីពិតប្រាកដនោះ ពិតយ៉ាង

ម៉េចក៏ពិតតែឯងទៅ ។

**សក្កាយទិដ្ឋិ** ៖ សេចក្តីប្រកាន់តួខ្លួនក្នុងជីវិតរស់នៅ គឺ ជាហេតុនាំឱ្យមានការប្រព្រឹត្តនូវអំពើបៀតបៀន បើមិនមានការសិក្សាអប់រំទេនោះ ។ ការសម្លាប់ ការលួចប្លន់ ការប្រព្រឹត្តមិច្ឆាចារ ការនិយាយកុហក និយាយពាក្យអាក្រក់ និយាយញុះញង់ និយាយឥតប្រយោជន៍ ការចិញ្ចឹមជីវិតមិនល្អមិនប្រកបដោយធម៌ ការបរិភោគទឹកស្រវឹង និងគ្រឿងញៀនផ្សេងៗ នាំឱ្យខូចនូវស្មារតី សេចក្តីកំណាញ់ ការច្រណែន ការមិនដឹងគុណអ្នកដទៃ ទាំងអស់នេះកើតឡើងអាស្រ័យមកអំពី **សក្កាយទិដ្ឋិ** ។ ដរាបណា បញ្ញានៅមិនទាន់ចូលដល់សច្ចធម៌ ដើម្បីរំលត់នូវ*សក្កាយទិដ្ឋិ* នេះទេ មនុស្សយើងគ្រប់គ្នាត្រូវប្រយ័ត្នខ្លួនឱ្យមែនទែន ត្រូវខំសមាទានសីល ប្រព្រឹត្តអំពើល្អតជាប់គ្នាឱ្យបានជាទម្លាប់ បើមិនដូច្នេះទេ **សក្កាយទិដ្ឋិ**នឹងបណ្តាលឱ្យយើងប្រព្រឹត្តនូវអំពើឃោរឃៅ ។ តាមពិត បើ**សក្កាយ-ទិដ្ឋិ**គឺសេចក្តីប្រកាន់តួខ្លួននេះមិនមានហើយ ភាពវឹកវរនៅ



ក្នុងសង្គមក៏មិនមានដែរ ឯចំណែកការសិក្សាអប់រំដើម្បីលះនូវសក្កាយទិដ្ឋិនេះ គឺមាននៅតែក្នុងព្រះពុទ្ធសាសនាតែប៉ុណ្ណោះ ពីព្រោះនៅក្នុងបទ **សចិត្តបរិយោទបនំ** «កិរិយាសម្អាតចិត្តរបស់ខ្លួនឱ្យផូរផង់» លែងមានការប្រកាន់ អស់តណ្ហានិងមានះអំពីសន្តានចិត្ត ត្រូវប្រព្រឹត្តព្រហ្មចរិយធម៌ ឱ្យបានត្រាស់ដឹងនូវព្រះនិព្វាន ទើបអាចសម្រេចទៅបាន ។

សរុបមក **កិលេស** គ្រឿងសៅហ្មងទាំង៣យ៉ាងនេះ (តណ្ហា មានះ ទិដ្ឋិ) ជាតួក្តោបក្តាប់លើមនុស្សក្រៃ-លែងណាស់ ធ្វើឱ្យមនុស្សយើងមិនអាចមានការរស់នៅរួមគ្នាបានល្អ មិនអាចសម្រេចបាននូវសេចក្តីសុខ ដែលពិតប្រាកដ និងមិនងាយចូលដល់ការឃើញនូវសច្ចធម៌ឡើយ ។ **តណ្ហា មានះ ទិដ្ឋិ** ទាំង៣យ៉ាងរបស់បុថុជ្ជន (ជនក្រាស់ដោយកិលេស) សុទ្ធតែទាក់ទិននឹងតួខ្លួនទាំង-អស់ **តណ្ហា** គិតតែអំពីរបស់យើង ប្រមូលមកដើម្បីខ្លួនឯង **មានះ** គិតតែអំពីតម្កើងខ្លួន សំគាល់ថាខ្លួនជាមនុស្ស

សំខាន់ជាងគេ ឬ ជាការប្រកាន់អញ ដោយការប្រៀប-ផ្ទឹមជាមួយអ្នកដទៃ **ទិដ្ឋិ** គិតតែអំពីការយល់ឃើញរបស់ខ្លួនថាត្រឹមត្រូវ ឯការគិតឃើញរបស់អ្នកដទៃសុទ្ធតែខុសទាំងអស់ ម្ល៉ោះហើយ បើតណ្ហាមានះទិដ្ឋិនេះចម្រើនឡើងប៉ុនណា បញ្ហានៅក្នុងសង្គមជាតិ ក៏ចម្រើនឡើងប៉ុណ្ណោះដែរ ដូច្នេះ មនុស្សយើងគ្រប់គ្នាត្រូវខំសិក្សាអប់រំទូន្មានចិត្ត ដើម្បីជាប្រយោជន៍ សម្រាប់ខ្លួនឯងផងសម្រាប់អ្នកដទៃផង ។

**យោនិសោមនសិការៈ** ជាសភាវៈដ៏សំខាន់របស់មនុស្ស ជាគុណជាតិដែលជួយមនុស្សក្នុងគ្រប់ករណី ។ បុគ្គលដែលអាចពឹងខ្លួនឯងបាន នៅក្នុងការសិក្សាដ៏ពិតប្រាកដ ពីព្រោះមកអំពីចេះគិត ឬឈ្លាសវៃក្នុងការគិត បើមិនដូច្នេះទេ ក៏ត្រូវពឹងអ្នកដទៃរហូតតទៅ ព្រោះបុគ្គលដែលមិនមាននូវ **យោនិសោមនសិការៈ** មិនចេះគិតអ្វីខ្លួនឯង រមែងត្រូវអាស្រ័យនឹងអ្នកដទៃ ដើម្បីឱ្យអ្នកដទៃជួយប្រាប់ជួយបង្ហាញ ថាត្រូវយល់យ៉ាងណា ត្រូវធ្វើយ៉ាងម៉េច



ម្ល៉ោះហើយត្រូវជឿត្រូវស្តាប់អ្នកដទៃ ត្រូវធ្វើតាមអ្នកដទៃ មិនអាចពឹងអ្វីអំពីខ្លួនឯងបានឡើយ ហើយបើអត់មានអ្នកដទៃជួយប្រាប់ទេនោះ ខ្លួនឯងក៏ទៅជាបុគ្គលតែលតោល។

តាមគោលព្រះពុទ្ធសាសនា បុគ្គលដែលមានសទ្ធាត្រូវជឿទៅលើអ្វីដែលគួរជឿ អ្វីដែលគួរជឿគឺមានហេតុផលច្បាស់លាស់ នេះឈ្មោះថាជឿត្រូវ ជំនឿយ៉ាងនេះនាំឱ្យគិតត្រូវ និងនាំឱ្យចេះគិតទៅលើអ្វីផ្សេងៗទៀត តាមទំនងហេតុផល ជាឧបនិស្ស័យនៃបញ្ញា ព្រោះការបាននូវបញ្ញានេះមកអំពីខ្លួនឯងជាអ្នកចេះគិត ពោលគឺមាននូវ **យោនិសោមនសិការៈ** ។

**យោនិសោមនសិការៈ** ប្រែថា ការធ្វើទុកក្នុងចិត្តដោយឧបាយត្រូវទំនង ត្រូវទៅតាមហេតុផល បានដល់ការចេះគិតហ្នឹងឯង ។ ការចេះគិតនេះ វាមានការទាក់ទងទៅនឹងការសិក្សាអប់រំ ដែលមានឆន្ទៈផ្តល់ឱ្យនូវកម្លាំងចិត្ត ព្រោះការបានជួបប្រទះនូវអ្វីៗក្នុងលោក ជុំវិញជីវិតរស់នៅ ត្រូវរៀនដឹង ការរៀនដឹងត្រូវពឹងពាក់លើខ្លួនយើង

ដែលជាអ្នកចេះគិតហ្នឹងឯង ដូចជានៅក្មេងតូច បានឃើញមនុស្សចាស់ហាលសំពត់ខោអាវខាងខុស ក៏ចេះគិតរកហេតុ រកផល ចេះឆ្ងល់ចេះសួរ យ៉ាងនេះជាដើមនាំឱ្យមានបញ្ញា ។

មនុស្សពីរនាក់បានជួបនូវហេតុការណ៍អ្វីមួយ ម្នាក់ជួបហើយក៏គិតឃើញម៉្យាងទៅ ម្នាក់ទៀត ជួបហើយក៏គិតឃើញផ្សេង ។ ក្នុងរឿងតែមួយ ម្នាក់គិតទៅកើតបញ្ហា មានការកង្វល់ បង្កសេចក្ដីក្ដៅក្រហាយក្នុងចិត្តរហូតប្រព្រឹត្តអំពើបៀតបៀនអ្នកដទៃ ចំណែកអ្នកចេះគិត ត្រឡប់ជាបាននូវបញ្ញា អប់រំទូន្មានចិត្ត សាងជីវិតក្នុងសេចក្ដីស្ងប់និងញុំាងសេចក្ដីចម្រើនឱ្យដល់សង្គមទៀតផង ។ ធ្លាប់មានមកហើយ អ្នកបម្រើរបស់លោកសេដ្ឋីម្នាក់ ដើរតាមផ្លូវក៏បានជួបនឹងកណ្ដុរស្លាប់មួយ អាស្រ័យការចេះគិត ក៏យកកណ្ដុរស្លាប់នោះទៅលក់ឱ្យអ្នកចិញ្ចឹមសត្វឆ្មា បានប្រាក់ជាទុនច្រើនឡើងៗ ដោយការគិតត្រូវនៅក្នុងអ្វីដែលខ្លួនបានជួបប្រទះ ។ ដោយអំណាចការចេះគិត រួមផ្សំនឹងចរិយា



មារយាទល្អ ចេះដឹងគុណលោកសេដ្ឋីដែលខ្លួននៅអាស្រ័យជាមួយ លោកសេដ្ឋី ក៏លើកកូនស្រីឱ្យជាភរិយា ក្រោយមកក៏បានស្នងតំណែងលោកសេដ្ឋីទៅ ។ អ្នកផ្សេងទៀតដែលបានឃើញខ្មោចកណ្ដុរនោះដែរ ប៉ុន្តែ ទុកត្រឹមតែជារបស់គួរខ្ពើម មានចិត្តប្រទូស្តកើតឡើង សៅហ្មងក្នុងចិត្តព្រោះការមួម៉ៅ ហើយក៏ចប់ត្រឹមប៉ុណ្ណឹងទៅ មិនមាននូវយោនិសោមនសិការៈ ដោយប្រការណាមួយឡើយម្ល៉ោះហើយបានតែការមិនសប្បាយចិត្តប៉ុណ្ណោះ ។

ការសិក្សាប្រកបទៅដោយយោនិសោមនសិការៈ ជាការសិក្សាប្រព្រឹត្តទៅដើម្បីជាប្រយោជន៍ដ៏ក្រៃលែង គឺចេះគិត ចេះសិក្សាស្រាវជ្រាវរាវរកហេតុបច្ច័យនៅក្នុងអ្វីៗ ដែលបានជួប នៅក្នុងស្ថានការណ៍ដែលកើតឡើង បានដឹងថា សេចក្ដីចម្រើន ឬសេចក្ដីវិនាសដែលកើតមាននោះ ព្រោះមានអ្វីជាហេតុ មានអ្វីជាបច្ច័យ រួចយកហេតុបច្ច័យដែលបានដឹងហើយនោះឯង មកប្រើជាប្រយោជន៍ សម្រាប់ដោះស្រាយនូវបញ្ហា ចាត់ចែងនៅក្នុងកិច្ចការឱ្យ

ប្រព្រឹត្តទៅបានល្អ គេចអំពីសេចក្តីវិនាស ឈមមុខទៅរកសេចក្តីចម្រើន បានកើននូវប្រយោជន៍ ដូច្នេះ ទើបមនុស្សយើងត្រូវហ្វឹកហាត់អប់រំចម្រើន ឱ្យមាននូវយោនិសោមនសិការៈកើតឡើងក្នុងខ្លួន ។

យោនិសោមនសិការៈនេះ បើប្រព្រឹត្តទៅនៅក្នុងសីលធម៌សង្គម ឬ នៅក្នុងផ្នែកសុជីវធម៌ រមែងបាននូវប្រយោជន៍ដ៏ក្រៃលែង ដូចជាសេចក្តីដែលថា ជួបនូវហេតុការណ៍តែមួយជាមួយគ្នា ប៉ុន្តែគិតផ្សេងគ្នា បើយើងបានជួបនឹងមនុស្សម្នាក់មានមុខស្លូត ហើយយើងមិនមាននូវយោនិសោមនសិការៈ យើងនឹងក្រោធដោយគំនិតខ្លួនឯង គឺយើងអាចគិតថា អ្នកនេះស្អប់យើង មិនរាប់អានយើងជាដើម ម្ល៉ោះហើយក៏មានការទាស់ចិត្តកើតឡើង រហូតចូលដល់បញ្ហាខ្វះសីលធម៌ និងមិនមាននូវសុជីវធម៌ ។ ប៉ុន្តែ បើយើងចេះគិត ដោយអាស្រ័យបានអប់រំនូវយោនិសោមនសិការៈរឿយៗមក យើងក៏បានពិចារណាទៅក្នុងផ្នែកផ្សេងៗ មួយផ្នែកមានទំនងឱ្យយើងពិចារណាថា ភ្នែក



មនុស្សនេះគង់មានបញ្ហាមកពីផ្ទះ ឬមកអំពីណាពុំខាន វាអាចជាបញ្ហាក្នុងក្រុមគ្រួសាររបស់គេ ឬមានមុខស្អុយព្រោះត្រូវម៉ែឪស្តីបន្ទោសជាដើម ដូច្នេះបណ្តោយមិនបានឡើយ យើងត្រូវជួយ ដោយវិធីយ៉ាងនេះមួយ យ៉ាងនោះមួយ តាមដែលអាចជួយបាន ក្នុងចិត្តក៏មានករុណា ឃើញមនុស្សមុខស្លូតមានទុក្ខព្រួយយ៉ាងណាៗក៏មានចិត្តអាណិត ម្ល៉ោះហើយចិត្តរបស់យើងមិនបានធ្លាក់ចុះទៅក្នុងអកុសល គឺស្ថិតនៅក្នុងសភាពល្អ មាំទាំ សប្បាយ ព្រោះប្រាសចាករោគ បរិសុទ្ធថ្លា ហើយក៏ដោះស្រាយបញ្ហាជាការជួយដល់សង្គម នេះជាប្រយោជន៍របស់យោនិសោមនសិការៈ ។ យោនិសោមនសិការៈ ជាភាជនៈទ្រទ្រង់នូវគ្រប់គុណធម៌ ជាបុព្វភាគនៃការបានសម្រេចអរិយមគ្គ កម្ចាត់បង់អវិជ្ជា ដូចជាអរុណពណ៌មាស ជាបុព្វភាគនៃការរះឡើងរបស់ព្រះអាទិត្យ កម្ចាត់ភាពងងឹតក្នុងវេលារាត្រី ដូច្នោះឯង។

គោលសំខាន់ក្នុងការបណ្តុះបណ្តាលសីលធម៌សង្គម ដែលជាអង្គប្រកបខាងក្នុងនៃបុគ្គលម្នាក់ៗ ប្រមូលមកមាន

៣ ប្រការ ដែលបានបកស្រាយរួចហើយគឺ ÷

**១-នឹកចង់កសាងខ្លួនឱ្យបានជាមនុស្សល្អ**

**២-ឆន្ទៈផ្ដល់កម្លាំងចិត្តក្នុងការសិក្សា**

**៣-ចេះធ្វើទុកក្នុងចិត្តដោយគំនិតវៃឆ្លាត ចំពោះធម្មជាតិជុំវិញខ្លួន ។**

គោលសំខាន់ទាំង៣ប្រការនេះ គឺជាគោលសម្រាប់បើកគន្លឹះចូលទៅរកគុណធម៌ ជាអង្គប្រកបក្នុងចិត្តនៃបុគ្គលដែលស្រឡាញ់សន្តិភាព ប្រព្រឹត្តទៅដើម្បីលើកស្ទួយសីលធម៌របស់សង្គមជាតិ ។

**ការលើកស្ទួយសីលធម៌សង្គម** ចាំបាច់ត្រូវអាស្រ័យគ្រឿងប្រកបខាងក្រៅផងដែរ គ្រឿង ឬអង្គប្រ-កបខាងក្រៅ បានដល់ អ្វីៗ ដែលនៅជុំវិញមនុស្សយើងម្នាក់ៗហ្នឹងឯង មានទាំងផ្នែករូបធម៌មានទាំងផ្នែកនាម-ធម៌។ ខាងផ្នែករូបធម៌មានការច្បាស់លាស់ហើយ រួមទាំងស្ថានការណ៍ក្នុងសង្គម សភាពនៃសេដ្ឋកិច្ចក្នុងប្រទេសនិងបញ្ហាទូទៅនៅក្នុងស្រុក ទាំងអស់នេះ សុទ្ធតែមានឥទ្ធិពល



ដល់សីលធម៌ ចរិយធម៌របស់មនុស្សជាពិតប្រាកដ ។

អង្គប្រកបខាងក្រៅ ដែលមាននៅជុំវិញបុគ្គលគ្រប់គ្នា ដូចជា វិទ្យុ ទូរទស្សន៍ ទស្សនាវដ្ដី កាសែត (សារព័ត៌មាន ) ជាដើមនេះ មានសេចក្ដីសំខាន់យ៉ាងក្រៃ-លែង ព្រោះថា មនុស្សយើងនេះវាមានមួយចំណែកផ្នែកខាងការប្រព្រឹត្ត រមែងទៅតាមអង្គប្រកបខាងក្រៅ ដែលមកលួងលោមបបោសអង្អែល ធ្វើឱ្យមនុស្សយើងចូលចិត្តប្រព្រឹត្តតាម ពោលដោយន័យម្យ៉ាងទៀតថា សង្គមមានឥទ្ធិពលដ៏ក្រៃលែងក្នុងការលួងលោមមនុស្ស ដូចដែលយើងបានដឹងគ្រប់គ្នាហើយ ។ ដូច្នេះ ក្នុងការដោះស្រាយបញ្ហាសីលធម៌សង្គម មួយផ្នែកធំត្រូវដោះស្រាយអង្គដែលប្រកបខាងក្រៅហ្នឹងឯង មិនអាចបណ្ដែតបណ្ដោយបានឡើយ ហើយបញ្ហាខ្លះមិនងាយដោះស្រាយបានទេ ចាំបាច់ត្រូវរួមដៃនៃមនុស្សក្នុងក្រសួងផ្សេងៗ ទើបអាចដោះស្រាយបាន ។

ដែលរៀបរាប់មកនេះ រួមដល់បុគ្គលដែលជាតួយ៉ាង

ផងដែរ ដូចជា មនុស្សចាស់ ឬអ្នកធំ បើប្រព្រឹត្តមិនល្អ ក៏ជាធម្មតានៃដំណើរផ្លូវ ដែលត្រូវក្មេង ឬអ្នកតូចដើរតាម ប៉ុន្តែបើយើងមានតួយ៉ាងនៅក្នុងសង្គមល្អប្រពៃ ព្រោះ មនុស្សចាស់ ឬអ្នកធំប្រព្រឹត្តល្អត្រឹមត្រូវ ក៏ជាផ្លូវ ឬជាវត្ថុស័ក្តិសិទ្ធិដ៏មានឥទ្ធិពលដល់ក្មេង ឬអ្នកតូច ក្នុងការប្រព្រឹត្តល្អទៅតាមគំរូដឹកនាំ ។

ឥឡូវនេះ មានអង្គប្រកបណាខ្លះ ដែលយើងអាចដោះស្រាយបានងាយជាងគេ គឺយើងត្រូវប្រញាប់ដោះ-ស្រាយទៅ ដូចយ៉ាងអ្វីៗ ដែលយុវវ័យចូលចិត្ត ភាគច្រើនជាគ្រឿងនាំឱ្យទន់ខ្សោយស្មារតី ការទន់ខ្សោយនូវស្មារតីរបស់យុវវ័យ ជាគ្រោះថ្នាក់របស់សង្គមជាតិ ។ ជាមួយគ្នានេះដែរ ផ្នែករូបធម៌ក៏បានយោងទៅដល់ផ្នែកនាមធម៌ គឺការនិយមចូលចិត្តរបស់មនុស្សក្នុងសង្គម ជាអង្គប្រកបខាងក្រៅ គូគ្នាជាមួយនឹងរូបធម៌ ។

ការនិយមចូលចិត្តរបស់មនុស្សនៅក្នុងសង្គម មិនថាតែការនិយមអ្វីមួយនោះឡើយ ទោះជាការនិយមនាំគ្នា



ហ៊ឺហាដោយសម្ភារៈក្តី និយមបង្អួតអ្វីៗផ្សេងៗទៀតក្តី ឬក៏ការពេញចិត្តយ៉ាងណាមួយក្តី វារមែងសម្តែងចេញនូវរូប-ភាព តាមការនិយមពេញចិត្តរបស់មនុស្សក្នុងសង្គមនោះឯង ។ កាលបើមនុស្សម្នាក់ៗយ៉ាងណា ក៏ចេញមកក្នុងសង្គមយ៉ាងនោះ រួចហើយក៏ក្លាយទៅជាការនិយមរបស់សង្គម ទីបំផុតក៏បានត្រឡប់មកជាមានឥទ្ធិពលដល់មនុស្សវិញ ធ្វើឱ្យមនុស្សចង់បាននូវអ្វីៗតាមការនិយមរបស់សង្គមចង់បានឱ្យទាន់សម័យនិយម និង ព្រោះចង់ឱ្យមនុស្សក្នុងសង្គមអួតសរសើរ ក៏នាំគ្នាប្រព្រឹត្តឱ្យស្របទៅតាមអ្វីៗដែលសង្គមនិយមចូលចិត្តនោះឯង ។

បើសង្គម មានការនិយមភ្លាំងភ្លាត់ក្នុងរឿងអ្វីមួយ ការបដិបត្តិដែលជាសីលធម៌ និងចរិយធម៌ដ៏ល្អប្រពៃ លំ-បាកនឹងកើតឡើងបានណាស់ បែរទៅជាកើតបញ្ហាខាងសីលធម៌សង្គមនេះឯង បង្កនូវភាពមិនស្អាតក្នុងប្រទេស។

អង្គប្រកបខាងក្រៅ មានទាំងរូបធម៌ និងនាមធម៌ ដែលយើងត្រូវដោះស្រាយ និងជួយជ្រោមជ្រែង ទាំងផ្នែក

ស្ថានការណ៍ដែលផ្លាស់ប្តូរក្នុងប្រទេស សភាពសេដ្ឋកិច្ចក្នុងស្រុក ព្រឹត្តិការណ៍ក្នុងសង្គម និងការនិយមដែលជានាមធម៌ដូចដែលបានពោលហើយ គឺជាអង្គប្រកបខាងក្រៅ មានប្រក្រតីជាទីអាស្រ័យដ៏មានកម្លាំង ក្នុងការញ៉ាំងចរិយារបស់មនុស្ស រៀបរាប់មកដោយសង្ខេបត្រឹមតែប៉ុណ្ណោះ ។

**នៅក្នុងពរទី៣** ដែលសម្តែងអំពី ព្រះធម្មចេតិយនៃសេចក្តីសុខនេះ មានធម៌សម្រាប់តភ្ជាប់អំពីសេចក្តីសុខដែលជាគ្រឹះក្រោម ទៅកាន់សេចក្តីសុខថ្នាក់កណ្តាល បានដល់ ធម៌សន្តោស ។

**សន្តោស** ប្រែថា សេចក្តីត្រេកអរពេញចិត្តតាមមានតាមបាន ពេញចិត្តចំពោះរបស់ដែលបានមកដោយធម៌ល្អ ។ មានសន្តោស ក៏មានសេចក្តីសុខ ព្រោះថា បើយើងពេញចិត្តក្នុងរបស់ដែលយើងមានហើយ យើងក៏មិនមាននូវការអន្ទះអន្ទែង មិនមាននូវការញាប់ញ័រក្រវល់-ក្រវាយឡើយ នេះជាសេចក្តីសុខផ្លូវចិត្ត ហើយក៏ជាការ



ពិត ប៉ុន្តែយ៉ាងនេះ ជាទិសដៅនៃធម៌សន្តោសហើយ ឬនៅ ?

តាមពិត សេចក្តីសុខនេះគឺជាផល ដែលជាប់តាមធម៌សន្តោសមកជាធម្មតា ប៉ុន្តែ អ្នកសិក្សាបដិបត្តិ គប្បីជ្រាបអំពីទិសដៅនៃធម៌សន្តោស ឬធម៌ជាគូនឹងគ្នា ដើម្បីសម្រេចប្រយោជន៍ដ៏ពិតប្រាកដ ។ ក្នុងផ្នែកមួយនៃធម៌សន្តោស គឺការពារសេចក្តីលោភលន់ បានដល់ ការមិនល្មោភក្នុងសម្បត្តិរបស់អ្នកដទៃ ដោយសេចក្តីថា មិនមើលងាយសម្បត្តិរបស់ខ្លួនឯង ពេញចិត្តចំពោះសម្បត្តិដែលខ្លួនបានមក ដោយកម្លាំងសេចក្តីព្យាយាមរបស់ខ្លួន និងប្រកបដោយធម៌ ។ សន្តោសនេះជាគ្រឿងការពារនូវអំពើទុច្ចរិត ព្រោះពេញចិត្តតែនឹងសម្បត្តិដែលបានមកអំពីការងារដែលប្រាសចាកទោសប៉ុណ្ណោះ មិនមែនត្រូវទៅលួច ទៅប្លន់របស់អ្នកដទៃយកមកឡើយ ។ ការបកស្រាយធម៌សន្តោសបន្តិចមកប៉ុណ្ណោះ យើងអាចឃើញលំអនៃធម៌សន្តោសនៅត្រង់ការប្រព្រឹត្តសុចរិតក្នុងការងារចិញ្ចឹមជីវិត ប៉ុន្តែនៅ

មិនទាន់គ្រប់លក្ខណៈនៃទិសដៅនៅឡើយ ។

មនុស្សដែលមិនមានធម៌សន្តោស រមែងសំដៅទៅក្នុងការស្វែងរកវត្ថុមកបម្រុងបម្រើខ្លួនឯង កាលសំដៅស្វែងរកយ៉ាងនេះ ចិត្តរមែងក្រវល់ក្រវាយ ម្យ៉ាងទៀតកម្លាំងសម្រាប់ធ្វើការងារ និងពេលវេលា ត្រូវចំណាយអស់ច្រើនទៅក្នុងការស្វែងរកវត្ថុ ដើម្បីយកមកផ្គាប់ផ្គុនខ្លួនហ្នឹងឯង ។ សន្តោសនេះ ព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធទ្រង់ត្រាស់ទូន្មានសង្កត់ធ្ងន់ជាពិសេសសម្រាប់ព្រះសង្ឃ ព្រោះថាជីវិតរបស់អ្នកបួសដូចជាព្រះសង្ឃនេះ គឺជាជីវិតដែលត្រូវអ្នកដទៃចិញ្ចឹម ដូច្នេះចាំបាច់ត្រូវតែឱ្យគេចិញ្ចឹមបានដោយងាយ ពោលគឺមានជីវិតរស់បានដោយងាយ រស់បានដោយងាយមានសេចក្តីថា មានវត្ថុតែល្មមប្រមាណ ជារបស់ចាំបាច់បំផុតសម្រាប់ជីវិតរស់នៅ ជារបស់ស្រាលកាយ ស្រាលចិត្ត ។

ហេតុផលដែលព្រះសង្ឃត្រូវសន្តោសនោះ ក្រៅអំពីដើម្បីឱ្យគេងាយចិញ្ចឹមហើយ មានចំណុចសំខាន់ដ៏



ក្រៃលែង ដែលជាប់ទាក់ទងនឹងការងាយចិញ្ចឹមហ្នឹងឯង គឺ បានកាត់ការក្រវល់ក្រវាយក្នុងការស្វែងរកវត្ថុ ហើយបានឱកាសបំពេញកិច្ចការរបស់សមណៈគ្រប់គ្រាន់ គឺបានពេលវេលា និងកម្លាំងធ្វើការងារ សម្រាប់ធ្វើកិច្ចការតាមតួនាទីដែលខ្លួនជាអ្នកបួស មិនមានកង្វល់អ្វីនឹងបច្ច័យ ៤ មិនគិតរវល់នឹករកឆ្ងាញ់ មិនកង្វល់ថាតើអាត្មាអញត្រូវធ្វើដូចម្តេចទើបបាននូវចីវរល្អៗ បាននូវកន្លែងសម្រាប់ហ៊ឺហាដូច្នេះជាដើមឡើយ ។ ពេលវេលាសម្រាប់បំពេញសេចក្តីល្អ ជារបស់កម្រក្រៃណាស់ មិនងាយរកបានទេ ក៏ប៉ុន្តែធម៌សន្តោសបាននាំយកមកនូវពេលវេលានោះ ដូច្នេះធម៌សន្តោសនេះ ជាធម៌មានឧបការៈដល់សេចក្តីព្យាយាមនៅក្នុងកិច្ចការដែលល្អប្រសើរ ផ្ទុយអំពីមតិខ្លះដែលយល់ថាសន្តោសនាំឱ្យខ្ជិល តាមពិត សន្តោសជាគូនឹងព្យាយាម។

**សន្តោសជាគូនឹងព្យាយាម** ដូចសទ្ធាជាគូនឹងបញ្ញានេះជាអង្គធម៌ក្នុងព្រះពុទ្ធសាសនា ដែលមានការប្រព្រឹត្តទៅក្នុងកិច្ចការរួមគ្នា ដើម្បីកម្ចាត់នូវភាពសៅហ្មងក្នុង

សន្តាន។ បើមានតែសទ្ធាអត់បញ្ញា វាជាការមិនទាន់គ្រប់គ្រាន់ដើម្បីនឹងពឹងខ្លួនឯងបាន ហើយវាងាយនឹងធ្លាក់ចូលទៅក្នុងការជឿនូវមង្គលភ្ញាក់ផ្អើលផ្សេងៗ ក៏ដូចជា មានតែសន្តោសអត់ព្យាយាម វាជាការមិនទាន់គ្រប់អង្គដើម្បីនឹងដុសខាត់នូវកិលេស ហើយវាអាចធ្លាក់ចូលទៅក្នុងផ្លូវនៃសេចក្តីខ្ជិល ទីបំផុតក៏នាំគ្នាឃើញទោសធម៌សន្តោសថាសន្តោសនាំឱ្យខ្ជិលទៅវិញ ។

ធម៌សន្តោសនេះ ក៏សម្រាប់យកវាសអ្នកគ្រប់គ្រងផ្ទះបដិបត្តិបាន កាលបើមានធម៌សន្តោស ធ្វើឱ្យមិនមួម៉ៅក្តៅក្រហាយ មិនវវល់ទៅរីករាយភ្លើតភ្លើនក្នុងការបម្រុងបម្រើផ្គាប់ផ្គុនខ្លួនឯង សំដៅទៅរកតែមុខអ្វីដែលជាតួនាទីក្នុងការងារ ហើយប្រឹងប្រែងបំពេញឱ្យបានពេញលេញគ្រប់គ្រាន់បរិបូណ៌ ផ្ទុយមកវិញ បើយើងមិនចេះល្មមក្នុងចិត្ត ចេះតែសំដៅទៅរកវត្ថុជាកាមារម្មណ៍ មកបម្រុងបម្រើដើម្បីរីករាយសប្បាយ មិនសន្តោសក្នុងភរិយាស្វាមីរបស់ខ្លួន មិនសន្តោសចំពោះការសប្បាយរីករាយស្រើប-



ស្រាលទេនោះ យើងឈ្មោះថា ជាមនុស្សមិនស្រឡាញ់ការងារ ជាមនុស្សប្រមាទធ្វេសប្រហែស ។

ក្នុងពរទី៣ គឺ **សុខៈ** នេះ សូមចងនូវពាក្យទុកពិចារណាថា « ទាល់តែដល់ពេលឈឺស្ពឹកជើងដៃ ទើបឃើញតម្លៃរបស់ដៃជើង កាលដែលនៅជា សុខភាពល្អថៃទាំជើងដៃសម្រាប់យកទៅធ្វើបាប តើវាមានខ្លឹមសារអ្វីទៅចំពោះអវយវៈនិងជីវិត ដែលខំស្រឡាញ់នោះ »។

មនុស្សយើងបើមិនស្រឡាញ់ការងារហើយ រមែងមានចិត្តប្រចាំគ្នាក្នុងការងារ ទិសដៅក្នុងការងារមានតែប្រាក់ម្យ៉ាងប៉ុណ្ណោះ ព្រោះដើម្បីយកប្រាក់ទៅសម្រេចការសប្បាយរីករាយរបស់ខ្លួន ។ មិនមានធម៌សន្តោស គឺមិនស្មោះនឹងការងារ ចេះស្មោះតែជាមួយនឹងប្រាក់ប៉ុណ្ណោះ ហើយក្នុងរឿងនេះ បើយើងមានផ្លូវអាចបានវត្ថុសម្រាប់បម្រុងបម្រើផ្គាប់ផ្គុនខ្លួន ឱ្យខ្លួនយើងបានសប្បាយរីករាយដោយមិនចាំបាច់ធ្វើការងារ យើងក៏នឹងជ្រើសរើសយកផ្លូវនោះ ពិតមែនទេ ? ព្រោះទិសដៅរបស់យើងគឺ ប្រាក់

