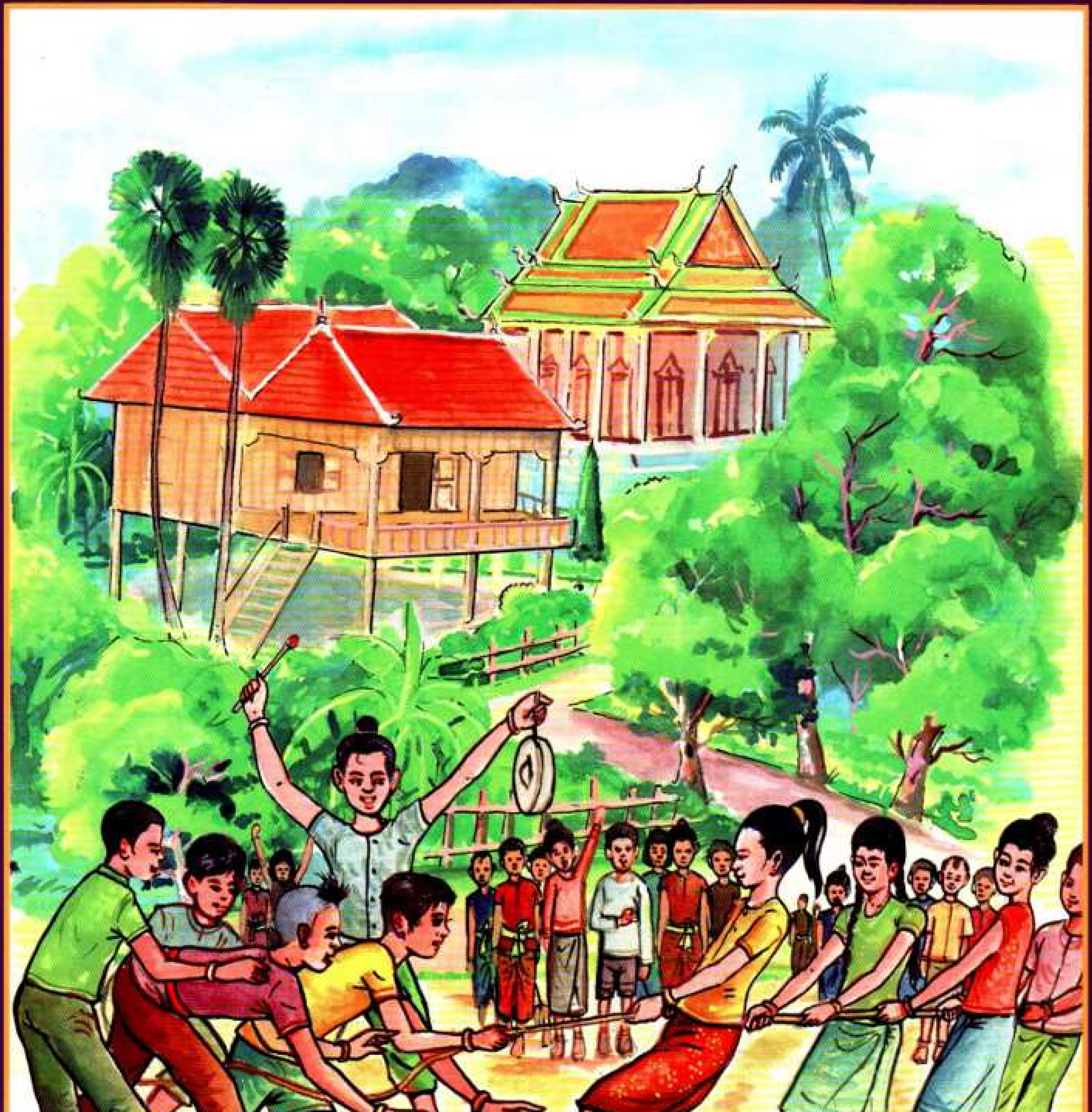
ល្បែងប្រជាប្រិយខ្មែរ



ល្បែងប្រជាប្រិយខ្មែរ

រៀបរៀងដោយអ្នកស្រី កែវ ណារុំ

គូររូបដោយលោក ហ៊ឹ ចិន្តា

រក្សាសិទ្ធិដោយ អង្គការសន្តិស្មាគ្រចិត្ត (SVA)

បោះពុម្ពឆ្នាំ២០០៦

ល្បែងប្រជាប្រិយខ្មែរ

ល្បែងប្រជាប្រិយខ្មែរ

១. ល្បែងទាញព្រ័ត្រ

២. ល្បែងលាក់កន្សែង

៣. ល្បែងបូតសណ្ដែក

៤. ល្បែងលោតអន្ទាក់

៥. ល្បែងដណ្ដើមស្លឹកឈើ

៦. ល្បែងឈូង

ល្បែងទាញព្រ័ត្រ

១. ល្បែងទាញព្រ័ត្រមានអត្ថប្រយោជន៍ដូចជា :

- ហាត់រាងកាយឱ្យមានសុខភាពល្អ ។
- ធ្វើឱ្យដើមទ្រូងមានភាពរឹងមាំ ។
- ជួយឱ្យសាច់ដុំមានភាពមាំមួន ដោយសារការប្រឹងទប់ជំហរ ។

