



# សមាធិ

ផ្នែកសកម្មនៃការថ្វាយបង្គំ ព្រះជាម្ចាស់ 1



## Welcome to the wonderful World of Questions & Answers

សម្រាប់ការយល់ដឹងខាងវិញ្ញាណ និងការប្រើប្រាស់ភាពសុខដុមខាងក្នុង 'សមាធិ!' ការធ្វើសមាធិរបស់អាណាព្យាបាល ត្រូវបានធ្វើដោយមិនប្រើថ្នាំរុក្ខជាតិ ឬសារធាតុគីមី។ CG ប្រើតែ rose quartz ដែលមិនកាត់តាមធម្មជាតិ។ CG ធ្វើសមាធិក្នុងភាពងាក ឬជាក្រុមនៅឯ 'ការប្រមូលផ្តុំ' ។

កាលណាសមាធិ ចិត្តដកខ្លួនចេញពីការត្រិះរិះខាងក្រៅទាំងអស់ ទើបរំដោះខ្លួនចេញពីការគិតទាំងអស់ ភាពស្ងប់ស្ងាត់នេះ ស្ងប់ស្ងាត់។ បន្ទាប់ពីស្ងប់ស្ងាត់ អ្នកអាចមើលឃើញការពិតនៃព្រលឹងអ្នក ការយល់ដឹងទាក់ទងនឹងគោលបំណងនៃជីវិត។ ចំណាំ! ព្រលឹងដែលមានបញ្ហាអាចនឹងផ្តល់នូវការយល់ដឹងដែលបង្កើតនូវស្ថានភាពនៃការចប់បារម្ភស្របច្បាប់បើកើតឡើងដោយ ឈប់ធ្វើសមាធិ។ សាកល្បងមួយថ្ងៃទៀត។

អ្នកគាំទ្រនៃ 1 Faith ធ្វើសមាធិតែម្នាក់ឯងដោយប្រើ Rose Quartz ។ នៅពេលទស្សនាការប្រមូលផ្តុំអាណាព្យាបាល អាណាព្យាបាលសកល។ មានក្រុមធ្វើសមាធិយ៉ាងខ្លាំងដើម្បីអធិស្ឋាន (IMGP) ។

សមាធិតែម្នាក់ឯង៖ ផឹកទឹកមួយកែវមុន

ពេលធ្វើសមាធិ។

- ដេកលើដី (កំរាលព្រំ) ឬគ្រែ។
- ដាក់ដុំថ្មគ្រឹមគ្រឹមលើថ្ងាស។
- ដេកឱ្យស្ងៀម លាតដៃត្រង់លើខ្នងរបស់អ្នកឱ្យតឹងជាប់នឹងខ្លួន ហើយបិទភ្នែក។

បន្ទាប់មកបិទការរំខានជុំវិញទាំងអស់ ស្វែងរកភាពសុខដុមខាងក្នុង។ ភាពសុខដុមខាងក្នុងនាំទៅរកបទពិសោធន៍ខាងវិញ្ញាណ។ បទពិសោធន៍ខាងវិញ្ញាណខ្លាំងអាចនាំឱ្យមានការគេងលក់ស្តប់ស្តល់។

ចំណាំ! ការគេងជ្រៅជួយបង្កើតរាងកាយ និងចិត្តគំនិតឡើងវិញ ដែលជាលទ្ធផលមនុស្សមានសុខភាពល្អជាងមុន។

ការធ្វើសមាធិមិនតែងតែជោគជ័យទេ។ ឈប់! សាកល្បងមួយថ្ងៃទៀត។

បើច្បាប់នៅពេលប្រើក្នុងពេលកំពុងធ្វើសមាធិ អាចកាត់បន្ថយកំហឹង ចប់បារម្ភ ធ្លាក់ទឹកចិត្ត... សមាធិជោគជ័យនឹងធ្វើឱ្យរាងកាយមានថាមពលឡើងវិញ ទាំងផ្លូវកាយ និងផ្លូវចិត្ត។ វាបង្កើនទំនាក់ទំនងជាមួយ 1 ព្រះ។



IMPP Intense Meditation Personal Praying Intense Meditation

Personal Praying (IMPP) អាចនឹងត្រូវបានប្រើនៅពេលដែលពួកគេជាតម្រូវការបន្ទាន់ដើម្បីទាក់ទងជាមួយ 1 ព្រះ។ IMPP ត្រូវបានធ្វើបានល្អបំផុតនៅពេលនៅផ្ទះតែម្នាក់ឯង។ IMPP មិនគួរត្រូវបានប្រើប្រាស់ជាប្រចាំឡើយ។

