សច្ចធម៌

និង

ពុទ្ធិកតិបណ្ឌិត

រចនា ចងក្រង និង រៀបរៀង ដោយ

ព្រហ្ម~មេត្តា (ហៅ ជយវរិន្ទ)

ការផ្សាយរបស់មណ្ឌលពុទ្ធិត្រៃគុណ

ព. ស. ២៥៤៩ (2005)

សច្ចធម៌

និង

ពុទ្ធិគតិបណ្ឌិត

ប្រមូល រៀបរៀង ចងក្រង ដោយ **ព្រាហ្ម មេត្តា**

ការផ្សាយរបស់ **មណ្ឌលពុទ្ធិ "ត្រៃគុណ"**

ព.ស. ២៥៤៩

គ.ស. ២០០៥

វិភាគទាននៃការពិចារណា...

ការស្វែងរក

សច្ចធម៌ និង ពុទ្ធិគតិបណ្ឌិត

សម្រាប់

គ្រប់គ្រង អប់រំ ទូន្មានជីវិត

...រៀនរស់ និង រៀនស្លាប់...

ទាចារអ្នករៀបរៀង

ជាបឋម ខ្ញុំបាទ **ព្រហ្ម មេត្តា** សូមសំដែងនូវការគោរពដ៏ស្មោះស្ម័គ្របំផុតចំពោះអស់លោក-អ្នកដែលកំពុងកាន់កូនសៀវភៅនេះអាន ។ តាមពិត ខ្ញុំបាទមិនមែនជាអ្នកចេះដឹងជ្រាលជ្រៅអ្វីប៉ុន្មានទេ ខាងផ្នែកព្រះធម៌វិន័យនោះ ។

តែការដែលខ្ញុំខិតខំព្យាយាម អំណត់ខន្តី សំភី ប្រើប្រាស់ពេលវេលាដ៏មានតម្លៃ និង ការយល់ដឹងតិចតួចស្តួចស្តើងរបស់ខ្លួន ដើម្បីចងក្រង និង រៀបរៀងកូនសៀវភៅនេះឡើង គឺក្នុងគោលបំណងចូលរួមវិភាគទានជាមួយរៀមច្បងទាំងឡាយ ប្រមែប្រមូលនូវកេរ្តិ៍មរតកក្បួនខ្នាតដីកាធម៌អាថ៌ របស់បុព្វគ្រូអាចារ្យ រៀមច្បងមកចងក្រងដោយសង្ខេបនូវគតិបណ្ឌិតទាំងឡាយ នូវអរិយសច្ចធម៌ ដែលព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធជាព្រះបរមគ្រូនៃយើងរាល់គ្នា លោកទ្រង់បានរកឃើញ និង ត្រាស់ដឹងនូវគុណធម៌ដ៏កំពូលទាំងឡាយ ដែលចាត់ទុកជាប្រទីបបំភ្លឺផ្លូវជីវិតមនុស្សគ្រប់គ្នា សម្រាប់ជាគុណប្រយោជន៍ជាមេរៀនជីវិត សម្រាប់ការរស់នៅក្នុងនាវាត្រៃលក្ខណ៍នេះ (**អនិច្ចំ ទុក្ខំ អនត្តា**) កុំអោយលង់វង្វេងស្រវឹងនឹងតណ្ហា អវិជ្ជា ឧបាទាន ដែលជាប្រភពនៃសេចក្តីទុក្ខទាំងឡាយនោះ ។

ខ្ញុំព្រះករុណា - ខ្ញុំបាទ ក៏សូមការអភ័យទោសផងដែរ ពីសំណាក់ព្រះសង្ឃ អស់លោក-អ្នក រៀមច្បងជាអ្នកប្រាជ្ញ រាជបណ្ឌិត អក្ខកោវិទទាំងឡាយ ដែលមានការចេះដឹងទូលំទូលាយ ខាងផ្នែក

សច្ចធម៌ និង ពុទ្ធិគតិបណ្ឌិត

ព្រះធម៌វិន័យ សូមមេត្តាខន្តីអភ័យទោសចំពោះការខ្វះខាតទាំងឡាយណា...**ប្រសិនបើមាន**... តែតាមការពិតនោះប្រាកដជាមាន ទោះបីជាខ្ញុំព្រះករុណា ខ្ញុំបាទគ្មានចេតនាបំណងក៏ដោយ ព្រោះថាការធ្វើ និង ការខ្វះខាតរមែងមានជាប់នៅជាមួយគ្នាជានិច្ច។ នៅក្នុងលោកនេះ គ្មានអ្វីដែលល្អឥតខ្ចោះ ឥតខ្វះចន្លោះនោះឡើយ ។ សូម្បីតែការមិនធ្វើអ្វីសោះនោះ ក៏មិនប្រាកដថាគ្មានកំហុសនោះដែរ ។ តាមពិតនិយាយដោយសុភាពរាបសា និងដោយសេចក្តីស្មោះសរ កំហុសគឺជាកញ្ចក់សម្រាប់ឆ្លុះបញ្ចាំង នូវសមត្ថភាពមនុស្សទៅវិញទេ ។ ប្រការសំខាន់ ត្រង់ការដែលយើងចេះទទួលស្គាល់កំហុស ហើយរៀនសូត្រពីកំហុសនោះ និង កុំអោយកំហុសដដែល ៗ នោះ កើតឡើងជាថ្មីដដែល។ ឡើងវិញ ។

ដោយខ្ញុំបាទសង្កេតឃើញថា យើងតែងតែនាំគ្នានិយាយថាគោរពសច្ចធម៌ ស្រឡាញ់គតិបណ្ឌិត តែពេលខ្លះយើងពុំបានដឹងថាតើសច្ចធម៌ និង គតិបណ្ឌិតនោះ មានអត្ថន័យយ៉ាងណាខ្លះ ជ្រាលជ្រៅយ៉ាងណាខ្លះទេ និង មានប្រយោជន៍សម្រាប់ជីវិត និង សង្គមមនុស្សដូចម្តេចខ្លះ ?

ដើម្បីជាការសាកល្បងរួមវិភាគទានជាគំនិត ក្នុងអត្ថិភាពដែលបានកើតមកជាមនុស្សម្នាក់ ជាខ្មែរម្នាក់ជាម្នាក់ ក្រោយពីពេលបានកើត រស់ គួរណាស់តែបានធ្វើអ្វីជាកុសលបន្សល់ទុកជាអនុស្សា-
-វរីយ៍នៃជីវិតក្រោយពេលស្លាប់ បើមិនបានធ្វើអ្វីជាដុំកំភួន ក៏គួរតែមានអ្វីខ្លះទុកជាមរតកសម្រាប់អ្នកជំនាន់ក្រោយខ្លះផងដែរ ។

សច្ចធម៌ និង ពុទ្ធិគតិបណ្ឌិត

ពុំមែនទ្រព្យសម្បត្តិ សម្ភារៈ មាសពេជ្រ យសស័ក្តិនោះទេ ដែលធ្វើអោយមនុស្សថ្លៃថ្នូរឬថោកទាប ឬមានតម្លៃទាំងស្រុងនោះ។ គំនិត ស្នាដៃ ប្រកបដោយគុណធម៌ គឺពិតជាលក្ខណៈវិនិច្ឆ័យ និង មានតម្លៃមិនសាបសូន្យ សម្រាប់ជួយទ្រទ្រង់សង្គមជាតិរបស់ខ្លួន ទ្រទ្រង់ទឹកដីខ្យល់អាកាស ដើម្បីជាការតបស្នង ដឹងគុណដល់គុណទឹកដី ដែលបានបង្កលក្ខណៈអោយមនុស្សបានរស់នៅ ស្គាល់រសជាតិនៃជីវិតពិតប្រាកដនោះ ។

សង្ឃឹមថាកូនសៀវភៅនេះ នឹងបានក្លាយជាកល្យាណមិត្ត គំនិតពិតប្រាកដ រួមដំណើរលើវិថីនៃសភាវៈជីវិតជាមួយអស់លោក-អ្នក **ដើម្បីរៀនរស់** និង **រៀនស្លាប់** អោយបានត្រឹមត្រូវល្អប្រសើរ ដោយខំស្វែងរកនូវការកសាងសន្សំកុសល តាមរយៈការសាង រក្សា **សីល សមាធិ បញ្ញា**, និង នៅថ្ងៃមួយនោះ ... បានញញឹមលាជីវិត ដោយសេចក្តីស្មោះសរ ដោយគ្មានវិប្បដិសារី ! (*មនុស្សគ្រប់រូបសុទ្ធតែមានទីបញ្ចប់របស់ខ្លួនគ្រប់គ្នា*) ។

ប្រសិនបើកូនសៀភៅនេះ បានរួមផ្តល់នូវគុណប្រយោជន៍ពិតមែននោះ ខ្ញុំសូមឧទ្ទិសនូវកុសលដ៏ថ្លៃថ្លានេះ ជូនប្រជាពលរដ្ឋខ្មែរ និង មាតុភូមិកម្ពុជាដ៏កំសត់ សូមអោយបានក្លាយជាសង្គមវប្បធម៌-សីលធម៌ គុណធម៌ ពិតប្រាកដឡើងវិញកុំបីអាក់ខាន !

ដោយសេចក្តីមេត្តា និង ការគោរពបំផុត អំពីខ្ញុំ !

ព្រហ្ម-មេត្តា

ឧទ្ទិសកថា

ខ្ញុំសូមវន្ទាអញ្ជលីឧទ្ទិសនូវឥដ្ឋមនុញ្ញផលកុសល ដែលបានមកពីការប្រមូលគំនិតជាតិ ឆ្លៀតចងក្រងប្រមូលរៀបរៀងសៀវភៅ "**សច្ចធម៌ និង ពុទ្ធិគតិបណ្ឌិត**" នេះ ជាសក្ខីភាពនៃការគោរព ដ៏ជ្រាលជ្រៅ ប្រកបដោយសេចក្ដីកតញ្ញូកតវេទីដ៏ខ្ពង់ខ្ពស់បំផុត ជូនចំពោះព្រលឹងទឹកដីមហានគរខ្មែរ បុព្វវីរបុរសជាតិខ្មែរ បុព្វការីជនអ្នកមានគុណ វិញ្ញាណក្ខន្ធខ្មែរទាំងឡាយ ដែលបានលះបង់បូជាជីវិត ដ៏ អង់អាចក្លាហានដើម្បីការពារជាតិសាសន៍ ភាពស្ថិតស្ថេរ គង់វង្ស រីកចំរើន នៃវប្បធម៌ អរិយធម៌ខ្មែរ... និង ខ្មែរដែលស្លាប់ដោយការរងគ្រោះព្រោះភាពស្លូតត្រង់ គ្រប់សម័យកាល...

សូមព្រលឹងវីរបុព្វបុរសជាតិ ព្រលឹងគុណធម៌ សូមជួយតម្រង់ចិត្តអ្នកដែលមានគំនិត មិច្ឆាទិដ្ឋិ សូមបែរមកសាងភាពសុចរិតនៃគំនិត = "*សម្មាទិដ្ឋិ*" ងាកមកសាងសេចក្ដីមេត្តា ករុណាធម៌ចំពោះសង្គមជាតិ-មាតុភូមិដ៏កំសត់របស់ខ្លួន ដោយការខិតខំកសាងកុសលពិតជូនសង្គមជាតិទុកឱកាសអោយព្រលឹងនៃគុណធម៌បានមកគ្រប់គ្រងថែរក្សា ការពារទឹកដី ព្រៃព្រឹក្សបព្វតា លតាវល្លិ ឈាមជ័រពូជពង្ស វង្សត្រកូល ព្រលឹងជាតិ ព្រលឹងគុណធម៌ អោយបានស្ថិតស្ថេរ គង់វង្ស ថ្កុំថ្កើង រុងរឿង តរៀងទៅជាភិយ្យោភាព !

ព្រហ្ម-មេត្តា (ហៅ **ជ័យវរិន្ទ**)

សច្ចធម៌ និង ពុទ្ធិគតិបណ្ឌិត

ដោយសេចក្ដីគោរព កតញ្ញូកតវេទិតាបំផុត ចំពោះ :

វិញ្ញាណក្ខន្ធបុព្វការីជន លោក-អ្នក ដ៏មានគុណទាំងអស់ :

- លោកតាទួត **ម៉ៅ-មាស** និង លោកយាយ **ទេស**
- លោកតា **មាស-វណ្ណ** លោកយាយ **ឯម**
- លោកតា **គុង-អៀប** លោកយាយ **មាស-សន**
- លោកតា **ប៊ី-គួង** លោកយាយ **អ៊ុក-គោ**
- លោកឪពុក **គុង-សំអួន** អ្នកម្ដាយ **ប៊ី-គិមហ៊ន**

ដែលលោកបានខិតខំចិញ្ចឹមបីបាច់ ថែរក្សា អប់រំ ខ្ញុំបាទជាចៅ ជាកូន រហូតដល់បានក្លាយជា**មនុស្សខ្មែរអ្នកជា**ម្នាក់ ដូចសព្វថ្ងៃនេះ សមតាមបំណងប្រាថ្នារបស់អស់លោក-អ្នកមានគុណ !

ចំពោះព្រះសង្ឃ លោកគ្រូ-អ្នកគ្រូ ជាគ្រូបាធ្យាយទាំងអស់ :

ដែលបានរួមផ្ដល់ នូវការអប់រំបណ្ដុះនូវពុទ្ធិគ្រប់បែបយ៉ាងដល់រូបខ្ញុំជាសិស្សរបស់លោក ក្នុងគ្រប់វ័យ និង គ្រប់ភូមិសិក្សា ។

និង ចំពោះអស់លោក-អ្នក សៀវភៅច្បាប់ដែលមានឧបការៈទាំងឡាយ !

ដែលបានផ្ដល់នូវការឧបត្ថម្ភគ្រប់បែបយ៉ាង ក្នុងការរួមចំណែកផ្ដល់នូវសមានចិត្ត កម្លាំងចិត្តជួយជ្រោមជ្រែងខ្ញុំបាទ !

ការមានតែទ្រព្យសម្បត្តិ មាសប្រាក់ យសស័ក្តិ អំណាច ដោយគ្មានសីលធម៌ និង គុណធម៌ នឹងធ្វើអោយបុគ្គលមានការត្លើតត្លើន មានអំនួត មានជំនោរ ប្រកាន់ខ្លួន លើកកំពស់ខ្លួន មានប្រមាថ (មើលងាយអ្នកដទៃ) និង ប្រមាទ (មើលងាយខ្លួនឯង) ពុំអាចទទួលបាននូវការគោរព ស្រឡាញ់ដោយពិតប្រាកដឡើយ ៕

ការមានព្រះធម៌ មានសីលធម៌ មានគុណធម៌ល្អបរិសុទ្ធ (មេត្តា ករុណា មុទិតា ឧបេក្ខា) នាំអោយមនុស្សសុភាពរាបសា ទន់ភ្លន់ រឹងប៉ឹង នឹងន រស់នៅសាមញ្ញ ទទួលបាននូវការគោរព ស្រឡាញ់រាប់អាន ពិតប្រាកដ !

ធ្វើអោយគេ **ខ្លាច និង** ធ្វើអោយគេ **គោរព** ពុំមានន័យដូចគ្នាទេ !

ធ្វើអោយគេខ្លាចដោយអំណាចយសស័ក្តិ មាសប្រាក់ ដោយសេចក្តីល្ងង់ខ្លៅ ពុំមែនជាសញ្ញាណនៃគតិបណ្ឌិតឡើយ ហើយក៏ពុំមែនជាប្រការចាំបាច់ដែរ ។

ធ្វើអោយគេគោរព-ស្រឡាញ់ ដោយការមាន**គតិបណ្ឌិត មានភាពសុចរិតនៃគំនិត** មានសេចក្តីបរិសុទ្ធដោយ **សីលធម៌** និង **គុណធម៌** ទើបជាការប្រសើរ និង ចាំបាច់ ។

មាតិកា

១. គួរពិចារណា !.. ទំព័រ ១២
២. មើល...ជីវិត ! .... ទំព័រ ១៣
៣. តម្លៃនៃគុណធម៌ .... ទំព័រ ១៤
៤. កំណាព្យៈ មៀនរស់ !.. ទំព័រ ១៦
៥. កំណាព្យៈ សច្ចធម៌ .... ទំព័រ ១៧
៦. សច្ចធម៌ជាអ្វី ?.. ទំព័រ ១៨
៧. ត្រៃលក្ខណ៍.. ទំព័រ ២០
៨. ចតុរារិយសច្ចធម៌.. ទំព័រ ២១
៩. អដ្ឋង្គិកមគ្គ.. ទំព័រ ២២
១០. បដិច្ចសមុប្បាទ.. ទំព័រ ២៤
១១. កម្ម_ផល .... ទំព័រ ២៧
១២. ទុក្ខ ១២ កង.. ទំព័រ ២៨
១៣. បញ្ចក្ខន្ធ .... ទំព័រ ២៩
១៤. ធាតុបួន : ទឹក ដី ភ្លើង ខ្យល់.. ទំព័រ ៣០
១៥. បឋវីធាតុ ២០.. ទំព័រ ៣០
១៦. អាបោធាតុ ១២ .... ទំព័រ ៣១
១៧. វាយោធាតុ ៦ .... ទំព័រ ៣២
១៨. តេជោធាតុ ៤ .... ទំព័រ ៣៣
១៩. អ្វីទៅជាគតិបណ្ឌិត ? .... ទំព័រ ៣៤

២០_ ទស្សនៈសម្តេចព្រះសង្ឃរាជ ជួន ណាត .... ទំព័រ ៣៦
២១_ពិចារណាពីពាក្យថា "សុំសីល" .... ទំព័រ ៣៧
២២_សីលធម៌ ៥ ឬ និច្ចសីល .... ទំព័រ ៣៩
២៣_លោកបាលធម៌ .... ទំព័រ ៤០
២៤_ កំណាព្យ : គុណធម៌ .... ទំព័រ ៤១
២៥_ត្រៃគុណ .... ទំព័រ ៤៣
២៦_ និវរណធម៌ .... ទំព័រ ៤៧
២៧_កាលាមសូត្រ .... ទំព័រ ៤៨
២៨_គុណធម៌ ៤ .... ទំព័រ ៤៩
២៩_ អរិយទ្រព្យ ៧ .... ទំព័រ ៥០
៣០_ សប្បុរិសធម៌ ៧ .... ទំព័រ ៥១
៣១_ វិជ្ជាប្រាំបីប្រការ.. ទំព័រ ៥២
៣២_សង្ខេបព្រះពុទ្ធឱវាទ .... ទំព័រ ៥៣
៣៣_សុចរិត ៣ យ៉ាង .... ទំព័រ ៥៤
៣៤_ ទុច្ចរិត ៣ យ៉ាង .... ទំព័រ ៥៥
៣៥_ កុសលមូល ៣ .... ទំព័រ ៥៦
៣៦_ អកុសលមូល ៣ .... ទំព័រ ៥៦
៣៧_ការសិក្សាពីមនុស្ស .... ទំព័រ ៥៧
៣៨_ មេរៀនអំពីកំហុស .... ទំព័រ ៥៧
៣៩_ មនុស្ស ៤ យ៉ាង .... ទំព័រ ៥៨
៤០_ ចរិតបុគ្គល ៦ យ៉ាង .... ទំព័រ ៥៩

៤១_ អគតិ ៤ .... ទំព័រ ៥៩
៤២_ពាក្យដែលគួរពោល .... ទំព័រ ៦០
៤៣_ អនុស្សតិ ១០ .... ទំព័រ ៦១
៤៤_ កម្មដ្ឋាន .... ទំព័រ ៦២
៤៥_ ឧបក្កិលេស ១៦ .... ទំព័រ ៦៣
៤៦_ និព្វានជាអ្វី ? .... ទំព័រ ៦៤
៤៧_ ទសបារមី .... ទំព័រ ៧៦
៤៨_ មង្គលជីវិត ៣៨ ប្រការ .... ទំព័រ ៧៨
៤៩_ កំណាព្យ : **ពិចារណាពីជីវិត** .... ទំព័រ ៩០
៥០_ កំណាព្យ : **រៀនស្លាប់** .... ទំព័រ ៩២
៥១_ បញ្ញើឯកសារពិគ្រោះ .... ទំព័រ ៩៣
៥២_អវសានកថា .... ទំព័រ ៩៨

គួរពិចារណា !

