

บทที่ ๔

วิเคราะห์คุณ โทษ และทางออกจากกามตามทัศนะของนักวิชาการทางศาสนา

ในบทที่ ๔ นี้ ผู้วิจัยจะได้ทำการวิเคราะห์คุณ โทษ และทางออกจากกาม ตามทัศนะของนักวิชาการทางศาสนา ซึ่งแต่ละท่านได้ให้สัมภาษณ์เชิงลึกเรื่องคุณ โทษ และทางออกจากกาม ดังมีรายละเอียดต่อไปนี้

๔.๑ ทัศนะของนักวิชาการทางพระพุทธศาสนาต่อเรื่องคุณของกาม

๔.๑.๑ พระศรีคัมภีรญาณ (สมจินต์ สมมาปญโญ, รศ.ดร.)^๑

มีทัศนะเกี่ยวกับคุณของกามว่า กามมันเป็นชื่อของกิเลส มันเป็นชื่อไม่ใช่ตัววัตถุตัวอะไร ต้องไปดูว่า สิ่งที่น่าใคร่ น่าพอใจมีอะไรบ้าง ในทางพระพุทธศาสนาคือ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส หรือเรื่องไม่ดีไม่งาม มันมีจุดดีของมันคือ กามคุณ กามคุณก็คือสิ่งที่ดีของมัน แต่มันเป็นดาบสองคม เราพูดถึงสิ่งที่มันดีก่อน สิ่งที่ดีในระดับโลกียะ คือสิ่งที่เป็นอิฏฐารมณ์ ถ้ามันเป็นสิ่งที่น่าปรารถนา มันก็ทำให้ชีวิตมีความสุข มีความสบาย ไม่ต้องเดือดร้อน ความสุขเป็นชื่อของบุญ มีความสุขเมื่อไรก็เป็นบุญเมื่อนั้น อันนี้กล่าวถึงในทางที่ดี คือมันทำให้ชีวิตมีความสุข

๔.๑.๒ พระมหาหรรษา ธมฺมหาโส, รศ.ดร.^๒

มีทัศนะเกี่ยวกับคุณของกามว่า กามที่เป็นคุณ มันเป็นแรงจูงใจ คือ กัดตุ๊กมียาฉันทะ ทำให้คนมีแรงจูงใจ มันเป็นปัจจัยให้คนอยากสร้างคุณงามความดี ทำให้คนอยากทำในสิ่งที่ตนเองปรารถนา กามมันจะเป็นเครื่องมือของมนุษย์เพื่อนำไปพัฒนาสิ่งดีสิ่งงามให้เกิดขึ้น เกิดการพัฒนา เป็นการใช้อกุศลพัฒนากุศลให้เกิดขึ้น แต่ปัญหาของมันคือ เบื้องหลังมันก็คือตัณหา ของให้เราแปลงจากตัณหาเป็นเรื่องฉันทะ อันนี้เป็นผลเชิงบวกของกาม

๔.๑.๓ พระมหาสุทิตย์ อาภาภโร, ดร.^๓

มีทัศนะเกี่ยวกับคุณของกามว่า กามคุณ ในทางพระพุทธศาสนาก็ไม่ได้ปฏิเสธทีเดียว ก็เป็นสิ่งที่น่าใคร่ น่าปรารถนา มันก็ถูกสะสมกลายเป็นความชื่นชอบ เมื่อมนุษย์เกิดขึ้นมาก็มีความชอบปรารถนาใคร่อยากเป็นพื้นฐาน เพราะฉะนั้นคุณของกามในเบื้องต้น คือเป็นปัจจัยพื้นฐาน ในการ

^๑ สัมภาษณ์ พระศรีคัมภีรญาณ (สมจินต์ สมมาปญโญ, รศ.ดร.), รองอธิการบดีฝ่ายวิชาการ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๖ ธันวาคม ๒๕๕๗.

^๒ สัมภาษณ์ พระมหาหรรษา ธมฺมหาโส, รศ.ดร., ผู้ช่วยอธิการบดีฝ่ายวิชาการ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๑๖ มกราคม ๒๕๕๘.

^๓ สัมภาษณ์ พระมหาสุทิตย์ อาภาภโร, ดร., ผู้อำนวยการสถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๑๖ มกราคม ๒๕๕๘.

ดำรงอยู่ เพื่อให้คนไปกระทำในสิ่งต่างๆ เมื่อเป็นปัจจัยพื้นฐานบุคคลก็จึงกระทำ เพื่อการแสวงหา
 กามเป็นเครื่องประดับประครองหล่อเลี้ยงชีวิตให้สดชื่นเบิกบาน เพราะเป็นสิ่งที่น่าใคร่ น่าปรารถนา
 คุณของกาม เป็นสิ่งที่สร้างความเกื้อกูลสัมพันธ์กัน ให้เกิดความรักแบบโลกียะ เช่น ความสัมพันธ์ของ
 พ่อแม่กับบุตร

๔.๑.๔ พระมหาอุทัย วชิรเมธี (ว.วชิรเมธี)^๔

มีทัศนะเกี่ยวกับคุณของกามว่า กามมีคุณ ถ้ากามไม่มีคุณ คนก็คงไม่ถวิลหากาม คุณของ
 กามเรียกกามคุณ กามเป็นคุณอย่างไร กามเป็นที่ก่อเกิดของความสุข ในระดับที่เรียกว่าโลกียสุข เรา
 จึงเรียกว่า กามสุข แปลว่าสุขจากกาม หรือ สามิสสุข สุขที่อิงอาศัยอามิส อามิสในที่นี้คือกามคุณ คือ
 รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส สิ่งเหล่านี้เอง รัตรึงตรึงใจให้มนุษย์รู้สึกเป็นสุข มีความสุขอันรัตรึงตรึงใจ
 และปล่อยไม่ลง ปลงไม่ได้ และยังเป็นที่มาของการหึงหวง แล้วก็แก่งแย่งแข่งขันชิงดีชิงเด่น เช่นฆ่า
 ราวีเป็นที่มาของความทุกข์ซึ่งยังเคลือบแฝงไปด้วยความทุกข์ ดังหนึ่งน้ำผึ้งที่ฉาบอยู่บนคมมีดโกน

๔.๑.๕ รศ.ดร.สมิทธิพล เนตรนิมิตร^๕

มีทัศนะเกี่ยวกับคุณของกามว่า กามเกิดจากความคิด จากความยึดถือของมนุษย์ บรรดา
 สรรพสิ่งทั้งหลายในโลกมีอยู่อย่างนั้น “อารมณ์อันงามทั้งหลายในโลก ยังไม่จัดเป็นกาม ความกำหนด
 ยินดีที่เกิดจากความดำริต่างหาก เป็นกามของบุรุษ อารมณ์อันงามทั้งหลายมีอยู่ในโลกอย่างนั้นเอง
 ฉะนั้น ผู้มีปัญญาทั้งหลายจึงกำจัดความพอใจ(ฉันทะ) ในอารมณ์เหล่านั้น” อย่างไรก็ตาม ในระดับ
 ชีวิตที่ยังท่องเที่ยวอยู่ในกาม (กามาวจรภูมิ) แบ่งกามไว้ ๒ อย่าง คือ (๑) กิเลสกาม กิเลสที่ทำให้ใคร
 ได้แก่ รากะ โลภะ อิจฉา (ความอยากได้) เป็นต้น (๒) วัตถุกาม วัตถุอันน่าใคร่ ได้แก่ กามคุณ ๕
 (รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัสทางกาย) หมายถึงร้อยรัดไว้ หรือผูกพันไว้ ด้วยความใคร่ (กาม+คุณ) ที่น่า
 ใคร่ น่าพอใจ กาม มี ๓ ระดับ คือ (๑) กามเลว หมายถึงกามของตระกูลชั้นต่ำซึ่งทุกข์ยากขัดสน (๒)
 กามปานกลาง หมายถึงกามของชนชั้นกลาง (๓) กามประณีต หมายถึงกามของชนชั้นปกครอง
 พระพุทธศาสนายอมรับว่ากามมีความสุข แต่ยังมีสุขอย่างอื่นที่สุขกว่า ประณีตลึกซึ้งกว่า
 ความสุขที่เนื่องด้วยกาม กามมีความสุขก็จริงแต่ยังปะปนไปด้วยทุกข์ กามสุข คือสุขทางประสาททั้ง
 ๕ หรือสุขทางเนื้อหนัง มีมากมายหลายระดับ จัดเป็น “ข้อดี” หรือ เป็นส่วนดี เป็นส่วนหวานชื่น
 เป็นสิ่งน่าพึงพอใจ น่าสนุก ที่คนต่างก็ปรารถนา กามอันวิเศษเพียงชั่วครู่ยาม แต่ความเจ็บปวดชอก
 ช้ำที่คนไม่ต้องการ กลับประทับฝังใจไปนานแสนนาน ในบรรดาคุณวิเศษผู้บริโศกกาม หรือ คนครอง
 เรือน (กามโศคิบุคคล) แบ่งผู้บริโศกกามไว้ ๑๐ จำพวก คือ

๑. บางคนแสวงหาทรัพย์โดยไม่ชอบธรรม ด้วยการงานที่ผิด ครั้นได้มาแล้วก็ไม่
 บำรุงตนให้เป็นสุข และไม่แจกจ่าย ไม่ทำบุญ

^๔ สัมภาษณ์ พระมหาอุทัย วชิรเมธี (ว.วชิรเมธี), ผู้อำนวยการสถาบันวิมุตตยาลัย (ไร่เชิญตะวัน),
 ๖ ธันวาคม ๒๕๕๗.