របៀប IMPP៖

អង្គុយលើជើងកន្ទួល លើកដៃបត់ចូលភ្លៅបិទភ្នែក

ជាមួយនឹងរាងកាយផ្នែកខាងលើចាប់ផ្តើមយឺត ៗ ទៅមុខទៅមុខថយក្រោយ

ចូរបន្តរអីវាយ ចាប់ផ្តើមស្រែកឡើងថា 'សម្រាប់សិរីល្អនៃ ព្រះទី១ និងព្រះគុណ មនុស្សជាតិ'

បន្តការសូត្រធម៌រហូតដល់អ្នកមានអារម្មណ៍ថប់ដង្ហើម រួចចាប់ផ្តើមសូត្រធម៌សូត្រ ការសូត្រធម៌ដែលអ្នកសូត្រអាចជា ១ ពី មគ្គុទ្ទេសក៍អធិដ្ឋាន ឬដោយខ្លួនឯង អ្នកអាចសូត្រធម៌បានញឹកញាប់តាមដែលអ្នកមានអារម្មណ៍ចាំបាច់ ពេលសូត្រចប់ ឈប់បើកភ្នែកក្រោកឡើង។

ចំណាំ! ថ្មសមាធិនៃ 1 Faith the Rose Quartz មិនត្រូវបានប្រើទេ។

ការអធិស្ឋាន ជាក្រុម អាចជាព្រឹត្តិ

ការណ៍ក្រុម (2 ឬច្រើនជាងនេះ) ។ ក្រុមអ្នកថែរក្សាការអធិស្ឋាននៅ Gath-erings មនុស្សគ្រប់គ្នាចូលរួម។ នៅពេលដែលពួកគេ គឺជាតម្រូវការបន្ទាន់ដើម្បីទាក់ទងជាមួយ 1 ព្រះ IMGP ត្រូវបានប្រើ។

IMGP Intense Meditation Group ការអធិស្ឋាន IMGP ត្រូវបានប្រើនៅពេលដែលបុគ្គលម្នាក់

ត្រូវការការគាំទ្រខាងសីលធម៌ពីអ្នកដទៃ ឬនៅពេលដែលវាទាក់ទងនឹងបញ្ហាសហគមន៍។ ប្រសិនបើអ្នកចង់ឱ្យក្រុមសូត្រធម៌អធិស្ឋាន ផ្ទាល់ខ្លួនរបស់អ្នក សូមនិយាយទៅកាន់អែលឌើរម្នាក់នៅការប្រជុំមួយ។ អធិស្ឋាន សមាធិ រួមគ្នាជាមួយអ្នកគាំទ្រដទៃទៀតនៃ 1 Faith ។

IMGP របៀប៖

បង្កើតក្រុម

ឈរលើជើងចាប់ផ្តើមជាន់ជើងបិទភ្នែក

បន្តដើរ ចាប់ផ្តើមទះដៃ

ឥឡូវនេះ ចូរចាប់ផ្តើមស្រែកថា: 'សម្រាប់សិរីល្អនៃ 1 ព្រះ និង ល្អនៃ មនុស្សជាតិ'

បន្តការទះកំផ្លៀង ទះដៃ បន្តរហូតដល់អ្នកមានអារម្មណ៍ថាមានអារម្មណ៍ស្រណុកក្នុងចិត្ត រួចចាប់ផ្តើមសូត្រធម៌សូត្ររបស់អ្នក។

ការអធិស្ឋានដែលអ្នកសូត្រអាចជា 1 ពីមគ្គុទ្ទេសក៍ការអធិស្ឋាន ឬរបស់អ្នកផ្ទាល់

អ្នកអាចសូត្រការអធិស្ឋានបានញឹកញាប់តាមដែលអ្នកមានអារម្មណ៍ថាចាំបាច់

ពេលសូត្រចប់ ឈប់ទះដៃ បើកភ្នែកសម្រាក

ចំណាំ! មនុស្សចាស់គួរតែចាប់ផ្តើម IMG

## 1 ព្រះ ស្រឡាញ់ ការជួបជុំ មួយ។

ការ ប្រមូលផ្តុំ គឺបើកពី 1 ម៉ោងបន្ទាប់ពីថ្ងៃរះរហូតដល់បិទ 1 ម៉ោងមុន។

ថ្ងៃលិច (ត្រីកោណពេលវេលា) នៅថ្ងៃសប្តាហ៍។ ថ្ងៃសប្តាហ៍ជាច្រើនមានប្រធានបទ

អាម៉ាស់ ការប្រារព្ធពិធី និងថ្ងៃរំលឹក។ ការជួបជុំមិនត្រឹមតែជាការជួបជុំគ្នាបែបសាសនាប៉ុណ្ណោះទេ ប៉ុន្តែវាក៏ជាការជួបជុំគ្នាក្នុងសង្គម

