



رئاسة الشؤون الدينية
بالمسجد الحرام والمسجد النبوي

ខែ

خميري

الوسائلُ المفيدةُ للحياة السعيدة

មធ្យោបាយដ៏មានប្រសិទ្ធភាពដើម្បីជីវិតមានសុភមង្គល



សាសនវិទូឥស្លាម លោក
អាប៌ទុលរ៉ោះម៉ាន កូនលោក ណាសៀរ អាស្សាក់ទី

الْوَسَائِلُ الْمُفِيدَةُ لِلْحَيَاةِ السَّعِيدَةِ

មធ្យោបាយដ៏មានប្រសិទ្ធិភាពដើម្បីជីវិតមានសុភមង្គល

الشَّيْخُ عَبْدُ الرَّحْمَنِ بْنُ نَاصِرٍ السَّعْدِيُّ

رَحِمَهُ اللَّهُ

សាសនវិទូឥស្លាម លោក អាប៌ទុលរ៉ោះម៉ាន
កូនលោក ណាសៀរ
អាស្សាក់ទី

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

មធ្យោបាយដ៏មានប្រសិទ្ធិភាពដើម្បីជីវិតមានសុភមង្គល

សៀវភៅ«មធ្យោបាយដ៏មានប្រសិទ្ធិភាពដើម្បីជីវិតមានសុភមង្គល» របស់សាសនវិទូឥស្លាម លោក អាប៌ទុលរ៉ោះម៉ាន កូនលោក ណាសៀរ អាស្សាក់ទី បានដោះស្រាយនូវបញ្ហានៃឫសគល់នៃសេចក្តីសុខពិតប្រាកដតាមរយៈទស្សនវិជ្ជាជំនឿដ៏ស៊ីជម្រៅ។ លោកបានណែនាំអ្នកអានឱ្យស្វែងរកភាពស្ងប់សុខនៃដួងចិត្ត

តាមរយៈការមានជំនឿនិងសាងទង្វើកុសល
ការរំព្យកដល់អល់ឡោះ ការមានចិត្តស្តប់ស្តល់
ការពិចារណាទៅលើឧបការគុណទាំងឡាយ
ការធ្វើអំពើល្អ

ការប្រគល់ការទុកចិត្ត ការអត់ធ្មត់ និងការចេះវាយតម្លៃរឿងរ៉ាវក្នុងជីវិតឱ្យបានត្រឹមត្រូវ ។ តាមរយៈរចនាបថនៃការសរសេរដ៏ល្អវិសេសសៀវភៅនេះបានដាក់មកក្នុងដៃរបស់អ្នកនូវ"ផែនទីបង្ហាញផ្លូវ"សម្រាប់ជីវិតមួយដែលពោរពេញដោយភាពស្ងប់ស្ងៀម មានគុណភាព និងសេចក្តីសុខទោះបីជាត្រូវស្ថិតក្នុងស្ថានភាពប្រែប្រួលនៃជីវិតយ៉ាងណាក៏ដោយ។

មធ្យោបាយដ៏មានប្រសិទ្ធិភាពដើម្បីជីវិតមាន

សុភមង្គល

និពន្ធដោយ

សាសនវិទូឥស្លាម

លោក អាប័ទុលអ័រម៉ាន កូនលោក ណាសៀរ

អាស្សាវរីយ៍

អារម្ភកថា

រាល់ការសរសើរទាំងឡាយ គឺសម្រាប់អល់ឡោះ
ដែលទ្រង់គឺជាម្ចាស់នៃការកោតសរសើរទាំងអស់។

ខ្ញុំសូមធ្វើសាក្សីថា

គ្មានព្រះជាម្ចាស់ឯណាដែលត្រូវគេគោរពសក្ការៈដ៏ពិត
ប្រាកដ លើកលែងតែអល់ឡោះមួយគត់

ដោយគ្មានដៃគូរួមជាមួយទ្រង់ឡើយ។

ហើយខ្ញុំសូមធ្វើសាក្សីដែរថា មូហាំម៉ាត់ គឺជាខ្ញុំបម្រើ

និងជាអ្នកនាំសាររបស់ទ្រង់។

សូមអល់ឡោះជាម្ចាស់ប្រទាននូវពរជ័យ

និងសេចក្តីសុខសន្តិភាពដល់លោក

ព្រមទាំងក្រុមគ្រួសារ

និងបណ្តាសហប្តាភ័របស់លោក។

ជាការពិតណាស់

សេចក្តីសុខផ្លូវចិត្ត ភាពស្ងប់សុខ ក្តីរីករាយ

និងការរសាយនូវទុក្ខកង្វល់ និងទុក្ខព្រួយនានា

គឺជាគោលបំណងសម្រាប់មនុស្សគ្រប់រូប។

តាមរយៈសេចក្តីស្ងប់សុខខាងផ្លូវចិត្ត
ជីវិតដ៏ល្អប្រសើរនឹងត្រូវបានសម្រេច
ហើយសេចក្តីរីករាយនិងសោមនស្សនឹងមានពេញលេ
ញ។

ដើម្បីសម្រេចបាននូវរឿងនេះ
គឺមានមូលហេតុផ្នែកខាងសាសនា
មូលហេតុផ្នែកខាងធម្មជាតិ
និងមូលហេតុខាងការអនុវត្ត
ហើយមូលហេតុទាំងអស់នេះមិនអាចប្រមូលផ្តុំគ្នាលើ
បុគ្គលណាម្នាក់បានឡើយ

លើកលែងតែសម្រាប់អ្នកដែលមានជំនឿប៉ុណ្ណោះ។
ចំណែកឯអ្នកដទៃក្រៅពីពួកគេ
ទោះបីជាអ្នកទាំងនោះទទួលបាននូវប្រការទាំងអស់
នេះតាមរយៈមធ្យោបាយមួយចំនួនដែលបញ្ជូនរូបរបស់
ពួកគេខិតខំប្រឹងប្រែងក៏ដោយ

ក៏អ្នកទាំងនោះនៅតែខកខាននូវទិដ្ឋភាពជាច្រើ
នទៀតដែលមានប្រយោជន៍ជាង ស្ថិតស្ថេរជាង

និងល្អប្រសើរជាងទាំងក្នុងស្ថានភាពបច្ចុប្បន្ននិង
អនាគត។

ក៏ប៉ុន្តែ
ខ្ញុំនឹងលើកឡើងនៅក្នុងសាររបស់ខ្ញុំនេះនូវមូលហេ
តុទាំងឡាយដែលខ្ញុំនឹកឃើញទាក់ទងនឹងគោលបំណ
ងដ៏ខ្ពង់ខ្ពស់បំផុតនេះដែលមនុស្សគ្រប់រូបព្យាយាម
ស្វែងរក។

ក្នុងចំណោមពួកគេ

មានអ្នកដែលទទួលបាននូវភាពល្អប្រសើរជាច្រើន
 ហើយបានរស់នៅក្នុងជីវិតដ៏មានសុភមង្គល
 និងជីវិតដ៏ល្អប្រសើរ។ ក្នុងចំណោមពួកគេផងដែរ
 មានអ្នកដែលបានបរាជ័យនៅក្នុងរឿងទាំងអស់
 នោះ ហើយបានរស់នៅក្នុងជីវិតដ៏វេទនា
 និងជីវិតរបស់អ្នកដែលអភ័ព្វ។
 ហើយក្នុងចំណោមពួកគេទៀត
 មានអ្នកដែលស្ថិតនៅចន្លោះរវាងក្រុមទាំងពីរនេះអា
 ស្រ័យទៅតាមអ្វីដែលគេបានផ្តល់ឲ្យ។
 អល់ឡោះជាម្ចាស់
 គឺជាអ្នកចង្អុលបង្ហាញ
 និងជាទិសដំនុយសម្រាប់រាល់អំពើល្អ
 និងសម្រាប់ការពារពីគ្រប់ភាពអាក្រក់ទាំងអស់។

**ជំពូក៖
 ជំនឿ និងទង្វើកុសល**

មូលហេតុដ៏ចម្បងបំផុត
 ជាឫសគល់ និងជាគ្រឹះនៃរឿងទាំងអស់នោះ
 គឺការមានជំនឿ និងការសាងនូវទង្វើកុសល។
 អល់ឡោះជាម្ចាស់ដ៏មហាខ្ពង់ខ្ពស់ទ្រង់បានមានប
 ន្ទូលថា៖

﴿مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِّنْ ذَكَرٍ أَوْ أُنْثَىٰ وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهٗ حَيٰوةً طَيِّبَةً
 وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُمْ بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ ﴿٥١﴾﴾

“ជនណាដែលបានសាងទង្វើកុសលក្នុងចំណោមបុរ

សប្បុរស

ហើយគេជាអ្នកដែលមានជំនឿទៀតនោះ

យើងពិតជានឹងផ្តល់ឱ្យគេនូវជីវិតរស់នៅដ៏ល្អប្រសើរ
(ក្នុងលោកិយ)

ហើយយើងពិតជានឹងតបស្នងដល់ពួកគេនូវផល
បុណ្យរបស់ពួកគេ(នៅថ្ងៃបរលោក)ដែលល្អប្រសើរលើ
សពីអ្វីដែលពួកគេបានសាងទៅទៀត។

គម្ពីរគួរអាន ជំពូក១៦ វាក្យខណ្ឌទី៩៧

ដូចនេះ

អល់ឡោះទ្រង់បានប្រាប់

និងបានសន្យាចំពោះបណ្តាអ្នកដែលមានជំនឿ
និងបានសាងទង្វើកុសលនូវការរស់នៅដ៏ប្រសើរនៅ
លើលោកិយនេះ

ហើយនិងការតបស្នងដ៏ល្អប្រសើរទាំងនៅលើលោកិ
យនេះ និងនៅថ្ងៃបរលោក។

មូលហេតុនៃរឿងនោះ

គឺច្បាស់លាស់ណាស់ ព្រោះថាពិតប្រាកដណាស់
បណ្តាអ្នកដែលមានជំនឿចំពោះអល់ឡោះនូវជំនឿម្ន
យដ៏ត្រឹមត្រូវដែលបង្កើតបាននូវអំពើល្អ

ព្រមទាំងកែតម្រូវនូវដួងចិត្ត ចរិយាមាយាទ
លោកិយ និងបរលោក

គឺពួកគេមាននូវគោលការណ៍និងមូលដ្ឋានគ្រឹះជាច្រើ
នដែលពួកគេអាចយកវាមកទទួលរាល់អ្វីៗដែលកើត
មានឡើងចំពោះពួកគេ

ទាំងមូលហេតុនៃភាពសប្បាយរីករាយនិងក្តីត្រេក

អរ និងមូលហេតុនៃភាពវិតក្កកង្វល់
ក្តីព្រួយបារម្ភ និងទុក្ខសោក។
ពួកគេទទួលយកនូវអ្វីដែលជាទីស្រឡាញ់
និងភាពរីករាយដោយការព្រមទទួលយក

ការដឹងគុណ

និងការប្រើប្រាស់វាក្នុងផ្លូវដែលមានប្រយោជន៍។
នៅពេលដែលពួកគេប្រើប្រាស់វាតាមរបៀបនេះ
វានឹងបង្កើតឲ្យពួកគេនូវរឿងរ៉ាវដ៏អស្ចារ្យជាច្រើន
ដែលកើតចេញពីភាពរីករាយជាមួយវា
បំណងប្រាថ្នាឲ្យវាបន្តគង់វង្សនិងមានពរជ័យ
និងការសង្ឃឹមលើផលបុណ្យរបស់អ្នកដឹងគុណ
ដែលរឿងរ៉ាវទាំងនេះ

គឺប្រសើរលើសលប់ដោយសារសេចក្តីល្អ
និងពរជ័យរបស់វា

ជាងភាពរីករាយទាំងឡាយដែលជាផលផ្លែរបស់វា
ទៅទៀត។

ពួកគេប្រឈមមុខនឹងប្រការដែលខ្លួនមិនពេញចិត្ត

គ្រោះថ្នាក់ ទុក្ខព្រួយ
និងទុក្ខកង្វល់ដោយការគស្មិននឹងអ្វីដែលពួកគេអាច
គស្មីបាន

ការសម្រាលនូវអ្វីដែលពួកគេអាចសម្រាលបាន
និងការអត់ធ្មត់ដ៏ល្អប្រសើរចំពោះអ្វីដែលពួកគេគ្មាន
ផ្លូវគេចផុតឡើយ។

តាមរយៈការធ្វើបែបនោះ

ពួកគេនឹងទទួលបាននូវរឿងរ៉ាវដ៏ធំធេងជាច្រើន
ពីការតស៊ូដែលមានអត្ថប្រយោជន៍ បទពិសោធន៍
និងភាពរឹងមាំ ព្រមទាំងការអត់ធ្មត់
និងការសង្ឃឹមទទួលបានផលបុណ្យ និងការតបស្នង
ដែលជាហេតុធ្វើឱ្យប្រាកដដែលពួកគេមិនពេញចិត្ត
ទាំងនោះរលាយបាត់

ហើយជំនួសមកវិញដោយភាពរីករាយ
និងក្តីសង្ឃឹមដ៏ល្អប្រសើរ

ព្រមទាំងការប្រាថ្នាចង់បានឧបការគុណរបស់អស់
ឡោះនិងផលបុណ្យរបស់ទ្រង់។ ដូចដែលព្យាករិ ៖
បានបញ្ជាក់អំពីរឿងនេះនៅក្នុងហាទីស្តត្រីមត្រូវមួយ
ដោយលោកបានមានប្រសាសន៍ថា៖

«عَجَبًا لِأَمْرِ الْمُؤْمِنِ، إِنَّ أَمْرَهُ كُلَّهُ خَيْرٌ، إِنَّ أَصَابَتَهُ سَرَاءٌ سَرَاءً شَكَرَ فَكَانَ خَيْرًا لَهُ،
وَإِنْ أَصَابَتْهُ ضَرَاءٌ صَبَرَ فَكَانَ خَيْرًا لَهُ، وَلَيْسَ ذَلِكَ لِأَحَدٍ إِلَّا لِلْمُؤْمِنِ».