មិនមែនការងារឯណា ។

មនុស្សដែលមិនមាននូវធម៌សន្តោស មិនចេះព្រមល្មមក្នុងវត្ថុប្រើប្រាស់ និងមិនចេះល្មមក្នុងរឿងកាមគុណ រមែងជាអ្នក មិនធ្ងន់ក្នុងការពិចារណាអំពីហេតុផលឡើយ ហើយគេក៏មិនបានឃើញតម្លៃក្នុងការងារសុចរិត ថាជាការថ្លៃថ្នូរដែរ គេអាចគេចចេញអំពីការងារសុចរិត ព្រោះគេគិតថា មិនមានតម្លៃសម្រាប់គេ ពោលគឺបានប្រាក់មិនល្មមនឹងសេចក្តីប្រាថ្នា មិនល្មមនឹងការបម្រើផ្គាប់ផ្គុននូវកាមគុណរបស់គេហ្នឹងឯង ទីបំផុតគេហ៊ានប្រព្រឹត្តនូវអំពើទុច្ចរិត ។ ក្នុងលោកនេះអំពើទុច្ចរិតដែលកើតមកអំពីមិនមានធម៌សន្តោស មានច្រើនក្រៃលែងណាស់ ដូច្នេះបុគ្គលណា បារម្ភខ្លាចខ្លួនឯងធ្លាក់ចូលទៅក្នុងអំពើទុច្ចរិត បុគ្គលនោះ ត្រូវខំអប់រំបណ្តុះបណ្តាលនូវធម៌សន្តោស ឱ្យកើតមានក្នុងខ្លួន កុំបីខានឡើយ ដើម្បីប្រយោជន៍ដ៏សំខាន់មួយ គឺជីវិតស្អាតស្អំ ។

មានគំនិតមួយចេញអំពីសិស្សសាលាម្នាក់ គេបាន



ពោលថា « បើខ្លួនគេចេញទៅធ្វើការ ក៏បានប្រាក់មិនគ្រប់គ្រាន់នឹងប្រាក់ដែលម៉ែឪចំណាយឱ្យរៀនដែរ » គំនិតនេះអាចមានដល់សិស្សផ្សេងៗទៀត គឺជាគំនិតដែលត្រូវតែដោះស្រាយ ។

ទិសដៅនៃការសិក្សារៀនសូត្រ គឺការចេះដឹង បើមានលទ្ធភាពរៀនបានហើយ ចូរខំប្រឹងរៀនទៅ ត្រូវយកការចេះដឹងជាទិសដៅ កុំយកប្រាក់ជាទិសដៅឱ្យសោះ មានតែការចេះដឹងទេ ដែលអាចធ្វើឱ្យយើងជួយខ្លួនឯងបានផង ជួយដល់សង្គមជាតិបានផង បើយើងគ្រប់គ្នាគិតតែអំពីប្រាក់ ហើយមិនដើរនៅក្នុងផ្លូវនៃការសិក្សា តើមានអ្នកណាលើកស្ទួយដល់សង្គមជាតិ ព្រោះសង្គមជាតិត្រូវការអ្នកចេះដឹង ទើបអាចរីកចម្រើនរុងរឿងទៅបាន ឯចំណែកបញ្ហាប្រាក់ដែលជាកម្រៃនៃការងារ យើងត្រូវយកធម៌សន្តោសមកដោះស្រាយ វាមិនដល់ថ្នាក់អត់បាយនោះទេ ប៉ុន្តែ លទ្ធផលដែលគួរជាទីពេញចិត្ត ជាកិត្តិយសរបស់ជីវិត គឺយើងបានចំណេះដឹងយកមកធ្វើការបម្រើ

ប្រទេសជាតិ ដែលជាមាតុភូមិរបស់យើង ។

កាលបើយើង បានជួយប្រទេសជាតិយើងឱ្យបានរស់រុងរឿង គឺយើងហ្នឹងឯង ដែលបានជួយមនុស្សរាប់លាននាក់នៅក្នុងប្រទេសឱ្យបានរស់រុងរឿង ទាំងផ្នែកសេដ្ឋកិច្ចសង្គម ក៏នឹងចម្រើនរុងរឿងតទៅ ដោយសារអ្នកដែលខំប្រឹងរៀននោះ យកនូវចំណេះដឹងមកជួយសង្គមហ្នឹងឯង។ ចំណេះវិជ្ជាដែលយើងយកមកប្រើ ដើម្បីជួយមនុស្សក្នុងសង្គម គឺជាវិជ្ជានិម្មិតជីវិតមួយ ឱ្យបានទៅជាជីវិតច្រើនដូច្នេះ បើជីវិតយើងមួយនេះស្លាប់ទៅ ក៏នៅជីវិតច្រើនទៀតណាស់ នេះឯងដែលធ្វើឱ្យយើងមានចិត្តរីករាយមុនពេលស្លាប់ ក្រោយអំពីស្លាប់ ពូជនៃការចេះដឹង និងអំពើកម្មដែលយើងជួយដល់សង្គមជាតិ បានបង្កើតជីវិតថ្មីមួយទៀត ដ៏ល្អត្រកាល ក្នុងភពសន្តិភាព ។

ក្នុងធម៌សន្តោសបានបង្កប់ទៅដោយព្រះធម៌វិន័យនៃព្រះពុទ្ធសាសនា គ្រហស្ថ ឬ បព្វជិតណាដែលមាននូវធម៌សន្តោស គ្រហស្ថ ឬ បព្វជិតនោះ ជាអ្នកមានធម៌



មានវិន័យ ។ ធម៌សន្តោសបានធ្វើឱ្យមនុស្សយកពេលវេលានិងកម្លាំងធ្វើការមកឧទ្ទិសឱ្យដល់សេចក្តីព្យាយាម បំពេញកាតព្វកិច្ចដែលល្អប្រសើរ សម្រេចនូវប្រយោជន៍ជាផលដ៏ធំទូលំទូលាយ ។

មនុស្សយើងខ្លះមានធម៌សន្តោសដែរ ប៉ុន្តែមិនគ្រប់អង្គធម៌ ក៏បណ្តាលឱ្យមានទោសកើតឡើង ព្រោះមានធម៌សន្តោសហើយ ខ្វះព្យាយាម ក៏បើកឱកាសឱ្យដល់សេចក្តីខ្ជិល ដូចពាក្យគេចោទប្រកាន់ថា ព្រះពុទ្ធសាសនាប្រដៅមនុស្សឱ្យខ្ជិល ពាក្យចោទនេះ ពុំពិតទេ ព្រោះនៅក្នុងពួកធម៌ណាដែលព្រះអង្គទ្រង់សំដែងអំពីសន្តោស ព្រះអង្គរមែងសំដែងអំពីព្យាយាមផងដែរ ដូចជានៅក្នុងលក្ខណៈវិនិច្ឆ័យធម៌វិន័យក្តី កថាវត្ថុក្តី មង្គលសូត្រក្តី មេត្តសូត្រក្តីសុទ្ធតែព្រះអង្គទ្រង់ត្រាស់សម្តែងអំពីព្យាយាម ឱ្យមានការប្រព្រឹត្តទៅជាមួយនឹងធម៌សន្តោសទាំងអស់ សរុបមកមនុស្សខ្លួនឯងទេដែលខ្ជិលនោះ ព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធមិនបានអប់រំមនុស្សឱ្យខ្ជិលទេ នៅក្នុងលក្ខណៈវិនិច្ឆ័យធម៌វិន័យ

ព្រះអង្គទ្រង់ត្រាស់ថា ធម៌ណា ប្រព្រឹត្តទៅដើម្បីសេចក្តីខ្ជិល ធម៌នោះមិនមែនជាពាក្យប្រៀនប្រដៅរបស់ព្រះអង្គឡើយ ។ មនុស្សដែលមានសន្តោស តែខ្វះព្យាយាម ព្រោះគេគិតថា រស់នៅតែប៉ុណ្ណេះ ក៏មានសេចក្តីសុខសប្បាយហើយ ល្មមហើយ មិនចាំបាច់ធ្វើអ្វីទៀតទេ គេគិតដល់ធម៌សន្តោសត្រឹមតែដើម្បីមានសេចក្តីសុខ គេមិនបានគិតយោងទៅដល់កិច្ចនាទី និងសេចក្តីល្អច្រើនទៀតដែលត្រូវធ្វើឡើយ ។ យើងគួរតែគិតថា បើយើងបាននូវសេចក្តីសុខសប្បាយហើយ បានទំនេរអំពីការកង្វល់ហើយ មាននូវឱកាសល្អយ៉ាងនេះហើយ យើងត្រូវធ្វើការអ្វីដើម្បីជាប្រយោជន៍ខ្ពង់ខ្ពស់តទៅទៀត។ យើងមិនត្រូវឱ្យវត្ថុបំណងរបស់សន្តោសកន្លងហួស ឬ វិនាសបាត់អស់ទៅទទេ ដោយទម្លាក់ខ្លួនចូលទៅក្នុងសេចក្តីខ្ជិលនោះឡើយ ។

សួរថា៖ បានសុខសប្បាយហើយ តើចាំបាច់ត្រូវការចង់បានអ្វីទៀត ?

ឆ្លើយថា៖ ព្រោះ មិនទាន់ចេញរួចអំពីសេចក្តីទុក្ខជា



ស្ថាពរ ទើបត្រូវមានព្យាយាមទៀត រហូតទាល់តែបានឆ្លងផុតអំពីកងទុក្ខទាំងពួង ។ ដរាបណា តណ្ហាមិនទាន់បានដាច់អស់អំពីសន្តានទេ ដរាបនោះ ត្រូវតែមានព្យាយាម សូម្បីបុគ្គលដែលអស់តណ្ហា ពិតប្រាកដហើយ ដូចជាព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធជាដើម ក៏ព្រះអង្គនៅតែមានព្យាយាម ដើម្បីសំដែងនូវព្រះធម៌ប្រោសសត្វលោកដែរ ចុះរឿងអ្វីដែលយើងនៅតណ្ហាដូច្នេះ ហើយបែរទៅជាខ្ជិល មិនព្យាយាមនោះ។ ត្រឹមតែចេះសន្តោសប៉ុណ្ណឹង មិនទាន់អស់តណ្ហាទេ តណ្ហាជាហេតុនៃសេចក្តីទុក្ខ ឯចំណែកសុខដែលមានព្រោះសន្តោសក៏មិនទៀងដែរ ព្រោះហេតុដូច្នេះ ទើបយើងមិនត្រូវខ្ជិលដោយអាងធម៌សន្តោសនោះឡើយ។ ធម៌សន្តោស ជាធម៌ល្អណាស់ហើយ ប៉ុន្តែដាច់ខាតមិនត្រូវសន្តោសចំពោះកុសលធម៌នោះទេ ពោលគឺមិនត្រូវល្មមក្នុងកុសលដែលមិនទាន់ដល់ត្រើយ ។

**វីរិយេន ទុក្ខមច្ចេតិ**

រួចផុតចាកទុក្ខបានព្រោះសេចក្តីព្យាយាម

## តួកណ្តាលព្រះចេតិយនៃសេចក្តីសុខ

កាលបើខ្ពស់ឡើងមកដល់ថ្នាក់កណ្តាលនេះ តួសេចក្តីសុខ បានដល់ការរម្ងាប់បង់បាននូវសេចក្តីត្រេកអរពេញចិត្តក្នុងវត្ថុកាមដែលជាទីតាំងនៃតម្រេក គឺគ្របសង្កត់នូវកាមតណ្ហា ដែលជាគ្រឿងនាំឱ្យរីករាយភ្លើតភ្លើន និងកាន់តែប្រណីតណាស់ទៅទៀតនោះ សូម្បីតែវត្ថុដែលជាទីតាំងនៃសេចក្តីជាប់ជំពាក់ចិត្ត ស្រឡាញ់តាមធម្មតា ក៏មានការគ្របសង្កត់មិនឱ្យប្រព្រឹត្តទៅបានដែរ ។

រូប សំឡេង ក្លិន រស ផោដ្ឋព្វៈ លាភសក្ការៈ យសស័ក្តិ សេចក្តីសរសើរ ការគោរព ថ្វាយបង្គំ ។ល។ ដែលជាទីតាំងនៃសេចក្តីត្រេកអរពេញចិត្តនោះ ដូចជានុយដែលបិទនឹងផ្លែសន្ទូចរបស់ព្រាននេសាទ សេចក្តីសុខដែលកើតអំពីរបស់ទាំងអស់នេះ ទើបវាជាសេចក្តីសុខដែលបោកបញ្ឆោត មិនឋិតថេរចីរកាល គ្រាន់តែជាការស្រើបស្រាលត្រេកត្រអាលនៃចិត្ត ដែលរំជួលតាមៗគ្នា ឬជាសុខដែលប្រព្រឹត្តទៅជាមួយនឹងនុយ ។ ព្រះពុទ្ធអង្គទ្រង់



មិនបានលើកឡើងនូវកាមសុខ ថាជាសេចក្តីសុខ ពីព្រោះព្រះចេតិយនៃសេចក្តីសុខ គឺសេចក្តីសុខក្នុងព្រហ្មចរិយធម៌ជាសុខដ៏ប្រសើរ ជាសុខដែលពិតប្រាកដ មិនមាននុយជាគ្រឿងបោកបញ្ឆោតឡើយ ។ សេចក្តីសុខដែលព្រះពុទ្ធអង្គទ្រង់បាន លើកឡើងដាក់បញ្ចូលក្នុងព្រហ្មចរិយសុខយ៉ាងទាបបំផុតបានដល់ការមិនបៀតបៀនគ្នា ។

វត្ថុទាំងឡាយដែលជាទីប្រាថ្នា ជាទីស្រឡាញ់ ជាទីគាប់ចិត្ត ជាទីតាំងនៃតម្រេក ដែលតែងតែហៅថា កាមគុណ ជាហេតុឱ្យកើតសេចក្តីសុខ តែត្រូវអាស្រ័យសេចក្តីត្រេកអរ សេចក្តីស្រឡាញ់ពេញចិត្តចូលមកជួយ ទើបបានទៅជាសេចក្តីសុខ ។ កាលបានសមតាមប្រាថ្នាហើយក៏ជិនណាយ មានការធុញទ្រាន់ដោយការជ្រេញចិត្ត និងកើតការស្រឡាញ់ពេញចិត្តក្នុងរបស់ថ្មីផ្សេងជាបន្តទៀត ។ កាមគុណជារបស់ដុតរោលជានិច្ច ឥតស្រាកស្រាន្ត ជារបស់មួយគ្រាៗ ដូចជារបស់ខ្ចីអ្នកដទៃមកអឺចឹងឯង ។

កាលកំពុងស្រវឹង កំពុងវង្វេងស្រឡាញ់ ត្រូវបាន

ឧទ្ទិសបេះដូងរបស់ខ្លួនឱ្យដូចជាជ្រញ់ចិញ្ច្រាំសាច់ គឺព្រម ទទួលនូវមុខកាំបិតស្នេហា និងតម្រេកត្រេកអរគ្រប់ប្រការ ដើម្បីបម្រុងបម្រើផ្គាប់ផ្គុនរបស់ដែលជាទីស្រឡាញ់ រហូតដល់កើតការធុញទ្រាន់ ព្រមជាមួយគ្នានោះ កាមគុណ គឺជាផ្លូវនាំទៅរកការហួងហែង ច្រណែន ឈ្នានីស ប្រាថ្នា នឹងធ្វើអាក្រក់ ដែលសុទ្ធសឹងជាគ្រឿងដុតរោលទាំងអស់ ឧបមាបីដូច គប់ភ្លើងកាន់បញ្ច្រាសខ្យល់ដូច្នោះឯង ។

ជាការអន្ទះអន្ទែងដ៏ក្រៃលែង កាលដែលនៅមិនទាន់បាន នៅកំពុងតែប្រាថ្នាចងចិត្តប្រកាន់យក ហាក់ដូចជាក្នុងចិត្តនោះឯង ពុំមានមនុស្សធម៌អាស្រ័យនៅឡើយ ព្រោះវាពោរពេញទៅដោយភ្លើង គឺសេចក្ដីប្រាថ្នា និងការនឹករកឧបាយដើម្បីឱ្យបានសមតាមប្រាថ្នា ឧបមាដូចជារណ្ដៅរងើកភ្លើង ។

ការទទួលទារុណភាពអំពីកាមគុណ ដូចដែលបានរៀបរាប់មកតាមសេចក្ដីឧបមា គឺឧបមាដូចជារបស់ខ្ចីគេ១ ឧបមាដូចជាគប់ភ្លើងកាន់បញ្ច្រាសខ្យល់១ និងឧបមាដូច



ជារណ្ដៅរងើកភ្លើង១ ទាំងបីយ៉ាងនេះ មនុស្សភាគច្រើន មិនបានសម្លឹងមើលក្នុងផ្នែកអាក្រក់ឡើយ ត្រឡប់ទៅជាសំគាល់ក្នុងផ្លូវល្អទៅវិញ គឺ សំគាល់ថាជាភាពក្លាហានអង់អាចរបស់ខ្លួន ឬ សំគាល់ថា ខ្លួនជាមនុស្សពូកែយ៉ាងនេះមួយ យ៉ាងនោះមួយ និងសំគាល់ថា ខ្លួនជាអ្នកមានការព្យាយាមស្វិតស្វាញជាដើម ឬក៏មានសេចក្ដីយល់ឃើញយ៉ាងណា តាមតែការនិយមរបស់ពពួកជន ដែលតែងតែនាំគ្នាពោលថាជាសេចក្ដីសុខ ទាំងដែលកំពុងតែដុតរោលនោះឯង ចំណែកព្រះពុទ្ធអង្គ ទ្រង់សំដៅយកត្រង់សភាពដែលផ្ទុយអំពីនេះ គឺការមិនដុតរោលដោយកាមគុណ ថាជាសេចក្ដីសុខ ។

ការមានជីវិតរស់នៅ ដោយប្រាសចាកកាមតណ្ហា ជាការមានជីវិតរស់នៅដោយភាពត្រជាក់ក្សេម ជាជីវិតដែលមាននូវ **ញាណទស្សនៈ** គឺបានដឹងបានស្គាល់ចំពោះកាមគុណយ៉ាងច្បាស់លាស់ ជាអ្នកនាំផ្លូវ មិនមែនតណ្ហាជាអ្នកនាំផ្លូវឡើយ ។ ការស្គាល់នូវកាមគុណ គឺជាការបាន

ដឹងថា កាមគុណកើតមកអំពីអ្វី វាហ៊ុមព័ទ្ធទៅដោយអ្វី ទើបឈ្នះចិត្តមនុស្សជាចំនួនច្រើនទៅបាន កាលណាបាន ស្គាល់វាច្បាស់លាស់ហើយ វាមិនអាចព្រួសពិសដាក់យើង បានទេ ឬថា ដោយសារយើងបានស្គាល់វាច្បាស់លាស់ យើងរមែងមិនភ្លេចខ្លួនរហូតដល់ថ្នាក់ លេបចូលទាំងផ្លែ សន្ទូចនោះឡើយ ព្រោះសេចក្ដីនេះឯង ទើបសេចក្ដីសុខ មានភាពបរិសុទ្ធស្អាត ត្រជាក់ក្សេមនិងជាឥស្សរៈដ៏ប្រពៃ។

សេចក្ដីត្រេកអរពេញចិត្តក្នុងកាមគុណ ជាអណ្ដូង កើតនៃសេចក្ដីសោក ការភ័យខ្លាច ការរន្ធត់តក់ស្លុត សេចក្ដីអាល័យ ការកង្វល់ហួងហែង ច្រណែន ... ព្រោះ ដូច្នេះ ក្នុងតួនាទីនៃសេចក្ដីស្នេហាកាមគុណ គឺជាតួនាទី នៃការកំសត់ លំបាកលំបិន ព្រមទាំងកាចឃោរឃៅនៅ ក្នុងសន្ដានចិត្តរបស់សត្វលោក ។

ព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធទ្រង់ត្រាស់សម្ដែងថា «ការឈ្នះ សេចក្ដីស្រឡាញ់ក្នុងកាមគុណបាន ជាសេចក្ដីសុខ មិន មានភ័យ មិនមានសោក » ចំណែកអ្នកចាញ់ត្រូវជាទាសៈ



របស់កាមគុណ ឬ កាមតណ្ហា ជាការចាញ់ដ៏អាក្រក់ក្រៃ-លែង ព្រោះជាការចាញ់អស់ទាំងខ្លួន សូម្បីតែខ្លួនក៏មិន មានសល់សម្រាប់ខ្លួនដែរ ត្រូវទៅជាទាសៈរបស់ថៅកែ ដាច់ដាបគឺតណ្ហា ។ រឿងនេះឯងដែលត្រូវដឹង ដែលត្រូវ ស្គាល់ គឺថា បុគ្គលដែលព្យាយាមក្នុងសេចក្ដីស្រឡាញ់ រហូតបានសម្រេចសមតាមសេចក្ដីប្រាថ្នា ក៏គឺជាអ្នកដែល ចាញ់នូវសេចក្ដីស្រឡាញ់ ចាញ់កាមតណ្ហាទាំងអស់ មិន មានសល់ រហូតមិនមានអ្វីសម្រាប់ចាញ់ទៀតឡើយ នេះ ជារឿងកំសត់របស់សត្វលោក ដែលមិនងាយយល់ដឹង ។

នៅពេលដែលយើងបើកភ្នែកឡើង ដោយការកើត មកក្នុងលោកនេះ យើងក៏បានជួបកាមគុណ ក្នុងឋានៈ ត្រឹមតែជារបស់ដែលយើងស្រឡាញ់ប៉ុណ្ណោះ យើងមិន បានឃើញ និងមិនបានយល់ថា វាកើតឡើងមកយ៉ាងណា ដើម្បីអ្វី មានអ្វីបង្កប់នៅខាងក្នុងជាដើម ទើបយើងត្រូវ ជាប់ផ្លែសន្ទូច លែងមានឥស្សរភាពអ្វី សូម្បីបន្តិចបន្តួច ម្ល៉ោះហើយ កាមគុណបានអូសទាញយកទៅនូវសត្វលោក

តាមប្រាថ្នា សត្វលោកជាអ្នកចាញ់ដោយប្រការទាំងពួង ។

លុះត្រាតែយើងបានឈ្នះនូវរបស់ដែលជាអន្ទាក់ គឺកាមគុណ ទើបយើងបានជាឥស្សរៈ ហើយមានខ្លួនជារបស់ខ្លួនឯងវិញ ពោលគឺខ្លួនយើង ឈប់ជាទាសៈរបស់តណ្ហា ដូចជាក្នុងពេលចាញ់នោះទៀតហើយ យើងអាចមានខ្លួនយើងជាទីពឹងសម្រាប់ខ្លួនឯងបាន ។

សូមកុំឆ្ងេងឆ្ងោងអំពីពាក្យថា «ខ្លួនយើង» ជាមួយនឹងធម៌អនត្តាដែលប្រែថា «មិនមែនតួខ្លួន» អនត្តាមិនមែនតួខ្លួន គឺសម្តែងទៅលើបរមត្ថធម៌ ជាផ្នែករបស់វិបស្សនាដែលសម្រាប់សាងនូវកំពូលព្រះចេតិយនៃសេចក្តីសុខ ប៉ុន្តែនៅក្នុងសេចក្តីសុខថ្នាក់កណ្តាលនេះ គឺសម្តែងអំពីខ្លួនយើងដែលជាបុគ្គលប្បញ្ញត្តិ សំគាល់ថា មិនមែនជាអ្នកដទៃ ដូច្នេះ ដើម្បីឱ្យខ្លួនបានជាទីពឹងនៃខ្លួនឯង ទើបមិនត្រូវចាញ់ល្បែងកាមតណ្ហា ដែលជាការចាញ់ដ៏ក្រៃលែងនោះឡើយ ព្រោះថា កាលបើចាញ់ហើយ ខ្លួនឯងក៏មិនសល់ ត្រូវប្រគល់ខ្លួនធ្វើជាទាសៈរបស់កាមតណ្ហា តើបាន



ខ្លួនឯណាដើម្បីជាទីពឹងឱ្យដល់ខ្លួនឯងនោះ ។

សេចក្តីដែលព្រះពុទ្ធអង្គទ្រង់ត្រាស់ថា «ខ្លួនជាទីពឹងរបស់ខ្លួន» គឺសំដៅយកខ្លួនយើង ដែលបានរួចអំពីខ្ញុំបម្រើរបស់តណ្ហា ព្រោះបើខ្លួនយើងនៅជាខ្ញុំបម្រើរបស់តណ្ហា ខ្លួនយើងរមែងនាំយកមកនូវទុក្ខឱ្យខ្លួនឯងរឿយៗ ប្រៀបដូចជាខ្ញុំបម្រើដាច់ថ្លៃនៃអ្នកដទៃ ខំប្រឹងធ្វើការនឿយហត់រាល់ថ្ងៃ បានកម្រៃទៅម្ចាស់បំណុល ចំណែកខ្លួនឯងបានតែនឿយហត់ និងទុក្ខលំបាកប៉ុណ្ណោះដូច្នោះឯង ។ បើខ្លួនយើងបានរួចអំពីខ្ញុំដាច់ថ្លៃនៃតណ្ហា ពោលគឺខ្ជាក់ចេញនូវការស្រឡាញ់ពេញចិត្ត ដែលយើងទុកសម្រាប់ស្រឡាញ់ពេញចិត្តមកយូរហើយ ដូចនេះទើបជាផ្លូវនៃសេចក្តីសុខជាខ្លួនរបស់ខ្លួនយើង ធ្វើជាទីពឹងឱ្យខ្លួនឯងបាន ។

យើងនឹងជាអ្នកឈ្នះសេចក្តីប្រាថ្នា ឈ្នះកាមតណ្ហានៅក្នុងចិត្តបាន ក៏ដោយសារការបដិបត្តិធម៌តាមគោលនៃព្រះពុទ្ធោវាទ ដែលព្រះអង្គត្រាស់ទុកជាព្រះពុទ្ធសាសនា ហើយរួមសេចក្តីនៅក្នុងការមិនប្រមាទ ពោលគឺការមាន

សតិ ជាសតិរបស់អ្នកប្រយុទ្ធប្រឆាំងនឹងកាមតណ្ហា ។ ដើម្បីសាងនូវតួកណ្តាលព្រះចេតិយនៃសេចក្តីសុខនេះ គឺមានសតិរលឹកបានគ្រប់ពេល ដែលមុននឹងបានជួបក្តី ឬកំពុងជួបប្រទះក្តី នូវអារម្មណ៍ដែលជាទីតាំងនៃសេចក្តីស្រឡាញ់នោះៗ ដើម្បីជាអ្នកមិនវង្វេង មិនងងឹតស្លុបរហូតចិត្តបង្គាប់ចិត្ត និងកាយមិនបាន ដែលយើងនាំគ្នាពោលថា បង្គាប់បញ្ជាខ្លួនមិនបាន ហើយក៏ប្រគល់ខ្លួនឱ្យទៅជាសិទ្ធិរបស់អារម្មណ៍ ដូច្នេះឡើយ ។

កាលនៅក្នុងទីចំពោះមុខអារម្មណ៍ យើងមានស្មារតីគ្រប់គ្រងចិត្ត រក្សាចិត្ត ទូន្មានចិត្ត មិនឱ្យចិត្តបាត់បង់នូវចំណេះដឹង ឱ្យការដឹងខុស ដឹងត្រូវ ដឹងល្អ ដឹងអាក្រក់នៅស្ថិតក្នុងចិត្ត ឬ សភាពត្រជាក់គង់វង្សតាំងនៅមិនបានប្រាសចាកអំពីចិត្តទៅឡើយ ។

បើនៅក្នុងពេលស្វាត់កំបាំង ក៏ហ្វឹកហាត់ចិត្ត អប់រំទូន្មាន ឱ្យចិត្តឋិតនៅក្នុងអារម្មណ៍កម្មដ្ឋាន ឬ អារម្មណ៍ជាគ្រឿងពិចារណា ជាការពិចារណាដោយល្អិតល្អន់ ស្រាវ-



ជ្រាវរាវរកឱ្យឃើញការពិត រហូតទាល់តែធ្លុះធ្លាយចូលទៅដល់សេចក្តីពិតមួយដែលថា «កាមគុណ ជាផ្កាក្នុងសួនរបស់មច្ចុរាជ» ដែលសុទ្ធសឹងជានុយ ជាផ្ទាក់ ជាអន្ទាក់ជាគ្រឿងបញ្ឆោត ពិចារណាទាល់តែ បានឈ្នះនូវអារម្មណ៍ មិនឱ្យអារម្មណ៍គ្របសង្កត់ចិត្តបាន ។

ដូចពោលមកហើយដោយសង្ខេបខ្លីៗនេះ គង់តែបានជាប្រយោជន៍ បានជាជំនួយស្មារតីដល់អ្នកសិក្សាជាពិតប្រាកដ អាចនាំឱ្យកើតបញ្ញាពិចារណា អាចចេះដោះស្រាយនូវបញ្ហាក្នុងជីវិត ដូចជាបញ្ហាដែលថា បើប្រាស-ចាកសេចក្តីស្រឡាញ់ និងសេចក្តីប្រាថ្នាហើយ តើយើងមានជីវិតរស់នៅយ៉ាងណា ? ពាក្យឆ្លើយគឺ មុននេះជីវិតយើងត្រូវកាមតណ្ហាយកធ្វើជាបល្ល័ង្កអង្គុយ កាមតណ្ហាជានាយក ឬជាបញ្ជាការលើយើង ចំណែកយើងធ្វើការគ្រប់យ៉ាង តាមសេចក្តីប្រាថ្នាគឺកាមតណ្ហាជាអ្នកបង្គាប់បញ្ជា ឬបើមិនដូច្នោះទេ ក៏គង់យើងច្របូកច្របល់ជាមួយសេចក្តីប្រាថ្នាគឺកាមតណ្ហាដែរ សឹងមានសភាពវវឹកមិនបានស្ងប់

ស្ទាត់ឡើយ ប៉ុន្តែ ឥឡូវនេះ យើងបានអប់រំស្មារតី មានសេចក្តីដឹងខ្លួនដោយប្រពៃ ស្គាល់តួនាទីរបស់ជីវិត ស្គាល់សេរីភាពនៃចិត្ត ស្គាល់បំណុលរបស់ធម្មជាតិពិតប្រាកដ ហើយចេះមានចិត្តគំនិតដឹងគុណអ្នកដទៃ និងគុណតម្លៃនៃសេចក្តីល្អគ្រប់យ៉ាង ចេះមានមេត្តា ករុណា ចេះតម្កល់ខ្លួនក្នុងគុណធម៌ឱ្យជាទីគោរពនៃខ្លួនឯង និងអ្នកដទៃ ។

សរុបចម្លើយមកដោយខ្លី គឺយើងជាអ្នកអង្គុយលើបល្ល័ង្កនៃជីវិតរបស់យើងដោយខ្លួនឯង ។

ក្នុងជីវិតប្រចាំថ្ងៃ ទោះជាយើងកំពុងធ្វើការងារអ្វីៗក៏ដោយ ឬក៏កំពុងបរិភោគអាហារជាដើម កាមតណ្ហាមិនបានធ្វើជាបញ្ហាការលើយើងឡើយ ព្រោះយើងបានគំរាមកំហែងនូវកាមតណ្ហានោះ ឱ្យធ្លាក់ចុះចេញអំពីបល្ល័ង្ក មិនឱ្យធ្វើជានាយកលើចិត្តរបស់យើងតទៅទៀត រួចហើយយើងគ្រប់គ្រងលើចិត្តរបស់យើងដោយខ្លួនឯង **ការគ្រប់គ្រងចិត្តដោយខ្លួនឯងបាន នាំមកនូវសេចក្តីសុខ** ។

ដើម្បីតភ្ជាប់ តួកណ្តាលព្រះចេតិយនៃសេចក្តីសុខ



ជាមួយនឹងកំពូលព្រះចេតិយ សូមសិក្សាពិចារណាធម៌ **អនិច្ចំ** «មិនទៀង» ជាប្រយោជន៍ឱ្យបានសម្រេចការកសាងនូវព្រះចេតិយទាំងមូល ។

**ការពិចារណាធម៌ អនិច្ចំ** នៅក្នុងជីវិតប្រចាំថ្ងៃ ឃើញថា មិនមានអ្វីដែលទៀងទាត់ឡើយ សុទ្ធសឹងប្រែប្រួលទៅតាមហេតុ និងទៅតាមពេលវេលាទាំងអស់ ។ សភាពសោះសូន្យ បានជាប់តាមក្រោយជីវិតរបស់យើងជានិច្ច អ្វីៗដែលយើងទទួលបានមក ត្រូវសភាពសោះសូន្យទទួលបន្ត ចលនាបែបនេះ បានក្លាយទៅជាដំណើរជីវិតប្រៀបបីដូចជាខ្សែទឹកហូរ ។

ការពិចារណារឿយៗនូវសភាពសង្ខារដែលមានការមិនទៀងទាត់ឋិតថេរនេះ ជាជំនួយស្មារតី ការមានស្មារតីរឹងប៉ឹង អាចដោះស្រាយបាននៅក្នុងរឿងព្រាត់ប្រាសចាកសត្វ និងសង្ខារដែលជាទីស្រឡាញ់ ទប់ចិត្តមិនឱ្យតក់ស្លុតញ័ររន្ធត់ និងជាឧបការៈដល់បញ្ញា ឃើញទោសសង្ខារធម៌ទៅតាមសេចក្តីពិត ។

ការពិចារណាសង្ខារធម៌ទៅតាមច្បាប់របស់អនិច្ចំ មិនមែនសម្រាប់ឱ្យមានសេចក្តីប្រមាទ ព្រងើយកន្តើយក្នុងការងារដោយប្រពៃនោះទេ គឺមិនមែនដឹងថាមិនទៀងហើយ នេះក៏មិនធ្វើ នោះក៏មិនធ្វើ អង្គុយសំកុករង់ចាំសេចក្តីស្លាប់នោះឡើយ ។

ការដឹងសេចក្តីពិតរបស់ធម្មជាតិទាំងឡាយ ជាការល្អប្រពៃហើយ ព្រោះជាតួបញ្ញា នេះជាប្រការមួយដែលល្អប្រពៃ ប្រការដែលល្អប្រពៃមួយទៀត គឺធ្វើឱ្យចិត្តស្ងប់ជាសុខសប្បាយ តែប្រការទី៣ ដែលល្អប្រពៃក្រៃលែងនោះ មិនមែនការនៅស្ងៀម ដោយមិនធ្វើការងារអ្វីនោះទេ មិនមែនគិតថា អ្វីក៏មិនទៀង អ្វីក៏មិនមែនជារបស់ខ្លួន រួចហើយមិនមានការប្រឹងប្រែងព្យាយាមនោះឡើយ ។