^๕ สัมภาษณ์ รศ.ดร.สมิทธิพล เนตรนิมิตร, รองศาสตราจารย์ภาควิชาพระพุทธศาสนา
 คณะพุทธศาสตร์ และผู้อำนวยการหลักสูตรประกาศนียบัตรบัณฑิตศึกษา สาขาวิชาพระพุทธศาสนา บัณฑิต
 วิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๑๖ ธันวาคม ๒๕๕๗.

๒. บางคน ครั้นได้มาแล้ว บำรุงตนให้เป็นสุข แต่ไม่แจกจ่าย ไม่ทำบุญ
๓. บางคน ครั้นได้มาแล้ว บำรุงตนให้เป็นสุข และแจกจ่าย ทำบุญ
๔. บางคน แสวงหาโภคทรัพย์ทั้งโดยชอบธรรม และไม่ชอบธรรม ด้วยการงานที่ผิดบ้าง ไม่ผิดบ้าง... ไม่บำรุงตนให้เป็นสุข และไม่แจกจ่าย ไม่ทำบุญ
๕. บางคน บำรุงตนให้เป็นสุข แต่ไม่แจกจ่าย ไม่ทำบุญ
๖. บางคน บำรุงตนให้เป็นสุข และแจกจ่าย ทำบุญ
๗. บางคน แสวงหาโภคทรัพย์โดยชอบธรรม ด้วยการงานที่ไม่ผิด ครั้นได้มาแล้ว ไม่บำรุงตนให้เป็นสุข และไม่แจกจ่าย ไม่ทำบุญ
๘. บางคน แสวงหาทรัพย์โดยชอบธรรม ด้วยการงานที่ไม่ผิด ครั้นได้มาแล้ว บำรุงตนให้เป็นสุข แต่มาแจกจ่าย ไม่ทำบุญ
๙. บางคน แสวงหาโภคทรัพย์โดยชอบธรรม ด้วยการงานที่ไม่ผิด ครั้นได้มาแล้ว บำรุงตนให้เป็นสุข และแจกจ่าย ทำบุญ แต่เป็นผู้มัวเมา หมกมุ่น จดจ่อ ไม่เห็นโทษ ไม่มีปัญหาเป็นเครื่องสลัดออก ใช้สอยทรัพย์เหล่านั้น
๑๐. บางคน แสวงหาโภคทรัพย์โดยชอบธรรม ด้วยการงานที่ไม่ผิด ครั้นได้มาแล้ว บำรุงตนให้เป็นสุข และแจกจ่าย ทำบุญ ทั้งเป็นผู้ไม่มัวเมา ไม่หมกมุ่น ไม่จดจ่อ เห็นโทษ มีปัญหาเป็นเครื่องสลัดออก ใช้สอยทรัพย์เหล่านั้น^๖

คนบริโศกคามจำพวกที่ ๑๐ ถ้าเลิศ

๔.๑.๖ ผศ. รัชชี สุทนต์^๗

มีทัศนะเกี่ยวกับคุณของกามว่า ในหลักการพระพุทธศาสนาที่ปรากฏในพระไตรปิฎกไม่มีข้อดี เพราะพระพุทธเจ้าสอนเพื่อให้ละกาม กามจะทำให้คนเกิด เพราะกามคือ กามตัณหา ภวตัณหา วิภวตัณหา ตัณหาในพระพุทธพจน์ว่า ตัณหาชื่อว่ามารดา เพราะตัณหาทำให้คนเกิด ทำให้สัตว์เกิด ที่ทำให้คนเกิด หมายความว่า สัตว์มีตัณหา มีการสืบพันธุ์ พระพุทธศาสนาสอนเพื่อไม่ให้เกิด ถ้าโดยปรมาตมไม่มีดี พุทธพจน์ใช้คำว่า มีความยินดีน้อย แต่พวกเรา มาแปลกว่า มีคุณน้อย เราก็เลยมองว่าเป็นคุณไป และคำว่า กามคุณ ครูอาจารย์ก็บอกว่า นี่ไง คุณของกาม คุณ ตัวนั้น ใช้ในอรรถความหมายว่า โภกฐาส คือ ส่วนแห่งกาม คุณ เท่ากับ โภกฐาส หมายถึง ส่วน หรือ กลุ่ม ที่นี้เราไปติดตัวอักษร ปัญจกามคุณ คือ กาม ๕ อย่าง คือ กิเลสกาม กับ วัตถุกาม วัตถุกามก็คือ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส ในส่วนที่เป็นกิเลสกาม ก็คือตัวจิต ตัวที่เกิดตัณหา หรือเกิดความใคร่ในรูป พุดเชิขสังคม กามก็คือความใคร่ในสิ่งนั้นๆ เช่น คนที่ชอบประติษฐ์สิ่งของ ก็ต้องมีความชอบในสิ่งนั้น ตัวสิ่งของคือวัตถุกาม แต่ในตัวจิตของเรานั้นก็มีกิเลสกาม จิตมันเศร้าหมอง ในเชิงสังคม ได้สิ่งที่น่าใคร่คือวัตถุกามมาแล้ว เราก็มีกิเลสกาม ถ้าจะแยกก็คือ กามภายนอกกับกามภายใน พอเรามาประติษฐ์มันขึ้นที่เป็นคุณ อะไรที่สวयงาม ถือว่า โดยสงเคราะห์เป็นความดีของกาม เป็นคุณของกาม เอาเป็นว่าหากประเทศไทย ไม่มีกาม ประเทศไทยก็คงสูญพันธุ์แล้ว แม้พระพุทธเจ้าจะตรัสโทษของกามแล้ว

^๖ อจ. ทสก. (ไทย) ๒๔/๙๑/๒๐๗.

^๗ สัมภาษณ์ ผศ. รัชชี สุทนต์, ผู้ช่วยศาสตราจารย์ภาควิชาพระพุทธศาสนา คณะพุทธศาสตร์ ประจำบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๔ ธันวาคม ๒๕๕๗.

สอนให้ละกาม แต่ก็เป็นไปได้ยาก ที่ไปได้ทั้งหมด จะไปได้เฉพาะผู้มีบารมี ถ้าเช่นนั้นสมัยพระพุทธเจ้าเป็นพระอรหันต์หมดแล้ว ในส่วนที่มีคุณ ต้องแยแ่ก ว่ามีคุณทางปฏิบัติ ต้องพ้นจากโลก ไม่ถือว่ามีคุณ เพราะว่า ภาษาบาลีที่แปลว่า ที่เราใช้คำว่า ข้อดี มีคุณมีโทษ มีเครื่องสลัดออกอย่างไร ตามศัพท์คือ อัสสาทะ คือน่ายินดีน้อย ท่านเปรียบเหมือนกระดูกที่มีเนื้อติดอยู่นิดหนึ่ง สุนัขมาแทะ แต่ก็ไม่อึดเปรียบเหมือนคบเพลิงวิ่งทวนลม มันเดือดร้อน ตรงนี้เป็นโทษ กามตัณหามองเห็นได้ง่าย แต่ถ้าในระดับโลกุตตระ ทั้งกามตัณหา อยากได้สิ่งที่น่ารักน่าใคร่ ภวตัณหา อยากเป็นนั่นเป็นนี่ วิภวตัณหา ตรงนี้เป็นโทษแบบปรมาตม์ทำให้เวียนว่ายตายเกิด ถ้ายังมีกาม ก็ยังต้องเวียนว่ายตายเกิด ถือว่าเป็นทุกข์ซ้ำแล้วซ้ำเล่า โดยสรุป กามไม่มีข้อดีในเชิงปรมาตม์หรือเชิงโลกุตตระ แต่ในเชิงสังคมีข้อดี ในเชิงสร้างสรรค์ เช่นการพัฒนา อะไรต่อมิอะไร

๔.๑.๗ ผศ.ร.ท.ดร. บรรจบ บรรณรุจิ^๘

มีทัศนะเกี่ยวกับคุณของกามว่า ในข้อดีของกามในทัศนะของพระพุทธเจ้าไม่ได้เรียกว่าเป็นคุณ แต่เรียกว่า อัสสาทะ คือรสอร่อย ความน่าอร่อยของกาม แต่ถ้ามองในแง่ของปุถุชน กามคือสิ่งที่ทำให้ใจรักใคร่ผูกพัน อาจจะมีข้อดีตรงที่ทำให้ปุถุชนมุนานะ พยายามที่จะสร้างสรรค์ให้ได้ เช่น ลาก ยศ สรรเสริญ รวมทั้งความสุขที่สัมพันธ์กับลาภ ยศ สรรเสริญ ที่ฝรั่งเรียกว่า แรงจูงใจ

๔.๑.๘ ศาสตราจารย์พิเศษ จานงค์ ทองประเสริฐ^๙

มีทัศนะเกี่ยวกับคุณของกามว่า กามนี้ถ้ามีคุณก็ต้องมีโทษ ถ้าพูดถึงกามคุณ คือคุณนั้นมีอยู่ แต่ไม่ใช่ไม่มีโทษเลย แต่ไม่เรียก กามโทษ เรียก กามาพินท มนุษย์มีกิเลส เมื่อมีกิเลส ก็ต้องมีตัณหา ในอริยสัจ ๔ สมุทัยคือตัณหา การจะดับตัณหา ไม่ได้ดับที่ตัณหา ต้องดับเหตุที่ทำให้เกิดปัญหา กามทั้งหลาย ถ้ารู้จักใช้ก็มีประโยชน์ เพราะมีคุณอยู่ โลกเราที่มีการพัฒนาก็เพราะกาม เพราะกาม คือความปรารถนา น่าใคร่น่าพอใจ ถ้าศึกษาดูให้ดีคำว่า กาม เป็นคำกลางๆ

๔.๒ ทัศนะของนักวิชาการทางพระพุทธศาสนาต่อเรื่องโทษของกาม

๔.๒.๑ พระศรีศรัทธมภิธาน (สมจินต์ สมมาปญโญ, รศ.ดร.)

