

### อวิตกกัมโม สິลั

อวิตกกัมศีล

ธรรมเป็นเครื่องไม่ก้าวล่วงที่เป็นศีล ทางกาย วาจา  
ของบุคคลผู้มีศีลอันตนสมทานแล้ว

เจตนาศีล ] ศีล โดยอ้อม

เจตสิกศีล ]

สังวรศีล ] ศีล โดยตรง

อวิตกกัมศีล ]

ขันติ โสรัจจะ

ขันติ แปลว่าความอดทน

โสรัจจะ แปลว่าความเสงี่ยม ธรรมเป็นเครื่องไม่ก้าวล่วงทางกาย ไม่  
ก้าวล่วงทางวาจา ธรรมเป็นเครื่องไม่ก้าวล่วงทั้งทางกายและวาจา นี้  
ชื่อว่า โสรัจจะ ศีลสังวรทั้งหมดชื่อว่า โสรัจจะ

ได้แก่มหากุศลจิต ๘ เจตสิกที่ประกอบ ๓๖ เว้นอัปปมัญญาเพราะมี  
บัญญัติเป็นอารมณ์

การไม่ก้าวล่วงกายทุจริต ๓ วจีทุจริต ๔ ก็คืออาชีวะจุมกศีลนั่นเอง



เวลากุศลจิตเกิดขึ้นก็สามารถปิดบาปไม่ทำกายทุจริตเกิดขึ้น วจีทุจริต  
เกิดขึ้น หรือการเลี้ยงชีพที่ผิดพลาด ไม่ก้าวล่วง ไม่ล่วงละเมิด

วิรัตศิลป์ อวิรัตศิลป์

สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ สัมมาอาชีวะเป็นวิรัตศิลป์  
นอกนั้นจัดเป็นอวิรัตศิลป์

นิสสิตศิลป์ อนิสสิตศิลป์

การรักษาศีลที่ยังอาศัยค้นหา ทัฎฐิเรียกว่า นิสสิตศิลป์ เป็นศีลที่  
ยังมีค้นหาเคลือบแฝงอยู่ มีอึดตาตัวตนเคลือบแฝงอยู่  
ส่วนอนิสสิตศิลป์คือศีลที่ไม่มีค้นหาและทัฎฐิเคลือบแฝง

ตัณหานิสสิตศิลป์  
ทัฎฐินิสสิตศิลป์

การรักษาศีลที่มีตัณหาเด่น ตัณหานำ คือหวัง โภคทรัพย์  
การรักษาศีลที่มีทัฎฐินำ ยึดมั่นในศีล ปฏิบัติผิด กลุ่มสัสฬตปรัมมาส  
ยึดมั่นถือมั่น รักษาศีลเยี่ยง โคเยียงสุนัข ชาตองค์ความรู้ความเข้าใจ  
สภาพธรรมที่เป็นศีล รักษาข้อกติกาอย่างเคร่งครัด โดยขาดความเข้าใจ  
เคร่งครัดเป็นระเบียบเรียบร้อยและต้องดูดี

อริยกันตศิลป์ หรือ  
อปรามัญศิลป์

ขจัดตัณหาและทัฎฐิไม่ให้อุปถัมภ์จับต้อง มีปัญญารู้และเข้าใจ  
อย่างถูกต้อง ชำระตนเองด้วยความสะอาดบริสุทธิ์ จึงจะเป็นอริ  
ยกันตศิลป์หรืออปรามัตถศิลป์ เป็นศีลที่ไม่ถูกตัณหาและทัฎฐิ  
อุปถัมภ์ จึงจะเรียกว่าเป็นการขัดเกลา



ต้องเริ่มจากการละตัณหานิสสิตและทัฎฐินิสสิต จึงจะสามารถพ้นจาก  
กิเลสและกองทุกข์ได้



