

**บทที่ 5**  
**ศีล 5**  
**(ปัญจะสีละ)**

\*\*\*\*\*

**วัตถุประสงค์ของการเรียน**

1. เพื่อให้นิสิตสามารถเข้าใจและบอกคำศัพท์เฉพาะเรื่องและความหมายของศีล 5 ได้ (**ปัญจะสีละ**)
2. เพื่อให้นิสิตสามารถอธิบายศีล 5 (ปัญจะ สีละ) เป็นภาษาอังกฤษอย่างได้ผล
3. เพื่อให้นิสิตสามารถอธิบายเรื่องเกี่ยวกับศีล 5 (ปัญจะ สีละ) ได้

**หัวข้อ**

- เพื่องดเว้นจากการฆ่าสิ่งมีชีวิต (ปาณาติปาตา เวระมะณี)
- เพื่องดเว้นจากการเอาสิ่งของของคนอื่นไม่ได้ให้ (อะทินนาทานา เวระมะณี)
- เพื่องดเว้นจากการประพฤติดูในกาม (กาเมสุมิจฉาจารา เวระมะณี)
- เพื่องดเว้นจากการพูดเท็จ (มุสาวาทา เวระมะณี)
- เพื่องดเว้นจากการดื่มของมึนเมาอันเป็นเหตุให้เกิดการประมาท (สุราเมระยะมัชชะปะมาทัฏฐานา เวระมะณี)

มีวิธีการพื้นฐานในการปฏิบัติในทางพระพุทธศาสนา คือ ศีล สมาธิ และปัญญา ในภาษาอังกฤษ คำว่า **ศีล** ถูกใช้เพื่อแปลคำบาลีว่า **สีละ** แม้ว่าคำในทางพระพุทธศาสนาแสดงมันไว้เฉพาะในเวลาเดียวกัน คำว่า สีละ แสดงถึงสภาวะปกติ เงื่อนไขก็คือไม่มีคุณสมบัติและวุฒิภาวะพื้นฐานพอ เมื่อบุคคลรักษาศีล บุคคลกลับไปสู่ความดีพื้นฐานของตนเอง สภาวะปกติดั้งเดิม ไม่ทำให้ยุ่งไม่ลดความรุนแรง ดังอย่างเช่น การฆ่ามนุษย์ ไม่ใช่ธรรมชาติพื้นฐานของมนุษย์ ถ้ามันเป็นเช่นนั้น มนุษยชาติทั้งหลาย ก็สิ้นสุดการเกิดขึ้นเป็นเวลานานแล้ว มนุษย์ทำความผิดเพราะทำผิดด้วยการฆ่า ก็เพราะว่า เขาหรือหล่อนมีติดบอดด้วยความโลภ ความโกรธ หรือความชัง คุณภาพของความโกรธ ความชัง ความโลภ การตั้งใจไม่ดี และความอิจฉาเช่นนี้ เป็นองค์ประกอบทำให้ธรรมชาติของบุคคลเปลี่ยนไป และทำให้พวกเขาเป็นอื่นไปนอกจากความจริงของตัวพวกเขาเอง

เพื่อที่จะรักษาศีล 5 ก็คือการฝึกเพื่อที่จะรักษาธรรมชาติความจริงของบุคคลไว้ ไม่อนุญาตให้ก่อความรุนแรง หรือเอาชนะโดยพลังในทางลบ

**ศีล 5 (ปัญจะ สีละ)** ถูกให้ท่องเป็นภาษาบาลี และความหมายของศีล 5 เหล่านี้ ชาวพุทธโดยทั่ว ๆ ไปรู้ดี ข้างล่างนี้ ภาษาบาลีต้นแบบได้ให้ไว้เป็นตัวเอน และคำแปลเป็นภาษาอังกฤษได้ให้ไว้ใกล้เคียงกัน

**1. ปาณาติปาตา เวระมะณี สิกขาปทัง สะมาதியามิ**

I observe the precept of abstaining from killing.

(ข้าพเจ้ารักษาศีลเพื่องดเว้นจากสิ่งที่มีชีวิต)

**2. อทินนาทานา เวระมะณี สิกขาปทัง สะมาதியามิ**

I observe the precept of abstaining from stealing.

(ข้าพเจ้ารักษาศีลเพื่องดเว้นจากการลักทรัพย์)

**3. กาเมสุมิจฉาจารา เวระมะณี สิกขาปะทัง สะมาதியามิ**

I observe the precept of abstaining from sexual misconduct.

