តើជីវិតមានខ្លឹមសារទេ?
តើអ្វីទៅជាខ្លឹមសារជីវិត?

តើវាជាអ្វី? នៅកន្លែងណា?
កើតឡើងពេលណា?
តើគ្រាន់តែមានមហិច្ឆតាខុសដែរឬ?

Is there a purpose for life?
What is the purpose of Life?
What, or where or when?
Is it wrong to be ambitious?

ឧបត្ថម្ភដោយ
មិត្តពុទ្ធសាសនិកម៉ាឡេស៊ី
សម្រាប់ចែកជាធម្មទានប៉ុណ្ណោះ

Sponsored by
Malaysian Buddhist Friends
For Free Distribution Only

ខ្លឹមសារជីវិត

The Purpose of Life

ព្រះតេជគុណ បណ្ឌិត ខេ ស្រីធម្មានន្ទ
Ven Dr K Sri Dhammananda

ខ្លឹមសារជីវិត

និពន្ធដោយ

ព្រះតេជគុណ **ខេ ស្រីធម្មានន្ទ**

ប្រែសម្រួល និងរៀបរៀងដោយ

ភិក្ខុ **ស៊ុយ សុវណ្ណ** បញ្ញាវរោ

បោះពុម្ពផ្សាយលើកទី១

ចំនួន...... ច្បាប់

ការផ្សាយរបស់

សមណនិស្សិតខ្មែរ ទីក្រុងយ៉ាំងហ្គូន សហភាពមីយ៉ាន់ម៉ា

ឧបត្ថម្ភដោយ

មិត្តពុទ្ធសាសនិកម៉ាឡេស៊ី

សម្រាប់ចែកជាធម្មទានប៉ុណ្ណោះ

ព.ស ២៥៥៣

THE PURPOSE OF LIFE

By

Ven. Dr. K. Sri Dhammananda

Translated and prepared by

Ven. Suy Sovann (paññāvaro)

First Edition
…………. Copies

A Publication of
Cambodian Buddhist Student Monks/ Yangon/ Myanmar

Sponsored by
Malaysian Buddhist Friends
For Free Distribution Only

B.E 2553

មាតិកា

អត្ថបទ	លេខទំព័រ
☞ អារម្ភកថា	i
☞ ឧទ្ទិសកថា	iii
☞ សេចក្តីថ្លែងអំណរគុណ	iv
☞ **ជំពូកទី ១**	
ខ្លឹមសារជីវិត	2
គោលដៅជីវិត និងសេចក្តីថ្លៃថ្នូរ	3
ធម្មជាតិជីវិត	4
កំលាំងកម្ម	6
ខន្ធ ៥ យ៉ាង	7
ជីវិត គឺគ្មានអ្វីក្រៅពីខ្សែរលក	8
កែប្រែខ្លួនឯង	9
ប្រភេទនៃមនុស្ស	11
ជីវិតគេចមិនផុតពីសេចក្តីស្លាប់ទេ	12
ជីវិតកន្លងទៅយ៉ាងរហ័ស	16
ពិភពលោក គឺជាសមរភូមិ	16
គ្មានប្រយោជន៍សោះ	18
តំលៃស្មារតី	19
ភាពអមតៈក្រោយពេលស្លាប់	21
ចូរប្រើប្រាស់ជីវិតនេះឱ្យបានប្រពៃ	25
លោកិយសុខ	26
ពិភពលោកគ្មានទីបំផុត	28
វិជ្ជានធម៌ និងអវិជ្ជានធម៌	29
មនុស្សត្រូវមានយោនិសោមនសិការ	30
មនុស្ស និងសេចក្តីស្រឡាញ់របស់ខ្លួន	32
☞ **ជំពូកទី ២**	
គោលដៅ និងមាគ៌ាជីវិត	36
មាគ៌ាកណ្តាល	38
អរិយមគ្គ	39
សាបព្រោះពូជបែបណា ទទួលផលបែបនោះ	41
អច្ឆរិយាចារ្យ	43
សន្តិភាព សេចក្តីសុខ និងការរួចចាកសេចក្តីទុក្ខ	47
ឋានសួគ៌	48
មាគ៌ាជីវិត	50
មនុស្សអាចឃុំគ្រងជីវិតរបស់ខ្លួនបាន	50
សច្ចភាព	52
បញ្ហាមនុស្ស	53
តើវាអាចទៅរួចឬ?	54

ឧត្តមជីវិតក្នុងសង្គមទំនើប 57
គ្មានការរើសអើង 58
បំណងរបស់យើង 59
☞ ជំពូកទី ៣
តើគ្រាន់តែមានមហិច្ឆតា ខុសដែរឬ? 62
ដំបូន្មានសម្រាប់គ្រហស្ថ 62
ពុទ្ធវចនៈចំពោះអ្នកគ្រប់គ្រងផ្ទះ 64
ការចម្រើនអប់រំចិត្ត 65
អត្ថន័យមាគ៌ាកណ្ដាល 66
សារជាតិនៃមហិច្ឆតា 69
ផ្ដល់សេវាកម្មចំពោះបុគ្គលដទៃ 70
តើយើងអាចរស់នៅបានដែរឬ បើគ្មានតណ្ហា? 72
លះបង់តណ្ហា 73
សេចក្ដីសប្បាយរីករាយ 75
សេចក្ដីរំភើបចិត្ត 77
សភាពនៃកាមតណ្ហា 79
សភាពនៃភវតណ្ហា 81
សភាពនៃវិភវតណ្ហា 85
☞ ជំពូកទី ៤
ភាពទំនួលខុសត្រូវ 88
ទំនួលខុសត្រូវចំពោះទំនាក់ទំនងនឹងអ្នកដទៃ 90
ចូរទទួលខុសត្រូវ កុំបន្ទោសអ្នកដទៃ 92
ចូរទទួលខុសត្រូវចំពោះសេចក្ដីស្ងប់ផ្លូវចិត្តរបស់អ្នក 93
តិរិយាបថថ្លៃថ្នូរចំពោះអ្នករិះគន់ 94
ការរំពឹងចង់បានអ្វីមួយ មិនបានដូចបំណង ធ្វើឱ្យអ្នកអស់សង្ឃឹម 95
ការតបគុណ ជាគុណធម៌ដ៏កម្រ 96
ចូរកុំប្រៀបធៀបជាមួយបុគ្គលដទៃ 97
យុទ្ធសាស្ត្រដោះស្រាយជាមួយអ្នកបង្កបញ្ហា 98
ការអភ័យទោស និងការបំភ្លេច 100
យើងទាំងអស់គ្នាជាមនុស្ស 104
សេចក្ដីស្រឡាញ់របស់មាតាបិតា 106
វិធីសាស្ត្រព្យាបាលជម្ងឺផ្លូវចិត្ត 111
មនុស្សមិនមែនល្អស្មើគ្នាទេ 114
សម្រេចបាននូវអ្វីដែលអ្នកស្វែងរក 115

អារម្ភកថា

កូនសៀវភៅដែលនៅក្នុងដៃលោកអ្នកអាននេះ មានចំណងជើងថា "**ខ្លឹមសារជីវិត**"។ ដោយគ្រាន់តែឃើញចំណងជើង លោកអ្នកអាចមានទស្សនៈថា ហេតុអ្វីចាំបាច់និយាយពីគោលបំណងជីវិតរបស់មនុស្ស បើមនុស្សគ្រប់រូបសុទ្ធតែមានបំណងរៀងៗខ្លួនហើយនោះ? តើពុទ្ធសាសនាមាននិយាយពីមាគ៌ាជីវិតដែរឬ បើព្រះពុទ្ធឃើញនិយាយតែពីសភាពមិនទៀង, សភាពជាទុក្ខ និងសភាពមិនមែនជារបស់ខ្លួន យ៉ាងហ្នឹង?

ជាការពិតដែលថា បុគ្គលម្នាក់ៗមានគោលបំណងរបស់ខ្លួនក្នុងជីវិតប្រចាំថ្ងៃនេះ ប៉ុន្តែ លោកអ្នកមានបានសង្កេតឃើញទេ ថា តើមាគ៌ាជីវិតរបស់មនុស្សក្នុងពិភពសម័យទំនើបនេះមានសភាពដូចម្តេច? តើមានមនុស្សប៉ុន្មានកំពុងតែរងការជិះជាន់ពីសំណាក់អ្នកមានអំណាច មានលុយឡានវីឡា នៅទូ-ទាំងពិភពលោកសព្វថ្ងៃនេះ? តើហ្នឹងឬជាគោលបំណងជីវិតរបស់មនុស្សដែលបានកើតមកក្នុងលោកសន្និវាសនេះ?។ ជាការពិត ទង្វើបែបនេះផ្ទុយស្រឡះពីគំនិតរបស់បុគ្គលម្នាក់ៗដែលតាំងខ្លួនឯងជា "មនុស្ស"។ មាគ៌ាជីវិតត្រូវបានពន្យល់យ៉ាងល្អិតល្អន់ក្នុងពុទ្ធវចនៈ ប៉ុន្តែជាអកុសល មនុស្សខ្លះមិនព្រមសិក្សាឈ្វេងយល់ពីទស្សនៈនេះ បែរជាអង្គុយចារិះគន់ទៅវិញ។ ម្យ៉ាងទៀត វត្ថុដ៏អស្ចារ្យដែលមនុស្សគ្រប់រូបប្រាថ្នាចង់បានក្នុងជីវិត គឺការរស់នៅប្រកបដោយសេចក្តីសុខ សុភមង្គល។ អ្នកអាក្រក់ អ្នកល្អ ពាល បណ្ឌិត ពិការ ខ្វាក់ខ្វិនខ្វង់

អ្នកមាន អ្នកក្រ និងប្រភេទផ្សេងៗទៀត ក៏សុទ្ធសឹងតែត្រូវការសេចក្តីសុខដូចៗគ្នា។

ទាំងនេះគ្រាន់តែជាការរៀបរាប់ខ្លះៗ ដើម្បីបំភ្លឺពីពាក្យថា "គោលបំណងជីវិត" ដែលមនុស្សគ្រប់អាត្មាចង់បានក្នុងលោកនេះ។ សៀវភៅនេះពិតជាត្រូវបានឧទ្ទិសប្រគេន និងជូនដល់ព្រះករុណាគ្រប់អង្គ និងអ្នកអានគ្រប់រូប ដើម្បីបានជាគំនិត និងដឹកនាំមាគ៌ាជីវិតរបស់ខ្លួនប្រកបដោយសុខសន្តិភាពថ្លៃថ្នូរ និងជាប្រទីបសម្រាប់កម្ចាត់បង់នូវភាពអន្ធការពីសន្តានចិត្ត។ សៀវភៅនេះ មិនមែនរៀបចំឡើងសម្រាប់បុគ្គលណាមួយ សាសនិកណាមួយ ឬជាតិសាសន៏ណាមួយទេ តែជារបស់មនុស្សលោកគ្រប់រូប។ ចូរចាំថា ទស្សនៈមាគ៌ាជីវិតដែលបានអធិប្បាយក្នុងសៀវភៅនេះ មិនមែនជាកម្មសិទ្ធរបស់នរណាម្នាក់ឡើយ។

ជាទីអវសាន ក្នុងនាមខ្ញុំជាអ្នកបកប្រែ សូមអភ័យទោសពីសំណាក់អ្នកអានទាំងឡាយនូវរាល់កំហុសឆ្គងដែលកើតមានដោយអចេតនា។ ហេតុនេះខ្ញុំសូមស្វាគមន៏នូវរាល់ពាក្យរិះគន់ស្ថាបនា ដើម្បីទុកកែតម្រូវសម្រាប់ថ្ងៃខាងមុខទៀត។ សូមលោកអ្នកជួបតែសេចក្តីសុខចម្រើនក្នុងជីវិត។

សាកលវិទ្យាល័យពុទ្ធសាសនទូតថេរវាទអន្តរជាតិ
ទីក្រុងយ៉ាំងហ្គូន សហភាពមីយ៉ាន់ម៉ា
ថ្ងៃទី ២៣ ខែវិច្ឆិកា ឆ្នាំ ២០០៨
ភិក្ខុ ស៊ុយ សុវណ្ណ (ធម្មបរិញ្ញាបត្រ)

ឧទ្ទិសកថា

ដោយអំណាចនៃអានិសង្សដែលកើតចេញពីធម្មទាននេះ ខ្ញុំសូមឧទ្ទិសប្រគេន និងជូនដល់បុព្វការីជនទាំងឡាយ មានដូចតទៅ:

សូមថ្វាយព្រះរាជកុសល និងកុសលចំពោះទៅដល់សម្តេចព្រះសង្ឃរាជ ព្រះថេរានុថេរៈ អ្នកប្រាជ្ញ បណ្ឌិត កវីនិពន្ធគ្រប់ជំនាន់ សូមឱ្យបានប្រកបតែនឹងសេចក្តីសុខគ្រប់យ៉ាង ។

សូមថ្វាយ និងជូនព្រះរាជកុសល និងកុសលចំពោះព្រះមហាក្សត្រគ្រប់ព្រះអង្គក្នុងព្រះរាជាណាចក្រកម្ពុជា និងព្រះរាជអគ្គមហេសី ព្រះរាជបុត្រាបុត្រី និងព្រះរាជវង្សានុវង្ស សមាជិកព្រឹទ្ធសភា រដ្ឋសភា សមាជិករដ្ឋាភិបាល មន្ត្រីរាជការគ្រប់លំដាប់ថ្នាក់ និងប្រជាពលរដ្ឋទូទៅទាំងអស់ សូមឱ្យបានប្រកបតែនឹងសេចក្តីសុខ និងសេចក្តីចម្រើនគ្រប់ប្រការ ។

សូមឧទ្ទិសកុសលជូនដល់បុព្វការីជនមាន លោកតា ចក់, យាយឡាន, លោកតា ស៊ុយ, ញោមស្រី ចក់ ណេង (ញោមបង្កើត) និងញាតិការគ្រប់សន្តានដែលបានធ្វើមរណកាលទៅកាន់លោកខាងមុខ សូមឱ្យបានប្រកបតែនឹងសេចក្តីសុខគ្រប់ប្រការ ។

សូមប្រគេន និងជូនកុសលដល់ ទាយក ស៊ុយ កន ទាយិកា ស៊ុយ យ៉ុម ដែលត្រូវជាញោម លោកយាយ តយ ព្រមទាំងសាច់សាលោហិតគ្រប់គ្នា ព្រះថេរានុថេរៈគ្រប់ព្រះអង្គ ពុទ្ធបរិស័ទដែលធ្លាប់រាប់អានខ្ញុំ និងអ្នកអានគ្រប់រូប សូមឱ្យបាននូវចំណែកបុណ្យស្មើៗគ្នា ។ ជាពិសេស សូមជួបតែនឹងពុទ្ធពរ ៤ប្រការ អាយុ វណ្ណៈ សុខៈ និងពលៈ កុំបីឃ្លៀងឃ្លាតឡើយ ។

សេចក្តីថ្លែងអំណរគុណ

ខ្ញុំព្រះករុណាអាត្មាភាព សូមសម្តែងនូវកតញ្ញូតាធម៌ដឹងគុណ និងអរគុណ យ៉ាងជ្រាលជ្រៅបំផុតដល់ :

- ព្រះតេជគុណ **ថន វណ្ណុង** ប្រធានសមាគមពុទ្ធសាសនា និងអភិវឌ្ឍន៍សង្គមប្រចាំខេត្តកំពង់ចាម
និងសមាជិកសមាជិកាបម្រើការទាំងអស់ ដែលបានចំណាយពេលវេលា និងកំលាំងកាយចិត្តយ៉ាងច្រើន ដើម្បីរៀបចំ បោះពុម្ពសៀវភៅ "ហេតុអ្វីបានជាមានពុទ្ធសាសនា?" សម្រាប់ចែកជាធម្មទានដល់បរិស័ទទូទៅ ។

- ឧបាសក **ម៉ៅ វ៉ាន** ឧបាសិកា **ឆន់ សំបូរ** ទីប្រឹក្សាឯកអគ្គរាជទូតកម្ពុជា ព្រមទាំងមន្ត្រីបម្រើការទាំងអស់នៅស្ថានទូតខ្មែរប្រចាំសហភាពមីយ៉ាន់ម៉ា ដែលតែងតែយកចិត្តទុកដាក់ដល់សមណនិស្សិតខ្មែរគ្រប់អង្គ និងគ្រប់ជំនាន់ ទាំងផ្នែកស្មារតី សិក្ខូបករណ៍ និងមើលការខុសត្រូវសុខទុក្ខរបស់សមណនិស្សិតខ្មែរ ។

- លោក **យូ បាន** (Mr. Yu Ban) ពីប្រទេសម៉ាឡេស៊ី ដែលមានសទ្ធាជ្រះថ្លា ក្នុងការខ្នះខ្នែងស្វែងរកថវិកាជួយបោះពុម្ពសៀវភៅ "ហេតុអ្វីបានជាមានពុទ្ធសាសនា?" *"Why Buddhism?"* និងសៀវភៅ "ខ្លឹមសារជីវិត" *"The Purpose of Life"* សម្រាប់ចែកជាធម្មទានដល់សាធារណជន និងសូមអរគុណដល់ "មិត្តពុទ្ធសាសនិកម៉ាឡេស៊ី" "All Malaysian Buddhist Friends" ទាំងអស់ ។

- ព្រះតេជគុណ **ស៊ីម ប៊ុនសុង**, ព្រះតេជគុណ **ជុំ សុជាតិ**, ព្រះតេជ-គុណ **សាត់ សុរិន្ទ**, ព្រះតេជគុណ **ប៉ាត សុវណ្ណ**, ព្រះតេជគុណ **សុខ**, លោកគ្រូ **ឡាង** ដែលបានផ្តល់នូវចំណេះដឹង និងទីស្នាក់អាស្រ័យដល់ខ្ញុំ ជាហេតុធ្វើឱ្យខ្ញុំមានពន្លឺរហូតមកដល់ថ្ងៃនេះ។

- ញោម **គីម ស៊ីមឿន**, ញោមមហាឧសិកា **សុខ អ៊ីម**, ញោមមហាឧបាសិកា **ញ៉ឹក ប៊ុនថា**, ញោមមហាឧបាសិកា **កាំង ហ៊ួចណៃ** និងញោមញាតិទាំងក្នុង និងក្រៅប្រទេសទាំងអស់ ដែលតែងតែជួយឧបត្ថម្ភដល់សមាគមសមណនិស្សិតខ្មែរ នៅសហភាពមីយ៉ាន់ម៉ា។

- សមណនិស្សិតខ្មែរគ្រប់ព្រះអង្គ និងញាតិញោមទាំងក្នុង និងក្រៅប្រទេសទាំងអស់ដែលបានផ្តល់ជាកំលាំងកាយចិត្តដល់ខ្ញុំ ក្នុងការងារធម្មទាននេះ។

សូមអំពើជាកុសលតាមថែរក្សាលោកអ្នកគ្រប់ពេលវេលា! អរគុណ!

សាកលវិទ្យាល័យពុទ្ធសាសនទូតថេរវាទអន្តរជាតិ

ទីក្រុងយ៉ាំងហ្គូន, សហភាពមីយ៉ាន់ម៉ា

ជំពូកទី១

ខ្លឹមសារជីវិត

ខ្លឹមសារជីវិត

យើងតែងតែសួរគ្នាថា តើអ្វីទៅជាខ្លឹមសារជីវិត? នេះជាសំនួរដ៏សាមញ្ញមួយ ប៉ុន្តែទំនងជាមានភាពស្មុគស្មាញមែនទែន ក្នុងការផ្តល់នូវចម្លើយ។ បើទោះជា មានបុគ្គលខ្លះបានផ្តល់នូវចម្លើយជាក់លាក់មួយ ស្របតាមផ្នត់គំនិតគិតឃើញរបស់ខ្លួនក៏ដោយ វាហាក់បីដូចជាមិនទាន់ជាចម្លើយពេញលេញដដែល ចំពោះបញ្ហាវន្តទាំងឡាយ។ ហេតុផល គឺនៅត្រង់ថា គេមិនបានរៀនមើល និងឈ្វេងយល់ឱ្យបានល្អិតល្អន់ពីទស្សនវិស័យនៃជីវិតនេះ។ គេបង្កើតតែការស្រមើស្រមៃក្នុងចិត្ត និងតាមលទ្ធភាពយល់ដឹងរបស់ខ្លួន។ ទន្ទឹមគ្នានេះ យើងដឹងថា មេសាសនា ទស្សនវិទូ កវីនិពន្ធ និងអ្នកវិជ្ជាស្បង់ទាំងឡាយ ក៏មិនមែនសុទ្ធតែជំនាញអំពី "ជីវិត"[១] ទេ។ ពេលយើងអាននូវអ្វីដែលគេនិយាយស្តីអំពី "ជីវិត" អ្នកខ្លះទំនងជាមិនអាចផ្តល់នូវរូបភាពនៃជីវិតពិតប្រាកដផ្ទាល់ខ្លួនឯងផង។

---

១. តាមន័យត្រង់ "ជីវិត" មានន័យថា "ដំណើររស់នៅ" ឬ "កិរិយារស់នៅ"។ មានវិគ្គហៈថា ជវិយតេតិ =ជីវិតំ ឬ ជីវនំ វា =ជីវិតំ។

ន័យមួយទៀត "ជីវិត" មានន័យថា "ធម្មជាតិជាគ្រឿងរស់នៅនៃសត្វ ឬធម្មជាតិជាទីប្រព្រឹត្តិទៅនៃសម្បយុត្តធម៌ (ជីវិត)"។ មានវិគ្គហៈថា ជីវន្តិ អនេនាតិ = ជីវិតំ, ជីវន្តិ បវត្តន្តិ ឯត្ថ សម្បយុត្តធម្មាតិ វា = ជីវិតំ។

គោលដៅជីវិត និង សេចក្តីថ្លៃថ្នូរ

មនុស្សខ្លះនិយាយថា "ជីវិត គឺពោរពេញដោយសេចក្តីទុក្ខ" បុគ្គលខ្លះទៀតនិយាយថា "ការកើតមកជាមនុស្សនេះ ពិតជាមានភ័ព្វសំណាងខ្ពស់ខ្លាំងណាស់"។ ត្រង់ចំណុចនេះ ក៏មានអ្នកខ្លះទៀតសួរឡើងថា ហេតុអ្វីបានជាយើងគ្រប់រូបកើតមកនៅក្នុងលោកនេះ ហើយជួបប្រទះតែសេចក្តីទុក្ខសោកអញ្ចឹង?។

តាមទស្សនៈរបស់គាត់ យើងអាចយល់បានថា គាត់បានយល់ពីជីវិតយ៉ាងច្បាស់។ ប៉ុន្តែមនុស្សបុថុជ្ជនមើលឃើញនូវជីវិតនេះ ដោយសើៗប៉ុណ្ណោះ ហើយមិនដឹងថា វាជាអ្វីពិតប្រាកដនោះទេ។ មនុស្សខ្លះទៀត និយាយថា "ជីវិតគ្មានគោលដៅច្បាស់លាស់ឡើយ ហើយថា វាអាចត្រូវបានគេប្រើប្រាស់នៅក្នុងគោលបំណងណាមួយ"។ មានបញ្ហាជាច្រើនសម្រាប់យើង ក្នុងការសញ្ជឹងគិតដោយបញ្ញាដ៏មុតមាំ ដើម្បីដឹកនាំមាគ៌ាជីវិតនេះឱ្យបានជាប្រយោជន៏ដល់ខ្លួនឯងផង និងដល់អ្នកដទៃផង។ ចៀសវាងការចំណាយវាទៅលើរឿងដែលគ្មានប្រយោជន៏។ លក្ខណៈនេះ គេអាចនិយាយបានថា ជីវិតមានខ្លឹមសារ ឬមិនមាន គឺអាស្រ័យទៅលើមាគ៌ាដែលយើងប្រកាន់យក និងអនុវត្តជាក់ស្តែងក្នុងជីវិតប្រចាំថ្ងៃ។ យើងពិតជាមិនអាចសម្រេចបាននូវវត្ថុដ៏មានប្រយោជន៏ឡើយ ប្រសិនបើ យើងប្រើវាខុសដោយមាន ការបង្កជាអំពើហិង្សា ការធ្វើឱ្យបាត់បង់នូវសេចក្តីថ្លៃថ្នូរ និងការប្រព្រឹត្តអំពើអសីលធម៌ ឬក៏ការចុះញ៉មទៅនឹងភាពទន់ខ្សោយរបស់មនុស្ស។

ធម្មជាតិនៃជីវិត

ប៉ុន្តែម្យ៉ាងទៀត ប្រសិនបើ យើងធ្វើការងារប្រកបដោយបញ្ញា មានការរក្សាសីល និងគោលការណ៍អភិសមាចារ ដូចជាការខន្តី ការមានអាធ្យាស្រ័យល្អ សេចក្តីអាណិតអាសូរ សេចក្តីគោរពឱនលំទោន សប្បុរសធម៌ មានយកអាសាអ្នកដទៃ និងអប់រំចិត្តមិនឱ្យមានលំអៀង នោះយើងអាចសម្រេចបានគោលដៅដ៏ឧត្តម និងមានប្រយោជន៍ចំពោះមនុស្សគ្រប់រូប។ បុគ្គលដែលចម្រើនសីលធម៌បែបនេះ នឹងទទួលបាននូវសន្តិភាព សុភមង្គល សេចក្តីស្ងប់ចិត្ត និងរួចចាកសេចក្តីទុក្ខ។ នេះទើបឈ្មោះថា ជីវិតមានន័យពេញលេញ និងមានប្រយោជន៍ដល់ជនគ្រប់ស្រទាប់វណ្ណៈ។ អ្នករៀនម្នាក់និយាយថា "ជីវិតកន្លងទៅដោយខ្លួនវា ខណៈពេលយើងកំពុងរស់នៅ។ អ្នករៀនម្នាក់ទៀតត្អូញត្អែរថា ព្យាធិ ជរា និងសេចក្តីសោកសៅទាំងឡាយ គឺជាការតបស្នងមកវិញ ដោយសារយើងយករូបរាងកាយរបស់យើងនេះធ្វើជាជម្រក។ សាសនិកម្នាក់ផ្សេងទៀត និយាយឡើងថា យើងត្រូវតែសងថ្លៃសេចក្តីភ័យខ្លាច និងសេចក្តីព្រួយបារម្ភវិញ ព្រោះតែការបង្កើតគំនិតអាត្មានិយមនេះឯង។ ទស្សនវិទូចិនម្នាក់និយាយថា "ការកើតរូបរាងកាយ នាំឱ្យកើតទុក្ខ។ យើងរស់នៅកាន់តែយូរ សេចក្តីទុក្ខកើតឡើងកាន់តែច្រើន។ តណ្ហាចង់រស់រានមានជីវិតក្នុងពេលអនាគតនេះ ធ្វើឱ្យយើងគ្មានសមត្ថភាពក្នុងការរស់នៅបច្ចុប្បន្ន"។ ព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធទ្រង់សំដែងថា "យើងកើតមកដោយសារកម្មវិបាក ដែលយើងបានកសាងទុកមកពីអតីតជាតិ ហើយវាផ្តល់ផលនៅពេលបច្ចុប្បន្នជាតិនេះ"។

នៅពេលយើងពិចារណាថ្លឹងថ្លែងពីទស្សនៈទាំងអស់នេះ យើងអាចយល់បាននូវធម្មជាតិពិតនៃជីវិត និងគោលបំណងរបស់វា ជាក់ជាមិនខាន។

ប្រសិនបើ យើងផ្តាប់ផ្តុនតែឥន្ទ្រីយារម្មណ៍ ដូចជាខ្លឹមសារជីវិត នោះយើងក៏ត្រូវតែត្រៀមខ្លួនប្រឈមនឹងបញ្ហាទាំងឡាយ ដែលនឹងកើតពីអារម្មណ៍ទាំងនោះផងដែរ។ គ្មានបុគ្គលណាម្នាក់ សប្បាយរីករាយភ្លើតភ្លើននឹងកាមគុណ ដោយគ្មានប្រឈមនឹងបញ្ហាផ្សេងៗដែលកើតចេញពីសកម្មភាពរបស់ខ្លួននោះឡើយ។ ថ្វីត្បិតតែអ្នកវិទ្យាសាស្ត្រជាច្រើន បានស្រាវជ្រាវរាវរកឃើញនូវវត្ថុអស្ចារ្យសម្រាប់ភាពងាយស្រួលរបស់មនុស្ស តែគេក៏នៅមិនអាចយល់បានពេញលេញ នូវគ្រប់ខ្លឹមសារនៃជីវិតនេះដែរ។ ដូច្នេះ ទើបមានអ្នកវិទ្យាសាស្ត្រមួយរូបទៀត បានលើកឡើងថាៈ តើជីវិតមានខ្លឹមសារទេ? តើអ្វីជាខ្លឹមសារជីវិត? វាជាអ្វី? នៅកន្លែងណា? កើតឡើងពេលណាដែរ? លំហរវេហាបានមកជាសាកល បានមកជាព្រះអាទិត្យ ផែនដី ជីវិតមនុស្ស និងមានច្រើនទៀតដែលត្រូវតែកើតឡើង ប៉ុន្តែគ្រាន់តែថា វាជារបស់នរណា ឬនៅពេលណា?។ តើព្រោះហេតុអ្វី? ចំលើយ គឺគ្មាន។

ទាក់ទងនឹងចរិយា ការប្រព្រឹត្តរបស់មនុស្ស លោកសាស្ត្រាចារ្យម្នាក់ បានមានប្រសាសន៍ថា "មនុស្ស[១] គឺមិនដូចអ្វីដែលគេមានទេ ហើយមនុស្សនេះក៏ដូចនឹងអ្វីដែលគេមិនមានផងដែរ"។

---

១. ពាក្យថា "មនុស្ស" មកពីពាក្យ "មន+ឧស្ស" ប្រែថា "ជនអ្នកមានចិត្តខ្ពង់ខ្ពស់", វិ. មនោ ឧស្សោ ឧស្សន្នោ អស្សាតិ =មនុស្សោ។ ន័យមួយទៀត "មនុស្ស" ប្រែថា "ជនអ្នកដឹងនូវអំពើដែលមានប្រ- យោជន៍ និងអំពើមិនមានប្រយោជន៍, វិ. ហិតាហិតំ មនតិ ជានាតីតិ = មនុស្សោ។

យោងតាមពាក្យសំដីគាត់ "មនុស្សមិនមានចរិយាមារយាទជាមនុស្សពិតទេ"។ តាមទស្សនៈពុទ្ធសាសនា មនុស្សមិនមែនជាសភាវៈដែលមិនប្រែប្រួលឡើយ ប៉ុន្តែ តាមវោហារស័ព្ទមួយថា វាស្ថិតនៅពីមួយខណៈ ទៅមួយខណៈ អាស្រ័យលើកំលាំងកម្មជាមូល។ ជីវិតមនុស្សមិនមែនត្រូវបានជប ឬបង្កើតឡើងដោយបុគ្គលណាម្នាក់ឡើយ។ ជីវិតមានអត្តសញ្ញាណផ្ទាល់ខ្លួនរបស់វា ច្បាស់លាស់។

យើងមិនអាចយល់នូវធម្មជាតិពិតនៃជីវិត ដោយសារតែភាពអវិជ្ជា និងតណ្ហាដ៏ក្រាស់ឃ្មឹករបស់យើង។ ព្រោះតែហេតុចង់រស់ហួសហេតុពេក នេះឯង ទើបយើងរងទុក្ខវេទនាក្នុងលោកនេះ។ ដូច្នេះ យើងពិតជាមិនអាចទៅរួចក្នុងការឈ្វេងយល់ថា តើជីវិតមានខ្លឹមសារ ឬមិនមាន នៅក្នុងលោកនេះ ដោយគ្មានការយល់ត្រូវ (សម្មាទិដ្ឋិ)។

កំលាំងកម្ម

ជីវិតត្រូវបានអធិប្បាយរ៉ាយរ៉ាប់ថា ជាការបូកបញ្ចូលគ្នានៃ "នាមនិងរូប"។ ផលនៃការបូកបញ្ចូលគ្នានេះ ភាវៈក៏ចាប់បដិសន្ធិក្នុងភព និងបន្តផ្លាស់ប្តូររហូតដល់រលត់ទៅវិញ។ ទោះបីយ៉ាងណា "នាមនិងរូប" នេះបង្កើតនូវធាតុឬរូប ក្នុងលក្ខណៈផ្សេងៗគ្នាអាស្រ័យលើចរិយា ការប្រព្រឹត្តរបស់មនុស្សម្នាក់ៗក្នុងអតីតកាល។ វីថិចិត្តនេះបន្តដំណើររហូត ដរាបណាកំលាំងកម្ម និងតណ្ហា នៅតែមាន។

ខន្ធ ៥ យ៉ាង (Aggregates)

តាមពុទ្ធវចនៈ ជីវិតប្រមូលផ្តុំនូវខន្ធ ៥ (បញ្ចខន្ធ) មាន រូបខន្ធ (material form), វេទនាខន្ធ (feeling), សញ្ញាខន្ធ (perception), សង្ខារខន្ធ (mental formation), និងវិញ្ញាណខន្ធ (consciousness)។ ធាតុទាំងឡាយ ៤ ប្រការ មានធាតុដី (solidarity), ធាតុទឹក (fluidity), ធាតុភ្លើង (heat), និងធាតុខ្យល់ (motion) ក៏នាំឱ្យកើតរូបដែរ។ រូបខន្ធ និងនាមធម៌ ៤ ផ្សេងទៀត ដូចបានបែងចែកខាងលើ ដូចជា វេទនា សញ្ញា សង្ខារ និងវិញ្ញាណ ត្រូវបានបូកបញ្ចូលគ្នាបង្កើតបានជាជីវិតមួយ។ លក្ខណៈពិតនៃបញ្ចក្ខន្ធនេះ ត្រូវបានពន្យល់ប្រៀបធៀបនៅក្នុងពុទ្ធវចនៈ ដូច្នេះថា "រូបមានសេចក្តីប្រៀបធៀបនឹងដុំនៃពពុះទឹក, វេទនាមានសេចក្តីប្រៀបធៀបនឹងក្រពេញទឹកដែលប៉ោងឡើងព្រួចៗ សញ្ញាមានសេចក្តីប្រៀបធៀបនឹងថ្ងៃបណ្តើរកូន សង្ខារទាំងឡាយមានសេចក្តីប្រៀបធៀបនឹងដើមចេក វិញ្ញាណមានសេចក្តីប្រៀបធៀបនឹងកលមាយា"។ ការវិភាគវែកញែកនៃជីវិតបែបនេះ យើងពិតជាពិបាកណាស់ ដើម្បីស្រាវជ្រាវរាវរកសច្ចភាព ឬខ្លឹមសារជីវិត ដូចដែលបានពន្យល់រួចមកហើយ។

ការវិភាគនៃជីវិតនេះ បានធ្វើឱ្យមានជំលោះយ៉ាងធ្ងន់ធ្ងរកើតឡើង ចំពោះជំនឿសាសនាទាំងឡាយ នៅក្នុងសម័យកាលនោះ ព្រោះព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធបានសំដែងថា គ្មានវត្ថុណាស្ថិតស្ថេរ ដោយគ្មានការប្រែប្រួល និងមិនរលត់ទៅវិញនោះឡើយ។

រូបរាងកាយ គឺគ្មានអ្វីសំខាន់ ក្រៅពីឱភាសកម្មអរូបីសម្រាប់ការបូកបញ្ចូលគ្នានៃធាតុទាំងឡាយ ដែលតែងប្រែប្រួលផ្លាស់ប្តូរជានិច្ចនិរន្តរ៍នោះឯង។ ជីវិត គឺបីដូចជាទឹកស្ទឹងដែលហូរ ហើយចែកចេញទៅតាមផ្នែកផ្សេងៗរបស់ខ្លួន ក្នុងខ្សែទឹកដ៏ធំនៃជីវិត។

ជីវិតគឺគ្មានអ្វី ក្រៅពីខ្សែរលក

ការវិភាគនៃសាកលលោករបស់វិទ្យាសាស្ត្របង្ហាញថា ពិភពលោកគឺគ្មានអ្វីក្រៅពីខ្សែចលនាដែលមិនមានដាច់នោះទេ។ លោកបណ្ឌិត អាល់ប៊ឺត អែនស្តែន (Albert Einstein) បាននិយាយថា "រូបត្រូវបានបង្កើតពីរលក ហើយយើងរស់នៅក្នុងពិភពលោកនៃរលកនេះឯង"។ [១]

ប្រសិនបើ មនុស្សអាចកំណត់ដឹងនូវដែននៃរូបរាងកាយរបស់ខ្លួន, អារម្មណ៏របស់ខ្លួន, ចិត្តរបស់ខ្លួន និងធម្មារម្មណ៏ នោះយើងក៏ជាផ្នែកនៃរលកដូចគ្នាដែរ ការកំណត់សំគាល់បែបនេះ នឹងនាំឱ្យមនុស្សឈ្វេងយល់បាន ថាតើក្នុងជីវិតមានខ្លឹមសារឬយ៉ាងណា? ។

---

១. រូបនេះគ្រាំគ្រាទ្រុឌទ្រោមហើយ, ជាទីអាស្រ័យនៅនៃរោគ, ជារបស់ដែលផុយរលួយ, កាយរបស់ខ្លួនជារបស់ដែលស្អុយគួរខ្ពើមរអើម នឹងបែកធ្លាយ, ព្រោះថា ជីវិតមានសេចក្តីស្លាប់នៅទីបំផុត។

This body is worn out-with age, it is the seat of sickness, it is subject to decay. This putrid body disintegrates; life, indeed, ends in death.

