رئاسة الشؤون الدينية
بالمسجد الحرام والمسجد النبوي

ភាសាខ្មែរ | خميري | الوَسَائِلُ المُفِيْدَةُ لِلحَيَاةِ السَّعِيْدَةِ

មធ្យោបាយដ៏មានប្រសិទ្ធិភាព ដើម្បីជីវិតមានសុភមង្គល

សាសនវិទូឥស្លាម លោក អាប់ទុលរ៉ោះម៉ាន
កូនលោក ណាសៀរ
អាស្សាក់ទី

ح جمعية خدمة المحتوى الإسلامي باللغات ، ١٤٤٧هـ

السعدي ، عبدالرحمن
الوسائل المفيدة للحياة السعيدة - خميري. / عبدالرحمن
السعدي - ط١. .- الرياض ، ١٤٤٧هـ

٥٥ ص ؛ ..سم

رقم الإيداع: ١٤٤٧/١٨٠٠٠
ردمك: ٩٧٨-٦٠٣-٥١٧-٢٥٢-٣

الوَسَائِلُ المُفِيْدَةُ لِلحَيَاةِ السَّعِيْدَةِ

មធ្យោបាយដ៏មានប្រសិទ្ធិភាពដើម្បីជីវិតមានសុភមង្គល

الشَّيْخُ عَبْدُ الرَّحمَنِ بْنُ نَاصِرٍ السَّعْدِيُّ

رَحِمَهُ اللهُ

សាសនវិទូឥស្លាម លោក អាប់ទុលរ៉ោះម៉ាន
កូនលោក ណាសៀរ
អាស្សាក់ទី

بِسْمِ اللهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

មធ្យោបាយដ៏មានប្រសិទ្ធិភាពដើម្បីជីវិតមានសុភមង្គល

សៀវភៅ«មធ្យោបាយដ៏មានប្រសិទ្ធិភាពដើម្បីជីវិតមានសុភមង្គល» របស់សាសនវិទូឥស្លាម លោក អាប់ទុលរ៉ោះម៉ាន កូនលោក ណាសៀរ អាស្សាក់ទី បានដោះស្រាយនូវបញ្ហានៃឫសគល់នៃសេចក្តីសុខពិតប្រាកដតាមរយៈទស្សនវិជ្ជាជំនឿដ៏ស៊ីជម្រៅ។ លោកបានណែនាំអ្នកអានឱ្យស្វែងរកភាពស្ងប់សុខនៃដួងចិត្ត
តាមរយៈការមានជំនឿនិងសាងទង្វើកុសល
ការរំឭកដល់អល់ឡោះ ការមានចិត្តស្កប់ស្កល់
ការពិចារណាទៅលើឧបការគុណទាំងឡាយ
ការធ្វើអំពើល្អ

ការប្រគល់ការទុកចិត្ត ការអត់ធ្មត់ និងការចេះវាយតម្លៃរឿងរ៉ាវក្នុងជីវិតឱ្យបានត្រឹមត្រូវ។ តាមរយៈរចនាបថនៃការសរសេរដ៏ល្អវិសេស សៀវភៅនេះបានដាក់មកក្នុងដៃរបស់អ្នកនូវ"ផែនទីបង្ហាញផ្លូវ"សម្រាប់ជីវិតមួយដែលពោរពេញដោយភាពស្ងប់ស្ងៀម មានតុល្យភាព និងសេចក្តីសុខ ទោះបីជាត្រូវស្ថិតក្នុងស្ថានភាពប្រែប្រួលនៃជីវិតយ៉ាងណាក៏ដោយ។

មធ្យោបាយដ៏មានប្រសិទ្ធិភាពដើម្បីជីវិតមានសុភមង្គល

និពន្ធដោយ

សាសនវិទូឥស្លាម

លោក អាប់ទុលរ៉ោះម៉ាន កូនលោក ណាសៀរ

អាស្សាក់ទី

អារម្ភកថា

រាល់ការសរសើរទាំងឡាយ គឺសម្រាប់អល់ឡោះ ដែលទ្រង់គឺជាម្ចាស់នៃការកោតសរសើរទាំងអស់។

ខ្ញុំសូមធ្វើសាក្សីថា គ្មានព្រះជាម្ចាស់ឯណាដែលត្រូវគេគោរពសក្ការៈដ៏ពិតប្រាកដ លើកលែងតែអល់ឡោះមួយគត់

ដោយគ្មានដៃគូរួមជាមួយទ្រង់ឡើយ។ ហើយខ្ញុំសូមធ្វើសាក្សីដែរថា មូហាំម៉ាត់ គឺជាខ្ញុំបម្រើ

និងជាអ្នកនាំសាររបស់ទ្រង់។ សូមអល់ឡោះជាម្ចាស់ប្រទាននូវពរជ័យ

និងសេចក្ដីសុខសន្តិភាពដល់លោក ព្រមទាំងក្រុមគ្រួសារ និងបណ្ដាសហាហ្ពាត់របស់លោក។

ជាការពិតណាស់

សេចក្ដីសុខផ្លូវចិត្ត ភាពស្ងប់សុខ ក្ដីរីករាយ និងការរសាយនូវទុក្ខកង្វល់ និងទុក្ខព្រួយនានា

គឺជាគោលបំណងសម្រាប់មនុស្សគ្រប់រូប។

តាមរយៈសេចក្ដីស្ងប់សុខខាងផ្លូវចិត្ត
ជីវិតដ៏ល្អប្រសើរនឹងត្រូវបានសម្រេច ហើយសេចក្ដីរីករាយនិងសោមនស្សនឹងមានពេញលេញ។
ដើម្បីសម្រេចបាននូវរឿងនេះ គឺមានមូលហេតុផ្នែកខាងសាសនា មូលហេតុផ្នែកខាងធម្មជាតិ
និងមូលហេតុខាងការអនុវត្ត ហើយមូលហេតុទាំងអស់នេះមិនអាចប្រមូលផ្ដុំគ្នាលើបុគ្គលណាម្នាក់បានឡើយ
លើកលែងតែសម្រាប់អ្នកដែលមានជំនឿប៉ុណ្ណោះ។ ចំណែកឯអ្នកដទៃក្រៅពីពួកគេ ទោះបីជាអ្នកទាំងនោះទទួលបាននូវប្រការទាំងអស់នេះតាមរយៈមធ្យោបាយមួយចំនួនដែលបញ្ញវន្តរបស់ពួកគេខិតខំប្រឹងប្រែងក៏ដោយ
ក៏អ្នកទាំងនោះនៅតែខកខាននូវទិដ្ឋភាពជាច្រើនទៀតដែលមានប្រយោជន៍ជាង ស្ថិតស្ថេរជាង
និងល្អប្រសើរជាងទាំងក្នុងស្ថានភាពបច្ចុប្បន្ននិងអនាគត។
ក៏ប៉ុន្តែ
ខ្ញុំនឹងលើកឡើងនៅក្នុងសាររបស់ខ្ញុំនេះនូវមូលហេតុទាំងឡាយដែលខ្ញុំនឹកឃើញទាក់ទងនឹងគោលបំណងដ៏ខ្ពង់ខ្ពស់បំផុតនេះដែលមនុស្សគ្រប់រូបព្យាយាមស្វែងរក។
ក្នុងចំណោមពួកគេ

មានអ្នកដែលទទួលបាននូវភាពល្អប្រសើរជាច្រើន ហើយបានរស់នៅក្នុងជីវិតដ៏មានសុភមង្គល

និងជីវិតដ៏ល្អប្រសើរ។ ក្នុងចំណោមពួកគេផងដែរ

មានអ្នកដែលបានបរាជ័យនៅក្នុងរឿងទាំងអស់នោះ ហើយបានរស់នៅក្នុងជីវិតដ៏វេទនា

និងជីវិតរបស់អ្នកដែលអភ័ព្វ។ ហើយក្នុងចំណោមពួកគេទៀត មានអ្នកដែលស្ថិតនៅចន្លោះរវាងក្រុមទាំងពីរនេះអាស្រ័យទៅតាមអ្វីដែលគេបានផ្តល់ឲ្យ។

អល់ឡោះជាម្ចាស់

គឺជាអ្នកចង្អុលបង្ហាញ និងជាទីសុំជំនួយសម្រាប់រាល់អំពើល្អ

និងសម្រាប់ការពារពីគ្រប់ភាពអាក្រក់ទាំងអស់។

ជំពូក៖
ជំនឿ និងទង្វើកុសល

មូលហេតុដ៏ចម្បងបំផុត

ជាឫសគល់ និងជាគ្រឹះនៃរឿងទាំងអស់នោះ គឺការមានជំនឿ និងការសាងនូវទង្វើកុសល។

អល់ឡោះជាម្ចាស់ដ៏មហាខ្ពង់ខ្ពស់ទ្រង់បានមានបន្ទូលថា៖

﴿مَنۡ عَمِلَ صَٰلِحٗا مِّن ذَكَرٍ أَوۡ أُنثَىٰ وَهُوَ مُؤۡمِنٞ فَلَنُحۡيِيَنَّهُۥ حَيَوٰةٗ طَيِّبَةٗۖ وَلَنَجۡزِيَنَّهُمۡ أَجۡرَهُم بِأَحۡسَنِ مَا كَانُواْ يَعۡمَلُونَ ٩٧﴾

“ជនណាដែលបានសាងទង្វើកុសលក្នុងចំណោមបុរ

សប្បុរស្រី
ហើយគេជាអ្នកដែលមានជំនឿទៀតនោះ
យើងពិតជានឹងផ្តល់ឲ្យគេនូវជីវិតរស់នៅដ៏ល្អប្រសើរ(ក្នុងលោកិយ)
ហើយយើងពិតជានឹងតបស្នងដល់ពួកគេនូវផលបុណ្យរបស់ពួកគេ(នៅថ្ងៃបរលោក)ដែលល្អប្រសើរលើសពីអ្វីដែលពួកគេបានសាងទៅទៀត”។
គម្ពីរគួរអាន ជំពូក១៦ វាក្យខណ្ឌទី៩៧
ដូចនេះ
អល់ឡោះទ្រង់បានប្រាប់
និងបានសន្យាចំពោះបណ្ដាអ្នកដែលមានជំនឿ
និងបានសាងទង្វើកុសលនូវការរស់នៅដ៏ប្រសើរនៅលើលោកិយនេះ
ហើយនិងការតបស្នងដ៏ល្អប្រសើរទាំងនៅលើលោកិយនេះ និងនៅថ្ងៃបរលោក។
មូលហេតុនៃរឿងនោះ
គឺច្បាស់លាស់ណាស់ ព្រោះថាពិតប្រាកដណាស់បណ្ដាអ្នកដែលមានជំនឿចំពោះអល់ឡោះនូវជំនឿមួយដ៏ត្រឹមត្រូវដែលបង្កើតបាននូវអំពើល្អ
ព្រមទាំងកែតម្រូវនូវដួងចិត្ត ចរិយាមាយាទលោកិយ និងបរលោក
គឺពួកគេមាននូវគោលការណ៍និងមូលដ្ឋានគ្រឹះជាច្រើនដែលពួកគេអាចយកវាមកទទួលរាល់អ្វីៗដែលកើតមានឡើងចំពោះពួកគេ
ទាំងមូលហេតុនៃភាពសប្បាយរីករាយនិងក្ដីត្រេក

អរ និងមូលហេតុនៃភាពវិតក្កកង្វល់
ក្តីព្រួយបារម្ភ និងទុក្ខសោក។
ពួកគេទទួលយកនូវអ្វីដែលជាទីស្រឡាញ់
និងភាពរីករាយដោយការព្រមទទួលយក
ការដឹងគុណ
និងការប្រើប្រាស់វាក្នុងផ្លូវដែលមានប្រយោជន៍។
នៅពេលដែលពួកគេប្រើប្រាស់វាតាមរបៀបនេះ
វានឹងបង្កើតឲ្យពួកគេនូវរឿងរ៉ាវដ៏អស្ចារ្យជាច្រើន
ដែលកើតចេញពីភាពរីករាយជាមួយវា
បំណងប្រាថ្នាឲ្យវាបន្តគង់វង្សនិងមានពរជ័យ
និងការសង្ឃឹមលើផលបុណ្យរបស់អ្នកដឹងគុណ
ដែលរឿងរ៉ាវទាំងនេះ
គឺប្រសើរលើសលប់ដោយសារសេចក្តីល្អ
និងពរជ័យរបស់វា
ជាងភាពរីករាយទាំងឡាយដែលជាផលផ្លែរបស់វា
ទៅទៀត។
ពួកគេប្រឈមមុខនឹងប្រការដែលខ្លួនមិនពេញចិត្ត
គ្រោះថ្នាក់ ទុក្ខព្រួយ
និងទុក្ខកង្វល់ដោយការតស៊ូនឹងអ្វីដែលពួកគេអាចតស៊ូបាន
ការសម្រាលនូវអ្វីដែលពួកគេអាចសម្រាលបាន
និងការអត់ធ្មត់ដ៏ល្អប្រសើរចំពោះអ្វីដែលពួកគេគ្មានផ្លូវគេចផុតឡើយ។
តាមរយៈការធ្វើបែបនោះ

