





# Bridging the Gap

●●● ក្នុងរយៈពេល១ឆ្នាំ នៃដំណើរការ "ខ្មែរប៊ុស្តិ៍" យើងបានបង្ហាញពីទិដ្ឋភាពជាច្រើននៃសហគមន៍ខ្មែរ ឬសហគមន៍បរទេសផ្សេងដើម្បីឱ្យស្គាល់ ហើយចង់ផ្តោតជាមួយគ្នាបានសហគមន៍ខ្មែរក៏ត្រូវការការកម្លាំង ដូចនេះ ត្រូវចង់ស្ថានភាពប្រយុទ្ធនិរន្តរ៍ និងជំនាន់មនុស្សខុសៗគ្នា ឬអ្នកដទៃជាភាពចាំបាច់ **នារី កិត** នឹងផ្តល់ការពិចារណាដូចខាងក្រោមនេះ :



**By: Nary P. Kith**  
A major problem that exists today is the disconnection between different ethnic and cultural groups. One might make the assumption that the people are disconnected because they are 'different'; they do not share the same ethnicity, culture, or language so they do not understand each other. What

about people who share the same ethnicity, culture and language and are still disconnected? What contributes to any two people or any two groups (from the same ethnic background and culture) feeling disconnected? And how can anyone begin to 'bridge the gap' that continues to grow resulting in continued miscommunications, misunderstandings and unhealthy relationships? For the purpose of this publication and to be more specific, let's use the Cambodian ethnic group and culture as an example to discuss the relational 'gap' that exists today. What are the underlying reasons that cause that gap and what can be done to 'bridge' that gap? One explanation is the generational differences within this group. A Cambodian person born and raised in Cambodia may not have the same ideas about life and relationships as a Cambodian person born and raised in the United States (or to those who were foreign born but raised in the United States).

(Continue to Page 14)

# ការិយាល័យច្បាប់របស់ ជេហ្វ្រី អិល ខែល



Law Offices of  
**Jeffrey N. Kale**  
Attorney at Law



ពិគ្រោះការណ៍ច្បាប់ដោយមិនគិតថ្លៃ យើងបានបំរើសេវាច្បាប់ជូនដល់សហគមន៍ខ្មែរជាង២០ឆ្នាំហើយ .ការិយាល័យ "ច្បាប់ខ្មែរ" ដែលមានជំនាញច្បាប់បួនទៅ :

- គ្រោះថ្នាក់រថយន្ត
- បើកបរក្រោមឥទ្ធិពលញៀន ឬពុល
- មានរបួសនៅកន្លែងធ្វើការ
- ទិញលក់អចលនវត្ថុ
- ច្បាប់បើកក្រុមហ៊ុន
- ច្បាប់ឧក្រិដ្ឋកម្ម
- គ្រោះថ្នាក់ដោយរអិល ឬដួល
- រំលោភច្បាប់លើផ្លូវចរាចរ
- ការទារឱ្យសងប្រាក់ជំពាក់ ។ល។

**New Jersey : 856-216-7171**  
**1236 Brace Road, Suite K, Cherry Hill, NJ 08034**  
**Pennsylvania/Philadelphia: 215-564-6900**  
**1700 Sansom St., 3rd Floor, Street, Philadelphia, PA 19103**

**FREE CONSULTATIONS**  
Providing legal services to the Cambodian community for 20 years  
General Law Office specializing in the following areas of law:  
Car Accidents  
DUI/DWI  
Workplace Injury  
Real Estate  
Corporate Law  
Criminal Law  
Slip & Fall Accidents  
Traffic Violations  
Collections

សេវាច្បាប់ប្រកបដោយវិជ្ជាជីវៈ និងតម្លៃគួរសមអាចមានអ្នកបកប្រែជូនបាន

# ADAMS DENTAL CENTER

801 ADAMS AVENUE. PHILADELPHIA, PA 19124. TEL: 215-744-8300



សូមអញ្ជើញមកមជ្ឈមណ្ឌលធ្វើធ្មេញ "អាដាម" យើងធ្វើចុះពីដើមដល់ចប់បានយើងមានក្រុមទទួលបណ្តិតរូប ដែលមានជំនាញគ្រប់គ្រងគ្រោយនៅធ្មេញ ។

- មន្ទីរធ្មេញឯកទេស ខាងការងារលើអធិបកទេសខាង**
- ✓ Crowns,
  - ✓ Braces,
  - ✓ Bridges,
  - ✓ Veneers,
  - ✓ Inlay,
  - ✓ Gold Caps,
  - ✓ Implants,
  - ✓ Full & Partial Dentures.

- ម៉ោងបង្ហាញមន្ទីរ**
- ថ្ងៃ ច័ន្ទ : 10am-6pm
  - ថ្ងៃ អង្គារ : 10am-6pm
  - ថ្ងៃ ពុធ : 10am-7pm.
  - ថ្ងៃ ព្រហស្បតិ៍ : 10am-6pm
  - ថ្ងៃ សុក្រ : 10am-6pm.
  - ថ្ងៃ សៅរ៍ : 10am-7pm

យើងជាមជ្ឈមណ្ឌលនៅហ្វីឡាដែលហ្វ៊ែរដែលមានបន្ទប់ពិសោធន៍ នៅជាមួយគ្នានេះទីនោះលោក-អ្នកអាចប្តូរធ្មេញជំនួសដែលផលិតឡើងតាមគុណភាពដែលលោកអ្នកចង់បានទាំងអស់សុទ្ធតែដំណើរការដោយបច្ចេកទេសវិជ្ជាជីវៈខ្ពស់ ហើយប្រើធានាប្រព័ន្ធ OSHA ជាក្បួន ។

**ទទួលបានសេវា**

- ដឹកធ្មេញ
- បំពេញធ្មេញប្រហោង
- ព្យាបាលប្រហោងដល់បួសធ្មេញ
- ផ្តិតចន្លោះធ្មេញមុខ-ធ្មេញបាក់ធ្មេញស្រោម ឬធ្មេញដង្កូវស៊ី
- សំអាតធ្មេញឱ្យស្អាតដោយធ្វើដោយឡែកៗមួយម៉ោង ឬយកប្រដាប់ទៅសំអាតនៅផ្ទះ
- យើងមានធ្វើការសំអាតដោយ "អុលត្រាសោន" ដែលធ្វើមិនឱ្យយើងឈឺ

យើងទទួលយកផែនការទំនុកឱ្យធ្វើធ្មេញស្មើតែទាំងអស់  
Cigna Dental, 1201 Dental Plan, Delta Dental, DHA, Guardian, Aetna, PPO, Ameri-Health, United Concordia Flex, MetLife, Unicare.

**ចុះថ្លៃ 10%**  
ដល់អ្នកគ្មានប័ណ្ណសុខភាព

អាចធ្វើផែនការទំនុកឱ្យធ្វើធ្មេញ



# តម្លៃទឹក : សកម្មជនសេតិមាន ស៊ី ស៊ីចាន់ : ឆ្លឹងមាស

**Long Beach, ខ្មែរឫស្សី : មាត់ សុវណ្ណា**  
 ●●●អតីតឧបការីរបស់ ប្រធានាធិបតីសហរដ្ឋអាមេរិកក្នុងអាណត្តិទី៤១ លោក ស៊ី ស៊ីចាន់ បានបង្ហាញនូវមោទនភាពពីជីវិតរបស់លោកថា គឺជាជនមានសំណាងឆ្លឹងអណ្តែតដែលងើបផុតពីនរកអវិចិត្រក្នុងរណ្តៅទីណាស់នៃរបបខ្មែរក្រហម ឱ្យរស់រានមានជីវិតជាថ្មី ក្នុងផ្ទះមួយឆ្ពោះទៅរកអនាគតភ្លឺស្វាងនៃមាតុភូមិកំណើត ទី២នាទឹកដីអាមេរិក រហូតដល់មានកិត្តិយសការងារជាប់ផ្ទាល់គ្រប់ពេលវេលាជាមួយប្រធានាធិបតី ដែលជារឿងមិនធម្មតា និងកម្របំផុតចំពោះជនជាតិអាស៊ី ជាអំបូរពូជសាសន៍ខ្មែរ ដែលជាតំណាងផ្តល់តម្លៃដល់ជនជាតិខ្មែរទាំងមូល ។

ឯកអគ្គរដ្ឋទូត ស៊ី ស៊ីចាន់ បានបង្ហាញមោទនភាពបែបនេះនៅក្នុងពិធីប្រគល់សៀវភៅដែលនិយាយពីដំណើរជីវិតក្នុងភាពទុក្ខសោកខ្លោចផ្សារនៅក្នុងសង្គមកម្ពុជា ដែលគ្រប់ដណ្តប់ទៅដោយផ្នែកឈាម និងទឹកភ្នែកពីពលរដ្ឋខ្មែរទូទាំងនគរដែលបានរស់នៅ ដោយភាពឈឺចាប់បំផុតពីការធ្វើបាបដាក់ទារុណកម្មឱ្យមនុស្សធ្វើការហួសកម្លាំង ហូបចុកមិនគ្រប់គ្រាន់ ក្នុងរាងកាយស្បែក ដណ្តប់ឆ្លឹងក្រោមរាំងគុកឥតជញ្ជាំង និងការកាប់សម្លាប់មនុស្សដ៏ឃោរឃៅអស់ជិត ២លាននាក់ នៅក្នុងរបបខ្មែរក្រហមនោះ ។

ដែលសៀវភៅនោះមានឈ្មោះថា "ឆ្លឹងមាស" (Golden Bones) ឱ្យដល់បណ្តាលយុវជនក្រុង Long Beach កាលពីថ្ងៃទី ២០ ខែឧសភា ឆ្នាំ ២០០៩ ជាថ្ងៃមួយដែលពលរដ្ឋខ្មែរនៅឯប្រទេសកម្ពុជា ប្រារព្ធពិធីគោរពវិញ្ញាណក្ខន្ធដល់បងប្អូន



ខ្មែរ ដែលបានស្លាប់ក្រោមរបប ប៉ុល ពត និងជាថ្ងៃដែលពលរដ្ឋខ្មែរប្រារព្ធពិធីដើម្បីចងកំហឹងទប់ស្កាត់កុំឱ្យមានរបបខ្មែរក្រហមរស់ឡើងវិញផងដែរ ។

ថ្លែងទៅកាន់ភ្ញៀវដែលបានចូលរួមស្តាប់ពីដំណើរជីវិតរបស់គាត់ជាមួយការផ្សព្វផ្សាយសៀវភៅ "ឆ្លឹងមាស" ដែលធ្វើឡើងនៅក្នុងបណ្តាលយ Long Beach's Main Library អគ្គរដ្ឋទូត ស៊ី ស៊ីចាន់ បាននិយាយដល់បណ្តា

ម្តាយនូវពាក្យមួយឃ្លាថា "ទោះបីមានហេតុការណ៍អ្វីកើតឡើងយ៉ាងណាក៏ចំពោះកូន កូនមិនត្រូវអស់ក្តីសង្ឃឹមក្នុងជីវិតឡើយ" ដែលនេះជាការចងចាំ និងតាំងចិត្តដើម្បីត្រឡប់មកវិញដល់គោលដៅក្នុងការប្រឹងប្រែងជំនះគ្រប់ឧបសគ្គចំពោះមុខនៅទីបំផុតមួយខ្ញុំបានសម្រេចជីវិតដោយជោគជ័យជាមួយប្រពន្ធខ្ញុំ ។ បណ្តាម្តាយខ្ញុំនោះហើយបាននាំខ្ញុំជួបជុំ ធ្វើការងារផ្ទាល់ជាមួយប្រធានាធិបតីអាមេរិក ជាអ្នកការទូតអ្នកសេដ្ឋកិច្ច សង្គមពិភពលោក ប្រចាំអង្គការសហប្រជាជាតិ ឧបការីរបបប្រធានាធិបតី និងឧបការីរបបក្រសួងការបរទេស អាមេរិកប្រចាំតំបន់អាស៊ីប៉ាស៊ីហ្វិក ដែលខ្លួនជាខ្មែររួចចេញផុតពីឋាននរកអវិចិត្រក្នុង របបវាលឃាតខ្មែរក្រហមនៅប្រទេសកម្ពុជា ឱ្យក្លាយជាពលរដ្ឋអាមេរិកម្នាក់ដែលកើតចេញពីជីវិតជាកម្មករបេះផ្លែប៉ោមមានតែលុយ ២ដុល្លារ បន្ទាល់ទុកមកពីអតីតជនភៀសខ្លួនខ្មែរនៅស្រុកសៀម រហូតមកដល់សហរដ្ឋអាមេរិក និងជាអ្នករត់តាក់ស៊ីនៅប្រទេស New York ជាទីកន្លែងដែលលោកឯកអគ្គរដ្ឋទូតបានបញ្ចប់ការសិក្សានូវអនុបណ្ឌិតផ្នែកកិច្ចការទូតអន្តរជាតិ ជាចំណងផ្សារភ្ជាប់ចំណេះដឹងគូបផ្សំនិងវាសនាចារមកឱ្យរូបលោក ស៊ី ស៊ីចាន់ បានឈានជើងចូលបំរើកិច្ចការនយោបាយឱ្យ

ជាតិអាមេរិក និងពិភពលោក ដោយធ្វើការផ្តល់ជាមួយប្រធានាធិបតី នៅសេតិមាន (White House) ។

ដោយលោកអះអាងថា "វាជាពេលវេលាដែលមិនចេះចប់ និងជាទូទៅនៃការចង់បាននូវសេចក្តីស្រឡាញ់ ក្តីសុបិន ការសង្ឃឹម និងសេរីភាពដែលមនុស្សគ្រប់រូបប្រាថ្នាចង់បាននៅទីបញ្ចប់មួយ" ។

អគ្គរដ្ឋទូត ស៊ី ស៊ីចាន់ ក្នុងអារម្មណ៍ និងបេះដូងដែលប្រើខ្សែក្បាលគិតគូរ និងចូលចិត្តបញ្ជានយោបាយក្នុងកិច្ចការដឹកនាំរបស់ស្រីសុរិយាអាមេរិក រូបគាត់បានចាប់ចិត្តជាមួយមនុស្សសំខាន់ៗរបស់គណបក្សសាធារណរដ្ឋ រហូតដល់គាត់បានលះបង់ពីពេលវេលា ថវិកាមួយចំនួនចូលខ្លួនទៅបម្រើឱ្យគោលនយោបាយអតីតប្រធានាធិបតី George H.W Bush ក្នុងកំឡុងពេលនោះជាអតីតអនុប្រធានាធិបតីក្នុងរដ្ឋការលោក Ronald Reagan ជាប្រធានាធិបតីដោយមិនគិតកម្រៃ (Volunteered) នៅឆ្នាំ ១៩៨៨ ជាមួយពេលវេលាជួយដល់យុទ្ធនាការឃោសនាបោះឆ្នោតជ្រើសរើសប្រធានាធិបតីអាណត្តិទី៤ ។ ដែលលោក George H.W Bush ឈរឈ្មោះជាបេក្ខជនប្រធានាធិបតី ដែលនៅទីបញ្ចប់អតីតអនុប្រធានាធិបតីរូបនេះបានក្លាយជាប្រធានាធិបតីជាបន្តៗជំនាន់របស់គណបក្សសាធារណរដ្ឋកាន់កាប់អំណាច៣អាណត្តិជាប្រវត្តិសាស្ត្រមួយ (តទៅទំព័រ១៥)

## BALDI FUNERAL HOME

1331 S. Broad St. Philadelphia, Pa 19147

Cell: 267-934-9888 / Tel : 215-389-2414

### សូមសួរអរលោក សេង ឬ Thomas



(Locates in South Philly, convenience traffic, and free parking)

#### ឈាមណកិច្ចតាមប្រពៃណី

ឈាមណកិច្ចមានផ្តល់ជូននូវការមឈូស ទិដ្ឋាសំរាប់បញ្ចុះ រៀបកងផ្កា និងសេវាឈាមណកិច្ចច្រើនប្រភេទ តម្លៃទៅតាមប្រភេទដែលត្រូវការសេវាឈាមណកិច្ចតាមវប្បធម៌ និងតាមសាសនានិងបំពេញជូនជាកិត្តិយស យើងនឹងខំឱ្យអស់ពីសមត្ថភាព ដើម្បីបំពេញសេចក្តីត្រូវការ និងបំពេញប្រាថ្នារបស់លោកអ្នក ។

#### ពិធីបុណ្យសព

"បាល់ឌី" ផ្តល់ជូននូវពិធីបុណ្យសពគ្រប់បែបជម្រើសរាប់ទាំងឱ្យភ្លើង ការមឈូសសំរាប់សពទន្ទឹមនោះមានសេវាពិធីបុណ្យតាមវប្បធម៌ ការតម្កល់អដ្ឋិធាតុជាចុងបញ្ចប់ ។ មានជួយធ្វើលិខិតក្នុងករណីចង់នាំអដ្ឋិធាតុទៅកាន់ប្រទេសមួយទៀត មានចារឈ្មោះសពនៅលើទំព័រ "ខ្មែរឫស្សី" ជូនផង ។

#### Traditional Funeral

Baldi Funeral Home provides caskets, cemetery space, floral arrangements, and funeral service options in various price ranges. Cultural and Religious funeral service is honored. We put full efforts to meet your needs and fulfill your wishes.

#### Cremation

Baldi offers complete cremation options including a combustible casket for the body, on site performing cultural memorial service, final placement of the cremated remains, paperwork assistance in case that need to transport the cremated remains to another country, and the Khmer Post newspaper notices.



# បទសម្ភាសន៍ក្នុងសន្និសីទពិភពលោកលើកទី៣

●●● ខ្មែរស្រី បានធ្វើបទសម្ភាសន៍ជាមួយថ្នាក់ដឹកនាំសំខាន់ៗបីរូប ដើម្បីយកព័ត៌មាននៃការវិវត្តន៍ក្នុងសកម្មភាព "រំដោះកម្ពុជាក្រោម" របស់សហព័ន្ធខ្មែរកម្ពុជាក្រោម ដែលមានន័យដូចតទៅនេះ :

## ១- វេជ្ជបណ្ឌិតខាងចិញ្ចឹមឡា :

**Daryn Reicherter** ទីប្រឹក្សាសហព័ន្ធបំរើការឱ្យប្រជាពលរដ្ឋខ្មែរជាច្រើននៅរដ្ឋ San Jose ។

**សុបិន ថាច់ :** តើលោកវេជ្ជបណ្ឌិតអញ្ជើញមកទីនេះ ក្នុងតួនាទីអ្វី ?

**វិធីម៉ា :** ខ្ញុំបានធ្វើការយ៉ាងជិតស្និទ្ធជាមួយព្រះតេជគុណ ប៊ិរុងនៅវត្ត សាន់ ហូសេ ក្នុងការស្វែងរកយុទ្ធវិធីណាដែលអាចជួយឱ្យខ្មែរក្រោមអាចយកជ័យជំនះរបស់ខ្លួន មកបង្ហាញពិភពលោកឱ្យបានក្នុងរឿងនេះ រដ្ឋាភិបាលវៀតណាមមិនទទួលស្គាល់សោះនៅទីនោះ សមាជិកខ្មែរក្រោមមានវត្តមានច្រើន ។

**សុបិន ថាច់ :** ធ្វើការបំរើសិទ្ធិមនុស្ស ជាជនជាតិអាមេរិកាំង តើអ្វីដែលនាំឱ្យលោកចូលមកបំរើបុព្វហេតុខ្មែរក្រោម ?



**វិធីម៉ា :** ខ្ញុំមិនដឹងឆ្លើយរបៀបណាឱ្យបានច្បាស់លាស់នោះទេ ការដែលសំខាន់ គឺពួកខ្មែរក្រោមបានត្រូវគេគាបសង្កត់ជាប្រចាំ នៅគ្រប់កន្លែង និងនៅច្រើនជំនាន់នៃប្រវត្តិសាស្ត្រម្តងហើយម្តងទៀត សិទ្ធិរបស់គេ បានត្រូវគេបំភ្លេចចោលទៅតាមរូបភាពឥទ្ធិពលនយោបាយ ។ ការចូលរួមដ៏សំខាន់របស់ខ្ញុំ គឺមានលក្ខណៈជាភិក្ខុការការពារទូទៅមិនត្រឹមតែការពារខ្មែរក្រោមប៉ុណ្ណោះទេ បានន័យថា តាមរយៈខ្មែរក្រោមខ្ញុំអាចនិយាយអំពីការរំលោភសិទ្ធិមនុស្ស ។ ក្រុមខ្មែរក្រោម គឺជាក្រុមដ៏គួរឱ្យគោរពមួយ ដែលកំពុងធ្វើការនៅលើប្រធានបទដ៏ជាក់ស្តែងគ្មានលក្ខណៈដាច់ខាតនិយម ។ ផ្លូវដែលខ្ញុំបានជ្រើសរើសនោះ គឺព្រះតេជគុណថាច់ ប៊ិរុង បានបំរើក្នុងការណែនាំដល់ប្រជាពលរដ្ឋ នៅ សាន់ ហូសេ ទាំងមូលពុំមែនតែខ្មែរក្រោមតែមួយនោះទេ ខ្ញុំក៏មានសកម្មភាពដូចនោះដែរ ជាមួយពលរដ្ឋក៏ដូចជាមួយភ្ញៀវដែលមករកខ្ញុំផ្ទះដែរ ក្នុងដំណាក់កាលនៃការចូលរួមក្នុងចលនាខ្មែរក្រោមនេះ ក៏ក្លាយទៅជាធម្មជាតិរបស់ខ្ញុំងាយស្រួលឱ្យខ្ញុំ ចូលរួមក្នុងចលនាវត្តខ្មែរ និងចលនាសហព័ន្ធបានយ៉ាងស្រួល ។

**សុបិន ថាច់ :** ចុះនៅដំណាក់កាលពីរបីខាងមុន តើលោកគិតថា នឹងផ្តល់យោបល់អ្វីថ្មីទៀតដល់ខ្មែរក្រោម ?

**វិធីម៉ា :** អ្វីដែលខ្ញុំចាប់អារម្មណ៍នោះ គឺផ្តោតចំពោះអ្នកដែលកំពុងបិទនៅក្នុងការគាបសង្កត់ក្នុងផ្នែកខ្លះនៃពិភពលោកនៅឡើយ អ្នកទាំងនោះពុំបានទទួលស្តីសិទ្ធិជាមូលដ្ឋានរបស់ខ្លួននៅឡើយ នេះជាការផ្តោតអារម្មណ៍យ៉ាងសំខាន់របស់ខ្ញុំ រីឯគោលបំណងដ៏ទៃទៀតរបស់សហព័ន្ធ ដូចជាផ្នែកទឹកដី ជំនឿសាសនា ។ល។ គឺនៅមានដំណាក់កាលច្រើនទៅទៀត ដែលខ្ញុំពុំទាន់ដឹងនៅឡើយថា នឹងផ្តល់យោបល់របៀបណានោះទេ ។ ដូច្នេះអ្វីដែលនៅឆ្ងាយពីបញ្ហាយុត្តិធម៌ និងសិទ្ធិមនុស្សជាមូលដ្ឋាន ខ្ញុំពុំបានធ្វើ

នៅឡើយ ខ្ញុំខំផ្តោតការណែនាំដល់ខ្មែរក្រោមដល់ក្រុមយុទ្ធជនតែពីសិទ្ធិជាមូលដ្ឋាន ដែលមនុស្សត្រូវមាននាពេលនេះ ។

## ២- លោក ថាច់ខុកថាច់

ប្រធានសហព័ន្ធខ្មែរកម្ពុជាក្រោម តាំងសំនួរដោយ សុបិន ថាច់ :

**សុបិន ថាច់ :** តើតួនាទីរបស់លោកក្នុង "យុវជនខ្មែរកម្ពុជាក្រោម" ជាអ្វីទៅ ?

**ថាច់ខុកថាច់ :** ខ្ញុំជាប្រធានប្រតិបត្តិ "សហព័ន្ធខ្មែរកម្ពុជាក្រោម" ដូច្នេះ គណកម្មការ "យុវជនខ្មែរកម្ពុជាក្រោម" គឺជាគណកម្មការមួយស្ថិតក្រោមការគ្រប់គ្រងរបស់ "សហព័ន្ធ" ។

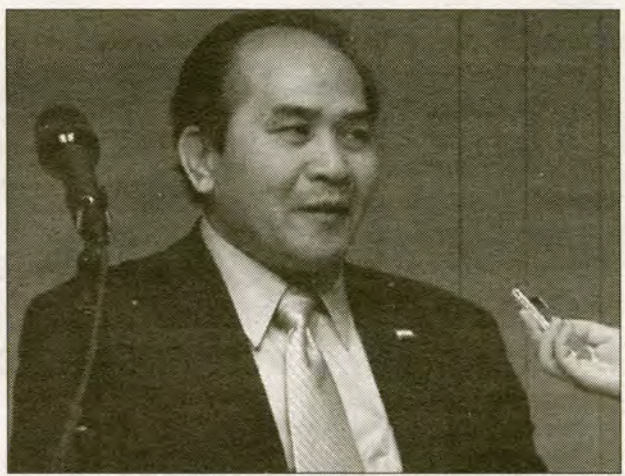
**សុបិន ថាច់ :** តើគម្រោងរៀបចំនៅហ្វីឡាដែលហ្វីយ៉ានេះ តើលោកចង់បានអ្វី ?