~ មានទ្រព្យមាសប្រាក់ យសស័ក្តិ អំណាច
បើចិត្តលិចសាច ភ្លេចគុណធម៌ថ្លៃ
មិនស្គាល់សច្ចៈ អវិជ្ជាក្រាស់ក្រៃ
ប្រមាថខែថ្ងៃ អប្រិយអាត្មា ៚

~ ផឹកទឹកសមុទ្រ កាន់ផឹកកាន់ស្រេក
ដូចជាតម្រេក ស្រេកឃ្លានប្រាថ្នា
អវិជ្ជាមិនដឹង ស្រវឹងតណ្ហា
មិនយល់ អនត្តា គិតថាមាន "អញ" ៚

~ ការមានគុណធម៌ លំអជីវិត
យល់គិតត្រឹមត្រូវ រស់នៅសាមញ្ញ
សុភាពថ្លៃថ្នូរ មិនជោរអួតអញ
ស្រឡាញ់សច្ចៈ ខ្ជាក់ចោលមាយា ៚

© ព្រហ្ម~មេត្តា

មើល...ជីវិត

~ **មើល...ជីវិត** គិត... ឃើញដូចពពក
រសាត់ទៅមក ជ្រកក្នុងវេហាស៍
ដូចជាជីវិត ក្នុងវដ្តសង្សារ
វង្វេងលោកា ថា "**អាត្មា**" ពិត ។

~ អវិជ្ជាតណ្ហា និង ឧបាទាន
នាំចិត្តស្រេកឃ្លាន ទន្ទ្រានជីវិត
រស់រៀនអប់រំ បន្ទុំគំនិត
អប់រំជីវិត ប្រព្រឹត្តសុចរិត ។

~ រស់ស្គាល់សច្ចៈ មិនអវិជ្ជា
សាងសីលសទ្ធា ជាគុណធម៌ពិត
ស្ងាប់គ្រអូបឈ្មោះ រស់គ្រអូបចិត្ត
ជីវិតសុចរិត ប្រព្រឹត្តធម៌បួន ។

~ ទីមួយ "**មេត្តា**" "**ករុណា**" ទីពីរ
ទីបីសំភី មូលមីរមាំមួន
"**មុទិតាធម៌**" ស្មោះសរខ្ជាប់ខ្លួន
"**ឧបេក្ខា**" ទីបួន ក្បួនគុណធម៌ខ្មែរ !

តម្លៃនៃគុណធម៌

នោះកិត្តិយសក្តី នោះភោគសម្បត្តិក្តី នោះកេរ្តិ៍ឈ្មោះក្តី នោះជាការមានចំណេញសំរាប់ផ្ទាល់ខ្លួនក្តី ក៏មិនអាចនាំបុគ្គលដែលមានគុណធម៌ខ្ពស់ មានគតិបណ្ឌិត គោរពសច្ចធម៌ មានព្រលឹងបរិសុទ្ធថ្លៃថ្នូរ អោយប្រព្រឹត្ត អំពើអ្វី ៗ ដែលជាការផ្ទុយនាស់នឹងសតិសម្បជញ្ញៈ គុណធម៌ព្រះធម៌បានឡើយ !

ជីវិតដែលមានឥស្សរភាព មានសេរីភាព គឺជាជីវិតដែលបានប្រយុទ្ធច្បាំងឈ្នះអាត្មាខ្លួនឯង កាច់បំបាក់នូវច្រវាក់ចំណងចំណង់តណ្ហា និង ឧបាទាន !

កាន់តែចង់...កាន់តែប្រាថ្នា, កាន់តែចង់...កាន់តែជោរ, កាន់តែចង់...កាន់តែអួត, កាន់តែចង់...កាន់តែឈឺចាប់, កាន់តែចង់...កាន់តែខ្វះណាស់, កាន់តែចង់...កាន់តែវង្វេង...

បើចង់គ្រប់ ត្រូវទប់ចង់ !

សច្ចធម៌ និង ពុទ្ធិគតិបណ្ឌិត

សមត្ថភាព តម្លៃនៃជីវិត និង សេចក្តីថ្លៃថ្នូរ ពិតប្រាកដរបស់មនុស្ស ត្រូវវាស់ដោយ "គុណធម៌" មិនមែនដោយសារទ្រព្យសម្បត្តិមាសប្រាក់ធនធាន ឬយសស័ក្តិដែលមានទាំងស្រុងនោះទេ !

In One Word, be a Saint. **Virtue** is the link of all perfections, the center of all the felicities. The virtue makes a person prudent, discreet, sagacious, cautious, wise, courageous, thoughtful, trustworthy, happy, honored, truthful, and a universal hero. ***Three things*** make a person happy : **Health, Holiness** and **Wisdom**.

A Person's Capacity and Greatness are to be measured by his Virtue and not by his Fortune !

THE ART OF WORLDLY WISDOM

រៀនរស់...

~ កើតមកជាមនុស្ស **រៀនរស់...** ព្រោះអ្វី ?
ទឹកដី ភ្លើងខ្យល់ បំណុលជីវិត
រស់រៀន...រៀនរស់ ខ្ពង់ខ្ពស់គំនិត
រស់រៀន ប្រព្រឹត្ត គិតគុណទឹកដី ។

~ បើរស់មិនដឹង មិនប្រឹងសំអាត
រស់ក្នុងប្រមាទ ខាតបង់ខែថ្ងៃ
បើរស់អវិជ្ជា ពាលាអប្រិយ
រស់គ្មានតម្លៃ អប្រិយអាត្មា ។

~ មើលឃើញសច្ចៈ ត្រៃលក្ខណ៍ រូបំ
ជីវិត **អនិច្ចំ** **ទុក្ខំ អនត្តា**
កុំរស់វែកពុន ទម្ងន់តណ្ហា
បណ្តុះបញ្ញា **រក្សាគុណធម៌** !

© **ជ័យវរិន្ទ**

សច្ចធម៌

~ កើតមកជាមនុស្ស រស់មានជីវិត
គួរដឹងការពិត គិតដឹងហេតុ-ផល
អវិជ្ជាដើមចម នាំចិត្តអកុសល
តណ្ហាបំពុល យល់ខុសបំពាន ។

~ បើស្គាល់សច្ចៈ ភ្ញាក់រឭកត្រូវ
ព្រះធម៌ជាផ្លូវ នាំទៅនិព្វាន
សីលប្រាំចាំជាប់ អប់រំសីលទាន
ព្រះធម៌ជាយាន ស្ពានភ្ជាប់និស្ស័យ ។

~ ព្រះធម៌វិន័យ ខន្តីរស់នៅ
គុណធម៌ជ្រាលជ្រៅ ផ្លូវកុសលបី
ស្គាល់សច្ចធម៌ ត្រាច់ចរយប់ថ្ងៃ
ដូចមានរស្មី បំភ្លឺជីវិត ។

© **ព្រហ្ម មេត្តា**

សច្ចធម៌ជាអ្វី?

សច្ចធម៌ គឺជាសភាវៈពិត ដំណើរពិតនៃធម្មជាតិ ដែលមិនចំណុះទៅនឹងចំណង់ ចំណូលចិត្តបុគ្គលណា ស្ថានភាពណា កាលៈទេសៈណា អានុភាពណា ឬ អំណាចបុគ្គលណាម្នាក់ឡើយ...

ការស្គាល់ យល់ ដឹងច្បាស់នូវសច្ចធម៌ នឹងនាំអោយយើងរស់នៅដោយត្រឹមត្រូវ ប្រកបដោយគតិបណ្ឌិត មានគំនិតគិតយល់ឃើញត្រឹមត្រូវក្នុងផ្លូវហេតុ_ផល មិនវង្វេង មិនស្រវឹង មិនជោរអួតអាងនឹងជីវិត នឹងភាពមាយាលាក់ពុតនៃលោកិយនេះ ។

ការស្គាល់ យល់ ដឹងច្បាស់នូវសច្ចធម៌ នឹងនាំអោយយើងមានសតិ_សម្បជញ្ញៈ មនសិការគ្រប់គ្រាន់ ដើម្បីទទួលស្គាល់នូវការពិតនៃជីវិត ហើយរៀនរស់ និង រៀនស្លាប់ បានដោយល្អប្រពៃ ។

តើអ្វីខ្លះទៅជា សច្ចធម៌?

ឆេះដាសច្ចធម៌!

➢ **ជាតិ ជរា ព្យាធិ មរណៈ**

កើត ចាស់ ឈឺ ស្លាប់ !

កើត	⇔	ស្លាប់,
ស្រឡាញ់	⇔	ស្អប់,
សុខ	⇔	ទុក្ខ,
ចូល	⇔	ចេញ,
ជួប	⇔	ព្រាត់,
បាន	⇔	បាត់,
ផ្ដើម	⇔	បញ្ចប់ ...

➢ ត្រៃលក្ខណ៍

(លក្ខណៈពិត ៣ យ៉ាង នៃជីវិត)

• **អនិច្ចំ** : សភាពជារបស់មិនទៀងទាត់ មិនស្ថិតស្ថេរ មិនប្រាកដប្រជា **(Impermanence).**

• **ទុក្ខំ** : សភាពជាទុក្ខ មានរូប មានរោគ មានរឿង មានទុក្ខឈឺចាប់... **(Suffering).** មានជីវិត គឺមានបញ្ហា **(*Tout est problème*).**

• **អនត្តា** : សភាពជារបស់មិនមែនខ្លួន មិនមានអញ ... **(Non-Self, Emptyness).**

➢ ចតុរារិយសច្ចៈ

(ការពិតដ៏ប្រសើរទាំង ៤ យ៉ាង)

- **ទុក្ខសច្ចៈ** : ជីវិតប្រកបដោយសេចក្ដីទុក្ខមែនពិត ឥតចៀសវាងបាន, **ជីវិត គឺជាបញ្ហា,**
- **សមុទយសច្ចៈ** : សេចក្ដីទុក្ខកើតមាន ព្រោះមានហេតុ នាំអោយមានទុក្ខ (**ខន្ធ ៥**, **អវិជ្ជា តណ្ហា ឧបាទាន**) ។
- **និរោធសច្ចៈ** : ទុក្ខអាចរំលត់បាន ដោយស្គាល់ហេតុ គឺការរំលត់នូវទុក្ខ ទាំង ១២ កង,
- **មគ្គសច្ចៈ** : ផ្លូវ ឬមធ្យោបាយចេញចាកទុក្ខ ,

(មាគ៌ានិព្វាន សំដៅដល់ អដ្ឋង្គិកមគ្គ ឬ មជ្ឈិមប្បដិបទា)។

សច្ចធម៌ និង ពុទ្ធិគតិបណ្ឌិត

➤ អដ្ឋង្គិកមគ្គ ឬ មជ្ឈិមប្បដិបទា :

បញ្ញា

- **សម្មាទិដ្ឋិ** : ការយល់ឃើញច្បាស់នូវសច្ចធម៌ តាមផ្លូវបញ្ញា,
- **សម្មាសង្កប្បៈ** : ការត្រិះរិះគិតឃើញត្រឹមត្រូវ តាមផ្លូវវិចារណញ្ញាណ មានហេតុ-ផល,

សីល

- **សម្មាវាចា** : វាចាប្រពៃ (វៀរចាកវចីទុច្ចរិតទាំង ៤),
- **សម្មាកម្មន្តៈ** : ការងារប្រពៃ (វៀរចាកការប្រព្រឹត្តខុសដោយកាយ ៣ យ៉ាង),
- **សម្មាអាជីវៈ** : ចិញ្ចឹមជីវិតដោយប្រពៃ (វៀរចាកការប្រព្រឹត្តខុសក្នុងការចិញ្ចឹមជីវិត),

សមាធិ

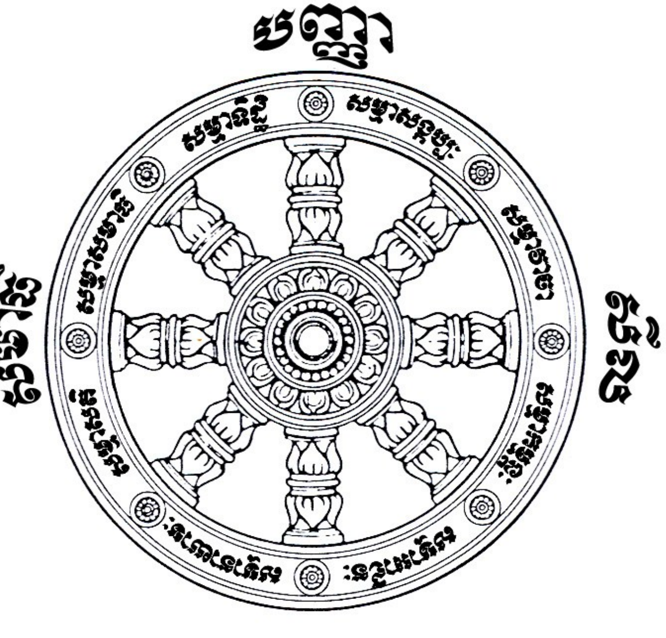
- **សម្មាវាយាមៈ** សេចក្តីព្យាយាមត្រឹមត្រូវក្នុងផ្លូវជាកុសល ជាគុណប្រយោជន៍ ដោយគុណធម៌ជ្រាលជ្រៅ,
- **សម្មាសតិ** : សេចក្តីភ្ញាក់រលឹកត្រឹមត្រូវ (គឺរលឹកក្នុងសតិប្បដ្ឋាន ៤),
- **សម្មាសមាធិ** : ការប្រមូលផ្តុំអារម្មណ៍អោយត្រជាក់ស្ងប់ ថ្លា តាមគន្លងនៃធម៌ឧបេក្ខា ។

សច្ចធម៌ និង ពុទ្ធិគតិបណ្ឌិត

មជ្ឈិមបដិបទា

ឬ អដ្ឋង្គិកមគ្គ

ចង្កូតព្រះធម៌សម្រាប់បើកបរនាវាជីវិត
តម្រង់ទិសឆ្ពោះទៅកាន់និព្វាន



ប្រមូលរៀបរៀង ដោយ ព្រហ្ម-មេត្តា (ហៅ ជយទរិទ្ធ)

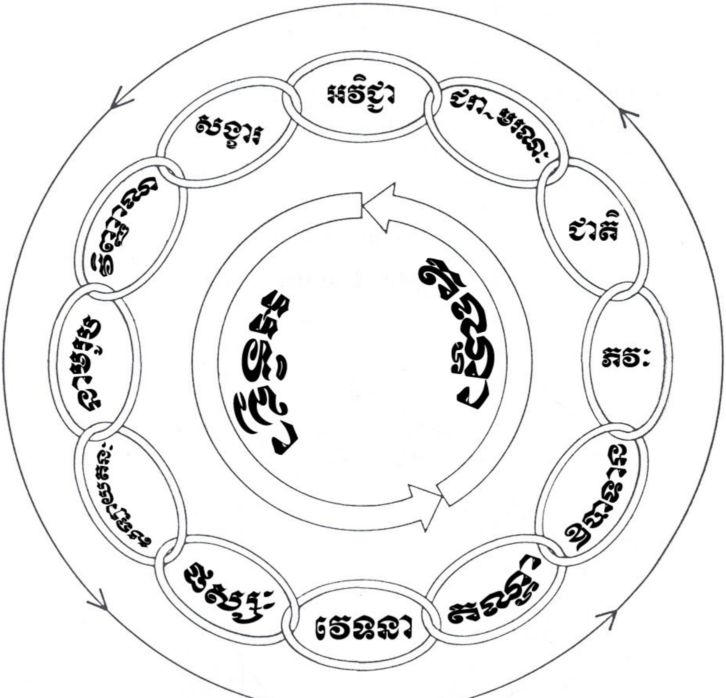
➢ បដិច្ចសមុប្បាទធម៌

ឬ ធម្មភាពនៃទំនាក់ទំនងរវាង ហេតុ និង ផល :

