

ការក្លាយជាពុទ្ធសាសនិក

Becoming a Buddhist

Q. What you say so far is very interesting to me. How do I become a Buddhist.

A. Once there was a man called Upali. He was the follower of another religion and he went to the Buddha in order to argue with him and try to convert him. But after talking to the Buddha, he was so impressed that he decided to become a follower of the Buddha. But the Buddha said: "Make a proper investigation first. Proper investigation is good for a well-known person like yourself." "Now I am even more pleased and satisfied when the Lord says to me: 'Make a proper investigation first.' For if members of another religion had secured me as a disciple they would have paraded a banner all around the town saying: 'Upali has joined our religion.' But the Lord says to me: Make a proper investigation first. Proper investigation is good for a well-known person like yourself."

In Buddhism, understanding is the most important thing and understanding takes time. So do not impulsively rush into Buddhism. Take your time, ask questions, consider carefully, and then make your decision.

ប្ប. អ្វីដែលបាននិយាយមកទាំងអម្បាលមាណ ធ្វើឱ្យខ្ញុំចាប់អារម្មណ៍ណាស់។ តើខ្ញុំអាច ក្លាយជាពុទ្ធសាសនិកបានយ៉ាងណា?

វិ. ពេលមួយមានបុរសម្នាក់ឈ្មោះឧបាលី។ គាត់ជាសាវ័ករបស់សាសនាមួយទៀត ហើយ គាត់បានចូលទៅរកព្រះពុទ្ធបរមត្រកូងគោលបំណងដើម្បីជជែកដេញដោលជាមួយព្រះអង្គនិង ព្យាយាមទាញព្រះអង្គឱ្យចូលសាសនា។ តែបន្ទាប់ពីនិយាយទៅកាន់ព្រះពុទ្ធបរមត្រ ធ្វើឱ្យ ឧបាលីចាប់អារម្មណ៍យ៉ាងខ្លាំងរហូតគាត់បានសំរេចចិត្តក្លាយខ្លួនជាសាវ័ករបស់ព្រះពុទ្ធអង្គ។ តែ ព្រះពុទ្ធបរមត្រទ្រង់ត្រាស់ថា “ ចូរធ្វើការពិនិត្យឱ្យលំអិតជាដំបូងសិន។ ការគិត ពិនិត្យឱ្យលំអិតគឺជាការល្អសំរាប់មនុស្សដែលល្បីឈ្មោះដូចជាអ្នក។” “ ឥឡូវនេះខ្ញុំកាន់ តែរីករាយនិងពេញចិត្ត ពេលដែលព្រះអង្គត្រាស់មកខ្ញុំថា “ ចូរធ្វើការពិនិត្យឱ្យលំអិតជា ដំបូងសិន។” ប្រសិនបើសមាជិកមកពីសាសនាដទៃអាចមកទាក់ទាញខ្ញុំជាសាវ័កម្នាក់ពួកគេ អាចនឹងដើរប្រកាសដោយពិដារដើរជុំវិញទីក្រុងហើយស្រែកថា “ ឧបាលីបានចុះចូលជាមួយ សាសនារបស់យើង។” តែព្រះអង្គត្រាស់មកកាន់ខ្ញុំថា: ចូរធ្វើការពិនិត្យឱ្យលំអិតជាដំ បូងសិន។ ការគិតត្រិះរិះឱ្យលំអិតគឺជាការល្អសំរាប់មនុស្សមានឈ្មោះល្បីដូចជាអ្នក។”

ក្នុងព្រះពុទ្ធសាសនា ការយល់ដឹងគឺជារត្នសំខាន់បំផុត ហើយការយល់ដឹងត្រូវប្រើ ពេលវេលា។ ដូច្នេះ ចូរកុំប្រញាប់ប្រញាល់ធ្វើតាមតែចិត្តចូលមកកាន់ព្រះពុទ្ធសាសនា។ ចូរ ប្រើពេលវេលា ចូរចោទសួរ ចូរពិចារណាយ៉ាងលំអិត និងបន្ទាប់មកចូរធ្វើការសម្រេច ចិត្តរបស់អ្នក ។

The Buddha was not interested in having a large number of disciples. He was concerned that people should follow his teachings as a result of a careful investigation and consideration of the facts.

