ខ្មែរប៉ុស្តិ៍ ស.រ.អា
KhmerPost USA
Printing The Cambodian World News
VOL. 06 ISSUE 94 Nov13th - 24th, 2011
សុបិន : (267) 253-3947, សែម : (781) 244-0522
MASSACHUSETTS
217 APPLETON ST.
LOWELL, MA 01852
PENNSYLVANIA
438 LINDLEY AVE.
PHILADELPHIA, PA 19120
RHODE ISLAND
NEW JERSEY

មាតិការរឿង ទំព័រ

១-កិច្ចសម្ភាសន៍ជាមួយលោក គឹម សុខា....................០៣
២-វិបត្តិនៃវត្តព្រៃគនារាម (ត)....................០៣
៣-សម្បត្តិមនុស្សចាស់ (ត)....................៤
៤- អង្គការសិទ្ធិមនុស្ស: អ្នកកាប់ឈើ៨នាក់ ត្រូវទាហានថៃបាញ់.....៥
៥- The Cambodia Daily....................០៦ & ១៣

បោះឆ្នោតនៅម៉ាសាឈូសេត មានខ្មែរជាប់ឆ្នោត២នាក់

ដោយ : ខ្មែរប៉ុស្តិ៍

ក្រុងឡូវែល: ទូន វាសនា

ក្រុងលីន: ហុង ណេត

នៅឡូវែលមានប្រជាពលរដ្ឋខ្មែរប្រមាណ៤ម៉ឺននាក់រស់នៅនៅលីនចម្ងាយប្រមាណ១ម៉ោងពីឡូវែល ក៏មានខ្មែរ១.៥ម៉ឺននាក់រស់នៅ ។ នៅតំបន់ទាំងពីរនេះ បានសម្រេចលើកបេក្ខជនជាដើមកំណើតខ្មែរពីររូបឱ្យក្លាយទៅជាតំណាងរបស់គេ គឺកាលពីថ្ងៃអង្គារទី៨វិច្ឆិកា ២០១១នេះ គឺនៅឡូវែល លោក វាស្នា ទូន បានជាប់ក្នុងលំដាប់ថ្នាក់លេខ៧ក្នុងចំណោម៩នាក់ជាគណក្រុមប្រឹក្សាភិបាលក្រុងឡូវែល នឹងម្នាក់ទៀត គឺលោក ហុង ណេត ជាប់ជាសភា Councilors at large ក្នុងចំណោម៤នាក់របស់ទីក្រុងលីន។

លទ្ធផលនេះគឺជាសញ្ញានៃការភ្ញាក់រលឹកសហគមន៍ខ្មែរដែលមកតាំងទីនៅក្នុងតំបន់នានានៃស.រ.អានេះចំនួន៣០ឆ្នាំហើយ ទើបតែទទួលផ្លែផ្កានៃចូលរួមក្នុងមហាសង្គមជាតិអាមេរិកាំងកាន់តែជ្រាលជ្រៅ ហើយទទួលយកនូវសីលធម៌នៃការគ្រប់គ្រងថ្មីមួយ ដែលមនុស្សត្រូវតែពិគ្រោះយោបល់គ្នា ដើម្បីអភិវឌ្ឍន៍សង្គមដែលខ្លួនរស់នៅ ។ លោក វាស្នា ទូន នឹងលោក ហុង ណេត ដែលបានជាប់ឈ្មោះជាតំណាងនៃសហគមន៍ គឺច្បាស់ជាពុំមែនដោយសារតែខ្លួនជាខ្មែរតែប៉ុណ្ណោះទេ គឺត្រូវមានគុណសម្បត្តិជាសីលធម៌មនុស្សជាតិថែមទៀត ទើបមានលទ្ធភាពអាចឆ្លងទៅរកភាពជាតំណាងក្នុងមហាប្រទេសនេះរួច ។ ដូច្នេះមានន័យថា សហគមន៍ខ្មែរបានកើនគុណសម្បត្តិ **តទៅទំព័រទី១៨**

បោះឆ្នោតនៅហ្វីឡាដែលហ្វៀ

ខ្មែរប៉ុស្តិ៍

ម៉ាគិល ណាទ័រ ៧៣% | ការីន ប្រោណ ២៣%

អ្នកស្រី ការ៉ែន ប្រោន នៃគណបក្សសាធារណរដ្ឋដែលឈរឈ្មោះប្រជែងជាមួយ ម៉ាយកិល ណាទ័រ នៃគណបក្សប្រជាធិបតេយ្យជាអភិបាលក្រុងចេញបានត្រូវចាញ់ឆ្នោតដាច់ឆ្ងាយ គឺ ម៉ាកិល ណាទ័រ បានសន្លឹកឆ្នោត៧៣% ទល់នឹង ការែន ប្រោណ បានតែ ២៣% ។

សមាជិកក្រុមប្រឹក្សាភិបាលក្រុងថ្មី៦នាក់ដែល ទើបបោះឆ្នោតជាប់ គឺ: Johson 73% Henon 72% Rubin 41% មកពីគណបក្សប្រ ជាធិបតេយ្យ Cohen 21% Stewaad 28% O´neill 59% មកពីគណបក្សសាធារណរដ្ឋ។

អ្នកទាំង៦រូបគឺជាអ្នកធ្វើច្បាប់ ១/៣ ដែលត្រូវរើសថ្មីបញ្ចូលជំនួសអ្នកចប់អាណត្តិបង្គ្រប់ជា១៧រូប ។រីឯតំណាងខាងសភា Couneil at lager ចំនួន៧រូប គឺបានទៅខាងគណបក្សប្រជាធិបតេយ្យចំនួន៥អាសនៈ គឺ Bill green James Kenny 15.6% Blondel Reynords Bronwn 14%

Bill Greenlee 13.9% W.Wilson Goode JR 13.9%

បានទៅគណបក្សសាធារណរដ្ឋ ២ អាសនៈ គឺ: Dennis O´Brien 6.6% រីឯអាសនៈទី២ ពុំទាន់ច្បាស់ជាបានទៅឯណាដោយលទ្ធផលនៅជិតគ្នាពេក គឺរវាង Al Tavbenbere 5.3% និង David OH 5.2% (អ្នកឈ្នះនិងជូននៅលេខក្រោយ) ។

យើងនៅរង់ចាំជួយដល់លោកអ្នក!

●● ប្រសិនបើលោកអ្នក :

- មានអារម្មណ៍អស់សង្ឃឹម ឬរំភើបខ្លាំង
- មានភាពធាប់ទឹង
- ចង់នៅតែឯកឯង
- មានទឹកចិត្តផ្លាស់ប្តូរ
- មានភាពច្របូកច្របល់ក្នុងខ្លួន
- មានអារម្មណ៍ធុញថប់
- មានអារម្មណ៍រំជួលចិត្ត ឬព្រួយបារម្ភ
- ផ្លាស់ប្តូរទម្លាប់ដំណេក
- ផ្លាស់ប្តូរទម្លាប់បរិភោគ
- យំច្រើន
- ឮសម្លេងដែលមិនមានពិតប្រាដក
- ឃើញរូបភាពដែលមិនពិត
- មានគំនិតចង់ធ្វើឲ្យឈឺចាប់ខ្លួនឯង ឬឈឺចាប់ដល់អ្នកដទៃ
- មានគំនិតចង់សម្លាប់ខ្លួន

យើងនិយាយភាសាខ្មែរ

សូមទូរស័ព្ទរក រដ្ឋា ម៉ាក់គ្គីរ

ដើម្បីជួយឱ្យបានទទួលសេវាសុខភាពផ្លូវចិត្ត

215-413-3100

extension **5156**

Provided by:

Department of Behavioral Health and Intellectual disAbility Services
Arthur C. Evans, Ph.D., Commissioner

DBHIDS DEPARTMENT of BEHAVIORAL HEALTH and INTELLECTUAL disABILITY SERVICES
Recovery • Resilience • Self-Determination

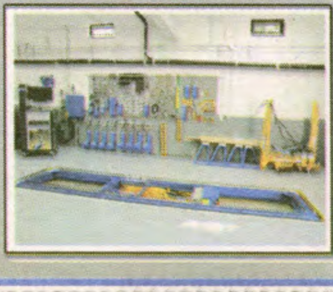
C·B·H

New Century Auto

Collision & Service Center

17 South Street, Lowell MA 01852

Telephone: (978) 710 - 3488



-ទទួលជួសជុលតួរថយន្ត ម៉ាស៊ីន បាញ់ថ្នាំ ប្រព័ន្ធភ្លើង ប្រព័ន្ធម៉ាស៊ីនត្រជាក់ ដោយជាងមានបទពិសោធន៍ច្បាស់លាស់យូរឆ្នាំ

-ឧបករណ៍ Technology ថ្មីបំផុតទទួលស្គាល់ដោយក្រុមហ៊ុន BMW Lexus Mercedes

AUTO BODY SERVICES

-លាយថ្នាំដោយប្រព័ន្ធ Computer ធានាដូច១០០%(នៅទីនេះ)
-ឧបករណ៍បាញ់ថ្នាំដើរដោយប្រព័ន្ធ Computer
-ជួសជុលរថយន្ត គ្រោះថ្នាក់ ប៉ះទង្គិច ឱ្យបានល្អស្អាតដូចដើម១០០%

REPAIR-MAINTENANCE

-ជួសជុលគ្រឿងម៉ាស៊ីន គ្រឿងក្រោម តាមលក្ខណៈបច្ចេកទេស
-ទទួលប៉ះកង់ ដូរកង់ ដូរប្រេង ដូរហ្វ្រាំង ពិនិត្យប្រព័ន្ធ បំពង់ខ្យល់ បំពង់ទឹក
-ជួសជុលប្រព័ន្ធ AC&Hit ជាទីទុកចិត្ត

-យានដ្ឋានយើងខ្ញុំទទួលស្គាល់ដោយក្រុមហ៊ុនធានារ៉ាប់រងជាច្រើន
(Mass,Hanover,Commerce,Trust,Arbella,Metropolitan,Safetygroup)

-ទទួលធ្វើការទំនាក់ទំនងជាមួយក្រុមហ៊ុនធានារ៉ាប់រង ជូនលោកអ្នកជាទីទុកចិត្ត

ថយន្តល្អ សុវត្ថិភាព ជីវិតរុងរឿង អនាគតភ្លឺថ្លា !

កិច្ចសម្ភាសន៍ជាមួយលោក កឹម សុខា នៅហ្វីឡាដែលហ្វៀស.រ.អា នាឱកាសខួបទី២៣តុលា១៩៩១ នៃសន្ធិសញ្ញាក្រុងប៉ារីស

ដោយ : ពិន សំខុន

សំនួរ : បាទ! ជុំរាបសួរលោក កឹម សុខា

កឹម សុខា : បាទ! ជុំរាបសួរ

សំនួរ : ថ្ងៃនេះជាខួបលើកទី២០ នៃសន្ធិសញ្ញាក្រុងប៉ារីស នៅពេលនោះមានសេចក្តីសំរេចដ៏សំខាន់មួយ ដែលធ្វើឱ្យកម្ពុជាត្រឡប់ទៅមានសន្តិភាពបាន ដោយសារសន្ធិសញ្ញា ប៉ុន្តែរហូតមកដល់ពេលនេះរយៈពេល ២០ឆ្នាំរួចមកហើយហាក់ដូចជា មានភាពច្របូកច្របល់ពេញប្រទេស ។ តើលោកអាចធ្វើអត្ថាធិប្បាយចំពោះរឿងហ្នឹងបានទេ?

កឹម សុខា : យើងពិនិត្យមើលស្មារតីនៃកិច្ចព្រមព្រៀងទីក្រុងប៉ារីស២៣តុលា១៩៩១នេះ មានខ្លឹមសារសំខាន់៤យ៉ាង:

១-ចង់ឱ្យខ្មែរមានការបង្រួបបង្រួមគ្នា ផ្សះផ្សាជាតិ ដើម្បីបញ្ឈប់ការច្បាំងតទៅទៀត ដែលយើងបានច្បាំងយូរមកហើយដែលជាសង្គ្រាមស៊ីវិលនោះ ដើម្បីរៀបចំឱ្យមានសន្តិភាពឡើងវិញ។

២-ចង់ឱ្យប្រទេសដែលបានឈ្លានពានខ្មែរ ជាពិសេសយួនត្រូវដកកងទ័ព ហើយគេសុំឱ្យប្រទេសអ្នកចុះហត្ថលេខីទាំងឡាយ ជួយធានាអធិបតេយ្យ បូរណភាពទឹកដីខ្មែរ។

៣-គេចង់ឱ្យយើងកសាងប្រទេសឡើងវិញទៅតាមប្រព័ន្ធប្រជាធិបតេយ្យសេរីពហុបក្ស និងគោរពសិទ្ធិ-មនុស្ស។

៤-គេជួយឱ្យយើងមានការស្តារកសាងសេដ្ឋកិច្ចប្រទេសកម្ពុជាឡើងវិញ ដើម្បីឱ្យប្រជាពលរដ្ឋខ្មែររួចផុតពីភាពក្រីក្រ។

ទាំងនេះជាស្មារតីនៃកិច្ចព្រមព្រៀងក្រុងប៉ារីស ដូច្នេះយើងវាយតំលៃអស់រយៈពេល២០ឆ្នាំ ស្អីដែលបាន ស្អីដែលមិនបាន ។ យើងឃើញថា ៩៣មានប្រព័ន្ធបោះឆ្នោត ភាគីទាំងអស់ចូលរួមឈប់បាញ់គ្នា ហើយយើងឃើញរៀបចំសភា រដ្ឋធម្មនុញ្ញ រដ្ឋាភិបាល តុលាការ ហើយមានការអភិវឌ្ឍន៍ មានទាំងជំនួយបរទេសមកអភិវឌ្ឍផង ។ ប៉ុន្តែយើងសួរថា តើស្មារតីទាំង៤យ៉ាងវាដល់ណា?

ក្រោយពីបោះឆ្នោត៩៣-៩៨-២០០៣-២០០៨ ៤អាណត្តិហើយ តើវាដើរដល់ណា?

១.ការផ្សះផ្សាជាតិ បង្រួបបង្រួមជាតិខ្ញុំយល់ថា ពុំទាន់មានការផ្សះផ្សា បង្រួបបង្រួមជាតិពិតទេ ហេតុអ្វីបានជាខ្ញុំថាអញ្ចឹង អាណត្តិទី១.២.៣ មានពហុ មានចំរុះ នៅអាណត្តិទី៤ គេបាន៩០កៅអីម្នាក់ឯង គឺមិនមានការផ្សះផ្សាជាតិ គាត់បានបែងចែកខ្មែរទៅតាមភូមិ ឃុំទាំងអស់ជាបី ខ្មែរខ្មៅ ខ្មែរប្រផេះ ខ្មែរស ដូចជា ប៉ុល ពត ចែកប្រជាពលរដ្ឋជំនាន់នោះជា ប្រជាជនថ្មី ប្រជាជនពេញសិទ្ធិ ប្រជាជនបំរុង ។ គាត់បានចែកបើខ្មែរណាបានចូលគាំទ្រជាមួយគណបក្សប្រជាជនកម្ពុជា គាត់ចាត់ទុកជាខ្មែរស បើខ្មែរណាគាំទ្រគណបក្សប្រឆាំង គាត់ថាខ្មែរខ្មៅ ហើយខ្មែរណាដែលនៅទាក់ទើ គេហៅខ្មែរប្រផេះ ។ ម្យ៉ាងទៀតក្រោយពីកិច្ចព្រមព្រៀងក្រុងប៉ារីស គេបានកំទេចមានភាគី៤ ភាគី១ខ្មែរក្រហមត្រូវបានកំទេច ក្រោយមកកំទេចខាងលោកតា សឺន សាន រណសិរ្សជាតិរំដោះប្រជាពលរដ្ឋខ្មែរ បន្ទាប់មកកំទេចភាគី ហ៊្វុនស៊ិនប៉ិចគណបក្ស ហ៊្វុនស៊ិនប៉ិច នៅ រណឫទ្ធ ប៉ុន្តែភាគីនេះត្រូវបានកំទេចខ្ទិចអស់ហើយ បែកអស់ហើយ អញ្ចឹងនៅសល់ភាគីទី៤ គឺភាគីរដ្ឋកម្ពុជា របស់គណបក្សប្រជាជន ដូច្នេះជាការបំបែកខ្មែរ កំទេចខ្មែរ មិនមែនជាការបង្រួបបង្រួមទេ ។ ហើយចំណុចមួយទៀតថា អត់មានការផ្សះផ្សាជាតិ គឺជាពាក្យផ្សះផ្សា គឺធ្វើឱ្យបាត់ឈឺផ្សាឱ្យបាត់ឈឺចាប់ ឥឡូវនេះប្រជាពលរដ្ឋមានការឈឺចាប់កាន់តែច្រើនទៅដោយការដណ្តើមយកដីធ្លី ធ្វើឱ្យអ្នកចាញ់ឈឺចាប់ អ្នកចាញ់មិនបានទទួលសេចក្តីសុខ នេះហើយដែលហៅថាអត់ផ្សះផ្សាជាតិ។ **តទៅទំព័រទី០៥**

វិបត្តិនៃវត្តត្រៃរតនារាម (ត)

ឡូវែល : បន្ទាប់ពីយើងបានផ្សាយពីរឿងរ៉ាវនៅវត្តត្រៃរតនារាមរវាងវត្តលើ និងវត្តក្រោមលោក អ៊ុង រិទ្ធី ដែលជាសមាជិកគណកម្មាធិការចំរុះវត្តកូតាវត្តខាងលើ បានឆ្លើយតាមទូរស័ព្ទ និងខ្មែរប៉ុស្តិ៍ កាលពីថ្ងៃច័ន្ទ ទី៧ ខែវិច្ឆិកា ហើយបានធ្វើការកែតម្រូវដូចតទៅ :

១-ព្រះតេជគុណ សៅ ឃន នៅតែជាចៅអធិការវត្តខាងលើនៅឡើយ គឺព្រះអង្គជាប្រធានសហគមន៍ព្រះសង្ឃផង ជាចៅអធិការវត្តលើផង

២-លោក ទិត សារុន និងអ្នកស្រី ម៉ាយ៉ា ម៉ែន មិនដែលបានលាចាកពីតំណែងសមាជិកគណកម្មាធិការវត្តពេលណាទេ។

៣-ទាមទារឱ្យមានការដកសមាជិកថ្មីដែលទើបនឹងតែងតាំងជំនួសលោក ទិត សារុន និងអ្នកស្រី ម៉ាយ៉ា ម៉ែន នោះចេញពីព្រោះអ្នកទាំងពីរជាកូតាវត្តខាងលើ ។

៤-ទាមទារឱ្យបញ្ឈប់ការយកលុយវត្តមកប្តឹងផ្តល់គ្នា

៥-ស្នើឱ្យតុលាការទទួលស្គាល់ការបោះឆ្នោតថ្មីដែលទើបជ្រើសរើសបានសមាជិកថ្មី១៣រូប ។

លោក អ៊ុង រិទ្ធី

យើងមិនទាន់អាចបញ្ជាក់ពីភាពពិតនៃការប្តឹងផ្តល់គ្នាយ៉ាងណានៅឡើយ ដោយយើងមិនទាន់បានទទួលឯកសារសរសេរណាមួយថ្មីពីក្រុមទាំងពីរវត្តនោះទេ ។ លោក អ៊ុង រិទ្ធី នៅពេលដែលបន្ទោសជាអត្ថបទលេខមុនរបស់យើង ថាមានភាពច្របូកច្របល់ច្រើន តែលោកទទួលស្គាល់ថា ពុំទាន់បានអាចអត្ថបទនោះ ដោយខ្លួនឯងនៅឡើយទេ តែមានគេប្រាប់លោក ៕ **ខ្មែរប៉ុស្តិ៍**

ក្រុមហ៊ុនទេសចរណ៍ ភ្នំពេញអន្តរជាតិ

Phnom Penh International Travel Services

21 Branch St., Ste #1
Lowell, MA 01851
Tell: 978-970-5999
Fax: 978-970-5599

109 Lafayette St. #C-5
New York, NY 10001
Tell: 212-219-2299
Fax: 212-219-9930

- លក់សំបុត្រយន្តហោះសម្រាប់ក្នុង និងក្រៅប្រទេស
- ធ្វើលិខិតធានា ប្តី ប្រពន្ធ ឬគូដណ្តឹងពីស្រុកខ្មែរ
- ធ្វើលិខិតសុំច្បាប់ចេញចូល -Re-Entry Permit
- ពន្យា Passport ខ្មែរ Laisser Passer
- ធ្វើទិដ្ឋាការ Visa ទៅអាស៊ី
- ធ្វើលិខិតសុំ Green Card I-94 Work Permit
- បំពេញសុំចូលសញ្ជាតិ
- ថតរូបសម្រាប់ចូលសញ្ជាតិ និងទទួលផ្ញើប្រាក់ទៅស្រុកខ្មែរគ្រប់ប្រទេស
- លក់ Money Order និងបោះត្រា

Nortary Public

978-970-5999

សម្បត្តិមនុស្សចាស់ (ត)

Civic engagement high among boomers

កាលពីលេខមុន យើងបានពិពណ៌នាអំពីសម្បត្តិដែលមនុស្សចាស់គួរមាន នៅពេលខ្លួនស្លាប់ទៅហើយ កុំឱ្យមានការអំពល់ទុក្ខដល់អ្នកដែលរស់នៅ ហើយក៏ជាកិត្តិយសដែលគួរធ្វើឱ្យបាននៅចុងបញ្ចប់នៃជីវិតមនុស្សម្នាក់ៗ ។ នេះជាអំណោយថ្លៃថ្លាដែលវត្តព្រះពុទ្ធរង្សី ហើយនឹងវត្តបាលីលល័យបានរៀបំជាគណកម្មការមរណសង្គ្រោះនេះឡើង ដើម្បីទុកជាសម្បត្តិបន្ថែមសម្រាប់មនុស្សចាស់តែនៅមានវត្តខ្មែរខ្លះពុំបានយកចិត្តទុកដាក់ឱ្យបានខ្ពស់នៅឡើយដែរ ។ យើងពុំទាន់បានពិពណ៌នាអំពីកម្មវិធីមរណសង្គ្រោះរបស់វត្តបាលីល័យ ដោយសារព្រះតេជគុណចៅអធិការបានប្រគល់ភារកិច្ចគ្រប់គ្រងឱ្យទៅសមាជិកគណកម្មការវត្តម្នាក់ នាពេញថ្មីៗនេះ ហើយគណកម្មការនោះពុំទាន់រៀបចំសារជាថ្មីបានស្រួលបាននៅឡើយ ។

នៅក្នុងការសិក្សាមួយស្តីពីដំណើរជីវិតមនុស្សចាស់ជំនាន់នេះបានន័យថា ជាកុមារនិងយុវជនជំនាន់បន្ទាប់សង្គ្រាមលោកលើកទី២ គឺក្រុមដែលមានអាយុពី៤០ដល់៦៥ឆ្នាំ គឺជា"បេប៊ីប៊ូម"ជំនាន់ទារកកើតច្រើនជាងគេគេបានវាយតម្លៃពីសង្គមនៃមនុស្សជំនាន់"បេប៊ីប៊ុម"នោះ និយាយថា "ចំណូលចិត្តរួមកម្លាំងធ្វើការបំរើសង្គមដោយស្ម័គ្រចិត្តចូលចិត្តប្រើប្រព័ន្ធផ្សព្វផ្សាយ និងចូលចិត្តធ្វើការទំនាក់ទំនងរវាងមនុស្ស និងមនុស្ស..." សកម្មភាពទាំងនោះសុទ្ធសឹងតែផ្តោតទៅលើអភិវឌ្ឍន៍ចំពោះសង្គមដែលខ្លួនរស់នៅ ។ មកដល់អាយុប៉ុណ្ណោះហើយក្តីមនុស្សចាស់នៃមហាប្រទេសនេះនៅតែមានជីវិតសកម្ម និងវិជ្ជមានក្នុងកំរិតខ្ពស់នៅឡើយ ងាកមកមើលសហគមន៍ខ្មែរវិញ ចាស់ៗចាប់ពីអាយុ៥០ទៅ៦៥ឆ្នាំ ច្រើនមានភាពទ្រុឌទ្រោមដោយការមិនគិតពីថែខ្លួន ហើយប្រាថ្នាស្វែងរកក្តីសម្រាកជាចុងបញ្ចប់ស្ទើរគ្រប់គ្នាច្រើនគិតជាអវិជ្ជមានបន្ថយការឱ្យតំរូពីភាពរឹងប៉ឹងប្រឹងប្រែងដល់កូនចៅស្ទើរតែអស់រលីង ។ ភាពអវិជ្ជមានបូកគ្នា និងទ្រុឌទ្រោមបានធ្វើឱ្យមនុស្សចាស់ខ្មែរច្រើនក្លាយទៅជាសំណល់មនុស្សរស់នៅដោយសារកូនចៅ ឬក៏ដោយសារការចិញ្ចឹមរបស់រដ្ឋច្រើនជាងការសន្សំសំចៃផ្ទាល់ពីការងារដែលខ្លួនខិតខំប្រឹងប្រែងគិតគូរទុក កាលពីនៅក្មេង ។