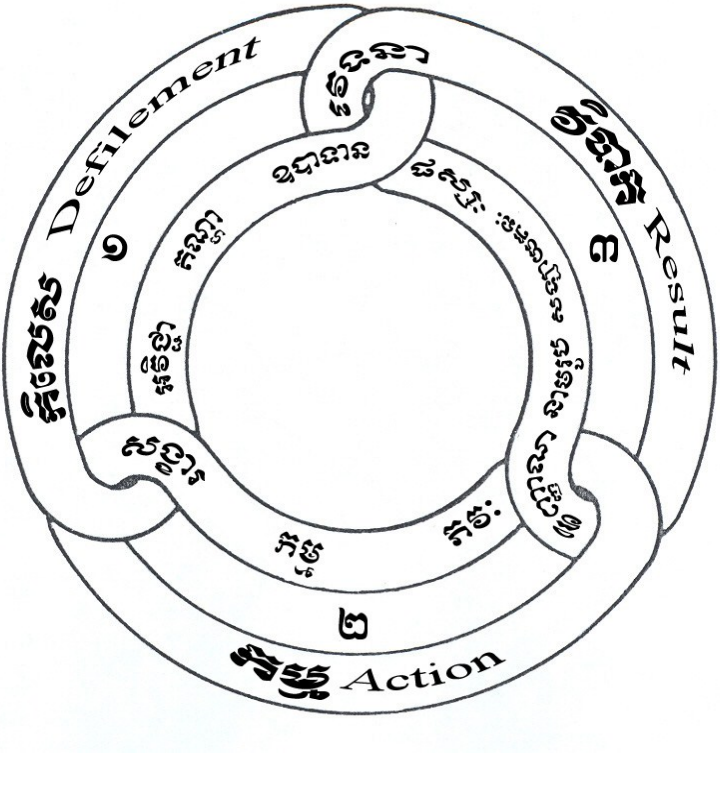
- **អវិជ្ជា** : ការមិនដឹង មិនស្គាល់សច្ចធម៌ មិនស្គាល់ត្រៃលក្ខណ៍ មិនស្គាល់ហេតុ_ផល,
- **សង្ខារ** : ការតាក់តែងឡើងនូវ "កម្ម" ទាំងឡាយ,
- **វិញ្ញាណ** : ការដឹងនូវអារម្មណ៍ទាំងឡាយ,
- **នាម_រូប** : សភាវនាម និង សភាវរូប (**ខន្ធ ៥** ឬ **បញ្ចក្ខន្ធ**)
- **សឡាយតនៈ** ទ្វារអារម្មណ៍ទាំង ៦ (ចក្ខុ សោតៈ ឃានៈ ជីវ្ហា កាយ និង មនោវិញ្ញាណ),
- **ផស្សៈ** : ការប៉ះទង្គិចនៃសឡាយតនៈនឹងភពខាងក្រៅ,
- **វេទនា** : ការទទួលសោយនូវអារម្មណ៍ (ទំនួលអារម្មណ៍)
- **តណ្ហា** : ការត្រេកត្រអាលស្រេកឃ្លានមិនស្កប់ស្កល់
- **ឧបាទាន** : ការជាប់ជំពាក់ចិត្តនឹងអារម្មណ៍
- **ភវៈ** : ទ្រនើរធ្មើរធ្នាក់ទាក់អារម្មណ៍ (ការទើរជាប់)
- **ជាតិ** : កំណកំណើតនៃអត្ថិភាពទាំងឡាយ
- **ទុក្ខ ទោមនស្ស ជរា ព្យាធិ មរណៈ** សេចក្តីទុក្ខទោមនស្ស ចាស់ ឈឺ ស្លាប់ វិនាសបាត់បង់ទៅវិញ ។

បដិច្ចសមុប្បាទធម៌

ទំនាក់ទំនងរវាង ហេតុ និង ផល



ចំណោទកម្ម និង ផល



កិលេស Defilement
១
២
កម្ម Action
៣
វិបាក Result
តណ្ហា
អវិជ្ជា
សង្ខារ
កម្ម
ភវៈ

➢ កម្ម~ផល :

- **កម្ម** : គឺជាសំណុំនៃអំពើ ការធ្វើ ការប្រព្រឹត្ត ទាំងឡាយរបស់បុគ្គល ។
- **ផល** : លទ្ធផលដែលជាប្រតិកម្ម របស់ **កម្ម** នោះ,

បុគ្គលសាង **កម្ម** យ៉ាងណា រមែងទទួល **ផល** យ៉ាងនោះ ។

កម្ម និង **ផល** ពុំមែនជាទ្រឹស្តីខ្វះហេតុ-ផល ដូចដែលអ្នកខ្លះបានគិតតាមទស្សនៈមិច្ឆាទិដ្ឋិផ្ទាល់ខ្លួននោះទេ ។ តម្លៃនៃព្រះពុទ្ធឱវាទក្នុងទស្សនៈហេតុ-ផលនេះ គឺថា អ្នកណាសាងកម្មយ៉ាងណា អ្នកនោះនឹងទទួលបាននូវផលបែបនោះ ហើយម្យ៉ាងទៀតក៏គ្មានអ្នកដទៃមកទទួលផលជំនួសអ្នកប្រព្រឹត្តបានឡើយ ។

"**កម្ម ស**" ទទួល " **ផល ស**",

"**កម្មខ្មៅ**" ទទួល "**ផលខ្មៅ**"

"**កម្ម កុសល**" ទទួល " **ផល កុសល**",

"**កម្ម អកុសល**" ទទួល "**ផល អកុសល**" ...

➤ ទុក្ខទាំង ១២ កង :

១. **ជាតិទុក្ខ** : ទុក្ខព្រោះមានកំណើត ។

២. **ជរាទុក្ខ** : ទុក្ខព្រោះសេចក្ដីចាស់ជរា គ្រាំគ្រា ។

៣. **ព្យាធិទុក្ខ** : ទុក្ខព្រោះមានជំងឺរោគាបៀតបៀន ។

៤. **មរណទុក្ខ** : ទុក្ខព្រោះត្រូវជួបស្លាប់ដោយចៀសពុំរួច ។

៥. **សោកទុក្ខ** : ទុក្ខព្រោះសេចក្ដីសោកសៅ ស្ដាយស្រណោះ ។

៦. **បរិទេវទុក្ខ** : ទុក្ខព្រោះព្រួយញាំញី រ៉ាំរ៉ៃ រីងរៃ...

៧. **ទុក្ខទុក្ខ** : ទុក្ខហើយទុក្ខទៀត ទុក្ខត្រួតគរលើទុក្ខ ។

៨. **ទោមនស្សទុក្ខ** : ទុក្ខព្រោះការទើសចិត្ត ទើសអារម្មណ៍ ។

៩. **ឧបាយាសទុក្ខ** : ទុក្ខព្រោះការបែកឃ្លាត ព្រាត់ប្រាសគ្នា ។

១០. **អប្បិយេហិ សម្បយោគទុក្ខ** : ទុក្ខព្រោះជួបនឹងវត្ថុ បុគ្គល ឬសភាវៈ មិនជាទីពេញចិត្ត ។

១១. **បិយេហិ វិប្បយោគទុក្ខ** : ទុក្ខព្រោះព្រាត់បាត់ វត្ថុ បុគ្គល ឬសភាវៈជាទីគាប់ចិត្ត ។

១២. **យម្បិច្ឆំ ន លភតិ តម្បិទុក្ខ** ទុក្ខព្រោះប្រាថ្នាចង់បានអ្វី ដែលមិនបានស្របតាមបំណង ។

➢ បញ្ចក្ខន្ធ ឬ ខន្ធ ៥ :

កាយ និង **ចិត្ត** នៃយើងទាំងរាល់គ្នានេះ ចែកចេញជា **៥** កង ហៅថា ខន្ធ ៥ គឺ : រូប វេទនា សញ្ញា សង្ខារ និង វិញ្ញាណ ។

១. **ធាតុ ៤** គឺ : ទឹក ដី ភ្លើង ខ្យល់ ប្រជុំគ្នាតាក់តែងជារាងកាយ ហៅថា រូប ។

២. ការកំណត់ដឹងនូវអារម្មណ៍ជាសុខ ឬជាទុក្ខ ឬជាឧបេក្ខា (មិនសុខ មិនទុក្ខ) ហៅថា វេទនា ។

៣. សេចក្តីកត់សំគាល់ដឹងចាំបាន គឺ ***រូប សម្លេង ក្លិន រស ផោដ្ឋព្វៈ*** អារម្មណ៍ទាំងនេះហៅថា សញ្ញា ។

៤. ចេតសិកធម៌ គឺអារម្មណ៍ដែលកើតរលត់ជាមួយនឹងចិត្ត ទាំងកុសល ទាំងអកុសល ទាំងអព្យាក្រឹត ហៅថា សង្ខារ ។

៥. សេចក្តីដឹងអារម្មណ៍ ក្នុងវេលាដែលអាយតនៈខាងក្រៅ មកប៉ះទង្គិចអាយតនៈខាងក្នុងហៅថា វិញ្ញាណ ។ ដូចជា "***រូប***" រត់ប៉ះនឹង**ឥន្ទ្រិយភ្នែក** បង្កើតបានជាចក្ខុវិញ្ញាណជាដើម...

ខន្ធ ៥ នេះ អាចហៅម្យ៉ាងទៀតថា នាមរូប ។ ***វេទនា សញ្ញា សង្ខារ*** និង ***វិញ្ញាណ*** ហៅថា នាមធម៌ ព្រោះពុំមានរូបជាក់ស្តែង មានត្រឹមតែឈ្មោះហៅប៉ុណ្ណោះ ។ ឯសភាវៈ ***រូប*** ដែលអាចមើលឃើញ ប៉ះពាល់ត្រូវ ហៅថា រូបធម៌ ។

➢ ធាតុ ៤ សម្រាប់ទ្រទ្រង់
និង រំលាយនូវអត្ថិភាព នៃរូប នៃជីវិត
ដី ទឹក ខ្យល់ ភ្លើង

➪ **បឋវីធាតុ** គឺធាតុរឹង ឬធាតុទន់ទាំងឡាយនៅក្នុងខ្លួនមនុស្សយើងដែលអាច រលត់ រលេះ រលួយ រលាយ ក្លាយទៅជាធាតុ **ដី** បាន, មាន **២០** យ៉ាងគឺ :

១.	**កេសា**	:	សក់ទាំងឡាយ
២.	**លោមា**	:	រោមទាំងឡាយ
៣.	**នខា**	:	ក្រចកទាំងឡាយ
៤.	**ទន្តា**	:	ធ្មេញទាំងឡាយ
៥.	**តចោ**	:	ស្បែក
៦.	**មំសំ**	:	សាច់
៧.	**នហារូ**	:	សរសៃទាំងឡាយ
៨.	**អដ្ឋិ**	:	ឆ្អឹងទាំងឡាយ
៩.	**អដ្ឋិមិញ្ជំ**	:	ខួរក្នុងឆ្អឹង
១០.	**វក្កំ**	:	ទាច (តម្រងទឹកមូត្រ ឬប្លោក)
១១.	**ហទយំ**	:	បេះដូង

១២. យកនំ : ថ្លើម

១៣. កិលោមកំ : វាវ

១៤. បិហកំ : ក្រពះ

១៥. បប្ផាសំ : សួត

១៦. អន្តំ : ពោះវៀនធំ

១៧. អន្តគុណំ : ពោះវៀនតូច

១៨. ឧទរិយំ : អាហារថ្មី

១៩. ករីសំ : អាហារចាស់

២០. មត្ថកេមត្ថលុង្គំ : ខួរក្នុងក្បាល ។

➪ **អាបោធាតុ** គឺជាធាតុរាវ ពោលគឺធាតុ **ទឹក** នៅក្នុងខ្លួនមនុស្សយើង គឺវត្ថុដែលអាចរលាយក្លាយទៅជាទឹកវិញមាន ១២ យ៉ាង គឺ :

១. បិត្តំ : ទឹកប្រមាត់

២. សេម្ហំ : ស្លេស្ម

៣. បុព្វោ : ខ្ទុះ

៤. លោហិតំ : ឈាម

៥. សេទោ : ញើស

៦.	មេទោ	៖	ខ្លាញ់ខាប់
៧.	អស្សុ	៖	ទឹកភ្នែក
៨.	វសា	៖	ខ្លាញ់រាវ
៩.	ខេឡោ	៖	ទឹកមាត់
១០.	សិង្ឃាណិកា	៖	ទឹកសម្បោរ
១១.	លសិកា	៖	ទឹករំអិល
១២.	មុត្តំ	៖	ទឹកមូត្រ

➪ វាយោធាតុ គឺធាតុ ខ្យល់ ៦ ៖

១.	ឧទ្ធង្គមវាត	៖	ខ្យល់បក់ពីចុងជើងឡើងទៅក្បាល ។
២.	អធោគមវាត	៖	ខ្យល់បក់ពីក្បាលចុះទៅចុងជើង ។
៣.	កុច្ឆិសយវាត	៖	ខ្យល់បក់វិលវល់ក្នុងពោះ ។
៤.	កោដ្ឋាសយវាត	៖	ខ្យល់បញ្ជូនចុះឡើងក្នុងពោះវៀន ។
៥.	អង្គមង្គានុសារិវាត	៖	ខ្យល់បក់ចុះឡើងសព្វសព៌ាង្គកាយ។
៦.	អស្សាស បស្សាសវាត	៖	ខ្យល់ដកដង្ហើមចេញចូល ។

តេជោធាតុ គឺធាតុសម្រាប់កំដៅសរីរៈឱ្យក្តៅ

ឬធាតុ ភ្លើង ៤ :

១. **សន្តប្បគ្គិ** : ភ្លើងធាតុដែលញ៉ាំងកាយឱ្យក្តៅជាប្រក្រតី ។

២. **ជីរណគ្គិ** : ភ្លើងធាតុដែលញ៉ាំងកាយឱ្យជរាទ្រុឌទ្រោម ។

៣. **បរិឌយ្ហគ្គិ** : ភ្លើងធាតុដែលញ៉ាំងកាយឱ្យក្តៅរោលរាល ។

៤. **បរិណាមគ្គិ** : ភ្លើងធាតុដែលសម្រាប់កិនរំលាយអាហារ ។

អ្វីទៅជាគតិបណ្ឌិត?

គតិបណ្ឌិត គឺជាភាពភ្លឺស្វាង ឈ្លាសវៃនៃគំនិត សតិ-បញ្ញា វិចារណញ្ញាណ មានសុភនិច្ឆ័យ មើលឃើញ ស្គាល់ យល់ ដឹង វិភាគរាល់បញ្ហា ដោយឈរលើមូលដ្ឋាននៃទស្សនៈគោលការណ៍ **ហេតុ-ផល** គ្រប់ជ្រុងជ្រោយ មិនបំផ្លើស មិនបំភ្លៃ មិនវិនិច្ឆ័យព្រហើនតាមអស្មិមានះបុគ្គល មិនលំអៀងតាមអគតិ មិច្ឆាទិដ្ឋិ អវិជ្ជា តណ្ហានិយម យល់ចង្អៀតចង្អល់ឡើយ ។

គតិបណ្ឌិត នាំអោយមានចិត្តស្មោះសរ រក្សាខ្ជាប់ខ្ជួននូវគុណធម៌ កុសលធម៌ ស្គាល់គុណ-ទោស ខុស-ត្រូវ ខ្មៅ-ស ល្អ-អាក្រក់ ។ **គតិបណ្ឌិត** នាំអោយមាន **ភាពសុចរិតនៃគំនិត** ។

ការមានគតិបណ្ឌិត នឹងនាំអោយមនុស្សរស់នៅដោយសាមញ្ញ សុភាពរាបសា មិនអួតអាង មិនជោរស្រវឹងវង្វេង នឹងលោកធម៌ទាំង ៨ប្រការ ។

ការមានគតិបណ្ឌិត នឹងនាំអោយមនុស្ស គោរពសច្ចធម៌ មានសេរីភាព មានឥស្សរភាព ហើយមិនបណ្តោយអោយជីវិតរស់រិលវល់ស្ថិតក្រោមឥទ្ធិពលនៃតណ្ហាថោកទាបឡើយ ។

អត្តា ហវេ ជិតំ សេយ្យោ
ឈ្នះខ្លួនឯង ប្រសើរជាងឈ្នះអ្វីទាំងអស់ ។

នៅលើសមរភូមិប្រយុទ្ធតតាំងជាមួយខ្មាំងសត្រូវ គេអាចជួយច្បាំងប្រយុទ្ធនឹងខ្មាំងសត្រូវជំនួសគ្នាបាន តែក្នុងសមរភូមិប្រយុទ្ធជាមួយ "**អត្តៈ អាត្មាខ្លួនឯង**" គេមិនអាចប្រយុទ្ធជំនួសគ្នាបានឡើយ គឺមានតែខ្លួនយើងផ្ទាល់ប៉ុណ្ណោះ ដែលត្រូវប្រើព្រះខ័នឫទ្ធិ "**សីល សមាធិ បញ្ញា**" បង្ក្រាបកិលេសតណ្ហា ច្បាំងនឹងខ្មាំងអវិជ្ជា ដែលលួចពួនសំងំ បន្ទំ បង្កប់ខ្លួននៅក្នុងទីងងឹតកន្លៀតកៀនកោះ នៃចិត្តរបស់យើងម្នាក់ ៗ ។

គេអាចច្បាំងឈ្នះលើទ័ពរបស់ភាគីបដិបក្ខរាប់រយ ពាន់ម៉ឺនសែននាក់លើសមរភូមិសង្គ្រាមបាន...តែជោគជ័យដ៏ប្រសើរជាងនេះ ហើយកាត់ថ្លៃមិនបាននោះ នោះគឺសេចក្តីក្លាហាន ហ៊ានតតាំងច្បាំងប្រយុទ្ធយកសព្វជ័យលើអាត្មាខ្លួនឯងតែម្តង (តតាំងច្បាំងនឹងខ្មាំង **អវិជ្ជា តណ្ហា ឧបាទាន**)។

សច្ចធម៌ និង ពុទ្ធិគតិបណ្ឌិត

ទស្សនៈមួយចំនួន

របស់សម្ដេចព្រះសង្ឃរាជ **ជួន~ណាត**

~ ជីវិតរាល់រូបតិចតួចណាស់ ប៉ុន្តែយើងត្រូវប្រឹងរៀន ប្រឹងរក ប្រឹងគិត ប្រឹងប្រព្រឹត្តល្អ ហាក់ដូចជាយើងនឹងមានជីវិតរស់នៅរាប់ពាន់ឆ្នាំ !

~ **ស័ក្តិពុំស្មើយស នារអ្នកខ្ពង់ខ្ពស់ ពុំស្មើចិត្តជា !**

~ អ្នកប្រាជ្ញ សូម្បីរាងកាយទ្រុឌទ្រោមជិតដល់នូវមរណភាពហើយក៏ដោយ ក៏លោកមិនព្រមបោះបង់ការងារដ៏ប្រសើររបស់លោកឡើយ ព្រោះលោកយល់ច្បាស់ថា **សេចក្ដីស្លាប់** ជាធម៌ទៀង ។

~ ការដែលគេឱ្យយើងស៊ី មកតែគេចង់ស៊ីពីយើង ...

~ ការដែលគេមកសុំសន្លឹកឆ្នោតពីយើង គេលុតជង្គង់ដល់ធរណី ព្រោះតែគេចង់ស៊ីថ្លើមយើង ដល់គេបានសន្លឹកឆ្នោតហើយ គេធាក់ធរណី បោលលែងមកក្បែរយើងទៀត តើយើងត្រូវធ្វើដូចម្ដេចហ្ន៎ ឱ្យបានដូចបំណង ?

(ស្រង់ចាក ទស្សនៈសម្ដេចព្រះសង្ឃរាជ **ជួន~ណាត**)

ត្រូវពិចារណាពីពាក្យថា ... ទៅសុំសីល !?!

អ្វីទៅដែលហៅថា "សីល" ?