ព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធ ព្រះអង្គពុំដែលប្រដៅសត្វលោកថា « *សង្ខារធម៌ទាំងឡាយមិនទៀងទាត់ អ្នកទាំងឡាយមិនចាំបាច់ធ្វើការអ្វីឡើយ* » ដូច្នេះទេ គ្រាន់តែព្រះអង្គប្រដៅមិនឱ្យធ្វើអំពើបាបតែប៉ុណ្ណោះ ដូចជាក្នុងឱវាទរបស់



ព្រះអង្គ ដែលឱ្យសត្វលោកមាននូវធម៌សន្តោស គឺដើម្បីបានពេលវេលាដ៏មានតម្លៃ សម្រាប់បំពេញព្យាយាមក្នុងការងារដ៏ប្រពៃទាំងឡាយ ។

ព្រះពុទ្ធវចនៈ នៅពេលព្រះអង្គជិតនឹងបរិនិព្វាន ជាព្រះពុទ្ធោវាទ ដែលជាព្រះបណ្តាំចុងក្រោយរបស់ព្រះ-អង្គ ទ្រង់បានផ្តាំទុកមកយ៉ាងណា ជាព្រះវាចាដែលពុទ្ធ-សាសនិកជនបានចាត់ថា ជាព្រះវាចាដ៏សំខាន់បំផុត បីដូចជាព្រះអង្គទ្រង់ត្រាស់សម្តែងនូវព្រះធម៌ទាំងអស់ ក្នុងរវាង ៤៥ព្រះវស្សា សាជាថ្មីម្តងទៀត អ៊ីចឹងឯង ។ ព្រះអង្គទ្រង់ត្រាស់សម្តែងថា « **វយធម្មា សង្ខារា អប្បមាទេន សម្បាទេថ** » ។

ព្រះវាចាចុងក្រោយរបស់ព្រះពុទ្ធអង្គនេះ ចែកជាពីរវគ្គគឺ ÷

**១-«វយធម្មា សង្ខារា»** *ប្រែថា* សង្ខារទាំងឡាយ មានសេចក្តីសាបសូន្យទៅជាធម្មតា នេះជាអនិច្ចលក្ខណៈប្រចាំសង្ខារ តាមពិត អនិច្ចលក្ខណៈ គឺជា

លក្ខណៈកើតរលត់ភ្លាមៗយ៉ាងលឿនរហ័សនៃរូបធម៌ និង នាមធម៌តាមទ្វារទាំង៦ មានចក្ខុទ្វារជាដើម បញ្ញាដែលបានឃើញនូវអនិច្ចលក្ខណៈបែបនេះ គឺជាបញ្ញាថ្នាក់វិបស្សនាជាន់ខ្ពស់ សម្រេចបានដោយសារការមានសតិរលឹកដឹងនូវរូបធម៌ និងនាមធម៌រឿយៗក្នុងជីវិតប្រចាំថ្ងៃ ។

នៅក្នុងការពិចារណាជាធម្មតា ពិតមែនតែមិនមែនជាតួវិបស្សនា ព្រោះជាការពិចារណាទៅលើបញ្ញត្តិទាំងឡាយ ដែលបញ្ញត្តិនោះអាស្រ័យនឹងបរមត្ថ ហៅថា «ឧបាទាយបញ្ញត្តិ» ដូចជាមនុស្ស សត្វ វត្ថុ របស់របរគ្រប់យ៉ាងក្នុងលោក ប៉ុន្តែការពិចារណាសេចក្តីមិនទៀងទៅលើបញ្ញត្តិទាំងអស់នេះ បើពិចារណាប្រកបដោយយោនិសោមនសិការៈ ក៏ជាឧបាយមួយនាំឱ្យមានសេចក្តីស្ងប់ ហើយក៏គឺជាតួបញ្ញាពិចារណាហ្នឹងឯង ។

មានលាភអត់លាភ មានយសអត់យស សរសើរនិន្ទា សុខទុក្ខ ទាំងអស់ក្នុងលោកនេះ សុទ្ធតែជារបស់មិនទៀង គឺវាផ្លាស់ប្តូរទៅតាមហេតុបច្ច័យរបស់វា និង



ទៅតាមពេលវេលា សូម្បីតែផែនដី ព្រះអាទិត្យ ព្រះចន្ទក៏មានអាយុដែរ គឺកំណត់ពេលវេលានៃការឋិតនៅ ដោយមិនមានអ្វីឋិតថេរជារៀងរហូតនោះឡើយ ។

**២-«អប្បមាទេន សម្បាទេថ»** *ប្រែថា* (ព្រោះដូច្នេះ) ចូរញ៉ាំងសេចក្តីមិនប្រមាទឱ្យដល់ព្រម បានសេចក្តីថា ចូរប្រញាប់រៀរចាកនូវបាបកម្ម ហើយចូរខំប្រឹងសាងបុណ្យកុសល ឬក៏ប្រែព្រះពុទ្ធវចនៈយកសេចក្តីតែម្តងថា ចូរញ៉ាំងប្រយោជន៍ឱ្យដល់ព្រមឬឱ្យបានសម្រេចដោយសេចក្តីមិនប្រមាទ ។

**សេចក្តីមិនប្រមាទ** ជាឈ្មោះរបស់សតិ បើជាសតិដ៏កំពូលគឺ **សតិប្បដ្ឋាន៤** រលឹកដឹងនូវបរមត្ថធម៌ក្នុងពួកកាយ១ ក្នុងពួកវេទនា១ ក្នុងពួកចិត្ត១ និងក្នុងពួកធម៌១ ដែលបរមត្ថធម៌ទាំងអស់នេះ មានលក្ខណៈមិនទៀង ដូចដែលព្រះពុទ្ធអង្គទ្រង់ត្រាស់ជាស់តឿន នៅក្នុងវគ្គទី១នៃព្រះវាចាចុងក្រោយនោះឯង តែបើសតិមិនមែនថ្នាក់កំពូលទេ គឺជាសតិថ្នាក់រលឹកដឹងហេតុផលក្នុងរឿងរ៉ាវផ្សេងៗ ។

កាលបើរបស់ទាំងឡាយ មានការមិនទៀងទាត់ជាពិតប្រាកដយ៉ាងនេះ យើងមិនមែនចប់ត្រឹមតែពិចារណាប៉ុណ្ណឹង ដោយយើងមិនដឹងធ្វើអ្វីព្រោះអស់កម្លាំងជើងដៃនោះឡើយ ។ បើយើងគិតថា « ចាំបាច់ប្រឹងប្រែងបំពេញការងារធ្វើអ្វី ព្រោះរបស់ទាំងអស់សុទ្ធតែមិនទៀង » នេះជាសេចក្តីប្រមាទ គឺជាការបាត់បង់សតិ ហើយហេតុបច្ច័យនៃសេចក្តីវិនាស ឬ របស់ដែលជាទោស ក៏បានឱកាសចូលមក ម៉្លោះហើយ យើងក៏បានដល់នូវសេចក្តីវិនាស ឬ បានជួបប្រសព្វនូវទោសនោះៗ ព្រោះហេតុដូច្នេះ យើងត្រូវតែប្រយ័ត្ន ត្រូវតែកុំប្រមាទ ដើម្បីកុំឱ្យមានហេតុបច្ច័យនៃសេចក្តីវិនាស និងទោសទាំងឡាយកើតឡើងបាន ។ ព្រមជាមួយគ្នានេះដែរ កាលបើយើងត្រូវការប្រយោជន៍ ឬ សេចក្តីចម្រើន យើងក៏ត្រូវ សាងហេតុបច្ច័យនៃប្រយោជន៍ ឬ សេចក្តីចម្រើននោះឯង ដោយសេចក្តីមិនប្រមាទ គឺយើងមិនអាចនៅស្ងៀមៗ មិនធ្វើអ្វីទាំងអស់ ហើយស្រាប់តែយើងបាននូវប្រយោជន៍ ឬបាននូវសេចក្តី



ចម្រើននោះឡើយ ។

សូមកុំយល់ច្រឡំថា នេះជាការប្រឆាំងជាមួយធម៌អនិច្ចំឱ្យសោះ គឺមិនមែនជាការធ្វើរបស់មិនទៀង ឱ្យទៅជាទៀងនោះទេ ប៉ុន្តែ សូមកុំភ្លេចផងដែរថា របស់អ្វីៗដែលមិនទៀង ព្រោះវាដូរផ្លាស់ទៅតាមហេតុរបស់វា ។ ឧទាហរណ៍ ដូចជា ទ្រព្យសម្បត្តិ វាពិតជាមិនទៀង គឺជួនកាលត្រូវភ្លើងឆេះ ជួនកាលត្រូវចោរលួច ជួនកាលត្រូវទឹកលិច ជាដើម ប៉ុន្តែ បើវាពិតជាមិនទៀងយ៉ាងនេះហើយ តើយើងត្រូវប្រយ័ត្នដែរឬទេ ? ឬដូចជា កិត្តិយសកេរ្តិ៍ឈ្មោះ វាពិតជាមិនទៀង ប៉ុន្តែជាមួយគ្នានឹងរបស់មិនទៀងនេះ តើយើងត្រូវប្រមាទធ្វេសប្រហែស ដោយយើងចេះតែប្រព្រឹត្តធ្វើអំពើអ្វីៗ មិនពិចារណាជាមុន ដូច្នេះឬ ?

សេចក្តីមិនប្រមាទ គឺ ការមិននៅស្ងៀម មិនបណ្តែតបណ្តោយ មិនធ្វេសប្រហែស មិនមើលងាយការហើយមានសេចក្តីប្រឹងប្រែងធ្វើការងារគ្រប់យ៉ាង ដែលគួរធ្វើ ដើម្បីជៀសវាងការសាបសូន្យនូវប្រយោជន៍ និងដើម្បី

កសាងសេចក្តីសុខចម្រើន ។

ដូចបានជ្រាបហើយថា ព្រះពុទ្ធវចនៈចុងក្រោយ គឺព្រះអង្គទ្រង់ត្រាស់សម្តែងសរុបព្រះធម៌ដែលព្រះអង្គបាន ត្រាស់សម្តែងរួចហើយ ក្នុងរវាង៤៥ព្រះវស្សា គឺថា ប្រ-យោជន៍ទាំងអស់ទោះជាប្រយោជន៍បច្ចុប្បន្នក្តី ប្រយោជន៍ សម្រាប់បរលោកក្តី ប្រយោជន៍សម្រាប់ព្រះនិព្វានក្តី ដែល ព្រះអង្គបានត្រាស់សម្តែង ដោយព្រះធម៌ ៨៤០០០ ព្រះ-ធម្មក្ខន្ធ ទីបំផុតប្រមូលមកប្រយោជន៍ទាំងបី ត្រូវសម្រេច ដោយសេចក្តីមិនប្រមាទនេះឯង ។

សម្រាប់ប្រយោជន៍ដ៏ខ្ពង់ខ្ពស់ គឺថា ជាធម្មតានៃ សង្ខារទាំងឡាយមិនទៀង បានដល់ រូបមិនទៀង វេទនា មិនទៀង សញ្ញាមិនទៀង សង្ខារមិនទៀង វិញ្ញាណមិន ទៀង របស់ណាមិនទៀង របស់នោះគឺជាទុក្ខ ដូច្នេះ ទើបមិនត្រូវប្រមាទ ពោលគឺមានសតិសម្បជញ្ញៈកំណត់ ដឹងនូវរបស់ដែលជាទុក្ខ មិនលិចចុះក្នុងទុក្ខ ប្រព្រឹត្តទៅ ដើម្បីរួចផុតចាកទុក្ខទាំងពួង ។



## កំពូលព្រះចេតិយនៃសេចក្តីសុខ

អាចធ្វើឱ្យមានការសង្ស័យដល់អ្នកខ្លះថា តើនៅ មានសេចក្តីសុខអ្វីទៀត ដែលជាសេចក្តីសុខខ្ពង់ខ្ពស់ជាង ការឈ្នះសេចក្តីស្រឡាញ់ ឈ្នះកាមតណ្ហា ដូចបានរៀប រាប់មកហើយនោះ ។

គប្បីជ្រាបថា សេចក្តីសុខដែលបានពោលអំពីខាង ដើមហើយ គឺសេចក្តីសុខដែលជាគ្រឹះ និងសេចក្តីសុខជា តួកណ្តាលនោះ សេចក្តីសុខត្រឹមតែប៉ុណ្ណេះ គឺមិនទាន់ សម្រេចបានជាសេចក្តីសុខ នៅក្នុងព្រហ្មចរិយធម៌ទាំង-មូលនៅឡើយ ព្រោះសត្រូវគឺកិលេសក្នុងសន្តានចិត្ត នៅ មិនទាន់ស្លាប់ផុតពូជអស់ ម្ល៉ោះហើយ វានៅមានឱកាស បង្កកម្លាំងញាំងសេចក្តីទុក្ខ ក្នុងពេលណាដែលយើងមាន នូវសេចក្តីប្រមាទ ដូច្នេះត្រូវកសាងនូវកំពូលព្រះចេតិយ នៃសេចក្តីសុខ ពោលគឺការប្រតិបត្តិកម្ចាត់កិលេស ឱ្យ ស្លាប់ផុតពូជអស់អំពីសន្តាន ។

សេចក្តីនេះ ប្រៀបដូចជាមេរោគអ្វីមួយ ដែលវា

សម្ងំនៅក្នុងរូបកាយរបស់យើង នៅពេលយើងមានកម្លាំង កំហែង ឬ នៅពេលយើងប្រើថ្នាំបង្ក្រាប វាក៏សម្ងំដោយស្ងៀមស្ងាត់ ហើយយើងក៏ហាក់ដូចជាមិនមានរោគអ្វីទៀតដែរ ប៉ុន្តែ លុះដល់យើងមានការចុះខ្សោយកម្លាំងដោយប្រការណាមួយនោះ ឬ ក៏ទាស់ចំណី រោគក៏ចាប់ផ្តើមរើឡើងវិញភ្លាម ព្រោះវានៅមានពូជពូនសម្ងំក្នុងរូបកាយនៅឡើយ ដូច្នោះឯង ។

នៅក្នុងព្រះធម្មបទ លោកវគ្គ ព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធទ្រង់ត្រាស់សម្តែងនូវព្រះគាថា ប្រារព្ធទៅលើនាយកាលៈ កូនប្រុសរបស់លោកសេដ្ឋីអនាថបិណ្ឌិក ដូច្នេះថា :

**បឋព្យា ឯករជ្ជេន សគ្គស្ស គមនេន វា**
**សព្វលោកាធិបច្ចេន សោតាបត្តិផលំ វរំ ។**

**សោតាបត្តិផល** ប្រសើរជាងឯករាជនៅលើផែនដី ប្រសើរជាងដំណើរទៅកាន់ស្ថានសួគ៌ និងប្រសើរជាងអធិបតីភាពនៅក្នុងលោកទាំងមូលទៅទៀត ។

**សោតាបត្តិផល** គឺជាផលដែលបានសម្រេចមកអំពី



ការលះនូវសក្កាយទិដ្ឋិ គឺទិដ្ឋិដែលប្រកាន់តួខ្លួនហ្នឹងឯង ។ សេចក្តីសុខស្ងប់ព្រោះការលះនូវសក្កាយទិដ្ឋិនេះ ក្រៅអំពីមិនជាទីប្រាថ្នានៃមនុស្សទូទៅដោយច្រើនហើយ នៅជាសេចក្តីសុខដែលគេស្តាប់មិនយល់នោះទៀតផង ។

អ្នកស្តាប់ភាគច្រើនរមែងច្រឡំរវាងពាក្យថា ការប្រកាន់តួខ្លួនគឺសក្កាយទិដ្ឋិ ជាមួយនឹងពាក្យថា តួខ្លួនដែលនិយាយដោយសន្មតិ ។ ការនិយាយអំពីខ្លួនយើងដោយសន្មតិ គឺនៅក្នុងសេចក្តីដែលថា មិនមែនជាអ្នកដទៃ ឬមិនមែនជាអ្វីៗដែលផ្សេងអំពីខ្លួនយើងហ្នឹងឯង ដូចជាពាក្យថា «ខ្លួនទីពឹងខ្លួន » .« បើដឹងថាខ្លួនជាទីស្រឡាញ់របស់ខ្លួនគប្បីរក្សាខ្លួនឱ្យជាការរក្សាដ៏ល្អ » . « មនុស្សល្អ គឺមនុស្សចេះទូន្មានខ្លួន » ប៉ុណ្ណេះជាដើម ។ កាលបើនិយាយដោយសន្មតិថា ខ្លួនយើង ឬ ខ្លួនអ្នកដទៃ ឬ វត្ថុរបស់របរអ្វីៗដោយសព្វគ្រប់ទាំងអស់យ៉ាងនេះ ឈ្មោះថា និយាយដោយ **សម្មតិសច្ចៈ** គឺពិតដោយសន្មតិ ។

នៅក្នុងលោកនេះ កាលបើមានហេតុបច្ច័យ ផល

រមែងកើតឡើង នេះជាច្បាប់របស់ធម្មជាតិ ។ អ្វីៗ ដែលកើតអំពីហេតុបច្ច័យ វាមិនដែលមានតួខ្លួនឯងនោះទេ ឧទាហរណ៍ ដូចជា ពន្លឺរស្មីរបស់ព្រះអាទិត្យ ប្រសិនបើពន្លឺវាមានតួខ្លួនឯងនោះ ម្ល៉េះសមព្រះអាទិត្យលិចបាត់ទៅ វានៅតែភ្លឺដដែលហើយ ឬម្យ៉ាងទៀតដូចជា ម្លប់ដើមឈើ បើម្លប់វាមានតួខ្លួន ម្ល៉េះសមដើមឈើងាប់បាត់ទៅ វានៅតែមានម្លប់ដដែលហ្នឹងឯង ប៉ុន្តែតាមពិត អ្វីៗ ដែលកើតមានព្រោះហេតុ វាគ្រាន់តែជាផលរបស់ហេតុប៉ុណ្ណោះ ។

នៅក្នុងលោកនេះ អ្វីៗ ដែលកើតមាន សុទ្ធតែអាស្រ័យហេតុបច្ច័យ អ្វីណាដែលកើតអំពីហេតុបច្ច័យ អ្វីនោះមិនមានតួខ្លួនឯងឡើយ ។ នៅក្នុងមនុស្សយើងគ្រប់គ្នា គឺមានសុទ្ធតែសភាវធម៌ បានដល់ រូបធម៌និងនាមធម៌ ដែលកើតមកអំពីហេតុបច្ច័យ បើសភាវធម៌ទាំងអស់រកតែតួខ្លួនឯងមិនមានយ៉ាងនេះ ចាំបាច់និយាយធ្វើអ្វីថា សភាវធម៌ជាមនុស្ស ជាសត្វ ជាបុគ្គល ជាខ្លួនយើងខ្លួនគេនោះ គឺសភាវធម៌ទាំងពួង ជាអនត្តាដោយ **បរមត្ថសច្ចៈ**។

-១៦៨-

**បរមត្ថសច្ចៈ** គឺជាសេចក្តីពិតរបស់ធម្មជាតិគ្រប់យ៉ាង ពាក្យថា «ធម្មជាតិ» បានដល់អ្វីៗទាំងអស់ដែលមានការកើតឡើងជាធម្មតា ព្រោះមានហេតុបច្ច័យ ម្យ៉ាងទៀត បរមត្ថសច្ចៈដែលជាសេចក្តីពិតមានអត្ថដ៏ជ្រៅក្រៃលែងនោះ រួមទាំងព្រះនិព្វានផងដែរ ដូច្នេះទើបបរមត្ថសច្ចៈមាន ៤ ពួកគឺ ÷

**១-ចិត្តបរមត្ថ** ៖តួវិញ្ញាណដែលដឹងច្បាស់នូវអ្វីៗក្នុងលោកនេះ មិនមែនជារូប ។

**២-ចេតសិកបរមត្ថ**៖ តួនាមធម៌ដែលប្រកបជាមួយវិញ្ញាណ មានវេទនាសញ្ញាជាដើម មិនមែនរូប ។

**៣-រូបបរមត្ថ**៖ រូបច្រើនយ៉ាងដែលប្រជុំរួមបានជារូបកាយ មិនមែនជាចិត្ត មិនមែនជាចេតសិក ។

**៤-និព្វានបរមត្ថ** ៖ មិនមែនចិត្ត មិនមែនចេតសិក និងមិនមែនរូប ។

នៅក្នុងមនុស្សយើងម្នាក់ៗ មានបរមត្ថធម៌បី (វៀរនិព្វានបរមត្ថ) បរមត្ថធម៌ទាំងបីនេះឯង ដែលត្រូវឃើញ

-១៦៩-

ដោយបញ្ញាដ៏ប្រពៃតាមពិតថាមិនទៀង ទ្រាំនៅដដែលមិនបាន រកតួខ្លួនឯងមិនមាន ប្រៀបដូចជា ពន្លឺថ្ងៃ ឬម្លប់ឈើដូច្នោះឯង។ ប្រយោជន៍នៃការឃើញបរមត្ថធម៌ទាំងបីយ៉ាងនេះ បានដល់ ការរលត់អស់មិនមានសល់នូវសេចក្តីប្រកាន់ទាំងបីផ្នែកគឺ ÷

**១_តណ្ហា** = ប្រកាន់ថា នុ៎ះជារបស់យើង

**២_មានះ** = ប្រកាន់ថា នុ៎ះជាយើង

**៣_ទិដ្ឋិ** = ប្រកាន់ថា នុ៎ះជាខ្លួនរបស់យើង

សេចក្តីប្រកាន់ទាំងបីផ្នែកនេះ រលត់បាត់អស់អំពីសន្តានចិត្តនៃបុគ្គលណា បុគ្គលនោះទើបបានដល់សេចក្តីសុខដ៏កំពូលទៅបាន ។ បុគ្គលដែលអស់នូវសេចក្តីប្រកាន់ហើយ សោយសុខដល់កំពូលហើយ ប៉ុន្តែក៏នៅតែពោលពាក្យជាសម្មតិសច្ចៈក្នុងលោកនេះដដែល ព្រោះជាវោហារប្រចាំលោក ដើម្បីឱ្យស្តាប់គ្នាបាន ។

កំពូលព្រះចេតិយនៃសេចក្តីសុខ ជាវិមុត្តិសុខ បានដល់ សេចក្តីសុខដែលផុតចាកអំពីការប្រកាន់តួខ្លួន ឈ្មោះ



ថា បានក្រេបនូវរសរបស់វិវេក ។ វិវេកមានបីយ៉ាងគឺ ÷

**១_កាយវិវេក** =ស្ងាត់កាយ ព្រោះនៅកន្លែងដែលស្ងាត់ផុតអំពីមនុស្សអ៊ូអែ ។

**២_ចិត្តវិវេក**=ស្ងាត់ចិត្តព្រោះចម្រើនសមថភាវនាគ្របសង្កត់កិលេស ធ្វើឱ្យចិត្តស្ងប់រម្ងាប់នូវកាមតណ្ហា ។

**៣_ឧបធិវិវេក**=ស្ងាត់ចាកគ្រឿងទ្រទ្រង់នូវកងទុក្ខបានដល់ ព្រះនិព្វាន ។

ការបានក្រេបនូវរសរបស់វិវេក ជាកំពូលសុខក្នុងលោក ជាការក្រេបនូវរសអមតៈ ព្រោះវិវេកក្នុងទីនេះសំដៅយកព្រះនិព្វាន ។ ព្រះនិព្វានជាបរមសុខផុតចាកទុក្ខទាំងពួង ជាអារម្មណ៍នាំឱ្យរំលត់បាននូវសេចក្តីប្រកាន់ និងជាអារម្មណ៍របស់វិមុត្តិសុខ ។

**ព្រះចេតិយនៃសេចក្តីសុខ** ជាត្រៃសិក្ខា ជាលំអនៃព្រះពុទ្ធសាសនា ក្នុងកាលណាបានកសាងរួចហើយ ក្នុងកាលនោះ ត្រូវបានដង្ហែនូវសន្តិបទគឺព្រះនិព្វាន យកមកប្រតិស្ឋានតម្កល់ក្នុងព្រះចេតិយ នេះគឺជាព្រះចេតិយបញ្ចុះ

នូវអមតធាតុ ហៅថា **អមតធាតុចេតិយ** ក៏បាន ។

**ព្រះចេតិយនៃសេចក្ដីសុខ** កាលបញ្ចុះនូវអមតធាតុហើយ សត្រូវគឺកិលេសគ្រប់ប្រភេទ បានចាលចាញ់គ្រប់ផ្នែក ជាការសម្រេចនូវសេចក្ដីក្សេមក្សាន្ត ព្រោះបានឈ្នះដ៏ប្រសើរវិសេស ដូច្នេះ ព្រះចេតិយនៃសេចក្ដីសុខនេះ ហៅថា **អនុត្តរសង្គ្រាមវិជយចេតិយ** ក៏បាន។

**ចប់ពរទី៣តែប៉ុណ្ណោះ**

**សល់តែថ្ងៃចាស់**

| | |
|---|---|
| មិនទាន់បានធ្វើអ្វីល្អផង | ម្ភៃឆ្នាំកន្លងផុតស្រឡះ |
| វ័យក្មេងអស់ទៅយ៉ាងរហ័ស | សល់តែថ្ងៃចាស់ថ្ងៃជរា ។ |
| បណ្ដាថ្ងៃចាស់ជរាខ្លួន | ថ្ងៃមួយចំនួនមានរោគា |
| និងមានថ្ងៃមួយគ្រប់ៗគ្នា | គឺពេលវេលាត្រូវមរណា ។ |
| ឯម្យ៉ាងដែលគួរឱ្យស្ដុតណាស់ | គឺស្លាប់មុនចាស់មុនយាយតា |
| ដូច្នេះគួរតែខំសិក្សា | អប់រំចិន្ដាផ្លូវធម៌ផង ។ |

ដោយ **គុយ_សុធន**



# ពលៈ

**ពលៈ** ប្រែថាកម្លាំង មានពីរយ៉ាងគឺ ÷

**កម្លាំងកាយ១** និង **កម្លាំងបញ្ញា១**

**កម្លាំងកាយ** គឺជារូបធម៌ នៅក្នុងគម្ពីរព្រះអភិធម្ម បានសម្ដែងថា «ពលរូប គឺជាវាយោធាតុ » ។

វាយោធាតុ គឺជាធាតុខ្យល់ដែលបក់ក្នុងសព៌ាង្គកាយ កើតអំពីកម្មក៏មាន កើតអំពីចិត្តក៏មាន កើតអំពីធាតុភ្លើងក្នុងកាយក៏មាន កើតអំពីអាហារក៏មាន ។ ពោលដោយបរមត្ថ កម្លាំងកាយគឺជាផោដ្ឋព្វៈ ដែលប៉ះខ្ទប់នឹងកាយ_បសាទរូប ញុំាងកាយវិញ្ញាណឱ្យកើតឡើង ។

មនុស្សយើង មានកម្លាំងកាយតិចច្រើនជាងគ្នា ព្រោះបច្ច័យនៃកម្លាំងនោះៗខុសគ្នា ប៉ុន្តែ ទោះជាបុគ្គលណាមានកម្លាំងខ្លាំងក្លាក្រៃលែងយ៉ាងណាក៏ដោយ ក៏មិនអាចឈ្នះកម្លាំងកិលេសក្នុងចិត្តរបស់ខ្លួនឯងបានដែរ ។ ដូច្នេះ យើងត្រូវមានកម្លាំងកាយផង កម្លាំងបញ្ញាផង

ទើបអាចឈ្នះកម្លាំងរបស់កិលេសទៅបាន ។

នៅក្នុងព្រះសូត្រព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធទ្រង់ត្រាស់សម្ដែងថា « អ្នកឱ្យបាយ ឈ្មោះថាឱ្យកម្លាំង » មនុស្សយើងអត់កម្លាំងមិនអាចរស់បានទេ ដូច្នេះ អ្នកឱ្យបាយ ឈ្មោះថាឱ្យជីវិត ពោលគឺឱ្យអ្នកដទៃមានជីវិតរស់នៅ ហើយនេះជាអំពើកម្មមួយ ដែលជាពូជនៃកម្លាំង ត្រូវសន្សំទុកក្នុងសន្តានចិត្តរបស់អ្នកធ្វើទាន ដែលបានឱ្យបាយដល់អ្នកដទៃនោះឯង ។ មនុស្សយើងគួរតែពិចារណាឱ្យបានយល់ថាចេតនាកើតឡើង ឱ្យអ្វីៗដល់អ្នកដទៃ ចេតនានោះមិនបានជ្រុះចេញបាត់អំពីចិត្តទៅទេ ត្រូវកប់ទុកក្នុងចិត្ត ដែលចិត្តនេះជាធម្មជាតិសន្សំនូវបុណ្យ និងបាប ។ នៅក្នុងសេចក្ដីនេះ បើយើងឱ្យទុក្ខគេ ចេតនាជាពូជទុក្ខត្រូវកប់ទុកក្នុងចិត្ត បើឱ្យសុខគេ ចេតនាជាពូជសុខ ក៏ត្រូវកប់ទុកក្នុងចិត្តដែរ ព្រោះចិត្តជាធម្មជាតិសន្សំនូវចេតនាបុណ្យ ឬ បាបនោះឯង ដូច្នេះអ្នកដែលស្រឡាញ់សេចក្ដីសុខ ត្រូវខំប្រឹងដាំនូវពូជសុខ កុំដាំនូវពូជនៃសេចក្ដីទុក្ខឡើយ ។



**កម្លាំងបញ្ញា** គឺជាកម្លាំងដ៏ប្រសើរវិសេសជាងកម្លាំងអ្វីៗ ទាំងអស់ ជីវិតដែលរស់នៅដោយបញ្ញាជាជីវិតដ៏ប្រសើរ បញ្ញាជាគុណជាតិដឹងទូទៅនូវអ្វីៗដែលគួរដឹងជាពិសេស គឺដឹងនូវអរិយសច្ចធម៌ ។ បញ្ញាក៏មានពូជផងដែរ ពូជរបស់បញ្ញាគឺ ÷

១.ស្ដាប់ដោយល្អ តាំងចិត្តសិក្សាពិតៗ

២.គិតឱ្យយល់តាមហេតុផល

៣.គិតមិនយល់ ត្រូវសួរអ្នកចេះដឹង

៤.កត់ត្រាចំណាំចាំទុកនូវគោលសំខាន់ៗ

៥.ប្រកបព្យាយាមបដិបត្តិក្នុងផ្លូវនៃបញ្ញា ។

ពូជរបស់បញ្ញានៅមានច្រើនទៀត តែ ៥ចំណុចខាងលើនេះ ជាពូជដែលត្រូវបណ្ដុះបណ្ដាលក្នុងបច្ចុប្បន្នទាក់ទងនៅក្នុងការសេពគប់ជាមួយនឹងសប្បុរស ។

ជាបន្តទៅនេះ យើងនឹងសិក្សាអំពី **ច្បាប់សម្រាប់មនុស្ស** ដែលមានគោលសំខាន់ៗ ជាផ្លូវនៃបញ្ញាក្នុងការសាងនូវសុភមង្គលនៃជីវិត ក្នុងសង្គមលោកទាំងមូល ។

# ច្បាប់សម្រាប់មនុស្ស

១. សមាជិកល្អរបស់មនុស្សជាតិ
២. មនុស្សជាមួយនឹងសង្គម
៣. មនុស្សជាមួយនឹងមនុស្ស
៤. មនុស្សជាមួយនឹងជីវិតខ្លួនឯង
៥. មនុស្សជាមួយនឹងមាគ៌ាជីវិត

## សមាជិកល្អរបស់មនុស្សជាតិ

**សមាជិកដែលល្អ** មានគុណតម្លៃយ៉ាងពិតប្រាកដក្នុងពពួកមនុស្ស ត្រូវមានធម៌ ឬ មានគុណសម្បត្តិ ដូចតទៅនេះ គឺ ÷

**១~ធម្មញ្ញុតា** ៖ ដឹងហេតុ គឺ ដឹងគោលការណ៍ របៀបរបបច្បាប់ទម្លាប់ ក្នុងការបដិបត្តិកិច្ចនាទី យល់ដឹងនៅក្នុងកិច្ចការដែលខ្លួនត្រូវប្រព្រឹត្ត ទៅតាមហេតុផល ដូចជាដឹងថា មុខតំណែង ឋានៈ អាជីព ឬការងាររបស់ខ្លួនផ្សេងៗទៀត វាមានការប្រព្រឹត្តទៅយ៉ាងណា វាមានអ្វីជាគោលការណ៍ ត្រូវធ្វើយ៉ាងណា ទើបបានជាហេតុដើម្បីឱ្យបានសម្រេចផលល្អ ទៅតាមការដែលខ្លួនខំប្រឹងប្រែង និងទៅតាមការដែលខ្លួនឯងជាអ្នកទទួលខុសត្រូវនោះ ដូចនេះជាដើម រហូតដល់ការដឹងនៅក្នុងលំដាប់ថ្នាក់ខ្ពស់ៗឡើងទៅ ទីបំផុតគឺដឹងទាន់នៅក្នុងច្បាប់ធម្មតាដែលជាគោលការណ៍ពិតរបស់ធម្មជាតិ ដើម្បីបដិបត្តិទល់

គ្នាជាមួយនឹងសភាវលោកជុំវិញជីវិត ព្រមទាំងជីវិតផង ដែរ ឱ្យបានត្រឹមត្រូវ ឱ្យមានចិត្តប្រព្រឹត្តទៅជាឥស្សរៈ មិន នៅតែក្នុងភាពជាទាសៈ របស់សភាវលោក និងជីវិតនេះ ដដែលៗឡើយ ។

**២-អត្ថញ្ញុតា** ៖ ដឹងទិសដៅដែលជាប្រយោជន៍ ពោលគឺស្គាល់ផលរបស់ហេតុ ជាការដឹងផលសម្រេចនៃ គោលការណ៍ដែលខ្លួនបានបដិបត្តិ យល់ច្បាស់ប្រាកដនូវ វត្ថុបំណងរបស់កិច្ចការដែលខ្លួនត្រូវធ្វើ ដឹងថាគោល-ការណ៍នោះៗមានលទ្ធផលយ៉ាងណា ការរៀបចំដំណើរ ជីវិតរបស់ខ្លួន ដែលធ្វើឱ្យមានមុខតំណែង ឋានៈ និងការ-ងារចិញ្ចឹមជីវិតនោះ គួរនឹងបានសម្រេចផលដូចម្តេច សំ-ដៅទៅរកអ្វី កិច្ចការដែលខ្លួនកំពុងតែធ្វើនៅក្នុងខណៈនេះ កាលដែលធ្វើទៅហើយ នឹងបង្កើតផលយ៉ាងណាដែរ ជា ផលត្រជាក់ ឬផលក្តៅក្រហាយ ដូចនេះជាដើម រហូត ដល់ការដឹងផលក្នុងលំដាប់ជាន់ខ្ពស់ គឺដឹងផលនៃដំណើរ ធម្មតារបស់ធម្មជាតិ និងដឹងប្រយោជន៍ដែលមានខ្លឹមសារ

