

แพทย์กับความพอเพียง

Self-sufficiency

นพ. ธีระ ทองสง

ภาควิชาสูติศาสตร์และนรีเวชวิทยา
คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

คำจำกัดความเบื้องต้น

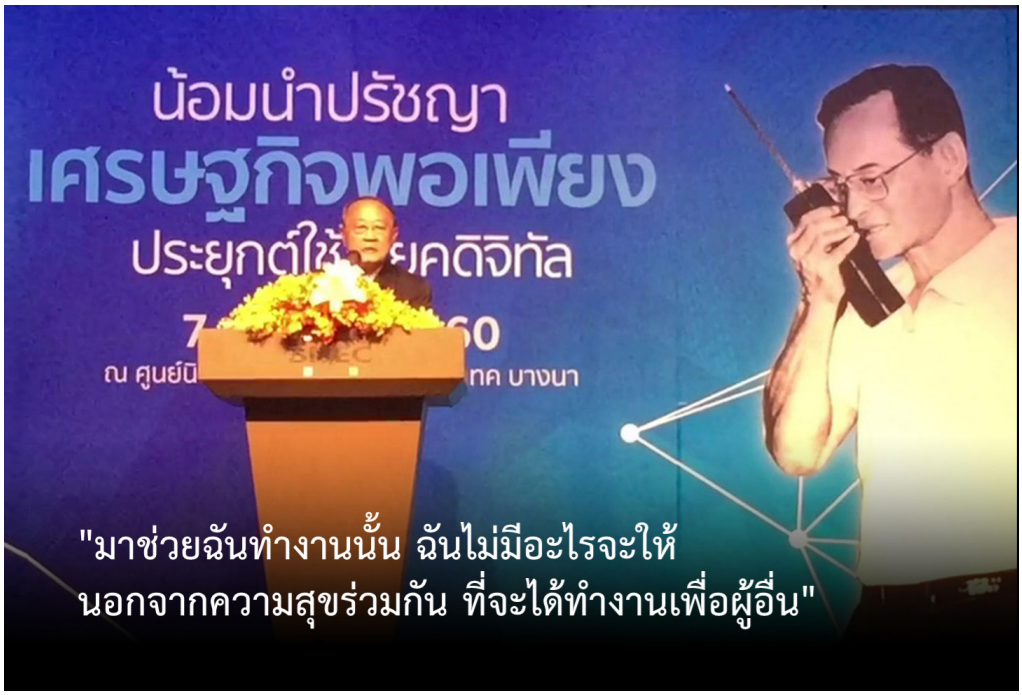
ความสันโดษเป็นทรัพย์อย่างยิ่ง (สันตุฏฐี ปรมัง ธนัง) เมื่อมนุษย์รู้สึกยินดีในสิ่งที่ตนมี รู้สึกเพียงพอ ย่อมรู้สึกร่ำรวย รู้สึกอยากแบ่งปัน ในที่นี้ความร่ำรวยยากจนมิได้อยู่ที่มีทรัพย์เท่าใด แต่อยู่ที่เพียงพอหรือไม่ รวยอยู่ที่รู้สึกว่าพอ ไม่รู้สึกพอก็ย่อมรู้สึกยากจน รู้สึกเพียงพอก็รู้สึกเผื่อแผ่ โดยไม่ต้องมีอะไรมากมาย ชีวิตที่เหลือย่อมอยากเอื้ออาทร ความเป็นผู้มีเงินน้อยอาจนับเป็นความโชคร้ายประการหนึ่ง ความด้อยในหน้าที่การงานก็อาจนับเป็นความโชคร้ายอีกประการหนึ่ง แต่... ความโลภหรือปรารถนาอย่างไม่มีขอบเขต นับเป็นความโชคร้ายที่แท้จริงของชีวิต เป็นความยากจนที่แสนสาหัส

โชคดีที่เกิดมาเป็นหมอ

ยอดเงินในบัญชี หรือการเป็นเจ้าของกิจการ การถูกจัดลำดับให้เป็นเศรษฐี มิได้บอกถึงความร่ำรวยแต่ประการใด หากเรามีร้อยล้าน แต่รู้สึกขาดอยู่อีก 10 ล้าน ชีวิตก็ยังลำบาก หากเรามีแค่ปัจจัยสี่ที่พอมีพอกิน ไม่มีหนี้สิน แต่ใจมันพอ เราก็รวยแล้ว และสามารถหาความสุขจากการทำประโยชน์บนโลกนี้ได้อย่างมากมาย ลองคิดให้ลึกซึ้งอีกนิด หมอเรารวยแล้วทุกคน โดยไม่ต้องแสวงหารายได้พิเศษใดๆ เพราะหากวันนี้ พอมีพอกิน ชีวิตเราดีกว่า 550 ล้านคน เพียงแค่มีปัจจัยดำรงชีพเรารวยกว่า 75% ของคนบนโลกนี้แล้ว ถ้ามีเงินสะสมบ้าง ถือว่าติดใน 10% ของคนร่ำรวยในโลก ถ้ายิ้มได้ในการใช้ชีวิตอย่างธรรมดา ถือว่าโชคดีมากแล้ว เพราะคนจำนวนมากตรากตรำทำงานไม่มีโอกาสเชิดหน้าขึ้นมายิ้มให้ใคร คนที่มีสินทรัพย์นับพันล้านให้คนอิจฉานั้นมีน้อยกว่า 0.001% ของคนบนโลก ปัญหาของเราไม่ได้อยู่ที่มีน้อย แต่อยู่ที่รู้สึกขาดแคลน ซึ่งเป็นความรู้สึกยากจนที่แท้จริง แต่คนส่วนใหญ่...เจ็บใจในสิ่งที่ตนขาด คนฉลาดสุขใจในสิ่งที่ตนมี