សីល គឺជាការសិក្សាអប់រំ ហ្វឹកហ្វឺន ហាត់ពត់ លត់ដំកិរិយា ចរិយា មារយាទ កាយ វាចា ចិត្ត របស់ខ្លួនយើងម្នាក់ ៗ អោយមានរបៀបរៀបរយ មានសីលធម៌ មានគុណធម៌ល្អប្រសើរត្រឹមត្រូវវៀរចាកអំពើអកុសលទាំងឡាយដែលជាកិលេសតណ្ហា ទាំងដោយកាយ វាចា ចិត្ត ។

ពាក្យ "**សុំ**" ជាគូគ្នានឹងពាក្យ "**អោយ**" មានន័យថា មានម្នាក់ជាអ្នកអោយ ម្នាក់ទៀតជាអ្នកទទួលយក ដូចជាការសុំបាយសុំទឹក សុំប្រាក់កាសគ្នាជាដើម... ឯ **សីល** ពុំមែនជាវត្ថុសម្រាប់ "**សុំ**"សម្រាប់"**អោយ**"គ្នាបានឡើយ គឺជាការខិតខំកសាងធ្វើប្រព្រឹត្តប្រតិបត្តិ រក្សា ប្រយុទ្ធច្បាំងនឹងខ្មាំងកិលេសក្នុងអាត្មាខ្លួនឯងរៀង១ខ្លួន ជារឿយ១ ។ ដូចនេះ **ការរក្សាសីល** ឬ **សាងសីល** ពុំមែនជាការសុំពីគ្នា ចែករំលែកគ្នាតាមមនោសញ្ចេតនាបានឡើយ ។ អ្នកអោយទោះជាមានសទ្ធាចង់អោយ ក៏គ្មានវិធីណាអោយគ្នាកើតឡើយ គ្រាន់

តែមានលទ្ធភាពប្រាប់ពីវិធីស្វែងរកតែប៉ុណ្ណោះ ។ អ្នកទទួល បើមិនប្រឹងកសាងធ្វើដោយខ្លួនឯងទេ ក៏មិនដឹងជាទទួលតាមវិធីណាបានឡើយ ។ ការគ្រាន់តែសូត្រថាតាម នូវសិក្ខាបទទាំងឡាយ ពុំមែនមានន័យគ្រប់គ្រាន់ថាបានសាង"**សីល**"នោះទេ ។ បើមិនយល់ន័យនៃសិក្ខាបទទាំងឡាយ ហើយចេះតែសូត្រថាតាមគេ ទាំងមិនយល់មិនដឹងថាអ្វីជា "**សីល**" ផងនោះ ហើយខ្វះការប្រតិបត្តិជាក់ស្តែងក៏ពុំមានន័យអ្វីទាល់តែសោះ សម្រាប់ការដុសខាត់ ចិត្តគំនិត អោយចេញចាកផុតពីភាពអវិជ្ជា ដែលជាប្រភពនៃអកុសលកម្មទាំងឡាយនោះ។

ដូចនេះ "**សីល**" **គឺពុំមែនជាការសុំនោះទេ** ។ **សីល** គឺជាការយល់ដឹង ហើយប្រព្រឹត្ត សាង ធ្វើ រក្សា ប្រតិបត្តិជាប្រចាំ ដើម្បីដុសខាត់ សំអាត អោយបានល្អបរិសុទ្ធ ។ ដូចជាផ្ទះ ឬទីលំនៅស្ថានដែលបានបើកទ្វារបង្អួច ដើម្បីអោយមានពន្លឺ ខ្យល់អាកាសចេញចូលបានល្អនោះ ក៏រមែងមានទាំងល្អងធូលីហុយដោយទៅជាមួយនឹងពន្លឺខ្យល់អាកាសផងដែរ ។

សួរថាតើត្រូវធ្វើដូចម្តេច ដើម្បីអោយផ្ទះរបស់យើងមានទាំងពន្លឺ មានខ្យល់អាកាសចេញចូលបានផង ទាំងអោយបានស្អាតល្អគ្មានការប្រឡាក់ល្អងធូលីផង ? យ៉ាងណាមិញ "**កាយ វាចា ចិត្ត**" របស់យើងក៏យ៉ាងនោះដែរ ។

ក្នុងករណីនេះ វត្ថុមាននៃ "**សីល**" នេះឯងដែលមានតួនាទីដូចជា "**ទឹកដ៏បរិសុទ្ធ**" សម្រាប់រម្ងាប់សម្រេក និង ដុសលាង ជម្រះសំអាត កាយ វាចា ចិត្ត របស់យើងនោះឯង ។

➤ សីល ៥ ឬ បញ្ចសីល ឬ និច្ចសីល

សីលធម៌_គុណធម៌ ៥ ប្រការ ដែលបុគ្គលទាំងឡាយ
គួរតែត្រូវគោរព ប្រតិបត្តិ រក្សា ជាប្រចាំ

១- **បាណាតិបាតា វេរមណី...** វៀរចាកកិរិយាការបៀតបៀន (**ប្រមាថ បំផ្លាញ**) ដល់ជីវិតមនុស្ស_សត្វទាំងឡាយ ។

២- **អទិន្នាទានា វេរមណី...** វៀរចាកកិរិយាកាន់យកនូវវត្ថុទាំងឡាយណាដែលគេមិនបានឱ្យដោយកាយ ឬវាចា ។

៣- **កាមេសុ មិច្ឆាចារា វេរមណី...** វៀរចាកកិរិយាការប្រព្រឹត្តខុសក្នុងកាម (*ប្រព្រឹត្តខុសក្នុងកាម ដោយការសេពមេថុននឹងស្ត្រី ២០ ពួក*) ទាំងឡាយ ។

៤- **មុសាវាទា វេរមណី...** វៀរចាកកិរិយាពោលពាក្យមិនពិត កុហក ភូតភរ បោកប្រាស់ ។

៥- **សុរាមេរយ មជ្ជប្បមាទដ្ឋានា វេរមណី...** វៀរចាកកិរិយានូវហេតុជាទីតាំងនៃសេចក្តីប្រមាទ គឺការផឹក ឬប្រកបនូវគ្រឿងស្រវឹង គឺសុរា និង មេរ័យជាដើម...

➢ <u>លោកបាលធម៌</u> (ធម៌រក្សាលោក) ៈ

- **សតិ** : សេចក្ដីភ្ញាក់រឭកចាំជានិច្ច
- **សម្បជញ្ញៈ** : សេចក្ដីដឹងខ្លួនជានិច្ច

- **ហិរិ** : អៀនខ្មាស ខ្ពើមរអើមអំពើបាប

ដូចជាអារម្មណ៍នៅពេលឃើញលាមកជាដើម...

- **ឱត្តប្បៈ** : ខ្លាចបាប មិនហ៊ានប្រព្រឹត្តបាប

ដូចជាការដឹងថាភ្លើងក្ដៅ កាន់ទៅនាំអោយរលាកជាដើម...

ស្រែគុណ

~ **ស្គាល់គ្រែគុណ** នរជននោះ ឈ្មោះបណ្ឌិត
ព្រោះគំនិត គិតឃើញត្រូវ ផ្លូវកុសល
មានគុណធម៌ ប្រសើរក្រៃ គ្មានអ្វីដល់
ស្គាល់ហេតុ-ផល យល់ដឹងច្បាស់ **ព្រះគុណបី** ។

~ កើតមកបានរស់ ព្រោះ**គុណឪម៉ែ**
លោកថ្នាក់ថ្នមថៃ ចិត្តស្នេហ៍ប្រណី
ធំឡើងទៅរៀន មានវិជ្ជាល្បី
គុណគ្រូប្រុសស្រី គួរលៃគោរព ។

~ **មីងមាជូនតា** **បុព្វការីជន**
ជួយប្រឹងរែកពុន ចាកខ្មៅឧបទ្រព
គុណថ្លៃទាំងបី ប្រពៃដូចម្លប់
ត្រជាក់ថ្ងៃយប់ **គឺម្លប់ព្រះធម៌** !

© **ព្រហ្ម មេត្តា**

សច្ចធម៌ និង ពុទ្ធិគតិបណ្ឌិត

- កើតមកជាមនុស្ស រស់មានជីវិត
មានគតិបណ្ឌិត ទើបគិតត្រឹមត្រូវ
រស់ច្បាំងអាត្មា តណ្ហានាំខ្លៅ
រស់_ស្លាប់ត្រឹមត្រូវ តាមផ្លូវមជ្ឈិមា !

- បណ្ដុះ **មេត្តា** **ឧបេក្ខា ខ្ពង់ខ្ពស់**
រស់រៀន_រៀនរស់ ឈ្មោះជាអ្នកជា
មិនធ្វើទាសា តណ្ហាមាយា
សាងសីលភាវនា មាគ៌ាព្រះធម៌ !

ព្រហ្ម_មេត្តា ហៅ **ជ័យទរិន្ទ**

គតិបណ្ឌិត

➢ ត្រៃគុណ គឺ ព្រះគុណទាំងបី

៙ ព្រះពុទ្ធ ព្រះធម៌ ព្រះសង្ឃ

~ **ព្រះពុទ្ធ** គឺជាអរិយបុគ្គលដែលប្រសើរបំផុតមានព្រះគុណ-សម្បត្តិល្អបរិសុទ្ធ មានព្រះទ័យប្រកបដោយ **បញ្ញាគុណ វិសុទ្ធិគុណ** និង **ករុណាគុណ** និង ដែលបានត្រាស់ដឹងរកឃើញនូវសច្ចធម៌ សម្មាសម្ពោធិញ្ញាណ ដើម្បីអប់រំបំភ្លឺមនុស្សជាតិអោយប្រតិបត្តិល្អ ដោយកាយ វាចា ចិត្ត ដើម្បីរំដោះជីវិតឆ្ពោះទៅស្ថានបរមសុខពិតពោល គឺ **និព្វាន** ។

~ **ព្រះធម្មវិន័យ** គឺជាក្បួនច្បាប់វិន័យ ជាពាក្យប្រៀនប្រដៅដាស់តឿន ទូន្មាន របស់ព្រះពុទ្ធ អោយស្គាល់ផ្លូវដ៏ប្រសើរ ពោលគឺ អរិយមគ្គ ហៅថា **មជ្ឈិមប្បដិបទា** ឬ **អដ្ឋង្គិកមគ្គ** ដែលចែកជាសិក្ខាបទ ៣ យ៉ាង គឺ **សីល សមាធិ បញ្ញា** ដែលជាមធ្យោបាយជាមាគ៌ារំដោះទុក្ខ ។

~ អ្នកដែលប្រតិបត្តិត្រឹមត្រូវល្អតាមព្រះធម៌វិន័យ និង បួស រៀន សិក្សា ទ្រទ្រង់សិក្ខាបទតាមទស្សនវិជ្ជាព្រះពុទ្ធសាសនា ហៅថា **ព្រះសង្ឃ** ។ ព្រះសង្ឃ គឺជាសាវ័ករបស់ព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធ, ជា **បុញ្ញក្ខេត្ត** (ស្រែបុណ្យ) របស់ពុទ្ធសាសនិកជន ។ ព្រះសង្ឃបុថុជ្ជន ហៅថា "សម្មតិសង្ឃ", ព្រះសង្ឃដែលប្រកបដោយគុណដ៏វិសេសវិសាលប្រសើរបំផុត ហៅថា "អរិយសង្ឃ" ។

៧ បញ្ញាគុណ វិសុទ្ធិគុណ ករុណាគុណ

~ **បញ្ញាគុណ** ជា **គុណធម៌** ដ៏កំពូលរបស់ព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធ ជាអម្ចាស់ដែលបានត្រាស់ដឹងនូវមគ្គញ្ញាណ ដែលជាទីតាំងនៃសព្វញ្ញុតញ្ញាណ និង ញាណដ៏វិសេស មានចតុវេសារជ្ជញ្ញាណ ទសពលញ្ញាណ និង អនាវរណញ្ញាណជាដើម (ស្រង់ចាកប្រស្នាត្រៃគុណ)។

~ **វិសុទ្ធិគុណ** ជា**គុណភាព**ដ៏បរិសុទ្ធរបស់ព្រះពុទ្ធអង្គ បានដល់ការលះបង់ដាច់ស្រឡះទាំងស្រុង នូវកិលេសតណ្ហា ឧបាទាន មិនប្រឡាក់ញាប់ញ័រនឹងលោកធម៌ទាំង ៨ ប្រការ ។

~ **ករុណាគុណ** ជា **គុណប្រយោជន៍** ដ៏វិសេសដែលព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធជាព្រះបរមគ្រូ បានផ្តល់នូវសេចក្តីប្រោសប្រណីអាណិត

អាស្វរ ស្រោចស្រង់ដល់ពពួកសត្តនិករ អោយរួចចាកផុតពីទុក្ខវេទនាគ្រប់បែបយ៉ាងដែលផុតរោលរាល អោយក្រហល់ក្រហាយអន្ទះអន្ទែង ដោយភ្លើងទុក្ខ ភ្លើងកិលេស និង លង់ឈ្លក់នៅក្នុងវាលវដ្តសង្សារ រងទុក្ខវេទនាឥតត្រើយត្រាណ ក្នុងសមុទ្រភ្លើងតណ្ហា ។

៧ សីលគុណ សមាធិគុណ បញ្ញាគុណ

១ ~ សីល (ការអប់រំ រក្សាកាយ វាចាអោយមានរបៀបរៀបរយ) ≈ **វចីសុចរិត + កាយសុចរិត** (<u>សម្មាវាចា</u> : និយាយពោលពាក្យត្រឹមត្រូវ ប្រកបដោយគុណធម៌ ដោយស្មោះសរ, <u>សម្មាកម្មន្តៈ</u> ការប្រព្រឹត្តនូវអំពើជាគុណធម៌ ជាកុសល ជាគុណប្រយោជន៍ដល់សង្គមជាតិ និង <u>សម្មាអាជីវៈ</u> ការចិញ្ចឹមជីវិតដោយសុចរិតត្រឹមត្រូវ មិនបំពុល មិនបំផ្លាញសង្គម) ។

២ ~ សមាធិ ≈ មនោសុចិត ឬ ភាពសុចរិតនៃគំនិត (<u>សម្មាវាយាមៈ</u> សេចក្តីព្យាយាមក្នុងអំពើជាកុសល, <u>សម្មាសតិ</u> ការមានការប្រុងប្រយ័ត្នមិនធ្វេសប្រហែស មិនប្រមាទពេលវេលា មិនបណ្តោយអោយអវិជ្ជា តណ្ហា ឧបាទាន អូសទាញជីវិត និង <u>សម្មា</u>

សច្ចធម៌ និង ពុទ្ធិគតិបណ្ឌិត

សមាធិ ៖ ការគ្រប់គ្រងប្រមូលផ្តុំអារម្មណ៍អោយនៅស្ងប់ជាឧបេក្ខា មិនភ្ញាក់ផ្អើលញាប់ញ័រ រំជើបរំជួលនឹងលោកធម៌ទាំង ៨ ប្រការ)។

៣ - **បញ្ញា (ភាពភ្លឺស្វាងបរិសុទ្ធ ឈ្លាសវៃ នៃសតិ-បញ្ញាស្មារតី)** ≈ សម្មាទិដ្ឋិ ៖ ការមានជំនឿដោយយល់ត្រឹមត្រូវ តាមផ្លូវហេតុ-ផល, សម្មាសង្កប្បៈ ការគិតត្រិះរិះពិចារណាប្រកបដោយវិចារណញ្ញាណ មានហេតុ-ផល និង មានសុភនិច្ច័យគ្រប់គ្រាន់ ។

❧ គុណធម៌ គុណភាព គុណប្រយោជន៍

- **គុណធម៌** នាំអោយមនុស្សមានសេចក្តីថ្លៃថ្នូរពិតប្រាកដ ។
- **គុណភាព** នាំអោយមានការជឿជាក់ និង គោរពគ្នា ។
- **គុណប្រយោជន៍** នាំអោយមានសាមគ្គីភាព ។

❧ គុណមាតា-បិតា គុណគ្រូបាធ្យាយ គុណអ្នកមានឧបការៈ

- **មាតា-បិតា** ជាអ្នកផ្តល់កំណើត និង អប់រំសព្វគ្រប់បែបយ៉ាង ដើម្បីអោយកូនទាំងឡាយក្លាយជាមនុស្សពេញលក្ខណៈ ដែលជា **គុណធម៌** សម្រាប់ជីវិត ។

សច្ចធម៌ និង ពុទ្ធិគតិបណ្ឌិត

~ **គ្រូបាធ្យាយ** ជាអ្នកអប់រំ បង្ហាញផ្លូវ និង ផ្តល់នូវចំណេះវិជ្ជាសម្រាប់ជា **គុណភាព**នៃជីវិត ។

~ **លោកអ្នកមានឧបការៈ** (ជីដូន-ជីតា មាមីង ពូ អ៊ំ...) ជាអ្នកជួយជ្រោមជ្រែង ឧបត្ថម្ភ ជួយរែកពុន ជួយចម្លងជីវិត ដើម្បីជា **គុណប្រយោជន៍** ដល់សង្គម ។

➤ **នីវរណៈ** (សភាវៈដែលជាគ្រឿងរាំងរាហាមចិត្តមិនឱ្យបានលុះក្នុងសេចក្តីល្អ ហៅថានីវរណធម៌ មាន ៥ យ៉ាង) :

- **កាមច្ឆន្ទៈ** : សេចក្តីស្រឡាញ់ចូលចិត្តក្នុងអារម្មណ៍ មានរូបជាដើម ដែលជាទីគាប់ចិត្ត ។
- **ព្យាបាទៈ** : ការចងចិត្តគុំគួន ចងអាឃាតនឹងអ្នកដទៃ ។
- **ថីនមិទ្ធៈ** : ដំណើរចិត្តដែលងោកងុយ រារែក រួញរា ។
- **ឧទ្ធច្ចកុក្កុច្ចៈ** : ដំណើរនៃចិត្តដែលរាយមាយ រសាប់រសល់ខ្វល់ខ្វាយ ។
- **វិចិកិច្ឆា** : ដំណើរចិត្តដែលមិនច្បាស់លាស់ ចេះតែសង្ស័យ។

➢ កាលាមសូត្រ :

ការមិនគួរជឿដោយអាការៈ ១០ យ៉ាង តាមទស្សនៈរបស់ព្រះពុទ្ធ :

