

បច្ចនិនោជន៍ តែន្ទារមិត្តុមនុលូវ ត្នូវនុវត្ថុស្ថិតិថាមទេស៊ែន្ទាន់

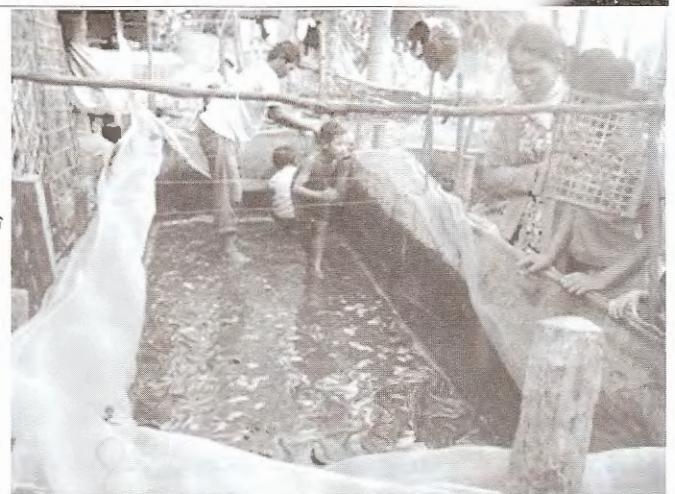
ស្រីប្រឈរដោយ : នគរបាលនិលជន

ប្រឹយមិត្ត អ្នកអាន ជាតិមេត្តា! ពេលដែលលោក អ្នក បានចាប់យកស្រីរករោះ មកអាន យើងខ្ញុំយល់ថា លោក អ្នក ប្រហែលជាអ្នកដែលមិនខ្សោចត្រួតអនុងទេ ហើយប្រហែល ជាអ្នកដែលចូលចិត្តពិសារអនុងថ្វីមទ្រឹតដែន ឬ យ៉ាងហោច លាស់ ក៏ជាអ្នកដែលមានបំណងចូលរួមក្នុងការប្រើប្រាស់កម្ពុជា អភិវឌ្ឍន៍ការចិត្តធមអនុង ដល់បណ្តាកសិករបស់យើងដែរ ។ អនុង កំពុងមានតម្លៃសេដ្ឋកិច្ចសំខាន់ខ្ពស់ ព្រោះទទួលការពេញនិយម ក្នុងការបិវាកាត ដោយអ្នកប្រើប្រាស់ បានចាត់ទុកចា ជាជាតុ ដុំមុខមួបបុរីកម្មាំ ។ កន្លែងមក យើងសង្គមយើងបានចលនា ចិត្តធមអនុងដែរ ដើម្បីរួមចំណោក ផ្តើមដែនក្នុងម្រោវការលើទីផ្សារ បុរីនុកសិករមួយចំនួន ទទួលបានដោកជើយ និងកសិករមួយចំនួន ទទួលបានត្រីមដែលទិសាងនៃ ។ ភាស្វែយបានត្រូវនេះហើយ ទីបាយឱ្យខ្ញុំ នានរួមត្រូវប្រួលពិមាន ពិកសិករយោះ ឪម សាធិទ្ធ ដែលបានផ្តល់កាត់បទទិសាងនៃចិត្តធមអនុងក្នុងអាយុវត្ថុសិច រយៈពេលបិស្សា ហើយទទួលបានដោកជើយជាបន្ទូលន្ទាំ មកចង ក្រោងជាកសារសម្រាប់ជាមួលដ្ឋានក្នុងការសិក្សាស្រាវជ្រាវ បន្ទាន់ និងជាត្រីវិស័យសម្រាប់កសិករ ដែលមានបំណងហាកល្បង ចិត្តធមអនុង ។

ឯកសារនេះ ត្រូវបានចងក្រោងដោយជើងក្នុក គឺជីក សម្រេចបទទិសាងនៃតាមរយៈឯកសារដែលអ្នកស្រាវជ្រាវ ឬ ឯកសារកន្លែងមក និងដែកពីតិមាន ដែលប្រមួលបានពិកសិករ ដែលបានអនុវត្តជាមួល ។

យើងខ្ញុំ សូមការយោតយល់ អង្វារស្វែយអំពីកំហុស ឆ្លង ការខ្លះចេញឡាយ និងអង្គចំនួលយកន្ទូវការវិវេក កំណើន កំណើន ដើម្បីធ្វើឱ្យកសារនេះក្នុងជាមួលការប្រកបដោយ ប្រសិទ្ធភាព ក្នុងការអភិវឌ្ឍន៍សកម្មភាពចិត្តធមអនុងការតែ ផ្តល់ជូន ។