เหนื่อยล้าไหมในลู่กรีฑาชีวิตที่ต้องยื้อแย่งแข่งขัน ความฝันอาจเลือนราง อุดมการณ์อ่อนแรง วันนี้อยากเชิญชวนให้กลับมานั่งหน้าลานพระรูปพระบิดาเช่นวันที่เราถ่ายรูปตอบเรียนจบ ท่านยังคงตระหง่านโดดเด่นเป็นกำลังใจให้ใฝ่ดี มิใยที่ใครบางคนจะเย่อหยิ่ง หลงระเริงไปกับสีสันแห่งเงินและอำนาจ ใช้โอกาสที่พระบิดาประทานมาไปแสวงหาอย่างผิดจารีต จึงขออัญเชิญพระราชดำรัสสมเด็จพระราชบิดา “อาชีพแพทย์นั้นมีเกียรติ แพทย์ที่ดีไม่ร่ำรวย แต่ไม่อดตาย ถ้าใครอยากร่ำรวย ควรเป็นอาชีพอย่างอื่นที่ไม่ใช่แพทย์ อาชีพแพทย์ต้องยึดอุดมคติ คือเมตตา กรุณา” หมอทุกคนรวยแล้วครับ ชีวิตที่เหลือเพื่อผู้อื่น ผมเชื่อว่าสาระสำคัญที่สุดของพระราชดำรัสนี้เพื่อเตือนเราว่า ชีวิตหมอต้องอยู่เพื่อให้...มิใช่เพื่อครอบครอง ย่อมเป็นการย้ำว่า เป้าหมายของการศึกษาคือการสร้างแรงบันดาลใจให้เราใฝ่ฝันถึงชีวิตที่มีค่ามากกว่าชีวิตที่มีเงิน แล้วความใฝ่ฝันจะกำหนดการกระทำหรือวิถีชีวิตของเขาเอง มหาวิทยาลัยจะต้องปลุกเร้าให้นักศึกษาฝันใฝ่ถึงชีวิตที่ เก่ง ดี และมีสุข ต้องเก่งเพื่อมีศักยภาพในการเกื้อกูล ต้องดีเพื่อชีวิตมีค่าและไม่หลงทาง ต้องมีสุขเพราะคือจุดหมายของการมีชีวิตจริงอยู่...อาชีพหมอ ตำแหน่งบริหาร ผลงานวิชาการ เงินและอำนาจ โอกาสที่เหนือกว่า อาจทำให้เรารู้ว่าจะมีชีวิตรอดในโลกวันนี้ได้อย่างไร แต่โอกาสแห่งความดี ความรัก ความเสียสละของหมอเป็นสิ่งที่ทำให้เราได้รู้ว่า... เรามีชีวิตอยู่เพื่ออะไร

ขอให้ชีวิตมีคุณค่า: วาสนาเราอาจไม่เท่ากัน โอกาสแห่งความได้เปรียบแตกต่างกัน แต่โอกาสการทำสิ่งดีๆ ไม่ต่างกันมากนัก การสร้างสรรค์สิ่งดีงาม มิได้ต้องการความอลังการ หรือรูปแบบที่ยิ่งใหญ่ วันนี้เราพอจะช่วยเหลืออะไรใครได้บ้าง ยิ้มให้กับใครสักคน พยายามวินิจฉัยโรคถูกต้อง ดิสคัสให้ข้อคิดกับใครสักคน ทำอะไรเพื่อใครบ้าง มันจึงไม่สำคัญหรอกว่าเรียนสูงแค่ไหน ตำแหน่งวิชาการอะไร ทำวิจัยมากี่เรื่อง เป็นผู้บริหารระดับสูงแค่ไหน รายได้ดีเพียงใด เก่งกาจขนาดไหน มันอยู่ที่ทำให้ใคร..เบิกบานใจได้บ้าง คุณค่าของ