Q. If I have done this and find the Buddha's teaching acceptable, what would I do then if I wanted to become a Buddhist?

A. It would be best to join a good temple or Buddhist group, support them, be supported by them and continue to learn more about the Buddha's teachings. Then, when you are ready, you would formally become a Buddhist by taking the Three Refuges.

Q. What are the Three Refuges ?

A. A refuge is a place where people go when they are distressed or when they need safety and security. There are many types of refuges. When people are unhappy, they take refuge with their friends, when they are worried and frightened, they may take refuge in false hopes and beliefs. As they approach death, they might take refuge in the belief in an eternal heaven. But, as the Buddha says, none of these are true refuges because they do not give comfort and security based on reality.

ព្រះពុទ្ធអង្គបរមត្រូវមិនបានឱ្យនរណាចាប់អារម្មណ៍ទៅលើការមានចំនួនសាវ័កច្រើននោះទេ។
ព្រះអង្គធ្វើឱ្យគេចាប់អារម្មណ៍ចំពោះមនុស្សដែលអាចបដិបត្តិតាមពាក្យប្រៀនប្រដៅរបស់ព្រះអង្គ
ដែលជាលទ្ធផលនៃការគិតត្រិះរិះឱ្យលំអិត និងគិតពិចារណានូវហេតុការណ៍ទាំងនោះ។

**បុ. បើខ្ញុំបានធ្វើដូច្នោះហើយរកយល់ឆឹងនូវពាក្យប្រៀនប្រដៅរបស់ព្រះពុទ្ធអង្គដែលអាចទទួល
យកបាន បន្ទាប់មកតើខ្ញុំគួរធ្វើដូចម្តេចបើខ្ញុំចង់ក្លាយជាពុទ្ធសាសនិកជន?**

វិ. បើដូច្នោះមែនវិធីល្អបំផុតនឹងចូលរួមក្នុងវត្តដែលល្អប្រក្រមពុទ្ធសាសនិកជន ចូរជួយឧបត្ថម្ភ
ពួកគេ ឱ្យពួកគេជួយឧបត្ថម្ភយើងហើយបន្តសិក្សារៀនសូត្របន្ថែមទៀតអំពីពាក្យប្រៀនប្រដៅ
របស់ព្រះពុទ្ធបរមត្រូវ។ បន្ទាប់មក ពេលអ្នករៀបចំខ្លួនរួចហើយ អ្នកអាចក្លាយជាពុទ្ធសាស
និកជនជាផ្លូវការដោយយកព្រះរតនត្រ័យជាទីពឹងទីរលឹក ។

បុ. តើអ្វីគឺជាការយកព្រះរតនត្រ័យជាទីពឹងទីរលឹក?

វិ. ការយកជាទីពឹងគឺជាកន្លែងមួយដែលមនុស្សដើរទៅរកពេលពួកគេកង្វល់ទុក្ខព្រួយឬពេល
ពួកគេត្រូវការភាពជាសុខនិងប្រាសចាកការភិតភ័យ។ មានការយកជាទីពឹងទីរលឹកច្រើន
យ៉ាងណាស់។ ពេលមនុស្សមិនសប្បាយចិត្ត ពួកគេយកមិត្តភក្តិជាទីពឹងទីរលឹក ពេលពួកគេ
ព្រួយកង្វល់និងភ័យខ្លាច ពួកគេអាចនឹងយកទីពឹងទីរលឹកក្នុងក្តីសង្ឃឹមនិងជំនឿក្លែងក្លាយ។
ពេលគេចូលដល់ទីអវសាន ពួកគេអាចនឹងយកជំនឿនៅក្នុងប៉ានសួគ៌អមត៍ជាទីពឹងទីរលឹក។
តែ តាមដែលព្រះពុទ្ធអង្គបរមត្រូវបានត្រាស់ វត្ថុទាំងអស់នោះមិនមែនជាទីពឹងទីរលឹកពិត
ប្រាកដឡើយពីព្រោះពួកគេមិនបានផ្តល់ឱ្យភាពសុខស្រួល និងទីប្រាកដយ៉ាងដែលអាស្រ័យលើ
សភាវៈពិត ។

Truly these are not safe refuges,
not the refuge supreme.
Not the refuge whereby one is
freed from all sorrow.