-១៧៨-

ដ៏ខ្ពង់ខ្ពស់បំផុត ជាប្រយោជន៍ ដែលបានរួចផុតអំពីបញ្ហា ជីវិតគ្រប់យ៉ាង ។

**៣-អត្តញ្ញុតា** ស្គាល់ខ្លួន គឺស្គាល់តាមសេចក្តីពិត ថា ខ្លួនយើងនេះឯង មានឋានៈ មានភេទ មានកម្លាំង មានចំណេះ មានជំនាញ មានភាពអង់អាច និងមានគុណ-ធម៌យ៉ាងណា ហើយក៏ប្រព្រឹត្តឱ្យបានសមរម្យ ទៅតាម ឋានៈជាដើមនោះ និងឱ្យបានសមស្របទៅតាមផ្លូវល្អ ផ្លូវ ចម្រើន មិនឱ្យខ្លួនធ្លាក់ចូលក្នុងផ្លូវនៃសេចក្តីវិនាស ។

**៤-មត្តញ្ញុតា** ស្គាល់ល្មមប្រមាណ គឺ បានដល់ ស្គាល់ល្មមប្រមាណក្នុងការបរិភោគ ស្គាល់ល្មមប្រមាណ ក្នុងការចាយវាយនូវទ្រព្យសម្បត្តិ ស្គាល់ល្មមប្រមាណក្នុង ការនិយាយស្តី និងស្គាល់ល្មមប្រមាណក្នុងការប្រព្រឹត្តនូវ កិច្ចការ រហូតដល់ស្គាល់ប្រមាណក្នុងការសម្រាកសម្រាន្ត កម្សាន្តសប្បាយក្នុងរឿងផ្សេងៗទៀតផង ។

**៥-កាលញ្ញុតា** ស្គាល់កាល គឺស្គាល់ពេលវេលា ដ៏សមគួរ ដឹងរយៈពេលដែលគប្បីប្រើ ក្នុងការប្រកបកិច្ច

-១៧៩-

បំពេញការងារតាមមុខនាទី ស្គាល់កាលដែលត្រូវទាក់ទងជាមួយនឹងអ្នកដទៃ ដឹងថាពេលណាគួរធ្វើអ្វី ម្យ៉ាងទៀត ធ្វើការឱ្យត្រឹមត្រូវតាមពេលវេលា គឺឱ្យទាន់ពេល ឱ្យល្មមពេល ឱ្យសមពេល ឱ្យត្រូវពេល ដូចនេះជាដើម ។

**៦.បរិសញ្ញុតា** ស្គាល់ប្រជុំជន គឺស្គាល់ទីកន្លែងប្រជុំជន និងពពួកជន ស្គាល់របៀបរបបទំនៀមទម្លាប់ប្រពៃណីរបស់មនុស្សក្នុងភូមិស្រុក ដែលខ្លួនត្រូវបដិបត្តិជាមួយ ដឹងថា ពពួកមនុស្សក្នុងទីនេះ កាលយើងចូលទៅរក ត្រូវធ្វើអាកប្បកិរិយាយ៉ាងនេះ ត្រូវនិយាយយ៉ាងនេះ ម្យ៉ាងទៀត គឺដឹងថា ពពួកមនុស្សក្នុងទីនេះ ត្រូវការយ៉ាងនេះមួយ យ៉ាងនោះមួយ ហើយត្រូវទាក់ទង ត្រូវជួយសង្គ្រោះ ត្រូវបម្រើ ត្រូវឧបត្ថម្ភ ត្រូវបំពេញប្រយោជន៍ឱ្យយ៉ាងនេះ ឬយ៉ាងនោះ ជាដើម ។

**៧.បុគ្គលញ្ញុតា** ស្គាល់បុគ្គល គឺស្គាល់ និងយល់សេចក្តីផ្សេងគ្នានៃបុគ្គលម្នាក់ៗ ស្គាល់អធ្យាស្រ័យ ស្គាល់ភាពអង់អាចសេចក្តីក្លាហាន ស្គាល់ការឆ្លាត ឬល្ងង់ និង



ស្គាល់គុណធម៌ជាដើមនៃបុគ្គលនោះៗ ហើយត្រូវដឹងកិច្ចបដិបត្តិរបស់ខ្លួនជាមួយនឹងបុគ្គលដទៃទាំងនោះថា គួរគប់រកឬទេ បើគប់ជាមួយហើយបានផលយ៉ាងណា ម្យ៉ាងទៀត គឺដឹងថា បុគ្គលនេះ ត្រូវទំនាក់ទំនង ត្រូវប្រើ ត្រូវសរសើរ ត្រូវលើកតម្កើង ត្រូវតិះដៀល ឬណែនាំទូន្មានប្រៀនប្រដៅ យ៉ាងណាៗ ទើបនឹងបានផលល្អ ដូចនេះជាដើម ។

☞ ធម៌ ៧យ៉ាងនេះ គឺ ជាធម៌របស់សប្បុរស ហៅថា **សប្បុរិសធម៌** ជាគុណសម្បត្តិរបស់មនុស្សល្អ ឬរបស់មនុស្សពិត ។

(គោលធម៌ស្រង់ចាក អង្គុត្តរនិកាយ សត្តកនិបាត)

**ស្នូនមច្ចុរាជ**

កាមគុណជាផ្ការីកបង្អួតខ្លួន ដុះនៅក្នុងស្នូនមច្ចុរាជរក្សា
ជានុយជាផ្ទាក់អន្ទាក់តណ្ហា ឥតមានខ្លឹមសារទាក់ដោយសម្រស់។
កាមគុណជាគ្រឿងបោកបញ្ឆោតសត្វ បិទបាំងវិបត្តិបង្អួតលាភយស
សត្វលោកលិចលង់ព្រោះជាប់នឹងរស ស្វែងរកលាភយសព្រោះតែកាមគុណ។

ដោយឧបាសក **គុយ.សុធន**

# មនុស្សជាមួយនឹងសង្គម

## I . មនុស្សមានសីលធម៌

មនុស្សមានសីលធម៌ ឬ មានគុណធម៌ ត្រូវមាននូវគុណសម្បត្តិដូចតទៅ ÷

**ក-មានសុចរិតទាំង៣** គឺមានការប្រព្រឹត្តល្អ ប្រព្រឹត្តផ្ទុយអំពីទុច្ចរិត បានដល់ :

**១-កាយសុចរិត** មាននូវសុចរិតផ្លូវកាយ មានការប្រព្រឹត្តប្រាសចាកទោសទាំងឡាយ មានកាយសង្រួមដោយប្រពៃ វៀរចាកការសម្លាប់ វៀរចាកការលួចប្លន់កេងប្រវ័ញ្ចបោក វៀរចាកការប្រព្រឹត្តមិច្ឆាចារក្នុងកាម-គុណទាំងឡាយ សមាទានប្រព្រឹត្តឱ្យស្អាតផ្លូវកាយ ប្រៀបបីដូចជាប្រដាប់ទៅដោយអលង្ការ ។

**២-វចីសុចរិត** មាននូវសុចរិតផ្លូវវាចា មានសម្តីប្រៀបបីដូចផ្កា មានវាចាសង្រួមដោយប្រពៃ វៀរចាកសម្តីលាមក គឺ ការនិយាយកុហក និយាយញុះញង់



និយាយទ្រគោះបោះបោក និយាយរោយរាយឥតប្រយោ-ជន៍ សមាទានជំនួសមកវិញនូវពាក្យពីរោះពិសា ជាវាចាប្រៀបបីដូចជាទឹកឃ្មុំ ។

**៣-មនោសុចរិត** មាននូវសុចរិតផ្លូវចិត្ត មិនល្មោភមិនរំពៃ មិនគិតរកផ្លូវដើម្បីឱ្យបានរបស់អ្នកដទៃ មានតែគិតអំពីការឱ្យដើម្បីជួយសង្គ្រោះ គិតអំពីការបរិច្ចាគទ្រព្យសម្បត្តិដើម្បីធ្វើជាទាន អប់រំចិត្តឱ្យទូលាយក្នុងការលះបង់ និង មិនគិតបៀតបៀន មិនគិតព្យាបាទដល់អ្នកដទៃ មានសេចក្តីប្រាថ្នាល្អ ប្រកបដោយមេត្តាករុណា សំដៅទៅរកប្រយោជន៍សុខឱ្យដល់គ្នានឹងគ្នា និងម្យ៉ាងទៀត មានការឃើញត្រូវជាសម្មាទិដ្ឋិ យល់ច្បាស់ក្នុងច្បាប់របស់កម្មថាធ្វើល្អបានផលល្អ ធ្វើអាក្រក់បានផលអាក្រក់ មានការឃើញត្រូវនៅក្នុងគុណទោស ហើយនិងយល់ច្បាស់អំពីច្បាប់ធម្មជាតិទៅតាមហេតុផល ។

☞ **សុចរិតទាំង៣** ចែកទៅជាកុសលកម្មបថ១០ ប្រការគឺ ÷

**✳-ផ្លូវកាយ ៣**

១. មិនសម្លាប់ជីវិតសត្វ ព្រោះមានមេត្តាករុណា

២. មិនធ្វើការលួចប្លន់ ព្រោះរីករាយនឹងជីវិតបរិសុទ្ធ

៣. មិនប្រព្រឹត្តមិច្ឆាចារ ព្រោះគោរពខ្លួនជាមនុស្ស

**✳-ផ្លូវវាចា ៤**

១.មិននិយាយកុហក និយាយតែពាក្យពិត

២.មិននិយាយញុះញង់ និយាយតែពាក្យបង្រួបបង្រួម

៣.មិននិយាយទ្រគោះ និយាយតែពាក្យពីរោះ

៤.មិននិយាយឡេះឡោះ និយាយតែពាក្យមានខ្លឹមសារ

**✳-ផ្លូវចិត្ត ៣**

១.មិនសម្លឹងរំពៃចង់បានទ្រព្យអ្នកដទៃ

២.មិនគិតព្យាបាទបៀតបៀនអ្នកដទៃ

៣.យល់ត្រូវតាមហេតុផលពិតៗ ។

☞ កុសលកម្មបថ១០ប្រការនេះ ជាព្រហ្មចរិយធម៌របស់អ្នកគ្រប់គ្រងផ្ទះ ជាច្បាប់របស់គ្រហស្ថ ដែលត្រូវបដិបត្តិជានិច្ចរាល់ថ្ងៃ ។

(សុចរិត៣ ឬកុសលកម្មបថ១០ ព្រះសម្ពុទ្ធទ្រង់សម្តែងជារឿយៗ)



**៦-មានសីល ៥** កុសលកម្មបថ១០ ដែលជាព្រហ្មចរិយធម៌ ឬជាអារ្យធម៌ដ៏សម្បូណ៌របស់គ្រហស្ថអ្នកគ្រប់គ្រងផ្ទះ ធ្វើឱ្យមានការចម្រើនពេញលេញ ទាំងផ្លូវកាយ ទាំងផ្លូវវាចា និងទាំងផ្លូវចិត្ត ព្រមជាមួយគ្នានេះដែរ **សិក្ខាបទ៥** ជាគោលកំណត់ដែលត្រូវប្រព្រឹត្តជាចាំបាច់ ដើម្បីឱ្យបានជាមនុស្សមានសីល កុំឱ្យមានឈ្មោះថាជាមនុស្សអត់សីល ដែលជាឈ្មោះមិនពីរោះក្នុងសង្គមមនុស្ស ។

**សីល៥ មានសិក្ខាបទ៥ គឺ ÷**

**១-វៀរចាកបាណាតិបាត** ដោយការតាំងចេតនាសិក្សាថាអាត្មាអញមិនសម្លាប់សត្វមានជីវិតគ្រប់យ៉ាងទាំងអស់។

**២-វៀរចាកអទិន្នាទាន** ដោយការតាំងចេតនាសិក្សាថាអាត្មាអញមិនកាន់យក នូវទ្រព្យសម្បត្តិ ដែលម្ចាស់គេមិនបានឱ្យ ។

**៣-វៀរចាកកាមេសុមិច្ឆាចារ** ដោយការតាំងចេតនាសិក្សាថា អាត្មាអញមិនប្រព្រឹត្តខុសក្នុងកាម មិនប្រទូស-រ៉ាយចំពោះអ្នកដទៃ ដោយការរំលោភបំពានទៅលើស្ត្រី

ដែលគេហួងហែង និង ជាអ្នកប្រព្រឹត្តស្មោះត្រង់រវាងភរិយាស្វាមី រក្សាកិត្តិយសវង្សត្រកូលរបស់ខ្លួន និងរបស់អ្នកដទៃមិនឱ្យអន់អាប់ ។

**៤-វៀរចាកមុសាវាទ** ដោយការតាំងចេតនាសិក្សាថា អាត្មាអញមិននិយាយនូវពាក្យកុហក សូម្បីតែពាក្យកុហកដើម្បីសើចលេង ។

**៥-វៀរចាកសុរាមេរ័យ**

ដោយការតាំងចេតនាសិក្សា

ថា អាត្មាអញមិនបរិភោគនូវទឹកស្រវឹង និងគ្រឿងញៀនទាំងឡាយ ដែលជាទីតាំងនៃសេចក្តីប្រមាទ និងជាហេតុធ្វើឱ្យចុះខ្សោយនូវស្មារតី ។

(គោលធម៌ស្រង់ចាក អង្គុត្តរនិកាយ បញ្ចកនិបាត)

## II- មនុស្សមានគុណដល់សង្គម

មនុស្សមានគុណដល់សង្គម ជួយផ្តល់នូវសេចក្តីសុខឱ្យដល់អ្នកដទៃ ត្រូវជាមនុស្សមានធម៌ប្រព្រឹត្តដូចតទៅ ÷

**ក- មានព្រហ្មវិហារធម៌** គឺមានធម៌ជាជម្រកដ៏ប្រសើររបស់ចិត្ត ឬ មានធម៌ប្រចាំចិត្ត ដែលជាធម៌ដ៏ប្រសើរមាន



៤ យ៉ាងគឺ ÷

**១_មេត្តា** បំណងប្រាថ្នាឱ្យមនុស្សសត្វទាំងអស់ បាននូវប្រយោជន៍ និង សេចក្តីសុខ ដោយបានឃើញដល់បំ-ណងរបស់មនុស្សសត្វទាំងឡាយ ដែលត្រូវការចង់បាននូវសេចក្តីសុខ ។

**២_ករុណា** បំណងប្រាថ្នាដើម្បីជួយដល់មនុស្សសត្វទាំងឡាយ ដែលមាននូវសេចក្តីទុក្ខលំបាក ឱ្យបានរួចផុតចាកទុក្ខ ដោយបានកំណត់ដឹងថា សត្វទាំងឡាយសុទ្ធតែភ័យខ្លាចចំពោះសេចក្តីទុក្ខ ព្រមទាំងមិនប្រាថ្នានូវសេចក្តីទុក្ខគ្រប់ៗគ្នា ។

**៣_មុទិតា** ចិត្តទន់ភ្លន់នៅពេលឃើញអ្នកដទៃមានសេចក្តីសុខ មិនច្រណែននឹងអ្នកដទៃដែលបាននូវសេចក្តីចម្រើន ថែមទាំងមានចិត្តរីករាយប្រកបដោយសទ្ធា ជឿចំពោះផលវិបាករបស់កម្ម ។

**៤_ឧបេក្ខា** មានចិត្តជាកណ្តាល សម្លឹងមើលទៅមនុស្សសត្វទាំងឡាយតាមសេចក្តីពិតនៃជីវិត ដែលសេចក្តី

ពិតនៃជីវិតសត្វលោកទាំងអស់ រមែងប្រព្រឹត្តទៅតាមកម្ម ប្រៀបដូចជានាយសារថី កាលសេះរត់ត្រូវផ្លូវរៀបរយល្អ ហើយ ក៏អង្គុយស្ងៀមសម្លឹងមើលស្មើៗ ទៅតាមដំណើររៀបរយរបស់សេះ ដូច្នោះឯង ។

សភាពនៃឧបេក្ខាព្រហ្មវិហារនេះ មានការវិនិច្ឆ័យទៅលើសត្វលោក បីដូចជាជញ្ជីង គឺបានសម្លឹងមើលឃើញនូវសត្វលោកដែលបានទទួលផលល្អ ឬផលអាក្រក់សមគួរដល់ហេតុដែលសត្វលោកខ្លួនឯងបានប្រព្រឹត្ត ម្ល៉ោះហើយ ឧបេក្ខាព្រហ្មវិហារនេះ ក៏បានកម្ចាត់បង់នូវកិលេសដែលលំអៀងទៅរកការស្រឡាញ់ ឬការស្អប់ខ្ពើម តម្កល់ខ្លួនឯងទុកត្រង់កណ្តាល ប្រកបដោយការវិនិច្ឆ័យដ៏ត្រឹមត្រូវ ។

ព្រហ្មវិហារធម៌៤យ៉ាងនេះ មានច្រើនកន្លែងក្នុងគម្ពីរព្រះពុទ្ធសាសនា
ដោយពិស្តារនៅក្នុងគម្ពីរវិសុទ្ធិមគ្គ

**៩-បំពេញការសង្រ្គោះ** កាលដែលមានគុណធម៌ គឺព្រហ្ម-វិហារខាងក្នុងខ្លួន ជាភូមិឋានដូចនេះហើយ គប្បីសម្តែង



ចេញមកខាងក្រៅទៅតាមគោលធម៌សង្គ្រោះ គឺជាធម៌សម្រាប់ជួយទំនុកបម្រុង ឬធម៌ជាគ្រឿងដែលធ្វើឱ្យមនុស្សមានការចាប់ចិត្ត ដោយការរីករាយជាសុខ និងជាគ្រឿងធ្វើឱ្យពពួកជនស្រុះស្រួលព្រមព្រៀងគ្នា ដែលហៅថា :

**សង្គហវត្ថុ ៤យ៉ាង គឺ ÷**

**១.ទាន** ការឱ្យនូវវត្ថុដែលគួរឱ្យ វត្ថុដែលគួរឱ្យ គឺបានដល់ បច្ច័យ៤ ឬ ក៏ជាការជួយសង្គ្រោះដោយការឱ្យដើមទុន ឬ ក៏ឱ្យដោយការសង្គ្រោះយ៉ាងណាៗ រហូតដល់ឱ្យការចេះដឹងនូវសិល្បវិទ្យា ចំណេះដឹងផ្សេងៗ ព្រមទាំងបង្រៀននូវសីលធម៌ ដើម្បីកុំឱ្យប្រកបការងារទុច្ចរិតក្នុងសង្គម ។

**២.បិយវាចា** ពោលនូវពាក្យពីរោះមានប្រយោជន៍ដល់អ្នកស្តាប់ មានសម្តីដូចផ្កា ឬ ថាដូចទឹកឃ្មុំព្រោះគួរដល់ការស្តាប់ ប្រាប់នូវប្រយោជន៍តាមហេតុ តាមផលនិយាយឱ្យកម្លាំងចិត្តក្នុងផ្លូវដែលល្អ និយាយឱ្យកើតការព្រមព្រៀងដល់គ្នានឹងគ្នា ជាដើម ។

**៣-អត្ថចរិយា** ធ្វើនូវប្រយោជន៍ឱ្យដល់អ្នកដទៃ គឺជួយដោយកម្លាំងកាយ ខ្វល់ខ្វាយអើពើក្នុងកិច្ចការផ្សេងៗ បំពេញនូវសាធារណប្រយោជន៍ ព្រមទាំងជួយដោះស្រាយនូវបញ្ហា ទំនុកបម្រុង ផ្ចុងផ្ដើមក្នុងការសិក្សារៀនសូត្រជាដើម ។

**៤-សមានត្តតា** រៀបចំខ្លួនឱ្យចូលចុះជាមួយមនុស្សល្អ មិនក្បត់ចិត្តមិត្តភក្តិ បដិបត្តិស្មោះស្មើជាមួយនឹងមនុស្សទាំងឡាយ មិនប្រព្រឹត្តបោកប្រាស់ទៅលើពពួកជន រួមសុខរួមទុក្ខ រួមដឹងរួមដោះស្រាយដើម្បីប្រយោជន៍សុខទាំងអស់គ្នា ។

សរុបសង្គហវត្ថុមកគឺ ជួយឱ្យរស់ ជួយឱ្យរបស់ ជួយឱ្យដើមទុន ជួយឱ្យចេះដឹង នេះជាវត្ថុសង្គហៈទី១ ។ ជួយដោយពាក្យសម្ដី នេះជាវត្ថុសង្គហៈទី២ ។ ជួយដោយកម្លាំងការងារឱ្យបាននូវប្រយោជន៍ នេះជាវត្ថុសង្គហៈទី៣ ចំណែកការជួយដោយការតម្កល់ខ្លួនស្មើ រួមសុខរួមទុក្ខ មិនរត់ចោលគ្នា បើមានបញ្ហាជួយដោះស្រាយ នេះជាវត្ថុ-



សង្គហៈប្រការទី ៤ ។

(គោលធម៌ស្រង់ចាក សិង្គាលកសូត្រ)

## III-មនុស្សល្អក្នុងការរស់នៅរួមគ្នា

មនុស្សដែលរស់នៅរួមគ្នា ហើយជាមនុស្សល្អរបស់ពពួកជន អាចជួយពពួកជនឱ្យរស់នៅរួមគ្នាបានដោយល្អមានគោលបដិបត្តិដូចតទៅ ÷

**ក-ពឹងខ្លួនឯងក្តន** គឺធ្វើខ្លួនឱ្យជាទីពឹងនៃខ្លួនឯង គ្រប់គ្រងខ្លួន មិនធ្វើខ្លួនឱ្យជាបញ្ហាដល់ពួកគណៈ ឬដល់ពួកញាតិឡើយ ចេះទទួលខុសត្រូវខ្លួនឯង ដោយការប្រព្រឹត្តធម៌សម្រាប់សាងទីពឹងឱ្យដល់ខ្លួន ហៅថា **នាថករណធម៌ ១០** ប្រការគឺ ÷

**១-សីល** ប្រព្រឹត្តល្អ គោរពវិន័យ គឺរៀបចំដំណើរជីវិតដោយសុចរិត ទាំងផ្លូវកាយ ទាំងផ្លូវវាចា ព្រមទាំងការងារចិញ្ចឹមជីវិត ។

**២-ពាហុសច្ចៈ** រៀនច្រើនចេះច្រើន គឺសិក្សារៀនសូត្រនូវចំណេះវិជ្ជា សិក្សាឱ្យប្រាកដប្រជា ឱ្យមានជំនាញ

ចេះស្គាត់យល់ច្បាស់ ចេះដឹងជ្រៅជ្រះ និង ប្រើការកើតបានដោយល្អ ។

**៣-កល្យាណមិត្តតា** មានមនុស្សល្អជាមិត្ត គឺមានកល្យាណមិត្ត ជ្រើសរើសទីប្រឹក្សា ឬអ្នកណែនាំអប់រំដែលល្អ និងជ្រើសរើសរកមនុស្សដែលមានគុណធម៌ សម្រាប់ទំនាក់ទំនងគ្នាក្នុងកិច្ចការសង្គម ។

**៤-សោវចស្សតា** ជាមនុស្សដែលងាយនិយាយគ្នាមិនរឹងរូស ចេះស្តាប់ហេតុផល ដឹងចំណុចត្រូវចំណុចខុសតាមការប្រាប់ពន្យល់ ព្រមទាំងចេះកែកំហុសដើម្បីតម្កល់ខ្លួនឱ្យប្រពៃ ។

**៥-កឹករណីយេសុ ទក្ខតា** ជួយក្នុងកិច្ចការរបស់ពួកក្រុមដោយគំនិតវៃឆ្លាត គឺ យកចិត្តទុកដាក់ជួយក្នុងកិច្ចធុរៈផ្សេងៗ ដែលជាធុរកិច្ចរបស់ញាតិ របស់មនុស្សក្នុងក្រុម របស់មិត្តសម្លាញ់ជាដើម ឆ្លាតឈ្លាសក្នុងការរកវិធីឱ្យមានដំណើរការល្អប្រពៃ និងចាត់ចែងឱ្យសម្រេចបានរៀបរយដោយល្អ ។



**៦-ធម្មកាមតា** ជាអ្នកប្រាថ្នាធម៌ គឺ ស្រឡាញ់ធម៌ចូលចិត្តសិក្សារៀនសូត្រ ឧស្សាហ៍ស្រាវជ្រាវរកការចេះដឹង និងរកការពិត ចេះនិយាយ ចេះស្តាប់ សាងភាពជិតដិតស្និទ្ធស្នាលជាមួយមនុស្សល្អ ហើយបង្កើតឱ្យមាននូវធម៌សប្បាយ បបួលឱ្យអ្នកដទៃចង់ចូលមកប្រឹក្សា និងរួមសន្ទនា ។

**៧-សន្តុដ្ឋី** មានសេចក្តីសន្តោស គឺ ចេះល្មមនឹងរបស់ខ្លួនដែលមានដែលបាន ពេញចិត្តដោយប្រពៃចំពោះផលនៃការងារដែលប្រាសចាកទោស បរិភោគប្រើប្រាស់ចំពោះរបស់ផ្សេងៗ ដែលខ្លួនឯងប្រឹងប្រែងស្វែងរកបានដោយកម្លាំងព្យាយាម ក្នុងការងារសុចរិតត្រឹមត្រូវ និងមិនស្រវឹងបាត់បង់ស្មារតីចំពោះសេចក្តីសុខដោយសម្ភារៈ ។

**៨-វិរិយារម្ភៈ** ប្រារព្ធសេចក្តីព្យាយាម គឺព្យាយាមលះបង់អំពើអាក្រក់ សម្តីអាក្រក់ និងចិត្តអាក្រក់ រួចហើយព្យាយាមប្រកបសេចក្តីល្អ ឈានទៅរកសេចក្តីចម្រើនក្នុងការងារ មិនរួញរា មិនដាក់ចុះនូវធុរៈឱ្យខ្លួនធ្លាក់ចូលក្នុង

សេចក្តីខ្ជិល ព្យាយាមប្រយ័ត្នមិនឱ្យភ្លាត់ដំណើរទៅក្នុងផ្លូវទុច្ចរិត និងមិនមើលងាយសេចក្តីសុខក្នុងការងារសុចរិត ។

**៩-សតិ** មានស្មារតីភ្ញាក់រលឹក គឺចាំបាននូវអំពើដែលបានធ្វើហើយ ដោយកាយវាចា ព្រមទាំងចិត្តគិត ដើម្បីមិនប្រព្រឹត្តនូវកំហុសដូចមុននោះទៀត មានស្មារតីប្រព្រឹត្តល្អតទៅ ធ្វើអ្វីក៏ធ្វើដោយប្រុងប្រយ័ត្ន ចេះបញ្ឈប់ចិត្តអាក្រក់ដែលកើតឡើង មិនបណ្តោយតាមចិត្តខឹងក្រោធ ឬទៅតាមរាគចិត្ត មិនប្រព្រឹត្តដោយរហ័សខ្វះការពិចារណា មិនប្រមាទធ្វេសប្រហែស បណ្តោយខ្លួនឱ្យលង់ក្នុងអបាយមុខ និងមិនបណ្តែតបណ្តោយដោយការលះបង់ចោលនូវឱកាសសម្រាប់បំពេញសេចក្តីល្អឡើយ ។

**១០-បញ្ញា** មានការចេះដឹងដោយប្រពៃ គឺមានបញ្ញាដឹងហេតុផល ដឹងល្អដឹងអាក្រក់ ដឹងគុណដឹងទោស ដឹងថានេះជាប្រយោជន៍ នេះមិនមែនជាប្រយោជន៍ សម្លឹងមើលធម្មជាតិតាមសេចក្តីពិត ចេះពិនិត្យពិចារណាវិនិច្ឆ័យដោយចិត្តជាឥស្សរៈ មិនជាទាសៈនៃអវិជ្ជា ធ្វើនូវកិច្ចការ



ផ្សេងៗ ដោយគំនិតវៃឆ្លាតប្រកបដោយវិចារណញ្ញាណ មានបញ្ញាឈ្នះនូវឧបក្កិលេស ជាគ្រឿងសៅហ្មងរបស់ចិត្ត ព្រមទាំងដោះស្រាយបញ្ហាក្នុងជីវិតបានដោយប្រពៃ និងរស់នៅដោយសេចក្តីក្សេមក្សាន្ត ។

( គោលធម៌ស្រង់ចាក ទសុត្តរសូត្រ )

**៥-រស់នៅរួមក្នុងពួកដោយល្អ**

គឺខាងផ្នែកទំនាក់ទំនងជាមួយអ្នកដទៃ ដែលជាក្រុមរួមការងារ ឬរួមពពួកជន សូម្បីបងប្អូនរួមក្រុមគ្រួសារ គប្បីបដិបត្តិតាមគោលការណ៍ ដែលហៅថា **សារាណីយធម៌** (ធម៌ជាហេតុឱ្យនឹករលឹកដល់គ្នា) ៦ ប្រការ គឺ ÷

**១-មេត្តាកាយកម្ម** មានកាយកម្មប្រកបដោយមេត្តា គឺប្រាថ្នាល្អដល់ក្រុមរួមការងារ រួមពពួកជនក្នុងសង្គមតូចធំ ដោយការជួយកិច្ចធុរៈផ្សេងៗ សម្តែងសេចក្តីពេញចិត្តដោយអាកប្បកិរិយាសុភាពមិនតូងតាង និងគោរពរាប់អានគ្នាទាំងទីចំពោះមុខ ទាំងទីកំបាំងមុខ ។

**២-មេត្តាវចីកម្ម** មានវចីកម្មប្រកបដោយមេត្តា គឺ

ជួយប្រាប់នូវអ្វីដែលជាប្រយោជន៍ ណែនាំ ឬ ដាស់តឿនគ្នាដោយបំណងល្អ ពោលវាចាដោយសុភាពរាបសា មិនរម៉ាំងរម៉ោក និងនិយាយដោយសេចក្តីគោរព ឬ សេចក្តីរាប់អាន ទាំងទីចំពោះមុខ ទាំងទីកំបាំងមុខ ។

**៣-មេត្តាមនោកម្ម** មានគំនិតប្រកបដោយមេត្តា គឺតាំងចិត្តប្រាថ្នាល្អ គិតធ្វើអ្វីឱ្យជាប្រយោជន៍ដល់គ្នា និងសម្លឹងមើលគ្នាក្នុងផ្លូវល្អដោយទឹកមុខស្រស់បស់ ។

**៤-សាធារណភោគី** ជាអ្នកបរិភោគដោយការចែករំលែក គឺបែងចែកលាភដែលបានមកដោយធម៌ សូម្បីជារបស់បន្តិចបន្តួចក៏ធ្វើការចែកចាយ ឱ្យបានដល់អ្នកដទៃបរិភោគផង ឬ ប្រើប្រាស់ផង ជាទូទៅ ។

**៥-សីលសាមញ្ញតា** ប្រព្រឹត្តឱ្យល្អដូចអ្នកដទៃ គឺ មានការប្រព្រឹត្តសុចរិតល្អប្រពៃ រក្សារបៀបវិន័យក្នុងសង្គម មិនធ្វើខ្លួនឱ្យជាទីរង្កៀស ឬ អន្តរាយនូវកេរ្តិ៍ឈ្មោះរបស់ពួកក្រុមឡើយ ។

**៦-ទិដ្ឋិសាមញ្ញតា** មានការយល់ត្រូវដូចអ្នកដទៃដែរ



គឺ មានការឃើញដោយប្រពៃរួមគ្នា យល់ព្រមជាមួយគ្នាក្នុងគោលការណ៍សំខាន់ៗ កាន់យកនូវឧត្តមគតិ គោលគំនិតល្អៗរបស់អ្នកដទៃ មិនប្រកាន់នូវមានះដោយធ្វើអ្វីៗតាមតែគំនិតរបស់ខ្លួន មិនស្តាប់ពាក្យអ្នកដទៃនោះឡើយ ហើយម្យ៉ាងទៀត មាននូវសម្មាទិដ្ឋិដ៏ខ្ពង់ខ្ពស់ដែលជាទិស-ដៅដូចគ្នា ប្រព្រឹត្តទៅដើម្បីផ្តាច់បង់នូវការយល់ខុសឱ្យអស់អំពីក្នុងចិត្ត ។

☝-គោលការណ៍ ៦ យ៉ាងនេះ ប្រព្រឹត្តទៅដើម្បីនឹករលឹករកគ្នា ដើម្បីសង្គ្រោះគ្នា ជាធម៌ធ្វើនូវសេចក្តីស្រឡាញ់រាប់អាន ធ្វើនូវសេចក្តីគោរព និងដើម្បីមិនទាស់ទែង ដើម្បីសេចក្តីព្រមព្រៀង ដើម្បីភាពតែមួយ ។

( គោលធម៌ស្រង់ចាក ទសុត្តរសូត្រ )

## IV-មនុស្សល្អក្នុងការគ្រប់គ្រង

មនុស្សដែលមានចំណែកនៅក្នុងការគ្រប់គ្រង ឬ ឱ្យកើតការគ្រប់គ្រងបានល្អ គប្បីដឹងគោលធម៌ និងបដិបត្តិ

តាមដូចតទៅ ÷

**ក-ចឹងគោលអធិបតេយ្យ** គឺដឹងនូវភាពជាអធិបតីក្នុងការគ្រប់គ្រងខ្លួនឯង ដើម្បីរួមចំណែកក្នុងការគ្រប់គ្រង ឬដើម្បីឱ្យកើតការគ្រប់គ្រងបានល្អក្នុងពួកក្រុម **អធិបតេយ្យ** មាន ៣ យ៉ាង គឺ ÷

