សតិបដ្ឋានមគ្គ

រៀបរៀងដោយ

ព្រះគ្រូធម្មសរមុនី **ឈុក យូ**

អនុគណ ស្រុកបាទី

គង់នៅវត្តទន្លេបាទី ឃុំទ្រាំង ខេត្តតាកែវ

បោះពុម្ពចែកជាធម្មទាន

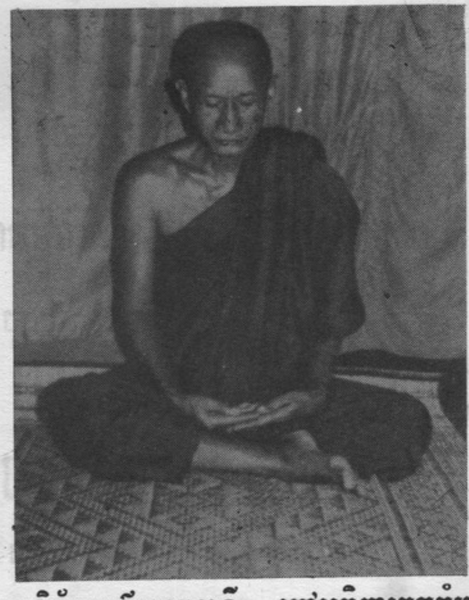
ដោយ

ង៉ោ អ៊ិចយូ និងគ្រួសារ ព្រមទាំងញាតិមិត្ត

ព.ស ២៥៣៨ គ.ស ១៩៩៥

ព្រះមង្គលទិព្វលោករង្សី
មេគណខេត្តតាកែវ លុក យុ

ព្រះគ្រូអាចារ្យ ស្រី នុត



ព្រះវិន័យធម៌ស្រុកបាទី ចៅអធិការវត្តចំបក់
ហិនមាស ពត់សរ បាទី តាកែវ ហួរ ហួន

សតិបដ្ឋានមគ្គ

រៀបរៀងដោយ

ព្រះគ្រូធម្មសារមុនី លុក យូ
អនុគណ ស្រុកបាទី
គង់នៅវត្តទន្លេបាទី ឃុំទ្រាំង ខេត្តតាកែវ

•••

បានចម្លង និងបោះពុម្ពឡើងវិញ
តាមច្បាប់បោះពុម្ពលើកទី ១ ឆ្នាំ១៩៦៤

•••

បោះពុម្ពចែកជាធម្មទាន
ចំនួន ២១០០ ច្បាប់
ដោយ
ង៉ោ អ៊ិចឃ្យូ និងគ្រួសារ ព្រមទាំងញាតិមិត្ត
ព.ស ២៥៣៨ គ.ស ១៩៩៥

សតិបដ្ឋានមគ្គ

ធម្មទាន

ព្រះគ្រូធម្មសរមុនី លុក យូ

អនុគណ ស្រុកបាទី

គង់នៅវត្តទន្លេបាទី ឃុំទ្រាំង ខេត្តតាកែវ

រួមជាមួយនឹង

លោកអាចារ្យ ស្រី-នុត ភិក្ខុ សេង-ប្បួន

មហាឧត្តមវិជ្ជា ចាប-ជុស

***

បោះពុម្ពលើកទី ១ ចំនួន ២០០០ ក្បាល

ព.ស ២៥០៦ - គ.ស ១៩៦៤

សេចក្តីប្រារព្ធ
ចំពោះការបោះពុម្ពឡើងវិញ

សៀវភៅឈ្មោះ « **សតិបដ្ឋានមគ្គ** » នេះ គឺជាស្នាព្រះហស្តរបស់ព្រះគ្រូធម្មសរមុនី លុក យូ អនុគណស្រុកបាទី ខេត្តតាកែវ ។ ព្រះអង្គបានរៀបរៀងសៀវភៅនេះ នៅឆ្នាំ ១៩៦៣ ហើយទាយក-ទាយិកាមួយក្រុម បានបោះពុម្ពចែកជាធម្មទាន ក្នុងឆ្នាំ ១៩៦៤ ។

នៅក្នុងឆ្នាំ ១៩៩៥ នេះ លោក ង៉ោ អ៊ុចយូ បានស្នើសុំការអនុញ្ញាតបោះពុម្ពសៀវភៅនេះឡើងវិញ ដើម្បីចែកជាធម្មទាន ។ ពុទ្ធសាសនបណ្ឌិត្យ, ដោយពិនិត្យឃើញថា សៀវភៅនេះជាឯកសារសំខាន់មួយជួយដល់ការសិក្សា និងប្រតិបត្តិយ៉ាងល្អប្រសើរនោះ, ទើបសំរេចអោយបោះពុម្ពផ្សាយជាថ្មីឡើងវិញ ក្នុងពពួកសៀវភៅ « សំរាប់ការសិក្សា និងប្រតិបត្តិពុទ្ធសាសនា ផ្នែកវិបស្សនាធុរៈ » ។

សូមសេចក្តីប្រាថ្នារបស់លោក ង៉ោ អ៊ុចយូ និងគ្រួសារ ព្រមទាំងញាតិមិត្តរបស់លោកបានសំរេចផលល្អ តាមបំណង ។

ភ្នំពេញ, ថ្ងៃទី ៩ ខែមីនា ឆ្នាំ ១៩៩៥

ពុទ្ធសាសនបណ្ឌិត្យ

ឧទ្ទិសកថា

ក្នុងនាមគ្រួសារ និងក្នុងនាមខ្ញុំផ្ទាល់ ខ្ញុំមានអារម្មណ៍រីករាយណាស់ និងមានកិត្តិយស ដោយបានទទួលការអនុញ្ញាតអោយបោះពុម្ពសៀវភៅនេះ ដើម្បីចែកជាធម្មទាន ។ យើងខ្ញុំសង្ឃឹមថា សៀវភៅនេះ នឹងត្រូវបានពុទ្ធបរិស័ទជាច្រើន អាន និងពិនិត្យពិចារណាដោយយកចិត្តទុកដាក់ ដើម្បីយល់ដឹងបានត្រឹមត្រូវអំពីវិធីសិក្សា និងហ្វឹកហាត់ធ្វើសមាធិកម្មដ្ឋាន ។

ខ្ញុំសូមឧទ្ទិសកុសល ដែលកើតពីធម្មទានដ៏ថ្លៃថ្លានេះ ចំពោះវិញ្ញាណក្ខន្ធលោកឪពុក ង៉ោ ចេងការ (ហៅ កុងអ៊ូយ) និងអ្នកម្តាយ តាំង យីម ព្រមទាំងបងប្អូនប្រុសទាំងពីរនាក់ ដោយសេចក្តីគោរព និងដឹងគុណដ៏ជ្រាលជ្រៅបំផុត ។ សូមគុណបុណ្យព្រះរតនត្រៃ ជួយទ្រទ្រង់វិញ្ញាណក្ខន្ធលោកឪពុក អ្នកម្តាយ និងបងប្អូនប្រុសទាំងពីរនាក់បានឋិតនៅក្នុងសុគតិភព ប្រកបដោយសេចក្តីសុខក្សេមក្សាន្ត កុំបីខាន ។

ខ្ញុំសូមអរគុណដ៏ពិសេសរបស់ខ្ញុំ ចំពោះលោក ឱម ខែម នាយកពុទ្ធ-សាសនបណ្ឌិត្យ (ភ្នំពេញ) ដែលបានចំណាយពេលវេលាយ៉ាងច្រើន និងបានយកអស់កម្លាំងកាយចិត្ត ដើម្បីត្រួតពិនិត្យសំណៅឯកសារយ៉ាងម៉ត់ចត់ រហូតធ្វើអោយសៀវភៅនេះបានប្រសូតឡើង ។

ខ្ញុំក៏មិនភ្លេចដែរ នូវសន្តានចិត្តដ៏សប្បុរសនៃព្រះតេជព្រះគុណព្រះវិន័យ-ធរ ហ៊ួ-ហួន ចៅអធិការវត្តចំបក់ឋិទមាស ឃុំពត់សរ ស្រុកបាទី ខេត្តតាកែវ និងលោក ម៉ាន់ យ៉ាន់ គ្រូបង្រៀននៅសាលាបឋមសិក្សាវត្តមហាមន្ត្រី រាជធានីភ្នំពេញ ដែលបានផ្តល់សៀវភៅនេះមកខ្ញុំ ដើម្បីចម្លងបោះពុម្ពចែកជាធម្មទាន ។

ភ្នំពេញ, ខែមីនា ឆ្នាំ ១៩៩៥ ង៉ោ អ៊ិចយូ

អារម្ភកថា

ព្រះពុទ្ធសាសនា មានពន្លឺរស្មីដ៏ស្រទន់គ្របដណ្ដប់លើពិភពលោក ទ្រោល បំភ្លឺពួកមនុស្សឱ្យរំលែចចាកពីទីងងឹតបន្តិចម្ដងៗ ជាលំដាប់ ។ ពួកមនុស្សជាបដិជាគរះ អ្នកភ្ញាក់រលឹកបានខំព្យាយាមបម្រះខ្លួនចេញចាកចំណងកាមគុណ តាមមាគ៌ាមជ្ឈិមាបដិបទារបស់ព្រះអរហំសម្ពុទ្ធ ដោយឥតមានសេចក្ដីធុញទ្រាន់អ្វីឡើយ ។ មនុស្សជំពូកនេះមានច្រើនឥតគណនា ខ្ញុំមិនអាចលើកយកមកធ្វើជាឧទាហរណ៍ឱ្យសព្វគ្រប់បានទេ តែខ្ញុំមានបំណងនឹងពណ៌នាអំពីការប្រព្រឹត្តិប្រតិបត្តិសមាធិអស់កាលជានិរន្តរ៍របស់លោកអាចារ្យ ស្រី-នុត ដែលត្រូវជាសិស្សរបស់ខ្ញុំទុកក្នុងទីនេះ ដូចតទៅ ។

លោកអាចារ្យ ស្រី-នុត ចាប់តាំងពីបានចូលមកកាន់ផ្នួសក្នុងព្រះពុទ្ធ-សាសនា តែងមានចរិយារម្យទមសមតាមសមណសារូប បានយកចិត្តទុកដាក់ក្នុងការរៀនសូត្រ សិក្សាធម៌-វិន័យនៅក្នុងវត្តរបស់ខ្លួន ព្រមទាំងបានចេញពីវត្តដើម ទៅខំសិក្សាគម្ពីរព្រះត្រៃបិដកនៅក្នុងវត្តដទៃៗទៀត ដរាបដល់បានចេះចាំល្អមនឹងប្រព្រឹត្តប្រតិបត្តិ ទើបត្រឡប់មកកាន់វត្តដើមវិញ ។ លោកអាចារ្យអង្គនេះ មានឧស្សាហ៍ក្នុងការបង្ហាត់បង្រៀនធម៌វិន័យ ដល់ភិក្ខុ-សាមណេរក្នុងវត្ត ឥតឈប់ឈរឡើយ ។ មិនតែប៉ុណ្ណោះសោត ក្នុងពេលជាមួយគ្នានេះ លោកអាចារ្យបានសិក្សាសមាធិធម៌បន្តិចម្ដងជាលំដាប់ ។ ការសិក្សាសមាធិនេះ បានធ្វើចិត្តលោកឱ្យធ្ងន់ក្នុងពុទ្ធសាសនា ជ្រះថ្លានឹងការបដិបត្តិធុរៈនេះ កាន់តែខ្លាំងឡើងៗ ។ ពិតមែនតែសមាធិជាន់នោះ មានការច្របូកច្របល់ដោយទំនៀមទម្លាប់ខ្លះក៏ដោយ ក៏លោកនៅតែពុំព្រមលះបង់ព្យាយាមចោលដែរ រឹតតែខំស្វះស្វែងរកអាចារ្យសមាធិផ្សេងៗដែលចំណានៗ តាមបែបបទ

ត្រឹមត្រូវនៃពុទ្ធសាសនាទៀតផង ។ ការប្រព្រឹត្តិរបស់លោក កាន់តែមានកិរិតខ្ពស់ឡើងជាលំដាប់ ដរាបដល់មានការយ៉ាប់យ៉ឺនខាងកម្លាំងកាយជាខ្លាំង ក៏បានលាសិក្ខាបទមកជាគ្រហស្ថវិញ ។ ពេលដែលមានកម្លាំងរឹងប៉ឹងឡើងវិញ លោកអាចារ្យក៏បានព្យាយាមប្រព្រឹត្តធ្វើសមាធិនេះបន្តទៅទៀត ។ ខ្ញុំសង្កេតឃើញចរិយាសណ្ដាប់ធ្នាប់រៀបរយ និងការព្យាយាមរបស់លោកអាចារ្យយ៉ាងនេះហើយ ក៏មានសេចក្ដីសង្ឃឹមថា លោកអាចារ្យនេះ គង់តែនឹងក្លាយខ្លួនទៅជាអ្នកចេះជ្រៅជ្រះខាងសមាធិធម៌ ជាមិនខាន ។

មិនយូរប៉ុន្មាន នៅឆ្នាំ ១៩៥៤ ស្រាប់តែឮដំណឹងថា សម្ដេចព្រះមហាសុមេធាធិបតី ព្រះសង្ឃរាជគណៈមហានិកាយ ជ្រើសរើសពុទ្ធសាសនិកដែលមានបសាទចិត្តចង់ចេះដឹងក្នុងសមាធិធម៌ ដើម្បីបញ្ជូនឱ្យទៅសិក្សានៅប្រទេសភូមា ។ ខ្ញុំសប្បាយចិត្តណាស់ ដោយខ្ញុំមានការសង្ឃឹមលើរូបលោកអាចារ្យ ស្រី-នុត ដែលជាសិស្សរបស់ខ្ញុំនេះឯង ក៏បានចូលទៅក្រាបទូលសម្ដេច សូមសម្ដេចទ្រង់ព្រះមេត្តាប្រោសអនុញ្ញាតបញ្ជូនសិស្សខ្ញុំនេះ ឱ្យបានទៅសិក្សាប្រព្រឹត្តធ្វើសមាធិចិត្ត នៅប្រទេសភូមា ដោយសេចក្ដីអនុគ្រោះដ៏ខ្ពង់ខ្ពស់ ។ សម្ដេចក៏ទ្រង់ព្រះរាជទានអនុញ្ញាតឱ្យទៅបំពេញវិជ្ជានៅប្រទេសភូមា ដោយសេចក្ដីមេត្តាប្រណីជាទីបំផុត ។ នៅថ្ងៃ ១០ រោច ខែកត្តិក ព.ស. ២៤៩៧ លោកអាចារ្យ ស្រី-នុត ធ្វើដំណើរឆ្ពោះទៅប្រទេសភូមា ក្រោមការឧបត្ថម្ភរបស់សម្ដេច ។ ពេលដែលបានទៅប្រទេសភូមាហើយ លោកអាចារ្យបានខំព្យាយាមប្រតិបត្តិធម៌តាមបែបពុទ្ធសាសនា យ៉ាងតឹងរ៉ឹងជាទីបំផុត រហូតដល់បានសេចក្ដីសរសើរពីសំណាក់គ្រូ និងពុទ្ធសាសនិកភាគច្រើននៅប្រទេសភូមាទៀតផង ឧទាហរណ៍ដូចលោក ជូ-ម៉ាន់ ជាដើម ដែលបានធ្វើដំណើរពីប្រទេសកម្ពុជា ទៅធ្វើសមាធិនៅប្រទេសភូមាដែរ តែងពោលស្ងើចសរសើរជាប់

មិនដាច់ ។

លុះលោកអាចារ្យ ស្រី-នុត និវត្តមកកាន់ប្រទេសកម្ពុជាវិញ មានសុខភាពស្រួលបួល ទើបចូលខ្លួនបួជាចំពោះព្រះពុទ្ធសាសនា ជាភិក្ខុភាពដូចមុនទៀត ដោយបានទទួលសេចក្តីអនុគ្រោះពីសម្តេចព្រះសង្ឃរាជ ក្នុងការធ្វើសមាធិ និងការបង្រៀនសមាធិដល់សិស្សានុសិស្សគ្រប់ទិសទី ។ ឯលោក ជួ-ម៉ាន់ ក៏បានដឹកនាំគ្រួសាររបស់លោក ឱ្យទៅសិក្សាសមាធិធម៌ក្នុងសំណាក់លោកអាចារ្យ ស្រី-នុត ផងដែរ ។ កិត្តិស័ព្ទនៃសេចក្តីព្យាយាម និងសេចក្តីអស្ចារ្យដែលកើតពីការប្រព្រឹត្តិប្រតិបត្តិ និងការខំយកចិត្តទុកដាក់របស់សិស្ស កាន់តែមានលទ្ធផលខ្ពស់ឡើងជាលំដាប់ នាំឱ្យសិស្សរឹតតែមានចំនួនច្រើនឡើងៗ មកពីគ្រប់ទិសទី ។

អស់រយៈពេលជាយូរឆ្នាំមកហើយ លោកពុំដែលភ្លេចគុណគ្រូ ញាតិសន្តាន ទាយ-កទាយិកាជើងវត្តរបស់ខ្លួនឡើយ គឺលោកតែងសងគុណដោយពន្យល់ដឹកនាំដោយព្រះធម៌ដ៏ល្អៗ ចំពោះបុព្វការីជានិច្ច ដូចជានៅឆ្នាំ ១៩៦៣ លោកអាចារ្យស្រី-នុត បាននាំយកធម្មប្បណ្ណាការមកប្រគេនចំពោះខ្ញុំ ដែលជាគ្រូរបស់លោក ។ ខ្ញុំមានអំណរជាទីបំផុត ចំពោះការទទួលយកធម្មប្បណ្ណាការនេះ ដោយចំណាយពេលចំនួន ៣ ខែ គឺចាប់តាំងពីថ្ងៃ ១៥ កើត ខែអាសាឍ រហូតដល់ថ្ងៃ ១៥ កើត ខែអស្សុជ ព.ស. ២៥០៦ ដើម្បីប្រព្រឹត្តប្រតិបត្តិសមាធិនៅលើកោះទីបរ័ន (ហៅកោះបួនលី) ឃុំពត់សរ ស្រុកបាទី ខែត្រតាកែវ ។

កោះទីបរ័ន ជាទីស្ងាត់ជ្រងំគួរដល់ការអប់រំបន្ទំចិត្ត ឱ្យតាំងនៅក្នុងកម្មដ្ឋាន ។ ប៉ុន្តែ ពេលវេលាដែលខ្ញុំបានកំណត់ទុកបានកន្លងផុតទៅហើយ ខ្ញុំក៏ត្រូវចេញចាកកម្មដ្ឋាន មកតាំងនៅតាមសភាពប្រក្រតី នៅលើកោះទីបរ័នដដែលនោះចំនួន ១៥ ថ្ងៃទៀត ។ ពេលដែលសម្រាកនោះ ខ្ញុំបានទទួលក្បួនច្បាប់ធម៌សមាធិ

ជាច្រើនអំពីលោកអាចារ្យ ស្រី-នុត និងភិក្ខុ សេង-ហ៊ួន ក៏មានបីតិប្រាមោទ្យ ឥតឧបមាចំពោះការអាន ទស្សនានូវក្បួនច្បាប់ទាំងនោះ ។ តែដោយក្បួនច្បាប់ទាំងនោះនៅដាច់ដោចពីគ្នា ពិបាកដល់ការសិក្សា ខ្ញុំក៏បានប្រមូលក្បួនច្បាប់ទាំងនោះ មកចងក្រងភ្ជាប់គ្នាជាសៀវភៅតែមួយ ដោយមានកែទម្រង់សេចក្ដីខ្លះ ដើម្បីសម្រួលដល់ការងាយសិក្សា ។ លុះចងក្រងរួចស្រេច ខ្ញុំហើយនិងលោកអាចារ្យ ស្រី-នុត ព្រមទាំងភិក្ខុ សេង-ហ៊ួន ដែលជាអ្នកជួយនិពន្ធផងនោះ ក៏បានប្រជុំគ្នាសម្រេចយោបល់ដាក់ឈ្មោះសៀវភៅនេះថា **សតិបដ្ឋានមគ្គ** ព្រោះសៀវភៅនេះ ជាមូលដ្ឋាននៃការតម្រែតម្រង់សតិឱ្យតាំងនៅក្នុងកម្មដ្ឋាន ។ រួចហើយ សិស្សខ្ញុំមួយរូបទៀត គឺភិក្ខុមហាឧត្តមវិជ្ជា ចាប-ដុស ក៏បានមកជួយកែសម្រួលរំលេចសេចក្ដីឱ្យមានសភាពសមរម្យដើម្បីឱ្យកើតជារូបរាងសៀវភៅមានប្រយោជន៍គួរដល់ការសិក្សា នៃសិក្ខាកាមជន ដែលជាអ្នកស្វែងរកសន្តិធម៌ ។

កាលបើបានចប់សព្វគ្រប់ហើយ លោកឧបាសក ជួ-ម៉ាន់ ព្រមទាំងគ្រួសារមួយអន្លើដោយពួកពុទ្ធបរិស័ទដទៃទៀត បានទទួលយកសៀវភៅនេះទៅបោះពុម្ពចែកជាធម្មទានតាមបសាទសទ្ធា គ្រប់ៗគ្នា ។

ទីអវសាន ខ្ញុំសូមថ្លែងអំណរគុណចំពោះទាយក-ទាយិកា ដែលបានចំណាយបច្ច័យក្នុងការបោះពុម្ពសៀវភៅនេះ ហើយសូមអរគុណដ៏លើសលប់ចំពោះអាចារ្យ ស្រី-នុត និងភិក្ខុ សេង-ហ៊ួន ដែលបានយកចិត្តទុកដាក់ក្នុងការធ្វើកិច្ចវត្ត និង អស់លោកជាពុទ្ធបរិស័ទទាំងអស់ ដែលបានផ្គត់ផ្គង់នូវចតុប្បច្ច័យ អស់កាលជានិច្ច ចំពោះរូបខ្ញុំ ។

ម្យ៉ាងវិញទៀត ខ្ញុំសូមលើកធម្មបណ្ណាការនេះជាព្រះរាជកុសលដ៏ខ្ពង់-ខ្ពស់ថ្វាយចំពោះសម្ដេចព្រះសង្ឃរាជ, សម្ដេចព្រះមហាក្សត្រីយានី និងសម្ដេចព្រះ

ឧបយុវរាជ សូមព្រះអង្គតាំងនៅក្នុងព្រះសុខុមាលភាពអស់កាលជានិរន្តរ៍ ។ ដទៃពីនេះ ខ្ញុំសូមលើកមហាកុសលនេះ ជូនបុព្វការីរបស់ខ្ញុំ ព្រមទាំងអស់លោកជាពុទ្ធ-បរិស័ទគ្រប់ជាន់ថ្នាក់ សូមបានសម្រេចនូវសម្បត្តិគ្រប់យ៉ាង ព្រមទាំងបានក្រកបដោយសេចក្ដីសុខគ្រប់ប្រការ កុំបីឃ្លៀងឃ្លាតឡើយ ។

កោះទីបវ័ន, ថ្ងៃទី ១៨ តុលា ឆ្នាំ ១៩៦៣

ព្រះគ្រូធម្មសរមុនី អនុគណស្រុកបាទី

លុក យូ

នមត្ថុ រតនត្តយស្ស
សូមនមស្ការ ចំពោះព្រះរតនត្រៃ ។

កុម្ភូបមំ កាយមិមំ វិទិត្វា
នគរូបមំ ចិត្តមិទំ ថបេត្វា
យោធេថ មារំ បញ្ញាវុធេន
ជិតញ្ច រក្ខេ អនិវេសិនោ សិយា ។

(ចាកធម្មបទ)

បុគ្គលគប្បីដឹងច្បាស់នូវកាយនេះថាដូចជាឆ្នាំង គប្បីបិទនូវចិត្តនេះឱ្យដូចជាបិទទ្វារនគរ គប្បីច្បាំងនូវមារដោយអាវុធគឺបញ្ញា គប្បីរក្សាទុកនូវជំនះដែលឈ្នះហើយ មិនគប្បីជាអ្នកនៅជំរអក់ឡើយ ។

ព្រះពុទ្ធបរមគ្រូទ្រង់ត្រាស់ពុទ្ធវចនៈនេះ ដើម្បីបើកភ្នែកសត្វលោកឱ្យឃើញច្បាស់នូវរូបកាយ ថាជារបស់ឥតខ្លឹមសារ តែងតែវិនាស បែកធ្លាយស្លាប់អំពីលោកនេះទៅកាន់លោកខាងមុខ តាមយថាកម្មរបស់ខ្លួន ដូចឆ្នាំងដីដែលចេះតែបែកពុំគង់នៅយូរសោះ ។ មធ្យោបាយធ្វើរូបកាយឱ្យជារបស់មានប្រយោជន៍ កុំឱ្យស្លាប់អសារឥតការ ក៏ព្រះអង្គបានបង្ហាញដែរ ថាត្រូវតែតម្កល់ចិត្តឱ្យនៅនឹងក្នុងកុសលធម៌ កុំឱ្យងាករេទៅតាមអារម្មណ៍ផ្សេងៗ គឺហាមឃាត់ចិត្តមិនឱ្យដើរលេង សេពគប់នឹងពួកសឹកសត្រូវ ត្រូវបិទទ្វារចិត្តកុំឱ្យពួកសត្រូវចូលមកលុកលុយបាន ដូចជាបិទទ្វារនគរ ។ម្យ៉ាងទៀត មនុស្សភាគច្រើនតែងរស់នៅក្រោមអំណាចនៃមារ ។ មារសំដៅយកសភាវៈមានរូបក៏មាន សភាវៈឥតរូបក៏មាន ដែលដឹកនាំចិត្តគំនិតមនុស្សឱ្យវង្វេងជ្រុលជ្រប់ក្នុងកាមគុណ ស្ទាក់ដំណើរមនុស្សមិនឱ្យចេញទៅរកជួបនឹងកុសលធម៌បាន ធ្វើមនុស្សឱ្យជាប់ជំពាក់នឹងវត្ថុកាម-កិលេសកាម ទាញចិត្តមនុស្សឱ្យវង្វេង

រកតែជម្លោះ ឱ្យជាប់នៅក្នុងអកុសលធម៌ ព្រមទាំងបំភាន់ចិត្តមនុស្សឱ្យសប្បាយភ្លេចខ្លួនក្នុងកាម មិនឱ្យចេញរួចពីចំណងកាមឡើយ ។ មនុស្ស ច្រើនតែចាញ់ឧបាយមារ ដូចទន្សាយចាញ់ប្រាជ្ញាខ្យង ។ ព្រះសម្ពុទ្ធបានប្រាប់មធ្យោបាយដល់មនុស្សដែលចង់ចេញពីនឹមនៃមារ ថាមានតែបញ្ញារបស់ខ្លួនទេដែលអាចយកជ័យជំនះ ហើយងាកចេញពីចំណងមារបាន ។ កាលណាបើបានឈ្នះពួកមារហើយ ត្រូវរក្សាទុកនូវជំនះនោះ ដោយការពារកុំឱ្យពួកមារប្រើឧបាយកលមកបោកបញ្ឆោតទៀតបាន ។ តើមនុស្សធ្វើយ៉ាងម៉េច ដើម្បីឱ្យមានបញ្ញាយកទៅបំផ្លាញមារ ? ព្រះពុទ្ធបរមគ្រូទ្រង់ត្រាស់បង្ហាញថា ការអប់រំបន្ទំចិត្តឱ្យតាំងនៅក្នុងកម្មដ្ឋាននេះ ជាហេតុឱ្យកើតបញ្ញា ។

ដូច្នេះ បើលោកអ្នកយល់តាមព្រះពុទ្ធតម្រាស់នេះហើយ គួរកុំព្រងើយកន្តើយដំអក់នៅយឺតយូរឡើយ គួរតែធ្វើសេចក្តីប្រតិបត្តិតម្កល់ចិត្តនៅក្នុងកម្មដ្ឋាន ដោយមានសតិជាអ្នកកត់សំគាល់នូវអារម្មណ៍ តាំងនៅយ៉ាងខ្ជាប់ខ្ជួនក្នុងសន្តានចិត្តជានិរន្តរ៍ ។

បដិបត្តិកម្មដ្ឋាន

ពាក្យនេះ ចែកជាពីរបទគឺ **បដិបត្តិ** និង ***កម្មដ្ឋាន*** ។ *បដិបត្តិ* គឺ ការគោរព តម្កល់ចិត្តឱ្យដល់ចំពោះ ឬការតាំងចិត្តគោរព ។ *កម្មដ្ឋាន* គឺ អារម្មណ៍ជាទីតាំងនៃកម្ម ។ រួមជា **បដិបត្តិកម្មដ្ឋាន** ប្រែថា អារម្មណ៍ជាទីតាំងនៃកម្មប្រកបដោយការតាំងចិត្តគោរព ។ បដិបត្តិកម្មដ្ឋាននេះ មានសតិចេតសិក ជាគ្រឿងនឹករលឹក ។ ឯសតិ សម្រាប់កំណត់សំគាល់នូវរូបធម៌ និងនាមធម៌ដែលកើតរលត់ក្នុងបច្ចុប្បន្ន ។

អ្នកណាប្រតិបត្តិកម្មដ្ឋាន ?

សតិ	ជាអ្នកប្រតិបត្តិកម្មដ្ឋាន
រូបនាម	ជាកម្មដ្ឋានរបស់សតិ
សតិ	ត្រូវកំណត់រូបនាមជាអារម្មណ៍
រូបនាម	ជាអារម្មណ៍របស់សតិ
សតិ	មានរូបនាមជាផ្លូវដើរ
រូបនាម	ជាផ្លូវដើររបស់សតិ
សតិ	ត្រូវសម្លឹងរូបនាម
រូបនាម	ត្រូវសតិសម្លឹង

បរិយត្តិ និង *បដិបត្តិ* ផ្សេងគ្នាដូចម្តេច ?