**ថាច់ខុកថាច់ :** គម្រោងនោះ គឺយើងចង់ស្នើសុំល្អមពរឱ្យខាងយុទ្ធជនខ្មែរក្រោមនោះ ទ្វីតិយុវជនចេះរូបរូមគ្នា ទី២- សុំឱ្យយល់ពីដំណើរទុកលំបាករបស់ឪពុកម្តាយរបស់ខ្លួន ដែលបាននាំឱ្យកូនចៅមកដល់ប្រទេសទី៣ ហើយសូមឱ្យកូនក្មួយនៅចងចាំពីការរងទុក្ខទាំងនោះ ហើយបន្តការ ដឹកនាំរំដោះម្តាយឪពុក និងញាតិមិត្តកុំឱ្យមានការរងទុក្ខទៅទៀត ខ្ញុំចង់ឃើញយុទ្ធជន ដែលបានមករៀនសូត្រជ្រៅជ្រះចែករំលែកការចេះដឹងរបស់ខ្លួនមកជួយឪពុកម្តាយបងប្អូនដែលនៅរងទុក្ខវេទនាឱ្យបានរួចចាកពីទុក្ខវេទនាទាំងនោះផង ។

**សុបិន ថាច់ :** ចែករំលែកចំណេះទៅជួយឪពុកម្តាយ បងប្អូន តើទៅជួយយ៉ាងម៉េចខ្លះ ?

**ថាច់ខុកថាច់ :** សហព័ន្ធយើងបានធ្វើការច្រើនឆ្នាំហើយ តែទៅមិនរួច ហើយនៅបួនប្រាំឆ្នាំចុងក្រោយនេះ នៅពេលមានយុវជនមកជួយឃើញថា ស្ថានភាពបានច្រៀមច្រើន ដែលយើងចង់ឱ្យមកជួយនេះ ព្រោះយើងដឹងថា មានខ្មែរយើងជាច្រើនមិនចង់មកជួយ ព្រោះខ្លាចយើងធ្វើនយោបាយ គេថានយោបាយធ្វើឱ្យយើងស្លាប់ខ្លួន ឬជាប់គុក ហើយខ្លះទៀតថាខ្លាចមិនអាចទៅលេងស្រុកទេសបានខ្ញុំបាន

ឆ្លើយថា ទៅលេងស្រុកមិនបានជារឿងតូចទេ តែគ្មានស្រុកទៅលេងនឹងគេឯណោះទេទើបសំខាន់ ។ ហេតុដូច្នេះ ហើយទើបយើងចង់ឃើញយុវជនយើងចូលរួមជួយ គឺជួយឱ្យមានការគោរពសិទ្ធិមនុស្សនៅលើដីនេះយើងបញ្ឈប់សិទ្ធិមនុស្សនៅលើពិភពលោកនេះ ប្រទេសយួនក្តី ប្រទេសផ្សេងៗក្តី ពុំអាចរស់នៅឯកោអនាថានោះបានទេ គេត្រូវរស់នៅជាមហាគ្រួសារនៃពិភពលោក ដូច្នេះយុវជនហ្នឹងអាចធ្វើការស្របច្បាប់ពិភពលោកបាន ពីព្រោះចេះភាសាច្បាស់លាស់ ដោយសារមានចំណេះប្រាជ្ញាច្រើនជាងឪពុកម្តាយ ដូច្នេះយុវជនខ្មែរក្រោមអាចធ្វើការស្របច្បាប់មិនលាក់លៀម ដោយសារយុទ្ធជនខ្មែរក្រោមនោះ បានទទួលការគាំទ្រដោយសេចក្តីប្រកាសរបស់ អ.ស.ប ចុះថ្ងៃ ទី ១៣ កញ្ញា ឆ្នាំ ២០០៧ បានបោះឆ្នោតយល់ព្រមចំនួន១៤៣ ក្នុងចំណោម១៩២ប្រទេស គឺសេចក្តីប្រកាសមាន៤៦មាត្រា ដែលយើងបានយកមកប្រើប្រាស់ជាជនជាតិពិភពលោក ដែលមានចំនួន៣៧០លាននាក់ ។ ដូច្នេះសូម



ចលនាអ្នកសារព័ត៌មានជួយជម្រាបដល់ឪពុកម្តាយដល់យុវជនទៀត ឱ្យយល់ច្បាស់ថានេះជាចលនាទំនាក់ទំនងនិងសិទ្ធិមនុស្ស ដែលខុសពីទំនាក់ទំនងនយោបាយ ដូច្នេះដោយសារគំនិតសង្គ្រោះមនុស្សសហព័ន្ធ និងយុវជនខ្មែរក្រោមនៅប្រទេស នឹងមិនធ្វើឱ្យបងប្អូនដូនតា មាមីង និងយុវជនក្លាយជាជនរងគ្រោះនោះទេ ។

**សុបិន ថាច់ :** តើនៅមានសកម្មភាពអ្វីខ្លះទៀតទេ ដែលលោកអាចជម្រាបសាធារណជនបាន ?

**ថាច់ខុកថាច់ :** សកម្មភាពថ្មីៗ យើងមានសេចក្តីរីករាយ និងជម្រាបថា យើងសម្រេចធ្វើផែនការបីខែ ដែលបង្រួបបង្រួមសហគមន៍ខ្មែរក្រោមនៅព្យួសេឡិន នៅអូស្ត្រាលី នៅអាហ្វ្រិក

កទៅទំព័រ១២

**The Khmer Post Directory**  
**East Coast Publication**  
 Regional Editor : Pin Samkhon  
 Email : pinsamkhon@gmail.com  
 Writers : Mam Yin  
 Kim Phean  
 Im Loeurm  
 Bopea Chum

**Advertising**  
**Marketing Manager:**  
**Sabane Thach**  
 Phone : 267-253-3947  
 Email : sabane.thach@gmail.com

**West Coast Publication**  
 Regional Editor : Sovannara Meach  
 Writers : Kim Saroeurn  
 Ra Neat  
 Sophea Rith  
 Mey Sampos  
 Chan Kosal  
 Sovann Rith  
 Phone: (562) 313-2129  
 Email: sovannara04@yahoo.com



# មេបក្សប្រឆាំងខ្មែរពីរជួបគ្នានៅអាមេរិក

ដោយ : ភឹម លឿម

●●●តាមការអះអាងពីប្រធានសាខាគណបក្សសិទ្ធិមនុស្ស ប្រចាំសហរដ្ឋអាមេរិក និងប្រធានសាខាគណបក្សសម រង្ស៊ី បានឱ្យដឹងថា : លោក កឹម សុខា និងលោក សម រង្ស៊ី បានធ្វើដំណើរមកកាន់សហរដ្ឋអាមេរិក ក្នុងដំណើរទស្សនៈកិច្ចក្រៅផ្លូវការមួយ ដោយការបរិច្ឆេទខុសៗគ្នាក្នុងគោលបំណងពង្រីក និងពង្រឹងនូវចលនាសម្ព័ន្ធរបស់គណបក្សនៅឯនាយសមុទ្រ ព្រមទាំងស្វែងរកនូវការគាំទ្រនានាមួយចំនួនទៀត ។

ប្រធានសាខាគណបក្សសិទ្ធិមនុស្ស ប្រចាំសហរដ្ឋអាមេរិក លោក ញ៉ាយ ចំរើន បានផ្តល់នូវព័ត៌មាននានា ជុំវិញដំណើរទស្សនៈកិច្ចរបស់ប្រធានគណបក្សសិទ្ធិមនុស្ស គឺលោក កឹម សុខា ដល់ខ្មែរប៊ុស្តីថា : "លោកនឹងអញ្ជើញមកដល់សហរដ្ឋអាមេរិក នៅថ្ងៃទី ០៥ ខែមិថុនា នឹងវិលត្រឡប់ទៅកាន់ប្រទេសកម្ពុជាវិញ នៅដើមខែកក្កដាខាងមុខនេះ" ។

ភិបាល ព្រមទាំងអង្គការស៊ីវិលជាដើម ពីថ្ងៃទី៨ ដល់ថ្ងៃទី ១២ មិថុនា ។ និងទី២- ដើម្បីចូលរួមធ្វើមហាសន្និបាតគណបក្សដ៏ធំមួយ នៅទីក្រុងឡងប៊ិច នៃរដ្ឋ កាលីហ្វ័រនៀ ដែលនឹងប្រព្រឹត្តធ្វើឡើងនៅថ្ងៃទី០៤ កក្កដា គឺចំនឹងថ្ងៃបុណ្យ



ឯករាជ្យជាតិរបស់សហរដ្ឋអាមេរិកផងដែរ ។

ដោយឡែក លោក មាស ជា ប្រធានសាខាគណបក្សសម រង្ស៊ី ប្រចាំរដ្ឋ ផែនស៊ីរ៉ែនៀ ក៏បានឱ្យខ្មែរប៊ុស្តីដឹងផងដែរថា : លោក សម រង្ស៊ី បានអញ្ជើញមកដល់សហរដ្ឋអាមេរិក នៅថ្ងៃទី ២៩ ខែឧសភានេះ ហើយលោកនឹងវិលត្រឡប់ទៅកាន់ប្រទេសកម្ពុជាវិញ នៅពាក់កណ្តាលខែ

មិថុនា ។

គោលបំណងសំខាន់ក្នុងដំណើរទស្សនៈកិច្ចរបស់ប្រធានគណបក្សសិទ្ធិមនុស្ស ត្រូវបានលោក ចំរើន បញ្ជាក់ប្រាក់ខ្មែរប៊ុស្តី មានចំនួនពីរចំណុចសំខាន់ៗ ដោយទី១- គឺជួបជាមួយមន្ត្រីរដ្ឋាភិបាលរបស់សហរដ្ឋអាមេរិក និងមន្ត្រីអង្គការក្រៅរដ្ឋាភិបាល ព្រមទាំងអង្គការស៊ីវិលជាដើម ពីថ្ងៃទី ០៨ ដល់ ថ្ងៃទី ១២ ខែមិថុនានេះ ។ ទី២- ដើម្បីចូលរួមធ្វើមហាសន្និបាតគណបក្សដ៏ធំមួយ នៅទីក្រុងឡងប៊ិច នៃរដ្ឋកាលីហ្វ័រនៀ ដែលនឹងប្រព្រឹត្តធ្វើឡើង នៅថ្ងៃទី ០៤ កក្កដា គឺចំនឹងថ្ងៃបុណ្យឯករាជ្យជាតិរបស់សហរដ្ឋអាមេរិកផងដែរ ។

នៅឯស្នាក់ការបណ្តោះអាសន្នរបស់គណបក្សសម រង្ស៊ី នៅឯតំបន់ហ្វីឡាដែលហ្វៀខាងត្បូង លោក មាស ជា និងលោក ញ៉ាយ ចំរើន បានឱ្យ ដឹងថា គណបក្សទាំងពីរ (សម រង្ស៊ី និងសិទ្ធិមនុស្ស) នឹងរៀបចំកម្មវិធីរាត្រីសមោរសធម៌ដ៏អស្ចារ្យមួយ ដែលពុំធ្លាប់មានពីមុនមក ដើម្បីទទួលបានជោគជ័យកិច្ចថ្នាក់ដឹកនាំកំពូលទាំងពីររូប និងដើម្បីបញ្ជាក់អំពីសម្ព័ន្ធភាពនៃគណបក្សប្រឆាំងទាំងពីរ ។

សូមបញ្ជាក់ផ្សេងទៀតថា នៅថ្ងៃទី ១២ ខែមិថុនា ឆ្នាំ២០០៩ ខាងមុខនេះ សាខាគណបក្សប្រឆាំងទាំងពីរ បានរួមគ្នាធ្វើពិធីបំប្លែងមួយនៅឯភោជនីយដ្ឋាន SAIGON MAXIM នាតំបន់ Philadelphia ខាងត្បូង ចាប់ពីម៉ោង ៦ល្ងាច ដល់ម៉ោង ១២យប់ និងចូលរួមដោយលោក សម រង្ស៊ី, លោក កឹម សុខា និងឥស្សរជននយោបាយមួយចំនួនទៀត ។

គួររំលឹកថា គណបក្សប្រឆាំងទាំងពីរនេះមានសមាជិកសភាចំនួន ២៦រូប សម្រាប់គណបក្សសម រង្ស៊ី និងសមាជិកសភាចំនួន ៣រូប សម្រាប់គណបក្សសិទ្ធិមនុស្ស ប៉ុន្តែពុំបានទទួលតំណែងពីរដ្ឋាភិបាល លោកនាយករដ្ឋមន្ត្រី ហ៊ុន សែន ណាមួយតាមការអំពើនារីក្នុងក្របខណ្ឌនយោបាយផ្សេងៗជាតិទោះឡើយ ។

នៅហ្វីឡាដែលហ្វៀខាងត្បូងនេះ គណបក្សដែលកំពុងសកម្មជាងគេ ក្នុងការគ្រប់គ្រងសកម្មជនគឺគណបក្សសិទ្ធិមនុស្ស ដឹកនាំដោយលោក ញ៉ាយ ចំរើន រីឯអ្នកមានសមត្ថភាពបន្ទាប់ គឺគណបក្សប្រជាជន ដែលមានការជួបជុំគ្នាម្តងម្កាល ដូចជាថ្ងៃ ៧ មករា ជាដើម ។ រីឯគណបក្សសម រង្ស៊ី បានស្ងប់ស្ងាត់បន្ថយសកម្មភាពខ្លះយ៉ាងច្រើននៅហ្វីឡាដែលហ្វៀខាងត្បូង ប៉ុន្តែដំឡើងសមត្ថភាពនៅ ឡូរីវែល រដ្ឋម៉ាសាឈូសែត តាំងពីបីបួនឆ្នាំមកហើយ ។



**NEW GOLDEN PALACE RESTAURANT**  
801-21 Washington Ave.  
Phone: 215-627-2822

Open Daily from 10am-10pm  
Dim Sum Every Day from 10am - 3pm

**Authentic Chinese & Vietnamese Cuisine**  
**Very Delicious and Nutritious**

- ហាងយើងមានម្ហូបចិន និងម្ហូបវៀតណាមពិតប្រាកដ មានរសជាតិល្អយូរឆ្នាំ ហើយជីវជាតិប្រសើរ

**ពិសេសនៅពេលរាត្រី :** ចាប់ពីម៉ោង ៦ ល្ងាច ដល់ បិតហាង ជូនភេសជ្ជៈពិសារដោយឥតគិតថ្លៃ (ពិសារយ៉ាងតិច \$20)

**ពិសេសដោយម្ចាស់ហាង:** មានចុះតម្លៃ **10%លើ** ម្ហូបអាហារថ្ងៃត្រង់ ឬល្ងាច បើលោកអ្នកបង្ហាញប័ណ្ណ ពាណិជ្ជកម្មយើងដល់អ្នកគិតលុយ

**Nightly Special:** 6pm 'til Closing: FREE drinks with every meal (\$20 minimum order)

**Manager Special:** Take 10% off meal (Lunch & Dinner) when your present this advertisement

**Manager Special :**  
**-10% OFF**  
LUNCH & DINNER  
**Present This Coupon**



## គោរពនិយមន័យ ណាម វ៉ាង (នំពេញ)

### Nam Vang Restaurant

571 Unit # 1 Adams Avenue, Philadelphia, Pa 19120  
(inside Hong Kong Market) (215) 742-9488  
Open 7 days a week from 9 a.m. - 9 p.m.

**ថ្ងៃទី 7 ថ្ងៃក្នុងមួយអាទិត្យពីម៉ោង 9 ព្រឹក ដល់ 9 ល្ងាច**

**១- មុនជំនាញខាងម្ហូបខ្មែរយ៉ាងចំណាន ដូចជា:**

- ☞ គុយទាវ ភ្នំពេញ
- ☞ គុយទាវ ឬមី-ខគោ
- ☞ មីកន្តាំង ឆារសាច់គោ
- ☞ មីកន្តាំងឆារគ្រឿងសមុទ្រ
- ☞ បាយឆារគ្រប់មុខ
- ☞ សាច់គោអាំង ចង្កាក់ ជាមួយជ្រូកល្អង

**២- មុនជំនាញម្ហូបប្រេកណាម ល្អយូរឆ្នាំ ដូចជា:**

- ☞ នំបញ្ចុកទឹកត្រីពិសេស
- ☞ នំប៉័ងបាត ឬសាច់គោអាំង
- ☞ ខគោ នំប៉័ង ឬមី និងគុយទាវ
- ☞ បាយសរសាច់ជ្រូកអាំង ឬសាច់មាន់អាំង



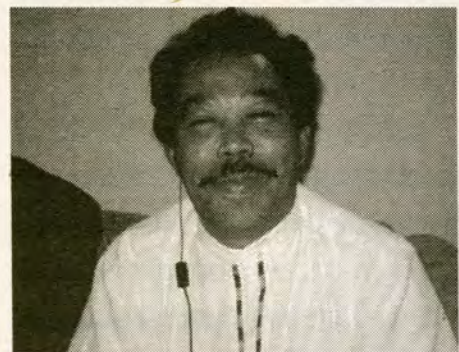
**រៀនរាល់ថ្ងៃលោកអ្នកអាចពិសារទឹកត្រីក្រអូកគ្រប់រស់ជាតិថ្លៃទាប ដូចជា :**  
ទុរេន ឬ អាតូកាដូ ហើយជាពិសេស មានទឹកអំពៅក្រៃស្រស់ៗ



# អតីតយុទ្ធជនស្ម័គ្រចិត្តត្រូវបានទទួលស្គាល់

●●●អតីតយុទ្ធជនខ្មែរ ទើបនឹងបានទទួលស្គាល់នូវគុណបំណាច់ ក្នុងរយៈពេលដែលខ្លួនបានបំរើក្នុងកងទ័ព តើអ្នកទាំងនោះ បានធ្វើអ្វីខ្លួនសម្រាប់ប្រវត្តិសាស្ត្រនៅកម្ពុជា បូព៌ា ដ៏បានស្តាប់យុទ្ធជនម្នាក់ម្តងៗ ហើយរាយការណ៍ជូនសណ្តាប់ :

## Cambodian Volunteer Reserves to be Recognized :



Somrith Pen was born in Battambang, Cambodia on the 19th of July in 1956. He is the second eldest son of the family.

At the age of 15, Somrith left school to join the army because he did not have any money to help support his parents.

He is currently listed as a Major with the United States Volunteer Joint Services Command (U.S.V-J.S.C), Khmer unit, in Philadelphia, Pennsylvania. From 1970-1975, Captain Somrith was deployed as Lead Administrative Support at Base 201 in Battambang. Somrith is one of the luckiest people to survive his military ordeals.

During July of 1975, the year of Pol Pot's victorious overtaking of Cambodia, Somrith was accompanying his fellow servicemen in a military procession to greet

Prince Sihanouk when he heard loud, ferocious, crackling sounds. He exclaimed, " I heard the Drrroooottt...sound and I fell to the ground. It was as if something pushed me down and made me fall. I fainted for seven days. When I woke up, I was covered under massive dead rotten, horrific-smelling bodies. That's when I figured something was terribly wrong. There was eerie silence with nothing but the dead lying around.

The Khmer Rouge tricked us. It was a fake procession. We were an easy target for them. We were lined up in a six-by-twelve formation on foot, marching, hoping to catch sight of our then

beloved ruler but we were ambushed instead. The dead could not pass on the information to



the other soldiers. We were given an order to follow and that's what we did. Somrith came to the United States in March of 1982. He is the executive director of the U.S.V-J.S.C., Khmer Command. Somrith is extremely proud of being a part of the U.S. Army Volunteer Reserves. " I am able to do what I love best and that is organizing and mobilizing my

(Continue to Page18)



## ការិយាល័យមេធាវី លីនស៊ែ ដ័រីង LAW OFFICE OF LINDSAY DOERING



ទទួលបានការងារប្រយោជន៍លោកអ្នកករណី

- ▶ ករណីបើកបរពាណិជ្ជកម្ម និងផ្ទេរប្រាក់ក្នុងមុខជំនួញ
- ▶ ករណីទិញលក់អចលនវត្ថុ ដូចជា: ផ្ទះសំបែង ដីធ្លីជាដើម ។
- ▶ ករណីគ្រោះថ្នាក់រថយន្ត ឬគ្រោះថ្នាក់នៅកន្លែងធ្វើការ
- ▶ ករណីអន្តោប្រវេសន៍
- ▶ ឬករណីឧក្រិដ្ឋកម្ម ។ល។

ធ្លាប់មានបណ្តឹងសារធន៍ខ្ពស់ - ផ្តល់សេវាជូនសាមីខ្លួន៖  
ហើយតម្លៃក៏សមរម្យទៀតផង - យើងអាចមានអ្នកបកប្រែ  
ភាសាជូនលោកអ្នកបាន ។

General practice law office handling matters in :  
Corporations and business Transations  
Read Estate  
Car Accidents  
Work Place Injury  
Immigration  
Criminal Defense  
Experienced, professional service and reasonable rate. Interpreter available.