- **មា អនុស្សវេន** កុំប្រកាន់ជឿអ្វីដែលស្ដាប់ឮ ត១ តាមគ្នា,
- **មា បរម្បរាយ** កុំប្រកាន់ជឿអ្វីតាមពាក្យបរម្បរា,
- **មា ឥតិកិរាយ** កុំប្រកាន់ជឿដោយការភ្ញាក់ផ្អើល,
- **មា បិដកសម្បទានេន** កុំប្រកាន់ជឿដោយអាងក្បួនតម្រា,
- **មា តក្កហេតុ** កុំប្រកាន់ជឿតាមការត្រិះរិះ អត្តនោម័តិ
- **មា នយហេតុ** កុំប្រកាន់ជឿដោយការកាត់ផ្សំន័យ,
- **មា អាការបរិវិតក្កេន** កុំប្រកាន់ជឿអ្វីតាមការមើលឃើញនូវពហិលក្ខណៈ ជាអាការៈខាងក្រៅ,
- **មា ទិដ្ឋិនិជ្ឈានក្ខន្តិយា** កុំប្រកាន់ជឿដោយការពេញចិត្តស្របតាមទិដ្ឋិមានះរបស់ខ្លួន,
- **មា ភព្វរូបតាយ** កុំប្រកាន់ជឿដោយយល់ថាត្រូវតែជឿ,
- **មា សមណោ នោ គរុ** កុំប្រកាន់ជឿដោយគ្រាន់តែឃើញថាជាសមណៈអ្នកបួស ក៏យល់ថាជាគ្រូនោះ ។

➢ គុណធម៌ ៤ ជាព្រហ្មវិហារធម៌ :

- **មេត្តា** : សេចក្ដីស្រឡាញ់ដោយស្មោះត្រង់ ស្មើភាពជាទូទៅដោយឥតរើសមុខ ឥតប្រកាន់បក្ខពួក (*Benevolence*) ។
- **ករុណា** : សេចក្ដីអាណិតអាសូរ និង ជួយយកអាសាដល់អ្នកទុគ៌ត មានទុក្ខវេទនាទាំងឡាយ (*Compassion*) ។
- **មុទិតា** : សេចក្ដីត្រេកអរតាមអ្នកដែលមានសេចក្ដីសុខប្រកបដោយបីតិស្មោះសរ (*Sympathy*) ។
- **ឧបេក្ខា** : ការតាំងចិត្តជាកណ្ដាល ស្មើ មិនញាប់ញ័រនឹងលោកធម៌ ទាំង៨ ប្រការ, មិនលំអៀងដោយអគតិ ៤ (ឆន្ទាគតិ ភយាគតិ ទោសាគតិ មោហាគតិ) (*Equanimity*) ។

➢ អរិយទ្រព្យ ៧ យ៉ាង :

គឺជាទ្រព្យ (អរូប)ដ៏ប្រសើរ តាមផ្លូវព្រះធម៌ ដែលមានតម្លៃថ្លៃលើសលប់ លើសទ្រព្យសម្ភារៈដែលមើលឃើញ ។

- **សទ្ធាធនំ** : មានសទ្ធាជ្រះថ្លា ជាជំនឿប្រកបដោយហេតុ-ផល ជាទ្រព្យ ,
- **សីលធនំ** : មាន **សីលធម៌ គុណធម៌** ជាទ្រព្យ
- **ហិរិធនំ** : មាន "**ហិរិ**" ខ្មាសបាប ជាទ្រព្យ
- **ឱត្តប្បធនំ** : មាន "**ឱត្តប្បៈ**" ខ្លាចបាប ជាទ្រព្យ
- **សុតធនំ** : មានការចេះស្ដាប់ រៀនសូត្រចេះចាំនូវសីលវិជ្ជាផ្សេងៗ ប្រកបដោយគតិបណ្ឌិត
- **ចាគធនំ** : មានការលះបង់ ដោយសេចក្ដីសន្ដោសគ្នា
- **បញ្ញាធនំ** : មានបញ្ញាសុភនិច្ឆ័យ វិភាគ យល់ដឹងស្គាល់ នូវរាល់បញ្ហាទាំងឡាយ ។

➢ សប្បុរិសធម៌ ៧ យ៉ាង របស់បណ្ឌិត

ឬ ធម៌ ៧ យ៉ាង របស់សប្បុរសជន ៖

- **ធម្មញ្ញុតា** : ភាពជាអ្នកស្គាល់នូវ "ហេតុ" នៃបញ្ហា
- **អត្ថញ្ញុតា** : ភាពជាអ្នកស្គាល់នូវ "ផល" នៃបញ្ហា
- **អត្តញ្ញុតា** : ភាពជាអ្នកស្គាល់នូវ "ខ្លួនឯង" ច្បាស់លាស់
- **មត្តញ្ញុតា** : ភាពជាអ្នកចេះប្រមាណ (Sobre)
- **កាលញ្ញុតា** : ភាពជាអ្នកស្គាល់នូវពេលវេលា
- **បរិសញ្ញុតា** : ភាពជាអ្នកស្គាល់នូវទីប្រជុំនៃមជ្ឈដ្ឋាន
- **បុគ្គលបរោបរញ្ញុតា** : ភាពជាអ្នកស្គាល់បុគ្គល ស្គាល់មនុស្ស ស្គាល់អ្នកដទៃ ។

➤ វិជ្ជា ៨ ប្រការ :

- **វិបស្សនាញ្ញាណ**: ពិចារណាឃើញនូវ "**នាមរូប**" ,
- **មនោមយិទ្ធិ** : ឫទ្ធិ៍សម្រេចដោយកម្លាំងចិត្ត,
- **ឥទ្ធិវិធី** : ឫទ្ធិសម្រេចដោយការឧទ្ទិសអធិដ្ឋាន,
- **ទិព្វសោត** : ត្រចៀកទិព្វ ត្រចៀកវៃ,
- **ចេតោបរិញ្ញាណ** : ប្រមាណយល់ដឹងបាននូវចិត្តអ្នកដទៃ,
- **បុព្វេនិវាសានុស្សតិញ្ញាណ** ប្រាជ្ញារលឹកឃើញនូវអតីតជាតិ,
- **ទិព្វចក្ខុ** : ភ្នែកទិព្វ ភ្នែកវៃរហ័ស,
- **អាសវក្ខញ្ញាណ** : ដឹងនូវការអស់ទៅនៃអាសវៈ ។

➢ សង្ខេបព្រះពុទ្ធឱវាទ ៣ យ៉ាង ៖

- **សព្វបាបស្ស អករណំ** ៖ មិនត្រូវប្រព្រឹត្តអំពើអាក្រក់ជាអំពើទុច្ចរិតដោយកាយ វាចា ចិត្ត,
- **កុសលស្សូបសម្បទា** ៖ ញុំាងកុសលឱ្យកើតព្រម គឺប្រកបដោយភាពសុចរិត នៃ កាយ វាចា ចិត្ត,
- **សចិត្តបរិយោទបនំ** ៖ ជម្រះចិត្តរបស់ខ្លួនអោយល្អ ផូរផង់បរិសុទ្ធ ចាកគ្រឿងសៅហ្មង មាន លោភៈ ទោសៈ មោហៈ ជាដើម ។

➢ សុចរិត ៣ យ៉ាង :

១~ **<u>កាយសុចរិត</u>** : ការប្រព្រឹត្តល្អដោយផ្លូវ កាយ ៣យ៉ាង:

១. វៀរចាកការបៀតបៀនជីវិតមនុស្ស-សត្វ ។

២. វៀរចាកការលួចបន្លំកេងប្រវ័ញ្ចទ្រព្យគេ ។

៣. វៀរចាកការប្រព្រឹត្តខុសសីលធម៌ក្នុងកាម ។

២~ **<u>វចីសុចរិត</u>** : ការប្រព្រឹត្តល្អដោយផ្លូវ វាចា ៤យ៉ាង :

១. វៀរចាកការនិយាយភូតភរ បំផ្លើស បោកប្រាស់គេ។

២. វៀរចាកការនិយាយញុះញង់គេឱ្យមានទំនាស់ ។

៣. វៀរចាកការនិយាយស៊កសៀតចាក់ដោតគេ ។

៤. វៀរចាកការនិយាយពោលពាក្យឥតប្រយោជន៍ ។

៣~ **<u>មនោសុចរិត</u>** : ការប្រព្រឹត្តល្អដោយផ្លូវ ចិត្ត ៣យ៉ាង :

១. មិនសម្លឹងរំពៃចង់បានរបស់គេ មិនពុករលួយ ...

២. មានចិត្តសន្តោស មិនចងចិត្តប្រទូស្តនឹងអ្នកដទៃ ។

៣. មានភាពសុចរិតនៃគំនិត មានសុភនិច្ឆ័យ ។

➢ ទុច្ចរិត ៣ យ៉ាង :

១. **កាយទុច្ចរិត** : ការប្រព្រឹត្តអាក្រក់ ៣ យ៉ាងដោយផ្លូវ កាយ

- **បាណាតិបាត** : សម្លាប់សត្វមានជីវិត ។
- **អទិន្នាទាន** : លួចទ្រព្យគេ ។
- **កាមេសុ មិច្ឆាចារ** : ប្រព្រឹត្តខុសច្បាប់ ខុសសីលធម៌ ក្នុងកាម ។

២. **វចីទុច្ចរិត** : ការប្រព្រឹត្តអាក្រក់ ៤ យ៉ាង ដោយផ្លូវ វាចា

- **មុសាវាទ** : និយាយកុហកគេ ។
- **បិសុណវាចា** : និយាយញុះញង់គេ ។
- **ផរុសវាចា** : និយាយចាក់ដោតគេ ។
- **សម្ផប្បលាប** : និយាយពាក្យឥតប្រយោជន៍ ។

៣. **មនោទុច្ចរិត** : ការប្រព្រឹត្តអាក្រក់ ៣ យ៉ាង ដោយផ្លូវ ចិត្ត

- **អភិជ្ឈា** : សម្លឹងរំពៃចង់បានរបស់គេ ។
- **ព្យាបាទ** : ចងចិត្តប្រទូស្តគេ ។
- **មិច្ឆាទិដ្ឋិ** : អស្មិមានះយល់ឃើញខុសប្រាសចាកគន្លងធម៌ ។

➢ កុសលមូល ៣ យ៉ាង ៖

(ប្រភពចិត្តបុណ្យ ចិត្តជាកុសល)

- **អលោភៈ** ៖ ចេះគ្រប់គ្រាន់ ចេះទប់ចំណង់ មិនលោភលន់។
- **អទោសៈ** ៖ មិនឆេវឆាវ ចេះបន្ទាប បង្ក្រាបភ្លើងកំហឹង ។
- **អមោហៈ** ៖ មានបញ្ញា-វិចារណញ្ញាណភ្លឺស្វាង ។

➢ អកុសលមូល ៣ យ៉ាង ៖

(**ប្រភពនៃចិត្តបាប សាបព្រោះអកុសល**)

- **លោភៈ** ៖ ចង់បានមិនចេះស្កប់ស្កល់ មិនចេះគ្រប់គ្រាន់។
- **ទោសៈ** ៖ ខឹងក្រេវក្រោធ គិតប្រទូស្តនឹងអ្នកដទៃ។
- **មោហៈ** ៖ ឆេវឆោតល្ងង់ខ្លៅស្រវឹងវង្វេងមិនដឹងសេចក្ដីពិត ។

➢ លក្ខណៈវិនិច្ឆ័យ ៣ ដំណាក់កាល សម្រាប់សិក្សា និង វាយតម្លៃមនុស្ស :

- **អាកប្បកិរិយា** : ការសំគាល់លក្ខណៈតាម អាការៈខាងក្រៅ ។
- **វាចា ភាសាគំនិត** : តាមការពោលពាក្យនិយាយស្តី ។
- **ការប្រព្រឹត្តជាក់ស្តែង** : ជាការឆ្លុះបញ្ចាំងនូវចរិតខាងក្នុង។

➢ មេរៀនអំពីកំហុស

ក្នុងរាល់ការប្រព្រឹត្ត មនុស្សគ្រប់រូបសុទ្ធតែមានកំហុស គ្រាន់តែតិច ឬច្រើន ដោយចេតនា ឬដោយអចេតនា តែប៉ុណ្ណោះ, តែប្រការសំខាន់នោះ គឺត្រូវ :

១- ចេះទទួលស្គាល់នូវកំហុសរបស់ខ្លួនដែលកើតមានឡើង,
២- សិក្សាពីកំហុសនោះ ដើម្បីដកស្រង់យកនូវមេរៀន,
៣- កុំអោយកំហុសដដែលនោះកើតឡើងសាជាថ្មីទៀត ។

➢ លក្ខណៈមនុស្ស ៤ ប្រភេទ :

- **<u>មនុស្សទេវោ</u>** : មនុស្សដែលមានលក្ខណៈទាំងរាងកាយ ទាំងដួងចិត្ត-ព្រលឹង ប្រកបដោយគុណធម៌ ខ្ពង់ខ្ពស់ ថ្លៃថ្នូរ ដូចជាទេវៈ,

- **<u>មនុស្សមនុស្សោ</u>** : មនុស្សដែលមានកាយ-ចិត្ត ប្រកបដោយលក្ខណៈជាមនុស្សពេញលេញ និង មានគំនិតមនុស្សធម៌ ,

- **<u>មនុស្សតិរច្ឆានោ</u>** : មនុស្សដែលមានតែរាងកាយជាមនុស្ស តែដួងចិត្ត-ព្រលឹងប្រកបដោយសភាវគតិ រស់នៅថោកទាប ដូចជាសត្វតិរច្ឆាន ដែលពុំស្គាល់គុណ-ទោស ខុស-ត្រូវ ល្អ-អាក្រក់អ្វីទាំងអស់ ។

- **<u>មនុស្សបេតោ</u>** : មនុស្សដែលមានតែរាងកាយជាមនុស្ស តែចិត្ត-ព្រលឹងប្រកបដោយអកុសល បាបកម្មក្រាស់ រស់នៅស្រេកឃ្លានបរិភោគតែគ្រឿងស្មោកគ្រោក លាមក ភក់ជ្រាំ ខ្ទុះឈាម... ដូចជាប្រេតក្នុងស្ថាននរក ។

➤ ចរិតលក្ខណៈបុគ្គល ៦ យ៉ាង ៖

១. **រាគចរិត** ៖ ចរិតដែលប្រព្រឹត្តដោយរាគៈ លោភលន់។

២. **ទោសចរិត** ៖ ចរិតដែលប្រកបដោយទោសៈ (ភ្លើងកំហឹង)។

៣. **មោហចរិត** ៖ ចរិតដែលប្រព្រឹត្តដោយមោហៈ (វង្វេង)។

៤. **វិតក្កចរិត** ៖ ចរិតដែលប្រព្រឹត្តដោយការត្រិះរិះ ។

៥. **សទ្ធាចរិត** ៖ ចរិតដែលប្រកបដោយសទ្ធា ។

៦. **ពុទ្ធិចរិត** ៖ ចរិតដែលប្រកបដោយពុទ្ធិបញ្ញា។

➤ អគតិ ៤ យ៉ាង ៖

អគតិ គឺការលំអៀង ការប្រកាន់ ក្នុងផ្លូវខុស

- **ឆន្ទាគតិ** ៖ លំអៀង ព្រោះស្រឡាញ់ ។
- **ទោសាគតិ** ៖ លំអៀង ព្រោះស្អប់ ។
- **មោហាគតិ** ៖ លំអៀង ព្រោះល្ងង់ ។
- **ភយាគតិ** ៖ លំអៀង ព្រោះខ្លាច ។

➢ ពាក្យដែលគួរពោល ១០ យ៉ាង :

- **អប្បិច្ឆកថា** : ពាក្យដែលនាំឱ្យមានប្រាថ្នាតិច,
- **សន្តុដ្ឋិកថា** : ពាក្យដែលនាំឱ្យមានសេចក្ដីសន្ដោស,
- **បវិវេកកថា** : ពាក្យដែលនាំឱ្យមានការគិត ពិចារណា សង្វេគពីកាយ-ចិត្ត,
- **អសំសគ្គកថា** : ពាក្យដែលនាំមិនឱ្យប្រកាន់បក្សពួក,
- **វីរិយារម្ភកថា** : ពាក្យដែលនាំឱ្យប្រារព្ធនូវការព្យាយាម
- **សីលកថា** : ពាក្យដែលនាំឱ្យស្វែងរកសីល,
- **សមាធិកថា** : ពាក្យដែលនាំឱ្យធ្វើចិត្តស្ងប់,
- **បញ្ញាកថា** : ពាក្យដែលនាំឱ្យកើតបញ្ញាភ្លឺស្វាង,
- **វិមុត្តិកថា** : ពាក្យដែលនាំឱ្យចិត្តចេញផុតចាក កិលេស,
- **វិមុត្តិញ្ញាណទស្សនកថា** : ពាក្យដែលនាំឱ្យកើត សេចក្ដីដឹង ឃើញ ក្នុងការដែលចិត្ត ចេញចាកផុតកិលេសតណ្ហា,

➢ "អនុស្សតិ" អារម្មណ៍ដែលគួររលឹក ១០ យ៉ាង :

- **ពុទ្ធានុស្សតិ** : រលឹកដល់គុណព្រះពុទ្ធ ។
- **ធម្មានុស្សតិ** : រលឹកដល់គុណព្រះធម៌ ។
- **សង្ឃានុស្សតិ**: រលឹកដល់គុណព្រះសង្ឃ ។
- **សីលានុស្សតិ**: រលឹកដល់គុណនៃសីល ។
- **ចាគានុស្សតិ** : រលឹកដល់គុណនៃការបរិច្ចាគលះបង់
- **ទេវានុស្សតិ** : រលឹកដល់គុណធម៌
  ដែលញ៉ាំងអោយបុគ្គលខ្ពង់ខ្ពស់ ថ្លៃថ្នូរ ។
- **មរណានុស្សតិ** : រលឹកដល់សេចក្ដីស្លាប់
  ដើម្បីរស់អោយបានត្រឹមត្រូវ ។
- **កាយគតាសតិ** : រលឹកចំពោះកាយឱ្យឃើញថា
  ជារបស់មិនស្អាត គួរខ្ពើមរអើម ។
- **អានាបានុស្សតិ** : តម្កល់សតិ កំណត់ការដក
  ដង្ហើមចេញ-ចូល ។
- **ឧបសមានុស្សតិ** : រលឹកដល់ព្រះនិព្វាន
  ជាស្ថានរំលត់ទុក្ខ ។

➢ "កម្មដ្ឋាន" ដែលត្រូវរក្សាទុកក្នុងខ្លួនជានិច្ច :

- **ពុទ្ធានុស្សតិ** : ការរលឹកដល់គុណរបស់ព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធជាព្រះបរមគ្រូជានិច្ច ។
- **មេត្តា** : ផ្សាយមេត្តាចិត្តដល់សព្វសត្វ ។
- **អសុភៈ** : ពិចារណាឱ្យឃើញថារាងកាយជាវត្ថុមិនល្អ ។
- **មរណស្សតិ** : រំឭកពិចារណាអំពីសេចក្ដីស្លាប់ ។

➤ "ឧបក្កិលេស" គ្រឿងសៅហ្មងនៃចិត្តជាទោស ១៦ :

១. លោភះ : ការលោភលន់ ចង់បាន មិនចេះស្កប់ស្កល់ ។
២. ទោសះ : ខឹងក្រេវក្រោធ គិតប្រទូស្ត ។
៣. មោហះ : វង្វេង ងងឹត ភ័ន្តភាំងស្មារតី ។
៤. ឧបនាហះ : ចិញ្ចឹមសេចក្តីក្រោធទុក ។
៥. មក្ខះ : រមិលគុណគេ ។
៦. បលាសះ : លើកកំពស់ខ្លួនហួសគុណសម្បត្តិដែលខ្លួនមាន
៧. ឥស្សា : ប្ញស្សា ច្រណែនឈ្នានីស ។
៨. មច្ឆរិយះ : ស្វិត កំណាញ់ ។
៩. មាយា : លាក់ពុត បិទបាំងទោសកំហុសខ្លួន ។
១០. សាថេយ្យ : អំនួតអួតអាង ។
១១. ថម្ភះ : រឹងរូស ។
១២. សារម្ភះ : ចចេស ។
១៣. មានះ : ការប្រកាន់ខ្លួន ។
១៤. អតិមានះ : ប្រមាថមើលងាយអ្នកដទៃ ។
១៥. មទះ : ស្រវឹងនឹងតណ្ហា ។
១៦. បមាទះ : ប្រមាទ ធ្វេសប្រហែស មើលងាយខ្លួនឯង។

☸ បញ្ហា ធម្មា ភាវេតព្វា : ធម៌ ៥ យ៉ាង គួរចំរើន...