២. គេច្រើនលេងល្បែងទាញព្រ័ត្រនៅទីវាលរាបស្មើធំទូលាយ ។

៣. ដើម្បីលេងល្បែងនេះ គេត្រូវមានខ្សែព្រ័ត្រធ្វើអំពីស្បែកគោ ក្របី ឬធ្វើពីជក់ដូង មានទំហំប្រមាណប៉ុនកដៃកុមារ ប្រវែង២០ម៉ែត្រ ឬលើសពីនេះទៅតាមចំនួនមនុស្សតិច ឬច្រើន ហើយនឹងគង ឬរគាំង ឬសំភោរ ឬស្គរដៃមួយ ។

៤. អ្នកលេងល្បែងទាញព្រ័ត្រច្រើនជាកុមារ ឬយុវជន ហើយគេច្រើននិយមលេងល្បែងនេះនៅរដូវចូលឆ្នាំខ្មែរ ។

របៀបលេងល្បែងទាញព្រ័ត្រមានដូចតទៅនេះ :

ដំបូងគេប្រមូលគ្នាហើយចែកគ្នាជាពីរក្រុម ដោយមិនកំណត់ចំនួនឱ្យស្មើគ្នាដាច់ណាត់ទេ ។ យោលតាមការតថ្លៃគ្នាគឺ ប្រសិនបើក្រុមបុរសមានគ្នាតិច គេអាចអនុគ្រោះឱ្យក្រុមនារីមានគ្នាច្រើនជាងបាន ពីព្រោះគេយល់ថានារីមានកម្លាំងទន់ខ្សោយ ជួនកាលគេបន្ថែមពួកកុមារទៅឱ្យក្រុមនារីទៀតផង ។ គេអាចចែកក្រុមដោយម្ខាងៗ មានលាយបុរស និងនារីស្មើគ្នា ។ បន្ទាប់មកគេរើសមេ រៀងៗខ្លួនគឺអ្នកដែលមានមាឌមាំ រឹងប៉ឹងឈរកណ្ដាលព្រ័ត្រសម្រាប់នាំក្រុមគេឱ្យខំទាញរៀងៗ ខ្លួន ដោយម្នាក់ៗ កាន់ព័ត្រប្រឹងទាញ ហើយឈរជ្រែងជើងប្រឹងទប់ជំហរ ។ មុននឹងចាប់ផ្ដើមទាញ មានមនុស្សប្រុសម្នាក់ឈរកាន់រតាំងឬតងនៅចន្លោះមេទាំងពីរ ។ ពេលពិនិត្យឃើញក្រុមម្ខាងៗបានរៀបចំខ្លួនស្រួលបួលហើយ បុរសនោះក៏ផ្ដើមស្រែកថា "យក្សអរ" យ៉ាងខ្លាំង រលាក់សម្លេងវែងយ៉ាងគ្រលួច ។

ឯអ្នកប្រុងទាញព្រ័ត្រទាំងប៉ុន្មាន ក៏ស្រែកបន្ទរឡើងព្រមៗគ្នាថា " ហ៊ោវ៉ឺៗ " បីដង ទើបនាំគ្នាប្រឹងទាញយកជ័យជំនះ ។ ក្នុងពេលអ្នកទាញព្រ័ត្រកំពុងប្រឹងទាញ អ្នកកាន់ឧបករណ៍ភ្លេងចេះតែបញ្ចើតចង្វាក់ ទាល់តែឃើញថាមានម្ខាងឈ្នះ និងម្ខាងចាញ់ ។ គេនាំគ្នាឈប់សម្រាកបន្តិច ហើយក៏ផ្តើមលេងសាជាថ្មី ដរាបដល់ហត់រៀងៗខ្លួនទើបឈប់ ៕

... ចប់ ...

ល្បែងលាក់កន្សែង

១. ល្បែងលាក់កន្សែងមានអត្ថប្រយោជន៍ដូចជា :

- ហាត់ភ្នែកឱ្យមានភាពរាងវៃ ។
- បង្កើនប្រាជ្ញា ឬចិត្តសាស្ត្រដើម្បីសំគាល់ចរិតលក្ខណៈរបស់អ្នកដទៃ ។
- បង្កើនការហាត់រត់ឱ្យបានលឿន ។
- ទម្លាប់ឱ្យមានស្មារតីប្រុងប្រយ័ត្ន រឹងប៉ឹង រហ័សរហួន ។
- ការច្រៀងធ្វើឱ្យបេះដូង សួត និងប្រព័ន្ធដកដង្ហើមមានភាពប្រសើរ ។

២. គេច្រើនលេងល្បែងលាក់កន្សែងនៅទីវាលរាបស្មើល្អ ។ ដើម្បីលេងល្បែងលាក់កន្សែងគេត្រូវការក្រមា ឬកន្សែង ឬកំណាត់អាវជាដើម ។

៣. អ្នកលេងល្បែងលាក់កន្សែងច្រើនជាកុមារ ឬក្មេងជំទង់ ឬក្រមុំកំលោះ ។ គេតែងលេងល្បែងនេះ នៅពេលសម្រាកថ្ងៃរសៀលត្រជាក់ ឬពេលរាត្រីខែភ្លឺ ក្នុងរដូវចូលឆ្នាំខ្មែរ ។

របៀបលេងល្បែងលាក់កន្សែងមានដូចខាងក្រោម :

