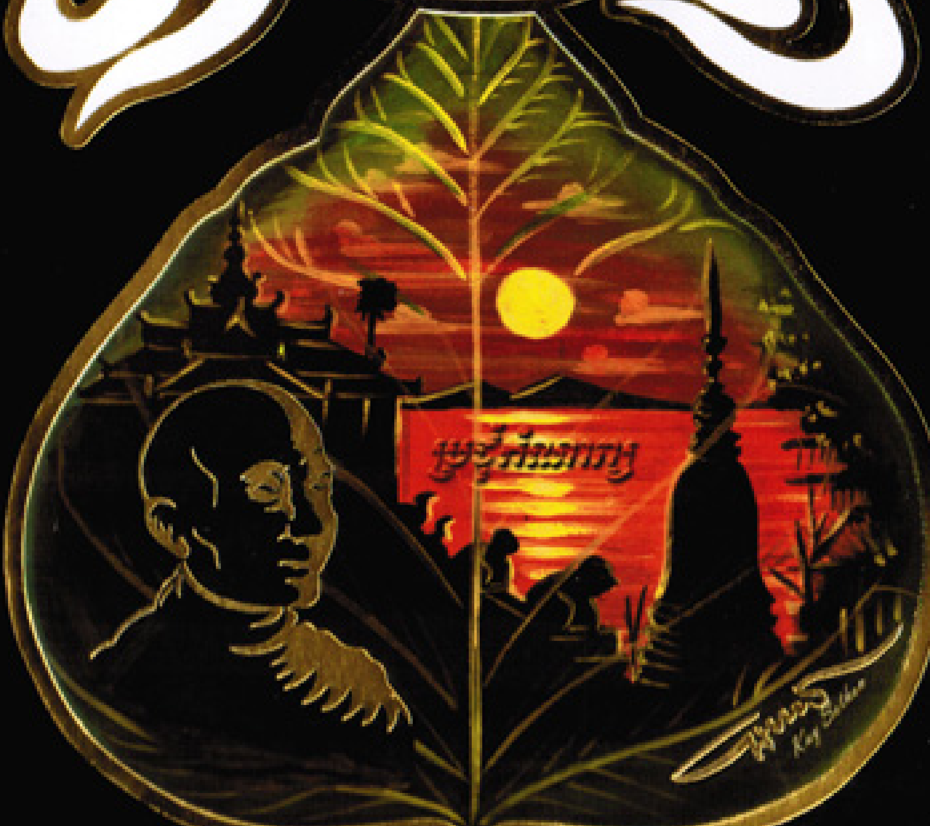
ប្រជុំកំណាព្យ

១០១



រៀបរៀងដោយ ទូលព្រះបង្គំ ខ្ញុំព្រះករុណា

ខ្ញុំបាទ គួយ សុធន (អ៊ំប្រុស)

ប្រជុំ ១០១

កំណាព្យ

អំប្រុស

កុយ សុខន

មាតិកា

ល.រ.	ឈ្មោះកំណាព្យ	ទំព័រ
១.	កំណាព្យពាក្យផ្ដើម	១
	- បទសរភញ្ញនិងនមស្ការ	៣
	- បទសូត្រដាក់ទង់ព្រះពុទ្ធសាសនា	៤
	- បទសូត្រលើកទង់ព្រះពុទ្ធសាសនា	៦
២.	ធម្មតា	៨
៣.	អន្លង់កាម	៩
៤.	ចិត្តជាធំ	១០
៥.	ចិត្តជាប្រធាន	១១
៦.	កើតស្លាប់	១២
៧.	រៀចគល់ត្រង់ចុង	១៣
៨.	ស្វែងរកក្ដីសុខនៅក្នុងភពកម្ម	១៤
៩.	បើចិត្តខឹងក្រោធកុំចោទអ្នកដទៃ	១៥
១០.	សម្ដីជាអ្វី	១៦
១១.	ឃើញថ្ងៃរះឥតស្គាល់ព្រះសុរិយា	១៧
១២.	ល្អបូកល្អស្មើធម៌អ្នកប្រាជ្ញ	១៨
១៣.	កុំរកទោសគេ	១៩
១៤.	អន់ណាស់គង់ប្រើខ្លះបាន	២០

១៥. អាក្រក់ព្រោះល្អ ២១
១៦. អ្នកកើតតែងស្លាប់ ២២
១៧. អ្នកចាតែថេះ ២៣
១៨. កុំភ្លេចគ្រូ ២៤
១៩. ចំណង់តម្រង់តាមចំណេះ ២៥
២០. សាមគ្គីរឹងមាំសមនឹងឈ្មោះល្អ ២៦
២១. ចំណងមេចា ២៧
២២. សង្ខារមិនទៀង ២៨
២៣. ឈ្នះអ្វីមិនស្មើឈ្នះខ្លួនឯង ២៩
២៤. ស្អប់តែឈ្មោះ ៣០
២៥. កុំភ្លេចបរលោក ៣១
២៦. គ្រោះសាសនា ៣២
២៧. កុសលត្រូវឆេះដោយភ្លើងលោភៈ ៣៣
២៨. ហូបគ្រាន់តែរស់ ៣៤
២៩. មានអ្វីមិនស្មើនឹងមានបញ្ញា ៣៦
៣០. ជំរំចិត្ត ៣៧
៣១. លាភៈប្រហារអ្នកល្ងង់ ៣៨
៣២. គ្មានអ្វីក្រៅពីលោភៈ ៣៩
៣៣. ចេះពិតមិនអត់ ៤០
៣៤. នៅតែមិនរាង ៤១
៣៥. ឥតសីល ៤២

៣៦. លោភៈ ៤៣
៣៧. ពីនេះពីនោះ ៤៤
៣៨. អាក្រក់បាត់ល្អ ៤៥
៣៩. ត្រូវស្គាល់អ្វីដែលគួរ ៤៦
៤០. ប្រយ័ត្ន ៤៧
៤១. កខ ជាសទ្ទា ន ជាអ្នកឃាម ៤៨
៤២. ជីវិតអ្នកផ្សារ ៥២
៤៣. របស់ពិត ៥៣
៤៤. ប្រយ័ត្ន ៥៣
៤៥. សីលទានផ្លូវស្ថានព្រះធម៌ ៥៤
៤៦. ស្វក្រសម្បត្តិកុំឲ្យត់បញ្ញា ៥៥
៤៧. សុជីវធម៌ ៥៦
៤៨. សល់តែថ្ងៃចាស់ ៥៧
៤៩. សួនមច្ចុរាជ ៥៨
៥០. មនុស្សនិងសត្វ ៥៩
៥១. យល់ចិត្តអ្នកក្រ ៦០
៥២. ព្រះធម៌ជាស្ពាន ៦១
៥៣. បទពិចារណាគាថាសីលវត្ថេរ ៦២
៥៤. ទោស ៦ ប្រការនៃសុរាមេរ័យ ៦៤
៥៥. មានយសព្រោះមិនកន្លងធម៌ ៦៥
៥៦. សីលប្រាំ ៦៦

៥៧. ដំណាំត្រូវភ្លៀងស្រដៀងធម៌ល្អ ៦៧
៥៨. ខឹងខុសខ្វូចខាត ៦៨
៥៩. សុរិយាចន្រ្ទា និងព្រះធម្មា ៦៩
៦០. សៀវភៅសិក្សាជួយដល់អ្នកអាន ៧០
៦១. ស្រណោះស្រុកព្រះ ៧១
៦២. កុហកអាងអ្វី ៧២
៦៣. តុលាការកម្ម ៧៣
៦៤. ផ្លូវឆ្ងាយ ៧៤
៦៥. ទុកចិត្តម្តេចបាន ៧៥
៦៦. សទ្ធាជូនជំនូនកម្ម ៧៦
៦៧. សំណូមពរ ៧៧
៦៨. ព្រះធម៌ជាស្ពាន ៧៨
៦៩. កូនមាសពន្លក ៧៩
៧០. ល្អអ្វីល្អម្ល៉េះទេ ៨២
៧១. ស្តាយអ្វីស្តាយម្ល៉េះទេ ៨៤
៧២. ភ្លើងអាចរលត់ដោយភ្លៀងរលឹម ៨៦
៧៣. ម៉ែអើយម៉ែខ្ញុំ ម៉ែ-ខំ-រ ៨៨
៧៤. រៀនរស់ជាមួយនឹងរឿងរ៉ាវ ៩០
៧៥. បើសុំបានល្អជួយសុំឱ្យខ្ញុំផង ៩២
៧៦. ព្យុះចិត្តអប្រិយ ៩៤
៧៧. ខ្លួនកាន់តែចាស់ ចិត្តកាន់តែក្មេង ៩៥

៧៨. សុខចិត្តជួបជុំទោះមានក្រ សុខចិត្ត-រឿង-ស ល្អជាងខ្មៅ . ៩៧
៧៩. កុំចង់កោងខ្លាំងក្រែងបាក់ខ្នង បើ-សុខចិត្ត-កុំ-ង ៩៨
៨០. ខ្ញុំភ្ញាក់ខ្លួនហើយ ១០០
៨១. គោរពព្រះធម៌ ១០២
៨២. កុំចេះតែចង់ គ្មានបួងកុំទៅ ១០៣
៨៣. កូនបីប្រភេទ ១០៦
៨៤. ទារុណស្ត្រី ១០៨
៨៥. ទារុណស្ត្រី ១១០
៨៦. ការដឹងគុណរបស់អ្នកជំងឺអេដស៍ ១១៣
៨៧. តួនាទីបុរស ១១៥
៨៨. អាគមផ្សំអាយុស ១១៧
៨៩. ឱ ! បុណ្យចូលឆ្នាំថ្មីអើយ ១២១
៩០. បារមីក្រៅព្រះពុទ្ធសាសនា ១២២
៩១. ខ្សែរបូកាត់ស្រេចផ្តាច់ចិត្តកំណាញ់ ១២៦
៩២. ស្តាយណាស់ ១២៨
៩៣. បុណ្យបូជនីយដ្ឋានកម្សាន្តចិត្ត ១៣១
៩៤. ព្រៃឫស្សី ១៣៥
៩៥. ដងទង់ខ្ពស់ល្អ ១៣៧
៩៦. សូមពិចារណា ១៣៨
៩៧. សូមពិចារណា ១៤០
៩៨. ទ្រង់ប្រសូត ១៤៤

៩៩. ទ្រង់ត្រាស់ដឹង ១៤៦
១០០. ដាក់អាយុសង្ខារ_បរិនិព្វាន ១៤៨
១០១. បានមកស្រុកព្រះ ១៥១

ការងារសុចរិតទោះឥតស័ក្តិយស
ប្រសើរជាងមុខងារខ្ពស់ហួសពីសមត្ថភាព ។

ដោយបុញ្ញកម្មនេះ
សូមសព្វសត្វទាំងអស់បានសុខចម្រើន
សូមអនុមោទនា !

ជួយពិនិត្យអក្ខរាវិរុទ្ធដោយ

១. ឧបាសក គួង លាងផេង
២. ឧបាសក សោម រតនៈ
៣. យុវជន ហាន សីហៈ
៤. កញ្ញា វ៉ាន់ សុគន្ធា (ហៅស្រីណែត)

១~ កំណាព្យពាក្យផ្ដើម

ជីវិតសត្វលោកសោយសោកពេកក្រៃ ទាំងយប់ទាំងថ្ងៃទុក្ខច្រើនអនេក
សប្បាយថ្ងៃនេះគង់ទុក្ខថ្ងៃស្អែក សើចទាំងទឹកភ្នែកពុះជ្រែកឱរា ។
ជួនខ្លួនបានសុខតែទុក្ខរឿងកូន គេចរឿងបងប្អូនជួបរឿងគ្រួសារ
ជួនរឿងដីស្រែជួនរឿងចម្ការ ជួនរឿងសង្សារស្នេហាបែកចិត្ត ។
អ្នកខ្លះជួបរឿងក្រខ្សត់អត់ឃ្លាន ឈឺថ្កាត់ពុំមានប្រាក់កាសញាតិមិត្ត
ម៉ែឪក៏ចាស់ជរាដោយពិត រស់ទាល់គំនិតគិតចាំថ្ងៃក្ស័យ ។
អ្នកខ្លះមានទ្រព្យតែជាប់ដោយភ័យ ជីវិតឥតន័យភ័យរាល់យប់ថ្ងៃ
អ្នកខ្លះមានទ្រព្យក្ដាប់ជាប់ក្នុងដៃ លាចាកលោកីយ៍ចាយអ្វីមិនទាន់ ។
រឿងរ៉ាវសត្វលោកពុំអាចរៀបរាប់ ឱ្យបានគ្រប់សព្វគ្រប់វ័យជំនាន់
ខ្ញុំសូមចូលរួមរំលែកទុក្ខទណ្ឌ ដោះភ័យអាសន្នទាន់នៅជួបជុំ ។
ខ្ញុំបានចងក្រងសៀវភៅនេះមួយ អ្នកមានទុក្ខព្រួយអានហើយកុំយំ
ក្រែងលោធ្លាប់មាននិស្ស័យនឹងខ្ញុំ ស្រាកពីទុក្ខធំដោយពាក្យខ្ញុំតែង ។
បើមិនពេញចិត្តនឹងពាក្យណាមួយ សូមជួយដកស្រង់ទុកមួយកន្លែង
ក្រែងលោថ្ងៃមុខមានហេតុជាក់ស្ដែង ត្រូវពាក្យនោះឯងសម្ដែងសាថ្មី ។

កើតមកជាមនុស្សត្រូវគិតវែងឆ្ងាយ តើយើងហួបបាយព្រោះដើម្បីអ្វី
បើត្រឹមតែរស់កើរ្តិ៍ឈ្មោះអប្រិយ៍ តើបានផលអ្វីសម្រាប់ថ្ងៃក្រោយ ។
ដូច្នេះត្រូវតែរៀនអប់រំចិត្ត សាងតែសុចរិតកុំបីបណ្ដោយ
សន្សំបុណ្យទុកថ្ងៃមុខថ្ងៃក្រោយ កុំឱ្យជាតិមនុស្សអស់ទៅទទេ ។
សូមឱ្យអ្នកអានសុខសាន្តមានភ័ព្វ រួចពីធុញថប់បញ្ញាកើនទ្វេ
អានបានតិចច្រើនគង់តែដឹងទេ មានពេលទំនេរអានតទៀតទៅ ។

បាត់ដំបង ថ្ងៃច័ន្ទ ៩ កើត ខែអស្សុជ

ឆ្នាំឆ្លូវឯកស័ក ព.ស.២៥៥៣

(២៨-០៩-០៩)

គុយ សុធន

បទសរសើរព្រះរតនត្រ័យ

១-សូមថ្វាយបង្គំ ព្រះសម្ពុទ្ធ ប្រសើរបំផុត ក្នុងលោកា
ជាគ្រូនៃមនុស្ស និងទេវតា ទ្រង់ត្រាស់ទេសនា ប្រដៅសត្វ ។
ចង្អុលឱ្យដើរ ផ្លូវកណ្ដាល មាគ៌ាត្រកាល អាចកម្ចាត់
ទុក្ខភ័យចង្រៃ ឱ្យខ្ចាយបាត់ អាចកាត់សង្សារទុក្ខបាន ។
២-សាសនាព្រះអង្គ នៅសព្វថ្ងៃ សត្វមាននិស្ស័យ ពីបូរាណ
ប្រឹងរៀនប្រឹងស្ដាប់ ចេះចាំបាន កាន់តាមលំអាន បានក្ដីសុខ ។
ឥតមានសុខណា ស្មើក្ដីស្ងប់ បញ្ចប់ត្រឹមសុខ ឃ្លាតចាកទុក្ខ
តាំងពីលោកនេះ តទៅមុខ ក្ដីសុខនឹងមាន ព្រោះធម៌ស្ងប់ ។
៣-ខ្ញុំសូមបង្គំ ឆ្ពោះព្រះធម៌ ព្រះសង្ឃបវរ ទាំងគ្រប់សព្វ
រួមជាត្រៃរ័ត្ន គួរគោរព ជាម្លប់ត្រជាក់ នៃលោកា ។
ព្រះរូបព្រះធាតុ នៃព្រះពុទ្ធ វិសុទ្ធតាងអង្គ ព្រះសាស្ដា
សូមគុណត្រៃរ័ត្ន ជួយខេមរា ឱ្យបានសុខា តរៀងទៅ ។

(បទនិពន្ធរបស់ **សម្ដេចព្រះសង្ឃរាជ ជោតញ្ញាណោ ជួន ណាត**)

បទស្រូត្រដាក់ទង់ព្រះពុទ្ធសាសនា

ជាតិយើងអ្នកកាន់សាសនា ត្រូវដឹងច្បាស់ថាព្រះពុទ្ធជិនស្រី
ទ្រង់មានឆព្វណ្ណរង្សី គឺព្រះរស្មីទាំងប្រាំមួយពណ៌ ។
ផ្សាយចេញពីព្រះកាយទ្រង់ រុងរឿងឫទ្ធិរង្គប្រសើរបវរ
ឆ្មៀលឆ្មាត់កាយឆើតឆាយល្អ ទាំងប្រាំមួយពណ៌ស្រស់ល្អសោភា ។
កំណើតនៃព្រះរស្មី កើតដោយបារមីនៃព្រះភគវា
ធ្វើទានឥតមានរួញរា កាលដែលនៅជាព្រះពោធិសត្វ ។
រស្មីពណ៌ខៀវនោះណា កាលឆ្កៀលនេត្រាទ្រង់ដោយចិត្តកាត់
ធ្វើទានដល់ឥន្ទព្រាហ្មណ៍ពិត កាលនៅជាក្សត្រនាមស្រីភិរាស្ត្រ ។
រស្មីពណ៌លឿងភ្លឺថ្លា កាលដែលទ្រង់អារសាច់ផែធ្វើមាស
បិទពុទ្ធរូបភ្លឺឱភាស ព្រះឥន្ទ្រជាងមាសទ្រង់រៃបណ្ឌិត ។
រស្មីក្រហមនោះណា កាលដែលមាតាពស់ខាំស្លាប់ពិត
បទុមស្ងួបប្តូរជីវិត កាត់បេះដូងបិទធ្វើថ្នាំមាតា ។

រស្មីពណ៌សសុទ្ធសាធ កាលដែលព្រះបាទវេស្សន្តរក្សត្រា
ឱ្យទានដំរីសសោភា ដល់ព្រាហ្មណ៍ប្រាថ្នាយកពោធិញ្ញាណ ។
រស្មីពណ៌ដូចជើងហង្ស កាលមាតាទ្រង់យក្ខចាប់យកបាន
វិជ្ជាធរអារសាច់ខ្លួនប្រាណ ឱ្យយក្ខសាមានស្រុីប្តូរជីវិត ។
រស្មីពណ៌ផ្លែកពណ្ណរាយ កាលជាទន្សាយឈ្មោះសោមបណ្ឌិត
ឱ្យទានសាច់ឈាមជីវិត ដល់ឥន្ទព្រាហ្មណ៍ពិតថាអត់អាហារ ។
រស្មីខៀវលឿងក្រហម សហង្សបាទព្រមភ្លឺផ្លេកអស្ចារ្យ
ត្រូវជាប្រាំមួយប្រការ ទាំងចាស់កុមារចូរចាំទុកអើយ ។

(បទនិពន្ធរបស់ **សម្តេចព្រះសង្ឃរាជ ជោតញ្ញាណោ ជួន ណាត**)

ព.ស.២៤៩៥

គ.ស.១៩៥១

បទសូត្រលើកតម្កើងព្រះពុទ្ធសាសនា

(បទបឋ្យាវត្ត)

សូមមើលទង់ជ័យ ឆព្វណ្ណរង្សី ដែលមានរស្មីភ្លឺស្រស់ល្អ
ខៀវលឿងក្រហម ព្រមទាំងពណ៌ស ហង្សបាទនិងពណ៌ដ៏ភ្លឺផ្លេក ។
ប្រទេសតូចធំ បានសម្គ្រស្មាគម ជំនុំគ្នាច្រើនអនេក
ព្រមយករស្មី ព្រះពុទ្ធគួរត្រេក ប្រសើរពន់ពេកក្រៃកន្លង ។
ធ្វើជាសញ្ញា ទង់ជ័យសាសនា នៃសម្ពុទ្ធធំចម្បង
ចូរយើងរាល់គ្នា យកចិត្តចាំចង នឹកដល់ព្រះអង្គជាអម្ចាស់ ។
ទោះជាតិផ្សេងគ្នា ក៏ត្រូវដឹងថា សុទ្ធសឹងតែជាពុទ្ធសាសនិ៍
ត្រូវមានសាមគ្គី ទាំងក្មេងទាំងចាស់ ប្រឹងប្រែងឱ្យណាស់គ្រប់ៗគ្នា ។
សូមសាសនា(ព្រះ)ពុទ្ធ ថ្កុំថ្កើងខ្ពស់ផុត រុងរឿងវិសុទ្ធថ្លៃថ្លា
ហើយមានជ័យជោគ ផ្សាយពេញលោកា ដោយជនជ្រះថ្លារាប់ច្រើនលាន ។
មានចិត្តស្នេហា គោរពបូជា ចំពោះព្រះធម៌ដ៏កល្យាណ
ទាំងមនុស្សទេវតា ស្នេហាគ្រប់ប្រាណ ប្រាថ្នាចង់បានសេចក្ដីសុខ ។

យើងខេមរជាតិ　　　នាំគ្នាខ្មីឃ្មាត　កាន់ធម៌នឹងបានផុតទុក្ខ
រួបរួមសាមគ្គី　　　ពីនេះទៅមុខ　យើងនឹងបានសុខក្សេមក្សាន្តត្រាណ ។
ព្រមព្រៀងប្រព្រឹត្ត　　កាន់ធម៌សុចរិត　ឆ្ពោះទៅកាន់ឋាននិព្វាន
ជាទីផុតទុក្ខ　　　បានសុខក្សេមក្សាន្ត　ជាតិយើងនឹងបានសោយសុខា ។

(បទនិពន្ធរបស់ **សម្ដេចព្រះសង្ឃរាជ　ជោតញ្ញាណោ ជួន　ណាត**)

ព.ស.២៤៩៥

គ.ស.១៩៥១

២. ធម្មតា

អាកាសលំហទីចរបក្សី　　　　　　　វក្ខាព្រឹក្សព្រៃទីចរម្រឹគា

សាគរទីចរមច្ឆានានា　　　　　　　សង្ខារលីលានៃភាពមិនទៀង ។

ដោយឧបាសក **គុយ សុធន**

(សៀវភៅ ជំនួយសតិភាគទី ៥ ទំព័រ ២២៨)

៣_ អន្លង់កាម

ព្រះសង្ឃសាវ័កអង្គឯណា　　លុះបានបញ្ញាដ៏ប្រពៃ
ឆ្លងអន្លង់កាមដោយជោគជ័យ　　លែងញាប់ញ័រអ្វីនឹងសុខទុក្ខ ។
ព្រោះបានដល់នូវការអស់ទៅ　　មោហៈកម្លៅដែលជាគុក
តែងឃុំឃាំងជនឥតរើសមុខ　　អ្នកដែលស្វែងសុខក្នុងកាមគុណ ។

ដោយឧបាសក **គុយ សុធន**

(សៀវភៅ ជំនួយសតិភាគទី ៥ ទំព័រ ២២៨)

៤. ចិត្តជាធំ

លោកធម៌ទាំងឡាយមានចិត្តជាធំ រួមប្រមូលផ្តុំឧត្តមលើចិត្ត
ចង់សើចឬយំអន់ឬប្រណីត សម្រេចដោយចិត្តជាអ្នកកំណត់ ។
ជនណាមានចិត្តទោសៈកើតហើយ ឥតធ្វើល្អឡើយអាក្រក់ប្រាកដ
ទោះនិយាយស្តីចង្រៃជូរចត់ ទាំងកាយទាំងមាត់អត់មានកុសល ។
ព្រោះតែអំពើអាក្រក់នោះឯង ក្តីទុក្ខរមែងដេញតាមបុគ្គល
ដូចកង់រទេះតែងតែវិលវល់ តាមគោមង្គលដែលអូសដូច្នេះ ។
ជានគោទៅណាជានកង់ទៅហ្នឹង គួរតែយល់ដឹងកុំធ្វេសប្រហែស
គួរតែសិក្សាធម៌អាថ៌ឱ្យចេះ កុំឱ្យចិត្តនេះនាំទៅអវិថី ។

ដោយឧបាសក **គុយ សុធន**

(សៀវភៅ ជំនួយសតិភាគទី ៥ ទំព័រ ២២៩)

៥. ចិត្តជាប្រធាន

លោកធម៌ទាំងឡាយចិត្តជាប្រធាន ប្រសើរពុំមានអ្វីធំលើសចិត្ត
ដឹងសុខដឹងទុក្ខមុខគួរអាណិត សម្រេចដោយចិត្តជាអ្នកចាត់ចែង ។
បុគ្គលមានចិត្តជ្រះថ្លាល្អហើយ ពុំប្រព្រឹត្តឡើយការនាំចំបែង
ទោះនិយាយស្តីប្រពៃក្រៃលែង គោរពកោតក្រែងធ្វើតែកុសល ។
ព្រោះចិត្តជ្រះថ្លាបរិសុទ្ធនោះឯង ក្តីសុខរមែងតាមជាប់បុគ្គល
ដូចជាស្រមោលអន្ទោលវិលវល់ តាមប្រាណបុគ្គលយ៉ាងដូច្នោះឯង ។
យោ នរោ វីនរៈជនឯណា មានចិត្តល្អថ្លាប្រាថ្នាចាត់ចែង
ធ្វើបុណ្យឱ្យទានឥតមានចំបែង ក្តីសុខរមែងតាក់តែងជននោះ ។

ដោយឧបាសក **គុយ សុធន**

(សៀវភៅ ជំនួយសតិភាគទី ៥ ទំព័រ ២៣០)

៦. កើតស្លាប់

(ឧបមាភាសិត)

ភាជនៈដីដែលស្មូនឆ្នាំងធ្វើ តូចធំជំទើរឆៅក្ដីឆ្អិនក្ដី
រមែងត្រូវបែកបំណែកជាដី ក្លាយជាឥតន័យនៅទីបំផុត ។
នោះយ៉ាងណាមិញជីវិតសត្វលោក ឈឺឬឥតរោគវិយោគតក់ស្លុត
រមែងត្រូវស្លាប់ចោលកាយកប់ដុត នៅទីបំផុតក៏ដូច្នោះដែរ ។
ភាពពិតយ៉ាងនេះរិះគិតយ៉ាងណា គួររកធម៌អាថ៌ឬគួរកុំក្បែរ
អ្នកក្រក៏ស្លាប់មានក៏ស្លាប់ដែរ កម្មករថៅកែស្លាប់តែទាំងអស់ ។
អ្នកកើតតែងស្លាប់មិនយ៉ាប់គិតទេ ទាំងយើងទាំងគេស្លាប់ឥតសល់សោះ
គ្រាន់តែមុនក្រោយយូរឆាប់ប៉ុណ្ណោះ ត្រូវគិតមើលចុះគួរធ្វើយ៉ាងណា ។

ដោយឧបាសក **គុយ សុធន**

(សៀវភៅ ជំនួយសតិភាគទី ៥ ទំព័រ ២៣១)

៧. ទៀចគល់ត្រង់ចុង

(ឧបមាភាសិត)

អ្នកដែលប្រមាទកាលពេលដំបូង ក្រោយកែប្រែយោងពុំនៅកន្តើយ
ដោយមិនប្រមាទមិនប្រហែសឡើយ ឈោងឈានរកត្រើយលះគ្រឿង-
ស្មោកគ្រោក ។

គឺជននោះហើយព្រមដោយតម្រិះ តែងធ្វើលោកនេះឱ្យភ្លឺពន្លក
ប្រៀបដូចព្រះចន្ទផុតពីពពក ចាំងបំភ្លឺលោកឱ្យភ្លឺចិញ្ចែង ។

ជនអាប់បញ្ញាដឹងថាខ្លួនល្ងង់ ខិតខំលះបង់មានះខ្លួនឯង
ស្តាប់ពាក្យទូន្មានបណ្ឌិតថ្លាថ្លែង បុគ្គលនោះឯងរមែងថ្កើងថ្កាន ។

រីជនមានប្រាជ្ញអង់អាចភ្លេចខ្លួន ធ្វើចេះហួសក្បួនអាងខ្លួនប្រាជ្ញបាន
ចុងក្រោយយូរឆាប់យ៉ាប់លំបាកប្រាណ ធ្លាក់ចុះពុំខានស្ថានខ្ពស់ហួសហេតុ ។

ដោយឧបាសក **គុយ សុធន**

(សៀវភៅ ជំនួយសតិភាគទី ៥ ទំព័រ ២៣២)

៨. ស្វែងរកក្ដីសុខនៅក្នុងភពកម្ម

អាកាសពុំឆ្អែតទៅដោយព្រះពាយ   សមុទ្រទាំងឡាយពុំឆ្អែតដោយទឹក
ចិត្តអ្នកជាម្ដាយពុំឆ្អែតក្ដីនឹក   គិតកូនល្ងាចព្រឹកដោយក្ដីមេត្តា ។
ភ្លើងពុំដែលឆ្អែតទៅដោយឈើងាប់   លោភៈពុំស្កប់ដោយក្ដីប្រាថ្នា
កិលេសពុំឆ្អែតដោយកាមតណ្ហា   មានរូបសង្ខាពុំផុតជរា ។
តើឧបាទានណាមិនប្រកាន់   តើបញ្ចក្ខន្ធណាគ្មានរោគា
តើអារម្មណ៏ណាដែលគ្មានវេទនា   កាយចិត្តគ្រាំគ្រាលោកណាគ្មានទុក្ខ ។
ដោយសុខតិចតួចលួចលួងចិត្តកាយ   ហាក់ដូចសប្បាយមោហៈបាំងមុខ
សប្បាយភ្លេចខ្លួននៅក្នុងកងទុក្ខ   ខំស្វែងរកសុខនៅក្នុងភពកម្ម ។
រកម្លប់ត្រជាក់កណ្ដាលវាលក្ដៅ   យកទឹកស្រោចស្មៅរកផលដំណាំ
គ្រាប់ល្អមិនសាបពូជល្អមិនដាំ   ឥតជឿផលកម្មរង់ចាំព្រះជួយ ។

ដោយឧបាសក **គុយ សុធន**

(សៀវភៅ ជំនួយសតិភាគទី ៥ ទំព័រ ២៣៣)

៩. បើចិត្តខឹងក្រោធកុំចោទអ្នកដទៃ

ល្អាងភ្នំជុំសព្វឥតស្ងប់ព្រះពាយ សមុទ្រទាំងឡាយឥតស្ងប់រលក
មេឃមិនស្រឡះឥតខ្ទះពពក មាសសុទ្ធមិនយកទៅរកជុំផ្ទ ។
សាបព្ងជមិនដុះបន្ទោសតែគ្រាប់ ជាងផ្សារមិនជាប់បន្ទោសសំណ
ស្រមោចរោមនំទៅបន្ទោសស្ករ ដេកផ្សៀងថ្លោះកទៅបន្ទោសខ្នើយ ។
បើចិត្តក្រោធខឹងនឹងបុគ្គលណា មិនត្រូវប្រហារព្យាបាទគេឡើយ
គឺត្រូវសម្លាប់ក្តីក្រោធនោះហើយ សន្តានបានស្បើយល្ហើយដេកជាសុខ ។
អ្នកឈ្នះរមែងមានពៀរវេរា អ្នកចាញ់គ្រាំគ្រាមែងរងទុក្ខ
អ្នកឥតក្រោធខឹងរមែងបានសុខ ចិត្តស្រួលស្រណុកព្រោះឥតសត្រូវ ។
ពៀរពុំដែលស្ងប់ដោយការចងពៀរ អ្នកបៀតបៀនគ្នារមែងអាស្រូវ
អ្នកមានមេត្តាចិត្តឥតឃោរឃៅ ពិតដើរចំផ្លូវព្រះអរិយៈ ។

ដោយឧបាសក **គុយ សុធន**

(សៀវភៅ ជំនួយសតិភាគទី ៥ ទំព័រ ២៣៤)