“ពិតជាអស្ចារ្យណាស់
កិច្ចការរបស់អ្នកមានជំនឿ! ពិតណាស់
កិច្ចការរបស់គេទាំងអស់សុទ្ធតែល្អ។
ប្រសិនបើប្រាកដលើកើតមានចំពោះគេ
គឺគេថ្លែងអំណរគុណ។ ដូចនេះ
វាជាការប្រសើរសម្រាប់គេ។

ហើយប្រសិនបើប្រាកដអាស្រ័យកើតមានចំពោះគេ
គឺគេអត់ធ្មត់។ ដូចនេះ

វាក៏ជាការល្អប្រសើរសម្រាប់គេដែរ។
ហើយប្រាកដនេះ

មិនមានចំពោះអ្នកណាម្នាក់ក្រៅពីអ្នកមានជំនឿឡើយ។

រាយការណ៍ដោយ មូស្លីម។

ព្យាករិ

☸ បានប្រាប់ថា សម្រាប់អ្នកមានជំនឿ

ផលប្រយោជន៍ សេចក្តីល្អ

និងផលនៃអំពើរបស់គេ

នឹងត្រូវបានបង្កើនឡើងទ្វេដងក្នុងគ្រប់រឿងដែលកើតមានចំពោះគេ

ទាំងភាពរីករាយ និងការលំបាក។

អាស្រ័យហេតុនេះ

អ្នកនឹងឃើញមនុស្សពីរនាក់ដែលជួបប្រទះនឹងរឿងរ៉ាវរល្អ ឬអាក្រក់ដូចគ្នា

ប៉ុន្តែពួកគេមានភាពខុសប្លែកគ្នាខ្លាំងក្នុងការទទួលយកវា

ហើយនោះគឺអាស្រ័យទៅលើភាពខុសគ្នារបស់ពួកគេនៅក្នុងជំនឿ និងអំពើល្អ។

អ្នកដែលមានលក្ខណៈទាំងពីរនេះ

ទទួលយកសេចក្តីល្អនិងសេចក្តីអាក្រក់

តាមរយៈការដឹងគុណ និងការអត់ធ្មត់

ព្រមទាំងអ្វីដែលជាប់ពាក់ព័ន្ធនឹងវាទាំងពីរ។

ជាលទ្ធផល គេនឹងទទួលបាននូវភាពរីករាយ

និងសេចក្តីសោមនស្ស

ហើយក្តីកង្វល់ ទុក្ខព្រួយ ការថប់បារម្ភ

ភាពចង្អៀតក្នុងចិត្ត

និងភាពលំបាកលំបិនក្នុងជីវិតនឹងរលាយបាត់អស់
ហើយជីវិតដ៏ល្អប្រសើរនឹងត្រូវបានបំពេញឱ្យគេនៅ
ក្នុងលោកិយនេះ។

រីឯម្នាក់ទៀត

គឺទទួលយករឿងល្អៗដោយភាពក្រអឺតក្រទម
ភាពរំភើយភ្លេចខ្លួន និងការបំពាន

ជាហេតុធ្វើឱ្យចរិយារបស់គេរៀចរេរ

ហើយគេទទួលយកវាដូចដែលសត្វតិរច្ឆានទទួលយក
ដែរ ពោលគឺដោយភាពលោភលន់

និងការមិនចេះស្តាប់ស្តល់។ ទោះជាយ៉ាងណាក៏ដោយ
ចិត្តរបស់គេមិនស្ងប់ឡើយ។ ផ្ទុយទៅវិញ
វារាយមាយពីគ្រប់ទិសទី

គឺរាយមាយដោយសារតែការភ័យខ្លាចបាត់បង់នូវ
អ្វីដែលខ្លួនស្រឡាញ់

និងដោយសារឧបសគ្គជាច្រើនដែលតែងតែកើត
ចេញពីវា។ ម្យ៉ាងទៀត

ដោយសារតែចិត្តមនុស្សមិនចេះស្តាប់ស្តល់។
ផ្ទុយទៅវិញ

វាតែងតែចង់បាននូវរឿងផ្សេងៗទៀតដែលអាចនឹង
ទទួលបាន

ឬក៏មិនទទួលបាន។

ហើយទោះបីជាគេទទួលបាននូវអ្វីដែលខ្លួនចង់បាន
ក៏ដោយ

ក៏គេនៅតែមិនស្ងប់ចិត្តដោយសារហេតុផលទាំង
នោះដដែល។

ហើយគេទទួលយករឿងអាក្រក់ៗដោយចិត្តមិនស្ងប់ ភាពអស់សង្ឃឹម ការភ័យខ្លាច

និងភាពធុញទ្រាន់។

ដូច្នោះ

អ្នកមិនចាំបាច់សួរនាំអំពីអ្វីដែលកើតឡើងចំពោះគេ នៃភាពលំបាកវេទនាក្នុងជីវិត

ពីជំងឺផ្លូវចិត្តនិងជំងឺសរសៃប្រសាទ

និងពីការភ័យខ្លាចដែលអាចនាំគេទៅរកស្ថានភាពដ៏អាក្រក់បំផុត

និងរឿងរ៉ាវដ៏គួរឱ្យខានបំផុតនោះឡើយ។

នោះក៏ព្រោះតែគេមិនសង្ឃឹមទទួលបានផលបុណ្យ

ហើយគេក៏គ្មានការអត់ធ្មត់ដែលអាចល្អងលោមនិងសម្រាលទុក្ខគេបានឡើយ។

ទាំងអស់នេះ

គឺគេអាចសង្កេតឃើញតាមរយៈបទពិសោធន៍ជាក់ស្តែង។ ប្រសិនបើអ្នកពិចារណា

និងយកឧទាហរណ៍តែមួយពីប្រភេទនេះ

ហើយអនុវត្តវាទៅលើស្ថានភាពរបស់មនុស្សជាច្រើន

អ្នកនឹងឃើញភាពខុសគ្នាដ៏ធំធេងរវាងអ្នកមានជំ

នឿដែលប្រព្រឹត្តស្របតាមជំនឿរបស់ខ្លួន

និងអ្នកដែលមិនមែនដូច្នោះ

ពោលគឺ

សាសនាជំរុញយ៉ាងខ្លាំងបំផុតឱ្យមានការស្តាប់ស្តល់នឹង

លាភសក្ការៈរបស់អល់ឡោះ

និងចំពោះអ្វីដែលទ្រង់បានប្រទានឱ្យខ្ញុំបម្រើទាំង

ឡាយនៃការប្រោសប្រទាន

និងសេចក្តីសប្បុរសដ៏សម្បូរបែបរបស់ទ្រង់។

ដូច្នោះអ្នកមានជំនឿ
នៅពេលដែលត្រូវបានសាកល្បងដោយជំងឺ
ភាពក្រីក្រ
ឬប្រការលំបាកផ្សេងៗទៀតដែលមនុស្សគ្រប់រូប
អាចប្រឈមនឹងវា
គឺគេមានភាពស្ងប់ក្នុងចិត្តដោយសារជំនឿរបស់គេ
និងមានភាពស្ងប់ស្ងួល
ព្រមទាំងពេញចិត្តចំពោះអ្វីដែលអល់ឡោះបានកំណត់
ឱ្យរូបគេ។

ចិត្តរបស់គេមិនប្រាថ្នានូវប្រការណាដែលអល់ឡោះ
មិនបានកំណត់សម្រាប់រូបគេនោះឡើយ។
គេមើលទៅកាន់អ្នកដែលនៅក្រោមខ្លួន(មានកម្រិត
ទាបជាង)

ហើយមិនមើលទៅអ្នកដែលនៅលើ(ខ្ពង់ខ្ពស់ជាង)
ឡើយ។ ហើយពេលខ្លះ ភាពរីករាយ សេចក្តីសុខ
និងភាពស្ងប់សុខរបស់ជននោះ

គឺមានច្រើនជាងអ្នកដែលទទួលបាននូវរាល់បំណង
ប្រាថ្នាក្នុងលោកិយទាំងអស់ទៅទៀត

ប្រសិនបើអ្នកនោះមិនត្រូវបានប្រទានឱ្យនូវការស្តុ
បំស្តួល។

ដូចគ្នាដែរ
អ្នកដែលមិនប្រតិបត្តិតាមតម្រូវការនៃជំនឿ
ប្រសិនបើជននោះត្រូវបានសាកល្បងដោយភាពក្រី
ក្រ

ឬបាត់បង់នូវតម្រូវការលោកិយមួយចំនួន

នោះអ្នកនឹងឃើញរូបគេស្ថិតនៅក្នុងភាពអភ័ព្វ
 និងទុក្ខវេទនាបំផុត។
 ឧទាហរណ៍មួយទៀត៖
 នៅពេលដែលមូលហេតុនៃភាពភ័យខ្លាច
 និងរឿងរ៉ាវរំខាននានាកើតឡើងចំពោះមនុស្សម្នាក់
 នោះអ្នកនឹងឃើញថា
 អ្នកដែលមានជំនឿត្រឹមត្រូវ គឺមានចិត្តនឹងនរ
 មានភាពស្ងប់ស្ងៀម
 និងមានសមត្ថភាពក្នុងការគ្រប់គ្រង
 និងចាត់ចែងបញ្ហាដែលបានកើតឡើងភ្លាមៗ
 នោះទៅតាមសមត្ថភាពរបស់ខ្លួន ទាំងការគិត សម្តី
 និងទង្វើ។
 រូបគេបានត្រៀមខ្លួនរួចជាស្រេចសម្រាប់រឿងរ៉ាវរំខាន
 ដែលកើតឡើងនេះ។ ទាំងនេះ
 គឺជាស្ថានភាពដែលផ្តល់នូវភាពស្ងប់សុខដល់មនុ
 ស្ស និងពង្រឹងដួងចិត្តរបស់គេ។
 ម្យ៉ាងទៀត
 អ្នកនឹងឃើញថា ចំពោះអ្នកដែលគ្មានជំនឿវិញ
 គឺមានស្ថានភាពផ្ទុយពីនេះ។
 នៅពេលដែលគ្រោះភ័យកើតឡើង
 ចិត្តរបស់គេមានការភក់ស្លុត
 សរសៃប្រសាទរបស់គេមានភាពតានតឹង
 គំនិតរបស់គេត្រូវខ្ចាត់ខ្ចាយ ហើយភាពភ័យខ្លាច
 និងក្តីរន្ធត់បានចូលមកក្នុងខ្លួនគេ។
 រូបគេត្រូវប្រឈមនឹងភាពភ័យខ្លាចពីខាងក្រៅ

