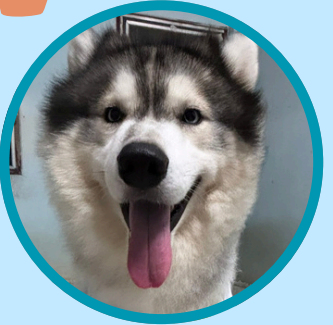




# สองชีวิตเล็กๆ ที่รักษาหัวใจพยาบาล



## สาระสำคัญ

การทำงานในวิชาชีพที่ต้องเสียสละอย่างพยาบาลจะเหนื่อยลำเพียงใด แต่พลังความรักและความบริสุทธิ์จากสัตว์เลี้ยงก็คือ แล่งพลังใจสำคัญ ที่คอยเติมเต็มและช่วยให้สามารถก้าวผ่านความยากลำบากในชีวิตประจำวันไปได้

## เรื่องเล่า



ตั้งแต่จำความได้ สัตว์เลี้ยงคู่บ้านคู่ชีวิตตั้งแต่เล็กจนโตเข้าสู่วัยกลางคนได้ขนาดนี้ เจ้านั้นมีชื่อเรียกว่า “สุนัข” หรือ น้องหมา ที่เราเรียกกัน ไม่ว่าจะช่วงเด็ก วัยรุ่น วัยทำงาน เราก็มักมีพวกเค้าเป็นเพื่อนเล่น เป็นผู้รับฟังเรื่องราวต่าง ๆ มากมาย แม้จะคุยกันไม่รู้เรื่องก็ตาม แต่น้องหมาก็ได้ชื่อว่าเป็นสัตว์ที่ซื่อสัตย์และรักเจ้าของมากที่สุดในโลก

ในฐานะ พยาบาลวิชาชีพ การทำงานของเราคือการเผชิญหน้ากับความเจ็บป่วย ความกังวล และความทุกข์ทรมานของผู้คนมากมายในแต่ละวัน ในแต่ละเวร ไม่ว่าจะเวรเช้า เวรบ่าย หรือเวรดึก (โดยเฉพาะเวรดึก!) เราต้องเจอกับสารพัดปัญหาเสียงปี่ม่าน้ำเกลือเตือน เสียงร้องขอความช่วยเหลือจากผู้ป่วย ความกดดันจากญาติ การต้องตัดสินใจอย่างรวดเร็วภายใต้สถานการณ์ฉุกเฉิน การเดินวนไปวนมาในเวิร์ดจนรู้สึกเหมือนขาจะหลุด เราต้องใช้ทั้งร่างกายและจิตใจอย่างหนักหน่วงเพื่อดูแลชีวิตผู้อื่น บางครั้งความเหนื่อยลำและความเครียดก็สะสมจนรู้สึกว้าเหวใจหนักอึ้ง รู้สึกว่าทุกอย่างไม่เป็นใจ หรือบางทีก็รู้สึกเหมือนโลกเจียบเหงาเกินไป แต่สิ่งที่คอยย้ำเตือนให้เราผ่านทุกเวรไปได้คือภาพที่รออยู่ที่บ้าน

เมื่อเลิกเวรที่แสนยาวนาน ก้าวเท้าออกจากโรงพยาบาลด้วยชุดพยาบาลที่เต็มไปด้วยกลิ่นยาและแอลกอฮอล์ มุ่งหน้ากลับบ้านพร้อมหัวใจที่อ่อนล้า พอถึงบ้าน เปิดประตู เราจะเจอ “มะตูม” กับ “มาลี” ยืนรออยู่ พวกเขากะดึกหางแทบจะหลุด ไม่ต้องถาม ไม่ต้องเล่า ว่าเราเจออะไรมาบ้าง น้องหมาทั้งสองตัวกระโดดเข้ามาหาทันที ถ้าพูดได้คงจะถามແหละว่า “กลับมาแล้วหรือ ดีใจจัง! คิดถึงมากเลยนะ!” ความรู้สึกที่เจอมาจากการทำงานหนัก ความเหนื่อยลำทางกายและใจ เหมือนจะละลายหายไปทีละนิด เพียงแค่มีลิ้นอุ่น ๆ เสียวมือ เสียวหน้า แล้วมะตูมก็มาซุกที่ตักอย่างอ่อน ๆ ส่วนมาลีก็ใช้จมูกดันแขนเรา ๆ บางครั้งพวกเขาสอนให้เราได้เรียนรู้ว่า การเยียวยา (Healing) ไม่ต้องใช้คำพูด ไม่ต้องมีใครมาบอกให้เราสู้ หรือไม่ต้องมีใครมานั่งปลอบใจ

สิ่งที่พวกเขาให้คือ หัวใจที่บริสุทธิ์ จากสิ่งมีชีวิตเล็กๆ ๆ ที่รักเราโดยไม่หวังสิ่งใดตอบแทน เราทำงานเพื่อผู้คนมากมาย เราดูแลพวกเขา แต่ในทางกลับกัน เราคือโลกทั้งใบของมะตูมกับมาลี พวกเขาไม่สนใจว่าชุดที่เราใส่กลับมาจะยับแค้นไหนด ไม่สนใจว่าเราจะทำผิดพลาดในการทำงานมาก่อนหรือไม่ พวกเขาสนใจแค่เรา “กลับมาแล้ว” และนั่นແหละ คือ ความสุข คือพลังที่ฮิลใจ ที่ทำหน้าที่เหมือนเป็น “วิตามินบำรุงใจ” ให้กับพยาบาลที่ต้องขึ้นเวรอย่างเรา ทำให้เราสามารถยืดหยัดและลุกขึ้นอีกครั้งเพื่อไปสวมชุดขาว ดูแลผู้ป่วยในเวรต่อไปได้ มะตูมกับมาลี คือ เหตุผลสำคัญที่ทำให้เราพร้อมสู้กับงานที่เหนื่อยลำ เพื่อกลับไปกอดพวกเขาอีกครั้งในเช้าวันรุ่งขึ้น

## บทเรียนที่ได้รับ

-  การมีกิจกรรมหรืองานอดิเรกที่ทำอย่างสม่ำเสมอ จะทำให้มีสติ และจดจ่ออยู่กับการกระทำนั้นจะดึงเราออกจากความคิดเชิงลบได้
-  การเป็นผู้ให้ การดูแลสิ่งมีชีวิตอื่น ๆ จะทำให้เรารู้สึกว่ามีความสำคัญ และมีเป้าหมายในการดำเนินชีวิต