១០. សម្តីជាអ្វី

សម្តីជាទ្រព្យ ប្រើរាប់មិនអស់ តែបើប្រើទាស់ នាំកើតហិង្សា
នាំឱ្យគុំកួន ជាប់ក្នុងចិន្តា អាចហ៊ានប្រហារ ប្រាថ្នាធ្វើឃាត ។
បើប្រើត្រឹមត្រូវ ត្រង់តាមព្រះធម៌ នាំជួបផលល្អ បវរឥតឃ្លាត
សម្តីកើតយស រស់មានមិត្តញាតិ សម្តីសរជាតិ មារយាទសរពួជ ។
សម្តីល្អជា ពូជធារល្អគាប់ សម្តីឥតភ័ព្វ បង់ទ្រព្យខាតខូច
សម្តីមានន័យល្បីឆ្ងាយរាប់យោជន៍ សម្តីឥតខូច ប្រយោជន៍គង់មាន ។
សម្តីគួរគាប់ ជាប់ព្រហ្មវិហារ ព្រមដោយសទ្ធា បូជាសីលទាន
សម្តីជាធម៌ ល្អរកផ្ទឹមគ្មាន ប្រាប់ផ្លូវនិព្វាន ធម្មយានបរិយាយ ។

ដោយឧបាសក **គុយ សុធន**

(សៀវភៅ ជំនួយសតិភាគទី ៥ ទំព័រ ២៣៥)

១១_ ឃើញថ្ងៃរះឥតស្គាល់ព្រះសុរិយា

≈≈≈≈≈≈≈≈≈≈≈≈≈≈≈≈≈≈≈≈≈≈≈≈

វិញ្ញាណទាំងប្រាំ ចាំដឹងខ្វាប់ខ្ជួន មុខងាររៀងខ្លួន ពុំអាចលាយឡំ
តាមមុខងារពិត ចិត្តជាអ្នកផ្សំ បើប្រើច្រឡំ ពុំសល់សំណៅ ។
ភ្នែកខំសម្លឹង ឥតដឹងសំនៀង ត្រចៀកខំផ្ទៀង ឥតដឹងកម្តៅ
ច្រមុះខំហិត ឥតដឹង ស ខ្មៅ អណ្តាតលិទ្ធទៅ ឥតដឹងរូបល្អ ។
កាយប៉ះទន់រឹង ឥតដឹងផ្អែមប្រៃ ប៉ះពាល់ដោយដៃ ឥតដឹងរសស្ករ
បើត្រូវទាំងប្រាំ ចិត្តចាំបន្ត ដឹងរសក្លិនពណ៌ សំឡេងញ៉រភ័យ ។
វិញ្ញាណទាំងប្រាំ ចាំតួនាទី នរជនសម្តី ឥតភ្លេចស្មារតី
រៀនពិចារណា ធម៌អាថ៌បាលី ឱ្យយល់តាមន័យ ជាអនត្តា ។
ព្រោះភ្នែកមិនទៀងរូបក៏មិនទៀង តើចិត្តឃើញទៀងបានដោយយ៉ាងណា
ចូរកុំប្រមាទ សង្វាតសិក្សា ទើបកើតបញ្ញា រក្សាកុសល ។
ដោយអវិជ្ជា ការពារបាំងបិទ ដឹងថាល្ងើយពិត តែឥតដឹងខ្យល់
អ្នកកើតតែងស្លាប់ ជាច្បាប់កុំឆ្ងល់ ដឹងហើយគួរខ្វល់ រកផ្លូវយាត្រា ។
រស់ខ្វះមង្គល ឥតស្គាល់អ្វីល្អ រស់ឆ្ងាយព្រះធម៌ ឥតមានបញ្ញា
ឃើញតែថ្ងៃរះ ឥតស្គាល់សុរិយា កើតទាន់សាសនា ឥតស្គាល់ធម្មរស ។

ដោយឧបាសក **គុយ សុធន**

(សៀវភៅ ជំនួយសតិភាគទី ៥ ទំព័រ ២៣៦)

១២. ល្អបូកល្អស្មើធម៌អ្នកប្រាជ្ញ

ឆ្លាតបូកព្យាយាម ស្មើលាមបញ្ញា　　ល្ងង់បូកឥស្សា ស្មើទ្វារអវិចី
ងងឹតបូកយប់ ស្មើអាប់រាសី　　ភ្លឺបូកនិងថ្ងៃចាញ់រស្មីធម៌ ។
ខឹងបូកគំនុំ ស្មើផ្គុំអកុសល　　ភ្លេចបូកមិនស្គាល់ ស្មើផលវឹកវរ
ស្រឡាញ់បូកស្នេហ៍ ស្មើខ្សែវ័ណ្ឌក　　ស្រស់បូកស្អាតល្អ កំដរអ្នកហ៊ាន ។
មាយាបូកស្និទ្ធ ស្មើចិត្តឥតខ្លាស　　រឹងបូកមុខក្រាស់ ស្មើឥតវិញ្ញាណ
កំណាញ់បូកស្អប់ ស្មើកប់ថ្នាក់ទាន　　សទ្ធាបូកមាន ចម្រើនបុណ្យល្អ ។
ល្ងង់ដកមានះ ប្រទះសួគ៌ជាក់　　ឆ្លាតដកគារវៈ ស្មើអ្នកអធម៌
អ្នកអួតលើកខ្លួន ស្មើក្បួនភូតភរ　　ឆ្លាតគប់មិត្តល្អ ស្មើធម៌កុសល ។
រកបូកប្រសប់ ស្មើទ្រព្យអ្នកមាន　　សីលបូកនិងទាន ស្មើស្ពានមគ្គផល
សុខបូកលាភយស ស្មើរសបុណ្យផ្តល់　　មគ្គបូកនិងផល ស្មើថ្នល់និព្វាន ។

ដោយឧបាសក **គុយ សុធន**

(សៀវភៅ ជំនួយសតិភាគទី ៥ ទំព័រ ២៣៧)

១៣- កុំរកទោសគេ

សេពគប់នឹងល្បែងវិនាសតែងចាំ　　ប្រព្រឹត្តចោរកម្មគុកចាំទទួល
ប្រព្រឹត្តមិនសម អារម្មណ៍មិនស្រួល　　សតិប្រែប្រួល ដួលព្រោះស្រវឹង ។
គួរសាងកុសលតម្កល់ចិត្តកាយ　　រស់ដោយសប្បាយរំសាយកំហឹង
កុំឱ្យស្ដាយក្រោយដោយថាមិនដឹង　　បាបធ្ងន់យ៉ាងហ្នឹងគួរដឹងគួរវាង ។
ខ្លួនទីពឹងខ្លួនតាមក្បួនតម្រា　　ព្រះធម៌ចែងថាជីវិតមិនទៀង
កុំអាងនៅក្មេងវង្វេងនឹងរាង　　បញ្ជិតបញ្ចៀងផ្ទៀងរកទោសគេ ។
កំហុសខ្លួនឯងជាក់ស្ដែងឥតស្ដី　　ទោសអ្នកដទៃរំពៃធំទ្វេ
ដំរីមួយស្លាប់បាំងនឹងចង្អេរ　　ជិតដៃរឬទេគួរពិចារណា ។
កំហុសតែងមានចំពោះអ្នកធ្វើ　　អ្នកអង្គុយមើលកុំចេះតែថា
គួរមានមេត្រីដោយក្ដីមេត្តា　　ទៅតាមធម៌អាថ៌ដែលព្រះទូន្មាន ។

ដោយឧបាសក **គុយ សុធន**

(សៀវភៅ ជំនួយសតិភាគទី ៥ ទំព័រ ២៣៨)

១៤. អន់ណាស់គង់ប្រើខ្លះបាន

ប្រហុកត្រីស្អុយគង់មានគេសួ ធ្វើនំឥតស្ករគង់មានរសជាតិ
នៅក្រុងឬស្រែគង់តែមានញាតិ រស់ឥតមារយាទញាតិពោលបង្អាប់ ។
កូនស្លូតឬកាចគង់មានម្ដាយស្ដី ក្មេងតូចស្រដីខុសគង់គេប្រាប់
ជនល្ងង់ពោលត្រង់គង់មានគេស្ដាប់ ខ្ពស់ហួសលំដាប់គ្មានញាតិរាប់អាន ។
ទឹកថ្លុកមួយក្អឹកផឹកគង់បាត់ស្រេក សមុទ្រធំពេករកផឹកពុំបាន
កើតទាន់សាសនាមិនគួរលង់ប្រាណ គេទៅនិព្វានឯងញៀនតណ្ហា ។
ទម្រាំភ្ញាក់ខ្លួនជួនជាជរា មច្ចុទាមទារបើកទ្វារប៉ាឆា
បើយល់ធម៌ទាន់គ្រាន់យោងអាត្មា ព្រះធម៌រក្សាឥតរើសក្មេងចាស់ ។
របស់អន់ណាស់គង់ប្រើខ្លះបាន បើអន់សន្ដានរំខានខ្លាំងណាស់
មានអ្វីដែលល្អជាជាងធម៌ព្រះ គួរដាក់មានះរួតរះរកធម៌ ។

ដោយឧបាសក **គុយ សុធន**

(សៀវភៅ ជំនួយសតិភាគទី ៥ ទំព័រ ២៣៩)

១៥~ អាក្រក់ព្រោះល្អ

ដើមឈើល្អស្រស់ព្រោះត្រួយនិងស្លឹក ពេលផ្លែសន្ធឹកស្លឹកត្រូវជ្រុះអស់
ឈើដែលផ្លែច្រើនច្រើនបង់សម្រស់ គេបេះផ្លែអស់នៅសល់តែមែក ។
ដំរីមាឌធំសាច់ដុំទ្រលុក ស្លាប់ព្រោះតែភ្លុកនាំទុក្ខសង្វេគ
សត្វខ្លាអង់អាចកាចខ្លាំងអនេក ស្លាប់ព្រោះតែស្បែកល្អឯកគួរគាប់ ។
អ្នកក្រភាគច្រើនស្លាប់ព្រោះអត់ឃ្លាន ចំណែកអ្នកមានខ្លះស្លាប់ព្រោះទ្រព្យ
បំណាច់នឹងក្រឱ្យល្អញាតិរាប់ បំណាច់មានទ្រព្យឱ្យជាប់សីលទាន ។
សម្បត្តិលោកីយ៍ប្រពៃគួរគាប់ ឯអរិយទ្រព្យរកអ្វីដូចគ្មាន
ជនណាបានហើយស្បើយទុក្ខស្រាកឃ្លាន គួរកុំបំពានដោយគ្មានមេត្តា ។
ទ្រព្យបានដោយធម៌លំអជីវិត ម្ចាស់មានគំនិតគិតដោយបញ្ញា
ធ្វើបុណ្យដាក់ទានមានសីលល្អថ្លា គង់ដល់ប្រាថ្នាគឺព្រះនិព្វាន ។

ដោយឧបាសក **គុយ សុធន**

(សៀវភៅ ជំនួយសតិភាគទី ៥ , ទំព័រ ២៤០)

១៦. អ្នកកើតតែងស្លាប់

មានតិចប្រើតិចឥតភ្លេចសំចៃ មានច្រើនធ្លាប់ដៃសាបប្រែលែងគិត
ពេលមានទ្រព្យច្រើនចម្រើនម៉ាកមិត្ត ភ្នែកមើលឃើញពិតតែគិតមិនត្រូវ ។
ទូកធំក្ដោងធំមានភ្នំមានល្បាក់ ច្រាំងជ្រោះទឹកធ្លាក់មានរាក់មានជ្រៅ
មានអ្នកដំណើរទើបកើតជាផ្លូវ ពន្លឺចាំងត្រូវទើបកើតស្រមោល ។
សេចក្ដីហួងហែងតែងនាំកង្វល់ របស់សំណល់សេសសល់ទើបចោល
ក្រែងទៅមិនដល់វាយគោបំបោល របើកទ្វារក្រោលទើបគោវាចេញ ។
មានរូបមានទុក្ខគ្មានសុខឥតដឹង ម្ដឹងហើយមុខរឹងប្រឹងរកចំណេញ
កើតមានតែខ្លួនហើយស្លាប់ទៅវិញ តើផលចំណេញនោះនៅត្រង់ណា ។
អ្នកកើតតែងស្លាប់ជាច្បាប់ធម្មជាតិ ជួបហើយតែងឃ្លាតជារឿងធម្មតា
បើជួបសប្បាយព្រាត់តែងខ្លោចផ្សា ពាក្យអនិច្ចាប្រែថាមិនទៀង ។

ដោយឧបាសក **គុយ សុធន**

(សៀវភៅ ជំនួយសតិភាគទី ៥ , ទំព័រ ២៤១)

១៧~ អ្នកចាំតែថេះ

រឿងចាស់ឬក្មេងអាស្រ័យលើវ័យ　　រៀនធម៌វិន័យអាស្រ័យបញ្ញា
ចេះចាំតិចច្រើនជារឿងធម្មតា　　រឿងដែលអស្ចារ្យគឺការប្រតិបត្តិ ។
ចេះចាំរត់មាត់ប្រាកដល្អគួរ　　ចេះឆ្លើយចេះសួរព្រះធម៌បរិយត្តិ
នេះហៅល្អចំល្អសមពេកក្កាត់　　តែការប្រតិបត្តិកុំអាលទាន់ថា ។
ដ្បិតមានអ្នកចេះតម្រិះតែមាត់　　តែការអនុវត្តប្រាកដឥតការ
ឥតបានប្រយោជន៍ឥតមានខ្លឹមសារ　　នោះលោកហៅថា អ្នកចាំតែថេះ ។
ជនជាបណ្ឌិតចេះគិតចេះថា　　ចេះចាំធម៌អាចឺឥតមានប្រហែស
ព្យាយាមប្រតិបត្តិតាមធម៌ដែលចេះ　　ឥតបង់ចំណេះហៅចេះប្រាកដ ។
ពាក្យថាបញ្ញាជាពាក្យឧត្តម　　ចេះឥតបន្លំភោគផលឥតខ្សត់
ទោះទៅទីណាក៏មានអំណត់　　មគ្គផលប្រាកដគង់តែនឹងបាន ។

ដោយឧបាសក **គុយ សុធន**

(សៀវភៅ ជំនួយសតិភាគទី ៥ , ទំព័រ ២៤២)

១៨_ កុំភ្លេចគ្រូ

កុំយកឈើពុកមកធ្វើជណ្តើរ		កុំធ្វើដំណើរដោយឥតគោលដៅ
គម្ពីរនៅមានកុំចោលសំណៅ		ក្រែងខុសគោលដៅវង្វេងក្នុងព្រៃ ។
ផ្លូវនៅមានស្នាមគួរតាមប្រព្រឹត្ត		កាន់ធម៌សុចរិតនោះទើបប្រពៃ
រឿងតូចរឿងធំផ្តុំជារឿងថ្មី		រឿងចាស់មានន័យគប្បីរក្សា ។
កុំដើរលាក់ដានដូចសណ្ឋានចោរ		ផ្លូវអមោហោគួរតែយាត្រា
កុំដើរភ្លេចខ្លួនពួនលើកអាត្មា		ចេះពីតម្រាថារៀនឥតគ្រូ ។

ដោយឧបាសក **គុយ សុធន**

(សៀវភៅ ជំនួយសតិភាគទី ៥ , ទំព័រ ២៤៣)

១៩. ចំណង់តម្រង់តាមចំណោះ

បើចង់បានទឹកកុំលុបប្រឡាយ　　បើចង់សប្បាយកុំធ្វេសប្រហែស
បើចង់ទុំល្អកុំបន្ទាន់បេះ　　បើចង់យកចេះកុំរហ័សខឹង ។
បើចង់រាប់អានកុំចេញចូលញាប់　　បើចង់បញ្ចប់កុំធ្វើពាក្យប្តឹង
ចង់បានអំណោយកុំឱ្យមាត់រឹង　　ចង់បានដំណឹងកុំនិយាយកាត់ ។
បើចង់ជំនួញកុំជួញប្រដេញ　　បើចង់ចំណេញកុំកេងបំបាត់
ចង់ធ្វើប្រធានកុំហ៊ានតែមាត់　　ចង់លាក់ឱ្យស្ងាត់កុំមាត់រអិល ។
បើចង់បានល្អកុំភ្លេចបុណ្យទាន　　បើចង់បានមានកុំភ្លេចទានសីល
បើចង់ផុតទុក្ខកុំពុតខ្ជិលខិល　　បើចង់ជាប់សីលកុំភ្លេចសង្រួម ។

ដោយឧបាសក **គុយ សុធន**

(សៀវភៅ ជំនួយសតិភាគទី ៥ , ទំព័រ ២៤៤)

២០~ សាមគ្គីរឹងមាំសមនឹងឈ្មោះល្អ

សត្វគោមាឌតូចតែមានអំណត់ ក្របីធំធាត់តែចាញ់កម្តៅ
សត្វរុយវារោមព្រោះមានដំបៅ គេស្គាល់ក្រយៅព្រោះឃើញមារយាទ ។
សត្វសេះឥតស្នែងរាងខែងសមរម្យ ក្របីស្នែងធំរាងសមនឹងមាឌ
រស់ក្នុងសង្គមសមនឹងមានញាតិ ផ្ទះមិនចង្អៀតសមម្ចាស់ចិត្តល្អ ។
ជនខ្វះអំណត់សមនឹងអត់សីល រីជនខូចខិលសមមិនស្គាល់ធម៌
បុគ្គលបួសបួមសមអត់ចីវរ ចិត្តនៅញាប់ញ័រសមនឹងចង់ធំ ។
តាបសសង្រួមសមនឹងខន្តី សច្ចំក្នុងព្រៃសមសីលឧត្តម
បើចិត្តនៅអៀនរៀនធ្វើឱ្យសម សាមគ្គីរឹងមាំសមឈ្មោះប្រពៃ ។
ការងារឧត្តមសមនឹងចំណេះ ខំរៀនទើបចេះសមមានតម្លៃ
សង្រួមបានល្អសមធម៌វិន័យ សីលទានល្អក្រៃសមសទ្ធាមាំ ។

ដោយឧបាសក **គុយ សុធន**

(សៀវភៅ ជំនួយសតិភាគទី ៥ , ទំព័រ ២៤៥)

២១. ចំណងមេបា

ជីវិតសត្វលោកកើតមកដោយកម្ម	រស់ច្រើនខែឆ្នាំចូរចាំទុកនៅ
អប់រំបុត្រភ្ញាកុំឱ្យល្ងង់ខ្លៅ	សងគុណម៉ែឪនោះទើបប្រពៃ ។
ចំណងមេបារៀបការកូនចៅ	អញ្ជើញញាតិផៅឱ្យពរឱ្យជ័យ
ស៊ីការសប្បាយចាយប្រាក់ចងដៃ	ធ្វើការដប់ថ្ងៃចងដៃការមួយ ។
ពេលមង្គលការហ៊ឺហាសប្បាយ	ស៊ីផឹកក្អាកក្អាយកាយចិត្តឥតព្រួយ
គិតថាបានគ្នាគ្រាន់ជាជំនួយ	ភ្លេចគិតថែមមួយព្រួយស្មើខន្ធដប់ ។
កាយមួយខន្ធប្រាំរងកម្មអនេក	កាយពីរទឹកភ្នែកសង្វេគគ្រប់សព្វ
កាយច្រើនរោគច្រើនចម្រើនទុក្ខជាប់	រស់ចាំថ្ងៃស្លាប់ក្រែងអស់អាស្រូវ ។
ព្រះធម៌នៅមានម្ដេចមិនរៀនស្ដាប់	ព្រះធម៌ជាច្បាប់ប្រាប់បង្ហាញផ្លូវ
មានរូបមានទុក្ខមានខុសមានត្រូវ	គួរខំរៀនទៅកុំខុសច្រើនពេក ។

ដោយឧបាសក **គុយ សុធន**

(សៀវភៅ ជំនួយសតិភាគទី ៥ , ទំព័រ ២៤៦)

២២_ សង្ខារមិនទៀង

លំហអាកាសស្រឡះបវរ　　ជាទីត្រាច់ចរនៃសត្វបក្សី
រុក្ខជាតិព្រៃភ្នំមនោរម្យប្រពៃ　　ជាទីត្រាច់នៃម្រឹគីម្រឹគា ។
ទន្លេជលសា មហាសាគរ　　ជាទីត្រាច់ចរមច្ឆានានា
សង្ខារតាក់តែងក្មេងចាស់ជរា　　ជាទីលីលានៃការមិនទៀង ។
កាយមួយខន្ធប្រាំចូរចាំប្រុងស្តាប់　　ដកខន្ធមួយស្លាប់នៅតែរូបរាង
គល់ឈើធ្វើអុសនោះគ្រាន់បើជាង　　គួរខ្ពើមគួររាងគួរវាំងរកធម៌ ។
កុំអាងមានទ្រព្យជាប់ដោយយសស័ក្តិ　　សេចក្តីមរណៈឥតយល់ខ្មោស
អ្នកសាងកុសលទើបជួបផលល្អ　　អ្នកសេពគប់ធម៌មិនសូវតក់ស្លុត ។

ដោយឧបាសក **គុយ សុធន**

(សៀវភៅ ជំនួយសតិភាគទី ៥ , ទំព័រ ២៤៧)

២៣. ឈ្នះអ្វីមិនស្មើឈ្នះខ្លួនឯង

ជ្រៃដុះលើត្នោតបញ្ឆោតសត្វជ្រើង	ទាបខ្ពស់ឥតដឹងខំប្រឹងផ្កាផ្លែ
ចង់ឈ្នះចង់ខ្ពស់ចង់ឈ្មោះពូកែ	លើគេល្អដែរតែពិបាកដើរ ។
យកឈ្នះចាញ់គ្នាមានអ្វីប្រពៃ	ឈ្នះអ្នកដទៃមានអ្វីគ្រាន់បើ
បើឈ្នះខ្លួនឯងនោះទើបប្រសើរ	កុំឱ្យខន្ធប្រើបម្រើតណ្ហា ។
ខំសាងសីលទានមានឈ្មោះឧត្តម	កុំភាន់ច្រឡំរួមផ្សំឥស្សា
នាំបែកសាមគ្គីចេញពាក្យវាចា	ដោយហិង្សាថា មានគេអត់ខ្ញុំ ។
ស្ពានមួយធំណាស់មានអ្វីចង្អៀត	បើនៅទើសទៀតមានអ្វីសមរម្យ
បើមិនសង្រួមគុណធម៌រលំ	ទោះសីលប៉ុនភ្នំក៏ត្រូវបាត់អស់ ។
ផ្លូវតូចចង្អៀតអាចជ្រៀតនៅបាន	ចង្អៀតសន្ដានឥតមានចន្លោះ
បើគោរពធម៌អាចជួយរំដោះ	ព្រះធម៌ជួយប្រស់ឱ្យចិត្តទូលាយ ។

ដោយឧបាសក **គុយ សុធន**

(សៀវភៅ ជំនួយសតិភាគទី ៥ , ទំព័រ ២៤៨)

២៤. ស្អប់តែឈ្មោះ

ដើមដូងពូជដូងដើមខ្នុរពូជខ្នុរ ពូជមនុស្សចិត្តចោរពូជខ្នុរឥតផ្លែ
ដាំដូងពូជធំក្លាយជាតឹកកែ ចង់រៀនធម៌ដែរតែនៅជាប់ជើង ។
ពាក្យថាការណ៍ពិតគឺភាពជាក់ស្តែង ទីណាមានផ្សែងតែងតែមានភ្លើង
កាលណាដាច់គល់ទើបឈើរលើង បក្សពួកកើតឡើងទើបមានជម្លោះ ។
ទំនាស់ព្រោះឃ្លានបំពានដើរក្តី បង្កើតពូជភ័យឥតក្តីអនុគ្រោះ
ប្រាថ្នាបុណ្យសក្តិមាសប្រាក់កិត្តិយស បង្កជម្លោះព្រោះតែតណ្ហា ។
ស្អប់ណាស់ឈ្មោះធម៌ពាក្យថាលោភៈ តែចិត្តស្មោះស្ម័គ្រនៅតែប្រាថ្នា
ឥតដឹងលោភៈថាជាអ្នកណា គឺក្តីប្រាថ្នានេះហើយលោភៈ ។

ដោយឧបាសក **គុយ សុធន**

(សៀវភៅ ជំនួយសតិភាគទី ៥ , ទំព័រ ២៤៩)

២៥~ កុំភ្លេចបរលោក

ការស្លាប់ជាច្បាប់នៃជីវិត តែលោភៈចិត្តនាំសោកា
ភ្លេចគិតការស្លាប់ជាធម្មតា ជនគ្រប់រូបាស្លាប់គ្រប់គ្នា ។
ទោះស្ដេចសេដ្ឋីមន្ត្រីរាស្ត្រ កុំមានមានះអាងទ្រព្យា
ភ្លេចសេចក្ដីស្លាប់ភ្លេចជរា មច្ចុទាមទារទើបភ័យស្លន់ ។
រឿងយសរឿងសក្ដិមាសប្រាក់ក្ដី ពេលរស់មានន័យនាំបំភាន់
មើលងាយគេឯងអាងខ្លួនគ្រាន់ គិតតែបច្ចុប្បន្នភ្លេចបរលោក ។
ឬថាខ្លួនរស់រហូតទៅ ឥតមានអាស្រូវឥតសោយសោក
ប្រយ័ត្នខន្ធប្រាំបន្លំបោក រាល់រឿងស្មោកគ្រោកត្រូវកម្មាត់ ។
ភ្លៀងធ្លាក់ទឹកកាត់ក្អាត់ស្រែកយំ អាសូរខ្លួនខ្ញុំកើតជាក្អាត់
ពុំបានធ្វើបុណ្យដ្បិតជាសត្វ តែមិនបំបាត់លួចប្លន់ទេ ។
រស់មានជីវិតទោះមនុស្សសត្វ រកស៊ីខ្វែងខ្វាត់ឥតទំនេរ
មិនត្រូវឆបោកលួចប្លន់គេ គួរតែរិះរេរកផ្លូវត្រូវ ។
មានក្រគ្រាន់តែកំដរចិត្ត ពេលអស់ជីវិតចិត្តប្រាសទៅ
រឿងមានឬក្រឥតនាំផ្លូវ អ្នកដែលនាំទៅគឺផលកម្ម ។

ដោយឧបាសក **គុយ សុធន**

(សៀវភៅ ជំនួយសតិភាគទី ៥ , ទំព័រ ២៥០)

២៦_ គ្រោះសាសនា

ជាតិអ្នកនេសាទសង្ហាតរកត្រី ប្រហាររាល់ថ្ងៃឥតក្ដីមេត្តា
ជាតិអ្នកប្រមាញ់ស្រឡាញ់ធ្នូស្នា សម្លាប់បក្សាឥតញញើតដៃ ។
ជាតិជាអ្នកបួសរស់ក្នុងអារាម ប៉ងវៀរចាកកាមតាមព្រះជិនស្រី
សង្ហាតសូធ្យរៀនទាំងយប់ទាំងថ្ងៃ តាមធម៌វិន័យព្រះពុទ្ធសាសនា ។
បព្វជិតទាំងឡាយខ្វល់ខ្វាយប្រតិបត្តិ តាមធម៌បញ្ញត្តនៃព្រះសាស្ដា
បរិស័ទទាំងឡាយសប្បាយបូជា ដោយចិត្តសទ្ធាបូជាឥតស្ដាយ ។
ព្រះសង្ឃសាវ័កជាក់ជាស្រែបុណ្យ ជនសាបពូជមុនបានផលឯនាយ
ពុំព្រួយរីងរាំង ពុំខ្លាចជន់សាយ រីករាយសប្បាយឥតស្ដាយស្រណោះ ។
ប្រសិនបើវត្តអត់មានព្រះសង្ឃ លោកមានតែស្បង់សង្ឃបាត់បង់អស់
ទាំងធម៌វិន័យបាត់បង់សម្រស់ នោះហៅថាគ្រោះអន្តរាយសាសនា ។
ហៃអស់នរៈជនទាំងឡាយអើយ ចូរកុំកន្តើយខិតខំសិក្សា
ទាន់ធម៌នៅមានរៀនពិចារណា ចង់ឈ្នះចាញ់គ្នាបានប្រយោជន៏អ្វី ។

ដោយឧបាសក **គុយ សុធន**

(សៀវភៅ ជំនួយសតិភាគទី ៥ , ទំព័រ ២៥១)

២៧_ កុសលត្រូវឆេះដោយភ្លើងលោភៈ

មុខមាត់ស្រស់បស់ព្រោះបានជួបជុំ រងទុក្ខប៉ុនភ្នំយំព្រោះព្រាត់ប្រាស
យប់មានដួងខែព្រោះមេឃស្រឡះ លោភលន់ឥតខ្មាសព្រោះប្រាថ្នាធំ ។
ស ទៅជាខ្មៅ ព្រោះលុយដៅចុះ ត្រូវទៅជាខុសព្រោះតែគំនុំ
ដំបៅមិនសះព្រោះខ្ទុះវាកុំ ដើមឈើរលំព្រោះដាច់ឫសគល់ ។
ក្នុងផ្ទះងងឹតព្រោះបិទបង្អួច ចោរហ៊ានចូលលួចព្រោះកម្មឱ្យផល
អាក្រក់ថាល្អព្រោះតែមិនយល់ វង្វេងវិលវល់ព្រោះអវិជ្ជា ។
តម្កើងឫកខ្ពស់ព្រោះតែភ្លេចខ្លួន ផ្ដើមរឿងគុំកួនព្រោះតែឥស្សា
កើតជាជម្លោះព្រោះឥតមេត្តា ហ៊ានពោលមុសាព្រោះតែចង់ឈ្នះ ។
បាត់បង់ខន្តីព្រោះតែហិង្សា បាត់បង់ធម៌អាថ៌បុណ្យត្រូវវិនាស
ដើមត្នោតដាច់ ក ព្រោះតែរន្ទះ បូជាសំពះព្រោះតែជ្រះថ្លា ។
គុណធម៌ធ្លាក់ទាបព្រោះលាភទាញចុះ សីលដាច់ធ្លាយសុសព្រោះតែតណ្ហា
លោភៈនាំចង់បាត់បង់បញ្ញា ទោះរៀនធម៌អាថ៌ក៏ពុំងាយចេះ ។
មានតិចខ្វះតិចព្រោះលោភឥតកើន មានច្រើនខ្វះច្រើនព្រោះកើនកិលេស
ចាប់ផ្ដើមសន្សំព្រោះលាភបញ្ចេះ កុសលត្រូវឆេះព្រោះភ្លើងលោភៈ ។

ដោយឧបាសក **គុយ សុធន**

(សៀវភៅ ជំនួយសតិភាគទី ៥ , ទំព័រ ២៥២)

២៨_ ហូបគ្រាន់តែរស់

ចង់ស្រួលហួសថ្នាក់ ចង់ធំហួសស័ក្តិ អន្ទាក់លោកិយ៍
លម្មសមវណ្ណៈ មិនស្មគ្រគេតី ចង់នេះឥតន័យ
កើតភ័យនាំរឿង ។

ធ្វើនំឥតស្ករ ផ្ទះឥតសសរ សម្លឥតគ្រឿង
ច្រាំងចោតដីបាក់ ទឹករីងទូកកឿង ផ្លែទុំព្រឿងៗ
បេះបាត់ព្រោះឃ្លាន ។

ទុំក្រោយគេបេះ ក្រហមក្រោយប្រេះ កិលេសរុករាន
តាបសដាច់សីល ជដិលដាច់ឈាន តណ្ហាស្រេកឃ្លាន
បំពានឥតស្តាយ ។

អ្នកមានអ្នកក្រ ផ្ទះឈើផ្ទះថ្ម បបរឬបាយ
ហូបតែមួយពោះ រស់កំដរកាយ គួរឱ្យសោកស្តាយ
ចំណាយឥតន័យ ។

ជីវិតគ្រាំគ្រា រស់រងវេទនា ជរារាល់ថ្ងៃ
កិលេសរុំជាប់ កប់ធម៌ប្រពៃ ឥតខ្លាចវិន័យ
ឆ្ពោះភ័យអាសន្ន ។