ศีลเป็นเรื่องของปัญญา ความไม่โลภ ความไม่โกรธ เจตนาที่เป็นกุศล  
เป็นเรื่องของกุศลจิตไม่ใช่อกุศล กฎเกณฑ์ต่างๆมีไว้เพื่อการ  
ประพฤติปฏิบัติ ไม่ได้มีไว้เพื่อยึดมั่นถือมั่นจนเครียดกลุ้มทุกข์

กาลปรียันต์ศิลป์  
อาปาดณ โภฏิกศิลป์

การรักษาศิลป์มีกำหนดเวลาตามที่ต้องการเรียกว่ากาลปรียันต์ศิลป์  
การรักษาศิลป์ที่ไม่มีกำหนดเวลา การรักษาศิลป์ตลอดชีวิตเรียกว่า  
อาปาดณ โภฏิกศิลป์

กาลปริจเฉทัง กัตวา สมาทินนัง สีลลัง

สปรียันต์ศิลป์  
อปรียันต์ศิลป์

ศิลป์ที่มีที่สุดและไม่มีที่สุด ในขณะที่อุบาสกอุบาสิกาสมาทานศิลป์อยู่  
และต้องทำศิลป์ให้ขาดไป เรียกว่าศิลป์ที่มีที่สุด เช่น มีทรัพย์เป็นที่สุด มี  
ญาติเป็นที่สุด มีอวัยวะและชีวิตเป็นที่สุด เรียกว่า สปรียันต์ศิลป์  
ศิลป์ที่ไม่มีที่สุดเรียกว่าอปรียันต์ศิลป์

โลกียศิลป์ โลกุตตรศิลป์

ศิลป์ที่เป็นอารมณ์ของอาสวะธรรมทั้งหลายเป็นโลกียศิลป์  
ศิลป์ที่ไม่เป็นอารมณ์ของอาสวะ เป็นปัจจัยให้การหลุดพ้นจาก  
ภพชาติเป็น โลกุตตรศิลป์

## หีนศีล มัชฌิมศีล ปณีตศีล

### ศีลหมวด ๓

อีกนัยหนึ่ง ศีล ๓ อย่างคือ (๑) หีนศีล (๒) มัชฌิมศีล (๓) ปณีตศีล

ศีลที่รักษาโดยมี ฉันทะ วิริยะ จิตตะ วิมังสา ที่มีกำลัง อ่อน เรียกว่า หีนศีล

ศีลที่รักษาโดยมี ฉันทะ วิริยะ จิตตะ วิมังสา ที่มีกำลัง ปานกลาง เรียกว่า มัชฌิมศีล

ศีลที่รักษาโดยมี ฉันทะ วิริยะ จิตตะ วิมังสา ที่มีกำลัง ประเสริฐ เรียกว่า ปณีตศีล

อีกนัยหนึ่ง

(๑) การรักษาศีล เพื่อความมีชื่อเสียง เรียกว่า หีนศีล

(๒) การรักษาศีล เพื่อต้องการความสุขในภพนั้น ๆ เรียกว่า มัชฌิมศีล

(๓) การรักษาศีล ที่ไม่ปรารถนาชื่อเสียงและไม่มีเจตนาที่จะเสวยความสุขในชาติหน้า มีการพิจารณาว่า เราได้รักษาศีลที่เป็นความประเสริฐอยู่แล้ว ไม่มีความปรารถนาชื่อเสียงและเป็นโลกะแต่ประการใด การรักษาศีลเช่นนั้น เรียกว่า ปณีตศีล

อีกนัยหนึ่ง

(๑) เราเป็นผู้สมบูรณ์ด้วยศีล นอกจากเราแล้วคนอื่นนั้นไม่สมบูรณ์ด้วยศีล ยกย่องตนเอง นินทาผู้อื่น การรักษาศีลเช่นนี้ เรียกว่า หีนศีล

(๒) การรักษาศีลที่เป็นโลกีย์ เรียกว่า มัชฌิมศีล

(๓) การรักษาที่ประกอบด้วยโลกุตตรที่เป็นมรรคผล เรียกว่า ปณีตศีล

อีกนัยหนึ่ง

(๑) การรักษาศีล เพื่อการเสวยสุขในชาติหน้านั้น เป็นหีนศีล

(๒) การรักษาศีล เพื่อความหลุดพ้นทุกข์เหมือนสวางโกฏิ, ปังเจกโพธิ์ นั้นเป็น มัชฌิมศีล