ពួកគេនឹងទទួលបាននូវរឿងរ៉ាវដ៏ធំធេងជាច្រើន ពីការតស៊ូដែលមានអត្ថប្រយោជន៍ បទពិសោធន៍ និងភាពរឹងមាំ ព្រមទាំងការអត់ធ្មត់ និងការសង្ឃឹមទទួលបានផលបុណ្យ និងការតបស្នង ដែលជាហេតុធ្វើឱ្យប្រការដែលពួកគេមិនពេញចិត្ត ទាំងនោះរលាយបាត់ ហើយជំនួសមកវិញដោយភាពរីករាយ និងក្តីសង្ឃឹមដ៏ល្អប្រសើរ ព្រមទាំងការប្រាថ្នាចង់បានឧបការគុណរបស់អល់ឡោះនិងផលបុណ្យរបស់ទ្រង់។ ដូចដែលព្យាការី ﷺ បានបញ្ជាក់អំពីរឿងនេះនៅក្នុងហាទីស្ហត្រឹមត្រូវមួយ ដោយលោកបានមានប្រសាសន៍ថាៈ

«عَجَبًا لِأَمْرِ الْمُؤْمِنِ، إِنَّ أَمْرَهُ كُلَّهُ خَيْرٌ، إِنْ أَصَابَتْهُ سَرَّاءُ شَكَرَ فَكَانَ خَيْرًا لَهُ، وَإِنْ أَصَابَتْهُ ضَرَّاءُ صَبَرَ فَكَانَ خَيْرًا لَهُ، وَلَيْسَ ذَلِكَ لِأَحَدٍ إِلَّا لِلْمُؤْمِنِ».

"ពិតជាអស្ចារ្យណាស់ កិច្ចការរបស់អ្នកមានជំនឿ! ពិតណាស់ កិច្ចការរបស់គេទាំងអស់សុទ្ធតែល្អ។ ប្រសិនបើប្រការល្អកើតមានចំពោះគេ គឺគេថ្លែងអំណរគុណ។ ដូចនេះ វាជាការប្រសើរសម្រាប់គេ។ ហើយប្រសិនបើប្រការអាក្រក់កើតមានចំពោះគេ គឺគេអត់ធ្មត់។ ដូចនេះ វាក៏ជាការល្អប្រសើរសម្រាប់គេដែរ។ ហើយប្រការនេះ

មិនមានចំពោះអ្នកណាម្នាក់ក្រៅពីអ្នកមានជំនឿឡើយ”។

រាយការណ៍ដោយ មូស្លិម។

ព្យាការី ﷺ បានប្រាប់ថា សម្រាប់អ្នកមានជំនឿ ផលប្រយោជន៍ សេចក្តីល្អ និងផលនៃអំពើរបស់គេ នឹងត្រូវបានបង្កើនឡើងទ្វេដងក្នុងគ្រប់រឿងដែលកើតមានចំពោះគេ ទាំងភាពរីករាយ និងការលំបាក។ អាស្រ័យហេតុនេះ អ្នកនឹងឃើញមនុស្សពីរនាក់ដែលជួបប្រទះនឹងរឿងរ៉ាវល្អ ឬអាក្រក់ដូចគ្នា ប៉ុន្តែពួកគេមានភាពខុសប្លែកគ្នាជាខ្លាំងក្នុងការទទួលយកវា ហើយនោះគឺអាស្រ័យទៅលើភាពខុសគ្នារបស់ពួកគេនៅក្នុងជំនឿ និងអំពើល្អ។ អ្នកដែលមានលក្ខណៈទាំងពីរនេះ ទទួលយកសេចក្តីល្អនិងសេចក្តីអាក្រក់ តាមរយៈការដឹងគុណ និងការអត់ធ្មត់ ព្រមទាំងអ្វីដែលជាប់ពាក់ព័ន្ធនឹងវាទាំងពីរ។ ជាលទ្ធផល គេនឹងទទួលបាននូវភាពរីករាយ និងសេចក្តីសោមនស្ស ហើយក្តីកង្វល់ ទុក្ខព្រួយ ការថប់បារម្ភ ភាពចង្អៀតក្នុងចិត្ត

និងភាពលំបាកលំបិនក្នុងជីវិតនឹងរលាយបាត់អស់
ហើយជីវិតដ៏ល្អប្រសើរនឹងត្រូវបានបំពេញឱ្យគេនៅក្នុងលោកិយនេះ។
រីឯម្នាក់ទៀត
គឺទទួលយករឿងល្អៗដោយភាពក្រអឺតក្រទម ភាពរំភើយភ្លេចខ្លួន និងការបំពាន
ជាហេតុធ្វើឱ្យចរិយារបស់គេវៀចវេរ
ហើយគេទទួលយកវាដូចដែលសត្វតិរច្ឆានទទួលយកដែរ ពោលគឺដោយភាពលោភលន់
និងការមិនចេះស្កប់ស្កល់។ ទោះជាយ៉ាងណាក៏ដោយ ចិត្តរបស់គេមិនស្ងប់ឡើយ។ ផ្ទុយទៅវិញ វារាយមាយពីគ្រប់ទិសទី
គឺរាយមាយដោយសារតែការភ័យខ្លាចបាត់បង់នូវអ្វីដែលខ្លួនស្រឡាញ់
និងដោយសារឧបសគ្គជាច្រើនដែលតែងតែកើតចេញពីវា។ ម្យ៉ាងទៀត
ដោយសារតែចិត្តមនុស្សមិនចេះស្កប់ស្កល់។ ផ្ទុយទៅវិញ
វាតែងតែចង់បាននូវរឿងផ្សេងៗទៀតដែលអាចនឹងទទួលបាន
ឬក៏មិនទទួលបាន។
ហើយទោះបីជាគេទទួលបាននូវអ្វីដែលខ្លួនចង់បានក៏ដោយ
ក៏គេនៅតែមិនស្ងប់ចិត្តដោយសារហេតុផលទាំងនោះដដែល។

ហើយគេទទួលយករឿងអាក្រក់ៗដោយចិត្តមិនស្ងប់ ភាពអស់សង្ឃឹម ការភ័យខ្លាច

និងភាពធុញទ្រាន់។ ដូច្នេះ អ្នកមិនចាំបាច់សួរនាំអំពីអ្វីដែលកើតឡើងចំពោះគេនៃភាពលំបាកវេទនាក្នុងជីវិត

ពីជំងឺផ្លូវចិត្តនិងជំងឺសរសៃប្រសាទ

និងពីការភ័យខ្លាចដែលអាចនាំគេទៅរកស្ថានភាពដ៏អាក្រក់បំផុត

និងរឿងរ៉ាវដ៏គួរឱ្យរំខានបំផុតនោះឡើយ។ នោះក៏ព្រោះតែគេមិនសង្ឃឹមទទួលបានផលបុណ្យ

ហើយគេក៏គ្មានការអត់ធ្មត់ដែលអាចលួងលោមនិងសម្រាលទុក្ខគេបានឡើយ។

ទាំងអស់នេះ

គឺគេអាចសង្កេតឃើញតាមរយៈបទពិសោធន៍ជាក់ស្តែង។ ប្រសិនបើអ្នកពិចារណា

និងយកឧទាហរណ៍តែមួយពីប្រភេទនេះ ហើយអនុវត្តវាទៅលើស្ថានភាពរបស់មនុស្សជាច្រើន អ្នកនឹងឃើញភាពខុសគ្នាដ៏ធំធេងរវាងអ្នកមានជំនឿដែលប្រព្រឹត្តស្របតាមជំនឿរបស់ខ្លួន

និងអ្នកដែលមិនមែនដូច្នោះ ពោលគឺសាសនាជំរុញយ៉ាងខ្លាំងបំផុតឱ្យមានការស្កប់ស្កល់នឹងលាភសក្ការៈរបស់អល់ឡោះ

និងចំពោះអ្វីដែលទ្រង់បានប្រទានឱ្យខ្ញុំបម្រើទាំងឡាយនៃការប្រោសប្រទាន

និងសេចក្តីសប្បុរសដ៏សម្បូរបែបរបស់ទ្រង់។

ដូច្នេះអ្នកមានជំនឿ
នៅពេលដែលត្រូវបានសាកល្បងដោយជំងឺ
ភាពក្រីក្រ
ឬប្រការលំបាកផ្សេងៗទៀតដែលមនុស្សគ្រប់រូប
អាចប្រឈមនឹងវា
គឺគេមានភាពស្ងប់ក្នុងចិត្តដោយសារជំនឿរបស់គេ
និងមានភាពស្កប់ស្កល់
ព្រមទាំងពេញចិត្តចំពោះអ្វីដែលអល់ឡោះបានកំណត់
ឲ្យរូបគេ។
ចិត្តរបស់គេមិនប្រាថ្នានូវប្រការណាដែលអល់ឡោះ
មិនបានកំណត់សម្រាប់រូបគេនោះឡើយ។
គេមើលទៅកាន់អ្នកដែលនៅក្រោមខ្លួន(មានកម្រិត
ទាបជាង)
ហើយមិនមើលទៅអ្នកដែលនៅលើ(ខ្ពង់ខ្ពស់ជាង)
ឡើយ។ ហើយពេលខ្លះ ភាពរីករាយ សេចក្ដីសុខ
និងភាពស្ងប់សុខរបស់ជននោះ
គឺមានច្រើនជាងអ្នកដែលទទួលបាននូវរាល់បំណង
ប្រាថ្នាក្នុងលោកិយទាំងអស់ទៅទៀត
ប្រសិនបើអ្នកនោះមិនត្រូវបានប្រទានឱ្យនូវការស្ក
ប់ស្កល់។
ដូចគ្នាដែរ
អ្នកដែលមិនប្រតិបត្តិតាមតម្រូវការនៃជំនឿ
ប្រសិនបើជននោះត្រូវបានសាកល្បងដោយភាពក្រី
ក្រ
ឬបាត់បង់នូវតម្រូវការលោកិយមួយចំនួន

នោះអ្នកនឹងឃើញរូបគេស្ថិតនៅក្នុងភាពអភ័ព្វ
និងទុក្ខវេទនាបំផុត។
ឧទាហរណ៍មួយទៀតៈ
នៅពេលដែលមូលហេតុនៃភាពភ័យខ្លាច
និងរឿងរ៉ាវរំខាននានាកើតឡើងចំពោះមនុស្សម្នាក់
នោះអ្នកនឹងឃើញថា
អ្នកដែលមានជំនឿត្រឹមត្រូវ គឺមានចិត្តនឹងនរ
មានភាពស្ងប់ស្ងៀម
និងមានសមត្ថភាពក្នុងការគ្រប់គ្រង
និងចាត់ចែងបញ្ហាដែលបានកើតឡើងភ្លាមៗ
នោះទៅតាមសមត្ថភាពរបស់ខ្លួន ទាំងការគិត សម្ដី
និងទង្វើ។
រូបគេបានត្រៀមខ្លួនរួចជាស្រេចសម្រាប់រឿងរ៉ាវរំខាន
ដែលកើតឡើងនេះ។ ទាំងនេះ
គឺជាស្ថានភាពដែលផ្ដល់នូវភាពស្ងប់សុខដល់មនុ
ស្ស និងពង្រឹងដួងចិត្តរបស់គេ។
ម្យ៉ាងទៀត
អ្នកនឹងឃើញថា ចំពោះអ្នកដែលគ្មានជំនឿវិញ
គឺមានស្ថានភាពផ្ទុយពីនេះ។
នៅពេលដែលគ្រោះភ័យកើតឡើង
ចិត្តរបស់គេមានការតក់ស្លុត
សរសៃប្រសាទរបស់គេមានភាពតានតឹង
គំនិតរបស់គេត្រូវខ្ចាត់ខ្ចាយ ហើយភាពភ័យខ្លាច
និងក្ដីរន្ធត់បានចូលមកក្នុងខ្លួនគេ។
រូបគេត្រូវប្រឈមនឹងភាពភ័យខ្លាចពីខាងក្រៅ