យើងខ្ញុំ សូមសំដែននូវគុណុបការ: ដល់រាជរដ្ឋាភិបាល កម្ពុជា ដែលមាន សម្រួលអគ្គិសន៍ ហើយ សេន ជាប្រមុខ ក្នុងការដើរអភិវឌ្ឍន៍យោនទេនិងលើគ្របិវីស័យ ក្នុង នោះបានការពេញលេញពេញលេញក្នុងការគ្រប់ប្រង និងអភិវឌ្ឍន៍ វិស័យដែលជាមួល តាមរយៈការផ្តល់អនុសាសន៍ដើរក្នុងអគ្គិសន៍ ដើម្បី ជាត្រីវិស័យ ។



សូមថ្លែងអំណរគុណអស់ពីដែនិក ដល់បេសកកម្មិន ខ្លះឡើយហាត់ ទាំងកម្មាំងការ និងកម្មាំងចិត្ត ហើយសងកម្មត្រូវ បានឱ្យបាន ចិត្ត សារុន ដើម្បីក្រសួងកសិកម្ម រាជប្រាល័យ និងនេរណ៍ ដែលត្រូវតែជាសំពើរីក ត្រីវិវេក ឬ ឯកសារការប្រើប្រាស់ និងជាក់បេញ នូវយុទ្ធភាពគ្រប់គ្រងប្រកបដោយចាមពល និងគិតិបណ្ឌិត ។

សូមថ្លែងអំណរគុណដីជាល្អជាតិ ចំពោះងកឧត្តម ឬ ឯកសារប្រើប្រាស់ដីជាកិត្យកម្មដី ទទួលបន្ទុកជាប្រជាន់ រដ្ឋបាលដល់ជាមួលបានដែលដីកន្លែងអនុវត្តជាប់ និងយ៉ាង សម្រាកស្រោះ ក្នុងនាមត្រូវការពេមួយ ដើម្បីសម្រេចនូវ អនុសាសន៍ដើរក្នុងអគ្គិសន៍ របស់ថ្នាក់ដីកន្លែងអនុវត្តជាប់ និងទស្សន៍វិស័យ របស់រដ្ឋបាលដល់ជាមួល ។

សូមប្រើយិជ្តុ អ្នកអាន តាមដានស្រួលយល់ ពីបទ ពិសាងនៃទេសការចិត្តធមអនុង ក្នុងអាយុវត្ថុសិក ជូចតាមទៅ:

I- ផ្លូវការនៃការប្រើប្រាស់ចិត្តធមអនុង

ត្រីអនុង មានប្រើប្រាស់ប្រព័ន្ធបាន ។ អនុងស្រី (Monoterus albus) ហើយអ្នកខ្លះហៅថាគារអនុងតាម វាលកកំ ត្រូវបានគេ ចិត្តធមតាមរាយសិម៉ីន់ ជាតិដែលស្រោះប្រចេសភាពនេះ ។ លោក ឪម សាធិទ្ធ ប្រធានសហគមន៍ នៃសាខារបាលសុខ ដែលបាន ចិត្តធមអនុង ក្នុងអាយុវត្ថុសិកទិន្នន័យបានដោកជើយ រយៈពេល ពាយ្យកំកន្លែងមក ហើយបានប្រសាសន៍ តាមភាសាមាត្រា ថា អនុង មានបិបប្រព័ន្ធផីអនុងត្រូវ អនុងដើរិប និងអនុងព្រៃត ។ អនុង ដែលអ្នកប្រើប្រាស់ជាតិទុកចា មានរសជាតិជាង គេ គឺអនុងដើរិប ហើយអនុងដែលបានជាតិទុកចាតិចិត្តធមអនុង គឺអនុងត្រូវ ។

