

ធ្វើបុណ្យទាន

ធ្វើបុណ្យទាន



តើការសប្បាយដ៏ច្រើន អាចជួយកូនខ្ញុំឲ្យរៀនសូត្របានដោយរបៀបណា?

នៅក្នុងសម័យកាលផ្លាស់ប្តូរនៃសង្គម ហើយនិងភាពក្តៅខ្លាំងនៃប្រាកដន័យផ្សេងៗទៀត ទំនៀមទំលាប់នានា អាចផ្តល់នូវសេរីភាព និង លក្ខណសមត្ថិភាពក្នុង ទំនៀមទំលាប់និងបុណ្យទានផ្សេងៗ គឺត្រូវបានផ្សំឡើងដោយប្រពៃណីពិសេស និងបុណ្យទានផ្សេងៗ ដែលជួយបង្កើត និងទ្រទ្រង់សង្គមផងដែរ។ មិនថាឡើយនិកាសនោះ ជាថ្ងៃយប់សំរាក បុណ្យទានផ្នែកសាសនាទាំងឡាយក៏ ដោយ, ទំនៀមទំលាប់ប្រពៃណីបុណ្យទានដែលគ្រូមគ្រូសារក៏តែងធ្វើឡើងជាប្រចាំ គឺជាការសម្តែងនូវពេលវេលាដ៏ល្អប្រពៃ ដែល ជួយស្តារបន្ទាត់អនុស្សាវរីយ៍ក្នុងគ្រួសារ ហើយដែលកូនៗ នឹងចង់ ចាំជាដាច់ខាត នៅក្នុងសណ្ឋាននៃជំនួរបស់គេអស់មួយជីវិត។ ការគិតពិសោធន៍ និងការចូលរួមក្នុងពេលវេលាពិសេសទាំងឡាយនេះ នឹងជួយក្មេងៗឲ្យយល់ដឹងនូវភ្នំ ដែលជាលក្ខណៈ ចំណែកមួយនៃសង្គម។ វាជួយបង្កើតមតិសមភាពជាគ្រូម, គម្ពីរ វប្បធម៌រួម, និងការគិតក្តៅក្នុងសង្គម-ទាំងអស់នេះ គឺជាកន្លឹកសន្តិ ឲ្យមានបទពិសោធន៍ល្អនៅសាលាមត្តេយ្យ។

សូមសាកល្បងសកម្មភាពទាំងនេះនៅផ្ទះ!

- ធ្វើសន្ទនាគ្នានៅកុបាយ... ចូរសាកសួរអនុស្សាវរីយ៍នៅកុបាយនូវសំណួរទាំងនេះ... តើមានពិធីបុណ្យទានអ្វីខ្លះ? ដែលជា ទំនៀមទំលាប់តាំងពីកុមារ ភាពមក? តើមានបុណ្យទាន, ភ្លឺ, រសជាតិ និងមន្តស្បែកទេទេ? ដែលតែងតែនឹកឃើញនៅ ពេលដែលនឹកគិតដល់ពិធីបុណ្យទានទាំងឡាយនោះ? តើមានម្ហូបអាហារបែបណាខ្លះដែលអ្នកធ្លាប់ឮនៅពេលមាន ពិធីពិសេសបែបនេះ? ហើយដែលអ្នកនៅចូលចិត្តឮរហូតមកដល់ពេលសព្វថ្ងៃនេះ? តើអ្នក ចង់បានពិធីបុណ្យទាន បែបណាសំរាប់គ្រូមគ្រូសាររបស់យើង?
- ការជំរុញអាហារពិសេស... នៅពេលដែលអ្នករៀបចំធ្វើពិធីបុណ្យទាន អ្វីមួយ... ចូរសាកសួរកូនរបស់អ្នកឲ្យជួយ ជំរុញម្ហូប អាហារពិសេសបីៗ ទាំងអស់គ្នា អ្នកអាចជ្រើសរើសមុខម្ហូបអ្វីមួយឬពីរមុខ ដែលបានក្លាយជាទំនៀមទំលាប់ប្រចាំគ្រួសារ។ ចូរបង្រៀនកូនអ្នកឲ្យជួយជំរុញម្ហូប ម្តងទៀត គេអាចបង្រៀនវាទៅដល់កូនចៅជំនាន់ក្រោយ ថែមទៀតផងដែរ។
- លេងល្បែងប្រពៃណី... ភ្លឺដែលក្មេងៗអាចចង់ចាំបានច្រើនជាងគេពី ពិធីបុណ្យផ្សេងៗ គឺជាអនុស្សាវរីយ៍ពិសេស... ជាពេលវេលាដែលសប្បាយរីករាយពីទំនាក់ទំ ទងគ្រួសារ, ម្ហូបអាហារ, ល្បែងកំសាន្ត, និងភាពជិតស្និទ្ធស្នាលទាំងឡាយ ដែលគេមានជាមួយនឹងមិត្តនិងគ្រូមគ្រូសាររបស់គេ។ ការប្រតិបត្តិល្បែងលេង ឬបង្កើតវិធីថ្មីអ្វីមួយ ដើម្បីលេងកំសាន្ត នៅក្នុងគ្រូមគ្រូសារនឹងផ្តល់ដល់កូនរបស់អ្នកនូវអនុស្សាវរីយ៍ផ្សេងៗ ដើម្បីឲ្យគេអាចចែកចាយជាមួយអ្នកដទៃ នៅពេលដែល គេទៅរៀននៅសាលា។