Office: (215) 667-8118 2301 Delancey place, Philadelphia PA 19103  
Cell : (215) 840-1364 Email : lindsaydoering@yahoo.com

## ឱសថស្ថាន ផ្លូវលេខ 8 វេជ្ជបណ្ឌិត អាឡិច ល្វេង

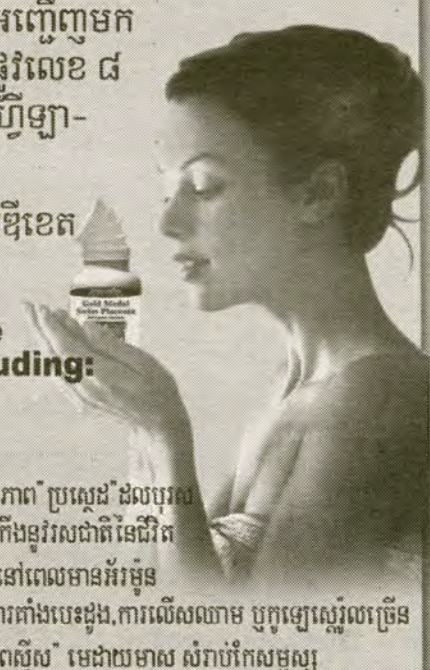
8<sup>th</sup> Street Pharmacy  
Alex. N. Luong, RPh.  
OPEN HOURS:  
Mon. - Fri.: 9:00AM - 7:00PM  
Sat.: 9:00AM - 5:00PM  
Sun.: 9:00AM - 3:00PM

បើចង់បានសេវាថ្នាំពេទ្យឆាប់ សូមអញ្ជើញមក  
រកអ្នកភូមិរបស់អ្នក គឺឱសថស្ថាន ផ្លូវលេខ ៨  
( ជ្រុងផ្លូវលេខ៨ និង CHRISTIANហ្វីឡា-  
ខាងត្បូង)

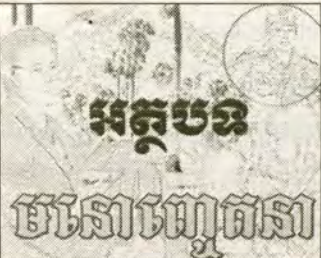
- ▶ យើងទទួលប័ណ្ណមេឌីបែរ និងមេឌីខេត
- ▶ We Do accept Medicare & Medicaid
- ▶ We Do Offer Alternative Natural Medicines Including:

- ▶ យើងមានផ្តល់ជូននូវឱសថ ធម្មជាតិ មានដូចជា :
  - ▶ Prostate -7 - ជួយដល់សុខភាព ប្រស្នេដ៍ ដល់បុរស
  - ▶ Pure Fresh Royal Jelly - ជួយលើកដំកើងនូវរសជាតិ នៃជីវិត
  - ▶ Fe-mon-9 - ជួយដល់ស្ត្រីនៅពេលមានអីរម៉ូន
  - ▶ Super Cross - ជួយបន្ថយការពាំងបេះដូង, ការលើសឈាម ឬក្មេងស្លេរូល ច្រើន
  - ▶ Gold Medal Swiss Placenta "សុភពពេស្វីស" មេដាយមាស សំរាប់កែសម្ផស្ស

819 S. 8th St. Phone: 215-592-8888  
Philadelphia, Pa 19147 Fax: 215-592-9888







# កិសេស្នាគ្រាន់ឱបព្យាបាល

ដោយ : តឹម កៀន (ពិសេស)

...នោះជាព្រឹកថ្ងៃថ្មី អាកាសធាតុកក់ ក្តៅក្តួនឱ្យត្រេកត្រអាល ខ្យល់បក់រំភើយ ផ្ទៃមេឃ ខៀវស្រឡះល្អ រថយន្តស្រីពេញមាត់ជំនួយពី កងទ័ពជើងគោកអាមេរិកាំងមួយគ្រឿងបាន បោះពួយយ៉ាងលឿនចេញពីក្រសួងការពារជាតិ កាត់ជ្រែករថយន្ត មូតូ កង់ស៊ីក្លូ ម្រង់ទៅ ពោធិ៍ចិនតុង ។ តាមមហាវិថីដ៏ស្អាតស្រឡះជា ទីក្នុងឱ្យមានទសភាពថ្លៃណាមួយក្នុងអតីតកាល នោះ ឥឡូវប្រែក្លាយជាសោះក្រោះ ចង្កៀត ចង្កៀល រកតរកូត ទៅដោយរបាំងលូសបន្តាវាំង ការពារ មានយោធាឈរយាមនែកនេរកុំឱ្យ ខ្លាំងសត្រូវកុម្មុយនិស្តយួន និងខ្មែរក្រហមចូល មកយាយី អុកឡកទីក្រុងភ្នំពេញ ។ ពេល រថយន្តស្រីពេញមាត់ដល់រាំងនិមួយៗតែង តែបន្ថយលឿន រួចហើយឈប់ស្ងៀម ទាហ៊ាន ឈរយៀម ស្នាស្តាយកាំភ្លើង១៦ ដើរតម្រង់ មកសម្លឹងពិនិត្យរថយន្តស្រីពេញមាត់ ស្រាប់តែនាយ- ពលទោឈរក្នុងសភាពប្រុងត្រង់ខ្លួនលើកដៃ គំនាប់ដោយគោរព : " សូមទោសលោកសក្តិបី

ខ្ញុំសុំពិនិត្យ" ។ នាយទាហ៊ាន មានឋានៈសក្តិបី អនុសេនីយ៍ឯក អង្គុយនៅក្បែរស្នូល គំនាប់តប វិញរួចក៏ក្បាលឱ្យពលទោចូលធ្វើការងាររបស់ខ្លួន ។



-សូមព្រះតេជគុណមេត្តាបង្ហាញលិខិតបង្គាប់ ការរ ។ លោកអនុសេនីយ៍ឯកហួតលិខិតបង្គាប់ ការចេញពីសំពោត ហុចទៅឱ្យអ្នកត្រួតពិនិត្យ ។ ក្រោយពីពិនិត្យលិខិតយ៉ាងផ្អិតផ្អងរួចហើយ ពលទោបែរមកគំនាប់អនុសេនីយ៍ឯក ដោយ គោរព : " សូមព្រះតេជគុណអញ្ជើញទៅសុខ សប្បាយ" ។ និយាយរួចភ្លាមពលទោហួតលិខិត ជូនមកម្ចាស់ដើមវិញ លើកដៃគោរពម្តងទៀត ។

លោកនាយទាហ៊ានគំនាប់តបវិញដោយព្យាបាល : " អរគុណ" ។ លោកពលទោឯកជាស្នូលក៏បើក រថយន្តចេញទៅមុខបណ្តើរ និយាយទៅកាន់ ចៅហ្វាយបណ្តើរ : នេះជាទាហ៊ានខ្មែរកម្ពុជា ក្រោមហៅថា Mike's force ។ កុំបានពួក នេះ មកជួយទាន់សមម៉្លោះភ្នំពេញត្រូវបាន ពួកទមិឡកុម្មុយនិស្តយួនខាងជើងត្រួតត្រា យូរណាស់ហើយ ។ លោកអនុសេនីយ៍ឯកក៏ចូល រួមបញ្ចេញយោបល់ជាមួយអ្នកបើកបររបស់ ខ្លួន : ពួកនេះជាទាហ៊ានមានវិន័យណាស់ ។ ពួកគេបានលោក សិនដុកថាញ់ បង្កើតឡើង



ឈ្មោះពាននេះឱ្យចេញឆ្ងាយពី ខ្មែរក្រវាត់ភ្នំពេញ បានដោយ លំបាក ។ ព្រោះពេលនេះទ័ព លោក លន់ នល់ មានតែបន្តិច បន្តួចទ័ពយួនខាងជើង និងខាង វៀតកុងវិញ បានបង្កប់នៅស្ទើរ តែពេញស្រុកខ្មែរអស់ទៅហើយ ។ បើកុំតែបានជំនួយទ័ពពីលោក កុំអីពួកយួនកុម្មុយនិស្ត អាចយាង សម្តែចម្តី ឱ្យមកសោយរាជ្យ ហើយ ដឹកនាំស្រុកខ្មែរក្រោមបញ្ជារបស់ ពួកវាដូចគ្រោងដែលពួកវាបាន គិតទុកស្រេចពីមុនមក ។ និយាយ រួចភ្លាមលោកអនុសេនីយ៍ឯក ដក ដង្ហើមធំ ហើយវែងភ្នែកទាំងពីរ សម្លឹងទៅឆ្ងាយហាក់ដូចកំពុងគិត ទៅដល់រឿងអ្វីមួយរកឃើញពុំ

## Washington Wellness Care

● បើលោកអ្នកមានគ្រោះថ្នាក់រថយន្ត, មានរបួសនៅកន្លែងធ្វើការ ឬក៏រអិល ហើយដួលរហូតដល់មានរបួសតែពុំដឹង នរណាជា អ្នកទទួលខុសត្រូវ ?



Chiropractic Care & Rehab

● យើងអាចជួយលោកអ្នកបាន

- មជ្ឈមណ្ឌល "វ៉ាស៊ីនតុនវែលណេសវែ" មានបទពិសោធន៍ក្នុងរឿងរបួសក្នុងគ្រោះថ្នាក់រថយន្ត មានរបួសនៅកន្លែងធ្វើការនិងរអិលដួលបណ្តាលឱ្យរបួស
- យើងណែនាំទៅមេធាវីដែលអាចការពារសិទ្ធិលោកអ្នកបាននៅពេលមានគ្រោះថ្នាក់
- អាចផ្តល់ផែនការណ៍ជួយចេញសោហ៊ុយចំពោះបុគ្គលដែលគ្មានប័ណ្ណធានារ៉ាប់រង
- សូមទូរស័ព្ទមក "វ៉ាស៊ីនតុនវែលខែល" ភ្លាម ដើម្បីឱ្យដឹងថា តើយើងអាចជួយលោកអ្នកដោយវិធីណា

វិទី និយាយភាសាខ្មែរ លេខទូរស័ព្ទ : 215-380-1350

500 Washington Ave., 1st Fl. Philadelphia, Pa 19147 Phone: 215-551-6838

នៅកម្ពុជាក្រោម ក្រោមការយល់ព្រមពីសំណាក់ រដ្ឋាភិបាល ដោយ ឱ្យយៀប និងការឧបត្ថម្ភពី កងទ័ពអាមេរិកាំង ក្នុងបំណង ចង់ជួយអាមេ- រិកាំងច្បាំងតទល់នឹងកុម្មុយនិស្ត យួន នៅវៀតណាមខាងត្បូង ។ តែធាតុពិត មាន- បង្កប់ អត្ថន័យវែងឆ្ងាយជាងនេះទៅទៀត ។ លោក សិនដុកថាញ់ យល់ឃើញថា ជនជាតិ ខ្មែរក្រោម ចេះតែត្រូវយួនទាំងសងខាងចាប់ ទៅធ្វើទាហ៊ានឱ្យពួកគេ ហើយខ្មែរកម្ពុជា ក្រោមទាំងនោះត្រូវប្រឈមមុខនៃការ សម្លាប់គ្នាឯងក្រោម បញ្ជាពីចៅហ្វាយទាំង សងខាងសុទ្ធតែជាយួន ។ ខ្មែរក្រោមអាចស្លាប់ ដាច់ពូជថ្លៃណាមួយមិនខាន ដោយសារតែ សង្គ្រាមមួយគ្នានឹងចំពោះ ខ្មែរកម្ពុជាក្រោម ខ្លួនឯង ។ លោក សិនដុកថាញ់ ដំបូងក្នុងរូបភាព ប្រឆាំងនឹងសម្តែចម្តី សិហុន បានបង្កើតទ័ពទីង របស់ខ្លួននៅលើខ្ពង់ភ្នំដងរែក ។ ដោយឃើញ

ចេញ ។ នៅតាមបណ្តោយផ្លូវទៅកាន់ខេត្ត- តាកែវ ពួកទាហ៊ានមេហ្វុកនេះ បានទទួលភារកិច្ច ជាអ្នកថែរក្សាសន្តិសុខ ការពារចរាចរឱ្យមាន សុវត្ថិភាព គេបាននាំគ្នាស្រាវស្រាវក្រុមក្រោម កូនខ្ទមតូចៗ ខ្លះនៅក្រោមស្ពាន ខ្លះបានទាំងនាំ ប្រពន្ធកូនមកនៅជាមួយខ្លួនផង ក្នុងលទ្ធភាពដ៏ យ៉ាប់យឺនយ៉ាងនេះ ។ លោកអនុសេនីយ៍ឯក អង្គុយ យ៉ាងស្ងាត់ស្ងៀមក្បែរនាយពលទោឯកជាអ្នក បើកបរ ចិត្តគាត់សែនសង្វេគដល់យុទ្ធជនទាំងនេះ ហួសនិស្ស័យនឹងផ្លែផ្លែ! ស្រាប់តែគាត់ភ្ញាក់ខ្លួន មកកាន់បច្ចុប្បន្នភាពភ្លាម ដោយពួសម្លេងនា ពលទោឯកបន្តិឡើង : "ខាងមុខនោះ គឺផ្សារ អង្គតាសោម តេជគុណឱ្យឈប់នៅផ្សារ ឬចង់ អញ្ជើញទៅណាទៀត?" ។ គាត់ចង្អុលទៅផ្លូវលំ មួយខាងឆ្វេងដៃ : ' បត់ឆ្វេងតាមផ្លូវ នោះ រួច បើកចូលទៅក្នុងវិទ្យាល័យអង្គតាសោម នៅខាង ស្តាំ តទៅលេខក្រោយ



# តមកពីទំព័រទី០១ ខួប១ឆ្នាំខ្មែរប៊ុស្តី

ចង់ចែករំលែកនូវចំណេះវិជ្ជាដែលសំដែងចេញពី រូបភាពពិតនៃព្រឹត្តិការណ៍ផ្សេងៗ ដែលកើតឡើង នៅពេលពេញលើពិភពលោកតាមរយៈសារព័ត៌- មាន និង វិទ្យុផ្សាយសម្លេង ។

### គោលបំណង :

សារព័ត៌មានខ្មែរប៊ុស្តី ដែលបានកើតឡើង នៅក្នុងសហរដ្ឋអាមេរិកនេះ គឺមានគោលបំណង ចង់បញ្ចេញចំណេះវិជ្ជាចេះដឹងរបស់ជនជាតិខ្មែររួម ឈាមមួយចំនួនដែលជាបញ្ហាវន្តធ្លាប់មានការរស់ នៅក្នុងគ្រប់កាលសម័យ ហើយមានការតាមដាន និងដកស្រង់ការពិសោធន៍ក្នុងកិច្ចការនយោបាយ ដឹកនាំប្រទេសរបស់មេដឹកនាំខ្មែរទាំងអស់នោះ មកសរសេរបញ្ចេញទស្សនវិស័យធ្វើវិភាគពន្យល់ បំភ្លឺដល់ជនានុជនរួមឈាមទាំងអស់ឱ្យបានយល់ ដឹងច្បាស់លាស់នូវរឿងពិតប្រាកដជាច្រើន ដែល គេព្យាយាមលាក់បំបិទមិនឱ្យជាតិខ្មែរយល់ដឹង ដើម្បីគេដឹកនាំប្រទេសជាតិខ្មែរឱ្យទៅតាមមហិច្ឆិតា លោភលន់របស់ប្រទេសជិតខាង ធ្វើឱ្យប្រទេស ជាតិខ្មែរត្រូវធ្លាក់ទៅក្នុងមហន្តរាយមួយ ដូចគ្នាដែរ ដី និងជាតិខ្មែរនៅកម្ពុជាក្រោមដែលសព្វថ្ងៃបាន ក្លាយទៅជារបស់ជនជាតិសៀមសព្វគ្រប់ដែរ ។

### សកម្មភាពរយៈពេល១ឆ្នាំ :

សារព័ត៌មានខ្មែរប៊ុស្តីចេញផ្សាយនៅទីក្រុង ហ្សឺណែវដែលហ្វីលីប បានប្រកាសដោយចេញមុខ និងដោយក្លាហានថា ជាសារព័ត៌មានខ្មែរឯករាជ្យ គ្មានប្រកាន់និន្នាការនយោបាយ និងប្រកាន់គោល ការណ៍សច្ចៈ យុត្តិធម៌ និងមានឆន្ទៈ ឧត្តមគតិ មនសិការជាតិ ប្តេជ្ញា បំរើផលប្រយោជន៍ជាតិ

និងសង្គមជាតិ ។ រយៈពេល១ឆ្នាំសារព័ត៌មានខ្មែរប៊ុស្តីបានមាន ជីវិតរស់ក្នុងសភាពគួរឱ្យព្រួយបារម្ភដែរ ដោយ សារតែសារព័ត៌មាននេះ កំពុងស្ថិតនៅក្នុងវិវាទ ជាទារកនៅឡើយ ហើយត្រូវការទឹកដោះគោរ និងអាហារដ៏មានរសជាតិជីវជាតិបរិបូរសំរាប់ បំប៉នឱ្យបានធំធាត់ចំរើនវិញឡើង ។

ទារកខ្មែរប៊ុស្តីក្រោយពីបានប្រសូតមកម្តាយ និងឪពុកបានបំប៉នបំបៅដោយទឹកដោះខ្លួនឯង ដែលពុំសូវមានបរិបូរធ្វើឱ្យទារកខ្មែរប៊ុស្តីមាន ពេល ខ្លះ បៅពុំបានគ្រប់គ្រាន់ ហើយមានរូបរាងកាយ ស្មាវស្មមម្តាយឪពុកខិតខំដើរស្វែងរកស្តីទឹក ដោះពីបងប្អូនញាតិមិត្តឱ្យជួយផ្តល់ទឹកដោះ ឬ អាហារពិសេសសំរាប់ទារកយកមកបន្ថែមបំប៉នឱ្យ បានរស់រានមានជីវិតតទៅ ។

មកដល់ថ្ងៃនេះ ទារកខ្មែរប៊ុស្តីមានអាយុបាន ១ឆ្នាំពេញបរិបូរហើយ ហើយទារកនៅតែមាន លក្ខណៈខ្លះខាតទឹកដោះ និងអាហារពិសេសនៅ ឡើយ ពីព្រោះជន្មយពីបងប្អូនញាតិសណ្ឋាននៅ តែពុំទាន់បានគ្រប់គ្រាន់នៅឡើយ ។

ប៉ុន្តែបើកាលណាយើងក្រឡេកមកមើល សកម្មភាពរបស់សារព័ត៌មានខ្មែរប៊ុស្តីវិញ សង្កេត ឃើញថា សារព័ត៌មានខ្មែរប៊ុស្តីបានផ្តល់នូវម្ហូប អាហារយ៉ាងល្អឆ្ងាញ់ជាច្រើនមុខខាងសតិអារម្មណ៍ ដល់សង្គមជាតិខ្មែរ គ្រប់ ស្រទាប់ឱ្យបានក្រប ជញ្ជក់រសជាតិសំរាប់ជីវិតរបស់ខ្លួនបានល្អប្រពៃ គួរជាទីសង្ឃឹមទាំងក្នុងចំណេះវិជ្ជាទូទៅក្នុងការ ដោះស្រាយបញ្ហាសង្គមគ្រួសារ និងសង្គមជាតិ

ក្នុងការរួបរួមសាមគ្គីគ្នាក្នុងការស្រឡាញ់មេត្រី រាប់អានគ្នាក្នុងការជួយសង្គ្រោះគ្នា និងក្នុងការ ចែករំលែកសេចក្តីសុខទុក្ខជាមួយគ្នាប្រៀបដូចជា ក្រុមគ្រួសារតែមួយ ។

មានកិច្ចការជាច្រើន ដែលសារព័ត៌មាន ខ្មែរប៊ុស្តី និងក្រុមប្រឹក្សាភិបាលមានលោក រ៉ូដេរ សំខុន ពិន ជាប្រធានបានរួមដៃរួមចិត្តបំពេញ ភារកិច្ចយ៉ាងអង់អាចក្លាហានហ៊ានចេញមុខ សរសេរអត្ថបទផ្នែកនយោបាយផ្នែកសង្គមកិច្ច ផ្នែកសាសនា ផ្នែកសេដ្ឋកិច្ច ផ្នែកយុត្តិធម៌សង្គម ផ្នែកសិទ្ធិសេរីភាព ជាពិសេសផ្នែកសិក្សាធិការ អប់រំដែលជាស្ថាប័នសំខាន់បំផុត ហើយជាមូល ដ្ឋាននៅក្នុងប្រព័ន្ធនយោបាយដឹកនាំប្រទេសជាតិ ទៅតាមគោលការណ៍របបប្រជាធិបតេយ្យពិត ប្រាកដប្រជានឹងរបបផ្តាច់ការ ដែលស្ថិតនៅ មានក្នុងប្រទេសនានាមួយចំនួនរួមមានទាំង ប្រទេសខ្មែរផងដែរ ដែលកំពុងធ្វើនយោបាយ រណបប្រទេសជិតខាងមួយធ្លាប់មានមហិច្ឆិតា លោភលន់រឹបអូសយកទឹកដីខ្មែរ ។

ការសរសេរអត្ថបទផ្សព្វផ្សាយអំពីបញ្ហាពិតៗ ដែលកើតមាននៅក្នុងប្រទេស និងក្រៅប្រទេស ខ្មែរ ហើយដែលប៉ះពាល់ដល់ផលប្រយោជន៍សំខាន់ៗ និងអាយុជីវិតនៃប្រទេស និងជនជាតិខ្មែរនេះ គឺជាគោលការណ៍ និងជាគោលបំណងធំធេងរួម របស់សារព័ត៌មានខ្មែរប៊ុស្តី ដែលមានអាយុបាន១ ឆ្នាំកន្លងទៅនេះ ។

ក្រុមប្រឹក្សាភិបាលសារព័ត៌មានខ្មែរប៊ុស្តីបាន ប្តេជ្ញាចិត្តថា នឹងបន្តកិច្ចប្រឹងប្រែងស្វែងរក ព័ត៌មានដំណឹង និងមតិយោបល់ល្អៗមានអត្ថ- ប្រយោជន៍សំខាន់ៗ ដល់មាតុភូមិ និងជនជាតិខ្មែរ

ដើម្បីផ្តល់ចំណេះដឹង និងទស្សនវិស័យជាពន្លឺ ដល់សតិបញ្ញាសតិសម្បជញ្ញៈវិចារណញ្ញាណ និង សុឆន្ទៈដែលប្រជាពលរដ្ឋខ្មែរម្នាក់ៗ ដើម្បីជួយ គ្រោងស្រង់សង្គមគ្រួសាររបស់ខ្លួន និងសង្គមជាតិ ទាំងមូលឱ្យបានស្ថិតនៅក្នុង ឯករាជ្យភាព ឧត្តម- ភាព ឥស្សរភាព សិទ្ធិសេរីភាព សុខសន្តិភាព និង និរន្តរភាពជារៀងរហូតតទៅ ។

រយៈពេល១ឆ្នាំ នៃសារព័ត៌មានខ្មែរប៊ុស្តី គឺជា ពេលវេលាពោរពេញទៅដោយសេចក្តីសង្ឃឹម សេចក្តីសប្បាយរីករាយសេចក្តីស្រឡាញ់មេត្រី រាប់អាន និងសេចក្តីរួបរួមសាមគ្គីគ្នាយ៉ាងជិតស្និទ្ធ រវាងអស់លោក លោកស្រី អ្នកនាងកញ្ញា ជាប្រិយ មិត្តអ្នកអានគ្រប់មជ្ឈដ្ឋាន ដែលបានជួយគាំទ្រ ឧបត្ថម្ភ ផ្គត់ផ្គង់ ឱ្យសារព័ត៌មានខ្មែរប៊ុស្តីបានរស់ រានមានជីវិត រហូតមកដល់ថ្ងៃនេះ ហើយមាន សង្ឃឹមយ៉ាងមាំមាំ ទៅថ្ងៃមុខប្រិយមិត្តទាំងអស់ នឹងនៅតែបន្តការគាំទ្រ ហើយនឹងខំបង្កើនការ គាំទ្រកាន់តែខ្លាំងឡើងទៀត ជួយផ្តល់មធ្យោបាយ ផ្នែកហិរញ្ញវត្ថុ ដើម្បីឱ្យយើងខ្ញុំមានលទ្ធភាពពេញ បរិបូរក្នុងការពង្រឹង និងពង្រីកសកម្មភាពខាង ប្រមែប្រមូលព័ត៌មានដំណឹង និងអត្ថបទសំខាន់ៗ យកមកចុះផ្សាយជូនអានឱ្យបានកាន់តែពេញ ចិត្តមិនឱ្យខុសបំណងឡើយ ។

ក្រុមប្រឹក្សាភិបាលសូមប្រសិទ្ធពរជ័យសិរីមង្គល វិបុលសុខមហាប្រសើរគ្រប់ប្រការ មានក្តីសុខសាន្ត ចំរើនរុងរឿងមានអាយុយើងយូរ និងមានជោគ ជ័យនៅក្នុងកិច្ចប្រកបការងារប្រចាំជីវិត ព្រម ទាំងមានសុភមង្គលល្អប្រពៃនៅក្នុងគ្រួសារគ្រប់ៗ គ្នាកុំបីឃ្លាងឃ្លាតឡើយ ។

សូមអរគុណ !