มองว่า ถ้ากามมันยังยืน มันก็ไม่มีปัญหาอะไร แต่ในความเป็นจริง มันเป็นไตรลักษณ์ มันอยู่กับเรานานไม่ได้ อันนี้เป็นธรรมชาติของมัน มันเปลี่ยนแปลงไปเรื่อยๆ สิ่งที่มีมันกลายมาเป็นโทษของคนเรา คือเราขาดสติสัมปชัญญะ โทษของกามมีมากมายทั่วไป เช่น ทำให้คนที่ไม่มีสติสัมปชัญญะหลงมัวเมา ไปตามกระแสของสิ่งนั้นๆ เมื่อเปลี่ยนสภาพจากอิฏฐารมณ์เป็นอนิฏฐารมณ์ ควบคุมไม่ได้ ถูกโลภะ โทสะโมหะควบคุม เหมือนขึ้นเนื้อ สัตว์ตัวไหนก็อยากได้ทำให้เกิดการแย่งชิง เหมือนกับผลไม้สุก ก็แย่งชิง อันนี้คือโทษ คือทำให้เกิดความหลงมัวเมา สติปัญญามีติดบอดอยู่ในวิสุทธิมรรค วิมุตติมรรคก็มี

^๘ สัมภาษณ์ ผศ.ร.ท.ดร. บรรจบ บรรณรุจิ, ผู้ช่วยศาสตราจารย์และอาจารย์พิเศษวิทยาลัยพุทธนานาชาติ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๓ ธันวาคม ๒๕๕๗.

^๙ สัมภาษณ์ ศาสตราจารย์พิเศษ จานงค์ ทองประเสริฐ, ราชบัณฑิต, ที่ปรึกษาราชบัณฑิตยสถาน และที่ปรึกษาอธิการบดีกิตติมศักดิ์มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๓๐ ธันวาคม ๒๕๕๗.

๔.๒.๒ พระมหาหรรษา ธมฺมหาโส, รศ.ดร.

ท่านมองโทษของกามว่า มันเป็นพิษอยู่แล้ว เพราะมันคือตัณหา มันคือมานะ ทิฐิ มันหมายถึงการอยากจะได้บางสิ่งบางอย่างมาเป็นของตนเอง บางทีศักยภาพ สติปัญญาของตนเองไม่สามารถจะทำได้ ก็ใช้พลัง อำนาจในทางที่ไม่ถูกไม่ควร ที่จะมาสนองความต้องการของตนเอง ก็จะทำให้เกิดผลเสียมาก เพราะมันไม่ได้มาจากความยั่งยืน ไม่ได้จากกัตถุภักมยตาฉันทะ มันเกิดจากความอยากอยากมี มันก็จะเป็นพิษ เกาะกินจิตใจ ทำให้เสียใจคร่ำครวญ เมื่อไม่สนใจปรารณาก็ทรมาน

๔.๒.๓ พระมหาสุทิตย์ อาภาภโร, ดร.

มองโทษของกามว่า โทษของกามทำให้พึงพาวัตถุอยู่เรื่อย มีการแสวงหาไม่จบสิ้น เหนื่อยกับการแสวงหา สุขน้อยแต่ทุกข์มาก รังกายหน่ายเร็ว

๔.๒.๔ พระมหาวุฒิชัย วชิรเมธี (ว.วชิรเมธี)

ท่านมองโทษของกามว่า กามนี้ก่อให้เกิดความยึดติดถือมั่น ก่อให้เกิดความลุ่มหลง สยบมัวเมา แล้วก็ทำให้คนส่วนใหญ่ นั้น ติดวนอยู่ในสังสารวัตรแห่งการเวียนว่ายตายเกิด เพราะหลงอยู่ในรสของกาม ดั่งหนึ่งหนอนที่อยู่ในอาม จมอยู่ในอาม แล้วก็ยังไม่รู้จักว่าสิ่งที่ตนจมอยู่นั้นเป็นสิ่งที่ไม่ดี มองไม่ออก ดั่งหนึ่งนกอยู่ในฟ้า แต่ไม่เห็นฟ้า ปลาอยู่ในน้ำ แต่ไม่เห็นน้ำ ไส้เดือนอยู่ในดิน แต่ไม่เห็นดิน คนอยู่ในโลก แต่ไม่เห็นโลก จึงติดอยู่ในโลก กล่าวอย่างสั้นที่สุด โทษของกามก็คือ ก่อให้เกิดความยึดติดถือมั่น และหลงวนอยู่ในสังสารวัฏ ทำให้เน้นซ้ำ ไม่ถึงอิสรภาพคือภาวะพระนิพพาน และต้องมีชีวิตอยู่ด้วยความและหวาดระแวง หวงแหน กัดกัน แ่งแย่งแข่งขัน ชิงดีชิงเด่น อันไม่จบไม่สิ้น ทำให้ผู้ที่ติดอยู่ในกามเหมือนผู้ที่มิใช่ตรวนอยู่ที่ข้อเท้าทั้ง๒ตลอดเวลา ไปที่ไหนก็หนัก ยากที่จะถึงอิสรภาพมีชีวิตที่ไม่ปลดปล่อยโง่เงา

๔.๒.๕ รศ.ดร.สมิทธิพล เนตรนิมิตร

มองว่า แม้คุณศัพท์มองว่ากามมีข้อดี แต่ในข้อดีก็มีโทษมีข้อเสีย หรือจุดบกพร่องของกาม สุข คือ “โทษ” (กามาทีนพ) ท่านจึงยกอุปมา กล่าวถึงกามว่ามีความหวานขึ้นน้อย มีทุกข์มาก มีความคับแค้นมากในปาสราสีสูตร^{๑๐} และกล่าวถึงบุคคลที่ตกเป็นเป็นทาสของกาม และเปรียบกามคุณเหมือนบ่วงดักของนายพราน ดังต่อไปนี้

พวกที่หนึ่ง สมณพราหมณ์ที่บริโภคกามคุณทั้ง ๕ โดยมีความตั้งใจ หลงใหล หมกมุ่น ไม่รู้เท่าทันเห็นโทษ ไม่มีปัญญาพาตัวรอด เป็นเหมือนเนื้อป่าที่ติดบ่วงและนอนทับบ่วงอยู่ ย่อมจะประสบความเสื่อมความพินาศ ถูกนายพรานทำเอาได้ตามปรารณา

พวกที่สอง สมณพราหมณ์ที่บริโภคกามคุณทั้ง ๕ โดยไม่ติด ไม่หลงใหล ไม่หมกมุ่น รู้เท่าทันเห็นโทษ มีปัญญาพาตัวรอดได้ เป็นเหมือนเนื้อป่าที่นอนทับแต่ไม่ติดบ่วง ย่อมจะไม่ประสบความเสื่อมความพินาศ ไม่ถูกนายพรานทำเอาได้ตามปรารณา

พวกที่สาม ภิกษุที่สังัดจากกามปลอดจากอกุศลธรรมทั้งหลาย ได้บรรลุรูปฌาน และอรุณ ฌาน ขึ้นใดขั้นหนึ่ง ตลอดจนบรรลุสัญญาเวทยินนิโรธและเป็นผู้สิ้นอาสวะแล้ว ประสบสุขประณีตสูงสุดแล้ว ได้ชื่อว่าทำให้มารตาบอด มองไม่เห็นร่องรอย ถึงภาวะที่มารมองไม่เห็น เป็นเหมือนเนื้อป่า

^{๑๐} ม. ม. (ไทย) ๑๒/๒๗๒/๒๙๔.