គេប្រមូលគ្នាឱ្យបានយ៉ាងតិចពី ៧ ទៅ ៨ នាក់ ។ ប្រសិនបើបានគ្នាច្រើនរឹតតែបង្កភាពសប្បាយថែមទៀត ។ ពេលឯកភាពគ្នាហើយ គេអង្គុយច្រហោងរាងជារង្វង់ដាក់ដៃទាំងពីរទៅមុខលើក្បាលជង្គង់ ឬស្របខ្លួន ។ មានត្រណោមដាច់ខាតមិនឱ្យអ្នកអង្គុយងាកក្រោយ ឬលូកស្ទាបក្រោយខ្នង តែអាចលៀងភ្នែកមើល ឬប្រើការពិនិត្យចិត្តសាស្ត្រអ្នកកាន់កន្សែងបាន ។ ជាដំបូង គេយកក្រមា ឬក្រណាត់ផ្សេងៗ មកមូរឆ្លូលរឹតឱ្យតឹងណែនទុកជាយបន្តិចសម្រាប់កាន់យួរបាន គេសន្មតហៅថា " កន្សែង " ។ អ្នកស្ម័គ្រចិត្តម្នាក់ចេញក្រៅរង្វង់កាន់កន្សែងនេះរបៀបលាក់លៀមដើរក្រឡឹងពីក្រោយខ្នងអ្នកអង្គុយ ។ ជួនកាល គេបញ្ឆោតធ្វើជាដាក់កន្សែងក្រោយខ្នងអ្នកនេះ ឬអ្នកនោះដើម្បីបន្លំអ្នកអង្គុយឱ្យយល់ច្រឡំ ។ ប្រសិនបើមានអ្នកប្រព្រឹត្តល្មើស អ្នកលាក់កន្សែងមានសិទ្ធិដាក់ទណ្ឌកម្មអ្នកនោះមិនឱ្យធ្វើជាអ្នកលាក់កន្សែង ឬឱ្យធ្មេចភ្នែកជាដើម ។ គេនាំគ្នាស្រែកច្រៀងបណ្តើរនូវទំនុកដដែលៗ។ កាលបើអ្នកកាន់កន្សែងឃើញមានអ្នកណាម្នាក់ភ្លេចខ្លួនហើយ គេក៏លួចដាក់កន្សែងក្រោយ

ខ្នងអ្នកនោះភ្លាម រួចដើរព័ទ្ធជាធម្មតាដោយធ្វើរបៀបនិបកន្សែងលាក់ក្នុងអាវ រួចដើរយ៉ាងលឿនសំដៅកន្លែងដាក់កន្សែង ។

ពេលមកដល់ បើអ្នកលាក់ឆក់យកកន្សែងពីក្រោយខ្នងអ្នកអង្គុយភ្លេចខ្លួនបានមុន គេក៏យកកន្សែងគក់ខ្នងអ្នកអង្គុយនោះ ហើយគេយកកន្សែងលាក់តទៅទៀត ។ អ្នកភ្លេចខ្លួនកាលបើត្រូវគេវាយត្រូវស្ទុះរត់មួយជុំវង់ រួចមកអង្គុយកន្លែងដើមវិញ ។ ប៉ុន្តែ បើអ្នកអង្គុយបានដឹងខ្លួនថា គេដាក់កន្សែងនៅក្រោយខ្នងខ្លួន ហើយចាប់កន្សែងបានមុនអ្នកលាក់មកដល់ ខ្លួនត្រូវរើសកន្សែងនោះដេញវាយអ្នកលាក់នោះវិញ រហូតអ្នកលាក់ចូលអង្គុយនៅទីរបស់ខ្លួន ។ អ្នកណាម្នាក់ដែលបានកាន់កន្សែងនៅក្នុងដៃ អ្នកនោះមានសិទ្ធិលាក់កន្សែងដើរព័ទ្ធជុំវិញចាំលួចដាក់ក្រោយខ្នងអ្នកណាម្នាក់ ។ គេលេងរបៀបនេះរហូតដល់អស់ចិត្ត ។

ចម្រៀង

លាក់កន្សែង ឆ្មាខាំកែងអួសលោង ៗ
លាក់កន្សែង ឆ្មាខាំកែងអួសលោង ៗ ៕

... ចប់ ...

ល្បែងបួតសណ្ដែក

១. ល្បែងបួតសណ្ដែកមានអត្ថប្រយោជន៍ដូចជា :

- ពង្រឹងស្មារតីចងចាំ និងការប្រុងប្រយ័ត្ន ។
- បង្កើនភាពរហ័សរហួន ភាពឈ្លាសវៃនៃភ្នែក ។
- ធ្វើឱ្យសាច់ដុំរឹងមាំ ។
- ពង្រឹងចលនាបាតដៃ កំភួនដៃ និងដើមដៃ ។
- កំណត់ទិសបានច្បាស់លាស់ ។
- ធ្វើឱ្យចលនាដង្ហើម និងសួតមានភាពល្អប្រសើរ បេះដូងមានភាពរឹងមាំ ។

២. គេច្រើនលេងល្បែងបួតសណ្ដែកនៅក្នុង ឬក្រៅផ្ទះ នៅក្នុងសាលារៀន ឬនៅទីវាលរាបស្មើក្រោមម្លប់ឈើ ។ ល្បែងនេះមិនចាំបាច់មានសម្ភារៈអ្វីទេ ។ អ្នកលេងច្រើនជាកុមារាកុមារី ឬក្មេងជំទង់ ។