## ART OF WELLNESS CENTER





"Integrating Holistic Healthcare for the Mind, Body, and Spirit."  
(215)305-2238  
www.artofwellnesscenter.com



មន្ទីរសុខភាព "Art of Wellness" ទទួលព្យាបាលបញ្ហាផ្លូវចិត្តនិងកាយធ្វើទៅតាមទម្លាប់ និងជំនឿរបស់លោកអ្នក របៀបបច្ចេកទេស និងបច្ចេកវិទ្យាបច្ចិមប្រទេស ។

**ចំពោះលោកអ្នកមានការលំបាកណាមួយដូចមិនទាន់ខ្លាចគ្រោះ:**

⊗ ធ្លាក់ទឹកចិត្ត	DEPRESSION	⊗ ឈឺខ្លួនប្រាណាគ្រប់កន្លែង	PAIN MANAGEMENT
⊗ ការថប់អារម្មណ៍	ANXIETY	⊗ មានវិបត្តិក្នុងគ្រួសារ	FAMILY ISSUES
⊗ ភាពតានតឹង	STRESS	⊗ ការញៀន និងអ្វីមួយ	ADDICTION ISSUES
⊗ មានកំហឹងច្រើន	ANGER MANAGEMENT	⊗ សុខភាពស្ត្រី	WOMEN'S HEALTH

**ទទួលព្យាបាលបានគ្រប់ទម្រង់**

**របៀបព្យាបាល TREATMENT TYPE**

- ⊗ ប្រើមូលត្រីតថ្នាំ ⊗ Acupuncture
- ⊗ ចាប់សរសៃ ⊗ Acupressure
- ⊗ ចិត្តវិទ្យា ⊗ Psychotherapy
- ⊗ យោគ/ ការវិនា ⊗ Yoga / Meditation

**ចេត្តិបណ្ឌិតនិងអ្នកជំនាញការមានបទពិសោធន៍ច្រើនឆ្នាំ នៅប្រទេសចិន និង នៅសហរដ្ឋអាមេរិក ៗ**

**សូមអញ្ជើញទូរស័ព្ទ ឬមកមន្ទីរពេទ្យសុខភាពយើងខ្ញុំ ដើម្បីពិគ្រោះវិធីព្យាបាល**

**ART OF WELLNESS CENTER**  
647 BAINBRIDGE SREET  
PHILADELPHIA, PA 19147  
215-305-2238  
កាលាខ្មែរតាតស ប៊ុន ព័ត : 267-242-8526



# កោតសរសើរ សុបិន ថាច់

...សុបិន ថាច់ បានសម្រេច អនាគតនៅ ពេលទទួលបរិញ្ញាប័ត្រឧត្តមសិក្សានៃសាកល វិទ្យាល័យ "ផែនស៊ីវិល ឆ្នាំ ២០០៥" កាលពីថ្ងៃទី ១៦ ឧសភា ឆ្នាំ ២០០៥

Bachelor of Science

Major in Human Development and Family Studies

Minor in Civic and Community Engagement មុននេះ១០ឆ្នាំសោះ សុបិន បានចេញផុតពីជីវភាពភិតភ័យ ខ្លះមុខ ខ្លះ ក្រោយ នៃគ្រួសារខ្មែរមួយនៅជនបទកម្ពុជា ក្រោម នាស្រុក បាយដៅ ខេត្តព្រះត្រពាំង មកដល់សហរដ្ឋអាមេរិកអាយុ១៧ឆ្នាំ ជាមួយ បងប្អូនបីនាក់ ដែលមានវិបត្តិក្នុងគ្រួសារ សុបិន បានប្រឹងពុះពារគ្រប់ឧបសគ្គមានទាំងសុខ- ភាពទាំងសេដ្ឋកិច្ចតែនៅសហរដ្ឋអាមេរិក នេះ ដៃនៃមនុស្សមានសប្បុរសធម៌ជាច្រើន បានយឺតយោងលើកទឹកចិត្ត សុបិន រហូតដល់ ឆ្លងឧបសគ្គទាំងឡាយនោះរួច ។

មិនត្រឹមតែខិតខំក្នុងកិច្ចការងារសាកល វិទ្យាល័យ សុបិន បានរំលែកនៅពេលមក



សិក្សាវិជ្ជាវប្បធម៌ខ្មែរប្រវត្តិសាស្ត្រ ជាពិសេស វិជ្ជាជាសាធារណៈទៀត នាឆ្នាំចុងក្រោយ នេះ សុបិន បានធ្វើកិច្ចការងារក្នុងវិស័យផ្តល់ ព័ត៌មានឱ្យសហគមន៍ខ្មែរនៅឆ្នេរខាងកើតនៃ សហរដ្ឋអាមេរិកនេះ បានផ្តល់លទ្ធផលគួរឱ្យ គោរព ។

ខ្មែរបុស្តិ៍សូមកោតសរសើរ ហើយជូនពរ ឱ្យប្រកបជោគជ័យប្រសើរក្នុងជីវិត ។

# ជូនពរដល់អ្នកព័ត៌មាន ស៊ីដន ប៊ូ

...ស៊ីដន ប៊ូ ជាបុរស ដ៏មាន ចំនួនតិចតួចនៅហ្វីឡាដែលហ្វីយ៉ា ដែលមានជំនាញបំរើ វិស័យព័ត៌- មានជូនសហគមន៍ខ្មែរបាន ។ ស៊ីដន បានបំរើវិទ្យុសម្លេងខ្មែរ- អាមេរិកាំង នៅផែនស៊ីវិលនោះ ចំនួនបួនឆ្នាំថ្ងៃទី ១០ ឧសភា កន្លង ទៅនេះ មិត្តភក្តិបានធ្វើពិធីជប់ ល្ងើងដ៏រីករាយមួយនៅស្ថានីយ៍



ស៊ីដន ប៊ូ ដែលអនុញ្ញាតឱ្យ ស៊ីដន ឆ្លៀតឱកាសបន្ទាប់ពីការ ងារជាងផ្ទះ បូជាឡានមក បញ្ចេញស្នាដៃជាអ្នកផ្សាយ សម្លេងវិទ្យុសម្លេង ខ្មែរ-អាមេរិ- កាំងនៅហ្វីឡាដែលហ្វីយ៉ាបាន ។

ធ្វើការងារយ៉ាងស្វិតស្វាញ សុច្ឆ័រិត តែមិនទៀងទាត់ ដោយ សារខ្លះលិខិតស្នាក់អាស្រ័យស្រប

Jenkintown ដើម្បីបង្ហាញភរិយាដ៏ស្រស់ច្រឡឹង ឈ្មោះ ពុទ្ធិឡារី ជាអ្នកគ្រូបង្រៀនសាធារណៈមតាផង និងជាគ្រូបង្រៀនអង់គ្លេសផង ។ បុរសរូបស្រស់សំដី បាននិយាយតិចតួចខ្លាំង ឥឡូវមិនហាក់លោតបាន ដូចមុនទៀតឡើយ ។

កាលពីមកដល់អាមេរិក កាលពី២០ឆ្នាំមុន ស៊ីដន ពុំបានធ្វើអ្វីឱ្យបានច្បាស់លាស់ទេ រៀនក៏មិនបាន ដោយត្រូវប្រយុទ្ធស្នាប់រស់ជាមួយជំងឺរលាកក្រពះ និងរលាកស្រោមខួរក្បាល ។ ជំងឺដែលអស់សង្ឃឹម ថា នឹងជួយស្រោចស្រង់ជីវិតបានបែរជាមកជាដាច់ ស្រឡះ ដោយសារព្រះធម៌ ស៊ីដន បានទទួលការ ណែនាំឱ្យសម្មាធិវប្បនាចំនួន១០ថ្ងៃ នៅមជ្ឈមណ្ឌល ហ្គេអិនកា ជម្ងឺរាវីក់ជាសះរហូត ពីឆ្នាំ១៩៩៧ រហូតមកដល់សព្វថ្ងៃ ។ តិចប៉ុន្តែពេលនោះហើយ ដែល ស៊ីដន អាចទៅរៀនសូត្របាន រហូតដល់ទទួល បាន Associate Degree ខាងគ្រឿងយន្តរៀនធ្វើ ផ្ទះចុងបញ្ចប់ទៅរៀនវិជ្ជាសារព័ត៌មាន៦ខែ នៅវា-

ច្បាប់រហូតដល់ឆ្នាំ ២០០៣ ទើប ស៊ីដន ទទួលដំណឹង តាមរយៈវិទ្យុខ្មែរអាមេរិកាំងថា ច្បាប់អនុញ្ញាតឱ្យ ជនឥតច្បាប់អាចទៅសុំអន្តោប្រវេសន៍បាន ។ តែ មួយឆ្នាំក្រោយ ស៊ីដន អាចទទួលសញ្ញាតិអាមេរិកាំងបាន ហើយ ក៏ស្វែងរកភាពនឹងហ្មត់ការងារផង និងក្នុង ជីវិតផង គាប់ជូន ស៊ីដន បានទទួលការណែនាំម្តង ទៀត ឱ្យទៅជួយគ្រួសារខ្មែរអ្នកជនបទអ្នកស្លូតត្រង់ នៅតាខ្មៅ ស៊ីដន ក៏បានជួបអ្នកគ្រូបង្រៀនចិត្ត ពុទ្ធិឡារី ឆ្នាំ២០០៨ ។ ពុទ្ធិឡារី មានចារឹកជាអ្នករូសរាយនិយាយ ច្រើន ចេះគូសម្លេងធ្វើឱ្យ ស៊ីដន បង្កើនការខិតខំ លើការងារចិញ្ចឹមជីវិតយ៉ាងតឹងរឹងថែមទៀត ដោយ គ្មានកូញក្រែង ដើម្បីអនាគតថ្មីថ្កោងរបស់ខ្លួន ។ ការងារ នៅក្រៅផ្ទះជួបភ្ញៀវស្រីប្រុសច្រើនរបស់ ស៊ីដន ពុទ្ធិឡារី និយាយថា "ខ្ញុំនឹងមិនបង្ហាត់ក្រពើឱ្យហែលទឹកទេ" ។ ខ្មែរបុស្តិ៍ជូនពរមហាប្រសើរដល់គូរស្វាមីភរិយា អ្នក "ក្រសែត" ឱ្យទៅជាអ្នក "មានសេត" ឱ្យបាន យ៉ាងឆាប់រហ័ស ។

## AMERICAN LEGION POST 153 PRESENTS



### FRANTIC

DJ FRIDAY AND SATURDAY  
FROM 9 P.M. - 3 A.M.  
MEMBERS ONLY  
SMOKING PERMITTED

សូមអញ្ជើញមកតែពាយ ពិសាអាគារសង្ខៈ ព័ត៌មាននៅ "ហ្វ្រង់តិក"

2514 S. 24TH ST.  
PHILA., PA 19145  
215-551-1950

### បន្ទាប់ពីធ្វើការងារហាត់ខ្សែ!

- កន្លែងកំសាន្តធំទូលាយ - ស្តាប់ភ្លេងយ៉ាងពិរោះអស្ចារ្យ បូកបូកប៊ីយ៉ា ក៏មានជូនកំសាន្តដែរ ។
- យើងខ្ចីរីករាយណាស់នឹងឃើញលោក-អ្នកអញ្ជើញ មក !
- ថ្ងៃសុក្រ-សៅរ៍ ពិរោះដល់ម៉ោង៣ព្រឹក DJ នឹង បំប្លែងអារម្មណ៍ លោក-អ្នកតាមតន្ត្រីសំរាំងថ្មីៗ




### ចង់ជួលសាល ឬចង់បាយម្ហូប ជប់ល្ងើង យើងធ្វើជូនបាន !

HALL RENTAL & CATERING  
AVAILABLE REASONABLE PRICE

## NEW ASIA AMERICA TRAVEL, INC.

### Domestic & International Travel Services

Serve all major airlines:

Tours-cruises

Reentry permits/visa

Passport photos

Honeymoon packages – specials

Single paper

Special Group Tours

Walt Disney 4-8 days

Las Vegas 4-7 days

California 7-10 days

Hawaii 6-14 days

Caribbean –Mexico

Europe 7-21 days

Asia: China, Hong Kong, Singapore, Malaysia, Thailand, Cambodia 10-21 days.

Money Transfer (Vietnam only)

Citizenship test

Pin and Pinless phone cards.

បំរើលោកអ្នកងាយក្រុមហ៊ុនអាកាសចរណ៍ទាំងអស់

រៀបចំដំណើរកំសាន្ត "ឌូ" តាមនាវា លើទឹកដីការ "រីកល្អ កើត" រួចឥតអាករលើទឹកដីខ្មែរ

ទេសចរណ៍ស្នាក់នៅ ទិញទិញទិញ

រៀបចំធ្វើដំណើរពិសេសជាមួយក្រុម ដំណើរទៅ "រាជធានីភ្នំពេញ" ៥-៧ ថ្ងៃ

ដំណើរទៅ "ឡាសវេហាស" ៥-៧ ថ្ងៃ

ដំណើរទៅ "កាលីហ្វ័រញ៉ា" ៧-១០ ថ្ងៃ

ដំណើរទៅ "ហាវ៉ៃ" ៦-១៤ ថ្ងៃ

ដំណើរទៅ "អូស៊ីន-មីកស៊ីន" ដំណើរទៅ "តូរ៉ូ" ៧-២១ ថ្ងៃ

ដំណើរទៅអាស៊ី : ចិន, ម៉ាឡេស៊ី, ថៃ, កម្ពុជា

ដំណើរទៅ ជប៉ុន

ដំណើរទៅ កូរ៉េ-កម្ពុជា ១០-២១ ថ្ងៃ

ធ្វើការផ្ញើប្រាក់ (រៀបចំការបញ្ជូនប្រាក់)

ធ្វើលេខសម្រាប់ទូរស័ព្ទ

មានការទូរស័ព្ទ មានលេខសម្រាប់ ប្តូរ

Dung Phat Plaza Tel: (215) 468-7876

1110 Washington Ave., #6 Fax: (215) 468-7917

Philadelphia, PA 19147 E-mail: info@naatravel.com

www.newasia-americantravel.com



# តមកទំព័រទី ០១ ខ្មែរ-លាវធ្វើបុណ្យ...

លាវធ្វើបុណ្យចូលឆ្នាំថ្ងៃ ១៦ ឧសភា គឺខែក្រោយថ្ងៃចូលឆ្នាំកំណត់ រីឯខ្មែរជួបជុំគ្នា ដើម្បីសម្ដែងកំណើតសមាគមពាណិជ្ជករខ្មែរ ផ្លូវលេខ៧ ។

ថ្ងៃត្រូវតែមានរូបរាង និងវប្បធម៌ស្រដៀងគ្នាតែសហគមន៍ទាំងពីរ ពុំដែលធ្វើអ្វីជារួមគ្នាទេ ។ រស់នៅលើដងផ្លូវលេខ៧ជាមួយគ្នាមានមុខរបរចំរុះគ្នាតែក្រុមនីមួយៗមានវត្តតែរៀងៗខ្លួន, ធ្វើពិធីជប់លៀងដាច់ពីគ្នា, ទៅរកអ្នកជួយណែនាំសង្គមកិច្ចខុសគ្នា ដូចជាលាវទៅរក " ស៊ី-ម៉ាក់ " ច្រើន រីឯខ្មែរទៅរក "សមាគមខ្មែរ" ឬ ក៏ទៅ "សមាគមព្រឹទ្ធាចារ្យ" ច្រើនទៅវិញ ។ សូម្បីតែនយោបាយក៏មិនទៅរកគ្នាដែរ ។

ថ្ងៃ ១៦ ឧសភា ឆ្នាំ ២០០៥ ចាប់តាំងពីម៉ោង ៥ព្រឹកទៅ ហាក់ដូចជាមានអ្វីកំពុងផ្លាស់ប្តូរសហគមន៍ទាំងពីរមានតាំងលក់វត្ថុអនុស្សាវរីយ៍មានតាំងម្តងម្កាលអាហារកញ្ចប់សម្រាប់បរិភោគភ្លាមៗ ឬសម្រាប់ទុកយូរថ្ងៃមានលក់សាច់អាំង ឬក្តី ឬគ្រុំ បន្តគ្នាតាមផ្លូវ ពុំអាចនរណាទាយបានថា អ្នកណាជាខ្មែរ ឬក៏ជាលាវបានឡើយ ។



គេរលាក់ដៃគ្នាមានទឹកមុខរីករាយលូកទឹកញី សាច់អាំងទៅវិញទៅមកនិយាយចំអន់គ្នាទៅវិញទៅមក ហើយជាពិសេស

គេអបអរសាទរការសំដែងសិល្បៈ ភ្លេងរាំ ទាំងពីរខាងហាក់ ដូចជាចង់រំលឹកនូវមិត្តភាពនៃការទទួលបាននូវទារណកម្មពីរបបកុម្មុយនិស្តដូចគ្នា ។ គេតែងពួកគ្នាថា " លាវចូលចិត្តសប្បាយ " រីឯ "ខ្មែរចូលចិត្តឆាប់ខឹង " តែថ្ងៃទី ១៦ នោះ ទាំងកុមារាកុមារី ទាំងយុវជន យុវចាស់ យុវទុំ ភាពរីករាយស្រឡាញ់រាប់អានគ្នាបានបង្ហាញយ៉ាង ច្បាស់គេសង្ឃឹមថា អ្នកទាំងនោះនឹងពួតដៃគ្នាបង្កើនសោភ័ណភាព និងអំណាចនៃសហគមន៍រៀងៗខ្លួននៅក្នុងតំបន់នៃជីវភាពរបស់ខ្លួនជាមិនខាន ។



**Nationwide**  
Insurance & Financial Service  
**សេវាធានារ៉ាប់រង និងហិរញ្ញវត្ថុ**  
We offer Cheap Price for Every Client  
**យើងធ្វើជូនគ្រប់ភ្ញៀវដោយតម្លៃទាប**

Business Liability Insurance	ធានារ៉ាប់រងជំនួញណាកអ្នក
Home Insurance	ធានារ៉ាប់រងផ្ទះសំបែង
Health Insurance	ធានារ៉ាប់រងសុខភាព
Auto Insurance	ធានារ៉ាប់រងរថយន្ត
Life Insurance	ធានារ៉ាប់រងជីវិត

**Discount 30% when you purchase Home & Auto Insurance**  
ចុះតម្លៃ ៣០ % បន្ថែមបើលោកអ្នកទិញធានារ៉ាប់រងផ្ទះ និងរថយន្តរួមគ្នា

South Philadelphia office: 600 Washington Ave Suite #8 Philadelphia, Pa 19147 Tel: (215) 463-1257 Fax: (215) 463-2036  
North Philadelphia office: 6603 Bustleton Ave. Philadelphia, Pa 19149 Tel: (215) 335-2140 Fax: (215) 335-2147

ទិសដៅដ៏ជិត ពិសេសជាមួយស្ត្រីអាស៊ីអាមេរិកប្រចាំខ្មែរ រដ្ឋប៉េនស៊ីលវ៉ានី ដោយឥតគិតថ្លៃ

កម្មវិធីរស់នៅប្រកបដោយសុខភាពល្អ សំរាប់ម្តាយ និងប្រព្រឹត្តិ រៀនសូត្រទាំងអស់គ្នា ពីយុវជន ទៅយុវជនាង

មិថាសលំដឹង អំពីសុខភាពប្រព្រឹត្តិអាស៊ីអាមេរិកាំង ដោយឥតគិតថ្លៃ សំរាប់អ្នក និងអ្នកដែលអ្នកស្រឡាញ់

- សុខភាពស្តង់ និងប្រារព្ធស្តង់
- មហាវិភាគស្តង់
- មហាវិភាគស្តង់
- ការណែនាំប្រព្រឹត្តិអាស៊ីអាមេរិកាំង និងស្តង់ សំរាប់ប្រព្រឹត្តិ ដោយឥតគិតថ្លៃ ដែលមានសុវត្ថិភាពខ្ពស់បំផុត

ថ្ងៃអាទិត្យ ទី៧ ខែមិថុនា ឆ្នាំ២០០៥  
ម៉ោង ១០:០០ព្រឹក - ២:៣០ល្ងាច

**Sheraton Philadelphia City Center Hotel**  
17<sup>th</sup> Race Street, Philadelphia

American Cancer Society  
susan G. Komen FOR THE CURE PHILADELPHIA  
1.800.ACS.2345  
www.cancer.org  
Hope.Progress.Answers.®



# បោះឆ្នោតនៅក្រុងហ្វីឡាដែលហ្វី

ដោយ : ពិន សំខុន

●●●សហគមន៍ខ្មែរ តំណាងឱ្យក្រុមអតិថិជនស្ម័គ្រចិត្តរួមគ្នាសហគមន៍អាមេរិកាំង, វៀតណាម, ចិន បានចូលរួមយ៉ាងសកម្មក្នុងព្រឹត្តិការណ៍នយោបាយ កាលពីថ្ងៃទី ១៩ ឧសភា ២០០៩ កន្លងមកនេះ ដោយអ្នកទាំងនោះ បានស្ម័គ្រចិត្តទៅឃោសនាគាំទ្របេក្ខជននយោបាយ ដើម្បីឱ្យពលរដ្ឋក្នុងតំបន់ដែលមានជនជាតិអាស៊ីច្រើនរស់នៅឱ្យចេញមកបោះឆ្នោត ។



គឺជាការបោះឆ្នោតជុំទី១ ដើម្បីជ្រើស យកបេក្ខជនម្នាក់ខាងគណបក្សប្រជាធិបតេយ្យ និងម្នាក់ទៀត ខាងគណបក្សសាធារណរដ្ឋ ឱ្យមកឈរជាបេក្ខជនសម្រាប់ តួនាទីគណរដ្ឋ-អាជ្ញាសម្រាប់ហ្វីឡាដែលហ្វីយ៉ា ។

ភាគីទី ១៩ ឧសភានោះ លោក សិរីត ប៊ែន , លោក ជនសានី សុខ ដែលបានធ្វើ សកម្មភាពចែកខិតប័ណ្ណពេញមួយថ្ងៃសំដែងការនឿបតំណែងរដ្ឋបាលក្នុងស្ថានភាពនយោបាយ នៅម៉ោងដប់យប់ នាភោជនីយដ្ឋានអាស៊ីមួយ នៅជ្រុងផ្លូវ វ៉ាសិនតោន

និង ១១ តែអ្នកទាំងពីរមន្ត្រីនឹង លោក ម៉ារីន ថាច់ ម្នាក់ទៀត នៅសប្បាយចិត្ត ដោយបានទទួលដំណឹងក្រៅផ្លូវការថា បេក្ខជនដែលខ្លួនបានគាំទ្រនោះ បានសន្លឹកឆ្នោតច្រើនជាងគេ ។