เที่ยวไปในป่าใหญ่ จะเดินจะยืนจะนั่งจะนอนก็ปลอดภัยเพราะไม่อยู่ในสายตาของนายพราน พร้อมทั้งอุปมาถามว่า

๑. เปรียบเหมือนสุนัขที่เพรียและหิวโหย เขาโยนท่อนกระดูกเปื้อนเลือดให้ ก็แทะอยู่นั่นเองจนเหนื่อยอ่อน ก็ยังอ่อยไม่เต็มอยาก และไม่เต็มอิ่ม

๒. เปรียบเหมือนขึ้นเนื้อที่แรงหรือเหยี่ยวคาบบินมา เหยี่ยวแร้งตัวอื่นเห็นเข้าก็โฉบเข้ามา รุมจิกแย่งเอา คือเป็นของไม่มีสิทธิขาดแก่ตัว ผู้อื่นแย่งชิงได้ คนทั้งหลายต่างก็ต้องการหมายปองจะเอาเป็นเหตุให้เกิดการแก่งแย่งช่วงชิงประทุษร้าย ตลอดจนเช่นฆ่ากัน

๓. เปรียบเหมือนคนถือคบเพลิงหิ้วหลอดไฟลงเดินทวนลม ไม่ช้าก็จะต้องทั้งติดไฟ (ที่ถือไปทวนลม) มิฉะนั้นจะไหม้มือ ไหม้แขนและอวัยวะต่างๆ อาจถึงตายหรือสาหัส

๔. เปรียบเหมือนหลุมถ่านเพลิงอันร้อนแรง ผู้ที่รักชีวิตทั้งที่รู้ว่าหากตกลงไป ถ้าไม่ตายก็ต้องเจ็บสาหัส และไม่ยากตกหลุม

๕. เปรียบเหมือนความฝัน มองเห็นทุกอย่างชัดเจนอำไพ แต่ไม่ทันนาน ก็ผ่านหายหมดไป พอตื่นขึ้นมาก็มองไม่เห็นอะไร เหลือไว้แต่ความเสียดาย

๖. เปรียบเหมือนทรัพย์สมบัติที่ขอยืมเขามา เอาออกอวดแสดงดูโก้เก๋หรูหรา วางท่าอวดกัน ผู้คนก็กล่าวขวัญชื่นชม แต่ครอบครองเอาไว้ได้เพียงชั่วคราวและอย่างไม่น่าใจ

๗. เปรียบเหมือนต้นไม้มีผลดกในราวป่า ผู้คนผ่านมาต่างปรารถนาได้ลูกผล ต่างแย่งชิงจะเอาให้ได้

๘. เปรียบเหมือนเซียงสับเนื้อ เข้าไปยุ่งเกี่ยวกับก็เท่ากับเอาชีวิตเข้าไปเสี่ยง

๙. เปรียบเหมือนหอกและหลาว มักจะคอยทิ่มแทงให้ได้แผล ไม่เจ็บน้อยก็เจ็บมาก

๑๐. เปรียบเหมือนหวัง เข้าไปเกี่ยวข้องก็ไม่วายต้องคอยระแวง ไม่อาจปลงใจได้สนิท

ข้อเสียของ(วัตถุ)กาม เริ่มตั้งแต่ความลำบากเดือดร้อนที่ต้องประสบในการทำมาหากิน เลี้ยงชีพและแสวงหาสิ่งสมกามวัตถุ ซึ่งแต่ละคนก็ต้องอดทนในการดำรงชีวิต ต้องทนแดดทนฝน ทนหนาวทนร้อน ทนเหนื่อยทนยาก เมื่อหามาได้แล้วก็เป็ทุกข์ในการระวังรักษา ครั้นได้กามวัตถุไว้ครอบครอง มนุษย์ผู้โง่เขลาต่อสัจธรรม ก็ลุ่มหลงตกเป็นทาสของมัน ยกเอากามวัตถุที่เป็นของไม่จริง ไม่แท้มาเป็นเหตุถูกเหยียดหยามกัน บ้างก็อิจฉาริษยากัน ทะเลาะวิวาทเบียดเบียนกัน เพราะเห็นแก่กามวัตถุ แย่งชิงกามวัตถุในรูปของทรัพย์สินต่างๆ อย่างที่กล่าวว่า “ราชาที่วิวาทกับราชา กษัตริย์ที่วิวาทกับกษัตริย์ พราหมณ์ที่วิวาทกับพราหมณ์ คหบดีที่วิวาทกับคหบดี แม่ทะเลาะกับลูก ลูกก็ทะเลาะกับแม่ พ่อก็ทะเลาะกับลูก ลูกก็ทะเลาะกับพ่อ พี่น้องชายก็ทะเลาะกับพี่น้องชาย พี่น้องหญิงก็ทะเลาะกับพี่น้องชาย พี่น้องชายก็ทะเลาะกับพี่น้องหญิง เพื่อนก็ทะเลาะกับเพื่อน” เพราะกามเป็นเหตุ บ้างก็ลงมือหรือถึงกับใช้ศาสตราวุธเช่นฆ่ากันถึงตาย บ้างก็ประกอบกรทุจริตต่างๆ ถูกจับได้ เขาก็นำไปลงโทษทัณฑ์ต่างๆ กามเป็นเหตุจึงทะเลาะแก่งแย่งกัน

๔.๒.๖ ผศ. รัชชี สุทนต์

ท่านมองว่า ต้องไปกระจายว่า กามตัณหา ภวตัณหา วิภวตัณหา มีโทษในการที่เมื่ออยากเป็นใหญ่ มีกามตัณหาเป็นเบื้องต้น เกิดจากสิ่งเล็กๆ แล้วลามไปถึงสิ่งใหญ่โต ถือว่า ก่อเชื้อไปจากกาม แต่ถ้าระดับพระพุทธานุภาพเวียนว่ายตายเกิด เป็นโทษแล้ว เป็นโทษที่ทำให้เวียนว่ายตายเกิด แต่แนวทางในการหลีกเลี่ยง ตอบแบบปุณฺณว่า หลีกเลี่ยงไม่ได้

๔.๒.๗ ผศ.ร.ท.ดร. บรรจบ บรรณรุจิ

ท่านมองโทษของกามว่า ในทางพระพุทธศาสนาท่านเรียกว่า อาทินวะ กามจะมีสองส่วน คือ ทำให้เกิดใจกำหนดเป็นสิ่งที่น่ารักและไม่น่ารัก เมื่อเราได้สัมผัส ได้ประสบสิ่งที่น่ารักก็ยินดีพอใจ ที่เรียกว่าตัณหา ทำให้เกิดความยึดมั่น เมื่อยึดมั่นไปแล้ว เนื่องจากกามไม่คงที่ มีการเปลี่ยนแปลง มีการเกิดขึ้นตั้งอยู่ดับไป เวลาที่เราพลัดพราก ก็จะประสบทุกข์ นี่คือโทษ หรืออีกส่วนหนึ่งคือ กามทำให้เราเกิดกามตัณหา หรืออยากได้ทำให้ดิ้นรนแสวงหา พอได้มาก็เหน็ดเหนื่อย พอมีคนมาแย่งชิงก็เกิดการทะเลาะส่วนตัว ในสังคมก็เกิดการขัดแย้ง และนำไปสู่ระดับในประเทศได้ พระพุทธเจ้าสรุปว่า กาม (รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส ที่น่าปรารถนา) มันครอบคลุมไปหมด ทั้งตัวบุคคล ทั้งลาภ ยศ สรรเสริญ

๔.๒.๘ ศาสตราจารย์พิเศษ จำนงค์ ทองประเสริฐ

ท่านมองว่า ถ้าเรายึดติดมากก็มีโทษมาก ถ้ารู้จักใช้ก็มีประโยชน์ ทางหลักเลี้ยงออกจากกาม ก็คือนิโรธมรรค ทางที่จะออกจากการพันทุกข์ คือ มรรค ๘ ไม่มี มีแต่มรรคมีองค์ ๘

๔.๓ ทักษะของนักวิชาการทางพระพุทธศาสนาต่อเรื่องทางออกจากกาม

๔.๓.๑ พระศรีศรัทธมภิธาน (สมจินต์ สมมาปญโญ, รศ.ดร.)

ท่านมองว่า ถ้าเป็นฆราวาสก็ต้องเริ่มเป็นขั้นตอน เรียกว่า อนุบุพพิกขา เริ่มต้นด้วยทาน ศีล สวรรค์ และเนกขัมมะ คือเริ่มด้วย การให้ ฝึกอุปนิสัยให้เสียสละ ไม่ให้ยึดติด เพราะชีวิตต้องเกี่ยวข้องกับกามตลอด มันอยู่กับตัวเรา เมื่อเห็นรูป น่าใคร่ ก็ชอบ ใคร่ก็ชอบ นี่เป็นคุณ แต่โทษของมันก็คือการเสพติด เสพเป็นนิสัย ถ้ามีกำลังที่จะแสวงหามาได้มันก็ดี บางทีต้องดิ้นรนเพื่อหา มันผิดอย่างว่าความอยาก ท่านกล่าวว่า นตฺถิ ตณฺหา สมานํ ทิ คือ แม่น้ำเสมอด้วยตัณหาไม่มี ดังนั้นจะต้องกล่อมเกลาจิตใจด้วยการให้ทาน เพื่อละความยึดมั่น ละความอยาก ท่านเน้นให้อามิสทาน ไม่ได้เน้นธรรมทาน ให้มากให้น้อยก็ได้ และอบรมจิตใจของตัวเองไปเรื่อยๆ พวก ศีล สวรรค์ เป็นผลมาจากตัวนี้ ท่านเน้นเรื่องทานส่วนมาก เมื่อนิสัยฝึกในการให้ทานแล้ว มันถึงจะเป็นของเรื่อง เนกขัมมะ ถ้ามีความตระหนี่ขึ้นเหนียว จะปฏิบัติออกจากกามไม่ได้ อันนี้คือการสละออกจากกามอย่างเป็นโลกิยะ แต่ถ้าโลกุตตระ ก็แบบไตรสิกขา อันนี้แบบถาวร ซึ่งเริ่มจากการ ศีล สมาธิ ปัญญา การจัดระเบียบตนเอง รักษากาย วาจาใจ การทำแบบนี้ทำให้เราไม่เดือดเนื้อร้อนใจทำให้เกิดความอึดใจ ทำให้เกิดความสงบใจ ทำอะไรก็เกิดให้มีสมาธิ สมบูรณ์ เมื่อมาถึงขั้นนี้ก็ถือว่า สมบูรณ์แล้ว คนมีสมาธิดีก็ทำให้เอาใจใส่ต่อการทำงาน ก็ย้อนกลับไปแก้ปัญหา ปัญญามีการอบรมดี ทำให้เกิดความเบื่อหน่าย นิพพิทา ไม่เห็นความน่ายินดีของกาม มันมองเห็นความจริง มองเห็นเป็นสิ่งที่ไม่มีอะไร แบบนี้เรียกว่า นิพพิทา พอเบื่อหน่ายก็จะคลายความกำหนัดในกามได้ ภาษาพระเรียกว่า วิจารณ์ะ เมื่อคลายความกำหนัดได้ จึงไปเป็นวิมุตติความหลุดพ้น จึงจะหลุดพ้น จะถึงนิพพานเราต้องแสดงรายละเอียดแบบนี้ด้วย