ចិត្តមនុស្សឥតភ័ព្វ មានមួយពុំស្កប់ មានដប់ពុំគ្រាន់
ចង់បានតែច្រើន ចម្រើនបច្ចុប្បន្ន ជួបទុក្ខភ័យស្ងួន
បន់ខ្មោចអ្នកតា ។

អ្នកមានសទ្ធា ហូបចុកដូចគ្នា បូជាសាសនា
ធ្វើបុណ្យដាក់បាត្រ សង្វាតសិក្សា តាមក្បួនតម្រា
បញ្ញាវាងវៃ ។

តូចក៏គេរាប់ ធំក៏គេគាប់ រាប់រកឥតភ័យ
យកធម៌ជាស្ពាន ឈានតាមវិន័យ ជួយអ្នកដទៃ
លៃឱ្យបានសុខ ។

ទោះនៅទីណា ព្រៃស្រែចម្ការ ផ្សារឬភូមិស្រុក
អាចជួយដោះស្រាយ ដូចម្ដាយឪពុក ក្លាហានចេញមុខ
រកសុខឱ្យកូន ។

បច្ចុប្បន្នវាងវៃ អនាគតមានន័យ មិនភ័យស្រពោន
បរលោកទៅដល់ ផលមិនសាបសូន្យ សីលទានជាក្បួន
ជូនដល់និព្វាន ។

ដោយឧបាសក **គុយ សុធន**

(សៀវភៅ ជំនួយសតិភាគទី ៥ , ទំព័រ ២៥៣)

២៩_ មានអ្វីមិនស្មើនឹងមានបញ្ញា

អ្នកមានកំហុសធ្វើអ្វីក៏ភ័យ អ្នកមានវិន័យធ្វើអ្វីក៏សម
អ្នកមានសម្បត្តិជួនទុក្ខក្រៀមក្រំ អ្នកល្អឧត្តមគឺមានបញ្ញា ។
ទោះមានឬក្រឥតអង្វរចិត្ត សាងតែសុចរិតឥតចោលមេត្តា
គោរពស្រឡាញ់ជនគ្រប់អាត្មា ជួយទុក្ខធុរៈគ្នាគ្រប់គ្រាអាសន្ន ។
បើឃើញគេល្អជួយអរដោយស្មោះ ឃើញគេខុសទាស់ប្រាប់ឥតបំភាន់
ជួយជាយោបល់ដូចផ្តល់រង្វាន់ ឥតគិតគ្នេរគ្នាន់ទាន់ខុសនៅស្រាល ។
សេពគប់នឹងធម៌ល្អបវរពិត សេពគប់បណ្ឌិតពិតល្អគ្រប់កាល
សេពគប់ជនពាលៗតែងអុជអាល រឿងតូចខុសស្រាលរាលដាលធំបាន ។
ប្រព្រឹត្តឥតយល់ផលអ្នកដទៃ នឿយហត់រាល់ថ្ងៃអាស្រ័យចង់មាន
បុណ្យបាបឥតគិតប្រព្រឹត្តបំពាន រឿងសីលបុណ្យទានឥតមានសទ្ធា ។
អ្នកមានបញ្ញាមេត្តាជានិច្ច ទោះទ្រព្យមានតិចក៏ចិត្តជ្រះថ្លា
ធ្វើបុណ្យឱ្យទានអាស្រ័យបញ្ញា សុខគ្រប់ប្រការរហូតនិព្វាន ។

ដោយឧបាសក **គុយ សុធន**

(សៀវភៅ ជំនួយសតិភាគទី ៥ , ទំព័រ ២៥៤)

៣០~ ជំរំចិត្ត

ឈើដុះលើភ្នំជំរំបក្សី
ឈើដុះក្នុងព្រៃជំរំម្រឹគា
ឈើដុះក្នុងទឹកជំរំមច្ឆា
ឈើដុះក្នុងផ្សារបង្អួតទេសចរ ។
ឈើសាងផ្ទះធំជំរំអ្នកមាន
ខ្ទមតូចកៀនៗជំរំអ្នកក្រ
សាងកុដិអារាមជំរំអ្នកធម៌
សាងកុសលល្អជាជំរំចិត្ត ។
រកម្លប់ជ្រកពួនព្រោះតែក្ដៅកាយ
ដំបៅមិនក្លាយព្រោះមានថ្នាំបិទ
មិនបៀតបៀនគេព្រោះតែអាណិត
ចង់ត្រជាក់ចិត្តម្ដេចមិនរៀនធម៌ ។
ចេះធម៌វិន័យសម្ដីពីរោះ
ទទួលកិត្តិយសមានកេរ្តិ៍ឈ្មោះល្អ
ចិត្តក៏ត្រជាក់មានអ្នកកំដរ
គឺមិត្តព្រះធម៌ល្អប្រពៃណាស់ ។
គ្មានអ្វីត្រជាក់ជាងអ្នកយល់ធម៌
គ្មានអ្វីដែលល្អជាជាងធម៌ព្រះ
គ្មានអ្វីសមរម្យជាងឱនសំពះ
បើជ្រកក្នុងផ្ទះជម្រះចិត្តផង ។
បើត្រជាក់កាយតែខ្វល់ខ្វាយចិត្ត
កាយរួចទោសពិតចិត្តជាប់ចំណង
កាយជាអ្នកមានស័ក្ដិធំកន្លង
ចិត្តត្រូវគេចងចំណងកាមគុណ ។

ដោយឧបាសក **គុយ សុធន**

(សៀវភៅ ជំនួយសតិភាគទី ៥ , ទំព័រ ២៥៥)

៣៧~ លោភៈប្រហារអ្នកល្ងង់

ធ្វើស្រែខែលិចកម្ទេចឆ្នាំងបាយ ដាំពូជមហន្តរាយផ្សព្វផ្សាយអធម៌
បានផលជាទុក្ខមុខតែរីករវ អវិជ្ជាអូស ក ពុំមានថ្ងៃល្ហែ ។
ឫស្សីផ្កាផ្លែស្លាប់ដើមវិនាស ស្រូវទុំដូចមាសត្រូវដាច់ពីស្រែ
សុរិយារះខ្ពស់បាត់ពន្លឺខែ ខុសឥតកែប្រែគ្រោះថ្នាក់ខ្លាំងណាស់ ។
ដើមចេកស្លាប់ខ្លួនព្រោះតែទុំផ្លែ កូនក្មេចឪម៉ែព្រោះតណ្ហាក្រាស់
សង្ឃបង់វិន័យព្រោះតែឥតខ្មាស ទ្រព្យប្រហារម្ចាស់ព្រោះឥតបញ្ញា ។
លោភៈតែងទាក់ទម្លាក់មនុស្សល្ងង់ លោភទាញលិចលង់បាត់បង់អាត្មា
លោភចូលដល់ហើយឥតចេះរក្សា លោភនាំសោកាព្រោះឥតគំនិត ។
កាលនៅក្រទ័លគិតខ្វល់ខំរក អំពើស្មោកគ្រោកពុំបានប្រព្រឹត្ត
លុះដល់មានលុយនាំបែកគំនិត ចំអធម៌ពិតលោភមិត្តអបាយ ។
បើមិនប្រយ័ត្នលោភចាត់តាំងប្រើ គិតថាគ្រាន់បើដ្បិតមានប្រាក់ចាយ
ភ្លើតភ្លើនមួយភ្លែតគិតថាសប្បាយ រងទុក្ខវែងឆ្ងាយពុំងាយរួចឡើយ ។

ដោយឧបាសក **គុយ សុធន**

(សៀវភៅ ជំនួយសតិភាគទី ៥ , ទំព័រ ២៥៦)

៣២- គ្មានអ្វីក្រៅពីលោភៈ

ឈើម្លប់ត្រជាក់ទាក់អ្នកដំណើរ គ្រូល្អប្រសើរទាក់អ្នកសិក្សា
បៀវត្សយសស័ក្តិទាក់អ្នករាជការ លោភៈតណ្ហាទាក់ជនប្រុសស្រី ។
ពុំមានកំលោះគួរឱ្យស្នេហា ពុំមានកញ្ញាគួរឱ្យបេតី
ពុំមានការព្រាត់គួរឱ្យអាល័យ ពុំមានទ្រព្យអ្វីគួរឱ្យប្រាថ្នា ។
ពុំមានអ្នកខុសគួរឱ្យថ្នាំងថ្នាក់ ពុំមានយសស័ក្តិគួរឱ្យហ៊ឺហា
ពុំមានអ្វីឆ្ងាញ់គួរចង់ពិសា ពុំមានជនណាគួរឱ្យខឹងស្អប់ ។
នេះគឺជីវិតពិតប្រចាំថ្ងៃ រោគរីងរ៉ៃរ៉ៃកិលេសរុំជាប់
ទើសចិត្តខឹងតឹងដំឡើងការស្អប់ ជួបលាភចិត្តគាប់បង់ទ្រព្យចិត្តសោក ។
នេះហើយលោភៈអន្ទាក់តណ្ហា នាំឱ្យខ្លោចផ្សាចិន្តាស្មោកគ្រោក
ប្រាថ្នាបច្ចុប្បន្នភ្លេចបរលោក ចង់ឆ្លងដល់គោកភ្លេចទូកអរិយមគ្គ ។

ដោយឧបាសក **គុយ សុធន**

(សៀវភៅ ជំនួយសតិភាគទី ៥ , ទំព័រ ២៥៧)

៣៣_ ចេះពិតមិនអត់

ចេញដំណើរឃើតតែមានគោលដៅ ល្អជាងលឿនស្លៅទាំងមិនដឹងទិស
សង់ផ្ទះតូចទាបគង់តែមានគ្រឹះ ឈើខ្ពស់ឥតឫសមានអ្វីប្រាកដ ។
ឈើខ្ពស់ដើមលៃតែងភ័យនឹងខ្យល់ ឈើទាបមែកទាល់ខ្វល់នឹងវល្លិ៍ព័ទ្ធ
ឈើខ្លឹមឫសធំថ្មភ្នំសង្កត់ ឈរមាំអំណត់អត់ខ្លាចព្រះពាយ ។
នោះយ៉ាងណាមិញចំណេះចេះស្ទាត់ ឥតភ័យក្រែងអត់ប្រាកដពណ្ណរាយ
ការងារសុចរិតឥតគិតរាយមាយ បុណ្យទានឥតស្ដាយចំណាយបូជា ។
នេះហៅថាចេះចំណេះខាងត្រូវ ឥតចេញចាកផ្លូវនៃព្រះធម្មា
ស្ថានសួគ៌ស្ថានសុខចាំគ្រប់វេលា និព្វានបើកទ្វារជានិច្ចរង់ចាំ ។

ដោយឧបាសក **គុយ សុធន**

(សៀវភៅ ជំនួយសតិភាគទី ៥ , ទំព័រ ២៥៨)

៣៤~ នៅតែមិនរាង

រឿងពីព្រេងព្រឹទ្ធបណ្ឌិតថ្លាថ្លែង   ក្តីសោកសង្រេងតែងជួបប្រទះ
សព្វសត្វក្នុងលោកសន្និវាស   ជួបតែវិនាសប្រទះតែព្រួយ ។
ម្លឹងហើយមិនព្រមចុះញ៉មអ្នកណា   កិលេសតណ្ហាឆ្ងាញ់ផ្អែមរលួយ
កុសលមិនសាងបន់ឱ្យព្រះជួយ   ឥតគិតភ័យព្រួយថ្ងៃមួយមរណា។
ពេលឈឺម្តងៗភ័យអើយសែនភ័យ   ជរារាល់ថ្ងៃឥតគិតអនិច្ចា
ប្រាថ្នាតែឆ្ងាញ់បំពេញតណ្ហា   ឥតធម៌មេត្តាប្រាថ្នាខ្ពង់ខ្ពស់ ។
វត្តឥតរៀនសូត្របាត់បង់ធម៌អាថ៌   កុលាបឥតផ្កាបាត់បង់សម្រស់
ប្រព្រឹត្តទុច្ចរិតបាត់បង់កិត្តិយស   កាន់ធម៌សប្បុរសពិតរស់មានន័យ ។
រទេះឥតកង់បាត់បង់ខ្លឹមសារ   ទូកឥតច្រវាបាត់បង់សេរី
បព្វជិតឥតខ្មាសបាត់បង់វិន័យ   សីលឥតខន្តីបាត់អស់គុណធម៌ ។

ដោយឧបាសក **គុយ សុធន**

(សៀវភៅ ជំនួយសតិភាគទី ៥ , ទំព័រ ២៥៨)

៣៥_ ឥតសីល

ក្រហមជិតភ្លឺព្ធមាត់សុំសីល តែមាត់រអិលចេញពីដំណេក
យប់មិញយល់សប្តិភ្លេចចាក់កន្ទុយលេខ រវល់តែដេកភ្លេចចាក់ខ្ទង់សែ ។
ក្រហមជិតភ្លឺព្ធមាត់សុំសីល ភ្លឺភ្លៀងរអិលអ្នកខិលកុំក្បែរ
ត្រីឡើងច្រើនណាស់នៅតាមភ្លឺស្រែ ខ្ញុំពុំហ៊ានក្បែរគ្រាន់តែប្រើគេ ។
ក្រហមជិតភ្លឺព្ធមាត់សុំសីល កុំមាត់រអិលតាមតៀមកាហ្វេ
ពេលពេញមួយព្រឹករលឹកដើមគេ គ្មានពេលទំនេររៀនទេធម៌អាថ៌ ។
ថ្ងៃសីលម្សិលមិញឃើញចេញពីវត្ត ពោលថានឿយហត់មាត់ធុំសុរា
រឿងនេះគួរស្លុតស្រយុតចិន្តា យកម្ហុដទេវតាពាក់ទៅអវិចី ។

ដោយឧបាសក **គុយ សុធន**

(សៀវភៅ ជំនួយសតិភាគទី ៥ , ទំព័រ ២៥៩)

៣៦- លោភៈ

លោភៈអ្នកចង់ចំណង់ឥតខ្នាស　　បានណាស់ខ្វះណាស់សទ្ធាខ្សត់ខ្សោយ
បុណ្យពុំហ៊ានធ្វើទានពុំហ៊ានឱ្យ　　ស៊ីផលអំណោយពីព្រេងវាសនា ។
ទោសៈក្បាលរឹងខឹងនឹងគេឯង　　ឥតគិតកោតក្រែងថ្លែងពាក្យមុសា
ពុំបានដូចចិត្តដ្បិតតែតណ្ហា　　នាំឱ្យហិង្សាស្រវាំនៃបនិត្យ ។
មោហៈតាក់តែងវង្វេងវិលវល់　　អវិជ្ជាខ្វាយខ្វល់ដឹកនាំញាតិមិត្ត
ពួកពាលអប្រិយ៍ទាំងបីរួបរឹត　　ដុតរោលកាយចិត្តរកគិតមិនយល់ ។
រឿងគេទំនេរចេះតែនឹកឃើញ　　បុណ្យគេអញ្ជើញចេះតែរវល់
បុណ្យទានតូចតាចថានាំអំពល់　　បុណ្យធំមកដល់ថាលុយខ្សត់ខ្សោយ ។
លោភៈអ្នកស្នំស៊ុំឥតអៀនខ្នាស　　បានណាស់ខ្វះណាស់អ្នកណាចង់ឱ្យ
ជួយក្នុងថ្ងៃនេះសង្ឃឹមថ្ងៃក្រោយ　　ថ្ងៃណាគ្មានឱ្យអាក្រក់គ្រប់ម៉ាត់ ។
កុសលមានតិចកុំភ្លេចព្យាយាម　　អកុសលទាក់ទាមគួរខំកម្ចាត់
សុចរិតរក្សាកុំឱ្យបង់បាត់　　ទុច្ចរិតត្រូវកាត់ហាត់សង្រួមឥន្ទ្រិយ៍ ។

ដោយឧបាសក **គុយ សុធន**

(សៀវភៅ ជំនួយសតិភាគទី ៥ , ទំព័រ ២៦០)

៣៧_ ពីនេះពីនោះ

ចិញ្ចឹមសត្វឆ្កែគង់ចោររអា	ចិញ្ចឹមសត្វឆ្មាបង្ការកណ្ដុរ
ចិញ្ចឹមលោភៈទោសៈមោហោ	ដូចចិញ្ចឹមចោរទុកបង្កើតភ័យ ។
ជួយសត្វតិរច្ឆានដែលមិនមានពិស	ជាជាងជួយមនុស្សមានចិត្តអប្រិយ៍
នៅស្ងៀមចាំស្ដាប់ចាប់យកសេចក្ដី	ជាជាងពោលស្ដីឥតក្ដីអៀនខ្មាស ។
ធ្មេចបើកធ្មេចបើកកន្លងច្រើនឆ្នាំ	តើលោកអ្នកចាំបានធ្វើអ្វីខ្លះ
សាងបុណ្យកុសលឬបាបកម្មក្រាស់	គួរគិតរហ័សចាស់រៀនមានក្បួន ។
គ្មានអ្វីមានទុក្ខស្មើបញ្ចក្ខន្ធ	គ្មានអ្វីប្រកាន់ស្មើនឹងតួខ្លួន
គ្មានអ្វីសំខាន់ស្មើធាតុទាំងបួន	គ្មានអ្វីមាំមួនស្មើកម្លាំងចិត្ត ។
ទឹកធ្លាក់លើថ្មលំអធម្មជាតិ	យសស័ក្ដិប្រាក់ញាតិលំអជីវិត
កងបុណ្យកុសលលំអផ្លូវចិត្ត	ឯខន្តីពិតលំអអ្នកប្រាជ្ញ ។

ដោយឧបាសក **គុយ សុធន**

(សៀវភៅ ជំនួយសតិភាគទី ៥ , ទំព័រ ២៦១)

៣៨- អាក្រក់ចាត់ល្អ

សមុទ្រគ្រប់រដូវត្រូវតែទឹកប្រៃ ភ្លើងទោះយប់ថ្ងៃគឺត្រូវតែក្តៅ
មានជាតិកំណើតត្រូវតែសោកសៅ ម៉ែឪកូនចៅកើតត្រូវតែស្លាប់ ។
ហេតុនេះរស់នៅត្រូវកុំប្រមាទ ប្រព្រឹត្តល្អស្អាតត្រូវតាមផ្លូវច្បាប់
សាងតែកុសលរហូតដល់ស្លាប់ ចូររង់ចាំស្តាប់ចាប់ចំណាំទុក ។
ប្រព្រឹត្តដូចសត្វបាត់បង់មនុស្សធម៌ បង្កើតវឹកវរបាត់សន្តិសុខ
ប្រព្រឹត្តតាមពាលរមៀលចូលគុក ឱ្យគេកើតទុក្ខមុខឆ្ពោះអបាយ ។
ប្រព្រឹត្តភូតភរបាត់បង់សច្ចៈ ប្រព្រឹត្តលួចលាក់បាត់ភាពស្រស់ស្រាយ
ប្រព្រឹត្តផិតក្បត់ចូលក្បួនមហន្តរាយ ទៅរកសប្បាយឥតស្តាយកិត្តិយស ។
បង្កទំនាស់បាត់អស់មិត្តភាព ប្រព្រឹត្តថោកទាបបាត់ភាពខ្ពង់ខ្ពស់
ជាប់ទោសមានទុក្ខមុខបាត់សម្រស់ ជីវិតនៅរស់បាត់អស់សេរី ។
ប្រព្រឹត្តសុចរិតឥតក្តៅក្រហាយ បុណ្យទានឥតស្តាយចំណាយមានន័យ
ប្រៀបដូចកំណប់កប់ទុកក្នុងដី នៅនាលោកិយ៍ឥតភយន្តរាយ ។
ជាតិនេះរិះរកយកផ្លូវបណ្ឌិត ដល់ជាតិក្រោយពិតស្ងប់ចិត្តសុខកាយ
បន្តសីលទានឥតមាននឿយណាយ បានសុខសប្បាយរហូតនិព្វាន ។

ដោយឧបាសក **គុយ សុធន**

(សៀវភៅ ជំនួយសតិភាគទី ៥ , ទំព័រ ២៦២)

៣៩_ ត្រូវស្គាល់អ្វីដែលគួរ

ទឹកថ្លាឈ្ងូកដុះឆ្លុះឃើញបាតដី ទឹកល្អក់មានត្រីឥតដឹងធំតូច
មនុស្សមើលខាងក្រៅឥតដឹងខិលខូច ស្រដៀងឬដូចគួរមើលឱ្យឆ្ងាយ ។
ល្អឆើតល្អគន់មន្តស្នេហ៍ស័ក្តិសិទ្ធ រឿងពីព្រេងព្រឹទ្ធឥតគិតខ្វល់ខ្វាយ
ខន្ធនាំកើតស្លាប់ពុំចេះជិនណាយ ធ្លាប់ធ្លាក់អបាយមានចាំដែរទេ ។
ចិត្តឥតខន្តីរហ័សខឹងក្រោធ ចិត្តអ្នកលង់ឆោតឆាប់ជឿពាក្យគេ
ពាលហៅកុំទៅស៊ូនៅទំនេរ ស្អប់ពាក្យស្តីជេរកុំនិយាយលេង ។
កុំដាំដើមល្ហុងនៅក្នុងសាគរ កុំយកដុំថ្មចម្រាញ់រកប្រេង
ក្នុងស្រែដាំស្រូវកុំដាំដើមត្រែង បើខ្វះអំបែងកុំបំបែកឆ្នាំងថ្មី ។
កុំចង់ធ្វើពេទ្យក្នុងភេទជាសង្ឃ កុំធ្វើតាមចង់បាត់បង់វិន័យ
ស្រឡាញ់ចីវរកុំស្តាប់ពាក្យស្រី កុំយកក្របីចងក្បែរកូនចេក ។
កុំអាងទាល់ច្រកពោលថាភ្លេចគិត កុំអាលទុកចិត្តសត្វពស់ចម្លែក
កុំយកពងមាន់ទៅផ្ញើនឹងក្អែក កុំចាំថ្ងៃស្អែកជីវិតមិនទៀង ។
អំពើកុសលតម្កល់ឱ្យត្រង់ កុំឱ្យលិចលង់បាត់បង់រូបរាង
កុំព្នផ្គរលាន់ចាក់ចោលទឹកពាង ធម្មជាតិមិនទៀងជួនភ្លៀងជួនរាំង ។

ដោយឧបាសក **គុយ សុធន**

(សៀវភៅ ជំនួយសតិភាគទី ៥ , ទំព័រ ២៦៣)

៤០~ ប្រយ័ត្ន

ជនពោលឥតទៀងត្រង់ ដូចលោកសង្ឃឥតចីវរ
ជនចិត្តឥតមនុស្សធម៌ ដូចនគរពួកបីសាច ។
រស់ជុំនឹងពាលពិត ដូចរស់ជិតសត្វកំណាច
សេពគប់ជនកោងកាច ដូចមមាចឥតស្គាល់ភ្លើង ។
ដើរក្តីអាងមាសប្រាក់ ដូចច្រវាក់ជាប់ដៃជើង
ភ្លេចគុណម៉ែឪយើង ដូចរំលើងឫសមគ្គផល ។
កាន់សីលឥតសង្រួម ដូចផ្ទះខ្ទមភ្លើងឆាបដល់
បដិបត្តិដោយឥតយល់ ដូចផ្លូវថ្នល់ត្រូវជន់លិច ។
បុគ្គលឥតយល់គ្នា ដូចភ្នែកជាតែដើរធ្មេច
ប្រើពាក្យជេរប្រទេច ដូចលង់លិចក្នុងភ្នក់ភ្លើង ។
ហាស្តីត្រូវប្រយ័ត្ន ពាក្យមួយម៉ាត់របស់យើង
តាមទាន់កុំជាន់ជើង ក្រែងលោភ្លើងឆាបមកវិញ ។

ដោយឧបាសក **គុយ សុធន**

(សៀវភៅ ជំនួយសតិភាគទី ៥ , ទំព័រ ២៦៤)

៤១_ កខ ជាសត្ថា ន ជាអ្នកយាម

អហំ ខ្ញុំបាទសង្វាតឥតឃ្លាត តែងកាព្យជូនញាតិគ្រាន់ជាជំនួយ
ពេលអានធម៌ចប់ក្រែងបានស្រាកព្រួយ ព្រោះជីវិតមួយព្រួយគ្រប់តែគ្នា ។
អ្នកប្រាថ្នាធំព្រួយផ្តុំច្រើនឡើង អ្នកតណ្ហាស្ដើងស្រាកទុក្ខគ្រាំគ្រា
ខ្ញុំតែងកាព្យជូនជនគ្រប់អង្គា ក្នុងន័យធម៌អាចីប្រាថ្នាផុតទុក្ខ ។
មានអក្ខរក្រមអ្នកនាំមុខឃ្លា ប្រៀបដូចសត្ថានាំផលគ្រប់មុខ
មាន **ន** យាមក្រោយកុំឱ្យជួបទុក្ខ ពាក្យជូនបានសុខខំសាងសីលទាន ។

ក កម្ម នាំកាយ កើតក្នុង ស្ថា **ន**
ខ ខន្ធ ប្រាំ បាន ជា កើត មា **ន**
គ គួរ គិត គួរ កុំ បំ ពា **ន**
ឃ ឃើញសីលទានមានផលច្រើ **ន** ។
ង ងើ ប កុំ ងុ យ កុំ ទ ម្រ **ន់**
ច ចិត្ត លោភ លន់ កុំ ច ម្រើ **ន**

ឆ ឆោត ឆេវ ឆាវ កុំ បង្កើន

ជ ជាតិ កើត កើន ទុក្ខ ពេកពន់ ។

ឈ ឈប់សាងបាបលុះអវសាន

ញ ញ៉ាំង សន្តាន ឱ្យ ទន់ ភ្លន់

ដ ដេញ មោហៈ ភារៈ ធ្ងន់

ឋ ឋាន សុខ ជន គង់ នឹង បាន ។

ឌ ប្រឌិត ច្នៃ ផល បុណ្យ ខ្លួន

ឍ វឌ្ឍនៈ ក្បួន តាម លំអាន

ណ ណែនាំ ចិត្ត ខាត់ សន្តាន

ត តាម លំ អាន ព្រះ ទូន្មាន ។

ថ ថែ រក្សា ផល បច្ចុប្បន្ន

ទ ទាញទុកទាន់ គ្រាន់ជាយាន

ធ ធន សម្បត្តិ គួរ ធ្វើ ទាន

ន និស្ស័យមាន បុណ្យគ្រប់គ្រាន់ ។

ប បាប កម្ម មុន គួរ លុប ដា ន
ផ ផាត់ ពី ប្រាណ កុំ គ្នេរ គ្នា ន់
ព ពុត ពាល ត្រូវ លះ បន្ទា ន់
ភ ភ័យ មោ ហន្ធ ពិត ពុំ មា ន ។
ម មើល ថៃ ទាំ ផលបុណ្យ មុ ន
យ យក ជា ទុន ទុក ជា ស្ពា ន
រ រិះ រ ក ធ ម៌ ទុក ជា យា ន
ល លែង បំពាន តាម ពាលជ ន ។
វ វ ដ្ត ស ង្សារ ដឹ ង ពុំ បា ន
ស សត្វគ្រប់ប្រាណ រងទុក្ខធ្ង ន់
ហ ហត់រហាមព្រោះលោភល ន់
ឡ ឡើងទុក្ខធ្ងន់ព្រោះស្រេកឃ្លា ន ។
អ អស់ ត្រឹមនេះ ចប់ អំណា ន
ឯទំ សន្តាន   អត់ ទោស ទា ន

ផ្សិតតូច ខ្ចី ពុំសូវ មាន
ប្រើមុខ ទេទាន កុំ អាក់ អន់ ។
សូម សុខ សួស្តី កុំបី ខាន
ដល់ញាតិគ្រប់ប្រាណគ្រប់តំបន់
បានសុខ ចម្រើន ផុតមោហន្ធ
អស់ភ័យ អាសន្ន លុះនិព្វាន ។

ដោយឧបាសក **គុយ សុធន**

(សៀវភៅ ជំនួយសតិភាគទី ៥ , ទំព័រ ២៦៥)

៤២_ ជីវិតអ្នកផ្សារ

ជីវិតអ្នកក្រុងលង់ក្នុងចំណង់ ប្រឹងប្រែងផ្ចិតផ្ចង់ធ្វើការរកស៊ី
ប្រឹងបង្អួតខ្លួនតាមតួនាទី កម្មករសែងលីក៏អ្នកក្រុងដែរ ។
ជាតិកសិករលំអជនបទ ពុះពារនឿយហត់ធ្វើចម្ការស្រែ
ធ្វើបុណ្យឱ្យទានមានសីលផងដែរ ផុតរដូវស្រែទៅវត្តនឹងគេ ។
ជីវិតអ្នកផ្សារហ៊ុហារីវក់ ខ្វល់ខ្វាយទិញលក់គ្មានពេលទំនេរ
បុណ្យទានមានខ្លះតែសីលគ្មានទេ ដ្បិតចង់កោរគេពោលពាក្យពុំពិត ។
រឿងរ៉ាវមនុស្សសត្វវិបត្តិអួអាប់ កើតហើយតែងស្លាប់ជាច្បាប់ជីវិត
ត្រូវកុំប្រមាទគប្បីរិះគិត យកសីលជាមិត្តនោះពិតប្រសើរ ។
អ្នកក្រុងក៏ស្លាប់អ្នកស្រែក៏ស្លាប់ ត្រូវតែប្រញាប់ឆាប់រកផ្លូវដើរ
ប្រយ័ត្នមាសប្រាក់ដាក់បញ្ចោប្រើ វាវាយបណ្តើរសរសើរចំណេញ ។

ដោយឧបាសក **គុយ សុធន**

៤៣_ របស់ពិត

គំនិតប្រសើរពិតជាឧត្តម វិជ្ជារួមផ្សំពិតជាថ្លៃថ្លា
ខិតខំរៀនសូត្រពិតមានបញ្ញា មាតាបិតាជាអ្នកមានគុណ ។

ដោយឧបាសក **គុយ សុធន**

(សៀវភៅ សិក្ខាបទមនុស្សល្អ ទំព័រ ១៥៩)

៤៤_ ប្រយ័ត្ន

បើឥតគំនិតងងឹតលុះមរណា បើឥតសិក្សាល្ងង់លុះថ្ងៃក្ស័យ ។

ដោយឧបាសក **គុយ សុធន**

(សៀវភៅ សិក្ខាបទមនុស្សល្អ ទំព័រ ១៨៧)

៤៥. សីលទានផ្លូវស្ថានព្រះធម៌

បានកើតជាមនុស្សកុំភ្លេចសីលទាន ព្រះធម៌ជាស្ពានឆ្លងបានយប់ថ្ងៃ
បើលោភៈក្រាស់ខ្វះខាតលុះក្ស័យ ទោសៈជាប់ដៃក្តៅលុះមរណា។
បើខ្វះសទ្ធាកំព្រាបុណ្យជាក់ បើខ្វះវីរិយៈកំព្រាកិច្ចការ
បើខ្វះខន្តីកំព្រាមេត្តា បើខ្វះបញ្ញាកំព្រាមគ្គផល ។

ដោយឧបាសក **គុយ សុធន**

(សៀវភៅ សិក្ខាបទមនុស្សល្អ)

៤៦. សូវក្រសម្បត្តិកុំខ្សត់បញ្ញា

ចំណង់ល្ងង់ឆោតចំណោទបញ្ហា ចំណងតណ្ហាចំណារជីវិត
ចំណីព្រះធម៌ជំនួយផ្លូវចិត្ត ចំណាយរៀនពិតចម្រើនចំណេះ ។
ជំនឿផ្លូវខុសបញ្ចុះសទ្ធា ជំនួញជាប់ពៀរចិញ្ចឹមកិលេស
ជំពាក់បំណុលព្រោះតែប្រហែស បើខ្វះតម្រិះកិលេសធំធាត់ ។
ចំណូលចូលច្រើនក៏គង់តែអស់ ដ្បិតអ្វីរបស់មិនដែលទៀងទាត់
ពាក្យពីបុរាណបានថែងប្រាកដ សូវក្រសម្បត្តិកុំខ្សត់បញ្ញា ។

