คุณธรรม ๑๒ ประการ โรงเรียนปัญญาเด่น : อินทรีย์สังวร

อินทรีย์สังวร หมายถึงการใช้ประสาทสัมผัสทั้ง ๖ อันประกอบไปด้วย ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ อย่างระมัดระวังและชาญฉลาด คุณธรรมในข้อนี้คือเรื่องของการควบคุมตนเองในการใช้ประสาทสัมผัสทั้ง ๖ เพื่อการใช้ชีวิตอย่างมีความสุข

การสำรวมอินทรีย์ทั้ง ๖ คือการควบคุมตนเองไม่ให้ยินดียินร้าย ในเวลาที่เราเห็นสิ่งต่างๆ ได้ยินเสียง ได้กลิ่น ได้ลิ้มรส ได้รับภาวะอารมณ์ต่างๆ โดยระวังไม่ให้กิเลสครอบงำจิตใจในขณะที่เรารับรู้อารมณ์ทางอินทรีย์ทั้ง ๖ ในชีวิตประจำวันของเราดังต่อไปนี้ สำรวมตา เมื่อเห็นรูป ย่อมเกิดความชอบใจ ไม่ชอบใจ หรือเฉยๆ อย่างใดอย่างหนึ่งเกิดขึ้น สำรวมหู เมื่อได้ยินเสียง ย่อมเกิดความชอบใจ ไม่ชอบใจ หรือเฉยๆ อย่างใดอย่างหนึ่งเกิดขึ้นสำรวมจมูก เมื่อได้กลิ่น ย่อมเกิดความชอบใจ ไม่ชอบใจ หรือเฉยๆ อย่างใดอย่างหนึ่งเกิดขึ้น สำรวมลิ้น เมื่อได้รับรส ย่อมเกิดความชอบใจ ไม่ชอบใจ หรือเฉยๆ อย่างใดอย่างหนึ่งเกิดขึ้น สำรวมกาย เมื่อได้สัมผัส ย่อมเกิดความชอบใจ ไม่ชอบใจ หรือเฉยๆ อย่างใดอย่างหนึ่งเกิดขึ้น สำรวมใจ เมื่อได้เจออารมณ์ ความคิด ที่มักผุดเกิดขึ้นเองเสมอๆ ตลอดจนความคิดที่เกิดขึ้นจากการปรุงแต่งสืบเนื่องต่อจากการผัสสะของอินทรีย์อื่นๆทั้ง ๕ ย่อมเกิดความชอบใจ ไม่ชอบใจ หรือเฉยๆ อย่างใดอย่างหนึ่งเกิดขึ้นเป็นธรรมดา

พระอาจารย์ชยสาโร ท่านได้ให้คำแนะนำไว้ในหนังสือเรื่อง "โหลหนึ่งก็ถึง" ว่า ผู้ปกครองและคุณครูต้องเป็นผู้ให้การสนับสนุน ให้กำลังใจกับเด็กๆ ให้พวกเขาได้รู้จักความรู้สึกต่างๆ โดยปราศจากความกลัวแต่ได้เรียนรู้และจดจำ เราต้องตั้งคำถามกับเด็กๆ เสมอว่า รู้สึกอย่างไร? รู้สึกอย่างไรกับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น? เป็นประโยชน์ต่อตัวเราหรือไม่อย่างไร? ดังที่พระพรหมคุณาภรณ์ ได้เขียนไว้ในหนังสือ "พัฒนาการแบบองค์รวมของเด็กไทยฯ" เมื่อใช้อินทรีย์เพื่อรู้ก็ต้องเรียนรู้ ตอนนี้พ่อแม่จะชักนำได้คือ อย่าให้เด็กติดอยู่แค่ความรู้สึก มองแค่ว่าสวยไม่สวย ชอบใจไม่ชอบใจ ถ้าอย่างนั้นเด็กจะไม่พัฒนา ติดอยู่กับความยินดียินร้าย ความชอบใจ ความไม่ชอบใจ วนเวียนจมอยู่ไม่ไปไหนเลย เรียกว่าเป็นกระบวนการของตัณหา ไม่อาจจะพ้นไปจากทุกข์

เด็กที่ไม่มีความเข้าใจในเรื่องวิธีการบริโภคอย่างชาญฉลาด จะส่งผลให้เด็กหลงผิดได้ง่าย ไม่มีสมาธิในห้องเรียน และมีแนวโน้มที่จะเป็นเด็กที่มีความตื่นเต้นมากเกินไป ในทางตรงกันข้ามถ้าเด็กที่มีความเข้าใจและฝึกฝนเรื่องการยับยั้งชั่งใจ เรื่องการรับประทานอาหาร การดูและการฟังเป็น ก็มีศีลอินทรีย์สังวร พวกเขาก็จะรู้วิธีการที่จะปฏิบัติต่อสิ่งแวดล้อม จะดูทีวีเป็น ใช้สื่อพวกอินเทอร์เนตเป็น เท่านั้นสังคมไทยก็เดินหน้า เพราะรู้จักบริโภคด้วยปัญญา และเพื่อปัญญาแล้ว วัฒนธรรมทางปัญญาก็จะตามมาอย่างแน่นอน

ในขีวิตประจำวันของเรานั้น โดยส่วนใหญ่เราไม่ได้ให้ความสนใจและฝึกฝนเรื่องการยับยั้งชั่งใจ และนั่นคือสาเหตุที่ทำให้เราตกเป็นเหยื่อของความอยาก ความปราถนา (กิเลส) โดยที่เราไม่ได้คำนึงถึงผลเสีย ข้อบกพร่องต่างๆ ที่จะตามมา ดังนั้นหากเรานำคุณธรรม โยนิโสมนสิการ (การคิดเป็น) มาใช้ร่วม โดยคำนึงถึงผลในทางลบที่จะตามมาจากการกระทำตามความต้องการของเราเอง มันจะช่วยทำให้เราตัดสินใจที่จะหยุดหรือละการกระทำนั้นๆ ได้ง่ายขึ้น เหมือนกับเมื่อเราคว้าเอาถ่านหินที่ร้อนมาถือในมือ เราก็จะรู้สึกว่ามันร้อน และโดยอัตโนมัติเราก็จะปล่อยมันออกจากมือในทันที และไม่กล้าไปแตะต้องมันอีกเลย หากเราช่วยกันสอนเด็กๆ ในเรื่องเหตุและผลของการทำตามใจตนเอง โดยไม่คำนึงถึงผลเสียที่จะตามมาบ่อยๆ ในไม่ช้าเด็กๆ จะสามารถเรียนรู้และแยกแยะได้ด้วยตนเองว่าสิ่งใดที่ดีและสิ่งใดไม่ดีสำหรับพวกเขา ดังนั้น อินทรีย์สังวร จึงเป็นคุณธรรมและลักษณะนิสัยที่ฉลาดสำหรับเด็กๆ ในการดำเนินชีวิต