របៀបលេងល្បែងបួតសណ្តែកមានដូចខាងក្រោម ៖

ដំបូងគេអង្គុយទល់មុខគ្នា យកបាតដៃទាំងពីរផ្ទោបឆ្លាស់គ្នា រួចទើបបួតដៃចេញហើយទះដៃរៀងៗខ្លួនមួយផ្ទាំង ។ បន្ទាប់មកទះភ្លៅខ្លួនឯងទាំងពីរខាង រួចទះដៃខ្លួនឯងមួយផ្ទាំងទៀត ។ ជាបន្ត គេឈោងបាតដៃឆ្វេងខ្វែងទៅទះបាតដៃស្តាំដៃគូមួយផ្ទាំង រួចទះដៃខ្លួនឯង ហើយយកបាតដៃស្តាំខ្វែងទៅទះបាតដៃឆ្វេងដៃគូមួយផ្ទាំងជាបញ្ចប់ ។ បន្ទាប់មក គេចាប់ផ្តើមសាឡើងវិញ ។ គេលេងតាមរបៀបខាងលើសាជាថ្មីជាច្រើនលើក ។ ប៉ុន្តែ ចង្វាក់នៃការទះមិននៅដដែលទេ គឺរន្ថើនញាប់ឡើងៗ ។ ជួនកាលគេទះពន្យឺតមកវិញ ហើយញាប់រន្ថើនខ្លាំងឡើងទៅវិញ ។ អ្នកទន់ដៃត្រូវគេចាត់ទុកថាជាអ្នកចាញ់ ។ ប្រសិនបើមានអ្នកភ័ន្តភាំងទះខុសពីការសន្មត ក៏ត្រូវចាត់ទុកជាអ្នកចាញ់ដែរ ។ ចម្រៀងផ្តើមឡើងតាំងពីពេលបួតដៃចេញពីគ្នាតាមចង្វាក់ព្រមៗគ្នា ។

របៀបលេង និងទំនុកច្រៀងមានភាពប្លែកៗគ្នាទៅតាមតំបន់ ។

ចម្រៀង

បែបទី ១ :

បួតសណ្តែក រនេះបាក់ព្រែក នាងនីដើរដី អស់ទាំងគេគេជិះដើរ

នាងនីដើរដីជិះឆ្កែកំផើមផើមផុត ចង់ស៊ីទំផុត ភ្លើងរលត់ចង់ស៊ីទំពៅ

កំពប់ម្យៀអស់ ។

បែបទី ២ :

កំផើមៗអើយ ចង់ស៊ីទំផុត ភ្លើងរលត់ ចង់ស៊ីទំពៅ កំពប់ម្យៀយក

ដៃទៅត្រងកំពប់លំអងសងក្លួនក្រមុំ សងមីតូច វាចេះតែយំ

សងមីធំ វាសាំបាយឆៅ ។

*** ចប់ ***

ល្បែងលោតអន្ទាក់

១. ល្បែងលោតអន្ទាក់មានអត្ថប្រយោជន៍ដូចជា :

- ហាត់រាងកាយឱ្យមានសុខភាពល្អ រឹងប៉ឹង មាំមួន ។
- ហាត់ភ្នែកឱ្យវែរហ័ស ។
- ហាត់ស្មារតីឱ្យចេះប្រុងប្រយ័ត្ន ។

២. គេច្រើនលេងល្បែងលោតអន្ទាក់នៅទីវាលរាបស្មើល្អ ។

៣. ការលេងល្បែងនេះមិនត្រូវការសម្ភារៈណាមួយទេ ។

៤. អ្នកលេងល្បែងលោតអន្ទាក់ ច្រើនជាកុមារ ឬក្មេងជំទង់ៗ ហើយគេលេងនៅពេលសម្រាក ពិសេសក្នុងរដូវចូលឆ្នាំខ្មែរ ឬក្នុងវេលាយប់ខែភ្លឺ ។

របៀបលេងល្បែងលោតអន្ទាក់មានដូចខាងក្រោម ៖

ដំបូងគេប្រមូលគ្នាឱ្យបានប្រមាណ ១០ នាក់ ហើយចែកជាពីរក្រុមស្មើគ្នា ។ មួយក្រុមអង្គុយច្រហោង ដំកង់ជារង្វង់ កាងដៃទាំងពីរ ហើយចាប់ចុងដៃគ្នាធ្វើជាអន្ទាក់ ចាំស្កាត់អ្នកលោត កុំឱ្យលោតចូលរង្វង់បាន ។ ក្រុមនីមួយៗសុទ្ធតែមានល្បិច និងការប្រុងប្រយ័ត្នរៀងៗខ្លួន ។ ក្រុមលោតឈរវើរៗ នៅជុំវិញក្រុមអ្នកអង្គុយ រង់ចាំឱ្យក្រុមអង្គុយភ្លេចខ្លួន ។ជួនគេចាត់គ្នាតម្នាក់ឱ្យទៅពួននៅទីឆ្ងាយ ហើយលួចរត់ពីចម្ងាយមកលោតរំលងចូលតែម្ដង ។ ចំណែកឯក្រុមអង្គុយក៏ប្រុងប្រយ័ត្នដែរដើម្បីកុំឱ្យក្រុមលោត ឆ្លៀតឱកាសលោតផ្លោះចូលមកក្នុងរង្វង់បាន ។ ពេលមានអ្នកលោតបម្រុងនឹងលោត ក្រុមអង្គុយប្រុងលើកដៃឡើងជាបន្ទាន់ ដើម្បីតះអោយប៉ះជើងអ្នកលោត ។ នៅពេលលោត បើក្រុមអង្គុយតះប៉ះជើងអ្នកលោតបានហើយ គេចាត់ទុកអ្នកលោតជាអ្នកចាញ់ ហើយអ្នកឈ្នះក្រោកឈរឡើងចាំលោតម្ដង ។ ឯក្រុមចាញ់ត្រូវទៅអង្គុយធ្វើអន្ទាក់វិញ ។