កាន់យករូបធម៌ និងនាមធម៌ ជាគ្រឿងសម្រាប់វិនិច្ឆ័យរវាងបរិយត្តិ និង បដិបត្តិ ។ សំគាល់បានត្រង់អាយតនៈ ១២ គឺខាងក្នុង ៦ ខាងក្រៅ ៦ ដូចមានសេចក្តីតទៅខាងមុខ ។

ចក្ខុធាតុ និង *រូបធាតុ* ជារូបធម៌ *ចក្ខុវិញ្ញាណធាតុ* ជានាមធម៌ នេះជា *បរិយត្តិ* ។ ត្រង់សតិកំណត់ទាន់ថានេះជារូបធម៌ នេះជានាមធម៌ គឺជាតួ *បដិបត្តិ* ។

សោតធាតុ និង *សទ្ទធាតុ* ជារូបធម៌ *សោតវិញ្ញាណធាតុ* ជានាមធម៌ នេះជា *បរិយត្តិ* ។ ត្រង់សតិកំណត់ទាន់ថា នេះជារូបធម៌ នេះជានាមធម៌ គឺជាអង្គ *បដិបត្តិ* ។

ឃានធាតុ និង *គន្ធធាតុ* ជារូបធម៌ *ឃានវិញ្ញាណធាតុ* ជានាមធម៌ នេះជា *បរិយត្តិ* ។ ត្រង់សតិកំណត់ទាន់ថានេះជានាមធម៌ គឺជាអង្គ *បដិបត្តិ* ។

កាយធាតុ និង *ផោដ្ឋព្វធាតុ* ជារូបធម៌ *កាយវិញ្ញាណធាតុ* ជានាមធម៌

នេះជា *បរិយត្តិ* ។ ត្រង់សតិកំណត់ទាន់ថានេះជារូបធម៌ នេះជានាមធម៌ គឺជាអង្គ *បដិបត្តិ* ។

មនោធាតុ និង ធម្មធាតុ ជារូបធម៌ *មនោវិញ្ញាណធាតុ* ជានាមធម៌ នេះជា *បរិយត្តិ* ។ ត្រង់សតិកំណត់ទាន់ថានេះជារូបធាតុ នេះជានាមធម៌ គឺជាអង្គ *បដិបត្តិ* ។

យើងឃើញថា *បរិយត្តិ* គឺការសិក្សាស្រាវជ្រាវរាវរកនូវរូបធម៌ និង នាមធម៌ តាមអាយតនៈទាំង ១២ ។ សតិបញ្ញា សម្រាប់កំណត់សំគាល់នូវរូបធម៌ និង នាមធម៌នោះឯង ហៅថា *បដិបត្តិ* ។ ដូច្នេះ *បរិយត្តិ* ជាហេតុ *បដិបត្តិ* ជាផល ។

តែយោគី អាចក្រេបជញ្ជក់នូវបរិយត្តិ និងបដិបត្តិនោះបាន លុះត្រាតែខំព្យាយាមកំចាត់បង់នូវបលិពោធ ឱ្យអស់ចេញពីខន្ធសន្តាន ។

បលិពោធ

បលិពោធ គឺកង្វល់ បើនិយាយឱ្យអស់ជើងនោះ មានច្រើនណាស់ មិនអាចនឹងពណ៌នាឱ្យចប់សព្វគ្រប់បានឡើយ បើដូច្នេះ នឹងកាត់និយាយឱ្យខ្លីដើម្បីឱ្យងាយស្តាប់ និងងាយចូលចិត្តផង យើងពោលចំពោះតែបលិពោធ ៣ យ៉ាងគឺ ៖

១. អតីតារម្មណា បលិពោធ កង្វល់ចំពោះអារម្មណ៍ដែលកន្លងទៅហើយ ។

២. អនាគតារម្មណា បលិពោធ កង្វល់ចំពោះអារម្មណ៍ដែលមិនទាន់មានមកដល់ ។

៣. បច្ចុប្បន្នារម្មណា បលិពោធ កង្វល់ចំពោះអារម្មណ៍ដែលមាននៅចំពោះមុខ ។

អតីតារម្មណ៍

កង្វល់ចំពោះអារម្មណ៍ដែលកន្លងទៅហើយនោះ តើបានសេចក្ដីដូច-ម្ដេច ? ចូរចង្អុលមកមើល ។

អារម្មណ៍ណាដែលកន្លងផុតទៅហើយ ប៉ុន្មានជាតិក្ដី ប៉ុន្មានឆ្នាំក្ដី ប៉ុន្មានខែក្ដី ប៉ុន្មានថ្ងៃក្ដី ប៉ុន្មានម៉ោងក្ដី ប៉ុន្មាននាទីក្ដី ប៉ុន្មានវិនាទីក្ដី អារម្មណ៍នោះឈ្មោះថា អតីតារម្មណ៍ ។

សតិ គឺការនឹករលឹកឡើងវិញនូវ : *រូប* ដែលភ្នែកធ្លាប់បានឃើញ *សំឡេង* ដែលត្រចៀកធ្លាប់បានឮ *ក្លិន* ដែលច្រមុះធ្លាប់បានធុំ *រស* ដែលអណ្ដាតធ្លាប់បានជញ្ជក់ *សម្ផស្ស* ដែលកាយធ្លាប់បានប៉ះពាល់ *ធម្មារម្មណ៍* ដែលមនោ (ចិត្ត) ធ្លាប់បានត្រិះរិះ យ៉ាងនេះហៅថា កង្វល់ចំពោះអារម្មណ៍ដែលកន្លងទៅហើយ ។

អនាគតារម្មណ៍

កង្វល់ចំពោះអារម្មណ៍ដែលមិនទាន់មកដល់នោះ តើបានសេចក្ដីដូច-ម្ដេច ? ចូរចង្អុលមកមើល ។

អារម្មណ៍ ដែលមិនទាន់មកដល់នៅឡើយ ទោះជាប៉ុន្មាននាទីក្ដី ប៉ុន្មានម៉ោងក្ដី ប៉ុន្មានថ្ងៃក្ដី ប៉ុន្មានខែក្ដី ប៉ុន្មានឆ្នាំក្ដី ប៉ុន្មានជាតិក្ដី បានឈ្មោះថា អនាគតា-រម្មណ៍ ។

ការខ្វល់ខ្វាយនឹករំពឹងរកនូវ : *រូប* ដែលភ្នែកមិនធ្លាប់បានឃើញ *សំឡេង* ដែលត្រចៀកមិនធ្លាប់ឮ *ក្លិន* ដែលច្រមុះមិនធ្លាប់ធុំ *រស* ដែលអណ្ដាតមិនធ្លាប់ជញ្ជក់ *សម្ផស្ស* ដែលកាយមិនធ្លាប់ប៉ះពាល់ *ធម្មារម្មណ៍* ដែលមនោមិនធ្លាប់គិតនឹក យ៉ាងនេះហៅថា កង្វល់ចំពោះអនាគតារម្មណ៍ ។

បច្ចុប្បន្នារម្មណ៍

កង្វល់ចំពោះអារម្មណ៍ដែលកើតមាននៅចំពោះមុខនោះ តើបានសេចក្ដីដូចម្ដេច ? ចូរចង្អុលមកមើល ។

អារម្មណ៍ដែលមកខ្ទប់ទ្វារទាំង ៦ ភ្លាមៗបាន ឈ្មោះថា បច្ចុប្បន្នារម្មណ៍ គឺអារម្មណ៍ដែលកើតមានចំពោះមុខ ។

ការខ្វល់ខ្វាយព្រោះឃើញនូវ : *រូប* មកប៉ះខ្ទប់នឹងភ្នែក *សំឡេង* មកប៉ះខ្ទប់នឹងត្រចៀក *ក្លិន* មកប៉ះខ្ទប់នឹងច្រមុះ *រស* មកប៉ះខ្ទប់នឹងអណ្ដាត *ផោដ្ឋព្វ* មកប៉ះខ្ទប់នឹងកាយ *ធម្មា* មកប៉ះខ្ទប់នឹងមនោ យ៉ាងនេះឈ្មោះថា កង្វល់ចំពោះអារម្មណ៍ដែលកើតមានចំពោះមុខ ។

វិធីលះបលិពោធ

១. ការលះកង្វល់ក្នុងអតីតារម្មណ៍ :

អ្នកដែលស្វែងរកសន្តិធម៌ គឺធម៌ស្ងប់ មិនត្រូវការចាប់យកអតីតារម្មណ៍មកជាវិតក្កៈ វិចារៈទេ ព្រោះអារម្មណ៍ដែលកន្លងផុតទៅហើយ ជាសភាវៈឥតប្រយោជន៍ទទេៗ ។ ប្រសិនបើបុគ្គលនាំគ្នាកាន់យកអតីតាម្មណ៍មកជាវិតក្កៈ វិចារៈទៀតវិញនោះ បានឈ្មោះថា ជាអ្នកបើកចំហផ្លូវឱ្យកិលេសហូរចូល ពោលគឺ ឧទ្ធច្ចៈ កុក្កុច្ចៈ សេចក្ដីរាយមាយ អណ្ដែតអណ្ដូង បើដូច្នោះ សន្តិធម៌មុខជានឹងមិនបានទៅជិតបុគ្គលបែបនោះឡើយ ។

២. ការលះកង្វល់ក្នុងអនាគតតារម្មណ៍ :

អស់លោកទាំងឡាយ ដែលជាអ្នកស្វែងរកសន្តិធម៌ គឺធម៌ស្ងប់ មិនត្រូវចាប់យកអនាគតារម្មណ៍មកត្រិះរិះពិចារណាស្មានទេ ពីព្រោះ អារម្មណ៍មិនទាន់មក

ដល់ មិនទាន់កើតមាន ប្រសិនបើយើងនាំគ្នាក្លួចកាន់អនាគតារម្មណ៍ យកមកជាវិតក្កៈ វិចារៈ នោះនឹងទៅជាផ្លូវអសន្តិធម៌ គឺធម៌មិនស្ងប់ ជាធម៌នាំឱ្យមានប្រាថ្នាច្រើន ជាធម៌នាំឱ្យរសាប់រសល់ ក្រវល់ក្រវាយ ជាធម៌មិននាំឱ្យស្រើបស្រាលទៅរករាគៈ ទោសៈ មោហៈ មានៈ ទិដ្ឋិ នេះវិញទេ ។

៣. ការលះបង់កង្វល់ក្នុងបច្ចុប្បន្នារម្មណ៍ :

អ្នកទាំងឡាយដែលស្វែងរកសន្តិធម៌ គឺជាធម៌ស្ងប់ស្ងាត់ ចូរនាំគ្នាក្លួចកាន់យកសតិទៅកំណត់កត់ត្រា ឱ្យទាន់តាមអារម្មណ៍ដែលកើតមាន មកខ្ទប់ទ្វារទាំង ៦ ភ្លាមៗ នោះចុះ ។ ចូរធ្វើឱ្យជាក់ច្បាស់ចុះ នេះហើយជាធម៌ដ៏ប្រសើរ នេះហើយជាផ្លូវដ៏ប្រសើរ សម្រាប់នាំគ្នាដើរទៅកាន់សន្តិធម៌ គឺជាធម៌ស្ងប់ស្ងាត់សម្រាប់កំចាត់បង់នូវសេចក្តីងងឹត វង្វេង ពោលគឺមោហៈដែលជាសឹកសត្រូវ ចំពោះស្មារតីរបស់យើង ។

ធម៌ជាសត្រូវនឹងគ្នា

មោហៈ *ជាសត្រូវនឹងសតិ* សតិ *ជាសត្រូវនឹងមោហៈ*

មោហៈ *ជាធម៌កំចាត់សតិ* សតិ *ជាធម៌កំចាត់មោហៈ*

* យោគីបុគ្គលលះចោលមិនបានមាន ៣ យ៉ាងគឺ :

១. ឧបនិស្សយៈ ត្រូវនៅក្នុងសំណាក់អាចារ្យជាអ្នកអង់អាច

២. អារក្ខៈ ត្រូវរក្សាឥន្ទ្រិយ៍ ៦ ឱ្យបរិបូណ៌

៣. ឧបនិពន្ធៈ ត្រូវចងចិត្តកុំទុកក្នុងសតិបដ្ឋានទាំង ៤ ។

* យោគីបុគ្គលគួរវៀរ ដូចតទៅនេះគឺ :

១. កម្មារាមតា រវល់នឹងការងារផ្សេងៗ មានបោសសំអាត ទីលំនៅដូចជាកុដិ សាលាធំៗ ឬសរសេរអក្សរ មើលសៀវភៅជាដើម ។

២. *និទ្ទារាមតា* រវល់តែដេក គឺដេកច្រើន ព្យាយាមប្រតិបត្តិធម៌ពិត យោគីបុគ្គលដែលចំរើនវិបស្សនា ដេកយ៉ាងច្រើនត្រឹម ៤ ម៉ោងប៉ុណ្ណោះ ក៏ល្មម ហើយក្នុងមួយថ្ងៃមួយយប់ ។

៣. *ផស្សារាមតា* រវល់តែនិយាយគ្នា ជជែកគ្នា, គយគន់រកតែគូកន និយាយ, គូកនជជែក មិនតាំងចិត្តកំណត់ ។

៤. *សង្គណិការាមតា* ពេញចិត្តតែក្នុងការច្របូកច្របល់ដោយពួក គណៈ មិនពេញចិត្តនៅក្នុងទីស្ងាត់ ។

៥. *អគុត្តទ្វារតា* មិនសង្រួមឥន្រ្ទិយ៍ទាំង ៦ ឱ្យបរិបូណ៌ ។

៦. *ភោជនេ អមត្តញ្ញុតា* មិនដឹងប្រមាណក្នុងភោជន (នៅសល់ ៤-៥ ម៉ាត់ទៀតនឹងឆ្អែត ត្រូវឈប់ នេះទើបហៅថា " ដឹងប្រមាណ " ។

៧. *យថាវិមុត្តំ ចិត្តំ ន បច្ចវេក្ខតិ* ចិត្តទៅកាន់អារម្មណ៍នោះ ឬចិត្តរបូត ទៅដោយអាការយ៉ាងណា មិនបានកំណត់ដឹងដោយអាការយ៉ាងនោះ ។

បុព្វភាគបដិបទា

ខាងដើមនៃការបដិបត្តិនេះ ត្រូវធ្វើចិត្តឱ្យតាំងនៅនឹង ត្រូវធ្វើចិត្តឱ្យមាន អារម្មណ៍តែមួយ ឯវិធីធ្វើចិត្តឱ្យមានអារម្មណ៍តែមួយនេះ ត្រូវតាំងសេចក្តីព្យាយាម ដ៏ខ្លាំងក្លា កំចាត់បង់នូវអារម្មណ៍ទាំងពីរយ៉ាងគឺ អតីតារម្មណ៍១ អនាគតារម្មណ៍១ ឱ្យ ប្រាសចាកសន្តានចិត្តរបស់ខ្លួនសិន ទើបខំចំរើនតែបច្ចុប្បន្នារម្មណ៍ ធ្វើឱ្យជាក់ច្បាស់ ស្រឡះក្នុងសន្តានចិត្តរបស់ខ្លួន បដិបត្តិដូចបានពោលមកនេះ ទើបបានឈ្មោះថា ឯកគ្គតាចិត្ត គឺចិត្តមានអារម្មណ៍តែមួយក្នុងខណៈនេះឯង ចិត្តនោះក៏ស្ងប់រម្ងាប់អំពី នីវរណៈធម៌ទាំង ៥ មានកាមច្ឆន្ទៈជាខាងដើម មានវិចិកិច្ឆាជាទីបំផុត ។ លក្ខណៈ

ដែលធ្វើចិត្តឱ្យស្ងប់ស្ងាត់អំពីនីវរណៈធម៌ទាំង ៥ យ៉ាងនេះ ឈ្មោះថាសមថកម្មដ្ឋាន ។ ប្រសិនបើជាចិត្តនោះស្ងប់រម្ងាប់ចាកនីវរណធម៌ហើយ យោគីគួរកុំបន្ថយសេចក្តីព្យាយាម ខំប្រឹងប្រែងបដិបត្តិវិបស្សនាកម្មដ្ឋាន តទៅទៀត ។

ឯវិធីបដិបត្តិ ធ្វើឱ្យទឹកចិត្តស្ងប់រម្ងាប់នេះមានច្រើនបែប ច្រើនយ៉ាងណាស់ តែក្នុងទីនេះ ខ្ញុំព្រះករុណា អាត្មា សូមដកស្រង់យកព្រះបរមពុទ្ធោវាទត្រឹមតែ ៣ ខ មកអធិប្បាយ ដើម្បីជាប្រយោជន៍ដល់លោក-អ្នកដែលប្រាថ្នារកសន្តិធម៌ ដូចតទៅនេះ ៖

១. អានាបាណបព្វៈ

២. ឥរិយាបថបព្វៈ

៣. អាយតនបព្វៈ

ពាក្យថា " បព្វៈ " នេះ ប្រែថា សន្លាក់, ថ្នាំង, ថ្នាក់, សង្កាត់, កំណត់ (តាគួរដល់លំនាំសេចក្តី) ។ តែក្នុងទីនេះ ស៍ដោយកត្រង់ពាក្យថាសង្កាត់ ឬកំណត់ ។

អានាបាណបព្វ

អានាបាណបព្វៈ មាន ២ យ៉ាង ៖ *អស្សាសៈ* ខ្យល់ដកដង្ហើមចេញ ១ *បស្សាសៈ* ខ្យល់ដកដង្ហើមចូល ១ ។

របៀបតម្កល់សតិក្នុងអានាបាណបព្វៈ

របៀបកំណត់ខ្យល់ ត្រូវតម្កល់សតិទុកនៅនឹងពោះ ខាងលើផ្ចិត ៣ ធ្នាប់ ផ្ចង់សតិកំណត់ ឬ សម្លឹងនូវខ្យល់ដែលធ្វើឱ្យពោះប៉ោង និង ពោះផត ។ ពេលដែលខ្យល់ធ្វើឱ្យពោះប៉ោង ត្រូវផ្ចង់សតិកំណត់ដឹងឱ្យច្បាស់ថា ក្នុងពេលនេះគឺប៉ោងទេតើ ព្រមទាំងបរិកម្មថា " ប៉ោងទេតើ ! ឬ ប៉ោងហ្ន៎ ! " ។ ពេលដែលខ្យល់ធ្វើឱ្យពោះផត ត្រូវផ្ចង់សតិកំណត់ដឹងឱ្យច្បាស់ថា ក្នុងពេលនេះ ពោះផតទេតើ ! ព្រមទាំងបរិកម្ម

ថាផតទេតើ ! ឬ ផតហ្ន៎ ! ។ ខ្យល់ចូលវែងឬខ្លី, តិចឬច្រើន ; ខ្យល់ចេញវែងឬខ្លី ច្រើនឬតិច ; ខ្យល់គ្រោតគ្រាត ឬល្អិត ត្រូវផ្ចង់សតិកំណត់ដឹងឱ្យជាក់ច្បាស់ក្នុងសន្តានរបស់ខ្លួន កុំឱ្យមានសេចក្តីសង្ស័យស្ទាក់ស្ទើរនឹងខ្យល់ដកដង្ហើមចេញ-ចូល ។ លក្ខណៈដែលផ្ចង់សតិកំណត់ខ្យល់ ព្រមទាំងបរិកម្មថាទៅតាមខ្យល់ដូច្នោះនោះ ជាមូលហេតុនាំឱ្យចំរើនប្រាជ្ញាស្មារតី ដើម្បីបំបែរទឹកចិត្តឱ្យឃ្លាតចាកតណ្ហា មានះ ទិដ្ឋិ លែងមានការប្រកាន់អ្វីតិចតួចក្នុងលោក ។

ឥរិយាបថបព្វៈ

ឥរិយាបថបព្វៈ មាន ៤ យ៉ាងគឺ *គច្ឆន្តោ* (ដើរ) ១ *ឋិតោ* (ឈរ) ១ *និសិន្នោ* (អង្គុយ) ១ *សយានោ* (ដេក) ១ ។

របៀបតម្កល់សតិក្នុងឥរិយាបថបព្វៈ

របៀបតម្កល់សតិកំណត់នូវឥរិយាបថទាំង ៤ នេះគឺ :

- *ឥរិយាបថទី ១* គឺដើរ ។ ការដើរនេះ ត្រូវតម្កល់សតិទុកនៅនឹងចុងជើង បើជើងស្តាំឈានដើរ ត្រូវផ្ចង់សតិសម្លឹងនូវចុងជើងស្តាំនោះ ព្រមទាំងបរិកម្មថា ស្តាំឈានទេតើ ! ឬឈានហ្ន៎ បើជើងឆ្វេងឈានដើរ ត្រូវផ្ចង់សតិសម្លឹងនូវចុងជើងឆ្វេងនោះ ព្រមទាំងបរិកម្មថា ឆ្វេងឈានទេតើ ! ឬ ឈានហ្ន៎ ។

- *ឥរិយាបថទី ២* គឺឈរ ។ ការឈរនេះ ត្រូវតម្កល់សតិទុកនៅនឹងរូបឈរនោះ ព្រមទាំងបរិកម្មថា ឈរទេតើ ! ឬ ឈរហ្ន៎ ! ។

- *ឥរិយាបថទី ៣* គឺអង្គុយ ។ ការអង្គុយនេះ ត្រូវតម្កល់សតិទុកនៅនឹងរូបអង្គុយនោះ ព្រមទាំងបរិកម្មថា អង្គុយទេតើ ! ឬ អង្គុយហ្ន៎ ។

- *ឥរិយាបថទី ៤* គឺដេក ។ ការដេកនេះ ត្រូវតម្កល់សតិទុកនៅនឹងរូបដេកនោះ ព្រមទាំងបរិកម្មថា ដេកទេតើ ! ឬ ដេកហ្ន៎ ។ ដេកផ្ងារក្តី ដេកផ្អៀងខាង

ផ្សេងក្ដី ខាងស្ដាំក្ដី សណ្ដូកក្ដី អង្គុញក្ដី កុំឱ្យមានសេចក្ដីសង្ស័យស្ទាក់ស្ទើរនឹងឥរិ-យាបថទាំង ៤ ។ លក្ខណៈដែលផ្ចង់សតិកំណត់សំគាល់ឥរិយាបថ ព្រមទាំងបរិកម្មថាទៅតាមឥរិយាបថដូច្នោះនោះ ជាមូលហេតុនាំឱ្យចំរើនប្រាជ្ញាស្មារតី ដើម្បីបំបែរទឹកចិត្តឱ្យឃ្លាតចាកតណ្ហា មានះ ទិដ្ឋិ ឈប់ប្រកាន់អ្វីតិចតួចក្នុងលោក ។

អាយតនបព្វៈ

អាយតនបព្វៈ ចែកជា ១២ យ៉ាងគឺ ខាងក្នុង ៦ ខាងក្រៅ ៦ ។

អាយតនៈខាងក្នុង ៦ គឺ *ចក្ខុ* (ភ្នែក) ១ *សោត* (ត្រចៀក) ១ *ឃាន* (ច្រមុះ) ១ *ជិវ្ហា* (អណ្ដាត) ១ *កាយ* (រាងកាយ) ១ *មនោ* (ចិត្ត) ១ ។

អាយតនៈខាងក្រៅ ៦ គឺ *រូប* (រូប) ១ *សទ្ទ* (សំឡេង) ១ *គន្ធ* (ក្លិន) ១ *រស* (រស) ១ *ផោដ្ឋព្វ* (សម្ផស្សប៉ះពាល់) ១ *ធម្ម* (រឿងផ្សេងៗ) ១ ។

អាយតនៈ ប្រែថា " អណ្ដូង, តំណ, ខ្លោងទ្វារ (តាមគួរដល់លំនាំសេចក្ដី) តែក្នុងទីនេះ សំដៅយកត្រង់ពាក្យថា តំណ ឬខ្លោងទ្វារ ។ អាយតនៈខាងក្នុងចាត់ជាផ្លូវ ឬខ្លោងទ្វាររបស់ចិត្ត និងចេតសិក សម្រាប់ចេញដើរទៅរកស៊ី ។ អាយតនៈខាងក្រៅ ចាត់ជាអាហាររបស់ចិត្ត និងចេតសិកសម្រាប់អាស្រ័យ ។

របៀបដឹកលស់សតិក្នុងអាយតនបព្វៈ

របៀបតម្កល់សតិកំណត់អាយតនៈនេះ ត្រូវផ្ចង់សតិចាំកំណត់ក្នុងពេលដែលអាយតនៈខាងក្នុង និងខាងក្រៅមកប៉ះសម្ផស្សគ្នា ដូចមានសេចក្ដីតទៅនេះ :

- *រូប* មកប៉ះនឹងភ្នែក ត្រូវផ្ចង់សតិទុកនៅនឹងកែវភ្នែក ព្រមទាំងបរិកម្មថា ឃើញរូបទេតើ ! ឬឃើញរូបហ្ន៎ ! ។
- សំឡេង មកប៉ះនឹងត្រចៀក ត្រូវផ្ចង់សតិទុកនៅនឹងត្រចៀក ព្រមទាំងបរិកម្មថា ឮសំឡេងទេតើ ! ឬឮសំឡេងហ្ន៎ ! ។

• ក្លិន មកប៉ះនឹងច្រមុះ ត្រូវផ្ចង់សតិទុកនឹងច្រមុះ ព្រមទាំងបរិកម្មថា ក្លិនទេតើ ! ឬក្លិនហ្ន៎ ! ។

• រស មកប៉ះនឹងអណ្ដាត ត្រូវផ្ចង់សតិទុកនឹងអណ្ដាត ព្រមទាំងបរិកម្មថា រសទេតើ ! ឬរសហ្ន៎ ! ។

• ផោដ្ឋព្វៈ មកប៉ះនឹងកាយ ត្រូវផ្ចង់សតិទុកនឹងកាយ ព្រមទាំងបរិកម្មថា ប៉ះពាល់ទេតើ ! ឬប៉ះពាល់ហ្ន៎ ! ។

• ធម្មា មកប៉ះនឹងមនោ ត្រូវផ្ចង់សតិទុកនឹងមនោ ព្រមទាំងបរិកម្មថា រឿងរ៉ាវទេតើ ! ឬរឿងរ៉ាវហ្ន៎ ! ។

ត្រូវផ្ចង់សតិកំណត់ដឹងឱ្យច្បាស់រវាងអាយតនៈខាងក្នុង អាយតនៈខាងក្រៅមកប៉ះខ្ទប់គ្នា កុំឱ្យមានសេចក្ដីសង្ស័យស្ទាក់ស្ទើរ មិនដាច់ស្រេចនឹងអាយតនៈទាំង ១២ ។ លក្ខណៈដែលផ្ចង់សតិកំណត់អាយតនៈ និងបរិកម្មថាទៅតាមអាយតនៈដូច្នោះនោះ ជាមូលហេតុនាំឱ្យចំរើនប្រាជ្ញាស្មារតី ដើម្បីបំបែរទឹកចិត្តឱ្យឃ្លាតចាកតណ្ហា មានៈ ទិដ្ឋិ កុំឱ្យមានការប្រកាន់អ្វីតិចតួចក្នុងលោក ។

ផលនៃការចំរើនសតិ

ប្រសិនណាលោយអ្នកតាំងចិត្តបដិបត្តិ ដោយការពិតមែនហើយ អកាលិកោ ព្រះធម៌នេះឱ្យផលមិនរង់ចាំកាលទេ តែងកើតមានឡើងដល់លោកអ្នក ព្រោះការចំរើនសតិ ពោលគឺអង្គបញ្ញាដឹងសព្វ ដឹងគ្រប់នេះ ជាមូលហេតុធ្វើឱ្យមោហៈដែលជាគ្រឿងបិទបាំងនូវភ្នែករបស់សត្វលោកអន់ថយ ខ្សោយកម្លាំងទៅជាលំដាប់ព្រមទាំងឱ្យអស់សេចក្ដីសង្ស័យក្នុងអានាបាណបព្វៈ, ឥរិយាបថបព្វៈ និងអាយតនបព្វៈ ។ សូម្បីវិចិកិច្ឆា សេចក្ដីសង្ស័យនៅមានខ្លះនៅខាងមុខ (ក្នុង១វិនាទីខាងមុខ, មួយនាទីខាងមុខ, មួយម៉ោងខាងមុខ, មួយថ្ងៃខាងមុខ, មួយខែខាងមុខ, មួយឆ្នាំខាង

មុខ, ឬក្នុងជាតិខាងមុខ) ក៏គង់នឹងវិនាសសាបសូន្យចាកសន្តានចិត្តរបស់ខ្លួនមិនខាន ឡើយ ។ រឿងនេះ ដឹងបានតែចំពោះខ្លួនអ្នកទេ ប្រសិនជាលោកអ្នកទាំងឡាយចង់ដឹង សូមបដិបត្តិយកខ្លួនឯងចុះ កុំបាច់នាំគ្នាជឿងងល់ កុំបាច់នាំគ្នាផ្ដើលតាមដំណឹងអ្នកដទៃ សន្ទិដ្ឋិកោ ព្រះធម៌នេះ បើអ្នកណាប្រព្រឹត្តប្រតិបត្តិលុះហើយ នឹងដឹងឯងឃើញឯង ។

ផលរបស់ការចំរើនសតិនេះ មិនមែនមានតែប៉ុណ្ណេះទេ ការដែលកំពុងបដិបត្តិទៅភ្លាមៗនោះ នឹងមានបុព្វនិមិត្ត គឺគ្រឿងសំគាល់ខាងដើមខ្លះ, អសុភនិមិត្ត គឺគ្រឿងសំគាល់ថាអាក្រក់នោះខ្លះ កកើតឡើងថែមទៀត ។ ចំណែកខាងអសុភ-និមិត្តនោះ មិនបានពោលទុកក្នុងទីនេះទេ នឹងពោលចំពោះតែសុភនិមិត្ត បានដល់បីតិទាំង ៥ យ៉ាងគឺ :

១. ខុទ្ទកាបីតិ កិរិយាធ្វើឱ្យព្រឺរោម ព្រឺស្បែក ។
២. ខណិកាបីតិ កិរិយាធ្វើឱ្យភ្លឺស្វាង រុងរឿង ។
៣. ឱក្កន្តិកាបីតិ កិរិយាធ្វើឱ្យចិត្តងាករេ ។
៤. ឧព្វេង្គាបីតិ កិរិយាធ្វើឱ្យស្រាលខ្លួន អណ្ដែតខ្លួន ។
៥. ផរណាបីតិ កិរិយាធ្វើឱ្យត្រេកកាយ ត្រេកចិត្ត ។

របៀបរម្ងាប់បីតិ

លោកអ្នកដែលបដិបត្តិដើម្បីរកសន្តិធម៌ *ប្រសិនបើបីតិទី ១* កើតប្រា-កដឡើង ត្រូវផ្ចង់សតិកំណត់ ព្រមទាំងបរិកម្មថា ព្រឺរោម ព្រឺស្បែកទេតើ ! ឬព្រឺរោម ព្រឺស្បែកហ្ន៎ ! ។ *បើបីតិទី ២* កើតប្រាកដឡើង ត្រូវផ្ចង់សតិកំណត់ ព្រមទាំងបរិកម្មថា ភ្លឺទេតើ ! ឬភ្លឺហ្ន៎ ! ។ *បើបីតិទី ៣* កើតប្រាកដឡើង ត្រូវផ្ចង់សតិកំណត់ ព្រមទាំងបរិកម្មថា ចិត្តងាករេទេតើ ! ឬចិត្តងាករេហ្ន៎ ! ។ *បើបីតិទី ៤* កើតប្រាកដ

ឡើងត្រូវផ្ចង់សតិ ព្រមទាំងបរិកម្មថា ស្រាលទេតើ ! ឬស្រាលហ្ន៎ ! ។ *បើបីតិទី ៥* កើតប្រាកដឡើង ត្រូវផ្ចង់សតិ ព្រមទាំងបរិកម្មថា ឆ្អែតចិត្តទេតើ ! ឬឆ្អែតចិត្តហ្ន៎ !។ ការបរិកម្មកំចាត់បង់បីតិទាំង ៥ នេះ បើបីតិណាមួយមិនទាន់រម្ងាប់នៅឡើយទេ គួរកុំឈប់បរិកម្មឱ្យសោះ គប្បីបរិកម្មកំចាត់បង់ឱ្យសូន្យសោះអស់ចាកខន្ធសន្តាន កុំឱ្យមានសេសសល់ឡើយ ។

លក្ខណៈដែលផ្ចង់សតិកំណត់ ព្រមទាំងបរិកម្មថាទៅតាមបីតិដូច្នោះនោះ គឺការពារ រារាំងទឹកចិត្តកុំឱ្យក្តួចកាន់នូវបីតិទាំងនោះ ព្រោះបីតិនេះ មិនមែនជាមគ្គផលទេ តាំងចិត្តចំរើនតទៅទៀត ទើបបានចំរើនប្រាជ្ញាស្មារតី ដើម្បីបំបែរទឹកចិត្តឱ្យឃ្លាតចាកតណ្ហា មានះ ទិដ្ឋិ លះបង់ការប្រកាន់អ្វីតិចតួចក្នុងលោក ។

ក្នុងខណៈដែលកំចាត់បង់នូវបីតិ ទី១ ទី២ ទី៣ ទី៤ ឱ្យសូន្យសោះ អស់ចាកសន្តានទៅហើយ ចិត្តនេះក៏ឡើងកាន់បីតិ ទី៥ តទៅ ។ ក្នុងខណៈដែលចិត្តសម្ប-យោគប្រកបព្រមដោយបីតិ ទី៥ មានវិតក្កៈ វិចារៈ សុខៈ ឯកគ្គតា កកើតឡើងក្នុងសន្តានចិត្តក្នុងពេលលះនោះឯង ; កាត់សេចក្តីឱ្យខ្លីចុះថា ចិត្តសម្បយោគទៅដោយអង្គ ៥ គឺ ១. វិតក្កៈ សេចក្តីត្រិះរិះ, ២. វិចារៈ សេចក្តីពិចារណា, ៣. បីតិ សេចក្តីឆ្អែតចិត្ត, ៤. សុខៈ សេចក្តីសប្បាយសុខស្រួល, ៥. ឯកគ្គតា ការតាំងនៅក្នុងអារម្មណ៍តែមួយ ។

បើចិត្តប្រកបទៅដោយអង្គ ៥ ដូច្នោះនោះ ឈ្មោះថារកទីបំផុតនៃចិត្តមិនឃើញសោះ ។ ហេតុដូចម្តេចបានជាហ៊ានពោលដូច្នោះ ពីព្រោះចិត្តនោះ ជួនកាលងាករេទៅក្តួចកានវិតក្កៈ ជួនកាលងាករេទៅកានវិចារៈ ជួនកាលងាករេទៅកាន់បីតិ ជួនកាលងាករេទៅកាន់សុខៈ ជួនកាលងាករេទៅឈរនៅនឹង ។ បើទឹកចិត្តងាករេវិលវល់ អន្ទោលទៅមកដូច្នេះ តើអ្នកទាំងឡាយនឹងរកទីបំផុតនៃចិត្តឯណាឃើញ !