**១-អត្តាធិបតេយ្យ** មានភាវៈនៃខ្លួនឯងជាអធិបតី គឺយកខ្លួនជាធំក្នុងការគ្រប់គ្រងខ្លួនឯង ចេះខ្មាសចេះខ្លើមនូវអំពើអាក្រក់មកអំពីការគោរពខ្លួនឯង ពិចារណាឃើញជាតិកំណើតរបស់ខ្លួន ឃើញវ័យរបស់ខ្លួន ឃើញការចេះដឹង និងសេចក្ដីភ្លៀវក្លាមុខមាត់កិត្តិយសរបស់ខ្លួន ។

**២-លោកាធិបតេយ្យ** មានភាវៈនៃលោកជាអធិបតី គឺ ធ្វើអ្វីៗខ្លាចអ្នកដទៃនិន្ទា ខ្លាចទណ្ឌកម្ម ខ្លាចអបាយភូមិម្ល៉ោះហើយ ក៏ជាអ្នកខ្លាចបាប មិនហ៊ានធ្វើនូវអំពើបាបម្យ៉ាងទៀត ជាអ្នកគោរពគ្រូ គោរពព្រះសាស្ដា គោរពមាតាបិតា គោរពសព្រហ្មចារី និងគោរពអ្នកដទៃដែល



គួរគោរព ហើយក៏គ្រប់គ្រងរក្សាខ្លួនដោយអំពើល្អ នេះឈ្មោះថា យកលោកជាធំ ។

**៣-ធម្មាធិបតេយ្យ** មានភាវៈនៃធម៌ជាអធិបតី គឺយកធម៌ជាធំក្នុងការគ្រប់គ្រងខ្លួន យកឱវាទព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធជាធំ ឬ យកធម៌វិន័យ យកច្បាប់ យកហេតុផលត្រឹមត្រូវ យកសេចក្ដីល្អ យកធម៌របស់សប្បុរស យកសេចក្ដីស្ងប់ យកសន្តិភាពជាធំ ធ្វើការដោយប្រាជ្ញយកការចេះដឹងដែលខ្លួនបានសិក្សានិងពិចារណាត្រឹមត្រូវជាអធិបតី មិនបណ្ដោយឱ្យតណ្ហា មានះ ទិដ្ឋិគ្រប់គ្រងដឹកនាំឡើយ ។

✍ -ដើម្បីមានភាវៈនៃធម៌ជាអធិបតី បុរសស្ត្រីត្រូវខំប្រឹងសិក្សារៀនសូត្រ ដោយឆន្ទៈដ៏បរិសុទ្ធ រួចហើយត្រូវគាំទ្រនូវចំណេះដឹង ដែលខ្លួនខំប្រឹងសិក្សាអស់កាលដ៏យូរនោះ ដោយការបដិបត្តិតាម កុំឱ្យការចេះដឹងទៅជាមោឃៈឥតប្រយោជន៍ ។ ធម្មាធិបតេយ្យនេះសំខាន់ណាស់ ថែមទាំងជួយឱ្យអធិបតេយ្យ ២ អំពីខាងដើម មានភាពជាអធិបតីក្នុងផ្លូវល្អទៀតផង ពោលគឺបានតម្កល់ខ្លួនក្នុងធម៌

**ហិរិ** (ខ្មាសបាប) ដោយមានអត្តាធិបតេយ្យ និងតម្កល់ខ្លួនក្នុង **ឱត្តប្បៈ** (ខ្លាចបាប) ដោយមានលោកាធិបតេយ្យ ឯចំណែកការតម្កល់ខ្លួនក្នុងភាពជាឥស្សរៈ មិនជាទាសៈនៃតណ្ហា មានះ ទិដ្ឋិ ដោយមានធម្មាធិបតេយ្យ ។ បើខ្វះនូវធម្មាធិបតេយ្យ វាងាយក្នុងការបាត់បង់នូវ ហិរិ និងឱត្តប្បៈណាស់ ព្រោះមិនមានអ្វីជាកម្លាំងជួយទប់ស្កាត់នូវតណ្ហា មានះ និងទិដ្ឋិហ្នឹងឯង ដូចជាការមានភារៈនៃខ្លួនជាធំ ប៉ុន្តែ មិនគោរពធម៌វិន័យ មិនគោរពច្បាប់ ព្រោះមិនមាននូវធម្មាធិបតេយ្យ វារមែងភ្លាត់ខ្លួនធ្លាក់ពី ហិរិ ហើយរមៀលចូលទៅរកកំហុសមួយ គឺ "ធ្វើអ្វីស្រេចតែអញ" ឯការមាននូវភារៈនៃលោកជាធំ ប៉ុន្តែ មិនមាននូវធម្មាធិបតេយ្យ វារមែងទប់ខ្លួនមិនជាប់ក្នុងឱត្តប្បៈ ហើយត្រូវរបូតចូលរណ្តៅបាប ធ្វើអំពើទុច្ចរិតផ្សេងៗ ដោយអាងថាស្ងាត់មិនមានអ្នកដទៃដឹង ។

( គោលអធិបតេយ្យ ៣ យ៉ាងនេះ ស្រង់ចាកអង្គុត្តរនិកាយ
តិកនិបាត អធិបតេយ្យសូត្រ )



**៩-មានចំណែកក្នុងការគ្រប់គ្រង** ដោយការបដិបត្តិតាមគោលការណ៍រួម ទទួលខុសត្រូវទាំងអស់គ្នា ព្រមព្រៀងគ្នាជួយការពារកុំឱ្យសាបសូន្យ និងឱ្យឈានទៅរកការរីកចម្រើនរុងរឿង ដែលហៅថា **អបរិហានិយធម៌** (ធម៌ដែលមិនប្រព្រឹត្តទៅដើម្បីសេចក្តីសាបសូន្យ ប្រព្រឹត្តទៅដើម្បីសេចក្តីចម្រើនតែម្យ៉ាង) មាន ៧ ប្រការ គឺ ÷

**១**-មានការប្រជុំគ្នារឿយៗ ប្រឹក្សាការងារ ដែលបានធ្វើហើយ និងដែលមិនទាន់បានធ្វើ ។

**២**-ព្រមព្រៀងគ្នាប្រជុំ ព្រមព្រៀងគ្នាលើកលែងការប្រជុំ ព្រមព្រៀងគ្នាធ្វើនូវកិច្ចការទាំងឡាយ ដែលគប្បីធ្វើព្រមគ្នា ។

**៣**-ព្រមព្រៀងគ្នាបដិបត្តិតាមច្បាប់ប្រទេស ឬ ច្បាប់សាសនា មិនស្រេចតែចិត្តចង់ស្រួល ហើយដកនូវច្បាប់ដែលបានបញ្ញត្តរួចហើយ និងមិនស្រេចតែអញជាអ្នកបញ្ញត្តច្បាប់ផ្សេងៗនោះឡើយ ។

៤-បុគ្គលណាជាអ្នកធំ ធ្លាប់បានជួបប្រទះហេតុការណ៍ច្រើនមកហើយ ជាអ្នកមានអាយុច្រើន មានពាក្យសម្តីគួរស្តាប់ គប្បីឱ្យកិត្តិយស និងធ្វើសក្ការៈ គោរព រាប់អាន បូជាដល់បុគ្គលនោះ សម្លឹងឃើញសេចក្តីសំខាន់ នៃពាក្យសម្តីរបស់បុគ្គលនោះឯង ថាជាពាក្យសម្តីគួរស្តាប់ ។

៥-ឱ្យកិត្តិយសដល់ស្ត្រីក្នុងត្រកូល មិនមើលងាយ មិនគំរាមកំហែង និងមានការគ្រប់គ្រងដោយល្អ ។

៦-ធ្វើសក្ការៈគោរពបូជានូវព្រះចេតិយ បូជនីយដ្ឋាន និងចេតិយអនុស្សាវរីយ៍ប្រចាំជាតិ ដែលជាគ្រឿងដាស់តឿនស្មារតីនៃមហាជន ឱ្យធ្វើនូវសេចក្តីល្អ ។

៧-ចាត់ចែងត្រឹមត្រូវ រក្សាការពារ និងគ្រប់គ្រងប្រកបដោយធម៌ ដល់បព្វជិតដែលទ្រទ្រង់នូវសីលគុណ ទ្រទ្រង់នូវធម៌បរិសុទ្ធទាំងឡាយ ដែលជាទីរលឹក និងជាបង្គោលនៃសាសនារបស់មហាជន ពេញចិត្តនឹងការនៅជាសុខរបស់បព្វជិតដែលបរិសុទ្ធទាំងអស់នោះ ។

(ស្រង់ចាក អង្គុត្តរនិកាយ សត្តកនិបាត វជ្ជីវគ្គ សារន្ទទសូត្រ )



- មនុស្សល្អដែលមានចំណែកក្នុងការគ្រប់គ្រងពួកក្រុម ឬសមាគមជាដើម ត្រូវមាននូវគុណធម៌ទាំងឡាយផ្សេងទៀត ដូចជា ; -មិនងប់ងុលខាងផ្លូវភេទក្នុងរឿងកាមគុណ ;- មិនមានចិត្តចង្អៀតចង្អល់លបលាក់បរិភោគអ្វី១តែឯង ; -ជាអ្នកឃើញតម្លៃនៃពេលវេលា ; -ជាអ្នកមានវិន័យ មានសីលពិតប្រាកដ ; - ជាអ្នកបដិបត្តិកិច្ចការតាមតួនាទីបានពេញលេញ ; - មានស្មារតីមិនប្រមាទ ; -មានវិចារណញ្ញាណ ចេះពិចារណាមុននឹងធ្វើកិច្ចការអ្វីមួយ ; - សុភាពរាបសា ចេះទទួលស្តាប់ពាក្យអ្នកដទៃ ; -ជាមនុស្សរៀបរយ ចេះស្រឡាញ់ភាពស្អាតប្រណីតក្នុងការងារ ; - និយាយពីរោះមានន័យគួរស្តាប់ មិននិយាយឡេះឡោះ ទាំងកាយទាំងចិត្តទន់ភ្លន់ មិនកោងកាច មិនច្រងេងច្រងាង ; - មានចិត្តសង្គ្រោះដល់មិត្តសម្លាញ់ និងមានចិត្តអើពើជួយដល់មនុស្សទូទៅ ; -ជាអ្នកចេះចាត់ការឱ្យមានរបៀបរៀបរយ និងបានផលល្អ ;-ចេះទំនុកបម្រុងដល់ព្រះសង្ឃក្នុងព្រះពុទ្ធសាសនា ; -ប្រាថ្នាល្អ ស្រឡាញ់

សុចរិត ; -អានច្រើនស្តាប់ច្រើន ទ្រទ្រង់នូវវិជ្ជា និងចូលចិត្តសាកសួរស្រាវជ្រាវ ស្វែងរកការចេះដឹងច្រើនឡើងៗ ប៉ុណ្ណោះជាដើម ។

## មនុស្ស និង សត្វ

កើតជាសត្វឆ្កែតែមានបុណ្យចាស់ នាំឱ្យឆ្កែនោះមានម្ចាស់ស្រឡាញ់
កន្លែងនៅស្អាតចំណីឆ្ងាញ់ៗ សម្បូរសាច់ខ្លាញ់សុខជាងមនុស្សខ្លះ។
កើតមកជាមនុស្សបុណ្យស្ទើរតែគ្មាន ក្រខ្សត់អត់ឃ្លានលំបាកក្រៃណាស់
រងទុក្ខជាងសត្វដែលមានបុណ្យខ្លះ កើតមកជួបម្ចាស់អ្នកមានចិត្តធម៌ ។
តែទោះយ៉ាងណាជាតិមនុស្សឧត្តម ព្រោះអាចសន្សំបុណ្យទានបន្ត
តិរច្ឆានពុំអាចសាងអំពើល្អ បើមនុស្សឥតធម៌អន់ជាងសត្វហើយ ។

✍ ដោយឧបាសក **គុយ_សុធន** ✍

# មនុស្សជាមួយនឹងមនុស្ស

## I-គូគ្រងដែលល្អ

គូគ្រងដែលល្អ ដែលនឹងជាគូរួមជីវិតជាមួយគ្នាទៅបាន ក្រៅអំពីកាមគុណហើយ គួរមានគុណសម្បត្តិ និងប្រព្រឹត្តតាមគោលធម៌ដូចតទៅ ÷

**ក-គូគ្រងក្នុងឪបនិស្ស័យថ្លៃថ្លា** មានគោលធម៌ ៤ប្រការ សម្រាប់គូជីវិត ដែលជាភរិយាស្វាមីនឹងគ្នា រស់នៅស្រប គន្លងផ្លូវគ្នា មានចិត្តស្និទ្ធស្នាលត្រជាក់ត្រជំជាមួយគ្នា គ្រប់គ្រងគ្នាបានវែងឆ្ងាយ គោលធម៌ ៤ ប្រការ គឺ ÷

**១-សមសទ្ធា** មានសទ្ធាស្មើគ្នា គឺគោរពរាប់អានក្នុងសាសនា ជឿហេតុផលត្រឹមត្រូវនៅក្នុងគន្លងផ្លូវដ៏ល្អប្រពៃទាំងអស់គ្នា ។

**២-សមសីលា** មានសីលស្មើគ្នា គឺចរិយាមារយាទប្រព្រឹត្តទៅក្នុងសីលធម៌ សណ្តាប់ធ្នាប់របៀបរបបល្អប្រពៃខ្លាចបាបខ្មាសបាបទាំងអស់គ្នា ។

**៣-សមចាគា** មានចាគៈស្មើគ្នា គឺមានចិត្តទូលាយ ព្រមព្រៀងជួយសង្គ្រោះអ្នកអត់ឃ្លាន ព្រមព្រៀងបរិច្ចាគ ដើម្បីជាប្រយោជន៍សាធារណៈនិងព្រមព្រៀងទំនុកបម្រុង បព្វជិតក្នុងសាសនា ។ល។ មិនទំនាស់គ្នាក្នុងការធ្វើទាន។

**៤-សមបញ្ញា** មានបញ្ញាស្មើគ្នា គឺ ដឹងហេតុដឹងផល យល់រឿងត្រូវគ្នា យ៉ាងហោចណាស់ក្នុងគោលធម៌ទី ៤ នេះ គឺនិយាយស្តាប់គ្នាបាន មិនមានគំនិតចម្រូងចម្រាស រកគ្នាឡើយ ។

☝-គោលធម៌ ៤ប្រការនេះ ហៅថា **សមជីវិធម៌** ជាធម៌ធ្វើឱ្យភរិយាស្វាមីបានជួបគ្នាគ្រប់ៗជាតិ រហូតដល់ទីបំផុតទុក្ខ ។

( គោលធម៌ស្រង់ចាកសមជីវិសូត្រ អង្គុត្តរនិកាយ ចតុក្កនិបាត )

**៥-ត្រូវគ្រងក្នុងធម៌ដ៏ប្រសើរ** គ្រប់គ្រងគ្នាប្រកបដោយធម៌ ក្នុងជីវិតរស់នៅជារៀងរាល់ថ្ងៃ ដែលជា **ឃរាវាសធម៌** មាន ៤ ប្រការដែរ គឺ ÷

**១-សច្ចៈ** សេចក្តីពិតត្រង់ គឺទាំងកាយ ទាំងវាចា



ទាំងចិត្ត ឥតមានវៀចវេរ ។

**២-ទមៈ** អប់រំទូន្មានខ្លួន គឺចេះគ្រប់គ្រងចិត្ត ហ្វឹកហាត់ ដុសខាត់សំអាតចិត្តឱ្យកាន់តែស្អាត ។

**៣-ខន្តិ** អត់ធន់ គឺមានចិត្តធ្ងន់មិនឆាប់ប្រឡោតខឹង ព្រមទាំងចេះទ្រាំនឹងសេចក្តីលំបាកផ្សេងៗទៀត ។

**៤-ចាគៈ** លះបង់ គឺមានទឹកចិត្តហ៊ានលះបង់សេចក្តីសុខសម្រាន្តផ្ទាល់ខ្លួន ឱ្យដល់គ្នាទៅវិញទៅមក ដូចជាការជួយរក្សាគ្នានៅពេលឈឺថ្កាត់ជាដើម រហូតមានទឹកចិត្តជួយដល់ញាតិមិត្តទាំងសងខាង ។

✌- អ្នកគ្រប់គ្រងផ្ទះ ត្រូវមានធម៌ ៤ប្រការនេះ ទើបបាននូវសេចក្តីសរសើរផង បាននូវបញ្ញាឆ្លាតវាងវៃផង បាននូវទ្រព្យសម្បត្តិផង និងបាននូវមិត្តសម្លាញ់ផង។

(គោលធម៌ស្រង់ចាក អាឡវកសូត្រ)

- សំយុត្តនិកាយ សគាថវគ្គ
- ខុទ្ទកនិកាយ សុត្តនិបាត

**គ-ភ្ញៃទ្រុងក្នុងតួនាទី** ភរិយាស្វាមីត្រូវមានធម៌សង្គ្រោះគ្នាទៅវិញទៅមកជាចាំបាច់ដូចតទៅ ÷

☞-**ស្វាមីត្រូវសង្គ្រោះភរិយា** ដោយធម៌ ៥យ៉ាងគឺ ÷

១-**សម្មាននាយ** លើកតម្កើងឱ្យកិត្តិយស និងរាប់អានសមឋានៈជាភរិយាពិតប្រាកដ ។

២-**អវិមាននាយ** មិនមើលងាយភរិយាដោយប្រការណាមួយឡើយ ត្រូវសង្គ្រោះជានិច្ច ។

៣-**អនតិចរិយាយ** មិនប្រព្រឹត្តក្បត់ចិត្តភរិយា មាន ការស្មោះត្រង់ និងអាណិតអាសូរដល់ចិត្តរបស់ភរិយា ។

៤-**ឥស្សរិយវោស្សគ្គេន** ប្រគល់នូវភាពជាធំឱ្យដល់នាងជាភរិយា ក្នុងការចាត់ចែងកិច្ចការងារក្នុងផ្ទះ ។

៥-**អលង្ការានុប្បទានេន** ឱ្យគ្រឿងអលង្ការជាតំណាងនៃសេចក្តីថ្លៃថ្នូរ និងចិត្តភក្តីដល់ស្ត្រីជាគូគ្រង ។

☞-**ភរិយាត្រូវសង្គ្រោះស្វាមី** ដោយធម៌៥យ៉ាងដែរគឺ ÷

១-**សុសំវិហិតកម្មន្តា** ចាត់ចែងកិច្ចការក្នុងផ្ទះដោយ



ការឈ្លាសវៃ ស្អាតបាតត្រឹមត្រូវល្អឥតខ្ចោះ ។

២-**សុសង្គហិតបរិជនា** សង្គ្រោះញាតិទាំងពីរខាងយ៉ាងត្រឹមត្រូវល្អ មានខ្លួនជាទីត្រេកអរនៃញាតិ ។

៣-**អនតិចារិនី** ស្មោះត្រង់ត្រឹមត្រូវជានិច្ច ឥតវៀចវេរ ឥតងាករេបែកបែរ នៅតែក្នុងបេះដូងរបស់ស្វាមីជានិច្ច ។

៤-**សម្ភតញ្ច អនុរក្ខតិ** ថែទាំទុកដាក់នូវទ្រព្យសម្បត្តិដែលស្វាមីរកបានមកដោយល្អ ។

៥-**ទក្ខា ច ហោតិ អនលសា សព្វកិច្ចេសុ** ឆ្លាតវៃរហ័សរហួន មិនខ្ជិលច្រអូសក្នុងកិច្ចការសព្វគ្រប់ ។

(គោលធម៌ស្រង់ចាក សិង្គាលកសូត្រ )

(មានសេចក្តីបកស្រាយនៅក្នុងសៀវភៅ **សិក្ខាបទមនុស្សល្អ** )

## II-មនុស្សល្អទទួលខុសត្រូវក្នុងគ្រួសារ

បុគ្គលដែលជាមេគ្រួសារ ត្រូវបដិបត្តិធម៌ដើម្បីតម្កល់ខ្លួនឱ្យបានល្អ ជាអ្នកទទួលខុសត្រូវចំពោះវង្សត្រកូលដូចតទៅនេះ ÷

**ក-រក្សាត្រកូលឱ្យគង់វង្ស** ដោយបដិបត្តិតាមគោលធម៌ ៤ យ៉ាង ដែលជាហេតុធ្វើឱ្យត្រកូលបានមាំទាំ តាំងនៅបានយូរ ហៅថា **កុលចិរដ្ឋិតិធម៌** មាន ៤យ៉ាងគឺ ÷

**១-នដ្ឋំ គវេសន្តិ** ចេះស្វែងរកនូវរបស់ដែលបាត់ទៅ ដែលមិនបានតាំងនៅ មិនចេះតែបណ្តោយឱ្យអស់ទៅ ដោយការខ្ជះខ្ជាយឡើយ ។

**២-ជិណ្ណំ បដិសង្ខរោន្តិ** ចេះជួសជុលរបស់ដែលចាស់គ្រាំគ្រា មិនចេះតែហ៊ឹហារកថ្មី ដោយមិនចេះសន្សំសំចៃនោះឡើយ ។

**៣-បរិមិត្តនភោជនា**ស្គាល់ប្រមាណក្នុងការបរិភោគប្រើប្រាស់ ទទួលទានបាយទឹករាល់ថ្ងៃ ចេះលៃលកតាមឋានៈ មិនតាមតែចំណង់ដែលចង់ស៊ីចង់ផឹកនោះទេ ។

**៤-សីលវន្តំ ឥត្ថិំ វា បុរិសំ វា អាធិបេច្ចេ ឋបេន្តិ** តាំងស្ត្រី ឬ បុរសដែលមានសីល ឱ្យជាអ្នកគ្រប់គ្រងរក្សាទ្រព្យសម្បត្តិក្នុងឃ្លាំង ។

(ស្រង់ចាកអភិញ្ញាវគ្គ កុលសូត្រ អង្គុត្តរនិកាយ ចតុក្កនិបាត)



**ខ-គោរពបូជាបុគ្គលដែលប្រៀបដូចជាភ្លើង** បុគ្គលបីពួកប្រៀបដូចជាភ្លើង បើបដិបត្តិបានត្រឹមត្រូវរមែងចម្រើនទៅដោយគុណ តែបើបដិបត្តិខុសទៅវិញរមែងមានទោសដ៏ខ្លាំងក្លា ដូច្នេះ ទើបត្រូវបដិបត្តិ ដូចជាអ្នកបំរើភ្លើងក្នុងសម័យបុរាណ គេបំរើភ្លើង ដែលខ្លួនគេបានបូជានោះ ដោយការយកចិត្តទុកដាក់ ប្រយ័ត្នប្រយែងជាទីបំផុតដែលហៅថា **អគ្គិបរិចរិយា** បុគ្គល ៣ ពួក គឺ ÷

**១-អាហុនេយ្យគ្គិ** ភ្លើងគឺមាតាបិតា ដែលមាតាបិតាគួរទទួលនូវគ្រឿងសក្ការៈ និងការបំរើ ព្រោះមានឧបការៈច្រើនដល់កូន ។

**២-ទក្ខិណេយ្យគ្គិ** ភ្លើងគឺបព្វជិត ឬព្រះភិក្ខុសង្ឃដែលទ្រទ្រង់នូវគុណ និងជាអ្នកណែនាំគ្រហស្ថឱ្យប្រព្រឹត្តនូវកល្យាណធម៌ ។

**៣-គហបតគ្គិ** ភ្លើងគឺគហបតី បានដល់ ស្វាមីដែលល្អជាអ្នកគ្រប់គ្រងផ្ទះប្រកបដោយធម៌ នាងជាភរិយាត្រូវ

បដិបត្តិចំពោះស្វាមីដោយការស្មោះត្រង់ មិនត្រូវប្រព្រឹត្ត ក្បត់ចិត្តស្វាមីឡើយ ។

(ស្រង់ចាក សង្គីតិសូត្រពួកបី)

**គ-យកចិត្តទុកដាក់ចំពោះបុត្រធីតា** ក្នុងឋានៈជាមាតាបិតា គប្បីស្គាល់កូនបីប្រភេទ ហើយត្រូវឱ្យកូនសិក្សា ប្រឹងប្រែង អប់រំកូនឱ្យបានជាមនុស្សល្អ កូនបីប្រភេទនោះគឺ ÷

**១-អតិជាតបុត្រ** បុត្រដែលល្អជាងមាតាបិតាខាងផ្នែក គុណធម៌ មានសីលគុណជាដើម ។

**២-អនុជាតបុត្រ** បុត្រដែលល្អតាមមាតាបិតា គឺមាតា-បិតាដល់នូវព្រះរតនត្រ័យជាសរណៈ ហើយមានសីល កូនក៏ដល់នូវព្រះរតនត្រ័យជាសរណៈ ហើយមានសីល ដូចមាតាបិតាដែរ ។

**៣-អវជាតបុត្រ** បុត្រដែលអន់ទន់ទាបជាងមាតាបិតា គឺមាតាបិតាមាននូវសីលគុណជាដើម តែកូនជាមនុស្សទ្រុស្តសីល មានការប្រព្រឹត្តអាក្រក់ទម្លាយវង្សត្រកូល ។

✍-បណ្ឌិតទាំងឡាយ រមែងប្រាថ្នានូវអតិជាតបុត្រ



និង អនុជាតបុត្រ មិនប្រាថ្នាអវជាតបុត្រ ដែលជាកូនទម្លាយនូវវង្សត្រកូលឡើយ ។ កូនទាំងនេះឯង តែងមានក្នុងលោក ម្យ៉ាងទៀត កូនទាំងឡាយណា ជាឧបាសក ឧបាសិកា កូនទាំងឡាយនោះឈ្មោះថាជាអ្នកបរិបូណ៌ដោយសទ្ធា និងសីល ជាអ្នកដឹងនូវពាក្យពេចន៍ ជាអ្នកប្រាសចាកសេចក្តីកំណាញ់ រមែងរុងរឿងក្នុងពួកបរិស័ទ ដូចជាព្រះចន្ទដែលចេញផុតស្រឡះហើយ ចាកដុំនៃពពកដូច្នេះឯង ។

(ស្រង់ចាក បុត្តសូត្រ ខុទ្ទកនិកាយ ឥតិវុត្តកៈ)

**ឃ-បំពេញតួនាទីជាអ្នកមកមុន** គប្បីអនុគ្រោះបុត្រធីតា ដោយគោលធម៌ ៥យ៉ាង ក្នុងឋានៈដែលមាតាបិតាទុកជាទិសបូព៌ ។ ធម៌ ៥យ៉ាងនោះ គឺ ÷

**១-បាបា និវារេន្តិ** ហាមឃាត់កូន កុំឱ្យកូនធ្វើនូវអំពើបាប អំពើទុច្ចរិតផ្សេងៗ ។

**២-កល្យាណេ និវេសេន្តិ** អប់រំឱ្យកូនតាំងនៅក្នុងអំពើល្អ មានកល្យាណធម៌ ។

**៣-សិប្បំ សិក្ខាបេន្តិ** ទូន្មានឱ្យកូនសិក្សារៀនសូត្រនូវសិល្បវិទ្យា មានចំណេះដឹងក្នុងខ្លួន ។

**៤-បដិរូបេន ទារេន សញ្ញោជេន្តិ** រៀបចំគូស្រករឱ្យបានសមរម្យដល់បុត្រធីតា ។

**៥-សមយេ ទាយជ្ជំ និយ្យាទេន្តិ** ចែកទ្រព្យឱ្យកូនក្នុងសម័យកាលដ៏សមគួរ ។

(ស្រង់ចាក សិង្គាលកសូត្រ)

## III-មនុស្សល្អបន្តវង្សត្រកូល

កូនប្រុសស្រីគប្បីជាទាយាទដ៏ល្អ គឺក្រៅអំពីបានទទួលនូវទ្រព្យសម្បត្តិ និងវង្សត្រកូលមករក្សាជាបន្តហើយ ត្រូវទទួលយកនូវមុខនាទី និងគុណធម៌ផ្សេងៗ ដែលទាក់-ទងនឹងការរក្សាវង្សត្រកូល មកបដិបត្តិទៀតផង ដែលមានដូចតទៅ ÷

**ក-គោរពទិសបូព៌ដែលជាទិសដើម** ក្នុងឋានៈជាបុត្រធីតា គប្បីគោរពនូវមាតាបិតា ដែលទុកដូចជាទិសបូព៌ តាមគោលធម៌ ៥ ប្រការគឺ ÷

**១-ភតោ នេសំ ភរិស្សាមិ** ចិញ្ចឹមមាតាបិតាតបវិញតាមដែលមាតាបិតាបានចិញ្ចឹមរក្សាខ្លួនជាកូនមកហើយ ។

**២-កិច្ចំ នេសំ ករិស្សាមិ** ជួយធ្វើការបំពេញកិច្ចធុរៈរបស់មាតាបិតា ដោយការបំរើនូវអ្នកមានគុណទាំងពីរដ៏យ៉ាងពេញចិត្ត ។

**៣-កុលវំសំ ឋបេស្សាមិ** ថែរក្សាលើកតម្កើងតម្កល់នូវវង្សត្រកូលឱ្យបានល្អ មិនជាអ្នកបំផ្លាញនូវវង្សត្រកូលរបស់ខ្លួនឯងឡើយ ។

**៤-ទាយជ្ជំ បដិបជ្ជាមិ** ដិបត្តិខ្លួនឱ្យបានសមគួរជាអ្នកទទួលនូវមរតក គឺកសាងខ្លួនឱ្យបានជាទាយាទដ៏ល្អ ។

**៥-បេតានំ កាលកតានំ ទក្ខិណំ អនុប្បទស្សាមីតិ** កាលមាតាបិតា ធ្វើកាលកិរិយាទៅកាន់បរលោកហើយ គប្បីកូនប្រុសស្រីធ្វើបុណ្យ ឧទ្ទិសនូវទក្ខិណាទានជូនទៅលោក កុំបីខាន ។

(ស្រង់ចាក សិង្គាលកសូត្រ)

**៩-វៀរចាកអបាយមុខគ្រប់ខ្ទុំខ្ទុំប្រភេទ** អបាយមុខគឺជាប្រធាន ឬ ជាផ្លូវនៃសេចក្ដីវិនាស អបាយមុខទាំងអស់ មិនមែននាំឱ្យវិនាសតែទ្រព្យសម្បត្តិប៉ុណ្ណោះទេ គឺវាបញ្ចុះតម្លៃនៃជីវិតរបស់ខ្លួនផង គ្រួសាររបស់ខ្លួនផង ជាពិសេសវាកាត់បន្ថយនូវស្មារតី ដែលជារបស់មានតម្លៃបំផុត សម្រាប់ជីវិតមនុស្សលោកទៀតផង ។

☠-កិរិយាដេកដល់ថ្ងៃ ១ ធ្វើសេវនកិច្ចនឹងប្រពន្ធអ្នកដទៃ១ ភាវៈជាអ្នកមានពៀរដ៏ច្រើន១ ភាវៈជាអ្នកធ្វើអំពើឥតប្រយោជន៍១ បាបមិត្ត១ ភាវៈជាអ្នកកំណាញ់ស្វិតស្វាញ១ ហេតុទាំង៦យ៉ាងនេះ រមែងបំផ្លាញនូវបុរសឱ្យដល់នូវសេចក្ដីវិនាស ។

☠-នរជនដែលមានមិត្តអាក្រក់ មានសំឡាញ់អាក្រក់ មានមារយាទ និងគោចរអាក្រក់ តែងវិនាសសាបសូន្យនូវសេចក្ដីចម្រើន ទាំងក្នុងលោកនេះ ទាំងក្នុងលោកខាងមុខ ។ ល្បែងភ្នាល់ ល្បែងស្រី និងល្បែងសុរា បីមុខនេះ តែងបំផ្លាញនូវបុរសឱ្យដល់នូវសេចក្ដីវិនាស ។



☠-ពួកជនណាដែលលេងល្បែងភ្នាល់ ផឹកសុរា ធ្វើសេវនកិច្ចនឹងស្ត្រីដែលស្មើដោយជីវិតនៃបុរសដទៃ សេពគប់នឹងបុគ្គលថោកទាប មិនសេពគប់នឹងបុគ្គលដែលមានសេចក្ដីចម្រើន យសរបស់ជននោះ តែងសាបសូន្យដូចព្រះចន្ទខាងរនោច ។

☠-ជនជាអ្នកផឹកសុរា ខ្សត់ទ្រព្យហើយជាអ្នកឥតអើពើនឹងការងារចិញ្ចឹមជីវិត មានតែស្រវឹងជានិច្ច រមែងប្រាសចាកនូវសេចក្ដីចម្រើន លិចចុះក្នុងបំណុលដូចជាដុំថ្មលិចចុះទៅក្នុងទឹក បុគ្គលនោះតែងធ្វើការងារឱ្យវឹកវរដល់ខ្លួនឯង ដោយឆាប់រហ័ស ។

☠-បុគ្គលដេកក្នុងវេលាថ្ងៃជាប្រក្រតី មិនក្រោកឡើងពីយប់ជាប្រក្រតី ជាអ្នកស្រវឹងជានិច្ច និងជាអ្នកលេងល្បែងយ៉ាងនេះមិនអាចនឹងគ្រប់គ្រងផ្ទះសម្បែងបានឡើយ ។

🕊-ប្រយោជន៍ទាំងឡាយ តែងកន្លងហួសនូវមនុស្សណាដែលលះបង់ចោលការងារ ដោយអាងថាពេលនេះត្រជាក់ណាស់ ក្ដៅណាស់ ឬល្ងាចណាស់ជាដើម ចំណែក

ជនណា ធ្វើនូវកិច្ចការរបស់បុរស មិនអើពើចំពោះត្រជាក់ និងក្តៅ ក្រៃលែងជាងស្មៅទៅទៀតនោះ ជននោះ រមែងមិនសាបសូន្យនូវសេចក្តីសុខឡើយ ។

(ស្រង់ចាកព្រះពុទ្ធដីកាខ្លះក្នុងសិង្គាលកសូត្រ)

**គ-ទ្វារនៃសេចក្តីចម្រើន** គឺដើរតាមគោលធម៌ ដែលដូចជាទ្វារជ័យ ប្រព្រឹត្តទៅរកសេចក្តីសុខ និងសេចក្តីចម្រើន មានដូចតទៅ ÷

~ **អារោគ្យមិច្ឆេ បរមញ្ច លាភំ** បុគ្គលគប្បីប្រាថ្នានូវលាភដ៏ឧត្តម គឺការមិនមាននូវរោគ ទាំងរោគផ្លូវកាយ ទាំងរោគផ្លូវចិត្ត១ ។