ក្នុងចំណោមក្រុមលោត បើមានអ្នកណាម្នាក់លោតចូលបានតាមច្រកណាគេឱ្យគ្នាគេដើរចូលក្នុងរង្វង់អន្ទាក់តាមច្រកនោះ ហើយក្រុមលោតចូលនោះ គេនាំគ្នាចាំលោតចេញវិញ ។ អ្នកលោតឈរគ្រប់គ្នា គាបជើងលើអន្ទាក់ដៃអ្នកអង្គុយ ទុកជើងម្ខាងនៅក្នុងជើងម្ខាងទៀតនៅក្រៅអន្ទាក់នោះ ។ បើក្នុងក្រុមអ្នកលោតនោះ មានអ្នកណាម្នាក់លើកជើងម្ខាងចេញបាន ដោយមិនប៉ះដៃអ្នកអង្គុយត្រង់ច្រកណា គេនាំគ្នាចេញតាមច្រកនោះទាំងអស់គ្នា ។ ប្រសិនបើការចេញ និងចូលច្រឡំខុសច្រកនោះ គេទុកអ្នកចេញចូលនោះជាអ្នកចាញ់ដែរ ។ ឯការលោតចូល ឬលោតចេញនេះ បើជួនជាស្របគ្នាពីរនាក់ស្មើគ្នាក៏គេទុកជាចាញ់ដែរ ។ គេលេងតាមរបៀបដូចបាននិយាយនេះជាហូរហែររហូតដល់ពេលឯកភាពគ្នាត្រូវបញ្ចប់ ៕

••• ចប់ •••

ល្បែងដណ្តើមស្លឹកឈើ

១. ល្បែងដណ្តើមស្លឹកឈើមានអត្ថប្រយោជន៍ដូចជា :

- ហាត់រាងកាយឱ្យរឹងមាំ ។
- ហាត់ភ្នែក និងត្រចៀកឱ្យវាងវៃ ។
- ប្រមូលស្មារតីឱ្យមូល ។

២. គេច្រើនលេងល្បែងដណ្តើមស្លឹកឈើនៅកណ្តាលទីធ្លារាបស្មើ ។

៣. ដើម្បីលេងល្បែងនេះ គេត្រូវមានស្លឹកឈើមួយមែក (ល្មមមិនធំពេក ឬតូចពេក) ។

៤. អ្នកលេងល្បែងដណ្តើមស្លឹកឈើច្រើនជាកុមារ ឬយុវជន ។

របៀបលេងល្បែងដណ្ដើមស្លឹកឈើមានដូចខាងក្រោម ៖

គេប្រមូលគ្នាឱ្យបានយ៉ាងតិច ១១ នាក់ រួចចែកជាពីរក្រុម ដោយក្រុមម្ខាងៗមានគ្នា ៥នាក់ ។ ឯម្នាក់ដែលនៅសល់គឺជាអ្នកផ្ដាត ចេះបន្លប់ឱ្យអ្នកទាំងពីរក្រុមភ្លេចស្ដាប់បញ្ជា ។ នៅចន្លោះពីក្រុមម្ខាងទៅក្រុមម្ខាង មានប្រវែងប្រមាណ ១៥ ម៉ែត្រ ។ ក្រុមម្ខាងៗឈរតម្រៀបគ្នាជាជួរទល់មុខគ្នា ហើយសមាជិកនៃក្រុមនីមួយៗ មានដាក់លេខរៀងពីលេខ ១ រហូតដល់អស់សមាជិក ។ អ្នកបញ្ជាឈរជិតស្លឹកឈើ ស្រែកហៅលេខរៀងណាមួយឱ្យមកដណ្ដើមស្លឹកឈើយកទៅកាន់ទីរៀងៗខ្លួនឱ្យបានសម្រេចដោយមិនឱ្យគេទះ ឬចាប់បាន ។ ឧទាហរណ៍៖ អ្នកបញ្ជាហៅលេខ ៣ សមាជិកក្នុងក្រុមម្ខាងៗ ដែលដឹងថាខ្លួនទទួលនាមលេខ៣ ក៏ស្ទុះយ៉ាងលឿនមកកញ្ឆក់យកស្លឹកឈើនោះទៅកាន់ទីខ្លួន ។ ប៉ុន្តែ បើទាំងពីរនាក់មានភាពរហ័សស្មើគ្នា មិនអាចរិះរកមធ្យោបាយដណ្ដើមបាន អ្នកបញ្ជាត្រូវហៅលេខផ្សេងទៀតមកជួយ ដូចជាហៅលេខ ១ ។