សូមអានអត្ថបទសិក្សាពីសង្គមនុស្សចាស់សម័យ"បេប៊ីប៊ុម"ជាភាសាអង់គ្លេសដូចតទៅ :

Civic engagement high among boomers

Between 2008 and 2010, a majority of Americans were civically active in a variety of ways, working with others to improve their communities, according to the 2011 Civic Life in America: Key Findings on the Civic Health of the Nation research recently released by the Corporation for National and Community Service and the National Conference on Citizenship.With nearly nine in 10 American households sitting down to dinner together frequently, more than half discussing politics at least a few times a month, and a third actively participating in groups or organizations, civic life in America continues to be dynamic.In partnership with CNCS and NCoC, the Bureau of Labor Statistics and the U.S. Census Bureau collect most of the data for Civic Life in America through supplements to the Current Population Survey. The CPS Civic Engagement Supplement is designed to gauge the health of America's communities by measuring how often residents engage in a variety of civic activities.The survey also helps civic leaders identify ways to strengthen the participation of citizens in making a positive impact in their communities.A majority of Americans participated in many of the activities contained in three of the five civic engagement categories measured in the report: political action, connecting to information/current events, and social connectedness. More than a third were active across several of the activities in the remaining two categories: service and volunteering and participating in an organized group. The research suggests that civic engagement is a reinforcing cycle. Citizens who participate in one area of civic engagement, like volunteering, are more likely to get involved in groups, contact public officials, or work with neighbors. In addition, the results show evidence similar to what researchers see across the "volunteer lifecycle" the arc of civic involvement that tends to increase as citizens feel a deeper connection to their communities through personal networks, their workplace, and their children's schools.Other key findings include that Americans remain civically engaged long into their lives in a pivotal number of ways. Older Adults (age 65 and older) ranked #1 in voting (58.9%), church or religious involvement (22.7%), service or civic group participation (10.4%), and doing favors for neighbors frequently (20.1%).Baby Boomers (born 1946-1964) ranked #1 in discussing politics frequently (38.5%), volunteering (29.3%), and serving as a group officer or committee member (12.5%).Generation X (born 1965-1981) ranked #1 in the category of frequently eating dinner with household members (90.9%), participation in school groups (19.5%), and participation in sports or recreation groups (13.6%).In addition, the research also provides data on civic participation on the national level, all 50 states and the District of Columbia, and 51 of the largest metro areas in the U.S. The rankings of the cities and states were based on five major categories: political action; connecting to information/current events; social connectedness; service; and participating in a group. (Source: United Way of Southeastern Pennsylvania, 10/04/2011)

មន្ទីរសុខភាព ART OF WELLNESS CENTER

647 Bainbridge St. Phila PA., 19147 215-305-2238

ទទួលព្យាបាលខ្លួន និងបញ្ហាផ្លូវចិត្តធ្វើទៅតាមទម្លាប់ និងជំនឿរបស់លោកអ្នកដោយប្រើរបៀបបច្ចេកទេសអាស៊ីនិងបច្ចេកវិទ្យាបម្រើប្រទេស ។

ទទួលព្យាបាលគ្រប់វ័យ

• ប្រើម្ជុលឥតថ្នាំ • ចាប់សរសៃ • ចិត្តវិទ្យា • យោគ/ភាវនា

TREATMENT TYPE

• Acupuncture • Acupressure • Psychotherapy • Yoga/ Meditation

www.artofwellnesscenter.com

ចំពោះលោកអ្នកមានការលំបាកណាមួយដូចចំណុចខាងក្រោម :

- Weight Management for Adult & Children
- Diabetes
- High Blood Pressure
- High Cholesterol Level Issue
- Pain Management
- Nutrition Consultation (Free)
- Women's Health

- គ្រប់គ្រងទម្ងន់សម្រាប់ចាស់និងក្មេង
- ទឹកនោមផ្អែម
- លើសសម្ពាធឈាម
- លើសកំរិត កូលេសស្តេរ៉ូល
- ឈឺខ្លួនប្រាណគ្រប់កន្លែង
- ពិគ្រោះពីម្ហូបអាហារ (មិនយកកំរៃ)
- សុខភាពស្ត្រី

- Insomnia (Difficulty Sleeping)
- Feeling Tired & Weak
- Stress /Anxiety
- Depression
- Family Issues
- Addiction Issues
- Anger Management

- ដេកមិនលក់
- អស់កម្លាំង មិនស្រួលខ្លួន
- ភាពតានតឹង/ការថប់អារម្មណ៍
- ធ្លាក់ទឹកចិត្ត
- មានវិបត្តិក្នុងគ្រួសារ
- ការញៀន និងអ្វីមួយ
- មានកំហឹងច្រើន

យើងទទួលយក AETNA នឹង UNITED HEALTHCARE CIGNA

អង្គការសិទ្ធិមនុស្ស : អ្នកកាប់ឈើ៨នាក់ត្រូវទាហានថៃបាញ់សម្លាប់កាលពីខែមុន

ដោយ : គុច ណារ៉េន

THE CAMBODIA DAILY

ក្រុមមន្ត្រី និងបុគ្គលិកអង្គការសិទ្ធិមនុស្សបាននិយាយកាលពីថ្ងៃសុក្រថា ប្រជាជនកម្ពុជា៨នាក់ ដែលជាប់សង្ស័យថា បានកាប់ឈើខុសច្បាប់នៅតាមបណ្ដោយព្រំដែនកម្ពុជាថៃនោះ ត្រូវបានទាហានថៃបាញ់សម្លាប់ រីឯ៣នាក់ទៀតបានរងរបួសគ្រាន់តែនៅក្នុងខែតុលាមួយប៉ុណ្ណោះ ។

យោងតាមតួលេខដែលអង្គការសិទ្ធិមនុស្សផ្ដល់ឱ្យបានបង្ហាញថា តួលេខចុងក្រោយនេះធ្វើឱ្យចំនួនអ្នកស្លាប់រហូតមកទល់ពេលនេះក្នុងឆ្នាំនេះកើនដល់១១នាក់ គឺលើសពីចំនួនអ្នកស្លាប់ដែលត្រូវបានកត់ត្រាទុកនៅតាមព្រំដែនក្នុងឆ្នាំ២០១០ ចំនួន២នាក់ និងមានចំនួនស្មើនឹងករណីស្លាប់ទាំងអស់ក្នុងឆ្នាំ២០០៩ ។

លោក ចាន់ សុវេត មកពីអង្គការអាដហុកបានមានប្រសាសន៍ថា "មានករណីជាច្រើនដែលជនស៊ីវិលកម្ពុជាចូលទៅក្នុងព្រៃដើម្បីកាប់ឈើ ប្រណិតនៅក្នុងទឹកដីថៃកាលពីខែតុលា ដែលជាហេតុធ្វើឱ្យចំនួននៃហេតុការណ៍បាញ់កើនឡើងខ្ពស់ខ្លាំងកាលពីខែមុន" ។

តួលេខដែលអង្គការអាដហុកផ្ដល់ស្ដែងឱ្យឃើញពីភាពប្រថុយប្រថានដែលប្រជាជនមិនខ្លាច និងសាកល្បងធ្វើយ៉ាងណាឱ្យតែបានទៅរកឈើ ប្រណិតដែលមានតម្រូវការខ្លាំង និងដែលគេប្រើសម្រាប់ធ្វើគ្រឿងសង្ហារិមដែលមានតម្លៃខ្ពស់ជាពិសេសនៅក្នុងប្រទេសចិនដែលគ្រឿងសង្ហារិមមួយចំនួនមានតម្លៃរហូតដល់ទៅ១លានដុល្លារឯណោះ ។

លោក សេក សាម៉ុន ជាអនុប្រធានការិយាល័យទំនាក់ទំនងព្រំដែនកម្ពុជាថៃបានបញ្ជាក់កាលពីថ្ងៃសុក្រថា តួលេខនៅខែតុលាមានអ្នកស្លាប់ចំនួន៨នាក់ ។

លោក សុវេត ជាអនុប្រធានផ្នែកឃ្លាំមើលនៅអង្គការអាដហុកបានមានប្រសាសន៍ថា ក្នុងរយៈពេល៣ឆ្នាំចុងក្រោយនេះ ប្រជាជនកម្ពុជា២៧នាក់ត្រូវបានបាញ់សម្លាប់នៅតាមព្រំដែនថៃ រីឯ២៥នាក់ទៀតបានរងរបួស និងបាត់ខ្លួន ។ ភាគច្រើននៃករណីទាំងនេះបានកើនឡើងនៅក្នុងខេត្តឧត្តរមានជ័យ និងខេត្តបន្ទាយមានជ័យ ។

យោងតាមអង្គការអាដហុកបានឱ្យដឹងថា អ្នកកាប់ឈើប្រណិតធ្វើប្រតិបត្តិការនៅក្នុងប្រព័ន្ធដ៏ស្មុគស្មាញមួយដែលពឹងផ្អែកលើការឃុបឃិតរវាងក្រុមមន្ត្រីរដ្ឋាភិបាល និងពាណិជ្ជករកម្ពុជាថៃ ។

ក្នុងករណីមួយចំនួនកងកម្លាំងសន្តិសុខថៃទាក់ទងមកពាណិជ្ជករកម្ពុជាឱ្យបញ្ជូនប្រជាជនកម្ពុជា៤ទៅ៥នាក់ ដើម្បីទៅយកឈើដែលកាប់រួចពីប្រទេសថៃមកកម្ពុជា ។ បន្ទាប់មកឈើនោះត្រូវគេដឹកទៅឱ្យអ្នកទិញនៅប្រទេសវៀតណាម និងចិននេះបើតាមប្រសាសន៍របស់លោក សុវេត ។

លោកបានមានប្រសាសន៍ដែរថា កសិករក្រីក្រដែលរស់នៅតាមខេត្តឆ្ងាយៗត្រូវ តទៅទំព័រទី ១៥

សូមអាចអត្ថបទនេះកុំឱ្យខាន

ដោយ : ខ្មែរប៉ុស្តិ៍

នេះជាបណ្ដាំរបស់ក្រុមប៉ូលិសដែលប្រាប់ដល់ស្ត្រីឬបុរសកុំឱ្យទទួលរបស់អ្វីឱ្យសោះពីជនដែលខ្លួនមិនដែលស្គាល់ពីមុនមក! ដូចជាករណីនារីម្នាក់នោះបានជួបបុរសដ៏រាក់ទាក់ម្នាក់នៅកន្លែងចាក់សាំងរថយន្តបុរសនោះសំដែងការគួរសម ហើយសួរថា ក្រែងមានអ្វីឱ្យគេជួយថែមទាំងសុំចាក់សាំងដាក់រថយន្តនាងថែមទៀតផង ។ នារីនោះប្រកែកមិនទទួលជំនួយអ្វីទាំងអស់តែព្រមទទួលយកកាតពាណិជ្ជកម្មមួយក្រែងលោកថ្ងៃណាមួយចង់ហៅរកគ្នាដោយសារតែការគួរសម ។

នៅពេលដែលនាងបើករថយន្តចេញពីកន្លែងចាក់សាំងនាងបានសង្កេតឃើញថា បុរសនោះបើករថយន្តតាមពីក្រោយខ្លួនភ្លាមៗដែរ ។ ជាមួយគ្នានោះនាងស្រាប់តែនាងដឹងថា មិនស្រួលខ្លួនវិលមុខធឹងធោង ហើយដង្ហើមខ្លីស្ទើរផុត ។

នាងសាកល្បងបើកបង្អួចដើម្បីរកខ្យល់ដកដង្ហើមតែនាងដឹងថា មានក្លិនចេញពីដៃនាងពីដៃដែលនាងទទួលកាតពីបុរសគួរសមនៅកន្លែងចាក់សាំងនោះអ៊ីចឹង ។ នាងនឹកដល់ភ្លាមពីបុរសដែលកំពុងតាមពីក្រោយនាងពេលនោះនាងយល់ថា ត្រូវតែធ្វើអ្វីមួយឱ្យគេឯងដឹងនាងក៏ងាកឡានទៅខាងផ្លូវហើយផ្ដើមសង្កត់ស៊ីប្លេច្រើនដងឱ្យដឹងថា នាងហៅគេជួយ ។ បុរសបើកឡានតាមក៏បើកគេចខ្លួន ហើយនារីនៅតែលំបាកក្នុងខ្លួនច្រើននាទី ទើបអាចដកដង្ហើមធម្មតាវិញបាន ។

តាមដឹងនោះគឺជាសារជាតិគីមីនៅលើកាតនោះឯងដែលអាចបណ្ដាលឱ្យអាចរងគ្រោះបាន។

ប៉ូលិសបានឱ្យដឹងថា សារជាតិគីមីនោះមានឈ្មោះថា"ប៊ូរន់ដង់ហ្គា" ដែលជនឧក្រិដ្ឋប្រើសម្រាប់សណ្ដំអ្នករងគ្រោះ ដើម្បីលួចឬប្រព្រឹត្តអំពើមិនសមរម្យណាមួយលើគេ ។

គ្រឿងសណ្ដំនេះមានកម្លាំងបួនដងលើសគ្រឿងញៀនឯទៀតៗ ដែលគេអាចបន្តក់លើកាត ហើយឱ្យទៅមនុស្ស ដែលច្រើនរស់នៅម្នាក់ ៕ **ខ្មែរប៉ុស្តិ៍**

តមកទំព័រទី ៣

កិច្ចសម្ភាសន៍ជាមួយលោក កឹម សុខា នៅហ្វីឡាដែលហ្វៀ...

២.បញ្ហាដែលថាដកកងទ័ពយួន ឱ្យកម្ពុជាមានឯករាជ្យ អធិបតេយ្យ បូរណភាពទឹកដី យើងឃើញដោះសំលៀកបំពាក់ត្រៃអ៊ីចេញមែនកងទ័ពយួន ប៉ុន្តែយើងមើលជំនាញការយួន ដែលធ្លាប់ធ្វើការនៅក្នុងស្រុកខ្មែរច្រើនណាស់ ឥឡូវគេរកស៊ីជាមុខរបរជំនួញ រួចហើយគេបង្កើតជាយន្តការសហគមន៍ជាដើម ហើយជនអន្តោប្រ-

វេសន៍ ក៏ចូលមកកាន់តែច្រើនដោយគ្មានការអនុវត្តច្បាប់អន្តោប្រវេសន៍ នេះហើយជាការប៉ះពាល់ដល់អធិបតេយ្យ បូរណភាពទឹកដី ដែលយើងមានការព្រួយបារម្ភរហូតមក ។ ហើយមានការឱ្យព្រំដែនអភិវឌ្ឍ ៩៩ឆ្នាំថែមទៀត។

៣.ការទាក់ទងទៅប្រជាធិបតេយ្យ សេរីពហុបក្សនៅឆ្នាំ១៩៩៣ យើងឃើញមានពហុបក្ស៩៨ថយបន្តិចរហូតដល់អាណត្តិទី៤នេះ ២០០៨នេះ ប្រធានគណកម្មាធិការទាំងអស់របស់រដ្ឋសភា គឺសុទ្ធតែគណបក្សប្រជាជន អត់មានឱ្យទៅគណបក្សណាទេ គឺកុងត្រូលសភាទាំងមូល រដ្ឋាភិបាលទាំងមូល ហើយតុលាការអត់ឯករាជ្យទៀត ។ ប្រជាធិបតេយ្យដើរថយក្រោយពីពហុបក្សមកឯកបក្ស ខ្ញុំមើលឃើញទៀតជា ដំណើរមិនត្រឹមតែឯកបក្សទេ វាឈានទៅការដឹកនាំជាគ្រួសារមួយជាបុគ្គលមួយថែមទៀត នេះហើយជាការដើរថយក្រោយលិទ្ធិប្រជាធិបតេយ្យនៅកម្ពុជា។

សំនួរ : ថ្ងៃ២៣តុលា ២០១១នេះ មានបាតុកម្មកូតកម្ពុជាច្រើននៅក្នុងពិភពលោក មាននៅវ៉ាស៊ីនតោននៅប្រទេសបារាំងនៅថ្ងៃអាទិត្យទី២៣តុលានេះ នៅវិមានអង្គការសហប្រជាជាតិ កាលពីថ្ងៃសៅរ៍នៅកាណាដា នៅកម្ពុជា នៅស្វីស ក៏មានបាតុកម្មបានសេចក្ដីថាជាទូទៅនៅក្នុងពិភពលោកគេមើលឃើញថា ការវិវត្តន៍នៃទ្រឹស្តីនៃសន្ធិសញ្ញាក្រុងប៉ារីស មិនបានលទ្ធផលអ្វីទេ ដូច្នេះខ្ញុំចង់ដឹងថា នៅកិច្ចប្រជុំពីម្សិលមិញនៅរដ្ឋធានីវ៉ាស៊ីនតោន តើគំនិតអ្វីដែលផ្ដោតសំខាន់ជាងគេ ហើយមានដំណោះស្រាយអ្វី?

ចម្លើយ : ទីមួយយើងបានបង្ហាញថាខ្មែរនៅក្នុងនិងក្រៅប្រទេសមិនទាន់យល់ស្របតាមការដឹកនាំរបស់គណបក្សកាន់អំណាចបច្ចុប្បន្ននៅឡើយទេ ហើយខ្មែរភាគច្រើនសព្វថ្ងៃបានងើបឡើងម្ដងទៀត និងជាក្ដីសង្ឃឹមថ្មីយើងរាល់គ្នា ។ ចំពោះដំណោះស្រាយ គឺពុំទាន់មានទេ ប៉ុន្តែយើងជជែកគ្នា ប្រមូលគ្នារួមគ្នារៀបចំពីយន្តការដើម្បីអនុវត្តទៅមុខទៀត គឺធ្វើយ៉ាងម៉េចឱ្យប្រទេសហត្ថលេខក្នុងកិច្ចព្រមព្រៀងក្រុងប៉ារីស ដូចជាមហាអំណាចអាមេរិកជាដើមនេះចាប់អារម្មណ៍ពីរឿងនេះ ឱ្យអង្គការសហប្រជាជាតិចាប់អារម្មណ៍ពីបញ្ហា ដែលមិនបានអនុវត្តន៍ខ្លឹមសារនៃកិច្ចព្រមព្រៀងនេះ ហើយគេនឹងធ្វើលិខិតបញ្ញត្តិជាមួយអ្នកនយោបាយ ឬអង្គការអន្តរជាតិនានាប្រទេសនានា ដើម្បីគេយល់ពីបញ្ហាវិបត្តិនៅកម្ពុជា។

សំនួរ : ខ្ញុំឃើញអង្គការសហប្រជាជាតិប្រចាំប្រទេសកម្ពុជា មានរបាយការណ៍លំអិតអំពីស្ថានភាពនៅស្រុកខ្មែរដូចគ្នា ក៏ប៉ុន្តែគេរង់ចាំអ្វីដើម្បីធ្វើឱ្យកម្ពុជាមានការផ្លាស់ប្ដូរ?

ចម្លើយ : តាមយោបល់របស់ខ្ញុំ គេរង់ចាំប្រជាពលរដ្ឋខ្មែរ បើយើងអត់ជួយខ្លួនឯងគ្មាននរណាជួយទេ ខ្ញុំឧទាហរណ៍ដូចជា អង្គការ IRI បានស្ទង់មតិមានប្រជាពលរដ្ឋជាង ៧០ភាគរយ ជាគណបក្សប្រជាជនកម្ពុជាកំពុងដើរតាមផ្លូវត្រូវ ត្រង់ចំណុចហ្នឹងហើយដែលអន្តរជាតិអត់ហ៊ានលូកដៃ ។ ប៉ុន្តែរបាយការណ៍នោះគ្មានការពិត ពីព្រោះប្រជាពលរដ្ឋខ្មែរទទួលព័ត៌មានអត់គ្រប់គ្រាន់វិទ្យុ ទូរទស្សន៍ កុងត្រូលដោយគណបក្សកាន់អំណាចគេបង្ហាញថាគេហែរកឋិន ប៉ុន្តែគេអត់បង្ហាញគេវាយលោកសង្ឃឈូសវត្តទេ បង្ហាញថាគេធ្វើផ្ដល់គេអត់បង្ហាញថា គេរំលោភយកដីប្រជាពលរដ្ឋឱ្យអ្នកមានដូច្នេះប្រជាពលរដ្ឋអត់ដឹងដល់ពេលស្ទង់មតិទៅ រហូតមានអ្នកខ្លះថាការអភិវឌ្ឍន៍សព្វថ្ងៃធ្វើស្ពាន ថ្នល់ហ្នឹង-ថាលុយ ហ៊ុន សែន ទៀតជំនួសកាកបាទក្រហមពេលមានអាសន្ន ថាជាជំនួយរបស់ប្រពន្ធ ហ៊ុន សែន ទៀត ការយល់ច្រឡំហ្នឹងហើយ ទើបធ្វើឱ្យការស្ទង់មតិខុស ដើម្បីដោះស្រាយបញ្ហានេះ ខ្ញុំបានឱ្យអនុសាសន៍ក្នុងអង្គប្រជុំរួចហើយ។

សំនួរ : ព្រឹត្តិការណ៍បានកើតឡើងនៅក្នុងប្រទេសលីប៊ី ដោយអ្នកកាន់អំណាចផ្ដាច់ការត្រូវបានប្រជាពលរដ្ឋវាយសម្លាប់ចោលទៅហើយ តើព្រឹត្តិការណ៍នៅកម្ពុជា លោកមើលឃើញថានឹងដោះស្រាយតាមវិធីប្រជាពលរដ្ឋធ្វើនៅលីប៊ី ឬក៏ធ្វើទៅតាមការប្រឹងប្រែងរបស់អង្គការសហប្រជាជាតិ សហគមន៍អន្តរជាតិ?