ដើម្បីដឹងច្បាស់នូវ **ឧបក្កិលេស** ១៧ យ៉ាង : **រាគៈ** (តម្រេក), **ទោសៈ** (សេចក្តីប្រទូស្តក្នុងអារម្មណ៍), **មោហៈ** (វង្វេងក្នុងអារម្មណ៍) **កោធៈ** (ខឹងក្រេវក្រោធ), **ឧបនាហៈ** (ចងសេចក្តីក្រោធទុក), **មក្ខៈ** (រមិលគុណ), **បលាសៈ** (លើកខ្លួន), **ឥស្សា** (ប្ញស្សា), **មច្ឆរិយៈ** (កំណាញ់), **មាយា** (លាក់ពុតល្បិចកល), **សាថេយ្យៈ** (អំនួតអួតអាង), **ថម្ភៈ** (រឹងត្អឹង), **សារម្ភៈ** (ប្រកួតប្រជែង), **មានៈ** (ប្រកាន់ខ្លួន), **អតិមានៈ** (មើលងាយអ្នកដទៃ), **មទៈ** (ស្រវឹង), **បមាទៈ** (ប្រាសចាកសតិ) ។

ម្នាលភិក្ខុទាំងឡាយ **ធម៌ ៥** យ៉ាង គួរចំរើន ដើម្បីដឹងច្បាស់ នូវ **ឧបក្កិលេស** ១៧ ពួក ។ ធម៌ ៥ យ៉ាង គឺអ្វីខ្លះ ? គឺ :

១.. **អសុភសញ្ញា សំគាល់ឃើញថាមិនស្អាត** ១,
២.. **មរណសញ្ញា សំគាល់ឃើញក្នុងសេចក្តីស្លាប់** ១,
៣.. **អាទីនវសញ្ញា សំគាល់ឃើញថាមានទោស** ១,
៤.. **អាហារេ បដិក្កូលសញ្ញា** សំគាល់ឃើញថាគួរខ្ពើម ក្នុងអាហារ
៥.. **សព្វលោកេ អនភិរតសញ្ញា** សំគាល់ឃើញថាមិនគួរត្រេកអរ**ក្នុងលោកទាំងពួង** ១ ។

➢ "និព្វាន" ជាអ្វី ?

សព្ទថាព្រះនិព្វានជាបរមសុខនោះ គឺសំដៅយកនូវសារជាតិជាឧត្តមគតិនៃគុណធម៌ ដ៏ប្រសើរខ្ពង់ខ្ពស់បំផុត ដែលកំចាត់បង់ដាច់ស្រឡះនូវភាព **អវិជ្ជា តណ្ហា ឧបាទាន** ដែលចងក្រៀកសត្វលោកអោយជាប់ចំណងរឹងក្រញង់ ស្រវឹង វង្វេង ។

ព្រះនិព្វានបញ្ឈប់នូវវដ្តមាននៃទុក្ខទាំងអស់ ដោយបំបាត់នូវតណ្ហា (**លោភៈ ទោសៈ មោហៈ**) ដែលជាមូលហេតុជាឫសកែវនៃសេចក្តីទុក្ខនេះឯង ។

តាមន័យសព្ទ **និព្វាន** ជាពាក្យបាលី ដែលបែកចេញមកពីពាក្យសំស្ក្រឹតថា "និវ៌ាណ" ដែលមានន័យមកពីធាតុ ២ ថា = < និ : *ចាកផុត ចេញផុត កាត់ផ្តាច់* + វាណ : *ត្បាញចងភ្ជាក់ស្រេះ ជំពាក់ដោយសេចក្តីប្រាថ្នា, ជាចំណងដែលចងជីវិតរបស់យើងភ្ជាប់ពីវដ្តមួយទៅមួយទៀត* ។

និព្វាន គឺជាធម៌ដែលជួយយើង អោយរបូតរួចផុតពី សេចក្តីប្រាថ្នាមិនចេះឈប់ឈរ ឬដែលជួយដោះយើងអោយ របូតរួចពីចំណងនៃសេចក្តីប្រាថ្នាគ្មានព្រំដែន (**តណ្ហា**)។

ព្រះនិព្វាន អាចពន្យល់បានថាជាទឹកអម្រឹតដ៏ថ្លាឆ្វង់ ត្រជាក់បរិសុទ្ធ ដែលសម្រាប់**បន្សុទ្ធ**បញ្ញា **បន្សាប**ពិសពុល តណ្ហា **បន្សល់**នូវភាពបរិសុទ្ធនៃគតិបណ្ឌិត **រំលត់**ភ្លើងកិលេស តណ្ហា មានការលោភលន់ចង់បានមិនចេះស្កប់ស្កល់ (លោភៈ) រំលត់ភ្លើងកំហឹង ដែលដុតរោលរាលសន្តានចិត្ត អោយឆេះក្តៅ ក្រហល់ក្រហាយ អន្ទះអន្ទែង (ទោសៈ) **រំលាយ**ផ្សែងខ្មៅ (មោហៈ) ដែលបិទបាំងរាំងស្ទះ ធ្វើមិនអោយមើលឃើញផ្លូវ សច្ចធម៌ ។

និព្វាន គឺជាការកាប់ផ្តួលរម្លំ ផ្តុំរំលើងនូវឫសកែវ អកុសលធម៌ បាបធម៌ទាំងពួង រំលត់រំលាយភ្លើង**តណ្ហា**អោយ រលត់ ហើយកាត់ផ្តាច់បំបាក់ បំបាត់ ទាំងស្រុងនូវច្រវាក់ **អវិជ្ជា ឧបាទាន** ។

មនុស្សអវិជ្ជា មិនជឿថាមានព្រះនិព្វានឡើយ ប្រៀប ដូចជាមនុស្សខ្វាក់ដែលគិតថាមិនមានពន្លឺ ព្រោះមនុស្សខ្វាក់ មិនដែលមានឱកាសបានឃើញនូវពន្លឺពិតប្រាកដឡើយ ។

ដូចនេះនិព្វានពុំមែនជាទីស្ថាន មានអាសយដ្ឋានដូច ជា ស្រុក ភូមិ ឃុំ ខណ្ឌ ខេត្ត ឬប្រទេសណាមួយនោះទេ ... **ថានៅជិត ឬថានៅឆ្ងាយក៏ពុំបាន** អាស្រ័យដោយកម្រិតនៃ គុណធម៌ដ៏ភ្លឺស្វាង នៃការយល់ដឹង ភ្ញាក់រឭក ប្រកបដោយពុទ្ធិ និង គតិបណ្ឌិត របស់បុគ្គលម្នាក់ៗ ។

និព្វាន គឺជា លោកុត្តរធម៌ ដែលជាធម៌សម្រាប់ ចម្លងគំនិត ជីវិតបុគ្គលសត្តនិករទាំងឡាយណា ដែលមើល ឃើញសច្ចធម៌ មើលឃើញទោសនៃតណ្ហា ហើយស្វែងរកភាព ភ្លឺស្វាងនៃគំនិតសតិ-បញ្ញា ដោយប្រឹងកាប់ឆ្ការបន្ទាអវិជ្ជា និង ឧបាទាន ចោលចេញ អោយស្រឡះពីមាគ៌ានៃជីវិតនេះ ។

និព្វាន គឺជាសភាវៈនៃចិត្ត របស់បុគ្គលអ្នកជាដែល មានចិត្តជា មានបញ្ញាភ្លឺថ្លា មានមេត្តា ករុណា មុទិតា ឧបេក្ខា ធម៌ មានសេរីភាព មានឥស្សរភាពបរិបូណ៌ដែលពុំរស់ស្ថិតនៅ ក្រោមឥទ្ធិពលនៃតណ្ហា(លោភៈ ទោសៈ មោហៈ) ដែលរលាស់ ខ្លួនចេញផុតពីអន្ទាក់ នៃភាពអវិជ្ជា ឧបាទាន ។

មធ្យោបាយទៅកាន់ព្រះនិព្វាន ពុំអាចទៅបានដោយសារមាសប្រាក់ ធ្វើលិខិតឆ្លងដែន ជិះយន្តហោះ ជិះរថយន្ត កប៉ាល់ សំពៅ ទូកសំប៉ានបានឡើយ... ហើយក៏មិនអាចយកលុយកាក់ មាសពេជ្រ ទ្រព្យធន ទៅទិញ ទៅដូរយកនិព្វាន ក៏មិនបាន ឬក៏យកអំណាចយសស័ក្តិទៅបង្ក្រាប រឹបអូស រំលោភយកក៏មិនបាន... ។

បុគ្គលណាដែលមានមិច្ឆាទិដ្ឋិ អស្មិមានះ គិតឃើញថា គំនរមាសប្រាក់ យសស័ក្តិ ទ្រព្យធនរបស់ខ្លួនដែលបានមកពីមិច្ឆាកម្មន្តៈ មិច្ឆាអាជីវៈ ថាជាការអាចធ្វើអ្វីបានតាមចិត្តចង់ រួមទាំងនិព្វានផងនោះ នោះគឺជាការ **ប្រមាទ** លើ **ប្រមាថ** យ៉ាងធ្ងន់ បំពានលើសច្ចធម៌ និង គុណធម៌នៃនិព្វាន ហើយក៏មិនអាចជួបនឹងព្រះបរមនិព្វានបានឡើយ ។

និព្វាន គឺសម្រេចបានដោយកម្លាំងចិត្តប្រកបដោយការបំពេញបារមី ដែលជាគុណជាតិដ៏ល្អប្រសើរ ដែលបុគ្គលគួរបំពេញដោយការសំអិតសំអាត កិរិយា ចរិយា មារយាទ ដោយពេញលេញ សុក្រឹត គ្មានខ្វះចន្លោះ គ្មានល្អក់កករ ពោលគឺ : **ទាន សីល នេក្ខម្ម បញ្ញា វិរិយៈ ខន្តី សច្ចៈ អធិដ្ឋាន មេត្តា និង ឧបេក្ខាបារមី** ... ដោយឈានទៅតាមផ្លូវ មជ្ឈិម-ប្បដិបទា ឬ អដ្ឋង្គិកមគ្គ ដោយមាន "**សម្មាទិដ្ឋិ**" ជាតួ **បញ្ញា**

ជាអ្នកនាំមុខ ។ និយាយរួម **និព្វាន** គឺជាការប្រយុទ្ធជាអចិន្ត្រៃយ៍ យ៉ាងប្តូរផ្តាច់មុតមាំ ច្បាំងនឹងអាត្មាខ្លួនឯង ដើម្បីបន្សាបកាត់ផ្តាច់នូវ "ភាពអវិជ្ជា : *អត្តទត្តបុគ្គលនិយម អញនិយម អាត្មានិយម តណ្ហានិយម ជោរអួតអាងនិយម...* " កាត់ផ្តាច់នូវចំណងច្រវាក់នៃតណ្ហា អំនួត ជំនោរ មោទនភាពនឹង "**អញ**" ការស្រើបស្រាល ការភ្ញាក់ផ្អើលរន្ធត់ញាប់ញ័រនឹងលោកធម៌ ដែលចងចាក់ស្រេះរុំព័ទ្ធយ៉ាងជ្រៅនៅក្នុងសន្តាន។

សរុបមកវិញ **និព្វាន** គឺជាលទ្ធផលសំយោគ នៃការសន្សំព្យាយាមអំណត់ខន្តី ដើម្បីអប់រំជីវិតអោយសម្រេចបានដោយជោគជ័យ នូវ "***សីល សមាធិ*** និង ***បញ្ញា*** " ដែលជាអង្គធាតុសំខាន់នៃអដ្ឋង្គិកមគ្គ ឬមជ្ឈិមបដិបទានេះឯង ។

និព្វាន គឺជាចម្លើយតែមួយគត់ សម្រាប់អ្នកដែលច្បាំងឈ្នះខ្លួនឯង ឈ្នះតណ្ហាស្នោកគ្រោក ថោកទាប លាមកអវិជ្ជា ពាលា ភាពទ្រុស្តសីលទាំងឡាយ...

តាមទស្សនៈព្រះភិក្ខុធម្មបាល **ខៀវ-ជុំ** ក្នុងសៀវភៅ "និព្វាននៅឯណា?" បោះពុម្ពផ្សាយក្នុង ព.ស. ២៥១៧ / គ.ស. ១៩៧៣ លោកបានពន្យល់ថា **និព្វាន** ជាការរំលត់រំលាយយ៉ាងកំពូលនូវភាពក្តៅក្រហាយ ស្ពាបនាឱ្យសត្តានូវភាពត្រជាក់ត្រជំ

ក្រេមក្សាន្តយ៉ាងកំពូលរបស់ជីវិត ។ ភាពត្រជាក់ជាកំពូល នៃរបស់ទាំងឡាយនេះ កើតមានឡើងព្រោះមិនបានត្រូវភ្លើង គឺ : **លោភៈ ទោសៈ មោហៈ** ដុតបង្កាត់ឱ្យក្តៅ ។ គឺភ្លើងទាំងបីនេះហើយ ដែលដុតបំពក់កំទេចវិញ្ញាណមនុស្ស ឱ្យក្លាយទៅជាវិញ្ញាណសត្វនរក ។

- និព្វានជាដែនស្ងប់ ជាទីគ្មានទុក្ខ ជាទីរំលត់សង្ខារ ជាទីរំលាយអវិជ្ជា ឬវាលវដ្តសង្សារ ។

*- **និព្វាន**ជាគ្រឿងឧបករណ៍ ជាធម្មជាតិធ្វើឱ្យអស់នូវសកលកិលេស អស់គ្រឿងអាសវៈបាន ។*

*- **និព្វាន** ជាកិរិយាអាការៈ គឺជាចំណុចអស់កិលេស រលត់សង្ខារ សូន្យឧបាទាន រលាយនូវកិលេសកំពូល គឺ លោភៈ ទោសៈ មោហៈ ។*

*- **និព្វាន** ជាផលនៃការអស់កិលេស ជាបរមសុខ ជាភាពត្រជាក់ត្រជុំ គ្មានគ្រឿងចាក់ដោត គ្មានគ្រឿងដុតបំពក់ ជាធាតុមានឥស្សរភាព មានសេរីភាពយ៉ាងកំពូល ។*

និព្វាន ជារឿងរបស់មនុស្សរស់ មិនមែនជារឿងរបស់មនុស្សស្លាប់ទេ ។ និព្វានជារឿងដែលត្រូវដឹងចំពោះខ្លួន អ្នកដទៃពុំអាចដឹងជំនួសខ្លួនបានឡើយ ។ **និព្វាន** គឺជាភាព

ត្រជាក់ដែលកើតមានភ្លាម ១ ជាមួយនឹងភាពរលត់នូវភ្លើងកិលេស ។ ភាពត្រជាក់នៃនិព្វាន គេត្រូវស្វែងរកក្នុងភាពក្តៅ។ កំដៅមាន នៅក្នុងទីនេះ ក្នុងជីវិតនេះ ។

សកលសត្វនៅជិតឬនៅឆ្ងាយ អំពីនិព្វានប៉ុនណា គ្មានអ្នកណាដឹងជំនួសនរណាឡើយ ។ ដំណឹងអំពីនិព្វាន គឺត្រូវដឹងដោយខ្លួនឯង ។

ចំណែកឯ **ព្រះមហាឃោសានន្ទមហាយ៉ាន** លោកបានមានព្រះសង្ឃដីកាថា និព្វានគឺ **<u>នៅទីហ្នឹង</u>** **<u>នៅវេលាហ្នឹង</u>** (Nibban is **<u>NOW</u>** and **<u>HERE</u>**) ព្រោះថា និព្វានគឺជាសភាពនៃចិត្តដែលគ្រប់គ្រង ទូន្មានបានអប់រំបានដោយល្អប្រពៃហើយ គឺជាការធ្វើជាម្ចាស់លើខ្លួនឯង បើកបរកាច់ចង្កូតជីវិតដោយខ្លួនឯង មិនធ្វើជាទាសករនៃតណ្ហា ។

និព្វានមានពីរប្រការ គឺ :~ <u>សឧបាទិសេសនិព្វាន</u>[១] (< **ស** + **ឧបាទិសេស** + **និព្វាន** = សោបាទិសេសនិព្វាន), និង <u>អនុបាទិសេសនិព្វាន</u> ។

➪ <u>**សឧបាទិសេសនិព្វាន**</u> ជាលោកិយនិព្វានដែលរលត់វីងស្ងួតនូវកិលេសតណ្ហា តែនៅសេសសល់ខន្ធ ៥ និង កងទុក្ខ សម្រេចដោយការត្រាស់ដឹង មគ្គ ៤, ផល ៤ ជាមូលហេតុ។

(**ស**) <u>**ឧបាទិសេសនិព្វាន**</u> បានដល់កិរិយាដែលរីងស្ងួតនូវកិលេសតណ្ហា តួយ៉ាងដូចព្រះភគវន្តមុនី ព្រះអង្គទ្រង់គង់លើរតនបល្ល័ង្ក ក្រោមពោធិព្រឹក្សដ៏ប្រសើរ ទ្រង់ផ្ចាញ់មារាធិរាជ ព្រមទាំងវរហ៍ពល (គឺកិលេសតណ្ហាទាំងឡាយនេះឯង) ឱ្យបរាជ័យបាក់បបខ្ទបខ្ទាច ចុះចាញ់បរមត្ថបារមីរបស់ព្រះអង្គ ហើយទ្រង់រំពឹងដល់ពុទ្ធប្បវេណី ដោយឈានសមាបត្តិលះបង់នូវ រាគះ ទោសះ មោហះ មានះ ទិដ្ឋិ ព្រមទាំង កិលេស តណ្ហា គ្រប់ជំពូកឱ្យឃ្លាតចាកជាស្ថាពរពីសន្តានព្រះអង្គ ។