ពេលនោះអ្នកលេខ ១ ទាំងពីរខាង ក៏ស្ទុះមកជួយគ្នា ជន្លគ្នាលេងទៅវិញទៅមក ។ ចំណែកអ្នកឈរនៅទី ក៏ជួយរិះរកមធ្យោបាយស្រែកបន្ទរប្រាប់ក្រុមរៀងៗ ខ្លួនឱ្យឆ្លៀតឆក់ស្លឹកឈើឱ្យបានសម្រេច ។ បើនៅតែជល្មើមគ្នាមិនបានទៀត អ្នកបញ្ជាអាចហៅលេខថ្មីមកជួយទៀត ។ ពេលនោះ អ្នកឈរជិតស្លឹកឈើកាន់តែមានចំនួនច្រើន ។ អ្នកបញ្ជាចេះតែស្រែកហៅលេខណាមួយឱ្យមកជល្មើម ដោយមានការនិយាយបន្ទប់ផង ។ ក្នុងនោះមានអ្នកណាម្នាក់ភ្លាត និងអ្នកស្មារតីអន់ ឬត្រចៀកអន់ខ្សោយស្ដាប់លេខរបស់ខ្លួនមិនបាន ធ្វើឱ្យគេឆក់យកបាន ។ តែក៏មានគូខ្លះមានភាពវាងវៃស្មើគ្នា ។ បើមានសមាជិកក្រុមម្ខាងណាម្នាក់ប្រថុយឆក់ ហើយមានសមាជិកក្រុមម្ខាងទៀតទះ ឬចាប់ទាន់ គេចាត់ថាក្រុមឆក់បានចាញ់ ហើយត្រូវបញ្ចប់វគ្គរួចក៏ចាប់ផ្ដើមលេងសាជាថ្មី តាមរបៀបដែលដូចបានរៀបរាប់ខាងលើ ។

••• ចប់ •••

ល្បែងឈូង

១. ល្បែងឈូងមានអត្ថប្រយោជន៍ដូចជា :

- ហាត់ដៃឱ្យចេះប្រមាណដើម្បីគប់ឱ្យត្រង់ ។
- ហាត់ភ្នែកឱ្យវៃក្នុងការត្រៀមលក្ខណៈ កុំឱ្យគេគប់ត្រូវ ។
- ហាត់ប្រាជ្ញាឱ្យវៃក្នុងការឆ្លើយឆ្លងកំណាព្យប្រកបដោយអត្ថន័យល្អ កំប្លែងឱ្យគេសើចសប្បាយ និងមានភាពសមស្រប ។
- ធ្វើឱ្យសួត ប្រព័ន្ធដកដង្ហើម និងបេះដូងមានភាពរឹងមាំ តាមរយៈការច្រៀង ។

២. គេច្រើនលេងចោលឈូងនៅទីវាលរាប ។ ដើម្បីលេងចោលឈូង គេត្រូវមានឈូងធ្វើដោយក្រមា ឬកន្សែង ឬក្រណាត់មូរចងរឹតឱ្យតឹងណែន ដោយទុកចុងកន្ទុយបន្តិចសម្រាប់កាន់បោះ ឬគប់ទៅមករកគ្នា ។

៣. អ្នកលេងចោលឈូងច្រើនតែជាពួកក្រមុំកំលោះ ឬ មនុស្សចំណាស់បន្តិច ។ គេតែងលេងនៅវេលាយប់ខែភ្លឺ រដូវចូលឆ្នាំខ្មែរ (ខែចែត្រ- ពិសាខ) ។

របៀបលេងល្បែងឈូងមានដូចខាងក្រោម ៖

គេប្រមូលគ្នាឱ្យបានយ៉ាងតិច ១០ នាក់ចែកជា ២ ពួក ពួកម្ខាងពួកស្រី និងម្ខាងទៀតពួកប្រុសឈរតម្រៀបជាពីរជួរទល់មុខគ្នា ចម្ងាយពីគ្នាប្រមាណជា ៧ ទៅ ១០ ម៉ែត្រ ។ បន្ទាប់មកគេលេងឈូងតាមរបៀបផ្សេងៗមានដូចជា ៖

ក). ឈូងច្រៀងរាំ

ដំបូងពួកខាងប្រុសបោះឈូងទៅឱ្យខាងស្រីចាប់ ។ ខាងស្រីត្រូវចាប់កុំឱ្យធ្លាក់ដល់ដី បើធ្លាក់ដល់ដីគេហៅថា ស្ទុយ។ ជាបន្តទៀតខាងស្រីបោះទៅឱ្យខាងប្រុសវិញ ។ ពួកប្រុសៗត្រូវចាប់កុំឱ្យធ្លាក់ដល់ដីដែរ ។ ពេលចាប់បានហើយ គេត្រូវគប់សំដៅទៅពួកខាងស្រី គឺសំដៅទៅរកនាងណាម្នាក់ដែលគេពេញចិត្ត ។ ប្រសិនបើគេគប់ខុស គេចាត់ទុកជា ស្ទុយ គេផ្តើមបោះជាថ្មីទៀត ។ បើគេចោលត្រូវនាងណាម្នាក់ នាងនោះត្រូវច្រៀងបណ្តើរ រាំបណ្តើរនាំយកឈូងទៅជូនខាងប្រុសវិញ គេហៅថា ច្រៀងរាំជូនឈូង ។

ក្នុងការច្រៀងរាំនេះមានម្នាក់រាំតាមក្រោយ ហើយបទចម្រៀងមានសេចក្តីថា :

ស្រី : " អ្នកបោះឈូងទៅ ថ្លៃអើយឈូងបែកជាប្រាំ ខែចែត្រចូលឆ្នាំថ្លៃអើយចាំចាប់ឈូងស្រី " ។