But to take refuge in the
Buddha, the Dhamma and the Sangha
and to see with real understanding
the Four Noble Truths.
Suffering, the cause of suffering,
the transcending of suffering and
the Noble Eightfold Path that leads
to the transcending of suffering.

This indeed is a safe refuge,
it is the refuge supreme.
It is the refuge whereby one is
freed from all suffering.

Dp. 189-192

Taking Refuge in the Buddha is a confident acceptance of the fact that one can become fully enlightened and perfected just as the Buddha was. Taking Refuge in the Dhamma means understanding the Four Noble Truths and basing one's life on the Noble Eightfold Path. Taking Refuge in the Sangha means looking for support, inspiration and guidance from all who walk the Noble Eightfold Path.

សរសេរដោយ ភិក្ខុធម្មតិកៈ

December 23, 2003

ដោយពិតទាំងអស់នេះមិនមែនជាទីពឹងទីរលឹកដ៏ប្រសើរឡើយ,

មិនមែនជាទីពឹងដ៏ឧត្តុង្គឧត្តម

ជាទីពឹងទីរលឹកដែលគ្មាននរណាម្នាក់,

អាចចេញចាកផុតពីសេចក្តីទុក្ខបាន ។

តែយកទីពឹងទីរលឹកក្នុង, ព្រះពុទ្ធ ព្រះធម៌ និងព្រះសង្ឃ

ហើយចាក់ផ្លូវនូវសេចក្តីយល់ដឹងពិតប្រាកដ,

នូវអរិយសច្ច៤ ។

នូវទុក្ខ, នូវហេតុនៃទុក្ខ, នូវការរលត់ទុក្ខ និងអរិយមគ្គប្រកបដោយអង្គ៨ ដែលនាំទៅ

រកការរលត់នូវទុក្ខ ។

នេះគឺពិតជាទីពឹងដ៏ប្រពៃបំផុត,

វាជាទីពឹងដ៏ឧត្តុង្គឧត្តម

វាជាទីពឹងដែលមនុស្សម្នាក់,

អាចចេញចាកទុក្ខបាន ។

ទិយនិកាយ ១៨៩-១៩២

ការយកព្រះពុទ្ធជាទីពឹងគឺជាការទទួលយកដោយជឿទុកចិត្តនូវហេតុការណ៍ដែលមនុស្សម្នាក់
អាចក្លាយជាអ្នកត្រាស់ដឹងនិងសុក្រិតភាពយ៉ាងពេញលេញបានដូចគ្នាដែលព្រះពុទ្ធបរមគ្គធ្លាប់
បានទទួល។ ការយកព្រះធម៌ជាទីពឹងទីរលឹកមានន័យថាយល់នូវអរិយសច្ច៤ ហើយអាស្រ័យ
លើជីវិតមនុស្សម្នាក់ដែលស្ថិតលើអរិយមគ្គប្រកបដោយអង្គ៨។ ការយកព្រះសង្ឃជាទីពឹងទី
រលឹកមានន័យថាសំឡឹងមើលការជួយណែនាំ ការធ្វើឱ្យចាប់ចិត្តនិងដឹកនាំអ្នកទាំងអស់ដែល
ងើរលើមាត់អរិយមគ្គប្រកបដោយអង្គ៨ ។

Doing this one becomes a Buddhist and thus takes the first step on the path towards Nirvana.

Q. What changes have taken place in your life since you first took the three refuges?

A. Like countless millions of others over the last 2547 years, I have found that the Buddha's teachings have made sense out of a difficult world, they have given meaning to what was a senseless life, they have given me a humane and compassionate ethics with which to lead my life and they have shown me how I can attain a state of purity and perfection in the next life. A poet in ancient India once wrote of the Buddha:

To go to him for refuge, to sing his praise, to do him honour and to abide in his Dhamma is to act with understanding.

I agree with these words completely.

Q. I have a friend who is always trying to convert me to his religion. I am not really interested in his religion and I have told him so but he won't leave me alone. What can I do?

A. The first thing you must understand is that this person is not really your friend. A true friend accepts you as you are and respects your wishes. I suspect that this person is merely pretending to be your friend so he can convert you.