๑๔๒

(๓) การรักษาศีล เพื่อช่วยสรรพสัตว์ให้ออกจากวิญญูทุกข์ เหมือนพระโพธิสัตว์นั้น เป็นปณีตศีล (ศีลที่เป็นบารมีได้ อัญญาถกกล่าวว่า เป็นศีลที่ประเสริฐที่สุด เป็น ปณีตศีล) (การรักษาศีล เพื่อออกจากวิญญูทุกข์แห่งตนเอง เหมือนสวางโกฏิ ปังเจกโพธิ์ ก็เป็นศีลบารมีได้เหมือนกัน)

คำถาม เมื่อตรวจสอบศีลของตนแล้วไม่พบว่ามีข้อบกพร่อง เกิดปราโมทย์ ปีติ  
ปีสัทธี สุข สมาธิ

เมื่อเห็นศีลคุณ สมาธิคุณ ปัญญาคุณ  
ศีล สมาธิ ปัญญา เป็นลิกขา เป็นข้อฝึก เป็นมัชฌิมาปฏิปทา  
ทางนี้พระพุทธเจ้าเป็นผู้เปิดเผย แฉ่ดวงเส้นทางนี้ เมื่อเราทั้ง  
หลายเข้าถึง ศีลเกิดขึ้น ปิต โทสะ สมาธิเกิดขึ้นปิตตัณหา  
ปัญญาเกิดขึ้นปิต โมหะ

หรือศีลเกิดขึ้นปิตมานะ สมาธิเกิดขึ้นปิตตัณหา ปัญญาเกิดขึ้น  
ปิตทฎฐิ

ศีล สมาธิ ปัญญา เป็น ธรรมะ เป็นพระธรรม  
บุคคลที่เข้าถึงพระธรรมตามพระพุทธเจ้าเรียกว่าอริยสงฆ์

เราปรารถนาที่จะเป็นหนึ่งในอริยสงฆ์ จึงมีความรู้สึกว่เส้น  
ทางนี้เราดำเนินมาถูก จึงเกิดความเข้มขื่นใจ อย่างนี้จึงเรียก  
ว่าเป็นปณิตศีล ดำเนินไปตามศีล สมาธิ ปัญญา มีฉันทะอย่าง  
แรงกล้า เพื่อออกจากกิเลสและกองทุกข์และมีความมั่นใจว่าจะ  
ออกจากกิเลสและกองทุกข์ตามเส้นทางนี้

นี้เรียกว่าได้ ศีลสุข สมาธิสุขและปัญญาสุข ปรานิตกว่า  
ประเสริฐกว่าเลิศกว่ากามสุข

กามสุข

ศีลสุข

อภัยาเสกสุข หมายถึงอินทรีย์สังวร หรือสติสัมปชัญญะ ในฐานะ ๗  
สมาธิสุข ในระดับอุปจาร

ปฐมฌานสุข ทุตติยฌานสุข... เนวสัญญานาสัญญายตนสุข

วิปีสสนาสสุข

มรรคสุข

ผลสุข

นิพพานสุข

เข้าถึงความสุข  
โดยไม่อาลัยในกามสุข



## คำถาม ขรवासอยากถือศีล ๘ มีปัญหาเรื่องอ่อนแรงเปลี้ยหากไม่ได้รับ ประทานอาหารเย็นต้องทำอะไร มนสิการอย่างไร

ศีล ๕ เป็นปกติศีล เป็นสิ่งที่บุคคลควรมีอยู่ประจำเป็นนิจศีล  
สิ่งที่สำคัญที่สุด ในการอบรมศีลคือความเข้าใจ