និងក្តីកង្វល់ពីខាងក្នុងដែលមិនអាចបរិយាយពីទំហំរបស់វាបាន។ មនុស្សប្រភេទនេះ

ប្រសិនបើពួកគេមិនទទួលបាននូវកត្តាធម្មជាតិមួយចំនួនដែលត្រូវការការហ្វឹកហាត់ជាច្រើននោះទេ

កម្លាំងរបស់ពួកគេនឹងដួលរលំ ហើយសរសៃប្រសាទរបស់ពួកគេនឹងកាន់តែតានតឹង ។ នោះគឺដោយសារតែពួកគេបាត់បង់នូវសេចក្តីជំនឿដែលជាកត្តាជំរុញឲ្យមានការអត់ធ្មត់

ជាពិសេសនៅក្នុងស្ថានភាពដ៏លំបាកបំផុត និងនៅក្នុងកាលៈទេសៈដែលគួរឲ្យសោកសៅ និងរំខានចិត្ត។

ទាំងអ្នកសាងអំពើល្អ

និងអ្នកសាងអំពើអាក្រក់ ទាំងអ្នកមានជំនឿ និងអ្នកគ្មានជំនឿ គឺសុទ្ធតែមានចំណុចរួមក្នុងការទទួលបានភាពក្លាហាន

និងនៅក្នុងសភាវគតិដែលជួយសម្រាលនិងកាត់បន្ថយភាពភ័យខ្លាច។

ប៉ុន្តែអ្នកមានជំនឿមានលក្ខណៈពិសេសដាច់ដោយឡែកពីគេ ដោយសារតែភាពរឹងមាំនៃជំនឿ ការអត់ធ្មត់

ការពឹកផ្អែលលើអល់ឡោះ ទុកចិត្តលើទ្រង់ និងការសង្ឃឹមរបស់គេចំពោះផលបុណ្យពីទ្រង់

ដែលកត្តាទាំងនេះហើយធ្វើឱ្យភាពក្លាហានរបស់

គេកើនឡើងកាន់តែខ្លាំង

ជួយសម្រាលនូវភាពភ័យខ្លាច និងធ្វើឱ្យរាល់ការលំបាកទាំងឡាយមានភាពងាយស្រួលសម្រាប់គេ

ដូចដែលអល់ឡោះជាម្ចាស់ទ្រង់បានមានបន្ទូលថា៖

﴿...إِن تَكُونُواْ تَأۡلَمُونَ فَإِنَّهُمۡ يَأۡلَمُونَ كَمَا تَأۡلَمُونَۖ وَتَرۡجُونَ مِنَ ٱللَّهِ مَا لَا يَرۡجُونَ...﴾

“ប្រសិនបើពួកអ្នកទទួលរងការឈឺចាប់ ពិតណាស់ ពួកគេក៏ទទួលនូវការឈឺចាប់ដូចដែលពួកអ្នកឈឺចាប់ដែរ។ តែពួកអ្នកមានសង្ឃឹមចំពោះអល់ឡោះនូវអ្វីដែលពួកគេមិនមានសង្ឃឹមឡើយ”។

គម្ពីរគួរអាន ជំពូក៤ វាក្យខណ្ឌទី១០៤

ហើយពួកគេនឹងទទួលបាននូវជំនួយ

និងការគាំទ្រដ៏ពិសេសពីអល់ឡោះ ដែលអាចបំបាត់នូវរាល់ការភ័យខ្លាចទាំងឡាយ។

អល់ឡោះជាម្ចាស់បានមានបន្ទូលថា ៖

﴿...وَٱصۡبِرُوٓاْۚ إِنَّ ٱللَّهَ مَعَ ٱلصَّٰبِرِينَ﴾

“ហើយចូរពួកអ្នកអត់ធ្មត់។ ពិតប្រាកដណាស់ អល់ឡោះជាម្ចាស់ទ្រង់នៅជាមួយបណ្ដាអ្នកដែលអត់ធ្មត់”។

គម្ពីរគួរអាន ជំពូក៨ វាក្យខណ្ឌទី៤៦
ធ្វើល្អទៅកាន់សត្វលោកទាំងឡាយតាមរយៈពាក្យសម្ដី
និងកាយវិការ
ក្នុងចំណោមមូលហេតុដែលជួយបំបាត់នូវទុក្ខកង្វល់
ការព្រួយបារម្ភ និងភាពតានតឹងនោះ គឺការធ្វើល្អទៅកាន់សត្វលោកទាំងអស់ទាំងតាមរយៈពាក្យសម្ដី
កាយវិការ និងដោយប្រការល្អផ្សេងៗទៀត។ ទាំងនេះសុទ្ធតែជាអំពើល្អ
និងជាភាពសប្បុរសទាំងអស់។
តាមរយៈអំពើល្អទាំងនេះ អល់ឡោះជាម្ចាស់នឹងកម្ចាត់នូវទុក្ខកង្វល់
និងព្រួយបារម្ភចេញពីខ្លួនមនុស្ស
មិនថាមនុស្សល្អក្ដី មនុស្សអាក្រក់ក្ដី ទៅតាមកម្រិតនៃអំពើល្អដែលគេបានធ្វើ។ ក៏ប៉ុន្តែសម្រាប់អ្នកមានជំនឿ
គឺទទួលបានចំណែក
និងលាភសំណាងដ៏ពេញលេញ
និងបរិបូរណ៍បំផុត ព្រោះថាអំពើល្អទាំងនោះ គឺកើតចេញពីភាពស្មោះស
និងរំពឹងនូវផលបុណ្យពីអល់ឡោះជាម្ចាស់។
ដូចនេះ
អល់ឡោះជាម្ចាស់នឹងធ្វើឲ្យការលះបង់នៅក្នុងការ

ប្រព្រឹត្តនូវអំពើល្អនោះមានភាពងាយស្រួលសម្រាប់គេ ដោយសារតែគេសង្ឃឹមទៅលើផលបុណ្យពីទ្រង់ ហើយទ្រង់នឹងការពារគេពីប្រការអាក្រក់ទាំងឡាយ ដោយសារតែភាពស្មោះស និងការស្វែងរកផលបុណ្យរបស់គេ។ អល់ឡោះជាម្ចាស់ទ្រង់មានបន្ទូលថា៖

﴿لَّا خَيۡرَ فِي كَثِيرٖ مِّن نَّجۡوَىٰهُمۡ إِلَّا مَنۡ أَمَرَ بِصَدَقَةٍ أَوۡ مَعۡرُوفٍ أَوۡ إِصۡلَٰحِۭ بَيۡنَ ٱلنَّاسِۚ وَمَن يَفۡعَلۡ ذَٰلِكَ ٱبۡتِغَآءَ مَرۡضَاتِ ٱللَّهِ فَسَوۡفَ نُؤۡتِيهِ أَجۡرًا عَظِيمٗا ١١٤﴾

“ការខ្សឹបខ្សៀវគ្នាច្រើនរវាងពួកគេនោះ គឺមិនមានភាពល្អប្រសើរឡើយ លើកលែងតែអ្នកដែលប្រើឱ្យបរិច្ចាគទាន ឬប្រើគេឱ្យធ្វើអំពើល្អ ឬប្រើឲ្យផ្សះផ្សាគ្នារវាងមនុស្សលោកប៉ុណ្ណោះ។ ហើយជនណាដែលធ្វើដូច្នោះដើម្បីស្វែងរកការពេញចិត្តពីអល់ឡោះនោះ យើងនឹងប្រទានឱ្យគេនូវផលបុណ្យដ៏ធំធេង”។ គម្ពីរគួរអាន ជំពូក៤ វាក្យខណ្ឌទី១១៤

ដូចនេះ អល់ឡោះជាម្ចាស់ទ្រង់បានប្រាប់ថា កិច្ចការទាំងអស់នេះដែលកើតចេញពីអ្នកមានជំនឿ គឺសុទ្ធតែជាអំពើល្អ ហើយអំពើល្អ គឺនាំមកនូវប្រការល្អ និងរុញច្រាននូវប្រការអាក្រក់។ ពិតណាស់ អ្នកមានជំនឿដែលសង្ឃឹមផលបុណ្យពីអល់ឡោះ

នោះទ្រង់នឹងប្រទានឲ្យគេនូវផលបុណ្យដ៏ធំធេង។
ហើយនៅក្នុងចំណោមផលបុណ្យដ៏ធំធេងនោះគឺ ការរសាយនូវទុក្ខព្រួយ និងទុក្ខកង្វល់ផ្សេងៗជាដើម។

ជំពូក៖

ធ្វើខ្លួនឲ្យរវល់ជាមួយនឹងការងារ ឬចំណេះដឹងដែលមានប្រយោជន៍

ក្នុងចំណោមមូលហេតុដែលជួយកម្ចាត់នូវការព្រួយបារម្ភដែលកើតចេញពីភាពតានតឹងនៃសរសៃប្រសាទ
និងការដែលចិត្តជាប់ជំពាក់នឹងរឿងរ៉ាវសោកសៅទាំងឡាយនោះ
គឺការផ្តោតអារម្មណ៍ធ្វើការងារណាមួយ
ឬការសិក្សានូវចំណេះដឹងដែលមានប្រយោជន៍
ព្រោះសកម្មភាពទាំងនេះនឹងជួយបង្វែរចិត្ត
ឱ្យភ្លេចគិតពីបញ្ហាដែលកំពុងបង្កជាកង្វល់ទាំងនោះ។
ហើយប្រហែលជាដោយសារតែរឿងនោះ
រូបគេក៏ភ្លេចនូវមូលហេតុដែលនាំឱ្យរូបគេមានការព្រួយបារម្ភ និងទុក្ខសោក
ជាហេតុធ្វើឱ្យរូបគេសប្បាយចិត្ត
និងកាន់តែមានភាពស្រស់ថ្លាឡើង
ដែលមូលហេតុនេះ
ក៏មានដូចគ្នាសម្រាប់អ្នកមានជំនឿ
និងអ្នកដទៃផងដែរ។

ប៉ុន្តែ
អ្នកដែលមានជំនឿ
គឺមានលក្ខណៈពិសេសត្រង់ជំនឿ ភាពស្មោះស
និងការសង្ឃឹមយកបុណ្យកុសលនៅក្នុងការសិក្សារៀន
សូត្រ
ឬការបង្រៀនចំណេះដឹងទាំងនោះ
ក៏ដូចជាការធ្វើអំពើល្អផ្សេងៗ។
ប្រសិនបើវាជាការគោរពសក្ការៈ(អ៊ីហ្ពាហ្ទាត់)
នោះវាគឺជាការគោរពសក្ការៈ។
ហើយប្រសិនបើវាជាការងារលោកិយ ឬជាទម្លាប់
គឺគេមានចេតនាល្អអមជាមួយ
និងមានគោលបំណងស្វែងរកជំនួយតាមរយៈទង្វើ
នោះដើម្បីស្តាប់បង្គាប់អល់ឡោះ។
ហេតុដូច្នេះហើយ
ទង្វើនេះមានឥទ្ធិពលយ៉ាងសកម្មក្នុងការបំបាត់នូវក
ង្វល់ ទុក្ខព្រួយ
និងភាពសោកសៅ។
មានមនុស្សជាច្រើនត្រូវបានសាកល្បងដោយភាពថ
ប់បារម្ភ
និងការជាប់ជំពាក់នឹងទុក្ខកង្វល់
ជាហេតុធ្វើឱ្យកើតនូវជំងឺផ្សេងៗ។
ឱសថដ៏មានប្រសិទ្ធភាពសម្រាប់គេ
គឺការបំភ្លេចនូវមូលហេតុដែលធ្វើឱ្យគេមានទុក្ខកង្វ
ល់

និងការងាកមកផ្តោតលើការងារសំខាន់ៗរបស់គេវិញ។

ហើយកិច្ចការដែលគេបំពេញនោះ

គួរតែជាអ្វីដែលធ្វើឲ្យចិត្តរបស់គេរីករាយ និងស្រឡាញ់វា

ព្រោះប្រការនេះជាកត្តាជំរុញឲ្យសម្រេចបាននូវគោលបំណងដ៏មានប្រយោជន៍នេះ។ អល់ឡោះជាម្ចាស់ទ្រង់ដឹងបំផុត។