(ข้าพเจ้ารักษาศีลเพื่องดเว้นจาก การประพฤตินอกใจ)

**4. มุสาวาทา เวระมะณี สิกขาปทัง สะมาதியามิ**

I observe the precept of abstaining from false speech.

(ข้าพเจ้ารักษาศีลเพื่องดเว้นจาก การพูดเท็จ)

**5. สุราเมรัยเมษะปะมาทัฏฐานา เวระมะณี สิกขาปทัง สะมาதியามิ**

I observe the precept of abstaining from taking intoxicants causing heedlessness.

(ข้าพเจ้ารักษาศีลเพื่องดเว้นจาก การดื่มของมึนเมาอันเป็นเหตุให้ประมาท)

### 3.1 เว้นจากการฆ่าสิ่งมีชีวิต (ปาณาติปาตา เวระมะณี)

#### ความหมาย

พระพุทธเจ้าตรัสว่า “ชีวิตเป็นที่รักของสิ่งทั้งหลาย” สิ่งมีชีวิตทั้งหลาย กลัวความตาย และพอใจในชีวิต ดังนั้น พวกเราควรเอาใจใส่ในชีวิต ไม่ฆ่าทุกๆ สิ่ง ศีลข้อนี้ไม่เว้นเพียงแต่คนเท่านั้น แต่รวมถึงสิ่งมีชีวิตอื่นด้วยเช่นกัน โดยเฉพาะอย่างยิ่งแม้เงิน หรือเพื่อเป็นการกีฬา พวกเราควรมีทัศนคติเกี่ยวกับความรักและความเมตตาต่อสิ่งมีชีวิตทั้งหมดปรารถนา

สิ่งมีชีวิตเหล่านั้นให้มีความสุขและอิสระตลอดไป ปกป้องโลก ป่าบนพื้นโลก แม่น้ำและอากาศ ก็รวมอยู่ในศีลข้อนี้เช่นเดียวกัน

### เงื่อนไข 5 ข้อ เกี่ยวกับการฆ่า (ปาณาติปาตา)

1. คนนั้นมีชีวิตอยู่
2. ต้องรู้ว่าคนนั้นมีชีวิตอยู่
3. ต้องมีเจตนาที่จะเอา (ฆ่า) คนชีวิตนั้น
4. การกระทำเป็นเหตุให้เกิดการตาย
5. ต้องตายด้วยเหตุผลของการกระทำดังที่กล่าวไว้;

ถ้าเงื่อนไขทั้งหมดดังกล่าวแล้วข้างบนนี้เสร็จสมบูรณ์ ก็ละเมิดศีลข้อที่ 1

### อ่านให้เข้าใจเรื่อง *ปาริชาตที่สมบูรณ์ด้วยกวาง (Wild Deer Park)*

นานมาแล้ว มีป่าสวยงามแห่งหนึ่ง กวางหลายตัวอาศัยอยู่ที่นั่น ณ วันหนึ่ง พระราชาพระองค์หนึ่ง ขวนอำนวยการเสนาประพาสที่นั่น เพื่อล่าสัตว์ พระราชายังลูกธนูและลูกแม่ กวางตัวหนึ่ง แม่กวางวิ่งไปด้วยความเจ็บปวด ต่อมา พระราชาพบแม่กวางซ่อนตัวอยู่ในพุ่มไม้ กับ ลูกของมัน แม้ขณะนั้นแม่กวางมีเลือดไหลอยู่และมีน้ำตาในเบ้าตา หล่อนก็ยังคงให้นมลูกอยู่ ไม่นานแม่กวางก็ตาย

พระราชาเศร้าพระทัยอย่างมาก พระองค์อุ้มลูกกวางแล้วตรัสว่า “ฉันจะเลี้ยงดูเธอ” พระองค์หักคันธนูออกเป็น 2 ท่อนและตรัสว่า “ฉันจะไม่ล่าสัตว์อีกต่อไป”

ในความทรงจำขอวันนั้น พระองค์ขนานนามป่านี้ว่า “Wild Deer Park”

คน สัตว์ มีความรู้สึกเช่นกัน พวกเราไม่ควรฆ่าพวกเขา เพื่อความสนุกสนาน หรือเพื่อการกีฬา มันเป็นการไม่มีเมตตาและเห็นแก่ตัว