នាមុនប្រកាសលទ្ធផល បន្តិច Lan Nguyen ជាអ្នកគាំទ្របេក្ខជនដដែល បានទស្សន៍ទាយថា Seth Williams ជាបេក្ខជនទី១ បន្ទាប់មក មានឈ្មោះ Mc Caffery ជាទី២ រហូតដល់ទី៤ រីឯលទ្ធផល សម្រាប់គណបក្សប្រជាធិបតេយ្យចេញដូច Lan ទាយទុកមែន នេះដោយសារជនជាតិ

វៀតណាមម្នាក់នេះបានស្គាល់គន្លឹះនយោបាយនៅក្រុងមួយនេះបានច្រើនឆ្នាំ ។ សម្លេងហើរកញ្ជ្រៀមទទួលស្គាល់ ជ័យជំនះ Seth William

បានផ្ទុះឡើងក្នុងរង្វង់អ្នកគាំទ្រប្រមាណ ២០នាក់ ដែលនៅទីនោះ ។

នៅខែតុលាខាងមុខ Seth William គណបក្សប្រជាធិបតេយ្យ នឹងជួបប្រឈមមុខ Micheal Untermayer គណបក្សសាធារណ រដ្ឋ ក្នុងតួនាទី District Attorney ។ ម្នាក់ទៀត Alan Burkovitz ខាងប្រជាធិបតេយ្យ HE Schmidt ខាងសាធារណរដ្ឋ ក្នុងតួនាទី City Controller ។

## បុណ្យផ្កាសាមគ្គីឧបត្ថម្ភកងទ័ពខ្មែរ ការពារព្រំដែន

សមាជិកសមាជិការស្ម័គ្រចិត្តយើងខ្ញុំសូមជំរាបសួរ និងសូមគោរពអញ្ជើញបងប្អូនរួមជាតិខ្មែរទាំងអស់ចូលរួមពិធីបុណ្យផ្កាសាមគ្គី មួយក្នុងគោលបំណងស្វែងរកការរួបរួមសាមគ្គីគ្នា និងវិវឌ្ឍសប្បុរសឧបត្ថម្ភគាំទ្រកងទ័ព បងប្អូនខ្មែរ ដែលកំពុងរងគ្រោះដោយសារការឈ្លានពានព្រំដែនខុសច្បាប់ពីសំណាក់កងទ័ពថៃ ។ ក្រុមស្ម័គ្រចិត្តយើងខ្ញុំបានប្រារព្ធពិធីបុណ្យនេះ មិនយកកំរៃ យកផលប្រយោជន៍ និងបំរើគណបក្សនយោបាយណាមួយឡើយ គឺយើងធ្វើឡើង ដើម្បីប្រយោជន៍ដល់ដីខ្មែរយើងទាំងអស់គ្នា ។

យើងខ្ញុំសង្ឃឹមជឿជាក់ថា បងប្អូនជនរួមជាតិខ្មែរយើងទាំងអស់គ្នាពិតជាចំណាយពេលដ៏មានតម្លៃមកចូលរួមបុណ្យផ្កាសាមគ្គីនេះ កុំបំភាន់ខ្លួនឡើយ ។

ទីកន្លែងបុណ្យវត្តខ្មែរពលស័យ ។ ដីធ្លីដែលមានអាសយដ្ឋាន :

2701 S.58th St, Phila, PA 19143

កាលបរិច្ឆេទ : ថ្ងៃទី២៥ ខែតុលា ឆ្នាំ២០០៩ ម៉ោង ៩ :០០ ព្រឹក ដល់ ៦ :០០ ល្ងាច ។

កម្មវិធីបុណ្យ : ម៉ោង ១០:០០ ព្រឹក និមន្តព្រះសង្ឃសូត្រមន្ត និងប្រគេនចង្កាន ។

ម៉ោង១២:០០ ភ្ញៀវភិក្ខុយសទទួលទានអាហារកំដរដោយរងក្លែងតូរតន្ត្រីកំសាន្តផងដែរ ។

បន្ថែម : បើមានសំណួរឯមានសន្យាជូនដំណឹង បរិច្ចាគថវិកា សូមទាក់ទងយើងខ្ញុំដូចមានរាយនាមដូចខាងក្រោម :

ចាន់ ហម ២១៥ ៩២៧ ៦៩០១ , សូត្រ ហ៊ុ ២៦៧ ២៤៣ ២៤២៣ ហ៊ុច វិសាខា ២៦៧ ៩០១៨៩៩២ , មាស ជា ២១៥ ៨៣៣ ៣៦៦៩ ញ៉ាយ ចំរើន ២៦៧ ២២៦ ៧៨៦១ , សេង ២៦៧ ២៣៥ ៧៩៩៥ រស់ អាឡេច ២៦៧-៥៧០-៧៤៤៩ ។

**PHO 488**  
Vietnamese Restaurant

320 W. Oregon Avenue, Suite 1, Philadelphia, Pa 19148  
Tel. 215-952-6688

Open: 7 days a week. Sunday – Thursday: 9a.m.–9 p.m.  
Friday & Saturday: 9a.m. –10 p.m.

### បើកទទួលភ្ញៀវរៀងរាល់ថ្ងៃចាប់ពីម៉ោង ៩ ព្រឹក ម៉ោង ៩ ល្ងាច

### លើកលែងតែថ្ងៃសុក្រ និងសៅរ៍ បើករហូតដល់ ១០ យប់

- យើងមានមុខម្ហូបសំរាប់ពិសារហាយ មាន គុយទាវ មាននំបញ្ចុក ហើយជាពិសេសមានធ្វើ "ហ្វី" គ្រប់មុខ ជូនពិសារយ៉ាងឈ្ងុយឆ្ងាញ់
- បុគ្គលិកយើងខ្ញុំនិយាយភាសាខ្មែរ រងចាំបំរើអតិថិជនមិនឱ្យខុសបំណងឡើយ



តមកដំណើរ ០៤

បទសម្ភាសន៍ក្នុងសន្និសីទ...

នៅអាមេរិក នៅយូរៗ មាន អាឡឺម៉ង់ បារាំង អ៊ីតាលី... ។ល។ គឺយើងបាន ធ្វើហាបាតុកម្ម ជាប្រវត្តិសាស្ត្រ កាលពីថ្ងៃទី៨ ឧសភា កន្លងមក នេះ នៅទីក្រុង ហ្សឺណែវ មានមនុស្សប្រមាណ ៥០០នាក់ចូលរួម ដែលនេះជាស្មារតីចេះជួយ គ្នារវាងខ្មែរ និងខ្មែរក្រោម ហើយទីពីរ គណ- កម្មការយុវជនខ្មែរ និងខ្មែរក្រោម បានសម្រេច ការងារដ៏សំខាន់រួមគ្នាមួយទៀត ដោយបាន សរសេរព្រឹត្តិការណ៍ថ្ងៃទី ៨ ដល់ ១៥ ឧសភា ហ្នឹង ។ រឿងចុងក្រោយ គឺយើងបានសម្រេចចិត្តធ្វើទិវា មួយដែលមានឈ្មោះថា " ទិវាកម្ពុជាក្រោម " នៅថ្ងៃខួបទី ៦០ ដែលកម្ពុជា បានត្រូវបារាំងចុះ ហត្ថលេខាថ្ងៃទី៤ មិថុនា ១៩៤៩ ប្រគល់កម្ពុជា ក្រោមទៅឱ្យយួន មិនប្រគល់មកខ្មែរវិញទេ ដែលសំខាន់នោះ យើងនឹងធ្វើនៅប្រទេសបារាំង នាទីក្រុងប៉ារីស ដែលជាទីនៃអ្នកសន្សំរឿង សន្សំទុក្ខឱ្យខ្មែរ ហើយនៅពេលនោះ នឹងមាន សភាយុវប្ប ដូចជាលោក MARCO នៅ ITALY លោកថា នឹងមក ហើយហោសភាប្រទេសផ្សេងៗ ទៀតឱ្យចូលរួមផង ដូច្នេះនេះ ក៏ជាការសម្រេច ផែនការបីខែរបស់សហព័ន្ធ ដើម្បីប្រវត្តិសាស្ត្រ ខ្មែរក្រោម. ដើម្បីវប្បធម៌ អក្សរសាស្ត្រខ្មែរ ក្រោម ដែលយួនខំបំបាត់ពីពិភពលោក ។

**សុបិន ថាច់ :** ស្តាប់ទៅលោកកំពុងជួយ យុវជន និងខ្មែរក្រោមយ៉ាងពេញទំហឹងនៅលើ ពិភពលោក តើលោកនឹងជួយយុវជននៅស្រុក យួន និងនៅស្រុកខ្មែរ ដែលកំពុងតែបាត់បង់ អត្តសញ្ញាណនោះរបៀបណា ?

**ថាច់ដុកថាច់ :** ដំណើររបស់សហព័ន្ធខ្មែរ កម្ពុជាក្រោម គឺមានចក្ខុវិស័យមួយ ដែលមាន ឈ្មោះថា " ដំណើរឆ្ពោះទៅកាន់មាតុភូមិ " គឺ១ ដំណាក់កាលនៅអន្តរជាតិ ទី២- ដំណាក់កាល នៅកម្ពុជា ទី៣- ដំណាក់កាលនៅកម្ពុជាក្រោម ។ នៅដំណាក់កាលទី១ ថ្មីត្រូវតែខ្មែរធ្លាប់ច្បាំង ជាមួយបារាំង, ជាមួយជប៉ុន, ជាមួយអាមេរិកាំង អ៊ីដាដើម គេភ្លេចអស់ហើយ ពីវត្តមានរបស់ខ្មែរ ក្រោម ពីព្រោះទឹកដីនោះ បានក្លាយទៅជារបស់ យួន, យើងកំពុងខិតខំឱ្យគេដឹងឡើងវិញ នៅ ដំណាក់កាលអន្តរជាតិ ឱ្យគេដឹងថា មានខ្មែរ ជាច្រើនរស់នៅលើទឹកដីនាទីនោះនៅឡើយ. ខ្ញុំ ចង់ឱ្យបងប្អូនខ្មែរដឹង ហើយបើដឹងនោះ នោះ ទឹកចិត្តស្នេហាជាតិ និងទឹកដីនឹងរះឡើងមក វិញ ហើយជាចុងក្រោយ គឺខ្ញុំចង់ឃើញបងប្អូនខ្មែរ នៅទឹកដីខាងក្រោមនោះ មានជីវភាពប្រសើរ មានការទ្រទ្រង់វត្តអារាមបាន ហើយជាពិសេស ទ្រទ្រង់ជីវភាពគ្រួសារ ឱ្យកូនចៅទៅរៀនសូត្រ

បានសេរីភាព និងអ្នកឯទៀតបាននៅសហរដ្ឋ អាមេរិកនេះ គេទទួលសិស្សពីស្រុកយួន ឱ្យមក រៀន ៧-៨ឆ្នាំនាក់ កូនខ្មែរមានតែបីប្អូននាក់ ហើយមិនហ៊ាននិយាយថា កូនខ្មែរទៀត- រីឯនៅ អូស្ត្រាលីឆ្នាំទៅមានកូនសិស្សបញ្ជូនឱ្យទៅ រៀនប្រមាណ ៤០០០នាក់ គ្មានកូនខ្មែរក្រោម ម្នាក់ទេ- ខ្ញុំចង់ឃើញបងប្អូនខ្មែរក្រោមមាន សេរីភាពគ្រប់គ្រាន់ក្នុងការរស់នៅ និងការធ្វើ ដំណើរទៅជិតឆ្ងាយ - ដូច្នេះសូមអ្នកសារព័ត៌- មានជួយផ្សាយទៅដល់បងប្អូនខ្មែរ និងយុវជន ខ្មែរឱ្យចូលរួម នេះពុំមែនជាការធ្វើនយោបាយ អ្វីទេ- យើងចេះជួយគ្នា សាមគ្គី នោះព្រលឹង ជាតិ នឹងកើតឡើង ហើយបើគ្មាន ព្រលឹងជាតិ



គឺនឹង គ្មានការងាយស្រួលឱ្យយួន-សៀម-លាវ យកទឹកដីយើងបាន ។

**សុបិន ថាច់ :** សូមអរគុណ លោក ថាច់ដុក ថាច់ ។

**3-ព្រះតេជគុណ បញ្ចាបដន្តោ ថាច់ ប៊ុរីង :** វត្តពុទ្ធិខ្មែរក្រោម " ខេមរារង្សី " នៅ San Jose ទទួលបន្ទុកខាងព័ត៌មាន និងកិច្ចការអន្តរសាសនា របស់ " សហព័ន្ធ " សួរដោយ សុបិន ថាច់ :

**សុបិន ថាច់ :** នាងខ្ញុំព្រះករុណា ទើបនឹងធ្វើ បតសម្ភាសន៍សមាជិក " សហព័ន្ធ " ពីរនាក់ ហើយបាននិយាយពីពាក្យជោគជ័យនៃការទទួល សិទ្ធិពី អ.ស.ប ថាជាម្ចាស់នៃទឹកដីកំណើរ "INDIGENOUS" នៅវៀតណាម តើព្រះអង្គ អាចពន្យល់ពីអត្ថន័យនៃពាក្យនេះបានទេ ?

**ព្រះអង្គថាច់ប៊ុរីង :** អ.ស.ប បានសម្រេច ច្បាប់មួយ មាន៤៦មាត្រា អនុញ្ញាតឱ្យជនជាតិ ពិភពលោកប្រមាណជិត ៤០០លាននាក់ ក្នុង នោះមានខ្មែរប្រមាណ៨លាននាក់ ដែលរស់នៅ វៀតណាមសសព្វថ្ងៃ មានសិទ្ធិប្រតិបត្តិតាមព្រះ ពុទ្ធសាសនា ឬក៏អាចជាម្ចាស់នៃស្រែចំការ ទឹកដី រីឯស្រ្តីក្រុម ក៏អាចមានសិទ្ធិស្មើគ្នា ដូចជាមនុស្ស នៃប្រជាជាតិដទៃទៀតចំនួន ១៩៣ប្រទេសដែរ ។

**សុបិន ថាច់ :** មុនពេលបើកបទសម្ភាសន៍នេះ ព្រះអង្គមានពុទ្ធិដីការថា ព្រះអង្គបាននិមន្តទៅ ប្រទេសថៃ គឺព្រះអង្គបាននិមន្តទៅធ្វើអ្វីដែរ ?

**ព្រះអង្គថាច់ប៊ុរីង :** ព្រះអង្គខ្មែរក្រោម យើង៥ អង្គ បានទទួលការនិមន្តជាផ្លូវការពី អង្គការព្រះពុទ្ធសាសនាថៃវិទ្យា " ឧត្តមក្រុម តទៅទំព័រទី១៦

# The Noni Juice

ទឹកផ្អែមផ្លែ " ណូនី " ខ្មែរហៅផ្លែ " ញ " ត្រូវបានចាត់ទុកថា ឌីតូកម្ពុយ ឬមួនតា ធ្លាប់យកផ្លែ " ញ " នេះទៅ ត្រាស្រា ហើយពិសារជាថ្នាំព្យាបាលការឈឺចុកចាប់ឆាឆាយ បណ្តាលឱ្យមានកម្លាំង-ចុះកម្លាំងឈាម ។ល។ ឥឡូវ នេះ អ្នកវិទ្យាសាស្ត្រខាងពេទ្យកម្រិតខ្ពស់ ផ្លែ " ញ " នេះ បើប្រើឱ្យសុខភាពឈាមជាតិគីមីនឹងធ្វើឱ្យចុះសម្ពាធន ឈាមបន្ថយការឈឺសន្លាក់ដៃដើមព្យាបាលជំងឺទឹក នោមផ្អែម-ធ្វើឱ្យមានកម្លាំង និងជួយរលាយអាហារ ទៀតផង។

សូមទាក់ទងតាមឈ្មោះ និងទូរស័ព្ទខាងក្រោម ដើម្បី បារទឹកផ្អែម " ណូនី "

Philadelphia: David: 215-268-4821 or Jason: 215-805-3396  
 Rhode Island: Hui Le: 401-640-5158  
 Lowell: Samran: 508-216-6062

The Noni Juice is made by traditional method, 100% pure, and no preservation. It can help decrease high blood pressure; reduce arthritis pain, diabetes, increase body energy level and digestion system.

## Best Cambodia Calling Card

កាតទូរស័ព្ទដែលបានបង់ថ្លៃជាមុន

**6.9 ¢ PER MIN**  
**\$5.00 = 72 MIN**  
**\$10.00 = 145 MIN**  
**\$20.00 = 290 MIN**

មិនកាត់នាទី និងមិនផុតកំណត់ សម្រេងព្រលឹងស្នេហាស្នេហា

Looking For Agents!  
 Earn High Commission!  
**Our Locations:**

Fresno, CA. (559) 490-0931  
 Long Beach, CA. (562) 394-1987  
 San Jose, CA. (408) 200-7825  
 Stockton, CA. (209) 762-1736  
 Lowell, MA. (978) 933-2285  
 New York, NY (347) 923-8745  
 Philadelphia, PA. (215) 525-6876  
 1-800-606-2189

**Veth Ratanada**  
 www.cambodiaphonecard.us  
 Corporate Office: 240 E. Gish Rd. San Jose, CA. 95112





# ទំព័រហ្វឹឡាដែលហ្វឹយ៉ា

## ពីរដ្ឋបាលក្នុងសម្ព័ន្ធមហាសង្ឃកររដ្ឋាភិបាលសម័យ

**ដោយ : ពិនសុខ តពីលេខមុន**

**១៩ កុម្ភៈ :** ទទួលជំនួសសាជាថ្មី ខាងសេដ្ឋកិច្ច និងយោធាពិសហរដ្ឋអាមេរិក ។

**២៥ កុម្ភៈ :** ពួកឧទ្ទាមវាយប្រហារខេត្ត ៦ ផ្ទះខ្នាត : បាត់ដំបង, កំពង់ឆ្នាំង, កំពង់ស្ពឺ, តាកែវ, កំពត, កោះកុង អ្នកភូមិប្រមាណ១ ម៉ឺននាក់ ចុះចូលខាងពួកឧទ្ទាម ។

**១៣ ឧសភា :** លន់ នល់ បានចូលរួមក្នុងរដ្ឋាភិបាល ជារដ្ឋមន្ត្រីក្រសួងការពារជាតិ និងជាអគ្គនាយករដ្ឋមន្ត្រី ។

**២៥ កក្កដា :** សមាជិក២៥ របស់សម្ព័ន្ធមហាសង្ឃករ ។

**២៩ តុលា :** សម្តេចអាកាសយានដ្ឋាន បែកចាន នៅបាត់ដំបង ។

**៣១ តុលា :** សម្តេចសាកលវិទ្យាល័យបាត់ដំបង ។

**៥ ធ្នូ :** លន់ នល់ កាន់តំណែងជាអាយករដ្ឋមន្ត្រី ។

**១៩៦៩**

**២ មករា :** សម្តេច សីហនុ បានផ្តើមទិសដៅពីវត្តមានយូន វៀតកុង នៅលើទឹកដីកម្ពុជា ជាលើកដំបូងបង្អស់ ។

**៩ មីនា :** យន្តហោះ B 52 អាមេរិកាំង ទម្លាក់គ្រាប់បែកលើទឹកដីកម្ពុជា ។

**១៨ មីនា :** ផ្តើមទម្លាក់គ្រាប់បែកដោយលូចលាក់ ដោយយន្តហោះអាមេរិកាំងលើកម្ពុជា ចំនួន ១៤ខែ គេដាក់ឈ្មោះបេសកកម្មឈ្មោះ "មេញ" រដ្ឋបាលលោកប្រធានាធិបតី "និកសុន" បានក្លែងបន្លំឯកសារ លាក់ដំណឹងពីសាធារណជន និងពិសេស ។

**២៥ មីនា :** មូលដ្ឋាន រមាសហែក នៅស្វាយរៀង បានត្រូវក្រុមខ្មែរកុម្មុយនិស្ត ប្រមាណ៦០ នាក់វាយលុក ។

**២៩ មីនា :** សម្តេច សីហនុ បង្ហាញផែនទីលំអិតពីជម្រកយួន យៀកមិញ និងវៀតកុង ។

**១១ មេសា :** កម្ពុជា និងសហរដ្ឋអាមេរិក ចង់សំណងការទូតឡើងវិញ ។

**ពី ១៤ មេសា ដល់ ១២ ឧសភា :** យន្តហោះយោធាអាមេរិកាំង ទម្លាក់ថ្នាំពុលជម្រុះស្លឹកឈើលើតំបន់មេមត់ និងពញាក្រែងខេត្តកំពង់ចាម ។

**២៦ មេសា :** កងខេមរភូមិន្ទ វាយលុកភូមិដ្ឋានខ្មែរកុម្មុយនិស្តវិញនៅរតនគិរី ។

**១១ មិថុនា :** ខ្មែរប្រកាសចំណងទូតជាផ្លូវការជាមួយសហរដ្ឋអាមេរិក តែថ្ងៃជាមួយគ្នានោះ អាស៊ីម៉ាញខាងលិច បានផ្តាច់ទូតជាមួយកម្ពុជា ដែលទើបនឹងភ្ជាប់ចំណងទូតជាមួយអាស៊ីម៉ាញខាងកើត ។

**១៣ មិថុនា :** ខ្មែរទទួលស្គាល់រដ្ឋាភិបាលវិដោះវៀតណាម បង្កើតឡើងដោយចលនាវៀតកុង ។

**២៨ កក្កដា :** កម្ពុជាបានទទួលជាសមាជិក Fonds Monetaire International.

**៣០ កក្កដា :** ឧត្តមសេនីយទោ ញឹក ជូឡុង បានផ្ទេរតំណែងជាអគ្គមេបញ្ជាការកងខេមរភូមិន្ទ ឱ្យទៅឧត្តមសេនីយ លន់ នល់ ។

**១ សីហា :** រដ្ឋាភិបាល លោក ប៊ែន នុត លាលែង ។

(តទៅលេខក្រោយ)

# ពុទ្ធប្បវត្តិអមដោយរូបភាព

## A Pictorial Biography of Saky amuni Buddha

**ដោយ : អ៊ឹម លឿម (តពីលេខមុន)**

♦ រូបភាព និងរឿងដើមជាភាសាថៃដោយ គុណបាយ័ត

♦ បកប្រែជាភាសាចិន ដោយ ភិក្ខុ ជែន ហាយ

♦ បកប្រែជាភាសាអង់គ្លេស ដោយ ហ្សិត .អេ.លី

♦ ផាត់ពណ៌ដោយ យ៉ាន់ ហ្វាត

♦ បកប្រែជាភាសាខ្មែរ ដោយភិក្ខុ តង់ អាំ



♦ Original Illustration and Naration in Thai by Gunapayuta.

♦ Translation into Chinese by Bhikkhu Jan Hai.

♦ Translation into English by Z.A Lu.

♦ Coloring by Yann-Fang Lee

♦ Translation into Khmer by Bhikkhu Kong Am.