ចម្លើយ : គោលការណ៍គណបក្សសិទ្ធិមនុស្ស គឺអហិង្សា តាមរបៀបប្រជាធិបតេយ្យ មានន័យថាតាមរយៈការបោះឆ្នោតដោយសេរីត្រឹមត្រូវយុត្តិធម៌ នេះជាគោលការណ៍បក្ស ប៉ុន្តែខ្ញុំចង់ជម្រាបជូនបងប្អូនជនរួមជាតិខ្មែរទាំងអស់ថា យើងចង់ធ្វើអ្វីក៏ដោយឱ្យបងប្អូនជួយ ដើម្បីឱ្យជួយទាល់តែជឿ តើប្រជាពលរដ្ឋមានជំនឿលើអ្នកនយោបាយណាខ្លាំងខ្លាណាហើយ ឬនៅ? ព្រោះអ្នកនយោបាយកន្លងមក ធ្វើឱ្យប្រជាពលរដ្ឋអស់ជំនឿកាន់តែច្រើន សំខាន់ណាស់ដំណោះស្រាយសំរាប់ខ្ញុំ យើងត្រូវមានក្រុមដឹកនាំមួយចង់ដោះស្រាយបញ្ហាជាតិ ត្រូវឱ្យប្រជាពលរដ្ឋ និងអង្គការអន្តរជាតិយល់ពីយើង ជឿលើយើង ថាយើងធ្វើអ្វីឱ្យច្បាស់លាស់ ហើយយើងមានសមត្ថភាពធ្វើ ឬអត់ ។ ខ្ញុំចំណាយពេល ២៥ថ្ងៃក្នុង១ខែ ចុះទៅពន្យល់ប្រជាពលរដ្ឋឱ្យគេយល់ពីបញ្ហា និងបង្ហាញជំហ៊ររបស់យើងច្បាស់លាស់ គឺដើម្បីមានការជឿលើយើង។

សំនួរ : សូមអរគុណលោក កឹម សុខា៕

ឌឹ ខេមបូឌា ដេលី The Cambodia Daily

ជំណឹងប្រែសម្រួលពីភាសាអង់គ្លេស | អត្ថបទដកស្រង់ និងទទួលការអនុញ្ញាតឱ្យធ្វើការចុះផ្សាយពី ឌឹ ខេមបូឌា ដេលី | ច្បាប់ចេញផ្សាយថ្ងៃអង្គារ៍ ទី៨ ខែវិច្ឆិកា ឆ្នាំ២០១១

រដ្ឋសភាអនុម័តច្បាប់ស្តីពីពន្ធនាគារដោយគ្មានការកែប្រែឡើយ

ដោយ : នៅ វណ្ណារិន

THE CAMBODIA DAILY

នៅឯរដ្ឋសភាកាលពីម្សិលមិញ សមាជិកសភាបានបោះឆ្នោតយ៉ាងលើសលុបដើម្បីអនុម័តសេចក្តីព្រាងច្បាប់ស្តីពីពន្ធនាគារដោយគ្មានការកែប្រែឡើយ ថ្វីបើមានការកង្វល់មួយចំនួនជាយូរមកហើយអំពីការងារអ្នកទោសនៅក្នុងពន្ធនាគារ ព្រះរាជទានលើកលែងទោសនិងចំនួនអ្នកទោសដែលកំពុងកើនឡើងក៏ដោយ ។

ជំពូកដែលត្រូវបានពិភាក្សាដេញដោលនៅក្នុងរដ្ឋសភាកាលពីម្សិលមិញពាក់ព័ន្ធនឹងការគ្រប់គ្រងពន្ធនាគារ ការអប់រំ និងការបណ្តុះបណ្តាលអ្នកទោស ការស្តារនីតិសម្បទា ការលើកលែងទោស ការដោះលែងនិងការដាក់ទោស ។

លោក យឹម សុវណ្ណ ជាសមាជិកសភា និងជាអ្នកនាំពាក្យគណបក្ស សម រង្ស៊ី បានស្នើឱ្យដកចេញជំពូកមួយដែលអនុញ្ញាតឱ្យប្រធានពន្ធនាគារចុះកិច្ចសន្យាជាមួយក្រុមហ៊ុនឯកជន ដើម្បីលក់បន្លែដែលអ្នកទោសដាំបាន ឬគ្រឿងសិប្បកម្មដែលពួកគេផលិតបាន ។ លោកបានមានប្រសាសន៍ថា ការរកប្រាក់ចំណេញពីការងារនៅពន្ធនាគារនឹងធ្វើឱ្យក្រុមហ៊ុននានា ចាកចេញពីប្រទេសនេះ ឬធ្វើឱ្យពួកគេកមិនហ៊ានចូលតែម្តង ។

លោកបានមានប្រសាសន៍ថា "ប្រសិនបើយើងរក្សាទុកជំពូក៧ប្រទេសកម្ពុជានឹងខាតបង់ច្រើនជាងចំណេញ ។ ហើយបើយើងទទួលបានផលចំណេញនោះវានឹងបានតែទៅលើអ្នកទោសមួយចំនួនតូចប៉ុណ្ណោះ ។ ប៉ុន្តែវានឹងធ្វើឱ្យប៉ះពាល់ដល់សេដ្ឋកិច្ចកម្ពុជាទាំងមូល ។ ប្រសិនបើយើងពិនិត្យមើលច្បាប់អន្តរជាតិវាមានការផ្ទុយគ្នាស្រឡះ ពីព្រោះច្បាប់អន្តរជាតិហាមឃាត់ការប្រើប្រាស់កម្លាំងការងារអ្នកទោសគ្រប់ប្រភេទទាំងអស់" ។

លោក ស ខេង រដ្ឋមន្ត្រីក្រសួងមហាផ្ទៃបានតបវិញថា ច្បាប់នេះទទួលបានគាំទ្រពេញលេញពីក្រសួងពាណិជ្ជកម្ម ហើយថា ការងារនឹងផ្តល់ឱ្យអ្នកទោសនូវជំនាញដែលពួកគេអាចប្រើប្រាស់ដើម្បីរកស៊ីចិញ្ចឹមជីវិតនៅពេលដែលពួកគេចេញពីពន្ធនាគារវិញ ។

លោកបានមានប្រសាសន៍ថា "ទីមួយ ការងារនេះជាការងារស្ម័គ្រចិត្តគ្មានការបង្ខិតបង្ខំឡើយ ហើយច្បាប់នេះមិនផ្ទុយពីច្បាប់អន្តរជាតិណាមួយទេ ។ យើងបង្កើតច្បាប់នេះឡើងដើម្បីផលប្រយោជន៍របស់អ្នកទោស ដើម្បីធ្វើឱ្យការរស់នៅរបស់អ្នកទោសមានការល្អប្រសើរជាងមុន ហើយដើម្បីឱ្យពួកគេអាចរកលុយបានមួយចំនួនផង ដូច្នេះនៅពេលដែលពួកគេត្រឡប់ទៅផ្ទះវិញ ពួកគេអាចសន្សំលុយបានខ្លះសម្រាប់គ្រួសាររបស់ខ្លួន ។

លោក ជាម ច័ន្ទនី សមាជិកសភាគណបក្ស សម រង្ស៊ី ក៏បានត្អូញត្អែរដែរថា នីតិវិធីសម្រាប់ការទទួលបានព្រះរាជទានលើកលែងទោសដែលមានចែងក្នុងសេចក្តីព្រាងច្បាប់នេះ ហាក់ដូចជាមានលក្ខណៈការិយាធិបតេយ្យជាងច្បាប់ដែលកំពុងអនុវត្តនាពេលបច្ចុប្បន្នទៅទៀត ហើយថា បទបញ្ញត្តិ១ ដែលអនុញ្ញាតឱ្យនាយករដ្ឋមន្ត្រីធ្វើសំណើសុំការលើកលែងទោសនោះ ត្រូវមានការបញ្ជាក់ឱ្យបានច្បាស់លាស់ ។ ជាពិសេសលោកបានមានប្រសាសន៍ថា គួតែមានការយោងទៅលើច្បាប់ផ្សេងៗទៀត ដែលតម្រូវឱ្យអ្នកទោសទទួលទោសយ៉ាងហោចណាស់២ភាគ៣ នៃទោសជាប់ពន្ធនាគាររបស់ខ្លួនសិន មុនពេលមានការពិចារណាពីការលើកលែងទោស ។

បញ្ហានេះមានការយកចិត្តទុកដាក់ណាស់នេះពេលនេះ ដោយមានអ្នកនយោបាយថៃមួយចំនួនបានស្នើឱ្យមានការដោះលែងភ្លាមៗនូវជនជាតិថៃ២នាក់ ដែលត្រូវបានសាលាដំបូងរាជធានីភ្នំពេញកាត់ទោសពីបទចារកម្ម និងពីបទចូលទឹកដីកម្ពុជាដោយខុសច្បាប់កាលពីខែមករា ហើយបានផ្តន្ទាទោសដាក់ពន្ធនាគាររយៈពេលជាច្រើនឆ្នាំ ។

លោកនាយករដ្ឋមន្ត្រី ហ៊ុន សែន បានអះអាងថា អ្នកទាំងពីរនេះនឹងត្រូវទទួលទោសយ៉ាងហោចណាស់២ភាគ៣ នៃទោសរបស់ខ្លួនសិន ប៉ុន្តែលោកក៏បានលើកឡើងពីលទ្ធភាពនៃការកាត់បន្ថយទោសរបស់ពួកគេដែរ ។

លោក ច័ន្ទនី បានត្អូញត្អែរដែរថា រដ្ឋាភិបាលកំពុងចាប់ប្រជាជនកម្ពុជាស្លូតត្រង់ និងជាជនក្រីក្រច្រើនជ្រុលដាក់ពន្ធនាគារ គ្រាន់តែដោយសារការពារទ្រព្យសម្បត្តិរបស់ខ្លួនពីអ្នកចាប់យកដីធ្លីប៉ុណ្ណោះ ហើយលោក ស ខេង បានឆ្លើយតបចំពោះការលើកឡើងនេះថា កម្ពុជាក្នុងអត្រាជាប់ពន្ធនាគារ០.១ភាគរយនៃប្រជាជនទាំងអស់ គឺទាបជាងប្រទេសអូស្ត្រាលី ប្រទេសចិន ប្រទេសរុស្ស៊ី ប្រទេសថៃ ឬសហរដ្ឋអាមេរិកទៅទៀត ។

ក្រោយពីបានឃ្លាំមើលកិច្ចពិភាក្សាដេញដោលនេះ លោក អំ សំអាត មកពីអង្គការសិទ្ធិមនុស្សលីកាដូ បានលើកឡើងពីបញ្ហាពាក់ព័ន្ធនឹងមាត្រាមួយដែលតម្រូវឱ្យលិខិតតវ៉ាពីអ្នកទោស ដែលផ្ញើជូនព្រះរាជអាជ្ញាត្រូវឆ្លងកាត់ការត្រួតពិនិត្យពីបុគ្គលិកពន្ធនាគារ ដែលជាមនុស្សដែលពួកគេមានបញ្ហាជាមួយស្រាប់ ។

លោកបានមានប្រសាសន៍ថា "ចាំបាច់ត្រូវមានការកែប្រែបន្ថែមទៀត ប៉ុន្តែនេះគឺជាជំហានដំបូង ។ វាជាការល្អដែរ" ៕

Prison Law Sails Through National Assembly

By Neou Vannarin

THE CAMBODIA DAILY

Lawmakers at the National Assembly yesterday overwhelmingly voted to pass the draft Prison Law without amendments despite some lingering concerns about prison labor, royal pardons and the growing prison population.

The chapters debated at the Assmebly yesterday concerned jail management, prisoner education and training, rehabilitation, pardons release and punishment.

SRP lawmaker and party spokesman Yim Sovann suggested altogether striking one chapter that allows prison directors to enter into contractss with private firms to sell whatever vegetables the prisoner grow or whatever handicrafts they make. He said making a profit out of prison labor would drive image conscious firms out of the country or keep them at bay.

"If we keep chapter 7, Cambodia will lose more than it will gain," he said. "And if we gain, it will go only to a few prisoners. But it will affect the whole... economy. If we check international law, there is a contradiction, because it says to prohibit all kinds of use of prisoner labor."

Interior Minister Sar Kheng countered that the law had full support of the Commerce Ministry and that the work would give the prisoners life skills they could use to earn a living once they left.

"First, the week is voluntary with no force, and the law does not contradict any international laws," he said. "We do it for the prisoners´ benefit, to make a better living for the prisoners. And they can earn some money, so when they return home they can have some money for their families."

SRP lawmaker Cheam Channy also complained that the procedure for winning royal pardons spelled out in the draft appeard more bureaucratic than the one currently in place, and that a section allowing the prime minister to request pardons needed to be clarified. Specifically, he said it should make reference to other laws that require a prisoner to serve atleast two-thirds of a jail term before a pardon can even be considered.

Mr Channy also complained that the goverment was filling the prisons with too many poor and innocent Cambodians merely protecting their properties against land grabbers, to which Mr Kheng replied that Cambodia at 0.1 percent of the population had a lower incarceration rate than Australia, China, Russia, Thailand and the US.

After waching the debate, Am Sam Ath of human rights group Licadho raised an issue with a provision that resquired letters of complaint from prisoners to prosecutors to pass through the hands of the very prison staff they may be complaining about.

"There need to be more amendments, but this is the first step," he said. "It is good."

Ministry Offers Third Differing Figure on Debt

By Hul Reaksmey

THE CAMBODAILY

The Finance Ministry yesterday released a statement attempting to clarify how much the country owes to foreign countries and development partners, saying that near the end of 2010, the debt stood at $3.3billion.

The ministry´s debt total, published in an advertisement in local newspaper Koh Santepheap Daily, differs from figures provided recently by a senior government official, the National Bank and Prime Minister Hun Sen.

Last month, CPP lawmaker Cheam Yeap said that the country´s debt stood at $7 billion, or 63 percent of last year´s gross demostic product, a figure that was apparently disputed by Mr Hun Sen, who announced last week that the debt totaled only $2 billion. Also in October, the National Bank said that Cambodia owed $5.4 billion, of which $2.5 billion was borrowed from other countries.

"Cambodia has a total debt amounting to nearly $3.3 billion by late 2010, or 29 percent of GDP," according to the Finance Ministry statement published yesterday.

The Finance Ministry in March said the total debt as of the end of 2010 at $3.1 billion.

Ngoun Sokha, director general at the National Bank, said the Finance Ministry should know the debt level.

"The government is the one who holds the debt list, so nobody knows better than them," she said, adding that there were many variables when working out how much the country owes.

"The data belongs to the government, which takes notes," she said.

Last month, Mr Yeap said that he included the $1.8 billion Cambodia owed to the US and Russia in his figure of $7 billion. He said that $4 billion alone was owed to China, while the remainder was owed to other countries and organizations such as the Asia Development Bank, the World Bank and the International Monetary Fund.

Last month, China approved a $500 million loan to Cambodia. It also gave $1.2 billion in interest-free loans in late 2009. According to the 2012 draft budget law, Cambodia has reserved the right to borrow $1.1 billion more next year.

ក្រសួងហិរញ្ញវត្ថុបញ្ជាក់អំពីតួលេខបំណុលជាតិ

ដោយ : ហ៊ុល រស្មី

THE CAMBODIA DAILY

កាលពីម្សិលមិញ ក្រសួងហិរញ្ញវត្ថុបានចេញរបាយការណ៍មួយ ដោយប៉ុនប៉ងបញ្ជាក់អំពីចំនួនប្រាក់ ដែលប្រទេសនេះជំពាក់ប្រទេសបរទេសនិងដៃគូអភិវឌ្ឍន៍នានា ដោយលើកឡើងថា ជិតដំណាច់ឆ្នាំ២០១០ បំណុលមាន ៣.៣ ពាន់លានដុល្លារ ។

ការសរុបំណុលរបស់ក្រសួងនេះ ដែលបានចេញផ្សាយនៅក្នុងកាសែតក្នុងស្រុកកោះសន្តិភាព ដែលចេញផ្សាយរាល់ថ្ងៃនោះ ខុសគ្នាពីតួលេខដែលត្រូវបានផ្តល់ថ្មីៗនេះ ដោយមន្ត្រីរដ្ឋាភិបាលជាន់ខ្ពស់ម្នាក់ក្រសួងហិរញ្ញវត្ថុ និងលោកនាយករដ្ឋមន្ត្រី ហ៊ុន សែន ។

កាលពីខែមុន លោក ជាម យៀប សមាជិកសភាគណបក្សប្រជាជនកម្ពុជាបានថ្លែងថា បំណុលរបស់ប្រទេសមាន៧ពាន់លានដុល្លារ ឬស្មើនឹង ៦៣ភាគរយនៃផលិតផលសរុបក្នុងស្រុកកាលពីឆ្នាំមុន ជាតួលេខមួយដែលត្រូវបានច្រានចោលដោយលោក ហ៊ុន សែន ដែលបានប្រកាសកាលពីសប្តាហ៍មុនថា បំណុលមានសរុបតែ២ពាន់លានដុល្លារប៉ុណ្ណោះ ។ នៅក្នុងខែតុលា ធនាគារជាតិបានឱ្យដឹងថា កម្ពុជាជំពាក់ប្រាក់ចំនួន ៥.៤ពាន់លាដុល្លារ ដែលក្នុងនោះ២.៥ពាន់លានដុល្លារបានខ្ចីពីប្រទេសផ្សេងៗទៀត ។

យោងតាមរបាយការណ៍របស់ក្រសួងហិរញ្ញវត្ថុដែលបានចេញកាលពីម្សិលមិញបានឱ្យដឹងថា "កម្ពុជាមានបំណុលសរុបចំនួនជិត៣.៣ពាន់លានដុល្លារត្រឹមចុងឆ្នាំ២០១០ ឬស្មើនឹង២៩ភាគរយនៃផលិតផលសរុបក្នុងស្រុក" ។

កាលពីក្នុងខែមិនា ក្រសួងហិរញ្ញវត្ថុបានឱ្យដឹងថា បំណុលសរុបគិតត្រឹមចុងឆ្នាំ២០១០មាន៣.១ពាន់លានដុល្លារ ។

លោកស្រី ងួន សុខា អគ្គនាយកនៃធនាគារជាតិ បានថ្លែងថាក្រសួងហិរញ្ញវត្ថុគួរតែដឹងអំពីកំរិតបំណុលនេះ ។

តទៅទំព័រទី ១៣

ខ្ញុំវិលមកវិញហើយ !

សូមជំរាបសួរមិត្តអ្នកអានទាំងអស់ដោយក្តីនឹករលឹកក្រៃលែង! រូបខ្ញុំត្រូវឃ្លាតឆ្ងាយពីមិត្តអ្នកអានមួយរយៈពេលយ៉ាងយូរដោយមកពីខ្ញុំដល់ "វ័យទៅព្រៃ"ទៅហើយ ពេលណាសរសេរកើតខ្ញុំនឹងវិលមកជួបមិត្តអ្នកអានពេលមិនស្រួលខ្លួនខ្លាំង ខ្ញុំក៏សម្ងំនៅកំដរជំងឺជាមិត្តរបស់ខ្ញុំ ព្រោះវាមិនសូវចង់ឃ្លាតឆ្ងាយពីរូបកាយខ្ញុំ រហូតដល់ខ្ញុំស្គាល់វាច្បាស់ ខ្ញុំក៏នឹកវាដែរពេលវាឃ្លាតឆ្ងាយពីខ្ញុំទៅម្តងៗ! ប្រហែលអស់លោកទទ្នឹងរង់ចាំអានបញ្ចប់រឿង "ក្តីស្នេហ៍គ្មានទីបញ្ចប់" ឬរឿង "ទឹកតែពាំពែង" ហើយមើលទៅ? រឿងទាំងនោះត្រូវការផ្ចង់អារម្មណ៍ខ្លាំងណាស់ ដើម្បីករកាយរំលឹកឡើងវិញនូវរឿងពីអតីតខួរក្បាលរបស់ខ្ញុំមិនទាន់រឹងមាំត្រឹមត្រូវ ដើម្បីករកាយនឹងរំលឹកឡើងវិញនូវរឿងទាំងនោះឱ្យបានច្បាស់ល្អឥតខ្ចោះនោះទេ រង់ចាំជំងឺរបស់ខ្ញុំរារសាយចិត្តចេញពីខ្ញុំបន្តិចទៀត. ចាំឱ្យខួរក្បាលខ្ញុំបានស្រឡះបន្តិចម្តងៗខ្ញុំនឹងសរសេរបញ្ចប់នូវរឿងទាំងពីរនោះជូនជាទីពិចារណានឹងកំសាន្តខ្លះផង...។

ជាកិច្ចចាប់ផ្តើមនេះខ្ញុំសុំសរសេរជូនមិត្តអ្នកអាននូវរឿងសប្បាយៗដូចជារឿងខ្មោចលង-តែជារឿងពិតឥតប្រឌិតឡើយ-រឿងអាថ៌កំបាំងមើលឃើញតែពន្យល់មិនកើត ។ល។ ក្នុងន័យនេះខ្ញុំក៏សុំឱ្យមិត្តអ្នកអានខំស្រាវជ្រាវសរសេរផ្ញើមកខ្ញុំនូវរឿងទាំងឡាយដែលមិត្តយល់ថា មានប្រយោជន៍សម្រាប់អ្នកអានយើងខ្ញុំនឹងចុះផ្សាយជូនជាបន្ត បន្ទាប់ដើម្បីធ្វើឱ្យខ្មែរប៉ុស្តិ៍បានកាន់តែប្រសើរឡើង ។ សូមមេត្តាជួយជ្រោងគ្នាឡើងដើម្បីឱ្យភាសាអក្សរសាស្ត្រនឹងវប្បធម៌ជាតិបានលូតលាស់នៅក្រៅប្រទេសដូចជាតិគេដទៃទៀតដែលបានមកកាន់ទឹកដីនេះដូចយើងដែរ ។ ដើម្បីបើកទំព័រថ្មីខ្ញុំសូមមិត្តទាំងអស់សើចលេងបន្តិចដើម្បីបំបាត់នូវទុក្ខកង្វល់ផ្សេងៗពីអារម្មណ៍របស់អស់លោកអ្នកនឹងឱ្យជំងឺរបស់ខ្ញុំបំភ្លេចខ្លួនខ្ញុំខ្លះទុកឱ្យខ្ញុំបានសើចលេងជាមួយមិត្តទាំងអស់ផង។

១_សំណាងល្អនៃអ្នកលួចប្រពន្ធគេ

តាមជំនឿខាងគ្រិស្តៀនសាសនិកគេជឿថា មានទេវតាមួយអង្គជាអ្នកកាន់កូនសោរសម្រាប់បើកទ្វារឱ្យអ្នកទើបចែកឋានពីមនុស្សលោកទៅហើយដែលបានតាមឱវាទរបស់ព្រះនៃម្ចាស់សួគ៌នឹងស្រឡាញ់ទ្រង់ផងនោះចូលទៅរស់នៅជាមួយទ្រង់។ ថ្ងៃមួយមានបុរសម្នាក់បានគេឱ្យដំណឹងថា ប្រពន្ធខ្លួនកំពុងមានសាហាយស្មន់ជាមួយកំណាន់របស់នាងនៅក្នុងផ្ទះឯជាន់ទី៤ ។ បុរសក្តៅឈ្មួលណាស់រត់ពីដីឡើងទៅជាន់ទី៤ ថានឹងកាច់កហុតឈាមអាប្រុសថ្លើមខ្មៅណាព្រហើនយ៉ាងនេះ។ គេធាក់ទ្វារសម្រុកចូលបានទៅក្នុងផ្ទះហើយក៏ខំរុករកសព្វទីកន្លែងឃើញតែប្រពន្ធខ្លួនដេកលើគ្រែម្នាក់ឯងសក់បះកន្ទ្រើងគេក៏ពោលតិចៗម្នាក់ឯង : "ច្បាស់ហើយវាក្បត់ហើយ"! គេរត់រឹងទៅឯចង្ក្រាន-គ្មានស្រមោលអាចង្រៃនោះសោះ-វាទៅណា? អញសម្លាប់ឯងឱ្យបាន!...គេរត់ទៅបើកទ្វារចេញទៅបាល់កុងខាងមុខ(យ៉)សម្លឹងចុះទៅក្រោមឃើញបុរសម្នាក់បណ្តើរម៉ូតូចេញពីជាន់ផ្ទាល់ដីយ៉ាងលឿនបម្រុងឡើងជិះដោយអន្ទះអន្ទែង ។ គេក៏ច្បាស់ក្នុងចិត្តថា: "វាហើងហើយ"រួចគេចង់លោតទៅសង្គ្រប់ពីលើតែមិនកើតទេ! គេក៏ប្រវាបានទូទឹកកកមួយនៅក្បែរទ្វារគេលើកបោះពីលើក្បាលអាសាហាយនោះ ហើយស្រែកថា: "ងាប់ទៅអាថ្លើមខ្មៅឱ្យឯងរាងកុំលួចប្រពន្ធគេទៀត"។ ដោយសារតែទូទឹកកកធ្ងន់ពេកគេខំប្រឹងឱបជាប់ភ្លេចលាដៃព្រលែងចោលក៏បានធ្លាក់ចុះតាមដល់ក្តីមរណាទាំងពីរនាក់ទៅ!...

ពេលព្រលឹងទាំងពីរបានទៅដល់ទ្វារឋានសួគ៌ក៏ទេវតាជាឆ្មាំទ្វារសួរដោយទឹកមុខញញឹមនឹងអាណិត: **-អ្នកទីមួយ!** តើកូនមានរឿងអី ទើបកូនស្លាប់មុនពេលកំណត់យ៉ាងនេះ?-សុំព្រះមេត្តាជ្រាបខ្ញុំបណ្តើរម៉ូតូចេញពីផ្ទះទៅសាលាយ៉ាងប្រញាប់ដោយខ្លាចយឺតពេលមិនដឹងអាណាវាអផ្សុកអីក៏ចាប់គ្រវែងទូទឹកកកមកលើក្បាលខ្ញុំៗក៏លែងដឹងខ្លួនទៅ...។-រឿងកូនគួរឱ្យអាណិតណាស់ណ្ហើយកុំអន់ចិត្តអី កូនអាចចូលទៅជួបនឹងព្រះបិតាបាន...-ចុះកូនទីពីរហេតុអីក៏កូនស្លាប់មុនអាយុកាលកំណត់យ៉ាងនេះដែរ? កូនកំសត់ណាស់ព្រះគុណអើយ! ប្រពន្ធមានតែមួយស្រាប់តែអាថ្លើមធំណាវាហ៊ានលួចពីទ្រូងខ្ញុំទៅខ្ញុំខឹងពេកក៏ប្រវាបានទូរទឹកកកមួយនៅក្បែរទ្វារលើកបោះមកក្រោមឱ្យអស់មួរម៉ៅនឹងកំហឹងក្នុងទ្រូង...។ -កូនគួរឱ្យអាណិតណាស់កូនក៏គួរបានអនុញ្ញាតិឱ្យទៅជួបព្រះបិតាដែរ ។ ទេវតារៀបចាក់សោរបើកទ្វារព្រះ-សួគ៌ាស្រាប់តែមានព្រលឹងទី៣ចេញមកភ្លាមដែរទេវតាបែរមកសួរគេដោយអាណិត: ចុះកូនទី៣វិញមានរឿងហេតុអីទើបស្លាប់មុនកាលកំណត់យ៉ាងនេះ? -សូមជំរាបតាមការពិតទៅចុះទេវតាអើយខ្ញុំក្តៅស្អុះពេក **តទៅទំព័រទី ១៨**

KHMER POST USA, LLC
East Coast Publication

Pin Samkhon,
Publisher & Editor-in-Chief
Email: pinsamkhon@gmail.com
Staff Writers: **Loeum Im, Audria Chea,**

Contributed Writers:
Mam Yin, Kim Phien, Lanica Angpak, &
KhmerPostLowell@gmail.com

Soben Pin
Marketing Director
KhmerPostUSA@gmail.com
267-253-3947
Sam Khoeun
Sales Consultant
(781) 244-0522

Design Staffs:
Leang Heng & Mong Meng

~~~~~

KhmerPost USA, LLC is an independent newpaper that aims to facilitate mass communication among the Cambodian communities, their neighboring communities, and families. We aim to address local, community, and national news; and give an insight into Cambodia & global news. We also strive to bridge the language and cultural gaps and reduce social isolation by publishing in Khmer & English.
It published twice a month in Pennsylvanian & Massachusett.