និងក្តីកង្វល់ពីខាងក្នុងដែលមិនអាចបរិយាយពីទំ
ហំរបស់វាបាន។ មនុស្សប្រភេទនេះ

ប្រសិនបើពួកគេមិនទទួលបាននូវកត្តាធម្មជាតិ
មួយចំនួនដែលត្រូវការការហ្វឹកហាត់ជាច្រើននោះទេ

កម្លាំងរបស់ពួកគេនឹងដួលរលំ
ហើយសរសៃប្រសាទរបស់ពួកគេនឹងកាន់តែតានតឹង
។

នោះគឺដោយសារតែពួកគេបាត់បង់នូវសេចក្តីជំនឿ
ដែលជាកត្តាជំរុញឲ្យមានការអត់ធ្មត់

ជាពិសេសនៅក្នុងស្ថានភាពដ៏លំបាកបំផុត
និងនៅក្នុងកាលៈទេសៈដែលគួរឲ្យសោកសៅ
និងរំខានចិត្ត។

ទាំងអ្នកសាងអំពើល្អ

និងអ្នកសាងអំពើអាក្រក់ ទាំងអ្នកមានជំនឿ

និងអ្នកគ្មានជំនឿ

គឺសុទ្ធតែមានចំណុចរួមក្នុងការទទួលបានភាពក្លាហា
ន

និងនៅក្នុងសភាវគតិដែលជួយសម្រាលនិងកាត់
បន្ថយភាពភ័យខ្លាច។

ប៉ុន្តែអ្នកមានជំនឿមានលក្ខណៈពិសេសដាច់ដោ
យឡែកពីគេ ដោយសារតែភាពរឹងមាំនៃជំនឿ
ការអត់ធ្មត់

ការពឹកផ្អែលលើអល់ឡោះ ទុកចិត្តលើទ្រង់
និងការសង្ឃឹមរបស់គេចំពោះផលបុណ្យពីទ្រង់

ដែលកត្តាទាំងនេះហើយធ្វើឱ្យភាពក្លាហានរបស់

គេកើនឡើងកាន់តែខ្លាំង

ជួយសម្រាលនូវភាពភ័យខ្លាច

និងធ្វើឱ្យរាល់ការលំបាកទាំងឡាយមានភាពងាយស្រួលសម្រាប់គេ

ដូចដែលអល់ឡោះជាម្ចាស់ទ្រង់បានមានបន្ទូលថា៖

﴿...إِنْ تَكُونُوا تَأْمُونُوا فَإِنَّهُمْ يَأْمُونُونَ كَمَا تَأْمُونُونَ وَتَرْجُونَ مِنَ اللَّهِ مَا لَا

﴿...يَرْجُونَ...﴾

“ប្រសិនបើពួកអ្នកទទួលរងការឈឺចាប់
ពិតណាស់

ពួកគេក៏ទទួលនូវការឈឺចាប់ដូចដែលពួកអ្នកឈឺចាប់ដែរ។

តែពួកអ្នកមានសង្ឃឹមចំពោះអល់ឡោះនូវអ្វីដែលពួកគេមិនមានសង្ឃឹមឡើយ”។

គម្ពីរគួរអាន ជំពូក៤ វាក្យខណ្ឌទី១០៤

ហើយពួកគេនឹងទទួលបាននូវជំនួយ

និងការគាំទ្រពីសេសពីអល់ឡោះ

ដែលអាចបំបាត់នូវរាល់ការភ័យខ្លាចទាំងឡាយ។

អល់ឡោះជាម្ចាស់បានមានបន្ទូលថា ៖

﴿...وَأَصْبِرُوا إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ﴾

“ហើយចូរពួកអ្នកអត់ធ្មត់។

ពិតប្រាកដណាស់

អល់ឡោះជាម្ចាស់ទ្រង់នៅជាមួយបណ្តាអ្នកដែលអត់ធ្មត់”។

គម្ពីរគួរអាន ជំពូក៨ វាក្យខណ្ឌទី៤៦
 ធ្វើល្អទៅកាន់សត្វលោកទាំងឡាយតាមរយៈពាក្យ
 សម្តី
 និងកាយវិការ
 ក្នុងចំណោមមូលហេតុដែលជួយបំបាត់នូវទុក្ខកង្វល់
 ការព្រួយបារម្ភ និងភាពតានតឹងនោះ
 គឺការធ្វើល្អទៅកាន់សត្វលោកទាំងអស់ទាំងតាមរយៈ
 ពាក្យសម្តី
 កាយវិការ និងដោយប្រការល្អផ្សេងៗទៀត។
 ទាំងនេះសុទ្ធតែជាអំពើល្អ
 និងជាភាពសប្បុរសទាំងអស់។
 តាមរយៈអំពើល្អទាំងនេះ
 អល់ឡោះជាម្ចាស់នឹងកម្ពាត់នូវទុក្ខកង្វល់
 និងព្រួយបារម្ភចេញពីខ្លួនមនុស្ស
 មិនថាមនុស្សល្អក្តី មនុស្សអាក្រក់ក្តី
 ទៅតាមកម្រិតនៃអំពើល្អដែលគេបានធ្វើ។
 ក៏ប៉ុន្តែសម្រាប់អ្នកមានជំនឿ
 គឺទទួលបានចំណែក
 និងលាភសំណាងដ៏ពេញលេញ
 និងបរិបូរណ៍បំផុត ព្រោះថាអំពើល្អទាំងនោះ
 គឺកើតចេញពីភាពស្មោះស
 និងរំពឹងនូវផលបុណ្យពីអល់ឡោះជាម្ចាស់។
 ដូចនេះ
 អល់ឡោះជាម្ចាស់នឹងធ្វើឲ្យការលះបង់នៅក្នុងការ

ប្រព្រឹត្តិក្នុងអំពើល្អនោះមានភាពងាយស្រួលសម្រាប់គេ
 ដោយសារតែគេសង្ឃឹមទៅលើផលបុណ្យពីទ្រង់
 ហើយទ្រង់នឹងការពារគេពីប្រការអាក្រក់ទាំងឡាយ
 ដោយសារតែភាពស្មោះស
 និងការស្វែងរកផលបុណ្យរបស់គេ។
 អល់ឡោះជាម្ចាស់ទ្រង់មានបន្ទូលថា៖

﴿لَا خَيْرَ فِي كَثِيرٍ مِّنْ نَّجْوَاهُمْ إِلَّا مَنْ أَمَرَ بِصَدَقَةٍ أَوْ مَعْرُوفٍ أَوْ إِصْلَاحٍ بَيْنَ
 النَّاسِ وَمَنْ يَفْعَلْ ذَلِكَ أُتِيَ اللَّهُ مَرْضَاتٍ اللَّهُ فَسَوْفَ نُؤْتِيهِ أَجْرًا عَظِيمًا ﴿١٧﴾﴾

“ការខ្សឹបខ្សៀវគ្នាច្រើនរវាងពួកគេនោះ
 គឺមិនមានភាពល្អប្រសើរឡើយ
 លើកលែងតែអ្នកដែលប្រើឱ្យបរិច្ចាគទាន
 ឬប្រើគេឱ្យធ្វើអំពើល្អ
 ឬប្រើឱ្យផ្សះផ្សាគ្នារវាងមនុស្សលោកប៉ុណ្ណោះ។
 ហើយជនណាដែលធ្វើដូច្នោះដើម្បីស្វែងរកការពេញ
 ចិត្តពីអល់ឡោះនោះ
 យើងនឹងប្រទានឱ្យគេនូវផលបុណ្យដ៏ធំធេង”។
 គម្ពីរគួរអាន ជំពូក៤ វាក្យខណ្ឌទី១១៤
 ដូចនេះ
 អល់ឡោះជាម្ចាស់ទ្រង់បានប្រាប់ថា
 កិច្ចការទាំងអស់នេះដែលកើតចេញពីអ្នកមានជំនឿ
 គឺសុទ្ធតែជាអំពើល្អ ហើយអំពើល្អ
 គឺនាំមកនូវប្រការល្អ និងរុញច្រាននូវប្រការអាក្រក់។
 ពិតណាស់
 អ្នកមានជំនឿដែលសង្ឃឹមផលបុណ្យពីអល់ឡោះ

នោះទ្រង់នឹងប្រទានឱ្យគេនូវផលបុណ្យដ៏ធំធេង។
ហើយនៅក្នុងចំណោមផលបុណ្យដ៏ធំធេងនោះគឺ
ការរសាយនូវទុក្ខព្រួយ និងទុក្ខកង្វល់ផ្សេងៗជាដើម។

ជំពូក៖

**ធ្វើខ្លួនឱ្យរស់ជាមួយនឹងការងារ
ឬចំណេះដឹងដែលមានប្រយោជន៍**

ក្នុងចំណោមមូលហេតុដែលជួយកម្ចាត់នូវការព្រួយ
បារម្ភដែលកើតចេញពីភាពតានតឹងនៃសរសៃប្រសា
ទ

និងការដែលចិត្តជាប់ជំពាក់នឹងរឿងរ៉ាវសោកសៅ
ទាំងឡាយនោះ

គឺការផ្ដោតអារម្មណ៍ធ្វើការងារណាមួយ
ឬការសិក្សានូវចំណេះដឹងដែលមានប្រយោជន៍
ព្រោះសកម្មភាពទាំងនេះនឹងជួយបង្វែរចិត្ត
ឱ្យភ្លេចគិតពីបញ្ហាដែលកំពុងបង្កជាកង្វល់ទាំង
នោះ។

ហើយប្រហែលជាដោយសារតែរឿងនោះ
រូបគេក៏ភ្លេចនូវមូលហេតុដែលនាំឱ្យរូបគេមានការ
ព្រួយបារម្ភ និងទុក្ខសោក
ជាហេតុធ្វើឱ្យរូបគេសប្បាយចិត្ត
និងកាន់តែមានភាពស្រស់ថ្លាឡើង
ដែលមូលហេតុនេះ
ក៏មានដូចគ្នាសម្រាប់អ្នកមានជំនឿ
និងអ្នកដទៃផងដែរ។

ប៉ុន្តែ

អ្នកដែលមានជំនឿ

គឺមានលក្ខណៈពិសេសត្រង់ជំនឿ ភាពស្មោះស
និងការសង្ឃឹមយកបុណ្យកុសលនៅក្នុងការសិក្សារៀន
សូត្រ

ឬការបង្រៀនចំណេះដឹងទាំងនោះ

ក៏ដូចជាការធ្វើអំពើល្អផ្សេងៗ។

ប្រសិនបើវាជាការគោរពសក្ការៈ(អ៊ីហ្គាហ្គាត់)

នោះវាគឺជាការគោរពសក្ការៈ។

ហើយប្រសិនបើវាជាការងារលោកិយ ឬជាទម្លាប់

គឺគេមានចេតនាល្អអមជាមួយ

និងមានគោលបំណងស្វែងរកជំនួយតាមរយៈទង្វើ
នោះដើម្បីស្តាប់បង្គាប់អស់ឡោះ។

ហេតុដូច្នោះហើយ

ទង្វើនេះមានឥទ្ធិពលយ៉ាងសកម្មក្នុងការបំបាត់នូវក
ង្វល់ ទុក្ខព្រួយ

និងភាពសោកសៅ។

មានមនុស្សជាច្រើនត្រូវបានសាកល្បងដោយភាពថ
ប់បារម្ភ

និងការជាប់ជំពាក់នឹងទុក្ខកង្វល់

ជាហេតុធ្វើឱ្យកើតនូវជំងឺផ្សេងៗ។

ឱសថដ៏មានប្រសិទ្ធភាពសម្រាប់គេ

គឺការបំភ្លេចនូវមូលហេតុដែលធ្វើឱ្យគេមានទុក្ខកង្វ
ល់

និងការងារកម្ពុកម្ពុកលើការងារសំខាន់ៗរបស់គេ
វិញ។

ហើយកិច្ចការដែលគេបំពេញនោះ

គួរតែជាអ្វីដែលធ្វើឲ្យចិត្តរបស់គេរីករាយ

និងស្រឡាញ់វា

ព្រោះប្រការនេះជាកត្តាជំរុញឲ្យសម្រេចបាននូវគោល
បំណងដ៏មានប្រយោជន៍នេះ។

អស់ឡោះជាម្ចាស់ទ្រង់ដឹងបំផុត។

ប្រមូលផ្តុំរាល់គំនិត


និងការយកចិត្តទុកដាក់ទាំងស្រុងទៅលើការបំពេញ
ការងារក្នុងបច្ចុប្បន្ន

ក្នុងចំណោមប្រការដែលបណ្តេញនូវការព្រួយបារម្ភ

និងក្តីកង្វល់ផងដែរនោះ គឺការប្រមូលផ្តុំគំនិត

និងផ្តោតសំខាន់លើការយកចិត្តទុកដាក់នឹងការងារ
ក្នុងបច្ចុប្បន្ននេះ

ដោយផ្តាច់វាចេញពីការខ្វល់ខ្វាយចំពោះពេលវេលា
អនាគត

និងពីការសោកសៅចំពោះពេលវេលាដែលបានក
ន្លងផុត។ ហេតុនេះហើយទើបព្យាករិ 

លោកស្វៈស្វែងរកការការពារ(ពីអស់ឡោះ)ពីការព្រួយ
បារម្ភ

និងការសោកសៅ ព្រោះថា

ការសោកសៅចំពោះរឿងរ៉ាវដែលបានកន្លងផុតដែល
មិនអាចបកក្រោយវិញបាន

ឬកែប្រែបាននោះ គឺមិនមានប្រយោជន៍ឡើយ។

ហើយការព្រួយបារម្ភដែលកើតឡើងដោយសារតែ
ការភ័យខ្លាចចំពោះអនាគត
ក៏អាចបង្កគ្រោះថ្នាក់ផងដែរ។