---

[១] ក្នុងសៀវភៅ "**ព្រះនិព្វាន គោលបំផុតរបស់ព្រះពុទ្ធសាសនា**" ដោយភិក្ខុ **នារទ ថេរៈ** បោះពុម្ពដោយពុទ្ធសាសនបណ្ឌិត្យ ព.ស. ២៥០៣ បានសរសេរថា : "**សោបាទិសេស** និង **អនុបាទិសេសធាតុ**"។ តាមដោយពិតនោះ មិនមែនមានព្រះនិព្វាន ២ យ៉ាងនោះទេ គឺមានតែម្យ៉ាងប៉ុណ្ណោះ ប៉ុន្តែព្រះនិព្វានទទួលនាមបញ្ញត្តិតាមលំអានដែលបានដឹងច្បាស់ **ជាមុន** និង **ជាក្រោយ** នៃសេចក្តីស្លាប់ ។

សច្ចធម៌ និង ពុទ្ធិគតិបណ្ឌិត

នៅពេលនោះ ព្រះពុទ្ធអង្គទ្រង់ព្រះបន្លឺនូវព្រះឧទានវាចាថាៈ កាលដែលតថាគតកំពុងស្វែងរកជាងឈើ គឺ **តណ្ហា**, អ្នកធ្វើនូវផ្ទះ គឺ **អត្តភាព**របស់តថាគត កាលដែលមិនទាន់បានរកឃើញនូវ"សច្ចធម៌" នៅឡើយ តថាគតតែងអន្ទោលវិលវល់ក្នុងវាលវដ្តសង្សាររាប់ជាតិ ដ៏ច្រើន, ជាតិក៏តែងនាំមកនូវសេចក្តីទុក្ខរាប់មិនអស់ **នែ៎ជាងផ្ទះ!** ឥឡូវតថាគតស្គាល់អ្នកច្បាស់ ដឹងនូវពុតត្បុតកលល្បិច មាយារបស់អ្នកអស់ហើយ អ្នកឯងអស់បានធ្វើផ្ទះ គឺអត្តភាពឱ្យតថាគតបានទៀតហើយ, បង្កង់ គឺ**កិលេស**សេសសល់ទាំងឡាយរបស់អ្នកឯង តថាគតកាច់បំបាក់អស់ហើយ, ទាំងកំពូលផ្ទះ គឺ **អវិជ្ជា** ដែលអ្នកឯងធ្វើរួចហើយ តថាគតក៏បានកំចាត់បង់ហើយដែរ ។ **ឥឡូវនេះចិត្តតថាគតបានដល់ព្រះនិព្វាន** ដែលប្រាសចាកនូវសង្ខារធម៌ជាគ្រឿងសៅហ្មងទាំងឡាយហើយ តថាគតបានរកឃើញនូវចតុរារិយសច្ចធម៌ និងត្រាស់ដឹងនូវគុណធម៌ដ៏ខ្ពង់ខ្ពស់ទាំងឡាយ ដែលជាធម៌កំចាត់បង់នូវតណ្ហាទាំងឡាយ ដែលជាប្រភពនៃសេចក្តីទុក្ខហើយ ។

ផ្លូវព្រះនិព្វាន បានដល់មោក្ខធម៌ ៨ គឺ **មគ្គ ៤** និង **ផល ៤** (**<u>លោកុត្តរចិត្ត</u>** : ចិត្តដ៏ប្រសើរឧត្តុង្គឧត្តមដែលឆ្លងផុតចាកវដ្តសង្សារពោលគឺ ភាពអវិជ្ជា តណ្ហា និង ឧបាទាន) ។

មគ្គ ៤	**ផល ៤**
សោតាបត្តិមគ្គ	**សោតាបត្តិផល**
សកទាគាមិមគ្គ	**សកទាគាមិផល**
អនាគាមិមគ្គ	**អនាគាមិផល**
អរហត្តមគ្គ	**អរហត្តផល**

១ - សោតាបត្តិមគ្គ < សោត: *ស្តាប់* + អាបត្តិ *កិរិយាត្រូវ, ត្រូវហើយ ឬការដល់, ការដល់ជាដំបូង* + មគ្គ *ផ្លូវ* : ពោលគឺកិរិយាស្តាប់យល់ដឹងបាននូវ **សច្ចធម៌,** ជាវិថីនៃចិត្តជាថ្នាក់ដំបូង ឬជាការចាប់ផ្តើមចេញដំណើរឆ្ពោះទៅកាន់ព្រះនិព្វាន ដោយកុក្កុរកុសលចិត្តរបស់ព្រះអរិយបុគ្គល ដោយនៅមានបដិសន្ធិក្នុងលោកតទៅទៀត (*នៅត្រឡប់មកកើតក្នុងស្ថានមនុស្សមិនហួសពី ៧ ជាតិទៀត*) តាមវិថីជីវិតដែលប្រកបដោយអង្គប្រតិបត្តិទាំង ៨ នៃ **អដ្ឋង្គិកមគ្គ** ឬ **មជ្ឈិមប្បដិបទា** (មាគ៌ាឧបេក្ខា_មាគ៌ាកណ្តាល)។

២ - សកទាគាមិមគ្គ < សកឹ *អស់វារៈម្តង* + អាគាមី *ត្រឡប់មករក* + មគ្គ *ផ្លូវ* : ចិត្តជាលំដាប់ថ្នាក់ទី ២ របស់អរិយបុគ្គលដែលត្រូវមកកាន់មនុស្សលោកយើងនេះដោយអំណាចនៃបដិសន្ធិ អស់វារៈម្តងទៀត ទើបសម្រេចបានដល់នូវព្រះនិព្វាន ។

៣ - អនាគាមិមគ្គ < អន **មិន...** មិនមែន មិនមាន, + អាគាមី ត្រឡប់មក + មគ្គ *ផ្លូវ* : បានសេចក្តីថា ចិត្តដែលប្រកបព្រមដោយគុណធម៌របស់ព្រះអរិយបុគ្គលទាំងឡាយ លែងវិលត្រឡប់មកកាន់កំណើតមនុស្សលោកយើងនេះដោយអំណាចនៃបដិសន្ធិទៀតហើយ, បានដល់លំដាប់ចិត្តកម្រិតជាន់ទី ៣ របស់ព្រះអរិយបុគ្គល ដែលមាន

កំណើតនៅក្នុងព្រហ្មលោកតែប៉ុណ្ណោះ រួចហើយឆ្ពោះត្រង់ទៅព្រះនិព្វានតែម្តង ។

៤- អរហត្តមគ្គ : ភាពនៃចិត្តរបស់បុគ្គលដែលគប្បីបានទទួលនូវការគោរពបូជាដ៏ថ្លៃថ្លា, ជាវិថីនៃចិត្តរបស់ព្រះអរិយបុគ្គលដែលឡើងដល់ថ្នាក់ជាន់ទី ៤, ឆ្លងផុតចាកកងទុក្ខទាំងពួង លែងកើតទៀតហើយរង់ចាំតែពេលវេលាទម្លុះកាយ ទម្លាយខន្ធ ទៅកាន់ព្រះបរមនិព្វានបរមសុខតែប៉ុណ្ណោះ ។

➪ **អនុបាទិសេសនិព្វាន** គឺជាលោកុត្តរនិព្វាន បានដល់សភាវធម៌ចេញរួចចាកផុតទាំងស្រុង ពីគ្រឿងចាក់ស្រេះគឺតណ្ហា និង **រលត់ព្រមនូវខន្ធទាំង ៥** និង **កងទុក្ខ** ដោយគ្មានសេសសល់ឡើយ, ដូចជាព្រះជិនស្រីដែលទ្រង់បានដល់នូវព្រះសព្វញ្ញុតញ្ញាណ ទ្រង់គង់ប្រោសសត្វបាន ចំនួន ៤៥ ព្រះវស្សា ព្រះអង្គទ្រង់យាងផ្ទុំលើទែនសីលាសនៈ ក្រោមដើមសាលព្រឹក្សទាំងគូក្បែរនគរកុសិនារាហើយទ្រង់យាងចូលកាន់ឈានសមាបត្តិ ដាក់ព្រះជន្មាយុសង្ខារ និង ទ្រង់ព្រះដំណើរចូលកាន់ព្រះបរិនិព្វាន ពោលគឺរំលត់ រូប វេទនា សញ្ញា សង្ខារ វិញ្ញាណ ឥតមាន **វិបាកក្ខន្ធ** និង **កម្មជរូប** នៅសេសសល់ឡើយ ។

សច្ចធម៌ និង ពុទ្ធិគតិបណ្ឌិត

ក្នុងរូបភាពនេះ បានបង្ហាញអោយយើងឃើញ នូវ :

- ផ្ទៃខ្មៅងងឹត គឺជាភាពអវិជ្ជា ដែលគ្របដណ្តប់ បិទបាំង ចិត្ត គំនិតមនុស្ស-សត្វនិករ ក្នុងវាលវដ្តសង្សារនេះ មិនអោយមើលឃើញសច្ចធម៌ ។
- ច្រវាក់នៃតណ្ហាដែលចងក្រៀកចាក់ស្រេះជីវិតក្នុងវដ្តសង្សារ,
- បង្គោលស្នឹងដែលចងដោតភ្ជាប់នឹងច្រវាក់នោះគឺ **ឧបាទាន** នេះឯង ដែលធ្វើអោយមនុស្សជាប់ជំពាក់ជារៀងរហូតនោះ ។

សច្ចធម៌ និង ពុទ្ធិគតិបណ្ឌិត

សភាវៈទាំងបី (អវិជ្ជា តណ្ហា ឧបាទាន) ជាហេតុធ្វើអោយជីវិតមនុស្ស-សត្វ លង់ក្នុងសមុទ្រវាលវដ្តសង្សារ ងងឹតសូន្យសុងគ្មានពន្លឺ ។ យើងត្រូវតែខំប្រយុទ្ធកាត់ផ្តាច់ កាច់បំបាក់នូវចំណងច្រវាក់ គាស់រំលើងនូវបង្គោលស្នឹង និង រំលាយដុំខ្មៅអន្ធការនេះ ដោយការប្រតិបត្តិខ្ជាប់ខ្ជួននូវ **សីល សមាធិ បញ្ញា** នោះទើបយើងជួបនឹងពន្លឺព្រះនិព្វានបាន ។

ទសបារមី ឬគុណធម៌ដ៏កំពូល ១០យ៉ាង :

១. ទានបារមី : គុណធម៌នៃការបំពេញទាន គឺការបរិច្ចាគ ។
២. សីលបារមី : គុណធម៌នៃការកសាង រក្សា សីល ។
៣. នេក្ខម្មបារមី : គុណធម៌នៃការចេញចាកកាម ។
៤. បញ្ញាបារមី : គុណធម៌នៃការស្គាល់ហេតុ-ផលច្បាស់លាស់
៥. វីរិយបារមី : គុណធម៌នៃការសន្សំការព្យាយាមតស៊ូ ។
៦. ខន្តិបារមី : គុណធម៌នៃការបំពេញសេចក្តីអំណត់ ។
៧. សច្ចបារមី : គុណធម៌នៃការរក្សាសេចក្តីពិតទៀងត្រង់។
៨. អធិដ្ឋានបារមី: គុណធម៌នៃការតាំងចិត្តរឹងមាំ ខ្ជាប់ខ្ជួន ។
៩. មេត្តាបារមី : គុណធម៌នៃការបំពេញ ផ្សព្វផ្សាយមេត្តាធម៌។
១០. ឧបេក្ខាបារមី : គុណធម៌នៃការតាំងចិត្តជាកណ្តាលស្មើ ។

បារមីទាំង ១០ ប្រការនេះ គឺជាគុណធម៌ដ៏កំពូល ដែលព្រះពុទ្ធអង្គទាំងឡាយ បានខិតខំព្យាយាមសាងបំពេញ ដោយខ្ជាប់ខ្ជួន ក្នុងជីវភាពជាពោធិសត្វ ។

បារមី គឺជាគុណជាតិដ៏ល្អប្រសើរវិសេសវិសាល ដែលបុគ្គលគួរបំពេញអោយបាននូវកុសលធម៌ ជាគុណប្រយោជន៍ដល់ខ្លួនឯងផង ដល់សង្គមមនុស្ស សង្គមជាតិផង ដោយការសំអិតសំអាត កិរិយា ចរិយា មារយាទ អោយស្អាតល្អបរិសុទ្ធផូរផង់ ដោយ **សីល សមាធិ បញ្ញា** ពេញលេញ សុក្រឹតគ្មានខ្វះចន្លោះ គ្មានល្អក់កករ ។

បារមី មាន ៣ លំដាប់ថ្នាក់ : ថ្នាក់ដំបូង គឺ **បារមី** ឬ **បឋមបារមី**, ថ្នាក់កណ្តាល គឺ **ឧបបារមី** និង ថ្នាក់ខ្ពស់កំពូល ហៅថា **បរមត្ថបារមី** ។

សច្ចធម៌ និង ពុទ្ធិគតិបណ្ឌិត

មង្គលជីវិត

(អំពើល្អជាសិរីនៃជីវិត ជាគុណធម៌លំអជីវិត)

(ដកស្រង់ចាកពី មង្គលសូត្រ)

ប្រមូលរៀបរៀង ដោយ ព្រហ្ម~មេត្តា (ហៅ ជ័យទរិទ្ធ)

មង្គល ៣៨ ប្រការ

៚ មង្គលទី ១ :

- **អសេវនា ច ពាលានំ,**

- កិរិយាមិនសេពគប់នូវបុគ្គលពាលទាំងឡាយ

ជាមង្គលដ៏ឧត្តម ។

៚ មង្គលទី ២ :

- **បណ្ឌិតានញ្ច សេវនា,**

- កិរិយាសេពគប់នូវបុគ្គលជាបណ្ឌិតទាំងឡាយ

ជាមង្គលដ៏ឧត្តម ។

៚ មង្គលទី ៣ :

- **បូជា ច បូជនីយានំ,**

- កិរិយាបូជាដល់បុគ្គលដែលគួរគោរពបូជាទាំងឡាយ

ជាមង្គលដ៏ឧត្តម ។

❀ មង្គលទី ៤ :

~ **បដិរូបទេសវាសោ ច,**

កិរិយានៅក្នុងប្រទេសដ៏សមគួរ

ជាមង្គលដ៏ឧត្តម ។

❀ មង្គលទី ៥ :

~ **បុព្វេ ច កតបុញ្ញតា,**

- ភាវៈនៃបុគ្គលបានធ្វើបុណ្យទុកហើយក្នុងកាលមុន

ជាមង្គលដ៏ឧត្តម !

❀ មង្គលទី ៦ :

~ **អត្តសម្មាបណិធិ ច,**

- កិរិយាតម្កល់ខ្លួនទុកដោយប្រពៃ

ជាមង្គលដ៏ឧត្តម !

❀ មង្គលទី ៧ :

~ **ពាហុសច្ចំ,**

- ការបានស្ដាប់ បានរៀនចេះចាំច្រើន

ជាមង្គលដ៏ឧត្តម !

ꩰ **មង្គលទី ៨** :

- **សិប្បៈ,**

- សេចក្តីឆ្លៀវឆ្លាសក្នុងសិល្បសាស្ត្រវិជ្ជាការទាំងពួង

ជាមង្គលឧត្តម !

ꩰ **មង្គលទី ៩** :

- **វិនយោ ច សុសិក្ខិតោ,**

- វិន័យដែលបុគ្គលសិក្សាដោយប្រពៃហើយ

ជាមង្គលដ៏ឧត្តម !

ꩰ **មង្គលទី ១០** :

- **សុភាសិតា ច យា វាចា,**

- វាចាដែលបុគ្គលពោលដោយប្រពៃ ប្រកបដោយគុណប្រយោជន៍ ជាមង្គលដ៏ឧត្តម !

៙ **<u>មង្គលទី ១១-១២</u>** :

~ **មាតាបិតា ឧបដ្ឋានំ,**

- ការបម្រើមាតា-បិតាជាអ្នកមានគុណ

ជាមង្គលដ៏ឧត្ដម !

៙ **<u>មង្គលទី ១៣</u>** :

~ **បុត្តទារស្ស សង្គហោ,**

- ការសង្គ្រោះចំពោះបុត្រ និង ភរិយា

ជាមង្គលដ៏ឧត្ដម !

៙ **<u>មង្គលទី ១៤</u>** :

~ **អនាកុលា ច កម្មន្តា,**

- ការងារមិនច្របូកច្របល់ គឺធ្វើការងារដាច់ស្រេច

ជាមង្គលដ៏ឧត្ដម !

៙ **មង្គលទី ១៥** :

- **ទានំ,**
- ការផ្តល់នូវទាន (ពិសេសធម្មទានសច្ចធម៌)

ជាមង្គលដ៏ឧត្តម !

៙ **មង្គលទី ១៦** :

- **ធម្មចរិយា,**
- ការប្រព្រឹត្តនូវធម៌ ជាមង្គលដ៏ឧត្តម !

៙ **មង្គលទី ១៧** :

- **ញាតកានញ្ច សង្គហោ,**
- ការសង្គ្រោះញាតិទាំងឡាយ ជាមង្គលដ៏ឧត្តម !

៙ **មង្គលទី ១៨** :

- **អនវជ្ជានិ កម្មានិ,**
- ការងារទាំងឡាយ ដែលមិនមានទោស

ជាមង្គលដ៏ឧត្តម !

៙ **មង្គលទី ១៩** :

~ **អារតី វិរតីបាបា,**

- ការមិនត្រេកអរក្នុងបាប និង កិរិយាវៀរចាកបាប

ជាមង្គលដ៏ឧត្តម !

៙ **មង្គលទី ២០** :

~ **មជ្ជបានា ច សញ្ញមោ,**

- សេចក្ដីសង្រួម ចាកកិរិយាផឹកនូវទឹកស្រវឹង

ជាមង្គលដ៏ឧត្តម !

៙ **មង្គលទី ២១** :

~ **អប្បមាទោ ច ធម្មេសុ,**

- សេចក្ដីមិនប្រមាទក្នុងធម៌ទាំងឡាយ

ជាមង្គលដ៏ឧត្តម !

៙ **មង្គលទី ២២** :

~ **គារវោ ច,**

- សេចក្ដីគោរព ក្នុងបុគ្គលដែលគួរគោរព

ជាមង្គលដ៏ឧត្តម !

៙ មង្គលទី ២៣ :

- **និវាតោ ច,**

- កិរិយាប្រព្រឹត្តជីវិតរស់នៅដោយសាមញ្ញ សុភាពរាបសា (*ការលះបង់ចោលនូវសក្កាយទិដ្ឋិ និង អស្មិមានះ ចេញចាកសន្តាន*)

ជាមង្គលដ៏ឧត្តម !