~~~~

Semimonthly edition subscription is available within the U.S. & Canada at $60.00 and 70 Euros in Europe per year.
Money order or check is accepted and made payable to:
KhmerPost USA, LLC
438 LINDLEY AVE.
Philadelphia, PA 19120

~~~

The Khmer Post has full authorization from Bernard Krisher, the publisher of the Cambodia Daily to reproduce all the articles that are produced by the Cambodia Daily free of charge effective date: 6/19/2009

ពេទ្យធ្មេញសំរាប់គ្រួសារ Caring Dental For ALL Ages

FREE
Teeth Whitening
New patients get a complimentary teeth whitening kit with completed exam, cleaning & x-rays at regular price.
Cannot be combined with any other offers.
Expires 10/30/11

"EXCLUSIVE OFFER"
$55.00
Limited Time New Patient Special
(Regular Discount $55.99 a $250 Value)
Present coupon for discount. Includes exam, bite-wing x-ray & cleaning.
Cannot be combined with other offers or insurance. Expires 10/30/11

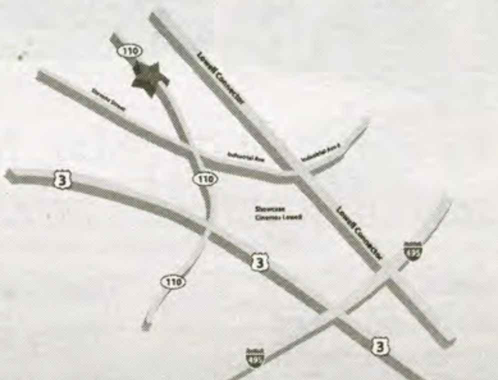
COMPLETE ផ្តល់គ្រប់សេវាកម្ម
Services

- Cosmetic Dentistry
- Cosmetic Fillings
- Crowns & Bridges
- Dentures
- Extractions
- Implant Crowns
- Root Canal Therapy

- ត្រួតពិនិត្យទៀតទាត់ពេល
- សំអាតធ្មេញ
- ជំងឺចង្រ្កាញធ្មេញ
- ដកសរសៃធ្មេញ
- ស្រោប-តម្រឹម និងប៉ះធ្មេញ
- ធ្វើធ្មេញឱ្យស
- បំពេញធ្មេញប្រហោង
- ដកធ្មេញ

Most Forms of Insurance & Payment
ACCEPTED ទទួលគ្រប់ អ៊ិនស្វ៊ិរន
MassHealth • Cigna • Aetna
Amex • Discover • Visa • Mastercard

Convenient
LOCATION
Next to Bank of America on Chelmsford Street



យើងមានអ្នកនិយាយភាសាខ្មែរ អង់គ្លេស ស្បានីស និងវៀតណាម សូមទូរស័ព្ទ 978-455-4039 ដើម្បីណាត់ជួបនាថ្ងៃនេះ

724 Chelmsford Street • Lowell, MA • 978-455-4039
www.BrightSmiles–Dental.com
~~~

ប្រវត្តិរណសិរ្សជាតិរំដោះប្រជាពលរដ្ឋខ្មែរ រ.ជ.រ.ប.ខ លោកតា ស៊ីន សាន

ដោយ : ម៉ម យីន

●●●ទោះបីជាត្រូវប្រើពេលវេលាត្រូវចំណាយលុយកាក់ និងចំណាយអាយុជីវិតមនុស្សអស់ប៉ុន្មានក៏ត្រូវតែធ្វើឱ្យបានសម្រេចជោគជ័យដែរ ។

ដោយសារគម្រោងផែនការនេះហើយបានជាប្រទេសយួនត្រូវតែប្រើគ្រប់យុទ្ធវិធីទាំងអស់ដែលអាចធ្វើបាន មានវិធីក្តៅដោយប្រើកលល្បិចយកខ្មែរឱ្យសម្លាប់ជនជាតិខ្មែរគ្នាឯង ជាពិសេសត្រូវសម្លាប់មន្ត្រីបុគ្គលិកសំខាន់ៗបញ្ញវន្តគ្រប់ជាន់ថ្នាក់ មេទ័ពសំខាន់គ្រប់អង្គភាពកងទ័ពជាក់ស្តែងនៅក្នុងសម័យខ្មែរក្រហមកម្ពុជាប្រជាធិបតេយ្យ ឆ្នាំ១៩៧០ ។ បន្ទាប់មកអង្គការបក្សប្រជាជនបដិវត្តន៍យួន បានបំបែកបក្សប្រជាជនបដិវត្តន៍ខ្មែរជាពីរក្រុម ដោយបញ្ជាឱ្យក្រុមមួយជាអ្នកកាប់សម្លាប់ប្រជាពលរដ្ឋខ្មែរ លុះដឹងថាសម្លាប់បានចំនួនច្រើនល្មមធ្វើឱ្យកម្លាំងថាមពលខ្មែរត្រូវថយចុះខ្សោយគ្រប់វិស័យហើយ ទើបបញ្ជាឱ្យក្រុមមួយទៀតធ្វើជារត់ចេញទៅពឹងកងទ័ពយួនក្រហមឱ្យលើកទ័ពចូលមកវាយលុកលុយប្រទេសខ្មែរ ដោយយកលេសថា មកជួយរំដោះសង្គ្រោះជីវិតខ្មែរឱ្យរួចផុតពីការកាប់សម្លាប់របស់ក្រុមកម្ពុជាប្រជាធិបតេយ្យ ។

នេះជាកលល្បិចមួយ ដែលប្រទេសយួនក្រហមយល់ថា ជាយុទ្ធវិធីល្អវិសេសសំរាប់យកជោគជ័យ ហើយត្រូវបានក្រុមដែលកងទ័ពយួនក្រហមបានដង្ហែរដោយកងទ័ពយួនចំនួន ២សែននាក់ (២០០,០០០)ឱ្យមកកាន់អំណាចដឹកនាំប្រទេសខ្មែរ ។

ក្រោយពីបានត្រូវកងទ័ពយួនក្រហមតែងតាំងរួចស្រេចហើយ ក្រុមខ្មែរក្រហមថ្មីនេះបានថ្លែងប្រកាសដឹងគុណដល់កងទ័ពយួនក្រហម មហាមិត្តដ៏មហិមាយ៉ាងជ្រាលជ្រៅបំផុត ដែលបានចូលមកជួយរំដោះសង្គ្រោះជនជាតិខ្មែរ ។ ជាពិសេសមានសេចក្តីថ្លែងប្រកាសជាញឹកញាប់របស់មេដឹកនាំខ្មែរតាំងពីពេលបានកាន់អំណាច រហូតមកដល់សព្វថ្ងៃ ។

សកម្មភាពកងទ័ពយួនក្រហម នៅពេលជោគជ័យលើខ្មែរ

ទោះបីទុក្ខវេទនាមហាខ្លោចផ្សា របស់ប្រជាពលរដ្ឋខ្មែរ ត្រូវកន្លងទៅដោយសារតែកងទ័ពយួនក្រហមចូលមកកំចាត់ក្រុមខ្មែរក្រហមកម្ពុជាប្រជាធិបតេយ្យ ឱ្យចេញអស់ទៅហើយក៏ដោយ ក៏ពុំអាចសន្មតថា ប្រជាពលរដ្ឋខ្មែរបានសុខសាន្តសប្បាយរីករាយ និងមានសេចក្តីសង្ឃឹមក្នុងចិត្តថា ខ្លួនបានទទួលនូវសេចក្តីសុខសាន្តនោះបានទេ ។

ពីព្រោះអ្វី?

ពីព្រោះ បញ្ហាធំៗរបស់ប្រទេសនឹងជនជាតិខ្មែរ នៅតែមានចោទឡើងយ៉ាងសន្ធឹកសន្ធាប់ ដោយសារតែជនជាតិខ្មែរ ដែលជាសកម្មជនស្នេហាជាតិពិតប្រាកដនៅតែស្ថិតនៅក្នុងគ្រោះថ្នាក់ដដែល ដោយសារតែកងទ័ពយួនក្រហម ត្រូវតែស្រាវជ្រាវ ស៊ើបអង្កេតតាមដានរកចាប់ខ្លួនបណ្តាជនណាដែលមិនពេញចិត្ត និងមិនព្រមចំណុះចុះចូលរួមដៃជាមួយកងទ័ពយួនក្រហម ចំនួន២សែននាក់ ដែលបានលើកទ័ពគ្រប់អង្គភាពមានយុ - ទ្ធោបករណ៍គ្រប់ប្រភេទ គ្រប់ធុនដូចជា រថក្រោះ រថយន្តចម្បាំងធំតូច កាំភ្លើងធំតូច ជើងគោក ជើងទឹក ជើងអាកាសវាយលុកចូលមកកាន់កាប់ប្រទេសខ្មែរទាំងមូលក្នុងរយៈពេលដ៏ខ្លី នៅចុងឆ្នាំ ១៩៧៨ លុះដល់ថ្ងៃទី៧ ខែមករា ឆ្នាំ១៩៧៩ កងទ័ពយួនក្រហមបានទទួលជ័យជំនះ នៅលើប្រទេសខ្មែរទាំងមូល ។

ជ័យជំនះនេះ ធ្វើឱ្យក្រុមដែលសប្បាយរីករាយជាងគេ គឺក្រុមខ្មែរក្រហមមួយក្រុមមានគ្នាប្រមាណ២០០នាក់ ដែលបានទៅដល់ប្រទេសយួនក្រហម ហើយបានអង្វរសុំមេដឹកនាំយួនក្រហមឱ្យលើកកងទ័ពចូលវាយលុកលុយប្រទេសខ្មែរបានទទួលជ័យជំនះ រួចក្រុមសមមិត្តចំនួន ៤-១០នាក់នោះហើយ ដែលត្រូវបានកងទ័ពយួនក្រហមលើកបន្តុបឱ្យធ្វើជាមេដឹកនាំអាយ៉ងតាំងពីថ្ងៃទី៧ មករា ១៩៧៩ នោះមកដែរ ។

ក្រោយពីបានបន្តុបមេដឹកនាំអាយ៉ងនេះរួចហើយកងទ័ពយួនក្រហម និងប្រធានបដិវត្តន៍ក្រហមបានបញ្ជូនក្រុមទីប្រឹក្សា និងអ្នកជំនាញការនៃរដ្ឋាភិបាលយួនក្រហមជាច្រើនពាន់នាក់ឱ្យចូលមករៀបចំកិច្ចការរដ្ឋបាលទាំងអស់ពាសពេញផ្ទៃប្រទេសខ្មែរទាំងមូល ដើម្បីចងក្រងជាសម្ព័ន្ធបណ្តាញប្រជាពលរដ្ឋខ្មែរទាំងប្រទេស ឱ្យស្ថិតនៅក្រោមការគ្រប់គ្រងរបស់ទីប្រឹក្សា និង

តទៅលេខក្រោយ

ក្រុមហ៊ុនទេសចរណ៍អន្តរជាតិ អង្គរ

ក្រុមហ៊ុនទេសចរណ៍អន្តរជាតិ-អង្គរ

(Since 1991)

Angkor International Travel Agency

ទទួលផ្ញើរប្រាក់ទៅស្រុកខ្មែរ សេវាអន្តោប្រវេសន៍

សេវាលិខិតឆ្លងដែន កក់សណ្ឋាគារ ឬជួលឡាន

USA
4931 N. Old York Rd.
Philadelphia, Pa 19141
Tel: (215) 329-2036
Fax: (215) 329-7176
General Manager NARY PO
angkortravelphilly@yahoo.com

Cambodia Office: Victory Travel (Skin Belle)
No 57B, Eo Street 205 Touls Svay Prey 2.
Phnom Penh, Cambodia.
Ms. Chenda: 023-221069 * 012-851575
Or Mr. Sin Po: 012 429407 * 011-541111.

SERVING SINGAPOR, EVA AIR,CHINA, ASIANA KOREAN AILINES

ភោជនីយដ្ឋាន ណាម វាង (ភ្នំពេញ)

Nam Vang Restaurant

571 Unit#1 Adams Svenue. Philadelphia, PA 19120
(inside Hong Kong Market) (215) 742-9488

ប្រៀបពេលថ្ងៃលោកអ្នកអាចពិសាទឹកក្រឡុក
គ្រប់សេជាតិផ្លែឈើ ដូចជា:
ទុរេន ឬ អាវុកាដូ ហើយជាពិសេស
មានទឹកអំពៅស្រស់ៗ

១_មុខជំនាញខាងម្ហូបខ្មែរ យ៉ាងចំណាន ដូចជា :
-គុយទាវភ្នំពេញ
-គុយទាវ ឬមី-ខគោ
-មីកន្ទាំង ឆារសាច់គោ
-មីកន្ទាំងឆារគ្រឿងសមុទ្រ
-បាយឆារគ្រប់មុខ
-សាច់គោអាំង ចង្កាក់ ជាមួយជ្រក់ល្ហុង

២_មុខជំនាញម្ហូបវៀតណាម ឈ្ងុយឆ្ងាញ់ ដូចជា :
-នំបញ្ចុកទឹកត្រីពិសេស
-នំប៉័ងបាតេ ឬសាច់គោអាំង
-ខគោ នំប៉័ង ឬ មី និងគុយទាវ
-បាយសរសាច់ជ្រូកអាំង ឬសាច់មាន់អាំង

Open 7 days a week from 9a.m-9p.m

បើក 7 ថ្ងៃក្នុងមួយអាទិត្យពីម៉ោង 9 ព្រឹក ដល់ 9 ល្ងាច

Yoo's Auto Service and Collision

យូ បំរើសេវារថយន្ត

នឹងរថយន្តគ្រោះថ្នាក់ប៉ះទង្គិច

FREE ESTIMATES

យើងអាចជួសជុលរថយន្តដ៏មានតម្លៃរបស់លោកអ្នក ឱ្យបានប្រសើរបំផុត ដើម្បីសុវត្ថិភាពលោកអ្នក មិនឱ្យខុសចិត្តឡើយ ។

ផ្នែកជាងម៉ាស៊ីន

- Check Engine Light Diagnostic
- Electronic Wheel Alignment
- Certified Enhanced Emission
- Inspection & Repairs
- Muffler & More

ផ្នែកជួសជុលតួរថយន្ត

- Expert Body Work
- Fender & Paint Work
- Frame Straightening
- Insurance Specialists

189 W. Duncannon Ave. Phila., PA 19120

ទូរស័ព្ទរក SAM 215-457-7777 ឬ 215-457-7779, Fax-215-457-7475

ការិយាល័យវេជ្ជបណ្ឌិត

ខេវិន : (267) 210 8880

ក្រុមហ៊ុនយើងមានបទពិសោធន៍ ១០ឆ្នាំក្នុងការព្យាបាល :

Slip & Fall	រអិល និងដួល
Auto Accident	គ្រោះថ្នាក់រថយន្ត
Back Pain	ឈឺខ្នង
Headache	ឈឺក្បាល
Neck Pain	ឈឺកញ្ចឹងក

- មានអ្នកបកប្រែ និយាយភាសាខ្មែរ, ខេវិន TeL: (267) 210 8880
- មានការណែនាំជូន វេជ្ជបណ្ឌិត ដែលមានបទពិសោធន៍ច្រើនឆ្នាំ

South Office: 215-776-6215
PAIN & INJURY
CHIROPRACTIC CENTER
1100 Washington Ave., Lot C, Unit #C2
Philadelphia, PA 19147
Tel. 215-468-7256

North Office: 267-408-6150
VN Chiropractic Center
5416 N. 5th St.
Philadelphia, PA 19120
Tel. 215-324-1400

ទីកន្លែងល្អសម្រាប់បើក ភោជនីយដ្ឋានខ្មែរ ចិន ឬវៀតណាម!

OPEN CAMBODIAN, CHINESE OR VIETNAMESE RESTAURANT

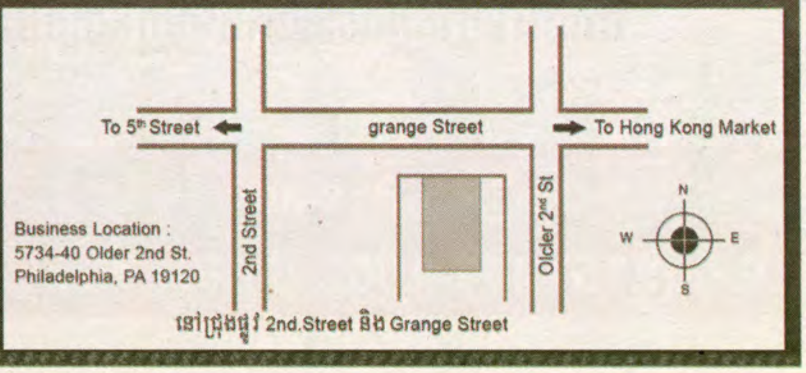
ONLY 5 MINUTES AWAY FROM HONG KONG SUPERMARKET
EASY FOR CAMBODIAN, VIETNAMESE, AND CHINESE TO COME HERE

-នៅជាប់គ្នានឹងហាងកូរ៉េដែលល្បីឈ្មោះធ្វើពីផ្សារហុងកុងតែ៥នាទីទេ និងមកតិនេះ ហើយទីនេះសំបូរទៅដោយជនជាតិ ចិន វៀតណាម និងខ្មែររស់នៅ។

-មានកន្លែងចតរថយន្តបាន ៧៥ ហើយមានអាជ្ញាប័ណ្ណសម្រាប់បើកភោជនីយដ្ឋានរួចជាស្រេច កន្លែងនោះពីមុនជាហាងគុយទាវទំហំ២,៥០០ស្កែហ្វីត

JUST NEXT TO FAMOUS KOEREAN RESTAURANT
75 CARS PARKING LOT
HERE ARE ALREADY RESTAURANT PERMIT AND ZONING
IT WAS FORMERLY NOODLE HOUSE
2,500 SQUARE FEETS

Mr Peter Han **215.668-1666**



Vihi insurance-Income Tax Mortgage-Realty

ធានារ៉ាប់រង_ពន្ធលើប្រាក់ចំណូល_ខ្ចីប្រាក់ទិញផ្ទះ_ទិញលក់ផ្ទះ

Insurance ធានារ៉ាប់រង
(Licensed PA, NJ & DE) អាជ្ញាប័ណ្ណ PA, NJ & DE
Home • ផ្ទះ Car • រថយន្ត
Business • មុខរបរ Health • សុខភាព

Income Tax ពន្ធលើប្រាក់ចំណូល
Individual • ផ្ទាល់ខ្លួន Business • ពីមុខរបរ
Pay Roll • ពីប្រាក់ខែ
Forming New Business • បង្កើតមុខជំនួញថ្មី
Home Deed Transfer • ប្តូរឈ្មោះផ្ទះ
Auto Title Transfer • ប្តូរឈ្មោះម្ចាស់រថយន្ត

Vihi Mortgage Vihi ខ្ចីប្រាក់ទិញផ្ទះ
(Licensed by PA Dept. of Banking) • អាជ្ញាប័ណ្ណពី PA ការិយាល័យធានាគារ
Hiep Vo, MBA, President. • ហីប វ៉ូ MBA ប្រធាន
Finance/Refinance your home • ផ្តល់ប្រាក់កម្ចីក្នុងការទិញផ្ទះទិញដំបូង ឬកណ្តាលទី
Low interest Rate & Down Payment • ការប្រាក់ថោក និងលុយកក់តិច
Fast Preapproval • ចម្លើយលឿន

Vihi Realty Co
Dr. Hanh Vo, Broker/Owner Cell (267) 664-2689
Buy & Sell Properties & Businesses
Visit: www.drhanh.net for more foreclosure homes

North Phila – 215-276-8441
5225 N. 5th Street
Phila., Pa 19120

South Phila – 215-336-0600
1519 W. Passyunk Ave.
Phila., Pa 19145
www.vihifinancial.com

BUY RITE ឱសថស្ថានខ្មែរ

BUY RITE 267-297-5879

ឱសថការីខ្មែរ ដែន ចាច់ នៅ Old York Rd និង Rockland St

- ផ្ញើថ្នាំជូនដល់ផ្ទះដោយឥតគិតថ្លៃ
- ទទួលអ៊ិនស្វ៊ិនស្ទើរគ្រប់មុខ
- ទទួលបន្តផ្តល់ថ្នាំដែលលោកអ្នកកំពុងប្រើទិញមកពីឱសថស្ថានផ្សេងៗ
- តម្លៃថោកៗបំផុត និងមានស្តុកឱសថគ្រប់មុខប្រភេទ
- ផ្តល់សេវាដោយរហ័សទាន់ចិត្ត
- មានឱសថវីតាមីន-ឱសថចិនសែ និងឧបករណ៍ព្យាបាលមុខជំងឺ

ម៉ោងធ្វើការ :
ច័ន្ទ-សុក្រ : 9am-7pm
សៅរ៍ : 9am-5pm
អាទិត្យ : បិទទ្វារ

1337 W. Rockland St.
Philadelphia, PA 19141
Tel: 267-297-5879
Fax: 267-297-5880

បណ្ណរង្វាន់ $30

សំរាប់ភ្ញៀវដែលមានអាយុពី៦៥ឡើងទៅបើផ្ទេរបញ្ជាទិញថ្នាំពីរ ឬលើស យើងនឹងជូនបណ្ណរង្វាន់៣០ដុល្លារ សំរាប់អ្នកមាន Insurance បណ្ណរង្វាន់មួយសំរាប់ភ្ញៀវ១នាក់ មិនអាចផ្ទេរឱ្យអ្នកដទៃ ផ្តល់រង្វាន់នេះ ក្នុងរយៈពេលខ្លី ហើយយើងខ្ញុំមានសិទ្ធិនឹងបញ្ឈប់ដោយមិនចាំបាច់ប្រាប់មុន

Free $30 Gift Card
with two or more new or transferred prescriptions.
Limit one per customer. non-transferable, for Limited time only. Buy Rite has the right to cancel the promotion at any time without notice. Disclaimer: This discount is not insurance. Offer not valid with prescriptions covered by medicaid, Medicare, or any other governmental pay programs or where prohibited by law.