ដូច្នោះ

ខ្ញុំបម្រើរបស់អល់ឡោះត្រូវតែផ្ដោតលើថ្ងៃបច្ចុប្បន្នរបស់ខ្លួន

ដោយប្រមូលផ្តុំនូវការខិតខំប្រឹងប្រែងរបស់គេក្នុងការកែលម្អថ្ងៃ

និងពេលវេលាបច្ចុប្បន្នរបស់គេ។ ពិតណាស់
ការផ្ដោតការយកចិត្តទុកដាក់លើរឿងនោះ

នឹងធ្វើឲ្យការងារទាំងឡាយមានភាពពេញលេញ
ហើយក៏ជាការល្អដល់លោមចិត្តឱ្យចាកផុតពីកង្វល់

និងទុក្ខសោកទាំងពួងផងដែរ។

ហើយព្យាការី

☞ នៅពេលដែលលោកបួងសួងសុំនូវប្រការណាមួយ
ឬណែនាំប្រជាជាតិរបស់លោកឱ្យបួងសួងនូវប្រការណាមួយ

គឺលោកតែងតែជំរុញឱ្យមានការខិតខំប្រឹងប្រែង
ដើម្បីសម្រេចឱ្យបាននូវអ្វីដែលលោកបានបួងសួងសុំ

ដោយស្វែងរកជំនួយពីអល់ឡោះ

និងសង្ឃឹមលើការប្រោសប្រទានរបស់ទ្រង់។

ហើយត្រូវបោះបង់ចោលនូវប្រការទាំងឡាយដែលរូប
បគេបួងសួងសុំឱ្យគេចផុតពីប្រការនោះ

ពីព្រោះការបួងសួង(ទូអា)

គឺត្រូវផ្សារភ្ជាប់ជាមួយនឹងការប្រតិបត្តិ។ ដូច្នោះ

ខ្ញុំបម្រើអល់ឡោះត្រូវខិតខំប្រឹងប្រែងក្នុងកិច្ចការ
ដែលផ្តល់ផលប្រយោជន៍ដល់ខ្លួន

ទាំងក្នុងកិច្ចការសាសនានិងលោកិយ

ហើយបួងសួងសុំពិព្រះជាម្ចាស់របស់គេឱ្យសម្រេច
បាននូវគោលបំណងរបស់ខ្លួន

ព្រមទាំងសុំជំនួយពីទ្រង់ចំពោះរឿងនោះ
ដូចដែលព្យាករិ ៖ លោកបានមានប្រសាសន៍ថា៖

(اٰحْرٰضْ عَلٰى مَا يَنْفَعُكَ وَاسْتَعِيْنْ بِاللّٰهِ وَلَا تَعْجِزْ، وَاِذَا اَصَابَكَ شَيْءٌ فَلَا تَقُلْ :
لَوْ اَنِّيْ فَعَلْتُ كَذَا كَانَ كَذَا وَاِذَا كَانَ كَذَا، وَلَكِنَّ قَوْلَ : قَدَّرَ اللّٰهُ وَمَا شَاءَ فَعَلَ، فَاِنَّ لَوْ تَفْتَحُ
عَمَلِ الشَّيْطَانِ)

“ចូរព្យាយាមធ្វើអ្វីដែលផ្តល់ផលប្រយោជន៍ដល់ខ្លួន
អ្នក

និងត្រូវសុំជំនួយពីអល់ឡោះ
ហើយមិនត្រូវខ្ជិលច្រអូសឡើយ។
ប្រសិនបើមានអ្វីមួយកើតឡើង ចំពោះអ្នក
ចូរអ្នកកុំនិយាយថា៖

ប្រសិនបើខ្ញុំធ្វើដូចនេះ វានឹងទៅជាយ៉ាងនេះ
យ៉ាងនោះ តែអ្នកត្រូវនិយាយថា៖

អល់ឡោះបានកំណត់រួចហើយ
ហើយអ្វីដែលទ្រង់ប្រាថ្នា ទ្រង់នឹងធ្វើ។
ការនិយាយថា ប្រសិនបើ(យ៉ាងនេះយ៉ាងនោះ)
វាជាការបើកទ្វារទង្វើរបស់ស្បែកន(បិសាច)។

រាយការណ៍ដោយ មូស្លីម។
ដូច្នេះ

ព្យាការី



លោកបានរួមបញ្ចូលគ្នារវាងការបង្ហាញប្រើឱ្យខិតខំ
ប្រឹងប្រែងចំពោះកិច្ចការដែលមានប្រយោជន៍គ្រប់កាលៈទេសៈ

ស្វែងរកជំនួយពីអល់ឡោះ

និងការមិនបណ្តោយខ្លួនឱ្យធ្លាក់ក្នុងភាពទន់ជ្រាយ(ដែលជាភាពខ្ជិលច្រអូសដ៏មានគ្រោះថ្នាក់)

ជាមួយនឹងការចេះទទួលយកនូវរឿងរ៉ាវអតីតកាលដែលបានកន្លងផុតទៅហើយ

ដោយសម្លឹងមើលឃើញថា វាគឺជាការសម្រេច

និងជាការកំណត់របស់អល់ឡោះជាម្ចាស់។

ហើយលោកបានបែងចែកកិច្ចការទាំងឡាយជាពីរផ្នែក៖

មួយផ្នែក

គឺខ្ញុំបម្រើអល់ឡោះអាចខិតខំប្រឹងប្រែងដើម្បីទទួលបាន ឬទទួលបានតាមលទ្ធភាព

ឬរារាំង ឬកាត់បន្ថយវា។ ចំពោះផ្នែកនេះ

ខ្ញុំបម្រើត្រូវបញ្ចេញនូវកិច្ចខិតខំរបស់ខ្លួន

ហើយត្រូវសុំជំនួយពីព្រះជាម្ចាស់របស់ខ្លួន។

ចំណែកដទៃទៀតដែលគេមិនអាចធ្វើដូច

ច្នោះបានវិញ

គឺខ្ញុំបម្រើអល់ឡោះត្រូវមានភាពស្ងប់ចិត្តចំពោះវា

ព្រមទាំងពេញចិត្ត និងទទួលយក។

គ្មានការសង្ស័យឡើយថា

ការប្រកាន់ខ្ជាប់នូវគោលការណ៍នេះ

គឺជាមូលហេតុនៃភាពរីករាយ
និងការបំបាត់នូវក្តីកង្វល់
និងទុក្ខព្រួយ។

ជំពូក៖ បង្កើនការរំលឹកដល់អល់ឡោះជាម្ចាស់

ហើយក្នុងចំណោមមូលហេតុដ៏ធំបំផុតដែលនាំឱ្យ
មានភាពជ្រះស្រឡះក្នុងចិត្ត(ភាពរីករាយ)
និងភាពស្ងប់សុខនោះ:

គឺការឧស្សាហ៍រំលឹកដល់អល់ឡោះជាម្ចាស់(ហ្សីកេរ)
ព្រោះថា

ការរំលឹកដល់ទ្រង់មានឥទ្ធិពលយ៉ាងអស្ចារ្យបំផុតក្នុង
ការធ្វើឱ្យចិត្តគំនិតជ្រះស្រឡះ

មានភាពនឹងនរ ស្ងប់ស្ងាត់

និងជួយជម្រះអស់នូវរាល់ក្តីបារម្ភ
និងសេចក្តីសោកសៅទាំងពួង។

អល់ឡោះជាម្ចាស់បានមានបន្ទូលថា:

﴿...أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ﴾

“តើមិនមែនទេឬ

ការរំលឹកចំពោះអល់ឡោះ:

គឺធ្វើឱ្យផ្អែងចិត្តនឹងនរនោះ?”

គម្ពីរគុរអាន ជំពូក១៣ វាក្យខណ្ឌទី២៨

ការរំលឹកដល់អល់ឡោះមានឥទ្ធិពលយ៉ាងធំធេងក្នុង
ការសម្រេចបាននូវគោលបំណងនេះ:

ដោយសារតែលក្ខណៈពិសេសរបស់វា

និងដោយសារតែផលបុណ្យដែលខ្ពង់ខ្ពស់ប្រើអល់ឡោះសង្ឃឹ

មចង់បានពីវា។

ការនិយាយរៀបរាប់ពីឧបការគុណ(នៀកម៉ាត់)ទាំងឡាយរបស់អល់ឡោះ:

ទាំងខាងក្រៅ និងខាងក្នុង។

ដូចគ្នានេះដែរ

ការនិយាយរំលឹកអំពីឧបការគុណរបស់អល់ឡោះទាំងដែលបង្ហាញឲ្យឃើញ និងដែលលាក់កំបាំង

ពីព្រោះការទទួលស្គាល់

និងការនិយាយអំពីវា

គឺជាមធ្យោបាយដែលអល់ឡោះជាម្ចាស់បំបាត់នូវក្តីកង្វល់

និងទុក្ខព្រួយ

ហើយវាក៏ជំរុញខ្ញុំបម្រើអល់ឡោះឲ្យថ្លែងអំណរគុណដែលជាឋានៈដ៏ខ្ពង់ខ្ពស់

និងប្រសើរថ្លៃថ្លាបំផុត

ទោះបីជាខ្ញុំបម្រើនោះស្ថិតក្នុងស្ថានភាពក្រីក្រមានជំងឺ

ឬគ្រោះសាកល្បងផ្សេងៗទៀតក៏ដោយ។ ពិតណាស់នៅពេលដែលគេប្រៀបធៀបរវាងឧបការគុណរបស់អល់ឡោះដែលទ្រង់បានប្រទានដល់គេ(ដែលមិនអាចរាប់

ឬគុណនាបាន)ជាមួយនឹងអ្វីដែលគេបានជួបប្រទះនៃគ្រោះអាក្រក់នានានោះ គ្រោះអាក្រក់ទាំងនោះ

គឺមិនអាចប្រៀបធៀបផ្ទឹមបានឡើយទៅនឹងឧបការគុណទាំងនោះ។

ផ្ទុយទៅវិញ
រាល់រឿងរ៉ាវដែលមិនគាប់ចិត្ត
និងរាល់គ្រោះមហន្តរាយទាំងឡាយ
នៅពេលដែលអល់ឡោះបានសាកល្បងទៅលើបុគ្គ
លជាអ្នកបម្រើរបស់ទ្រង់
ហើយបុគ្គលនោះបានបំពេញនូវកាតព្វកិច្ចនៃ
"ភាពអត់ធ្មត់"

ការទទួលយកដោយពេញចិត្ត
និងការផ្អែកផ្អួលតាមព្រះហឫទ័យទ្រង់
នោះទម្ងន់នៃទុក្ខសោកទាំងនោះនឹងក្លាយជាស្រា
ល ហើយភាពលំបាកវេទនានឹងត្រូវបានកាត់បន្ថយ។
ការដែលខ្ញុំបម្រើអល់ឡោះសង្ឃឹមជឿជាក់លើផលបុ
ណ្យ និងរង្វាន់តបស្នង
ក៏ដូចជាការចាត់ទុកការអត់ធ្មត់
និងការពេញចិត្តនឹងព្រះលិខិតនោះថាជាការគោរព
សក្ការៈ

វានឹងប្រែរាល់អ្វីដែលល្វីងជូរចត់
ឱ្យទៅជាមានរសជាតិផ្អែមល្អែមវិញ។
ភាពផ្អែមល្អែមនៃផលបុណ្យនឹងធ្វើឱ្យបុគ្គលនោះបំភ្លេ
ចអស់នូវរាល់ភាពល្វីងជូរចត់

ដែលគេបានខំអត់ធ្មត់កន្លងមក។
សម្លឹងមើលទៅកាន់អ្នកដែលខ្សត់ខ្សោយជាងយើ
ង

ក្នុងចំណោមប្រការដែលមានប្រយោជន៍បំផុតនៅ

ក្នុងបញ្ហានេះផងដែរនោះ

គឺការអនុវត្តតាមការណែនាំរបស់ព្យាការី ❦
នៅក្នុងហាឌីសត្រឹមត្រូវមួយដែលលោកបានមានប្រ
សាសន៍ថា៖

(انظُرُوا إِلَىٰ مَنْ هُوَ أَسْفَلَ مِنْكُمْ وَلَا تَنْظُرُوا إِلَىٰ مَنْ هُوَ فَوْقَكُمْ فَإِنَّهُ أَجْدَرُ
أَنْ لَا تَزِدُّوا نِعْمَةَ اللَّهِ عَلَيْكُمْ).

