# សំបុត្រពីអ្នកនិពន្ធ

## ការកសាងគុណភាពជីវិតរបស់កសិករតាមទ្រឹស្តីសមពល (២)

តាមការប៉ាន់ស្មានរបស់ខ្ញុំ កសិករយើងភាគច្រើនបំផុតនៅពេលកាន់តែចាស់ កាន់តែលំបាកទាំងផ្នែក ជីវភាព និងសុខភាព ។ តាមបទពិសោធន៏កន្លងមកខ្ញុំយល់ថា យើងអាចធ្វើការផ្លាស់ប្តូស្ថានភាពនេះបានមានន័យថា យើងអាចធ្វើឲ្យខ្លួនយើងនៅពេលយើងកាន់តែចាស់ កាន់តែស្រួល ឬកាន់តែសប្បាយ ។ ដើម្បីឲ្យយើងម្នាក់ៗ អាចបង្កើនទនូវគុណភាពជីវភាពជីវិតបានប្រសើរជាប់ជានិច្ចកសិករត្រូវការកសាង " **សមពល** " របស់យើងគឺ សុខភាព (ស) មមោករបស់ដី (ម) គុណភាពពូជស្រូវ (ព) និងបរិមាណលុយកាក់សំរាប់ពេលចាស់ (ល) ។

នៅក្នុងទស្សនាវដ្ដីលេខមុន (ខែសីហា ឆ្នាំ២០០៩ ឆ្នាំទី១១លេខ ១២៨) ខ្ញុំបានធ្វើការពន្យល់នូវ ចំណុចសំខាន់ៗទាក់ទងការកសាង និងសន្សំស្រុខភាពឲ្យបានល្អប្រសើរមានន័យថា កាន់តែចាស់ សុខភាពនៅតែល្អ ។ នៅលេខនេះខ្ញុំធ្វើការពន្យល់បន្ថែមលើការកសាងមមោក ឬការកសាងគុណភាពជីជាតិដី ។

⇒ **តើមមោកជាអ្វី? ហើយវាមានសារៈសំខាន់យ៉ាងម៉េចសំរាប់កសិករ?**

មមោកគឺកាកសំណល់រុក្ខជាតិ និងសត្វដែល ពុករលួយហើយមានពណ៌ខ្មៅ ឬក្រមៅ ។ គេសង្កេតឃើញមមោក នៅផ្នែកខាងលើបំផុតរបស់ដី ។ ប្រសិនបើយើងចូលទៅក្នុងព្រៃ ហើយយើងកាយស្លឹកឈើងាប់គ្របលើដីចេញយើង នឹងឃើញសារធាតុមមោក ។ នៅពេលដែលយើងកាប់ឆ្ការព្រៃធម្មជាតិហើយ ដីមានជាតិមមោកច្រើន ហើយដំណាំដុះលើដីមានការលូតលាស់ល្អណាស់ ។ តែពីមួយឆ្នាំទៅមួយឆ្នាំសារធាតុមមោកត្រូវបានបាត់បង់បន្តិចម្តងៗ ជាពិសេសតាមរយៈការហូរសឹក ឬហូរច្រោះ ហើរតាមខ្យល់ និងការភ្ជួរដីត្រឡប់ចុះត្រឡប់ឡើង ។ ក្រៅពីមិនបានការពារ និងកសាងមមោកឲ្យបានល្អ មានកសិករជាច្រើនថែមទាំងបំពុលដីតាមរយៈប្រើសារធាតុគីមី។

ដូចនេះដើម្បីឲ្យពេលយើងកាន់តែចាស់តែអាចនៅទទួលផលស្រូវបានកាន់តែច្រើន ការកសាងមមោកជាការមួយចាំបាច់ដោយសារមមោកនាំមកផលប្រយោជន៍ជាច្រើនដូចជា:

- មមោកជួយឲ្យសកម្មភាពសត្វល្អិតនៅក្នុងដីមានការកើនឡើង ដែលនាំឲ្យដីផុស និងជួយរំដោះសារធាតុចិញ្ចឹមពីដីសំរាប់ចិញ្ចឹមដំណាំ។ ម៉្យាងទៀតមមោកដើរតួនាទីសំខាន់ក្នុងការរក្សា ឬចាប់សារធាតុសំរាប់ចិញ្ចឹមដំណាំ និងជួយរក្សាមិនឲ្យដីជូរពេក ឬប្រៃពេក។
- ជួយរក្សាឲ្យដីមានសំណើមបានយូរ ដោយមមោកមានសមត្ថភាពរក្សាទឹក ដូចជា "អ៊ុប៉ុង" ដែលអាចធ្វើឲ្យដំណាំធន់នឹងភាពរាំងស្ងួតបានល្អ ។