លោកអ្នកដែលស្វែងរកទីបំផុតនៃចិត្ត កាលបើឃើញទឹកចិត្តរបស់ខ្លួនឯករវើលវលដូច្នោះ ត្រូវផ្គង់សតិកំណត់ដឹង ព្រមទាំងបរិកម្មកំចាត់បង់នូវវិតក្កៈ វិចារៈ បីតិ សុខៈ កុំឱ្យទឹកចិត្តចូលទៅក្តួចកាន់នូវអង្គទាំង ៤ នោះ ទើបឃើញនូវទីបំផុតនៃចិត្ត ដូចសេចក្តីប្រាថ្នា ។

របៀបកំចាត់បង់

បើ *វិតក្កៈ* កើតឡើង ត្រូវផ្គង់បីតិកំណត់ដឹង ព្រមទាំងបរិកម្មថា ត្រិះរិះទេតើ ! ឬត្រិះរិះហ្ន៎ ! ។ បើ *វិចារៈ* កើតឡើង ត្រូវផ្គង់សតិកំណត់ដឹង ព្រមទាំងបរិកម្មថា ពិចារណាទេតើ ! ឬពិចារណាហ្ន៎ ! ។ បើ *បីតិ* កើតឡើង ត្រូវផ្គង់សតិកំណត់ដឹង ព្រមទាំងបរិកម្មថាឆ្អែតចិត្តទេតើ, ឬឆ្អែតចិត្តហ្ន៎ ! ។ បើ*សុខៈ* កើតឡើង ត្រូវផ្គង់សតិកំណត់ដឹង ព្រមទាំងបរិកម្មថា សប្បាយទេតើ ! ឬសប្បាយហ្ន៎ ! ។ ក្នុងខណៈដែលបរិកម្មកំចាត់បង់នូវវិតក្កៈ វិចារៈ បីតិ សុខៈ ឱ្យប្រាសចាកសន្តានរបស់ខ្លួនហើយ ឯទឹកចិត្តនេះ ក៏ឡើងកាន់ឯកគ្គតាដោយបរិបូណ៌ ។ តែឯកគ្គតាជាន់គ្រោតគ្រាត ឈ្មោះថាទឹកចិត្តយាងចុះកាន់*ឧបចារសមាធិ* បើដឹងថា ឯកគ្គតាចិត្តនេះនៅគ្រោតគ្រាតទេ ត្រូវផ្គង់សតិកំណត់ដឹង ព្រមទាំងបរិកម្មកំចាត់បង់ថា ចិត្តគ្រោតគ្រាតទេតើ ! ឬចិត្តគ្រោតគ្រាតហ្ន៎ ! ។ ទឹកចិត្តនោះក៏ឡើងកាន់ឯកគ្គតាចិត្តជាន់កណ្តាល ត្រូវផ្គង់សតិកំណត់ដឹង ព្រមទាំងបរិកម្មកំចាត់បង់ថាចិត្តជាកណ្តាលទេតើ ! ឬចិត្តជាកណ្តាលហ្ន៎ ! ។ ទឹកចិត្តនោះ ក៏ឡើងកាន់ឯកគ្គតាចិត្តជាសុខុម ត្រូវផ្គង់សតិកំណត់ដឹង ព្រមទាំងបរិកម្មកំចាត់បង់ថា ចិត្តល្អិតទេតើ , ឬចិត្តល្អិតហ្ន៎ ! ។ ក្នុងខណៈនេះឯង ចិត្តក៏យាងចុះកាន់ *អប្បនាសមាធិ* ដោយបរិបូណ៌ ។ លោកអ្នកដែលបដិបត្តិទាំងនោះ ក៏ដឹងបានដោយច្បាស់ថា ឱនេះទេតើ! ជាទីបំផុតនៃចិត្ត ឱនេះទេតើ ! ជាទីបំផុតនៃទុក្ខទាំងពួង ។

ក្នុងខណៈដែលទឹកចិត្តយាងចុះកាន់អប្បនាសមាធិ ចិត្តនោះក៏ស្ងប់ស្ងាត់ចាកនីវរណធម៌ទាំង ៥ យ៉ាងគឺ :

១. កាមច្ឆន្ទៈ សេចក្ដីត្រេកត្រអាលក្នុងកាម ។

២. ព្យាបាទៈ សេចក្ដីគំនុំគុំគួន ។

៣. ថីនមិទ្ធៈ សេចក្ដីងោកងុយ ។

៤. ឧទ្ធច្ចកុក្កុច្ចៈ សេចក្ដីរាយមាយ និងរសាប់រសល់ ។

៥. វិចិកិច្ឆា សេចក្ដីសង្ស័យមិនដាច់ស្រេច ។

សមាធិជាលោកិយៈ និងជាលោកុត្តរៈ មានសេចក្ដីផ្សេងគ្នាដូច្នេះគឺ : បើកំចាត់បង់នីវរណធម៌គ្រាន់តែទ្រោម ឈ្មោះថាសមាធិជាន់លោកិយៈ បើកំចាត់បង់នីវរណធម៌ដាច់ស្ងន្យសោះអស់ជើងលែងកើតទៀត ឈ្មោះថាសមាធិជាន់លោកុត្តរៈ មានន័យផ្សេងគ្នា ដូចពោលមកនេះឯង ។

មូលនីវរណធម៌

កាមច្ឆន្ទៈ កើតមកអំពីសុភនិមិត្ត សំគាល់ថាល្អ រលត់ទៅវិញដោយអសុភនិមិត្ត សំគាល់ថាមិនល្អ, កើតតទៅទៀតមិនបាន ដោយអរហត្តមគ្គ ។

ព្យាបាទៈ កើតមកអំពីបដិឃនិមិត្ត សំគាល់នូវសេចក្ដីថ្នាំងថ្នាក់ រលត់ទៅវិញ ដោយមេត្តាភាវនា, កើតតទៅទៀតមិនបាន ដោយអនាគាមិមគ្គ ។

ថីនមិទ្ធៈ កើតមកអំពីហេតុ ៥ យ៉ាងគឺ :

១. អរតិ សេចក្ដីមិនត្រេកអរ ។

២. តន្ទិ សេចក្ដីទំរន់ ។

៣. វិជម្ភិតា មីតពត់កាយ ។

៤. ភត្តសម្មទៈ ពុលបាយ ។

៥. ចេតសោ លេនត្តៈ សេចក្ដីច្រអូសចិត្ត ។

រលត់ទៅវិញ ដោយហេតុ ៣ យ៉ាងគឺ ៖

១. អារម្ភធាតុ ព្យាយាមផ្ដងចិត្តឡើងជាដំបូង ។

២. និក្កមធាតុ ព្យាយាមយ៉ាងកណ្ដាល ។

៣. បរក្កមធាតុ ព្យាយាមយ៉ាងក្រៃលែង ។

ការដែលកន្លងផុតអំពីសេចក្ដីងោកងុយ នឹងកើតទៅទៀតមិនបានដោយអរហត្តមគ្គ ។

ឧទ្ធច្ចៈកុក្កុច្ចៈ កើតមកអំពី ចេតសោ អវូបសមៈ សេចក្ដីមិនស្ងប់ចិត្ត, រលត់ទៅវិញដោយចេតសោ វូបសមៈ សេចក្ដីស្ងប់ចិត្ត, កើតតទៅទៀតមិនបានដោយអនាគាមិមគ្គ និង អរហត្តមគ្គ ។ ឧទ្ធច្ចកុក្កុច្ចៈ នេះចែកជា ២ បទ ៖

១. ឧទ្ធច្ចៈ សេចក្ដីរាយមាយ ។

២. កុក្កុច្ចៈ សេចក្ដីរសាប់រសល់ ។

ឧទ្ធច្ចៈ ផ្ដាច់បង់ដោយអរហត្តមគ្គ, កុក្កុច្ចៈ ផ្ដាច់បង់ដោយអនាគាមិមគ្គ ។

វិចិកិច្ឆា កើតមកអំពី អយោនិសោមនសិការៈ មិនកំណត់កត់ត្រាទុកក្នុងចិត្ត, រលត់ទៅវិញដោយ អយោនិសោមនសិការៈ កំណត់កត់ត្រាទុកក្នុងចិត្ត កើតតទៅទៀតមិនបានដោយ សោតាបត្តិមគ្គ ។

ធម៌ជាសត្រូវនឹងគ្នា

កាមច្ឆន្ទៈ	ជាសត្រូវនឹង	*សមាធិ*
ព្យាបាទៈ	ជាសត្រូវនឹង	*បីតិ*
ថីនមិទ្ធៈ	ជាសត្រូវនឹង	*វិតក្កៈ*

ឧទ្ធច្ចៈកុក្កុច្ចៈ ជាសត្រូវនឹង *សុខៈ*
វិចិកិច្ឆា ជាសត្រូវនឹង *វិចារៈ*

អធិប្បាយ ៖

សមាធិ គឺការតាំងចិត្តនៅនឹង ឬ ចិត្តមានអារម្មណ៍តែមួយ ។ បើកាមច្ឆន្ទៈ គឺសេចក្ដីស្រឡាញ់ ឬសេចក្ដីប្រាថ្នាក្នុងកាមកើតឡើង ចិត្តនោះក៏អណ្ដែតអណ្ដូង សមាធិក៏រលត់ទៅវិញក្នុងពេលនោះ ។

បីតិ គឺសេចក្ដីរីករាយឆ្អែតចិត្ត ។ បើព្យាបាទៈ គឺសេចក្ដីគំនុំគុំគួនកើតឡើង បីតិក៏រលត់ទៅវិញក្នុងពេលនោះ ។

វិតក្កៈ សេចក្ដីត្រិះរិះ ។ បើថីនមិទ្ធៈ សេចក្ដីងោកងុយកើតឡើង វិតក្កៈក៏រលត់ទៅវិញក្នុងពេលនោះ ។

សុខៈ សេចក្ដីសប្បាយចិត្ត ។ បើឧទ្ធច្ចៈកុក្កុច្ចៈ សេចក្ដីរាយមាយ និងរសាប់រសល់កើតឡើង សុខៈក៏រលត់ទៅវិញក្នុងពេលនោះ ។

វិចារៈ សេចក្ដីពិចារណារកផ្លូវខុស ផ្លូវត្រូវ ។ បើវិចិកិច្ឆា សេចក្ដីសង្ស័យមិនដាច់ស្រេចកើតឡើង វិចារៈក៏រលត់ទៅវិញក្នុងពេលនោះ ។

លក្ខណៈដែលបដិបត្តិធ្វើឱ្យចិត្តស្ងប់រម្ងាប់ចាកនីវរណធម៌នេះ ឈ្មោះថា *សមថកម្មដ្ឋាន* ប្រែថា កម្មដ្ឋានសម្រាប់ធ្វើឱ្យចិត្តស្ងប់ ឱ្យឃ្លាតចាកនីវរណធម៌ ។ បើឃើញថា ទឹកចិត្តនោះស្ងប់រម្ងាប់ចាកនីវរណធម៌ដូច្នោះហើយ កុំទាន់ទុកចិត្ត ហើយកុំបន្ថយសេចក្ដីព្យាយាម ពីព្រោះមិនទាន់ដល់ទីបំផុតនៃទុក្ខទេ គប្បីតាំងចិត្តចំរើនវិបស្សនាកម្មដ្ឋាន តទៅទៀត ។

វិបស្សនាកម្មដ្ឋាន ប្រែថា កម្មដ្ឋានសម្រាប់ពិចារណាឱ្យឃើញច្បាស់នូវដំណើរនៃសង្ខារធម៌តាមសេចក្ដីពិត ។ អ្នកចំរើនសមថកម្មដ្ឋាន ហើយឆ្លងទៅចំរើន

វិបស្សនាកម្មដ្ឋានទៀតនោះ ឈ្មោះថា*សមថៈ* គឺមានសមថៈជាយានជំនិះ សម្រាប់ជិះទៅកាន់ភូមិវិបស្សនា ។ អ្នកដែលមិនបានចំរើនសមថៈមុនទេ គឺចាប់ចំរើនវិបស្សនាកម្មដ្ឋានតែម្តង ឈ្មោះថា *សុក្ខវិបស្សកៈ* គឺអ្នកចំរើនវិបស្សនាសុទ្ធ ។

បុព្វភាគនៃវិបស្សនា

កិច្ចដំបូង ដែលអ្នកបដិបត្តិវិបស្សនា គួរចំរើនឱ្យកើតមានឡើងក្នុងសន្តានរបស់ខ្លួននោះ គឺត្រូវផ្ចង់ប្រាជ្ញាស្មារតីកំណត់កត់ត្រានូវ អានាបាណបព្វៈ, ឥរិយាបថបព្វៈ, និងអាយតនបព្វៈ ឱ្យឃើញច្បាស់ថា បព្វៈទាំង ៣ នេះ សុទ្ធតែសម្បយោគទៅដោយសាមញ្ញលក្ខណៈ គឺលក្ខណៈដែលមានសភាពស្មើគ្នាទូទៅ ក្នុងសង្ខារទាំងពួង មាន ៣ គឺ :

១. អនិច្ចតា សភាពប្រែប្រួល,

២. ទុក្ខតា សភាពទុក្ខព្រួយ,

៣. អនត្តតា សភាពមិនមែនខ្លួន ។

• អានាបាណបព្វៈ សម្បយោគដោយសាមញ្ញលក្ខណៈ

ដំកល់ប្រាជ្ញាស្មារតីទុកនៅនឹងពោះ លើផ្ចិត ៣ ធ្នាប់, ត្រូវផ្ចង់ប្រាជ្ញាស្មារតីសម្លឹងឯងនូវខ្យល់ដែលមានកិរិយាធ្វើឱ្យពោះប៉ោង និងពោះផត ឱ្យឃើញច្បាស់ត្រឹមត្រូវទៅតាមសាមញ្ញលក្ខណៈ ដូចមានសេចក្តីទៅខាងមុខនេះ ។

ខ្យល់ដែលចូលទៅ មានកិរិយាធ្វើឱ្យពោះប៉ោង ។ ពោះប៉ោងនេះ ក៏មិនបានតាំងនៅយូរប៉ុន្មានឡើយ, មួយរំពេច ក៏មានកិរិយាបែកធ្លាយ ប្រែប្រួលទៅទៀត ។ ខ្យល់ធ្វើឱ្យពោះប៉ោង ហើយវិនាសសាបសូន្យទៅវិញ ដូច្នេះ ខ្យល់ចូលនេះពិតជារបស់ *អនិច្ចំ* ។

បានសេចក្តីព្រួយពិបាកចិត្ត ពីព្រោះខ្យល់វិបរិតប្រែប្រួល មិនតម្កល់នៅដដែល ខ្យល់ចូលនេះពិតជារបស់ *ទុក្ខំ* ។

ប្រដៅថា ខ្យល់អើយ អ្នកឯងកុំប្រែប្រួល បើធ្វើឱ្យពោះប៉ោងហើយ ឱ្យនៅតែប៉ោងទៅ តែប្រដៅមិនបាន ខ្យល់នេះមិនជារបស់ខ្លួនទេ ព្រោះប្រដៅមិនស្តាប់ ខ្យល់ចូលនេះពិតជារបស់ *អនត្តា* ។

ម្យ៉ាងទៀត ខ្យល់ដែលចេញ មានកិរិយាធ្វើឱ្យពោះផត ។ ពោះផតនេះក៏មិនបានតាំងនៅយូរប៉ុន្មានឡើយ មួយរំពេច ក៏វិនាសសាបសូន្យទៅ ធ្វើឱ្យពោះប៉ោងទៀត ខ្យល់ចេញនេះពិតជារបស់ *អនិច្ចំ* ។

បានសេចក្តីព្រួយពិបាកចិត្ត ពីព្រោះខ្យល់ប្រែប្រួល មិនតម្កល់នៅដដែល ខ្យល់ចេញនេះពិតជារបស់ *ទុក្ខំ* ។ ប្រដៅថា នែខ្យល់ឯងកុំប្រែប្រួល បើធ្វើឱ្យពោះផតហើយ ឱ្យនៅតែផតទៅ ក៏ប្រដៅមិនបាន ខ្យល់នេះមិនជារបស់ខ្លួនទេ ព្រោះប្រដៅមិនស្តាប់ ខ្យល់ចេញនេះពិតជារបស់ *អនត្តា* ។

មួយទៀត ជួនកាលខ្យល់ចូលច្រើនពេក ជួនកាលខ្យល់ចូលតិចពេក ជួនកាលខ្យល់ចូលល្មមរកទីប្រាកដនៃការចូលមិនឃើញសោះ ខ្យល់ចូលនេះពិតជារបស់ *អនិច្ចំ* ។ បានសេចក្តីព្រួយពិបាកចិត្ត ពីព្រោះរកទីបំផុតនៃខ្យល់ចូលនោះមិនប្រាកដ ខ្យល់ចូលនេះពិតជារបស់*ទុក្ខំ* ។ ប្រដៅថា នែខ្យល់ចូល សូមចូលតែល្មមៗ កុំច្រើនពេក កុំតិចពេក ក៏ប្រដៅមិនបាន ខ្យល់ចូលនេះមិនជារបស់ខ្លួនទេ ពីព្រោះប្រដៅមិនស្តាប់ ខ្យល់ចូលនេះពិតជារបស់ *អនត្តា* ។

មួយវិញទៀត ជួនកាលខ្យល់ចេញច្រើនពេក ជួនកាលខ្យល់ចេញតិចពេក ជួនកាលខ្យល់ចេញល្មមៗ រកទីប្រាកដនៃការចេញនោះមិនឃើញសោះ ខ្យល់ចេញនេះពិតជារបស់*អនិច្ចំ* ។ បានសេចក្តីព្រួយពិបាកចិត្ត ពីព្រោះរកទីបំផុតនៃខ្យល់

ចេញនោះមិនប្រាកដសោះ ខ្យល់ចេញនេះពិតជារបស់*ទុក្ខំ* ។ ប្រដៅថា នៃខ្យល់ចេញ សូមឱ្យចេញតែល្មមៗ កុំចេញច្រើន ឬតិចពេក ក៏ប្រដៅមិនបាន ខ្យល់ចេញនេះ មិនមែនជារបស់ខ្លួនទេ ព្រោះប្រដៅមិនស្តាប់ ខ្យល់ចេញនេះពិតជារបស់*អនត្តា* ។

ដូច្នេះ ខ្យល់អស្សាសៈ បស្សាសៈ គឺខ្យល់ចេញចូលនេះ សុទ្ធតែសម្ប្រ-យោគទៅដោយ អនិច្ចំ ទុក្ខំ អនត្តា ពិតមែន ; ខ្យល់អស្សាសៈ បស្សាសៈនេះហើយ ដែលជាអ្នករងទទួលនូវ អនិច្ចំ ទុក្ខំ អនត្តា ។ អនិច្ចំ ទុក្ខំ អនត្តា អាស្រ័យនៅនឹងអស្សាសៈ បស្សាសៈ ។ អស្សាសៈ បស្សាសៈ ក្នុងអតីតជាតិ ក៏សុទ្ធតែប្រកបទៅដោយ អនិច្ចំ ទុក្ខំ អនត្តា ។ អស្សាសៈ បស្សាសៈ ក្នុងបច្ចុប្បន្នជាតិ ក៏សុទ្ធតែប្រកបទៅដោយ អនិច្ចំ ទុក្ខំ អនត្តា ។ អស្សាសៈ បស្សាសៈក្នុងអនាគតជាតិ ក៏សុទ្ធតែប្រកបទៅដោយ អនិច្ចំ ទុក្ខំ អនត្តា ។

• ឥរិយាបថទាំង ៤ សម្បយោគដោយសាមញ្ញលក្ខណៈ

- *ឥរិយាបថទី ១* គឺដេក ។ បុគ្គលដេកផ្ងារ ក៏មិនបានយូរ ដេកផ្អៀងខាងឆ្វេងខាងស្តាំ ក៏មិនបានយូរ, មានសេចក្តីងាករេ ប្រែប្រួលជានិច្ច រកទីបំផុតនៃការដេកនោះមិនប្រាកដសោះ ដេកនេះពិតជារបស់ អនិច្ចំ ។ បានសេចក្តីព្រួយលំបាកចិត្តគឺពិបាកងាករេ ពិបាកប្រែប្រួល ពិបាកនឹងចុក-រួយ-ស្រពន់ ដេកនេះពិតជារបស់ទុក្ខំ ។ ប្រដៅថា ដេកផ្ងារឱ្យនៅតែផ្ងារទៅ ដេកផ្អៀងឱ្យនៅតែផ្អៀងទៅ កុំងាករេ ប្រែប្រួល កុំចុក-រួយ-ស្រពន់ តែប្រដៅមិនបាន ដេកនេះមិនជារបស់ខ្លួនទេ ព្រោះប្រដៅមិនស្តាប់ ដេកនេះពិតជារបស់ អនត្តា ។

- *ឥរិយាបថទី ២* គឺដើរ ។ បុគ្គលដើរមិនបានយូរ មួយរំពេចក៏ងាករេទៅទៀត រកទីបំផុតនៃការដើរនោះមិនប្រាកដសោះ ដើរនេះពិតជារបស់ អនិច្ចំ ។ បាន

សេចក្ដីព្រួយលំបាកចិត្ត គឺពិបាកទប់ជ្រែង ពិបាកនឹងការនឿយហត់ ដើរនេះពិតជារបស់ ទុក្ខំ ។ ប្រដៅថា ដើរឱ្យនៅតែដើរដូច្នេះហើយ កុំប្រែប្រួលទៅទៀត កុំពិបាកទប់ជ្រែង កុំនឿយហត់ ក៏ប្រដៅមិនបាន ដើរនេះមិនជារបស់ខ្លួនទេ ដើរនេះពិតជារបស់ អនត្តា ។

- ឥរិយាបថទី ៣ គឺឈរ ។ បុគ្គលឈរមិនបានយូរ មួយរំពេចក៏ប្រែប្រួលទៅទៀត រកទីបំផុតនៃការឈរនោះមិនប្រាកដសោះ ឈរនេះពិតជារបស់ អនិច្ចំ ។ បានសេចក្ដីព្រួយលំបាកចិត្ត គឺពិបាកទប់ជ្រែង ពិបាកងាករេ ការឈរនេះពិតជារបស់ ទុក្ខំ ។ ប្រដៅថា ឈរឱ្យនៅតែឈរទៅ កុំប្រែប្រួលទៅទៀត កុំពិបាកទប់ជ្រែង ក៏ប្រដៅមិនបាន ឈរនេះមិនជារបស់ខ្លួនទេ ការឈរនេះពិតជារបស់ អនត្តា ។

- ឥរិយាបថទី ៤ គឺអង្គុយ ។ បុគ្គលអង្គុយនេះក៏មិនបានយូរ មួយរំពេចក៏ប្រែប្រួលទៅទៀត រកទីបំផុតនៃការអង្គុយនោះមិនប្រាកដសោះ ការអង្គុយនេះពិតជារបស់ អនិច្ចំ ។ បានសេចក្ដីព្រួយលំបាកចិត្ត គឺពិបាកនឹងចុក-រោយ-ស្រពន់ ពិបាកងាករេ ពិបាកទប់ជ្រែង ការអង្គុយនេះពិតជារបស់ ទុក្ខំ ។ ប្រដៅថា អង្គុយឱ្យនៅតែអង្គុយដូច្នោះហើយ កុំប្រែប្រួលទៅទៀត កុំចុក-រោយ-ស្រពន់ ក៏ប្រដៅមិនបាន ការអង្គុយនេះមិនជារបស់ខ្លួនទេ ការអង្គុយនេះពិតជារបស់ អនត្តា ។

សេចក្ដីសង្កេត :

ឥរិយាបថទាំង ៤ ក្នុងអតីតជាតិ សុទ្ធតែប្រកបដោយអនិច្ចំ ទុក្ខំ អនត្តា ។ ឥរិយាបថទាំង ៤ ក្នុងបច្ចុប្បន្នជាតិ សុទ្ធតែប្រកបដោយ អនិច្ចំ ទុក្ខំ អនត្តា ។ ឥរិយាបថទាំង ៤ ក្នុងអនាគតជាតិ សុទ្ធតែប្រកបដោយ អនិច្ចំ ទុក្ខំ អនត្តា ។ កាត់សេចក្ដី ដើម្បីឱ្យងាយស្ដាប់ ងាយចូលចិត្តថាកាយវិញ្ញត្តិ គឺការកំរើកញាប់ញ័រនៃកាយក្ដី វចីវិញ្ញត្តិ គឺការកំរើកញាប់ញ័រនៃវាចាក្ដី ទោះក្នុងអតីតជាតិក្ដី ក្នុងបច្ចុប្បន្នជាតិក្ដី

ក្នុងអនាគតជាតិក្តី សុទ្ធតែប្រកបដោយ អនិច្ចំ ទុក្ខំ អនត្តា ទាំងអស់ ។ អនិច្ចំ ទុក្ខំ អនត្តា អាស្រ័យនៅនឹងកាយវិញ្ញត្តិ និងវចីវិញ្ញត្តិ ។ កាយវិញ្ញត្តិ និងវចីវិញ្ញត្តិនេះហើយ ជាអ្នកទទួលរងនូវ អនិច្ចំ ទុក្ខំ អនត្តា ។

• អាយតនៈ សម្បយោគដោយសាមញ្ញលក្ខណៈ

អាយតនៈខាងក្នុងជាក្លោងទ្វារ សម្រាប់ចិត្ត និងចេតសិកចេញចររកស៊ី មាន ៦ គឺ ១-ចក្ខុ (ភ្នែក) ២-សោត (ត្រចៀក) ៣-ឃាន (ច្រមុះ) ៤-ជិវ្ហា (អណ្តាត) ៥-កាយ (កាយ) ៦-មនោ (ចិត្ត) ។ អាយតនៈខាងក្នុងទាំង ៦ នេះ សុទ្ធតែជាអ្នកទទួលរងនូវ អនិច្ចំ ទុក្ខំ អនត្តា ទាំងអស់ ។ អាយតនៈខាងក្រៅ ជាអាហាររបស់ចិត្ត និងចេតសិក មាន ៦ គឺ ១-រូបៈ (រូប) ២-សទ្ទៈ (សំឡេង) ៣-គន្ធៈ (ក្លិន) ៤-រសៈ (រស) ៥-ផោដ្ឋព្វៈ (សម្ផស្ស ប៉ះពាល់) ៦-ធម្មា (រឿងផ្សេងៗ) ។ អាយតនៈខាងក្រៅទាំង ៦ នេះ សុទ្ធតែជាអ្នកទទួលរងនូវ អនិច្ចំ ទុក្ខំ អនត្តា ទាំងអស់ ។ អាយតនៈខាងក្នុងក្តី អាយតនៈខាងក្រៅក្តី ទោះមានក្នុងអតីតជាតិក្តី ក្នុងបច្ចុប្បន្នជាតិក្តី ក្នុងអនាគតជាតិក្តី សុទ្ធតែប្រកបទៅដោយ អនិច្ចំ ទុក្ខំ អនត្តា ទាំងអស់ ។

ដំណើរចិត្តចេញរកស៊ី

ចិត្តចេញផ្លូវភ្នែក ទៅស៊ីរូប, ចិត្តចេញផ្លូវត្រចៀក ទៅស៊ីសំឡេង, ចិត្តចេញផ្លូវច្រមុះ ទៅស៊ីក្លិន, ចិត្តចេញផ្លូវអណ្តាត ទៅស៊ីរស, ចិត្តចេញផ្លូវកាយទៅស៊ីសម្ផស្ស, ចិត្តចេញផ្លូវមនោ ទៅស៊ីរឿងផ្សេងៗ ។