คนที่ประสบปัญหาเรื่องกามมา จะสามารถหลุดพ้นได้ง่ายกว่าคนที่ไม่ประสบมาหรือไม่ อันนี้เป็นประเด็นที่ถกเถียงกัน ยกตัวอย่างพระพุทธเจ้า มีครอบครัวมาก่อนบวช มันเป็นเรื่องของอินเดียโบราณ มันเป็นขั้นชีวิต ไม่ได้เกี่ยวกับว่าต้องมีครอบครัวมาก่อน พูดถึงว่าจะนำประสบการณ์

มาใช้ประโยชน์ได้หรือไม่ นั่นมีประสบการณ์มาก่อน ก็อาจจะมีส่วน แต่ต้องไม่มีมาก เช่นมีลูกหลานมาก มันก็เป็นอันตรายกรรม มันก็หลุดยากทำให้มีบ่วง แต่ทำให้การหลุดออกได้ยาก แต่ถ้าไม่มีอะไรมากที่ต้องห่วง อันนี้ก็ขึ้นใจได้เปรียบ แต่คนไม่มีประสบการณ์มันเกิดความสงสัยอยู่เรื่อย อันนี้เป็นความสงสัยของคนไม่มีประสบการณ์ เขาเห็นแต่สิ่งที่น่าพอใจ ยังไม่ได้ประสบมาด้วยตนเอง ก็จะเกิดความสงสัย

๔.๓.๒ พระมหาหรรษา ธมฺมหาโส, รศ.ดร.

ท่านมองว่า ทางออกหรือทางหลีกเลี่ยง ตัวแรก ถ้าเราเอามรรคมืองค์ ๘ มาจับ คือ เราต้องเข้าใจในกามก่อน เข้าใจอย่างครบวงจรของมัน ว่ามันมีผลดี ผลเสียอย่างไร และจึงดำริออกจากกาม คือเมื่อเข้าใจมันแล้ว จะเกิดความคิดที่อยากจะออกจากกาม เกิดการเปลี่ยนทัศนคติ แล้วจะมีผลต่อพฤติกรรม คือการพูด การกระทำ การแสดงออก จะเปลี่ยนไป ใช้สติ และสมาธิ เป็นเครื่องมือในการกล่อมเกลา มีความตั้งใจแน่วแน่ในการออกจากกาม

เมื่อพูดถึงความยั่งยืน คือเนกขัมมะการออกบวช มันเป็นการออกอย่างแท้จริง คือไม่เข้าไปยุ่งเกี่ยวกับมันอีกเลย แต่จริงๆ กามมันมีประโยชน์ใช้ กามละกาม ใช้ค้นหาละตัณหา ใช้กามละกาม ถ้าพระพุทธเจ้าไม่มีกามสุขัลลิกานุโยค จะเดินไปหาอัตถิกลมณานุโยค ได้อย่างไร คือเราต้องเข้าใจในกามก่อน คือเข้าใจให้ชัด และคิดจะออกจากกาม

๔.๓.๓ พระมหาสุทิตย์ อาภาภโร, ดร.

ท่านมองว่า ทางออกหรือทางหลีกเลี่ยงนั้นยาก トラบิตที่มนุษย์ยังอาศัยอายตนะภายในภายนอก ก็ยังมีการปรุงแต่งอยู่ การออกจากกามของปุถุชน เป็นการออกที่ยากมาก จนกว่าจะมองเห็นสังขารธรรม ว่ามันเป็นอย่างไร มันเป็นเช่นนั้น ต้องค่อยๆ พิจารณา ค่อยๆ ดัดแปลงเป็นระดับไป โดยการใช้วิธี ๓ มีสติกำกับควบคุม

๔.๓.๔ พระมหาวุฒิชัย วชิรเมธี (ว.วชิรเมธี)

ทางออกจากกามมีอยู่ นั่นก็คือ อริยมรรคมืองค์ ๘ ก่อนที่เราจะออกจากกามได้ เราต้องมีสัมมาทิฐิ นั่นคือเราต้องรู้เท่ารู้ทันว่ากามนั้น มีทั้งสุขและทุกข์ ถ้าเรามีสัมมาทิฐิ เราจะรู้จักกามตามความเป็นจริง คนส่วนใหญ่ไม่มีสัมมาทิฐิ จึงมองเห็นแต่คุณของกาม และดังนั้นจึงติดอยู่ในกาม แล้วก็จึงพอใจอยู่ในกามสุข ไม่สามารถเลื่อนตัวเองขึ้นไปหาสัมมาทิฐิสุข และนิพพานสุข ตามลำดับ คนส่วนใหญ่ในโลกนี้พึงพอใจอยู่ในกามสุขแล้วก็คิดว่าชีวิตมีแค่นี้ก็พอแล้ว จึงทำให้ไม่เรียนรู้ที่จะพัฒนาตัวเอง เมื่อไหร่ก็ตามเรามีสัมมาทิฐิ เห็นทุกข์โทษภัยของกามอย่างชัดเจน เมื่อนั้นความคิดที่จะออกจากกามจะตามมา และเมื่อความคิดที่จะออกจากกามตามมาแล้ว พอมีความคิดนี้ขึ้นมา ก็ขอให้เราดำเนินตามหลักการออกจากกามที่ถูกต้อง นั่นคือมัชฌิมาปฏิปทา อริยมรรคมืองค์ ๘ กล่าวอย่างสั้นที่สุด นิสสรัณของกามก็คืออริยมรรคมืองค์ ๘ นั่นเอง เพราะเมื่อปฏิบัติตามอริยมรรคมืองค์ ๘ สมบูรณ์แล้ว ก็จะบรรลุดังวิมุตติหลุดพ้นเป็นอิสระจากกามอย่างสิ้นเชิง มีความสุขที่แท้จริงที่เรียกว่า นิรามิสสุข ไม่ใช่สามิสสุขอีกต่อไปกลายเป็นผู้ที่ลွတ်พ้นจากการสูงสุดของจิตและปัญญา นั่นคือพระนิพพาน เป็นอิสระจากบ่วงของกามอย่างสิ้นเชิง

๔.๓.๕ รศ.ดร.สมิทธิพล เนตรนิมิตร

ท่านมองว่า พระพุทธศาสนาสอนให้หลีกเลี่ยง หรือหาทางออกจากกาม พระพุทธเจ้าทรงมีปกติตรัสสอนให้กำจัดความกำหนัดที่ไม่รุนแรง(ฉันทะ) และความกำหนัดที่รุนแรง (ราคะ) “ฉันทราควินยักขายี”^{๑๑} ผู้ที่ประสงค์จะไปถึงจุดหมายสูงสุดทางพระพุทธศาสนา ต้องละกาม(กามฉันท)ให้ได้ ผู้ไกลห่างกาม หลีกเลียงกามเปรียบเหมือนไม้แห้งสนิทวางอยู่บนบกห่างไกลน้ำ สามารถนำมาทำเป็นไม้สไฟให้เกิดไฟได้ ดังข้อความว่า “สมณะหรือพราหมณ์เหล่าใดเหล่าหนึ่งมีกายและจิตหลีกออกจากกามแล้ว ทั้งละและระงับความพอใจ ความรักใคร่ ความหลง ความกระหาย และความกระวนกระวายในกามทั้งหลายได้อย่างเบ็ดเสร็จในภายในแล้ว สมณะหรือพราหมณ์ผู้เจริญเหล่านั้น แม้เสวยทุกขเวทนาที่กล้าแข็ง หยาบ เฝ็ดร้อน ซึ่งเกิดขึ้นเพราะความเพียร ก็เป็นผู้ควรแก่การรู้ การเห็น และการตรัสรู้อันยอดเยี่ยม แม้ไม่ได้เสวยทุกขเวทนาที่กล้าแข็ง หยาบ เฝ็ดร้อน ซึ่งเกิดขึ้นเพราะความเพียร ก็เป็นผู้ควรแก่การรู้ การเห็น และการตรัสรู้อันยอดเยี่ยม” สำหรับผู้ตกอยู่ในวังวนกามก็เหมือนไม้สดมียางชุ่มแช่อยู่ในน้ำ ไม่สามารถจะนำมาทำเป็นไม้สไฟให้เกิดไฟได้

