

## ๘. จปลายมานสุตต<sup>1</sup>

[๒๑] เอมุเม สุตฺ :- เอกิ สมยํ ภควา ภคฺเชสุ วิหริติ สํสุมารคิเร<sup>2</sup> เกสกลาวเน มิคทาเย. เตน โข ปน สมเยน อายสฺมา มหาโมคฺคฺลฺลานโน มคฺเชสุ กุลฺลวาลมุตฺตคาเม<sup>3</sup> จปลายมาโน นิสินฺโน โหติ. อทฺทสา โข ภควา ทิพฺเพน จกฺขุณา วิสุทฺเธน อติกฺกนฺตมานุสเกน อายสฺมนตฺติ มหาโมคฺคฺลฺลานํ มคฺเชสุ กุลฺลวาลมุตฺตคาเม จปลายมานํ นิสินฺนํ, ทิสฺวา เสยฺยถาปี นาม พลฺวา ปุริโส สมฺมิญฺชิตฺติ วา พานํ ปสาเรยฺเย, ปสาริตฺติ วา พานํ สมฺมิญฺเชยฺเย, เอวเมว ภคฺเชสุ สํสุมารคิเร เกสกลาวเน มิคทาเย อนุตฺตรหิตฺเต มคฺเชสุ กุลฺลวาลมุตฺตคาเม อายสฺมโต มหาโมคฺคฺลฺลานสฺส ปมุเช ปาตฺรฺโหสิ. นิสิตฺติ ภควา ปญฺจตฺเต อาสเน, นิสฺซุชฺช โข ภควา อายสฺมนตฺติ มหาโมคฺคฺลฺลานํ เอตทโวจ “จปลายสิ โน ตฺวํ โมคฺคฺลฺลาน, จปลายสิ โน ตฺวํ โมคฺคฺลฺลานา”ติ. เอวํ ภาณเต.

ตสฺมาติห โมคฺคฺลฺลาน ยถาสญฺญิสุสฺส เต วิหริโต ตํ มิทฺถํ โยกฺกมฺติ, ตํ สญฺญํ มา มนสิกกเรยฺยาสิ,<sup>4</sup> ตํ สญฺญํ มา พหุลมกาสิ. จานํ โข ปเนตํ โมคฺคฺลฺลาน วิชฺชติ, ยนฺเต เอวํ วิหริโต ตํ มิทฺถํ ปหิเยถ. (๑)

โน เจ เต เอวํ วิหริโต ตํ มิทฺถํ ปหิเยถ, ตโต ตฺวํ โมคฺคฺลฺลาน ยถาสฺตํ ยถาปริยตฺตํ ฌมฺมํ เจตสา อนุวิตฺกเกยฺยาสิ อนุวิจาเรยฺยาสิ มนฺसानุเปกฺขเยยฺยาสิ. จานํ โข ปเนตํ วิชฺชติ, ยนฺเต เอวํ วิหริโต ตํ มิทฺถํ ปหิเยถ. (๒)

โน เจ เต เอวํ วิหริโต ตํ มิทฺถํ ปหิเยถ, ตโต ตฺวํ โมคฺคฺลฺลาน ยถาสฺตํ ยถาปริยตฺตํ ฌมฺมํ วิตฺถาเรน สฺซุฌมายํ กเรยฺยาสิ. จานํ โข ปเนตํ วิชฺชติ, ยนฺเต เอวํ วิหริโต ตํ มิทฺถํ ปหิเยถ. (๓)

<sup>1</sup> อังคุตตรนิกาย สัตตกนิบาต

<sup>2</sup> ฉ.ม. สํสุมารคิเร

<sup>3</sup> ฉ.ม.ส.อ. กุลฺลวาฟฺพุตฺตคาเม

<sup>4</sup> ส. มา มนสิกาสิ, ก. มนสิ กเรยฺยาสิ

โน เจ เต เอวํ วิหโรโต ตํ มิทฺหํ ปหีเยถ, ตโต ตฺวํ โมคฺคัลลาน อฺโภ กณฺณโสตานิ  
 อาวิญฺเฌยยาสิ,<sup>5</sup> ปาถมิณา คตฺตานิ อโนมชฺชเยยยาสิ. จานํ โข ปเนตํ วิชฺชติ, ยนฺเต เอวํ วิหโรโต  
 ตํ มิทฺหํ ปหีเยถ. (๔)