៙ មង្គលទី ២៤ :

- **សន្តុដ្ឋី ច,**

- សេចក្តីត្រេកអរចំពោះរបស់ដែលមាន

ជាមង្គលដ៏ឧត្តម !

៙ មង្គលទី ២៥ :

- **កតញ្ញុតា,**

- ភាពនៃបុគ្គលជាអ្នកដឹងនូវឧបការគុណដែលអ្នកដទៃធ្វើហើយដល់ខ្លួន ជាមង្គលដ៏ឧត្តម !

៙ មង្គលទី ២៦ :

~ **កាលេន ធម្មស្សវនំ,**

- បុគ្គលបានស្តាប់ធម៌រឿយៗ តាមកាល

ជាមង្គលដ៏ឧត្តម !

៙ មង្គលទី ២៧ :

~ **ខន្តិ ច,**

- សេចក្តីអត់ធន់ ជាមង្គលដ៏ឧត្តម !

៙ មង្គលទី ២៨ :

~ **សោវចស្សតា,**

- ការធ្វើខ្លួនអោយទៅជាបុគ្គលងាយប្រដៅ ងាយអប់រំ តាមគន្លងគុណធម៌ ជាមង្គលដ៏ឧត្តម !

៙ មង្គលទី ២៩ :

~ **សមណានញ្ច ទស្សនំ,**

- កិរិយាបានឃើញ បានជួបនូវសមណៈទាំងឡាយ ដែលមានឥន្ទ្រិយស្ងប់រម្ងាប់ហើយ ជាមង្គលដ៏ឧត្តម !

ஜ **មង្គលទី ៣០** :

- **កាលេន ធម្មសាកច្ឆា,**

- កិរិយាសន្ទនាសាកសួរនូវធម៌តាមកាល

ជាមង្គលដ៏ឧត្តម !

ஜ **មង្គលទី ៣១** :

- **តបោ ច,**

- សេចក្តីព្យាយាមដុតនូវបាបធម៌ពោលគឺញាំងកិលេស ដែលមាននៅក្នុងខន្ធសន្តានអោយរីងស្ងួតបាន

ជាមង្គលដ៏ឧត្តម !

ஜ **មង្គលទី ៣២** :

- **ព្រហ្មចរិយញ្ច,**

- កិរិយាប្រព្រឹត្តនូវធម៌ដ៏ប្រសើរ ជាមង្គលដ៏ឧត្តម !

ꕥ **<u>មង្គលទី ៣៣</u>** :

~ **អរិយសច្ចាន ទស្សនំ,**

- កិរិយាឃើញនូវអរិយសច្ចៈ (ការពិតដ៏ប្រសើរទាំង៤) ទាំងឡាយ ជាមង្គលដ៏ឧត្តម !

ꕥ **<u>មង្គលទី ៣៤</u>** :

~ **និព្វានសច្ឆិកិរិយា ច,**

- កិរិយាធ្វើនូវព្រះនិព្វានអោយជាក់ច្បាស់បាន ដោយបញ្ញា ជាមង្គលដ៏ឧត្តម !

ꕥ **<u>មង្គលទី ៣៥</u>** :

~ **ផុដ្ឋស្ស លោកធម្មេហិ ចិត្តំ យស្ស នកម្បតិ,**

- ចិត្តរបស់បុគ្គលឯណា ដែលមិនញាប់ញ័រ ដោយលោកធម៌ទាំងឡាយ ហើយយល់ត្រូវ (សម្មាទិដ្ឋិ) ជាមង្គលដ៏ឧត្តម !

លោកធម៌ ៨ ដែលអន្ទងនចិត្តមនុស្សអោយជោរ ញាប់ញ័រ			
សភាវៈធ្វើអោយចិត្តជោរ		សភាវៈធ្វើអោយចិត្តធ្លាក់ធន់	
១	**លាភ** (បានលាភ)	២	**អលាភ** (បាត់លាភ)
៣	**យស** (បានយស)	៤	**អយស** (បាត់យស)
៥	**សុខ** (បានសុខ)	៦	**ទុក្ខ** (មានទុក្ខ)
៧	**សរសើរ**	៨	**និន្ទា** (ប្រណែន)

៙ មង្គលទី ៣៦ :

~ **អសោកំ,**

- សេចក្ដីមិនសោយសោកដោយហេតុដែលកើតឡើងផ្សេងៗ ជាមង្គលដ៏ឧត្តម !

៙ មង្គលទី ៣៧ :

~ **វិរជំ,**

- ចិត្តដែលប្រាសចាកធូលី គឺកិលេសក្នុងសន្ដាន ជាមង្គលដ៏ឧត្តម !

៩០ **<u>មង្គលទី ៣៨</u>** :

- **ខេមំ,**

- អ្នកដែលមានសេចក្តីក្សេម ចាកយោគៈជាគ្រឿង ប្រកបចងរឹតរួតក្នុងសន្តាន ជាមង្គលដ៏ឧត្តម !

ពិចារណាពីជីវិត

៙ ធាតុបួនរលត់ ពន្លត់ជីវិត
អនត្តាមែនពិត ឥតមានសល់អ្វី
ពេលរស់ចម្រាញ់ ប្ដូមខ្វាញ់ផែនដី
ស្លាប់លាលោកិយ ចំណីពសុធា ។

៙ ថ្ងៃល្ងាចយប់ព្រឹក រំលឹកប្រាប់មនុស្ស
ជីវិតរលស់ អស់តាមវេលា
រស់បានមួយថ្ងៃ ខិតខំខ្វីជន្មា
កុំពុលមាយា អវិជ្ជាទុរយស ។

៙ ស៊ូរស់បរិសុទ្ធ បន្សុទ្ធបញ្ញា
ភ្លឺថ្លាសតិ ឥស្សរភាពខ្ពស់
រស់ជាអ្នកជា មានគុណកិត្តិយស
ស្លាប់ក្រអូបឈ្មោះ រស់ក្រអូបចិត្ត !

ព្រហ្ម មេត្តា

រៀនស្លាប់ !

~ បានកើតរស់រាន កុំមានប្រមាទ
រស់រៀនសំអាត អោយស្អាតគំនិត
រៀនរស់រៀនស្លាប់ ប្រាប់ដល់ជីវិត
ស្លាប់មានមែនពិត ឥតប្រាប់ពេលណា ។

~ បើដឹងថាស្លាប់ ប្រញាប់សាងល្អ
បណ្តុះគុណធម៌ ស្មោះសរចិន្តា
ស្លាប់ក្រអូបឈ្មោះ ព្រោះឈ្នះតណ្ហា
រស់ច្បាំងអាត្មា មរណាជោគជ័យ !

~ មរណាជោគជ័យ មានន័យពីរោះ
ពង្រោះកេរ្តិ៍ឈ្មោះ រស់ជាប់ខែថ្ងៃ
ជនទាំងឡាយអើយ ដឹងហើយខំថ្នៃ
រៀនស្លាប់អោយថ្លៃ មានន័យពីរោះ !

ឯកសារពិគ្រោះ

១. ទស្សនៈសម្ដេចព្រះសង្ឃរាជ ជួន-ណាត ..... ព្រះមុនីកោសល **សូរ-ហាយ**

២. ប្រជុំកថធម៌សម្រាប់សាលាធម្មវិន័យ .... ថ្នាក់ត្រី

៣. ប្រស្នាអភិធម្មពិស្ដារ .... **សែម-សូរ**

៤. អភិធម្មសង្ខេប ផ្នែកបរមត្ថ .... ភិក្ខុមហា **សោម-សុវណ្ណ**

៥. អធិប្បាយប្រជុំកថធម៌ពិស្ដារ ភាគ១-២ .... បណ្ឌិត **ឈឹម-ទូច**

៦. ត្រៃលក្ខណប្រទីប .... ឧត្ដមលិខិត **សុខ-ស៊ីវ**

៧. ប្រស្នាត្រៃគុណ .... លោកអាចារ្យ **ឈឹម ទូច**

៨. សំដែងពីព្រះនិព្វាន .... ភិក្ខុ **នារទ ថេរ:**

៩. នរក សួគ៌ និព្វាន .... អ្នកឧកញ៉ា **ធា-សាន**

១០. និព្វាននៅឯណា? .... ធម្មបាល **ខៀវ-ជុំ**

១១. អនត្តាធម៌ និព្វានធម៌ .... ព្រះឧត្ដមមុនី **អ៊ុំ-ស៊ុំ**

១២. ទ្រឹស្ដីកម្ម-ផល .... រៀបរៀងដោយលោក **ឈុន-គិមអឿត**

១៣. សីលនិទ្ទេស .... ហ្លួងវិសុទ្ធមេធា **អ៊ុច-រស់**

១៤. សមាធិនិទ្ទេស .... ព្រះគ្រូវីរិយមុនីវិសុទ្ធញាណ

១៥. បញ្ញានិទ្ទេស .... អាចារ្យ **ឈឹម-ទូច**

១៦. មង្គលសូត្រ ៣៨ ប្រការ .... ព្រះវិន័យធរ **ឯក-ញឹម**

១៧. *L'Enseignement du Bouddha* .... Editions du Seuil

១៨. **No "I" in the World** .... Varadhamma

សច្ចធម៌ និង ពុទ្ធិគតិបណ្ឌិត

ខ្ញុំសូមលំអោនកាយដោយសេចក្តីគោរពបំផុត

សូមឧទ្ទិសនូវកុសល_ផលបុណ្យទាំងឡាយ

ដែលកើតបានមកពីសេចក្តីព្យាយាមប្រមូល ចងក្រង រៀបរៀង

សៀវភៅ "**សច្ចធម៌** និង **ពុទ្ធិគតិបណ្ឌិត**" នេះ

ទុកជាសេចក្តីកត្តញ្ញូកតវេទី ដោយសេចក្តីគោរពបំផុត

ជូនចំពោះ **ព្រះគុណទាំង ៣** (ត្រៃគុណ) :

_ លោកឳពុក_អ្នកម្តាយ និង បុព្វការីជនទាំងអស់ !

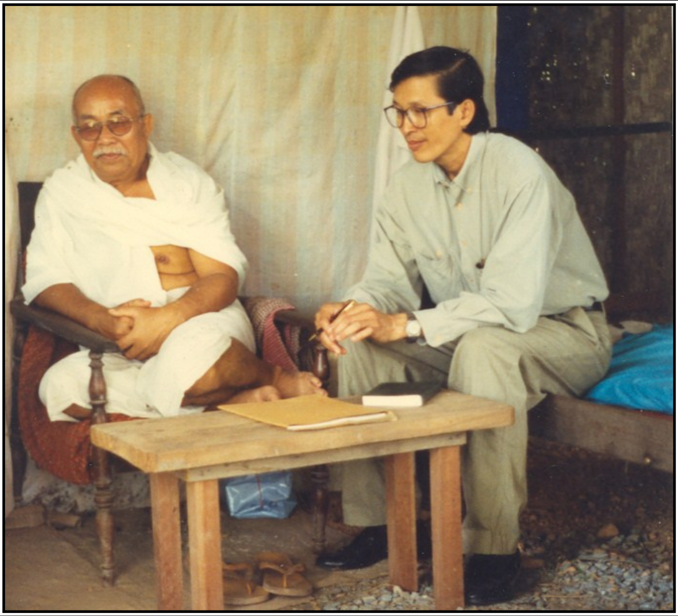
ខ្ញុំ **ជ័យវរិន្ទ (ព្រហ្ម_មេត្តា)** គោរពកេសា ថ្វាយបង្គំសពលោកឳពុក ដែលទទួលអនិច្ចកម្មកាលពីថ្ងៃអង្គារ ៩ កើត ខែបុស្ស ឆ្នាំ វក ឆស័ក ព.ស. ២៥៤៨ // ត្រូវនឹង ថ្ងៃទី ១៨ ខែ មករា ឆ្នាំ ២០០៥ ។

~ គុណគ្រូបាធ្យាយទាំងអស់...

<u>**រូបថត**</u> : ខ្ញុំ **វណ្ណ~សុភា** (ជ័យវរិន្ទ) និង បងស្រី **វណ្ណ~មុនី** និង ក៏ជាអ្នកគ្រូរបស់ខ្ញុំផងដែរ (*កាលពីខ្ញុំរៀននៅសាលាបឋមសិក្សាកណ្តាល កោះសូទិន*) ថ្វាយបង្គំព្រះសព ព្រះគ្រូ សម្តេចព្រះមង្គលទេពាចារ្យ **អ៊ុំ~ស៊ុំ** នៅវត្តមហាមន្ត្រី ក្រុងភ្នំពេញ (ព.ស. ២៥៤៤ / គ.ស. ២000) ។

សច្ចធម៌ និង ពុទ្ធិគតិបណ្ឌិត

~ ចំពោះលោកគ្រូ~អ្នកគ្រូ និង លោក~អ្នកមានឧបការគុណទាំងអស់ !



រូបថត : ជាមួយលោកគ្រូ លោកព្រឹទ្ធាចារ្យ **ឆេង~ផុន** នៅអាស្រម
វិលត់ទុក្ខ ព្រែកហូរ តាខ្មៅ_ខេត្តកណ្ដាល
(ព.ស. ២៥៣៤ / គ.ស. ១៩៩១)

អវសានកថា

- រូបកាយបាត់ទៅទុកនៅពាក្យពេចន៍ រំលេចដោយធម៌ ស្មោះសរគំនិត
មរតកសច្ចៈ គតបណ្ឌិត កំណាប់គំនិត គាស់គិតចម្លើយ ។
- រស់រៀនហាត់ស្លាប់ប្រញាប់រួតរះ ហ្វឹកហាត់កាត់លះផ្សះចិត្តឱ្យស្បើយ
បណ្តាំចុងក្រោយកុំប្រមាទឡើយ ហាត់ស្លាប់ឱ្យហើយជីវិតមិនទៀង ។
- ដំណើរជីវិត ប្រព្រឹត្តតាមកម្ម ប្រែប្រួលប្រចាំ កម្មអ្នករៀបរៀង
តណ្ហាលោកិយ បីដូចចម្រៀង លួងលៀងច្រៀងលោមទ្រោមជាប់ចំណង ។
- របស់ក្នុងលោករកខ្លឹមសារគ្មាន មានដូចមិនមាន វានៈគ្រឿងចង
តែមិនហាត់លះច្បាស់ជាប់ចំណង តណ្ហាដោតក្រង ចងចិត្តកម្លៅ ។
- នាមរូបខ្ចីបុល បំណុលវដ្តៈ មិនស្គាល់ធម្មៈ អវិជ្ជាល្ងង់ខ្លៅ
បបញ្ចធម៌ ត្រាច់ចរសំដៅ ធ្លាក់ក្នុងជ្រោះជ្រៅ លំនៅវដ្តៈ ។
- អវិជ្ជាមិនដឹង ស្រវឹងនឹងអញ ទិដ្ឋិប្រវ័ញ្ច បញ្ចក្ខន្ធភារៈ
មិនស្គាល់នាម-រូប ជួបជាប់ជំពាក់ ដើរចូលអន្ទាក់ ធ្លាក់មច្ចុរាជ ។
- ចម្រើនបញ្ញា ប្រហារអវិជ្ជា លះលោកមាយា ភាវនាព្រឹកល្ងាច
ដឹងច្បាស់លោកិយ បុរីមច្ចុរាជ រស់មិនប្រមាទ សម្អាតជីវិត !

☸ *ពេលមានជីវិតរស់នៅ...ត្រូវរៀនរស់...ហើយព្រមស្លាប់...*
ត្រៀមស្លាប់... ហើយហាត់ស្លាប់... ដើម្បីសម្លាប់សេចក្តីស្លាប់!

© ធម្មទស្សនទាន

ព្រហ្ម-មេត្តា គតបណ្ឌិតោ (ហៅ **ជយវិន្ទ**)

"គុណធម៌"
ជាសារជាតិរបស់ពពួកបណ្ឌិត!

គុណធម៌

~ ស្គាល់ត្រៃគុណ នរជននោះ ឈ្មោះបណ្ឌិត
ព្រោះគំនិត គិតឃើញត្រូវ ផ្លូវកុសល
មានគុណធម៌ ល្អថ្លាថ្លៃ គ្មានអ្វីដល់
ស្គាល់ហេតុ-ផល យល់ដឹងច្បាស់ ព្រះគុណបី!

~ កើតមកបានរស់ ព្រោះគុណឪម៉ែ
លោកថ្នាក់ថ្នមថែ ចិត្តស្នេហ៍ប្រណី
ធំឡើងទៅរៀន មានវិជ្ជាល្បី
គុណគ្រូប្រុសស្រី គួរលៃគោរព ៗ

~ មិត្តមាជួនគា បុព្វការីជន
ជួយប្រឹងរែកពុន ចាកខ្មៅឧបទ្រព
គុណថ្លៃទាំងបី ប្រពៃដូចម្លប់
ត្រូវដាក់ថ្ងៃយប់ គឺម្លប់ព្រះធម៌!

និពន្ធដោយ វណ្ណ-សុភា ហៅ ជយវិន្ទ

ទានសច្ចធម៌ (ព្រះធម្មទាន)
ប្រសើរលើសទានដទៃទាំងពួង!

សច្ចធម៌

~ កើតមកជាមនុស្ស រស់មានជីវិត
ត្រូវស្គាល់ការពិត គិតដឹងហេតុ-ផល
អវិជ្ជាដើមចម នាំចិត្តអកុសល
តណ្ហានាំខ្វល់ ផ្តល់ឧបាទាន !

~ បើស្គាល់សច្ចៈ ភ្ញាក់រឭកត្រូវ
ព្រះធម៌ជាផ្លូវ នាំទៅនិព្វាន
សីលប្រាំចាំជាប់ អប់រំសីលទាន
ព្រះធម៌ទូន្មាន រៀនគិតយប់ថ្ងៃ ៗ

~ ព្រះធម៌វិន័យ ខន្តីរស់នៅ
គុណធម៌ជ្រាលជ្រៅ ផ្លូវកុសលបី
ស្គាល់សច្ចធម៌ ត្រេចចរយប់ថ្ងៃ
ដូចមានរស្មី បំភ្លឺជីវិត !

និពន្ធដោយ ជយវិន្ទ ហៅ ព្រហ្ម-មេត្តា

© "មណ្ឌលពុទ្ធិ ត្រៃគុណ"
ទីជួបគ្នាដើម្បីស្វែងរកចំណេះដឹង និង គតិបណ្ឌិត

~ ការមិនសេពគប់មនុស្សពាល, ការសេពគប់ជនជាបណ្ឌិត
ការគោរពបូជាចំពោះបុគ្គលដែលគួរគោរពបូជា នេះជាមង្គលដ៏ឧត្តម!

(ស្រង់ចាកមង្គលសូត្រ)