**២៦-** នៅថ្ងៃដែលពួកមន្ត្រីបានមកប្រជុំគ្នាដើម្បីនឹងពិភាក្សាបញ្ហាផ្សេងៗ ក៏មានបញ្ហាជម្លោះដ៏ធំមួយអំពីរឿងសត្វក្បាលផងដែរ ។ មន្ត្រីទាំងឡាយមានយោបល់ផ្សេងៗគ្នា ចំពោះរឿងនេះ ។ ពួកមន្ត្រីខ្លះនិយាយថា សត្វនេះគួរតែបានទៅព្រះសិទ្ធត្ថ ព្រោះព្រះអង្គទ្រង់បានសង្គ្រោះជីវិតវា ។ តែមន្ត្រីមួយចំនួនទៀត អះអាងថា កុមារទេវទត្តទេ ដែលគួរតែបានសត្វនេះ ពីព្រោះព្រះអង្គបានបញ្ជាវា ។ មន្ត្រីម្នាក់ៗចេះតែលើកហេតុផលឡើង តាមតែទស្សនៈរៀងៗខ្លួន ។

**26-** On the day when the scholars were to gather and confer on varioun matters, there was plenty of dispute about the problem of the swam. They all had different opinions. Same said the bird should belong to Prince Siddhartha because he had saved it's life. Some , on the contrary, believed that Prince Devadatta should have the bird because he had brought it down. Everyone seemed to have his own reason for choosing one point of view or another .



**២៧-** ចុងបញ្ចប់នៅការប្រជុំនោះ មន្ត្រីវ័យក្មេងម្នាក់ក្រោកឈរឡើង ពោលអះអាងខ្លះៗថា សត្វដែលមានជីវិតទាំងឡាយត្រូវតែបានទៅអ្នកដែលសង្គ្រោះស្រោចស្រង់ ឬការពារជីវិតមិនត្រូវបានទៅអ្នកដែលបំផ្លិចផ្លាញជីវិតវាទេ ។ មែនពិតសត្វដែលដល់ចន្ទវរបូសដ៏ធំនេះត្រូវតែបានទៅអ្នកសង្គ្រោះវា គឺអង្គព្រះសិទ្ធត្ថកុមារ ! ។

**27-** Finally, a young scaholar stood up, loudly proclaiming, " all living creatures belong to those who save or guard their lives, not to those who damage their live. In face, this wounded bird shall belong to its savior, that is, to Prince Siddhartha ! "



(តទៅលេខក្រោយ)

(continue Issue After)

**ខ្មែរជួសជុលរថយន្ត**  
**KHMER AUTO REPAIR**

CAR INSPECTION, DIAGNOSTIC & REPAIR

គ្រូបច្ចេកទេសជំនាញ  
 • ផែករពាក់ម៉ែងមូលដ្ឋានផ្សេងៗ  
 • ដាក់ម៉ែងប្រេក ឬ ក្រោក  
 • ជួសជុលប្រេក ប្រេក ឬ ក្រោក  
 • ជួសជុលប្រេក ប្រេក ឬ ក្រោក  
 • ជួសជុលប្រេក ប្រេក ឬ ក្រោក  
 • ជួសជុលប្រេក ប្រេក ឬ ក្រោក

Brake Service  
 Turn up electronic  
 Starters Alternators  
 Radiators water pumps  
 Transmission Service  
 Struts checked & serviced  
 CV Joints Rack & Pinion  
 Shocks checked & Replace.

5302 Rising Sun Avenue, Philadelphia, Pa 19120  
**215-939-5436**

**New World Travel II**

Specialized in Selling Flight Tickets  
 For National and International

ជំនាញខាងលក់សំបុត្រយន្តហោះសំរាប់ក្នុងប្រទេស និងអន្តរជាតិ យើងតំណាងឱ្យក្រុមហ៊ុន ចិន កូរ៉េ កាថៃ ។ល។ ធ្វើលិខិត Re-Entry Permit ប្រញាប់ជូនបាន ទិញសំបុត្រជំនាវាសមុទ្រ-សណ្ឋាគារ ឬជួលទូក សំបុត្រយន្តហោះទៅច្រើនប្រទេសក្នុងតម្លៃទាបបំផុត ។

Represented Several of Company such as China, Korea, Cathay etc.,  
 Offer Rush Re-Entry Permit  
 Reserve Cruise, Hotels and Car Rentals  
 Best Price Air Ticket for Many Destinations

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





...ការលាងជម្រះជាតិពុលក្នុងថ្ងៃដំបូងនិងចាប់ផ្តើមឡើង ក្នុងការអត់អាហារប្រចាំពេលទទួលបានតែទឹកផ្លែឈើ និងផ្លែ ឈើតែប៉ុណ្ណោះ ។ បន្ទាប់ពីនោះ ថ្ងៃដែលនៅសេសសល់ និង សង្កត់ធ្ងន់ទៅលើការទទួលបានបន្លែផ្លែឈើស្រស់ៗ ចេញជាតិ ស៊ុត ត្រី និងប្រេងដែលមានគុណភាព ដូចជាប្រេងម្នាក់ ។ ក្នុង អំឡុងពេលដែលអ្នកលាងជាតិពុលនេះសូមឱ្យអ្នកផ្អាកការហូរ និងគ្រឿងព្យាបាលជាដាច់ខាត ។ ក៏ប៉ុន្តែបន្ទាប់ពីថ្ងៃទីដំបូង អ្នកអាចទទួលបានទឹកតែខ្លះៗក្រចក ដំបូងលាបបិទ ដំបូង បារាំងបំពង បបរអង្ករស្របបន្តិចបន្តួច ។ ក្រៅពីនេះទេ ។ ក្នុងចន្លោះ២-៣ថ្ងៃដំបូង អ្នកនឹងមានឧស្ម័ននៅក្នុងក្រពះអាហារបូក រោត ។ ប៉ុន្តែនៅពេលលាងជាតិពុលរួចហើយប្រព័ន្ធលាងអាហារនឹង ធម្មតាថែមទាំងស្បែកស្អាតក្តីរលោង និងបានស្រកទម្ងន់ទៀតផង ។

# ស្វ័យស្បែកភ្ជីរលោងជម្រះជាតិពុល

**អាហារថ្ងៃទី១ :**  
**ពេលព្រឹក :** ទឹកក្រអូកទំពាំងបាយជូរលាយជាមួយទឹក ផ្លែប៉ោមក្រអូក កន្លះកែវ ទឹកឃ្មុំមួយស្លាបក្របាច និង ទំពាំងបាយជូរជាមួយផ្លែប៉ោមស្រស់ ។  
**ពេលថ្ងៃ :** ទឹកទំពាំងបាយជូរលាយ ជាមួយទឹកក្រចក ជាមួយនិងទំពាំង បាយជូរស្រស់ ។  
**ពេលថ្ងៃត្រង់ :** ទឹកបន្លែជាមួយនិង ទឹកក្រចក ក្រអូក ផ្លែឈើក្រៀម ដោយត្រាំទឹកទុកចោលមួយយប់ ។  
**ពេលល្ងាច :** ទឹកផ្លែប៉ោម  
**ពេលល្ងាច :** បន្លែជាមួយនិងរូបមន្ត បន្លែពិសេសធ្វើដោយខ្លួនឯង ដោយ ប្រើប្រេងម្នាក់ ទឹកក្រចក អំបិល ខ្ទឹម និងរុក្ខជាតិថ្នាំបុរាណដទៃទៀត ។  
**អាហារថ្ងៃទី២ :** ដូចជាថ្ងៃទី១ ក៏ប៉ុន្តែពេលល្ងាចប្តូរ ទៅជាបន្លែស្ពឺរី បន្លែស្ពឺ វិលំណាត់ ដំឡូងបារាំងចំហុយ សណ្តែក ដោយមិនដាក់ស្ករ ។  
**អាហារថ្ងៃទី៣ :**  
**ពេលព្រឹក :** ស្រូវអុតឯស្លាបក្របាច ត្រាំទឹកទុកចោល១យប់ បន្ទាប់មកថែម ប្រេងដូងមួយស្លាបក្របាច ទឹកសណ្តែក ល្បើងមួយស្លាបក្របាច និងហាន់ចេក អំបូ ងតូចមួយលាយជាចុងក្រោយ ។  
**ពេលថ្ងៃ :** ទឹកបន្លែស្រស់ក្រអូក  
**ពេលថ្ងៃត្រង់ :** បន្លែស្ពឺរីក្តោបសាប

មើមកាត់ ម្ហូបដំណាង មើមខ្ទឹមបារាំង ប្រើទឹកសាសាង រូបមន្តពិសេសរោយ ដោយបន្លែជីវជាតិ និងល្អទទួលបាន ត្រីធូរណា ម៉ាកខ្វីវិល ឬក៏សារធិនកំប៉ុង តាមក្រោយដោយផ្លែឈើដូចជាទំពាំង បាយជូរ ស្រូវប៊ី និងផ្លែប៉ោម ។  
**ពេលល្ងាច :** ស្ពឺរី កាត់ ល្បើ ក្តោប ខ្ទឹមបារាំងនាំយកទៅស្ពោរជា មួយ និងអង្ករស្របបន្តិចមួយដាច់ដោយ ម្រេចខ្លួននិងរោយដោយជីវជាតិ ។  
**អាហារថ្ងៃទី៤**  
**ពេលព្រឹក :** ទំពាំងបាយជូរ ផ្លែប៉ោម ស៊ុតស្ពោរ ឬក៏ស៊ុតថែមបិទ បន្តិចបន្តួច ។  
**ពេលថ្ងៃ :** ទឹកកាត់ ស្ពឺរី និង ផ្លែប៉ោមក្រអូកមួយក្តា ឬក៏ទឹកបង់បោះ ក្រអូកដាក់ទឹកក្រចក ។  
**ពេលថ្ងៃត្រង់ :** ស៊ុបដោយមានសាច់ ថ្ងៃទី៣ ជាមួយ និងទំពាំង ហ្វូលវីត និង បន្លែបន្តិចបន្តួច ។  
**ពេលល្ងាច :** ត្រីអាំង ឬក៏មាន់អាំង ទទួលបានជាមួយបន្លែស្ពឺរីក្តោបបិទ ក្តីរី ថែមបិទ សណ្តែក និងទឹកក្រចក ត្រាមទាំងលាងមាត់តាមក្រោយដោយ ផ្លែឈើ ឬទឹកដោះតាមរូប ។  
**អាហារថ្ងៃទី៥ :**  
**ពេលព្រឹក :** ដូងថ្ងៃទី៣  
**ពេលថ្ងៃ :** ទឹកបន្លែក្រអូក  
**ពេលថ្ងៃត្រង់ :** អាហារដែលមាន

បន្លែស្រស់រោយមុខ  
**ពេលល្ងាច :** ទឹកផ្លែឈើ ឬក៏ទឹក បន្លែ ក្រអូក ឬក៏ទឹកតែ  
**ពេលល្ងាច :** បន្លែស្រស់ដាក់ល្អបើង គ្រាប់ធញ្ញក្តី មាន់ចំហុយទឹកឃ្មុំ អាស- មីន ទឹកដោះតាមរូបសជាតិធម្មជាតិកូរ ឱ្យចូលគ្នា ។  
**អាហារថ្ងៃទី៦ :**  
**ពេលព្រឹក :** ផ្លែឈើដូចជាប៉ោម ក្រចក ទំពាំងបាយជូរ ស្រូវប៊ីលាយជាមួយ ទឹកដោះតាមរូប និងទឹកឃ្មុំ  
**ពេលថ្ងៃ :** ទឹកបន្លែក្រអូក  
**ពេលថ្ងៃត្រង់ :** ដំឡូងបារាំងចំហុយ ស៊ុតចៀន បន្លែស្រស់ និងផ្លែឈើ  
**ពេលល្ងាច :** បាយអង្ករស្របបន្តិច ទទួលបានជាមួយសម្បុបប្រហើរឡើងបើង សារាយបុកទឹកគ្រឿងផ្កាបំបាត់មួយបន្លែ ស្រស់ និងទទួលបានក្រោយមុខ ក្រោយ ដោយផ្លែឈើស្រស់ ។  
**អាហារថ្ងៃទី៧ :**  
**ពេលព្រឹក :** បបរអង្ករស្រប១កូន ទានទទួលបានជាមួយនិងទឹកធម្មតា ។  
**ពេលថ្ងៃ :** ទឹកក្រចកដាក់ទឹកឃ្មុំ  
**ពេលថ្ងៃត្រង់ :** បន្លែ និងផ្លែឈើ  
**ពេលល្ងាច :** បន្លែស្រស់  
**ពេលល្ងាច :** បាយអង្ករស្របមួយ កូនទានជាមួយនិងមាន់អាំងស្ពោរស្លឹក ចាស់ ឆាបន្លែត្រកូន និងផ្លែឈើស្រស់ ។

# ភេសជ្ជៈសំខាន់បំផុត សំរាប់សុខភាពពេលព្រឹក



◆◆◆ ជាការពិតណាស់ មានមនុស្សជាច្រើននាក់ ក្រោយពេល ក្រោកពីដំណេកនៅពេលព្រឹកភ្លាម ក៏មានអាការរលាករលាងអស់ កម្លាំងភ្លឺត្បែង រួមទាំងអារម្មណ៍ចុកចង្អុលមិនស្រួល នៅក្នុងខ្លួនទាល់តែសោះ ។ បញ្ហានេះមានមូល ហេតុជាច្រើនប្រការ ដូចជាអាចបណ្តាលមកពីការ ចូលដំណេកយប់ប្រៅពេក ឬក៏អាចមកពីអាការ ឈឺថ្កាត់ទាំងផ្លូវកាយ និងផ្លូវចិត្ត ។ លក្ខណៈបែបនេះ អាចធ្វើឱ្យព្រឹកនៃថ្ងៃដំបូងលោកអ្នកពោរ ពេញទៅដោយភាពស្រពាប់ស្រពោនបាន ។ ក៏ប៉ុន្តែប្រសិនបើអ្នកចង់ឱ្យភាពស្រស់ស្រាយនៃថ្ងៃថ្មី វិលត្រឡប់មកវិញនោះ ចូរសាកល្បងធ្វើតាមការណែនាំដូចខាងក្រោមនេះ ៖

**● ទឹកខ្លី :** សំរាប់អ្នកដែលមាន អាការរលាករលាង ចង់ក្អក មិនទាន់មានមូលហេតុមកពីសំរាកមិនបានគ្រប់ គ្រាន់ក៏ដោយចុះ យើងសូមណែនាំឱ្យអ្នកទទួលបានទឹក ខ្លីក្តៅ ព្រោះនៅក្នុងមេម៉ាយមានសារជាតិគីមីម្យ៉ាង ដែលហៅថា ជីន- ជីវិល ។ វាជាសារជាតិគីមីប្រភេទ ប្រេងក្រអូបផ្តល់ឱ្យទាំងរសជាតិ និងក្លិនពិសេសមិន ដូចគេ ដែលអាចចាត់ទុកក្នុងក្រុមអាស៊ីត តែមិន ធ្វើឱ្យស្រវឹង ហើយថែមទាំងជាឱសថជួយបន្ស្សាបជាតិ ស្រវឹងបានយ៉ាងល្អទៀតផង ។  
 វិធីធ្វើទឹកខ្លីឱ្យមានរសជាតិស្រស់វិញនោះ ណែនាំឱ្យ ប្រើមេម៉ាយដែលមិនចាស់ពេក ដោយយកមេម៉ាយ ដំឡូង រួចដាក់ស្ពោរមួយពុះប្រញាប់លើកចេញដើម្បី ការពារការបាត់រសជាតិ និងក្លិន ។ អ្នកអាចផ្តិតទទួល បានដោយទទេ ឬអាចបន្លែមនុស្សសបន្តិចបាន ។  
**● ទឹកស្រូវ :** សំរាប់អ្នកចូលដំណេកយប់ប្រៅ ភាគ ច្រើននៅពេលព្រឹកច្រើនកើតមានអាការឈឺក្បាលចង- ចោង ឬកើតមានអាការតប្រមល់ខាងសរសៃប្រសាទ ក៏ព្រោះរាងកាយលឿនសំរាកមិនបានគ្រប់គ្រាន់នោះ ឯង ។ បញ្ហាបែបនេះអាហារពេលព្រឹកប្រភេទម្សៅ និងប្រភេទ ផ្អែមអាចជួយលោកអ្នកបាន ជាពិសេស អាហារប្រភេទស្ករ វាជួយបំបាត់ស្រូបចូលរាងកាយបាន ល្អជាងគេ និងងាយស្រួលជាង ។  
 ដូច្នេះទឹកស្រូវផ្អែម នៅពេលព្រឹកមួយកែវ អាចធ្វើ ឱ្យចិត្តស្រស់ស្រាយបាន ត្រាមទាំងជួយរលាយភាពតប ប្រមល់ចុកចង្អុលបានយ៉ាងប្រសើរ បំផុតទៀតផង ។

**● ទឹកផ្លែឈើ និងផ្លែឈើ :** ជាប្រភេទ ទឹកដែលមានរសជាតិស្រស់ ហើយ ងាយទទួលបាន ត្រាមទាំងសំបូរ ទៅដោយ វីតាមីនជាច្រើន ប្រភេទ ជាពិសេសវីតាមីន C វីតាមីន A ហ្វូលិក អាស៊ីត និងវីតាមីនដទៃទៀត ដូចជា សូដ្យូម ប៉ូតាស្យូម ស៊ីនេស៊ី ជាដើម ។ ក្រៅពីនោះនៅក្នុងទឹកផ្លែឈើ ទឹកផ្លែឈើក៏នៅ មានចំណែកផ្សំជាតិស្ករតិចមួយជាតិ រហូតដល់រសជាតិ ស្ករដែលបន្លែពីក្រៅទៀតផង ។  
 រសជាតិទាំងអស់នេះវាជួយផ្តល់នូវថាមពលដល់ រាងកាយ ជួយបំបាត់ភាពហត់ឆ្អើយខ្សោះអស់កម្លាំង ធ្វើឱ្យរាងកាយបានស្រស់សំបូរឡើងដូចដើមវិញ ។  
**● ទឹកក្រចក :** ប្រសិនបើថ្ងៃណាមួយលោកអ្នក ជួបនឹងអាការស្តុក កនិយាយចេញសំឡេងខ្សាវនោះ សញ្ញានេះប្រាប់អ្នកឱ្យដឹងទុកជាមុនថា អាការឈឺ.ក កំពុងតែឈានមករកយើងហើយ ។ មធ្យោបាយដែលល្អ យើងសូមណែនាំឱ្យអ្នកស្វែងរកទឹកក្រចកមកទទួល បានជាភេសជ្ជៈសំរាប់ពេលព្រឹក ព្រោះនៅក្នុងទឹក ក្រចក មានអាស៊ីតស៊ីត្រិក និងវីតាមីន C ។  
 សារជាតិទាំងនេះក្រៅពីជួយបំបាត់អាការឈឺ.កហើយនោះ វាថែមទាំងជួយឱ្យរាងកាយបានស្រស់សំបូរ ត្រាមទាំង ជួយបន្ថែមនូវក្លិនក្រអូបប្រហើរពីសំបកដែលបានច្រចាត់ ចេញធ្វើឱ្យអ្នកមានអារម្មណ៍កាន់តែច្រូសលឿង ។



(Continue From Page 02)

## Bridging the...

Being raised in a culture totally different from your culture of origin might force you to question your cultural identity creating conflicts not only within yourself but with your own family who does not accept or understand that culture. For example, a teenage girl raised in the United States does not want to attend school and her parents are upset (rightfully so) but assume that she does not want to attend school because she is lazy. Without understanding the many pressures of a teenage girl in the United States or her mental/emotional state of mind, they make their own assumptions based on their own experiences and knowledge. This teenage girl might assume that her parents will not under-

stand that she does not want to attend school because of peer conflict and does not express her feelings to her parents; thus allowing them to assume that she is lazy. Many children become frustrated that their parents do not understand them but if communication does not exist, it is unfair to make any assumptions. Our parents are not mind readers so we can not expect them to make any changes without first communicating to them what needs to be changed. The generational gap that contributes to the disconnectedness will continue to exist if no one takes a chance in communicating about the problems that exist. How can we begin communi-

cating with each other to build healthier relationships to 'bridge the gap' within our own ethnic group and culture? Approximately one year ago, a newspaper published its first edition for Philadelphia to focus on Cambodian people and culture; to provide a voice to the voiceless, and to encourage the Cambodian people to become more informed (about each other) and to develop healthier relationships (with each other). Many people might not be aware that the two owners of this newspaper are from two different generations yet they were able to communicate with each other the purpose of this newspaper and provide a resource that is vital to this community. Let's use them as an example. They were able to use print

media to communicate about problems, share success stories and inform the younger generation about the history of Cambodia while also teaching the older generation about the younger generation. Yes, Cambodian people might share the same ethnic background; however, may not share the same culture, traditions, and values or even speak the same language. When this happens, people misunderstand each other; make assumptions, which then creates unhealthy relationships. If people do not address their differences, the cycle of unhealthy relationships will continue and unfortunately, passed on to future generations.