~ **សីលញ្ច** មានការប្រព្រឹត្តល្អ គោរពវិន័យ មិនបង្កភ័យឱ្យដល់សង្គម១ ។

~ **ពុទ្ធានុមតំ** មានការយល់ឃើញតាមបណ្ឌិតអ្នកចេះដឹង១ ។

~**សុតញ្ច** សិក្សាស្រាវជ្រាវចម្រើនការចេះដឹង ប្រឹងស្តាប់ ប្រឹងរៀនឱ្យមានជំនាញ១ ។



~ **ធម្មានុវត្តី ច** អនុវត្តតាមធម៌ គឺទាំងជីវិតទាំងការងារមានដំណើរទៅក្នុងផ្លូវសុចរិតទាំងអស់១ ។

~ **អលីនតា ច** មានកម្លាំងចិត្តខ្លាំងក្លា មិនរួញរាក្នុងកិច្ចការ ឱ្យតែការងារសុចរិត គឺមានដំណើរឈានទៅមុខ ដោយសេចក្តីព្យាយាមជានិច្ច១ ។

☝~ **អត្ថស្ស ទ្វារា បមុខា ឆឡេតេ** គុណធម៌ទាំង ៦ ប្រការនេះ ជាទ្វារ និងជាប្រមុខនៃប្រយោជន៍ពោលគឺជាខ្លោងទ្វារជ័យនៃសុភមង្គល ។

(ស្រង់ចាក អត្ថស្ស ទ្វារជាតក ខុទ្ទកនិកាយ ជាតក ឯកនិបាត)

## IV-មនុស្សល្អក្នុងឋានៈជាមិត្ត

ការគប់មិត្តជាកិច្ចសំខាន់ណាស់ មានផលដល់សេចក្តីចម្រើន និងសេចក្តីវិនាសនៃជីវិត ដ៏យ៉ាងខ្លាំងក្លា ទើបគួរជ្រាបគោលធម៌ដែលទាក់ទងអំពីមិត្ត ជាចំណុចសំខាន់ៗ ដូចតទៅ ÷

**ក-មិត្តប្លម** ត្រូវស្គាល់មិត្តប្លម ឬជាសត្រូវដែលមកក្នុង

រូបភាពជាមិត្ត គឺជា **អមិត្តា មិត្តប្បដិរូបកា** មាន៤ ប្រភេទ គឺ ÷

**១-អញ្ញទត្ថុហរោ** មនុស្សគិតតែពីខាងបាន ជាមនុស្សដែលអែបអប គ្មានការស្មោះត្រង់ និងគិតតែពីប្រយោជន៍ខ្លួនឯងប៉ុណ្ណោះ ។

**២-វចីបរមោ** មនុស្សល្អតែសម្ដី បានតែថាគ្មានការពិត យកតែរបស់អត់មកនិយាយ ថាចង់ឱ្យ ថានឹងឱ្យ តែវាចានិយាយដូចសំដីស្រូវ (មានតែសំបកទទេ) ។

**៣-អនុប្បិយភាណី**
មនុស្សចេះនិយាយចាក់បណ្ដោយ ឱ្យគាប់ចិត្ត ទោះបីយើងធ្វើខុសក៏គេសរសើរ គេប៉ិនប្រសប់ខាងពាក្យបញ្ចោរក្នុងទីចំពោះមុខ តែក្រោយខ្នងនិន្ទារិះគន់យ៉ាងនេះមួយ យ៉ាងនោះមួយ ។

**៤-អបាយសហាយោ** មនុស្សដឹកនាំទៅរកសេចក្ដីវិនាស គឺដឹកនាំឱ្យប្រព្រឹត្តនូវអបាយមុខផ្សេងៗ ។

✍-ត្រូវមានស្មារតីប្រយ័ត្នមិត្តប្លម ៤ប្រភេទនេះ ព្រោះ



មិនមែនជាមិត្តពិតប្រាកដទេ គប្បីចៀសវាងឱ្យឆ្ងាយដូចជាអ្នកដំណើរចៀសវាងផ្លូវដែលមានភ័យ ។

**៦-មិត្តពិតប្រាកដ** ត្រូវស្គាល់មិត្តពិត ឬមិត្តចិត្តស្មោះ គឺជា **មិត្តា សុហទា** មិត្តដែលមានសន្ដានល្អ ៤ប្រភេទគឺ ÷

**១-ឧបការកោ** មិត្តមានឧបការៈ ចេះជួយដោយចិត្តស្មោះ ជាទីពឹងបាននៅពេលយើងមានភ័យ បើជួយអ្វីយើង គឺជួយលើសសំណូមពររបស់យើងទៅទៀត ។

**២-សមានសុខទុក្ខោ** មិត្តរួមសុខរួមទុក្ខ ប្រាប់រឿងអាថ៌កំបាំង និងសុខទុក្ខផ្ទាល់ខ្លួនឱ្យយើងបានដឹង តែរឿងអាថ៌កំបាំងរបស់យើង មិនយកទៅនិយាយឱ្យខូចខ្ទាយ បើយើងមានភ័យអន្តរាយ សូម្បីតែជីវិតក៏ហ៊ានលះបង់ជួយយើងដែរ ។

**៣-អត្ថក្ខាយី** មិត្តប្រាប់នូវប្រយោជន៍បើយើងធ្វើខុស មិត្តល្អជួយហាមឃាត់ តែបើធ្វើត្រូវ គឺជួយខ្នះខ្នែងទំនុក-បម្រុង គឺថាមិត្តល្អរមែងតែងតែជួយឱ្យយើងមានស្មារតីដើរទៅក្នុងផ្លូវត្រូវ ផ្លូវនៃសេចក្ដីសុខចម្រើន ។

**៤-អនុកម្បកោ** មិត្តមានចិត្តចេះឈឺឆ្អាល បើមានគេនិយាយអាក្រក់ពីយើង មិត្តល្អរបស់យើងរមែងហាមឃាត់ និងជួយដោះស្រាយ តែបើគេសរសើរយើងវិញ រមែងមានចិត្តត្រេកអររីករាយ គឺជាមិត្តរួមរឿង ។

☝. មិត្តដែលមានសន្តានចិត្តល្អ ៤ ប្រភេទនេះឯង គឺជាមិត្តពិតប្រាកដ គប្បីស្និទ្ធស្នាលជិតដិត ដូចជាមាតានិងបុត្របង្កើត ។

**ត-បដិបត្តិក្នុងតួនាទីជាមិត្តល្អ** គឺមានគោលធម៌សង្គ្រោះគ្នាដូចតទៅ :

☞.ត្រូវបដិបត្តិចំពោះមិត្តសំឡាញ់ ដូចនេះ ÷

**១-ទានេន** ដោយការចែករំលែកឱ្យ ។

**២-បិយវជ្ជេន** ដោយការនិយាយពីរោះ ។

**៣-អត្ថចរិយាយ** ដោយការប្រព្រឹត្តឱ្យជាប្រយោជន៍ ។

**៤-សមានត្តតាយ** ដោយការតាំងខ្លួនស្មើស្មោះ ។

**៥-អវិសំវាទនតាយ** ដោយការមិនបោកប្រាស់ ។



☞.មិត្តសំឡាញ់គប្បីសង្គ្រោះតបវិញ ដូចនេះ ÷

**១-បមត្តំ រក្ខន្តិ** រក្សាមិត្តដែលធ្វេសប្រហែស ។

**២-បមត្តស្ស សាបតេយ្យំ រក្ខន្តិ** ជួយថែទាំទ្រព្យសម្បត្តិរបស់មិត្ត ដែលធ្វេសប្រហែស ។

**៣-ភីតស្ស សរណំ ហោន្តិ** ជាទីពឹងរបស់មិត្តនៅពេលដែលមានភ័យ ។

**៤-អាបទាសុ ន វិជហន្តិ** មិនលះបង់គ្នាក្នុងគ្រាវិបត្តិ។

**៥-អបរបជំបិស្ស បដិបូជេន្តិ** រាប់អានរហូតដល់ផៅពង្សរបស់មិត្ត ។

( ស្រង់ចាក សិង្គាលកសូត្រ )

## V-ចៅហ្វាយនាយ និង ទាសកម្មករ

បុគ្គលដែលមកធ្វើការរួមគ្នា ក្នុងឋានៈជាអ្នកបម្រើ និង ចៅហ្វាយនាយ ត្រូវបដិបត្តិដល់គ្នានិងគ្នាឱ្យបានត្រឹមត្រូវតាមតួនាទី ដើម្បីឱ្យមានទំនាក់ទំនងគ្នាល្អ និងដើម្បីឱ្យការងារបានផលល្អ ដោយការគោរពបដិបត្តិតាមគោល

ធម៌ដូចតទៅ ៖

**ក-ចៅហ្វាយនាយត្រូវទំនុកបម្រុង ដូចនេះ ៖**

**១-យថាពលំ កម្មន្តំ សំវិធានេន** ដោយការចាត់ចែងនូវការងារដ៏សមគួរតាមកម្លាំង តាមវ័យ និងតាមភេទ ។

**២-ភត្តវេត្តនានុប្បទានេន** ដោយការឱ្យនូវភត្តាហារ ថ្លៃឈ្នួល និងរង្វាន់តាមសមរម្យ ។

**៣-គិលានុបដ្ឋានេន** ដោយការជួយព្យាបាលនៅពេលឈឺ និងជួយថែបំប៉ននូវសុខភាព ។

**៤-អច្ឆរិយានំ រសានំ សំវិភាគេន** ដោយការចែករំលែកនូវរបស់ដែលមានរសត្រកាលចម្លែក មានចំណីចំណុកនិងផ្លែឈើជាដើម ។

**៥-សមយេ វោស្សគ្គេន** ដោយការឱ្យឈប់សម្រាកក្នុងកាលសម័យដែលគួរ ។

**ខ-ទាសូ និងកម្មករ ត្រូវបដិបត្តិតបវិញ ដូចនេះ ៖**

**១-បុព្វុដ្ឋាយិនោ** ត្រូវក្រោកឡើងធ្វើការងារមុនចៅហ្វាយនាយ មិនត្រូវទម្រន់ឡើយ ។

**២-បច្ឆានិបាតិនោ** ត្រូវសម្រាកអំពីការងារក្រោយចៅហ្វាយនាយ មិនត្រូវខ្ជិលឡើយ ។

**៣-ទិន្នាទាយិនោ** ត្រូវកាន់យកតែរបស់ដែលចៅហ្វាយនាយឱ្យ មិនត្រូវកាន់យកផ្តេសផ្តាសឡើយ ។

**៤-សុកតកម្មករា** ធ្វើការងារដោយយកចិត្តទុកដាក់ មិនឡេះឡោះ មិនលេងសើចនៅពេលធ្វើការ ។

**៥-កិត្តិវណ្ណហរា** នាំយកសេចក្តីល្អរបស់ចៅហ្វាយនាយទៅផ្សព្វផ្សាយ ធ្វើឱ្យចៅហ្វាយនាយមាននូវកេរ្តិ៍ឈ្មោះល្អ ។

( ស្រង់ចាក សិង្គាលកសូត្រ )

**យល់ចិត្តអ្នកក្រ**

បើចៅហ្វាយនាយស្គាល់ចិត្តអ្នកក្រ ប្រើខ្ញុំកំដរសុខចម្រើនពិត
ព្រោះចិត្តអ្នកក្រហ៊ានប្តូរជីវិត ត្បិតដឹងគំនិតចៅហ្វាយចិត្តធម៌។

ដោយឧបាសក **គុយ-សុធន**

# មនុស្សជាមួយនឹងជីវិតខ្លួនឯង

## I-ជីវិតរឹងមាំ

មនុស្សដែលមានជីវិតរឹងមាំ រហូតដល់មិនមានការញាប់ញ័រតក់ស្លុត សូម្បីជាមួយនឹងសេចក្ដីស្លាប់ ពីព្រោះបានរៀបចំដំណើរជីវិតរបស់ខ្លួនបានយ៉ាងល្អជាទីបំផុត ឱ្យជីវិតដែលបានកើតមកជាមនុស្សមួយជាតិ មានប្រយោជន៍ និងគុណតម្លៃដ៏ថ្លៃថ្លា អាចហៅបានថា « ជ័យជំនះនៃជីវិតក្នុងទឹកដីរបស់មច្ចុរាជ » តទៅនេះគឺជាគោលធម៌ដែលធ្វើឱ្យជីវិតបានរឹងមាំ :

**ក-ធម៌ជាទីតាំងដ៏មាំមួន** ធម៌នេះមាន៤យ៉ាងតាមលំដាប់ហៅថា **ចតុរាធិដ្ឋាន** អធិដ្ឋាន ៤ យ៉ាងគឺ ÷

**១-បញ្ញាធិដ្ឋាន** តម្កល់បញ្ញាទុកក្នុងខ្លួនបានយ៉ាងមាំទាំ គឺរៀបចំជីវិតដោយបញ្ញា ធ្វើនូវកិច្ចការអ្វីផ្សេងៗ ដោយការគិតគូរច្បាស់លាស់ កាលបានជួបប្រសព្វនូវហេតុអ្វីមួយហើយ មិនស្លន់ស្លោ មិនឆេវឆាវដោយកំហឹង មិនយកការ



ក្រោធខឹងមកដោះស្រាយ ហើយក៏មិនវង្វេងទៅតាមការលួងលោមរបស់កាមារម្មណ៍ដែរ មានការសិក្សានូវហេតុនោះៗ ឬសិក្សានូវសភាវៈពិតដែលបានមកដល់ ធ្វើឱ្យមានការដឹងច្បាស់ រហូតបានដឹងនូវសច្ចធម៌ដោយសព្វគ្រប់ ។

**២-សច្ចាធិដ្ឋាន** ស្ងួនគ្រងរក្សាខ្លួនទុកបានយ៉ាងមាំមួននៅក្នុងការពិតដែលបានឃើញច្បាស់ដោយបញ្ញា ចាប់ពីវាចាពិត ការបដិបត្តិពិត រហូតដល់សុខពិត គឺនិព្វានសច្ចៈ ។

**៣-ចាគាធិដ្ឋាន** តាំងទុកនូវចាគៈក្នុងចិត្តបានយ៉ាងមាំទាំមានការចម្រើនទៅដោយការលះបង់ដ៏ខ្លាំងក្លា ដើម្បីការពារខ្លួន មិនឱ្យធ្លាក់ទៅជាទាសៈនៃតណ្ហាក្នុងលាភសក្ការៈ និងផលសម្រេចផ្សេងៗទៀត គឺផ្ដើមលះនូវអាមិសៈ រហូតដល់លះនូវកិលេសគ្រប់យ៉ាង ។

**៤-ឧបសមាធិដ្ឋាន** រក្សាខ្លួនទុកក្នុងសេចក្ដីស្ងប់បានយ៉ាងមាំមួន គឺចេះស្វែងរកសេចក្ដីសុខស្ងប់ខាងផ្លូវចិត្ត បានសម្រេចទៅតាមការលះបង់នូវកិលេស ធ្វើឱ្យចិត្តស្ងប់ផ្លូវផង់ និងបានស្គាល់រសនៃសន្តិពិតប្រាកដ ។ មនុស្សដែល

ស្គាល់រសនៃសេចក្ដីសុខ ដែលកើតអំពីសេចក្ដីស្ងប់ចិត្ត ហើយ រមែងមិនស្រវឹងវង្វេងក្នុងវត្ថុ លាភ យស សេចក្ដីសរសើរនិងសុខក្នុងលោកនេះឡើយ ។

(គោលធម៌ស្រង់ចាក ធាតុវិភង្គសូត្រ មជ្ឈិមនិកាយ ឧបរិបណ្ណាសក)

**៩-ធម៌ជាកម្លាំង** មានកម្លាំងដែលកើតអំពីគុណធម៌ ជាកម្លាំងដ៏អស្ចារ្យ អាចគ្របសង្កត់នូវភ័យ ៥ប្រការ បានដល់ភ័យដែលប្រព្រឹត្តទៅក្នុងជីវិត១ ភ័យដែលកើតអំពីការតិះដៀល១ ភ័យញាប់ញ័រក្នុងចំណោមបរិស័ទ១ មរណៈភ័យ១ និងទុគ្គតិភ័យ១ ។ ធម៌ជាកម្លាំង៤យ៉ាងគឺ ÷

**១-បញ្ញាពលំ** កម្លាំងបញ្ញា គឺបានសិក្សា បានចេះដឹងត្រឹមត្រូវច្បាស់លាស់ នៅក្នុងរឿងរ៉ាវ និងកិច្ចការដែលខ្លួនមានការទាក់ទង រហូតចេះដឹងដល់សភាវៈដែលជាធម្មតារបស់លោក និងជីវិត ជាអ្នកធ្វើការងារដោយយល់ហេតុផល ព្រមទាំងយល់ការពិត ។

**២-វិរិយពលំ** កម្លាំងព្យាយាម គឺជាអ្នកប្រកបការងារក្នុងមុខនាទីបានពេញលេញ បានញ៉ាំងឆន្ទៈឱ្យកើត ប្រឹងប្រែងប្រារព្ធព្យាយាម ផ្គងចិត្ត តម្កល់ចិត្ត ដើម្បីលះបង់នូវធម៌ខ្មៅដែលជាសត្រូវក្នុងជីវិត ។



**៣-អនវជ្ជពលំ** កម្លាំងការងារប្រាសចាកទោស គឺជាកម្លាំងសុចរិតកម្ម កម្លាំងនៃការងារបរិសុទ្ធ កម្លាំងជីវិតដែលឈានទៅរកសេចក្ដីសុខដ៏សម្បូណ៌ មិនមានការតិះដៀលពីខ្លួនឯង និងសប្បុរសជនៃ ។

**៤-សង្គហពលំ** កម្លាំងសង្គ្រោះ គឺ បានជួយទំនុកបម្រុងដល់ញាតិ ដល់សង្គម ធ្វើខ្លួនឱ្យជាប្រយោជន៍ដល់ពពួកមនុស្ស និងជាការសង្គ្រោះពិសេសដោយធម្មទាន ដោយវាចាពោលពន្យល់ ដោយឱ្យអ្នកស្ដាប់បានស្គាល់ហេតុផលពិតប្រាកដ និងដោយតម្កល់ខ្លួនស្មើក្នុងគុណធម៌ ។

(គោលធម៌ស្រង់ចាក សម្ពោធវគ្គ ពលសូត្រ អង្គុត្តរនិកាយ នវកនិបាត)

| |
|---|
| យល់ការងារច្បាស់ ប្រឹងប្រែងឱ្យណាស់ សីលធម៌អាជីព<br>ការងារសុចរិត ដើរកាន់ប្រទីប សង្គ្រោះជន្មជីព<br>ជាពរពលៈ ។<br>ដោយ **ម៉ុត-សារឧត្ត** |

**គ-ប្រយោជន៍សម្រាប់ជីវិត** គោលធម៌ដែលញ៉ាំងជីវិតឱ្យស្ថិតនៅក្នុងប្រយោជន៍ ដែលហៅថា**អត្ថៈ**មានបីយ៉ាងគឺ ÷

**១-ទិដ្ឋធម្មិកត្ថៈ** ប្រយោជន៍បច្ចុប្បន្ន ឬប្រយោជន៍ដែលទាក់ទងនៅក្នុងជីវិតប្រចាំថ្ងៃ ជាប្រយោជន៍ដើម ជាកាំជណ្ដើរទី ១ ទាក់ទងនឹងការងារសម្រាប់រស់ មានទ្រព្យមានកេរ្តិ៍ឈ្មោះ មានយស មានមិត្ត សុទ្ធតែល្អប្រសើរទាំងការចិញ្ចឹមជីវិតក៏ស្មើ មានតុល្យភាពក្នុងចំណូលចំណាយ ជាពិសេសសំខាន់គឺ ប្រឹងប្រែងស្វែងរកទ្រព្យដោយការងារសុចរិត ។

**២-សម្បរាយិកត្ថៈ** ប្រយោជន៍ក្នុងលោកខាងមុខ ឬប្រយោជន៍ខាងផ្នែកគុណតម្លៃនៃជីវិត គឺជារឿងមានជម្រៅសម្រាប់ជីវិត ដែលមានការប្រព្រឹត្តទៅតាមហេតុបច្ច័យ ។ ប្រយោជន៍ទី ២ នេះ ជាការចម្រើនផ្លូវចិត្ត មានសទ្ធា មានសីល មានចាគៈ មានបញ្ញា តម្កល់ខ្លួនក្នុងគុណធម៌ ពោលគឺបានប្រើប្រាស់នូវទិដ្ឋធម្មិកត្ថៈ ដែលជាប្រយោជន៍ទី១ នៅក្នុងផ្លូវធម៌ល្អប្រពៃ សម្រេចជាគុណប្រយោជន៍



រហូតដល់បានទៅជាអ្នកមាំទាំ នៅក្នុងសេចក្ដីល្អរបស់ខ្លួន ដល់ពេលត្រូវលះលោកនេះទៅ ក៏មានចិត្តស្ងប់ដោយមិនវង្វេង មិនហួងហែងកង្វល់នឹងអ្វីៗ មិនភ័យចំពោះដំណើរទៅកាន់លោកខាងមុខ ។

**៣-បរមត្ថៈ** ប្រយោជន៍ខ្ពង់ខ្ពស់ដ៏ក្រៃលែង ឬប្រយោជន៍ដែលជាសារៈពិតនៃជីវិត គឺជាទិសដៅចុងក្រោយបំផុតដែលជីវិតគួរតែបានចូលដល់។ ប្រយោជន៍ទី៣នេះ សំខាន់នៅត្រង់បញ្ញាពលៈ គឺការដឹងច្បាស់ នូវសភាវធម៌តាមសេចក្ដីពិត ជាការដឹងទាន់ដំណើរធម្មតារបស់សង្ខារធម៌ មិនធ្លាក់ចូលទៅក្នុងភាពជាទាសៈរបស់កិលេស រួចផុតអំពីការចាប់ប្រកាន់របស់ឧបាទាន មានចិត្តជាឥស្សរៈ ស្អាតផូរផង់ ភ្លឺស្វាងរុងរឿង ស្ងប់ប្រណីត បានចូលដល់សេចក្ដីសុខពិត ហៅដោយខ្លីថា **និព្វាន** គឺរលត់នូវកិលេសជាគ្រឿងកង្វល់ហ្នឹងឯង ។

☞ អត្ថៈ៣យ៉ាងនេះចាត់បែងចែកជាថ្មីមួយបែបទៀតគឺ÷

**១-អត្តត្ថៈ** ប្រយោជន៍ខ្លួនឯង គឺការដែលបានហ្វឹកហាត់

អប់រំខ្លួនដោយល្អ សម្រេចផលអំពីការសិក្សា ចម្រើនដោយសតិបញ្ញា និងគុណធម៌ផ្សេងៗ ជាអ្នកសម្បូណ៌ទៅដោយវិជ្ជា និងចរិយា ពឹងខ្លួនឯងបាននៅក្នុងផ្នែកសេដ្ឋកិច្ចគ្រួសារ ការរស់នៅក្នុងសង្គម និងការមានសីលធម៌មាំ-មួន រហូតដល់បរមត្ថៈគឺប្រយោជន៍ដ៏ប្រសើរចុងក្រោយ ។

**២-បរត្ថៈ** ប្រយោជន៍ដល់អ្នកដទៃ គឺ ការមានមេត្តាករុណា ការមានសមត្ថភាពរៀបចំជីវិតរបស់ខ្លួន ឱ្យបានជាប្រយោជន៍ទំនុកបម្រុងដល់អ្នកដទៃ ទោះជាផ្នែកខាងវត្ថុក្ដី ផ្នែកខាងការសម្រួលផ្លូវចិត្តក្ដី អ្នកដទៃអាចពឹងពាក់បាន ។

**៣-ឧភយត្ថៈ** បយោជន៍រួមគ្នាទាំងពីរផ្នែក គឺ
ប្រយោជន៍
ដែលជាសាធារណៈ ដូចជាសាលារៀន ផ្លូវថ្នល់ ស្ពាន អណ្ដូងទឹក សិល្បវិទ្យា និងសីលធម៌ជាដើម រៀបចំដំណើរជីវិតរបស់ខ្លួន ឱ្យប្រព្រឹត្តទៅដើម្បីជាប្រយោជន៍សុខ និងមានសេចក្ដីល្អប្រពៃ ជាសាធារណៈដល់អ្នកដទៃ យ៉ាង



ហោចបំផុត គឺ មិនឱ្យការស្វែងរកនូវប្រយោជន៍ផ្ទាល់ខ្លួនប្រព្រឹត្តទៅដើម្បីបៀតបៀន ឬប៉ះពាល់ឱ្យខូចខាតអន្តរាយដល់ប្រយោជន៍រួមគ្នាឡើយ ។

( ស្រង់ចាក ខុទ្ទកនិកាយ ចូឡនិទ្ទេស ខគ្គវិសាណសូត្រ
អធិប្បាយគាថា ព្រះបច្ចេកពុទ្ធ )

## II-ជីវិតមិនវង្វេងក្នុងលោក

បុគ្គលដែលប្រមាទធ្វេសប្រហែស រហូតដល់ធ្លាក់ទៅជាទាសៈនៃលោកធម៌ គឺជាមនុស្សវង្វេងក្នុងលោក ព្រោះមិនមាននូវសតិ ដូច្នេះ ទើបត្រូវមានសតិ ចេះមើល ចេះពិចារណា ចេះទទួលយកការពិតនៃជីវិត ដែលការពិតតែងមានប្រចាំលោក ប្រចាំជីវិត ដើម្បីកុំឱ្យជីវិតមានការវង្វេង គឺត្រូវស្គាល់ការពិតនៃលោក ដូចតទៅ ÷

**ក-ដឹងទាន់ចំពោះលោកធម៌** គឺចេះពិចារណាដោយការអប់រំសតិ រលឹកដឹងនូវសភាវធម៌ដែលតែងតែផ្លាស់ប្ដូរប្រែ-ប្រួល។ចំពោះសភាពនៃជីវិតដែលរស់នៅក្នុងលោក រមែង

មានលោកធម៌ព័ទ្ធជុំវិញ ដែលហៅថា **លោកធម៌** គឺជាធម្មតារបស់លោក ឬការប្រព្រឹត្តទៅនៃដំណើរធម្មតាដែលមានការវិលមករកសត្វលោក ឯចំណែកសត្វលោក ក៏វិលទៅតាមធម៌នោះៗ ជាប់តាមធម៌នោះៗ រស់នៅជាមួយនឹងធម៌នោះៗ ធម៌នោះៗមាន ៨ប្រការគឺ ÷

| **ផ្នែកចម្រើន** | **ផ្នែកវិនាស** |
|---|---|
| ១-បានលាភ | ២-អត់លាភ |
| ៣-បានយស | ៤-អត់យស |
| ៥-សរសើរ | ៦-និន្ទា |
| ៧-សុខ | ៨-ទុក្ខ |

លោកធម៌ទាំង៨នេះ ចាត់ជាពីរផ្នែក គឺមួយផ្នែកជាទីត្រេកអរពេញចិត្តរបស់ពពួកសត្វលោក ដែលនៅមានកិលេសជាទូទៅ និងមួយផ្នែកទៀត ជាទីទាស់ចិត្ត ជាទីភ័យខ្លាច និងមិនជាទីប្រាថ្នានៃសត្វលោក ដែលនៅមានកិលេសដូចគ្នាដែរ ប៉ុន្តែ ទោះជាសត្វលោកពេញចិត្តចង់បាន ឬ មិនចង់បានក៏ដោយ លោកធម៌ទាំងអស់នេះ ជា



របស់ដែលកើតឡើងដល់មនុស្សគ្រប់គ្នា ទាំងបុថុជ្ជនដែលមិនមានការសិក្សា ទាំងព្រះអរិយសាវ័កដែលមានការសិក្សា គ្រាន់តែផ្សេងគ្នាដោយការធ្វើទុកក្នុងចិត្តប៉ុណ្ណោះពោលគឺ ÷

**១-បុថុជ្ជនដែលមិនមានការសិក្សា** មិនមានការហ្វឹក-ហាត់អប់រំខ្លួន រមែងមិនយល់ មិនដឹងតាមសេចក្តីពិត ហើយក៏វង្វេងភ្លេចខ្លួន ស្រឡាញ់ស្អប់គាប់ទាស់ គឺថានៅពេលបានតាមប្រាថ្នាហើយ រមែងមានការត្រេកអររីករាយកក្អាកកក្អាយសប្បាយបាត់សតិ ភ្លេចគិតដល់សភាពដែលមិនទៀងទាត់ លុះដល់ពេលព្រាត់វិនាសបាត់បង់ ក៏សញ្ជប់-សញ្ជឹងទ្រមឹងទ្រមើយ អួលអាក់សោកសៅ សង្រេង-សង្រែងអស់ជើងអស់ដៃល្វិតល្វៃក្នុងខ្លួន នេះឯងជាលក្ខណៈលោកធម៌គ្របសង្កត់ចិត្ត មិនរួចផុតចាកទុក្ខសោកឡើយ ។

**២-ចំណែកអ្នកមានការសិក្សា ជាអរិយសាវ័ក** ចេះគិតចេះពិចារណា មានការយល់ដឹងតាមការពិត ដោយបានដឹងច្បាស់ថា ទោះជាលោកធម៌យ៉ាងណាក៏ដោយ សុទ្ធតែ

មិនទៀង មិនមាំមួន មានការប្រែប្រួលជាធម្មតា ហើយការពិតដោយបរមត្ថសច្ចៈ គឺ គ្រាន់តែជាវិថីចិត្តកើតឡើងតាមមនោទ្វារ ធ្វើកិច្ចដឹងរឿងនោះៗ ប៉ុណ្ណឹងឯង បើវិថី-ចិត្តមិនមានហើយ លោកធម៌ទាំងអស់ក៏មិនមានផងដែរ ដូច្នេះហើយ ទើបអរិយសាវ័កមិនបានវង្វេង មានសតិរក្សាចិត្តប្រព្រឹត្តទៅស្មើៗ ទាំងក្នុងការបាន ទាំងក្នុងការបាត់ ទាំងក្នុងសុខទុក្ខ គឺមានការរក្សាចិត្តមិនឱ្យញាប់ញ័រ ។

( ស្រង់គោលធម៌អំពីលោកវិបត្តិសូត្រ អង្គុត្តរនិកាយ អដ្ឋកនិបាត )

**៩-ធ្វើទុកក្នុងចិត្តដោយល្អចំពោះទេវទូត** គឺមិនមើលហួសទេវទូតក្នុងជីវិតរាល់ថ្ងៃឡើយ ចេះពិចារណារឿយៗព្រោះជាគ្រឿងដាស់តឿនចិត្តឱ្យដឹងដល់ធម្មតានៃដំណើរជីវិត ។ ពាក្យថា **ទេវទូត** គឺជាតួអង្គជំនួសស្តេចយមរាជ ជាអ្នករំលឹកដាស់តឿនដោយរូបភាពស្ទៀមស្ងាត់ មាន៥យ៉ាងគឺ÷

**១-ទារក ទារិកា** (កូនង៉ែត)គួរពិចារណាចំពោះជាតិទុក្ខ គឺទុក្ខព្រោះការកើត ។

**២-មនុស្សចាស់** គួរពិចារណាចំពោះជរាទុក្ខ គឺទុក្ខ



ព្រោះចាស់គ្រាំគ្រា ។

**៣-មនុស្សឈឺ** គួរពិចារណាចំពោះព្យាធិទុក្ខ គឺទុក្ខព្រោះមានជម្ងឺឈឺថ្កាត់ផ្សេងៗ ។

**៤-អ្នកទោស** ត្រូវទទួលទារុណកម្ម គួរពិចារណាចំពោះទុក្ខទោសក្នុងវដ្តសង្សារ គឺវដ្តទុក្ខ ។

**៥-មនុស្សស្លាប់** គួរពិចារណាចំពោះមរណទុក្ខ គឺទុក្ខព្រោះកើតស្លាប់ៗក្នុងសង្សារវដ្តរកទីបំផុតគ្មាន ដរាបណាកិលេសតណ្ហាមិនទាន់បានលះបង់អស់ទេនោះ ។

✍-គួរពិចារណាសភាពទាំង ៥យ៉ាងនេះ ដើម្បីសេចក្តីនឿយណាយក្នុងបញ្ចក្ខន្ធ កាលបើបានឆ្លងកាត់ផ្លូវខ្មោចដ៏ច្រើនក្តី ជួបមនុស្សទើបតែស្លាប់ក្តី ឬបានចូលទៅក្នុងទណ្ឌស្ថានក្តី មន្ទីរពេទ្យក្តី រមែងមានសតិ និងមានការពិចារណា កើតសង្វេគ មានសេចក្តីតក់ស្លុតក្នុងសង្ខារ ប្រឹងប្រែងប្រកបការងារជាកល្យាណកម្ម ធ្វើបុណ្យសាងល្អ មានដំណើរជីវិតដោយមិនភ្លើតភ្លើនក្នុងកាមគុណ មិនប្រមាទក្នុងកុសលធម៌ឡើយ ។ (ទេវទូតសូត្រ មជ្ឈិមនិកាយ)

**គ-ពិចារណារឿយៗចំពោះការពិតនៃជីវិត** សូម្បីមិនមែនជាពេលមើលទេវទូតក៏ដោយ ក៏ត្រូវពិចារណាតាមគោលធម៌ ដែលហៅថា **អភិណ្ហប្បច្ចវេក្ខណៈ** ដើម្បីការរឹងមាំនៃជីវិត មាន៥ប្រការគឺ ÷

**១-ជរាធម្មោម្ហិ ជរំ អនតីតោ** អាត្មាអញ មានជរាជាធម្មតា មិនកន្លងជរាទៅបានឡើយ ។

**២-ព្យាធិធម្មោម្ហិ ព្យាធឹ អនតីតោ** អាត្មាអញ មានព្យាធិជាធម្មតា មិនកន្លងព្យាធិទៅបានឡើយ ។

**៣-មរណធម្មោម្ហិ មរណំ អនតីតោ** អាត្មាអញ មានមរណៈជាធម្មតា មិនកន្លងមរណៈទៅបានឡើយ ។

**៤-សព្វេហិ មេ បិយេហិ មនាបេហិ នានាភាវោ វិនាភាវោ** អាត្មាអញតែងមានការព្រាត់ប្រាសនិរាសចាកសត្វ និងសង្ខារដែលជាទីស្រឡាញ់ ជាទីគាប់ចិត្តទាំងពួង។