ដោយឧបាសក **គុយ សុធន**

(សៀវភៅ ពរ ៤ ប្រការ ទំព័រ ឈ)

៤៧- សុជីវធម៌

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

ដោយឧបាសក **គុយ សុធន**

(សៀវភៅ ពរ ៤ ប្រការ ទំព័រ ២៧)

៤៨~ សល់តែថ្ងៃចាស់

មិនទាន់បានធ្វើអ្វីល្អផង ម្ភៃឆ្នាំកន្លងផុតស្រឡះ
វ័យក្មេងអស់ទៅយ៉ាងរហ័ស សល់តែថ្ងៃចាស់ថ្ងៃជរា ។
បណ្តាថ្ងៃចាស់ជរាខ្លួន ថ្ងៃមួយចំនួនមានរោគា
និងមានថ្ងៃមួយគ្រប់ៗគ្នា គឺពេលវេលាត្រូវមរណា។
ឯមយ៉ាងដែលគួរឱ្យស្លុតណាស់ គឺស្លាប់មុនចាស់មុនយាយតា
ដូច្នេះគួរតែខំសិក្សា អប់រំចិត្តាផ្លូវធម៌ផង ។

ដោយឧបាសក **គុយ សុធន**

(សៀវភៅ ពរ ៤ ប្រការ ទំព័រ ១៧២)

៤៩_ សួនមច្ចុរាជ

កាមគុណជាផ្កាវិកបង្គួតខ្លួន ដុះនៅក្នុងសួនមច្ចុរាជរក្សា
ជានុយជាធ្នាក់អន្ទាក់តណ្ហា ឥតមានខ្លឹមសារទាក់ដោយសម្រស់ ។
កាមគុណជាគ្រឿងបោកបញ្ឆោតសត្វ បិទបាំងវិបត្តិបង្គួតលាភយស
សត្វលោកលិចលង់ព្រោះជាប់នឹងរស ស្វែងរកលាភយសព្រោះតែកាមគុណ ។

ដោយឧបាសក **គុយ សុធន**

(សៀវភៅ ៣រ ៤ ប្រការ ទំព័រ ១៨១)

៥០~ មនុស្សនិងសត្វ

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

✍ ដោយឧបាសក **គុយ សុធន** ✍

(សៀវភៅ ៣រ ៤ ប្រការ ទំព័រ ២០៤)

៥១~ យល់ចិត្តអ្នកក្រ

បើចៅហ្វាយនាយស្គាល់ចិត្តអ្នកក្រ ប្រើខ្ញុំកំដរសុខចម្រើនពិត
ព្រោះចិត្តអ្នកក្រហ៊ានប្តូរជីវិត ដ្បិតដឹងគំនិតចៅហ្វាយចិត្តធម៌។

✍ ដោយឧបាសក **គុយ សុធន** ✍

(សៀវភៅ ពរ ៤ ប្រការ ទំព័រ ២២៥)

៥២_ ព្រះធម៌ជាស្ពាន

កើតជាមនុស្សហើយ ចូរកុំកន្តើយ រកត្រើយនិព្វាន
សទ្ធាជាពូជ ដូចព្រះទូន្មាន ព្រះធម៌ជាស្ពាន
ឆ្លងវដ្តសង្សារ ។

បើជា តិរច្ឆាន ធ្វើទានម្តេចបាន ទុក្ខលុះមរណា
ឥតស្គាល់សីលទាន ពុំមានធម៌អាថ៌ ខ្វះទាំងអាហារ
ខ្លោចផ្សាលុះក្ស័យ ។

កើតជាមនុស្សនេះ ជាបុណ្យពិសេស ជាលាភធំក្រៃ
កុំភ្លេចសីលទាន ស្ពានឆ្លងភពត្រៃ សុំជាប់និស្ស័យ
ព្រះពុទ្ធសាសនា ។

សទ្ធានៅរាក់ បើខ្វះវិរិយៈ ជំពាក់តណ្ហា
បើខ្វះខន្តី បាត់ក្តីមេត្តា បើខ្វះបញ្ញា
ជាប់បំណុលកម្ម ។

ដោយឧបាសក **គុយ សុធន**

(សៀវភៅ ពរ ៤ ប្រការ ទំព័រ ២៥០)

៥៣. បទពិចារណាគាថាសីលវត្ថុ

និយាយដូចម្តេចឱ្យលេចភោគផល បំបាត់កង្វល់ជូនដល់បរិស័ទ
និយាយបំភ័យសីលត្រូវបង់បាត់ និយាយកាត់ៗពុំអាចត្រូវចំ ។
និយាយត្រង់ៗក្រែងលោអន់ចិត្ត និយាយបញ្ឆិតក្រែងលោពុំសម
និយាយបន្ទោសក្រែងខុសក្រឹត្យក្រម និយាយណែនាំក្រែងខឹងពុំយល់ ។
និយាយចំហក្រែងលោជ្រុះបាត់ និយាយសម្ងាត់ក្រែងដឹងពុំដល់
និយាយបង្អាប់ក្រែងខឹងនាំខ្វល់ ចង់ថៃ្លបួសគល់តើធ្វើយ៉ាងណា ។
បុគ្គលគប្បីសិក្សានូវសីល ជម្រះមន្ទិលដោយសីលសិក្ខា
អ្នកដែលមានសីលរមែងថ្លៃថ្លា ព្រោះសីលនេះណាជាទ្រព្យដ៏ល្អ ។
ជនមានប្រាជ្ញាកាលប្រាថ្នាសុខ បីយ៉ាងខាងមុខដែលល្អបវរ
មួយ ក្តីសរសើរ ពីរក្តីត្រេកអរ បីកើតឋានសួគ៌គួររក្សាសីល ។
បុគ្គលឯណារក្សាសីលពិត រមែងបានមិត្តល្អឥតខូចខិល
ចំណែកឯជនលោភលន់ទ្រុស្តសីល ជួបតែមិត្តខិលរកមិត្តល្អគ្មាន ។
ជនអ្នកទ្រុស្តសីលទោសតែងតាមជាប់ គេដៀលបង្អាប់ព្រោះសីលមិនមាន
ឯអ្នកមានសីលគុណតែងតែបាន កិត្តិសព្ទក៏មានកេរ្តិ៍ឈ្មោះក៏ល្អ ។

សីលជាខាងដើមជាទីតាំងមាំ ជាមេដឹកនាំនៃកល្យាណធម៌
សីលជាប្រធានធម៌ល្អបវរ ហេតុនេះជនល្អគប្បីរក្សា ។
សីលប្រៀបដូចច្រាំងរនាំងបាំងបិទ ជាគ្រឿងញុំាងចិត្តរីករាយជ្រះថ្លា
សីលជាកំពង់គ្រប់ព្រះសាស្តា គប្បីរក្សាជម្រះឱ្យអស់ ។
សីលជាកម្លាំងខ្លាំងក្លាបំផុត សីលជាអាវុធឧត្តមឥតខ្ចោះ
ជាអាភរណៈប្រសើរឥតទាស់ ជាគ្រឿងដែកក្រោះមុតមាំខ្លាំងក្លា ។
សីលគឺជាស្ពាននិងមានស័ក្តិធំ ជាគ្រឿងប្រោះព្រំក្រអូបអស្ចារ្យ
សីលជាគ្រឿងលាបប្រសើរថ្លៃថ្លា បក់សព្វទិសាក្រអូបមុតមាំ ។
សីលជាកញ្ចប់បាយល្អអស្ចារ្យ ជាស្បៀងអាហារប្រសើរឧត្តម
ជាវាហនៈប្រសើរមុតមាំ សម្រាប់ដឹកនាំទៅទីជិតឆ្ងាយ ។
ជនពាលមានចិត្តអាក្រក់ជោកជាំ ពុំបានតាំងមាំក្នុងសីលទាំងឡាយ
រស់រងនិន្ទាជួបតែអន្តរាយ ស្លាប់ទៅអបាយទទួលរងទុក្ខ ។
អ្នកប្រាជ្ញមានចិត្តដ៏ល្អឧត្តម តាំងមាំក្នុងសីលតរៀងទៅមុខ
ក្នុងលោកនេះរស់មានឈ្មោះស្រណុក ស្លាប់ទៅសោយសុខក្នុងឋានសួគ៌នាយ ។
សីលជាកំពូលធម៌ក្នុងលោកា ជនមានប្រាជ្ញាភ្លឺថ្លាពណ្ណរាយ
មនុស្សលោកទេវលោកជម្រកពីនាយ យកជ័យដោយងាយព្រោះសីលបញ្ញា ។

ដោយឧបាសក **គុយ សុធន**

៥៤_ ទោស ៦ ប្រការនៃសុរាមេរ័យ

ក្នុងសង្សារវដ្តកំណត់ពុំបាន បាបកម្មរុញច្រានពុំមានល្ហែល្ហើយ
នរកតិរច្ឆានធ្លាប់បានកើតហើយ តែពុំរាងឡើយគួរឱ្យអនិច្ចា ។
ជនណាសេពសោយសុរាមេរ័យ មានទោសមានភ័យប្រាំមួយប្រការ
ទីមួយវិនាសទ្រព្យក្នុងគ្រួសារ ទីពីរហ៊ឹហាបង្កជម្លោះ ។
ទីបីនាំកើតរោគាក្នុងខ្លួន ប្រការទីបួននាំឱ្យខូចឈ្មោះ
ទីប្រាំបង្ហាញកេរ្តិ៍ខ្មាសទាំងរស់ ប្រាំមួយគឺគ្រោះបាត់បង់បញ្ញា ។
ទោសប្រាំមួយយ៉ាងនេះព្រោះស្រវឹង ខូចខាតខុសខឹងខ្មាសក្មេងសាលា
ស្មារតីចុះខ្សោយលែងយកជាការ ក្មេងឱ្យងាររថាអ្នកស្រវាំស្រឹង ។

ដោយឧបាសក **គុយ សុធន**

៥៥~ មានយសព្រោះមិនកន្លងធម៌

បុណ្យបាបបែងចែកបែកចេញពីគ្នា បង្កើតបានជានាវាជីវិត
លើផ្ទៃជលសាប្រាថ្នាត្រើយពិត សមុទ្រជុំជិតងងឹតបែកផ្សេង ។
ជនណាប្រព្រឹត្តកន្លងព្រះធម៌ ព្រោះចិត្តញាប់ញ័រកិលេសចាត់ចែង
ដោយស្រឡាញ់ស្អប់វង្វេងខ្លាចក្រែង យសជននោះឯងតែងសាបសូន្យទៅ ។
ប្រៀបដូចព្រះចន្ទរះខាងរនោច ភ្លឺកាន់តែតូចយប់កាន់តែជ្រៅ
តាំងពីពេញវង់រហូតអស់ទៅ ពុំមានសល់នៅត្រូវបាត់ខ្លួនឯង ។
ឯជនប្រព្រឹត្តឥតកន្លងធម៌ ដ្បិតមិនញាប់ញ័រតាមលាភចាត់ចែង
ដោយស្រឡាញ់ស្អប់វង្វេងខ្លាចក្រែង យសជននោះឯងរមែងផូរផង់ ។
ប្រៀបដូចព្រះចន្ទរាត្រីខាងខ្នើត ភ្លឺកាន់តែឆើតរហូតពេញវង់
ពេញមួយរាត្រីភ្លឺថ្លាត្រចង់ ហៅចន្ទពេញវង់ឬពេញបូណ៌មី ។

ដោយឧបាសក **គុយ សុធន**

៥៦- សីលប្រាំ

សីលប្រាំចងចាំកិច្ចដែលរក្សា មួយមិនប្រហារជីវិតមនុស្សសត្វ
ទីពីរមិនលួចប្លន់ទ្រព្យសម្បត្តិ ទីបីមិនស្កាត់ឱ្យខុសក្នុងកាម ។
ទីបួនមិនពោលនូវពាក្យកុហក ទីប្រាំមិនវក់នឹងគ្រឿងញៀនញ៉ាម
សុរាមេរ័យដែលព្រះទ្រង់ហាម តាមព្រះបម្រាមទើបពេញជាមនុស្ស ។

ដោយឧបាសក **គុយ សុធន**

៥៧- ដំណាំត្រូវភ្លៀងស្រដៀងធម៌ល្អ

ជីវិតអ្នកភ្ជំជំរំកម្មករ ព្យាយាមដំថ្មលក់យកកម្រៃ
ប្រៀបដូចកណ្តៀរព្យាយាមរាល់ថ្ងៃ ញាប់ទាំងជើងដៃពូនដំបូកថ្មី ។
ជីវិតអ្នកស្រែអាស្រ័យលើទឹក ខំទាំងល្ងាចព្រឹកលើកភ្លឺទប់ដី
ប្រៀបដូចស្រមោចខំរកចំណី វស្សាឆ្នាំថ្មីមិនភ័យអត់ឃ្លាន ។
ជីវិតទ្រុស្តធម៌រីកវរតតន័យ ពុំដែលគិតអ្វីអំពីសីលទាន
ប្រៀបដូចបក្សីជួបនុយលប់ព្រាន សប្បាយបំពានគ្មានគិតរឿងក្ស័យ ។
ជីវិតមានធម៌ល្អជាប្រចាំ ប្រៀបដូចដំណាំត្រូវភ្លៀងរាល់ថ្ងៃ
ត្រួយស្លឹករីកស្រស់គ្មានធូលីដី រឿងចាស់រឿងថ្មីអ្នកផងចូលចិត្ត ។
ពោលតែពាក្យពិតពាក្យដែលត្រូវធ្វើ ដូចឈើផ្កាច្រើនចម្រើនផ្លែពិត
អ្នកផងបងប្អូនជួបទោះនៅឆ្ងាយជិត រាប់រកជាមិត្តដោយចិត្តជ្រះថ្លា ។
បានជួបម្តងៗរីករាយសប្បាយ ទុក្ខសោករសាយធូរពីកាយា
ដូចបានឱសថដែលចិត្តប្រាថ្នា ព្យាបាលរោគាជាយូរមកហើយ ។

ដោយឧបាសក **គុយ សុធន**

៥៨_ ខឹងខុសខូចខាត

អ្វីៗចេះតែកន្លងផុតទៅ
រឿងរ៉ាវអាស្រូវកើតជាបន្ត
ត្រកូលធ្លាប់មានអាចក្លាយជាក្រ
អ្នកខូចអ្នកល្អស្លាប់ទាល់តែអស់ ។
អ្នកធ្លាប់ស្រឡាញ់ស្លាប់ឥតរើសមុខ
ទាំងម្តាយឪពុកស្លាប់សែនស្រណោះ
ជីវិតសូន្យទៅនៅសល់តែឈ្មោះ
ដូច្នេះអ្នករស់ត្រូវមេត្តាគ្នា ។
ចិត្តអើយអើយចិត្តចូរចងចាំចុះ
ខឹងខូចខឹងខុសខាតគ្រប់វេលា
ពេលខឹងម្តងៗស្ទើរឈឺស្ទើរជា
ខឹងនាំគ្រាំគ្រាដុតតែចិត្តឯង ។
ជនអ្នកមានសីលមានចិត្តល្អថ្លា
ជនមានបញ្ញាចេះគិតកោតក្រែង
បើខឹងម្តងៗឈឺតែខ្លួនឯង
ខឹងនាំចំបែងគួរពិចារណា ។

ដោយឧបាសក **គួយ សុធន**

(សៀវភៅ ព្រះពុទ្ធភាសិត ៤៣ គាថា ទំព័រ ៤៤)

៥៩_ សុរិយាចន្ទ្រា និងព្រះធម្មា

បើដង្ហើមមានម្តេចបានជាស្លាប់ បើផ្លូវមានស្រោប់ម្តេចទៅមិនដល់
បើដឹងថាទាបម្តេចដកកំណល់ បើចេះឥតទាល់ម្តេចក៏ខុសញឹក ។
បើចង់ត្រឹមត្រង់ម្តេចមិនរកខ្នាត បើខ្លួនមិនស្អាតម្តេចមិនងូតទឹក
បើចេះតែភ្លេចម្តេចមិនរំលឹក ទូន្មានល្ងាចព្រឹកម្តេចធ្វើមិនឮ ។
បើដឹងថាល្ងង់ម្តេចមិនរៀនគិត ដឹងថាងងឹតម្តេចមិនបំភ្លឺ
បើត្រចៀកថ្លង់ម្តេចក៏ស្តាប់ឮ បើភ្នែកល្អភ្លឺម្តេចមើលមិនច្បាស់ ។
បើពេទ្យពូកែម្តេចមិនធូរស្បើយ បើរៀបល្អហើយម្តេចមិនស្រឡះ
បើកិត្តិយសមានម្តេចឥតអៀនខ្មាស បើដឹងថាខ្វះម្តេចមិនបង្គ្រប់ ។
សុរិយាបំភ្លឺត្រឹមតែពេលថ្ងៃ ចន្ទពេញបូណ៌មីបំភ្លឺពេលយប់
រីឯព្រះធម៌សែនល្អលើសលប់ បំភ្លឺថ្ងៃយប់ឥតបង់រស្មី ។
បំភ្លឺដល់ជនដែលប្រព្រឹត្តល្អ គោរពព្រះធម៌សន្សំបារមី
រក្សាកិត្តិយសរស់នៅមានន័យ ទោះចាប់ភពថ្មីក៏មិនងងឹត ។

ដោយឧបាសក **គុយ សុធន**

(សៀវភៅ ព្រះពុទ្ធភាសិត ៤៣ គាថា ទំព័រ ៧៩)

៦០_ សៀវភៅសិក្សាជួយដល់អ្នកអាន

សត្វគោក្របីជួយដល់អ្នកស្រែ ភ្លៀងធ្លាក់ត្រូវខែជួយដល់ដំណាំ
រុក្ខជាតិឱ្យផលជួយដល់អ្នកដាំ បើរាំងរាប់ឆ្នាំបានអ្វីពិសា ។
សីលជួយលំអដល់ជនគ្រប់វ័យ សង្ឃមានវិន័យជួយដល់សាសនា
ស្ដាប់ធម៌ដោយល្អជួយដល់បញ្ញា សៀវភៅសិក្សាជួយដល់អ្នកអាន។

ដោយឧបាសក **គុយ សុធន**

(សៀវភៅ ខ្លឹមសារគួរយល់ដឹង ទំព័រ ១៩)

៦១- ស្រណោះស្រុកព្រះ

កាលពីស្រុកយើងឡើងសម្បុរខ្មៅ ប្រាជ្ញក្លាយជាខ្លៅដំបៅសង្គម
សាសនារលត់ជាតិត្រូវរលំ រាស្ត្ររងទុក្ខធំស្លាប់អស់រាប់លាន ។
ឥឡូវស្រុកព្រះវិនាសធម៌អាថ៌ ព្រះពុទ្ធសាសនាស្ទើរតែរកគ្មាន
កិលេសរុំព័ទ្ធកម្សត់ស្រេកឃ្លាន ប្រជារយលានគ្មានព្រះវិន័យ ។
សាសនាផ្សេងៗមានច្រើនអនេក គោរពពស់វែកគោរពសត្វព្រៃ
ងូតទឹកលាងបាបឱ្យជ្រះចង្រៃ អាំងភ្លើងហាលថ្ងៃឱ្យស្ងួតកិលេស ។
ព្រះម៉ែទេវីរៀបគ្រប់កន្លែង គោរពកោតក្រែងជាព្រះពិសេស
រៀបចំពិធីឥតហ៊ានប្រហែស កូនចៅចាំចេះតពីម៉ែឪ ។
អចេលកៈបួសស្រាតអាក្រាតឥតខ្មាស គេគោរពណាស់រហូតឥឡូវ
តើធម៌វិន័យលៃដូចម្ដេចទៅ រឿងរ៉ាវអាស្រូវកើតជាបន្ត ។
រឿងនេះគួរឱ្យសង្វេគក្រៃលែង ទាំងចាស់ទាំងក្មេងសទ្ធាទ័លក្រ
រៀនសូត្រពូកែតែខ្វះព្រះធម៌ ជ្រុលហួសផ្លូវល្អធ្លាក់ចូលអបាយ ។

ដោយឧបាសក **គុយ សុធន**

(សៀវភៅ ជំនួយសតិភាគទី ៧ ទំព័រ ៨)

៦២_ កុហកអាងអ្វី

ឈើដែលពុកផុយអណ្តែតតាមទឹក វិលវល់ល្វាចព្រឹកក្នុងទឹកកខ្វក់
ប្រសើរជាងមនុស្សនិយាយកុហក មាយាក្អិកក្អក់មុខទ្វារអវិចី ។
និយាយលលេងទម្លាប់អាក្រក់ និយាយកុហកខូចអស់សេចក្តី
និយាយខោកគោះគ្រោះព្រោះសម្តី អាប់ឱនរស្មីសម្តីរងកម្ម ។
សេចក្តីព្យាយាមនិងចិត្តអំណត់ ជាគ្រូបង្ហាត់ឱ្យយើងចំណាំ
បើមិនសាងល្អជាប់ជាប្រចាំ រស់រាប់រយឆ្នាំក៏ឥតមានន័យ ។
គ្រាន់តែពាក្យពិតរក្សាពុំបាន តើឱ្យសន្តានសង្ឃឹមលើអ្វី
ឬអាងចាស់ស្លាប់ចាប់កំណើតថ្មី ចុះស្លាប់ក្មេងវ័យនោះអាងអ្វីដែរ ។

ដោយឧបាសក **គុយ សុធន**

(សៀវភៅ ជំនួយសតិភាគទី ៧ ទំព័រ ៨៧ និង ទំព័រ ១៦០)

៦៣~ តុលាការកម្ម

កំណាញ់រិះប្រិតដ្បិតចង់មាន ធ្វើបាបបំពានឃ្លានចង់ល្អ
ប្រព្រឹត្តអាក្រក់ដ្បិតខ្លាចក្រ រស់ឥតសីលធម៌ចិត្តអប្រិយ៍ ។
អ្នកក្រធ្វើចោរលួចព្រោះឃ្លាន ចុះចោរអ្នកមានលួចព្រោះអ្វី
មានពិសដូចពស់រស់នាំភ័យ ស្លាប់ទៅអវិចីព្រោះតណ្ហា ។
កម្មអ្នកកាត់ក្តីរឿងសត្វលោក ឥតស៊ីសំណូកឥតមុសា
កាត់យុត្តិធម៌តាមហេតុការណ៍ ប្រព្រឹត្តយ៉ាងណាបានយ៉ាងនោះ ។
កុំសាងទុច្ចរិតដ្បិតចង់ឆ្អែត កុំធ្វើជាប្រេតខ្លួនជាមនុស្ស
កុំចង់សោយតែឈាមនិងខ្ទុះ បើពិតជាមនុស្សត្រូវមានសីល ។

ដោយឧបាសក **គុយ សុធន**

(សៀវភៅ ជំនួយសតិភាគទី ៧ ទំព័រ ១១៥)

៦៤- ផ្លូវឆ្ងាយ

ជីវិតគឺជាដំណើរផ្លូវឆ្ងាយ ឯរូបរាងកាយជាខ្ទមសម្នាក់
អ្នកសាងគុណធម៌ពិតល្អឥតអាក់ ព្រោះថាគ្មានអ្នកណាសាងជួសបាន ។
សីលធម៌ពុំដែលចោលអ្នកដំណើរ គឺមនុស្សទេតើនិរាសចាកឋាន
រត់ចោលសីលធម៌ធ្លាប់ឱ្យសុខសាន្ត គប់ពាលនឹកស្មានថាបានផុតភ័យ ។
បណ្ឌិតពុំដែលស្វែងរកក្ដីសុខ លើគំនរទុក្ខនៃអ្នកដទៃ
តែងប្រាប់ផ្លូវល្អទានដ៏ប្រពៃ ដល់ជនគ្រប់វ័យឱ្យបានចាំចេះ ។
អ្នកដែលធ្វើទានពិតជាមានភ័ព្វ ប្រៀបដូចនាំទ្រព្យពីផ្ទះភ្លើងឆេះ
ទោះផ្ទះខ្ទេចអស់គង់មានចំណេះ សល់ទ្រព្យពិសេសសម្រាប់ផ្លូវឆ្ងាយ ។

ដោយឧបាសក **គុយ-សុធន**

(សៀវភៅ ជំនួយសតិភាគទី ៧ ទំព័រ ១៩០)

៦៥_ ទុកចិត្តម្តេចបាន

លោកចៅហ្វាយធំមានខ្ញុំបម្រើ បង្គាប់ប្រាប់ប្រើបម្រើកិច្ចការ
ទាស់តែចៅហ្វាយជាខ្ញុំតណ្ហា កិលេសត្រួតត្រាទ្រូងតឹងស្ទើរប្រេះ។
ចង់រត់ទៅណាក៏មិនសុខដែរ គឺលុះត្រាតែរត់ពីកិលេស
ទោះមានឬក្រ ក៏កុំប្រហែស ដ្បិតអីលោកនេះក្រោមអំណាចកម្ម។

ដោយឧបាសក **គុយ សុធន**

(សៀវភៅ ជំនួយសតិភាគទី ៧ ទំព័រ ១៩៦)

៦៦_ សទ្ធាជូនជំនូនកម្ម

សទ្ធាជាទ្រព្យល្អលើសអ្វីៗ នាំជនប្រុសស្រីឱ្យប្រព្រឹត្តល្អ
បើមានតែទ្រព្យសទ្ធាទ័លក្រ មាសប្រាក់ទាក់ក រកចាយពុំបាន ។
រដូវភ្ជុំបិណ្ឌតែងតែទៅវត្ត ទោះជាក្រខ្សត់ក៏ឥតហ៊ានខាន
ទោះបាយមួយវែកសម្លមួយចាន ទៅវត្តឥតខានដ្បិតខ្លាចញាតិជេរ ។
ឧទ្ទិសឱ្យប្រេតប្រុងខ្លួនផងទៅ កុំឱ្យធ្លាក់ផ្លូវទៅប្រេតដូចគេ
ស្លាប់ទៅជាប្រេតពុំអាចដឹងទេ តែខ្លាចជាងគេគឺប្រេតទាំងរស់ ។
កម្មធ្វើចំណាវចាវជាជំនូន សម្រាប់ទុកជូនសត្វលោកទាំងអស់
សាងល្អបានល្អជួបសប្បុរស ពុតពាលឥតស្មោះជួបទុក្ខគ្រាំគ្រា ។
បើជួបបណ្ឌិតពិតបានស្តាប់ធម៌ ប្រុងស្តាប់ដោយល្អនាំកើតសទ្ធា
ជឿហេតុនៃផលបានដល់បញ្ញា ជីវិតថ្លៃថ្លាឥតអាប់រស្មី ។

ដោយឧបាសក **គុយ សុធន**

(សៀវភៅ ជំនួយសតិភាគទី ៧ ទំព័រ ២១៩)

៦៧‑ សំណូមពរ

គេងគិតរាល់ថ្ងៃស្រមៃចង់បាន ក្នុងចិត្តគិតស្មានថាបានដូចប៉ង
តែក្ដីប្រាថ្នានិងគោលបំណង ជាខ្សែដែលចងសត្វលោកគ្រប់គ្នា ។
សូមជនអ្នកអានបានសុខប្រពៃ រួចផុតទុក្ខភ័យចង្រៃនានា
ទ្រព្យពុំប្រសើរស្មើនឹងសទ្ធា រសព្រះធម្មាឈ្នះរសអ្វីៗ ។
សូមកុំកើតជាអ្នកសទ្ធាក្រ ឥតចេះអក្សរឥតធម៌វិន័យ
ជីវិតនៅរស់បាត់អស់ស្មារតី មានទ្រព្យច្រើនក្ដីក៏ឥតខ្លឹមសារ ។
សូមសាធុជនធ្ងន់ក្នុងទានសីល ជម្រះមន្ទិលចម្រើនមេត្តា
សូមកុំមាក់ងាយព្រះពុទ្ធសាសនា ព្រោះតែដោយសារកំហុសអ្នកកាន់ ។

ដោយឧបាសក **គុយ សុធន**

(សៀវភៅ ជំនួយសតិភាគទី ៧ ទំព័រ ២២០)

៦៨_ ព្រះធម៌ជាស្ពាន

លើភពផែនដីមានព្រៃមានភ្នំ ទន្លេតូចធំប្រជុំឃុំស្រុក
មនុស្សមានផ្ទះនៅសត្វមានសម្បុក ស្វែងរកក្ដីសុខគ្រប់ៗអាត្មា ។
បានកើតជាមនុស្សកុំភ្លេចសីលទាន ព្រះធម៌ជាស្ពានឈានឆ្លងអន្ធការ
បើលោភៈក្រាស់ ខ្វះលុះមរណា បើគ្មានមេត្តាក្ដៅផ្សាលុះក្ស័យ ។
បើកើតជាសត្វមានអ្វីធ្វើទាន រងទុក្ខស្រែកឃ្លានទាំងយប់ទាំងថ្ងៃ
បានកើតជាមនុស្សជាលាភធំក្រៃ ត្រូវភ្ជាប់និស្ស័យនឹងព្រះសាសនា ។
បើខ្វះសទ្ធាកំព្រាបុណ្យជាក់ បើខ្វះវីរិយៈកំព្រាកិច្ចការ
បើខ្វះខន្តីកំព្រាមេត្តា បើខ្វះបញ្ញាកំព្រាមគ្គផល ។

ដោយឧបាសក **គុយ សុធន**

៦៩_ កូនមាសពន្លក

កូនសម្លាញ់ម្តាយកុំរៀនស្តីជេរ កុំពោលកាច់គេណាមាសកូនអើយ
បើមានសំណួរណាពុំគួរឆ្លើយ ឪកូនប្រាប់ហើយឆ្លើយត្រឹមញញឹម ។
បណ្តាំឪកូន **ក ខ** នាំមុខ **ក** ជួរក្រោយទុកឱ្យកូនសង្ឃឹម
ម៉ែស្រឡាញ់កូនឥតមានអ្វីផ្ទឹម ពុកកូនសង្ឃឹមតែងជួយរំលឹក ។

ក កូន មាសស្ងួន នួនមាសឪពុ **ក**
ខ ខាន ជួបមុខ ពុកម៉ែ សែននឹ **ក**
គ គិតដល់កូនរាល់ពេលល្ងាចព្រឹ **ក**
ឃ ឃើញបាយទឹកនឹកកូនពន់ពេ **ក** ។
ង ងុយ យប់ជ្រៅ ទៅដេកពុំល **ក់**
ច ចិត្ត វី វក់ ម្តាយ កូន ទឹកភ្នែ **ក**
ឆ ឆាប់ មក ពៅ កុំនៅ ឃ្លាតពេ **ក**
ជ ជួបជជែក ម្តាយចង់ យល់ភក្ត្រ ។
ឈ ឈប់ ឆេវឆាវ ទៅពៅ ពន្ល **ក**

ញ ញាតិ រាប់ រក ញញឹម រាក់ ទា **ក់**
ដ ដឹងគុណទោសចេះស្គាល់ជ្រៅរា**ក់**
ឋ ឋិតថេរ ជាក់ គ្មានអ្នក អន់អា **ក់** ។
ឌ ឌី ដៀមដាម នេះ នាំ ឈឺ ចុ **ក**
ឍ វឌ្ឍនៈ សុខ កុំ បី ថ្នាំង ថ្នា **ក់**
ណ ណែ នាំ ផ្លូវ ម៉ែ ឪ ទុក ដា **ក់**
ត តាម បុណ្យស័ក្តិ កុំស៊ីលួចលា **ក់** ។
ថ ថៃ ទាំ ខ្លួន នួន មាស ឪ ពុ **ក**
ទ ទៅ ថ្ងៃ មុខ ពុក ម៉ែ ពឹង អ្ន **ក**
ធ ធនធានមានញាតិហ៊ានពឹងពា **ក់**
ន នាំ ឱ្យ អ្នក រុង រឿង អនេ **ក** ។
ប បើ បាត់ មុខ បាត់ ឱ្យ គេ នឹ **ក**
ផ ផឹក ត្រឹម ទឹក ស្មារតី ល្អ ឯ **ក**
ព ពាក្យពិសពុល នាំឈ្លោះប្រកែ **ក**
ភ ភ័យអល់អែក ព្រោះតែបែកបា **ក់** ។

ម មិត្ត ផឹក ស៊ី កុំ សង្ស៊ឹម ពេ **ក**
យ យប់ចូលដេក កុំភ្លេចទុកដា **ក់**
រ រៀនរកស៊ី កុំហ៊ាន ហួសប្រា **ក់**
ល លុយជំពាក់ តែងនាំ ទឹកភ្នែ **ក** ។
វ វ័យសិក្សា រៀន ឱ្យជាក់លា **ក់**
ស សូមឱ្យអ្នក ចេះគិត វែកញែ **ក**
ហ ហាត់សូត្រធម៌មុនចូលដំណេ **ក**
ឡ ឡើង ពី ដេក កុំនៅ សំកុ **ក** ។
អ អស់ ពី ឪ ពៅ ត្រូវ លៃល **ក**
ក ខ យក មក រស់ ជុំ អ្នក ស្រុ **ក**
ក ជួរក្រោយនៅ ត្រូវចាំពាក្យពុ **ក**
ត ទៅ ថ្ងៃមុខ កាន់តែ លំបា **ក** ។

ដោយឧបាសក **គុយ សុធន**

(សៀវភៅ កូនមាសឪពុក ទំព័រ ១៤២)

៧០~ ល្អអ្វីល្អម្ល៉េះទេ

ល្អអ្វីល្អម្ល៉េះ ល្អគុណពិសេស ល្អចេះលកលៃ
ល្អទាំងគំនិត ល្អចិត្តប្រពៃ ល្អទាំងសម្ដី
ល្អគ្មានអ្វីទាស់ ។

ល្អពិតរកគ្មាន ល្អស្រីរាប់លាន ល្អគ្មានដូចសោះ
ល្អចេះបីបម ល្អថ្នាក់ថ្នមស្មោះ ល្អគ្រប់ទាំងអស់
ល្អពិតម្ដាយខ្ញុំ ។

ខំធ្វើកិច្ចការ ខំរកអាហារ រក្សាអប់រំ
ចិត្តម្ដាយស្រទន់ ដូចមេឃស្រទំ ម្ដាយចង់រស់ជុំ
នឹងកូនប្រុសស្រី ។

ល្អអ្វីម្ល៉េះទេ ល្អពិតលើសគេ ល្អធម៌វិន័យ
បើកូនបានបួស ឈ្មោះល្អប្រពៃ កូនខំលកលៃ
ជូនបុណ្យដល់ម៉ែ ។

កូនធ្លាប់សប្បាយ ឥឡូវអស់ម្ដាយ អស់អ្នកថ្នមថៃ
អ្នកម្ដាយស្លាប់ទៅ កូនទុក្ខឥតល្ហែ ខានឃើញមុខម៉ែ
រៀងរហូតហើយ ។

ម៉ែតែងប្រាប់កូន ថាជីវិតសូន្យ ឈ្មោះឥតសូន្យឡើយ
ទឹកដោះម្ដាយថ្លៃ កូនកុំកន្ដើយ ស្វែងរកកោះត្រើយ
ដោយអំពើល្អ ។
កុំនាំជម្លោះ ហូបតែមួយពោះ រស់តែមួយ ត
រៀនធ្វើបុណ្យទាន ទោះមានឬក្រ កុំឃើញស្រែល្អ
ស៊ីអស់ស្រូវពូជ ។

ណាកូនម៉ែណា !!!!!