ប្រមូលផ្តុំរាល់គំនិត

និងការយកចិត្តទុកដាក់ទាំងស្រុងទៅលើការបំពេញការងារក្នុងបច្ចុប្បន្ន

ក្នុងចំណោមប្រការដែលបណ្តេញនូវការព្រួយបារម្ភ និងក្តីកង្វល់ផងដែរនោះ គឺការប្រមូលផ្តុំគំនិត និងផ្តោតសំខាន់លើការយកចិត្តទុកដាក់នឹងការងារក្នុងបច្ចុប្បន្ននេះ

ដោយផ្តាច់វាចេញពីការខ្វល់ខ្វាយចំពោះពេលវេលាអនាគត

និងពីការសោកសៅចំពោះពេលវេលាដែលបានកន្លងផុត។ ហេតុនេះហើយទើបព្យាការី ﷺ លោកស្វះស្វែងរកការការពារ(ពីអល់ឡោះ)ពីការព្រួយបារម្ភ

និងការសោកសៅ ព្រោះថាការសោកសៅចំពោះរឿងរ៉ាវដែលបានកន្លងផុតដែលមិនអាចបកក្រោយវិញបាន

ឬកែប្រែបាននោះ គឺមិនមានប្រយោជន៍ឡើយ។

ហើយការព្រួយបារម្ភដែលកើតឡើងដោយសារតែការភ័យខ្លាចចំពោះអនាគត ក៏អាចបង្កគ្រោះថ្នាក់ផងដែរ។

ដូច្នេះ ខ្ញុំបម្រើរបស់អល់ឡោះត្រូវតែផ្តោតលើថ្ងៃបច្ចុប្បន្នរបស់ខ្លួន ដោយប្រមូលផ្តុំនូវការខិតខំប្រឹងប្រែងរបស់គេក្នុងការកែលម្អថ្ងៃ និងពេលវេលាបច្ចុប្បន្នរបស់គេ។ ពិតណាស់ ការផ្តោតការយកចិត្តទុកដាក់លើរឿងនោះ នឹងធ្វើឲ្យការងារទាំងឡាយមានភាពពេញលេញ ហើយក៏ជាការលួងលោមចិត្តឱ្យចាកផុតពីកង្វល់ និងទុក្ខសោកទាំងពួងផងដែរ។

ហើយព្យាការី ﷺ នៅពេលដែលលោកបួងសួងសុំនូវប្រការណាមួយ ឬណែនាំប្រជាជាតិរបស់លោកឱ្យបួងសួងនូវប្រការណាមួយ គឺលោកតែងតែជំរុញឱ្យមានការខិតខំប្រឹងប្រែង ដើម្បីសម្រេចឱ្យបាននូវអ្វីដែលលោកបានបួងសួងសុំ ដោយស្វែងរកជំនួយពីអល់ឡោះ និងសង្ឃឹមលើការប្រោសប្រទានរបស់ទ្រង់។ ហើយត្រូវបោះបង់ចោលនូវប្រការទាំងឡាយដែលរូបគេបួងសួងសុំឲ្យគេចផុតពីប្រការនោះ ពីព្រោះការបួងសួង(ទូអា) គឺត្រូវផ្សារភ្ជាប់ជាមួយនឹងការប្រតិបត្តិ។ ដូច្នេះ

ខ្ញុំបម្រើអល់ឡោះត្រូវខិតខំប្រឹងប្រែងក្នុងកិច្ចការដែលផ្តល់ផលប្រយោជន៍ដល់ខ្លួន ទាំងក្នុងកិច្ចការសាសនានិងលោកិយ

ហើយបួងសួងសុំពីព្រះជាម្ចាស់របស់គេឲ្យសម្រេចបាននូវគោលបំណងរបស់ខ្លួន

ព្រមទាំងសុំជំនួយពីទ្រង់ចំពោះរឿងនោះ ដូចដែលព្យាការី ﷺ លោកបានមានប្រសាសន៍ថា៖

(احْرِصْ عَلَى مَا يَنْفَعُكَ وَاسْتَعِنْ بِاللَّهِ وَلَا تَعْجِزْ، وَإِذَا أَصَابَكَ شَيْءٌ فَلَا تَقُلْ: لَوْ أَنِّي فَعَلْتُ كَذَا كَانَ كَذَا وَكَذَا، وَلَكِنْ قُلْ: قَدَرُ اللَّهِ وَمَا شَاءَ فَعَلَ، فَإِنَّ لَوْ تَفْتَحُ عَمَلَ الشَّيْطَانِ)

”ចូរព្យាយាមធ្វើអ្វីដែលផ្តល់ផលប្រយោជន៍ដល់ខ្លួនអ្នក

និងត្រូវសុំជំនួយពីអល់ឡោះ

ហើយមិនត្រូវខ្ជិលច្រអូសឡើយ។ ប្រសិនបើមានអ្វីមួយកើតឡើង ចំពោះអ្នក ចូរអ្នកកុំនិយាយថា៖

ប្រសិនបើខ្ញុំធ្វើដូចនេះ វានឹងទៅជាយ៉ាងនេះយ៉ាងនោះ តែអ្នកត្រូវនិយាយថា៖ អល់ឡោះបានកំណត់រួចហើយ

ហើយអ្វីដែលទ្រង់ប្រាថ្នា ទ្រង់នឹងធ្វើ។ ការនិយាយថា ប្រសិនបើ(យ៉ាងនេះយ៉ាងនោះ) វាជាការបើកទ្វារទង្វើរបស់ស្ស៊ៃតន(បិសាច)”។

រាយការណ៍ដោយ មូស្លីម។

ដូច្នេះ

ព្យាការី ﷺ
លោកបានរួមបញ្ចូលគ្នារវាងការបង្គាប់ប្រើឱ្យខិតខំប្រឹងប្រែងចំពោះកិច្ចការដែលមានប្រយោជន៍គ្រប់កាលៈទេសៈ

ស្វែងរកជំនួយពីអល់ឡោះ និងការមិនបណ្តោយខ្លួនឱ្យធ្លាក់ក្នុងភាពទន់ជ្រាយ(ដែលជាភាពខ្ជិលច្រអូសដ៏មានគ្រោះថ្នាក់)

ជាមួយនឹងការចេះទទួលយកនូវរឿងរ៉ាវអតីតកាលដែលបានកន្លងផុតទៅហើយ ដោយសម្លឹងមើលឃើញថា វាគឺជាការសម្រេច

និងជាការកំណត់របស់អល់ឡោះជាម្ចាស់។

ហើយលោកបានបែងចែកកិច្ចការទាំងឡាយជាពីរផ្នែកៈ

មួយផ្នែក គឺខ្ញុំបម្រើអល់ឡោះអាចខិតខំប្រឹងប្រែងដើម្បីទទួលបាន ឬទទួលបានតាមលទ្ធភាព

ឬរារាំង ឬកាត់បន្ថយវា។ ចំពោះផ្នែកនេះ ខ្ញុំបម្រើត្រូវបញ្ចេញនូវកិច្ចខិតខំរបស់ខ្លួន

ហើយត្រូវសុំជំនួយពីព្រះជាម្ចាស់របស់ខ្លួន។

ចំណែកឯមួយផ្នែកទៀតដែលគេមិនអាចធ្វើដូច្នោះបានវិញ

គឺខ្ញុំបម្រើអល់ឡោះត្រូវមានភាពស្ងប់ចិត្តចំពោះវាព្រមទាំងពេញចិត្ត និងទទួលយក។ គ្មានការសង្ស័យឡើយថា

ការប្រកាន់ខ្ជាប់នូវគោលការណ៍នេះ

គឺជាមូលហេតុនៃភាពរីករាយ
និងការបំបាត់នូវក្តីកង្វល់
និងទុក្ខព្រួយ។

ជំពូក៖ បង្កើនការរំលឹកដល់អល់ឡោះជាម្ចាស់

ហើយក្នុងចំណោមមូលហេតុដ៏ធំបំផុតដែលនាំឱ្យមានភាពជ្រះស្រឡះក្នុងចិត្ត(ភាពរីករាយ) និងភាពស្ងប់សុខនោះ គឺការខឧស្សាហ៍រំលឹកដល់អល់ឡោះជាម្ចាស់(ហ្ស៊ីកៀរ) ព្រោះថា ការរំលឹកដល់ទ្រង់មានឥទ្ធិពលយ៉ាងអស្ចារ្យបំផុតក្នុងការធ្វើឱ្យចិត្តគំនិតជ្រះស្រឡះ មានភាពនឹងនរ ស្ងប់ស្ងាត់ និងជួយជម្រះអស់នូវរាល់ក្តីបារម្ភ និងសេចក្តីសោកសៅទាំងពួង។

អល់ឡោះជាម្ចាស់បានមានបន្ទូលថា៖

﴿...أَلَا بِذِكۡرِ ٱللَّهِ تَطۡمَئِنُّ ٱلۡقُلُوبُ﴾

“តើមិនមែនទេឬ ការរំឭកចំពោះអល់ឡោះ គឺធ្វើឱ្យដួងចិត្តនឹងនរនោះ?”

គម្ពីរគួរអាន ជំពូក១៣ វាក្យខណ្ឌទី២៨

ការរំឭកដល់អល់ឡោះមានឥទ្ធិពលយ៉ាងធំធេងក្នុងការសម្រេចបាននូវគោលបំណងនេះ ដោយសារតែលក្ខណៈពិសេសរបស់វា និងដោយសារតែផលបុណ្យដែលខ្ញុំបម្រើអល់ឡោះសង្ឃឹ

មចង់បានពីវា។

ការនិយាយរៀបរាប់ពីឧបការគុណ(នៀកម៉ាត់)ទាំងឡាយរបស់អល់ឡោះ

ទាំងខាងក្រៅ និងខាងក្នុង។

ដូចគ្នានេះដែរ

ការនិយាយរំលឹកអំពីឧបការគុណរបស់អល់ឡោះទាំងដែលបង្ហាញឲ្យឃើញ និងដែលលាក់កំបាំងពីព្រោះការទទួលស្គាល់

និងការនិយាយអំពីវា

គឺជាមធ្យោបាយដែលអល់ឡោះជាម្ចាស់បំបាត់នូវក្តីកង្វល់

និងទុក្ខព្រួយ

ហើយវាក៏ជំរុញខ្ញុំបម្រើអល់ឡោះឲ្យថ្លែងអំណរគុណដែលជាឋានៈដ៏ខ្ពង់ខ្ពស់

និងប្រសើរថ្លៃថ្លាបំផុត

ទោះបីជាខ្ញុំបម្រើនោះស្ថិតក្នុងស្ថានភាពក្រីក្រ មានជំងឺ

ឬគ្រោះសាកល្បងផ្សេងៗទៀតក៏ដោយ។ ពិតណាស់ នៅពេលដែលគេប្រៀបធៀបរវាងឧបការគុណរបស់អល់ឡោះដែលទ្រង់បានប្រទានដល់គេ(ដែលមិនអាចរាប់

ឬគណនាបាន)ជាមួយនឹងអ្វីដែលគេបានជួបប្រទះនៃគ្រោះអាក្រក់នានានោះ គ្រោះអាក្រក់ទាំងនោះ

គឺមិនអាចប្រៀបផ្ទឹមបានឡើយទៅនឹងឧបការគុណទាំងនោះ។

ផ្ទុយទៅវិញ
រាល់រឿងរ៉ាវដែលមិនគាប់ចិត្ត
និងរាល់គ្រោះមហន្តរាយទាំងឡាយ
នៅពេលដែលអល់ឡោះបានសាកល្បងទៅលើបុគ្គលជាអ្នកបម្រើរបស់ទ្រង់
ហើយបុគ្គលនោះបានបំពេញនូវកាតព្វកិច្ចនៃ "ភាពអត់ធ្មត់"
ការទទួលយកដោយពេញចិត្ត
និងការផ្តេកផ្តួលតាមព្រះហឫទ័យទ្រង់
នោះទម្ងន់នៃទុក្ខសោកទាំងនោះនឹងក្លាយជាស្រាល ហើយភាពលំបាកវេទនានឹងត្រូវបានកាត់បន្ថយ។
ការដែលខ្ញុំបម្រើអល់ឡោះសង្ឃឹមជឿជាក់លើផលបុណ្យ និងរង្វាន់តបស្នង
ក៏ដូចជាការចាត់ទុកការអត់ធ្មត់
និងការពេញចិត្តនឹងព្រះលិខិតនោះថាជាការគោរពសក្ការៈ
វានឹងប្រែរាល់អ្វីដែលល្វីងជូរចត់
ឱ្យទៅជាមានរសជាតិផ្អែមល្ហែមវិញ។
ភាពផ្អែមល្ហែមនៃផលបុណ្យនឹងធ្វើឱ្យបុគ្គលនោះបំភ្លេចអស់នូវរាល់ភាពល្វីងជូរចត់
ដែលគេបានខំអត់ធ្មត់កន្លងមក។
សម្លឹងមើលទៅកាន់អ្នកដែលខ្សត់ខ្សោយជាងយើង
ក្នុងចំណោមប្រការដែលមានប្រយោជន៍បំផុតនៅ

ក្នុងបញ្ហានេះផងដែរនោះ
គឺការអនុវត្តតាមការណែនាំរបស់ព្យាការី ﷺ នៅក្នុងហាឌីសត្រឹមត្រូវមួយដែលលោកបានមានប្រសាសន៍ថា៖

(انْظُرُوا إِلَى مَنْ هُوَ أَسْفَلُ مِنْكُمْ وَلَا تَنْظُرُوا إِلَى مَنْ هُوَ فَوْقَكُمْ فَإِنَّهُ أَجْدَرُ أَنْ لَا تَزْدَرُوا نِعْمَةَ اللَّهِ عَلَيْكُمْ).