**៥-កម្មស្សកោម្ហិ កម្មទាយាទោ កម្មយោនិ កម្មពន្ធុ កម្មប្បដិសរណោ យំ កម្មំ ករិស្សាមិ កល្យាណំ វា**



**បាបកំ វា តស្ស ទាយាទោ ភវិស្សាមិ** អាត្មាអញមានកម្មជារបស់ខ្លួន មានកម្មជាមរតក មានកម្មជាកំណើត មានកម្មជាផៅពង្ស មានកម្មជាទីរលឹក អាត្មាអញនឹងធ្វើនូវកម្មណា ទោះល្អក្តី អាក្រក់ក្តី អាត្មាអញនឹងជាអ្នកទទួលនូវផលនៃកម្មនោះ ។

✍ -កាលពិចារណារឿយៗយ៉ាងនេះ ក៏រមែងជួយការ-ពារនូវសេចក្តីស្រវឹង ក្នុងយុវវ័យ ក្នុងទ្រព្យសម្បត្តិ និងក្នុងជីវិតជាដើម ហើយបានកម្ចាត់បង់នូវសេចក្តីវង្វេងសេចក្តីប្រកាន់ និងកម្ចាត់បង់នូវអំពើទុច្ចរិត ប្រឹងប្រែងប្រព្រឹត្តតែអំពើជាប្រយោជន៍ សព្វៗកាល ។

( គោលធម៌ស្រង់ចាក ឋានសូត្រ អង្គុត្តរនិកាយ បញ្ចកនិបាត )

## III-ជីវិតបានសម្រេចនូវប្រយោជន៍

បុគ្គលត្រូវការឱ្យជីវិតបានជួបប្រសព្វនូវប្រយោជន៍ជាជីវិតបានសម្រេចក្តីបំណង ទោះជាផ្នែកសិក្សាក្តី ការ-ងារអាជីពជាដើមក្តី គប្បីបដិបត្តិតាមគោលធម៌ដូចតទៅ÷

**ក-គោលហេតុនៃសេចក្ដីចម្រើន** គឺបដិបត្តិតាមគោលធម៌ ដែលនាំជីវិតទៅរកសេចក្ដីចម្រើនរុងរឿង ហៅថា **ចក្កធម៌** ធម៌ជាកង់ វិលទៅរកសេចក្ដីចម្រើន ជាសម្បត្តិមាននូវឧបការគុណច្រើនដល់សត្វលោក មាន៤យ៉ាងគឺ÷

**១-បតិរូបទេសវាសោ** ការនៅក្នុងប្រទេសដ៏សមគួរ គឺ ជ្រើសរើសកន្លែងនៅឱ្យបានសមរម្យ មានទីកន្លែងរៀនសូត្រដែលជាផ្លូវដើរនៃជីវិត មានបុគ្គល និងបរិយាកាសធម្មជាតិល្អប្រសើរ សម្រាប់ជួយដល់ការសិក្សាស្វែងរកចំណេះដឹង មានសប្បុរសសម្រាប់ជាទីអាស្រ័យ ក្នុងការសាងគុណធម៌ និងជាកន្លែងសមគួរក្នុងរឿងផ្សេងៗទៀតដែលទាក់ទងនឹងការងារសម្រាប់រស់ ។

**២-សប្បុរិសូបស្សយោ** ការចូលទៅសេពគប់នឹងពួកសប្បុរស ចេះជ្រើសរើសមនុស្សសម្រាប់សេពគប់ ឬចូលរួមក្នុងក្រុមអ្នកចេះដឹង ដែលអាចជួយក្នុងការសិក្សាធម៌ជួយបំភ្លឺ ជួយណែនាំ ដើម្បីជីវិតស្ថិតនៅក្នុងផ្លូវត្រូវ ។



**៣-អត្តសម្មាបណិធិ** តម្កល់ខ្លួនទុកដោយប្រពៃ គឺតម្កល់ខ្លួនទុកក្នុងកុសលធម៌ ឬតម្កល់ខ្លួនទុកក្នុងផ្លូវដែលត្រឹមត្រូវ ហើយនាំខ្លួនឱ្យបានដល់ទិសដៅនៃជីវិតពិតប្រាកដ ។

**៤-បុព្វេ ច កតបុញ្ញតា** មានបុណ្យបានធ្វើទុកហើយក្នុងកាលមុន គឺមានទុនបានត្រៀមទុកហ្នឹងឯង ម្យ៉ាងបានដល់ ការមានសតិបញ្ញា ភាពស្ទាត់ជំនាញ និងរាងកាយល្អមាំមួនជាដើម ដែលជាលទ្ធផលត្រូវបានទទួលអំពីអំពើល្អដែលខ្លួនបានធ្វើទុកហើយ និងម្យ៉ាងទៀត គឺអាស្រ័យលទ្ធផលដែលបានទទួលនេះឯង ខំប្រឹងប្រែងសាងគុណធម៌ សេពគប់សប្បុរស ទំនុកបម្រុងខ្លួនដោយធម៌ល្អ និងហ្វឹកហាត់អប់រំសេចក្ដីជំនាញ ត្រៀមទុកជាមុនដោយល្អកាលមានហេតុដល់ព្រម ក៏ប្រើប្រាស់សេចក្ដីជំនាញនោះព្រមជាមួយបុណ្យចាស់ដែលមានផង រមែងបានទទួលផលសម្រេច ហើយព្យាយាមសាងប្រយោជន៍សុខតទៅមុខឱ្យចម្រើនកាន់តែក្រៃលែងឡើង ។

( គោលធម៌ស្រង់ចាក ចក្កវគ្គ ចក្កសូត្រ អង្គុត្តរនិកាយ ចតុក្កនិបាត )

**៥-គោលហេតុនៃសេចក្ដីសម្រេច** បដិបត្តិតាមគោលធម៌ដែលនឹងនាំទៅរកសេចក្ដីសម្រេចនៃកិច្ចការនោះៗ ហៅថា "**ឥទ្ធិបាទ៤**" មាន ៤ប្រការគឺ ÷

**១-ឆន្ទៈ** ពេញចិត្តក្នុងការងារ គឺ ពេញចិត្តនឹងធ្វើ ហើយធ្វើដោយចិត្តស្រឡាញ់ចំពោះការងារនោះ ធ្វើឱ្យបានសម្រេចផលដ៏ល្អ មិនមែនធ្វើឱ្យតែរួចៗនោះទេ ហើយក៏មិនមែនធ្វើយកតែប្រាក់ឈ្នួលនោះដែរ ។

**២-វិរិយៈ** ព្យាយាមធ្វើការងារ ជាធម្មតាមានការពេញចិត្តនឹងធ្វើហើយ ប៉ុន្តែខ្វះព្យាយាម ការងាររមែងមិនសម្រេច ជួនកាលការពេញចិត្តថយកម្លាំង តែត្រូវប្រឹងកុំឱ្យព្យាយាមធូរថយ ត្រូវរឹងប៉ឹងកុំដាក់ធុរៈចោល ។

**៣-ចិត្តៈ** យកចិត្តទុកដាក់ចំពោះការងារមានឆន្ទៈមានវីរិយៈហើយ តែធ្វើដោយមិនយកចិត្តទុកដាក់ បណ្ដោយចិត្តឱ្យរាយមាយរឿយៗ ការងារសម្រេចផលមិនល្អ ជួនកាលថ្ងោះធ្លោយ ត្រូវខូចការទាំងស្រុង ដូច្នេះ ធ្វើអ្វីៗ



ត្រូវតែយកចិត្តទុកដាក់ឱ្យមែនទែន ទើបបានផលល្អ។

**៤-វិមំសា** មានបញ្ញាជាគ្រឿងរាវរកនូវហេតុផល គឺយល់ការងារច្បាស់លាស់ ធ្វើដោយឥតសង្ស័យ មានជំនាញផង ចេះរកហេតុផលផង ការងាររមែងសម្រេចផលបានយ៉ាងប្រសើរ ។

( គោលធម៌ស្រង់ចាក សង្គីតិសូត្រ ទីឃនិកាយ បាដិកវគ្គ )

**៦-ឫសគល់ញ៉ាំងផលឱ្យដល់កំពូល** កាលព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធនៅជាព្រះពោធិសត្វ ព្រះអង្គមិនឆ្អែតនឹងសេចក្ដីល្អឡើយ ព្រោះហេតុដូច្នេះហើយ ទើបព្រះអង្គមានជាតិកំណើតចុងក្រោយ មិនមែនជាអនុពុទ្ធ មិនមែនជាព្រះបច្ចេកពុទ្ធ គឺព្រះអង្គជាព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធ ជាអគ្គបុគ្គលលើលោក ដូច្នេះគោលធម៌ជាឫសគល់ គួរដល់ការកត់សំគាល់ក្នុងរឿងបានសម្រេចផលដល់កំពូលនេះ មាន២យ៉ាងគឺ ÷

**១-អសន្តុដ្ឋិតា ច កុសលេសុ ធម្មេសុ** មិនសន្តោសក្នុងកុសលធម៌ គឺមិនចេះឆ្អែត មិនចេះល្មម ក្នុងការបំពេញសេចក្ដីល្អ (នៅក្នុងលោកនេះ មិនមានអ្វីដែលល្អសម្រាប់

យើង ជាងខ្លួនយើងដែលជាមនុស្សល្អឡើយ ) ។

**២-អប្បដិវានិតា ច បធានស្មឹ** មិនរួញថយក្នុងសេចក្តីព្យាយាម គឺព្យាយាមឈានទៅមុខជានិច្ច មិនព្រមថយក្រោយ មិនព្រមចាញ់ តស៊ូចំពោះឧបសគ្គ និងអត់ធន់បានចំពោះសេចក្តីលំបាកផ្សេងៗ ។

(គោលធម៌ស្រង់ចាក សង្គីតិសូត្រ )

## IV-ជីវិតជាមួយនឹងទ្រព្យសម្បត្តិ

ជីវិតមនុស្ស មានការទាក់ទងនឹងសម្បត្តិទ្រព្យជាប់ជានិច្ច ជាពិសេសអ្នកគ្រប់គ្រងផ្ទះ ដូច្នេះ ទើបត្រូវសិក្សាគោលធម៌ក្នុងព្រះពុទ្ធសាសនា ដើម្បីឱ្យចេះស្វែងរក ចេះចាយ ចេះប្រើប្រាស់ និងចេះចាត់ចែង គឺជាអ្នកជំនាញខាងផ្នែកសេដ្ឋកិច្ចគ្រួសារ និងជំនាញខាងការប្រើប្រាស់ចាត់ចែងឱ្យទ្រព្យសម្បត្តិប្រព្រឹត្តទៅជាប្រយោជន៍ មានគោលធម៌បដិបត្តិដូចតទៅ ÷

**ក-ការស្វែងរកនិងការរក្សាទ្រព្យ** ត្រូវបដិបត្តិតាមគោល



ធម៌ ដែលប្រព្រឹត្តទៅដើម្បីជាប្រយោជន៍ក្នុងបច្ចុប្បន្ន មាន ៤ យ៉ាងគឺ ÷

**១-ឧដ្ឋានសម្បទា** ដល់ព្រមដោយការប្រឹងប្រែងព្យាយាម គឺការក្រោកឈរដោយស្មារតីតស៊ូ មិនខ្លាចការហត់នឿយក្នុងមុខរបរស្វែងរកទ្រព្យ ដែលជាមុខរបរសុចរិត (មុខរបរសុចរិត ជាមុខរបរថ្លៃថ្នូរ ) ហ្វឹកហាត់ឱ្យមានការជំនាញក្នុងវិជ្ជាជីវៈ និងចេះចាត់ចែងការងារឱ្យស្របតាមកាលៈទេសៈបច្ចុប្បន្ន ។

**២-អារក្ខសម្បទា** ដល់ព្រមដោយការរក្សា គឺចេះគ្រប់គ្រងថែទាំសន្សំសំចៃ មិនខ្ជះខ្ជាយនូវទ្រព្យសម្បត្តិដែលខ្លួនខំប្រឹងប្រែងប្រមូលមកដោយការងារសុចរិត មិនឱ្យរាត់រាយបាត់បង់ព្រោះហេតុមិនរក្សានោះឡើយ ។

**៣-កល្យាណមិត្តតា** គប់រកមនុស្សល្អជាមិត្ត គឺចេះសេពគប់មនុស្ស មិនគប់មិនប្រព្រឹត្តតាមចំពោះបុគ្គលណាដែលដើរក្នុងផ្លូវនៃអបាយមុខ ជ្រើសរកមនុស្សណាដែលចេះដឹង ទ្រទ្រង់នូវគុណធម៌ ជាបុគ្គលគួរគោរពរាប់អាន

ជាអ្នកណែនាំក្នុងផ្លូវល្អ ផ្លូវចម្រើនមកជាមិត្ត ដើម្បីចម្រើនក្នុងការងារទាំងពួង ។

**៤-សមជីវិតា** ចិញ្ចឹមជីវិតមានតុល្យភាព គឺចេះកំណត់ដឹងនូវចំណូល និងចំណាយ រស់នៅឱ្យល្មមនឹងទ្រព្យដែលជាចំណូល មិនចេះតែចង់ហ៊ីហា ហើយទូលាយ ដោយការចាយវាយនោះឡើយ ប៉ុន្តែ ក៏មិនត្រូវកំណាញ់ដែរ ។

( គោលធម៌ស្រង់ចាក ទីឃជាណុសូត្រ អង្គុត្តរនិកាយ អដ្ឋកនិបាត )

**៥-ការបែងចែកទ្រព្យ** កាលដែលស្វែងរកទ្រព្យបានមកហើយ គប្បីចេះបែងចែកទ្រព្យនោះជា៤ចំណែក ហៅថា **ភោគវិភាគ** គឺ ÷

-**ឯកេន ភោគេ ភុញ្ជេយ្យ**បរិភោគចិញ្ចឹមជីវិតខ្លួនឯង ចិញ្ចឹមជីវិតអ្នកដទៃដែលគួរចិញ្ចឹម និងប្រើប្រាស់ជាប្រយោជន៍ផ្សេងៗទៀតតាមសមគួរ មួយចំណែក ។

-**ទ្វីហិ កម្មំ បយោជយេ** ប្រើជាដើមទុនប្រកបមុខរបរ ពីរចំណែក ។

-**ចតុត្ថញ្ច និធាបេយ្យ អាបទាសុ ភវិស្សតីតិ** តម្កល់



ទុកនូវចំណែកទី ៤ ដោយក្រែងមានអន្តរាយទាំងឡាយឯណានីមួយ នឹងមានទ្រព្យនៅសល់មួយចំណែកដែរ ។

(ស្រង់ចាក សិង្គាលកសូត្រ )

**៦-ការបរិភោគប្រើប្រាស់ខ្ជះខ្ជាយចាយវាយនូវទ្រព្យ** គប្បីរំពឹងគិតឱ្យបានយល់ច្បាស់ថា ការដែលបានស្វែងរក និងគ្រប់គ្រងរក្សានូវទ្រព្យ ក៏ដើម្បីនឹងប្រើប្រាស់ឱ្យបានជាប្រយោជន៍ដល់ខ្លួនឯងនិងអ្នកដទៃ បើមិនបានប្រើប្រាស់ឱ្យកើតជាគុណប្រយោជន៍ហើយ ការស្វែងរក និងការមានបាននូវសម្បត្តិទ្រព្យ ក៏រមែងប្រាសចាកនូវគុណតម្លៃ គ្មានន័យខ្លឹមសារអ្វីឡើយ ដូច្នេះ ការស្វែងរកនូវទ្រព្យសម្បត្តិមានបានច្រើនហើយ គប្បីបដិបត្តិចំពោះទ្រព្យមួយចំណែកក្នុងចំណុច «៥» គឺ **ឯកេន ភោគេ ភុញ្ជេយ្យ** ឱ្យទៅជា **៤**ចំណែកតាមព្រះពុទ្ធដីកា ដូចតទៅ ÷

អរិយសាវ័កក្នុងធម្មវិន័យនេះ មាននូវភោគៈទាំងឡាយ ដែលខ្លួនបានមកដោយសេចក្តីខ្នះខ្នែង ព្យាយាមដែលខ្លួនសន្សំដោយកម្លាំងដៃ មានញើសហូរចេញ ប្រកប

ដោយធម៌ហើយ រមែងប្រើប្រាស់ដូចនេះ ÷

១.ញុំាងខ្លួនឱ្យសុខ ឱ្យឆ្អែត

រក្សាសេចក្តីសុខដោយប្រពៃ

ញុំាងមាតាបិតា ឱ្យសុខ ឱ្យឆ្អែត រក្សាសេចក្តីសុខដោយប្រពៃ ញុំាងបុត្រ ភរិយា ទាសកម្មករ និងមនុស្សទាំង-ឡាយទៀត ឱ្យសុខ ឱ្យឆ្អែត រក្សាសេចក្តីសុខដោយប្រពៃ។

២.ញុំាងមិត្តអាមាត្យ ឱ្យសុខ ឱ្យឆ្អែត

រក្សាសេចក្តីសុខ ដោយប្រពៃ ។

៣.ប្រើប្រាស់ការពារនូវសេចក្តីអន្តរាយ ដែលកើតអំពីភ្លើង អំពីទឹក អំពីចោរជាដើម ហើយធ្វើខ្លួនឱ្យដល់នូវសួស្តី ព្រោះភោគៈទាំងឡាយនោះ ។

៤.ជាអ្នកធ្វើនូវពលី ៥ប្រការ គឺ ÷

**-១-ញាតិពលី** សង្គ្រោះញាតិ ។

**-២-អតិថិពលី** ទទួលភ្ញៀវ ។

**-៣-បុព្វបេតពលី** ធ្វើទាន ឧទ្ទិសកុសលឱ្យដល់អ្នក



ចែកឋានទៅហើយ ។

**-៤-រាជពលី** ជួយប្រទេសជាតិំ នុកបម្រុងរាជការ ដោយការបង់ពន្ធជាដើម ។

**-៥-ទេវតាពលី** ធ្វើបុណ្យឧទ្ទិសឱ្យដល់ទេវតា (ទេវតា ក៏ត្រូវការអនុមោទនានូវបុណ្យដែរ) ។

៥.តម្កល់នូវទក្ខិណាទានដ៏ខ្ពង់ខ្ពស់ ជាធម្មជាតិអំណោយផលដ៏ល្អ មានវិបាកជាសុខ ប្រព្រឹត្តទៅដើម្បីស្ថានសួគ៌ ដល់សមណព្រាហ្មណ៍ដែលប្រាសចាកសេចក្តីប្រមាទ មិនជាបុគ្គលស្រវឹង តាំងនៅក្នុងខន្តិសោរច្ចៈ ជាអ្នកអប់រំទូន្មានខ្លួន ។

៦.កាលណាបើប្រើប្រាស់នូវទ្រព្យសម្បត្តិ សម្រេចបានជាប្រយោជន៍យ៉ាងនេះហើយ ទ្រព្យសម្បត្តិអស់ទៅក៏សប្បាយចិត្ត ឈ្មោះថាអស់ដោយល្អ ព្រោះបានគិតឃើញថា អាត្មាអញបានប្រើប្រាស់ភោគៈនោះ ឱ្យជាប្រយោជន៍ត្រឹមត្រូវតាមហេតុផល បើទ្រព្យសម្បត្តិមានការចម្រើនក៏សប្បាយចិត្ត ព្រោះបានមកដោយការងារសុចរិត ពោល

គឺ មិនមានសេចក្ដីក្ដៅក្រហាយចិត្ត ទាំងត្រូវអស់ ទាំងត្រូវបាន ។

( ស្រង់ចាក អាទិយសូត្រ មុណ្ឌរាជវគ្គ អង្គុត្តរនិកាយ បញ្ចកនិបាត )

**ព្រះធម៌ជាស្ពាន**

កើតជាមនុស្សហើយ ចូរកុំកន្ដើយ រកត្រើយនិព្វាន
សទ្ធាជាពូជ ដូចព្រះទូន្មាន ព្រះធម៌ជាស្ពាន
ឆ្លងវដ្តសង្សារ ។
បើជា តិរច្ឆាន ធ្វើទានម្ដេចបាន ទុក្ខលុះមរណា
ឥតស្គាល់សីលទាន ពុំមានធម៌អាថ៌ ខ្វះទាំងអាហារ
ខ្លោចផ្សាលុះក្ស័យ ។
កើតជាមនុស្សនេះ ជាបុណ្យពិសេស ជាលាភធំក្រៃ
កុំភ្លេចសីលទាន ស្ពានឆ្លងភពត្រៃ សុំជាប់និស្ស័យ
ព្រះពុទ្ធសាសនា ។
សទ្ធានៅរាក់ បើខ្វះវីរិយៈ ជំពាក់តណ្ហា
បើខ្វះខន្ដី បាត់ក្ដីមេត្តា បើខ្វះបញ្ញា
ជាប់បំណុលកម្ម ។

. ដោយឧបាសក **គុយ_សុធន**



# មនុស្សជាមួយនឹងមាគ៌ាជីវិត

## I-អ្នកណែនាំផ្លូវ

បុគ្គលដែលមានតួនាទីជាអ្នកបង្រៀន ឱ្យការសិក្សាដល់អ្នកដទៃ ដោយចំពោះ គឺគ្រូអាចារ្យគប្បីប្រកបដោយគុណសម្បត្តិ និងប្រព្រឹត្តតាមគោលបដិបត្តិ ដូចតទៅ ÷

**ក-ជាកល្យាណមិត្ត** គឺគប្បីប្រកបដោយគុណធម៌របស់កល្យាណមិត្ត ៧ ប្រការ គឺ ÷

**១-បិយោ** ធ្វើខ្លួនឱ្យជាទីស្រឡាញ់រាប់អាន
**២-គរុ** ធ្វើខ្លួនឱ្យជាទីគោរពកោតក្រែង
**៣-ភាវនីយោ** ធ្វើខ្លួនឱ្យជាទីចម្រើនចិត្ត
**៤-វត្តា** ឆ្លាតក្នុងពាក្យពោល
**៥-វចនក្ខមោ** អត់ធន់នឹងពាក្យអ្នកដទៃ
**៦-គម្ភីរញ្ច កថំ កត្តា** ពោលពាក្យមានជម្រៅ
**៧-នោ ចដ្ឋានេ និយោជយេ** មិនដឹកនាំទៅក្នុងហេតុ

ដែលមិនគួរ គឺផ្លូវនៃសេចក្ដីវិនាស ។

☝. គុណធម៌របស់កល្យាណមិត្ត ៧ ប្រការនេះ បាន អធិប្បាយហើយនៅក្នុងគុណធម៌ទី១៥នៃពរទី២ទំព័រ៨១ ។

( គម្ពីរដើម អង្គុត្តរនិកាយ សត្តកនិបាត )

**៦-តាំងចិត្តប្រសិទ្ធពរ** ដោយតម្កល់ខ្លួននៅក្នុងគុណរបស់អ្នកសម្ដែងធម៌ ហៅថា **ធម្មទេសកធម៌** មាន៥យ៉ាងគឺ ÷

**១-អនុបុព្វិកថំ កថេស្សាមិ** អាត្មាអញនឹងសម្ដែងធម៌តាមលំដាប់ គឺសម្ដែងគោលធម៌ ឬ សេចក្ដីនៃធម៌ឱ្យមានហេតុផលទាក់ទងគ្នា ជាបន្តបន្ទាប់ មិនស្រូតកាត់ឱ្យខូចសេចក្ដី ។

**២-បរិយាយទស្សាវី** លើកយកចំណុចសំខាន់ណាមួយមកអធិប្បាយឱ្យយល់ហេតុផល គឺចង្អុលប្រាប់ឱ្យអ្នកស្ដាប់បានឃើញច្បាស់ តាមហេតុផលពិតៗ ។

**៣-អនុទយតំ បដិច្ច** អាស្រ័យចិត្តអាណិតដល់អ្នកស្ដាប់ គឺ សម្ដែងធម៌ដោយអាស្រ័យសេចក្ដីអនុគ្រោះពិតៗ ប្រាថ្នាប្រយោជន៍ឱ្យដល់មនុស្សទាំងឡាយ ។



**៤-ន អាមិសន្តរោ** សម្ដែងធម៌ មិនមែនព្រោះមានអាមិសជាហេតុ គឺមិនសម្លឹងចង់បានលាភសក្ការៈដែលគេបូជា ពោលគឺ មិនតាំងចិត្តលក់ធម៌ ឬស៊ីឈ្នួលសម្ដែងធម៌ឡើយ ។

**៥-អត្តានញ្ច បរញ្ច អនុបហច្ច** មានចិត្តត្រង់ក្នុងធម៌ពិតៗ មិនសម្ដែងធម៌ដោយការបៀតបៀនខ្លួនឯង និងអ្នកដទៃ គឺ សម្ដែងតាមគោលធម៌ តាមសេចក្ដីនៃធម៌ មិនលើកតម្កើងខ្លួន គ្របសង្កត់អ្នកដទៃឡើយ ។

( គោលធម៌ស្រង់ចាក ឧទាយិសូត្រ អង្គុត្តរនិកាយ បញ្ចកនិបាត )

**៧-តួនាទីលោកគ្រូចំពោះសិស្ស** គប្បីបដិបត្តិចំពោះសិស្សដោយការសង្គ្រោះ តាមគោលធម៌ ៥ ប្រការ គឺ ÷

**១-សុវិនីតំ វិនេន្តិ** ដឹកនាំអប់រំសិស្សឱ្យជាមនុស្សល្អ ឱ្យឃើញគុណតម្លៃនៃសេចក្ដីល្អ ។

**២-សុគ្គហិតំ គាហាបេន្តិ** បង្រៀនសិស្សឱ្យយល់ច្បាស់ ចាប់យកចំណេះដឹងបានពិតប្រាកដ ។

**៣-សព្វសិប្បេសុ តំ សមក្ខាយិនោ ភវន្តិ** បង្រៀន

សិស្សឱ្យចេះក្នុងសិល្បវិទ្យា ដោយសព្វគ្រប់ ។

**៤-មិត្តាមច្ចេសុ បដិវេទេន្តិ** លើកតម្កើងសេចក្ដីល្អរបស់សិស្ស ក្នុងទីប្រជុំមិត្តអាមាត្យ ។

**៥-ទិសាសុ បរិត្តានំ ករោន្តិ** ធ្វើការរក្សាចាត់ចែងការពារសិស្ស ក្នុងទិសទាំងពួង ។

(ស្រង់ចាក សិង្គាលកសូត្រ )

អធិប្បាយសេចក្ដីនៅក្នុងសៀវភៅ«**សិក្ខាបទមនុស្សល្អ**»

## II-**អ្នកដើរផ្លូវ**

អ្នកដែលសិក្សារៀនសូត្រ គឺជាអ្នកដើរក្នុងផ្លូវជីវិត ត្រូវខំប្រឹងប្រែងដើរ និងដើរក្នុងផ្លូវល្អ ក្រៅអំពីបដិបត្តិតាមគោលធម៌ដែលនាំឱ្យបានសម្រេច គឺចក្កធម៌ និង ឥទ្ធិបាទធម៌ (ទំព័រ ២៣៩) ហើយ នៅមានគោលធម៌ដែលគួរដឹង និងគោលបដិបត្តិដែលគួរប្រព្រឹត្ត ជាបន្តទៀត ÷

**ក-បុព្វភាគនៃការសិក្សា** គឺត្រូវដឹងនូវអង្គប្រកប ដែលជាបច្ច័យនៃសម្មាទិដ្ឋិ ២ប្រការគឺ ÷



**១-អង្គប្រកបខាងក្រៅដែលល្អ** មាននូវកល្យាណមិត្ត គឺ ចេះរកអ្នកណែនាំផ្លូវដែលជាមនុស្សល្អ ទីប្រឹក្សាល្អៗ សៀវភៅល្អៗ រហូតដល់សង្គមមនុស្សដែលនៅជុំវិញខ្លួនឱ្យបានល្អសមរម្យទៀតផង ទាំងអស់នេះសម្រាប់ជួយជំរុញ ជួយដាស់តឿននូវស្មារតី ដោយអាស្រ័យការស្ដាប់ ការសន្ទនា ការប្រឹក្សា ការអានជាដើម ។

**២-អង្គប្រកបខាងក្នុងដែលល្អ** បានដល់ យោនិសោ-មនសិការៈ គឺការធ្វើទុកក្នុងចិត្តដោយឧបាយត្រូវទំនង បានដល់ ការចេះគិត ចេះពិចារណា ស្រាវជ្រាវឱ្យឃើញនូវសភាវៈពិត ឱ្យឃើញសម្ពន្ធគ្នារវាងហេតុនិងផល ។

✍ -ពោលដោយខ្លីៗ គឺ បន្ទាប់អំពីបានស្ដាប់ឮ ឬមើលឃើញហើយ ត្រូវចេះគិតពិចារណាឱ្យឃើញការពិត ។

(គោលធម៌ស្រង់ចាក មហាវេទល្លសូត្រ មជ្ឈិមនិកាយ មូលបណ្ណាសកៈ)

**ខ-ធម៌នាំឱ្យចម្រើននូវបញ្ញា** ក្នុងផ្លូវបដិបត្តិដែលមានឧបការៈ ជ្រោមជ្រែងឱ្យមានបច្ច័យនៃសម្មាទិដ្ឋិ ២យ៉ាងខាងដើម ដោយការបដិបត្តិនូវ **វុឌ្ឍិធម៌** ៤ប្រការគឺ ÷

**១-សប្បុរិសសំសេវោ** សេពគប់សប្បុរស

**២-សទ្ធម្មស្សវនំ** ស្តាប់ធម៌របស់សប្បុរស

**៣-យោនិសោមនសិការោ** គិតរកហេតុផល

**៤-ធម្មានុធម្មប្បដិបត្តិ** បដិបត្តិធម៌ត្រឹមត្រូវទៅតាមធម៌ គឺត្រឹមត្រូវតាមគោលធម៌ ដែលនាំឱ្យបញ្ញាមានការចម្រើន បញ្ញាមានការចម្រើនដោយហេតុណា ក៏បដិបត្តិអប់រំនូវហេតុនោះ ។

( ស្រង់ចាក បញ្ញាវុឌ្ឍិសូត្រ អង្គុត្តរនិកាយ ចតុក្កនិបាត )

**គ-តួនាទីសិស្សចំពោះលោកគ្រូ** សិស្សគប្បីបដិបត្តិចំពោះអ្នកអុជប្រទីបគឺបញ្ញា តាមគោលធម៌ ៥ប្រការ គឺ ÷

**១-ឧដ្ឋានេន** ក្រោកឈរទទួលសម្តែងការគោរព ។

**២-ឧបដ្ឋានេន** ចូលទៅបម្រើនូវកិច្ចការផ្សេងៗ ។

**៣-សុស្សូសាយ** គោរពស្តាប់ឱវាទដោយល្អ ចេះស្តាប់ឱ្យកើតបញ្ញា ។

**៤-បារិចរិយាយ** ប្រណិប័តន៍ដោយការបម្រើកិច្ចតូច-



តាច មានហុចនេះហុចនោះជាដើម ទាក់ទងនឹងការរក្សារូបកាយ ។

**៥-សក្កច្ចំ សិប្បំ បដិគ្គហនេន** សិក្សារៀនយកនូវសិល្បវិទ្យាដោយគោរព ជាការសិក្សាប្រាកដប្រជា យកជាការងារសំខាន់ ។

( ស្រង់ចាក សិង្គាលកសូត្រ )

## III-អ្នកចូលក្នុងផ្លូវសាសនា

ជាឧបាសក ឧបាសិកា អ្នកចូលជិតព្រះរតនត្រ័យ គប្បីបដិបត្តិតាមគោលធម៌ ដែលជាការសម្តែងនូវទំនាក់-ទំនងរវាងខ្លួនឯងនឹងព្រះពុទ្ធសាសនា ដូចតទៅ ÷

**ក-បដិបត្តិចំពោះព្រះសង្ឃ** ដោយគោរពនូវតួនាទី ៥ ប្រការគឺ ÷

**១-មេត្តេន កាយកម្មេន** ធ្វើនូវអំពើអ្វី គឺធ្វើដោយមេត្តាចិត្តជាសមុដ្ឋាន ។

**២-មេត្តេន វចីកម្មេន** និយាយនូវពាក្យអ្វី គឺនិយាយ

ដោយមេត្តាចិត្តជាសមុដ្ឋាន ។

**៣-មេត្តេន មនោកម្មេន** គិតក្នុងរឿងអ្វី គឺគិតដោយមេត្តាចិត្ត ប្រាថ្នាឱ្យព្រះសង្ឃបានសុខ ។

**៤-អនាវដទ្វារតាយ** មិនបិទទ្វារផ្ទះពោលគឺមានសទ្ធាទទួលដោយការពេញចិត្ត ។

**៥-អាមិសានុប្បទានេន** ធ្វើទានដោយការទំនុកបម្រុងនូវបច្ច័យ ៤ដល់ ព្រះសង្ឃ ។

( ស្រង់ចាក សិង្គាលកសូត្រ )