ការធ្វើដូច្នេះមនុស្សម្នាក់ៗអាចក្លាយជាពុទ្ធសាសនិកជន ហើយបដិបត្តិតាមជំហានដំបូងនៅលើមាតិកាយានទៅរកព្រះនិព្វាន ។

បុ. តើមានអ្វីផ្លាស់ប្តូរកើតឡើងក្នុងជីវិតរបស់អ្នកចាប់តាំងពីពេលអ្នកយកព្រះរតនត្រ័យជាទីពឹងទីលិក់ជាលើកដំបូង?

វិ. ដូចគ្នានឹងមនុស្សដែលមិនអាចរាប់បានរាប់លាននាក់កាលពី២៥៤៧ឆ្នាំមុន អាត្មាបានយល់ច្បាស់ថាពាក្យប្រៀនប្រដៅរបស់ព្រះពុទ្ធបរមត្រូវបានធ្វើឱ្យមានន័យដល់ពិភពលោកដ៏លំបាកនេះ ព្រះធម៌ទាំងនោះបានផ្តល់អត្ថន័យទៅលើអ្វីដែលជានិរតតខ្លឹមសារ ព្រះធម៌នោះបានផ្តល់ឱ្យអាត្មានូវចរិយធម៌ចិត្តព្រេងសប្បុរសធម៌ និងករុណាធម៌ ជាមួយនឹងអ្វីដែលនាំជីវិតអាត្មា ហើយព្រះធម៌នោះបានបង្ហាញអាត្មានូវវិធីដែលអាត្មាអាចសម្រេចនូវភាពបរិសុទ្ធនិងសុក្រឹតភាពក្នុងជាតិខាងមុខ។ អ្នកកំរិតព្រលឹងមួយបុរាណបានសរសេរអំពីព្រះពុទ្ធបរមត្រូវថា: *ចូលទៅរកព្រះអង្គដើម្បីយកជាទីពឹង សូត្របទសរសើរដល់ព្រះអង្គ ធ្វើការគោរពព្រះអង្គ និងប្រជាក់ក្រោមម្លប់នៃព្រះធម៌របស់ព្រះអង្គដោយការបដិបត្តិដោយភាពយល់ដឹង។* អាត្មាយល់ព្រមទាំងស្រុងនូវពាក្យពេជ្រទាំងឡាយនេះ ។

បុ. ខ្ញុំមានមិត្តម្នាក់ដែលជាញឹកញយរាយមន្តទាក់ទាញខ្ញុំឱ្យចូលសាសនារបស់គេ។ ខ្ញុំពិតជាមិនបានចាប់អារម្មណ៍ទៅលើសាសនារបស់គាត់ ហើយខ្ញុំក៏បានប្រាប់ទៅគាត់ដូច្នោះ តែគាត់នៅតែមិនចាកចេញពីខ្ញុំ។តើខ្ញុំអាចធ្វើយ៉ាងណា?

វិ. រឿងដំបូងដែលអ្នកត្រូវតែយល់គឺថាមនុស្សម្នាក់នេះមិនមែនជាមិត្តពិតរបស់អ្នកទេ។ មិត្តពិតទទួលស្គាល់អ្នកនូវអ្វីដែលអ្នកមាន ហើយគោរពបំណងព្រះច្បាររបស់អ្នក។ អាត្មាសង្ស័យថាមនុស្សម្នាក់នេះក្លែងខ្លួនឯងធ្វើជាមិត្តរបស់អ្នក ដូច្នោះគេអាចទាក់ទាញអ្នកឱ្យចូលសាសនាគេ។

When people are trying to impose their will on you they are certainly not friends.

Q. But he says he wants to share his religion with me.

A. Sharing your religion with others is a good thing. But I suggest that your friend doesn't know the difference between sharing and imposing. If I have an apple, I offer you half and you accept my offer, then I have shared with you. But if you say to me "Thank you, but I have already eaten" and I keep insisting that you take half the apple until you finally give in to my pressure, this can hardly be called sharing. People like your 'friend' try to disguise their bad behaviour by calling it 'sharing', 'love', or 'generosity', but by whatever name they call it, their behaviour is still just rude, bad manners and selfish.

Q. So how can I stop him?

A. It is simple. Firstly, be clear in your mind what you want. Secondly, clearly and briefly tell him so. Thirdly, when he asks you questions like "What is your belief on this matter ?" or "Why don't you wish to come to the meeting with me ?", clearly, politely and persistently repeat your first statement. "Thank you for your invitation but I would rather not come".
"Why not?"
"That is really my business. I would rather not come."