โน เจ เต เอวํ วิหโรโต ตํ มิทฺหํ ปหีเยถ, ตโต ตฺวํ โมคฺคัลลาน อฺภูจายาสนา อฺทเกน  
 อภฺชึนิ อโนมชฺชิตฺวา ทิสสา อฺนฺวิโลเกยยาสิ, นกฺขตฺตานิ ตารกฺฐปานิ อฺลโลเกยยาสิ. จานํ โข  
 ปเนตํ วิชฺชติ, ยนฺเต เอวํ วิหโรโต ตํ มิทฺหํ ปหีเยถ. (๕)

โน เจ เต เอวํ วิหโรโต ตํ มิทฺหํ ปหีเยถ, ตโต ตฺวํ โมคฺคัลลาน อาลอกฺสณฺณํ  
 มนสิกรเยยยาสิ, ทิวาสณฺณํ อธิกฺขเหยยาสิ, ยถา ทิวา ตถา รตฺตํ ยถา รตฺตํ ตถา ทิวา, อิติ  
 วิวฏฺเณน เจตสา อปริโยนทุเรน สປฺปภาสํ จิตฺตํ ภาเวยยาสิ. จานํ โข ปเนตํ วิชฺชติ, ยนฺเต เอวํ  
 วิหโรโต ตํ มิทฺหํ ปหีเยถ. (๖)

โน เจ เต เอวํ วิหโรโต ตํ มิทฺหํ ปหีเยถ, ตโต ตฺวํ โมคฺคัลลาน ปจฺจวปุเรสณฺณี จงฺกมํ  
 อธิกฺขเหยยาสิ, อฺนฺโตคเตหิ อฺนฺทฺริเยหิ อพฺพิคเตน มานเสน. จานํ โข ปเนตํ วิชฺชติ, ยนฺเต  
 เอวํ วิหโรโต ตํ มิทฺหํ ปหีเยถ. (๗)

โน เจ เต เอวํ วิหโรโต ตํ มิทฺหํ ปหีเยถ, ตโต ตฺวํ โมคฺคัลลาน ทกฺขิณฺน ปสฺเสน สีหเสยฺยํ  
 กປฺเปยฺยยาสิ ปาเท ปาท์ อจฺจาธาย สโต สมฺปชาโน อฺภูจานสณฺณํ มนสิกริตฺวา. ปฏฺิพฺพุธเนว<sup>6</sup>  
 เต โมคฺคัลลาน ชิປฺပณฺเณว ปจฺจจฺฐาตพฺพํ “น เสยฺยสฺสํ น ปสฺสสฺสํ น มิทฺธสฺสํ อฺนฺยุตฺโต  
 วิหริสฺสามี”ติ. เอวณฺหิ เต โมคฺคัลลาน สิกฺขิตพฺพํ.

ตสมฺมาติห โมคฺคัลลาน เอวํ สิกฺขิตพฺพํ “น อฺจฺจาโสณฺฑํ ปคฺคเหตฺวา กฺูลานิ  
 อฺປสงฺกมิสฺสามี”ติ. เอวณฺหิ เต โมคฺคัลลาน สิกฺขิตพฺพํ. สเจ โมคฺคัลลาน ภิกฺขุ อฺจฺจาโสณฺฑํ

<sup>5</sup> อ.ม.อ. อาวิญฺเฌยยาสิ

<sup>6</sup> อ.ม.ส.อ. ปฏฺิพฺพุธเนน จ

ปลุคเหตุวา กุลาณี อุปสงกมตี. สนฺติ หิ โมคฺคฺลฺลฺลาน กุเลสุ กิจจกรณียานี, เยน มนุสฺสา อาคตฺ  
ภิกฺขุ น มนสิกโรนฺติ, ตตฺร ภิกฺขุสฺส เอวํ โหติ “โกสุ นามทานี มํ อิมสฺมี กุเล ปริภินฺทิตฺ,  
วิรตฺตรูปา ทานีเม มยิ มนุสฺสา”ติ, อิติสฺส อลาเภณ มงฺกุภาโว, มงฺกุฏตฺสฺส อุตฺทจฺจํ, อุตฺทตฺสฺส  
อสฺวโร, อสฺวตฺสฺส อารา จิตฺตํ สมาริมฺหา.