### 3.2 เว้นจากการถือเอาสิ่งของที่เจ้าของเขาไม่ได้ให้ (อะทินนาทานา เวระมะณี)

#### ความหมาย

พวกเรามีสิทธิ์ในการเป็นเจ้าของสิ่งหลายสิ่งและมีสิทธิ์ที่จะให้สิ่งเหล่านั้นตามที่ พวกเราต้องการ อย่างไรก็ตาม พวกเราไม่ควรเอาสิ่งต่างๆที่ไม่ใช่ของพวกเราด้วยอาการแห่งขโมย หรือโกง พวกเราควรเรียนเอการให้แทน เพื่อช่วยเหลือบุคคลอื่น และรักษาสิ่งๆที่พวกเราใช้บ่อยๆ

ไม่ว่าจะเป็นของพวกเรา หรือเป็นของสาธารณะ ในทัศนะกว้างๆ ศิลข้อนี้หมายถึงความรับผิดชอบ ถ้าพวกเราชี้แจงหรือละเลยการเรียนหรือการงานของพวกเรา พวกเราก็จะถูกกล่าวหาว่า “ขโมยเวลา”

ศิลปข้อนี้สนับสนุนพวกเราให้มีความกรุณา ชาวพุทธทั้งหลายที่ให้ทานแก่คนจนและคนป่วย และถวายพระและแม่ชีทั้งหลายเพื่อประพาศิความดี ชาวพุทธทั้งหลายเป็นผู้มีความกรุณาต่อบิดามารดาทั้งหลายมอบความเห็นใจและการช่วยเหลือแก่บุคคลเหล่านั้น ผู้ที่เจ็บปวดและท้อด้วยเหมือนกัน การช่วยเหลือประชาชนโดยการบอกธรรมะแก่พวกเขา ถูกพิจารณาว่าเป็นรูปแบบการให้สิ่งที่สูงที่สุด

### เงื่อนไข 5 ข้อ เกี่ยวกับการขโมย (อะทินนาทาน)

1. ทรัพย์สมบัตินั้นต้องอยู่ในความเป็นเจ้าของของบุคคลอื่น
2. ต้องรู้ว่าทรัพย์สมบัตินั้นต้องอยู่ในความเป็นเจ้าของของบุคคลอื่น
3. ต้องมีเจตนาที่จะขโมย
4. ต้องมีการกระทำการขโมย
5. จากการกระทำนั้นทรัพย์สมบัติถูกเอาไป

ถ้าเงื่อนไขทั้งหมดดังกล่าวแล้วข้างบนนี้เสร็จสมบูรณ์ ก็ละเมิดศิลปข้อที่ 2

### อ่านให้เข้าใจเรื่อง พระจันทร์กำลังจ้องคุณ (The Moon is Looking at You)

ครั้งหนึ่ง มีครอบครัวผู้สูงอายุสองครอบครัวหนึ่ง พวกเขาชอบไปที่สวนของเพื่อนบ้านของพวกเขามากๆ เพื่อขโมยผัก

คืนหนึ่ง พ่อจูงมือลูกชายคนเล็กไปที่สวนของเพื่อนบ้าน เพื่อขโมยแครร์รอต ในขณะที่พ่อกำลังถอนแครร์รอตอยู่นั้น ลูกชายคนเล็กยืนอยู่ข้างๆ เขา ทันใดนั้นลูกชายของเขากระซิบว่า “พ่อครับ คนบางคน จ้องมาที่พวกเรา”

พ่อเริ่มหวาดกลัว เขามองไปรอบๆ ด้วยอย่างรวดเร็ว แต่ก็ไม่เห็นใครสักคน เขากถามว่า “ไหน” ”ใคร”

ลูกชายชี้ไปที่ท้องฟ้า “นั่นไง พ่อ มันคือพระจันทร์ พระจันทร์กำลังจ้องมาที่พวกเรา”

พ่อสะดุ้ง ด้วยคำพูดที่ลูกพูดไป เขาคิดว่า ไม่มีใครสามารถเห็น ว่าเขากำลังทำอะไรในเวลากลางคืน คำพูดของลูกชายของเขา ทำให้เขารู้สึกอาย

เขาขว้างแคร่รื้อตั้ง และจูงมือลูกชายกลับ เขาทั้งสองเดินกลับบ้านท่ามกลางแสงจันทร์ หลังจากนั้นเขาไม่เคยขโมยอะไรอีกเลย