បន្ទរ : (ស្រីច្រៀងទាំងអស់គ្នា) " និណាកែវ កែវណា និណាកែវអើយ អឺអឹងអឺយ " ។

ទៅដល់ខាងប្រុសហើយ អ្នកនាំឈូងត្រូវហុចឈូងទៅឱ្យខាងប្រុស ។ ខាងប្រុសទទួលហើយក៏បោះឈូងនោះទៅឱ្យខាងស្រីចាប់វិញ ។ បើពួកស្រីចាប់បានហើយ គេគប់សំពៅទៅពួកប្រុសៗ ។ បើសិនត្រូវនរណាម្នាក់ អ្នកនោះត្រូវរាំនាំឈូងទៅជូនខាងស្រី តាមរបៀបដូចស្រីរាំនាំឈូងទៅជូនប្រុសដែរ តែបទចម្រៀងមានសេចក្តីប្លែកគ្នាថា :

ប្រុស : " បងចាប់ឈូងបាន បងបិត្រកង ព្រលឹងមាសបង ទទួលឈូងទៅ " ។

បន្ទរ : (ប្រុសច្រៀងទាំងអស់គ្នាដូចខាងស្រីដែរ) " និណាកែវ កែវណា និណាកែវអើយ អឺអឹងអឺយ " ។

ខ). ឈូងលោះខ្ញុំ

របៀបលេងឈូងលោះខ្ញុំមានលំនាំប្រហែលនឹងឈូងច្រៀងរាំដែរ ។ តែមុនដំបូងខាងប្រុសចាប់ផ្តើមច្រៀងមួយទំនុកសិនដែលមានជាអាទិ៍ :

« បងបោះឈូងទៅ អូនអើយកំពស់ចុងដូង (ស្ងួន) ក្រមុំឈរច្រូង អូនអើយទទួលឈូងបង » ។ ច្រៀងចប់ហើយគេស្រែក « ឈូងអើយឈូង » រួចបោះឈូងទៅខាងក្រុមស្រី ។ បើខាងស្រីចាប់ឈូងបាន គេចោលសំដៅប្រុសណាដែលគេត្រូវចិត្ត ។ គេចោលទៅត្រូវប្រុសណាម្នាក់ អ្នកនោះត្រូវទៅឈរខាងក្រុមគេ ។ បើក្រុមស្រីចេះតែបោះត្រូវប្រុសជាបន្តទៀតនោះ ប្រុសនោះត្រូវទៅឈរខាងក្រុមស្រីជាបន្តបន្ទាប់ទៀតដែរ ។ តែបើខាងប្រុសចាប់ឈូងបានហើយគប់ទៅត្រូវស្រីណាម្នាក់ នោះខាងប្រុសមានសិទ្ធិលោះយកប្រុសម្នាក់ដែលគេបានចាប់យកទៅលើកមុននោះមកខាងខ្លួនវិញ ។ ជួនកាលខាងណាប៉ិនប្រសប់គេចោលឈូងត្រូវ យកខាងម្ខាងទៀតមកធ្វើខ្ញុំទាល់តែអស់ ។ កាលណាខាងម្ខាងអស់គ្នាហើយគេចាប់លេងសាជាថ្មីដោយឱ្យខាងស្រីបោះឈូងទៅខាងប្រុសមុនវិញ ។

មុននឹងបោះខាងស្រីផ្តើមច្រៀងថា :

« អូនបោះឈូងទៅ បងអើយកំពស់ចុងស្លា ប្រុសឈរត្រៀបត្រា បងអើយទទួលឈូងប្អូន » ។ ច្រៀងចប់ហើយគេស្រែកថា « ឈូងអើយឈូង! » រួចបោះឈូងទៅតាមរបៀបដូចបានរៀបរាប់ខាងលើ ។ ចំពោះអ្នកដែលគេចាប់យកមកទុកខាងគេទាល់តែអស់នោះ ជួនកាលគេចងមុខឱ្យជិត មិនឱ្យមើលឃើញអ្វី ហើយលែងឱ្យរត់ទៅកាន់ទីផ្សេងៗដើម្បីជាការកំសាន្តសប្បាយ ។ ឯការលេងសើចសប្បាយនេះ អ្នកលេងច្រើនតែកាត់មិនមានការច្រៀងទេ ក្នុងការចាប់ផ្តើមបោះឈូង ។

គ).ឈូងលេងសំដី

តេលេងឈូងរបៀបម្យ៉ាងទៀតដែលមានការច្រៀងអមដោយសាច់ភ្លេង មានលក្ខណៈប្លែកពីបទភ្លេងខ្មែរនានាមានចំនួន ៤ បទ ។ ចំពោះពាក្យពេចន៍ចម្រៀងគេតែងលើកឡើងភ្លាមៗ តាមហេតុការណ៍ជាក់ស្តែងដែលជួបប្រទះដោយប្រជែងគ្នា ឬបញ្ឈឺគ្នាចុះឡើងគួរចង់ស្តាប់ ។ គេបញ្ចប់ការលេងនៅពេលអស់កម្លាំង ឬឆ្អែតស្កប់ស្កល់ចំពោះវោហារដែលបញ្ចេញអស់ពីក្នុងចិត្ត ។ គួរកត់សំគាល់ថា ល្បែងឈូងមិនមានលក្ខណៈដាច់ខាតថាអ្នកដែលគេចោលត្រូវ ត្រូវតែច្រៀងទេ គឺគេអាចឱ្យអ្នកចេះច្រៀងណាម្នាក់នៅក្នុងក្រុមច្រៀងជំនួសបាន ព្រោះមនុស្សគ្រប់រូបមិនមានសម្លេងល្អអាចច្រៀងបានគ្រប់គ្នាឡើយ ។