តើការសប្បាយដ៏ច្រើន អាចជួយកូនខ្ញុំឲ្យរៀនសូត្របានដោយរបៀបណា?

នៅក្នុងសម័យកាលផ្លាស់ប្តូរនៃសង្គម ហើយនិងភាពក្តៅខ្លាំងនៃប្រាកដន័យផ្សេងៗទៀត ទំនៀមទំលាប់នានា អាចផ្តល់នូវសេរីភាព និង លក្ខណសមត្ថិភាពក្នុង ទំនៀមទំលាប់និងបុណ្យទានផ្សេងៗ គឺត្រូវបានផ្សំឡើងដោយប្រពៃណីពិសេស និងបុណ្យទានផ្សេងៗ ដែលជួយបង្កើត និងទ្រទ្រង់សង្គមផងដែរ។ មិនថាឡើយនិកាសនោះ ជាថ្ងៃយប់សំរាក បុណ្យទានផ្នែកសាសនាទាំងឡាយក៏ ដោយ, ទំនៀមទំលាប់ប្រពៃណីបុណ្យទានដែលគ្រូមគ្រូសារក៏តែងធ្វើឡើងជាប្រចាំ គឺជាការសម្តែងនូវពេលវេលាដ៏ល្អប្រពៃ ដែល ជួយស្តារបន្ទាត់អនុស្សាវរីយ៍ក្នុងគ្រួសារ ហើយដែលកូនៗ នឹងចង់ ចាំជាដាច់ខាត នៅក្នុងសណ្ឋាននៃជំនួរបស់គេអស់មួយជីវិត។ ការគិតពិសោធន៍ និងការចូលរួមក្នុងពេលវេលាពិសេសទាំងឡាយនេះ នឹងជួយក្មេងៗឲ្យយល់ដឹងនូវភ្នំ ដែលជាលក្ខណៈ ចំណែកមួយនៃសង្គម។ វាជួយបង្កើតមតិសមភាពជាគ្រូម, គម្ពីរ វប្បធម៌រួម, និងការគិតក្តៅក្នុងសង្គម-ទាំងអស់នេះ គឺជាកន្លឹកសន្តិ ឲ្យមានបទពិសោធន៍ល្អនៅសាលាមត្តេយ្យ។

សូមសាកល្បងសកម្មភាពទាំងនេះនៅផ្ទះ!