ตสฺมาตีห โมคฺคฺลฺลฺลาน เอวํ สิกฺขิตพฺพํ “น วิคฺคาหิกกถํ กเถสฺสามี”ติ. เอวญฺหิ เต  
โม่คฺคฺลฺลฺลาน สิกฺขิตพฺพํ. วิคฺคาหิกาย โม่คฺคฺลฺลฺลาน กถาย สติ กถาพหุลลํ ปาฏิกงฺขํ,  
กถาพหุเล สติ อุตฺทจฺจํ, อุตฺทตฺสฺส อสฺวโร, อสฺวตฺสฺส อารา จิตฺตํ สมาริมฺหา. นานํ  
โม่คฺคฺลฺลฺลาน สพฺเพเหว สํสคฺคํ วณฺณยามิ, น ปนาหํ โม่คฺคฺลฺลฺลาน สพฺเพเหว สํสคฺคํ น  
วณฺณยามิ, สคฺคฺกฺขปฺพชิตฺเตหิ โข อหํ โม่คฺคฺลฺลฺลาน สํสคฺคํ น วณฺณยามิ. ยานี จ โข ตานี  
เสนาสนานี อปฺปสทฺทานี อปฺปนิคฺโขสานี วิชนวาทานี มนุสฺสราหสฺเสยฺยกานี ปฏิสลฺลฺลาน  
สารูปฺปานี, ตถา ฐเปหิ เสนาสนเนหิ สํสคฺคํ วณฺณยามีติ.

เอวํ วุตฺเต อายสฺมา มหาโม่คฺคฺลฺลฺลานो ภควนฺตํ เอตทโวจ “กิตฺตาวตฺตา นฺ โข ภาวเต  
ภิกฺขุ สงฺขิตฺเตน ตณฺหาสงฺขยวิมุตฺโต โหติ, อจฺจนฺตนิฏฺโง อจฺจนฺตโยคกฺเขมี อจฺจนฺตพฺรหฺมจารี  
อจฺจนฺตปริโยसानี เสฏฺโง เทวมนุสฺसानนุ”ติ.

อิธ โม่คฺคฺลฺลฺลาน ภิกฺขุโน สุตํ โหติ “สพฺเพ ธมฺมา นาลํ อภินเวสาया”ติ, เอวญฺเจตํ  
โม่คฺคฺลฺลฺลาน ภิกฺขุโน สุตํ โหติ “สพฺเพ ธมฺมา นาลํ อภินเวสาया”ติ. โส สพฺพํ ธมฺมํ อภิชานาตี,  
สพฺพํ ธมฺมํ อภินุญาย สพฺพํ ธมฺมํ ปริชานาตี. สพฺพํ ธมฺมํ ปริญฺญาเย ยํ กิณฺจึ เวทนํ เวทียตี  
สุขํ วา ทุกฺขํ วา อทุกฺขมสุขํ วา. โส ตาสฺว เวทนาสุ อนิจฺจานุสฺสึ วิหฺรติ, วิราคานุสฺสึ วิหฺรติ,  
นิโรธานุสฺสึ วิหฺรติ, ปฏินิสฺสคฺคฺคานุสฺสึ วิหฺรติ. โส ตาสฺว เวทนาสุ อนิจฺจานุสฺสึ วิหฺรนฺโต  
วิราคานุสฺสึ วิหฺรนฺโต นิโรธานุสฺสึ วิหฺรนฺโต ปฏินิสฺสคฺคฺคานุสฺสึ วิหฺรนฺโต น จ<sup>7</sup> กิณฺจึ โลกเ  
อฺปาทียตี, อนฺปาทียํ น ปริตฺสฺสตี, อปริตฺสฺสํ ปจฺจตฺตญฺเวยว ปรินิพฺพายตี, “ซีณา ชาตี วุสฺสิตํ  
พฺรหฺมจริยํ, กตํ กรณียํ, นาปรํ อิตฺถตฺตยาया”ติ ปชานาตี. เอตฺตาวตฺตา โข โม่คฺคฺลฺลฺลาน ภิกฺขุ