ធម្មបទ ខ្មែរ-អង់គ្លេស

កែប្រែខ្លួនឯង

តើអ្វីដែលសម្រេចបានដោយការកែប្រែពិភពលោក? ។ តើអ្នកអាចសម្រេចបាននូវសុក្រឹតភាពឬទេ? អ្នកចិញ្ចឹម និងបំពេញតែអាត្ម័នដែលឥតប្រយោជន៏ប៉ុណ្ណោះ។ អ្នកនឹងអន្ទោលទៅមកក្នុងវដ្តសង្សារដោយពិត។ ប៉ុន្តែតាមការកែប្រែខ្លួនឯង ការយល់ដឹងនូវធម្មជាតិនៃអត្តៈ ឆ្លងតាមការមិនប្រកាន់ខ្លួន, ការអប់រំខ្លួន និងការព្យាយាមខ្លួនឯង យើងនឹងអាចសម្រេចបាននូវសុក្រឹតភាពយ៉ាងពិត។ ដោយការសម្រេចបាននូវសុក្រឹតភាពនេះ ជីវិតរបស់យើងមានខ្លឹមសារបរិបូរ ហើយយើងអាចជួយយកអាសាអ្នកដទៃទៀតផង។ មនុស្សទាំងឡាយនឹងយកអ្នកជាឧទាហរណ៏ ហើយពួកគេនឹងយកតម្រាប់តាមអ្នក នឹងសម្រេចបាននូវគោលបំណងដ៏សាមញ្ញ ក្នុងជីវិតនេះដែរ។

បច្ចុប្បន្ននេះ មនុស្ស គឺជាផលនៃគំនិត និងសកម្មភាពអតីតកាលរាប់លានឆ្នាំ។ មនុស្សមិនទាន់ធ្វើសម្រាប់ "កាមភព និងរូបភព" ។ ចរិយាការប្រព្រឹត្តរបស់យើងត្រូវបានកំណត់ដោយជវនចិត្តផ្ទាល់ខ្លួនយើង។ មនុស្សមិនមែនបរិសុទ្ធដោយធម្មជាតិទេ យើងត្រូវហ្វឹកហាត់អប់រំខ្លួនយើងឱ្យបរិសុទ្ធទើបបាន។

ជីវិតមិនមែនជាកម្មសិទ្ធិរបស់មនុស្សតែម្នាក់នោះឡើយ។ ជីវិតសត្វផ្សេងៗទៀត កើតមាននៅក្នុងសាកលលោកនេះដែរ។ ទោះជាយ៉ាងណាមនុស្សមានការពិចារណារកហេតុផលខ្ពង់ខ្ពស់ជាងសព្វសត្វដទៃទៀត។ ស្ថិតក្នុងលក្ខណៈបែបនេះ មនុស្ស គឺប្រសើរជាងសត្វផ្សេងៗ ព្រោះមានបញ្ញាក្នុង

ការចាត់ចែងស្វែងរកមាគ៌ាជីវិតរបស់ខ្លួន ដើម្បីគេចចេញពីសេចក្ដីទុក្ខទាំងឡាយទាំងពួង។ ប្រសិនបើ ខ្លឹមសារជីវិតគ្រាន់តែជាការគេចវេះអំពីសេចក្ដីទុក្ខ ហេតុនោះមនុស្សទាំងឡាយអាចសម្រេចគោលដៅនេះបាន មានតែតាមរយៈការព្យាយាមប្រឹងប្រែងផ្ទាល់ខ្លួនប៉ុណ្ណោះ។ ប៉ុន្តែ ក៏នឹងនៅតែបរាជ័យវិញ ប្រសិនបើយើងប្រើវាមិនបានត្រឹមត្រូវ។

នៅក្នុងពុទ្ធដីកា ព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធទ្រង់សង្កត់ធ្ងន់ទៅលើតំលៃរបស់មនុស្ស។ ព្រះអង្គបានទ្រង់ត្រាស់ថា មនុស្សជាសត្វដ៏អស្ចារ្យបំផុត ដែលបានព្យាយាមតស៊ូពីមួយជាតិទៅមួយជាតិ ក្នុងដំណើរស្វែងរកសុក្រឹតភាព ឬការបំពេញបារមី។ តាមពិត ជីវិត គឺជាការពិសោធ។ គ្មានអ្វីអាចប្រៀបធៀបនឹងជីវិតនេះទេ ហើយក៏គ្មានរង្វាស់នៃតំលៃរបស់វាអាចត្រូវបានកំណត់ ដូចជាវត្ថុផ្សេងៗទៀតដែរ ហើយលុយកាក់ប្រាក់កាសក៏មិនអាចទិញបានទៀតផង។ ប៉ុន្តែ វត្ថុកាត់ថ្លៃគ្មាននេះ មនុស្សភាគច្រើនមិនបានសិក្សាឈ្វេងយល់ ថា តើអ្វីដែលត្រូវធ្វើនឹងតំលៃនេះ។ ដូច្នេះ ជីវិតមិនមែនគ្រាន់តែជារូបរាងកាយ ឬឥន្ទ្រីយារម្មណ៍នោះទេ ប៉ុន្តែ វាជាចិត្តគំនិតមនុស្សដែលរំពឹងសញ្ជឹងគិតនោះឯង។

ពាក្យគួររិះគិត
លុយគឺជាដើមចមនៃសេចក្ដីអាក្រក់ទាំងឡាយ
Money is the root of all evil.
លុយគឺជាបាវបម្រើដ៏ប្រសើរ តែជាចៅហ្វាយដ៏អាក្រក់
Money is the good servant but a bad master

ប្រភេទនៃមនុស្ស

ព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធបានចែកប្រភេទមនុស្សជា ៤ ក្រុម[1] មានៈ

១- បុគ្គលដែលធ្វើល្អសម្រាប់តែខ្លួនឯង ប៉ុន្តែមិនមែនសម្រាប់អ្នកដទៃផងទេ។

២- បុគ្គលធ្វើល្អចំពោះអ្នកដទៃ តែមិនធ្វើល្អចំពោះខ្លួនឯង។

៣- បុគ្គលមិនធ្វើល្អចំពោះឯង និងអ្នកដទៃ។

៤-បុគ្គលដែលធ្វើល្អចំពោះខ្លួនឯងផង និងចំពោះអ្នកដទៃផង។

មនុស្សដែលធ្វើល្អសម្រាប់តែខ្លួនឯងម្នាក់ មិនសម្រាប់អ្នកដទៃផងនោះ តែងតែព្យាយាមពុះពារលាក់បំបិទនូវអំពើទុច្ចរិតរបស់ខ្លួន មានកាយទុច្ចរិត វចីទុច្ចរិត និងមនោទុច្ចរិត តែគាត់មិនបានស្នើអ្នកដទៃឱ្យបំបិទនូវសេចក្ដីលោភលន់ សេចក្ដីក្រេវក្រោធ និងសេចក្ដីវង្វេងនោះឡើយ។

អ្នកដែលធ្វើល្អចំពោះបុគ្គលដទៃ ហើយមិនធ្វើល្អសម្រាប់ខ្លួនឯង តែងតែសរសើរលើកទឹកចិត្តអ្នកដទៃឱ្យលះបង់នូវអំពើទុច្ចរិតទាំងឡាយ មានកាយទុច្ចរិត វចីទុច្ចរិត និងមនោទុច្ចរិត តែខ្លួនគាត់ផ្ទាល់មិនបានព្យាយាមប្រឹងប្រែងលះបង់នូវសេចក្ដីលោភលន់ សេចក្ដីក្រេវក្រោធ និងសេចក្ដីវង្វេងទេ។

---

1. Four groups of humankind, namely,
1- One who works for his own good, but not for the good of others;
2- One who works for the good of others, but not for his own good;
3- One who works neither for his own good nor for the good of others; and
4- One who works for his own good as well as for the good of others.

មនុស្សដែលមិនធ្វើល្អចំពោះខ្លួនឯង និងអ្នកដទៃ តែងតែមិនព្យាយាមលះបង់នូវទុច្ចរិតទាំងឡាយមាន កាយទុច្ចរិត វចីទុច្ចរិត និងមនោទុច្ចរិត ហើយក៏មិនបានសរសើរលើកទឹកចិត្តអ្នកដទៃ ឱ្យលះបង់សេចក្តីលោភលន់ សេចក្តីក្រេវក្រោធ និងសេចក្តីវង្វេង។

រីឯបុគ្គលទីបួនដែលធ្វើអំពើល្អចំពោះខ្លួនគាត់ និងអ្នកដទៃ តែងតែព្យាយាមប្រឹងប្រែងលះបង់នូវអំពើទុច្ចរិតទាំងឡាយ មានកាយទុច្ចរិត វចីទុច្ចរិត និងមនោទុច្ចរិត ហើយមិនតែប៉ុណ្ណោះ គាត់ក៏បានសរសើរលើកទឹកចិត្តអ្នកដទៃឱ្យលះបង់នូវសេចក្តីលោភលន់ សេចក្តីក្រេវក្រោធ និងសេចក្តីវង្វេងទៀតផង។ (គម្ពីរអង្គុត្តរនិកាយ)

ជីវិតគេចមិនផុតពីសេចក្តីទុក្ខទេ

ប្រសិនបើ យើងពិចារណាវែងឆ្ងាយទៅ យើងត្រូវតែយល់ព្រមថា ជីវិតគឺពិតជាមានសេចក្តីទុក្ខគ្មានទីបំផុត។ គ្រប់វិនាទី យើងតែងកើតទុក្ខមិនថាតាមផ្លូវកាយ ឬផ្លូវចិត្ត។ តើយើងអាចស្វែងរកបុគ្គលណាមួយដែលមិនមានសេចក្តីទុក្ខ ទោះតាមផ្លូវកាយ ឬផ្លូវចិត្ត បានដែរឬទេ? សូម្បីតែបុគ្គលបានសម្រេចនូវសេចក្តីស្ងប់ហើយ ក៏មិនអាចគេចចេញពីសេចក្តីទុក្ខនេះបានឡើយ ដរាបណារូបកាយរបស់ពួកគេ នៅមាន។ ជីវិតនិងសេចក្តីទុក្ខមិនអាចបំបែកចេញពីគ្នាបានទេ។

ប្រសិនបើ នរណាម្នាក់សួរថា តើអ្វីដែលមិនច្បាស់លាស់បំផុតនៅក្នុង លោកនេះ? ចម្លើយដ៏ត្រឹមត្រូវមុខជាថា " ជីវិត គឺជាសភាវៈដែលមិនទៀងទាត់បំផុត"។ អ្វីៗដែលយើងធ្វើក្នុងលោកនេះ គឺនឹងកញ្ជក់យើងទាំងអស់គ្នាចេញពីសេចក្តីទុក្ខ និងសេចក្តីស្លាប់។ ប្រសិនបើ យើងធ្វើព្រងើយកន្តើយនឹង ជីវិតនេះ សូម្បីតែមួយវិនាទី យើងក៏សមល្មមនឹងត្រូវបាត់បង់នូវជីវិតរបស់យើងដែរ។ គ្រប់សកម្មភាពក្នុងជីវិតប្រចាំថ្ងៃរបស់យើង មានដូចជា ការងារ, ការបរិភោគ, ការផឹក, ការដេក, និងការដើរហើរ គឺជាមាគ៌ា និងជាអត្ថន័យ ដែលយើងគ្រប់រូបបានទទួលយក ដើម្បីគេចចេញពីសេចក្តីទុក្ខ និងសេចក្តីស្លាប់។ ទោះបីជាពេលខ្លះ យើងក៏បានជួបនឹងសេចក្តីសុខសោមនស្សលោកីយ៍នេះបន្តិចបន្តួច ដោយបំពេញនូវចំណង់របស់យើង ហើយវត្ថុដែលបានផ្តល់ឱ្យនូវសេចក្តីសប្បាយនេះ ក៏នឹងវិលត្រឡប់ទៅជាសេចក្តីទុក្ខវិញ។ ដូច្នេះ កំណប់ទ្រព្យនៃសន្តិភាព និងសេចក្តីសុខសុភមង្គលដ៏ថ្លៃថ្លាមិនមែននៅក្នុងកណ្តាប់ដៃអ្នកមានទ្រព្យទេ ប៉ុន្តែវានៅក្នុងកណ្តាប់ដៃនៃបុគ្គលណាដែលបានចេញផុតពីសេចក្តីសុខលោកីយ៍នេះ។ អ្វីដែលជាប់ទាក់ទងនឹងជីវិតយើង សុទ្ធតែស្ថិតក្នុងសេចក្តីប្រែប្រួល និងសេចក្តីទុក្ខ។ ហេតុនេះ ទើបព្រះសម្ពុទ្ធទ្រង់យល់ថា ដរាបណាមានកាមតណ្ហាប្រាថ្នាចង់បាន ដរាបនោះយើងគ្មានផ្លូវណាអាចរត់ចេញពីសេចក្តីទុក្ខបានឡើយ។ តណ្ហា គឺជាភ្នាក់ងារដ៏សំខាន់នាំឱ្យកើតភពជាតិកំណើត។ នៅពេលណាមានភព សេចក្តីទុក្ខក៏ប្រាកដជាមិនអាចគេចផុតទេ។

មនុស្សជាច្រើនសញ្ជឹងគិតស្វែងរកជីវិតអមតៈ ប៉ុន្តែអ្នកស្វែងរកដែលមានទីឃាយុភាព បែរជាយល់ថា ជីវិតគួរឱ្យធុញទ្រាន់ខ្លាំងណាស់ ដោយពួកគាត់មិនបានដឹងថា តើវាបានកន្លងទៅអស់ប៉ុន្មានថ្ងៃហើយ?។ មានសុភាសិតចិន ស្តីពីចំណង់តណ្ហារបស់មនុស្សដែលមិនចេះស្កប់ស្កល់ ចំពោះអ្នកមានអាយុវែងថា "គាត់ឡប់តែខ្លួនឯងហ្នឹង, គាត់បន់ស្រន់ប្រាថ្នាចង់បានអាយុវែង ហើយគាត់តាំងខ្លាចចាស់ជរា"។ បែបទំនងជា បំណងរបស់គាត់ចង់នៅតែក្មេង ដើម្បីសេពសោយនូវកាមគុណជារៀងរហូតមើលទៅ។ ព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធទ្រង់ត្រាស់សំដែងថា កាមតណ្ហានេះ គឺជាហេតុនាំឱ្យមានគំនិតអាត្មានិយម និងសេចក្តីទុក្ខទាំងឡាយ។ សេចក្តីសុខសោមនស្សមានសមល្មម នៅពេលជីវិតនេះ បណ្តែតអារម្មណ៍រណ្តំទៅតាមបទចម្រៀង។ ប៉ុន្តែ ផលប្រយោជន៍មនុស្ស គឺនៅត្រង់ថា មនុស្សនោះអាចញញឹមរួច នៅពេលសេចក្តីស្លាប់ជិតចូលមកដល់។

សេចក្តីសុខដ៏តិចតួចដែលយើងទទួលបាន គឺសុទ្ធតែលេចចេញមកពីភាពអស់សង្ឃឹម ការបរាជ័យ និងការចាញ់។ មនុស្សមិនអាចស្វែងរកជីវិតឃើញនៅកន្លែងដែលមានសេចក្តីលំបាក, បញ្ហា, ការប្រឆាំងដណ្តើមគ្នា, ក្តីអស់សង្ឃឹមជាដើម និងនៅក្នុងចំណោមស្ថានភាពដែលគ្មានលក្ខណៈដូចគ្នាផ្សេងៗរាប់ពាន់ទៀត។ យើងប្រឹងប្រែងតស៊ូកាន់តែខ្លាំងដើម្បីគេចចេញពីភាពអពមង្គលតាមមាគ៌ាលោកិយ៍ យើងក៏ចងខ្លួនយើងកាន់តែខ្លាំងជាមួយនឹងបញ្ហាផ្សេងៗទៀត។ នៅពេលយើងចង់គេចចេញពីបញ្ហា ដោយមានបំណងឬគ្មានបំណង យើងក៏ប្រាកដជាបង្កើតបញ្ហាដទៃទៀតមកដល់ខ្លួនឯង។ អញ្ចឹង

តើទីបញ្ចប់នៃបញ្ហាទាំងនេះនៅឯណា? ចំពោះការរស់នៅនេះ យើងត្រូវតែទទួលនូវភាពលំបាក និងសេចក្តីទុក្ខបែបនេះ ដោយមិនចាំបាច់ត្អូញត្អែរទេ។ មិនមានជំរើសផ្សេងទៀតឡើយ។ សេចក្តីទុក្ខនឹងតែងតែកើតមានជាដរាប ព្រោះសេចក្តីទុក្ខអពមង្គលមិនមានផ្លូវដែលអាចចៀសរួច។ ព្រះពុទ្ធទ្រង់សំដែងថា សេចក្តីទុក្ខនេះ គឺជាជំងឺមួយ ហើយអាចត្រូវបានព្យាបាលជាសះស្បើយរហូត នៅពេលសុក្រឹតភាពត្រូវសម្រេច។ ឡៅ ជឺ (Lao Tze) ជាគ្រូជនជាតិចិនដ៏ល្បីម្នាក់បាននិយាយថា "ខ្ញុំបានរងទុក្ខវេទនា ព្រោះដោយសារខ្ញុំមានរូប, ប្រសិនបើខ្ញុំគ្មានរូបទេ តើខ្ញុំមានទុក្ខដូចម្តេចទៅ?"។

លោក ចាកូស បូសមេ (Jacoh Boehme) បាននិយាយថា "ទោះបីយកភ្នំទាំងឡាយធ្វើជាសៀវភៅ ទឹកទន្លេបឹងបួរធ្វើទឹកខ្មៅ ព្រៃព្រឹក្សាធ្វើជាស្លាបប៉ាកកា ក៏មិនអាចពិពណ៌នារៀបរាប់ពីសេចក្តីទុក្ខ ដែលមាននៅក្នុងពិភពលោកនេះអស់ដែរ"។

ពេលយើងក្រឡេកមើលឃើញមនុស្សដែលទទួលរងទុក្ខ ក្នុងមាគ៌ាបែបណាមួយនោះ យើងក៏ប្រាកដជាយល់នូវស្ថានភាពពិតនៃជីវិតលោកិយ៍។ ហេតុអ្វីបានជាពួកគេរងទុក្ខបែបនេះ? ហើយតើអ្នកណាជាអ្នកទទួលខុសត្រូវចំពោះសេចក្តីទុក្ខរបស់ពួកគេ?។ ព្រះពុទ្ធទ្រង់សំដែងថា មនុស្សគ្រប់រូប គឺជាអ្នកទទួលខុសត្រូវនូវសេចក្តីទុក្ខផ្ទាល់ខ្លួនរបស់ពួកគេ។ នៅថ្ងៃនេះពួកគេរងទុក្ខ ដោយសារកាមតណ្ហារបស់គេដ៏ខ្លាំងក្លានេះ ជំរុញឱ្យពួកគេប្រព្រឹត្តិធ្វើនូវអំពើអកុសលទាំងពួង។ នេះជាហេតុចម្បងនៃសេចក្តីទុក្ខទាំងឡាយ។ អស់រយៈពេលជាង ២៥០០ ឆ្នាំកន្លងទៅហើយ ដែលទស្សនវិទូ និងចិត្តវិទូ ទទួល

យកថា អ្វីដែលព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធបានសំដែង គឺពិតជាត្រូវ។ កវីនិពន្ធម្នាក់បានធ្វើការវិភាគពីជីវិតរបស់យើងដូច្នេះថា៖ "សត្វមមាចហើរចូលភ្លើង មិនដឹងថាខ្លួនស្លាប់ ចំណែកត្រីស៊ីសន្ទូចក៏មិនដឹងថា ខ្លួននឹងមានគ្រោះថ្នាក់ ប៉ុន្តែយើងដឹងយ៉ាងច្បាស់នូវទោសនៃកាមគុណ យើងក៏នៅតែសុលក្បាលចូលទៅរកវាដោយគ្មានញញើត ឱហ្ន៎ ! យើងទាំងអស់គ្នាអីក៏ភ្លើម្លេះ!"។

ជីវិតកន្លងទៅយ៉ាងរហ័ស

ពុទ្ធសាសនាបង្ហាញថា ជីវិតគឺខ្លីខ្លាំងណាស់ ហើយយើងគួរគប្បីធ្វើការប្រកបដោយសតិ សម្បជញ្ញៈ និងហិរិឱត្តប្បៈ សម្រាប់ការរស់នៅរបស់យើង។ នៅក្នុងថេរគាថាមួយ លោកសំដែងថា "មនុស្សទាំងឡាយពិតជាមិនដឹងថា យើងកំពុងតែដេកត្រាំក្នុងគំនរទុក្ខបន្តិចសោះឡើយ"។ សម្រាប់បុគ្គលដែលបានដឹងនូវសច្ចធម៌ពិតនេះ នឹងគេចផុតពីសេចក្តីទុក្ខ និងការវិវាទទាស់ទែងគ្នា ដោយពិត។

ពិភពលោកគឺជាសមរភូមិ

សាកលលោកទាំងមូល គឺជាសមរភូមិដ៏ធំល្វឹងល្វើយ។ ភព គឺគ្មានអ្វីក្រៅពីការតស៊ូឥតឈប់ឈរ រវាងម៉ូលេគុលនិងម៉ូលេគុល, អាតូមនិងអាតូម, អេឡិចត្រុងនិងអេឡិចត្រុង ហ្នឹងឯង។ ដោយសារវាមានប្រព័ន្ធរូបរាងខ្លួនឯង

នេះហើយ ទើបវាជាសមរភូមិដ៏ធំនោះ។ ប៉ុន្តែ ចិត្តគឺជាសមរភូមិដ៏ធំបំផុតក្នុងលោកនេះ។

បុគ្គលដែលមិនមានសុខសន្តិភាពជាមួយខ្លួនឯង មិនអាចមានសេចក្តីសុខសន្តិភាពជាមួយនឹងពិភពលោកឡើយ ហើយសង្គ្រាមនេះត្រូវតែបន្តដើម្បីលាក់បំបាំងនូវការពិត ពីបុគ្គលដែលមានសង្គ្រាមក្នុងខ្លួន។ សព្វថ្ងៃនេះ ការប្តូងសួងដ៏សំខាន់របស់មនុស្ស គឺដើម្បីសុខសន្តិភាព ប៉ុន្តែ គ្មានសេចក្តីសុខសន្តិភាពណាស្ថិតក្នុងពិភពលោកដែលបង្ហូរទឹកភ្នែក ដោយសារសង្គ្រាមនោះទេ សេចក្តីសុខសន្តិភាពកើតមាន លុះត្រាតែការវិវាទឈ្លោះទាស់ទែងគ្នា ដែលមានក្នុងខ្លួនឯងត្រូវបានបញ្ចប់។

ក្នុងចក្ខុវិស័យរបស់ព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធ មនុស្សភ័យញាប់ញ័រដូចសត្វត្រីក្នុងអូរដែលនឹងត្រូវរាំងស្ងួត, ស្ថិតក្នុងកណ្តាប់ដៃនៃតណ្ហា ទាំងមិនអាចហក់លោតទៅទីនេះទីនោះបានឡើយ បីដូចជាសត្វទន្សាយដែលជាប់អន្ទាក់ ឬត្រូវព្រួញដូច្នោះដែរ។ ព្រះអង្គទតឃើញការតស៊ូរបស់មនុស្សទាំងឡាយ ប្រឆាំងគ្នានឹងគ្នា, ភាពគ្មានហេតុផលរបស់អជ្ឈុប្បាតជន (ជនជញ្ជក់ឈាម) ព្យាយាមបៀតបៀន ឬលួចឆក់ប្លន់ជនរងគ្រោះរបស់ពួកគេ តាមលំដាប់លំដោយពីមួយទៅមួយ ដើម្បីតែចង់រស់ប៉ុណ្ណោះ។ សង្គ្រាមត្រូវបានបង្កើតដោយចិត្តមនុស្ស ហើយដូចគ្នានេះ មនុស្សក៏អាចបង្កើតសុខសន្តិភាព យុត្តិធម៌ ប្រសិនបើ មនុស្សប្រើប្រាស់ចិត្តដែលមិនមានអគតិរបស់ខ្លួន។ ប្រវត្តិសាស្ត្រពិភពលោកចារប្រាប់យើងឱ្យដឹងថា ការប្រកាន់ពូជសាសន៍, ការរើសអើងពណ៌សម្បុរ, អធិមុត្តិនិយមសាសនា និងការលោភអំណាច និងទ្រព្យសម្បត្តិ បាន

បង្កើតឱ្យមានគ្រោះមហន្តរាយ, សេចក្ដីសោកសៅ និងសេចក្ដីទុក្ខ នៅក្នុងពិភពលោកនេះ ។ គេបានដាក់សម្ពាធដ៏ធ្ងន់ទៅលើការរស់នៅរបស់មនុស្សដែលគ្មានប្រាសចាកសីលធម៌ ។ បញ្ហាបែបនេះ មិនដែលជួយជំរុញដំណើរការលោកីយ៍ឱ្យឆ្ពោះទៅមុខឡើយ ។ មនុស្សដែលស្រេកឃ្លានអំណាច និងទ្រព្យសម្បត្តិ ត្រូវបានពុលដោយសេចក្ដីច្រណែន និងសេចក្ដីលោភលន់ ហើយតែងតែបង្កនូវបញ្ហា ប៉ុន្តែ ជារឿយៗព្យាយាមប្រឹងប្រែងសំដែងបង្ហាញនូវទង្វើដ៏ឃោរឃៅនេះ ដោយនិយាយទាំងទទឹងទិសថា សុទ្ធតែក្នុងនាមសន្តិភាព និងយុត្តិធម៌ ។ យើងកំពុងរស់នៅក្នុងពិភពជំនឿ ដែលកើតឡើងតាមផ្លូវកាយ រួមនិងផ្លូវចិត្ត ហើយជួនកាលផ្លូវចិត្តរួមជាមួយនឹងផ្លូវកាយវិញ ។ នៅក្នុងសំដីខាងក្រោមនេះ សំដៅលើការប្រែប្រួលផ្លាស់ប្ដូរក្នុងជីវិតរបស់យើង ។

យើងរស់នៅ, ធ្វើការងារ, និងស្រមើស្រមៃ សកម្មភាពនីមួយៗនេះជាគោលការណ៍ដ៏តិចតួចរបស់យើង, ពេលខ្លះយើងសើច ពេលខ្លះយើងយំ ហើយថ្ងៃទាំងឡាយក៏ចេះតែកន្លងផុតទៅ ។

គ្មានប្រយោជន៍សោះ

សេចក្ដីទុក្ខកង្វល់ច្រើន, មនុស្សសម្រក់ទឹកភ្នែកក៏មានច្រើន, ពេលវេលាច្រើន
លុយកាក់មានច្រើន , ហើយទាំងអស់នេះសម្រាប់អ្វីហ្ន៎? បញ្ហាច្រើន
តែខ្លួនតូច! ។
ការវេចខ្ចប់កញ្ចប់ប្រូតេអ៊ីនលឿនរហ័សមិនឱ្យខ្យល់បក់ត្រូវយ៉ាងណា,

សាកសព គឺរូបរាងកាយតូចតាចនេះ ក៏ដល់នូវការចាស់ជរាដ៏លឿនរហ័ស
យ៉ាងដូច្នោះដែរ ។
មិនយូរប៉ុន្មានមាតាបិតាជាទីស្រឡាញ់ ឬញាតិមិត្រសាច់សាលោហិត
បងប្អូនប្រពន្ធកូនចៅ គូស្នេហ៍ជាទីស្នេហា ក៏មិនមានទៀតឡើយ ។
ក្រៅពីនេះ យើងនៅមានគ្រឿងល្បួងលួងលោមចិត្តទាំងឡាយ មានដូចជា:
ក្ដារមឈូស, ក្បួនហែហម និងដុំថ្មដាក់សង្កត់លើក្បាលផ្នូរ, ការជប់លៀង
និងការចូលរួមមរណទុក្ខ, កម្មវិធីបុណ្យ, កប់ ឬក៏ដុត, ឬអប់ថ្នាំសពទុករហូត,
កិច្ចការទាំងអស់នេះ សម្រាប់តែសាកសពដែលហើមប៉ោង ប៉ុណ្ណោះទេ ។
កូនចងចាំ, ចៅតូចៗក៏ចងចាំ ហើយបន្ទាប់មកពួកគេក៏ភ្លេចអស់រលីងសូន្យ,
ទីបំផុតនៅសល់តែដុំថ្ម និងឆ្អឹង, តើទាំងអស់នេះ មានប្រយោជន៍ដែរទេ?

ដោយភិក្ខុ ខន្តិបាលោ (Khantipalo) ។

គំលៃស្មារតី

លោក ជូលៀន ហ៊ុចលេ (Julian Huxley) បាននិយាយថា: ជីវិតគប្បីដឹកនាំក្នុងការបំពេញកិច្ចការទាំងឡាយដែលមិនអាចរាប់បាន មានទាំងផ្នែកផ្លូវកាយ ផ្នែកផ្លូវចិត្ត ផ្នែកស្មារតី ហើយជាងនេះទៅទៀត គឺអ្វីដែលមនុស្សអាចមានសមត្ថភាពធ្វើបាន ក្នុងនោះសាមគ្គីភាព គឺជាវត្ថុសំខាន់ និងជាវត្ថុដ៏ឧត្តមបំផុត ដែលមនុស្សត្រូវតែលើកកំពស់ ។

យើងកើតមកក្នុងលោកនេះត្រូវតែធ្វើអំពើល្អ ហើយកុំឱ្យពេលវេលារបស់យើងកន្លងទៅដោយសារសេចក្តីខ្ជិលច្រអូសឡើយ។ ប្រសិនបើយើងធ្វើសោះអង្គើយព្រងើយកន្តើយ នោះយើងក៏ប្រាកដជាធ្លាក់ក្នុងលោកនេះ។ យើងត្រូវតែគិតពីកំណើននៃអំពើល្អ និងបញ្ញា។ យើងនឹងបាត់បង់ឯកសិទ្ធិក្នុងការកើតមកជាមនុស្ស ប្រសិនបើយើងមិនធ្វើអំពើកុសលដែលបាននាំយើងមកទីនេះទេ។ ការខ្វះខ្វាយបទពិសោធន៍ក្នុងគំនរទុក្ខកាលពីអតីត ដោយសារតែភាពខ្ជិលច្រអូស និងសេចក្តីប្រមាទ គឺពិតជាបង្ហាញឱ្យឃើញនូវភាពមិនសមរម្យរបស់មនុស្ស សម្រាប់រស់នៅក្នុងពិភពលោកនេះ។

ដើមឈើក៏មានឫសរបស់វាជាតំលៃស្មារតី ដែលយើងភាគច្រើនមិនបានគិតដល់ទេ។ បើគ្មានឫសទាំងនេះ ស្លឹកទាំងឡាយមុខជាស្វិតស្រពោនធ្លាក់ចុះចាកទង និងធ្វើឱ្យដើមឈើនេះមិនអាចលូតលាស់ទៅទៀតបាន។

ព្រះដ៏មានប្រភាគទ្រង់ទូន្មានយើងកុំឱ្យខ្ជិលច្រអូស ប៉ុន្តែត្រូវតែក្រោកឈរឡើង និងធ្វើការងារ ហើយទទួលបានផលចំណេញ ព្រមទាំងត្រូវចេះថែរក្សានូវចំណូលដែលរកបាន ដោយមិនចេះតែចាយវាយខ្ជះខ្ជាយផ្តេសផ្តាស។ ព្រះអង្គបានទតឃើញនូវជីវិតលោកីយ៍នេះ ក្នុងទស្សនវិស័យដ៏ល្អប្រពៃ ដោយគ្មានមច្ឆរិយៈ អាកប្បកិរិយាអាត្មានិយម។ ម្យ៉ាងវិញទៀត គ្រូសាសនាដែលបានត្រាស់ដឹងទាំងឡាយបានពន្យល់ថា ប្រសិនបើយើងបណ្តោយឱ្យជីវិតអន្ទោលទៅក្នុងសង្សារវដ្ត ដែលជាកន្លែងពោរពេញដោយសេចក្តីទុក្ខទាំងផ្លូវកាយ និងចិត្តនេះ ខ្លឹមសារជីវិតនេះពិតជាមិនមានឡើយ។ ប៉ុន្តែយើងអាចប្រើជីវិតនេះ ក្នុងគោលដៅដ៏ប្រពៃថ្លៃថ្លា ដោយជួយយកអាសាអ្នកដទៃ

ការរក្សាសីល ការហ្វឹកហាត់អប់រំចិត្ត និងរស់នៅជាមនុស្សដែលមានអរិយធម៌ ក្នុងសុខសន្តិភាព និងសាមគ្គីភាព ជាមួយនឹងមនុស្សពិភពលោកទាំងមូល។ ព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធទ្រង់សំដែងទៀតថា មនុស្សគឺមិនមែនជាអាយ៉ងដែលគេចចេញពីការទទួលខុសត្រូវនោះទេ។ មនុស្សត្រូវបានគេប្រៀបបីដូចផ្លែឈើដែលមានការវិវត្ត។ ទោះជាយ៉ាងណា ទស្សនវិទ្យាបូរាណរបស់យើង បានបង្ហាញនូវខ្លឹមសារជីវិត ដូច្នេះថា ជីវិតជាការនាំឱ្យចេញពីភាពអន្ធកាលមករកភាពភ្លឺថ្លា ចេញពីភាពគ្មានសច្ចៈ មកកាន់សច្ចភាព និងពីសេចក្តីស្លាប់មកជាជីវិតអមតៈ។ សំដីដ៏មានខ្លឹមសារទាំងនេះ ផ្តល់ឱ្យយើងនូវគំនិតយ៉ាងច្រើន បីដូចជាអាហារដែរ។

ភាពអមតៈក្រោយពេលស្លាប់

សំនួរទាំងអស់ដែលមនុស្សសួរ ស្តីពីជីវិត ពួកគាត់ត្រូវបានផ្សារភ្ជាប់ជាមួយនឹងមរណភាព, គាត់ប្លែកពីភាវៈរស់ផ្សេងៗ វាហាក់ដូចជាគាត់មិនដែលកំណត់ដឹងនូវសេចក្តីស្លាប់របស់ខ្លួនគាត់ ហើយក៏មិនដែលបានចែករំលែកនូវភ័ព្វព្រេងវាសនានេះ ដល់សព្វសត្វទាំងឡាយផងដែរ។ បើសិនជាមានតែមនុស្សដែលបានដឹងថា ជីវិតគឺខ្លី ហើយសេចក្តីស្លាប់ក៏មិនអាចគេចផុត នោះពួកគេអាចដោះស្រាយបញ្ហាជាច្រើន ដែលទាក់ទងនឹងជីវិតនេះបាន។ ក្នុងការប្រឆាំងនឹងសេចក្តីស្លាប់ មនុស្សបានសម្រេចនូវការពន្យាពេលនៃជីវិត ដែលអាចត្រូវបានគេប្រៀបធៀបទៅនឹងកូនក្មេង ដែលកំពុងលេងនៅលើឆ្នេរ

សមុទ្រ ធ្វើការទាំងអស់សង្ឃឹម ដើម្បីពូនដីខ្សាច់ឱ្យបានមុនរលកបន្ទាប់បក់បោកមកលើវាជារឿយៗ មនុស្សបានធ្វើបុណ្យនេះតាមគន្លងសាសនា ហើយការបួងសួងសង្រ្គួងសុំពរជ័យសិរីសួស្តី ដើម្បីសម្រេចបាននូវជីវិតអមតៈ។

សេចក្តីស្លាប់កើតមានចំពោះមនុស្សសត្វទាំងអស់ ប៉ុន្តែ មនុស្សបានតស៊ូទៅនឹងសេចក្តីភ័យខ្លាច និងការគំរាមកំហែងពីសេចក្តីស្លាប់ដែលមិនមានការប្រែប្រួលនេះ។ ហើយក្រៅពីកាមតណ្ហា នៅក្នុងរូបដែលអាចគិតរបស់ពួកគេ មនុស្សក៏បានបង្កើតសាសនាក្នុងបំណងផ្តល់នូវអត្ថន័យបន្ថែមទៀតដល់ជីវិត។

ទោះបីជាសាសនាមានជំនឿទៅលើឋានសួគ៌ ជាកន្លែងដែលជីវិតប្រាកដជាបានសោយនូវសេចក្តីសុខ ក៏មិនទាន់បានឃើញបរិស័ទសាសនាណាលះបង់នូវកំណើតនៅលើផែនដីនេះ ដើម្បីទៅរស់នៅក្នុងឋានសួគ៌នោះទេ។ ដូចគ្នានេះ សូម្បីតែពុទ្ធសាសនិកទាំងឡាយក៏ពេញចិត្តបន្តកំណើតជាទីស្រឡាញ់នៅលើផែនដី បើទោះបីពួកគេដឹងថា ជីវិតនៅក្នុងពិភពលោកនេះ មិនមានខ្លឹមសារ ប៉ុន្តែមានតែសេចក្តីទុក្ខ ហើយថា បរមសុខនៅត្រង់ការរួចផុតពីសេចក្តីទុក្ខ (ត្រង់នេះហើយ ដែលព្រះពុទ្ធបរមគ្រូនៃយើងសម្តែងថា "ជីវិតគឺជាទុក្ខ ប៉ុន្តែ ការកើតជាមនុស្សគឺជាលាភ ឬភ័ព្វសំណាងដ៏ប្រសើរ" នោះ។ គឺបានសេចក្តីថា ជីវិតគឺជាទុក្ខមែនហើយ ប៉ុន្តែពុំមែនមានន័យថា សេចក្តីទុក្ខនោះគ្មានដំណោះស្រាយទេ។)

សព្វថ្ងៃនេះ បញ្ហាដ៏ធំបំផុតដែលគ្រប់ប្រទេសនៅក្នុងពិភពលោកត្រូវប្រឈមមុខ គឺកំណើនអត្រាប្រជាជន។ មធ្យោបាយ និងអត្ថន័យ នឹងត្រូវតែ

ឃើញក្នុងការទប់ស្កាត់នូវកំណើនឥតឈប់ឈរនៃជីវិតនេះ។ មនុស្សរាប់លាននាក់ត្រូវការអាហារបរិភោគ ទីជំរក សុខសុវត្ថិភាព។ ចំពោះមនុស្សទាំងអស់នេះ សំនួរគឺមិនមែន "តើអ្វីជាខ្លឹមសារជីវិត" នោះទេ តែថា "តើត្រូវធ្វើអ្វីជាមួយនឹងជីវិតនេះ?" ចម្លើយដ៏សាមញ្ញ គឺថា មនុស្សគួរតែប្រើជីវិត និងប្រភពរបស់វាដ៏ប្រសើរថ្លៃថ្លានេះ ស្វែងរកសេចក្តីសុខដែលខ្លួនអាចយកមក ប្រតិបត្តិនិងប្រកបដោយសីលធម៌ ជាជាងការព្រួយបារម្ភហួសហេតុពេក អំពីដំណើរជីវិតដែលគ្មានគោលដៅពិតប្រាកដនេះ។ ទោះជាយ៉ាងណា សាសនាឈានជើងមក ដើម្បីដោះស្រាយបញ្ហាមនុស្ស ឬជាការដាស់តឿនក្រើនរំលឹកគាត់ទៅនឹងការពិត ថា ជីវិតមិនមែនមានតែទុក្ខ និងក្តីអស់សង្ឃឹម ដូចដែលគេពោលសំដៅទៅលើផ្លូវកាយនោះទេ។ ជីវិតដ៏ប្រសើរឧត្តម សេចក្តីសង្ឃឹមមានពិតប្រាកដ។

ការវិវត្តដែលមនុស្សបានបង្កើតឡើង នៅក្នុងពិភពលោកនេះ គឺដោយសារតែការពិតដែលគាត់ដឹងនោះថា គាត់ជាមនុស្សមានសីលធម៌ ហើយគាត់ចង់បន្សល់ទុកនូវនិមិត្តសញ្ញានេះ ដល់ជនជំនាន់ក្រោយ មុនពេលគាត់ធ្វើមរណកាលទៅ។ ប្រសិនបើ មនុស្សប្រព្រឹត្តិធ្វើតែអំពើអសីលធម៌ ហេតុនោះការកើតមកនៅក្នុងលោកីយ៍មិនមានទីបំផុតទេ គាត់ងាយនឹងចាប់យកនូវវត្ថុផ្សេងៗ ហើយក៏ងាយនឹងបាត់បង់នូវការលើកទឹកចិត្ត ឬក៏ផ្តើមគំនិតដើម្បីធ្វើឱ្យមានដំណើរការឡើងវិញដែរ។ គាត់គ្មានបំណងក្នុងការញ៉ាំងពិភពលោកឱ្យមានការប្រសើរជាងមុនឡើយ។ ប្រសិនបើ គ្មានសេចក្តីស្លាប់ទេ ជីវិតក៏គ្មានត្រាំត្រែង, ការប្រែប្រួល, មិនអាចនិយាយរួច ស្មុគស្មាញ និងធុញថប់ដែរ។

ប្រសិនបើ មនុស្សបានចម្រើនបញ្ញា និងដឹងពេលវេលាដែលគាត់នឹងត្រូវស្លាប់ នោះ មនុស្សនឹងប្រព្រឹត្តិធ្វើអំពើផ្សេងពីអ្វី ដែលគាត់កំពុងតែដំណើរការនៅបច្ចុប្បន្ន។

រូបរាងកាយរបស់មនុស្ស ប្រែក្លាយទៅជាធូលីមែន ប៉ុន្តែ
កិត្តិយសកេរ្តិ៍ឈ្មោះ របស់គាត់មិនសាបសូន្យឡើយ។

ថ្វីត្បិតតែដូនតារបស់យើងបានស្លាប់ទៅក្តី ក៏យើងសន្មត់ថា ពួកគាត់នៅជាមួយយើងជានិច្ច នេះមិនមែនរូបរាងកាយទេ ប៉ុន្តែ គុណតំលៃដែលគាត់បានបង្កើតទុកមកតាំងពីអតីតកាល ពីជំនាន់មួយទៅជំនាន់មួយ នៅគង់វង្សជានិច្ច។ ត្រង់ពាក្យថា "ជីដូនជីតា" នេះ យើងមិនមែនពោលសំដៅទៅលើតែដូនតានោះទេ ប៉ុន្តែ យើងសំដៅលើមនុស្សទាំងអស់ដែលបានរួមចំណែកបម្រើសង្គម និងប្រជាជន។ នៅក្នុងសេចក្តីនេះ យើងអាចនិយាយបានថា វីរបុរស អ្នកបួស ទស្សនវិទូ និងកវីនិពន្ធ កាលពីអតីតកាល រស់នៅជាមួយយើងតាមរយៈឥទ្ធិពលរបស់គាត់។ ជាការផ្សារភ្ជាប់ខ្លួនយើងនឹងអ្នកប្រាជ្ញទាំង-ឡាយនោះ យើងប្រឹងប្រែងរួមចំណែកចែករំលែក និងរក្សាទុកនូវទស្សនៈដ៏មានខ្លឹមសាររបស់ពួកគាត់ សូម្បីតែបទចម្រៀងដែលមានអាយុកាលរាប់សតវត្សរ៍ហើយក៏ដោយ។ ការស្រែកទ្រហោយំនៃដួងចិត្តរបស់មនុស្សសម្រាប់ខ្លឹមសារនេះ គឺជាការទទួលស្គាល់ដ៏ងងឹតងងុលនៃធម្មជាតិជីវិត។ នៅពេលមនុស្សយល់ពីខ្លួនគាត់ដូចជាទេវតា និងជាធម្មជាតិដ៏ឧត្តុង្គឧត្តម នោះគាត់មិនស្រែកទ្រហោយំរកខ្លឹមសារជីវិតទៀតទេ ព្រោះគាត់យល់ថា គាត់នេះហើយគឺជាមនុស្សដែលមានខ្លឹមសារបំផុត។

ទស្សនវិទូទាំងឡាយយល់ថា ការសិក្សាអំពីប្រវត្តិរបស់មនុស្ស គឺមិនត្រូវកំណត់ទៅលើអ្វីដែលកើតនៅក្នុងលំហអាកាសទេ តែជាការសិក្សាអំពីអ្វីដែលកើតមាននៅក្នុងដួងចិត្តរបស់មនុស្ស។

ព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធទ្រង់សំដែងថា វត្ថុស័ក្តិសិទ្ធិណាមួយប្រសើរជាងមនុស្សបរិសុទ្ធមិនមានឡើយ។ មនុស្សអាចលើកតម្កើងខ្លួនគាត់ឱ្យខ្ពស់ហួសពីលក្ខណៈបុគ្គលបាន តែគាត់មិនអាចលើកកំពស់ខ្លួនគាត់ឱ្យហួសពីច្បាប់ និងចរិតលក្ខណៈរបស់គាត់បានឡើយ។

ចូរប្រើប្រាស់ជីវិតនេះឱ្យបានប្រពៃ

ចំណុចសំខាន់នៃជីវិត គឺថាយើងមានការរស់នៅនេះឯង ហេតុនេះហើយ យើងត្រូវតែប្រើប្រាស់វាឱ្យបានប្រសើរបំផុត។ តាមពិត នេះគឺគុណតម្លៃដ៏ល្អ, ជាឱកាសនៃការប្រើប្រាស់នៃជីវិតឱ្យមានតម្លាភាព។ មនុស្សភាគច្រើនដឹកនាំមាគ៌ាជីវិតចង្អៀតចង្អល់ អពមង្គល និងថោកទាប ដោយសារតែគេមិនព្យាយាមប្រើប្រាស់ជីវិតនេះឱ្យបានត្រឹមត្រូវ គេចំណាយពេលវេលាយ៉ាងច្រើន ទៅលើតែការព្រួយបារម្ភ និងការតស៊ូដើម្បីរស់ ធ្វើការបីដូចជាខ្ញុំបម្រើ ហើយប្រឈមនឹងបញ្ហាយ៉ាងច្រើន។ យើងចំណាយពេលច្រើននៅក្នុងសមរភូមិ វាយគ្នាដើម្បីរស់ វាយគ្នាដើម្បីអំណាច, វាយគ្នាដើម្បីផលប្រយោ-ជន៍, វាយគ្នាដើម្បីកិត្តិយស វាយគ្នាដើម្បីកាមគុណ និងវាយគ្នាដើម្បីរួចផុតពី

សេចក្ដីគ្រោះថ្នាក់។ ជានិច្ចកាលយើងទទួលផលប្រយោជន៍នេះតិចតួចណាស់ ប៉ុន្តែ សេចក្ដីសុខនេះ ទីបញ្ចប់ក៏ដល់នូវសេចក្ដីទុក្ខវិញ។

ក្រឡេកមើលពិភពលោក! យើងឃើញថា តើមនុស្សប៉ុន្មាននាក់ វាយប្រឆាំងគ្នា បោះគ្រាប់បែក ឆក់ប្លន់ និងញាំញីអ្នកដទៃ?។ ពិភពលោកទាំងមូល ប្រៀបបីដូចជាផ្ទះឆ្កួត យ៉ាងដូច្នោះឯង។ មនុស្សបានភ្លេចនូវចរិតដ៏ប្រពៃថ្លៃថ្នូរបស់មនុស្សជាតិ ហើយមានការវៀចវេរ សភាពសាហាវឃោរឃៅ បោកប្រាស់ ឆក់កណ្ដៀត បង្កអំពើហិង្សា ការគុំគួន ការលោភលន់ និងភាពអវិជ្ជានៅគ្របដណ្ដប់ពួកគាត់។ ទំនងជាមិនមានកន្លែងណាមួយ ដែលអាចអប់រំចិត្តរបស់មនុស្សនេះទេ។ អញ្ចឹង តើមនុស្សស្វែងរកសេចក្ដីសុខសុភមង្គល និង សេចក្ដីសប្បាយរីករាយនៅក្នុងសមរភូមិ ដែលបុគ្គលម្នាក់ៗវាយដណ្ដើមគ្នា ដើម្បីផលប្រយោជន៍ និងការគេចចេញពីគ្រោះថ្នាក់នេះ យ៉ាងដូចម្ដេចទៅហ្នឹ?