ความเป็นคน มิได้ขึ้นอยู่กับว่าเขามีอะไร แต่อยู่ที่เขาทำอะไร และอย่างไร

ความฝันของวันเก่า ๆ

อยากย้อนวันวาน ถึงเหตุการณ์วันเก่าๆ ที่เราย่างเท้าก้าวมาสู่มาวงการ คำขวัญสร้างไฟของวัยช่างฝัน คือ พระราชดำรัสที่ติดอยู่ตามตึกเรียน “I don’t want you to be only a doctor, but I also want you to be a man” นานวัน ความฝันและอุดมการณ์อาจเลือนลาง หลายปีมานี้เรามีอะไรมากมายขึ้นมาในชีวิต แต่ความสุขในการเป็นแพทย์อาจเจือจางลง ความหมายของหมอเปลี่ยนไป จากศาสตร์แห่งความกรุณากลายเป็นในวิชาทำมาหากิน จิตใจของเราอาจฝันถึงชีวิตอลังการมากกว่าชีวิตที่มีคุณค่า ไม่ง่ายเลยสำหรับโลกวันนี้ที่เราจะอยู่อย่างไม่ถูกโปรแกรมให้เป็นคนขาดแคลน ความใฝ่ฝันเปลี่ยนไป ต้องรับผิดชอบกับ perfect image เอาใจแฟชั่นคอลเลคชั่นใหม่ๆ ไอโฟนเท็นที่เพิ่งออกมา แม็ค-บุ๊คตัวเก่งที่เคยใช้ก็ดูจะเก่าไปโดยเร็ว เราเกิดมาเพื่อวิ่งไล่ไขว่คว้าหากรรมสิทธิ์อย่างไม่มีทีท่าจะจบสิ้น อาจถึงเวลาที่เราต้องมาทบทวนรื้อฟื้นและค้นหาความสุขที่สูญหายไป ขอทบทวนอีกสักประโยคหนึ่ง “มาช่วยฉันทำงานนั้น ฉันไม่มีอะไรจะให้ นอกจากความสุขร่วมกันที่จะได้ทำงานเพื่อผู้อื่น” นี่คือพระราชดำรัสที่ทรงปรารภแก่ ดร.สุเมธ ตันติเวชกุล ในวันที่เข้าเฝ้าถวายงานครั้งแรกเมื่อปี 2524 ง่ายๆ สั้นๆ พร้อมกับตัวอย่างที่เป็นรูปธรรมที่สุดจากชีวิตพระองค์เอง ชีวิตที่ยิ่งใหญ่ที่สุด มิได้อยู่ที่มีอะไรมากที่สุด แต่อยู่ที่เสียสละได้มากที่สุด และมีความสุขที่สุด ชัดไหม !!! อยู่เพื่อตน..อยู่แค่ตนสิ้นใจ อยู่เพื่อคนทั่วไป...อยู่ชั่วฟ้าดิน

ลองทบทวนถึงวันคืนเก่าๆ วันที่เรายังเป็นหมอเด็กๆ เดินราวด์กันด้วยความอยากรู้อยากเห็น ตื่นตาตื่นใจกับการผ่าตัดของอาจารย์ ลุ้นการ stop bleed ของพี่เด้นท์อย่างใจหายใจคว่ำ จิตใจฮึกเหิมว่าสักวันเราจะเก่งเช่นนั้น แล้วทำให้ใครๆ หายเจ็บ การมีส่วนร่วมเพื่อการยิ้มได้ของคนไข้สักคน ช่างรู้สึกว่าเรามีคุณค่า ไม่ต้องมีใครปรบมือ ไม่ต้องมีใครคอมเมนต์ ชักประวัติคนไข้ด้วยใจแม้ไม่เป็นระบบ ฝันถึงคุณค่าแห่งวิชาชีพตามที่พระบิดาย้ำไว้ ที่มิใช่เกียรติยศ หรือค่าตอบแทนใดๆ แต่อยู่ที่มันก่อให้เกิดความสุขแก่คนที่เราไม่เคยรู้จัก มีคุณค่าโดยที่ไม่ต้องมีใครรับรู้ แต่ปีติใจในการช่วยเหลือ คงมีสักครั้งหนึ่งจริงไหม ที่หวนระลึกไปถึงจิตใจที่งดงามในความหลัง เมื่อครั้งยังเป็นหมอวัยเยาว์ อยากย้อนเวลากลับไปหาผู้ป่วยรายเดิมที่เราตัด ureter เพราะด้อย