ដោយឧបាសក **គុយ សុធន**

(សៀវភៅ ម៉ែ !!! ទំព័រ ៧៨)

៧១~ ស្ដាយអ្វីស្ដាយម្ល៉េះទេ

ស្ដាយអ្វីស្ដាយម្ល៉េះ ស្ដាយគុណពិសេស ស្ដាយចេះលកលៃ
ស្ដាយទាំងគំនិត ស្ដាយចិត្តប្រពៃ ស្ដាយពាក្យសម្ដី
ធ្លាប់លួងបំពេ ។

ស្ដាយអើយសែនស្ដាយ ស្ដាយចិត្តស្ដាយកាយ ស្ដាយអ្វីម្ល៉េះទេ
ស្ដាយជាតិជាស្រី ឥតមានទំនេរ ស្ដាយដៃទាំងទ្វេ
ធ្លាប់ថ្នមថៃកូន ។

ស្ដាយគ្មានអ្វីផ្ទឹម ស្ដាយភក្ត្រញញឹម ឥឡូវបាត់សូន្យ
ស្ដាយដៃថ្នមស្និទ្ធ ផ្ដិតទឹកភ្នែកកូន ជីវិតស្រពោន
ដ្បិតកូនអស់ម៉ែ ។

ស្ដាយអើយសែនស្ដាយ កូនរស់ឥតម្ដាយ ឥតអ្នកថ្នមថៃ
ពេលកូនមានភ័យ មមៃនឹកម៉ែ បើម្ដាយនៅក្បែរ
ម៉ែជួយដោះស្រាយ ។

ស្ដាយជាប់ជានិច្ច ស្ដាយឥតបីភ្លេច ពាក្យពេចន៍ទាំងឡាយ
ម្ដាយផ្ដាំឱ្យកូន ថៃប្អូនជូសម្ដាយ ទោះនៅជិតឆ្ងាយ
ម្ដាយឱ្យរក្សា ។

ឱ្យថៃកេរ្តិ៍ឈ្មោះ　　បើជីវិតរស់　　ជួយដោះបញ្ហា
កុំស្លាប់ស្មារតី　　មុនថ្ងៃមរណា　　ត្រូវប្រើបញ្ញា
ស្តារត្រកូលយើង ។
រស់ក្នុងសង្គម　　អ្នកតូចអ្នកធំ　　កូនកុំនាំភ្លើង
ឃើញខុសជ្រងោ　　កុំជោរកាន់ជើង　　ក្រែងរាលឆេះយើង
ស្លាប់ហើយខុសទៀត ។

ណាកូនម៉ែណា !!!

ដោយឧបាសក **គុយ សុធន**

(សៀវភៅ ម៉ែ !!! ទំព័រ ៧៩)

៧២_ ភ្លើងអាចរលត់ដោយភ្លៀងរលឹម

ហៃអស់កូនម៉ែប្រុសស្រីទាំងឡាយ ចូរអ្នកស្ដាប់ម្ដាយណាកូនមាសស្ងួន
ឥឡូវធំហើយត្រូវថែទាំខ្លួន កុំខឹងរត់ពួនដូចនៅកុមារ ។
កាលកូននៅតូចកូនខឹងអាងយំ ពេលនេះកូនធំកុំប្រើហិង្សា
ដ្បិតមនុស្សសព្វថ្ងៃច្រើនខ្វះមេត្តា កូនទៅទីណាប្រយ័ត្នសម្ដី ។
ឯកូនស្រីម៉ែកូនកុំមាយា ដ្បិតប្រុសច្រើនគ្នាឆាប់មាក់ងាយស្រី
រូបកូននៅក្មេងកុំភ័យអត់ប្ដី ដ្បិតមនុស្សប្រុសស្រីពិតមានគូព្រេង ។
ចំណែកកូនប្រុសត្រូវខំពុះពារ ស្វែងរកវិជ្ជាទាន់ខ្លួននៅក្មេង
សេពគប់បណ្ឌិតពិតឥតវង្វេង ញៀនស្រាស្រីល្បែងតែងតែវិនាស ។
ម៉ែរីករាយណាស់ពេលកូនសាងផ្នួស គិតថាកូនបួសរស់រៀនធម៌ព្រះ
ម៉ែខំដាក់បាត្រសំអាតមុខផ្ទះ ទៅវត្តសំពះស្ដាប់ធម៌ទេសនា ។
ប៉ុន្តែម៉ែត្រូវខកចិត្តពេកក្រៃ នៅថ្ងៃដែលកូនលាចាកសិក្ខា
ម៉ែអស់សង្ឃឹមតឹងណែនឱរ៉ា មិននឹកស្មានថាលោកកូនសឹកទេ ។
ម៉ែខ្លះមិនចង់ឱ្យកូនបួសឡើយ ចង់ឱ្យរៀនហើយប្រលងនឹងគេ
ម៉ែយំរន្ធត់ពេលឃើញមាសមេ បួសជាសាមណេរទៅសុំច្បាប់គ្រូ ។

ម៉ែចង់ឱ្យកូនសឹកចូលរៀនវិញ ខ្វះខាតម្តេចមិញម៉ែអ្នកគិតគូរ
ព្រោះម៉ែខ្លាចកូនបួសមិនបានយូរ សឹកមករកគូឥតមុខរបរ ។
កូនម៉ែរៀនឈរជំហរឱ្យមាំ ត្រូវសាងសន្សំតែអំពើល្អ
កុំដើរកន្លងជាន់ខ្នងអ្នកក្រ ក្រែងគេដល់ក កូនត្រូវរងគ្រោះ ។
កូនត្រូវចេះរត់បត់តាមសង្គម រឿងរ៉ាវតូចធំកុំនាំជម្លោះ
យកឈ្នះអ្នកទាបដោយការសង្គ្រោះ យកឈ្នះអ្នកខ្ពស់ដោយការវន្ទា ។
ម៉ែចង់ឱ្យកូនឈ្នះក្រៅសង្គ្រាម បើកូនព្យាយាមឈ្នះអ្នកផងគ្នា
កូនត្រូវប្រយ័ត្នគ្រប់ម៉ាត់គ្រប់ឃ្លា ឆ្កែឆ្កួតពស់ជាវាឥតស្គាល់ម្ចាស់ ។
កាយតែងគ្រាំគ្រាជរានាំទៅ តែកេរ្តិ៍ឈ្មោះនៅដិតដាមយ៉ាងច្បាស់
រទេះឡានខូចមានគ្រឿងបន្លាស់ ខូចអស់កេរ្តិ៍ខ្មាសគ្មានអ្វីផ្លាស់ឡើយ ។
ពេលអស់ពីម៉ែត្រូវថែបងប្អូន ម៉ែសង្ឃឹមកូនជូនប្អូនដល់ត្រើយ
បើកូនយល់ជាតិញ្ញាតិពិតធូរស្បើយ កូនធ្វើតាមហើយម៉ែអរឥតផ្ទឹម ។
សូមកូនមាសម្តាយរំសាយហិង្សា ចេះផ្សាយមេត្តាដោយស្នាមញញឹម
ភ្លើងអាចរលត់ដោយភ្លៀងរលឹម កូនទីសង្ឃឹមនៃជីវិតម៉ែ ។

ដោយឧបាសក **គុយ សុធន**

(សៀវភៅ ម៉ែ !!! ទំព័រ ៨១)

៧៣. ម៉ែអើយម៉ែខ្ញុំ ម៉ែ-ខំ-រ

ម៉ែអើយម៉ែខ្ញុំកូនទាំងប្រុសស្រី ខំថ្នាក់ ថ្នមបី ចិញ្ចឹម ការពា រ
ម៉ែគិតដល់កូនគ្រប់ពេលវេលា ខំទាំង ឈឺជា គ្រប់គ្រង គ្រួសា រ។
ម៉ែតែងពពោះព្រោះកូនអាស្រ័យ ខំថៃ យប់ថ្ងៃ តមទាំង អាហា រ
ម៉ែទ្រាំចាញ់គភ៌លំបាកយ៉ាងណា ខំធ្វើកិច្ចការ ឥតហ៊ាន ឈប់ឈ រ។
ម៉ែចិញ្ចឹមកូនទម្រាំ ដឹងក្ដី ខំថៃ កូនខ្ចី ព្រោះ ជា ឈាម ជ័ រ
ម៉ែឮកូនយំទ្រហ៊ូងម៉ែញាប់ញ័រ ខំលួងថើប ព ចិត្ត ឥត រៀច វេ រ។
ម៉ែឃើញកូនធំក្រមុំពេញវ័យ ខំ គន់ រំពៃ គិត ឥត ទំ នេ រ
ម៉ែខ្លាចកូនស្រីពៅចាញ់បោកគេ ខំថៃ ច្រើនទ្វេ លើស នៅកុមា រ។
ម៉ែសូមអង្វរដល់កូនទាំងឡាយ ខំរៀនមាសម្ដាយ កុំធ្វើបាតផ្សា រ
ម៉ែគិតថាកូនមិនចោលសាលា ខំ ប្រឹង សិក្សា បញ្ញា បវ រ។
ម៉ែឃើញកូនស្លូនចេះឱនសំពះ ខំរៀប ចំផ្ទះ ម៉ែសែន ត្រេកអ រ
ម៉ែចិញ្ចឹមកូន ទោះបី ម៉ែ ក្រ ខំប្រឹងត្រដរ ដោយ ព្រហ្មវិហា រ។
ម៉ែចិញ្ចឹមកូន ពីតូច ដល់ធំ ខំប្រឹង អប់រំ ថៃទាំ ការ ពា រ

ម៉ែរៀបឱ្យកូន មានប្តី ភរិយា ខំ ចែក ទ្រព្យា ដី ស្រែ ចម្ការ ។
ម៉ែដឹងថាកូន ធ្វើការ ច្រើនមុខ ខំ ជួយ ដាក់ ទុក រៀបចំ អាហារ
ម៉ែ ចិញ្ចឹមកូន ដោយក្តីមេត្តា ខំ ហត់ យ៉ាង ណា ម៉ែឥត គិតគូរ ។
ម៉ែចង់ឱ្យកូនរស់មានកេរ្តិ៍ឈ្មោះ ខំសាង កិត្តិយស ឱ្យខ្ពស់ យឺនយូរ
ម៉ែ ចង់ ឱ្យ កូន យកជា គំរូ ខំ ធ្វើ ជា គ្រូ ត ស៊ូ ពុះ ពារ ។
ម៉ែទូន្មានកូនឱ្យដឹងរាក់ជ្រៅ ខំប្រាប់ ផ្លូវត្រូវ ទប់ស្កាត់ ផ្លូវមារ
ម៉ែតែងប្រាប់កូនឱ្យរួបរួមគ្នា ខំគ្រប់ វេលា មុន សូន្យ សង្ខារ ។
ម៉ែអើយម៉ែខ្ញុំលំបាកខ្លាំងណាស់ ខំ រហូត ចាស់ ចិញ្ចឹម គ្រួសារ
ម៉ែសាង តែល្អ លុះថ្ងៃមរណា ខំ ស្តារ កេរ្តិ៍ ឈ្មោះ រស់ ជា គំរូ ។

ដោយឧបាសក **គុយ សុធន**

(សៀវភៅ ម៉ែ !!! ទំព័រ ៨២)

៧៤_ រៀនរស់ជាមួយនឹងរឿងរ៉ាវ

ធ្វើស្រែចម្ការរឿងបញ្ហាទឹក　　នៅពេលធ្វើសឹករឿងបញ្ហាបាយ
ចងកម្មពៀរគ្នារឿងទុក្ខវែងឆ្ងាយ　　បញ្ហាទាំងឡាយជារឿងជីវិត ។
ស្គមធាត់ហាត់នឿយជារឿងរូបកាយ　　ភ័យព្រួយសប្បាយជារឿងផ្លូវចិត្ត
បន្លំឆបោកជារឿងទុច្ចរិត　　ជួយសង្គ្រោះពិតជារឿងបុណ្យទាន ។
ឃោសនាដកដូររឿងនយោបាយ　　ខ្វះខាតប្រាក់ចាយជារឿងធនធាន
ភ័យខ្លាចចោរប្លន់ជារឿងអ្នកមាន　　ភ័យខ្លាចអត់ឃ្លានជារឿងអ្នកក្រ ។
គ្រប់គ្រងក្រុមហ៊ុនជារឿងថៅកែ　　រង់ចាំប្រាក់ខែជារឿងកម្មករ
រថយន្តលឿនយឺតរឿងអ្នកបើកបរ　　រាស្ត្រអាក្រក់ល្អរឿងអ្នកដឹកនាំ ។
អាបត្តិខុសត្រូវជារឿងវិន័យ　　បរមត្ថវែងខ្លីរឿងអភិធម្ម
វត្តឥតរបៀបរឿងអ្នករៀបចំ　　ប្រវត្តិឧត្តមជារឿងព្រះសូត្រ ។
សួរមាត់សួរ ក រឿងពាក្យសម្ដី　　ទូលពិតវែងខ្លីជារឿងយកគោត្ត
សុភាពរាបសាជារឿងស្លូតបូត　　ឈ្លោះគ្នារហូតរឿងខ្វះមេត្តា ។
គ្រប់គ្រងពលរដ្ឋជារឿងមន្ត្រី　　ប្រពន្ធផិតប្ដីជារឿងតណ្ហា
បានគ្នាលួចលាក់រឿងឥតខាន់ស្លា　　ឥតស្ដាប់មេបារឿងចិត្តមានះ ។

បញ្ហាមានក្រជារឿងទ្រព្យធន ឈ្លោះប្ដីប្រពន្ធជារឿងក្នុងផ្ទះ
ប្រកែកតវ៉ាជារឿងចង់ឈ្នះ ធ្វើស្រែលើរាស្ត្ររឿងកេងប្រវ័ញ្ច ។
បាត់បង់ព្រឹក្សាជារឿងមេព្រៃ បាត់បង់បក្សីរឿងព្រានប្រមាញ់
ស្វែងរកម្ហូបស្រស់ជារឿងចង់ឆ្ងាញ់ ងរង៉ក់ក្អក់ក្ដាញ់រឿងស្រឡាញ់ស្អប់ ។
ល្បីល្បាញអាប់ឱនជារឿងកេរ្តិ៍ឈ្មោះ មានស័ក្តិមានយសជារឿងគួរគាប់
ព្រាត់ប្រាសបែកបាក់ជារឿងអភ័ព្វ បានមិនចេះស្កប់ជារឿងលោភលន់ ។
ការចិញ្ចឹមកូនរឿងម្ដាយឪពុក ទទួលដាក់ទុកជារឿងប្រពន្ធ
មើលកូនបាត់ប្ដីជារឿងទុក្ខធ្ងន់ ប្ដីក្បត់ប្រពន្ធរឿងមានស្រីថ្មី ។
ការធ្វើសង្គ្រាមជារឿងស្លាប់រស់ ការងារ ៣ ពោះជារឿងស្ត្រី
និពន្ធចងក្រងជារឿងកវី ប្រគុំតន្ត្រីជារឿងអ្នកភ្លេង ។
រឿងរ៉ាវទាំងអស់ជារឿងធម្មតា រឿងដែលខ្លោចផ្សាគឺរឿងវង្វេង
កើតមកជាមនុស្សបុណ្យធំក្រៃលែង មិនគួរវង្វេងធ្វើបាបខ្លួនឯង ។
ប្រព្រឹត្តខុសឆ្គងលើអ្នកដទៃ បង្កភិតភ័យឱ្យគេចំបែង
បំពុលសង្គមឥតមានកោតក្រែង លូក ល ប្រឡែងនឹងភ្លើងអវិចី ។

ដោយឧបាសក **គុយ~សុធន**

(សៀវភៅ វិធីរម្ងាប់សេចក្តីក្រោធ ទំព័រ ៥២)

៧៥_ បើសុំបានល្អជួយសុំឱ្យខ្ញុំផង

ជីវិតបក្សីអាស្រ័យព្រឹក្សា ជីវិតមច្ឆាអាស្រ័យគង្គា
សត្វលោកសុខសាន្តអាស្រ័យធម្មា ការបៀតបៀនគ្នានាំទុក្ខម្នោម្នេញ ។
ជីវិតអ្នកផ្សារហ៊ឺហារាក់ទាក់ មានឈ្មោះជាអ្នកទិញចូលលក់ចេញ
ភូតភរផ្សំខ្លះឱ្យតែគេទិញ ចង់បានចំណេញពោលពាក្យមុសា ។
ជីវិតអ្នកល្បែងតែងតែប្រកាន់ ឃើញគេដូចក្តាន់ខ្លួនឯងដូចខ្លា
ឈ្នះមកស៊ីចាយឥតពិចារណា ពេលចាញ់ឆ្លេឆ្លាខ្ចីបុលបញ្ចាំ ។
ជីវិតកម្មករខំត្រដររស់ ហូបតែមួយពោះខ្ញុំគេរាប់ឆ្នាំ
ពេលឈឺដេកញាក់ខ្វះប្រាក់អត់ថ្នាំ ជីវិតរងកម្មរស់ចាំថ្ងៃក្ស័យ ។
អ្នកចម្ការស្រែថែភោគផលា បេះយកទៅផ្សារលក់យកកម្រៃ
ចិញ្ចឹមជីវិតសន្សំសំចៃ ខិតខំរាល់ថ្ងៃលៃធ្វើបុណ្យខ្លះ ។
កើតមកជាមនុស្សទោះក្របូមាន កុំធ្វើបំពានដោយឥតអៀនខ្មាស
ធ្វើការរកស៊ីគិតគូរឱ្យច្បាស់ កុំធ្វើផ្តេសផ្តាសតាមចិត្តលោភលន់ ។
សូមអស់ក្រុមុំកុំរំខានលោក កំលោះគរគោកទុកលោកសូត្រមន្ត
អ្នកបួសទ្រង់ធម៌មិនយកប្រពន្ធ លលួចលលូកលោន់បាបធ្ងន់ណាពៅ ។

បើចង់ចំណេញចេញជួញឯផ្សារ ចង់មានបញ្ញាខំសិក្សាទៅ
បើចង់បានបុណ្យត្រូវថែម៉ែឪ ទៅវត្តយប់ជ្រៅក្រែងលោភ្លាំងភ្លាត់ ។
បើពិតចិត្តធម៌ត្រូវជួយសាសនា បើចិត្តជ្រះថ្លាត្រូវមានអំណត់
កុំធ្វើអាចារ្យជំនួញក្នុងវត្ត នរកប្រេតប្រាកដព្រោះតែតណ្ហា ។
សូមសប្បុរសជនអានហើយគិតចុះ បើខ្ញុំថាខុសសូមទានមេត្តា
ដ្បិតអាចារ្យធំសុំឱ្យខ្ញុំថា ក្រែងអាចជួយស្តារផ្ងារទៅជាល្អ ។
ចង់បានផលស្រូវទៅបណ្តុះស្នៅ ក្នុងចិត្តជាំខ្មៅទៅពាក់អាវស
ដុតផ្ទះឈើចោលបន់សុំផ្ទះថ្ម បើសុំបានល្អជួយសុំខ្ញុំផង ។

ដោយ អ៊ំប្រុស **គុយ សុធន**

(សៀវភៅ វិធីរម្ងាប់សេចក្តីក្រោធ ទំព័រ ៥៣)

≈≈≈≈≈≈≈≈≈≈≈≈≈≈≈≈

៧៦_ ព្យុះចិត្តអប្រិយ

ដើមដូងដៀមដាមដល់ដើមស្លា ថាដើមតូចឆ្មារចង់ដូចគេ
ប្រយ័ត្នត្រូវខ្យល់អំពល់រេ ក្រែងដួលលើគេនាំអន្តរាយ ។
ដើមស្លាតបថាដ្បិតខ្ញុំតូច មិនខូចដួលលើអ្នកទាំងឡាយ
ដ្បិតដើមប្រហោងខ្លឹមស្រោបកាយ អ្នកផងជិតឆ្ងាយតែងប្រើប្រាស់ ។
ដើមដូងស្លុតចិត្តអាណិតស្លា ដោយបានដឹងថាស្លាខំណាស់
ខំប្រឹងជួយទប់ខ្យល់អាកាស ខ្យល់ច្រើនមុខណាស់កក្រើកដី ។
ផ្ទះឈើតូចតាចខ្លាចខ្យល់ព្យុះ ខ្យល់ធ្វើបាបមនុស្សឥតប្រណី
តែព្យុះនៅចាញ់ចិត្តអប្រិយ៍ ចិត្តមនុស្សប្រុសស្រីឥតរូបកាយ ។
បើល្អល្អណាស់គ្មានអ្វីដូច បើខូចខូចណាស់ហួសបរិយាយ
ចិត្តនាំឱ្យកូនញៀនសប្បាយ ហ៊ានធ្វើបាបម្ដាយវាយឪពុក ។
ខឹងក្រោធមួយភ្លែតខុសច្រើនណាស់ ប្រុសស្រីក្មេងចាស់ត្រូវចាំទុក
ពេលក្រោធកើតឡើងឥតយល់មុខ ទោះម្ដាយឪពុកក៏ឥតស្គាល់ ។
លោកធម៌ទាំងឡាយចិត្តជាធំ អ្នកណាសើចយំចិត្តឥតខ្វល់
ក្រោធខឹងកើតឡើងគ្មានកុសល ត្រូវតែតម្កល់ចិត្តឱ្យល្អ ។

ដោយឧបាសក **គុយ សុធន**

(សៀវភៅ វិធីរម្ងាប់សេចក្ដីក្រោធ ទំព័រ ៥៧)

៧៧- ខ្លួនកាន់តែចាស់ ចិត្តកាន់តែក្មេង

ចិត្តអើយចិត្តចងចំណងជីវិត កើតរលត់ពិតតែចិត្តនៅចាំ
ចេះប្រកាន់ខ្លួនគុំកួនរាប់ឆ្នាំ ចិត្តចងក្រងកម្មចាំទៅជាតិមុខ ។
ចិត្តអើយចិត្តរឹងខឹងថែមឥស្សា ចិត្តចង់ប្រាថ្នាឱ្យរួចផុតទុក្ខ
តែចិត្តឥតស្ងប់ដូចជាប់ក្នុងគុក ប្រាថ្នាច្រើនមុខទុក្ខព្រោះចិត្តឯង ។
ចិត្តអើយចិត្តពិតឥតមានរូបកាយ ចង់តែសប្បាយឥតគិតកោតក្រែង
នាំឱ្យសត្វលោកសោយសោកចំបែង ចិត្តទាញគេឯងទម្លាក់អវិចី ។
ចិត្តច្រើនម៉ឺនសែនអួលណែនដើមក ខ្លួនជាអ្នកក្រចិត្តជាសេដ្ឋី
ពេលខឹងក្នុងក្ដាំងខ្លាំងដូចដំរី ខូចខាតដេកដីដួលដូចគោចាស់ ។
ចិត្តហ៊ានបំពានអាងគ្មានរូបកាយ ទៅជិតឬឆ្ងាយប្រព្រឹត្តផ្ដេសផ្ដាស
ចិត្តគុំកួនគ្នាចងពៀរកម្មក្រាស់ ចិត្តស្មុគស្មាញណាស់វិលវល់ដូចផ្សែង ។
ចិត្តឥតភក្ដ្រាអ្នកណាអាចស្គាល់ ចិត្តមានល្បិចកលក្បត់គេក្បត់ឯង
ក្បត់ទាំងសម្ដីដែលខ្លួនសម្ដែង ក្បត់ទាំងខ្លួនឯងនាំឆ្កួតវង្វេង ។
ចិត្តអើយចិត្តហ៊ានបំពានឥតខ្លាស ខ្លួនកាន់តែចាស់ចិត្តកាន់តែក្មេង
ខ្លួនជាអាចារ្យចិត្តជាអ្នកលេង លួចលាក់កិបកេងលែងគិតការងារ ។

ចិត្តអើយឥតក្រែងចិត្តឯងអាងអ្វី ទោះស្តេចសេដ្ឋីចិត្តហ៊ានបញ្ជា
នាំអ្នកមានប្រាក់ឱ្យឆ្កួតច្រើនគ្នា ស្រីស្រោបារបៀចិត្តតែងនាំទៅ ។
ត្រូវតែរៀនរស់ស្វែងរកវិជ្ជា រកអ្នកការពារទប់ចិត្តអាស្រូវ
កុំឱ្យចិត្តទាក់ទម្លាក់ខុសផ្លូវ យកល្អគឺត្រូវអប់រំចិត្តឯង ។

ដោយឧបាសក **គុយ សុធន**

(សៀវភៅ វិធីរម្ងាប់សេចក្តីក្រោធ ទំព័រ ៥៩)

៧៨. សុខចិត្តជួបជុំទោះមានក្រ
សុខចិត្ត-រឿង-ស ល្អជាងខ្មៅ

សុខចិត្ត ផ្តេសផ្តាសនាំប្រាសប្រាត់ រឿង នាំភ្លាំងភ្លាត់ព្រោះប្រហែ ស
សុខចិត្ត ឥតរៀនឥតចាំចេះ រឿង ឥតចំណេះ ចេះខាងខុ ស ។
សុខចិត្ត ឆ្អិតពោះព្រោះចេកខ្ចី រឿង ស្វាយ ទឹកត្រី ជុំស្រី ប្រុ ស
សុខចិត្ត ខិតចូលមិនព្រមចុះ រឿង ត្រូវឬខុស ឥតអៀនខ្មា ស ។
សុខចិត្ត ឥតស្តីអ្វីទាំងអស់ រឿងឃើញគេស្រស់ចង់ផ្តេសផ្តាស
សុខចិត្ត ធ្វើពើធ្វើមុខក្រាស់ រឿង ខុសស្រឡះ ច្បាស់ជាទា ស់ ។
សុខចិត្ត ផ្តេសផ្តាសនាំប្តឹងផ្តល់ រឿង យល់ មិនដល់ នាំទំនា ស់
សុខចិត្ត លះបង់ទ្រព្យរបស់ រឿង ស្មានគេស្មោះ រហូតចា ស់ ។
សុខចិត្ត ប្តេជ្ញាប្តឹងប្តូរប្តី រឿងកូនប្រុសស្រី ត្រូវព្រាត់ប្រាស
សុខចិត្ត បាក់បែកចែកកម្មក្រាស់ រឿង ខុស ឆ្គងខ្លះ ឥតសន្តោ ស ។
សុខចិត្ត ខាងលើកុំឱ្យមាន រឿង ធ្វើ បំពាន តែងតែ ខុ ស
សុខចិត្ត ចាញ់ខ្លះក៏ចាញ់ចុះ រឿង ចេះ សន្តោស ឥត វិនា ស ។
សុខចិត្ត ជួបជុំទោះមានក្រ រឿង អាក្រក់ល្អ រឿងយរាវា ស
សុខចិត្ត អន់អាក់ដាក់មានះ រឿង គ្រប់គ្រងផ្ទះ លំបាកណា ស់ ។

ដោយឧបាសក **គុយ សុធន**

(សៀវភៅ សុខចិត្ត និងគុណភាពនៃជីវិត ទំព័រ ១២៤)

៧៩~ កុំចង់កោងខ្លាំងក្រែងបាក់ខ្នង

បើ~សុខចិត្ត~កុំ~ង

សុខចិត្ត ដិតដាមដោយស្នាមមេត្តា កុំ ខឹងពេលណា ង៉ក់ងរ ដូចក្មេង
សុខចិត្ត ស្តាប់ធម៌ពិតល្អក្រៃលែង កុំ ស្តាប់តែភ្លេង និងបទចម្រៀង ។
សុខចិត្ត ឱនទាបរាបស្មើវណ្ណៈ កុំចាងអាងស័ក្តិជាគ្រឿងមិនទៀង
សុខចិត្ត អាងបុណ្យល្អប្រសើរជាង កុំ កោងកាច់រាងអាងតែមានខ្នង ។
សុខចិត្ត ខិតខំសន្សំមិត្តញាតិ កុំ នាំ វិ វាទ ជាមួយ អ្នក ផង
សុខចិត្ត ជួយគ្នាដោះស្រាយចំណង កុំ នាំ សៅ ហ្មង គុំ ចង កំ ហឹង ។
សុខចិត្ត បង់ទ្រព្យដែលគាប់ចិន្តា កុំ បង់ មេត្តា ដោយ ការ ស្រវឹង
សុខចិត្ត ទន់កាយតែចិត្តរឹងប៉ឹង កុំ សន្សំ ខឹង ប្តឹង គេ ប្តឹង ឯង ។
សុខចិត្ត រស់ជិតជុំមិត្តព្រះធម៌ កុំ ចង់លូកលរឿងស្រីស្រាល្បែង
សុខចិត្ត ធ្វើការទោះបីលីសែង កុំ គប់នឹងល្បែង តែងនាំលិចលង់ ។
សុខចិត្តពឹងលើផលបុណ្យទានសីល កុំ ព្រើលខ្វូចខិល តាមតែចិត្តល្ងង់
សុខចិត្ត គិតកែថៃឈ្មោះពូជពង្ស កុំ ឱ្យលិចលង់ព្រោះតែមោហ៍បាំង ។
សុខចិត្ត សុខកាយដោយក្តីសន្តោស កុំ ហ៊ានធ្វើខុស អាងខ្លួនអ្នកខ្លាំង
សុខចិត្ត រួបរួមសន្សំកម្លាំង កុំចង់កោងខ្លាំងក្រែងលោបាក់ខ្នង ។

សុខចិត្ត គ្រប់យ៉ាងភ័ព្វសំណាងមាន កុំ ធ្វើ បំ ពាន នាំ ឱ្យ សៅ ហ្មូ ខ
សុខចិត្ត មានមិត្តដូចមានរបង កុំ ឱ្យ អ្នក ផង គុំ ចង កំ ហឹ ខ ។
សុខចិត្ត គ្រប់យ៉ាងកសាងជីវិត កុំ ទាល់ គំ និត ឥត គិត ខំ ប្រឹ ខ
សុខចិត្ត យកសាច់ដាច់ចិត្តពីឆ្អឹង កុំ ដេក សម្ងឹង ប្រឹង ចាំ កិបកេ ខ ។
សុខចិត្ត លះទ្រព្យកប់ក្នុងបុណ្យទានកុំ ស៊ី តាម ឃ្លាន ដូច ជា កូនក្មេ ខ
សុខចិត្ត ព្រមតាមហេតុផលផ្សេងៗកុំ ឱ្យ វង្វេង គេង ព្រួយ ចំ បែ ខ ។
សុខចិត្ត ចែកចាយផ្សព្វផ្សាយក្តីសុខ កុំចង់ស្រណុកដោយឥតប្រឹងប្រែ ខ
សុខចិត្តធ្វើឆោតដោយចេះកោតក្រែងកុំ ឱ្យ ផ្គុំ ផ្សែង ក្លែង ដុត ជាភ្លើ ខ ។
សុខចិត្ត ជាធម៌ដ៏ល្អឥតខ្ចោះ កុំ បេះផ្លែអស់ គាស់ គល់ រំលើ ខ
សុខចិត្ត ចិត្តសុខគឺសុខដល់យើង កុំរត់ញាប់ជើងចេញចោលសុខក្នុ ខ ។

ដោយឧបាសក **គ្មុយ សុធន**

(សៀវភៅ សុខចិត្ត និងគុណភាពនៃជីវិត ទំព័រ ១២៩)

៨០~ ខ្ញុំធ្លាក់ខ្លួនហើយ !