បទនាំង៤ នោះមានទំនុកជាអាទិ៍ដូចតទៅ :

បទទី ១ សម្រាប់ចាប់ផ្ដើមលេង និងបោះទៅដៃគូ ។

ស្រី : “ប្អូនបោះឈូងទៅ ថ្លៃអើយឈូងបែកជាប្អូន ព្រលឹងមាសស្ងួន ចាំទទួលឈូងប្អូន” ។

បន្ទរ : (ស្រីៗ ច្រៀងបន្ទរទំនុកដដែល)។

ប្រុស : “បងបោះឈូងទៅ ថ្លៃអើយឈូងបែកជាប្អូន ស្រីណាមានខ្លួនថ្លៃ អើយទទួលឈូងបង” ។ បន្ទរ : (ប្រុសៗ ច្រៀងបន្ទរទំនុកដដែល)។

បទទី ២ គឺប្រាប់កែ សម្រាប់លេងលែបខាយផ្ដោះផ្ដងគ្នា ឱ្យធ្លាយសំណើច ។

ស្រី : “អូនបោះឈូងទៅ ថ្លៃអើយឈូងទើរលើចុងដូង កំលោះឈរជ្រោង ហាអើយៗ អឹងអើយ ចាំទទួលឈូងអូន” ។

បន្ទរ : (ទាំងអស់គ្នាច្រៀងទំនុកដដែល) ។

ប្រុស : “បងបោះឈូងទៅ ថ្លៃអើយឈូងទើរលើចុងប្ញស្សី ស្រីណាមិនចេញស្ដី ហាអើយៗ អឹងអើយ ចាំចាប់ឈូងបង” ។

បន្ទរ : (ទាំងអស់គ្នាច្រៀងទំនុកដដែល) ។

ស្រី : “អូនបោះឈូងទៅថ្លៃអើយឈូងទើរលើចុងស្វាយ ប្រុសណាពោះម៉ាយ ហាអើយៗ អឹងអើយ ចាំទទួលឈូងស្រី” ។

បន្ទរ : (ទាំងអស់គ្នាច្រៀងទំនុកដដែល)។

ប្រុស : “បងបោះឈូងទៅ ថ្លៃអើយឈូងខ្ពស់ផុតចុងសង្កែ តាំងពីកើតពោះម៉ែ ហាអើយៗ អឹងអើយ មិនដែលឃើញឆ្កែស្លៀកខោ” ។

បន្ទរ : (ទាំងអស់គ្នាច្រៀងទំនុកដដែល) ។

បទទី ៣ គឺសម្រាប់ជូនឈ្នួងដោយក្រុមខាងគេចោលត្រូវមានម្នាក់កាន់ឈ្នួង និង ម្នាក់ទៀតច្រៀងរាំអមយកឈ្នួងទៅជូនខាងក្រុមឈ្នះ ។

ប្រុស : " ហាអើយអឺងអើយឆ្នាំចាស់ផ្លាស់ថ្ងៃ ថ្ងៃអើយឆ្នាំថ្មីចូលដល់ " ។

បន្ទរ : " ឱ! ណាកែវៗអើយ ថ្ងៃអើយឆ្នាំថ្មីចូលដល់ " ។

" ហាអើយ អឺងអើយប្រជាប្រុសស្រី ថ្ងៃអើយស្លៀកតាមប្រពៃណី " ។

បន្ទរ : " ឱ! ណាកែវៗអើយ ថ្ងៃអើយស្លៀកតាមប្រពៃណី " ។

ស្រី : " ហាអើយអឺងអើយញាតិមិត្តមូរមីរ ថ្ងៃអើយនាំគ្នាសប្បាយ " ។

បន្ទរ : " ឱ! ណាកែវៗអើយថ្ងៃអើយនាំគ្នាសប្បាយ " ។

" ហាអើយអឺងអើយជួបជុំជិតឆ្ងាយ ថ្ងៃអើយដើរលេងកំសាន្ត " ។

បន្ទរ : " ឱ! ណាកែវៗអើយថ្ងៃអើយដើរលេងកំសាន្ត " ។

បទទី ៤ ភិសាវង់សម្រាប់ច្រៀងលាគ្នា ។

ប្រុស : "ភិសាវង់ៗ ណាអូនអើយឆ្នាំថ្មីបវរៗ យើងខ្ញុំប្រជាសូមអបអរ ភិសាវង់ៗណាអូន អើយ ទទួលអំណរថ្ងៃចូលឆ្នាំ " ។

បន្ទរ : " ទទួលអំណរថ្ងៃចូលឆ្នាំ " ។

ស្រី : "ខ្ញុំសូមលើកដៃជូនពរ ភិសាវង់ៗណាបងអើយ សូមបានប្រទះតែក្ដីសុខសាន្ត " ។

បន្ទរ : "សូមបានប្រទះតែក្ដីសុខសាន្ត " ។

ប្រុស និងស្រីៈ "ជយោ! ជយោ! ចូលឆ្នាំថ្មី ភិសាវង់ៗណាមិត្តអើយឆ្នាំសុខសួស្ដី ឆ្នាំជ័យជំនះ និណាឆ្នាំសន្តិភាព " ៕

... **ចប់** ...