“ចូរពួកអ្នកមើលទៅកាន់អ្នកដែលនៅក្រោមពួកអ្នក
ហើយកុំមើលទៅកាន់អ្នកដែលខ្ពស់ជាងពួកអ្នក ដើម្បីកុំឲ្យពួកអ្នកមើលងាយចំពោះឧបការគុណរបស់អល់ឡោះចំពោះពួកអ្នក”។

រាយការណ៍ដោយ មូស្លីម។
ពីព្រោះថា
កាលណាដែលបុគ្គលម្នាក់បានដាក់គោលការណ៍ដ៏ខ្ពង់ខ្ពស់នេះនៅចំពោះមុខ(ពោលគឺការសម្លឹងមើលអ្នកដែលខ្វះខាតជាងខ្លួន)
គេនឹងមើលឃើញថា
ខ្លួនគេពិតជាមានសំណាងខ្ពស់ជាងមនុស្សជាច្រើនទៀត ទាំងក្នុងបញ្ហាសុខភាព
និងបញ្ហាផ្សេងៗដែលពាក់ព័ន្ធ
ក៏ដូចជាក្នុងបញ្ហាជីវភាព និងសេចក្តីត្រូវការផ្សេងៗ
ទោះបីជាស្ថានភាពរបស់គេស្ថិតក្នុងកម្រិតណាក៏ដោយ។ នៅពេលនោះ ការព្រួយបារម្ភ ទុក្ខកង្វល់
និងភាពហ្មងសៅរបស់គេនឹងរលាយបាត់ទៅ

ហើយវានឹងជំនួសមកវិញនូវសេចក្ដីត្រេកអរ
និងការពេញចិត្តចំពោះរាល់ពរជ័យរបស់អល់ឡោះ
ដែលទ្រង់បានប្រទានឱ្យគេលើសពីអ្នកដទៃ
ដែលមានស្ថានភាពទាបជាងខ្លួន។
ហើយកាលណាដែលបុគ្គលម្នាក់កាន់តែចំណាយពេលសញ្ជឹងគិតឱ្យបានស៊ីជម្រៅទៅលើឧបការគុណ(នៀកម៉ាត់)របស់អល់ឡោះ
ទាំងឧបការគុណដែលមើលឃើញនឹងភ្នែក
និងឧបការគុណដែលបង្កប់ខាងក្នុងចិត្ត
ទាំងក្នុងបញ្ហាសាសនា និងបញ្ហាលោកិយ នោះគេនឹងមើលឃើញថា
ព្រះជាម្ចាស់របស់គេ(អល់ឡោះ)
ពិតជាបានប្រទាននូវអ្វីៗដែលល្អៗជាច្រើនដល់គេ
និងបានជួយការពារគេឱ្យចាកផុតពីគ្រោះថ្នាក់ជាច្រើនអនេក។ ហើយពិតណាស់ថា
ការយល់ដឹងបែបនេះ
នឹងជួយកម្ចាត់ចោលនូវរាល់ក្ដីបារម្ភ
និងសេចក្ដីសោកសៅ
ហើយវានឹងនាំមកវិញនូវភាពរីករាយ
និងសេចក្ដីជ្រះថ្លាជាមិនខាន។

ជំពូក៖
ខិតខំព្យាយាមក្នុងការដកចេញនូវមូលហេតុ ដែលនាំមកនូវការព្រួយបារម្ភ និងការទទួលបាននូវមូលហេតុដែលនាំមកនូវភាពរីករាយ។

ក្នុងចំណោមមូលហេតុដែលនាំមកនូវភាពរីករាយ និងបំបាត់នូវការព្រួយបារម្ភនិងទុក្ខកង្វល់ គឺការព្យាយាមក្នុងការបំបាត់មូលហេតុដែលនាំមកនូវការព្រួយបារម្ភ និងការស្វែងរកមូលហេតុដែលនាំមកនូវភាពរីករាយ។

នោះគឺតាមរយៈការបំភ្លេចនូវរឿងរ៉ាវអាក្រក់ៗកន្លងមកដែលគេមិនអាចកែប្រែបាន ហើយត្រូវដឹងថា ការចំណាយពេលគិតអំពីវាគឺជាការងារឥតប្រយោជន៍ និងមិនអាចទៅរួច ហើយវាជាភាពល្ងង់ខ្លៅ និងភាពឆ្កួតលិលា។ ដូច្នេះ គេត្រូវតស៊ូជម្នះជាមួយនឹងចិត្តរបស់ខ្លួនកុំឲ្យគិតអំពីវា។

ដូចគ្នានេះដែរ គេត្រូវតស៊ូជម្នះជាមួយនឹងចិត្តរបស់ខ្លួនកុំឲ្យព្រួយបារម្ភចំពោះអ្វីដែលនឹងកើតឡើងនាពេលអនាគត ដូចជាការស្រមៃពីភាពក្រីក្រ ការភ័យខ្លាច ឬរឿងរ៉ាវអាក្រក់ៗផ្សេងទៀតដែលគេគិតថា នឹងអាចកើតមានក្នុងជីវិតនាពេលខាងមុខ។

ដូច្នេះ
គេនឹងដឹងថា រាល់រឿងរ៉ាវនាពេលអនាគត គឺជាអ្វីដែលមិនអាចដឹងមុនបានឡើយ
ទោះជាជោគវាសនានោះល្អ ឬអាក្រក់ សេចក្តីសង្ឃឹម ឬការឈឺចាប់ក៏ដោយ។ ហើយរឿងរ៉ាវទាំងនោះ
គឺស្ថិតនៅក្នុងព្រះហឫទ័យរបស់ព្រះជាម្ចាស់ដ៏មហាខ្លាំងពូកែ មហាគតិបណ្ឌិត ដោយគ្មានបុគ្គលណាម្នាក់អាចសម្រេចអ្វីបានឡើយ
ក្រៅតែពីការខិតខំប្រឹងប្រែងដើម្បីទទួលបាននូវអ្វីដែលល្អ និងការការពារខ្លួនពីផលអាក្រក់ប៉ុណ្ណោះ។
ហើយនៅពេលដែលបុគ្គលនោះបានដឹងថា ប្រសិនបើគេបង្វែរគំនិតចេញពីការខ្វល់ខ្វាយចំពោះអនាគត
ហើយងាកមកប្រគល់ការទុកចិត្តលើព្រះជាម្ចាស់របស់គេក្នុងការរៀបចំកិច្ចការទាំងនោះឱ្យបានល្អប្រសើរ
និងមានទំនុកចិត្តយ៉ាងមុតមាំលើទ្រង់ នោះចិត្តរបស់គេនឹងទទួលបាននូវសេចក្តីស្ងប់ ស្ថានភាពជីវិតរបស់គេនឹងមានភាពល្អប្រសើរឡើង
ហើយរាល់កង្វល់ និងភាពតានតឹងទាំងឡាយនឹងរលាយបាត់ទៅជាមិនខាន។
បួងសួងសុំទៅចំពោះអល់ឡោះជាម្ចាស់

ហើយក្នុងចំណោមមធ្យោបាយដ៏មានប្រយោជន៍បំផុតក្នុងការរៀបចំខ្លួនសម្រាប់រឿងរ៉ាវនាពេលអនាគតនោះ

គឺការប្រើប្រាស់នូវពាក្យបួងសួង(ទូអា) ខាងក្រោមនេះ

ដែលព្យាការី ﷺ ដែលព្យាការី ﷺ តែងតែនឹងពាក្យនេះ ដោយលោកបានបួងសួងថា៖

(اللَّهُمَّ أَصْلِحْ لِي دِينِي الَّذِي هُوَ عِصْمَةُ أَمْرِي وَأَصْلِحْ لِي دُنْيَايَ الَّتِي فِيهَا مَعَاشِي، وَأَصْلِحْ لِي آخِرَتِي الَّتِي إِلَيْهَا مَعَادِي، وَاجْعَلِ الْحَيَاةَ زِيَادَةً لِي فِي كُلِّ خَيْرٍ وَالْمَوْتَ رَاحَةً لِي مِنْ كُلِّ شَرٍّ).

“ឱអល់ឡោះជាម្ចាស់!

សូមទ្រង់មេត្តាកែតម្រូវឲ្យខ្ញុំនូវសាសនារបស់ខ្ញុំដែលវាគឺជាអ្នកការពារកិច្ចការរបស់ខ្ញុំ។

សូមទ្រង់មេត្តាកែតម្រូវឲ្យខ្ញុំនូវលោកិយរបស់ខ្ញុំដែលវាជាកន្លែងរស់នៅរបស់ខ្ញុំ

និងសូមទ្រង់មេត្តាកែតម្រូវឲ្យខ្ញុំនូវបរលោករបស់ខ្ញុំដែលវាជាកន្លែងវិលត្រឡប់របស់ខ្ញុំផង។

ហើយសូមទ្រង់មេត្តាធ្វើឲ្យជីវិតរស់នៅ(ក្នុងលោកិ)

គឺជាការបន្ថែមនូវប្រការល្អទាំងអស់ដល់ខ្ញុំ ហើយធ្វើឲ្យការស្លាប់

គឺជាការសម្រាកសម្រាប់ខ្ញុំពីប្រការអាក្រក់ទាំងឡាយផង”។

រាយការណ៍ដោយ មូស្លីម។

ក៏ដូចគ្នាដែរ

លោកបានបួងសួងថា៖

(اللَّهُمَّ رَحْمَتَكَ أَرْجُو فَلَا تَكِلْنِي إِلَى نَفْسِي طَرْفَةَ عَيْنٍ وَأَصْلِحْ لِي شَأْنِي كُلَّهُ، لَا إِلَهَ إِلَّا أَنتَ).

“ឱអល់ឡោះជាម្ចាស់!