ผู้ปรารถนาความสุขเหนือกาม (โลกุตตรสุข) ควรวางตนห่างไกลกาม (เรื่องนี้สัมพันธ์กับคำถามข้อ ๒) ผู้ที่ประสงค์ออกจากกามมิใช่เพราะกามไม่มีความสุข แต่ที่ออกจากกามหรือละกาม ก็เพราะเห็นว่ากามมีความสุขก็จริง แต่ยังปะปนด้วยทุกข์มาก ที่สำคัญคือยังมีความสุขอย่างอื่นที่สุขกว่า ลึกซึ้งประณีตกว่าสุขที่เกิดจากกามอย่างสามัญชน เมื่อมีความสุขที่ประณีตกว่าก็เป็นธรรมดาที่กามสุขจะมีค่าน้อยลง ฉะนั้น พระพุทธศาสนาสอนให้ละเลิกการเกี่ยวข้องกับกามคุณ แต่ถ้ายังละไม่ได้ก็ต้องวางท่าทีต่อกามคุณให้ถูกต้อง อย่าตกเป็นทาสของกามคุณ

๔.๓.๖ ผศ. รังษี สุนันต์

ท่านมองว่า รูป เสียง กลิ่น รส ในเชิงสังคม หลีกเลียงไม่ได้ เรามองแคไหน เรามองที่ว่าทำไปแล้วมันผิดศีลธรรม ทำให้ตัวเองเดือดร้อน ทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน เราต้องแยกว่า เราจะหลีกเลียงอย่างไร ในส่วนรูป เราเห็น เราก็อยากได้ มันสวยงาม ต้องใช้ความรู้ในศาสนา หลีกเลียง ต้องใช้การพิจารณาแยกแยะ คือใช้สติ ในการหักห้ามใจ เสียง เคยไปดูคอนเสิร์ต หรือติดเสียงอะไร หรือผู้ชายมาพูดหวาน ตรงนี้ก็ต้องใช้สติ เรื่องกลิ่น น้ำหอมขวดแพงๆ รส อาหารแพงๆ พอเรารู้ว่า มันไม่ได้ต่างกัน เราก็ต้องแยกสัมผัส แอร์ไม่เย็น มันร้อน เพราะอะไร เพราะสัมผัส ติดความสบาย ต้องใช้การรอบรู้ในสิ่งนั้น แล้วยกแยะ โดยใช้ปัญญาเรียนรู้เพื่อหลีกเลียงที่จะเกิดโทษ ระดับสูง ต้องสัมผัสกับปะดารีในอันไม่เบียดเบียน ดารีในเนกขัมมะ ดารีในการออกจากกามต้องศึกษามหาสติปัญญาสูตรในส่วนสังจนิเทศ ทุกขสังจนิเทศสมุทยสังจะ มีรายละเอียดมาก

๔.๓.๗ ผศ.ร.ท.ดร. บรรจบ บรรณรุจิ

ท่านมองว่า แนวทางในการหลีกเลียงคือ ให้ออกจากกาม เพราะเห็นโทษของกาม แต่ก่อนที่เราจะเห็นโทษ ของกาม ก็ต้องเห็นความทุกข์ที่เกิดจากกามก่อน แต่ว่าถ้ายังออกไม่ได้ จะอยู่กับกามและใช้กามอย่างไร กามสำหรับปุถุชนมันทำให้จิตผูกพัน แต่กามของพระอริยะท่านอยู่เพื่อใช้ประโยชน์จากมัน เพื่อให้ชีวิตอยู่ได้ แต่ใจไม่ได้รักใคร่ผูกพัน ไม่หลง อย่างเช่นพระอริยเจ้า ก็ใช้จิรวเพียงแค่ปกปิดร่างกาย แคให้ทนหนาวทนร้อนอยู่ได้ กินอาหารก็เพียงเพื่อให้ชีวิตอยู่ได้ อยู่ที่พักอาศัย

^{๑๑} ดูรายละเอียดใน ส.ช. (ไทย) ๑๗/๒/๘.

ก็แค่ให้คุ้มแดดคุ้มฝน เพื่ออนุเคราะห์พรหมจรรย์ เพื่อทำประโยชน์ ซึ่งต่างจากปฤชนที่ใช้ปัจจัยเหล่านี้
 เกินจำเป็น เกินกำลัง เกินคุณค่า เช่นกินอาหารเพื่อความโก้หรู ใช้เครื่องนุ่งห่มราคาแพงเกินเหตุ
 จำเป็น ซึ่งบางทีก็ป้องกันหนาวร้อนไม่ได้ ใช้ที่อยู่อาศัยราคาแพง เกินจำเป็น และไม่จำเป็นต้องบวช
 เสมอไป เพราะพระอริยะหลายคนก็ไม่ต้องออกบวช

๔.๓.๘ ศาสตราจารย์พิเศษ จำนงค์ ทองประเสริฐ

ส่วนทางออกจากกาม ท่านมองว่า ไม่จำเป็นต้องออกบวช เป็นคฤหัสถ์ก็สามารถเป็นพระ
 อริยบุคคลได้ แต่การออกบวชเป็นทางสะดวกที่จะสำเร็จมากกว่า

๔.๔ เปรียบเทียบทัศนะของนักวิชาการทางพระพุทธศาสนา

ตารางที่ ๑ เปรียบเทียบทัศนะของนักวิชาการ

ที่	ชื่อผู้ให้สัมภาษณ์	คุณของกาม	โทษของกาม	การออกจากกาม
๑	พระศรีคัมภีรญาณ, รศ.ดร.	กามมีสิ่งที่ดีในระดับโลกียะ คือสิ่งที่เป็นอิฏฐารมณ์ ถ้ามันเป็นสิ่งที่น่าปรารถนา มันก็ทำให้ชีวิตมีความสุข มีความสบาย ไม่ต้องเดือดร้อน ความสุขเป็นชื่อของบุญ มีความสุขเมื่อไรก็เป็นบุญเมื่อนั้น อันนี้กล่าวถึงในทางที่ดี คือมันทำให้ชีวิตมีความสุข	ทุกอย่างมันไปเป็นตามไตรลักษณ์ มันอยู่กับเรานานไม่ได้ อันนี้เป็นธรรมชาติของมัน มันเปลี่ยนแปลงไปเรื่อยๆ ทำให้คนที่ไม่มีสติสัมปชัญญะหลงมัวเมาไปตามกระแสของสิ่งนั้นๆ เมื่อเปลี่ยนสภาพจากอิฏฐารมณ์เป็นอนิฏฐารมณ์ ควบคุมไม่ได้ ถูกโลภะ โทสะโมหะควบคุม เหมือนขึ้นเนื้อ สัตว์ตัวไหนก็อยากได้ทำให้เกิดการแย่งชิง	ให้ฝึกอุปนิสัยให้เสียสละ ไม่ให้ยึดติด กล่อมเกลাজิตใจด้วยการให้ทาน เพื่อละความยึดมั่น ให้มากให้น้อยก็ให้ถือว่า สมบูรณ์แล้ว คนมีสมาธิดีก็ทำวามสงสัย
๒	พระมหาหรรษา ธมฺมหาโส,รศ.ดร.	เป็นแรงจูงใจ เป็นปัจจัยให้คนอยากสร้างคุณงามความดี ทำให้คนอยากทำในสิ่งที่ตนเองปรารถนา เป็นเครื่องมือมนุษย์ไปสู่สิ่งดีสิ่งงามที่จะเกิดขึ้นไปพัฒนาสิ่งดี สิ่งงามให้เกิดขึ้นเกิดการพัฒนา	กามมันเป็นพิษ เพราะมันคือตัณหา มันคือมานะ ทิฏฐิ มันหมายถึงการอยากจะได้มาเป็นของตนเอง	ถ้าเราเอามรรคมืองค์ ๘ มาจับ คือเราต้องเข้าใจในกามก่อน เข้าใจอย่างครบวงจรของมัน ว่ามันมีผลดีผลเสียอย่างไร และจึงดำริออกจากกาม คือเมื่อเข้าใจมันแล้ว จะเกิดความคิดที่อยากจะออกจากกาม เกิดการเปลี่ยนทัศนคติ แล้วจะมีผลต่อพฤติกรรม คือการพูด การกระทำ

				การแสดงออก จะเปลี่ยนไป ใช้สติและสมาธิ เป็นเครื่องมือในการกล่อมเกลา มีความตั้งใจแน่วแน่ในการออกจากกาม
๓	พระมหาสุทิตย อาภากรโธ, ดร.	เป็นปัจจัยพื้นฐาน ในการดำรงอยู่ เพื่อให้คนไปกระทำในสิ่งต่างๆ เพื่อการแสวงหากามเป็นเครื่องประดับประดาหล่อเลี้ยงชีวิตให้สดชื่นเบิกบาน เป็นสิ่งที่สร้างความเกื้อกูลสัมพันธ์กัน	โทษของกาม ทำให้พึงพาวัตถุอยู่เรื่อย มีการแสวงหาไม่จบสิ้น	ท่านมองว่า ทางออกหรือทางหลีกเลี่ยงนั้นยาก トラบไตที่มนุษย์ยังอาศัยอาศัยตนะภายในภายนอก ก็ยังมีการปรุงแต่งอยู่ การออกจากกามของปุถุชน เป็นการออกที่ยากมาก トラบไตที่ยังมีการรับรู้ภายในภายนอกอยู่ ก็มีการปรุงแต่งอยู่เรื่อยๆ จนกว่าจะมองเห็นสัจธรรมว่ามันเป็นอย่างไ มันเป็นแค่นั้น ต้องค่อยๆพิจารณา ค่อยๆงดเว้นเป็นระดับไป โดยการใช้วิธี ๓ มีสติกำกับควบคุม
๔	พระมหาวิมุตติย วชิรเมธี (ว.วชิรเมธี)	กามเป็นที่ก่อให้เกิดความสุข ในระดับที่เรียกว่าโลกียสุข จึงเรียกว่า กามสุข แปลว่าสุขจากกาม หรือ สามิสสุข สุขที่อิงอาศัยอามิส อามิสในที่นี้คือกามคุณ คือ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส	กามก่อให้เกิดความยึดติดถือมั่น ก่อให้เกิดความลุ่มหลง มัวเมา แล้วก็ทำให้คนส่วนใหญ่ นั้น ติดวนอยู่ในสังสารวัตรแห่งการเวียนว่ายตายเกิด โทษของกามก็คือ ก่อให้เกิดความยึดติดถือ	ต้องมีสัมมาทิฐิ คือต้องรู้เท่ารู้ทันว่า กามนั้น มีทั้งสุขและทุกข์ ถ้าเรามีสัมมาทิฐิ เราจะรู้จักกามตามความเป็นจริง เมื่อไหร่ก็ตามเรามีสัมมาทิฐิ เห็นทุกข์โทษภัยของ