លក្ខណៈរបាយខាងក្រោមនេះ និងបិបប្រព័ន្ធនេះ មាន ផ្តល់ជាមួល ។

១- អនុងត្រូវ : ក្នុងមានទំហំតុងជាមួល ដើម្បី ពេលពេលិស លាយលើវិស័យ និងមានអុច្សោ

ពណិខ្លា ដៃកម្មងមានពណិត្តាព

២-អនុងដែកប៊ែនក្នុងប្រព័ន្ធបាសខ្មែរ

៣-អនុចំព្រៃត : របាយការដែលត្រូវដោយ ពេលពេលខ្លួន

ក. រូបភាពនៃការធិញិច្ច

ដោយសារកំណើននៃការត្រូវការអនុង និងការរំលែក
យ៉ាងតីមិត្តភាពជំណោចានធ្វើឱ្យប្រជាធិបតេយ្យ និង ប្រជាប្រជាក់
កំណើន ថាប៉ុន្ម័ន្ទៅដែលការប្រស់ បុច្ចិទ្ធសម្រាប់ប្រកែវអនុង ដើម្បី
ទុកលក់នៅរដ្ឋ ដែលមានតម្លៃខ្ពស់។ តាមការ សិក្សាសារជារោង
នៅខេត្តបាត់ដីបង មានសកម្មភាពចិត្តឯមអនុងតាមរូបភាព ពី
គីតាម ៥៤/៩៩ ប្រចើន និងតាមរាយ ត្រួលិចតួច។ ការចិត្តឯម
តាម ៥៤/៩៩ ប្រចើន ត្រឹមអនុវត្តនៅក្នុងសាស្ត្រតាំងនូវបីនេះ
ទទួលសាប ជាពិសេសនៅ យុទ្ធសាស្ត្រ ។ ចំណោកការចិត្តឯមកិច្ច
អាយក្រុច សង្គគម្រោង និងការចិត្តឯមកិច្ច និង
តាមឯក ។ ការចិត្តឯម តាមរូបភាពទាំងពីរនេះ នៅមិនទាន់មាន
បច្ចេកទេសច្បាស់លាស់ សម្រាប់ការចិត្តឯមនៅឡើយទេ គីតាម
ពេជ្តការ អនុវត្តតាគ្នាប់ឈ្មោះ ហើយភាពជាតិជ័យ និងបរាណ
ជ័យឈាយទាំងពីរ ។

២. ប្រភពកនុលិខនី

ចំណុចម្មយដែលគ្នាខ្សែកស្វាយតី ក្នុងពុជអន្ត់ដែល
បានយកមកចិត្តឱម តីថាប់ពិធីម្ចាតិទាំងស្រីង ដោយចិន ទាន់
មានសមតភាពភាស់នៅទីក្រឹម ។

គ. ពេលវេលា ទិន្នន័យ

ដោយសារកុនពុជ ត្រូវចាប់ពិធីមុជាតិ ដូច្នេះអ្នកចិត្តឱម
ទាំងឡាយ ត្រូវពេនចំរបុតដល់ដួនភ្លោងឡាតាំង ថប់ពី ខេត្តសកា
ដល់ខេត្តសៀមរាប គិចចាប់ផ្តើមរៀបចំគិចចាប់ផ្តើមអនុម័តពីមី។
ពេលវេលា ដែលសំបុរកុនពុជអនុម័តជាមួយគេ គឺខេមសា កកដារ
និងសៀម។

៣. យោងទៅការិតនៃ

ចំណើអាបករបស់អន្តែង គឺ ត្រួដិលមានតែម្រោចេក
ខ្សោយ វានិសព្យ សត្វតែតិចិនកន ដូច ហើយទៅរាជលាយដី ដែរ
និងម៉ោង ត្រូវបានដាក់ ។ ចំណើត្រូវលាយជាមួយសារធាតុ សិត
ដើម្បីដោសរាងការខចតណភាពទីកន្លែងប៉ះរបីសព្វ ។

II. ທະຄິດີເສາຜົ້ນ ໄສກາເຫັນງົງທະນູລ່ວມ ສາທ
ກາວບຸກຄົງ ເປັນເຫັນ ອື່ນ ສົງເນື້ອ

ក្រោយពីបានធ្វើការសាកលវងអស់រយៈពេលពីថ្ងៃខ្មែរ
គុងការចិត្តមន្ទីរដែលអាជីវកម្មរបស់ពួកគេ លោក ខ៊ុម សារិទ្ធ បានរក¹
យើង វិជីសាស្រែដែលនាយក និងទទួលបានជលចំណោរចំនួន

ក្នុងឆ្នាំ ២០០៩ នេះ ។ លោក ខិម សារិត្ស បានបង្ហាញពីមេដន
ភាព និងបិធីភាព ពង្រីកមុខរបរចិត្តឱ្យអនុវត្ត សម្រាប់នាមពេល
អនាគត និងបានផ្តល់បទពិសាចនៃប្រកបដោយខ្លួនស្ថាស សម្រាប់
យកមកចងក្រងឯកសារនេះ ដើម្បីការងារ :