ខ្ញុំសង្ឃឹមលើក្ដីមេត្តាករុណារបស់ទ្រង់(តែមួយគត់)។ ហេតុនេះ សូមទ្រង់មេត្តាកុំទុកខ្ញុំឲ្យពឹងផ្អែកលើខ្លួនឯងសូម្បីតែមួយប៉ព្រិចភ្នែកក៏ដោយ។

ហើយសូមទ្រង់មេត្តាកែលម្អកិច្ចការទាំងអស់របស់ខ្ញុំផង។

គ្មានទេម្ចាស់ដែលត្រូវគោរពសក្ការៈដ៏ពិតប្រាកដ

ក្រៅពីអល់ឡោះឡើយ។

រាយការណ៍ដោយ

អាពូហ្ទាវូទ ដោយអ៊ិសណាតសហេស

ដូច្នេះ

កាលណាដែលបុគ្គលម្នាក់ព្យាយាមបួងសួងដោយចិត្តមុតមាំនូវពាក្យបួងសួង(ទូអា)នេះ ដែលបង្កប់នូវការសុំឱ្យមានភាពល្អប្រសើរសម្រាប់អនាគត

ទាំងក្នុងបញ្ហាសាសនា និងបញ្ហាលោកិយ ដោយចិត្តផ្ដោតអារម្មណ៍

និងបំណងចិត្តដ៏ស្មោះត្រង់

រួមផ្សំជាមួយនឹងការខិតខំប្រឹងប្រែងអស់ពីសមត្ថភាពដើម្បីសម្រេចនូវគោលដៅនោះ

នោះអល់ឡោះជាម្ចាស់នឹងផ្តល់ឱ្យគេនូវអ្វីដែលរូបគេបានបួងសួង បានសង្ឃឹម និងបានខិតខំធ្វើ។ នៅពេលនោះហើយ ដែលទុក្ខកង្វល់របស់គេនឹងប្រែខ្លាយទៅជាភាពភាពសប្បាយរីករាយវិញ។

ជំពូកៈ កំណត់ទុកនូវលទ្ធភាពដែលអាក្រក់បំផុតដែលអាចកើតមាន

ក្នុងចំណោមមូលហេតុដែលមានផលប្រយោជន៍បំផុតដើម្បីបំបាត់នូវការថប់បារម្ភ និងទុក្ខព្រួយ នៅពេលដែលបុគ្គលម្នាក់ជួបប្រទះនឹងគ្រោះអាក្រក់ ឬឧបសគ្គណាមួយនោះ គឺការព្យាយាមសម្រាលនូវទុក្ខសោកទាំងនោះដោយការគិតទុកជាមុននូវលទ្ធភាពអាក្រក់បំផុតដែលអាចនឹងកើតឡើង ហើយត្រៀមចិត្តសម្រាប់រឿងនោះ។ កាលណាត្រៀមចិត្តសម្រាប់រឿងនោះរួចរាល់ហើយ គេត្រូវព្យាយាមបន្តទៀតដើម្បីសម្រាលនូវអ្វីដែលដោះស្រាយបានទៅតាមលទ្ធភាពដែលគេអាចធ្វើទៅបាន។

តាមរយៈការត្រៀមចិត្តទុកជាមុនផង និងការខិតខំប្រឹងប្រែងដ៏មានប្រយោជន៍នេះផង

វានឹងធ្វើឱ្យកង្វល់
និងទុក្ខសោកទាំងឡាយរលាយបាត់ទៅ
ហើយការខិតខំប្រឹងប្រែងនោះ
នឹងក្លាយជាកម្លាំងរុញច្រានក្នុងការនាំមកនូវផលប្រយោជន៍
និងការទប់ស្កាត់នូវផលវិបាកទាំងឡាយដែលបុគ្គលនោះអាចធ្វើទៅបាន។
ដូច្នេះ
នៅពេលដែលមានមូលហេតុនៃភាពភ័យខ្លាច
មូលហេតុនៃជំងឺតម្កាត់ ឬមូលហេតុនៃភាពក្រីក្រ
និងការបាត់បង់នូវអ្វីដែលខ្លួនស្រឡាញ់បានមកដល់ ចូរឱ្យបុគ្គលនោះទទួលយកវាដោយចិត្តនឹងនរ
និងការបង្វឹកចិត្តឱ្យត្រៀមខ្លួនជាមុនចំពោះរឿងទាំងនោះ
ឬសូម្បីតែចំពោះកម្រិតដែលអាក្រក់បំផុតក៏ដោយ។
ព្រោះថាការបង្វឹកចិត្តឱ្យត្រៀមលក្ខណៈសម្រាប់ប្រឈមនឹងរឿងរ៉ាវដែលមិនគាប់ចិត្ត
វានឹងធ្វើឱ្យរឿងទាំងនោះក្លាយជាស្រាល
ហើយកាត់បន្ថយភាពធ្ងន់ធ្ងររបស់វា ជាពិសេស
ប្រសិនបើគេធ្វើឱ្យខ្លួនឯងមមាញឹកនឹងការទប់ទល់នឹងបញ្ហាទាំងនោះតាមលទ្ធភាពដែលអាចធ្វើទៅបាន
នោះគេនឹងទទួលបាននូវលទ្ធផលពីរក្នុងពេលតែមួយ គឺការត្រៀមចិត្តដ៏រឹងមាំ

រួមផ្សំនឹងការខិតខំប្រឹងប្រែងដ៏មានប្រយោជន៍ដែលជួយបង្វែរអារម្មណ៍កុំឱ្យផ្ដោតលើទុក្ខសោក។

គេត្រូវតែតស៊ូជម្នះចិត្តខ្លួនឯងដើម្បីពង្រឹងកម្លាំងទប់ទល់នឹងឧបសគ្គដោយពឹងផ្អែក

និងមានទំនុកចិត្តយ៉ាងមុតមាំលើអល់ឡោះ។ ពិតណាស់ថា

រឿងរ៉ាវទាំងនេះមានសារៈប្រយោជន៍យ៉ាងធំធេងក្នុងការនាំមកនូវសេចក្ដីត្រេកអរ

និងភាពស្រឡះក្នុងចិត្ត រួមជាមួយក្ដីសង្ឃឹមលើផលបុណ្យទាំងក្នុងលោកិយ និងបរលោក។

នេះគឺជាអ្វីដែលគេបានឃើញ និងបានសាកល្បងរួចមកហើយ ហើយរឿងរ៉ាវនៃអ្នកដែលបានសាកល្បងវិធីនេះ

គឺមានច្រើនអនេក។

ជំពូក៖
ដួងចិត្តរឹងមាំ ការមិនតក់ស្លុត និងមិនជ្រួលច្របល់

ក្នុងចំណោមការព្យាបាលដ៏ប្រសើរបំផុតសម្រាប់ជំងឺផ្លូវចិត្ត

ក៏ដូចជាជំងឺផ្លូវកាយផងដែរនោះគឺ ដួងចិត្តរឹងមាំ និងការមិនឲ្យវាមានការតក់ស្លុត ជ្រួលច្របល់និងរំជើបរំជួលទៅតាមការស្រមើស្រមៃ

និងការមមើមមាយដែលនាំមកដោយគំនិតមិន

ល្អទាំងឡាយ។
កំហឹង
ភាពច្របូកច្របល់
និងការព្រួយបារម្ភពីការកើតឡើងនូវរឿងអាក្រក់និងការបាត់បង់នូវអ្វីដែលខ្លួនស្រឡាញ់
គឺជាមូលហេតុដ៏ឈឺចាប់ដែលធ្វើឱ្យបុគ្គលម្នាក់ធ្លាក់ទៅក្នុងភាពសោកសៅ ទុក្ខព្រួយ
ជំងឺផ្លូវចិត្តនិងផ្លូវកាយ
និងជំងឺសរសៃប្រសាទដែលមានផលវិបាកអាក្រក់ជាច្រើន
ហើយមនុស្សទូទៅបានឃើញនូវគ្រោះថ្នាក់របស់វា។
ប្រគល់ការទុកចិត្តលើអល់ឡោះជាម្ចាស់
នៅពេលណាដែលដួងចិត្តពឹងផ្អែកលើអល់ឡោះជាម្ចាស់
និងប្រគល់ការទុកចិត្តចំពោះទ្រង់
មិនចុះចាញ់នឹងការស្រមើស្រមៃ
ហើយក៏មិនត្រូវបានគ្រប់គ្រងដោយការគិតអាក្រក់ៗ ព្រមទាំងជឿជាក់លើអល់ឡោះ
និងសង្ឃឹមចំពោះក្តីសប្បុរសរបស់ទ្រង់នោះ
ទុក្ខកង្វល់
និងទុក្ខសោកទាំងឡាយនឹងត្រូវបានរសាយ។
មិនតែប៉ុណ្ណោះ
វានឹងជួយកម្ចាត់អស់នូវជំងឺផ្លូវកាយ
និងផ្លូវចិត្តជាច្រើន
ហើយធ្វើឱ្យចិត្តទទួលបាននូវភាពរឹងមាំ

ភាពស្រឡះ
និងសេចក្ដីសុខដែលមិនអាចពណ៌នាបាន។
តើមានមនុស្សប៉ុន្មាននាក់ហើយ
ដែលត្រូវសម្រាកពេញមន្ទីរពេទ្យដោយសារតែជំងឺ
"មន្ទិលសង្ស័យ" និង
"ការស្រមៃផ្ដេសផ្ដាស"?
ហើយតើរឿងរ៉ាវទាំងនេះបានជះឥទ្ធិពលអាក្រក់ដល់
ចិត្តរបស់មនុស្សជាច្រើនយ៉ាងណាខ្លះ
សូម្បីតែអ្នកដែលធ្លាប់តែរឹងមាំ
កុំថាឡើយដល់អ្នកដែលទន់ជ្រាយនោះ។
វាថែមទាំងបាននាំឱ្យមនុស្សខ្លះក្លាយជាមនុស្សល្ងីល្ងើ
និងឆ្កួតវង្វេងទៀតផង។
ចំណែកឯអ្នកដែលទទួលបានសុខភាពល្អពិតប្រាកដ
គឺជាអ្នកដែលអល់ឡោះបានប្រទានសេចក្ដីសុខឱ្យ
និងបានជួយតម្រង់ទិសគេឱ្យចេះតស៊ូជម្នះចិត្តខ្លួនឯង
ដើម្បីស្វែងរកមធ្យោបាយដ៏មានប្រយោជន៍ក្នុងការពង្រឹងកម្លាំងចិត្ត និងកម្ចាត់នូវភាពតានតឹង។
អល់ឡោះជាម្ចាស់បានមានបន្ទូលថា៖

﴿...وَمَن يَتَوَكَّلْ عَلَى ٱللَّهِ فَهُوَ حَسْبُهُۥٓ...﴾

"ហើយជនណាដែលប្រគល់ការទុកចិត្តលើអល់ឡោះ គឺទ្រង់(តែមួយគត់)គ្រប់គ្រាន់ហើយសម្រាប់គេ"។
គម្ពីរគួរអាន ជំពូក៦៥ វាក្យខណ្ឌទី៣
ពោលគឺ

ទ្រង់តែមួយ
គឺគ្រប់គ្រាន់ហើយសម្រាប់គេនូវរាល់កិច្ចការទាំងអស់ដែលជាក្តីកង្វល់របស់គេ
ទាំងកិច្ចការសាសនា និងលោកិយ។
ដូច្នេះ អ្នកដែលប្រគល់ការទុកចិត្តលើអល់ឡោះ
គឺជាអ្នកដែលមានចិត្តរឹងមាំ
ដែលភាពមន្ទិលសង្ស័យទាំងឡាយមិនអាចជះឥទ្ធិពលលើគេបានឡើយ
ហើយរាល់ហេតុការណ៍នានាក៏មិនអាចធ្វើឱ្យគេតក់ស្លុតបានដែរ ព្រោះគេដឹងយ៉ាងច្បាស់ថា
ការតក់ស្លុតទាំងនោះគឺជាសញ្ញានៃភាពទន់ជ្រាយនៃផ្លូវចិត្ត
និងជាភាពភ័យខ្លាចដែលគ្មានការពិតទាល់តែសោះ។ ជាមួយគ្នានោះដែរ
គេដឹងថាអល់ឡោះបានធានាអះអាងចំពោះអ្នកដែលប្រគល់ការទុកលើទ្រង់នូវការជួយជ្រោមជ្រែងយ៉ាងគ្រប់គ្រាន់បំផុត។
ហេតុនេះហើយ គេក៏មានទំនុកចិត្តលើអល់ឡោះ
និងមានសេចក្តីស្ងប់ក្នុងចិត្តចំពោះសន្យារបស់ទ្រង់ ដែលធ្វើឱ្យទុក្ខកង្វល់
និងភាពតានតឹងរបស់គេរលាយបាត់ទៅ។ ភាពលំបាករបស់គេនឹងប្រែជាភាពងាយស្រួល
ទុក្ខសោករបស់គេនឹងប្រែជាសេចក្តីត្រេកអរ
ហើយភាពភ័យខ្លាចរបស់គេនឹងប្រែជាសេចក្តីសុខក្សេមក្សាន្តវិញ។

យើងសូមបួងសួងដល់អល់ឡោះជាម្ចាស់
សូមទ្រង់មេត្តាប្រទាននូវភាពសុខសាន្ត
និងសូមទ្រង់មេត្តាប្រទានដល់យើងនូវភាពរឹងមាំ
និងភាពនឹងនរនៃផ្លូវចិត្ត
ក៏ដូចជាការប្រគល់ការទុកចិត្តលើទ្រង់យ៉ាងពេញលេញ
ដែលអល់ឡោះបានធានាដល់អ្នកប្រតិបត្តិវានូវរាល់សេចក្តីសុខល្អ
និងការទប់ស្កាត់រាល់អ្វីដែលមិនគាប់ចិត្ត
និងគ្រោះថ្នាក់ទាំងពួង។

ជំពូក៖

បង្ហាត់ខ្លួនឱ្យចេះអត់ធ្មត់នឹងចំណុចខ្វះខាតរបស់អ្នកដទៃ

ព្យាការី
ﷺ លោកបានមានប្រសាសន៍ថា៖

(لَا يَفْرَكْ مُؤْمِنٌ مُؤْمِنَةً إِنْ كَرِهَ مِنْهَا خُلُقًا رَضِيَ مِنْهَا خُلُقًا آخَرَ).