ធម្មជាតិចិត្តនេះ ជួនកាលទៅស៊ីរូប ជួនកាលទៅស៊ីសំឡេង ជួនកាលទៅស៊ីក្លិន ជួនកាលទៅស៊ីរស ជួនកាលទៅស៊ីសម្ផស្ស ជួនកាលទៅស៊ីរឿងផ្សេងៗ វិលវល់ទៅមកមិនចេះចប់ មិនចេះឆ្អែត មិនចេះពេញនឹងការស៊ីសោះ រកទីបំផុត

នៃការស៊ីមិនប្រាកដសោះ ចិត្តនេះពិតជារបស់អនិច្ចំ; ព្រួយលំបាកព្រោះចិត្តស៊ីមិនចេះឆ្អែត ស៊ីរកទីបំផុតមិនឃើញ ចិត្តនេះពិតជារបស់ទុក្ខំ; ប្រដៅថា ចិត្តនេះចូរស៊ីឱ្យឆ្អែតទៅ ចូរស៊ីឱ្យប្រាកដកុំងាករេរួចោះ ប្រដៅមិនបាន ចិត្តនេះមិនជារបស់ខ្លួនទេ ព្រោះប្រដៅមិនស្តាប់ ចិត្តនេះពិតជារបស់អនត្តា ។ ចិត្តក្នុងអតីតជាតិក្តី ចិត្តក្នុងបច្ចុប្បន្នជាតិក្តី ចិត្តក្នុងអនាគតជាតិក្តី សុទ្ធតែប្រកបទៅដោយ អនិច្ចំ ទុក្ខំ អនត្តា ពិតមែន ។ ចិត្តនេះជាអ្នកទទួលរងនូវ អនិច្ចំ ទុក្ខំ អនត្តា ។

តអំពីនេះទៅ អ្នកបដិបត្តិត្រូវផ្ចង់ប្រាជ្ញាស្មារតី កំណត់ពិចារណានូវបញ្ចក្ខន្ធ ដែលសម្បយោគទៅដោយសាមញ្ញលក្ខណៈ គឺលក្ខណៈដែលមានសភាពស្មើគ្នាទូទៅក្នុងសង្ខារទាំងពួង មាន ៣ យ៉ាងគឺ អនិច្ចំ១ ទុក្ខំ១ អនត្តា១ ។

កាយនិងចិត្តរបស់យើងទាំងមូលនេះ ចែកចេញជា ៥ កង បានឈ្មោះថា បញ្ចក្ខន្ធ ឬខន្ធ ៥ គឺ :

១. រូបក្ខន្ធ គឺកងរូបមាន ២៨ មានមហាភូតរូប ៤, ឧបាទាយរូប ២៤, រួមត្រូវជា ២៨ ដោយបរិបូណ៌ ។

២. វេទនាខន្ធ គឺកងវេទនា ដែលចែកជា ៣ ក៏មាន, ៥ ក៏មាន, ៦ ក៏មាន បើនិយាយដោយខ្លី មាន ១ ។

៣. សញ្ញាខន្ធ គឺកងសញ្ញា ដែលចែកជា ៣ ក៏មាន, ៦ ក៏មាន, បើនិយាយដោយខ្លី មាន ១ ។

៤. សង្ខារក្ខន្ធ គឺកងសង្ខារ ដែលចែកជា ៣ ក៏មាន, ៦ ក៏មាន, បើនិយាយពិស្តារ មាន ៥០ ។

៥. វិញ្ញាណក្ខន្ធ គឺកងវិញ្ញាណដែលចែកជា ៣ ក៏មាន, ៦ ក៏មាន, បើនិយាយពិស្តារ មាន ៨៩ ឬ ១២១ ដួង ។

រូបក្ខន្ធ ចែកជា ២ យ៉ាង

មហាភូតរូប គឺរូបធំប្រាកដ ១, ឧបាទាយរូប គឺរូបដែលអាស្រ័យនៅនឹងមហាភូតរូប ១ ។

• មហាភូតរូប ចែកចេញជា ៤ គឺ ៖

១. បឋវីធាតុ ធាតុដី

២. អាបោធាតុ ធាតុទឹក

៣. តេជោធាតុ ធាតុភ្លើង

៤. វាយោធាតុ ធាតុខ្យល់

បឋវីធាតុ មាន ២០

កេសា (សក់), លោមា (រោម), នខា (ក្រចក), ទន្តា (ធ្មេញ), តចោ (ស្បែក), មំសំ (សាច់), នហារូ (សរសៃ), អដ្ឋិ (ឆ្អឹង), អដ្ឋិមិញ្ជំ (ខួរក្នុងឆ្អឹង), វក្កំ (តម្រងបស្សាវៈ), ហទយំ (បេះដូង), យកនំ (ថ្លើម), កិលោមកំ (វាវ), បិហកំ (ក្រពះ), បប្ផាសំ (សួត), អន្តំ (ពោះវៀនធំ), អន្តគុណំ (ពោះវៀនតូច), ឧទរិយំ (អាហារថ្មី), ករីសំ (អាហារចាស់), មត្ថកេ មត្ថលុង្គំ (ខួរក្នុងក្បាល) ។

ធាតុដីទាំង ២០ នេះ សុទ្ធតែប្រកបដោយ អនិច្ចំ ទុក្ខំ អនត្តា ទាំងអស់ ; ធាតុដីនេះជាអ្នកទទួលរងនូវ អនិច្ចំ ទុក្ខំ អនត្តា ។

អាបោធាតុ មាន ១២

បិត្តំ (ទឹកប្រមាត់), សេម្ហំ (ទឹកស្លេស្ម), បុព្វោ (ខ្ទុះ), លោហិតំ (ឈាម), សេទោ (ញើស), មេទោ (ខ្លាញ់ខាប់), អស្សុ (ទឹកភ្នែក), វសា (ខ្លាញ់រាវ), ខេឡោ

(ទឹកមាត់), សិង្ឃានិកា (ទឹកសម្បោរ), លសិកា (ទឹករំអិល), មុត្តំ (ទឹកមូត្រ) ។

ធាតុទឹកទាំង ១២ នេះ សុទ្ធតែប្រកបដោយអនិច្ចំ ទុក្ខំ អនត្តាទាំងអស់ ។ ធាតុទឹកនេះ ជាអ្នកទទួលរងនូវ អនិច្ចំ ទុក្ខំ អនត្តា ។

តេជោធាតុ មាន ៤

១. សន្តប្បគ្គិ ភ្លើងញុំាងកាយឱ្យក្តៅល្មម

២. បរិទយ្ហគ្គិ ភ្លើងញុំាងកាយឱ្យក្តៅក្រហល់ក្រហាយ

៣. ជីរណគ្គិ ភ្លើងញុំាងកាយឱ្យទ្រុឌទ្រោម

៤. បរិណាមគ្គិ ភ្លើងញុំាងអាហារឱ្យរលួយ

ធាតុភ្លើងទាំង ៤ នេះ សុទ្ធតែប្រកបដោយអនិច្ចំ ទុក្ខំ អនត្តា ទាំងអស់ ; ធាតុភ្លើងនេះជាអ្នកទទួលរងនូវ អនិច្ចំ ទុក្ខំ អនត្តា ។

វាយោធាតុ មាន ៦

១. ឧទ្ធង្គមវាតៈ ខ្យល់បក់ឡើងមកលើ

២. អធោគមវាតៈ ខ្យល់បក់ចុះទៅក្រោម

៣. កុច្ឆិសយវាតៈ ខ្យល់បក់ក្នុងក្រពះ

៤. កោដ្ឋាសយវាតៈ ខ្យល់បក់ក្នុងពោះវៀន

៥. អង្គមង្គានុសារិវាតៈ ខ្យល់ផ្សព្វផ្សាយក្នុងរាងកាយ

៦. អស្សាសៈបស្សាសៈ ខ្យល់ដកដង្ហើមចេញចូល ។

ធាតុខ្យល់ទាំង ៦ នេះ សុទ្ធតែប្រកបដោយអនិច្ចំ ទុក្ខំ អនត្តា ទាំងអស់; ធាតុខ្យល់នេះជាអ្នកទទួលរងនូវ អនិច្ចំ ទុក្ខំ អនត្តា ។

ធាតុដី ២០ ធាតុទឹក ១២ ធាតុភ្លើង ៤ ធាតុខ្យល់ ៦ រួមត្រូវជា ៤២ អាការៈ បានឈ្មោះថា មហាភូតរូប ។

• ឧបាទាយរូប ចែកចេញមាន ២៤

បសាទរូប ៥, គោចររូប ៤, ភាវរូប ២, ហទយរូប ១, ជីវិតរូប ១, អាហាររូប ១, បរិច្ឆេទរូប ១, វិញ្ញត្តិរូប ២, វិការរូប ៣, លក្ខណរូប ៤, រួមជា ២៤ នេះដោយបរិបូណ៌ ។

ឧបាទាយរូបទាំង ២៤ នេះ សុទ្ធតែប្រកបដោយ អនិច្ចំ ទុក្ខំ អនត្តា ទាំងអស់ ; ឧបាទាយរូបនេះ ជាអ្នកទទួលរងនូវ អនិច្ចំ ទុក្ខំ អនត្តា ។ មហាភូតរូប ៤ ឧបាទាយរូប ២៤ រួមត្រូវជា២៨ ។ រូបទាំង២៨ នេះ ព្រះសម្ពុទ្ធជាម្ចាស់ទ្រង់បញ្ញត្តទុកជារូបក្ខន្ធ ជាខន្ធទី១, រូបក្ខន្ធនេះពេញដោយអនិច្ចំ ទុក្ខំ អនត្តា ; រូបក្ខន្ធនេះជាអ្នកទទួលរងនូវ អនិច្ចំ ទុក្ខំ អនត្តា ។

•••

វេទនាខន្ធ

ធម្មជាតិណាសោយ ឬស៊ីនូវអារម្មណ៍ ធម្មជាតិនោះឈ្មោះថា វេទនា ។

វេទនា ៣

១. កុសលវេទនា	ការសោយអារម្មណ៍ជាកុសល
២. អកុសលវេទនា	ការសោយអារម្មណ៍ជាអកុសល
៣. អព្យាកតវេទនា	ការសោយអារម្មណ៍ជាកណ្ដាល

វេទនា ៥

១. សុខវេទនា	ការសោយសេចក្ដីសប្បាយ
២. ទុក្ខវេទនា	ការសោយសេចក្ដីមិនសប្បាយ

៣. សោមនស្សវេទនា ការសោយសេចក្តីរីករាយ

៤. *ទោមនស្សវេទនា* ការសោយសេចក្តីតូចចិត្ត

៥. *ឧបេក្ខាវេទនា* ការសោយសេចក្តីព្រងើយកន្តើយ

វេទនា ៦

១. *ចក្ខុសម្ផស្ស ជាវេទនា* វេទនាកើតមកអំពីការប៉ះពាល់រូប ដោយភ្នែក

២. *សោតសម្ផស្ស ជាវេទនា* វេទនាកើតមកអំពីការប៉ះពាល់ សំឡេងដោយត្រចៀក

៣. *ឃានសម្ផស្ស ជាវេទនា* វេទនាកើតមកអំពីការប៉ះពាល់ក្លិន ដោយច្រមុះ

៤. *ជិវ្ហាសម្ផស្ស ជាវេទនា* វេទនាកើតមកអំពីការប៉ះពាល់រស ដោយអណ្តាត

៥. *កាយសម្ផស្ស ជាវេទនា* វេទនាកើតមកអំពីការប៉ះពាល់ សម្ផស្សដោយកាយ

៦. *មនោសម្ផស្ស ជាវេទនា* វេទនាកើតមកអំពីការប៉ះពាល់ធម្មា-រម្មណ៍ដោយចិត្ត

វេទនា ១ គឺតួវេទនាហ្នឹងឯង

វេទនា ៣ ក្តី វេទនា ៥ ក្តី វេទនា ៦ ក្តី បំព្រួញឱ្យខ្លីទៅនៅតែ១ ឈ្មោះថា *សព្វចិត្តសាធារណចេតសិក* គឺចេតសិកដែលមានអំណាចកើតទូទៅក្នុងចិត្តទាំងពួង ។

វេទនា ៣ ក្តី វេទនា ៥ ក្តី វេទនា ៦ ក្តី វេទនា ១ ក្តី សុទ្ធតែប្រកបទៅ

ដោយ អនិច្ចំ ទុក្ខំ អនត្តា ទាំងអស់ ; វេទនានេះជាអ្នកទទួលរងអនិច្ចំ ទុក្ខំ អនត្តា ។

•••

សញ្ញាខន្ធ

ធម្មជាតិណាចំណាំនូវអារម្មណ៍ ធម្មជាតិនោះឈ្មោះថា សញ្ញា ។

សញ្ញា ៣

១. *កុសលសញ្ញា* ការចងចាំនូវអារម្មណ៍ជាកុសល ។

២. *អកុសលសញ្ញា* ការចងចាំនូវអារម្មណ៍ជាអកុសល ។

៣. *អព្យាកតសញ្ញា* ការចងចាំនូវអារម្មណ៍ជាកណ្តាល ។

សញ្ញា ៦

១. *ចក្ខុសម្ផស្ស ជាសង្ខារ* សង្ខារកើតមកពីការប៉ះពាល់រូបដោយភ្នែក

២. *សោតសម្ផស្ស ជាសង្ខារ* សង្ខារកើតមកអំពីការប៉ះពាល់សំឡេងដោយត្រចៀក

៣. *ឃានសម្ផស្ស ជាសង្ខារ* សង្ខារកើតមកអំពីការប៉ះពាល់ក្លិនដោយច្រមុះ

៤. *ជិវ្ហាសម្ផស្ស ជាសង្ខារ* សង្ខារកើតមកអំពីការប៉ះពាល់រសដោយអណ្តាត

៥. *កាយសម្ផស្ស ជាសង្ខារ* សង្ខារកើតមកអំពីការប៉ះពាល់សម្ផស្សដោយកាយ

៦. *មនោសម្ផស្ស ជាសង្ខារ* សង្ខារកើតមកអំពីការប៉ះពាល់ធម្មារម្មណ៍ដោយចិត្ត

សញ្ញា ១ គឺតួសញ្ញាហ្នឹងឯង

សញ្ញា ៣ ក្តី សញ្ញា ៦ ក្តី បំព្រួញឱ្យខ្លីទៅនៅតែ ១ ឈ្មោះថា *សព្វចិត្ត-សាធារណចេតសិក* គឺចេតសិកដែលមានអំណាចកើតទូទៅក្នុងចិត្តទាំងពួង ។

សញ្ញា ៣ ក្តី សញ្ញា ៦ ក្តី សញ្ញា ១ ក្តី សុទ្ធតែប្រកបទៅដោយ អនិច្ចំ ទុក្ខំ អនត្តា ទាំងអស់ ; សញ្ញានេះជាអ្នកទទួលរងនូវ អនិច្ចំ ទុក្ខំ អនត្តា ។

សង្ខារក្ខន្ធ

សភាវៈណា ដែលផ្តួចផ្តើមធ្វើចិត្តឱ្យងាករេទៅកាន់អារម្មណ៍ផ្សេងៗ សភាវៈនោះ ឈ្មោះថា សង្ខារ ។

សង្ខារ ៣

១. កុសលសង្ខារ	ការតាក់តែងនូវអារម្មណ៍ជាកុសល
២. អកុសលសង្ខារ	ការតាក់តែងនូវអារម្មណ៍ជាអកុសល
៣. អព្យាកតសង្ខារ	ការតាក់តែងនូវអារម្មណ៍ជាកណ្តាល

សង្ខារ ៦

១.ចក្ខុសម្ផស្ស ជាសង្ខារ	សង្ខារកើតមកអំពីការប៉ះពាល់រូប ដោយភ្នែក
២.សោតសម្ផស្សជាសង្ខារ	សង្ខារកើតមកអំពីការប៉ះពាល់ សំឡេងដោយត្រចៀក
៣.ឃានសម្ផស្ស ជាសង្ខារ	សង្ខារកើតមកអំពីការប៉ះពាល់ក្លិន ដោយច្រមុះ

៤. ជិវ្ហាសម្ផស្ស ជាសង្ខារ សង្ខារកើតមកអំពីការប៉ះពាល់រស ដោយអណ្តាត

៥. កាយសម្ផស្ស ជាសង្ខារ សង្ខារកើតមកអំពីការប៉ះពាល់ សម្ផស្សដោយកាយ

៦.មនោសម្ផស្ស ជាសង្ខារ សង្ខារកើតមកអំពីការប៉ះពាល់ធម្មា-រម្មណ៍ដោយចិត្ត

សង្ខារ ៥០

សង្ខារនេះ គឺជាតួចេតសិក ។ សភាវធម៌ ដែលប្រព្រឹត្តទៅជាមួយគ្នានឹងចិត្ត ឈ្មោះថាចេតសិក មានទាំងអស់ ៥២ ដួង ចែកចេញជា ៣ ពួក គឺ ៖

១. អញ្ញសមានចេតសិក ១៣ ;

២. អសោភណចេតសិក ១៤ ;

៣. សោភណចេតសិក ២៥ ;

រួមត្រូវជា ៥២ ដោយបរិបូណ៌ ។ តែដកវេទនាចេតសិក និងសញ្ញាចេតសិកចេញនៅសល់ ៥០ ចាត់ចូលក្នុងសង្ខារចេតសិកទាំងអស់ ។ ចេតសិកនេះមានលក្ខណៈ ៤ យ៉ាង ១. បើកើត ក៏កើតជាមួយគ្នានឹងចិត្ត ២. បើរលត់ ក៏រលត់ព្រមគ្នានឹងចិត្ត ៣. មានអារម្មណ៍ជាមួយគ្នានឹងចិត្ត ៤. ទីអាស្រ័យជាវត្ថុមួយរួមគ្នានឹងចិត្ត ។

• អញ្ញសមានចេតសិក ៖

គឺចេតសិកដែលមានអំណាចកើតទូទៅក្នុងចិត្ត គ្រប់ជំពូក ចែកជា ២ យ៉ាងគឺ ៖

១. [illegible]ព្វចិត្តសាធារណចេតសិក បានដល់ចេតសិកដែលជាសាធារណៈកើតទូទៅក្នុងចិត្តទាំងពួង មាន ៧ ដួង គឺ *ផស្សៈ* សភាពដែលប៉ះខ្ទប់, *វេទនា*

ធម្មជាតិដែលសោយអារម្មណ៍, *សញ្ញា* ធម្មជាតិដែលចំណាំនូវអារម្មណ៍, *ចេតនា* ធម្មជាតិដែលស្វែងរកអារម្មណ៍, *ឯកគ្គតា* ធម្មជាតិដែលទទួលអារម្មណ៍តែមួយ , *ជីវិតិន្ទ្រិយ* ឥន្ទ្រិយគឺជីវិត, *មនសិការ* សេចក្ដីធ្វើទុកក្នុងចិត្ត ។

២. បកិណ្ណកចេតសិក គឺចេតសិកដែលប្រព្រឹត្តទៅជាមួយគ្នានឹងចិត្តមួយពួក មិនទូទៅក្នុងចិត្តទាំងពួងទេ មាន ៦ ដួងគឺ *វិតក្កៈ* សភាពដែលលើកចិត្តឱ្យឡើងកាន់អារម្មណ៍ ឬឱ្យត្រិះរិះអារម្មណ៍, *វិចារៈ* សភាពដែលពិចារណានូវអារម្មណ៍ *វីរិយៈ* ធម្មជាតិធ្វើឱ្យចិត្តប្រឹងប្រែង, *បីតិ* ធម្មជាតិរីករាយនិងឆ្អែតចិត្ត, *ឆន្ទៈ* សភាពធ្វើចិត្តឱ្យប្រាថ្នានូវអារម្មណ៍ ។

- អសោភណចេតសិក ៖

សភាវធម៌ដែលមិនល្អ គឺខាងអាក្រក់ ឈ្មោះថា អសោភណចេតសិក មាន ១៤ ដួងគឺ *មោហៈ* សភាពធ្វើចិត្តឱ្យវង្វេងក្នុងអារម្មណ៍, *អហិរិកៈ* ធម្មជាតិដែលមិនខ្មាសបាប, *អនោត្តប្បៈ* ធម្មជាតិដែលមិនខ្លាចបាប, *ឧទ្ធច្ចៈ* ធម្មជាតិធ្វើចិត្តឱ្យរាយមាយឬឱ្យញាប់ញ័រ, *លោភៈ* សភាពជំពាក់ចិត្តក្នុងការបានមាន, *ទិដ្ឋិ* ធម្មជាតិដែលប្រកាន់នូវសេចក្ដីយល់ខុស, *មានៈ* សភាពដំកើងខ្លួន, *ទោសៈ* សភាពប្រទូស-រ៉ាយ, *ឥស្សា* ធម្មជាតិច្រណែន, *មច្ឆរិយៈ* ធម្មជាតិកំណាញ់, *កុក្កុច្ចៈ* ធម្មជាតិរសាប់រសល់, *ថីនៈ* ធម្មជាតិរួញរា, *មិទ្ធៈ* ធម្មជាតិងោកងុយ, *វិចិកិច្ឆា* ធម្មជាតិសង្ស័យស្ទាក់ស្ទើរ ។

- សោភណចេតសិក ៖

សភាវធម៌ដែលល្អ ឈ្មោះថា សោភណចេតសិក មាន ២៥ ដួងគឺ *សទ្ធា* ធម្មជាតិដែលជឿ, *សតិ* ធម្មជាតិរឭកបាន *ហិរិ* ធម្មជាតិខ្មាសបាប, *ឱត្តប្បៈ* ធម្មជាតិខ្លាចបាប, *អលោភៈ* សភាពមិនជំពាក់ចិត្តក្នុងការបានមាន, *អទោសៈ* សភាពមិន

ប្រទូសរ៉ាយ, *តត្រមជ្ឈត្តតា* ធម្មជាតិនៅជាកណ្ដាល, *កាយបស្សទ្ធិ* ធម្មជាតិស្ងប់កាយ, *ចិត្តបស្សទ្ធិ* ធម្មជាតិស្ងប់ចិត្ត, *កាយលហុតា* ភាពស្រាលនៃកាយ, *ចិត្ត-លហុតា* ភាពស្រាលនៃចិត្ត, *កាយមុទុតា* ភាពទន់នៃកាយ, *ចិត្តមុទុតា* ភាពទន់នៃចិត្ត, *កាយកម្មញ្ញតា* ភាពនៃកាយគួរដល់ការងារ, *ចិត្តកម្មញ្ញតា* ភាពនៃចិត្តគួរដល់ការងារ, *កាយបាគុញ្ញតា* ភាពស្ទាត់ជំនាញនៃកាយ, *ចិត្តបាគុញ្ញតា* ភាពស្ទាត់ជំនាញនៃចិត្ត, *កាយុជុតា* ភាពត្រង់នៃកាយ, *ចិត្តុជុកតា* ភាពត្រង់នៃចិត្ត, *សម្មាវាចា* វាចាត្រឹមត្រូវ, *សម្មាកម្មន្តៈ* កាងារត្រូវ, *សម្មាអាជីវ* ចិញ្ចឹមជីវិតត្រូវ, *ករុណា* សេចក្ដីអាណិត, *មុទិតា* សេចក្ដីបន្ទន់ចិត្តនៅក្នុងសម្បត្តិអ្នកដទៃ, *បញ្ញិន្ទ្រិយ* បញ្ញាជាធំជាងសហជាតធម៌ទាំងពួង ។

អញ្ញសមានចេតសិក ១៣ អសោភណចេតសិក ១៤ សោភណចេតសិក ២៥ រួមត្រូវជាចេតសិក ៥២ ដួងបរិបូណ៌ ដកវេទនាចេតសិក និងសញ្ញាចេតសិកចេញ នៅសល់ ៥០ ដួងគត់ ចាត់ចូលក្នុងសង្ខារចេតសិកទាំងអស់ ។

សង្ខារ ៣ ក្ដី សង្ខារ ៦ ក្ដី សង្ខារ ៥០ ក្ដី សុទ្ធតែប្រកបទៅដោយ អនិច្ចំ ទុក្ខំ អនតា ទាំងអស់ ។ សង្ខារក្ខន្ធនេះ ជាអ្នកទទួលរងនូវ អនិច្ចំ ទុក្ខំ អនត្តា ។

•••

វិញ្ញាណក្ខន្ធ

ធម្មជាតិណាដឹងជាក់ច្បាស់នូវអារម្មណ៍នានា ធម្មជាតិនោះ ហៅថា វិញ្ញាណ ។

វិញ្ញាណ ៣

១. *កុសលវិញ្ញាណ* ការដឹងជាក់ច្បាស់នូវអារម្មណ៍ជាកុសល

២. អកុសលវិញ្ញាណ ការដឹងជាក់ច្បាស់នូវអារម្មណ៍ជាអកុសល
៣. អព្យាកតវិញ្ញាណ ការដឹងជាក់ច្បាបស់នូវអារម្មណ៍កណ្ដាល

វិញ្ញាណ ៦

១. ចក្ខុវិញ្ញាណ ការដឹងជាក់ច្បាស់តាមផ្លូវភ្នែក
២. សោតវិញ្ញាណ ការដឹងជាក់ច្បាស់តាមផ្លូវត្រចៀក
៣. ឃានវិញ្ញាណ ការដឹងជាក់ច្បាស់តាមផ្លូវច្រមុះ
៤. ជិវ្ហាវិញ្ញាណ ការដឹងជាក់ច្បាស់តាមផ្លូវអណ្ដាត
៥. កាយវិញ្ញាណ ការដឹងជាក់ច្បាស់តាមផ្លូវកាយ
៦. មនោវិញ្ញាណ ការដឹងជាក់ច្បាស់តាមផ្លូវចិត្ត

មនោក្ដី វិញ្ញាណក្ដី ក៏គឺចិត្តតែមួយនោះឯង ។ ចុះហេតុដូចម្ដេចបានជាមានឈ្មោះផ្សេងគ្នា ? ដែលមានឈ្មោះផ្សេងគ្នានោះ ព្រោះខ្សែចិត្តទាំង ៣ នេះធ្វើការផ្សេងគ្នាដូច្នេះគឺ *មនោ* ជាសភាវឱនលំទោនទៅចាប់អារម្មណ៍ *វិញ្ញាណ* ជាធម្មជាតដឹងជាក់ច្បាស់នូវអារម្មណ៍ *ចិត្ត* ជាធម្មជាតិគិតគូរនូវអារម្មណ៍ ធ្វើការផ្សេងគ្នាក៏ពិតមែន តែនៅក្នុងអារម្មណ៍ជាមួយគ្នានោះឯង ។

• ចិត្តរាប់ដោយសង្ខេបមាន ៨៩ គឺ :

អកុសលចិត្ត ១២ អហេតុកចិត្ត ១៨ កាមាវចរចិត្ត ២៤ រូបាវចរចិត្ត ១៥ អរូបាវចរចិត្ត ១២ លោកុត្តរចិត្ត ៨ រួមត្រូវជា ៨៩ ដោយបរិបូណ៌ ។

• ចិត្តរាប់ដោយពិស្ដារ មាន ១២១ គឺ :

យកលោកុត្តរចិត្ត ៨ នេះទៅគុណនឹងអង្គឈានទាំង៥ គឺ ៨x៥=៤០ ដួង;

ចិត្ត ៨៩ ដក ៨ ដួងចេញ នៅសល់ ៨១ ដួង ហើយយកចិត្ត ៤០ ទៅបូករួម ត្រូវជា ១២១ ដោយបរិបូណ៌ (៨១+៤០=១២១) ។

ចិត្តអាក្រក់ ឬចិត្តបាប ឈ្មោះថាអកុសលចិត្ត មាន ១២ សំដៅយកចិត្តជាប់ជំពាក់ចង់បានមាន ៨ ឈ្មោះថាចិត្តលោភៈ, ចិត្តខឹងមាន ២ ឈ្មោះថា ចិត្តទោសៈ, ចិត្តវង្វេងមាន ៨ ឈ្មោះថាចិត្តមោហៈ, រួមជា ១២ ដោយបរិបូណ៌ ។ ចិត្តមិនមានហេតុ មាន ១៨ ឈ្មោះថាអហេតុកចិត្ត ; គឺសំដៅបូកផលអាក្រក់ ឬផលបាបជាអហេតុកៈមាន ៧ ឈ្មោះថាអកុសលវិបាកអហេតុកចិត្ត, ផលល្អ ឬផលបុណ្យជាអហេតុកៈមាន ៨ ឈ្មោះថាកុសលវិបាកអហេតុកចិត្ត, បូកពារ ឬពុតត្បុត ជាអ-ហេតុកៈ មាន ៣ ហៅថា អហេតុកកិរិយាចិត្ត ។

ចិត្តដែលដឹកនាំឱ្យវិលវល់ទៅមកក្នុងកាមភព មាន ២៤ ឈ្មោះកាមាវចរ-ចិត្តគឺសំដៅយកចិត្តបុណ្យប្រកបដោយកាមមាន ៨ ឈ្មោះថាកាមាវចរកុសលចិត្ត, ផលបុណ្យដែលនាំទៅកើតក្នុងភពសេពកាម មាន៨ ឈ្មោះថាកាមាវចរកិរិយាចិត្ត ។ ចិត្តដែលនាំវិលវល់ទៅមកក្នុងរូបភព មាន ១៥ ឈ្មោះថារូបាវចរចិត្ត គឺសំដៅយកចិត្តបុណ្យដែលជាប់ជំពាក់នឹងរូបមាន ៥ ឈ្មោះថារូបាវចរកុសលចិត្ត, ផលចិត្តដែលនាំទៅកើតក្នុងភពដែលមានរូប មាន ៥ ឈ្មោះថារូបាវចរវិបាកចិត្ត, ពុតត្បុត ឬបូកពារវិលវល់នឹងរូបមាន ៥ ឈ្មោះថារូបាវចរកិរិយាចិត្ត ។ ចិត្តដែលនាំវិលវល់ទៅក្នុងភពមិនមានរូប មាន ១២ ឈ្មោះថាអរូបាវចរចិត្ត ពោលគឺចិត្តបុណ្យដែលជាប់ជំពាក់ទៅនឹងភពដែលគ្មានរូប មាន ៤ ហៅថាអរូបាវចរកុសលចិត្ត, ផលចិត្តដែលនាំទៅកើតក្នុងភពដែលគ្មានរូបមាន ៤ ឈ្មោះថាអរូបាវចរវិបាកចិត្ត, បូកពារ ឬពុតត្បុតវិលវល់ទៅក្នុងភពដែលគ្មានរូប មាន ៤ ឈ្មោះថា អរូបាវចរកិរិយាចិត្ត ។ ចិត្តដែលឆ្លងផុតចាកភពទាំង ៣ ឈ្មោះថា លោកុត្តរចិត្ត មាន ៨ ឬ ៤០ បានដល់មគ្គ-