<sup>7</sup> อ.ม. จสทโท นตฺถิ

สงฺขิตฺเตน ตณฺหาสงฺขยวิมฺุตโต โหติ, อจฺจนฺตนิฏฺเฐ อจฺจนฺตโยคกฺเขมี อจฺจนฺตพฺรหฺมจารี  
 อจฺจนฺตปริโยสานิ เสฏฺฐิโจะ เทวมนุสฺसानนฺติ. อญฺจมี.

## ๘. จปลายมานสูตร<sup>๘</sup>

ว่าด้วยอุบายแก้ความง่วง

[๖๑] ข้าพเจ้าได้สดับมาอย่างนี้

สมัยหนึ่ง พระผู้มีพระภาคประทับอยู่ ณ เสาศกพำมิตทายวัน เขตกรุงสุทฺฐุมารคิระ  
 แคว้นภัคคะ สมัยนั้นแล ท่านพระมหาโมคคัลลานะ กำลังนั่งง่วงอยู่ ที่หมู่บ้านกัลลวาล  
 มุตตคาม แคว้นมคธ พระผู้มีพระภาคทอดพระเนตรเห็นท่านพระมหาโมคคัลลานะกำลังนั่ง  
 ง่วงอยู่ ใกล้หมู่บ้านกัลลวาลมุตตคาม แคว้นมคธ ด้วยตาทิพย์อันบริสุทธิ์เหนือมนุษย์ แล้ว  
 ได้ทรงหายไปจากป่าเสาศกพำมิตทายวัน เขตกรุงสุทฺฐุมารคิระ แคว้นภัคคะ ไปปรากฏต่อ  
 หน้าท่านพระมหาโมคคัลลานะใกล้หมู่บ้านกัลลวาลมุตตคาม แคว้นมคธ เหมือนบุรุษมี  
 กำลังเหยียดแขนออกหรือคู้แขนเข้า ฉะนั้น

พระผู้มีพระภาคได้ประทับนั่งบนพุทธอาสน์ที่ปูลาดไว้แล้ว ได้ตรัสกับท่านพระมหา  
 โมคคัลลานะดังนี้ว่า “เธอง่วงหรือ โมคคัลลานะ เธอง่วงหรือ โมคคัลลานะ”

ท่านพระมหาโมคคัลลานะกราบทูลว่า “อย่างนั้น พระพุทธเจ้าข้า”

พระผู้มีพระภาคตรัสว่า

๑. เมื่อเธอมีสัญญาอยู่อย่างไร ความง่วงนั้น ย่อมครอบงำเธอได้ เธออย่าได้  
 มนสิการถึงสัญญานั้น อย่าได้ทำสัญญานั้นให้มาก เป็นไปได้ที่เมื่อเธออยู่อย่างนั้น จะละ  
 ความง่วงนั้นได้

๒. ถ้าเมื่อเธออยู่อย่างนั้น ยังละความง่วงนั้นไม่ได้ เธอพึงตรึกตรองพิจารณา  
 ธรรมตามที่ได้สดับมา ได้เล่าเรียนมา เป็นไปได้ที่เมื่อเธออยู่อย่างนั้น จะละความง่วงนั้นได้

<sup>๘</sup> พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาย

๓. ถ้าเมื่อเธออยู่อย่างนั้น ยังละความง่วงนั้นไม่ได้ เธอพึงสาธยายธรรมตามที่ได้สดับมา ได้เล่าเรียนมาโดยพิสดาร เป็นไปได้ที่เมื่อเธออยู่อย่างนั้น จะละความง่วงนั้นได้

๔. ถ้าเมื่อเธออยู่อย่างนั้น ยังละความง่วงนั้นไม่ได้ เธอพึงยอนช่องหูทั้ง ๒ ข้าง ใช้มือบีบนิ้วตัว เป็นไปได้ที่เมื่อเธออยู่อย่างนั้น จะละความง่วงนั้นได้