Phở Hà Saigon Vietnamese Restaurant

7 days A Week
9am-9pm

ជាហាងដែលធ្វើ ហ្វើ ឆ្ងាញ់ជាងគេនៅហ្វីឡាដែលហ្សេ
ចុងភៅដែលពូកែធ្វើ ហ្វើ និងម្ហូបផ្សេងៗឯទៀត
ត្រូវមាត់ភ្ញៀវគ្រប់ៗរូប ឥឡូវនេះមកធ្វើម្ហូបនៅហាងយើងខ្ញុំ
ហើយធានាថា ម្ហូបអាហារហាង Phở Hà Saigon
និងបំរើលោកអ្នកបានយ៉ាងពេញចិត្តគ្រប់ពេលវេលា

320 W. Oregon Avenue, Suite 1. Philadelphia, PA 19147
Tel: (215) 389-1002 (Inside Oregon Market)

VISA MasterCard DISCOVER

កម្រងរូបថតអនុស្សាវរីយ៍

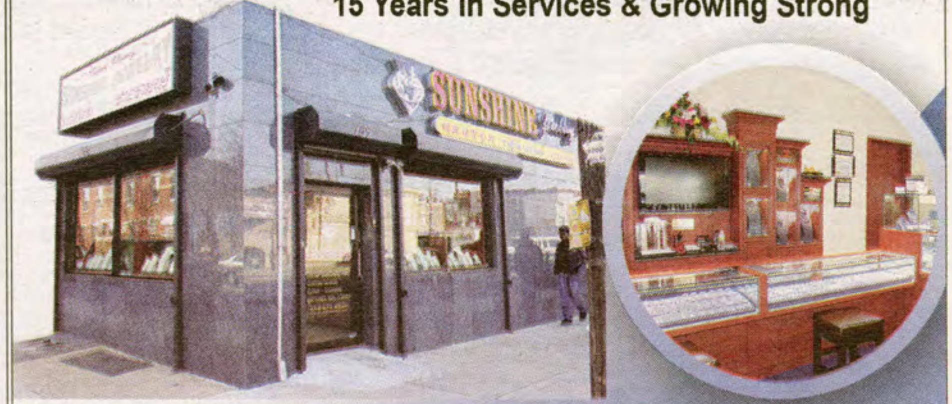
កំសាន្តបុណ្យហាឡូវីននៅហ្វីឡាដែលហ្វៀ

ហាងមាសខ្មែរអង្គរ
Khmer-Angkor Jewelry
金美成珠寶行
Since 1983
Certified Diamonds & Diamond Jewelry
600 Washington Avenue. Unit 12B. Philadelphia, PA 19147
Tel. 215-599-2222 Fax. 215-599-2223

18K & 24K Gold, Platinum Jewelry & Watches
GIA Graduate Gemologist on Staff
Authorized RADO & LONGINES Dealer
Repairs Done on Premises

Open
Tuesday-Sunday
10:30AM-6:30PM
Closed Monday

ហាងមាសរស្មី
SUNSHINE JEWELRY, INC.
215-271-2950
Certified Diamonds & Golds (24K & 18K)
Men & Women Jewelries & Watches
Custom Design & Repairs on Premise
15 Years in Services & Growing Strong



702 Washington Ave. Phila., PA 19147
www.sunshinejewelryonline.com

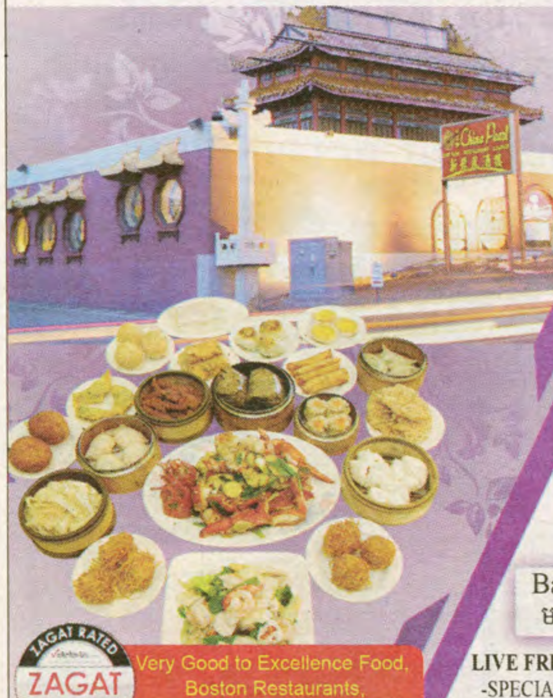
កម្រងរូបថតអនុស្សាវរីយ៍

កំសាន្តបុណ្យហ្សូវីននៅទីជីនីញ៉ា

NEW CHINA PEARL

DIM SUM & DINNER EVERYDAY

288 Mishawum Rd., Woburn, MA 01801
Phone:(781) 932-0031/Fax: (781) 932-0346
www.NewChinaPearl.com
From Boston 95 South; Exit 37B, from Lowell 93 South; Exist 37B, from RT-128; Exit 36.



ភោជនីយដ្ឋាន "ញូឆាណាភើល" សូមអញ្ជើញលោកអ្នក និងក្រុមគ្រួសារមករីករាយជាមួយម្ហូបអាហារមកពីហុងកុង និងប្រទេសអាស៊ីនានាជុំវិញ ។ យើងមានសាលរាំកំសាន្តសំរាប់ពិធីការ ឬរាត្រីជួបជុំគ្នាមានបា និងខារ៉ាអូខេទៀតផង កន្លែងចតឡានមិនយកថ្លៃហើយមាន

Ballrooms for Wedding & Party
មានឆាករាំសំរាប់ពិធីការ ឬប្រជុំកំសាន្ត

ZAGAT RATED — Very Good to Excellence Food, Boston Restaurants, 2011/2012"

LIVE FRESH SEAFOOD
-SPECIAL LIMITED OF TIME $20.00 TWIN LOBSTER
-SAME AS CHINA TOWN FOOD AND CHIEFS.

BUSINESS HOURS: Mon – Wed 11 a.m. - 10 a.m./Thurs. & Fri. 11 a.m. - 12 a.m
Sat. 10 a.m. - 12 a.m / Sun.10 a.m. – 10 p.m.
Delivery Hours 11 a.m. – 9 p.m. min. $15 order plus $2 delivery.

ភោជនីយដ្ឋាន ឆាយណាស្តារ China Star

មានម្ហូបចិន
ម្ហូបប៉ូលីណេស៊ី
ម្ហូបចិនកង់តុង
ម្ហូបម៉ង់ដារិន

Chinese -Polynesian -Cantonese -Mandarin
369 Broadway St., Lowell, MA 01854
Tel: 978-454-7578, 978-454-7507

Open Daily: Sun. to Thurs. 11:00 AM to 1:00 AM
Fri. and Sat. 11:00 AM to 3:00 AM

យើងអាចយកម្ហូបទៅដល់ផ្ទះបាន
We Deliver All Day: 11:30 AM to 1:00 AM Available to most areas. Min. $10.00 Delivery Charge $2

$16.95

បង្កងឆាខ្ញី និងខ្ទឹមពិសេស
SPECIAL 2 Lobsters w/ Scallion & Ginger

ឌឹ ខេមបូឌា ដេលី The Cambodia Daily

ដំណឹងប្រែសម្រួលពីកាសារអង់គ្លេស អត្ថបទដកស្រង់ និងទទួលការអនុញ្ញាតឱ្យធ្វើការចុះផ្សាយពី ឌឹ ខេមបូឌា ដេលី ច្បាប់ចេញផ្សាយថ្ងៃអង្គារ៍ ទី៨ ខែវិច្ឆិកា ឆ្នាំ២០១១

អាជ្ញាធរក្រុងបានលុងហាមឃាត់មិនឱ្យហែលទឹកបឹងយក្សឡោម

ដោយ : គុច ណារ៉េន

THE CAMBODIA DAILY

ក្រុមមន្ត្រីបាននិយាយកាលពីម្សិលមិញថា អាជ្ញាធរក្រុងបានលុង បានដាក់បម្រាមមិនឱ្យប្រជាពលរដ្ឋហែលទឹកនៅក្នុងបឹងយក្សឡោមដែលជាកន្លែងទាក់ទាញភ្ញៀវទេសចរដ៏មានប្រជាប្រិយភាពនៅក្នុងខេត្តរតនគីរីទៀតទេ បន្ទាប់ពីបានរកឃើញថា ទឹកនៅក្នុងបឹងនេះដែលជាធម្មតាមានសភាពថ្លាយង់បានប្រែក្លាយជាពណ៌បៃតង និងល្អក់វិញ។

លោក លី វីន អភិបាលក្រុងបានលុងបានមានប្រសាសន៍ថា "ដើម្បីសុវត្ថិភាពរបស់ភ្ញៀវទេសចរ យើងបានដាក់បម្រាមហាមឃាត់ភ្ញៀវទេសចរបរទេស និងក្នុងស្រុកមិនឱ្យចុះហែលទឹកនៅក្នុងបឹងនេះទៀតទេ" ។ លោកបានបន្ថែមថា ទឹកនេះបានប្រែក្លាយជាពណ៌បៃតងកាលពីថ្ងៃសុក្រ ដែលញ៉ាំងឱ្យអាជ្ញាធរចាប់ផ្តើមធ្វើការស៊ើបអង្កេត។

លោក លី វីន បានមានប្រសាសន៍ថា "ទោះបីជាមានបម្រាមនេះហើយក៏ដោយ ក៏ភ្ញៀវទេសចរខ្លះនៅតែបានយកទឹកនេះមកផឹក ខណៈដែលអ្នកដទៃទៀតបានចុះព្យាយាមចុះហែលទឹកនៅក្នុងបឹងនេះដដែល ។ អ្នកដែលចុះហែលទឹកនៅក្នុងបឹងនេះមិនបានកើតរមាស់ទេ ចំណែកឯអ្នកដែលផឹកទឹកនេះក៏មិនបានឈឺដែរ" ។

លោក ហែម វ៉ាន់ថន ប្រធានមន្ទីរឧស្សាហកម្មខេត្តបានមានប្រសាសន៍ថា មន្ទីរឧស្សាហកម្មរ៉ែ និងថាមពលខេត្តរតនគីរីបានយកសំណាកទឹកនេះបញ្ជូនទៅធ្វើតេស្តក្នុងមន្ទីរពិសោធន៍នៅក្រុងភ្នំពេញហើយកាលពីថ្ងៃសុក្រ។

លោកបានមានប្រសាសន៍ថា "វាកខ្វក់មែនទែនឥឡូវនេះ ប៉ុន្តែវាគឺជាបាតុភូតធម្មជាតិ"។ យោងតាមលោក ហែម វ៉ាន់ថន បានឱ្យដឹងថា ការធ្វើតេស្តទឹកនេះទំនងជាត្រូវការពេលវេលាខ្លះ ប៉ុន្តែមិនដឹងថា យូរប៉ុណ្ណានោះទេ ព្រោះការធ្វើតេស្តនេះត្រូវផ្តោតទៅលើជាតិគីមីដែលអាចមាន និងមូលហេតុធម្មជាតិដែលអាចបណ្តាលឱ្យទឹកនេះក្លាយជាពណ៌បៃតងបែបនេះ។

លោកអភិបាលក្រុង លី វីន មានប្រសាសន៍ថា បម្រាមនេះនឹងបន្តដរាបណាការធ្វើតេស្តលើសំណាកទឹកនេះនៅមិនទាន់ចប់រួចរាល់ ។ យោងតាមលោក លី វីន បានឱ្យដឹងថា នេះមិនមែនជាការប្រែប្រួលលើកទី១ ដែលយើងបានឃើញនៅក្នុងទឹកនេះនោះទេ ។ លោកបានមានប្រសាសន៍ថា កាលពីឆ្នាំ១៩៩៧ហេតុការណ៍ស្រដៀងគ្នានេះក៏បានកើតឡើងដែរ ដែលនាំឱ្យមានត្រីងាប់នៅក្នុងបឹងនេះ។

លោកបានបន្ថែមថា "ការប្រែប្រួលខុសពីធម្មតានៅក្នុងឆ្នាំនេះ គឺមិនទាក់ទងនឹងការបំពុលដែលបង្កឡើងដោយក្រុមហ៊ុនរុករករ៉ែសោះឡើយ ពីព្រោះពុំមានក្រុមហ៊ុនរុករករ៉ែឬក៏ក្រុមហ៊ុនកសិឧស្សាហកម្មណាមួយធ្វើប្រតិបត្តិការនៅក្បែរប្រភពទឹកដែលហូរចូលទៅក្នុងបឹងនេះទេ"។

លោក លី វីន បានបន្ថែមថា លោកមិនព្រួយបារម្ភខ្លាំងអំពីការបាត់បង់ភ្ញៀវទេសចរដោយសារតែបម្រាមនេះទេ។

លោកបានមានប្រសាសន៍ថា "តាមពិតឥឡូវនេះមានភ្ញៀវទេសចរក្នុងស្រុកច្រើនមកមើលបាតុភូតនេះទៅវិញទេ"។

លោក ឆាយ ធី អ្នកស៊ើបអង្កេតប្រចាំខេត្តរតនគីរីរបស់អង្គការសិទ្ធិមនុស្សអាដហុកបានមានប្រសាសន៍កាលពីម្សិលមិញថា ទឹកហាក់ដូចជាមានជាតិអន្ទីលៗដូចជាប្រេងហើយកខ្វក់ទៀតផង ប៉ុន្តែមិនធុំក្លិនទេ ហើយថា អាជីវករក្នុងស្រុកបានលក់ទឹកនេះដាច់ខ្លាំងណាស់ ដោយទឹកកន្លះលីត្រមានតម្លៃពី០,២៥ដុល្លារទៅ០,៥០ដុល្លារ ៕

Dirty Lake Prompts Swimming Ban by Banlung Authorities

By Kuch Naren

THE CAMBODIA DAILY

Banlung City authorities have banned people from taking a dip at the popular Ratanakkiri tourist attraction Boeng Yeak Lom after discovering the lake´s usually crystal clear water had become green and muddy, officials said yesterday.

"For the sake of tourists´ safety, we have placed a ban prohibiting local and foreign tourists from swimming in the law," said Banlung City governor Ly Vint. He added that the water turned green on Firday, leading authorities to undertake an investigation.

"Some tourists, despite the ban, took the water and drank from it, while some others tried to take a swim," said Mr Vint. "Those who swam didn´t get itchy, while those who drank it didn´t get sick."

Nevertheless, samples of the water had been taken by the provincial department of industry, mines, and energy and sent for laboratory testing in Phnom Penh on Friday, said Hem Vanthan, provincial department director.

"It´s dirty...very dirty now, but it is a natural phenomenon," said Mr Vanthan, adding that the laboratory test is likely to take quite some time he did not know how long as it will look into possible chemical and natural causes for the green water.

The ban will last as long as the samples are being tested, said Mr Vint.

"This year´s unusual change is nothing related to pollution caused by mineral companies, because there is no agro-business or mineral firms doing activity near the source of water flowing into the lake," he added.

Mr Vint said he wasn´t particularly worried about a loss of tourism due to the ban. "In fact, there are more local tourists now coming to see the phenomenon," he said.

Chhay Thy, a provincial monitor for rights group Adhoc, said the water appeared to be oily and dirty but not smelly and that local vendors had started a brisk business selling, at $0.25 or $0.50 a pop, half liters of the dirty water.

គណបក្ស សម រង្ស៊ី : សមាជិកសភារបស់ខ្លួននឹងផ្លាស់ទៅព្រឹទ្ធសភា

ដោយ : ABBY SEIFF

THE CAMBODIA DAILY

លោក យឹម សុវណ្ណ អ្នកនាំពាក្យគណបក្សប្រឆាំងបានថ្លែងកាលពីថ្ងៃសុក្រថា គណបក្សសម រង្ស៊ី កំពុងតែបង្វើយបញ្ជីបេក្ខជនសមាជិកព្រឹទ្ធសភារបស់ខ្លួន ដែលនឹងរាប់បញ្ចូលសមាជិកជាច្រើនដែលបច្ចុប្បន្នជាសមាជិកសភា ។

បើទោះបីជាបញ្ជីនេះមិនផ្លូវការនៅឡើយក៏ដោយ ក៏លោក សុវណ្ណ បានមានប្រសាសន៍ថា សមាជិកសភាបច្ចុប្បន្នខ្លះនឹងត្រូវឈរឈ្មោះជាបេក្ខជនសម្រាប់ព្រឹទ្ធសភា ក៏ប៉ុន្តែលោកមិនព្រមបង្ហាញឈ្មោះក្នុការបោះឆ្នោតក្នុងខែមករា និងអ្នកដែលត្រូវជំនួសអ្នកដែលនឹងត្រូវចាកចេញពីអាសនៈសភារបស់ខ្លួនទេ ។ លោក សុវណ្ណ បានថ្លែងថា យើងកំពុងតែពិភាក្សានៅក្នុងចំណោមគណកម្មធិការអចិន្ត្រៃយ៍នៅឡើយ ។ យើងនឹងសម្រេចនៅប៉ុន្មានថ្ងៃខាងមុខនេះទៀត ។

លោកស្រី មូរ សុខហួរ សមាជិកសភាគណបក្ស សម រង្ស៊ី បានបដិសេធចំពោះសេចក្តីរាយការណ៍ដែលចេញផ្សាយដោយវិទ្យុ Radio France International ដែលអះអាងថា លោកស្រីស្ថិតក្នុងចំណោមអ្នកដែលត្រូវផ្លាស់ចេញពីតួនាទីរបស់លោកស្រីនៅក្នុងសភា ទៅកាន់តួនាទីក្នុងព្រឹទ្ធភាវិញ ។ លោកស្រីបានថ្លែងថា "ខុសទាំងស្រុង ។ ខ្ញុំមិនចេញពីអាសនៈរបស់ខ្ញុំទេ ។ សមាជិកខ្លះ និងដាក់ច្បាប់ដើម្បីឈរឈ្មោះនៅព្រឹទ្ធសភាវិញ ខ្ញុំមិននៅក្នុងចំណោមអ្នកទាំងនោះទេ" ។

បច្ចុប្បន្ននេះគណបក្ស សម រង្ស៊ី មានអាសនៈពីរ ក្នុងព្រឹទ្ធសភា ប៉ុន្តែរំពឹងថា នឹងទទួលបានយ៉ាងតិច១១អាសនៈនៅក្នុងការបោះឆ្នោតនាពេលខាងមុខនេះ ៕

តមកពីទំព័រទី ៦

ក្រសួងហិរញ្ញវត្ថុបញ្ជាក់អំពី...

លោកស្រីបានថ្លែងថា "រដ្ឋាភិបាល គឺជាអ្នកកាន់បញ្ជីបំណុលនេះ ដូច្នេះគ្មាននរណាដឹងច្បាស់ជាងពួកគេឡើយ" ដោយលោកស្រីបន្ថែមថា អាចមានការប្រែប្រួលច្រើននៅពេលគណនាអំពីចំនួនប្រាក់ដែលប្រទេសនេះជំពាក់ ។ លោកស្រីបានថ្លែងថា "ទិន្នន័យនេះជារបស់រដ្ឋាភិបាលដែលជាអ្នកកត់ត្រា"។

កាលពីខែមុនលោក ជាម យៀប បានថ្លែងថា លោកបានរាប់បញ្ចូលទាំងទឹកប្រាក់១,៨ពាន់លានដុល្លារដែល កម្ពុជាជំពាក់អាមេរិក និងប្រទេសរុស្ស៊ីនៅក្នុងតួលេខ៧ពាន់ លានដុល្លាររបស់លោក ។ លោកបានថ្លែងថា គ្រាន់តែជំពាក់ចិនមួយគឺ ៤លានដុល្លាររីឯនៅសល់ប៉ុន្មានជំពាក់ប្រទេស ផ្សេងៗទៀត និងស្ថាប័ននានា ដូចជាធនាគារអភិវឌ្ឍន៍ អាស៊ី ធនាគារពិភពលោក និងមូលនិធិរូបិយវត្ថុអន្តរជាតិជាដើម។

កាលពីដើមខែមុន ប្រទេសចិនបានសម្រេចផ្តល់ប្រាក់កម្ចី៥០០លានដុល្លារឱ្យកម្ពុជា ។ ប្រទេសនេះក៏បានផ្តល់ប្រាក់១,២ពាន់លានដុល្លារក្នុងកម្ចីមិនគិតការប្រាក់កាលពីចុងឆ្នាំ២០០៩ផងដែរ ។ យោងតាមសេចក្តីព្រៀងច្បាប់ថវិកាឆ្នាំ២០១២កម្ពុជាមានសិទ្ធិខ្ចីប្រាក់១,១ពាន់លានដុល្លារទៀតនៅឆ្នាំក្រោយ ៕

ប័ណ្ណនិញបញ្ជាការសែតខ្មែរប៉ុស្តិ៍

ឈ្មោះ និងអាសយដ្ឋានរបស់

ឈ្មោះ :..

អាសយដ្ឋាន : ....

ខ្ញុំចង់បាន :

☐ កាសែតខ្មែរប៉ុស្តិ៍ ១ខែ មាន២លេខ ៦ខែ $30 ១២ខែ $60 ឬ $70 អឺរ៉ូ សម្រាប់អឺរ៉ុប

☐ សៀវភៅរឈ្មោះ ....តម្លៃ $..................

☐ ស៊ីឌីប្រវត្តិសាស្ត្រខ្មែរ ៤ ម៉ោង ម្លៃមួយសិត $30

ខ្ញុំភ្ជាប់សែក ឬ មនីអដ័រ មក U.A.M.G តម្លៃ $...................

ផ្ញើមក U.A.M.G 438 LINDLEY AVE. PHILADELPHIA, PA 19120

Phone : 267-253-3947

នាទី ប្រវត្តិសាស្ត្រ

ពីរដ្ឋបាលកុលសម្ព័ន្ធមករដ្ឋាភិបាលសម័យ

ប្រែសម្រួលដោយ : គីម វិមល

(**តពីលេខមុន**)

៥ តុលា : ទីភ្នាក់ងារកាសែតរ៉យទ័រ អេងតឹស ម៉ាក់ស្វេន ត្រូវបណ្តេញចេញពីកម្ពុជា។

១០ តុលា : លោក សឺន សាន បានត្រូវតែងតាំងដោយ CNS ជាតំណាងកម្ពុជា នៅមហាសន្និបាតធានាគារពិភពលោក ដែលតួនាទីនេះបានត្រូវបាត់បង់តាំងពីឆ្នាំ១៩៧៤។

១៦ តុលា : អគ្គលេខាធិការ អ.ស.ប សំដែងការព្រួយបារម្ភចំពោះការប្រុងប្រៀប ត្រៀមខ្លួនរបស់ខ្មែរក្រហម នៅពេលមានការបង្ខំបញ្ជូនក្រុមអ្នកភៀសខ្លួនជាង ៣ម៉ឺននាក់ ឱ្យត្រឡប់មកកម្ពុជាវិញ ក្រុមខ្មែរក្រហម ក៏បញ្ចប់ការត្រៀមខ្លួនទៅវិញ។

១៦ តុលា : ក្រុមប្រឹក្សាសន្តិសុខ អ.ស.ប សម្រេចថា បង្កើត UNTAC នៅពេលណាដែលមានការចុះហត្ថលេខា លើកិច្ចព្រមព្រៀងលើដំណោះស្រាយនយោបាយទាំងមូលរួច។

១៧ តុលា : ក្រុមការងាររបស់ក្រុមប្រឹក្សា CNS បើកកិច្ចពិភាក្សាយល់ព្រមជាមួយក្រុមសិទ្ធមនុស្ស អ. ស.ប ស្តីពីមាតុភូមិនិវត្តន៍របស់ជនភៀសខ្លួនខ្មែរ។

១៧-១៨ តុលា : មហាសន្និបាតរបស់គណបក្សសាធារណរដ្ឋប្រជាធិបតេយ្យកម្ពុជា ដើម្បីសម្រេចប្តូរគម្រោងនយោបាយនិងប្តូរឈ្មោះ គឺយល់ព្រមទទួលលទ្ធិប្រជាធិបតេយ្យពហុបក្សបង្កើតផ្សារសេរី និងគោរពសិទ្ធិមនុស្ស ។ ឈ្មោះគណបក្សបានប្តូរទៅជាគណបក្សប្រជាជនកម្ពុជា (PPC) ដែលជាឈ្មោះដែលខ្លួនបានប្រកាសបញ្ចប់នាឆ្នាំ១៩៦២ ។ ជា ស៊ីម ឡើងជាប្រធានជំនួស ហេង សំរិន ហើយ ហ៊ុន សែន ជាអនុប្រធាន។

២៣ តុលា : ប្រជុំអន្តរជាតិក្រុងប៉ារីស មានការចុះហត្ថលេខានៃរដ្ឋាភិបាល ១៨ប្រទេស និងសមាជិកក្រុមប្រឹក្សា CNS លើ "កិច្ចព្រមព្រៀងដោះស្រាយនយោបាយទាំងមូលក្នុងទំនាស់នៅកម្ពុជា" អត្ថបទ ៤ ដែលត្រូវចុះហត្ថលេខា ដើម្បីធ្វើដំណើរទៅរកសន្តិភាព CNS ត្រូវផ្តល់អំណាចឱ្យ UNTAC ដើម្បីដឹកនាំបេសកកម្មបោះឆ្នោតសន្តិភាពចំនួន ៨មុខ។

២៤ តុលា ១៩៩១ : វិទ្យុខ្មែរក្រហមដែលធ្លាប់ផ្សាយពីខាងត្បូងនៃប្រទេសចិន ហើយហៅឃោធាខ្លួនថា "កងទ័ពជាតិកម្ពុជាប្រជាធិបតេយ្យស្រាប់តែប្តូរទៅជា សម្លេងរណសិរ្សមហារួបរួមជាតិខ្មែរ ហើយចាប់ផ្តើមផ្សាយពីប៉ៃលិនវិញម្តង។

២៥ តុលា : កិច្ចប្រជុំក្រុមប្រឹក្សាជាតិជាន់ខ្ពស់ពិភាក្សាពីរូបមន្តសន្តិសុខរបស់សមាជិកខ្លួន។

៣០ តុលា : សម្ភោធមជ្ឈមណ្ឌលព័ត៌មាននៅភ្នំពេញ រដ្ឋកម្ពុជាលែងអ្នកទោស ១០៣៤នាក់ រាប់ទាំងក្រុមអ្នកត្រូវគេចាប់ខ្លួនពីខែឧសភា ១៩៩០ផង។

៣១ តុលា : ក្រុមប្រឹក្សាសន្តិសុខពិភពលោកបានទទួលយកកិច្ចព្រមព្រៀងថ្ងៃ២៣ តុលា ហើយប្រគល់ភារៈកិច្ចឱ្យអគ្គលេខាធិការ អ.ស.ប រៀបចំអនុវត្តន៍កិច្ចព្រមព្រៀងនោះ។ (**មានតលេខក្រោយ**)

ក្រុមហ៊ុន ទេសចរណ៍

CENTURY TRAVEL & SERVICE CENTER

904 South 8th Street. Philadelphia, PA 19147
Tel : 215-625-2889; Fax : 215-625-9395
Cell : 267-934-9888; Email : centuryphl@yahoo.com

- បំរើលោកអ្នកដោយគ្រប់ក្រុមហ៊ុនអាកាសចរណ៍ សំរាប់ដំណើរហើរក្នុង និងក្រៅស្រុក
- ជួយរកអ្នកនាំផ្លូវជូនដំណើរទស្សនកិច្ចធ្វើការ
- ពន្យាលិខិតឆ្លងដែនខ្មែរ
- ធ្វើលិខិតអន្តោប្រវេសន៍
- ផ្ញើប្រាក់ប្រថាប់ត្រាបញ្ជាក់លើលិខិតជាផ្លូវការ

- Serve all Airlines
- Domestic & Intl. flights
- Tour Arrangements
- Passport Extension
- Khmer Laissez- Passer
- Immigration
- Tourist Visa
- Notary Public

OFFICE Hours :
Mon - Sat 10:00 A.M - 6:00 P.M
Sun : 12:00 P.M - 5:00 P.M

We Speak Khmer, Chinese, Vietnamese
យើងនិយាយភាសាខ្មែរ-ភាសាចិន-វៀតណាម

នាទី ព្រះពុទ្ធសាសនា

ពុទ្ធប្បវត្តិអមដោយរូបភាព

A Pictorrial Biography of Saky amuni Buddha

- រូបភាព និងរឿងដើមជាភាសាថៃ ដោយ គុណាប៉ាយុតា
- បកប្រែជាភាសាអង់គ្លេស ដោយ ហ្សិត .អេ.លី
- ផាត់ពណ៌ដោយ យ៉ាន់ ហ្វាលី
- បកប្រែជាភាសាខ្មែរដោយភិក្ខុ គង់ អាំ

- Original Illuatration and Naration in Thai by Gunapayuta.
- Translation into English by A Lu.
- Coloring by Yann Fang Lee
- Translation into Khmer by Bhikkhu Kong Am.