ความเข้าใจว่าศีลเป็นความมหัสจรรย์ คนที่ชาญฉลาด มีศีลเป็นตัวกำกับ  
ในการดำเนินชีวิตเรียกว่าเป็นผู้มีศีลปะ เพราะศีลเป็นเรื่องของการดำเนิน  
ชีวิตที่เป็นไปด้วยสติสัมปชัญญะและด้วยความรู้ความเข้าใจ

ส่วนใหญ่เราเข้าใจกันเพียงว่าศีลเป็นข้อห้าม ทำให้รู้สึกอึดอัด กดทับ  
แท้จริงศีลไม่ใช่ข้อห้ามแต่เป็นวิถีชีวิต เป็นข้อฝึก หากปรารถนาความ  
เจริญ ปรารถนาฝึกพัฒนาพฤติกรรม จิตใจ พัฒนาปัญญา ศีลคือคำตอบ

การดูแลสุขภาพให้ได้คุณภาพชีวิตที่ดี อยู่อย่างมีความสุขและอายุ  
ยืนยาวนั้นเป็นเรื่องของศีล คนที่ชาญฉลาดในการดูแลตนเอง รู้ว่าอะไร  
ควรนำเข้าสู่กระแสชีวิต และการดำเนินชีวิตให้ถูกต้องดีงามได้อย่างไร  
นี่เป็นเรื่องของศีลทั้งหมด

เมื่อเราเข้าใจเรื่องศีลแล้วปรารถนาไม่เป็นทาสของความต้องการ  
ความเห็นผิด ความหลง ความไม่รู้  
ไม่ตามใจความอยาก ตัณหา ตั้งแต่หลังเที่ยงไปแล้วจึงให้อวัยวะ  
ทั้งหลายได้พักบ้าง ไม่รับประทานอาหารหลังเที่ยง ดูแลตนเองไม่  
เป็นทาสของความอยากและความต้องการ



วินัยศีล กับ สุตตันตศีล อย่างขรवासถือสุตตันตศีลก็สามารถดีมีมนได้ ดูแลร่างกายไม่  
ให้เตื่อตร้อน และมีความสุข

## คำถาม ผิดศีลอย่างไรที่ทำให้ล่วงกรรมบทแล้วลงบาปญมิ

ยกตัวอย่างเช่นปาณาติบาต

๑. สัตว์มีชีวิต
๒. รู้ว่าสัตว์นั้นมีชีวิต
๓. มีจิตคิดจะฆ่า
๔. ทำความเพียรเพื่อฆ่า
๕. สัตว์นั้นตายลงเพราะความเพียร



ถ้าครบทุกข้อเรียกว่าครบกรรมบทเป็นเหตุให้น่าลงสู่อบายภูมิ  
ถ้าไม่ครบ กรรมนั้นไม่ส่งผลในปฏิสนธิกาลแต่มีโอกาสดังผลใน  
ปวัตติกาล



หากเราทำผิดล่วงละเมิด ให้ตั้งใจสมาทานใหม่ทันที  
ให้เกิดความรู้ความเข้าใจ เมื่อเราให้ทานรักษาศีลแล้ว  
สภาพจิตจะอ่อนโยน มีความสุข มีความฉลาดในการ  
ดำเนินชีวิต

อิตาเลีย

ต้องการสละความประพฤติ อันไม่เหมาะสมที่มีอยู่ในตนเอง แล้วกลับมา  
ประพฤติปฏิบัติดี โดยความตั้งใจแน่วแน่หนักแน่น เรียกว่า อิตาเลีย

โลกาธิปไตย

การรักษาดี เพื่อให้พ้นจากการถูกนิทา การรักษาดี โดยให้  
ความสำคัญแก่ผู้อื่น เรียกว่า โลกาธิปไตย

ธัมมาธิปไตย

พระศาสดาทรงแสดงธรรมที่เป็นมรรคผลนิพพานอันประเสริฐนั้นมีอยู่  
เป็นธรรมที่หลุดพ้นจากมรรคผลนิพพานนั้น เรียกว่า ธัมมาธิปไตย