๕. ถ้าเมื่อเธออยู่อย่างนั้น ยังละความง่วงนั้นไม่ได้ เธอพึงลุกขึ้นยืน ใช้น้ำลูบตา เหลียวดูทิศทั้งหลาย แหงนดูดาวนักษัตร เป็นไปได้ที่เมื่อเธออยู่อย่างนั้น จะละความง่วงนั้นได้

๖. ถ้าเมื่อเธออยู่อย่างนั้น ยังละความง่วงนั้นไม่ได้ เธอพึงมนสิการถึงอาโลก สัตถุญา (ความกำหนดหมายแสงสว่าง) ตั้งสัตถุญาว่าเป็นกลางวันไว้ คือกลางวันอย่างไร กลางคืนก็อย่างนั้น กลางคืนอย่างไร กลางวันก็อย่างนั้น มีใจเปิดเผย ไม่มีอะไรหุ้มห่อ ทำจิตให้โปร่งใส เป็นไปได้ที่เมื่อเธออยู่อย่างนั้น จะละความง่วงนั้นได้

๗. ถ้าเมื่อเธออยู่อย่างนั้น ยังละความง่วงนั้นไม่ได้ เธอพึงอธิษฐานจงกรม กำหนดหมายเดินกลับไปกลับมา สรรวมอินทรีย์ภายใน มีใจไม่คิดไปภายนอก เป็นไปได้ที่เมื่อเธออยู่อย่างนั้น จะละความง่วงนั้นได้

ถ้าเมื่อเธออยู่อย่างนั้น เธอยังละความง่วงนั้นไม่ได้ ก็พึงสำเร็จสี่หยา (การนอนดูจราชสีห์) โดยตะแคงข้างขวา ซ้อนเท้าเหลื่อมเท้า มีสติสัมปชัญญะ ทำอุฏฐานสัตถุญา (กำหนดหมายว่าจะลุกขึ้น) ไว้ในใจ พอดึน ก็รีบลุกขึ้นด้วยตั้งใจว่า “เราจักไม่ประกอบความสุขในการนอน ไม่ประกอบความสุขในการเอกเขนก ไม่ประกอบความสุขในการหลับ” โมคคัลลานะ เธอพึงสำเหนียกอย่างนี้แล

โมคคัลลานะ เพราะเหตุนี้แล เธอพึงสำเหนียกอย่างนี้ว่า “เราจักไม่ชูงวง เข้าไปยังตระกูล” เธอพึงสำเหนียกอย่างนี้แล

โมคคัลลานะ ถ้าภิกษุชูงวงเข้าไปยังตระกูล และในตระกูลก็มีกิจที่จะต้องทำหลายอย่าง ทำให้ผู้คนไม่ใส่ใจถึงภิกษุผู้มาถึงแล้ว เพราะเหตุนี้ ภิกษุจึงมีความคิดอย่างนี้ว่า “เดี๋ยวนี้ ใครกันนะขยำให้เราแตกับตระกูลนี้ เดี่ยวนี้ คนเหล่านี้ เปื้อนนายเรา” ดังนั้น เธอจึงมีความเก้อเขินเพราะไม่ได้ทำอะไร เมื่อเก้อเขิน จึงมีความฟุ้งซ่าน เมื่อฟุ้งซ่าน จึงมีความไม่สำรวม เมื่อไม่สำรวม จิตจึงห่างจากสมาธิ

โมคคัลลานะ เพราะเหตุที่นั่นแล เธอพึงสำเหนียกอย่างนี้ว่า “เราจักไม่กล่าว ถ้อยคำที่เป็นเหตุให้ทุ้มเถียงกัน” เธอพึงสำเหนียกอย่างนี้แล

โมคคัลลานะ เมื่อมีถ้อยคำที่เป็นเหตุให้ทุ้มเถียงกัน ก็จำต้องพูดมาก เมื่อมีการพูดมาก ความฟุ้งซ่านจึงมี เมื่อฟุ้งซ่าน จึงมีความไม่สำรวม เมื่อไม่สำรวม จิตจึงห่างจากสมาธิ