នៅពេលស្រេកឃ្លានដឹងរសជាតិឆ្ងាញ់ នៅពេលស្រឡាញ់ដឹងភាពល្អស្អាត
នៅពេលអស់ដើមដឹងពិតជាខាត នៅពេលប្រមាទខាតទាំងជីវិត ។
កាប់គាស់លីសែងដឹងកម្លាំងកាយ ជួបភយន្តរាយដឹងកម្លាំងចិត្ត
ពេលធ្លាក់ខ្លួនក្រដឹងចិត្តញាតិមិត្ត រស់ក្បែរយូរពិតឥតដឹងកិលេស ។
នៅពេលលើកថ្លឹងដឹងពីទម្ងន់ នៅពេលដឹកធ្ងន់ដឹងធុនរទេះ
បររថផ្លូវឆ្ងាយដឹងកម្លាំងសេះ ស្តាប់ធម៌គង់ចេះដឹងខុសឬត្រូវ ។
កាលមិនស្តាប់ធម៌ រឹកវរខ្លាំងណាស់ មិនគោរពចាស់មិនស្តាប់ម៉ែឪ
ដើរលេងភ្លើតភ្លើននាំរឿងអាស្រូវ បំផ្លាញម៉ែឪអស់ស្រូវអស់ស្រែ ។
ពុំចូលសាលារក់ល្បែងគ្រឿងញៀន គ្រូខំទូន្មានក៏ឥតស្តាប់ដែរ
ធ្វើឱ្យម៉ែឪរងទុក្ខឥតល្ហែ ជីវិតឪម៉ែអាប់ឱនរស្មី ។
រដូវត្រជាក់ដឹងអ្នកស្បែកល្អ បានស្តាប់ព្រះធម៌កូនភ្ញាក់ស្មារតី
គប់មិត្តព្រះធម៌រកសុខសិរី រក្សាខន្តីលុបស្នាមដំបៅ ។
ម៉ែឪនៅក្មេងឥតមានទាមទារ ពេលចាស់ជរាដឹងចិត្តកូនចៅ
ធ្វើអ្វីពុំកើតការងារក្នុងក្រៅ ចង់ពឹងកូនចៅឱ្យនៅកំដរ ។

អវិជ្ជាមានធមឹជាគ្រឿងបំភ្លឺ ចន្ទមានពន្លឺជាគ្រឿងលំអ
ម៉ែឪមានកូនជាអ្នកបន្ត មនុស្សដែលបវរលំអដោយសីល ។

ដោយឧបាសក **គុយ សុធន**

(សៀវភៅ សុខចិត្ត និងគុណភាពនៃជីវិត ទំព័រ ១៣៣)

៨១- គោរពព្រះធម៌

(អាឡវកសូត្រ)

សទ្ធហានោ អរហតំ ធម្មំ និព្វានបត្តិយា

សុស្សូសំ លភតេបញ្ញំ អប្បមត្តោ វិចក្ខណោ ។

អ្នកដែលជឿធម៌ព្រះអរហន្តហើយ ធម៌នាំដល់ត្រើយគឺព្រះនិព្វាន
ទាំងមិនប្រមាទឱ្យខាតសីលទាន ធ្វើអ្វីក៏មានការពិចារណា ។
ជាអ្នកស្តាប់ធម៌គោរពដោយល្អ មិនធ្វើមាត់ ក មិនពោលចរចា
មិនធ្វើរំខានពេលស្តាប់ទេសនា តែងបានបញ្ញាភ្លឺថ្លាដោយពិត ។
សូមពុទ្ធបរិស័ទអ្នកស្តាត់រកធម៌ ប្រុងស្តាប់ដោយល្អយកជាគំនិត
ទុកជាមេរៀនសម្រាប់ជីវិត កុំឱ្យងងឹតរហូតមរណា ។

ដោយឧបាសក **គុយ សុធន**

(សៀវភៅ សុខចិត្ត និងគុណភាពនៃជីវិត ទំព័រ ១៣៤)

៨២_ កុំចេះតែចង់ គ្មានបួងកុំទៅ

បានអានបានស្តាប់សារសព្ទវែងខ្លី ពាក្យពេចន៍មានន័យសម្ដីទឹកឃ្មុំ
ផ្អែមល្ហែមរៀបរាប់បង្កប់អប់រំ ធម៌ព្រះពាក្យព្រហ្មចាស់ទុំទូន្មាន ។
ថាកុំចង់បានរបស់ដែលអត់ ហេតុមិនប្រាកដកុំចង់បំពាន
កុំជាប់ចិត្តនឹងរបស់ដែលមាន អ្វីទាំងប៉ុន្មានពុំមានខ្លឹមសារ ។
ព្រោះអ្វីកើតឡើងមានហេតុបច្ច័យ ពេលហេតុអស់ថ្លៃរលត់សង្ខារ
កើតហើយអស់ទៅជារឿងធម្មតា ជរាពិការជាអ្នកកំដរ ។
គ្មានអ្វីដែលល្អសម្រាប់យើងឡើយ ជាងយើងនេះហើយដែលជាមនុស្សល្អ
ប្រព្រឹត្តបដិបត្តិតាមផ្លូវព្រះធម៌ ជីវិតបវរទទួលជោគជ័យ ។
ជីវិតជាការតស៊ូប្រឹងប្រែង អប់រំខ្លួនឯងតាមធម៌វិន័យ
កុំអស់សង្ឃឹមគិតតែពីភ័យ ត្រូវខំលកលៃតាមតួនាទី ។
ជីវិតជាការប្រែប្រួលប្តូរផ្លាស់ ពីក្មេងទៅចាស់ជរាញាំញី
ចុងក្រោយគឺស្លាប់ចោលលើប្រឹថពី ចំណើធរណីចោលកូនរហង់ ។
ជីវិតប្រៀបដូចជាការដើរផ្លូវ ព្រះធម៌គង់នៅប្រៀបដូចជាបួង
ផែនទីនៅមានម្តេចមិនតម្រង់ ដើរវិលឥតបួងកុំចង់ដល់ឆាប់ ។

ភ្លឺណាស់ច្បាស់ណាស់ព្រះសទ្ធម្មថ្លៃ អស់ក្តីសង្ស័យក្រោយពីបានស្តាប់
ប្រៀបដូចបើកផ្ការរបស់ដែលផ្កាប់ ឬដូចគេប្រាប់អ្វីដែលកំបាំង ។
ដូចបង្ហាញផ្លូវដល់អ្នកវង្វេង ដែលដើរផ្សងព្រេងឱ្យដល់ទីតាំង
ឬដូចគេទ្រោលប្រទីបបញ្ចាំង ទីងងឹតខ្លាំងឱ្យមានរស្មី ។
អ្នកមានភ្នែកភ្លឺអាចយល់សណ្ឋាន មើលឃើញដឹងបានចម្រើនស្មារតី
គេចផុតវាលភក់នរកអវិចី ឆ្លងផុតទុក្ខភ័យអាស្រ័យធម្មយាន ។
ខ្ញុំសូមប្រកាសសច្ចវាចា ថាបុណ្យនេះណាកើតព្រោះធម្មទាន
ដែលធ្លាប់បានស្តាប់មកទាំងប៉ុន្មាន នាំចិត្តសន្តានឱ្យមានសទ្ធា ។
សូមអនុមោទនាកុសល ឧទ្ទិសជូនផលដល់ញាតិគ្រប់គ្នា
មាតាបិតាគ្រូឧបជ្ឈាយ៍ បងប្អូនមីងមាញាតិគ្រប់សន្តាន ។
សូមឱ្យបានសុខសិរីសួស្តី ផុតទុក្ខផុតភ័យរកស៊ីមានបាន
សូមបុណ្យដែលខ្ញុំធ្វើទាំងប៉ុន្មាន ជួយនាំរុញច្រានបានជួបធម៌ពិត ។
បើមានគូគ្រងសូមគូដោយធម៌ បើមានកូន ៗ សូមជាបណ្ឌិត
សូមជួបតែញាតិជាកល្យាណមិត្ត សូមមានគំនិតគិតតែរឿងល្អ ។
គ្រប់ជាតិសូមជួបតែផ្លូវមានប្លង់ បុណ្យជួយតម្រង់ទានតាមកំដរ
បើមានភ្លាំងភ្លាត់សីលស្រង់បន្ត សូមតោងព្រះធម៌លុះដល់និព្វាន ។

ចាប់ពីបច្ចុប្បន្នជាតិនេះតទៅ សូមដើរតាមផ្លូវនៃព្រះទ្រង់ញាណ
ផ្លូវថ្មៃបន្ទំកុំឱ្យកើតមាន សូមដល់និព្វានកុំឃើតយូរឡើយ ។

សូមអនុមោទនា !

ដោយឧបាសក **គុយ សុធន**

(សៀវភៅ មេរៀនជីវិត ទំព័រ ១២១)

៨៣_ កូនបីប្រភេទ

អ្នកជាម៉ែឪតែងនៅនែបនិត្យ ចង់ឃើញកូនពិតតាំងពីក្នុងផ្ទៃ
ផែនការជីវិតគិតជាប់មមៃ មុននឹងកូនថ្លៃប្រសូតចាកគភ៌ ។
ដ្បិតជាកូនហើយអ្នកណាមិនគិត ចង់បានកូនពិតប្រកបដោយធម៌
ពេលកូនកើតមកខំប្រឹងបីព បើបានកូនល្អម៉ែឪអរណាស់ ។
តែកូនទាំងឡាយមានបីប្រភេទ ចូរចាំសង្កេតពិនិត្យឱ្យច្បាស់
ដូចដូងមួយធ្លាយមានតក់នាឡិខ្លះ កម្មរៀបប្តូរផ្លាស់តាមបុណ្យម៉ែឪ។
ទីមួយគឺជាអតិជាតបុត្រ កូនល្អបំផុតចេះដឹងខុសត្រូវ
មានសីលខ្ពង់ខ្ពស់លើសពីម៉ែឪ រស់ឥតអាស្រូវជួយលើកឪម៉ែ។
ទីពីរគឺជាអនុជាតបុត្រ មានសីលបរិសុទ្ធស្មើឪម៉ែដែរ
អាចអប់រំបានមិនលំបាកថៃ មិនឱ្យឪម៉ែទុក្ខសោកសង្រេង ។
ទីបីគឺជាអវជាតបុត្រ ខិលខូចបំផុតតាំងតែពីក្មេង
អប់រំពុំបានលំបាកក្រៃលែង ម៉ែឪវង្វេងព្រោះកូនតិរច្ឆាន ។
តើបុណ្យម៉ែឪត្រូវជួបកូនណា កូនបីប្រការម៉ែឪគង់បាន
ជួបកូនណាមួយឥតបីខកខាន សូមតាំងសន្តានឱ្យបានមាំទាំ ។

បើបានកូនល្អក៏ត្រេកអរចុះ　　បើបានកូនខុសក៏ត្រូវខិតខំ
កុំអស់សង្ឃឹមក្នុងការដឹកនាំ　　អប់រំផ្សែផ្សំតាមតួនាទី ។
ត្រូវចែកវិជ្ជាជាកេរដល់កូន　　គុណឥតសាបសូន្យម៉ែឪទាំងពីរ
កូនមានកតញ្ញូកតវេទី　　ដល់លោកទាំងពីរបានសុខសិរី ។
ព្រះគុណម៉ែឪសែនធ្ងន់ពេកក្រៃ　　ពុំអាចកាត់ថ្លៃធ្ងន់លើសផែនដី
គ្រប់គ្រងរក្សាកូនទាំងប្រុសស្រី　　ដោយចិត្តមេត្រីប្រណីអាណិត ។
កូនណាភ្លាំងភ្លាត់ភ្លេចគុណម៉ែឪ　　បាបធ្ងន់ធ្លាក់ជ្រៅក្នុងភពងងឹត
បើមិនព្រមកែប្រែចិត្តគំនិត　　ដូចអស់ជីវិតសល់តែរាងកាយ ។
ពេលអស់បុណ្យចាស់ស្លាប់ផ្លាស់ជាតិថ្មី នរកអវិចីហួសក្តីបរិយាយ
ព្រោះតែវង្វេងភ្លេចឪពុកម្តាយ　　ធ្លាក់ទៅអបាយពុំងាយរួចបាន ។
ចំណែកកូនដែលដឹងគុណម៉ែឪ　　គឺដើរត្រូវផ្លូវឆ្ពោះទៅសួគ៌ឋាន
រស់នៅមានន័យប្រពៃថ្កើងថ្កាន　　ស្លាប់ទៅក៏បានសោយសុគតិភព ។

ដោយឧបាសក **គួយ　សុធន**

៨៤. ទារុណស្ត្រី

គំរូជីវិតកម្រិតវាសនា		គម្រោងតណ្ហាគំរាមរឿងពិត
គម្លានចង់ឆ្ងាញ់កំណាញ់ស្វាញស្វិត		កម្លៅបាំងបិទកម្រិតភពថ្មី ។
កំណើនភោគផលកំណល់វណ្ណៈ		គំនរមាសប្រាក់អន្ទាក់លោកីយ៍
កំហឹងខ្លួនឯងកំហែងស្មារតី		កំហុសអប្រិយ៍កំហែងចិន្តា ។
កំណល់បាក់ភ្លាត់កំណត់ទុក្ខភ័យ		កំណែខុសន័យកំណួចបញ្ហា
គំនុំគុំកួនគំនិតឫស្យា		គំនូសស្នេហាគំនាបគាបចង ។
កាលនៅផ្ទះស្លឹកដំបូលធ្លុះធ្លាយ		គិតថាពុំងាយរកប្ដីដូចបង
បាំងភ្លៀងឱ្យអូនបីកូនត្រកង		ភ្លៀងយប់ម្ដង៧បងឥតនិទ្រា ។
កាលនៅនឿយហត់កម្សត់ក្រីក្រ		មានចិត្តស្មោះសរដល់គ្នានឹងគ្នា
ក្រោយពេលរកបានមានទ្រព្យធូរធារ បែរភ្លេចភរិយាទៅមានស្រីថ្មី ។
មាសប្រាក់សម្បូរផ្លាស់ប្ដូរប្រពន្ធ		នេះជាទារុណសម្រាប់ស្ត្រី
កូនឈឺយប់ស្ងាត់បាត់ស្រមោលប្ដី		ធ្វើឱ្យទ្រូងស្រីចំបែងពេកក្រៃ ។
ការងារស្ត្រីគ្មានអ្វីធ្ងន់ទេ		តែគ្មានទំនេរទេក្នុងមួយថ្ងៃ
បោសជូតសំអាតបោកគក់ញាប់ដៃ		ដាំស្លកែច្នៃសម្រាប់គ្រួសារ ។

ការងារច្រើនពិតស្រីឥតសំណាង　　ព្រោះឥតភស្តុតាងផលនៃកិច្ចការ
លាងចានដុសឆ្នាំងឥតមានខ្លឹមសារ　　ធ្វើម្ហូបអាហារហូបអស់គ្មានសល់ ។
ជាតិជាស្ត្រីមានភ័យច្រើនយ៉ាង　　បើមានសំណាងអាចធូរកង្វល់
ពេលជួបវិបត្តិបន្សាត់តាមខ្យល់　　ពេលមានកង្វល់រកធម៌មកកាត់ ។
មោហៈចាត់ចែងតែងនាំវង្វេង　　ទំនាស់ទាស់ទែងតែងមានវិបត្តិ
ធម្មៈគ្រប់យ៉ាងតែងតែមានអត្ថ　　គ្រប់ការបដិបត្តិតែងមានទិសដៅ ។
ភ្លើងក្រុងឬស្រែតែងតែមានផ្សែង　　ចិត្តឥតចេះក្រែងតែងនាំហ្មងសៅ
សុរិយាចាំងចែងតែងមានកម្តៅ　　គប់អ្នកល្ងង់ខ្លៅតែងតែវិនាស ។
ចន្ទចាកពពកតែងចាំងរស្មី　　ផុតពេលរាត្រីសុរិយាតែងរះ
បូជាព្រះពុទ្ធតែងមានតេជះ　　បូជាធម៌ព្រះតែងមានបញ្ញា ។
ព្រះធម៌មែនពិតឥតគិតប្រុសស្រី　　អ្នកមានស្មារតីគោរពជ្រះថ្លា
ទ្រទ្រង់ព្រះធម៌ធម៌តែងរក្សា　　ឆ្លងវដ្តសង្សារដល់ត្រើយសុខសាន្ត ។

ដោយឧបាសក **គុយ សុធន**

(សៀវភៅ ជំនួយសតិភាគ ៩ ទំព័រ ២៣៩)

៨៥. ទារុណស្ត្រី

ជីវិតសត្វលោកស្វែងរកក្ដីសុខ តែងតែជួបទុក្ខគ្រប់រូបទាំងអស់
ឯទុក្ខស្ត្រីច្រើនជាងបុរស បើប្ដីមិនស្មោះរស់លំបាកក្រៃ ។
ការងារស្ត្រីគ្មានអ្វីធ្ងន់ទេ តែគ្មានទំនេរទេក្នុងមួយថ្ងៃ
បោសជូតសំអាតបោកគក់ញាប់ដៃ ដាំស្លក្រៃឆ្នៃសម្រាប់គ្រួសារ ។
ការងារច្រើនពិតស្រីឥតសំណាង ព្រោះឥតភ័ស្តុតាងផលនៃកិច្ចការ
លាងចានដុសឆ្នាំងឥតមានខ្លឹមសារ ធ្វើម្ហូបអាហារហូបអស់គ្មានសល់ ។
ជាតិជាស្ត្រីមានភ័យច្រើនយ៉ាង បើមានសំណាងអាចធូរកង្វល់
ពេលជួបវិបត្តិបន្សាត់តាមខ្យល់ ពេលមានកង្វល់គិតតាមធម៌ម្ដង ។
កាលនៅផ្ទះស្លឹកដំបូលធ្លុះធ្លាយ គិតថាមិនងាយរកប្ដីដូចបង
បាំងភ្លៀងឱ្យអូនបីកូនត្រកង ភ្លៀងយប់ម្ដងៗបងឥតនិទ្រា ។
កាលនៅនឿយហត់កំសត់ក្រីក្រ មានចិត្តស្មោះសរដល់គ្នានឹងគ្នា
ក្រោយពេលរកបានមានទ្រព្យធូរធារ បែរភ្លេចភរិយាទៅមានស្រីថ្មី ។
មាសប្រាក់សម្បូរផ្លាស់ប្ដូរប្រពន្ធ នេះជាទារុណរបស់ស្ត្រី
កូនឈឺយប់ស្វាត់បាត់ស្រមោលប្ដី ធ្វើឱ្យទ្រូងស្រីចំបែងពេកក្រៃ ។

តែទោះយ៉ាងណាស្រីឥតត្អូញត្អែរ ខំរក្សាស្នេហ៍ថែគុណតម្លៃ
ព្រោះបានគិតថាប្ដីជាម្ចាស់ថ្លៃ ទីពឹងអាស្រ័យរបស់គ្រួសារ ។
ការងាររកប្រាក់ជាការលំបាក ស្រីខំឥតស្រាកដោះស្រាយបញ្ហា
ធ្វើដោយអត់ធន់រីករាយចិន្ដា ដោយស្រីគិតថាប្ដីខ្លួនស្មគ្រស្មោះ ។
ពុំដែលរំលើកគុណខ្លួនឯងឡើយ ខំប៉ុណ្ណឹងហើយនៅតែចន្លោះ
ស្វាមីពុំយល់ចិត្តប្រពន្ធសោះ លួចលាក់ឡេះឡោះរួមរ័កអ្នកផ្សេង ។
គ្មានអ្វីទុក្ខធ្ងន់ជាងបាត់ស្វាមី ប្ដីមានគូថ្មីឈឺចាប់ក្រៃលែង
ទ្រាំពុំហ៊ានស្ដីព្រោះខ្លាចទាស់ទែង កំព្រាដល់ក្មេងវង្វេងបែកគ្នា ។
ទុក្ខប៉ុណ្ណឹងហើយនៅគ្រាន់បើទេ ទុក្ខធ្ងន់ច្រើនទ្វេហើយសែនគ្រាំគ្រា
បាត់ប្ដីនៅគ្រាន់ព្រោះខ្លួននៅជា ទុក្ខហួសពណ៌នាគឺប្ដីឆ្លងអេដស៍ ។
កាលពេលដំបូងឮគេផ្សព្វផ្សាយ រឿងរោគទាំងឡាយដោយក្រុមគ្រូពេទ្យ
ថាជំងឺឆ្លងមានច្រើនប្រភេទ តែបើឆ្លងអេដស៍ពេទ្យជួយពុំបាន ។
ចង់ដាស់តឿនដែរតែខ្លួនជាស្រី ចង់រំលឹកប្ដីក្រែងហួសប្រមាណ
ចង់ប្រាប់ប្ដីថាបើទ្រាំពុំបាន ប្រើស្រោមកុំខានកុំប្រហែសឡើយ ។
ចំណូលលែងមានពានត្រូវចំណាយ ប្រាក់ក៏អស់ចាយប្ដីឈឺឥតស្បើយ
ចង់ចេញទៅរកទៅពុំរួចឡើយ រោគប្ដីឥតស្បើយត្រូវថែយប់ថ្ងៃ ។

ក្រោយពេលប្តីស្លាប់កូនក៏ចាប់ឈឺ ចេញមុខជំងឺរោគរាគរុំារ៉ៃ
ប្តីស្លាប់កូនស្លាប់ប្រាក់អស់ពីដៃ រោគរាគរុំារ៉ៃឆ្លងដល់ខ្លួនទៀត ។
ចិត្តមួយគិតកូនដែលនៅក្មេងវ័យ ខ្វះទាំងចំណីទ្រូងសែនចង្អៀត
ឯម្តាយក៏ចាស់ខ្វះទាំងមិត្តញាតិ ខ្លួនឯងឈឺទៀតមានអ្វីពឹងពាក់ ។
ខ្ញុំសូមប្រកាសផ្តែផ្តាំទុកថា កើតអេដស៍នេះណាត្រូវការញាតិជាក់
ចង់ជួបអ្នកដែលរាប់អានរាក់ទាក់ ព្រោះដឹងខ្លួនជាក់ពិតជាមរណា ។
អ្នកកើតរោគអេដស៍ត្រូវការដោយពិត ការលើកទឹកចិត្តដោយក្តីមេត្តា
អំពីញាតិមិត្តនិងក្រុមគ្រួសារ ចង់ជួបចរចាទាំងក្មេងទាំងចាស់ ។
ញាតិមិត្តជាច្រើនគេតែងគិតថា រោគអេដស៍នេះណាគួរស្អប់ខ្ពើមណាស់
ទារុណស្ត្រីទុក្ខយ៉ាងណាខ្លះ គ្រួសារវិនាសស្លាប់ដោយរោគអេដស៍ ។

ដោយឧបាសក **គុយ សុធន**

(ជួយផ្តល់ជាគំនិត សេចក្តី ដោយលោកស្រីវេជ្ជបណ្ឌិត **ឆេព សំណាង** អនុប្រធាន
ផ្នែកប្រស្រ័យទាក់ទង ដើម្បីផ្លាស់ប្តូរការប្រព្រឹត្តនៃមជ្ឈមណ្ឌលជាតិប្រយុទ្ធ
នឹងជំងឺអេដស៍ សើស្បែក និងកាមរោគ) ។

៨៦. ការដឹងគុណរបស់អ្នកជំងឺអេដស៍

សូមថ្លែងអំណរគុណដល់ញាតិមិត្ត ទាំងឆ្ងាយទាំងជិតទាំងលោកគ្រូពេទ្យ
ក្នុងនាមខ្ញុំជាអ្នកជំងឺអេដស៍ រួមទាំងពីរភេទសែនអរគុណណាស់ ។
ដែលបានចេញចូលសាកសួរគួរសម រំលែកទុក្ខខ្ញុំទាំងក្មេងទាំងចាស់
ទោះដឹងថាខ្ញុំកើតរោគផ្ដេសផ្ដាស ដឹងរោគរឿងច្បាស់ក៏ញាតិពុំស្អប់ ។
ពេលខ្ញុំមានព្រួយជួយលើកទឹកចិត្ត ខ្ញុំកើតអេដស៍ពិតញាតិនៅតែរាប់
ពេលដែលខ្ញុំឈឺក្រីក្រគ្មានទ្រព្យ ផ្ដល់បាយកញ្ចប់ម្ហូបនំចំណី ។
ញាតិមិត្តចែកឱ្យដោយក្ដីមេត្តា ព្រមទាំងករុណារក្សាមេត្រី
ឥតគិតសំណងសងគុណជាអ្វី ដឹងថាខ្ញុំក្ស័យឆាប់ៗពុំខាន ។
សូមថ្លែងអំណរគុណដ៏អនេក ថ្ងៃនេះថ្ងៃស្អែកខ្ញុំនឹងចែកស្ថាន
សូមឱ្យបងប្អូនរុងរឿងថ្កើងថ្កាន ជួបតែសុខសាន្តកុំឱ្យដូចខ្ញុំ ។
វាចាផ្ដែផ្ដាំបណ្ដាំចុងក្រោយ ទោះជាខ្សត់ខ្សោយត្រូវជួយអប់រំ
ចេះរក្សាខ្លួនគោរពចាស់ទុំ ស្នេហ៍មួយមនោរម្យដោយចិត្តភក្ដី ។
ឯការទប់ស្កាត់ការរីករាលដាល រោគអេដស៍គ្រប់កាលជំងឺអប្រិយ៍
ជាតួនាទីយើងទាំងប្រុសស្រី ត្រូវមានស្មារតីប្រយុទ្ធរួមគ្នា ។

រោគអេដស៏ពុំអាចព្យាបាលបានឡើយ បើឆ្លងអេដស៍ហើយចាំតែវេលា
មុននឹងមរណាមហាសែនវេទនា តែអ្នកនៅជាអាចបង្ការបាន ។
បុរសត្រូវចេះទទួលខុសត្រូវ ជីវិតរស់នៅត្រូវរក្សាប្រាណ
កុំចម្លងអេដស៍ដល់ញាតិសន្តាន ប្រពន្ធសុខសាន្តកូនមានអនាគត ។

ដោយឧបាសក **គុយ សុធន**

(ជួយផ្តល់ជាគំនិត សេចក្តី ដោយលោកស្រីវេជ្ជបណ្ឌិត **ទេព សំណាង** អនុប្រធាន
ផ្នែកប្រស្រ័យទាក់ទង ដើម្បីផ្លាស់ប្តូរការប្រព្រឹត្តនៃមជ្ឈមណ្ឌលជាតិប្រយុទ្ធ
នឹងជំងឺអេដស៍ សើស្បែក និងកាមរោគ) ។

៨៧. តួនាទីបុរស

ជីវិតនៅរស់បុរសនារី មានតួនាទីគ្រប់គ្នាទាំងអស់
ឯតួនាទីសម្រាប់បុរស តាំងពីកំលោះទល់មានកូនចៅ ។
ពេលនៅកំលោះរក្សាឪម៉ែ យកចិត្តមើលថែកុំឱ្យហ្មងសៅ
ជួយមើលបងប្អូនគ្រប់គ្រងប្រដៅ កុំឱ្យល្ងង់ខ្លៅត្រូវខំពុះពារ ។
ពេលមានប្រពន្ធគន់ថែមមួយកង គិតម៉ែឪផងថែមទាំងភរិយា
ម៉ែក្មេកឪក្មេកផ្គាប់គ្រប់វេលា ចេះរក្សាគ្នាទាំងបងប្អូនថ្លៃ ។
ពេលមានកូនហើយព្រងើយម្ដេចបាន ទោះមានប៉ុន្មានក៏ត្រូវញាប់ដៃ
គិតទាំងម៉ែឪទាំងប្រពន្ធថ្លៃ ថែមបុត្រចរណៃក្នុងដៃបុរស ។
ដើម្បីជួយដល់អ្នកខាងលើនេះ ត្រូវគិតត្រិះរិះកុំបីចន្លោះ
ជួយខ្លួនឯងសិនណាអ្នកកំលោះ ទើបញាតិទាំងអស់រស់ទីពឹងបាន ។
សេពគប់មិត្តល្អលំអជីវិត សេពគប់បាបមិត្តពិតនាំរំខាន
ស្រីស្រាគ្រឿងញៀនពិតលំបាកប្រាណ អប់រំសន្ដានបានសុខសិរី ។
ធ្វើជាគំរូដ៏ល្អដល់កូន ម៉ែឪបងប្អូនស្ដាប់ពាក្យសម្ដី
កូនពឹងឪពុកប្រពន្ធពឹងប្ដី ដោយចិត្តមេត្រីប្រណីមេត្តា ។

កុំចម្លងរោគដល់កូនប្រពន្ធ　　កុំដាក់ទារុណដល់ក្រុមគ្រួសារ
កុំភ្លេចប្រើស្រោមបើស្កុនតណ្ហា　　កុំនាំសោកាព្រោះអេដស៍ឱ្យសោះ ។
បើឆ្លងអេដស៍ហើយកម្លាំងចុះខ្សោយ　　មានអ្វីក៏ដោយក៏ត្រូវតែអស់
អ្នកឆ្លងត្រូវស្លាប់ស្លាប់ទាំងអាប់យស　　ឯអ្នកនៅរស់រស់ដោយកំព្រា ។
ម៉ែឪចាស់ៗស្ទើរអស់ស្មារតី　　ពេលដឹងសេចក្តីថាកូនពុំជា
បន្សល់ចៅៗឱ្យនៅកំព្រា　　ម៉ែឪជរាតើសង្ឃឹមអ្វី ។