ជាម្ចាស់ព្រមទាំងសាវ័កទាំងឡាយកំពុងនិមន្តជាជួរ ដោយមានបាតពេញទៅដោយអាហាររួចជាស្រេច ។ ព្រះពុទ្ធ និងសាវ័កនិមន្តកាត់តាមហ្វូងប្រជាជនទាំងឡាយ ដែលគេកំពុងនាំគ្នាធ្វើសក្ការៈគោរពព្រះអង្គ និងភិក្ខុសង្ឃហើយព្រះអង្គ និងភិក្ខុសង្ឃទាំងអស់ប្រុងនឹងត្រឡប់ចូលទៅព្រះរាជវាំង ។ ប៉ុន្តែ ព្រះមហារាជសុទ្ធោទនៈទ្រង់ព្រះពិរោធ និងមិនសប្បាយព្រះទ័យសោះឡើយ ។ ព្រះអង្គទ្រង់ត្រាស់ថា: ព្រះរាជបុត្រសុំម្ហូបអាហារក្នុងព្រះនគរ! ក្នុងនគរនេះព្រះរាជបុត្រមានអំណាចយកអ្វីៗទាំងអស់ដែលព្រះអង្គត្រូវការ ដោយពុំចាំបាច់សុំការអនុញ្ញាតអ្វីទាំងអស់! ដូច្នេះ បានជាមហាក្សត្រកាលដែលទតឃើញបែបនេះ ទ្រង់ក៏មានអារម្មណ៍ខ្មាស់មួរម៉ៅតែម្តង។

១៥៦-ព្រះបាទសុទ្ធោទនៈយាងទៅចំពីមុខព្រះពុទ្ធ ហើយទ្រង់ស្តីបន្ទោសព្រះអង្គដោយអាការៈអាក់អន់តូចព្រះទ័យយ៉ាងខ្លាំងថា: "នែ៎បុត្រសំលាញ់! ហ្នឹងហើយឬជាដំណឹងល្អដែលយើងជាបិតាត្រូវបានទទួល? បុត្របានបោះបង់បិតាចោល ហើយរត់ចេញពីនគរទៀត ។ កូនជាបុត្រព្រះមហាក្សត្រ តែនៅតែមិនទាន់សំរេចព្រះទ័យទទួលស្នងមរតកគ្រងរាជ្យទេឬ? អេ្ហា! ម្ចាស់ថ្លៃអើយ! ថ្ងៃនេះបុត្រឯងបានធ្វើអំពើដ៏គួរឱ្យអាម៉ាស់អាប់ឱនកិត្តិយសបំផុតដល់ព្រះបិតា និងព្រះរាជវង្សានុវង្ស ។ តាំងពីកាលណាមកក៏ដោយ រាជវង្សដូនតាកូនឯងមិនដែលធ្វើយ៉ាងហ្នឹងទេ ។ តាំងពីសម័យណាក៏ដោយ តើយើងធ្លាប់សោយអាហារដូចអ្នកសុំទានអីចឹងដែរឬទេ?

១៥៧-ព្រះពុទ្ធទ្រង់មានពុទ្ធដីកាប្រកបដោយសន្តិភាពតបទៅព្រះវរាជបិតាដែលកំពុងតែយល់ខុស និងមានកំហឹងថា: "បពិត្រព្រះមហារាជ! តាមភាពពិត ការធ្វើនេះស្របទៅតាមទម្លាប់ប្រពៃណីនៃបុព្វបុរសទាំងឡាយពីបុរាណរបស់តថាគត"។ ព្រះបាទសុទ្ធោទនៈមានព្រះរាជឱង្ការតបថា: "ជនទាំងឡាយតែងដឹងថា បុព្វបុរសពីបុរាណរបស់បុត្រគឺព្រះមហាក្សត្រ ហើយគ្មានមហាក្សត្រអង្គណាមួយទៅប្រព្រឹត្តអំពើសុំទានដ៏គួរឱ្យអាម៉ាស់នេះឡើយ"។ ព្រះបរមគ្រូត្រាស់បន្តដោយព្រះទ័យស្ងប់ស្ងាត់ថា "បពិត្រមហារាជ ! ពិតណាស់, ប៉ុន្តែតថាគតមិននិយាយអំពីបុព្វបុរសសម័យដើមក្នុងលោកសន្និវាសនេះឡើយ"។

១៥៨-ឥឡូវនេះ តថាគតកំពុងប្រព្រឹត្តធ្វើតាមប្រពៃណីព្រះពុទ្ធទាំងឡាយគ្រប់ៗព្រះអង្គពីបុរាណ ។ តថាគតចង់និយាយថា ឥឡូវនេះ តថាគតជាព្រះពុទ្ធមួយព្រះអង្គ ហើយការសុំអាហារពីអ្នកស្រុកដែលតថា គតធ្វើជាប្រក្រតីនេះ គឺជាបែបផែនរបស់ព្រះពុទ្ធគ្រប់អង្គពីបុរាណដែលព្រះអង្គបានធ្វើ ។ ព្រះពុទ្ធពីបុរាណគ្រប់ព្រះអង្គទ្រង់បានធ្វើដូច្នេះ. សូមមហារាជយល់ថាការនិមន្តបិណ្ឌបាត ធ្វើឡើងក្នុងបំណងប្រោសមនុស្សទាំងឡាយ

But King Suddhodana was angry and disappointed. The prince begging for food in his own country! In his own country the crown-prince was entitled to take anything he wanted without asking for permission at all! So the king, looking at the situation in this way, naturally felt quite vexed.

156-King Suddhodana went before the Buddha and reproached him in a tone of disappointment and indignation: "My son! Is this the god news that I, your father, am to receive? You have abandoned your father and left the country. You are the son of the throne yet been decided? Oh! My son! Today you have done a most disgraceful thing to your father and the royal family. On what occasion have your ancestors ever done such a thing. On what occasion have we ever accepted food like beggars?

157-The Buddha spoke calmly to his angry, non-comprehending father: "Father! This is done, in reality, in accordance with the customs of my ancestors." King Suddhodana answered: "Everybody knows that your ancestors were kings and that none of them ever did such shameful things." The Buddha continued calmly: "Father! It is true, but I am not talking about worldly ancestors."

158- "Now I am perpetuating the tradition of all the Buddhas of the past. I mean that I am now the Buddha, and in accepting food offered I do what all of my ancestors have done. All past Buddhas did so, and you must understand that asking for food is done for the purpose of converting people. What all the Buddhas practice, I also do." After ending his speech, the Buddha explained some fundamentals of the Buddha dharma to King Suddhodana to wipe out his father's anger. Then the King took the food bowl from the Buddha's hand and asked him and his disciples to accept food in the palace.

159-In the royal palace, after finishing the very exquisite meal which the King had offered him, the Buddha began to preach to him, his relatives, the officials and all the other people there. He explained

(Continued to after Issue)

Opening Hours
Mon. - Sat. : 10 am - 6 pm
Sunday : 10 am - 4:30 pm

TWIN PHOENIX INC.

Custom Jewelry Sales & Repairs
24K-18k-14k-10k-silver-diamonds-watches
40+ years of experience in Repairing all Type of Watches by most advanced technology
Authentic Watches Dealer has over 3,000 Watches in Stock!
Widest range of collections, grandfather clocks – watches – pocket watches – clocks – antiques – cross pens – zippo lighters – watch bands – engraving.
6429 Woodland Ave., Phila., PA 19142
Phone/Fax: 215-727-9542
www.twinphoenix.net

ហាង មាស ពេជ្រ នាឡិកា
ទិញ លក់ ជួសជុល

តមកពីទំព័រទី ៩
អង្គការសិទ្ធិមនុស្ស : អ្នកកាប់ឈើជនាត់ត្រូវ...

មានមេខ្លោងឆបោកទៅយកឈើដែលកាប់រួចដោយមិនសូវដឹងពីគ្រោះថ្នាក់នៃការចូលក្នុងព្រៃដែលមានការយាមល្បាតដោយកងកម្លាំងការពារព្រំដែនឡើយ ។

លោក សុវ៉េត បានបន្ថែមថា បទល្មើសរបស់ពួកគេមិនសមនឹងមានការបាញ់សម្លាប់នោះទេ ។ សកម្មភាពរបស់កងកម្លាំងថៃដែលបាញ់សម្លាប់ពួកគេនោះនៅតែកើតមាន ពីព្រោះពួកគេប្រមាថមើលងាយជីវិតរបស់ប្រជាជនកម្ពុជា" ។

លោកបន្ថែមទៀតថា "ថ្វីបើមានការឃុបឃិតគ្នារវាងកងកម្លាំងកម្ពុជា និងក្រុមអាជីវករជាមួយកងកម្លាំងនៃនៅក្នុងប្រតិបត្តិការកាប់ឈើក៏ដោយ ក៏កម្មករកម្ពុជានៅតែត្រូវគេបាញ់សម្លាប់ដដែលនៅពេលដែលពួកគេជួបក្រុមទាហានថៃផ្សេងទៀតដែលមិនពាក់ព័ន្ធនៅក្នុងការឃុបឃិតនោះ" ។

និយាយតាមទូរស័ព្ទកាលពីម្សិលមិញថា អ្នកស្រី សោម សួម អាយុ៤១ឆ្នាំ មកពីឃុំអូរស្មាច់ នៃខេត្តបន្ទាយមានជ័យបាននិយាយថា ប្តីរបស់អ្នកស្រី គឺជាមនុស្សម្នាក់ក្នុងចំណោមមនុស្សដែលត្រូវបានគេបោកបញ្ឆោតថា គាត់អាចរកលុយបានច្រើនពីការកាប់ឈើប្រណិតនៅក្នុងប្រទេសថៃ ។

អ្នកស្រីបាននិយាយថា "គាត់បានចាកចេញពីភូមិជាមួយអ្នកជិតខាងផ្សេងទៀតក្រោយពីគេបានប្រាប់គាត់ថា គាត់អាចរកលុយបានច្រើនពីការចូលទៅយកឈើប្រណិតកាប់រួចនៅប្រទេសថៃ ។ ប៉ុន្តែគាត់បែរជាត្រូវបានទាហានថៃបាញ់សម្លាប់ទៅវិញ ។ ឥឡូវនេះគ្មាននរណាម្នាក់មកជួយរកយុត្តិធម៌ឱ្យខ្ញុំទេ" ។

បុគ្គលិកអង្គការសិទ្ធិមនុស្សនិយាយថា ការបាញ់បែបនេះ មិនទំនងជាមិនថមថយឡើយ ប្រសិនបើរដ្ឋាភិបាលកម្ពុជាមិនព្រមដាក់សម្ពាធឱ្យរដ្ឋាភិបាលថៃស៊ើបអង្កេតលើការបាញ់ប្រហារនៅតាមព្រំដែនទេនោះ ។

ក្រុមមន្ត្រីរដ្ឋាភិបាលបានជំទាស់នឹងការអះអាងនេះ ។ លោក សាម៉ុន បាននិយាយថា កងកម្លាំងព្រំដែនបាន និងកំពុងខិតខំធ្វើការដើម្បីផ្សព្វផ្សាយព័ត៌មានដល់ប្រជាជនកម្ពុជាដែលងាយរងគ្រោះដោយសារការជាប់ពាក់ព័ន្ធនៅក្នុងការកាប់ឈើ និងដើម្បីរារាំងពួកគេមិនឱ្យឆ្លងដែនដោយខុសច្បាប់ ។

លោកបាននិយាយថា "ប៉ុន្តែពួកគេមានមហិច្ឆតាខ្ពស់នៅពេលដែលពួកគេត្រូវបានសន្យាថា និងទទួលយកលុយច្រើន ។ ប្រជាជនមួយចំនួននៅតែបន្តលួចចូលទៅកាប់ឈើប្រណិតនៅក្នុងប្រទេសថៃ ។ ពួកគេស្គាល់ភូមិសាស្ត្រច្បាស់ណាស់ ដូច្នេះហើយទើបពួកគេអាចចៀសវាងពីកម្លាំងរបស់យើងបាន" ។

លោក កុយ គួង អ្នកនាំពាក្យក្រសួងការបរទេស បានអះអាងថា រដ្ឋាភិបាលកំពុងព្យាយាមគ្រប់មធ្យោបាយទាំងអស់ដែលខ្លួនអាចធ្វើបានពាក់ព័ន្ធនឹងការដាក់សម្ពាធប្រទេសថៃលើបញ្ហានេះ ។

លោកបានមានប្រសាសន៍ថា "ក្រោយពីមានការបាញ់ម្តងៗយើងនៅតែបញ្ជូនកំណត់ទូតទៅដើម្បីស្វែងរកយុត្តិធម៌ឱ្យជនរងគ្រោះទាំងនោះ" ។ ទោះជាយ៉ាងណាលោកបានទទួលស្គាល់ថា រដ្ឋាភិបាលកម្រទទួលបានការឆ្លើយតបពីប្រទេសថៃណាស់ ៕ H

(រាយការណ៍បន្ថែមដោយ Abby Seiff)

ANGKOR AUTO SERVICE, INC.
ហាងជួសជុលរថយន្ត "អង្គរ"

Free Estimate

Auto Body and Maintenance

BODY WORKS
Auto glass and windshields
Auto Frame Straightening and Painting

មានបទពិសោធន៍២០ឆ្នាំ ជាជាងរថយន្តមានសញ្ញាប័ត្រវាយតម្លៃការងារដោយឥតយកថ្លៃ ហើយយើងជួយសន្សំប្រាក់តម្លៃបន្ថយរបស់អិនស៊ូរិនបានផង យើងផ្តល់សេវាគ្រប់យ៉ាង :

ENGINE AND TRANSIMISSION SERVICES
State Inspection
Check Engine Light Diagnostic
Timing Belt Services
Complete Tune Up:
-Brake -Muffler -Struts
-Water Pump -A/C
-Bearing Services

From the moment you get into car accident, we will take care of you from towing to calling your insurance, and to get a rental car for you. With Angkor Auto, you can be worried free.

4835 N. 16th Street. Philadelphia, PA 19141
Tel : (215) 455-7810 / Ricky : (215) 485-1425

BX Towing LLC
"បេអិច" អូសរថយន្ត២៤ម៉ោង
215-989-1585
Bob

Fast & Affordale 24Hrs. Services

600 Washington ave., Ste.8
Philadelphia, PA 19147
Fax : 267-371-5177
botwingllc@gmail.com

ហាងខ្មែរជួសជុលរថយន្ត
បើចង់ឱ្យរថយន្តលោកអ្នករត់បានល្អ សូមអញ្ជើញ

Rathe's Auto Service

State and Emission Inspaction General Repairs and Maintenance

MON-SAT, 8:30AM-5:30PM
SUN. EMERGENCY ONLY

- ជាងមានបទពិសោធន៍ជាយូរឆ្នាំ -ជួសជុលរថយន្តគ្រប់ប្រភេទ
- មានដូរប្រេង ដូរហ្វ្រាំង ដូរកង់ និងករណីជាច្រើនទៀត ។
- មានត្រួតពិនិត្យគ្រឿងម៉ាស៊ីន DIAGNOSTICS ដោយឥតគិតថ្លៃ
- មានចុះថ្លៃពិសេស ចាប់ពីខែកុម្ភៈ ២០០៨ ទៅ : - ដូរប្រេងក៏រិត ៥ ក្វាត $22
- INSPECTIONS រថយន្តឆ្នាំ 96 up $49.99+ តាក់ -មានជូនប័ណ្ណពិសេសសំរាប់ដូរប្រេងចុះថ្លៃពាក់កណ្តាល នៅពេលយកមកជួសជុលអស់តម្លៃ $150.
- តម្លៃជួសជុលទូទៅ សមរម្យ ដោយទាបជាងហាងជួសជុលផ្សេងៗទៀត ។
- ប្តេជាចិត្តធ្វើជូនដោយហ្មត់ចត់ គុណភាពខ្ពស់ មិនឱ្យខុសបំណងលោកអ្នកឡើយ។ ពិសេស ជួយទៅពិនិត្យដល់កន្លែងនូវរថយន្តណាដែលខូច STARTER ឬ ធុងអាគុយអស់ភ្លើងដោយឥតគិតថ្លៃ ។ *សូមអរគុណ !*

5105 N.2ND ST., PHILADELPHIA, PA 19120. TEL : (215) 329-2418
Fax : (215) 329-2419. Rath CELL : (215) 431-6376

Nationwide
Insurance & Financial Service
ក្រុមហ៊ុនធានារ៉ាប់រង និងហិរញ្ញវត្ថុ

Life *Home* *Health* *Auto* *Bussiness*

- ធានារ៉ាប់រងជំនួញលោកអ្នក
- ធានារ៉ាប់រងផ្ទះសម្បែង
- ធានារ៉ាប់រងសុខភាព
- ធានារ៉ាប់រងរថយន្ត
- ធានារ៉ាប់រងជីវិត

ចុះតម្លៃ ៣០% បន្ថែម បើលោកអ្នកទិញធានារ៉ាប់រងផ្ទះ និងរថយន្តរួមគ្នា

600 Washington Ave Suite #8 Philadelphia, PA 19147
Tel: (215) 463-1257 , Fax: (215) 463-2036

អាថ៌កំបាំង និងសិល្បៈនៃជីវិត

SECRET AND ART OF LIVING

(តមកពីលេខមុន)

រៀបរៀងដោយ
លោក ម៉ៅ ច័ន្ទសំណុំ

-- ហើយទទួលលទ្ធផលជាទីពេញចិត្ត ។ ក្រោយពេលអង្គុយសមាធិតាមក្បួនខ្នាតមក ខ្ញុំបន្តអង្គុយមើលរឿងរ៉ាវខ្ញុំផ្ទាល់ Watch my own story or my own movie ។ រឿងរ៉ាវដែលខ្ញុំលើកមកពិនិត្យមើល គឺជារឿងដែលអំពល់ខ្ញុំបំផុត ឧទាហរណ៍ដូចជារឿងកូនខ្ញុំស្លាប់ ។ ខ្ញុំលើកយកចំណុចមួយចំនួនមករំលឹកធ្វើជានុយបណ្តាលឱ្យរឿងទាំងនោះផុះឡើងជាបន្តបន្ទាប់ និងប្រតិកម្មតាមផ្ទត់លំអានចាស់ផុះឡើងជាកំហឹង ភ័យ ស្អប់ ទុក្ខសង្រេង អស់សង្ឃឹម ។ល។ ម្តងនេះ ខ្ញុំដើរតួជាអ្នកគ្រាន់តែពិនិត្យប៉ុណ្ណោះ ពុំចូលរួមប្រតិកម្មដូចមុនឡើយ បើកចំហឱ្យការរំជួលចិត្តទាំងនោះសំដែងចេញតាមចិត្ត ពុំរារាំង ពុំទប់ស្កាត់ ពុំធ្វើរនាំងទប់ ។ ឋាមពលពិសពុលដែលបានសំដែងដូច្នេះហើយ វាដាច់ឫសបាត់ពីបន្ទប់ម៉េម៉ូរី ហើយវាលែងបន្តធ្វើទុក្ខខ្ញុំទៀត ។ បាតុភូតលាងសំអាតចិត្តបែបនេះ ខ្ញុំសូមលើកឧទាហរណ៍បញ្ជាក់ជូនបន្ថែមដូចតទៅ :

មនុស្សពីរនាក់កើតទុក្ខដូចគ្នា : **អ្នកទី១** គាត់សំដែងទុក្ខប្រាប់មិត្តភ័ក្ត ឬបងប្អូនជនេះបានទម្លាយឋាមពលទុក្ខសោកចេញមកក្រៅអស់ហើយគេនឹងបានធូរស្បើយ (ការធូរស្រាលតាមរបៀបសាមញ្ញបែបនេះបានតែមួយផ្នែកប៉ុណ្ណោះ ។ បើអនុវត្តតាមវិធីសមាធិ ដូចខ្ញុំជំរាបខាងលើទុក្ខសោកត្រូវបានគាស់ដាច់ឫសទាំងស្រុង) ។ **អ្នកទី២** លាក់ឬបៀមទុក្ខសោកទុកក្នុងចិត្ត នាំឱ្យគំនរទុក្ខកាន់តែច្រើនឡើងៗ តឹងតែងខ្ទៅងងឹត ។ ជននេះហើយដែលទទួលរងគ្រោះបំផុត Repression (ជួនឈានដល់ធ្វើអត្តឃាត) ។ ដូច្នេះហើយ បានជាគេឃើញមានការបង្កើតសមាគមជនអ្នកមានទុក្ខដូចៗគ្នាឱ្យគេមានឱកាសសំដែងទុក្ខសោករបស់គេម្នាក់ចេញមកក្រៅជូនគ្នាទៅវិញទៅមក ។ ជាវិធីរំសាយទុក្ខក្រៀមក្រំ ដែលកកស្ទះសម្ងំទុកក្នុងទ្រូងជាយូរមកហើយ ។

ទី៧ វិធីប្រើព្រះអាទិទេព ឬវិធីបួងសួងព្រះអាទិ ទេពឱ្យជួយ :