អំពើអមនុស្សធម៌របស់មនុស្ស បណ្ដាលឱ្យមនុស្សទទួលទុក្ខរាប់មិនអស់។

ប្រសិនបើ អ្នកយល់ពីធម្មជាតិពិតនៃជីវិត និងពិភពលោកនេះ អ្នកក៏បានយល់រួចជាស្រេចថា ហេតុអ្វីចាំបាច់ត្រូវសម្រេចបាននូវទីរំលត់ទុក្ខ ពោលគឺព្រះនិព្វាន ហើយអ្នកក៏មិនបង្អែបង្អង់ក្នុងការសម្រេចបាននូវសេចក្ដីសុខ នៅក្នុងស្ថានសួគ៌ដែរ។ សព្វថ្ងៃនេះ អ្នកវាយដណ្ដើមគ្នា ដើម្បីគេចចេញពីសេចក្ដីទុក្ខតាមផ្លូវលោកីយ៍។ ទោះជាយ៉ាងណា ប្រសិនបើអ្នកព្យាយាមគេចសេចក្ដីទុក្ខដោយការចម្រើនបញ្ញា (ចម្រើនសមាធិ) នោះអ្នកអាចសម្រេចបាននូវសេចក្ដីសុខសន្តិភាពពិតប្រាកដ។ នោះហើយ គឺ ព្រះនិព្វាន។

លោកិយសុខ

យើងដឹងហើយថា មានមនុស្សច្រើនណាស់នៅក្នុងពិភពលោកនេះ ដែលមិនទាន់ត្រៀមធ្វើការដើម្បីសម្រេចបាននូវព្រះនិព្វាន សូម្បីក្នុងចំណោមពុទ្ធសាសនិកក៏ដោយ។ មូលហេតុនេះ មានអ្នកខ្លះបានបញ្ចេញទស្សនៈ ថា ព្រះនិព្វានដូចជាស្ថានសួគ៌ ដែលមនុស្សអាចសេពសោយកាមគុណ។ សេចក្ដីពន្យល់ណែនាំបែបនេះ នឹងកើតមានឡើងតែចំពោះបុគ្គលទាំងឡាយណា ដែលមានតណ្ហា និងសេចក្ដីប្រាថ្នាលោភលន់ខ្លាំងក្លានៅក្នុងការរស់នៅ និងលោកិយសុខរបស់គេប៉ុណ្ណោះ។ គេមិនយល់ពីទស្សនៈ "ព្រះនិព្វាន"[១] ទេ នេះគ្រាន់តែការយល់សប្ដ។ ជានិច្ចកាល បុថុជ្ជនតែងតែគិត និងសូត្របួងសួង ដើម្បីសម្រេចបាននូវព្រះនិព្វាននេះ។ ម៉្យាងទៀត មានមនុស្សខ្លះដែលជាអ្នកគិតថា វាជាការប្រសើរខ្លាំងណាស់ ក្នុងការរស់នៅក្នុងពិភពលោកនេះ ដើម្បីសេពសោយនូវកាមគុណក្នុងជីវិត ថ្វីបើវាពោរពេញដោយសេចក្ដីទុក្ខក៏ដោយចុះ។ ពួកគេឆោតល្ងង់ណាស់។ គេមិនបានយល់ថា ដោយសារតែតណ្ហា និងលោភៈ ដែលគេបានចម្រើនអប់រំនេះហើយ ទើបពួកគេអាចសម្រេចបាននូវព្រះនិព្វាន ដែលជាសេចក្ដីសុខអមតៈ ហើយលោកធម៌ដែលពួកគេគិតថាជាសេចក្ដីសុខសុភមង្គល មិនអាចរំដោះគេឱ្យចេញឆ្ងាយពីសេចក្ដីទុក្ខទាំងផ្លូវកាយ ទាំងផ្លូវចិត្តបានឡើយ។

---

១. ពាក្យថា "និព្វាន" មកពី (និ+វា+យុ) ប្រែថា "ធម្មជាតដែលចេញចាកតណ្ហា ឬធម្មជាតជាគ្រឿងរំលត់នៃទុក្ខ, វិ. វានតោ និក្ខន្តំ = និព្វានំ, និព្វាតិ ឯតេនាតិ វា= និព្វានំ។ បទានុ - ៣៦០

ព្រះពុទ្ធអង្គទ្រង់ត្រាស់សម្តែងថា រឿងនេះគឺដោយសារតែភាពអវិជ្ជាដែលមនុស្សប្រាថ្នានៅក្នុងភពវាលវដ្តសង្សារនេះ ខណៈពេលដែលសេចក្តីទុក្ខដ៏មុតមាំ និងបំភាន់ភ្នែកក្នុងការស្រាវជ្រាវរាវរកនូវវត្ថុសម្រាប់ចិត្ត វិញ្ញាណ។ ពួកគេគួរតែរៀនរម្ងាប់នូវអារម្មណ៍របស់គេ ជាការធ្វើឱ្យស្ងប់ចិត្តយ៉ាងឆាប់រហ័ស។ ។

ពិភពលោកគ្មានទីបំផុត

មនុស្សមួយចំនួនគិតថា ប្រសិនបើយើងទាំងអស់សម្រេចព្រះនិព្វាន ពិភពលោកនេះនឹងក្លាយជាកន្លែងទទេ ហើយថា គ្មានបុគ្គលណាធ្វើការងារញ៉ាំងពិភពលោកនេះ ឱ្យមានដំណើរការទៀតក៏ទេ។ នេះជាទស្សនៈដ៏រាក់កំផែលរបស់បុគ្គលដែលខ្វះបញ្ញា ខាងមនុស្សសត្វលោកនេះឯង។

គេគួរតែយល់ថា ពិភពលោកនេះ នឹងមិនដែលក្លាយជាវាលរហោរស្ថាន ព្រោះតែជនជាបណ្ឌិតយ៉ាងតិចតួចបំផុត សម្រេចនូវព្រះនិព្វាននោះទេ ពិភពលោកដែលពួកគេព្រួយបារម្ភនេះ នឹងមិនមានទីបំផុតសម្រាប់ពួកគេឡើយ។ ពិភពលោកនេះគ្មានទីចាប់ផ្តើម ហើយក៏គ្មានទីបំផុតដែរ។ ប្រព័ន្ធពិភពលោកនេះ នឹងតែងតែកើតឡើង និងវិនាសទៅវិញជាធម្មតា។ នៅពេលពិភពលោកមួយបានរលត់ផុតទៅ ពិភពមួយទៀតក៏កើតឡើង។ ប្រព័ន្ធពិភពដែលរាត់រាយ ចាប់ផ្តើមប្រមូលផ្តុំកើតឡើងទៀត ដោយសារការបញ្ចូលគ្នានៃម៉ូលេគុល និងកំលាំងថាមពល។ សព្វសត្វដែលបានលាចាកលោកដទៃក៏បាន

មកចាប់កំណើតនៅក្នុងភពនេះ ដោយសារតែការបូកបញ្ចូលគ្នានៃធាតុទាំងឡាយ, ថាមពល និងកំលាំងកម្មរបស់ពួកគេ។ បុគ្គលម្នាក់ៗមិនគប្បីគិត ថាមានដែនកំណត់នៃចំនួនសព្វសត្វដែលកើតឡើង និងរលត់ទៅវិញ ដដែលៗនៅក្នុងសាកលលោកនេះសោះឡើយ។ សត្វលោកនឹងមិនមានកំណត់ និងគ្មានទីបំផុតទេ។

វឌ្ឍនធម៌ និង អវឌ្ឍនធម៌

តើយើងពិតជាធ្វើការ ដើម្បីញ៉ាំងពិភពលោកនេះឱ្យមានដំណើរការឆ្ពោះទៅមុខឬ? យើងទំនងជាគិតដូច្នេះ ប៉ុន្តែតាមការពិត យើងកំពុងតែបំផ្លិចបំផ្លាញពិភពលោកនេះ។ យើងបានរកឃើញនូវផ្ទាំងស៊ីបយ៉ាងច្រើន ដើម្បីបំផ្លិចបំផ្លាញនូវពិភពលោក។ ធម្មជាតិបានផលិតនូវវត្ថុសម្ភារៈដ៏ច្រើនយ៉ាងនៅក្នុងពិភពលោកនេះ។ ដើម្បីសម្រេចនូវគោលបំណងផ្ទាល់ខ្លួន យើងកំពុងតែបំផ្លិចបំផ្លាញនូវសម្រស់ធម្មជាតិដ៏ស្រស់ត្រកាលនៅលើផែនដី។ យើងកំពុងតែបំពុលបរិយាកាស ដូចជាទឹក និងអាកាសជាដើម។ យើងកំពុងបំផ្លាញជីវិតរុក្ខជាតិ ក៏ដូចជាជីវិតសត្វទាំងឡាយ។ យើងមិនគួរគប្បីនឹកស្មានថា យើងជាមនុស្សជាតិ គឺជាភាវៈរស់តែមួយគត់ ដែលមានសិទ្ធិរស់នៅក្នុងភពផែនដីនេះឱ្យសោះ។ មនុស្សសត្វគ្រប់ៗអាត្មាមានសិទ្ធិស្មើគ្នាក្នុងការរស់រានលើផែនដី។ ប៉ុន្តែយើងទាំងអស់ ដកហូតឯកសិទ្ធិសព្វសត្វដទៃ។ កុំថាឡើយតែជាមួយសត្វធាតុ សូម្បីជាមួយសហគមន៍មនុស្សជាតិដូចគ្នាក៏មានសាសន៍មួយ ព្យាយាម

ផ្ដល់រំលើងជាតិសាសន៍មួយ រារាំងដំណើរលូតលាស់របស់ពួកគេ ហើយមិនអនុញ្ញាតឱ្យអ្នកដទៃរស់នៅប្រកបដោយសេចក្ដីសុខសន្តិភាពឡើយ។ ពួកគេប្រកាសសង្គ្រាម ហើយចាប់ផ្ដើមកាប់សម្លាប់គ្នា ក្នុងនាមស្នេហាមាតុភូមិ។

ដរាបណា មនុស្សនៅមានចិត្តកខ្វក់ សន្តិភាពនឹងមិនមានឡើយ នៅក្នុងលោកនេះ។ ដោយសារតែកំណើននៃមនុស្សបែបនេះហើយ ទើបផែនដីក្លាយជាទីកន្លែងដ៏ច្របូកច្របល់។ សព្វថ្ងៃនេះ យើងឃើញមានគ្រាប់បែកផ្ទុះនៅទូទាំងពិភពលោក។ មនុស្សម្នាក់ៗមានបំណងបោកប្រាស់អ្នកដទៃ។ គំនិតអាត្មានិយមតែងតែដក់ជាប់នៅក្នុងចិត្តរបស់គេ។ មនុស្សម្នាក់ៗ មិនអាចទុកចិត្តគ្នា។ ពួកគេមើលអ្នកដទៃ ដោយសេចក្ដីសង្ស័យនៅក្នុងចិត្តរបស់គេជានិច្ច។ មនុស្សម្នាក់ៗ មិនអាចយល់នូវចរិតលក្ខណៈរបស់មនុស្សដទៃទៀតបាន។

មនុស្សត្រូវមានយោនិសោមនសិការ

មនុស្សតែងតែនិយាយពីស្ថានភាពមិនធម្មតារបស់ពិភពលោក។ តើនរណាជាអ្នកទទួលខុសត្រូវចំពោះស្ថានភាពដ៏អាក្រក់នេះ។ តើមានអ្វីផ្សេងដែលមានភាពឈ្លាសវាងវៃជាងមនុស្សដែរទេ? ។

យើងអាចរំពឹងថា ពិភពលោកដ៏ប្រសើរ និងពោរពេញដោយសន្តិភាពយ៉ាងដូចម្ដេចទៅ ប្រសិនបើគ្មានមនុស្សដែលមានការអប់រំផងនោះ? ។ តើយើងសោយនូវក្ដីសប្បាយរីករាយនឹងជីវិតរបស់យើង នៅក្នុងពិភពលោក

នេះយ៉ាងណាទៅ? អ្នកវិទ្យាសាស្ត្រចង់យកឈ្នះលើធម្មជាតិ សម្រាប់ទីបំផុតនៃសម្ភារៈផ្ទាល់របស់គេ។ សាសនា និងទស្សនវិទ្យា ប្រាថ្នារស់នៅក្នុងសាមគ្គីភាពជាមួយនឹងធម្មជាតិ ដើម្បីសម្រេចបាននូវសន្តិភាពនៃផ្លូវចិត្ត។ អ្នកមិនអាចផ្លាស់ប្ដូរលក្ខខណ្ឌពិភពលោកនេះ តាមតែការប្រាថ្នារបស់អ្នកបានទេ ប៉ុន្តែ អ្នកអាចកែប្រែចិត្តគំនិតរបស់អ្នក ក្នុងការស្វែងរកនូវសេចក្ដីសុខសុភមង្គល។ មនុស្សដែលងប់ស៊ុបនឹងការប្រាថ្នាផលប្រយោជន៍លោកីយ៍តែមួយមុខ នឹងមិនសម្រេចបាននូវបញ្ញាជាន់ខ្ពស់ឡើយ បញ្ញានេះមិនអាចត្រូវបានរកឃើញដោយគ្មានការស្រាវជ្រាវដ៏ខ្លាំងក្លានោះទេ។ សម្ភារៈនិយមធ្វើឱ្យមនុស្សថោកទាប កើតជាកំណើតសត្វតិរច្ឆាន ចំណែកសាសនាលើកកំពស់មនុស្សឱ្យកើតជាទេវតា ឬកើតក្នុងស្ថានសួគ៌។ នៅក្នុងរបបសម្ភារៈនិយម មនុស្សក្លាយជាទាសកររបស់អារម្មណ៍វិញ្ញាណរបស់គេ។ តាមពិតទៅ មនុស្សមិនចូលចិត្តប្រឈមមុខនឹងបញ្ហាពិតនៃជីវិតទេ។ គេពេញចិត្តរម្ងាប់ទាំងសៅហ្មង ដោយក្ដីសុបិន ការស្រមើស្រមៃដ៏ផ្អែមពិសារ និងចាប់យកស្រមោលនៃសារធាតុនេះ។ ពុទ្ធចរិយាចំពោះអំណាច និងសេចក្ដីសុខលោកីយ៍ ត្រូវបានរៀបរាប់យ៉ាងត្រចះត្រចង់ ដូចខាងក្រោមៈ

អធិប្បតេយ្យភាពលើផែនដី, ការកើតនៅស្ថានសួគ៌, សូម្បីតែ
ជាម្ចាស់នៅក្នុងពិភពលោក, សោតាបត្តិផលប្រសើរថ្លៃថ្លាបំផុត។

ដោយការចំណាយនូវការរស់របស់ខ្លួនតែទៅលើសម្ភារៈ និងដំណើរវិវត្តលោកីយ៍ ក្នុងការបំពេញនូវចំណីចំណង់ដែលមិនចេះឆ្អែតឆ្អន់ នោះវាមិនអាចទៅរួចទេ សម្រាប់មនុស្សគ្រប់រូប ក្នុងការរួចផុតពីសេចក្ដីទុក្ខនៅក្នុង

ជីវិត។ យោងតាមព្រះសម្ពុទ្ធ ពិភពលោកនេះពឹងផ្អែកតែលើការប្រឆាំងតទល់គ្នា ការប៉ះទង្គិចគ្នា សេចក្តីទុក្ខ និងការមិនទៀងទាត់ (អនិច្ចំ)។ ម្យ៉ាងទៀត ព្រះអង្គទ្រង់សម្តែងថា មាគ៌ាឆ្ពោះទៅរកការសម្រេចបាននូវប្រយោជន៍លោកីយ៍ គឺជាផ្លូវមួយ ហើយមាគ៌ាឆ្ពោះទៅកាន់ព្រះនិព្វាន គឺជាផ្លូវមួយផ្សេងទៀត។

មនុស្ស និងសេចក្តីស្រឡាញ់របស់ខ្លួន

នេះគឺជាសេចក្តីអធិប្បាយប្រៀបធៀប ដើម្បីជួយឱ្យយើងបានយល់ច្បាស់ពីធម្មជាតិពិតនៃជីវិត និងសេចក្តីសុខលោកីយ៍។ មានបុរសម្នាក់វង្វេងផ្លូវ នៅពេលគាត់បានកំពុងតែដើរកាត់ព្រៃជ្រៅដែលមានបន្លា និងថ្ម។ បន្ទាប់មកទៀត គាត់បានជួបនឹងដំរី ហើយដំរីនោះក៏ដេញគាត់។ គាត់រត់រកប្រាសអាយុ។ នៅពេលគាត់កំពុងតែរត់ គាត់ឃើញអណ្តូងមួយ ហើយគិតថា ជាកន្លែងដ៏មានសុវត្ថិភាពសម្រាប់គាត់ ដើម្បីគេចចេញពីដំរីនេះ។ ជាអកុសលគាត់ឃើញពស់ពិសមួយក្បាលនៅក្នុងបាទអណ្តូង។ ប៉ុន្តែ ដោយសារតែគ្មានជំរើសដើម្បីគេចចេញពីដំរី គាត់ក៏បានលោតចូលទៅក្នុងអណ្តូង ហើយជាប់នឹងវល្លិដ៏ក្រាស់ដែលដុះនៅជាប់មាត់អណ្តូង។ នៅពេលគាត់ជាប់ណែងណោងនឹងវល្លិនោះ គាត់បានឃើញសត្វកណ្តុរពីរក្បាល មួយស ហើយមួយទៀតខ្មៅ។ សេចក្តីរន្ធត់របស់គាត់រឹងរឹតតែកើតមានទ្វេឡើង ដោយគាត់ឃើញសត្វកណ្តុរ

ទាំងនេះកំពុងតែកកេរវល្លិដែលគាត់ទុំនោះយ៉ាងសន្សឹមៗ។ រំពេចនោះ គាត់ឃើញសំបុកឃ្មុំដែលស្រក់ទឹកមកតក់ៗនៅក្បែកគាត់។

ដោយប្រឈមមុខនឹងសេចក្តីស្លាប់ នៅក្នុងស្ថានភាពបីផ្សេងគ្នា យ៉ាងនេះ គាត់នៅឆ្លៀតចង់ក្រេបនូវទឹកឃ្មុំទៀត។ បន្តិចមក បុរសម្នាក់បានដើរកាត់តាមនោះ ហើយឃើញនូវស្ថានភាពដ៏គួរឱ្យអាណិតរបស់បុរសកំសត់នេះ ហើយក៏ហុចដៃទៅឱ្យបុរសនោះចាប់ ដើម្បីជួយសង្គ្រោះជីវិតគាត់។ ប៉ុន្តែ បុរសល្មោភចំកួតនេះ បានបដិសេធមិនស្តាប់សំដីគាត់ ព្រោះតែរសជាតិទឹកឃ្មុំដែលរកអ្វីប្រៀបគ្មាន ដែលគាត់កំពុងតែសេពសោយនោះឯង។ រសជាតិទឹក-ឃ្មុំដែលគាត់បានបរិភោគ ធ្វើឱ្យគាត់ព្រងើយកន្តើយនឹងស្ថានការណ៍គ្រោះថ្នាក់ដែលគាត់កំពុងតែប្រឈមមុខអស់។

នេះជាសេចក្តីអធិប្បាយប្រៀបធៀប ផ្លូវព្រៃដែលពេញដោយបន្លា គឺបីដូចជាវដ្តសង្សារ។ ផ្លូវបន្លាវាលវដ្តសង្សារ គឺជាផ្លូវមិនធម្មតា ហើយពោរពេញដោយបញ្ហា។ មិនជាការងាយសម្រាប់មនុស្សម្នាក់ៗបន្តដំណើរជីវិត នៅតាមដងផ្លូវវាលវដ្តសង្សារដ៏គ្រោតគ្រាតនេះ។ ដំរីក្នុងទីនេះ គឺសំដៅទៅលើសេចក្តីស្លាប់។ សេចក្តីស្លាប់តែងតែធ្វើដំណើរតាមពីក្រោយយើង និងធ្វើឱ្យយើងមិនសប្បាយ ភាពចាស់ជរារបស់យើងក៏ធ្វើឱ្យយើងមិនសប្បាយ និងគ្មានសេចក្តីស្ងប់ក្នុងចិត្តរបស់យើង។ វល្លិ គឺបីដូចជាការកើតរបស់យើង។ នៅពេលវល្លិនេះដុះឡើង ហើយក៏ព័ន្ធព័ទ្ធជាមួយនឹងវល្លិដទៃទៀត ដូចគ្នានេះ នៅពេលជីវិតកាន់តែវិវឌ្ឍធំឡើង ការប្រកាន់ជាប់ទៅនឹងរឿងរ៉ាវបញ្ហាដ៏ច្រើនលើសលប់នៅក្នុងពិភពលោកនេះ។ សត្វកណ្តុរស និងខ្មៅសំដៅទៅលើថ្ងៃ

និងយប់ ។ ចាប់តាំងពីថ្ងៃដែលយើងកើតមកក្នុងលោកនេះ ការកន្លងទៅនៃថ្ងៃ និងយប់ បានកាត់ច្រឹបនូវអាយុរបស់យើងឱ្យខ្លីទៅៗ ។ ទឹកឃ្មុំដែលស្រក់ចុះមក គឺជាការបង្ហាញឱ្យឃើញពីសេចក្តីសុខលោកីយ៍ ដែលចងមនុស្សនៅជាប់ក្នុងអនិច្ចភាព និងលោកីយ៍ប្រែប្រួលនេះ ។ បុរសចិត្តធម៌ ដែលបានជួយហុចដៃបង្ហាញផ្លូវ ដើម្បីចេញពីស្ថានការដ៏គ្រោះថ្នាក់ គឺព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធ ។

បុរសដែលគិតថា វាជាការប្រសើរសម្រាប់គាត់ក្នុងការរស់នៅក្នុងលោកនេះ ដើម្បីសប្បាយរីករាយនឹងជីវិតលោកីយ៍ ដោយមិនព្យាយាមដើម្បីសម្រេចបាននូវព្រះនិព្វាន គឺពិតជាបុរសឡប់សតិ ដែលបដិសេធនូវការស្រោចស្រង់ពីស្ថានភាពដ៏គ្រោះថ្នាក់ ដោយគ្រាន់តែក្រេបនូវរសទឹកឃ្មុំបន្តិចបន្តួច ។

<u>ត្រូវតែឈ្វេងយល់!</u>

សត្វលោកនេះដូចជាមនុស្សខ្វាក់, នៅក្នុងលោកនេះ មនុស្សតិចនាក់ណាស់នឹងយល់ច្បាស់បាន, តិចនាក់ណាស់នឹងបានទៅដល់ឋានសួគ៌ ដូចជា សត្វដែលជាប់លប់របស់នាយព្រាន តិចណាស់នឹងរួចផុតពីលប់បាន យ៉ាងនោះឯង ។

Blind are the people of this world: only a few in this world see clearly (with Insight). Just as only a few birds escape from the net, so also, only a few get to the world of the devas, (and Nibbāna).

ធម្មបទ ខ្មែរ-អង់គ្លេស, គាថាទី ១៧៤

ជំពូកទី ២

គោលដៅ និងមាគ៌ាជីវិត

គោលដៅ និងមាគ៌ាជីវិត

ក្នុងនាមជាមនុស្សជាតិ យើងត្រូវតែមានគោលដៅច្បាស់លាស់ក្នុងជីវិតប្រចាំថ្ងៃរបស់ខ្លួន។ មនុស្សដែលមិនប្រកាន់ខ្ជាប់នូវសម្មាអាជីវៈ នឹងស្វែងរកគោលដៅជីវិតមិនឃើញឡើយ។ គាត់អាចបង្កគ្រោះថ្នាក់ដល់សង្គមជាតិប្រសិនបើ គាត់មិនប្រកាន់យកគោលការណ៍ច្បាប់ទេនោះ។ គ្មានមន្ទិលសង្ស័យទេ អ្នកវិទ្យាសាស្ត្រ និងអ្នកចិត្តសាស្ត្រទាំងឡាយបានពង្រីកនូវបញ្ញារបស់យើងមែនពិត ប៉ុន្តែពួកគេមិនអាចផ្តល់នូវខ្លឹមសារជីវិតដល់យើងបានទេ មានតែគោលការណ៍ច្បាប់តែមួយប៉ុណ្ណោះ។

កាលពីដើម សាសនាបានបង្កើតឡើងដូចជាមនុស្សនិយម ដើម្បីឃុំគ្រងមនុស្ស។ បន្ទាប់មក ក៏ត្រូវបានពន្យល់ថា ជាច្បាប់របស់ទេវតា។ ទោះបីជាយ៉ាងណា មាគ៌ាជីវិតត្រូវតែមាន ដើម្បីធានាបាននូវគុណតម្លៃ និងសេចក្តីថ្លៃថ្នូររបស់មនុស្សជាតិ។ មាគ៌ាជីវិតត្រូវបានពិភាក្សាក្នុងទីនេះ គឺជាវិធីសាស្ត្រដ៏ថ្លៃថ្លាបំផុត ព្រោះថា ការចម្រើនអប់រំចិត្តនេះ មនុស្សអាចសម្រេចបាននូវលោកុត្តរបញ្ញា។

ប្រទេសទាំងឡាយមានបំណងជំនួសគោលការណ៍សាសនា ដោយសង្គមនិយម ឬសម្ភារៈនិយម បានទទួលបរាជ័យនៅក្នុងសម័យកាលទំនើបនេះ។ វាទំនងជាថា មនុស្សត្រូវតែមាននូវគោលការណ៍ដ៏ប្រសើរដើម្បីឱ្យមានភាពកកក្តៅក្នុងជីវិត។

មនុស្សត្រូវតែជ្រើសរើសយកនូវមាគ៌ាជីវិត ដែលមានប្រយោជន៍ និងប្រកបដោយយោនិសោមនសិការ ដោយឆ្លងកាត់ការថ្លឹងថ្លែងរបស់ពួកគាត់ ហើយមនុស្សមិនត្រូវពឹងលើទេវកថា ទំនៀមទម្លាប់ ហើយនិងទ្រឹស្តីណាមួយឡើយ។ យើងមិនគួរគប្បីបង្ខំនរណាម្នាក់ទទួលច្បាប់សាសនា តាមលក្ខខ័ណ្ឌណាមួយ មានដូចជា ជួយកាត់បន្ថយភាពក្រីក្រ ភាពមិនចេះអក្សរ ភាពវេទនា ដើម្បីអន្ទោលអន្ទោងបុគ្គលនោះឱ្យទទួលយកនូវជំនឿរបស់ខ្លួន។

បុគ្គលម្នាក់ៗមានសេរីភាព ក្នុងការជ្រើសរើសយកមាគ៌ាជីវិតដែលសមហេតុផល ស្របតាមការយល់ឃើញរបស់ខ្លួនឯង។ ដោយឥតមានការពិចារណា សាសនាខ្លះមានតែបង្កទុក្ខទោសដល់ សតិបញ្ញា និងសេចក្តីថ្លៃថ្នូររបស់មនុស្សប៉ុណ្ណោះ។ ជាធម្មតា មនុស្សមានវិចារណញ្ញាណដឹងខុសដឹងត្រូវ។ គេអាចកែប្រែខ្លួនគេ ទៅតាមការផ្លាស់ប្តូរកាលៈទេសៈផងដែរ។ ហេតុនេះ គេគួរគប្បីជ្រើសរើសយកមាគ៌ាជីវិតដ៏ប្រសើរថ្លៃថ្នូរបំផុត ហើយបុគ្គលនោះ ក៏អាចដឹងនូវក្តីសង្ឃឹមរបស់គេ។ ក្នុងស្ថានការណ៍បែបនេះ សាសនាត្រូវតែដឹកនាំពួកគេឱ្យបានប្រសើរ ហើយបន្ទាប់មក ចូរផ្តល់ឱកាសដល់ពួកគេក្នុងការសម្រេចចិត្តខ្លួនឯង ដោយគ្មានការបង្ខិតបង្ខំ។

<u>ពាក្យគួរពិះគិត</u>

មនុស្សមិនមែនជាទាសនៃមនុស្សទេ មនុស្សជាទាសនៃទ្រព្យ ការបានជាបុគ្គលខ្ពង់ខ្ពស់ ឬការធ្លាក់ខ្លួនជាបុគ្គលថោកទាប ស្រេចហើយតែមានទ្រព្យ ឬក្រីក្រប៉ុណ្ណោះ។

មាគ៌ាកណ្តាល

មាគ៌ាជីវិតដែលបាននឹងកំពុងតែពន្យល់ទីនេះ គឺជាប្រព័ន្ធអប់រំផ្លូវចិត្ត ដែលត្រូវបានគេទទួលស្គាល់ទូទាំងពិភពលោកអស់រយៈពេល ២៥ សតវត្សរ៍កន្លងទៅហើយ។ អ្នកបង្កើតនូវមាគ៌ាជីវិតនេះ គឺជាគ្រូដែលបានត្រាស់ដឹង និងបរិបូរដោយករុណាទិគុណដ៏ធំធេង។ មាគ៌ានេះក៏ត្រូវគេស្គាល់ថា ជាមាគ៌ាកណ្តាល, សម្មាអាជីវៈ (ការចិញ្ចឹមជីវិតត្រូវ), ប្រព័ន្ធអភិសមាចារ, អត្តាធិប្បតេយ្យធម៌ ហើយក៏ត្រូវបានគេពន្យល់ថា ជាមាគ៌ាសេរីភាព និងហេតុផល។ វាបង្រៀននូវវិធីសាស្ត្រដែលយើងត្រូវប្រតិបត្តិ បីយ៉ាង គឺវៀរចាកការធ្វើនូវអំពើអាក្រក់, ត្រូវបំពេញធ្វើតែអំពើល្អ, និងត្រូវអប់រំចិត្តឱ្យបានល្អរួចផុតពីគ្រឿងសៅហ្មងទាំងឡាយ។

ទ្រឹស្តីនេះ គឺមានសារៈប្រយោជន៍ និងគួរជាទីប្រតិបត្តិបំផុត។ ប៉ុន្តែគេជួបផលលំបាកខ្លះនៅពេលយកទ្រឹស្តីនេះ ទៅអនុវត្តន៍ដោយសារតែភាពទន់ខ្សោយរបស់មនុស្សខ្លួនឯង។ សីលធម៌របស់មនុស្ស ដើរតួជាផ្នែកមួយយ៉ាងសំខាន់បំផុតក្នុងមាគ៌ាជីវិតនេះ។ ព្រះពុទ្ធទ្រង់សំដែងថា :

ពាក្យប្រៀនប្រដៅរបស់ព្រះអង្គ មិនមែនសម្រាប់ឱ្យមនុស្សជឿទេ

តែជាទ្រឹស្តីសម្រាប់អនុវត្តន៍ប្រតិបត្តិ។

ព្រះអង្គលើកទឹកចិត្តមនុស្ស ឱ្យព្យាយាមសិក្សាឈ្វេងយល់នូវពាក្យប្រៀនប្រដៅនេះ អនុញ្ញាតឱ្យពួកគេត្រិះរិះពិចារណាខ្លួនគេ ថាតើពួកគេគប្បីទទួលយកពាក្យទូន្មាននេះ ឬអត់។ គ្មានបុគ្គលណាម្នាក់ត្រូវបានគេអំពាវនាវឱ្យទទួលយកនូវមាគ៌ាជីវិតនេះ ដោយគ្មានការគិតថ្លឹងថ្លែងពីពាក្យទូន្មាននេះជាមុនសិននោះ ក៏ទេដែរ។ ការបួងសួងបន់ស្រន់ និងបូជាយញ្ញគ្មានប្រយោជន៍ទេ នៅក្នុងមាគ៌ាជីវិតដ៏ឧត្តម។ ជំនឿឆ្វេង ការខ្លាចព្រះអាទិទេព និងមន្តអាគមក៏មិនត្រូវបានកោតសរសើរឡើយ។

បុគ្គលម្នាក់ៗមានសេរីភាពក្នុងការស៊ើបអង្កេតនូវពាក្យទូន្មានសម្រាប់ពួកគេ ហើយនិងសាកសួរដើម្បីកម្ចាត់ចោលនូវសេចក្តីសង្ស័យ។ យោងតាមព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធ គេមិនគប្បីជឿ ដោយសារតែអ្នកបង្កើតទ្រឹស្តីនេះ ជាបុគ្គលបណ្ឌិត ឬដោយសារតែវាជាទំនៀមទម្លាប់ ត្រូវបានទទួលយកដោយមហាជនអស់កាលជាយូរមកហើយ។ ប៉ុន្តែ បើន័យនោះមានហេតុផលនិងមានលក្ខណៈសមរម្យ បុគ្គលអាចទទួលយកវាបាន។ ព្រះអង្គបានទូន្មានបុគ្គលគ្រប់រូបមិនឱ្យចេះតែទទួលយក ឬបដិសេធចោលនូវអ្វីមួយភ្លាមៗទេ ប៉ុន្តែត្រូវតែស៊ើបអង្កេត តាមដានដោយម៉ត់ចត់ មុនចូលដល់ការសម្រេចចិត្តចុងក្រោយ។

អរិយមគ្គ

អដ្ឋង្គិកមគ្គបានពន្យល់នៅក្នុងមាគ៌ាជីវិតនេះ គឺ:

- សម្មាទិដ្ឋិ = ការយល់ឃើញត្រូវ, (Perfect understanding);
- សម្មាសង្កប្បៈ = ការត្រិះរិះត្រូវ, (Perfect Thought);
- សម្មាវាចា = ការនិយាយត្រូវ, (Perfect Speech);
- សម្មាកម្មន្ត = ការងារត្រូវ, (Perfect Action);

- សម្មាអាជីវៈ = ចិញ្ចឹមជីវិតត្រូវ, (Perfect Livelihood);
- សម្មាវាយាមៈ = ការព្យាយាមត្រូវ, (Perfect Effort);
- សម្មាសតិ = ការរលឹកត្រូវ, និង (Perfect Mindfulness);
- សម្មាសមាធិ = ការតាំងតម្កល់ចិត្តត្រូវ,(Perfect Concentration)

មជ្ឈិមបដិបទានេះ គឺជាក្រមសីលធម៌ដែលជាមាគ៌ាសម្រាប់មនុស្សទាំងឡាយ ដឹកនាំជីវិតប្រកបដោយសុខសន្តិភាព និងប្រសើរថ្លៃថ្លា។

មជ្ឈិមបដិបទានេះ មិនមែនត្រឹមតែជាបរមត្ថមគ្គ ទាំងមិនមែនជាលោកិយមគ្គ, វាមិនមែនជាសទ្ធានិយម[១] ទាំងមិនមែនជារាជទណ្ឌនិយម, មិនមែនកាមសុខល្លិកានុយោគ ទាំងមិនមែនជាអត្តកិលមថានុយោគ, មិនមែនជាអមតនិយម ទាំងមិនមែនជាបដិបត្តិនិយម, មិនមែនជាច្បាប់ប្រទានដោយសក្កទេវរាជ ទាំងមិនមែនជាការកើត ដោយការស្រមើស្រមៃរបស់មនុស្ស។

វាជាមាគ៌ានៃការត្រាស់ដឹង ដែលរួចផុតពីសេចក្តីទុក្ខទាំងពួង។ មាគ៌ានៃជីវិតនេះ បដិសេធនូវទស្សនៈដែលថា មនុស្សទាំងឡាយទទួលរងទុក្ខវេទនាសព្វថ្ងៃ ព្រោះតែអំពើបាបដែលពួកគេបានធ្វើកាលពីមុន។ គ្រប់ភាវៈរស់ទាំងអស់ មានរុក្ខជាតិជាដើម ក៏ជួបប្រទះនូវសេចក្តីទុក្ខវេទនាដែរ។ មនុស្សគ្រប់រូបរក្សានូវអំពើកុសល និងអកុសលតាមខ្លួន។ មនុស្សពិតជាត្រូវទទួលខុសត្រូវទាំងសេចក្តីទុក្ខ ទាំងសេចក្តីសុខរបស់ខ្លួនផ្ទាល់។

១. សទ្ធានិយម (dogmatism) ការគិតឬសេចក្តីយល់ឃើញរបស់ខ្លួនត្រូវជានិច្ច ហើយពុំព្រមទទួលយកមតិរបស់អ្នកដទៃទេ។ Stating one’s own opinions in a strong way and not accepting anyone else’s opinions.