សរសេរដោយ **គិត្តិយស្រី**

December 23, 2003

ពេលមនុស្សទាំងឡាយកំពុងព្យាយាមបង្ខំនឹងបំណងរបស់អ្នក ពួកគេគឺពិតជាមិនមែនជាមិត្តរបស់អ្នក ។

ឧ. តែគាត់និយាយថាគាត់ចង់បែងរំលែកសាសនារបស់គេជាមួយខ្ញុំ។

វិ. ការបែងរំលែកសាសនារបស់អ្នកជាមួយអ្នកដទៃគឺជារឿងល្អមួយ។ តែអាត្មាសំណូមពរថាមិត្តរបស់អ្នកមិនដឹងពីភាពខុសគ្នារវាងការបែងរំលែកនិងការបង្ខំ។ បើអាត្មាមានផ្លែប៉េមមួយអាត្មាឱ្យអ្នកឯងពាក់កណ្តាល ហើយអ្នកក៏ទទួលបានវា ពេលនោះអាត្មាបានបែងរំលែកជាមួយអ្នក។ តែបើអ្នកនិយាយមកកាន់អាត្មាថា “ អរគុណ តែខ្ញុំព្រះករុណាបានហូបរួចហើយ ” ហើយអាត្មានៅតែបង្ខំអោយអ្នកត្រូវតែយកផ្លែប៉េមមួយចំហៀងរហូតដល់អ្នកទទួលដោយចិត្តបង្ខំវិញនោះ នេះគេមិនអាចហៅថាការបែងរំលែកបានទេ។ មនុស្សដូចជាមិត្តរបស់អ្នកព្យាយាមតែងបញ្ចេញការប្រព្រឹត្តិអាក្រក់របស់គេដោយនិយាយថា “ បែងរំលែក ” “ ស្រលាញ់ ” ឬ “ ចិត្តសប្បុរស ” តែដោយឈ្មោះដូចម្តេចក៏ដោយដែលគេហៅវាការប្រព្រឹត្តិរបស់គេនៅតែគំរោះគំរើយ ឬក៏ពារអាក្រក់និងអាត្មានិយម ។

ឧ. ដូច្នេះតើខ្ញុំអាចបញ្ឈប់គេបានយ៉ាងណា?

វិ. វាសាមញ្ញណាស់។ ជាដំបូង ធ្វើចិត្តអ្នកឱ្យច្បាស់លាស់នូវអ្វីដែលអ្នកត្រូវការ។ ទីពីរ ប្រាប់ទៅគេដូចនោះឱ្យខ្លីនិងច្បាស់។ ទីបី ពេលគាត់សួរសំណួរអ្នកដូចជា “ តើអ្នកមានជំនឿយ៉ាងម៉េចអំពីបញ្ហានេះ? ” ឬ “ ហេតុអ្វីអ្នកមិនប្រាប់មកចូលរួមប្រជុំជាមួយខ្ញុំ ” ចូរបញ្ជាក់សំណួរដំបូងរបស់អ្នកម្តងទៀតដោយការប្រឹងប្រែង សុភាពរាបសារនិងច្បាស់លាស់។ “ អរគុណសំរាប់ការកោះអញ្ជើញរបស់អ្នក តែខ្ញុំមិនអាចមកបានទេ ” ។ “ ហេតុអ្វីមកមិនបាន? ” “ នោះពិតជាជឿរបស់ខ្ញុំ។ ខ្ញុំមិនអាចមកចូលរួមបានទេ។ ”

បកប្រែដោយ **គិត្តិយស្រី** (បរិញ្ញាបត្រពេទ្យសុខាភិបាល)

"But there will be many interesting people there."
"I am sure there will be but I would rather not come."
"I am inviting you because I care about you."
"I am glad you care about me but I would rather not come."

If you clearly, patiently and persistently repeat yourself and refuse to allow him to get you involved in a discussion he will eventually give up. It is a shame that you have to do this, but it is very important for people to learn that they cannot impose their beliefs or wishes upon others.