			มัน และหลงวนอยู่ในสังสารวัฏฏ์ ทำให้ เนิ่นช้า ไม่ถึงอิสรภาพคือภาวะพระ นิพพาน และต้องมีชีวิตอยู่ด้วยความ และหวาดระแวง หวงแหน กัดกัน แก่งแย่งแข่งขัน ชิงดีชิงเด่น อันไม่จบไม่ สิ้น	งามอย่างชัดเจน เมื่อนั้นความคิดที่ จะออกจากงามจะตามมา และเมื่อ ความคิดที่จะออกจากงามตาม มาแล้ว พอมีความคิดนี้ขึ้นมา ก็ขอให้ เราดำเนินตามหลักการออกจากงาม ที่ถูกต้อง เพราะเมื่อปฏิบัติตาม อริยมรรคมีองค์แปดสมบูรณ์แล้ว ก็จะ บรรลุถึงวิมุตติหลุดพ้นเป็นอิสระจาก งามอย่างสิ้นเชิง มีความสุขที่แท้จริง ที่เรียกว่า นิรามิสสุข ไม่ใช่สามิสสุข อีกต่อไป กลายเป็น ผู้ที่หลุดถึง วิวัฒนาการสูงสุดของจิตและปัญญานั่นคือพระนิพพาน เป็นอิสระจาก บ่วงของงามอย่างสิ้นเชิง
๕	รศ.ดร.สมิทธิพล เนตรนิมิตร	งามสุข คือสุขทางประสาททั้ง ๕ หรือสุข ทางเนื้อหนัง มีมากมายหลายระดับ จัดเป็น “ข้อดี” หรือ เป็นส่วนดี เป็นส่วน หวานชื่น เป็นสิ่งน่าพึงพอใจ น่าสนุก ที่ คนต่างก็ปรารถนา	ข้อเสียของ(วัตถุ)งาม เริ่มตั้งแต่ความ ลำบากเดือดร้อนที่ต้องประสบในการ ทำมาหากินเลี้ยงชีพและแสวงหาสิ่งสม งามวัตถุ ต้องอดทนในการดำรงชีวิต ต้องทนแดดทนฝน ทนหนาวทนร้อน ทนเหนื่อยทนยาก เมื่อหามาได้แล้วก็	ต้องละงาม(งามฉันท)ให้ได้ ผู้ที่ ประสงค์ออกจากงามมิใช่เพราะงาม ไม่มีความสุข แต่ที่ออกจากงามหรือ ละงาม ก็เพราะเห็นว่างามมี ความสุขก็จริง แต่ยังปะปนด้วยทุกข์ มาก

			เป็นทุกข์ในการระวังกษา ครั้นได้กาม วัตถุไว้ครอบครอง ก็ตกเป็นทาสของมัน	
๖	ผศ. รังษี สุธนต	กามไม่มีข้อดีในเชิงปรมาตมหรือโลกุตตระ แต่ในเชิงสังคัม กามมีข้อดีในด้านการ สร้างสรรค์ เช่นการพัฒนา สิ่งต่างๆ	กามค้นหา กวตณหา วิภวตณหา มี โทษในการที่เมื่ออยากเป็นใหญ่ มี กามตณหาเป็นเบื้องต้น เกิดจากสิ่ง เล็กๆ แล้วลามไปถึงสิ่งใหญ่โต ถือว่า ก่อเชื้อไปจากกาม แต่ถ้าระดับ พระพุทธศาสนาการเวียนว่ายตายเกิด เป็นโทษแล้ว คือเป็นโทษที่ทำให้เวียน ว่ายตายเกิด	ต้องใช้การรอบรู้ในสิ่งนั้น แล้ว แยกแยะ โดยใช้ปัญญาเรียนรู้เพื่อ หลีกเลี่ยงที่จะเกิดโทษ ระดับสูง ต้อง สมาธิกับปะ คาริโน อันไม่ เบียดเบียน คาริโนเนกขัมมะ
๗	ผศ.ร.ท.ดร.บรรจบ บรรณรุจิ	ในแง่ของปุถุชน กามคือการรักใคร่ผูกพัน อาจจะมีข้อดีตรงที่ทำให้คนมุมานะ พยายามที่จะสร้างสรรค์ให้ได้ เช่น ลาภ ยศ สรรเสริญ รวมทั้งความสุข เรียกได้ว่า เป็นแรงจูงใจ	ทำให้เกิดความยึดมั่น เมื่อยึดมั่น กาม ไม่คงที่ มีการเปลี่ยนแปลง มีการเกิดขึ้น ตั้งอยู่ดับไป ก็จะประสบทุกข์ นี่คือโทษ หรือ กามทำให้เราเกิดกามตณหา หรือ อยากได้ทำให้ดิ้นรนแสวงหา พอได้มาก็ เหินห่าง พอมีคนมาแย่งชิงก็เกิดการ ทะเลาะส่วนตัว ในสังคมก็เกิดการ ขัดแย้งในประเทศได้	แนวทางในการหลีกเลี่ยงคือ ให้ออก จากกาม เพราะเห็นโทษของกาม แต่ ก่อนที่เราจะเห็นโทษ ของกาม ก็ต้อง เห็นความทุกข์ที่เกิดจากกามก่อน ด้วย
๘	ศาสตราจารย์พิเศษ จำนงค์ ทองประเสริฐ	กามทั้งหลาย ถ้ารู้จักใช้ก็มีประโยชน์ เพราะมีคุณอยู่ โลกเราที่มีการพัฒนา เพราะกาม เพราะกาม คือความ	ถ้าเรายึดติดมากก็มีโทษมาก ถ้ารู้จักใช้ ก็มีประโยชน์	ท่านมองว่า ไม่จำเป็นต้องออกบวช เป็นคฤหัสถ์ก็สามารถเป็นพระ อริยบุคคลได้ แต่การออกบวชเป็น

		ปรารถนา นำใคร่นำพอใจ		ทางสะดวกที่จะสำเร็จมากกว่า
๙	วิเคราะห์เชิงเปรียบเทียบ	แต่ละท่านมีมุมมองเรื่องกามเป็นคุณเหมือนกันคือ กามคุณ ๕ ได้แก่ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส ที่น่ารักใคร่ นำพอใจ นำปรารถนา เรียกชื่อว่า กามสุข หรืออามิส จัดเป็น โลภียสุข และกามไม่ได้ทำให้คุณอย่างเดียวกันแต่มีโทษอยู่ในตัว ในส่วนที่ให้คุณคือชื่อว่าอัสสาทะ ที่ให้โทษว่า อาทินวะ ส่วนที่ความต่างกัน บางท่านมองว่า กามเป็นกลางๆ ก็มี แต่เมื่อมีการเปลี่ยนแปลงไปทำให้เกิดทุกข์ และเป็นประโยชน์ ถ้ารู้จักใช้ประโยชน์จากกามโดยไม่หลงติด	แต่ละท่านมีมุมมองเรื่องกามเป็นโทษเหมือนกันคือ กามเป็นอาทินวะ มีโทษ เกิดจากกิเลสหรือสมุทัย คือ กามตัณหา ภวตัณหา วิภวตัณหา หากยึดติดมากก็มีโทษมาก และลุ่มหลงตกเป็นทาส ก็แย่งชิง ทะเลาะ เช่นฆ่ากัน เพื่อให้ได้มา ส่วนที่ความต่างกัน บางท่านได้ยกอุปมาโทษของกามากคัมภีร์มาอย่างเป็นรูปธรรม เช่น หลุมถ่านเพลิง หอก หลาว และห้วง เป็นต้น	มุมมองเรื่องการออกจากกามเหมือนกัน คือเรื่องเนกขัมมะหรือการออกบวช ส่วนที่ต่างกัน คือมีทัศนะว่า ถ้าเป็นฆราวาสก็ต้องเริ่มเป็นขั้นตอนเรียกว่า อนุบุพพิกา คือทาน ศีล สวรรค์ และไปเนกขัมมะก็มี มรรคมีองค์ ๘ ก็มี สติปัฏฐาน ๔ ก็มี และผู้ที่ประสงค์จะไปถึงจุดหมายสูงสุดทางพระพุทธศาสนาจริงๆ ต้องละกาม (กามฉันท) ให้ได้ คือหลีกเลี่ยงกามให้ไกลห่าง เปรียบเหมือนไม้แห้งสนิทวางอยู่บนบก