មនុស្សដែលបានប្រតិបត្តិមជ្ឈិមបដិបទា ទទួលបាននូវសេចក្តីសុខសន្តិភាព និងសុភមង្គលពិតប្រាកដ។ មនុស្សគប្បីចិញ្ចឹមជីវិតប្រកបតែភាពថ្លៃថ្នូរ ដោយមិនបានធ្វើជាទាសកររបស់ជំនឿណាមួយ និងរួមចំណែកចែករំលែកនូវសេចក្តីសុខសន្តិភាព និងសុភមង្គលជាមួយអ្នកជិតខាងនៅក្នុងសហគមន៍ និងបរិយាកាសនៅជុំវិញ។

សាបព្រោះពូជបែបណា ទទួលផលបែបនោះ

មាគ៌ាជីវិតនេះ បញ្ជាក់ឱ្យឃើញអំពីមហិច្ឆតាដ៏ធំធេងរបស់មនុស្សជាតិ។ ប៉ុន្តែ វាអាចទប់ទល់កាត់បន្ថយការនឿយណាយនឹងការងារ ក្នុងជីវិតប្រចាំថ្ងៃ ក្រៅពីការផ្តល់នូវខ្លឹមសារដល់ជីវិតនេះ។ វាមិនមានការភ័យខ្លាចក្នុងចំណោមមហាជន។ *ធ្វើបុណ្យបានបុណ្យ ធ្វើបាបបានបាប។ ធ្វើអំពើយ៉ាងណាទទួលផលយ៉ាងនោះ*។ ទាំងនេះ គឺជាច្បាប់សាកល។ មាគ៌ាជីវិតប្រព្រឹត្តិទៅស្របគ្នានឹងមូលដ្ឋានច្បាប់ទាំងនេះ ហើយមនុស្សក៏ត្រូវតែធ្វើតាមច្បាប់នេះនឹង *“សាបព្រោះពូជយ៉ាងណា នឹងទទួលផលយ៉ាងនោះ”*។

មនុស្សប្រព្រឹត្តិអំពើអាក្រក់ក៏ដោយសារតែ លោភៈ ទោសៈ និងមោហៈ។ ភាពទន់ខ្សោយបែបនេះ អាចយកឈ្នះបាន ឆ្លងតាមការត្រាស់ដឹងប៉ុណ្ណោះ។ មនុស្សគ្មានភ័ព្វ និងមានភ័ព្វជួបប្រទះនៅក្នុងលោកនេះ គឺមិនមែនដោយសារឥទ្ធិពលណា ក្រៅពីអំពើកាយទុច្ចរិត វចីទុច្ចរិត និងមនោទុច្ចរិត ឬកាយសុចរិត, វចីសុចរិត, និងមនោសុចរិត ដែលពួកគេបានប្រព្រឹត្តិកាលពី

ជាតិមុននោះឯង។ ត្រង់ចំណុចនេះ ព្រះអង្គទ្រង់ត្រាស់សម្តែងថា យើងកើតមកអាស្រ័យកម្មដែលយើងបានធ្វើកាលពីអតីត ហើយយើងនឹងកើតឡើងក៏អាស្រ័យនឹងផលដែលកំពុងធ្វើនៅបច្ចុប្បន្ននេះដែរ។ ហេតុនេះហើយ យើងគប្បីទទួលខុសត្រូវចំពោះអ្វីគ្រប់យ៉ាង នៅក្នុងជីវិតរបស់យើង។

ការលុបលាងបាប គឺមិនមានទេ នៅក្នុងមាគ៌ាជីវិតនេះ។ បុគ្គលគប្បីទទួលខុសត្រូវចំពោះទង្វើរបស់ខ្លួន មិនថាល្អ ឬអាក្រក់ឡើយ។ ប្រសិនបើយើងប្រព្រឹត្តិនូវអំពើបាប យើងត្រូវតែប្រឈមមុខទទួលនូវផលរបស់វា។ វិធីតែមួយគត់ក្នុងការឃាត់ចិត្តអាក្រក់ គឺធ្វើតែអំពើល្អ។ មានតែតាមរយៈការហ្វឹកហាត់អប់រំចិត្តបានយូរអង្វែងប៉ុណ្ណោះ ទើបចិត្តអាចក្លាយបរិសុទ្ធបាន។

ព្រះពុទ្ធទ្រង់សម្តែងថា សេចក្តីស្លាប់មិនមែនជាការបញ្ចប់នៃជីវិតទេ។ មនុស្សសត្វ គឺគ្រាន់តែជាបណ្តុំនៃចិត្ត និងធាតុទាំងឡាយ (នាម និងរូប) ប៉ុណ្ណោះ។ សេចក្តីស្លាប់ គឺគ្រាន់តែជាការសម្រាកមួយ នៅក្នុងវាលវដ្ត-សង្សារ។ ដូច្នេះ សព្វសត្វដែលស្លាប់ទៅក៏មិនដូចដើម ឬក៏ក្លាយជាទីទៃ ក្នុងការបន្តដំណើរជីវិត ពីមួយជាតិទៅមួយជាតិ រហូតដល់បានសម្រេចនូវគោលដៅជីវិតនេះ។

យោងតាមពុទ្ធវចនៈ ច្បាប់កម្មផលដើរតួយ៉ាងសំខាន់បំផុត នៅក្នុងជីវិតរបស់យើង។ ក្នុងច្បាប់ហេតុ និងផលនេះ ហេតុដំបូងក្លាយជាផល ហើយក្រោយមកផលនេះ ក៏ក្លាយជាហេតុម្តង។ អ្វីៗដែលមាន គឺគ្មានស្ថិតស្ថេរទេ។

អច្ឆរិយាចារ្យ

អ្នករកឃើញវិធីសាស្ត្រនេះមិនមែនជាទេវតាទេ តែជាគ្រូអស្ចារ្យដែលទ្រង់គង់ប្រថាប់នៅក្នុងពិភពលោកនេះ។ ព្រះពុទ្ធមិនដែលបានតាំងខ្លួនព្រះអង្គជាព្រះអាទិទេពឡើយ ប៉ុន្តែ ជាមនុស្សអស្ចារ្យ ដែលខ្លួនព្រះអង្គផ្ទាល់បានត្រាស់ដឹងនូវអរិយសច្ចៈ[១] កម្មផល ឬច្បាប់សាកល, ភាពអាចិកំបាំងនៃជីវិត ហេតុនាំឱ្យកើតទុក្ខ និងសេចក្តីសុខ។ ព្រះអង្គក៏មិនបានប្រកាសថា ជាទេវតាផងដែរ។

សព្វថ្ងៃនេះ ព្រះអង្គមិនគ្រាន់តែត្រូវបានគោរពដោយបរិស័ទរាប់រយលានប៉ុណ្ណោះទេ ប៉ុន្តែ បញ្ញវន្តទាំងឡាយក៏គោរពបូជាព្រះអង្គដែរ នៅទូទាំងពិភពលោកនេះ។ ថ្វីត្បិត ព្រះពុទ្ធអង្គបានចូលបរិនិព្វានហើយក៏ដោយ តែព្រះអង្គបានបន្សល់ទុកនូវពាក្យទូន្មាន សម្រាប់មនុស្សជាតិធ្វើដំណើរតាម ដើម្បីរួចផុតពីសេចក្តីទុក្ខ សេចក្តីសោកសៅ សេចក្តីភ័យខ្លាច ការព្រួយបារម្ភ និងសេចក្តីមិនពេញចិត្តទាំងឡាយទាំងពួង។ ចំពោះពាក្យប្រៀនប្រដៅរបស់ព្រះអង្គ មនុស្សទាំងឡាយអាចសម្រេចបាននូវសេចក្តីសុខ ទាំងក្នុងជាតិនេះ ទាំងក្នុងជាតិខាងមុខ ហើយទីបំផុតរួចចាកពីសេចក្តីទុក្ខទាំងពួង។

---

១. អរិយសច្ចៈ (The Four Noble Truths) : The Noble Truth of Suffering; The Noble Truth of the Origin of Suffering; The Noble Truth of the Extinction of Suffering; And The Noble Truth of the Parth that leads to the Extinction of Suffering.

ព្រះអង្គបានជួយសម្រាលទុក្ខដល់ពួកសព្វសត្វទាំងឡាយ។ ព្រះអង្គបានសង្គ្រោះដល់ជនក្រីក្រដែលគេមិនអើពើហើយ។ ព្រះអង្គក៏បានជួយបុគ្គលដែលគេបោកប្រាស់ឱ្យមានភាពប្រសើរឡើង ហើយព្រះអង្គក៏ជួយប្រៀនប្រដៅដល់ឧក្រិដ្ឋជនទាំងឡាយផងដែរ។ ព្រះអង្គជួយសម្រាលទុក្ខដល់អ្នកទន់ខ្សោយទាំងឡាយ, ជួយផ្សះផ្សាបុគ្គលដែលបែកបាក់សាមគ្គី, បានបើកភ្នែកបុគ្គលមានភាពអវិជ្ជា, ធ្វើឱ្យជាក់ច្បាស់ដល់បុគ្គលដែលមានសេចក្ដីសង្ស័យ, ថែមទាំងញ៉ាំងបុគ្គលដែលថោកទាបឱ្យខ្ពង់ខ្ពស់ និងក្លាយជាអរិយបុគ្គល។ ទាំងអ្នកមាន អ្នកក្រ វិសុទ្ធិជន ឧក្រិដ្ឋជន ក៏គោរពស្រឡាញ់ព្រះអង្គ។ មហាក្សត្រផ្ដាច់ការ ឬប្រកបដោយទសពិធរាជធម៌ ម្ចាស់ក្សត្រីយ៍ដ៏ល្បី ឬមិនល្បី និងសប្បុរជន ទាំងជនអសប្បុរស អ្នកល្ងង់ បញ្ញវន្ត ជនទីទាល់ក្រ ពាណិជ្ជករ ឃាតក សុទ្ធតែបានទទួលនូវរសជាតិពីទស្សនៈ អរិយមគ្គ បញ្ញា និងសេចក្ដីករុណារបស់ព្រះអង្គ។

បុគ្គលាធិដ្ឋានដ៏ថ្លៃថ្លារបស់ព្រះអង្គ បានដល់ប្រភពនៃការលើកទឹកចិត្ត ចំពោះសព្វសត្វទាំងឡាយ។ ព្រះភ័ក្ត្រដ៏ប្រកបដោយភាពស្ងប់ស្ងាត់ និងសន្តិភាពរបស់ព្រះអង្គ គឺពិតជាជួយសម្រាលចំពោះបញ្ហាទាំងឡាយ។ ព្រះធម៌ដែលពោរពេញដោយសន្តិភាព អហិង្សារបស់ព្រះអង្គ គឺមនុស្សទាំងឡាយទទួលយក ដោយសោមនស្សរីករាយជាអនេក ហើយមានប្រយោជន៍ចំពោះបុគ្គលទាំងឡាយណាដែលមានភ័ព្វសំណាងបានឮព្រះធម៌ និងប្រតិបត្តិតាមមាគ៌ានេះ។

ព្រះអង្គបានបូជាលះបង់សេចក្ដីសុខលោកីយ៍ផ្ទាល់ខ្លួន របស់ព្រះអង្គដើម្បីស្វែងរកសច្ចធម៌ ហើយដើម្បីបង្ហាញផ្លូវរំលត់ទុក្ខដល់មនុស្សទាំងឡាយ។ ព្រះអង្គទ្រង់យាងទៅកាន់ផ្ទះអ្នកកំសត់ទុគ៌ត ចំណែកឯព្រះរាជា និងមន្ត្រីទាំងឡាយត្រូវតែចូលទៅរកព្រះអង្គ។ បន្ទាប់ពី ព្រះអង្គទ្រង់បានត្រាស់ដឹង ព្រះអង្គទ្រង់គង់ធរមានរយៈពេល ៤៥ ព្រះវស្សា ក្នុងបំណងទូន្មានប្រៀនប្រដៅដល់សព្វសត្វដែលមានសេចក្ដីវង្វេង ដើម្បីដឹកនាំមាគ៌ាជីវិតប្រកបដោយសេចក្ដីចម្រើនរុងរឿង ថ្លៃថ្នូរ និងសន្តិភាព។

ព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធមិនបានបង្កការភ័យខ្លាច ដល់បុគ្គលណាមួយឡើយ។ នេះជាគុណតំលៃដ៏ល្អដែលមនុស្សទាំងឡាយគប្បីអប់រំ នៅក្នុងសង្គ្រាមបង្ហូរឈាមរបស់យើង ជាកន្លែងដែលជីវិតគ្រប់បែបយ៉ាងត្រូវស្លាប់ ប្រៀបបីដូចជាសត្វតិរច្ឆាន យ៉ាងដូច្នោះឯង ហើយសព្វាវុធ គឺជាមេក្លោងនាំឱ្យភ័យខ្លាច, ភាពតានតឹង, និងសេចក្ដីក្រេវក្រោធ។ ព្រះអង្គ មិនបានយករឿងសេចក្ដីសុខលោកីយ៍នេះ មកពន្យល់ពីអរិយមគ្គទេ។

ព្រះអង្គជាបិតាវិទ្យាសាស្ត្រក្នុងការសិក្សាពីជីវិត, ជាកំពូលចិត្តវិទូដែលបានវិភាគវែកញែកពី នាមរូប ជាងនេះទៅទៀត ពុទ្ធវចនៈ គឺត្រូវបានគេទទួលស្វាគមន៍យ៉ាងពេញទំហឹងថា ជាវិធីវិទ្យាសាស្ត្រ។ របកគំហើញថ្មីនេះក៏មិនជំទាស់ ឬបញ្ច្រាសពីព្រះធម៌ដែរ។ ព្រះអង្គជាបិតាទស្សនវិទូ ព្រោះព្រះអង្គជាគ្រូដែលជ្រាបច្បាស់នូវលក្ខខណ្ឌលោកីយ៍ នៅក្នុងយថាទស្សន៍ដ៏ប្រពៃរបស់ខ្លួន។ ព្រះអង្គជាបិតាសីលធម៌ ព្រោះព្រះអង្គបរិបូរដោយក្រមសីលធម៌។ ព្រះអង្គទ្រង់បរិបូរដោយបារមី។ ព្រះអង្គជាបុគ្គលទ្រង់ប្រតិបត្តិធម៌

ដែលបានសម្តែងមកហើយ។ ព្រះអង្គជាអ្នកសនិទានិយម[1] ព្រោះព្រះអង្គជាគ្រូដ៏ឧត្តម ដោយមានចិត្តរួចស្រលះហើយ។ ព្រះអង្គជាអ្នកត្រិះរិះសេរីនិយម ព្រោះព្រះអង្គតែងតែលើកទឹកចិត្តនៃមនុស្សទាំងឡាយ ឱ្យគិតដោយឯករាជ្យ ដើម្បីឈ្វេងយល់ពីសច្ចភាព។ ព្រះអង្គមិនជឿទៅលើអាទិទេព ព្រោះព្រះអង្គជាគ្រូបរិបូរដោយបញ្ញាដែលនាំមនុស្សទាំងឡាយ។

ព្រះអង្គ គឺមិនបានបញ្ចុះបញ្ចូលគ្រូល្បីៗទាំងឡាយទេ។ ព្រះអង្គមិនដែលប្រើការបង្ខិតបង្ខំ ឬបំភិតបំភ័យក្នុងការទាក់ទាញក៏ទេដែរ។ ព្រះអង្គទ្រង់ពន្យល់ពីមាគ៌ាជីវិតនេះ ដោយមិនបានទាក់ទងទៅនឹងការងារសាសនាឡើយ។ អ្វីដែលព្រះអង្គចង់បាន គឺឃើញមនុស្សសត្វទាំងឡាយរស់នៅប្រកបដោយសាមគ្គីភាព គ្មានការបៀតបៀនគ្នា ហើយនិងរស់នៅដោយសេចក្តីសុខសប្បាយ ដោយការប្រកាន់យកពាក្យទូន្មានរបស់ព្រះអង្គ។

ព្រះអង្គ គឺជាអ្នកបម្រើនៃមនុស្សជាតិ, ព្រះអង្គមិនដែលកម្រើកញាប់ញ័រ ដោយសារពាក្យសរសើរ ឬនិន្ទាឡើយ។ ព្រះអង្គមិនបានអំពាវនាវមនុស្សទាំងឡាយឱ្យមកគោរពបូជាព្រះអង្គ ឬបួងសួងចំពោះព្រះអង្គ ដើម្បីរួចចាកសេចក្តីទុក្ខក៏ទេដែរ។ ព្រះអង្គមិនបានណែនាំពាក្យទូន្មានរបស់ព្រះអង្គថា ជាទ្រឹស្តីគួរតែទទួលយក ឬថា ជាទ្រឹស្តីរបស់ព្រះអាទិទេព ប៉ុន្តែជាទ្រឹស្តីអប់រំ និងជាទ្រឹស្តីឱ្យមានជំនឿជឿជាក់ដល់សាធារណជន។

១. អ្នកសនិទានិយម (rationalist) មានន័យថា អ្នកដែលមានហេតុផលច្បាស់លាស់។ In another word, rationalist means someone whose actions and decisions are based on reasons rather than emotions or beliefs.

សន្តិភាព សេចក្តីសុខ និងការរួចចាកសេចក្តីទុក្ខ

សព្វថ្ងៃទ្រឹស្តីសន្តិភាពរបស់ព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធ គឺមានសារៈសំខាន់បំផុតដែលមិនធ្លាប់មានសោះឡើយ ជាពិសេស គឺសម័យកាលមនុស្សទាំងឡាយកំពុងឈ្លក់វង្វេងនឹងអំណាច ការលោភលន់ ការច្រណែនឈ្នានិស ការអួតអាង និង ការប្រាថ្នាចង់គ្រប់គ្រងពិភពលោកនេះ។

ព្រះពុទ្ធប្រសូត្រមកក្នុងលោកនេះ ដើម្បីលុបបំបាត់ចោលភាពអវិជ្ជា និងជួយសង្គ្រោះពិភពលោកនេះ ឱ្យបានរួចផុតពីជំងឺ។ វាជាវិជ្ជាដ៏សាមញ្ញមួយដែលមនុស្សទូទាំងពិភពបន្តរស់នៅ ដោយគ្មានប្រតិបត្តិនូវមាគ៌ាជីវិតដ៏ឧត្តមនេះ។ ទោះជាយ៉ាងណា ប្រសិនបើ ពួកគេព្យាយាមសិក្សាឈ្វេងយល់នូវអ្វីដែលព្រះពុទ្ធបានសម្តែងទុកមក ពួកគេពិតជាអាចកម្ចាត់បង់នូវសេចក្តីសង្ស័យរបស់គេបាន ហើយមានជំនឿជឿជាក់លើពាក្យទូន្មានរបស់ព្រះអង្គថា ជាទ្រឹស្តីដ៏ល្អបំផុត ក្នុងការឈ្វេងយល់ពីបំណងជីវិត។

ទោះបីជាបុគ្គលជឿលើព្រះអង្គ ឬមិនជឿក៏ដោយ ប៉ុន្តែពុទ្ធវចនៈមានផលយ៉ាងច្រើនបំផុតដល់មនុស្សទាំងអស់គ្នា។ ពាក្យប្រៀនប្រដៅរបស់ព្រះអង្គត្រូវបានផ្សព្វផ្សាយដោយអហិង្សា។ វាជារឿងសំខាន់ដែលមិនធ្លាប់មានការបង្ហូរឈាមក្នុងនាមទ្រឹស្តីនេះ សូម្បីមួយដំណក់។ តាមពិត នេះជាកំណត់ត្រាដ៏គួរឱ្យកត់សំគាល់បំផុតរបស់ពិភពលោក ដែលត្រូវបានសរសេរនៅផ្ទាំងមាស។ ពាក្យទូន្មាននេះ គួសបង្ហាញពីមាគ៌ាជីវិតដែលមនុស្សជាតិ

អាចឆ្លងផុតពីពិភពនៃសេចក្ដីទុក្ខ ឆ្ពោះទៅកាន់ពិភពភ្លឺថ្លា ករុណា សន្តិភាព និងសេចក្ដីសុខក្សេមក្សាន្ត។

អស់រយៈពេល ២៥ សតវត្សរ៍កន្លងមកហើយ ពុទ្ធវចនៈនៅតែមាំទាំក្នុងការប្រឈមមុខទប់ទល់ នឹងការប្រកួតប្រជែង ដោយគ្មានការញញើត ឬត្រូវការផ្លាស់ប្ដូរនូវពាក្យពេចន៍របស់ខ្លួនក៏ទេ ព្រោះព្រះធម៌ដែលលោកបានសម្ដែងទុកមក គឺត្រូវគ្រប់សម័យកាលទាំងអស់ ហើយជាបរមត្ថសច្ចៈទៀតផង។

សីលចាត់ជាមាគ៌ាមួយ ក្នុងទ្រឹស្ដីនេះដើម្បីដល់នូវទីបំផុតទុក្ខ។ កត្តាមួយទៀត គឺបញ្ញា។ សីលប្រៀបបានទៅនឹងយានដែលដឹកអ្នកដំណើរ ឆ្ពោះទៅកាន់ច្រកទ្វារនៃព្រះនិព្វាន (ទីផុតទុក្ខ) ប៉ុន្តែ កូនសោពិត ដែលសម្រាប់បើកទ្វារនេះ គឺបញ្ញា។

ឋានសួគ៌

អ្នកប្រតិបត្តិមាគ៌ានេះមិនបានចាត់ទុកខ្លួនពួកគេ ជាមនុស្សដែលត្រូវបានជ្រើសរើសឱ្យឡើងទៅកាន់ឋានសួគ៌ទេ។ ពួកគេជឿថា មនុស្សបង្កើតនូវឋាននរក និងឋានសួគ៌ដោយខ្លួនពួកគេផ្ទាល់ អាស្រ័យលើទង្វើ និងការរស់នៅរបស់គេម្នាក់ៗ។ សេចក្ដីទុក្ខនៅក្នុងឋាននរក ឬសេចក្ដីសុខនៅក្នុងឋានសួគ៌អាចត្រូវសម្រេចបាននៅក្នុងបច្ចុប្បន្នជាតិនេះ មិនចាំបាច់លុះត្រាស្លាប់ទៅនោះឡើយ គឺពួកគេជឿយ៉ាងសាមញ្ញ។

ព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធមិនបានសម្ដែងបំភ័យមនុស្សដោយភ្លើងនរក ឬមួយជីវិតទេវតា ដែលគួរឱ្យចាប់អារម្មណ៍នោះក៏ទេដែរ ប៉ុន្តែគ្រាន់តែឱ្យមនុស្សទាំងឡាយដឹងច្បាស់នូវធម្មជាតិពិតនៃជីវិត និងសាកលលោក ប៉ុណ្ណោះ។ យោងតាមពាក្យប្រៀនប្រដៅរបស់ព្រះអង្គ មនុស្សគ្រប់រូបអាចសោយនូវសេចក្ដីសុខក្នុងឋានសួគ៌បានដូចគ្នា ដរាបណាបុគ្គលនោះ ដឹកនាំជីវិតប្រកបដោយការចិញ្ចឹមជីវិតត្រូវ។ ឋានសួគ៌មិនមែនបម្រើឱ្យបុគ្គលក្រុមណាមួយក្នុងសហគមន៍សាសនាក៏ទេដែរ។ ឋានសួគ៌បើកចំហចាំមនុស្សដែលបានដឹកនាំជីវិតប្រកបដោយសេចក្ដីថ្លៃថ្នូរ គ្រប់ពេលវេលា។

សេចក្ដីសន្ដោស សេចក្ដីអត់ធ្មត់ និងការយល់ឃើញត្រូវ បានចាត់ជាសីលធម៌ដ៏ប្រពៃ នៅក្នុងពាក្យទូន្មាននេះ។ ម្យ៉ាងទៀត មេត្តា ករុណា និងមុទិតា ចំពោះបុគ្គលដទៃមិនមែនកំណត់តែមនុស្សជាតិឡើយ ប៉ុន្តែគឺចំពោះសព្វសត្វទាំងពួងផងដែរ ព្រោះថា ការសម្លាប់ជីវិតសត្វ មិនថា ជាមនុស្ស ឬក៏សត្វតិរច្ឆានទេ ជាអំពើឃោរឃៅសាហាវយង់ឃ្នង និងអយុត្តិធម៌បំផុត ហើយថែមទាំងប្រឆាំងនឹងពាក្យទូន្មាននេះទៀតផង។

រីឯផលប្រយោជន៍សាមគ្គីភាពវិញ ព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធទ្រង់ទូន្មានបរិស័ទរបស់ព្រះអង្គ ឱ្យចេះគោរពទស្សនៈបុគ្គលដទៃ ហើយត្រូវទទួលស្គាល់នូវសច្ចភាព មិនថាវានៅទីណានោះឡើយ។ ព្រះអង្គទ្រង់គាំទ្រនូវទំនៀមទំលាប់ប្រពៃណី និងវប្បធម៌ទាំងឡាយរបស់មនុស្សជាតិ ប្រសិនបើវាមិនមានការប៉ះពាល់ទេនោះ។

មាគ៌ាជីវិត

មាគ៌ាជីវិតនេះ គឺច្បាស់លាស់ សមហេតុផល និងផ្តល់ចម្លើយពេញលេញចំពោះសំនួរសំខាន់ៗ និងបញ្ហាជីវិតគ្រប់ជំពូក។ វាផ្តល់នូវមូលដ្ឋានគ្រឹះសម្រាប់ជួយដល់មនុស្សជាតិ ឱ្យឆ្ពោះទៅរកការស្ថាបនាភាពវិជ្ជមាន និងមាគ៌ាជីវិតដ៏ថ្លៃថ្លា។

វិធីនេះមិនបានបែងចែកមនុស្សជាតិជាពីរក្រុម "មានលាភ និងអត់-លាភ" ឡើយ។ ប្រព័ន្ធអប់រំដ៏ល្អប្រពៃនេះ បង្រៀនយើងទាំងអស់គ្នាឱ្យយល់ច្បាស់ បីដូចជារបៀបផ្សាំងសត្វព្រៃ និងការចាប់យកសត្វដែលសាំងនោះឯង។

អ្នកធ្វើដំណើរតាមមាគ៌ាជីវិតនេះ មិនបានផ្តេកផ្តួលទៅលើការបួងសួងបន់ស្រន់ទេ។ ពួកគេមានជំនឿលើសមត្ថភាពខ្លួនឯង ការសមាធិសម្រាប់យកឈ្នះខ្លួន គ្រប់គ្រងខ្លួន ជម្រះខ្លួន និងការត្រាស់ដឹង។ សមាធិជាឱសថសម្រាប់ព្យាបាលរាងកាយ ក៏ដូចជាផ្លូវចិត្ត។

មនុស្សអាចឃុំគ្រងជីវិតរបស់ខ្លួនបាន

ព្រះសម្ពុទ្ធទ្រង់ត្រាស់សម្តែងថា ចិត្តគឺមានឥទ្ធិពលបំផុត មានន័យថាជាអ្នកស្ថាបនាផង និងជាអ្នកបំផ្លិចបំផ្លាញផង ថែមទាំងជាស្ថាបត្យករនៃវាសនារបស់មនុស្សទៀតផង។ ដូច្នេះហើយ មនុស្សគួរគប្បីមានសមត្ថភាព

ក្នុងការគ្រប់គ្រងអ្វីៗ ប្រសិនបើ ពួកគេដឹងនូវរបៀបចម្រើនអប់រំ និងការប្រើប្រាស់ចិត្តនេះ ឱ្យបានប្រសើរ។

តាមពិតមាគ៌ាជីវិតនេះ ជាប្រទីបដ៏ភ្លឺមួយដែលចាំងចេញពីលើកំពូលភ្នំ សម្រាប់បំភ្លឺផ្លូវមនុស្សជាតិទាំងឡាយ ឱ្យបំពេញនូវបំណងជីវិតនេះ។ តាមរយៈទ្រឹស្តីនេះ មនុស្សអាចកម្ចាត់ចោលនូវភាពអវិជ្ជា ពោលគឺសេចក្តីល្ងង់ខ្លៅបាន។ ដោយប្រតិបត្តិតាមនូវមាគ៌ាជីវិតនេះ មនុស្សដឹងនូវរបៀបថា តើត្រូវប្រើប្រាស់ជីវិត យ៉ាងដូចម្តេច ដើម្បីឱ្យមានប្រយោជន៍ខ្លឹមសារពេញលេញ?។ ពិតណាស់ សព្វថ្ងៃនេះ ពិភពលោកត្រូវរងគ្រោះ ធ្លុះធ្លាយដោយសារតែការប្រកាន់ជាតិសាសន៍ នយោបាយ សាសនា និងមនោគមវិជ្ជាផ្សេងៗទៀត។ ដើម្បីដោះស្រាយបញ្ហាដ៏ស្មុគស្មាញទាំងនេះ មនុស្សត្រូវតែអប់រំផ្លូវចិត្តឱ្យមានមេត្តាធម៌ និងសេចក្តីអត់ធន់ចំពោះគ្នាទៅវិញទៅមក។ ទ្រឹស្តីដ៏ឧត្តមនេះបណ្តុំគំនិតបណ្តុះនិស្ស័យឱ្យមានអភិសមាចារ ការប្រព្រឹត្តសម្រាប់សេចក្តីសុខសន្តិភាពសាកលលោកទាំងមូល។ មនុស្សត្រូវតែដឹងថា ការចម្រើនអប់រំចិត្តគឺមានសារៈសំខាន់ជាងការអភិវឌ្ឍវត្ថុសម្ភារៈ សម្រាប់សេចក្តីសុខមនុស្សជាតិ។ យើងត្រូវតែប្រតិបត្តិគុណធម៌ទាំងឡាយមាន សច្ចភាព ការសេពគប់ជាមួយសប្បុរស ការឱ្យទាន និងសេចក្តីមេត្តាសន្តោសប្រោសប្រណី ប្រសិនបើយើងពិតជាចង់ឱ្យពិភពលោកមានសុខសន្តិភាពសម្រាប់យើងរស់នៅ។

សច្ចភាព

តាមរយៈការត្រាស់ដឹង ព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធទ្រង់សម្តែងថាៈ

- អធិសីល គឺត្រូវសម្រេចបានដោយការចម្រើនមេត្តា
- បរមសុខ គឺជាសេចក្តីសុខដែលកើតចេញពីសេចក្តីស្ងប់
- បរមត្ថសច្ចៈ គឺតម្រូវឱ្យមានការយល់ឃើញត្រូវពីហេតុនាំឱ្យកើតទុក្ខ
- សាសនាដ៏ខ្ពង់ខ្ពស់បំផុត គឺសាសនាដែលបង្រៀនពី សីល សមាធិ និងបញ្ញា
- ទស្សនវិជ្ជាដ៏អស្ចារ្យបំផុត គឺជាទស្សនវិទ្យាដែលពន្យល់ពីការវិភាគវែកញែក និងជាវិធីប្រតិបត្តិនៃមាគ៌ាជីវិត ដោយមិនពឹងផ្អែកលើទ្រឹស្តី និងជំនឿទាំងឡាយ។

មាគ៌ាជីវិតនេះ មិនបានរារាំងបុគ្គលណាម្នាក់ ពីការអាន និងរៀនសូត្រទស្សនៈសាសនាដទៃទៀតឡើយ។ វាមិនមែនជាទីកន្លែងប្រកាន់បក្ស-ពួកគណៈទេ។ ការប្រកាន់ពួកគណៈមិនអាចត្រូវបានដឹកនាំ ដោយមានហេតុផល សូម្បីឡើយគោលការណ៍ស្រាវជ្រាវ និងវិភាគរបស់វិទ្យាសាស្ត្រនោះ។ ដូច្នេះ អ្នកប្រកាន់យកនូវពាក្យទូន្មាននេះ ត្រូវមានចិត្តទូលាយ ហើយមិនត្រូវចុះញ៉មនឹងនរណាម្នាក់ ក្នុងការចម្រើនអប់រំផ្លូវចិត្តនេះ។

ប្រសិនបើ អ្នកខ្វល់ខ្វាយរៀនសូត្រពីក្រមសីលធម៌ អភិសមាចារ និងសមាធិ (ការអប់រំចិត្ត) ដែលប្រព័ន្ធនៃការសិក្សានេះត្រូវតែផ្តល់ឱ្យ អ្នកច្បាស់

ជាត្រូវរំលឹកឡើងវិញ នូវការយល់ឃើញខុសទាំងប៉ុន្មាន ដែលអ្នកមានពីមាគ៌ាជីវិត។ បុគ្គលមិនគប្បីធ្វើការវិនិច្ឆ័យនូវមាគ៌ាជីវិតណាមួយ ដោយគ្រាន់តែមើលតាមទំនៀមទម្លាប់ និងការអនុវត្តទាំងឡាយណាមួយនោះទេ។ ផ្ទុយទៅវិញ បុគ្គលគប្បីសិក្សាឈ្វេងយល់ឱ្យបានស៊ីជម្រៅនូវមូលដ្ឋានគ្រឹះនៃពាក្យប្រៀនប្រដៅនេះ។

បញ្ញាមនុស្ស

ក្រៅពីវាសនា មនុស្សដែលស្ថិតនៅក្រោមការគ្រប់គ្រងតាមអំពើចិត្តរបស់ភ្នាក់ងារខាងក្រៅ ហៅថា វត្ថុស័ក្តិសិទ្ធិនោះ មាគ៌ាជីវិតបានលើកកំពស់មនុស្សជាតិ។ រឿងនេះផ្អែកតាមបញ្ញាឈ្លាសវាងវៃ គឺការធ្វើការងាររបស់ពួកគេ។ វាបង្រៀនមនុស្សឱ្យយល់ពីការចម្រើនអប់រំសក្តានុពលរបស់ខ្លួន។

ព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធទ្រង់សម្តែងប្រាប់យើងឱ្យចេះជួយសង្គ្រោះអ្នកដទៃ។ បុគ្គលដែលប្រតិបត្តិនូវមាគ៌ាជីវិតនេះ វៀរចាកពីការប្រព្រឹត្តអំពើអាក្រក់ មិនមែនដោយសារការភ័យខ្លាចអរូបិយបុគ្គលទេ ប៉ុន្តែដោយសារការយល់ជាក់ច្បាស់ថា អំពើអាក្រក់នាំមកនូវសេចក្តីទុក្ខគ្រប់ជំពូក ដល់មនុស្សទាំងឡាយទាំងពួង។ ការធ្វើនូវអំពើល្អរបស់ពួកគេ ក្នុងការជួយសង្គ្រោះអ្នកដទៃ ក៏មិនមែនធ្វើឡើងដោយការផ្គាប់ផ្គុនវត្ថុស័ក្តិសិទ្ធិ ប៉ុន្តែដោយសារសេចក្តីករុណាចំពោះសព្វសត្វទាំងឡាយនោះ ក្នុងបំណងចង់ឱ្យពួកគេរួចផុតពីសេចក្តីទុក្ខទាំងពួង។

នៅក្នុងមាគ៌ាជីវិតនេះ យើងអាចឃើញមានវិធីបំពេញបុណ្យកុសល និងបញ្ញាដ៏ល្អបំផុត។ យើងអាចសម្រេចបានបញ្ញាដ៏ឧត្តម ឆ្លងតាមការត្រាស់ដឹង ហើយមិនមែនតាមប្រកាសនា[១] នោះទេ។ យើងអាចរួចផុតពីអំពើបាបទាំងពួង ដោយមិនចាំបាច់មានអ្នកលាងបាបឱ្យទេ។ យើងក៏អាចរួចចាកទុក្ខនៅក្នុងជាតិនេះ តាមការហ្វឹកហាត់អប់រំឥន្ទ្រិយ៍របស់ខ្លួន និងមិនចាំបាច់រង់ចាំទទួលនៅក្នុងជាតិខាងមុខនោះឡើយ។

មាគ៌ាជីវិតបង្រៀនថា មនុស្សមិនមែនធ្វើការបម្រើសាសនាទេ ប៉ុន្តែសាសនាត្រូវធ្វើការបម្រើមនុស្សជាតិវិញ។ ដើម្បីមិនឱ្យក្លាយជាទាសកររបស់សាសនាណាមួយ មនុស្សត្រូវតែប្រើសាសនានេះ សម្រាប់តែការធ្វើឱ្យប្រសើរឡើង និងការរួចផុតទុក្ខ។ម៉្យាងទៀត មនុស្សអាចប្រតិបត្តិទ្រឹស្តីនេះ ឱ្យដូចជាអរិយបុគ្គលទាំងឡាយ ដោយមិនមានទទួលរងសេចក្តីទុក្ខ ក្នុងនាមនៃជំនឿណាមួយឡើយ។ មាគ៌ាជីវិតនេះ មិនបានហាមឃាត់នូវសេចក្តីសុខលោកីយ៍ដែលមានហេតុផល និងថ្លៃថ្នូរសមរម្យនោះទេ ប្រសិនបើ គេប្រព្រឹត្តដោយប្រកាន់ខ្ជាប់នូវគោលការណ៍ដ៏ប្រពៃ។

តើវាអាចនៅរួចឬ?

បើគ្មានជំនឿទៅលើអសីលធម៌ផង តើមនុស្សអាចមានសទ្ធា នៅក្នុងជីវិត និងសីលដែរទេ?

១. ប្រកាសនា (revelation) ការប្រកាស, ការបញ្ចេញឱ្យដឹង, សម្តែងប្រាប់ឱ្យដឹងរាល់គ្នា។ Here, when something is made known that was secret, or the fact that is made known.

បើគ្មានច្បាប់រដ្ឋអំណាច តើមនុស្សអាចក្លាយជាមនុស្សល្អ បានដែរឬ?

បើគ្មានវិធីបុណ្យបួងសួងទេ តើមនុស្សអាចដឹកនាំជីវិតតាមអរិយមគ្គដែរទេ?

បើសិនណាជា គ្មានសទ្ធា និងជំនឿ តើមនុស្សអាចដឹកនាំជីវិត ដោយការចិញ្ចឹមត្រូវដែរឬទេ?

បើមិនមានពឹងផ្អែកលើព្រះអាទិទេពណាមួយ តើមនុស្សអាចរួចផុតពីសេចក្តីទុក្ខបានដែរឬយ៉ាងណា?

បើសិនណា គ្មានសេចក្តីទុក្ខតាមរយៈអនុតាបៈ (ការធ្វើឱ្យលំបាកខ្លួន) តើមនុស្សអាចត្រាស់ដឹងដែរទេ?

បើគ្មានការបង្កើតការបំភិតបំភ័យក្នុងចិត្ត តើមនុស្សអាចប្រតិបត្តិនូវគោលការណ៍ជីវិតនេះទេ?

បើគ្មានការបង្ខិតបង្ខំ គម្រាមគំហែង តើយើងអាចណែនាំនូវមាគ៌ាជីវិតដ៏ប្រពៃនេះដែរឬ?

បើគ្មានជំនឿអរូបី និងជំនឿគ្មានសច្ចភាព តើវាទៅរួចទេ ក្នុងការធ្វើឱ្យមនុស្សយ៉ាងច្រើន មានជំនឿដើម្បីដឹកនាំជីវិតបរិសុទ្ធ?