ประสบการณ์ ซึมเศร้าแสนสาหัส อยากแก้ไขวันนั้นด้วยศักยภาพวันนี้ เราเคยนั่งเฝ้า attend คลอดแก่สตรีที่มิใช่ญาติมิตรได้อย่างสนิทใจ ฟัง fetal heart sound อย่างห่วงใยกังวลต่อลูกของคนแปลกหน้า อย่างไม่รู้สึกเหน็ดเหนื่อย จับชีพจร วัดบีพีด้วยความเต็มใจ ปานประหนึ่งญาติเรา อย่างจริงใจ สุขใจ ทุ่มเท ไม่ยอมเสียเวลาแห่งความใส่ใจ.. ไปคลั่งไคล้กับการโพสต์เฟสเล่นไลน์ ใช่เลยครับ วันนั้นเราฝันถึงชีวิตที่มีค่า.. มากกว่าชีวิตที่มีเงิน จำได้ไหมว่าเมื่อในก้าวแรกๆ ของชีวิตหมอเราหวังไว้ว่าเราจะสุขใจกับงานล้ำค่านี้ นี่คืองานสุดที่รัก นี่คืองานที่เราชอบ การได้ทำงานที่เราชอบ คือการพักผ่อนไปทั้งชีวิต เราจึงทำเพื่อสิ่งที่ยิ่งกว่าเงินเดือน เราเกิดมาเพื่อสิ่งนี้ สร้างคุณค่าให้เกินกว่าที่ใครคาดหวัง แน่นอนละครับนี่คงเป็นวิชาเลี้ยงชีพของเราด้วยก็จริง แต่ที่จริงกว่านี้นี่คือชีวิตของเรา ที่เรารู้สึกดีทุกครั้งที่มีส่วนให้ใครต่อใครยิ้มได้ เขาเป็นสุขเราเป็นสุข นั่นคือประจักษ์พยานที่ว่า มีความสุขความดีมากมายที่เราเก็บเกี่ยวได้โดยไม่ต้องใช้เงินทอง นานวันมาแล้วใช่ไหมที่เราไม่ได้หาเวลามานั่งทบทวนถามถึงสิ่งที่ชีวิตไขว่คว้าแสวงหาว่าคืออะไร ในเมื่อสังคมได้ให้โอกาสแห่งการเป็นผู้ให้ และโอกาสแห่งการเป็นผู้รับ (ตามช่องทางโอกาสของชนชั้นผู้ได้เปรียบในสังคมนี้) โอกาสเป็นของเรา ถ้าเราจะเอา เราก็เอาได้มากมายอย่างไม่มีวันอิ่ม ถ้าเราจะให้ เราก็ให้ได้มากมายอย่างไม่มีวันสิ้นสุด แต่อัจฉริยะทั้งหลาย เลือกที่จะให้มากกว่าที่จะเอา

ร่ำหามาชั่วชีวิต

วอร์เรน บัฟเฟตต์ (Warren Buffet) มหาเศรษฐีโลกเก็บเงินสะสมจากการส่งหนังสือพิมพ์ ซื้อไร่เล็กๆ ตอนอายุ 14 ปี ยังคงอยู่บ้านเล็กๆ 3 ห้องนอนที่ซื้อไว้เมื่อ 50 ปีก่อน เขารู้สึกว่าบ้านนี้มีพร้อมแล้ว ทั้งที่แม้แต่รั้วก็ไม่มี ไปไหนมาไหนเอง.. ไม่มีคนคุ้มกัน ไม่เคยใช้เครื่องบินส่วนตัว ทั้งที่เป็นเจ้าของบริษัทเครื่องบินส่วนตัวที่ใหญ่ที่สุดในโลก เขาไม่ใช้โทรศัพท์มือถือ ไม่มีคอมพิวเตอร์บนโต๊ะทำงาน แต่บริจาคเงินการกุศลกว่า 40,000 ล้านเหรียญสหรัฐ ชีวิตเขาวันนี้ มีแล้วให้ ได้แล้วแบ่ง ลองคิดดูใหม่ ถ้าผมเป็นมหาเศรษฐี (เคยเป็นนายก) ถึงผมอาจผิดพลาดในอดีต.. จนต้องระเหเร่ร่อนในต่างแดน ผมจะกว้านซื้อโอกาสให้คนซื่อสัตย์มาบริหารประเทศ ผมจะไม่ยอมให้โอกาสแก่คนคดโกง เงินทองเหลือเฟือผมจะนำไปสนับสนุนโครงการมากมายในพระราชดำริ ผมจะขอใช้เงินอย่างเป็นสุข ด้วยการซื้อแสนโรงเรียนให้เด็กฉลาด มอบหมื่นโรงพยาบาลให้ผู้คนแข็งแรง พลิกผืนป่าเป็นเขียวทั้งแผ่นดิน โอกาสเช่นนี้มีไม่กี่คนบนโลก และโชคจะเป็นของคนคิดได้ เพราะตำนานจดจารึกเฉพาะคุณงาม โลกนี้มีแต่คนอยากสร้างอนุสาวรีย์คนดี ไม่ใช่อนุสาวรีย์คนรวย ผมอาจจบชีวิตอย่างสันโดษในแดนไกลในบ้านหลังเท่ากุฏิเล็กๆ ที่ไม่มีใครจดจำ แต่ความปีติและสุขใจ... ใครๆ ไม่จำเป็นต้องรับรู้ก็ได้ การใช้ชีวิตมันอยู่ที่คิดได้สักเพียงใด จริงเลยใช่ไหมว่า ความสุขสร้างได้ด้วยปัญญา ไม่ใช่ด้วยเงิน