โมคคัลลานะ เราไม่สรรเสริญการคลุกคลีกับคนทั้งปวง เราจะไม่สรรเสริญการคลุกคลีโดยประการทั้งปวงเลยก็หาไม่ คือ เราไม่สรรเสริญการคลุกคลีด้วยหมู่ชน ทั้งคฤหัสถ์และบรรพชิต แต่เราสรรเสริญการคลุกคลีด้วยเสนาสนะที่มีเสียงน้อย มีเสียงอึกทึกน้อย ปราศจากการสัญจรไปมาของผู้คน ควรเป็นสถานที่ทำการลับของมนุษย์ สมควรเป็นที่ลึกเร้น

เมื่อพระผู้มีพระภาคตรัสอย่างนั้นแล้ว ท่านพระมหาโมคคัลลานะจึงได้ทูลถามพระผู้มีพระภาคดังนี้ว่า “พระพุทธเจ้าข้า ว่าโดยย่อ ด้วยข้อปฏิบัติเท่าไรหนอ ภิกษุจึงชื่อว่าเป็นผู้หลุดพ้นเพราะความสิ้นไปแห่งตัณหา มีความสำเร็จสูงสุด มีความเกษมจากโยคะสูงสุด ประพฤติพรหมจรรย์ถึงที่สุด มีที่สุดอันสูงสุด ประเสริฐกว่าเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย”

พระผู้มีพระภาคตรัสว่า “โมคคัลลานะ ภิกษุในธรรมวินัยนี้ได้สดับมาว่า ธรรมทั้งปวงไม่ควรยึดมั่น ภิกษุได้สดับมาอย่างนั้นว่า ธรรมทั้งปวงไม่ควรยึดมั่น ภิกษุนั้นย่อมรู้ชัด ธรรมทั้งปวง ครั้นรู้ชัดธรรมทั้งปวงแล้ว จึงกำหนดรู้ธรรมทั้งปวง ครั้นกำหนดรู้ธรรมทั้งปวงแล้ว จึงเสวยเวทนาอย่างใดอย่างหนึ่ง คือ สุขเวทนา ทุกขเวทนา หรืออทุกขมสุขเวทนา เธอพิจารณาเห็นความไม่เที่ยงในเวทนาเหล่านั้นอยู่ พิจารณาเห็นความคลายไปในเวทนาเหล่านั้นอยู่ พิจารณาเห็นความดับไปในเวทนาเหล่านั้นอยู่ พิจารณาเห็นความสลละคืนในเวทนาเหล่านั้นอยู่ เมื่อพิจารณาเห็นความไม่เที่ยงในเวทนาเหล่านั้นอยู่ พิจารณาเห็นความคลายไปในเวทนาเหล่านั้นอยู่ พิจารณาเห็นความดับไปในเวทนาเหล่านั้นอยู่ พิจารณาเห็นความสลละคืนในเวทนาเหล่านั้นอยู่ เธอก็ไม่ยึดมั่นอะไรๆ ในโลก เมื่อไม่ยึดมั่น ก็ไม่สะดุ้ง เมื่อไม่สะดุ้ง ก็ปรินิพพานเฉพาะตน เธอย่อมรู้ชัดว่า “ชาติสิ้นแล้ว อยู่จบพรหมจรรย์แล้ว ทำกิจ ที่ควรทำเสร็จแล้ว ไม่มีกิจอื่นเพื่อความเป็นอย่างนี้อีกต่อไป

โมคคัลลานะ ว่าโดยย่อ ด้วยข้อปฏิบัติเท่านั้นแล ภิกษุจึงชื่อว่าเป็นผู้หลุดพ้นเพราะ  
ความสิ้นไปแห่งตัณหา มีความสำเร็จสูงสุด มีความเกษมจากโยคะสูงสุด ประพฤติ  
พรหมจรรย์ถึงที่สุด มีที่สุดอันสูงสุด ประเสริฐกว่าเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย”

จบลายมานสูตรที่ ๘ จบ

-----