តើមនុស្សអាចលើកកំពស់តំលៃជីវិតរបស់ខ្លួនបានឬទេ បើគ្មានជំនឿខាងអធិធម្មជាតិ, ជំនឿរហស្សសាស្ត្រ, អាទិទេព និងបព្វជិត?។

ព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធទ្រង់ត្រាស់ថា មនុស្សពិតជាធ្វើបាន។ ទីបំផុតទាំងនេះ អាចត្រូវសម្រេចទៅបានដោយការចេះជួយអ្នកដទៃ, ដោយសីលសិក្ខា សមាធិសិក្ខា និងបញ្ញាសិក្ខា ប៉ុណ្ណោះ។

ការយល់ជាក់ច្បាស់ពីច្បាប់កម្មផល ដូចបានអធិប្បាយដោយព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធ និងជួយដោះស្រាយបញ្ហាសេចក្តីទុក្ខទាំងឡាយរបស់មនុស្សជាតិ អាចិកំបាំងភ័ព្វព្រេងវាសនា និងវិសមភាពនៃមនុស្សជាតិ។ តាមរយៈការយល់ច្បាស់នៃច្បាប់សាកលនេះ បុគ្គលអាចសម្រេចបាននូវដំណោះស្រាយល្អៗ ក្តីសង្ឃឹម, អត្តាធិប្បតេយ្យ, និងសេចក្តីអង់អាចក្លាហាន។

ការចិញ្ចឹមជីវិតត្រូវនេះ គឺជាមាគ៌ាដ៏អស្ចារ្យបំផុតរបស់មនុស្ស ដែលពិភពលោកមិនធ្លាប់បានដឹងឡើយ។ វាមានលក្ខណៈជាប្រវត្តិសាស្ត្រដែលគួរកត់សំគាល់ទាំងនៅក្នុងសិល្បៈ, អក្សរសាស្ត្រ, ទស្សនវិទ្យា, អភិសមាចារការប្រព្រឹត្ត និងក្នុងវិទ្យាស្ថានអប់រំ ដែលនៅក្នុងប្រទេសទាំងឡាយ បាននាំយកមកបង្ហាត់បង្ហាញក្នុងចំណោមមនុស្សជាតិ។ បញ្ញវន្តទាំងឡាយ បានទទូចសុំឱ្យសម្តែងនូវមាគ៌ាជីវិតនេះ តាំងពីដំបូងមកម្ល៉េះ។ មាគ៌ាជីវិតត្រូវបានគេហៅនិម្មាបនកម្ម[១] ក្នុងជីវិតដ៏ឧត្តម។ ប្រវត្តិសាស្ត្រនៃមាគ៌ាជីវិតនេះ បានចារិកទុកមកក្នុងនាមភាតរភាព និងអំពើល្អ។ ទស្សនៈជីវិត និងពិភពលោក បានប្រែប្រួលផ្លាស់ប្តូរចាប់តាំងពីមួយថ្ងៃ ដែលទ្រឹស្តីមាគ៌ាជីវិតត្រូវបានសំដែងឡើង។

មាគ៌ាជីវិតនេះ មិនមែនត្រូវបានប្រតិបត្តិ ដើម្បីឡើងទៅស្ថានសួគ៌ទេ ប៉ុន្តែ មាគ៌ាញ៉ាំងចិត្តរបស់មនុស្សឱ្យបរិសុទ្ធ។ វាបានប្រតិស្ឋានមកអស់រយៈកាលដ៏យូរលង់ណាស់មកហើយ។ នេះជាវិធីដើម្បីសិក្សាប្រតិបត្តិ និងទទួលផលក្នុងទីបំផុត។

១. និម្មាបនកម្ម មានន័យថា អំពើ ឬការបង្កើតអ្វីៗដោយឫទ្ធិ, សិល្បៈផ្នែកខាងការសាង ឬតាក់តែងនូវវត្ថុផ្សេងៗឱ្យបានល្អឆើតឆាយដូចជានិម្មិត។

ការបរិច្ចាគក្នុងមាគ៌ាជីវិតពិតប្រាកដ គឺមិនមែនជារឿងបុរាណ ប៉ុន្តែក៏មិនមែនជារឿងថ្មីដែរ។ ទស្សនៈហេតុផល, សាបេក្ខនិយម[២], ឥន្ទ្រិយា-រម្មណ៍, ហេតុការណ៍និយម, ការឱ្យតម្លៃទៅលើសីលធម៌, ការមិនជឿទៅលើអត្តៈ, ការមិនមានពាក់ព័ន្ធអាទិទេពអ្នកបង្កើតលោក, ឋានសួគ៌ជាកន្លែងអមតៈ និងឋាននរកជាអមតៈ, ការបដិសេធទៅលើការបូជាយញ្ញ និងដំណោះស្រាយ តាមបទពិសោធន៍ផ្ទាល់របស់ខ្លួន សកម្មភាពទាំងអស់នេះ នៅតែមានគោលជំហររឹងប៉ឹងដដែល នៅក្នុងសង្គមទំនើបនេះ។

ឧត្តមជីវិតក្នុងសង្គមទំនើប

វាតម្រូវឱ្យមានគុណធម៌ និងមនសិការ ដើម្បីញ៉ាំងពិភពលោកនេះឱ្យមានដំណើរការល្អ ទាំងបច្ចុប្បន្ន និងអនាគត។ មាគ៌ាជីវិតនេះនឹងមានសារៈប្រយោជន៍បំផុតចំពោះមនុស្សគ្រប់រូប ដើម្បីសិក្សារៀនសូត្រ និងឱ្យតម្លៃវានៅក្នុងសម័យទំនើបកម្មនេះ។ ទ្រឹស្តីត្រូវគេស្គាល់ថា ជាទ្រឹស្តីវិទ្យាសាស្ត្រជាងវិទ្យាសាស្ត្រ ហើយមានដំណើររីកចម្រើនជាងសារធាតុល្បីៗ ក្នុងការចម្រើនអប់រំផ្លូវចិត្ត។ វាជាទ្រឹស្តីដ៏មានឥទ្ធិពលបំផុតមួយ សម្រាប់រក្សាពិភពលោកនេះ ឱ្យមានសន្តិភាព សាមគ្គីភាព និងការយល់ត្រូវ។

២. សាបេក្ខនិយម (relativism) ក្នុងទីនេះសំដៅទៅលើលទ្ធិទស្សនវិទ្យានិយមថា ការចេះដឹងមិនទៀងអាចប្រែប្រួលបាន។

គ្មានការរើសអើង

ជាបឋមមាគ៌ាជីវិតនេះ បានប្រឆាំងតទល់ទៅនឹងការប្រកាន់វណ្ណៈ។ វាបានបង្រៀនមនុស្សជាតិឱ្យកត់ចំណាំថា ឱកាសមានស្មើគ្នា ចំពោះមនុស្សក្នុងការរៀបចំខ្លួនពួកគេគ្រប់ជំហាននៃជីវិត។ មាគ៌ាជីវិតនេះ ក៏បានផ្តល់សេរីភាពដល់ស្ត្រីឱ្យបានសិក្សា និងប្រតិបត្តិ ដើម្បីសម្រេចនូវបញ្ញាផងដែរ។

ព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធទ្រង់ត្រាស់សំដែងថា ទ្វារឆ្ពោះទៅរកជ័យជំនះ និងវិបុលភាព គឺបើកចំហចាំមនុស្សទាំងអស់គ្នា នៅគ្រប់ស្រទាប់វណ្ណៈ មិនថាខ្ពស់ ឬក៏ទាប វិសុទ្ធជន ឬឧក្រិដ្ឋជន ដែលខ្វល់ខ្វាយក្នុងការប្រាថ្នាស្វែងរកសេចក្តីបរិសុទ្ធ។ ព្រះអង្គមិនបានចាត់ទុកសាវ័កជាទាសៈ សម្រាប់ព្រះអង្គ ឬក៏ចំពោះពាក្យប្រៀនប្រដៅរបស់ព្រះអង្គ ក៏ទេដែរ ប៉ុន្តែព្រះអង្គផ្តល់ឱ្យពួកគេនូវសេរីភាព ក្នុងការបញ្ចេញមតិ និងការស៊ើបអង្កេតពេញលេញ ក្នុងការទទួលយកជំនឿសម្រាប់ខ្លួនគេ។

ពុទ្ធវចនៈបែងចែកវែកញែកមនុស្សសត្វទាំងឡាយ ទៅនឹងនាម និងរូប ដែលស្ថិតនៅក្នុងច្បាប់ប្រែប្រួល មិនស្ថិតស្ថេរចិរកាល សម្រាប់ខណៈពេលជាប់គ្នាពីរ។ នាមនិងរូបកើតឡើង និងរលត់ទៅវិញ ហើយបន្តវិលវល់ជារៀងរហូត។ គ្មានអ្វីមួយនៅស្ថិតស្ថេរទៀងទាត់ ទាំងក្នុងលោកនេះ ទាំងនៅកន្លែងណាៗទាំងអស់នៅសាកលលោក ព្រោះអ្វីៗដែលមាននៅក្នុងសាកលលោក គឺទទេ ប៉ុន្តែ គ្រាន់តែជាការបូកបញ្ចូលគ្នានូវធាតុ និងកម្ម ប៉ុណ្ណោះ។ ដូច្នេះ វាជារឿងធម្មជាតិ ដែលថ្ងៃណាមួយវត្ថុទាំងនេះនឹងបែកធ្លាយ ហើយរលាយសូន្យទៅ។ គ្រប់វត្ថុធាតុទាំងអស់ គឺជាប្រធាននៃសេចក្តីប្រែប្រួលផ្លាស់ប្តូរ ហើយប៉ះទង្គិចគ្នាព្រោះតែល័ក្ខខ័ណ្ឌលោកីយ៍នេះឯង។

គោលការណ៍ចម្បងអធិប្បាយនៅក្នុងមាគ៌ាជីវិតនេះ គឺមិនមែនជាឯកសាររបស់ព្រះអាទិទេពទេ។ ដោយសារការមិនសម្លាប់សត្វ មិនលួចយកទ្រព្យអ្នកដទៃ មិនប្រព្រឹត្តិខុសក្នុងកាមទាំងឡាយ មិននិយាយពាក្យកុហក និងមិនសេពគ្រឿងស្រវឹងដែលបណ្តាលឱ្យមានការស្រើបស្រាល និងសេចក្តីប្រមាទ អ្នកប្រតិបត្តិនូវមាគ៌ាជីវិតនេះធ្វើខ្លួនគេឱ្យបរិសុទ្ធ តាមរយៈការត្រិះរិះត្រូវ (សម្មាសង្កប្បៈ) និយាយត្រូវ (សម្មាវាចា) និងការងារត្រូវ (សម្មាកម្មន្ត) ហើយរស់នៅដោយសាមគ្គីភាពជាមួយបុគ្គលដទៃ ហើយនិងផ្តល់ឱ្យអ្នកដទៃ រស់នៅប្រកបដោយសេចក្តីសុខសន្តិភាពបរិបូរ។

បំណងរបស់យើង

បំណងរបស់យើងក្នុងការបោះពុម្ពសៀវភៅនេះ គឺដើម្បីបំភ្លឺមនុស្សទាំងឡាយឱ្យដឹងពីវិធីស្វែងរកសេចក្តីសុខសន្តិភាព នៅខាងក្នុង និងប្រតិបត្តិតាមមាគ៌ាជីវិតរបស់គេដោយមានជំនឿជឿជាក់។ យើងលើកទឹកចិត្តមនុស្សទាំងឡាយ ឱ្យប្រតិបត្តិតាមមាគ៌ាជីវិតរបស់គេដោយប្រពៃ ប្រសិនបើសច្ចភាព សន្តិភាព សេចក្តីសុខ បញ្ញា និងការរួចចាកពីសេចក្តីទុក្ខ អាចត្រូវបានរកឃើញនៅក្នុងមាគ៌ានោះ។ អ្វីដែលពួកយើងចង់បាន គឺឃើញមនុស្សគ្រប់រូប

ដឹកនាំជីវិតប្រកបតែភាពប្រសើរថ្លៃថ្លា ដោយមិនបៀតបៀនទៅលើបុគ្គលណាមួយ។

តាមពិត មាគ៌ាជីវិតនេះជាចម្លើយចំពោះបញ្ហាគ្រប់ជំពូករបស់ទេវតា និងមនុស្សទាំងឡាយ។ វាផ្ដល់នូវថាមពលដ៏ខ្លាំងក្លា និងទិសដៅ ចំពោះការគិតរបស់អ្នកទៅលើបញ្ហារឿងរ៉ាវទាំងផ្លូវលោក និងផ្លូវធម៌។ វាជួយអ្នកឱ្យយល់ពីមាគ៌ាការរស់នៅរបស់អ្នក។ អ្នកយល់ថា នេះជាមាគ៌ាអប់រំដែលពិភពដ៏អាក្រក់ត្រូវការ។ ពុទ្ធវចនៈបានប្រតិស្ឋាននៅក្នុងពិភពលោក ជាក្ដីសង្ឃឹមថ្មី ជាវប្បធម៌ថ្មី ជាមាគ៌ាថ្មី ជាសច្ចភាព និងមានសារៈសំខាន់ដែលជាភ័ស្ដុតាងនៅគ្រប់ទីកន្លែង ហើយមកដល់បច្ចុប្បន្ននេះ វាមានអាយុកាលយូរអង្វែងហើយ។ មាគ៌ាជីវិតក្នុងទីនេះ គឺសំដៅទៅលើព្រះពុទ្ធសាសនា ហើយអ្នករកឃើញនូវសាសនានេះ ក៏មិនមានបុគ្គលណាក្រៅពីព្រះសមណគោតម អ្នកត្រាស់ដឹងឡើយ។

មិនថាគោលបំណងជីវិតរបស់អ្នកជាអ្វីទេ តែសូមអញ្ជើញអ្នកទាំងអស់ធ្វើការក្រឡេកមើលមាគ៌ាជីវិត ដែលព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធទ្រង់ត្រាស់សម្ដែងទុកមកនេះឱ្យបានជាប់ជានិច្ច។ យើងត្រៀមខ្លួនរួចជាស្រេចដើម្បីជួយអ្នកទាំងឡាយ ដែលខំស្រាវជ្រាវរកនូវសច្ចភាព។ ដូច្នេះ កុំស្ទាក់ស្ទើរ ចូរចៀសវាងការទាយទុកជាមុនរបស់សាសនា ដោយខិតខំខ្នះខ្នែងខ្លួនអ្នក ក្នុងការស្វែងរកនូវបរមត្ថសច្ចៈ និងគោលដៅជីវិត។ គោលដៅជីវិត គឺគ្មានអ្វីក្រៅពីទីបំផុតទុក្ខទាំងផ្លូវកាយ និងផ្លូវចិត្ត ដែលយើងត្រូវតែស្វែងរកឱ្យបាននោះឯង។

ជំពូកទី៣

តើគ្រាន់តែមានមហិច្ឆតាខុសដែរឬ?

តើគ្រាន់តែមានមហិច្ឆតាខុសដែរឬ?

សែនពិបាកបំផុត ក្នុងការស្វែងរកមនុស្សដែលរួចផុតពីអត្តទត្ថភាព។ នេះហើយជាមូលហេតុដែលការឈ្លោះទាស់ទែងខ្វែងគំនិតគ្នា និងការរើសអើងកើតមាននៅក្នុងចំណោមមហាជននោះ។ ពុទ្ធសាសនាបង្រៀនយើងទាំងអស់គ្នា ឱ្យកាត់បន្ថយតណ្ហាការប្រាថ្នាចង់បាន ឬមហិច្ឆតារបស់យើង។ យើងបានប្រឡូកនៅក្នុងពិភពលោកនេះ យើងចង់ដឹងថា តើខុសឬទេក្នុងការមានមហិច្ឆតា?។ តើខុសដែរឬអ្វី បើមានជោគជ័យនៅក្នុងលោកីយ៍នេះ។ គំនិតដែលមនុស្សទាំងឡាយគិតទុកក្នុងចិត្តរបស់គេ គឺការចង់ក្លាយជាវេជ្ជបណ្ឌិត មេធាវី វិស្វករ សាស្ត្រាចារ្យ គ្រូបង្រៀន ឬក៏អ្នកជំនួញ គឺសុទ្ធតែជាមហិច្ឆតា។ ពុទ្ធបរិស័ទខ្លះបានសួរថា "ប្រសិនបើ ពុទ្ធសាសនាសរសើរតែនេក្ខម្មៈ អញ្ចឹងតើពុទ្ធសាសនិកគួរគប្បីវិលត្រឡប់មករកទ្រព្យសម្បត្តិវិញ បានដែរឬទេ? ក្នុងលោកនេះ គ្មានបុគ្គលណាម្នាក់អាចនិយាយថា ការមានមហិច្ឆតា ជាការខុសនោះទេ ហើយក៏មិនអាចយល់ជំទាស់នឹងព្រះពុទ្ធសាសនាដែរ។

ដំបូន្មានសម្រាប់គ្រហស្ថ

មនុស្សភាគច្រើនយល់ខុសពីព្រះពុទ្ធសាសនា។ ព្រះពុទ្ធបានសម្តែងយ៉ាងច្បាស់អំពីមនុស្សទាំងពីរប្រភេទ គឺ មនុស្សដែលមានបំណងចាកចេញពីពិភពលោក (អនាគារិយបុគ្គល) និងមនុស្សស្ថិតនៅគ្រប់គ្រងផ្ទះ (អាគារិយ-

បុគ្គល)។ វិន័យ និងសិក្ខាបទ ព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធទ្រង់បានសម្តែង យ៉ាងពិសេសចំពោះបុគ្គលដែលចេញចាកផ្ទះ។ មនុស្សមួយចំនួន បានប្រមូលសិក្ខាបទនេះបញ្ចូលគ្នា សម្រាប់គ្រហស្ថទៅវិញ។ ចំពោះបុគ្គលចេញចាកផ្ទះ មានមាគ៌ាមួយក្នុងការចម្រើនកាត់បន្ថយនូវមហិច្ឆតា ការប្រាថ្នាលោភលន់។ ចំណែកឯបុគ្គលដែលនៅជាប់ជំពាក់នឹងលោកីយ៍ ជាអ្នកគ្រប់គ្រងផ្ទះ មានមាគ៌ាមួយផ្សេងទៀត។ ជាឧទាហរណ៍ នៅក្នុងសម័យពុទ្ធកាល ពួកគហបតីមន្ត្រីជាច្រើន ជាអ្នកសេពនូវសេចក្តីសុខលោកីយ៍ បានចូលទៅគាល់ព្រះពុទ្ធ ហើយទូលព្រះអង្គថា ពួកគេពិបាកចេញចាកផ្ទះទៅបួស។ ពួកគេមានការងារលោកីយ៍យ៉ាងច្រើន កាតព្វកិច្ចចំពោះគ្រួសារ និងភារកិច្ចជាច្រើនទៀត ដែលចាំបាច់ត្រូវបំពេញ។ ដូច្នេះហើយ ពួកគេបានអារាធនាព្រះអង្គសម្តែងពីមាគ៌ាជីវិតផ្លូវសាសនាដ៏សមគួរ សម្រាប់ពួកគេប្រតិបត្តិ។ ព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធមិនបានចំអកពួកគេទេ ព្រោះព្រះអង្គទ្រង់ជ្រាបថា មនុស្សទាំងអស់គ្នាមិនមែនសុទ្ធតែចង់លះបង់ចោលនូវសេចក្តីសុខលោកីយ៍នេះទេ។

ព្រះអង្គទ្រង់ជ្រាបនូវស្ថានភាពដ៏ស្មុគស្មាញ របស់អ្នកគ្រប់គ្រងផ្ទះ ព្រះសម្ពុទ្ធទ្រង់សម្តែងតែពីការចេញបួសរបស់ជីវិតព្រះសង្ឃ ឬដូនជីតែមួយគត់សម្រាប់ជីវិតសាសនានេះ។ ព្រះអង្គទ្រង់ផ្តល់នូវគន្លឹះដ៏សមរម្យដល់ជនជាគ្រហស្ថ ដើម្បីដឹកនាំមាគ៌ាជីវិតនេះតាមបែបសាសនា នៅពេលពួកគេប្រកបការងារចិញ្ចឹមជីវិត តាមធម្មតារបស់គេ។ ព្រះពុទ្ធបានទ្រង់លះបង់នូវអ្វីៗគ្រប់យ៉ាងដាច់ស្រឡះ សម្រាប់ការត្រាស់ដឹងរបស់ព្រះអង្គ បានជ្រាបនូវចំណងលោកីយ៍នេះ។ បុគ្គលចេញបួសបាន ដរាបណាសេចក្តីយល់ជាក់ច្បាស់

នៅក្នុងចិត្តរបស់គេ។ ម្យ៉ាងទៀត លុះត្រាតែមានអារម្មណ៍អស់សង្ឃឹម ឬការបរាជ័យណាមួយ ទើបពួកគេចេញបួស។ បុគ្គលណានឿយណាយនឹងជីវិតផ្នួស ក៏អាចវិលត្រឡប់ទៅកាន់ភេទជាគ្រហស្ថ (សឹក) វិញបាន។ ហេតុនេះ យើងត្រូវរងចាំ រហូតការយល់ជាក់ច្បាស់កើតមានប្រាកដដល់យើង។

ពុទ្ធវចនៈចំពោះអ្នកគ្រប់គ្រងផ្ទះ

សេចក្តីសុខទី១ "អត្ថិសុខៈ" គឺការសប្បាយនឹងទ្រព្យសម្បត្តិ ដែលខ្លួនមានតាមគន្លងធម៌។ ទី២: "ភោគសុខ" គឺការចំណាយទ្រព្យនេះ ដោយប្រពៃដូចប្រើប្រាស់សម្រាប់ខ្លួនឯង ជួយទំនុកបម្រុងគ្រួសារ មិត្រសំឡាញ់ សាច់ញាតិសន្តាន និងធ្វើបុណ្យកុសល។ ទី៣: "អននសុខៈ" គឺសេចក្តីសុខ ព្រោះការមិនមានជំពាក់បំណុលគេ។ ទី៤: "អនវជ្ជសុខៈ" សេចក្តីសុខ ព្រោះការមិនមានទោសកំហុស ស្អាតស្អំ និងការមិនប្រព្រឹត្តនូវបាបទាំងពួងតាមផ្លូវកាយ ផ្លូវវាចា និងផ្លូវចិត្ត។ នៅពេលអ្នកដឹងថា ខ្លួនអ្នករកស៊ីចិញ្ចឹមជីវិតដោយស្មោះត្រង់នោះ សេចក្តីសុខ ដែលអ្នកទទួលបានតាមរយៈទ្រព្យសម្បត្តិដែលកើនរបស់អ្នក ចម្រើននូវភាពជឿជាក់នៅជីវិតជាគ្រហស្ថ។ បុគ្គលខ្លះ ដែលប្រឹងប្រែងរកទ្រព្យសម្បត្តិបានមកហើយ តែបែរជាគ្មានសេចក្តីសុខ ថែមទាំងប្រើប្រាស់ទ្រព្យសម្បត្តិនោះ មិនបានត្រឹមត្រូវតាមគន្លងធម៌ទៀតផង។ ព្រះសម្ពុទ្ធទ្រង់ត្រាស់សម្តែងទៀតថា បុគ្គលអាចទទួលសេចក្តីសុខលោកីយ៍បាន ដោយប្រើប្រាស់នូវអ្វីដែលបុគ្គលសន្សំបានតាមគន្លងធម៌ ពោលគឺប្រតិបត្តិតាមមូលដ្ឋានច្បាប់សាសនានេះ។ ការនិយាយថា ពុទ្ធសាសនិកមិនគួរសេពសោយសេចក្តីសុខលោកីយ៍នោះ មិនត្រូវទាល់តែសោះ។ ការកំសាន្តសប្បាយរីករាយតាមលក្ខណៈបវេណី ដែលគ្មានគ្រោះថ្នាក់ សម្រាកចិត្ត និងជួយបន្ធូរបន្ថយភាពតានតឹង។ មនុស្សអាចរស់នៅប្រកបដោយសេចក្តីសុខ ដោយមិនបៀតបៀនរំខានសុខសន្តិភាពបុគ្គលដទៃទៀត។ តាមការពិត បវេណីវប្បធម៌យ៉ាងច្រើន នៅក្នុងទ្វីបអាស៊ីបានអភិវឌ្ឍន៍ឡើង ឆ្លងតាមឥទ្ធិពលពុទ្ធសាសនា។

ការចម្រើនអប់រំចិត្ត

ពេលមនុស្សទាំងឡាយឈានដល់ក៏រិតសម្រេចបាននូវបញ្ញា និងបានឃើញនូវធម្មជាតិពិតនៃជីវិតលោកីយ៍នេះ ពួកគេនឹងបោះបង់ចោលនូវការកំសាន្តសប្បាយបែបនេះ។ ពួកគេដឹងច្បាស់នូវជីវិតនេះដោយបរមត្ថថា គ្មានអ្វីសំខាន់ទេ ប៉ុន្តែគ្រាន់ជាក្តីស្រមើស្រមៃ រីឯសេចក្តីសុខលោកីយ៍វិញ ជាធម្មជាតិដែលនឹងវិនាសទៅយ៉ាងឆាប់រហ័សបំផុត។ សាមញ្ញលក្ខណៈ ៣ យ៉ាងគឺៈ ភាពមិនទៀងទាត់ (អនិច្ចំ) សភាពជាទុក្ខ (ទុក្ខំ) និងសភាពមិនមែនជារបស់ខ្លួន (អនត្តា) អាចត្រូវបានបុគ្គលគ្រប់រូបយល់ច្បាស់ តាមរយៈការចម្រើននូវបញ្ញានេះឯង។ តាមបញ្ញា យើងមានន័យថា ការយល់ជាក់ច្បាស់នូវបរមត្ថសច្ចៈដែលកើតឡើង នៅពេលបុគ្គលបានអប់រំចិត្តរបស់ខ្លួន ហើយឃើញធម្មជាតិពិតនៃភព (ការកើត)។

មនុស្សខ្លះនិយាយថា ពុទ្ធសាសនាញុំាងប្រទេសទាំងឡាយ មិនឱ្យធ្វើដំណើរវិវត្តទៅមុខទេ តែបែរជាធ្វើឱ្យឈានបកក្រោយវិញ។ មិនតែប៉ុណ្ណោះ ពួកគេថែមទាំងនិយាយថា ពុទ្ធសាសនានិយាយតែពីសេចក្តីទុក្ខ ហើយទទូចសុំឱ្យមនុស្សទាំងឡាយលះបង់ចោលនូវជីវិតលោកីយ៍ ទៅអង្គុយសមាធិនៅក្នុងព្រៃទៀតផង។ ចំពោះហេតុនេះ គឺថា កាលពីអតីតកាល ពួកបស្ចឹមប្រទេសទាំងឡាយបានចាត់ទុកពុទ្ធសាសនា ជា "សាសនាទុទិដ្ឋិនិយម"។ ជាការពិតដែលពុទ្ធសាសនានិយាយពីសេចក្តីទុក្ខនៃជីវិត។ ប៉ុន្តែបញ្ហានេះមិនមែនធ្វើឱ្យពុទ្ធសាសនាជាសាសនាទុទិដ្ឋិនិយមទេ។ ជាមួយគ្នានេះ យើងក៏មិនអាចហៅលោកវេជ្ជបណ្ឌិតដែលប្រាប់អ្នកជម្ងឺថា គាត់នឹងត្រូវស្លាប់ដោយរោគមហារីក ជាគ្រូពេទ្យ "ទុទិដ្ឋិនិយម" ដែរ។ សាសនាមួយជាសាសនាទុទិដ្ឋិនិយមបាន ប្រសិនបើ សាសនានោះនិយាយដោយសាមញ្ញថា ជីវិត គឺពោរពេញដោយសេចក្តីទុក្ខសោកសង្រេង។ ប៉ុន្តែ នៅក្នុងពុទ្ធសាសនា ឱវាទដ៏ច្បាស់ត្រូវពោលទៅលើថា តើត្រូវធ្វើដូចម្តេច ដើម្បីឱ្យមានសេចក្តីសុខសុភមង្គល និងការសប្បាយរីករាយ នៅក្នុងជីវិតប្រចាំថ្ងៃរបស់យើង។

អត្ថន័យមាគ៌ាកណ្តាល

ព្រះពុទ្ធជាគ្រូសាសនាដ៏សកម្ម និងមានវិរិយភាពជាទីបំផុត។ ព្រះអង្គទ្រង់ទូន្មានមនុស្សទាំងឡាយទាំងពួង ឱ្យប្រើប្រាស់នូវជំនាញ និងបញ្ញា របស់គេនៅក្នុងជីវិតប្រចាំថ្ងៃ។ ពុទ្ធសាសនិកមិនគួរគប្បីដឹកនាំជីវិតដោយងាយៗ

និងភាពខ្ជិលច្រអូស ហើយរិះគន់ពុទ្ធសាសនាចំពោះភាពបរាជ័យរបស់ខ្លួនណាមួយឡើយ។ ពុទ្ធសាសនិកដ៏ល្អត្រូវមានវិរិយភាព។ ពុទ្ធសាសនិកត្រូវតែប្រឹងប្រែងយកឱ្យបាននូវសេចក្តីល្អបរិសុទ្ធ។ ពួកគេមិនត្រូវពន្យារពេលក្នុងការងារដោយអាងលេសថា ក្តៅពេក ឬរងាពេកនោះទេ។ ពាក្យប្រៀនប្រដៅរបស់ព្រះអង្គចំពោះគ្រហស្ថ គឺមិនត្រូវធូរពេក (កាមសុខល្លិកានុយោគៈ) ហើយក៏មិនប្រព្រឹត្តិឱ្យតឹងពេក (អត្តកិលមថានុយោគៈ) នោះដែរ។ បុគ្គលគ្រប់រូបត្រូវតែព្យាយាមដឹកនាំជីវិតនេះ ប្រកបដោយសេចក្តីសុខ សន្តោស និងសន្តិភាព។ ពុទ្ធសាសនាត្រូវបានគេស្គាល់ថា ជាមាគ៌ាកណ្តាល (មជ្ឈិមប្បដិបទា)។

ទោះជាយ៉ាងណា វាជាការពិតណាស់ដែលថា ជីវិតជាគ្រហស្ថអាចងាយស្រួលជះឥទ្ធិពលលើអ្នក ក្នុងការរំលោភបំពាននឹងច្បាប់សាសនា នៅពេលមានការល្បួងលួងលោម សេចក្តីត្រូវការ និងសេចក្តីក្តៅក្រហាយកើតឡើង។ អ្នកបានហែលឆ្លងកាត់ភាពលំបាកយ៉ាងច្រើន នៅក្នុងជីវិតប្រចាំថ្ងៃក្នុងនាមជាគ្រហស្ថនេះ។ អ្នកប្រាកដជាយល់ថា វាសែនពិបាកខ្លាំងណាស់ក្នុងការរក្សាភាពស្មោះត្រង់ សប្បុរស និងការអត់ធ្មត់ (ខន្តី)។ នេះក៏ជាការពិតផងដែរ ដែលមានមនុស្សតិចតួចអាចក្លាយជាសាសនិកដ៏ល្អ ក្នុងជីវិតជាគ្រហស្ថ។ ការទទួលខុសត្រូវ កាតព្វកិច្ច និងភារកិច្ចរបស់អ្នក អាចឆាឆៅរំខានចិត្តរបស់អ្នកគ្រប់ពេល។ វាបង្ករឿងហេតុឱ្យអ្នកធ្វើនូវអ្វីដែលប្រឆាំងនឹងសម្បជញ្ញៈ (សេចក្តីដឹងខ្លួន) របស់អ្នក។ ប្រសិនបើ អ្នកព្យាយាមក្លាយជាអធិមុត្តិសាសនិកក្នុងខ្លួនជាគ្រហស្ថ អាកប្បកិរិយារបស់អ្នកនឹងមិនអាចត្រូវជាមួយសមាជិកគ្រួសារ មិត្រភ័ក្តិ និងអ្នកជិតខាងរបស់អ្នកទេ។ ប្រសិនបើ

អ្នកប្រតិបត្តិតាមក្បួនច្បាប់ ដែលត្រង់យ៉ាងពិសេស ចំពោះព្រះភិក្ខុសង្ឃដែល ជាអ្នកមិនគ្រប់គ្រងផ្ទះនោះ ការទំនាក់ទំនងរបស់អ្នកនឹងត្រូវគេសើចចំអក ហើយពួកគេអាចចាត់ទុកអ្នកថា ជាមនុស្សក្រៅសង្គមថែមទៀតផង។ ដូច្នេះ ចូរព្យាយាមដឹកនាំជីវិតតាមសមគួរ ដោយរក្សានូវច្បាប់វិន័យសាសនាដែល សមហេតុផលល្អ។ នេះជាមធ្យោបាយដែលធ្វើឱ្យអ្នកចៀសផុតពីអធិមុត្តិ-សាសនិក។ ម៉្យាងទៀត ប្រសិនបើ អ្នកប្រតិបត្តិតឹងរឹងពេក មនុស្សទាំងឡាយ មិនត្រឹមតែសើចចំអកឱ្យអ្នកទេ ប៉ុន្តែពួកគេនឹងមានមិច្ឆាទិដ្ឋិចំពោះពុទ្ធវចនៈ ពោលគឺអ្វីដែលព្រះអង្គបានសម្តែងទុកមក។ ប្រសិនបើ អ្នកមិនមែនជាអ្នក និយមជ្រុលហួសហេតុពេកទេ អ្នកអាចរស់នៅ និងធ្វើការបានងាយ សូម្បីតែ ជាមួយពាហិរសាសនិក។ ព្រះពុទ្ធទ្រង់សម្តែងថា អ្នកត្រូវតែដឹងពីដែនកំណត់ របស់យើងក្នុងរឿងហេតុគ្រប់យ៉ាង។ ចូរប្រតិបត្តិច្បាប់ទូទៅនៃសាសនាទាំង-ឡាយដែលគេទទួលស្គាល់ជាសាកល។ ក្នុងនាមជាអ្នកគ្រប់គ្រងផ្ទះ ភារកិច្ច របស់អ្នក គឺដឹកនាំជីវិត តាមមាគ៌ាសាសនាដ៏សាមញ្ញមួយ ខណៈពេលដែលអ្នក បំពេញកាតព្វកិច្ចចំពោះគ្រួសាររបស់អ្នក។ ប្រសិនបើ អ្នកព្រងើយកន្តើយនឹង ទំនួលខុសត្រូវរបស់អ្នក ចំពោះគ្រួសារ អ្នកអាចនឹងជួបប្រទះនូវបញ្ហា។ អ្នក ដទៃអាចគិតថា អ្នកជាមនុស្សគ្មានបានការ។

អ្នកត្រូវតែចេះវិនិច្ឆ័យនូវមាគ៌ាជីវិតរបស់អ្នក ចំពោះប្រទេសជាតិ និងសហគមន៍ដែលអ្នករស់នៅ ដោយមិនប្រព្រឹត្តិប្រឆាំងនឹងវប្បធម៌ ប្រពៃណី ប្រសិនបើ វាគ្មានការប៉ះពាល់ទេនោះ។ អ្នកគួរតែធ្វើសហប្រតិបត្តិការជា មួយអ្នកដទៃទៀត ដោយមិនធ្វើអាកប្បកិរិយាថា សាសនារបស់អ្នកគឺជា

សាសនាតែមួយគត់ដែលត្រូវគេតតម្កើង។ ពុទ្ធសាសនា ជាសាសនាសេរីភាព និយមពិត។ សាសនានេះ គោរពអធិបតីភាពរបស់សាសនាដទៃ។ យោនិ-សោមនសិការៈ និងការយល់ដឹងរបស់អ្នក គឺពិតជាសំខាន់ខ្លាំងណាស់ក្នុងការ ប្រតិបត្តិសាសនា។

សារជាតិនៃមហិច្ឆតា

បុគ្គលគ្រប់រូបតែងតែសប្បាយរីករាយ នឹងប្រភេទនៃមហិច្ឆតា។ នៅ ពេលនិយាយពីព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធវិញ ព្រះអង្គក៏មានមហិច្ឆតាដែលត្រូវបណ្តុះ ផ្សាំអស់រយៈកាលដ៏យូរកន្លងទៅហើយដែរ។ ព្រះអង្គបានទ្រង់បន្តនូវមហិច្ឆតា នេះពីមួយទៅមួយជាតិ រហូតដល់ព្រះអង្គបានសម្រេចនូវអ្វីដែលព្រះអង្គទ្រង់ ប្រាថ្នា។ ប៉ុន្តែមហិច្ឆតានេះ ត្រូវបានចាត់ទុកជាមហិច្ឆតាដ៏ប្រសើរបំផុត ជា មហិច្ឆតាប្រាសចាកតណ្ហា។ នៅពេលយើងអានពុទ្ធវចនៈ យើងអាចយល់នូវ របៀបដែលព្រះអង្គអនុវត្តន៍
ដើម្បីសម្រេចបានគោលបំណងប្រាថ្នារបស់ព្រះអង្គ។ ព្រះអង្គបានសម្តែង មាគ៌ានេះ ចំពោះយើងទាំងអស់គ្នា ដោយសំដៅទៅនឹងរឿងរ៉ាវកាលពីអតីត ជាតិ។ ព្រះអង្គបានពន្យល់ពីធម្មជាតិនៃបណិតសីល និងវិន័យដែលព្រះអង្គ ត្រូវចម្រើន ដើម្បីសម្រេចបាននូវសេចក្តីប្រាថ្នានេះ។

នៅពេលយើងប្រៀបធៀបមហិច្ឆតារបស់យើង ជាមួយនឹងសេចក្តី តាំងចិត្តប្រាថ្នារបស់ព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធ យើងឃើញថា ខុសគ្នាឆ្ងាយណាស់។ នេះ

គឺ ព្រោះតែសេចក្តីប្រាថ្នារបស់យើងនៅជាប់ដោយតណ្ហា និងក្តីបារម្ភទៅក្នុងកាមសុខលោកីយ៍។ ម្យ៉ាងវិញទៀត សេចក្តីតាំងចិត្តប្រាថ្នារបស់ព្រះពុទ្ធ គឺក្នុងបំណងរំដោះខ្លួនព្រះអង្គចេញពីអត្តទត្ថភាព ហើយដើម្បីជួយសង្គ្រោះដល់អ្នកដទៃ។ យើងចម្រើនសេចក្តីប្រាថ្នារបស់យើង ដោយរំខានសេចក្តីសុខអ្នកដទៃ។ ព្រោះហេតុនោះហើយ យើងកំពុងតែបង្កបញ្ហា និងសេចក្តីក្តៅក្រហល់ក្រហាយដល់ពិភពលោក។ យើងមានឆន្ទៈធ្វើនូវអំពើអកុសលឬអំពើអសីលធម៌សម្រាប់តែសេចក្តីសុខរបស់ខ្លួនប៉ុណ្ណោះ។ ស្របតាមទស្សនៈពុទ្ធសាសនា មហិច្ឆតាអាត្មានិយមនេះ មិនមែនជាសេចក្តីប្រាថ្នាដ៏ល្អឡើយ។

អ្វីដែលយើងគួរគប្បីព្យាយាមធ្វើនោះ គឺត្រូវចម្រើនប្រភេទមហិច្ឆតាដ៏ឧត្តម ដោយការខិតខំប្រឹងប្រែងយ៉ាងស្វិតស្វាញ ដើម្បីសម្រេចបានសេរីភាព សេចក្តីសុខ សុភមង្គល និងរួចផុតពីបញ្ហាលោកីយ៍ដែលមានរបស់យើង។ មហិច្ឆតានេះ គឺគ្មានការបៀតបៀន និងសមហេតុផលបំផុត។ ទោះបីជាយ៉ាងណា នេះក៏មិនមែនជាគោលដៅទីបំផុតដែរ យើងមិនត្រូវជាប់ជំពាក់នឹងសេចក្តីប្រាថ្នាលោកីយ៍បណ្តោះអាសន្នទាំងនេះទេ។ គោលដៅដ៏ខ្ពង់ខ្ពស់របស់យើង គឺគប្បីរួចផុតពីសេចក្តីទុក្ខទាំងពួង ពោលគឺព្រះនិព្វានជាកន្លែងមិនមានមហិច្ឆតា និងឃើញច្បាស់នូវសច្ចភាពនៃភព។

ផ្តល់សេវាកម្មចំពោះបុគ្គលដទៃ

ខណៈយើងបំពេញការងារដើម្បីសេចក្តីសុខ សេរីភាព និងផុតពីទុក្ខ យើងក៏គួរគប្បីជួយបុគ្គលដទៃឱ្យទទួលនូវផលប្រយោជន៍ និងសេចក្តីសុខផង។

ព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធតាំងនូវសេចក្តីប្រាថ្នាប្រភេទនេះ មួយអន្លើដោយមហាករុណាទិគុណ។ នៅពេលព្រះអង្គកំពុងស្វែងរកការត្រាស់ដឹង ព្រះអង្គជួយសង្គ្រោះអ្នកដទៃ តាមវិធីដែលអាចធ្វើបាន។ ព្រះអង្គបានបន្តជួយមនុស្សជាតិដោយបូជាលះបង់សេចក្តីសុខផ្ទាល់ខ្លួនរបស់ព្រះអង្គ ដោយចម្រើននូវសីលសមាធិ ព្រមដោយជម្រះចោលនូវគំនិតអសីលធម៌ ដើម្បីរក្សានូវសេចក្តីបរិសុទ្ធក្នុងចិត្ត។ នេះជាមាគ៌ាដែលព្រះអង្គបានចម្រើនសេចក្តីប្រាថ្នា ដើម្បីសម្រេចនូវការត្រាស់ដឹង។

ព្រះអង្គមិនបានចម្រើននូវសេចក្តីប្រាថ្នាសម្រាប់ខ្លួនព្រះអង្គទេ ប៉ុន្តែព្រះអង្គធ្វើដើម្បីចំលងសព្វសត្វទាំងអស់។ ព្រះពុទ្ធចម្រើននូវករុណាធម៌ និងបញ្ញា មិនមានព្រំដែនឡើយ ហើយព្រះអង្គបានបង្ហាញបញ្ជាក់ប្រាប់មនុស្សសត្វគ្រប់គ្នា ទាំងទ្រឹស្តី និងសកម្មភាព។ ប៉ុន្តែមហិច្ឆតារបស់យើង ដែលមានភាពអាត្មានិយមជាធម្មជាតិនោះ អាចបង្កឱ្យមានសេចក្តីសោកសៅយ៉ាងអនេកអនន្ត។ ដូច្នេះ យើងត្រូវតែដឹងពីរបៀបតម្រង់ទិសដៅនៃមហិច្ឆតារបស់យើង ឱ្យជាផ្លូវក្នុងការជួយរំដោះសេចក្តីទុក្ខរបស់អ្នកដទៃ។ មហិច្ឆតាបែបនេះ ជាកុសលធម៌ ព្រោះវាផ្សព្វផ្សាយនូវអំពើល្អកាន់តែប្រសើរថែមទៀត ដល់មនុស្សជាតិ។

គប្បីរិះគិត!