គេអាចនិយាយយ៉ាងខ្លីបានថាកាលណាដី មានមមោកនាំឲ្យដីមានជីវិត ហើយនាំឲ្យដំណាំដុះលូតលាស់បានផលល្អ។

**⇒ តើធ្វើយ៉ាងម៉េចដើម្បីបង្កើននូវសារធាតុមមោកឱ្យបានច្រើននៅក្នុងដីស្រែទាប់ស្មើ?**

មានវិធានការណ៍សាមញ្ញៗមួយចំនួន ដែលកសិករអាចអនុវត្តបានដូចជា:

១. ធ្វើ និងប្រើជីកំប៉ុស្តឲ្យបានច្រើន (តាមពិតមមោក និងកំប៉ុស្តគឺដូចតែគ្នា មានន័យថាជីកំប៉ុស្តដែលពុករលួយល្អយើងអាចហៅវាថា មមោកកែច្នៃដោយមនុស្ស ចំណែកមមោក ដែលមាននៅក្នុងព្រៃធម្មជាតិយើងអាចហៅវាថា ជីកំប៉ុស្តធម្មជាតិ)។

២. ធ្វើការគ្របដីរបស់យើងដោយប្រើកាកសំណល់រុក្ខជាតិ ដូចជាស្លឹកឈើ ចំបើង...។ល។ ទៅតាមយើង អាចធ្វើបាន។

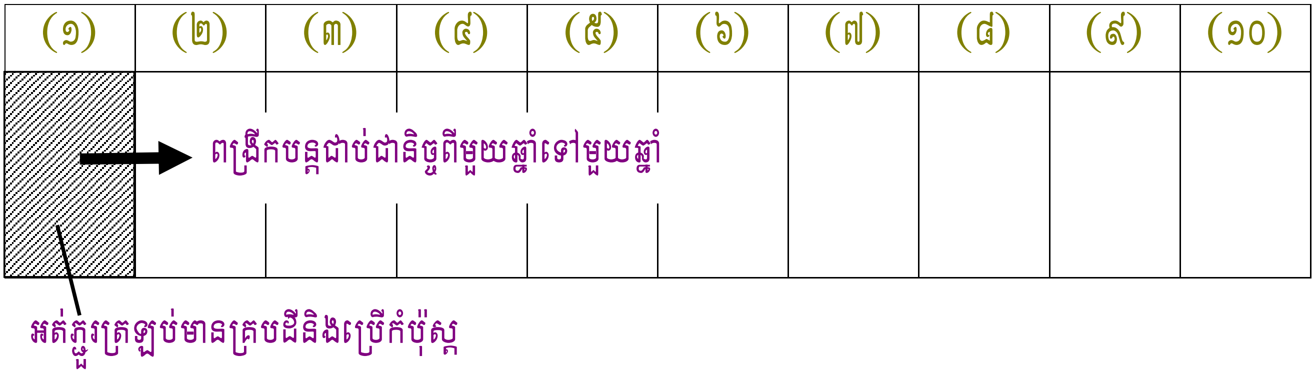
៣. ដាំដំណាំគ្របដី និងដំណាំជីស្រស់បៃតង ជាពិសេសពពួកសណ្តែកផ្សេងៗសំរាប់ភ្ជួរលុបចូលក្នុងដី និងដាំដើមឈើដើម្បីយកស្លឹកធ្វើជាជី (ដូចជាដើមអង្កាញ់ ស្តៅ ដើមហៃសាន ដើមស្នោរគោក ។ល។ )

៤. ការធ្វើស្រែដោយមិនបានភ្ជួរត្រឡប់គឺគ្រាន់តែបំផុសដី ដើម្បីជៀសវាងឲ្យស្រទាប់មមោកធ្លាក់មកនៅខាងក្រោម។