“ចូរពួកអ្នកមើលទៅកាន់អ្នកដែលនៅក្រោមពួក
អ្នក

ហើយកុំមើលទៅកាន់អ្នកដែលខ្ពស់ជាងពួកអ្នក
ដើម្បីកុំឲ្យពួកអ្នកមើលងាយចំពោះឧបការគុណរបស់
អល់ឡោះចំពោះពួកអ្នក”។

រាយការណ៍ដោយ មូស្លីម។
ពីព្រោះថា

កាលណាដែលបុគ្គលម្នាក់បានដាក់គោលការណ៍ខ្ពង់ខ្ពស់នេះនៅចំពោះមុខ (ពោលគឺការសម្លឹងមើលអ្នកដែលខ្លះខាតជាងខ្លួន)

គេនឹងមើលឃើញថា

ខ្លួនគេពិតជាមានសំណាងខ្ពស់ជាងមនុស្សជាច្រើន
ទៀត ទាំងក្នុងបញ្ហាសុខភាព

និងបញ្ហាផ្សេងៗដែលពាក់ព័ន្ធ

ក៏ដូចជាក្នុងបញ្ហាជីវភាព និងសេចក្តីត្រូវការផ្សេងៗ
ទោះបីជាស្ថានភាពរបស់គេស្ថិតក្នុងកម្រិតណាក៏
ដោយ។ នៅពេលនោះ ការព្រួយបារម្ភ ទុក្ខកង្វល់
និងភាពហួងសៅរបស់គេនឹងរលាយបាត់ទៅ

ហើយវានឹងជំនួសមកវិញនូវសេចក្តីត្រេកអរ
 និងការពេញចិត្តចំពោះរាល់ពរជ័យរបស់អល់ឡោះ
 ដែលទ្រង់បានប្រទានឱ្យគេលើសពីអ្នកដទៃ
 ដែលមានស្ថានភាពទាបជាងខ្លួន។
 ហើយកាលណាដែលបុគ្គលម្នាក់កាន់តែចំណាយពេ
 លសញ្ជឹងគិតឱ្យបានស៊ីជម្រៅទៅលើឧបការគុណ(នៀ
 កម៉ាត់)របស់អល់ឡោះ
 ទាំងឧបការគុណដែលមើលឃើញនឹងភ្នែក
 និងឧបការគុណដែលបង្កប់ខាងក្នុងចិត្ត
 ទាំងក្នុងបញ្ហាសាសនា និងបញ្ហាលោកិយ
 នោះគេនឹងមើលឃើញថា
 ព្រះជាម្ចាស់របស់គេ(អល់ឡោះ)
 ពិតជាបានប្រទាននូវអ្វីៗដែលល្អៗជាច្រើនដល់គេ
 និងបានជួយការពារគេឱ្យចាកផុតពីគ្រោះថ្នាក់ជា
 ច្រើនអនេក។ ហើយពិតណាស់ថា
 ការយល់ដឹងបែបនេះ
 នឹងជួយកម្ចាត់ចោលនូវរាល់ក្តីបារម្ភ
 និងសេចក្តីសោកសៅ
 ហើយវានឹងនាំមកវិញនូវភាពរីករាយ
 និងសេចក្តីជ្រះថ្លាជាមិនខាន។

ជំពូក៖

**ឱតខំព្យាយាមក្នុងការដកចេញនូវមូលហេតុ
ដែលនាំមកនូវការព្រួយបារម្ភ
និងការទទួលបាននូវមូលហេតុដែលនាំមកនូវ
ភាពរីករាយ។**

ក្នុងចំណោមមូលហេតុដែលនាំមកនូវភាពរីករាយ
និងបំបាត់នូវការព្រួយបារម្ភនិងទុក្ខកង្វល់
គឺការព្យាយាមក្នុងការបំបាត់មូលហេតុដែលនាំមកនូវ
ការព្រួយបារម្ភ

និងការស្វែងរកមូលហេតុដែលនាំមកនូវភាពរីករាយ។

នោះគឺតាមរយៈការបំភ្លេចនូវរឿងរ៉ាវអាក្រក់ៗកន្លងមកដែលគេមិនអាចកែប្រែបាន

ហើយត្រូវដឹងថា ការចំណាយពេលគិតអំពីវា
គឺជាការងារឥតប្រយោជន៍ និងមិនអាចទៅរួច

ហើយវាជាភាពល្ងង់ខ្លៅ និងភាពឆ្គួតលីលា។ ដូច្នោះ
គេត្រូវតស៊ូជម្នះជាមួយនឹងចិត្តរបស់ខ្លួនកុំឲ្យគិតអំពី
វា។

ដូចគ្នានេះដែរ
គេត្រូវតស៊ូជម្នះជាមួយនឹងចិត្តរបស់ខ្លួនកុំឲ្យព្រួយបារម្ភ
ចំពោះអ្វីដែលនឹងកើតឡើងនាពេលអនាគត

ដូចជាការស្រមៃពីភាពក្រីក្រ ការភ័យខ្លាច
ឬរឿងរ៉ាវអាក្រក់ៗផ្សេងទៀតដែលគេគិតថា
នឹងអាចកើតមានក្នុងជីវិតនាពេលខាងមុខ។

ដូច្នោះ

គេនឹងដឹងថា រាល់រឿងរ៉ាវនាពេលអនាគត
គឺជាអ្វីដែលមិនអាចដឹងមុនបានឡើយ

ទោះជាជោគវាសនានោះល្អ ឬអាក្រក់
សេចក្តីសង្ឃឹម ឬការឈឺចាប់ក៏ដោយ។
ហើយរឿងរ៉ាវទាំងនោះ

គឺស្ថិតនៅក្នុងព្រះហឫទ័យរបស់ព្រះជាម្ចាស់ដ៏មហា
ខ្លាំងពូកែ មហាគតិបណ្ឌិត

ដោយគ្មានបុគ្គលណាម្នាក់អាចសម្រេចអ្វីបានឡើយ
ក្រៅតែពីការខិតខំប្រឹងប្រែងដើម្បីទទួលបាននូវ
អ្វីដែលល្អ និងការការពារខ្លួនពីផលអាក្រក់ប៉ុណ្ណោះ។

ហើយនៅពេលដែលបុគ្គលនោះបានដឹងថា
ប្រសិនបើគេបង្វែរគំនិតចេញពីការខ្វល់ខ្វាយចំពោះ
អនាគត

ហើយងាកមកប្រគល់ការទុកចិត្តលើព្រះជាម្ចាស់
របស់គេក្នុងការរៀបចំកិច្ចការទាំងនោះឱ្យបានល្អប្រ
សើរ

និងមានទំនុកចិត្តយ៉ាងមុតមាំលើទ្រង់
នោះចិត្តរបស់គេនឹងទទួលបាននូវសេចក្តីស្ងប់
ស្ងួនភាពជីវិតរបស់គេនឹងមានភាពល្អប្រសើរឡើង

ហើយរាល់កង្វល់
និងភាពភានតឹងទាំងឡាយនឹងរលាយបាត់ទៅជាមិ
នខាន។

ប្តូរស្តង់សុំទៅចំពោះអល់ឡោះជាម្ចាស់

ហើយក្នុងចំណោមមធ្យោបាយដ៏មានប្រយោជន៍បំផុតក្នុងការរៀបចំខ្លួនសម្រាប់រឿងរ៉ាវនាពេលអនាគតនោះ

គឺការប្រើប្រាស់នូវពាក្យបួងសួង(ទូអា)
ខាងក្រោមនេះ

ដែលព្យាករិ ❷ ដែលព្យាករិ ❷
តែងតែនឹងពាក្យនេះ ដោយលោកបានបួងសួងថា៖

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

“ឱអល់ឡោះជាម្ចាស់!

សូមទ្រង់មេត្តាកែតម្រូវឲ្យខ្ញុំនូវសាសនារបស់ខ្ញុំដែលវាគឺជាអ្នកការពារកិច្ចការរបស់ខ្ញុំ។

សូមទ្រង់មេត្តាកែតម្រូវឲ្យខ្ញុំនូវលោកិយរបស់ខ្ញុំដែលវាជាកន្លែងរស់នៅរបស់ខ្ញុំ

និងសូមទ្រង់មេត្តាកែតម្រូវឲ្យខ្ញុំនូវបរលោករបស់ខ្ញុំដែលវាជាកន្លែងវិលត្រឡប់របស់ខ្ញុំផង។

ហើយសូមទ្រង់មេត្តាធ្វើឲ្យជីវិតនៅ(ក្នុងលោកិ)

គឺជាការបន្ថែមនូវប្រការល្អទាំងអស់ដល់ខ្ញុំ

ហើយធ្វើឲ្យការស្លាប់

គឺជាការសម្រាកសម្រាប់ខ្ញុំពីប្រការអាក្រក់ទាំងឡាយផង”។

រាយការណ៍ដោយ មូស្លីម។

ក៏ដូចគ្នាដែរ

លោកបានបួងសួងថា៖

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

“ឱអល់ឡោះជាម្ចាស់!

ខ្ញុំសង្ឃឹមលើក្តីមេត្តាករុណារបស់ទ្រង់(តែមួយគត់)

១ ហេតុនេះ

សូមទ្រង់មេត្តាកុំទុកខ្ញុំឲ្យពឹងផ្អែកលើខ្លួនឯងសូម្បីតែមួយបំព្រិតភ្នែកក៏ដោយ។

ហើយសូមទ្រង់មេត្តាកែលម្អកិច្ចការទាំងអស់របស់ខ្ញុំផង។

គ្មានទេម្ចាស់ដែលត្រូវគោរពសក្ការៈដ៏ពិតប្រាកដ

ក្រៅពីអល់ឡោះឡើយ។

រាយការណ៍ដោយ

អាពុហ្មារ៉ូទ ដោយអ៊ុសណាតសហេស

ដូច្នោះ

កាលណាដែលបុគ្គលម្នាក់ព្យាយាមបួងសួងដោយចិត្តមុតមាំនូវពាក្យបួងសួង(ទូអា)នេះ

ដែលបង្កប់នូវការសុំឱ្យមានភាពល្អប្រសើរសម្រាប់អនាគត

ទាំងក្នុងបញ្ហាសាសនា និងបញ្ហាលោកិយ ដោយចិត្តផ្ដោតអារម្មណ៍

និងបំណងចិត្តដ៏ស្មោះត្រង់

រួមផ្សំជាមួយនឹងការខិតខំប្រឹងប្រែងអស់ពីសមត្ថភាពដើម្បីសម្រេចនូវគោលដៅនោះ

នោះអស់ឡោះជាម្ចាស់នឹងផ្តល់ឱ្យគេនូវអ្វីដែលរូបគេ
បានប្តូរស្តង
បានសង្ឃឹម និងបានខិតខំធ្វើ។
នៅពេលនោះហើយ
ដែលទុក្ខកង្វល់របស់គេនឹងប្រែខ្លាយទៅជាភាពភាព
សប្បាយរីករាយវិញ។