ការគ្រាន់តែប្រដៅនរជនទាំងឡាយ ឱ្យគេបានជាបណ្ឌិត នរណាក៏ធ្វើបានងាយ តែការទូន្មានខ្លួនឯងឱ្យប្រព្រឹត្តិទៅតាមគន្លងធម៌ជាការក្រ ធ្វើបានចំពោះតែបុគ្គលមានមហាត្ម័ន។

តើយើងអាចរស់នៅបានដែរឬ បើគ្មានតណ្ហា?

មនុស្សមួយចំនួនធុញទ្រាន់នឹងសំនួរនេះ។ ប្រសិនបើ កម្ចាត់បង់នូវតណ្ហា គឺសំខាន់ណាស់ក្នុងការសម្រេចនូវទីបំផុតទុក្ខ អញ្ចឹងតើយើងអាចរស់នៅដោយគ្មានតណ្ហាបានដែរឬទេ? វាត្រូវហើយដែលថា ភាពចាំបាច់ផ្សេងៗ ដូចជា អាហារ សំលៀកបំពាក់ ទីលំនៅ សេវាកម្មដឹកជញ្ជូន និងថ្នាំព្យាបាលរោគ គឺត្រូវតែមានដោយខានមិនបានសម្រាប់ជីវិតរបស់យើង។ ទន្ទឹមគ្នានេះ យើងត្រូវតែមានចំណូល ដើម្បីផ្គត់ផ្គង់គ្រួសារ វាជាការបំពេញភារកិច្ចរបស់យើង។ ការជាប់ជំពាក់ចំណងចំពោះស្វាមី ឬប្រពន្ធ កូនចៅ គឺជាច្បាប់ធម្ម-ជាតិ។ យើងមិនគួរគប្បីចាត់ចំណងបែបនេះ ថា ជាការប្រមាថសាសនាទេ។ ព្រះពុទ្ធទ្រង់ត្រាស់សម្ដែងថា ភវតណ្ហានាំមកនូវបញ្ហាទាំងពួង ប៉ុន្តែព្រះអង្គមិនបានសម្ដែងថា អ្នកត្រូវតែធ្វើទារុណកម្មខ្លួន នៅខណៈពេលព្យាយាមលះបង់នូវតណ្ហានេះ។ នៅក្នុងពុទ្ធសាសនា តណ្ហានេះគឺមិនមែនអំពើបាបឡើយ ប៉ុន្តែវាបង្កឱ្យមានអកុសលចិត្ត ឬក៏សកម្មភាពអាក្រក់ទាំងនេះកើតឡើងពីអវិជ្ជា ដែលបង្អាក់ដំណើរអប់រំចិត្តរបស់យើង។ ក្នុងពុទ្ធសាសនា យើងចម្រើនអប់រំបញ្ញាតាមលំដាប់ថ្នាក់។ ដំបូងយើងត្រូវផ្សាយចំពោះបុគ្គលដែលយើងស្រឡាញ់ក្នុងគ្រួសាររបស់យើងផ្ទាល់។ ប៉ុន្តែ យើងត្រូវធ្វើការងារយ៉ាងណាសម្រាប់ជាប្រយោជន៍ដល់សហគមន៍ផង។ មធ្យោបាយនេះ យើងអាចកំណត់ដឹងពីសារជាតិជាមនុស្សរបស់យើង ដើម្បីទទួលសារជាតិជាទេវតា។ ព្រះពុទ្ធមានព្រះទ័យចង់សម្ដែងតែពីទោស របស់ភាពអាត្មានិយមប៉ុណ្ណោះ។

មនុស្សចម្រើននូវគំនិតអាត្មានិយមទាំងនេះ សម្រាប់សេចក្ដីសុខលោកីយ៍ ដែលបណ្ដាលឱ្យប្រព្រឹត្តិតែអំពើអសីលធម៌ទាំងឡាយ។ ការប្រឹងប្រែងរបស់យើងចំពោះតម្រូវការនេះ អាចមានសុជីវធម៌បាន ប្រសិនបើ យើងមិនចម្រើននូវតណ្ហានេះជ្រុលហួសហេតុ ដែលបៀតបៀនអ្នកដទៃទេនោះ។ ពុទ្ធសាសនាក៏ដូចជាសាសនាផ្សេងៗទៀត សម្ដែងបង្ហាញឱ្យឃើញពីទោសនៃអំពើអាត្មា-និយមនេះ។

លះបង់តណ្ហា

ប្រសិនបើ គំនិតអាត្មានិយមសែនពិសពល់ អញ្ចឹង តើយើងអាចលះបង់វាបានដែរ ឬយ៉ាងណា? នៅពេលមានភាពលំបាកលះបង់នូវចំណង ចំពោះទ្រព្យសម្បត្តិផ្ទាល់ខ្លួន យើងក៏គួរឈ្វេងយល់ថា តើអ្នកដទៃមានអារម្មណ៍យ៉ាងណាដែរ ចំពោះទ្រព្យរបស់គេ? ហេតុនោះហើយ ទើបយើងរក្សាសិក្ខា-បទវៀរចាកការកាន់យកទ្រព្យរបស់ដែលគេមិនបានឱ្យដោយកាយ ឬដោយវាចា និងឈប់មានគំនិតប៉ុនប៉ងចង់បានទ្រព្យរបស់អ្នកដទៃ។ ពេលយើងឈប់មានគំនិតអាត្មានិយម នេះហើយឈ្មោះថា យើងឱ្យអ្នកដទៃរស់នៅដោយគ្មានភាពភ័យខ្លាចពីការបាត់បង់ទ្រព្យរបស់ពួកគេ។ ពេលយើងកំណត់ដឹងនូវកាម-តណ្ហានេះហើយ យើងគប្បីឈានទៅហ្វឹកហាត់អប់រំចិត្តរបស់យើង ដោយការពិចារណាថា ភាពចាំបាច់របស់យើង ជារបស់មិនទៀងទាត់ ហើយនេះគ្រាន់តែបំពេញនូវភារកិច្ចរបស់យើងប៉ុណ្ណោះ។ ឧទាហរណ៍ថា ប្រសិនបើ យើងមាន

លុយកាក់ច្រើន យើងគួរគប្បីយកប្រាក់នេះ ជាឱកាសក្នុងការជួយមនុស្សជាតិទាំងឡាយរបស់យើង។ បុគ្គលដែលមិនមានលុយកាក់ប្រាក់កាសទាំងនោះ អាចផ្ដល់នូវការគាំទ្រ និងសហប្រតិបត្តិការសម្រាប់ប្រយោជន៍សាធារណៈ។ ត្រង់ចំណុចនេះ យើងត្រូវតែគិតថា យើងគឺជាអ្នកអភិរក្សទ្រព្យរបស់តែមួយគត់ ដែលយើងអះអាងជារបស់យើង។

ប្រសិនបើ ងប់ងុលនឹងសម្ភារៈនិយមហួសហេតុ យើងនឹងជួបប្រទះនឹងបញ្ហាគ្រប់ជំពូក។ សេចក្ដីភ័យខ្លាច អសន្តិសុខ និងភាពសង្ស័យនឹងរំខានចិត្តស្ងប់របស់យើង។ នេះជាតម្លៃដែលយើងត្រូវបង់ សម្រាប់ការជាប់ជំពាក់ចំពោះទ្រព្យសម្បត្តិ។ ពិព្រោះតែចំណងនេះ ទើបមនុស្សខ្លះក្លាយជាវិកលចរិតនៅពេលពួកគេបាត់បង់នូវទ្រព្យសម្បត្តិរបស់គេ ដោយគ្រោះធម្មជាតិ ឬចោរលួច។ ពុទ្ធសាសនាបង្រៀនយើងមិនឱ្យជាប់ជំពាក់ ដោយគ្មានហេតុផលទៅនឹងទ្រព្យសម្ភារៈនោះទេ។ ទីបញ្ចប់ យើងក៏មិនអាចយកវាទៅតាមខ្លួនបាននៅពេលយើងស្លាប់។

ប្រសិនបើ យើងពិតជាចង់មានសេចក្ដីសុខសន្តិភាព វិធីតែមួយគត់ដែលយើងអាចធ្វើទៅបាន គឺកាត់បន្ថយនូវទំនួលខុសត្រូវរបស់យើង។ ចូរព្យាយាមចែករំលែកទ្រព្យសម្បត្តិរបស់អ្នក ចំពោះអ្នកដទៃដែលមានឯកសិទ្ធិក្នុងការទទួលយក ជាពិសេសទៅទៀត ចូរបរិច្ចាគទ្រព្យទាំងនេះចំពោះស្មូម-យាចក ឬក៏សមណព្រាហ្មណ៍ទាំងឡាយ។ ប្រសិនបើ អ្នកធ្វើយ៉ាងហ្នឹងបាន ចិត្តរបស់អ្នកនឹងរួចស្រឡះពីសេចក្ដីលោភលន់ (លោភៈ)។ ប្រសិនបើ យើងចង់ចម្រើនអប់រំដោយផ្លូវចិត្ត យើងត្រូវតែត្រៀមខ្លួនជាស្រេចដើម្បីបូជានូវ

ទ្រព្យសម្បត្តិរបស់យើងសម្រាប់ជនទូទៅ។ ចំណុចនេះ យើងមានន័យថា យើងបូជាចំពោះបុគ្គលទាំងឡាយណា ដែលរងទុក្ខដោយសារភាពក្រីក្រ ជម្ងឺតម្កាត់ និងមហន្តរាយផ្សេងៗ។ ទោះជាយ៉ាងណា ការប្រទូសរ៉ាយ នឹងការជំពាក់ទ្រព្យសម្បត្តិច្បាស់ជាកើតឡើង ដោយធម្មជាតិ ពោលគឺការយល់ឃើញពិត។ ពេលយើងចម្រើនអប់រំផ្លូវចិត្ត ភាពអវិជ្ជាផ្ដល់ផ្លូវឱ្យបញ្ញា។ បន្ទាប់មក យើងនឹងលះបង់នូវសម្បត្តិនេះយ៉ាងស្អាត។ ការចេញបួសនេះ នាំសេចក្ដីសុខដ៏ឧត្ដម (បរមសុខ) មកឱ្យ ព្រោះវាប្រកបដោយបញ្ញានៃការឃើញនូវវត្ថុទាំងឡាយ តាមសភាពពិតរបស់វា។

សេចក្ដីសប្បាយរីករាយ

បុគ្គលទាំងឡាយណាដែលមិនបានដឹងថា តើត្រូវថែរក្សានូវសេចក្ដីសប្បាយរីករាយបែបណា នៅពេលដឹកនាំជីវិតលោកីយ៍នេះ ប្រាកដជាមិនបានទទួលនូវសេចក្ដីពេញចិត្តឡើយ។ ពួកគេចម្រើនតែសេចក្ដីច្រណែនឈ្នានិស សេចក្ដីសង្ស័យ និងសេចក្ដីភ័យខ្លាច។ ពួកគាត់ជួបប្រទះតែនឹងសេចក្ដីភ័យ-ព្រួយ និងអសន្តិសុខ។ ហេតុដូច្នេះហើយ ទើបព្រះពុទ្ធទ្រង់សម្ដែងថា សេចក្ដីសប្បាយរីករាយ គឺជាទ្រព្យដ៏ប្រសើរបំផុត។ ប្រជាជនក្រីក្រគិតថា អ្នកមានទ្រព្យសម្បត្តិច្រើន មានសេចក្ដីសុខ និងសំណាងខ្លាំងណាស់។ ពួកគេមិនបានដឹងពីសេចក្ដីភ័យព្រួយ និងភាពរាយមាយរវើរវាយដែលរំខានចិត្តរបស់អ្នកមាននោះទេ។ អ្នកមានទ្រព្យសម្បត្តិដេកមិនបានឆ្អែតឡើយ។ ចំណែកអ្នកក្រ

វិញ មិនដែលជួបបញ្ហាបែបហ្នឹងទេ ទោះបីពួកគាត់ជួបប្រទះនឹងបញ្ហាលំបាកដទៃទៀតក៏ដោយ។ អ្នកក្រក្តី អ្នកមានក្តី អាចមានសេចក្តីសុខសប្បាយពិតៗ ប្រសិនបើពួកគេរីករាយ និងមិនមានបំណងប៉ុនប៉ងចំពោះទ្រព្យអ្នកដទៃ។ ត្រង់សេចក្តីនេះ យើងអាចនិយាយថា អ្នកមានទ្រព្យ និងអ្នកគ្មានទ្រព្យ គឺស្មើគ្នា។

ថ្ងៃមួយ ព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធទ្រង់ផ្ទំនៅក្នុងព្រៃ ដោយមិនមានទីលំនៅកំឡុងពេលរដូវរងា។ លុះពេលព្រឹកឡើង ពេលព្រះអង្គទ្រង់យាងចេញពីព្រៃមក ព្រះអង្គជួបនឹងព្រះមហាក្សត្រមួយអង្គ។ មហាក្សត្រទូលសួរព្រះអង្គថា តើព្រះអង្គយាងមកពីណា? ព្រះពុទ្ធទ្រង់ត្រាស់តបថា តថាគតកំពុងចេញពីក្នុងព្រៃដែលព្រះអង្គទ្រង់ផ្ទំកាលពីយប់មិញ។ នៅពេលមហាក្សត្រនោះទូលសួរថា តើព្រះអង្គផ្ទំលក់ស្រួល ហើយស្ងប់ល្អទេ? ព្រះអង្គទ្រង់ត្រាស់ថា តថាគត មិនមែនជាបុគ្គលដែលផ្ទំលក់ដោយស្រួល និងស្ងប់រម្ងាប់ត្រឹមតែមួយយប់នោះទេ ប៉ុន្តែព្រះអង្គទ្រង់ផ្ទំលក់ជារៀងរាល់យប់។ តើហេតុអ្វីបានព្រះ-អង្គ ត្រាស់បែបនេះ? នេះពិព្រោះថា ចិត្តរបស់ព្រះអង្គមិនមានសេចក្តីព្រួយ ឬចលាចលផ្សេងៗ។ ចិត្តរបស់ព្រះអង្គមានតែភាពបរិសុទ្ធ។ ព្រះអង្គរួចស្រឡះពីបញ្ហាគ្រួសារ ឬបញ្ហាទ្រព្យសម្បត្តិ។ ដូច្នេះ ព្រះអង្គអាចទ្រង់ផ្ទំលក់ដោយស្ងប់បំផុត។ រីឯចិត្តរបស់យើងគ្រប់គ្នាវិញ មិនរួចផុតពីបញ្ហាទាំងឡាយនោះទេ។ នោះជាហេតុដែលយើងមិនមានសេចក្តីសុខ ហើយយល់ថា វាពិបាកដេកលក់ដោយស្ងប់។ សេចក្តីលោភលន់ផ្តល់ឱ្យនូវសេចក្តីសុខបន្ទាប់បន្សំ ប៉ុន្តែវារំខានសេចក្តីស្ងប់របស់យើង។

សេចក្តីរំភើបចិត្ត

ព្រះពុទ្ធមិនបានលើកទឹកចិត្តអ្នកគ្រប់គ្រងផ្ទះទាំងឡាយ ឱ្យផ្តាច់ខ្លួនពួកគេពីអ្វីៗ នៅពេលតែមួយនោះទេ។ ព្រះអង្គបានសម្តែងបង្ហាញឱ្យឃើញថា តើសេចក្តីលោភលន់នេះ អាចបង្កឱ្យមានសេចក្តីអស់សង្ឃឹមយ៉ាងណាខ្លះ? ព្រះអង្គទ្រង់ជ្រាបថា ជីវិតរបស់អ្នកទាំងនោះនៅតែសៅហ្មង ហើយអាចក្លាយជាខ្វល់ខ្វាយបំផុត ឬក៏នឹងខ្ជិលច្រអូស បើគ្មានសេចក្តីលោភលន់ទេនោះ។ នេះមិនមែនមានន័យថា ព្រះពុទ្ធសរសើរសេចក្តីលោភលន់ទេ។ ព្រះអង្គទ្រង់សម្តែងទៀតថា ខណៈពេលយើងជាប់ជំពាក់ទៅថ្នាក់ទាបនៃការអប់រំចម្រើនចិត្តរបស់យើងនោះ យើងត្រូវតែគ្រវែងវាចោលនៅថ្នាក់ក្រោយទៀត។ នៅពេលយើងចម្រើននូវសេចក្តីលោភលន់ទាំងឡាយ យើងត្រូវតែគិតអំពីសេចក្តីព្រួយបារម្ភ និងចលាចលផ្សេងៗ ដូចជាភាពប្លែកនៃធម្មជាតិជាដើម។ យើងត្រូវតែព្យាយាមគេចចេញពីសេចក្តីលោភ ប្រៀបបីដូចជាផ្កាឈូកដ៏ស្រស់ដែលដុះចេញពីទឹកភក់ យ៉ាងដូច្នោះឯង។ សោមនស្សវេទនាដែលមនុស្សទទួលបានតាមរយៈឥន្ទ្រីយ៍ទាំង ៥ បញ្ជាក់ពីតណ្ហា គឺអារម្មណ៍រីករាយស្រើប-ស្រាល។ មនុស្សចាត់ទុករឿងនេះ ជាសេចក្តីសុខ។ ថ្វីត្បិតមនុស្សផ្តោតអារម្មណ៍ខ្លាំង ទៅលើប្រភេទអារម្មណ៍រីករាយស្រើបស្រាលបែបនេះក៏ដោយ វាបង្ហាញឱ្យឃើញថា បញ្ហាគ្រប់ជំពូករបស់មនុស្ស, អំពើពុករលួយ និងអំពើអសីលធម៌ទាំងឡាយ គឺកើតមានព្រោះកាមតណ្ហានេះឯង។ គេទទួលបានសេចក្តីសុខពិត នៅពេលណាចិត្តមានសន្តិភាព និងស្ងប់រម្ងាប់។ វាមិនអាចទៅ

រួចនោះទេ ក្នុងការទទួលបាននូវសេចក្ដីសុខនេះ ដរាបណាសេចក្ដីភ័យខ្លាច សេចក្ដីសង្ស័យ និងចលាចលផ្លូវចិត្ត នៅមាន។ មហិច្ឆតាដែលយើងប៉ងប្រាថ្នា អាចបង្កឱ្យមានសេចក្ដីអស់សង្ឃឹម និងបរាជ័យ ប្រសិនបើវាជាសភាវៈអាត្មា-និយមនោះ។

ចំណេះដឹងសាសនាមានសារៈសំខាន់ ក្នុងការថែរក្សានូវសុខុមាល-ភាពផ្លូវចិត្ត ប្រឈមមុខទៅនឹងស្ថានភាពលោកីយ៍មិនជាទីពេញចិត្តទាំង-ឡាយ។ ពេលការប្រែប្រួល និងការបែកបាក់កើតឡើង យើងត្រូវតែសម្រប តាមមាគ៌ាជីវិតរបស់យើង។ មិនមានប្រយោជន៍ទាល់តែសោះ ដែលនិយាយថា ព្រះពុទ្ធសាសនាហាមប្រាមមនុស្សពីតណ្ហា និងសេចក្ដីលោភលន់។ សេចក្ដីលោភលន់ចំពោះទ្រព្យសម្បត្តិ មនុស្ស ឬទស្សនៈមិនមានជាប់តាម ជាមួយនូវទណ្ឌកម្មនោះទេ។ គ្រប់សកម្មភាពដែលពុទ្ធសាសនាធ្វើ គឺដើម្បី ពន្យល់ពីប្រតិឃាត[១] ដលកើតឡើងនៅពេលបុគ្គលម្នាក់ក្លាយជាទាសករតណ្ហា និងសេចក្ដីលោភលន់។ នេះគឺគ្រាន់តែប្រៀបបីដូចជាមាតាបិតាទូន្មានកូនមិន ឱ្យលេងជាមួយ ភ្លើង ដូច្នោះឯង។

មនុស្សមិនអាចជួបប្រទះនឹងសេចក្ដីសុខលោកីយ៍ និងសេចក្ដីលោភលន់នេះ បើគ្មានការបង់ថ្លៃទៅលើសេចក្ដីព្រួយបារម្ភ និងសេចក្ដីសោកសៅ។ គេត្រូវតែត្រៀមខ្លួនរួចស្រេចដើម្បីទទួលផល ប្រសិនបើ គេពិតជាចង់រីករាយ នឹងជីវិតលោកីយ៍នេះ។ ចំពោះបុគ្គលទាំងឡាយណាដែលមិនបានដឹងនូវផល នឹងក្លាយជាមនុស្សអស់សង្ឃឹម យ៉ាងធ្ងន់ធ្ងរបំផុត។

១. ប្រតិឃាត (repercussion) ភាពទង្គុកទង្គើដែលតែងកើតឡើងពីរឿងអ្វីមួយ។

កាលៈទេសៈប្រែប្រួល ដោយសារចាស់ជរា និងជម្ងឺតម្កាត់ផ្សេងៗ ក៏ អាចបោះបង់ចោលនូវសេចក្ដីសុខបែបនេះដែរ។ មនុស្សដែលមិនបានត្រៀម ខ្លួនដើម្បីប្រឈមមុខនឹងបញ្ហានេះ ឈានដល់ធ្វើអត្តឃាត ឬក្លាយវិកលចរិត ខូចស្មារតី។ ដូច្នេះ ចូរកុំចាត់ទុកពុទ្ធសាសនាជាសាសនាទុទិដ្ឋិនិយមឡើយ ព្រោះថា ពុទ្ធសាសនាចង្អុលបង្ហាញនូវសច្ចភាពនៃជីវិត។ ពុទ្ធវចនៈទាំងអស់ បង្ហាញយើងនូវរបៀបដឹកនាំជីវិតនេះ ប្រកបដោយខ្លឹមសារ និងសុខសន្តិភាព ដោយសារយល់ច្បាស់នូវធម្មជាតិពិតរបស់មនុស្សយើង។ ពុទ្ធសាសនាជាសា-សនាសុទិដ្ឋិនិយមបំផុត ក្នុងចំណោមសាសនាទាំងអស់ក្នុងលោក។

សភាពនៃកាមតណ្ហា

យើងបានពិភាក្សាគ្នារួចហើយថា ហេតុអ្វីបានយើងត្រូវការកាត់ បន្ថយចំណង់របស់យើង? ហើយតើយើងកាត់បន្ថយដោយរបៀបណា? យើង ក៏បានពន្យល់ពីចំណង់ចំពោះទ្រព្យសម្បត្តិបុគ្គលដទៃ ក៏ដូចជាចំណង់ចំពោះ ទ្រព្យសម្បត្តិរបស់ខ្លួនផ្ទាល់ដែរ។ ប្រសិនបើ យើងកម្ចាត់នូវចំណង់ទាំងពីរ ប្រភេទនេះបាន យើងនឹងនៅមានតណ្ហាចំពោះរូបរាងកាយរបស់យើងទៀត។ ចំណង់ចំពោះរូបរាងកាយនេះ គឺខ្លាំងក្លាណាស់។ មនុស្សស្ទើរតែទាំងអស់ នឹង មិនមានឆន្ទៈធ្វើពលិកម្មអ្វីមួយពីកាយរបស់គេ សម្រាប់ជាប្រយោជន៍សាធារ-ណៈឡើយ។ ដោយភាពអវិជ្ជា ពួកគេសម្លាប់ជីវិតបុគ្គលដទៃ ក្នុងការការពារ រាងកាយរបស់ពួកគេ។ ប៉ុន្តែ នៅពេលពួកគេយល់ដឹងពីធម្មជាតិក្លែងក្លាយ

គ្មានខ្លឹមសារនិងមិនទៀងទាត់នៃរូបរាងកាយនេះ គេនឹងត្រាច់ចរទៅកន្លែងសែនឆ្ងាយ ដើម្បីបូជានូវបសាទរូបនេះពីរាងកាយរបស់គេ ដោយសារធ្វើយ៉ាងនេះ គេនឹងអាចកាត់បន្ថយនូវចំណង់ដ៏ខ្លាំងក្លា ចំពោះរូបរាងកាយបាន។

មនុស្សដែលអាចយល់ពីភាពមិនទៀងទាត់នៃជីវិតនេះ នឹងមានឆន្ទៈធ្វើពលិកម្មបូជាជីវិតរបស់គាត់ ដើម្បីជួយសង្គ្រោះជីវិតអ្នកដទៃ។ បុគ្គលប្រ-ភេទនេះ សីលធម៌ និងគុណធម៌ គឺមានសារៈសំខាន់ជាងជីវិត។ នេះជាមាគ៌ាដែលបណ្ឌិតកាត់បន្ថយនូវចំណង់របស់ពួកគេ មួយជំហានម្ដងៗ។ បំណងជាចម្បងនៃការកម្ចាត់ចេញនូវចំណង់នេះ គឺដើម្បីរួចផុតពីសេចក្ដីទុក្ខទាំងផ្នែកផ្លូវកាយ និងផ្លូវចិត្ត។

ព្រះពុទ្ធបានកម្ចាត់បង់នូវចំណង់របស់ព្រះអង្គ ពីមួយជាតិទៅមួយជាតិ។ ដោយការចម្រើននូវសីលសិក្ខា ក្នុងការដកឫសកិលេស ដោយការលះបង់នូវសេចក្ដីសុខលោកីយ៍របស់ព្រះអង្គ ហើយសូម្បីតែវាផ្ដល់ឱកាស យ៉ាងច្រើនដល់ជីវិតរបស់ព្រះអង្គផ្ទាល់។ ព្រះអង្គបានសម្រេចគោលដៅនៃការត្រាស់ដឹងរបស់ព្រះអង្គ ដើម្បីជួយសង្គ្រោះអ្នកដទៃឱ្យរួចផុតពីសេចក្ដីទុក្ខ។ មហាបុរសមានឆន្ទៈធ្វើពលិកម្មបូជាជីវិតរបស់ខ្លួន ដើម្បីជួយរំដោះអ្នកដទៃពីសេចក្ដីទុក្ខទាំងពួង។ ចំពោះអ្នកទាំងអស់នោះ ជីវិត គឺគ្មានន័យសោះឡើយ ប្រសិនបើវា មិនត្រូវបានគេប្រើ ដើម្បីជួយអ្នកដែលដើរតាមក្រោយទេនោះ។ ព្រះយេស៊ូគ្រីស (Jesus Christ), លោក សូក្រាត (Socrates), លោកមហា-ត្មគន្ធី (Mahatma Gandhi), លោក ម៉ាទីន លូធឺ ឃីញ (Martin Luther King) បានពលិកម្មបូជាជីវិតរបស់ខ្លួន សម្រាប់សេចក្ដីសុខជនទូទៅ។ ប៉ុន្តែ

ឈ្មោះរបស់ពួកគេមិនដែលស្លាប់ឡើយ។ មនុស្សទូទាំងពិភពលោកចងចាំ និងគោរពពួកគាត់។ ចំណែកឯបុគ្គលដទៃទៀត ជាអ្នកប្រព្រឹត្តិអំពើអាត្មានិយម ហើយបង្កអសន្តិសុខ អពមង្គល ដល់មនុស្សជាតិនោះ មិនត្រូវបានគេគោរពឡើយ។ បន្ទាប់ពីស្លាប់ ពួកគេទាំងនោះត្រូវបានមនុស្សលោកចងចាំត្រឹមតែការប្រទូសរ៉ាយ និងសេចក្ដីស្អប់ខ្ពើម ប៉ុណ្ណោះ។ ចូររំពឹងគិតមើលថា តើលោកស្ដាលីន (Stalin) និងលោកហ៊ីត្លែរ៍ (Hitler) ត្រូវបានគេចាត់ទុកពួកគាត់ជាមនុស្ស យ៉ាងម៉េចសព្វថ្ងៃនេះ? តម្លៃមនុស្សពិតប្រាកដ ស្ថិតត្រង់សីលធម៌ និងច្បាប់វិន័យរបស់យើង ចំពោះសេចក្ដីថ្លៃថ្នូរនៃមនុស្សជាតិ។

សភាពនៃភវតណ្ហា

ទោះបីជាយើងបានកាត់បន្ថយនូវកាមតណ្ហាចំពោះរូបរាងកាយ យើងក៏នៅតែមិនរួចផុតពីចំណងនៃការកើត (ភវតណ្ហា)។ មនុស្សជំពូកខ្លះ មានគំនិតអាត្មានិយមដោយចង់បានភពអមតៈ ដែលពោរពេញដោយសេចក្ដីសុខនៅក្នុងឋានសួគ៌។ អ្នកខ្លះទៀត ប្រាថ្នាឱ្យបានកើតនៅក្នុងត្រកូលអ្នកមានទ្រព្យសម្បត្តិស្ដុកស្ដម្ភ ដើម្បីសេពសោយនូវជីវិតលោកីយ៍នេះ។ សេចក្ដីប្រាថ្នាទាំងនេះហើយ ដែលបង្កឱ្យចម្រើនតណ្ហា។ នេះក៏ជារឿងត្រឹមត្រូវដែរ ដូចជារង្វាស់បណ្ដោះអាសន្ន ប៉ុន្តែ ថ្ងៃណាមួយយើងត្រូវតែគេចចេញពីតណ្ហានេះ។ ជាងនេះទៅទៀត យើងនឹងមិនបានទទួលនូវសុខសន្តិភាពពេញលេញ ឬការរួចចាកទុក្ខឡើយ។

សព្វថ្ងៃនេះ ពិភពលោកទាំងមូលក្លាយជាសមរភូមិដោយសារចំណង់អាត្មានិយមនេះឯង។ ចុះហេតុអ្វីបានមនុស្សទាំងឡាយចង់ធ្វើបាប និងបោកបញ្ឆោតអ្នកដទៃ? ហេតុអ្វីបានជាពួកគេចង់ធ្វើអំពើអសីលធម៌ និងអំពើខុសច្បាប់? នេះគឺព្រោះតែចំណង់តណ្ហាអាត្មានិយមរបស់ពួកគេហ្នឹងឯង។ សកម្ម-ភាពបែបនេះ បណ្តាលឱ្យអ័ព្ទអួនៅក្នុងជីវិតរបស់គេ ហើយបង្កនូវសេចក្តីទុក្ខគ្រប់ជំពូកថែមទៀត។

ជំនឿក្នុងទង្វើអសីលធម៌នេះ គឺប្រៀបបីដូចជាស្ករគ្រាប់ដែលគេឱ្យទៅកូនក្មេងបរិភោគ ដើម្បីឱ្យគាត់ភ្លេចការឈឺធ្មេញរបស់គាត់អញ្ចឹង។ មនុស្សភាគច្រើនមិនអាចទទួលយកនូវស្ថានភាពនៃជីវិត ដែលសង្កត់សង្កិននេះទេ លុះត្រាមានអ្នកប្រាប់ថា មានភពអមតៈដែលពោរពេញដោយសេចក្តីសុខបន្ទាប់ពីស្លាប់ទៅ។ ពួកគេល្ងង់ខ្លៅណាស់ក្នុងការទទួលយកនូវសេចក្តីទុក្ខនៅក្នុងបច្ចុប្បន្នជាតិនេះ ដោយសង្ឃឹមនឹងទទួលបាននូវភពអមតៈ នៅក្នុងឋាន-សួគ៌ណាមួយ បន្ទាប់ពីស្លាប់ទៅ។ ហេតុនោះហើយ ទើបបានជាលោក កាលម៉ាក (Karl Marx) បានវាយប្រហារ ដោយគាត់និយាយថា "សាសនាគឺជាគ្រឿងញៀននៃមនុស្សលោក"។

តាមធម្មតា មនុស្សពាលតែឈ្លក់ទៅនឹងគំនិតបែបនេះ ហើយមិនដែលព្យាយាមសួរនាំពីសុពលភាពនៃជំនឿទេ។ ពួកគេមិនដឹងនូវធម្មជាតិពិតនៃភពឡើយ។ ជួនកាលពុទ្ធបរិស័ទដែលមិនយល់ពីព្រះធម៌ក៏ងាយធ្លាក់ទៅគោរពបុគ្គលដែលនិយាយអំពីសេចក្តីសុខអមតៈ នៅក្នុងឋានសួគ៌ដែរ។ ពេលមានគេប្រាប់ពួកគាត់ពីកន្លែងបែបនេះ ពួកគាត់ក៏បង្អោនទៅតាមចំណង់រវើ-

រវាយចង់បាននូវជីវិតអមតៈនេះ។ ពួកគេត្រូវតែយល់ថា សូម្បីតែជីវិតនៅក្នុងឋានសួគ៌ក៏មិនទៀងទាត់ផង។ មានតែព្រះនិព្វានមួយគត់ជាស្ថានអមតៈ។ វាជាស្ថានដែលមិនមានកិលេសតណ្ហា ពោលគឺមិនមានការកើត និងមិនមានសេចក្តីស្លាប់។

មនុស្សជាច្រើន មិនទាន់ត្រៀមខ្លួនទទួលយកនូវសច្ចភាពនេះទេ។ ប្រសិនបើសច្ចភាពនេះ មិនជាទីពេញត្រចៀករបស់គេ គាត់មិនស្តាប់។ សច្ច-ភាពនឹងមិនជាទីពេញចិត្តនៃជនដែលជាទាសកររបស់កាមតណ្ហាឡើយ។ សច្ចភាព គឺសភាវធម្មជាតិមួយ ហើយមិនចេះលំអៀង។ យើងក៏មិនមានក្តីអស់សង្ឃឹម ពេលយើងដឹងច្បាស់នូវលក្ខណៈធម្មជាតិសាកល។ សច្ចភាពមិនបត់បែនទៅតាមតម្រូវការអាត្មានិយមរបស់យើងទេ។ យើងត្រូវតែយល់នូវសច្ច-ភាពនេះ។

អាស្រ័យអំពើកម្មដែលយើងកសាង នឹងធ្វើឱ្យចំណង និងតណ្ហារបស់យើងឱ្យកាន់តែវែងអន្លាយនៅក្នុងសង្សារវដ្តនេះ។ ការកើតនាំមកនូវចាស់ជរាព្យាធិ និងសេចក្តីស្លាប់។ នេះជាសភាវៈជាទុក្ខនៃភព ហើយចាប់បដិសន្ធិ នៅផ្ទៃកណាមួយក្នុងសាកលលោក។ ដរាបណា យើងអន្ទោលវិលវល់កើតស្លាប់នៅក្នុងវដ្តសង្សារនេះកាន់តែយូរអង្វែង ពេលនោះយើងក៏ជួបប្រទះនូវសេចក្តីទុក្ខមិនចេះចប់ផងដែរ។ យើងស្អប់ស្អល់នឹងចំណង់តណ្ហារបស់យើងទេ។ ការឆ្អែតឆ្អន់នឹងចំណង់របស់យើង គឺជាបរាជ័យមួយ។ នៅពេលយើងពេញចិត្តនឹងចំណង់មួយ ក្រោយមកយើងក៏ធុញទ្រាន់នឹងចំណង់នេះ ហើយស្វែងរកចំណង់ដទៃទៀតជាច្រើន បីដូចជាអ្នកញៀនថ្នាំ យ៉ាងនោះឯង។ ព្រះពុទ្ធទ្រង់បាន

បដិសេធនូវជំនឿ ទៅក្នុងជីវិតអមតៈនេះ ព្រោះព្រះអង្គទ្រង់ជ្រាបច្បាស់នូវធម្មជាតិនៃភពនេះ។ ព្រះអង្គមានបំណងឱ្យយើងយល់ពីភាពមិនទៀងទាត់នៃភវចក្ក (ចក្រភព)។

ការកើត គឺជាហេតុចម្បងនៃបញ្ហា និងអពមង្គលទាំងឡាយ។ ជាធម្មតា ការឈ្លក់វង្វេងទៅនឹងជំនឿមិនប្រាកដនិយម នៅជាតិខាងមុខ យើងនឹងមិនទទួលបាននូវអ្វីដែលយើងប៉ងប្រាថ្នាឡើយ។ ពួកគេមានតែការស្រមើស្រមៃប៉ុណ្ណោះ។ ធម្មជាតិសាកលលោកនេះ គឺមិនអាចប្រែប្រួលទេ។ វាមិនដើរមករកយើង តាមការប្រាថ្នារបស់យើងនោះឡើយ។ យើងជាប្រធាននៅក្នុងច្បាប់សាកលនេះ។ ភាពអវិជ្ជារបស់យើង ច្បាប់គតិយុត្តនេះ គឺគ្មានការអភ័យទោសចំពោះកំហុសឆ្គងរបស់យើងទេ។ ក្មេងដ៏ស្អាតស្អំអាចស្លាប់ដោយសារគ្រោះថ្នាក់ភ្លើងអគ្គិសនីឆក់ ព្រោះតែភាពឆោតល្ងង់។ យើងមិនអាចប្រកែកតវ៉ាថា គាត់ត្រូវតែរស់ព្រោះមិនមានកំហុសនោះឡើយ។ ហេតុនៃការស្លាប់របស់គាត់គឺភាពអវិជ្ជា។ មានតែចំណេះដឹង និងបញ្ញាតែមួយគត់ដែលអាច ជួយសង្គ្រោះយើងបាន។

ច្បាប់សាកលមិនធ្វើប្រតិបត្តិការលើការក្រេវក្រោធ ពៀរវេរា ការសងសឹក ឬគំនុំគុំកួន។ ភារកិច្ចរបស់យើងគឺរស់នៅស្របតាមច្បាប់នេះ ប្រសិនបើ យើងចង់ចៀសផុតពីសេចក្តីទុក្ខទាំងពួង។ យើងមិនអាចកែប្រែច្បាប់នេះ ដោយការគោរពបន់ស្រន់បួងសួង ចំពោះនរណាម្នាក់ឡើយ។ នេះគឺជាអ្វីដែលព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធទ្រង់ត្រាស់សម្តែងទុកមក។ ប្រសិនបើ យើងធ្វើអំពើល្អ

យើងនឹងទទួលផលល្អ តែប្រសិនបើយើងធ្វើអំពើអាក្រក់ យើងក៏នឹងទទួលផលអាក្រក់ជាក់ជាមិនខាន។

សភាពនៃវិភវតណ្ហា

ក្រៅពីចំណង់ចំពោះតម្រូវការខាងសម្ភារៈ និងសេចក្តីសុខក្នុងជាតិខាងមុខ មនុស្សខ្លះសួរឡើងថា តើមហិច្ឆតានៃការមិនចង់មានបាន អាចក្លាយជាតណ្ហាយ៉ាងដូចម្តេច? ចម្លើយស្ថិតនៅត្រង់ការកើតវិប្បដិសារី ឬបំណងត្រូវបរាជ័យនេះឯង។ ព្រោះតែតណ្ហានេះហើយ ទើបអ្នកខ្លះព្យាយាមធ្វើអត្តឃាត។ ពួកគេមានជំនឿថា មិនមានជីវិតទៀតទេ បន្ទាប់ពីជាតិនេះទៅ។ ដរាបណា កិលេសគ្រឿងសៅហ្មងចិត្តនៅមានសកម្មភាព ពេលនោះមិនមានបុគ្គលណាម្នាក់ អាចបញ្ឈប់ការបដិសន្ធិបានឡើយ។ ប្រសិនបើ យើងមិនពេញចិត្តនឹងជីវិតនេះ ចិត្តវិសុទ្ធិ គឺជាដំណោះស្រាយតែមួយគត់ ក្នុងការបញ្ឈប់ការកើតនេះ។ ពុទ្ធសាសនាបង្រៀនថា យើងមិនគួរគប្បីយល់ច្រឡំ ដោយព្រួយបារម្ភអំពីភពមាន ឬមិនមានភពនោះទេ។ យើងគប្បីញុំាងចិត្តរបស់យើងឱ្យស្ងប់រម្ងាប់ ដោយរស់នៅបច្ចុប្បន្នជាតិនេះ។ គ្រប់ខណៈពេល យើងត្រូវតែរួចផុតពីសេចក្តីក្រេវក្រោធ, សេចក្តីលោភលន់ និងមោហៈ។ នេះគឺជាអាថិកំបាំងនៃសេចក្តីសុខពិតប្រាកដ។ ពេលចិត្តរួចផុតពីចំណង់លោកីយ៍, គំនិតអាត្មានិយម ឬតណ្ហា យើងនឹងបានគេចផុតពីបញ្ហាទាំងឡាយតាមផ្លូវកាយ និងផ្លូវចិត្ត។ មហិច្ឆតាត្រូវសប្បាយរីករាយ ក្នុងការជួយសង្គ្រោះអ្នកដទៃដូចខ្លួនឯង។ មហិច្ឆតាបែបនេះ ជាការរួចចាកផុតពីល័ក្ខខ័ណ្ឌលោកីយ៍។

យើងត្រូវតែចងចាំថា ពុទ្ធសាសនាមិនប្រឆាំងជំទាស់នឹងបុគ្គលដែលមានជីវិត ប្រកបដោយសោមនស្សរីករាយ កំឡុងពេលរស់នៅលើភពផែនដីនេះឡើយ។ ព្រះពុទ្ធអង្គទ្រង់សម្ដែងអំពីមជ្ឈិមប្បដិបទា (មាគ៌ាកណ្ដាល)។ ព្រះអង្គគាំទ្រនូវមាគ៌ាជីវិតដែលប្រកបដោយភាពថ្លៃថ្នូរសមរម្យ និងប្រកបដោយវិចារណញ្ញាណដ៏ប្រពៃ ដែលមិនជ្រុលនិយមពេក ហើយក៏មិនមែនធូររលុងហួសហេតុពេកដែរ។

ពុទ្ធសាសនាប្រៀនប្រដៅយើង ឱ្យដឹងប្រមាណក្នុងការសប្បាយរីក-រាយនឹងសេចក្ដីសុខលោកីយ៍។ ពុទ្ធសាសនាសរសើរលើកកំពស់ការចម្រើនអប់រំផ្លូវចិត្តដែលនាំឱ្យកម្ចាត់បង់នូវតណ្ហាទាំងឡាយ ដែលជាមូលហេតុនៃសេចក្ដីទុក្ខទាំងពួង។ ពុទ្ធសាសនិកទាំងឡាយមិនរំពឹងថា ក្លាយជាព្រះអរិយៈត្រឹមតែមួយយប់នោះទេ។ ដោយហោចទៅ ពួកគេដឹងនូវទីបំផុតទុក្ខនៃជាតិពោលគឺការកើត។ មាគ៌ាដើម្បីសម្រេចនូវគោលដៅនេះ គឺមានតែសមាទានសីល, ចម្រើនសមាធិ និងចម្រើនបញ្ញា។ សូម្បីព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធចំណាយពេលអស់រាប់អសង្ខេយ្យ ដើម្បីសម្រេចបាននូវទីបំផុតគោលដៅនេះ។ ព្រះពុទ្ធ-សាសនា ជាសាសនាប្រតិបត្តិ ហើយត្រូវតែប្រតិបត្តិតាមមាគ៌ាកណ្ដាល។

<u>ពាក្យគួរតែដឹង!</u>

ពេលវេលានិងខ្សែទឹក មិនរង់ចាំនរណាម្នាក់ឡើយ។

Time and tide wait for no man.