៩ - ការង្រៀនចំណាយ

ក- សម្រាន់រមជ្ឈូន

- បង្កាលេយើ របាយើ បន្ទះព្រល ចំណោមស្តីចំត្រា និង
ក្រាស់ ផ្សេនិទ្ទេងក្រឡាត្រឹក ខ្សែនិទ្ទេង បុលុស ចំណាយ ដែក
គោល និងទេរាន់

- ទីក្រោម ភាព សមរម្យ ៥៩ គណ ១,៥៩ គណ ០,៥៩

- វេប្តិកក និងមេរីយាស (ដើម្បីអង្គភាព)

២- ការស្វែងសង្គមរបស់រាជរដ្ឋបាល

អាយុចិត្តធម៌ ត្រូវឈរដើម្បីលើដឹងថាគាល់តែម្អាង ដែលការធ្វើ
បែបនេះ បាយក្សោលអុងការបង្ហើទីកម្រិតឡាតាំង នៅពេលត្រូវការ
បង្ហើទីក្នុង ទីតាំងត្រូវឈរសង់ គ្នាយកសំយាបជី៖ ចុងទៅ ដែល
អាចទទួលទីការភ្លៀវីន បានច្រើន និងមិនទទួលរងកំដៅថ្មី ខ្លះ
ពេកដង់ ហង្សាលេយើ ត្រូវដោតច្បាប់ទៅក្នុងដី ដែលមានចន្ទោះ
ពីមួយទៅមួយ ចំណាយ ០.៨៩ ម៉ែត្រ រួចទីបំផុត ដោយការ
បង្ហើក្នុងអាយុ ដែលមានចន្ទោះពីត្រូ ០.៣៩ ម៉ែត្រ ០.៤៩ ។ បន្ទាប់
មកចាប់ដើមប្រាលព្យូលដាក់ត្រូវមបញ្ជី ចន្ទរចរណ៍ រួចបំផុត
ស្ថិស្ថិត និងបានបញ្ជីត្រូវបានបញ្ជី និងបានបញ្ជីត្រូវបានបញ្ជី
រួមគ្នាដែលត្រូវបានបញ្ជី ។ បំពេញបង្ហើទីកម្រិតឡាតាំង ត្រូវ ដាក់យ៉ាងតិច ពីរ នៅ
តាមច្បាប់នៃអាយុ ។ ការរៀបចំសំបុក ដាច់ម្រក ដោយប្រើវីឡី
តីក ដែលបានហាល់ថ្មីឱ្យស្រាប់ ពាណិកប្រាមព្រឹង (មួយ
អាជិត) ហើយត្រូវឈរក្នុងរូបយ ទីបញ្ជីមកដាក់ក្នុងអាយុ
និងមែកសម្រាល់ មួយចំនួនដូចជាទា មែកវាន់ មែកត្រូស់ (វីឡី
តីកតាំរួចបំផុតប្រាម) ហើយដាក់មែកសម្រាល់ពីលើ ដើម្បីឱ្យ
អនុងវារោនាសិច្ចណិក ។ ការចិត្តធម៌នេះ មិនមានប្រើប្រាស់





ដើរកំប្លែង បុរាណធម្មកស្តុ បុច្ចែង ដូចមានសរស់រក្សានៃកសាងមួយចំនួននៅទីនេះទេ។

ការបញ្ចូលទឹក ត្រូវមានកំពស់យ៉ាងតិច ០.៧ម ហើយ ត្រូវដោះជាកំមុនពេលបែងក្រុង យ៉ាងគិចទៅថ្មី បុរាណ ទីក ចុះឡើង ធ្វើយ៉ាងយេរិយ្យទឹកបាត់កិនសុយ ពីវិស្វ័យប័ណ្ណ និងមែក សម្រាល់សិន ។ កំប្លែង បុច្ចែង មិនមែនជាកក្សាចំបាត់ត្រូវតែ ជាកំនោះទេ ។

៤-ការបែងក្រុងអន្តោះតុដ

ក-ការរ្រើសរើសក្នុងអន្តោះតុដ



មិនខុសពីត្រីនោះទេ ការបែងក្រុងតុដ ទំហំខុសត្រាប់ ឱ្យមានការប្រដែងត្រាសិច្ចិ៍ណី បញ្ចាលឱ្យការដំឡាត់កំខុសត្រា ដែរ ។ យើងត្រូវគិតដឹងដោរថា អន្តោះ ជាប្រភេទសត្វសិរី ដោយរាប់ ដូចដែលខ្លោះចំណុច អន្តោះចំ ភាពសិអន្តោះ តូច បាន ។ ក្នុងអន្តោះត្រូវបែង ត្រូវមានទំហំខុសត្រាតិចបំផុត ។ ទំហំ ក្នុងអន្តោះត្រូវបែង យកមកចិត្តឯម ត្រូវមានចំនួន ២០ក្រាល តូចមួយ គិតឡើងត្រាម យ៉ាងច្រើន គិតផ្ទៃអត្រាសំខ្នស់ ។