ចិត្ត គឺកុសលចិត្ត ៤ ផលចិត្ត គឺវិបាកចិត្ត ៤ រួមជា ៨ ។ មួ៉ាងវិញទៀត មគ្គចិត្ត គឺកុសលចិត្ត ២០ ផលចិត្ត គឺវិបាកចិត្ត ២០ រួមជា ៤០ ដោយបរិបូណ៌ ឈ្មោះថា លោកុត្តរចិត្ត ៨ ឬ ៤០ ។

វិញ្ញាណ ៣ ក្តី វិញ្ញាណ ៦ ក្តី វិញ្ញាណ ១២១ ក្តី សុទ្ធតែប្រកបទៅដោយ អនិច្ចំ ទុក្ខំ អនត្តា ទាំងអស់ ; វិញ្ញាណក្ខន្ធនេះជាអ្នកទទួលរងនូវអនិច្ចំ ទុក្ខំ អនត្តា ។

• *បញ្ចក្ខន្ធ* សម្បយោគដោយសាមញ្ញលក្ខណៈ

- បញ្ចក្ខន្ធ ក្នុងអតីតជាតិ : (ជាតិដែលកន្លងផុតទៅហើយ) ប៉ុន្មានជាតិក្តី ប៉ុន្មានឆ្នាំក្តី ប៉ុន្មានខែក្តី ប៉ុន្មានថ្ងៃក្តី ប៉ុន្មានម៉ោងក្តី ប៉ុន្មាននាទីក្តី ប៉ុន្មានវិនាទីក្តី សុទ្ធតែប្រកបទៅដោយ អនិច្ចំ ទុក្ខំ អនត្តា ទាំងអស់ ។ បញ្ចក្ខន្ធ ក្នុងអតីតជាតិ ជាអ្នកទទួលរងនូវ អនិច្ចំ ទុក្ខំ អនត្តា ក្នុងអតីតជាតិ ។

- បញ្ចក្ខន្ធ ក្នុងបច្ចុប្បន្នជាតិ (ជាតិដែលមាននៅចំពោះមុខនេះ) សុទ្ធតែប្រកបទៅដោយ អនិច្ចំ ទុក្ខំ អនត្តា ទាំងអស់ ។ បញ្ចក្ខន្ធ ក្នុងបច្ចុប្បន្នជាតិ ជាអ្នកទទួលរងនូវ អនិច្ចំ ទុក្ខំ អនត្តា ក្នុងបច្ចុប្បន្នជាតិ ។

- បញ្ចក្ខន្ធ ក្នុងអនាគតជាតិ (បញ្ចក្ខន្ធដែលនឹងត្រាច់ទៅខាងមុខទៀត) ក្នុងវិនាទីខាងមុខក្តី ក្នុងនាទីខាងមុខក្តី ក្នុងម៉ោងខាងមុខក្តី ក្នុងថ្ងៃខាងមុខក្តី ក្នុងខែខាងមុខក្តី ក្នុងឆ្នាំខាងមុខក្តី ឬក្នុងជាតិខាងមុខក្តី សុទ្ធតែប្រកបទៅដោយ អនិច្ចំ ទុក្ខំ អនត្តា ទាំងអស់ ។ បញ្ចក្ខន្ធ ក្នុងអនាគតជាតិ ជាអ្នកទទួលរងនូវ អនិច្ចំ ទុក្ខំ អនត្តា ក្នុងអនាគតជាតិ ។ រាងកាយយើងទាំងមូលនេះ ជាអ្នកទទួលរងនូវ អនិច្ចំ ទុក្ខំ អនត្តា ដោយសេចក្តីពិតមែន ។

សង្គ្រោះបញ្ចក្ខន្ធ ចូលនឹងរូបធម៌ នាមធម៌

រូបក្ខន្ធ	២៨	សង្គ្រោះចូលនឹងរូបធម៌
វេទនាខន្ធ	១	សង្គ្រោះចូលនឹងនាមធម៌ចេតសិក
សញ្ញាខន្ធ	១	សង្គ្រោះចូលនឹងនាមធម៌ចេតសិក
សង្ខារក្ខន្ធ	៥០	សង្គ្រោះចូលនឹងនាមធម៌ចេតសិក

វិញ្ញាណក្ខន្ធ ៨៩ ឬ ១២១ សង្គ្រោះចូលនឹងនាមធម៌ចិត្ត

- *រូបធម៌* គឺធម៌មានរូប ។ សភាវៈណាដែលមានរូប សភាវៈនោះឈ្មោះថា រូបធម៌ បានដល់រូបក្ខន្ធទាំងអស់ ។

- *នាមធម៌* គឺធម៌មានតែឈ្មោះ តែគ្មានរូប ។ សភាវធម៌ដែលប្រព្រឹត្តទៅជាមួយគ្នានឹងចិត្ត ហៅថា *នាមធម៌ចេតសិក* ។ ធម្មជាតិដែលទទួលទំពារស៊ីនូវ អារម្មណ៍នានា ឈ្មោះថា *នាមធម៌ចិត្ត* ។ នាមធម៌ចេតសិកក្តី រួមឱ្យឈ្មោះថា *នាមធម៌* តែមួយប៉ុណ្ណោះ ។ ខន្ធទាំង ៤ គឺ វេទនាខន្ធ សញ្ញាខន្ធ សង្ខារក្ខន្ធ វិញ្ញាណក្ខន្ធ ចាត់ចូលក្នុងនាមធម៌ ។

អស់លោកអ្នកទាំងឡាយ ដែលនាំគ្នាខំស្វែងរកសន្តិធម៌ ត្រូវផ្ចង់ប្រាជ្ញាស្មារតីកំណត់សំគាល់នូវរូបធម៌ និងនាមធម៌ ដែលកើតរលត់ក្នុងបច្ចុប្បន្ន គឺចំពោះមុខភ្លាមៗ ឱ្យទាន់ទៅតាមសភាវធម៌ កុំមុនកុំក្រោយ ។ ប្រសិនបើនាំគ្នាបដិបត្តិឱ្យត្រឹមត្រូវទៅតាមពាក្យដែលបានពោលមកហើយនេះ ពិតជាបានជួបប្រទះនឹងសន្តិធម៌ជាមិនខាន ឯរូបធម៌ នាមធម៌នេះ កើតឡើងហើយក៏រលត់ទៅវិញ រលត់ទៅហើយក៏កើតឡើងទៀត រកទីបំផុតនៃសេចក្តីកើតរលត់មិនប្រាកដសោះ កន្លែងដែលកើតរលត់របស់រូបធម៌ និងនាមធម៌នេះ នៅត្រង់អាយតនៈខាងក្នុង ៦ និង អាយតនៈខាងក្រៅ ៦ ដូចមានសេចក្តីរៀបរាប់ឱ្យឃើញដោយច្បាស់ តទៅខាងមុខនេះ ៖

• រូបនាមកើតឡើងក្នុងបច្ចុប្បន្នតាមទ្វារភ្នែក

រូបប៉ះនឹងភ្នែក	គឺរូបធម៌	កើតឡើង
ដឹងនូវរូប	នាមគឺវិញ្ញាណ	កើតឡើង
សោយនូវរូប	នាមគឺវេទនា	កើតឡើង
ចាំនូវរូប	នាមគឺសញ្ញា	កើតឡើង
គាប់ចិត្តឬមិនគាប់ចិត្តនូវរូប	នាមគឺសង្ខារ	កើតឡើង ។

• រូបនាមរលត់ទៅវិញក្នុងបច្ចុប្បន្នតាមទ្វារភ្នែក

រូបឈប់ប៉ះខ្ទប់ភ្នែក	គឺរូបធម៌	រលត់ទៅ
ឈប់ដឹងនូវរូប	នាមគឺវិញ្ញាណ	រលត់ទៅ
ឈប់សោយនូវរូប	នាមគឺវេទនា	រលត់ទៅ
ឈប់ចាំនូវរូប	នាមគឺសញ្ញា	រលត់ទៅ
ឈប់គាប់ចិត្តឬមិនគាប់ចិត្តនូវរូប	នាមគឺសង្ខារ	រលត់ទៅ

• រូបនាមកើតឡើងក្នុងបច្ចុប្បន្នតាមទ្វារត្រចៀក

សំឡេងប៉ះនឹងត្រចៀក	គឺរូបធម៌	កើតឡើង
ដឹងនូវសំឡេង	នាមគឺវិញ្ញាណ	កើតឡើង
សោយនូវសំឡេង	នាមគឺវេទនា	កើតឡើង
ចាំនូវសំឡេង	នាមគឺសញ្ញា	កើតឡើង
គាប់ចិត្តឬមិនគាប់ចិត្តនូវសំឡេង	នាមគឺសង្ខារ	កើតឡើង ។

• រូបនាមរលត់ទៅវិញក្នុងបច្ចុប្បន្នតាមទ្វារត្រចៀក

សំឡេងឈប់ខ្ទប់ត្រចៀក	គឺរូបធម៌	រលត់ទៅ
ឈប់ដឹងនូវសំឡេង	នាមគឺវិញ្ញាណ	រលត់ទៅ

ឈប់សោយនូវសំឡេង នាមគឺវេទនា រលត់ទៅ

ឈប់ចាំនូវសំឡេង នាមគឺសញ្ញា រលត់ទៅ

ឈប់គាប់ចិត្តឬមិនគាប់ចិត្តនូវសំឡេង នាមគឺសង្ខារ រលត់ទៅ

• រូបនាមកើតឡើងក្នុងបច្ចុប្បន្នតាមទ្វារច្រមុះ

ក្លិនប៉ះនឹងច្រមុះ គឺរូបធម៌ កើតឡើង

ដឹងនូវក្លិន នាមគឺវិញ្ញាណ កើតឡើង

សោយនូវក្លិន នាមគឺវេទនា កើតឡើង

ចាំនូវក្លិន នាមគឺសញ្ញា កើតឡើង

គាប់ចិត្តឬមិនគាប់ចិត្តនូវក្លិន នាមគឺសង្ខារ កើតឡើង ។

• រូបនាមរលត់ទៅវិញក្នុងបច្ចុប្បន្នតាមទ្វារច្រមុះ

ក្លិនឈប់ខ្ទប់ច្រមុះ គឺរូបធម៌ រលត់ទៅ

ឈប់ដឹងនូវក្លិន នាមគឺវិញ្ញាណ រលត់ទៅ

ឈប់សោយនូវក្លិន នាមគឺវេទនា រលត់ទៅ

ឈប់ចាំនូវក្លិន នាមគឺសញ្ញា រលត់ទៅ

ឈប់គាប់ចិត្តឬមិនគាប់ចិត្តនូវក្លិន នាមគឺសង្ខារ រលត់ទៅ ។

• រូបនាមកើតឡើងក្នុងបច្ចុប្បន្នតាមទ្វារអណ្តាត

រសប៉ះនឹងអណ្តាត គឺរូបធម៌ កើតឡើង

ដឹងនូវរស នាមគឺវិញ្ញាណ កើតឡើង

សោយនូវរស នាមគឺវេទនា កើតឡើង

ចាំនូវរស នាមគឺសញ្ញា កើតឡើង

គាប់ចិត្តឬមិនគាប់ចិត្តនូវរស នាមគឺសង្ខារ កើតឡើង

• រូបនាមរលត់ទៅវិញក្នុងបច្ចុប្បន្នតាមទ្វារអណ្តាត

រសឈប់ខ្ទប់អណ្តាត	គឺរូបធម៌	រលត់ទៅ
ឈប់ដឹងនូវរស	នាមគឺវិញ្ញាណ	រលត់ទៅ
ឈប់សោយនូវរស	នាមគឺវេទនា	រលត់ទៅ
ឈប់ចាំនូវរស	នាមគឺសញ្ញា	រលត់ទៅ
ឈប់គាប់ចិត្តឬមិនគាប់ចិត្តនូវរស នាមគឺសង្ខារ		រលត់ទៅ ។

• រូបនាមកើតឡើងក្នុងបច្ចុប្បន្នតាមទ្វារកាយ

ផោដ្ឋព្វៈប៉ះនឹងកាយ	គឺរូបធម៌	កើតឡើង
ដឹងនូវផោដ្ឋព្វៈ	នាមគឺវិញ្ញាណ	កើតឡើង
សោយនូវផោដ្ឋព្វៈ	នាមគឺវេទនា	កើតឡើង
ចាំនូវផោដ្ឋព្វៈ	នាមគឺសញ្ញា	កើតឡើង
គាប់ចិត្តឬមិនគាប់ចិត្តនូវផោដ្ឋព្វៈ នាមគឺសង្ខារ		កើតឡើង ។

• រូបនាមរលត់ទៅវិញក្នុងបច្ចុប្បន្នតាមទ្វារកាយ

ផោដ្ឋព្វៈឈប់ខ្ទប់កាយ	គឺរូបធម៌	រលត់ទៅ
ឈប់ដឹងនូវផោដ្ឋព្វៈ	នាមគឺវិញ្ញាណ	រលត់ទៅ
ឈប់សោយនូវផោដ្ឋព្វៈ	នាមគឺវេទនា	រលត់ទៅ
ឈប់ចាំនូវផោដ្ឋព្វៈ	នាមគឺសញ្ញា	រលត់ទៅ
ឈប់គាប់ចិត្តឬមិនគាប់ចិត្តផោដ្ឋព្វៈ នាមគឺសង្ខារ		រលត់ទៅ

• រូបនាមកើតឡើងក្នុងបច្ចុប្បន្នតាមទ្វារមនោ

ធម្មាប៉ះនឹងមនោ	គឺរូបធម៌	កើតឡើង
ដឹងនូវធម្មា	នាមគឺវិញ្ញាណ	កើតឡើង

សោយនូវធម្មា	នាមគឺវេទនា	កើតឡើង
ចាំនូវធម្មា	នាមគឺសញ្ញា	កើតឡើង
គាប់ចិត្តឬមិនគាប់ចិត្តនូវធម្មា	នាមគឺសង្ខារ	កើតឡើ ។

• រូបនាមរលត់ទៅវិញក្នុងបច្ចុប្បន្នតាមទ្វារមនោ

ធម្មាឈប់ខ្ទប់មនោ	គឺរូបធម៌	រលត់ទៅ
ឈប់ដឹងនូវធម្មា	នាមគឺវិញ្ញាណ	រលត់ទៅ
ឈប់សោយនូវធម្មា	នាមគឺវេទនា	រលត់ទៅ
ឈប់ចាំនូវធម្មា	នាមគឺសញ្ញា	រលត់ទៅ
គាប់ចិត្តឬមិនគាប់ចិត្តនូវធម្មា	នាមគឺសង្ខារ	រលត់ទៅ ។

ម្យ៉ាងទៀត ចក្ខុបសាទ និងរូបារម្មណ៍ជារូបធម៌, ចក្ខុវិញ្ញាណជានាម-ធម៌, សោតបសាទនិងសទ្ទារម្មណ៍ជារូបធម៌, សោតវិញ្ញាណជានាមធម៌, ឃានបសាទ និងគន្ធារម្មណ៍ជារូបធម៌, ឃានវិញ្ញាណជានាមធម៌, ជិវ្ហាបសាទ និងរសារម្មណ៍ ជារូបធម៌, ជិវ្ហាវិញ្ញាណជានាមធម៌, កាយបសាទ និងផោដ្ឋព្វារម្មណ៍ជារូបធម៌, កាយវិ-ញ្ញាណជានាមធម៌, មនោ និង ធម្មារម្មណ៍ជារូបធម៌, មនោវិញ្ញាណជានាមធម៌, ចក្ខុ-ធាតុ និង រូបធាតុជារូបធម៌, ចក្ខុវិញ្ញាណធាតុជានាមធម៌, សោតធាតុ និងសទ្ទធាតុ ជារូបធម៌, សោតវិញ្ញាណធាតុជានាមធម៌, ឃានធាតុ និងគន្ធធាតុជារូបធម៌, ឃាន-វិញ្ញាណធាតុជានាមធម៌, ជិវ្ហាធាតុ និងរសធាតុជារូបធម៌, ជិវ្ហាវិញ្ញាណធាតុជានាម-ធម៌, កាយធាតុ និងផោដ្ឋព្វធាតុជារូបធម៌, កាយវិញ្ញាណធាតុជានាមធម៌, មនោធាតុ និងធម្មធាតុជារូបធម៌, មនោវិញ្ញាណធាតុជានាមធម៌ ។

រូបនាមក្នុងឥរិយាបថទាំង ៤

សយានោ (ដេក), ដេកជារូបធម៌ ដឹងថាដេកជានាមធម៌, (គច្ឆន្តោ)ដើរ, ដើរជារូបធម៌ ដឹងថាដើរជានាមធម៌, ឋិតោ(ឈរ), ឈរជារូបធម៌ នឹងថាឈរជានាម-ធម៌, និសិន្នោ (អង្គុយ), អង្គុយជារូបធម៌ ដឹងថាអង្គុយជានាមធម៌, រួមសេចក្ដីថា កាយវិញ្ញត្តិ គឺការកំរើកញាប់ញ័រនៃកាយជារូបធម៌ ដឹងថាកំរើកញាប់ញ័រជានាមធម៌ ។ វចីវិញ្ញត្តិ គឺការកំរើកញាប់ញ័រនៃវាចាជារូបធម៌ ដឹងថាកំរើកញាប់ញ័រ ជានាមធម៌ ។

របៀបតម្កល់សតិ

រូបប៉ះខ្ទប់ភ្នែក ត្រូវតម្កល់សតិទុកនឹងកែវភ្នែក ផ្ចង់សតិចាំកំណត់នូវរូប-ធម៌ នាមធម៌ដែលកើតរលត់ក្នុងទ្វារភ្នែក ។ សំឡេងប៉ះខ្ទប់ត្រចៀក ត្រូវផ្ចង់សតិទុកនឹងត្រចៀក ចាំកំណត់នូវរូបធម៌ នាមធម៌ដែលកើតរលត់ក្នុងទ្វារត្រចៀក ។ ក្លិនប៉ះខ្ទប់ច្រមុះ ត្រូវផ្ចង់សតិទុកនឹងច្រមុះ ចាំកំណត់នូវរូបធម៌ នាមធម៌ដែលកើតរលត់ក្នុងទ្វារច្រមុះ ។ រសប៉ះខ្ទប់អណ្ដាត ត្រូវផ្ចង់សតិទុកនឹងអណ្ដាត ចាំកំណត់នូវរូបធម៌ នាមធម៌ដែលកើតរលត់ក្នុងទ្វារអណ្ដាត ។ សម្ផស្សប៉ះខ្ទប់កាយ ត្រូវផ្ចង់សតិទុកនឹងកាយ ចាំកំណត់នូវរូបកាយ នាមធម៌ដែលកើតរលត់ក្នុងទ្វារកាយ ។ រឿងផ្សេងៗ ប៉ះខ្ទប់មនោ ត្រូវផ្ចង់សតិទុកនឹងចិត្ត ចាំកំណត់នូវរូបធម៌ នាមធម៌ដែលកើតរលត់ក្នុងទ្វារមនោ ។

របៀបតម្កល់សតិកំណត់នូវរូបធម៌ នាមធម៌ ក្នុងឥរិយាបថទាំង ៤ ក៏មានសេចក្ដីដូចគ្នានឹងទ្វារទាំង ៦ ហ្នឹងដែរ ។

• *រូបធម៌នាមធម៌* សម្បយោគដោយសាមញ្ញលក្ខណៈ

- រូបធម៌ នាមធម៌ក្នុងអតីតជាតិ : គឺជាតិដែលកន្លងផុតទៅហើយ ប៉ុន្មានជាតិក្តី ប៉ុន្មានឆ្នាំក្តី ប៉ុន្មានខែក្តី ប៉ុន្មានថ្ងៃក្តី ប៉ុន្មានម៉ោងក្តី ប៉ុន្មាននាទីក្តី ប៉ុន្មានវិនាទីក្តី សុទ្ធតែប្រកបដោយ អនិច្ចំ ទុក្ខំ អនត្តា ទាំងអស់ ។ រូបធម៌ នាមធម៌ ក្នុងអតីតជាតិ ជាសភាវៈទទួលនូវ អនិច្ចំ ទុក្ខំ អនត្តា ក្នុងអតីតជាតិ ។

- រូបធម៌ នាមធម៌ក្នុងបច្ចុប្បន្នជាតិ : គឺដែលកើតមាននៅចំពោះមុខភ្លាម១នេះ សុទ្ធតែប្រកបទៅដោយ អនិច្ចំ ទុក្ខំ អនត្តា ទាំងអស់ កើតរលត់ក្នុងមួយថ្ងៃ១ មិនដឹងជាប៉ុន្មានរយ ប៉ុន្មានពាន់ ប៉ុន្មានម៉ឺនដងទេ មិនអាចនឹងពណ៌នាឱ្យចប់សព្វគ្រប់បានឡើយ ។ រូបធម៌នាមធម៌ក្នុងបច្ចុប្បន្នជាតិ ជាសភាវៈទទួលនូវ អនិច្ចំ ទុក្ខំ អនត្តា ក្នុងបច្ចុប្បន្នជាតិ ។

- រូបធម៌ នាមធម៌ក្នុងអនាគតជាតិ : គឺរូប, នាម ដែលនឹងត្រាច់ទៅក្នុងខាងមុខទៀត សុទ្ធតែប្រកបទៅដោយ អនិច្ចំ ទុក្ខំ អនត្តា ទាំងអស់ ក្នុងវិនាទីខាងមុខក្តី ក្នុងនាទីខាងមុខក្តី ក្នុងម៉ោងខាងមុខក្តី ក្នុងថ្ងៃខាងមុខក្តី ក្នុងខែខាងមុខក្តី ក្នុងឆ្នាំខាងមុខក្តី ឬជាតិខាងមុខក្តី សុទ្ធតែធ្លាក់ក្នុងគតិ ៣ យ៉ាងគឺ អនិច្ចំ ទុក្ខំ អនត្តា ។ រូបធម៌ នាមធម៌ ក្នុងអនាគតជាតិ ជាសភាវៈទទួលនូវ អនិច្ចំ ទុក្ខំ អនត្តា ក្នុងអនាគតជាតិ ។

ដូច្នេះ រូបធម៌ និងនាមធម៌ទាំងអស់ ទោះជាតាំងនៅក្នុងអតីតជាតិក្តី ក្នុងបច្ចុប្បន្នជាតិក្តី ក្នុងអនាគតជាតិក្តី សុទ្ធតែប្រកបទៅដោយសាមញ្ញលក្ខណៈទាំង ៣ គឺ អនិច្ចំ ទុក្ខំ អនត្តា ដូចគ្នាទាំងអស់ ដូចមានពុទ្ធវចនៈបញ្ជាក់ថា :

នាមរូបំ អនិច្ចំ រូបនាមជាសភាពប្រែប្រួល ។

នាមរូបំ ទុក្ខំ រូបនាមជាសភាពព្រួយលំបាក ។

នាមរូបំ អនត្តា រូបនាមជាសភាពមិនមែនខ្លួន ។

អស់លោកអ្នកដែលប្រាថ្នារកសន្តិធម៌ ប្រសិនបើអស់លោកអ្នកផ្តង់សតិកំណត់ដឹងនូវរូបធម៌ នាមធម៌ ជួនកាលកំណត់ដឹងទាន់ដោយត្រឹមត្រូវ ជួនកាលកំណត់មិនទាន់ ចូរលោកសំគាល់ទុកក្នុងចិត្តរបស់ខ្លួនថា ត្រង់ដែលកំណាដឹងទាន់ដោយជាក់ច្បាស់នូវរូបនាមនោះ គឺជាអង្គសតិ គឺសេចក្តីនឹករលឹក ត្រង់ដែលកំណត់ដឹងមិនទាន់នូវរូបនាមនោះ គឺជាអង្គមោហៈ សេចក្តីល្ងង់ ឬវង្វេង ។ ក្នុងឱកាសនេះយើងសំគាល់នូវខ្លួនរបស់យើងបានដោយជាក់ច្បាស់ថាក្នុងមួយវិនាទីក្តី ក្នុងមួយនាទីក្តី ក្នុងមួយម៉ោងក្តី ក្នុងមួយថ្ងៃក្តី សន្តានចិត្តរបស់អាត្មាអញ ច្រើនទៅដោយសតិ ឬច្រើនទៅដោយមោហៈ ; បើឃើញសន្តានចិត្តរបស់យើងច្រើនទៅដោយមោហៈ គឺសេចក្តីល្ងង់ ត្រូវព្យាយាមខំចំរើនសតិឱ្យកើតមានឡើងក្នុងសន្តានរបស់ខ្លួន ទើបមោហៈនោះ នឹងប្រាសចាកសន្តានរបស់ខ្លួន ។

ប្រសិនបើលោកមិនកាន់យកសតិទៅកំចាត់មោហៈទេ អកុសលធម៌នានាក៏មានឱកាសនឹងកើតចំរើនឡើងក្នុងសន្តានចិត្ត ព្រោះមោហៈនេះ ជាមូលហេតុរបស់លោភៈ និងទោសៈ ។

លោភៈ គឺសភាវៈធ្វើចិត្តឱ្យជាប់ជំពាក់នឹងអារម្មណ៍នានា កើតឡើងបានព្រោះមានមោហៈជាមូល ។

ទោសៈ គឺសភាវៈធ្វើចិត្តឱ្យប្រាសចាកអារម្មណ៍នានា កើតឡើងបានព្រោះមានមោហៈជាមូល ។ បើអ្នកណាមួយមានសេចក្តីប្រាថ្នាចង់ឱ្យលោភៈ និងទោសៈ ប្រាសចាកសន្តានរបស់ខ្លួន ចូរកាន់យកសតិជាធម៌កំចាត់នូវមោហៈចុះ សតិជាធម៌រលឹកដឹង មោហៈជាធម៌មិនដឹង មោហៈជាធម៌កំចាត់សតិ សតិជាធម៌កំចាត់

មោហៈ ។

មោហៈកំចាត់សតិ

រូបប៉ះខ្ទប់ភ្នែក គឺរូបធមិកើតឡើង ដឹងនូវរូបនោះ គឺនាមធមិកើតឡើង សតិកំណត់រូបនាមមិនទាន់ គឺមោហៈកើតឡើង ព្រោះសតិរលត់ទៅ ។ សំឡេងប៉ះខ្ទប់ត្រចៀក គឺរូបធមិកើតឡើង ដឹងនូវសំឡេងនោះ គឺនាមធមិកើតឡើង, សតិកំណត់រូបនាមមិននទាន់ គឺមោហៈកើតឡើង ព្រោះសតិរលត់ទៅ ។ ក្លិនប៉ះច្រមុះ គឺរូបធមិកើតឡើង ដឹងនូវក្លិននោះ គឺនាមធមិកើតឡើង, សតិកំណត់រូបនាមមិនទាន់ គឺមោហៈកើតឡើង ព្រោះសតិរលត់ទៅ ។ រសប៉ះខ្ទប់អណ្ដាត គឺរូបធមិកើតឡើង ដឹងនូវរស គឺនាមធមិកើតឡើង, សតិកំណត់រូបនាមមិនទាន់ គឺមោហៈកើតឡើង ព្រោះសតិរលត់ទៅ ។ ផោដ្ឋព្វៈប៉ះខ្ទប់កាយ គឺរូបធមិកើតឡើង ដឹងនូវផោដ្ឋព្វៈនោះ គឺនាមធមិកើតឡើង, សតិកំណត់នូវរូបនាមមិនទាន់ គឺមោហៈកើតឡើង ព្រោះសតិរលត់ទៅ ។ ធម្មាប៉ះខ្ទប់មនោ គឺរូបធមិកើតឡើង ដឹងនូវធម្មានោះ គឺនាមធមិកើតឡើង, សតិកំណត់រូបនាមមិនទាន់ គឺមោហៈកើតឡើង ព្រោះសតិរលត់ទៅ ។

សតិកំចាត់មោហៈ

រូបប៉ះខ្ទប់ភ្នែក គឺរូបធមិកើតឡើង ដឹងនូវរូបនោះ គឺនាមធមិកើតឡើង សតិកំណត់រូបនាមទាន់ ព្រោះមោហៈរលត់ទៅ ។ សំឡេងប៉ះខ្ទប់ត្រចៀក គឺរូបធមិកើតឡើង ដឹងនូវសំឡេងនោះ គឺនាមធមិកើតឡើង, សតិកំណត់រូបនាមទាន់ ព្រោះមោហៈរលត់ទៅ ។ ក្លិនប៉ះខ្ទប់ច្រមុះ គឺរូបធមិកើតឡើង ដឹងនូវក្លិននោះ គឺនាមធមិកើតឡើង សតិកំណត់រូបនាមទាន់ ព្រោះមោហៈរលត់ទៅ ។ រសប៉ះខ្ទប់អណ្ដាត

គឺរូបធមិកើតឡើង ដឹងនូវរសនោះ គឺនាមធមិកើតឡើង, សតិកំណត់រូបនាមទាន់ ព្រោះមោហៈរលត់ទៅ ។ ផោដ្ឋព្វៈប៉ះខ្ទប់កាយ គឺនាមធមិកើតឡើង ដឹងនូវផោដ្ឋព្វៈនោះគឺនាមធមិកើតឡើង, សតិកំណត់រូបនាមទាន់ ព្រោះមោហៈរលត់ទៅ ។ ធម្មាប៉ះខ្ទប់មនោ គឺរូបធមិកើតឡើង ដឹងនូវធម្មានោះ គឺនាមធមិកើតឡើង, សតិកំណត់រូបនាមទាន់ ព្រោះមោហៈរលត់ទៅ ។

សតិរលត់ទៅជាមួយនឹងរូបនាម

បើចក្ខុវិញ្ញ ាណឃើញរូបប្រាកដឡើង គឺរូបនាមកើតឡើងតាមផ្លូវភ្នែក សតិដឹងទាន់ក៏កើតឡើង បើការឃើញនោះបាត់ទៅ គឺរូបនាមរលត់ទៅ សតិនោះក៏រលត់ទៅព្រម ។

បើសោតវិញ្ញាណឮសំឡេងប្រាកដឡើង គឺរូបនាមកើតឡើងតាមផ្លូវត្រចៀក សតិដឹងទាន់ក៏កើតឡើង បើការឮនោះបាត់ទៅ គឺរូបនាមរលត់ទៅ សតិនោះក៏រលត់ទៅព្រម ។

បើឃានវិញ្ញ ាណដឹងក្លិនប្រាកដឡើង គឺរូបនាមកើតឡើងតាមផ្លូវច្រមុះ សតិដឹងទាន់ក៏កើតឡើង បើក្លិននោះបាត់ទៅ គឺរូបនាមរលត់ទៅ សតិនោះក៏រលត់ទៅព្រម ។

បើជិវ្ហាវិញ្ញ ាណដឹងរសប្រាកដឡើង គឺរូបនាមកើតឡើងតាមផ្លូវអណ្តាត សតិដឹងទាន់ក៏កើតឡើង បើរសនោះបាត់ គឺរូបនាមរលត់ទៅ សតិនោះក៏រលត់ទៅព្រម ។