ជំពូកទី ៤

អ្នកជាមនុស្សទទួលខុសត្រូវ

ភាពទំនួលខុសត្រូវ

ធម្មជាតិរបស់មនុស្ស គឺថា យើងទាំងអស់គ្នាតែងតែស្តីបន្ទោសដល់អ្នកដទៃ ចំពោះភាពខ្វះខាត ឬភាពគ្មានសំណាងផ្ទាល់របស់ខ្លួនឯង។ តើយើងធ្លាប់មានគំនិតថា យើងខ្លួនឯង គឺជាបុគ្គលដែលត្រូវមានការទទួលខុសត្រូវចំពោះបញ្ហាផ្ទាល់របស់យើងដែរទេ? សេចក្តីសោកសៅ និងទុក្ខវេទនារបស់អ្នក មិនមែនបណ្តាលមកពីគ្រួសារជេរប្រទេច ដែលមានតំណតគ្នាពីជំនាន់មួយទៅជំនាន់មួយនោះឡើយ។ បញ្ហានោះក៏មិនបណ្តាលមកពីអំពើអាក្រក់របស់ដូនតាពីដើម ដែលចេញពីផ្នូរមកបន្លាចអ្នកទាំងអស់គ្នាដែរ។ សេចក្តីសោកសៅ និងទុក្ខវេទនារបស់អ្នក ត្រូវបង្កើតឡើងដោយព្រះអាទិព ឬយមរាជណាមួយ ក៏មិនមែន។

សេចក្តីសោកសៅរបស់អ្នកកើតឡើងដោយសារខ្លួនអ្នក

សេចក្តីសោកសៅរបស់អ្នក គឺអ្នកធ្វើដោយខ្លួនអ្នកផ្ទាល់

អ្នកជាបុគ្គលរំដោះខ្លួនអ្នកដោយខ្លួនឯង។

អ្នកត្រូវតែរែកពុននូវទំនួលខុសត្រូវនៃជីវិតរបស់អ្នក ហើយត្រូវតែទទួលស្គាល់ភាពទន់ខ្សោយរបស់អ្នក ដោយមិនចាំបាច់ស្តីបន្ទោស ឬរំខានដល់បុគ្គលដទៃ។ ចូរចងចាំនូវសុភាសិតបុរាណថា:

មនុស្សគ្មានការអប់រំ តែងតែស្តីបន្ទោសបុគ្គលដទៃ

មនុស្សដែលមានការអប់រំតិចតួច តែងតែស្តីបន្ទោសខ្លួនឯង

រីឯបុគ្គលជាបណ្ឌិតមិនមានការស្តីបន្ទោស ទាំងអ្នកដទៃ ទាំងខ្លួនឯង។

អ្នកត្រូវតែរៀនដោះស្រាយបញ្ហាផ្ទាល់ខ្លួនរបស់អ្នក ដោយមិនចាំបាច់តិះដៀលស្តីបន្ទោសអ្នកដទៃ បីដូចបុគ្គលជាបណ្ឌិត។ ប្រសិនបើ បុគ្គលម្នាក់ៗព្យាយាមកែតម្រូវខ្លួនឯង ក្នុងពិភពលោកនេះប្រាកដជាមិនមានបញ្ហាឡើយ។ ប៉ុន្តែមនុស្សយ៉ាងច្រើន មិនបានតាំងសេចក្តីព្យាយាមឈ្វេងយល់ថា ពួកគេជាបុគ្គលត្រូវតែទទួលខុសត្រូវចំពោះភាពអត់សំណាងដែលកើតដល់ខ្លួន។ ពួកគេចូលចិត្តតែមើលកំហុសអ្នកឯទៀត។ ពួកគេមើលខាងក្រៅខ្លួនគេ សម្រាប់ប្រភពនៃបញ្ហារបស់ខ្លួនឯង ពីព្រោះពួកគេស្ទាក់ស្ទើរក្នុងការទទួលស្គាល់នូវភាពទន់ខ្សោយផ្ទាល់ខ្លួនរបស់គេ។

ចិត្តរបស់មនុស្សបោកប្រាស់ខ្លួនឯងច្រើនណាស់ ជាហេតុធ្វើឱ្យគាត់មិនចង់សារភាពពីភាពទន់ខ្សោយរបស់គាត់។ គាត់នឹងព្យាយាមស្វែងរកការអត់ឱនទោស ដើម្បីកែតម្រូវសកម្មភាពរបស់ខ្លួន ហើយវង្វេងថា គាត់មិនមានកំហុស។ ប្រសិនបើ បុគ្គលម្នាក់ៗពិតជាចង់មានសេរីភាពមែន គាត់ត្រូវតែក្លាហានហ៊ានទទួលស្គាល់នូវភាពទន់ខ្សោយរបស់ខ្លួន។ ព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធទ្រង់ត្រាស់សម្តែងថា:

ទោសអ្នកដទៃ បុគ្គលមើលឃើញបានដោយងាយ,

ឯទោសរបស់ខ្លួនឯងវិញ មើលឃើញដោយលំបាក។

អ្នកត្រូវតែក្លាហានក្នុងការសារភាព នៅពេលអ្នករងគ្រោះដោយសារភាពទន់ខ្សោយរបស់អ្នក។ អ្នកត្រូវតែសារភាពនៅពេលណាអ្នកមានកំហុស។ ចូរកុំយកតម្រាប់តាមបុគ្គលល្ងង់ខ្លៅ ដែលតែងតែទំលាក់កំហុសដល់អ្នកដទៃ។ ចូរកុំប្រើអ្នកដទៃឱ្យទទួលរងកំហុសជំនួសអ្នកឡើយ ទង្វើនេះគួរឱ្យស្អប់ខ្ពើម

ជាទីបំផុត។ ចូរចាំថា អ្នកមុខជាឆ្កួតជាមួយបុគ្គលមួយចំនួន នៅពេលខ្លះ តែមិន មែនមួម៉ៅជាមួយមនុស្សទាំងអស់គ្រប់ពេលវេលាដែរ។

បុគ្គលណាជាអ្នកល្ងង់ខ្លៅ សម្គាល់ខ្លួនឯងថា
ជាបណ្ឌិត   បុគ្គលនោះ ជាអ្នកល្ងង់ខ្លៅពិត។
ឯបុគ្គលណាដឹងខ្លួនឯងថា ជាអ្នកល្ងង់ខ្លៅ,
បុគ្គលនោះនឹងក្លាយទៅជាបណ្ឌិតបាន ព្រោះការដឹងខ្លួននោះ។

ចូរទទួលស្គាល់ភាពទន់ខ្សោយផ្ទាល់ខ្លួនរបស់អ្នក។ កុំស្ដីបន្ទោសអ្នកដទៃ។ អ្នកត្រូវតែដឹងថា អ្នកជាមនុស្សដែលត្រូវទទួលខុសត្រូវនូវរាល់សេចក្ដីសោកសៅ និងភាពលំបាកដែលកើតឡើងចំពោះខ្លួនអ្នក។ អ្នកត្រូវយល់ថា ការគិតរបស់អ្នក ក៏អាចបង្កឱ្យមានផលពិបាកចំពោះអ្នកដែរ។ អ្នកត្រូវតែគិតថា អ្នកត្រូវតែទទួលខុសត្រូវគ្រប់ពេលវេលា មិនថាអ្វីដែលបានកើតមានចំពោះអ្នកនោះទេ។

បញ្ហាមិនមានទេ ចំពោះពិភពលោកទាំងមូល
ប៉ុន្តែ វាកើតមានឡើងតែ ចំពោះយើងគ្រប់រូប។

ទំនួលខុសត្រូវចំពោះទំនាក់ទំនងនឹងអ្នកដទៃ

ចូរចាំថា បញ្ហាអ្វីក៏ដោយដែលកើតឡើងចំពោះអ្នក មិនអាចធ្វើឱ្យអ្នកឈឺចាប់ទេ ប្រសិនបើអ្នកថែរក្សាចិត្តរបស់អ្នកឱ្យមានតុល្យភាព។ អ្នកឈឺក្រហល់ក្រហាយដោយសារតែអារម្មណ៍ ដែលអ្នកមានចំពោះខ្លួនអ្នក និង

អ្នកដទៃប៉ុណ្ណោះ។ ប្រសិនបើ អ្នកបង្ហាញនូវអាកប្បកិរិយាប្រកបដោយករុណា ចំពោះបុគ្គលដទៃ អ្នកក៏ប្រាកដជាទទួលនូវសេចក្ដីគោរពស្រឡាញ់វិញ។ ប្រសិនបើ អ្នកបង្ហាញនូវសេចក្ដីក្រេវក្រោធ អ្នកនឹងមិនទទួលនូវសេចក្ដីស្រឡាញ់មកវិញឡើយ។ មនុស្សក្រេវក្រោធដកដង្ហើមចេញពិសពុល ហើយគាត់ធ្វើឱ្យខ្លួនឯងឈឺចុកចាប់ជាងអ្នកដទៃទៅទៀត។ ជនជាបណ្ឌិតមិនដែលខឹងចំពោះកំហឹង និងមិនមានសេចក្ដីឈឺចាប់ឡើយ។ ចូររិះគិតថា គ្មានបុគ្គលណាម្នាក់ធ្វើឱ្យអ្នកឈឺចាប់បានទេ ប្រសិនបើអ្នកមិនបើកផ្លូវអនុញ្ញាតឱ្យគេធ្វើទេនោះ។ ប្រសិនបើបុគ្គលណាស្ដីបន្ទោស ឬជេរប្រដៅអ្នក ប៉ុន្តែអ្នកប្រតិបត្តិតាមព្រះធម៌ ពេលនោះព្រះធម៌នឹងថែរក្សាអ្នក ពីការវាយប្រហារមិនសមហេតុផលនេះ។ ព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធ ទ្រង់ត្រាស់សម្ដែងថា

" បុគ្គលប្រទូសរ៉ាយចំពោះ បុគ្គលដែលមិនប្រទូសរ៉ាយតប ជាបុគ្គលបរិសុទ្ធ និងជាសប្បុរស, បាបនឹងវិលត្រឡប់មករកបុគ្គលពាលនោះវិញ បីដូចជាគេបាចអង្កាមច្រាសខ្យល់យ៉ាងដូច្នោះឯង"។

ប្រសិនបើ អ្នកអនុញ្ញាតឱ្យអ្នកដទៃបំពេញបំណងរបស់គេ ដោយការធ្វើឱ្យអ្នកឈឺចាប់ ពេលនោះ អ្នកជាមនុស្សដែលមានទំនួលខុសត្រូវ។

ចូរទទួលខុសត្រូវ កុំបន្ទោសអ្នកដទៃ

អ្នកត្រូវតែរៀនគ្រប់គ្រងចិត្តរបស់អ្នក ដោយរក្សានូវទស្សនវិស័យដ៏ប្រពៃ ហេតុនោះបញ្ហាខាងក្រៅណាមួយ មិនអាចមានឥទ្ធិពលដល់ចិត្តតុល្យ-ភាពរបស់អ្នកឡើយ។ នៅពេលអ្នកស្ថិតក្នុងលក្ខណៈលំបាកលំបិន មានបញ្ហាអ្វីមួយនោះ អ្នកមិនត្រូវស្តីបន្ទោសកាលៈទេសៈទេ។ អ្នកមិនត្រូវគិតថា ខ្លួនអ្នកគ្មានសំណាង គ្មានបុណ្យ ឬក៏ចងគំនុំនឹងបុគ្គលណាមួយ។ មិនថា អ្នកមានហេតុផលអ្វីនោះទេ ប៉ុន្តែអ្នកមិនត្រូវគេចវេះពីការទទួលខុសត្រូវចំពោះសកម្មភាពផ្ទាល់របស់អ្នក ដោយទំលាក់កំហុសទៅលើកាលៈទេសៈឡើយ។ ចូរព្យាយាមដោះស្រាយបញ្ហារបស់អ្នក ដោយមិនចាំបាច់ធ្វើមុខជូរ។ នៅពេលលំបាក ចូរធ្វើការដោយរីករាយ នៅក្រោមកាលៈទេសៈដ៏តឹងតែងនេះ។ ចូរទទួលយកការផ្លាស់ប្តូរ ប្រសិនបើការផ្លាស់ប្តូរនោះចាំបាច់ ប៉ុន្តែគួរគប្បីរក្សាទុកនូវអ្វីដែលអ្នកមិនអាចប្តូរ, ចូរធ្វើជាអ្នកឈ្លាសវៃក្នុងការប្រឈមមុខនឹងបញ្ហាទាំងឡាយដោយគ្មានទុក្ខព្រួយ និងសប្បាយរីករាយ។ សេចក្តីលំបាកគឺជាការតស៊ូរបស់អ្នកដើម្បីយកជ័យជំនះ។ បុគ្គលណាដែលធ្វើប្រយោជន៍ចំពោះមនុស្សទូទៅ រមែងទទួលការស្តីបន្ទោសច្រើនជាងបុគ្គល ដែលមិនធ្វើអ្វីសោះ ប៉ុន្តែរឿងនេះមិនមែនមានន័យថា ពួកគេមិនត្រូវបានទទួលការលើកទឹកចិត្តនោះ ក៏ទេដែរ។ ពួកគេមានបញ្ញាដឹងថា ការធ្វើប្រយោជន៍ដល់អ្នកដទៃ នាំមកនូវពានរង្វាន់ផ្ទាល់របស់វា។

ស្នេហាគ្មានវិជ្ជា និងវិជ្ជាគ្មានស្នេហា មិនអាចដឹកជីវិតមួយបានល្អទេ។

ចូរទទួលខុសត្រូវចំពោះសេចក្តីស្ងប់ផ្លូវចិត្តរបស់អ្នក

អ្នកត្រូវតែរៀនថែរក្សានូវអ្វីដែលជាសេចក្តីសុខ និងសេចក្តីស្ងប់ពិតដែលអ្នកបានបង្កើតឡើងនៅក្នុងចិត្តរបស់អ្នក។ ក្នុងការថែរក្សាសន្តិភាព អ្នកត្រូវតែដឹងថា តើពេលណាអ្នកនឹងលះបង់នូវរូបកាយរបស់អ្នក? អ្នកត្រូវតែដឹងថា តើពេលណាអ្នកនឹងបោះបង់ចោលនូវមានះរបស់អ្នក? ពេលណាអ្នកនឹងឈ្នះការប្រកាន់ខ្លួន (សក្កាយទិដ្ឋិ), ពេលណាអ្នកនឹងកែប្រែនូវចរិតចចេសរឹងរូស ឬការប្រកាន់ខុស ហើយពេលណាទើបអ្នកប្រកាន់យកនូវធម៌ខន្តិសេចក្តីអត់ធ្មត់។ អ្នកមិនគួរគប្បីឱ្យអ្នកដទៃឆក់យកសេចក្តីសុខស្ងប់ផ្លូវចិត្តរបស់អ្នក ហើយអ្នកអាចថែរក្សានូវសេចក្តីស្ងប់នេះបាន ប្រសិនបើអ្នកដឹងនូវការប្រព្រឹត្តធ្វើការងារដោយបញ្ញា។ បញ្ញាកើតឡើងតាមរយៈការទទួលស្គាល់នៃភាពអវិជ្ជា។

មនុស្សមិនមែនកើតឡើងដោយព្រះអាទិទេពជបទេ
ប៉ុន្តែជាការកើតឡើងពីសត្វធាតុ។

ឥរិយាបថថ្លៃថ្នូរចំពោះការរិះគន់

អ្នកត្រូវតែដឹងរបៀបអប់រំខ្លួន ពីការត្មះតិះដៀលដែលមិនសមរម្យ និងចេះប្រើប្រាស់នូវគំនិតរិះគន់ស្ថាបនា។ អ្នកត្រូវតែសំឡឹងមើលនូវបុព្វបទនៃការរិះគន់ដែលអ្នកដទៃធ្វើចំពោះរូបអ្នក។ ប្រសិនបើ ការរិះគន់ដែលកើតឡើងចំពោះអ្នកជាការត្រឹមត្រូវ, ឃើញប្រពៃ, ហើយនឹងផ្តល់នូវបំណងល្អ, ហេតុនោះ ចូរអ្នកទទួលយកការរិះគន់នោះ ហើយអនុវត្តន៏ប្រើប្រាស់វា។ ម្យ៉ាងទៀត ប្រសិនបើ ការរិះគន់ដែលកើតចំពោះរូបអ្នក ជាការរិះគន់មិនសមហេតុផល, ហើយឃើញថា មិនត្រឹមត្រូវ, និងផ្តល់នូវបំណងដ៏អាក្រក់ អ្នកក៏មិនគួរទទួលយកនូវការរិះគន់នោះដែរ។ ប្រសិនបើអ្នកដឹងថា អាកប្បកិរិយារបស់អ្នកត្រឹមត្រូវ ហើយត្រូវបានបណ្ឌិតនិងសប្បុរសសរសើរ អញ្ចឹងទេ អ្នកមិនចាំបាច់ព្រួយបារម្ភពីការរិះគន់មួលបង្កាច់ឡើយ។ ការយល់ពីការរិះគន់ស្ថាបនា និងការរិះគន់មួលបង្កាច់របស់អ្នក គឺសំខាន់ណាស់។ ព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធទ្រង់ត្រាស់សម្តែងថា:

ក្នុងពិភពលោកនេះ អ្នកដែលមិនត្រូវគេរិះគន់ មិនមានឡើយ។

ការរំពឹងចង់បានអ្វីមួយ មិនបានដូចបំណង ធ្វើឱ្យអ្នកអស់សង្ឃឹម

អ្នកអាចគ្រប់គ្រងខ្លួនអ្នកពីការអស់សង្ឃឹម ដោយសារការមិនបានរបស់ដែលអ្នកប៉ងប្រាថ្នា។ ប្រសិនបើ អ្នករំពឹងនូវរបស់ដែលមិនមាន អញ្ចឹងការមិនមាននោះឯង ធ្វើឱ្យអ្នកអស់សង្ឃឹម។ ចូរកុំរំពឹងចង់បាននូវរង្វាន់ចំពោះការងារដ៏ល្អដែលអ្នកបានធ្វើហើយ។ ចូរធ្វើល្អសម្រាប់សេចក្តីសុខនៃការធ្វើល្អ មួយអន្លើដោយសេចក្តីមេត្តា។ ប្រសិនបើលោកអ្នកជួយអ្នកដទៃដោយមិនរំពឹងពីការតបស្នងត្រឡប់មកវិញ នោះអ្នកក៏មិនមានសេចក្តីអស់សង្ឃឹមដែរ។ អ្នកអាចជាមហាបុរស។ សេចក្តីសុខដែលកើតក្នុងចិត្តរបស់អ្នកចំពោះសេចក្តីល្អ ដែលអ្នកបានធ្វើហើយ គឺមានរង្វាន់ដ៏អស្ចារ្យផ្ទាល់ខ្លួនវាតែម្តង។ សេចក្តីសុខនោះ បណ្តាលឱ្យមានសេចក្តីពេញចិត្តក្នុងជីវិតរបស់អ្នក។ អ្នកប្រហែលជាមនុស្សល្អតាមធម្មជាតិ ហើយអ្នកមិនបៀតបៀនអ្នកដទៃ។ ប៉ុន្តែ អ្នកទទួលនូវការរិះគន់ពីអ្នកដទៃ ដោយការធ្វើអំពើល្អនេះទៅវិញ។ អ្នកត្រូវប្រឈមមុខចំពោះភាពលំបាកលំបិន និងសេចក្តីអស់សង្ឃឹម ទោះបីអ្នកតែងតែជួយអ្នកដទៃ និងបានធ្វើអំពើល្អចំពោះអ្នកដទៃ។ ក្រោយមកអ្នកអាចសួរថា ប្រសិនបើ អំពើល្អឱ្យផលល្អ ហើយអំពើអាក្រក់ឱ្យផលអាក្រក់ ចុះហេតុអ្វីបានជាខ្ញុំត្រូវរងទុក្ខ ពេលដែលខ្ញុំគ្មានទោសសោះ?។ ហេតុអ្វីខ្ញុំត្រូវជួបភាពលំបាកច្រើនយ៉ាងហ្នឹង? ហេតុអ្វីបានជាខ្ញុំត្រូវទទួលនូវក្តីអស់សង្ឃឹម? ហេតុអ្វីបានជាត្រូវទទួលរងនូវការរិះគន់ពីអ្នកដទៃ ផ្ទុយពីអំពើល្អយ៉ាងហ្នឹង?

ចម្លើយសាមញ្ញ គឺថា នៅពេលអ្នកធ្វើអំពើល្អ អ្នកត្រូវប្រឈមមុខនឹងទង្វើអាក្រក់ទាំងឡាយ។ ប្រសិនបើមិនអញ្ចឹងទេ អ្នកកំពុងតែប្រឈមមុខនឹងផលកម្មអាក្រក់ ដែលកំពុងហុចឱ្យក្នុងបច្ចុប្បន្ននេះ។

ចូរបន្តធ្វើនូវអំពើល្អរបស់អ្នក ហើយមិនយូរមិនឆាប់អ្នកនឹងរួចផុតពីបញ្ហាទាំងអស់នេះ។ ចូរចាំថា អ្នកបានសន្សំកសាងនូវក្តីអស់សង្ឃឹមរបស់អ្នកមក ហើយមានតែអ្នកម្នាក់គត់ដែលអាចយកឈ្នះនូវក្តីអស់សង្ឃឹមនេះ ដោយយល់ច្បាស់ពីសភាពពិតនៃកម្មផល និងល័ក្ខខ័ណ្ឌលោកីយ៍ ដូចដែលព្រះសម្មា-សម្ពុទ្ធបានទ្រង់ត្រាស់សម្តែងទុកមក។

ប្រសិនបើ អ្នកគ្រប់គ្រងខ្លួនអ្នកបានល្អ,
នោះអ្នកក៏អាចថែរក្សាអ្នកដទៃបានល្អដែរ។

ការតបគុណជាគុណធម៌ដ៏កម្រ

ព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធទ្រង់ចាត់ទុកថា ការតបស្នងសងគុណជាគុណធម៌ដ៏ល្អបំផុត ប៉ុន្តែវាកម្រមានណាស់។ ជាការពិតដែលថា គុណធម៌នេះកម្រមាននៅក្នុងសង្គមនីមួយៗ។ អ្នកមិនអាចរំពឹងមនុស្សដទៃតបស្នងសងគុណអ្នកវិញនូវអ្វីដែលអ្នកបានធ្វើចំពោះពួកគេឡើយ។ មនុស្សងាយនឹងភ្លេចណាស់ ជាពិ-សេស នៅពេលវាមានក្តីសុខសប្បាយរីករាយ។ ប្រសិនបើ អ្នករំពឹងការតបគុណពីអ្នកដទៃ អ្នកប្រាកដជានឹងទទួលនូវក្តីអស់សង្ឃឹមហើយ។ ប្រសិនបើមនុស្សទាំងឡាយជាបុគ្គលល្មើសគុណ ចូររៀនទទួលយកថា វាអញ្ចឹងទៅចុះ

នោះអ្នកនឹងចៀសផុតពីក្តីអស់សង្ឃឹម។ អ្នកអាចសប្បាយរីករាយបាន ទោះបីបុគ្គលដទៃដឹងគុណក្តី ឬមិនដឹងគុណក្តី ចំពោះអំពើសប្បុរសធម៌ ឬការជួយរបស់អ្នក ដោយអ្នកគ្រាន់តែគិតថា អ្នកបានបំពេញកាតព្វកិច្ចរបស់អ្នក ក្នុងនាមជាមនុស្សជាតិ ចំពោះមនុស្សជាតិរបស់អ្នក។ នោះជារង្វាន់តែមួយគត់ដែលអ្នកគួរតែស្វែងរកឱ្យបាន។

បុគ្គលណាដឹងថា គ្រប់គ្រាន់ល្មមហើយ គាត់នឹងប្រាកដជាគ្រាន់ពិត។

ចូរកុំប្រៀបផ្ទឹមជាមួយបុគ្គលដទៃ

អ្នកដកខ្លួនចេញពីការព្រួយបារម្ភ និងបញ្ហាដែលមិនមានប្រយោជន៏យ៉ាងងាយ ដោយគ្រាន់តែមិនប្រៀបផ្ទឹមខ្លួនអ្នកនឹងបុគ្គលដទៃ។ ដរាបណាអ្នកនៅមានការគិតថា អ្នកនេះស្មើអញ, អ្នកនោះខ្ពង់ខ្ពស់ជាងអញ, អ្នកនោះទាបជាងអញ, ពេលនោះអ្នកនឹងបន្តមានបញ្ហាព្រួយបារម្ភពីរឿងហ្នឹងទៀត។ ប៉ុន្តែប្រសិនបើ អ្នកមិនស្ថិតក្នុងអារម្មណ៏បែបនេះទេ សេចក្តីព្រួយបារម្ភក៏មិនមានដែរ។ ប្រសិនបើ អ្នកគិតថា អ្នកប្រសើរជាងអ្នកដទៃ នោះអ្នកនឹងមានមោទនភាពអួតអាង។ ប្រសិនបើ អ្នកគិតថា អ្នកស្មើនឹងអ្នកដទៃ អ្នកអាចមិនរីកចម្រើនជឿនលឿនឡើយ ។ ប្រសិនបើ អ្នកគិតថា អ្នកអន់ជាងអ្នកដទៃ អ្នកនឹងយល់ថា អ្នកមិនមានន័យសម្រាប់ខ្លួនអ្នកនិងបុគ្គលដទៃ។ អ្នកប្រាកដជាបាត់បង់នូវជំនឿជឿជាក់លើខ្លួនឯង។

ពិតជាពិបាកចំពោះមនុស្សគ្រប់រូប ក្នុងការលះបង់ចោលនូវមានះ ឬក៏ការប្រកាន់ខ្លួនរបស់ពួកគេ។ ប៉ុន្តែអ្នកត្រូវតែរៀនកាត់បន្ថយនូវមានះរបស់អ្នក។ ប្រសិនបើអ្នកអាចកាត់បន្ថយនូវមានះរបស់អ្នកបាន ពេលនោះអ្នកអាចស្វែងរកសេចក្តីស្ងប់សម្រាប់ខ្លួនអ្នកឃើញ ហើយអ្នកក៏អាចជួយមនុស្សជាតិឱ្យទទួលបានសេចក្តីស្ងប់ និងសេចក្តីសុខផ្លូវចិត្តដែរ។ តើអ្វីមួយដែលប្រសើរជាង ក្នុងការរក្សាទុកនូវ "មានះ" ឬ "សេចក្តីស្ងប់" របស់អ្នក?។

ការប្រៀបធៀបខ្លួនអ្នកនឹងអ្នកដទៃ អាចជាប្រភពនៃការព្រួយបារម្ភគ្មានប្រយោជន៍។ ចូរព្យាយាមឈ្វេងយល់ពីភាពស្មើគ្នា, អន់ជាង, ខ្ពង់ខ្ពស់ជាងគឺប្រែប្រួល, ជាសភាវៈទាក់ទងគ្នា នៅពេលណាមួយ អ្នកមានអាចធ្លាក់ខ្លួនក្រ ហើយឱកាសណាមួយ អ្នកក្រអាចក្លាយទៅជាអ្នកមានវិញ។ នៅក្នុងមហាសមុទ្រសង្សារវដ្តដែលគ្មានទីបំផុតនេះ យើងមានឋានៈស្មើគ្នា, ខ្ពស់ជាងគ្នា, និងអន់ជាងគ្នានៅពេលណាមួយ។ អញ្ចឹង តើហេតុអ្វីយើងត្រូវព្រួយ-បារម្ភ?

បើអ្នកល្អចំពោះខ្លួនអ្នក, អ្នកក៏ល្អចំពោះអ្នកដទៃ។

បើអ្នកល្អចំពោះអ្នកដទៃ អ្នកក៏ល្អចំពោះខ្លួនអ្នកដែរ។

យុទ្ធសាស្ត្រដោះស្រាយជាមួយអ្នកបង្កបញ្ហា

វាជារឿងមួយដែលត្រូវតែដឹងថា អ្នកជាមនុស្សមានទំនួលខុសត្រូវចំពោះបញ្ហាទាំងឡាយដែលកើតមានដល់អ្នកនៅគ្រប់ពេលវេលា។ នេះជារឿងគួរតែដឹងមួយទៀត ដែលថា អ្នកត្រូវតែយកឈ្នះនូវចលាចលដែលកើតចំពោះអ្នក តាមរយៈមនុស្សផ្សេងៗ និងកាលៈទេសៈ។

អ្នកត្រូវតែរៀនដោះស្រាយជាមួយបុគ្គលដែលបង្កបញ្ហា និងជនទុច្ច-រិតទាំងឡាយ។ ពួកគេក៏ជាមនុស្ស ហេតុនេះពួកគេក៏ច្បាស់ជាបត់បែនសម្រប សម្រួលតាមបែបបទសាសនា។ អ្នកត្រូវតែព្យាយាមគ្រប់វិធីសាស្ត្រ ដើម្បីកែតម្រូវពួកគេជាជាងធ្វើព្រងើយកន្តើយ។ ប្រសិនបើ អ្នកមានសមត្ថភាពល្មមគ្រាន់ ក្នុងការទប់ទល់នឹងឥទ្ធិពលអាក្រក់របស់គេ អញ្ចឹងអ្នកក៏គ្មានហេតុផលណាមួយក្នុងការចៀសវាងពីការទំនាក់ទំនងជាមួយគេដែរ។ តាមរយៈការរាប់អានរបស់អ្នកជាមួយជនទុច្ចរិត អ្នកអាចមានឥទ្ធិពលច្រើនសម្រាប់កែតម្រូវគេ។ ចូរចងចាំថា នេះជាការយល់ដឹងរបស់អ្នក ក្នុងការការពារអ្នកពីជនទុច្ចរិតនោះ ហើយធ្វើឱ្យអ្នកមានឥទ្ធិពលលើពួកគេ ដើម្បីទាញមករកផ្លូវល្អវិញ។ នេះជាបញ្ញាដែលនឹងការពារអ្នក និងជួយដល់អ្នកដទៃ។

អ្នកត្រូវតែយល់ថា ប្រសិនបើបុគ្គលណាម្នាក់ធ្វើអ្វីមួយចំពោះអ្នកដោយសារតែភាពអវិជ្ជា និងការយល់ខុសរបស់គាត់ ហើយនេះជាពេលវេលាសម្រាប់អ្នកដើម្បីបង្ហាញនូវបញ្ញា, ការយល់ដឹង, មុទិតា, វប្បធម៌, និងឥរិ-យាបថសាសនារបស់អ្នក។ តើត្រូវប្រើចំណេះដឹង និងវិជ្ជាសាសនារបស់អ្នកដោយរបៀបណា ប្រសិនបើអ្នកមិនបានធ្វើអាកប្បកិរិយាជាមនុស្សដែលមានវប្បធម៌នៅពេលត្រូវការ?។ ពេលបុគ្គលណាម្នាក់ធ្វើខុសចំពោះអ្នក អ្នកត្រូវចាត់ទុកថា ជាឱកាសដ៏ល្អសម្រាប់រូបអ្នកក្នុងចម្រើនខន្តី និងបញ្ញា របស់អ្នក។

សេចក្ដីអត់ធ្មត់ និងការអប់រំ គឺជាគុណធម៌ដ៏ឧត្តមដែលមនុស្សគ្រប់រូបត្រូវតែចម្រើន។ ដរាបណា អ្នកប្រតិបត្តិនូវគុណធម៌នេះកាន់តែច្រើន ពេលនោះ អ្នកក៏រក្សានូវសេចក្ដីថ្លៃថ្នូរបស់អ្នកកាន់តែប្រសើរឡើង។ អ្នកត្រូវតែដឹងពីការប្រើប្រាស់នូវគុណធម៌ទាំងនេះ ហើយវានឹងជួយរំដោះអ្នកឱ្យចេញផុតពីសេចក្ដីសោកសៅ, សេចក្ដីទុក្ខ, និងចលាចលជីវិតទាំងឡាយ។ ពេលខ្លះអ្នកត្រូវឆ្លងកាត់មនុស្ស ដែលឆក់ឱកាសទាញយកផលប្រយោជន៍នៃការអត់ធ្មត់របស់អ្នក។ នេះជាពេលវេលាដែលអ្នកត្រូវធ្វើប្រកបដោយបញ្ញា។ អ្នកត្រូវប្រើប្រាស់បញ្ញា។ ចូរចងចាំថា ការសន្ដោស, សេចក្ដីអត់ធ្មត់, និងបញ្ញា របស់អ្នក មានថាមពលខ្លាំងបំផុត ទៅលើគូរសត្រូវរបស់អ្នក ក្នុងការបង្ហាញពួកគេឱ្យដឹង ថា ពួកគេកំពុងតែធ្វើដំណើរក្នុងផ្លូវខុសហើយ។

ខន្តិ គឺល្វីងជូរចត់ណាស់ ប៉ុន្តែផលរបស់វាផ្អែម,
យើងត្រូវតែប្រតិបត្តិសីលធម៌នេះប្រកបដោយបញ្ញា។

ការអភ័យទោស និងការបំភ្លេច

អ្នកត្រូវយល់ថា ការសងសឹកទៅលើបុគ្គលបង្កបញ្ហា បានត្រឹមតែបង្កបញ្ហា និងផលលំបាកកាន់តែច្រើនថែមទៀតប៉ុណ្ណោះ។ អ្នកត្រូវដឹងថា គំនិតនិងសកម្មភាពអវិជ្ជមាន នាំមកនូវការខូចខាត និងសេចក្ដីទុក្ខដល់អ្នក និងបុគ្គលអ្នកបង្កបញ្ហា។ ដើម្បីសងសឹក អ្នកត្រូវតែមានសេចក្ដីក្រេវក្រោធ នៅក្នុងដួងចិត្តរបស់អ្នក។ ទោសៈនេះ គឺបីដូចជាថ្នាំពិសដែលចាក់ទៅក្នុងខ្លួន

បុគ្គលអ្នកបង្កបញ្ហា យ៉ាងដូច្នោះឯង។ ប៉ុន្តែ ចាប់តាំងពីថ្នាំពិសនេះ កើតនៅក្នុងរាងកាយរបស់អ្នក វាពិតជាធ្វើទុក្ខទោសដល់អ្នក មុនពេលដែលវាបំផ្លាញអ្នកដទៃទៀត។ មុននឹងអ្នកគប់លាមកគោដាក់នរណាម្នាក់ វាប្រាកដជាប្រឡាក់ខ្លួនអ្នក។ អាកប្បកិរិយារបស់អ្នកក៏ដូចគ្នានឹងសកម្មភាពរបស់ជនពាលដែរ។ មិនមានលក្ខណៈណាខុសគ្នា រវាងអ្នកនិងជនទុច្ចរិតឡើយ។ ដោយការក្រោធខឹងនឹងអ្នកដទៃ វាហាក់បីដូចជាអ្នកផ្ដល់អំណាចដល់ពួកគេ មកគ្របដណ្ដប់អ្នកដូច្នោះ។ អ្នកមិនអាចដោះស្រាយបញ្ហារបស់អ្នកបានទេ។ ប្រសិនបើ អ្នកខឹងនឹងបុគ្គលណាម្នាក់ ហើយបុគ្គលនោះបែរជាញញឹមដាក់វិញ នោះអ្នកនឹងក្លាយជាមនុស្សបរាជ័យយ៉ាងធ្ងន់ធ្ងរបំផុត។ ព្រោះតែគាត់មិនសហការជាមួយអ្នក ដើម្បីបំពេញបំណងរបស់អ្នក ហេតុនោះគាត់ជាអ្នកមានជោគជ័យ តែអ្នកជាបុគ្គលបរាជ័យ។ ព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធទ្រង់ត្រាស់សម្ដែងថា:

បណ្ដាពួកមនុស្សដែលមានពៀរវេរានឹងគ្នា ពួកយើងឥតមានពៀរវេរារស់នៅជាសុខសប្បាយស្រួលហ្ន៎, បណ្ដាមនុស្សដែលមានពៀរវេរា នឹងគ្នា ពួកយើងរស់នៅឥតមានពៀរវេរានឹងគ្នា។

ប្រហែលជា អ្នកមិនមានថាមពលគ្រប់គ្រាន់ដើម្បីស្រឡាញ់រាប់អានជនជាសត្រូវរបស់អ្នកទេ ប៉ុន្តែ សម្រាប់សេចក្ដីសុខុមាលភាព និងសុភមង្គលផ្ទាល់ខ្លួនរបស់អ្នក យ៉ាងហោចណាស់អ្នកត្រូវតែរៀនអត់ឱនទោស និងបំភ្លេចចោល។

ដោយមិនក្រោធខឹង ឬមិនវាយប្រហារតបចំពោះបុគ្គលបង្កបញ្ហារបស់អ្នក នេះមានន័យថា អ្នកកំពុងតែដើរតួជាបណ្ឌិត និងជាមនុស្សដែលមាន

ការអប់រំល្អ។ ដើម្បីធ្វើយ៉ាងហ្នឹងបាន អ្នកត្រូវយល់ថា អ្នកដទៃត្រូវលោភៈ ទោសៈ ឥស្សាការច្រណែន ឬអវិជ្ជាពង្វក់ហើយ។ គាត់ក៏មិនមែនផ្សេងប្លែកពីមនុស្សដទៃ នៅពេលណាមួយ ត្រូវឈ្លក់វង្វេងនឹងដួងចិត្តអវិជ្ជមានដូចគ្នានេះដែរ។ នៅពេលមួយព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធទ្រង់ត្រាស់ថា:

ជនទុច្ចរិតទាំងឡាយមិនមែនកាចសាហាវយង់ឃ្នងពីធម្មជាតិទេ។
ពួកគេធ្វើនូវអំពើអាក្រក់ ព្រោះតែពួកគេល្ងង់ខ្លៅប៉ុណ្ណោះ។

យើងមិនគួរគប្បីជេរពួកគេឡើយ។ វាមិនមែនជាមធ្យោបាយដ៏ល្អក្នុងផ្តន្ទាទោសគេ ឱ្យទទួលរងនូវសេចក្តីទុក្ខថែមមួយកំរិតទៀតនោះ។ ផ្ទុយទៅវិញ យើងគួរតែព្យាយាមកែតម្រូវពួកគេ។ យើងគប្បីព្យាយាមពន្យល់ពួកគេថា ពួកគេធ្វើយ៉ាងនេះខុសទេ។ ដោយសារការយល់ដឹងនេះ អ្នកអាចព្យាបាលគេ បីដូចជាអ្នកជម្ងឺដែលកំពុងតែរងទុក្ខពីជម្ងឺ យ៉ាងដូច្នោះឯង។ ប្រសិនបើ អ្នកអាចជួយកម្ចាត់នូវហេតុដែលនាំឱ្យមានជម្ងឺបាន នោះអ្នកជម្ងឺនឹងជាសះស្បើយ ហើយមនុស្សគ្រប់រូបក៏សប្បាយរីករាយផងដែរ។

ឧត្តមជីវិតត្រូវជំរុញចិត្តដោយមេត្តា ហើយនឹងនាំផ្លូវដោយបញ្ញា។

ប្រសិនបើ បុគ្គលណាម្នាក់ធ្វើអ្វីមួយខុសចំពោះអ្នក ដោយសារភាពអវិជ្ជា ឬការយល់ខុសរបស់គាត់ អញ្ចឹងទេ វាជាឱកាសដ៏ល្អសម្រាប់អ្នកក្នុងការផ្សាយមេត្តាធម៌ និងការយល់ដឹងដល់ជនទុច្ចរិតនេះ។ នៅថ្ងៃណាមួយគាត់នឹងភ្ញាក់រលឹកដឹងនូវទោសកំហុសរបស់គាត់ ហើយបោះបង់នូវទំលាប់អាក្រក់របស់គាត់ចោលជាក់ជាមិនខាន។ ដូច្នេះ នេះជាការប្រសើរបំផុត ក្នុងការផ្តល់ឱកាសដល់គាត់ឱ្យក្លាយជាមនុស្សល្អ។ ប្រសិនបើ អ្នកអាចផ្សាយ

មេត្តាធម៌ដល់បុគ្គលទុច្ចរិត ហេតុនេះ នៅថ្ងៃណាមួយគាត់នឹងប្តូរទៅជាមនុស្សល្អវិញ។ ព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធទ្រង់ត្រាស់ថា:

ធម្មតាពៀរទាំងឡាយក្នុងលោកនេះ មិនដែលស្ងប់រម្ងាប់ដោយការ
ចងពៀរឡើយ, តាមការពិត ពៀរទាំងឡាយតែងស្ងប់រម្ងាប់ដោយការមិន
ចងពៀរ, នេះជាធម៌ចាស់ មានយូរណាស់មកហើយ។

ប្រសិនបើ អ្នកប្រកាន់ខ្ជាប់នូវវិធីសាស្រ្តផ្សាយមេត្តាធម៌ ហេតុនោះគ្មានការបៀតបៀនណាកើតដល់អ្នកឡើយ នៅពេលអ្នកព្យាយាមកែតម្រូវជនទុច្ចរិត។ វិធីសាស្រ្តនេះ នឹងជួយអ្នកឱ្យដល់ទីបំផុតទុក្ខទាំងផ្លូវកាយ ទាំងផ្លូវចិត្ត។ ជីវិតមានន័យថា ជាកិច្ចសន្យា បីដូចការដកដង្ហើមចេញចូល ដូច្នោះឯង។ បុគ្គលណាមិនយល់ពីរឿងនេះ តែងទទួលនូវបញ្ហា ហើយត្រូវប្រឈមមុខនឹងផលលំបាកក្នុងការរស់នៅរបស់គេ។

ប្រសិនបើ បុគ្គលណាម្នាក់ប្រព្រឹត្តិខុសចំពោះអ្នកជាច្រើនលើកច្រើន-សា តែអ្នកជាមនុស្សឆ្លាត ហើយព្យាយាមកែតម្រូវគាត់គ្រប់ពេលដែលគាត់មានកំហុស។ ចូរព្យាយាមប្រតិបត្តិនូវអនុសាសន៍ដ៏ឧត្តម ដែលទ្រង់ត្រាស់សម្តែងទុកមក ដោយព្រះពុទ្ធដែលតែងតែឆ្លើយតបនូវអំពើល្អចំពោះជនទុច្ច-រិតវិញ។ ព្រះអង្គទ្រង់ត្រាស់ថា:

អំពើអាក្រក់កើតឡើងចំពោះ តថាគតប៉ុណ្ណា, សេចក្តីល្អដែលផ្សាយចេញពី
តថាគតក៏មានច្រើនជាងនោះទៅទៀត។

មនុស្សខ្លះ គិតថា នេះមិនចាំបាច់ធ្វើល្អតបទៅបុគ្គលអាក្រក់ទេ។ ចូរសាកល្បងខ្លួនអ្នក។ ប្រសិនបើ អ្នកយល់ថា វាពិបាកក្នុងការធ្វើល្អត្រឡប់ទៅ

បុគ្គលអាក្រក់ ដូច្នេះ អ្នកនៅអាចប្រព្រឹត្តិនូវអំពើថ្លៃថ្នូរដល់ខ្លួនអ្នក និងអ្នកដទៃ ដោយមិនប្រព្រឹត្តិអំពើអាក្រក់ដាក់បុគ្គលអាក្រក់។

ភាពទន់ភ្លន់ផ្អែមល្ហែម ជាតម្រូវការសម្រាប់បុគ្គលមិនមានបញ្ញា។

យើងទាំងអស់គ្នាជាមនុស្ស

មនុស្សសត្វទាំងអស់មានភាពទន់ខ្សោយ ហើយងាយនឹងមានកំហុសណាស់។ មនុស្សគ្រប់រូបមានភាពទន់ខ្សោយមកពីលោភៈ, ទោសៈ, និងមោហៈ។ ភាពទន់ខ្សោយទាំងនេះមាននៅជាប់មនុស្សសត្វក្នុងកំរិតផ្សេងៗពីគ្នា។ ដរាបណា អ្នកមិនទាន់សម្រេចធម៌ ឬជាព្រះអរហន្ត ការលើកលែងទោសក៏មិនមានឡើយចំពោះអ្នក។

មនុស្សមិនដែលផ្អែតផ្អន់នឹងជីវិតរបស់ពួកគេទេ
ហើយក៏មិនដែលស្វែងរកនូវខ្លឹមសារជីវិតដែរ
សូម្បីតែក្រោយពីសម្រេចបាននូវពិភពលោកទាំងមូលហើយក៏ដោយចុះ។

ឥឡូវយើងចូរក្រឡេកមើលឱ្យកាន់តែជិត នូវភាពទន់ខ្សោយនៃមោហៈ ឬអវិជ្ជា មនុស្សត្រូវគ្របដណ្តប់ដោយភាពអវិជ្ជា។ ចិត្តរបស់គាត់ គឺពោរពេញដោយចលាចល, សេចក្តីលំបាកលំបិន, និងភាពអន្ធការ។ ដោយសារភាពអវិជ្ជា មនុស្សបង្កឱ្យមានសេចក្តីទុក្ខ ហើយគាត់ចែកចាយសេចក្តីទុក្ខនេះដល់អ្នកដែលនៅពីក្រោយទៀត។ សេចក្តីសោកសៅ និងសេចក្តីព្រួយបារម្ភ

ដែលកើតចំពោះមនុស្ស គឺពិព្រោះតែល័ក្ខខ័ណ្ឌលោកីយ៍, ការគ្មានតុល្យភាពផ្លូវចិត្ត, ការមិនអប់រំចិត្ត និងការប្រព្រឹត្តអំពើអសីលធម៌។

នៅក្នុងលោកនេះ គ្មានបុគ្គលណាម្នាក់បរិសុទ្ធទេ។ មនុស្សម្នាក់ៗតែងប្រព្រឹត្តិអំពើអកុសលដោយចេតនា និងអចេតនា។ តើអ្នកគិតថា អ្នកអាចរួចផុតពីបាបដោយរបៀបណាទៅ? ។

សេចក្តីភ័យខ្លាច និងសេចក្តីព្រួយបារម្ភសាបសូន្យទៅបាន
ដរាបណាអវិជ្ជាត្រូវបានកម្ចាត់បង់ចោលដោយបញ្ញា។

ប្រសិនបើ អ្នកយល់ពីធម្មជាតិពិតនៃភាពទន់ខ្សោយ ដែលមាននៅក្នុងចិត្តមនុស្សលោក អ្នកក៏ប្រាកដជាគ្មានហេតុផលណាមួយ ក្នុងការត្អូញត្អែរពីសេចក្តីទុក្ខ និងសេចក្តីសោយសោករបស់អ្នកដែរ។ អ្នកនឹងមានសេចក្តីក្លាហាន ក្នុងការប្រឈមមុខ ហើយនឹងអត់ធ្មត់នូវរាល់សេចក្តីសោកសៅ, សេចក្តីព្រួយ បារម្ភ, និងសេចក្តីទុក្ខទាំងពួង ដែលកើតឡើងចំពោះអ្នក។

គ្មានអ្វីមួយកើតឡើងចំពោះមនុស្សឡើយ
បើអ្វីនោះមិនស្ថិតជាមួយមនុស្សទេ។

<u>ពាក្យគួររិះគិត!</u>

មនុស្សទុជិន និយាយពាក្យពីរោះគួរជាទីពេញចិត្ត តែមិនត្រូវយកជាហេតុមកធ្វើសេចក្តីស្និទ្ធស្នាល ព្រោះតែសំដីពីរោះនោះទេ ប្រៀបដូចទឹកឃ្មុំជាប់នៅចុងអណ្តាត ក្នុងចិត្តពេញដោយពិសពុលដ៏ក្តៅក្រហាយរោលរាល។

សេចក្ដីស្រឡាញ់របស់មាតាបិតា

អ្នកមានទំនួលខុសត្រូវចំពោះមនុស្សទាំងឡាយ និងចិញ្ចឹមបីបាច់កូនផ្ទាល់របស់អ្នក។ ប្រសិនបើ កូននោះកើតមកមានកំលាំងពលំល្អ, សុខភាពល្អ, និងជាពលរដ្ឋល្អ វាជាលទ្ធផលនៃការប្រឹងប្រែងរបស់អ្នក។ ប្រសិនបើ កូននោះធំពេញវ័យក្លាយជាជនល្មើស អ្នកក៏ត្រូវតែចេញមុខទទួលខុសត្រូវដែរ។ សូមកុំស្ដីបន្ទោសអ្នកដទៃឱ្យសោះ។ ក្នុងនាមជាមាតាបិតា វាជាកាតព្វកិច្ចរបស់អ្នក ក្នុងការណែនាំកូនឱ្យដើរតាមផ្លូវត្រូវ។

ក្មេងនៅក្នុងវ័យភ្លើតភ្លើន (ឈាមរាវ) កូនត្រូវការសេចក្ដីស្រឡាញ់ថ្នាក់ថ្នម, ថែរក្សា, និងការយកចិត្តទុកដាក់ពីមាតាបិតា។ បើមិនមានសេចក្ដីស្រឡាញ់ និងការណែនាំរបស់មាតាបិតាទេ កូននឹងត្រូវជួបឧបសគ្គ ហើយនឹងយល់ថា ពិភពលោកនេះជាកន្លែងដែលធ្វើឱ្យឡប់ស្មារតីក្នុងការរស់នៅ។ ទោះជាយ៉ាងណា ការបង្ហាញនូវសេចក្ដីស្រឡាញ់, ការថែទាំ, និងការយកចិត្តទុកដាក់របស់មាតាបិតា មិនមែនមានន័យថា ត្រូវតែបំពេញបំណងគ្រប់ការទាម-ទាររបស់កូន ឬក៏ហេតុផលណាផ្សេងនោះឡើយ។ ការថ្នាក់ថ្នមកូនហួសហេតុពេក នឹងធ្វើឱ្យកូនទំរើស។ ក្នុងការបង្ហាញនូវសេចក្ដីស្រឡាញ់ និងការថ្នាក់ថ្នមមាតាគួរគប្បីតឹងរឹង និងរឹងមាំចំពោះការច្រឡោតខឹងរបស់កូន។ ការតឹងរឹងនិងរឹងមាំនេះ មិនមែនមានន័យថា ជាការគំរោះគំរើយដាក់កូននោះទេ។ ចូរបង្ហាញនូវសេចក្ដីស្រឡាញ់ប្រកបព្រមដោយវិន័យ ពេលនោះកូនយល់បាន។

ជាអកុសល ក្នុងចំណោមមាតាបិតាសព្វថ្ងៃនេះ សេចក្ដីស្រឡាញ់របស់មាតាបិតាមានតិចតួចណាស់។ ការឈ្លក់វង្វេងទៅនឹងសម្ភារៈនិយម ជាហេតុធ្វើឱ្យមាតាទាំងឡាយចូលរួមជាមួយស្វាមីរបស់ពួកគេ, ចំណាយពេលវេលាធ្វើការ-ងារនៅការិយាល័យ និងហាង ច្រើនជាងចំណាយពេលវេលានៅផ្ទះថែរក្សាកូន។ កូនត្រូវទុកផ្ញើនឹងញាតិ ឬអ្នកបម្រើ ជាហេតុធ្វើឱ្យពួកគេខ្វះភាពកក់ក្ដៅបដិសេធនូវសេចក្ដីស្រឡាញ់ និងការថែរក្សាដោយមាតាបិតា។ មាតាដែលមានការសោកស្ដាយអំពីភាពខ្វះការយកចិត្តទុកដាក់របស់ខ្លួន ចំពោះកូនបានព្យាយាមផ្គាប់ផ្គុនកូន ដោយឱ្យវត្ថុគ្រប់បែបយ៉ាង តាមការទាមទាររបស់កូន។ ទង្វើបែបនេះហើយដែលធ្វើឱ្យកូនទំរើស។ ការឱ្យរបស់លេងទាំងឡាយដល់កូន មានដូចជា រថក្រោះ, កាំភ្លើងម៉ាស៊ីន, កាំភ្លើងខ្លី, ដាវ, និងការល្បួងចិត្តយ៉ាងហ្នឹង គឺមិនមែនជាចិត្តសាស្ត្រដ៏ល្អទេ។ ពួកគេកំពុងតែបង្រៀនកូនពីការបំផ្លិចបំផ្លាញវិញ មិនមែនជាការបង្រៀនអំពីការធ្វើល្អ, សេចក្ដីករុណា, និងការជួយសង្គ្រោះនោះទេ។ ការមើលកូនជាមួយនឹងរបស់លេងបែបនេះ គឺមិនមែនជាការជំនួសសេចក្ដីស្រឡាញ់ និងការយកចិត្តទុកដាក់របស់មាតានោះឡើយ។ សេចក្ដីស្រឡាញ់ និងការណែនាំរបស់មាតាបិតាគ្មានន័យ ដូច្នេះមិនមានអ្វីគួរឱ្យភ្ញាក់ផ្អើលទេ ប្រសិនបើ កូននោះពេញវ័យឡើងក្លាយជាក្មេងពាល។ ដូច្នេះតើត្រូវស្ដីបន្ទោសនរណា? ពិតជាត្រូវស្ដីបន្ទោសមាតាបិតា។ ជាពិសេសទៅទៀត មាតាធ្វើការពេញមួយថ្ងៃ នៅក្នុងការិយាល័យ ហើយត្រូវធ្វើការផ្ទះជាច្រើន ពិតជាមិនអាចរកពេលសម្រាប់កូន ដែលកំពុងតែត្រូវការសេចក្ដីស្រឡាញ់ថ្នាក់ថ្នមរបស់គាត់។

ក្នុងការដណ្ដើមសិទ្ធិស្មើគ្នាស្ត្រីភាគច្រើន ទំនងជាគិតថា ដំណោះស្រាយ គឺដើម្បីប្រកួតប្រជែងជាមួយបុរសនៅខាងក្រៅផ្ទះ។ ស្ត្រីជំពូកនេះគួរគប្បីផ្ដល់ដំបូន្មានកុំឱ្យមានកូនចៅអី។ វាជាភាពអាត្មានិយមបំផុត ដែលបង្កើតកូនមកនៅក្នុងលោកនេះ ហើយបោះបង់គ្នាចោល។ អ្នកត្រូវតែទទួលខុសត្រូវចំពោះអ្វីដែលអ្នកកសាង ពោលគឺអ្នកត្រូវទទួលខុសត្រូវក្នុងការមើលថែកូន មិនមែនបំពេញបំណងត្រឹមសម្ភារៈប៉ុណ្ណោះទេ ប៉ុន្តែ សំខាន់ជាងនោះទៅទៀត គឺផ្នែកស្មារតី និងចិត្តសាស្ត្រ។ ការផ្ដល់សេចក្ដីសុខផ្នែកសម្ភារៈ គឺជាជំហានទី២ ធៀបទៅនឹងការផ្ដល់នូវសេចក្ដីស្រឡាញ់ និងការយកចិត្តទុកដាក់ថែរក្សា។ យើងដឹងហើយថា មនុស្សជាច្រើនក្នុងគ្រួសារក្រីក្រ ដែលបានចិញ្ចឹមកូនរបស់គេបានល្អ ដោយសេចក្ដីស្រឡាញ់ច្រើន។ រីឯគ្រួសារអ្នកមានវិញបានផ្ដល់នូវសេចក្ដីសុខខាងសម្ភារៈដល់កូនរបស់គេ ប៉ុន្តែ សេចក្ដីស្រឡាញ់គ្មានខ្លឹមសារបែបនេះបានធ្វើឱ្យកូនទាំងនេះពេញវ័យឡើងគ្មានស្មារតី និងសីលធម៌សោះ។

ស្ត្រីមួយចំនួនទៀត គិតថា ការអប់រំពួកគេឱ្យផ្ដោតអារម្មណ៍តែកិច្ចការគ្រួសារ គឺថោកទាប ហើយអភិរក្សនិយមពេក។ ជាការពិតហើយ ដែលថាកាលពីអតីតកាល គេចាត់ទុកស្ត្រីយ៉ាងអន់បំផុត ប៉ុន្តែរឿងនេះ គឺដោយសារតែភាពអវិជ្ជារបស់បុរស ច្រើនជាងភាពទន់ខ្សោយជាប់មកជាមួយ ក្នុងការមានទស្សនៈស្ត្រីមានតួនាទីត្រឹមតែថែកូន។ ពាក្យសំស្ក្រឹត "គ្រុហិនិ" មានន័យថា "មេផ្ទះ"។ តាមពិត មិនមែនសំដៅថា ស្ត្រីគឺជាហីនភេទទេ។ ផ្ទុយទៅវិញ

វាមានន័យថា ការបែកចែកតួនាទីសម្រាប់បុរស និងស្ត្រី។ នៅក្នុងប្រទេសជប៉ុន ស្វាមីមួយចំនួនប្រគល់លុយទាំងអស់ទៅប្រពន្ធដែលជាអ្នកគ្រប់គ្រងកិច្ចការផ្ទះ។ បញ្ហានេះ ធ្វើឱ្យបុរសនៅទំនេរពីការគិតទៅលើអ្វីដែលគាត់ត្រូវធ្វើយ៉ាងពិសេស។ ដោយសារគ្រួសារនីមួយៗយល់ច្បាស់ពីតួនាទីរបស់ខ្លួន ហេតុនេះមិនមានការឈ្លោះប្រកែកទាស់តែងគ្នាកើតឡើង ហើយបរិយាកាសក្នុងគ្រួសារក៏ប្រកបតែសន្តិភាព សុភមង្គល ជាកន្លែងកូនចៅពេញវ័យជាមនុស្សល្អ។

តាមពិត ស្វាមីត្រូវតែយល់ថា ភរិយារបស់ខ្លួនថែរក្សាកូនបានល្អ, ត្រូវសុំយោបល់នាងលើការសម្រេចចិត្តគ្រួសារ, សមល្មមមានសេរីភាពក្នុងការអភិវឌ្ឍន៍បុគ្គលិកលក្ខណៈរបស់នាង, ដើម្បីមានពេលទំនេរក្នុងការតាមរកចំណូលរបស់នាងជាដើម។ ក្នុងករណីនេះ ស្វាមី និងភរិយាមានទំនួលខុសត្រូវស្មើគ្នា ចំពោះកិច្ចការងារគ្រួសាររបស់គេ ហើយមិនមែនជាការប្រកួតប្រជែងគ្នាទេ។

មាតាគួរគប្បីថ្លឹងថ្លែងដោយប្រុងប្រយ័ត្នថា តើនាងគួរបន្តជាមាតាធ្វើការងារ ឬក៏ជាមេផ្ទះដែលផ្ដល់នូវសេចក្ដីស្រឡាញ់ និងការថែរក្សាចំពោះសុខុមាលភាពកូនរបស់នាងដែលធំពេញវ័យ។ ដោយឡែកមាតាសម័យទំនើបខ្លះ កំពុងតែហុចកាំភ្លើង និងឧបករណ៍សម្លាប់ដទៃទៀត ពេលពួកគេឱបក្រសោបស្រឡាញ់កូនរបស់ពួកគេ ហើយហ្វឹកហាត់ពួកគេឱ្យក្លាយជាមនុស្សល្អ និងជាពលរដ្ឋគោរពច្បាប់។

និន្នាការ និងអាកប្បកិរិយានៃមាតាដែលធ្វើការងារទាំងឡាយចំពោះកូនប្រុសស្រីទាំងពួង ទោរទន់ទៅរកសេចក្តីស្រឡាញ់កូនដែលមានកិត្តិយសដែលកូនគិតរំពឹងការបង្ហាញពីមាតាបិតា។ ការជំនួសបំបៅកូននឹងទឹកដោះសុទ្ធដោយទឹកដោះកំប៉ុង ក៏ជាហេតុមួយផ្សេងទៀតសម្រាប់ការកាត់បន្ថយសេចក្តីស្រឡាញ់រវាងម្តាយនិងកូនដែរ។ រហូតមកដល់ពេលនេះ នៅពេលមាតាធ្លាប់បំបៅកូនដោយទឹកដោះខ្លួន និងក្រសោបឱបកូនដោយរង្វង់ដៃសេចក្តីស្រឡាញ់រវាងមាតានិងកូន គឺមានទំហំធំធេងណាស់ ហើយឥទ្ធិពលមាតាមានទៅលើកូនសម្រាប់ក្លាយជាពលរដ្ឋល្អ ក៏រឹងរឹតតែមានច្រើនទៅទៀត។ នៅក្នុងកាលៈទេសៈបែបនេះ សេចក្តីស្រឡាញ់កូន, ភាពស្និទ្ធស្នាលគ្រួសារ និងការគោរព មិនមានការផ្លាស់ប្តូរទេ។ លក្ខណៈប្រពៃណីទាំងនេះ គឺសម្រាប់អំពើល្អ និងសេចក្តីល្អរបស់កូន។ វាអាស្រ័យទៅលើមាតាបិតាប៉ុណ្ណោះ ជាពិសេសមាតាផ្តល់ដល់ពួកគេ។ មាតាមានទំនួលខុសត្រូវចំពោះកូន ទាំងល្អទាំងចចេសរឹងរូស។ មាតាអាចកាត់បន្ថយនូវការប្រព្រឹត្តបទល្មើសរបស់កូន។ នៅក្នុងកំរិតខ្ពស់នៃការគិត អ្នកអាចឃើញបញ្ហាតាមសភាវៈរបស់វា មិនមែនដូចរូបអ្នកឡើយ។ បន្ទាប់មក អ្នកដឹងថា អ្នកជាមនុស្សដែលត្រូវទទួលខុសត្រូវគ្រប់អ្វីៗ ទាំងអស់។

បុគ្គលណារស់នៅប្រឆាំងនឹងធម្មជាតិ
ច្បាស់ជាត្រូវប្រឈមមុខចំពោះផលពិបាកទាំងផ្លូវកាយ ទាំងផ្លូវចិត្ត។

វិធីសាស្ត្រព្យាបាលជម្ងឺផ្លូវចិត្ត

នៅពេលណា សេចក្តីទុក្ខលំបាក និងបញ្ហាកើតឡើង មានមធ្យោបាយផ្សេងៗសម្រាប់អ្នក ក្នុងការរៀបចំចិត្តរបស់អ្នកដើម្បីកាត់បន្ថយបញ្ហា និង សេចក្តីទុក្ខផ្លូវចិត្ត។ ជាបឋម អ្នកត្រូវតែយល់ពីធម្មជាតិនៃពិភពលោកដែលអ្នករស់នៅនេះ។ អ្នកត្រូវភ្ញាក់រលឹកថា នៅក្នុងពិភពលោកនេះ គ្មានអ្វីបរិសុទ្ធ និងប្រព្រឹត្តិទៅយ៉ាងរលូននោះទេ។ ពិភពលោក គឺមិនមែនសុទ្ធតែជាសេចក្តីសប្បាយរបស់អ្នក។ អ្នកត្រូវតែត្រៀមខ្លួនជាស្រេចដើម្បីប្រឈមមុខនឹង សេចក្តីលំបាក និងបញ្ហាទាំងឡាយ ក្នុងជីវិតរស់នៅពីមួយថ្ងៃទៅមួយថ្ងៃ។ មិនមានពិភពលោកណា និងជីវិតណាគ្មានបញ្ហាឡើយ។

ប្រសិនបើ អ្នកមានកាមតណ្ហាខ្លាំងក្លា និងការជក់ចិត្តក្នុងការសេពសោយនូវលោកិយសុខនេះ អ្នកត្រូវតែបង់ថ្លៃទៅលើសេចក្តីឈឺចាប់ទាំងផ្លូវកាយ និងផ្លូវចិត្ត។ រឿងនេះ ប្រៀបធៀបទៅនឹងការបង់ថ្លៃជួលផ្ទះដែលអ្នកកំពុងប្រើប្រាស់ ពោលគឺការជួលផ្ទះសំដៅលើសេចក្តីទុក្ខ ទាំងផ្លូវកាយ និងផ្លូវចិត្ត ហើយចំណែកផ្ទះវិញ សំដៅលើរូបរាងកាយរបស់អ្នកដែលប្រើប្រាស់ជាបណ្តោះអាសន្ននេះឯង។ ដោយសាររូបរាងកាយ អ្នកសេពសោយនូវកាមសុខហើយ អ្នកក៏ត្រូវតែបង់ថ្លៃដល់វាផងដែរ។ នៅក្នុងពិភពលោកនេះ មិនមានអ្វីទំនេរទេ។

ទោះជាយ៉ាងណា ប្រសិនបើអ្នកមានបំណងប្រាថ្នាកម្ចាត់បង់ ឬរួចផុតពីសេចក្តីទុក្ខតាមផ្លូវកាយ និងផ្លូវចិត្ត អ្នកគួរតែព្យាយាមលះបង់នូវឥទ្ធិពលតណ្ហា និងកាមតណ្ហា។ ដរាបណា អ្នកនៅតែស្ថិតក្នុងប្រធាននៃឥទ្ធិពលតណ្ហា ហេតុនោះអ្នកក៏នៅតែស្ថិតក្នុងប្រធាននៃសេចក្តីទុក្ខ ទាំងផ្លូវកាយនិងផ្លូវចិត្ត។ ដើម្បីគេចចេញពីសេចក្តីទុក្ខផ្លូវកាយ និងផ្លូវចិត្ត ហើយនឹងសម្រេចបាននូវសេចក្តីសុខផ្លូវចិត្ត អ្នកត្រូវតែធ្វើការជ្រើសរើសរបស់អ្នក។ មិនមានផ្លូវពីរទេ។ ដូច្នេះ អ្នកមិនគួរគប្បីចោទប្រកាន់អ្នកដទៃ នៅពេលអ្នកជួបនូវបញ្ហាខណៈពេលអ្នកកំពុងតែសេពសោយនូវកាមសុខនេះ។

មធ្យោបាយមួយ ក្នុងការស្វែងរកនូវសេចក្តីធូរស្បើយជម្ងឺផ្លូវចិត្ត និងសេចក្តីមិនសប្បាយ គឺឈ្វេងយល់ពីទំហំសេចក្តីទុក្ខផ្ទាល់ខ្លួន និងសេចក្តីលំបាករបស់អ្នក តាមរយៈការដកស្រង់បទពិសោធន៍អ្នកដទៃ។ ពេលអ្នកមិនសប្បាយ អ្នកមានអារម្មណ៍ថា ពិភពលោកនេះប្រឆាំងនឹងអ្នក។ អ្នកគិតថា អ្វីគ្រប់យ៉ាង នៅជុំវិញអ្នកហាក់បីដូចជាដួលរលំ។ អ្នកគិតថា ទីបំផុតនៃផ្លូវនេះ គឺជិតបង្ហើយណាស់។ ទោះជាយ៉ាងណា អ្នកព្យាយាមប្រមូលទុកនូវបញ្ហា និងព្យាយាមគិតរាប់ ពីសេចក្តីសុខសុភមង្គលរបស់អ្នក អ្នកនឹងយល់ថា អ្នកប្រសើរជាងមនុស្សជាច្រើនទៀត។ អ្នកប្រហែលជាធ្លាប់ឮភាសិតមួយ ថា "ខ្ញុំត្អូញត្អែរថា ខ្ញុំគ្មានទ្រនាប់ជើង ដរាបណាខ្ញុំបានជួបនឹងបុគ្គលគ្មានជើង"។ ជារួមទៅ អ្នកប្រព្រឹត្តិល្មើសនឹងសេចក្តីលំបាក និងបញ្ហារបស់អ្នកហួសហេតុពេក។ បុគ្គលមួយចំនួនទៀត គឺអាក្រក់ជាងអ្នករាប់ពាន់ដង តែពួកគេមិនព្រួយបារម្ភ ហួសហេតុពេក។ បញ្ហាពិតជាមានមែន ហើយអ្នកគួរព្យាយាមដោះស្រាយបញ្ហាទាំងនេះ ជំនួសការព្រួយបារម្ភ និងបង្កឱ្យមានសេចក្តីតប់ប្រមល់ចិត្ត និងសេចក្តីឈឺចាប់។ ប្រជាជនចិនមានភាសិតមួយស្តីពីការដោះស្រាយបញ្ហា ថាៈ

ប្រសិនបើអ្នកមានបញ្ហាធំ ចូរព្យាយាមកាត់បន្ថយវាឱ្យនៅតូច។ តែប្រសិនបើអ្នកមានបញ្ហាតិចតួច ចូរកាត់ផ្តាច់កុំឱ្យមានតែម្តង។

មធ្យោបាយមួយទៀត ក្នុងការកែសម្រួលតាមសេចក្តីលំបាក និងបញ្ហារបស់អ្នក ហើយនឹងកាត់បន្ថយបញ្ហាទាំងនេះតាមទស្សនវិស័យខ្លួន គឺដើម្បីសង្ខេបអ្វីដែលអ្នកបានធ្វើកាលពីអតីតកាល ក្រោមកាលៈទេសៈដ៏អា-ក្រក់ មួយអន្លើដោយមធ្យោបាយដែលមាន ឆ្លងកាត់ការអត់ធ្មត់ និងសេចក្តីព្យាយាមឱ្យកាន់តែកើនឡើង ពេលនោះ អ្នកអាចពុះពារនូវសេចក្តីលំបាកបានពិតប្រាកដ។ ដោយការអនុវត្តបែបនេះ អ្នកនឹងមិនអនុញ្ញាតឱ្យសេចក្តីលំបាក និងបញ្ហាទាំងឡាយ ញាំញីរូបអ្នកបានទៀតទេ។ ផ្ទុយទៅវិញ អ្នកនឹងអាចដោះស្រាយបាន មិនថាបញ្ហាអ្វីដែលអ្នកប្រឈមមុខនោះឡើយ។ អ្នកគួរគប្បីដឹងថា អ្នកបានធ្វើដំណើរឆ្លងកាត់នូវស្ថានភាពដ៏អាក្រក់ ហើយរលឹកទៀតថា អ្នកត្រូវត្រៀមខ្លួនជាស្រេចដើម្បីប្រឈមមុខនឹងបញ្ហា ពោលគឺអ្វីដែលអាចកើតមាន។ ដោយសារផ្នត់គំនិតបែបនេះ អ្នកនឹងមានភាពជឿជាក់លើខ្លួនឯង ហើយអាចប្រឈមមុខ និងដោះស្រាយនូវបញ្ហាអ្វីដែលបានកើតឡើងនៅក្នុងចិត្តរបស់អ្នក។

មនុស្សមិនមែនល្អស្មើគ្នានោះទេ

ជាធម្មតា មានការត្អូញត្អែរខ្លះៗពីមនុស្សដែលមិនធ្លាប់បង្កបញ្ហាដល់អ្នកដទៃ ពោលគឺពួកគេជាជនរងគ្រោះ ពិព្រោះល្បិចកលរបស់អ្នកដទៃ ដោយខ្លួនមិនមានកំហុសសោះ។ ពួកគេមានអារម្មណ៍កើតទុក្ខ ព្រោះថា ពួកគេធ្វើអំពើល្អ តែបែរជាត្រូវគេធ្វើទុក្ខទោសដល់ខ្លួនដែលមិនមានទោសទៅវិញ។ ស្ថិតក្នុងកាលៈទេសៈបែបនេះ ជនរងគ្រោះមិនមានកំហុសត្រូវដឹង និងទទួលស្គាល់ថា ពិភពលោកនេះ មិនមែនបង្កើតឡើងដោយមនុស្សល្អមួយប្រភេទទេ ហើយ ក៏មិនមែនដោយមនុស្សអាក្រក់មួយប្រភេទដែរ និងមួយអន្លើដោយលក្ខណៈពិសេសណាមួយ ក៏មិនមែនឡើយ។ ជនគ្មានទោសគប្បីប្រឹក្សានឹងខ្លួនឯងថា គាត់ជាកម្មសិទ្ធិនៃអំពើល្អ ចំណែកឯអ្នករំខានសេចក្តីសុខសន្តិភាពរបស់គាត់ជាប្រភេទមនុស្សអាក្រក់ ហើយថា គាត់នឹងនៅតែត្រូវអត់ត្រាំជាមួយអំពើអាក្រក់របស់បុគ្គលជាជនទុច្ចរិតនេះ។

ស្រដៀងគ្នានេះ យើងលើកករណីនៃ "មនុស្សល្អ និងជាអ្នកបើកបរប្រុងប្រយ័ត្ន" និង "មនុស្សអាក្រក់បើកបរមិនប្រុងប្រយ័ត្ន"។ មនុស្សល្អ និងជាអ្នកបើកបរប្រុងប្រយ័ត្ន បង្កើនការប្រុងប្រយ័ត្នទុកជាមុនក្នុងការបើកបរដើម្បីចៀសវាងគ្រោះថ្នាក់។ ជានិច្ចកាល មនុស្សល្អ និងជាអ្នកបើកបរប្រុងប្រយ័ត្នជួបឧបទ្ទវហេតុដោយមិនមានទោសទេ ប៉ុន្តែដោយសារទោសកំហុសរបស់អ្នកបើកបរមិនប្រុងប្រយ័ត្ន។ ដូច្នេះ នៅក្នុងឱកាសបែបហ្នឹង មនុស្សល្អ

ត្រូវរងទុក្ខជំនួសអំពើល្អរបស់គេ ព្រោះមនុស្សអាក្រក់ និងធ្វេសប្រហែស បីដូចជាបុគ្គលអាក្រក់ និងអ្នកបើកបរមិនប្រុងប្រយ័ត្ន យ៉ាងនោះឯង។ ជាការពិត ពិភពលោកនេះមិនអាក្រក់ ហើយក៏មិនល្អដែរ។ វាបង្កើតទាំងអាក្រក់ទាំងល្អ, ទាំងពាល ទាំងបណ្ឌិត។ ដីឥដ្ឋដូចគ្នា វត្ថុអាក្រក់និងស្អាត, វត្ថុមានប្រយោជន៍ និងឥតប្រយោជន៍អាចត្រូវបានបង្កើតឡើង។ រីឯគុណភាពអាស្រ័យលើជាងឆ្នាំង មិនមែនអាស្រ័យលើដីឥដ្ឋទេ។ ក្នុងករណីនេះ ជាងឆ្នាំងគឺអ្នកហ្នឹងឯង។ អ្នកជាមនុស្សត្រូវទទួលខុសត្រូវនៅរាល់សេចក្តីសុខ ឬសេចក្តីទុក្ខផ្ទាល់ខ្លួនរបស់អ្នក។

សម្រេចបាននូវអ្វីដែលអ្នកស្វែងរក

ប្រសិនបើ អ្នកព្យាយាមអស់ពីសមត្ថភាព ដើម្បីយកឈ្នះសេចក្តីលំបាក ដោយការប្រតិបត្តិតាមដំបូន្មានដែលបានផ្តល់ក្នុងសៀវភៅនេះ អ្នកពិតជានឹងស្វែងរកឃើញនូវសន្តិភាព, សេចក្តីសុខ និងសាមគ្គីភាព ដែលអ្នកកំពុងតែស្វែងរក។ ប្រសិនបើ អ្នកតាមម្ចាស់ ឆ្កែនឹងមិនខាំអ្នកទេ។

អ្នកឈ្នះតែងប្រទះនូវពៀរ, អ្នកចាញ់វេទនាដេកជាទុក្ខ ។

បុគ្គលលះបង់ការឈ្នះ និងការចាញ់បាន រមែងរស់នៅជាសុខសប្បាយ ។

ចប់ដោយបរិបូរណ៍

ពិនិត្យកែសម្រួលខ្លឹមសារ និងអក្ខរាវិរុទ្ធដោយ

-ព្រះមហា **សឿង វុឌ្ឍី** សមណនិស្សិតថ្នាក់អនុបណ្ឌិត នៃសាកលវិទ្យាល័យ ពុទ្ធសាសនទូតថេរវាទអន្តរជាតិ ទីក្រុងរ៉ង្គូន សហភាពមីយ៉ាន់ម៉ា (ITBMU)

- ភិក្ខុ **ឆោម ម៉ៅ** សមណនិស្សិតថ្នាក់បរិញ្ញាបត្រនៃ ITBMU
- ភិក្ខុ **អ៊ុំ សត្ថា** សមណនិស្សិតថ្នាក់បរិញ្ញាបត្រនៃ ITBMU
- ភិក្ខុ **មួន វិចិត្រ** សមណនិស្សិតថ្នាក់បរិញ្ញាបត្រនៃ ITBMU
- សាមណេរ **ហាក់ សៀងហៃ** សមណនិស្សិតថ្នាក់បរិញ្ញាបត្រ ITBMU
- ភិក្ខុ **លាង សារ៉ាយ** សមណនិស្សិតថ្នាក់បរិញ្ញាបត្រ ITBMU
- ឧបាសក **ម៉ៅ វ៉ាន** ឧបាសិកា **ឆន់ សំបូរ** ជាទីប្រឹក្សាឯកអគ្គរាជទូតកម្ពុជា ប្រចាំសហភាពមីយ៉ាន់ម៉ា

ការីកុំព្យូទ័រដោយ

- ភិក្ខុ **ព្រហ្ម សំណាង** សមណនិស្សិតថ្នាក់បរិញ្ញាបត្រ ITBMU
- ភិក្ខុ **ផាល់ ចំរើន** សមណនិស្សិតថ្នាក់បរិញ្ញាបត្រ ITBMU
- សាមណេរ **សុខ ធាវី** សមណនិស្សិតថ្នាក់បរិញ្ញាបត្រ ITBMU

រចនាគ្រូបដោយ

- ភិក្ខុ **ស៊ុយ សុវណ្ណ** សមណនិស្សិតថ្នាក់បរិញ្ញាបត្រ ITBMU

+ បើលោកអ្នកចង់ផ្តល់ជាអនុសាសន៏ ឬមតិយោបល់

សូមទំនាក់ទំនងតាមអាសយដ្ឋាន:

E-mail: sovann4u@gmail.com

http://www.pannavaro-khmer.blogspot.com