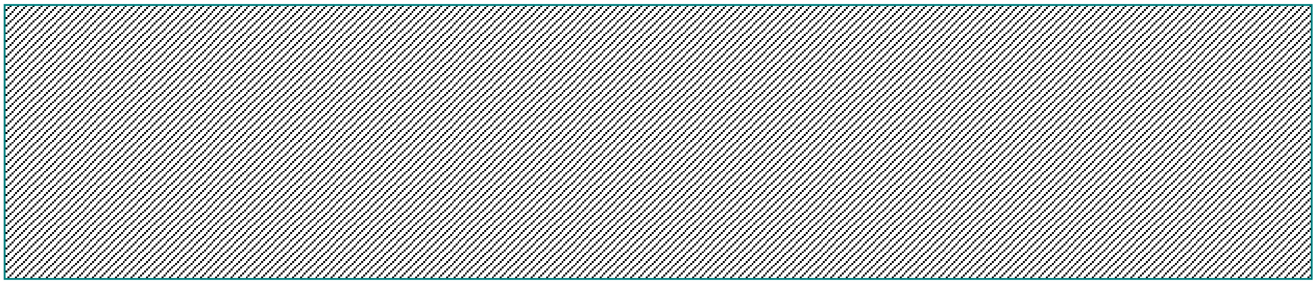
វិធានការណ៍ទី១ ជាវិធានការណ៍សំខាន់បំផុត ។ សំរាប់ចំណុចទី៤ វាមានការលំបាកសំរាប់កសិករតែវាជាចំណុចសំខាន់បំផុត ។ នៅឆ្នាំដំបូងយើង អាចជួបបញ្ហាស្មៅច្រើនបន្តិច ហើយផលដំណាំអាចថយ តែចាប់ពីឆ្នាំទី២ ឬទី៣ ទៅយើងនឹងឃើញដី ផុសងាយស្រួលក្នុងការរាស់ និងធ្វើស្មៅហើយផលស្រូវមានការកើនឡើងជាប់ជានិច្ច ។ ដើម្បីកាត់បន្ថយនូវភាពប្រថុយប្រថាន និងយោងទៅតាមស្ថានភាពជីធម្មជាតិ ដែលកសិករមាន ខ្ញុំសូមណែនាំ ឲ្យយើងធ្វើការកសាងមមោកបន្តិចម្តងៗ។

ឧទាហរណ៍ ប្រសិនបើកសិករមានដីចំនួន ១ហិកតា សំរាប់ការកសាងមមោកទុកនៅពេលចាស់ ឧទាហរណ៍ ១០ឆ្នាំ ខាងមុខយើងអាចចែកដីនេះជា ១០ ចំណែក ដោយមួយចំណែកមានទំហំជាមធ្យម ១០អារ ។ នៅឆ្នាំទី១ យើងចាប់ផ្តើមលើ ចំណែកទី១ ចំនួន ១០អារ ហើយបន្តយរបៀបនេះរហូតដល់គ្រប់ ១ហិកតាក្នុងរយៈពេល ១០ឆ្នាំ ។ ប្រសិនបើយើងចង់ធ្វើផែនការ ២០ឆ្នាំយើងអាចចែកជា ៥អារ សំរាប់១ឆ្នាំ។

**ឆ្នាំទី១**




**១០ ឆ្នាំក្រោយមក**



កាលកំណត់ពេលវេលា ១០ ឬ៥ ឬ១៥ ឬ ២០ឆ្នាំ វាអាស្រ័យលើលោក អ្នក។ សំខាន់ប្រសិនបើលោក អ្នកចង់កាន់តែចាស់កាន់តែស្រួលត្រូវចាប់ផ្តើមកសាងមមោកពីពេលនេះទៅ គឺចាប់ផ្តើមពីអ្វី ដែលមាននិងធ្វើបាន ។ ដូចពាក្យចាស់ពោលថាការធ្វើដំណើររាប់ម៉ឺនយោជន៍ចាប់ផ្តើមពីមួយជំហាន ។ ដូចគ្នាដែរ ការកសាងមមោក ឬគុណភាពដីជាតិដី ១ ហិកតា ឬ ២ហិកតា វាចាប់ផ្តើមពី ១អារ ឬ១០អារ ។

**ខ្ញុំយល់ថាមនុស្សត្រូវចិញ្ចឹមដីតាមរយៈកសាងមមោកនៅក្នុងដី**

**ដើម្បីឱ្យដីចិញ្ចឹមស្រូវបានល្អគួរលាស់ល្អហើយត្រូវចិញ្ចឹមមនុស្ស ។**

**បណ្ឌិត យ៉ង សាំងកុមារ**