ជំពូក៖

កំណត់ទុកនូវលទ្ធភាពដែលអាក្រក់បំផុតដែលអាចកើតមាន

ក្នុងចំណោមមូលហេតុដែលមានផលប្រយោជន៍បំផុតដើម្បីបំបាត់នូវការថប់បារម្ភ

និងទុក្ខព្រួយ

នៅពេលដែលបុគ្គលម្នាក់ជួបប្រទះនឹងគ្រោះអាក្រក់ឬឧបសគ្គណាមួយនោះ

គឺការព្យាយាមសម្រាលនូវទុក្ខសោកទាំងនោះដោយការគិតទុកជាមុននូវលទ្ធភាពអាក្រក់បំផុតដែលអាចនឹងកើតឡើង

ហើយត្រៀមចិត្តសម្រាប់រឿងនោះ។

កាលណាត្រៀមចិត្តសម្រាប់រឿងនោះរួចរាល់ហើយ

គេត្រូវព្យាយាមបន្តទៀតដើម្បីសម្រាលនូវអ្វីដែលដោះស្រាយបានទៅតាមលទ្ធភាពដែលគេអាចធ្វើទៅបាន។

តាមរយៈការត្រៀមចិត្តទុកជាមុនផង និងការខិតខំប្រឹងប្រែងដ៏មានប្រយោជន៍នេះផង

វានឹងធ្វើឱ្យកង្វល់
និងទុក្ខសោកទាំងឡាយរលាយបាត់ទៅ
ហើយការខិតខំប្រឹងប្រែងនោះ
នឹងក្លាយជាកម្លាំងរុញច្រានក្នុងការនាំមកនូវផល
ប្រយោជន៍
និងការទប់ស្កាត់នូវផលវិបាកទាំងឡាយដែលបុគ្គ
លនោះអាចធ្វើទៅបាន។

ដូច្នោះ
នៅពេលដែលមានមូលហេតុនៃភាពភ័យខ្លាច
មូលហេតុនៃជំងឺតម្កាត់ ឬមូលហេតុនៃភាពក្រីក្រ
និងការបាត់បង់នូវអ្វីដែលខ្លួនស្រឡាញ់បានមកដ
ល់ ចូរឱ្យបុគ្គលនោះទទួលយកវាដោយចិត្តនឹងនរ
និងការបង្វិកចិត្តឱ្យត្រៀមខ្លួនជាមុនចំពោះរឿង
ទាំងនោះ

ឬសូម្បីតែចំពោះកម្រិតដែលអាក្រក់បំផុតក៏ដោយ
។

ព្រោះថាការបង្វិកចិត្តឱ្យត្រៀមលក្ខណៈសម្រាប់ប្រឈ
មនឹងរឿងរ៉ាវដែលមិនគាប់ចិត្ត

វានឹងធ្វើឱ្យរឿងទាំងនោះក្លាយជាស្រាល
ហើយកាត់បន្ថយភាពធ្ងន់ធ្ងររបស់វា ជាពិសេស
ប្រសិនបើគេធ្វើឱ្យខ្លួនឯងមមាញឹកនឹងការទប់ទ
ល់នឹងបញ្ហាទាំងនោះតាមលទ្ធភាពដែលអាចធ្វើទៅ
បាន

នោះគេនឹងទទួលបាននូវលទ្ធផលពីរក្នុងពេលតែ
មួយ គឺការត្រៀមចិត្តដ៏រឹងមាំ

រួមផ្សំនឹងការខិតខំប្រឹងប្រែងដ៏មានប្រយោជន៍ដែល
លជួយបង្វែរអារម្មណ៍កុំឱ្យផ្ដោតលើទុក្ខសោក។

គេត្រូវតែតស៊ូដម្មៈចិត្តខ្លួនឯងដើម្បីពង្រឹងកម្លាំង
ទប់ទល់នឹងឧបសគ្គដោយពឹងផ្អែក

និងមានទំនុកចិត្តយ៉ាងមុតមាំលើអល់ឡោះ។
ពិតណាស់ថា

រឿងរ៉ាវទាំងនេះមានសារៈប្រយោជន៍យ៉ាងធំធេងក្នុង
ការនាំមកនូវសេចក្ដីត្រេកអរ

និងភាពស្រឡះក្នុងចិត្ត
រួមជាមួយក្ដីសង្ឃឹមលើផលបុណ្យទាំងក្នុងលោកិយ
និងបរលោក។

នេះគឺជាអ្វីដែលគេបានឃើញ
និងបានសាកល្បងរួចមកហើយ
ហើយរឿងរ៉ាវនៃអ្នកដែលបានសាកល្បងវិធីនេះ
គឺមានច្រើនអនេក។

ជំពូក៖

**ដួងចិត្តរឹងមាំ ការមិនតក់ស្លុត
និងមិនជ្រួលច្របល់**

ក្នុងចំណោមការព្យាបាលដ៏ប្រសើរបំផុតសម្រាប់ដំ
ង្ហើរចិត្ត

ក៏ដូចជាដំងើរកាយផងដែរនោះគឺ ដួងចិត្តរឹងមាំ
និងការមិនឱ្យមានការតក់ស្លុត

ជ្រួលច្របល់និងរំជើបរំជួលទៅតាមការស្រមើស្រមៃ
និងការមេម៉ាយដែលនាំមកដោយគំនិតមិន

ល្អទាំងឡាយ។

កំហឹង

ភាពច្របូកច្របល់

និងការព្រួយបារម្ភពីការកើតឡើងនូវរឿងអាក្រក់និង
ការបាត់បង់នូវអ្វីដែលខ្លួនស្រឡាញ់

គឺជាមូលហេតុដ៏ឈឺចាប់ដែលធ្វើឱ្យបុគ្គលម្នាក់ធ្លាក់
កំទេចក្នុងភាពសោកសៅ ទុក្ខព្រួយ

ជំងឺផ្លូវចិត្តនិងផ្លូវកាយ

និងជំងឺសរសៃប្រសាទដែលមានផលវិបាកអាក្រក់ជា
ច្រើន

ហើយមនុស្សទូទៅបានឃើញនូវគ្រោះថ្នាក់របស់វា។
ប្រគល់ការទុកចិត្តលើអល់ឡោះជាម្ចាស់

នៅពេលណាដែលដួងចិត្តពឹងផ្អែកលើអល់ឡោះជា
ម្ចាស់

និងប្រគល់ការទុកចិត្តចំពោះទ្រង់

មិនចុះចាញ់នឹងការស្រមៃស្រមៃ

ហើយក៏មិនត្រូវបានគ្រប់គ្រងដោយការគិតអាក្រក់
កៗ ព្រមទាំងជឿជាក់លើអល់ឡោះ

និងសង្ឃឹមចំពោះក្តីសប្បុរសរបស់ទ្រង់នោះ

ទុក្ខកង្វល់

និងទុក្ខសោកទាំងឡាយនឹងត្រូវបានរសាយ។

មិនតែប៉ុណ្ណោះ

វានឹងជួយកម្ចាត់អស់នូវជំងឺផ្លូវកាយ

និងផ្លូវចិត្តជាច្រើន

ហើយធ្វើឱ្យចិត្តទទួលបាននូវភាពរឹងមាំ

ភាពស្រឡះ

និងសេចក្តីសុខដែលមិនអាចពណ៌នាបាន។

តើមានមនុស្សប៉ុន្មាននាក់ហើយ

ដែលត្រូវសម្រាកពេញមន្ទីរពេទ្យដោយសារតែជំងឺ
"មន្ទិលសង្ស័យ" និង

"ការស្រមៃផ្ដេសផ្ដាស"?

ហើយតើរឿងរ៉ាវទាំងនេះបានជះឥទ្ធិពលអាក្រក់ដល់
ចិត្តរបស់មនុស្សជាច្រើនយ៉ាងណាខ្លះ

សូម្បីតែអ្នកដែលធ្លាប់តែរឹងមាំ

កុំថាឡើយដល់អ្នកដែលទន់ជ្រាយនោះ។

វាថែមទាំងបាននាំឱ្យមនុស្សខ្លះក្លាយជាមនុស្សល្ងើល
និងឆ្គួតវង្វេងទៀតផង។

ចំណែកឯអ្នកដែលទទួលបានសុខភាពល្អពិតប្រាកដ

គឺជាអ្នកដែលអល់ឡោះបានប្រទានសេចក្តីសុខឱ្យ

និងបានជួយតម្រង់ទិសគេឱ្យចេះតស៊ូជម្នះចិត្តខ្លួន

និង

ដើម្បីស្វែងរកមធ្យោបាយដ៏មានប្រយោជន៍ក្នុងការ

រពជ្រឹងកម្លាំងចិត្ត និងកម្លាត់នូវភាពតានតឹង។

អល់ឡោះជាម្ចាស់បានមានបន្ទូលថា៖

﴿...وَمَنْ يَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ فَهُوَ حَسْبُهُ...﴾

“ហើយជនណាដែលប្រគល់ការទុកចិត្តលើអល់ឡោះ
គឺទ្រង់(តែមួយគត់)គ្រប់គ្រាន់ហើយសម្រាប់គេ”។

គម្ពីរគួរអាន ជំពូក្រ ៦៥ វាក្យខណ្ឌទី៣

ពោលគឺ

ទ្រង់តែមួយ
គឺគ្រប់គ្រាន់ហើយសម្រាប់គេនូវរាល់កិច្ចការទាំងអស់
ដែលជាភារកិច្ចរបស់គេ

ទាំងកិច្ចការសាសនា និងលោកិយ។

ដូច្នោះ អ្នកដែលប្រគល់ការទុកចិត្តលើអល់ឡោះ
គឺជាអ្នកដែលមានចិត្តរឹងមាំ

ដែលភាពមន្ទិលសង្ស័យទាំងឡាយមិនអាចជះឥទ្ធិពល
លើគេបានឡើយ

ហើយរាល់ហេតុការណ៍នានាក៏មិនអាចធ្វើឱ្យគេតក់
ស្លុតបានដែរ ព្រោះគេដឹងយ៉ាងច្បាស់ថា

ការតក់ស្លុតទាំងនោះគឺជាសញ្ញានៃភាពទន់ជ្រាយ
នៃផ្លូវចិត្ត

និងជាភាពភ័យខ្លាចដែលគ្មានការពិតទាល់តែ
សោះ។ ជាមួយគ្នានោះដែរ

គេដឹងថាអល់ឡោះបានធានាអះអាងចំពោះអ្នក
ដែលប្រគល់ការទុកចិត្តលើទ្រង់នូវការជួយជ្រោមជ្រែងយ៉ាង
គ្រប់គ្រាន់បំផុត។

ហេតុនេះហើយ គេក៏មានទំនុកចិត្តលើអល់ឡោះ
និងមានសេចក្តីស្ងប់ក្នុងចិត្តចំពោះសន្យារបស់ទ្រង់
ដែលធ្វើឱ្យទុក្ខកង្វល់

និងភាពតានតឹងរបស់គេរលាយបាត់ទៅ។
ភាពលំបាករបស់គេនឹងប្រែជាភាពងាយស្រួល

ទុក្ខសោករបស់គេនឹងប្រែជាសេចក្តីត្រេកអរ
ហើយភាពភ័យខ្លាចរបស់គេនឹងប្រែជាសេចក្តីសុខ
ក្សេមក្សាន្តវិញ។

យើងសូមបួងសួងដល់អល់ឡោះជាម្ចាស់
សូមទ្រង់មេត្តាប្រទាននូវភាពសុខសាន្ត
និងសូមទ្រង់មេត្តាប្រទានដល់យើងនូវភាពរឹងមាំ
និងភាពនឹងនរនៃផ្លូវចិត្ត
ក៏ដូចជាការប្រគល់ការទុកចិត្តលើទ្រង់យ៉ាងពេញលេ
ញ

ដែលអល់ឡោះបានធានាដល់អ្នកប្រតិបត្តិវាសនា
សេចក្តីសុខល្អ
និងការទប់ស្កាត់រាល់អ្វីដែលមិនគាប់ចិត្ត
និងគ្រោះថ្នាក់ទាំងពួង។