๔.๕ วิเคราะห์ทัศนะของนักวิชาการทางพุทธศาสนาต่อเรื่องคุณ โทษ การออกจากกาม

ทัศนะของนักวิชาการทางพุทธศาสนาที่ยกมาข้างต้นทั้งหมด มีทั้งความเหมือนและความต่างกันบ้าง เนื่องจากท่านเหล่านั้นเป็นพระสงฆ์ และเป็นฆราวาส จึงมีทัศนะต่อคุณ โทษ และทางออกจากกาม จากประสบการณ์และความรู้ที่ได้ศึกษาและปฏิบัติมาแตกต่างกันไป สำหรับทัศนะเกี่ยวกับคุณของกามนั้น โดยมากท่านจะตอบเป็นกลางๆว่า ส่วนที่ดีนั้นก็มียูบ้าง หรืออาจจะเรียกว่า มีความยินดีน้อย ทัศนะของท่านที่เป็นพระสงฆ์ในเรื่องกามคุณนั้น ส่วนมากท่านมองว่า กามเป็นความสุขในระดับโลกียสุข ไม่ใช่สุขที่ยั่งยืน แต่ก็พอจะหล่อเลี้ยงชีวิตไม่ให้แห้งเหี่ยวเกินไป ส่วนทัศนะของท่านที่เป็นคฤหัสถ์นั้น ท่านมองว่ากามมีคุณในด้านการดำรงชีวิต การสร้างชีวิต การสร้างแรงบันดาลใจ แรงจูงใจ การพัฒนานวัตกรรมใหม่เพื่อความสะดวกสบาย สร้างความสุนทรีย์ให้ชีวิตชุ่มชื่นเบิกบาน สร้างความรัก ความเกื้อกูลต่อกัน ในส่วนที่เป็นโทษนั้น ท่านมองว่า กามทำเรายึดติดมัวเมา ดิ้นรนแสวงหาไม่สิ้นสุด พังพาวัตถุ อยากได้อีกมี จิตใจร้อนรน เอาใจไปกำหนดยึดในสิ่งที่เรารักชอบ เกิดการแหงนหวงขาดสติ ทะเลาะวิวาทแก่งแย่งชิงดีกัน เพื่อให้ได้มาในสิ่งที่ตนชอบ ทำให้ต้องทุกข์ ไม่สิ้นสุด ตามคำสอนในพระพุทธศาสนานั้น พระพุทธเจ้าทรงตรัสสอนไว้ เรื่องการออกจากกาม ว่าควรออกจากกามทั้งหมด ทั้งกามคุณและกามาतिพ แต่เป็นเรื่องยากที่จะออกจากกามหมดได้ โดยทางหลีกเลี่ยงจากกามนั้น จากการสัมภาษณ์ พอสรุปได้ ๒ แนวทาง คือ การมีสติยั้งคิด ปฏิบัติตามแนวคำสอนของพระพุทธเจ้า การใช้หลักธรรมเข้ามาขัดเกลาจิตใจ เพื่อบรรเทา และคลายสิ่งที่ใจยึดติดในกามคุณทั้งหลาย และอีกแนวทาง คือการบวช เพื่อการปฏิบัติอย่างสูงสุด ในการออกจากกาม

๔.๖ วิเคราะห์เรื่องคุณ โทษ การออกจากกามในทัศนะของผู้วิจัย

กามนั้นมีคุณในด้านของพื้นฐานชีวิต ความสดใสสดชื่น เป็นสีสันของสังคม และการดำรงชีวิต กามเป็นเรื่องที่ใกล้ตัวอย่างมาก อยู่ในชีวิตประจำวันของเรา เป็นเรื่องยากที่จะละออกจากกาม เพราะการใช้ชีวิตในสังคมปัจจุบันเราไม่สามารถจะปฏิเสธความสุข ความพอใจ ในกามคุณได้ ยิ่งพอใจก็ยิ่งทำให้ผูกติด เมื่อเกิดการเปลี่ยนแปลง คนเรามักจะเกิดอาการต่อต้าน รับไม่ได้ เพราะเคยชินยึดติดกับสิ่งเดิมที่เคยมีเคยเป็น โทษที่เกิดจากกามนั้น ส่วนใหญ่ก็มาจากการที่เรายึดติดนั่นเอง แม้จะเป็นสิ่งเดียวกันแต่ช่วงเวลาต่างกัน ก็อาจทำให้เราเป็นทุกข์ได้มากมาย ทั้งๆที่เราเคยสุขกับสิ่งนั้นอย่างล้นเหลือ เช่น เคยมีความสุขเพราะทรัพย์สินที่ดิ้นรนหามาได้อย่างมากมายในทุกวิถีทาง ก็อาจจะทุกข์เพราะทรัพย์สินเดียวกันนี้ ถ้าวันหนึ่งทรัพย์สินที่มีกลายเป็นหนี้สินหรือต้องเสียไป หากเราทำใจได้ว่าการพลัดพราก เป็นเพียงการสูญเสียความเคยชินเท่านั้น เราก็จะยอมรับได้

เหตุใดมนุษย์เราถึงละกามได้ยาก ทั้งๆที่รู้ถึงโทษร้ายของกาม แต่ก็ยังชื่นชมในกามคุณทั้งหลาย ผู้วิจัยมองว่า ด้วยนิสัยโดยทั่วไปของมนุษย์ย่อมรักสุขเกลียดทุกข์ด้วยกันทั้งนั้น จึงมุ่งใจไฝหาแต่สิ่งที่ชอบใจ พอใจ เพราะมันเป็นความสุขที่มาก่อนความทุกข์ จึงเลือกจะรับเอาสิ่งที่ชอบใจก่อน ขอให้ได้ชื่นชมเสียก่อน อย่างอื่นค่อยว่ากันทีหลัง ดีชั่วรู้หมดแต่อดไม่ได้ บางครั้งก็เข้าใจ แต่ทำไม่ได้ เพราะมันอดไม่ได้ เพราะยังไม่ประสบกับทุกข์เลยมองข้ามขั้นตอนไป รักสนุกจึงทุกข์ถนัด สุดท้ายก็ต้องเสียใจ

แนวทางการออกจากกามนั้นผู้วิจัยคิดว่าไม่จำเป็นต้องบวชเสมอไป เพราะหากบวชโดยที่ใจไม่พร้อมกับการละเลิกกามอย่างแท้จริง ก็ไม่เกิดประโยชน์ แต่การบวชเป็นเพียงการช่วยให้ผู้ที่บวชนั้น ได้ปฏิบัติทางธรรมได้มากกว่าคนที่ไม่ได้บวชเท่านั้นเอง การหนีออกจากกามโดยมุ่งแต่จะออกอย่างเดียวนั้น ไม่ทำให้เกิดผลดี เหมือนกับการรับฟังมาว่า กามนั้นมีโทษมาก กามนั้นไม่ดี ก่อให้เกิดทุกข์สาหัส ก็รีบหนีจากกาม หนีบวช โดยยังไม่ได้พิจารณาด้านที่ดีของกาม ทำให้คนนั้นไม่เข้าใจกามอย่างแท้จริง ทำเป็นมองโลกในแง่ร้าย ไม่ได้เรียนรู้ถึงทางสายกลาง หากจะมุ่งหวังการบรรลุธรรมคงเป็นไปได้ยาก เทียบกับคนที่สัมผัสสุขจากกาม และได้รับผลทุกข์จากกาม ย่อมเข้าใจลึกซึ้งได้มากกว่า คนที่ไม่ได้สัมผัสทุกข์ เพราะสัมผัสเองโดยตรง เป็นขั้นตอนกระบวนการ คือได้รับสุขจากกามนั้นมา และสุดท้ายต้องรับทุกข์จากกามนั้น ทำให้รู้ซึ่งว่า กามนั้นสุขอย่างไร และทุกข์เพียงใด และความคิดเบื่อหน่ายในกาม และอยากออกจากกามจะง่ายขึ้น เหมือนกับการที่เราเห็นน้ำเดือดอยู่บนเตาไฟ ก็รู้ว่าน้ำต้อง “ร้อน” กับการสัมผัสน้ำเดือดนั้น ย่อมเข้าใจมากกว่าว่า “ร้อน” นั้นเป็นเช่นไร ดังนั้น การศึกษาวิเคราะห์ว่ากามนั้นมีคุณ โทษอย่างไร ทางหลีกเลี่ยงอย่างไร ย่อมทำให้มีความเข้าใจในเรื่องของกามมากขึ้น เพื่อไม่ประมาทในกามคุณ หากเสพกามอย่างพอดี และรู้เท่าทัน คือรู้จักนำส่วนดีไปใช้ให้เกิดประโยชน์ และรู้ถึงโทษของมันด้วย ก็จะลดโอกาสเสี่ยงในการเกิดทุกข์ การรู้เท่าทันคือ การมีสติ นำหลักปฏิบัติทางพระพุทธศาสนาเป็นเครื่องประครองจิตใจในการดำรงชีวิตประจำวัน ก็เป็นการหลีกเลี่ยงทุกข์โทษจากกามได้ในระดับหนึ่ง