តាមការស្រាវជ្រាវរបស់ខ្ញុំ វិធីនេះបានប្រើប្រាស់យ៉ាងទូលំទូលាយក្នុងសង្គមខ្មែរយើងជាយូរលង់មកហើយ ។ ពីព្រោះខ្មែរយើងកាន់សាសនាពីរ : ព្រះពុទ្ធសាសនា និងព្រហ្មញ្ញសាសនា ។ ដោយអារ្យធម៌លោកខាងលិច Western civilization បានជ្រាបចូលក្នុងខួរក្បាលខ្មែរ ទាំងខ្ញុំទាំងគេបានចាត់ទុកវិធីទាំងអស់នោះជាអបិយជំនឿផ្តេសផ្តាស Superstition ប៉ុន្តែទោះបីយ៉ាងនោះក៏ដោយ ការពិតនៅតែជាការពិត វិធីទាំងអស់នោះនៅតែបន្តរហូតដល់សព្វថ្ងៃ ។ ពីព្រោះជាក់ស្តែងខ្មែរយើងឃើញមានលទ្ធផលពិតមែន ។ តើហេតុអ្វីក៏វិធីប្រើព្រះអាទិទេពនេះទទួលបានផល ? តើមានហេតុផលអ្វីដែលយើងពុំដឹង ធ្វើសកម្មភាពនៅពីខាងក្រោយវិធីទាំងអស់នោះឬ ? បាទពិតជាមានមែន ខ្ញុំនឹងលើកជំរាបជូននៅក្នុងវគ្គបន្តបន្ទាប់នេះ : វិធីប្រើព្រះអាទិទេពជាយាននេះ មានអនុវត្តនៅក្នុងសាសនាធំៗក្នុងលោក ដូចជា គ្រីស្តសាសនា ព្រហ្មញ្ញសាសនា អ៊ីស្លាមសាសនា សាសនាជនជាតិជ្វីស Judaism ។ ដោយឡែក ព្រះពុទ្ធសាសនាបានចង្អុលបង្ហាញមាគ៌ាឆ្ពោះទៅរការរួចរំដោះ តាមការពឹងផ្អែកលើអាត្មាខ្លួនឯង ដូចខ្ញុំរៀបរាប់ខាងលើស្រាប់ ។ ខ្មែរយើងឱ្យឈ្មោះព្រះអាទិទេពផ្សេងៗគ្នា ដូចជា : យាយម៉ៅ តាដំបងដែក យាយទេព អារុកអារក្ស ទេព្តារក្សាព្រៃភ្នំ ព្រះនារាយណ៍ ព្រះវិស្ណុ ព្រះព្រហ្ម ព្រះពុទ្ធ ។ល។ និង ។ល។ ជនជាតិផ្សេងៗ ហៅឈ្មោះព្រះអាទិទេពផ្សេងគ្នាដែរ ។ ឈ្មោះប្លែកៗនេះពុំសំខាន់ឡើយខ្លឹមសារបណ្តូលនៃពាក្យព្រះអាទិទេពមានដូចៗគ្នា ។ លក្ខខណ្ឌចាំបាច់មួយចំនួនត្រូវបំពេញ ដើម្បីឱ្យសំរេចផលក្នុងការប្រើឈ្មោះព្រះអាទិទេពជាយាននោះគឺ

--ទី១ អ្នកប្រតិបត្តិ ត្រូវមានជំនឿដាច់ខាត Faith ទៅលើព្រះអាទិទេព ។ ជំនឿដាច់ខាតនេះមានបង្កប់អាថិកំបាំងពីខាងក្រោយនោះ ។ បើអ្នកមានជំនឿត្រឹមតែ ៥០ឬ៧០ ភាគរយ ការប្រតិបត្តិក៏ពុំមានប្រសិទ្ធិភាពដែរ ទាមទារឱ្យអ្នកកាន់ជឿ ១០០ ភាគរយ ទៅលើព្រះអាទិទេពដែលមានអំណាចបារមីអាចធ្វើអ្វីបានទាំងអស់ ។ ជំនឿ១០០ភាគរយនេះជាកត្តាគន្លឹះបំផុត បណ្តាលឱ្យចិត្តលោកអ្នករួចផុតពីបន្ទប់បុគ្គល បន្ទប់ក្រោមឥទ្ធិពលរបស់ម៉េម៉ូរី Ego of mind , conditioning mind ទៀតហើយ វាធ្លាក់ទៅក្នុងក្របខណ្ឌទូលាយ ក្របខណ្ឌសាកលគឺកុងស្យេនិសបរិសុទ្ធនេះឯង គឺជាកន្លែងដែលរួចរំដោះទាំងស្រុង ដូចខ្ញុំជំរាបអំពីមុនមក ។

--ទី២ ដាក់កាយ ដាក់ចិត្តថ្វាយព្រះអាទិទេពទាំងស្រុង : វាសនារបស់ខ្លួននៅក្នុងដៃព្រះទាំងស្រុង Surrender his ego of mind 100% to God ។ ចំណុចនេះមានន័យប្រហាក់ប្រហែលនឹងន័យខាងលើដែរ ហើយថែមទាំងមានការប្រកាន់យកឥរិយាបថឱ្យទទួលយកសុខចិត្ត Acceptance ឱ្យចំពោះគ្រប់ហេតុការណ៍ដែលកើតមានជុំវិញខ្លួន ។

--ទី៣ ប្រគល់ថ្វាយលទ្ធផលទាំងល្អ ទាំងអាក្រក់ដល់ព្រះអាទិទេពមានន័យថា អ្នកគ្រាន់តែជាឧបករណ៍របស់ព្រះប៉ុណ្ណោះ ។ បើធ្វើកិច្ចការណាមួយបានសំរេចផលល្អអ្នកថ្វាយទៅព្រះ ផ្ទុយទៅវិញបើផលមកជាអាក្រក់ក៏ថ្វាយព្រះដែរ ។ គ្មានឋាមពលខ្មៅណាទុកនៅជីតដាមក្នុងរូបកាយទៀតឡើយ ព្រោះបានផ្ទេរទៅព្រះអស់ហើយ ។

បើអ្នកមានអារម្មណ៍ភ័យព្រួយ តើធ្វើដូចម្តេចក្នុងការប្រើយានអាទិទេពនេះ? **ទី១** អ្នកទទួលស្គាល់ថាមានអារម្មណ៍ភ័យព្រួយ Awareness **ទី២** ដាក់កាយនិងចិត្តថ្វាយព្រះ Surrender your small ego to God **ទី៣** ថ្វាយអារម្មណ៍ភ័យព្រួយដល់ព្រះ Offering your worry to God **ទី៤** អ្នកអស់ភារកិច្ចហើយ ចូរគ្រាន់តែរង់ចាំនិងពិនិត្យហេតុការណ៍ **(មានតនៅលេខក្រោយ)**

ទស្សនៈនយោបាយ

សូមជនជាតិខ្មែរក្រៅប្រទេសត្រូវតែគិតគូរ ដល់ជាតិសាសន៍មាតុប្រទេសយើងផង

ដោយ : ម៉ម យីន

(តពីលេខមុន)

ដទៃជាច្រើនទៀតដែរ គឺយើងត្រូវតែមានសន្តានទឹកចិត្តពេញលក្ខណៈជាជនជាតិខ្មែរស្រឡាញ់មាតុភូមិខ្មែរបងប្អូនរួមឈាមខ្មែរទាំងក្នុង ទាំងក្រៅប្រទេស ។ ជាពិសេសត្រូវមានផ្តោតអារម្មណ៍ខ្លាំងបំផុត ទៅលើភព្វព្រេងសំណាងវាសនានៃមាតុប្រទេស និងជីវិតជនជាតិខ្មែរដែលសព្វថ្ងៃកំពុងតែស្ថិត និងរស់នៅក្រោមអំណាចមេដឹកនាំ១ក្រុមមានដើមកំណើតកើតចេញមកផែនការមេដឹកនាំប្រទេសយួនកុម្មុយនីស្ត ដែលតែងតែត្របាក់លេបយកទឹកដី និងជនជាតិខ្មែរតាំងពីសម័យរជ្ជកាលស្តេចជ័យជេដ្ឋាទី២ ក្នុងអំឡុងឆ្នាំ១៦២៣ មកម្ល៉េះ ។ រហូតមកដល់សព្វថ្ងៃជនជាតិយួនវៀតណាម និងជាតិសៀមថៃឡង់នៅតែមានមហិច្ឆតាលោភលន់ប្រើកលល្បិចទិញក្បាល និងទឹកចិត្តមេដឹកនាំខ្មែរ ឱ្យឈ្លក់វង្វេងក្លាយទៅជាអ្នកបំរើកញ្ជះដាច់ថ្លៃរបស់មេដឹកនាំយួន ។

អំពើប្រព្រឹត្តរបស់លោកនាយករដ្ឋមន្ត្រី ហ៊ុន សែន កំពុងតែកាន់អំណាចនេះ ពិតប្រាកដណាស់នឹងត្រូវបណ្តាលឱ្យមានមហាគ្រោះថ្នាក់ជាមហន្តរាយដល់មាតុប្រទេស និងជាតិសាសន៍ខ្មែរយើងរួចហើយក្លាយទៅជាប្រទេសជាតិយួនជៀសពុំរួចឡើយ ។

ដោយមើលឃើញ និងដឹងនូវហេតុការណ៍ជាព្រឹត្តិការណ៍ខ្មែរនេះហើយ ទើបបណ្តាលឱ្យមានបញ្ញាវ័ន្តសកម្មជនគណបក្សនយោបាយគ្រប់និន្នាការនយោបាយបង្កើតឡើងចាប់តាំងពីថ្ងៃទី២៣ ខែតុលា ឆ្នាំ១៩៩១ គឺជាថ្ងៃ ដែលសន្ធិសញ្ញាអន្តរជាតិមានប្រទេសចំនួន១៨ បានចុះហត្ថលេខាទទួលស្គាល់ស្តីអំពីបញ្ចប់សង្គ្រាមបង្រួបបង្រួមជាតិខ្មែរឱ្យឯករាជ្យ សន្តិភាព បូរណភាព អធិប-តេយ្យភាពទឹកដីលទ្ធិប្រជាធិបតេយ្យសេរីពហុបក្សក្នុងន័យដើម្បីស្វែងរកវិធីសាស្ត្រជួយកែប្រែផ្លាស់ប្តូរប្រព័ន្ធនយោបាយដឹកនាំប្រទេសជាតិឱ្យចេញពីកណ្តាប់ដៃគណបក្សកុំម្មុយនីស្តប្រជាជនកម្ពុជា ដែលមានលោក ហ៊ុន សែន ជានាយករដ្ឋមន្ត្រី ។

រហូតមកដល់ថ្ងៃនេះប្រទេសខ្មែរមានគណបក្សប្រឆាំងខិតខំអំពាវនាវពន្យល់ណែនាំឱ្យបណ្តាមហាជនជាតិខ្មែរទាំងក្នុងទាំងក្រៅប្រទេសភ្ញាក់រលឹកងើបក្រោកឈរឡើងរួបរួមកម្លាំងសាមគ្គីគ្នាឱ្យបង្កើតបានជាកម្លាំងខ្លាំងទៅជាគណបក្សធំមានជ័យជំនះក្នុងការបោះឆ្នោតជ្រើសរើសមេដឹកនាំ ប្រទេសជាតិថ្មីទៅផ្លាស់ប្តូរនាយករដ្ឋមន្ត្រី ហ៊ុន សែន ឱ្យចេញពីអំណាចរួច ហើយនាំយកនាយករដ្ឋមន្ត្រីថ្មី ដែលប្រកាន់យកគោលការណ៍លទ្ធិប្រជាធិបតេយ្យសេរីពហុបក្សពិតប្រាកដយកលំនាំជាគំរូតាមដូចគ្នានៅក្នុងសហរដ្ឋអាមេរិកដែរ ។

សូមជម្រាបបញ្ជាក់ថា នៅក្នុងគ្រប់អរិយប្រទេសលោកសេរីប្រជាធិបតេយ្យការផ្លាស់ប្តូរមេដឹកនាំកំពូលដោយសន្តិវិធី និងអហិង្សាត្រូវតែធ្វើទៅតាមរយៈគណបក្សនយោបាយ ។ លុះដល់ពេលបោះឆ្នោតត្រូវតែនាំគ្នាជ្រើសរើសយកគណបក្សជាទីពេញចិត្តនោះឱ្យបានឈ្នះគេទើបផ្លាស់ប្តូរមេដឹកនាំចាស់នោះចេញពីតំណែងបាន ។ ដូច្នេះនៅត្រង់ចំណុចនេះបានបញ្ជាក់បង្ហាញថា ពុំមែនអង្គការក្រៅរដ្ឋាភិបាលណាអង្គការចលនាណា ដែលមានកម្លាំងអំណាចស្របច្បាប់នោះបានទេលើកលែងតែមេដឹកនាំខ្លះផ្តាច់ការរំលោភបំពានច្បាប់រដ្ឋធម្មនុញ្ញ និងមិនគោរពសន្ធិសញ្ញាអន្តរជាតិដែលខ្លួនបានចុះហត្ថលេខាហើយនោះចេញ ។

គេសង្កេតឃើញមានបងប្អូនរួមជាតិខ្មែរមួយភាគធំបានមករស់នៅលើទឹកដី ស.រ.អា ក៏ដូចជាក្នុងប្រទេសលោកសេរីនានា តែងតែពោលពាក្យអស់សង្ឃឹមថានៅក្នុងប្រទេសខ្មែរពុំឃើញមានប្រធានគណបក្សប្រឆាំងណាមួយ ដែលអាចមានសមត្ថភាពមានប្រាជ្ញាឆ្លៀវឆ្លាតមានគុណសម្បត្តិល្អត្រឹមត្រូវប្រសើរជាង សម្តេច ហ៊ុន សែន សោះឡើយ សូម្បីតែធនធានមនុស្សជាមន្ត្រីក៏គ្មានគ្រប់គ្រាន់ លុយកាក់ ថវិកា ទ្រព្យសម្បត្តិផ្ទាល់ខ្លួនក៏ពុំមានគ្រប់គ្រាន់ដែរ ។ ដូច្នេះកត្តាធំចម្បងទាំងនេះហើយ ដែលជាមូលហេតុបណ្តាលឱ្យគណបក្សប្រឆាំងពុំអាចមានជ័យជំនះក្នុងការបោះឆ្នោតនោះបានសោះឡើយ ។ គេបន្តថា បើប្រធានគណបក្សប្រឆាំងណាហ៊ានធ្វើសកម្មភាពនយោបាយខ្លាំងក្លាទៅលើលោក ហ៊ុន សែន មុខជាត្រូវបាត់ខ្លួនហើយ ឬជាប់គុកហើយ រហូតដល់អស់លោកអស់សង្ឃឹមទាំងនោះហ៊ានភ្នាល់ទៀតផងថា គណបក្សប្រឆាំងខំប្រឹងដល់កិរិតណា ក៏នៅតែចាញ់សម្តេចតេជោដែរ កុំឯងធ្វើខ្លាំងអីនោះ ។

ពេលបានឮសំដីនិយាយរបៀបនេះមកធ្វើឱ្យមានការសោកស្តាយមិនគួរណាឡើយមានជនជាតិខ្មែរមួយភាគ ដែលបានមករស់នៅលើទឹកដីនៃបីតាលទ្ធិប្រជាធិបតេយ្យឈ្មោះសហរដ្ឋអាមេរិកនេះ ហើយម្តេចឡើយនៅតែមានចិត្តគំនិតខ្លីដដែល មិនព្រមកែប្រែផ្លាស់ប្តូរឱ្យទៅជាចិត្តគំនិតវែង ដូចជាជាតិយួន ជាតិចិន ជាតិកូរ៉េ ជាតិសៀម និងជាតិសាសន៍ដទៃជាច្រើនទៀត ដូច្នេះទៅវិញ? ថែមទាំងទៅយកពាក្យអស់សង្ឃឹម និងកំសាកបំផុតរបស់ខ្លួនទៅដើរនិយាយបំភិតបំភ័យបន្លាច អូសទាញ រាំងរាមិនឱ្យបណ្តាមហាជនរួមជាតិខ្មែរ ដែលជាអ្នកជាតិនិយមពិតប្រាកដមានសតិសម្បជញ្ញៈភ្ញាក់រលឹក ងើបក្រោកឈរឡើងជួយរួមចំណែក ដោះស្រាយបញ្ហាវិបត្តិប្រទេសជាតិទៅវិញ ។

ប៉ុន្តែតាមការពិតមានមតិយោបល់ជនជាតិខ្មែរ និងអន្តរជាតិដែលស្រឡាញ់គតិយុត្តិធម៌ស្រឡាញ់សន្តិ-ភាពបានបញ្ចេញមតិយោបល់ថា មេដឹកនាំខ្មែរនាយករដ្ឋមន្ត្រី ហ៊ុន សែន កំពុងតែប្រព្រឹត្តអំពើខុសឆ្គងដ៏អាក្រក់ស្មោគគ្រោកពយ៉ាងគឺ :

១-បើកចំហរចិត្ត និងបើកដៃឱ្យជនជាតិបរទេសមានជាតិយួន ជាតិចិន ជាតិកូរ៉េ ជាតិសៀមជាដើមចូលមករំលោភឈ្លានពាន ដោយប្រើប្រាស់កលល្បិចគ្រប់បែបយ៉ាង **តទៅលេខក្រោយ**

សោភ័ណភាព

ជោគជតារាសីទាំង 12 ប្រចាំឆ្នាំថោះ

ឆ្នាំជូត

រាសីលោកអ្នកល្អជាមធ្យម ។ រាល់កិច្ចការងាររកស៊ីជួញដូរបានកាក់កបល្អគ្រាន់បើ ។ ក្នុងរយៈពេលនេះអ្វីៗច្រើនមានការប្រែប្រួលពុំទៀងទាត់ឡើយ ។ ដូច្នេះបើលោកអ្នកមានទិញលក់ដីធ្លីផ្ទះ ឬវត្ថុមានតម្លៃផ្សេងៗ ចូរធ្វើលិខិតស្នាមដោយមានចុះហត្ថលេខា ឬផ្តិតស្នាមមេដៃឲ្យបានត្រឹមត្រូវ ទើបទៅថ្ងៃមុខពុំមានបញ្ហាចោទឡើង ។ ចំពោះគូស្នេហ៍ ប្រកបតែសេចក្តីសុខក្សេមក្សាន្ត ៕

ឆ្នាំឆ្លូវ

រាសីលោកអ្នកស្រុតចុះខ្លាំង ។ រាល់កិច្ចការងាររកស៊ីជួញដូរជួបនឹងបញ្ហាលំបាកៗច្រើន ។ ក្នុងរយៈពេលនេះ ទោះជាលោកអ្នកបានប្រកបការងារអ្វីក៏ដោយ ចូរកុំធ្វេសប្រហែសឲ្យសោះ ជាពិសេសក្នុងការទូទាត់បញ្ជីប្រាក់កាសផ្សេងៗ ព្រោះកាលបើមានការភ្លាំងភ្លាត់តែបន្តិចអាចខាតបង់ទ្រព្យច្រើន ដែលមិនអាចគណនាបានឡើយ ។ ចំពោះគូស្វាមីភរិយា ក្នុងរយៈពេលនេះប្រយ័ត្នមានគេអុជអាលឲ្យបែកបាក់គ្នា ៕

ឆ្នាំខាល

រាសីលោកអ្នកល្អជាមធ្យម ។ រាល់កិច្ចការងាររកស៊ីជួញដូរបានកាក់កបល្អគ្រាន់បើ ។ ក្នុងរយៈពេលនេះ អ្វីៗច្រើនមានការប្រែប្រួលពុំទៀងទាត់ឡើយ ដូច្នេះបើលោកអ្នកមានលក់ដីធ្លី ផ្ទះសម្បែង ឬវត្ថុមានតម្លៃផ្សេងៗ ចូរធ្វើលិខិតស្នាមជាលាយលក្ខអក្សរដោយមានចុះហត្ថលេខា ឬផ្តិតស្នាមមេដៃឲ្យបានត្រឹមត្រូវទើបទៅថ្ងៃមុខពុំមានបញ្ហាចោទឡើង ។ ចំពោះគូស្នេហ៍ មានភាពស្និទ្ធស្នាលដូចប្រក្រតី ៕

ឆ្នាំថោះ

រាសីលោកអ្នកល្អមធ្យម ។ រាល់កិច្ចការងាររកស៊ីជួញដូរបានកាក់កបល្អគ្រាន់បើ ។ ក្នុងរយៈពេលនេះ លោកអ្នកអាច រកផលចំណូលបានច្រើនគ្រាស់ក្រៃលគួរសមក្តី តែពុំមានសល់អ្វីជាដុំកំភួនឡើយ ព្រោះចាយវាយខ្ទះខ្ទាយខ្លាំងពេក ហើយក៏មិនខុសពីទូកធំក្តោងធំនោះដែរ គឺបានត្រឹមតែចំណាយកម្លាំង និងពេលវេលាឥតអំពើតែប៉ុណ្ណោះ ។ ចំពោះគូស្នេហ៍ ក្នុងរយៈពេលនេះមានភាពស្និទ្ធស្នាលដូចធម្មតា ៕

ឆ្នាំរោង

រាសីលោកអ្នកល្អជាមធ្យម ។ រាល់កិច្ចការងាររកស៊ីជួញដូរបានកាក់កបល្អគ្រាន់បើ ។ ក្នុងរយៈពេលនេះ ទោះជាលោកអ្នកបានប្រកបការងារអ្វីក៏ដោយ គឺអាចទទួលបានផលសម្រេចត្រឹមតែពាក់កណ្តាលប៉ុណ្ណោះ ។ ដូច្នេះលោកអ្នកមិនត្រូវហ៊ានប្រថុយប្រថានបណ្តាក់ទុនរកស៊ីដោយទ្រង់ទ្រាយធំឡើយ ព្រោះកាលបើមានការថ្លោះធ្លោយអាចបង់ខាតទ្រព្យច្រើន ។ ចំពោះគូស្នេហ៍ មានភាពស្និទ្ធស្នាលដូចសព្វមួយដង ៕

ឆ្នាំម្សាញ់

រាសីលោកអ្នកស្រុតចុះខ្លាំង ។ រាល់កិច្ចការងាររកស៊ីជួញដូរជួបនឹងឧបសគ្គច្រើននៅក្នុងរយៈពេលនេះ ដោយសារតែឃើអ៊ុនកំពុងតែដាក់ស្រាប់នោះ ។ ដូច្នេះលោកអ្នកមិនត្រូវហ៊ានប្រថុយប្រថានក្នុងការបណ្តាក់ទុនរកស៊ីដោយទ្រង់ទ្រាយធំ ឬក៏ប្រព្រឹត្តល្បែងស៊ីសងឡើយប្រយ័ត្នភ្លាត់ស្នៀតអាចវិនាសអន្តរាយទ្រព្យអស់រលីងពីខ្លួន ។ ចំពោះគូស្វាមីភរិយាក្នុងរយៈពេលនេះមានរឿងរកាំរកូសច្រើន ៕

ឆ្នាំមមី

រាសីលោកអ្នកល្អជាមធ្យម ។ រាល់កិច្ចការងាររកស៊ីជួញដូរបានកាក់កបល្អគ្រាន់បើ ។ ក្នុងរយៈពេលនេះអ្វីៗច្រើនមានការប្រែប្រួលពុំទៀងទាត់ឡើយ ។ ដូច្នេះបើលោកអ្នកមានទិញលក់ដីធ្លីផ្ទះ ឬវត្ថុមានតម្លៃផ្សេងៗ ចូរធ្វើលិខិតស្នាមដោយមានចុះហត្ថលេខា ឬផ្តិតស្នាមមេដៃឲ្យបានត្រឹមត្រូវទើបទៅថ្ងៃមុខពុំមានបញ្ហាចោទឡើង ។ ចំពោះគូស្នេហ៍ ប្រកបតែសេចក្តីសុខក្សេមក្សាន្ត ៕

ឆ្នាំមមែ

រាសីលោកអ្នកល្អជាមធ្យម ។ រាល់កិច្ចការងាររកស៊ីជួញដូរមានការរីកចម្រើនលូតលាស់ទៅមុខដោយសន្សឹមៗ ។ ក្នុងរយៈពេលនេះអ្វីដែលលោកអ្នកត្រូវយកចិត្តទុកដាក់នោះ គឺមុននឹងហាមាត់និយាយស្តីអ្វីត្រូវចេះប្រយ័ត្នប្រយែងក្រែងមានពាក្យសម្តីភ្លាំងភ្លាត់ប៉ះសិទ្ធិអ្នកដទៃអាចបង្កជារឿងទំនាស់ឥតប្រយោជន៍ ។ ចំពោះស្ត្រីភេទក្នុងរយៈពេលនេះមិនត្រូវដើរផ្លូវឆ្ងាយដាច់សង្វែងតែម្នាក់ឯងឡើយ ៕