ជំពូក៖

**បង្ហាត់ខ្លួនឱ្យចេះអត់ធ្មត់នឹងចំណុចខ្លះខាត
របស់អ្នកដទៃ**

ព្យាការី

☞ លោកបានមានប្រសាសន៍ថា៖

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

“បុរសមានជំនឿ(ជាស្វាមី)មិនត្រូវស្អប់ស្រ្តីមានជំ
នឿ(ជាភរិយា)ឡើយ។

ប្រសិនបើគេមិនពេញចិត្តចំពោះចរិតលក្ខណៈណា
មួយរបស់នាង

គេនឹងពេញចិត្តចំពោះចរិតលក្ខណៈផ្សេងទៀតរប
ស់នាង”។

រាយការណ៍ដោយ មូស្លីម។

មេរៀនដ៏ធំធេងចំនួនពីរ៖

ទីមួយ៖

ណែនាំអំពីរបៀបប្រាស្រ័យទាក់ទងជាមួយភរិយា
សាច់ញាតិ មិត្តភក្តិ រួមទាំងអ្នករួមការងារ
និងអ្នកទាំងឡាយដែលមានទំនាក់ទំនងជាមួយអ្នក
។

ពោលគឺ

អ្នកគួរតែបង្ហាត់ចិត្តខ្លួនឯងឱ្យទទួលស្គាល់ការពិត
២។

វាមិនអាចខ្វះបានឡើយនូវចំណុចខ្លះខាត
ឬចំណុចមិនល្អណាមួយដែលអ្នកមិនពេញចិត្តនៅ
ក្នុងខ្លួនពួកគេ។

ប្រសិនបើអ្នកប្រទះឃើញនូវចំណុចខ្លះខាតទាំងនោះ
ចូរអ្នកធ្វើការប្រៀបធៀបរវាងចំណុចអវិជ្ជមាន
នោះ

ជាមួយនឹងតម្លៃនៃទំនាក់ទំនងដែលអ្នកត្រូវរក្សា
និងសេចក្តីស្រឡាញ់ដែលគួរមាន
ដោយការរំលឹកដល់ចំណុចល្អៗ
និងគោលបំណងល្អៗរបស់ពួកគេ (ទាំងរឿងផ្ទាល់ខ្លួន
និងរឿងទូទៅ)។

តាមរយៈការធ្វើមិនដឹងមិនព្រួយចំពោះចំណុចអាក្រក់
ខ្លះ

ហើយបែរមកសម្លឹងមើលចំណុចល្អៗវិញ
នោះទំនាក់ទំនងមិត្តភាព
និងការរាប់អាននឹងនៅតែបន្តស្ថិតស្ថេរយូរអង្វែង

ហើយសេចក្តីស្ងប់ក្នុងចិត្តក៏នឹងកើតមានដល់រូបអ្នក
ផងដែរ។

ទីពីរ៖ ការរសាយបាត់ទៅវិញនៃក្តីព្រួយបារម្ភ
និងទុក្ខកង្វល់ ការរក្សាបាននូវភាពជ្រះថ្លាក្នុងចិត្ត
ការបន្តបំពេញនូវកាតព្វកិច្ចទាំងឡាយ(ទាំងកាត
ព្វកិច្ចចាំបាច់ និងកាតព្វកិច្ចគួរធ្វើ)

ក៏ដូចជាការទទួលបាននូវសេចក្តីសុខរវាងភាគីទាំង
សងខាង។ ផ្ទុយទៅវិញ

បុគ្គលណាដែលមិនរៀនសូត្រតាមការណែនាំដែល
ព្យាករ៍ បានលើកឡើងនេះ
ពោលគឺគេធ្វើផ្ទុយពីនេះ

ដោយការសម្លឹងជក់ចិត្តតែលើចំណុចអាក្រក់
ហើយធ្វើជាខ្វាក់មិនមើលឃើញនូវចំណុចល្អៗ

នោះគេច្បាស់ជាត្រូវរស់ក្នុងទុក្ខកង្វល់
ហើយទំនាក់ទំនងមិត្តភាពរវាងគេ

និងអ្នកដទៃច្បាស់ជាត្រូវល្អក់កករជាមិនខាន។
លើសពីនេះ

វានឹងធ្វើឱ្យដាច់ដោចនូវកាតព្វកិច្ចជាច្រើនដែល
ភាគីនីមួយៗគួរតែយកចិត្តទុកដាក់ថែរក្សាឱ្យបានល្អ
ចំពោះគ្នាទៅវិញទៅមក។

មនុស្សជាច្រើនដែលមានស្មារតីរឹងមាំ
និងមានមហិច្ឆតាខ្ពស់

តែងតែអាចបង្ហាត់ចិត្តខ្លួនឯងឱ្យមានភាពអត់ធ្មត់
និងនឹងនរនៅពេលជួបប្រទះនឹងមហន្តរាយ
ឬរឿងរ៉ាវរន្ទត់ធ័រ។

ប៉ុន្តែចំពោះរឿងរ៉ាវកំប៊ុកកំប៉ុក
ឬរឿងតូចតាចសោះ ពួកគេបែរជាកើតកង្វល់
ហើយធ្វើឱ្យចិត្តដែលធ្លាប់តែជ្រះថ្លាក្រវល់កករ
ទៅវិញ។ មូលហេតុនៃបញ្ហានេះ

គឺដោយសារតែពួកគេបានត្រៀមចិត្តសម្រាប់តែ
រឿងធំៗ

ប៉ុន្តែបែរជាបណ្តោយចិត្ត(មិនបានត្រៀមខ្លួន)សម្រា
ប់រឿងតូចតាច។

ជារួម

រឿងតូចតាចទាំងនោះហើយដែលបានធ្វើឱ្យប៉ះពាល់
និងបំផ្លាញសេចក្តីសុខរបស់ពួកគេ។

ដូច្នោះ បុគ្គលដែលឈ្លាសវៃ

ពិតជាត្រូវបង្ហាត់ចិត្តខ្លួនឯងឱ្យរឹងមាំទាំងចំពោះរឿ
ងតូច

និងរឿងធំ

ហើយត្រូវស្វែងរកជំនួយពីអល់ឡោះលើកិច្ចការទាំង
នោះ

ដោយបួងសួងសូមកុំឱ្យទ្រង់បោះបង់រូបគេឱ្យនៅម្នា
ក់ឯង

សូម្បីតែមួយបំប្រិចភ្នែកក៏ដោយ។
នៅពេលនោះហើយ

ដែលរឿងតូចតាចនឹងក្លាយជាស្រាល
និងងាយស្រួលសម្រាប់គេ

ដូចដែលរឿងធំៗធ្លាប់ជាស្រាល
និងងាយស្រួលសម្រាប់គេដូច្នោះដែរ។

ហើយគេនឹងនៅតែបន្តរក្សាបាននូវភាពស្ងប់ស្ងុន
ក្នុងវិញ្ញាណ

មានចិត្តដែលនឹងនរ
និងរស់នៅប្រកបដោយសេចក្តីស្ងប់ស្ងុនជានិច្ច។

ជំពូក៖

មិនបណ្តោយឱ្យការព្រួយបារម្ភបន្តទៅមុខទៀត

បុគ្គលដែលមានបញ្ហា
ច្បាស់ជាដឹងថា ជីវិតដ៏ពិតប្រាកដរបស់គេ
គឺជាជីវិតដែលប្រកបដោយសេចក្តីសុខ

និងភាពស្ងប់ស្ងាត់ ហើយជីវិតនោះទៀតសោត
គឺខ្លីណាស់។ ហេតុនេះ គេមិនគួរធ្វើឱ្យជីវិតដ៏ខ្លីនេះ
កាន់តែខ្លីជាងមុន

ដោយសារតែការចំណាយពេលទៅលើការបារម្ភ
និងការបណ្តោយចិត្តឱ្យដេកដួលក្នុងទុក្ខសោកឡើ
យ

ព្រោះទង្វើទាំងនោះគឺជាសត្រូវនៃជីវិតដ៏ត្រឹមត្រូវ។
គេត្រូវតែមានភាព"កំណាញ់"ចំពោះពេលវេលានៃជីវិត
របស់គេ

ដោយមិនត្រូវបណ្តោយឱ្យវាបាត់បង់ទៅជាចំណាប់
ខ្លាំងនៃទុក្ខកង្វល់ និងភាពហួងសៅឡើយ។
ក្នុងចំណុចនេះ មិនថាជាបុគ្គលល្អ

ឬបុគ្គលអាក្រក់ឡើយ(សុទ្ធតែត្រូវការសេចក្តីសុខដូច
គ្នា)

ប៉ុន្តែសម្រាប់អ្នកដែលមានជំនឿ
គេនឹងទទួលបានចំណែកនៃសេចក្តីសុខនេះច្រើនជា
ងគេបំផុត

ហើយទទួលបានផលប្រយោជន៍ដ៏ពិតប្រាកដ
ទាំងក្នុងពេលបច្ចុប្បន្ន និងទៅថ្ងៃអនាគត។

ប្រៀបធៀបរវាងឧបការគុណរបស់អល់ឡោះ

និងទុក្ខលំបាកដែលគេជួបប្រទះ

ហើយជាការគប្បីផងដែរ

នៅពេលដែលបុគ្គលម្នាក់បានជួបប្រទះនូវរឿងមិ
នគាប់ចិត្ត ឬមានភាពភ័យខ្លាចចំពោះវា

គេគួរតែធ្វើការប្រៀបធៀបរវាងឧបការគុណ(នៃ)
កម្លាំងដែលខ្លួនកំពុងមាន

ទាំងក្នុងបញ្ហាសាសនា និងបញ្ហាលោកិយ
ជាមួយនឹង"រឿងមិនគាប់ចិត្ត"ដែលបានកើតឡើងចំ
ពោះគេនោះ។

នៅពេលដែលគេធ្វើការប្រៀបធៀបបែបនេះ
គេនឹងឃើញយ៉ាងច្បាស់ថា ពរជ័យ

និងឧបការគុណដែលគេកំពុងមាន

គឺមានច្រើនលើសលប់បំផុត។

ចំណែកឯទុក្ខសោកដែលគេបានជួបប្រទះនោះ

គឺមានសភាពតូចតាច

ដែលវានឹងរលាយបាត់ទៅវិញតែប៉ុណ្ណោះ។

ក៏ដូចគ្នាដែរ

គេគួរតែធ្វើការប្រៀបធៀបរវាង

"អ្វីដែលគេភ័យខ្លាចថាអាចនឹងកើតឡើងជា

គ្រោះថ្នាក់" ជាមួយនឹង

"លទ្ធភាពជាច្រើនផ្សេងទៀតដែលគេអាចនឹងទទួលបាននូវសុវត្ថិភាព"។ ដូច្នោះ

គេមិនត្រូវបណ្តោយឱ្យ "លទ្ធភាពដ៏តូចទាប" (នៃគ្រោះថ្នាក់) មកឈ្នះលើ

"លទ្ធភាពដ៏ច្រើនលើសលប់ និងរឹងមាំ" (នៃសុវត្ថិភាព)ឡើយ។ តាមរយៈវិធីនេះ

កង្វល់ និងភាពភ័យខ្លាចរបស់គេនឹងរលាយបាត់ទៅ។ លើសពីនេះ គេត្រូវសន្មតនូវ

"លទ្ធផលដែលអាក្រក់បំផុត" ដែលអាចនឹងកើតឡើងចំពោះគេ

រួចហើយបង្ហាត់ចិត្តឱ្យទទួលយកវាទុកជាមុន ប្រសិនបើវាត្រូវកើតឡើងមែន។ ជាមួយគ្នានោះ

គេត្រូវខិតខំប្រឹងប្រែងដើម្បីទប់ស្កាត់នូវអ្វីដែលមិនទាន់កើតឡើង និងព្យាយាមដោះស្រាយ

ឬសម្រាលនូវអ្វីដែលបានកើតឡើងរួចហើយឱ្យមកនៅកម្រិតទាបបំផុត។

ការបៀតបៀនរបស់ដទៃ វានឹងផ្តល់ផលអាក្រក់ដល់ពួកគេតែប៉ុណ្ណោះ ដរាប

ណាអ្នកមិនយកចិត្តទុកដាក់ ឬមិនខ្វល់ខ្វាយនឹងវា។ ហើយក្នុងចំណោមប្រការដែលមានផលប្រយោជន៍

នោះគឺ អ្នកត្រូវដឹងថា ការបញ្ជីរបស់អ្នកដទៃមកលើអ្នក

ជាពិសេសតាមរយៈពាក្យសម្តីអាក្រក់ៗ

គឺវាមិនបង្កគ្រោះថ្នាក់ដល់អ្នកនោះទេ
តែវាបង្កគ្រោះថ្នាក់ដល់ពួកគេទៅវិញប៉ុណ្ណោះ
លើកលែងតែអ្នកផ្ដោតអារម្មណ៍យកចិត្តទុកដាក់
នឹងវា