សម្រាប់ទំព័រ ០៣

# សកម្មជនសេតវិមាន...

ធ្វើឱ្យគេមិនអាចបំភ្លេចពីលោក Reagan បានធ្វើនយោបាយជាអ្នកដឹកនាំដ៏ត្រជាក់ក្នុងផ្នែកកាតូលិកកុម្មុយនិស្ត សហភាពសូវៀត ដូចជាយុទ្ធសាស្ត្រចរចរ និងការផ្សះផ្សាទំនាស់នយោបាយដោយសន្តិវិធី និងសន្តិភាពមិនគួរឱ្យជឿជាមួយអតីតប្រធានាធិបតីសហភាពសូវៀត Mikhail Gorbachev បច្ចុប្បន្នកំពុងស្នាក់នៅសហរដ្ឋអាមេរិក ។ អតីតប្រធានាធិបតី George H.W Bush វិញក៏ប្រើកណ្តាប់ដៃយោធាក្នុងការឈឺឆ្កាលផ្នែករំលោភ



ស៊ុន ស៊ីចាន់ ប្រគល់សៀវភៅខ្មែរមាសរបស់លោកឱ្យនៅឱ្យបុគ្គលិកនៃវិទ្យាស្ថានស៊ីម៉ង់

សិទ្ធិមនុស្ស និងអធិបតេយ្យភាពបូរណភាពដែនដី ក្នុងការប្រយុទ្ធប្រឆាំងរវាងមិនឱ្យប្រទេសអ៊ីរ៉ាក់វាយប្រហារទៅលើប្រទេស គុយវ៉ែត បានជោគជ័យ ក្នុងឆ្នាំ 1991 ដែលឱកាសជាតំរូវទាំង២ខាងលើនេះហើយបានធ្វើឱ្យអតីតប្រធានាធិបតី George H.W Bush ត្រូវការមនុស្សសកម្មម្នាក់ជាជនជាតិអាស៊ីធ្វើជានិយាយការផ្តល់ដើម្បីសម្លឹងមើល និងវិវត្តវិធានការណ៍ក្នុងការចូលខ្លួនដោះស្រាយបញ្ហាជម្លោះសង្គ្រាមដ៏វែងវែកកម្ពុជា តាមបន្តពីអតីតប្រធានាធិបតី Reagan ពីការស្នើសុំឱ្យសហរដ្ឋអាមេរិកជួយស្វែងរកសន្តិភាពឱ្យកម្ពុជាផង ។ ដែលការស្នើសុំកើតចេញពីការចរចាក្នុងជំនួបរវាងសម្តេចសហគ្រាម សីហនុ និង Ronald Reagan នាឆ្នាំ 1982 ។ ដែលពេលនោះលោកស៊ីវី ស៊ីច័ន្ទ បានក្លាយជាមនុស្ស សកម្មក្នុងសេតវិមានធ្វើការងារមនុស្សធម៌ និងជាអ្នកការទូតតំណាងឱ្យរដ្ឋាភិបាលអាមេរិក ចូលខ្លួនដើម្បីស្វែងរកដំណោះស្រាយសន្តិភាពឱ្យកម្ពុជាដើម រហូតដល់ចប់កើតមាននូវកិច្ចព្រមព្រៀងសន្តិភាពទីក្រុងប៉ារីស ថ្ងៃទី 23 តុលា ឆ្នាំ 1991 ដែលបានទាញគូប្រឆាំងគ្នាក្នុងភ្នំក្លើងសង្គ្រាម ជាង 10 ឆ្នាំ ដោយគិតពីថ្ងៃគេចោទថា យួនរំលោភបំពានប្រទេសកម្ពុជាក្នុងអំឡុងឆ្នាំ 1979 មានភាគី ហ៊ុន សែន ត្រូវបានយួនលើកបន្តបង្កើតរដ្ឋាភិបាលចម្រុះ ត្រីភាគីនៅព្រំដែន សៀម មាន សីហនុ, សីន សាន, ខៀវ សំផន ឱ្យត្រូវរុំវិញក្នុងផ្លូវទៅរកសន្តិភាពមួយ ។

នៅមានត

# ស្វែងរកស្វាគមន៍ដំណើរមកដល់នៃនិស្សិតខ្មែរកម្ពុជាក្រោមពិភពលោក

ដោយ : តឹមកៀន

●●●និស្សិតខ្មែរកម្ពុជាក្រោមនៅជុំវិញពិភពលោក និងមកជួបជុំគ្នានៅមជ្ឈមណ្ឌលធម្មនុញ្ញនៃសហរដ្ឋអាមេរិក (National Constitution Center) នៅទីក្រុងហ្សឺណែវដែលហ្សឺ យើងនៅថ្ងៃសៅរ៍ ទី ២៣ឧសភា ឆ្នាំ២០០៩នេះ ចាប់ពីម៉ោង៩:០០ ព្រឹក រហូតដល់ម៉ោង ៥:០០លាច ។ និស្សិតទាំងនេះ នឹងអញ្ជើញមកពីប្រទេសនានាលើពិភពលោកសេរី ដូចប្រទេសបារាំង, អ៊ីតាលី, អូស្ត្រាលី, នូវវែលស្សេឡង់, កាណាដា, និងមកពីរដ្ឋនានានៃ សហរដ្ឋអាមេរិក ។ ការជួបជុំគ្នានេះមានបំណងបង្ហាញឱ្យឃើញពីពាក្យថា " ទំពាំងស្នងបូស្សី " របស់សហព័ន្ធខ្មែរកម្ពុជាក្រោមក្នុងរឿងប្រគល់ឱ្យយុវជនបន្តវេនទាមទារសិទ្ធិសេរីភាពជាជនម្ចាស់ស្រុកពីចក្រភពអាណានិគមយួន, ការពារ និង កសាងប្រទេសជាតិខ្លួនពេលដណ្តើមបានមកក្នុងដៃរបស់ខ្លួនរួចហើយ ។ ការពិសោធន៍បានបង្ហាញឱ្យឃើញថា ការដែលមនុស្សចាស់កាន់កាប់នូវអំណាចឬផលប្រយោជន៍អ្វីម្យ៉ាងតែគ្នាឯងមួយក្រុមដល់ពេលពួកគាត់ស្លាប់ទៅក្មេងជំនាន់ក្រោយដើម្បីមហោសេសសន៍មិនដឹងថា ត្រូវចាប់អីកាន់អីដើរទៅទិសខាងណា... ។ល។ គឺគ្មាននិរន្តរភាពពីជំនាន់មួយទៅជំនាន់មួយទៀត ។ នេះជាចំណុចខ្សោយមួយដែល

ដែលមានឈាមជាខ្មែរកំពុងរត់នៅក្នុងសរសៃ, បេះដូង, ថ្លើម, ប្រមាត់, ឆ្អឹង, ស្បែក...ហើយដែលកំពុងរស់នៅលើភពផែនដីនេះត្រូវនាំគ្នាសាងខ្លួនជាថ្មីសារឡើងវិញ ហើយខំរួមដៃគ្នាដូចជនជាតិស៊ូហ្សូ (Juif =Juw) បានរឹង ជំហរកសាងបានប្រទេសអ៊ីស្រាអែលឡើងវិញ ដូច្នោះដែរ ។ ផ្លូវរឹងឆ្ងាយក៏ពិតមែនហើយតែបើយើងនាំគ្នាបោះជំហានតាមផ្លូវត្រូវ : មួយជំហានបោះទៅមុខ គឺផ្លូវរឹងនោះ បានខ្លឹមកម្មយុវជនម្នាក់ដែរ ។ យើងនាំគ្នាបោះជំហានកុំឈប់គោលដៅរបស់យើងនឹងនៅខ្លីទៅៗមិនខាន ។ យើងខំប្រឹងដោយនិរន្តរភាពយើងប្រាកដជាទៅដល់គោលដៅ ដែលឆ្ងាយដាច់ស្រយាលនោះមិនខានឡើយ ។

តើយុទ្ធជននិស្សិតខ្មែរកម្ពុជាក្រោមទាំងនោះ កាត់មកពីគ្រប់ច្រកល្អកនៃពិភពលោកមកកាន់មជ្ឈមណ្ឌលធម្មនុញ្ញជាតិ នៃសហរដ្ឋអាមេរិកនៅហ្សឺណែវដែលហ្សឺនេះ ក្នុងគោលបំណងអ្វីខ្លះ? ។ បើតាមសំដីអ្នកនាំពាក្យសហព័ន្ធខ្មែរកម្ពុជាក្រោមបានឱ្យដឹងថា " បានជាជ្រើសរើសយកមជ្ឈមណ្ឌលនេះ ដើម្បីជាកន្លែងជួបជុំគ្នា ព្រោះកន្លែងនេះធ្លាប់ជាកន្លែងប្រវត្តិសាស្ត្រនៃសហរដ្ឋអាមេរិកក្នុងរឿងប្រកាសឯករាជ្យរបស់ខ្លួន, បង្កើតនិងប្រកាសរដ្ឋធម្មនុញ្ញដ៏

**តទៅទំព័រ១១៧**

ប្រវត្តិសាស្ត្រខ្មែរ បានបង្ហាញឱ្យយើងឃើញថា ជំនាន់រុងរឿងមួយបានធ្លាក់ចុះទៅក្នុងភាពទន់ខ្សោយយ៉ាងយឺតនៃមហានគរខ្មែរ ។ កំហុសប្រវត្តិសាស្ត្រនេះជាមេរៀនដ៏មានតម្លៃដែលសហព័ន្ធខ្មែរកម្ពុជាក្រោមបានរៀនហើយបានចងចាំក្នុងការចាប់ផ្តើមត្បាញចងក្រងប្រវត្តិសាស្ត្រឡើងវិញសារជាថ្មីក្នុងការតភ្ជាប់ជំនាន់របស់ខ្លួន និងយុវជនជាស្រុកបន្តបន្ទាប់កុំឱ្យបែកឃ្លាតពីគ្នា ។ ម្យ៉ាងទៀតមនុស្សចាស់ ត្រូវចេះអប់រំឱ្យតម្លៃ និងតម្រង់ទិសដៅឱ្យយុវជនរបស់ខ្លួនបានដូច្នោះអ្នកជំនាន់ក្រោយច្បាស់ជាបន្តដំណើរតាមមាគ៌ាដែលអ្នកជំនាន់មុនបានគូសវាសទុកមកឱ្យ ។ យើងក៏ត្រូវចងចាំជានិច្ចដែរថាយើងជាមនុស្សចាស់ត្រូវតែជាគំរូដ៏ល្អរបស់កូនចៅយើង ។ " បើអ្នកផឹក, អ្នកស្បែង, អ្នកស្លាប់ការសិក្សាពិតជាពិបាកក្នុងការណែនាំឱ្យកូន " កុំផឹក, កុំស្បែង, កុំបោះបង់ការសិក្សា " នោះបានណាស់ ។

យើងជាខ្មែរនិយាយរួមមិនមែនតែខ្មែរកម្ពុជាក្រោមទេ) ឱ្យតែអ្នក

**Mann** Since  
*Funeral Home, INC.*  
1909

219 West Tabor Road  
Philadelphia, PA 19120  
**(215) 458-3282**

Henry S. Mann   H.Craig Mann   Frederick Mann, Jr.  
1915-1993   Supervisor   Founder

A CENTURY of Excellence to the Delaware Valley  
Proudly serving Asian Communities for over 48 years.

**ឈាមនដ្ឋាន**

**" ម៉ែន "**

- ▷ បម្រើសហគមន៍តាំងពី១០០ឆ្នាំមកហើយ មានទីកន្លែងសមរម្យធ្វើពិធីតម្កល់សព ។
- ▷ មានការមឈូសអាចបូជា ឬបញ្ចុះសព នៅ ២០ឆ្នាំចុងក្រោយនេះ យើងមានសេវាបម្រើសហគមន៍ខ្មែរ ឱ្យអាចធ្វើបុណ្យតាមប្រពៃណីជូនដំណើរអ្នកដែលបានចែកឋានទៅ ។ បើសិនមានសំណួរ សូមទាក់ទងទៅ :

**Craig MANN : (215) 548-3292**



តមកទំព័រទី ១២

បចសម្ភាសន៍ក្នុងសន្និសីទ...

ប្រឹក្សាអន្តរសាសនា " ដែលមានទីស្នាក់ការនៅ ទីក្រុងបាងកក ឱ្យចូលរួមប្រារព្ធបុណ្យវិសាខបូជា ជាមួយអង្គការអន្តរសាសនា ៩៦អង្គទៀត ដើម្បី ប្រជុំពិធីការអន្តរសាសនាផង និងធ្វើបុណ្យវិសាខ បូជាផង កាលពីថ្ងៃទី ៦ រហូតដល់ថ្ងៃទី ៨ ឧសភា មុននេះ នាទីក្រុងបាងកក ។

សុបិន ថាច់ : ក្នុងតួនាទីជាព្រះសង្ឃ តើព្រះ អង្គជួយសហព័ន្ធខ្មែរកម្ពុជាក្រោមរបបប្រហារ ?

ព្រះអង្គថាច់ប៊ុន : តួនាទីខ្ញុំព្រះករុណាភ្នាក់ ភាពជាព្រះសង្ឃនេះ ក៏ដូចជាពលរដ្ឋដទៃទៀត ជា ខ្មែរក្រោមនេះ បានចារជាប់ក្នុងបេះដូងថា ព្រះពុទ្ធ សាសនា គឺជាអត្តសញ្ញាណរបស់ខ្មែរ កម្ពុជាក្រោម បានន័យថា វប្បធម៌ ប្រពៃណី សិល្បៈ អក្សរ- សាស្ត្រទាំងអស់ ដែលលើទឹកដីកម្ពុជាក្រោម ដែលមានព្រះសង្ឃ២៥.០០០អង្គ វត្ត៥៦០ បាន បង្កប់ជាឃ្លើរវប្បធម៌នោះទាំងអស់ ដូច្នេះតួនាទី ខ្ញុំព្រះករុណាភ្នាក់ភាពពេលនេះ មានកាតព្វកិច្ចទី១- ចងក្រងចលនាព្រះពុទ្ធសាសនាថេរវាទ ក្នុងពិភព លោកឱ្យបានជាប្រព័ន្ធទី១ ក្នុងនាមថាជា " ប្រព័ន្ធ ព្រះពុទ្ធសាសនាគណថេរវាទខ្មែរកម្ពុជាក្រោម នៅ ក្រៅប្រទេស " ទី២- ធ្វើសហប្រតិបត្តិការជាមួយ ចលនា "សហព័ន្ធខ្មែរកម្ពុជាក្រោម " ដែលមាន ទាក់ទងទៅនឹងកិច្ចការអន្តរសាសនា ដូចជានៅ ថ្មីៗចូលរួមជាមួយអង្គការអន្តរសាសនា ដែលគេ

និយាយពីព្រះពុទ្ធសាសនាទាក់ទងទៅនឹង វប្បធម៌ ពិភពលោក ដូចជាសេដ្ឋកិច្ច បរិដ្ឋាន នយោបាយ វប្បធម៌... ។ល។ នៅក្នុងនោះក៏មានព្រះសង្ឃយួន ប្រមាណ ២០០អង្គ ដែលនិមន្តមកពីទីក្រុង ហ្គេ និងទីផ្សេងៗទៀត ហើយក៏មាននិមន្តព្រះសង្ឃ មេគន្ថខ្មែរចំនួនបួនខេត្ត មានទី១ ព្រះតេជគុណ យែម លន់ តំណាងឱ្យទីក្រុងព្រៃនគរ ដែលជា ទីក្រុងរបស់ខ្មែរយើង. ព្រះតេជគុណ ថាច់ សុខ- សាន្ត តំណាងឱ្យខេត្ត ព្រះត្រពាំង. ព្រះតេជគុណ តោ យិន តំណាងឱ្យព្រៃកប្បស្សី និងព្រះតេជគុណ យែម ធីម តំណាងឱ្យខេត្តឃ្លាំង និងមាត់ជ្រូក ដែលព្រះសង្ឃទាំងនោះ ត្រូវគេហាមឃាត់មិនឱ្យ និយាយថា ជាព្រះសង្ឃខ្មែរទៀតផង ។ ខ្ញុំព្រះ- តេជគុណអាត្មាភាពបានធ្វើអនុសាសន៍សំដែង ការរំលោភសិទ្ធិនេះដាក់ជូនអង្គប្រជុំ ដែលករណីនេះ បានទទួលការគាំទ្រពីមហាប្រទេស ហើយថ្ងៃទី ២៦ខាងមុខនេះ អាត្មាភាពនឹងនិមន្តទៅក្រសួង ការបរទេសអាមេរិកាំង ដើម្បីលើកយកការ រំលោភសិទ្ធិច្រើនប្រការរបស់ព្រះសង្ឃខ្មែរនៅ កម្ពុជាក្រោម ដើម្បីឱ្យគេជួយការពារ ។

សុបិន ថាច់ : ព្រះអង្គមានពុទ្ធដីការថា មាន ការតាបសង្កត់ព្រះសង្ឃមានរាប់ម៉ឺនអង្គ រីឯវត្ត មានច្រើនរយវត្ត ខ្ញុំព្រះករុណា និងពលរដ្ឋដទៃទៀត មើលករណីនេះមិនឃើញទេ តើព្រះអង្គអាច

ពន្យល់ពីការតាបសង្កត់នេះ បានដែរឬទេ ?  
ព្រះអង្គថាច់ប៊ុន : គេតែផ្សព្វផ្សាយថា ព្រះពុទ្ធសាសនា ជាថ្នាំពិសពុលសម្រាប់មនុស្ស លោក រដ្ឋអំណាចបានខិតខំធ្វើបាបនោះ គេ ព្យាយាមបិទ បាំងពីភ្នែកពិភពលោក. យួនតែ ភូតភរមតិសាធារណថា គ្មានអំពើរបៀបនេះទេ តែកាលពី ខែមករា ២០០៥ ក្រសួងឃ្លាំមើលការ គោរពសិទ្ធិមនុស្សនៃ អ.ស.ប បានចេញសៀវភៅ មួយ រាយការណ៍ពីការរំលោភសិទ្ធិមនុស្សរបស់ រដ្ឋាភិបាលវៀតណាម មកលើព្រះសង្ឃ ព្រះពុទ្ធ សាសនាខ្មែរកម្ពុជាក្រោម ដែលមាន ១២៦ទំព័រ ហើយថ្មីៗនេះ វៀតណាម បានចាប់ព្រះអង្គ ទីម សាខន ទាំងរំលោភពីទឹកដីកម្ពុជា ហើយចាប់ ព្រះសង្ឃខេត្តឃ្លាំង ៥ព្រះអង្គទៀត យកទៅ ឃ្លឹក ដើម្បីដាក់ទោស. ឥឡូវនេះ ព្រះសង្ឃនៅ ក្រមួនស នៅខេត្តឃ្លាំង មាត់ជ្រូក កំពុងតែបន្ត បាត់កម្ម ដោយសារតែរដ្ឋាភិបាលយួន នៅតែ ឈ្លានពានយកទឹកដី ស្រែចំការពិពលរដ្ឋខ្មែរកម្ពុជា ក្រោម ករណីនេះត្រូវបានផ្សព្វផ្សាយដោយបណ្តាញ ព័ត៌មាន ដូចជាខ្មែរឫស្សីដែលកំពុងតែមានប្រជា ប្រិយភាព ដូចជា អាស៊ីសេរី ឬវិទ្យុសម្លេងសហរដ្ឋ អាមេរិក ដូច្នេះជាមួយនឹងបណ្តាញផ្សព្វផ្សាយ អន្តរជាតិ គឺខ្មែរទាំងក្នុង និងក្រៅស្រុក និងខិតខំ ឱ្យរឿងពិតទាំងឡាយបានត្រូវខ្លួនយើងមិនឱ្យលាក់ បាំងបានឡើយ ។

សុបិន ថាច់ : បើតាមខ្ញុំព្រះករុណាអាន

អត្ថបទ Asian Wach ទៅឃើញថា គេនិយាយ ពីការរំលោភលើព្រះសង្ឃ និងពុទ្ធសាសនាយួន ច្រើនជាងការនិយាយខាងខ្មែរ តើព្រះអង្គមាន បានធ្វើសហការណ៍ជាមួយលោកសង្ឃយួន តាម រូបភាពណាមួយទេ ដើម្បីការពារបុព្វហេតុ សាសនាជាក្រុម ?

ព្រះអង្គថាច់ប៊ុន : រដ្ឋាភិបាលវៀតណាម បានបង្កើនចលនាវៀតណាម សម្រាប់បំបែក ឬ បង្ក្រាបខ្មែរនៅកម្ពុជាក្រោម ខ្មែរកម្ពុជាក្រោម រក្សាព្រះពុទ្ធសាសនាគណថេរវាទអស់រយៈជាង ២០០០ឆ្នាំ ចាប់ពីឆ្នាំ ១៩៧៥ មកយូរបាន បង្កើត " គណថេរវាទឯកភាពជាតិមួយ " នេះគឺសម្រាប់ មកបង្ក្រាបគណថេរវាទខ្មែរតែប៉ុណ្ណោះ អំពើ ប្រជាភិថុតរបស់រដ្ឋបាលយួន ដែលលើកព្រះសង្ឃ គណមហាយានឱ្យមកគ្រប់គ្រងប្រាសចារវិន័យ ថេរវាទឆ្ងាយមេឃនិងដី គឺធ្វើយ៉ាងណាឱ្យបាន កំចាត់ចលនាព្រះពុទ្ធសាសនាថេរវាទ ខ្មែរក្រោម ឱ្យបានឆាប់រហ័សតែប៉ុណ្ណោះ ។

សុបិន ថាច់ : អរព្រះគុណ ថ្វាយបង្គំ ព្រះអង្គ ថាច់ ប៊ុន ។

សន្និសីទយុវជនខ្មែរក្រោម ដែលផ្តើមនា ម៉ោង ៩:៣០នាទីព្រឹក បានចប់ទៅវិញនៅម៉ោង ៤ រសៀល ដោយមានសមាជិក និងភ្ញៀវភិក្ខុយស ប្រមាណជិត ១០០នាក់ ចូលរួមមានទាំងតំណាង សមាជិកអ៊ីតាលី ផងដែរ ។

ចម្លងពីខ្សែអាត់ជាភាសាខ្មែរ ដោយ : ពិស សំខុន

From : Philadelphia

**សូស្តីឆ្នាំថ្មី**

**ហាងខ្មែរជួសជុលរថយន្ត**

បើចង់ឱ្យរថយន្តលោកអ្នករត់បានល្អ សូមមកឃើញ

**Rathe's Auto Service**

State and Emission Inspection General Repairs and Maintenance

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

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

ជាងមានបទពិសោធន៍ជាយូរឆ្នាំ - ជួសជុលរថយន្តគ្រប់ប្រភេទ  
- មានដូរស្រង ដូរស្រាំង ដូរកង និងករណីជាច្រើនទៀត ។  
- មានត្រួតពិនិត្យគ្រឿងម៉ាស៊ីន DIAGNOSTICS ដោយ ឥតគិតថ្លៃ - មានចុះថ្លៃពិសេស ចាប់ពីខែកុម្ភៈ ២០០៨  
ទៅ : - ដូរស្រងកំរិត ៥ ក្លាត \$22. - INSPECTIONS រថយន្តឆ្នាំ 96 up \$49.99+ តាក់ - មានជូនប័ណ្ណពិសេស សំរាប់ដូរស្រង ចុះថ្លៃ ពាក់កណ្តាល នៅពេលយកមកជួសជុលអស់តម្លៃ \$150.  
- តម្លៃជួសជុលទូទៅ សមរម្យ ដោយទាបជាងហាងជួសជុលផ្សេងៗទៀត  
- ប្តេជ្ញាចិត្តធ្វើជូនដោយហ្មត់ចត់ គុណភាពខ្ពស់ មិនឱ្យខុសបំណងលោកអ្នកឡើយ ។  
ពិសេស ជួយទៅពិនិត្យដល់កន្លែងនូវរថយន្តណាដែលខូច STARTER ឬប្រុងអាគុយអស់ភ្លើងដោយឥតគិតថ្លៃ ។ សូមអគុណ !