ชีวิตคนเราสั้น เราไม่มีวันได้ครอบครองสิ่งใดได้จริง เป็นเพียงสมมุติชั่วคราว ช้าเร็ว เราก็ต้องทิ้งแล้วจากกันไป เราเพียงแค่หยิบยืมใช้ชั่วคราวเท่านั้น อีกไม่กี่วันก็ต้องคืนผืนดิน แม้ชีวิตเราเองที่ชอบคิดว่าเป็นศูนย์กลางจักรวาล ไม่นานเลย ข้าวของหรือแม้แต่ชีวิตที่หลงผิดว่าเป็นของเราจริง ถ้าใจเราลุ่มหลงหวงแหน แล้วเราก็อยู่อย่างหวาดหวั่นรอวันพลัดพราก ก่อนจากไปด้วยใจเจ็บๆ ทั้งที่จริงแล้ว เราจะไม่มีวันสูญเสียในสิ่งที่เราไม่ได้ครอบครอง ลาภ ยศ จะหมดความหมายเมื่อใจไม่ปรารถนา ดังนั้นความสำเร็จไม่ได้อยู่ที่มีมากแค่ไหน ตำแหน่งอันใด มีผลงานตีพิมพ์หรือไม่ แต่อยู่ที่ใจ.. รู้สึกพอหรือไม่ ความสำเร็จ มิใช่การได้เป็นซุปเปอร์สตาร์หน้าเว็บ มิใช่บิ๊กในวงการ มิใช่การครอบครองอัครสถานดุจเพียงเวียงวังเปล่าเลย... ผู้ประสบความสำเร็จ คือคนธรรมดาที่ไม่ทุกข์ใจ นี่คือความสำเร็จที่แท้จริง ความสำเร็จไม่ได้อยู่ที่เรามี..แต่อยู่ที่เราพอ อยู่ที่มีสุขอย่างเรียบง่าย สบายใจ ไม่มีคำพูดของใคร การยั่วยวนของผู้ใด โฆษณาชิ้นไหนทำให้ใจไหวหวั่นได้ แค่นี้แหละ นี่คือความสำเร็จที่แท้จริง เพราะความพอ คือสิ่งที่ใจส่วนลึกของเราต่างวิ่งไล่ไขว่คว้าแสวงหากันมาชั่วชีวิต

วิชาเศรษฐศาสตร์ 101

เหนื่อยไหมกับการที่เราต้องวิ่งไล่ไขว่คว้า แสวงหาสิ่งที่เราคิดว่าจะเป็นสื่อนำมาซึ่งความสุข แต่แล้วมันก็แค่นั้นเอง แล้วต้องไขว่คว้าหาสิ่งที่ยิ่งกว่าเดิม เติมไม่เคยเต็ม มองไปรอบตัว... บ่อยครั้งมากที่เราได้เห็นความทุกข์ของซุปตาร์ ความรุ่มร้อนของคนมีฐานะ เจ็บใจง่ายๆ เพียงรถถูกปาดหน้า ไมโหเจ็บๆ เพียงคอมเม้นต์ไม่ถูกใจ ถูกไหมครับกับข้อคิดที่ว่า คนมีเงินในบัญชีธนาคาร

มากที่สุด ไม่ได้แปลว่ามีความสุขที่สุด น่าคิดไหมว่าบางคนกว่าจะมีความสุขใจได้...ต้องมีล้านไลค์ มีใครปรบมือต้องอลังการ มีบ้านหลังแพง ตำแหน่งสูงส่ง เป็นเจ้าของกิจการ เจ้าสัวผู้ล่ำซำ บิ๊กที่มากอิทธิพล นักการเมืองที่เลื่องลือ แต่อัจฉริยะทั้งหลายบนโลกนี้ สุขใจได้โดยไม่มีอะไรเลย เศรษฐศาสตร์ง่ายๆ กว่าที่ใครคนหนึ่งมีความสุขได้สักหนึ่ง happy unit (คิดเอง) ต้องมีบ้านหลังโตรถหรู พร้อมบริวาร กับอีกคนเต็มใจทำประโยชน์อยู่ที่ห่างไกล หมอน้อยคนไข้มาก มีความสุขกับการเกื้อกูลจนเกินตัว... ใครฉลาดกว่ากัน ใครมีชีวิตที่มีกำไร ผมได้เห็นชีวิตคุณหมอบางท่าน ทุ่มเทให้กับผู้ป่วยในที่ห่างไกลอย่างไม่เลือกหน้า ไม่มีดอกเตอร์ฟีสักบาทหนึ่ง แต่ท่านก็รู้สึกว่าพอใจกับบ้านพักในโรงพยาบาล มิได้มีคอนโดหรูกว่าสิบล้าน มีความสุขมากมาย (หลายยูนิต) ได้เกิดขึ้นกับตนและคนรอบกาย คนไข้ยิ้มออก ทุกเช้าตื่นขึ้นมาถามหาความอยู่ดีมีสุขของคนรอบโรงพยาบาล (ความสุขมิได้เกิดในคฤหาสน์ร้อยล้าน อาจเพียงห้องไอพีดีเก่าๆ ของหมอที่มีใจอยู่ที่ตรงนั้น)