បើជិវ្ហាវិញ្ញាណដឹងរសប្រាកដឡើង គឺរូបនាមកើតឡើងតាមផ្លូវអណ្តាត សតិដឹងទាន់ក៏កើតឡើង បើរសនោះបាត់ គឺរូបនាមរលត់ទៅ សតិនោះក៏រលត់ទៅព្រម ។

បើកាយវិញ្ញាណដឹងផោដ្ឋព្វៈប្រាកដឡើង គឺរូបនាមកើតឡើងតាមផ្លូវកាយសតិដឹងទាន់ក៏កើតឡើង បើផោដ្ឋព្វៈនោះបាត់ទៅ គឺរូបនាមរលត់ទៅ សតិនោះក៏រលត់ទៅព្រម ។

បើមនោវិញ្ញាណដឹងធម្មាប្រាកដឡើង គឺរូបនាមកើតឡើងតាមផ្លូវមនោ សតិដឹងទាន់ក៏កើតឡើង បើធម្មានោះបាត់ទៅ គឺរូបនាមរលត់ទៅ សតិនោះក៏រលត់ទៅព្រម ។

រូបធម៌ នាមធម៌នេះ ជាសភាពប្រែប្រួលតាំងនៅមិនបានពិតៗ ជាសភាពព្រួយលំបាកពិតៗ ជាសភាពបង្គាប់បញ្ជាមិនបានពិតៗ កើតនៅដូច្នេះ មានលក្ខណៈជា អនិច្ចំ មិនទៀង ទុក្ខំ ជាទុក្ខ អនត្តា ជាសភាពមិនមែនខ្លួន មានគតិនៅដូច្នេះ កើតនៅដូច្នេះ ក្នុងអតីតជាតិសែនឆ្ងាយ គឺជាតិដែលកន្លងទៅហើយ ក៏វិលវល់ទល់ទុក្ខនិងការកើតរលត់ដូច្នេះនេះ អស់អនេកជាតិ អនន្តជាតិ ពីព្រោះមិនដឹងនូវរបស់ពិត គឺរូបធម៌ នាមធម៌នេះពិតជារបស់អនិច្ចំ ទុក្ខំ អនត្តា ។ សូម្បីតែក្នុងអតីតជាតិ ដ៏ជិតចាប់ដើមតាំងពីចុតិបដិសន្ធិនៅក្នុងឧទរមាតា ក៏កើតនៅដូច្នេះ បានចរចេញមកហើយ ក៏កើតនៅដូច្នេះ កូនក្មេងក៏មានសភាព អនិច្ចំ ទុក្ខំ អនត្តា កំឡោះ ក្រមុំ ក៏មានសភាពនៅដូច្នេះ មនុស្សចាស់ជរា ក៏មានសភាពនៅដូច្នេះ ជាតិដែលកន្លងផុតទៅហើយ សូម្បីកន្លងផុតទៅ ១ឆ្នាំ ១ខែ ១ថ្ងៃ ឬ ១នាទី ១វិនាទី ក៏ដោយ ក៏សុទ្ធតែតាំងនៅក្នុងសភាពលក្ខណៈជាអនិច្ចំ ទុក្ខំ អនត្តា ។ មិនតែប៉ុណ្ណោះសោត សូម្បីជាតិដែលមិនទាន់មានមកដល់ គឺអនាគតជាតិ ឬជាតិខាងមុខ ទោះនៅត្រឹមតែ ១ឆ្នាំ ១ខែ ១ថ្ងៃ ឬ ១ម៉ោង ១នាទី ១វិនាទីក៏ដោយ គឺជាតិនោះឯងក៏កើតនូវសភាពលក្ខណៈ ជា អនិច្ចំ ទុក្ខំ អនត្តា មានគតិនៅដូច្នេះដោយពិត ។

•••

សេចក្តីបរិសុទ្ធកើតអំពីការរីកចំរើនសតិ
តាមឥរិយាបថទាំង៤

ការប្រតិបត្តិតាមសតិបដ្ឋាន ឬដែលហៅថាវិបស្សនាកម្មដ្ឋាន ដែលលោកកំពុងប្រតិបត្តិសព្វថ្ងៃនេះ ជួនកាលលោកអ្នកដែលមិនធ្លាប់ប្រតិបត្តិ គង់នៅមិនទាន់ចូលចិត្ត ព្រោះឃើញលោកប្រតិបត្តិដើរខ្លះ អង្គុយខ្លះ ធ្វើអាការកិរិយាយឺតៗ សន្សឹមៗ ទើមៗ មើលទៅគួរឱ្យរំខានចិត្ត ។ គោលបំណងរបស់ការប្រតិបត្តិ តាមសតិបដ្ឋាននេះ ក៏ដើម្បីឱ្យកើតសេចក្តីបរិសុទ្ធចំពោះកាយវាចាចិត្តតែប៉ុណ្ណោះ ក្នុងផ្លូវធម៌ សំដៅសេចក្តីបរិសុទ្ធចាកកិលេស គឺលោភៈ ទោសៈ មោហៈ ដែលជាមូល-ដ្ឋាននៃកិលេសទាំងពួង ដរាបដល់សម្រេចមគ្គផល និព្វាន ។

ក្នុងផ្នែកនេះ សូមឱ្យអ្នកប្រមើលមើលតែត្រឹមខាងដើមងាយៗសិនថា បុគ្គលយើងមានសេចក្តីរស់នៅតាមប្រក្រតីវិស័យយ៉ាងណា សេចក្តីបរិសុទ្ធដែលកើតអំពីការប្រតិបត្តិ តើកើតឡើងបានដោយវិធីដូម្តេច? ប្រសិនបើលោកអ្នកប្រតិ-បត្តិវិបស្សនាកម្មដ្ឋានបានប្រពៃហើយ គប្បីយកសតិកំណត់តាមឥរិយាបថទាំង ៤ ដូចតទៅនេះ :

១. **ក្នុងការដើរ** ដើរជាឥរិយាបថធំ គ្រប់គ្នាត្រូវមានការដើរ តែបុគ្គលយើងដើរដោយអាការៈច្រើនយ៉ាង :

- ដើរដោយលោភៈ គឺដើរដោយមាយា មានចេតនាឱ្យប្រមើលមើលស្អាតល្អ ដើរគិតដោយអារម្មណ៍ជាទីគួរត្រេកអរជាដើម ។
- ដើរដោយទោសៈ គឺដើរដោយសេចក្តីក្រោធ ដូចដើរអន្ទើមៗ ទម្លាក់ជើងធ្ងន់ៗ ដើរលោតជើង ដើរពេះពេកាំង ដើរដោយគិតអារម្មណ៍ក្រោធជាដើម ។

• ដើរដោយមោហៈ គឺដើរគ្មានស្មារតី ដូចដើរសំយុងក ដើរទ្រេតទ្រោត ជាដើម ។

រួមសេចក្តីថា យើងរាល់គ្នាច្រើនតែដើរដោយលោភៈ ទោសៈ មោហៈ ដើរមិនដឹងថាដើរ ដូចដើរទៅទិញរបស់ ចិត្តរមែងអណ្តែតទៅនៅត្រង់កន្លែងរបស់ដែលទិញ គាប់ចិត្តក៏ដើរប្រញាប់ប្រញាល់ ក្រោធក៏ដើរប្រញាប់ប្រញាល់ ។ តាមធម្មតា មនុស្សយើងនឹងដើរបាន ក៏ព្រោះចិត្តបង្គាប់ ដើរទៅប៉ុន្មានជំហានទោះជិត ឬឆ្ងាយក៏ដោយ មានចិត្តបង្គាប់ឱ្យដើរទើបដើរបាន ដូច្នេះលោកប្រតិបត្តិត្រូវដើរដោយសតិចាំកំណត់ដឹងគ្រប់ជំហាន ស្តាំក៏ដឹងថាស្តាំ ឆ្វេងក៏ដឹងថាឆ្វេង ឈានក៏ដឹងថាឈាន ឈប់ក៏ដឹងថាឈប់ ។ កាលសមាធិតម្កល់នៅក្នុងការដើរ លោភៈ ទោសៈ មោហៈ ក៏ចូលជ្រៀតជ្រែកស្រោចស្រប់ពុំបាន ជាសេចក្តីបរិសុទ្ធក្នុងការដើរ ។

២. ក្នុងការឈរ ឈរជាឥរិយាបថធំ គ្រប់គ្នាត្រូវមានការឈរ តែបុគ្គលយើងឈរដោយអាការៈច្រើនយ៉ាង ៖

• ឈរដោយលោភៈ គឺឈរបែបមានសេចក្តីសង្ឃឹម-ពេញចិត្ត ឬឈរដោយជាប់ចិត្តគិតនូវអារម្មណ៍ជាទីគួរត្រេកអរ ជាដើម ។

• ឈរដោយទោសៈ គឺឈរដោយការតូចចិត្ត ដូចឈរឈ្លោះគ្នា ឈរប្រុងតស៊ូគ្នា ឈរគិតដោយអារម្មណ៍ក្រោធជាដើម ។

• ឈរដោយមោហៈ គឺឈរបែបគ្មានស្មារតី ដូចឈរសំយុងក ឈរធ្មឹង ជាដើម ។

រួមសេចក្តីថា យើងរាល់គ្នាច្រើនតែឈរដោយលោភៈ ទោសៈ មោហៈ ឈរដោយមិនដឹងថាឈរ ។ តាមធម្មតា មនុស្សយើងដែលនឹងឈរបានក៏ព្រោះតែចិត្តបង្គាប់ឱ្យឈរដោយសតិចាំកំណត់ដឹងថា ខណៈនេះយើងកំពុងឈរ ។ កាល

សមាធិតម្កល់នៅក្នុងការឈរ លោភៈ ទោសៈ មោហៈ ក៏ចូលជ្រៀតជ្រែកស្រោច ស្រប់ពុំបាន ជាសេចក្ដីបរិសុទ្ធក្នុងការឈរ ។

៣ . **ក្នុងការអង្គុយ** អង្គុយជាឥរិយាបថធំ គ្រប់គ្នាត្រូវមានការអង្គុយ តែបុគ្គលយើងអង្គុយដោយអាការៈច្រើនយ៉ាង ៖

- អង្គុយដោយលោភៈ គឺអង្គុយបែបដាក់វាងទៅបែបសមល្អ ដូចអង្គុយច្រត់ដៃ អង្គុយបែបពត់ចរិត អង្គុយជ្រែងដៃ ឬ អន្ទោកជើង អង្គុយគងអន្ទាក់ខ្លា អង្គុយញញឹមញញែមប្រិមប្រិយ៍ អង្គុយគិតដោយអារម្មណ៍ជាទីត្រេកអរជាដើម ។
- អង្គុយដោយទោសៈ គឺអង្គុយដោយសេចក្ដីក្រោធ ដូចអង្គុយធ្វើមុខក្រញូវ អង្គុយច្រងេងច្រងាង គិតដោយអារម្មណ៍ក្រោធជាដើម ។
- អង្គុយដោយមោហៈ គឺអង្គុយដោយគ្មានស្មារតី ដូចអង្គុយឱបក្បាលជង្គង់ អង្គុយសំយុងក អង្គុយធ្វើភ្នែកស្លឹជាដើម ។

រួមសេចក្ដីថា យើងរាល់គ្នាច្រើនតែអង្គុយដោយលោភៈ ទោសៈ មោហៈ អង្គុយដោយមិនដឹងថាអង្គុយ ។ តាមធម្មតា មនុស្សយើងនឹងអង្គុយបាន ក៏ព្រោះតែចិត្តបង្គាប់ឱ្យអង្គុយ ដូច្នោះលោកអ្នកប្រតិបត្តិ ត្រូវអង្គុយដោយសតិចាំកំណត់ដឹងថាខណៈនេះយើងកំពុងអង្គុយ ។ កាលសមាធិតម្កល់នៅក្នុងការអង្គុយ លោភៈ ទោសៈ មោហៈ ក៏ចូលច្រៀតជ្រែកស្រោបស្រប់ពុំបាន ជាសេចក្ដីបរិសុទ្ធក្នុងការអង្គុយ ។

៤ . **ក្នុងការដេក** ដេកជាឥរិយាបថធំ គ្រប់គ្នាត្រូវមានការដេក តែបុគ្គលយើងដេកដោយអាការៈច្រើនយ៉ាង ៖

- ដេកដោយលោភៈ គឺដេកនៅក្នុងអារម្មណ៍ជាសុខ ដូចដេកសំងំញញឹម ដេកគិតដោយអារម្មណ៍ជាទីគួរត្រេកអរ ការគិតដល់រូប សំឡេង ក្លិន រស ផោដ្ឋព្វៈ ដែលគាប់ចិត្តពេញចិត្តជាដើម ។

• ដេកដោយទោសៈ គឺដេកនៅក្នុងអារម្មណ៍ក្រោធ ដូចដេកបំរះខ្លួន ដេករសាប់រសល់ មនុស្សកំណាចច្រើនដេកផ្កាប់មុខ មនុស្សដេកកំពុងមានរឿងតូចចិត្ត ក៏ច្រើនតែដេកម្តងដូច្នេះ ម្តងដូច្នោះ ដេកគិតដោយអារម្មណ៍ក្រោធជាដើម ។

• ដេកដោយមោហៈ គឺដេកបែបគ្មានស្មារតី ដូចដេកស្លាប់គំនិត ដេកធ្វើភ្នែកប៉ក់ៗ ដេកពព្រិចភ្នែក ឬ ដេកគងថ្ងាសជាដើម ។

រួមសេចក្តីថា យើងរាល់គ្នាច្រើនតែដេកដោយលោភៈ ទោសៈ មោហៈ ដេកដោយមិនដឹងថាដេក ។ តាមធម្មតា មនុស្សយេងនឹងដេកបាន ក៏ព្រោះចិត្តបង្គាប់ឱ្យដេក ដូច្នោះលោកអ្នកប្រតិបត្តិ ត្រូវដេកដោយសតិចាំកំណត់ដឹងថា ខណៈនេះយើងកំពុងដេក ។ កាលសមាធិតម្កល់នៅក្នុងការដេក លោភៈ ទោសៈ មោហៈ ក៏ចូលជ្រៀតជ្រែកស្រោបស្រប់ពុំបាន ជាសេចក្តីបរិសុទ្ធក្នុងការដេក ។

៥ - ក្នុងការផ្លាស់ឥរិយាបថ ឥរិយាបថផ្សេងៗ ក្រៅពីការដើរ ឈរ អង្គុយ ដេក ជាឥរិយាបថរាយរង គ្រប់គ្នាត្រូវមានការផ្លាស់ឥរិយាបថ តែបុគ្គលយើងផ្លាស់ឥរិយាបថ ដោយអាការៈច្រើនយ៉ាង :

• ផ្លាស់ឥរិយាបថដោយលោភៈ គឺការកម្រើកកក្រើកកាយដោយអាការៈត្រេកអរ គាប់ចិត្ត ឬ ដើម្បីឱ្យត្រូវចិត្តអ្នកដទៃ ដូចទះដៃ សំងំញញឹម លោតកញ្ឆេងវាយកញ្ឆោត់ ផ្លាស់ឥរិយាបថដោយអារម្មណ៍ជាទីគួរត្រេកអរ ជាដើម ។

• ផ្លាស់ឥរិយាបថដោយទោសៈ គឺកម្រើកកក្រើកកាយដោយអាការៈក្រោធមិនពេញចិត្ត ឬដើម្បីឱ្យអ្នកដទៃខ្លាច ដូចដាល់តប់ ទាត់ធាក់ ឬទាក់ក ធ្វើជាកំញើញ គំរោះគំរាម ខាំធ្មេញ លោតសំពត់ក្រវាត់ចង្កេះ រហូតដល់ការស្រែកអា-ក្រោស ជេរ បញ្ចោរ ផ្លាស់ឥរិយាបថដោយអារម្មណ៍ក្រោធ ជាដើម ។

• ផ្លាស់ឥរិយាបថដោយមោហៈ គឺការកម្រើកកក្រើកកាយបែបគ្មាន

ស្មារតី ដូចមនុស្សទន់ក ទន់ដៃ ទន់ជើង អង្គុយចុះទៅដោយមិនដឹងខ្លួន ។ ចំណែកលោកអ្នកដែលមានស្មារតីសង្ឃឹមប្រចាំទៅខាងមុខ រមែងមានឥរិយាបថប្រញាប់ប្រញាល់រហ័សរហួន លោកអ្នកដែលអស់សេចក្ដីសង្ឃឹមរមែងមានឥរិយាបថយឺតៗសន្សឹមៗ លើកជើង លើកដៃ បែបភើតៗ ដូចមនុស្សគ្មានចិត្តថ្លើមនឹងលូកចាប់របស់អ្វី ។ ចិត្តគំនិតភ្លឹភ្លើ និយាយភ្លើៗ សំពត់ស្លៀក សំពត់ដណ្ដប់រយីករយាកយ៉ាងណា ក៏មិនយកចិត្តទុកដាក់ ។

រួមសេចក្ដីថា យើងរាល់គ្នាច្រើនតែផ្លាស់ឥរិយាបថដោយលោភៈ ទោសៈ មោហៈ មិនដឹងថាមានការកម្រើកកក្រើកកាយយ៉ាងណា ។ តាមធម្មតា មនុស្សយើងនឹងផ្លាស់ឥរិយាបថបាន ក៏ព្រោះតែចិត្តបង្គាប់ឱ្យផ្លាស់អង្គុយខ្លះ ឈរខ្លះ ដើរខ្លះ ដេកខ្លះ លើកដៃ លាតដៃខ្លះ លើកជើង លាតជើងខ្លះ ដោយឥរិយាបថ ផ្សេងៗតាមសេចក្ដីពេញចិត្ត ដូច្នេះលោកអ្នកប្រតិបត្តិ ត្រូវផ្លាស់ឥរិយាបថដោយ សតិចាំកំណត់ដឹងនូវការកម្រើកកក្រើកកាយ តាមពាក្យដែលពោលទុកក្នុង *កាយានុបស្សនាសតិបដ្ឋាន* ឱ្យទាន់បច្ចុប្បន្នគ្រប់ឥរិយាបថ ដោយពុំធ្វេសប្រហែស កុំភ្លេចភ្លាំង ហើយកំណត់ដឹងឱ្យជាប់តគ្នា ដោយមិនខ្វះចន្លោះ ។ កាលសមាធិតម្កល់នៅក្នុងការផ្លាស់ឥរិយាបថ លោភៈ ទោសៈ មោហៈ ក៏ចូលជ្រៀតជ្រែកស្រោចស្រប់ពុំបានជាសេចក្ដីបរិសុទ្ធក្នុងការផ្លាស់ឥរិយាបថ ។

៦ . **ក្នុងការដកដង្ហើមចូល-ចេញ** លោកអ្នកដែលមានជីវិតរស់នៅ សុទ្ធតែមានការដកដង្ហើមចូលចេញទៅប្រចាំជានិច្ច ខ្យល់ដកដង្ហើមចូលចេញហៅថា កាយសង្ខារម្យ៉ាង ដែលនឹងខានមានពុំបានជាដាច់ខាត ។ បុគ្គលយើងគ្រប់គ្នាមិនថា បុរស ស្ត្រី ក្មេង ចាស់ អ្នកមាន អ្នកក្រ អ្នកតូច អ្នកធំ ជាដើមទេ សុទ្ធតែមានជីវិតព្យួរនៅលើសរសៃអម្បោះ គឺខ្យល់ដកដង្ហើមចូលចេញនេះ បើឈប់ខាន

កាលណា គឺថា ដកដង្ហើមចូលមកហើយ មិនដកដង្ហើមចេញទៅ ឬដកដង្ហើមចេញទៅហើយ មិនដកដង្ហើមចូលមកវិញ សូម្បីតែក្នុងខណៈណាមួយក៏ដោយ ក៏ត្រូវដល់សេចក្ដីស្លាប់គ្រប់គ្នាក្នុងកាលនោះពុំខាន ។ ខ្យល់ដកដង្ហើមចូលចេញ មានសេចក្ដីសំខាន់ក្រៃលែង និង ជាការចាំបាច់ដល់ជីវិតពេកណាស់ បើប្រសិនណាខ្យល់ដកដង្ហើមចូលចេញ ជារបស់ខ្លាំងពូកែសក្ដិសិទ្ធិ ក៏ជារបស់ដែលយើងរាល់គ្នាគួរតែក្រាបសំពះគោរពធ្វើសក្ការៈបូជាទាំងព្រឹកល្ងាច ឬបើជាព្រះទ្រង់គ្រឿងវិញ ក៏គួរតែយកមកចងព្យួរនឹងកទុកជាប្រចាំ ដើម្បីសេចក្ដីកក់ក្ដៅចិត្ត ឬថាបើជាបុគ្គលផងគ្នា ក៏ត្រូវតែមានសេចក្ដីឈឺឆ្អាល យកចិត្តទុកដាក់ផ្ចិតផ្ចង់ថែទាំគ្រប់ពេលវេលា មិនឱ្យឃ្លាតពីភ្នែក ក្រៃលែងជាងមាតាបិតាបង្កើត ក្រៃលែងជាងស្វាមីភរិយាជាទីស្រឡាញ់ ក្រៃលែងជាងបុត្តធីតា ក្រៃលែងជាងនាយចៅហ្វាយដែលមានអំណាចលើខ្លួន ។ តែបុគ្គលយើងមិនចូលចិត្តថា ខ្យល់ដកដង្ហើមចូលចេញជាគ្រឿងបន្តជីវិត ឱ្យឋិតថេរគ្រប់រយៈកាល មិនឈឺឆ្អាលដល់ការដកដង្ហើមចូលចេញ ដែលកំពុងរស់នៅឡើយ ។ អង្គុយក៏គិត ដេកក៏គិត គឺនឹកដល់អារម្មណ៍ផ្សេងៗ ដែលធ្លាប់បានទទួលមកហើយ ដូចពេញចិត្តនឹកដល់រូបស្អាតៗ អាឡោះអាល័យនឹកដល់សំឡេងដែលពិរោះក្បោះក្បាយ ក្ដួចចិត្តនឹកដល់ក្លិនដែលក្រអូបក្រអៃបឈ្លក់ចិត្ត នឹកដល់រសដែលឆ្ងាញ់ពិសារជ្រួតជ្រាបទឹកមាត់ ចិត្តនឹកដល់សម្ផស្សដែលទន់ភ្លន់គ្មានស្រាកស្រាន្ត ។ បើទុកជាអារម្មណ៍ដែលមិនពេញចិត្ត ក៏នៅតែឧស្សាហ៍នឹកដល់ឱ្យបន្ថែមសេចក្ដីស្អប់ សេចក្ដីក្រោធ សេចក្ដីអាឃាតព្យាបាទឡើងទៀត ។ តែអារម្មណ៍គាប់ចិត្ត និងមិនគាប់ចិត្តទាំងអម្បាលម៉ាន មិនបានជួយដកដង្ហើមចូលចេញបន្តជីវិត ដែលជាទីគួរហួងហែងរបស់យើងឱ្យយូរយារតទៅទៀតបានឡើយ ។ ផ្ទុយទៅវិញ អារម្មណ៍ទាំងនោះត្រឡប់ទៅជាបន្ថយជីវិតឱ្យរួញខ្លីចុះថែមទៀតផង ព្រោះអារម្មណ៍អម្បាលនោះ បើ

កើតសេចក្តីពេញចិត្ត លុះត្រាតែផុតកិរិតនឹងធ្វើឱ្យទាស់ខ្យល់ដកដង្ហើមចូលចេញ ឬឈប់បង្អន់បានក្នុងខណៈខ្លះ ដូចត្រេកអរទាល់តែស្លាប់ ឬសើចទាល់តែស្លាប់ ក៏សឹងមាន ។ ទោះបីមិនដល់ស្លាប់ ក៏អាចកើតទំនាស់ពុំស្រួលសព្វសព៌ាង្គកាយ ទាំងកើតសេចក្តីមិនពេញចិត្ត លុះត្រាផុតកិរិត ដូចក្រោធខ្លាំងពេក ក៏នឹងធ្វើឱ្យអន្តរាយដល់អន្តរាយដល់ជីវិតក្រៃលែងជាងផ្លូវដទៃ ជាហេតុដែលអ្នកគ្រប់គ្នាធ្លាប់បានជួបប្រទះដោយខ្លួនឯងខ្លះមកហើយ ។ ទោះបើដូច្នេះ បុគ្គលយើងក៏នៅតែមានសេចក្តីប្រព្រឹត្តិទៅតាមអារម្មណ៍ដែលពេញចិត្ត និងមិនពេញចិត្តជាធម្មតាដោយព្រងើយកន្តើយ មិនអើពើនឹងខ្យល់ដកដង្ហើមចូលចេញ ដែលគាំទ្រជីវិតឱ្យរស់នៅឋិតថេរនោះឡើយ ។ ជាផ្លូវបើកឱ្យលោភៈ ទោសៈ មោហៈ អាចចូលគ្របសង្កត់ចិត្តបាន ។ ដូច្នេះ លោកអ្នកប្រតិបត្តិ ត្រូវមានសតិចាំកំណត់ដឹងត្រង់ខ្យល់ដកដង្ហើមចូលចេញ តាមវិធីដែលបានពោលទុកក្នុងខ « កាយានុបស្សនាសតិបដ្ឋាន » នោះ ។ កាលសមាធិតម្កល់នៅក្នុងខណៈដែលកំណត់ខ្យល់ដកដង្ហើមចូលចេញ លោភៈ ទោសៈ មោហៈ ក៏ចូលជ្រៀតជ្រែកស្រោបស្រប់ពុំបាន ជាសេចក្តីបរិសុទ្ធរបស់កាយសង្ខារ ។

៧ . ក្នុងការមើល ការឃើញជាផស្សៈរវាងផ្លូវភ្នែក និងរូបដែលឃើញ ។ ភ្នែកឃើញរូប វេទនាកើតឡើងគ្រប់គ្នា មិនថាសត្វ ឬបុគ្គល ។ យើងមានការមើលដោយអាការៈច្រើនយ៉ាង :

- មើលដោយលោភៈ គឺមើលដោយសេចក្តីគាប់ចិត្ត ឬសេចក្តីស្រឡាញ់ដូចមើលមនុស្សដែលពេញចិត្ត មើលអាវខោ សំពត់ គ្រឿងតាក់តែងកាយដែលល្អៗគ្រប់យ៉ាង រមែងជ្រើសរើសមើលរបស់ដែលស្រឡាញ់ និង របស់ដែលពេញចិត្ត មានភ្នែកជាពន្លឺដែលផ្សាយទៅដល់សេចក្តីត្រេកអរ ជាសុខវេទនា ។
- មើលដោយទោសៈ គឺមើលដោយសេចក្តីតូចចិត្ត ដូចមើលមនុស្ស

ដែលស្អប់ ដែលមិនពេញចិត្ត មើលដោយសេចក្ដីខ្ញីមរអើមដោយអាឃាតព្យាបាទគ្រប់៧យ៉ាង ដែលឃើញដោយភ្នែក ។ ទុកជាដូច្នេះ ក៏នៅតែមើលដោយសេចក្ដីតូចចិត្ត និងមិនពេញចិត្ត ជាទុក្ខវេទនា ។

• មើលដោយមោហៈ គឺមើលដោយមិនដឹងថាឃើញ ដូចឃើញមនុស្ស និងរបស់របរ ដែលមិនកើតសេចក្ដីឈឺឆ្អាល ក៏ក្រឡេកហួសទៅ ដោយសេចក្ដីមិនអាឡោះអាល័យ ឃើញយោគីអ្នកប្រតិបត្តិធម៌កំពុងដើរខាងមុខ ក៏ធ្វើហាក់បីដូចជាមើលពុំឃើញ ។ អ្នកខ្លះដែលបានឃើញហើយ មិនកើតសេចក្ដីពេញចិត្ត ឬមិនពេញចិត្តទេ ក៏មើលហួសទៅ ហាក់បីដូចមើលមិនឃើញ ជាឧបេក្ខាវេទនា ។

រួមសេចក្ដីថា យើងរាល់គ្នាច្រើនតែមើលដោយលោភៈ ទោសៈ មោហៈ ឃើញក៏មិនដឹងថាឃើញ ។ តាមធម្មតា ការឃើញត្រូវប្រកបព្រមដោយអង្គ ៤ គឺ ភ្នែក, រូប, ពន្លឺភ្លឺ, មនសិការ, ទើបកើតចក្ខុវិញ្ញាណ គឺចិត្តដែលអាស្រ័យភ្នែក ដូចឃើញថា មនុស្ស បុរស ស្ត្រី ស្អាត ឬមិនស្អាតជាដើម ។ បើគ្មានចិត្តនៅរួមជាមួយផង ការឃើញក៏មិកើតឡើង ។ ដូច្នេះ លោកអ្នកប្រតិបត្តិ ត្រូវមើលដោយសតិចាំកំណត់ដឹងថាឃើញ ក្នុងកាលភ្នែកទៅប្រទះរូបគ្រប់គ្រាកុំឱ្យដាច់ ។ កាលសមាធិតម្កល់នៅក្នុងការឃើញ លោភៈ ទោសៈ មោហៈ ក៏ចូលជ្រៀតជ្រែកស្រោបស្រប់ពុំបាន ជាសេចក្ដីបរិសុទ្ធក្នុងការមើល ។

៨ - **ក្នុងការស្ដាប់** ការស្ដាប់ឮ ជាផស្សៈរវាងផ្លូវត្រចៀក និងសំឡេងដែលបានឮ ។ កាលត្រចៀកបានឮសំឡេង វេទនារមែងកើតឡើង តែបុគ្គលយើងមានការស្ដាប់ដោយអាការៈច្រើនយ៉ាង :

• ការស្ដាប់ដោយលោភៈ គឺស្ដាប់ដោយសេចក្ដីស្រណុក ឬដោយការស្ងើចពេញចិត្ត ដូចស្ដាប់សំឡេងច្រៀង ស្ដាប់ពាក្យសរសើរ លើកតម្កើង ស្ដាប់

សំឡេងៗនុស្សដែលស្រឡាញ់ មនុស្សដែលពេញចិត្ត ស្តាប់សំឡេងគ្រប់យ៉ាងដែលបានឮតាមផ្លូវត្រចៀក ដោយសេចក្តីត្រេកអរ ជាសុខវេទនា ។

• ស្តាប់ដោយទោសៈ គឺស្តាប់ដោយអាការៈខឹង ដូចស្តាប់ពាក្យនិន្ទា ស្តាប់សំឡេងផ្សេងៗ ដែលបានឮតាមផ្លូវត្រចៀក ដោយសេចក្តីមិនពេញចិត្ត ជាទុក្ខ-វេទនា ។

• ស្តាប់ដោយមោហៈ គឺស្តាប់ដោយមិនដឹងថាយ៉ាងម៉េច ដូចបានឮសំឡេងផ្សេងៗ មិនកើតសេចក្តីឈឺឆ្អាល ឬដូចជាកំពុងជាប់ចិត្តស្តាប់សំឡេងភ្លេង ក៏ មិនបាឮសំឡេងហៅ សំឡេងនាឡិកាជាដើម ឬកំពុងគិតរឿងអ្វីៗ ក៏ភ្លេចខ្លួន មិនឮសំឡេងដទៃៗ ដែលត្រូវបានឮតាមផ្លូវត្រចៀក ។ កាលសេចក្តីត្រេកអរ ឬមិនត្រេកអរមិនកើតឡើង ក៏មិនដឹងថាបានឮសំឡេងនោះៗ ជាឧបេក្ខាវេទនា ។