៥-ប្រភេទអន្តោះ

ប្រភេទអន្តោះ កំពុងតិចដែរ ដោយធ្វើឡានឈើ ការទិញរារា និងកិរតុលួយលាស់ ដំឡាត់ ។ ប្រភេទអន្តោះដែលសម ស្របបំផុត គិតអន្តោះដែលបារិច និងអន្តោះត្រូវ ។

៦-ដែងសិតិចិត្តឯម

តាមបច្ចុប្បន្ននៃក្នុងមកក្នុងអន្តោះដែលមានចម្លោះ ២០ក្រាល តូចមួយគិតឡើងត្រាម ដាក់ចិត្តឯម តូចដែងសិតិចិត្តឯម ២០០ ក្រាល ទៅ១៤០ក្រាល តូចមួយម៉ែត្រការ ។

៧-ការដែលរៀបចំបែងក្នុងអន្តោះ

មាតិ ភាគច្រើនយល់ថាអន្តោះជាប្រភេទសត្វមាន ភាពដីត្រាំនិងបិយាតាស និងអុកសិសនទាប ទំនុះមិន បានគិតដែលការរក្សាតុណាការក្នុងអន្តោះត្រូវដោកកំចិត្តឯមហើយ តែងធ្វើការដែកពុំនិងបានសមស្របធ្វើឱ្យក្នុងអន្តោះបាកំកម្លាំង រលាក ខន អាចនាម៉ែកប្រាយពេលដោកកំចុំលាងអាម៉ែក បុ កម្រ ចាប់ចិំណី បុ ធិីឱ្យក្រុង ដំឡាត់យើត ។ ដូច្នេះ ការដែកពុំនិងបាកំ នៅបិមិន មានអុកសិសន យើងត្រូវដោកកំវាតុកុងបិរិយាណា មួយសមស្រប ដែរ ។ ពេលរៀបចំដោកកំចុំលាងវានេះ តូចកំណត់យកពេលរស់ល គឺ ឈ្មោះ ។ ការបែង ត្រូវអនុវត្តដោយការបោចទឹក បញ្ចូលបន្ទិចមួនទៅ ដើម្បីមានលក្ខណៈបន្ទាន់ទៅដី ។

៨-ការផ្តល់ចំណុច

ក-ប្រភេទចំណុច

ប្រភេទចំណុចដែលបានផ្តល់ឱ្យអន្តោះសិ រូមាន ត្រូវដែល គុណភាពទាប ខ្សោះ ដែលចាប់ពីតាមរយៈស្រុះ បាប់ពីតាមរយៈស្រុះ ប្រភេទចំណុចដែល ប្រើប្រាស់គុណភាពទាប ស្រុះ ជាមួយទឹកក្រោះ លាយជាមួយខ្សោះចិត្តឯម និង កន្លែក ។ សមាស ចាតុត្រីក្នុងចំណុច មិនអាចខ្សោះបានទេ ទំខ្សោះ និងកន្លែក ភាពខ្សោះ បាន ។ ប៉ុន្មានការលាយចុំលាងត្រារវាងត្រី និង កន្លែក ត្រូវបានប្រើប្រាស់

នៅខែទីមួយ ប្រភេទចំណុចអន្តោះត្រូវបែង ប្រើប្រភេទត្រីគុណ ភាពទាប ស្រុះជាមួយទឹកក្រោះ លាយជាមួយខ្សោះចិត្តឯម ហើយ ចាប់ពីខែទីពីរទៅ ប្រភេទចំណុចដែល ប្រើប្រាស់គុណភាពទាប ស្រុះ ជាមួយទឹកក្រោះ លាយជាមួយខ្សោះចិត្តឯម និង កន្លែក ។ សមាស ចាតុត្រីក្នុងចំណុច មិនអាចខ្សោះបានទេ ទំខ្សោះ និងកន្លែក ភាពខ្សោះ បាន ។ ប៉ុន្មានការលាយចុំលាងត្រារវាងត្រី និង កន្លែក ត្រូវបានប្រើប្រាស់