**ถ้าพวกเราขโมย คนก็จะรู้**

### 3.3 เว้นจากการประพฤติดินในกาม (กาเมสุมิฉฉาจารา เวะระมะณี)

#### ความหมาย

การเว้นจากการประพฤติดินในกามเป็นสิ่งที่ประชาชนและความสัมพันธ์ส่วนบุคคลต้องเอาใจใส่ ความไม่สบายใจส่วนใหญ่เกิดจากการนำไปในที่ผิดในเรื่องกาม และจากการเป็นอยู่ในทางที่ไม่รับผิดชอบ เหตุผลดังกล่าวทำให้ครอบครัวส่วนใหญ่เกิดการแตกแยก และเด็กส่วนใหญ่เป็นเหยื่อของความประมาททางเพศ สำหรับความสุขของพวกเราเอง ก็เช่นเดียวกับบุคคลอื่นๆ ความต้องการทางเพศควรได้รับการควบคุม และสามีและภรรยาทั้งหลายควรมีความซื่อสัตย์ต่อกัน สิ่งนี้ช่วยสร้างความสงบสุขในครอบครัว ในครอบครัวที่มีความสุขสามีและภรรยาต้องเคารพ มีสัจจะ และรัก ซึ่งกันและกัน ด้วยครอบครัวที่มีความสุขนี้ โลกจะมีความสุขมากกว่า สำหรับพวกเราที่อาศัยอยู่

วัยหนุ่มสาวควรรักษาจิตใจและร่างกายให้บริสุทธิ์ เพื่อที่จะพัฒนาความดีของพวกเขา เพื่อที่จะทำให้พวกเขาทันสมัยทำให้โลกเป็นที่ที่น่าอาศัยอยู่

#### เงื่อนไข 4 ข้อ เกี่ยวกับการประพฤติดินในกาม (กาเมสุมิฉฉาจารา เวะระมะณี)

1. ต้องเป็นชายหรือหญิงผู้ที่ไม่เหมาะที่จะมีเพศสัมพันธ์
2. ต้องมีความตั้งใจในการประพฤติดินในกามกับชายหรือหญิง
3. ต้องมีการกระทำการร่วมประเพณี
4. ต้องมีความสนุกสนานในการประพฤติของร่างกาย

ถ้าเงื่อนไขทั้งหมดดังกล่าวแล้วข้างบนนี้เสร็จสมบูรณ์ ก็ละเมิดศีลข้อที่ 3

#### อ่านให้เข้าใจเรื่อง *การทำผิดด้วยการคบชู้ (Habit of Committing Adultery)*

มีอยู่ครั้งหนึ่ง ผู้ชายคนหนึ่งผู้ที่พฤติกรรมชอบคบชู้ แม้ว่าเขาถูกจับได้หลายครั้งในการผิดประเวณีของเขา เขาก็ไม่เปลี่ยนแนวทางของเขา เมื่อเข้าตาจน บิดาของเขานำเขาไปเฝ้าพระพุทธเจ้า เพื่อที่จะแนะนำ พระพุทธองค์ชี้แนวทางว่า บุคคลที่ตามใจตนเองในการประพฤติดินในกาม สร้างปัญหาและความทุกข์ให้แก่ตนเองเหมือนกับสร้างแก่คนอื่น เขาไม่เพียงแต่ใช้เงินของเขาอย่างไม่เสียดายและเสียชื่อเสียงของเขาด้วย ยังสร้างศัตรูให้ตัวเขาด้วยเหมือนกัน

## ผลที่ตามมาอย่างร้ายแรงมักเป็นผลที่มาจากการประพาศติผิดในกาม แต่พวกเขามักเพิกเฉยในเวลาประพาศติ

### 3.4 เว้นจากการพูดเท็จ (มฺุสาวาทา เวระมะณี)

#### ความหมาย

พวกเราควรเอาใจใส่ต่อกันและกันไม่ควรพูดโกหกหรือนินทา สิ่งนี้จะเป็นผลในการทะเลาะกันและเข้าใจผิดน้อยลง และโลกก็จะเป็นที่ที่สงบขึ้นในการปฏิบัติศีลข้อที่ 4 พวกเราควรพูดความจริงบ่อยๆ