**៦-បំពេញកងការកុសល** គឺធ្វើសេចក្តីល្អដោយវិធីផ្សេងៗក្នុងបុញ្ញកិរិយាវត្ថុ១០ គឺ ÷

**១-ទានមយៈ** បុណ្យសម្រេចដោយការឱ្យទាន ។

**២-សីលមយៈ** បុណ្យសម្រេចដោយការរក្សាសីល ។

**៣-ភាវនាមយ្ម** បុណ្យសម្រេចដោយការចម្រើនភាវនា។

**៤-បត្តិទានមយៈ** បុណ្យសម្រេចដោយការចែកបុណ្យ។

**៥-បត្តានុមោទនាមយៈ** បុណ្យសម្រេចដោយការជ្រះថ្លាអនុមោទនា ។



**៦-អបចាយនមយៈ** បុណ្យសម្រេចដោយការគោរពទន់ភ្លន់ ចេះឱ្យនូវកិត្តិយសភាពខ្ពង់ខ្ពស់ដល់អ្នកដទៃ ។

**៧-វេយ្យាវច្ចមយៈ** បុណ្យសម្រេចដោយការជួយខ្នះខ្នែងអើពើ គឺជួយក្នុងការងារដែលប្រាសចាកទោស ។

**៨-ធម្មស្សវនមយៈ** បុណ្យសម្រេចដោយការស្តាប់ធម៌។

**៩-ធម្មទេសនាមយៈ** បុណ្យសម្រេចដោយការសម្តែងធម៌។

**១០-ទិដ្ឋុជុកម្ម** ការយល់ត្រង់ យល់ត្រូវ ជាកុសលកម្មបថផង ញុំាងបុណ្យទាំងពួងផ្សេងៗទៀត ឱ្យសម្រេចបានដោយល្អប្រពៃផង ។

(បុញ្ញកិរិយាវត្ថុ១០ មានក្នុង អដ្ឋសាលិនី អដ្ឋកថា អភិធម្មសង្គណី)

**ត-ជិតជិតនឹងព្រ/ពុទ្ធសាសនា** កាលបើបដិបត្តិឱ្យរឹងរឹតតែចម្រើន មិនមានការសាបសូន្យចាកព្រះសទ្ធម្ម ឧបាសកឧបាសិកាត្រូវចូលជិតព្រះសាសនាឱ្យបានពិតប្រាកដ តម្កល់ខ្លួននៅក្នុងធម៌ ៧យ៉ាងនេះ គឺ ÷

**១-ភិក្ខុទស្សនំ ន ហាបេតិ** មិនញុំាងការឃើញការ

ជួបប្រទះនូវភិក្ខុសង្ឃហើយសាកសួរ ឱ្យសាបសូន្យ ។

**២-សទ្ធម្មស្សវនំ នប្បមជ្ជតិ** មិនប្រមាទធ្វេសប្រហែស ក្នុងការស្ដាប់នូវព្រះសទ្ធម្ម ។

**៣-អធិសីលេ សិក្ខតិ** សិក្សាក្នុងអធិសីល គឺចាប់តាំងពីសីល៥ទៅ ឱ្យរឹងរឹតតែប្រណីត ។

**៤-បសាទពហុលោ ហោតិ** ជាអ្នកមានសេចក្ដីជ្រះថ្លាច្រើន ក្នុងពួកភិក្ខុចាស់ថ្មីកណ្ដាល ។

**៥-អន្តរម្ភចិត្តោ ធម្មំ សុណាតិ ន រន្ធគវេសី** ជាអ្នកមានចិត្តមិនរិះគន់ មិនស្វែងរកទោស ក្នុងការស្ដាប់ធម៌ ។

**៦-ន ”តោ ពហិទ្ធា ទក្ខិណេយ្យំ គវេសតិ** មិនស្វែងរកទក្ខិណេយ្យបុគ្គល ខាងក្រៅអំពីសាសនានេះ ។

**៧-ឥធ ច បុព្វការំ ករោតិ** ធ្វើការទំនុកបម្រុងនៅក្នុងព្រះសាសនានេះជាមុន ពោលគឺធ្វើទានដល់ព្រះភិក្ខុ-សង្ឃជាមុនហើយ ទើបអាចឱ្យដល់ពួកតិរ្ថិយដទៃដោយសេចក្ដីសង្គ្រោះតាមក្រោយ ។

(ស្រង់ចាក អង្គុត្តរនិកាយ សត្តកនិបាត ព្រះសូត្រទី៩នៃវជ្ជីវគ្គ )



**ឃ-អ្នកជិតព្រ/រតនត្រ77យបីដូចជាផ៉ាឈូក** គឺឧបាសកឧបាសិកា មានការឆ្លាតឈ្លាសវាងវៃ ហើយតម្កល់ខ្លួនក្នុងគុណធម៌ ៥ប្រការគឺ ÷

**១-សទ្ធោ ហោតិ** ជាអ្នកមានសទ្ធា ជឿមានហេតុផលតាំងមាំក្នុងគុណព្រះរតនត្រ័យ ។

**២-សីលវា ហោតិ** ជាអ្នកមានសីល គឺមានសីលជាគ្រឿងអលង្ការ ជាគ្រឿងប្រដាប់ចិត្ត ។

**៣-អកោតុហលមង្គលិកោ ហោតិ កម្មំ បច្ចេតិ នោ មង្គលំ** ជាអ្នកមិនប្រកាន់ជឿនូវមង្គលភ្ញាក់ផ្អើលផ្សេងៗ គឺជឿលើតែកម្មឱ្យផល មិនជឿមង្គលផ្ដេសផ្ដាស ។

**៤-ន ឥតោ ពហិទ្ធា ទក្ខិណេយ្យំ គវេសតិ** មិនស្វែងរកទក្ខិណេយ្យបុគ្គលខាងក្រៅអំពីព្រះពុទ្ធសាសនានេះ ។

**៥-ឥធ ច បុព្វការំ ករោតិ** យកចិត្តទុកដាក់ជួយទំនុកបម្រុងនិងជួយកិច្ចការនៅក្នុងព្រះពុទ្ធសាសនា ដោយសេចក្ដីគោរពជាមុន ។

(ស្រង់ចាក អង្គុត្តរនិកាយ បញ្ចកនិបាត ព្រះសូត្រទី៥នៃឧបាសកវគ្គ )

**ង-សម្អាតផ្លូវឱ្យស្អាត** ឧបាសក ឧបាសិកា គប្បីជម្រះផ្លូវទៅកាន់សុគតិភព និងព្រះនិព្វាន ឱ្យបានស្អាតផូរផង់ ដោយលះបង់នូវជំនួញខុស ៥ប្រការគឺ ÷

**១-សត្ថវណិជ្ជា** ការជួញគ្រឿងសស្ត្រាវុធ

**២-សត្តវណិជ្ជា** ការជួញមនុស្ស

**៣-មំសវណិជ្ជា** ការជួញសាច់សត្វមានជីវិត

**៤-មជ្ជវណិជ្ជា** ការជួញគ្រឿងស្រវឹង

**៥-វិសវណិជ្ជា** ការជួញថ្នាំពិសពុល ។

☞ ៈ ជំនួញ៥ប្រការនេះ ឧបាសក ឧបាសិកាមិនគួរធ្វើឡើយ ព្រោះវាជាមិច្ឆាជីវៈ ។

( ស្រង់ចាក អង្គុត្តរនិកាយ បញ្ចកនិបាត ព្រះសូត្រទី៧នៃឧបាសកវគ្គ )

## IV-**អ្នកបន្តសាសនា**

ព្រះភិក្ខុសង្ឃដែលជាបព្វជិត ក្នុងព្រះពុទ្ធសាសនា មានតួនាទីសិក្សាបដិបត្តិនូវព្រះធម៌ ផ្សព្វផ្សាយនូវព្រះធម៌ បន្តព្រះពុទ្ធសាសនា មានគុណធម៌ និងគោលធម៌បដិបត្តិ

-២៦២-

សន្ទឹកសន្ធាប់ ប៉ុន្តែក្នុងសៀវភៅនេះ នឹងសម្តែងចំពោះតែតួនាទីដែលទាក់ទងជាមួយគ្រហស្ថ និងធម៌ពិចារណា ដើម្បីដាស់តឿនចិត្ត ក្នុងផ្លូវបដិបត្តិ ដូចតទៅ ÷

**ក-អនុគ្រោះមនុស្សក្នុងត្រកូល** ព្រះសង្ឃមានឋានៈ និងភេទខ្ពង់ខ្ពស់ ទុកដូចជាទិសខាងលើ កាលបើមានទំនាក់-ទំនងគ្នាជាមួយគ្រហស្ថ គប្បីសង្គ្រោះគ្រហស្ថដោយធម៌៦យ៉ាងគឺ ÷

**១-បាបា និវារេន្តិ** ឱ្យវៀរចាកបាប ។

**២-កល្យាណេ និវេសេន្តិ** ឱ្យតាំងនៅក្នុងអំពើល្អ ។

**៣-កល្យាណេន មនសា អនុកម្បន្តិ** អនុគ្រោះដោយចិត្តដ៏ល្អ ។

**៤-អស្សុតំ សាវេន្តិ** ឱ្យបានស្តាប់នូវធម៌ដែលមិនធ្លាប់បានស្តាប់ ។

**៥-សុតំ បរិយោទបេន្តិ** បំភ្លឺសេចក្តី ដែលធ្លាប់ស្តាប់ពីមុនមកហើយ ។

-២៦៣-

**៦-សព្វ័ ចត៌ អាចិក្ខន្តិ** ប្រាប់ផ្លូវទៅកាន់ស្ថានសួគ៌ គឺអប់រំអ្នកស្តាប់ ឱ្យមានដំណើរជីវិតនៅក្នុងផ្លូវនៃសេចក្តីសុខចម្រើន ។

(ស្រង់ចាក សិង្គាលកសូត្រ )

**៩-ពិចារណាអំពីខ្លួនឯងរឿយៗ** បព្វជិតជាអ្នកស្វែងរកផ្លូវទៅកាន់ទីបំផុតទុក្ខ គប្បីពិចារណាដាស់តឿនខ្លួនឯងឱ្យបានរឿយៗ ដើម្បីរៀបចំខ្លួនឱ្យសមជាអ្នកដើរផ្លូវ ដែលព្រះពុទ្ធបរមគ្រូទ្រង់ចង្អុលបង្ហាញប្រាប់ ។ ធម៌ដែលបព្វជិតគប្បីពិចារណា ព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធទ្រង់បានត្រាស់ថា **ទសយិ-មេ ភិក្ខវេ ធម្មា បព្វជិតេន អភិណ្ហំ បច្ចវេក្ខិតព្វា** ម្នាលភិក្ខុទាំងឡាយ ធម៌ ១០ យ៉ាងនេះ បព្វជិតគប្បីពិចារណារឿយៗ ។ **កតមេ ទស** ធម៌១០យ៉ាងគឺអ្វីខ្លះ ។ ធម៌ ១០យ៉ាងគឺ ÷

**១- វេវណ្ណិយម្ហិ អជ្ឈុបគតោតិ បព្វជិតេន អភិណ្ហំ បច្ចវេក្ខិតព្វំ** បព្វជិតគប្បីពិចារណារឿយៗថា អាត្មាអញកាន់យកនូវភេទដ៏ប្លែកផ្សេងអំពីគ្រហស្ថ (ដូច្នេះអាត្មាអញ



មិនត្រូវទាស់ចិត្តចំពោះបរិក្ខារ ឬ បច្ច័យ ៤ ដែលមិនបានតាមប្រាថ្នាឡើយ ព្រមទាំងត្រូវលះបង់នូវការប្រកាន់ខ្លួនទៀតផង ) ។

**២- បរប្បដិពទ្ធា មេ ជីវិកាតិ បព្វជិតេន អភិណ្ហំ បច្ចវេក្ខិតព្វំ** បព្វជិតគប្បីពិចារណារឿយៗថា ការចិញ្ចឹមជីវិតរបស់អាត្មាអញនេះ ជាប់ទាក់ទិនជាមួយនឹងអ្នកដទៃ ( ដូច្នេះ អាត្មាអញគប្បីមាននូវឥរិយាបថដ៏សមគួរ អាជីវៈការចិញ្ចឹមជីវិតក៏គប្បីឱ្យបរិសុទ្ធ ទាំងជាអ្នកគោរពកោត-ក្រែងក្នុងបិណ្ឌបាតផង ពិចារណានូវបច្ច័យ ៤ផង ) ។

**៣-អញ្ញោ មេ អាកប្បោ ករណីយោតិ បព្វជិតេន អភិណ្ហំ បច្ចវេក្ខិតព្វំ** បព្វជិត គប្បីពិចារណារឿយៗថា អាកប្បកិរិយាផ្សេងអំពីគ្រហស្ថ អាត្មាអញគប្បីធ្វើ (ដូច្នេះអាត្មាអញត្រូវមានឥន្ទ្រិយស្ងប់ មានចិត្តស្ងប់ សម្លឹងមួយជួរនឹម មានជំហានល្មមៗ មានអាកប្បកិរិយាសមរម្យសព្វគ្រប់ បំពេញនូវត្រៃសិក្ខា ) ។

**៤-កច្ចិ នុ ខោ មេ អត្តា សីលតោ ន ឧបវទតីតិ**

**បព្វជិតេន អភិណ្ហំ បច្ចវេក្ខិតព្វំ** បព្វជិតគប្បីពិចារណារឿយៗថា អាត្មាអញមិនតិះដៀលខ្លួនឯង ព្រោះអាស្រ័យសីលដែរឬទេ ( ដូច្នេះ អាត្មាអញត្រូវតាំងនូវហិរិការខ្មាសខ្ពើមបាបក្នុងសន្តានចិត្ត ដែលជាហេតុនៃការសង្រួម និងជាហេតុនាំឱ្យមានសេចក្តីបរិសុទ្ធក្នុងសីល ) ។

**៥-កច្ចិ នុ ខោ មំ អនុវិច្ច វិញ្ញូ សព្រហ្មចារី សីលតោ ន ឧបវទន្តីតិ បព្វជិតេន អភិណ្ហំ បច្ចវេក្ខិតព្វំ** បព្វជិតគប្បីពិចារណារឿយៗថា ពួកសព្រហ្មចារីជាវិញ្ញូជនគយគន់មើលហើយ មិនតិះដៀលអាត្មាអញព្រោះអាស្រ័យសីលដែរឬទេ(ដូច្នេះ អាត្មាអញត្រូវតាំងនូវឱត្តប្បៈការខ្លាចបាបឱ្យបានមាំ ដែលជាហេតុនៃការសង្រួម និងជាហេតុនាំឱ្យមានសេចក្តីបរិសុទ្ធក្នុងសីល ) ។

**៦- សព្វេហិ មេ បិយេហិ មនាបេហិ នានាភាវោ វិនាភាវោតិ បព្វជិតេន អភិណ្ហំ បច្ចវេក្ខិតព្វំ** បព្វជិតគប្បីពិចារណារឿយៗថា ការព្រាត់ប្រាសនិរាសចាកសត្វ និងសង្ខារទាំងពួង ដែលជាទីស្រឡាញ់ ជាទីគាប់ចិត្តនៃអាត្មា-



អញ តែងមានជាធម្មតា ( ដូច្នេះ អាត្មាអញមិនគប្បីមានសេចក្តីប្រមាទ ក្នុងការសង្រួមនូវទ្វារទាំង៣ឡើយ ហើយគប្បីជាអ្នកមានចិត្តស្ងប់រម្ងាប់ដោយមរណស្សតិកម្មដ្ឋាន)។

**៧-កម្មស្សកោម្ហិ កម្មទាយាទោ កម្មយោនិ កម្មពន្ធុ កម្មប្បដិសរណោ យំ កម្មំ ករិស្សាមិ កល្យាណំ វា បាបកំ វា តស្ស ទាយាទោ ភវិស្សាមីតិ បព្វជិតេន អភិណ្ហំ បច្ចវេក្ខិតព្វំ** បព្វជិត គប្បីពិចារណារឿយៗថា អាត្មាអញមានកម្មជារបស់ខ្លួន មានកម្មជាអ្នកចែកមរតក មានកម្មជាអ្នកញុំាងកំណើត មានកម្មជាផៅពង្ស មានកម្មជាទីពឹងអាស្រ័យ អាត្មាអញនឹងធ្វើនូវកម្មណា ទោះបីល្អក្តី អាក្រក់ក្តី អាត្មាអញគង់នឹងបានជាអ្នកទទួលនូវផលនៃកម្មនោះ(ដូច្នេះ អាត្មាអញមិនគប្បីធ្វើនូវអំពើបាបឯណានីមួយឡើយ ) ។

**៨-កថម្ភូតស្ស មេ រត្តិន្ទិវា វីតិបតន្តីតិ បព្វជិតេន អភិណ្ហំ បច្ចវេក្ខិតព្វំ** បព្វជិត គប្បីពិចារណារឿយៗ ថា យប់និងថ្ងៃទាំងឡាយ ចេះតែកន្លងទៅៗ តើអាត្មាអញបាន

ធ្វើដូចម្ដេចខ្លះហើយ ( តើអាត្មាអញបានធ្វើកិច្ចបដិបត្តិដែរឬទេ ស្វាធ្យាយនូវព្រះពុទ្ធវចនៈដែរឬទេ អប់រំនូវយោនិសោមនសិការៈដែរឬទេ ព្រោះថាអាត្មាអញមិនគប្បីមាននូវសេចក្ដីប្រមាទឡើយ ) ។

**៩-កច្ចិ នុ ខោហំ សុញ្ញាគារេ អភិរមាមីតិ បព្វជិតេន អភិណ្ហំ បច្ចវេក្ខិតព្វំ** បព្វជិត គប្បីពិចារណារឿយៗថា សព្វថ្ងៃនេះ អាត្មាអញមានសេចក្ដីអភិរម្យ ត្រេកអរក្នុងផ្ទះដ៏ស្ងាត់ដែរឬទេ ( អាត្មាអញ នៅតែម្នាក់ឯងក្នុងគ្រប់ឥរិយាបថដែរឬទេ បានញុំាងនូវកាយវិវេកឱ្យបរិបូណ៌ដែរឬទេ ) ។

**១០-អត្ថិ នុ ខោ មេ ឧត្តរិមនុស្សធម្មា អលមរិយញ្ញាណទស្សនវិសេសោ អធិគតោ សោហំ បច្ឆិមេ កាលេ សព្រហ្មចារីហិ បុដ្ឋោ ន មង្កុ ភវិស្សាមីតិ បព្វជិតេន អភិណ្ហំ បច្ចវេក្ខិតព្វំ** បព្វជិតគប្បីពិចារណារឿយៗថា ឧត្តរិមនុស្សធម៌ គឺធម៌ជារបស់មនុស្សដ៏ប្រសើរក្រៃលែងមានដល់អាត្មាអញដែរឬទេ ធម៌ដ៏វិសេស



ដែលគួរនឹងឃើញដោយប្រាជ្ញាដ៏ប្រសើរ អាត្មាអញបានត្រាស់ដឹងហើយឬនៅ កាលសព្រហ្មចារីទាំងឡាយ សួរអាត្មាអញក្នុងកាលជាទីបំផុតនៃជីវិតជិតនឹងស្លាប់ អាត្មាអញនឹងជាអ្នកមិនអឹមអៀមដែរឬទេ ។

✍ -ស្រង់ចាក អភិណ្ហប្បច្ចវេក្ខណធម្មសូត្រ អង្គុត្តរនិកាយ ទសកនិបាត។

✍ - ក្នុងវង្វង់ក្រចក ស្រង់ចាក អដ្ឋកថា ។

## V-អ្នកដែលបានដើរដល់គោលដៅ

**ឧទកពិន្ទុ យថាបិ បោក្ខរេ**
**បទុមេ វារិ យថា ន លិម្បតិ**
**ឯវំ មុនី នោ បលិម្បតិ**
**យទិទំ ទិដ្ឋ សុតំ មុតេសុ វា។**

តំណក់ទឹកមិនដក់នៅលើស្លឹកឈូក យ៉ាងណា ទឹកមិនទទឹកនាផ្កាឈូក យ៉ាងណា អ្នកមានប្រាជ្ញាមិនជាប់ជំពាក់នៅក្នុងរូបដែលបានឃើញ ក្នុងសំឡេងដែលបានឮ ឬ ក្នុងអារម្មណ៍ដែលបានប៉ះពាល់ ក៏យ៉ាងនោះដែរ ។

( ស្រង់ចាក ខុទ្ទកនិកាយ សុត្តនិបាត ព្រះគាថាមួយក្នុងជរាសូត្រ )

## ព្រះគាថាធម្មបទ

**គាមេ វា យទិ វា រញ្ញេ  និន្នេ វា យទិ វា ថលេ**
**យត្ថ អរហន្តោ វិហរន្តិ  តំ ភូមិរាមណេយ្យកំ ។**

មិនថាផ្ទះ មិនថាព្រៃ មិនថាទីទាប ឬទីទួល លោកអ្នកអស់កិលេសអាស្រ័យនៅក្នុងទីណា ក្នុងទីនោះ គឺជាភូមិស្ថានដែលគួរឱ្យមនោរម្យ។

(ព្រះគាថាទី៩ ក្នុងអរហន្តវគ្គ)

**គតទ្ធិនោ វិសោកស្ស  វិប្បមុត្តស្ស  សព្វធិ**
**សព្វគន្ថប្បហីនស្ស  បរិឡាហោ ន វិជ្ជតិ ។**

សេចក្តីក្តៅក្រហាយ មិនមានដល់អ្នកដែលមានផ្លូវឆ្ងាយបានទៅដល់ហើយ អស់នូវសេចក្តីសោកសៅ រួចផុតស្រឡះហើយចាកធម៌ទាំងពួង (មានបញ្ចក្ខន្ធជាដើម) ជាអ្នកលះគន្ថៈគ្រឿងដោតក្រងនូវនាមរូបទាំងពួងបានហើយ ។

(ព្រះគាថាទី១ ក្នុងអរហន្តវគ្គ)

**ចប់ពរទី៤**



**ពរ៤ប្រការ** រួបរួមសេចក្តីដោយសង្ខេប សមគួរត្រឹមតែប៉ុណ្ណេះ សូមអ្នកអាន បានដល់នូវការយល់ដឹង មានចិត្តរីករាយ និងមានគំនិតល្អក្នុងការរស់នៅ ជារៀងរហូតតទៅ ។

❖❖❖

**រៀបរៀងដោយ**

**ខ្ញុំព្រះករុណា**

**ខ្ញុំបាទ ប៊ុត សាវង្ស**

**សម្រាប់ធម្មទានតែប៉ុណ្ណោះ**

## ពាក្យប្រារព្ធ

ភាពរឹករវរច្របូកច្របល់ ជាសត្រូវនឹងសេចក្ដីស្ងប់ ទីណាដែលមិនមានសេចក្ដីស្ងប់ ទីនោះរមែងរកសេចក្ដីសុខពុំបានឡើយ ទោះជាមានសេចក្ដីសុខខ្លះ ក៏ជាសេចក្ដីសុខដែលក្ដៅរោលរាល ជាសេចក្ដីសុខដែលក្លែងក្លាយ ឬជាសេចក្ដីសុខដែលជាខ្លោងទ្វារនៃទុក្ខ តែប៉ុណ្ណោះ។

ក្នុងវិថីជីវិតប្រចាំថ្ងៃនៃមនុស្សគ្រប់គ្នា គ្រប់ភេទគ្រប់វ័យ តើធ្វើយ៉ាងណាទើបនឹងបាននូវសេចក្ដីសុខព្រមដោយសេចក្ដីស្ងប់ ក្នុងសភាពនៃសង្គមបច្ចុប្បន្ននេះ ?

**ជីវិតដែលគ្រប់គ្រងដោយព្រះធម៌**
**ជាជីវិតសុខស្ងប់**

គួរបែងចែកពេលវេលាមួយចំណែក ឱ្យបានប្រាកដសម្រាប់សិក្សានិងបដិបត្តិនូវព្រះធម៌ ព្រោះមនុស្សយើងមានទាំងរាងកាយមានទាំងវិញ្ញាណ ។ មាសប្រាក់កែវកងវត្ថុសម្ភារៈ ជារគ្រឿងសម្រាប់រក្សារូបកាយ តែព្រះធម៌

ជាគ្រឿងសម្រាប់រក្សានូវវិញ្ញាណ បើវិញ្ញាណខ្វះព្រះធម៌ហើយ វិញ្ញាណមិនអាចស្វែងរកបាននូវសេចក្តីសុខដ៏ពិតប្រាកដឡើយ សូម្បីមានប្រាក់រយលាន ពាន់លានក៏ដោយ ក៏អាចរកបានតែសេចក្តីសុខក្លែងក្លាយហ្នឹងឯង ។

មានតែព្រះធម៌ជាធម្មរតនៈម្យ៉ាងគត់ ដែលវិញ្ញាណបានអាស្រ័យហើយ មានការស្បើយទុក្ខ រួចផុតអំពីកង្វល់វឹកវរ និងសម្រេចបាននូវសេចក្តីសុខស្ងប់ដែលពិតប្រាកដ។

ក្នុងជីវិតប្រចាំថ្ងៃរបស់មនុស្សយើង ដោយគ្រាន់តែមាននូវសីល៥ ក៏រមែងកាត់បន្ថយនូវបញ្ហា អាចពោលបានថាជិតតែនឹងអស់ ហើយបើបានអប់រំខ្លួនក្នុងព្រះធម៌ឱ្យមាននូវកល្យាណធម៌ ដែលជាគូនឹងសីល៥ ទៀតនោះ ពោលគឺ មានមេត្តាករុណា ជាគូនឹងការមិនសម្លាប់សត្វ១ មានសន្តោសក្នុងទ្រព្យសម្បត្តិ ចិញ្ចឹមជីវិតដោយប្រពៃ ជាគូនឹងការមិនប្រព្រឹត្តនូវចោរកម្ម១ មានសន្តោសក្នុងភរិយាស្វាមី ដោយសេចក្តីសង្រួមក្នុងកាមគុណ ជាគូនឹងការមិនប្រព្រឹត្តខុសក្នុងកាមទាំងឡាយ១ មានវាចាល្អ និយាយ



ពាក្យពិតត្រង់ ពាក្យពីរោះ ពាក្យនាំឱ្យមានការព្រមព្រៀង និងពាក្យមានប្រយោជន៍ ជាគូនឹងការមិននិយាយកុហក១ និងចម្រើននូវសតិសម្បជញ្ញៈ ជាគូនឹងការមិនបរិភោគនូវគ្រឿងស្រវឹងដែលជាទីតាំងនៃសេចក្តីប្រមាទ១ យ៉ាងនេះ នាំឱ្យជីវិតកាន់តែសុខស្ងប់ ព្រោះបានក្រេបរសនៃធម្មបីតិ គឺសេចក្តីត្រេកអរក្នុងព្រះធម៌ ។

សៀវភៅ " **ពរ ៤ប្រការ** " នេះ កាលណាបានសិក្សាដោយល្អហើយ ជាចំណែកមួយសម្រាប់ជំនួយដល់ជីវិតរស់នៅក្នុងសង្គម ពោលគឺជាការជួយរៀបចំដំណើរជីវិតឱ្យស្ថិតក្នុងផ្លូវព្រះធម៌ ដែលជាផ្លូវនៃសុភមង្គល ។

**បាត់ដំបង ថ្ងៃ ១៥កើត ខែ ស្រាពណ៍**

**ឆ្នាំម្សាញ់ ត្រីស័ក ព-ស ២៥៤៥**

**ខ្ញុំព្រះករុណា**

**ខ្ញុំបាទ ប៊ុត-សាវង្ស**

*ថោះពុម្ព ១០.០០០ក្បាល*

*សម្រាប់ជាធម្មទាន*

# មាតិកាធម៌


| ល.រ | ឈ្មោះវគ្គនៃធម៌ | ទំព័រ |
|---|---|---|
| ១ | ពរ៤ប្រការ | ១ |
| ២ | អាយុ | ៣ |
| ៣ | វណ្ណៈ | ២៨ |
| ៤ | សុខៈ | ៨៩ |
| ៥ | ពលៈ | ១៧៣ |
| ៦ | ច្បាប់សម្រាប់មនុស្ស | ១៧៦ |


## មាតិការំលែក

### ច្បាប់សម្រាប់មនុស្ស


ពួកមួយ **សមាជិកល្អរបស់ខ្ញុំខ្ញុំមនុស្សជាតិ** **១៧៧**

ពួកពីរ **មនុស្សជាមួយនឹងសង្គម** **១៨២**

**I-មនុស្សមានសីលធម៌**

ក_មានសុចរិតទាំង៣ ១៨២

ខ_មានសីល៥ ១៨៥





**II-មនុស្សមានគុណដល់សង្គម** ក_

មានព្រហ្មវិហារធម៌ ១៨៦

ខ_បំពេញការសង្គ្រោះ ១៨៨

**III-មនុស្សល្អក្នុងការរស់នៅរួមគ្នា**

ក_ពឹងខ្លួនឯងបាន ១៩១

ខ_រស់រួមក្នុងពួកដោយល្អ ១៩៥

**IV-មនុស្សល្អក្នុងការគ្រប់គ្រង**

ក_ដឹងគោលអធិបតេយ្យ ១៩៨

ខ_មានចំណែកក្នុងការគ្រប់គ្រង ២០១

ពួកបី **មនុស្សជាមួយនឹងមនុស្ស** **២០៥**

**I-គូគ្រងដែលល្អ**

ក_គូគ្រងក្នុងឧបនិស្ស័យថ្លៃថ្លា ២០៥

ខ_គូគ្រងក្នុងធម៌ដ៏ប្រសើរ ២០៦

គ_គូគ្រងក្នុងតួនាទី ២០៨

II-មនុស្សល្អទទួលខុសត្រូវក្នុងត្រកូល

ក.រក្សាត្រកូលឱ្យគង់វង្ស ២១០

ខ.គោរពបូជាបុគ្គលដែលប្រៀបដូចជាភ្លើង ២១១

គ.យកចិត្តទុកដាក់ចំពោះបុត្រធីតា ២១២

ឃ.បំពេញតួនាទីជាអ្នកមកមុន ២១៣

III-មនុស្សល្អបន្តវង្សត្រកូល

ក.គោរពទិសបូព៌ដែលជាទិសដើម ២១៤

ខ.វៀរចាកអបាយមុខគ្រប់ប្រភេទ ២១៦

គ.ទ្វារនៃសេចក្ដីចំរើន ២១៨

IV-មនុស្សល្អក្នុងឋានៈជាមិត្ត

ក.មិត្តប្លម ២១៩

ខ.មិត្តពិតប្រាកដ ២២១

គ.បដិបត្តិក្នុងតួនាទីជាមិត្តល្អ ២២២

V-ចៅហ្វាយនាយនិងទាសកម្មករ

ក.ចៅហ្វាយនាយត្រូវទំនុកបម្រុង... ២២៤

ខ.ទាសៈ និងកម្មករត្រូវបដិបត្តិតបវិញ ២២៥





ពួកបួន មនុស្សជាមួយនឹងជីវិតខ្លួនឯង ២២៦

I-ជីវិតរឹងមាំ

ក.ធម៌ជាទីតាំងដ៏មាំមួន ២២៦

ខ.ធម៌ជាកម្លាំង ២២៨

គ.ប្រយោជន៍សម្រាប់ជីវិត ២៣០

II-ជីវិតមិនវង្វេងក្នុងលោក

ក.ដឹងទាន់ចំពោះលោកធម៌ ២៣៣

ខ.ធ្វើទុកក្នុងចិត្តដោយល្អចំពោះទេវទូត ២៣៦

គ.ពិចារណារឿយៗចំពោះការពិត... ២៣៨

III-ជីវិតបានសម្រេចនូវប្រយោជន៍

ក.គោលហេតុនៃសេចក្ដីចម្រើន ២៤០

ខ.គោលហេតុនៃសេចក្ដីសម្រេច ២៤២

គ.ឫសគល់ញ៉ាំងផលឱ្យដល់កំពូល ២៤៣

IV-ជីវិតជាមួយនឹងទ្រព្យសម្បត្តិ

ក.ការស្វែងរកនិងការរក្សាទ្រព្យ ២៤៤

ខ.ការបែងចែកទ្រព្យ ២៤៦

គ. ការបរិភោគប្រើប្រាស់ចាយវាយទ្រព្យ ២៤៧
ពួកប្រាំ **មនុស្សជាមួយនឹងមាគ៌ាជីវិត** **២៥១**
I-**អ្នកណែនាំផ្លូវ**
ក. ជាកល្យាណមិត្ត ២៥១
ខ. តាំងចិត្តប្រសិទ្ធពរ ២៥២
គ. តួនាទីលោកគ្រូចំពោះសិស្ស ២៥៣
II-**អ្នកដើរផ្លូវ**
ក. បុព្វភាគនៃការសិក្សា ២៥៤
ខ. ធម៌នាំឱ្យចម្រើននូវបញ្ញា ២៥៥
គ. តួនាទីសិស្សចំពោះលោកគ្រូ ២៥៦
III-**អ្នកចូលក្នុងផ្លូវសាសនា**
ក. បដិបត្តិចំពោះព្រះសង្ឃ ២៥៧
ខ. បំពេញកងការកុសល ២៥៨
គ. ជិតជិតនឹងព្រះពុទ្ធសាសនា ២៥៩
ឃ. អ្នកជិតព្រះរតនត្រ័យបីដូចផ្កាឈូក ២៦១
ង. សម្អាតផ្លូវឱ្យស្អាត ២៦២



IV-**អ្នកបន្តសាសនា**
ក. អនុគ្រោះមនុស្សក្នុងត្រកូល ២៦៣
ខ. ពិចារណាអំពីខ្លួនឯងរឿយៗ ២៦៤
V-**អ្នកដែលបានដើរដល់គោលដៅ**

មិនថាផ្ទះ មិនថាព្រៃ មិនថាទីទាប ឬទីទួល
លោកអ្នកអស់កិលេស អាស្រ័យនៅក្នុងទីណា ក្នុងទីនោះ
គឺជាភូមិស្ថានដែលគួរឱ្យមនោរម្យ។

# ស្ថានីយវិទ្យុ ផ្សព្វផ្សាយព្រះធម៌
# ព្រះពុទ្ធសាសនា
# ដោយសហគមន៍ធម្មទាន នៃពុទ្ធបរិស័ទ

| ខេត្ត-ក្រុង | ស្ថានីយវិទ្យុ | ពេល-ម៉ោង |
|---|---|---|
| រាជធានីភ្នំពេញ | -FM- 99MHz<br>-AM-738MHz<br>-FM- 95MHz<br>-FM- 97MHz<br>-FM- 98MHz<br>-FM- 90MHz | -05h00 mn<br>-19h00 mn<br>-19h30 mn<br>-19h30 mn<br>-20h00 mn<br>-20h30 mn |
| ក្រុងព្រះសីហនុ | -FM- 92MHz | -06h30 mn<br>-13h30 mn |
| ខេត្តបាត់ដំបង | -FM- 91MHz | -17h30 mn |
| ក្រុងប៉ៃលិន | -FM- 90MHz | -18h00 mn |
| ខេត្តសៀមរាប | -FM 100.5MHz | -18h30 mm |