រួមសេចក្តីថា យើងរាល់គ្នាច្រើនតែស្តាប់ដោយលោភៈ ទោសៈ មោហៈ បានឮក៏មិនដឹងថាឮ ។ តាមធម្មតា ការស្តាប់ត្រូវប្រកបដោយអង្គ ៤ គឺ ត្រចៀក សំឡេង វិវរោកាស មនសិការ ទើបកើតសោតវិញ្ញាណ គឺចិត្តនៅអាស្រ័យត្រចៀក ទើបបានឮសំឡេងបុរស ស្ត្រី ពិរោះ ឬមិនពិរោះ បើគ្មានចិត្តរួមជាមួយផង ក៏ពុំបានឮអ្វីឡើយ ។ ដូច្នេះ លោកអ្នកប្រតិបត្តិត្រូវស្តាប់ដោយសតិចាំកំណត់ដឹងថាបានឮគ្រប់ខណៈដែលសំឡេងកើតឡើង ។ កាលសមាធិតម្កល់នៅក្នុងខណៈបានឮសំ-ឡេង, លោភៈ ទោសៈ មោហៈ ចូលជ្រៀតជ្រែកស្រោចស្រប់ពុំបាន ជាសេចក្តីបរិសុទ្ធក្នុងការស្តាប់ ។

៩ . ភ្នុខការធុំក្លិន ការធុំក្លិនជាផស្សៈរវាងផ្លូវច្រមុះ និងក្លិនដែលបានធុំ ។ កាលច្រមុះបានធុំក្លិន វេទនារមែងកើតឡើង ។ តែបុគ្គលយើងមានការធុំក្លិនដោយអាការៈច្រើនយ៉ាង ៖

• ធុំក្លិនដោយលោភៈ គឺធុំក្លិនដោយវត្ថុក្រអូបក្រអែបដោយឈ្លក់ចិត្ត ដូចធុំក្លិនផ្កាឈើ ធុំក្លិនទឹកអប់និងក្លិនផ្សេងៗ ។ មានសេចក្តីស្រេបស្រាលស្និទ្ធស្នាល ក្នុងការហិត ជ្រើសរកហិតក្លិនផ្សេងៗ ដោយសេចក្តីចំណង់ ជាសុខវេទនា ។

• ធុំក្លិនដោយទោសៈ គឺធុំក្លិនដោយសេចក្តីធុញទ្រាន់ ដូចធុំក្លិនសព ធុំក្លិនស្អុយផ្សេងៗ ដោយសេចក្តីខ្ពើមរអើម ជាទុក្ខវេទនា ។

• ធុំក្លិនដោយមោហៈ គឺធុំក្លិនដោយមិនដឹងថាធុំក្លិន ដូចធុំក្លិនផ្សេងៗ ដោយមិនបានដឹង ជាឧបេក្ខាវេទនា ។

រួមសេចក្តីថា យើងរាល់គ្នាច្រើនតែធុំក្លិនដោយលោភៈ ទោសៈ មោហៈ ដោយមិនដឹងថាធុំក្លិនអ្វី ។ តាមធម្មតា ការធុំក្លិនត្រូវប្រកបព្រមដោយអង្គ៤ គឺច្រមុះ ក្លិនខ្យល់ មនសិការ ទើបកើតមានឃានវិញ្ញាណ គឺចិត្តដែលអាស្រ័យច្រមុះ ដូចធុំក្លិនក្រអូប ឬស្អុយជាដើម ។ បើគ្មានចិត្តរួមជាមួយផង ក្លិនក៏មិនប្រាកដឡើង ។ ដូច្នោះ លោកអ្នកប្រតិបត្តិ ត្រូវហិតក្លិនផ្សេងៗដោយសតិចាំកំណត់ដឹងថាធុំក្លិន ក្នុងកាលច្រមុះបានទទួលធុំក្លិនគ្រប់ខណៈ ។ កាលសមាធិតម្កល់នៅក្នុងខណៈធុំក្លិន លោភៈ ទោសៈ មោហៈ ក៏ចូលជ្រៀតជ្រែកស្រោចស្រប់ពុំបាន ជាសេចក្តីបរិសុទ្ធក្នុងការធុំក្លិន ។

១០ - ភុំខការស៊ី ការបានរសជាផស្សៈដែលកើតឡើងតាមផ្លូវអណ្តាត និងរសដែលបានលិទ្ធជញ្ជក់ ។ កាលអណ្តាតបានលិទ្ធជញ្ជក់រស វេទនារមែងកើតឡើង តែបុគ្គលយើងមានការស៊ី ដោយអាការៈច្រើនយ៉ាង ៖

• ស៊ីដោយលោភៈ គឺស៊ីដោយសេចក្តីចំណង់ក្នុងរសឆ្ងាញ់ពិសារ ដូចការជ្រើសរកភោជនាហារល្អ ។ ការជ្រើសរកអាហារប្លែកៗ ការជ្រើសរករសដែលឆ្ងាញ់ពិសារជាដើម ជាសុខវេទនា ។

● ស៊ីដោយទោសៈ គឺស៊ីដោយសេចក្ដីមិនពេញចិត្តក្នុងរស ដូចរសមិនត្រូវមាត់ ។ ការព្រួយពេលរអ៊ូរទាំក្នុងការស៊ីជាដើម ជាទុក្ខវេទនា ។

● ស៊ីដោយមោហៈ គឺស៊ីដោយមិនដឹងថាកំពុងស៊ី ដូចការស៊ីទៅ ជជែកគ្នាទៅ ស៊ីទៅគិតទៅ ជាឧបេក្ខាវេទនា ។

រួមសេចក្ដីថា យើងរាល់គ្នាច្រើនតែស៊ីដោយលោភៈ ទោសៈ មោហៈ ស៊ីដោយមិនដឹងថាកំពុងស៊ី ។ តាមធម្មតា ការដឹងផ្លូវរស ត្រូវប្រកបដោយអង្គ ៤ គឺ អណ្ដាត រស អាបោធាតុ មនសិការៈ ទើបកើតជិវ្ហាវិញ្ញាណ គឺចិត្តអាស្រ័យអណ្ដាតដឹងរស ដូចរសផ្អែម ចត់ ប្រៃ ជាដើម ។ បើគ្មានចិត្តរួមជាមួយផង រសក៏មិនប្រាកដឡើងដែរ ។

មែនពិត ការស៊ីអាហារ ក៏ដើម្បីឱ្យរាងកាយទ្រទ្រង់នៅ និងឱ្យមានជីវិតរស់នៅបន្តទៅទៀត មិនមែនស៊ីឱ្យជាប់ចិត្តក្នុងរសឡើយ ។ ដូច្នេះ លោកអ្នកប្រតិ-បត្តិ ត្រូវស៊ីដោយសតិចាំកំណត់ដឹងថាកំពុងឃ្លាន កំពុងដួស កំពុងលើក កំពុងដឹងរស កំពុងទំពារ កំពុងលេប កំពុងឆ្អែក ។ កាលសមាធិតម្កល់នៅក្នុងខណៈស៊ី លោភៈ ទោសៈ មោហៈ ក៏ចូលជ្រៀតជ្រែកស្រោចស្រប់ពុំបាន ជាសេចក្ដីបរិសុទ្ធ ក្នុងការស៊ី ។

១១ . ភ្លូវការបានសម្ផស្ស ការបានទទួលសម្ផស្ស ជាផស្សៈរវាងផ្លូវកាយ និងរបស់ដែលមកប៉ះត្រូវ ។ កាលកាយបានទទួលសម្ផស្ស វេទនារមែងកើតឡើង តែបុគ្គលយើងមានការទទួលសម្ផស្សដោយអាការៈច្រើនយ៉ាង :

● សម្ផស្សដោយលោភៈ គឺការប៉ះពាល់ត្រូវ ដែលធ្វើឱ្យកើតសេចក្ដីស្រើបត្រេកអរ ។ ការទទួលសម្ផស្សត្រជាក់ដោយខ្សែខ្យល់ ការទទួលសម្ផស្សក្ដៅដោយពន្លឺថ្ងៃ និងទទួលសម្ផស្សទន់ភ្លន់ដោយពូកខ្នើយជាដើម ជាសុខវេទនា ។

• សម្ផស្សដោយទោសៈ គឺការប៉ះពាល់ត្រូវដែលធ្វើឱ្យកើតការខ្លាច តក់ស្លុត រន្ធត់ ដូចការប៉ះរបស់រឹង ដូចគេដាល់ត្រូវ ឬគេវាយត្រូវកាយ, ការប៉ះរបស់ក្ដៅ ដូចត្រូវកំដៅថ្ងៃ ឬ ត្រូវខ្យល់រងា ការសសុលប្រជ្រៀតរបស់ពួកជនដែលមិនពេញចិត្ត ជាទុក្ខវេទនា ។

• សម្ផស្សដោយមោហៈ គឺការប៉ះពាល់ត្រូវដោយមិនដឹងថាត្រូវ ដូចការដើរ អង្គុយ ដេក ដោយមិនដឹងថារាងកាយប៉ះត្រូវនឹងអ្វី ដូចអង្គុយភ្លេចខ្លួន លុះព្រាមិនដឹងមូសខាំផង, ជើងប៉ះអ្វីដោយសេចក្ដីក្រោធ មិនដឹងជាឈឺជាដើម ជាឧបេក្ខាវេទនា ។

រួមសេចក្ដីថា យើងរាល់គ្នាច្រើនតែទទួលសម្ផស្សដោយលោភៈ ទោសៈ មោហៈ ។ តាមធម្មតា ការដឹងសម្ផស្ស ត្រូវប្រកបព្រមដោយអង្គ ៤ គឺ កាយ របស់ដែលប៉ះត្រូវ បថវីធាតុ មនសិការ ទើបកើតកាយវិញ្ញាណ គឺចិត្តដែលអាស្រ័យដោយសម្ផស្សត្រជាក់ ក្ដៅ-ទន់ រឹង ធូរ តឹង ជាដើម ។ បើគ្មានចិត្តរួមជាមួយផង សម្ផស្សក៏មិនកើតឡើងឱ្យដឹងដែរ ។ ដូច្នេះ លោកអ្នកប្រតិបត្តិ ត្រូវទទួលសម្ផស្សដោយសតិចាំកំណត់ដឹងថា មានសម្ផស្សកើតឡើងតាមផ្លូវកាយគ្រប់ខណៈ ។ កាលសមាធិតម្កល់នៅក្នុងខណៈទទួលសម្ផស្ស លោភៈ ទោសៈ មោហៈ ក៏ចូលជ្រៀតជ្រែកស្រោចស្រប់ពុំបាន ជាសេចក្ដីបរិសុទ្ធក្នុងសម្ផស្ស ។

១២ . **ភ្លូវការស្លៀកដណ្ដប់** ការស្លៀកដណ្ដប់ជាផស្សៈ រវាងផ្លូវភ្នែក និងផ្លូវកាយ ។ តែបុគ្គលយើងមានការស្លៀកដណ្ដប់ដោយអាការៈច្រើនយ៉ាងៈ

• ស្លៀកដណ្ដប់ដោយលោភៈ គឺស្លៀកដណ្ដប់ដោយសេចក្ដីស្អាតល្អ ។ ការសន្សំគ្រឿងសម្លៀកបំពាក់ទុកបានច្រើន លើសប្រមាណជាដើម ។

• ស្លៀកដណ្ដប់ដោយទោសៈ គឺសេចក្ដីមិនពេញចិត្តក្នុងការស្លៀក

ដណ្តាប់ជាដើម ។

• ស្លៀកដណ្តប់ដោយមោហៈ គឺស្លៀកដណ្តប់ដោយមិនចូលចិត្ត ឬស្លៀកដណ្តប់ដោយមិនប្រយ័ត្នប្រយែង តាមតែយ៉ាងណាក៏ដោយ មិនយកចិត្តទុកដាក់ក្នុងការស្លៀកពាក់សោះ ។

រួមសេចក្តីថា យើងរាល់គ្នាច្រើនតែស្លៀកដណ្តប់ដោយលោភៈ ទោសៈ មោហៈ ។ មែនពិត ការស្លៀកដណ្តប់ ក៏ដើម្បីបិទបាំងរាងកាយ ការពារនូវកំដៅ, ត្រជាក់, រងា និងការពារមូស សុច សង្កើច ក្អាតជាដើម ។ ដូច្នេះ លោកអ្នកប្រតិបត្តិត្រូវស្លៀកដណ្តប់ដោយសតិចាំកំណត់ដឹងក្នុងឥរិយាបថ ដែលទាក់ទងដល់ការស្លៀកដណ្តប់ ដូចកំពុងលូកដៃទៅកំពុងជជុះរលាស់ ហើយសើកជើងដៃទៅជាដើម ។ កាលសមាធិតម្កល់នៅក្នុងខណៈស្លៀកដណ្តប់ លោភៈ ទោសៈ មោហៈក៏ចូលជ្រៀតជ្រែកស្រោចស្រប់ពុំបាន ជាសេចក្តីបរិសុទ្ធក្នុងការស្លៀកដណ្តប់ ។

១៣ - ក្នុងទីនៅអាស្រ័យ ទីនៅអាស្រ័យជាផស្សៈរវាងផ្លូវភ្នែក និងផ្លូវត្រចៀក ហើយនិងផ្លូវកាយ តែបុគ្គលយើងមាននាទីនៅអាស្រ័យដោយអាការៈច្រើនយ៉ាង ៖

• នៅអាស្រ័យដោយលោភៈ គឺការកើតអាស្រ័យដើម្បីសេចក្តីជាប់ជំពាក់ក្នុងអារម្មណ៍ថាស្អាត ថាល្អ ជាដើម ។

• នៅអាស្រ័យដោយទោសៈ គឺសេចក្តីតូចចិត្តក្នុងទីនៅអាស្រ័យ កើតចិត្តប្រទូស្តក្នុងអារម្មណ៍មិនល្អ មិនស្អាតជាដើម ។

• នៅអាស្រ័យដោយមោហៈ គឺការនៅអាស្រ័យដោយខ្ជីខ្ជា ឥតបើគិតគ្មានសណ្តាប់ធ្នាប់ គ្មានសតិសម្បជញ្ញៈចំពោះការបោសសំអាត និងរៀបចំទុកដាក់ឱ្យមានរបៀប គឺជាមនុស្សគ្មានគំនិត នៅអាស្រ័យត្រឹមតែសុលក្បាលចូលដេកតែ

ប៉ុណ្ណោះ ។

រួមសេចក្តីថា យើងរាល់គ្នាច្រើនតែមានទីនៅអាស្រ័យដោយលោភៈ ទោសៈ មោហៈ ។ មែនពិត ទីនៅអាស្រ័យគ្រាន់តែជាគ្រឿងការពារកំដៅ ខ្យល់ ត្រជាក់ រងា ដើម្បីធ្វើជីវិតឱ្យមានសេចក្តីរស់នៅល្មមសមគួរ, ជាទីល្មមឱ្យរាងកាយបានបរិហារឥរិយាបថឱ្យប្រព្រឹត្តទៅតែប៉ុណ្ណោះ ។ ដូច្នេះ លោកអ្នកប្រតិបត្តិ ត្រូវប្រើទីនៅអាស្រ័យដោយសតិចាំកំណត់ដឹងក្នុងឥរិយាបថផ្សេងៗ គឺក្នុងការដើរ ឈរ អង្គុយ ដេក រហូតដល់ការបន្ទោបង់ ឧច្ចារៈ បស្សាវៈ ។ កាលសមាធិតម្កល់នៅក្នុងឥរិយាបថនោះ លោភៈ ទោសៈ មោហៈ ក៏ចូលជ្រៀតជ្រែកស្រោចស្រប់ពុំបាន ជាសេចក្តីបរិសុទ្ធក្នុងការប្រើទីនៅអាស្រ័យ ។

១៤ - ក្នុងខណៈមានវេទនា វេទនាគឺការសោយអារម្មណ៍ បានដល់ចិត្ត ដែលធ្លាក់ចុះកាន់អាការៈផ្សេងៗរបស់វេទនា ដែលមានសុខវេទនា ទុក្ខវេទនា ឧបេក្ខាវេទនា រហូតដល់អស់វេលាដែលមានជីវិតរស់នៅ ។ តែបុគ្គលយើងត្រូវប្រទះនឹងវេទនាអម្បាលនេះ ដោយអាការៈច្រើនយ៉ាង ៖

- សុខវេទនាប្រកបដោយលោភៈ គឺសេចក្តីសុខដែលកើតពីកាមគុណទាំង ៥ ដូចសេចក្តីសុខដែលកើតអំពីការឃើញ ឮ ធុំក្លិន ស៊ី សម្ផស្ស រហូតដល់សេចក្តីសុខចិត្ត ត្រេកអរ ត្រអាលចិត្តជាដើម ។

- សុខវេទនាប្រកបដោយទោសៈ គឺសុខវេទនាដែលកើតទាក់ទងតអំពីសេក្តីក្រោធ ដូចអ្នកមានរឿងក្រោធខឹងនឹងគ្នា ការជួបមុខគ្នាក៏តោងធ្វើអាការកិរិយាដោយផ្លូវកាយ និងវាចា ដូចវាលក្បាល ឬតប់មុខបន្តិច ទើបសប្បាយចិត្ត ឬជេរបន្តិចទើបអស់ចិត្ត ។ ទោះបីគ្មានផ្លូវធ្វើអ្នកដទៃ ក៏ធ្វើដល់ខ្លួនឯង ដូចគក់ខ្លួនឯង ទាត់ដាល់ដើមឈើ ឬជេរខ្លួនឯងបន្តិច ទើបសប្បាយចិត្ត ។ អ្នកខ្លះ ទោះគ្មាន

រឿងអ្វី ក៏សុំនិយាយឱ្យបានបន្តិចសិន ទើបសប្បាយចិត្ត ប៉ុណ្ណោះជាដើម ។

• សុខវេទនាប្រកបដោយមោហៈ គឺសុខវេទនាដែលកើតឡើងដោយមិនដឹងខ្លួន ដូចការផ្លាស់ប្តូរឥរិយាបថដោយមិនដឹងខ្លួន ការបានទទួលខ្យល់ខ្យល់ ពន្លឺថ្ងៃ សេចក្តីប្រព្រឹត្ត ឬប្រតិបត្តិ ដែលកើតអំពីការប្រើគ្រឿងជំនួយកម្លាំងជាដើម ។

• ទុក្ខវេទនាប្រកបដោយលោភៈ គឺសេចក្តីទុក្ខដែលកើតអំពីសេចក្តីចង់បានក្នុងកាមគុណ ដូចសេចក្តីលំបាកត្រាំត្រែងធ្វើការងារលុះត្រាហួសហេតុ ដើម្បីឱ្យបានមាសប្រាក់ ។ ការផ្សងជីវិតដើម្បីឱ្យបានរបស់ ឬមនុស្សដែលស្រឡាញ់ ការផ្សងជីវិតដើម្បីការពារមិនឱ្យរបស់ដែលស្រឡាញ់ ឬ មនុស្សដែលស្រឡាញ់ព្រាត់ប្រាសទៅ ។

• ទុក្ខវេទនាប្រកបដោយទោសៈ គឺសេចក្តីទុក្ខដែលកើតឡើងដោយសេចក្តីមិនពេញចិត្ត ដូចទុក្ខកើតអំពីការចាស់ ឈឺ ស្លាប់ ទុក្ខកើតឡើងព្រោះសេចក្តីឈឺចិត្ត ចង្អៀតចិត្ត ក្តៅចិត្ត និងសេចក្តីខ្សឹកខ្សួល រហូតដល់ការឈឺរសេះរសោះណែនសៀតជាដើម ។

• ទុក្ខវេទនាប្រកបដោយមោហៈ គឺសេចក្តីទុក្ខកើតឡើងដោយមិនដឹងខ្លួន ដូចលោកអ្នកដែលស្វែងរកសេចក្តីសុខដោយមិនដឹងថា នឹងត្រូវបានទទួលសេចក្តី ទុក្ខលំបាកយ៉ាងណាខ្លះ ឬលោកអ្នកមានចេតនាប្រទូស្តអ្នកដទៃ ដោយសេចក្តីក្រោធខឹង ខ្លួនឯងត្រឡប់បានទទួលផលអាក្រក់ ដូចជាយើងចង់ឱ្យទុក្ខដល់គេ តែទុក្ខនោះស្រាប់តែធ្លាក់មកដល់ខ្លួនវិញ ជាដើម ។

• ឧបេក្ខាវេទនាប្រកបដោយលោភៈ ទោសៈ មោហៈ ព្រោះឧបេក្ខា-វេទនាកើតឡើងដោយមិនដឹងខ្លួនសោះឡើយ ទើបត្រូវប្រកបដោយលោភៈ ទោសៈ មោហៈ នៅប្រចាំជានិច្ចដូច្នេះឯង ។

រួមសេចក្តីថា យើងរាល់គ្នាតែងតែជួបប្រទះនឹងវេទនាផ្សេងៗ ដែលប្រកបដោយលោភៈ ទោសៈ មោហៈ ដោយមិនដឹងខ្លួនឡើយ ។ តាមធម្មតា វេទនាកើតឡើងចំពោះកាយខ្លះ, ចំពោះចិត្តខ្លះ, កើតឡើងឯកឯងខ្លះ, កើតឡើងព្រោះកាមគុណខ្លះ ។ ដូច្នេះ លោកអ្នកប្រតិបត្តិត្រូវទទួលវេទនាអម្បាលនេះ ដោយសតិចាំកំណត់ដឹងតាមអាការៈរបស់វេទនាដែលកើតឡើង ។ កាលសមាធិតម្កល់នៅក្នុងខណៈកំណត់អាការៈរបស់វេទនាដែលកំពុងកើតឡើង លោភៈ ទោសៈ មោហៈក៏ចូលជ្រៀតជ្រែកស្រោចស្រប់ពុំបានដោយសេចក្តីបរិសុទ្ធរបស់វេទនា ។

១៥ . ក្នុងខណៈចិត្តទទួលអារម្មណ៍ ការដឹងអារម្មណ៍ជាផស្សៈរវាងផ្លូវចិត្ត និងអារម្មណ៍ដែលកើតឡើង ។ តែបុគ្គលទទួលអារម្មណ៍ដោយអាការៈច្រើនយ៉ាង :

- អារម្មណ៍ដែលជាលោភៈ គឺអារម្មណ៍ក្នុងកាមគុណដែលគេគាប់ចិត្ត

និងចង់ឱ្យកើតឡើងរឿយៗ ដូចចិត្តត្រេកអរក្នុងកាមជាដើម ។ អារម្មណ៍ដែលចិត្តត្រេកអរ ស្រើបស្រាលនេះ ចែកជា ៣ ខណៈគឺ :

ក) អារម្មណ៍ក្នុងអតីតៈ ដូចគិតដល់រូបស្អាត សំឡេងពិរោះក្បោះក្បាយ ក្លិនក្រអូបក្រអែប រសឆ្ងាញ់ពិសារ សម្ផស្សទន់ភ្លន់ ដែលធ្លាប់កើតឡើងហើយបានកើតសេចក្តីពេញចិត្តម្តងមកហើយ ។

ខ) អារម្មណ៍ក្នុងបច្ចុប្បន្ន ដូចកើតសេចក្តីពេញចិត្ត ក្នុងខណៈដែលបានឃើញ បានឮ ធុំក្លិន បានរស បានសម្ផស្ស ។

គ) អារម្មណ៍ក្នុងអនាគត ដូចកាត់ស្មានទៅដល់សេចក្តីពេញចិត្ត ដែលគួរនឹងបានទទួលតាមផ្លូវភ្នែក ត្រចៀក ច្រមុះ អណ្តាត កាយ ។

• អារម្មណ៍ដែលជាទោសៈ គឺអារម្មណ៍ដែលជាទីមិនពេញចិត្ត ទាក់ទងមកអំពីសេចក្ដីសង្ឃឹមខុសក្នុងកាមគុណ ដូចខូចចិត្ត ខឹងចិត្ត ចង្អៀតចិត្ត កើតទុក្ខខ្វល់ចិត្ត រំខានចិត្ត បែងចែកជា ៣ ខណៈគឺ :

ក) អារម្មណ៍ក្នុងអតីតៈ ដូចនឹកដល់រូបដែលខ្លួនស្អប់ សំឡេងជេរបញ្ឆោរ ក្លិនស្អុយ រសមិនឆ្ងាញ់ សម្ផស្សដែលរឹងគគ្រាតគគ្រើម ដែលកើតឡើងហើយមិនពេញចិត្តម្ដងមកហើយ ។

ខ) អារម្មណ៍ក្នុងបច្ចុប្បន្ន ដូចកើតសេចក្ដីមិនពេញចិត្តក្នុងខណៈដែលឃើញ ឮ ធុំក្លិន បានរស បានសម្ផស្ស ។

គ) អារម្មណ៍ក្នុងអនាគត ដូចកាត់ស្មានទៅដល់សេចក្ដីមិនពេញចិត្តដែលអាចនឹងទទួលបានតាមផ្លូវភ្នែក ត្រចៀក ច្រមុះ អណ្ដាត កាយ ។

• អារម្មណ៍ដែលជាមោហៈ គឺអារម្មណ៍ដែលមិនដឹងថាកើតឡើង ឃើញក៏មិនដឹងថាឃើញ, បានឮក៏មិនដឹងថាបានឮ, ធុំក្លិនក៏មិនដឹងថាធុំក្លិន, បានរសក៏មិនដឹងថាបានរស, បានសម្ផស្សក៏មិនដឹងថាបានសម្ផស្ស ដូចអារម្មណ៍ស្រពាប់ស្រពោនជ្រួលជ្រប់ជាដើម អាចចែកជា ៣ ខណៈគឺ :

ក) អារម្មណ៍ក្នុងអតីតៈ ក៏មិនដឹងថាអារម្មណ៍អតីតៈ,

ខ) អារម្មណ៍ក្នុងបច្ចុប្បន្ន ក៏មិនដឹងថាអារម្មណ៍ក្នុងបច្ចុប្បន្ន,

គ) អារម្មណ៍ក្នុងអនាគត ក៏មិនដឹងថាអារម្មណ៍ក្នុងអនាគតបានដល់ចិត្តដែលអណ្ដែតអណ្ដូងរាយមាយគ្មានសតិ ។

រួមសេចក្ដីថា យើងរាល់គ្នាច្រើនតែបានទទួលអារម្មណ៍ដោយលោភៈ ទោសៈ មោហៈ បណ្ដាលឱ្យចិត្តគំនិតហួររសាត់អណ្ដែតទៅតាមអារម្មណ៍ ដែលគាប់ចិត្ត បណ្ដាលឱ្យចិត្តបំរះននៀល អន្ទះអន្ទែង ក្ដួលក្ដៅ ទៅតាមអារម្មណ៍ដែលមិន

គាប់ចិត្ត និងមិនដឹងថាកំពុងទទួលអារម្មណ៍អ្វី ។ សេចក្តីពិត ចិត្តរបស់មនុស្សយើង លោកប្រៀបបីដូចជាសត្វស្វា នៅមិនសុខ ឬនៅមិនស្ងៀម រត់ទៅតាមអារម្មណ៍របស់លោភៈដែលចង់បាននោះផង ចង់បាននេះផង រត់ទៅតាអារម្មណ៍របស់ទោសៈដែលស្អប់នោះផង ស្អប់នេះផង រតវិលវល់គ្មានឈប់សម្រាក គ្មានសេចក្តីស្ងប់ស្ងៀមកើតឡើងដល់ចិត្ត សូម្បីតែមួយខណៈឡើយ ។ អារម្មណ៍ត្រាច់រង្គាត់ទៅតាមទំនើងផ្សេងៗ ជាដរាបមិនដាច់ ។ ដូច្នេះ លោកអ្នកប្រតិបត្តិ ត្រូវទទួលអារម្មណ៍ផ្សេងៗដោយសតិចាំកំណត់ដឹងថា កំពុងគិត កំពុងចង់ កំពុងគាប់ប្រសើរ កំពុងក្រោធជាដើម កំណត់ដឹងឱ្យទាន់អារម្មណ៍ដែលបានទទួល កុំបណ្តោយឱ្យអារម្មណ៍របស់ចិត្តបំរះនន្ទៀលទៅតាមទម្លាប់ដូចកាលដើមឡើយ ។ កាលសមាធិតម្កល់នៅក្នុងខណៈចិត្តទទួលអារម្មណ៍, លោភៈ ទោសៈ មោហៈ ក៏ចូលជ្រៀតជ្រែកស្រោចស្រប់ពុំបាន ជាសេចក្តីបរិសុទ្ធខាងផ្លូវចិត្តដោយពិត ។

ឧទាហរណ៍ ៖ ទឹកនិងសាប៊ូ ជាគ្រឿងជួយឱ្យកើតសេចក្តីបរិសុទ្ធខាងផ្លូវកាយ ដូចម្តេចមិញ, សតិបដ្ឋាន ក៏ជាគ្រឿងជួយឱ្យកើតសេចក្តីបរិសុទ្ធខាងផ្លូវចិត្តដូច្នេះដែរ ។ ទឹកនិងសាប៊ូ យើងតោងទិញ តោងរក និងតោងប្រើសេចក្តីព្យាយាមដុសខាត់ ដើម្បីកំចាត់សេចក្តីមន្ទិលមិនស្អាតស្មោកគ្រោក ដរាបដល់ពេញចិត្ត ហើយដឹងថារាងកាយស្អាតហ្មត់ចត់ បាត់តឹងខ្លួនប្រាណ មុខមាត់ ។

ចំណែកសតិបដ្ឋាន មាននៅក្នុងខ្លួនយើងស្រាប់យ៉ាងបរិបូណ៌ មិនបាច់ទិញ មិនបាច់ស្វែងរក ទាំងប្រើបានដោយមិនមានថ្លៃណាអស់ឡើយ ។ ព្រោះបុគ្គលយើងត្រូវឈរ ដើរ អង្គុយ ដេក និងផ្លាស់ឥរិយាបថជានិច្ច ជានិរន្តរ៍ គ្មានអ្នកណាដែលមិនឈរ មិនដើរ មិនអង្គុយ មិនដេក ឬ មិនផ្លាស់ឥរិយាបថនោះទេ គ្រាន់តែយើងប្រើសេចក្តីព្យាយាម ធ្វើឱ្យសតិកើតតាមឥរិយាបថទាំងអម្បាលនោះ ក៏បាន

ឈ្មោះថាសតិបដ្ឋានក្នុងកាលនោះឯង ហើយឈ្មោះថាយើងបានដុសខាត់របស់ស្មោកគ្រោកផ្លូវចិត្តឱ្យអស់ទៅព្រមផង ។

ទាល់តែយើងដឹងថា ចិត្តនៅក្នុងសភាវៈបរិសុទ្ធតាមភូមិ និង ជាន់ថ្នាក់របស់បុគ្គល ។

កាយរបស់យើងត្រូវងូតទឹកដុសខាត់រាល់ថ្ងៃ ចំណែកចិត្ត តើលោកអ្នកធ្លាប់ដុសខាត់ងូតទឹកឱ្យដែរ ឬទេ ?