Q. Should Buddhists try to share the Dhamma with others?

A. Yes, they should. And I think most Buddhists understand the difference between sharing and imposing. If people ask you about Buddhism, tell them. You can even tell them about the Buddha's teachings without their asking. But if, by either their words or actions, they let you know that they are not interested, accept that and respect their wishes. It is also important to remember that you let people know about the Dhamma far more effectively through your actions than through preaching to them. Show people the Dhamma by always being considerate, kind, tolerant, upright and honest. Let the Dhamma shine forth through your speech and actions. If each of us, you and I, know the Dhamma thoroughly,

“ តែមានមនុស្សតូចៗចាប់អារម្មណ៍ច្រើនណាស់នៅទីនោះ។ ”
“ ខ្ញុំជឿជាក់ថាពិតជាមាន តែខ្ញុំមិនអាចមកចូលរួមបានទេ។ ”
“ ខ្ញុំកំពុងបញ្ជូនអ្នកព្រោះខ្ញុំស្រឡាញ់អាណិតអ្នក។ ”
“ ខ្ញុំសប្បាយចិត្តណាស់ដែលអ្នកស្រឡាញ់អាណិតខ្ញុំ តែខ្ញុំក៏មិនអាចមកចូលរួមបានដែរ ”

បើអ្នកនិយាយបញ្ជាក់សំដែងភាពតឹងតែង អត់ធន់ និងច្បាស់លាស់ ហើយបដិសេធន៍មិនឱ្យ គេជាប់សម្ព័ន្ធជាមួយនៅក្នុងការជជែកដេញដោលនេះ ជាចុងក្រោយគេនឹងបោះបង់ចោល។ វាជាការខ្មាសអៀនណាស់ដែលអ្នកធ្វើដូចនេះ តែវាសំខាន់ណាស់សំរាប់មនុស្សដើម្បីរៀនសូត្រ ដែលពួកគេមិនអាចបង្ខំសង្ខាររបស់គេ ឬប្រាថ្នាសង្កត់ទៅលើអ្នកដទៃ។

ឡូ. តើពុទ្ធសាសនិកជនអាចព្យាយាមបែងរំលែកធម៌ជាមួយអ្នកដទៃបានទេ?

វិ. ចំរើនពរពួកគេអាច។ ហើយអាត្មាគិតថាពុទ្ធសាសនិកជនភាគច្រើនយល់ចំពោះភាព ខុសឆ្កែងពីការរាងការបង្ខំនិងបែងរំលែក។ បើមានគេសួរអ្នកអំពីព្រះពុទ្ធសាសនាចូរព្រមព្រៀងត្រូវ អ្នកក៏អាចប្រាប់គេអំពីពាក្យប្រៀនប្រដៅរបស់ព្រះពុទ្ធជាម្ចាស់ដោយគ្មានការសាកសួររបស់គេ។ តែបើ ទាំងដោយកាយឬវាចា ដែលគេសំដែងចេញឱ្យអ្នកយល់ថាគេមិនចាប់អារម្មណ៍សោះ ឡើយ ចូរសំរេចតាមហេតុការណ៍នោះហើយគោរពបំណងប្រាថ្នារបស់គេ។ វាគឺសំខាន់ផង ដែរដោយចងចាំថាអ្នកធ្វើឱ្យមនុស្សទាំងឡាយដឹងអំពីព្រះធម៌កាន់តែមានប្រសិទ្ធិភាពខ្លាំងឡើង តាមរយៈទង្វើរបស់អ្នកជាជាងតាមរយៈការទេសនាប្រដៅពួកគេ។ ចូរបង្ហាញមនុស្សទាំង ឡាយឱ្យស្គាល់ធម៌ដោយជានិច្ចជាកាលមានការពិចារណា សន្តានចិត្តល្អ អត់ធន់ ទៀង ទាត់និងស្មោះស្ម័គ្រ។ ចូរជួយឱ្យធម៌ចាំរស្មីតាមរយៈពាក្យពេជ្រនិងទង្វើរបស់អ្នក។ បើយើង ម្នាក់ៗ អ្នកឬក៏អាត្មា ចេះនូវធម៌យ៉ាងពិតប្រាកដ

practise it fully and share it generously with others, we can be of great benefit to ourselves and others also.

- The End -

អនុវត្តយ៉ាងពេញលេញ និងបែងរំលែកវាប្រកបដោយសន្តានចិត្តទូលាយជាមួយអ្នកដទៃ យើងអាចជាប្រយោជន៍ដ៏ធំធេងចំពោះខ្លួនយើងនិងអ្នកដទៃផងដែរ ។

- ចប់ -