



នគរបាល

របស់ព្រះពេជ្រោម-គណបណ្ឌិតហុក-សារណ្ឌ
អំពើធីរបស់ព្រះពុទ្ធសាលាតីរបការ
គិតិតិ និងសម្បជញ្ញា:

web site នៃ hoksavann.org

ថ្ងៃទី២៦ វិច្ឆិកា ២០០៥

សពិនិងសម្បជញ្ញា:ជាតិរបការ មានធមករោះប្រើប្រាស់ផ្លូវតាមត្រួតត្រូវការ
ទាំងផ្លូវលោកដីនឹងផ្លូវម៉ឺន ។ <សពិ> ប្រចាំ សេចក្តីរលីក ។ <សម្បជញ្ញា:> ប្រចាំ
សេចក្តីដីនឹងផលកំពុងអនុវត្តកិច្ចការ ។ តាមផ្លូវម៉ឺន សពិតិជាការលើកនូវសំពើ
ត្រូវយកដែលបានប្រើប្រាស់នឹងក្រុងនឹងមក ដែលជាកុណាទម្រូវការ ព្រមទាំងប្រើប្រាស់
បើដំពើដែលប្រើប្រាស់នឹងក្រុងនឹងមក ជាកំពើលូ ហើយនិងលោប់បង់នូវអំពើក្រោកកំចិនដី
ទៅឡើត ។ សម្បជញ្ញា:ដីនឹងផលកំពុងប្រព័ន្ធដី ។ ធម៌ទាំងពីរនេះជាភិបាលសំខាន់
ណាស់ ក្នុងការអប់រំឱ្យត្រូវបានលូ ។ ធម៌ទាំងពីរនេះជាភិបាលសំខាន់
មានទាំងពីរ ទីបាលសំបុរាណប្រយោជន៍បាន ។ ធម៌ទាំងពីរនេះបើអនុវត្តកិច្ចការផ្លូវលោក
ក្នុងដីរាតប្រចាំថ្ងៃមានប្រយោជន៍ណាស់ ។ សពិការលើកកិច្ចការដែលប្រើប្រាស់
ហើយ តើចំណុចលូតាលាស់ប្រុងបាន ។ ត្រូវរៀបចំដែលការជាថ្មី ហើយតុលាលូតាលាស់
ទៅ ពីទុកការពិតាការជាមេរោគ សំវាប់រៀបចំបច្ចុប្បន្ន ដើម្បីអនកតរង់រៀង ទាំងដែល
ការត្រួសោរ ទាំងដែលការប្រពេទ ។ សម្បជញ្ញា: ការដីនឹងផលិត ឧបករណីទីផ្សេងៗជាបុ
យពិមាណការ តើការងារនោះមានប្រយោជន៍ប្រុញបានប្រយោជន៍ទៅ ជាការទូទ្រិទបុ
សុចិតជាផើម ។ ហើយកបើកបច្ចុប្បន្ន ហើយតាលសម្បជញ្ញា:និងការក្រុចស្វារតី រច
យកតាមត្រូវការប្រើប្រាស់ ជាបុយការប្រើប្រាស់ប្រាកបខ្លួន មានទៅប្រើប្រាស់ជាផើម ។ ការខ្លះ
សពិនិងសម្បជញ្ញា:កិច្ចការប្រើប្រាស់តែខ្លួនហើយសោរកស្វាយជាប្រាកយ។ ដូចរៀងត្រី
រស់ក្នុងទទួលយកក្នុង ជាបុយដែលបាន តាមសំឡាល់ការប្រើប្រាស់ប្រាកបខ្លួនការប្រើប្រាស់
ប្រាកបខ្លួនដែលការប្រើប្រាស់ប្រាកបខ្លួន ព្រឹកស់ជីវិតនូវរោគលោតទៅក្នុងទីក្រុង តែ
ទៅ តាត់រៀងទៅយកអ្នក ដែលតាត់ក្រោងទរាយមករតព្រី ទន្ទាយក្នុងបាលទៅ

បាត់ទៅព្រៃត ឯកទិន្នន័យរុត្តាងឡើយ នេះការងារខ្លះសតិនិងសម្បជញ្ញា:ថាទន្សាយ-
យស៊ីភ្លើងអ្នក្រុត ។

ភ្លើងសតិបន្ទានស្ថ្រមានជិយាយថា សតិបន្ទានបែបចាប់ស្អារតិចចារ-
ណា, ពិចារណាដែលតាម គិតការទូលបរម្បណ៍ជាសុខជាទុក្រ ប្រព្រឹត្តទៅភ្លើងកាយជិង
ចិត្ត ពិចារណាស្ត្រវច្ឆិត្ត ពិចារណាស្ត្រវច្ឆុះ គិតការម្បណ៍ដើលកែតិភ្លើងចិត្ត ថា ត្រាន់តែជា
ជាតុ ពិមួនជាសម្បជាបុគ្គលមានសភាពសោះស្សែស្សែទេ ។ គិតការកំណត់ពិចារណា
ស្ត្រវច្ឆិត្តដើម្បីដោលការទាំងនេះ ។ គោរពមានជាតុបរមត្តបែបនេះ
បាងឡើយ ឬ៖ត្រាន់ត្រាន់វិយបុគ្គលមានសោតាបន្ទុបុគ្គលជាដើម ដើលមានញ្ហា
ណាទស្សែនេះ ទើបជិងភាពពិតនេះបាន ១៣០