ศีลข้อที่ 4 เป็นองค์ประกอบที่สำคัญในชีวิตและความสัมพันธ์ทางสังคม มันเกี่ยวข้องกับประเด็นสำหรับความจริง ประเด็นสำหรับความจริงเป็นอุปสรรคที่สำคัญที่โอนเอียง หรือล่อใจในการปฏิบัติสิ่งที่ผิด ในขณะที่ไม่ใส่ใจในความตั้งใจเดียวกัน เพียงแต่นำไปสู่การสนับสนุนการกระทำผิด พระพุทธองค์ได้ตรัสว่า

“มีการทำชั่วเพียงเล็กน้อย ที่คนโกหกไม่สามารถพอที่จะทำผิด”

ดังนั้น การปฏิบัติศีลข้อที่ 4 ช่วยในการรักษาความน่าเชื่อถือ ความคู่ควรแก่การไว้วางใจ และชื่อเสียงของบุคคล

### เงื่อนไข 5 ข้อ ของการพูดเท็จ (มฺุสาวาทา เวระมะณี)

1. สิ่งที่ถูกพูดไปนั้นต้องเป็นสิ่งที่ไม่จริง
  2. ต้องมีเจตนาที่จะพูดปด
  3. ต้องมีความพยายามในการกระทำให้เป็นผลของการตั้งใจพูด
  4. คนอื่นต้องรู้ความหมายของคำที่ถูกพูดไปนั้น
- ถ้าเงื่อนไขทั้งหมดดังกล่าวแล้วข้างบนนี้เสร็จสมบูรณ์ ก็ละเมิดศีลข้อที่ 4

### อ่านให้เข้าใจเรื่อง พระพุทธเจ้าและราหุล (The Buddha and Rāhula)

ราหุล ลูกชายคนเดียวของพระพุทธเจ้า ได้บวชเป็นพระ ท่านเป็นผู้ที่เด็กที่สุดในหมู่สงฆ์ พระภิกษุทุกรูปรักและทำให้ท่านเสียหาย ราหุลทำอะไรตามใจชอบ บางครั้งพูดโกหกเพื่อความขบขัน

วันหนึ่ง พระพุทธเจ้าตรัสกับพระราหุลว่า “จงนำขามน้ำมาให้ฉันหน่อย ฉันต้องการล้างเท้าของฉัน” พระพุทธเจ้าล้างเท้าของพระองค์ในขามน้ำ และถามพระราหุลว่า “เธอจะดื่มน้ำนี้ไหม”

“เปล่า มันสกปรก ” พระราหุลตอบ

ดังนั้น พระพุทธเจ้าขอให้ราหุลเทน้ำนั้นทิ้งเสีย

พระพุทธเจ้า บอกพระราหุลว่า “เมื่อน้ำนั้นสกปรก ไม่มีใครต้องการมัน มันเช่นเดียวกันกับคนที่พูดโกหก ไม่มีใครสนใจพวกเขาอีกต่อไป”

น้ำตาได้ไหลออกจากทั้งสองข้างของพระราหุลเพราะความอับอาย ท่านไม่เคยพูดโกหกอีกต่อไป

### พวกเราควรพูดความจริงตลอดเวลา

### 3.5 เว้นจากดื่มของมีนเมาอันเหตุแห่งความประมาท (สุราเมระยะมัชชะปมาทัฏฐานา เวะระมะณี)

#### ความหมาย

ศีลข้อที่ 5 ตั้งอยู่บนพื้นฐานของการเอาใจใส่ตัวเอง มันปกป้องต่อต้านการสูญเสียการควบคุมจิตใจ ร่างกาย และการพูดของพวกเรา หลายสิ่งหลายอย่างกลายเป็นสิ่งเสพติด สิ่งเหล่านั้นรวมถึง แอลกอฮอล์ ยาต่างๆ สูบบุหรี่ และหนังสือที่ทำให้สุขภาพไม่ดี การใช้สิ่งใดสิ่งหนึ่งเหล่านี้ จะนำอันตรายมาสู่พวกเราและครอบครัวของพวกเรา วันหนึ่ง พระพุทธเจ้ากำลังแสดงธรรมแก่ที่ประชุม เมื่อชายหนุ่มชื่อมาเดินโซเซเข้ามาในห้อง เขาล้มทับพระบางรูปที่กำลังนั่งอยู่บนพื้น เขาเริ่มด่าเสียงดัง ลมหายใจของเขาเหม็นแต่แอลกอฮอล์ และอากาศเต็มไปด้วยกลิ่นที่น่าคลื่นไส้ อาเจียน บ่นพึมพำให้ตัวเอง เขาเดินโซเซออกไปทางประตู ทุกคนตกใจในพฤติกรรมที่หยาบคายของเขา แต่พระพุทธเจ้ายังคงสงบเสียบอยู่