มนุษย์เราถูกโปรแกรมให้รู้สึกขาดแคลนได้ง่าย ไม่รู้สึกพอใจในสิ่งที่เป็น ทุ่มเทเพื่อเปลี่ยนหน้าเป็นเกาหลี เราแทบจะไม่รู้เลยว่าเราถูกกระทำให้อยาก ให้ยากจน ตั้งแต่วินาทีไหน ตอนเช้ายังสงบสุข ตอนบ่ายแค่กระทบผ่านโฆษณารถรุ่นใหม่ ใจก็กระพือให้อยู่ไม่สุข ดูเหมือนว่าชีวิตเราๆ มีหน้าที่คอยปฏิบัติตามความเรียกร้องที่บงการออกมาอย่างลึกลับจากใจลึกๆ ที่แทบจะไม่เคยเปิดเผยมันออกมาค้นหา มนุษย์ต้องเหนื่อยยากกับการแสวงหา supply อย่างทุ่มเท แต่แทบจะไม่เคยคิดกำจัด demand ตัวการสำคัญที่บีบคั้นให้เราดิ้นรนไปชั่วชีวิต แล้วเมื่อไรจะสงบลงสักที ในการบริหารชีวิต (แม้จะคิดว่าตนฉลาด) ก็ยังคงเป็นวิถีเดิมๆ วิ่งไล่ไขว่คว้าหาสิ่งที่ถูกทำให้ฝันได้มาแล้วสักครู่ยามก็หายตื่นเต้น ความหวือหวาจบลงความหวังใหม่ผุดขึ้นมาตอนไหนไม่เคยรู้ทัน เกิดมาชาตินี้มีหน้าที่วิ่งไล่ตามความอยากกันไปทั้งชาติหรือ มากครั้งเหลือเกินที่เราได้สัมผัสถึงความยากจนของคนมีเงินหมื่นล้าน มนุษย์เรามักจะถูกโปรแกรมให้อยู่ไม่สุข เกิดการรับรู้แล้วใจไม่สงบ เสพย์ความมีคลาสที่ขาดไม่ได้ เจ็บใจกับ BMI ที่เพิ่มขึ้น เครียดเพราะขาดรถหรู ไอโฟนเท็น ขาดเรื่อยไปจนแม้เพียงครีมบำรุงผิวกระชับรูขุมขน อยู่เวรหาเงินไปฉีดโบทอกซ์ เราต้องเหนื่อยยากกับการวิ่งตอบสนองหลังการถูกโปรแกรม กว่าจะมีความสุขนี้ก็ต้องลงทุนไขว่คว้าแสวงหาสื่อที่คาดว่าจะนำมาซึ่งความสุข แทนที่จะแสวงหาความสุขโดยตรง ทั้งที่ความสุขแสวงหาได้ง่าย แค่ใช้ปัญญาพื้นฐานในการเข้าใจชีวิตกับสติที่ฝึกมาดีแล้ว เพื่อนำไปสู่ความรู้สึกพอใจในสิ่งที่ตนมีตนเป็น ชีวิตควรดำเนินไปตามสติปัญญา มากกว่าตามสัญชาติญาณ วิวัฒนาการมาถึงโลกยุคดิจิตอล แต่ความสุขของเรา ไทยแลนด์สี่จุดศูนย์ ต่างจากศูนย์จุดสี่จริงหรือ เราก้าวมาไกลในการพัฒนาเทคโนโลยีซื้อความสะดวกสบาย แต่ไม่ใช่ความสุข เพราะความพอยิ่งห่างไกลออกไป ถูกต้องไหมกับการวิ่งหา supply โดยไม่เคยมีการควบคุม demand