(ចប់សេចក្តីបរិសុទ្ធកើតពីការចំរើនសតិបដ្ឋានតែប៉ុណ្ណោះ)

•••

អមតន្តេ ភិក្ខវេ ន បរិភុញ្ជន្តិ យេ កាយគតាសតី ន បរិភុញ្ជន្តិ ។
អមតន្តេ ភិក្ខវេ បរិភុញ្ជន្តិ យេ កាយគតាសតី បរិភុញ្ជន្តិ ។
អមតន្តេសំ ភិក្ខវេ អបរិភុត្តំ យេសំ កាយគតាសតិ អបរិភុត្តា ។
អមតន្តេសំ ភិក្ខវេ បរិភុត្តំ យេសំ កាយគតាសតិ បរិភុត្តាតិ ។

ម្នាលភិក្ខុទាំងឡាយ ភិក្ខុទាំងឡាយណា មិនបរិភោគនូវកាយគតាសតិ ភិក្ខុទាំងឡាយនោះ ឈ្មោះថាមិនបរិភោគនូវព្រះនិព្វាន ឈ្មោះអមតៈ ។

ម្នាលភិក្ខុទាំងឡាយ ភិក្ខុទាំងឡាយណា បរិភោគនូវកាយគតាសតិ ភិក្ខុទាំងឡាយនោះ ឈ្មោះថាបរិភោគនូវព្រះនិព្វានឈ្មោះអមតៈ ។

ម្នាលភិក្ខុទាំងឡាយ កាយគតាសតិ គឺភិក្ខុទាំងឡាយមិនបរិភោគហើយ ព្រះនិព្វានឈ្មោះអមតៈ ឈ្មោះថាគឺភិក្ខុទាំងនោះមិនបរិភោគហើយដែរ ។

ម្នាលភិក្ខុទាំងឡាយ កាយគតាសតិ គឺភិក្ខុទាំងឡាយណា បរិភោគហើយ ព្រះនិព្វានឈ្មោះអមតៈ ឈ្មោះថាគឺភិក្ខុ ទាំងនោះបានបរិភោគហើយ ។

ចាកព្រះត្រៃបិដក

បែបហ្វឹកហាត់ (ផ្លូវទៅនិព្វាន)

លោកអ្នកជាអាចារ្យ ផ្ដើមឱ្យកម្មដ្ឋានដល់អ្នកដែលចូលមកប្រតិបត្តិ ដូចតទៅនេះ :

ក) បង្រៀនឱ្យដើរចង្ក្រម ដូច ស្ដាំឈានហ្ន៎ ឆ្វេងឈានហ្ន៎ ជាដើម និងបង្រៀនឈរត្រឡប់ ។

ខ) បង្រៀនវិធីអង្គុយ ដូចវេលាអង្គុយ ឱ្យកំណត់ពោះប៉ោងផតថា ប៉ោងហ្ន៎ ផតហ្ន៎ ជាដើម និងបង្រៀនវិធីដេក ។

គ) បង្រៀនឱ្យកំណត់វេទនាផ្សេងៗ ដូចវេលាឈឺ ឱ្យកំណត់ថា ឈឺហ្ន៎ៗ ជាដើម ។

ឃ) បង្រៀនឱ្យកំណត់ចិត្តក្នុងវេលានឹកគិតអារម្មណ៍ផ្សេងៗ ដូចវេលាគិត ឱ្យកំណត់ថា គិតហ្ន៎ៗ ជាដើម ។

ង) បង្រៀនឱ្យកំណត់តាមទ្វាទាំង ៦ គឺ ភ្នែក ត្រចៀក ច្រមុះ អណ្ដាត កាយ ចិត្ត ។

គួរយ៉ាងដូចជា

១ . វេលាបានឃើញ	ឱ្យកំណត់ថា	*ឃើញហ្ន៎ៗ ។*
២ . វេលាបានឮ	ឱ្យកំណត់ថា	*ឮហ្ន៎ៗ ។*
៣ . វេលាបានក្លិន	ឱ្យកំណត់ថា	*ក្លិនហ្ន៎ៗ ។*
៤ . វេលាបានរស	ឱ្យកំណត់ថា	*រសហ្ន៎ៗ ។*

៥ . វេលាបានពាល់ត្រូវ ឱ្យកំណត់ថា *ត្រូវហ្ន៎ៗ ។*

៦ . វេលានឹកគិត ឱ្យកំណត់ថា *គិតហ្ន៎ៗ ។*

*ធ) បង្រៀនឱ្យកំណត់ឥរិយាថ*ដូចឈានទៅ ថយត្រឡប់ ក្រឡេកឆ្វេង ក្រឡេកស្តាំ បត់ អង្គុយ លាត សណ្តូកដៃ ជើង ពាក់សង្ឃាដី កាន់បាត្រ ដណ្តប់ចីវរ ស្លៀកសំពត់ ដណ្តប់សំពត់ ស៊ី ផឹក ទំពារ លិទ្ធ ភក្ស បន្ទោបង់ឧច្ចារៈបស្សាវៈ ដើរ ឈរ អង្គុយ ដេកលក់ ភ្ញាក់ និយាយ ស្ងៀម ជាដើម ។

បំណាងហេតុក្នុងថ្ងៃមុនដំបូងនោះ លោកអ្នកដែលជាគ្រូអាចារ្យត្រូវពិចារណាមើលមនុស្សដែលទើបនឹងចូលមកប្រតិបត្តិជាមុនសិន បើមនុស្សមានបរិយត្តិតិច ឬមនុស្សចាស់ ឱ្យបង្រៀនតែត្រឹមដើរចង្រ្កម អង្គុយ កំណត់ពោះប៉ោង-ផត កំណត់វេទនា និងចិត្តប៉ុណ្ណោះ ក៏បានហើយ, ក្នុងថ្ងៃតទៅ ដល់ពេលដែលសួរអារម្មណ៍ បើឃើញមានសេចក្តីចំរើន សឹមបន្ថែមឡើងដោយលំដាប់ សូម្បីមនុស្សក្មេងៗក៏ដោយ ក៏អាចអនុលោមតាមនេះបាន ។

លោកអ្នកដែលជាអាចារ្យ ត្រូវទៅសាកសួរអារម្មណ៍របស់សិស្សរាល់ៗថ្ងៃ ហើយនិងបន្ថែមមេរៀនទៅតាមលំដាប់ញាណ ដូចតួយ៉ាងយោគីបុគ្គលបានដល់នាមរូបបរិច្ឆេទញាណហើយ ត្រូវបន្ថែមមេរៀនតទៅទៀតគឺ ឱ្យរៀនកំណត់ចិត្តដែលចង់ផ្សេងៗ ដូចចង់បត់ ចង់លាត ចង់ក្រោកជាដើម យោគីដល់នូវបច្ច័យបរិគ្គហញ្ញាណហើយ វេលាដើរចង្រ្កមត្រូវបន្ថែមឱ្យពីររយៈ គឺឱ្យកំណត់ថា លើកហ្ន៎ ដាក់ហ្ន៎ វេលាអង្គុយឱ្យកំណត់ថា ប៉ោងហ្ន៎ ផតហ្ន៎ អង្គុយហ្ន៎ ជាដើម ខសំខាន់ត្រូវឱ្យអាចារ្យពិនិត្យមើល និងបន្ថែមមេរៀនឱ្យសិស្ស តាមកម្លាំងដែលប្រព្រឹត្តទៅបាន ។

បែបហ្វឹកហាត់ ទី១

១. *វេលាអង្គុយ* ឱ្យកំណត់នូវពោះ ដែលប៉ោងឡើងក្នុងវេលាដកដង្ហើមចូល និងផតចុះ ក្នុងវេលាដកដង្ហើមចេញ ឱ្យនឹកក្នុងចិត្តកំណត់ថា ប៉ោងហ្ន៎ ផតហ្ន៎ តាមចលនារបស់ពោះដែលប៉ោងឡើង និងផតចុះ ។

២. *វេលាដេក* ឱ្យកំណត់ពោះថាប៉ោងហ្ន៎ ផតហ្ន៎ ដូចគ្នានឹងអង្គុយដែរ ។

៣. *វេលាឈរ* ឱ្យកំណត់ថា ឈរហ្ន៎ៗ ។

៤. *វេលាដើរ* ឱ្យកំណត់ជារយៈៗ ដូច្នេះគឺ ខណៈឈានជើងស្តាំ ឱ្យកំណត់ ថា « ស្តាំឈានហ្ន៎ » ខណៈឈានជើងឆ្វេង ឱ្យកំណត់ថា «ឆ្វេងឈានហ្ន៎» ហើយភ្នែកត្រូវសម្លឹងមើលត្រង់ចុងជើង កាលដើរផុតទីចង្រ្កមហើយ មុននឹងត្រឡប់ឱ្យ ឈរសិន ហើយកំណត់ថា ឈរហ្ន៎ៗ តពីនេះទៅ ត្រូវងាកខ្លួនត្រឡប់ ខណៈងាកខ្លួនត្រឡប់ ឱ្យកំណត់ថា « ត្រឡប់ហ្ន៎ » កាលត្រឡប់ហើយ ត្រូវឈរនៅបន្តិចសិន ហើយកំណត់ថា « ឈរហ្ន៎ » កាលដើរចង្រ្កមតទៅ ត្រូវឱ្យកំណត់ដូចដើរទៀត ។

បែបហ្វឹកហាត់ទី ១ នេះ ត្រូវធ្វើឱ្យស្ទាត់ជំនាញរហ័សរហួន រហូតដល់បានសមាធិល្អសិន ហើយសឹមធ្វើតាមបែបហ្វឹកហាត់តៗទៅ ។

បែបហ្វឹកហាត់ ទី២

១. *វេលាអង្គុយ* ឱ្យកំណត់ជា ៣ រយៈគឺ ប៉ោងហ្ន៎ ផតហ្ន៎ អង្គុយហ្ន៎ ។

២. *វេលាដេក* ឱ្យកំណត់ជា ៣ រយៈគឺ ប៉ោងហ្ន៎ ផតហ្ន៎ ដេកហ្ន៎ ។

៣. *វេលាឈរ* ឱ្យកំណត់ថា ឈរហ្ន៎ៗ តែម្យ៉ាងប៉ុណ្ណោះ ទល់គ្នានឹងដើរទៅ ឬអង្គុយចុះ ។

៤ . វេលាដើរ ឱ្យកំណត់តាមបែបហ្វឹកហាត់ទី១ ប្រមាណ ៣០ នាទីសិន ហើយឱ្យផ្លាស់វិធីកំណត់ថ្មីគឺ ខណៈឈានជើងស្តាំ ឬឆ្វេងទៅនោះ ឱ្យកំណត់ជាពីរ រយៈថា លើកហ្ន៎ ដាក់ហ្ន៎ ប្រមាណ ៣០ នាទី ។

តួយ៉ាងដូចជា

ក / ឱ្យកំណត់ថា ស្តាំឈានហ្ន៎ ឆ្វេងឈានហ្ន៎ ប្រមាណ៣០ នាទី ។

ខ / ឱ្យកំណត់ថា លើកហ្ន៎ ដាក់ហ្ន៎ ប្រមាណ ៣០ នាទី ។

បែបហ្វឹកហាត់ ទី៣

១ . វេលាអង្គុយ ឱ្យកំណត់ជា ៤ រយៈគឺ ប៉ោងហ្ន៎ ផតហ្ន៎ អង្គុយហ្ន៎ ត្រូវហ្ន៎ ហើយបង្អោនចិត្តទៅកំណត់កត់ត្រង់កន្លែងដែលត្រូវនោះ ឱ្យជារង្វង់មូល ប្រមាណប៉ុនប្រាក់មួយរៀល ឱ្យចិត្តកត់នៅត្រង់កន្លែងនោះ ។

២ . វេលាដេក ឱ្យកំណត់ជា ៤រយៈគឺ ប៉ោងហ្ន៎ ផតហ្ន៎ ដេកហ្ន៎ ត្រូវហ្ន៎។

៣ . វេលាឈរ ឱ្យកំណត់ថា ឈរហ្ន៎ ។

៤ . វេលាដើរ ឱ្យកំណត់តាមបែបហ្វឹកហាត់ទី ១ - ២ សិន មួយបែប ២០ នាទី ហើយឱ្យផ្លាស់វិធីកំណត់ថ្មី គឺខណៈឈានជើងស្តាំ ឬឆ្វេងទៅនោះ ឱ្យ កំណត់ជា ៣ រយៈថា លើកហ្ន៎ ឈានហ្ន៎ ដាក់ហ្ន៎ ។

តួយ៉ាងដូចជា

ក / ឱ្យកំណត់ថា ស្តាំឈានហ្ន៎ ឆ្វេងឈានហ្ន៎ ប្រមាណ ២០ នាទី ។

ខ / ឱ្យកំណត់ថា លើកហ្ន៎ ដាក់ហ្ន៎ ប្រមាណ ២០ នាទី ។

គ / ឱ្យកំណត់ថា លើកហ្ន៎ ឈានហ្ន៎ ដាក់ហ្ន៎ ប្រមាណ ២០ នាទី ។

របៀបហ្វឹកហាត់ទី ៤

១ . វេលាអង្គុយ ឱ្យកំណត់ជា ៤ រយៈ គឺប៉ោងហ្ន៎ ផតហ្ន៎ អង្គុយហ្ន៎ ត្រូវហ្ន៎ ដូចបែបទី ៣ តែមានសេចក្ដីវិសេសចេញទៅទៀត ចំពោះបទដែលថា ត្រូវហ្ន៎ នោះ គឺឱ្យកំណត់ថាផ្លូនច្រើនលើក ដូចប៉ោងហ្ន៎ ផតហ្ន៎ ត្រូវហ្ន៎ អង្គុយហ្ន៎ ។

២. វេលាដេក ឱ្យកំណត់ជា៤ រយៈគឺប៉ោងហ្ន៎ ផតហ្ន៎ ដេកហ្ន៎ ត្រូវហ្ន៎ ។

៣. វេលាឈរ ឱ្យកំណត់ថា ឈរហ្ន៎ ៧ ។

៤. វេលាដើរ ឱ្យកំណត់តាមបែបហ្វឹកហាត់ទី១.២.៣ សិន មួយបែប ២០ នាទី ហើយផ្លាស់វិធីកំណត់ថ្មី គឺខណៈឈានជើងស្ដាំ ឬឆ្វេងទៅនោះ ឱ្យកំណត់ជា ៤ រយៈថា លើកកែងហ្ន៎ លើកហ្ន៎ ឈានហ្ន៎ ដាក់ហ្ន៎ ប្រមាណ ៣០ នាទី ។

តួយ៉ាងដូចជា

ក / ឱ្យកំណត់ថា ស្ដាំឈានហ្ន៎ ឆ្វេងឈានហ្ន៎ ប្រមាណ ២០ នាទី ។

ខ / ឱ្យកំណត់ថា លើកហ្ន៎ ដាក់ហ្ន៎ ប្រមាណ ២០ នាទី ។

ឃ / ឱ្យកំណត់ថា លើកកែងហ្ន៎ លើកហ្ន៎ ឈានហ្ន៎ ដាក់ហ្ន៎ ប្រមាណ ២០ នាទី ។

របៀបហ្វឹកហាត់ ទី៥

១. វេលាអង្គុយ ឱ្យកំណត់ជា ៤ រយៈគឺ ប៉ោងហ្ន៎ ផតហ្ន៎ អង្គុយហ្ន៎ ត្រូងហ្ន៎ កាយពលត្រូវត្រង់ទីណា ឱ្យកំណត់ត្រង់ទីនោះ ។

តួយ៉ាងដូចជា

ក / ឱ្យកំណត់ថា ប៉ោងហ្ន៎ ផតហ្ន៎ អង្គុយហ្ន៎ ត្រូវហ្ន៎ បំណោងដល់ឆ្អឹងគល់ភ្លៅ ស្ដាំត្រូវ ។

ខ / ឱ្យកំណត់ថា ប៉ោងហ្ន៎ ផតហ្ន៎ អង្គុយហ្ន៎ ត្រូវហ្ន៎ បំណងដល់ឆ្អឹងគល់ភ្លៅ ឆ្វេងត្រូវ ។

គ / ឱ្យកំណត់ថា ប៉ោងហ្ន៎ ផតហ្ន៎ អង្គុយហ្ន៎ ត្រូវហ្ន៎ បំណងដល់ជង្គង់ស្តាំត្រូវ ។

ឃ / ឱ្យកំណត់ថា ប៉ោងហ្ន៎ ផតហ្ន៎ អង្គុយហ្ន៎ ត្រូវហ្ន៎ បំណងដល់ជង្គង់ឆ្វេងត្រូវ ។

ង / ឱ្យកំណត់ថា ប៉ោងហ្ន៎ ផតហ្ន៎ អង្គុយហ្ន៎ បំណងដល់ភ្នែកគោស្តាំត្រូវ ។

ច / ឱ្យកំណត់ថា ប៉ោងហ្ន៎ ផតហ្ន៎ អង្គុយហ្ន៎ ត្រូវហ្ន៎ បំណងដល់ភ្នែកគោឆ្វេងត្រូវ ។

២. វេលាដេក ឱ្យកំណត់ជា ៤ រយៈគឺ ប៉ោងហ្ន៎ ផតហ្ន៎ ដេកហ្ន៎ ត្រូវហ្ន៎ ជាដើម ។

៣. វេលាឈរ ឱ្យកំណត់ថា ឈរហ្ន៎ៗ ។

៤. វេលាដើរ ឱ្យកំណត់តាមបែបហ្វឹកហាត់ទី១-២-៣-៤ សិន មួយបែប ២០ នាទី ហើយឱ្យផ្លាសវិធីកំណត់ថ្មី គឺខណៈឈានជើងស្តាំ ឬឆ្វេងទៅនោះ ឱ្យកំណត់ជា ៥ រយៈថា លើកកែងហ្ន៎ លើកហ្ន៎ ឈានហ្ន៎ ដាក់ហ្ន៎ ត្រូវហ្ន៎ ប្រមាណ ២០ នាទី ។

តួយ៉ាងដូចជា

ក / ឱ្យកំណត់ថា ស្តាំឈានហ្ន៎ ឆ្វេងឈានហ្ន៎ ប្រមាណ ២០ នាទី ។

ខ / ឱ្យកំណត់ថា លើកហ្ន៎ ដាក់ហ្ន៎ ប្រមាណ ២០ នាទី ។

គ / ឱ្យកំណត់ថា លើកហ្ន៎ ឈានហ្ន៎ ដាក់ហ្ន៎ ប្រមាណ ២០ នាទី ។

ឃ / ឱ្យកំណត់ថា លើកកែងហ្ន៎ លើកហ្ន៎ ឈានហ្ន៎ ដាក់ហ្ន៎ ប្រមាណ ២០ នាទី ។

ង / ឱ្យកំណត់ថា លើកកែងហ្ន៎ លើកហ្ន៎ ឈានហ្ន៎ ដាក់ហ្ន៎ ត្រូវហ្ន៎ ប្រមាណ ២០ នាទី ។

របៀបហ្វឹកហាត់ ទី៦

១. វេលាអង្គុយ ឱ្យកំណត់ជា ៤ រយៈដូចគ្នានឹងទី ៥ គឺ ៖

ក) ឱ្យកំណត់ថា ប៉ោងហ្ន៎ ផតហ្ន៎ អង្គុយហ្ន៎ ត្រូវហ្ន៎ បំណាងដល់ឆ្អឹងគល់ភ្លៅ ស្តាំត្រូវ ។

ខ) ឱ្យកំណត់ថា ប៉ោងហ្ន៎ ផតហ្ន៎ ត្រូវហ្ន៎ បំណាងដល់ឆ្អឹងគល់ភ្លៅឆ្វេង ត្រូវ ។

គ) ឱ្យកំណត់ថា ប៉ោងហ្ន៎ ផតហ្ន៎ អង្គុយហ្ន៎ ត្រូវហ្ន៎ បំណាងដល់ជង្គង់ ស្តាំត្រូវ ។

ឃ) ឱ្យកំណត់ថា ប៉ោងហ្ន៎ ផតហ្ន៎ អង្គុយហ្ន៎ ត្រូវហ្ន៎ បំណាងដល់ជង្គ' ឆ្វេងត្រូវ ។

ង) ឱ្យកំណត់ថា ប៉ោងហ្ន៎ ផតហ្ន៎ អង្គុយហ្ន៎ បំណាងដល់ភ្នែកគោស្តាំ ត្រូវ ។

ច) ឱ្យកំណត់ថា ប៉ោងហ្ន៎ ផតហ្ន៎ អង្គុយហ្ន៎ ត្រូវហ្ន៎ បំណាងដល់ភ្នែក គោឆ្វេងត្រូវ ។

ឆ) ឱ្យកំណត់ថា ៉ោងហ្ន៎ ផតហ្ន៎ អង្គុយហ្ន៎ ត្រូវហ្ន៎ ត្រូវកំណត់ហោៗ

តាមដងខ្លួនទៅ ។

២. វេលាដេក ឱ្យកំណត់ជា ៤ រយៈគឺ ប៉ោងហ្ន៎ ផតហ្ន៎ ដេកហ្ន៎ ត្រូវហ្ន៎ ជាដើម ។

៣. វេលាឈរ ឱ្យកំណត់ថា ឈរហ្ន៎ៗ ។

៤. វេលាដើរ ឱ្យកំណត់ដូចតទៅនេះគឺ :

ក / ឱ្យកំណត់ថា ស្ដាំឈានហ្ន៎ ឆ្វេងឈានហ្ន៎ ប្រមាណ ៥ នាទី ។

ខ /ឱ្យកំណត់ថា លើកហ្ន៎ ដាក់ហ្ន៎ ប្រមាណ ៥ នាទី ។

គ / ឱ្យកំណត់ថា លើកហ្ន៎ ឈានហ្ន៎ ប្រមាណ ១០ នាទី ។

ឃ / ឱ្យកំណត់ថា លើកកែងហ្ន៎ លើកហ្ន៎ ឈានហ្ន៎ ដាក់ហ្ន៎ ប្រមាណ ១០ នាទី ។

ង / ឱ្យកំណត់ថា លើកកែងហ្ន៎ លើកហ្ន៎ ឈានហ្ន៎ ដាក់ហ្ន៎ ត្រូវហ្ន៎ ប្រមាណ ១០ នាទី ។

ច / ឱ្យកំណត់ថា លើកកែងហ្ន៎ លើកហ្ន៎ ឈានហ្ន៎ ដាក់ហ្ន៎ ត្រូវហ្ន៎ សង្កត់ហ្ន៎ ប្រមាណ ២០ នាទី ។

វិបបហ្វឹកហាត់ទី ៧

១. កាលដើរចង្ក្រមទៅ ផុតផ្លូវហើយឱ្យឈប់ មុននឹងឈប់ឱ្យកំណត់ថា ចង់ឈប់ហ្ន៎ៗ ខណៈឈប់ឱ្យកំណត់ថា ឈប់ហ្ន៎ៗ មុននឹងប្រែខ្លួនត្រឡប់ ឱ្យកំណត់ថា ចង់ត្រឡប់ហ្ន៎ៗ ខណៈត្រឡប់ឱ្យកំណត់ថា ត្រឡប់ហ្ន៎ៗ មុននឹងឈរឱ្យកំណត់ថា ចង់ឈរហ្ន៎ៗ ខណៈឈរឱ្យកំណត់ថា ឈរហ្ន៎ៗ ហើយសឹមដើរ និងកំណត់ ដូចយ៉ាងពោលមកហើយ ។

២. *វេលានឹងងាកឆ្វេងស្តាំ* ជាដើម ឱ្យកំណត់ថា ចង់ងាកហ្ន៎ៗ ខណៈងាកឱ្យកំណត់ថា ងាកហ្ន៎ៗ ។

៣ . *វេលាលាតសណ្តូកដៃជើង* ជាដើម ឱ្យកំណត់ដូច្នេះគឺ : មុននឹងលាត សណ្តូក បត់ អង្កួញដៃ ជើង ឱ្យកំណត់ថា ចង់លាតហ្ន៎ៗ ចង់សណ្តូកហ្ន៎ៗ ចង់បត់ហ្ន៎ៗ ចង់អង្កួញហ្ន៎ៗ ។ ខណៈលាត សណ្តូក បត់ អង្កួញ ឱ្យកំណត់ថា លាតហ្ន៎ៗ សណ្តូកហ្ន៎ៗ បត់ហ្ន៎ៗ អង្កួញហ្ន៎ៗ ។

៤. *វេលានឹងចាប់វត្ថុផ្សេងៗ* ដូចបាត្រ ចីវរ សង្ឃាដី ឬ សំពត់ស្បៀកដណ្តប់ជាដើម ខណៈឃើញវត្ថុនោះ ឱ្យកំណត់ថាឃើញហ្ន៎ៗ ខណៈចង់ចាប់វត្ថុនោះ ឱ្យកំណត់ថា ចង់ចាប់ហ្ន៎ៗ ខណៈលូកដៃទៅដើម្បីនឹងចាប់ឱ្យកំណត់ថា ទៅហ្ន៎ៗ ខណៈលូកដៃទៅត្រូវឱ្យកំណត់ថាត្រូវហ្ន៎ៗ ខណៈចាប់ឱ្យកំណត់ថា ចាប់ ហ្ន៎ៗ ខណៈចាប់,របស់បានហើយលើកយកមក ឱ្យកំណត់ថាមក ហ្ន៎ៗ ជាដើម ។

៥. *វេលាបរិភោគអាហារ ឬ ផឹក ទំពារ លិទ្ធ ភក្ស* ជាដើម ឱ្យកំណត់តាមទំនងនេះដូចគ្នា ។

តួយ៉ាងដូចជា

ក / ខណៈឃើញអាហារ	ឱ្យកំណត់ថា	*ឃើញហ្ន៎ៗ*
ខ / ខណៈចង់	ឱ្យកំណត់ថា	*ចង់ហ្ន៎ៗ*
គ / ខណៈលូកដៃទៅ	ឱ្យកំណត់ថា	*ទៅហ្ន៎ៗ*
ឃ / ខណៈលូកដៃទៅត្រូវ	ឱ្យកំណត់ថា	*ត្រូវហ្ន៎ៗ*
ង / ខណៈចាប់	ឱ្យកំណត់ថា	*ចាប់ហ្ន៎ៗ*
ច / ខណៈលើកមក	ឱ្យកំណត់ថា	*មកហ្ន៎ៗ*
ឆ / ខណៈហាមាត់	ឱ្យកំណត់ថា	*ហាមាត់ហ្ន៎ៗ*

ជ / ខណៈត្រូវមាត់ ឱ្យកំណត់ថា *ត្រូវហ្ន៎ៗ*
ឈ / ខណៈទំពារ ឱ្យកំណត់ថា *ទំពារហ្ន៎ៗ*
ញ / ខណៈលេប ឱ្យកំណត់ថា *លេបហ្ន៎ៗ*
ដ / ខណៈអស់ ឱ្យកំណត់ថា *អស់ហ្ន៎ៗ*

៦. វេលាបន្ទោបង់ ឧច្ចារៈបស្សាវៈ មុននឹងបន្ទោបង់ឱ្យកំណត់ថា ចង់បន្ទោបង់ហ្ន៎ៗ ខណៈបន្ទោបង់ ឱ្យកំណត់ថា បន្ទោបង់ហ្ន៎ៗ ។

៧. វេលាដើរ ឈរ អង្គុយ ដេក លក់ ភ្ញាក់ និយាយ ស្ងៀម ឱ្យកំណត់ថា ចង់ដើរហ្ន៎ៗ ចង់ឈរហ្ន៎ៗ ចង់អង្គុយហ្ន៎ៗ ចង់ដេកហ្ន៎ៗ ចង់លក់ហ្ន៎ៗ ចង់ភ្ញាក់ហ្ន៎ៗ ចង់និយាយហ្ន៎ៗ ស្ងៀមហ្ន៎ៗ ។

= ចប់ =

កល្យាណមិត្ត ចូលរួមបោះពុម្ពសៀវភៅនេះ
ឧទ្ទិសចំពោះព្រះពុទ្ធសាសនា

- លោក ម៉ាន់ យ៉ាន	អ្នកស្រី កែវ សុខហៃ	២០០ ច្បាប់
- អ្នកស្រី សៀ ច័ន្ទថា	និងអ្នកស្រី រស់ សេរី	២០០ ច្បាប់
- លោក ទា កុកអាន	ព្រមទាំងគ្រួសារ និងបុត្រ	២០០ ច្បាប់
- លោក លីម ជួងតាំង	ព្រមទាំងគ្រួសារ និងបុត្រ	២០០ ច្បាប់
- លោក ង៉ោ លីមងួន	ព្រមទាំងគ្រួសារ និងបុត្រ	២០០ ច្បាប់
- អ្នកស្រី ញ៉ឹក ប៊ុនថា	និងអ្នកស្រី ម៉ែន សុភារិ	១៥០ ច្បាប់
- ឧបាសិកា កួយ ហាវ	និង ឧបាសិកា វន ពៅ	១០០ ច្បាប់
- លោក សេង ប៊ុនហេង លោកស្រី សុវណ្ណរតនៈ	ព្រមទាំង បុត្រ	៥០ ច្បាប់
- ឧបាសិកា កួយ កាក់		៥០ ច្បាប់

ព្រះឱវាទ

ឱវាទនៃព្រះពុទ្ធ
ខ្លីបំផុតមានត្រឹមបី
ទីមួយឈប់ធ្វើអ្វី
ដែលអាក្រក់គ្រប់បែបយ៉ាង ។
ទីពីរត្រូវធ្វើល្អ
កុសលធមិសន្សំសាង
អំពើល្អគ្រប់យ៉ាង
ខំកសាងដោយផ្ចិតផ្ចង់ ។
ទីបីសំអាតចិត្ត
របស់ខ្លួនឱ្យផូរផង់
កិលេសគ្រឿងសៅហ្មង
ត្រូវលះបង់កុំឱ្យមាន ។
នេះជាព្រះឱវាទ
ព្រះលោកនាថអនន្តញាណ
យើងនាំគ្នាសូត្ររៀន
ចាំមែនទែនគ្រប់ៗគ្នា ។
យើងនាំគ្នាបដិបត្តិ
ដោយមធ្យ័តកើតផលា
ចម្រើនកើនទ្រព្យា
សិរីសុខាគ្រប់គ្នាហោង ។

ភិក្ខុ ឱន ភេន