- ធ្វើសន្ទនាគ្នានៅកុបាយ... ចូរសាកសួរអនុស្សាវរីយ៍នៅកុបាយនូវសំណួរទាំងនេះ... តើមានពិធីបុណ្យទានអ្វីខ្លះ? ដែលជា ទំនៀមទំលាប់តាំងពីកុមារ ភាពមក? តើមានបុណ្យទាន, ភ្លឺ, រសជាតិ និងមន្តស្បែកទេទេ? ដែលតែងតែនឹកឃើញនៅ ពេលដែលនឹកគិតដល់ពិធីបុណ្យទានទាំងឡាយនោះ? តើមានម្ហូបអាហារបែបណាខ្លះដែលអ្នកធ្លាប់ឮនៅពេលមាន ពិធីពិសេសបែបនេះ? ហើយដែលអ្នកនៅចូលចិត្តឮរហូតមកដល់ពេលសព្វថ្ងៃនេះ? តើអ្នក ចង់បានពិធីបុណ្យទាន បែបណាសំរាប់គ្រូមគ្រូសាររបស់យើង?
- ការជំរុញអាហារពិសេស... នៅពេលដែលអ្នករៀបចំធ្វើពិធីបុណ្យទាន អ្វីមួយ... ចូរសាកសួរកូនរបស់អ្នកឲ្យជួយ ជំរុញម្ហូប អាហារពិសេសបីៗ ទាំងអស់គ្នា អ្នកអាចជ្រើសរើសមុខម្ហូបអ្វីមួយឬពីរមុខ ដែលបានក្លាយជាទំនៀមទំលាប់ប្រចាំគ្រួសារ។ ចូរបង្រៀនកូនអ្នកឲ្យជួយជំរុញម្ហូប ម្តងទៀត គេអាចបង្រៀនវាទៅដល់កូនចៅជំនាន់ក្រោយ ថែមទៀតផងដែរ។
- លេងល្បែងប្រពៃណី... ភ្លឺដែលក្មេងៗអាចចង់ចាំបានច្រើនជាងគេពី ពិធីបុណ្យផ្សេងៗ គឺជាអនុស្សាវរីយ៍ពិសេស... ជាពេលវេលាដែលសប្បាយរីករាយពីទំនាក់ទំ ទងគ្រួសារ, ម្ហូបអាហារ, ល្បែងកំសាន្ត, និងភាពជិតស្និទ្ធស្នាលទាំងឡាយ ដែលគេមានជាមួយនឹងមិត្តនិងគ្រូមគ្រូសាររបស់គេ។ ការប្រតិបត្តិល្បែងលេង ឬបង្កើតវិធីថ្មីអ្វីមួយ ដើម្បីលេងកំសាន្ត នៅក្នុងគ្រូមគ្រូសារនឹងផ្តល់ដល់កូនរបស់អ្នកនូវអនុស្សាវរីយ៍ផ្សេងៗ ដើម្បីឲ្យគេអាចចែកចាយជាមួយអ្នកដទៃ នៅពេលដែល គេទៅរៀននៅសាលា។



ធ្វើបុណ្យទាន

ធ្វើបុណ្យទាន

អ្វីៗដែលត្រូវនិយាយ៖

- “ម៉ាក់/ប៉ាប្តូលចិត្តពីរបៀបដែលកូនកំពុងត្រៀមស្បៀងរបស់យើង! ការបង្កើនការលើកទឹកចិត្ត គឺជារឿងពិសេសដែលគេ ដឹងថា គេកំពុងតែធ្វើកិច្ចការបានល្អ!”
- “តើកូនអាចជួយចាប់ផ្តើមពិធីបុណ្យកំសាន្តយើងនៅពេល _____ ។” ការជួយលើកទឹកចិត្តកូនរបស់អ្នកឱ្យចេះចូលរួម ក្នុងពិធីបុណ្យទាន និងទំនៀមទំលាប់ផ្សេងៗ នឹងធ្វើមានការយល់ដឹងអនុស្សាវរីយាខ្លះៗ

អានទាំងអស់អំពីវា៖

The Book of New Family Traditions: How to Create Great Rituals for Holidays & Everyday, ដោយ Meg Cox

Everyday Traditions: Simple Family Rituals for Connection and Comfort, ដោយ Nava Atlas

អ្វីៗដែលត្រូវនិយាយ៖

- “ម៉ាក់/ប៉ាប្តូលចិត្តពីរបៀបដែលកូនកំពុងត្រៀមស្បៀងរបស់យើង! ការបង្កើនការលើកទឹកចិត្ត គឺជារឿងពិសេសដែលគេ ដឹងថា គេកំពុងតែធ្វើកិច្ចការបានល្អ!”
- “តើកូនអាចជួយចាប់ផ្តើមពិធីបុណ្យកំសាន្តយើងនៅពេល _____ ។” ការជួយលើកទឹកចិត្តកូនរបស់អ្នកឱ្យចេះចូលរួម ក្នុងពិធីបុណ្យទាន និងទំនៀមទំលាប់ផ្សេងៗ នឹងធ្វើមានការយល់ដឹងអនុស្សាវរីយាខ្លះៗ

អានទាំងអស់អំពីវា៖

The Book of New Family Traditions: How to Create Great Rituals for Holidays & Everyday, ដោយ Meg Cox

Everyday Traditions: Simple Family Rituals for Connection and Comfort, ដោយ Nava Atlas



Illustrations by Corey Smigliani

Illustrations by Corey Smigliani

Generously supported by:

Barr Foundation Jane's Trust



Generously supported by:

Barr Foundation Jane's Trust