อยู่เวรให้เป็นสุข ออกโอพีดีให้มีใจ

ความรู้สึกไม่พอ เป็นบ่อเกิดของความไม่เต็มใจในงานที่ไม่ได้เงิน ทำให้อยู่ยาก ไม่เป็นสุขกับหน้าที่ที่ค่าตอบแทนต่ำกว่า แน่นอนเลยว่า เงินทองได้เข้ามาลดศักดิ์ศรีของความเป็นแพทย์ลงอย่างน่าใจหาย ความปีติใจในความเป็นแพทย์ก็สูญหาย ชีวิตแพทย์ที่ควรอยู่อย่างผู้ให้ กลายเป็นผู้ขอ (อย่างมีเกียรติ) เราต้องแข่งขันกับนักธุรกิจอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ หัวใจบริการก็สิ้นแรง ความไม่เพียงพอเป็นบ่อเกิดแห่งความจำใจบริการในผู้ป่วยสามัญ เมื่อปราศจากความเต็มใจเสียแล้ว คุณภาพงานก็ตกต่ำ ลองคิดดูซิว่า การจำใจอยู่เวรเป็นความเจ็บปวด แต่การเต็มใจอยู่เวร....มันคือชีวิตชีวา คือคุณค่าของคน หากใจเราไม่มีแรงเงินกำกับ การอยู่เวรย่อมคือโอกาสสร้างสิ่งดีๆ ที่ได้ทำให้ผู้ป่วยสักคนสุขใจในเวรเราเป็นสิทธิ์จำเพาะที่จะทำให้คนไข้ประทับใจ ไม่ใช่ทุกคนจะมีสิทธิ์นี้ เราจะทำให้คนไข้สุขใจ ไม่ว่าจะเป็นโรคอะไร พยากรณ์แย่แค่ไหน อย่างน้อยเราคนหนึ่งที่จะทำให้เขามีกำลังใจ และรู้สึกดีในวันนี้ เราต้องอยู่เพื่อสิ่งที่ยิ่งกว่าเงินเดือน ดีให้เกินกว่าที่ใครคาดคิด ชีวิตจะมีความสุขและมีค่าแบบเหลือเชื่อ ฉะนี้แล้วไซร้ ยังมีใจหลบไปเล่นเฟส เปิดยูทูบเอนเตอร์เทน ในเวรอีกหรือ!!! แล้วเราจะค้นหาปีติใจในการงานได้อย่างไร เมื่อหัวใจเราไม่ได้อยู่เวร คุณภาพการทำงานเริ่มต้นจากความเต็มใจหรือศรัทธาในงานเสมอ เพราะการทำงาน คือชีวิตที่มีค่า มิใช่ราคาที่เป็นเงินเดือน เราเกิดมาเพื่อใช้ชีวิต มิใช่ใช้เงิน.. ใช่แล้วครับ ในแต่ละวัน มีคนไข้วนเวียนเข้าหามาเราเพื่อให้เราได้ใช้ชีวิต มิใช่ให้เราใช้กรรม คนไข้ทุกรายช่วยสร้างความหมายให้กับความเป็นหมอ

ในวันที่หัวใจไม่พร้อม ณ โอพีดีที่กิจการรุ่งเรือง มีคนไข้มุ่งหน้ามารอเราจากทั่วสารทิศ ด้วยแววตาแห่ง

ความหวัง แต่โชคร้ายมันเป็นวันที่หัวใจไม่ได้ออกโอพีดี ถูกบีบคั้นด้วยงานบริหาร กิจการเชิงพาณิชย์ เคส private ใกล้จะ fully (ผ่าดีไหมหนอ) และค่าตอบแทนที่สูงผิดธรรมชาติ แต่ความรู้สึกดีงามในการให้โดยไม่หวังผลตอบแทนจะตกต่ำลง เราจะไม่เต็มใจนักกับผู้ป่วยสามัญรายต่อไป เราคงตรวจโอพีดีวันนี้อย่างไม่มีใจ สมองไม่แตกฉาน วินิจฉัยแยกโรคไม่ออก บอกพยากรณ์ผิดๆ ถูกๆ ตรวจไปบ่นไป ป่วยอะไรกันนักหนา น่าเบื่อจริงๆ ตรวจเท่าไหร่ไม่รู้จักหมด นี่เราออกโอพีดีเพื่อชดใช้กรรมหรือ ความจริงแล้ว ในวันที่ใจพร้อม นี่คือการมีชีวิตชีวา สุขใจในการค้นหา โจทย์ใหญ่ในปัญหาของผู้ป่วยที่รอสติปัญญาของเรากำลังท้าทายให้เราคิด นี่คือความสุขที่คือโอกาส ที่เราจะต้องทุ่มเทใจ แก้ไขให้เขายิ้มได้ บางรายแค่เพียงทักทาย อธิบายก็สุขกันแล้วทั้งเขาทั้งเรา นี่คืองานยิ่งใหญ่ชัดๆ ร่วมเป็นส่วนหนึ่งในภารกิจแห่งพระราชบิดา ใครต่อใครก็หวังมาหาเราเป็นที่พึ่ง แล้วรู้สึกดีกลับไป ทุกการตัดสินใจจะรอบคอบ มอบสิ่งที่ดีที่สุดให้เขาไป สุขใจกันถ้วนหน้า ความสำเร็จที่ยิ่งใหญ่ย่อมอยู่ที่ใจศรัทธาในงาน ณ โอพีดีที่สับสน ไม่ได้อยู่ที่ยอดกดไลค์ หรือที่ห้องผู้บริหาร แต่อาจเป็นชิ้นงานเล็กๆ ของจิตใจที่ยิ่งใหญ่ แล้วจะโชคดี ได้ซึมซับสิ่งดีๆ จากโอพีดีของเรา นี่คือธรรมชาติของผู้มีบุญ ดั่งที่ในหลวงตรัสไว้ว่า “หัดทำสิ่งดีๆ ให้กับ ผู้อื่นจนเป็นนิสัยโดยไม่จำเป็นต้องให้เขารับรู้” ทุกๆ เช้าที่ตื่นขึ้นมาถามหาสิ่งดีงามให้กับคนข้างเคียง ในชีวิตคนเราจำเป็นต้องทำสิ่งดีๆ ที่ไม่ต้องมีคนรับรู้บ้าง คนไข้รายหนึ่งยินดีกลับไป ไม่จำเป็นที่เขาต้องจดจำชื่อเรา แค่เราได้ปิติใจหรือศรัทธาต่อตนเองได้ ก็พอแล้วกระมัง อยู่เวรเหนื่อยสักเพียงใดไม่ได้นอนทั้งคืน ค้นความปีติให้เจอ ไม่จำเป็นต้องโพสต์เรียกร้องรองรับความดี หรือคอยใครคอมเมนต์เห็นใจ