“បុរសមានជំនឿ(ជាស្វាមី)មិនត្រូវស្អប់ស្ត្រីមានជំនឿ(ជាភរិយា)ឡើយ។
ប្រសិនបើគេមិនពេញចិត្តចំពោះចរិតលក្ខណៈណាមួយរបស់នាង
គេនឹងពេញចិត្តចំពោះចរិតលក្ខណៈផ្សេងទៀតរបស់នាង”។
រាយការណ៍ដោយ មូស្លីម។

មេរៀនដ៏ធំធេងចំនួនពីរ៖

ទីមួយ៖

ណែនាំអំពីរបៀបប្រាស្រ័យទាក់ទងជាមួយភរិយា សាច់ញាតិ មិត្តភក្តិ រួមទាំងអ្នករួមការងារ និងអ្នកទាំងឡាយដែលមានទំនាក់ទំនងជាមួយអ្នក ។

ពោលគឺ

អ្នកគួរតែបង្ហាត់ចិត្តខ្លួនឯងឱ្យទទួលស្គាល់ការពិតថា វាមិនអាចខ្វះបានឡើយនូវចំណុចខ្វះខាត ឬចំណុចមិនល្អណាមួយដែលអ្នកមិនពេញចិត្តនៅក្នុងខ្លួនពួកគេ។

ប្រសិនបើអ្នកប្រទះឃើញនូវចំណុចខ្វះខាតទាំងនោះ ចូរអ្នកធ្វើការប្រៀបធៀបរវាងចំណុចអវិជ្ជមាននោះ ជាមួយនឹងតម្លៃនៃទំនាក់ទំនងដែលអ្នកត្រូវរក្សា និងសេចក្តីស្រឡាញ់ដែលគួរមាន ដោយការរំលឹកដល់ចំណុចល្អៗ និងគោលបំណងល្អៗរបស់ពួកគេ (ទាំងរឿងផ្ទាល់ខ្លួន និងរឿងទូទៅ)។

តាមរយៈការធ្វើមិនដឹងមិនឮចំពោះចំណុចអាក្រក់ខ្លះ ហើយបែរមកសម្លឹងមើលចំណុចល្អៗវិញ នោះទំនាក់ទំនងមិត្តភាព និងការរាប់អាននឹងនៅតែបន្តស្ថិតស្ថេរយូរអង្វែង

ហើយសេចក្តីស្ងប់ក្នុងចិត្តក៏នឹងកើតមានដល់រូបអ្នកផងដែរ។

ទីពីរៈ ការរសាយបាត់ទៅវិញនៃក្តីព្រួយបារម្ភ និងទុក្ខកង្វល់ ការរក្សាបាននូវភាពជ្រះថ្លាក្នុងចិត្ត ការបន្តបំពេញនូវកាតព្វកិច្ចទាំងឡាយ(ទាំងកាតព្វកិច្ចចាំបាច់ និងកាតព្វកិច្ចគួរធ្វើ) ក៏ដូចជាការទទួលបាននូវសេចក្តីសុខរវាងភាគីទាំងសងខាង។ ផ្ទុយទៅវិញ បុគ្គលណាដែលមិនរៀនសូត្រតាមការណែនាំដែលព្យាការី ﷺ បានលើកឡើងនេះ ពោលគឺគេធ្វើផ្ទុយពីនេះ ដោយការសម្លឹងដក់ចិត្តតែលើចំណុចអាក្រក់ ហើយធ្វើជាខ្វាក់មិនមើលឃើញនូវចំណុចល្អៗ នោះគេច្បាស់ជាត្រូវរស់ក្នុងទុក្ខកង្វល់ ហើយទំនាក់ទំនងមិត្តភាពរវាងគេ និងអ្នកដទៃច្បាស់ជាត្រូវល្អក់កករជាមិនខាន។ លើសពីនេះ វានឹងធ្វើឱ្យដាច់ដោចនូវកាតព្វកិច្ចជាច្រើនដែលភាគីនីមួយៗគួរតែយកចិត្តទុកដាក់ថែរក្សាឱ្យបានល្អចំពោះគ្នាទៅវិញទៅមក។

មនុស្សជាច្រើនដែលមានស្មារតីរឹងមាំ និងមានមហិច្ឆតាខ្ពស់ តែងតែអាចបង្ខាត់ចិត្តខ្លួនឯងឱ្យមានភាពអត់ធ្មត់ និងនឹងនរនៅពេលជួបប្រទះនឹងមហន្តរាយ ឬរឿងរ៉ាវរន្ធត់ធំៗ។

ប៉ុន្តែចំពោះរឿងរ៉ាវកំប៉ិកកំប៉ុក

ឬរឿងតូចតាចសោះ ពួកគេបែរជាកើតកង្វល់

ហើយធ្វើឱ្យចិត្តដែលធ្លាប់តែជ្រះថ្លាត្រូវល្អក់កករទៅវិញ។ មូលហេតុនៃបញ្ហានេះ

គឺដោយសារតែពួកគេបានត្រៀមចិត្តសម្រាប់តែរឿងធំៗ
ប៉ុន្តែបែរជាបណ្ដោយចិត្ត(មិនបានត្រៀមខ្លួន)សម្រាប់រឿងតូចតាច។

ជារួម
រឿងតូចតាចទាំងនោះហើយដែលបានធ្វើឱ្យប៉ះពាល់និងបំផ្លាញសេចក្ដីសុខរបស់ពួកគេ។

ដូច្នេះ បុគ្គលដែលឈ្លាសវៃពិតជាត្រូវបង្ហាត់ចិត្តខ្លួនឯងឱ្យរឹងមាំទាំងចំពោះរឿងតូច

និងរឿងធំ
ហើយត្រូវស្វែងរកជំនួយពីអល់ឡោះលើកិច្ចការទាំងនោះ
ដោយបួងសួងសូមកុំឱ្យទ្រង់បោះបង់រូបគេឱ្យនៅម្នាក់ឯង

សូម្បីតែមួយប៉ប្រិចភ្នែកក៏ដោយ។
នៅពេលនោះហើយ
ដែលរឿងតូចតាចនឹងក្លាយជាស្រាល
និងងាយស្រួលសម្រាប់គេ

ដូចដែលរឿងធំៗធ្លាប់ជាស្រាល
និងងាយស្រួលសម្រាប់គេដូច្នោះដែរ។

ហើយគេនឹងនៅតែបន្តរក្សាបាននូវភាពស្ងប់សុខក្នុងវិញ្ញាណ

មានចិត្តដែលនឹងនរ និងរស់នៅប្រកបដោយសេចក្តីស្ងប់សុខជានិច្ច។

ជំពូក៖ មិនបណ្តោយឱ្យការព្រួយបារម្ភបន្តទៅមុខទៀត

បុគ្គលដែលមានបញ្ញា

ច្បាស់ជាដឹងថា ជីវិតដ៏ពិតប្រាកដរបស់គេ គឺជាជីវិតដែលប្រកបដោយសេចក្តីសុខ

និងភាពស្ងប់ស្ងាត់ ហើយជីវិតនោះទៀតសោត គឺខ្លីណាស់។ ហេតុនេះ គេមិនគួរធ្វើឱ្យជីវិតដ៏ខ្លីនេះ

កាន់តែខ្លីជាងមុន ដោយសារតែការចំណាយពេលទៅលើការបារម្ភ

និងការបណ្តោយចិត្តឱ្យដេកដួលក្នុងទុក្ខសោកឡើយ

ព្រោះទង្វើទាំងនោះគឺជាសត្រូវនៃជីវិតដ៏ត្រឹមត្រូវ។ គេត្រូវតែមានភាព"កំណាញ់"ចំពោះពេលវេលានៃជីវិតរបស់គេ

ដោយមិនត្រូវបណ្តោយឱ្យវាបាត់បង់ទៅជាចំណាប់ខ្មាំងនៃទុក្ខកង្វល់ និងភាពហ្មងសៅឡើយ។

ក្នុងចំណុចនេះ មិនថាជាបុគ្គលល្អ ឬបុគ្គលអាក្រក់ឡើយ(សុទ្ធតែត្រូវការសេចក្តីសុខដូចគ្នា)

ប៉ុន្តែសម្រាប់អ្នកដែលមានជំនឿ គេនឹងទទួលបានចំណែកនៃសេចក្ដីសុខនេះច្រើនជាងគេបំផុត

ហើយទទួលបានផលប្រយោជន៍ដ៏ពិតប្រាកដ ទាំងក្នុងពេលបច្ចុប្បន្ន និងទៅថ្ងៃអនាគត។

ប្រៀបធៀបរវាងឧបការគុណរបស់អល់ឡោះ

និងទុក្ខលំបាកដែលគេជួបប្រទះ

ហើយជាការគប្បីផងដែរ

នៅពេលដែលបុគ្គលម្នាក់បានជួបប្រទះនូវរឿងមិនគាប់ចិត្ត ឬមានភាពភ័យខ្លាចចំពោះវា

គេគួរតែធ្វើការប្រៀបធៀបរវាងឧបការគុណ(នៀកម៉ាត់)ដែលខ្លួនកំពុងមាន

ទាំងក្នុងបញ្ហាសាសនា និងបញ្ហាលោកិយ ជាមួយនឹង"រឿងមិនគាប់ចិត្ត"ដែលបានកើតឡើងចំពោះគេនោះ។

នៅពេលដែលគេធ្វើការប្រៀបធៀបបែបនេះ គេនឹងឃើញយ៉ាងច្បាស់ថា ពរជ័យ និងឧបការគុណដែលគេកំពុងមាន

គឺមានច្រើនលើសលប់បំផុត។ ចំណែកឯទុក្ខសោកដែលគេបានជួបប្រទះនោះ គឺមានសភាពតូចតាច ដែលវានឹងរលាយបាត់ទៅវិញតែប៉ុណ្ណោះ។

ក៏ដូចគ្នាដែរ

គេគួរតែធ្វើការប្រៀបធៀបរវាង

"អ្វីដែលគេភ័យខ្លាចថាអាចនឹងកើតឡើងជា

គ្រោះថ្នាក់" ជាមួយនឹង
"លទ្ធភាពជាច្រើនផ្សេងទៀតដែលគេអាចនឹងទទួលបាននូវសុវត្ថិភាព"។ ដូច្នេះ
គេមិនត្រូវបណ្តោយឱ្យ "លទ្ធភាពដ៏តូចទាប" (នៃគ្រោះថ្នាក់) មកឈ្នះលើ
"លទ្ធភាពដ៏ច្រើនលើសលប់ និងរឹងមាំ" (នៃសុវត្ថិភាព)ឡើយ។ តាមរយៈវិធីនេះ
កង្វល់
និងភាពភ័យខ្លាចរបស់គេនឹងរលាយបាត់ទៅ។ លើសពីនេះ គេត្រូវសន្មតនូវ
"លទ្ធផលដែលអាក្រក់បំផុត" ដែលអាចនឹងកើតឡើងចំពោះគេ
រួចហើយបង្ហាត់ចិត្តឱ្យទទួលយកវាទុកជាមុន ប្រសិនបើវាត្រូវកើតឡើងមែន។ ជាមួយគ្នានោះ
គេត្រូវខិតខំប្រឹងប្រែងដើម្បីទប់ស្កាត់នូវអ្វីដែលមិនទាន់កើតឡើង និងព្យាយាមដោះស្រាយ
ឬសម្រាលនូវអ្វីដែលបានកើតឡើងរួចហើយឱ្យមកនៅកម្រិតទាបបំផុត។
ការបៀតបៀនរបស់ដទៃ
វានឹងផ្តល់ផលអាក្រក់ដល់ពួកគេតែប៉ុណ្ណោះ ដរាបណាអ្នកមិនយកចិត្តទុកដាក់ ឬមិនខ្វល់ខ្វាយនឹងវា។
ហើយក្នុងចំណោមប្រការដែលមានផលប្រយោជន៍នោះគឺ
អ្នកត្រូវដឹងថា ការបញ្ឈឺរបស់អ្នកដទៃមកលើអ្នកជាពិសេសតាមរយៈពាក្យសម្តីអាក្រក់ៗ