ហើយបណ្ដោយឲ្យវាមកគ្រប់គ្រងលើផ្លូវចិត្តរបស់អ្នក
ក។

នៅពេលនោះហើយដែលវានឹងបង្កគ្រោះថ្នាក់ដល់អ្នក
ក ដូចដែលវាបានបង្កគ្រោះថ្នាក់ដល់ពួកគេដែរ។

ចំណែកឯប្រសិនបើអ្នកមិនបានយកចិត្តទុកដាក់
នឹងវាទេនោះ:

វាក៏មិនអាចបង្កគ្រោះថ្នាក់អ្វីដល់អ្នកបានដែរ។

ចូរធ្វើឱ្យជីវិតរបស់អ្នកស្រស់បំព្រងដោយការគិតនូវ
រឿងរ៉ាវដែលមានប្រយោជន៍

អ្នកត្រូវដឹងថា

ជីវិតរបស់អ្នក គឺអាស្រ័យទៅលើគំនិតរបស់អ្នក។

ដូច្នោះ:

ប្រសិនបើវាជាគំនិតដែលនាំមកនូវផលប្រយោជន៍ដល់
អ្នកក្នុងសាសនា

ឬក្នុងលោកិយ

នោះជីវិតរបស់អ្នកនឹងមានភាពល្អប្រសើរ

និងមានសុភមង្គល។ បើមិនដូច្នោះទេ

នោះវានឹងផ្ទុយពីនេះទៅវិញ។

ចូរឲ្យការប្រព្រឹត្តរបស់អ្នក

គឺដើម្បីអល់ឡោះ:

មិនមែនដើម្បីមនុស្សលោកឡើយ។

ក្នុងចំណោមប្រការដែលមានប្រយោជន៍បំផុតក្នុង
ការកម្ចាត់នូវទុក្ខកង្វល់នានា

គឺការដែលអ្នកត្រូវបង្ហាត់ចិត្តខ្លួនឯងឱ្យកុំស្វែងរ
កការដឹងគុណពីនរណាម្នាក់ឡើយ

ក្រៅពីអស់ឡោះ។ ដូច្នោះ
នៅពេលដែលអ្នកបានធ្វើល្អចំពោះអ្នកដែលមានសិទ្ធិ
លើអ្នក(ដូចជាឪពុកម្តាយ

ប្តីប្រពន្ធ) ឬអ្នកដែលគ្មានសិទ្ធិលើអ្នកក៏ដោយ
ចូរអ្នកដឹងថា

នេះគឺជាការប្រព្រឹត្តរបស់អ្នកជាមួយអស់ឡោះតែប៉ុ
ណោះ។ ហេតុនេះ

កុំខ្វល់ខ្វាយនឹងការដឹងគុណពីអ្នកដែលអ្នកបានផ្តល់
សេចក្តីល្អឱ្យនោះឡើយ

ដូចដែលអស់ឡោះបានមានបន្ទូលអំពីលក្ខណៈនៃ
ខ្ញុំបម្រើដ៏ខ្ពង់ខ្ពស់របស់ទ្រង់ថា៖

﴿إِنَّمَا نُنْطَعِمُكُمْ لَوَجْهِ اللَّهِ لَا نُرِيدُ مِنْكُمْ جَزَاءً وَلَا شُكْرًا ۝﴾

“(ពួកគេនិយាយថា៖)

តាមពិត ពួកយើងផ្តល់អាហារដល់ពួកអ្នក
គឺដើម្បីទទួលបានការពេញចិត្តពីអស់ឡោះប៉ុណ្ណោះ

ដោយពួកយើងមិនចង់បានការតបស្នង
និងការថ្លែងអំណរគុណអ្វីពីពួកអ្នកឡើយ”។

គម្ពីរគួរអាន ជំពូក៧៦ វាក្យខណ្ឌទី៩

ចំណុចនេះ

គឺកាន់តែចាំបាច់បំផុតក្នុងការប្រព្រឹត្តជាមួយសមាជិ

កគ្រួសារ

កូនៗ

និងអ្នកដែលមានទំនាក់ទំនងស្និទ្ធស្នាលជាមួយអ្នក។
កាលណាអ្នកបង្ហាត់ចិត្តខ្លួនឯងឱ្យឈប់សម្លឹងរក
ចំណុចអាក្រក់របស់ពួកគេ

នោះអ្នកនឹងផ្តល់សេចក្តីសុខដល់គេ
ហើយខ្លួនអ្នកផ្ទាល់ក៏ទទួលបានសេចក្តីសុខដែរ។
ក្នុងចំណោមមូលហេតុនៃសេចក្តីសុខផងដែរ
គឺការប្រកាន់ខ្ជាប់នូវគុណធម៌
និងការអនុវត្តវាតាមសន្តិចិត្តដែលចង់ធ្វើ(ដោយការ
ស្ម័គ្រចិត្ត)

ដោយមិនបង្ខំខ្លួនឯងហួសហេតុ
រហូតដល់ថ្នាក់បង្កើតជាកង្វល់
ដែលធ្វើឱ្យអ្នកបរាជ័យក្នុងការទទួលបានគុណធម៌
នោះទៅវិញ

ដោយសារអ្នកដើរតាមផ្លូវដែលតឹងតែងពេក។
នេះហើយគឺជាផ្នែកមួយនៃគតិបណ្ឌិត(ហ៊ុកម៉ាត់)។
ហើយអ្នកត្រូវចេះកែច្នៃរឿងរ៉ាវដែលល្អក៏កករ
ឱ្យក្លាយជារឿងរ៉ាវដែលជ្រះថ្លា

និងផ្អែមល្អមវិញ ដែលតាមរយៈវិធីនេះ
ភាពរីករាយក្នុងជីវិតនឹងកើនឡើង

ហើយរាល់ភាពហួងសៅនឹងរលាយបាត់ទៅ។
ផ្ដោតលើអ្វីដែលមានប្រយោជន៍
និងបោះបង់ចោលអ្វីដែលបង្កគ្រោះថ្នាក់
ចូរដាក់គោលដៅលើរឿងរ៉ាវដែលមានប្រយោជន៍

ឱ្យនៅចំពោះមុខអ្នកជានិច្ច

ហើយខិតខំប្រឹងប្រែងដើម្បីសម្រេចវាឱ្យបាន។
ចូរអ្នកកុំងាកទៅចាប់អារម្មណ៍នឹងរឿងរ៉ាវដែលផ្តល់
ផលអាក្រក់ឡើយ

ដើម្បីឱ្យអ្នកអាចបំភ្លេចនូវរាល់មូលហេតុដែលនាំមក
កន្លែងនេះ និងទុក្ខសោក។ បន្ថែមពីនេះ

ចូរប្រើប្រាស់ការសម្រាកឱ្យបានត្រឹមត្រូវ
និងការប្រមូលផ្តុំស្មារតីឱ្យមូល

ដើម្បីសម្រេចរាល់កិច្ចការងារដែលសំខាន់ៗ។
សម្រេចកិច្ចការងារទាំងឡាយឱ្យចប់សព្វគ្រប់ភ្លាម
ៗ

កុំបង្អែរបង្អង់
ក្នុងចំណោមប្រការដែលមានប្រយោជន៍បំផុត
នោះ

គឺការសម្រេចកិច្ចការងារឱ្យចប់សព្វគ្រប់ភ្លាមៗ
ដោយមិនបង្អែរបង្អង់ដើម្បីទុកពេលទំនេរសម្រាប់ពេ
លអនាគត

ពីព្រោះថា
ប្រសិនបើការងារទាំងឡាយមិនត្រូវបានសម្រេចឱ្យច
ប់ទេនោះ

ការងារដែលនៅសេសសល់ពីមុននឹងនៅគរលើគ្នា
ជាមួយការងារថ្មីៗដែលនឹងមកដល់ជាបន្តបន្ទាប់
ដែលវានឹងធ្វើឱ្យបន្តកការងារកាន់តែធ្ងន់ធ្ងរឡើង

។
ប៉ុន្តែប្រសិនបើអ្នកសម្រេចកិច្ចការនីមួយៗទៅតាម

ពេលវេលាកំណត់របស់វា

នោះអ្នកនឹងមានកម្លាំងចិត្ត
និងបញ្ញាដ៏រឹងមាំដើម្បីប្រឈមមុខនឹងកិច្ចការងារនានា
ពេលអនាគត។

កំណត់លំដាប់លំដោយអាទិភាព
ជាមួយនឹងការពិគ្រោះយោបល់

ជាការគួរគប្បីដែលអ្នកត្រូវជ្រើសរើសក្នុងចំណោម
ការងារដែលមានប្រយោជន៍ទាំងឡាយនូវកិច្ចការណា
ដែលសំខាន់បំផុត

រួចបន្តទៅកិច្ចការដែលសំខាន់បន្ទាប់។
ត្រូវចេះបែងចែករវាងអ្វីដែលចិត្តរបស់អ្នកមានចំណូល
ចិត្ត

និងមានបំណងចង់ធ្វើខ្លាំង
ព្រោះថាការធ្វើអ្វីដែលផ្ទុយពីចំណូលចិត្តនឹងនាំមកនូវ
ភាពធុញទ្រាន់

ភាពនឿយណាយ និងភាពហួងសៅ។
ចូរស្វែងរកជំនួយលើកិច្ចការទាំងនោះតាមរយៈការ
គ្រិះរិះដែលត្រឹមត្រូវ

និងការពិគ្រោះយោបល់ជាមួយអ្នកដទៃ
ព្រោះអ្នកដែលចេះពិគ្រោះយោបល់នឹងមិនដែលត្រូវ
រស្មាយក្រោយឡើយ។

ចូរធ្វើការសិក្សាឱ្យបានល្អិតល្អន់នូវអ្វីដែលអ្នកចង់
ធ្វើ។

ហើយនៅពេលដែលអ្នកឃើញច្បាស់ពីផលប្រយោជន៍
និងមានការសម្រេចចិត្តច្បាស់លាស់ហើយនោះ

ចូរប្រគល់ការទុកចិត្តលើអល់ឡោះចុះ។

ជាការពិតណាស់

អល់ឡោះជាម្ចាស់ទ្រង់ស្រឡាញ់អ្នកដែលប្រគល់ការទុក
ចិត្តលើទ្រង់។

រាល់ការសរសើរទាំងឡាយ

គឺសម្រាប់អល់ឡោះដែលជាម្ចាស់គ្រប់គ្រងពិភពទាំង
អស់។

وصلی الله علی سیدنا محمد وعلی آله وصحبه وسلم

Index

មធ្យោបាយដ៏មានប្រសិទ្ធិភាពដើម្បីជីវិតមានសុភមង្គល.....	3
និពន្ធដោយ.....	3
សាសនវិទូឥស្លាម.....	3
លោក អាប័ទុលរ៉េម៉ាន កូនលោក ណាសៀរ.....	3
អាស្យាកថា.....	3
អារម្ភកថា.....	3
ជំពូក៖.....	5
ជំនឿ និងទង្វើកុសល.....	5
ជំពូក៖.....	18
ធ្វើខ្លួនឲ្យរស់ជាមួយនឹងការងារ	
ប្រចំណេះដឹងដែលមានប្រយោជន៍.....	18
ជំពូក៖ បង្កើនការរំលឹកដល់អល់ឡោះជាម្ចាស់.....	24
ជំពូក៖.....	29
ខិតខំព្យាយាមក្នុងការដកចេញនូវមូលហេតុដែលនាំមកនូវ	
ការព្រួយបារម្ភ.....	29
និងការទទួលបាននូវមូលហេតុដែលនាំមកនូវភាពរីករាយ។	
.....	29
ជំពូក៖.....	33
កំណត់ទុកនូវលទ្ធភាពដែលអាក្រក់បំផុតដែលអាចកើតមា	
ន.....	33
ជំពូក៖.....	35
ដួងចិត្តរឹងមាំ ការមិនតក់ស្លុត និងមិនជ្រួលច្របល់.....	35
ជំពូក៖.....	39
បង្ហាត់ខ្លួនឱ្យចេះអត់ធ្មត់នឹងចំណុចខ្លះខាតរបស់អ្នកដទៃ	
.....	39

ជំពូក៖..... 43
មិនបណ្តោយឱ្យការព្រួយបារម្ភបន្តទៅមុខទៀត..... 43



km21v2.1 - 06/04/2026



رسالة الحرمين

Message of The Two Holy Mosques

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