ព្រោះ ព្រោះងាយរក កាត់បន្ទយប្រាក់ចំណាយ និងអាចរក្សា
ប្រាក់ចំណាយបាន។

៦-ពេលវេលាឌូលចំណើ

ពេលឆ្នាំ ជាបោលរែលឆ្នួល សម្រាប់ការផ្តល់ចំណើ។
នៅពេលទីកកុងអាយុឡើងសុយ អនុងមិនសិចំណើទេ។ នៅ
ពេលប្រើទីកកាមាមប្រាប់របៀបដែលបើច្បែកទឹកអនុងចាប់សិចំណើ
ព្រោះនៅពេលប្រើទីកកាមាមអនុងមិនសិចំណើទេ។

៧-របៀបជូលចំណើ

យើងមិនត្រូវជាក់ចំណើអនុង ដោយបានចូលទៅក្នុង
ទីកជាល់ទេ យើងត្រូវបែងចិត្តមានកំព្យូង ព្យាប់ប្រៃងដីទីក។
នៅពេលជូលចំណើ យើងត្រូវតែជាក់ចំណើនៅលើទីកត្រូវបែងចិត្ត
ការស្រែច។ ចំពោះថា ការបែងចិត្តអាយុឡើងសិចំណើ គូរដាក់ កំព្យូង
ឱ្យបានយ៉ាងតិចបីកន្លែងដោយចិត្ត។

៨-បរិមាណចំណើ

មិនទាន់មានការគោលនាម្មាសសំនោះឡើយ អំពី
បរិមាណចំណើដែលបានជូលចំណើ។ ប៉ុន្តែតាមការអេវារោង ក្នុង
រយៈពេលចិត្តម ធន់ខែ ៩មួនពុន ៥០គ.ក្រ ប្រើរតុជាតុដីមចំណើ
រូមមាន ក្នុក ៩២.៥គ.ក្រ និងតិចបានភាពខាបចំនួន ៥០គ.ក្រ។
រយៈពេលបីច្បែកទឹកបានយ៉ាងចិត្ត។

៩-ការតាមដានគុណភាពទីក និងការផ្តល់ប្រើទីក
ការតាមដានជាសម្រាប់ទីកមានលក្ខណៈងាយដឹង តាមរយៈការ
អនុសិចំណើ។ ទីកសុយពេក អនុងមិនសិចំណើទេ។ ដូច្នេះ ជាប្រាប់បានប្រើប្រាស់
នៅពេលឆ្នាំ យើងត្រូវបែងចិត្តការជូលចំណើ។ បើមិនជូលចំណើទេ
នៅរាល់១៥ថ្ងៃមួន យើងត្រូវតែបែងចិត្តការជូលចំណើ។ ទីក ដោយបង្កើ
តាមបំពេញដែលបែងចិត្តជាស្រែច។

១០-ដំឡើង

អនុងចិត្តម នៅអំឡុងខែកកា ក្នុង មិន ភាគច្រើន
សង្គតេយើងមានជីថេ តែក៏មិនទាន់មានការសិក្សាដាច់ បណ្តាល

មកពីមានជីថេ បុ ការសែបង្កើចត្រាប់ បុ ខ័ត្ត។ ការរព្យាបាល តីប្រើ
ដើមត្រស់ កាត់ជាក់ង់ ត្រាំទៅក្នុងទីក ដើម្បីឱ្យ ចេញដែរខ្លួន
រយៈពេល ១៥-២០ថ្ងៃ និងយើងបានដាស់សៀវភៅយើង។

១១-ការប្រើប្រាស់លាង

ដូចស្រែបរាប់ខាងលើ រយៈពេលចិត្តមអនុង មាន ៥
ខែ។ ដោយពួរដែលអនុងប្រមូលពិធីមុជាតិ ហើយស្ថិតក្នុង ជីរាក់
កាល ពួរអនុងសំរូរ និងចាកទេះ ការប្រមូលដល់អនុង ភាគ
ច្រើនស្ថិតក្នុងខែមករ បុក្នុង បុ មិន ក្នុងចន្ទោះ ពេលពីខែ
មករ ដល់ខែមិន ជាផ្លូវប្រើបាន អនុងត្រូវការរស់នៅក្រោង ក្នុង
ដើម្បីឱ្យបានក្នុងការនេះ ដូចចេះតែមែ ក្នុងចន្ទោះពេលនេះ
ក៏មានតែមួយខ្លះជាងគេ ក្នុងឆ្នាំ។