គឺវាមិនបង្កគ្រោះថ្នាក់ដល់អ្នកនោះទេ
តែវាបង្កគ្រោះថ្នាក់ដល់ពួកគេទៅវិញប៉ុណ្ណោះ
លើកលែងតែអ្នកផ្តោតអារម្មណ៍យកចិត្តទុកដាក់នឹងវា
ហើយបណ្តោយឲ្យវាមកគ្រប់គ្រងលើផ្លូវចិត្តរបស់អ្នក។
នៅពេលនោះហើយដែលវានឹងបង្កគ្រោះថ្នាក់ដល់អ្នក ដូចដែលវាបានបង្កគ្រោះថ្នាក់ដល់ពួកគេដែរ។
ចំណែកឯប្រសិនបើអ្នកមិនបានយកចិត្តទុកដាក់នឹងវាទេនោះ
វាក៏មិនអាចបង្កគ្រោះថ្នាក់អ្វីដល់អ្នកបានដែរ។
ចូរធ្វើឱ្យជីវិតរបស់អ្នកស្រស់បំព្រងដោយការគិតនូវរឿងរ៉ាវដែលមានប្រយោជន៍
អ្នកត្រូវដឹងថា
ជីវិតរបស់អ្នក គឺអាស្រ័យទៅលើគំនិតរបស់អ្នក។ ដូច្នេះ
ប្រសិនបើវាជាគំនិតដែលនាំមកនូវផលប្រយោជន៍ដល់អ្នកក្នុងសាសនា
ឬក្នុងលោកិយ
នោះជីវិតរបស់អ្នកនឹងមានភាពល្អប្រសើរ
និងមានសុភមង្គល។ បើមិនដូច្នោះទេ
នោះវានឹងផ្ទុយពីនេះទៅវិញ។
ចូរឲ្យការប្រព្រឹត្តរបស់អ្នក
គឺដើម្បីអល់ឡោះ
មិនមែនដើម្បីមនុស្សលោកឡើយ។

ក្នុងចំណោមប្រការដែលមានប្រយោជន៍បំផុតក្នុងការកម្ចាត់នូវទុក្ខកង្វល់នានា

គឺការដែលអ្នកត្រូវបង្ហាត់ចិត្តខ្លួនឯងឱ្យកុំស្វែងរកការដឹងគុណពីនរណាម្នាក់ឡើយ

ក្រៅពីអល់ឡោះ។ ដូច្នេះ នៅពេលដែលអ្នកបានធ្វើល្អចំពោះអ្នកដែលមានសិទ្ធិលើអ្នក(ដូចជាឪពុកម្តាយ

ប្តីប្រពន្ធ) ឬអ្នកដែលគ្មានសិទ្ធិលើអ្នកក៏ដោយ ចូរអ្នកដឹងថា

នេះគឺជាការប្រព្រឹត្តរបស់អ្នកជាមួយអល់ឡោះតែប៉ុណ្ណោះ។ ហេតុនេះ កុំខ្វល់ខ្វាយនឹងការដឹងគុណពីអ្នកដែលអ្នកបានផ្តល់សេចក្តីល្អឱ្យនោះឡើយ

ដូចដែលអល់ឡោះបានមានបន្ទូលអំពីលក្ខណៈនៃខ្ញុំបម្រើដ៏ខ្ពង់ខ្ពស់របស់ទ្រង់ថា៖

﴿إِنَّمَا نُطۡعِمُكُمۡ لِوَجۡهِ ٱللَّهِ لَا نُرِيدُ مِنكُمۡ جَزَآءٗ وَلَا شُكُورًا ٩﴾

“(ពួកគេនិយាយថា៖)

តាមពិត ពួកយើងផ្តល់អាហារដល់ពួកអ្នក គឺដើម្បីទទួលបានការពេញចិត្តពីអល់ឡោះប៉ុណ្ណោះ

ដោយពួកយើងមិនចង់បានការតបស្នង និងការថ្លែងអំណរគុណអ្វីពីពួកអ្នកឡើយ”។

គម្ពីរគួរអាន ជំពូក៧៦ វាក្យខណ្ឌទី៩

ចំណុចនេះ គឺកាន់តែចាំបាច់បំផុតក្នុងការប្រព្រឹត្តជាមួយសមាជិ

កគ្រួសារ
កូនៗ
និងអ្នកដែលមានទំនាក់ទំនងស្និតរមួតជាមួយអ្នក។
កាលណាអ្នកបង្ហាត់ចិត្តខ្លួនឯងឱ្យឈប់សម្លឹងរក
ចំណុចអាក្រក់របស់ពួកគេ
នោះអ្នកនឹងផ្តល់សេចក្តីសុខដល់គេ
ហើយខ្លួនអ្នកផ្ទាល់ក៏ទទួលបានសេចក្តីសុខដែរ។
ក្នុងចំណោមមូលហេតុនៃសេចក្តីសុខផងដែរ
គឺការប្រកាន់ខ្ជាប់នូវគុណធម៌
និងការអនុវត្តវាតាមសន្ទុះចិត្តដែលចង់ធ្វើ(ដោយកា
រស្ម័គ្រចិត្ត)
ដោយមិនបង្ខំខ្លួនឯងហួសហេតុ
រហូតដល់ថ្នាក់បង្កើតជាកង្វល់
ដែលធ្វើឱ្យអ្នកបរាជ័យក្នុងការទទួលបានគុណធម៌
នោះទៅវិញ
ដោយសារអ្នកដើរតាមផ្លូវដែលតឹងតែងពេក។
នេះហើយគឺជាផ្នែកមួយនៃគតិបណ្ឌិត(ហិកម៉ាត់)។
ហើយអ្នកត្រូវចេះកែច្នៃរឿងរ៉ាវដែលល្អក់កករ
ឱ្យក្លាយជារឿងរ៉ាវដែលជ្រះថ្លា
និងផ្អែមល្ហែមវិញ ដែលតាមរយៈវិធីនេះ
ភាពរីករាយក្នុងជីវិតនឹងកើនឡើង
ហើយរាល់ភាពហ្មងសៅនឹងរលាយបាត់ទៅ។
ផ្តោតលើអ្វីដែលមានប្រយោជន៍
និងបោះបង់ចោលអ្វីដែលបង្កគ្រោះថ្នាក់
ចូរដាក់គោលដៅលើរឿងរ៉ាវដែលមានប្រយោជន៍

ឱ្យនៅចំពោះមុខអ្នកជានិច្ច
ហើយខិតខំប្រឹងប្រែងដើម្បីសម្រេចវាឱ្យបាន។
ចូរអ្នកកុំងាករេទៅចាប់អារម្មណ៍នឹងរឿងរ៉ាវដែលផ្តល់ផលអាក្រក់ឡើយ
ដើម្បីឱ្យអ្នកអាចបំភ្លេចនូវរាល់មូលហេតុដែលនាំមកនូវកង្វល់ និងទុក្ខសោក។ បន្ថែមពីនេះ
ចូរប្រើប្រាស់ការសម្រាកឱ្យបានត្រឹមត្រូវ
និងការប្រមូលផ្តុំស្មារតីឱ្យមូល
ដើម្បីសម្រេចរាល់កិច្ចការងារដែលសំខាន់ៗ។
សម្រេចកិច្ចការងារទាំងឡាយឱ្យចប់សព្វគ្រប់ភ្លាមៗ
កុំបង្អែរបង្អង់
ក្នុងចំណោមប្រការដែលមានប្រយោជន៍បំផុតនោះ
គឺការសម្រេចកិច្ចការងារឱ្យចប់សព្វគ្រប់ភ្លាមៗ ដោយមិនបង្អែរបង្អង់ដើម្បីទុកពេលទំនេរសម្រាប់ពេលអនាគត
ពីព្រោះថា
ប្រសិនបើការងារទាំងឡាយមិនត្រូវបានសម្រេចឱ្យចប់ទេនោះ
ការងារដែលនៅសេសសល់ពីមុននឹងនៅគរលើគ្នាជាមួយការងារថ្មីៗដែលនឹងមកដល់ជាបន្តបន្ទាប់
ដែលវានឹងធ្វើឱ្យបន្ទុកការងារកាន់តែធ្ងន់ធ្ងរឡើង។
ប៉ុន្តែប្រសិនបើអ្នកសម្រេចកិច្ចការនីមួយៗទៅតាម

ពេលវេលាកំណត់របស់វា

នោះអ្នកនឹងមានកម្លាំងចិត្ត និងបញ្ញាដ៏រឹងមាំដើម្បីប្រឈមមុខនឹងកិច្ចការងារនាពេលអនាគត។

កំណត់លំដាប់លំដោយអាទិភាព

ជាមួយនឹងការពិគ្រោះយោបល់

ជាការគួរគប្បីដែលអ្នកត្រូវជ្រើសរើសក្នុងចំណោមការងារដែលមានប្រយោជន៍ទាំងឡាយនូវកិច្ចការណាដែលសំខាន់បំផុត

រួចបន្តទៅកិច្ចការដែលសំខាន់បន្ទាប់។ ត្រូវចេះបែងចែករវាងអ្វីដែលចិត្តរបស់អ្នកមានចំណូលចិត្ត

និងមានបំណងចង់ធ្វើខ្លាំង ព្រោះថាការធ្វើអ្វីដែលផ្ទុយពីចំណូលចិត្តនឹងនាំមកនូវភាពធុញទ្រាន់

ភាពនឿយណាយ និងភាពហ្មងសៅ។ ចូរស្វែងរកជំនួយលើកិច្ចការទាំងនោះតាមរយៈការត្រិះរិះដែលត្រឹមត្រូវ

និងការពិគ្រោះយោបល់ជាមួយអ្នកដទៃ

ព្រោះអ្នកដែលចេះពិគ្រោះយោបល់នឹងមិនដែលត្រូវស្ដាយក្រោយឡើយ។

ចូរធ្វើការសិក្សាឱ្យបានល្អិតល្អន់នូវអ្វីដែលអ្នកចង់ធ្វើ។

ហើយនៅពេលដែលអ្នកឃើញច្បាស់ពីផលប្រយោជន៍ និងមានការសម្រេចចិត្តច្បាស់លាស់ហើយនោះ

ចូរប្រគល់ការទុកចិត្តលើអល់ឡោះចុះ។

ជាការពិតណាស់ អល់ឡោះជាម្ចាស់ទ្រង់ស្រឡាញ់អ្នកដែលប្រគល់ការទុកចិត្តលើទ្រង់។

រាល់ការសរសើរទាំងឡាយ គឺសម្រាប់អល់ឡោះដែលជាម្ចាស់គ្រប់គ្រងពិភពទាំងអស់។

وصلى الله على سيدنا محمد وعلى آله وصحبه وسلم

❋❋❋

Index

មធ្យោបាយដ៏មានប្រសិទ្ធិភាពដើម្បីជីវិតមានសុភមង្គល.....3
និពន្ធដោយ......3
សាសនវិទូឥស្លាម 3
លោក អាប់ទុលរ៉ោះម៉ាន កូនលោក ណាសៀរ 3
អាស្សាក់ទី 3
អារម្ភកថា......3
ជំពូក៖......5
ជំនឿ និងទង្វើកុសល......5
ជំពូក៖......18
ធ្វើខ្លួនឲ្យរស់ជាមួយនឹងការងារ ឬចំណេះដឹងដែលមានប្រយោជន៍......18
ជំពូក៖ បង្កើនការរំលឹកដល់អល់ឡោះជាម្ចាស់......24
ជំពូក៖......29
ខិតខំព្យាយាមក្នុងការដកចេញនូវមូលហេតុដែលនាំមកនូវការព្រួយបារម្ភ 29
និងការទទួលបាននូវមូលហេតុដែលនាំមកនូវភាពរីករាយ។ 29
ជំពូក៖......33
កំណត់ទុកនូវលទ្ធភាពដែលអាក្រក់បំផុតដែលអាចកើតមាន 33
ជំពូក៖......35
ដួងចិត្តរឹងមាំ ការមិនតក់ស្លុត និងមិនជ្រួលច្របល់ 35
ជំពូក៖......39
បង្ហាត់ខ្លួនឱ្យចេះអត់ធ្មត់នឹងចំណុចខ្វះខាតរបស់អ្នកដទៃ 39

ជំពូក៖ 43
មិនបណ្ដោយឱ្យការព្រួយបារម្ភបន្តទៅមុខទៀត 43

❋❋❋

km21v2.1 - 06/04/2026

حرمين
رئاسة الشؤون الدينية
بالمسجد الحرام والمسجد النبوي

رسالة الحرمين

Message of The Two Holy Mosques

Guidance content for the visitors of the Holy Mosque and the Prophet's Mosque in languages

978-603-517-252-3