ផងដែរ៖ អធិស្ឋាន ពិភាក្សា ជជែកគ្នា ញាំ និង

ផឹក (គ្មានជាតិអាល់កុល) ច្រៀង រាំ សើច លេង សុខដុម។ ការប្រមូលផ្តុំគ្នារក្សាទំនៀមទម្លាប់ប្រពៃណីក្នុងស្រុកឱ្យនៅរស់រានមានជីវិត (ម្ហូប គ្រាមភាសា ការស្លៀកពាក់ តន្ត្រី។

រាំ) ដរាបណាពួកគេមិនបំពាន 'LGM' ។

### ចាប់ផ្តើមការប្រមូលផ្តុំ

មិនអាចស្វែងរកការប្រមូលផ្តុំបានទេ។ អ្នកគាំទ្រស្វែងរកយ៉ាងហោចណាស់ 7 នាក់បន្ទាប់មកទទួលបាន

រួមគ្នានោះគឺជាការប្រមូលផ្តុំ 1 ក ១

ការប្រមូលផ្តុំ st អាចត្រូវបានធ្វើឡើងនៅផ្ទះ។ Alter-natives គឺជា SmeC,

PHEC ឬសាលា។ (សូមមើលការចាប់ផ្តើមការប្រមូលផ្តុំ)

### ថ្វាយបង្គំ

ការថ្វាយបង្គំគឺជាការទទួលស្គាល់ដ៏គួរឱ្យគោរពនៃ ព្រះ 1 ! អ្នកបង្កើតច្រើនបំផុត

ចក្រវាឡដ៏ស្រស់ស្អាត។ 1 ព្រះ គឺទាំងទ្រង់និងនាង។ 1 ព្រះ ជាម្ចាស់ដើម

ព្រលឹង។ អាណាព្យាបាល គោរពបូជាអ្នកបង្កើតរូបកាយខាងវិញ្ញាណ

ចក្រវាឡដូចជា 1 ព្រះ 1 ជំនឿ 1 សាសនាចក្រ!

សកម្មភាពនៃការថ្វាយបង្គំអាចត្រូវបានអនុវត្តនៅក្នុងក្រុមក្រៅផ្លូវការឬផ្លូវការដោយ

ជាបុគ្គល ឬដោយអ្នកដឹកនាំដែលបានកំណត់។ ទំនៀមទម្លាប់សាសនាជាច្រើនតែងតែគោរពប្រណិប័តន៍ជាប្រចាំនៅចន្លោះពេលជា

ញឹកញាប់ ច្រើនតែជារៀងរាល់ថ្ងៃ ឬប្រចាំសប្តាហ៍។ ការបង្ហាញនៃការគោរពប្រណិប័តន៍ខុសគ្នា ប៉ុន្តែជាធម្មតារួមបញ្ចូលមួយ ឬច្រើន

ខាងក្រោម៖

ការអធិស្ឋាន, សូត្រ, រាំ, ចម្រៀងថ្វាយបង្គំ, ពិធីបុណ្យ, សមាធិ, តន្ត្រី,

ធម្មទេសនា ធម្មទេសនា ពិធីសាសនា សាក្រាម៉ង់ គម្ពីរ ឬគ្រាន់តែការលះបង់ផ្ទាល់ខ្លួន...

1 ព្រះ មិនចង់បានយញ្ញបូជាទេ ប៉ុន្តែការស្វែងរក ការទទួលបាន និងការអនុវត្តចំណេះដឹង។ ដូច្នេះអាសនៈត្រូវបានជំនួសដោយ Lectern ។

CG ស្វែងរក, ទទួលបាន, អនុវត្ត

ចំណេះដឹងនិងការអនុវត្តចំណេះដឹងបន្ត, ជីវិតទាំងអស់។

ការគោរពប្រណិប័តន៍សាសនាកើតឡើងនៅទីកន្លែងផ្សេងៗគ្នា៖ នៅកន្លែងសក្តារបូជាដែលមានគោលបំណង នៅផ្ទះ ឬកន្លែង

បើកចំហ។ Custodian Guardian wor-ship គ្រប់ទីកន្លែង លើកលែងតែកន្លែងសាងសង់។ ចំណាំ! 1 ព្រះ មិនចង់បានទេ។

គោលបំណងសាងសង់វិមាន (វិហារ, ព្រះវិហារ, វិហារអ៊ីស្លាម, ទីសក្តារបូជា, ប្រាសាទ

សាលាប្រជុំ...) សម្រាប់ថ្វាយបង្គំ។