“ผู้ที่ประชุม ที่ดีเลิศทั้งหลาย” พระพุทธเจ้าตรัส “มองที่ชายคนนั้นซิ ฉันสามารถบอกโชคชะตาของคนนี้มา ร่างกายของเขาจะอ่อนแอลงและเป็นคนขี้โรค กลางวันและกลางคืน เขาจะทะเลาะกับครอบครัวและเพื่อนทั้งหลาย จนกระทั่งพวกเขาจากไป สิ่งที่ย่ำที่สุดคือเขาจะสูญเสียปัญญาของเขาและกลายเป็นคนสับสน”

โดยการรักษาศีลข้อนี้ พวกเราสามารถรักษาจิตใจของพวกเราให้สะอาดและร่างกายมีสุขภาพดี

### 3.6 เงื่อนไข 5 ข้อ ของการเสพของมีนเมา(สุราเมระยะมัชชะปมาทัฏฐานา เวะระมะณี)

1. มีของมีนเมา
2. ต้องมีเจตนาที่จะบริโภค
3. บริโภคมันไป

ถ้าเงื่อนไขทั้งหมดดังกล่าวแล้วข้างบนนี้เสร็จสมบูรณ์ ก็ละเมิดศีลข้อที่ 5 อย่างไรก็ตาม การดื่มของมีนเมาเพื่อจุดประสงค์เป็นยา ไม่เป็นการละเมิดศีลข้อนี้

### อ่านให้เข้าใจเรื่อง *แมลงวันและช้าง (A Fly and an Elephant)*

วันหนึ่ง แมลงวันที่กองขยะลี้มรสน้ำที่อยู่ในกะลามะพร้าว หลังจากนั้น แมลงวันนั้น รู้สึกหนักและแข็งแรงกว่าเก่า ดังนั้น เขาจึงบินมาที่กองขยะอีกครั้ง ในไม่ช้า เขาร่อนลงที่กองขยะ กองขยะมากมายเป็นกองที่เหลือเล็กน้อย แมลงวันคิดว่า

“ดูซิ ฉันแข็งแรงอะไรอย่างนี้”

เวลาเดียวกันนี้เอง ช้างหนึ่งเชือกก็ปรากฏขึ้น เดินผ่านข้างกองขยะ แมลงวันพูดขึ้นว่า “เพื่อนรัก คุณมาที่นี่เพื่อต่อสู้หรือ วันนี้ ฉันพร้อมแล้ว” ช้างเดินด้วยฝีเท้าหนักด้วยกีบเท้าและได้ฆ่าแมลงวันทั้งหมด

**การดื่มเครื่องดื่มและยาที่เป็นของมีนเมา จะทำให้พวกเราสูญเสียสติสัมปชัญญะเหมือนกับแมลงวัน นั้นเป็นเหตุให้ พระพุทธเจ้า ต้องการให้พวกเราละเว้นจากการใช้มัน**

### สรุป

ศีล 5 (ปัญจะ สีละ) เป็นสิ่งที่เกี่ยวข้องกับสภาพจิตใจ ซึ่งเหมือนกับการผลิตและการส่งเสริม เช่น

ศีลข้อที่ 1 ส่งเสริมเรื่องความเป็นมิตร ความสงสารและความเมตตา

ศีลข้อที่ 2 สามารถเป็นเครื่องมือในการพัฒนาความกรุณา การบริการ การเห็นประโยชน์คนอื่น การไม่ยึดติด ความพอใจ ความซื่อสัตย์ และสิทธิในการเป็นอยู่

ศีลข้อที่ 3 ช่วยในการฝึกฝน ยับยั้งตนเอง ควบคุมเหนืออารมณ์และความรู้สึก การละทิ้ง และการควบคุมความปรารถนาทางตัณหาราคะ

ศีลข้อที่ 4 นำไปสู่การพัฒนาความซื่อสัตย์ ความน่าเชื่อถือ ความซื่อสัตย์อย่างมีศีลธรรม

ศีลข้อที่ 5 ช่วยส่งเสริมการเอาใจใส่ ความชัดเจนของจิตใจและปัญญา