ដោយឧបាសក **គុយ សុធន**

(ជួយផ្តល់ជាគំនិត សេចក្តី ដោយលោកស្រីវេជ្ជបណ្ឌិត **ឆេព សំណាង** អនុប្រធាន ផ្នែកប្រស្រ័យទាក់ទង ដើម្បីផ្លាស់ប្តូរការប្រព្រឹត្តនៃមជ្ឈមណ្ឌលជាតិប្រយុទ្ធ នឹងជំងឺអេដស៍ សើស្បែក និងកាមរោគ) ។

៨៨. អាគមផ្សំអាយុស

វាយោបក់ផាត់បន្ទាត់ពពក ចន្រ្ទាយាងមកបំភ្លឺផែនដី
សន្សើមក៏ធ្លាក់ក្នុងពេលរាត្រី ឈើលាស់ត្រួយថ្មីជម្រុះស្លឹកចាស់ ។
ជំនោរត្រជាក់ធ្លាក់ពេលជិតភ្លឺ លង់លក់មិនឮមាន់រងាវដាស់
ក្មេងកាន់តែធំខ្ញុំកាន់តែចាស់ ទារកកើតផ្លាស់ចាស់ស្លាប់ពេញដី ។
សប្បាយនឹងវ័យក្មេងខ្ចីសោភា ភ្លេចគិតជរាយកជាចំណី
នឹងមានថ្ងៃមួយស្លាប់ចាប់ភពថ្មី បាបក្តីបុណ្យក្តីកម្មអ្នកចាត់ចែង ។
ពីតូចដល់ធំធំដោយកង្វល់ ក្នុងចិត្តឥតខ្យល់ភ្លើងឆេះឥតផ្សែង
ថាកូននៅតូចលំបាកខ្លួនឯង ដល់ធំស្វះស្វែងជួយឯងវិញហើយ ។
សេចក្តីសង្ឃឹមបានត្រឹមខកចិត្ត កូនខ្ញុំធំពិតធំឥតកោះត្រើយ
ធំលប់ម៉ែឪកប់បាត់អស់ហើយ ឱម្ចាស់ថ្លៃអើយធំហួសពឹងបាន ។
កូនតូចព្រួយតូចកូនធំព្រួយធំ កូនពេញក្រមុំព្រួយនឹងថៃប្រាណ
ឯកូនកំលោះសោះតែនឹងខាន ចូលផ្ទះថ្មើរម៉ានបានរឿងតែម្តង ។
ក្រមុំលលេងជាមួយកំលោះ ជ្រុលខូចខ្លួនអស់អ្នកណាចម្លង
ខុសទាំងមេបាប្រហារគភ៌ផង ខុសធ្ងន់កន្លងព្រោះលង់គំនិត ។

សប្បាយនឹងស្រោសង្ហានឹងស្រី ឆ្លងរោគអប្រិយ៍អស់ន័យជីវិត
មនុស្សមានតម្លៃហេតុអ្វីមិនគិត បន្ថោកជីវិតដូចជាល្បែងលេង ។
ចង់តម្កើងប្រាណឱ្យបានខ្ពង់ខ្ពស់ តែត្រូវអាប់យសព្រោះតែទាស់ទែង
រឿងរីករាលធំរីតតែវង្វេង ស្លាប់ដល់គេឯងព្រោះសម្ដីថ្លោស ។
សម្ដីហួសប្រាជ្ញអាចបណ្ដាលភ័យ សម្ដីឥតន័យតម្លៃធ្លាក់ចុះ
សម្ដីរោយរាយបណ្ដាលកំហុស ប្រាជ្ញឥតសន្ដោសគ្រោះព្រោះសម្ដី ។
ទំនាស់បែកបាក់ធ្លាក់ដល់អន្តរាយ ខំសាងពីនាយខូចគ្មានសល់អ្វី
ខូចឈ្មោះម្ដងហើយពុំងាយកែថ្មី គ្រប់អ្នកដើរក្ដីគ្មានអ្នកណាល្អ ។
រស់នៅទៅមកឥតស្គាល់ទីតាំង វិកនៅនឹងឆ្នាំងឥតស្គាល់សម្ល
ឆ្កែដេកលើស្រូវឥតស្គាល់អង្ករ រស់នឹងព្រះធម៌នៅតែទាស់គ្នា ។
សត្វហើរតាមខ្យល់ឥតស្គាល់វេហា ត្រីក្នុងជលសាឥតស្គាល់គង្គា
ជន្លេនរុកដីឥតស្គាល់ពសុធា រស់រងវេទនាមិនស្គាល់ក្ដីទុក្ខ ។
វាលវដ្ដសង្សារមិនអាចរៀបរាប់ សុទ្ធសឹងតែធ្លាប់ជាម្ដាយឪពុក
ឥឡូវលែងស្គាល់ចិត្តក្ដៅគគុក ប្រឆាំងទល់មុខបុករុកសាសនា ។
ខំយកឈ្នះចាញ់អញ្ចឹងឥតលើកលែង សូម្បីឈាមឯងក៏ឥតមេត្តា
សុខចិត្តអារសាច់ទៅជូនសត្វខ្លា ឱ្យតែអាត្មាបានឈ្នះមួយគ្រា ។
យកឈ្នះចាញ់គ្នាបានប្រយោជន៍អ្វី ឈ្នះអ្នកដទៃទេនាំពៀរវេរា

បើឈ្មោះខ្លួនឯងនោះទើបល្អជា សុខគ្រប់វេលាជីវិតប្រិមប្រិយ ។
សន្សំកុសលបានផលបុណ្យស័ក្តិ សន្សំមាសប្រាក់បានថ្នាក់សេដ្ឋី
សន្សំចាក់រុកបានទុក្ខព្រួយភ័យ ស្លាប់ទៅអវិចីព្រោះសន្សំខុស ។
សូមធម៌មេត្តាលោកកុំបីភ្លេច តាមជាប់ជានិច្ចនឹងជនស្រីប្រុស
សូមឱ្យទោសៈដាក់ខ្លួនទាបចុះ កុំនាំកំហុសដល់ជនគ្រប់គ្នា ។
ធ្វើគថ្លង់ខ្លះច្បាស់ជាប្រពៃ ពោលច្រើនឥតន័យនាំគេនិន្ទា
ត្រចៀកព្ទច្បាស់ឥតខ្វះមួយឃ្លា ហេតុហួសពណ៌នាធ្វើថ្លង់សិនទៅ ។
មាត់អ្នកដទៃពុំអាចនឹងឃាត់ ត្រូវមានអំណត់សតិតាំងនៅ
សំឡេងយើងល្អរឿងហួសជម្រៅ ធ្វើគសិនទៅកុំអាលព្ទមាត់ ។
សូមធម៌អំណត់ព័ទ្ធធម៌អំណាច ព័ទ្ធធម៌កោងកាចធម៌ល្ងីងជូរចត់
ធម៌ចាក់រុកគ្នាក្នុងសង្សារវដ្ត សូមធម៌អំណត់ហ៊ុមព័ទ្ធឱ្យជិត ។
សូមដួងចន្ទ្រាជួយជាបញ្ញា សូមដួងតារាជួយជាគំនិត
សូមដងគីរីជួយបាំងឱ្យជិត ឱ្យអំណត់ពិតផុតពីអន្តរាយ ។
សូមព្រះវាយោជួយកម្លាំងចិត្ត សូមព្រះអាទិត្យជួយកម្លាំងកាយ
សូមព្រះអគ្គីជួយពីចម្ងាយ សត្រូវឱ្យក្លាយជាកងការពារ ។
សូមព្រះធរណីជួយរៀបចាត់ចែង សូមព្រះសូរ្យសែងបំភ្លឺគ្រប់គ្រា
សូមឱ្យធម្មជាតិជាញាតិនឹងគ្នា សូមព្រះគង្គាជួយគ្រប់ទិសទី ។

ឱ្យខ្មោចក្នុងក្រៅខ្លួបខ្លាចព្រះគុណ សូមព្រះពិរុណជួយប្រសិទ្ធិ
ឱ្យធម៌កោងកាចកប់ក្នុងធរណី ឱម ប្រសិទ្ធិ វិ. សុ. អ. ។

ដោយឧបាសក **គួយ សុធន**

(សៀវភៅ បទពិចារណា ទំព័រ ១៣៤)

៨៩. ឱ ! បុណ្យចូលឆ្នាំថ្មីអើយ

បុណ្យចូលឆ្នាំថ្មីសិរីមង្គល តែបើឃើញយល់សង្វេគអស្ចារ្យ
ជុំគ្នាលេងល្បែងទទួលទេវតា ក្លែមសាច់ផឹកស្រាទទួលឆ្នាំថ្មី ។
ក្រមុំគប់ទឹកតម្រង់កំលោះ បុរសបន្លំចាប់ប៉ះស្រីៗ
គប់គេចចុះឡើងជួបនឹងគ្រោះភ័យ តើចូលឆ្នាំថ្មីសិរីត្រង់ណា ។
បុណ្យចូលឆ្នាំថ្មីដែលប្រពៃពិត ជួបជុំញាតិមិត្តមាតាបិតា
ធ្វើបុណ្យដាក់បាត្រស្តាប់ធម៌ទេសនា ចម្រើនមេត្តាដល់គ្នានឹងគ្នា ។
ព្រោះពេលរស់នៅមានតិចតួចណាស់ អាចស្លាប់ព្រាត់ប្រាសគ្រប់ពេលវេលា
ម្យ៉ាងក្មេងឥឡូវច្រើនមិនសូវជា គ្រោះថ្នាក់គ្រាំគ្រាស្លាប់ច្រើនជាងចាស់ ។
ព្រោះតែភ្លើតភ្លើនភ្លាំងភ្លាត់ស្មារតី ទាំងប្រុសទាំងស្រីពុំសូវអៀនខ្មាស
មិនស្តាប់ម៉ែឪមិនគោរពចាស់ ពូកែខ្លាំងណាស់ខាងអនាចារ ។
អ្នកនាំវឹកវរបង្កជម្លោះ អ្នកនាំរងគ្រោះដល់ជាតិសាសនា
ស្រុកភូមិវឹកវរព្រោះក្មេងឫស្យា មាតាបិតាខ្លោចផ្សាព្រោះកូន ។
សូមចូលឆ្នាំខ្មែរប្រែមានរស្មី ទទួលសិរីកុំបីសាបសូន្យ
ជួបជុំសាច់ញាតិសង្គ្រោះបងប្អូន ម៉ែឪជួបកូនសប្បាយដោយធម៌ ។

ដោយអ៊ំប្រុស **គុយ សុធន**

(សៀវភៅ បារមីភាគទី ១ និងខ្លឹមសារខ្លីៗ ទំព័រ ១២១)

៩០‿ បារមីក្រៅព្រះពុទ្ធសាសនា

ទឹកចិត្តស្នេហាកាប់ឆ្ការវណ្ណៈ ទឹកជន់ហូរចាក់ទម្លាក់ច្រាំងដី
ផ្លូវចាស់បាក់ទៅបង្កើតផ្លូវថ្មី មនុស្សនិងផែនដីអ្នកណាជាម្ចាស់ ។
អតីតអស់ទៅតែនៅបច្ចុប្បន្ន អនាគតមកទាន់តើសល់អ្វីខ្លះ
ចុងក្រោយគឺស្លាប់ចោលដីស្រឡះ អ្នកណាជាម្ចាស់យូរណាស់មកហើយ ។
កាលដើមធ្លាប់ល្បីលើទ្វីបលោកា ដើរខុសមួយក្តារសង្គ្រាមឥតស្បើយ
ដំរីក្លាយជាស្រមោចភ្លើងហើយ ប្រឹងទៅពៅអើយក្រែងជួបដុំស្ករ ។
ប្រាសាទបុណ្យអើយចាំដល់ណាទៀត ផុសមកជួយជាតិខ្ញុំសូមអង្វរ
ឱ្យខ្ញុំបានទាន់ជំនាន់មនុស្សល្អ រស់មានសីលធម៌ចេះគោរពគ្នា ។
ដ្បិតរោគជរាវាមកទាន់ហើយ ក្រែងលោពុំស្បើយពុំមានវេលា
ពុំបានរស់ទាន់ជាតិរួបរួមគ្នា មច្ចុទាមទារជារៀងរាល់ថ្ងៃ ។
សូមភ្នំដងរែកដែលមានបារមី ជួយថែដែនដីដែលមានតម្លៃ
កោះកុងលយក្នុងសមុទ្រទឹកប្រៃ អ្នកកុំកាឡៃប្រពៃណីជាតិ ។
អូរជ្រៅកុំរាក់លាក់ព្រំដែនចាស់ កុំធ្វើផ្តេសផ្តាសឱ្យព្រំចាកឃ្លាត
ប៉ោយប៉ែតសូមអ្នកកុំនាំវិវាទ រក្សាធម្មជាតិព្រៃថែកដែនដី ។

ប៉ៃលិនត្បូងពេជ្រលង់លិចដល់បាត   តើលោកយាយយ៉ាតកំពុងធ្វើអ្វី
សូមឱ្យដូនពេញបញ្ចេញរស្មី   បំភ្លឺផ្ទៃដីដែនកម្ពុជា ។
គីរីវង់អើយកុំរត់ចោលស្រែ   កេរពីឪម៉ែត្រូវតែការពារ
ស្រុករមាសហែកស្រុកកំចាយមារ   រំដួល ចន្ទ្រា បារិតភិតភ័យ ។
វើនសៃ តាវែង រតនគីរី   ព្រៃភ្នំជាទីជម្រកសត្វព្រៃ
មណ្ឌលគីរី អូររាំង អូរផ្លៃ   ឧត្ដរមានជ័យក្រចេះស្ទឹងត្រែង ។
សូមមុនីឥសីដែលជាគ្រូខ្ញុំ   ជួយដាស់អាគមដាស់យ័ន្តកន្សែង
ដាស់លេខអក្ខរាសីមាកំផែង   អថន៍កំហែងបាតស្ទឹងសង្កែ ។
មន្តមហាទន្សាយស្រឡាយដំរី   បាំងចុកបាំងវាយបាំងទាំងដួងខែ
មន្តបំបាំងកាយកួចដើមស្រងែ   អញ្ជើញគ្រូស្នេហ៍លិនថោងសារិកា ។
គ្រូសក់កណ្ដាញ់ទាំងតូចទាំងធំ   ទាំងគ្រូសំណុំទាំងគ្រូសង្វារ
គ្រូផ្ចិតរមួល ទាំងស្នូមេបា   អារក្សអ្នកតាដំឡើងរាសី ។
ពួកម្រេញគង្វាលនិងព្រាយកុមារ   ក្រមួនគោបាព្រាយក្បាលប្រាំបី
ម្ចាស់ភូមិម្ចាស់ស្រុកដែលមានបារមី   រួមកម្លាំងដៃនឹងឥសីមុនី ។
ប៉ៃតដានសាដានសាដោះបញ្ហា   ថ្លែងវិជ្ជាការសម្ដែងឫទ្ធី
ចុចម្រាមជើងមួយរញ្ជួយធរណី   ចុចម្រាមជើងពីររន្ទះពេញមេឃ ។

ចុចម្រាមជើងបីបែងភាគបាំងខ្លួន   ចុចម្រាមជើងបួនអាកាសរំហែក
ចុចម្រាមជើងប្រាំធ្លាក់ភ្លៀងពីមេឃ   លើកដៃបាំងភ្នែកភ្លៀងរាំងថ្ងៃរះ ។
តន្ត្រំជើងម្ខាងសត្រូវវក់វី   តន្ត្រំជើងពីរបានជ័យជម្នះ
មាត់សូត្របួងសួងដៃផ្គុំសំពះ   យកជ័យជម្នះឈ្នះមារសត្រូវ ។
នេះគ្រាន់តែជាការគិតស្រមៃ   បច្ចុប្បន្នសព្វថ្ងៃពូកែអ្វីទៅ
គ្រាន់តែរោគអេដស៍ក៏ពេទ្យអស់ផ្លូវ   រស់ចាំថ្ងៃទៅនៅទាំងអួអាប់ ។
តែទោះពូកែមានឫទ្ធិក៏ដោយ   រឿងរ៉ាវចុងក្រោយក៏ត្រូវតែស្លាប់
កុំអាងមានឫទ្ធិបំពានលើច្បាប់   អ្នកកើតតែងស្លាប់ជាច្បាប់ធម្មជាតិ ។
ក្រោយពេលដែលបានស្លាប់ចែកឋានទៅ   បុណ្យបាបនាំផ្លូវរហូតឥតឃ្លាត
អ្នកដែលសាងល្អបុណ្យតាមជាញាតិ   សាងបាបជួជាតិធ្លាក់ទៅអបាយ ។
ខ្ញុំសូមប្រមូលកងបុណ្យកុសល   ឧទ្ទិសជូនដល់លោកអ្នកទាំងឡាយ
សូមឱ្យអានហើយមានចិត្តរសាយ   សប្បាយសុខស្ងប់រហូតតទៅ ។
ពេលមានកង្វល់ធុញទាល់គំនិត   សូមឱ្យជួបមិត្តដែលដឹងរាក់ជ្រៅ
រឿងណាសៅហ្មងគិតនាំអាស្រូវ   ឈប់គិតវាទៅអានសៀវភៅវិញ ។
សៀវភៅជាមិត្តឥតកាត់ថ្លៃបាន   កាន់អានថ្មើរម៉ានឥតមានម្នោម្នេញ
គំនិតខ្វះខាតសៀវភៅបំពេញ   បញ្ចេញភោគផលផ្តល់ឱ្យបញ្ញា ។

ប្រសិនបើនៅមានជាតិកំណើត សូមឱ្យបានកើតគ្រប់ជាតិណា ៗ
សូមជួបបណ្ឌិតគំនិតថ្លៃថ្លា ជួបពុទ្ធសាសនាកុំបីឃ្លាតឡើយ ។

ដោយអ៊ំប្រុស **គុយ សុធន**

(សៀវភៅ បារមីភាគទី ១ និងខ្លឹមសារខ្លីៗ ទំព័រ ១២២)

៩១_ ខ្សែបូកាត់ស្រេចផ្តាច់ចិត្តកំណាញ់

រៀនរិះរេរករឿងរ៉ាវរៀបរាប់ រៀនយកទម្លាប់ឱ្យធ្លាប់ធ្វើល្អ
បើរៀនបានខ្ពស់មានឈ្មោះបវរ បើបានស្តាប់ធម៌ល្អរឹតតែស្រស់ ។
រៀនខ្ពស់មានធម៌ល្អក្រៃកន្លង បើបដិបត្តិផងល្អឥតមានខ្ចោះ
ទាំងក្នុងទាំងក្រៅល្អឥតអ្វីទាស់ ល្អគ្រប់ទាំងអស់ស្មោះនឹងកុសល ។
មិនប្រព្រឹត្តខុសកន្លងព្រះធម៌ មិនធ្វើ រឹកវរ មិននាំកង្វល់
មិនធ្វើសង្គមឱ្យចលាចល មិននាំអំពល់ដល់អ្នកផងគ្នា ។
ជីវិតរស់នៅកុំដើរផ្លូវខ្មោច ត្រូវធ្វើប្រយោជន៍គ្រប់ពេលវេលា
ឱ្យអ្នកដទៃអាស្រ័យសុខជា បានពឹងជាគ្នាគ្រាពេលមានភ័យ ។
ហូបតែមួយពោះរស់តែមួយជាតិ កុំឱ្យឃ្លៀងឃ្លាតពីធម៌វិន័យ
ទោះជាក្រីក្រក៏មានមេត្រី មានទ្រព្យលក់លៃជួយជាតិសាសនា ។
ខ្សែបូក្រហមអមម្ចាស់សទ្ធា មុខកុដិខ្លោងទ្វារវិហារសាលា
កសាងរួចស្រេចដូចក្តីប្រាថ្នា សូត្រមន្តទេសនាវេរដារឆាន់ឆ្លង ។
ខ្សែបូល្អស្រស់របស់ម្ចាស់បុណ្យ ចាយប្រាក់ដាក់ទុនបុណ្យជាសំណង
ធ្វើបុណ្យដាក់បាត្រជុំញាតិអ្នកផង ចិត្តឥតសៅហ្មងក្រងបុណ្យឆ្លងត្រើយ ។

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

ដោយឧបាសក **គុយ សុធន**

(សៀវភៅ ៤៨ ធម្មទស្សនី ទំព័រ ៨១)

៩២_ ស្តាយណាស់

(ពេលបានទៅដល់ព្រះពុទ្ធស្ថាន)

ស្តាយអើយសែនស្តាយ ខំស្កាត់ពីឆ្ងាយ មករកព្រះអង្គ
តែពុំបានជួប ដូចចិត្តដែលចង់ ដ្បិតអីព្រះអង្គ
ទ្រង់និព្វានហើយ ។

ស្តាយអើយសែនស្តាយ ពីនាយដល់អាយ កាយចិត្តឥតស្បើយ
ទោះព្រះអានន្ទ ក៏ពុំឃើញឡើយ ព្រះគុណម្ចាស់អើយ
និមន្តទៅណា ។

ស្តាយអើយសែនស្តាយ យើងខ្ញុំទាំងឡាយ មានចិត្តជ្រះថ្លា
ចង់ឃើញសាវ័ក ជាក់នឹងនេត្រា តែក្តីប្រាថ្នា
ត្រូវអសារបង់ ។

ស្តាយអើយសែនស្តាយ កុដិវត្តទាំងឡាយ ពុំឃើញព្រះសង្ឃ
ឃើញតែស្នាមគ្រឹះ កម្ទេចសំណង់ ចិត្តស្លុតស្រយង់
ស្រយុតអង្គប្រាណ ។

តែទោះយ៉ាងណា ត្រូវយល់ដឹងថា លាភធំដែលបាន
មកដល់កន្លែង នៃព្រះពុទ្ធស្ថាន ព្រះអង្គធ្លាប់បាន
គង់អាស្រ័យនៅ ។

សូមថ្វាយបង្គំ ពុទ្ធស្ថានលើភ្នំ និគមព្រៃជ្រៅ
ដែលព្រះអង្គធ្លាប់ គង់អាស្រ័យនៅ ទោះបីខ្ញុំទៅ
មិនដល់ក៏ដោយ ។

សូមមហាកុសល ដែលបានតម្កល់ ទុកក្នុងចិត្តហើយ
សូមជួយរុញច្រាន ឆាប់បានដល់ត្រើយ កុំបីខានឡើយ
ដូចក្តីប្រាថ្នា ។

សូមឧទ្ទិសផល គោរពជូនដល់ មាតាបិតា
ដល់ញាតិសន្តាន ក្នុងវដ្តសង្សារ ទាំងគ្រូអាចារ្យ
ឧបជ្ឈាយ៍ទាំងឡាយ ។

ទោះរស់ជុំញាតិ ឬស្លាប់បែកឃ្លាត ចាប់ជាតិជិតឆ្ងាយ
សូមបានអាហារ បរិក្ខារទាំងឡាយ រីករាយសប្បាយ
នឹងបុណ្យកុសល ។

ដែលយើងខ្ញុំបាន ធ្វើទាំងប៉ុន្មាន ឧទ្ទិសជូនដល់
សូមឱ្យបានសុខ ផុតទុក្ខកង្វល់ លុះបានមគ្គផល
ដល់ព្រះនិព្វាន ។

ដោយឧបាសក **គុយ សុធន**

(សៀវភៅ ជំនួយសតិភាគទី ១២ ទំព័រ ១៣៥)

៩៣. បុណ្យប្រជុំនីយដ្ឋានកម្សាន្តចិត្ត

វក់វីវង្វេងវិលវល់វ័ណ្ឌវាក់ មុនពេលភ្លៀងធ្លាក់ពពកខ្មៅដាស
ក្រោយពេលភ្លៀងរួចមេឃប្រែស្រឡះ ចម្បាំងខ្លាំងណាស់ប្រែសុខសាន្តត្រាណ ។
រឿងរ៉ាវតូចធំក្នុងក្រុមគ្រួសារ រងទុក្ខខ្លោចផ្សាហួសពីការស្មាន
យសស័ក្តិលាភលុយលួចស្នេហ៍ពីប្រាណ ស្វាមីដូរឡានដូរទាំងភរិយា ។
ទឹកនេត្រាហូររៀងរាល់រាត្រី បាត់បង់ស្វាមីទ្រូងសែនគ្រាំគ្រា
បីបមថ្នមកូនទឹកដល់ប៉ាវ៉ា កូនខ្ញុំកំព្រាវាគេងលក់អស់ ។
ចុះតើមានអ្វីមកទល់ភ្នែកខ្ញុំ នាំឱ្យខ្ញុំយំគេងមិនលក់សោះ
កាលនៅក្រីក្រចិត្តល្អស្មូគ្រស្មោះ លាភយសបុរសក្លាយជាគ្រោះស្រី ។
ទុក្ខធំយ៉ាងហ្នឹងមិនដឹងទៅណា ជិតចេញវស្សាកបិនឆ្នាំថ្មី
មិត្តភក្តិបបួលស្តាប់ធម៌ទូលត្រៃ សូមជាប់និស្ស័យនឹងព្រះសាសនា ។
ក្រឡេកមើលទង់រហង់ក្បែរពោធិ៍ អណ្តែតលេចធ្លោបក់លើវេហា
នាំពុទ្ធបរិស័ទរីករាយជ្រះថ្លា នឹកឃើញពេលណារសាយកង្វល់ ។
ព្រះធម៌អាចជួយដោះស្រាយទុក្ខបាន ក្មេងចាស់គ្រប់ប្រាណឱ្យតែបានយល់
មិនត្រឹមតែស្រីដែលមានកង្វល់ ទោះប្រុសសំណល់ក៏ធម៌ជួយស្រង់ ។

អស្សុជឆ្នាំកុរថ្ងៃពេញបូណ៌មី បរិស័ទប្រុសស្រីឃ្មាតខ្មីឆ្ពោះត្រង់
ធ្វើបុណ្យរាប់បាត្រប្រគេនព្រះសង្ឃ មួយពាន់ព្រះអង្គពុទ្ធាភិសេក ។
នៅបូជនីយដ្ឋានខេត្តបាត់ដំបង ពេលនោះតែម្តងអស្ចារ្យអនេក
ព្រះពោធិ៍ព្រះពុទ្ធថ្មល្អចម្លែក ពុទ្ធាភិសេកព្រះពុទ្ធរយអង្គ ។
ឆ្លងទាំងអគារពុទ្ធាសនៈ ខឿនពោធិ៍មានថ្នាក់ដាក់មូលដូចកង់
ព្រះនាមព្រះពុទ្ធម្ភៃប្រាំបីអង្គ ឆ្លាក់រៀបផ្ចិតផ្ចង់គ្រប់អង្គឥតទាស់ ។
កន្សៃ្សសារពេជ្ជដែលជាពិម្ពា ប្រណមវន្ទាសុមេធតាបស
នាងជាភរិយាមានចិត្តសែនស្មោះ គ្រប់ជាតិទាំងអស់ស្មោះនឹងស្វាមី ។
ព្រះបដិមាចារឈ្មោះអ្នកសាង ជាគ្រឿងតំណាងនៃចិត្តភក្តី
បដិមាអង្គធំមានម្ភៃប្រាំបី ព្រះអរិយមេត្តេយ្យជាម្ភៃប្រាំបួន ។
សំណង់អគារពុទ្ធាសនៈ ដំបូលច្រើនថ្នាក់ក្បាច់ឆ្លាក់តាមក្បួន
បុស្បុកទឹកមាសចេញបង្ហាញខ្លួន ឆត្ររួតប្រាំបួនអំពូលពណ៌ថ្មី ។
វាលស្មៅខៀវស្រស់លាស់បង្គួតកាយ បុប្ផាទាំងឡាយលម្អផ្ទៃដី
បង្គោលភ្លើងឈរលម្អរាត្រី ព្រះពោធិ៍ត្របយខ្ទីខឿនថ្មីភ្លឺថ្លា ។
ស្រះឈូកពោធិ៍ធំកូនភ្នំនិម្មិត ក្រពើស្មៅពិតរូបរាងសង្ហា
ពេលភ្លៀងមានទឹកដូចហែលប្រវា លូនបើកនេត្រាបង្ហាញមហាជន ។

ទន្សាយពោធិសត្វក៏ស្កាត់មកដែរ សម្បុរដូចស្លែរោមស្ទៅល្វតល្វន់
ថ្ងៃពេញបូណ៌មីរាត្រីយប់យន់ ទន្សាយគយគន់កណ្ដាលដួងខែ ។
ព្រះគន្ធកុដិខ្ពស់ផុតព្រឹក្សា លើស្រះទឹកថ្លាហាក់មានមន្តស្នេហ៍
មានពុទ្ធបរិស័ទចេញចូលហូរហែ គ្រប់គ្នាតែងតែគោរពជ្រះថ្លា ។
ព្រះធម្មចេតិយដូចស្រីគ្រប់លក្ខណ៍ ពេញក្រមុំជាក់តែលាក់ភក្ត្រា
តម្កល់ក្បួនច្បាប់សម្រាប់សិក្សា តែគ្មាននរណាចាប់អារម្មណ៍សោះ ។
រោងម៉ាស៊ីនចាស់ផ្លាស់ទាន់សម័យ រៀបសំពត់ស្បៃតុបតែងឥតទាស់
ក្នុងបូជនីយដ្ឋានអ្វី១ទាំងអស់ សុទ្ធតែល្អស្រស់ហួសពីពណ៌នា ។
រាត្រីថ្ងៃបុណ្យភ្លើងភ្លឺដូចថ្ងៃ ហាក់ដូចបុរីនៃស្ថានសួគ៌ា
អ្នកបានឃើញហើយស្ញើយទុក្ខមួយគ្រា អស្សុជបូជាថ្ងៃចេញវស្សា ។
ម្ភៃប្រាំបីគ្រែគ្រសម្លេងផ្សៀងផ្ទាត់ តាមពុទ្ធប្រវត្តិកំណត់វាចា
គងលាន់ស្គរសព្ទប្រាប់ជាសញ្ញា ចប់ធម៌ទេសនាមួយគ្រែវាយម្ដង ។
យប់កាន់តែជ្រៅភ្លឺកាន់តែច្បាស់ អង្គុយសំពះខែរះកន្លង
ធម៌កាន់តែច្បាស់ឥតមានសៅហ្មង បញ្ចប់ធម៌ផងដោយបទសរភញ្ញ ។
សូមឱ្យទុក្ខសោករសាត់ផាត់ឆ្ងាយ អ្នកស្អប់ទាំងឡាយក្លាយជាស្រឡាញ់
ចេះធ្វើបុណ្យទានលែងមានកំណាញ់ សុខចិត្តចុះចាញ់បំពេញបារមី ។

សូមគូពីក្មេងលែងបែកបាក់គ្នា ទល់ចាស់ជរានៅតែភក្តី
សូមឱ្យលាភយសរបស់ស្វាមី ចូលដល់ស្ត្រីដែលជាភរិយា ។
សូមមេឃស្រទំកុំដូរអត្តន័យ ដែលធ្លាប់ស្រដីពេលទើបជួបគ្នា
ស្រទំព្រោះចាញ់សម្រស់ពុំងា កុំឱ្យប្រែជាស្រទំចង់ភ្លៀង ។
សូមឱ្យសព្វសត្វបានសុខសប្បាយ ចាកចេញជិតឆ្ងាយកុំឱ្យដាច់ស្បៀង
ទោះបីជីវិតពិតជាមិនទៀង សូមកុំឱ្យល្អៀងពីសុគតិឡើយ ។

ដោយឧបាសក **គុយ សុធន**

(សៀវភៅ ស្ត្រីក្នុងព្រះពុទ្ធសាសនា ទំព័រ ៨៧)