ทำไมถึงต้องเพียงพอ

ความเพียงพอคือบ่อเกิดของความดีงาม และความสุขทั้งปวง ทำให้เราสุขใจในชีวิตอย่างแพทย์ (ไม่ใช่อย่างพ่อค้า) ถ้าไม่รู้จักเพียงพอ ชีวิตหมอจะต่างประการใดกับนักค้ากำไรทั่วไป ความเป็นผู้ให้ก็หายไป ก็ยากที่จะรู้จักคุณค่าของชีวิตแห่งการให้เปล่า ความพอทำให้เรามีเสรีภาพในการคิดทำอะไรดีๆ โดยไม่มีอำนาจเงินกดดันสมองแตกฉานในการวินิจฉัยโรค มีใจค้นหาจนรู้ว่าอะไรคือสิ่งที่ดีที่สุดสำหรับคนไข้รายนี้ คิดได้มากกว่าเดิม ถ้าเป็นครูอาจารย์ก็จะสร้างองค์ความรู้ใหม่เกิดขึ้นได้อีกมาก ใส่ใจกับลูกศิษย์มากขึ้น หากเอาเงินและอำนาจเป็นบรรทัดฐานความสำเร็จ เราจะไปสู้นักการเมือง นายทุน นักเก็งกำไรทั้งหลายได้หรือ แต่เราไม่ควรลืมเลยว่าไม่มีความดีใดที่มนุษย์ทำแล้วไม่มีความสุข แท้จริงแล้วโชคดีสักเพียงใดที่เกิดมาเป็นหมอ ได้รับโอกาสแห่งการเป็นผู้ให้ ที่น้อยคนนักจะมีโอกาสเช่นนี้ มีโอกาสสร้างความสุขแก่ตนและคนข้างเคียง มีศักยภาพในการเกื้อกูลที่ไม่รู้จบสิ้น การได้มีโอกาสทำสิ่งดีๆ คนที่รู้จักพอก็สุขใจยิ่งแล้ว สักกี่คนที่มีโอกาสสร้างความประทับใจให้คนไข้จดจำถึงชาติหน้า สักกี่คนมีโอกาสให้คนไร้ความหวังยิ้มได้ในยามจะสิ้นลม สุขแค่ไหนที่ใครสักคนฟื้นจากฝีมือซีพีอาร์ของเรา (แม้จะทุลักทุเล) รู้สึกดีไหมที่เชี่ยวชาญจริงจนช่วยให้ทารก distress ร้องลั่นได้ นักการเมืองที่ไหนเสี่ยคนใดจะมีโอกาสเช่นเรา ชั่วชีวิตเราอาจไม่สามารถมีเงินนับร้อยล้าน พันล้าน แต่เราก็สามารถสร้างชีวิตให้มีคุณค่าเกินกว่าร้อยล้าน พันล้านได้ ชีวิตที่มีคุณค่ามีความสุขเสมอ ความดีงามแม้เพียงเล็กน้อยก็ยิ่งใหญ่ นี่ใช่เอกสิทธิ์จำเพาะของเราไม่ใช่หรือ? หากเราหมกมุ่นอยู่กับกิจการแสวงหารายได้ (ด้วยโอกาสที่เหนือกว่า) ความพอจะหนีห่างออกไปแบบไม่มีวันไปถึง อาจทำให้เราสูญเสียประสบการณ์ชีวิตสวยงามไป เพราะการไม่มีใจในการใช้ศักยภาพอย่างถึงที่สุด รับใช้พระบิดาไม่เต็มที่ สมองและหัวใจไม่ถูกนำไปรักษาผู้ป่วยอย่างถึงที่สุด อาจารย์แพทย์ก็สอนไม่สุดฝีมือ คิดค้นองค์ความรู้ใหม่ไม่เต็มที่ นับว่าโชคร้าย.. ชีวิตหายไปครึ่งหนึ่ง เป็นครึ่งที่สวยงามกว่า ชวนให้คิดถึงบทกวีของท่าน อังคาร กัลยาณพงศ์

“อนิจจา..น่าเสียดาย;
ฉันทำชีวิตหาย..ไปครึ่งหนึ่ง;
ส่วนที่หายนั้น..ลึกซึ้ง;
มีน้ำผึ้งบุหงา..ลดามาลย์ฯ”