ឆ្នាំវក

រាសីលោកអ្នកស្រុតចុះខ្លាំង ។ រាល់កិច្ចការងាររកស៊ីជួញដូរជួបនឹងបញ្ហាស្មុគស្មាញច្រើន ។ ក្នុងរយៈពេលនេះ អ្វីដែលលោកអ្នកត្រូវយកចិត្តទុកដាក់នោះ គឺនៅពេលទូទាត់បញ្ជីប្រាក់កាសផ្សេងៗ ចូរប្រយ័ត្នក្រែងមានការភ្លាំងភ្លាត់អាចបង់ខាតទ្រព្យច្រើន និងអាចកើតមានរឿងក្តីក្តាំទៀតផង ។ ចំពោះអាជីវករអ្នករកស៊ីប្តូរប្រាក់ ឬ លក់គ្រឿងអលង្ការ ចូរមានការប្រយ័ត្នប្រយែងក្រែងមានជនខិលខូចលួចបន្លំភ្នែក ស្រស់ៗ៕

ឆ្នាំរកា

រាសីលោកអ្នកល្អមធ្យម ។ រាល់កិច្ចការងាររកស៊ីជួញដូរមានការរីកចម្រើនលូតលាស់ទៅមុខដោយសន្សឹមៗ ។ ក្នុងរយៈពេលនេះ បើមានបងប្អូនញាតិមិត្តស្គាល់មកបបួលរកស៊ីចូលហ៊ុនជាមួយ តោងចេះត្រិះរិះពិចារណាឲ្យបានល្អិតល្អន់ទើបមិនចាញ់បោកគេ ។ ចំពោះគូស្នេហ៍ ក្នុងរយៈពេលនេះប្រសិនបើបានស្គាល់ចិត្តថ្លើមគ្នា ហើយគឺអាចគិតគូររឿងអាពាហ៍ពិពាហ៍បាន ៕

ឆ្នាំច

រាសីលោកអ្នកឡើងខ្ពស់ត្រដែត ។ រាល់កិច្ចការងាររកស៊ីជួញដូរមានការរីកចម្រើនលូតលាស់ទៅមុខជាលំដាប់ ។ ក្នុងរយៈពេលនេះ ទោះជាលោកអ្នកបានប្រកបការងារអ្វីក៏ដោយក៏អាចទទួលផលសម្រេចសមតាមបំណងប្រាថ្នាទាំងអស់ ។ លោកអ្នកអាចបណ្តាក់ទុនរកស៊ី ឬក៏ចេញទៅជួញដូរផ្លូវឆ្ងាយ មិនថាផ្លូវគោក ឬផ្លូវទឹកឡើយ គឺសមប្រកបតែទាំងអស់ ៕

ឆ្នាំកុរ

រាសីលោកអ្នកល្អជាមធ្យម ។ រាល់កិច្ចការងាររកស៊ីជួញដូរមានការរីកចម្រើនលូតលាស់ទៅមុខដោយសន្សឹមៗ ។ ក្នុងរយៈពេលនេះ ទោះបីជាលោកអ្នកបានប្រកបការងារអ្វីក៏ដោយ ចូរកុំធ្វេសប្រហែសឲ្យសោះ ជាពិសេសចំពោះអាជីវករអ្នករកស៊ីជួញដូរមុននឹងទទួល ឬប្រគល់នូវមុខទំនិញ ចូរចេះពិនិត្យមើលគុណភាព និងរាប់ចំនួនឲ្យបានត្រឹមត្រូវ ។ ចំពោះគូស្នេហ៍ក្នុងរយៈពេលនេះមានភាពស្និទ្ធស្នាលដូចប្រក្រតី ៕

បំបាត់ស្នាមលើស្បែក

●●បច្ចុប្បន្ននេះក្រុមអ្នកស្រាវជ្រាវខាងផ្នែកថែទាំស្បែកឲ្យស្អាតកំពុងតែឈ្មុសឈ្មុលបំផុត ដើម្បីរាវរករូបមន្តពិសេសៗសំរាប់ជួយលុបបំបាត់ស្នាមនៅលើស្បែក ដែលគេអាចធ្វើបាន ដោយប្រើអាស៊ីដផ្លែឈើ ឬ AHA ដែលគេអាចទទួលបានពីការផ្អាប់ដើមអំពៅ ផ្លែក្រូចពោធិសាត់ ក្រូចឆ្មារ អំពិល ប៉េងប៉ោះជាដើម ។

ក្រៅពីនេះតទៅមានអាស៊ីដវីតាមីន A រួមជាមួយអ៊ីមូល្យៀន ក្រែមជួយផ្តល់នូវសំណើម ព្រមទាំងជួយកំចាត់កោសិកាងាប់ឲ្យជ្រុះអស់ទៀតផង ។ ល្អលើសពីនេះទៅទៀត វាថែមទាំងជួយភ្ញោចឲ្យកោសិកាស្បែកពិតលូតលាស់ឡើងមកជំនួសវិញ ដោយតួនាទីរបស់វាដូចគ្នានឹង AHA តែហុចលទ្ធផលល្អជាង ។

ក៏ប៉ុន្តែកត្តាសំខាន់ក្នុងការលុបបំបាត់ស្នាមនៅលើស្បែក គឺត្រូវធ្វើពីខាងក្នុងមកមុនដូចជាព្យាយាមទទួលទានអាហារដែលមានប្រយោជន៍ដល់រាងកាយសម្រាក (ដេក) ឲ្យបានគ្រប់គ្រាន់ដោយយ៉ាងហោចណាស់ក៏ក្នុងមួយថ្ងៃពី៦-៨ម៉ោង និងហាត់ប្រាណរៀងរាល់ថ្ងៃ ។ ប្រសិនបើធ្វើបានតាមការពោលណែនាំខាងលើនេះ ស្នាមជ្រីវជ្រួញនៅលើស្បែកនឹងលែងមករំខានអ្នកតទៅទៀតមិនខាន ៕

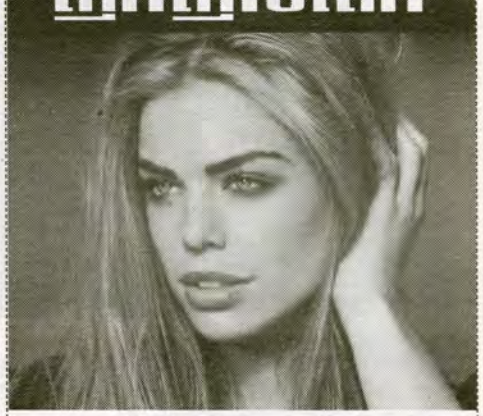
ស្បែកមុខហាប់ណែន ដោយសារផ្លែល្ពៅ

●●● ដូចយើងធ្លាប់ដឹងកន្លងមកហើយថា នៅក្នុងផ្លែល្ពៅមានវីតាមីន និងសារជាតិអាហារដែលផ្តល់ប្រយោជន៍ដល់ស្បែក ដូចជាវីតាមីន A វីតាមីន C ស័ង្កសីដែលជួយលាងបន្ថែមនូវ ខលឡាជេន ដល់ស្បែក ។ ពេលនេះយើងសូមលើកយករូបមន្តតាមបែបធម្មជាតិជួយលើកសោភ័ណដល់ស្បែក ដោយប្រើប្រាស់ផ្លែល្ពៅ តាមការណែនាំដូចខាងក្រោម ៖

វត្ថុដែលត្រូវត្រៀម : សាច់ផ្លែល្ពៅទុំកិនឲ្យម៉ដ្ឋ២ស្លាបព្រាកាហ្វេ, ទឹកឃ្មុំកន្លះស្លាបព្រាកាហ្វេ, ទឹកដោះគោ ឆៅ ឬទឹកសណ្តែក ១ភាគ៤ស្លាបព្រាកាហ្វេ ក្រោយពេលត្រៀមសព្វគ្រប់ហើយអាចចាប់ផ្តើមដូចតទៅ :

នាំយកគ្រឿងផ្សំទាំងអស់មកលាយច្របល់ចូលគ្នាឲ្យសព្វ យកល្បាយដែលលាយរួច ហើយទៅបិទបំពោកឲ្យពេញផ្ទៃមុខខាងលើត្រង់ភ្នែក និងជុំវិញមាត់ទុកចោលរយៈពេលពី១០-១៥នាទី ប្រើទឹកក្តៅឧណ្ហៗលាងជម្រះលាបក្រែម ឬម៉យដីរីសីរជាការបញ្ចប់ ។ រូបមន្តបន្ថែមសម្ផស្សដោយខ្លួនឯងនេះ អ្នកអាចនាំទៅប្រើប្រាស់បានក្នុងមួយសប្តាហ៍ពី១-២ដង ។ គ្រាន់តែប៉ុណ្ណឹងសម្រស់នឹងបានស្អាតដូចជាសុភាពនារីមានសុខភាពល្អមិនខាន ៕

កុំដករោមចិញ្ចើមញឹកញាប់ពេក



●●ប្រសិនបើអ្នកដករោមចិញ្ចើមញឹកញាប់ពេក នឹងធ្វើឲ្យរោមចិញ្ចើមដុះមកជំនួយវិញយឺតយ៉ាវបំផុត ។ មួយវិញទៀត ការដករោមចិញ្ចើមម្តងហើយម្តងទៀតនេះក៏ជាទង្វើមួយបំផ្លាញឫសសក់ផងដែរ ។ ដូច្នេះផលប៉ះពាល់ក្រោយពីដុះឡើងយឺតយ៉ាវហើយនោះ នៅទីបំផុតវានឹងលែងដុះឡើងតទៅទៀតមិនខាន ។ ដូចនេះគួរធ្វើក្នុងលក្ខណៈមួយដែលសមរម្យដើម្បី ការពារការបាត់បង់ក្រោសិកានោះឯង ៕

តមកទំព័រទី ៧

ខ្ញុំវិលមកវិញហើយ !

ចូលទៅពួនក្នុងទូរទឹកកករបស់គេគេចិត្តអាក្រក់ណាស់ គេចង់ធ្វើបាបខ្ញុំវេតាអើយ គេហ៊ានចាប់គ្រវាត់ទូរទឹកកកមកជី ខ្ញុំរត់ទៅណាមិនទាន់ក៏ចុះមកតាមទូរទឹកកកមកដល់ដីពីលើជាន់ទី៤ទៅ ។ ហេតុតែឯងពួនក្នុងទូរទឹកកករបស់គេរកប្តឹង ឬធ្វើអីគេក៏ធ្វើមិនកើតចឹងហើយក៏ខំទ្រាំសង្កត់ចិត្តប្រកាន់ឧបេខាទៅចុះក្រែងឆាប់បានទៅនិព្វាន...។ បុរសទី២សម្លឹមុខបុរសទី៣ដោយចងកំហឹងនិយាយតិចៗកុំឱ្យទេវតាឮ: "មិនអាចម៉ទេ អាថ្លើមខ្មៅអាឯងមានសំណាងបានឡើងឋានសួគ៌ ដោយសារលួចប្រពន្ធអញទេ ឯងចាំតែមើលទៅគង់មានថ្ងៃអញរើឯងឱ្យធ្លាក់ពីឋានសួគ៌ឱ្យទាល់តែបាន!កុំអាលអរអាអាចម៍"។ ទេវតាមិនបានឮពាក្យចងពារនេះទេខំតែបើកទ្វារឱ្យអ្នកទាំងបីចូលទៅជួបព្រះបីតាទៅ ។ សំណាងល្អមែនបុរសថ្លើមធំលួចប្រពន្ធគេអើយ!។

២_ការព្យាបាលជំងឺដោយវិទ្យាសាស្ត្រជេរ

ថ្ងៃមួយមិត្តខ្ញុំតប់ប្រមលទល់ប្រធោរតានតឹងក្នុងចិត្តពេកគេក៏ដាច់ចិត្តទៅសុំជួបលោកគ្រូពេទ្យខាងជំងឺផ្លូវចិត្តចូលដល់បន្ទប់គ្រូពេទ្យភ្លាមគេសប្បាយចិត្តនឹងភាពរីករាយទទួលភ្ញៀវរបស់គាត់: "ជំរាបសួរលោកគ្រូពេទ្យ ខ្ញុំស្ត្រេសខ្លាំងណាស់ សូមលោកគ្រូពេទ្យមេត្តាព្យាបាលឱ្យខ្ញុំបាទបានជាវិញផង" លោកគ្រូពេទ្យញញឹមៈ ល្អហើយយ៉ូមកជួបខ្ញុំអញ្ចឹងមុនដំបូងបង្អស់យ៉ូមកតាមខ្ញុំយ៉ូមើលតាមបង្អួចចំហនេះ យ៉ូឃើញផ្ទះថ្មស្អាតដាច់គេនោះទេ? អើអាផ្ទះណុង ហើយដែលជាគោលដៅព្យាបាលជំងឺរបស់យ៉ូ ។ មិត្តខ្ញុំឆ្ងល់ណាស់សួរលោកគ្រូពេទ្យវិញភ្លាមៈ" បានន័យថា ម៉េចណឹងលោកគ្រូ?"

លោកគ្រូពេទ្យនៅតែញញឹមដដែលៈ យ៉ូ បន្ទេចក្បាលតាមបង្អួចចំហនេះឱ្យបានពាក់កណ្តាលខ្លួនទៅក្រៅហើយស្រែកជេរចំអាផ្ទះល្អស្អាតជាងគេនោះឱ្យខ្លាំងៗថាៈ "អេអាឆ្កែដំបៅ អំបែងក្បាល! អញស្អប់អ្ហែងណាស់!!"ជេរឱ្យបាន១០ដង ឬច្រើនជាងនេះក៏កាន់តែល្អ។ មិត្តខ្ញុំខំបញ្ចេញក្បាលតាមបង្អួចហើយស្រែកជេរឱ្យទាល់តែណាណឹរហូតចង់របូតផោមទៅទៀតទើបឈប់មកជួបលោកគ្រូពេទ្យឆ្ងល់ពេកក៏សួរៈ" នេះជាបច្ចេកទេសវិទ្យាសាស្ត្រថ្មីសម្រាប់ព្យាបាលជំងឺស្ត្រេស ឬលោកគ្រូ?" លោកគ្រូនៅតែញញឹមឆ្លើយដោយធ្វើហ៊ៈ "មិនមែនបច្ចេកទេសវិទ្យាសាស្ត្រថ្មីអីទេយ៉ូអើយ! អាម្ចាស់ផ្ទះណុងវាគ្មានធ្វើអីសោះតែវាអាចទិញផ្ទះបានល្អស្អាតជាងខ្ញុំៗស្អប់វាខ្ញុំឱ្យអ្នកជំងឺរបស់ខ្ញុំជេរលេងបន្ធូកំហឹងឱ្យអស់ស្ត្រេសលេងទៅណា"។ បើអញ្ចឹងជំងឺអាចជាសះស្បើយទេ លោកគ្រូ? លោកគ្រូនៅតែញញឹមដដែលៈ"មានអី! បន្ថែមថ្នាំគ្រាប់លេប២ឬ៣អាទិត្យទៀតទៅ ទៅណាវាមិនជា!...ស្រួលដូចបកចេក ហើយបានជេរលេងមួយសប្បាយទៀត!

អ្នកជំងឺៈ "...? !" ។៕

តមកទំព័រទី ១

បោះឆ្នោតនៅម៉ាសាឈូសែត...

សីលធម៌មួយក៏រិតថ្មីទៀត ដែលជាកត្តាយ៉ាងសំខាន់ ដើម្បីបញ្ជូនសហគមន៍ខ្មែរដ៏ក្រីក្រនេះឱ្យអាចជួបសំណាងនៃភាពរុងរឿងរបស់សហរដ្ឋនេះបានទៅអនាគត ។

លោកវ៉ាស្នា ងួន នឹងលោក ហុង ណេត បាននិយាយផ្តាំផ្ញើតាមខ្មែរប៉ុស្តិ៍ ស.រ.អា.យ៉ាងនេះថា :

លោក វ៉ាស្នា ងួន

"ខ្ញុំឧទ្ទិសជ័យជំនះក្នុងការបោះឆ្នោតលើកនេះ ជូនបងប្អូនខ្មែរទាំងអស់ដែលបានចេញមកគាំទ្របេក្ខភាពរបស់រូបខ្ញុំយ៉ាងច្រើនកុះករ ហើយនឹងជូនដល់ការទុកចិត្តពីសំណាក់បងប្អូនគ្រប់សាសន៍ឯទៀតៗដែលបានចូលរួមធ្វើឱ្យខ្ញុំទទួលបានសម្លេងច្រើនពីគ្រប់តំបន់។

ខ្ញុំធ្លាប់ឈរឈ្មោះឱ្យគេបោះឆ្នោតឱ្យការពីមុនដែរ ដូចជានៅក្រសួងអប់រំ ការបោះឆ្នោតទាំងនោះបានផ្តល់បទពិសោធន៍ឱ្យខ្ញុំយ៉ាងច្រើនដែលខ្ញុំអាចយកមកអនុវត្តន៍នៅពេលនេះ។

លើកនេះខ្ញុំឈរឈ្មោះជាក្រុមប្រឹក្សាភិបាលសាលាក្រុងឡូវែល ខ្ញុំជាមួយក្រុមរបស់ខ្ញុំបានចេញទៅជួបប្រជាពលរដ្ឋយ៉ាងច្រើន ហើយការប្រឹងប្រែងរបស់ខ្ញុំបាននាំឱ្យខ្ញុំបានដល់ទីសម្រេចយ៉ាងគួរឱ្យរីករាយ..."។

លោក ហុង ណេត

"ខ្ញុំសូមឧទ្ទិសជោគជ័យនោះដល់ក្រុមគ្រួសារខ្ញុំដែលបានខំប្រឹងប្រែងអស់ពីចិត្តដល់ក្រុមជំនួយរបស់ខ្ញុំដែលរឹងមាំដល់ទីប្រឹក្សាខ្ញុំដែលមានសមត្ថភាពខ្ពស់ដែលបានធ្វើឱ្យសមាគមខ្មែរទាំងមូលគាំទ្របេក្ខភាពរបស់ខ្ញុំមិនតែប៉ុណ្ណោះធ្វើឱ្យ

បរទេសនៃសហគមមើលឃើញភាពសាមគ្គីរបស់ខ្មែរក៏នាំគ្នាមកគាំទ្របន្ថែម។

នៅតំបន់លីននេះមានសហគមន៍និយាយ៤៦ភាសាក៏ប៉ុន្តែគេជឿលើភាពស្មោះត្រង់របស់ខ្ញុំនិយាយការពិតមិនចូលចិត្តប្រឆាំង តែចូលចិត្តធ្វើការបង្រួបបង្រួមជាតិដើម្បីបំរើវិស័យអប់រំ សេដ្ឋកិច្ច និងសុវត្ថិភាពសង្គម ។

ខ្ញុំនឹងមានតួនាទីដូចសភាដែរ គឺពិនិត្យពិច័យទៅលើច្បាប់ ត្រួតពិនិត្យលើថវិការ កែប្រែច្បាប់ ឬដាក់ច្បាប់ថ្មី ខ្ញុំនឹងចូលទៅកាន់តួនាទីនៅថ្ងៃទី៣ មករា ឆ្នាំ២០១២ ៕

ក្រុមហ៊ុនធានារ៉ាប់រងដែលបាន
បំរើសង្គម២២ឆ្នាំហើយ
CONWAY INSURANCE

For over 23 years, **Conway Insurance Agency** has been your community's one-stop provider of quality insurance services in New England.
We are a **full-service agency** offering:

- Personal Insurance
  - Autos
  - Homes
  - Apartments
  - Jewelry
  - Fine arts
  - Collectibles
- Business Insurance
  - Property
  - Liability
  - Professional Liability
  - Worker's compensation
  - Bonds
  - Auto, Garage keepers.
  - Disability and life insurance (individual and group products)
  - Other specialty programs

ក្រុមហ៊ុនធានារ៉ាប់រង ផ្ទះ រថយន្ត មុខរបរ និងសុខភាព

យើងនិយាយភាសាខ្មែរ

CONWAY INSURANCE AGENCY

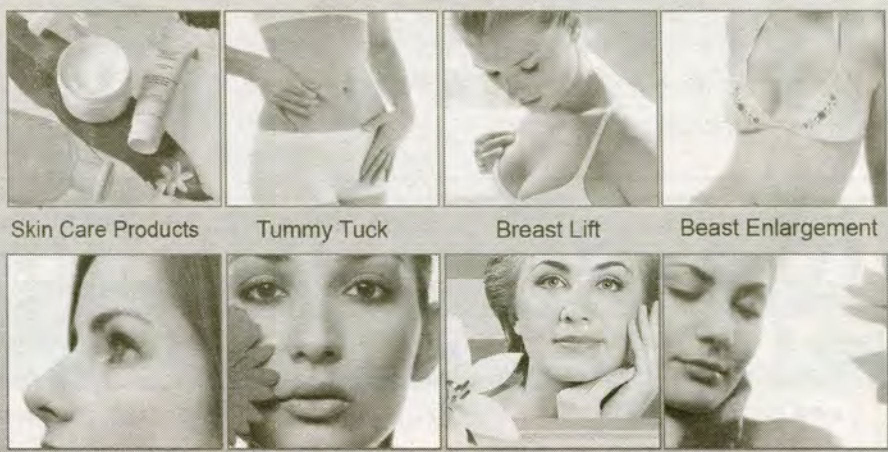
P.O. Box 1744
77 E. Merrimack Street
Lowell, MA 01853
Tel: 978-454-5054
Fax: 978-453-2480

www.ConwayInsurance.com

សូមសួររក Philip Muth, Philip@ConwayInsurance.com

East Coast Center
for Plastic & Laser Surgery

Mai Ngoc Tran, M.S., Skin Care Specialist
Joseph A. Russo, M.D. F.A.C.S
Plastic & Reconstructive Surgeon
www.eastcoastsurgery.com



Skin Care Products | Tummy Tuck | Breast Lift | Beast Enlargement
Nose Surgery | Eyelid Surgery | Face Lift | Dermabrasion

ហាងកែសម្ផស្សយើងខ្ញុំមានទទួលកែសម្ផស្ស បុរស_ស្ត្រី ដែលមាន អាការៈដូចជាៈ ខ្លាញ់ក្បាលពោះ ពង្រីកសុដន់ឱ្យធំ កែខ្នង់ច្រមុះ កែត្របកភ្នែក កែមុខស្រស់ស្អាត...។ល។ និង។ល។ និងមានលក់ឧបករណ៍កែសម្ផស្សផ្សេងៗជាច្រើនទៀត

381 West Broadway South Boston, MA 02127
(617) 464 - 0001

SEO RA BOL
Sushi & sasimi
KOREAN * JAPANESE RESTAURANT
(Mon,- Satr: 11am to 11pm)(Sunsay: 11am to 10 pm) www.seorabolphilly.com
BBQ HOUSE
서라벌회관
(215) 924-3355
ភោជនីយដ្ឋានកូរ៉េដ៏ល្បីឈ្មោះនៅហ្វីឡាដែលហ្វៀ
• មានសាច់អាំង "បាបេគ្យូ" របៀបកូរ៉េ
• មានភេសជ្ជៈ "ស្រាវ៉ាញកូរ៉េ" ផ្អែមហើយឆ្ងាញ់គ្រប់ប្រភេទ
សម្រាប់ភ្ញៀវពី១០ទៅ ៨០នាក់
• មានម្ហូបជប៉ុនគ្រប់យ៉ាង-ស៊ូស៊ី ។ល។
• មានបន្ទប់ "ភ្ញៀវកិត្តិយស VIP" បរិយាកាសយ៉ាងប្រសើរ
• មានកន្លែងចតរថយន្តធំទូលាយ
215-924-3355
ភោជនីយដ្ឋានកូរ៉េ
សេអូរ៉ាបូល
Seorabol Korean Restaurant
Add: 5734 Old 2nd street
Philadelphia PA 19120
Olney
W Olney Ave

អាហារដ្ឋាន "ប៊ូហ្វេ"
Mandarin Buffet
Parkway Plaza
1100 Revere Beach Parkway
Chelsea, MA 02150
617-889-0056
WWW.mandarinbuffetma.com
We have a full liquor license
China Buffet
Next to Target
203 Plain St.
Lowell, MA 01852
978-937-8868
WWW.chinabuffetma.com
Beer and Wine only
China Buffet
K-Mart Plaza180 Main
St.Saugus, MA 01906781-
231-1588
Beer and Wine only
Buffet includes American & Chinese food bar, Japanese sushi bar, BBQ & grill, fruits,salad bar, ice cream, dessert cakes and much much more!
ALL YOU CAN EAT BUFFET... !!!

ម្ហូបខ្មែរទាន់ចិត្ត
Kavei
ប្រហុកកប់ផ្សិតក្ដូនត្រី
KAVEI Xpress
AUTHENTIC CAMBODIAN CUISINE
2223-25 S 7TH STREET, PHILADELPHIA, PA 19148
EAT IN - TAKE OUT
215.755.2151
OPEN 6 DAYS A WEEK
10am-8pm