៩៤~ ព្រៃឫស្សី

ស្ងួរសព្ទសាសងសរសើរសង្ស្រារ ចង់ចូលចរចាចាប់ចិត្តចាំចង
បបោសបីបាច់បើបានបៀតបង ដណ្ដឹងដប់ដងដុនដាបដិតដាម ។
លួចលាក់លលេងលិចលង់លបលោត រហោតរហូតរហេមរហាម
រសាប់រសល់រសេមរសាម ដឹងដល់ដៀមដាមដោះដៃដេញដោល ។
បែកបាក់បាត់បង់បបួលបែរបន់ តាមតែតូចតន់តឹងតែងតែលតោល
ចចេសចូលចាប់ចុះចាញ់ចាកចោល បំបរបំបោលបំបែកបំបាក់ ។
ស្នួរស្នូស្នាមស្នាស្នេហ៍ស្នងស្និទ្ធស្នាល អុីអុំអុចអាលអល់អែកអន់អាក់
ថ្លើមថ្លៃថ្លាថ្លែងថ្លោះថ្លោយថ្នាំងថ្នាក់ ប្រឹងប្រែងប្រើប្រាក់ប្រែប្រួលគួព្រេង ។
រឿងរ៉ាវរៀបរាប់ចប់ឥតខ្លឹមសារ រឿងរ៉ាវស្នេហាវិលវល់វង្វេង
បើរស់អត់សីលគ្មានធម៌ទប់ជ្រែង ទោះអាយុវែងវែងតែវេលា ។
សែសិបប្រាំបីវយវឌ្ឍនាការ ប្រាំងទល់វស្សាឈឺពុំសូវជា
បើស្អែកមិនស្លាប់យើងបានជួបគ្នា ស្ដាប់ធម៌សន្ទនាចម្រើនបារមី ។
ចូលសែប្រាំបួនជួនជួបគុណគាប់ បុណ្យធំជាទ្រព្យជូនខួបឆ្នាំថ្មី
នៅវត្តវេឡុវន័ហៅព្រៃឫស្សី ឆ្លងព្រះចេតិយឆ្លងខ្លោងទ្វារផ្លូវ ។

ខ្ញុំកើតមិនទាន់វេឡុវន៍ស្រុកព្រះ	តែបានប្រទះវេឡុវន៍ឥឡូវ
ចំថ្ងៃកំណើតហើយចែកសៀវភៅ	អានឱ្យចប់ទៅហើយទុកឱ្យគង់ ។
ព្រោះការចេះចាំទោះច្រើនឬតិច	អាចភ្លាំងភ្លាត់ភ្លេចក្លាយទៅជាល្ងង់
បើមានគម្ពីរទុកជួយទ្រទ្រង់	បើភ្លេចក៏គង់នៅមានទីអាង ។
សំណល់សំណៅសំណេរសំណព្វ	ពេលខ្លះមានភ័ព្វក្លាយជាសំណាង
អ្នកប្រាជ្ញមានក្បួនទុកជាទីអាង	រក្សាភ័ស្តុតាងទុកមិនឱ្យបាត់ ។
ដូចស្តេចមានទ័ពទុកជាកម្លាំង	ពេលមានចោរខ្មាំងទ័ពចេញកម្ចាត់
បណ្ឌិតមានបុណ្យទុកជាសម្បត្តិ	អប់រំហ្វឹកហាត់សតិបញ្ញា ។
រីឯធម្មជាតិលើភពផែនដី	ភ្លឺដោយរស្មីនៃដួងសុរិយា
សូមឱ្យសព្វសត្វមានចិត្តភ្លឺថ្លា	ដោយមានបញ្ញាជាដួងរស្មី ។
ខ្យល់ជំនោរធ្លាក់ត្រជាក់សព្វសាយ	ត្រជាក់ផ្លូវកាយនៃជនប្រុសស្រី
សូមឱ្យសព្វសត្វត្រជាក់ហឫទ័យ	ដោយទឹកមន្តនៃទឹកចិត្តមេត្តា ។
សូមកុំចាញ់បោករឿងសង្សារវដ្ត	សូមកុំភ្លាំងភ្លាត់ផុងភក់តណ្ហា
សូមផ្លោះរំលងឆ្លងភពអន្ធការ	ផុតវដ្តសង្សារដល់ត្រើយនិព្វាន ។

ដោយឧបាសក **គុយ សុធន**

(សៀវភៅ ឧបមាភាសិត ៤៩ , ទំព័រ ៩៩)

៩៥_ ដងទង់ខ្ពស់ល្អ

ដងទង់ត្រង់ខ្ពស់ចាំងឆ្លុះរស្មី លំអចេតិយនៃព្រះសាស្តា
ប្រៀបដូចមកុដពេជ្រលំអ ក្សត្រា ដូចហ្វូងតារាលំអ ដួងខែ ។
ទង់ជាប្រធានអ្នកមានកេរ្តិ៍ឈ្មោះ បុណ្យល្អខ្ពង់ខ្ពស់មានទង់នៅក្បែរ
មើលពីចម្ងាយក៏ឃើញទង់ដែរ ទង់តាមដង្ហែបុណ្យដែលប្រណីត ។
អ្នកមានសទ្ធាមិនទាន់ខ្លាំងក្លា ឃើញទង់កាលណាជ្រះថ្លាក្នុងចិត្ត
ទង់ឈរតំណាងអ្នកសាងសុចរិត បុណ្យខ្ពង់ខ្ពស់ពិតឥតអាប់រស្មី ។
អ្នកប្រព្រឹត្តធម៌ធម៌តែងទ្រទ្រង់ អ្នកកសាងទង់ខ្ពង់ខ្ពស់ប្រពៃ
អ្នកអនុមោទនាជាអ្នកឆ្លាតវៃ ខ្ពង់ខ្ពស់ផុតភ័យជាមួយអ្នកសាង ។
បើនៅមានជាតិក៏មិនអាប់យស ចាប់ភពខ្ពង់ខ្ពស់រស់មានសំណាង
សីលទានក៏ធ្វើដងទង់ក៏សាង រក្សាភ័ស្តុតាងខាងសេចក្តីសុខ ។

សូមអនុមោទនា !!!

ដោយឧបាសក **គួយ សុធន**

(សៀវភៅ ឧបមាភាសិត ៤៩ , ទំព័រ ១០១)

៩៦- សូមពិចារណា

ចំណង់ចង់បានសុខសាន្តមានភ័ព្វ ខំរក្សាទ្រព្យពុំធ្លាប់គិតថា
ចំណេះដឹងនិងសតិបញ្ញា ជាអ្នករក្សាឱ្យសុខស្ងប់ពិត ។
គួរយកដើមឈើធ្វើជាតួយ៉ាង ជាគ្រឿងសំអាងទុកដាស់តឿនចិត្ត
ដើមឈើទ្រាំខ្យល់ទ្រាំនឹងក្តៅពិត បាំងឱ្យញាតិមិត្តជិតត្រជាក់កាយ ។
កុំសង្ឃឹមថាសង្ខារសំខាន់ កុំចាប់ប្រកាន់ខន្ធធាតុទាំងឡាយ
កុំចងវេរានាំពៀរវែងឆ្ងាយ កុំធំភ្លេចម្តាយអន្តរាយអស់ញាតិ ។
ដុំបាយមួយចានសម្រាប់មួយថ្ងៃ កេរ្តិ៍ឈ្មោះប្រពៃសម្រាប់មួយជាតិ
ឯបុណ្យកុសលផ្តល់ផលឥតឃ្លាត សម្រាប់គ្រប់ជាតិក្នុងវដ្តសង្សារ ។
សូមពុទ្ធបរិស័ទតូចធំទាំងឡាយ កុំបីឃ្លាតឆ្ងាយពីធម៌មេត្តា
សូមកុំធំខ្ពស់ហួសគេហ៊ានថា ខុសឆ្គងម្តេចម្តាឱ្យគេហ៊ានប្រាប់ ។
សូមប្រុងប្រយ័ត្ននឹងពាក្យសរសើរ ក្រែងគេហែអើរែអបអបចាំស្តាប់
គេអាចបញ្ឆោរបញ្ជូនឱ្យស្លាប់ ខុសឆ្គងឥតប្រាប់ចាំចាប់កំហុស ។
សូមឱ្យបាបមិត្តប្តូរចិត្តប្រិតកាយ សត្រូវទាំងឡាយរសាត់ឆ្ងាយចុះ
អ្នកនៅជិតក្បែរប្រែមានសន្តោស អ្នកផងស្រីប្រុសបានសុខដោយសារ ។

សូមសុខសួស្តីសិរីមង្គល ចូលដល់អ្នកដែលមានចិត្តជ្រះថ្លា
គោរពស្រឡាញ់ជាតិនិងសាសនា សុខគ្រប់ប្រការរហូតតទៅ ។

ដោយឧបាសក **គុយ សុធន**

(សៀវភៅ ព្រះពោធិសត្វភាគ ១ , ទំព័រ ១២៩)

៩៧_ សូមពិចារណា

(ក្នុងរឿងសុវណ្ណសាម)

សុរិយាថែងចាំងជះចោលរស្មី បំភ្លឺផែនដីម្រឹគព្រៃស្រស់ស្រាយ
កំពុងហែហាមអមសាមសប្បាយ ស្រាប់តែប្រែក្លាយរងទុក្ខខ្លោចផ្សា ។
សាមសែនចុកចាប់សព្វសាច់សរសៃ ព្រួញពិសប្រល័យឥតក្ដីមេត្តា
សាមសែនស្រណោះមាតាបិតា ខ្លួនមួយយ៉ាងណាទោះស្លាប់មិនថ្វី ។
មាតាបិតាពិការភាពពិត នេត្រាងងឹតពិតអត់ចំណី
បើអត់ពីសាមលោកពិតជាក្សយ ជីវិតទាំងបីរួមក្ដីមរណា ។
តែជីវិតថ្លៃបារមីបុណ្យខ្ពស់ មិនត្រូវស្លាប់ព្រោះព្រួញពិសប្រហារ
អ្នកដែលបាញ់សាមប្រែតាមរក្សា ទាំងទេពធីតាក៏ជួយគាំពារ ។
សាមត្រូវព្រួញពិសតែមិនមរណា មាតាបិតានេត្រាក៏ជា
បានសះស្បើយរោគទាំងបីអង្គា រួចទុក្ខគ្រាំគ្រាដោយបុណ្យបារមី ។
ចុះយើងបានថៃម៉ែឪដែរឬ ពេលម៉ែឪឈឺតើយើងធ្វើអ្វី
សីលទានបានសាងខ្លះដែរឬអី ពេលជួបទុក្ខភ័យតើអាងអ្វីដែរ ។
ផល្គុនឆ្នាំឆ្លូវនៅបាត់ដំបង ប្រារព្ធបុណ្យឆ្លងចេតិយឪម៉ែ
នៅបូជនីយដ្ឋានកសាងហូរហែ ក៏ឆ្លងច្រើនដែរខែពេញបូណ៌មី ។

ឆ្លងទាំងបល្ល័ង្កតាំងបដិមា　　មាតាបិតានៃព្រះជិនស្រី
មុខព្រះគន្ធកុដិក្បែរធម្មចេតិយ　　ឆត្រួតសិរីអមរូបចម្លាក់ ។
ឆ្លងរូបតំណាងសាងពីថ្មដា　　កាលព្រះសាស្តាសម្តែងធម្មចក្ក
ប្រោសបញ្ចវគ្គិយ៍ក្នុងព្រៃនាមដាក់　　ឥសិបតនមិគទាយវ័ន ។
ឆ្លងទាំងអគារធម្មាសនៈ　　តម្កល់ធម្មចក្កច្រើនថ្នាក់ច្រើនជាន់
បាលីប្រែខ្មែរពិស្តារគ្រប់គ្រាន់　　ជូនជារង្វាន់ដល់ជនទាំងឡាយ ។
ដែលមកដល់ហើយមានចិត្តជ្រះថ្លា　　សូធ្យអានអក្ខរាបាលីសម្រាយ
បានអានិសង្សតទៅវែងឆ្ងាយ　　បិទបាំងអបាយបើកផ្លូវសួគ៌ា ។
ឆ្លងខឿនព្រះពោធិ៍ព្រះពុទ្ធទ្រង់ផ្ទំ　　ជាទីមនោរម្យដល់ជនគ្រប់គ្នា
បានមកដល់ហើយគោរពបូជា　　អង្គព្រះភគវាកំពុងទ្រង់បាត្រ ។
សាវ័កទាំងឡាយគង់អមព្រះអង្គ　　គ្រងចីវរស្បង់តាមពុទ្ធោវាទ
ទាំងព្រះអានន្ទគង់ឥតប្រមាទ　　ប្រដាប់ដោយបាត្រតាមព្រះសាស្តា ។
ព្រះមហាកស្សបៈគង់ថ្នាក់មុខដែរ　　និមន្តហួរហែក្បែរព្រះភក្ត្រា
ព្រះមហាមោគ្គល្លានមានឫទ្ធិអស្ចារ្យ　　មន្តជាប់ហត្ថាព្រះសារីបុត្ត ។
ឯព្រះរាហុលជាអង្គសាមណេរ　　ដែលតូចជាងគេមន្តក្រោយបំផុត
ព្រះនាងពិម្ពានិងព្រះរាជបុត្រ　　មានចិត្តបរិសុទ្ធផុតរឿងអាស្រូវ ។

ក្រពើស្មៅធំចូលល្អាងភ្នំតូច   និម្មិតខ្លួនដូចប្រែតូចវិញទៅ
ដេកមាត់ល្អាងភ្នំបឹងទឹកមិនជ្រៅ   យកទីធ្លាប់នៅថ្វាយព្រះអង្គផ្ទំ ។
ថ្វាយដល់ព្រះមហាសាវ័កទាំងឡាយ   និមន្តពីឆ្ងាយទ្រង់មកជួបជុំ
នៅបូជនីយដ្ឋានសុខសាន្តមនោរម្យ   ជាទីប្រជុំនៃព្រះអរហន្ត ។
បុណ្យយើងគ្រប់គ្នាជាបុណ្យខាងខ្មែត   ទាំងខួបកំណើតចម្រើនព្រះជន្ម
ចែកជូនសៀវភៅនេះជារង្វាន់   អានទៅក្រែងគ្រាន់អន់គិតខ្វល់ខ្វាយ ។
អ្នកដែលមកមាន ឧបនិស្ស័យ   កើតបីតិក្រៃរីករាយសប្បាយ
បើមិនបានមកពិតជាសោកស្តាយ   ទោះបីជិតឆ្ងាយគួរមកមូលមិត្ត ។
សូមបុណ្យដែលយើងព្យាយាមពុះពារ   មករួបរួមគ្នាទាំងឆ្ងាយទាំងជិត
មិនថាថ្ងៃក្តៅឬយប់ងងឹត   ចាយទ្រព្យខ្លួនពិតពុំគិតក្រមាន ។
ប្រសិនបើនៅមានជាតិកំណើត   សូមតាំងពីកើតរហូតនិព្វាន
កុំឱ្យស្គាល់អត់កុំឱ្យស្គាល់ឃ្លាន   សូមកុំឱ្យមានរោគាទាំងឡាយ ។
ម្យ៉ាងសូមប្រគេនបុណ្យដល់ព្រះសង្ឃ   សូមសុខគ្រប់អង្គកុំបីអន្តរាយ
សូមកុំចាញ់កលស្រីមិនមេម៉ាយ   ចំណាយដើរក្តីលែងប្តីយកលោក ។
រឿងនេះគួរឱ្យអសោចខ្លាំងណាស់   សាងបាបកម្មក្រាស់រស់នៅស្មោកគ្រោក
ប្តីមានទៅហើយថែមទាក់យកលោក   យកប្រាប់ទៅសូកប្តឹងលែងលះប្តី ។

សូមបុណ្យនានាជួយជាប្រធាន សូមកុំឱ្យមានរឿងយ៉ាងហ្នឹងអី
សូមមេធាវីជួយខាងស្វាមី នោះលោករួចភ័យផុតក្តីអន្តរាយ ។
សូមឱ្យគ្រួសាររស់ជួបជុំគ្នា កុំឱ្យកំព្រាដល់កូនទាំងឡាយ
ទុកលោកធ្វើបុណ្យឱ្យបានវែងឆ្ងាយ បានសុខសប្បាយគ្រប់គ្នាទៅហោង ។

ដោយឧបាសក **គុយ សុធន**

(សៀវភៅ ព្រះពោធិសត្វភាគ ២ , ទំព័រ ១៣៤)

៩៨~ ទ្រង់ប្រសូត

កាលព្រះសិទ្ធត្ថអម្ចាស់ថ្លៃ   ស្ដេចចុះចាប់ផ្ទៃនៃព្រះមហា
មាយាទេវីពុទ្ធមាតា   នៅឆ្នាំរកាពេញបូណ៌មី ។
នាខែអាសាឍថ្ងៃព្រហស្បតិ៍   ជារាជឱរសនៃព្រះស្រី
សុទ្ធោទនៈរាជម្ចាស់ផែនដី   កបិលពស្ដុបុរីរាជសីមា ។
ស្ដេចទ្រង់ប្រសូតចេញចាកផ្ទៃ   មាតានៅថ្ងៃសុក្រថ្លៃថ្លា
នាពេញបូណ៌មីវិសាខា   ឆ្នាំច នោះណាមានសួស្ដី ។
នៅពេលដែលព្រះវរមាតា   យាត្រាចេញពីរាជបុរី
កបិលពស្ដុទៅដើម្បី   បង្គំព្រះបិតាមាតា ។
នៅទេវទហៈរាជធានី   ដល់លុម្ពិនីវ័នថ្លៃថ្លា
ទ្រង់ជ្រកក្រោមម្លប់សាលព្រឹក្សា   ទិវាត្រង់ជាក់ទ្រង់ឈឺផ្ទៃ ។
ទ្រង់ឈរតោងមែកព្រឹក្សាសាល   អយ្យបុត្តត្រកាលឆោមប្រពៃ
ប្រសូតចាកគភ៌រួសរាន់វៃ   វិស័យអ្នកទេសន៏ចាកធម្មា ។
ប្រសូតភ្លាមឈរដើរឈោងឈាន   ប្រាំពីរជំហានព្រះបាទា
ទ្រង់បានបន្លឺព្រះវាចា   ថាយើងនេះណាជាចម្បង ។

លើលោកទាំងបីឥតនរណា ផ្ទឹមស្មើអាត្មាយើងជាម្តង
ជាតិនេះជាជាតិបំផុតហោង យើងនឹងចម្លងសត្វទាំងឡាយ ។
ឱ្យឆ្លងដល់ទីដ៏ក្សេមក្សាន្ត ដោយធម្មយានអត្ថបរិយាយ
ឱ្យឆ្លងដល់ត្រើយនិព្វាននាយ សូន្យឆ្ងាយចាកទុក្ខសុខមហិមា ។
ទីទ្រង់ប្រសូតនោះព្រះបាទ អសោកនាថស្តេចឥណ្ឌា
ទ្រង់សាងគោលថ្មល្អសោភា មួយជាអនុស្សាវរីយ៍ ។
ខ្ញុំសូមក្រាបថ្វាយបង្គំស្មោះ ចំពោះអង្គព្រះមហាមុនី
ស្តេចទ្រង់ប្រសូតនៅត្រង់ទី សួនលុម្ពិនីដោយសទ្ធា ។
សូមសុខសួស្តីជយមង្គល ចូលដល់ខ្ញុំនិងអ្នករាល់គ្នា
ដែលបានសូធ្យស្តាប់សព្វពេលវេលា ពុទ្ធប្បវត្តិនេះកុំបីខានឡើយ ។

-កំណាព្យនេះខ្ញុំព្រះករុណា ខ្ញុំបាទ **គុយ សុធន** បានចេះចាំមាត់តាំងពី ព.ស.២៥២៣ (ពេលចេញពីសម័យ ប៉ុល ពត ឆ្នាំ ១៩៧៩) ។ មិនដឹងថាជាស្នាដៃរបស់អ្នកនិពន្ធណាទេ ក្រោយមកខ្ញុំភ្លេចខ្លះ ខ្ញុំខំព្យាយាមរកកំណាព្យនេះវិញ តែរកមិនជួបសោះ ខ្ញុំក៏បន្ថែមពាក្យដែលភ្លេច ដោយពាក្យខ្លួនឯង ដូច្នេះបើមានខុសពីកំណាព្យដើម សូមលោកអ្នកនិពន្ធមេត្តាអភ័យទោសដល់ ខ្ញុំព្រះករុណា ខ្ញុំបាទដោយអនុគ្រោះផងចុះ ។

(សៀវភៅ ជំនួយសតិភាគទី ១៤ , ទំព័រ ២៨១)

៩៩_ ទ្រង់ត្រាស់ដឹង

កាលព្រះសិទ្ធត្ថដ៏មានបុណ្យ ព្រះជន្មដប់ប្រាំមួយវស្សា
ទ្រង់សោយរាជ្យជួសព្រះបិតា គ្រប់គ្រងរដ្ឋាកបិលពស្តុ ។
ជាមួយព្រះនាងយសោធរា ពិម្ពាក្សត្រីស្រីល្អស្រស់
ប្រសើរលើសស្រីស្នំទាំងអស់ ប្រកបដោយសទ្ធើងណាស់ណា ។
លុះដល់ព្រះជន្មបានគ្រប់ធួន ម្ភៃប្រាំបួនព្រះវស្សា
ទ្រង់បានឱរសមួយថ្លៃថ្លា នាមថារាហុលល្អប្រិមប្រិយ ។
ក្នុងថ្ងៃរាហុលកើតនោះមិញ ទ្រង់ចេញបព្វជ្ជាដោយឃ្លាតខ្ចី
បច្ឆិមបដិបត្តិតឹងពេកក្រៃ ដើម្បីឱ្យឆាប់បានត្រាស់ដឹង ។
ក្រោយពេលទ្រង់លះព្រះកិរិយា ទុក្ករៈនោះណាទ្រង់រំពឹង
មជ្ឈិមបដិបត្តិបានត្រាស់ដឹង ធម៌ថ្លៃឥតថ្លឹងដ៏ក្សេមក្សាន្ត ។
នៅនាថ្ងៃពុធពេញបូណ៌មី ពិសាខរង្សីរកាបាន
ជាសព្វញ្ញុពុទ្ធថ្កើងថ្កាន ព្រះញាណប្រាជ្ញប្រោសឆ្លុះលោកា ។
នៅក្រោមដើមពោធិ៍មានមង្គល នៅត្រង់មណ្ឌលឈ្មោះគយា
កៀ្បរឆ្នេរនទីនេរញ្ជរា បានជាគ្រូគ្រប់សព្វភពបី ។

ទីទ្រង់ត្រាស់ដឹងនោះព្រះបាទ អសោកនាថស្ដេចផែនដី
ទ្រង់សាងព្រះស្តូបល្អប្រិមប្រិយ សម្គាល់ទីដីទ្រង់ត្រាស់ដឹង ។
ខ្ញុំសូមក្រាបថ្វាយបង្គំវន្ទា ឆ្ពោះព្រះភគវាជាទីពឹង
ព្រះអង្គឈ្នះមារហើយត្រាស់ដឹង សម្លឹងត្រើយនាយនិព្វានពិត ។
សូមបុណ្យដែលយើងរួបរួមគ្នា ព្យាយាមពុះពារទាំងឆ្ងាយជិត
ទោះក្ដៅ រងា យប់ងងឹត ប្រឹងអស់កាយចិត្តដ្បិតជ្រះថ្លា ។
សូមបុណ្យទាំងនេះជួយនាំមុខ ឱ្យឆ្លងផុតទុក្ខដូចប្រាថ្នា
សូមឱ្យបានកើតជាតិណាៗ ជួបទាន់សាសនាព្រះទ្រង់ញាណ ។
សូមកុំឱ្យជួបភយន្តរាយ រោគាទាំងឡាយកុំឱ្យមាន
សូមកុំឱ្យជួបការអត់ឃ្លាន រហូតនិព្វានកុំខានឡើយ ។

សូមអនុមោទនា !!!

-កំណាព្យនេះខ្ញុំព្រះករុណា ខ្ញុំបាទ **គុយ សុធន** បានទន្ទេញចាំមាត់តាំងពី ព.ស.២៥២៣ (ពេលចេញពីសម័យ ប៉ុល ពត ឆ្នាំ ១៩៧៩)។ មិនដឹងថាជាស្នាដៃរបស់អ្នកនិពន្ធណាទេ ក្រោយមកខ្ញុំភ្លេចខ្លះ ខ្ញុំខំព្យាយាមរកកំណាព្យនេះវិញ តែរកមិនជួបសោះ ខ្ញុំក៏បន្ថែមពាក្យដែលភ្លេច ដោយពាក្យខ្លួនឯង ដូច្នេះបើមានខុសពីកំណាព្យដើម សូមលោកអ្នកនិពន្ធមេត្តា អភ័យទោសដល់ ខ្ញុំព្រះករុណា ខ្ញុំបាទដោយអនុគ្រោះផងចុះ ។

(សៀវភៅ ជំនួយសតិភាគទី ១៤ , ទំព័រ ៨៥)

១០០. ដាក់អាយុសង្ខារ.បរិនិព្វាន

-អាកាសត្រជាក់ធ្លាក់ជំនោរ តាមព្រែកទឹកហូរសូររងំ
ស្រណោះវាលស្រែខែក្អាត់យំ ម៉ែឪនៅជុំសុខសប្បាយ ។
ថ្ងៃហើយនិងយប់កន្លងទៅ បន្សល់ទុកនៅរឿងទាំងឡាយ
អ្នកស្លាប់បាត់បង់ទាំងរូបកាយ អ្នករស់ខ្វល់ខ្វាយជាធម្មតា ។
អង្គព្រះទ្រង់ញាណមានតេជះ សម្តែងប្រាប់ព្រះអានន្ទថា
រទេះដែលចាស់បរទៅណា ទៅបានដោយសារអបប្ញស្សី ។
តថាគតចាស់គ្រាំគ្រាហើយ ម្នាលអានន្ទអើយមានមាំអី
ដូចរទេះចាស់អបប្ញស្សី វស្សាឆ្នាំថ្មីប៉ែតសិបហើយ ។
ក្រោយព្រះអានន្ទទ្រង់ចេញផុត ពីព្រះសម្ពុទ្ធមិនយូរឡើយ
ក្រោយភត្តាហារថ្ងៃត្រង់ហើយ មារមិនកន្តើយគាល់សាស្តា ។
ឆ្នាំម្សាញ់ខែមាឃថ្ងៃអាទិត្យ ពេញបូណ៌មីពិតថ្ងៃនោះណា
ព្រះអង្គទ្រង់ដាក់អាយុសង្ខារ ចំពោះមុខមារគ្រានោះឯង ។
នៅនាបាវាលចេតិយ ក្បែរវេសាលីក្រៅកំផែង
កក្រើកធរណីគ្រប់កន្លែង ផ្គរលាន់ខ្ទាត់ខ្ទែងខ្ទរអាកាស ។

ក្រោយមកភិក្ខុជួបជុំគ្នា អង្គព្រះភគវាទ្រង់បានត្រាស់
សម្ដែងគាថាអស្ចារ្យណាស់ រំលឹកយ៉ាងច្បាស់ត្រាស់ឱវាទ ។
-ទ្រង់បានត្រាស់ថាសង្ខារទាំងឡាយ តែងតែអន្តរាយវិនាសខូចខាត
ចូរអ្នកទាំងឡាយកុំបីប្រមាទ ប្រឹងប្រែងសង្វាតឱ្យសម្រេចការ ។
ភាជន៍ដែលស្មូនឆ្នាំងដំដុតដោយដី តូចក្ដីធំក្ដីឆៅឆ្អិនយ៉ាងណា
ចុងក្រោយរមែងតែងមានកិរិយា បែកធ្លាយធម្មតានេះជាការពិត ។
យ៉ាងណាជីវិតសព្វសត្វនិករ ក្មេងចាស់មានក្រពាលឬបណ្ឌិត
ចុងក្រោយរមែងតែងតែស្លាប់ពិត បាត់បង់ជីវិតក៏យ៉ាងនោះដែរ ។
ជីវិតតថាគតមានប្រមាណតិច គោរពពាក្យពេចន៍ឥតគេចកែប្រែ
ពីថ្ងៃនេះទៅនៅត្រឹមបីខែ តថាគតត្រូវតែបរិនិព្វាន ។
-បីខែកន្លងយ៉ាងរហ័ស សែនសោកស្ដាយណាស់ព្រះទ្រង់ញាណ
វេលាជិតភ្លឺទ្រង់ចូលឈាន ហើយចូលនិព្វានកណ្ដាលព្រៃ ។
ក្នុងខែពិសាខថ្ងៃអង្គារ ឆ្នាំម្សាញ់វេលាចុងរាត្រី
ថ្ងៃដប់ប្រាំកើតពេញបូណ៌មី បរិស័ទប្រុសស្រីជុំត្រៀបត្រា ។
ទីទ្រង់និព្វាននោះតាំងនៅ ក្បែរផ្លូវទៅក្រុងកុសិនារា
រាំងភ្នំមួយគូសាលព្រឹក្សា មានផ្ទាំងសិលានៅចន្លោះ ។

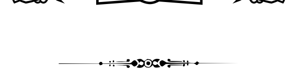
កុំថាឡើយមនុស្សសោយសោកា សូម្បីទេវតាស្ថានទាំងអស់
យំសោកបោកប្រាណស្ដាយស្រណោះ លាន់កក្រើកអស់ភពផែនដី ។
ទីទ្រង់និព្វាននោះឥឡូវ មានស្តូបតាំងនៅល្អប្រិមប្រិយ
សំគាល់ទីដែលព្រះជិនស្រី និព្វានលើដីកុសិនារា ។
ក្នុងស្តូបមានព្រះបដិមាថ្ម កសាងយ៉ាងល្អគួរជ្រះថ្លា
តំណាងព្រះសពព្រះសាស្ដា ស្ដូកស្ដឹងកាយាសែនអាសូរ ។
អ្នកទៅដល់ពិតចិត្តដិតជាប់ ឃើញដូចព្រះសពនៅជ្រងោ
មានស្បង់ចីវរថ្វាយផ្លាស់ប្ដូរ ទឹកនេត្រាហូរនឹកព្រះអង្គ ។
នឹកហាក់ដូចជានៅថ្មីៗ នឹកព្រះជិនស្រីប្រោសស្រោចស្រង់
នឹកដល់ព្រះធម៌ល្អផូរផង់ នឹកទាំងព្រះសង្ឃអង្គសាវ័ក ។
ចាប់តាំងអំពីថ្ងៃនេះទៅ សូមដើរតាមផ្លូវព្រះអរិយៈ
ក្រោមម្លប់ព្រះធម៌ដ៏ត្រជាក់ ផុតពីអន្ទាក់នៃពួកមារ ។
សូមឱ្យលោកអ្នកបានសូធ្យស្ដាប់ ប្រវត្តិសារសព្វព្រះភគវា
បានសុខចម្រើនគ្រប់ៗគ្នា កុំបីឃ្លាតឃ្លាគ្រាណាឡើយ ។

ដោយឧបាសក **គុយ សុធន**

(សៀវភៅ ព្រះពោធិសត្វភាគ ១ , ទំព័រ ១២៦)

១០១~ បានមកស្រុកព្រះ

បានមកស្រុកព្រះសប្បាយណាស់ ទាំងក្មេងទាំងចាស់គួរជ្រះថ្លា
អ្នកដែលធ្លាប់កាចប្រែរាបសា ខឹងខុសយ៉ាងណាចេះអត់ទ្រាំ ។
ព្រោះតែព្រះគុណបុណ្យបារមី នៃព្រះជិនស្រីប្រោសរៀបចំ
សម្តែងព្រះធម៌ដ៏ឧត្តម ដឹកនាំសត្វលោកឱ្យផុតភ័យ ។
ទោះជាបាត់អង្គព្រះទ្រង់ញាណ ស្តេចទ្រង់និព្វានទៅហើយក្តី
សល់តែព្រះស្តូបព្រះចេតិយ យើងខ្ញុំប្រុសស្រីសូមវន្ទា ។
សូមថ្វាយបង្គំព្រះពុទ្ធស្ថាន ដែលមានប៉ុន្មានឋាននានា
លង្កានេប៉ាល់ទាំងឥណ្ឌា យកជាពំនឹងពឹងតទៅ ។
បានជាអារម្មណ៍ជាប់ក្នុងចិត្ត ជាគតិនិមិត្តជិតជាប់នៅ
ហែហមថ្នមចិត្តជាប់តាមផ្លូវ ក្នុងដំណើរទៅព្រះនិព្វាន ។

ដោយឧបាសក **គុយ សុធន**

(សៀវភៅ ជំនួយសតិភាគទី ១៤ , ទំព័រ ៣១៩)