**ANGKOR AUTO SERVICE, INC.**

**ហាងជួសជុលរថយន្ត "អង្គរ"**

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

Specializing in Body Kit and Custom Paint

**ជំនាញខាងជួសជុលរថយន្ត និងធានាថ្នាំដាក់ក្បាច់តាមបំណងភ្ញៀវ**

មានបទពិសោធន៍២០ ឆ្នាំ ជាជាងរថយន្តមានសញ្ជាតិ វាយតម្លៃការងារដោយឥតយកថ្លៃ ហើយយើងជួយសន្សំប្រាក់តម្លៃ បន្ថយរបស់អ្នកសួរ បានផង យើងផ្តល់សេវាគ្រប់យ៉ាង :

- State inspection
- Insurance Claims
- Auto Glass Repairs
- Auto Frame Repairs
- Custom Painting
- Auto A/C

មុនពេលជួសជុល

គ្រោយពេលជួសជុល

Hand Pk. Ricky 215-485-1425

បើកពីម៉ោង ៩ ព្រឹក ដល់ម៉ោង ៥ ល្ងាច ពីថ្ងៃ ច័ន្ទ ដល់ ថ្ងៃ សៅរ៍ ចុះតម្លៃជូន 10 % បើមធ្យោបាយបណ្តាញទូរស័ព្ទ



**Lynn Skin Care**  
 Professional Esthetician  
 215-467-4082  
 215-467-4082

សេវាកម្មស្រស់ស្អាត ផ្តល់ជូនដល់អតិថិជនរបស់យើង ដើម្បីឱ្យអ្នកមានមុខងារស្រស់ស្អាត និងមានសុខភាពល្អប្រសើរ។

សេវាកម្មស្រស់ស្អាត ផ្តល់ជូនដល់អតិថិជនរបស់យើង ដើម្បីឱ្យអ្នកមានមុខងារស្រស់ស្អាត និងមានសុខភាពល្អប្រសើរ។

សេវាកម្មស្រស់ស្អាត ផ្តល់ជូនដល់អតិថិជនរបស់យើង ដើម្បីឱ្យអ្នកមានមុខងារស្រស់ស្អាត និងមានសុខភាពល្អប្រសើរ។

**វិសេស វិសេស វិសេស**  
**វិសេស វិសេស វិសេស**  
**វិសេស វិសេស វិសេស**

**វិសេស វិសេស វិសេស**  
**វិសេស វិសេស វិសេស**  
**វិសេស វិសេស វិសេស**

**វិសេស វិសេស វិសេស**  
**វិសេស វិសេស វិសេស**  
**វិសេស វិសេស វិសេស**

**Air Conditioning, Heating & Refrigeration**  
 ក្រុមហ៊ុនផ្តល់សេវាស្រាវជ្រាវ និង ដំឡើងប្រព័ន្ធស្រោចចេញទឹក និង ប្រព័ន្ធស្រាវជ្រាវ

• ដំឡើងប្រព័ន្ធស្រោចចេញទឹក និង ប្រព័ន្ធស្រាវជ្រាវ  
 • ដំឡើងប្រព័ន្ធស្រោចចេញទឹក និង ប្រព័ន្ធស្រាវជ្រាវ  
 • ដំឡើងប្រព័ន្ធស្រោចចេញទឹក និង ប្រព័ន្ធស្រាវជ្រាវ

• ដំឡើងប្រព័ន្ធស្រោចចេញទឹក និង ប្រព័ន្ធស្រាវជ្រាវ  
 • ដំឡើងប្រព័ន្ធស្រោចចេញទឹក និង ប្រព័ន្ធស្រាវជ្រាវ  
 • ដំឡើងប្រព័ន្ធស្រោចចេញទឹក និង ប្រព័ន្ធស្រាវជ្រាវ

**NEW PHNOM PENH RESTAURANT**  
 2301 South 7th Street, Philadelphia, Pa 19148  
 (7th & Wolf)  
 TEL. (215) 389-2122

• ម្ហូបអាហារខ្មែរ-ជប៉ុន  
 • ម្ហូបអាហារអាស៊ី  
 • ម្ហូបអាហារអាមេរិក  
 • ម្ហូបអាហារអឺរ៉ុប

**វិសេស វិសេស វិសេស**  
**វិសេស វិសេស វិសេស**  
**វិសេស វិសេស វិសេស**

1541 S. 5th Street  
 Philadelphia, Pa 19148 (267) 639-3400

**SOM EARNKA CHANDA HEANG**  
 សំដៅ ចាន់ដា អេង  
 240-205-3349  
 240-506-9585  
 16 Blue Smoke CT  
 Garteesburg, MD 20879

សេវាកម្មស្រស់ស្អាត ផ្តល់ជូនដល់អតិថិជនរបស់យើង ដើម្បីឱ្យអ្នកមានមុខងារស្រស់ស្អាត និងមានសុខភាពល្អប្រសើរ។

សេវាកម្មស្រស់ស្អាត ផ្តល់ជូនដល់អតិថិជនរបស់យើង ដើម្បីឱ្យអ្នកមានមុខងារស្រស់ស្អាត និងមានសុខភាពល្អប្រសើរ។

សេវាកម្មស្រស់ស្អាត ផ្តល់ជូនដល់អតិថិជនរបស់យើង ដើម្បីឱ្យអ្នកមានមុខងារស្រស់ស្អាត និងមានសុខភាពល្អប្រសើរ។

**វិសេស វិសេស វិសេស**  
**វិសេស វិសេស វិសេស**  
**វិសេស វិសេស វិសេស**

វិសេស វិសេស វិសេស  
 វិសេស វិសេស វិសេស  
 វិសេស វិសេស វិសេស

**វិសេស វិសេស វិសេស**  
**វិសេស វិសេស វិសេស**  
**វិសេស វិសេស វិសេស**

វិសេស វិសេស វិសេស  
 វិសេស វិសេស វិសេស  
 វិសេស វិសេស វិសេស



# សមភាព ០៦ អតីតយុទ្ធជនស្ម័គ្រចិត្ត...

fellow comrades to keep our patriotism and integrity alive".

Phouc Kim is one of the most dedicated servicemen of his generation. Phouc was born in Kleang (Khmer Krom), South Vietnam on April 6th, 1951. Driven by his endearing love for Cambodia, Phouc believed that Khmer Krom would once again be united with its mother country.

Phouc's parents were rural farmers who worked hard to instill education and values to their son. Like many young men who wanted to increase their religious and educational livelihood, Phouc became a Buddhist monk from 1965-1968. However, because both Cambodia and Vietnam were facing heightened political strives, Phouc joined the Liberation Front to serve his country.

In Cambodia, he fought under the American-supported Com-

mander, Lon Nol. After the fall of South Vietnam, Phouc had the good fortune to revisit his family in Vietnam (or risk being ambushed by the Khmer Rouge). "The battle of Watt Vihear Sur in Prey Veng was the most bloodiest battle I have fought in. The communist North Vietnam wanted to attack to Phnom Penh, the capital of Cambodia. There was a great air battle as well as on grounds. There was help from Thailand, South Vietnam, and the United States.

I was in the 7th Brigade E (under Lon Nol). There were 50 brigades in all with 10 brigades at that battle. I saw Viet Congs being shackled down by their ankles, so as to stay put and fight in battle. There were bombs dropping, bullets flying, and dead bodies dropping like flies. In all, 450 people were severely wounded or have died. There were even women out there. These

were the most courageous, fear- less women you'll ever see! I believe there were 300 women in our entire battalion who fought for Cambodia during these tumultuous times. This battle will always be encapsulated in my memory because I witness the terrifying, the treacherous, and the most fearsome acts of violence in my life."

"Everyone had a secret agenda and it was never for the people." In 1989, Phouc was sent to further his military training in Malaysia. At the end of

that year, he immigrated to the United Sates. Since then, he has called Philadelphia his home. Phouc is proud to have served his country and hopes to be able to encourage the younger generations to talk and discuss about Cambodia's heritage, history, and culture.

Contributed Writer: **Bopea Chum.**

J. R. Lowell Elementary School Teacher.

Contact: [bchum@philasd.org](mailto:bchum@philasd.org)

## ទំព័រ Classify

### អង្គការជាតិណា ?

ជាសៀវភៅកំណត់ត្រានូវរឿងពិត ដែលបានកើតឡើងនៅក្នុងប្រទេសកម្ពុជា ជំនាន់ខ្មែរក្រហមកាន់អំណាច ហើយអ្នកនិពន្ធវែកមុខអ្នកណាដែលជាឃាតករ ដែលគេឱ្យឈ្មោះថាអង្គការនោះ ។ សៀវភៅរួមមាន ៣ក្បាល :

### ភ្នំពេញមុនឆ្នាំ ១៩៥៥

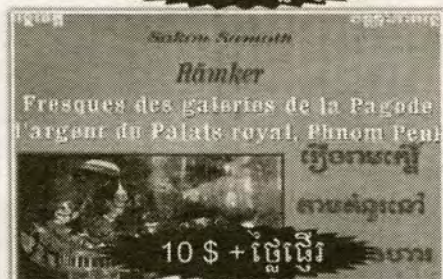
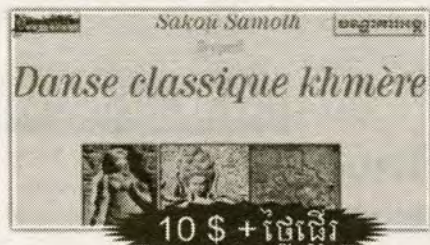
អ្នកនិពន្ធ កែវ ប៊ុនធឿន បានកត់ត្រាការផ្លាស់ប្តូរមុខមាត់ទីក្រុងភ្នំពេញ ពីជំនាន់មួយ

ទៅជំនាន់មួយ និងហេតុការណ៍ដែលបានកើតឡើងក្នុងជំនាន់នោះ ។

### វិទ្យាសាស្ត្រសុខភាព :

លោក បណ្ឌិត ឌុក វ៉ាស៊ី ធ្វើអត្ថាធិប្បាយពីសិទ្ធិមនុស្ស ប្រវត្តិនៃសិទ្ធិមនុស្ស រហូតដល់យកសិទ្ធិមនុស្សធ្វើជាមូលដ្ឋាន ដើម្បីរៀបចំសង្គមរៀបចំច្បាប់រដ្ឋ ធ្វើឱ្យប្រទេសជាតិ មានភាពសុខដុមរម្មាន ។ សូមទំនាក់ទំនងមកលោក **តឹម រៀន** តាមលេខ : 215-680-2059.

## សូមជួយទិញសៀវភៅខ្មែរ



មាតិកាសៀវភៅ	តម្លៃ	តម្លៃ
-សាក្សី (ខ្មែរ).....	10\$	.....10\$
-រាជក្សាចំបូរណ ក្មេង ឆ្មោន ( ធាវ៉ាង).....	10\$	.....10\$
-រឿងរាមកេរ្តិ៍ (ខ្មែរ-ធាវ៉ាង).....	10\$	.....10\$
-រាមកេរ្តិ៍តាមថែវិហារព្រះកែវមរកត (ខ្មែរ-ធាវ៉ាង).....	10\$	.....10\$
1-CAMBODGE (Français).....	10\$	.....10\$
2-CAMBODGE (Français).....	10\$	.....10\$

**USA**  
The Khmer post  
Call KIM PHIEN 215-680-2059

**FRANCE**  
Cambodiana Vidéo  
22, rue du Disque 75013 Paris  
Tél : 01 45 84 07 57

## បំណុលបញ្ជាក់សេចក្តីខ្មែរឫស្សី ឈ្មោះ និងអាស័យដ្ឋានរបស់ខ្ញុំ

ឈ្មោះ : .....  
អាស័យដ្ឋាន.....

### ខ្ញុំចង់បាន :

- កាសែតខ្មែរឫស្សី ១ខែ មាន២លេខ ៦ខែ \$30 ១២ខែ \$60
  - សៀវភៅឈ្មោះ.....តម្លៃ \$.....
  - ស៊ីឌីប្រវត្តិសាស្ត្រខ្មែរ ៤ ម៉ោង តម្លៃមួយសិត \$30
- ខ្ញុំភ្ជាប់សេចក្តី ឬ មតិអដរ មក U.A.M.G តម្លៃ \$.....

ផ្ញើមក U.A.M.G 438 LINDLEY AVE . PHILADELPHIA PA 19120  
Phone : KIM PHIEN 215-680-2059 or Saben 267 253 3974

លោកអ្នកអាចនិយាយភាសាអង់គ្លេស ភាសាខ្មែរ និងភាសាថៃ ឬលាវ លោកអ្នកអាចនិយាយកម្រិតចំនួនក្រៅបាន ដោយមិនបាច់ចេញពីផ្ទះ ។ ទូរស័ព្ទដោយមិនគិតថ្លៃ 1 888 478 0699.

**Your Advertisement Is Here For Less than \$10 for two weeks!**

ដំណើរការលក់ និងទិញផ្ទះក្នុងតំលៃសមរម្យនាងខ្ញុំឈ្មោះ **សារីរៀន** ធ្វើការនៅការិយាល័យ Advance Realty One, LLC. " The Full Service Discount Expert." ទិញ និងលក់ផ្ទះ ។ បើអស់លោកអ្នកចង់លក់ និងទិញផ្ទះ សូមទំនាក់ទំនងមកនាងខ្ញុំតាមលេខ : (215) 833-6673 ។ សូមអរគុណ !

**ប្រចក្តិសាស្ត្រនៃកម្ពុជា**  
លោក វ៉ាន់ឌីកាអុន ទើបនឹងសរសេរសៀវភៅប្រវត្តិសាស្ត្រនេះ ពីសម័យអាណានិគមធាវ៉ាង មកដល់បច្ចុប្បន្នកាល ។ ភាគទី១/ភាគទី២ ចេញផ្សាយរួចហើយ នៅប្រទេសធាវ៉ាង ។  
Email: [VANDY\\_KAONN@YAHOO.COM](mailto:VANDY_KAONN@YAHOO.COM)

**ប្រចក្តិសាស្ត្រខ្មែរបច្ចុប្បន្ន**  
ថាស ស៊ីឌី ដែលរៀបរៀងដោយ ពិន ស័ខុន ហើយផ្សព្វផ្សាយនៅវិទ្យាស្ថានខ្មែរ-អាមេរិកាំង ។ ថាស ស៊ីឌី ទំនួនបួនម៉ោងស្តីពីប្រវត្តិកម្ពុជា ចាប់ពីសម័យមេនងរាត្រី មកដល់សម័យធាវ៉ាង ១៩៧៥ មកដល់ឆ្នាំ ២០០៤ ។  
ទូរស័ព្ទ 215-680-2059



# Randolph C. Smith



## Attorney at Law

### 267-324-6503

Office # 1: 1819 JFK Blvd. Philadelphia, Pa 19103  
Office # 2: 1115 S. 11th St. Philadelphia, Pa 19147

ការិយាល័យច្បាប់យើងខ្ញុំ មានចំណាញ់ខាងករណី គ្រោះថ្នាក់រថយន្ត  
ការរូបសន្តោកនៃការ បើកបរគ្រោះថ្នាក់ទិញលក់ស្រូវ  
ករណីឧក្រិដ្ឋកម្ម និងអន្តោប្រវេសន៍ យើងនឹងយកចិត្តទុកដាក់  
ពីរថយន្តពីអ្វីទាំងអស់ដោយមិនឱ្យលោកអ្នកចំណាយប្រាក់ខ្លួនឯងឡើយ ។  
បើចង់ដឹងអ្វីបន្ថែមសូមហៅរក **សុច្ឆា : (267) 324-6503**  
We are specialty in Car Accident, Work Injury, DUI, Criminal Matter, and Imminration.  
We will take care of your car and everything else without your pochet expense.  
Please contact Sothia at 267-324-6503 for more information.

## ហាងម្ចាស់ នុត វីដេអូ សុមស្វាតមន៍

# នាទីកាលចូលឆ្នាំថ្មី 2009

មានលក់ CD VCD & DVD  
**MCHAS NOUN VIDEO**  
647 RITNER ST. PHILADELPHIA, PA 19148  
Tel : (215) 465-0464

ឆ្នាំថ្មី វីដេអូ MACHAS NUON VIDEO  
Clothes, Video Rental, Accessories  
647 RITNER STREET TEL: 215-465-0464

យើងខ្ញុំមានលក់ សំលៀកបំពាក់ប្រពៃណីខ្មែរ និងម៉ូដទាន់សម័យសំរាប់ចូលរួមពិធីផ្សេងៗមាន CD ,DVD និងមានរបស់របរច្រើនមុខទៀត ។

ប្រសិនបើសំលៀកបំពាក់ដែលបង្រួមទិញ ហើយពាក់បិទប្រដាប់ យើងអាចកែរចូលដោយឥតយកថវិកា យើងក៏មានទទួលកាន់ដើមខោ និងកែសម្រួលសំលៀកបំពាក់ដែលយោកយូកតាមកិច្ចព្រមព្រៀង យើងខ្ញុំយាយកតម្រូវសម្បូរ ។

### ផ្កាយត្រីក វីដេអូ

PKAY PREK VIDEO  
(215) 455-2762  
4935 OLD YORK RD. PHILADELPHIA, PA 19141

ជួលកូន លក់វីដេអូ និង ស៊ីឌី  
MOVIE RENTAL  
DVD & CD SALES  
លក់សំលៀកបំពាក់ប្រដាប់ប្រើ និងសំលៀកបំពាក់ប្រដាប់ប្រើ  
ប្រដាប់ប្រើប្រាស់ស្រី និងប្រដាប់ប្រើប្រាស់ប្រុស  
CAMBODIAN FORMAL DRESSES  
WOMEN & BABY CASUAL WEARS

### ឱសថស្ថានខ្មែរ

**Sav-Mor PHARMACY**  
Sam EA R.Ph.  
2232 S. 7th St. (7th & Wolf) Philadelphia, Pa 19148  
Tel: 215.467.1220 Fax: 215.467.1447

### បំរើលោកអ្នកដោយមិត្តភាព និងទាន់ចិត្ត

- ▶ Sav-Mor គឺជាឱសថស្ថានបំរើ ការចែកចាយថ្នាំ ហើយអាចពន្យល់ពីរបៀបប្រើប្រាស់ថ្នាំ តាមវេជ្ជបញ្ជាជាភាសាខ្មែរបាន
- ▶ យើងទទួលយកនូវ MEDICARE MEDICAID និង INSURANCES ជាច្រើនទៀតផង យើងមានលក់កាត សំរាប់ទូរស័ព្ទទៅស្រុកខ្មែរ ឬទៅអន្តរជាតិ
- \*Accept most insurance plans including Medicare & Medicaid
- \*Easy Prescription transfer
- \*Inside, Prepaid phone card, Call Cambodia.

### ដំណឹងរកអ្នកធ្វើការ

"ចេះ មើលខ្លួនសេចក្តី" រកអ្នកធ្វើការច្រើននាក់ចេះនិយាយភាសាខ្មែរមានកិត្តិយសក្នុងការ "អនុបណ្ឌិតខាងព្យាបាលសុខភាពផ្លូវចិត្ត" ។ ធ្វើការយកកំរៃតាមពេលមកធ្វើការកំរៃបាន ឬពេញម៉ោងកំរៃបាន ។ ធ្វើការនៅតំបន់ ឡឆ្នាំង និងនៅហ្វីឡាដេលហ្វៀខាងត្បូងជាមួយនិងអ្នកជំងឺ ដែលត្រូវការព្យាបាលខាងជំងឺផ្លូវចិត្ត ។  
**សូមផ្ញើប្រតិបត្តិបតាមលិខិតធម្មតាទៅ :**  
**LORI WATSON @1939 SOUTH JUNIPER STREET PHILADELPHIA, PA 19148**  
The Wedge Medical Center is seeking the Cambodian-speaking Master's Level Mental Health Therapists for the Logan and South Philadelphia Sites to provide Outpatient Mental Health Therapy (Fee-For-Service or Full Time). All Interested Candidates should 'regular mail' their resumes to LORI WATSON @ 1939 South Juniper Street, Philadelphia, PA 19148.

### គណបក្សសិទ្ធិមនុស្ស

បំរើ-ការពារ-គសាង  
**HUMAN RIGHTS PARTY**

### ដឹកនាំដោយឯកឧត្តម ភីម សុខា

សូមអញ្ជើញលោក.លោកស្រីមើលក្នុងគេហទំព័រ [www.HRPCambodia.info](http://www.HRPCambodia.info)  
ដើម្បីស្តារបរិយូ និងតាមដានព័ត៌មានទាន់សភាពការណ៍ ទាក់ទងនឹងប្រទេសកម្ពុជា ។  
បើអស់លោកចង់ចូលរួម សូមទាក់ទងមក

ហេតុ ឡាយ ចំរើន ត្បាញ :  
267-226-7861 អ៊ីម៉ែល : [chamroeunkh@yahoo.com](mailto:chamroeunkh@yahoo.com)



# តមកទំព័រទី០១ សន្និសីទពិភពលោកលើកទី៣...

នៃទីក្រុងហ្សឺណែវដែលហ្សឺណែវ នាព្រឹកថ្ងៃសៅរ៍ ទី២៣ ឧសភានេះ មានកម្មវិធីរបស់ "សហព័ន្ធខ្មែរក្រោម" បានត្រូវផ្សព្វផ្សាយអញ្ជើញសាធារណជនឱ្យចូលរួម ។ សហគមន៍ខ្មែរក្រោម នាថ្ងៃនោះ នាំគ្នារៀបចំ "សន្និសីទពិភពលោកលើកទី៣ របស់យុទ្ធជនខ្មែរក្រោម" ក្នុងបរិវេណមណ្ឌលទេសចរសាធារណៈដ៏សំខាន់ជាងគេ មួយក្នុងទីក្រុងហ្សឺណែវដែលហ្សឺណែវ ដែលឥឡូវនេះកំពុងត្រូវគេកត់សំគាល់ថា ជាទីក្រុងដ៏ស្នាហប់មួយក្នុងសកម្មភាពសំដៅទៅប្រទេសកម្ពុជា និងកម្ពុជាក្រោម ។

ក្រោមសញ្ញានៃសម្ព័ន្ធភាពជាមួយប្រជាជនពិភពលោក ដែលស្រឡាញ់សេរីភាព និងការគោរពសិទ្ធិមនុស្ស "សហព័ន្ធខ្មែរក្រោម" បានបង្ហាញនៅពេលសន្និសីទនោះ នូវរូបភាពកែទម្រង់ជាច្រើន ដែលមុខមាត់សហព័ន្ធនាំ២០០៩ជារចនាសម្ព័ន្ធសម័យថេរ្យប្រើប្រាស់នូវសាធារណៈទំនើប ចេះប្រើទស្សនៈនៃសង្គ្រាមត្រជាក់ ដើម្បីធ្វើឱ្យសម្រេចនូវវត្ថុបំណងរបស់ខ្លួនយ៉ាងមានប្រសិទ្ធភាព ។

សូមអានអត្ថបទខ្មែរក្រោមផ្សេងទៀតនៅទំព័រក្នុង



## ចង់ចេញពីភាពធូធូខ្មៅខ្មៅ?

### RELIV អាចប្តូររូបរាងកាយឱ្យមាំមួន

ពិសារ Reliv រាល់ថ្ងៃ គឺនាំឱ្យមានកម្លាំងកាយ រូបរាងមាំមួន

Reliv អាចទប់ស្កាត់នូវជំងឺមួយចំនួនធំ ដែលកើតមកពីការពិសារចំណីអាហារខ្លះជីវជាតិធ្វើឱ្យសរីរាង្គតាំងដំណើរ

ពិសារ Reliv លោក-អ្នកនិងដឹង ពីប្រសិទ្ធភាពចាប់តាំងពីថ្ងៃដំបូង ដែលលោក-អ្នកប្រើ Reliv នេះភ្លាម ។

**សូមទូរស័ព្ទជូនដំណឹងនៅលេខ : ទៅ Philadelphia (267) 254 8758 ទៅ VIRGINIA (703) 415-6257**

**បញ្ហាទី១** 1. RELIV CLASSIC មួយកំប៉ុង  
2. Reliv Innergize មួយកំប៉ុង ដែលជាចំណីជីវជាតិ

លាយ RELIV 1 និង RELIV 2 ម្ខាងមួយស្លាបព្រាក្នុងទឹកផ្លែឈើ ហើយពិសារម្តង ឬពីរដងក្នុងមួយថ្ងៃ ទៅតាមការណែនាំម្តងមួយកាយ "ភាពរឹងមាំកើតឡើងស្មើគ្នាមិនបាន"

Reliv restores the balance by delivering a unique blend of the vitamins, antioxidants, minerals, proteins, amino acids and phytonutrients the body needs to restore energy, fight off infections and feel great - everyday.

## ចំណីដែលទប់ទល់ជំងឺពិការភាពដ៏ខ្លាំងជាងគេក្នុងលោក គឺទឹកផ្លែឈើ "គោជី" នៃព្រៃហេមពាន្ត

### HIMALAYAN GOJI Juice

ការសម្រេចនៃសុខភាពល្អរបស់ពួកអារីស៊ីបានត្រូវរកឃើញ នារដូវកាលស្តេចតាំងឆ្នាំ ៨០០ គ.ស ពលរដ្ឋនៃតំបន់មួយនៅព្រៃហេមពាន្ត មិនត្រូវបានសាស់-សក់ក៏មិន ស-ធ្មេញ ក៏មិនបាក់-គេចា អ្នកប្រុកបានដឹកទឹកអណ្តូងមួយដែលមានដើម "គោជី" ដុះជុំវិញ គេស្មានថា មានវត្ថុសក្តិសិទ្ធិ អ្វីមួយជួយផែរក្សាពួកគេ ។ ទើប ឥឡូវនេះ គេដឹកជា "គោជី" មានជីវជាតិពិសេសមួយឈ្មោះ POLYSACCHARIDES ដែលជួយដល់ប្រព័ន្ធភាពស្រួលរបស់មនុស្សបាន ។

បើចង់បាន Goji មកពីសារស្តុជារគាម [www.forever.freelife.com](http://www.forever.freelife.com) ឬទូរស័ព្ទលេខ : (267) 253-3947